



Adalet.az məşhur filosof Bertrand Rassellin essəsini təqdim edir.

Heyvanlar sağlam olduqları və yetəri qədər qida tapdıqları müddət ərzində xoşbəxt olurlar. Bu barədə düşü-nərkən, insanlar da özlərini xoşbəxt hiss etməlidilər deyə öz-özümə söylə-yirəm, amma dövrümüzdə belə olma-dığı, daha doğrusu böyük əksəriyyətin xoşbəxt olmadığı görünür. Əgər siz də xoşbəxt deyilsizsə, bu durumda olan insanın təkcə siz olmadığınızı bilməli-siz. Əgər xoşbəxtsinizsə, tanışlarınızdan neçəsinin xoşbəxt olduğu barədə özünü-sual edin. Dostlarınızı göz-dən keçirərkən üz cizgilərini oxuma-ğa, günlük həyatınızda qarşılaşdığınız insanların ruhi durumunu sezməyə ça-lışın. Bleyk (William Blake-ingilis şairi-tərc) bir şeirində belə deyir:

***Hər gördüyüm çöhrədə
bir ifadə, Azar, hüzn işarəsi..***

Hamısı bir-birinin təkrarı olmasa da, hər yerdə bu cür bədbəxtlik yaşan-tılarıla qarşılaşıırıq. Deyək ki, modern şəhərlərin ən tipik nümunəsi olan Nyu Yorkdasınız. İş saatlarında qələbəlik bir prospektde, həftə tətilində əsas bir küçədə, ya da axşamçağı rəqs sala-nunda durun, bir müddətlik "mən"liyi-nizdən və düşüncələrinizdən sıyrılın, çevrənizi əhatə edən insanların fərdiy-yetlərini mənimsəməyə çalışın. Görə-cəksiz ki, bu dəyişkən qələbəlikləri əmələ gətirən insanların hər birinin içində olduğu vəziyyətlə bağlı bir dərdi var. İş zamanı yaranan izdihamda, endişə, yüksək diqqət, işindən başqa hər nəsnəyə qarşı maraq əskikliyi, əy-lənib-gülmək şövqündən məhrumluq, digər insanların fərqi-nə varmamaq ya-şantısı ilə qarşılaşacaqsız. Həftəsonu tətilində, əsas küçədə, hamısı rahat görünən, bəziləri çox zəngin olan, əy-ləncə məkanlarına gedən kişiler, qa-dınlar görəcəksiz. Hamısı avtomobillə-rini eyni sürətlə sürürlər. Hamısı öz sürətlərini yolda ən yavaş gedən ma-şının sürətinə uyğunlaşdırıb. Bu ma-şınları sürənlər ətrafdakı mənzərələri

izləyə bilməzlər, çünki başlarını yana çevirdikləri anda qəza törədə bilər. Maşının içində oturanların demək olar hamısının istəyi, önlərində gedən di-gər maşını ötüb keçməkdir, fəqət kü-çədəki maşın izdihamı ucbatından bu-nu edə bilməzlər, qabaqda gedən ma-şını keçmək barədə düşünmədikdəsə, can sıxıntısına qapılırlar, çöhrələrini dilxorluq bürüyür. Qaradərililər nə vaxt bir maşına doluşub yola çıxsalar, ha-mısı nəşələnir, ancaq onlar da xətalı davrandıqları üçün ətrafda xoşnudsuz-luq yaradırlar, sonda bir qəza törədib polisın əlinə düşürlər: İstirahət günü əylənmək qanuna ziddir.

İnsanları həm də bir şənlilik gecəsin-də izləyin. Hamısı, diş həkimində ba-ğırıp çıxırmamağa qərar vermiş kimi, bu məkana da xoşbəxt olmağı qərar-laşdıraraq gəlirlər. Onlar inanır ki, içki və sevgi zövqə açılan qapıdır, buna görə də anında, ayaqüstə sərxoş ol-mağa çalışılır və bu sərxoşluğun təsi-riylə əyləncə yoldaşlarının bir-birinə nifrəti görməzdən gəlir. Yeterincə iç-ki içildikdən sonra kişiler ağlamağa və analarından gördükləri şəfqətə layiq olmadıqlarından şikayətlənməyə baş-layırlar. Alkoqolun onlar üzərindəki tə-siri, ayıq olarkən basqı altında tutduqları günahkarlıq duyğusunu sərbəst buraxmaqdır.

