

بىزنى نېمە بەختلىك قىلىدۇ؟

ئەركىن سىدىق
2015-يىلى 1-ئاينىڭ 23-كۈنى

مەن يېقىندا ئۆزۈمنىڭ «بالغانچىلىققا ئائىت 12 ھەقىقەت» دېگەن يازمىسىدا ئامېرىكىدىكى «مايكۇل جوسېفسون» (Michael Josephson) ئىسىملىك بىر تونۇلغان ئەخلاق مۇتەخەسسسىنى قىسقىچە تونۇشتۇرغان ئىدىم. 2015-يىلى 14-يانۋار كۈنى مايكۇل ئۆزىنىڭ تور بېتىدە «بىزنى نېمە بەختلىك قىلىدۇ؟» دېگەن تېمىدا بىر قىسقا يازمىسىنى ئېلان قىلدى. تۆۋەندىكىسى ئاشۇ يازمىنىڭ تولۇق مەزمۇنى [1].

ھازىر بەختلىك بولۇشنىڭ ماھىيىتى ۋە سەۋەبلىرى توغرىسىدىكى بىلىملەر كۈنساين كۆپىيىپ مېڭىۋاتىدۇ.

ھەممىگە ئايان بولغان بىر نۇقتا شۇكى، بەختلىك بولۇش بىر خىل ھېسسىيات بولۇپ، ئۇ ھەرگىزمۇ بىر خىل ئەھۋال ئەمەس. بەخت خۇشاللىقتىن كۆپرەك نەرسىنى ئۆز ئىچىگە ئالىدۇ. ئۇ ئۇزۇن مۇددەت داۋاملىشالايدىغان راھەتلىك، ساغلاملىق ياكى خۇشاللىق تۇيغۇسىدىن ئىبارەت.

بىزنىڭ بەختلىك بولۇشىمىزنى ئۆزىمىزگە نېمە ئىش يۈز بەرگەنلىكى بەلگىلىمەيدۇ، بەلكى ئۆزىمىزنىڭ ئىچىدە نېمە ئىش يۈز بەرگەنلىكى بەلگىلەيدۇ. باشقىچە قىلىپ ئېيتقاندا، بەخت دېگىنىمىز، ئۆز ھاياتىمىزغا باھا بېرىشتە ئۆزىمىز تاللىغان ئۇسۇلدىن ئىبارەت. ئابې لىنكولىن (Abe Lincoln) مۇنداق دېگەن: «كىشىلەر قانچىلىك بەختلىك بولۇشنى خالىسا، ئادەتتە شۇنچىلىك بەختلىك بولىدۇ.» بىر بۇددا دىنى ماقالى-تەمسىلى بىزگە مۇنداق دەيدۇ: ئاغرىقتىن ساقلانغىلى بولمايدۇ، ئەمما ئاغرىقنىڭ ئازابىنى تارتىش-تارتماستىن ئۆزىمىزگە باغلىق.

ئۇنداقتا، بەختلىك كىشىلەرنىڭ ئەڭ ئورتاق خۇسۇسىيىتى نېمە؟ ئۇ پۇل ئەمەس، ئۇ نام-شۆھرەت ئەمەس، ياكى ئۇ چىرايىنىڭ چىرايلىقلىقىمۇ ئەمەس. ئۇ بىر ئادەمنىڭ ئەقلىمۇ ئەمەس، ياكى تالانتىمۇ ئەمەس. بەلكى، بەختلىك بولۇشتىكى ئەڭ مۇھىم ئىككى ئامىل رازىمەنلىك، ۋە قانائەتلىنەرلىك كىشىلىك مۇناسىۋەتلەردىن ئىبارەت.

بەختنىڭ فورمۇلاسى ناھايىتىمۇ ئاددىي: ئاللاھ ئاتا قىلغان نېمەتلەرنى ساناپ، ئائىلىسى بىلەن دوستلىرىدىن ئوبدان ھۆزۈرلىنىش.

ئېچىنىشلىق بولغىنى شۇكى، ئاددىي ئىش داۋاملىق ئاسان ئىش بولۇپ كەلمەيدۇ.

تەبىئىي خاراكتېرى ئۆز كۆڭلىدە بىر قاراڭغۇ كېلەچەك ۋە ئۈمىدسىزلىكنىلا پەيدا قىلىدىغان كىشىلەر ئۆز كۆڭلىنى قايتىدىن تەربىيەلىمىسە بولمايدۇ. «بەختلىك بولۇش دېگىنىمىز ئۆزى ئىستىگەن نەرسىلەرگە ئېرىشىش ئەمەس، بەلكى ئۆزى ئېرىشەلەيدىغان نەرسىلەرنى ئىستەش» دېيىش بىر ئىش، ئۆزى ئېرىشكەن نەرسىلەر بىلەن ھەقىقىي تۈردە قانائەت ھاسىل قىلىش بولسا باشقا بىر ئىش.

نۇرغۇن كىشىلەر ئىجابىي تەپەككۈر قىلىش ئادىتىنى يېتىلدۈرۈش ئۈچۈن، ئۆزى ئۈچۈن بىر قاتار قاتتىق تۈزۈملەرنى تۈزۈپ چىقىمسا، ھەمدە ئاشۇ تۈزۈملەرگە قاتتىق ئەمەل قىلىشنى ئوبدان مەشىق قىلمىسا بولمايدۇ.

