Feliĉo: Vojo al Esperantujo

Vi estas feliĉa, sed ne scias...

La scienco asertas, ke la homo estas pli feliĉa ol li imagas kaj la Filozofio montras al ni pli glatajn vojon por atingi feliĉon. Bone, kio ĝi estas?

Tre malnova legendo rakontas al ni, ke en iu vilaĝo norde de Ĉinio, vivis maljunulo kies sola posedaĵo estis unu ĉevalo. Foje, la besto devojiĝis de la paŝtejo kaj malaperis en la teritorion de malamika gento. La najbaroj, kortuŝitaj, iris renkonte al la vilaĝano por lin konsoli, sed surprizitaj, aŭdis la maljunulon paroli: "- Eble tio estas beno!"

Post kelkaj monatoj, la ĉevalo revenas akompanata de ĉevalino kaj la amikoj rapidis gratuli la maljunulon. Denove li surprizigis ilin dirante: "- Eble tio estas malbeno!". La besta duopo naskis al li post ne longe idaron kaj la vilaĝano iĝis prospera ĉevalbienulo. Sed iun tagon, lia filo kiu tre ŝatis rajdi, abrupte elseliĝis kaj falis surteren, frakasante ambaŭ kruroj, kio motivigis novan lamentadon de la najbaroj..."- Eble tio estas beno!", ripetis la patro. Monatoj poste, la malamika tribo ekatakis kaj ĉiuj fortaj kaj sanaj viroj estis kunvokitaj al la milito. La plejmulto mortis. La maljunulo kaj lia handkapula filo do eskapis el terura hombuĉado.

La legendo de la ĉina maljunulo starigas nin antaŭ tio, kio estas la plej profunda aspiro kaj ankaŭ la plej universala. Antaŭ tio, kion oni nomas feliĉo.

Pli ol ses bilionoj da terloĝantoj strebas ĝin konkeri, sed almenaŭ estas bona novaĵo: dum la lastaj 15 jaroj, esploroj efektivigitaj en diversaj landoj sugestas ke ni estas tiel malproksimaj de tiu stato kiel ni ofte imagas. La humoro (ĉefa mezurilo de la feliĉo-nivelo) de la plejmulto el la personoj laŭ esploro far "Usona Nacia Instituto pri Maljuniĝo", ordinare estas mezume de tio, kion ili nomas "fiksa punkto de feliĉo", kiu tre malmulte oscilas laŭlonge de la vivo, kio tamen ne ĉiam signifas "neŭtran limon" inter depresio kaj eŭforio (sento de bonfarto, jen reala, jen iluzia). Tiu "fiksa punkto" en la plimulto situas iomete super la neŭtra limo. De tio venas la konkludo, ke la plejmulto el la homoj estas almenaŭ "modere feliĉa".

Tiaj informoj stimulas la scientistojn serĉi ian biologian klarigon por la feliĉo,

ion similan al la pilolo imagita de la anglo Aldous Hŭley en la verko "Mireginda Nova Mondo", pilolo kiu restigus la personojn en stato de daŭra kontentiĝo.

Ekde la 70-aj jaroj, kiam aperis la kontraŭdepresiaj drogoj, la perturbojn de la humoro oni sanigas - krom psikoterapio, per medikamentoj kiuj reguligas la sangonivelon de adrenalino kaj noradrenalino, iaspecaj neŭrotranssendiloj ekzistantaj en nia cerbo. Ekzistas alia, nomata serotonino, kiu ege malaltiĝas dum drepesio, sur kiun efikas la vendo- ĉampiona drogo "Prozac". Tamen ĉiuj tiuj ĉi drogoj povas okazigi kromefikojn kaj kontraŭefikojn, eĉ kaŭzi drogo-dependecon.

Stephen Braun, aŭtoro de la libro "Unlocking the Mysteries of Mood" ("Malkaŝante la Misteron de la Humoro"), eksuzanto de kontraŭdepresiaj drogoj, diras ke ili funkcias kiel okulvitron, kiu ebligas pli bonan vidon al miopuloj, t. e. nur elstarigus la staton de feliĉo jam ekzistantan, sed ne alportus en si mem la esencon de tiu stato. Do, drogomaniulojn indas informi pri tio, ĉu ne?

Bone, se oni ne kapablas klarigi feliĉon pere de cerba biokemio, nu, kiel ĝin difini?

La psikologo David Meyers de la Kolegia Hospitalo de Michigan, Usono, asertas ke "Feliĉo estas la plilongigita versio de la plezuro".

