Uzak ömür: hekaýat we hikmet

Category: Ertekiler,Geň-taňsy wakalar,Kitapcy,Nukdaýnazar,Söhbetdeşlik,Sözler
написано kitapcy | 25 января, 2025
Uzak ömür: hekaýat we hikmet UZAK ÖMÜR: HEKAÝAT WE HIKMET

Uzak ömür, has takygy ebedi ýaşaýyş adamzadyň elýetmez arzuwy. Ol barada-da ynsanyýetiň tutuş taryhynda, halklaň köpüsinde dürli-dürli hekaýatlaram, hikmetlerem ýeterlik.
Uzak ömrüň şol ertekipisint rowaýatlaryna ýüzlenmezden öňünçäsem, uzak ýaşaýyş bilen bagly dünýewi ylmyň resmi ykrar eden ýagdaýlaryna ýüzlenmek ýerlikli bolar.

Häzirki döwrüň dünýewi ylmy:

Häzirki zaman dünýewi ylmy, genetikaň (gan yzarlaýan aýratynlyklaryň), berhiziň we sagdyn durmuşyň (gimnastika, köp hereket, beden we psihiki taýdan rahatlygyň we ş.m.) adamyň uzak ömür sürmegine iňňän oňyn täsirini ýetirýändigini ykrar edýär.
Häzirki döwürde ýeriň ýüzünde ynama mynasyp resmi maglumatlar bilen tassyklanan iň uzak ýaşan adamlar: aýallarda: 122,5 ýaşan Žanna Kalman we erkek kişilerde: 116 ýaşan Dziroemon Kimuradyr.
Uzak ömürli adam hakynda ýene-de bir doly tassyklanmadyk maglumat, Azerbaýjanly çopan, Şiraly Muslimow 1805-1973-nji ýyllar aralygynda, jemi 168 ýaşan adamdyr.
Bu ugurdan barlaglary alyp barýan alymlar, adamlaň aglaba köpüsiniň öz bedeni we ruhy ýagdaýy üçin aňrybaşy amatly (ideal) gurşawda 127 ýyl ýaşamaga ukyplydyklaryny, akylly-başly lukmançylyk kömegi bilen bolsa 150 ýyl ýaşamagy-da başarjakdyklaryny çaklaýarlar.
Zeminiň tebigatyndaky janly-jandarlaryň arasynda adamlaň ömrüniň iň uzaklarynyň biridigine garamazdan, käbir haýwanlar has uzak ýaşamaga-da ukyplydyr. Mysal üçin, pil pyşdyllarynyň käbirleri 175 ýyl, grenland läheňleriniň (kit) käbirleri 200

ýyl ýaşaýar.

Uzak ýaşaýyş hakda hekaýatlaryň ilkinji we esasy çeşmesi dini rowaýatlar bolup durýar.

Ýehudy Injili (Köne Öwüt):

Ýehudy Injiline Zebur, Iisus Nawiniň Kitaby, Iowyň Kitaby hem-de iki sany Paralipomenon kitaplary girýär. Şol kitaplarda-da tutuş adamzadyň içinde iň köp ýaşan adam diýlip, 969 ýaşly Mefasyl (Mafusail) yglan edilýär.
Dini ýazgylary çintgäp öwrenýän ylahyýetçiler munuň ýaly köp ýaşly adamlaryň, "uzak ömürliliginiň" syrynyň, şol dini eserler gadymy arameý dilinden terjime edilende "aý" (ýagny, bir aý – 30 gün) diýen sözüň "ýyl" diýip ýalňyşlyk goýberilmegi zerarly ýüze çykandygy hakynda delilleri öňe sürýärler. Olaryň şu nukdaýnazaryndan ugur alsaň, onda Mefasylyň ýaşady diýilýän 969 sany kamar aýlaryny, dessurlaýyn ýyl hasabyna öwürseň, 78,3 ýyl bolýar duruberýär.
Ondan başga-da Donald Etz atly alym, dini ýazgylar şol gadymy dilden döwrebaplaşdyrylanda, olarda görkezilen sanlaryň hemmesini has täsirli (keramatly, gudratly, jadyly we ş.m.) edip görkezmegiň hatyrasyna, olaryň her biri on esse artdyrylyp görkezilipmiş.
Dini ýazgylary tankytlan, 19-njy asyrda ýaşap geçen beýleki bir tankytçy Winsent Gohlert bolsa, dini ýazgylarda beýan edilen uzak ýaşly möhletler hakykat-da, haýsydyr bir anyk ynsanyň ýaşan ýaşyny görkezmän, eýsem şol görnükli şahslaryň ady bilen atlandyrylan zamananyň (eýýamyň, döwrüň) dowamlylygyny aňladypmyş.
Ylahyýetçiler bolsa, dini ýazgylarda görkezilen maglumatlara-da, sanlara-da hut göni manysynda düşünilmelidigini tekrarlaýarlar. Çünki ýehudylaryň ynanjyna görä, Adam ata ýaradylanda oňa tükeniksiz, ýagny baky ömür bagyş edilipdir. Soňra Adama ata bilen How ene günä edip, Jennetden Zemine kowlandan soň, olaryň ömri her nesilme-nesil azalmaga başlapdyr.

