



Stumbling on Happiness'in yazarı Dan Gilbert, istediklerimizi elde etmezsek perişan oluruz fikrini sorguluyor. "Psikolojik bağıklık sistemimiz" işler planlandığı gibi gitmese de gerçekten mutlu olmamızı sağlıyor.

Konuşmak için 21 dakikanız olduğu zaman, 2 milyon yıl gerçekten uzun bir süre gibi geliyor. Fakat evrim açısından, 2 milyon yıl hiçbir şey. İnsan beyni 2 milyon yılda ağırlığının 3 katına çıktı. Habilis'in 566 gramlık beyninden, şu an herkesin kulakları arasındaki 1500 gramlık et dilimine geldik. Doğa neden bizim böyle bir beyne sahip olmamızı istedi?

Konuşmanın Türkçe tam metnine ulaşmak için lütfen makalenin devamını inceleyiniz.

Beynin boyut olarak üç katına çıktığında, sadece 3 kat büyük hale gelmediği, yeni yapıların oluştuğu anlaşıldı. Beynin bu kadar çok büyümesinin bir nedeni de yeni bir kısım, frontal lob. Daha doğrusu prefrontal korteks. Peki prefrontal korteks ne yapıyor da insan kafatasının mimarisi değişiyor?

Aslında prefrontal korteks çok iş yapıyor, ama en önemlisi onun bir tecrübe simülatörü olması. Pilotlar uçuş simülatörlerinde pratik yaparlar ki uçaklarda gerçek hata yapmasınlar. İnsanoğlu, bir şeyi gerçek hayatta yaşamadan kafasında tecrübe etme gibi muhteşem bir adaptasyona sahip. Bu, bizim atalarımızın ve hiçbir hayvanın biz gibi yapamadığı bir hile. Bu mükemmel bir adaptasyon. Ayakta durma, konuşma gibi şeyler, türümüzü ağaçların içinden alışveriş mağazalarına soktu.

(Gülüşmeler) -- Hepiniz bunu yaptınız. Biliyorsunuz ki, Ben and Jerry'nin karaciğer-soğanlı dondurması yok. Hazırlayıp daha sonra iğrenç olduğunu gördükleri için yok değil. Koltuğunuzdan kalkmadan, o dondurmanın kokusunu kafanızda oluşturup, iğrenç olduğunu anlayabilirsiniz.

Haydi tecrübe simülatörleriniz nasıl çalışıyor, onu görelim. Konuşmaya devam etmeden önce, hemen küçük bir tespit yapalım. Sizi iki farklı geleceğe davet ediyorum. Bunları simüle etmeye çalışın ve hangisini tercih edeceğinizi söyleyin. Birisi piyango. Yaklaşık 314 milyon dolar. Ve diğeri ise belden aşağısının felç olma durumu. Biraz düşünün. Aslında düşünmeye gerek olmadığını düşünüyorsunuz.

İlginç bir şekilde, bu iki grup insanın mutlu olma yüzdeleri bilgileri var elimizde. Bu tam sizin beklediğiniz yüzdeler, değil mi? Ama gerçek bu değil. Bunları ben uydurdum!

Gerçek bu. Quizi geçemediniz. Çünkü gerçek şu: ayaklarınızı kaybettikten bir yıl sonra ve piyangoyu kazandıktan bir yıl sonra, eşit derecede mutlu oluyorsunuz.

Quizi kaybettiğiniz için üzülmeyin, çünkü herkes habersiz sınavlarda başarısız oluyor. Laboratuvarımın yaptığı ve ülke çapında ekonomistlerin ve psikologların yaptığı bir araştırma, şaşırtıcı bir şeyi ortaya çıkardı. Etki eğilimi diye adlandırdığımız bir şey, yani simülatorü kötü çalışmaya meyleden bir şey. Simülatorün sizi, farklı sonuçların gerçek hallerinden çok daha farklı olduğuna inandırması.