Por amasego da homoj, la plej efika rimedo atingi tiun "plilongigitan plezuron" estas gajni pli da mono, ĉiam la mono. Al ili ne multe gravas la amo, la amikeco, eĉ la bonstato mem. Kiel poste ni vidos, estas pereiga miskompreno pri la vera senco de la vorto "plezuro". Mono ĉiam aperas pinte de ĉiuj esploroj kiel la ĉefa "ingredienco" por feliĉigi homojn. Fakte tiuj samaj esploroj pruvas ke mono povas sufiĉe bone kontribui al plibonigo de la kontentiĝo-nivelo, sed nur malmultan tempon.

La eŭforio de tiuj, kiuj gajnis grandan sumon en lotumo, daŭras nur du aŭ tri jarojn, kelkfoje malpli. La denaskaj riĉuloj ekz. jam ne vidas en la mono la "magian povon" al kiu atribuas la populara intuicio. Tiu ĉi konstato validas eĉ por landoj. Post 30-jara esploro, la "Usona Enketila Centro pri Opinio" konstatis, ke la "feliĉo-nivelo" de la usonanoj , malgraŭ la duobla kresko de meznivela rento inter 1957-1990, kiu paŝis de 7500 al 1500 USD, en la praktiko restis

samnivela.

Surbaze de multego da esploroj oni konstatis cetere, ke ankaŭ kunhelpas por la persona plezuro: prestiĝo kaj famo, amikrondoj, bonhumoro (kiu allogas akompanantojn) kaj kompreneble la geedziĝo, la familio, la emocioj de la seksumado. Tamen neniu el tiuj "ingrediencoj" garantias per si mem plezuron ĉar ŝanĝeblaj.

Bone, ni revenu al la taoista legendo. Samkiel la ĉevaloj eliras kaj eniras la vivon de la kamparano, mono, prestiĝo, sekso kaj ĉio pli; ĉio, kion ni kalkulas je nia vivo kaj rigardas kiel feliĉon, aferoj ja tute pasemaj, ĉio submetiĝas al ŝanĝemo. Do, la cirkonstancoj aliiĝas kaj preskaŭ ĉiam kun ili, nia humoro. Krom mistera, feliĉo eble estas la plej glitiga afero en niaj manoj.

"- La plej bona maniero difini feliĉon estas rigardi ĝin ne kiel staton (plezuron ekz.), sed kiel vivmanieron, kio postulas de ni ekzerciĝon de kelkaj kapabloj kaj efektivigo de niaj potencialoj.", asertas Claúdio Reis, D-ro pri Filozofio en Universitato de Brasília, Brazilo. Kaj li aldonas la jenon: "- Nia problemo estas fakte scii pri kio temas tiu vivmaniero, afero nedifinebla per formuloj."

Ĝuste tiajn formulojn strebas doni al ni la firmaoj pere de varoreklamoj kiam distrumpetas ke feliĉon oni trovas en luksaj aŭtoj aŭ drinkado de fama biero, vera iluzio...

La malfacilo difini feliĉon venas de la antikveco. Platono (428-347 a.K.) parolis pri ia "vera feliĉo", ne kongrua kun la trivialaj plezuroj; tiu, kiu oni atingas pere de objektivaj kriterioj, ia "rekta vivo", bazo por la harmonio. Antaŭ pli ol du mil jaroj iu Profeto jam diris unu el tiaj kriterioj nome "Amu vian proksimulon kiel vi mem."

Unu el la plej gravaj kontribuoj de la Helena Filozofio pri feliĉo venis de Epikuro (341-270 a.K.). En letero al la disĉiplo Meneceu (famkonata estis Lukrecio), post-titolita "Letero pri feliĉo", en kiu la filozofo priparolas tri esencajn punktojn rekte ligitajn al la serĉado de feliĉo nome: 1- Timo al la morto, 2- La deziro, 3- La plezuro.

Epikuro ĝustasence komprenigas al ni la veran sencon de plezuro, kiun ne kutime alkroĉigas al la ideo de feliĉo, kaj "-Eble tio estas malbeno!", kiel dirus

la vilaĝano.

Por Epikuro, kiu komprenis la finon de la vivo kiel "nuligon de ĉiuj sensaĵoj", la konsciigo ke la morto signifas nenion, estas kondiĉo nemalhavebla por ke oni atingu la ĝuadon de efemera vivo, sen la intenco aldoni al ĝi ideon de senfina tempo. "Ofte ni festas bebonaskiĝon, sed ne preparas nin por la morto, neelpetebla okazaĵo de la vivfino. La unuan paŝon devas sekvi la "nedubebla konado de la deziroj", direktante ĉiajn elektojn kaj ĉiajn rifuzojn al la sano de la korpo kaj la sereneco de la spirito, ĉefe per la komprenado de plezuro kiel nia posedaĵo unua kaj ankaŭ denaska, tamen ne pro tio nekontraŭstarebla. Jen ŝajnaj kontraŭdiroj de la filozofo: "- Ĉia plezuro pro sia naturo mem, estas ia bono, sed ne ĉiuj devas esti elektitaj" Fumanto diras, ke fumado portas al ili plezuregon, sed de tio certe venos sufero (malsano, kancero, astmo, ktp.)

