

Bəşəriyyət ekoloji bumeranın hədəfində

Bəd xəbərlərə alışmış qulağımız daha birisini eşitdi: dünyanın nadir incilərindən biri olan Siciliyadakı Perquzani gölü quruyur. O, son illər quruyan neçənci göldür? Sayını itirmişik. Böyüklüyü ilə dənizi xatırladan Urmiya gölünün göz baxa-baxa düz səhrasına çevrilməsi isə Güneyli soydaşlarımız kimi bizim də qəlbimizi göynətməkdə davam edir. Bu göllər niyə quruyur, onu kimlər qurudurlar. Nə üçün bu nadir sututurların axırına çıxılır?

Ali məxluq – şüurlu insan bu il yenidən, 29-cu dəfə bir yerə yığılacaq, geniş formatda təmtəraqlı məşvərət keçirəcək, saatbasaat pisləşən iqlim şəraitini yaxşılaşdırmaq üçün “təsirli” tədbir planı hazırlayacaq. Dünyanın yüksək titullu alimləri bu dəfə Bakıda keçirilən COP29 konfransında da ciddi və ağırlı məruzələr edəcəklər, bəşərin üstünə gələn kabusdan, kəskinləşmiş ekoloji fəlakətdən həyacanla danışacaqlar. Geniş müzakirə kəskin çağırışlarla bitəcək. Sonra, təbii olaraq, hərə öz evinə gedəcək. Görəsən, sərəvətlərini durmadan artırmaq üçün ümumi evimiz olan Ana Təbiəti zəhərləyənlər, həyat mənbələrini durmadan sıradan çıxaranlar dayanacaqlarmı? Bu qənimətçil zümrələrin ətraf mühitə hücumunun qarşısı qəti, kəsərli tədbirlərlə alınmasa iqlim şəraiti yaxşılaşmıyacaq. Canlı həyatı təhdid edən qlobal istiləşmə daha güclü formada davam edəcək.

Gözləntilərimizin ümidli olması üçün yaxınlaşan fəlakətin miqyasını anlamaq və anlatmaq ən ümdə vəzifəyə çevrilməlidir. İllər boyu alışdığımız özü deyib, özü eşitmək gerçəyinə son qoyulmalıdır. Müdriklər buyurub ki, həqiqətlər müqayisədə üzə çıxır. Bizim isə müqayisə etməyə kifayət qədər materialımız var. Bildiyiniz kimi, müntəzəm toplaşan və yaranmış ağır vəziyyəti müzakirə edən təkə “iqlim loğmanları” deyil. Tibb uzmanları da tez-tez ali məclislərdə görüşür, çeşidi və qurbanları get-gedə, özü də kosmik sürətlə artan xəstəliklərin qarşısını almaq yollarını müzakirə edirlər, “mühüm” tədbirlər planı hazırlayırlar. Xəstəliklər isə güclənir, ən başlıcası isə, “cavanlaşır” – “qocalıq xəstəliyi” sayılan xərçəng, diabet uşaqları da əldən salıb.

Sülh və təhlükəsizlik “loğmanları” isə, az qala, hər gün yığışib, “tədbir” hazırlayırlar. Münaqişələr, müharibələr daha da şiddətlənir. Bu gün elmin və alimlərin xilas yolu axtardığı zavallı planetimizin durumu haqqında düşünərkən, öz məşəqqətli



İnsanın törətdiyi ən ağır cinayət bəndənin öz qanını zəhərləməsidir. Ona görə ki, zəhərlənmiş qan təkə orqanizmin xəstələnməsi ilə bitmir, daha ağır fəsadlar törədir. Bir cümlə ilə deyə bilərik ki, Yer üzündə baş verən bütün cinayətlər korlanmış qanın nəticəsidir. İnsan yeganə canlıdır ki, öz növündən olan canlıları kütləvi şəkildə qırır, onu yaradan və yaşadan planeti silah anbarına döndərir. Heç bir heyvan – istər ötyeyən olsun, istərsə də ötyeyən öz növündən olan canlıyı qırır. İnsan isə öz növünü kütləvi şəkildə qırmaq üçün məhvəedicilə silahlar və müharibə üsulları hazırlayırlar müntəzəm təkmilləşdirir.

Hüquqi qanunlar belə ağır cinayətlər törədən insanları nəinki cəzalandırmır, əksinə, təqdir edir, daha çox insan öldürənləri, kənd və şəhər dağıdanları mükafatlandırır. Ədalətli Hakim olan Təbiət isə bu “qəhrəmanları” da cəzalandırır. Cəza forması isə hamı üçün eyni olur – xəstəliklər, münaqişələr, müharibələr, təbii fəlakətlər və iqlim şəraitinin pisləşməsi.

