کەسایەتی

(الشخصیە)

نوسینی: عومەر ئەمین عەلی/ڕانیە

ناوی کتێب: کەسایەتی
ناوی نوسەر: عمر امین علی/ ڕانیە
تیراژ: ١٥٠٠
چاپخانەی: دەرەوەی ولاّت
ساڵی: ٢٠٢١ میلادی

لەبەڕێوەبەرایەتی گشتی کتێبخانەکان ژمارەی سپاردنی(٥٩٣)
ساڵی (٢٠٢١)ی دراوەتێ

بەناوی خواوەندی میری مەزن

هەموو کارێك کاردانەوەیەکی هەیە، هەموو شەپۆلەکانی تیشكو دەنگو شلەمەنیو گازەکانیش، کاتێك تووشی بەربەستێك دەبن، بە پێی یاساو بە گۆشەو ئاراستەو بڕی دیاریکراو، کاردانەوەی خۆیان دەبێت، بۆنموونە: ئەو تیشکەی بەر ئاوێنەیەك دەکەوێت، بەدڵنیاییەوە ئاوێنەکە بەشێکی زۆری ڕەتدکاتەوە بە بڕو ئاڕاستەی دیاریکراو، ڕێژەی ئەو بڕە تیشکەش کە دەگەڕێتەوە، پشت بەو توخمە دەبەستێت کە ئاوێنەکەی لێ درستکراوە، لەوانەیە لە هەندێك توخمدا تیشك دانەوەکە کەم بێتو لە هەندێکی تریاندا زیاتر بێت، بۆیە دەبینین هێزی بۆمبێکی بچووك، باخەڵەخانەیەکی گەورە دەتەقێنێتەوە، لەوانەشە قسەیەك ئاژاوەیەکی گەورە بەرپا بکات، لەهەمان کاتیشدا، دەکرێت وتەیەکی جوان ئاژاوەیەك بکوژێنێتەوە، یان پارچە مۆسیقایەك خەمو خەفەتێك بڕەوێنێتەوە، کەواتە گونجاوە ئادەمیزادەکان بیری خۆیان بکەنە بۆمبێکی بچووكو جوانی سروشتی پێ وێران بکەن، لە هەمان کاتیشدا دەکرێت بیرکردنەوەکانیان بکەنە قومە ئاویكو پاروە نانێكو خەڵکە هەژارەکە تێرکەنو، ببنە مایەی بەرقەراربوونی یاسایەك، کە هەموو مرۆڤەکان وەکو نیشتیمانێك شانازی بەگۆی زەوییەوە بکەنو، لەژێر کڵاوەی ئاسمانێکی شیندا بە ئاسودەیی ژیان بەسەربەرن.

ئێمە هەموومان مرۆڤین، بە نێرینەو مێینەوە، بە سپیو سوورو ڕەشەوە، بەفەقیرو دەوڵەمەندەوە، کەسایەتی ئەوکەسە پیرۆزە کە زۆردار نیەو بەخشەرە، پاروەکەی خۆی دەبەخشێتە خەڵکانی تر، کەسایەتی ئەوکەسە پیرۆزە دزی لە ماڵی گشتی ناکاتو بەرژەوەندیە مرۆییەکان دەخاتە پێش

بەرژەوەنـدی تایبــەتی خۆیــەوە، کەســایەتی ئەوکەســە پــیرۆزە کـە گیــانی لێبـوردەیی زاڵـە بەسـەر گیـانی ڕقو تۆڵـەدا، جـا خوێنـەری بـەڕێز ئـەو کتێبـە بەوردی بخوێنەوەو کەسایەتیەکەی خۆت بـدۆزەوەو لـە هەرشـوێنێك چـەوتیەك یان کەموکوڕییەك هەبوو، هەوڵی خۆڕاسـتکردنەوە بـدە لـە پێنـاوی ئـەوەی بـە پێپیلکە شارستانیەکەدا بگەیتە ترۆپکی مرۆیـی، مـن دڵنیـام لـەوەی ئـادەمیزاد دەتوانێت هێزە شـەڕانگێزەکەی نـاخی خـۆی ڕێشـمە بکـاتو کـاروانی تەمـەنی بگەیەنێتە کەنارێکی ئاسوودە.

عومەر ئەمین عەلی/ ڕانیە

٢٠١٥/٤/٤

﴿ژیانی ئادەمیزاد قۆناغ قۆناغە، لە هەر قۆناغێکیشدا دەرکەوتنی مرۆڤ ئاستێکی دیاریکراوی خۆی هەیە، ئەو دەرکەوتنە لە دەسەڵاتی خۆیدا نییە، بەڵکو لەژێر کاریگەری پێکهاتەی جەستەکەیدا ڕەنگ دەداتەوە، لەوانەشە ئەو ڕەنگ دانەوەیە لە قۆناغێکەوە بۆ قۆناغێکی تر پێچەوانەی یەکتری بن، لەژێر کاریگەری جۆری خواردنو خواردنەوەکانو هۆکارەکانی تردا، خۆشترینی ئەو قۆناغانەش قۆناغی گەنجیەتیە، گەنجەکانیش وای دادەنێن هەستکردن بە ژیان لەوانەوە دەست پێ دەکات، بەڵام بەدڵنیاییەوە لە ڕەوڕەوەی تەمەندا ڕۆژێك دادێت گەنجایەتی شکست دێنێت، پیرەکانیش لە تەمەنی گەنجایەتی تێپەڕیونو، گەیشتوونە ئەو باوەڕە پتەوەی کە ئەو بوونەوەرە کۆتایی بەوان دێنێت﴾.

کاتێك ئەو دوو کەسایەتیانە دەبینیت، دەزانیت یەکێکیان کەم ئەندامەو ئـەوەی تریشیان نابینایە، هەردووکیشیان پێویستیان بە یارمەتی تۆ هەیە، جا ئافـەرین بۆ ئەو هەستەی لە بەرانبەریاندا دەجووڵێت.

میژوو......

ســـەرەتای باســـەکەمان لـــەنێو ڕووداوو کەســـایەتیەکانی مێـــژوەوە دەســـت پێدەکەین، پارو پێرار، دوێنیّو پێریّ هـەروەکو ئـەمڕۆ بـوون تێپـەڕین، کاتێـك ڕووداوەکـانیش دەگێڕینـەوە تووشـی کێشـەیەك دەبـین، تـا دوور بکەوینـەوە وێنەکان زیاتر ڕەش‌وسپی دەبنـەوە، بـەلاّم بەدلّنیاییـەوە هەنـدێك لـە وێنـەکان ئەوەندە وردەکارن بەدرێژایی مێژوو وەکو خۆیان بە ڕەنگاوڕەنگی دەمێننـەوە، جا سـەرەتا لەڕەنگـە دیجیتاڵیەکانـەوە دەسـت پێدەکـەین کـە کـاڵ نابنـەوەو، پەروەردگاریش پشتیوانیمان لێدەکات کە دەفەرموێت:

﴿بەدلّنیاییەوە لە کەسایەتی پێغەمبەری خوادا، سەرمەشـقێکی چـاك هەیـە بـۆ ئێوە، بۆ ئەو کەسانەی کە داوای دیداری خـواو ڕۆژی دوایـی دەکـەن‌و، زۆریـش یادی خوا دەکەنەوە﴾. (٢١)(الاحزاب)

﴿(بەڕاستی لە کەسایەتی) ئیـبراهیمو ئەوانـەی لەگەڵیـدا بـوون، سەرمەشـقێکی چاك هەیە بۆ ئێوە کە بە شوێنیاندا بڕۆن..﴾.((٤) الممتحنه).

(کاتێـك جوبرائیـل دێـت بـۆلای محەمـەدو عائیشـەش لەوێیـە، عائیشـە توانـای بینینی جـوبرائیلی نیـە، بۆیـە پێغەمبـەر بـە عائیشـە دەڵێـت: ئـەوە جوبرائیلـە سەلامت لـێ دەکـات، ئـەویش وەلاّمـی سـەلامەکەی دەداتـەوەو دەڵێـت: (ئـەی محەمەد، ئەوەی کە تۆ دەیبینی من نایبینم).*(١)

واتە: کەسایەتی عائشە ئـەو ئامادەکاریـەی تێدانـەکراوە کـە فریشـتەکانی خـوا ببینێت، بەلاّم محمد کە یەکێکە لە پێغەمبەرەکان، زۆر بەئاسـانی فریشـتەکانی خوا سەردانیان کردوە.

عیسای کوڕی مریەم لەناو بێشکەدا قسەی لەگەڵ خەڵکی دەکرد، لە کاملّی تەمەنیشیدا مردووەکانی زیندوو دەکردنەوەو، نەخۆشیەکانی گەڕیو گولی چارەسەر دەکردو، باڵندەی لەقوڕ دروست دەکردو فووی پێدادەکرد، بە فەرمانی خوا گیانی دەهاتە بەرو دەفڕی، جا ئایا مرۆڤێکی ئاسایی ئەو تواناییانەی هەیە؟

کەواتە کەسایەتی پێغەمبەرەکان لە کەسایەتی مرۆڤە ئاساییەکان تۆکمەترن، هەریەکێك لە پێغەمبەرەکانیش کەسایەتی تایبەتی خۆی هەیە، کەسایەتی پێغەمبەرەکان بۆ گەیاندنی پەیامی خوایە، بۆیە هەر ئەوەندە پەنجەیان بۆ درێژ دەکەین بەو شێوەیەی کە پەروەردگار باسی کردوون، بۆ کەڵك وەرگرتن لە چۆنیەتی ڕابەرایەتیەکەیان.

(لە ناسراوترین کەسایەتیەکانی سەدەی شازدەیەم، کەسێك هەبووە بەناوی (سیتون)، لە ماڵەکەی خۆیدا ئاهەنگی بۆخەڵکی دەگێڕاو کۆمەڵە خۆڵی بۆ دەکردن بە زێڕ، جا کاتێك خەڵکەکە باوەڕیان بە تاقیکردنەوەکەی دێنا، زێڕەکەی دەگەڕاندەوە بۆ خۆڵ).*(٢)

ئاخۆ ئەو کەسایەتیە خاوەنی چ هێزێك بووبێت؟

(کروازیە) منداڵێکی زۆڵی هەڵگیراوەی هۆڵەندی بوو، ژیانی منداڵی زۆر سەخت بوو، بە بەردەوامیش نەخۆش بوو، بەڵام ئەوەندەی پێنەچوو هەستی کرد کە خاوەن توانایەکی سەیرە، ئەویش ئەوەبوو هەر کەسێکی دیبا یەکسەر هەموو ئەو ڕووداوانەی بۆ دەگێڕانەوە کە لەچەند ڕۆژی ڕابردوودا بەسەریدا هاتوون، کاتێك قوتابی بوو، چوو بۆلای یەکێك لە مامۆستاکانیو گوتی: پیرۆزبێت، مامۆستاکەش پێی گوت: چیم لێ پیرۆز بێت؟ ئەویش گوتی: دەزگیرانەکەت، ئەو دەزگیرانەی هەفتەی ڕابردوو لەگەڵیدا بوویتو پرچ زەردەو پانتۆڵێکی

تەسکی لە پێدایەو، گوڵێکی سوور لەسەر سینگی دەدات، هەردووکیشتان لەسەر ئەوە ڕێککەوتون ڕۆژی یەکشەمەی داهاتوو زەماوەند بکەن، سەر ئەنجامیش هەر وابوو، لە هەفتەی داهاتوودا قسەکەی (کروازیە) ڕاست دەرچوو، پاشانیش کە ناوبانگی دەرکرد لە ئەوروپاو ئەمەریکادا، پۆلیس ئەو پیاوەیان بەکارهێنا بۆ ئاشکراکردنی تاوانەکانو دۆزینەوەی تاوانبارەکان، لە ڕووداوێکدا بردیانە ماڵێکەوە، لە چێشتخانەکەدا گوتی: ئالێرەدا پیاوێك بەیارمەتی براکەی هەڕەشەی لە کچێك کرد، کچەکەش دەگریا، بەلآم تاوانبارەکە دوای ئەوەی کردەوەیەکی بەدڕەوشتی لەگەڵ ئەنجامدا، پاشان کوشتی، (کروازیە) بە پۆلیسی گوت: ئەو دوو تاوانبارە یەکیان هەلآتووە بۆ پاریسو ئەوەی تریشیان تا ئێستا لەناو شاردایە، پاشان لێکدانەوەکەی (کروازیە)ڕاست دەرچوو، لەبەرئەوەی پێش دوو سەعات پۆلیس ئەو دوو تاوانبارەی دەستگیر کردبوو*(٣)

ئایا ئەوەی زۆڵ بێت ئەو توانایانەی دەبێت؟

کەسایەتیەکی تری هۆڵەندی ناوی(پیتر هرکوس)بوو، ئەو پیاوە توانای بینینی ڕووداوەکانی هەبوو لە دووری شوێنی ڕووداوەکانەوە، تەنانەت ئەگەر پرسیاری ڕووداوی ڕابردووشت لێ کردبا، هەرئەوەندە ماوەیەکی کورت سەرنجێکی دەداو دەتگوت فلیمێکی ڕەنگاوڕەنگ دەبینێت، بەتەواوی هەموو ڕووداوەکەی بۆ دەگێڕایەوەو، زۆر وردەکارانەش شێوەی دەموچاوی تاوانبارەکەی بۆ دەستنیشان دەکردی، پۆلیس ئەو پیاوەیان هێنا بۆلێکۆڵینەوە لەکوژرانی هونەرمەندی ئەمەریکی (شارون تیت)، ئەو پیاوە لە باڵەخانەی هونەرمەندە کوژراوەکەدا دەستنیشانی هەموو تاوانبارەکانی کردنو، ئەو شوێنانەشی ئاشکرا کردن کە تاوانبارەکان ڕوویان تێکردبوون، ئەو پیاوە دەڵێت: لەکاتێکدا

ئەو توانایەم لێ دەرکەوت کە لە ڕێگە تووشی ڕووداوێك بووم و کەوتمە ژێر ماشێنێکەوەو بردیانم بۆ نەخۆشخانە، دوای ئەوەی بەنجەکە بەریدام، هەستم بەخۆم دەکرد دەتوانم بیرو بۆچوونی هەموو دکتۆرو برین پێچەکان بخوێنمەوە، هەروەها هەستم دەکرد هەموو شتێك لەسەر ئەو دۆستو خزمانە دەزانم کە سەردانیان دەکردم، بۆنموونە: هەستم دەکرد یەکێك لە برادەرەکانم کارێکی زۆر گرنگی جێهێشتوەو هاتوە بۆ سەردانی من، منیش پێم دەگوت: کاکە واپێویست بوو ئێستا تۆ لە فلان شوێنەبای بۆئەوەی کارەکانت جێبەجێ کردبان، بۆچی هاتوی بۆلای من؟ ئەوکەسە بەلایەوە سەیربوو من ئەو زانیاریانە لەکوێوە دەزانم، یان هەستم دەکرد ئەو هاوڕێیەی کە هاتوە بۆلام، هاوسەرەکەی لەناو ماشێنەکەدا جێهێشتوە، بۆیە پێم دەگوت: زۆر سوپاس بۆ ئەو سەردانەت، برۆ هاوسەرەکەت لەناو ماشێنەکەدا چاوەڕێت دەکات، ئەویش سەرسام دەبوو چۆن بەم شتانە دەزانم، یان بە هاوڕێیەکم دەگوت: جارێ دانیشە مەڕۆ، دزەکان ماشێنەکەتیان دزیوە، کە چوون تەماشایان کرد بەتەوای وەهابوو.*(٤)

ئایا ئەو ماشێنەی لە شەقامەکەدا ئەوکەسەی شێلاوە، بۆتە هۆی ئەوەی کەسایەتیەکەشی بگۆڕێت؟

کەسایەتی (مەهاتما غاندی):

ژیانێکی هەژارانە دەژیا، لەودنیایەدا تەنها کوخێکی هەبوو کە خۆی دروستی کردبوو لەسەر ڕوباری (سابارماتی)، لە شیری ئەو بزنەشی دەخواردەوە کە لە تەنیشتێکی کوخەکەدا هەیبوو، جەمە خواردنەکەش بەهەندێك برنجو لیمۆو خورما تەواو دەکرد، مەشروباتو چاو قاوەشی نەدەخواردەوە، تەنها

قوماشێکی سپی لەخۆیەوە دەپێچا، لە لۆکەی هینـدی دروسـتکرابوو، چـاویلکە بەناوبانگەکەشی لە چاوەکانی دەکرد.
جارێکیـان غانـدی بـانگ دەکرێـت بـۆ ئاهــەنگێك لــە کۆشـکی ئیمبراتۆریــەتی بــەریتانی، بــەو شــێوە ســادەیەی خۆیــەوە دەچــێت کــە زۆرینــەی لەشــی بەدەرەوەیــە، لــەوێ یــەکێك لــەو ئینگلیزانــەی کــە ئــەویش بانگێشــکراوە بــۆ ئاهەنگەکە، بە ناڕەزاییـەوە بەغانـدی دەڵێـت: ئایـا گونجـاوە تـۆ بـەم شـێوەیە دیداری شاژن بکەیت؟ ئەویش لەوەڵامدا بە زەردەخەنەیەکەوە دەڵێت: هـاوڕێی ئازیز دڵنیابە لەوە، لەبەرئەوەی شاژن ئەوەنـدەی جلوبـەرگ لەبەردایـە بەشـی منو تۆو هەموو ئەوانەش دەکات کە بانگێش کراون بۆ ئاهەنگەکە.
ئەوەش بەشێکن لە وتە بەنرخەکانی ئەو کەسایەتیە پیرۆزە:
*ناتوانیت بەڕاستیو دروسـتی یارمـەتی خـەڵکی بـدەیت، مەگـەر وەکـو ئـەوان بژیـەیت، بـە شـێوەیەکی وەهـاش یارمـەتی خـەڵکی بـدە کـە خۆیـان کارەکـان ئەنجام بدەنو تواناکانی خۆیانیان بۆ دەرکەوێت، تۆ شوێنی ئەوان مەگرەوە.
*شادمانی ئەوەیە قسەو کردارو ئاواتەکانمان تێك بکەنەوەوە.
*ئەگەر بێتـە سـەر ئـەوەی مـن لـەنێوان وڵاتەکـەمو حـەقو ڕاسـتیدا یـەکێکیان هەڵبژێرم، ئەوا حەقەکە هەڵدەبژێرم.
*هەرچەندە بەریتانیاش وڵاتەکەمی داگـیر کـردوە، بـەڵام مـن بـە دوژمـن نـاوی نابەم، بەڵکو وای دادەنێم دۆستێکە ڕێگەی ڕاستی بزر کـردوە، جـا بەوهۆیـەوە پەیڕەوی ستەمو چەوساندنەوەو داگیرکردنی وڵاتانی کردوە.
*جەستەی ئادەمیزاد قاپو قاچاغ نیە بـۆ ئـەوەی خـواردنو خواردنـەوەی تـێ بکرێت، بەڵکو ئامرازێکە بـۆ شۆڕشـگێڕیەتیو، نیشـانەیەکە بـۆ پـەرچ دانـەوەو، هۆیەکە بۆ دەربڕینی تووڕەیی.

ئەو کەسەش کە گیانی لێبووردەیی هەیە، زۆر شیاوترە لەو کەسەی کە بەتەمای تۆڵە سەندنەوەیە.(٥)

جا ئایا غاندی کەسایەتیەکی تایبەتی نەبووە لەچاو خەلکانی تردا، کە بۆتە هۆی ئەوەی ناوەکەی بە زیندوویی بمێنێتەوە لەناو هەموو گەلو نەتەوەکاندا؟

سەرۆك (جیمس جار فیلدر) یەکێك بوو لە سەرۆکەکانی ولاتە یەکگرتوەکانی ئەمەریکا، دەیتوانی لەیەك کاتدا بە دەستێك بە خەتی لاتینیو بە دەستەکەی تریشی بە خەتی ئیغریقی بنوسێت.*(٦)

کەسایەتی سەرۆك وەزیرانی مالیزیا (مهاتیر محمد):

(چوارەم سەرۆك وەزیری مالیزیا، لەساڵی ١٩٨١ بۆ ٢٠٠٣، لەسەر دەستی ئەو پیاوە مالیزیا لە ولاتێکی کشتوکاڵیەوە گۆڕا بۆ ولاتێکی پیشەسازی پێشکەوتوو، کەسایەتیەکی خۆشەویستە لە هەموو ئاسیادا، دژی بەرنامەی عەولەمەیە، سەرەتا لە شەقامەکاندا مۆزی دەفرۆشت، دواتر کە خوێندی تەواوکرد بوو بە دکتۆر، دوای ڕزگارکردنی مالیزیاش لەدەستی ئینگلیز، بڕیاریدا نیوەی کاتەکەی تەرخان بکات بۆ چارەسەری نەخۆشە هەژارەکان بەخۆڕایی، بۆیە لەلایەن خەڵکەوە دەنگی پێدراو، لەساڵی ١٩٦٤ بوو بە ئەندامی ئەنجومەنی گەل، لەساڵی ١٩٧٥ بوو بە وەزیری خوێندنی باڵا، لەساڵی ١٩٨١ بوو بە سەرۆك وەزیران بۆ ماوەی نزیکەی ٢٢ ساڵ، جا خوێنەری بەڕێز سەرنجێکی وردی ئەو کەسایەتیە بدە، بزانە گەورەییو پیرۆزیو ڕێزیك نابینیت لە ڕووی کەسایەتیەکەیدا؟).*(٧)

کەسایەتی (نلسۆن ماندیلا):

چەند ناشیرنە، سەد ئەوەندەش شیرینە، چەندە پیرە، بەلاّم وای دەبینم لەگەڵ هەموو چرکەیەکدا لەوسەری تەمەنڕا دەگەڕێتەوەو نازانێ پیربوون چیە، ئەوە

نلسۆن ماندیلایە، ئەو ناوەی لە کۆتایی سەدەی بیستدا دنیای هەژاند، ببوو بە وێردی سەرزاری گەورەو بچووك.

لە کاتێکدا پێست سپیەکان کەمینەیەك بوون لە باشووری ئەفەریقیاو، بە زۆرەملێ حوکمیان گرتبووە دەست، ئەنجومەنی نەتەوەیی ئەفەریقیا دژایەتی سیاسەتی (جیاوازیکردنی نەژادی) ئەو حکومەتە ڕەگەز پەرستەی دەکرد، بۆیە لەساڵی ١٩٤٢ ماندێلا هاتە ناو ئەو ئەنجومەنەوەو لەساڵی ١٩٦١ بوو بە سەرۆکی باڵی سەربازی، دوای ساڵێك دەستگیر کراو سزای(٥)ساڵ زیندانی بەسەردادرا، دواتر لەساڵی ١٩٦٤ بڕیاردرا بە درێژایی تەمەنی لە بەندیخانەدا بمێنێتەوە، لەنێو ژورە تەنگەکەی بەندیخانەوە بانگەوازی بۆ خەڵکی لێدەدا کۆڵ نەدەن و بەردەوام بن، هەتا لەساڵی ١٩٩٠ دوای ٢٧ ساڵ زیندانی ئازاد کرا، لەساڵی ١٩٩٣ خەڵاتی نۆبلی بۆ ئاشتی پێ بەخشرا، لەدوای مردنیشی لەلایەن خەڵکی وڵاتەکەی خۆی و هەموو ئازادیخوازانی دونیا بە کەسایەتیەکی خاوەن ڕێز دادەندرێت.*(٨)

کەسایەتی پاپای فاتیکان: (جویف راتسینجر):

لەکاتی سەرهەڵدانی کێشەیەکدا، کە خەڵکێکی نەزان لە پەیڕەوانی مەسیح سووکایەتیان بە پێغەمبەرو ئایینی ئیسلام دەکرد، پاپای فاتیکان گەیشتە تورکیاو لە مزگەوتی گەورەی ئەستەنبوڵدا بەرەو قیبلە نوێژێکی بێدەنگی لەسەر شێوازی ئیسلامی ئەنجامدا، ئەو کەسایەتیە بە سەڵیبەکەی ملیەوە هاتۆتە مزگەوتی موسوڵمانەکان و ناڕەزایی خۆی دەردەبڕێت بەرانبەر بەوانەی سووکایەتیان بە ئیسلام و پێغەمبەرەکەی کردوە، جا خوێنەری بەڕێز تۆزێك خۆت دوور بگرە لە کاریگەریە ئایینیەکەو بە وردی سەرنجێکی کەسایەتی پاپا بدە، بەدڵنیاییەوە دەبینی کەسایەتیەکی ئاشکرایەو ڕووی ڕاستەقینەی خۆی

نیشـانی خـەڵکی دەدات، پرچـی بۆیـاغ نەکردۆتـەوەو مووەکـانی ڕوومەتیشـی هەڵنەکێشاون، بەرگەکەشی ئەوەنـدە خاوێنـە بەدڵنیاییـەوە واهەسـت دەکـەیت بۆنێکی خۆشیشی لەخۆی دابێت، خـەڵکێکیش بـا پـێم نـەڵێت پاپـا کـافرە، لـە نوێژکردنەکەدا مامۆستایانی ئاینی ئیسلام بەڕێزەوە پاپایان کردبوو بەپێشەوای خۆیان.

(کۆنفۆشیۆس):

• – کونفوشیوس

(٥٥١ ق.م – ٤٧٩ق.م)

لەساڵی(٥٥١ی پێش میلاد) لە هەرێمی(لوو) لـە بـاکووری وڵاتـی (چـین) لـەدایك بووەو، لەساڵی(٤٧٩ی پێش میلاد) کۆچی دوایی کردوە.

خاوەن ڕێبازێکە نـەك خـاوەنی ئاینێـك، بـەڵکو ڕێبازەکـەی تایبەتـە بـە ژیـان، پـەیڕەوی کردنـی ڕەوشـتە لـە ژیـانی کۆمەڵایـەتیو سیاسـیدا، لەسـەر بنـەمای

خۆشەویستی دامەزراوە، خۆشویستنی خەڵکیو مامەڵەکردن بە باشترین شێوە لەگەڵیاندا، ڕێکوپێکو خاوەن ڕێزبیت لە ئاخافتندا، دەست پاکو زمان پاکیش بیت لەگەڵیاندا.

ڕێبازەکەی ڕێز بۆ ئەوانە دادەنێت کە بە تەمەن لە خۆت گەورەترنو پلەو پایەشیان لەتۆ بەرزترە، ڕێز لە پەیوەندیەکانی خێزان دەگرێتو، پابەندە بەوەی بچووك ڕێزی گەورە بگرێت، ژنیش گوێڕایەڵی فەرمانەکانی مێردەکەی بێت، لە هەمان کاتیشدا دژی دەستدرێژیو ستەم کارییە بۆسەر ئافرەتان، باوەڕیشی بەوە هەیە کە دەبێت حکوومەت لە خزمەتی میللەتدا بێتو، هیچ کاتێکیش لەگەڵ ئەوەدا نیە کە بە پێچەوانەی ئەو بۆچوونەوە بێت، کەسی دەسەڵاتداریش دەبێت خاوەنی سەنگە ڕەوشتیەکانو نموونەی گەورەیی بێت، لەو بڕیارەشدا کە لەو بارەیەوە ڕایگەیاندبوو، بناغەیەکی ڕەوشتی بۆخۆی داناوە، ئەویش ئەو وێردە بە پێزە دێرینەیە کە دەڵێت: (ئەوەی بۆخۆت پێخۆشە، بۆ خەڵکیشت پێخۆش بێت)، تا ئێستاش فەلسەفەکەی لەلایەن خەڵکی چینو کۆریاو یابان بە پەسەند دادەنرێت، لەبەرئەوەی کەسایەتیەکی ڕاستگۆو دڵسۆزو گونجاوو لەسەرخۆو کارامە بوو.*(١٠)

من وای دەبینم ڕابردوو بناغەیەکە بۆ نەخشەکێشی بەرنامەکانی داهاتوو، بەڵام لەگەڵ ئەوەشدا نابێت مرۆڤ بەتەوای خۆی ڕادەستی ئەو جیهانە تەماویە بکات، بەڵکو واپێویستە پەیوەندیە گیانیەکان بپارێزرێنو بمێننو نەبنە ڕێگر لەبەرانبەر پێشکەوتنە شارستانیەکەدا، لەهەمان کاتیشدا پێشکەوتنە شارستانیەکەش نەبێتە هۆی سڕینەوەو لەدەستدانی ئەو پەیوەندیە گیانیانەی کە ڕابردوو دروستی کردوون.

کەسایەتی دایکە (تێرێزا):

دایکە تێرێزا ناوە بنەڕەتیەکەی (ئاغنیس)ە، ئەو ئافرەتە خۆبەخشە مەسیحیە برین پێچەی لە ناوچەی کەلکەتای وڵاتی هیند کاری دەکرد، لە مەقدۆنیا ساڵی(١٩١٠)لە خێزانێکی ئایینی لەدایك بووە، پاشان چۆتە یۆغۆسلافیاو خەریکی کشتوکاڵ بوون، دوا بەدوا لە(دبلن) چۆتە قوتابخانەی ڕاهیبەکان، ساڵی(١٩٢٩) نێردراوە بۆ بنغال لە هیندی کۆنو لەوێ لە پەرستگای (لوریتوو) کاری کردوە، پاشان نازناوی خوشکە تێرێزای بۆخۆی داناوەو، دوابەدواش بەرگی ڕاهیبیەتی فڕێداوەو بەرگێکی سپی خەت شینی هیندی لەبەرکردوە، خۆی بەخشیوە بۆ کارکردنو خزمەتکردنی لێقەوماوانو، بۆتە دایکێکی خۆبەخش بۆ چاودێری کردنی منداڵە بێ کەسو سەرگەردانەکان، لەساڵی(١٩٦٣) دەستەیەکی هەرەوەزی دامەزراند بەناوی (جمعیە أخوە المحبە)، تایبەت بوو بە ڕاهیبەکانەوە، لە حەفتاو پێنج ساڵەی تەمەنیشیدا، بەهانای خەڵکی حەبەشەوە چووەو یارمەتی لێقەوماوانی داوەو، لە برسیەتیو ئاوارە بوون ڕزگاری کردوون، گرنگی بە ماڵو سامان نەدەدا، کاتێکیش لەسەر دەرزی لێدانێك، یان برین پێچانێك، یان ئەنجامدانی کارێك، ڕەخنەی لێ دەگیرا دەیگوت: (سەرکەوتن پێوەر نیە بۆ ئەوکارەی کە ئەنجامی دەدەیت، بەڵکو دڵسۆزیو ڕاستگۆییو دەستپاکی پێوەرە بۆ سەرکەوتنی ئەو کارە)، لە(١٩٩٧/٩/٥) لە کەلکەتای وڵاتی هندستان کۆچی دوایی کرد.*(١١)

لەبەر پیرۆزی کەسایەتیەکەی، خۆڵەمێشی جەستەکەی بە هەموو کەنیسەکانی جیهاندا دەسوڕێندرایەوە، خۆشبەختانە منیش کەژاوەی پاشماوەی تەرمەکەیم بینی لە کەنیسەی (سیدة العذراء) لە کەرادەی بەغدای پایتەخت، کە لە نزیك شوێنی کارەکەی منەوە بوو.

کەسایەتی (جیفارا):

دوای شـەش کاتـژمێر خـۆڕاگری، هـەموو هاوڕێکـانی شـەهیدکران و بۆخۆشـی بریندار بوو، کە دەستگیرکرا بۆماوەی (٢٤)کاتژمێر بە زیندوویی مایـەوە، دوای ئـەوە بـە فـەرمانێکی سـەربازی تەقـەی لێکـراو شـەهیدکرا، دەسـەڵاتدارانی پۆلیسیش ئامادە نەبوون لاشەکەی بدەنەوە بە براکەی، نەوەك گۆڕەگەی ببێتە مـەزاری شۆڕشـگێرانی جیهـان، بـەڵام لەڕاسـتیدا کەسـایەتی و ناوەکـەی بوونـە مایەی خەبات و تێکۆشان لە هەموو سەردەمەکاندا.
سەرنج بدە ئەو کەسایەتیە لە وڵاتەکەی خۆیەوە بازیداوە بۆپشتیوانی خەڵکانی چەوساوەو لێقەوماو لە وڵاتانی تر)*(١٢)

کەسایەتی (بیتهۆڤن):

(لودڤیج ڤـان بیتهـۆڤن) میوزیـك ژەنێکـی بـەناوبانگی ئەڵمانیایـە، لـە دیـارترین کەسایەتیە لێهاتووە بە تواناکانی مۆسیقایە لە هەموو سەردەمەکاندا، زۆر کاری نەمری مۆسیقی داهێناوە، هەموو گەشەکردنی مۆسیقای کلاسیکی دەگەڕێتـەوە بۆ بەتوانایی بیتهوڤن، یەکەم کاری مۆسیقی کـە پێشکەشـی کـرد، تەمـەنی(٨) هەشـت سـاڵ بـوو، داهێنانـەکانی لـە ئۆکسـترادا، نـۆ سـیمفۆنیاو پارچـە مۆسیقایەکی سـەر پیـانۆو، پارچـە مۆسـیقایەکی سـەر کـەمان دەگرێتـەوە، لـە تەمـەنی سـی سـاڵیدا هەسـتی بیسـتن لەدەسـت دەدات، بـەڵام ئـەو کەڕبوونـە کارناکاتە سەر توانا مۆسیقیەکانی، بەپێچەوانەوە بەرهەمە موسـیقیەکانی دوای ئەو کەڕبوونەی داهێنان و پێشـکەوتنیان پێـوە دیـارە، لـە جـوانترین کارەکـانی سیمفۆنیای پێنجەم و شەشەم و نۆیەمە، بەڵام ئەگەر سەرنج بدەین دەبیـنین کـە ئەو کەسایەتیە لێهاتوە لە ژیانیدا خێزانی پێك نەهێناوە.*(١٣)

کەسایەتی ناسراوی کۆمێدی (چارلی چاپلین):

بـەناوبانگترین ئەکتـەری بـواری سـینەما بـوو پـێش جـەنگی جیهـانی یەکـەم، هونەرمەندێکی کۆمیدیو کەسایەتیەکی داهێنـەرو کاریگـەری سـەردەمی فلیمـە بێدەنگـەکان بـوو، بــەناوبانگترین نواندنــەکانی ڕۆڵــی کەســێکی (گــەدا)بوو لەساڵی(١٩١٤)لە فلیمی (منداڵەکان لە ڤینیس پێشبڕکێیانە)، لـەو ڕیزبەندیـەی کە پەیمانگای فلیمی ئەمـەریکی داینـاوە بـەناوی (سـەد سـاڵو سـەد ئەکتـەر)، چـاپلین لەپلـەی ژمـارە(١٠)دایـە، بـەلاَم سـاڵی(٢٠٠٨) (مـارتین سـیف) لـە کتێبەکەیدا بە ناوی(ژیان نامەی چاپلین) دەڵێت: چاپلین هەر کەسێکی گـەورە نەبوو، بەڵکو پیرۆزیش بـوو، لـەدوای جەنگیشـەوە هـەر بـەردەوام بـوو لەسـەر کاری کۆمیدی، بۆیە (جـۆرج بەرناردشـۆ) لەبارەیـەوە دەڵێـت: (چـاپلین) تاقـە کەسایەتیەکی لێهاتوە لە بەرهەمی سینەماییدا دروست بووبێت).*(١٤)

کەسایەتی (ڕاسپۆتین):

گریگـوری ڕاسـپۆتین لەسـاڵی(١٨٦٩) لەسـیبریا لەگونـدی (بوکرۆوفسـکووی) لەدایك بووە، لە منداڵیەوە خەونی بـەردەوامی دەبـینی دەربـارەی هێـزو توانـاو دەسـەلاَتەکانی خـواو، هـەبوونی توانایـەکی سـنوور بـەزێن بـۆ چـاککردنەوەی نەخۆشـیەکان، بۆنموونـە: هەرئەوەنـدە دەسـتی دەدایـە ئەسـپێکی نـەخۆش، یەکسـەر چـاکی دەکـردەوە، لـە تەمـەنی گەنجیەتیـدا بە(ڕاسـپۆتین) ناوبـانگی دەرکرد، بـە مانای(خراپـەکار)، بـەهۆی زۆری ئـەو کـارە داوێـن پیسـیانەی کـە دەیکـردن، لـەنێوانی خۆپـارێزیو کـردەوە بـەد ڕەوشـتیە داوێـن پیسـیەکاندا، بناغەیەکی بۆ مامەڵـە ئایینیـەکانی خـۆی دانـابوو، جـا بۆیـە هـەرگیز وازی لـەو بیروبۆچـونە نـەدەهێنا کـە دەڵێـت: (بەنـدە ئەوکاتـە لـە خـواوە نزیکـە کـە بـە

ئەنقەست تاوانێك بكاتو، پاشـانیش بـە تۆبـەی نسـوح تۆبـە بكـاتو پەشـیمان ببێتەوە).

دوای ئـەوەی سـاڵی(١٩٠٥) لەگـەڵ قەیسـەر نیقـۆلای دووەم یـەكتریان ناسـی، هەموو ئەو دەسكەوتانەی بەدەستی هێنابوون لە سەرنج ڕاكێشـانی ئافرەتانـدا، بوونە مایەی ئەوەی سەرنجی(ألكسندرا فیودیوروفونـا)ی ژنـی ئیمبراتـۆر بـۆلای خۆی ڕاكێشـێت، ئـەو ئافرەتـە بـە شـێوەیەكی وەهـا دەسـتی دادا لـە بەرانبـەر تواناكانی ئەو پیاوەدا، كە هیچ شـكوگومانێكی لێـی نـەبێت، بـە تایبـەتی دوای ئەوەی كە توانی خوێن بەربوونەكەی(أليكسيس نيكوليافبتش)ی كوڕی قەیسەر بووەسـتێنێت كـە جێنیشـینی عەرشـی ڕووسـیا بـوو، لـەدوای ئـەوە كـرا بـە ڕاوێژكاری باوەڕپێكراو پارێزەری نهێنیەكانی ئەو ژنە ئیمبراتۆرەو، هەفتانـە لـە كۆشـكەكەیدا سـەردانی دەكـرد، لەسـاڵی(١٩١٦) بـە كوشـتن كۆتـایی بـەژیانی هات.*(٢٠)

كەسایەتی (ستالین):

(ئـەو پیـاوە پۆلاینـەی كـە دكتـاتۆرێكی سـوور بـوو، ناوی(فیسـاربوو نـوفیچ دجوغاشفیلی)بوو، بەڵام ناوێكی خـوازراوەی بۆخـۆی دانـابوو بـەناوی (جوزیـف سـتالین: پیـاوە پۆلایینەكـە)، لـە خێزانێكـی هـەژاردا پـەروەردە ببـوو، بـاوكی پینەدۆزو دایكیشی جل شۆر بوو، باوكی هیـوای ئـەوەی دەخواسـت كوڕەكـەی ببێت بـە ڕابـەرێكی ئاینی مەسیح، دوای ئـەوەی لـە كـۆنگرەی گشـتی حیزبـی شـیوعیدا لەسـاڵی(١٩٢٤)، زۆرینـەی دەنگـەكانی بەدەسـت هێنـان، بـوو بـە سـەرۆكی حیزبـی شـیوعی سـۆڤیەت، دوای ئـەوە هـەموو هاوڕێكانیشـی دروێنـەكردن، بـە دەسـەڵاتێكی تـاك ڕەوی بـەڕێوەبردنی وڵاتـی گرتـە دەسـت، قوربانیەكانی ماوەی دەسەڵاتی ئەو دكتاتۆرە سـوورە بـە(١٢) ملیـۆن قوربـانی

دادەنرێن، بە بیانوی ئەوەی ویستوویەتی وڵات لەوانە پاك بکاتەوە کەدژی شۆڕش وەستاونەوە)*(٢١)

کەسایەتی (هتلەر):

(نورمان) دەڵێت: هیتلەر لە تەمەنیدا لە دوو جار زیاتر نەگریاوە، جارێکیان کە دایکی مرد، جاری دووەمیش کاتێك کە دڵنیابوو لەوەی وڵاتەکەی لە جەنگەکەدا دۆڕاوە.*(٢٤)

هیتلەر ئەگەر چاوی لەچاوی کەسێك بڕیبا، کەس توانای خۆڕاگرتنی نەبوو لەبەرانبەریدا، هیچ کەسێك توانای دمبەدمەی نەبوو لەگەڵیدا، خاوەن توانایەکی سەرسوڕهێنەر بوو بەوەی بیروباوەڕەکانی خۆی بگوازێتەوە بۆناو مێشکی کەسانی تر، جا ئەگەر ئەو کەسانە (دە)کەس یان (دە)ملیۆن کەس بان.*(٢٥)

بالّندەو ئاژەڵەکانیش، هەر یەکەیان خاوەنی کەسایەتیەکی دیاریکراوی خۆیانن:

کەسایەتی هودهود (پەپوو سلێمانە):

پەپوو سلێمانە لە قورئاندا بە(هود هود) ناوی هاتووە، زیرەکی ئەو باڵندەیە لە توانای ئادەمیزاد بەدەرە، وەکو لە قورئاندا لە سورەتی (النمل) خوا بۆمان باس دەکات، ڕۆژێك سلێمان ویستی بزانێت ئایا هەموو باڵندەکان ئامادەن لەسەر ئەرکەکانیان، تەماشای کرد هودهود لەوێ نەبوو، گوتی: ئەگەر بێتەوە سزای دەدەم، جا کاتێ هودهود گەڕایەوە، سلێمان پرسیاری لێکرد لەکوێ بووی؟ ئەویش لەوەڵامدا گوتی: هەواڵێکم بۆ هێناوی تۆ هیچ لەبارەیەوە نازانی، لە مەملەکەتی سەبا لە یەمەن، خەڵکانێك هەن لەجیاتی ئەوەی خوا بپەرستن، کەچی ئەوان ڕۆژ دەپەرستن، ئافرەتێك گەورەیانەو خوا دەسەڵاتێکی فراوانی پێداوە، سلێمان کە گوێی لەو هەواڵە بوو، نامەیەکی بۆ بەڵقیس نووسیو دایە هودهودو پێی گوت: ئەو نامەیە بەرەو چاوەڕێکە بزانە وەڵامیان چی دەبێت، خوێنەری بەڕێز، ڕووداوەکە بەدرێژی لە قورئاندا ڕوون کراوەتەوە، بەڵام ئەوەی ئێمە مەبەستمانە زیرەکیو بەتواناییو کەسایەتی ئەو باڵندەیەیە، کە لە فەلەستینەوە بفڕێت بۆ یەمەنو، لەوێش وەکو فڕۆکەی ئاواکس هەموو زانیاریەکانی سەر زەوی وەربگرێتو بیهێنێتەوە بۆ سلێمانو پێشی بڵێت: خۆ بەوە نییە کە تۆ پێغەمبەری خوای، هەر ئەو خوایەیە عەقڵو زانستیشی داوە بە من، ئەوەتا لە یەمەنەوە هەواڵێکم بۆ هێناویت، کە تۆ بەم هەموو دەسەڵاتەتەوە هیچ لەبارەیەوە نازانیت، لەجاری دوەمیشدا سلێمان ڕایدەسپێرێت نامەکەی بەرێت بۆ بەڵقیس، ئەوەش زیرەکیو دەستپاکی هود هود دەگەیەنێت کە بە ئەمانەتەوە نامەکەی گەیاند، ئەو هەواڵەی هودهود هێنایەوە بۆ سلێمان، بوو بەمایەی بیرکردنەوەو بەرنامە داڕشتن لەلایەن

سلێمانەوە، بۆ گواستنەوەی ئەو گەلو نەتەوەیە لە یەمەنەوە بۆ فەلەستین، خوێنەری بەڕێز لێرەدا لێکدانەوەی ناوەڕۆکی ڕووداوەکەت دەخەمە بەردەست، بۆئەوەی دیمانەکە لەبەرچاوت ڕوونو ئاشکراتر بێتو کەسایەتیەکانیش باشتر بناسیت:

﴿سلێمان گوتی: ئەی خەڵکینە، کامەتان تەختیو تاراجەکەی بەڵقیسم بۆدێنێ، پێش ئەوەی ئەوان بە موسڵمانی بێن بۆلام؟ لاشە زلێك لە جندوکە گوتی: من بۆت دەهێنم پێش ئەوەی لە شوێنەکەی خۆت هەستی، منیش بۆسەر ئەو تەختو تاراجە کەسێکی بەهێزو دەستپاکم، ئەو کەسەش کە زانستی لە کتێبە ئاسمانیەکە هەبوو، گوتی: من لە چاوتروکاندنێکدا (ئەو تەختو تاراجە)ت بۆ دەهێنم.....﴾. (٣٨ ، ٣٩ ،٤٠)النمل

ئەوە لێرەدا دوو کەسایەتیمان بۆ دەردەکەون، یەکێکیان لەناو جندوکەکاندا کە توانیویەتی ئەو تەختو تاراجە بگوازێتەوە لە یەمەنەوە بۆ فەلەستین لە ماوەیەکی دیاریکراودا، کە پێش کۆتایی دەوامی فەرمییە لە عەرشەکەی سلێماندا، بە واتایەکی تر پێش ئەوەی سلێمان عەرشەکەی جێبهێڵێتو بگەڕێتەوە ناو ماڵو منداڵەکەی، کەسایەتی دووەمیش ئادەمیزادە، کەسایەتیەکی زانایە، ناوی(اصف ی کوڕی برخیا)یە، بە وێردی (یاحی یاقیوم) ئەو تەختو تاراجەی لە یەمەنەوە گواستەوە بۆ فەلەستین. *(٩)

کەسایەتی کەڵەباب (کەڵەشێر):

چاوی ئاسایی جیاوازیەکانی نێوان کەڵەشێرو مریشك دەبینێت، هەرچەندە یەك ڕەگەزنو نێرەو مێیەی یەکترین، بەڵام ئەگەر سەیرێکی پۆپیتەکەیان بکەی، دەبینین پۆپیتەی کەڵەباب گەورەترەو هەر بەناوی پۆپیتەی کەڵەبابیشەوە ناسراوەو، پەڕەکانیشی زیاتر ڕەنگاوڕەنگو سەرنج ڕاکێشن، تەنانەت

دەنگەکەشـی وەکـو زەنگێکـی ئاگادارکـەرەوە وایـە بـۆ کـاتی نوێـژەکان، بەتایبـەتی بـۆ کـاتی نوێـژی بـەیانی، خـەڵکیش لەخۆیانـەوە کەڵـەبابێکیان بـۆ عەرشـی خـوا دانـاوەو لـە جوانکـاری قسـەکردندا بـەکاری دەهێـنن، بۆنموونـە دەڵێن: کەڵەبابی عـەرش بـانگی نـەدابوو، مـن لـەماڵی خۆمـان هاتوومـە دەرێ، بەومانایەی هەر شەو بوو، من لەماڵەوە هاتمە دەرەوە.

خـوا لە(سـوورەتی الحاقـە)دا دەفـەرموێت: ﴿(سـوێند)بەو شـتانەش کـە ئێـوە نایانبینن﴾.

ئەو دروستکراوانەی پەروەردگار کە ئێـوە نایـانبینن، وەك: فریشـتە، جندوکـە، گـەرد، گەردیلـە، ئـەلکترۆن، پرۆتـۆن، نیـوترۆن، هێـزی کـێش کـردن، بۆهێـڵ (جین)ی سەر کرۆمۆسۆمەکان، بەکتریا، فۆتۆنەکانی ڕووناکی.....).

ئەو توانایـەی کـە چـاوی گیانـەوەرو باڵنـدەکان شـتەکانی پـێ دەبیـنن، لەچـاو توانای بینینی چاوی مرۆڤ لە فەرمودەیەکی پێغەمبەردا (سلاوی خـوای لێبێـت) دەردەکەوێت کە دەڵێت: ئەگەر گوێتـان لـە دەنگـی کەڵەشـێر بـوو، ئـەوا داوای چاکەو پاداشت بکەن لـە خـوا، لەبەرئـەوەی کەڵەشـێرەکە فریشـتەیەکی خـوای بینیوە، ئەگەر گوێشتان لە زەڕەی کەر بوو، ئەوا خۆتان لەپەنای خوادا بگـرن، (بڵـێن: (اعـوذ بـالله مـن الشـیطان الـرجیم)، لەبەرئـەوەی کەرەکـە شـەیتانێکی بینیوە،)*(١٥)

جا بۆئەوەی ئەو باسە ڕوون بکەینەوە، ئەوە دەخەینەڕو کـە زانسـت ئاشـکرای کـردوە لـەو بـوارەدا، چـاوی کەڵەشـێر توانـای بینینـی تیشـکەکانی سـەرووی بنەوشەیی هەیەو لە پێکهاتەکەیدا بەسەرچاوی ئادەمیزادا زاڵە، بەشێوەیەك کـە توانای بینینی شەپۆلەکانی تیشکی هەیە لە(٣٠٠ بۆ ٧٠٠) (نـانومیتر)، لەکاتێـدا چـاوی ئـادەمیزاد توانـای بینینـی تیشـکی هەیـە لـە(٤٠٠ بـۆ ٧٠٠) (نـانومیتر)،

(نانومیتر یەکەی پێوانی درێژیی شەپۆلەکانە)، واتە: چاوی ئادەمیزاد ناتوانێت ئەو تیشکانە ببینێت کە درێژیی شەپۆلەکانیان(٣٠٠ بۆ٤٠٠)نانومیترن، ئەو بوارەش بواری تیشکی سەرووی بنەوشەییەو باڵندەکانو کەڵەشێر دەتوانن ببینن، دەربارەی تیژی چاوەکانو جیاکردنەوەی ڕەنگەکان بە شێوەیەکی ئاشکرا، ئەوا پەروەردگار چاوی گیانەوەرەکانی بە شێوەیەکی وەها دروستکردوە کە لەناو ڕووناکیە کزەکاندا بە ئاشکرا توانای بینینیان هەبێت، بەلأم چاوی ئادەمیزاد بۆ بینینی شتەکان پشت بە تیشکە بەهێزو ڕەوشەندارەکان دەبەستێتو، سنووری بینینی شتەکان لەچاوی گیانەوەرەکاندا فراوانترە وەکو لە مرۆڤدا، بۆنموونە: چاوی ئادەمیزادەکان هەتا گۆشەی(١٨٠)پلە دەتوانێت شتەکان ببینێت، بەلأم چاوی سەگ دەتوانێت هەتا گۆشەی(٢٥٠)پلە شتەکان ببینێت، توانای بینینی پشیلەش لە شەودا، شەش ئەوەندەی توانای بینینی ئادەمیزادەو، توانای بینینی سەگیش زۆر لەوە بەهێزترە).*(١٦)

جا خوێنەری بەڕێز سەرنج بدە چۆن پێکهاتەی چاوەکان کاریگەریان هەیە لەسەر دەرکەوتنی کەسایەتیەکان.

کەسایەتی گوێدرێژیش لەناو کۆمەڵگادا کێشێکی تایبەت بەخۆی وەرگرتوە، لە مامەڵەکردن لەگەڵ هەندێك لە کێشەکاندا کەرایەتی بەکار دێنێت، هەربۆیەش پێی دەگوترێت:(کەر)، دەنگەکەشی ناخۆشەو بە بەرزیش دەزەڕێنێت، گیانەوەرێکی بەد ڕەوشتیشە هەر کە خۆی ناسی هیچ حسابێك بۆ دایکی ناکات، بەلأم لەگەڵ ئەوەشدا خاوەنی زۆر ڕەوشتی تایبەت بەخۆیەتی کە مایەی سەرسوڕمانن: لە فەرهەنگی عەسکەریدا ئەوەی بە گوێدرێژ ئەنجام دەدرێت بەدڵنیاییەوە بە کەس ئەنجام نادرێت، کەرەکەی کاك(بەکر پیرۆت) لە

شۆڕشدا ناوبانگی هەیە، کاتێك پاسداری کۆماری ئیسلامی کەری هاوڵاتیەك دەگرن‌و نایدەنەوە، ئەویش هانا بۆ بارەگاکەی کاك (بەکر پیرۆت) دەبات، پێشمەرگەکانیش هێرش دەکەن‌و پاسدارێك بە دیل دەگرن، بۆ بەیانی لەگەڵ کۆماری ئیسلامی وتوێژ دەست پێدەکات‌و پاسدارەکە بە کەرەکە دەگۆڕنەوە.

لە شۆڕشی ئەیلولیشدا شتێکتان بۆ دەگێرمەوە لەوانەیە بەلاتانەوە سەیر بێت، بۆخۆم گوێم لە سەربازەکانی سوپای عێراق بوو لە فەوجی بانوەسورانی نزیك دەربەندی ڕانیە، بۆ ڕۆژی دواتر ئەو ڕووداوەیان بۆ گێڕاینەوە، ڕانیەو بیتوێن بنکەیەکی سەرەکی پێشمەرگەکانی کوردستان بوون، لە شەوێکی سەختی ناوەڕاستی شەستەکاندا، هەر لە ئێوارەوە ئەو کێوەڕەشە چارەڕەشە کەوتە بەر هاوەن‌و مەدفەعی فەوجی بانوەسوران، ئەو شەوە کەسێك نەبووە خەوی لێ کەوتبێت، سوپا چرایەکی گەڕۆکی بینی بوو لە شاخەکەدا، لە ڕانیەوە بەرەو ئاراستەی سوپاکە دەڕۆیشت، وایان دانابوو ئەوە دەستەیەك پێشمەرگەن لەو ناوچەیەدا لە هاتوچۆدان، بۆیە هەرچی گوللە تۆپ‌و هاوەنی هەیانبوو هاویشتیانە ئاراستەی ئەو چرایە، بۆ بەیانیش کە دنیا ڕووناك بۆوە، کەرێکیان بینی فانۆسێکی لەمل کرابوو، لەوەوە بۆیان دەرکەوت ئەوە بەرنامەی پێشمەرگەکان بووە بۆ وروژاندنی سوپا، جا دروستکراوێك ئەوەندە کەر بێت هاوەن‌و مەدفەع نەیگێڕێتەوە، ئایا ئەو کەسایەتیە پێوەری تایبەتی خۆی هەیە یان نا؟

(ڕێنیە مۆریس)ی ڕۆژنامەنوسی فەرەنسی لەکتێبەکەیدا بەناوی (کوردستان یان نەمان)، باسی ئەوە دەگێڕێتەوە لە گەشتەکەیدا بۆ کوردستان، ڕۆژێکیان ئەو پێشمەرگەیەی لەگەڵیدابووە کەمێك دواکەوتوەو نەیتوانیوە بیگەیەنێتە بەرەی پێشەوەی شەڕەکانی هەندرێن‌و زۆزك، ئەویش ویستوویەتی بەپەلە بڕوات

بۆئـەوەی فریـای ئـەنجامی شـەڕەکە بکـەوێت، بۆیـە پێشـمەرگەکانی دواوەی بەرەی جەنگ گوێدرێژێکی بۆ دێنن‌و پێی دەڵێن: تۆ لەگەڵ ئەو گوێدرێژەدا بـڕۆ دەتگەیەنێتە خێوەتی پێشمەرگەکانی بەرەی پێشەوەی جـەنگ، ئـەویش خـۆی دەداتـە دەسـت قـەدەری ئـەو گوێدرێـژە، لەترسـی ئـەوەش نـەوەك بـزر بێـت، ئەوەندە لە نزیکیەوە دەڕوات هەموو جارێ کە کەرەکە کلکی ڕادەوەشێنێت، لە دەموچاوی مۆریسی دەدات، دەڵێت: زۆر بەزەییم بەخۆمـدا دەهاتـەوە، مـن لـە فەرەنساوە هاتوم لێـرەش منیـان داوەتـە دەسـت کـەرێك، هەرئەوەنـدەم زانـی کەرەکە دەستەکانی پێشەوەی بەرز کردنەوەو دەستی کـرد بـە زەڕیـن، منـیش نەمدەزانی چـی ڕویـداوە، فێریـان کردبـووم ئەگـەر کەرەکـە نەڕۆیشـت بـە دارە کورتەکە لێیبدەم، بەلآم هیچ شتێك دادی نەبوو، کەرەکە بەردەوام بـوو لەسـەر زەڕینەکەی، ئەوەندەم زانی دەنگـی تەقـەی فیشـەکێك هـات، کەرەکـەش مـات بوو، کە ئاوڕم دایەوە، ئەحمەدی پاسەوانم بوو، گـوتم: ئـەو تەقەیـە چـی بـوو؟ گوتی: ئەوە من بووم ئەو مارەم کوشت لەسـەر ڕێگاکـە، ئەوسـا تێگەیشـتم کـە ئەو گوێدرێژە بەستەزمانە ماوەیەکە دەزەڕێنێ بۆئـەوەی مـن لـە مەترسـی ئـەو مارە ئاگادار بکاتەوە، کەوتمەوە ڕێی، جارێکی تر لەشوێنێکدا کەرەکە جەنـەی گرت‌و چیتر نەڕۆیشت، چەند هەوڵم لەگەڵدا هەر نەڕۆیشت، کە ئەحمەد هات پێم گـوت: کەرەکـە نـاڕوات؟ ئـەویش گـوتی: ئـێ تـەواوە ئـەوە خێـوەتی پێشمەرگەکانە، کەرەکە لەوە زیاتر ناچێتە پێشەوە، لەوێدا بۆم دەرکـەوت ئـەو نەتەوەیە گوێدرێژەکانیشیان خاوەن ژیرین.*(١٧)

هـەر ئـەو هۆیەشـە کـەری بردۆتـە ڕیـزی ئەحزابـەوەو خـەڵکانێك هـەن شـانازی بەخۆیانەوە دەکەن کە ئەندامی حیزبی کەرانن، مارشەکەشیان زەڕیـن‌و جووتـە هاویشـتنەو، بارەگاکەشـیان بـە(خان) ناسـراوەو، لەسـاڵی (٢٠٠٥)یشـەوە لـە

هەرێمی كوردستان بە فەرمی ڕێگەیان پێدراوە كارەكانی خۆیان لەژێر سێبەری یاسادا ئەنجام بدەن، پەیوەندی كردنو چوونەناو ئەوحیزبەش، مەرجی تایبەتی خۆی هەیە بۆ ئەوەی ببی بە ئەندام.*(١٨)

كەسایەتی مەیموون:

عەرەب نموونەیەكی جوانی هەیە بۆ شێوازی پەیوەندیەكان كە دەڵێت: (قالتِ الهرةُ قولاً جامعاً كلَّ المعاني...أشتَهي أن لاارى القردَ ولا القردُ يَراني): (پشیلە قسەیەكی كرد، لە قسەكەیدا لێكدانەوەی هەموو شتەكانی تێدابوو، كاتێ گوتی: ئارەزوی ئەوە دەكەم مەیموون نەبینمو مەیموونیش من نەبینێت).

مەیموون گیاندارێكی ناسراوە، لە شێوەیدا لە ئادەمیزادەوە نزیكە، مێشكی لە پێكهاتەدا لە مێشكی ئادەمیزاد دەچێت، لە شاخو دارستانەكاندا دەژیەت، زۆر لاسارو بەجووڵەیە، زۆر بەتوانایە لە لاسایی كردنەوەدا، زۆر بەزوویی لەشتەكان تێدەگاتو، زۆر بە توانایە بۆ فێربوونی جۆری ئیشو پیشەكان، نزیكەی دووسەد جۆریان هەیە، مەیموونی سەردەمەكانی پێشوو(٣٢) ددانیان هەبووەو، مەیموونەكانی ئەو سەردەمەش(٣٦)ددانیان هەیە، مەیموونەكانی ئەو سەردەمە دەتوانن هەندێك لە شتەكان بە كلكیان بگرن، لەكاتێكدا مەیموونەكانی سەردەمەكانی پێشوو ئەو توانایەیان نەبوو، بچووكترین مەیمون درێژیەكەی (١٥)سانتیمەترەو درێژترینیشیان (٨٠) سانتیمەترە، مەیموونەكانی جۆری (شەمپانزی) لە ئاوێنەدا خۆیان دەناسنەوەو دەتوانن پێبكەننو توانای لەبەركردنو فێربوونو دركاندنی(٤٠٠) وشەیان هەیە، ئەگەر مەیموونێك مەیموونێكی تر ببینێت یەكسەر دێت لەبەردەمی دادەنیشێتو پشتی تێدەكات بۆئەوەی پرچی لە ڕشكو ئەسپێ بۆ پاك بكاتەوە.*(١٩)

کەسایەتی ڕێوی:

ڕێویش واناسراوە سیاسـەتمەدارە، بـەڵام زۆرجـارانیش سیاسـەت دادی نـادات، بۆیە دەبێت هانا بەرێتە بەر ترسو تۆقاندنو تۆڵەکردنەوە.

دەڵێن کە سایەتی ڕێوی لە دزی کردندا زۆر زیرەکە، کاتێك دەیەوێت هەنگوینی شانەکانی هەنگێك بەرێتو بیخوات، ئەوا دێتەسەر کۆلە هەنگەکەو کلکی دەباتە ژورەوەو هەڵی دەسوڕێنێت، هەنگـەکانیش بـۆ پارێزگـاری کردنـی شـانەکانیان، هەڵدەکوتنـە سـەر کلکـی ڕێویەکـەو لێـی کۆدەبنـەوە، ڕێویەکـەش کـە زانـی ژمارەیەکی زۆری هەنگەکان بە کلکیەوە نوساون، غارێك دەکاتو بەزویی بەرەو شوێنێکی نادیـار دوور دەکەوێتـەوەو، لـەوێ کلکـی ڕادەوەشـێنێتو هەنگـەکان پەرشو پلاو دەکاتەوەو، بە پەلە دێتەوە بۆلای شانە هەنگەکان، ئەگەر هـەنگی تێدامابێت جارێکی تریش ئەو کردارە دووبارە دەکاتەوە، تـا کۆلەکـە بەتـەواوی بـەتاڵ دەبێـت، ئەوسـا بـەبێ تـرس دەکەوێتەسـەر هەنگوینەکـەو دەیخـوات، هەنگـەکانیش کاتێـك بـەهۆش خۆیـان دێنـەوەو بـە تاسـاوی دەگەڕێنـەوە، تەماشادەکەن هەموو هەنگوینەکە خوراوە.

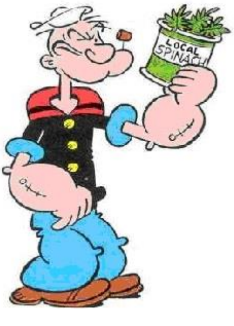
سـەرنج بـدە ئـەو زیرەکیـە، تـۆش ئاوەهـا کێشـەکان لـە سەرچـاوەکانیانەوە چارەسەر بکە، لە کوردەواریدا کورتە ڕووداوی زۆر هەن لەسەر زیرەکیو وریایی ڕێوی، بۆنموونـە: ڕۆژێکیـان ڕێـوی کـەلاکێکی پـاك دەبینێـت، چـەند بـەدەوری کەلاکەکەدا دێتو دەچێت عەقڵی نایبڕێت بە بەلاش ئەو گۆشتە جوانـە ئـاوا بـە پاککراوی لێرە دانرابێـت، بۆیـە بڕیـاردەدات چـاوەڕێبێت تـا مـام گـورگ دێـت، کاتێك کە گورگەکە دێت، ڕێوی بە پیلیەوە دەچێتو دەڵێـت: مـام گـورگ ئـەوە کەلاکێکە لەوێ من هێندێکم لێ خواردوەو، ئەوەش بەشی تۆیـە هێشـتومەتەوە، مام گورگیش کە چـاوی بـەو گۆشـتە جوانـە دەکـەوێت، یەکسـەر هەڵدەکوتێتـە

سەر گۆشتەکەو پەلاماری دەدات، لەپڕ تەڵەیەك لەژێر قاچیدا دەتەقێتەوە، ئینجا مام ڕێوی بەئاسانی کەلاکەکە لادەباتو بەبێ ترس دەست دەکات بە خواردنی، مام گورگیش کە سەرنج دەدات لەلایەکەوە بە تەڵەوە بووەو، لەلایەکیشەوە ڕێوی هەموو گۆشتەکەی خواردووە، بۆیە دەڵێت: (ئای دنیا کێ دەیکاتو کێ دەیخوات)، ڕێویش وەڵامی دەداتەو دەڵێت: هۆ مام گورگ جاری چیت بینیوە؟ کەمێك چاوەڕێکە با ڕاوچی خاوەنی تەڵەکە بێتو دووسێ کوتەکت لێ بدات، ئەوسا بەزمەکە خۆش دەبێت.

لە کوردەواری خۆشماندا ڕێوی گۆشتەکەی دەخورێت، ئەوەی گۆشتەکەشی بخوات وەکو ڕێوی زیرەكو فێڵباز دەبێت، واش پێدەچێت گۆشتەکەی شیرین بێت، بۆیە کورد لەنێو خۆیاندا بە زمانی ڕێویەوە جوێن بەو کابانە دەدەن کەگۆشتەکەی بەشلەی ترش لێنانێت.

کەسایەتی پاپای فلیمی کارتۆنی:

کەسایەتیەکی کارتۆنیە، لە دنیای گیانەکانو لە دنیای جەستەشدا شوێنێکی نیە، تەنها ئەوەندە نەبێت کە کردەوەیەکی کارتۆنیە، بەڵام لە پێگەی هەستو ئارەزووەکاندا، شوێنێکی بۆخۆی داگیر کردوە، ڕێ نیشاندەرە بۆ چاکەو بەرگری کەرە لە خراپە.