Isaýy dini:

Ybadathana arhiwlerine görä, Italiýaň “Biwon” diýen ýerindäki keşişhanalaň (monastyrlaň) birinde, 1448-1578-nji ýyllaryň aralygynda Sholastika Olwýeri (Scolastica Oliveri) atly adam 129-130 ýaşap, dünýäden ötüpdir.
1912-nji ýylda bolsa hindistanly isaýy ündewçisi (missioneri) Sadhu Sundar Singh Gimalaý daglarynyň gowagynda ýekemen bolup ýaşaýan Maharişi of Kaýlaş (Maharishi of Kailash) atly 300 ýaşyndaky adamyň bardygy hakynda gürrüň beripdir. Onuň aýtmagyna görä ol Maharişi goja bilen ep-esli wagtlap dostana gatnaşykda bolupdyr. Maharişiň özüniň aýdyp bermegine görä ol Müsürde, Aleksandriýa şäherinde doglup, Fransisko Ksaweriýiň (1506-1552, katoliki din hadymy) ýegeni tarapyndan çokundyrylyp, isaýy dinini kabul edipmiş.

Buddizm dininiň Hytaýda ýörgünli falungun (kanunyň çarhynyň ruhy kuwwaty) akymy:

Li Hunçžiň (1992-nji ýylda doglan, falungun akymynyň ruhy öňbaşçysy), yglan etmegine görä, Ýaponiýada ýaşaýan Mitus Taýra 242 ýaşapdyr. Ondan başga-da Hytaýda Tan nesilşalygynyň hökümdarlyk eden ýyllarynda Hui Zhao (526-815) atly keşiş 290 ýaşapmyş.
Edil şonuň ýaly-da, Hytaýyň Fuszýan etrabyndaky seneýazgylaryna görä Çen Žun atly adam 881-nji ýylda doglup, 1324-nji ýylda, 443 ýaşap ýogalypdyr.

Induizm:

Induslaň hudaýy Krişna milady ýyl hasabyndan öňki 3228-nji ýyldan 3102-nji ýyl aralygynda jemi 125 ýyl 8 aý ýaşapdyr.
Hindistanyň “Prabuddha Bharata” atly žurnaly “Kaşi” diýen ýerjagazda Traýlanga atly keşişiň 1737-nji ýyldan bäri ýaşaýandygyny, onuň 1607-nji ýylda doglup, 1887-nji ýylda 279-280 ýaşynda (başga bir maglumata görä, 1507-nji ýylda doglup, 359-360 ýaşynda) aradan çykandygyny habar beripdir.
Şeýle-de Hindistanly Sadhaka Lokenath Brahmaçari 1730-1890-njy

ýyllar aralygynda, jemi 159-160 ýaşapmyş.
Swami Gowindanath Bhrati ady bilen belli Şiwapuri Baba bolsa, indus ýagşyzadasy bolup, 1826-1963-nji ýyllarda ýaşap, jemi 136-137 ýaşlarynda aradan çykypdyr. Ol öz ömrüniň dowamynda Angliýaň melikesi Wiktoriýa tarapyndan 18 sapar kabul edilipdir.

Yslam dini:

Yslam dininde-de beýleki dinlerdäki ýaly uzak ýaşly pygamberler, weliler hakda rowaýatlar, hekaýatlar köp. Mysal üçin, Burhaneddin Rabguzyň “Kyssasyl enbiýa” (Pygamberler kyssasy) kitabynda Adam atanyň 1000 ýyla golaý ýaşandygy, onuň nebelerinden Şiş Alaýhyssalamyň ogly Anuşyň ogly Kynanyň 840 ýaşandygy, onuň ogly Mehlaýylyň bolsa 970 ýaşandygy aýdylýar.
Ondan başga-da 19-njy asyrda ýaşan musulman ylahyýetçileriniň maglumatlaryna görä, Abdul Aziz al-Hafed al-Hebeşi 673-674 ýaşap dünýäden ötüpdir.
Yslamyň şaýy mezhebine uýýanlaryň ynanjyna görä ymam Muhammet ibn al-Hasan al-Mäti häzirem beýik gizlinlikde, 1153 ýaşyndaky diriligine ýatyrmyş.

