

بخیره ییسلام و زانست

قورئان و

زانستنی پریشکی

مفتدی اقرأ التقافی
www.igra.ahlamontada.com

ناماده کردنی
سروه رحمان

بیداجورنه نی زانستی
دکتره هیوا سفین

قورئان و
زانست

3

المنشور

بۆدایەزانی ئۆزە جۆرەھا کتیب: سەردانی: (مُنْقَدِي إِقْرَا النِّقَافِي)

لتسبيل أنواع الكتب راجع: (مُنْقَدِي إِقْرَا النِّقَافِي)

پەراي دانلود کتایبای مختلف مەراجە: (مُنْقَدِي إِقْرَا النِّقَافِي)

www.iqra.ahlamontada.com



www.iqra.ahlamontada.com

للکتب (کوردی ، عربی ، فارسی)



**قورئان و
زانستی پزیشکی**

زنجیره‌ی قورئان و زانست (۳)

قورئان و زانستی پزیشکی

ئاماده‌کردنی

سه‌روه‌ر چه‌سه‌ن

پیداچوونه‌وه‌ی زانستی

د. هیوا شه‌فیق

ماسته‌ر له زانستی کارئه‌ندامزانی می‌شک

پیداچوونه‌وه‌ی زمانه‌وانی

ئارام جمال

به‌کالۆریۆسی زمانی کوردی



مافی له چاپدانه وهی پاریزراوه بو نوسینگهی ته فسیر

- ناوی کتیب به کوردی: قورنان و زانستی پزشکی
نامساده کردنی: سهروهه حهسهه
پیداچونه وهی زانستی: د. هیوا شهفیق
پیداچونه وهی زمانه وانی: نارام جمال
بلاوکردنه وهی: نوسینگهی ته فسیر بو بلاوکردنه وهی راکه باندن
ههولیر
نه خشه سازی ناوه وه: جمعه صدیق کاکه
خسه ت: نهوزاد کویی
بهرگت: امین مخلص
نۆره و سالی چاپ: به کهم ۱۴۳۲ک - ۲۰۱۱ز
تیراژ: ۱۵۰۰ دانه

له بهر یوه به رایه تی گشتی کتیبخانه گشتیه کان زمارهی سپیاردنی (۱۳۲۰) سالی ۲۰۱۱ پیدراوه

تەفسیر
بو بلاوکردنه وهی راکه باندن
ههولیر- سهقلمی دادکا - زینر نوینی شیرین بلاص
ت: ۲۲۲۱۶۹۵ - ۲۲۳۰۹۰۸ - ۲۵۱۸۱۳۸
موبایل: ۰۷۷۰ ۱۳۸۷۲۹۱ - ۰۷۵۰ ۴۶۰ ۵۱ ۲۲
tafseeroffice@yahoo.com
tafseeroffice@maktoob.com
altafseer@hotmail.com

ناومرۇك

- ۷ بېشەكى
- ۱۱ بەر لە دەستپېك
- ۱۲ لە دايكبوونى مرۇف
- ۱۳ دلۆپېك لەشلى مەنەوى
- ۱۴ ناويتەى مەنەوى
- ۱۵ رەگەزى كۆرپەلە
- ۱۷ (العلة) كە بە مندالدا نەو ھەلئاسراود
- ۱۹ سى قۇناغەكەى دروستبوونى كۆرپەلە لە سكى دايكىدا
- ۲۰ قۇناغى بېش كۆرپەلەيى:
- ۲۰ قۇناغى كۆرپەلەيى ناپىگەيشتوو:
- ۲۰ قۇناغى كۆرپەلەيى:
- ۲۲ مرۇف لە (نطفة أمشاج) بەدپەئىراود
- ۲۴ مرۇف لە پوختەيەكى خاكى زەويە
- ۲۶ كەمترىن ماودى سىكپرى شەش مانگە
- ۲۸ نەو ماسولكانەى بەدەورى ئىسكەكاندا ھەن
- ۳۰ ئىسك كارگەى بەرھەمپەئانى خوينە
- ۳۱ پىناسى مرۇف لە مۆرى سەرى پەنجەكانىدايە
- ۳۲ سىكپرى و ھەستانى كەوتنە سەرخوين
- ۳۳ شارەگى (حبل الوريد)
- ۳۴ كور وەك كچ نىيە!
- ۳۶ ھەرگەرھەستىيەكان لە پىست و لە دىوارى رىخۆلەكاندا
- ۳۹ ھەرگەرھەستىيەكان لە بىنين و بىستندا
- ۴۱ تەبابونى ھۆرمۆنى لەسەرەتاي سورەتى (مريم) دا
- ۴۶ شىرپىدانى منداڭ بۇ ماودى دوو سالى تەواو
- ۵۲ نەو ناوچەيەى دەست بەسەر رەفتارماندا دەگرىت
- ۵۳ مردن بەھۆى توندىيى دەنگەوہ

- ۵۵ بۆنى مروّف وەك ناسينەوہ
- ۵۶ چەند مەوقىڧىكى قورناني و حالەتى نەخۇشى
- ۵۸ جياوازي رەنگەكانى مروّف و پەيوەندى بە ميلانينەوہ
- ۶۰ كاريگەرىي رەنگەكان لەسەر ژيان و ھەستەكانى مروّف
- ۶۲ رەنگى سەوز
- ۶۴ ھەستانى بەرەبەيان و شنەى بەيانى
- ۶۶ حالەتى مروّف لەكاتى خەوتندا (ھەليان دەگيرينەوہ)
- ۶۸ خەوو بەدواداھاتنى شەوو رۆژ
- ۶۸ خەو:
- ۷۲ بەدوايەكداھاتنى شەوو رۆژ
- ۷۵ ناوازي قسەکردن و ناشكراکردنى درۆ
- ۷۷ يادگا
- ۸۰ خەم و خەفەت دەبىتەھۆى كوڧرېوون
- ۸۱ ئارەق ئاوى سېي چاۋ ناھيلى
- ۸۲ گريان
- ۸۸ گريان و پاريزگارى لە گلينەى چاۋ
- ۹۲ خشوع
- ۹۶ تورەبوون و كاريگەرييە سەلبىيەكانى
- ۹۹ قسەکردن
- ۱۰۲ زۆرىي ژمارەى زمانەكان يەككە لەنايەتەكانى پەروەردگار
- ۱۰۵ سيستمى پېر سەراسىماى ئاخاوتن
- ۱۰۸ رووخسار ئاوينەى دەروونە
- ۱۱۲ سەرجاۋەكان

به ناوی خوای به خشندهی میهره بان

پیشه کی

به قه له می د. هیوا شه فیق

ماستهر له زانستی کارئه ندامزانی / ماموستای زانکو

له پاش سوپاسی بیپایان بو خوای گه وره :

له راستیدا هر له گه ل سه ره له دانی شوپرسی پیشه سازی له نه وروپا،
مرؤقایه تی له مملانی نیوان زانست- ئاین دا ده ژیا. له دواى نه وه ی که
مملانیکه به شکسته یانی ئاین (مه به ست له ئاینی که نیسه ی نه و کاته یه
که ده ستکاری کرابوو) کو تاییهات، مرؤقایه تی تووشی سه رگه رانی بوو و
له ئامانجی خو ی لایدا و هیچ رینمووییکاریک نه ما له و مه دیدانه دا.

نه وه ی جیگای باسه نه وه یه له کاتی پوودانی نه م مملاینییه دا، ئاینی
ئیسلام ئاماده نه بوو، به لکو ئاینی سه ره کی خه لکی بریتی بوو له ئاینی
قه شه و که نیسه کان و له لایه ن ئاره زووی نه وانه وه خه لکی ئاراسته ده کران.
له به رنه وه ی ئاینی قه شه کان زورجار دوور بوو له راستی و زانست،
له به رامبه ر نه م ئاینه دا زوریک له زانایان لیره و له وی هه لده که وتن و
پووبه پووی نه و ئاینه ده بوونه وه به هوی به کاره یانی به لگه ی زانستی
توانیان نه و ئاینه به درو بخه نه وه و خه لکی نه و کاته ش له دواى نه وه وه

گويايان بۆ قسه‌ی زاناكان ده‌گرت و شوړشيك به‌ريابوو كه به شكستی كه‌نيسه و بردنه‌وه‌ی زانست كو‌تاييهات.

به‌پيچه‌وانه‌ی ثابيني قه‌شه‌كان، زانست له ثابيني ئيسلامدا بریتيه له په‌يره‌و (منهج) بۆ ناسيني خواي گه‌وره و هه‌موو ئه‌و شتانه‌ی كه له ده‌وربه‌ری مروقدان. سه‌ره‌رای ئه‌مه‌ش، ناحه‌زانی ئيسلام له هه‌ولئى ب‌رده‌وامدان بۆ گواستنه‌وه‌ی ئه‌و ململانيه بۆ ناو شارستانيه‌تی ئيسلام و ولاته ئيسلامييه‌كان به‌و ئومیده‌ی كه هه‌روه‌ك چو‌ن زانست توانی چو‌ك به‌ ثابيني قه‌شه‌كان دابدات، هه‌ر واش ده‌توانن له دژئى ئيسلام به‌كارى به‌نين، به‌لام له‌سه‌رويه‌ندى ئه‌م هه‌وله‌دا، كتوپر رووبه‌رووی موعجيزه‌یه‌ك بوونه‌وه كه په‌روه‌ردگار بۆ هه‌موو سه‌رده‌ميك تا دونيا مابيت پالپشتی ثابيني خو‌ی پي‌كرووه، كه ئه‌ویش موعجيزه‌ی زانستيه له قورئان و فه‌رمووده‌كاني پيغه‌مبه‌ردا (ﷺ)، ئه‌مه‌ش بۆ هي‌نانه‌دی ئه‌و به‌لئینه‌ی په‌روه‌ردگار داويه‌تی:

﴿ سُرِّيهِمْ ءَايَاتِنَا فِي الْأَفَاقِ وَفِي أَنْفُسِهِمْ حَتَّىٰ يَبَيِّنَ لَهُمْ أَنَّهُ الْحَقُّ أَوَلَمْ

يَكْفِ بِرَبِّكَ أَنَّهُ عَلَىٰ كُلِّ شَيْءٍ شَهِيدٌ ﴾

له‌گه‌ل ئه‌وه‌ی كه قورئان كتیبي زانسته‌كان نیی، به‌لام ده‌رباره‌ی زوریک له راستيه زانستيه‌كان به وردی دواوه به‌جوړیک كه ته‌نها به به‌كاره‌ينانی ته‌كنه‌لوژيای سه‌ده‌ی بيسته‌م تواناوه ئه‌م راستيانه پشتراست بکړينه‌وه كه له‌سه‌رده‌می دابه‌زينی قورئاندا مانای راسته‌قینه‌ی ئه‌م راستيانه نه‌زانرابوون، ئه‌مه‌ش به‌لگه‌یه‌کی تره له‌سه‌ره‌وه‌ی كه قورئان وته‌ی په‌روه‌ردگاره .

نه‌ك هه‌ر ئه‌مه‌ش، به‌لكو له‌و سه‌رده‌مه‌ی كه قورئان دابه‌زی، كو‌مه‌لگای عه‌ره‌بی (كه خاوه‌نی شارستانی گه‌وره‌ی ئه‌و سه‌رده‌مه بوون) پرېوو له بیروبو‌چوونی بي‌بنه‌ما و شتانی به‌تال. بۆنمونه: باوه‌ريان وابوو شاخه‌كان

ئاسمانیان هه لگرتوو و زهویس تهخته و چواردهوری به شاخهکان گیراوه له کاتی بوونی ئه و بۆچوونه هه له یه سه بارهت به ئاسمانهکان و زهوی قورئانی پیروژ دابهزی تا بفرمویت: ﴿اللَّهُ الَّذِي رَفَعَ السَّمَوَاتِ بِغَيْرِ عَمَدٍ تَرَوْنَهَا﴾ له وهش سه یرتر ئه وه یه که له کاتی دابه زینیدا، قورئان خۆی ئامارده کات له داهاتوودا ئه وانه ی باوهری پیناهیتن و تانه وه شه ری لیده ده ز هه رئه وان خۆیان ده ست ده خنه سه ر راستیه کان و راستی قورئان ده سه لمینن: ﴿أُولَئِكَ الَّذِينَ كَفَرُوا أَنَّ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضَ كَانَا رَتْقًا فَفَلَقْنَهُمَا﴾

ئایا ئه وانه ی بیباوه ریوون نه یانبینی ئاسمانهکان و زهوی (که ئه، دوانهش نمایندهی هه موو گه ردوون ده کهن) له سه ره تادا یه کپارچه بوون و له حاله تی (رتق) دا بوون پاشان (فَفَلَقْنَهُمَا) واته هه لمانوه شاندن و له یه کترمان جیا کردنه وه؟

ئایا ده زانن کی بوون ئه وانه ی بیردۆزی دروستبوونی گه ردوونیان ناونا به بیردۆزی ته قینه وه گه وره که (الإنفجار الكبير)؟ واته له بنه په تدا گه ردووز بریتی بوو له کلۆیه ک (بارستاییه کی یه کپارچه)، به لام دواتر له زه مه نی کد هه لوه شا و ئاسمانهکان و زهوی لی دروستبوو؟ ئه وان زانایانی پوژئاوا بووز که به کۆپایی زۆرینه ی زاناکانیان تانیستا ئه م بیردۆزه (ته قینه وه گه وره که) راستترین بیردۆزه بۆ لیکدانه وه ی دروستبوونی گه ردوون.