پوولی پۆستەو کەسایەتیە ناودارەکان:

زۆر لەولاّتانی جیهان وەکو ڕێزێك بۆ زیندوو ڕاگرتنی ناوی کەسایەتیەکانیان، لە مەیدانەکاندا پەیکەریان بۆ دروست دەکەن، یان دەزگایەکی خزمەت گوزارییان بەناوە ناودەنێن، زۆریشیان وێنەکانیان دەخرێنە پوولی پۆستەوە، بۆ ئەوەی لە ڕێگەی هاتوچۆی نامەکانەوە نیشانی خەڵکی دنیا بدرێن‌و ناویان بە زیندوویی بمێنێتەوە.

(نامرن ئەوانەن وا لە دڵی میللەتا دەژین...)

کەسایەتی پەپوولە:

کەسایەتیەکی بەستەزمانی بێ گرفتە، وەکو نموونەیەك بۆ چاکەکاری دەهێنرێتەوە، ئەگەر مرۆڤێکیش زۆر باش بێت، ئەوا خەڵکی پێی دەڵێن: دەڵێی پەپوولەیە، واتە زیانی بۆ کەس نیە، پەپوولەکان لە دنیادا لە ملیۆنێك جۆر زیاتر دەبن، بەهۆی ئەو دوو تاڵە درێژەی پێشەوەی سەریەوە کە هەریەکەیان بە سەدان وردە مووی بۆن کردنیان پێوەیە، دەتوانێت بۆنی شتەکان بکات‌و لە یەکتریان جیابکاتەوە، بۆیە لایەنی بۆن کردن لایەنێکی سەرەکیە لە ژیانی پەپوولەدا، تەنانەت دیاریکردنی جۆری خواردنەکانیش هەر لە ڕێگەی بۆن کردنەوەیەو، لەماوەی دیاریکراوی جووت بوونیشدا، مێیەکە بۆنێکی تایبەت دەڕێژێت، کە نێرەکە ئەو بۆنە دەناسێتەوەو بەدوایدا دەگەڕێت تا دەیدۆزێتەوە، بۆنموونە: پەپوولەی کرمی ئاوریشم ماوەی(٢٠) بیست کیلۆمەترو

زۆر جاران زیاتریش دەبڕێت بۆ دۆزینەوەی مێیەکەی‌و جووت بوون لەگەڵیدا، هەستی بۆن کردن لە پەپوولەدا ئەوەندە بەهێزە، کە عەقڵی ئادەمیزاد قبوولی ناکات، پەپوولەی جۆری (هلیکوفیربازی) کە لە ئەمریکای باکوور دەژیەت، دەتوانێت لەماوەی (٠,٠٠١)ی چرکەیەکدا بۆنی مێیینەکەی خۆی بکات، هەرچەندە بۆنێکی تری بەهێزیشی لێوە نزیك بێت، (جیوفانی کالیریا) توێژەرەوە لە پەیمانگای توێژینەوە دەماریەکان لە بەرلین، ئەوەی ڕوون کردەوە کە هەستی بۆن کردن لە پەپوولەدا باشترین ئامێرە بۆ هەستکردن بە بۆنەکان لە کاتی هەڵکردنی بایە بەهێزەکاندا. *(٢٦)

خوێنەری بەڕێز، سەرنجی ئەو ڕەنگانە بدە، هەر ڕەنگەی کەسایەتیەك دەردەبڕێت، ئەگەر سەرنجێکی وێنەکەی ژێرەوەش بدەیت دەبینیت لەوپەڕی ئارامی‌و بێدەنگیدا کرداری جوتبوونەکە بە شێوازێکی تایبەتی خۆیان ئەنجام دەدرێت.

(هەتا ئێستاش ئـەو وێـردەی کە(ئـەلبێرت ئەنشـتاین) دەیگوتـەوە شـتێکی زۆر جوانو سەرنج ڕاکێشە، کە دەیگوت: خۆشترین هەست کە دەروونـی ئـادەمیزاد تـەواو تێـر دەکـات، ئەوەیـە کاتێـك کـە ڕوو دەکاتـە ئاسمـان، هەسـت دەکـات لـەودیوی هـەموو شـتەکانەوە نهێنیـەکی یـەکجار گـەورە هەیـە، ئـەو نهێنیـەش سەرچاوە ڕاستەقینەکەی هەموو زانستەکانە، جا هەر ئادەمیزادێـك دەرکـەوتنی ئەو نهێنیە نەبینێت، بەدڵنیاییەوە ئەوە کوێرە).*(٢٧)

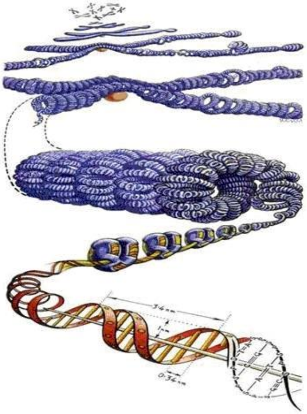
کەسایەتی

دەروازەی یەکەم

هۆکارە ڕەچەڵەکیەکانی پێکهاتەی کەسایەتی

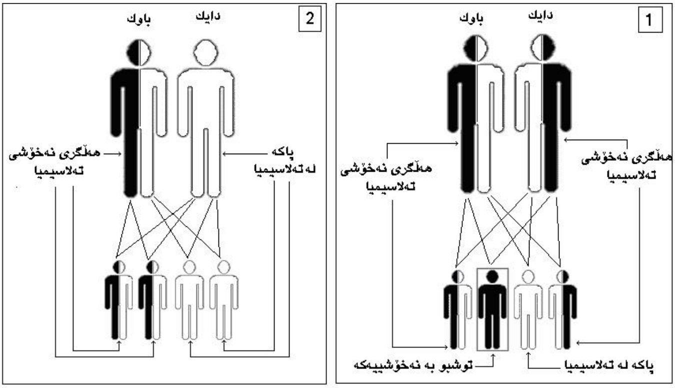
هـەموو جەسـتەیەکی زینـدوو وردەکاریـەکی یـەکجار زۆری بۆمـاوەیی (وراثـی) تێدایە کە لەوانەی پێش خۆیەوە بۆی ماوەتەوە، جا لە لایەنی باوکیـەوە بێـت، یان لە لایەنی دایکیەوە، واتە: هەموو کەسێك پەیوەندیەکی هاوبەشـی هەیـە لـە پێکهاتـەی جەسـتەکەیدا لەگـەڵ ماڵـە مامـەکانیو، لەگـەڵ ماڵـە پورەکـانی (خوشکی باوکی)، کە لـەو(٢٣) کرۆمۆسـۆمەی تـۆوی باوکیانـەوە بـۆی هـاتوە، هەروەها هەموو کەسێك پەیوەندیەکی جەستەیی هەیە لەگـەڵ ماڵـە خاڵـەکانیو ماڵـە پورەکـانی (خوشـکی دایکـی)، کـە لـە(٢٣)کرۆمۆسـۆمەکەی هێلکەکـەی دایکیەوە بۆی ماوەتەوە، جا ئەو ڕەوشـتە هاوبەشـانە بۆیـان هەیـە بگەڕێنـەوە بـۆ(٧٢) حـەفتاو دوو پشـت پێشـتر، ئینجـا لـە یـەکگرتنی تۆوەکـەی باوکـتو هێلکەکـەی دایکتـدا هەنـدێك لـە ڕەوشـتەکان زاڵـن بەسـەر هەنـدێکی تریانـدا، بۆنموونە: چاوی ڕەشو قاوەیی زاڵن بەسەر چاوی شـیندا، جـا ئەگـەر باوکەکـە چاو ڕەشێکی یەك ڕەگ بێـت، ئـەوا منداڵـەکانی ئـەو پیـاوە هـەموویان چـاویان ڕەش دەبێت، بەڵام مەرج نیە یەك ڕەگ بن، بەڵکو پشـت بـە بۆمـاوەیی(وراثـة) چاوی دایکیان دەبەستن، جا ئەگەر هاتو چاوی دایکیشـیان ڕەشـی یـەك ڕەگ بوو، ئەوا بێگومان هەموو منداڵەکان چاوڕەشی یەك ڕەگ دەبـن، بـەڵام ئەگـەر چاوی دایکەکە دوو ڕەگ بوو، ئەوە دەبێت خـۆت بـۆ ئـەوە ئامـادە بکـەیت کـە یەکێك لەو منداڵانەی کە لەو هێلکەو تۆوە پەیدا دەبێـت منـداڵێکی چـاو ڕەشـی دوو ڕەگ دەبێـت، ئەگـەر پیاوەکـەش چـاو ڕەشـێکی دووڕەگ بێـت، ئـەوا

بەدڵنیاییەوە لەگەڵ دوو ڕەگیەکەی ژنەکەیدا منداڵێکی چاوشینی یەك ڕەگ پەیدا دەبێت.



خوێنەری بەڕێز تەماشایەکی بەشی سەرەوەی ئەو وێنەیە بکە، دەبینیت کرۆمۆسۆمەکان دوودوو لەخاڵێکی نیمچە ناوەڕاستەوە بەیەکتریەوە نوساون، کە ژمارەیان لەهەر خانەیەکی جەستەکەتدا یەکسانە بە(٤٦) دانە، (٢٣)یان لە تۆوەکەی باوکتو، (٢٣)کەی تریش لە هێلکەکەی دایکتەوە بۆت هاتون، ئینجا ئەگەر بێیە بەشی پێشەوەی وێنەکەو سەرنجێکی وردەکاریەکانی هەریەك لەو کرۆمۆسۆمانە بدەین، وردەکاریەکی زۆریان تێدا بەکارهاتوە کە شفرە بۆماوەییەکەی تۆی تێدایە، دەتوانرێت کاری لەسەر بکرێت بۆ گەڕانەوە بە ڕەچەڵەکی بابو باپیرانو خزمە نزیکەکانت، هەروەها دەتوانرێت کاری لەسەربکریت بۆ دەرخستنی باری داهاتووت، لە هەموو خانەیەکی لەشی زیندوودا ترشێك هەیە پێی دەگوترێت: ((DNA)، لە ناوکی خانەکانی هەموو زیندەوەرێکدا هەیە کە ناسراوە بە(کتێبی ژیان)، هەرلاپەڕەك لەو کتێبە پێی دەگوترێت: بۆهێڵ(جین)، بەسەر کرۆمۆسۆمەکانەوەن، کە لە مرۆڤدا ژمارەیان (٢٣)جوتە، نزیکەی(١٠٠)هەزار بۆهێڵ (جین)ی مرۆییان بەسەرەوەیە، تەواوی

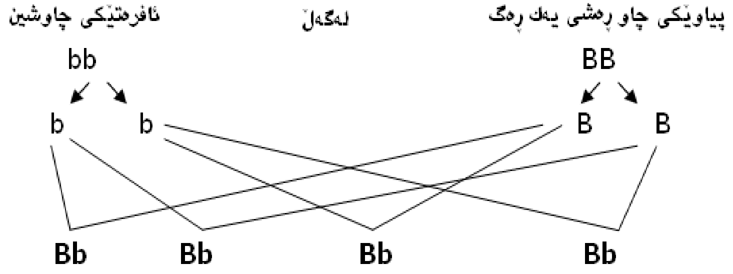
خشتە نهێنیە بۆماوەیی(وراثی)یەکەی مرۆڤ دیاری دەکەن، کە ژمارەیان (٣٠٠٠) ملیۆن پیتی بۆماوەیی(وراثی) دەبێت‌و، هەر بۆهێلێك یان کۆمەڵێك بۆهێلێ لێپرسراون بەرانبەر کاروفرمانێك یان پێکهێنانی ئەندامێك، ئەو کتێبە هەموو شتێکی لەسەر ئەو زیندەوەرە تیادا نوسراوەو، لەو کتێبەدا تەمەنی ئەو زیندەوەرەش دیاریکراوە، (بەڵام زانست تائێستا نەیتوانیوە ئەو شفرەیەیان بخوێنێتەوە)).*(٢٨)



سەرنج بدە وێنەی ژمارە (1)، دەبینین دایك‌و باوکێك هەردووکیان نەخۆشیەکەیان هەیە لەناو جەستەکەیاندا، بەڵام لێیان دەرنەکەوتوە، ئینجا ئەو منداڵانەی کە دەیانبن، لەسەدا پەنجایان وەکو دایك‌و باوکیان هەڵگری نەخۆشیەکە دەبن، لەسەدا بیست‌و پێنجیش ساغ‌و سەلامەت دەبن لە نەخۆشیەکە، لەسەدا بیست‌و پێنجەکەی تریش هەر لەسەرەتاوە نەخۆشیەکەیان تێدا دیاری دەدات، بەڵام ئەگەر تەماشای وێنەی (2) بکەین، دەبینین تەنها باوکەکە هەڵگری نەخۆشیەکەیەو دایکەکە پاکە، بۆیە ئەو منداڵانەی دەیانبن لەسەدا پەنجایان وەکو دایکەکەیان پاك دەردەچن لە نەخۆشیەکەو، لەسەدا پەنجاکەی تریش وەکو باوکەکەیان دەبنە هەڵگری

نەخۆشیەکە، کەواتە هۆکارە بۆماوەییەکان کاریگەریان هەیە لەسەر خۆتو لەسەر هەموو ئەو نەوانەش کە لەتۆوە پەیدادەبن لەژێر کاریگەری هاوسەرەکەتدا.

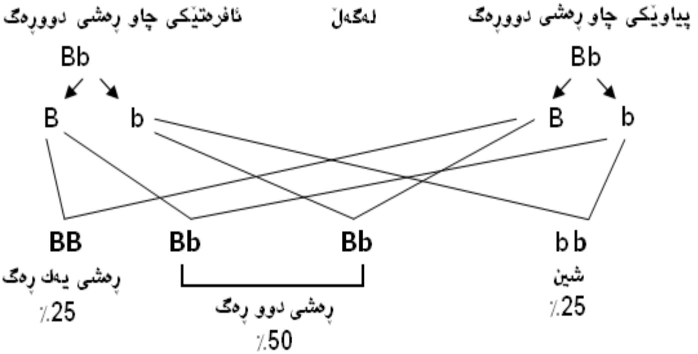
ئەگەر پیاوێکی چاوڕەشی یەك ڕەگ، ژنێکی چاوشینی هێنا:



هەموو منداڵەکانیان چاو ڕەشی دووڕەگ دەردەچن Bb

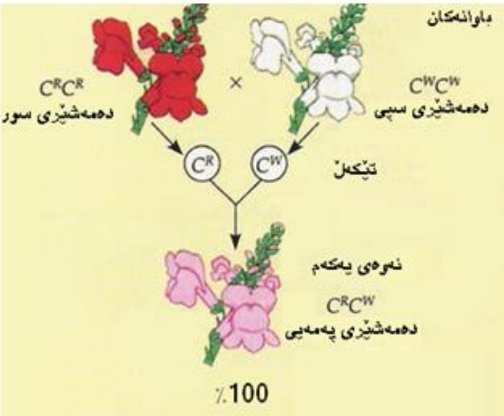
هەموو ئەومنداڵانەی دەیانبن، چاوڕەشی دوو ڕەگ دەبن، واتە چاوی هەموو منداڵەکان ڕەشن، بەڵام لە ڕەوشتە بۆماوەییە (وراثي) یەکەیاندا، بەشێکیان لە شینایی چاوی دایکیان هەڵگرتوە هەرچەندە لەخۆیاندا دەرنەکەوتوە، بەڵام لە نەوەکانی داهاتوودا دەردەکەوێتەوە، بۆنموونە:

ئەگەر یەکێك لەو منداڵانە گەورە بوو، ژنێکی هێنا وەکو خۆی چاو ڕەشی دوو ڕەگ بوو، ئەوا ئەو منداڵانەی دەیانبێت بەم شێوەیەی خوارەوە دەبێت:

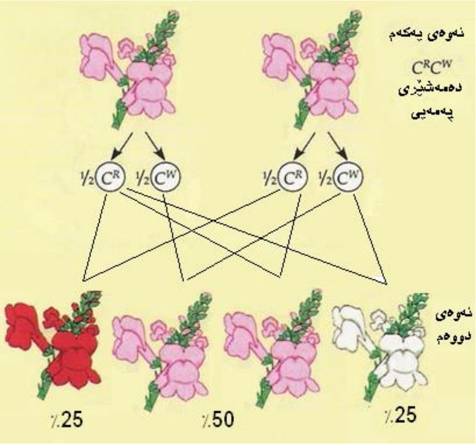


لەسەدا پەنجای منداڵەکان دەچنەوە سەر دایكو باوکەکەو، لەسەدا پەنجاکەی تریش دەگەڕێتەوە بۆ باپیرو نەنکەکە، کە باپیرەکە چاوڕەشی یەگ ڕەگو نەنکەکەش چاوشین بووە.

ئەگەر سەرنج بدەینە ئەو وێنەیەی خوارەوە، دەبینین گوڵێکی دەمەشێری سوورو یەکێکی سپیش، بە هەر هۆیەکەوە لە یەکتری بپەڕێنرێن، ئەو تۆوانەی پەیدا دەبن، ئەگەر بچێنرێنەوە، ئەوا هەموویان ڕەنگەکانیان پەمەیی دەبێتو، بە نەوەی یەکەم دەناسرێن.



ئینجا ئەگەر ئەو تۆوانەمان چاندنەوەو بەهەر هۆیەکەوە ئەو گوڵە پەمەییانە لەیەکتری پەڕێنران، ئەوا ئەو تۆوانەی پەیدا دەبن تێکەڵەیە لە نێرو مێو ڕەنگەکانی پەمەییو سپیو سووردا، دەبینین: لەسەدا پەنجای گوڵەکان پەمەیی دەبنو، لەسەدا بیستو پێنجیان سوور دەبنو، لەسەدا بیستو پێنجەکەی تریش سپی دەردەچنەوەو، بە نەوەی دووەم ناسراون.



ئـەوەش بزانـە بۆمـاوە بەتـەنها شـوێنی تـۆ دیـاری ناکـات لـەو ژیانـەدا، بـەڵکو پێویســتە ئــەو ڕاســتیە بزانیــت کــە تــۆ ڕوبــەڕوی هۆکــارە کۆمەڵایــەتی و ژینگەییەکانی وەك: (هەژاریو نەخۆشیو پەیوەندیەکانی خزمایەتیو، نـەبوونی ڕۆشنبیری.....) دەبیتەوەو، پێویستە بەڕویاندا بووەستیتەوە.

ئایا تۆ کێیت؟ کوڕی کێیت؟ خەڵکی کوێیـت؟ تـۆ کـە ئێسـتا لـە هـەموو کـەس زیاتر هەست بـەوە دەکـەیت کـە هـەیتو دەرك بـە دەوروبەرەکـەت دەکـەیتو، لەدەسـت سـەرما خـۆت گـەرم دەکەیتـەوەو، لەدەسـت گـەرماش خـۆت فێنـك دەکەیتەوە، ئایا ئەو بوونەت لەخۆیەوە دروست بوو؟ ئەگەر لەخۆیەوە دروست نەبووە، ئەدی لەکوێوە هات؟

بەدڵنیاییەوە ئێستا تـۆ گەیشـتوویە ئـەو بـاوەڕەی نێرینەیـەك هەیـە بـە بـاوکی خۆتی دەزانیو، مێینەیەکیش هەیە بە دایکی خۆتی دەزانی، ئایا پەیوەندی تـۆ بــەم دایــكو باوکــەوە لــە چ ســنوورێك دایــە؟ ئایــا تــۆ تــەنها لــە ئــەنجامی ئارەزوبازیەکانی ئەو دایكو باوکە پەیدا بوویت؟ یـان پەیدابوونەکـەت بەرنامـەی بۆ داڕێژراوە لەلایەن دروست کەرەکەتەوە؟ یان بە ڕێکەوت دروست بوویت؟

ئایا ئێستا تۆ هەست بەخۆت ناكەی ئەو دەوروبەرەی كە تیایدا دەژیەیت كاریگەری هەیە لەسەر كەسایەتیەكەت؟ ئایا لەناو ڕەنگەكاندا یەكێكیان گاریگەری هەیە لەسەرت؟

ئایا شتێك كە خۆت مەیلی دەكەی، یان دەتەوێت بیكەیت، ئارەزو ویستی خۆتە؟ یان لێكدانەوەیەكی ناوەوەی خۆتەو هێزێكی دەرەكیش دنەدنەت دەدات بۆ ئەنجامدانی؟

قسەیەكی (دیكارت)ی فەیلەسوف هەیە دەڵێت: (لەمەودوا گومان بە هەموو شتێك دەبەم، گومان دەبەم بەخۆم‌و بە بوونەكەم‌و بە بوونی هەموو ئەوانەی لە دەوروبەرەكەمدان، گومانیش دەبەم بە هێزو توانا هەستی‌و عەقڵیەكانیشم، بەڵام هەرگیز ناتوانم گومانم لەوەهەبێت كە من گوماندارم لەو گومانانەی كە هەمن، جا لەبەرئەوەی كە گوماندارم، بەناچاری هانا بۆ بیركردنەوە دەبەم، مادام بیریش دەكەمەوە، كەواتە من بە هەبوونێكی ناتەواو هەم، مادام بە ناتەواویش هەم، كەواتە دەبێت لەم بوونەدا بەدیهێنەرەكی تەواو كامڵ هەبێت (ئەویش خوایە)، ئاگادارە بە هەموو ئەوشتانەی هەن‌و هەموو ئەو شتانەش كە دەبن). بەم پێیە، لە گومانێكی كاتی‌و ناتەواوەوە هەنگاوی نا بەرەو باوەڕێكی تەواو). *(٢٩)

سقرات دەڵێت:- (بەڕاستی هەموو شتێك لە سروشتدا هەواڵی بوونی ژیرییەك ڕادەگەیەنن باڵی بەسەر هەموو سروشتدا كێشاوە). *(٣٠)

هەروەها دەڵێت: (ئەو خاوەن دەسەڵاتە بێ جەستەیەو زانایەو لەهەموو شوێنێك ئامادەیە، دەسەڵاتێكی فراوان‌و ئاوەڵای هەیەو ئەركەكانی بوونەوەر جێبەجێ دەكات‌و بەڕێوەی دەبات بێ ئەوەی هەستی پێ بكرێ، زانستیشی هەیە بە هەموو شتەكان‌و، زاڵیشە بەسەریاندا). *(٣١)

خوێنــەری بــەڕێز پرســیار زۆرن، بــۆ وەڵامدانەوەشــیان لەخۆتــەوە دەســت پێدەکەین، مرۆڤ ئەگەر کـەمێك شـریتی ژیـانی خـۆی بگێڕێتـەوە بـەرەو دواوە، نزیك دەکەوێتەوە لە قۆناغی دوای شیرەخۆرییو، ئەو یادو بیرەوەرییو وێنانەش کە هەنی هی سەردەمی منداڵی، لە بیرکردنەوەکەیدا شتێکی بۆ دروست دەکەن ناچار دان بەوەدا بنێت قۆناغێکی تریش هەبووە کە لـەناو زگـی دایکیـدا بـووە، بەڵام هیچی لەبارەوە نازانێت، بۆیـە پەلـە قـاژەی ئـەوەدەکات شـتێك زانیـاری لـەبارەی ئـەو قۆناغـەوە دەسـتکەوێت، بـەڵام بەدڵنیاییـەوە لـەڕوی زانسـتەوە ئەوەی دەستی دەکەوێت شتێکی گشتیە بۆ هەموو مرۆڤایەتی، شتێکی تایبەتی نیە بەخۆیەوە، جا کە گەیشتیت بەو ڕاستیە، ناچـار دەبیـت دان بـە تۆوەکـەی باوکتو هێلکەکەی دایکدا بنێیتو، ژیرانەو وردەکارانـە چـۆنیەتی پێکهاتـەکانو شوێنی دروست بوونیان دیاری بکەیتو، بۆت ڕوون ببێتەوە کە ماوەیـەك پـێش ئەنجامدانی ئەو کـاری جوتبوونـەی کـە تـۆی لێـوە پەیـدا بوویـت، بـەهۆی ئـەو بەروبوومانەی کە لەناو خاکەوە ڕواونو باوکت خواردویەتی، ئەو تـۆوە دروسـت بووە کە تۆی لێ پەیدابوویت، هێلکەکـەکانی دایکیشـت لـە هـەمان سەرچـاوەی ئەو خواردنانەوە دروست بوون، ئینجا بۆئـەوەی ڕوونکردنـەوەکان ئـاڵۆز نـەبن، ئێمە ناگەڕێینـەوە بـۆ پـێش خشـتەی مەنـدەلیف، (چـونکە ئـەو بابەتـەمان لـە کتێبی بوون لەژێر سێبەری فەلسـەفەو زانسـتدا ڕوون کردۆتـەوە)، لەڕاستیشـدا خشتەی مەندەلیف وەکو بنەمایەکی بەڵگەنەویست، کەس ناتوانێـت نکـۆڵی لـێ بکات، کەواتە ئەوەی ئێمە پێویستیمان پێیەتی بۆ دیاریکردنی کەسایەتیەکان، تــەنها ئــەو توخمانــەن کــە بەشــداری دەکــەن لــە پێکهاتــەی جەســتەیی زیندەوەرێکدا، کە کاریگـەریان هەیـە لەسـەر بـاری زیندوویـەتی، ئـەوانیش ئـەو

توخمانـەن کـە بـە توخمـە پێداویسـتیەکان (العناصـر الضـرورية Essential elements) ناسراون:

کـاربۆن(C): ١٨٪ی پێکهاتەکانـە، تـوخمێکی بنەڕەتیـە لـە یەکـە وردیلـەکانی پێکهاتە ئەندامیەکانە، وادادەنرێت وەکو بڕبڕەی پشت بێت بۆیان.

ئۆکسـجین(O): ٦٥٪ی پێکهاتەکانــە، زۆر گرنگــە بـۆ هەناســەدان، تــوخمێکی بنەڕەتیشە لە پێکهێنانی ئاودا.

هیدرۆجین(H) ١٠٪ ی پێکهاتەکانە، توخمێکی بنەڕەتی پێکهاتەی ئاوە.

نایترۆجین(N) ٣٪ی پێکهاتەکانە، بەشداری دەکات لە پێکهاتــەی پرۆتینـەکانو ناوکە ترشەکان.

فۆسـفۆر(P) ١٪ ی پێکهاتەکانـە، یەکێکـە لـە پێکهاتــەی ناوکـە ترشـیەکانو، تـوخمێکی بەشداریشـە لـە پێکهاتــەی ئێسـکەکانو، تـوخمێکی گرنگیشـە بـۆ ئاڵوگۆڕی وزە.

کبریـت(S) ٠,٣٪ ی پێکهاتەکانــە، بەشــداری دەکــات لــە پێکهاتــەی هــەموو پرۆتینەکاندا، سەرچاوە خۆراکیەکەی بریتیە لە گۆشتو جگەرو ماسیو هێلکەو پەنیرو فاسۆلیا.

پۆتاسیۆم (K) ٠,٤٪: ی پێکهاتەکانە، ئایۆنەکی (+) زائیـدی سـەرەکیە، لـەناو خانەکانـدا هەیـە ڕۆڵێکـی گرنگـی هەیـە لـە پـەرێوەبردنی کاروبـاری دەمـارو ماسـولکەکاندا، سەرچـاوە خۆراکیەکـەی: لـە میـوەو سـەوزەو مـۆزو ئـەناناسو پرتەقاڵو سێو خورماو ترێو پەتاتەو فاسۆلیادا هەیە.

کالیســیۆم (Ca): ١,٥٪ ی پێکهاتەکانــە، توخمێکــە بەشــداری دەکــات لــە پێکهاتــەی ئێســکو ددانــەکانو پێکهاتــەی خانــەکانی ڕەگـی ڕوەك، هــەروەها ڕۆلێکی گرنگی هەیە بۆ گەیاندنی تەوژمی دەمارەکـانو خەسـت بـوونی خـوێن،

سەرچاوە خۆراکیەکەی: بەروبوومەکانی شیرو هێلکەو گۆشتی ماسیو سەوزەی گەلآدار.

صۆدیۆم(Na): ٠,٢٪ ی پێکهاتەکانە، ئایۆنێکی(+)زائیدە، ڕۆڵێکی گرنگە هەیە لە پارێزگاری کردنی شلەمەنیەکان لە ناوەو دەرەوەی خانەکاندا، توخمێکی بنەڕەتیشە لە گەیاندنی شەپۆلی دەمارەکاندا، سەرچاوە خۆراکیەکەی ئەو توخمە: خوێی چێشتە.

مەگنیسیوم(Mg) ٠,١٪ی پێکهاتەکانە، توخمێکی پێویستە لە خوێنو شانە تەنراوەکانی لەشدا، پێکهاتەیەکی زۆر گرنگە لە زۆر سستەمی ئەنزیمیدا، هەروەها لە ڕوەکیشدا کاریگەری هەیە لە پێکهاتەی کلۆرۆفیلیدا.

کلۆر(Cl) ٠,١٪ی پێکهاتەکانە، ئایۆنێکی(−)ە ، ڕۆڵێکی گرنگی هەیە لە پارێزگاری کردنی شلەمەنیەکاندا لەناوەو دەرەوەی خانەدا.

ئاسن (Fe): بە ڕێژەیەکی کەم بەشداری دەکات لە پێکهاتەکاندا، بەتایبەتی لە پێکهاتەی هیمۆگلۆبینو میوجلوبین، کە ئۆکسجین دەگوازنەوە بۆ خانەکانی لەش، هەروەها لە هەندێك ئەنزیمی دیاریکراویشدا بەشداری دەکات، ئەو خواردنانەش کە ئاسنیان تێدایە وەکو گۆشت، بەتایبەتی ئەندامەکانی ناو هەناو وەکو جگەرو گورچیلە، هەروەها گۆشتی ماسیو زەردێنەی هێلکەو پاقلەمەنیو میوەی وشککراوەو گوێزو نانی گەنمەشامی.

خارسین(Zn): لەزۆر لە پێکهاتەی ئەنزیمەکاندا بەشداری دەکات، هەروەها کاروباری ئەنسۆلین دەبوژێنێتەوەو بەهێزی دەکات، زۆر پێویستە بۆ گەشەی سروشتی ئەندامەکانی زاوزێو، ڕێگەگرتن لە توشبوونی نەخۆشی کەم خوێنی، کاریگەریەکی زۆریشی هەیە لە خێرا چاك کردنەوەی برینەکانو بەهێزکردنی کارو کردارەکانی گەشەکردن بە شێوەیەکی گشتی، هەموو پێکهاتەیەکی

پرۆتینی له سەرچاوەیەکی گیانەوەریەوە ئەو توخمەی تێدایە، هەروەها لە پاقلەمەنیو گوێزو هێلکەشدا هەیە.

سلیکون(SI): هۆیەکی یاریدەدەرە بۆ نیشتنی کالیسیۆمو فۆسفۆر لەناو ئێسکەکاندا، هەروەها بەشداری دەکات لە پێکهاتەی گریێ لیمفاویەکانو پێستو چیکڵدانە هەواییەکان، هەرەها بەشداری دەکات لە پێکهاتە بنەڕەتیەکانی ئەو پێکهاتانەی کە ئێسکیان لێ پێکدێت، سەرچاوە خۆراکیەکەی دانەوێڵەو جۆو پێستی مریشکە.

فانادیۆم(V): هۆیەکی یاریدەدەرە بۆ لەتوپەت کردنی چەوریەکان، سەرچاوە خۆراکیەکەی: دانەوێڵەو نانو گوێزو زەیتە ڕوەکیەکانە.

فلور(F): بەشداری دەکات لە پێکهاتەی ددانەکانو ناهێڵێت ڕەشو کلۆر ببن، ئەو توخمە زۆر پێویستە بۆ بەهێزیو بەردەوام بوونی توانای ئێسکەکان، سەرچاوە خۆراکیەکەی، خواردنەکانی دەریاو ئاوی خواردنەوەیە.

کرۆم(CR): ئەو توخمە دەبێتەهۆی بەهێزکردنی ئەو ئەنزیمانەی کە تایبەتن بە پێکهاتەی کاربۆهیدراتی، هەروەها دەبێتەهۆی بەهێزکردنی ترشەلۆکە ڕۆنیەکانو کۆلسترۆل لە لەشدا، کاروکردەوەکانی ئەنسۆلینیش بەهێز دەکات، سەرچاوە خۆراکیەکانی ئەو توخمەش: لە زەیتی گەنمەشامیو گۆشتو میوەو سەوزەو خواردنەکانی دەریاو ئاوی خواردنەوەدا هەیە.

کۆباڵت(CO): بەشداری دەکات لە پێکهاتەی فیتامین (ب١٢) کە زۆر گرنگە بۆ بەهێزکردنی کرداری دروستکردنی خڕۆکە سوورەکانی خوێن، سەرچاوە خۆراکیەکانی ئەو توخمە: هەموو ئەو پێکهاتانەی کە فیتامین (ب١٢)یان تێدایە وەکو گۆشتو هێلکەو بەروبوومەکانی شیر.

مەنگـەنیز(Mn): هۆیـەکی بەهێزکـەرە بـۆ هەنـدێك لـەو ئەنزیمانـەی بەشـداری دەکەن لە دروستکردنی هیمۆگلوبین، هـەروەها زۆر گرنگـە بـۆ گەشـەو بەرهـەم هێنـانی هۆرمۆنـە جنسـیەکانو گلانـدە شـیریەکان، سەرچـاوە خۆراکیەکەشـی: گوێزو سەوزەواتو میوەیە.

یۆد(I): بەشداری دەکات لە پێکهاتەی هۆرمۆنی سایرۆکسین کە زۆر گرنگـە بـۆ زیادکردنی هێزی کارلێکە کیمیاویەکان لەناو جەستەدا، سەرچاوە خۆراکیەکـەی بریتیە لە: خواردنە دەریاییەکان، زەیتی ماسی، ئەو سـەوزەواتەی لـە خاکێکـدا دەڕوێنرێت کە زۆر دەوڵەمەند بێت بە یـۆد، هـەروەها خوێیـەکی چێشـتیش کـە یۆدی تێدابێت.

لـە بادەمـدا زەیتێـك دەردەهێنرێـت چـەوریەکانی نـاوخوێن دەتوێنێتـەوە، ئـەو زەیتـــە پێســـت نـــەرم دەکاتـــەوەو بـــەهێزی دەکـــاتو خـــورانی پێست ناهێڵێتو، خێرایە لە چاککردنەوەی شـوێنە سـوتاوەکانو ئـازاری گـوێی ناوەڕاســت ناهێڵێــتو، پــەردەی دڕاوی گوێچــکە پڕدەکاتــەوەو، لــە زۆر لــە ئیشەکانی هەویرو شـیرینیەکاندا بـەکاردەهێنرێت، دەنکـە شـیرینەکانی بـادەم، ئارام کەرو هێورکەرەوەن، ناو زگیش نەرم دەکەنەوەو دژی گرژی دەمارەکـانو کەم خوێنیە، چەورکردنی لەشیش بەو زەیتە دەبێتە مایەی خەوێکی خۆش.

جا خوێنەری بەڕێز سەیری کەسایەتی ئەو بادەمە بکـە، ئـەو زەیتـەی لـەکوێوە هێنا؟ بۆچی زەیتی بادەم چەوریەکانی تری ناوخوێن دەتوێنێتەوە؟ هۆی چـیە دەمارەکان نەرم دەکاتەوەو دەبێتە مایەیی خەوێکی خۆش؟ خۆت بەدوای ئـەو وەڵامانەدا بگەڕێ، بەڵام ئەگەر ویستت بادەم یـان گـوێز بـەکاربێنیت، ئەوکاتـە بیشکێنە کـە دەیخۆیـت، لەبەرئـەوەی ئـەو زەیتـەی کـە تێیدایـە بـەزویی هـەوا دەیباتو ڕەقو وشك دەبێتەوە.*(٣٢)

ئینجا هەموو ئەو توخمانەی کە لە خشتەی مەندەلیفدا هەن، هەریەکەیان کەسایەتی تایبەتی خۆی هەیەو هەڵسو کەوتو پەیوەندیی و یەکگرتنەکانیان لە توخمێکەوە بۆ توخمێکی تر دەگۆڕێت، بۆنموونە:

توخمی کلۆر نیشانەی(Cl)ی بۆ دانراوە.

توخمی کالیسیۆم نیشانەی(Ca)ی بۆ دانراوە.

ئەو دوو توخمە بەم شێوەیە یەکتر دەگرن:

($CaCl_2$) لەژێر ناوێکی تازەدا بە ناوی (کلۆریدی کالیسیۆم).

واتە کالیسیۆمێك لەگەڵ دوو کلۆردا ئەو پێکهاتە نوێیە پێکدەهێنێت.

بەڵام ئەگەر سەرنجی هەمان توخمی کلۆر بدەین لەگەڵ پۆتاسیۆم دا دەبینین:

توخمی کلۆر (Cl) لەگەڵ توخمی پۆتاسیۆم(K)، بەم شێوەیە یەکتر دەگرن:

KCl لەژێر ناوێکی تازەدا بەناوی (کلۆریدی پۆتاسیۆم).

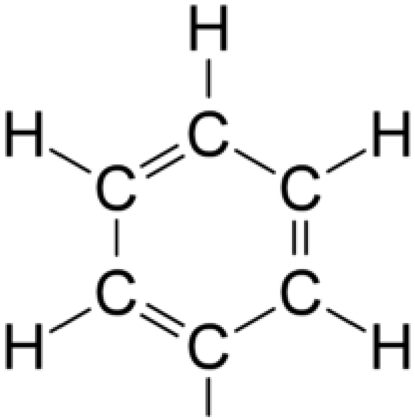
واتە: کلۆرێك لەگەڵ پۆتاسیۆمێك، کە ئەوەش مانای جیاوازی کەسایەتی کالسیۆمو کەسایەتی پۆتاسیۆم نیشان دەدات.

هەروەها توخمی ئۆکسجین(O) توخمێکە ناسوتێت، بەڵام یارمەتی سوتان دەدات، بۆ هەناسەدان بەکاردێت، بەڵام توخمی هایدرۆجین (H)، توخمێکە بۆخۆی دەسوتێت، جا ئەگەر سەرنج بدەین دەبینین ئەو دوو توخمە بەم شێوەیە یەکتر دەگرن:

(H_2O) لەژێر ناوێکی تازەدا بە ناوی (ئۆکسیدی هەیدرۆجین) واتە: ئاو، نە دەسوتێت وەکو هایدرۆجینەکەو نە یارمەتی سوتانیش دەدات وەکو ئۆکسجینەکە، بەڵکو تینویەتی دەشکێنیٚو، ئاگر دەکوژێنێتەوەو سەرچاوەیەکی سەرەکیشە بۆ بەردەوام بوونی زیندوویەتی.

ئەگەر سەرنجێکی هەمان توخمی کلۆر بدەین لە بارە گازیەکەیدا، دەبینین بە ڕێژەیەکی زۆر گازێکی ژەهراویەو، لە جەنگی جیهانی دووەمدا وەکو چەکێکی کۆمەڵ کوژ بەکارهێنراوە، لەبارە شلیەکەشیدا ماددەیەکی سوتێنەرە بۆ پێست، کەچی دەبینین توخمی کلۆر(Cl)، لەگەڵ توخمی سۆدیۆم(Na) بەم شێوەیە یەکتر دەگرن: (NaCl) پەیدا دەبێت لەژێر ناوێکی تازەدا بەناوی (کلۆریدی سۆدیۆم یان سۆدیۆم کلۆراید) واتە: خوێی چێشت.*(٣٣)

خوێنەری بەڕێز سەرنج بدە ئەو وێنەیە، پیتی(C) نیشانەی توخمی کاربۆنەو، پیتی(H)نیشانەی توخمی هایدرۆجینە، شەش کاربۆن بەم شێوەیە لەگەڵ شەش هایدرۆجین یەکیان گرتوەو ئەوەی پەیدابووە پێی دەگوترێت بەنزین.



بەنزین پێکهاتەیەکە لەنێوان یەکگرتنی شەش هایدرۆجینو شەش کاربۆندا پەیدا دەبێت، هەمووشمان بەباشی دەزانین ئەگەر ڕۆژێك بەنزین نەبێت، ئەوە وڵاتەکە تووشی ئیفلیجی دەبێت، جا سەرنج بدە کەسایەتی هایدرۆجینو کاربۆنو بەنزینەکەو بۆخۆت یەکەیەکە کەسایەتیەکانیان هەڵسەنگێنە.*(٣٤)

پرۆتۆپلازم یەکەی پێکهاتەی بنیادنانو ئەرکەکانی خانەیە، کە لە پێکهاتەیەکی زیندووی زۆر ئالۆز پێکهاتوە، پێکهاتە کیمیاییەکەی لە(٣٠)توخم پێکدێت کە بەم شێوەیە دابەشکراون:

یەکەم: کاربۆن C ، ئۆکسجین O ، هەیدروجین H ، هەمووشیان ڕێژەی ٩٤٪ پێکدەهێنن.

دووەم: ئەوتوخمانە دەگرێتەوە کە زۆرن لە دەروبەردا. نایترۆجین N ، فوسفور P ، پوتاسیوم K ، کالسیوم Ca ، مەغینیسیوم Mg، کبریت S، هەمووشیان ڕێژەی(١,٠–٥٪)ی ئەو پرۆتۆپلازمە پێکدەهێنن.

سێیەم: ناودەبرێت بە کۆمەڵەی توخمە وردو بچووکەکان، کە لە(٢٠) توخم پێکدێن، کەمبوونەوەی ڕێژەی هەر توخمێك لەو توخمانە دەبێتەهۆی شێواندنی جەستەیی‌و گەیشتن بە قۆناغی مردن، لە نموونەی ئەوتوخمانە: ئاسن Fe، ئەلەمنیۆم Al، صودیوم Na، بۆرۆن B، کلۆر Cl، زنك Zn، سیلیکون Si، مەنگەنیز Mn .*(٣٥)

کەواتە ئەو(٣٠)سی توخمە هۆکارێکی هاوبەشن لەنێوان هەموو تەنە زیندووەکانی ناو ئەو بوونەوەرەدا، لەهەمان کاتیشدا پێداویستیەکی سەرەکین بۆ مانەوەی جەستەکانیان بەزیندوویی.

ئێمە لێرەدا ناتوانین هەموو پێکهاتەکانی جەستەی زیندەوەرەکان یەکە یەکە ڕوون بکەینەوە، چونکە باسەکە بەلایەکی تردا دەڕوات، بۆیە کاریگەری ئەو توخمانە تەنها لەسەر هەندێك پێکهاتەی بەرچاو ڕوون دەکەینەوە، کەهەندێك جار زیادبوونی ئەو پێکهاتانە دەبێتەهۆی ئەوەی ئادەمیزاد بەدەستیانەوە بناڵێنێت‌و کاردەکەنە سەر کەسایەتیەکەی:

چەوریەکان لە سێ توخمی بنەڕەتی پێکدێن، کاربۆن(C)و هایدروجین (H)و ئۆکسجینن(O)، بەڵام بەرێژەی جیاواز، بۆنموونە: لەچەوریەکاندا ڕێژەی هایدرۆجین‌و ئۆکسجینەکە وەکو ڕێژەی یەکگرتنیان نیە لە پێکهێنانی ئاودا، کەسایەتی ئەو چەورییانەش لەو ڕەوشتانەدا خۆیان نیشان دەدەن کە: لە ئاودا ناتوێتەوە، سەرچاوەیەکی وزەن، هۆکارێکن بۆ کۆکردنەوەی خواردنی زیادە، بەرگی دەوری خانەکان دروست دەکەن، لە شێوەی زەیت یان ڕۆن یان مۆم یان چەوری دەبینرێن، جا تەماشای پێکهاتەی ئەو چەوریانە بکە لە زیندەورەێکەوە بۆ زیندەوەرێکی ترو، بزانە چۆن کاریگەریان هەیە لە دەرکەوتنی کەسایەتیەکەیاندا، بۆنموونە: چەوری پێستی مریشك شتێکی بەتام‌و لەزەتەو زۆرینەی مرۆڤەکان ئارەزوی خواردنی دەکەن، بەڵام چەوری پێستی مانگا، کەس ئارەزوی خواردنی ناکات، چەوری زەیتونیش بە پێخۆری دەخورێت، کەواتە هەرچەندە هەموو چەوریەکانیش لەو سێ توخمە پێکدێن، بەڵام جیاوازی لە ڕێژەی یەکگرتنەکانیاندا ڕەوشتێکی تایبەتی خۆی دەدات کە لە کەسایەتی ئەو زیندەوەرەدا دەردەکەوێت.

لێرەدا نموونەیەکی تر لەسەر جۆرەکانی شەکر دێنینەوە، ئەو شەکرەی کە ئێمە لەماڵەکانماندا بەکاری دێنین، بۆ خواردنەوەی چا، یان بۆ دروستکردنی شیرینیەکان، لە قامیشی شەکر یان لە چەوەندەر دروست دەکرێت‌و بە جووتە شەکر ناسراوە، کە ناتوانێت ڕاستەوخۆ بچێتە ناو خوێنەوە، بۆیە لەکاتی خواردنیدا دەبێت جگەر بە هەندێك کرداری ئاڵۆز هەستێت بۆ گۆڕینی ئەو شەکرە لە جووتە شەکرەوە بۆ تاکە شەکر، بۆئەوەی بە ئاسانی بمژرێت‌و جەستەش بتوانێت هەرسی بکات، بەڵام ئەگەر سەرنجێکی مێشی هەنگ بدەین: دەبینین شەکری ناو شیلەی ئەو گوڵانەش هەر جووتە شەکرە، بەڵام مێشی

هەنگ زۆر وردەکارانە لە کاتی مژینی شیلەی گوڵەکاندا، بەهۆی ڕژاندنی چەند ئەنزیمێکەوە ئەو جووتە شەکرە دەکات بە تاکە شەکر کە لە خوێندا نانیشێتو مرۆڤ تووشی نەخۆشی شەکرە ناکات، بۆیە ئەو گۆرانکاریە کیمیاییە لە کەسایەتی مێشی هەنگدا دەردەکەوێت بەوەی کە: ﴿لەناو زگی مێشی هەنگدا هەنگوینێك دێتەدەرێ ڕەنگەکانی جیاجیان، ئەو هەنگوینە چاکبوونەوەی هەموو نەخۆشیەکانی تێدایە بۆ خەڵکی، بەڕاستی لە بەرهەم هێنانی ئەو هەنگوینەدا، بەڵگەو نیشانەیەك هەیە بۆ نەتەوەیەك کە بیردەکەنەوە﴾. (٦٩)النحل

ئینجا لە کەسایەتی مێشی هەنگیشدا ئەوە دەبینی کە زیندەوەرێکی تەمبەڵ نیە، بە ڕۆژ شیلەو هەلاڵەکان کۆدەکاتەوەو، بە شەویش لەناو شانەکانی خۆیدا خەریکی گۆڕینی جووتە شەکرە بۆ تاکە شەکر بەهۆی ئەنزیمەکانیەوە، کەسێکی فیداکارە ڕووبەڕوی هەموو ئەو دوژمنانە دەبێتەوە کە هێرش دەکەنە سەرماڵەکەی.

کەواتە هەموو ئەو خواردنانەی کە لە توخمەکانی خاکەوە پەیدابوونو دایكو باوکەکانمان دەیانخۆن، لەجەستەی ئەوانیشدا بە کردارێکی ئاڵۆزو وردەکار، لە باوکەکاندا دەبێت بە تۆو، لەدایکەکانیشدا دەبێت بە هێلکە.

﴿خواش (سەرەتا) ئێوەی لە خۆڵ دروستکردوە، پاشان لە دڵۆپەیەك تۆو، ئینجا کردونی بە نێرو مێ....﴾. (١١)فاطر

هێلکەی دایك، بە(٢٣) کرۆمۆسۆمەوە چاوەڕێی میوانە خۆشەویستەکەیەتی بەرگەکەی دەرەوەی ببڕێتو بچێتە ناو دڵو هەناویەوەو، بە هەردووکیان کرۆمۆسۆمەکانیان لە یەکتری بهاڵێنو ڕەوشتی هەردووك بنەماڵەکە بگوازنەوە بۆ پێکهاتەی کۆرپەیەکی نوێ، کۆرپەکەش ببێت بە خاوەنی ڕەوشتە

مرۆییـەکان کـە خـۆی لـە(٤٦) کرۆمۆسـۆمدا دەبینێتـەوە، هێلکـەدانی دایکـیش مانگی هێلکەیەك یان جاری واهەیە دوانو سیانو زیاتریش دێنە خوارەوە.

ئینجـا کـە کـرداری پیتانـدن ڕویـدا، تـازە جـارێکیتر ڕێگـە بـە هـیچ گیانەوەرێکی تـۆوی نادرێـت ئـەو هێلکەیـە بپیتێنێـت، هێلکـەدانیش لـە ناردنـە خـوارەوەی هێلکـەی تـر دەوسـتێت، گەشـەکردن بـەردەوام دەبێـتو هێلکەکـە دەست دەکات بە دابەشبوون، بە جوانی سەرنج بدە لـە نێـوانی تـامو لـەززەتی ژنو مێردایەتی دایكو باوکتـدا، ئـەوە یەکـەم هـەنگاوی دانـانی بـەردی بناغـەی جەستەو کەسایەتیەکەی تۆیـە کـە لـە منداڵدانی دایکتـەوە دەسـت پێـدەکات، بەشێکت لەلایەن باوکتو خزمەکانی باوکتەوە پەیدابووە، بەشێکیشـت لەلایـەن دایکتو ماڵە خاڵوانتەوە پەیدابووە، جا ڕەوشتە زاڵەکانی کام لایەن بەهێزترین، ئەوا شێوەکەت دەبەنەوە بۆ ئەولایە، بۆنموونە زۆرجاران کۆرپەکە بە مامەکانی یان بە کوڕەمامەکانی دەچێتو، زۆر جارانیش بە ماڵە خاڵەکانی دەچێت:

﴿ئینجا لەو ئاوە، پارچە خوێنێکی مەیومان دروسـت کـرد، ئینجـا لـەو پارچـە خوێنە مەیوە پارچە گۆشتێکمان دروستکرد (وەکو ئەو گۆشتەی کە بجورێـت)، ئینجـا لــەو پارچــە گۆشــتە جــوراوە ئێســقانەکانمان دروســتکردن، ئینجــا ئێســقانەکانمان بــە گۆشــت داپۆشــین، ئینجــا دامانمەزرانــد بــە شــێوەی دروستکراوێکی تر، جا پیرۆزی بۆ ئەو خوایەی کە باشترین دروستکەرە لەنێوان دروستکەرەکاندا﴾.(١٤)المؤمنون

ئینجا بەلاتەوە سەیر نەبێت لە هەفتەی سێهەمی ناو منداڵدانـدا قەبارەکـەت لـە دەنکە کونجییەك زیاتر نەبێتو، نەخشی سەری پەنجەکانیشت لەدوای هەفتەی (١٥)هەمەوە دەرکەونو، کڵاوەی سەری ئەژنۆکانیشت لەدوای مـانگی دووەمـی لەدایك بوونەکەتەوە دروست ببن، بەپێی ئەو بەرنامەیەش کـە بـۆت دانـراوە لـە

کاتی پژمیندا دەبێت هەموو ئەندامەکانی لەشت بە دڵیشتەوە لەکار بووەستن‌و دوای بژمینەکەش ڕاستەوخۆ دەست بە کار بکەنەوە.*(٣٦)

جا لە تەمەنی چوار مانگ‌و دەڕۆژیدا لەناو منداڵدانی دایکدا، خوا فریشتەیەك لە هێزی (ڕوح) دەنێرێت‌و فەرمان بەو پێکهاتوە زیندووە دەکات کە دەست بەکاربێت تا کاتێکی دیاریکراو، کە لە کۆتایی ئەوکاتە دیاریکراوەدا هەموو ئەو دەسەڵاتانەی لێ وەردەگیرێنەوەو دەمرێت، واتە: پێش ئەوەی فریشتەی ڕوحەکە بێت، تۆ تەنها زیندوویەتیت هەیە، بەهۆی ئەو سی توخمەوە کە لە سەرەوە باسمان کرد زیندوویەتیەکەت بەردەوام دەبێت، کاتێك کە ئەو فریشتەیەی خوا دێت دوای چوار مانگ‌و دە ڕۆژ لە پیتاندنی هێلکەکە، فەرمان بەو پێکهاتوە زیندووە دەکات دەست بەکاربێت بۆ کاتێکی دیاریکراو، فەرمان بە دەست‌و قاچەکان دەکات بجووڵێن‌و، فەرمان بە زمان دەکات بدوێت‌و، گوێچکەکان ببیستن‌و چاوەکان ببینن.

پێغەمبەر(سڵاوی خوای لێبێت) فەرموی: ((کارمەندی) ڕوحەکان سەربازی کار پێدراون، جا ئەوانەی یەکتریان ناسی، یەك دەگرن‌و(دەبن بە دۆستی یەکتری))، ئەوانەش کە نامۆ بوون، (چارەی یەکتریان ناوێت‌و) جیادەبن لەیەکتر).*(٣٧)

کەواتە ئەو دروستکراوانەی تریی خواش کە لەگەڵ تۆدان، کاریگەرییان هەیە لەسەر کەسایەتیەکەی تۆ.

ئینجا لەدوای ئەو چوار مانگ‌و دە رۆژەوە تا کاتی مردنەکەی، خوا چەند کارمەندێکی تایبەتی لەگەڵدا دادەنێت، هەندێکیان دوای مردنیش لەگەڵیدا دەمێننەوە تا کاتی لێپرسینەوە، بۆنموونە: خوا دەفەرموێت:

﴿بەڕاستی کارمەندی پارێزگاریشتان بەسەرەوەن، بەڕێزن‌و کردەوەکانتان دەنوسن، دەشزانن ئێوە چی دەکەن﴾.((١٠)،(١١)، (١٢))الانفطار

ئینجا لەناو ئەو کارمەندانەدا، یەکێکیان بەتەواوی لەخۆت دەچێت کە هاووێنەی خۆتەو، خوا بە(قرینە) ناوی دەبات، لە ڕۆژی لێپرسینەوەدا دێتـە قسـە، وەکـو خوا لە سوڕەتی(قاف) دەفەرموێت: ﴿هـەموو دەرونێکـیش لەگەڵـیدا لێخوڕێـك‌و شاهیدێك دێت (بۆ مەیدانی لێپرسینەوە)﴾. (٢١)قاف

تۆ لـەژێر ڕەحمـەتی ویسـتی دروسـتکەرەکەت دای، چـۆنی ئـارەزو لێبێـت بـەو شێوەیە ئەنجامدانی کارەکانت بۆ دەنەخشێنێت، ئەو جیهانەی کە ئێمـەی تێـدا دەژیـەین، بەشـێکی کـەمی لێمانـەوە دیـارەو چـاوەکانمان هەسـت بـە بینینـی دەکـات، زۆرینـەی بوونەوەرەکـەو پێکهاتـەکانی نادیـارن، تـەنها ژێـری درکیـان پێدەکات، بۆنموونە: جندوکەکان لەژیانی ڕۆژانەماندا بەشداری ژیانمان دەکەن‌و لەگەڵ هەموو تەبڵ‌و دەهۆڵ‌و دەفە لێدانێکدا کۆدەبنەوە، زۆر بە هەڵپە بـەدوای داواکاریـەکانی ئـادەمیزادەوە دێـن‌و تووشـی ناڕەحـەتی‌و خـەمباریان دەکـەن، قورئانی پیرۆز بەدرێژی لەسووڕەتی(الجن)دا باسـی جندوکـەکان دەکـات، ئێمـە توانای بینینی ئەوانمان نیـە، بـەڵام ئـەوان توانـای بینینـی ئێمـەیان هەیـە، جـا خوێنـەری بـەڕێز دروسـتکەرەکەت بـەهۆی ئـەو کارمەندانـەوە کـە بەسـەرتۆوە داینـاون، دەسـەڵاتدارە بـەوەی بـەرزی‌و نزمیـت پـێ بکـات‌و کاربکاتـە سـەر کەسایەتیەکەت، جا ئەوەی کـە گرنگـە پەروەردگارەکـەت تـووڕە نەکـەیت‌و لـە فەرمانەکانی دەرنەچیت، نەوەك ڕسـوات بکـات، ئینجـا تـۆ لەگـەڵ ئـەو هـەموو فەرمانبەرانـەی کـە لەگـەڵتان، لـەدایك دەبیـت‌و دەکەویتـە نـاو ئـەو ژیانـە سنووردارەوە بۆ کاتێکی دیاریکراو.

کەواتە گومان نامێنێت لەوەی کەسایەتی هێلکەو تۆوەکەت لـە بـەروبوومی ئـەو خاکەوە پەیدابووەو، لە بەردەوامی ژیانیشتدا ئەو خاکە کار لە کەسـایەتیەکەت دەکــات‌و، کــە دەشمریــت بــۆ نــاو ئەوخاکــە دەگەڕێیتــەوەو لەبەریــەك

هەڵدەوەشێیەوەو دەبیەوە بە هەمان ئەو توخمانەی کە کاتی خۆی هێلکەو تۆوەکەتیان لێ پێکهاتبوو، ئەوەی دەشمێنێ لە جەستەکەت تەنها کلێنچەکەتە کە وەکو فلاش میمۆرییەك وەهایە هەموو پێکهاتەو کاروکردەوەکانی تۆیان لەسەر تۆمارکراوە، لەو کلێنچەیەوە بۆ جارێکی تر بە کۆپی کردنێك وەکو خۆت لەخاك دەردەهێنرێیەوە بۆ لێپرسینەوە.

پێغەمبەر(درودی خوای لەسەربێت) دەفەرموێ: (هەموو جەستەی ئادەمیزاد گڵ دەیخوات تەنها کلێنچەکەی نەبێت، لەو دروستکراوەو لەویش پێك دەهێنرێتەوە).*(٣٨)

بەڵام لێرەدا پێویستیمان بەوەش هەیە بۆ زیاتر شارەزابوون لە کەسایەتی پێغەمبەرەکانی خوا، قوڵتر بچینە ناو باسەکەوەو بەرانبەرکێیەك بکەین لەنێوان جەستەی مرۆڤە سروشتیەکانو جەستەی ئەو پێغەمبەرانەدا، لە پێشەوە ڕوونمان کردەوە کە جەستەی ئادەمیزاد دوای مردنی گڵ لەبەریەکی هەڵدەوەشێنێتەوەو دەیگێڕێتەوە بۆ ئەو توخمانەی کە سەرەتا هێلکەکەو تۆوی لێ پێکهاتون، تەنها کلێنچەکەی نەبێت دەمێنێتەوە تا ئەو ڕۆژەی زیندوو دەکرێتەوە، بەڵام جەستەی پێغەمبەرەکان بە شێوەیەك دروستکراوە زیاتر خۆڕاگرو بە تواناتر بێت بۆ هەڵگرتنی ئەو ئەرکە قورسانەی کە دەخرێنە ئەستۆیەوە، بۆیە پێکهاتەی گڵ توانای لەبەریەك هەڵوەشانەوەی جەستەی پێغەمبەرەکانی نیە، (پێغەمبەر (سڵاوی خوای لێبێت) فەرموی: (بەڕاستی خوای گەورە لە زەوی قەدەغە کردوە لاشەی پێغەمبەران بخوات، (سەلامی خوایان لێبێت)).*(٣٩)

کەواتە لە کەسایەتی پێغەمبەرەکاندا تایبەتمەندیەکی تایبەت هەیە بۆ پێغەمبەرەکان کە لە مرۆڤی سادە زیاتر پشتیوانیان لێدەکرێت لەلایەن

پەروەردگارەکەیانەوە، هەر ئەو هۆیەشە کە زیاتر خۆڕاگرن لە بەرانبەر گرفتو گریٚ کوێرەکانداو، بەئاسانیش دەتوانن پەیامەکانی پەروەردگاریان وەربگرن بەهۆی سەردانی فریشتەکانەوە.

(کرۆمۆسۆمەکان (لە گیانەوەرێکەوە بۆگیانەوەرێکی تر ژمارەیان دەگۆڕێن)، وەکو کتێبی ژیانو کتێبخانەیەکی ژمارەدارکراو وایە، هەموو نهێنیو تایبەتمەندیەکی ئەو گیانەوەرە زیندووەی تێدایە، ئەوەی کە ئادەمیزادی لیٚ پێکدێتەوە کلێنچەکەیەتی، کەواتە ئەو کلێنچەیە پێویستە زیندووبێتو بە پارێزگاریەکی بەهێزو توند بپارێزرێت، نە ئاگرو نە فشارو نە سەرماو نە گەرما کاری تێنەکات، واتە: پێویستە ئەو تایبەتمەندیانەی کلێنچەش هەموویان لەناو(DNA)یدا دیاریکرابن، لەسەر بۆهێلٚ(جین)و کرۆمۆسۆمەکاندا، لە تاقیکردنەوەیەك زیاتر کە زانای ئەڵمانی(هانس سبیمان)کردی بۆی دەرکەوت ئەوەی پێی دەگوترێت (الشريط الاولى) لێپرسراوە بەرانبەر دروستکردنی هەموو ئەندامەکانی لەش، (هانس)و قوتابیەکانی هەستان بە لێدانو کوتانی ئەو(الشريط الاولى)یە، پاشان سەیریان کرد ئەو خانانە بە لێدانو کوتان تێدا ناچن، ئینجا(دکتۆر عوسمان جیلان) هەستا بە تاقیکردنەوەیەك، (٥)کلێنچەی مەڕی هێنا بۆ ماوەی (١٠)خولەك سوتاندنی تا تەواو سووربوونەوەو سوتان، بۆی دەرکەوت ئێسکەکانی ئەو کلێنچانە زیندوونو ئاگر کاری لیٚ نەکردوون).*(٤٠)

(ئەو داروینەی کە لێکۆڵینەوەکانی گەیشتنە ئەوەی ئادەمیزاد باوەڕ بەوە بێنێت کە بنەڕەتەکەی مەیمونە، دەبێت ئێستا چی بڵێت کە(لەم سەردەمەدا) ڕوون بۆتەوە بنەڕەتی ئادەمیزاد مەیمون نیە؟ بەڵکو بناغەکەی لە زنجیرەیەکی

زۆر عاقڵترو داڕێـژراوترەوە هاتووە....هـەر ئـەو ئادەمیزادەشـە لـە ئاسمانـەوە هێنراوەتە خوارەوە).*(٤١)

ئینجا لە ئـەنجامی زاوزێ کـردن‌و لـەژێر کاریگـەری بۆمـاوەو دەوروبـەرو جـۆری خـۆراک‌و دەیـان هۆکـاری تـردا، جۆراوجـۆری ئـادەمیزادو تـیرەو هۆزەکـان پەیـدادەبن، کـە هـەموویان خـاوەن ژیـرین، جـا بـەهۆی تێفکـرین‌و کێشـکردنی ڕووداو پێشـهاتەکانەوە، ویـژدان وەکـو چـاودێریکەر بەسـەر هەڵسـوکەوتەکانی عەقڵەوە لەدایك دەبێت‌و پاشانیش دەبێتە لێپرسەرەوە بەسەریەوە.

لەگەڵ بەردەوامبوونی ژیانیشدا، جەسـتەو کـێش‌و توانـا تایبەتیـەکانی دەگەنـە ئەوسنوورەی کە بۆی دانراون.

کەواتە کەرەسە خاوەکان کە لەناو زەویدان هۆکارێکی سەرەکی‌و بنـەڕەتین بـۆ داڕشـتنی کەسـایەتی هـەموو تاکێـك، لـەژێر کاریگـەری ڕێـژەی بەشـداریکردنی توخمـەکان‌و هۆکارەکـانی بۆمـاوەزانی(الوراثـة)، کـە بـەهۆی دایـك‌و باوکـەوە دەگوازرێنەوە بۆ نەوەکانیان.

دەروازەی دووەم

هۆكارە ژینگەییەكان

هــەموو ئــەو هۆكارانــە دەگرێتــەوە كــە پەیوەنــدییان بــە ڕەچــەڵەكەوە نیــەو، كاردەكەنە سەر كۆرپەكە لە هەموو قۆناغەكانی ژیانیدا:

یەكەم: جۆری خواردنو خواردنەوەكان:

لێرەدا دوو مەبەستمان هەیە:

مەبەستی یەكەم: هەموو ئەو خواردنانە لـە زەویـەوە پەیـدادەبن كـە سـەرەتای بـوونی مـرۆڤیش بـۆ یەكـەمجار لـەو گڵـەوە دروسـتكراوە، كەواتـە بـوونی تـۆو هێلكەكەش لە كاریگەری ئەو خواردنانەوەیە كە لەم خاكەوە دەڕوێن.