Hindistandaky budda dininiň bir akymy bolan jaýnizmde:

Bu dini akymda tirthankaralara (ýagşyzadalara, welilere, pirlere) adatdan daşary uzak ýaşyň mahsusdygyna ynanylýar.
Mysal üçin:
Neminatha (22-nji tirthankara) – 10 000 ýaş;
Naminatha (21-nji tirthankara) – 20 000 ýaş;
Munisuwrata (20-nji tirthankara) – 30 000 ýaş;
Malinatha (19-njy tirthankara) – 56 000 ýaş;
Aranatha (18-nji tirthankara) – 84 000 ýaş;
Kunthunatha (17-nji tirthankara) – 200 000 ýaş;
Şantinatha (16-njy tirthankara) – 800 000 ýaş.

ABŞ-daky Teosofiýa / Nýu-eýj ynanjy:

On dokuzynjy asyryň ahyrynda Rus Patyşalygyndan ABŞ-a göçüp

gaýdan rus mistik zenany Ýelena Blawatskaýa tarapyndan esaslandyrylan bu dini akymyň eýerijileriniň ynanjyna görä, 19-njy asyrda Gimalaý daglaryna ýaşan olaryň uýýan ýagşyzadasy Mahawatar Babajy ýeriň ýüzünde iňňän köp asyr bäri ýaşap ýörmüş.

UZAK ÝAŞ HAKDA TARYHY ÝAZGYLAR

Hytaý:

Gadymy resminamalarda bellenilişine görä, Fu Si 197 ýaşapdyr.
Gadymy grek ýazyjysy Lukian “Seres” atly hytaý halkyýeti hakynda belläp geçipdir. Onuň maglumatlaryna görä şol halkyýetiň agzalarynyň aglaba köpüsi 300 ýaşapmyşlar.
Milady ýyl hasabynyň 220-280-nji ýyllaryny öz içine alýan, Hytaýyň taryhynda “Üçpatyşalyk zamany” diýlip atlandyrylan döwürde ýaşan Zuo Çi (Çen), galdyrylan taryhy ýazgylara görä 300 ýaşapmyş.
Milady ýyl hasabyndan öňki 16-njy 11-nji asyrlarda Hytaýda hökümdarlyk eden In nesilşalygynyň döwründe ýaşan Pen Szu 800 ýaşapmyş.
Hytaýyň rowaýaty şalar-şasy Huan-di (Sary imperator) milady ýyl hasabyndan öňki 2711-2597-nji ýyllar aralygynda, jemi 113 ýaşapdyr.
Hytaýyň ýene-de bir hökümdary imperator Ýao, milady ýyl hasabyndan öňki 2376-2255-nji ýyllaryň aralygynda, jemi 121 ýaşapdyr.
Imperator Şun, milady ýyl hasabyndan öňki 2294-2184-nji ýyllar aralygynda 110 ýaşapdyr.

Müsür:

Müsürli taryhçy Manefon, milady ýyl hasabyndan öňki IV-III asyrlarda, müsür hudaýlarynyň biri bolan, demirçileriň hudaýy Ptahyň 9000 ýyllap müsürde şalyk sürendigini ýazypdyr.

Gresiýa:

“Uzakýaşlylar” (Makrobiýalar) atly, gadymy grek ýazyjysy

Lukianyň ýazan kitaby, hut gadymyýetde uzak ömür süren şahslara bagyşlanypdyr. Şol kitapda-da greklere mälim bolan uzak ýaşly adamlaryň käbirlerem şu aşakdakylardyr:
Tiresiý, Fiwy şäherinde ýaşan, batyl bilgiç – 600 ýyl;
Nestor, Pelosyň gadymy patyşasy – 300 ýyl;
Epimenid, gadymy grek pelsepeçisi – 154 ýyl.

Ýaponiýa:

Imperator Dzimmu, Nippon ýurdunyň birinji hökümdary, milady ýyl hasabyndan öňki 711-585-nji ýyllarda, jemi 126 ýaşapdyr.
Imperator Koan, Nipponyň 6-njy hökümdary, milady ýyl hasabyndan öňki 427-291-nji ýyllarda 137 ýyl ýaşapdyr.

Koreýa:

Tangun, ilkinji koreý patyşalygyny döreden, rowaýaty patyşa, milady ýyl hasabyndan öňki 2333-425-nji ýyllar aralygyndan 1908 ýaşap ýogalypdyr.
Taýežodaýe Kogurýe, Koreýaň patyşasy bolup, milady ýyl hasabynyň 46-165-njy ýyllar aralygynda, jemi 118 ýaşapdyr. Şol ýaşynyň 93 ýylynam hökümdarlyk tagtynda oturypdyr.

