Takdyrnama: Uky we düýş görmek

Category: Halk döredijiligi we rowaýatlar,Kitapcy,Türkmen dili
написано kitapcy | 23 января, 2025
Takdyrnama: Uky we düýş görmek TAKDYRNAMA

Takdyrnama – köne türkmen dilinde aýdylyşy ýaly, Takdyrnama bilen halk irki döwürlerde-de gyzyklanypdyr.
Eýsem düýşüň ylmy ýorgudy nähili? Onuň ynsana geregi barmy? Näme üçin hemmeler düýş görýärler? Düýşleriň ýorgudynyň dürli-dürlüligi hem-de adaty dälliginiň sebäbi nämede? Adam düýşünde-de özüni oýalygyndaky ýaly duýan wagtynda, daş-töweregindäki zatlary öwrenmegi, duýmagy mümkinmi? Adam uka gidýän we ukudan oýanaýan wagtynda aňyny oýa ýagdaýyndaky ýaly saklamagy mümkinmi?..
Şeýle sowallar sanardan köp. Oňa jogaby düýş ýorgudy bilen baglanyşykly aşakda paýlaşjak makalalarymyzdan tapyp bilersiňiz.

▶ UKY WE DÜÝŞ GÖRMEK

Adamyň ukusy hem edil beýleki jandarlaryň ukusy ýaly ýadawlykda, haldan düşmek netijesinde peýda bolýar. Ýadawdyk bedende dynç almaga, rahatlyga isleg döredýär.
Uky mahalynda adamlara, şonuň ýaly haýwanlara hem ýadap, haldan giden organlara zerur bolan güýç-kuwwat dolanyp gelýär hem-de ýaşaýşyň esasy bolup durýan hereket üçin zerur güýç toplanýar.
Nerw güýçleriniň gowşamagy gan aýlanyşyny haýalladýar, bu bolsa öz gezeginde tutuş bedeniň ýaşaýyş ukybyny peseldýär. Şonuň netijesinde üns we erk öz kuwwatyny ýitirip, has gowşaýar, haýallaýar.
Uka giden wagtynda ynsan organlary daşky dünýä bilen aragatnaşygy togtadýar, onda şahsy durmuşy duýmak ukyby kemelýär daşky dünýädäki zatlar we hadysalar oňa täsir

etmeýär. Bu wagt beýni diňe öz işini dowam etdirýär, beýni sebäpli düýşler peýda bolýar.

Uky wagtynda nerwler beýnä öz täsirini ýetirip bilmeýär. Ähli organlardan öň göz ýadaýar: göz beýleki organlardan öňräk rahatlyga we uka mätäçlik çekýär.

Ähli organlar uka birbada gitmeýär. Ýadaw organlaryň uklaýan wagtynda, beýleki ýadaw däl organlar öz işini dowam etdirýär. Düýş we düýşdäki ýaly hyýallar käbir organlaryň uka gidip, käbiriniň bolsa uklamaýanlygy üçin ýüze çykýar.

Ahyrynda hemme organlar rahatlanyp, çuň uky başlanýar. Birnäçe sagat dowam eden şeýle ukudan soň organizm özüne gerekli güýji toplaýar we olarda ýene-de zähmet çekmäge bolan zerurlyk ýüze çykýar.

Ýadaw göz şindi hem dynç almagyny dowam etdirýär, şol mahal bolsa anyk, köplenç ýatda saklanyp galýan düýşler görülýär. Nerwleriň näsaglygy we beýleki käbir näsazlyklar ukusyzlygy ýa-da rahat uklamazlygy, käte bolsa biçak agyr ukyny, köp uklamagy, käbir ýagdaýlarda letargiýa ukusyny döredýär. Düýş duýgy we erkden azat bolan hakydanyň we göz öňüne getirmesiniň netijesidir. Şol sebäpden düýşler mazmun taýdan biri-birinden düýpli tapawutlanýarlar, olar durmuşda bolup geçýän anyk wakalara azda-kände bagly bolýarlar. Surnukdyryjy agyr zähmet çekip, ysgyndan düşen keselbent adamlar köplenç agyr, gorkuly düýşleri görýärler. Adam organlarynyň haýsy hem bolsa biri has ýadaw we gyjyndyrylan bolsa, ol rahat uklap bilmeýär, oýalygyndaky ýeňil aladalar hem uky wagtynda adatdan daşary güýje eýe bolup bilýär. Meselem, köçeden geçip barýan arabanyň tigiriniň jygyldysy edil gök gürlemesi ýa-da top okunyň sesi ýaly ýakymsyz eşidilýär. Büräniň çakmagy haýbatly we gorkuly içýan çakan ýaly duýulýar.

Düýşleriň manysy köplenç uklaýan adamyň ijtimagy gelip çykyşyna, akylynyň ösüşine, bedeniniň berkligine, häsiýetine we ýaşyna bagly bolýar.

