

БӨЛІМ: ЭССЕ

Мен саған есірткі жайлы айтып беремін

ЖАРИЯЛАНДЫ
18.01.2021СІЛТЕМЕ
<https://bilimger.kz/89751/>

Өмір адам баласына берілген ең керемет сый. Және адамның жақсы өмір сүруі денсаулығына байланысты. Сондықтан денсаулық біз үшін алғашқы орында болуы керек. Қазіргі таңда адам денсаулығына кері әсер ететін зиянды заттар өте көп. Соның бірі есірткі. Және сол жайлы қазір мен саған айтып беремін. Есірткі деген не? Бірі білсе бір білмес, есірткі адам денсаулығына өте зиянды, адамның көңіл-күйін, сана-сезімін, ақыл-ойын бұзатын улағыш зат. Ол адамның есін алып, есірткісіз өмір сүре алмайтындай халге жеткізеді. Есірткі- қандай жағымсыз сөз десеңші. Талайлардың тағдырын алған, бақытты өмірлерін баянсыз еткізген осы улы зат әліде тыйылар емес. Неге? Себебі бұл жастардың жаман жолға түсуінен, есірткіге деген қызығушылық пен әуестік. Осы бір өмірді тозаққа айналдыратын жаман зат ешқашан жақсы зат бола алмайды. Негізінде есірткіні адам денсаулығына зиян деп бетке басып айтпасада белгілі.

Есірткінің бір дәмін татқаннан кейін бұрынғы өмірің қайтып келмейді. Денсаулығың да бұрынғыша болмайды. Өміріңнің соңына дейін есірткіге тәуелденіп, шырмауына шырмауанып, өкініп өтесің. Оданша бар денсаулығыңның қадірін біл. “Ауырып ем іздегенше ауырмайтын жол ізде деген”. Сен өміріңді бақытты және салауатты өткізгің келмейді ме? Әрине, бұндай ой әрбір адамда болуы тиіс. Себебі әрбір адам өмір сүруге құштар. Есірткілікке түсіп, ең алдымен өзіңді жоғалтасың, кейін денсаулығыңды, болашаққа деген сеніміңді жоғалтасың, бір сөзбен айтқанда барыңнан айырыласың. Ал сен осындай өмірді қалар ма едің? Егер сен осының бәрі орындалмағанын қаласаң, жауабың жоқ деп ойлаймын. Сондықтан баршамыз есірткіге деген жаман жолды жауып, денсаулығымызды күтік. Қазіргі кезде денсаулық барлық адамға керекқой. Есірткіні жалпы нашақорлықты түбімен жою қажет деп ойлаймын. Міне сол себептен баршамыз салауатты өмір салтын ұстануға жол бастап, есірткілікке деген жолды жабайық! Есірткісіз болашақ ең жақсы болашақ екеніне сен!

#УПНДПКЗО

Өтегенова Ақбота

№59 орта мектебінің 9 “А” сынып оқушысы

Қызылорда облысы, Арал ауданы, Қарақұм ауылы

КМ АА Күәлік нөмірі: **KZ45VPY00102718** — ҚР Мәдениет және Ақпарат министрлігі

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