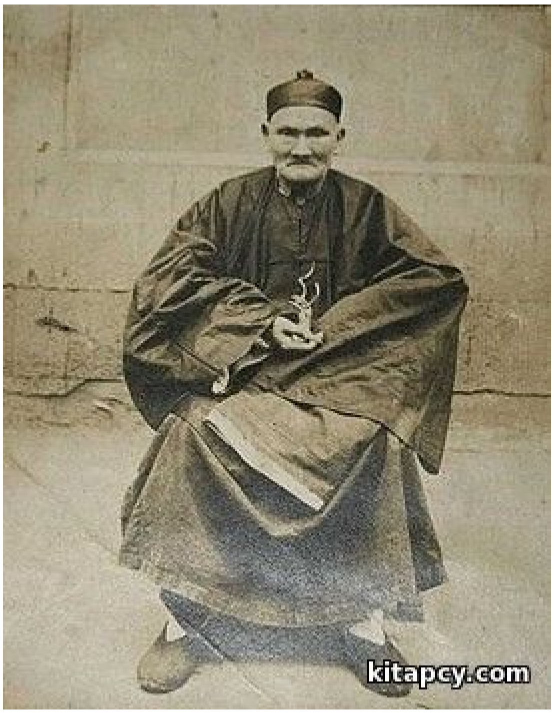
Li Sinýun

Category: Kitapcy,Ýazyjy şahyrlaryň we alymlaryň terjimehaly
написано kitapcy | 25 января, 2025
Li Sinýun LI SINÝUN



Li Sinýun (iňlisçe: Lǐ Qīngyún, rusça: Ли Циньюнь), takmynan 1677-nji ýylyň 3-nji maýynda, Sin imperiýasynyň (Hytaý) Çunsin etrabynda doglup, 1933-nji ýylyň 6-njy maýynda Hytaýyň Syçuan welaýatynyň Kaýsýan ülkesinde aradan çykypdyr. Ol häzirki wagtda şeýledigi resminamalaýyn esasda tassyklanmadyk uzak ömürli adamlaň biri bolup durýar.
Li Sinýunyň doglan senesi hakda resmileşdirilen maglumatlaryň ýokdugy zerarly ol hakda halkyň arasynda onuň 03.05.1677 ýylda doglandygy hakynda gürrüňler bolsa-da ýa-da Li Sinýunyň özüniň aýdyşy ýaly ol 1736-njy ýylda doglan diýlip hasaplansa-da, gerontolog (garrylygy öwreniji) alymlar tarapyndan onuň 250-256 ýyllyk ömri şübhe astyna alynýar.
Li Sinýunyň rowaýaty bolsa-da şeýle uzak ömri (?) birnäçe şertler bilen düşündirilipdir:

1. Ol ömrüniň esasy bölegini dagda ýaşapdyr.
(Dag howasynyň ömrüň uzaklygyna juda uly täsir edýändigini dagda ýaşaýan halklaryň arasynda köp ýaşaýanlaň (80, 90, 100

we ondan köp ýyl) beýleki halklardan has kän duş gelýändigi subut edýär);

2. Ol bütin ömrüne sigun (ýoga ýaly hytaý saglyk gimnastikasy) bilen meşgullanypdyr.
(Hytaý gimnastikasynyň şu görnüşi bilen yzygiderli meşgullanýan garrylaryň has sagdyn we uzak ýaşaýandygyny tejribe subut edýär);

3. Onuň özi ot-çöp bilen bejerýän tebip bolandygy sebäpli, dürli melhem otlary ýygnap, taýýarlap, olary satmak arkaly güzeran aýlapdyr. Şonuň bilen birlikde-de ol bütin ömrüne diýen ýaly diňe şol ot-çöplerden taýynlanan içgilerden, dürli ir-iýmişlerden, tüwiň aýry-aýry görnüşlerinden berk ösümlik berhizini saklap gezipdir.
(Mälim bolşy ýaly, et ynsan organizmi üçin zerur beloklary, ýaglary we beýleki maddalary berýär. Şol birwagtda-da etiň adam bedeni üçin kuwwatlylygy ösümlikleňkiden has güýçli. Emma şeýle-de berhizgähleň (diýetologlaň) aýtmyşyna görä, et adamyň öýjüklerini has işjeň (intensiw) hereket etmäge iterýändigi zerarly, ol ynsan organizminiň has çalt garramagyna, ýagny “könelmegine” getirýärmiş);

4. Li Sinýun on ýaşyndan başlap jahankeşdelige ýüz urupdyr. Ol bir asyrdanam gowrak wagtlap Gansu, Şansi ülkelerine, Tibete, Wýetnama, Taýlanda, Mançžuriýa syýahat edipdir. Şol ülkelerde-de ol ösümlikleri öwrenmäge we ösümlik toplamaga başlapdyr.
(Mejbury däl-de, öz keýpiňe amala aşyrylýan jahankeşdelik, bolýan ýeriň üýtgemegi, psihologlaryň aýtmagyna görä, iň bir adamy şähdaçyk saklaýan usullaň birimiş. Köplenç keýpi kök, şähdaçyk, ruhubelent adamlar bolsa, adatça sagdyn hem uzak ýaşaýar, haýal garraýar. “Ýylgyrýan ýüze ýygyrt düşmez” diýilmeýämi?).

1759-njy ýylda, ol 81-82 ýaşyndaka Li Sinýun Kaýçžou etrabyna göçüpdir we şol ýerde söweş sungatlarynyň mugallymy hem-de geňeşçi hökmünde hytaý goşunlarynyň hataryna giripdir.
1927-nji ýylda, şondan 178 ýyl soňra Li Sinýun hytaý

milletçileriniň generaly Ýan Seniň dergähiniň ýerleşýän ýeri bolan Wançžou etrabyna gelipdir. Şol ýerde-de Li Sunýunyň elinde dermanlyk köki saklap oturan meşhur fotosuraty alnypdyr.
Hytaýly meýdan serkerdesi U Peýfu garryny öýüne äkidipdir, ýolda-da ondan 256 ýyllap dowam edip gelýän uzak ömrüniň syryny bilmäge çalşypdyr.
Li Sinýun öz ajalyna ýogalanda, onuň yzynda 60 ýaşly aýaly galypdyr. Bu aýaly onuň 24-nji aýaly ekeni. Bütin ömrüne Li Sinýun 200-den gowrak nesil, ýagny 11 arka dowamatyny galdyrypdyr.
Ol aradan çykansoň general Ýan Sen ol hakda “250 ýaşly uzak ömürliň durmuşynyň seneýazgysy” atly kitabyny Taýbeýde neşir etdiripdir.
Rowaýatlara görä, Li Sinýun özüniň uzak ömrününiň syryny soranlarynda şeýle jogap beripdir:
“Ýüregiňizi ýuwaş saklaň, pyşdyl ýaly oturyň, kepderi deýin çus gidiň hem-de it ýalam ýatyň”.
ABŞ-nyň Florida ştatyndaky “Evening Independent” neşiriniň 1929-njy ýylyň oktýabryndaky sanynda bolsa Li Sinýunyň bütin ömrüne garrylygyň gelmegini yza tesdirýän dag otlaryndan taýýarlanan melhemleri içip gezendigi ykrar edilipdir.

Çeşmesi: https://ru.wikipedia.org/wiki/Ли_Циньюнь. 17.09.2022ý.
Ýazyjy şahyrlaryň we alymlaryň terjimehaly