Barly adam abadanlyk, bolelinligi görýär, kemmagal adam zähmeti, mätäçligi, horlugy we şuňa meňzeşleri görýär, artist bolsa sahnany, tomaşaçyny, el-çarpyşmalary görýär, näsag keselhanany, doktorlary, dermanlary görýär. Şahyryň görýän

düýşüni hiç haçan ädikçi ussa görüp bilmeýär. Garyp adam hiç haçan millioneriň gören düýşüni görmeýär.
Gorkuly, agyr, wehimli düýşleriň görünmeginiň sebäpleri şu aşakdakylardan ybarat: olar oýa wagtynda adamyň adatdan daşary bir waka ýa-da hadysa gatnaşmagy netijesinde, çylşyrymly wakany başdan geçirmegi, aşgazanyň ýaramaz işlemegi, düşegiň amatly bolmazlygy ýa-da uky wagtynda bedeniň nädogry ýerleşmegi sebäp bolup biler. Köp düýşleriň öňden görüji we hakyky mana eýe bolmazlygy hem şol sebäplidir.
Görlen düýşüň düýp sebäbini anyklamazdan, düýşe giren zatlaryň ählisine ynanmak we olaryň amala aşmagyna umyt etmekde many ýokdur, ýöne düýşleriň öňden görüjilik tarapyny inkär etmek hem mümkin deldir. Ähli ýurduň taryhyndan we gadym-zamanlardan bäri mädim bolup gelýän köp mysallardan biz şeýle zady bilýäris, ýagny köp düýşler adatdan daşary uly ähmiýetli wakalary habar beripdir, ol şu wakalar barada hemmeleri oýlanmaga mejbur edipdir. Şol sebäpli käbir ýagdaýlarda düýşler gaty möhüm ähmiýete eýe bolýar.
Köplenç ýagdaýda, özünde öňden görüjilik häsiýeti bolan, emma özi mundan habarsyz ukyply adamlaryň düýşi oraşan bolýar. Önden görüjilik bilen welilik edýän düýşleriň sebäbi entek anyklanylanok. Ylym beýle düýşler bilen gorkuly düýşleriň arasyndaky tapawudy, olaryň sebäplerini düşündirip bilenok.
Adaty düýşler oýa wagtymyzda ýatda galan dürli duýgularyň netijesinde ýüze çykýar. Şeýle hem düýşler öýdäki ýagdaý, howa, uklaýan adamyň fiziki we ruhy ahwalatynyň netijesi hökmünde ýüze çykyp biler.
Uky wagtynda beýnide syrly, öňden görmek duýgusy bar bolup, şol güýç esasynda käbir düýşleriň möhüm wakalaryň açary bolmagy-da mümkin. Geçmişde düýşlere uly ähmiýet berlip, olara adatdan daşary iş diýip düşünipdirler, düýşler göze görünmeýän ruhlaryň we perişdeleriň gatnaşmagynda bolup geçýändir öýdüpdirler.
Düýş görmegiň syrlaryny öwrenmege ymtylýan şahsyýetiň birnäçe möhüm kada üns bermegi gerek. Bu kadalar şu aşakdakylardan ybarat:

1. Görlen düýşi oýananyňyzdan soň anyk we doly ýatlaň, ony duşmana däl-de, iň ýakyn we akylly dostuňa aýtmaly.

2. Iň gorkuly düýş göreniňizde-de ruhdan düşmeli däl. Belki, asudalyk we sabyr-takat bilen onuň amala aşmagyna garaşmaly. Käte gorkuly we gussaly düýşler hem düýbünden başga mana eýe bolup, bagtly hadysalardan habar bermegi mümkin.

3. Düýşleri gowy ýatda saklap galmak üçin, hepdede, ýagny ýedi günden soň kelläňi goýup giden tarapyňy özgertmeli, öň aýagyňy uzadyp ýatan tarapyňa kelläňi goýup ýatmaly.

Daňa ýakyn görlen düýşler öňräk görlen düýşlere seredende, uly ähmiýete eýe bolýar. Şenbä geçilen gije görlen düýşler hepdäniň möhüm düýşleri hasaplanýar.
Bir gezek görlen düýşler mydama oraşan bolup durmaýar. Şol sebäpdi üç gezege çenli gaýtalanýan düýşlere ähmiýet bermek gerek.
Düýşler ertirki günden başlap dokuz aýyň dowamynda aýan bolýar. Gündizine görlen düýşlere köplenç ähmiýet bermek zerur däl, umuman gündizki görlen düýşler gaty seýrek ýagdaýda oraşan bolýar.
Agşam sagat 8-den 12-ä çenli görlen düýşler uzak wagtdan soň oraşan bolýar.
Sagat 12-den ýary gijä çenli görlen düýşler örän çalt wagtyň dowamynda oraşan bolýar.
Gije sagat üçden dana golaý görlen düýşler örän çalt aýan bolýar.
Pygamberler ýaly öňden görüjilikli düýşleri gaty az adamlar görýärler we beýle zatlar gaty seýrek bolýar, şonuň üçin her hili düýşe üns berip ýörmezligi maslahat berýäris. Düýşlere çakdanaşa ynanmak ýaramaz, howply ýagdaýlara getirip biler. Bu ýol adamy nädogry, ynjalyksyz ýagdaýa getirip biler. Halk döredijiligi we rowaýatlar