Doğadaki incelemelerde de, laboratuvar incelemelerinde de görüyoruz ki, seçimi kazanma ya da kaybetme, romantik bir eşi kazanma ya da kaybetme, terfi olup olmama, üniversitede testi geçme ya da geçememe, vs. vs. aslında insanların beklediğinden çok daha az yoğunlukta ve sürede etkili oluyorlar. Aslında, yeni bir çalışma -- bu beni afallatıyor -- hayati öneme sahip travmaların, insanları nasıl etkilediği ile ilgili bir çalışma diyor ki, eğer olay 3 ay önce gerçekleşmişse, büyük ihtimalle, mutluluğunuz üzerinde herhangi bir etkisi yoktur.

Neden? Çünkü mutluluk sentezlenebilir. Sir Thomas Brown 1642'de şöyle yazmıştı: "Ben yaşayan en mutlu insanım. İçimde fakirliği zenginliğe, sıkıntıyı refaha dönüştürecek şeyler var. Ben Aşil'den daha sağlamım, şansın beni vurabileceği tek yer bile yok." Bu elemanın kafasında nasıl bir mekanizma var?

Anlıyoruz ki, bu hepimizde varolan inanılmaz mekanizma ile aynı. İnsanoğlu, psikolojik bağışıklık sistemi olarak düşünebileceğimiz bir şeye sahip. Kendilerini buldukları dünyalarda kendilerini daha iyi hissetmeleri için dünyaya bakışlarını değiştirmeye yardım eden, kavramsal süreçler sistemi, çoğunlukla bilinçsiz kavramsal süreçler. Tıpkı Sir Thomas gibi, siz de bu makineye sahipsiniz. Sir Thomas'ın aksine, o makineyi bilmiyorsunuz.

Biz mutluluğu sentezliyoruz, fakat mutluluğun bulunması gerektiğini düşünüyoruz. Şimdi, bana mutluluğu sentezleyen insan örneği vermenize gerek yok. Şüpheleniyorum. Fakat sizlere deneysel kanıtlar göstereceğim, kanıt için çok uzaklara gitmenize gerek yok.

Kendime ödev olarak, bunu derslerimde arada bir söylüyorum, New York Times gazetesinin bir nüshasını alıp mutluluk senyeyleyen insanlar bulmaya çalıştım. Ve işte üç tane mutluluk sentezleyen adam. "Fiziksel, finansal, duygusal, zihinsel ve diğer yönlerimle çok daha iyiyim." "Bir dakikama bile üzülmiyorum. Olağanüstü bir tecrübe idi." "Bence en iyisiydi."

Bu kadar mutlu olan karakterler kimler? Birincisi Jim Wright. Bazılarınız hatırlayacak kadar yaşlı: Temsilciler Meclisi'nin başkanı idi ve genç Cumhuriyetçi Newt Gingrich'in kendisinin yapmış olduğu gizli bir işi ortaya çıkarmasından sonra istifa etti. Her şeyini kaybetti. Ülkedeki en güçlü Demokrat, her şeyini kaybetti. Parasını, gücünü kaybetti. Bunca yıl sonra ne demek zorunda? "Fiziksel, finansal, duygusal, zihinsel ve diğer yönlerim yönünden çok daha iyiyim." İyi olabilecek başka hangi yönlerin olabilir? Sebzesel? Mineral olarak? Hayvansal? O bunların hepsini kapsamış bile.

Moreese Bickham hiç duymadığınız biri. Moreese Bickham bu sözleri serbest bırakıldığında dile getirmiş. 78 yaşında idi. İşlemediği bir suçtan dolayı 37 yılını Louisiana Devlet Cezaevi'nde geçirdi. DNA kanıtı ile, 78 yaşında, suçsuz olduğu anlaşıldı. Bu tecrübeden sonra ne söylemesi gerekiyordu? "Bir dakikama bile üzülmiyorum. Olağanüstü bir tecrübe idi."

