

«Ýitirmek» duýgusy

Category: Kitapcy, Psihologiya

написано kitapcy | 25 января, 2025

"Ýitirmek" duýgusy «ÝITİRMEK» DUÝGUSY



Aragatnaşygymyz häsiýetimizi açyp görkezer.

Biz bir almanyň iki ýarsy däl, biz bir-biriniň ýanynda duran iki alma!

Aragatnaşyklarda ýygy-ýygdan eşitýän jümläm: «Biz almanyň iki ýarysy ýaly» Gulaga juda romantik eşidilýär, şeyle däлmi? Bu jümle aňymyza şeyle çuň ýerleşipdir welin birini söýsek hökman ikä bölýäris! Sebäbi onuň ýarsy özümüzdigimize ynanýarys! Gynansakda bu ýagdaý biziň aňymyza ýerleşen ýalňışlyklaryň biridir. Iki aýry ynsanyň bölünip bir almanyň parçasы bolmagy mümkün däl! Şu sebäpli iki ynsan aýrylandan soñ, aýralyk yzasyна çydap bilmez yaly derejä gelýärler. Sebäbi biziň aňymyz beyleki ýarysyny ýitirenine ynanýar we aýralyk yzasy 2-3 esse köpelýär. «Biz bir almanyň iki ýarysy» pikiri bilen aragatnaşyga başlanlar, aýrylandan soñ gynanmakdan beter, özlerini kemelen ýaly duýyarlar. Aragatnaşyk dowam edýän wagtynda-da «Ýitirmek gorkusy» bilen ýasaýarlar.

«Ýitirmek» duýgusy durmuşa we aragatnaşyklara zyýan ýetirýän ýalan duýgularyň biridir! Sen özbaşyňa aýratyn bir mertebesiň! Durmuşda saylan ýoldaşyň, söygüliň hem edil senin ýaly aýratyn bolmaly, aýratyn özbaşdak güýç bolmaly. Iki sany erkin güýçli adam durmuşdan has gowy lezzet alyp biljek adamlar boljagyny ýadyňda sakla! Iki sany ýarty bölegi bir bütin edip birleşdirmek pikirinden özünü halas et!

Aragatnaşyklar biziň kemçilikli ýerlerimizi doldurýan protez däldir, biziň bir bütinligimizi görkezýän söýgüden doly

bileleşikdir! Bile garramak üçin däl, güýç we söýgi bileleşigini döredip, köpelmek üçin aragatnaşyga mätäç biz. Aňyňdaky «Ýitirmek gorkusynyň» ýüze çykmagyny islemeýän bolsaň «Biz bir almanyň iki ýarysy, sen meniň beýleki bölegimsiň» düşünjesinden özüňi halas edip, ýekelikde-de bir bütin bolup biljegiňi ýadyňda saklamalysyň!

«Biz bir almanyň iki ýarysy bolma:ly. Iki aýry gül bolaly, birleşip çemen bolaly!»

Hakan Mengüt

«Ýüregiň tämiz bolsa, hekaýaň gowy tamamlanar!» kitabyndan.
Psihologiya