"-Ĉia doloro estas ia malbono, tamen ne ĉiujn oni devas eviti."

La epikura razonado estas pragmatisma, t.e., analizas la rilaton "Kosto/Profito". Mi al vi klarigos:

1. la plezuron oni devas eviti se kiel sekvo venos sufero kaj malgrablaĵoj (mi ŝategas pudingon, tamen se mi estas diabetulo, ĝin mi devas eviti.)

2. la suferon oni devas akcepti se de tio rezultas io pli bona (sangodonaco ja suferigas, tamen...)

Do, por Epikuro la plezuro ne estas la "ĝuado de la malsobraj", io sole nur sensaca sperto, sed la "neekzisto de fizikaj suferoj kaj perturboj de la animo". Al sia disĉiplo Meneceu li konsilis vivon de kutimoj simplaj, kiu, laŭ li, ebligas al la homoj pli bone profiti la bonstaton dum favoraj ventoj kaj sentime alfronti ĉiujn sortovicojn dum la tempestaj tempoj, unuvorte mensa ekvilibro.

En la fono, la epikuristoj same kiel la stoikistoj (Stoikismo estas doktrino de la skolo de Zenono fondita en Ateno ĉ. 308 a.K. kaj instruis al la homoj regi siajn pasiojn kaj indiferentadi al plezuro kaj doloro), kompreneble ni ne troigu, avertas nin, ke ni devas meti nian feliĉon nur sur tion, kio de ni dependas, ne forgesante la enorman difekteblecon de la homa vivo. Jen poezio el la kataluna lingvo de Roc Alcells tradukita Esperanten de Francisco Valdomiro Lorenzx, el la libro "Diverskolora Bukedeto":

La Feliĉo
Roc Alcells

Mi scias ke vi deziras
kiu ne deziras ĝin? -
ke feliĉ' favoru vin;
je ĝia rid' vi aspiras.

Sed ne serĉu ĝin en oro,
nek en aĉet' aŭ en vend',
nek de l'plezur'en moment',
per kiu trompiĝas koro.

Ne serĉu ĝin en korflamo,
baldaŭ estingiĝos ĝi, -
ne serĉu en fantazi',
nek en brilo de gloramo.

Se vi min obei penos,
agu laŭ mia konsil'
konata dum jaroj mil:
Ne serĉu ĝin, mem ĝi venos.

Kaj en tio ne estas fatala vido. Laŭ Epikuro "la estonteco ne estas tute nia, nek tute ne nia", sed nur konsciigo ke ne ekzistas alternativoj. Kompreneble tio dependas de la religia vidpunkto aŭ religia kredo de ĉiu el ni, sed mi ne eniros ĉi-vojon.

Denove no revenu al la vilaĝana legendo: ĝi instruas al ni rigardi bonŝancon kaj ĉagrenojn kiel kontraŭajn fortojn, tamen en la sama ciklo de integriĝo kaj transformiĝo. La saĝeco vivi konsistus en scii kiel oni kondutu antaŭ la movo de la vivo, profitante tiun movon favore al ni mem, kontentige uzante niajn internajn rimedojn, onidire ni dancu laŭ la muziko.

Stephen Braun, alia aŭtoro, diras ke tute male al la modaj kredoj, dekjaroj da esploroj montris, ke feliĉo preskaŭ nenio rilatas al riĉeco aŭ aliaj eksteraj aferoj. Anstataŭ tio, feliĉuloj elmontras malpli da alligiteco al materiaj havaĵoj aŭ okazaĵoj en la vivo, kvazaŭ kvalito propra, interna, malebligus al eksteraj

cirkonstancoj elĉerpi ties fontojn de vera kontentiĝo. Eĉ dum la plej malfavoraj momentoj, kiaj la morto de familianoj aŭ rompiĝo de amrilatoj; ili revenas al la punkto de ekvilibro pli rapide ol la aliaj, malgraŭ la kondiĉo repreni al si la senton de bonfarton estu universala.

Personoj kiuj tiamaniere agas, tute alia afero ol reagi (senpripensa maniero agi kaj poste ni bedaŭras, pentas, kelkfoje jam tre malfrue por ripari erarojn), akceptas la neeviteblajn malagrablaĵojn de la vivo (kaj ĝian ŝarĝon da korpremo, tristeco kaj timemo), sen la komplikaĵoj neadi la emociojn aŭ strebi forkuri de situacio neforigebla, de nekonvenaj sintenadoj. Elstarigas Braun: "Ilia atuto estas ne apogi sin sur seninterrompa feliĉo aŭ sur feliĉo lokita en la estinteco aŭ en la estonteco, sed provi travivi ĉiujn situaciojn, ĉiujn spertojn per malpli granda doloro kaj nenecesaj suferoj" - kio resendas nin al la vilaĝano de la legendo pro lia serena sinteno antaŭ la neatendataĵoj.