مەبەستی دووەم:

بۆئەوەیە ڕوونی بكەینەوە هەر یەكێك لـەو خواردنانـە لـە خاكـەوە كـام تـوخمو ئاوێتـــەی هەڵمـــژیوەو، كاریگـــەریان چـــیە لەســـەر كەســـایەتیو ژیـــانی ئادەمیزادەكان؟

لە بنەما بنەڕەتییەكانی مرۆڤایەتی، كۆرپە دەبێت بۆ مـاوەی دوو سـاڵی تـەواو شیری دایكەكەی یان شیری دایەنێك بخوات، بۆئەوەی قۆناغی یەكەمی گەشـەی دوای لەدایكبوون بە دروستی ئەنجام بدات، لێرەدا خوا دەفەرموێت:

﴿دایكەكانیش دوو ساڵی تـەواو شـیر دەدەن بـە منـداڵكانیان، بـۆ ئەوانـەی كـە دەیانەوێت شیر پێدانەكە تەواو بكەن،...﴾.(٢٣٣ البقرە)

(شیری دایك بەپێی تەمەنی كۆرپەكەی بەردەوام لەزیادبووندا دەبێت، لە ڕۆژانی یەكـەمی تەمـەنی كۆرپەكـەدا، بـڕی شـیرەكە نزیكـەی (٥٠)گرامـەو لـە مـانگی شەشەمیش دا دەبێت بە(١)لیتر، جەستەی هـەموو دایكێـك ئـەو شـیرە بەرهـەم دەهێنێت كە كۆرپەكەی پێویستی پێیەتی، كۆرپە دوای لەدایكبوونی دەكەوێتە

ململانێیەکی سەختەوە لەگەڵ ئەو میکرۆبانەی لە دەوروبەرەکەدان، ئەو دژە تەنانەی لەناو شیری دایکدان ڕووبەڕووی ئەومیکرۆبانە دەبنەوە، بەتایبەتی لەڕۆژی یەکەمی لەدایکبووندا، مەمکەکان شیرێکی تایبەت دەردەدەن کە پێی دەگوترێت (اللبأ: ژەك)، ڕێژەیەکی زۆری ئەو دژە تەنانەی تێدایەو کۆرپەکە دەپارێزن لە کاریگەریە خراپەکانی میکرۆبەکان، یەکێك لەو ڕاستیانەی زانست سەلماندویەتی گرنگی ماوەی ئەو دوو ساڵەی شیرپێدانەکەیە، بۆ دارشتن‌و پتەوبوون‌و خۆڕاگری جەستەی کۆرپەکە).

بۆیە پێدانی شیری هەر ئاژەڵێك بە کۆرپەکە، دەبێتەهۆی گەشەی کۆرپەکە لەسەر بنەمای پێکهاتەی شیری ئەوئاژەڵە.

ئینجا دوای تەواوبوونی ماوەی شیر خواردنەکە، کۆرپەکە بەتەواوی دەکەوێتە سەر ئەو خواردنانەی ڕێگە پێدراون‌و لە دەوروبەرەکەدا هەن.

خواردنە ڕێگە پێنەدراوەکانیش کاردانەوەی خراپیان دەبێت لەسەر کەسایەتی ئادەمیزادەکان، بۆیە لەلایەن پەروەردگارەوە قەدەغە کراون، بۆنموونە: (دکتۆر فیلیب تومز)کە لە پەیڕەوانی ئایینی ئیسلام نیە، شارەزایە لە نەخۆشیەکانی خوێن لە لەندەن، شایەدی لەسەرئەوەدا کە بەراز ڕەوشتەکانی خۆی دەگوازێتەوە بۆ ئەوکەسەی کە گۆشتەکەی دەخوات). *(٤٢)

ئەو هۆکارانەی کە کاردەکەنە سەر کەسایەتی ئادەمیزاد:

ئەگەر سەرنج بدەینە ئەو وێنەیەی خوارەوە ئەوە ڕوەکی پەمۆیە، ئەو لۆکەیە لە کارگەکاندا دروست نەکراوە، ئەو ڕوەکە لەلایەن دروستکەرەکەیەوە زانستی ئەوەی پێدراوە لەخاکەوە ئەو توخمانە بمژێت کە لەژێر کاریگەری ئاو هەواو پلەیەکی گەرمی دیاریکراودا ئەو لۆکەیە بەرهەم بێنێت، بۆ خۆشگوزەرانی ژیانی زیندەوەرەکان.

ئەگەر سەرنجێکیش بدەینە منداڵێکی ساوا کە گاگۆڵە دەکاتو خەریکە بکەوێتە سەرپێیان، هەوڵی ئەوەدەدات خۆڵەپەتە بکاتو زۆر جارانیش خۆڵەکە دەخوات، لەبەرئەوەی لەتەمەنەکەیدا ئەوەندە دوور نەکەوتۆتەوە لە پێکهاتە بنەڕەتیەکەی کە خۆڵە، لە بەروبوومەکانی ئەو خۆڵەوە تۆوی باوکو هێلکەی دایکەکەی پەیدابوون، تا وردەوردە وای لێدێت لە خۆڵەکە دوور دەکەوێتەوەو ئارەزوەکەی دەکەوێتە سەر ئەو بەروبوومانەی لەو خۆڵەوە پەیدادەبنو دەڕوێن، جا هەرکاتێك ئەو پێکهاتە کیمیاویانە زیادوکەمیان کرد، ئەوا کەسایەتیەکەی تۆش گێچەکەی بەرزو نزمی دەکات، بۆنموونە: وەکو پێشتر ڕوونمان کردەوە کەمی فلۆر دەبێتە ڕەش بوونو ڕزینی دانو ئێسکەکانی

لەش، جا کاتێك کە ڕێژەی فلۆر لە جەستەتدا جێگیر بوو، ئەوا ددانەکانت پتەو گەشن، بەڵام ئەگەر ڕێژەی فلۆرەکە دابەزی، ئەوا هەر ڕۆژەی پارچەیەکیان لێدەبێتەوە، جا بۆیە ئەو خواردنانەی ڕۆژانە دەیانخۆیت کاریگەریان هەیە لەسەر کەسایەتیەکەت، تۆ ئەمڕۆ بەیانیەکەی چووی بۆسەر ئیش، بارە دەرونیەکەت زۆر سروشتی بووەو، زۆریش بەهێدیو هێمنی گەڕاویتەوە بۆ ناو ماڵو منداڵەکەتو، نانی نیوەڕۆشت لەگەڵ خواردونو، زۆریشت بەلاوە بەلەزەت بووە کە نیوەڕۆ شلەی باینجانتان هەبووە، بەڵام دوای ماوەیەك کە دوای نیوەڕۆ دەچیتە دەرەوە، هەرلەخۆتەوە هەست دەکەیت کەللەت گەرمەو زوو هەڵدەچیت، ئەوە کاریگەری پێکهاتەی باینجانەکەیە وات لێدەکات بەزویی هەڵبچیت، ئینجا تۆش ژیرانەو وردەکارانە بیرێك لە پێکهاتەی ئەو باینجانە بکەوەو بزانە جەستەی تۆش چەند وردەکارەو چۆن ئەو خواردنانە هەڵدەوەشێنێتەوەو شیان دەکاتەوەو دەیانگێڕێتەوە بۆ ئەو توخمانەی کە سەرەتا تۆوی باوكو هێلکەکەی دایکتی لێ دروست بووە، نموونەیەکی تریش لەسەر ئەو باسەمان ئەوەیە: کاتێك دەکەویتە تەمەنی هاوسەریەتیەوە بەبێ بەرنامە کارەکانی جوتبوون ئەنجام دەدەیت، وا دەزانیت پیاوەتیو نێرایەتی لەوەدایە چەندت لە توانادا بێت ئەو کارە ئەنجام بدەیت، بەڵام کاتێك بەهۆش خۆت دێیتەوە مەکینەکەت دوکەڵ دەکاتو کێشی نەماوە، بارە دەرونیەکەت وەهایە خواخواتە یەکێك باسی ئەو کێشەیەت بۆ بکاتو چارەسەریەکت بۆ دابنێت، بۆیە کاتێك پێت دەگوترێت ئیمشەو گەرایەکی ماسی ببرژێنەو بیخۆ، ئەوا ئەوشەوە خەوت لێناکەوێتو وا هەست دەکەیت گەڕاویتەوە بۆ تەمەنی هەرزەکاری، هۆیەکەشی دەگەڕێتەوە بۆ ئەو ڤیتامین (E)یەی کە لەناو گەرای ماسیەکەدایەو، کاتێك کە تۆ دەیخۆیت ڕێژەی ڤیتامینەکە لە جەستەکەتدا

دەگەڕێنێتــەوە ئەندازەکــەی خــۆی، بــۆ زانیــاری زیــاتر خــواردنی دەســکێك تــەڕەتیزە لــە ئێوارانــدا، ئــەوا لــەکاتی بەربەیانــدا هــەمان ئــەنجام دەدات بەدەســتەوە، جــا خوانەخواســتە ئەگــەر هــاتو کەســێك لــە بنەڕەتــدا ڕێــژەی ئەوڤیتامینــەی بــەرزبوو، ئــەوە بەدڵنیاییــەوە هاوســەرێك تێــری ناکــاتو هــەوڵی دوانو سیانو چوار دەدات، لە یاساکانی ئیسلامیشدا هەربۆیە چوار ئافرەتی بۆ سنووردار کراوە، بۆئەوەی لەو بارەدا ئەو پیاوە تەنها ئەو چوار ئافرەتە بەخۆیەوە گرفتار بکاتو زیاتر نا، دەنا لە هەموو بارەکاندا خوا بۆ هاوسەریەتی نێرینەکان تاکە ژنی پێ باشترە وەکو دەفەرموێت: ﴿....ئەگەر مەترسیشتان هەبوو لەوەی نەتوانن دادوەربن لەنێوان ژنەکاندا، ئەوا یەك ژن یان یەکێك لەو کەنیزانەی لەژێردەسەلاتی ئێوەدان، ئەوەش کەمترین شتە بۆئەوەی تووشی ستەم نەبن﴾. (ئایەتی ٣ سورەتی النساء).

زێڕ توخمێکە ڕەوشتەکەی وەهایە ئەگەر بەر توخمێکی تر یان بەر هەر شتێکی تر کەوت کەمێکی لێ دەڕوات، ئەوەش ناوبراوە بە (کۆچکردنی زێڕ)، بەمانای ڕۆیشــتنو نــەمانی بەشــێك لــە پارچــە زێڕەکــە بــەهۆی ئــەو بەرکــەوتنو لێکخشاندنەوە، ئەو ڕەوشتەش لەلای زاناکانی فیزیا ئاشکرایە کە دەگەڕێتەوە بۆ توخمی زێڕ، بەڵام پێشتر ئەوە نەزانرابوو کە زێڕ لەکاتێکدا بەر پێستی ئــادەمیزاد دەکــەوێت دەبێتــەهۆی ئــەوەی بچــێتە نــاوخوێنی نێرینــەی ئادەمیزادەوەو تووشی نەخۆشی (الزهایمر)ی بکات، کاتێك بۆ ماوەیەکی دوورودرێژ لەلایەن خاوەنەکەیەوە بەکاردەهێنرێت، بەزوویی ئادەمیزاد تووشی پیربوونو لەدەستدانی بیروهۆش دەبێت، کە پیربوونی تەمەن نیە، بەڵکو پیربوونو فەوتانی خانەکانی جەستەیە بەهۆی نەخۆشیەوە، شیکردنەوەکانی خوێنو میز ئەوە دەردەخەن کە ئەو نێرینانە ڕێژەی چەند زێڕیان لە

جەستەدایە، کە دەبێتە مایەی دەرکەوتنی ئەو نەخۆشیە، هەرچی ئافرەتیشە تووشی هیچ زەرەرمەندیەك نابێت بەهۆی ئەو خشڵانەی بە بەرخۆیدا دەکات، لەبەرئەوەی ئەو بڕە کەمەی زێرەکە کە دەچێتە ناو خوێنەکەیەوە، لەڕێی خوێنی بێ نوێژی مانگانەیەوە فڕێدەدرێتە دەرەوەی جەستەکەی، توێژەرەوەکان ئەوەیان سەلماندوە لە ماوەیەکی دوورو درێژدا لە پەنجەکردنی ئەلقەی زێر بۆ پیاوان دەبێتەمایەی بێ توانایی ئەرکەکانی جووت بوون، ئەوەشیان بەهۆی ئەوەوە ڕودەدات کە هەندێك لە زێڕی ئەلقەکە لەڕێی پێستی نێرینەکەوە دەچێتە ناو خوێنەوەو هیچ ڕێبازێکیش نیە بۆ فڕێدانە دەرەوەی، بۆیە لەناو خوێندا دەمێنێتەوەو، ئەو نەخۆشیە بۆ پیاوان پەیدا دەکات، هەروەها زاناکان گەیشتوونە ئەو باوەڕەی بەکارهێنانی زێڕ لەلایەن پیاوانەوە دەبێتە مایەی بێ توانایی جەستەکەی‌و ئەنجام نەدانی ئەرکەکانی، لەهەمان کاتدا ئەوەش سەلمێنراوە کە زیو هیچ کارێك ناکاتە سەر جەستەی نێرینە، لە یاساکانی ئیسلامیشدا بەکارهێنانی زیو بۆ پیاوان قەدەغە نەکراوە، کەواتە گومان نامێنێت لەوەی کە هەموو توخمەکان کاریگەری خۆیان هەیەو بەکارهێنانی خشڵی زێڕیش لەلایەن پیاوانەوە دەبێتەهۆی گۆڕانکاری لە کەسایەتیەکانیاندا.*(٤٣)

گێزەر ڤیتامین(A) تێدایە، کەسێك کە بینینی چاوەکانی کزبێت‌و گێزەر بخوات چاوەکانی تیژ دەبنەوە، هەروەها بۆ چارەسەری زۆر نەخۆشی تریش بەکاردەهێنرێت، هەموو جۆرەکانی بەکتریا لەناودەبات لە ڕیخۆڵەکاندا، بەزوویی برینەکانی ناو گەدە چاك دەکاتەوە، پارێزگاری پێست دەکات لە تیشکی خۆر، چارەسەری سوتانەوەکانی گورچیلە دەکات‌و لە چارەسەری نەخۆشی شەکرەدا بەکاردەهێنرێت، هەندێك لە کرمەکانی ناو گەدە دەکوژێت، یارمەتی

چاکبوونەوەی ئەو نەخۆشیانە دەدات کە بەهۆی سەرماوە تووشی ئادەمیزاد دەبن، هێزی بەرگری جەستە زیاد دەکات، یارمەتیدەرە بۆ زیاد ڕژانی زراو، وا لە مرۆڤیش دەکات زیاتر میز بکات).*(٤٤)

کەسایەتی گەزۆو دومەلان:

(دومەڵان لەو گەزۆیەیە کە خوای گەورە ناردیە خوارەوە بۆسەر نەوەکانی ئیسرائیل، ئاوەکەشی چاك بوونەوەیە بۆ چاو).*(٤٥)

گەزۆ ئەو جانەوەرە بچووکەیە کە خوا بۆسەر نەتەوەی ئیسرائیلی نارد، بۆئەوەی گەزۆیەکی بەلەزەتیان بۆ دروست بکات، ڕیشاڵێکی باریکی سپی بەسەر گەلای دارەکانەوە جێدەهێڵێت، پاشان لەلایەن ئادەمیزادەوە کۆدەکرێتەوەو جۆرە گەزۆیەکی بەتامی لێ دروست دەکرێت، لە سلێمانی تۆفیق حەڵواچی بەناوبانگە بە دروستکردنی ئەو جۆرە گەزۆیە، جا ئەو ڕیشاڵە سپیەی کە نەکەوێتە سەر گەڵاکانو بەربێتەوە سەر زەوی، ئەوا دوای ئەوەی بارانی لێدەدات گرمۆڵە دەبێتو وردەوردە زیاد دەکاتو لەکاتی هەورەبروسکەدا درز بە گڵەکەی سەرخۆی دەباتو دێتە دەرەوەو پێی دەگوترێت: دومەڵان (الكمأة، بە عەرەبی ناوبازاریش پێی دەگوترێت: چمە).

دومەڵان: لەشێوەی سەلکی پەتاتەیە لە خاکێکی فشەڵدا لەگەڵ گرمەی هەورە بروسکە سەردەردەنێت، خواردنێکی زۆر بەلەزەتی گران بەهایە.

توریش یەکێکە لەو بەروبوومانەی لە خاکەوە دەڕوێنو توخمەکان لەناو خۆیدا کۆدەکاتەوەو بۆ تەندروستی ئادەمیزاد بەکەڵکە، بۆنموونە:

* یارمەتی میزکردن دەداتو ڕێڕەوەکانی جگەر پاك دەکاتەوەو چارەسەری بەردو وردە خۆڵی گوچیلەکان دەکات.

* چارەسەری کەمی فیتامین(سی)دەکات.

* دژە فایرۆسی هەلأمەتو چارەسەری توشبوونی سوتانەوەو ئاوسانی قورگە.

* زۆر لە توێژینەوەکان ئەوەیان سەلماندوە کە تور بۆ خۆپاراستن لە شێرپەنجە بەکاردێت.

* بۆ پتەوکردنو بەهێزکردنی ئێسکەکان بەکاردێت.

* کاریگەریەکی باشی هەیە دژی میکرۆبەکانی هەرس کردنو، دەبێتە هۆی زیاتر ڕژانی ڕژێنەرە هەرسیەکان.

* خواردنی تور دەبێتە هۆی زیادکردنی ئارەزوی خواردن.

* دژی مەیینی خوێنو نەخۆشیەکانی خوێنە.

*کێشەی قۆخەو تەنگە نەفەسی کەم دەکاتەوە.

* خواردنی تور دەبێتە هۆی ئەوەی ددانەکان هەڵنەوەرن، بەهۆی ئەوەی ماددەی (إیسوپیوسیاتاتس) تێدایە، دەبێتە هۆی وەستاندنی کاری ئەو ئەنزیمانەی کە لەدەمدا دەبنە هۆی داخورانی ددانەکان.

* بەهۆی ڕێژەی ئەو ئاسنەی کە تێیدایەتی، دەبێتە هۆی ئەوەی ئادەمیزاد تووشی کەم خوێنی نەبێت.*(٤٦)

هەروەها توری سووریش:

*بۆ چارەسەری نەخۆشیەکانی پێست بەکاردێت، بەهۆی ڕێژەی ئەو کبریتە زۆرەی کە تێیدایە.

* بەهۆی ئەوەی کە چەوریەکان دەتوێنێتەوە بەکاردەهێنرێت بۆ تواندنەوەی بەردەکانی زراو، هەروەها خواردنیشی دەبێتە هۆی لەش جوانی بەهۆی تواندنەوەی چەوریەکانەوە.

* لەبەرئەوەی ڕێژەیەکی باشی لە(یودو کبریتو مەگنیسیومو رافینول)ی تێدایە، بۆ بەهێزکردنی پرچ بەکاردێت.*(٤٧)

کەواتە تۆ لێرەدا هەم کەسایەتی تورت ناسیو هەم ئەو کاریگەریانەشت زانین کە تور کاریان پێدەکاتە سەر کەسایەتیەکانو لەناوەو لە دەرەوەیاندا بە ئاڕاستەی جیاجیا بەرزو نزمیان پێدەکات.

شویت: گیایەکە بە کاڵی دەخورێتو لەگەڵ خواردنیش بە کوڵاوی بەکاردێتو بەتایبەتی لەگەڵ دۆڵمەدا بۆنو بەرانێکی تایبەتی دەداتێ، سەوزەیەکی زۆر بەکەڵکە، بۆ ئەو چارەسەریانە بەکاردێت:

* خواردنی دەبێتەهۆی دەرپەڕاندنی باوبژەکانی ناو زگ، لەم بووارەشدا ناوبانگی دەرکردوە لەبەرئەوەی یەکێك لە پێکهاتە سەرەکیەکانی ئەودەرمانەی کە بە(مای غەریب) (gripe water) ناسراوە بۆ چارەسەری زگ ئێشەو باکردنی منداڵان ڕێژەیەکی چاکی لە شویت تێدایە.

* وەکو ماددەیەکی هێورکەرەوە یارمەتی نوستن دەداتو دەمارە گرژەکان خاو دەکاتەوە.

* یارمەتیدەرە بۆ زیاتر ڕژانی شیر لە ئافرەتە خاوەن منداڵە شیر خۆرەکاندا.

* چارەسەریەکی بەهێزە بۆ سوتانەو هەوکردنی میزڵدانو خواردنیشی دەبێتە هۆی زۆر میزکردن.

* بەکەڵکە بۆ چارەسەری گرژبوونی پەردەی نێوان زگو سنگی ئادەمیزاد.

* ئەگەر بسوتێنرێت خۆڵەمێشەکەی برینەکان چاك دەکاتەوە.

*خواردنی شویت دەبێتە هۆی ئەوەی خانەی شێرپەنجە لە جەستەی ئادەمیزاددا دروست نەبێت.

*بۆ چارەسەری دیارنەمانی خوێنی بێ نوێژی بەکاردێت لە ئافرەتاندا.

* ئیبن سینا وەکو چارەسەریەك بۆ مایەسیری بەکاری هێناوە.

* شـویت کـێش دادەبـەزێنێتو بـۆ چارەسـەری(٨٦) نەخۆشـی بـەکاردێت، لـە فەرهەنگی تەندروستیدا لەبری (قەستەرەی)دڵ بەکاردەهێنرێت.*(٤٨)

کەواتە لەگەڵ گۆڕانی ڕێـژەی توخمـەکان لـە پێکهاتـەی جەسـتەی ئـادەمیزاددا دەرونی ئەو ئادەمیزادەش دەگۆڕێت.

(Nacl) کـە بـەخوێی چێشـت ناسـراوە، لەسـەر زەویو لـە کـەنار ئاوەکـان کۆدەکرێتەوەو پاك دەکرێتەوەو ڕاسـتەوخۆ بـەکاردەهێنرێت، زیـادبوونی لـەناو جەسـتەدا دەبێتـە هـۆی بەرزبوونـەوەی فشـاری خـوێن، کـە فشـاری خـوێنیش بەرزبۆوە مرۆڤ ماتو تەپ دەبێت.

ئەگەر سەرنجی پێکهاتەی پیواز بدەین دەبینین بەڕێژەیـەکی چـاك توخمـەکانی کبریتو فۆسفۆرو کالیسیۆمو ئاسنی تێدایـە، هـەروەها مـاددەی (الکلـوکلین)ی تێدایە کە وەکو ئەنسۆلین ڕێژەی شەکر لە خوێندا جێگیر دەکات.

لەپیوازدا ئەو پێکهاتانەی خوارەوە هەن:

* ڤیتامین(C)، بەکاردەهێنرێت بـۆ چوسـتکردنی جەسـتەو دژی ڕزیـنو بۆگـەن کردنە.

* ئەو هۆرمۆنە بەهێزانەی تێدایە کە هانی نێرینە دەدەن بۆ جووتبوون.

* مـاددەی (الکلـوکنین)ی تێدایـە کـە وەکـو ئەنسـولین وایـە ڕێـژەی شـەکر ڕادەگرێت لەناو خوێندا.

*فۆسفۆرو کالیسیۆمو ئاسنی بە ڕێژەیەکی چاك تێدایە.

*کبریتو ئاسنو ڤیتامینی بەهێزکەری دەمارەکانی تێدایە.

*ئەو ماددانەی تێدان کە دەبنەهۆی میزکردنو ڕژاندنی زراو بەهێزی دڵ.

*مـادەی ترشـێنەرو ئەنزیمـە پێویسـتیەکانی گـەدەی تێدایـە، هـەروەها ئـەو ماددانەی تێدایە کە ئاگادارکەرەوەن بۆ گلاندو هۆرمۆنەکان.

کەڵکەکانی پیواز:

* ئەگەر پێستی سەری ئادەمیزادی پێ چەور بکرێت، ئەوا قژ هەڵوەرین ڕادەگرێت، هەروەها بۆ چارەسەری (داء الثعلبة) بەکاردەهێنرێت.

* ئەگەر پاك بکرێتەوەو بهاڕدرێتو، لەگەڵ خەل تێکەڵ بکرێتو دەمو چاوی پێ داپۆشرێت، ئەوا پەڵەو خاڵخاڵاویەکانی سەر پێست لادەبات.

* ڕوونبۆتەوە دژەتەنە زیندووەکانی ناو پیواز بەهێزترن لە(پەنسلینو ئۆرمایسینو سلفات)، بۆیە بۆ چاککردنەوەی نەخۆشیەکانی سیلو زوهەریو سەیەلان بەکاردێتو هەموو میکرۆبە ترسناکەکان دەکوژێت.

*چارەسەری زۆر نەخۆشی پێ دەکرێت وەکو: قۆخەڕەشەو تەنگە نەفەسیو هەوکردنی سیەکانو ئاوسانی پرۆستاتو گیربوونی میز.

* کاریگەریەکی زۆری هەیە بۆ ئەو نەخۆشیانەی بەهۆی سەرماوە تووشیان دەبیت، وەکو قۆخەو هەلامەتو زگ ئێشە، هەروەها زۆر خواردنی دەبێتە هۆی فڕێدانی کرمەکانی ناو زگ، هەروەها بوژێنەرەوەیە بۆ جەستە، بەلام پێویستە ئاگاداری ئەوەش بین کە زۆر خواردنی پیواز دەبێتە مایەی لەش قورسیو، دەبێتە هۆی ئەوەی بکەویتە خەوێکی قوڵ و هەست بە تینویەتی بکەیت.

(کوردیش دەڵێت: پیواز بەیانیان بۆ خۆت، نیوەڕۆیان بۆ براکەت، ئێوارانیش بۆ دوژمنەکەت).

* واچاکە ئەوانەی لە میزەکەیاندا تووشی ڕێژەیەکی بەزی شەکرە بوون، ڕۆژانە سەلکە پیوازێکی مام ناوەند بخۆن، بەو پێیەی کە پیواز ڕێژەی شەکرەکە دادەبەزێنێت لە خوێندا.

* ئاوی پیواز دەبێتە هۆی بەهێزکردنی ماسولکەکانی منداڵدانو خێرا هێنانە خوارەوەی خوێنی بێ نوێژی.

بۆ دابەزاندنی کێش و جوانکردنی لەش بەکاردەهێنرێت، خواردنەکەی دەبێتە هۆی ڕزگارکردنی جەستە لەچەوری و خوێیەکان.(٤٩)

هەروەها خوێیەکان و توخمە کانزاییەکان بە ڕێژەی جیاجیا هەن لە پێکهاتەی کەسایەتی خورمادا، لەوانە (البوورون، کالیسیوم، کوبالت، فلوردین، ئاسن، مەگنیسیۆم، مەنگەنیز، پۆتاسیۆم، فۆسفۆر، سۆدیۆم).

زاناکانی دەرون ناسی جەختیان لەوە کردۆتەوە ئەو خواردنەی کە ئادەمیزاد دەستنیشانی دەکات بیخوات کەسایەتیەکەی ئەو کەسە دەردەبڕێت، بۆنموونە: ئەو ئادەمیزادەی کە پارچە گۆشتێکی سوورکراوەی مریشکی لەلا باشترە لە خواردنێکی تر، ئەوە ئەو کەسە، پابەندە بە پەیوەندیەکانی خێزانەکەیەوەو لە هەوڵی ئەوەدایە ژیانی خێزانی بە هێدی و هێمنی تێپەڕێت و، دژی ئەوەشە کارەکان بە پەلە ئەنجام بدرێن و، بەردەوام وای پێ چاکە لە بارێکی نەرم و نیان و خۆش گوزەرەرانیدا بێت، لەهەمان کاتدا ئەو کەسەی بیبەرو خواردنە تیژەکان دەخوات، بەدوای کلاوی بابردو کەوتوەو نایگاتێ، ئەو کەسەش خواردنە سادەکانی وەکو پەتاتەی سوورکراوەو پەنیرو پاقلە دەخوات، شێتی ململانێیەو، سوورە لەسەر کارکردن و ئەنجامدانی کارەکان لەکاتی خۆیانداو بەفیڕۆ نەدانی کات، هەروەها زاناکان ئەوەشیان ڕوون کردۆتەوە ئەوانەی کە بەردەوامن لەسەر خواردنی ڕۆبیان و گۆشتی سوورکراوەو خواردنەوەی قاوە، ئەوە ئەو کەسانە مەیلی سەرکەشییان هەیەو بە خۆپەرستی و شانازی بەخۆکردن ناسراون، ئەو کەسەش کە ئارەزوی بیتزا دەکات، دەیەوێت زۆرترین پەیوەندی و دۆستایەتی لەگەڵ خەڵکدا پەیدا بکات و بە بەردەوام لەگەڵ خەڵکانی تردا بۆ کەیف و سەفای خۆی لە گەشت و گوزار دابێت، ئەوانە واناسراون کە زۆر دەست بڵاون و گوێ نادەنێ داخوا چی ڕودەدات یان نا،

ئەوانەش کە مەیلی خواردنی هەمبەرگریان هەیە، کەسانی بەتوانان، خاوەنی بڕیارن، توانای کۆکردنەوەو ئاشتکردنەوەی برادەرەکانیان هەیەو، ئارەزویانە کاتەکانیان بەخۆشی بەسەربەرن‌و، واش ناسراون کە کەسی ڕاست‌و دادپەروەرن لە مامەڵەکانیان لەگەڵ خەڵکانی تردا، بەڵام ئەوانەی کە ئارەزویان لەسەر خواردنەکانی گەلی (چین)ە، ئەوە ئەو کەسانە بەوە جیادەکرێنەوە کە ئەو خواردنانە تروسکاییەك دەدات بە کەسایەتی ئەو کەسە، کە وا دەکات کەسێکی ئاڵۆز بێت‌و نهێنیەکانیش نەدرکێنێت، بەردەوامیش لە هەوڵی ئەوەدابێت هەموو شتێك لەسەر خەڵکانی تر بزانێت‌و، ئارەزوی گەشت‌و گوزاریان هەیە بۆ بینینی ئەو شوێنانەی کە نەیان بینیون‌و، دان بەخۆداگرن‌و ڕێزی هەستی بەرانبەرەکەشیان دەگرن، ئەوانەش کە ئارەزوی ئایس کرێم دەکەن، بە قیت‌و قۆزی‌و ئارامی ناسراون‌و، لە زۆرینەی کاتەکاندا لە سنووری خێزان‌و هاوڕێکانیدا کەسایەتیەکی خۆشەویستن، هەروەها ئەو کەسانەی کە زۆر ئارەزوی کێك‌و کرێمەکانیان هەیە، کەسایەتیەکەیان وەکو هونەرمەند خۆی دەنوێنێت‌و سەرنج ڕاکێش‌و خاوەن داهێنانی سەیرو سەمەرەن، زاناکانیش گەیشونە ئەو ئەنجامەی کە: ئەو کەسەی خواردنی سادە دەخوات، کەسایەتیەکەشی سادەیە، بەڵام ئەوەی کە مردوی دەستی خواردنەکانە، ئەوە کەسایەتیەکی ئارەزوبازە، ئەو کەسەش کە گوێ ناداتە خواردنەکان، کەسێکی لاوازو بێ توانایە، ئەو کەسەش کە هەموو خواردنەکان تێکەڵ بە یەکتری دەکات‌و دەیانخوات، ئەوە ئەوکەسە هەموو کێشەکانی ژیانی تێکەڵ بە یەکتری دەکات، بەڵام ئەو کەسەی کە خواردنەکانی جیاجیا دەخوات، ئەوە کەسێکی وریاو هەستیارە، هەرگیز لەیەك کاتدا لە کارێك زیاتر ناخاتە ئەستۆی خۆی،

ئەو کەسەش کە ناوەناوە خواردنەکانی دەگۆڕێت بۆئەوەی لە هەموو جۆرەکان بخوات، ئەوە کەسایەتیەکی نەرمو نیانەو دەکرێت لەگەڵیدا بژیەیت.*(٥٠)

جا کاتێك کە تۆ ئەو خواردنانە دەخۆیت هەموو ئەو توخمانە دەچنەناو جەستەکەتەوەو ڕەنگدانەوەی خۆیان دەبێت کە کاردەکەنە سەر شێوەی نیشاندانی کەسایەتیەکەت.

ئینجا لەناو کاریگەری خواردنەکاندا چەندین هۆکاری هەن، کاردەکەنە سەر جۆرو شێوەی خواردنەکان، بەم پێیە کاردەکەنە سەر ئەو کەسایەتیانەی ئەو خواردنانە دەخۆن، ئەگەر کەمێك بگەڕێینەوە بۆدواوە تا سەرەتای سالأنی شەستیش کەوچكو دەفری لە تەختە دروستکراو هەبوون، قاپی قوڵی ماستاو لە تەختە یان لەفەخوری شین دروست دەکران، کەوچکی داری گوندی(هەڵدن) ناوبانگی هەبوو، ئەو دەفرەی کە ڕۆنی تێدا هەڵدەگیرا پێیان دەگوت (دیزە)ی ڕۆن، خواردن لە دەفری مس یان فافۆندا لێدەنرا، جا لەبەر ئەوەی مسەکە لەژێر کاریگەری هەواو پلەی گەرمیو ئەو خواردنانەی کە تێیدا لێدەنران، چینێکی چڵکی ژەهراوی دەگرت، دەبوو زوو زوو ببرێتە لای مسگەرەکان، بۆئەوەی پاکیان بکەنەوە، دوابەدواش بۆ کارئاسانی، فافۆن شوێنی مسەکەی گرتەوە، بەڵام ئەویش لەبەرئەوەی دەبوو دوای هەموو خواردنێك پاك بکرێتەوە بۆئەوەی کابانەکەی تووشی لۆمەکاری نەبێتو قابلەمەو قاپەکانی بە بەردەوامی لە خاوێنیدا ببریسقێنەوە، بۆیە کە تیڤاڵ پەیدابوو بەزویی شوێنی فافۆنی گرتەوە، خەڵکی هیچ حسابێك بۆ جۆری ئەو توخمو کانزایانە ناکەن کە ئەو دەفرانەیان لێ دروست کراونو، نازانن چ زەرەرو زیانێکیان تێدایە، مەنجەڵە مسەکە خواردنەکەی بۆ ماوەیەکی زۆر بەگەرمی تێدا دەمێنێتەوە، مەنجەڵە فافۆنەکە سوکترەو هەر لەماڵەوەش پاك دەکرێتەوەو پێویست

بەوەناكات ببڕێت بۆلای مسگەر، مەنجەڵو كەلوپەلە تیفاڵەكەش ئەوە بەهۆی ئەو توخمانەی پێی ڕوپۆش كراون، وەها خاوێن ناكرێنەوە جێگەی دڵنیایی بن، بۆیە بەدڵنیاییەوە دەفرە تیفاڵەكان لەترسی ئەوەی نەوەك مادده تیفاڵەكەی لێ بڕوشێت ناتوانرێت بەجوانی پاك بكرێتەوە، جا بۆیە هەموو ئەو كەلوپەلو دەفرانەش كاریگەریان هەیە لەسەر ئامادەكردنی خواردنەكان، كە خواردنەكانیش بەلای خۆیانەوە كاردەكەن سەر كەسایەتی ئادەمیزادەكان، دیزەو هیزە ڕۆنیان تێدا هەڵدەگیرێ، كوپەو گۆزەش بۆ ئاوی خواردنەوە بەكاردێت، گوندی (تۆربە) سەر بەناحیەی میزاڕۆستەم لەبناری كۆسرەت گۆزەكانیان بەناوبانگن، لەسەرەتای شەستەكانی سەددەی ڕابردوودا كەلوپەلی نایلۆن بەهیچ شێوەیەك بەكارنەدەهات، نەخۆشیش زۆر كەم بوو، بەلاّم بەهۆی لاوازی باری ئابووریەوە میللەتەكە ڕوی كردە بەكارهێنانی كەلوپەلی نایلۆن، لەكاتێكدا چڵكێك یان چەوریەك بە دەفرێكی نایلۆنەوە دەنوسێت زۆر بەخراپی لێی دەبێتەوە، نایلۆنیش لەپاشماوەی بەروبوومەكانی نەوت دروست دەكرێت، ئینجا تۆ وەرە جامێكی ستیل یان فافۆن لە ئاوی گۆزەیەك یان كوپەیەك بخۆوەو بزانە چەند جیاوازن لەگەڵ ئەو ئاوە مەعدەنیەی لەناو دەبەی نایلۆن دایە، لەلایەكی تریشەوە جۆری ئەو ئاگرەی كە خواردنەكەی پێ ئامادە دەكرێت تامێكی تایبەت دەدات بە خواردنەكان، بۆ نموونە: ئەو پلاّو برنجەی لەسەر دارو پۆلو ئامادە دەكرێت دەستی خۆتی پێوە دەخۆی، ئەو خواردنەش كە بە نەوت ئامادە دەكرێت بەلەزەت ترە لەو خواردنەی كە لەسەر گاز ئامادە دەكرێت، بەلاّم بەكارهێنانی گاز ئاسانترو خۆشترە لەناو ماڵەكاندا، هێلكەو بەتاتەش بەبرژاوی لەسیمی ئەلەمنیۆمدا لەژێر تینی پۆلوەكاندا، خۆشترن لەوەی كە بە ئاو بكوڵێنرێن.

ئینجـا لەلایـەکی تـرەوە، تـۆ بـەهۆی دەمو ددانەکانـەوە جێـژ لەخواردنـەکان وەردەگریـت، جـا ئەگـەر هـاتو ددانێکـت تووشـی شکسـتیەك بـوو، ئـەوە بەدڵنیاییەوە ئازارێك پەیدا دەکات کە ناهێڵێت تاموچێژ لەوخواردنە بکەیت، جا کاتێك کە دەچیت لەلای دکتۆرێك ددانەکە دەردەهێنیت یان چارەسـەریەکت بـۆ دەکـات، ئـەوە ئـەو ددان دەرهێنانــە لەدەسـتدانی ئەنـدامێکی جەسـتەکەتە بۆئــەوەی بــەبێ ئــازار خواردنــەکان بخۆیــت، جــا ئەگــەر وابــوو ددانەکــەت دەرنـەهێنرا، ئـەوا بـە توخمێـك یـان بەپێکهاتەیـەکی یـەکگرتوی نێـوان چـەند توخمێك ددانەکەت بۆ پڕدەکرێتەوە، ئەوەی گرنگە بەلای تۆوە ئەوەیە لـەکاتی خواردندا ددانەکەت ژان نەکات، نازانی دوای چەند ساڵێکی تر ئەو توخمەی کـە ددانەکەی پێ پڕکراوەتەوە چ کارەساتێکی کـردوەو لـەناوەوەدا ئەوەنـدەی تـر ددانەکەی وێران کردوەو ددانـەکانی دەوروبەریشـی بەخۆیـەوە وێـران کـردوون، ئەوکەسەش کە ئێسکێکی دەشکێت هەرگیز پلاتـین لەسـەدا سـەد شـوێنی ئـەو توخمانە ناگرێتەوەو قاچـەکە لـە بـارێکی ناتـەواودا هـەر دەلـەنگێت، لەوانەشـە زۆرجاران وا لە کەسایەتی ئادەمیزادەکە بکات وەکو کەسێکی شـەل ناچاریشـی بکات هانا بۆبەر گۆچان بەرێت.

کەواتــە بەدڵنیاییــەوە کەســایەتیەکەی تــۆ لــە جووڵەیــەکی بەردەوامدایــە لەچوارچێوەی ئەو سنوورەی کە بۆی داندراوە، هەزاران هۆکـاریش کاریگـەریان هەیە لەسەر ئەوگۆڕانکاریانەو خۆشت هەستیان پێناکەیت.

لەکاتێکدا کە مرۆڤ لـە بـارێکی ئاسـایی دایـە هەمووخانـەو پێکهاتـەکانی لەشـی وەڵامدانەوەیەکی تایبەتیان هەیە کە کەسایەتی ئەو مرۆڤە دەردەبڕن، هێدییـە یان هـارە، داوێـن پاکـە یـان داوێـن پیسـە، زیرەکـە یـان تەمبەڵـە، جوانـە یـان ناشـیرینە؟ هــەر یــەکێك لەمانــە مــافێکی ڕەوای خۆیــەتی بــەپێی پێکهاتــەی

جەستەکەی، بەڵام لەکاتێکدا کە مرۆڤ لە ئەنجامی دۆڕانو بێ هیواییو توانا نەبووندا هانا بۆبەر مەوادی سەرخۆشکەر بەرێت، ئەوا بەتەواوی هەموو بەرنامەکانی دەشێوێنێت، ئەومرۆڤە بەتەواوی کەسایەتیەکەی خۆی لەدەست دەدات، تا ئەوکاتەی کە شوێنەواری ئەو ماددە سەرخۆشکەرە لەلاشەکەیدا بەکۆتا دەگات.

کحول ماددەیەکی شلی بێ ڕەنگەو دەبێت بە هەڵمو تێکەڵ بەهەوا دەبێتو بزر دەبێت، گڕ دەگرێتو سەرخۆشکەرە، لەئەنجامی ترشانی ئەو شەکرو نیشاستەیە پەیدا دەبێت کە لە ترێو هەندێك دانەوێڵەدا هەیە، لە دروستکردنی مەوادی کیمیاویو ماددە سەرخۆشکەرەکاندا کەڵکی لێ وەردەگیرێتو وەکو سوتەمەنیش بەکاردێت.

نیشانە کیمیاویەکەی بریتیە لە: (C_2H_5OH)، وادادەندرێت کە ڕاهاتن لەسەر خواردنەوەی کحول نەخۆشیەکی ترسناکی ناو کۆمەڵگایە.

خواردنەوەی کحولو ماددە سەرخۆشکەرەکان کێشەی زۆریان پێوەیە، لەوانە:

کێشەی ئیشو کارەکان: ئەوکەسە تووشی سەختیو تەنگەبەریەك دەبێت لە پەیوەنی کردنیدا لەگەڵ دەوروبەرەکەی، لە جێبەجێ کردنی ئیشو کارەکانیدا لاوازە، مەترسی ئەوەی لێدەکرێت تووشی ڕووداوی دڵتەزێن ببێت، بە هیچ شێوەیەکیش چاوەڕێی ئەوەی لێناکرێت لە کارەکەیدا بەرەوپێشەوە بچێت، بە پێچەوانەوە لەوانەیە ئیشەکەشی لەدەست بدات.

کێشەی تەندروستی:

بەهۆی خواردنەوەوە دوورنیە تووشی ئەوە ببێت کە چەوری جگەری داپۆشێتو جگەری ببێت بە مۆم، هەروەها بۆی هەیە تووشی نەخۆشیەکانی دڵو برینەکانی گەدەو شێرپەنجەی کەناڵی هەرس ببێت، کاتێك یەکێك

ماددەیەکی سەرخۆشکەر دەخواتەوە، خڕۆکە سوورەکانی خوێن هەموویان لەیەکتر دەهاڵێن، بەم پێیە خڕۆکە سوورەکان ناتوانن ئۆکسجینی تەواو بگەیەنن بە خانەکانی لەش، بەبێ ئۆکسجینیش خانەکان دەمرن، بەتایبەتی خانەکانی مێشك، یەکەم شوێنیش کە خواردنەوە سەرخۆشکەرەکان کاری تێدەکات لە مێشکدا، بەشی سەرەوەیەتی کە لێپرسراوە بەرانبەر توانا بەهێزەکان، وەکو بڕیاردان لەسەر کێشەو پێکهاتەکانو خۆڕاگریو پاراستی ڕێزو کەسایەتیو کاردانەوە لە بەرانبەر ڕووداوەکاندا.

لە ڕاپۆرتێکی ئەنجومەنی نیشتمانی بەریتانیدا دەربارەی خواردنەوە سەرخۆشکەرەکان هاتووە: خواردنەوە سەرخۆشکەرەکان بۆ ماوەیەکی درێژ دەبێتە هۆی لەدەستدانی کەسایەتیو لاوازبوونی خۆڕاگری ویستەکانی ئەو کەسەو لەدەستدانی بیروهۆش، هەر کەسێك لەسەر ماددە سەرخۆشکەرەکان ڕاهاتبێت نابێت باوەڕ بە قسەو وادەو پەیمانەکانی بکرێت تەنانەت لەو کاتانەشدا کە لە هۆش خۆیدایە، هەروەها نابێ پشتی پێ ببەسترێ لە کاروباری سەرکردایەتی کردنو لە جێبەجێکردنی ئەرکێکدا، هەروەها نابێ پشتی پێ ببەسترێ لە دابینکردنی کێشە داراییەکاندا). *(٥١)

خەڵکانێکیش لە ئەنجامی نقوم بوونیان لە گێژاوی سەرخۆشیدا وای لێك دەدەنەوە کە کحول وەکو چارەسەرییەك بەکاردێت بۆ ئەوانەی نەخۆشی دڵیان هەیە، کحول خوێنی خەستەوەبوو دەتوێنێتەوە لە شەراییینی تاجیدا، بەڵام لەلایەکی ترەوە گورزێکی خراپتر دەوەشێنێت بەوەی ماسولکەی دڵ لاواز دەکاتو لەناوی دەبات، ئەوەشیان دەبێتە مایەی دڵەکوتێو پشوو تەنگی.

پەروەردگاریش لەسوڕەتی(البقرە)دا دەفەرموێت:

﴿...(ئەی محەمەد،) دەربارەی شەڕاب‌و قوماریش پرسیارت لێدەکەن، پێیان بڵێ: زیانێکی زۆر گەورەن‌و چەند کەڵکێکیشیان تێدایە بۆخەڵکی، زیانەکەشیان زۆر گەورەترە لە کەڵکەکەیان ....﴾.(٢١٩ البقره)

جا لەکاتێکدا کە مەشڕوب بیرو هۆشت بەرێت، کەواتە گونجاوە لەو کاتەدا تۆ کارێك ئەنجام بدەیت لەگەڵ کەسایەتیەکەتدا نەگونجێت، پاشان سەرشۆڕی‌و ڕسوا بوونت بۆ بێنێت، بۆنموونە: پیاوێك بە سەرخۆشی دەستدرێژی دەکاتە سەر دامێنی کچەکەی خۆی، من نامەوێت ئەو ڕووداوەتان بۆ باس بکەم، ئەوەی کە ئێمە مەبەستمانە خواردنەوە سەرخۆشکەرەکان کاریگەریان هەیە لەسەر کەسایەتی ئەو کەسانەی کە دەیانخۆنەوە.*(٥٢)

دوەم: ڕەنگەکان:

(بۆماوەزانی(الوراثة) کاریگەریەکی گرنگی هەیە لەسەر پەیدابوونی نەوەی نوێ، (داروین) لەکاتێکدا کە پەیدابوونی هەموو دروستکراوەکان دەباتەوە بۆ ڕێککەوتێك‌و، وای دادەنێت کە هەموو باڵندەکان لە خشۆکەکانی پێش خۆیانەوە پەیدابوون، بەلاّم کاتێك کە دێتەسەر خوێندنەوەی شفرە بۆماوەییەکەی ڕەنگەکانی پەڕەی تاوس، دەستەوستان دادەنیشێت‌و بەناچاری لە نامەیەکیدا بۆ هاوڕێکەی نوسیویەتی: (بینینی پەڕی تاوس نەخۆشم دەکات)، بینینی پەڕەکە نەخۆشی ناکات، بەڵکو وردەکاریەکانی شفرە نهێنیەکەی دابەشکردنی ڕەنگەکان لە پەڕی تاوسدا ئەوەندە وردەکارن، (داروین) لە ئاستیاندا ناتوانێت خۆی بە هەڵە بەرێت، کە دابەشکردنی ئەو ڕەنگانە بە ڕێککەوت پەیدا نەبوون، بەڵکو سستەمێکی بەرنامە بۆداڕێژراوە لەلایەن دروستکەرەکەیەوە، ئەوەش دەبێتە هەڵوەشانەوەی بیرو بۆچوونەکانی داروین).*(٥٣)

(زاناکان لە زانستە دەروونیەکاندا ڕەنگەکانیان بە دوو پۆل داناون: ڕەنگە گەرمەکانو ڕەنگە ساردەکان، ڕەنگە گەرمەکان ئەو ڕەنگانەن کە دەکەونە نێوان ڕەنگی زەردو ڕەنگی مۆری سوورباوەوە، بۆیەش ئەو ناوەیان لێنراوە لەبەرئەوەی لە کاتی بینینی ئەو ڕەنگانەدا مرۆڤ هەست بە گەرمیو خۆگەرم کردنەوە دەکات، خوێنو ئاگرو خۆر کە ڕەنگیان سوورە نیشانەی گەرمین، ڕەنگی سووریش لەناو ئەو کۆمەڵەیەدا سەرەکی ترینو گەرمترینیانە، ئەو ڕەنگانەش یەك لەدوای یەك بەم شێوەیەن: (زەرد، پرتەقاڵی زەردباو، پرتەقاڵی، پرتەقاڵی سوورباو، سوور، مۆری سوورباو)، ڕەنگە ساردەکانیش ئەو ڕەنگانەن کە دەکەونە نێوان ڕەنگی مۆرو سەوزی زەرد باوەوە، ئاو ئاسمانو سەوزایی سەرچاوەی ساردیو فێنکایەتین، ڕەنگی سەرەکیش لەم پۆلەدا کە لە هەموویان ساردترە ڕەنگی شینە، ئەو ڕەنگانەش یەك لەدوای یەك بەم شێوەیەن: (مۆر، مۆری شین باو، شین، سەوزی شین باو، سەوز، سەوزی زەردباو)، ئینجا لەناو ئادەمیزادەکاندا ئەوانەیان کە ئارەزویان بە ڕەنگە

گەرمەکان دێت، ئەو کەسانەن کە زوو هەڵدەچن‌و کارو کردەوەکانیان بە پەلە ئەنجام دەدەن، ئەوانەشیان کە ئارەزویان بە ڕەنگە ساردەکان دێت، کەسانی هێدیو هێمنن‌و لە ئەنجامدانی کارەکانیاندا پەنا دەبەنەبەر پشوو درێژیو عەقلانیەت، ئینجا ئەگەر زیاتر وردببینەوەو بچینەناو کاریگەری ڕەنگەکان لەسەر ئادەمیزادەکان دەبینین: ڕەنگەکان کاردەکەنە سەر باری دەرونیان‌و هەڵس‌و کەوتەکانیان ئاشکرا دەکەن.

ڕەنگی سوور: لەلای ئەو کەسانە خۆشەویستە کە زیندوویەتی‌و خۆراگرییان تێدایە، ئەو کەسەی ئەو ڕەنگە بەسەر ڕەنگەکانی تردا هەڵدەبژێرێت، مانانی وایە ئەو کەسە کەسێکی ئازاو لێهاتو دەست پاک‌و بەهێزو نەترسە، پێی خۆشە بەبێ بەرنامە ئارەزو ویستەکانی ئەنجام بداتو هەردەم دەیەوێت پاڵەوانی خەیاڵەکانی خۆی بێت، زۆر بە ناخۆشیش لەگەڵ ئەوانەدا هەڵدەکات کە هەمان ڕەنگیان خۆشدەوێت.

ڕەنگی پرتەقاڵی: ئەو ئادەمیزادانەی ئەو ڕەنگەیان خۆشدەوێت کەسانێکن چاویان لەوەوەیە هەموو شتێکیان دەستکەوێت‌و هەردەم شانازیش بەخۆیانەوە دەکەن.

ڕەنگی زەرد: سەردەمی زوو ڕەنگی زەرد مانای چاوتێبڕین‌و حەسودی دەنواند، بەڵام لەو سەردەمەدا باشترینی ڕەنگەکانە بۆ خەڵکە زیرەکەکە، لە پێگە نێودەوڵەتیەکانیشدا نیشانەی دیموکراتیەت دەگەیەنێت، لە پێگەی ئایینە ئاسمانیەکانیشدا مانای حەجکردن دەگەیەنێت، کە پایەی پێنجەمی ئایینی ئیسلامەو هەر موسوڵمانێك ئەو پلەیەی دەسکەوێت بەڕاستگۆو دەستپاک‌و داوێن پاک‌و چاونەترس دەناسرێت.

سـەوز: ئەوانـەی ڕەنگـی سـەوزیان خـۆش دەوێـت، کەسـانی بەسـۆزو هێـدیو هێمـنو بەبـەزەیین لەگـەڵ خەڵکیـدا، بـەلاَم هـەرگیز دان بەهەڵـەکانی خۆیانـدا نانێن، لەپێگە نێودەوڵەتیەکاندا نیشانەی بووژانەوەی ژینگە دەگەیـەنێت، هـەر بەم هۆیەشەوە لە هۆڵەکانی نەشتەرگەریدا گروپی نەشـتەرگەریەکە ئـەو ڕەنگـە دەپۆشـن، بـۆ گێڕانـەوەی بوژانەوەیـەك بـۆ نەخۆشـەکە، بـەلاَم لـە پێگـە کۆمەلاَیەتیـە ئایینیەکانـدا وەکـو نیشـانەی تەکیـەو شـێخایەتیو دەروێشـیو موتفەڕك بەکاردەهێندرێت.

شین: ڕەنگی دەروونە هەستیارەکانە، ئەوانەی ئـەو ڕەنگـەیان خـۆش دەوێـت، کەسانی دڵسۆزو ڕاستگۆو چاونەترسـن، ئـارەزووی ئـەوەیان هەیـە فەلسـەفیانە بچنەناو چارەسەری کێشەکانەوە، ئـەو کەسـانەش کـە ئـارەزووی جـلو بـەرگی شـین دەکـەن، ئـەوە بەدڵنیاییـەوە ئـارەزووی بەدەسـتهێنانی خۆشـیە فیکریەکانیان هەیە نەك خۆشیە ماددیەکان.

مـۆر: ڕەنگـی گـەورەییو لێهاتوییـە، جـا ئـەو کەسـەی ئـارەزووی ئـەو ڕەنگـە دەکـات، کەسـێکی بـەهێزو پتـەوە، لەهـەمان کاتیشـدا کەسـێکی نموونەییـەو، لابەلای هونەرو داهێناندا دەکاتەوەو، باوەڕێکی بـەهێزی بـەخۆی هەیـە، ئەگـەر هاتوو ڕقیشت لەم ڕەنگە ببێتـەوە، مانـای ئـەوە دەگەیـەنێت لـە پێکهاتەکەتـدا کەموکوڕیت هەیەو، جارێ کەسایەتیەکەی خۆت نەدۆزیوەتەوە.

ڕەنگی کایی: ئەوانەی دڵیـان بـەو ڕەنگـەوە نوسـاوە کەسـانی ئـاڵۆزن، لەسـەر قسەی خۆیان سوورنو، لە ئەنجامـدانی کاروکردەوەکانیـان چوسـتن، مەبەسـتی سـەرەکیان پێکـەوەنانی سـامانو سـەروەتەو، بـەردەوام خـەریکی دۆزینـەوەی عەیبوعاری خەڵکینو، شێوازی تایبـەتیان هەیـە بـۆ پاشـەکەوت کردنـی مـاڵو سامان.

ڕەنگی سپی: ئەوانەی مەیلی ئەو ڕەنگە دەکەن، خاوەن بیرێکی ڕوونن، لە کردەوەکانیان ئاگاداری هەموو وردو درشتێکن، ئەو ڕەنگە نیشانەی پاکوخاوێنیەو، لە پێگە نێودەوڵەتیەکانیش نیشانەی ئاشتییە.

ڕەنگی ڕەش: نیشانەی پابەند بوونە بە دابونەریتەکان، مانای ئەوەش دەگەیەنێت ئەوکەسە ڕێز لە دەروونەکەی خۆی دەگرێتو، شانازی بە کەسایەتیەکەی خۆیەوە دەکات، خاوەنی ئەو ڕەنگە خاوەن خۆڕاگریەکی بەهێزنو، چاك دەزانن بە چ شێوازێك ڕێز لە خەڵکانی تر بگرن، بۆیە بە بەردەوام چاوەڕێی ئەوەن خەڵکانی تر ڕێزی تایبەتیان بدەنێ، بەرگی کەعبەی ماڵە پیرۆزەکەی خواش ڕەنگی ڕەشەو، لە پێگە نێودەوڵەتیەکانیشدا لە کاتی کارەساتو نەهامەتیەکاندا ڕەنگی ڕەش شوێنی ئاڵای وڵاتان دەگرێتەوە.

کەواتە هەر ئادەمیزادێك یەکێك لەو ڕەنگانە کاری لێدەکاتو هەستو ناخی دەوروژێنێت، سەرەتا با نموونەیەك لەسەر باڵندەکان بێنینەوە، ئەگەر سەردانی کێڵگەیەکی پەروەردەکردنی مریشكو جوجەڵە بکەیت، دەبینیت هەموو ئەو کەلوپەلانەی بۆ ئاو خواردنەوەو دان پێدان بەکاردەهێنرێن ڕەنگیان سوورە، بۆئەوەی سەرنجی جوجەڵەکان ڕاکێشێت، جا ئەگەر بێتو کەوشێکی سوورت لەپێدابێت، یان بەرگێکی سوورت لەبەربێت، ئەوا هەموو جوجەڵەو مریشکەکان هێرشت بۆ دەکەنو دەتدەنە بەر دنوك، زۆر جارانیش کە جوجەڵەیەك یان مریشکێك بریندار دەبێت، ئەوانەی تر هەر کە ڕەنگی سووری خوێنەکەیان بینی هێرشی دەکەنە سەر و دەیدەنە بەر دنوك، هەتا نەیکوژن وازی لێ ناهێنن، ئینجا ئایا مەیلی مریشكو جوجەڵەکان بەلای ڕەنگی سووردا خۆشەویستیە بۆ ڕەنگی سوور، یان کەمی توخمێك یان کەمی ئاوێتەیەکی کیمیاویە لە جەستەکەیاندا؟

ئەگەر سەرنجێکی باری ژیانیش بدەین، دەبینین لـە دیـاریکردنی کەلوپەلـەکانی ناومالّدا، جۆرو ڕەنگی کەلوپەلـەکان کاریگـەریان هەیـە لەسـەر ورژانـدنی بـاری دەروونی ئەندامەکانی ئەو خێزانە، بۆنموونە: ئەو خێزانە هەژارانەی لە ژیاندا بیٚ بەشبوون لە خۆشیەکانی ژیـان، لـە کەلوپەلەکانیانـدا ئـارەزووی ڕەنگـی سـوور دەکـەن، ئـارەزووی فـەڕشو تـاقم قەنەفـەو پـەردەی سـوور دەکـەن، تەنانـەت مـەیلی ئەوەیانـە قـاپو قاچاغەکانیشـیان ڕەنگیـان سـوور بێـت، بـەلاّم ئـەو خێزانانەی لە ژیانیاندا تووشی گرفتو ناخۆشی نەهاتون، یان تووش هاتونو لە قۆناغێکدا ئەو ناڕەحەتیانەیان تێپەڕاندون، ئێستا بۆ کەلوپەلەکانی نـاو مالّیـان مەیلی ڕەنگە ساردەکان دەکەن، جا کاتێك لە دەرەوە دەگەڕێیتەوە بۆ مالّەوە، ئەگەر لە بـارێکی تـووڕەییو ماندویـەتیو ناڕەحـەتی دابیـتو، یەکسـەر بچیتە ژورێکەوە بە ڕەنگی سوور ڕاخرابێـت، ئـەوا ئەوەنـدەی تـر دلّـت تونـد دەبێـتو مەیلی هەلّچونو شەڕ دەکەیت،

بەلاّم ئەگەر لەکاتی هاتنەوەدا چویتە ژورێکـەوە بـە ڕەنگێکـی کـالّ ڕاخرابێـت، هەر لەخۆتەوە هەست بە هێوربوونەوە دەکەیتو وا هەست دەکەیت ئەو ڕەنگـە کالّە دەبێتە مایەی مژینی خەمو خەفەتەکانت.

جا هەروەکو چۆن هەندێك شت دەبێتە مایەی وروژاندن، بە پێچەوانەشەوە هەندێك شت بە پێی جۆرو ڕەنگەکانیان هێدیت دەکەنەوە، بۆنموونە: دەزبێحێکی بەهاداری ددانی فیل یان مەرجان یان هەر دەزبێحێکی تر کە لەکاتی بێ ئارامیدا بەدەستتەوە بیگریت، یەکسەر هێدیو هێمن دەبیتەوەو توانای ئەوەت دەبێت کە خۆت کۆنترۆل بکەیت بۆ ڕووبەڕووبوونەوەی کێشەکان.*(٥٤)

جا لەنێو ڕەنگەکانیشدا جۆرو ڕەنگی چاوەکان کەسایەتیەکەی تۆ دەردەخەن، کەسایەتیەکەی تۆ دەروونەکەتە کە ڕەنگدانەوەی پێکهاتەکانی خانەکانی لەشتن، ئەگەر کەسێکی باشبیت خەڵکی پێت دەڵێن: دەروونەکەی پاکە، ئەگەر

کەسێکی خراپیش بیت، خەڵکی پێت دەڵێن: دەروونەکەی پیسە، ڕووی ئادەمیزادیش دەتوانرێت کەسایەتی ئەو کەسەی تێدا بخوێنرێتەوە، چاو چرای ڕووی ئادەمیزادە، پێغەمبەری مەزنمان عیسای کوڕی مریەم(سلاوی خوایان لێبێت) فەرمووی: (چاو چرای جەستەیە، ئەگەر هاتوو چاوەکانت سادە بوون، ئەوا جەستەکەشت هەمووی ڕەوشەنەو، ئەگەر هاتوو چاوەکانیشت شەڕانگێز بوون، ئەوا جەستەکەت هەمووی تاریك دەبێت).*(٥٥)

کەواتە چاوەکان چراو ڕەوشەنی جەستەی ئادەمیزادن، بەبێ هیچ هەڵسوکەوتێك دەتوانرێت لە ڕێگەی چاوەکانەوە بەشێك لە دەسەڵاتەکانی دەروونەکەی دیاری بکرێت، ئایا ڕووناکە کە مانای چاکەکاری دەگەیەنێت، یان تاریکە کە مانای خراپەکاری دەگەیەنێت.

(زانای کۆمپیوتەر(جون دوجمان) لە زانکۆی(کمبردج)ی بەریتانی بەهۆی ئامێرێکی وێنەگرتنەوە کە بەهۆی تیشکەکانی ژێر سوورەوە وێنەکان دەگرێت، توانی لە ئەنجامی تاقیکردنەوە لەسەر(٣٠) ملیۆن گلێنەی چاو بگاتە ئەوەی لەناو ئەو هەموو گلێنانەدا دوو کلێنە نین بەیەکتری بچن، تەنانەت چاوی ڕاستی کەسێك لەگەڵ چاوی چەپیدا بەتەوای تێك ناکەنەوە).*(٥٦)

زاناکانی دەروون گەیشتوونە ئەو باوەڕی کە گونجانێك هەیە لەنێوان ڕەنگی چاوەکانو کەسایەتی خاوەنەکانیاندا.

ئەوەش بەشێکە لە ڕەنگی چاوی کەسایەتیەکان:

چاوە ڕەشەکان:

تووڕەن، بە زوویی هەڵدەچن، هەستیان ناسکە، زۆر بەسۆزن، زۆر جاران دڵیان زاڵە بەسەر عەقڵیاندا.

چاوە شینەکان:

نەترسن، خۆیان خۆش دەوێت، ئالۆزن، بە قوڵی بیردەکەنەوە، زۆر هەستیارن، زۆر کاریگەرن، ئارەزوویەکی هونەریان هەیەو لە تێکەڵ بووندا زۆر ساردن.

چاوە خۆڵەمێشیەکان:

توندو تیژن، خاوەن خویەکی سەرکەشن.

چاوە سەوزەکان:

خاوەن هێزو توانان، هەستو سۆزیان نیە، دڵ پیسن، خاوەن بیروڕایەکی ڕەقن، گوێ نەبیستن، ئارەزووی ئیشوکاریان هەیە.

چاوە قاوەییەکان:

بەخشندەن، بە بەزەیین، شەرمنن، سەرنجی خەڵکی ڕادەکێشن، مەیلی ئیشوکاریان هەیە، لە وتوێژو ڕووبەڕو بوونەوەدا خاوەن بەڵگەی بەهێزن.

چاوە هەنگوینیەکان:

هێمنو لەسەرخۆن، بیردەکەنەوە پێش ئەوەی هەستوسۆز کاریان لێ بکات، پێیان خۆشە خۆیان بەدەرخەن، هەستو خۆشەویستیو سۆزە کەیان توندو تۆڵە، نهێنیەکان دەپارێزن.

چاوە گەورەکان:

تووڕەو توندو تیژن، هەستو سۆز کاریان لێ دەکات.

چاوە بچووکە نیمچەکراوەکان:

زیرەکن، لەسەر کارو کردەوەکانیان سوورن، وردەکارن، هێزی تێبینی کردنیان بەکارەو، بە عەقڵ ئیش دەکەن.

چاوە خڕەکان: بیردەکەنەوە، خۆیان پێ لە خەڵکی چاکترە، زۆر لە جووڵەدان، خەڵکیان خۆش دەوێت.

چاو بازەکان:

زۆر بیردەکەنەوەو بە شتەکاندا دەچنەوە، بەدوای ناوەڕۆکدا دەگەڕێن، ژیانیان خۆش دەوێت، بەهیوان لەژیاندا.

