Ýyldyzlar näme diýýär? (Täleýnama iýun aýy)

Category: Täleýnama
написано kitapcy | 14 мая, 2025

Suraty çeken Oguldöndi ÇERKEZOWA.

HAMAL (Guzy) 21.03 – 20.04

Hamallar üçin iýun aýy üstünliklere baý bolar. Şeýle-de bolsa, ýyldyzlar sizi öňküden biraz ünsli bolmaga çagyrýarlar. Çünki siziň gözüňizden sypyp biläýjek käbir owunjak zatlaryň täsiriniň çakyňyzdan uly bolaýmagy ähtimaldyr. Dörejek mümkinçiliklerden peýdalanyp, ýeňişli menzillere ýetmäge taýyn boluň. Zerur bolan halatynda dost-ýarlaryňyzyň pikirini

diňlemekden, olardan kömek soramakdan ýaýdanmaň.

Bu aýda saglygyňyza eserdeň bolmak gerek. Esasan, berhiz hem-de beden maşklary sizi ýeňil-ýelpaý sökelliklerden gutulmaga, şeýle-de bolup biläýjek näsazlyklaryň öňüni almaga ýardam eder. Unutmaň, ruhubelentlik, işjeňlik hem sapaly dynç alyş sagdynlygyň açarydyr.

SOWUR (Öküzçe) 21.04 – 20.05

Tomsuň ilkinji aýy sowurlara öň aň-hyýallarynda besläp ýören meýilnamalaryny durmuşa geçirmäge şert döreder. Şeýle ýagdaýlarda olara tebigy üşük-ünslülik uly kömek eder. Netijede, olaryň çeken zähmetleriniň rehnedi bilen ruhlary öňküden-de belent bolar hem-de mazaly girdeji gazanarlar. Ünsüňiziň güýçlenen wagtynda etsem-goýsamlaryňyza gaýtadan hem seljerme beriň. Şeýtseňiz, goýberen kemçiligiňize düşünersiňiz. Bu bolsa işiňizde netijeliligi ýokarlandyrmaga we onuň üsti bilen gurplanmaga ýardam eder.

Bu aý kadaly iýmitlenmäge, işden soň dynç almaga ýykgyn etseňiz, saglygyňyz üçin gowy bolar.

JÖWZA (Ekizekler) 21.05 – 21.06

Ýyldyzlar iýun aýynda jöwzalary hem üstünlikden binesip etmejege meňzeýärler. Olaryň öňden bäri ýüreklerinde göterip ýören, ýatlan mahallary göwünlerini joşdurýan maksatlary myradyna gowşup başlar. Öz pikir-garaýyşlaryňyzy paýlaşmaga çekinmäň. Bu siziň daşyňyza pikirdeş hem sizi goldajak adamlaryňyzy jemlemäge kömek eder.

Jöwzalaryň saglygy olaryň durmuş ýörelgesine bagly. Eger bedeniňiziň berýän duýduryşlaryna wagtynda gulak gabartsaňyz, bolup biläýjek sökellikleriň öňüni alyp bilersiňiz.

SERETAN (Leňňeç) 22.06 – 22.07

Bu aýda seretanlaryň duýguçyllygy has-da artar. Howsala düşmän, ýagdaýy akyl bilen seljerjek boluň. Duýgularyňyzy

yzarlaň, sizi ynjalykdan gaçyrýan zat näme? Şony bilmäge çalşyň. Belki, käbir zatlara bolan garaýşyňyzy üýtgetmegiň wagty gelendir?! Şeýle etmek bilen, siz içki täzeleniş bilen birlikde, işde öňe ilerläp, girdejiňizi-de köpeldip bilersiňiz.

Bu aý beden saglygyňyz bilen birlikde ruhy saglygyňyza-da esewan etmek gerek. Özüňize dynç beriň. Kadaly dynç alyş bilen sazlaşan fiziki işjeňlik saglygyňyzy gerekli ýagdaýda saklamaga ýardam eder. Ýüregiňizi diňläň, şeýle etseňiz, durmuşda deňagramlylygy saklap, üstüňize gereginden artyk ýük almakdan halas bolarsyňyz.