Olağanüstü! Bu adam şunu demiyor, "Yani, orada bazı iyi insanlar da vardı. Spor salonu vardı." Ne diyor? "Olağanüstü idi." Normalde manevi bir tecrübe yaşadığımız zaman kullandığımız bir kelime.

Harry S. Langerman, belki bilebileceğiniz fakat bilmediğiniz birisi, çünkü 1949'da gazetede McDonalds adlı iki kardeş tarafından işletilen bir hamburger standı ile ilgili bir haber okumuştur. "Gerçekten güzel bir fikir!" diye düşündü. Onları bulmaya gitti. Onlar da ona "3000 dolara bu işin bayisini sana veririz." dediler. Harry New York'a geri döndü ve yatırımcı bankacı abisinden kendisine 3000 dolar vermesini istedi, abisinin ölümsüz cümleleri şunlardı, "Seni aptal, kimse hamburger yemiyor." Parayı ona vermeyecekti ve tabi ki altı ay sonra Ray Croc'un aklına aynı fikir gelmişti. Öyle anlaşıyor ki, insanlar hamburger yiyor ve Ray Croc, Amerika'nın en zengin adamı oluyor.

Ve sonunda -- biliyorsunuz, olabilecekler için en iyi kelimeler söyleniyor -- Pete Best'in, Beatles'in bir ayak işi için ta Rigo'ya gönderilmesine kadarki gerçek davulcusunun, bu fotoğrafını kiminiz hatırlıyor. 1994'te Pete Bast ile röportaj yapılırken -- evet hâlâ bir davulcu, evet hâlâ stüdyo müzisyeni -- bunları söylemek zorunda idi: "Beatles'la beraber olduğum zamandan daha mutluyum."

Bu insanlardan öğrenmemiz gerek bir şeyler var, o da mutluluğun sırrı. Sonunda ifşa ediliyor. Bir: zenginleşin, güç ve prestij sahibi olun, sonra da kaybedin. (Gülüşmeler) İki: hayatınızın olabildiğince uzun bir kısmını hapiste geçirin. (Gülüşmeler) Üç: başkasını gerçekten çok, çok zengin edin. (Gülüşmeler) Ve sonuncusu: kesinlikle Beatles'a katılmayın. (Gülüşmeler)

Tamam. Şimdi ben, Ze Frank gibi, sizin bir sonraki düşüncelerinizi tahmin edebilirim, o da şu "Tabi, tabi." Çünkü insanlar mutluluğu sentezlediği zaman, yukarıda beyefendilerin yaptığı gibi, onlara güleriz, hepimiz gözlerimi açarız ve "Evet doğru, sen hiçbir zaman gerçekten bir iş aramadın." "Evet doğru. Senin onla hiçbir ortak yanın yoktu, ve bunu tam da onun sana nişan yüzüğünü attığı anda fark ettin."

Sırıtırız çünkü sentetik mutluluğun doğal mutluluk diye tabir edebileceğimiz durum kadar kaliteli olmadığını düşünürüz. Bu terimler ne anlama geliyor? Doğal mutluluk istediğimiz bir şeyi istediğimiz zaman elde etmektir, sentetik mutluluk da istediğimizi elde edemediğimiz zaman yaptığımız şeydir. Ve toplumumuzda şöyle yaygın bir inanç var, sentetik mutluluk ikinci dereceden bir şeydir. Böyle bir inanç neden var? Çok basit. İnsanların istedikleri şeyi elde etmedikleri zaman sanki elde etmiş gibi mutlu olacağına inandığı bir dünyada hangi ekonomi motoru işler?