Eýran şalary:

Elbetde Ferdöwsiň "Şanama" dessanyny taryhy maglumatlar diýip ykrar etmek bolmaz, ýöne şonda-da, bu eserde Gadymy Eýranyň hökümdarlarynyň ýaşy hakynda birnäçe gyzykly maglumatlar beýan edilýär:
Zahhak – 1000 ýaş;
Jemşid – 700 ýaş;
Traetaona – 500 ýaş;
Asgany – 200 ýaş;
Keý-Kowus – 150 ýaş;
Manuçehr – 120 ýaş;
Luwarsab – 120 ýaş;
Wiştaspa – 120 ýaş.

Gadymy Rim:

Gadymy rim ýazyjysy Pliniý Ulusy, milady ýyl hasabynyň 74-nji ýylynda, imperator Wespasianyň döwründe geçirilen ilat ýazuwynda bellige alnan iň uzak ýaşly adamlaryň Italiýada ýaşaýandygyny, olaryň aglaba köpüsiniň 100 ýaşly, käbiriniň bolsa 130, 140 ýaşlydygyny belläp gidipdir.

Şumer:

Şumeriň we Akkadyň irki 8 patyşasynyň ýaşy hakyndaky maglumatlar, jemi alanyňda 241 200 ýyl bolýar.
Mysal üçin:
Patyşa Enmenluanna 43 200 ýyllap hökümdarlyk edipdir.
Patyşa Alalgar – 36 000 ýyllap ýurdy dolandyrypdyr.
Patyşa Tammuz – 36 000 ýyllap tagtda oturypdyr.

Wýetnam:

Kinzyong-wyong, Wýetnamyň birinji patyşasy, milady ýyl hasabyndan öňki 2919-njy ýylda doglup, 2792-nji ýylda, 127 ýaşynda aradan çykypdyr.
Patyşa Lak Long Kuan, milady ýyl hasabyndan öňki 2793-2594-nji ýyllar aralykda, jemi 269 ýyllap hökümdarlyk edipdir.

Polşa:

Polşaň koroly Pýast, milady ýyl hasabynyň 740-861-nji ýyllary aralygynda, jemi 120 ýaşap aradan çykypdyr.

Angliýa:

Uelsli ozan Llywarç Hen, milady ýyl hasabynyň 500-nji ýylynda 150 ýaşynda aradan çykypdyr.

Ondan başga-da, soňky döwürde, gaty uzak ýaşan adamlar hakynda aýry-aýry, çynaberimsiz maglumatlar, öwran-öwran köpçülikleýin habar beriş serişdelerinde peýda bolýar. Mysal üçin, Traýlanga Swami (Hindistan, 1607-1887), 280 ýaş, Li Sinýun (Hytaý, 1677/1736-1933), 196/197 ýa-da 255/256 ýaş, Peter Çzartan (Wengriýa, 1539-1724), 184 ýaş, Genri Jenkins (Angliýa, 1501-1670), 169 ýaş, Şiraly Muslimow (Azerbaýjan, 1805-1973),

168 ýaş, Jawiýer Pereýra (Kolumbiýa, 1789-1955/56), 165/169 ýaş, Zero Aga (Osman imperiýasy, 1764-1934), 170 ýaş, Tomas Parr (Angliýa, 1482/1483-1635), 152 ýaş, Mbah Gotho (Indoneziýa, 1870-2017), 146 ýaş, Bir Naraýan Çhaudhary (Nepal, 1856-1998), 142 ýaş, Mubarak Rahmani Messe (Alžir, 1874-2014), 140 ýaş, Habib Miýan (Hindistan, 1869-2008), 138 ýaş, Çarli Smit (ABŞ, 1842-1979), 136 ýaş, Toty Ýusupowa (Özbegistan, 1880-2015), 134 ýaş, Silwester Magi (ABŞ, 1841-1971), 130 ýaş, Sankardew (Hindistan, 1449-1568), 118 ýaş.

Uzak ýaşy üpjün edýän rowaýaty serişdeler:

Baky juwanlygyň çeşmesi

Ertekilerdir, rowaýaty ynançlara görä, baky juwanlygyň çeşmesi (türkmençilik ynançlarynda: “aýnalbaky çeşmesi”), ondan suw içen her kesiň bedenine ýaşlygy gaýtaryp berýär diýip hasaplanypdyr. Ebedi ýaşlyk gözbaşy hakda düşünje ilkinji gezek taryhyň atasy diýlip atlandyrylýan Gerodotyň ýazgylarynda agzalypdyr. Ol şeýle häsiýetiň Hebeşistanda (Efiopiýada) ýerleşýän, bir jadyly çüwdürimde bardygyny beýan edipdir.