Bəşərin faciəsi bundadır ki, bu cəzaları törətdiyi cinayətin nəticəsi saymır, normal hal kimi qəbul edir, onları yaradan səbəbi axtarmır. Heç kəs yüksək kürsüdən demir

vacibdir? Nəinki vacibdir, həm də zəruridir. Görün, Hipokrat ölümün səbəbini nədə görüb: “Bizi öldürən qocalıq deyil, pis vərdişlərdir!”. Pis vərdişlərin toplusuna “qeyri-sağlam həyat tərzii” deyirlər. Hippokrat əyyamında pis vərdişlər az idi. İndi ölü qida yemək və uzlaşmayan qidaları qarışdırmaq kimi pis vərdişə mobil telefonla yatıb-durmaq aludəliyi də qoşulub. İndiki uşaqlar çörək yeyəndə də telefonu əllərindən yerə qoymurlar. Bu nəslin baş tərbiyəçisi, sanki, “mobildir”. O isə nəhəng biznesə xidmət edir. Qazanc ehtirası, sanki, ona tələb edir ki, Yer üzündə daha çox xəstə, silah müştəri, fəlakət, narkoman, dəli olsun.

Bəşəriyyətin qara təbliğat maşınının gipnoz elədiyi, zombiləşdirdiyi insanı yırtıcı biznesin qanlı caynağından dartıb qopartmağa hünəri çatmalıdır. Bu, çətin və müşkül deyil – məhz özündən başlamaqla mümkündür. Mən, ali təhsilli jurnalist, 60 yaşa çatana qədər çoxları kimi, pis vərdişlərin əsiri, mədəmin qulu olmuşam. Bu quyudan çıxmağın nə qədər çətin olduğunu yaxşı dilirəm. İş çətinləşdirən ən böyük amil – ölü qidalar və dərman haqqında yaradılan mifdir. Heç görmüsünüzmü hansı bir ölkədə sə sağlamlıq cəvhəri olan kök, çüğundur, ispanaq, kərəviz, digər canlı qidalar reklam olunmuş?

Mən də 60 il qidada fayda yox, ləzzət axtarıram. Çoxlu çörək və un məmulatı, otli, yağlı xərəklər yemişəm, tünd çay içmişəm. Duzdan, şəkərdən, turşudan, mürəbbədən bol-bol istifadə etmişəm. Uzlaşmayan qidaları qarışdırmışam. Bir sözlə, təbiətin əbədi qanunlarına – uyarlıq, ahəng və bütövlüyə zidd getmişəm, öz hüceyrələrimə qarşı cinayət törətmişəm. Cəzası da ağır olub – 8 “sağalmayan” (rəsmi tibb elminin fikirincə) xəstəlik qazanmışam.

Katsuzo Nişinin dühası sayəsində nicat yolunu tapdım, qeyri-sağlam həyat tərzinin üstündən qalın qara xətt çəkdim, sağlam həyat tərzinə keçdim və çox qısa vaxtda sağaldım. Yəni səbəbi aradan qaldırdım, nəticə özü getdi. Xəstə planetimizi də bu cür sağaltmaq olar. Səbəbi aradan qaldırmaq – iqlimin korlanmasını dayandırmmaq lazımdır.

Sağlamlıqla bağlı əsərlər yazarkən bu qonağa gəldim ki, əgər bəşəriyyət tibb elminin təməlinə Hippokratın “nə yeyiriksə – oyuq” və Məhəmməd peyqəmbərin “bütün fəsadların yuvası mədədir, bütün dərmlərin çarəsi pəhrizdir” kəlamlarını qoysaydı nə xəstəlik olardı, nə müharibə, nə də qlobal istiləşmə. İnsanlıq başqa yol tutdu – milyardlarla “elmi əsər” yazdı, – yüzlərlə elm qolu yaratdı, bir köhnə problemi həll edərkən yenisini, daha güclüsünü yaratdı. İndi də problem girdabında çabalayır.

Qidada fayda deyil, ləzzət axtaran insan fasiləsiz şlak – zəhər istehsalı ilə məşğul olur. Bu zəhər isə həm fərd, həm cəmiyyət, həm də təbiət üçün böyük bəla ocağıdır. Şlakı təhlükəli edən 3 amil var. Birinci, canlı hüceyrələr ondan heç bir fayda ala bilmir, artırma bilmir. Toxumalar



həyatım yadıma düşür. Məni də elə həmin yüksək titullu alim və təbii “Bexteryev xəstəliyi” deyilən bir bəlanın əlindən almağa çalışırdılar. Səhhətim, bugünkü iqlimin durumu kimi, beynəlxalq vəziyyət kimi yaxşılaşmaq əvəzinə, get-gedə pisləşirdi. Güclü preparatlar daxili orqanlarımı bir-bir sıradan çıxarırdı, köhnə xəstəliyimin üstünə yeniləri gəlirdi. 40 yaşa çatanda artıq 8 azarın dağ ağırlığını cılız çiyinlərimdə daşıyırdım. İş qabiliyyətimi tamam itirmişdim.

