

Men kim?! .

Category: Kitapcy, Psihologiya, Sözler

написано kitapcy | 21 января, 2025

Men kim?!. SEN NIÇIK GUDRAT, ADAMZAT?!.



► MEN KIM?!.

"Özgäniň häsiýetine pikir bere-bere
öz häsiýetiňi düzet"

Köneler "Sypatyň ak bolmagy ýedi aýby gizlär" diýipdir. Ýagşy adam. Ýaramaz adam. Bütün ömrümüzü bir ýerde bolsak-da, adamlar bilen gürleşip ötürýäris. Kimdir biri bilen ylalaşýarys, başga birine garşy çykan bolýarys, birine guwanýarys, ýene-de birine gözümüz gidýär, şeýde-şeýde ömrümüzü ötürýäris. Kimdir biri ýakymсыз täsir galдыrsa, ony ýaramaz adamlaryň hataryna goşýarys. Köpler hakykatçyl, tutanýerli, göreniniň gözüne seredip, oňa kemini aýdyp bilýäni halaýarlar. Sypjyk, peýdasыз, köp zadyň änigine-şänigine ýetip bilýänler hem köpüň hatarynda "gowulara" geçip bilýär.

Bal arысы 1 kg bal ýygnamak üçin 5 mln güle gonmaly bolýar, 430 müň km ýol geçýär. Bu menzil Ýer bilen Aýyň aralygyna barabardyr. Ynsanam özünde oňat adamkärçilik häsiýetlerini jemlemek üçin, gül gunçasyna çalymdaş, bal nygmatly myhmansöýer hojalyklara gonmaly bolýar.

Adam dogulýar. Onuň elinde aýnasy ýok. Ol öz artykmaçlygynam,

kemçiliginem töweregindäkileriň synlaýşyndan hem sylaýşyndan anyklaýar. Adam beýlekiler bilen özüni deňäp, diňe olary däl, özüni tanaýar. Bir adamdan beýleki bir adama paýhas, asyllylyk geçýär, birinden danalyk, ýene birinden hoşgylawlylyk, sadalyk, göwnaçyklyk, päklik geçýär. Adam adamdan öwrenibem bilýär, iribem.

Kä halatda hemme zat "ýürege düşýär", adamlaryň özüni alyp barşam, goham-galmagallaram, gürrüňlerem, reňklerem, ýagtylygam, garaňkylygam göwnüňi çökerýär, kalbyňa-da boşluk aralaşdyrýar. Bu wagtlaýynça, emeli "goranyş özboluşlylygy". Riçard Bard atly bir ýigit 1938-nji ýylda Antarktidada 6 aýlap buzluklaryň arasynda adam-garasyz, dym-dyrslyk ýerde ýaşap görmek isläpdir. Goham-galmagalam, adamam, jandaram, reňkem ýok. Töwerek ak gar. Radio-telewizoram, gazet-žurnalnam ýok, işe-de howluganok, hiç kim gyssanogam. Haçan ýatsa – ýatýar, tursa – turýar. Han özi, soltan özi. Wagt geçýär, basym bu zatlaryň bary ony irizýär. Pikiri barha az söz talap edip ugraýar, uzak günem dymmaklyk bilen geçirýär. Bu bolsa göwün bozulmaklyga alyp barýar, häsiýeti üýgtäp ugraýar. Riçard ýekelige çydaman, yzyna gaýdyp gelmäge mejbur bolýar.

Nemes filosofy Fridrih Nisse: "Hiç kim ýeke däl, ol öz-özi bilen ikidir" diýýär. Dogrudan-da, başa iş düşende her kim pikir edip, ilkinji nobatda öz-özi bilen geňeşýär.

Amerikan alymy Maýk Rozenberg bolsa adamda 6 sany "men, ýagny öz-özünü" bolýandygyny ýaňzydýar:

- 1). Hakyky men – öz bolşum;
- 2). Ösýän men – bolasym gelýän men.
- 3). Nusga men – käbir zatlarymy üýtgetsem;
- 4). Üýtgeýän men – dürli ýagdaýa görä öwsüp duran men;
- 5). Ýygyndy men – ilden alan häsiýetlerim;
- 6). Görkezme men – özümi başgaça görkezmäge çalyşýan (sypaýyçylykly men).

Adam pahyr hemişe tarypa, öwgä, berekella, hoş söze, maslahata mätäç. Leongard atly lukman adam häsiýetini üýtgeýşine görä sypatlandyryýar. Adamynyň häsiýetiniň hem pagta ýada başga

ösümlükler ýaly sorty-hili bolýar. Ol adam häsiýetiňi şeýle toparlara bölýär:

♣ Birinji sypat ~ "Tomaşabazlar".

Bu häsiýetli adamlar özlerinde töweregindäkileriň hemişe bir artykmaçlyk, üýtgeşiklik duýmaklaryny isleýärler. Öz bähbitleri üçin ýalan sözlemäni, utançsyzlygy hiç zatça-da görmeýärler. Olar daşyndan göräýmäge, gaty şadyýan, ýüzüni-gözünü güldürüp, ellerini hereketlendirip gürleýärler, adamlaryň içine-daşyna geçip barýarlar.