بەزىدە بىر ئادەم مەلۇم بىر مەسىلىگە نىسپەتەن قاراش نۇقتىسىنى ئۆزگەرتىپ، ئۇنىڭ ئۈمىدسىزلىكىگە تولغان يۈزىنىلا ئەمەس، بەلكى ئۇنىڭ ئۈمىدكە تولغان ئىچكى قىسمىنى كۆرۈپ، يېرىمىدا سۇ بار يېرىمى قۇرۇق ئىستاكانىنىڭ قۇرۇق يېرىمىنى ئەمەس، بەلكى سۇ بار يېرىمىنى كۆرسىلا، ئۇ ئادەم بەختلىك بولالايدۇ. يەنە بەزىدە بىر ئادەم ئۆزىنى ئازاب، ئۈمىدسىزلىك ياكى ھەسەتنىڭ پاتقىقىغا پاتۇرۇپ قويماي، ئۆزىنىڭ كۆڭلىنى ياخشى ئوي-پىكىر تەرەپكە، ۋە ئۆزى مىننەتدار بولۇشقا تېگىشلىك نەرسىلەرگە مەجبۇرى ھالدا بۇرسىلا، ئۇ ئادەم بەختلىك بولالايدۇ.

بىر ئادەمنىڭ ھەر بىر ئىشنىڭ ياخشى تەرىپىنى كۆرۈش ۋە ئىجابىي پوزىتسىيەلىك بولۇش قابىلىيىتى باشقىلار بىلەن ئەھمىيەتلىك مۇناسىۋەتلەرنى ئورنىتىش ۋە ساقلاش ئۈچۈنمۇ ئىنتايىن مۇھىم.



1-رەسىم: ئۆزى ئېرىشەلەيدىغان نەرسىلەرنى ئىستەش.

مايكۇل جوسېفسون ھەققىدە

بۇ مەزمۇن ئۆزۈمنىڭ «يالغانچىلىققا ئائىت 12 ھەقىقەت» دېگەن ماقالىسىدىن ئېلىندى.

ئامېرىكىدا مايكۇل جوسېفسون (Michael Josephson) ئىسىملىك بىر ئەخلاق مۇتەخەسسسى بار. ئۇنىڭ «جوسېفسون ئەخلاق ئىنستىتۇتى» دەپ ئاتىلىدىغان بىر شىركىتى بار بولۇپ، ئۇ قىلغان مۇھىم ئىشلارنىڭ بىرى «ئەخلاق مۇھىم» (Character Counts) دېگەن پروجېكتتىن ئىبارەت. ئۇ

نۇرغۇن چوڭ سورۇنلاردا ئالاھىدە تەكلىپ قىلىنغان مۇتەخەسسسىس سۈپىتىدە نۇتۇق سۆزلىگەن، ھەمدە ھۆكۈمەت، شىركەت-كارخانا، مائارىپ، تەنتەربىيە، ساقچى ئىدارىلىرى، ئاخبارات ئورۇنلىرى، قانۇن، ۋە ھەربىي ئورۇنلارنىڭ ئەمەلدارلىرى بولۇپ جەمئىي 100000 دىن ئارتۇق كىشىگە مەسلىھەتچىلىك خىزمىتى قىلىپ بەرگەن. ئۇ لوس ئانتېلېس رايونىنىڭ «**KNX-1070**» دېگەن رادىيوسىدا «ئەخلاق مۇھىم» دېگەن تېمىدا ئوبزور سۆزلىگىلى 15 يىلدەك بولغان بولۇپ، مەنمۇ ئۇنىڭ خېلى كۆپ ئوبزورلىرىنى ئاڭلىغان، ھەمدە ئۇنى شۇ ئارقىلىق تونۇغان. ئۇ ھازىرغىچە ئەخلاق مەسلىھىتىگە ئائىت كىتابلاردىنمۇ خېلى كۆپ كىتاب چىقارغان. مايكۇل يازغان كىتابلارنىڭ ئىچىدىكى 8 پارچە كىتابنىڭ ماۋزۇسىنىڭ ئۇيغۇرچىسى تۆۋەندىكىلەرگە يېقىن كېلىدۇ:



2-رەسىم: مايكۇل جوسېفسون

- (1) ئاممىۋى خىزمەت ئەخلاقىنىڭ بەش پىرىنسىپى
- (2) سالامەتلىكتە ياخشىراق بولۇش ئۈچۈن ئالدى بىلەن كېسەل بولۇشنىڭ ھاجىتى يوق
- (3) ئەخلاقىي قارار ئېلىش ھەققىدە
- (4) ياخشى كۈنلەر تېخى ئالدىڭىزدا
- (5) ئاتا-ئانىلارنىڭ ئون نەچچە ياشلىق بالىسىدا ياخشى ئەخلاق يېتىلدۈرۈشى
- (6) ياخشى ئەخلاقنىڭ كۈچى
- (7) ھەر خىل تۈرلەرگە پۇل ئاجرىتىش ۋە ھەر خىل تۈرلەرگە پۇل ئېلىشتىكى ئەخلاق: ساخاۋەتنى ياخشىلاش
- (8) ئامېرىكا مەكتەپلىرىدىكى ئەخلاقىي قىممەت، ئەخلاقىي پوزىتسىيە ۋە ئەخلاقىي ئىپادىلەر

پايدىلىنىش ماتېرىيالى:

[1] So, What Makes Us Happy?

<http://whatwillmatter.com/2013/12/commentary-783-4-so-what-makes-us-happy/>