Özür dilerim Matthieu Ricard arkadaşım, Zen rahipleri ile dolu bir alışveriş mağazası kâr getirmeyecektir, çünkü onlar pek bir şey istemezler. Ben size sentetik mutluluğun, hedeflediğiniz bir şeyi elde ettiğiniz zaman karşılaştığınız mutlulukla, aynı derecede gerçek ve sürücü olduğunu tavsiye etmek istiyorum. Şimdi, ben bir bilim adamıyım, bunu belâgat ile yapmayacağım, onun yerine sizlere bir miktar veri vereceğim.

Önce size, eskiden sentetik mutluluğu göstermek için kullanılan deneysel bir paradigmayı göstereceğim. Benim icadım değil. Bu 50 yıllık bir paradigma ve ismi serbest seçim

paradigması. Çok basit. Mesela 6 tane cisim getirirsiniz, ve deneğe cisimleri sevmeye derecesine göre sıralamasını istersiniz. Bu durumda, size bahsedeceğim deney bunları kullandığı için, bunlar Monet resimleri. Ve herkes bu Monet resimlerini en sevdiğinden, en az sevdiğine doğru sıralayabilir. Şimdi, size bir teklifte bulunuyoruz: "Dolabın içinde birkaç tane daha resim var. Bir tanesini size hediye olarak vereceğiz. Elimizde 3. ve 4. resimden var." diyoruz deneğe. Bu biraz zor bir seçim, çünkü denek için iki resim arasında fazla bir fark yok, fakat doğal olarak, insanlar üç numaralı resmi seçiyorlar, çünkü üç numarayı dört numaradan daha çok seviyorlar.

Biraz zaman geçince -- 15 dakika olabilir, 15 gün olabilir -- aynı resimler kullanılarak deney tekrarlanıyor ve denekten resimleri sıralaması isteniyor. "Şimdi bunları ne kadar sevdiğinizi söyleyin." Ne oluyor? Mutluluğun sentezlenmesini izleyin. Bu sürekli tekrar tekrar elde edilen bir sonuç. Mutluluğun sentezlendiğini görüyorsunuz. Tekrar görmek ister misiniz? Mutluluk! "Aldığım şey düşündüğümde de iyi! O diğer almadığım berbat!" (Gülüşmeler) Bu mutluluk sentezlenmesi.

Buna verilen cevap ne? "Evet, tabii ki!" Şimdi bizim yaptığımız deney. Bence bu deney sizi "Evet, tabii ki!"nin doğru cevap olmadığına ikna edecek.

Bu deneyi anterograd amneziye yakalanmış bir grupta yaptık. Bunlar hastanede yatan hastalar. Çoğunda Korsakoff sendromu var, yani çok içtikleri için hafızalarına yeni bir şey ekleyemediklerini düşünüyorlar. Tamam? Çocukluklarını hatırlıyorlar, fakat içeri girip kendinizi tanıttıktan sonra odadan çıkıp, tekrar geldiğinizde sizi tanımıyorlar.

Monet resimlerimizi hastaneye götürdük. Ve hastalara bunları en sevdiklerinden, en az sevdiklerine doğru sıralamalarını istedik. Sonra da üçüncü ile dördüncü arasında bir tercih yaptırdık. Herkes gibi onlar da, "Vay, teşekkürler doktor! Bu muhteşem. Artık yeni bir resmim var. Ben üç numarayı alıyorum." Ve onlara üç numarayı göndereceğimizi söyledik. Malzemelerimizi topladık, odadan çıktık ve yarım saat bekledik. Tekrar odaya girdik ve dedik ki, "Merhaba, biz geri geldik." Hastalar, "Ah, doktor, çok özür dilerim. Benim hafıza problemim var, o yüzden buradayım. Daha önce görüşmüşsek de, ben hatırlamıyorum." "Gerçekten mi Jim, hatırlamıyor musun? Ben biraz önce Monet resimleri ile buradaydım." "Özür dilerim doktor. Hiçbir fikrim yok." "Sorun değil, Jim. Senden isteğim bunları en sevdiğinden, en az sevdiğine doğru sıralaman."