ئاماده کردنی ئه م کتیبه و هاوشیوه کانی ته نها دووپاتکردنه وه ی ئه و راستیه ن که له مه و پیتش باسکرا.

ئاماده کاری ئه م کتیبه به پیتز "مامۆستا سه ره وره سه ن" هه ولیداوه کۆمه لیک نمونه به یینیتته وه سه بارهت به دوو لایه نی سه ره کی له قورئاندا.

که ئەوانيش بریتین له پاقه‌ی زانستی قورئان و ئیعیجازی زانستی قورئان، له‌به‌رئەوه‌ی زۆر گرنگه‌ی خوینەر له‌م دوو لایه‌نه‌ی تیبگات، به‌کورتی پیناسه‌ی هه‌ریه‌که‌یان ده‌که‌ین.

پاقه‌ی زانستی قورئان (التفسیر العلمي) بریتیه‌ی له‌ چاک‌ تیگه‌یشتن له‌ ده‌لاله‌ت و ماناکانی ئایه‌ته‌ی قورئانییه‌کان له‌ پینگای خستنه‌کاری ته‌واوی توانا زانستییه‌کانی مرۆڤ له‌هه‌موو سه‌رده‌مێک و بۆ هه‌موو بواریک له‌ بواره‌کانی ژیان. به‌لام ئیعیجازی زانستی (الإعجاز العلمي) ته‌حه‌دداکردنی قورئانه‌ی به‌رامبه‌ر به‌ سه‌رجه‌م تواناکانی مرۆڤ به‌م شیوازه‌: قورئان که‌ کتیبیکه‌ پيش ۱۴۳۰سال دابه‌زیوه‌ بۆ سه‌رگه‌لێک که‌ زۆرینه‌ی نه‌خوینده‌واربوون، هه‌لگری چه‌ندین زانیاری ورده‌ سه‌باره‌ت به‌ ناخی مرۆڤ و گه‌ردوون، ئەم زانیارییه‌یه‌ش ته‌نها له‌ماوه‌ی ئەم ده‌یه‌ها‌ سه‌له‌ی دواییدا و پاش که‌له‌که‌بوونی هه‌ول و کۆششی ژماره‌یه‌کی زۆر له‌ زانیان، مرۆڤه‌کان توانیویانه‌ به‌م پاستیانه‌ بگه‌ن.

داوا له‌ خوای گه‌وره‌ ده‌که‌ین که‌ به‌پێزبان سه‌رکه‌وتوو بکات بۆ کاری چاکتر و ئەم کاره‌شی لێ قه‌بول بفرمویت وه‌ک تویشوویه‌ک بڕ دواڕۆز.

بەر له دهستپیک

به ناوی خوای به خشندهی میهره بان، هزاران هزار دروودو سلاو بو
سهر گیانی پاکی پیغه مبهرمان محمد (ﷺ).

خوینهری به پریز! هر که سیک که مه زانستیکی هه بیته، له هر بواریکدا،
که له نایه ته پیروزه کانی قورئان راده مینیت، دلنایام به پیی خوئی هینده
سه رسام ده بیته، ده خوازیت هرچی خویندوووه ته وه و فیریوووه بگه یه نیته
هاوپی و براکانی. داوات لیده که م ته نها وهک ئوه ته ماشای ئه م به ره مه
بکه که که سیک سهرسام به ئایین و دهسته واژه و ئاماژه زانستییه کانی
نیو قورئان ده یه ویت که میک دهستی هه بیته له گه یاندنی مه زنیی ئه م
په رتووکه دا، ئه گه ره به سه که لای توئی به پریز هاتیبته دی، ئه گه ر نا ته نها
جولینه ریک بیته بوته خوت بگه ریته و له مانا راسته قینه کان بگه یته.

سوپاسی خوا ده که یه بویری پیداین و خستیه دلمانه وه کاریکی
له وجوره بکه یه، سوپاسی خوا ده که یه وایکردوووه ئیمه ی مروقی لاواز و
که م زانست له وته کانی بگه یه...

ده ستخوشیش ده که م له هاوپییانم "د. هیوا شه فیک" که پیداچووونه وه ی
زانستی گرتیه ئه ستو و "م. ئارام جمال" پیداچووونه وه ی زمانه وانی بو
کتیبه که کرد. خوای گه وره له هه له و که موکوپیه کانمان ببوریت و
پینمویمان بکات بو ریگای هه ق و راستی و بهرده واممان بکات له سهر ئه و
پینگایه.

له دایکبوونی مرؤف

قورئانی پیروژ له چوارچیویه بانگه‌وازی خه‌لکیدا بۆ باوه‌په‌یتان، زۆریک له‌بابه‌ته‌جۆراوجۆره‌کانی هیناوه. هه‌ندیجار باسی ناسمانه‌کانی کردووه و هه‌ندیجاری تر پوهه‌ک و ئازه‌له‌کان، ئه‌وه‌ش وه‌ک به‌لگه‌له‌سه‌ر بوونی خوای میهره‌بان... هه‌روه‌ک زۆر له‌ئایه‌ته‌کان داویان له‌خه‌لک کردووه‌بیر له‌به‌دیه‌یتان بکه‌نه‌وه، ده‌رباره‌ی به‌دیه‌یتانی مرؤف و ماهیه‌تی جه‌وه‌ری.

﴿نَحْنُ خَلَقْنٰكُمْ فَلَوْلَا تُصَدِّقُونَ﴾ (٥٧) ﴿اَفَرَأَيْتُمْ مَا تُمْنُونَ﴾ (٥٨) ﴿اَسْتَرْخَلُوْنَہٗۙ اَمْ نَحْنُ الْخٰلِقُونَ﴾ الواقعة / ٥٧-٥٩، واته: ئیمه‌دروستمان کردوون، بۆچی بپوا ناکه‌ن؟ جا پیم بلین ئه‌و مه‌نیه‌ی له‌جیبی خۆیدا دایه‌نیین؟ ئایا ئیوه‌دروستی ده‌که‌ن یان ئیمه‌به‌دیه‌یتنه‌رین؟

پوهه‌کانی ئیجاز له‌به‌دیه‌یتانی مرؤفا، جگه‌له‌م ئایه‌ته‌له‌زۆر ئایه‌تی تریشدا باسکراون. له‌و ئایه‌تانه‌دا زانیاری دووردریژی ئه‌وتۆ هه‌یه، که ئه‌سته‌مه‌مرؤقیک بیانزانیت له‌سه‌ده‌ی حه‌وته‌می زاینیدا ژیا بیت، له‌و زانیاریانه:

- مرؤف به‌ته‌واوی له‌مه‌نی به‌دینه‌هینراوه، به‌لکو له‌به‌شیکێ مه‌نی.
- کۆرپه‌له‌به‌مندالدانی دایکه‌وه‌لکاوه‌به‌ته‌واوی وه‌ک زه‌رو (علق) که به‌لاشه‌وه‌ده‌لکیت.

- کۆرپه‌له‌له‌ناوسی ناوچه‌ی تاریکی مندالدا دروست ده‌بیت.

ئەو خەلگەى لە سەردەمى دابەزىنى قورئاندا ژياون دئنيابوون لەوہى ماددەى بنەرەتى بەدبەئنان پەيوەندى ھەيە بە شلەى مەنەويەوہ کہ لە نيرەوہ لە کاتى کردارى زايندیدا دەردەچيئت، ھەرەھا ئەو راستييەى کہ مندال دواى (۹ مانگ) لە داىک دەبئت ئاشکرايە و پئويست بە گەران و ليکۆلئینەوہ ناکات، بەلام ئەو زانياريانەى ئايەتەکان باسى دەکەن زانياريبەکن کہ زانست تا سەدەى بيستەم نەيدۆزيبوونەوہ.

دئوييک لەشلەى مەنى

لەکاتى کردارى زايندیدا پياو (۲۵۰ ميليۆن تۆو) يان سپيرم (Sperm) لە يەک کاتدا دەھاويژيئت. ئەم سپيرمانە لە ناو لەشى داىکەکەدا گەشتيکى دژوار دەکەن. بە جۆريک کہ تەنھا (۱۰۰۰ سپيرم) لەو (۲۵۰ ميليۆنە) سەرکەوتوو دەبن لە گەيشتن بە ھيلکۆکە. لە کۆتابى ئەو پيشپرکئيەدا کہ (۵ خولەک) دەخايەنيئت ھيلکۆکە (کہ بە قەبارەى نيو ئەتۆم لە ئەتۆمەکانى خوييە) رى بە تەنھا تاکە سپيرميک دەدات بيبيتيئيئت. ئەمە جەوھەرى مرقۆفە نەک سەرجم شلەى مەنەوى بەلکو تەنھا بەشنيکى بچووکيەتى... ھەر بەم شيوەيەشە قورئان رافەى دەکات لە وتەى پەرەرگاردا کہ دەفەرمويئت: ﴿أَلَيْسَ الْإِنْسَانُ أَنْ يَتْرُكَ سُدًى ۚ (۳۶) أَلَمْ يَكُنْ مِنْ مَتْنٍ ۚ الْقِيَامَةِ / ۳۶-۳۷، واتە: ئايا ئادەمیزاد وا دەزانئيت کہ ھەر وا وازى ليئدە ھيئريئت، باشە مەگەر خۆى لە نوتفەيەک دروست نەکراوہ؟

ههروهك دهبین قورئان زانیاری ئهوهمان دههاتی که مروؤ له ههموو شلهی مهنهوییهوه دروست نابیت، بهلکو له بهشیکی بچوکیهوهیهتی... ئه م دیاریکردنهی که دهستهواژه که له خوئی دهگریت راستیهکی زانستی رادهگه ینیت که نه دۆزرا بووه به هوئی زانستی نوپوه نه بیت، ئه مهش له خویدا بهلگهیه که له سه ر ئه وهی ئه م دهستهواژهیه له بنه پره تیکی ئیلاهی پیروژه وهیه.

ئاویتهی مهنی

ئه وشلهیهی به مهنی ناوده بریت و سپیرمی تیدایه، تهنها له نوتفهی پیکنایهت، بهلکو له تیکه لیک له شلهکان پیکدیت، ئه و شلانهش فرمانی جیاوازیان ههیه بۆ نمونه: مهنی شه کری پپووستی تیدایه بۆ دابینکردنی وزه بۆ سپیرم، ترشهکان له دهروازهی مندالدان بۆ دروستکردنی ژینگهیهکی خلیسکان که جو لهی سپیرمهکان ئاسان دهکات.

جیگای تیرامانه ئه م زانیاریانهی زانستی نوئی دۆزیونیه تهوه، قورئانی پیروز ئاماژهی پیداون! قورئان تیکه لهی مهنهوی به مجوره دهناسینیت:

﴿إِنَّا خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ مِنْ نُطْفَةٍ أَمْشَاجٍ نَبْتَلِيهِ فَجَعَلْنَاهُ سَمِيعًا بَصِيرًا﴾

الإنسان/ ۲، واته: ئیمه مروؤمان دروستکرد له تیکه لهیهک، ئینجا دهزگای بینین و بیستنمان پییه خشی.

ههروهها له ئایه تیکی تردا ئاماژه به وه دههات که مهنی تیکه لهیه که و جهخت له وه دهکاته وه که مروؤ له پوختهکانی ئه م تیکه لهیه به دهپینراوه.

﴿الَّذِي أَحْسَنَ كُلَّ شَيْءٍ خَلَقَهُ، وَبَدَأَ خَلْقَ الْإِنْسَانِ مِن طِينٍ﴾ ﴿٧﴾ تَرْجَعَل

نَسَلُهُ، مِن سُلَالَةٍ مِّن مَّاءٍ مَّهِينٍ ﴿السجدة / ٧-٨﴾، واته: ئەو (خودايه) زاتىكه هه موو شتىكى به چاكي و پىكوپىكى دروستكردوو له سه ره تاوه مروقىشى له خاك دروستكردوو، پاشان زنجيره ي نه وه كانى له ئاويكى ساده و بى نرخ به ديهيتناوه.

وشه ي (سلالة) واته چوراوه يان پوخته يا خود باشتري به شى شتىك. له هه ريه ك له ماناكانيدا ئامازه يه به به شىك له هه موو ئەمهش به لگه يه له سه ره ئەوه ي قورئان له ئىرا ده يه كى ره هاوه دابه زىتراوه كه مروقى به ديهيتناوه و ورده كارى به كانى ئەم به ديهيتناوه ده زانيت، ئەم ئىرا ده ره هايش ئىرا ده ي خواى گه وره يه، به ديهيتنه رى مروقى.

ره گه زى كورپه له

تا سه رده ميكي نزيك ئەو بوچوونه باويوو كه ره گه زى له داىكبوو (كورپه له) خانه كانى داىك يان لانيكه م خانه كانى داىك و باوكه كه ديارى ده كه ن، به لام قورئان زانيارى جياواز له م بوچوونه ي داوينه تى درباره ي ئەم بابته، به شيوه يه ك كه نىر و مييه تى له سپىر مه وه كه گه شه ده كات به ديديت:

﴿وَأَنَّهُ خَلَقَ الزَّوْجَيْنِ الذَّكَرَ وَالْأُنثَىٰ ﴿٥٥﴾ مِن نُّطْفَةٍ إِذَا تَأْتَىٰ﴾ ﴿النجم / ٤٥-٤٦﴾،

واته: هه ره زاته يه كه جووت و دوانه، نىر و ميى به ديهيتناوه، له نوتفه يه ك و گه شه بكات.

