Türgenleşigiň peýdalary hakda

Category: Kitapcy,Sözler,Sport we turizm
написано kitapcy | 26 января, 2025
Türgenleşigiň peýdalary hakda TÜRGENLEŞIGIŇ PEÝDALARY BARADA

Meniň ok atmaga aşyk bolan doganym! Ilki bilen sen özüňe bir ussat tapyngyn, soňra alkyş-dilegler bilen ok-ýaýy eliňe algyn! Ussadyň saňa ýol görkezer. Eger seniň ýaşaýan ýeriň uzakda bolup, ussat tapynmasaň, onda meniň sözlerimi dykgat bilen diňlegin!
Ok-ýaý atyş düzgünleri şulardan ybaratdyr: Ýaýy çep eliň bilen tutup, ony orta barmagyň üstünde goýmalysyň. Baş barmagyň bilen kabzanyň arkasyndan tutup, soňra eliňi uzatmalysyň. Ýaýy çep omzuň üstüne goýup, sag eliň bilen kirişiň ortasyndan üç barmagyň bilen tutmaly. Ýaýyň ýüpini sag eliň barmaklary bilen çekip, kiriişleri tä sag gulagyň ýumşak etine gelinçä çekmelisiň. Hereketsiz durmaly, çep eliň bilen ýaýdan tutup, sag elliň bilen okuň ýüpüni çekmeli. Yzyna goýberip, ýene gulagyň ýumşak etine çenli kirişleri çekmelisiň. Şeýlelikde, sen ýaýy çekip türgenleşmelisiň. Sen eliňi arkan gaýtarman, ok-ýaýy nyşana dogry tutmagy başarmalysyň. Çep eliň ýokarysy ýaýa degip, aşagy hernäçe boş galsa-da tapawudy ýokdur. Çünki,

ýaýdan ok atylanda aşagy çenli doldurar. Okuň ýumrugy aşaga baksa örän gowydyr. Sebäbi ýaýyň özi ýokary galdyrar.
Ine, şeýle ýagdaýda günde kyrk ýa-da altmyş gezek çekip, gije-gündiz türgenleşip başlarsyň. Bir günde ýaýyň kirişini bäş ýüz gezek çekmegi başarýançaň, türgenleşmegi dowam etmelisiň. Soňabaka bir müň gezek çekersiň. Şular ýaly, az-azdan türgenleşik bilen özüňe agram salman, gije-gündiz türgenleşmegiňi dowam etdirmeli bolarsyň. Ilkibaşda, ýaýayň kirişini bäş ýüz, soňra müň gezek çekmelisiň. Şeýle türgenleşik saňa hiç-hili zyýan getirmez, seni ýadatmaz. Ýöne, ilkibaşda ýaýayň kirişini ýuwaş-ýuwaşdan güýç bilen çekip, elleriňi öwrenişdirmelisiň. Sag eliňi hemişe ýaýyň ortasyna getirip, ýaýyň kirişini durýan ýerine eltip, yza çekmeli. Gaşyň arasyndan çekip, gulagyň ýumşak etine çenli çekmeli.
Soňra bir ýumşak ýaýy alyp, meýdanda türgenleşmeli bolarsyň. Oklaryň ýaýlara mynasyp bolmagy üçin olary deňeşdirip görmelisiň. Oky ýaýyň kirişine düzüp, ýaýyň kabzasiniň ortasyndan tutup, kabzasiniň ok atjak ýerinden göni baglan ýerinden çekmeli. Okuň ujy ýaýa gabat gelmegi hökmanydyr.
Eger, ok uzyn ýa-da gysga bolsa, onda ol ok ol ýaýa mynasyp däldir. Oklary ýaýa deňäp, mynasybyny tapyp, soňra olary ýaýa düzmelisiň.
Eger ok ýaýa gabat gelmese, onda okuň laýyk getirmek üçin zähmet çekmeli bolarsyňyz. Çünki, ok iç kabzaden çekilmese bolmaz. Şonda oky hemişe kabzany içeri çekip atmak gerekdir.
Eger ok iç kabzaden getirilip atylmasa, onda atyjylar muny «nilkeş» diýip atlandyrarlar.
Okuň kuwwaty ujundadyr. Şonuň üçin, oky kabzanyň soňuna çenli çekip atmak gerekdir. Oky iç kabza çekmän atmaly däldir. Oky ýaýa mynasyp hasap edeniňden soňra, ony nyşana dogrulap atmagyň lazymdyr. Çep eliňi nyşana dogry tutup türgenleşip bilseň, ýaýy çep omzuň başyna goýup, sag eliň bilen ýaýyň kirişini çekip, gulagyň ýumşak etine çenli geçirip atarsyň.
Okuň ortasyndan ýaýyň kirişini gowy baglamalydyr. Ok atmagyň hünäri hem şundadyr.
Eger ol atylanda haýsydyr bir zyýan berse, şu aşakdaky tilsimleri etmelisiň.
Ilkibaş barmagyň töwerigini mäkäm daňmalysyň. Baş barmagyňy hem goramalysyň. Ussatlar bu zatlary syr hasaplap, ony hiç kime aýtmandyrlar. Ýöne, biz bu syry äşgär etdik. Ýaýyň kirişini mäkäm gysyp, baş barmagyňy orta barmagyň üstüne