چاوە دەرپەڕیوەکان: (العیون الجاحظة):

لە وردەکاری ڕووداوەکان دوور دەکەونەوە، خۆیان دەردەخەن، ڕاستگۆن، لە کردەوەکانیان بەلای بێ هیواییدا لادەکەنەوە.*(٥٧)

چاوە خێلەکان:

لەگەڵ داخێکی زۆریشدا خێلی چاو لە کەسایەتی خاوەنەکەی کەم دەکاتەوە، هەرچەندە ئەوەش بۆچونێکی هەڵەیە، بەڵام کەسە خێلەکە بۆخۆشی دەرك بەوە دەکات، ئەگەر بکرێت چاوەکانی ڕاست بکرێنەوە کەسایەتیەکەشی دەگۆڕێت، ئەوەش لە بوارە پزیشکیەکاندا کارێکی ئەستەم نیە، وەکو لە ئەنجامی ئەو نەشتەرگەریەدا دەردەکەوێت: کە دەکرێت بگوترێت کە سایەتیەکە دێتەوە پارسەنگی خۆی.

هەرچەندە نالی شاعیریش خێلی چاوەکان بە لەکەداری نازانێت، لەباسی خێلی چاوی خۆشەویستەکەیدا دەڵێت:

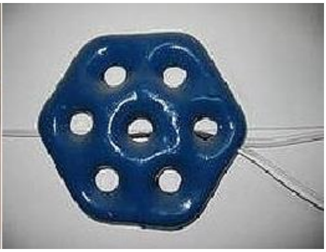
پێم دەڵێن مەحبووبە خێڵو قیچە مەیلی شـــەڕ دەکا

خێڵو قیچە؟ یان تەرازوی نازی نەختێ سەردەکا؟

لەناو کوردەواری خۆشماندا جۆرە چاوێك کە کاردەکەنە سەر دەوروبەرەکەیان، بە چاوە پیسەکان ناسراون، کەسایەتی ئەو خاوەن چاوانە بەزۆر شێوەی

جۆراوجۆر کارەکانیان ئەنجام دەدەن، هەیانە تەنها بە تەماشاکردنی شتەکە لە بەرزاییەوە بەری دەدەنەوەو وردوخاشی دەکەن، یان لە گەرمەی غاردانی ئەسپێکدا، سەرنجێکی بەهێزی وردەکارانەی قاچێکی ئەسپەکە دەداتو تیشکێکی شاراوەی لێدەداو قاچەکە دەشکێنیێو ئەسپەکە بەردەداتەوەو سوارەکەی سەریشی تووشی شکست دەکات، زۆر جارانیش تەنها بە گوێ کە گوێبیستی یەکێکی تر دەبێت باسی کەسایەتیەکی تر دەکات، ئەو چاوپیسە یەکسەر لێرەوە تیرێك بۆ ئەو کەسایەتیە دەهاوێتو دەیپێکێت، بۆنموونە: تۆ قسە بۆ خەڵکێك دەکەیت کە کاکەحەمەی جیرانت خانویەكو سەیارەیەکی کڕیوە، ئەو چاوپیسە یەکسەر دەڵێت: کوێڕا ئەو هەموو سامانەی کۆکردەوە؟ جا سەرنج بدە دوای ماوەیەك هەواڵی کارەساتێکی کاکەحەمەی جیرانت بۆدێت، مەگەر تووشی کارەساتێك هەر بووە، ئینجا ئەو جۆرە دەروونانە کەسایەتی ناسراوی ناو کۆمەڵگاو خەڵکیش ناوێرن هەموو شتێکیان لەلا باس بکەن، یان ئەو ڕۆژانەی کە بەرگی نویێو تازەیان لەبەردایە ناوێرن بە بەرچاوی ئەو چاوپیسانەدا بڕۆن، بۆیە لە دێرین زەمانەوە هەوڵی ئەوە دراوە شێوازێکی تایبەت بەکاربهێنرێت لەکاتی هەموو دیدارێکدا شتێکی وەها بخەنە بەرچاوان کە بیری چاوپیسەکە بەلایەکی تردا بەرێت، کاتی خۆی کە شتێکی تازەیان دەکڕی، ناڵە ئەسپێکیان پێوە هەڵدەواسی، یان کە خانویەکیان دروست دەکرد لەپکەیەکی شینیان پێوە هەڵدەواسی، خواش لە قورئانی پیرۆزدا پەنجەی بۆ ئەو چاوپیسانە درێژکردوە کە دەفەرموێت: ﴿(ئەی محەمەد)، بێباوەڕەکان خەریك بوو بە چاوەکانیان هەڵت بخلیسکێننو لەناوت بەرن، کاتێك کە گوێیان لە قورئان (خوێندنەکەت) بوو،﴾(٥١ القلم)، لە شوێنەوارە کۆنەکانی وەکو شاری بابلیشدا، کە بەپێی زانیارییە ئاسمانیو زەمینیەکان دەردەکەوێت جادوگەری

کاری پێکراوە، بۆیە هانایان بۆبەر چارەسەری ئەو جۆرە کێشانە بردوە، لەوانە چارەسەری کێشـەی چاوپیسـەکان، مـن لەسـەردانێکمدا بـۆ شـوێنەواری بابـل، کۆمەڵێك شتی سەردەمی پێشوم بینی، لەلایـەن بەڕێوەبەرایـەتی شـوێنەوارەوە دروست کرابوونەوەو داندرابوون بۆ فرۆشتن، کەل‌وپەلـەکان هـەتا بڵێـی سـەرنج ڕاکـێش بـوون، بـەلاَم ئـەوەی لـە هـەموویان سـەرنج ڕاکێشـتر، تاکـە نـەعلێکی بچووکی مندالاَن بوو، لە فـەخوری دروسـت کرابـوو، نرخێکـی زۆرگرانـی لەسـەر داندرابوو، بەلامەوە سەیربوو ئەو شتە بچووکەو ئەو نرخە گرانـە، کـە پرسـیارم کرد، وەلاَمیان دامەوە ئەوە تەنها بۆ جوانی نییە، بەڵکو ئـەوە بەسـەر دەرگـای ماڵەکەتەوە لەهـەر شـوێنێکی بەرچـاو لـە دەرەوەی ماڵەکـەت هـەڵی دەواسـی، بۆئەوەی کە چاوپیسەکە هات لەپێشەوە چـاوی بـەو نەعلـە بچـووکە بکـەوێت‌و دیمەنی جوانی خانوەکەتی لەبیر بچێتەوە، بۆئەوەی زەرەرەکە تەنها بەر نەعلە بکەوێت‌و خانو ماڵ‌و منداڵەکەت سەلامەت دەربچن،



جا کە هەڵتواسی، دوای ماوەیـەك تەماشـای بکـەوە، دەیبینـی چـاوێکی پـیس تەقاندویـەتی، ئینجـا بـە چەسـپی قـەترە چـاکی بکـەرەو لـە شـوێنی خـۆی هەڵیواســەوەو زوو زووش ســەرنجی بــدە، بەدڵنیاییــەوە پێتــان دەڵــێم: (لەسەرەتای ٢٠٠٤ هەتا کۆتایی ٢٠١٠، ئـەو نەعلـە شـینە فەخوریـەی وێنەکـەی

سەرەوە سێ جار تەقیوەو بە چەسپی قەترە چاکمان کردۆتەوە، جاری وەهاش هەبووە تەقینەکە نەعلەکەی دووپارچە کردوە).

ئەو دوو وێنەیەش یەکەمیان وێنەی نالێکە بە دیواری ماڵێکەوە هەڵواسراوەو، دوەمیشیان وێنەی ناڵە ئەسپێکە، لە ناوەڕاستی یەکێك لە گەورەترین ناوەندە بازرگانیەکانی فەنلەندا دانراوەو، زۆرینەی خەڵکی وای لێك دەدەنەوە کە ناڵی ئەسپ بەختی پێوەیە.

هەروەکو چۆن ڕەنگەکان کاریگەریان هەبوو، بەهەمان شێوە تیشکەکانیش کاریگەری خۆیان هەیە:

(لەشی ئادەمیزاد لەگەڵ دەروبەرەکەیدا خۆی دەگونجێنێت، تیشکیش بەشێکە لە پێکهاتەی ئەو دەوروبەرەی کە ئادەمیزاد تێیدا دەژیات، کاردەکاتە سەر باری دەروونی ئادەمیزاد، بەهۆی کلاندی(الصنوبریە) کە دەکەوێتە ژێر ڕووی مێشکۆڵە لە بنکەکەیدا، هۆرمۆنێك دەردەدات کە پێی دەگوترێت:(میلاتونین)،

هەتا تیشك كەم بێت ئەو هۆرمۆنە زیاتر دەڕژێت، بۆیە ڕژانی ئەو هۆرمۆنە لە زستاناندا زیاترە وەك لە هاوینان، هەروەها دەتوانرێت هەستیاری ئادەمیزاد بۆ تیشك بەپێی ڕێژەی ئەو هۆرمۆنە بپێورێت كە جەستەكەی دەیڕێژێت، جا هەركاتێك ڕێژەی ئەو هۆرمۆنە زیادی كرد، ئەوا نیشانەكانی نەخۆشی(الكآبة: بێ هیوایی) دەردەكەون، كە ئادەمیزاد بەهۆیەوە لەكاتی خۆرئاوابووندا تووشی تەنگەبەری‌و ناڕەحەتیەك دەبێت وەكو نیشانەكانی نەخۆشی(الكآبة) وایە، بۆ چارەسەری ئەو نەخۆشیەش لەو كاتانەدا تیشكێكی بەهێز بەكاردەهێنرێت بۆ ڕاگرتنی ئەو هۆرمۆنە، نەخۆشەكەش دەگەڕێتەوە بۆ باری جارانی، زۆر كاتیش تەماشاكردنی تیشكی خۆر زیان بەخشە بۆ چاوەكان‌و تووشی چەندین نەخۆشیان دەكەن، وەكو كاتی خۆر ئاوابوون‌و كاتی خۆرگیران، زانستیش ئەوەی سەلماندوە كە تیشكی سەرووی بنەوشەیی خۆر دەبێتە هۆی گۆڕانی ڕەنگی پێست‌و توشبوونی بە نەخۆشی شێرپەنجە).*(٥٨)

سێیەم: دەنگ:

دەنگیش كاریگەری خۆی هەیە لەسەر كەسایەتیەكان، دەنگ هۆیەكە بۆ لەیەكتر تێگەیشتن‌و ڕادەربڕین لەنێوان خەڵكیدا، گرنگیەكەی ئەوەندە گەورەیە كەس نرخەكەی نازانێت، مەگەر ئەوكەسەی كە دەنگەكەی خۆی لەدەست دابێت، جا بۆیە دەنگ كاریگەریەكی بەهێزی هەیە لەسەر دیاریكردنی جۆری كەسایەتیەكان، ئەو شێوازەی كە تۆ پێی دەدوێیت ناخی تۆ دەردەبڕێت بۆ بەرانبەرەكەت، زانایانی دەروون ناسیش كەسایەتی ئادەمیزادو مامەڵەو ڕەوشتەكەیان بەستۆتەوە بە جۆری دەنگەكەیەوە، بۆنموونە:

*ئەو كەسانەی بە ئەنقەست دەیانەوێت بە پەلە قسە بكەن‌و قسەكردنەكەشیان زۆر خێراتر دەبێت لەكاتی هەڵچوون‌و خۆشی‌و ناخۆشیەكاندا، ئەوە ئەو كەسانە

هەست بە تەنهایی دەکەنو لە هەموو پەیوەندیەکانیشیاندا لەگەڵ خەڵکی لە بارێکی نائارامیدان، ئەوانە لە قسەکردندا ئەوەندە دوور دەکەونەوەو نازانن سەری باسەکان لە کوێوە دەستی پێکردوە، ئەوانە بە بەردەوامی نائارامنو زۆر بە ناڕەحەتی دەتوانن هەستی ڕاستەقینەی خۆیان بخەنەڕوو.

* ئەوانەش لە ئاخافتدا بە دەنگێکی نەرم دەدوێن، ئەوە ئەو کەسانە باوەڕێکی تەواویان بەخۆیان هەیەو، خاوەنی ئەو دەنگانەش پەیوەندی برادەرایەتی لەگەڵ هەموو کەسێکدا نابەستن، مەگەر کەسێکی زۆر نزیك لەخۆیانەوە.

* ئەو کەسەش بە دەنگێکی بەرزو بە پەلە دەدوێتو توانای ڕێکخستنی وشەو ڕستەکانی نیەو، بەردەوام قسەکردنەکەی لە بیرکردنەوەکەی خێرا ترە، ئەوە ئەو کەسە زۆر بە پەلەیە لە بڕیار وەرگرتندا، زۆریش توندەو زوو هەڵدەچێتو، هەرگیز هەستیش بە ئارامی ناکات لەگەڵ خەڵکانی تردا.

* ئەوانەش کە زۆر بە هێواشی دەدوێنو وشە جوانو پاراوەکان هەڵدەبژێرنو، سنووری قەسەکردنەکانیان دیاری دەکەن، ئەوە ئەو کەسانە خەون بەوەوە دەبینن کە ببن بە نموونە لە پەیوەندیەکانیان لەگەڵ خەڵکیدا، پابەندیەکی بەهێزیشیان هەیە بە بیرو بۆچونە کۆنەکانیانەوەو، ناشیانەوێت دژی ئەو بیرو بۆچونانە بووەستنەوە، بەهیچ شێوەیەکیش ئارەزووی گۆڕانکاریان نیە.

*ئەو کەسەش کە لە قسەکردنەکەیدا دەیکات بە هۆسەو هەراو پێکەنینو حیتە حیتو قاقای پێکەنینی پچڕ پچڕ لە نێوان قسەکانیدا، دەیەوێت بەو پێکەنینە پشتیوانییەك بۆ کەسایەتیەکەی خۆی دابنێت، ئەوە ئەو کەسە نایەوێت تووشی ڕووبەڕوبوونەوە ببێت، ناشیەوێت دڵیشی بشکێنرێت.

*ئـەو کەسـایەتیەی کـە خـاوەنی دەنگێکـی گـڕو لەرەلـەرێکی نزمـە، ئـەوە دەگەیەنێت کە ئەو کەسە لێوەشاوەیە ببێت بە سەردەستە، ڕێز لە دۆسـتایەتی دەگرێتو کەسێکی بە سۆزو خاوەن ڕێزە. *(٥٩)

شەپۆلەکانی دەنگ:

* ئەگەر هاتو دەنگەکە شەپۆلێکی یەکگرتوی نەگۆڕ بوو، ئەوا پێی دەگوترێت: تۆن.

* ئەگـەر هـاتوو دەنگەکـە لـە چـەند شـەپۆلێك پێکهـاتبوو، پێـی دەگوترێـت: (نەغەم).

* ئەگەر هاتوو دەنگەکە لە چەند شەپۆلێك پێکهاتبوو کە بە شێوەیەکی جێگیر پارێزگـاری نـەدەکرا لـە نێـوان شـەپۆلی دەنگەکانـدا، ئـەوە ئـەو دەنگـە پێـی دەگوترێت دەنگە دەنگ.

نزمترین دەنگ کە مرۆڤ گوێبیسـتیەتی(١٦ هێـرتس)ە، بـەرزترین دەنگـیش کـە مرۆڤ گوێبیستی دەبێتو پێوەی ناڕەحەتە(٢٠٠٠٠هەزار هێرتس)ە، دەنگێك کـە لـە سـەرووی(٢٠٠٠٠هێرتس)بێـت، پێـی دەگوترێـت: لەرەلـەرەکانی سـەرووی دەنگ، کە ئادەمیزاد توانای بیستنیانی نیـە، بـەڵام هەنـدێك گیانـەوەری وەکـو سەگو شەمشەکوێرە توانای ئەوەیان هەیە ئەو دەنگانە ببیستن.

سەرنج بدە ئەو دوو وێنەیە، ڕادارێکی دەستکردی پەروەردگارو ڕادارێکی دەستکردی مرۆڤ، بەلای هەمووانەوە ئاشکرایە کە ڕادارە سەربازیەکە ئامێرێکەو لە سنوورێکی دیاریکراوی تەسکدا کار دەکات، ئەگەر تەزووی کارەباشی لێببرێت لە کاردەکەوێت، بەلاّم کەسایەتی سەگەکە لەگەڵ ئەوەشدا کە بە وەفایە، بە بەردەوامی لەژێر شەحن دایەو ئاگاداری هەموو هەستو خوستەکانی دەوروبەرە، گوێبیستی هەموو ئەو دەنگانەشە کە لە دەرەوەی سنووری زەویەوە دێنە ناوەوە، تەنانەت ئەگەر لەسەر گۆڕستانەکانیش سەگێك ببینیت، بە وردی سەرنجی بدەیە زۆر بەزوویی بە نەرمەغار ئەو دەوروبەرە جێدەهێڵێ، لەبەرئەوەی ڕادارەکەی توانای بیستنی دەنگی هاتو هاواری مردوەکانی هەیە.

(زانای گیانەوەرزانی سویدی (فریدیش برجنسون) لە دارستانێکدا دەنگی باڵندەو گیانەوەرەکانی تۆمار دەکرد، کاتێك کە هاتەوە بۆ ماڵەوەو دەنگەکانی لێدانەوە، بە زۆر لە زمانەکانی دنیا لەناو دەنگی باڵندەو ئاژەڵەکاندا گوێی لە دەنگی ئادەمیزادەکان بوو، لەناو هەموو دەنگەکاندا دەنگێك زۆر سەرنجی ڕاکێشا کە دەڵێت: (کوڕی خۆشەویستم ئەوە تۆ لێرەیت؟). ئەو دەنگەش دەنگی دایکی بووە کە بیست ساڵ پێشتر مردووە، بەم پێیە ئەو زانایە بۆ ماوەی (١٤)ساڵ لە دارستانەکەدا دەنگەکانی تۆمار دەکرد، پاشان جیای دەکردنەوەو دەنگی هەموو مردووەکانی لێك دەدایەوە.

لەهەمان کاتدا زانایەکی لتوانی بەناوی(دکتور رادیوفی) ئامێرێکی زۆر وردەکاری بەکارهێنا بۆ تۆمارکردنی دەنگەکان، کە گەڕایەوەو دەنگەکانی جیاکردنەوە، تێبینی ئەوەی کرد لەهەر شوێنێك دەنگێکی تۆمار کردبێت کە گوێی ئاسایی گوێبیستی بووبێت، دەنگی تریش لەگەڵیدا تۆمار بوون بە زمانی جیاجیا، ئەو پیاوە بە(١٠)دە زمانی ئەورووپی دەدواو لێیان تێدەگەیشت، توانی

وته بەناوبانگەکانی هیتلەرو لینین‌و نیتشەی فەیلەسوف‌و جۆن کەنەدی لەناو دەنگە تۆمارکراوەکاندا بدۆزێتەوە.*(٦٠)

چوارەم: خوێن:

گروپی خوێنەکەت‌و کەسایەتیەکەت:

خوێنەکان چوار گروپی سەرەکین کە کاریگەرییان هەیە لەسەر دیاریکردنی کەسایەتیەکان، بەلاَم بەهۆی دژایەتیانەوە (+ و −)یان تێدایە، بۆیە بۆ مەبەستی خوێن بەخشین وەکو هەشت گروپ تەماشا دەکرێن.

خاوەنی گروپی(O): کەسایەتیەکی بەسۆزە، سەرنج دەداتە ئەو کارەی کە دەیەوێت بیکات، ئینجا هەوڵ‌و تێکۆشانی بۆ دەکات، بۆئەوەی بگات بە ئامانجەکەی، مەیلی ئەوەی هەیە سەرکردەو پێشەوا بێت، کەسایەتیەکەی چوست‌و سادەو کراوەیە، سورە لەسەر ئەنجامدانی کارەکان، ڕاستگۆو ڕێك‌وپێك‌و بەتوانایە لە سەرنجدانی ڕووداو پێشهاتەکاندا، زۆر بەزوییش تووڕە دەبێت‌و بە بەزەییشە، لەبەرانبەر مافە تایبەتیەکانی خۆیدا دەمار دەیگرێت‌و شانازی بەخۆیەوە دەکات، خاوەنی ئەو گروپی خوێنە، کۆئەندامێکی هەرسکردنی بەهێزی هەیە، کۆئەندامی دژە نەخۆشیەکەی پتەو بەهێزە، کرداری دروستکردنەوەو بنیات نانەوەی خانەکانی لەش تێیاندا بەهێزە، لە بەرانبەر گۆڕانکاریەکانی ئاو هەواو دەوروبەردا خۆڕاگر نین، کێشەی خەستبوونەوەو مەیینی خوێنیان هەیە.

خاوەنی گروپی(A): خاوەنی ئەو گروپە کەسایەتیەکە ئارەزووی بەیەکەوە ژیان‌و ئاشتی‌و بەرنامەڕێژی دەکات، بەڕاستی‌و دروستی لەگەڵ خەڵکانی تردا مامەڵە دەکات، هەستیارو دان بەخۆداگرە، لە خۆشەویستیدا دڵسۆزەو خیانەت ناکات، بیرکردنەوەکانی عەقڵی زاڵن بەسەر ئارەزووەکانی دڵیدا، پارسەنگێکی

ناوەکی هەیە لەگەڵ هەستە جێگیرەکانیدا یارمەتی دەرن بۆ خۆڕاگری لە ڕووبەڕووبوونەوەی ئەو کاریگەریە دەرەکیانەی کە دەیانەوێت هەڵی بخەڵەتێنن، لەو خاڵە لاوازانەش کە لەو گروپەدا بەدی دەکرێن، کەسێکی ڕق ئەستورو لاملەو بە بەردەوامی بێ هیوایی لەگەڵدایە، شەرمنەو باوەڕێکی تەواویشی بەخۆی نیە، زۆر بەباشی دەتوانێت خۆی لەگەڵ گۆڕانکاریەکانی ئاو هەواو دەوروبەردا بگونجێنێت.

خاوەنی گروپی(B): خاوەنی ئەو گروپە کەسایەتیەکی جیاوازو داهێنەرو بەسۆزە، لەسەرخۆو سەرنج ڕاکێشە، لەپڕ وەڵامی بەرانبەرەکەی دەداتەوە، لەلایەکی تریشەوە ئەوانەی سەر بەو گروپەن کەسی ئاژاوەچیو گۆشەگیرنو بە بەردەوامی یاخینو گوێڕایەڵ نین، لەگەڵ هەموو سەردەمو پێشهاتێکدا زۆر بە ئاسانی خۆی دەگونجێنێت، سوربوونیشیان لەسەرئەوەی کە دەیانەوێت سەربەستو سەربەخۆبن، دەبێتە هۆی دوورکەوتنەوەیان لە کۆمەڵگا، زۆر بەباشی دەتوانن خۆیان لەگەڵ گۆڕانکاریەکانی ئاو هەواو دەوروبەردا بگونجێنن.

خاوەنی گروپی(AB): خاوەنی ئەو گروپە، لەسەرخۆو زاڵن بەسەر کەسایەتیەکەی خۆیانو دەوروبەرەکەیاندا، بەشێوەیەکی گشتی لای خەڵکی خۆشەویستنو بە سادەیی مامەڵە لەگەڵ خەڵکیدا دەکەن، زۆر هەستیارەو ژیرانە بیردەکاتەوە، کەسێکی کۆمەڵایەتیو زمان لووسە لە پلەی یەکەمدا، ناتوانیت پێشبینی بیروبۆچوونو جموجۆڵەکانی بکەیت، لەگەڵ ئەوەشدا خاوەن ڕێزو بەخشەرە، بەڵام خۆی پەنا دەداتو بەبێ پێچو پەنا بیروڕای خۆی دەدرکێنێت، لە بەرانبەر بڕیاردانێکیشدا لەسەر شتێك تووشی تەنگەبەری

دەبێت، زۆر بەباشی دەتوانێت خۆی لەگەڵ گۆڕانکاریەکانی ژیانی سەردەمدا بگونجێنێتو هێزو توانای گروپەکانی(A)و(B)یشیان تێدا کۆبۆتەوە.

گروپی خوێن	ڕێژەی ئەو گروپە لە ئادەمیزادەکاندا
O +	40 %
O -	7 %
A +	34 %
A -	6 %
B +	8 %
B -	1 %
AB +	3 %
AB -	1 %

سەرنج بدە ئەو خشتەیەی خوارەوەش بۆت ڕوون دەبێتەوە چ وردەکاریەك هەیە لە پێکهاتەی ئەو خوێنەی کە تایبەتە بە کەسایەتیەکەی تۆوە، کام جۆرە خوێنەش ئاشنایەتی لەگەڵدا هەیە، لەکاتێکدا کە پێویستیت بەخوێن بێت.*(٦١)

ئەو خوێنانەی کە لەگەڵ گروپەکەی تۆدا دەگونجێن

گروپی خوێنەکەت ↓	O-	O+	B-	B+	A-	A+	AB-	AB+
AB+	YES	YES	YES	YES	YES	YES	YES	YES
AB-	YES		YES		YES		YES	
A+	YES	YES			YES	YES		
A-	YES				YES			
B+	YES	YES	YES	YES				
B-	YES		YES					
O+	YES	YES						
O-	YES							

هۆرمۆنی (الأوکسیتوسین) هۆرمۆنی پەیوەندیەکانە لەنێوان ئادەمیزادەکاندا، ئەو هۆرمۆنەیە کە پەیوەندیەکی بەهێز لەنێوان کۆرپەو دایکەکەیدا پەیدا دەکات، لە مێشکۆڵەی ئادەمیزادەوە دەڕژێنرێتە ناو خوێنەوە؛ هەروەها لە هەندێك شانەی تری لەشیشدا دەڕژێنرێت، وەکو هێلکەدانەکان لە مێینەو گونەکانیش لە نێرینەدا، تەنها بە دەست لێدانی گۆی مەمکەکان ئەو هۆرمۆنە دەست بە ڕژان دەکات، بۆیە هەرکە کۆرپەکە دەم بە گۆی مەمکی دایکیدا دێنێت، یەکسەر بەهۆی لێدانە دەمارێکەوە مێشك ئاگادار دەکرێتەوەو، لەماوەیەکی کەمی کورتدا کە لە هەزارا یەکی چرکەیەك تێناپەڕێت، هەڵدەستێت بە ڕژاندنی ئەو هۆرمۆنە بۆناو خوێن، کە دەبێتە هۆی ئەوەی ڕاستەوخۆ مەمکەکان شیریان لێبێت، ئینجا ئەو تایبەتمەندیە تەنها لە مێینەی ئادەمیزاددا نییە، لە هەموو زیندەوەرێکدا هەیە، هەر بۆیەشە ئەوانەی کە گوانی مانگاکان دەدۆشن لەپێشدا دەستیان پێدادێنن‌و دایان دەچۆڕێنن، لەبەرئەوەی (٨٠٪)ی ئەو شیرەی کە دەدۆشرێت لەوکاتەدا دروست دەبێت کە دەست بە گۆی گوانەکاندا دەهێنرێت، لە نێرینەشدا ئەو هۆرمۆنە کاریگەری خۆی هەیەو لە هەمان شوێنی مێشکەوە دەڕژێنرێت، لە پیاوان‌و لە ژنانیشدا یەکێکە لەو هۆرمۆنە سەرەکیانەی بەشداری دەکات لە بەرنامەی خۆشەویستی، بەسێ قۆناغدا دەڕوات‌و کاریگەریەکانی لەسەر کەسایەتی ئادەمیزادەکان دەردەکەون، لە تێڕوانینە ئەدەبیەکاندا شەکسپیر دەڵێت: (خۆشەویستی لە شێتایەتی بەولاوە هیچیتر نیە)، بەڵام لەڕووی زانستەوە خۆشەویستی سێ قۆناغی هەیە کە بەهۆی ڕژانی هۆرمۆنەکانەوە کاریگەریەکەی لەسەر جەستەی ئادەمیزادەکان دەردەکەوێت، وەکو: سوربوونەوەی کوڵم‌و ڕومەتەکان‌و، دڵەکوتێ‌و ساردوسڕی دەست‌و پێیەکان، هەندێك کارلێکی کیمیاویش لەناو

جەســتەی ئــەو کەســەدا ڕودەدەن کــە مانــای ئــەوە دەگەیــەنن پــەردەی خۆشەویستی دڵی کون کردوە، کە لە سێ قۆناغدا بە دوا ئەنجام دەگات:

قۆناغی یەکەم: قۆناغی هەڵپەو ئارەزوومەندییە لـەژێر کاریگـەری دوو هۆرمـۆنی (التستوستیرون والاستروجین).

قۆنــاغی دوەم: قۆنــاغی ســەرنج ڕاکێشــانی یەکترییــە، کــە ســەرەتای خۆشەویســتیەکی ڕاســتەقینەیە، بۆیــە کاتێــك مــرۆڤ دەکەوێتــە نــاو داوی خۆشەویستیەوە، لەو قۆناغەدا لە خۆشەویستەکەی زیاتر بیر لە هیچ شتێکی تر ناکاتەوە، دڵیشی خواردن نابات، خەویشی لێ ناکەوێت، پێی خۆشـە زۆرترینـی کاتەکان لە یادکردنەوەی خۆشەویستەکەیدا بێت، بۆیـە ئـەو قۆناغـە زۆر درێـژە ناکێشێت‌و قۆناغی سێیەمی بەدوادا دێت.

قۆناغی سێیەم: قۆناغی یەکتر لەبیرنەکردنە، بە قۆنـاغی عاشـقایەتی ناسـراوە، بە هاوسەریەتی‌و زەماوەندی ژن‌و مێردایەتی دەست پـێ دەکـات، بـە تەڵاقـدان یـان بــە مــردن کۆتــایی دێــت، ئــەو قۆناغــە ئەوەنــدە پــیرۆزە پــەروەردگار لەبارەیەوە دەفەرموێت: ﴿لە بەڵگەونیشانەکانی خواش ئەوەیە لە دەروونەکانی خۆتانەوە جووتەکانی بۆ دروست کردوون، بۆئەوەی لەلای نیشتەجێبن‌و سۆزو بەزەییشی خستۆتە نێوانتانەوە، بەڕاستـی لـەو کـارەی خـوادا بەڵگەونیشـانەی زۆر هەن بۆ گەل‌و نەتەوەیەك کە بیردەکەنەوە﴾.(٢١)الروم

جا خوێنەری بەڕێز سەرنج بدە، قۆناغی یەکەمی ئـەو پەیوەندییـە لـە ئـەنجامی هــەڵس‌و کەوتێکــەوە پەیــدا دەبێــت بــەهۆی چــاوتێبڕینێك کــە بەرانبەرەکــەت چــاوتێبڕینەکەت ڕەت نەکاتــەوە، یــان بــەهۆی قســەیەکی خۆشــەوە کــە بەرانبەرەکـەت هەسـتێکی خـۆش دەربـبڕێـت، یـان بـەهۆی دەسـت بەرکـەوتنی یەکترییەوە کە گواستنەوەی گەرمایی دەست وادەکات لەو کاتـەدا چـاوەکانیش

تەماشای یەکتری بکەن، ئەگەر لەوکاتە کەمەشدا یـەکترییان قبـوولٚ کـرد، ئـەوا وەکو قۆناغی یەکەم بە زەردەخەنەیەکەوە دەسـتەکانیان دەکێشـنەوە، ئەگـەر یەکتریشیان قبوولٚ نەکرد، ئەوا بە مۆڕەیەك کۆتایی بەدیمانەکە دێنن.

((کارمەندی) ڕوحەکان سەربازی کارپێدراون، جا ئەوانەی یەکتریان ناسی، یـەك دەگرن‌و(دەبن بە دۆستی یەکتری)، ئەوانەش کە نامۆ بوون، (چارەی یـەکتریان ناوێت‌و) جیادەبن لە یەکتر).* (٦٢)

لێـرەدا بـە ئـەنجام گەیانـدنی ئـەو پەیوەندیـەی خۆشەویسـتی پابەنـدە بـە دروستکەرەکەتەوە لەڕێی ئەو سەربازە گیانیەی کە لەگەڵتدا داینـاوە.

ئینجا کاتێك ئەو یەکترناسینە سەری گرت‌و گەیشت بـەو ئەنجامـەی کـە خێـزان پێك بهێنرێت، ئـەوا سـنوورێکی تـر بـۆ مافـەکانی تـاك دانـدراوە بـۆ پارێزگـاری کردنی مافە گشتیەکان.

پێنجەم: دەوروبەر:

ئیبن خەلدون (١٤٠٠م)، لە لێکدانەوەکەیدا دەربـارەی پەیوەنـدی ئـادەمیزاد بـە دەوروبـەرو کاریگـەری ئاوهـەواش لەسـەری، دەڵێـت: ئاوهـەوا کاریگـەری هەیـە لەسەر جۆری ئادەمیزادەکان، لەم ڕووەشەوە خەڵکی وڵاتی سۆدانی بە نموونـە هێناوەتەوە، کە لەژێر کاریگەری گەرمادا خەڵکێکی سـادەو سـاویلکەو ئـارەزوو بازن.

ئەڕسـتۆش(٢٨٤-٣٢٢ پ.م)، لـە کتێبەکەیـدا دەبارەی(سیاسـەت) دەڵێـت: جیـاوازی نێـوان ناوچـە ساردەکانی ئـەوروپاو ناوچـەکانی ئاسـیا ئەوەیـە کـە: خەڵکی ئەوروپا بەو ئازایەتیە ناسراون کـە بۆتـە مایـەی ئـەو سەربەسـتیەی کـە هەیانـە، بـەڵام لـە هـەمان کاتـدا شـارەزانین لـە بـەڕێوەبردن‌و تێگەیشـتن‌و ڕێکخستندا، هەر بۆیەشە ناتوانن بە تەواوی زاڵبن بەسەر ئیش‌وکارەکاندا، بەڵام

خـەڵکی ئاسـیا، بیرکردنـەوەو لێهاتویـەکی هونـەرییان هەیـەو، زۆر بەجـەرگ‌و چـاونەترس نـین، ئـەوەش بۆتـە هـۆی ئـەوەی خـەڵکی تـر بەسـەریانەوە دەسەڵاتداربن، ئیغریقەکانیش لەوکاتەدا کە لە نێوان ئاسیاو ئەوروپادا دەژیـان، وایان لێهاتبوو کەڵك لە ڕەوشتی هەردووك لایان وەربگرن.

هیبووقرات(٤٢٠ پ.م)، لە کتێبەکەیدا بەناوی (الجو والماء والاقـالیم)دا دەڵێـت: خەڵکی ناوچە شاخاویەکان کە تووشی باوبۆران دەبن، ئازاو بالاَ بەرزو خـاوەنی هەستە چاکەکانن، بەلاّم خەڵکی ناوچە ئاوەلاّ وشکەکان، لاوازن‌و پێیان خۆشـە دەسەلاّتداربن بەسەر خەڵکیەوە.

فەیلەسـوفی فەڕەنسـی (مونتسـکیو) خـاوەنی بـیردۆزەی (جیاکردنـەوەی دەسـەلاّتەکان)، لـە کتێبەکەیـدا بـەناوی (روح القـانون)، کاریگـەری ئـاو هـەواو خاکی لەسەر ژیانی ئادەمیزاد ڕوون کردۆتەوە، بەم شێوەیە:

یەکەم: ئاوو هەوا:

ئاوو هەوای سارد: ئازایەتی، دەروون پاکی، بەهێزی جەستە.

ئاوو هەوای گەرم: ترسنۆکی، ئاینوئۆین، لاوازی.

دوەم: خاك:

کاریگـەری خـاك بـە شـێوەیەك دەردەکـەوێت کـە بـاری سیاسـی‌و جـۆری حکومەتەکان دەست نیشان دەکات:

خاکی بە پیت: سستەمی پاشایەتی‌و دکتاتۆریەتە.

خاکی لاواز: سستەمی کۆماری‌و دیموکراتیەتە.

خەڵکی دورگەکانیش: ئارەزووی سەربەخۆیی‌و جێگیر بوون دەکەن).*(٦٣)

کە دەڵێین دەوروبەر، مەبەستمان لە هـەموو ئەوکاریگەریانەیـە کـە دەوروبـەری ئەو ئـادەمیزادە کاردەکەنـە سـەری، هـەروەکو چـۆن دەوروبەرەکـە کاریگـەری

هەبوو لەسەر دروستبوونی هێلکەو تۆوەکە، بە هەمان شێوە دەوروبەکەش کاردەکاتە سەر کەسایەتی ئادەمیزادەکان، منداڵێکی ساوا کە تازە لەدایك دەبێت ماوەی نۆ مانگو چەند ڕۆژێکە لە زگی دایکیدا بێ دەنگە، هەر کە لەدایك بوو دەست دەکات بە گریان، ئەگەر بەوردی سەرنج بدەین دەبینین هێشتا چاوەکانی نەتروکاون، کەچی لێوەکانی لول داونو خۆی ئامادەکردوە بۆ مژینی مەمکەکانی دایکی، مەمکەکان ڕەوشتێکی هاوبەشن لەنێوان نێرومێدا، لە نێرینەدا کاری مەمکەکان ڕاگیراونو لە مێیینەشدا وەکو کۆئەندامێکی ئالۆز گەورە بوونو لەسەر ئەرکەکەکانیان بەردەوامن، ئەو ئەرکەش تەنها بۆ ژیانی دنیایە، دەنا هەموو دایکێکیش لە ژیانی دواڕۆژدا وەکو ئادەمیزاد زیندوو دەکرێتەوەو لە ژیانی بەهەشتیش کەس لە دایك نابێتو کەسیش نامرێت، لە کاتی زیندووکردنەوەدا دایکەکان وەکو نوسخە یەکەمیەکە زیندوو دەکرێنەوە کە هێشتا لە بەهەشتا لە بەری دارەکەیان نەخواردبوو.

کەواتە: ئەو کۆرپەیەی کە لە دایك بووە کەسایەتیەکی مرۆییە، لە قۆناغێکی تایبەت دایە، نێربێت یان مێ، شیر خواردنەکەی هەر ئەنجام دەدات لەلایەن دایکەکەیەوە، ئینجا بۆ دیاریکردنی ماوەی ئەو قۆناغەش ئەوا: ﴿دایکەکان دووساڵی تەواو شیردەدەن بە منداڵەکانیان، بۆ ئەوانەی کە دەیانەوێت شیر پێدانەکە تەواو بکەن﴾(٢٣٣البقرە)، ئینجا زانستیش ئەوەی سەلماندوە کە شیری دایك لە هەموو شیرێك چاکترە بۆ ئەو قۆناغەی کۆرپە، چونکە بەدڵنیاییەوە ئەگەر ماوەی ئەو دووساڵە شیری مانگا بدەیت بە کۆرپەکەت، ئەوا شێوەکەی نابێت بە مانگا، بەڵام بەدڵنیاییەوە عەقڵیەتەکەی زۆر لە عەقڵیەتی گوێلکی ئەو مانگایەوە نزیك دەبێتو، ئەگەر شیری بزنیشی بدەیتێ ئەوە عەقڵیەتەکەی دەبێت بە عەقڵیەتی کاریلەو بزن، جا خوێنەری بەڕێز

سەرنج بدە، ئەدی ئەگەر ئەو دایکە شیردەرە تووشی بەد خۆراکی بووبێت، دەبێت چی بۆ کۆرپەکەی ئامادە بکات؟ کەواتە شیر پێدانەکە گەشەی دووەمی کۆرپەکەیە لەماوەی ئەو دوو ساڵەدا لەژێر چاودێریەکی تەواوی بەخێوکەرەکەیدا، ئەگەر مەمکەکەش بە تەواوی بەشی نەکرد، ئەوا پەنجەیەکی دەستی یان قاچی دەخاتە دەمیەوەو ئاغاش بە نۆکەر ناگرێت.

کەواتە ئەو شوێنەوارەی کە منداڵ تێیدا دەژیەت هەر لە تەمەنی شیرە خۆریەوە هەتا هەرزەکاری، ڕۆڵێکی کاریگەرو قوڵی هەیە لە ژیان‌و دروستکردنی ئەو منداڵە، هەروەها ڕوونیش بۆتەوە کەسایەتی دایك‌و باوکەکەو شێوازی مامەڵەی خێزانەکە لەگەڵ منداڵەکانیداو، شوێن‌و پێگەی منداڵەکە لەناو خێزانەکەیدا ڕۆڵێکی گرنگیان هەیە لە بنیات نانی سەنگ‌و کەسایەتی ئەو منداڵەدا، ئەوە ئەو شوێنەوارەیە کە ناومالّی منداڵەکەیە، کە هەموو کێشەو هەرایەك لەو ماڵەدا لاپەڕەیەکی ڕەش لە ژیانی ئەو منداڵەدا داگیر دەکات‌و، هەموو خۆشی‌و پێکەنینێکیش، لاپەڕەیەکی گەش لە ژیانیدا پڕدەکاتەوە، ئینجا ئەگەر هەنگاوێك لەگەڵ منداڵەکەدا بێینە دەرەوە، دەبینین مامەڵەی کۆلانیش ڕۆڵی خۆی هەیەو، جۆری ئەو منداڵانەی لە کۆڵانیشدا یاری لەگەڵ دەکەن کاریگەری خۆی هەیە، لێرەدا نموونەیەکی زیندووتان بۆ دەگێرمەوە لە منداڵەکانی خۆم‌و منداڵی جیرانەکانمدا ڕوویدا، لەکاتێکدا ماڵمان لەسەر شەقامی (پیرەمێرد) شەقامی گشتی ڕانیە بوو، نقلّیاتی چوارقورنەش لەلای ماڵی ئێمەوە بوو، کاتێك تەماشامان کرد منداڵەکانمان پێش ئەوەی فێری ناوی دایەو بابە بن، فێری ناوی چوارقورنەو حاجیاوا ببوون، بەهۆی ئەوەی دەلاڵی گەراجەکە ڕۆژی هەزاران جار دەیگوت‌و دەیگوتەوە: چوارقونەو حاجیاوا...، ئینجا ئەگەر لەگەڵ ئەو منداڵەدا بچینە پۆلی خوێندی قوتابخانەیەکەوە، هەست پێدەکەین

سەرەتا ترس‌و شەرمێك ئارەزووەكانی دادەپۆشێت، كلیلەی لابردنی ئەو ترس‌و شەرمە بە پلەی یەكەم لای مامۆستاكانیەتی، وا لەمنداڵەكە بگەیەنن ئەوانیش وەكو باوك‌و دایكی ڕێزی لیَ دەگرن‌و ئارەزو ویستەكانی جێبەجیَ دەكەن‌و فێری خوێندنی دەكەن، بە پلەی دوەمیش بەڕێوەبەرایەتی پەروەردەی ئەو دەڤەرە بەرپرسە لە ڕووی دابینكردنی هەموو پێداویستیەك بۆ قوتابخانەكان، بەشێوەیەك كە ببێتە مایەی سەرنج ڕاكێشانی قوتابیەكان‌و دروستبوونی هەستێكی خۆشەویستی لەلایان بەرانبەر قوتابخانەو خوێندن‌و نووسین، بۆ نموونە: ئەگەر هەموو قوتابخانەیەك هۆكارەكانی فێربوونی هەبێت، وەكو ئامێری كۆمپیوتەرو تاقیگەی فیزیاو كیمیاو كتێبخانە، یان ئەگەر هەموو كەلوپەلەكانی وەكو كتێب‌و دەفتەرو قەڵەم‌و دادەرو مەستەرەو تاقمی هەندەسە بە شێوەیەكی ڕەواو یەكسانی بەسەر قوتابیەكاندا دابەش بكرێت، ئەوا ئەو منداڵە زیاتر دڵی بە قوتابخانەكەیەوە دەنوسێت وەك لەماڵەكەی، ئێستاش لەبیرمە لەساڵی(١٩٦٣) لە سلێمانی لە پۆلی یەكەمی سەرەتایی لە قوتابخانەی مەڵكەندی، كاتێك دەستێك شەرواڵ‌و مرادخانی كوردیان داینیَ، ڕەنگی ڕەساسی بوو، ئێستاش ئەو شێوە جل‌و بەرگ و ڕەنگە ڕەساسیەكەی سەر دڵمی مۆر كردوە، بۆ هەتاهەتایەش لە بیرم ناچێتەوە، هەتا دەشمرم هەر دۆستی خوێندن‌و نووسین دەبم، هەروەها بە پلەی سێیەم وەزارەتی پەروەردە بەرپرسە لە دانانی بەرنامەی خوێندنی تۆكمە كە لەگەڵ ئەو بوارەدا تێك بكەنەوە كە منداڵی ئەو نەتەوەی تێدا دەژیەت، هاوینێكی جەهەندەم‌و زستانێكی بەستەڵەك، میللەتێكی هەژارو دوژمنێكی زۆر، ئاخ بۆ ڕۆژیگارێك لە بیرم دێت زۆربەی كۆمەڵگا بەپێی پەتی بوو، بۆ یەكەمجار منداڵی كورد كە مۆزی بینی ژێیەكانی دەنگی سڕبوون، توانای قسە دەربڕینیان نەبوو، تەنها بە

چاوتێبڕینی مۆزەکە ئەو مافەی بەخۆی نەدەدا کە ئەو خواردنە مافی ئـەو بێـت، هەر ئەو هۆیەشە کە ئێستا میللەتی کورد مـۆز خـۆرەو، بـەم زوانـەش وازی لـێ ناهێنێت، بۆیە ئەرکی سەرشانی وەزارەتی پەروەردەیە بۆئەوەی لـە داهـاتوودا مامۆستایەك دروست بکات کە کۆمپیوتەرو کەرەسـەی قوتابخانەکـەی نـەدزێتو نەیفرۆشێت، ئەوا پێویستە هەر لە ئێسـتاوە لـەو قۆنـاغی منداڵیـەوە پارویـەکی تایبەتمەنـدی بـۆ ئامـادە بکـات، بێبەشـبوونی ئـەو منداڵـە لـەو پێداویسـتیانە گرێیەکی دەروونی لە ناخیدا دروست دەکەن پێی دەگوترێت (عقـدە الحرمـان)، بۆ هەتاهەتایە ئەو کەسە لەو ڕووەوە خۆی بە بێبەش دەزانێـتو، وا پێدەچێت کاریگەریەکە کار بکاتە سەر ترشی ناوکە ئەسیدی(دی ئـێن ئـەی) ئـەو کەسـەو هیچ شتێك دادی نەدات، لەبیرم دێت لە تەمەنی منداڵیدا لەوانە نەبووم مێشـیان پێ لـە دەمـی خۆیـان دەرنـەدەکرا، بـەردەوام لـە جووڵـە دابـووم، لەسـەرەتای هەرزەکاریـدا لەگـەڵ هاوڕێیـەکم ئیزگەیـەکی ڕادیۆمـان دروسـتکرد، لـە بـوارە زانستیو ئەدەبیەکانـدا سـەرم دەردەکـرد، بـەلاَم کاتێـك کـە سـاڵی(١٩٩٧) بـۆ یەکەمجار لەگەڵ مایکرۆسۆفت یەکتریمان ناسی، بـۆ مـاوەی سـەعاتێك دەسـتم کرد بە گریان، ئاخ کۆمپیوتەر ئەوکاتە تۆ لە کوێ بوویت کە من بەدوای تەلێکی ڕەنگاوڕەنگدا دەگەڕام بۆئەوەی سەیارەیەکی منداڵانی پێ دروست بکەم؟ ئەوە برینە دەرونیەکەیە کە ئادەمیزاد لە منداڵیەوە یان لە یـەکێك لـە قۆناغەکانـەوە تووشی دەبێت.

ئینجا ئەگەر لەگەڵ ئـەو منداڵـە سـەردانێکی ناوبـازارو شـوێنە کۆمەڵایەتیـەکان بکەین، ئەوا ئەگەر پێشتر خۆت بۆ ئامادە نەکردبێتو باخەڵەکانت پـڕ لـە پـارە نەبێت، واچاکە سەردانەکە نەکەیتو بە بێـدەنگی بیبەیتـەوە بـۆ نـاو ماڵـەوەو، لـەبووارە خێزانیەکەیـدا کاتەکـەی بەسـەر بـەرێت، بۆنموونـە: کـە دەچـیتە نـاو

بازاڕەوە ئەو منداڵە دێتە دنیایەکی ترەوە، زۆرینەی ئەو شتانەی دەوێت کە لـە دەوروبەرەکەدان، ئەگەر بە شوێنێکدا بڕۆیتو ساردەمەنی لێبێت، ئـەوا دەبێـت حسابێك بۆ خۆتو بۆ منداڵەکەت بکەیت، چونکە دکتۆر دەڵێـت منداڵەکـەت بـە ساردەمەنی قـوڕگی دەئاوسـێت، منداڵەکـەش ئەگـەر چـاوی پێـی کـەوت داوای دەکات، تۆش دەبێت درۆیەکی بۆ بکەیت بۆئەوەی ڕازی بکەیت، بەڵام ئەو لەتۆ زیرەکترەو دەزانێت قسەکەت درۆیە، بۆیە باوەڕت پێ ناکات، ئەگەر بێبەشیشی بکەیت، ئەوا لە درێژایی تەمەنیدا خۆی بە بێبەش دەزانێت لە خواردنی مۆتەدا، کاتێك جلو بەرگێکیشی بۆ دەکڕیت، واچـاکە خـۆی ئامـادە بێـت، دیـاریکردنی جـۆری ڕەنگـەکان لـە قـولایی کەسـایەتیەکانەوە دەردەبـڕدرێن، جـا بۆیـە لـە پەروەردەکردنـدا پێویسـتە ڕەچـاوی ئـەوە بکرێـت کـە منداڵەکـە لـەو قۆنـاغی منداڵیەیدا نابێت بە هـیچ شـێوەیەك دڵـی بڕەنجێنـرێو نابێـت لێـی بـدرێت، بـە پێچەوانەشەوە لە قۆناغی هەرزەکاریدا دەکرێـت وەڵامـی هـەموو داواکاریـەکانی نەدرێتــەوەو، لــە ئاســت پەیوەســت بــوون بــە یاســا بنەڕەتیــەکانی کۆمــەڵگاو ئایینەوە توندو تیژی لەگەڵدا بەکاربهێنرێت.

ئەگەر سەرنج بدەین، خەڵکی ڕۆژهەڵاتی ئاسیا، چاو بچووكو پێست زەردو بـالاّ کـورتنو خــەڵکی ســادەو دڕن، لــە هــەمان کاتــدا خــەڵکی ئــەمریکا بـالاّ بـەرزی زۆرزانــی زۆردارو داگیرکــەرن، خـــەڵکی ئــەوروپاش بــەهۆی نــەبوونی تیشــکی خۆرەوە، پێست سپیو قژ زەردو چاوشینن، خەڵکی ئەفەریقیاش پێست ڕەشو پرچ لولو بالأبەرزو خۆڕاگرن، هەموو ئەوانە لەژێر کاریگـەری بۆمـاوە(الوراثـه)و ئاوهەواو جۆری خاكو هێزی کێشکردنی زەویدان، لەلایەکی تریشەوە دەوروبـەر جـۆری جـلو بەرگـەکان دەسـەپێنێت بەسـەر ئادەمیزادەکانـدا، کـە شـێوەی دەرەوەی ئادەمیزادەکانی لێـوە دەردەکـەوێت، بۆنموونـە: لـەولأتانی عەرەبـدا

زۆربەی کاتـەکان گەرمایـە، تەنانـەت زستانەکەشیان زۆر سارد نیـە، بۆیـە بـۆ ڕووبەڕووبوونەوەی ئـەو گەرمایـە پێویسـتیان بـە کراسـێکی درێـژ هەیـە بۆئـەوەی خۆیانی پێ فێنـك بکەنـەوە، بـۆ بـەرگری تیشـکی خـۆریش واچاکە ئـەو جـۆرە کراسە ڕەنگی سپی بێت، لەکاتێکیشـدا کـە کەسـی عـەرەبی بـە بـەردەوامی لـە چۆڵەوانیو هەوایەکی کراوەدایـە لـەژێر تیشـکی خـۆردا، بۆیـە بـە ناچـاری ئـەو پارچە پەڕۆیـەش بەسـەر سـەری خـۆی دادەدا کـە پێـی دەگوترێـت (چـەفیە)، ئینجا بۆئەوەی ئەو(چەفیە)یە با نەیبات، بە ناچاری لە توکی مـەڕو ماڵاتـەکانی ئـەو پەتـە لولـدراوەی دروسـت کـردوە کـە پێـی دەڵـێن (عـەگال)و، لەسـەر چەفیەکەی دادەنێن، کە لەبارە کۆمەڵایەتیەکاندا نیشانەی شـەرەفی عەرەبیـەو کەسـی عـەرەب خـۆی لەسـەر بـە کوشـت دەدات، ئینجـا جـۆری جەفیـەو عەگاڵەکانیش ئەو دەوروبـەرە دیـاری دەکـەن کـە ئـەو کەسـەی تێدا دەژیـەت، بۆنموونە: جەفیەو عـەگاڵی دەروبـەری تکریـت جیایـە لەگـەڵ جەفیـەو عـەگاڵی کەربـەلاو نەجـەف، چـەفیەو عـەگاڵی ناوەڕاسـتیش تایبەتمەنـدی خـۆی هەیـە، تەنانــەت حوشــتریش لــە کــەیفو ســەفایەکی تردایــە کــە چــەفیەو عەگاڵــە عەرەبیەکەی لەسەر دەکرێت.

لە زۆرشوێنیشدا لەجیاتی تۆقەو یەکتر ماچ کردن، دەست لەسەرشـانی یـەکتر دادەنێـنو وەکـو هەسـتو سـۆز دەربڕینێـك لوتیـان بـە لـوتی یـەکترەوە دەنوسێنن.

جۆرو شێوەی سمێڵەکانیش کاریگەرییان هەیە لەسەر ئاشکراکردنی کەسایەتی تاکەکان.

جۆرو شێوەی پرچەکانیش کەسایەتی ئەو ئادەمیزادە دەردەبڕن:

لەناو نێرو مێشدا جۆری پرچەكان هەریەكەیان بە شێوەی تایبەتی خۆی كاردەكاتە سەر جۆری كەسایەتیەكان، بۆنموونە: لەداب ونەریتە كۆمەڵایەتیەكاندا سەر لوسكردن بۆ ئافرەتان پەیڕەوی ناكرێت، زۆر بە كەمیش خەڵكی كامڵ پرچی خۆی ئەوەندە درێژ دەكات ببێتە مایەی گرفت بۆ ئەنجامدانی كارەكانی، هەرچەند زۆر كۆمەڵگاش پرچی درێژ بۆ پیاوان دەسەپێنێت، وەكو لەلای دێوانەو دەروێش‌و سۆفیەكان پەیڕەو دەكرێت، مێینەیی پێكهاتەیەكی تایبەتە كەسایەتی ئافرەت دەردەبڕێت، نێرایەتیش پێكهاتەیەكی تایبەتە كەسایەتی پیاو دەردەبڕێت، گۆشت هەر گۆشتە، بەڵام ئەگەر سەرنجێكی گۆشتی ڕومەتی ئافرەت بدەیت دەبینیت زۆر ناسكترە لە گۆشتی ڕومەتی پیاو، لەبەرئەوە هەموو پێكهاتەكانی مێینە وەها دروستكراون شانازی بە مێینایەتیەكەی خۆیانەوە بكەن، پێكهاتەكانی نێرینەش وەها دروستكراون شانازی بە نێرینایەتیەكەی خۆیانەوە بكەن، ئەگەر ئەو كاریگەریە تایبەتیانەش نەبوونایە، هەرگیز مێینەیەك نەیدەهێشت منداڵێكی ببێت، نە پیاویش نزیكی مێینە دەكەوتەوە، بەڵام هەریەكەیان لەژێر كاریگەری ئەنزیم‌و هۆرمۆن‌و زانستی كیمیاو فیزیادا بە بەشی خۆی ڕازیەو، لەڕێی پێكهاتەكانی خۆیەوە كار لە بەرانبەرەكەشی دەكات بۆئەوەی مانای ژیان بە لەزەتتر بكات، ئەو باسە زۆر قوڵە، ئاینوئۆینەكانی ئافرەتانیش بۆ سەرنج ڕاكێشانی پیاوان ئەوەندە زۆرن، پەروەردگار لە سوورەتی یوسفدا ناویان دێنێت كە مەكری ئافرەتان كارێكی زۆر گەورەیە، ئێمەش بۆئەوەی لە مەبەستە سەرەكیەكەی خۆمان دوور نەكەوینەوە دەگەڕێینەوە سەر پرچی ئافرەتان‌و كاریگەریەكانی:

تاڵێك لە پرچی ئافرەتان ئەگەر بكەوێتە دەستی كەسێكی جادوبازی بێ ویژدانەوە، دەتوانێت ئەو ئافرەتە چارەڕەش بكات بەهۆی بەكارهێنانی ئەو

تالـه مـوەوە، چـۆنی بوویـت ئاوەهـا ئافرەتەکـە هەڵسـوڕێنێت، هـەروەها جادوکەرێکی بـێ ویـژدان دەتوانێـت بـە تاڵـە مویـەك نێـوانی ژنو مێردەکـە بـە شێوەیەك تێك بدات کە چارەی یەکتریان نەوێت، زۆر کاری تریش بـەهۆی تـاڵی قژەوە دەکرێن، جا خوشکی بەڕێز ئاگاداری تاڵە قژەکانت بە.*(٦٤)

(ئەو کچەی پرچی دەبەستێتو لـە پـاش گوێچکەکانیەوە توندی دەکات، لـە زمـانی ئەدەبدا ئـەوە دەگەیـەنێت کەسێکە دەیـەوێت بـە دابـڕاوی لـە کـەسو کارەکەی بژیەتو زۆریش سورە لەسـەر بیروبۆچـونو ئەنجامـدانی کارەکـانیو، هەرگیز بە ئاسانیش خۆی نادات بەدەستەوە.

ئەو کچـەش کـە گەمـە بـە پرچـی دەکـاتو بـە پەنجـەکانی بـەرزی دەکاتـەوەو بەشێك لە گەردنی دەردەخـات، مانـای ئـەوە دەگەیـەنێت ڕقـی لـە هـەموو ئـەو شتانە دەبێتـەوە کـە سەربەسـتیەکەی لێ زەوت دەکـەن، ئـەو کچـە لـە شـێوەو ئاکاریـدا سـادەیی دەنـوێنێو، ئـارەزووی پەیوەنـدی کردنیشـی هەیـە لەگـەڵ خەڵکانی تردا.

ئـەو کچـەی بـە بـەردەوامی کەزیـەی خـۆی لـە دەسـتی دەهاڵێنێـت، دەیـەوێت سـەرنجی خــەڵکی ڕاکێشـێتو کـار بکاتـە سـەر ئەوانـەی خۆشـی دەون، بـە بەردەوامیش پێی خۆشە باسی جوانیو کەسایەتیەکەی بکرێت.

ئەو کچەی بە بەردەوامی دەستی لەنێو پرچیدایەو دەستی تێوەردەدات، ئـەوە زۆر بە نازەو ئارەزووی ڕوبەڕوبوونەوەو کاری بێ بەرنامە دەکات).*(٦٥)

ئینجا کەسایەتی گەنجی نێرینە لە کاتی سەرنجدانیدا، با ئاگـاداری خـۆی بێـت نەکەوێتە تۆڕو تەڵەکانیانەوە.

ناوەکانیش کاریگەرییان هەیە لەسەر کەسایەتی ئادەمیزادەکان:

نادیە: کەسایەتیەکی بەهێزە...خۆسەپێنە......پشت بەخۆی دەبەستێت...... نایەوێت هیچ شتێك بە بێ بەرنامە بکات....یەك ملیۆن جار بیردەکاتەوە پێش ئەوەی دەست بەکارێك بکات.

نەوال: کەسایەتیەکی بەهێزە.......خۆشەویستە.....خەڵکی خۆش دەون..... گوێڕایەڵە... سورە لەسەر بۆچونەکەی خۆی.

لەیلا: کەسایەتیەکی بەهێزە... زیرەكو خۆشەویستە...ئارەزووی گاڵتەکردنی هەیە...بەڵام لەگەڵ ئەوەشدا کەسایەتیەکی ناڕەحەتە.

فیردەوس: زیرەکە.. تەماحکارە....کەسایەتیەکی بەهێزی هەیە.

شەریفە: خوێن سووکە... هاوڕێکانی خۆش دەون...خەڵکیش ئەویان خۆش دەوێت....بەڵام لە هەڵوێستێکدا کە پێویستی بەوە هەبێت سوربێت لەسەر بیروبۆچونەکەی، ئەوە گێلمە گێلمو قسەی بێ مانا نازانێت، وەکو بڕیاری عەسکەری وایە.

سوعاد: ئازاو زیرەکە.... بەڵام ئاژاوە چییە.

سەلمە: زیرەکەو کەسایەتیەکی بەهێزە....پێی خۆشە سەربەستی هەبێتو بەردەوام لە نوێبوونەوەدا بێت، بەڵام لەگەڵ ئەوەشدا ناڕەحەتە.

سارە: خۆشەویستە... زیرەکە...... تەماحکارە.... لاملو ناڕەحەتە.

دانە: کەسو کارەکەی بۆی دەمرن.. جوانەو زمانیشی درێژە.

دەلال: جوانو سەرنج ڕاکێشە، بەڵام کێشەکەی ئەوەیە کەسایەتیەکی لاوازە.

خلود: کچێکی زۆر خۆشەویستە، کەسایەتیەکەی بەهێزە، لەلای هەموان ڕێزدارە، بەڵام کەللەی وشکە.

حەنان: ڕوحی سوکە.... خزمەت دەکات....دڵسۆزە.....گوێڕایەڵە... بەڵام هەندێك کات سواری کەری شەیتان دەبێتو لاملو کەللە وشكو زمانی درێژ دەبێتو، لەچاوەکانیڕا شەڕ هەڵدەقوڵێن.

بوشرا: پێی خۆشە خۆی بسەپێنێت، زیرەکە، خەڵکی خۆش دەون، ئاڵۆزە.

بەدری: کەسایەتیەکی قورسو بەڕێزە، بێدەنگە، نهێنیەکان دەپارێزێت، ئەگەر نهێنیەکی لەلا دابنێی، وابزانە لە بنی بیرێکدا بۆی هەڵگرتوی، بەڵام چارەشی گرانە.

یوسرا: کەسایەتیەکی بەهێزە...دەیەوێت خۆی بسەپێنێت...ئارەزووی خۆدەرخستن دەکات.

یاسەمین: دڵی باشە...خزمەتکارە.....ڕازاوەیە...بەڵام سەرەڕۆیەو گوێ بەهیچ نادات.*(٦٦)

ئیسلامیش گرنگیەکی زۆری بە ناوەکان داوە:

پێغەمبەری خوا (سڵاوی خوای لێبێت) فەرموی: (ئێوە ڕۆژی دوایی بەناوی خۆتانو باوکەکانتانەوە بانگ دەکرێن، جا ناوی چاك بۆخۆتان دابنێن).*(٦٧)

کەسێکیش کە دەمرێت، بە ناوی خۆیو دایکیەوە دەخرێتە گۆڕەکەیەوەو تەلقین دەدرێت.

کەواتە ناویش یەکێکە لەو تایبەتمەندیانەی مرۆڤ کە دەگوازرێتەوە بۆ قۆناغی بوونی ڕۆژی دوایی، ئەو ناوەی کە کەسایەتیەکەتی پێ دەناسرێت، لەگەڵتدایە بۆ ناو گۆڕو بۆ مەیدانی لێپرسینەوەش.

(پێغەمبەری خوا (سڵاوی خوای لێبێت) فەرموی: (منداڵەکانتان)بەناوی پێغەمبەرەکانەوە ناوبنێنو ناوەکانی عبداللەو عبدالرحمن خۆشەویسترینی

ناوەکانن لەلای خوا، ڕاستگۆ ترینیشیان(حارث و همام)ن، (حـەربو مـوڕڕە)ش ناخۆشترینو بەد ترینیانن).*(٦٨)
ئینجا لە بـوارە زانسـتیەکاندا نـاوی خـۆتو دایکـت، دوای ئـەوەی لـە ڕێنوسـی پیتیەوە دەیانکەیت بە ڕێنوسـی ژمـارەیی، دەتوانیـت بوورجەکـەی خـۆتی پـێ بدۆزیتەوە، دەشتوانیت تەبع و میزاجو بارە دەرونیەکەی خۆتی پێ بدۆزیتەوە، ئاخۆ هەوایی یان ترابی یان مـائی یـان نارییـە، هـەروەها ئەوانـەی شـارەزاییان هەیە لەو بوارەدا، دەتوانن بە ناوی خۆتو دایکت، لەگەڵ نـاوی ئـەو ئافرەتـەی خۆشت دەوێـت، لـە ئـەنجامی چـەند کردارێکـی ژمێریاریـدا جـۆری پەیوەنـدیو گونجـانو ژیـانی هاوسـەریتان بـۆ ڕوون بکەنـەوە لەگـەڵ ئـەو ئافرەتـە، ئـاخۆ لەگەڵیدا دڵخۆش دەبیت، یان ژیانتان پڕ لە شەڕو ئاژاوە دەبێت.
کەواتە نـاویش یەکێکـە لـە تایبەتمەندیـەکانی مـرۆڤ کـە کەسایەتیەکەی دیـاری دەکەن، سەرنج بدە ناوی عومەر، کاتێك کە گوێت لـە ناوەکـە دەبێـت یەکسـەر دەتگێڕیتــەوە بـۆ عومــەری کـوڕی خـەتاب، ئــەوەی گرنگـە بەلاتــەوە ئەوەیـە ڕەوشتەکانی ئەو کەسە نموونەیی بن، کەسێکی ڕاستگۆو عـادل بێـت، دەنـا لـە بـارێکی ئاوەهـادا قەڵـەویو لاوازیو باڵابـەرزیو کـورتیو کـڵاو جەمەدانـە یـان عـەگاڵی لەسـەر بێـت، کـورد بێـت یـان عـەرەب، فـارس یـان تورکومـان، کاریگەریەکی ئەوتۆیان نابێت لەسەر کەسایەتی عومەر ناوەکە بەو پلەیـەی کـە خـودی ناوەکـە هەیـەتی، بۆیـە کاتێـك دەبیسـتی ئـەو خـاوەن ڕەوشـتە بـەرزە کەسـایەتیەکی کـوردەو لەنەتەوەکـەی خۆتـە، زیـاتر دڵخـۆش دەبیـت، ئەگـەر بشبیسـتیت تورکـە یـان عەرەبـە، خۆزیـای ئـەوە دەخوازیـت ڕۆڵەیـەك بایـە لـە نەتەوەکەی خۆت، یان خزمێکی نزیکی خۆت بایە.