پەرەسەندەنەکانی زانستی کۆرپە لە زانی و بایۆلۆژی وردیی و پاسنی ئێو زانیاریانیان سەلماندوووە کە قورئانی پیرۆز باسیکردوون... ئیستا زانراوە سپیرمی پیاو پەگەزی کۆرپە لە دیاریدەکات و ئافرەت لەم کارەدا پۆلی نییە. کرۆمۆسۆمەکان بنچینەی سەرەکین لە دیاریکردنی پەگەزدا، دوان لە (۴۶) کرۆمۆسۆمە کە بە کرۆمۆسۆمی پەگەز ناودەبرین، کە بە پرپسەن لە دیاریکردنی قەوارە مەرۆق... ئێو کرۆمۆسۆمانەش (X, Y) کە نێردەدا (X, X) لە مێیەدا لە کاتی کە شێوەی کرۆمۆسۆمەکان وەک ئێو پیتانە وەهان. کرۆمۆسۆمی (Y) کۆدی بۆهێلی پەیوەست بە نێرەتی هەلگرتوووە کرۆمۆسۆمی (X) کۆدی بۆهێلی پەیوەست بە مێیەتی.

دروستبوونی مەرۆق بە جیابوونەوی ئێم کرۆمۆسۆمانە دەستپێدەکات کە لە نێرە و مێیەدا بە شێوەی دوانە هەن. سەرچەم پیکهاتەکانی توخمە خانەیی مێیە کە لە کاتی هێلکەداناندا دابەش دەبێت (واتە لە دواي دەرچوونی هێلکۆکە کە لە هێلکەدان)، کرۆمۆسۆمی (X)ی هەلگرتوووە. لە لایەکی ترەو توخمە خانەیی پیاو دوو جۆری جیاوازی نووتفە بەرەم دەهینیت، یەکیکیان کرۆمۆسۆمی (X)ی تێدایە، دووەمیشیان کرۆمۆسۆمی (Y).

ئەگەر کرۆمۆسۆمی (X)ی مێی لە گەل نووتفە یەک یەکیگرت کە کرۆمۆسۆمی (X)ی تێدایە، ئێوا کۆرپە لە کە (لە دایکبووە کە) مێیە دەبێت. خۆ ئەگەر نووتفە کە کرۆمۆسۆمی Y ی تێدابوو ئێوا کۆرپە کە نێر دەبێت.

ئەمەش واتە پەگەزی کۆرپە کە کرۆمۆسۆمەکانی نێر لە گەل هێلکۆکەیی ئافرەت یە کدەگریت دیاریدەکات... جییی باسە هیچکام لەم زانیاریانە نەزانراوون تا ئێوەی کە زانستی کۆرپە لە زانی لە سە دەیی بیستەمدا دۆزییەو... زۆریک لە شارستانییهکان برۆیان وابوو کە پەگەزی لە دایکبوو لەشی مێی دیاریدەکات، هەربۆیە ئافرەت لۆمە کراود ئەگەر مندالی

مییه‌ی بو بیټ. ئه‌وه له کاتیکدا که قورئانی پیروز کومه‌له زانیارییه‌کی ئاشکرا کردوه که ئه‌م پوچه‌وته‌یه به‌درۆده‌خاته‌وه... پیش (۱۳ سده) به‌ر له‌دۆزینه‌وه‌ی بۆهیل‌ه‌کانی مرۆف، قورئان ئاماژه‌ی به‌وه‌داوه که په‌چه‌له‌کی په‌گه‌زی کۆرپه‌له‌ ناگه‌ریته‌وه بۆ ئافرهت به‌لکو ده‌گه‌ریته‌وه بۆ پیاو.

(العلقه) که به مندالدانه‌وه هه‌ئواسراوه

ئه‌گه‌ر به‌رده‌وام بین له‌ پشکنینی ئه‌و پاستیانه‌ی قورئانی پیروز پیمان راده‌گه‌یه‌نیت، جاریکی تر ده‌ریاره‌ی دروستبوونی مرۆف‌رێکه‌وتی موعجیزه‌یه‌کی زانستی زۆر گرنگ ده‌بینین.

کاتیک نوتفه‌ی پیاو له‌گه‌ڵ هیلکۆکه‌ی ئافرهت په‌کده‌گریت ئه‌وا جه‌وه‌ری کۆرپه‌له‌ چاوه‌پوانکراوه‌که پیکدیت، ئه‌و تاکه‌ خانه‌یه‌ی که ناوده‌بریت به‌ زایگۆت (لاقحة - Zygote - هیلکه‌ی پیتراو) ده‌ستبه‌جئ ده‌ست به‌ زۆربوون ده‌کات به‌رێگای دابه‌شبوون. له‌ کۆتاییدا ده‌بیته‌ پارچه‌یه‌ک گوشت که پێیده‌وتریت کۆرپه‌له‌ (embryo)، ئه‌مه‌ش به‌هۆی مایکروۆسکۆبه‌وه نه‌بیټ نابینریت.

کۆرپه‌له‌ ماوه‌ی گه‌شه‌کردنی له‌ بۆشاییدا به‌سه‌ر نابات، به‌لکو به‌ مندالدانه‌وه په‌یوه‌ست ده‌بیټ، به‌ته‌واوی وه‌ک په‌یوه‌ستی و جیگیربوونی په‌گه‌کان له‌ خاکدا به‌هۆی (ته‌رن)ه‌کانیانه‌وه. له‌ ریی ئه‌م پیکه‌وه

به سترانه وه کۆریه له ده توانیت ماده بپویستییه کان بۆ گه شه کردنی خۆی له له شی دایکیه وه وه ربگریت.

ئهم خاله بۆخۆی موعجیزه یه کی قورئان ئاشکرا ده کات، بۆ وه سفی گه شه کردنی کۆریه له له مندالدانی دایکدا وشه ی (علق) به کارده هینیت، وه ک ده فرمویت:

﴿أَقْرَأْ بِأَسْمِ رَبِّكَ الَّذِي خَلَقَ ۝۱ خَلَقَ الْإِنْسَانَ مِنْ عَلَقٍ ۝۲﴾ أقرأ وربك الأكرم ﴿﴾

العلق/ ۱- ۳، واته: (ئهی محمد ﷺ)) بخوینه به ناوی ئهو پهروه ردگاره ته وه که هه موو شتیکی دروستکردوه، ئاده میزادی له چه ند خانه یه کی خۆه لئواسه ر (له ناو مندالداندا) دروستکردوه، بخوینه، پهروه ردگاری تۆ خاوه نی پیز و به خششی بیسنوره.

(علق) له زمانه وانیدا ئهو شته یه که به شوینیکه وه ده لکیت. ههروه ها وشه که ش خۆی بۆ (زهرو - علق) به کارده هینیت که به له شه وه ده لکیت وخوین ده مرثیت.

بیگومان به کارهینانی ئهو وشه گونجاوه بۆ وه سفی گه شه کردنی کۆریه له له مندالدانی دایکدا، جاریکی تر ئهو وه ده سه لمینیت که قورئان نیگایه له خوای گه وره وه یه و گوتراوی ئهو زاته یه.

سى قۇناغەكەى دروستبوونى كۆرپەلە لە سكى داىكىدا

قورئان ئاماژەى بەو دەوۋە كە بەدەيھىنانى مەرۇق لە منداالداندا بە سى قۇناغ دەيىت:

﴿يَخْلُقُكُمْ فِي بُطُونِ أُمَّهَاتِكُمْ خَلْقًا مِّنْ بَعْدِ خَلْقٍ فِي ظُلُمَاتٍ ثَلَاثٍ ذَٰلِكُمْ

اللَّهُ رَبُّكُمْ لَهُ الْمُلْكُ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ فَأَن تَصْرِفُونَ﴾ الزمر/۶، واتە: لە سكى داىكتاندا ئىوۋە دروستدەكات، لە ناوسى تارىكىستاندا، جا گۇرپانكارى بەردەوامە و جىابوونەوۋەى ئەندامەكان، ئا ئەوۋەى خۇاى ئىوۋە، ئا ئەوۋەى پەروەردگارتان، خاۋەنى ھەموو بەدەيھىتراۋەكانە جگە لەو خۇاىەكى تر نىە، ئىتر بۇ كۆى دەچن و پوودەكەنە كى؟

وہك دەبىنرىت ئايەتەكە ئاماژە بەو دەدات كە مەرۇق لە منداالدانى داىكىدا لە سى قۇناغى دىارىكرادا دروستدەيىت.... بە ھەمان شىوۋەش زانستى بايۇلۇژى نوى دۆزىوۋەتەوۋە كە قۇناغەكانى گەشەكردنى كۆرپەلە لە سى ناۋچەى دىارىكرادى منداالدانى داىكدا دەيىت. لە سەرچەم كىتەبەكانى زانستى كۆرپەلەزانىدا كە لە پىسپۇرپەكانى پزىشكىدا دەخوینرىن دەردەكەوۋىت، ئەم زانىارىيانە لە بنەما زانستىەكانى ئەم گۆرپەپانەن. بۇ نمونە لە كىتەبى (أساسيات علم الأجنة البشرية - بنەماكانى زانستى كۆرپەلەزانى مەوۋى)دا كە سەرچاۋەىەكى سەرەكەى لەم زانستەدا، ئەمە ھاتوۋە:

" ژيان له مندالانداندا له سى قوناغدا دەبىت، قوناغى يەكەم قوناغى پيش كۆرپەلەيىپە كە لە دوو ھەفتە و نىوى سەرەتادايە، پاشان بەدوايدا قوناغى (الحميل) ە كە تا كۆتايى ھەفتەى ھەشتەم دەخايەنيت. لەدواى ئەم قوناغە قوناغى كۆرپەلەيى دىت كە لە ھەفتەى ھەشتەمەو تا لەدايكبوون دەخايەنيت".

قوناغى پيش كۆرپەلەيى:

لەم قوناغدا ھىلكۆكەى پىتراو بە دابەشبوون گەرە دەبىت، كاتىكيش دەبىت بە كۆمەلئىك خانە، لە دىوارى مندالانداندا خۆى دەنيرتت، بە جۆرىك كە خانەكان لە گەشەكرىن بەردەوام دەبن و لە سى چىندا خۆى رىكدەخات.

قوناغى كۆرپەلەيى ناپىگەيشتوو:

قوناغى دووم پىنج ھەفتە و نىو دەخايەنيت و لەماوەى ئەم قوناغدا ئەندامەكان و كۆئەندامە بنەرەتتەكان لەسەر شىوہى چىنەخانە دەردەكەون.

قوناغى كۆرپەلەيى:

ئەم قوناغە لەھەفتەى ھەشتەمى سىكپرىيەو دەستپىدەكات تاكو ساتى لە دايكبوون. لە خاسىتە تايپەتتەكانى ئەم قوناغە ئەوئە كۆرپەلە وەك مروفئىك كە پروخسار و دەستەكانى ھەيە لەگەل ئەوئەش كە درىژىيەكەى لە

(۳ سم) تیپەر ناکات. هه موو ئەندامه کانی جیا ده کرینه وه.... ئەم قوناغه نزیکه ی (۳۰ ههفته) دهخایه نیت و تیایدا گه شه کردنی کۆریه له بهرده وام ده بیت تا واده ی له دایکبوون.

ئەم زانیارییه له باره ی گه شه کردنی کۆریه له له مندال دانی دایکیدا له بهرده ستدا نه ده بوون ئەگەر بوونی تهقه نیاتی چاودیری نییە نه بوایه. له گه ل ئەوهش قورئانی پیروژ وه ک ئیجازیك به پوونی له ئایه تهکانیدا ئاشکرایکردوون... به هه مان شیوه چه ندين راستی زانستی تریشی ئاشکرا کردووه.

ئەوه ی که قورئانی پیروژ ئەم زانیارییه پر ورده کاری و پوونه ی داوه، له کاتی کدا که زانیاری پزیشکی لای خه لک زۆر ده گمهن بووه، به لگه یه کی ئاشکرایه له سه ر ئەوه ی قورئانی پیروژ وته ی خه لک نییه، به لکو گو تراوی خوی میهره بانه.



مروء له (نطفة أمشاج) به دیهینراوه

خوای گه وره ده فه رمویت: ﴿إِنَّا خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ مِنْ نُطْفَةٍ أَمْشَاجٍ نَبْتَلِيهِ فَجَعَلْنَاهُ سَمِيعًا بَصِيرًا﴾ الإنسان/۲، واته: بیگومان نیمه مروءمان دروستکرد له تیکه له یهک، له کاتی کدا ده مانه وی تاقی بکه ینه وه، هه ربویه ده زگای بیستن و بینیمان پیبه خشی.

"ئین عه باس" له باره ی ﴿مِنْ نُطْفَةٍ أَمْشَاجٍ﴾ ده لیت: واته ئاوی پیاو و ئاوی ئافرهت کاتیک کۆبوونه وه و تیکه له بوون، پاشان له قوناغیکه وه بو قوناغیکی تر ده گویرزینه وه، له حالیکه وه بو حالیکی تر و پیکهاته یهک بو پیکهاته یهکی تر و به وشپوه یه ...

زانستی نوئ سه لماندوویه تی سیفه ته کانی خانه ی زیندوو به وه ی



کرۆمۆسۆمه کان هه لیده گرن دیاری ده کریت... کرۆمۆسۆمه کانیش پیکهاتوون له: پرۆتین و چوار ترشه ئەمینیه که (ئەدینین، سیامین، جوانین و سیتوزین) که له سهه شێوهی دوو شریتی پینچخواردوو به دهوری به کدا ریکخراون.