♣ Ikinji sypat ~ "Takykçyllar"

Oňat tertip-düzgünli, takykçyl adamlar. Işini gaty takyk ýerine ýetirýärler. Öz diýenli, kişä gulak asmaýarlar. Akýürekli. Ýerine ýetirijilik, seresaplylyk olaryň hemrasy.

♣ Üçünji sypat ~ "Doňaklar"

Bu topardaky adamlar kine saklaýanlar, ar almak maksatlylar hem-de öýkelekler. Olar sähel zady göwne alyp, ýürekde kitüw saklap gezýärler. Öz-özlerine hormat goýýarlar. Welilik satýarlar. Töweregindäkilerden gaty talabediji, sähelçe üstünlik gazanaýsalar, ulumsylyk edýärler. "Seni ýokary göteren eller seni aşak hem düşürüp biler" – diýen sözler olara erteki kysmy bir zat bolup eşidilýär. Köpçülikden gaça durmaga çalyşýarlar. Öwünjeň, özlerine gaty ynamly.

♣ Dördünji sypat ~ "Dolup-daşýanar".

Dolup-daşýanlar çakdanaşa gaharjaň bolýarlar, özlerine erk edip bilmeýänligi bilen tapawutlanýarlar. Gödek. Başa düşen iş barada oýlanyşmazdan hereket edýärler. Pýançylyk – serhoşlyk olaryň hemişe ýarany.

♣ Bäşinji sypat ~ "Howlukmaçlar".

Bu häsiýetdäkiler hiç haçan gaýgylanmaýarlar. Hemişe howlukmaç, ýetişip bilmän geçýärler. Kellelerinde gaty köp oý-

pikir. İş edende esasy ýerine ýetirmeli zadyna az üns berip, ünsüni başga zada sowýarlar, netijede, esasy iş sowuk-sala ýerine ýetirilip, işde üstünlik gazanyp bilmeýärler. Abraýam şoňa göräräk bolýar. Ýogsam olaryň döredijilik ukyby ýokary derejede ösýär.

♣ Altynjy sypat ~ "Göwni çökgünler"

Asylly adamlar. Ýöne olaryň hemişe ýüzleriniň gamaşyp durandygyny ýatdan çykarmaly däl. Töweregindäkilerden hem, özlerinden hem närazy. Az gürleýärler. Gürleýänleri hem halap baranoklar. Gamgynlyk, göwniçökgünlik olary tapdan gaçyrýar. Durmuşyň gamgyn ýatlamalarynda pikirleri jemlenen.

♣ Ýedinji sypat ~ "Dürli öwüsýänler"

Dürli öwüsýänler – diýilýän häsiýetdäkileriň özlerini alyp barşy bir kadada saklanmaýar. Ýygy-ýygydan üýtgeýär. Şadyýanlyk göwnüçökgünlik bilen gezekleşýär.

Ýokarda agzalyp geçilen toparlardan başga adamlar pikir çeşmesi boýunça daşgynlar we içginler diýlen uly toparlara bölünýärler.

♣ "Daşgynlar":

Hemişe gözlegdäki adamlar. Tazeligiň tarapdarlary. Köpçülik bilen bolmany gowy görýärler. Kini, telewideniýe, radio olarda uly gyzyklanma döredýär. Başgalaryň täsirine uýýarlar.

♣ "Içginler":

Bu häsiýetli adamlary daşardaky wakalar gyzyklandyrmaýar. Öz pikirleriçe netije çykarýarlar. "Içki dünýäsi" bilen ýaşaýarlar. Teklip girizmäge, oýlap tapmaga ukyply. Matematika, küşt olarda uly höweslenme döredýär.

♣ Aslynda häsiýet näme?

HÄSIÝET ~ adamyň dogabitdi we adaty durmuş şertlerinden özünde

jemlän erki we duýgusy. Özüni alyp barşy.

Adam häsiýeti, adamyň rehimlilikigi, adalatlylygy, nebsi, şöhratparazlygy, erk-duýgusynyň çuňlugy, durnuklylygy, gowşaklygy; durmuşdan ugur alşy, bilimi-düşünjesi, maksada okgunlylygy we beýleki hereketleri bilen kesgitleýär. Adam öz ykbalyny öz hereketi bilen kesgitleýär. Bu pikire köpleriň "ykbal adamyň maňlaýyna ýazylandyr" ~ diýip, garşy çykmaklaram mümkin. Geliň, mysala ýüzleneliň. Mysal üçin, akyl-paýhasymyza "maňlaýymyza" dutar çalmaklyga pikirimiz bar, aýdalyň şol maňlaýmyza ýazylanmyşyn. Eger-de ellerimiz herekete gelip, dutar çalyş tärlerini öwrenmesek, bizden sazanda çykmaz. Maňlaýmyza ýazylan bolsa, ýazylan ýerinde galar, ykbalymyz çüwmez. Şonuň üçinem adam häsiýetini özünde dogabitdi bar zatlardan we soňundan öwrenen zatlaryndan özi döreyär.

Amanmyrat ALLAKOW,
psihiatr lukman. Psihologiýa