کاریگـەری ناوەکـان ئەوەنـدە بـەهێزە پیرۆزییـەك دەدات بـە کەسـایەتیەکە، بۆنموونە: کاتێك گوێت لەناوی (بێستون) دەبێت، تراجیدیای شیرین‌و فـەرهادت بیردەکەوێتـەوە، کـاتێکیش کـە گوێـت لەناوی(پێشـەوا)دەبێت، ڕۆژگارەکـانی کۆماری مەهابادت بیردەکەوێتەوە، کەناوی (ڕانیە)ش دەبیستی، ڕاپەڕینی (٥ی ئازاری) بەهاری ئازادیت بیردەکەوێتەوە.

(لای عەرەبەکان مانگ (١٧)ناوی هەیە بە گوێرەی پێگـەکانی لـە ئاسمانـدا لـە هەر پێگەیەکدا کەسایەتیەکەی بە شێوەیەك دەردەکەوێت، ناوە سـەرەکیەکەی (مانگ)ەو، بەشێوەی دەمەداسی بە هیلال ناسـراوەو بـە پـڕیش (بـەدر)ەو بـەم پێیە ناوەکانی دەست پێدەکەن: القمر، البدر، الجلم، الوباص، السمار، الابرص، الزمهریـر، الزیـراف، البـاهر، الگـوس، الغاسـق، المنسـق، الواچـح، السـاجور، الساهور، المحاق، الهلال).*(٦٩)

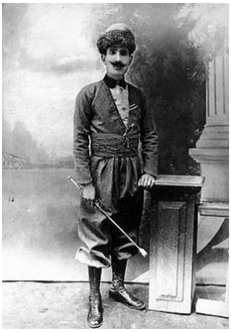
جـۆری گـوارەو ملوانکـەو ئونگوسـتیلەو خەزیمـەی لوتـەکانیش، جـۆری کەسایەتیەکان دەردەخەن.

کەسایەتی کوردیش لە شوێنێکی وەکو کوردستانی عێراقـدا بـەهۆی ئـەوەی لـە ناوچەیەکی شاخاویدا دەژیەت، زسـتانەکەی سـاردەو هاوینەکەشـی گەرمـەو لـە کۆمەڵگایەکـدا دەژیـەت کشـتوکاڵیە، بۆیـە لەسـەری پێویسـتکراوە کارکـەرو تێکۆشەر بێت، ئینجا بـۆ ئەنجامـدانی کارەکـانی بـە تـەواوەتی گەیشـتۆتە ئـەو باوەڕی ئەو بەرگەی لەبەری دەکات دەبێت دووبـەش بێـت، بۆئـەوەی لـە کـاتی گەرما، یان لە کاتی ئەنجامدانی کـارێکی قورسـدا بتوانێـت بەشـەکەی سـەرەوە دابنێت، بۆئەوەی بەئاسانی لەناو کارەکەدا هەڵسورێت، ئینجا لەو جل‌و بەرگەدا پێویستی بە چەند باخەڵێك هەیە بۆئەوەی هـەموو کەلوپـەل‌و پێداویسـتیەکانی خـۆی تێـدا هـەڵگرێت، لـە نێـوانی بەشـی سـەرەوەو بەشـی خـوارەوەی جـل‌و

بەرگەکەشدا پارچە قوماشێکی چەند مەتری پێی دەگوترێت (پشتێن)، دەبەسترێت بۆ هەندێك هۆ، هەرکاتێك ئەو کەسە چوو بۆ ئەنجامدانی کارێكو گوریسو پەتەکانی بەشی ئەنجامدانی کارەکەیان نەدەکرد، ئەوا پشتێنەکەی بەکاردێنێتو بارەدارەکەی پێ دەبەستێتەوەو بە کۆڵی دادەداتو دەیهێنێتەوە بۆ ماڵەکەی، لەلایەکی تریشەوە دیمەنێکی جوانەو لەبارە تەندروستیەکەشدا پشتی مرۆڤ بەهێز دەکات بۆ ئەنجامدانی کارە قورسەکان، بۆ خۆپاراستن لەسەرماو گەرماش کڵاو جەمەدانەیەکی بەسەریەوە داناوە، جۆری جەمەدانەو جلو بەرگەکانیش، شوێنی نیشتەجێ بوونی ئەو کەسایەتیانە دیاری دەکەن.

بۆنموونە: لەناوچەی سلێمانیو هەولێرو گەرمیان جەمەدانەکان ڕەشن، کەچی لە هەندێك ناوچەی بادینان سوورن، لەشارەزورو هەورامانیش شەدەو قولەباڵە باڵا دەستن، لەکوردستانی ڕۆژهەڵاتیش قوماشێکی تەنکی ناسك لەجیاتی جامانە بەکاردێت، مەلای مزگەوتیش کەسایەتیەکەی لە مەندیلی سپیو حەزرەتی شێخیش لەژێر شاڵی سەوزی ئەهلی بەیتدا دەردەکەوێت.

ئەو پیاوە ناوی(ملیفل شاین)ە، هونەرمەندو نوسەرو ڕۆژنامە نوسێکی ئەمەریکایە بە بەرگی کوردیەوە، تەماشاکەن چۆن بەتەوای گۆڕاوە، دەڵێی کەسێکی کوردە، تەنانەت سمێڵەکانیشی وای لێکردوە زیاتر بە کوردی باکووری کوردستان دەرکەوێت.*(٧٠)



کەواتە جلوبەرگو سەردەمو جۆری سمێڵەکانیش کاریگەریان هەیە لەسەر کەسایەتی ئادەمیزادەکان.
لەچکیش ڕۆڵێکی گرنگی هەیە لەدەرخستنی کەسایەتی ئافرەتەکاندا.
تەنانەت دڵی هەر ئادەمیزادێك جیایە لە دڵی ئادەمیزادێکی تر، بۆنموونە: لە کاتێکدا کە درێژی بۆڕیەکانی خوێن لە ئادەمیزادەکاندا نزیکەی (٦٠٠٠٠٠)کیلۆمەتر دەبێتو، کێشی دڵەکانیشیان لە پیاواندا لە دەروەبەری (٣٢٥) گرامو، لە ئافرەتانیش لە دەوروبەری (٢٤٥)گرامە، بەڵام قەبارەی دڵەکان لە کەسێکەوە بۆ کەسێکی تر جیاوازە، قەبارەی دڵی هەر کەسێك لەشێوەی قەبارەی مستی دەستی ئەوکەسە دایە.*(٧١)
شەشەم: دەسەڵات:
دەسەڵات چەکێکی دوو سەرە، بەو مانایەی خۆت دەسەڵاتدار بیت، یان لەژێر دەسەڵاتی یەکێکی تردا بیت، پێکهاتەی دەروونی ئادەمیزاد وەهایە ئەو کاتەی باخەڵەکانی گەرمن لە کەیفو سەفایەکدایە لەخۆشیاندا چاوی بەرپێی خۆی نابینێ، بەڵام ئەوکاتەی لاتەو هیچی نەماوەو پەشیمانی دەنوێنێ، لەوکاتەدا پێستی سەری دەست بەخوران دەکاتو بە ناچاری سەری هەڵدەکرێنێو پەشیمانی نیشان دەدات.

سەرکردەیەکی دوێنێو لێقەوماوێکی ئەمڕۆ: لەنێوانی دەسەڵاتو بێ دەسەڵاتیدا، ئایا بۆ ڕابردوو پەشیمانە، یان بیر لە تاڵاوەکانی داهاتوو دەکاتەوە؟ تەماشای ئەو کەسایەتیە بکە لەدوو باری جیاوازدا!

پێکهاتەی سروشتی ئادەمیزادیش وەهایە، ئەگەر بێ دەسەلات بوو خۆی مات دەکات، ئەگەر دەسەلاتیشی کەوتە دەست دڕ دەبێت.

حەوتەم: بارە کۆمەلایەتیەکان:

بارە کۆمەلایەتیەکان لەناو نەتەوەیەکدا، یان لەناو تیرەو هۆزێکدا، سنوورێك دیاری دەکات بۆ تاکەکانی ئەو کۆمەلگایە، بۆنموونە: لەنێو هەموو تیرەو هۆزەکانی کوردستانی باشووردا ڕەدوکەوتنی ئافرەتان دەبێتە مایەی سووك بوونی کەسایەتی ئەو ئافرەتە، بەلام هەر لەودیوی سنوورەوە لە کوردستانی ڕۆژهەلات کەسایەتی ئەو ئافرەتە بەهێزترە کە ڕەدو دەکەوێت، لە کۆمەلگای کوردەواریدا کاری داوێن پیسی کەسایەتی مرۆڤ دەڕوخێنێتو ئاژاوەی لێوە پەیدا دەبێت، لە ئەوروپاش داوێن پیسی کارێکی ئاساییە، لە بەرانبەریشدا لە ئەوروپا هەلاتن لە بەخشینی بڕی باجو زەکاتەکان کەسایەتی مرۆڤەکان لەکەدار دەکات.

زۆر دابو نەریت هەن لە سنووری خۆیاندا کاریگەریەکی تەواویان هەیە لەسەر کەسایەتیەکان، وەکو:

توێژەرەوەیەکی ئەلمانی دەلێت: ئەفەریقیەکانو میسرییەکانو بەریتانیەکان لە هەموو گەلان زیاتر گیانی دەستبازیان هەیە، بە پێچەوانەی ئەلمانەکانەوە کە خۆیان دەرك بەوە دەکەن لە شتە سادەکانی ژیاندا بێبەشن، (راینار شتولمان)ی توێژەرەوەی ئەلمانی ئەوەی ڕوون کردەوە کە میسریەکان لە هەموو گەلو نەتەوەکانی تر ڕوحیان سوکترە، هەروەها ئەفەریقیەکانیش لە هەموو نەتەوەکانی تر زیاتر پێدەکەنن، لە ئەوروپاشدا بەریتانیەکان ئەوەی مەبەستیان بێت بە پێکەنینەوە دەیلێنو دەیخەنەڕو، دەربارەی گیانی دەستبازی لەلایەن خەلکی ولاتەکەیەوە(راینار شتولمان)دەلێت: لەڕاستیدا ئێمە

بێبەشین لە گیانی دەستبازی، لەبەرئەوەی ئێمە گرنگیەکی زۆر دەدەین بە ناوەرۆك‌و پەیرەوی رۆشنبیریەکی تۆکمە دەکەین، ئەوەشمان لە سەردەمی رۆمانسیەتەوە بۆ ماوەتەوە، جا بۆیە پێکەنین‌و زەردەخەنەی کەسی ئەڵمانی لەو سەردەمەوە تاکو ئەمرۆ بە لاوازی دەردەکەوێت.

لەگەڵ ئەو هەموو کێشەو تەنگژانەی کە رۆژانە روبەرِوی گەلان دەبنەوە، بەلاّم دەبینین بە بەردەوامی دیمەنی پێکەنین زاڵ‌و بەردەوامە بەسەر رووداوەکاندا، بۆنموونە لە ماوەی چوار سەعاتی روودانی کارەساتەکەی یازدەی ئەیلولدا، بە هەزاران نوکتەی پێکەنیناوی لەسەر ئەو رووداوە داندراون، ئەوەش کارێکی گاڵتەجارِییە کە مرۆڤ لەو کاتە پەرۆشاویانەدا پێبکەنێت، بەلاّم مانای ئەوەنیە کە سنوورێکی تەسك دابندرێت بۆ پێکەنین، لەبەرئەوەی سنووری پێکەنینەکە بە پلەی دوورو نزیکی مرۆڤ لە رووداوەکانەوە دەگۆرِێت.

دەربارەی ئەو هۆیەش کە وا لەئادەمیزاد دەکات پێبکەنێت، ئەو توێژەرەوەیە دەڵێت: شێوازی یەکەمی پێکەنین ختوکەدانە، جا کاتێك ختوکەی بنی پێی دەدرێت، دەبینین قاچەکەی رادەکێشێتە دواوە، ئەوەش پێی دەگوترێت دژە کاردانەوەی پێچەوانە، جا ئەگەر هاتو ئەو دژە کاردانەوەیە دامرکێنرایەوە، ئەوا ئەو وزەیە لەناو جەستەی ئادەمیزاد کۆدەبێتەوەو بە شێوەیەکی هەڵچویی لە پەردەی نێوان زگ‌و سنگەوە لەشێوەی پێکەنین دەردەپەرِێتە دەرەوە، هەروەها دەڵێت: هۆی پێکەنینی ئادەمیزاد بە نوکتەیەك کە گوێی لێدەبێت، بۆئەوە دەگەرِێتەوە کە ئەو نوکتەیە ختوکەی مێشکمان دەدات، نوکتەی چاکیش کە پێکەنینێکی زۆری پێوەبێت پێویستی بەوە هەیە کە لەساتێکی کەمدا سەرنجت راکێشێت بەرەو کاردانەوەی ئەو شتەی کە سەرگەردانی کردویت، جا ئەگەر شتە ئاشکراو شتە نهێنیەکانی ناو نوکتەکە پارسەنگ نەبن،

ئەوا لەمانای نوکتەکە تێناگەین‌و کاردانـەوەش نابێـت‌و پێکەنینەکـەش دروسـت نابێت.*(٧٢)

هیندۆسیەکان بە کۆمەڵ مەیلی ژن هێنان دەکەن، بە تایبەتی دوای تێپەڕبوونی شەش مانگ لە شومی‌و بـێ بـەختی، وای دادەنـێن ڕۆژی (٥/١٦) یەکێکـە لـەو چوار ڕۆژانـەی بـەخت زیـاتر لـە ڕۆژەکـانی تـر تێیانـدا دەردەکـەوێت، بـە پێـی ڕۆژژمێری هیندۆسیش، ڕۆژی یەکشەممە ڕۆژی (أکشایا تریتیا)یـە، کـە یەکێکـە لەو چوار ڕۆژانەی لە هەموو ڕۆژەکان زیاتر بەخت تێیاندا زاڵە، هەروەها(بریمیلا دیفی)ی هونەرمەند دەڵێت: ڕۆژی (أکشایا تریتیا) ڕۆژێکی بە بەختە بۆ ئەوانەی ئیش‌و کارەکانیانی تێدا ئەنجام دەدەن.*(٧٣)

پەرسـتگایەکی تایلەنـدی ڕێـوڕەسمی ماڵئـاوایی گیانـەوەرە مردوەکـان بـەڕێوەدەبات، پەرسـتگای(کلونج نـای تـوی) لەسـەر ڕوبـاری(تشـاو فرایـا)، ڕێـوڕەسمی سـوتاندنی لاشـەی ئـەو گیانەوەرانـە بـەڕێوەدەبات کـە دەمـرن‌و هاوڕێ‌و خاوەنەکانیشیان ئامادەی ئەو ڕێوڕەسمانە دەبن. (جیرابوورن ونجوانا) تەمەن (٣٥ سـاڵ) دەڵێـت: سـەگەکەم تەمـەنی (١٤) سـاڵبوو، یـەکێك بـوو لـە خێزانەکەم، زوو زوو دەمـانبرد بـۆلای سـەرتاش‌و شـوێنی مەلـەکردن، ماوەیـەك پێش ئێستا مرد، بۆیە لە مردنەکەشی ڕێزێکی تایبەتیمان دایە، ئەو پەرسـتگایە ڕۆژانە خزمەتگوزاریەکانی پێشکەش دەکات لـە مەڕاسـیمی سـوتاندن‌و فڕێـدانی خۆڵەمێشـی لاشـەی پـازدە تـەرمی سـەگ‌و پشـیلە‌و مـەیمون، کـە بـەهۆی بەلەمەکانەوە خۆڵە مێشەکانیان دەکرێتە بنی ڕوبارەکان، حەقی سوتاندنی هەر سەگێکیش کە(٢٠)کیلۆ بێت، (٦٠ دۆلارە).*(٧٤)

ساڵانە یـەك ملیـۆن کـەس بـۆ گەشـت‌وگوزار ڕوودەکەنـە شـاری (بامبلونـا) لـە بـاکووری ئیسـپانیا، کـە ژمـارەی دانیشـتوانەکەی (١٨٠٠٠٠)کـەس دەبێـت، بـۆ

ماوەی یەك هەفتە لەویٚ دەمێننەوە بۆ کەیفو سەفاو ڕابواردنو بینینی دیمەنی گایەکان، جا ڕێوڕەسمەکان بە هەڵدانی ڕۆکێتێك دەست پێدەکات لە تەلاری شارەوانی ئەوشارەوە، لە بەرەبەیانی ڕۆژی دووەمیشدا، شەش گای گەورە هەریەکەیان (٥٠٠) کیلۆ دەبێت، بەرەڵا دەکرێنە ناو شەقامە تەسکەکانی ناوەڕاستی شارەکەوە، نزیکەی چوار هەزار کەسیش کە بەرگی سوورو سپییان لەبەردایە، لە(٨٢٥) مەتری ڕێگایەکەدا لەگەڵ گایەکاندا بەرەو مەیدانی ململانێکە ڕادەکەن، هیچ جۆرە چەکێکیان پیٚ نیە لە کاغەزێکی لولدراو زیاتر، بەم پێیە ئێوارەی ئەوڕۆژە گایەکان دەکوژرێن،

ئەو ڕێوڕەسمەش بۆماوەی هەشت ڕۆژ بەردەوام دەبێت. ئەو هەموو کارەساتە کە ڕوودات لەکوشتنی ئادەمیزادو گیانەوەرەکاندا، بەلای ئیسپانیاوە گرنگ نیە، هەرچەندە خەڵکێکی بەتوانا لەبواری مافی مرۆڤیشدا دژی ئەنجامدانی ئەو کارەن، بەڵام لە بیروبۆچونی ئیسپانەکاندا ئەو ڕێوڕەسمە دەسکەوتێکی دارایی چاکی پێوەیە، کە ساڵانە (٧٤) ملیۆن دۆلار داهات بۆ ئیسپانیا دابین دەکات.

هەڵسوکەوتو جلوبەرگو کەرەسەو دەوروبەرەکان نەك تەنها کاریگەریان لەسەر کەسایەتیەکان هەیە، بەڵکو کاریگەریان لەسەر کۆمەڵگاکانیش هەیە کە لە ڕێگەی بارە کۆمەڵایەتیەکانەوە کار لە کەسایەتی تاکەکان دەکات، بۆنموونە:

*لەدورگەی (هاو)لە باسفیك، زاوا هەڵدەستێت بەوەی مارەییەکەی بۆ بووکە جوانەکەی بەرێت، ئەو مارەییەش، (نە زێڕەو نە پارەیە)، بەڵکو ژمارەیەك مشکن، جا ئەگەر بووکەکە جوان نەبێت، ئەوا ژمارەی مشکەکانی کەمن، بەلاّم تا بووکەکە جوانتر بێت، ژمارەی مشکەکان زیاتر دەبێت.

*لەو بەشەی کە بە هیندی چینی ناسراوە، ئافرەت ئەوکاتە دەگاتە قۆناغی کاملّ بوون کە بەلای کەمەوە (١٠)منداڵی بووبێت.

*لەناو هۆزی(هوتنتوت) لە ئەفەریقیا، کچەکانیان پرچیان دەکەنەوەو دەیهێننە سەر دەمولوتیان، بۆئەوەی ببێتە بەربەستێكو بەو هۆیەشەوە چاوەکانیان خێلو خوارکەن بۆ بینینی شتەکان، هەریەکێك لەو کیژانە دەیەوێت خێل بێت، چونکە پێیان وایە خێلی بناغەی جوانی یە.

*هۆزی(الجامایك) لە (وایت هۆرس)، وای دادەنێن جگەرەکێشان پەیوەندیەکە لە نێوان خواو بەندەکەیدا، بۆیە ئەوان لەکاتی جگەرە کێشاندا واهەست دەکەن ئەو کردەوەیە تاقە ڕێبازە بۆ گەیشتن بە پەروەردگاریان.

* لە دورگەی(مەدەغەشقەر) ئافرەت لە کاتی ماتەمینیدا، پرچی وەها پەرشو بلأودەکاتەوە کە لێی دەترسیت، وەکو دەربڕینی هەستێك بەوەی کەسێکی خۆشەویستی لە دەست داوە.

* لە دورگەی(ئەندمان)ی ئەمەریکی، ئافرەتە بێوەژنەکان ئێسكو پروسکی مێردەکانیان بە کۆڵی خۆیاندا دەدەن، هەتا ئەو کاتەی مێردێکی تریان دەست دەکەوێتو شوو دەکەنەوە.

* لەناو هۆزی(تودا) لە هیندستان، ئەو ئافرەتەی کە شوو دەکات، دەیەوێت کارێك پێشکەش بە زاوا بکات کە گوێڕایەڵیو پابەندبوونو وەفاداری پێوەبێت بۆ مێردەکەی، بۆیە لەسەرەتای ڕێوڕەسمەکەدا بەرەو زاوا دەخشێت لەسەر

ئەژنۆو ئانیشکەکانی، هەموو خەڵکیش تەماشای دەکەن، کاتێك کە دەگاتە لای زاوا، ئـەویش دێـت پیرۆزبـایی لـێ بکـات، بیرۆزبـایی کردنەکـەی زاواش ئەوەیـە قاچێکی دەخاتە سەرسەری، لەناو هەمان هۆزدا واباوە کە نابێت ئافرەت مانگـا بدۆشێت، جا ئەگەر وا ڕێککـەوت ئافرەتێـك مانگایـەکی دۆشـی، ئـەوا ڕوبـەڕوی سەختترین سزا دەبێتەوە، لەبەرئەوەی لەناو ئەو هـۆزەدا پلەوپایـەی مانگـا لـە پلەوپایەی ئافرەت بەسەنگترە.*(٧٥)

*لەولاتی (چین) هەر ئافرەتێك لە منداڵێکی زیاتر ببێت سزا دەدرێت.

* لە ئیرلەندا قەدەغەیە خواردنـەوە سەرخۆشـکەرەکان لـە بەرانبـەری مانگـادا بخورێنەوە، هەروەها قەدەغەشە یەکێك لە کێڵگەی کەسێکی تردا میز بکات.

* لە کەنەدا قەدەغەیە برینەکان لەبەرچـاوی منـداڵان پـاك بکرێنـەوەو دەرمـان بکرێن.

* لە ناوچەی(بابۆ)لە غینیا کاتێك کە کچ وەختی شوکردنی دێـت، دەچـێتە نـاو گۆمە ئاوێکەوە مەلە بکات، خەڵکیش لـە کـەنارەوە تەماشـای دەکـەن، جـا کـە لێبۆوە، هەر گەنجەی پارچە بەرگێکی دەداتـێ، کـام بەرگـەی لەبـەرکرد مانـای ڕازیبوونیەتی بە شووکردن بەو گەنجە، بۆیە یەکسەر شوو بەو گەنجە دەکات.

* لە یابان گونجاونییە لەجێشتخانەکاندا ئافرەت ڕوبەڕوی پیاو دانیشێت.*(٧٦)

*نیشاندانی سلاوڕێز بەشێوەی خۆچەماندنەوە بۆ کەسـی بەرانبـەر لـە سـیمای داب‌و ڕەوشتی کەسایەتی یابانییە، بۆیە هـەر لەسـەرەتاوە منداڵـەکانیان فێـری ئەو ڕێزلێنانە دەکەن.

* لە یابان گونجاونییە سەردانی یەکێك بکەیت بەبێ دەستودیاری.

کەواتە گومـان نامێنێـت لـەوەی داب‌ونـەریتی نـاو هـۆزو کۆمـەڵگاکان لـە نـاخی زۆرینەی تاکەکانی ناو کۆمـەڵگاوە هـەڵقولاوەو، کاریگەریـەکی ڕاستەوخۆشـیان

هەیـە لەسـەر سـنووردارکردنی هەڵسـوکەوتی یەکەیەکـەی تاکـەکانی نـاو ئـەو کۆمەڵگایە.

نۆیەم: پابەندبوونی ئایینی:

ئـاین کۆمـەڵێك یاسـای گیـانیو مـاددین، بـۆ ڕێکخسـتنی کۆمـەڵگاو پەرسـتنی پەروەردگار، بۆیە کاریگەریەکی گرنگی هەیە بەسەر کەسایەتیەکانەوە، بـەهۆی ئەو سنوورانەی دیاریان دەکات بەسەر مافو ئەرکی تاکەکانەوە.

ئایینەکان هەموویان ئاسمانینو لەلایـەن پـەروەردگارەوە بـەپێی سـەردەمەکان ناردراونە خوارەوە، جا پابەندبوون بە ئایینەکانـەوە ئادەمیزادەکـان سـنووردار دەکات بەوەی پابەندبن بە چەند یاساو ڕێسایەکەوە کـە تایبـەتن بـەو ئایینـەی ئەو کەسە پێیەوە پابەندە، بۆنموونە: لەلای کەسێك لە پەیڕەوانی موسـا، واتـە جولەکە بێت، ناچـارە پابەنـدبێت بـەوەی پشـووی هەفتانـەی ڕۆژی شـەممەیە، هەروەها کەسێك لەسـەر ئـایینی عیسـای کـوڕی مریـەم، واتـە: لەسـەر ئـایینی مەسیح بێـت، پابەنـدە بـەوەی ڕۆژانـی یەکشـەممە بکـات بـە پشـوو، هـەروەها کەسێك پابەندبێت بە ئایینی ئیسلامەوە، ئەوا تـەنها ڕۆژی هـەینی بـە پشـووی هەفتانـەی خـۆی دەزانێـت، ئایینـەکان لـە زۆر ڕووەوە کـار لەسـەر کەسـایەتی ئادەمیزادەکان دەکەن، بۆنموونە: هەردووك ڕێبـازی شـیعەو سـوننە لـە ئـایینی ئیسلامدا، لە ڕێبازە سوننیەکەدا ژن هێنان سنوورداره، بەوەی کە تۆ ناتوانیـت لە چوار ژن زیاتر بێنیت لـە یـەك کاتـدا، بـەلام ڕێبـازی شـیعە لـە بەرژەوەنـدی نەتـەوەی فارسـدا شـێوازێکی تایبـەت بەنەتەوەکـەی خۆیـان بەسـەر ڕێبـازە ئیسلامیەکەیاندا سەپاندوە بەناوی (متعە یان سیغە)، کە بەپێی ڕێبـازی شـیعە هەموو ئافرەتێکی بێوەژن بەبێ پرسی کەسو کارەکەی بۆی هەیە لـەژێر نـاوی شـوکردندا لەگـەڵ پیاوێکـدا بمێنێتـەوە بـۆ کـاتێکی دیـاریکراو، لەبەرانبـەر

بەخشینی بڕە ماڵێکی دیاریکراو لەلایەن پیاوەکەوە بۆ ئافرەتەکە، هەر کاتێکیش ماوە دیاریکراوەکە تەواو بوو، ئەوا ئەو ئافرەتە تەلاقی لەو پیاوە کەوتوەو پێویستە جارێکی تر بە بڕە پارەیەکی ترو بۆ کاتێکی دیاریکراوی تر خۆیان بخەنەوە ژێر شەحنی ئیمامەکانیانەوە، کە ئەوەشیان بە هیچ شێوەیەك لەگەڵ یاساکانی ژن و ژنخوازی ئاییني ئیسلامدا تێك ناکەنەوە، لە هەندێك لەولاتە ئیسلامیە سوننەکانیشدا هەمان شێوازی ئەو جۆرە ژن هێنانە هەیە بۆ کاتێکی دیاریکراو بەناوی(زواج مسیار، یان زواج السیاحی)، ئینجا ئەوەی کە بە شێوەیەکی ڕاستەوخۆ کاردەکاتە سەر کەسایەتی ئادەمیزادەکان، ئەو پەیوەندیە نادروستەیە کە بە تاوانێکی گەورەوە گلێپەو گڕی ئارەزووەکانی مرۆڤە سەرکەشەکان دەگوژێنێتەوەو، دەیانخاتە دنیایەکی پڕ لە دڵەڕاوکێ و تۆڵە لێکردنەوە، بۆنموونە: لە ئاییني ئیسلامدا بۆ پیاوانی خاوەن ژن و بۆ ژنانی خاوەن مێرد، ئەگەر کارێکی جوتبوونی نایاسایی بکەن لەگەڵ خەڵکانێکی تردا، ئەوا سزاکەیان بەردباران کردنە تامردن، بۆیە چ پیاوەکان و چ ژنەکانیش نایانەوێت کارێکی وەها بکەن کاربکاتە ئەندازەی ئابروچون و کوشتن و فەوتان، بۆیە زۆرینەیان کەسایەتیەکانیان ئەوەندە بەهێزن لەلایەنی ژن و مێردایەتیدا هەر لە منداڵیەوە فێری ئەوە دەکرێن لەماوەی پێکهێنانی خێزاندا ژنەکان و پیاوەکان خیانەت لە یەکتری نەکەن، خۆ ئەگەر هات و یەکێکیشیان سنوورەکەی بەزاند، بەدڵنیاییەوە ئەوە ئەگەر ئێستاش باجەکەی نەدات، لە داهاتوودا هەر دەبێت باجی ئەو بەدڕەوشتیەی بداتەوە، چونکە گومان نیە لەوەی پەروەردگار دەفەرموێت: ﴿....پیاوی داوێن پیس مارەیی ژنێك نابڕێت بۆخۆی مەگەر ئەوژنە داوێن پیس بێت، یان بێباوەڕبێت بە خوا، ئافرەتی داوێن

پیسیش شوو ناکات به پیاوێك، مەگەر ئەو پیاوە داوێن پیس بێت یـان بێبـاوەڕ بێت، ئەو کردەوەیەش لەسەر خاوەنباوەڕەکان قەدەغە کراوە﴾.(٣)النور

جا دڵنیابە ئەوە فەرمودەی خوایە قسەی ناوبازاڕ نیە، لە دەرگـای مـاڵی کـەس مەدە بۆئەوەی کەسیش لە دەرگای ماڵەکەت نـەدات، کەواتـە یاسـاو ڕێسـاکانی ناو ئایینەکان سنوورێك بۆ کەسایەتی ئادەمیزادەکـان دیـاری دەکـەن، لـەنێوان کەسایەتیەکی بە پێزو بـە توانـادا، یـان کەسـایەتیەکی چـروك‌و بـێ دەسـەڵات، ئینجا هەروەکو لە پێشەوە ڕوونمان کردەوە هەموو مرۆڤێك لەسەرەتای دروست بوونیەوە چەند کارمەندێکی لەگەڵدان.

کەواتە هەموو کۆمەڵگا ئایینیەکان پاڵ بە ئادەمیزادەوە دەنـێن بـۆ ئاشـنابوون بە دنیای گیانەکانەوە(عالم الارواح)، ئەو سنوورەش کـە ئێمـەی تێـدا دەژیـەین تەنها ئەوەندە نیە کە بەچاو دەیبینین، بەڵکو زۆر فراوانترەو خەڵکانی تریشمان لەگەڵـدان کـە تایبـەتن بەخۆمانـەوەو کاریگـەریان هەیـە لەسـەر ئاشـکراکردن‌و دەرخستنی کەسایەتیەکانمان، خوێنەری بەڕێز بۆ ڕوونکردنەوەی ئەو بابەتە بـا نموونەیـەك لەسـەر خـۆم‌و خـۆت بێنمـەوە، ئێسـتا کـە تـۆ ئـەو نوسـراوەی مـن دەخوێنیتەوە، لە ئەنجامدا یان منت خۆش دەوێـت‌و هـەوڵی ناسـینم دەدەیـت، یان ڕقت لێم دەبێتـەوەو ناتـەوێت بمناسـیت، ئەونوسـراوە کەسـایەتیەکەی مـن دەردەبڕێت، ئینجا لە کاتێکدا کە تـۆ هـەوڵی ئـەوە بـدەیت زیـاتر لـە مـن نزیـك ببیتەوە، ئەوا ئەو کارمەندانەی کە لەلایەن دروست کەرەکەمەوە بەسەر منـەوە دانـدراون، دێـن بـۆلای بـەڕێزت‌و بـە کارمەنـدەکانی تـۆی ڕادەگەیـەنن کـە کەسایەتیەکەی من بـەو شـێوەیەیە وەکـو لەنوسـینەکەدا دەردەکـەوێت، ئینجـا ئەگەر ویستی دروستکەرەکەی لەسەربێت، ئەوا لەڕێگـەی ئـەو کارمەندانـەوە وا لەبـەڕێزت دەکـەن هەڵوێسـتێکی جوانـت هـەبێت لەبەرانبـەری منـدا، لەهـەمان

کاتیشدا فەرمانبەرەکانی من هەواڵی ئەوەم پێدەگەیەنن کە بەڕێزتان لە ڕێگـەی خوێندنەوەی نوسـینەکەی منـەوە ڕێزێکـی زۆرت لـە مـن گرتـوە، بـەم شـێوەیە بـوارێکی یـەکتر ناسـین‌و قبـووڵکردنی یـەکتری دێتـە ئـاراوە، بۆیـە کاتێـك کـە یەکەمجار یەکتری دەبینین، ئەوەندە شـیرینین لـەلای یـەکتری، هـەردووکمان وا هەست دەکەین دەمێکە یەکتری دەناسین، زۆریشمان بـەلاوە سـەیرە ئـەو ڕێـزو خۆشەویسـتی‌و یەکترناسـینە لـە کوێـوە هـاتوە، خوێنـەری بـەڕێز ئـەو هـەموو زانیاریانە بەهۆی ئەوکارمەندانەوە بـە تـۆ دەگـەن کـە دروسـتکەرەکەت بەسـەر تۆوە دایناون، هەر یەکەیان بۆ مەبەستێك، هەندێکیان بـۆ پاراسـتنت لـە دەردو نەخۆشی‌و کارەساتەکانی ژیان‌و، هەنـدێکیان بـۆ نوسـین‌و تۆمـارکردنی هـەموو وردو درشتێك لە ژیانتدا بۆ ڕۆژی پاداشـت‌و سـزا لـە کـاتی لێپرسـینەوەی دوای زیندووبوونەوەدا، ئینجا ئێمە بۆئەوەی لـە باسـەکەمان دوور نەکەوینـەوە تـەنها باسـی ئەوکارمەندانـە دەکـەین کـە بەشـێوەیەکی ڕاسـتەوخۆ کاردەکەنـە سـەر کەسایەتی ئادەمیزاد، بۆنموونە: یەکێك لەو کارمەندانە کە لەگەڵ ئادەمیزادایە بە هاوێنە(قرینە) ناسراوە، لەو ڕۆژەوە کە گیان بەبەر ئادەمیزاددا دەکرێـت تـا ئەو ڕۆژەی زیندوو دەکرێتەوەو بەرەو بەهەشت یان بـەرەو جەهەنـدەم دەڕوات ئەو هاووێنەیەی لەگەڵدایە.(٢٣)سووڕەتی قاف

هاووێنە کەسایەتیەکی گیانی بێ جەستەیە شێوەکەی لە شێوەی ئـەو کەسـەیە کە لەگەڵیدایە، ئاگاداری هەموو گەورەو بچووك‌و شتە نهێنی‌و ئاشـکراکانی ئـەو کەسایەتیەیە، لـە دنیـای نادیـارەوە هاوڕێکـەی ئاگـادار دەکاتـەوە بـە زۆر لـەو نهێنیانـەی لـەدنیای نادیـاردا هـەن‌و پـەروەردگار مـەیلی لێیـە ئەوکەسـە ئـەو زانیاریانە بزانێت، بۆئەوەی ئامادەباشی خۆیـان وەربگـرن بـۆ ڕووبەڕووبوونـەوەی ئەگەرەکان، هەروەکو لە خەونەکەی پاشـادا دەردەکـەوێت، کـە یوسـف لـەڕێی

لێکدانەوەی خەونەکەوە پاشـای ئاگـادارکردەوە بـەوەی وڵاتەکـەی دوای چـەند ساڵێکی تر دوچاری نەهاتیەکی توند دەبێت، بۆیە پێویستە لەئێسـتاوە گـەنمی بۆ کۆبکەنەوە، بۆئەوەی لەکاتی گرانیەکـەدا بتـوانن لـەو دانەوێڵەیـە بخۆن کـە پێشتر دایان کردبوو، ئینجا ئادەمیزاد چەند ڕاستگۆبێت هاوێنەکەشی ئەوەنـدە بە ڕاستگۆیی هەواڵەکانی بۆ دێنێت، کاتێك تۆ لەماڵ ومنداڵەکانتـەوە دووریـتو لـە خەونتـدا وادەبینیـت یـەکێك لـە منداڵـەکانت یـان هاوسـەرەکەت نەخۆشـەو لەجێگەدا کـەوتوە، ئـەوە هاوێنەکەتـە ئـەو دیمانەیـەی لەسـەر شـێوەی فلیمـی ڕەنگـاو ڕەنـگ بـۆ گواسـتویەوە، جـا تـۆش کـە بەخەبـەر دێـت لـە پـەرۆشـیتدا یەکسەر پەلاماری مۆبایلەکەت دەدەیتو زەنگێك بۆ منداڵەکانت لێدەدەیت، زۆر بە پەلەیت بۆئەوەی هەواڵێکیان بزانیـت، کـاتێکیش وەڵامـت دەدەنـەوە ئەگـەر بێتو کەسێکی ڕاستگۆ بووبیت، ئەوا وەڵامی تەلەفۆنەکەشت هەمان ئەو هەواڵە دەبێت کە هاوێنەکەت بـۆی هێنـابووی، خـۆ ئەگـەر بۆخۆشـت کەسـێکی درۆزن بـووی، ئـەوا دوای تەلەفۆنەکـە هەسـت بـەخۆت دەکـەیت کـە کەسـایەتیەکی ڕاستگۆیت یان درۆزنیت؟

ئینجا کە تۆ ئەو دیمانەیەت بۆ دەگوازرێتەوە لەلایەن هاوێنەکەتەوەو، لەخـەودا نیشانت دەدرێت، دەبێت لێکدانەوەیان بۆ بکرێـت، وێنـەکان بـە تـەواوی مانـای ئەوشتانە دەگەیەنن کە تۆ دەیانبینیت، بەڵام لەبەرئەوەی لـە بـوارو جیهـانێکی تردان، پێویستیت بە زمانێکی تایبەت هەیە بۆ لێکدانەوەی ئـەو دیمانەیـەی کـە نیشـانت دراوەو بـە خـەون ناسـراوە، ئـەو شـێوە زمانـەش پێـی دەگوترێـت لێکدانەوەی خەونەکان، کە کتێبە ئاسمانیەکان بـە تایبـەتی قورئـان، هـەروەها فـەرمودەکانی پێغەمبـەری ئیسـلامیش محمـد (سـڵاوی خـوای لێبێـت) تاقـە سەرچاوەن بۆ شیکردنەوەی شفرەی لێکدانەوەی ئەو خەونانە، بۆنموونە: مانگا

لەخەونـدا: مانـای سـاڵ دەگەیـەنێت، مانگـای قەڵـەو: واتـە سـاڵی پـڕ خێـرو بەرەکەت، مانگای لەڕ: واتە ساڵی نەهاتی.

خۆر: واتە باوك، مانگ: واتە دایك، نیشتیمانیش هـەر مانـای دایـك دەگرێتـەوە، ئەستێرەش واتە برا.

کراسـیش: لەخـەودا واتـە ئـایینو پابەنـدبوون بەویسـتەکانی بـەروەردگارەوە، ئەگـەر لـە خەونتـدا کراسـەکەت درێـژ بێـت، واتـە پابەنـدی تـەواوت هەیـە بـە ئایینەکەتەوە.*(٧٧)

کاسەی پڕ لە شیریش، واتە: خاوەن زانستو زانیاری.*(٧٨)

ئـــەو ئـــادەمیزادە چـــەندە دڵســـۆز بێـــت بـــۆ پەروەردگارەکـــەی، ئـــەوا پەروەردگارەکەی ئەوەندەی تر دەرگا نهێنیەکانی بۆ دەکاتەوەو لە ڕووداوەکان ئاگاداری دەکاتەوە.

کـاك عبـدالکریمی شـێخ محمـودی قـەرەوەیس بـۆی گێڕامـەوە، کەسـێك لـە گوندەکەیان تراکتۆرەکەی خراپ دەبێـت، دەچـێت بـۆ کـەرکوك وەسـتا دێنێـت چـاکی بکاتـەوە، وەسـتاکان دوو ڕۆژ خـەریك دەبـن تراکتۆرەکـەیان بـۆ چـاك ناکرێتەوە، لەو کاتەدا ئافرەتێکی پـیری خـوا پەرسـت بـەناوی (سـەید خـاوەر) لـەوێوە تێدەپـەڕێت، سـڵاویان لێـدەکاتو پرسـیار دەکـات: ئـەوە چـییە؟ ئـەو عیفریتە بۆ ئیش ناکات؟ وەستاکانیش دەڵێن: ئەوە دوو ڕۆژە خـەریکین بۆمـان ناکەوێتـەوە کـار، ئـەویش دەڵێـت: (دوکـەڵ کێشـەکەی لەکوێیـە؟ ئـەوانیش ئەگجۆزەکـەی نیشـان دەدەن، ئـەویش دەڵێـت: جـا مـن چـۆن بگەمـە ئـەویٚ؟ ئـەوانیش سـەری دەخـەن، ئـەویش دوو تـف دەکاتـە نـاو ئەگجۆزەکـەوەو دادەبەزێتە خـوارەوەو پێیـان دەڵێـت: ئیشـی پـیٚ بکـەن، لەگـەڵ یەکـەم کلیـل باداندا تراکتۆرەکە دەکەوێتە کار)، ئایا تفی ئەو ژنە مـاددەی بـەنزینی تێـدابوو

بۆئەوەی تراکتۆرەکە بەزوویی بکەوێتە کار؟ یان پشتیوانییەکی دەرەکی هەبوو بۆ ئەو ئافرەتە بۆئەوەی تراکتۆرەکە بخاتەوە گەڕ؟

لە نیوەی یەکەمی سەدەی بیستەمدا، لەناحیەی میرزاڕۆستەم لە بناری کۆسرەت، ئافرەتێك هەبووە خواپەرست بووە، ناوی (حبیب ابراهیم وەسمان) زۆر خۆشەویست بووە لەلایەن خەڵکی ناوچەکەوە، من بۆ خۆم لە تەمەنی منداڵیدا یەکێك بووم لەوانەی کە لە ماڵەوەدا لەگەڵیدا دەژیام، لەبەرئەوەی نەنکی باوکم بوو، ئەو ئافرەتە بە شەو ڕۆژ خەریکی نوێژکردنو خواپەرستی بوو، بەقسەی مامەکانم قوتابخانەیەکی سەربەخۆ بووە بۆ پەروەردە کردنو پابەندبوون بە دابونەریتە کوردەواریەکانەوە، ئافرەتێکی پاكوخاوێن بوو، دەزبێحێکی درێژی هەبوو، بە هەزاران جار بەو دەزبێحە وێردەکانی خواپەرستی دەگوتنەوەو لە دڵو دەروونو مێشکی خۆیدا خەزنی دەکردن، کاتێکیش کە لێ دەبۆوە لە شێوەی پاڕانەوەیەکی جواندا ڕووی لە پەروەردگارەکەی دەکردو دەیگوت: هێندەی بەردی بەستەکان، هێندەی گەڵای دارەکان، هێندەی ئەستێرەی ئاسمان، هەزار ئەوەندەی تریش سەڵەوات لە پێغەمبەری ئاخرزەمان، لە هەموو بناری کۆسرەت، دکتۆرێك نەبوو، خەڵکانێك بەڕۆژ زۆر ماندو دەبوون، ئێوارانیش دوای پشوو تووشی ژانە زگ دەبوون، بە پەلە دەچوون دەزبێحەکەی نەنە حەبیبیان دێناو لەسەر زگی نەخۆشەکەیان دادەناو پاش کەمێك چاك دەبونەوە، بۆیە نەك هەر نەنە حەبیب بەڵکو دەزبێحەکەشی کەسایەتیەکی دیارو پیرۆزو خۆشەویست بوو لەناو خەڵکیدا.

خوێنەری بەڕێز تەماشاکە ئەوە وێنەی خەڵکی سلێمانییە، دەبینی هەموویان بە یەکگرتویی پشتیوانی لە خەنجەرەکەی شێخی نەمر دەکەن، سەرنجی جلو بەرگەکانیان بدەن، کەسایەتی کورد لەو ڕۆژەدا چ بەرگێکی پۆشیوە، ئەگەر شێخی نەمر لە وێنەکەدا نەبووایە، ئایا لەو سەردەمەی ئێستادا کەسێك هەبوو لەڕێگەی جلو بەرگەکانیانەوە بزانێت ئەوانە کوردن؟

لە سەردەمێکدا ئەوروپا لەژێر دەسەڵاتی بەڕێوەبەرایەتی کەنیسە دابوو، کەنیسەش وای ڕاگەیاندبوو خۆر بە دەوری زەویدا دەسوڕێتەوە، دوای ئەوە زانای ئیتالی(گالیلۆ) لە قوڵایی تێڕوانینەکانی خۆیدا سەلماندی کە زەوی بە دەورەی خۆردا دەخولێتەوەو ئەوەی پێشتریش گوتراوە هەڵەیە، کەنیسە کەوتنە دادگایی کردنی گالیلۆ، بەڵام ئەو سزایەی کە بۆیان دانا بەندکردن نەبوو، بەڵکو سزادانەکەی دوو بڕگە بوو: بڕگەی یەکەم ئەوەبوو گالیلۆ لە ماڵەکەی خۆی نەچێتە دەرەوە، کەسیش نەچێت بۆلای، بڕگەی دووەمیش ئەوە بوو بە ئاشکرایی بە بەرچاوی خەڵکەوە پەشیمانی ڕابگەیەنێتو بڵێت خۆر

به دەوری زەویدا دەخولێتەوە، کەسایەتیەکەی گالیلۆ لەتەمەنی (٦٩) ساڵیدا بوو، هات بۆئەوەی بە بەرچاوی خەڵکەوە قسەیەك بکات، نەیتوانی ڕاستیەکە بشارێتەوە، تەماشایەکی زەویەکەی بەرپێی خۆی کردو بە دەنگێکی نزم لەبەرخۆیەوە گوتی: ئاخر ئەوە ئەو زەویەیە کە دەخولێتەوە !*(٧٩)

ساڵی (١٢١٥)ی میلادی کەنیسەی کاسۆلیکی ڕۆمانی بڕیاریدا پسولەی لێبووردن بفرۆشێتە ئەو کەسانەی دەیانەوێت لە بەرانبەر چوونە بەهەشت لێبوردنیان دەسکەوێتو سزا نەدرێن، بەو پێیە کەنیسە پارەیەکی زۆری لەخەڵکی کۆدەکردەوە، بازرگانێکی جولەکە هات بۆلای پاپاو پێی گوت: من پسولەی لێبوردنم ناوێت، دەمەوێت جەهەندەمت لێ بکڕم، پاپاش کە بیری کردەوە کەس جەهەندەمی ناوێت، ئەو پیاوەش کە داوای کردوە بە نرخێکی باش پێیان فرۆشتو گرێبەستیان لەگەڵ واژۆ کرد، جولەکەکە هاتەناو خەڵکەکەوەو هاواری کرد: ئەی خەلکینە، لەمەودوا کەس نەچێت بۆلای پاپا پسولەی لێبوردن بکڕێت، چونکە من بەو گرێبەستەی بەردەستم جەهەندەمم لە پاپا کڕیوەو دایدەخەمو ناهێڵم کەس بچێتە ناوی، جا کە جەهەندەم داخرا خەڵکی لەچی دەترسێن، بەناچاری بەبێ پسولەی لێبوردن دەبێت ڕەوانەی بەهەشت بکرێن، بەم پێیە خەلکەکە هاتنەوە هۆش خۆیانو کەسی تر پسولەی لێبووردنی نەکڕی.

ئایا بەلاتەوە سەیرنییە لەسەردەمێکدا پێشکەوتوترین خەڵکانی سەر ئەو زەمینە باوەڕیان بەو هەڵخەڵەتاندانەی پاپا کردبێت؟

(١٤٠٠) ساڵ پێش ئێستا شیعەکان کوشتنی (ئیمامی حسێن) یان بە هەل زانیو، فەتوای ئەوەیاندا کە هیچ نوێژێك قبوول نابێت ئەگەر نوێژکەر سەری نەخاتە سەر ئەوخاکەی کە(حسین)ی تێدا شەهید کراوە، بۆ ئەو مەبەستە

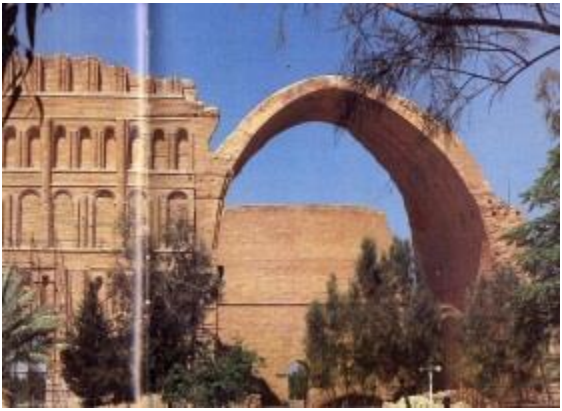
(بەردەمۆرە)یان هێنایە ئاراوە، بە پارەیەکی باش بە خەڵکە ڕەشوڕوتەکەی پەیڕەوی ڕێبازی شیعەی دەفرۆشن، تەنانەت کەربەلاشیان هێنایە ڕیزی کەعبە، سەردەمەکەی ئەوەندە گاریگەر بوو، دوای چواردە سەدە ئێستاش پەیڕەوانی ڕێبازی شیعە بەبێ (بەردەمۆرە) نوێژەکانیان بە ناتەواو دەزانن، هەر لەو کاتەشەوە ململانێیەکیان هێنایە ئاراوە لە نێوان عومەری کوڕی خەتابو عەلی کوڕی ئەبوو تالیبەوە کە هیچ بنەمایەکی ڕاستەقینەی نەبوو، بەڵام سەردەمەکە کە سەرەتای سەرهەڵدانی ڕێبازی شیعە بوو، ئەوەندە کاریگەربوو لای پەیڕەوانی شیعە، دوای (١٤٠٠)ساڵ، ڕۆژ لەدوای ڕۆژ عومەرو عائیشەو عوسمان لەبەرچاوی شیعەکان ڕەزایان گرانتر دەبێت.

کەواتە: سەردەمەکان کاریگەریان هەیە لەسەر هەڵسوکەوتی کەسایەتیەکانو شوێنەوارەکانیشیان بە بەردەوامی دەمێنێتەوە.

(نەخشو نیگاری ئەشکەوتەکانی پیرۆ دڵنیامان دەکەنەوە لە سەردەمەکانی پێشودا ئادەمیزاد لەو ناوچەیە نیشتەجێ بووەو، بە پشت بەستن بە ئامێری زۆر پێشکەوتوو توانیویانە بفڕن). *(٨٠)

ئەوە دیمانەی شوێنەواری تاقی کیسرایە لە(سەلمان پاك)، مێژوەکەی دەگەڕێتەوە بۆ پێش ئیسلام، ئەو شوێنەوارە لەو سەردەمەدا کەسایەتی ئەو وەستاو کرێکارانە دەردەخات کە لە خشتی قوڕی سورکراوە ئەو تاقەیان دروستکردوە، هەروەها کەسایەتی کیسراش دەردەخات چۆن بیری کردۆتەوەو چ ستەمێکی کردوە ئەو پێگە سەربازییەی لەو شوێنەدا داناوە بۆئەوەی ناوچەیەکی گرنگی جیرانەکەی داگیر بکات.

لە سەردەمی عومەری کوڕی خەتابدا دەستی بەسەردا گیراو کۆتایی بە دەسەڵاتی فارسەکان هێنا لە ناوچەکەدا؟



سەرنج بدە دروێنەی دوێنێو دروێنەی ئەمڕۆ، کەسایەتی جوتیاری دوێنێ لەژێر قرچەو گەرمای خۆردا دروێنەکەی ئەنجام دەداو، نەشیدەزانی ماندوبوون چییە، کەچی جوتیاری ئەمڕۆ لەژێر سێبەرو فێنکایەتی تەبریدا دروێنەکەی دەکاتو ماندوشە.

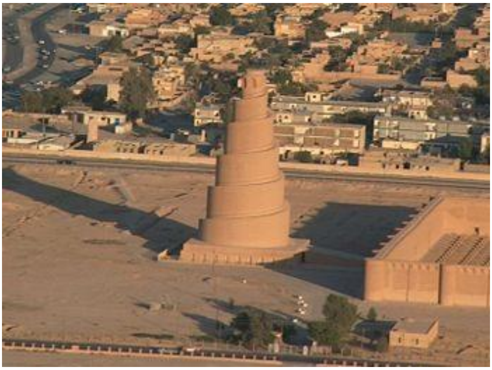
هەر سەردەمە سیمای تایبەتی خۆی هەیە، کە زۆر هۆکار بڕیاری لەسەر دەدەن، لەوانە پێشکەوتنی زانستیو ڕزگاربوونی گەلان لە ژێر دەستی داگیرکەران، سەرنجێکی ئەو وێنەیە بدەو ئاوڕێك بۆ مێژویەکی نزیك بدەرەوە لە چوار ساڵەکەی بەیانی ١١ی ئازاریشدا عەرەبانەی جووت ئەسپ لەشەقامەکانی سلێمانیدا دەبینران، نە بۆنی دوکەڵو نە ئەزمەی بەنزینو نە خەمو خەفەتی ناوچەی پیشەسازیو نە چاوچنۆکیو هەڵسوکەوتی سایەق تەکسیش نەبوون، ئاوازی چکەچکی ناڵە ئاسنی سمی ئەسپەکانیش دەردو نەخۆشیان

دەڕەوانـدەوە، ئێسـتاش لەبیرمـە لەپێگـەی پۆلیسـە ڕێوانەکـەی بـەردەرکی سەرادا، کاتێك فیکەی بۆ وەستانی ماشێنەکان لێدەدا، ئەسپەکان خۆیان ژێرانە دەوەستان.

سەردەمێك بوو کوشتن نەبوو، هۆکارەکـانی هاتوچـۆش لـە نێـوانی سلێمانیو شوێنێکی وەکو ڕانیەو قەلآدزەدا تەنها پاسەکەی شێخ عەلی هاتوچۆی دەکرد، لـە شـوێنێکی وەکـو ڕانیـەدا عەیبـەبوو ئەگـەر ئوتێـل هـەبێت، پیـاوەتیو کەسـایەتیو خـاوەن بنەماڵـە لـەوەدابوو کـە نانـت دابـا بـە خـەڵکیو خزمـەتت کردبان، وەکـو دابونـەریتێکی ئـەو سـەردەمەش جوتیارەکـان لـە دوای نوێـژی بەیانیـەوە بـەتێری نـانو نیسـکێنەیەکیان لیٚ دەخـواردو دەکەوتنـە دروێنـە، دەوروبەری سەعات نۆ، کولێرەیەکی نانی جۆو قاپە دۆیەکیان لیٚ دەخواردەوەو دەستیان دەکردەوە بە ئیش، سالآنەش داهاتەکەیان بـۆ مـاڵی شـێخو ئاغاکـان دەبـردو بۆخۆیـانو مـاڵو منداڵیشـیان لەبرسـان سـەریان دەنایـەوە، ئـەوە کاریگەری ئەو جۆیە بوو کە دەیانخوارد، جۆ خواردنی ئێسترو بارگینو ئەسـپە، ئەوەی بیخوات بەهێزی دەکات، بەلآم عەقڵی پـیٚ پەیـدا ناکـات، جـا خوێنـەری

بەرێز سەرنج بدە لەم سەردەمەی ئێستادا زۆرینەی خەڵکەکە برنجی هیندیو خواردنی چاك دەخۆن عەقڵیان پێ پەیدا دەکەن، بۆیە دینارێکی خۆیان نادەنە باوكو براکانیشیان، ئەوە ڕاستیەکە هەر سەردەمە سیمایەکی تایبەتی هەیە.

ئەوەش وێنەی سامەڕایە، کاتی خۆی سامەڕا پایتەختی هەموو ئیمبراتۆریەتی ئیسلامی بوو لە سەردەمی دەوڵەتی عەباسیدا، لەو سەردەمەدا هەموو عالەمی ئیسلامی پێشکەوتنێکی زانستی گەورەی بەخۆیەوە بینی، بەڵام کاتێك ئەو دەوڵەتە شکستی هێنا، سامەڕاش لە پایتەختەوە بووەوە بە قەزایەکی کۆماری عێراقو تاکو ئێستاش سامەڕا هەر قەزایە لە پارێزگای (صلاح الدين).



ئەو منارەیە لەساڵی(٢٣٧ی هیجری) لە سەردەمی(متوکل) دروست کراوە، لەسەر بنکەیەکی چوارگۆشەیی، درێژی لایەکی (٣٣) مەترە، بەرزی منارەکەش (٥٢)مەترە، بە پێپیلکەیەکی لول خواردوی پێنج لولیدا بە ئاراستەی پێچەوانەی میلی کاتژمێر پێیدا دەچیتە سەرەوە، ژمارەی پلەکانی (٣٩٩)پلەیەو بواری هەر پلەیەکیش(٢)مەترە، تا بەرەو سەرەوەش بڕۆیت تیرەی منارەکە باریکتر دەبێتەوە، بەهۆی دروستکردنی ئەو منارەیەشەوە لەسەردەمی خۆیدا بە سامەڕایان گوتوە (سُرَّ مَنْ رَأى): (سوڕڕە مەن ڕەئا) واتە: (ئەو کەسەی کە ئەو شارە دەبینێت پێی دڵخۆش دەبێت).*(٨١)

ناوچەی (تكریت)یش كە بە پارێزگای(صلاح الدین)ناو دەبرێت، دەگەڕێتەوە بۆ سەردەمێك كە (صلاح الدینی ئەیوبی) لە كوردستانەوە لەشكرەكەی هێناوەو، لەدەوروبەری سامەڕا نیشتەجێ بوونو، ئەو شوێنەیان ناوناوە(تَكْرِیدْ)، واتە: (نیشتەجێ كردنی كوردەكان لەو ناوچەیە)، جا بەهۆی ئەوەی پیتی(د)و(ت) یەك شوێنی هاتنە دەرەوەیان هەیە لەنێو دەمدا، بۆیە ناوەكە بە(تكریت) ناوبانگی دەركردوە، دەنا لە بنەڕەتدا ئەوشوێنە سەربازگەو شوێنی نیشتەجێ بوونی سوپاكەی صلاح الدین بووە، كە تائێستاش سەربازگەیەك هەیە لە ناوچەكەدا بە سەربازگەی صلاح الدین (معسكر صلاح الدين) ناودەبرێت.

سەرنج بدە سەردەمی ئەو دوو زەوی كێڵانە، هەریەكەیان كاریگەری خۆیان هەیەو، هەریەكەشیان بەرهەمی خۆیان هەیە، جوتیاری دوێنێو جوتیاری ئەمڕۆ، بەدڵنیاییەوە تراكتۆرەكە باشتر زەوییەكە دەكێڵێت، بەڵام جوتیاری جوتە گاكە سەرودڵی خۆشترە لە شۆفێری تراكتۆرەكە.

كەواتە سەردەمەكان كاریگەرییەكی ڕاستەوخۆیان هەیە لەسەر كۆمەڵگاو تاكەكانیش.

یازدەیەم: جۆری پیشەکان:

(فیکتۆر هیجۆ) دەڵێت: هیچ کاروپیشەیەك خراپو ناشیرین نیە، بەڵکو خاوەنی پیشەکە بەد ڕەوشتە.*(٨٢)

پیشەکانیش کاردەکەنە سەر کەسایەتی ئادەمیزادەکان، بۆنموونە:

کەسایەتی شوان: کەسایەتیەکی بە بەزەیی‌و پشوو درێژو زۆر وریان، ئەو پیشەیە پیشەی پێغەمبەرەکانە، خواردنەکەیان سادەیەو، بە بەردەوامیش لە جووڵەدان، بۆیە زۆر بەکەمی تووشی نەخۆشی دەبن، زۆرینەیان شمشاڵ ژەنن، لە کوردستانی خۆماندا شوانی هەژار شەوانە لە دەستی گورگو چەقەڵو، زۆر جارانیش ڕۆژانە خۆیان‌و ماڵاتەکانیان لە پێش ڕاپەڕیندا دەکەوتنە بەر هێرشی فرۆکەکانی دوژمن، گۆرانی بێژی ناوداری کوردیش (محەمەدی ماملێ) لەو هەموو جوانی‌و خۆشی‌و ئاوهەوا سازگارەی سابلاغەوە لە مانگە شەوێکدا ڕوو دەکاتە کاکەی شوان‌و بە دەنگە ڕەسەنەکەی دەڵێت:

هەزار خۆزگەم بەخۆت شوانە	کە بەو مانگە شەوە جوانە
دانیشتوی لە ڕژدو هەڵدێر	قامکان دەبزێوی لە بلوێر
ئاغاش بە نۆکەر ناگری	وەك من لە داخان نامری

کەسایەتی جوتیار: چاوی لەدەستی خەڵکی نیە، نازانێت ماندوبوون چیە، ئەو کۆمەڵگایەی کە تیایدا دەژیەت کۆمەڵگایەکی خاوەن بەزەییە، زۆر پارێزگارن بۆ شەرەف‌و ناموس، خاوەن وادەو پەیمانن، پابەندن بە پەیامە ئاسمانیەکانەوە، بە هێزی شان‌و بازو پاروی خۆیان‌و ماڵو منداڵیان لەزەوی دەردەهێنن.

کەسایەتی کرێکار: بە نانەزگی بنیات دەنێت، بۆخۆی ماندو دەبێت‌و سەرمایەدارەکان بەروبوومەکەی دەخۆن، لە کۆمەڵگایەکی پیشەسازی دایە،

بەهۆی بەردەوامی سەرقاڵ بوونیان بە کارکردنەوە، پەیوەندیە گیانیـەکان کـزن لە نێوانیاندا، بلێسەی دەستپێکردنی هەموو گۆڕانکارییەکن لە کۆمەڵگادا.

سەرباز: ئەوکاتەی کە دەبیت بە سەرباز، هەر وەکو چۆن کـڵاو جەمانەکـەت لـە ماڵــەوە جێــدەهێڵیتو بێریەیــەك دەکەیتەســەر، بەهــەمان شــێوە دەبێــت کەسایەتیو ویژدانەکـەت لـەلای مـاڵو منداڵەکـەت جێبهێڵیـت هـەتا بـە ئیجـازە دێتــەوە، یـان هــەتا بـە یـەکجاری لـە خزمەتەکـە تـەواو دەبیـت، بـەڵام لەگـەڵ ئەوەشـدا ئــەو خزمــەتی ســەربازیە وات لــێ دەکـات ناچـار چـاوێك بەخۆتــدا بخشـێنیتەوەو هەنـدێك کـەموکوڕی لـە کەسـایەتیەکەی خۆتـدا چـاك بکـەیت، بۆنموونە: تۆ کە لە ناو ماڵو منداڵەکەتدا خۆت بە گەورەو دەسـەڵاتدار دەزانـی بەسەریانەوە، لەخزمەتی سەربازیدا ناچار دەکرێیت جلـەکانی خـۆت بشـۆیتو، جلــە دڕاوەکانــت پینــە بکــەیتو، پۆستاڵەکانیشــت بۆیــاغ بکــەیت، ئەگــەر فەرمانیشت پێکرا کـە یـەکێك بکوژیـت، ناتوانیـت لـە فەرمانەکـە یـاخی ببیـتو جێبــەجێی نەکــەیت، کەواتــە لــەکاتی ســەربازیدا کەسـایەتیەکەی تـۆ لــەژێر دەســەڵاتی خۆتــدا نیــە، بــەڵکو بــەهۆی لێخوڕێکــەوە بــەڕێوە دەبرێــت کــە گەورەکەتەو فەرمانت پێدەکات، تۆش بـەبێ دمبـەدمانێ پێویسـتە فەرمانـەکان جێبـەجێ بکـەیت، زۆرجـاران ناچـاریت دەبێـت سـوکایەتیو سـەرلوس کـردنو بەندکردنیش قبووڵ بکەیت، زۆر جارانیش وا ڕێك دەکەوێت ڕێزت لێ دەگیرێـتو نۆتێکی شەجاعەت دەدرێتێ، زۆرجـارانیش بـارە کۆمەڵایـەتیو بـارە ئایینیەکـە زاڵــە لـەناو بـارە سـەربازیەکەدا، بۆنموونـە: لـە یاسـاکانی سـەربازیدا لـە ڕیـزی سوپای عێراق، واپێویستە هەموو سەربازێك ڕۆژانە ڕیشی خۆی بتاشـێت، بـەڵام هەر بەپێی یاسا، یەزیدیەکان ڕێگـەی ئـەوەیان پێـدراوە ڕیشـەکانیان نەتاشـن، لەزۆر لە وڵاتانی ئیسلامیشدا کاتێك ئـافرەت دێتـە ڕیزەکـانی سـوپاو ئاسـایشو

پۆلیسەوە، ڕێگەی لێ ناگیرێت لەگەڵ بەرگە فەرمیەکەدا لەچکەکەی خۆیشی بکات.