کرۆمۆسۆمه کان ئەو کۆده هه لده گرن که چالاکى خانه و دابه شبوونی ئاراسته ده که ن به پیتی ریزبوونی ترشه ئەمینیه کان، به درێزایی دوو شریته که له بۆشاییدا... ئاشکرایه کۆریه له به کگرتنی خانه یه کی نیره (سپیرم) و خانه یه کی مییه (هیلکۆکه) به.

لیره دا سیفه ته بۆماوه ییه کان به هه ریه که له کرۆمۆسۆمه کانى باوک و کرۆمۆسۆمه کانى دایک دیاری ده کرین، هه ریه که یان به ریزه ی (۵۰٪)، ئەوه ش سه ره تا به نوتفه ی به که م ده ستپیده کات، که سپیرم و هیلکۆکه کۆده کاته وه: (نطفة أمشاج) نوتفه یه کی تیکه ل.

(مشیح) واته دوو شتی تیکه لکراو... کۆریه له ی به دیهینراوی نوئ

پیکدیت، وه ک به لگه ی راستیتی ئایه ته پیروزه که: ﴿إِنَّا خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ مِنْ نُطْفَةٍ أَمْشَاجٍ نَبْتَلِيهِ فَجَعَلْنَاهُ سَمِيعًا بَصِيرًا﴾.

مرؤفة له پوخته یه کی خاکی زهویه

خوای گه وره ده فه رمویت: ﴿ وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَكُمْ مِنْ تُرَابٍ ثُمَّ إِذَا أَنْتُمْ بَشَرٌ تَنْتَشِرُونَ ﴾ الروم/ ۲۰، واته: له نیشانه و به لگه کانی خوا ئه وه یه که له خاک دروستی کردون، له وه ودوا زۆربون و بلاوبونه ته وه به سهر زه ویدا.

هه روه ها ده فه رمویت: ﴿ وَهُوَ الَّذِي خَلَقَ مِنَ الْمَاءِ بَشَرًا فَجَعَلَهُ نَسَبًا وَصِهْرًا ۗ وَكَانَ رَبُّكَ قَدِيرًا ﴾ الفرقان/ ۵۴، واته: هه ر ئه و زاته یه که له ئاوی (مه نی) مرؤفة دروسته کات و کردوویه تی به هوی خزمایه تی، بیگومان په روه ردگاری تو ده سه لاتی بیسنوره.

له ئایه تی یه که مدا ئاماژه ی به دیهینانی مرؤفة هه یه له خاک، له ئایه تی دووه میشدا له ئاو، به لام له م ئایه ته دا که خوای گه وره ده فه رمویت:

﴿ وَلَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ مِنْ سُلَالَةٍ مِّن طِينٍ ﴾ المؤمنون/ ۱۲، واته: ئیمه ئاده میزادمان له ئاویته یه کی پیکهاتوو له خاک پیکهیناوه.

(طین) له ئایه ته که دا مه به ست خؤل و ئاوه پیکه وه.

له م سی ئایه ته دا ئاماژه یه کی پوون هه یه، بو بنه په تی مرؤفة، سه رچاوه ی سه ره کی که له خؤل و ئاوی زهوی و کانزاکانی به دیهاتوو، به کورتی پوخته که ی له م زه و بییه یه.

شىكردنه وهى كىمىيائى ده لىت: "ئەگەر مەرۇقمان شىكرده وه بۆ پىككەتە توخمە سەرەتايىيە كانى، دەبىننن وهك كانىكى بچوك وايە، لە پىككەتە كەيدا (۲۲) توخم كە تا ئىستا ئاشكراكراون بە شدارى دەكەن".

ئەو توخمانەش بەم جۆرە دابەش دەكرىن:

۱. ئوكسىجىن و هايدروژىن، كە ھەردووكيان ئاۋ پىككە دەيىنن. ئاۋ (۶۵-۷۰٪) لاشەى مەرۇق پىككە دەيىنن و مەرۇق ناتوانىت چوار پوژ زياتر بەبى ئاۋ بڑى سەرەراى ئەو توانايەى كە ھەيەتى بۆ خورايىنان لەگەل وشكىدا (جفاف)، ئەم حالەتەش بۆ ھەموو بەدەيىنراۋە كانى گەردوون راستە.

خوای گەورە دەفەر مويت: ﴿وَجَعَلْنَا مِنَ الْمَاءِ كُلَّ شَيْءٍ حَيٍّ أَفَلَا يُؤْمِنُونَ﴾ الأنبياء/۳۰، واتە: لە ئاۋ ھەموو شتىكى زىندوومان فەراھەم ھىتاۋە، ئايا ئەوانە ھەر باۋەر ناھىنن؟

۲. كاربون و هايدروژىن و ئوكسىجىن، كە بنەپەتى ئاۋىتە ئەندامىە كان پىككە دەيىنن وهك: شەكرەكان و چەورى و پىرۇتىن و قىتامىنە كان و ھۆپمۇنە كان و ئەنزىمە كان.

۳. ھەوت مادەى وشك (جاف)، ئەوانىش: (كلور، كبرىت، فوسفور، مەگنسىيۇم، كالىسىيۇم، پوتاسىيۇم، سۇدىيۇم) كە (۶۰-۸۰٪) لاشەى مادە وشكە كان پىككەيىنن.

۴. ھەوت ماددەى تىرى وشك، كە پىژەيان كەمترە، ئەوانىش: (ئاسن، مس، يۇد، مەنگەنيز، كۆبالت، زىنك، مۆلبىدىيۇم).

۵. چەند توخمىكى تىرى دەگمەن كە ژمارەيان شەش توخمە. سەرچەم پىسپۇران لەسەر ئەو كۆكن كە جەستەى مەرۇق وهك بارستەيەك لە خاك ھەموو ئەو توخمە كانزايىانەى تىدايە كە لە زەويدا

هەن. ئەمەش بەتەواوی راستی ئەو ئایەتە لە دڵ و بیرەکاندا دەچەسپینێت کە دەفەر مویت: ﴿ وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَكُمْ مِنْ تُرَابٍ ثُمَّ إِذَا أَنْتُمْ بَشَرٌ تَنْتَشِرُونَ ﴾ الروم/ ۲۰.

کەمترین ماوهی سکپری شەش مانگە

قورئان لە پێش زانستی پزیشکیەوه باس لە کەمترین ماوهی سکپری دەکات کە شەش مانگە، ئەو هەش لەو ئایەتەدا کە دەفەر مویت: ﴿ وَوَصَّيْنَا الْإِنْسَانَ بِوَالِدَيْهِ إِحْسَانًا حَمَلَتْهُ أُمُّهُ كُرْهًا وَوَضَعَتْهُ كُرْهًا وَحَمَلُهُ وَفِصْلُهُ ثَلَاثُونَ شَهْرًا ﴾ الأحقاف/ ۱۵، واتە: ئیمە فەرمانمان بە مەرۆڤ داوه کە چاکەکار و چاک پەفتاری بێ لە گەڵ دایک و باوکیدا، دایکی بە ئازارەوه هەلیگرتوو و بە دەم ئێش و ئازارەوه بوویەتی، سکپریوون و لە شیربەرینە و دی سی دانە مانگی خایاندوو.

هەر وهەما دەفەر مویت: ﴿ وَوَصَّيْنَا الْإِنْسَانَ بِوَالِدَيْهِ حَمَلَتْهُ أُمُّهُ وَهْنًا عَلَىٰ وَهْنٍ وَفِصْلُهُ فِي عَامَيْنِ أَنْ اشْكُرْ لِي وَلِوَالِدِكَ إِلَىٰ الْمَصِيرِ ﴾ لقمان/ ۱۴، واتە: ئیمە فەرمانمانداوه بە مەرۆڤ بە چاک پەفتاری لە گەڵ دایک و باوکیدا، دایکی بە ئێش و ئازار و لاوازی و بیتاقەتییهکی نۆرەوه، (بە پێستی سکی نو مانگ) هەلیگرتوو، برینە و هەشی لە دواوی دوو سالی. فەرمانمان پێدا کە ئەو مەرۆڤ سوپاسگوزاری منیش و دایک و باوکیشت بە، دانیابن کە گەر پانەوه تان هەر بۆلای منه.

یان ده‌فهرمویت: ﴿وَالْوَالِدَاتُ يُرْضِعْنَ أَوْلَادَهُنَّ حَوْلَيْنِ كَامِلَيْنِ لِمَنْ أَرَادَ أَنْ يُنْمِيَ الرِّضَاعَةَ﴾ البقرة/۲۳۳، واته: دایکان دوو سالی ته‌واو با شیر به منداله‌کانیان بدهن بۆ هر کهس که ده‌یه‌ویت شیر ی ته‌واو بدات.

گر ماوه‌ی شیرپیدان که دوو سالی ته‌واوه (۲۴ مانگ) لایبه‌ین له (۳۰) مانگ که ماوه‌ی سکپری و شیرپیدانه، ئەوا شەش مانگ دەمینتته‌وه بۆ سکپری، ئەوه‌ش ئەو ماوه پئویسته‌یه بۆ کۆرپه‌له که ئەگر له‌دایک ببیت به زیندوویی دەمینتته‌وه (به ویستی خوا).

هاوه‌لانی پیغه‌مبهریش پشتیان بهم تیگه‌یشتنه به‌ستووه... گیردراوه‌ته‌وه پیاویک ژنی هینا و دوا‌ی شەش مانگ مندالی بوو، له‌مکاته‌دا "عوسمانی کورپی عه‌فان" ویستی (حه‌دد)‌ی زینای به‌سه‌ردا جیبه‌جی بکات به‌و گومانه‌ی که سه‌ره‌تای سکپری ئافره‌ته‌که له‌پیش شووکردنیدا بووه... له‌وکاته‌دا "ئین عه‌باس" پوونیکرده‌وه و وتی: خوی گه‌وره ده‌فهرمویت: ﴿وَحَمْلُهُ وَفِصْلُهُ ثَلَاثُونَ شَهْرًا...﴾ سکپری و شیرپیدانی سی مانگی خایاندووه. هه‌روه‌ها ده‌فهرمویت: ﴿وَفِصْلُهُ فِي عَامَيْنِ...﴾ له‌شیربرینه‌وه‌ی دوا‌ی دوو ساله. لیره‌دا ته‌نها شەش مانگ بۆ سکپری ماوه‌ته‌وه... ئیتر بیتاوانی ئافره‌ته‌که پوون بووه‌وه.

زانستی پزیشکیش پوونی کردووه‌ته‌وه که که‌مترین ماوه‌ی سکپری که ده‌گونجیت کۆرپه‌له به زیندوویی له‌دایک ببیت بریتیه له (۶ مانگ)... له‌دایکبوونی به‌ر له‌وه پییده‌وتریت له‌بارچوون، که کۆرپه‌له ئەگه‌ری ژینای نییه، له‌دایکبوونی دوا‌ی ئەوه‌ش و به‌ر له‌ته‌واوبوونی سکپری به‌نۆ مانگ (واته ۲۷۰ رۆژ) پییده‌وتریت له‌دایکبوونی پیش‌شوخت، ئەمه‌ی دوا‌ییان ئەگه‌ری زۆری به‌زیندوو مانه‌وه‌ی هه‌یه، به‌لام زانستی پزیشکی ئامۆژگاری

دهدات که چاودیری تایبه تی ئه و منداله تازه له دایکبووه بکریت، به تایبهت ئه گهر به (٧ مانگی) له دایکبوو ئه و به ویستی خوا له ژياندا ده مینیتته وه.

ئهو ماسولکانه ی به دهوری ئیسکه گاندا ههن

پویه کی تر له و روانه ی قورئانی پیروز ده رباره ی قوناهه کانی دروستبوونی مرۆقه له مندالدانی دایکیدای باسی لیوه دهکات، له و ئایه تانه دا ده رده که ویت که باسی دروستبوونی ئیسکه کان ده که ن له سه ره تادا و به دوایدا ماسولکه کان.

﴿مُخَلِّقِنَا الطُّفْلَةَ عَلَقَةً فَخَلَقْنَا الْعَلَقَةَ مُضْغَةً فَخَلَقْنَا الْمُضْغَةَ عِظْمًا فَكَسَوْنَا الْعِظْمَ لَحْمًا ثُمَّ أَنْشَأْنَاهُ خَلْقًا آخَرَ فَبَارَكَ اللَّهُ أَحْسَنَ الْخَالِقِينَ﴾

المؤمنون/ ١٤، واته: له وه ودوا نوتفه که مان کردووه به خو هه لواسه ریک، پاشان خو هه لواسه ره که مان کردووه به گوشتپاره یه ک، ئینجا (شیوازی) گوشتپاره که مان به په یکه ری ئیسک گوریوه و به گوشت په یکه ری ئیسکه که مان داپوشیوه، ئه وسا له شیوه یه کی تر دا ده رمانه ییناوه. به راستی خوا ی مه زن به رز و پیروز و موباره که و چاکترین به دیهینهر و چاکترین دروستکاره.

پسیپوره کانی زانستی کۆرپه له زانی (ئهو زانسته ی لی کۆلئینه وه و به داداچوون بۆ گه شه کردنی کۆرپه له دهکات له مندالدانی دایکدا) تا ماوه یه کی نزیک وه هایان دانا بوو ئیسک و ماسولکه کان له یه ککاتدا دروستده بن. له بهر ئه م هۆیه و بۆ ماوه یه کی دریش هه ندیکجار خه لک

پروپاگه ندهی ئه وه یان ده کرد که ئه م ئایه ته دژه له گه ل پاستییه زانستییه کاندای، به لام توئیزینه وه مایکروسکۆبیه په ره سه ندوو ه کان که توانراوه به هۆی پیشکه وتنی ته کنه لۆژیا وه ئه نجام بدرین ئه وه یان ئاشکرا کرد که نیگا (وه حیه) قورئانییه که ته واو راست و دروسته .