"Ni estas apartigitaj de la feliĉo pro la espero mem , kiu persekutas ĝin", - diras la franca filozofo André Comte-Sponville. Ĉar ni kutimas atendadi la feliĉon, ni ankaŭ adaptiĝas al la platona nocio, ke ni nur deziras tion, kio mankas al ni, kaj senpercepte ni, al ni mem malebligas la ŝancon de reala kontentiĝo pere de surlokaj aferoj kaj situacioj.

Comte-Sponville do opinias, ke ni pli facile konkeros feliĉon kiam ni tute simple ne kunligos feliĉon kun espero aŭ kun la deziro pri tio, kio ankoraŭ ne venis.

Li krome asertas ke la saĝeco konsistas en fakte vivi kaj ne atendadi vivi. Ĝuste en tiu punkto ni trovas la lecionojn de Epikuro, de la stoikistoj, de Spinoza, Budho kaj aliaj. Lia recepto por tion atingi estas ke kiam ni amas ĉion, kion ni havas (sed ne tion, kio mankas al ni) ni sentas plezuron. Rilate la atenditan suferon dekomence estiĝas sufero, kaj poste tedo tuj kiam la deziro estas fine kontentigita.

Denaska instigilo en la homa estulo, la serĉado de feliĉo atingis la pozicion de "socia rajto" ekde la tiel nomata doktrino Iluminismo dum la XVIII jarcento, kies filozofio havis influon sur la Francan Revolucion kaj la Sendependiĝon de Usono. En la usona konstuticio la serĉado de feliĉo estas garantiita kiel "rajto netransdonebla" de la civitanoj.

Pascal Bruckner asertas, ke la moderna socio idealigis feliĉon kiel devigan kaj

kolektivan idealon, sinteno ĉe la sojlo de krueleco. "Hodiaŭ oni multe suferas ĉar oni ne deziras suferi, same kiel oni povas malsaniĝi ĉar oni troige serĉas la perfektan sanon. Tiu, kiu ne estas feliĉa sentas sin forigita de la ceteraj homoj."

"La obsedo por eŭforia feliĉo disperdas la ŝancon profiti la etajn ĝuojn de la vivo; tiun, kiuj estas proksimaj al ni kaj la eŭforia feliĉo kaŝas aliajn valorojn, kiuj ege gravas en nia vivo kaj donas sencon al nia ekzistado kiajn la justecon, la amon kaj la liberecon" - diras Bruckner.

Kio do pri Esperantujo?

Ĉu ne estas io neperceptebla al niaj sentumoj, ia subtila afero, krom la aliaj multaj ecoj de nia lingvo kiu allogas la personojn?

Kion ni al ili ofertas krom belaspektaj aĵoj, T-ĉemizoj je prezo de banano, kiel propagandas Amarílio, benata feliĉulo de nia brazila E-movado?

Ni ekspozicias feliĉon! Kaj sekve ankaŭ la eblecon feliĉiĝi en Esperantujo, eĉ se la personoj ne fariĝos lingvoparolantoj. Do por disradii feliĉon ni bezonas bone kompreni kio ĝi estas, tial mi tiom parolis pri ĝi.

Kiam ni lernigas E-on al personoj kiuj estas suferantaj aŭ en deprimo, ĉar ĉiajn eblecojn ili uzas por eliri el la ombro kie ili troviĝas, ni sukcesas elstarigi antaŭ iliaj okuloj, ke E-o estas efika rimedo por trovi la elirejon el la peniga situacio, en kiu ili troviĝas. Kaj tion ni montras pere de nia sinteno mem, ne pere de surlipaj aŭ vanaj vortoj. Ni uzas ĉi-okaze potencan varbilon kiu inkluzivas, inter aliaj aferoj, ampleksigon de amikrondo kaj enlanda kaj eksterlanda, krom frateca kunvivado. Alia forta kialo: superigardo al la mondo pere de E-o venigas nin al la konkludo, ke ni vivas en benata lando nome Brazilo, malgraŭ politikaj komplikaĵoj, inflacio, ktp ĉar ni konstatas ke tiaj okazaĵoj ne estas nur ĉi-tieaj.

Se ni fotus la vizaĝojn de la lernantoj ĉe la komenco de la kurso, kaj poste ĉe la fino, eble ni surpriziĝus. Do, de la unua frazo de la prelego ni kreu alian:

"Vi estas feliĉa, ja vi scias!"

Koran dankon al ĉiuj!

Elmir dos Santos Lima
Brazilo. Julio 2005.