Əlacsız qalıb birinci qrup əlil kimi təqaüdə çıxdım. 60 yaşa çatanda, yapon alimi, XX əsrin loğmanı Katsuzo Nişinin sağlamlıq sistemi ilə tanış oldum. İradəmə hakim olub həyat tərzimi tamamilə dəyişdim və tezliklə əksər bələlardan xilas oldum. Bu gün dünyanın 3 qlobal problemini – iqlim, sülh və sağlamlıqla bağlı təhlükəli durumu həll etmək istəyən alim və mütəxəssislər məni sağaltmaq istəyən həkimlərin buraxdığı səhvi təkrarlayırlar. Nədir bu səhv?

COP29-a gələcək alimlər yaxşı bilirlər ki, Kainat, əsasən, 3 əbədi qanunla idarə olunur: səbəb və nəticə; tarazlılıq; əskiliklərin vəhdəti. Təbiətin ayrılmaz tərkib hissəsi və çox kiçik bir zərrəciyi olan insan orqanizmi də bu qanunlara tabedir. İnsan yeganə varlıqdır ki, təbiət qanunlarını pozur, həm özünü, həm də təbiəti zəhərləyir, ətraf mühiti korlayır, iqlim şəraitini pisləşdirir. İnsan yeganə varlıqdır ki, belə ağır cinayət törədir.

Cəmiyyət qanunlarını pozan kimsə cəzadan yayına bilir: tanışlıq, himayə, rüşvətlə. Amma təbiətin cəzasından qaçmaq mümkün deyil. O, nə arxa-dayağa baxır, nə tanışlığa, nə də rüşvətə. Təbiətə qarşı cinayət varsa, mütəlak cəza da olmalıdır. Ali hakimin – təbii qanunların təyin etdiyi ən ağır cəzası sağalmaz sayılan xəstəliklərdir. Ondən nə kasıb yan keçə bilir, nə də varlı.

ki, bütün fəlakətlərin arxasında nəfs və tamah durub, yırtıcı biznes qərar tutub. Mötəbər tədbirlərdə çıxış edən elm adamları və siyasətçilər, nəhayət, açıq deməlidirlər ki, qlobal böhranlar yaradan yırtıcı biznes tək-tək adamları varlandırır, əvəzində torpağı, havanı, suyu zəhərləyir. Nəzarətsiz sənaye istehsalatları Kosmosu zibilləyir, dağları söküb dağıdır, yerin altını üstünə çevirir. Dövləti idarə edən siyasi elita da, elm və təhsil də, ədəbiyyat və incəsənət də, KİV də, ən başlıcası isə reklamlar da, qara biznesin mahiyyətini anlayıb onun qarşısını kəsməlidir. Qara biznesin qara əl-qolu bağlanmalıdır.

Məşhur Amerika psixoloqu, əsərləri dünyanın 80-dən çox dilinə çevrilmiş Stiven Kovi problem bataqlığında çabalayan bəşərin təqsirini çoxdan üzünə vurub. O, problemlər qarşısında aciz qalan insanlara üz tutaraq deyib: “Ən böyük bəla budur ki, insan problemi özündə deyil, kənarında, hardasa kənarında axtarır”. İnsan, elə bil, öz həyat təyinatını problem yaratmaqda və onları “həll etməkdə” görür. Bu üzədən problemlər azalmır, artır. Ağır problemi daha ağırı əvəz edir. İnanıraq ki, COP29 iştirakçıları bu dəfə tribunaya qalxanda ilk olaraq deyəcəklər: “Gəlin, özümüzdən başlayaq – həyat tərzimizi dəyişək!”.

Həyat tərzini dəyişmək, yəni bu qədər

kütləvi şəkildə dağılır, immun sistemi zəifləyir. İkinci, şlak mikrob və bakteriyaların sevimli yemidir. Yemi bol olan düşməni “ordusu” sürətlə artıb-törəyir, zəifləmiş hüceyrələri kütləvi şəkildə qırır.

Beləliklə, bədəndə dost zəifləyir, yağ güclənir. Şlakı dəhşətli edən üçüncü amil budur ki, ölü qan yaradan bu həyat tərzii insanın şüuruna, əxlaqına, əqidəsinə, qəbul etdiyi qərara və əməlinə də pis təsir göstərir. Xəstə proses “ali şüurlu” varlığı həm öz canının, həm cəmiyyətin, həm də təbiətin qatı düşməninə çevirir. İnsanın tez ölməsinin səbəbi onun özünə qarşıq canlı aləmə vurduğu ağır zərbələrin nəticəsidir.

Dünyanın 3 nəhəng dahisi bu gün planetimizin üz-üzə qaldığı fəlakətin “yol xəritəsini” cızıb. Bəşərə həqiqi tibb elmini bəxş edən böyük loğman, həkimlərin and yeri olan Hippokrat “Nə yeyiriksə – oyuq” həqiqətini diqqət mərkəzinə çəkməklə, eramızdan xeyli əvvəl insan orqanizminin qidadan asılı olduğunu bizə anlatmağa çalışıb. Biz, “ali şüurlu” insanlar bu sadə həqiqəti indi, XXI əsrdə dərk edə bilməmişikmi?

(ardı var)

Ərşad ƏZİMƏDƏ,
“Ana Təbiət” Natural Gigiyena
Mərkəzinin rəhbəri, yazıçı-jurnalist