Bu çüwdürim hakda, milady ýyl hasabyndan öňki II-I asyrlarda ilkibaşky nusgasy ýazylyp, soňra ol ýitenden soň, gaýtadan dikeldilen “Beýik Aleksandryň taryhy” atly galp-taryhy romanda-da jikme-jik ýazylypdyr.

Ispan konkistadory Huan Ponse de Leoneň (1460-1521) ölüminden soň ispan taryhçysy we ýazyjysy Gonsalo Fernandes de Owýedo-i-Waldes (1478-1557) özüniň “Baş taryh” atly taryhy işinde Huan Ponse de Leoneň Bimini ülkelerinde (Bagam adalary) haýsydyr bir ýörite suwlary gözländigini, şol suwlar bilenem öz garrylygy bejermek isländigini, şol agtaryşlaryň netijesinde-de Floridaň açylandygyny ýazypdyr.

Juwanlyk melhemi

Juwanlyk melhemi, dürli halklaryň ertekilerinde,

hekaýatlarynda hem-de fantastika, fentezi, mistika žanrynda ýazylýan eserlerde, çeper we multi filmlerde ýygy-ýygydan ulanylýan düşünjedir.
Bu melhem, ertekilerde suratlandyrylyşyna görä, içen adamyň garramagynyň öňüni alyp, gaýta tersine onuň bedeniniň ýigdelip başlamagyna getirýän, jadyly derman serişdesidir.
Bu melhem, beýleki bir hyýaly şypa içgisi – bakylyk melheminiň özboluşly görnüşidir.
Melhemleň ikisem köphudaýlyk (politeizm) ynançlarynda hudaýlaryň tagamlarynyň sanawyna giripdir. Ol melhemler dürli halklaň mifologiýasynda dürli-dürli atlandyrylypdyr. Mysal üçin: Gadymy Hindistanyň hudaýlary hemişe ýaş we baky diri bolmak üçin – amritu içipdirler, gadymy ýunan (grek) hudaýlary – ambroziýa we nektar, gadymy eýran hudaýlary – haoma, gadymy müsür hudaýlary – baky dirilik suwuny, skandinaw hudaýlary – juwanlyk almasyny iýip-içipdirler.
Bu melhemiň bardygyna gadymyýetde gaty köp şalar, pelsepeçiler, esasanam alkimýaçylar (alhimikler) ynanypdyrlar. Olar şol melhemi tapmak, onuň düzümini bilmek üçin gaty köp serişde sarp edipdirler. Bu serişdäň düzümi hakda häzirki güne çenli belli zat, oňa simap goşulýandygy bolup durýar (ergin simap adamyň saglygy üçin juda howply himiki jisim).

“Lammer-waýn” şerbeti

Orta asyr alhimikleri bu gadymy şerbetiň ebedi diriligiň melhemidigine ynanypdyrlar. Onuň doly düzümi näbelli bolsa-da, onda kähruba (ýantar) daşynyň eredilýändigi mälim ekeni.
Ikinji jahan urşy başlamazdan öň Germaniýada “Lammerwaýn” atly serişdäň söwdasy edilendigi bellidir.

Pelsepe daşy

Pelsepe daşy (rusça: философский камень; latynça: lapis philosophorum), başgaça “magisteriý”, “rebis”, “pelsepeçileň eliksiri (melhemi)”, “ömür melhemi”, “gyzyl tinktura”, “beýik melhem”, “bäşinji element (düzüm bölek)” diýlip atlandyrylypdyr.

Orta asyr alkimýaçylarynyň (alhimikleriniň) ynanjyna görä, bu melhem/daş özüniň galtaşan metalyny (gurşun, mis) altyna öwrüp bilýär eken, şeýle ol baky dirilik melheminiň esasy düzüm bölegi ekeni.
Alhimiýa ylmy işlerinde pelsepe daşynyň nyşany (simwoly) hökmünde öz guýrugyny iýýän ýylan Uroborosyň şekili çykyş edýär. Ondan başga-da pelsepe daşynyň alhimiki simwoly hökmünde rebis (germafrodit, hunsa) çykyş edýär. Çünki, alkimýaçylaryň düşünjesine görä, hunsa patyşaň (pelsepe kükürdiniň) we melikäň (pelsepe duzynyň) sepleşmeginiň, ýagny "pelsepe nikasyny baglaşmagynyň" netijesinde emele gelýärmiş. Pelsepe daşynyň ýene-de bir nyşany Güni ýuwudýan ýolbars bolup durýar.