کەسایەتی ڕاوچی: لە هەموو بوارو سەردەمێکدا ڕاوچی واتە گۆشت خۆر، گۆشت خۆریش دڕندەیە، یان چڕنوکی تیژیان هەیە، یان کەڵپەکانی پێشەوەی زۆر بەهێزن، یان خاوەنی تاپڕو فیشەکن، کەسایەتییەکە کاتێك باڵندەیەك یان نێچیرێکی بەستەزمان دەکوژێت، خۆی بە پاڵەوان دەزانێت، بە بەردەوامیش برسین‌و لە گۆشت خواردنیش هەرگیز تێرنابن.

کەسایەتیە زۆردارەکانیش هەموویان پەروەردەی یەك قوتابخانەن، سەرنجی هەڕەشەی پەنجەکان بدە، یاسای دارستانە، بەهێز پشتنی بێ هێز دەشکێنێت.

کەسایەتی سەرتاش:

پیشەیەکی بێ سەرمایەیە، بۆیە ئەو پیشەیە وا لەو کەسانە دەکات کە ئەو کارە دەکەن کەسانی پارە پەرست بن‌و، بۆ سەرنج ڕاکێشانی مشتەریەکانیشیان لاسارو زۆربڵێن، پێیان خۆشە ڕۆژانی پشووش بواری کارکردن هەبێت، ئارەزوویانە بەدەم چکەی مقەسەکانیانەوە مشتەریەکانیان بە ئاوزێکەوە سەرقاڵ بکەن، ئەگەر گۆرانیەك لە ڕادیۆو تەلەفزیۆن‌و تەسجیلیشەوە لێبدرێت، ئەوا هەر دەبێت کاکی سەرتاش ڕۆڵی خۆی ببینێت‌و، گۆرانیەکە لەگەڵ گۆرانی بێژەکەدا بڵێتەوە.

کەسایەتی شۆفێری تەکسی:

زۆرینەی شۆفێرەکان، چاوبازن، تەماح کارن، خێراو بە پەلەن بۆ پەیداکردنی ماڵ‌و سامان، سەرپێچی کەرن، بە سوکایەتی‌و ناو ناتۆرەوە بانگی یەکتری دەکەن، لە بەرامبەر ئافرەتاندا ئەژنۆیان شلەو بەزوویی بەچۆکدا دێن، گرنگ نیە بەلایانەوە ئەگەر بە دزیەوە سرەی هاوڕێکەشیان بفەوتێنن، گرنگ نیە بەلایەوە ئەگەر باری پیکابێکیش لە چەمچەکەی بارکات‌و لە ڕێگاش کێشە بۆخەڵکی دروست بکات، ئارەزووی بە جوانکاری کردنی ناو ماشێنەکەی دێت، پێیخۆشە ڕادیۆو تەزجیلەکەی دو ئەمپیفایەری گەورەیان پێوەبێت لە دووری سەد مەتریش لەسەیارەکەیەوە خەڵکی گوێیان لە دەنگەکەی بێت، ئەگەر ڕۆژێکیش ڕێگەی بکەوێتە لای فیتەر، ئەوە خوا ڕوحم بە ماڵ‌و منداڵەکەی بکات، بەدڵنیاییەوە بۆماوەی دو سێ ڕۆژ هی ئەوە نیە کە بیدوێنیت، لەگەڵ ڕێزمدا بۆ کەسانێکی دەستپاکی داوێن پاك کە لەو بوارەدا کاردەکەن، تەواوی

بنـەما بنەڕەتیـەکانی ڕەوشـتیان پاراسـتوەو بـەردەوامن لـە پارێزگـاری کردنـی کەسایەتیە ڕەسەنەکەی خۆیان.

جـۆلآیی: کـارێکی هونەرییـە، وردەکـارە، پابەنـدە، لـە چـینی هــەژارە، زۆر جارانیش دەنگی خۆشە بە دەم ئیشەکەیەوە نەرمە گۆرانیەك دەڵێت، ئیشـێکی بەڕێزە، زۆرینەی خێزانەکان کە دەوڵەمەند دەبـن‌و واز لـە پیشـەی جۆلآییـەتی دەهێنن، بە سەربەرزیەوە نازناوی جۆلآیەتیەکە بۆخۆیان دەهێڵنەوە، جـۆلآ کـە سایەتیەکی بنیاتنەرە لەناو کۆمەڵگادا.

کەسایەتی هەلاج‌و لێفەدرو:

کەسایەتیەکی سادەیە، ئیشەکەی لەبەرچاوە، نانە زگییە، واتە تەنها دەتوانیت پێی بژیەیت، ناتوانیت خۆتی پێ دەوڵەمەند بکەیت.

کەسایەتی بۆیاغچی پێڵاو پینەدۆزی:

دوا پلـەی خۆڕاگرتنـە لـە بەرانبـەر سـەختیەکانی ژیانـدا، ئـەو دەسـتانە چـەند پیرۆزن کە پێڵاوە پیسەکانی خەڵکی بەبریقە دەخەنـەوە، یـان ئـەو دەسـتانەی

پێڵاوە دڕاوەکانی خەڵکی دەدورنـەوە، ئـەو دووپیشـەیە بـەردێکی گـەورەن بـۆ بنیاتنانی بناغەی کەسـێکی بـەهێزی خـۆڕاگر، زۆر ئەسـتەمە بـەلای کەسـایەتی بۆیاغچیو پینەدۆزەوە پەیڕەوی هیچ شێوازێکی ستەمکاری بکات، لەبەرئەوەی بـە ئاواتێکـەوە دەژیـەت کـە پـاروە نـانێکی حـەلاڵ دەرخـواردی خـۆیو مـاڵو منداڵەکەی بدات، خاوەنی ئـەو دووپیشـەیەش بەدەگمـەن نـەبێت کەسـانی ڕوح زلو خـۆ بەگـەورەزانیان تێـدا دروسـت نابێـت، بۆیاغچـی زۆر بـە دەگمـەن دەوڵەمەند دەبێت، بـەلام هەنـدێك جـاران پینـەدۆزی وەهـا هەیـە زۆر ئەسـتور دەبێت کە نیشانەی بـێ ویژدانیـەتی، کـە دەتـوانین بڵـێن ئەوانـەش ڕێژەکـەیان لەسـەدا یـەك تێناپـەڕێت لـەناو تێکـڕای پینەدۆزەکانـدا، کەسـایەتی ناسـراوی جیهانی(بیلیـە) لـە هەڵبـژاردەی بەڕازیلـدا، لـە بۆیـاغ کردنـی پـێڵاوی یاریکەرەکانەوە هاتە نـاو یاریگـاوەو وەکـو کەسـایەتیەکی لێهـاتوی تـۆپی پـێ خۆی بە جیهان ناساند.

زێڕنگەر: مەبەستمان لە هەموو ئەو کەسانەیە لە بـواری بازرگـانیو پیشەسـازی زێـڕدا کـار دەکـەن، کەسـانی زمـان لـوسو فێڵبـازو درۆزنـن، تـەرازو بـازن، لەبەرئـەوەی زۆرینـەی مامەڵـەکانیان لەگـەڵ ئافرەتانـە، بۆیـە بـە بـەردەوامی تاسولوسـن، بـۆ سـەرنج ڕاکێشـانی پۆلێـك لـە ئافرەتـان، لـە کۆمـەلگا ئیسلامیەکانیشدا زێڕنگرەکـان بـە زویـی حەجەکـەیان دەکـەن بۆئـەوەی وەکـو کەسایەتیەکی چاك بناسرێت لەناو کۆمەڵگادا، لەیاساکانی ئیسـلامدا زێڕنگـەری خراپترین پیشەیە.

ئاسـنگەر: کەسـانی بـەتوانان، مـاڵو سـامانیان زۆر خـۆش دەوێـت، ئەگـەر دەسەلاتیان هەبێت لە ژنێك زیاتر دێنن، زۆر خۆرن، زۆر بـە زوویـی پیشـەکەیان بەرەو پێشەوە دەبەن، لە سەردەمی زوو دا لـە کـورەی ئـاگرەوە ئاسـنەکانیان

نەرم دەكردەوەو دەیانكردن بە داس و پاچ و نالّ، زۆر وەستای وەها هەبووە بە تەنەكەچی ناوبانگی دەركردوە، بەلاّم زیرەكیو زانایی لە پیشەكەیدا وایكردوە لەماوەی چەند سالّێكدا دوكانی تەنەكەچیەتیەكەی بكات بە ورشەو كۆمپانیایەك بۆ دروستكردنی ئامێرە پیشەسازیو كشتوكالّیە پێشكەوتوەكان.

فڕۆكەوان:

ئەگەر فڕۆكەوانی شارستانی بێت بۆ گەشتو گوزارو سەفەر كردن، ئەوا ئەركەكەی وەكو ئەركی شۆفێرێك وەهایە لەوپەڕی ڕێزو شكۆمەندیدا، بەلاّم لێپرسراویەتەكەی سەرشانی قورسترە، بۆیە وەكو كەسایەتیەكی ناسكو هێدیو هێمن دەردەكەون، بەلاّم ئەگەر فڕۆكەوانێكی سەربازی بێت، ئەوا وەكو سەربازێكی فەرمان پێكراو وەهایە، لەم بارەشدا فەرمانی پێكراوە ئەگەر گوتیان بكوژە، دەبێت ویژدانی خۆی بخاتە لاوەو لە پێناوی موچەكەیدا خەلّكی ڕەشو ڕوتو بێ تاوان بكوژێت، ئاخ بۆ ویژدان چەندین فڕۆكەوانی عەرەبی عێراقی بە شێوەیەكی دڕندانە گوندەكانی كوردستانیان بۆمباباران دەكردو، هەلّەبجەشیان كیمیا بارن كرد.

پۆلیس:

كەسایەتیەكی خۆبەشە، خزمەت گوزاریەكانی لە كۆمەلّگایەكەوە بۆ كۆمەلّگایەكی تر دەگۆڕێن، لە كۆمەلّگا پێشكەوتوەكاندا، پۆلیس یاسایە بۆ پارێزگاری كردن لە ئەركەكانو دابینكردنی مافەكان، كەسێكی ڕاستگۆیەو پێداگرە، بەلاّم لە كۆمەلّگا دواكەوتوەكاندا كەرەسەیەكی سەرەكیە بۆ گەندەلّیو خواردنی مافی خاوەن ماف، بەرتیل خۆرە، لەسەردەمی حوكمڕانی بەریتانیا لە عێراق پۆلیسێكی ئەسپ سوار بە هەواو ئارەزووەكانی خۆی حوكمی ناوچەیەكی فراوانی وەكو بیتوێنی كردوەو بەرتیلیش برا گەورە بووە،

ستەمەکە بەشێوەیەك بووە، لەنێو کۆمەڵگای کوردەواریدا میللەت بە دەستی چەند پۆلیسێکەوە نالآندویەتی، پێشینان گوتویانە: ئەگەر کڵاوەکەت کەوتە دەزگای پۆلیسەوە، بۆخۆت مەچۆ ژورەوە، بەڵکو هەوڵدە لە دەرەوەڕا بە گۆچانێك ڕایکێشیتەوە بۆلای خۆت.

نانکەر(نانەوا): ئەگەر نانکردنەکە بۆ فرۆشتن بێت، ئەوە نانەوایەکە کەسێکی چاوچنۆکە، بەردەوام هەوڵی بچووك کردنەوەی نانەکان دەدات، کەسێکی تووڕەیە، پێدەچێت تووڕەییەکەی کاتی بێت بەهۆی تەپوتۆزو گەرمی تەندورەکەوە، بەلآم ئەو دایکەی کە نان بۆ ماڵو منداڵەکەی دەکات، ئەوە کەسێکی قوربانی دەرە.

دارتاش: کەسایەتیەکی هەژارە، جۆرێك لە هونەرمەندی تێدایە، سادەیە، ئەوەندە وردەکارە کەڵك لە پارچە دارە بچووکەکانیش وەردەگرێت، ئەوەی کەڵکی هیچیشی پێوە نەمابێت، زستانان بۆ سوتاندن بەکاری دێنێت.

کەسایەتی بەرگ درو: ڕێزم بۆ کەسایەتیە چاکەکانیان، بەلآم بەقسەی زۆرینەی خەڵکی، کەسایەتی بەرگ درو درۆزنن، زۆرینەشیان لەدوای ماوەیەك کارکردن ئارەزووی دەستێك دۆمینەو یاریەکی تاوڵەیان هەیە، بە عەقڵیەتی خۆشیان ئیشەکان ئەنجام دەدەن، ئەو وادەیەش کە ئێستا پێت دەدات، تەنها بۆ ڕازی کردنو پاڵ پێوەنانە، کە لە کاتی دیاریکراوی خۆتدا دێیتەوە بۆلای، هەروەکو هیچ ڕووی نەدابێت، بە درۆیەکی تەڕ قەناعەتت پێ دەهێنێت.

کەسایەتی مامۆستای قوتابخانە: خۆبەخشە، بزوێنەری ڕەوڕەوەی شارستانیە، مامۆستایەکی چاك دەتوانێت کۆمەڵگایەکی خراپ بگۆڕێت، زۆر مەترسیدارە مامۆستای قوتابخانەیەك بیرۆکەی پێکەوەنانی ماڵوسامان بخاتە پێش بەرنامەی فێرکردنی قوتابیەکانی، یان بێت بە چاوەشی ویستەکانی حیزبێك.

كەسايەتی مامۆستای ئاينی:

مامۆستای ئاينی پێگەيەكی بەهێزی ناو كۆمەڵگايە، مينبەرەكەی مامۆستا وەكو پێگەيەك وەهايە پەيامە ئاسمانيەكانی لێوە پەخش دەكرێن، كەواتە كەسايەتی مامۆستای مزگەوت ئەلقەيەكی پەيوەندييە لەنێوان ئاين‌و جەماوەردا، جا هەركاتێك ئەو كەسايەتيە دەستی داداو خۆی دۆڕاند بە كاريگەريەكانی دەوروبەر، ئەوا جەماوەرەكەش هەمووی دەدۆڕێت، بەڵام هەر كاتێك كاروكردەوەكانی مامۆستاكە لەپێناوی ڕەزامەندی خوادا بوو، ئەوا خواش پشتيوانی لێدەكات‌و خەڵكيش گوێ لە قسەكانی دەگرێت‌و كۆمەڵگاش بەرەو چاكەكاری دەڕوات.

لەبيرمان دێت كاتێك مامۆستايانی ئاينی فەرمانبەری پەروەردگار بوون بە نوشتەو دوعايەك نەخۆش‌و شێتێكيان چاك دەكردەوە، ئێستا مامۆستايانی ئاينی كە فەرمانبەری دەوڵەتن، بە ناچاری دەبێت بچنە ناو گروپ‌و لايەنەكانيشەوە بۆئەوەی موچەيان بدرێتێ، ئەوەشيان وايكردوە بە ئاشكرا وتارخوێن‌و پێش نوێژی ڕۆژی هەينی دەبێت ئەندامێكی كارای حيزبە دەسەلاتدارەكانی ناو مەيدانەكە بێت، دەنا چەند عالم بێت‌و، ئەگەر سەد جاريش هەموو قورئانی لەبەر كردبێت ناهێڵن لە مينبەرەكە نزيك بكەوێتەوە، زۆرينەشيان ئارەزوويان لەوەيە چاويلكەيان لەچاو بێت‌و لە پێشی خەڵكەكەوە بەڕێدا بڕۆن‌و لە كۆڕو كۆمەڵەكاندا لەشوێنی تايبەت بەخۆيان دانيشن، زۆريش ئارەزووی دەعوەتكاری دەكەن‌و، چاويان لە زەكات‌و سەرفترەيە، كەسانی وەكو مەلای گەورەی كۆيەو مەلا عبدالكريمی مودەريس‌و مامۆستا عەلائەدين سەجادی‌و شێخ محمدی خاڵ‌و شێخی مەدرەسەی وەرتێ‌و مەلا ئەحمەدی خانەقاو مەلا عبدالله ی مەدرەسەی ميرزاڕۆستەم‌و مەلا سەلامی بێتواتەو مەلا

ئەحمەدی قازی‌و مامۆستا مستەفا زەڵمی‌و مەلا محمدی مەلای گەورەی چوارقورنەو زۆر مامۆستای بەڕێزی تر شوێنەواریان دیارە لەناو کۆمەڵگای کوردەواریدا، کەسایەتی مامۆستای ئایینیش ئەوەندە پیرۆزە باری کەسایەتیەکەی دەتوانێت دەسەڵاتی یاساکان ئاسانتر بکات لەسەر کەسایەتی تاکەکان، لێرەدا ڕووداوێکی مێژویی لەسەر کەسایەتی مەلای گەورەی کۆیە دێنینەوە، ڕۆژێکیان پیاوێك بە سواری گوێدرێژەکەی دەچێت بۆ شاخ بۆ دارکردن، کە دەکەوێتە ڕێ پاش ماوەیەك گوێدرێژەکە لە شوێنی خۆی دەچەقێت‌و ناڕوات، کابراش چەند خەریك دەبێت، گوێدرێژەکە هەرناڕوات، ئەویش تووڕە دەبێت‌و دەڵێت: بە تەلاقم بڕۆیت یان نەڕۆیت لەسەر پشتت نایەمە خوارەوە، دوای ماوەیەك بیر لە قسەکەی دەکاتەوەو لەبەرخۆیەوە دەڵێت: ئێ باشە خۆ تامردن من بەسەر پشتی ئەو گوێدرێژەوە نامێنمەوە، ئەدی کەواتە ئەو تەڵاقەم بۆ خوارد، بە ناچاری بەسەر پشتی گوێدرێژەکەیەوە دەگەڕێتەوە ناو شارو، ڕوو لەمزگەوت دەکات‌و، لەدەرگای مزگەوتەوە دەچێتە ناو حەوشەکەوە، خەڵکانێك پێشی پێ دەگرن‌و دەیانەوێت بیگێڕنەوە، ئەویش هاوار دەکات‌و دەڵێت: بانگی مامۆستاکەن با بێتە دەرەوە، کاتێك کە مامۆستا دێتەدەرەوەو پیاوەکە لەسەر پشتی کەرەکەیەوە ڕووداوەکەی بۆ دەگێڕێتەوە، مامۆستاش سەرنج دەداتە دارێك لەناو حەوشەی مزگەوتەکەداو دەڵێت: باشە ڕۆڵە بە گوێدرێژەکەتەوە بڕۆ بۆ ژێر ئەو دارە، لەوێ لەسەر پشتی گوێدرێژەکەوە خۆت بە دارەکە هەڵواسەو سەرکەوە سەر دارەکە، ئینجا پیاوەکە لەسەر پشتی گوێدرێژەکەیەوە دەچێتە سەر دارەکە، پاشان مامۆستا بە خەڵکەکە دەڵێت: گوێدرێژەکە دوورخەنەوە، دوای ئەوە مامۆستا بە پیاوەکە دەڵێت: ڕۆڵە لەسەر دارەکە وەرە خوارەوە، جا کە پیاوەکە لەسەر دارەکە

دێتە خوارەوە، مامۆستا لێی دەپرسێت: ئێستا تۆ لەکوێوە هاتیتە خوارەوە؟ ئەویش دەڵێت: گەورەم لەسەر دارەکەوە هاتمە خوارەوە، مامۆستاش دەڵێت: دەبڕۆ تەلاَقەکەت نەکەوتوەو جارێکی تریش کەرایەتیەکی وەها مەکە.

کەسایەتی قەساب:

کەسایەتیەکی زۆر خێرایە لە ئەنجامدانی گۆشت کێشانەکەدا، بەشێوەیەك تۆ وای دەبینیت کە پارچە گۆشتێکی زۆر جوانی بۆ کێشاویت، بەلاَم کاتێك دەچیتەوە ماڵەوە، سەرت سوڕدەمێنی تۆ چیت کڕیوەو چیت هێناوەتەوە، زۆرینەی قەسابەکان گرنگ نیە بەلایانەوە مشتەریەکانیان دڵیان دەڕەنجێت یان نا، ئەوەی مەبەستە ئێستا ئەو گۆشتەی خۆی ساغ کاتەوەو نەیهێڵێتەوە.

پزیشکایەتی:

ئەرکێکی پیرۆزە لەڕوی خزمەتەوە، بەلاَم بەدڵنیاییەوە زۆرینەی پزیشکە بەڕێزەکان دوای ئەوەی دەکەونە ناو دنیای بەرژەوەندیو ماددەوە، ویژدانو پەیمان کەسایەتیەکەیان جێدەهێڵێتو، وەکو ماددە پەرستێك لەناو کۆمەڵگادا دەردەکەون.

کەسایەتی موختار: گزیر

(مختار) وشەیەکی عەرەبیە بەمانای هەڵبژێرراو، بۆئەوەی ببێت بە ئەلقەیەکی پەیوەندی لەگەڵ دەوڵەتدا لە ناوچەیەکی دیاریکراو، لەناو کورددا لەسەردەمی حوکمی پاشایەتیدا لە هەندێك ناوچەکانی کوردستاندا وشەی (گزیر) بۆ کەسایەتی موختار بەکارهێنراوە، موختاریش کەسایەتیەکە لە هەموو سەردەمەکاندا لەپێناوی موچەی مانگانەکەیدا ناچارە نۆکەری دەوڵەت بێت، کەسێکی سووکە لەناو کۆمەڵدا، بەرتیل خۆرە، جاسوسە لەسەر خەڵکی گەڕەکەکەی، هیچ کاروبارێکی هاولاَتیان بەبێ بەخشیش جێبەجێ ناکات.

کەسایەتی کۆڵنەدەر:

ئەوەش کۆڵنەدەرەکانن، کە بە هیچ شێوەیەك ئامادە نین کەسایەتیەکانی خۆیان لەدەست بدەن و لەبەر خەڵکانی تر بپاڕێنەوە بۆ پاروە نانێك، سەرنجی ئەو هەرزەکارە ئەفەریقیە بدە، من چاك گوێم لێیە، کە دڵخۆشە بەوەی وێنەکەی لەو بابەتەدا خراوەتە ڕوو، زۆر ڕاشکاوانەش دەڵێت: گرنگ نیە تۆ دەستێك یان قاچێك یان چاوێکت نەبێت، گرنگ نیە تۆ بەرگو پۆشاکی جوانت لەبەردا نەبێت، بەڵکو ئەوەی گرنگە ئەوەیە کە ئادەمیزاد لە هەموو سەردەمەکاندا هەوڵی ئەوە بدات لە پێناوی لەزەتێکی کاتیدا کەسایەتیەکەی خۆی نەدۆڕێنێت، سەرنجێکی ئەوپیاوە چاوشینەش بدەن بزانن چۆن هێزە ناوەکیەکانی خۆی خستۆتە گەڕو بەمرۆڤایەتی ڕادەگەیەنێت کە نەبوونی دەستو قاچەکان مانای ئەوە ناگەیەنن من لەم بوونەدا شوێنێکم نەبێت، من هەمو لەگەڵ بێ دەستو قاچیشدا دەتوانم کارێك ئەنجام بدەم کە کەسی ساغ ناتوانێت ئەنجامی بدات، گرنگ ئەوەیە کەسایەتیەکەی تۆ بتوانێت خۆشیو زەردەخەنەیەك بێنێتە سەرلێوی مرۆڤەکان.

دوازدەیەم:

ئـەو تایبەتمەندیانـەی لـە خـودی کەسـایەتیەکدا هـەن، کاریگەریـەکانیان دوو سەرە، هەم کاریگەریان هەیە لەسـەر کەسایەتیەکەو هـەم کەسـایەتیەکەش لـە ڕێگەی ئەوانەوە دەناسرێتەوە:

یەکەم: پەنجەمۆر

چینیو یابانیەکان یەکەم کەس بوون کە(٣٠٠٠)ساڵ پـێش ئێسـتا پەنجـەمۆریان بەکارهێناوە لە واژۆکردنـی ڕێککـەوتنو پەیماننامەکانـدا، شـوێنەواری پەنجـەی هەموو کەسـێك لەیـەکتری جیـاوازنو هەریەکەشـیان تایبەتمەنـدی خاوەنەکـەی پێوەیە، لە قورئانیشـدا ئـەوە ڕوونکراوەتـەوە کـە خـوا ئەوەنـدە بەدڵنیاییـەوە باسـی بـە توانـایی خـۆی دەکـات لـە زیندووکردنـەوەی هـەموو مردوەکانـدا دەفەرموێت: ﴿ئایا ئادەمیزاد وای دادەنێت کە ئێمە ئێسکەکانی کۆ ناکەینەوە؟ بەڵێ ئێمە توانامان هەیە بەوەی نەخشـی سـەری پەنجەکانیشـی وەکـو خۆیـان دروست بکەینەوە﴾.(٣ ، ٤)القیامە

هەرگیز نەخشی سـەری پەنجـەی دوو کـەس لەیـەکتری ناچـن، ئەگـەر ئـەو دوو کەسەش جمك بنو لەیەك هێلکەوە پەیدا بووبن، زانست سەلماندویەتی نەخشی پەنجەکان لە دەوروبەری مانگی چواردا دەردەکەون لە تەمەنی کۆرپەکـە لـەناو منداڵدانی دایکیدا.

دووەم: بۆنەکەی

هـەر مرۆڤێـك بـۆنێکی تایبـەتی هەیـە، جیـاوازە لـە بـۆنی مرۆڤـەکانی تـر، لـە قورئانیشدا پشتیوانیەکی تەواو لەو بۆ چوونە کراوە کەخوا لەزمانی یەعقوبـەوە بۆمان باس دەکات کاتێ بە کەسو کارەکەی دەڵێت:

﴿كاتێك كە كاروانەكەش لە گەڕانەوەیدا لەیەك جیابۆوە (هەركەسە بۆ شوێنی خۆی)، باوكیان گوتی: ئەگەر لۆمەم نەكەن‌و بە درۆم نەهێننەوە، ئەوا من بۆنی یوسف دەكەم﴾. (٩٤ یوسف).

ئەو ڕەوشتە تایبەتیەش بۆتە هۆی ئەوەی بتوانرێت لەڕێگەی سەگە پۆلیسیەكانەوە بە شوێن هەنگاوی هەموو كەسێكدا بڕۆیت، بەهۆی بۆنكردنی بۆنە تایبەتیەكەی ئەوكەسە كە لە شوێنی ڕووداوەكە جێیان دەهێڵێت.

سێهەم: نەخشی لێوەكانی:

زانست ئەوەی سەلماندوە نەخشی سەری لێوی هەموو كەسێك لە یەكتری جیاوازە، نەخشی لێوی جمكەكانیش هەتا ئەندازەیەك لەیەكەوە نزیكن، بەلاًم هەرگیز وەكو یەك نین.

چوارەم: جۆرو بۆنی ئارەقەكەی

هەموو مرۆڤێك ئارەقەیەكی تایبەت بەخۆی دەردەدات كە پێكهاتەكەی جیاوازە لە هی یەكێكی تر.

پێنجەم: جۆری پرچ‌و گوێكان:

دوای توێژینەوەیەك كە (٢٠)بیست ساڵی خایاند، زانای ئەڵمانی(فالتر هارتبناخ) گەیشتە ئەو ڕاستیەی كە هەڵس‌وكەوت‌و كەسایەتی ئادەمیزادەكان لەدیمەنی گوێچكەكانیاندا دەردەكەوێت، جا بۆیە دەكرێت لەكاتی بینینی كەسێكدا بۆ یەكەمجار تەنها بە تەماشاكردنی گوێچكەكانی شارەزاییەك لەبارەی ئەو كەسایەتیەوە وەربگریت، جا توێژینەوەكەی كردووە بە كتێبێك بەناوی (گوێچكەكان چیمان پێ دەڵێن)*(٨٣)

زانست ئەوەی سەلماندوە گوێچكەی كەس بە هی كەسێكی تر ناچێت‌و، لەكۆنیشەوە لەلای عەرەبەكان ئەو قسەیە كراوە كە گوایە دوو گوێ بە یەكتری

ناچن، هەروەها لە پرچەکانیشدا، هەر ئادەمیزادەی تایبەتمەندی خۆی هەیە، پرچی ئادەمیزاد لەهەرتاڵێکیدا (١٤) توخمی تێدایە، ئینجا لە نێوان یەك بلیۆن کەسدا تەنها دوو کەس(٩)توخمیان هاوبەشن لەو چواردە توخمە.

شەشەم: چاوەکان: کۆمپانیایەکی ئەمەریکی لەپیشەسازی ئامێرە پزیشکیەکان ئەوەی سەلماند کە لەجیهاندا دوو چاو نین بە تەواوی لەیەکتری بچن.

چاویلکەکانیش کاریگەریەکی کاتیان هەیە لەسەر دەرکەوتنی کەسایەتیەکان، ئینجا ئەو چاویلکانە بۆ خوێندنەوە بن، یان بۆ جوانیو دژی تیشکی خۆر بن.

حەوتەم: دەنگ:

ئەو تایبەتمەندییە پشت بەژێیەکانی دەنگو بۆشایی دەمو لوت دەبەستێت، کە هەرگیز ناتوانرێت وەکو خۆی لاسایی بکرێتەوە، جا ئەمەریکیەکان ئەو زانستە پێش کەوتوەیان لەماڵەکانی خۆیاندا بەکارهێناوە، بەرنامەیان داوەتە دەرگای ماڵەکانیانو بەهۆی ئامێرێکەوە دەنگی ئەوکەسەی لەسەر تۆمار دەکەن، بە لەرەلەری یەك لەسەر هەزار لە چرکەیەکدا، جا هەرکاتێك ئەو دەرگایە گوێی لەو دەنگە تایبەتیەی ئەو کەسە بوو، ئەوە دەرگاکەی بۆ دەکاتەوە بەهۆی ناسینەوەی دەنگی ئەوکەسەوە.*(٨٤)

هەشتەم: ناوکە ترشی (دی، ئێن، ئەی)

هەموو جەستەیەکی زیندوو بەهۆی بەردەوام بوونی زیندوویەتیەکەیەوە لە گەشەیەکی بەردەوامدایە کە بە بەردەوامی دەبێتە هۆی گۆڕانی ناوکە ترشی ئەوکەسە، ئەوەشیان وای لێدەکات لە هەموو کاتو ساتێکی دیاریکراودا تایبەتمەندیەکی خۆی هەبێت، بۆنموونە: کاتێك کردارێکی لەبەرگرتنەوە (استنساخ) دەکرێت بۆ مانگایەکی تەمەن(٦)شەشساڵ، ئەوا ئەو گوێرەکەیەی پەیدا دەبێت لە ڕەوشتەکانی تەمەنی(٦) شەش ساڵەی دایکەکەیدا دەبێت،

ئینجا ئەو گۆڕانکاریانە کە ڕوودەدەن کەسایەتی‌و ئارەزوو ویستی ئەو پێکهاتە زیندووەش لەگەڵ خۆیاندا دەگۆڕن، بۆنموونە: خەڵکانێکی زۆر لەتەمەنی هەرزەکاریدا ئارەزووی خواردنی پەتاتەیان هەبووە، بەلاَم ئێستا ئەو ئارەزووەیان نەماوە، مرۆڤ لە سەرەتای تەمەنی هەرزەکاریدا زۆر ئارەزووی سێکس دەکات، بەلاَم کاتێك بەداری تەمەندا هەڵدەگەڕێت، ئەو هەڵپەو ئارەزووانە دادەمرکێنەوە، تۆ لە تەمەنی هەرزەکاریدا لە ناوکە ترشەکەتدا ئەوەت بۆ داندراوە پرچت پڕو ڕەش‌و بەهێز بێت، بەلاَم دوای چەند ساڵێك کە تەمەنەکە تێدەپەڕێت، لە ناوکە ترشەکەتدا ئەو مافانەت لێ وەردەگیرێنەوەو، پرچەکەت لاواز دەبێت‌و دەست بە هەڵوەرین دەکات‌و ئەوەندەشی کە دەمێنێتەوە دوابەدوا سپی دەبێت، جا پرچی سپی مەدالیای ڕێزو حورمەتە، خوا بە مرۆڤی بەخشیوە، نیشانەی کەسایەتیەکی بەهێز نیشان دەدات بۆ ئەو سەردەمەی تەمەنی، بەلاَم کەسانێکیش هەن هێزە ئارەزوو بازیەکەیان وایان لێ دەکات ئەو پرچە سپیە بۆیاغ دەکەنەوەو، کەسایەتیەکەی خۆیان بە گەنجتر نیشان دەدەن.

نۆیەم: دەست‌و پەنجەو نینۆکەکان.

*خاوەنی نینۆکە درێژەکان بە زۆری کەسانی نموونەیی‌و هەستیارو لەسەرخۆو بێدەنگن، دەیانەوێت پێش ئەوەی شتێك بدرکێنن بەوردی بچنە بنج‌و بناوانی ئەو شتەوەو هەڵی بسەنگێنن، ئەو کەسایەتیە لەو کەسانەیە کە پێشتر درك بە شتەکان دەکەن‌و بەچاوی عەقڵ پێشبینیان دەکەن، ئەوکەسەش کە نینۆکەکەی درێژو پان بێت، ئەوە مانای ئەوەیە ئەوکەسە خۆپەرستە.

*نینۆکی کورت: خاوەنی ئەو نینۆکە زۆر شەرمنە، لەکاتی نەهامەتیەکاندا زۆر خۆڕاگرن، پێیان خۆش نیە فەرمان بەسەر کەسدا بکەن‌و کەسیش فەرمانیان

بەسەردا بکات، بەڵکو تەنها هاوبەشی دەکەن لە جێبەجێ کردنی بڕیارەکاندا، ڕێز لە یاسا دەگرن، ئەگەر نینۆکەکەش لەگەڵ بچووکیەکەیدا زۆر لە تەنگەبەریدا بوو، ئەوە مانای ئەوەیە ئەوکەسە لە دڵەڕاوکێیەکی فراواندایە.

*نینۆکی تەسك: خاوەنی ئەوجۆرە نینۆکە کەسایەتیەکی بەهێزو خۆڕاگرە، ئیش بەو بۆچوونە دەکات کە بە مێشکی دادێتو دەزانێت چۆن خۆی بەسەر خەڵکیدا بسەپێنێت، لەو کەسانەن کە لەخزمەتی کێشەکانی خۆیاندانو لە هەوڵدان بۆ بەرەو پێشەوە بردنیان، زۆر ئارەزووی گەشتوگوزاریان هەیەو، مەیلی ئەوەیانە لە هەموو تاقیکردنەوەیەکی نوێدا خۆبەختانە بەشداری بکەن، جا ئەگەر هاتو ئەو پەنجە تەسکە تەختو پان بوو، مانای ئەوەیە ئەو کەسایەتیە خاوەنی ئاینوئۆینە.

*نینۆکی بادەمی: شێوەی ئەوجۆرە نینۆکە لە هەموو شێوەکانی تر شیاو گونجاوترەو خۆشەویستترە، ئارەزووی هونەرەکان دەکات، کەسایەتیەکی ناسکی بەڕێزی لێهاتووە، بە توانایە لەسەر دروستکردنی کەشو هەوایەك لە دەوروبەرەکەی خۆیدا کە بە ئارەزووی ئەوبێت.

نینۆکی چوارگۆشە: خاوەنی ئەو نینۆکە لەشێوەیدا وادەردەکەوێت کەسایەتیەکی خۆپارێزو ڕەسەنە، ئارەزووی لە بێ دەنگییەو، هەرخۆی بە تەنها بەدوای ئەنجامدانی ئیشوکارەکانیدا دەڕوات، ئەو جۆرە نینۆکانە لە دەستو پەنجەی هونەرمەندەکانو خاوەن زانیاریەکان بەدی دەکرێت، خاوەنەکانیان وایان پێ باشە مامەڵە لەگەڵ ڕێنوسە ژمارەیەکاندا بکرێت نەك لەگەڵ ڕێنوسە پیتیەکاندا، هەرکاتێکیش لای ژێرەوەی ئەو جۆرە نینۆکە لە شێوەی سێگۆشە بێت، ئەوە مانای ئەوەیە ئەو کەسایەتیە ئاژاوەچیە.(٨٥)

دەیەم: لوتەکان

لوت میلی تەرازوی دەموچاوە، لە ئافرەتاندا لوتی گەورە خۆشەویست نیە، جۆری لوتەکان دەسەلاتی جوان دەرکەوتنی لێوەکانیان لە دەستدایە، سەرنج بدە ئەو لوتانە، کورت، باریك، پان، درێژ ، خڕ، خوار، لار، جۆری زۆرە.

لوتەکانیش بەشێوەیەکی گشتی ئەو جۆرانەیان ناسراون:

لوتی ڕۆمانی:

ئەو لوتە بەوە جیادەکرێتەوە ئێسکەکەی ڕێکە، ئەو جۆرە لوتەش لوتی پاشاو مەلیكو خاوەن پلەوپایە بەرزەکانەو نیشانەی هێزو دەسەلاتە.

لوتی یۆنانی:

ئەو جۆرە لوتە تایبەت لەناو یۆنانیەکاندا پەیدا بوو، ئێسکەکەی ئەوەندە ڕێکە خەریکە لەگەڵ ناوچاواندا یەك ئاراستە وەردەگرێت، ئەوەش نیشانەی ئەوەیە کەسایەتی ئەو خاوەن لوتانە ئارەزوویەکی جوانیان هەیەو مەیلیان بەلای

هونەردایە، ئەو ئافرەتەش کە خاوەنی ئەو لوتەیە، لە ژیانیدا دڵی دەچێتەسەر هەموو شتێکی جوان وەکو جلو بەرگو خشلی بەنرخ.

لوتی جولەکە: بۆ یەکەمجار شێوەی ئەو لوتە لە سوریا دەرکەوت، کە نیشتیمانی نەوە یەکەمیەکانی جولەکەیە لەسەردەمی یەعقوبی کوڕی ئیسحاقی کوڕی ئیبراهیمدا، پاشان لە میسرو باکووری ئەفەریقیاش پەیدابوو، خاوەنی ئەو لوتانە بە عەقلیەتی بازرگانیەوە بەناوبانگن، بۆیە بەو جۆرە لوتە دەگوترێت: لوتی بازرگانی، کاتێکیش کە باس لە لوتی جولەکە دەکرێت، دەبینین لە ناوەڕاستەوە کەمێك بەرزبۆتەوە، جا هەتا زیاتر کوڕ ببێتەوە ئەوە مانای ئەوە دەگەیەنێت کە خاوەنەکەی حەسودی بە خەڵکانی تر دەبات.

ئەو لوتەی کە چۆتەوە ناویّ: ئەو لوتەیە کە بە دیوی ناوەوەدا لاربۆتەوەو وا هەست دەکەیت داتاشراوە، ئەو جۆرە لوتە لە سۆدانو باشووری ئەفەریقیا

هەیە، ئەوەش نیشانەی لاوازیو ئێشوژانو زەلیلیـە، کـە خەڵکەکـەی تووشـی هاتون بـەهۆی دواکـەوتوی وڵاتەکانیانـەوە، خـاوەنی ئـەو لوتانـەش بـە مینگـە مینگو زۆربلێیی ناسراون.

ئەو لوتانەی تەواو بە دەروەنو دیارن:

ئەو لوتانە دەگرێتەوە کە بەتەواوی لـە دەمو چـاو جیـا بوونەتـەوەو، نیشـانەی هێزو دەسەڵاتە بۆ پارێزگاری کردن لەخۆیو خەڵکانی تریش، جـا خزمـی خـۆی بـن یـان هاونیشـتیمانی بـن، خـاوەنی ئـەو لوتانـە بـە بـەردەوامی بـەوە جیـا دەکرێنەوە ئازاو دارِێژراونو لە ئامادەباشی دان بـۆ بـە هانـا چـونی نیشـتیمان، ئەو جۆرە لوتەش ئەو شێوانەی خوارەوە دەگرنەوە:

ئەو لوتەی سێیەکی پێشەوەی پان بۆتەوە: خاوەنی ئەو لوتە بە بەردەوامی لە ئامادەباشی دایە پارێزگاری لە خۆی بکات لە هەموو هێرشێك، خۆی دەست بە شەڕ ناکات، ناشیەوێت ئازاری خەڵکانی تر بدات، بە بەردەوامیش لە ئامادەباشی دایە بۆ دیفاع کردن لەخۆی.

ئەو لوتەی کە پارێزگاری لەکەسوکارەکەی دەکات، ئەو جۆرە لوتە لوتی کەسانێکە کە زۆر بە پەلەو خێرا پارێزگاری لە کەسوکارو هۆزو نەتەوەکەی دەکات لەکاتی ڕوبەڕوبوونەوەدا، ناشترسێتو گوێش ناداتە ئەوەی چی ڕودەدات.

لوتی کەسێك کە گوێ نەداتە پێشهاتەکان: مەبەست لەو کەسەیە بیر لە زەرەرو قازانج نەکاتەوەو یەکسەر بڕیار بدات، بۆنموونە: ئەگەر ئەوکەسە پارێزەرێك بێت، ئەوا دەکەوێتە ململانێی کەسەکەی بەرانبەری جا ئەو کەسە بێ تاون یان ستەمکار بێت، بیریش لەوە ناکاتەوە ئایا بەو هەڵسوکەوتەی ئەو پیاوە ڕزگار دەکات یان دەیخاتە تاریکیەکانی زیندانەوە.*(٨٦)

لە کوردەواریشدا لوت وەکو پێوەرێك بەکاردێت بۆ زانینی قەبارەی ئەندامی نێرینە، گەورەو بچووکی دەمیش وەك پێوەرێك بەکاردێت بۆ زانینی گەرەو بچووکی ئەندامی مێیینە.

یازدە: ترس

مادام لە جەستەدا ژیرییەك هەیە ئادەمیزاد بەڕێوەدەبات، کەواتە دەبێت تێفکرینو بەخۆداچونەوەش هەبێت بۆ پێشهاتو ڕووداوەکان، جا هەرکاتێك تێفکرینو بەخۆداچونەوە هەبوو، ئەوا تەرازوی ژیری پێوانەکان ئەنجام دەدات، ئەگەر کارەکان خراپ ئەنجام درابن یان وا بیربکرێتەوە کە ئەو کارانە لە داهاتوویەکی نزیکدا ئەنجامێکی خراپیان دەبێت، ئەوا وەڵامدانەوەی کێشی ئەو تەرازووە وانیشان دەدات کە ئەو کەسایەتیە تێفکرینێکی چەپەوانەی هەیە بۆ ئەنجامی ئەو ڕووداو پێشهاتە، ئینجا وەڵامی ئەو تێفکرینە چەپەوانە پێی

دەگوترێت (ترس)، کە بەهۆیەوە (خەمو دڵەڕاوکێ) لە دایك دەبن، بەڵام هەر کاتێك کێشی ئەو تێفکرینە وەڵامدانەوەیەکی ڕاستەوانە بوو، ئەوا وەڵامی ئەو تێفکرینە پێی دەگوترێت: (دڵنیابوونەوە)، کە بەهۆیەوە (خۆشیو شادی) لەدایك دەبن، جا خوێنەری بەڕێز لەوکاتەدا کە تۆ کەوتویتە ناو دەریایەکی ترسو خەمەوە، ئەگەر لە هۆش خۆت بیتو لە دەرەوەڕا بەچاوی تێفکرینو بیرکردنەوە تەماشایەکی دیوی ناوەی خۆت بکەیت، دەبینیت چەندین کارلێکی کیمیائی ڕویان داوەو وایان لێکردوی تووشی دڵەکوتێ بوویتو پێستت گرژ بووەو، مووەکانت ڕەپو ڕەق ڕاوەستاونو چاوەکانت وڕماونو دەستەکانت بەخۆتەوە نوساندونو نرکەت لێ بڕاوەو سەرت شۆڕ کردوەو بەداماوی دانیشتوی، زۆر جارانیش ئەوەندە لەدەوروبەرەکەت دوورکەوتویەوە هاوڕێیەکت سەلامت لێدەکات ئاگات لەخۆت نیە وەڵامی بدەیتەوە، بەڵام لە کاتی خۆشیو ئاشتیدا، هەموو شتەکان پێچەوانەن، ئەوەندە وریاو لەهۆش خۆتی پێش ئەوەی برادەرەکەت هەواڵت بپرسێت تۆ فەرمووی لێ دەکەیت، هەموو ئەو هەڵسوکەوتانە لە ئەنجامی ئەو کارلێکە کیمیاویانەوە دروست دەبن کە بەپێی پێوانەی تەرازوی ژێریەکە مێشك دەیانرژێنێتە ناو خوێنەوە، لەوێشەوە بۆ خانەکانی لەش، دەبنە مایەی ترسانو خەمو خەفەت یان خۆشیو شادی، ئەوە جۆرە ترسێکە کاریگەریەکەی لە ئەنجامی کارلێکە ناوەکیەکانی خۆتەوە پەیدا دەبن، بەڵام هەندێك ترس هەن هەنوکەیین، لەژێر دەسەڵاتی خۆتدانین، ڕاستەوخۆ کاریگەریان هەیە لەسەرت، بۆنموونە: تۆ لەگەڵ هاوڕیەکتدا دانیشتویو قسە دەکەن، لەپڕ تایەی ماشێنێك دەتەقێت، شەپۆلەکانی دەنگی ئەو تەقینەوەیە قسەکانت پێ دەبڕێتو هەڵتان دەستێنێتە سەرپێو، واتان لێ دەکات چاوبگێڕن بۆشوێنی ڕووداوەکە، جا لەوکاتەدا ئەگەر هەستێك لەخۆت

ڕابگریت، دەبینیت تووشی دڵەکوتە بوویت، ئایا دەزانیت هۆی چیە؟ لەو کاتەدا کـە ئـەو تەقینەوەیـە ڕوودەدات شـەپۆلەکانی دەنگەکـە دەگەنـە تـۆ، ئـەوەی بـەرگوێت دەگـەوێت وات لێـدەکات گوێبیسـتی دەنگەکـەی ببـی، ئـەوەی بـەر شوێنێکی تری لەشت دەکەوێت ئەویش کاری خـۆی دەکـات، بۆنموونـە: کاتێـك شـەپۆلەکانی ئەودەنگـە بـەرزە بـەر جووتـە گلانـدی ملەقۆرتـە گلانـد دەکـەون لەوبەرەوبەری ملـدا، وایـان لێدەکـەن بگوشـرێنو کـەمێك لـەو ئەدرناڵینـەی کـە تێیاندایـە بڕژێنــەناو خوێنــەوەو تووشــی ئــەو دڵەکوتێیــەت بکــەن، لــەڕووی زانستیشـەوە ئـەوە سـەلمێنراوە کـە ئـەو گلانـدە ڕێکخـەری لێدانـەکانی دڵـە، پێکهاتەی ئادەمیزادیش وەهایە کە سواری کەشتی یان فڕۆکە دەبێت ترسـێکی لێ دەنیشێت، ئەو ترسەش بەهۆی دوورکەوتنەوەیەتی لە خاکەوە، لەبەرئەوەی دەتوانێت لەسەر خاك بە هەر شێوەیەك بێت بژیەت، بەڵام لە ئاسمـانو لـە نـاو دەریادا بۆ کاتێکی دیـاریکراو نـەبێت ناتوانێـت بمێنێتــەوە، هـەورە بروسـکەش فەرمانەکـەی لـە ئاسمانـەوە دەدرێـت، هەنـدێك جـاران دەبێتەمایـەی ترسـی ئادەمیزادەکان، ترسانێکی تـریش هەیـە سەرچـاوەی ترسـەکە لەبەرچـاو نییـە، بەڵکو لە نادیار دایە، ئەویش ترسـانە لـە پەروەردگارەکـەت، بەدڵنیاییـەوە ئـەو جۆرە ترسە، کەسایەتیەکەت بـەهێزو پتـەوتر دەکـاتو مزگێنـی دەسـکەوتێکی گەورەشت پێ دەدات، پەروەردگار دەفەرموێت: ﴿ئەو کەسـەش لـە پلەوپایـەی پەروردگاری خۆی دەترسێ، (وەکو پاداشت) دو باخچەی بـۆ دابـین دەکـرێن﴾. (٤٦)الرحمن

ئەو پاداشتەش بەدرێژی لەدوای ئایەتی(٤٦)ی سوڕەتی (الرحمن) باسکراون.

بەدڵنیاییشەوە پلەی ترس لە کەسێکەوە بـۆ کەسـێکی تـر دەگۆڕێـت، لـە یـەك کاتدا لەیەك سەرچـاوەی ترسـەوە کەسـانێك خـۆڕاگرنو چـاوەڕێی ئەنجامـەکان

دەکەن، کەسانێکیش دەیکەن بە گریانو باوکەڕۆو زۆر جارانیش دەسەڵاتیان بەسەر خۆیاندا نامێنێتو میزو پیسایی بەخۆیاندا دەکەن، جا سەرنج بدە کەسایەتیەکەتو بزانە بە بەردەوام لە چ جووڵەیەك دایە.

دڵنیابە لەوەش کە گرنگترین شت لە هێزی کەسایەتیدا ئەوەیە کە نەترسیت، یان وەها خۆت نیشان بدەیت کە ناترسێت، بەڵام چۆن دەتوانیت کەسایەتیەك وا لیێ بکەیت کە نەترسێت؟ زاناکان وای دادەنێن باشترین ڕێگە بۆ زاڵبوون بەسەر ترساندا ئەوەیە ڕوبەڕوی ترسانەکە ببیتەوە، تۆ بۆچی دەترسیت؟ لەکێ دەترسیت؟ خۆ ئێمەی ئادەمیزاد هەموومان هەمان پێکهاتەی جەستەمان پێدراوە لەلایەن دروستکەرەکەمانەوە، هەریەکەمان(٣٢)ددانو (٢)چاو، (٢)گویێو، (٢)دەستو، (٢)قاچمان هەیە، جیاوازی چیە لە نێوان تۆو کەسایەتیەکی تردا؟ تۆ بۆ لە یەکێکی تر دەترسیت؟ تۆی ئادەمیزاد جێنیشینی خوای گەورەی لەسەر زەوی، خواش ڕاستەو ڕاستیشی خۆش دەوێت، بۆیە بەدڵنیاییەوە خۆت ڕاستکەو لەو پەروەردگارەی سەرەوە نەبێت لە کەسی تر مەترسەو پەنجەش بکە بە چاوی شێردا.

دوازدە: شێوەکانی نوستن:

لێکۆڵینەوەیەکی نوێ گەشتۆتە ئەو ئەنجامەی کە نوستن ڕۆڵێکی بنەڕەتی هەیە لە دیاریکردنی کەسایەتی ئادەمیزادەکاندا، لێکۆڵینەوەکە دەڵێت: نوستن شەش شێوەی سەرەکی هەیە، ئەو شەش شێوەیە لەلای خەڵکی باون، لەناویشیاندا شێوەی نوستنی کۆرپە لەناو منداڵدانی دایکیدا لە هەموو شێوەکانی تر باوترە، خاوەنی ئەوشێوە نوستنە بە شەرمنو دڵ نەرم ناسراونو شێوەی دەموچاویان کەمێك توندوتیژ دیارن.

هـەروەها لێکۆڵینەوەکـە دەڵێـت: خـەوتن لەسـەر یـەکێك لـە لاکـان، لەگـەڵ درێـژکردنی دەسـتو قاچـەکاندا، نیشـانەی ئەوەیـە ئـەو کەسـایەتیە کەسـێکی کۆمەڵایەتیە، درێژکردنی دەستەکانیش بۆ پێشەوە نیشانەی بـەرەوەو پێشـەوە چونەو کەسێکی کاڵتەجاڕو لاملو گوماندارە بە خەڵکانی تر.

خەوتن لەسەر پشتو درێژکردنی دەستەکان، نیشانەی ئەوەیە ئـەو کەسـایەتیە کەسـێکی خۆپـارێزو هێـدیو سەردەسـتەیە بۆخـەڵکانی تـر، بـەڵام ئەوشـێوە نوستنە دەبێتەمایەی ئەوەی ئەو کەسایەتیە برخەپرخی لێوە بێت.

خـەوتن لەسـەر زگو لـەباوەش گرتنـی سـەرینەکە، ئـەوە دەگەیـەنێت کـە ئـەو کەسایەتیە کەسێکە گوێ ناداتێ چی ڕوودەداتو لە خۆڕا دێتەناو باسـەکانەوەو ڕازیش نیە ڕەخنەی لێ بگیرێت.

خــەوتنیش لەســەر شـێوەی ئەسـتێرەی دەریـا، ڕەوشـتی ئـەو کەسـایەتیە دەردەخات کە گوێ لە خەڵکی دەگرێتو یارمەتی خەڵکانی تـر دەداتو بـەهۆی چـاوتێبڕینی خـەڵکی تـرەوە تووشـی ناڕەحـەتی دەبـن، بـەهۆی ئـەو شـێوە نوستنەشەوە تووشی پرخەپرخو کەم خەوی دەبن.

لێکۆڵینەوەکـە ئەوەشـی سـەلماندوە لـە کـاتی خەوتنـدا لـە نێـوان دە کەسـدا کەسێك پێی خۆشە هەموو جەستەکەی داپۆشرێت، زۆرینەشیان پێیـان خۆشـە سەرو گوێلاکو دەستوقاچو قولیان بەدەرەوە بێت. *(٨٧)

لە ئایینی ئیسلامیشدا وا پەسەند کراوە مـرۆڤ لەسـەر کەلەکـەی ڕاسـتی ڕووەو قیبلە بخەوێت، ئەو جۆرە نوستنەش بوارێکی باش دەداتـە دڵ، هـیچ فشـارێکی نەکەوێتە سەر.

سێزده: دەرکەوتنی کەسایەتی لە شێوازە جیاجیاکانی ڕۆیشتندا:

* ڕۆیشتن بە هەنگاوی جێگیرو ئەندازە گیراو: ئەوجۆرە ڕۆیشتنە ئەوە دەگەیەنێت ئەو کەسایەتیە جێگیرو نەگۆڕەو سورە لەسەر ئەنجامدانی کارەکانی.

*ئەو هەنگاوانەی بە توندی دەندرێنە سەر زەوی‌و دەنگێکی توندیان لێوەدێت: ئەو جۆرە ڕۆیشتنە ئەو کەسایەتیانە دەردەخات کە ئارەزووی ئەوەیان هەیە بۆخۆیان زاڵبن بەسەر هەموو شتێکداو چاوڕاو لەخەڵکی بکەن‌و، خۆپەرست بن‌و گوێ بەمافی خەڵکی نەدەن.

* هەنگاوی چوست بەبێ فێڵ‌و تەڵەکەبازی‌و بەبێ هۆسەو هەرا: ئەو جۆرە ڕۆیشتنە ئەو کەسایەتیانە دەردەخات کە ئارەزووی ئەوەیان هەیە هێدی‌و هێمن‌و ناسك‌و بەڕێزو خاوەن ڕەوشت‌و چاکەکار بن لەگەڵ ئەوانەی هەڵس‌و کەوتیان لەگەڵدا دەکەن.

*ڕۆیشتن بە خۆبەگەورەزانین‌و لوت بەرزیەوە: ئەو جۆرە ڕۆیشتنە ئەو کەسایەتیانە دەردەخات کەزیادەڕەوی دەکەن لەدەرخستنی کەسایەتیەکەیان، هەست بە فشارێکی داب‌و نەریتەکان دەکەن بەسەریانداو، ئارەزووی ئەوە دەکەن بە بەردەوامی لە ئازادی‌و سەربەستی‌و بەرەڵایی داب‌و تێدا نەچن.

* ڕۆیشتن بەڕێك‌وپێکی لەگەڵ بەرزکردنەوەی سەردا:

ئەو جۆرە ڕۆیشتنە ئەو کەسایەتیانە دەردەخات کە سەرکردەو بەرپرسی ئیش‌و کارەکان‌و پاڵەوانە نیشتیمان پەروەرەکان‌و خاوەنی پایە بەرزەکانن، کە بە ئاسانی چارەسەری تەنگژەکان دەکەن‌و لەو هۆکارانەش دوور دەکەونەوە کە دەبنە مایەی لەکەدار کردنی ناو ناتۆرەکانیان، ئەو کەسایەتیانە بەوە جیا دەکرێنەوە کە خاوەن ڕێزو ئازایەتی‌و داهێنانن.

*ڕۆیشتنی لەسەرخۆ:
ئەو جۆرە ڕۆیشتنە ئەو کەسایەتیانە دەردەخات کە هێدیو هێمنن‌و باوەڕیان بەخۆیان هەیەو، ماڵو خێزانەکانیان خۆش دەوێنو، پەیوەندی ژنو مێردایەتی بە پیرۆز ڕادەگرنو، نەرمو لەسەرخۆو دان بەخۆداگرنو، زۆر گرنگی بە منداڵەکانیان دەدەن.
* نەرمە غار: ڕۆیشتنێکە بە خێراییو هەنگاوی فراوان، نیشانەی ئەوەیە ئەو کەسایەتیە خاوەن توانایەکی جەستەییو بیرێکی بەهێزە، بەزوویی چارەسەری کێشەی هەستو سۆزە دەرونیەکان دەکات، بەشێوازی گونجاو داڕێژراو خۆی لە خەمو خەفەت ڕزگار دەکات، بۆخۆی دەزانێت چی دەوێتو لە هەوڵی ئەوەدایە بەزوترین کات بگات بە ئاواتەکەی، هاجەرەی دایکی ئیسماعیل پێغەمبەریش(سەلامی خوایان لێبێت) لەنێوان سەفاو مەروادا بەو شێوەیە دەهاتو دەچوو، بەدوای ئاودا دەگەڕا، تا سەرئەنجام لەجاری حەوتەمی هاتنو چونەکەیدا لەژێر قاچی کۆرپەکەیەوە ئاوێکی بەدی کرد.
ڕۆیشتن بە شێواویو پشێوی: وەکو ئەوەی بەڕێوە ڕۆژنامەیەك یان کتێبێك بخوێنێتەوە، یان لە کاتی ڕۆیشتندا خۆی بەقۆڵی هاوڕێکەیەوە هەڵواسێت، ئەوەشیان نیشانەی نەبوونی هەستێکی ناوەکیە بەوەی کە ئەوکەسە لە بارێکی پارێزراودایەو، زۆر بە هەڵپەو تامەزرۆنیە لەسەر دەسکەوتنی یان ئەنجامدانی شتێك، زۆریش وردەکار نییە لە هەڵوێست وەرگرتن بۆ بڕیاردانو، پەیوەندیە بەهێزەکانی خێزانیشی زۆر بەلاوە گرنگ نییە، بەڵام ئەگەر ئەو کەسایەتیە ئافرەت بوو، ئەوا بەو هەڵوێستەی ژنایەتیەکی زاڵتر دەردەبڕێت بەرانبەر بە مێردەکەیو زیاتریش هەست بە لەزەت وەرگرتنو پشت بەستن بە مێردەکەی دەکات.(٨٨)

چوارده: دەربڕینو هەستکردن:

دەربڕینو هەستکردنیش لە کەسێکەوە بۆ کەسێکی تر دەگۆڕێت.

زۆر جاران وا ڕێك دەکەوێت تۆ باسی کەسێك دەکەیتو دوای کەمێك ئەوکەسە پەیدا دەبێت، ئەوە شتێك نیە تایبەت بێت بە تۆوە، تایبەتە بەهەموو زیندەوەرەکان، تێشیاندایە پلەی هەستکردن تێیاندا لە هی ئادەمیزاد زیاترە.

(زۆربەی هەڵسوکەوتەکان لەنێو هەموو نەتەوەکاندا وەکو یەکە، کاتێك دڵخۆش دەبن زەردەخەنە دەیانگرێو، کاتێکیش خەمێکیان بەسەردا دێت، گرژو مۆن دەبن، هەروەها لەناو مرۆڤایەتیدا واباوە سەردانەواندن نیشانەی ڕەزامەندیەو، سەربادانیش بەلای ڕاستو چەپدا نیشانەی ناڕازیبوونە، منداڵیش کاتێك تێردەبێت لە شیرخواردن سەری بەولاولادا ڕادەوەشێنێ، بەمانای ئەوەی هیچیتر شیری ناوێت، هەروەها شان هەڵتەکاندنیش مانای ئەوە دەگەیەنێت کە ئەو کەسە لەگەڵ تۆدا تێك ناکاتەوەو لێت تێ ناگات.

هەندێك لە هەڵسوکەوتەکان ئەگەر بە وردی مامەڵەیان لەگەڵدا نەکرێت لێکدانەوەیەکی هەڵە دەدەن بەدەستەوە، بەپێی شوێنو کاتەکانیان، بۆنموونە: خوراندنی سەر زۆر مانا دەگەیەنێت، یان کرێژو ئەسپێی هەیە، یان ئەوکەسە لە دڵەڕاوکێدایە، یان درۆیەکی کردووە، یان بێ ئارامە، کەواتە: تۆ ئەگەر وردەکارانە نەچیە ناو هەڵسوکەوتەکانەوە ناتوانیت هۆی سەرخوراندنەکە دیاری بکەیت.

بە شێوەیەکی گشتی هێزی دەرك کردنو هەستکردن بە شتەکان لەلای ئافرەتاندا بەهێزترە وەك لە پیاوان، ئەوەش پێی دەگوترێت: (هەستە گوماناویەکانی ئافرەت)، بەشێوەیەك لە مێینایەتی ئافرەتاندا توانایەکی بنەڕەتی هەیە نیشانە بێ دەنگەکان تێ بگاتو، تەواوی ڕووداو پێشهاتەکان

بێنێتـە بەرچـاوی خـۆی، بۆیـە زۆر بـە کـەمی پیاوەکـان دەتـوانن درۆ لەگـەڵ ژنەکانیاندا بکەن، هەر لەبەر هـەمان هـۆش ئافرەتـان زۆر بـە ئاسـانی دەتـوانن ڕاستیەکان لە مێردەکانیان بشارنەوە...*(٨٩).

کاتێـك دەسـتەکانت بـە سـینگتەوە دەگریـت، ئایـا دەسـتی ڕاسـت لەسـەرەوە دادەنێیت یان بە پێچەوانەوە؟ زۆرینەی خەڵکی نـاتوانن وەڵامـی ئـەو پرسـیارە بدەنەوە هەتا تاقیکردنەوەی لەسەر نەکەن، جا ئەگەر لـە یـەکێك لـە بارەکانـدا ئارام بێت، ئەوە لە بارەکەی تریاندا نائارامیت، ئەوەش ئـەوە دەگەیـەنێت ئـەو جووڵەیە بۆماوەیی (وراثی)یە.

کاتێك پیاوێك بە شەقامێکی قەرەباڵغدا دەڕواتو ئافرەتێك دەبینێـت، بـە پەلـە دەیەوێت خۆی بگەیەنێتیێ، بەڵام ئافرەتەکە یەکسەر هەست پێ دەکاتو خـۆی دەسوڕێنێت، بۆئەوەی لەشی بەر پیاوەکە نەکەوێت، جا ئایا هەڵسوکەوتی ئـەو ئافرەتە هەر لە مێیینایەتیەکەیدا بۆی نوسراوە؟ یـان لـە کیـژە مەکرکـەرەکانی ڕەگەزی خۆیەوە فێری بووە؟ زۆرینەی ڕەوشتە ماتەکان لە ڕێگەی فێربوونـەوە لە خەڵکانی ترەوە وەرمان گرتون.

لێرەدا چەند نموونەیەك دەهێنینەوە:

ئەگـەر هـاتو کەسـێك لـە بەرانبـەرت دانیشـتبوو، قاچـی لەسەرقاچـی دانـابوو، دەسـتی لەسـەر ڕومـەتی بـوو، بەشـێوەیەك پەنجەیـەکی بەسـەر ڕومـەتیو پەنجەیەکیش بۆسەر دەمیو پەنجـەکانی تـریش لـەژێر چـەنەگەیەوە بـوون، لـە هەموو بارەکانـدا ئـەوجۆرە دانیشـتنە دانیشـتنێکی دوژمنانەیـەو، مانـای ئـەوە دەدات ئەوکەسـە لەگـەڵ قسـەکانی تـۆدا تێـك ناکاتـەوە، جـا ئەگـەر دوای قسـەکردنەکە گـوتی ڕازی نـیم بـە قسـەکانت، مانـای وایـە نیشـانە نهێنیـەکانی ناوەوەی ئەوکەسە لەگەڵ قسەکانیدا تێك دەکەنەوە، بەڵام ئەگەر گوتی: لەزەتم

له قسەکانت وەرگرتوه، (باوەڕی پیٚ مەکە) درۆ دەکات، لەبەرئەوەی قسەکردن پشتیوانی لە زمانی بێدەنگی ناکات، کە لە ناخی ئادەمیزادەوە دەردەچێت.

