

● Мәлтек сыр

● Мәлтек сыр

БАҚЫТСЫЗДЫҚТАН БАҚЫТТЫ ІЗДЕШ ТАБЫҢЫЗ

Бақыт деген қысқа ғана сөзімізде терең мағына жатыр. Жер жүзінде қанша халық болса, бақыт жайлы соншама анықтама бар. Әрбір адамға бақыт бірдей беріледі. Тек соны дұрыс пайдалану әр адамның өз қолында.

Адамның өмірге келгендегі міндеті — басқалардан пайда көру емес, керісінше айналасына қызмет етіп, мағыналы өмір сүру. Осыны толық түсінгенде ғана, адамның жаны тыныштық тауып, шынайы бақытқа қол жеткізеді.

Айтыскер ақын, жырау Майлықожа Сұлтанқожаұлы:

**Бақ қонады ұл таңдап,
Қонақ қонар үй таңдап,**

- дейді. Міне, ең әуелі өзімізді дұрыстауымыз керек. Тәкаппарлық, күншілдік, пасықтық, дүниеге тоймас-тық, бұлардың бәрі біздің бақыт кемесінде емін-еркін жүзуімізге бөгет болады.

Ең алғашқы байлық — денсаулық. Егер Сіз аурушаң болсаңыз, мына өмір мүлде қызық болмай, әшкімнің сөзі ұнамауы әбден мүмкін. Мәшһүр Жүсіп Көпейұлы: «Адамның денесі екі нәрсенің күшімен саламат болады. Біріншісі — қызыл қан, екіншісі — бұзылған қара қан. Ішке қарай кірген дем — қызыл қан, далаға шыққан дем — қара қан.

Мәшһүр Жүсіп Көпейұлы көптомдық шығармаларының 11-томында денсаулыққа байланысты мынадай алты маңызды факторларды атап өтеді:

Адамға жақсы ауа керек.

Жақсы тамақ керек. Қазақ мақалында «Ауру - астан, дау - қарын-дастан» деп айтылады.

Тәттің саулығы үшін қимыл-қозғалыс керек.

Ұйқы мен ояулықты қалыбынан асырмай, кемітпей, орта әдетпен үйрету керек.

Шаттық қажет. Адам өз көңілін өзі төмендетпеуі керек. Қазақ халқында: «Ит құйрығын өзі алып жүрмесе, оны кім алып жүреді?» деген мақал бар.

Ашу, қорқу, өкініш сияқты сезімдерден аулақ болу керек. Бұл айтылғандардың бірде-бірі адамда жоқ болса, ол ауруға шалдығады. Не қалпынан асып кетсе де қауіпті. Аса қорыққаннан, аса қуанғаннан, қатты ашуланғаннан бақилық болып кеткендер де бар екен. Өміріңізде күткен

шаруаңыз орындалмай қалса да күйзеліске түсудің қажеті жоқ. Себебі Сізге ол қайырсыз деген сөз.

Бақытты бағалайық! Қанша мүгедек жандар да өмірмен күресіп, алға қарай ұмтылуда. Ал біз төрт мүшеміз түгел болса да ұялмай: «Маңдайымның сорын-ай, уа Аллам!» деп налып жүреміз. Мына денсаулықтың өзі де бізге берілген аманат. Оны уайым-қайғы, ретке келмеген режимдермен, уақтылы алмаған ем-доммен құртып алуға құқығымыз жоқ.

Өзіңізді жалғыз сезініп, түсінісетін ешкім қалмағанда жаныңызға жалау болатын — Отбасыңыз!

Айтыскер ақын, жырау Мұрат Мөңкеұлы:

**Бесіктің баланың күлгені бір бақыт,
Алдына түсіп ананың көргені бір бақыт,**

- деп мәдениетіміздің бастауы болатын отбасылық құндылықтарды дәріптейді. Әр қыздың бақыты — ұзатылу тойы. Сүйген жарын кездестіріп, сол жанмен мәңгі бірге болу. Тәп-тәтті перзентер сыйлап, сол балаларына үлгілі тәрбие беріп, Отанына адал қызмет ететін азамат етіп шығару. Асыл әже, аяулы ана болу! Барлық қиыншылықтарды махаббатпен бірге күрессеңіз, Сіз үлкен бақыттың құшағына бөленуіңіз ғажап емес.

Бақытты бағалайық! Өмірдің жіберілген сынақтарында досыңды танып, дұшпаныңды айырасың. Сол сынақтардың арқасында адам шыңдала бастайды. Неге жыладың?! Неге құладың?! Не үшін олай болды?! - деп босқа қайғыруға болмайды. Болған жағдаяттардың қайыры бар. Еңсені тік ұстап, үлкен үмітпен алға қарай жүріңіз. Әр қиындықтың артынан Сізді қуанышқа толы бақытты сәттер күтеді. Демек, бақытсыздықтан бақытты іздеп табу керек.

Н.Ахметбеков: «Бақыт — арман, дүние — қонақ», - дейді.

Әр уақыт жүзімізден мейірім шуағы төгіліп тұрғанда ғана жан дүниемізді байыта түсеміз.