Ne yapıyorlar? Önce gerçekten amnezi sahibi olduklarını kontrol edelim. Hangisinin onlarda olduğunu, en son sefer hangisini seçtiklerini, hangisinin onlarınki olduğunu soruyoruz. Amnezi hastaları sadece tahminde bulunuyorlar. Bunlar normal kontroller, eğer bunu size yapsaydım, hepiniz hangisini seçtiğinizi bilirdiniz. Fakat ben bunu amnezi hastaları ile yapıyorum, herhangi bir fikirleri yok. Seçimlerini bulamıyorlar.

Normal kontrollerin yaptığı ne idi: mutluluk sentezleme. Değil mi? Sevmeye derecesindeki değişim, ilk sıralama ile ikinci sıralama arasındaki değişim. Normal kontroller şunu gösteriyor -- bu size gösterdiğim sihirli, şimdi size grafik üzerinde gösteriyorum -- "Sahip olduğum, düşündüğümde güzel. Sahip olmadığım, arkada bıraktığım, düşündüğüm kadar güzel değil." Amnezi hastaları da aynı şeyi yapıyorlar. Bu sonuç üzerine düşünün.

Bu insanlar sahip oldukları şeyi daha çok seviyor, fakat ona sahip olduklarını bilmiyorlar. "Evet, doğru," doğru bir cevap değil! Bu insanlar mutluluk üretirken gerçekten, tam manası ile değiştiler. O postere karşı duygusal, zevksel, estetik tepkileri değişti. Bunu sadece ona sahip oldukları için değil, ona sahip olduklarını bilmedikleri için söylüyorlar.

Şimdi, psikolojiciler size çubuk gösterdikleri zaman, bunların birçok insanın ortalamasını gösterdiğini biliyorsunuz. Ve hepimiz bu psikolojik bağışıklık sistemine sahibiz, mutluluk sentezleme kapasitesi, fakat bazılarımız bu hileyi diğerlerine göre daha iyi yapıyor. Ve bazı durumlar, bunu diğer durumlara göre daha etkili bir şekilde yapmamızı sağlıyor. Hürriyetin -- fikrinizi oluşturup değiştirme becerisi -- doğal mutluluğun arkadaşı olduğunu anlıyoruz, çünkü bu size, tüm o lezzetli geleceklerden en fazla hoşunuza gideni seçmenizi sağlıyor. Fakat seçim hürriyeti -- fikrinizi değiştirip, oluşturmak -- sentetik mutluluğun düşmanı. Ve ben size bunun nedenini göstereceğim.

Dilbert her zaman biliyor, tabi ki. Siz ben konuşurken karikatürü okuyunuz. "Dogbert'in teknik servisi. Sena nasıl zarar verebilirim?" "Yazıcım her dökümandan sonra bir boş sayfa basıyor." "Bedava kağıt almaktan neden şikayetçisin?" "Bedava? Bana kendi kağıdımı vermiyor musun?" "Olur mu yahu! Şu bedava kağıdın kalitesine bak, bir de senin normal kağıdının kalitesine! Sadece bir deli ya da yalancı ikisinin de aynı olduğunu söyler!" "Ah! Şimdi bunu söyledin ya, biraz daha ipeksi gözüküyor!" "Ne yapıyorsun?" "İnsanlara değiştiremeyecekleri şeyleri kabul etmelerini sağlıyorum." Gerçekten de.

Psikolojik bağışıklık sistemi en iyi, tamamen tıkanıp ve sıkıştığımız zaman çalışıyor. Flörtle evliliğin farkı da bu değil mi? Yani, birisi ile buluşuyorsunuz, o bir terslik yapıyor; bir daha buluşmuyorsunuz. Evlisiniz ve adam ters bir şey yaptı? Evet, altın gibi bir kalbe sahip; keke dokunma. Değil mi? (Gülüşmeler) Olanla mutlu olmaya çalışıyorsunuz. Şimdi size insanların, kendileri ile ilgili bu özelliğini bilmediğini göstereceğim ve bunu bilmeme dezavantajımıza olabilir.