نموونەی دووەم:

ئەگەر کەسێك لە دوای مێزێکەوە لە بەردەمی کۆمەڵە گەنجێکدا وەستابوو، دەستەکانی لەسەر سینگی لێك ئاڵاندبوون‌و ملیشی شۆڕ کردبۆوەو واشی لە گەنجەکان دەگەیاند کە گوایە ئەو هەستی بە کێشەکەیان کردووەو بەلای بیروبۆچونی ئەواندا لادەکاتەوەو هەستو سۆزی هەیە بەرانبەریان، ئەوە درۆ دەکات، لەوکاتەدا وەکو ئەوە وایە لەسەر مێزەکەوە بەشێوەی دەست وەشاندنەکانی کاراتیٚ دەستیان لیٚ بووەشێنێت.

نموونەی سێیەم:

ئەگەر کچێك لەگەڵ دەزگیرانەکەی دانیشتبوو، لەبارەی خۆشی‌و شادییەوە قسەی بۆ دەکرد، لەو کاتەشدا بە بەردەوامی ئەڵقەی دەزگیرانیەکەی لەناو پەنجەی دەستی دەردەهێناو تێی دەهاویشتەوە، ئەوەشیان جۆرێکی تری درۆ کردنە، چونکە بەدڵنیاییەوە بەهۆی ئەوەی گەمە بە ئەڵقەکەی دەکا، وای نیشان دەدا کە لە بارێکی نا ئارامی دایە.

چۆن فێری خوێندنەوەی زمانی بێدەنگی جەستە دەبیتو، هەستەکەت دەردەبڕیتو، هەستی خەڵکانی تریش دەخوێنیتەوە:

هەموو ڕۆژێك کاتێکی(١٥)خولەك تەرخان دەکەیت بۆ لێکۆڵینەوەو تێبینی هەڵسوکەوتی خەڵکانی تر، لەگەڵ هەوڵدان بۆ بەدەستهێنانی دەربڕینی ئەو هەستانە لەناو هەڵسوکەوتەکانی خۆتدا، واتە هەوڵ دەدەیت لێکدانەوە بۆ ئەو هەستە دەربڕیوەی ئەوان بکەیت، باشترین شوێنیش بۆ ئەنجامدانی ئەوکارە، شوێنە قەرەباڵغەکانە، وەکو هۆڵی فڕۆکەخانەو هۆڵی کۆبوونەوەو ئاهەنگەکان

که خەڵکی دەگەن بە یەکتریو بیروڕا لەگەڵ یەکتریدا دەگۆڕنەوە، لە ڕێگەی تەلەفزیۆنیشەوە دەتوانیت زۆر بەباشی فێری زمانی جەستە ببی، ئەویش بەوەی هەموو (٥)خولەکێك دەنگی تەلەفزیۆنەکە بەرزو نزم بکەیت، بۆئەوەی فێری ئەوە ببێت چۆن بە بێدەنگی هەڵسوکەوتی وێنەکانی ناو تەلەفزیۆنەکە تێبگەیت، ئینجا دوای ماوەیەك بەتەواوی هەست بەخۆت دەکەیت وەکو کەڕەکان ئەگەر دەنگیش نەدەیتە تەلەفزیۆنەکە هەموو ڕووداوەکان بەتەواوی تێدەگەیت بە بێ دەنگی.*(٩٠)

که دژایەتیو ماف خواردنیش هەبوو، تۆڵەو خۆپاراستن دێنە مەیدانەکەوە، بۆیە مرۆڤ هەموو هەوڵێك دەداتماڵو سامانو کەسایەتیو نیشتیمانەکەی لە دەست نەدات، کوردیش لەو کاتانەدا هەموو قوربانیەك دەدات بۆ پاراستنی پیرۆزیەکان لەو پێناوەشدا دەڵێت: بەرخی نێر بۆ سەربڕین چاکە.

هەر کاتێکیش تەبایی هەبوو، کەس مەترسی ئەوەی نەبوو کە دەستدرێژی بکرێتە سەر شەرەفو ناموسو ماڵو سامانو کەسایەتیەکەی، ئەوا گورگو مەڕ بە یەکەوە ئاو دەخۆنەوە.

پازدە: واژۆ کردن:

واژۆ نوێنەری کەسایەتیەکەیە بۆ ئەوشوێنانەی کە پێویست ناکات خودی کەسایەتیەکە بۆخۆی لەوێ ئامادەبێت، بۆنموونە: هیچ مرۆڤێك ناتوانێت بە بەردەوامی بەسەر ئەو کاغەزانەوە بمێنێتەوە کە ڕێککەوتنێکی تێدا کردوون لەگەڵ خەڵکانی تردا، یان وادەو پەیمانی داون بە خەڵکانی تر، کەواتە پێویستە شتێك هەبێت خاوەنی ئەو وادەو پەیمانانەی پێ بناسرێتەوە، ئەویش پێی دەگوترێت: واژۆ، سەرەتا واژۆکان پەنجەمۆر بوون، کە ناوی خاوەنەکەی دەنوسراو لەسەرەوەش چەنجەمۆر دەکرا، پاشان کە خوێندەواری گەشەی

سـەند لـەناو كۆمـەڵگادا، خـەڵكى نيشـانەيەكى كورتكراوەيـان دانـا بـۆ واژۆ كردنەكانيان، كە دەسـەڵاتێكى ياسـايى تـەواوى ئـەو كەسـەيە، جۆرو شێوەى واژۆكردنەكانيش كەسايەتى خاوەنەكانيان دەردەخەن.

سستەمێكى كۆمپيوتەر هەيـە بـەناوى(OMS) بۆ چـاودێرى كردنـى فەرمانبـەرو كرێكـارى كۆمپانياكـان لـەكاتى هاتنـە سـەرئيش‌و كـاتى دەسـت هـەڵگرتنيان، ئەويش بەهۆى واژۆكردن لە ڕێگەى كۆمپيوتەرەوە، كە بەهۆى ئەو بەرنامانـەوە كارەكە ئـەنجام دەدرێت:(OMS Service ، OMS Manager، OMS Monitor)، جهاز البصمه(ئامێرى پەنجەمۆر)) كە ئەو كەسە تەنها پەنجەيەك بەسەر ئامێرى پەنجەمۆرەكەدا دەنێت‌و كاتەكەى لەناو كۆمپيوتەرەكەدا ديـارى دەكرێـت كـەى هاتۆتە ژورەوە، يان كەى كۆمپانياكەى جێهێشتوە.*(٩١)

شازدە: گومان بردن‌و دڵنيابوون:

مادام دڵنيابوون هەيە، كەواتە: دەبێت پێش دڵنيابوونەكە شتێكى تر هەبێت كە واى لێكردوى دڵنيانەبيت‌و بەدواى دڵنيابووندا بگەڕێيت، ئەويش گومانە.

(ديكارت دەڵێت: بۆئەوەى عەقڵ بگات بە باوەڕێكى پتەو، دەبێت گوماندار بيت لە هەموو شتێك).*(٩٢)

واتـە كاريگـەرى ئـەو شـك‌وگومانەى كـە هەتـە دەتخاتـە بيركردنەوەيەكـەوەو دەتگەيەنێت بەو ئەنجامەى كە دڵنيات دەكاتەوە.

ئينجا ئەگەر سەرنج بدەينە ئادەميزادەكان، دەبينن هەموويان خاوەن گومـانن، بۆيە تووشى دمبەدمانێ دەبن.

كەواتە مادام دمبەدمانێ هەيە ديارە دڵنيابوون نيـە، كـە دڵنيـابوونيش نـەبێت،ماناى وايە گومان هەيە، ئينجا گومانـەكان لـە كەسێكەوە بۆ كەسێكى تـر لـە نەتەوەيەكـەوە بـۆ نەتەوەيـەكى تـر، لـە سـەردەمێكەوە بـۆ سـەردەمێكى تـر

هـەموویان کاریگـەرییان هەیـە لەسـەر جـۆری گومـان بردنـەکان، بەشـێوەیەك هەندێك لە گومان بردنەکان ئەوەندە گەورەن دەچنە ڕیزی تاوانەوە.

لەناو زۆرینەی خەڵکیشدا ئەو کەسانەی کە زۆر گومـان دەبـەن دیـارو ئاشـکراتر دەردەکەون لەوانەی کە گومان بردنەکانیان شاراوەن.

حەڤدە: چەپڵە لێدان:

هەروەکو چۆن لە هەستی کەسێکەوە دەردەچێت، بەهـەمان شـێوە کاردەکاتـە سەر کەسایەتیەکانیش، بەپێی کاتو جۆری چەپڵەلێدانەکە.

دکتۆرێکی کۆری بەناوی(تشو یونغ تشون) لەماوەی (٣٠)ی سـاڵدا توێژینـەوەی لەسەرئەوە کردوە کـە چـەپڵە لێـدان ڕۆژانـە بۆمـاوەی (٣٠)خولـەك، کردارێکـی کیمیاییەو دەبێتە هـۆی وەهـۆش هێنانـەوەی ئەندامـەکانی لـەش، بەتایبـەتیش ڕیخۆڵەکان، جا ئەگەر لەو ماوەیەدا چەپڵەکان بە توندی لێبدرێن، ئـەوا لـە بنـی پێـوە تـا تـەپڵی سـەر کاریگـەری دەبێـت، حـەوت جـۆرە چـەپڵە لێـدانیش کاریگەریان هەیە بۆ چارەسەری نەخۆشیەکان:

یەکـەم: چـەپڵەلێدانێکی تونـد بـە هـەموو پەنجـەکانی دەسـتو نـاو لەپـەکان، ڕۆڵێکی گرنگی هەیە لـە بوژاندنـەوەو بـەهێزکردنی سـوڕی خـوێنو چارەسـەری ئازاری دەمارەکان.

دووەم: چەپڵەلێدان بە سەری پەنجەکان: چارەسەرییە بۆ ئەوانەی تووشی کزی چاوەکان بوونو، ئەوانەی بە بەردەوامی خوێنی لوتیان بـەردەبێتو، ئەوانـەش کە نەخۆشی (التهاب الانف التحسسی)یان هەیە.*(٩٣)

سێیەم: چەپڵەلێدان بە لەپی دەستو دوور خستنەوەی پەنجەکان، دەبێتەهۆی ئەوەی ئەندامەکان بە چاکی ئەرکەکانیان ئەنجام بدەن بەتایبەتی ڕیخۆڵەکان.
چوارەم: چەپڵەلێدان بە پشتی پەنجەکان، دەستەکان دادەخرێنو بە پشتی پەنجەکان چەپڵە لێدەدرێت، سەرەتا هەست بە ئازارێك دەکرێت، پاشان هەست بە ئارامی دەکەیتو ئازارەکان نامێنن، ئەو جۆرە چەپڵەلێدانە خۆپاراستنو چارەسەرییە لە ژانەسەرو ئازارە جیاجیاکانی شانەکان.
پێنجەم: چەپڵەلێدان تەنها بە پەنجەکان: ئەو چەپڵەلێدانە چارەسەرییە بۆ نەخۆشیەکانی دڵو چیکڵدانە هەواییەکانی ناو سیپەلاك.
شەشەم: چەپڵەلێدان بە لێدانی پشتی دەستێك بە لەپی دەستەکەی تر، دەبێتەهۆی بەهێزکردنی کەمەرو بڕبڕەی پشتو، نەمانی ئازارەکانیان.
حەوتەم: چەپڵەلێدان لە پشتی سەر: دەستەکان درێژ دەکرێنو لە پشتی سەرەوە چەپڵە لێدەدرێت، ئازاری شانەکان ناهێڵێتو، چەوری دەستەکانیش دەتوێنێتەوە.*(٩٤)
هەژدە: تەمەن
تەمەنەکان کاریگەریان هەیە لەسەر دەرکەوتنی کەسایەتیەکان، بۆنموونە: کەسایەتی کەسێك لە قۆناغی هەرزەکاریەوە بۆ قۆناغی کامڵ بوون چەندین گۆڕانکاری بەسەردا دێت، هەندێك ڕەوشت واز لێ دەهێنێتو پابەندبوونی خۆی بە هەندێك ڕەوشتی ترەوە دەردەبڕێت، کە لەگەڵ تەمەنەکەیدا دەگونجێت، ئەو خۆشەویستیانەی لە سەردەمی هەرزەکاریدا ڕودەدەن زۆربەیان شکست دێنن، لەبەرئەوەی لەژێر کاریگەری هێزی ژیریدا نین، بەڵکو لەژێر کاریکەری ئارەزووەکانی دڵدان، خۆشەویستی تەمەنی کامڵی بە پێچەوانەوە هێزی ژیری زاڵە بەسەریانداو ئارەزووەکانی دڵ زۆر گوێیان پێ نادرێت، بۆیە جێگیرترن.

نۆزده: باری خێزانیو هاوسەرگیری:

بەپێی تازەترین توێژینەوەی ئەمەریکی زاناکان گەیشتنە ئەوەی کە پەیوەندیەکی بەهێز هەیە لەنێوان فشاری کار کردنو پلەی بەرزی فشاری خوێندا، ئەوەشیان بۆ ڕوون بۆوە کە بەرزی فشاری خوێن وردەوردە دادەبەزێت ئەوکاتەی کە ئافرەت لەگەڵ مێردەکەیدایە، بەتایبەتی ئەگەر پەیوەندیەکی پتەوی ژنو مێردایەتیان لەنێواندا بێت، فشاری خوێنو قەبارەی ژورۆچکەی لای چەپی دڵ پەیوەندیدارە بە شێوەی ئەو ژنو مێردایەتیەی کە ژنومێردەکە تێیدا دەژیەن، زاناکان گەیشتوونە ڕاستەقینەیەك کە هەتا خۆشەویستی لەنێوان ژنو مێرددا زیاتر بێت، ئەوەندە فشاری خوێنو ئەگەری توشبوونی جەڵتە کەمتر دەبێتەوە، هەروەها ژنو مێردایەتی کەڵکی تریشی پێوەیە بۆ تەندروستی دەروونیو عەقلی، زاناکان وای لێك دەدەنەوە کە ژنومێردایەتی دەبێتەهۆی هەندێك گۆڕانکاری لە مێشکی مرۆڤدا کە وا لە کۆئەندامی دژە نەخۆشی دەکات بۆ ماوەیەکی زیاتر بەکاربێت لە ژیانیدا، هەروەها توێژینەوەیەکیش لە زانکۆی(لوجانو)ی سویسری جەخت لەوە دەکاتەوە کە ژنو مێردایەتی کاردەکاتە سەر چارەسەری ژانەسەرو بەهێزکردنی ماسولکەی دڵو، دەبێتەهۆی ئەوەش لە ڕێژەیەکی زۆری بەکتریا ڕزگاریان ببێتو ڕەگی مووەکانیان بەهێز ببێت، بۆیە توێژینەوەکە جەخت لەوە دەکاتەوە کە ژن هێنان هەزارجار باشترە لەو دەرمانانەی دژی ڕوتانەوەی پرچ بەکاردەهێنرێن.*(٩٥)

بیست: کاریگەری ژمارەکان.

ژمارە سەرەکیەکان لە یەکەوە دەست پێدەکەنو بە نۆ کۆتاییان پێدێت، بۆیە ژمارە (١٠) لە (٩+١) پێکهاتوە، ژمارە(١١)ش لەکۆی(٩+٢)، پێکهاتوە، یان

لەکۆی (٣+٨)و (٧+٤)و (٦+٥) پێکهاتوە، هەر لەسەر ئەو بنەمایەشە هەندێك لە زانا فەلەکیەکان وای دادەنێن کە ئەستێرەکانی کۆمەڵەی خۆر کاریگەریان هەیە بۆسەر ئادەمیزادەکان، هەر ژمارەیەکیش لەو ژمارانە لەگەڵ کەسایەتی ئادەمیزادێکدا تێك دەکاتەوە بۆنموونە:

ژمارە(١): کەسێکی خۆپارێزە، خاوەنی هەستێکی بەهێزە، پێی خۆشە لەژیانیدا خۆی خاوەنی بڕیار بێت.

ژمارە(٢): ژمارەی خۆشەویستیە، نیشانەی دوو دیوی‌و دژایەتی بەرانبەرەکانە، واتە نیشانەی ئەو شتانەیە کە دژی یەکترین، وەکو خێرو شەڕ، یان تاریکی‌و ڕووناکی، یان خۆشی‌و ناخۆشی، خاوەنی ئەو ژمارەیە کەسێکی بەسۆزو خەیاڵیە، بۆ ڕازیکردنی بەرانبەرەکەی پشت بەخۆی دەبەستێت، کەسایەتیەکی دووجەمسەرە، لەیەك کاتدا دەتوانێت ڕۆڵی دوو کەسی دژبەیەك ببینێت، کەسێکی کۆمەڵایەتیە، خاوەنی بەهرەی هونەرییە، لەزەت لە جوانی‌و سروشت‌و هونەر وەردەگرێت، لە هەموو شتێکیش زیاتر ئەوەی کە مەبەستیەتی بیگاتێ خۆشەویستیە، هەرگیز خاوەنی ئەو ژمارەیە کەسایەتیەکی جێگیر نییە، بەڵام گونجاوە زۆر سەرنج ڕاکێش بێت لەلایەن خەڵکانی ترەوە.

ژمارە(٣): ژمارەی ژیانە، نیشانەی زۆر شتە، وەکو: کات‌و سەردەم‌و مۆسیقاو هەندەسە، ژمارەی تێك گەیشتنی گیانی‌و زانست‌و زیرەکی‌و چاکەکاریەکانە، خاوەنی ئەو ژمارەیە لە زۆر بوارەکاندا بەتوانایە، بیری زۆر تیژە، تێڕوانینەکانی زۆر وردن، بەبەردەوامی لێکدانەوەی شتەکان بەشێوەیەك دەکات کە مانای هەمووشتێك ڕوون بکاتەوە، بەو هۆیەشەوە لە زۆر لە بوارەکاندا بەتوانایە، بۆیە ڕەخنە لەخۆی دەگرێت‌و بڕگەی نوێ بەسەر کارەکانی خۆیدا

دەسـەپێنێت، خـاوەنی ئـەو ژمارەیـە پـڕە لـە توانـاو زیندوویـەتی، دەتوانێـت سەرنجی خەڵکانی تریش ڕاکێشێتو کارکردنیش ڕووە ڕاستەقینەکەیەتی.

ژمارە(٤): سەرچـاوەی سروشـتو نیشـانەی بـەردەوام بوونـە، نیشـانەی بنـەما سـەرەتاییەکانی بیرکـاریو، خولـەکانی سروستیشـە بـە چـوار کەژەکانیشـەوە، نیشانەشە بۆ هەر چوارلایەکەی جیهان (ڕۆژهەلاتو ڕۆژئاواو بـاکوورو باشـوور)، نیشانەی هـەموو ویسـتو ئـارەزووە مرۆییەکانـە، وەکـو: پێشـکەوتنو نـەمریو دۆسـتایەتی، ئـەو ژمارەیـە هـەڵگری مانـای هێـزو توانایـە، کلیلـەی ژیـانی مرۆڤایەتیە، مانای تەندروستیو جوانیو ڕاستیو گونجانو دادپەروەری دەدات، خاوەنی ئەو ژمارەیە خاوەنی کەسایەتیەکەی خۆیەتیو زیـاتر سـەرقاڵی دنیـایماڵو سامانە لەسەرحسابی دنیـای گیانـەکان، خـاوەنی ئـەو ژمارەیـە ڕاسـتگۆو ئازاو بەتوانایە دژی سـتەم، ئەوکەسـە بـاوەڕدارە بـە کـارو کردەوەکـانی، هیـوا بەخشــە بــە دەوروبەرەکــەی، بیرکردنــەوەکانی ڕوونو ڕێکــوپێکن، کەسـێکی بەسۆزو دان بەخۆداگرو خاوەنی دڵێکی فراوانە.

ژمارە(٥): ئەو ژمارە کەوتۆتـە ناوەڕاسـتی نـۆ ژمارەکـەوە، بۆیـە حەلەقەیـەکی پەیوەندییــە لــەنێوان چــوار ژمارەکــەی پاشوپێشــی خۆیـدا، بــە نیشــانەی کەسایەتیەکی بەهێز دادەندرێت کە لەناو جەرگەی ڕووداوەکاندایە، خاوەنی ئەو ژمارەیـە توانایـەکی زمانـەوانی بـەهێزی هەیـە لـە نوسـینو ئاخافتنـدا، زۆریـش لاسارەو بە جووڵەیە بۆ بەدەسـتهێنانی زانیاریـەکان، هەنـدێك جـارانیش فکـری لای خۆی نامێنێ، بە بەردەوامی لەسـەر بیروبۆچـونێك جێگیرنیـە، لەبەرئـەوەی ئارەزووی گۆڕانکاری دەکات، زۆر بەخێرایش بارە نوێیەکان کاری لێدەکەن.

ژمــارە(٦): ژمــارەی سـۆزو ئاشـتیە، نیشــانەی گونجــانو نــوێ بوونــەوەو پەیوەندییە بە بوونەوەرەوە، لـە دێـرین زەمانـەوە ئـەو ژمارەیـە بـە بەیەکـەوە

نوســانی دوو سێگۆشــە دەردەبــڕا، وەکــو نیشــانەیەك بــۆ یــەکگرتنی دوو توخمەکەی سروشت ئاو ئاگر، گونجاویشە ئەو ژمارەیە هەوڵ و تێکۆشان بێت بۆ گەیشتن بە ترۆپکی تەواوکاریو کەڵك وەرگرتن لە تاقیکردنەوەو هەڵەکان، ئەو کەسایەتیە کەسێکی ناسكو باشو دڵ فراوانو بەسۆزە، زۆر بە هەستترە لەوەی کە خەڵکی لەبارەیەوە دەیزانن.

ژمارە(٧): ژمارەیەکی ئاڵۆزو پیرۆزە، بەختو سامانی پێوەیە، ژمارەیەکی گیانییە، کاریگەری هەیە لەسەر کەسایەتیەکان، خاوەنی ئەو ژمارەیە پابەندە بە ئایینەوەو خاوەن باوەڕێکی پتەوە، ئەو کەسایەتیە زۆرینەی کاتەکان پشت بە هێزە ناوەکیەکانی ژیری دەبەستێت، باوەڕی بە چارەنوس هەیەو کەسێکی دڵسۆزو بە دڵو ناسکە، سروشتی خۆش دەوێتو گرنگی بە کشتوکاڵو باخچەو ئاژەڵەکان دەدات.

ژمارە(٨): ئەو ژمارەیە نیشانەی باوەڕو ئارامیە، بە عەدالەت ناسراوە، لەبەرئەوەی هەموو دابەشکردنەکانی دەکات بە بەشی وەکو یەکەوە، خاوەنی ئەو ژمارەیە کەسایەتیەکی بە سەنگەو، ئارەزو ویستەکانیشی جێگیرو نەگۆڕن، بە هیواوە چاو لە ژیان دەبڕێتو سەرچاوەی هێزەکەشی کۆکردنەوەی توانای سۆزو بیرکردنەوەکەیەتی، نهێنیەکانی خەڵکی دەپارێزێتو ڕێز لە ژیانی خێزان دەگرێتو پێی خۆشە لە ژیانێکی هێدیو ئارامیدا بژیەت.

(٩): ئەو ژمارەیە نیشانەی هێزو کامڵ بوونە، خاوەنی ئەو ژمارەیە کەسایەتیەکی بەهێزە، هەست بە ئازادیو گیانێکی شۆڕشگێری دەکات، ئارەزووی ئەوە دەکات بگاتە پلەبەرزەکانو کەڵك لە تواناو لێهاتوییەکانی خۆی وەربگرێت، شێتو شەیدای سەرکەوتنە، زۆر بە پەلە بیردەکاتەوەو هەڵوێست

وەردەگرێت، زۆرجارانیش ئەو هەلەی بۆی هەڵدەکەوێت لەدەستی دەدات، لە پەیوەندیدا لەگەڵ خەڵکانی تر زۆر بە ئارامو دان بەخۆداگر نیە.*(٩٦)

بیستو یەك: ئارەزووی جۆری میوەکانیش کەسایەتی ئەو کەسە دەردەبڕن:

ئەو کەسەی ئارەزووی ترێ دەکات ڕەوشتێك زاڵە بەسەر کەسایەتیەکەیدا، ئەویش ئەوەیە لە کاروکردەوەکاندا چوستەو، کەسایەتیەکەی خۆی لەپاش ئەو چوستیەوە دەشاریتەوە، بۆئەوەی هەستەکانی نەبنە هۆی دەربڕینی ئەوەی لە ناخیدایە، ئەو جۆرە کەسایەتیانە زۆر ئارەزووی پەیوەندیە کۆمەڵایەتیەکان دەکەنو، خاوەن پلەو پایەیەکن لە سنووری دەوروبەرەکەی خۆیاندا.

ئەو کەسەی کە ئارەزووی سێو دەکات، کەسایەتیەکەی بەلای ئەو کارو فەرمانانەدا لادەکاتەوە کە پشوودرێژیان دەوێتو کاری سەختن، سوریشن لەسەر ئەنجامدانی کارەکەکان بە باشترین شێوە.

ئەوکەسەی کە ئارەزووی توی ئەمەریکی دەکات، ئارەزووی ژیانێکی خۆشو ماڵێکی باش دەکاتو، مەیلی نوێترین جۆری ماشێنی هەیە، ئارەزووی باخچەو گەشتو گوزارو مانەوەی ناو ئوتێلەکان دەکاتو، پێی خۆشە بەردەوام لە دەوری خەڵکی بێتو جوانیەکەی خۆی دەرخات.

ئەوکەسەی ئارەزووی گندۆرە(کاڵەك)ی هەیە، ئەوەندە لاسارە ناتوانیت خولەکێك لە تەمەنی بەفیڕۆ بدات، ئەو کەسایەتیە دەتوانێت لەیەك کاتدا لە ئیشێك زیاتر ئەنجام بداتو، ئەگەر تووشی گرفتێکیش هات، ئەوا لە چارەسەریەك زیاتر لەبەردەستیدا ئامادەیە.

ئەو کەسەی ئارەزووی خورمای هەیە، ئەوا هێدیو هێمنیو ڕازی بوون بە بەشی خۆی لەڕەوشتەکانی ئەو کەسەن، ئەگەرهاتوو ئەو کەسایەتیەش ئافرەت بێت، ئەوە خانمی پلەیەکەمی ماڵدارییە، بە شێوەیەك ئەگەر لە دەرەوەی ماڵەوەش

کار بکات، ئەوا کارە دروستەکانی وای لێدەکەن ببێتە ڕاوێژکاری مێردەکەی‌و ئەندامانی تری خێزانەکەی‌و هاوڕێکانی.

*پێکهاتەیەکی بەهێزکەرە بۆ لەش‌و چارەسەری کەم خوێنی دەکات‌و بەهۆی ئەو ڕێژە بەرزەی کە تێیدایە لە شەکرو پوتاسیۆم بۆ چارەسەری باری ئالۆزی دەرمارەکان بەکاردێت.

* دەبێتەهۆی زیاد ڕژانی ئەو هۆرمۆنەی کە کاردەکاتە سەر ڕژانی شیر لە ئافرەتە شیردەرەکاندا.

* بۆچارەسەری قەبزی بەکاردێت.

* خواردنی خورما دەبێتەهۆی خۆپاراستن لە شێرپەنجە.

* دەبێتەهۆی بەهێزکردنی کۆئەندامی بەرگری لەجەستەی ئادەمیزاددا.

* بەرگری لەخوێن بەربوونی کاتی منداڵبوون دەکات‌و، فشاری خوێنی ئافرەتە دوگیانەکانیش دادەبەزێنێت لە کاتی منداڵبووندا.

*خورما ڤیتامین(أ)ی تێدایە کە زاناکان ناوی دەبەن بە(هۆکاری گەشە).

* خورما بە ڕێژەیەکی چاك فۆسفۆری تێدایە.

* لە تەمەندارەکاندا تەڕایی چاوەکان دەپارێزێت‌و تارمایی ناو تاریکیەکانی لەسەر ناهێڵێت، هەروەها چارەسەری ئەوانەش دەکات کە تووشی ترپەو لێدانی گوێچەکان‌و سستی بیستن دەبن.

* خواردنی خورما ئارامی دەخاتەوە دەرونە ماندو شڵەژاوەکانەوە.*(٩٧)

ئەو کەسەی ئارەزوی هەرمێی هەیە، کەسایەتیەکی ڕوو گەشەو گوێ لە قسەو بیرو بۆچونەکانی دەگیرێت‌و، هەموو خەڵکیش ڕوحە سوکەکەی ئەوکەسەیان خۆش دەوێت، لەتێڕوانینیشی بۆ خەڵکی تەنها لایەنە چاکەکانیان دەبینێت.

ئەو کەسەی ئارەزووی پرتەقاڵی هەیە، زۆر لۆمە دەکرێت، لەبەرئەوەی خۆی وادادەنێت پلەیەك بەسەر خەڵکیەوەیەو، هەر خەریکی چاو گێڕانیشە بۆ دۆزینەوەو دیاریکردنی کەموکوڕیەکانی خەڵکی.

ئەو کەسەی ئارەزووی مۆزی هەیە، ئەو کەسایەتیە لەبەرچاوی زۆرینەی خەڵکی هێدیو هێمنو ڕوح سووکە، ئەوەش بە ڕێژەیەکی جیا لە کەسێکەوە بۆ کەسێکی تر دەگۆڕێت، کە زیاتر لابەلای پشوداندا دەکاتەوەو، وا هەست دەکات کە مات بوون یان داهێزان زیانی نیە، بەڵکو یارمەتی دەرە بۆ بیرکردنەوەو هیوا خوازیەکی دروست.*(٩٨)

زیندەوەرەکان بەپێی زۆریو کەمی ڕێژەی توخمەکان لە جەستەکەیاندا ئارەزویان دەچێتە سەر خواردنو میوەکان، بۆنموونە: هەر کاتێك ڕێژەی پێکهاتەی قەیسی لە جەستەی کەسێکدا کەم بۆوە، ئەوا ئەو کەسە مەیلی قەیسی دەکات بۆئەوەی پێداویستیەکانی جەستەکەی پڕبکاتەوە، قەیسیش کەسایەتیەکەی لەوەدا دەردەکەوێت کە ڕێژەیەکی زۆری لە ماددەی (Laetrile) تێدایە بۆ چارەسەری گرێیە شێرپەنجەییەکان، هەروەها لەبەرئەوەی ڕێژەیەکی باشی فیتامین(A)ی تێدایە، بەکەڵکە بۆ تۆڕی چاو، ئیبن سینا دەڵێت: قەیسی تینویەتی ناهێڵێت، هەروەها لەبەرئەوەی لە هەموو ڕووەکەکان زیاتر جۆری (کورتینویدز (Carotenoids))ی تێدایە دەبێتەهۆی خۆپاراستن لە نەخۆشیەکانی دڵ، ڕێژەی چەوری لە لەشدا دادەبەزێنێ، خواردنی چەند قلێك قەیسی وشککراوە ڕزگارت دەکات لە قەبزی، هەروەها لەناوخەڵکیشدا وازانراوە قەیسی لەکاتی ماندوبووندا خەوێکی خۆش ڕێك دەخاتو، ئێسكو شانەکانی لەش بەهێز دەکاتو خانەکانی لەش نوێ دەکاتەوە، واباشە ئافرەتە

دوگیانـــەکانیش قەیســـی بـــەکاربێنن بۆئـــەوەی خۆیـــان بپـــارێزن لـــە بەدخۆراکی.*(٩٩)

ئەوکەسەش مەیلی هەنجیری هەیە، واتە جەستەکەی پێویستی بە پێکهاتـەکانی هەنجیر هەیە، لە کەسایەتی هەنجیریشدا ئەو توانایانە دەردەکەون:

*بۆ چارەسەری قەبزی.

* کەم کردنەوەی ئالۆزیو شێواویەکانی کۆئەندامی هەرس.

* کەم کردنەوەی ئالۆزیو تەنگەبەریەکانی هەناسەدان.

بـۆ چارەسـەری سـوتانەوەو هـەوکردنی قـوڕگو بۆچارەسـەری کۆکەڕەشـە بەکاردێت.(١٠٠)

لەلایەکی تریشەوە ئەو خواردنانەی کە لە شـێوەیاندا بـە ئەنـدامێکی جەسـتەی ئادەمیزاد دەچن، چارەسەرین بۆ نەخۆشیەکانی ئەو ئەندامە، بۆنموونە: گـوێزو مێشکی ئادەمیزاد زۆر لەیەکتری دەچن، بۆیـە بـۆ چارەسـەریەکانی بـەکاردێت. *(١٠٠ب)

ڕووەکی گوێزی هیندی (النرجیل) یەکێکە لەو میوانەی لە ناوچەکانی کەمـەرەی زەوی لـە کـەناری دەریاکانـدا دەڕوێـنو دارەکـەو بەرەکەشـی سەرچـاوەیەکی سەرەکین بۆ ئادەمیزاد، بەرەکەشی بەدرێژایی ساڵ هەیە، وەکـو میوەکـانی تـر نیە تەنها لە کەژێکی دیاریکراوی ساڵدا بەرەکەی بدات، گوێزی هیندی کەڵکێکی زۆری تێدایە بۆ نەخۆشی گورچیلەکان، ئەویش بەهۆی خواردنـەوەی ئـەو ئـاوە زۆرەوە دەبێت کـە لـەناو گوێزەکەدایـەو دەبێتـەهۆی پاککردنـەوەی گورچـیلەو بۆڕیـەکانی میـز، هـەروەها چارەسەریشـە بـۆ نەخۆشـیەکانی تەنگەنەفەسـی، زەیتێکی چاکیشی لێ دەدەهێنرێت بۆ ئەو مەبەستانە بەکاردەهێنرێت:

(زەیتێکی نەرم کەرەوەی شێدارە بۆ پێست، زەیتێکە پرچ نەرموخاو دەکات، دژی کرژە، بۆ شێولێنان بەکاردێت، یاریدەدەرە بۆ لاوازبوون بە شێوەیەکی سروشتی، زۆر بەکەڵکە بۆ چارەسەری شێواویەکانی کۆئەندامی هەرس، بەتایبەتی سوتانەوەی قۆڵۆن، دژی کەروە مشەخۆرەکانی ناو ڕیخۆڵەکانە).*(١٠١)

فستەق زەیتێکی تێدایە مێشك بەهێز دەکاتو ئەرکی پاراستنی زانیاریەکانو بە بیرهێنانەوەیان دەپارێزێت، ناهێڵێت تووشی لەبیرچونەوە ببیت، ڕێگرە لەبەردەم خەستبوونەوەی خوێن لەمێشکدا، هێزوتوانایەك دەدات بە جەستە، سوڕی خوێن بەهێز دەکات، گورچیلە بەهێز دەکاتو بەردەکانی وردو خاش دەکات، پوكو ددانەکان توندو پتەو دەکات، توێکڵە نەرمەکەشی لە سەرەتای فەریکیدا ڕێگرە لەبەردەم هێنانەوەی خواردن لە گەدەوە بۆسەرەوە (ڕێگرە لەبەردەم ڕشانەوە)، بۆ چارەسەری نەخۆشیەکانی سینگ زۆر بەهێزە بەتایبەتی قۆخە، یارمەتیدەرە بۆ چارەسەری نەخۆشیەکانی زاوزێو تواناکانیان بەهێز دەکات، ڕێژەی شەکر کەم دەکاتەوە لە خوێندا، بۆیە بۆ چارەسەری شەکرە بەکاردەهێنرێ.(١٠٢)

ئەناناس میوەیەکە لەناوچەکانی کەمەرەی زەویدا نەبێت ناڕوێت، شێوەیەکی سەرنج ڕاکێشو تامولەزەتێکی تایبەتی هەیە، پێکهاتە ناوەکیەکەی ڕەنگێکی زەردی کاڵی هەیە، زۆر دەوڵەمەندە بە فیتامین(a، b، c)، ڕێژەیەکی زۆری کانزاکانی وەکو مەنغەنیزو پۆتاسیۆمو یۆدو کالیسیۆمو فۆسفۆرو کبریتو ئاسنو مەگنیسیۆمی تێدایە.

ئەومیوەیە بۆ ئەو چارەسەریانە بەکاردەهێنرێت:

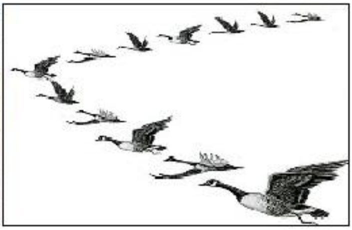
*بەهۆی بوونی ڤیتامین(سی) دەبێتەهۆی چارەسەری هەڵامەت.

*بەهۆی زۆری ئاو لە پێکهاتەکەیدا تینویەتی ناهێڵێت لە هاوینێکی گەرمدا.
* میــز دادەبەزێنێتــە خــوارەوەو ناهێڵێــت بــەرد لــەناو گورچــیلەو میزڵــدان‌و بۆڕیەکانی میزدا دروست ببێت.
* ئاسانکاری دەکات بۆ هەرسکردنی خواردن.
* ناهێڵێت چەوری لەناو خوێنبەرو خوێنهێنەرەکاندا کۆببێتەوە.
*کردارەکانی جگەر دەبووژێنێتەوە.
*چارەسەری برین‌و سوتاویەکان دەکات.
بەهۆی بوونی ماددەی |(الفلورید) ناهێڵێت ددانەکان تووشی ڕزین‌و کلۆربـوون ببن.(١٠٣)

جۆری ئاژەڵ‌و ئەو ئامێرانەش کە بەکاریان دێنیت بۆ سواربوونیان، کاریگەرییان هەیە لەسەر کەسایەتی ئەو کەسانەی بەکاریان دێنن.

فڕین لەتایبەت مەندییەکانی ئـادەمیزاد نیـە، بـەڵکو تایبەتـە بـە باڵندەکانـەوە، سەرنج بدە ئەو دوو وێنەیە، باڵنـدەو فڕۆکـە، ئایـا فڕۆکـەکان لـە باڵندەکانـەوە فێربوون ئاوەها بەڕیز بڕۆن، یـان بـە پێچـەوانەوە؟ وەڵامەکەشـی بەدڵنیاییـەوە ئادەمیزادەکان لەباڵندەکانەوە فێری ئەوەبوون کاتێك کە بفڕن پۆل پـۆل بـەڕیز بفرن، ئەوەش شتێکی تایبەتە بە فڕینەوە کە باڵنـدە پـێش فڕۆکـە ئـەو مافـەی هەبووە، ئەو مافەش پەیوەندی بە کەسایەتیەکەی باڵندەوە هەیە کە دەتوانێت بفڕێت، بەڵام کەسایەتی مرۆڤ ئەگەر بیـەوێت بفڕێـت، ئـەوە دەبێـت هەنـدێك لـە ڕەوشت‌و تایبەتمەنـدی باڵنـدەکان پـەیڕەوی بکـات، ئەوسـا دەتوانێـت کارەکـە ئەنجام بدات، ئینجا جۆری فڕینەکەو داهاتنەوەو بەرزبوونەوەش بـەپێی جـۆری باڵندەکان دەگۆڕێت: بۆنموونە: ئەو باڵندانەی بـۆ جـوانین دەتـوانن لەئاسمانـدا تەقڵـە لێـدەن، ئـەوەش شـتێکە تایبەتــە بــە کەســایەتیەکەی خۆیانــەوە،

لەبەرئـەوەی هـەموو باڵندەیـەك ناتوانێـت تەقڵـە لێـدات، بۆنموونـە، كـۆتر كـە باڵندەیەكی جوانییە لەكاتی فڕیندا توانای تەقڵەلێـدانی هەیـە، بـەڵام لـەق لـەق ناتوانێت تەقڵە لێدات، بەهەمان شێوە فڕۆكە جەنگیەكانو فڕۆكـە بچووكەكانی ڕاهێنان، توانای خۆ هەڵگێڕانەوەیان هەیەو، فڕۆكە بارهەڵگرو نەفەر هەڵگرەكان توانای تەقڵە لێدانیان نیە.



جا لە كاتێكدا نێرو مێ كۆمەڵگایە مرۆییەكە پێك دەهێننو تەواوكەری یەكترین، ئـەوا تایبەتمەنـدە مرۆییـەكان لـە نێـرو مێـدا وەكـو یـەك دەردەكـەون تـەنها تایبەتمەندی كەسایەتیەكان جیاوازییان تێدا دەردەكەوێت.

جان جاك ڕۆسۆ دەڵێت:

(پیـاو لەهەنـدێك كاتەكانـدا پیـاوە، (مـەرج نیـە لـە هـەموو كاتێكدا پیاوبێـت)، ئافرەتیش لە هەموو كاتێكدا هەر مێیینەیە). *(١٠٤)

ئافرەت هەر چیەك بكـات تـەنها ئـەركێك جێبـەجێ دەكـات بـۆ بـەردەوامبوونی ژیانو خزمەت بە مرۆڤاتیەتی، ئەویش ئەوەیە وا لە پیـاو دەكـات تۆوەكـەی بـە كێڵگەكەیەوە بكات بۆ لەدایك بـوونی نـەوەی نـوێو بـەردەوامبوونی ژیـان، جـا ئەوئافرەتە جوان بێت یـان ناشـیرین، بـاڵا بـەرز یـان كـورت، سـپی سـادە یـان ئەسمەر یان ڕەش بێست بێت، هـەموویان یـەك مەبەسـت دەدەن بەدەسـتەوە، جـا هــەركاتێك ئــەو ئامانجــە نــەماو لــە پێنــاوی مەبەســتێكی تــردا تۆوەكــە

بەکێڵگەکـەوە کـرا، ئـەوا قیـەمو ئـەخلاق لای ئـەو کەسـانە جێـدەهێڵن‌و کەسایەتیەکانیان دادەڕوخێن‌و بە سووك‌و ڕسوا سەیر دەکرێن لەناو کۆمەڵگادا.
پیاویش بەهەمان شێوە، ئەگەر بالآبەرز یان کورت بێت، سپی یـان سـوور یـان ڕەش بێت، هیچ لـە کێشـەکە ناگۆڕێـت هـەموو بـۆ ئەوەیـە تـۆو بـە کێڵگەکـەوە بکـات، لـەدیوی نـاوەوەی هـەموو ئادەمیزادێکـدا هەسـتێکی شـاراوە هەیـە، دەتوانیت بـە بـەردەوامی ئـەو هەسـتە شـاراوەیە لـە پلەوپایەیـەکی ڕێـزگیراودا بهێڵیتەوە، دەشتوانیت بە هەڵسوکەوتێکی هەرزەکارانە لە ماوەیەکی کەمدا نـاو ناتۆرەی خۆت‌و بنەماڵەو عەشیرەت‌و نەتەوەکەشت بزڕێنی، تۆ کاتێك ڕوبـەڕوی ئافرەتێکی جوان دەبیتەوە، ئەگەر خۆڕاگرو خۆپارێز بیت، ئەوا ڕێـز لەوهەسـتە ناوەکیەی خۆت دەگریت، بە تەماشاکردنی دووەمیش کۆتـایی بـە ئارەزوەکـەت دێنی‌و، دیمانەکەش بە ئاخ‌و داخەوە کۆتـایی پێـدێت، بـەلآم ئەگـەر زاڵ نـەبیت بەسەر خۆتداو لەئاستی دیدەنی ئەو مەخلوقـە جوانـەدا قسـەیەك بکـەیت، یـان پلارێکی تێبگریت، دەبێت خۆت بۆ چەند ئەگەرێك ئامادە کردبێـت، یـەکێك لـەو ئەگەرانـە بـە دووری مەزانـە سـوکایەتی کردنێـك بێـت کـە ڕووی گەشـی کەسایەتیەکەت تف باران بکات، ئینجا ئـەو هەسـتە شـاراوەیە تایبـەت نیـە بـە لایەنێکەوە، بەڵکو وەلآمدانەوەیە بۆ هێزو تواناو ئارەزو ویسـتەکانت، هەرکـەس بە پێی کەسایەتیەکەی.
جا لەکاتێکدا ئەگەر کەسێك بەتواناو لێهاتو بوو لەچاو خەڵکەکەی دەوروبەریدا، ئـەوا بۆدیـاریکردنی ئـەو بـەتوانایی‌و لێهاتوییـەی پێویسـتیمان بـەوە هەیـە دەستنیشانی هەندێك لایەنی گرنگی ئەو کەسـایەتیە بکـەین بۆئـەوەی بیخەینـە خانەی بە توانایی‌و لێهاتوییەوە، ئەویش ئەو لایەنانەن:

یەکەم: بیری تیژ، چونکە لەناو مرۆڤەکاندا هەموویان هـەر بیردەکەنـەوە، بـەڵام بـەپێی کەسـایەتیەکانیان هەیانـە بیرکردنەوەکـەی زۆر تەسـکەو هەشـیانە مـام ناوەندیەو هەشیانە بەهێزە، بەڵام بۆ کەسایەتی لێهـاتوو بـەتوانا پێویسـتە ئـەو بیرکردنەوەیە زۆر خێراو بەهێزبێت.

دوەم: لێهاتوییەك کە جیاواز بێت لەهی زۆرینەی خەڵکی:

هەموو زانـا لێهاتوەکـان لـە هـەموو بوارەکانـدا شـارەزاییان هـەبووە، بـەڵام لـە بوارێکدا لێهاتویی خۆیان بەدەرخستوە، بۆنموونە: (ئەنشتاین) لە هەموو بـوارە زانستیەکاندا شـارەزایی هـەبوو، بـەڵام لـە بـواری فیزیـادا لێهاتوییەکـەی خـۆی خستۆتە ڕوو.

کەسـایەتیەکان بـەهۆی ئـەنجام دانو نیشـاندانی ئارەزووەکانیـان دەتـوانن سەرنجی خەڵکی ڕابکێشن بـەلای خۆیانـدا، بـەڵام ئـەو سـەرنج ڕاکێشـانەش بـە پلەی یەکـەم ناگەڕێتـەوە بـۆ ئـەو ئیشوکـارو هونـەرەی کـە دەینـوێنن، بـەڵکو دەگەڕێتـەوە بـۆ کەسـایەتیە تایبەتیـەکانی خۆیـان کـە بـەهۆی ئـەو نوانـدنو خۆنیشـاندانەوە خۆیـان بـە خەڵکەکـە دەناسـێنن، بۆنموونـە: زیکـۆو سـوقرات هەردووکیان دوو یاریکەری ناسـراوی هەڵبـژاردەی بـەڕازیل بـوون، هـەردووکیان یاریکـەری تـۆپی پـێن، بـەڵام کەسـایەتیەکەی زیکـۆ لەلایـەن خەڵکانێکـەوە خۆشەویستەو کەسایەتی سوقراتیش لەلایەن خـەڵکانێکی تـرەوە، هـەر چـەندە هەردووکیشیان هەر لەڕێگـەی یاریکردنـەوە ناسـراون، لەوانەشـە هـەبێت لەیـەك کاتـدا زیکـۆو سـوقراتو ڕۆمـاریۆو کاکـای خـۆش بـوون، بـەڵام بەدڵنیاییـەوە هەریەکـەیان لـە پلەیـەکی تایبـەتی ئـەو ڕێـزو حورمەتەدایـە، هۆیەکـەش دەگەڕێتـەوە بۆئـەوەی کـە هەریـەکێك لەوانـە کەسـایەتیەکی جیـاوازو تایبـەت بەخۆی هەیەو، یاریکردنەکەش تەنها هۆکارێکە بۆ ناسین.

سێیەم: لێكدانەوە:

ئەوەشیان یەكێكە لە تایبەتمەندیەكانی بیروهۆشێكی زیرەك‌و وریا، كە لەماوەیەكی كەمدا بیری خۆی وەكو ئامرازێك بەكاردەهێنێت بۆ لێكدانەوەو دانانی بناغەیەك بۆ چارەسەری كێشەیەك.

چوارەم: هێزی سوربوون لەسەر بڕیارو داواكاریەكان: ئەو كەسایەتیەی كە بە لێهاتوو بە توانا ناسراوە، دەبێت لەزۆر بۆچوندا سوربێت لەسەر ویست‌و داواكاری‌و مەیل‌و ئەو بڕیارانەی كە بڕیاری لەسەر داون بۆ چارەسەری كێشەكان.

پێنجەم: داهێنان‌و نوێبوونەوە: كەسایەتی لێهاتوو پێویستە بە بەردەوامی لەگەڵ نوێبوونەوەو داهێنانی نویدا بێت، ئەو نوێبوونەوەو داهێنانەش لە هەڵوێستە نەگۆڕەكانی ئەو كەسایەتیەن، لەبەرئەوەی لەبیرو بۆچوونە دێرین‌و ڕابردووەكاندا، تەنها كەڵكی لەوانە وەرگرتووە كە خستونیە ژێر ڕەخنەو لێكۆڵینەوە، جا مادام ئەو یاسایەی كە ئەو واقعو ژیانە بەڕێوەدەبات، یاسای

گـۆڕانو نوێبوونـەوەو گەشـەو داهێنانـە، کەواتـە گـەڕان بـەدوای هـەموو نـوێ خوازیەکدا یەکێکە لە سەرقاڵیەکانی ئەو کەسایەتیە.

شەشـەم: هێـزی بیرکردنـەوەو وەبیرهێنانـەوە: هێـزی بیرکردنـەوە کێشـەیەکی گەورەی لەلای زانایانی دەروون ناسی دروستکردوە، بەتایبەتی لـە کـاتی پـیری تەمەندا، کە زۆرینەی هـەرەزۆری ئادەمیزادەکـان تووشـی لەبیرچـونەوە دەبـن، بـەڵام لـەلایی کەسـایەتیە بـە توانـاو لێهاتووەکـان مـەرج نیـە ئـەو هێـزی بیرکردنەوەیە بـەو شـێوەیە بێـت، بۆنموونـە: پلـەی بیرکردنـەوەی (ئەدیسـۆن) لەسـەرەتای خوێندنیـدا زۆر لاوازبـوو، بۆیـە بـوو بـەهۆی شکسـت هێنـانی لـە قوتابخانەدا، ئینجا ئەو لاوازی بیرکردنەوەیە بـەردەوام بـوو لـە هەنـدێك لایـەنی کۆمەڵایەتی (ئەدیسۆن)دا، بەڵام لە لایەنی زانستیەوە بـوو بـە خـاوەن هێزێکـی بیرکردنەوەو وەبیرهێنانەوەی بەهێز.

حەوتەم: وریایی‌و بە ئاگایی: کەسایەتی بەتواناو لێهاتوو دەبێت بـە بـەردەوامی وریاو لێهاتوو بێت بۆ تێڕوانین‌و پێشبینی ئەگـەرەکان، تەنانـەت لەکاتێکدا کـە بیری لەشوێنێکی تریش بێت، پێویستە وریاو ئاگادار بێت لەو کێشـە گرنگانـەی کە چارەنوس سازن).*(١٠٥)

خوێنەری بەڕێز سەیری ئـەو ڕووداوە ڕاسـتەقینانە بکـەو سـەرنج بـدە چ هێزێك یارمەتیدەرە بۆ ئەنجامدانی ئەو کارانەو، دەبێـت خـۆراکی ئـەو کەسـایەتیانە چ جـۆرە خوراکێـك بێـت بۆئـەوەی ئـەوهێزە شـاراوانەیان تێـدا بتەقێتـەوەو، ئـەو توانایانە لەگەڵ خۆیـان بێـنن، ئـەنیس مەنصـور لـە کتێبەکەیـدا بـەناوی(القوی الخفیە)دا دەڵێت: گوێم لە ئەمیر سەلمانی ئەمیری (ڕیاز) بـوو، دەیگـوت: لـەناو دەشـتەکیەکاندا کەسـێك هەیـە دەتوانێـت حەسـودی بـە یـەکێکی تـر بـەرێت هەرچەند ماوەی نێوانیشیان زۆر دوور بێـت، ئـەوەی کـە پیـاوە حەسـودەکەش

داوای دەکات، تەنها ئەوەیە کە دەڵێت: ڕێك ڕام بگرن بەرانبەر شوێنی ئەو کەسەی کە دەتانەوێت حەسودی پێبەرم، ئینجا سینگی بەرز دەکاتەوەو هەناسەدانەوەیەك لە لوتیەوە هەڵدەداتە دەرەوە، جا ئەو هەوایەی کە لە لوتی دێتەدەرەوە وەکو فیشەك ئەوکەسە یان سەیارەکەی یان کوڕەکەی دەپێکێت، زانستی سەردەمیش ناوێکی بۆ ئەو جۆرە حەسودی بردنە داناوە بەناوی جولاندنی شتەکان(Telekensis) یان کارکردنە سەر شتەکان بەبێ دەست لێدانیان، لەو ساڵانەی دواییشدا ڕۆژنامە جیهانیەکان باسی توانای گەنجێکیان بلاوکردەوە بەناوی (یوری جیلر) کە بەهۆی هێزە شاراوە ناوەکیەکانیەوە توانیویەتی لە دوورەوە شتەکان بجووڵێنێت، لە تەلەفزیۆنی فەڕەنسیش بە بەرچاوی خەڵكو بە ئامادەبوونی ڕۆژنامەنوسانو زانایانی فیزیا، توانی تەنها بە چاوتێبڕین کەوچكو چەقۆکان لە دووری چەند مەترێکەوە بجووڵێنێ، زاناکان ناچاریان کرد خۆی ڕوت بکاتەوە، ئینجا کارەکە ئەنجام بدات، خۆی ڕوت کردەوەو کارەکەشی بە سەرکەوتویی ئەنجامدا، کە بوو بە مایەیی ئەوەی زاناکان هەموو لاشەکەی بپشکنن، بەلام هیچ ئەنجامێکیان دەست نەکەوت، لەوەزیاتر کە ئەو گەنجە هەڵدەستێت بە چاوتێبڕینێکی وردی مێشك بۆ شتەکانو، هێزێك پەیدا دەکات تەنها بە تەماشاکردنێك دەبێتە هۆی جوولاندنی شتەکان، عەقڵی ئادەمیزاد سنوورێکی دیاریکراوی هەیە، تواناکانی ئەو عەقڵەش بە ئەندازەی خۆی کێشانەو پێوانەی بۆ کراوە، بەلام لەناخی ئادەمیزاددا توانای هێزێکی نەناسراو سەرنج ڕاکێش بەدی دەکرێت، کە نازانین کەیو چۆن لە هەندێك کاتەکاندا دەردەکەوێت، جا ئەوهێزە کە لە هەندێك لە ئادەمیزادەکاندا دەردەکەوێت، دەبێتە هۆی سەرنج ڕاکێشانی خەڵکەکەی دەوروبەریو کەسیش ناتوانێت بەدرۆی بێنێتەوە، لێرەدا ئێمە نموونەیەکی

بچووك دەهێنینەوە: كاتێك كە ئازارێك لەقاچمدا بێت یان بزمارێك بە قاچمدا بچێت، ناتوانم بەباشی بەڕێگەدا بڕۆم، بەڵام ئەگەر لەوكاتەدا تووشی مارێكی گەورە ببم، ئەوە ئازارەكەی قاچم لەبیردەچێتەوەو زۆر بەخێرایی بەڕێدا دەڕۆم، ئەو هێزە لەكوێوە هات؟ لەو نموونەیەدا دەتوانیت بەڵگەیەكی زانستی بێنیتەوە كە لە كاتی ترساندا گلاندەكانی سەر گورچیلە دەڕژێن و چوستییەكی چاك دەدەن بەو كەسەو دەبێتە مایەی ئەوەی ترسەكەی لەبیربچێتەوە، ئەوە لێكدانەوەیەكی كیمیاوییە، ئەوهێزە بەهۆی ئەو گلاندە ڕژێنانەوە پەیدا دەبێت، بەڵام ئەدی دەبێت لێكدانەوەمان چیبێت بۆ كەسێك كە تەنها بە تەماشاكردنێك جامی سەعاتەكەت بشكێنێت؟ ئایا ئەو هێزانە لە كوێوە دێن؟ لێرەدا بیروڕایەك هەیە دەڵێت: ئەو هێزانە لەسنوورێكدان كە هەستیان پێ ناكرێت، ئەوە هێزێكە ئەو كەسە بۆخۆی دەری دەپەڕێنێت، ئەوەش توانایەكی تایبەتی ئەوكەسەیە، جا هەموو ئادەمیزادێك لەوجۆرە هێزو توانایەی هەیە، بەڵام نازانێت چۆن بەكاری بهێنێت، بەتەواوی وەكو ئەوەوایە ئادەمیزاد پارەیەكی زۆری لەبەردەستدا بێت، بەڵام نەزانێت چۆن بەكاری بهێنێت، دكتۆر (گافسكی) كەسایەتیەكی ناوداری ڕووسە، دەڵێت: شەوێك لە شەوان لەسەر دەنگی لەرینەوەی كەوچكێك لەناو پیاڵەیەكدا بەخەبەرهاتم، تەماشای دەوروبەرەكەی دەكات هیچ نابینێت، بۆ بەیانی هەواڵی مردنی پیاوەكەی جیرانیان دەبیستێت، ژنی جیرانەكەش گوتی: مێردەكەم نیوەی شەو بانگی كردم، منیش دەرمانەكەم دایەو چوم نوستمەوە، (گافسكی) داوای لەو ژنە كرد ئەو دیمانەیەی نیشان بداتەوە كە چۆن دەرمانەكەی داوەتە مێردەكەی، ئافرەتەكەش كەوچك و پیاڵەكەی هێنایەوەو بە كەوچكەكە دەرمانەكەی تێكەڵاو دەكرد، هەمان دەنگی لێوەهات كە (گافسكی) لە خەوەكەی بەخەبەرهێنا، دكتۆر (گافسكی)ش زۆری

بـەلاوە گـرنگ نـەبوو بـیری خـەڵکی لـە دوورەوە بخوێنێتـەوە، بـەڵام ئـەو بیروبـاوەڕەی کـە لـەو ڕووداوەوە ڕێنمـایی لێ وەرگـرت ئـەوەبوو کـە: پیـاوە مردوەکەی جیرانی لە نیوەی شەودا لەکاتی دەرمـان خواردنەوەکەیـدا بـیری لـە گافسکی کردۆتەوە، جا ئەو پیاوە لەوکاتەدا ئەو ئـارەزووەی خـۆی نـاردوە بـۆ گافسکیو بۆتە مایەیی بەخەبەرهێنانی گافسکیو پاشتریش مردوە، ڕووداوێکـی بـەناوبانگیش هەیـە لەسـەر پیاوێـك نـاوی(فولف مسـنج)ە، ئـەو پیـاوە زۆر بـە توانـابوو لـە گواسـتنەوەی ئـەوەی لەمێشـکی دایـە بۆکەسـێکی تـر کـە خـۆی مەبەستی بێت، لەگەڵ کۆمەڵێك پۆلیسو خەڵکی شارەزا چونە نـاو بانکێکـەوە، لەوێ چەکێکی بانکی دایە دەست فەرمانبەری خەزێنەکە، ئەویش یەکسەر سەد هـەزار ڕۆبڵـی دایـە، پـۆلیسو خەڵکـە شـارەزاکە هـەموویان تاسـان، لەڕاسـتیدا چەکەکە کاغەزێکی سپی ڕووت بوو، بەڵام توانی بە هێزی خۆی پـەیامێك بداتـە فەرمانبەری خەزێنەکە بۆئەوەی ئەو بڕە پارەیەی بداتێ، دواتریش پارەکەی بۆ فەرمانبەرەکـە ڕەتکـردەوە، فەرمانبەرەکـەش کـە تەماشـای چـەکەکەی کـرد کاغـەزێکی سـپی ڕووتـە، یەکسـەر بـەلادا هـاتو گیـانی دەرچـوو، ئـەو تاقیکردنەوەیە لەسەر داوای ستالین بوو، بۆئەوەی بزانێت تا چـەند ئـەو پیـاوە لـە تواناکانیـدا ڕاسـتگۆیە، (اسـترندبرج) دەڵێـت: لـە یـەکێك لـە چێشـتخانەکان دانیشتبووم بەقوڵی بیرم دەکردەوە، یەکێك لە برادەرەکانم لێم نزیك کەوتـەوە، منیش تەماشایەکم کرد، بینـیم خەریکـە دەگەڕێتـەوە شـوێنەکەی خـۆی، دوای ئەوە لە هاوڕێکـەم پرسـی بۆچـی گەڕایتـەوە؟ ئـەویش گـوتی: تەماشـام کـردی وەکـو پیـاوێکی ناسـك بینیمـی چـەقۆیەکت لـە دەسـت دابـوو، منـیش ترسـام، هەستیشم بەخۆم کرد کە تۆ ئەو کەسەنیت کە من دەمـەوێت، بۆیـە گەڕامـەوە شوێنەکەی خۆم، ئەو پیاوە کە نوسەرێکی سویدییەو لە بواری (جادوی ڕەشدا)

کاری کردوه، دانی بەوەدا ناوە کە کەسایەتیەکی حەسودە، دەشڵێت: (کاتێك حەسودی بە منداڵەکانم دەبەم، دەبێتە مایەی ئەوەی نەخۆش بکەون، حەسودی بەخۆشم دەبەم، باوەڕم وایە ئەگەر لە ئاوێنەدا تەماشای خۆم بکەم، دەتوانم خۆم بکوژم، لەڕاستیشدا هەروەهابوو کە مرد ئاوێنەکە بە شکاوی لەسەر سینگی بوو).

مێژوو نووسی بەناوبانگ(ابن خلدون) دەڵێت: کەسانێك هەن مێش نزیکیان نابێتەوە، لە تێبینیە سەرنج ڕاکێشەکان ئەوەیە ئەگەر پێنج کەس نان بخۆن، ئەوا مێش تەنها نزیکی یەکێك لەو پێنجانە نابێتەوە، هەروەها لەناو خەڵکیشدا دەگوترێت هەندێك کەس بە بێ ئەوەی هیچ توانایەك بەکاربێنێت کەسایەتیەکەی وەهایە مێش ناتوانێت نزیکی بکەوێتەوە.

ئەنیس مەنصور بەردەوامەو دەڵێت: زۆر لەو ڕووداوانەش کەسایەتی ناسراوی شانۆی عەرەبی (یوسف وەهبی)بۆی گێڕاومەوەو بەدڵنیاییەوە ڕاستن، کە دەڵێت: پیاوێك ناوی(شیخ طنطاوی جوهری) بوو، خەڵکی (الصعید)ی مصر بوو، لە ماڵەکەی خۆماندا، دەستی لە پەنجەرەوە دەبردە دەرەوەو خواردنێکی گەرمی ئامادەکراوی بۆ دێنایەن، لە هەرشوێنێك بایە ئەگەر داوای خواردنێکی لێ کرابا، یەکسەر داوای پارەکەی دەکردو، دەستی دەبردە دەرەوەی پەنجەرەکەو خواردنە داواکراوەکەی بە گەرمی دەهێنایە ژورەوە، توانای ئەو کەسایەتیەش تەنها لەناو ماڵەکاندا نەبوو، بەڵکو لەناو شەمەندەفەریشدا هەمان کاری ئەنجام دەدا، جارێکیان لەناو شەمەندەفەردا ئەو خەڵکەی لەگەڵیدا بوون پێیان گوت: دنیا گەرمایەو برسیمانە، ئەگەر مۆتەمان بۆبێنی، ئەویش بە دەنگێکی نزم گوتی: پارەکەی؟ ئەوانیش پارەکەیان بۆ کۆدەکردەوە،

دەستێکی بردە دەرەوەی شوشەی پەنجەرەکەو، سینیەك مۆتەی هێنایە ژورەوە.*(١٠٦)

خوێنەری بەڕێز تاقیکردنەوەیەك لەسەر خۆت بکە، ڕادیۆیەك بێنە بیخە سەر ئیزگەیەك کە بە خراپی وەربگرێت، ئاریالەکەی بۆ بەرزبکەرەوە، جار جارە دەستێك لە ئاریالەکە بدە، دەبینی هەموو جارێك کە دەستی دەدەیتێ دەنگی ڕادیۆکە بەرز دەبێتەوە، ئەویش بەهۆی پێکهاتەو سوڕی خوێنەکەتەوەیە کە بەهۆی جوولەوە کایەیەکی موگناتیسی (مجال مغناطیسی) پەیدا دەکاتو وەکو ئاریلێك دەبێت بە پشتیوانی بۆ ڕادیۆکە بۆ وەرگرتنی شەپۆلەکان، هێزەکان زۆرن لەناوەی ئادەمیزاددا، لێهاتویی کەسایەتیەکە دەتوانێت بە شێوەیەکی ڕاستەقینە دەریان بپەڕێنێت.