ئه و توئیزینه وه مایکروسکۆبییانه سه لماندیان که گه شه سه ندنی کۆرپه له له ناو مندا لدانی دایکدا به ته واوی وه ک ئه وه یه که ئایه ته کانی قورئان وه سفیان کردوو ه . یه که مجار شانیه کرا گه یی دروست ده بیست و ده گۆریت بۆ ئیسکی کۆرپه له ، پاشان له دوا ی ئه وه خانه کانی ماسولکه دروسته بن که ده که ونه نیوان شان کانی ده وری ئیسک، پاشان له گه ل یه ک کۆده بنه وه و پیکدین بۆ ئه وه ی ده وری ئیسک بدن .

بلاوکراوه یه کی زانستی له ژیر ناو نیشانی (تکون الأنسان - دروستبوونی مرؤقه) و له کتیبی (Embrolgy with Islamic edition) سه ره جم بابه ته که به مجۆره پاره ده کات: "له ماوه ی هه فته ی حه وته مدا ئیسکه په یکه ره به له شدا ده ست به بلاوبوونه وه ده کات و ئیسک شیوه ئاساییه که ی وه رده گریت. له کۆتایی هه فته ی حه وته م و له ماوه ی هه فته ی

هه شته مدا ماسولکه کان دۆخی خویان به ده وری ئیسکه کاندای وه رده گرن ."

به کورتی باسه کانی قورئانی پیروژ بۆ قوناغه کانی دروستبوونی کۆرپه له به ته واوی له گه ل دوزینه وه کانی زانستی کۆرپه له زانی نویدا ته بان .



ئیسک کارگهی به ره مهینانی خوینه

قورئانی پیروز سه دان سال پیش زانست که وتوو له دانپیدانانی زیندوویه تی ئیسک و بایه خی گهره ی ئیسک له ئه رکه کانی مروّقد... له سورته تی (مریم) دا زه که ریا (سه لامی خوی لیبی) هانا و هاواری بو خوی پهره ردگار برد که مندالیک پیبهبه خشیت، نه گهرچی هاوسه ره که شی مندالی نه ده بوو و ئیسکه کانیشی لاواز بوون.

پهره ردگار ده فهرمویت: ﴿ قَالَ رَبِّ إِنِّي وَهَنَ الْعَظْمُ مِنِّي وَاسْتَعَلَ الرَّأْسُ شَيْبًا وَلَمْ أَكُنْ بِدُعَائِكَ رَبِّ شَقِيًّا ﴾ مریم/ ۴، واته: پهره ردگار! به راستی من ئیسکه کانم لاواز بوون و قژی سه رم هه ره مووی سپیتی دایگرتوو، به لام من هه رگیز له دوعا و پارانه وه م له زاتی تو نائومید نه بووم و (ده ستت نه ناوه به رهومه وه).

له م ئایه ته پیروزه دا قورئان باس له په یوه ندی به ره مهینانی مندال ده کات به ئیسکه کانه وه.

له م دواواییانه دا زانست سه لماندی که ئیسکه کانی کار و ئه رکی گرنگیان هه یه، به جوریک که ژیانی مروّقی له سه ره وه ستاوه، ئیسک هه موو ئه وه تی تیدایه که له ش پتویستی پییه تی، وه ک: (فوسفور و کالسیوم) و کرداری دابه شکردنیان پیکده خات به شیوه یه ک که لیدانه کانی دل و جولهی ماسولکه کان ده پاریزی.

هه ره ها ئیسکه کان به دریزی ژیانی مروّق و به بی پچران خپۆکه سوور و سپیه کان به ره مدین.

وهك زانست پيیگه یشتووہ كه حاله تی ئیسكه كان راسته وخو کارده كه نه
سه ر كۆئه ندای ده مار، له بهرئه وه راسته وخو ده چنه نیو توانای مروقه وه
بۆ بهر مهیتانی مندال... هر ئه وه شه قورئانی پیروز ناماژه ی پیداوه .

پیناسی مروقه له مۆری سه ری په نجه کانی دایه

کاتیک قورئانی پیروز باسی ئه وه دهکات كه زۆر ئاسانه بۆ پهروه رداگار
مروقه زیندوو بکاته وه، ته رکیز له سه ر بابه تی مۆری په نجه هه یه .

﴿أَحْسَبُ الْإِنْسَانَ أَلَّا يُحْسَبُ لَهُ الْوِزْدَةُ بِرَبِّهِ﴾ ﴿۳﴾ ﴿يَلْبَسُ الْقَدْرَيْنَ عَلَّاءَ أَنْ تُسَوَّىٰ بِنَانِهِ﴾ ﴿الْقِيَامَةِ/۳-۴﴾
واته: ئایا مروقه واده زانیت (دوای مردن) ئیسكه کانی کۆناکه ی نه وه؟! به لکو
توانامان هه یه نه خشه ورده کانی کۆتایی په نجه ی (وه کو خو ی)
به دیبه ئینه وه .



ته رکیزکردن له سه ر مۆری
په نجه کان مانایه کی زۆر تاییه تی
هه یه، چونکه سه ری په نجه ی
هه موو مروقیك بیۆینه یه و ته نها
تاییه ته به خو یه وه . هه موو

كه سیک كه له ژياندا یه یان مردوو ه، کۆمه له یه کی جیاکراوه ی مۆری سه ری
په نجه کانیان هه یه .

ئه مه یه واده کات مۆری سه ری په نجه کان به لگه یه کی قبوپه سه ندکراو
بیئت له سه ر كه سیتی خاوه نه که ی، به لام لایه نی گرنگ ئه وه یه بابه تی

مۆره کان تا (سهدهی ۱۹) ئاشکرا نه کرابوو... پيش ئه وه خه لک سه یری
مۆری سه یری په نجه کانیان ده کرد ته نها وه ک ئه وه ی ژماره یه ک هیلی
ناسایین و هیچ مانایه ک یان گرنگیه کیان نییه .
له قورئاندا خوی گه وره ئاماژه بوۆ مۆری سه یر په نجه کان ده کات له
کاتی کدا که سه رنجی که سی رانه کیشابوو، به لام قورئان به ر له (۱۴)
سه ده) سه رنجی ئی مه بوۆ بایه خی ئه م باسه راده کیشیت.

دوگیانی و وهستانی که وتنه سه رخوین

ئه گه ر ئه وه زانستیکی چه سپاوه که له گه ل سوپی مانگانه دا سکپری
نابیت و که وتنه سه رخوینیش له گه ل سکپریدا نابیت، که واته بوچی خوی
گه وره فه رمانی به ئافره تان کردوو تا سی جار سوپی مانگانه چاوه ری
بکه ن، ئایا ته نها چاوه ری کردنی یه ک سوپی مانگانه به س نییه بویان
بوئه وه ی بزائن که سکپر نین؟!

وتراوه: نه خیر... بوونی سوپی مانگانه و وهستانی خوین بوۆ یه که مجار
به به لگه ی نه بوونی سکپری دانانریت، چونکه حاله تانیکی ناوازه هه ن که
ئافره ته که له سه ره تای سکپریدا جاریک یان دوو یا خود سی جار سوپی
مانگانه ی هه ر ده بییت له به ر چه ندین هۆکار. خوی گه وره ده فه رمویت:
﴿وَالْمَطْلَقَاتُ يَرْبِصْنَ بِأَنْفُسِهِنَّ ثَلَاثَةَ قُرُوءٍ وَلَا يَحِلُّ لَهُنَّ أَنْ يَكْتُمْنَ مَا خَلَقَ اللَّهُ
فِي أَرْحَامِهِنَّ إِنْ كُنَّ يُؤْمِنَنَّ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ﴾ البقرة/ ۲۲۸، واته: ژنانی ته لاقدرای،
ده بییت تا سی جار سوپی مانگانه چاوه ری بکه ن و (شوو نه که نه وه) و

حەلال نىيە بۆيان ئەو ەى خوا لە مندالداياندا دروستىکردووه (مندال يان سوپى مانگانە) بىشارنەو، ئەگەر باوهرپيان بەخوا و بە پوژى دوایى دامەزراوہ .

شارەگى (حبل الوريد)

خوای گەرە لە قورئانى پىروژدا دەفەر مویت: ﴿وَلَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ وَنَعَلَهُ مَا تَوَسَّوَسُ بِهِ نَفْسُهُ، وَمَنْ أَقْرَبُ إِلَيْهِ مِنْ حَبْلِ الْوَرِيدِ﴾ ق ۱۶، واتە: ەەر ئىمەين ئادەمیزادمان دروستکردووه و دەزانين چى بەدل و دەروونیدا دى، و ئىمە لەشارەگى دللى (حبل الوريد) لىتى نزىکترين.

بنەرەتى وەسووسە ئەو جۆلە یاخود دەنگە شاراوانىە کە ەستى پىناکریت و خۆى لى دەپاریزیت... بەزۆرى وەسووسەى دەروون (ئەو گفتوگۆ شاراوانىە کە لە دەرووندا پوودەدات و پەيوەندى راستەوخۆى بە ژىرى و بىرەوہ ەيە و دادەنرى بە ئامىرى گىرانهوہى خودى (جهاز استرجاع ذاتى) يە کىکە لە پووخسارەکانى سەنتەرى ھوشيارى.

لاى رافە کارانى قورئان (حبل الوريد) کە لە ئايەتە کەدا ھاتووه، بۆرىەکى خوینە لە تەنىشت قورگەوہ، بەلام بە وردبونەوہ لە ئايەتە کەى پىشوو دەبينين ئاماژە قورئانىيەکان زياتر ئەوہمان لەلا دروستدەکەن کە مەبەست لە (حبل الوريد) قەدى مۆخە (جذع الدماغ).

ئەگەر بگەرپىنەوہ بۆ ميانەى ئايەتە کە دەبينين فرىشتەى پەرمان لە (حبل الوريد) زياتر لە مروژ نزىکن... خوای گەرەش ئاگادارى

وهسوهسهیه پیئش دروستبونی و پیئش ئهوهی بگاته قهدی مؤخ و بگورپی له خاتیرهو بیرکردنهوهوه بۆ کرداریکی جولهی. بۆیه خوی گهوره بههوی زانینهوه زۆر نزیکتره له مروؤ له هۆشیاری و ههست و ئاگادارییهکانیشی. ئهمش له خۆیدا ئه و په یوهندییه ئیعجازیهیه که له نیوان کرداری وهسوهسهو (حبل الوریذ) دا که مه بهست له قهدی مؤخه له گه ل هه موو کرده وه کانداهیه. ئه مه یه کیکی تره له جوانکاری و ورده کارییه کانی ئایه ته که .

کور وهك كچ نییه!

خوی گهوره له چیرۆکی له دایکبونی مه ریهدا ده فه رمویت: ﴿فَلَمَّا وَضَعَتْهَا قَالَتْ رَبِّ إِنِّي وَضَعْتُهَا أُنْثَىٰ وَاللَّهُ أَعْلَمُ بِمَا وَضَعْتَ وَلَئِن لَّمْ أَكُنْ بِهٖ عَمْرَانًا لِّسَاءَ لِمَ وَضَعْتَهَا إِنِّي مُخَوِّفٌ لِّهَا خَوْفًا كَبِيرًا﴾ (عمران/۳۶، واته: کاتیک (هاوسه ره که ی عیمران) منداله که ی بوو (به دلشکاوییه وه) وتی: په روه ردگارا خو من کچم بوو، بیگومان خوا خوی چاک ده زانیت که چی بووه، (خۆ ئاشکرایه) کورپش وه کو کچ نییه.

۱. زانای سویدی "دافید ئه نگمار" له زانکۆی (Luna) ی سویدی ههستا به به کارهیتانی گازی "زینون" که له خویندا ده تویته وه و تیشکه کانی (گاما) به رهه م دینیت، کاتیک گازه که بۆ میشک ده گوئزیته وه و به هوی (۳۲) ههسته وه ری جیگیر به له شه وه وینه ده گیریت، له ئاکامدا بۆ زانایان پوون بووه وه که به شی پاستی میشک له نێردا چالاکتر کارده کات، له کاتیکدا که به شی چه پ له مییه دا چالاکتر کارده کات...

ئەوھش ھۆى سەرکە وتوويى پياو لىكئەداتەوھ لەبوارەکانى ماتماتىك و ئەندازىارى و بابەتە تىۆرىيەکاندا، لەکاتىکدا كە بەشى چەپ ھىزى بىستنى تىدا چىبووھتەوھ، ھەر بۆيە ئافرەت لە بوارە ئەدەبىيەکاندا بەھىز و سەرکە وتووترە .

۲. پياوان لە ئافرەتان بالابەرزترن، جەستەى ئافرەتان تا تەمەنى (۱۹سالى) گەشە دەکات، جەستەى پياوان تا تەمەنى ۲۰سالان گەشە دەکات.

۳. خوین، برى ھىمۆگلوبىن لە خوینى ئافرەتدا (۱۲-۱۴گرام) گە لەھەر (۱۰۰ مىلى لىتر) یکدا. برى ھىمۆگلوبىن لە خوینى پياواندا (۱۴-۱۶گرام) گە لەھەر (۱۰۰ مىلى لىتر) یکدا.