Harvard'da yaptığımız bir deney şöyle idi. Bir tane fotoğrafçılık dersi açtık, siyah-beyaz fotoğraf dersi ve öğrencilere karanlık odayı kullanmalarını öğrenme fırsatı verdik. Onlara makineler verdik, kampüste dolaştılar, en çok sevdikleri 12 şeyin fotoğrafını çektiler: profesörlerini, yurt odalarını, köpeklerini ve Harvard günlerinden hatırlamak istedikleri diğer şeyler. Onlar kamerayı bize getiriyor, biz filmi hazırlıyoruz, onlar da en iyi iki fotoğrafı seçiyorlar ve onlarla karanlık odada da altı saat geçiyoruz, bu arada iki tanesine zarar veriyorlar ve sonunda iki tane 8x10'luk fotoğrafa sahip oluyorlar ve biz de diyoruz ki, "Hangisini bırakmak istersin?" Onlar diyor ki, "Geri vermek mi zorundayım?" "Evet tabi ki. Bu sınıf projesi yaptığımızın kanıtı olacak. Bir tanesini bana vermek zorundasın. Bir tercih yapman lazım. Bir tanesini sen, bir tanesini ben alacağım."

Şimdi, bu deneyde iki tane durum var. İlk durumda, öğrencilere, "Eğer fikrin değişirse, diğer fotoğraf önümüzdeki dört gün hep burada duracak, onu merkeze göndermeden önce, memnuniyetle" -- (Gülüşmeler) -- evet, "merkez" -- "memnuniyetle seninkinle değiştiririm. Hatta, yurt odana getiririm -- sadece e-posta atman yeterli. Hatta, her

gün seni kontrol edeceğim. Fikrini değiştirdiğin an, geri alabilirsin." Öğrencilerin diğer yarısına ise tam tersi söyleniyor: "Tercihini yap. Bu arada, posta, hay Allah, iki dakika içinde İngiltere'ye gidiyor. Fotoğrafın Atlantik okyanusun üzerinde uçuyor olacak. Onu bir daha göremeyeceksin." Şimdi, her iki durumdaki öğrencilerin yarısından, sakladıkları ile verdikleri fotoğrafları sevme derecelerinin zamana göre nasıl değişeceğini tahmin etmeleri isteniyor. Diğer öğrenciler ise küçük yurt odalarına geri gönderiliyor ve önümüzdeki üç-altı gün boyunca fotoğrafları sevme, tatmin olmaları ölçülüyor. Ve bulduğumuz şeye bakın.

Öncelikle, öğrencilerin tahmini şöyle. Seçtikleri resmi birazcık daha fazla sevebileceklerini düşünüyorlar, fakat bu fark istatistiksel olarak mühim değil. Çok az bir artma, ve diğer resmi geri alıp almadıklarının hiçbir önemi yok.

Yanlış. Kötü simülatörler. Çünkü gerçek şu. Değişiminden hemen önce ve beş gün sonra, o resme bağlı kalmış insanlar, ve seçimi olmayanlar, fikrini hiçbir zaman değiştiremeyenler, resimlerini çok seviyorlar! Düşünen insanlar ise -- "Acaba geri vermeli miyim? Doğru olanı mı aldım acaba? Belki bu güzel olan değildir? Belki güzel olanı bırakmışımdır?" -- kendilerini öldürüyorlar. Fotoğraflarını sevimiyorlar ve değiştirme süresi bitince de hâlâ fotoğraflarını sevmiyorlar? Neden? Çünkü değiştirme şartı mutluluk sentezlemeye yardımcı olmuyor.