ESET (Ýolbars) 23.07 – 23.08

Bu aýda esetlere gyzykly pursatlar garaşýar. Täze duşuşyklar, syýahatlar we başdan geçirmeler üçin dörejek mümkinçiliklere taýýar boluň. Bularyň her birinden mynasyp peýdalanjak boluň, özüňizi ylhamlandyrýan adamlar bilen gatnaşyň. Öz pikirleriňizi paýlaşyň we şol bir wagtda özgeleriň pikiri bilen hem gyzyklanyň. Şunlukda, guraljak toparlaýyn iş gowy netije berer hem-de gowy girdeji getirer.

Ýokary immunitete eýedigiňiz sebäpli, bedeniňiz sökelliklere aňsat tap bermeýär. Esasy zat, özüňize artykmaç agram salmazlygy, zerur wagty dynç almagy we köpräk suw içmegi unutmaň.

SÜNBÜLE (Gyz) 24.08 – 23.09

Iýun aýynda sünbülelere erjelligi hem-de dogumlylygy talap edýän synaglar garaşýar. Gorkmaň, bu ösüş üçin hökmany ýagdaýdyr. Oýlanyň, ölçeriň, çykalga gözläň. Kynçylyklary ýeňip geçmegi başaranyňyzdan soňra, özüňiziň kämillige birnäçe basgançak ýakynlaşandygyňyzy duýmak size diýseň ýakymly duýgulary bagyş eder. Elbetde, ýakynlaryňyzyň, dost-ýarlaryňyzyň kömegi-de jaý wagtynda ýetişer. Iýun aýynda sünbüleler iş maksatly meýilnamalaryny mazaly öňe ilerlederler. Tejribäňizi çuňlaşdyrjak maslahatlara, okuwlara

hökman gatnaşyň.

Bu aý saglygyňyzy berkitmek üçin immun ulgamyňyzy ýokarlandyrmagyň aladasyny ediň.

MIZAN (Terezi) 24.09 – 23.10

Mizanlara iýun aýynda has-da paýhasly bolmak maslahat berilýär. Erk edip bilýän ýagdaýlaryňyzy gözegçilikde saklaň. Öz kemçilikleriňize sagdyn nazar bilen bakyp, olar hakda ýakynlaryňyz bilen pikir alşyň, zerur bolsa düzedişleri giriziň. Tomsuň başy biraz kynçylykly başlansa-da, ýyldyzlar soňunda garaşmaýan gowulyklaryňyzy getirjekdigini habar berip, sizi begendirmek isleýärler. Iş ýeriňizde çuslanmagyňyz gerek. Şeýle etseňiz, öňki maksatlaryňyza has tiz ýetip, işeňňir işgär hökmünde abraýyňyz artar.

Saglygyňyzda üýtgeşiklik bolmaz. Ýöne bolar-bolmaz zatlary alada etmegiňizi goýmasaňyz, saglygyňyza zyýan etmegi mümkin. Ruhy saglygyň möhümliginiň beden saglygyňkydan pes däldigine düşünjek boluň.

AKRAP (Içýan) 24.10 – 22.11

Ýyldyzlary diňleseň, akraplara iýun aýynda seresaply bolmak gerek. Duýguçyllyga ýol berseňiz, oýlanyşyksyz hereket edip biljekdigiňize düşüniň. Iň dartgynly pursatlarda-da özüňizi saklap, bolýan ýagdaýa sagdyn akyl ýetirmäge çalşyň.

Iýun aýy akraplara iş babatda uly üstünlikleri peşgeş eder. Emma siz durmuşda diňe bir tutanýerlilik bilen däl, eýsem, daş-töwerekdäkileriň pikirini diňläp, olaryň goldawy bilen hem ýol alyp bolýandygyny-da unutmaň.

Bu aý saglygyňyz sizi birahat etmez. Her niçigem bolsa, sport bilen meşgullanyp, kadaly iýmitlenmek saglygyňyz üçin peýdalydyr.