Panaseýa

Panaseýa – bu hemme derdiň dermany, onuň birwagtyň özünde ähli kesellerden saplamak bilen birlikde, adamyň ömrüni uzaldyp, ony ýigdeldýändigine orta asyr lukmanlary, adamlary ynanypdyr. Panaseýaň düzüminem esasan alkimýaçylar agtarypdyr. Bu dermanyň ady gadymy grek lukmançylygyň hudaýy Asklepiýiň gyzy Panakeýaň adyndan gelip çykýar.

Jemşidiň jamy

Jemşidiň jamy (parsça: Jam-e-jam), eýran ertekilerinde we hekaýatlarynda gadymy Eýranda höküm süren, "Awestada" agzalýan, rowaýaty Pradata (Pişdadidler) nesilşalygynyň dördünji şasy Jemşidiň jadyly jamynda "ýedi dünýäde" näme bolsa, şonam synlamak mümkin ekeni. Jemşidiň jamyna eýelik eden patyşa, Ferdöwsiň "Şanamasynda" aýdylyşyna görä, beýleki bir rowaýaty patyşa Keý-Hysrow bolupdyr.
Rowaýatlara görä Jemşidiň jamy diňe bir "ýedi dünýäde" bolup geçýän zatlary "interaktiw düzgünde" görkezmän, eýsem onda şol ebedi diriligiň melhemini hem içmäge niýetlenipdir. Alyşir Nowaýyň (Myralyň) döreden eserlerinde Jemşidiň jamy ilki kaşmirli sahyh (jadygöý) Malluň ygtyýarlygynda saklanyp, soňam söweş oljasy hökmünde Isgender Zülkarnaýna geçýär. Uzagyndan

bolsa ol “Isgenderiň aýnasy” diýlip atlandyrylmaga başlaýar.

Mukaddes Graal badasy

Mukaddes Graal badasy (gadymy fransuzça: Graal, Grâl, Sangreal, Sankgreal, latynça: Gradalis), orta asyr fransuz rowaýatlarynda, Jemşidiň jamyna (Isgenderiň aýnasyna) barabar, jadyly gap bolupdyr. Rowaýata görä ol badadan öz şägirtleri bilen “Pynhan Agşamlyk” edende Isa Alaýhyssalam suw içipdir. Soň bolsa, isaýylaryň ynanjyna görä, Isa Alaýhyssalam haja çüýlenende onuň ganyny hut şol bada Arimafeýaly Iosif (Ýusup) syrykdyryp alypdyr.
Meşhur rowaýaty Tegelek stoluň pälwanlary (rysarlary) we Korol Artur dagylar hut şu keramatly badanyň gözleginde gezipdirler.
Dini hekaýatlara we rowaýatlara görä, Mukaddes Graal badasyna suw ýa-da meý guýup içen adam ähli günälerinden saplanyp, baky ýaşaýyşa mynasyp bolýarmyş.

Amrita

Amrita (sanskritde: amrta – baky dirilik), indus dini rowaýatlarynda hudaýlary baky diri saklaýan içgi. Bu içgi Süýt ummanyny (kşirodamathanany), edil ýanlykda süýt ýaýyp (çaýkap), mesgesi alnan ýaly, ýaýmak arkaly alynýarmyş.

Ma-gu

Ma-gu (hytaýça: kenep gyz), Hytaýyň halkynyň daos ynanjynyň rowaýaty baky diri perizady, ol birwagtyň özünde çaga dogurýan aýallaryň howandary bolmak bilen şol birwagtda-da, kömelek ýa-da şetdaly görnüşinde kime sataşsa, şol adamam ony iýse, baky ýaşaýyşa mynasyp bolýandygyna ynanylypdyr.

Idunn

Idunn (Iduna), german-skandinaw mifologiýasynda baky ýaşlygyň hudaý zenany, şygryýetiň we suhangöýlügiň hudaý zenany Braga bilen jadygöý girdenek Iwaldiň gyzy.
Idunn gadymy skandinaw rowaýatlaryna görä, iýeni juwana

öwürýän we garratman saklaýan juwanlyk almasynyň penakäri.

Görkezilenlerden başga-da, häzirki zaman fentezi we fantastika eserleriniň dürli görnüşlerinde (edebiýat, kino, teatr, nakgaşlyk we ş.m.), baky diriligiň şetdalysy ýa-da ebedi ýaşaýyşyň gerdejikleri hakynda hekaýatlaram ýörgünlidir.