Bu da deneyin son kısmı. Harvard'dan tamamen yeni, naif bir öğrenci topluluğu oluşturuyoruz ve diyoruz ki, "Bir fotoğrafçılık dersi veriyoruz, ve bunu iki farklı yolla yapıyoruz. İki tane fotoğraf çektikten sonra, fikrinizi değiştirebilmek için dört gününüz var, ya da iki tane fotoğraf çektikten sonra hemen o anda bir tercih yapıyorsunuz ve bir daha değiştiremiyorsunuz. Hangi derse kaydolmak istersiniz?" Öğrencilerin yüzde 66'sı, üçte ikisi, resimleri değiştirme şanslarının olduğu dersi seçiyorlar. Merhabalar? Öğrencilerin yüzde 66'sı, sonunda fotoğrafları ile kesinlikle tatmin olmayacakları dersi seçiyorlar. Çünkü sentetik mutluluğun olduğu şartları bilmiyorlar.

Ozan her şeyi en iyi şekilde söylemiştir, tabi ki, ve burada benim demek istediğimi söylemiş ve bunu abartarak yapmış: "İyi ya da kötü diye bir şey yoktur / Düşünmek bunları oluşturur." Güzel bir şiir, fakat tam doğru değil. Gerçekten iyi ya da kötü diye bir şey yok mu? Gerçekten de safrakesesi ameliyatı ile Paris gezisi aynı şeyler mi? Bu sanki tek soruluk IQ testi gibi duruyor. Bunlar aynı şeyler olamaz.

Biraz da abartılmış, fakat gerçeğe yakın bir dizi de modern kapitalizmin babası, Adam Smith'e ait. Şöyle demiş. Düşünmeye değer. "İnsan hayatının sefalet ve düzensizliklerinin büyük kaynağı, sanki bir duruma diğerine göre daha fazla değer vermekmiş gibi geliyor ... Bu bazı durumların, şüphesiz, diğerlerine tercih edilmemesi lazım, fakat hiçbir kuralları bozmaya iten şevke sağduyu ya da adalete, ya da zihnimizin sükunetini bozmaya, ya da hatalarımızı hatırlayınca utanmaya, ya da yaptığımız haksızlık dehşetimizden duyduğumuz pişmanlığa tercih edilmeye değmez." Ya da: evet, bazı şeyler diğerlerinden iyidir.

Bizi bir gelecekte diğerine götürecek olan tercihlere sahip olmak zorundayız. Fakat ne zaman ki bu tercihler bizi, bu iki gelecek arasındaki farka, olduğundan daha fazla değer verdiğimizden dolayı bizi çok sert ya da çok hızlı itekliyorsa, o zaman riskteyiz demektir.

Tutkumuz sınırlı olunca, sevinçle çalışıyoruz. Tutkumuz sınırsız olunca, yalan söylüyoruz, hile yapıyoruz, çalışıyoruz, başkalarına zarar veriyoruz, gerçek değere sahip şeylerden ödün veriyoruz. Korkularımız sınırlı olursa, ihtiyatlıyız, dikkatliyiz, düşünceliyiz. Korkularımız sınırsız ve şişkin ise, pervasızız ve korkağız.

Bu verilerden size vermek istediğim ders özelemlerimiz ve kaygılarımız aynı derecede şişkinler, çünkü içimizde tecrübeyi seçtiğimiz zaman, sürekli kovaladığımız eşyayı üretme kapasitemiz var.

Teşekkürler.

Açıklama: Stumbling on Happiness'in yazarı Dan Gilbert Soruyor:

Neden Mutluyuz ? | Ted.com - Türkçe Versiyon - Türkçe Tam Metin

Etiketler: Dan Gilbert, Stumbling on Happiness, Neden Mutluyuz ?, Dan Gilbert Neden Mutluyuz ?, Dan Gilbert - Ted.com

Kaynak: TED.com Türkçe Çeviri: [Ahmet Yükseltürk](#) ve [Abdül¸adir İnel](#)

Google: [Dan Gilbert'in Sorusu: Neden Mutluyuz ?](#)

Erkan OKUR Diyor

ki: