

## Ύπνος

**Ύπνος, ο**, ουσ. [<αρχ. ὕπνος], ο ύπνος. **1.** άνθρωπος που δεν είναι έξυπνος, ο κουτός, ο βλάκας: «σου είπε αυτός ο ύπνος ότι δεν είναι δύσκολη η δουλειά, κι εσύ, μωρ' αδερφάκι μου, τον πίστεψες;». **2.** στην κλητ. ως επιφών. **Ύπνε!** απευθύνεται υποτιμητικά σε ανόητο, σε κουτό, σε βλάκα: «ξύπνα ύπνε, δουλειά έχουμε!». Στον ύπνο αναφέρονται και τα παρακάτω ενδεικτικά νανουρίσματα: *Ύπνε που παίρνεις τα μωρά, έλα πάρε και τούτο, μικρό μικρό σου το 'δωσα μεγάλο φέρε μου το, μεγάλο σαν ψηλό βουνό, ψηλό σαν κυπαρίσσι // έλα ύπνε και πάρε το και στείλ' το στους μπαξέδες, και γέμισε τους κόρφους του λουλουδία μενεξέδες. Νάνι, νάνι, νάνι, νάνι, το μωρό μου κάνει νάνι κι όπου το πονεί να γιάνει.* (Ακολουθούν 67 φρ.)·

- *άγρυπνος ύπνος*, λέγεται η περίπτωση εκείνη κατά την οποία μπορεί κάποιος να κοιμάται με τα μάτια ανοιχτά κι έτσι να μη φαίνεται στην ομήγυρη ότι κοιμάται: «στις μεγάλες συνεδριάσεις της Βουλής, που πολλές φορές διαρκούσαν και μέχρι αργά τα μεσάνυχτα, επικρατούσε ανάμεσα στους βουλευτές όλων των κομμάτων ο άγρυπνος ύπνος»·

- *βαθύς ύπνος*, βλ. φρ. *βαρύς ύπνος*·

- *βαρύς ύπνος*, ο βαθύς, από τον οποίο δύσκολα μπορούμε να βγούμε, δύσκολα ξυπνάμε: «ήταν πολύ κουρασμένος, γι' αυτό έχει βαρύ ύπνο». (Λαϊκό τραγούδι: *γιατί με ξύπνησες πρωί μέσα στον ύπνο του βαρύ; γιατί την πόρτα μου χτυπάς; τι θέλεις, τώρα τι ζητάς;*)·

- *βλέπω στον ύπνο μου* (κάποιον ή κάτι), βλ. φρ. *είδα στον ύπνο μου*·

- *βρίσκεται ανάμεσα στον ύπνο και στον ξύπνο*, βρίσκεται στα πρόθυρα του ύπνου: «μην τον ενοχλείς τώρα, γιατί βρίσκεται ανάμεσα στον ύπνο και τον ξύπνο»·

- *βρίσκεται στον πρώτο ύπνο*, έχει ώρα που αποκοιμήθηκε: «πέρασε ώρα από τότε που έφυγε, οπότε σίγουρα θα βρίσκεται στον πρώτο ύπνο»·

- *γλυκάθηκ' η γριά στα σύκα*, τα βλέπει και στον ύπνο της, βλ. λ. [γριά](#)·

- *γλυκός ο ύπνος την αυγή, γυμνός ο κώλος τη Λαμπρή*, βλ. φρ. *γλυκός ο ύπνος το πρωί, παλιά τα ρούχα τη Λαμπρή*·

- *γλυκός ο ύπνος το πρωί, γυμνός ο κώλος τη Λαμπρή*, βλ. φρ. *γλυκός ο ύπνος το πρωί, παλιά τα ρούχα τη Λαμπρή*·

- *γλυκός ο ύπνος το πρωί, παλιά τα ρούχα τη Λαμπρή*, όποιος κοιμάται πολύ και, κατ' επέκταση, όποιος τεμπελιάζει, δεν προκόβει στη ζωή του: «ξύπνα, παιδάκι μου, να πας στη δουλειά σου, γιατί, γλυκός ο ύπνος το πρωί, παλιά τα ρούχα τη Λαμπρή»·

- *γλυκός ύπνος*, που είναι αδιατάρακτος από κακά όνειρα ή από τύψεις: «πάντα έχει γλυκό ύπνο αυτός ο άνθρωπος, γιατί δεν έχει ποτέ του βλάψει κανένα». (Λαϊκό τραγούδι: *άιντε, το μωρό μου στ' όνειρό του χάδια μου ζητά στον ύπνο το γλυκό του*)·

- *δε με παίρνει (ο) ύπνος*, **1.** παρά την προσπάθεια που κάνω δεν μπορώ να κοιμηθώ: «το καλοκαίρι με τη ζέστη δε με παίρνει ο ύπνος». **2.** παρά την προσπάθεια που κάνω, δεν μπορώ να κοιμηθώ λόγω ανησυχίας ή άλλων προβλημάτων: «όταν λείπουν το βράδυ τα παιδιά μου απ' το σπίτι, δε με παίρνει ύπνος». (Λαϊκό τραγούδι: *η αγωνία μου αυτή με τρώει και με δέρνει· να ξημερώσει ήθελα, γιατί ύπνος δε με παίρνει*)·

- *δε με πιάνει (ο) ύπνος*, βλ. φρ. *δε με παίρνει (ο) ύπνος*. (Λαϊκό τραγούδι: *κοντεύουνε χαράματα κι ο ύπνος δε με πιάνει· ένα μονάχα σκέφτομαι: πώς να σε εκδικηθώ*)·

- *δε μου κολλάει (ο) ύπνος*, βλ. φρ. *δε με παίρνει (ο) ύπνος*·

- *δε χορταίνω τον ύπνο μου ή δε χορταίνω ύπνο*, δεν κοιμάμαι ικανοποιητικά, χορταστικά: «τον τελευταίο καιρό δε χορταίνω ύπνο, γιατί έχω πολλά προβλήματα στη δουλειά μου». (Δημοτικό τραγούδι: *εγέρασα, μωρέ παιδιά, σαράντα χρόνια κλέφτης, τον ύπνο δεν εχόρτασα και τώρα αποσταμένος*).
- *δεν έχω ύπνο*, δεν μπορώ να κοιμηθώ λόγω ανησυχίας ή άλλων προβλημάτων: «κάθε βράδυ δεν έχω ύπνο, γιατί έχω ένα σωρό σκοτούρες στο κεφάλι μου». (Λαϊκό τραγούδι: *γιατί, πατέρα, γιατί, πατέρα, δεν έχεις ύπνο και ξαγρυπνάς κι όλο τα βράδια με τη μητέρα μιλάτε ώρες κρυφά από μας*).
- *είδα στον ύπνο μου (κάποιον ή κάτι)*, ονειρεύτηκα κάποιον ή κάτι: «χτες βράδυ είδα στον ύπνο μου την πρώτη μου αγαπημένη || πριν από καιρό είδα στον ύπνο μου πως είχα πάει διακοπές κάπου στις Κυκλάδες». (Λαϊκό τραγούδι: *γυμνό σ' είδα στον ύπνο μου, γυμνό, ξυπνώ και ζω με τ' όνειρο ακόμα*). βλ. και φρ. *το είδα στον ύπνο μου*.
- *είμαι απ' τον ύπνο ή είμαι από ύπνο*, έχω μόλις ξυπνήσει και βρίσκομαι ακόμη κάτω από την επίδραση του ύπνου, δεν έχω ακόμη συνέλθει: «πριν μου πεις οτιδήποτε, μισό λεπτό να ρίξω λίγο νερό στα μούτρα μου, γιατί είμαι από ύπνο».
- *είναι ανάμεσα στον ύπνο και στον ξύπνο*, βλ. φρ. *βρίσκεται ανάμεσα στον ύπνο και στον ξύπνο*.
- *είναι γλυκός ο ύπνος*, δικαιολογία ατόμου που του αρέσει να κοιμάται πολύ: «εσείς πάτε να διασκεδάσετε κι εγώ θα πάω να κοιμηθώ, γιατί, αχ, είναι γλυκός ο ύπνος».
- *είναι γλυκός ο ύπνος το πρωί*, δικαιολογία ατόμου που δεν μπορεί να ξυπνήσει το πρωί στην ώρα του, για να πάει στη δουλειά του: «κάθε πρωί αργώ λίγο να πάω στη δουλειά μου, γιατί είναι γλυκός ο ύπνος το πρωί».
- *είναι στον πρώτο ύπνο*, βλ. φρ. *βρίσκεται στον πρώτο ύπνο*.
- *είναι ύπνος*, δεν είναι έξυπνος, είναι κουτός, βλάκας: «μην του εμπιστεύεσαι ούτε και την πιο απλή δουλειά, γιατί είναι ύπνος και θα εκτεθείς».
- *έλα ύπνε και πάρε το*, ειρωνική έκφραση σε άτομο που είναι πολύ κουτό, πολύ κοιμισμένο, που με κανέναν τρόπο δεν μπορεί να καταλάβει τι του λέμε: «μην του αναθέσεις ούτε την πιο εύκολη δουλειά, γιατί ο τύπος είναι έλα ύπνε και πάρε το και θα σε ταλαιπωρήσει». Από το ότι η φρ. αυτή αποτελεί την απαρχή νανουρίσματος. Πρβλ.: *έλα ύπνε και πάρε το και στείλ' το στους μπαξέδες, και γέμισε τους κόρφους του λουλούδια, μενεξέδες(...)*. Συνών. *ύπνε που παίρνεις τα παιδιά*.
- *έχω ελαφρύ ύπνο ή έχω ύπνο ελαφρύ*, βλ. φρ. *κάνω ελαφρύ ύπνο*.
- *η αλεπού στον ύπνο της κοτόπουλα ονειρεύεται*, βλ. λ. [αλεπού](#).
- *κάλλιο ύπνο παρά δείπνο*, λέγεται για τους τεμπέληδες που προτιμούν να κοιμούνται παρά να δουλεύουν: «πώς να προκόψει αυτός ο άνθρωπος! Μια ζωή κάλλιο ύπνο παρά δείπνο είναι».
- *καλόμαθ' η γριά στα σύκα, τα βλέπει και στον ύπνο της*, βλ. λ. [γριά](#).
- *καλό(ν) ύπνο!* ευχή μεταξύ ατόμων που αποχωρίζονται όταν πάνε για ύπνο, ή που ξαπλώνουν στο κρεβάτι να κοιμηθούν.
- *κάνω ελαφρύ ύπνο ή κάνω ύπνο ελαφρύ*, ξυπνώ πολύ εύκολα, με το παραμικρό: «μόλις ακούσω κάποιον θόρυβο, ξυπνώ αμέσως, γιατί κάνω ελαφρύ ύπνο».
- *κλέβω έναν ύπνο*, βλ. συνηθέστ. *ξεκλέβω έναν ύπνο*.
- *κοιμάται τον ύπνο του δικαίου*, **α.** κοιμάται βαθιά και γαλήνια: «είναι τόσο εντάξει άνθρωπος, που πάντα κοιμάται τον ύπνο του δικαίου». Από το ότι ένας δίκαιος άνθρωπος έχει τη συνείδησή του ήσυχη. **β.** (ειρωνικά)

δεν αντιλαμβάνεται τι συμβαίνει γύρω του, ιδίως για πράγματα που το αφορούν: «η γυναίκα του τον κερατώνει μ' έναν φίλο του κι αυτός κοιμάται τον ύπνο του δικαίου»·

- μ' έπιασε ο ύπνος, βλ. φρ. με πήρε ο ύπνος·

- με πήρε ο ύπνος, **α.** αποκοιμήθηκα: «ήμουν τόσο κουρασμένος, που, μόλις κάθισα στην καρέκλα με πήρε αμέσως ο ύπνος». (Λαϊκό τραγούδι: **με πήρε ο ύπνος** κι έγειαρα στου καραβιού την πλώρη και ήρθε και με ξύπνησε του καπετάνιου η κόρη). **β.** αποξεχάστηκα, αφαιρέθηκα: «με πήρε ο ύπνος κι έφυγε το σκυλί»·

- με το νου πλουταίνει η κόρη, με τον ύπνο η ακαμάτρα, βλ. λ. [ακαμάτης](#)·

- μιλάει στον ύπνο του, παραμιλάει καθώς κοιμάται: «η γυναίκα του μαθαίνει όλα τα τσιλημπουρδήματά του, γιατί ο βλάκας μιλάει στον ύπνο του»·

- μόλις σηκώθηκα απ' τον ύπνο, μόλις ξύπνησα: «μόλις σηκώθηκα απ' τον ύπνο χτύπησε το κουδούνι ο θυρωρός για τα κοινόχρηστα». Συνών. μόλις σηκώθηκα απ' το κρεβάτι (α)·

- μου 'φυγε ο ύπνος, δεν έχω πια τη διάθεση να κοιμηθώ, ιδίως μετά από κάποια ενοχλητική κατάσταση που δημιουργήθηκε: «ενώ νύσταζα κι έπεσα να κοιμηθώ, έγινε μια φασαρία έξω απ' το σπίτι και μου 'φυγε ο ύπνος»·

- ξεκλέβω έναν ύπνο, βλ. συνηθέστ. ξεκλέβω έναν υπνάκο, λ. υπνάκος·

- ο αιώνιος ύπνος, ο θάνατος: «μην κοιμάσαι τώρα και γλέντα τη ζωή, γιατί σε όλους μας θα έρθει κάποτε ο αιώνιος ύπνος». Συνών. η αιώνια ανάπαυση / ο τελευταίος ύπνος·

- ο τελευταίος ύπνος, βλ. φρ. ο αιώνιος ύπνος·

- ο ύπνος θρέφει μάγουλα και ξεβρακώνει κώλους, λέγεται ειρωνικά για τους τεμπέληδες που παχαίνουν απ' το καθιστό, αλλά δεν αποκτούν χρήματα·

- ο ύπνος θρέφει μάγουλα και ξεγυμνώνει κώλους, βλ. συνηθέστ. ο ύπνος θρέφει μάγουλα και ξεβρακώνει κώλους·

- ο ύπνος θρέφει το παιδί κι ο ήλιος το μοσχάρι και το κρασί το γέροντα τον κάνει παλικάρι, λέγεται για να τονίσει την ευεργετική επίδραση του ύπνου, ιδίως στα παιδιά, του ήλιου στα ζώα, και του κρασιού στα ηλικιωμένα άτομα, τα οποία, κάτω από την επίδραση του αλκοόλ ενεργούν πολλές φορές δυναμικά, όπως όταν ήταν νέοι·

- ο ύπνος της χαρμάνας, (στη γλώσσα των ναρκωτικών) ο ύπνος του τοξικομανή, που, όταν στερείται το ναρκωτικό του, ξυπνάει κάθε τόσο με νευρικά τινάγματα κάτω από την πίεση του στερητικού συνδρόμου: «δεν υπάρχει πιο βασανιστική κατάσταση απ' τον ύπνο της χαρμάνας»·

- ο ύπνος ύπνο φέρνει, βλ. φρ. ο ύπνος φέρνει ύπνο·

- ο ύπνος φέρνει ύπνο, όποιος κοιμάται πολύ, θέλει να κοιμάται συνέχεια, νυστάζει συνέχεια: «μην κοιμάσαι τόσο πολύ, αγόρι μου, γιατί ο ύπνος φέρνει ύπνο»·

- ούτε στον ύπνο σου, δηλώνει κατηγορηματική άρνηση: «θα μου δώσεις τα δανεικά που σου ζήτησα; -Ούτε στον ύπνο σου»·

- ούτε στον ύπνο του..., συγκοπή των αμέσως παρακάτω δυο φράσεων·

- ούτε στον ύπνο του δεν το είδε ή ούτε στον ύπνο του δεν το περίμενε, λέγεται στην περίπτωση που συνέβη ανέλπιστα κάποιο σπουδαίο καλό σε κάποιον: «θα πήγαινε φυλακή για χρέη, αλλά του 'πεσε ο πρώτος αριθμός του λαχείου. -Ούτε στον ύπνο του δεν το είδε || τη βδομάδα που μας πέρασε, ο τάδε κέρδισε και στο προπό, και

στο λότο, και στο τζόκερ. -Ούτε στον ύπνο του δεν το περίμενε». Από το ότι στο όνειρο συμβαίνουν τα πιο απίθανα πράγματα·

- *παίρνω έναν ύπνο ή παίρνω τον ύπνο μου*, κοιμάμαι: «αν δεν πάρω κανονικά τον ύπνο μου, την άλλη μέρα είμαι χάλια || κάθε μεσημέρι παίρνω έναν ύπνο»·

- *πάνω στον καλό ύπνο ή πάνω στον καλό τον ύπνο ή πάνω στον ύπνο του καλό*, ακριβώς τη στιγμή που κοιμάται κάποιος ήρεμα και βαθιά: «ήρθε πάνω στον ύπνο τον καλό και μου βροντούσε την πόρτα»·

- *πάω για ύπνο*, αποχωρώ από κάπου για να πάω να κοιμηθώ: «επειδή πέρασε η ώρα, πάω για ύπνο»·

- *πέφτω για ύπνο*, ξαπλώνω στο κρεβάτι να κοιμηθώ: «κάθε βράδυ, μόλις τελειώσει το τελευταίο δελτίο ειδήσεων πέφτω για ύπνο»·

- *πηγαίνει για ύπνο με τις κόττες*, βλ. συνηθέστ. *κοιμάται με τις κόττες*, λ. *κότα*·

- *ρίχνω έναν ύπνο*, βλ. φρ. *τραβώ έναν ύπνο*·

- *στον ύπνο και στον ξύπνο*, λέγεται στην περίπτωση που κάτι μας απασχολεί συνεχώς: «στον ύπνο και στον ξύπνο έχω το νου μου σ' αυτό το παιδί, γιατί είναι πολύ άτακτο»·

- *στον ύπνο σου το είδες*; **α.** έκφραση αμφισβήτησης ή απορίας σε άτομο που μας λέει ή μας ζητάει κάτι απίθανο, που αδυνατούμε να το πιστέψουμε: «έμαθα πως το μεσημέρι θα περάσει ο τάδε απ' το γραφείο σου. -Στον ύπνο σου το είδες; Αυτός λείπει στο εξωτερικό! || εσύ που έχεις λεφτά, θα με βοηθήσεις να κάνω αυτή τη δουλειά; - Στον ύπνο σου το είδες; Εγώ δεν έχω λεφτά να καλύψω τις υποχρεώσεις μου!». **β.** λέγεται με ειρωνική διάθεση σε άτομο που κάνει κάτι πρωί πρωί, ενώ θα μπορούσε να το κάνει μια οποιαδήποτε άλλη ώρα κατά τη διάρκεια της ημέρας: «μα καλά, στο ύπνο σου το είδες κι ήρθες πρωί πρωί να μου φέρεις τα δανεικά;»·

- *στρώνω για ύπνο*, ετοιμάζω το κρεβάτι μου να κοιμηθώ: «είναι στο δωμάτιό του και στρώνει για ύπνο»·

- *το είδα στον ύπνο μου*, υπέθεσα λάθος κάτι, το φαντάστηκα: «αν είχε έρθει ο τάδε που λες, θα μου το 'λεγε ο αδερφός του που ήμασταν πριν από λίγο μαζί. -Θα το είδα στον ύπνο μου». Πολλές φορές, άλλοτε προηγείται και άλλοτε έπεται της φρ. *το μου φαίνεται*·

- *το στρώνω στον ύπνο*, πέφτω να κοιμηθώ, κοιμάμαι: «μόλις γύρισε στο σπίτι, το 'στρωσε στον ύπνο»·

- *τον έπιασα στον ύπνο*, τον εξαπάτησα, τον ξεγέλασα όχι τόσο γιατί είναι κουτός, αλλά επειδή είχε αλλού το νου του, επειδή ήταν αφηρημένος ή απασχολημένος: «τον έπιασα στον ύπνο την ώρα που παρακολουθούσε το ματς από την τηλεόραση και του πήρα τα δανεικά που μου χρειάζονταν»·

- *τον πέτυχα στον ύπνο*, βλ. συνηθέστ. *τον έπιασα στον ύπνο*·

- *τραβώ έναν ύπνο*, κοιμάμαι πολύ καλά, χορταστικά: «α, κάθε Κυριακή μεσημέρι τραβώ έναν ύπνο, που τον ευχαριστιέμαι!»·

- *ύπνε που παίρνεις τα παιδιά*, ειρωνική έκφραση σε άτομο που είναι πολύ κουτό, πολύ κοιμισμένο, που με κανέναν τρόπο δεν μπορεί να καταλάβει αυτό που του λέμε: «αμάν, βρε, ύπνε που παίρνεις τα παιδιά, πώς αλλιώς πρέπει να στο πω για να καταλάβεις;». Από την αρχή του νανουρίσματος: *ύπνε που παίρνεις τα παιδιά, έλα πάρε και τούτο, μικρό μικρό σου του 'δωσα μεγάλο φέρε μου το(...)*. Συνών. *έλα ύπνε και πάρε το*·

- *ύπνο ελαφρύ*, ευχή σε κάποιον, που πάει να κοιμηθεί, να έχει ύπνο αδιατάρακτο, ύπνο χωρίς εφιάλτες: «καληνύχτα, φίλε μου, και ύπνο ελαφρύ»·

- *χάνω τον ύπνο μου*, δεν μπορώ να κοιμηθώ λόγω ψυχικής αναστάτωσης ή φόβου: «επειδή έγινε ζούγκλα η κοινωνία μας, χάνω τον ύπνο μου κάθε φορά που αργούν να γυρίσουν τα παιδιά μου στο σπίτι»·

- χορταίνω τον ύπνο μου ή χορταίνω ύπνο, κοιμάμαι πολύ ικανοποιητικά, χορταστικά: «κάθε Κυριακή πρωί χορταίνω τον ύπνο μου».

Κέντρο Ελληνικής Γλώσσας