Uşaqlıqda gördüyüm yuxu daima məni izləyir...

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 teztez 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 budəfəki yazar Rövşən Danyeridir. Adalet.az müsahibəni təqdim edir.

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

-Yuxu məsələsində hələki ən dolğun məlumatı Freyd verib. Düzdür onun da səhv etdiyi məqamlar olub. Amma hər halda yuxu ilə bağlı ümumi fikirlərin formalaşması və inkişafı Freydlə bağlıdır. Təbii ki, Freyd də bu yuxu yozumlarını xalqdan götürdüyünü deyirdi. O, xalqın yuxulara münasibətini daha da təkmilləşdirərək öz yeni tezisini yaratmışdı. Dinin də yuxuya öz baxışı var. Ancaq bunlar digər dini ehkamlar kimi sübuta yetirilə bilmədiyi üçün mənə görə əssassızdır. Yuxu insanın birbaşa həyatı, yaşayışı ilə bağlıdır. İnsan yuxuları vasitəsilə gələcəyini görə bilər. Ancaq bizim anladığımız mənada yox.

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

-Yuxular həyatıma xüsusi bir təsir göstərmir. Sadəcə ola bilsin səhər oyanarkən bir neçə dəqiqə gördüyüm yuxunun abu-havasında olum. Ancaq bayaq da dediyim kimi Freydə görə yuxular vasitəsilə gələcəyi görmək olur. Bunun bizim bildiyimiz mənada mistika ilə aidiyyəti yoxdur. İnsan yuxusunda gördüyü hər hansı elementi düzgün təhlil etsə, məsələn böyrəyinin doğru işləmədiyini anlaya bilər. Bununla da o, böyrəyinin bir müddət sonra ağrıyacağı qərarını verə bilər. Beləcə də həyatı və özü ilə bağlı müəyyən yozumlar ortaya qoya bilər.

-Yuxudan sonra onun yozumları haqda baş sındırırsız?

-Yuxudan sonra yuxu barəsində çox fikirləşməməyə çalışıram. Ancaq bəzən olur ki, insanı silkələyən, düşünməyə vadar edən yuxular olur. Sadəcə mən istər Freydin istərsə də, müasir elmin yuxu yozumlarının hamısı ilə tam tanış deyiləm deyə gördüyüm yuxuların yozumuna çalışmıram. Çünki bilirəm ki, səhv qərar verə bilərəm.

Bu da gündəlik həyatımda qərarlarıma təsir göstərə bilər.

-Yuxuların mistik hadisə olduğuna inanırsınızmı?

-Yuxuların mistikasına inanmıram. Düzdür bəzən olur ki, yuxular insanı elə dolaşığa salırki, bu barədə düşünməyə başlayırsan. Ümumiyyətlə insan dünyadakı varlığının səbəbini həmişə axtarır. O, həyatda hansısa xüsusi missiyası olduğuna inanır. Buna görə də öz həyatında mistik çalarlar qatmağa çalışır. Məncə yuxulara mistik dəyər yükləməyimizin də səbəbi budur. Ancaq yuxu yetərincə texniki məsələdir və insan beyninin - şüuraltısının məhsuludur. Yəni yaşadığın günlük həyata uyğun olaraq da yuxu görürsən.

-Gördüyünüz yuxular çin olurmu, ya da əksinə?

-Adətən yuxuları tezliklə yaddan çıxardıram deyə, bunun statistikasını aparmağa imkan olmur. Kimsə yuxum çin oldu deyəndə və buna ürəkdən inananda şübhə ilə yanaşıram. Çünki bu ən yaxşı halda təsadüf, ya da insanın özünü yuxuya kökləməsindən başqa bir şey deyil.

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

-Uşaqlıqdan gördüyüm bir yuxu var. Bu yuxu məni uşaqlıq xatirəm kimi daima izləyir. Uşaqlıqda həmişə özümü tamaşanın kulisində görərdim. Tamaşa mənə bir o qədər maraqlı gəlməzdi, amma kulisdə olmaq, oranın abu-havasını tutmaq çox xoşuma gəlirdi. İndi də uzun aralarla da olsa, bu yuxunu görürəm. Tez-tez müsahibə almaq üçün teatrların kulislərində oluram, öz yuxudakı uşaqlıq arzumu bu yolla reallaşdırdığımı düşünürəm.

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

-Məncə bütün insanlar yuxunu ağ-qara görür. Ancaq onu rəngli yozanlar var. Bu mənada mənim də yuxularım rənglidir. Başqa cür yuxularım çox darıxdırıcı olardı və mən tez yuxudan oyanardım.

-Hansı doğmanızı daha çox yuxuda görürsünüz?

-Bu barədə konkret nəsə demək çətindir. Çünki hansısa doğmamı yuxuda gördüyümü xatırlamıram. Təbii ki, bu zaman-zaman baş verir. Ancaq mütəmadi olaraq gördüyüm bir kimsəm yoxdur.

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

-Yuxu dünya deyil, sadəcə bizim dünyamızın bir parçası, kiçik bir hissəsidir. Bir növ ayıq ikən etdiklərimizin, yatarkən təhlil edildiyi bir məkandır. Necə yaşayarsansa, elə də yuxu görərsən. Burada sənin narahatlıqların, sevgin, gələcək planların, səhvlərin və özünə belə deməkdən çəkindiyin qorxuların var. Mən yuxu ilə gerçəklik anını görmüşəm. Bunu bir dəfə yaşamışam. Necə yuxuya getdiyimi anbaan hiss etmişəm. Ümumiyyətlə ayıq yatdığım üçün Heraklın dediyi o iki "aləm"i eyni anda duya bilirəm.

-Dahi yazıçılardan, rəssamlardan, filosoflardan kimləri yuxunuzda görmüsünüz?

-Son dövrlər ümumiyyətlə heç yuxu görmürəm. Yəqin ki, bu yorğunluq əlamətidir. Çünki belə bir fikir var ki, hamı hər gün yuxu görür. Sadəcə bəzən onu xatırlamaya bilərsən.

-Sizə görə yuxularımız həqiqətə çatdırır bizi?

-Məncə yuxu bizi həqiqətə çatdırmır, ancaq yuxunu düzgün yozsaq, yuxu bizə həqiqətin - özümüz haqqında bilməli olduğumuz həqiqətin açarını verər, yol göstərər. Bu baxımdan yuxu hisslərimizi, digərlərinə qarşı hiss etdiklərimizi tam mənada dərk etməkdə böyük kömək edir. Yuxusunu tam anlayan insan kamil insandır.

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 1 saylı 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