KOWUS (Keman) 23.11 – 21.12

Kowuslar bu aý ünji-aladadan saplanyp, öz isleg-arzuwlarynyň amala aşmagy babatda alada etmekleri gerek. Özüňizi nämäniň ünjä goýýandygyna düşünjek boluň we ony ýeňmek üçin ygtybarly usul gözläň. Içki dünýäňize gulak salyň, bu siz üçin diňe bir peýdaly bolman, eýsem, gyzyklydyr. Iş babatda haýsy-da bolsa bir ugry saýlamaly bolarsyňyz. Çözgütden öň, mazaly oýlanyň: aňsatlyk bilen gazanyljak wagtlaýyn ýeňiş gowumy ýa-da içki rahatlygyňy üpjün edýän dowamly zähmet?! Maksada ýetmegiň ýeňil däldigini, onuň üçin göreşmelidigini, diňe şeýle edilende ykrara mynasyp abraý gazanyp bolýandygyny ýadyňyzdan çykarmaň.

Bu aý bijaý hereket edip, döwük-ýenjige duçar bolmakdan goranyň.

JEDI (Owlak) 22.12 – 20.01

Bu aý jediler örän ünsli hem paýhasly bolmagy talap edýän garaşylmadyk wakalara köp gabat gelerler. Bu döwri durmuş tejribesi hökmünde peýdalanyň. Iş bilen dynç alşyň arasyny sazlap, ýakynlaryňyza öňküden köp üns beriň. Hiç bir ýagdaýda alňasamaň, «Assa ýörän gyr aşar» diýlenidir. Bäsdeşlik etmek isleýänleriň artmagy-da sizi gaýga goýmasyn. Öz maksadyňyza wepaly bolup, erjelligi elden bermeseňiz, üstünlik ýaranyňyz bolar.

Saglygyňyzy goramak üçin iýmitiňize aýratyn üns beriň. Ir säherki gezelençler, ýoga, beden maşklary özüňizi gowy duýmaga hem dartgynlylygy ýeňmäge kömek eder.

DALUW (Gowa) 21.01 – 20.02

Daluwlara bu aý şatlykly özgerişler garaşýar. Üstünlige eltýän ýoly ýalňyşsyz geçmekde güýjüňizden, özbolușly ukyplaryňyzdan peýdalanyň. Ýatdan çykarmaň, iň kiçijik ädimler hem sizi uly üstünlige ýakynlaşdyryp biler. Onsoňam, gyssanyp, wagty howlukdyrmaň. Sizi begendirjek pursatlar tüýs wagtynda geler.

Başardygyňyzdan toparlaýyn işlemäge çalşyň. Bir-birek bilen

pikir alşyp, tejribäňizi artdyryp, düşünjäňizi baýlaşdyryň. Köpçülikde dogruçyl hem açykgöwünli bolmak düşünişmezligiň öňüni alýan gowy häsiýetlerdir. Siz hem şeýle bolmaga çalşyň.

Saglygyňyz tut ýaly diýleni. Ýekeje maslahat, ukyny wagtynda almagyň keýpiňi çaglap, gujur-gaýratyňy artdyrýandygyny unutmaň.

HUT (Balyk) 21.02 – 20.03

Hutlar täzeliklere taýynmykalar?! Şeýle bolsa, iýun aýy olaryň öňünde giden mümkinçilikleri taýýarlap goýdy. Hutlara diňe bu peşgeşden peýdalanyp, durmuşlaryny mümkin boldugyndan, gyzyklandyrybermek galýar.

Bu aý hutlara maslahat edere akylly-başly bir kişini tapmak maslahat berilýär. Şeýle kişi bilen pikir alşyp, tejribe paýlaşmak, ýaýdanmazdan garaýyşlaryny beýan etmek hutlaryň ýalňyşmazlygyna, özlerine bolan ynamynyň artmagyna ýardam eder.

Saglygyňyzy gowulandyrmak üçin ýoga bilen meşgullanyp, owkalama bejergisini kabul ediň. Rahat hem sapaly şertlerde dynç almagy-da ýatdan çykarmaň.