Hemmeleriň aňynda reňkli düýşler hakyndaky sorag bar. Onuň ylmy düşündirişi bolsa köpleri gyzyklandyrýar. Ýogsa-da, näme sebäpden käbir adamlar düýşi ak-gara reňklerde, a käbirleri bolsa dürli reňklerde görýärkäler? Bu hakda psihologlardyr degişli hünärmenleriň öz düşündirişleri bar.

Düýşler häzirki wagta çenli alymlary gyzyklandyryp gelýän bolsa-da, reňkli we reňksiz görülýän düýşlere kesgitli jogap tapylanok. Meşhur psihologlar Zigmund Freýddir Karl Ýung düýşüň ynsanyň içki dünýäsi bilen berk baglydygyny we oňa adamyň gorky hem isleg-arzuw ýaly duýgularynyň siňýändigini aýdýarlar. Emma muňa garamazdan, häzirki zaman ylym, şeýle-de neýrobiologiýa düýşlere adamyň fiziologik gurluşynyň we aň-üşüginiň hem täsir edýändigini görkezýär.

Düýşleri reňkli halda görýändigimiz şeýleräk görnüşde düşündirilýär: düýş görülýän wagty, aýratyn hem, çalt uka gitmek fazasynda beýni günüň dowamynda kabul eden maglumatlaryny derrew gaýtadan işleýär we dessine onuň suratyny çekýär. Köp adamlaryň beýnisiniň görüş böleginiň işjeň bolýandygy üçin onuň çeken suratynda dürli reňkler agdyklyk edýär.

1950 — 1960-njy ýyllarda alymlar uly ýaşly adamlaryň näme sebäpden ak-gara reňkli düýşleri görýändigini seljermek üçin ýörite barlag geçirýärler. Geçirilen barlaglaryň netijesinde adamlaryň köpüsiniň çagalyk döwründe reňksiz telewizorlaryň bolanlygy, şol sebäpden hem ak-garaly reňksiz düýşleri görýändikleri, çagalykdan reňkli telewizora tomaşa edip ulalan adamlaryň bolsa dünýäni reňkli görnüşde kabul edip, düýşleri hem reňkli halda görýändikleri anyklanyldy. Şeýle hem bilermenler düýşleriň reňkli bolmagyny adamyň duýguçyllygynyň täsiri diýip çaklaýarlar. Çünki biz begenç, gorky ýaly ýiti duýgulary başdan geçirenimizden soň beýni bu hadysalaryň täsirini has-da güýçlendirýär. Alymlaryň aýtmagyna görä, düýşde ýiti gyzyl, mämişi we sary reňkleriň köp görülmegi aşa işjeňligi ýa-da gahar-gazaby alamatlandyrsa, gök, ýaşyl ýaly sowuk reňkler rahatlygyň nyşany hasaplanylýar.

Biz birek-birege rahat gijäni arzuwlanymyzda gowy düýşleri görmegi hem dileýäris. Hakykatdan hem, rahat geçen gijede görlen ýakymly düýş adamyň keýpini çaglap, ruhuny belende göterip, ony ýaşaýşa höweslendirýär. Biz hem görülýän ýakymly düýşleriň durmuşymyza diňe gowulyklary getirmegini arzuw edýäris!

Çeşme: «Nesil» gazeti.

Все права защищены

save pdf date >>> 24.01.2026