

## БӨЛІМ: ҚАЗАҚ ӘДЕБИЕТІ

## Бесік жыры

ЖАРИЯЛАНДЫ  
16.01.2020СІЛТЕМЕ  
<https://bilimger.kz/67096/>

## Бесік жыры

Ғалымдардың зерттеуінше жастардың 70 пайызының жүйкесінде ауытқу бар. Олар өмір сүруге қабілетсіз, өнер мен ғылымға бейімсіз. Академик Бехтерев «баладағы невроз ауруының алдын алу үшін бесік жырын тыңдату керек», — деген. Сонымен бірге, бесік жыры баланың психотерапиялық аурудан жазылуына ықпал жасайды.

2001 жылы Ресейдің Тюмень қаласының ғалымдары мынадай тәжірибе жүргізді. Жастары шамалас бірнеше сәбиді іріктеп, екі топқа бөліп бақылайды. Бірінші топтағы сәбилерге тұрақты түрде бесік жырын тыңдатты. Екінші топтағылар әртүрлі әуендер тыңдады. Алты айдан соң, бөбектердің миын тексереді. Бесік жырын тыңдамаған балалардың нейрон жасушалары баяу дамыған. Бұл фактіге күмән келтіргендер де болды, әрине... Бірақ, зерттеу жұмыстары жалғаса берді. Өсе келе бесік жырды тыңдап өспеген балалардың мінез-құлықтарында психологиялық ауытқулар күшейе түсті. Олар тез ашуланып, тез шаршады. Жалқаулыққа бейім болды. Сабаққа ынтасы төмендеді. Ауру-сырқауға да тез шалдықты. Ал, бесік жырын үзбей тыңдаған сәбидің бойында мынадай артықшылықтар байқалды:

1. Жүйке жүйесі қалыпты жұмыс істеді;
2. Мейірімділік, қайырымдылық, сүйіспеншілік сияқты ізгі сезімдер қатар дамыған.
3. Қиялдау қабілетін ұштаған;
4. Мағыналы, әрі мәнерлі сөйлеуді үйренген;
5. Тұйықталмай, пікірін ашық білдіретін батыл болған.

Нәресте екі-үш айға дейін ақпаратты тек құлақпен алады. Сондықтан, бесік жанында әңгімелесуге, музыка қоюға болмайды. Себебі, бала жаманды-жақсылы эмоцияның бәрін миына жинақтай береді екен. Бұл жайында американдық биологтар тәжірибе жасаған. Нәтижесінде: бесік жырын тыңдау кезінде бөбектің жүрек қағысы бірқалыпты, бір минутта 68-72 рет соққан. Әрі бала бойынан эндорфиндер, яки қуаныш гормондары бөлінетіні байқалған. Ал заманауи музыкадан сәбидің жүрегі шамадан тыс қатты соққан. Ұйқысы бұзылып, өзін қорғансыз сезінген. Тіпті, романтикалық әуендерді тыңдатудың өзі де орынсыз. Өйткені, ол бөбектердің сезім мүшелерін шектен тыс дамыту салдарынан,

есейгенде махаббатқа тұрақсыз, сезімге жеңілтек келуі осының әсерінен.

Қазір психиатрлар «жасөспірімдердің 20-25 пайызы қатыгездікке бейім» дейді. Бұл «бесік жырын тыңдамау – агрессияның бастауы» екендігін дәлелдейді. Келіншектер бесік жырын айтуды жүкті кезінен бастаса, токсикоз төмендейді. Жүктілік мерзімі айтарлықтай жеңіл өтеді. Мұндай сәттерде сәбиге қажетті оттегі көбейіп, жүрегі қалыпты соғады.

Әр бесік жырында сол елдің өз менталитеті, кие-қасиет пен ізгі өнеге туралы сакральды ақпараттар сақталған. Олар бөбектің құлағына сіңген сайын бойындағы ата-бабасының генетикалық кодын оятады. Қазақ бесік жырындағы «әлди-әлдидің» түбірі «Алла-ай, Алла-ай» сөзінен шығады. Тіл заңдылығы бойынша дауыссыз екі «л» қатар келмейді. Сондықтан да жоғарыдағы тіркес жіңішкеріп, әлди-әлди болды. Ал, «Алла-ай, Алла-ай» деп айту қазіргі таңда өзбек халқының бесік жырында сақталған.

Мамандар баланы емізгеннен соң, бесік жырын күніне 2-3 рет орындауға кеңес береді. Ұзақтығы 10 минуттай болу керек. Бесік жырын 3 жасқа дейін тоқтатпаған абзал. Сәби тәтті ұйқыға кеткеннен кейін де 5 минут бойы үзбей айтса, пайдасы шаш етектен.

Қазір сіздерге өзім тыңдаған «Бесік жырын» орындап берейін...

Менің балам осы ма? Әлди-әлди, әлди-ай,  
Басында бақыт құсы ма? Құлыншағым, құлыным  
Ғайып ерен, қырық шілтен Ұзақ болсын ғұмырың  
Бөбегімнің досы ма? Құлағыңа құй бәрін.

**ҚМ АА** Куәлік нөмірі: **KZ45VPY00102718** — ҚР Мәдениет және Ақпарат министрлігі

© 2026 **Bilimger.kz** Ақпараттық-танымдық білім порталы. Барлық мазмұн авторлық құқықпен қорғалған.