۴. تىکراى نىشتنى خوین (ترسىب الدم) لە ئافرەتанда لە (سفر بۆ ۷ مىلى مەتر) گە، تىکراى نىشتنى خوین لە نۆرەدا لە نۆوان (سفر بۆ پىنج مىلى مەتر) گە، ئەم پىژەيە بۆ ئافرەتان لەکاتى سىکىپاندا دەگۆرپت.

۵. جياوازی قەبارەى (سى) لە پياو و ئافرەتدا، فراوانى زىندەگى (حیویە) سىيەکان لای ئافرەتان (۲، ۴سانتیمەتر سىجا) يە، بەلام لە پياواندا (۲، ۳سانتیمەتر سىجا) يە.

۶. جياوازی (RBC-Hb) دەگەرپتەوھ بۆ جياوازی ھۆرمۆنى دەردراوى سەر گورچيلە، بەجۆرکە كە خانەکانى خوین لە پياواندا دەروژىنىت و لەژنانىشدا دايدەبەزىنىت.

۷. ھەموو پۆژىك ئافرەت بە تىکراى (۹ کوپ) ئاو وندەکات، پياو پۆژانە (۱۲ کوپ) ئاو وندەکات.

۸. لەکاتى مندالبووندا پۆژىنى نوخامى ھەلدەستى بە دەردانى ھۆرمۆنىكى ديارىکراو، کارى ئەو ھۆرمۆنە برىتيە لە:

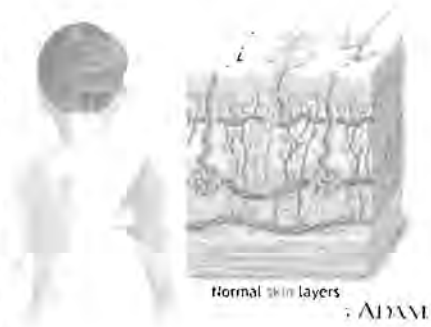
أ- هینانه وهیه کی (کرژکردنی) ماسولکه کانی مندالندان له کاتی مندالبوندا.

ب- دهردانی شیر له شیره پرژینه کانه وه له ماوه ی شیرپیدا نا. له گه له چه ندین جیاوازی تر له نیوان پیاو و ژندا که راستیتی ئایه ته که به ته وای به دیار ده خات.

وه رگه هه ستیه کان له پیست و له دیواری ریخوله کاندای

پیشتر خه لک وای بیریان ده کرده وه له شی مروژ هه مووی هه ستیاره و له هه ر جیگایه کی بدریت نازاری پیده گات... له سه ری بدریت بان له چاوی بدریت نازار ده چیژیت، بروایان و ابوو که هه موو له ش هه ستیاره بو نازار، هه تاکو پیشکه وتنی زانستی توئکاری (علم التشریح) گه یشته راستیه که ده لیت: "نه خیر هه موو جه سه نییه، به لکو ته نها پیست هه ست به نازار ده کات. به به لگه ی ئه وه ی که ئه گه ر ده رزییه ک بکریت به له شی مروژدا، له دوای ئه وه ی ده رزییه که له پیسته که ی ده رده چییت و ده گاته گۆشته که ی ئیتر نازار ناچیژیت".

له ژنیر وردبیندا ئاشکرا کرا که ده ماره کان له پیستدا کۆبوونه ته وه، بینیان ده ماره کانی هه سترکردن ژماره یان زۆره و جـوـری



جیاوازیشیان ههیه، هه یانه ههست به بهرکهوتن دهکهن، هه یانه ههست به فشار و پهستان دهکهن، ههندیکیان ههست به گهرمی و به سههما دهکهن، ئه وهش به کلایی کرایه وه که دهمارهکانی ههستکردن به گهرمی و ساردی ته نها له پیستدا ههن... که واته ئایا کاتیک بیباوهر دهخریته دۆزهخه وه و ناگری دۆزهخ پیسته که ی دهخوات، مهسه له که چۆن ده بیته؟

له وانه یه بیباوهرپان به باوهردارهکان بلین ئیوه به ناگر دهمانترستین، به لأم ناگر پیسته که مان داده مالیت و پاشانیش ئاسوده ده بین و ئیتر ئازار ناچیژین... لیژهدا وه لأم و باسی ئه م حاله ته له لایهن خوای به دهسه لات، ئاشکراکاری نهینیه کان له قورئانی پیروزدا وه رده گرین: ﴿إِنَّ الَّذِينَ كَفَرُوا بِآيَاتِنَا سَوْفَ نُصَلِّبُهُمْ نَارًا كَمَا نَضِجَتْ جُلُودُهُمْ بَدَلْنَهُمْ جُلُودًا غَيْرَهَا لِيَذُوقُوا الْعَذَابَ

إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَزِيزًا حَكِيمًا﴾ النساء/ ۵۶، واته: به پرستی ئه وانه ی باوهرپان نییه به ئایه ته کانی ئیمه، له ناینده دا ده یانخه ینه ناو ناگری دۆزهخه وه، هه رکاتیک پیستیان داوه شاو و سوتاو، پیستی تر ده که ین به به ریاندا، تا به چاکی سزا و ئازار بچیژن، به پرستی خوا هه می شه و به رده وام بالا دهست و دانایه ...

خوای به دهسه لات هه والی گۆرینی پیستی دۆزهخیه کانمان ده داتی تا کو زیاتر سزای ناگره که بچیژن، به لأم کاتیک هه والی ئه و سزایه شمان پیده دات که به گه ده ی دۆزهخیه کان ده دریت به خواردنه وه ی ناگر، سزاچه شتنی زیاتریان به گۆرینی گه ده یان نابیت.

خوای گه وره ده فه رمویته: ﴿وَسُقُوا مَاءً حَمِيمًا فَقَطَّعَ أَمْعَاءَهُمْ﴾ محمد/ ۱۵، واته: ئاوی له کوئی دۆزهخ به گه رویاندا ده کریت، ریخۆله کانیان پارچه پارچه و توی توی ده کات.

خوای گه و ره له م ئایه ته دا نه یفه رموو ه (فیدلنا أمعاء هم) واته ریخۆله کانیان ده گۆرین وهك له و ئایه ته دا كه باسی پیستی دۆزه خییه کان ده کات (پیسته کانیان ده گۆریت تاكو زیاتر سزا بچیژن).

مرۆف کاتیك ئاویکی گهرم ده خواته وه ئازار ناچیژیت، به هۆی بوونی چینیکی چنراو (مخاطیة) له گه ده و ریخۆله کاندای، ئه گه ره ئه و چینه لاجوویان کون بوو (وهك له قورحه ی کونکه ردا) ئه و ماده جیاوازه کان و ئاوه گه رمه کهش ده گه نه به شه هه ستیاره کان له بۆشایی بریتۆنی ناو سکا و به مهش مرۆف هه ست به ئازاریکی سهخت ده کات، له بهرئه وه یه خوای گه و ره ریخۆله کانی ئه هلی دۆزه خ ناگۆریت تاكو زیاتر سزای سهخت بچیژن.

له بهرئه وه ی له زانستی توپکاریزانی له شی مرۆفدا دۆزراوه ته وه كه هیچ ده ماریکی هه ستردن به گهرمی و ساردیی له ریخۆله کاندای نین، به لام ئه گه ره پچران (وهك له ئایه ته که دا ئاماژه ی پیکرابوو سه بارهت به دۆزه خییه کان) و دابه زینه ناو هه ناو، ئه وه له توندترین جۆره کانی ئازاره، ئه و ئازاره ی کاتیك که ماده خۆراکییه کان داده به زنه ناو هه ناو نه خۆشه که واهه سته ده کات به خه نجه ره له هه ناوی ده دریت.

قورئان وه سفی ئه و دوو حاله ته ی پیست و (گه ده و ریخۆله کان) ده کات... به راستی وه سفیکه ته نها و ته نها لای زاتیکه وه یه که نهینیه کانی پیکهاته ی پیست و پیکهاته ی ریخۆله کان ده زانیت.

وهرگره ههستییه کان له بینین و بیستندا

خوای گه وره ده فه رمویت: ﴿وَلَقَدْ ذَرَأْنَا لِجَهَنَّمَ كَثِيرًا مِّنَ الْجِنِّ وَإِلَٰنِسٍ لَهُم قُلُوبٌ لَا يَفْقَهُونَ بِهَا وَهُمْ أَعْيُنٌ لَا يُبْصِرُونَ بِهَا وَهُمْ ءَاذَانٌ لَا يَسْمَعُونَ بِهَا أُولَٰئِكَ كَالْأَنْعَامِ بَلْ هُمْ أَضَلُّ أُولَٰئِكَ هُمُ الْغَافِلُونَ﴾ الأعراف/ ۱۷۹، واته:

بیگومان ئیمه که سانیکی زۆرمان له په ربیان و ئاده میزاد به دهیتناوه که (شایسته ی دۆزه خن) ئه وانه ده زگای لیکدانه وه و بیرکردنه وه یان هه یه، به لām به کاری ناهینن بۆ بیرکردنه وه و لیکدانه وه، چاوشیان هه یه (به لām هه ر پووکه شی پی ده بینن، ناوه رۆکی شته کانی پی نایینن)، گوئی و ده زگای بیستنیشیان هه یه، به لām (راسته کانی) پی نایستن، ئه وانه وه ک ئازهل وه هان، به لکو ئه وانه گومراریشن، ئه وانه غافل و بیئاگا و که ره واله کائن.

هه وه ها خوای مه زن ده فه رمویت: ﴿وَإِن تَدْعُوهُمْ إِلَى الْهُدَىٰ لَا يَسْمَعُوا وَتَرَاهُمْ يَنْظُرُونَ إِلَيْكَ وَهُمْ لَا يُبْصِرُونَ﴾ الأعراف/ ۱۹۸، واته: خوئه گه ر

بانگیان بکهیت بۆ رییازی
 هیدایهت (بت په رستان)
 بانگه وازت نایستن، ده بینیت
 سه یرت ده کهن (به لām چونکه بیرو
 هوشیان داخستوه) هه روه ک



نه تبینن وه هایه .

له راستیه زانراوه کانی ئەم سەردەمان ئەو هیه که چا و بریتیه له ههسته وه ریک یان ههستیک که ئاماژه بینراوه کان وەرده گریت و به شیوهی شه پۆلی کاره بایی و به هۆی دەماری بیناییه وه دهیانگو یزیته وه بۆ به شی دواوهی میشک... میشک هه لده ستیت به کرداری بینین دوائی ئەو هی که ئەو ئاماژه کاره باییانه ده گۆریت بۆ وینهی به رجهسته و رهنگا و پره نگ.

خۆئه گەر ئەم به شهی میشک توشی نه خۆشییه ک بوو، ناریکی ده که ویته بینینی ئەو مروقه یان هه ر بینایی له ده سته دات هه رچه ند چاوه کانیشی سه لامهت بن.

هه مان شیوه ییش بۆ گوئییه کان راسته... بیستن ته نها به هۆی ئەوانه وه نابێ، به لکو له سه نته ری بیستندا ده بی له میشکدا... که واته ئەگەر قورئانی پیروز له لایه ن خوائ مه زنه وه نه بی، ئایا محمد (ﷺ) چۆن ئەمه ی زانی؟

لیره دا تبیننی ئەم ویکچواندنه زانستیه و رده بکه... ئاژهل ئامیری بیستن و بینینی هه یه، به لام له شته کان تیناگات، لیره دا و هۆیه که ی له ئامیره کاندانیه، به لکو له ژیریدا یه که له هه ردوو کرداره که دا پیویستن. به تایبته ت پلی پیشه وهی میشک که له مروقی ئاساییدا به ته واوی پیگه یشتوو ده بیت (به شیوه یه ک که ده وروبه ری سییه کی کیش و قه باره ی میشک پیکده هیئت)... به لام له ئاژه لاندنا به ته واوی گه شه کردوو نییه. له هه ندیکاندا ده وروبه ری ته نها (١٠٪) ده بیت.