Adamyň uzak ýaşy bilen baglylykda, öz ýurdumyz hakda aýdanymyzda bolsa, şu aşakdakylary beýan etmek bolar:

Türkmenistan:

“Mary welaýatynyň Mary etrabynyň ýaşaýjysy, 1900-njy ýylda doglan, 2021-nji ýylda 121 ýaşyny toýlan Ajapsoltan Hajyýewa, diňe Türkmenistanyň däl, tutuş dünýäniň iň uzak ýaşly ýaşaýjysy hasaplanylýar.” diýip Türkmenportal.com internet saýty ýazýar (https://turkmenportal.com/tm/blog/38583/turkmenistanly-dunyanin-in-uzak-yashly-yashayjysy-uzak-yashamagyn-syryny-aytdy). Ajapsoltan enäň 1 ogly, 12 agtygy, 67 çowlugy, 32 ýuwlugy bar.

Ajapsoltan ene bilen söhbetdeşlikde, ol özüniň uzak ömrüniň syry hakda şeýle gürrüň beripdir:

– Hemişe halal ýaşamaly, sagdyn durmuş, tut ýaly jan saglyk isleýän bolsaň, zähmet çekmekden, köp hereketde bolmakdan gaçmaly däl. Eger işlemeseň, seniň bedeniň garramak bilendir. Ejemden ir aýryldym… ykbal işidird-ä… Aýagymyň aşagyna oturgyç goýup, tamdyrda nan ýapardym. Jigilerim kiçidi, kakama kömekleşmesem, özüm üçin uýatdy. …soň gaza giderdim. Bugdaý döwerdim. Keçe-de basdyk, halam dokadyk. Şeýdip-şeýdip zähmete bişişdim. Şol işler meni taplan eken… Men uzak ýaşamagyň syryny zähmetde, parahatçylykda diýip düşünýärin. Zähmet adamyň ýüregini tämizeleýär. Ýüregiň päk bolsa, durmuşyňam arassa bolýar. Iň esasy-da döwrüňem, döwletiňem asuda bolmaly…

Türkmenistanda ýene-de bir uzak ýaşan ene, Sapartäç Nuryýewa – Daşoguz welaýatynyň Akdepe etrabynyň ýaşaýjysy, 10.07.1907 ýylda doglan, 5 gyzy, 1 ogly, 25 agtygy, 79 çowlugy, 6 ýuwlugy bar.

Sapartäç ene bilen söhbetdeşlikde, olam özüniň uzak ömrüniň syry hakda şeýle diýipdir:

– Biz kyn döwri başymyzdan geçirdik. Bir aýagymyz çarykly, beýleki aýagymyz çokaýly gezdik. Gijesi-gündizi işledik. Gije işden gelenimizden soňam okuw okadyk…Likbez okuw diýerdiler… Häzir gowy döwür. Prezidentimiz sag bolsun, gowy döwri görkezeni üçin taňryýalkasyn. Işden adama zyýan gelmez. Saglygyňa peýdaly ol. Baý-baý, işlärdig-ä. Şonda-da hiç zat bolmady bize. Uzak-uzak ýaşamagyň sebäbi-de şol ahyryn! Kyn döwür boldy, ýaman kösenilerdi. Asyl, pagtany taraktr bilenem ekip bolýan eken-ä. Biz giden-giden meýdanlara pagtanyň çigidini el bilen ekýärdik, taraktr ýokdy. Bu gowy günleri görmegem bar eken. Zähmetden gaçmadyk, halal işledik. Wah, işden gaçaňda maňlaýyňy nirä urjak… …Öý tutardyk, bejererdik. «Azajyk derdi aş basar» diýilýär-ä, zähmetem şeýle-dä…

Ýene-de bir uzak ýaşly watandaşymyz, Annabagt Annalyýewa – Balkan welaýatynyň Bereket etrabynyň Igdir obasynyň ýaşaýjysy, 23.03.1913 ýylda doglan, 2 ogly, 3 gyzy, 49 agtygy, 26 çowlugy bar.
Annabagt ene-de, özüniň uzak ömri hakda şeýle diýipdir:
– Eli ýarag tutanyň bary urşa gidensoň, obada işläre erkek göbekli galmandy. Obanyň golaýynda düme gawun-garpyz, bugdaý ekip, hasyl alardyk. Düýe sagyp döwlete tabşyrardyk, ýag çyranyň yşygyna ik egrip, ellikdir jorap örüp, fronta ugradardyk. Garagumdan odun ýygyp, çagalar öýlerine, hassahanalara tabşyrýardyk… Herki zaman rysgalymy halal zähmetden, eden ýagşy işlerimden gözledim. Adamlaryň ýürekden aýdýan taňryýalkasynyny alyp bilsem, özümi bagtly saýdym. Häli görseň, türkmenler «Bugdaý nanyň bolmasa, bugdaý sözüň ýokmudy» diýýändirler. Süýji sözli, güler ýüzli, sabyrly bolmak adamy bezeýär. Uzak ýaşamagyň syry hem hiç zady alada etmezlikde-dä. Aladalardan saplanmagyň gowy ýoly bar: adamlar bilen hemişe tüýs ýürekden hal-ýagdaý soraşmaly. Men her gün şeýle edýärin… Ýüregiňi ýaş saklajak bolmaly, ony garrylyga bermeli däl. Ýüzüňdäki ýakymly ýylgyryş bilen adamlara ýüregiňi açmaly. Eger şuny etseň, maşgalaňam, hemmelerem seni hemişe görmek islär…