(زانایەکی نەمساوی بەناوی(مسمەر) بە کۆلانێکدا دەڕوات دەبینێت پیاوێك لەسەر دارێك بەربۆتەوەو خوێن لە قاچی دەڕوات، ئەویش کە لێی نزیك دەبێتەوە، یەکسەر خوێن بەربوونەکە دەوەستێت، کاتێکیش کە لێی دوورکەوتەوە، خوێن بەربوونەکە دەستی پێکردەوە، ئەو ڕووداوە باوەڕێکی وەهای لەلای ئەو پیاوە پەیداکرد کە خاوەنی هێزێکی چاککەرەوەیە، بۆیە بڕیاریدا ببێت بە پزیشك).*(١٠٧)

کوردەواری خۆشمان بێبەش نیە لەو ڕووداوانە، سالانی کۆتایی شەستەکان لە ڕانیە، لەتەمەنی هەرەزەکاریمدا بووم، لە دوکانەکەی خۆماندا کارم دەکرد، سەردەمەکە وەهابوو ئینزباتێکی عەسکەری حوکمی شارێکی دەکرد، ئینزیباتەکە لە مەیدانی ناوەڕاستی شارەکەدا لەسەر کورسیەك دادەنیشت، لەوێوە کۆنترۆڵی هەر چوار ڕییانەکەی دەکرد، لەپڕ دەفەو تەبڵی دەروێشەکانی شێخ مستەفای باقلان، بازاڕەکەیان لە خەوێکی قورس بەخەبەر هێنا،

لەبەردەمی دوکانەکەی ئێمەدا دەروێشێك شیرێکی لە زگی خۆیداو لە پشتی هاتەدەرەوە، ئینزیباتەکە عەرەبێکی باشووری عێراق بوو، کە ئەو دیمانەیەی بینی نەیکردە نامەردی، ئەویش قایشەکەی خۆی شلکردەوەو دوگمەکانی کردنەوەو قەممە عەسکەریەکەی خۆی هەڵکێشاو چەند جارێك قەممەکەی بە زگی خۆیدا کرد، دواجاریش بە بەرچاوی هەمووانەوە ڕیخۆڵەکانی هاتنەدەرەوەو لە هۆش خۆی چوو، بەربۆوەو کەوتە سەر شەقامەکە، چاك لەبەرچاومە شەقامەکە تازە قیرتاو کرابوو، قیرتاوێکی کلاسیکی، وردە لمێکی زۆر لەسەر قیرەکە بوو، ڕیخۆڵەی ئینزیباتەکە، هەموو لمو وردە بەردەکانی شەقامەکەی پێوە نوسان، هەواڵیاندا بە شێخ، دەروێشەکانیش بە پێوە بازنەیەکیان لە دەوری لاشەی ئینزیباتەکە دروست کرد، بوو بەدەفەو تەپڵ لێدانێك، بە ناچاری تەسلیمی واقعێك دەبووی باوەڕ بەو هێزە بێنی کە جەنابی شێخ لەگەڵ دەنگی تەبڵو خشەو زرینگەی دەفەکانو ئەڵلاهو ئەکبەری دەروێشەکاندا، وردە وردە ڕیخۆڵەکانی لەو لمو وردە بەردانە پاك دەکردەوەو دەیبردنەوە ناو زگی ئینزیباتەکە، شوێنەکەشی پێچاو هەموویان بە ئەڵلاهو ئەکبەرو حەی ئەڵلاو سەڵەواتێك لەسەر پێغەمبەر(صلی الله علیە وسلم)، ئینزباتەکەیان بەرزکردەوەو بردیانەوە بۆ تەکیەی شێخ، هەتا ئێرە لەناو بازاڕدا بیروبۆچوون زۆر بوون، خەڵکێك هەبوو دەیانگوت خورافاتە، خەڵکێکیش لە سادەییان دەگریانو فرمێسکی نەزانیان دەڕشت، بەڵام خوێنەری بەڕێز سەرنج بدە بزانە چی ڕوویدا، من لە خێزانێکی ناسراوی شارەکە بووم، مامم کەسایەتیەکی شارەکە بوو، ئەوشەوە چوو بۆ سەردانی جەنابی شێخ، منیش لەگەڵیدا بووم، حاجی شێخەی سائقیش ئەوکاتە لەلای ئێمە کاری دەکرد ئەویشمان لەگەڵدا بوو، کە چووین بۆ تەکیەکە، شێخ زۆر دڵخۆشبوو بەو

سەردانەو، بینیمان ئینزیباتەکە لەلای سەرەوە لەسەر جێگەیەك چوار مەشقی لێی دانیشتبوو، ژورەکە زۆر گەورە نەبوو، ئەوەندەی نەبرد ئامیری لیواکە هاتو کەسێکی تری پلەداریشی لەگەڵدابوو، وا پێدەچوو بۆئەوە هاتبێت ئینزیباتەکە بباتەوەو بڕوات، گوێم لێبوو داوای لە شێخ کرد کە دەیەوێت ئینزیباتەکە بباتو بڕوات، شێخیش وەڵامی دایەوە: با ئیمشەو لای من بێت، بەیانی بۆخۆم دەیهێنمەوە بۆلات، بەڵام دیاربوو ئامیر لیواکە ڕازی نەبوو، لەوە دەترسا نەوەك شەو پێشمەرگە بێنو ئینزیباتەکە ببەن، سوربوو لەسەرئەوەی بیباتەوە، هەرئەوەندەم زانی دەروێشێك پرچی خۆی کردەبۆوەو هاتە ژورەوەو بە دەنگێکی بەرز گوتی:(حەی..حەی. ئەڵڵا)، شیرێکی بە زگی خۆیدا کردو لەپشتی هاتەدەرەوە، ئامیر لیواو هاوڕێکەشی لە ترسان خۆیان پەنادایە پاڵ شێخ، جەنابی شێخیش بە ئامیر لیوای گوت: لەسایەی خواوە سەربازەکە زۆر باشە، بەڵام من وای بەباش دەزانم ئیمشەو لێرە بمێنێتەوەو، بەیانی بۆخۆم دێم بۆ خزمەتتو ئەویش دەهێنمەوەو، تۆش دڵنیابە لەوەی برینەکەی پاکەو چاك بۆتەوە، لەودەمەدا شێخ برینەکەی نیشانی ئامیر لیوا دەدا، شتێکی زۆر سەیرو سەرنج ڕاکێش بوو، وا پێ نەدەچوو ئەو برینە هی ئەمڕۆ بەیانی بێت، هەر بەتەواوی سارێژ ببوو، ئامیر لیوا کە ئەوەی بینی، تەسلیمی شێخ بوو، ڕووی کردە شێخو گوتی: هەتا من لەم ناوچەیەدا بم، بە خۆمو سەربازەکانمەوە لە خزمەتی جەنابتان دام، خوێنەری بەڕێز سەرنج بدە، ئەو کەسایەتیە لە گوندێکی کوردستانەوە ئەو زانستەی لەکوێ هێنا؟ بۆچی هەر ئەو خاوەنی ئەو توانایەیە؟ دەفەو تەپڵو حەی ئەڵڵای دەروێشەکان چ کاریگەریەکیان هەیە شەقامێك بکەنە نەخۆشخانەیەکی مەیدانیو گەورەترین نەشتەرگەری تێدا ئەنجام بدرێت؟ من بەدڵنیاییەوە دەڵێم: کەسایەتی دەفەو تەپڵەکانیش ڕۆڵی

تایبەتی خۆیان هەیە، ڕۆژەکانی هەفتەش هەندێکیان لەبارترن بۆ ئەنجامدانی ئەوکارانەو، دەرکەوتنی ڕەگەزی مێیینەش لەکاتی زەرگو شیر وەشاندنەکاندا دەبوو هۆی ئەوەی خوێنی برینی دەروێشەکان نەوەستێ.

دوو سێ ساڵێکیش دوای ئەو ڕووداوەو لە ساڵەکانی بەیانی یازدەی ئازاردا، ڕۆژێکیان میوانداریەکی شێخ عبدالکریمی حەودالأنمان هەبوو، پیاوێکی ناسکی هێدیو هێمن، لەسەرخۆو لاواز، شێخ بە خێزانەوە هاتبوو، دوو دەروێشی لەگەڵدا بوو، کە هەردووکیان جوتیاربوون لە زەویەکانی ئێمەدا کاری توتنیان دەکرد، یەکێکیان ناوی(عبدالله بەگ)و ئەوەی تریشیان ناوی (ئەحمەد فەتاح) بوو، هەردووکیان زۆر بەڕێز بوون، ئێمە وەکو مامی خۆمان تەماشامان دەکردن، ئەوانیش ڕێزێکی تایبەتیان بۆ دادەنایین، زۆر جاران عبدالله بەگم تووڕە دەکرد، ئەویش پەنجەکانی خۆی ڕادەگوشینو هەنگوین لەناو دەستیەوە چۆڕاوکەی دەکرد، ئێمەش دەستمان دەگرتەوەو هەنگوینەکەمان دەخوارد، بەڕاستی هەنگوین بوو فێڵی تێدا نەبوو، ئەو ڕۆژە کە نانی نیوەڕۆمان خوارد، وردە وردە خەریك دەبوو کاتەکە درەنگ ببێت، منیش پێم خۆشبوو کە ئەمڕۆ شێخی گەورە لێرەیە شتێکمان بۆ بکات لەوەی عبدالله بەگو ئەحمەد فەتاح گەورەتر بێت، بۆیە ڕووم کردە هەردووك دەروێشەکەو گوتم، ئەوە ڕۆژەکە تەواو بوو هیچمان نەدیت نە لەخۆتانو نە لە شێخەکەشتان، عبدالله بەگیش بە تووڕەییەوە دەستی برد بۆ دارجگەرەکەیو ڕایگوشیو هاواری کردو گوتی: مەلعون دەستت بگرەوە، خوا هەڵناگرێت دەستم پڕی هەنگوینێك بوو کە وردەشانەی شکاوت لەناو ڕاوەکەدا دەبینی، کە خواردم بەڕاستی هەنگوین بوو، بەڵام پێشتر ئەو هەنگوینەم خواردبوو، بۆیە ئومێدم بەوەبوو ئەوجارەیان جەنابی شێخ بۆخۆی کارێکی گەورەترمان بۆ ئەنجام بدات، هەموو خەڵکەکە

تەماشای منیان دەکرد، بۆیە منیش بە شێوازێکی ئەدەبو ڕێزەو ڕووم کردەوە عبدالله بەگو گوتم: دەك ماڵت بەقوڕ نەگیرێت، ئەوەندە بە ڕقەوە دار جگەرەکەت ڕاگوشیوە، هەرچی خڵتەکەی ناوی هەیە هاتۆتە دەرەوە، لێرەدا جەنابی شێخ بەپێکەنینەوە بانگی کردم، لەلای خۆیەوە دامنام و دەستێکی لەسەر سەرم دانا، هەستم بەخۆم دەکرد دوعایەکم لەسەر دەخوێنێتو تەزوییەك لە پەنجەکانیەوە بەهەموو جەستەکەمدا تێدەپەڕی، کە لێبۆوە گوتی: بڕۆ لەماڵەوە قاپێك بێنە هەندێك شەکری تێدا بێتو قاپێکی تری بەتاڵیش بێنە، چوم هەردووك قاپەکەم هێناو، جەنابی شێخ لە تەنیشت خۆیەوە دامنام و پەنجەکانی دەستێکی ڕەپکردنو هێنانیە پێشەوە بۆ بەرچاوی خەڵکەکەو کەوتە قورئان خوێندنو دوعاکردن بە دەنگێکی زۆر نزم، هەستم دەکرد نێوانی پەنجەکانی وردەوردە سپی دەبوون، ئەو شتە سپیە چین چین لەسەریەك کۆدەبۆوە، کە زۆردەبوو بە دەستەکەی تری لێی دەکردەوەو دەیخستە سەرقاپە بەتاڵەکە، تا وای لێهات قاپەکە بەتەواوی پڕبوو، فەرمووی: بەسە؟ منیش گوتم ئەوە چیە؟ فەرمووی: تۆ لێی بخۆ، منیش پارچەکی کەمم لێکردەوەو خواردم، ڕۆنکەرەیەك بوو دەتگوت تازە لەناو مەشکە دەرت هێناوە، منیش گوتم: بەڵێ دەستت خۆش زۆر بەلەزەتە، ئەویش فەرمووی: دەبرۆ بیبە با هەر نەفەرەی تۆزێك بخوات، ئەوەکەی تریش کە دەمێنێتەوە بیکە ناو تەنەکەی ڕۆنەکەتانەوە، هەتا ئەوماڵە هەبێ بێ ڕزق نابێت، گەورەیی بۆ ئەو خوایە لەو ڕۆژەوە هەتا ئێستا بەلێشاوی کۆڕەویشەوە ئەو ڕزقە هەر ڕووی لە زیادەیە، جا خوێنەری بەڕێز ئەو پیاوە تەنکە ناسکە ڕووخۆشە ئەو گارگەی شیرەمەنیەی لە کوێوە هێنا لەسەردەمێکی وەکو سالآنی حەفتادا لە کۆمەڵگایەکی وەکو خەڵکی بیتوێن دا، لە دیوەخانەکەی ماڵی ئێمەدا لەسەر

داوای منــی هــەرزەکار ئــەو ڕۆنەکەرەیــەی بەرهــەم هێنــا ؟ ئایــا دەبێــت ئــەو کەسایەتیە خاوەنی چ هێزو ڕەوشتو زانیاریـەك بێـت، کـە بـە قاپێك ڕۆنکـەرە عەمباری ماڵەکەی ئێمە لەم ماوە دوورو درێژەدا بـژێوی لـێ نـەبڕێت؟ بەڕاسـتی بۆ عەقڵیەتی ئەودەمەی خەڵکی کارێکی زۆر گەورە بـوو، ئـەو زانسـتانە لەگـەڵ زکـری خـوادا تێکـەڵ بـەناوی خـواو پێغەمبـەر دەکـراو وەکـو هۆکارێـك بـۆ باوەڕهێنانی ئایینی بەکاردەهێنرا، بەڵام لەڕاستیدا ئەوە جۆرێك بـوو لەزانسـت، تەنانەت لەڕۆژئاوادا خەڵکانێکی بێباوەڕو دژ بەئایینیش ئەو نمایشانەیان ئەنجام دەداو ئێستاش وەکو هونـەرێك بەردەوامـە، کـە لەڕێگـەی پـەیوەنـدی کردنـەوە ئەنجام دەدرێت بـەجیهانی دەرەوەی ئـادەمیزاد، بۆنموونـە: هانـا بـردن بۆبـەر تواناو دەسەڵاتی جندوکەکان، کـە دەتـوانن زۆر کـاری قـورسو سەرسـوڕهێنەر ئــەنجام بــدەن، تەنانــەت پــەروەردگاریش لــەبارەی جندوکەکانــەوە لــە ســوڕەتی(الجن)دا دەفــەرموێت: ﴿(پێوەنـدیی نێـوان ئـادەمیزادو جندوکـەش وەهابوو)، کەسانێك لە ئادەمیزادەکان هانایان بۆبەر کەسـانێك لـە جندوکـەکان دەبرد، بەڵام زیاتر تووشی ناڕەحەتییان دەکردن﴾.(٦)الجن

کاك عبدالکریمی شێخ محمودی قەرەوەیس بۆی گێڕامەوە، گوتی: ئامۆزایەکمان ناوی (کاك امین)بوو دایك و باوکی مردبوون لەگەڵ ئێمـە دەژیـا، دوای ماوەیـەك شـێت بـوو، دەسـتی لـە خـەڵکی دەوەشـاند، باوکیشـم خسـتبوویە ژورێکـەوەو دەرگاکەی لەسەر داخسـتبوو، ڕۆژانـە خواردنمـان بـۆ دەبـرد، ڕۆژێکیـان بـانگی کردم گوتی: کاکە وەرە دەرگاکە بکەرەوە من چاك بوومەوە، بەڕاستی هەسـتم پێکرد کە هەڵسو کەوتی زۆر گۆڕابوو، منیش گوتم با باوکم بێتـەوە دەتهێنێتـە دەرەوە، کە باوکم گەڕایەوە ئاگادارم کردەوە، ئەویش هاتو لـە پـەنجەرەکـەوە هەواڵی پرسی، (کاك امین) گـوتی: مامـە دەرگاکـە بکـەوە مـن چـاك بوومـەوە،

باوکیشم گوتی: ڕۆڵە پەلەت نەبێت دوای چەند ڕۆژێکی تر دەتهێنمە دەرەوە، ئەویش گوتی: نا مامە گیان ئیمشەو پێغەمبەر هات چاکی کردمەوەو فێری قورئانی کردمو فێری ئەوەشی کردم خەڵکی بەهەشتو جەهەندەم لەیەکتری جیا بکەمەوە، باوکم چوو قورئانەکەی هێناو گوتی دەی بزانم چی فێربوویت؟ باوکم قورئانەکەی کردەوەو گوێی بۆ (کاک امین) ڕاگرت، ئەویش هەموو قورئانەکەی بە لەبەرکراوی خوێندەوە، باوکم دڵنیابوو کە چاك بۆتەوە بۆیە گوتی: باشە دەتهێنمە دەرەوە بەلام دەبێت پەیمانێکم پێ بدەیت، لە هەر کەسێك تووڕە بوویت پێی نەڵێیت تۆ خەڵکی بەهەشتی یان خەڵی جەهەندەمیت، ئەویش وادەی پێدا، ئیتر کەسایەتی (کاك امین) گۆڕا لە شێتێکەوە بۆ کەسێك کە هەموو قورئانی لەبەربوو، جاری وا هەبوو بەیەکەوە دەچوینە ناو بازار لەگەڵ کەسێکدا کە گرفتی بۆ دروست دەبوو دەیگوت: بەقوربانی مامم بیت دەنا دەمزانی چیم پێ دەگوتیت، ڕۆژێکیان بە درەنگەوە بەیەکەوە چووین بۆ نوێژی هەینی، کە چووین مزگەوتەکە پڕ بوو، لە بن هەیوانەکە لە تەنیشت پێلاوەکانەوە شوێنی خۆمان کردەوە، سەرنجم دا (کاك امین) پێلاوەکانی کردن بە دوو بەشەوە، جا بە جووڵەی چاوو لەقەی سەری تێیگەیاندم کە خاوەنی ئەو پێلاوانەی ئەولا لە ئەهلی بەهەشتن، خاوەنی پێلاوەکانی کۆمەڵەی دووەمیش لە ئەهلی جەهەندەمن، لەبەر ئەوەی وادەی بە باوکم دابوو نەیدەویست بە قسە تێمگەیەنێت.

نوسەری فەرەنسی(جوستاب فلوبیر)، لە سەردانێکیدا بۆ ناوچەی (الفیوم و قەنا)ی مصر لە کۆتایی سەدەی نۆزدەدا، زۆر شتی سەیرو سەمەرە دەگێڕێتەوە کە بە چاوی خۆی بینیونی، ولاتێك ئەهرامەکانی دروست کردبێت، توانای ئەوەی هەیە زۆر شتی سەرنج ڕاکێشی تریش ئەنجام بدات، کە ئێمە

نازانین چۆن لێی تێبگەین، پیاوێکی باڵا مام ناوەندی قسە خۆشیان هێنا، ناوی(عبدالله ی کوڕی عبدالحمیدی قەناوی)بوو، بۆئەوەی شتێك لە تواناکانی خۆی نیشانی ئەو نوسەرە فەرەنسیە بدات، هات ئاگرێکی داگیرساندو دەستی خستەسەر ئاگرەکەو بە بەرچاوی خەڵکەوە دەستەکە سوتاو بوو بە خەڵوز، کەسایەتیە فەرەنسیەکەش زۆر ناڕەحەت بوو بەو دیمانەیە، بەلاّم پاشتر، ئەو پیاوە مصریە کەوتە لستنەوەی دەستەکەیو زمانی پێداهێنا هەتا گەڕاندیەوە سەر شێوەی جارانی.

هەر هەمان کەس منداڵێکیان بۆهێنا شەش پەنجەی هەبوو، یەکسەر پەنجە زیادەکەی شکاندو لێی کردەوەو زمانی بە شوێنەکەیدا هێناو لستیەوە تا وایلێکرد شوێنی پەنجەکە دیارنەما، ئینجا نیشانی نوسەرە فەرەنسیەکەیدا، ئەویش هیچ شوێنەوارێکی ئەوەی لێ بەدی نەکرد کە لەو شوێنەدا پەنجەیەك بڕابێتەوە، پاشان عبدالله پەنجە شکاوەکەی بەشوێنی خۆیەوە نوساندەوە، وەکو ئەوەی هەر هیچ ڕوینەدابێت، نوسەرە فەرەنسیەکە کە ئەوەی بینی، بە سەرسوڕمانەوە سەرێکی لەقاندو سەیرێکی ئاسمانی کردو گوتی: (سەیرە) ئەو هەموو توانایانە لەکوێوە دێن؟ *(١٠٨)

لەناو ئادەمیزادەکاندا کەسێك نیە کە توانایەکی هەبێتو ئەوانی تر ئەو توانایەیان نەبێت، هەموومان خاوەنی دوو چاو دوو گوێو دوو کونەلوتو دوو دەستو دوو قاچین، هەرچەندە جیاوازیەکیش هەبێت لە شێوەو کێشو قەبارەو پێکهاتەکانمان، بەلاّم هەموومان خاوەنی هێزی شاراوەین، دەبێت هەوڵ بدەین ئەو هێزە شاراوانە دەرپەڕێنینە دەرەوە، جا هەرکاتێك هەلێکت بۆ هەڵکەوت، ئەوا پێویستە: لە بارە دەرەکیەکاندا هەوڵی ئارامیو ئاسایش بدەیتو لە بارەکانی ناو ناخی خۆشتدا لە هانابردن بۆبەر هێزو دەسەلاّت دوورکەوەوەو،

لــەکاتی لاوازیشــدا هــەوڵی خۆبــەهێزکردن بــدە، بۆئــەوەی بــە تــەواوی کەسـایەتیەکەت بەشـێوەیەکی هێـدیو هێمنانـە بـاڵی ئـارامی خـۆی بکێشـێت بەســەر کێشــەکەداو، لــە قۆناغــە مەترســیدارەکان دوورکەوێتــەوە، ئەوەشــت لەبیرنەچێت باشترین ڕێگە بۆ بەدەستهێنانی بەهرەمەندیەکان ئەوەیـە بـە چـاو بیانبینیتو بە بـەردەوامی ئـەنجامیان بـدەیت، ئینجـا لـە کەسـایەتیەکی دیـارو ناسراودا ئەو ڕەوشتانە دەبینیتەوە:

* پێشەوایەکی چاکو باشە، ڕاسـتگۆو دان بـەخۆداگرە، لـە کـارو کردەوەکانـدا هەوڵی چارەسەرکردنی هەڵەکان دەدات.

*کاردروستە لە بەکارهێنانی دەسەڵاتەکەیدا.

*ڕێز لە ئەرکەکانی سەرشانی دەگرێتو لە ناخی خەڵکانی تریشدا دەیڕوێنێت.

* سنووری مافو ئەرکەکانی بە چاکی دەزانێت.

ئاگاداریش بە، ئەگەر تۆ لەناو کۆمەڵگاکەی خۆتدا کەسایەتیەکی نموونەی دیـار بووی، ئەوا یەکەم کەسی ناو کۆمەڵگاکەی خۆت دەبی، هـەموو خـەڵکی کاریـان بەتۆ بێـتو تـۆش کـارت بـە کەسـیان نـەبێت، بـۆ بـەردەوام بـوونی ئـەو ڕێـزی کەسـایەتیەش پێویسـتە پەیوەندیـەکی ڕاسـتگۆیانە لەگـەڵ هـەموو لایەکیانـدا ببەستیتو، پارێزگاری لە متمانەی ئەو ڕێزو حورمەتەش بکەیت کە خەڵکانی تر بەتۆیان داوە.

ئینجا زۆر هەنگاوی ئاسانکاری هەن دەتگەیەنن بە قۆناغێکی وەها کە بتوانیـت کەسایەتیەکی چاکو دیاربیتو کەڵك بە دەوروبەرەکەشت بگەیەنیت:

یۆگا: کۆمەڵێك نمایشی گیانین، شارەزاییەکی تەواوی گیانیت دەداتیو وات لـێ دەکات بە قـوڵی بچیتەناو شـتەکانەوە، یاریکـەری یۆگـا هـیچ پابەندیـەکی نیـە

بەوەی لەسەر کام ئایینەیەو، مەرجیش نیە لەسەری لە پێناوی یاریەکەدا واز لەبیروباوەڕەکەی بێنێت.

(باتانجالی) حەکیمو فەیلەسوفو دامەزرێنەری یاری (یۆگا)دەڵێت: لە یاری یۆگادا هەشت لایەنی سەرەکی هەن کە زنجیرەیەك هەنگاو پێك دەهێنن بۆ پاککردنەوەی جەستەو عەقڵو گەیشتن بە ڕەوشەنی ڕووناکیەکەی، ئەوانیش ئەو هەنگاوانەن:

*الیاما: زنجیرەیەکە لە پێنج بناغەی ڕەوشت پێك دێت، کە ئادەمیزاد ئاگادار دەکاتەوە بەوەی ڕاستگۆ بێتو توندو تیژ نەبێتو دزی نەکاتو خۆپەرست نەبێتو لە کاروکردەوەکانیدا ڕاستو ڕەوان بێت.

*النیاما: چەند ڕەوشتێك دەگرێتەوە، پێویستە بە دەست بهێنرێن، ئەوانیش: پاککردنەوەی دەرونو، ڕازی بوون بە بەشی خۆتو، باوەڕبوون بە پەروەردگارو، خوێندنەوەی ناوەڕۆکە ئایینیەکان.

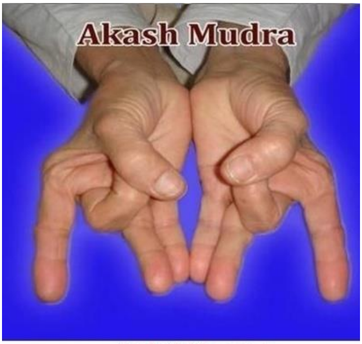
*(الأسانات): ئەو شێوە جوولانەن کە جەستە دەیانکات، ئەو شێوانەش وەها دانراون جەستەکە بەهێز بکاتو یارمەتی لەیەك کشانی بداتو پارێزگاری نەرمیو تواناداریەکەی بکات.

*(البرانایاما): ئەو هەنگاوە توێژینەوەو چۆنیەتی بەکارهێنانی هەناسەدانە بۆ یارمەتیدانی عەقڵو لاشە.

*(البراتیاهارا): ئەو هەنگاوە سەرەتای هەوڵدانە بۆ فێربوونی جۆنیەتی زاڵبوون بەسەر عەقڵدا، بۆئەوەی مرۆڤ هەست بە کاریگەریەکانی عەقڵ بکات بەسەر هەموو ئەو شتانەی کە لە دەوروبەرمانن.

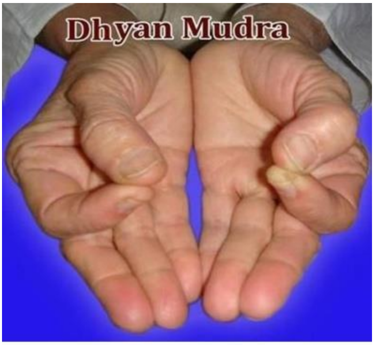
*(الـدارانا): هــەنگاوی یەکەمــە بــەرەو کۆکردنــەوەی ســەرنجەکانی عــەقڵ‌و، دەســتکردن بـە ئاراسـتە کردنـی ئـەو سـەرنجانە بـەرەو ناوچـەیەکی دیـاریکراو بەپێی ویستی ئەو کەسە.
*(الـدیانا): ئـەوە هــەنگاوی دواتـرە بــەرەو زاڵ بـوون بەسـەر دەسـەڵاتەکانی عەقڵدا، لەگەڵ نواندنی هەوڵ‌و کۆشش بۆئـەوەی لـە بـوارێکی فراوانـدا لـەهۆش خۆت بمێنیتەوەو، لەهەمان کاتیشدا هەستەکانی عەقڵ بەرەو زیادبوون بەریت.
(الصـامادی): ئـەوە ترۆپکـی زاڵبوونـە بەسـەر عـەقڵ‌و لاشـەو گیانـدا، واتـە ئادەمیزاد دەگاتە ئەو قۆناغەی لەگەڵ هێزە بە تواناکانی دەرەوەی خۆیدا یـەك دەگرێت.(١٠٩)
نوێـژ کـردنیش پەیوەنـدی کردنێکـی تایبەتـە لەگـەڵ پـەروەردگار، خوێنـدنی قورئانی پیرۆزیش، ئارامییەك دەدات بە دڵ‌و دەرونەکان.
کاتێك کە تـۆ نەخۆشـیت بەدڵنیاییـەوە کەسـایەتیەکەت لـە بـارێکی دڵـەڕاوکێ‌و ناهەمورای دایە، کەواتە هەموو هەنگاوێك بۆ چـاکبوونەوە لـەو نەخۆشـیانە کـار دەکاتە سەر گەشانەوەی کەسایەتیەکەت، بۆیە یابانی‌و هیندیەکان جووڵـەکانی (المودرا) بـەکاردەهێنن، بـە تایبـەتی بـۆ چارەسـەری ئـەو کەسـایەتیانەی کـە بەتەمەنـدا دەچـن، جووڵـەی پەنجـەکان ڕۆژی دووجـار یـان سـێ جـار، زۆر کارگەریان هەیە لەسەر چاك کردنەوەی هەندێك ئەندامانی جەستەی ئـادەمیزاد، ئینجا سەرنجێك بدە ئەو کەسایەتیانەی بـە ئەنجامـدانی جووڵـەی پەنجـەکانیان ژان‌و نەخۆشیەکان چاك دەکەنەوە، ئایا هەموو کەس دەتـوانێ ئـەو توانایانـەی خۆی بەگەڕخات؟ *(١١٠)

بۆ چارەسەری کێشەی گوێچکەکان:



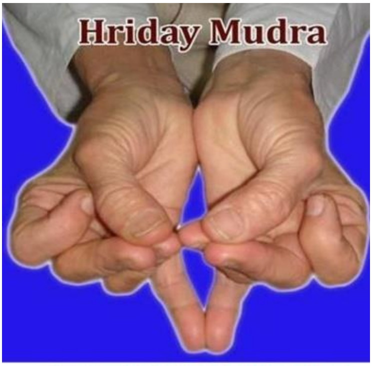
بۆچارەسەری کێشەکانی گوێچکە

بۆ چارەسەری بێ هیوایی(الکآبة)



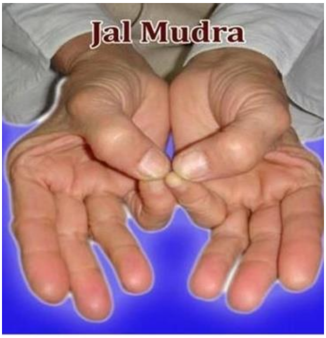
بۆ دورخستنەوەی بێ هیوایی

بۆ چارەسەری هەناسە تەنگیو نەخۆشیەکانی سینگ



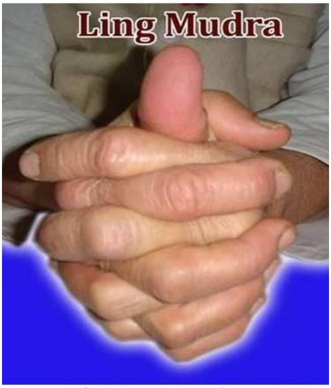
بۆ چارەسەری ڕەبو، هەناسەتەنگیو نەخۆشییەکانی سینگ

بۆ چارەسەری پاككردنەوەی خوێنو نەخۆشیەكانی پێست:



بۆچارەسەری پاككردنەوەی خوێنو نەخۆشییەكانی پێست

بۆ چارەسەری ژانەسەرو دابەزاندنی پلەی گەرمی:



بۆچارەسەری ژانەسەرو دابەزاندنی پلەی گەرمی

بۆ چارەسەری كۆئەندامی هەرس، دواى نان خواردن ئەو جوولەیە بەپەنجەكان دەكرێت.

بۆچارەسەری كۆئەندامی هەرس

بۆ چارەسەری کێشەی چاو و دەمارەکان:

بۆ چارەسەری کێشەی چاوەکانو کێشەی دەمارەکا ن

بۆ بەهێزکردنی سوڕی خوێنو بێگەردی مێشك:

بۆ بەهێزکردنی سوڕی خوێنو سافکردنی مێشك

بۆ کەمکردنەوەی کۆلسترۆل لەجەستەدا:

بۆ کەمکردنەوەی کۆلسترۆل لە جەستەدا

بۆ چارەسەری ژانی جومگەکانو کێشەکانی گەدە:

وزە سەرچاوەی گرِوتینی هەموو زیندەوەرێکە، هـەر ئـەو وزەیەشـە کەسـایەتی ئـادەمیزاد لـە جەسـتەو ناخیـدا جـۆش دەدات، ئەوەنـدەی لـە ئـادەمیزادیش ئاشکرایە، دەرکەوتنو ئاشکرا بوونی سەرچاوە سەرەکیەکەی وزەش ڕووناکیە، هـەر وزەشـە ئـەو تەقینـەوە گەورەیـەی بـەرپا کـردوەو ئـەو بوونـەوەرەی بـەم شێوەیە ڕێك خستوە، ئەگەر تیشکی خـۆر نەیـەت بۆسـەر زەوی، بەدڵنیاییـەوە دارو درەخـتو شـینابیەکان نـاڕوێن، ئەگـەر بەروبوومـەکانی زەویـش نەهاتنـە بەرهەم، ئەوا خۆراك بۆ مرۆڤ و زیندەوەرەکانی تر دەسـت ناکـەوێت، هـەروەها سەرچـاوەیەکیش نامێنێـت بـۆ گـۆڕینی ئـەو دووەم ئۆکسـیدی کاربۆنـەی کـە زینـدەوەرەکان دەیدەنـەوە، بۆئـەوەی پارسـەنگی ئۆکسـجین تێـك نەچـێتو هەناسـەدان بـەردەوام بێـت، کەواتـە ئەگـەر ڕوونـاکی نـەبێت بـەردەوامی ژیـان نابێت، ئینجا مادام ڕووناکی هەیە، کەواتە: دەبێت سەرچاوەیەکیش هـەبێت بـۆ بەرهەم هێنانی ئەو ڕووناکیە، ئەگـەر شـیتەڵێکی تیشـکەکانی ڕوونـاکی بکـەین، دەبیـنین لەسـەرەوە بنەوشـەییەو لـەژێرەوە سـوورە، ئەوەنـدەی بـیری ئـادەمیزادیش تێیـدا قـوڵ بووبێتـەوە هـەر ئەوەنـدەی بـۆ ڕوون بۆتـەوە کـە

لەسـەروی بنەوشـەییەوە تیشـکی تـریش هـەن پێیـان دەگوترێـت تیشـکەکانی سـەروی بنەوشـەیی، لـەژێر سووریشـەوە تیشـکی تـر هـەن پێیـان دەگوترێـت: تیشکەکانی ژێر سوور، بەدڵنیاییشەوە عەقڵ ئەو ڕێگەیەت نیشان دەدات کە بە بەردەوامی دەسەڵات بەرەو سەرەوەیە، واتە: دەبێت ڕەنگدانـەوەی کەسـایەتی خاوەن دەسەڵاتە سەرەکیەکەش لـەم بوونـەوەرەدا، لـە سـەروی بنەوشـەییەوە دەرکەوێت، ئەگەر سەرنجێکی قورئانیش بدەین دەبینین: خـاوەن دەسـەڵاتەکە دەڵێت: ﴿خوا ڕەوشەنی ڕووناکی ئاسمانەکان‌و زەوییە،...﴾.(٣٥)النور

کەواتە ناچارین دان بەو ڕاستیەدا بنـێین کـە کەسـایەتیەك هەیـە خـاوەنی ئـەو بوونەوەرەیەو فریشـتەکانی لـە تیشـکی سـەروی بنەوشـەیی دروسـت کـردوون‌و جندوکەکانیشـی لـە ئـاگر دروسـت کـردوون، کـە لەتیشـکی ژێـر سـووردا خـۆی دەبینێتــەوەو، ئادەمیزادیشـــی بـــەم شـــێوەیە لـــە قـــوڕ دروســـت کـــردوە، بەدڵنیاییشـــەوە ئێمـــە لـــەو بوونـــەوەرەدا بەتـــەنها نـــین، خـــەڵکی تریشـــمان لەگەڵدایـەو، خـەڵکانی تـریش لـەپێش ئێمـەوە تێپـەڕین، هـەموو ئادەمیزادێـك تایبەتمەندیەکی تایبەت بەخۆی هەیە کە جیایە لەگەڵ نزیکترین کەسـی خۆیـدا، ئەو تایبەتمەندیە لە کەسایەتی ئەو مرۆڤەدا ڕەنگ دەداتـەوە، داوێـن پاکـە یـان داوێن پیسە، دەست پاکە یان دەست پیسە، ڕاستگۆیە یان درۆزنە؟ چـاوەکانی پێ دراون بۆئەوەی هەموو شتەکان بەچـاو ببینێـت‌و بـبن بـە مـاڵ بەسـەریەوە، گوێچکەکانی پێدراون بۆئەوەی گوێبیستی دەنگەکان بێت‌و شـتە ڕاسـتەکان لـە شـتە چـەوتەکان جیابکاتـەوە، عـەقڵی دراوەتـێ بۆئـەوەی ڕێگـەی ڕاسـتی پـێ بدۆزێتـــەوە، ئاگـــادار کراوەتـــەوە بـــەوەی هەنـــدێك کـــاروکردەوەو خـــواردن‌و خواردنەوە قەدەغەن، بەڵام لەگەڵ ئەوەشدا سەربەستی دراوەتێ بیانکـات یـان نەیانکات، کەواتە هەموو مرۆڤێك دەتوانێت سوود لە شتە چاکەکان وەربگرێت‌و

لەشتە خراپەکانیش دوورکەوێتەوە، ئێمە لە ئاسمانەوە هەڵدراینە خـوارەوە بـۆ کاتێکی دیـاریکراو، بـەهۆی نافەرمانیەکـەوە کـە باوانـە گـەورەکانمان کردیـان، لێرەدا تاقی دەکرێینـەوە ئـاخۆ بـەلای تیشـکی سـەروی بنەوشـەیی داین، یـان بەلای تیشکی ژێر سووردابن؟ ئینجا دەگەڕێنرێینەوە بۆلای دروسـتکەرەکەمان و هەریەکـەمان پاداشـت یـان سـزای خـۆی وەردەگرێتـەوە، ئـەوەی جێگـەی سەرنجیشە، دوای ئەو هەموو هەڵوەشاندنەوەو دروستکردنەوەیە، گۆڕانکارییەك لە کەسایەتیەکانمان ڕوونـادات، ئینجـا ئەرکـە مرۆییەکـە هەرئەوەنـدە نیـە کـە ئادەمیزاد سەرقاڵی ئەو کاتە دیاریکراوەی ژیانی دونیا بێت، (لەڕووی زانستەوە ئەوە ڕوون بۆتەوە کە لە دووری ملیۆنـەها سـاڵی تیشـکییەوە شارەسـتانی زۆر پێشـکەوتووتر هـەن لـە ئێمـە، ئێمـە لـە ئاسمانـەوە گوێبیسـتی ئـەو نیشـانە دەنگیانە دەبین کە ئەوان بۆمان دەنێرن، بەڵام تاکو ئێستا بێ توانـاین لـەوەی کە بیانگەینێ، بەدڵنیاییەوە ئەوەی مەبەستە ئەوەیە کە جیهانێکی تر هەیە ڕۆژ بە ڕۆژو قۆناغ بە قۆناغ لێی نزیك دەبینـەوە، بەدڵنیاییشـەوە لەوێـدا هەریـەکێك لە ئێمەی ئادەمیزاد شـوێنێکی دیـاریکراو تایبـەت بـە کەسـایەتیەکەی خۆیـەوە هەیە). *(١١١)

﴿کەواتە بە کورتی دەتوانین بڵێن کەسـایەتی، بەهایـەکی گیانییـە بـۆ سـەنگی کەسێك، یان پیرۆزی شوێنێك، کە لە ناخی پێکهاتەکانەوە هەڵدەقوڵێ﴾.

پەراوێزەکان:

*(١) (http://www.shamela.ws/)، (١٠٢٠٩ – (النسائی الکبری/ دارالکتب العلمیة بیروت/ الطبعة الاولی).

*(٢) (الذین هبطوا من السماء/ ص٥٨، أنیس منصور).

*(٣) (القوی الخفیة/ ص١٥٢، أنیس منصور).

*(٤) (القوی الخفیه/ ص١٥٣، أنیس منصور).

*(٥) بۆ زیاتر زانیاری سەردانی ئەو ماڵپەڕانە بکە:

http://www.brooonzyah.net/vb/t46078.html
http://www.rosaonline.net/Weekly/News.asp?id=85016

*(٦) بۆ زیاتر زانیاری سەردانی ئەو ماڵپەڕە بکە:

http://www.startimes.com/?t=23653741

*(٧) بۆ زیاتر زانیاری سەردانی ئەو ماڵپەڕە بکە:

http://ar.wikipedia.org/wiki/%D9%85%D9%87%D8%A7%D8%AA%D9%8A%D8%B1_%D9%85%D8%AD%D9%85%D8%AF
http://forums.ibb7.com/ibb78606.html

*(٨)بۆ زیاتر زانیاری سەردانی ئەو ماڵپەڕە بکە:

http://ar.wikipedia.org/wiki/%D9%86%D9%8A%D9%84%D8%B3%D9%88%D9%86_%D9%85%D8%A7%D9%86%D8%AF%D9%8A%D9%84%D8%A7

*(٩) (کشف الاسرار المخفیه/ ص ١٤٠).

*(١٠) (الخالدون المائە/ انیس منصور/ ٥ کۆنفۆشیۆس)

*(١١) تیریزا، بۆ زیاتر زانیاری سەردانی ئەو ماڵپەڕە بکە:

http://lutoss-g.ibda3.org/montada-f47/topic-t4008.htm

*(١٢) جیفارا، بۆ زیاتر زانیاری سەردانی ئەو ماڵپەڕە بکە:

http://ar.wikipedia.org/wiki/%D8%A5%D8%B1%D9%86%D8%B3%D8%AA%D9%88_%D8%AA%D8%B4%D9%8A_%D8%AC%D9%8A%D9%81%D8%A7%D8%B1%D8%A7

*(١٣) بتهوفن، بۆ زیاتر زانیاری سەردانی ئەو ماڵپەڕە بکە:

http://www.ibtesama.com/vb/showthread-t_77330.html

(١٤) تشارلی تشابلن، بۆ زیاتر زانیاری سەردانی ئەو ماڵپەڕە بکە:

http://ar.wikipedia.org/wiki/%D8%AA%D8%B4%D8%A7%D8%B1%D9%84%D9%8A_%D8%AA%D8%B4%D8%A7%D8%A8%D9%84%D9%86

*(١٥) (الجامع الصغیر للسیوطی/ حدیث رقم ٤٢٥٩)

*(١٦) کەڵەباب، بۆ زیاتر زانیاری سەردانی ئەو ماڵپەڕە بکە:

http://www.eqraa.com/forums/index.php

*(١٧) (كردستان او الموت/ رينية موريس/ ترجمة: جواد الملا).

*(١٨) بۆ زیاتر زانیاری سەردانی ئەو ماڵپەڕە بکە:

http://www.as7apcool.com/vb/showthread.php?t=519201

*(١٩) بۆ زیاتر زانیاری سەردانی ئەو ماڵپەڕانە بکە:

http://www.ladeenyon.net/forum/viewtopic.php?f=89&t=7911&start=0
http://www.marefa.org/index.php/%D9%82%D8%B1%D8%AF

*(٢٠) راسپوتین، بۆ زیاتر زانیاری سەردانی ئەو ماڵپەڕە بکە:

http://ejabat.google.com/ejabat/thread?tid=277d1b88db5081cd

*(٢١) ستالین، بۆ زیاتر زانیاری سەردانی ئەو ماڵپەڕە بکە:

/http://news.maktoob.com/forum/news4812

*(٢٤) هیتلر/ (مجلة طبيبك/ العدد ٨/١٩٨١)

*(٢٥) هیتلر/(القوى الخفية/ انيس منصور/ص٣٥)

*(٢٦) بۆ زیاتر زانیاری سەردانی ئەو ماڵپەڕە بکە:

http://forum.te3p.com/428550.html

*(٢٧) (ص٣٧ / الذين هبطوا من السماء/ انيس منصور)

*(٢٨) کرۆمۆسۆم، بۆ زیاتر زانیاری سەردانی ئەو ماڵپەڕە بکە:

http://ar.wikipedia.org/wiki/%D8%B5%D8%A8%D8%BA%D9%8A

*(٢٩) دیکارت، بۆ زیاتر زانیاری سەردانی ئەو ماڵپەڕە بکە:

http://ar.wikipedia.org/wiki/%D8%B1%D9%8A%D9%86%D9%8A%D9%87_%D8%AF%D9%8A%D9%83%D8%A7%D8%B1%D8%AA

*(٣٠) سقرات: (افلاطون ل ٤١).

*(٣١) (افلاطون/ ل٥٧)

*(٣٢) بادەم، بۆ زیاتر زانیاری سەردانی ئەو ماڵپەڕە بکە:

http://ar.wikipedia.org/wiki/%D9%84%D9%88%D8%B2

*(٣٣)، بۆ زیاتر زانیاری سەردانی ئەو ماڵپەڕە بکە:

/ http://majdah.maktoob.com/vb/majdah27493

*(٣٤)بەنزین، بۆ زیاتر زانیاری سەردانی ئەو ماڵپەڕە بکە:

http://ar.wikipedia.org/wiki/%D8%A8%D9%86%D8%B2%D9%8A%D9%86_(%D8%AD%D9%84%D9%82%D8%A9)

*(٣٥) توخمەکان، بۆ زیاتر زانیاری سەردانی ئەو ماڵپەڕە بکە:

http://gmajedu.gov.sa/vb/archive/index.php/t-3656.html

*(٣٦) بۆ زیاتر زانیاری سەردانی ئەو ماڵپەڕە بکە:

http://www.alzaker.com/vb/showthread.php?t=16434

*(٣٧) (صحيح مسلم ٦٦٥٤ الحديث الشريف).

*(٣٨) (صحيح مسلم/ ٢٩٥٥).

*(٣٩) (السيوطي في شرح سنن النسائي ١٣٣٤).

*(٤٠)کلێنچە، بۆ زیاتر زانیاری سەردانی ئەو ماڵپەڕە بکە:

http://www.55a.net/firas/arabic/?page=show_det&id=1726&select_page=2

*(٤١) (الذين هبطوا من السماء ص٣٢/ انيس منصور).

*(٤٢) بۆ زیاتر زانیاری سەردانی ئەو ماڵپەڕە بکە:

http://www.herb-medical.com/Nabawy/deed.htm

*(٤٣) بۆ زیاتر زانیاری سەردانی ئەو ماڵپەڕە بکە:

http://ejabat.google.com/ejabat/thread?tid=0d361f5d67408d5a

*(٤٤) بۆ زیاتر زانیاری سەردانی ئەو ماڵپەڕانە بکە:

http://www.alseha.net/posts/710

http://ar.wikipedia.org/wiki/%D8%AC%D8%B2%D8%B1

*(٤٥) (صحيح مسلم بشرح النوي/ ٥٣٠٢ الحديث الشريف).

*(٤٦) ئاسن، بۆ زیاتر زانیاری سەردانی ئەو ماڵپەڕە بکە:

http://ar.wikipedia.org/wiki/%D9%81%D8%AC%D9%84

*(٤٧) تور، بۆ زیاتر زانیاری سەردانی ئەو ماڵپەڕە بکە:

http://ar.wikipedia.org/wiki/فجل

*(٤٨) بۆ زیاتر زانیاری سەردانی ئەو ماڵپەڕانە بکە:

http://www.knozalasrar.com/knoz259/

*(٤٩) بۆ زیاتر زانیاری سەردانی ئەو ماڵپەڕە بکە:

http://ar.wikipedia.org/wiki/بصل

*(٥٠) بۆ زیاتر زانیاری سەردانی ئەو ماڵپەڕە بکە:

http://www.asiri.net/forum/show.php?main=1&id=2059

*(٥١) بۆ زیاتر زانیاری سەردانی ئەو ماڵپەڕە بکە:

http://www.alriyadh.com/724978

*(٥٢) بۆ زیاتر زانیاری سەردانی ئەو ماڵپەڕانە بکە:

http://www.alwasatnews.com/2831/news/read/433409/1.html

http://www.addustour.com/ViewTopic.aspx?ac=%5C
LocalAndGover%5C2010%5C09%5CLocalAndGover_issue1082_day28_id269275.htm

*(٥٣) بۆ زیاتر زانیاری سەردانی ئەو ماڵپەڕە بکە:

http://www.startimes.com/f.aspx?t=4935022

*(٥٤) بۆ زیاتر زانیاری سەردانی ئەو ماڵپەڕە بکە:

/http://travel.maktoob.com/vb/travel237389

*(٥٥) (كتاب المقدس، متى/ الاصحاح ٦ ص١١).

*(٥٦) بصمه العين/بصمه الصوت/ بصمه المخ – منتدى جامعه العلوم التگبيقيه .htm

*(٥٧) بۆ زیاتر زانیاری سەردانی ئەو ماڵپەڕە بکە:

/ http://majdah.maktoob.com/vb/majdah18343

*(٥٨) بۆ زیاتر زانیاری سەردانی ئەو ماڵپەڕە بکە:

http://tebasel.com/vb/showthread.php?t=5065

*(٥٩) بۆ زیاتر زانیاری سەردانی ئەو ماڵپەڕە بکە:

http://www.3rablife.com/forum/threads/9348-
%D8%A7%D9%84%D8%B5%D9%88%D8%AA...-
%D9%88%D8%A7%D9%84%D8%B4%D8%AE%D8%B5%D9%8A%D8
%A9..?p=64481

*(٦٠) (القوى الخفية ص٢٢٧/ انيس منصور))

*(٦١) بۆ زیاتر زانیاری سەردانی ئەو ماڵپەڕە بکە:

http://www.almo7eb.com/vb/t27053.html

*(٦٢) (صحيح مسلم ٦٦٥٤ الحديث الشريف).

*(٦٣) بۆ زیاتر زانیاری سەردانی ئەو ماڵپەڕە بکە:

http://www.feedo.net/Environment/Ecology/DefinitionOfEnvironment.htm

*(٦٤) بۆ زیاتر زانیاری سەردانی ئەو ماڵپەڕە بکە:

http://www.alargam.com/sorts/seher/sorts8.htm

*(٦٥) منتدى شبكه الصريحه الپقافيه

http://www.alsareha.net/vb/showthread.php?t=83517

*(٦٦) منتدى شبكه الصريحه الپقافيه

http://www.alsareha.net/vb/showthread.php?t=83517

*(٦٧) (ابن قيم الجوزية في شرح سنن ابي داود ٤٩٤٠ الحديث الشريف).

*(٦٨) (ابن قيم الجوزية في شرح سنن ابي داود ٤٩٤٢ الحديث الشريف).

*(٦٩) بۆ زیاتر زانیاری سەردانی ئەو ماڵپەڕە بکە:
http://www.algrayen.com/vb/showthread.php?t=1123
*(٧٠) بۆ زیاتر زانیاری سەردانی ئەو ماڵپەڕە بکە:
www.kurdefrin.com/vb/t2420.html
*(٧١) بۆ زیاتر زانیاری سەردانی ئەو ماڵپەڕە بکە:
/http://mosoa.aljayyash.net/maloma/hl-t3lm-62
*(٧٢) بۆ زیاتر زانیاری سەردانی ئەو ماڵپەڕە بکە:
http://www.annabaa.org/nbanews/2010/08/048.htm
*(٧٣) بۆ زیاتر زانیاری سەردانی ئەو ماڵپەڕە بکە:
http://www.annabaa.org/nbanews/2010/08/048.htm
*(٧٤) بۆ زیاتر زانیاری سەردانی ئەو ماڵپەڕە بکە:
http://www.annabaa.org/nbanews/2010/08/048.htm
*(٧٥) بۆ زیاتر زانیاری سەردانی ئەو ماڵپەڕە بکە:
http://vb.arabseyes.com/t14061.html
*(٧٦) بۆ زیاتر زانیاری سەردانی ئەو ماڵپەڕانە بکە:
http://www.ebnmasr.net/forum/t3756.html
http://ar.wikipedia.org/wiki/%D8%A7%D9%84%D8%B9%D8%A7%D8%AF%D8%A7%D8%AA_%D9%81%D9%8A_%D8%A7%D9%84%D9%8A%D8%A7%D8%A8%D8%A7%D9%86
http://kenanaonline.com/users/moalem/topics/69885/posts/138783
*(٧٧) (١٥ – (٢٣٩٠) صحيح مسلم، دار احياء التراث العربي/ بيروت).
*(٧٨) (١٦ – (٢٣٩١) صحيح مسلم، دار احياء التراث العربي/ بيروت).
*(٧٩) (الخالدون مائه/ انيس منصور/جاليلو).
*(٨٠) (الذين هبطوا من السماء، ص٣٦ /انيس منصور)
*(٨١) بۆ زیاتر زانیاری سەردانی ئەو ماڵپەڕە بکە:
http://ar.wikipedia.org/wiki/%D8%A7%D9%84%D9%85%D9%84%D9%88%D9%8A%D8%A9"
*(٨٢) (مجلة طبيبك/ العدد اب/١٩٨١).
*(٨٣) بۆ زیاتر زانیاری سەردانی ئەو ماڵپەڕە بکە:
http://www.sitamol.net/forum/showthread.php?t=2661
*(٨٤) انواع البصمات الأخرى لدى الإنسان، منتدى الدكتورة شيماء عطاالله.htm

دكتور / محمد لطفى/ دكتوراة فى الحقوق – من جامعة المنصورة
موبايل مصر0020101008347 : موبايل السعودية : ٠٠٩٦٦٥٤٠٤٢٠٩٣٩
Dr.mohamedlutfi@yahoo.com

*(٨٥) بۆ زیاتر زانیاری سەردانی ئەو ماڵپەڕە بکە:

http://jawwad.org/topics/%D8%A7%D9%84%D8%B9%D9%84%D8%A7%D9%82%D8%A9_%D8%A8%D9%8A%D9%86_%D8%A7%D9%84%D8%A7%D8%B8%D8%A7%D9%81%/D8%B1_%D9%88%D8%A7%D9%84%D8%B4%D8%AE%D8%B5%D9%8A%D8%A9

*(٨٦) بۆ زیاتر زانیاری سەردانی ئەو ماڵپەڕە بکە:

http://www.google.com/imgres?imgurl=http://www.mexat.com/vb/attachment.php%3Fattachmentid%3D29305&imgrefurl=http://www.mexat.com/vb/showthread.php%3Ft%3D81676&usg=__c9t33SoSSeLMzAU_93CJh7oYc70=&h=164&w=113&sz=5&hl=en&start=14&zoom=1&tbnid=OJT7omsB0KB5lM:&tbnh=98&tbnw=68&prev=/images%3Fq%3D%25D8%25A7%25D9%2586%25D9%2588%25D8%25A7%25D8%25B9%2B%25D8%25A7%25D9%2584%25D8%25A7%25D9%2586%25D9%2581%26hl%3Den%26sa%3DG%26gbv%3D2%26tbs%3Disch:1&itbs=1

*(٨٧) بۆ زیاتر زانیاری سەردانی ئەو ماڵپەڕە بکە:

http://archive.aawsat.com/details.asp?section=15&article=629098&issueno=11903#.VMzEV133lXQ

*(٨٨) بۆ زیاتر زانیاری سەردانی ئەو ماڵپەڕە بکە:

http://www.dewania.com/forum/archive/index.php/t-1002.html

*(٨٩) بۆ زیاتر زانیاری سەردانی ئەو ماڵپەڕە بکە:

http://alfrasha.maktoob.com/archive/index.php/t-296062.html

*(٩٠) بۆ زیاتر زانیاری سەردانی ئەو ماڵپەڕە بکە:

http://alfrasha.maktoob.com/archive/index.php/t-296062.html

*(٩١) بۆ زیاتر زانیاری سەردانی ئەو ماڵپەڕە بکە:

http://www.khalifacomputergroup.com/CMS/index.php/ar/our-services/oms/oms-components

*(٩٢) (٦٤–ديكارت/ الخالدون مائة ص٢٥٣ / انيس منصور).

(٩٣) (ر ع ف * الرعاف * الدم يخرج من الأنف/ مختار الصحاح).

*(٩٤) بۆ زیاتر زانیاری سەردانی ئەو ماڵپەڕە بکە:

http://www.roo7shamal.com/vb/showthread.php?p=305121

*(٩٥) بۆ زیاتر زانیاری سەردانی ئەو ماڵپەڕە بکە:

http://deshna.ahlamontada.net/t6124-topic

*(٩٦) بۆ زیاتر زانیاری سەردانی ئەو ماڵپەڕە بکە:

http://deshna.ahlamontada.net/t6124-topic

*(٩٧) بۆ زیاتر زانیاری سەردانی ئەو ماڵپەڕە بکە:

http://ar.wikipedia.org/wiki/%D8%AA%D9%85%D8%B1

*(٩٨) بۆ زیاتر زانیاری سەردانی ئەو ماڵپەڕە بکە:

http://albnbonab.hooxs.com/montada-f9/topic-t1538.htm

*(٩٩) بۆ زیاتر زانیاری سەردانی ئەو ماڵپەڕە بکە:

http://www.masrawy.com/women/health/alternative_medicine/2009/january/12/apricots.aspx

*(١٠٠) بۆ زیاتر زانیاری سەردانی ئەو ماڵپەڕە بکە:

http://forum.brg8.com/t25421.html

*(١٠٠ب) بۆ زیاتر زانیاری سەردانی ئەو ماڵپەڕە بکە:

http://www.alraimedia.com/Articles.aspx?id=178639

*(١٠١) بۆ زیاتر زانیاری سەردانی ئەو ماڵپەڕە بکە:

http://ejabat.google.com/ejabat/thread?tid=03303ac50aff9463

*(١٠٢) بۆ زیاتر زانیاری سەردانی ئەو ماڵپەڕانە بکە:

http://fashion.azyya.com/78654.html
http://ar.wikipedia.org/wiki/%D8%A3%D9%86%D8%A7%D9%86%D8%A7%D8%B3

*(١٠٤) (مجلة طبيبك/ العدد اب/١٩٨١)

*(١٠٥)((الشخصية العبقرية، عاطف عمارة/الناشر: هلا بووك شوب).

*(١٠٦) القوى الخفيه/ انيس منصور(ص ١٩٥)

*(١٠٧)خەواندنی موگناتیسی/ژان پۆل گیونەر/ وەرگێڕانی لە فارسیەوە: بەختیار ئەحمەد صالح/ ژمارەی سپاردنی(١١٥٣)ی ساڵی(٢٠٠٧)ی وەزارەتی ڕۆشنبیری.

*(١٠٨)ص١٥٩ انيس منصور/ القوى الخفية.

*(١٠٩) بۆ زیاتر زانیاری سەردانی ئەو ماڵپەڕە بکە:

http://ar.wikipedia.org/wiki/%D9%8A%D9%88%D8%AC%D8%A7

*(١١٠) بۆ زیاتر زانیاری سەردانی ئەو ماڵپەڕە بکە:

http://www.2fnn.com/vb/showthread.php?t=21036

*(١١١) (القوى الخفية ص١٩٠ /أنيس منصور).

سەرچاوەکان:

١- القران الكريم مع التفسير / الاصدار الرابع النسخة(٤,١).
(/http://www.islamspirit.com)
تەفسیرەکانی(ابن كثير، القرطبي، الطبري، الجلالين، در المنثور، فتح القريب، البغوي، السعدي).
٢-(کەڵك لەم سەرچاوانە وەرگیراوە: (سنن ابى داود، صحيح مسلم، سنن ابن ماجه، سنن الترمذى، سنن النسائى الكبرى، صحيح البخارى).
(http://www.shamela.ws/)
٣- بووصلة الشخصية/ دايان تيرنر وثلما جريكو/
ترجمة: دكتور حمود الشريف
جامعة الملك سعود/ مكتبة جرير. www.garirbookstore.com
٤- الدكتور نبيل صالح سفيان/ دكتوراه في فلسفة علم النفس
المختصر في الشخصية والارشاد النفسي/ايتراك للنشر والتوزيع/ مصر الجديدة/ص.ب ٥٦٦٢).
٥- خوارق الاشعور او اسرار الشخصية الناجحة
الدكتور علي الوردي/دار الوراق للنشر(لندن)
٦- الطريق الى القيادة وتنمية الشخصية
تاليف: ج. كورتوا/ ترجمة: سالم العيسى
منشورات دار علاءالدين للنشر والتوزيع والترجمة/دمشق
٧-الشخصية القوية، ١٠٠ سؤال و جواب
مجدي كامل/ دار الامين، القاهرة. رقم الايداع: ١٩٩٥/٢٠٦٧
٨- بەسەرهاتی نەمرەکان لە فەلسەفەدا
وەرگێڕانی: دڵشاد کازم، دەزگای توێژینەوەو بلاْوکردنەوەی موکریانی/٢٠٠٦
www.mukiryani.com
٩- دراسة الشخصية عن طريق الرسم
تأليف: جون. ن . باك
١٠- اقتباس واعداد: الدكتور لويس كامل ملكية
كلية اداب جامعة عين شمس ١٩٦٠

مطبعة دار التأليف ٨ بالمالية بمصر تلفون ٢١٨٢٥

١١- علم الأحياء والأيديولوجيا والطبيعة البشرية

تأليف: ستيفن روز وآخرين

ترجمة: د .مصطفى إبراهيم فهمي

مراجعة: د .محمد عصفور

(١٤٨ عالم المعرفة/ سلسلة كتب ثقافية يصدرها المجلس الوطنى للثقافة والفنون والاداب/ الكويت).

١٢- المدخل الى/ علم النفس النمو/الطفولة المراهقة الشيخوخة

د. عباس محمود عوض/ رئيس قسم علم النفس/ جامعة الاسكندرية.

دائرة المعرفة الجامعية/١٩٩٩

١٣- الوراثة والانسان/ اساسيات الوراثة البشرية والطبية.

تأليف: د. مصطفى ناصف.

(١٠٠ عالم المعرفة/ سلسلة كتب ثقافية يصدرها المجلس الوطنى للثقافة والفنون والاداب/ الكويت).

١٤- القوى الخفية/ انيس منصور/ سلسلة جدران المعرفة/٢٠٠٦

http://kotob.no-ip.org
theknowledge_walls@yahoo.com

١٥- الهندسة الوراثية فى القران واسرار الخلق والروح والبعث

الكاتب: هشام كمال عبدالحميد

مركز الحضارة العربية/ الطبعة الاولى القاهرة/٢٠٠٢ / رقم الايداع ٢٠٠٢/٢٩٩٨

١٦- فى سبيل الحق او قصة حياتى

تأليف: المهاتما غاندى. ترجمة: محمد سامى عاشور

دار المعارف بمصر ١١١٩ كورنيش النيل/القاهرة

١٧- كتاب في التأملات

فجر طاقتك الكامنة في الأوقات الصعبة

ديفيد فيسكوت/ http://www.saaid.net/

١٨- الخالدون مائة

انيس منصور/ جدران المعرفة للنشر الالكترونى.
THEKNOWLEDGE_WALLS@YAHOO.COM
١٩- الذين هبطوا من السماء
انيس منصور/ جدران المعرفة للنشر الالكترونى.
THEKNOWLEDGE_WALLS@YAHOO.COM
٢٠- لعنة الفراعنة
انيس منصور / دار الشروق
THEKNOWLEDGE_WALLS@YAHOO.COM
٢١- مجلة علوم انسانية/
التغير الاجتماعي والتحديث وعلاقته بتغير الشخصية في المجتمع القروي
قرية زلة نموذجا/دراسة لاستيفاء متطلبات درجة التخصص العالي (الماجستير)في علم الاجتماع،جامعة التحدي /سرت / ليبيا كلية الآداب والتربية /الدراسات العليا/ قسم علم الاجتماع.
إعداد الباحثة :فريحة أبووبكر علي الزواوي
إشراف الأستاذ الدكتور: عبدالله عامر الهمالي
afff81@hotmail.com
٢٢- أثر الوراثة والبيئة في بناء الشخصية الإنسانية
في السنة النبووية والفكر التربووي المعاصر - دراسة مقارنة
د .عماد عبدالله محمد الشريفين، د .أحلام محمود علي مطالقة
كلية الشريعة/ جامعة اليرموك/ عمان – الأردن
مجلة جامعة الشارقة للعلوم الشرعية والقانونية / المجلد ٦ العدد ١
٢٣- خەواندنی موگناتیسی فێربوونی لە دە وانەدا/ژان پۆل گیونەر/ وەرگێڕانی لە فارسیەوە: بەختیار ئەحمەد صالح/ ناوەندی چرا بۆ چاپو ریکلام/ ژمارەی سپاردنی(١١٥٣)ی ساڵی (٢٠٠٧)ی وەزارەتی ڕۆشنبیری.
٢٤- عادات الشعوب وتقاليدها/ أديب ابي ضاهر
دار الكتاب العربي/ دار الشواف للنشر/ الطبعة الاولى ١٩٩٣.