تەبابونی ھۆرمۆنى لەسەرەتای سورەتى (مريم) دا

خوای گەورە لە سەرەتای سورەتى (مريم) دا دەفەر مۆیت:

﴿كَهَيْعَصَ ۚ ذِكْرُ حَمَّتِ رَبِّكَ عَبْدَهُ زَكْرِياً ۗ إِذْ نَادَى رَبَّهُ نِدَاءً خَفِيّاً ۗ قَالَ رَبِّ إِنِّي وَهَنَ الْعَظْمُ مِنِّي وَاشْتَعَلَ الرَّأْسُ شَيْباً وَلَمْ أَكُنْ بِدُعَائِكَ رَبِّ شَقِيّاً ۗ وَإِنِّي خِفْتُ الْمَوَالِيَ مِنْ وَرَائِي وَكَانَتِ امْرَأَتِي عَاقِراً فَهَبْ لِي مِنْ لَدُنْكَ وَلِيّاً ۗ يَرَبُّنِي وَيَرْبُّ مِنْ أَلِ يَعْقُوبَ وَاجْعَلْهُ رَبِّ رَضِيّاً ۗ إِنَّا نَنْشُرُكَ بِعُلَمٍ اَسْمُهُ يَحْيَى لَمْ نَجْعَلْ لَهُ مِنْ قَبْلُ سَمِيّاً ۗ﴾ قَالَ رَبِّ إِنِّي يَكُونُ لِي عُلْمٌ وَكَانَتِ امْرَأَتِي عَاقِراً وَقَدْ بَلَغْتُ مِنَ الْكِبَرِ عِتِيّاً ﴿مريم/ ۱-۸﴾ ، مانای ئەم چەند نایەتە بەم جۆرە یە: کەھیەص (چەند پیتێکن خوا زاناترە بە ماناکانیان) ... (ئەم باسە ئەی پیغەمبەر ﷺ) باسی پەحمەتی پەرۆردگارە، دەربارە ی بەندە ی خۆی زەکەر یا ... کاتێک لە (پەرستگای خۆیدا) هانا و هاواری برد بۆ پەرۆردگاری بە پەنھانی ... وتی: پەرۆردگارا! من ئیسکەکانم لاوازبوون و قژی سەرم ھەر ھەمووی سپیتی دایگرتووە، من ھەرگیز لە دوعا و پارانەو ھەم لە زاتی تۆ نا ئومید نەبووم. من دەترسم خزم و خویشان و عەشرەت دوا ی (وہفاتی) من سەرگردان بن. (خۆت دەزانیت) خیزانە کە شەم نەزۆکە، بە لکو لە بەخششی خۆت بە ھەر ھەرم بەکەیت و (مندا لیکم) پیتبەخشیت کە بتوانیت جیگای من بگریتەوہ تا ببیتە جینشینی من و جینشینی ئەوہی یەعقوب، ھەر ھەما پەرۆردگارا بیکە

بەكەسىكى وا كە تۆش و بەندەكانىشت لىتى پازىين (خوای گەورە نزاى گىرا كرد و فەرموى) ئەى زەكەريا ئىمە مژدەت دەدەينى بەوہى كورپىكت پىدەبەخشىن و ناویشى (يەحيا)يە، پىش ئەو كەسمان هاوناوى ئەو نەكردووه... (زەكەريا) وتى: پەروەردگارا چۆن كورپم پىدەبەخشىت، لەكاتىكدا هاوسەرەكەم نەزۆكە و منىش گەىشتومەتە ئەوپەرى پىرى و پەككەربەى.

لەم ھەشت ئايەتەدا چەند نىشانەيەكى پزىشكى باسكراوہ كە لەيەك پىاودا كۆبوونەتەوہ، ئەوانىش: لاوازى ئىسك، ترس، پىرى و پەككەوتەى، ئەم نىشانانە لەئىوان نىشانەكانى تىرى پىرىدا وەك (لاوازى بىنن و بىستىن و يادەوہرى و ماسولكەكان و كەمخەوى و لەرزۆكى و كرژبوونى پىست و لەمانە) بەتايبەت ھەلبژىردراون تاكو پەكيزەكان پەيوەندى تەباىى ھۆرمۆنى بنوئىن، تاكو بەلگە بن لەسەر دانايىيەكى ناىاب بىژ لە ھەلبژاردندا، كە ھەريەك لەو نىشانانە دەرئەنجامى گۆرانيككن لە ھۆرمۆنىكى دىيارىكراودا. لەم چەند دىرەى داھاتوودا بەكورتى ھۆكارەكانى دەرکەوتنى ئەم نىشانانە پووندەكەينەوہ:

۱. لاوازى ئىسك (Osteoporosis): لاوازى ئىسك بەئاشكرا لای

بەتەمەنەكان دەرەدەكەوئت، لەبەر دوو ھۆ:

يەكەمیان دابەزىنى ئاستى ھۆرمۆنى نىرىنەيە (Testosteron)، كە ھۆرمۆنىكە بەرپرسە لەچالاككردنى خانە پىكھىنەرەكانى ئىسك لە پىاودا. دووہمیان بەرزبوونەوہى رىژەى (كۆرتىرۆن) لە ئەنجامى دلەپاوكى و پاراپى بەردەوامدا ئەمەش چالاكى خانە پىكھىنەرەكانى ئىسك لاواز دەكات و بوارىش بۆ كارى خانە تىكشكىنەرەكانى ئىسك فراوان دەكات كە بەتپەربوونى كات لاوازى ئىسك پوودەدات.

۲. سەر سىپى بوون: ئەم حالەتەش بەھۆى دوو فاكتهرى سەرەككىيەوہ دروست دەبىت.

يەكەمیان: دابەزىنى ھۆرمۆنى رەنگکردن (MSH) لای بەتەمەنەكان. دووہمیان: بەرزبوونەوہى رېژەى (ئەدرىنالىن) لەخویندا، لەئەنجامى پاراپى دەمارى و ترس... تاقىکردنەوہكان سەلماندوویانە چالاكى دەمارەكۆئەندامى بەسۆز (Sympathatic Nervous System) دەبىتەھۆى موو سىپى بوون، لىكۆلەرەوہكان برۆيان وایە ئەم حالەتە دەگەریتەوہ بۆ ژەھراوى بوونى خانەكانى رەنگکردن (خلايا التلويين) بە ماددەى (ئەدرىنالىن) كە ئەم كۆئەندامە لە حالەتەكانى پاراپىدا دەرىدەدات.

۳. لاوازى پىتتىن (پەككەوتەى): (خصوبة) لای پىاو خۆى لە بەرھەمەتتەنى تۆوى نىرىنە (سپىرم)دا خۆى دەنوینت، پەككەوتەى يان لاوازى (خصوبة) پەيوەندى بەكۆمەلە ھۆكارىكى زۆرەوہ ھەيە، گرنگترینيان گۆرانە ھۆرمۆنیەكانن كە لە لەشى مرقۇدا رۆودەدەن، لەوانە:

أ. ئاستى ھۆرمۆنى نىرىنەى (Testosteron).
 ب. تىكچونى ئاستى ھۆرمۆنى رەنگکردن (MSH)... ئەم خالە خۆى لە خۆيدا گرنگە، كە زانا تايبەتمەندەكان دووپاتى دەكەنەوہ خانەكانى (لیدیج) لە (گوندا) بەرھەمدىت بەتەواوى وەك پزىنى نوخامى (الغدة النخامية)... لەم سالانەى دوايىدا ئەوہ سەلمىترا بوونى ئەم ھۆرمۆنە تەرىب بە خانەكانى (سرتولى) (كە خانەى دروستكەرى سپىرم)ن كاردانەوہكەى زیاد دەكات بۆ ھۆرمۆنى

پرژىنى نوخامى (FSH) و پاشانىش ھانىدەدات بۇ بەرھەمھېناتنى سېپىرم.

بەم شىئوھىيە لە تەمەنى زۇردا، موويان سىپى دەبىت و بەرھەمھېناتنى (نوتفە) كەم دەبىتھو، ھەردوو ھالەتەكەش بە يەك فاكتەرھو بەستراون، ئەويش تىكچونى ئاستى ھۆرمونى پەنگردنە (MSH).

ج. شويئەوارى سەلبى لە ئەنجامى ترس...

بەشىئوھىيەكى يەكلاكراوھ سەلمىتراوھ كە ھەلچوون و پاراپىھەكان كارىگەرى سەلبىيان لەسەر توپكىلى مۆخ (قشرة المخ) ھەيە.. ئەم كارىگەرىيە سەلبىيانە بۇ لەش دەگويزىنەو، پاشان بۇ پرژىنى نوخامى تاكو دەگاتە گون... ئەمەش بەرھەمھېناتنى نوتفە لاواز دەكات، لەلايەكى ترەوھ ترس دەبىتھەھۆى كەلەكەبوونى ئەمىنيە يەكەمىھەكان (الأمينات الأحادية) ھەك (سىروتونىن) لە گوندا كە ئاستى كارايى بۇرچىكە مەنەوييەكان دادەبەزىنىت...

لە لىكۆلېنەوھەيەكدا كە لەسەر كۆمەلە كەسەك ئەنجامدرا چاوەرپىي لەسىدارەدانىان دەكرد، تىببىنى نوشوستىھەكى ترسناك كرا لە بەرھەمھېناتنى خانە مەنەوييەكان، ھەتاكو گەيشتە سنوورى نەمانى تەواو (عجز التام).

لەپرووى سىيەمەوھ پاراپىي درىژخايەن دەبىتھەھۆى بەرھەمھېناتنى بىرېكى زۇر لەكۆرتىزۆن كە كارىگەرىيەكى دوورى ھەيە لەسەر دابەزاندىنى بەرھەمھېناتنى (نوتفە)، لەكاتىكدا تاقىكردنەوھەكان سەلماندوويانە پىدانى بىرى (۲۰ مىليگرام) لە (كۆرتىزۆن) لەپۆژىكدا و بۆماوھى چوار ھەفتە دەبىتھەھۆى دابەزىنىكى زۇر لەلای ھەموو نەخۆشەكان لەئاستى بەرھەمھېناتنى سېپىرمەكاندا.

د. کاریگه‌ری ئالوگۆری نیوان ترس و پیریبون...

لیکۆلینه‌وه‌کان ده‌ریانخستوو له‌ لای پیره ئاساییه‌کان زیاده‌یه‌ک هه‌یه‌ له‌ ده‌ردانی (ئه‌درینالین)دا... ئه‌م زیاده‌یه‌ ئه‌نجامی حاله‌تی پاراپسی نییه‌، به‌لکو وا له‌ که‌سه‌ به‌ته‌مه‌نه‌کان ده‌کات زیاتر ئاماده‌باشی هه‌لچوونی هه‌بیت که‌ زیاتر کاریگه‌ر ده‌بن ته‌نانه‌ت به‌جولینه‌ره‌ ساده‌کانیش. له‌لایه‌کی تره‌وه‌ ترس به‌پیی خۆی ده‌ردانی (ئه‌درینالین) زیاده‌کات، ئه‌مه‌ش ده‌بیته‌هۆی زیادکردنی بری (کۆلیسترۆل) له‌ خویندا و په‌قبوونی خوینبه‌ره‌کان ده‌ستپیده‌کات و نیشانه‌کانی پیری ده‌رده‌که‌ون.

به‌م شیوه‌یه‌ پاراپسی هاتنی پیری خیراتر ده‌کات، پیریش هه‌لی بوودانی پاراپسی زیاده‌کات و ئه‌لقه‌یه‌کی دواییه‌ک دروستده‌کات که‌ یه‌کتری پیکدینن پوه‌وه‌ ئارپاسته‌یه‌کی به‌رزبونه‌وه‌یی و به‌ره‌و زیادبوون.

ئه‌م دوو فاکته‌ره‌ پیکه‌وه‌ (ترس و پیری) هاوکاری یه‌کتری ده‌که‌ن له‌ دابه‌زاندنی ئاستی به‌ره‌مه‌پێنانی (نوتفه).

ئه‌م نیشانه‌ باسکراوانه‌ له‌ سووره‌ته‌که‌دا له‌ ئه‌نجامی به‌رزبوونه‌وه‌ی ئاستی هه‌ردوو هۆرمۆنی (کۆرتیزۆن) و یه‌که‌ی ئه‌مینیه‌وه‌ و دابه‌زینی ئاستی هۆرمۆنی ئیرینه‌یی و هۆرمۆنی په‌نگکردن ده‌بیت.

ئه‌م چوار هۆرمۆنه‌ به‌و گۆرپانکاریانه‌شه‌وه‌ که‌ باسکران، کاریگه‌ری سه‌لبیان هه‌یه‌ له‌سه‌ر کرداری به‌ره‌مه‌پێنانی سپیرمه‌کان، له‌گه‌ڵ ئه‌وه‌ش که‌مبوونی یه‌کیک له‌م فاکته‌رانه‌ به‌سه‌ بۆ وه‌ستانی ئه‌م به‌ره‌مه‌پێنانه‌، ئه‌ی چۆن ده‌بیت ئه‌گه‌ر هه‌ر چوار فاکته‌ره‌که‌ پیکه‌وه‌ له‌که‌سیندا کۆببنه‌وه‌ له‌ژێر کاریگه‌رییه‌کی به‌ره‌و زیادبوونی (تصاعدی) ئالوگۆری هه‌ردوو هۆکاری پیری و ترس؟

شیرپیدانی مندال بۆ ماوهی دوو سالی ته‌واو

خوای گه‌وره ده‌فه‌رمویت: ﴿ وَالْوَالِدَاتُ يُرْضِعْنَ أَوْلَادَهُنَّ حَوْلَيْنِ كَامِلَيْنِ لِمَنْ أَرَادَ أَنْ يُنَمِّئَ الرِّضَاعَةَ وَعَلَى الْمَوْلُودِ لَهُ رِزْقُهُنَّ وَكِسْوَتُهُنَّ بِالْمَعْرُوفِ لَا تُكَلِّفُ نَفْسٌ إِلَّا وُسْعَهَا لَا تُضَاكِرُ وَاِلِدَةً يُبْلِغُهَا وَلَا مَوْلُودٌ لَهُ يُولَدُ لَهُ يُولَدُ لَهُ وَعَلَى الْوَارِثِ مِثْلُ ذَلِكَ فَإِنْ أَرَادَا فِصَالًا عَنْ تَرَاضٍ مِنْهُمَا وَتَشَاوُرٍ فَلَا جُنَاحَ عَلَيْهِمَا وَإِنْ أَرَدْتُمْ أَنْ تَسْرِعُوا أَوْلَادَكُمْ فَلَا جُنَاحَ عَلَيْكُمْ إِذَا سَلَّمْتُمْ مَا آتَيْتُمْ بِالْمَعْرُوفِ وَأَنْقُوا اللَّهَ وَأَعْمَلُوا أَنْ اللَّهَ بِمَا تَعْمَلُونَ بَصِيرٌ ﴾ البقرة/ ٢٣٣،
 واته: دایکان با شیر بدهن به منداله‌کانیان دووسالی ته‌واو بۆ هه‌ر که‌س که ده‌یه‌ویت شیری ته‌واو بدات و بۆ ئه‌و که‌سه‌ی خاوه‌نی منداله‌که‌یه (واته باوکی منداله‌که‌)، ده‌بیت پزق و پۆزی و پۆشاک به‌شیوه‌یه‌کی جوان و چاک ئاماده‌بکات... بۆ دایکان و هه‌ر که‌س به‌گوێره‌ی توانایی خۆی داوای لیده‌کریت. نابیت هیچ دایکێک زیانی پێبگات و (له‌ دیتنی مندالی بێبه‌ش بکریت) هه‌روه‌ها خاوه‌نی منداله‌که‌ش، میراتگری منداله‌که‌ش بۆیان هه‌یه به‌هه‌مان شیوه (گرنگی به‌ منداله‌که‌ بدهن) خۆ ئه‌گه‌ر دایک و باوک به‌ په‌زنامه‌ندی و پرس و پای هه‌ردوو لایان ویستیان منداله‌کانیان له‌شیر بپه‌نه‌وه، ئه‌وه‌ قه‌یناکا و گوناهیان ناگات، و ئه‌گه‌ر ویستیان دایه‌ن بۆ شیرپیدانی منداله‌کانیان بگرن، ئه‌وه‌ش قه‌یناکه‌ به‌مه‌رجێک ماف و کرێیان به‌ جوانی و شایسته‌ پێبده‌ن. له‌خوا بترسن و پارێزکار بن، چاک بزانتن خوا بپنایه‌ به‌و کاروکرده‌وانه‌ی ئه‌نجامی ده‌ده‌ن.