Qorxu və qəddarlıq

Bu bir-birindən fərqli bədbəxtliklərin səbəbləri, qismən ictimai düzəndən, qismən də fərdin psixoloji əhvalından qaynaqlanır və əslində sonuncu səbəb də əksərən ictimai düzənin nəticəsi-dir. Xoşbəxt olanların sayını artırmaq üçün sosial düzəndə hansı dəyişiklik-lərə ehtiyac duyulduğu barədə daha əvvəllər yazmışdım. İndiki yazılarımda müharibənin, iqtisadi istismarın, qor-xu və qəddarlıq yayan təlimlərin necə ortadan qaldırılması barədə danışma-ğa çalışmıram. Savaş yaratmayacaq bir sistem tapmaq, sivilizasiyamız üçün həyati əhəmiyyət daşıyır, fəqət insanlar həyat yükü altında əzilib dur-maqdansa, bir-birlərini yox etməyi se-çəcək dərəcədə bədbəxt hiss etdikləri müddətcə, belə bir sistem yaratmaq ehtimalımız yox dərəcəsidir. İsteh-

saldan, ən çox ehtiyacı olanlara az ya da çox pay ayırmaq, yoxsulluğun da-vam etməsinə əngəl olmağa çalışmaq önəmli işdi, ancaq, əgər zənginlər də özlərini bədbəxt hiss edirlərsə, hər kə-si zəngin etməyin nə yararı olacaq? Qorxu və qəddarlıq üzərində qurulan təlim-tərbiyə əlbəttə pisdır, ancaq bu duyğuların dustağı olan insanlardan başqa cür tərbiyə verəcəklərini gözlə-mək də əbəsdır. Bu qənaətlər bizi fər-din, tək insanın probleminə gətirir. Yə-ni, bir kişi, bir qadın dəyişiklik həsrə-tiylə yanib tutuşan cəmiyyətimizdə, öz şəxsi xoşbəxtliyini gerçəkləşdirmək üçün nə edə bilər? Bu problemi analiz edərkən ələ alacağım insan tipləri, bədbəxtliyi xarici təsirlərdən qaynaq-lanmayan insan tipləri olacaq. Bəs-lənməyə və daldalanmağa yetəcək qədər gəlirləri, normal fiziki fəaliyyətləri hə-yata keçirəcək qədər sağlamlığa sahib olduqlarını qəbul edəcəyəm. Uşaqları-nı itirmək, ya da xalq önündə rəzil ol-maq kimi böyük fəlakət ehtimallarını da yox hesab edəcəyəm. Bu məqam-lar barədə danışmaq olar və bunlar önəmlidir, ancaq burada söyləmək is-tədiklərimdən qıraqda qalacaqlar.

Mənim məqsədim, uyqar ölkələrdə yaşayan əksər insanların, gördüyü qədər, heç bir xarici səbəbi olmadığından qaçılmaz hesab edilən və qatlanıl-ması çox çətin olan məişət bədbəxtlik-lərinə çarələr təklif etməkdir. Mən, bu tip ruhi naxoşluqların daha çox xətalı dünya görüşlərindən, xətalı əxlaq qay-dalarından, yanlış həyat alışqanlıqla-rından qaynaqlandığına inanıram, çünki bütün bu yanlışlıqlar, insan ya da heyvan xoşbəxtliyinin təməli olan nəsnələrə qarşı təbii həvəsin və işta-hın yox olmasına yol açırlar.

Və mən, ortabab bir şəxsin yardı-mıyla, bu həvəsi və iştahı yenidən qa-zandıraraq insanları xoşbəxt edəcək dəyişiklikləri açıqlamaq istəyirəm.