Ýene-de bir uzak ýaşly ildeşimiz, Mihail Haçaturow – Aşgabat şäheriniň Bagtyýarlyk etrabynyň ýaşaýjysy, 23.12.1918 ýylda doglan, 1 ogly, 3 agtygy, 2 çowlugy bar.
Olam uzak ömür sürmek hakda şeýle sözleri aýdypdyr:
– Durmuş gowy bolanda, söýgüli käriň eýesi bolsaň, ömrüň uzalmagyna täsir edýän eken. Uzak ýaşamak üçin üç zady hem ýerine ýetirmeli: maşk etmeli, dogry naharlanmaly, wagtyňy ýürekdeş adamlar bilen geçirmeli. Hawa, öz ýürekdeşiňi tapmaly, onuň bilen bagtly bolmaga çalyşmaly… Iýip-içenimde-hä, nahar saýlamaýaryn. Işdäm alsa, iýiberýärin. Işdäň alan zadyndan saglygyňa zyýan gelmez. Beýik Watançylyk urşunyň, 48-iň kynçylyklaryny egnimde çekdim. Palawam, böregem iýýärin… Her gün irdenki maşklary ýerine ýetirýärin, azkem ýöreýärin… Uzak ýaşamak, onsoň nesil yzarlaýan bolsa-da bolar. Daýzam 100 ýaşady. Garry atam, garry enem dagy hem 100-e golaý ýaşadylar. Nesip bolsa, şu ýylyň dekabrynda menem 103 ýaşamaly. Ýöne özümi örän ýaş duýýaryn. Meniň heniz etmeli işlerim bar. Şolaram meni ruhlandyrýar.

Uzak ýaşan enelerimiziň ýene-de biri Meretgül Gylyjowa – Ahal welaýatynyň Kaka şäheriniň ýaşaýjysy, 02.01.1920 ýylda doglan, 1 ogly, 6 agtygy, 24 çowlugy, 10 ýuwlugy bar. Meretgül ene-de öz ýaşy, durmuşy hakda şeýle sözleri aýdypdyr:
– Zähmet adamy terbiýeleýär. Adam zähmetden gaçmaly däl, hemişe hereketde bolmaly, sagdyn iýmitlenmeli. Agtyk-çowluklarym – meniň esasy güýmenjäm. Olara seredip, geçen durmuş ýolumy ýatlaýaryn. Balalarymyň häzirki gowy döwürde ýaşaýanyna buýsanýaryn… Adamda ertirine bolan ynam bolmaly, gününe bolan şükürini dilinden goýmaly däl, diýenini ýüreginden diýmeli… Men her gije uklanymda, körpeje balajyklary ertir ýene-de görjekdigime ynanýaryn. Goý, çagajyklar adamlara umyt berewersinler…Iň ýönekeýje zatlardanam lezzet aljak bolmaly. Biz kynçylykly döwürleri görüp-görüp, ine, Hudaýa şükür, indi agzymyz aşa ýetdi, halkymyz baýnady. Tüweleme! Eziz Prezidentimiz görülmedik gowy günlere ýetirdi. Şu durmuşyň gadyryny bilip, halal işlemeli, halalam ýaşamaly. Ýüregiňe ýakyn adamlaryň ýanynda bolmaly, ir

ýatyp, ir turmaly, köp hereketde bolmaly… Onsoň, ýaşyň köpeler barar…

Bellik: Türkmenistanly uzak ýaşan adamlar hakynda maglumatlar, atavatan-turkmenistan.com saýtyndan alyndy (salgysy: *https://www.atavatan-turkmenistan.com/olar-nadip-uzak-yasadylar/.17.09.2022ý.*).

Bu maglumatlar internetden alnan dürli materiallaryň esasynda taýýarlandy. Geň-taňsy wakalar