mündürip, mäkäm bent etmelisiň. Ýaýy çeken wagtyň dyrnagyň görünmezligi üçin ýumrugyňy berk gysmalsysyň. Ýaýyň kirişini gulagyň ýumşak etine ýetýänçä çekmelisiň, şonda başam barmagyň görünmez. Bu mesele barada ussatlar biri-birine nägilelik bilen gürrüň berýärler. «Sen gaty çekewer, hiç haçan nägile bolmagyn, sen özüňi beýle horlama» diýýärler. Emma, dürli ýagdaýlar bolup biler. Ilki bilen bent bolan ýaýyň kirişini çekmäge güýç tapmalysyň. Ýaý saga ýa-da çepe çekmekden saklanmalysyň. Kirişleri çekeniňde ýaý hernäçe aşaga bakyp dursa gowudyr. Elbetde, bular pälwanlaryň arasyndaky gizlin syrlardyr. Men pälwanlaryň betdogalaryndan gorkup, biraz syrlary beýan etdim. Eý, okyjy! Atyjylaryň ussat çykmaklary nämedendir, elbetde, olaryň ýaý çekmekdäki başarnyklaryndadyr. Pälwanlar ýaýy çekmekde örän ökde bolmalydyrlar.
Hernäçe ýaýlardan uzaga atmagy başarsaň hem senden geçirerler, zarp bilen urmagy başarsaň hem senden üstün çykarlar. Tüpeň we ok atmakda deňi-taýy bolmadyk Abdyrahman Ependi atly bir hormatly ussadymyz bar. Ol öz şäherindäki dostlaryna: «Ok atyjylyk ylmynda her bir zady bilseňiz, olary şägirtleriňize öwretmäge çalyşyň. Şonda ok atmak müşgil bolmaz. Bu dünýäde we ahyretde saňa peýdasy deger» diýip, wesýet edipdir.
Men hem alym hem ussat Abdyrahman Ependiniň wesýetlerini berk ýat tutup, onuň buýrugyny ýerine ýetirmek üçin elimden geleni etdim. Bu ylmyň inçe syrlaryny äşgär etdim. Elbetde, ok-ýaý atmak barada birnäçe risalalar ýazylypdyr. Ýöne, şu risaladaky ýaly olaryň syrlary hemmetaraplaýyn ýazylan däldir. Risala ýazan alymlar şägirtler ýanymyza gelip, özleri bizden sorarlar diýip, ýaý atmak hünäriň inçe syrlaryny özlerinde saklapdyrlar. Ýöne, men bir pukara adam, syrlaryň birnäçesini ýazdym. Men hiç kime görüplik etmedim. Özümde syr saklaman, hemmelere öz bilýän zatlarymy aýtmaga jan etdim. Goý, hemmeler ýaý atmagyň inçe syrlaryndan habarly bolsunlar. Sport we turizm