Günahlarla yüklənmiş

Müdafie etməyə çalışdığım düşün-cəni, bəlkə də ən yaxşı şəkildə, öz ya-şamımı qısaca anlatmaqla açıqlaya bi-lərəm. Mən də hər kəs kimi xoşbəxt ya da bədbəxt olaraq doğulmamışam. "Dünyasından bezgin və günahlarla

yüklənmiş" adlı ilahi, uşaqlıqda ən sevdiyim ilahiydi. Beş yaşında olarkən belə düşündüm: " Yetmiş yaşıma qədər yaşasam, demək ki, bu günə qədər ömrümün on dördde bir hissəsi-nə artıq qatlanmışam". Yaşayacağım illər mənə hardasa dözülməz görünür-dü. Yeniyetməlik çağımda yaşamağa nifrət edir, özümü sürekli olaraq inti-harın bir addımlığında tapırdım; özü-mü öldürməkdən vaz keçməyimin sə-bəbi daha çox riyaziyyat öyrənmək is-təyim oldu. İndisə, əksinə, yaşamaq-dan zövq alıram və duyduğum bu zövq ildən-ilə artmaqdadır. Bu da, həyatda ən çox nələri istədiyimi kəşf etməyim-dən və onların bir çoxunu ələ keçirmə-yimdən qaynaqlanır. Üstəlik, bu xoş-bəxtliyimdə, bəzi istəklərdən, məsə-lən, hansısa nəsnə, proses haqqında şübhəsiz və mütləq bilgi sahibi olmaq kimi, əldə edilməsi qeyri-mümkün is-təklərdən əl çəkməyi bacarmağımın da önəmli rolu var. Ancaq ən çox, özüm barədə çox düşünməkdən vaz keçməyin böyük yararını gördüm. Qa-tı dini tərbiyə görmüş hər insan kimi mən də, günahlarım, səfehliklərim, ça-tışmazlıqlarım üzərində tez-tez baş yorurdum. Öz gözümdə özümü - haqlı olaraq - fərli-başlı cəhəti olmayan bir insan kimi görürdüm. Sonra yavaş-ya-vaş özümü də, qüsurlarımı da vecə al-mamağı öyrəndim və diqqətimi özüm-dən qıraqda olan nəsnələrə yönəltdim, məsələn, dünyadakı hal-qəziyyətlə, maraq duyduğum elmlərlə, xoşlandı-ğım şəxslərlə ilgilenməyə başladım. Xarici təsirlərin insanı bəzi ağrı-acıla-ra düşər etdiyi doğrudur, məsələn, dünya hansısa müharibəyə sürüklənə bilər, bəzi mövzularda bilgi əldə etmək çətin ola bilər, yaxud dostlarımızı itirə bilərik. Ancaq bu cür əzablar həyatın dəyərini, keyfiyyətini yox etməzlər; fə-qət özümü-zə nifrət bu dəyəri məhv edə bilər. Üstəlik, xarici maraqlar can-lılığını qoruduğu müddətcə, insanı can sıxıntısından xilas edəcək bəzi məş-ğuliyətlərə yol açır. İnsanın yalnız özülə məşğul olması heç bir zaman səmərəli məşğuliyət ola bilməz. An-caq xatirə dəftəri tutmağa, hansısa psixoxanalitikə baş vurmağa, bəlkə də özünü dinə həsr etməyə səbəb olar. Fəqət dindar həyatın gündəlik ritual-la

rı fərdiyyətini unutdurmadığı təqdirdə, həmin insan da özünü xoşbəxt hiss et-məyəcək. Dindən qaynaqlandığı sanı-lan xoşbəxtliyi, təmizlik işçiliyiylə də əldə etmək mümkündür. Başqa cür müalicə olunmayacaq dərəcədə içə-qapanıq həyat keçirənlər üçün xoş-bəxtliyə qovuşmağın yeganə yolu xari-ci dünya ilə maraqlanmaqdır.

İçəqapanıqlığın bir çox çeşidi var. Ən yaygın olanları bunlardır: Günah-kar tip, özünə vurğun (narsist), mega-loman.

"Günahkar" deyərkən, hansısa günah hərəkətə yol verən insanı nəzərdə tutmuram. Günah, bizim şəhrlərimizə bağlı olaraq, ya hər kəs tərəfindən iş-lənir, ya da kiməsə ona yaxın düşmür. Mənim haqqında danışdığım tip, günahkar olduğunu düşünen insandır. Belə insan davamlı şəkildə öz narazı-lığının hədəfinə çevrilir, əgər dindar-dırsa, bu əhvalı tanrının ondan narazı-lığı kimi izah edir. Xəyalında yaratdığı idealıyla, gerçək "mən"i arasında da-vamlı bir ziddiyyət mövcuddu. Əgər belə insan, ana qoynunda öyrəndiklə-rini şüurlu düşüncəylə bir yana atsa da, günahkarlıq duyğusu şüuraltının çox dərinlərinə gömülmüş ola bilər; və bu duyğu o, sərxoş olarkən, ya da yu-xulu halında üzə çıxar. Ancaq bu kiçik təzahürlər belə, həyatın dadını qaçı-rmağa bəs edir.