Қазақ халқы бақыт деген ұғымға бәрін сыйғызады. Денсаулық та, байлық та, табыс та, махаббат та, шапағат та, қуаныш та, шаттық та — бәрі-бәрі бақыт сияқты. Той жасаса

да, үй немесе мәшине алса да өздерін бақыттылардың қатарына қосады. Сол себепті де «Бақытты



болыңдар!» деген ізгі тілектің мән-мағынасы өте үлкен деп есептейміз.

Атақты ойшылдардың да бақыт жайлы ой-пікірі әр алуан болып келеді. Көне грек данышпандарынан қалған мынадай сөз бар.

Клеобул: Бақытты шақта шектен шықпа, бақытсыздықта саналы бол.

Эзол: Шын дос бақытсыздықта танылады.

Эсхил: Бақытты адамның бақытсызға ақыл айтуы оңай.

Демокрит: Бақыт күтіп тұрғанда дос табу оңай, ал бақытсыздықта - өте қиын.

Бион: Бақытсыздықты көтере алмау — үлкен бақытсыздық. Бақытсыздыққа төзе алмау — бақытсыздықтың көкесі.

Ежелгі Үрім философтарының айтқан нақылдары да көңілге қонымды.

Гай Крисп Саллюстий: Әркім — өз бақытының ұстасы.

Луций Анней Сенека: Бақытқа тәуелді адамды бақытты деме.

Бозэций: Тағдыр қилы-қилы болса да өткен шақта бақытты болу — үлкен бақытсыздық.

Тағы да айта кетер басты қағида ол — кешірімді болу. Айналамыздағы жандардың қарым-қатынасы біз ойлағандай болмаса оған көңіліміз қалып ренжіп жатамыз. Бізді қоршаған адамдарға періште емес, пенде ретінде қарап үйренген жөн болар. Жақсы қасиеттерімен қоса қателігі, артықшылығы мен ағаттығы бірге жүретін ет пен сүйектен жаратылған кәдімгі адам екенін ұмытпайық. Сол кезде кешірімді болуға, түсінісуге әрекет

жасайсың. Себебі сен өзің де жай ғана пендесің. Адам жүректен ренішті алып тастағанда ғана жүктен арылған адамдай жеңіл болады. Ондай адамға ауру да, бәлекет те жоламайды. Өміріңді ашу, ыза, жек көрініш, өкпе сезімдерімен өткізсең, бақыттың иісін де сезбейсің. Себебі өзің бақыттыңды бағалай алмайтын, шүкіршілігі жоқ, эгоистігі басым жан ғана болып қала бересің.

Өмірде қандай да бір жетістікке жету жолында көпшілік жіберетін қателік ол — асығыстық. Нәтижеге сабырсыздық таныту, қиыншылықтан жалтару, кездескен кедергіге табандылық таныта алмау — жеңімпаздың сипаты емес. Әрбір жұмыстың өзіне тән қиыншылығы, ұңғыл-шұңғылы, қалтарыс-бұлттарысы болады. Соның бәрін меңгеріп болғанша талай қиыншылықты бастан кешіресің. Уақыт өте келе бәрі жеңілдейді. Тіпті, қиыншылықтың ләззаты болады. Ал сондай сәтте сабырсыздық танытып, қол сілтесек алға қойылған мақсаттың алғашқы баспалдағынан да өте алмаймыз. Бәрі де өз сәтімен біртіндеп келеді.

«Уақыт өтті, кеш қалдым» - деменіз. Әлемде 8 миллиардқа жуық адам болса, олардың бәрі бір-біріне ұқсамайды. Олардың қабілет, мүмкіндіктері, қызығушылығы сан алуан. Мейлі қай жаста болсаңыз да өміріңізді бұрынғыдан да мәнді де мазмұнды етуге әрекет жасаңыз. Өміріңізді ешқашан біреулермен салыстырмаңыз. Әркімнің өз жолы, өз уақыты және өз мөлшері болады. Оның орнына ойыңызды өзіңізге ұнайтын шаруамен, күшті мотивация беретін нәрселерге бұрыңыз.

Әрқашан еркін болыңыз! Еркін ойлаңыз! Кішігірім нығметтің өзін бағалайық. Дүние істерінде өзіннен жағдайы төмендерге қарап, шүкіршілік ету керек. Әр адам өз өмірінде сан түрлі сынақтарға кез болады. Сол берілген қиыншылықтар ешқашан мәңгі қалмайтынын ұғынған жөн болар. Әрбір қиындықтың артында жеңілдік бар. Әр болған істің қайыры бар. Бақытты болу — өз қолымызда. Қолыңды бір сілтеп, кері шегінбе! Табандылық таныт! Әрекетте бол! Қыран құс бір күнде биікте қалықтап ұшқан жоқ. Өзіңізді әрқашан қорғаңыз! Қорыта айтқанда, барлық адам бақытты болуға лайықты!

**Қарлығаш ҮСЕНҚҰЛОВА,
Мұхтар Әуезов атындағы
ОҚУ Ақпараттық білім беру
орталығының кітапханашысы,
ОҚУ колледжінің оқытушысы.**