Çünki belə insan daxilində, uşaqlıq-da onun zəhninə yeridilən qadağaları hələ də qadağa hesab etməkdədir - söyüş söymək pisdır, içki içmək pis-dir, bəsit işgüzarlıq hiylələrə pisdır və ən əsası seks pisdır. O, bu davranışla-rın heç birini həyata keçirməkdən uzaq durmaz, ancaq onu alçaltıdıqları üçün belə zövqləri zəhərli sayır. Belə insanın bütün varlığıyla arzuladığı ye-ganə zövq, uşaqlıq dönməndən xatirəsində qalan, anasının onu rahatla-dan nəvazişləridir. Belə zövqlərə açıl-an qapı da artıq qapalı olduğu üçün, geriye qalan hər şeyi boş sayar. Sev-gilisində ana şəfqəti axtarar, ancaq həm də bunu daxilən qəbul etməz, çünki seksual meyl hiss etdiyi qadına, "ana xatirəsi" ucbatından sayğı duy-maz. Məruz qaldığı bu xəyal qırıqlığı onu qəddarlaşdırır, sonra buna peş-man olar və yenidən xəyali bir günah,

ardınca da gerçək bir günah onu cən-ginə alar; bu çıxılmaz vəziyyət beləcə davam edib gedər. Ruhi vəziyyəti bu cür olan insanları yanlış yola sürüklə-yən məqamlar, əldə edilməsi mümkün olmayan, məsələn anaya ya da ana-nın yerini tutacaq hansısa obyektə bağlanmaları və cəfəng əxlaqi qayda-ların lap uşaqlıqda onların zəhninə ye-ridilməsidir. "Ana ləkəsizliyi"nin bu qurbanlarının gerçək xoşbəxtliyə qo-vuşmaq üçün atacaqları ilk addım, uşaqlıq inanclarından və anayla olan bağdan xilas olmaqdır.

Təhlükəli münasibətlər

Özünə vurğun tip isə, özünü günah-kar görən tipin tam əksidir, əsas meyli özünə heyran olmaq, başqalarının da heyranlığını qazanmaqdır. Bu istək bir nöqtəyə qədər təbiidir və ona xor bax-mamalıyq, ancaq həddini aşdıqda ciddi qüsura çevrilir. Bir çox qadınlar-da, xüsusən də elit təbəqənin zəngin xanımlarında, eşqlə sevmək meyli yo-xa çıxıb, onun yerində bütün erkəklər tərəfindən sevilmək kimi şiddətli bir istək yaranır. Belə qadın hər hansı bir kişinin sevgisini qazanıb onun sevgi-sinin həqiqiliyinə əmin olduqda, artıq həmin kişi onunçün marağını itirir və yararsız birinə çevrilir. Nadirən rast gəlinə də, bu hal kişilərə də xasdır, sözügedən tipin klassik örnəyi, məsə-lən, Liaisons Dangereusesin (Şoderlo de Laklonun "Təhlükəli münasibətlər" adlı romanı-tərc) qəhrəmanıdır. Qürur bu dərəcəyə çatdıqda, kimsəyə qarşı gerçək maraq yaranmır, bunun nəticə-sində də, sevgidən sözün həqiqi mə-nasında dolğun həzz almaq mümkün olmur. Bu tip sevgidən başqa yaşantı-lara da meylləndikdə, daha böyük uğursuzluqlara düşər olur. Məsələn, özünə vurğun insan, usta rəssamlara göstərilən hörməti gördükdə rəsm çəkməyə başlaya bilər, ancaq rəssam-lıq onunçün bir məqsədə yetmək vasi-təsindən başqa bir şey deyil, bu sənə-tin texnikasıyla heç zaman maraqlan-maz. Əslində hər mövzuya, ancaq özülə əlaqəsi varsa maraq göstərər.

(ardı gələn sayımızda)