لَيَكُولُنَّ مِنْهُ وَأَمَّا إِذْ سَمِعَتْ بِمَدْيَانَ مَخْلُوفًا فَقَالَتْ إِنِّي أُنذِرُكُمْ أَنَّهٗ لَبَشِيرٌ مِّنْ رَبِّكُمْ فَلَمَّا أَتَاهَا نُذِرَهَا وَأَنتِ حَائِضٌ فَأَقْبَرَكُنَّ فِي الْأَرْضِ مَخْفًى ثُمَّ أَتَتْ قَوْمَهَا مَخْبُوفَةً وَقَالَتْ لَهُنَّ إِنِّي رَسُولٌ مِّنْ رَبِّكُمْ فَخُذُوا مَا آتَيْتُكُمْ مِنْهُ بِقَدْرٍ وَأَلْزِمُوا وُجُوهَكُمْ لِمَا كُنْتُمْ يَاقِينَ وَرَبُّكُمُ غَفُورٌ رَّحِيمٌ

لَيَكُولُنَّ مِنْهُ وَأَمَّا إِذْ سَمِعَتْ بِمَدْيَانَ مَخْلُوفًا فَقَالَتْ إِنِّي أُنذِرُكُمْ أَنَّهٗ لَبَشِيرٌ مِّنْ رَبِّكُمْ فَلَمَّا أَتَاهَا نُذِرَهَا وَأَنتِ حَائِضٌ فَأَقْبَرَكُنَّ فِي الْأَرْضِ مَخْفًى ثُمَّ أَتَتْ قَوْمَهَا مَخْبُوفَةً وَقَالَتْ لَهُنَّ إِنِّي رَسُولٌ مِّنْ رَبِّكُمْ فَخُذُوا مَا آتَيْتُكُمْ مِنْهُ بِقَدْرٍ وَأَلْزِمُوا وُجُوهَكُمْ لِمَا كُنْتُمْ يَاقِينَ وَرَبُّكُمُ غَفُورٌ رَّحِيمٌ

لهه نديك ولاتدا دواي تاقيردنه وه تيبيني كراوه، ماوهي شيرپيداني دايك په يوه ندييه كي پتچه وانه ي هه يه له گهل توشبووني مندال به نه خووشي



شه كره. له بهرئوه ئيستا لَيَكُولُنَّ مِنْهُ وَأَمَّا إِذْ سَمِعَتْ بِمَدْيَانَ مَخْلُوفًا فَقَالَتْ إِنِّي أُنذِرُكُمْ أَنَّهٗ لَبَشِيرٌ مِّنْ رَبِّكُمْ فَلَمَّا أَتَاهَا نُذِرَهَا وَأَنتِ حَائِضٌ فَأَقْبَرَكُنَّ فِي الْأَرْضِ مَخْفًى ثُمَّ أَتَتْ قَوْمَهَا مَخْبُوفَةً وَقَالَتْ لَهُنَّ إِنِّي رَسُولٌ مِّنْ رَبِّكُمْ فَخُذُوا مَا آتَيْتُكُمْ مِنْهُ بِقَدْرٍ وَأَلْزِمُوا وُجُوهَكُمْ لِمَا كُنْتُمْ يَاقِينَ وَرَبُّكُمُ غَفُورٌ رَّحِيمٌ

له پوانگه ي ئم راستيانه وه له م سالانه ي دوايدا تيوريك به دياركه وت، پوخته كه ي ئه وه يه كه پروتيني شيري مانگا ده گونجيت كارلينيكي زيندوانه ي به رگريانه بكات كه ده بيته هوي تيكشكاندني خانه كاني (بيتا په نكرياسي) دهرده ري (ئهنسولين) ... ههروه ها ئم تيوره ئه وه ش

دهگریتته خو که له پلازمای مندالدا (مصل الأطفال)، ئەوانه‌ی توشی نه‌خۆشی شه‌کره بوون، بریکی به‌رزتر له دژته‌نی تیدایه بو پڕۆتینی شیریی مانگا به به‌راورد له‌گه‌ل ئەو منالانه‌ی توش نه‌بوون.

له‌لیکۆلینه‌وه‌یه‌کی نویدا که له‌گۆقاری (السكری) له‌کانونی به‌که‌می سالی ١٩٩٨ دا بلابووه‌ته‌وه، هاتوو: لیکۆلینه‌وه‌کان گه‌یشتنه ئەو راستیه‌ی ئەو پڕۆتینه‌ی له‌شیری مانگا‌کاندا هه‌یه‌ فاکته‌ریکی سه‌ره‌خۆیه له‌ توش‌بوونی هه‌ندیک مندال به‌ نه‌خۆشی شه‌کره، به‌بێ په‌چاو‌کردنی ئاماده‌باشی بۆماوه‌یی.

هه‌روه‌ها له‌ لیکۆلینه‌وه‌یه‌کی تری نویدا که له‌ شوباتی (١٩٩٨) دا و له‌ پوژنامه‌ی (المناعة) دا بلابووه‌وه، دانه‌رانی ئاماژه‌یان به‌وه‌دا پیدانی شیریی مانگا و هه‌ندی شیریی ده‌ستکرد به‌ مندال له‌جیاتی شیریی دایک، ده‌بیتته‌هۆی زیاده‌بوونی پڕۆتینی توش‌بوون به‌ نه‌خۆشی شه‌کره لای ئەو منالانه‌ی ئەو شیرانه‌یان پیدراوه. لیکۆلینه‌وه‌که له‌سه‌ر ئەو منالانه‌ کراوه که له‌نیوان ته‌مه‌نی سه‌ره‌تایی تاکو مانگی نۆیه‌می ته‌مه‌نیان‌دان، بۆیه دانه‌ره‌کان ئامۆژگاری درێژ‌کردنه‌وه‌ی شیرپیدانی سروشتی ده‌ده‌ن.

له‌لیکۆلینه‌وه‌یه‌کی هاوویینه‌ی ئەوه‌دا که له‌ گۆقاری (السكری) کانونی به‌که‌می سالی (١٩٩٤) دا بلاوکرایه‌وه، لیکۆله‌ره‌کان پوونیان کردۆته‌وه په‌یوه‌ندیه‌کی به‌هێز له‌نیوان خواردنی به‌ره‌مه‌کانی شیریی ده‌ستکرد (به‌تایبه‌ت شیریی مانگا) له‌ته‌مه‌نی سه‌ره‌تای مندالیدا تاکو سالی به‌که‌می ته‌مه‌نیان و زیاده‌بوونی پڕۆتینی توش‌بوون به‌ نه‌خۆشی شه‌کره‌دا هه‌یه.

له‌لیکۆلینه‌وه‌یه‌کیشدا که له‌سالی (١٩٩٥) دا له‌ به‌شی هه‌ناوی کۆلیژی پزیشکی (المنصورة) ئەجامدرا به‌ سه‌رۆکایه‌تی دکتۆر "مجاهد محمد أبوالمجد" (مامۆستای نه‌خۆشیه هه‌ناوییه‌کان و شه‌کره له‌ کۆلیژی پزیشکی

المنصور له میسر) دۆزرایه وه که دژه ته نه بهرگریه کان (الأجسام المناعية المضادة) له شیرى مانگادا له پلازما (مصل)ى منالاندا دۆزراوه ته وه، ئه و منالانه ی تا کۆتایى سالى دووه مى ته مه نیا ن شیرى مانگایان خواردوه، به لام ئه و منالانه ی له دواى ته مه نی دوو سالیانه وه شیرى مانگایان خواردوه له مجۆره ته نه بهرگریه یان (الأجسام المناعية) نییه .. ئه مه ش حکمه تی جوان و وردی قورئانى پیروژ دهرده خسات له دیاریکردنی شیرپیدانی مندال له لایه ن دایکیه وه بۆ ماوه ی دوو سال.

به لام ناخۆ بۆچی شیرى مانگا له پیش سالى دووه مه وه ئه و زیانه ده گه ینیت، له کاتی کدا ئه م کاریگه ریه خراپه ی شیرى مانگا له دواى ئه و ماوه یه دهرناکه ویت؟

له تویرینه وه یه کدا که له سالى (۱۹۹۴) له فنله ندا ئه نجامدرا و له گۆشارى (المناعة الذاتية) دا بلاوکرایه وه لیکۆله ران ده لئین: پرۆتینی شیرى مانگا به حاله تی سروشتی و ئاسایی خۆیه وه به بهرگی ناوه وه ی کۆئه ندامی هه رسدا تیپه رده بیئت له نیو ئه و دهروازانه ی تییدایه، له بهر ته واو گه شه نه کردنی ئه م بهرگه وه ... ئه نزیمه گانی کۆئه ندامی هه رسکردنیش ناتوانن ئه و پرۆتینانه بۆ ترشه ئه مینه کان تیکبشکیئن، له بهرئه وه ی پرۆتینی شیرى مانگا وه ک پرۆتینیکی ناویته (مرکب) ده چنه ژوره وه که هانی دروستبوونی ته نه بهرگریه کان (الأجسام المناعية) ده دن له ناو له شی منداله که دا.

ههروه ها سه رچاوه نوپیه کان ئاماژه به وه ده دن که ئه نزیمه کان و بهرگی ناوه وه ی کۆئه ندامی هه رسکردن و جولیه ی ئه م کۆئه ندامه و داینامیکای هه رسکردن و مژین، به شیوه یه ک له مانگه گانی سه ره تای له دایکبووندا کاره کانیان ته واو ناییت، به لکو به پله به ندی و تا کۆتایى سالى دووه مى ته مه نی مندال ته واو ده بن.

سه‌رجه‌می ئه‌م لی‌کولینه‌وانه‌ ده‌ریده‌خه‌ن، چه‌ند شیرپیدانی س‌روش‌تی نزیک بو‌وه‌وه‌ له‌ دو‌وسال‌ ئه‌وه‌نده‌ش چ‌ری‌ ته‌نه‌ به‌رگریه‌ زه‌ره‌رمه‌نده‌کان به‌ خانه‌کانی (بی‌تاپه‌ن‌کریاس) که (ئه‌نسولین) ده‌رده‌دن که‌م ده‌بیته‌وه‌... چه‌ندیش شیرپیدانی ده‌ست‌کرد له‌ سه‌ره‌تای له‌دای‌کبو‌ونه‌وه‌ ده‌ست‌پیک‌ریت (به‌تایبه‌ت به‌ شیری مان‌گا) ئه‌وه‌نده‌ چ‌ری ته‌نه‌ به‌رگریه‌ زه‌ره‌رمه‌نده‌کان له‌پلازما (مصل‌ی مندالدا زیاده‌که‌ن).

له‌ ئاماژه‌یه‌کی تری زانستی تری زۆر وردی قورئانی پی‌رۆزدا، ده‌بینین ماوه‌ی شیرپیدان به‌ دو‌و سال‌ دیاریده‌کات. وه‌ک ده‌فه‌رمو‌یت: ﴿وَوَصَّيْنَا الْإِنْسَانَ بِوَالِدَيْهِ حَمَلَتُهُ أُمُّهُ وَهَنَا عَلَىٰ وَهْنٍ وَفِصْلَهُ فِي عَامَيْنِ لِقَمَّانٍ/ ۱۴، واته‌: ئی‌مه‌ ئامۆژگاری ئاده‌میزادمان کردووه‌ به‌ چاک‌په‌فتاری له‌گه‌ل دای‌ک و باو‌کید، دای‌کی به‌ ئیش و ئازار و لاوازی و بی‌تاقه‌تی‌یه‌کی زۆره‌وه‌، دوا‌ی دو‌وسال‌ له‌ شیری ب‌ریوه‌ته‌وه‌.

هه‌روه‌ها قورئانی پی‌رۆز ده‌فه‌رمو‌یت: ﴿حَمَلَتْهُ أُمُّهُ كُرْهًا وَوَضَعَتْهُ كُرْهًا وَحَمَلُهُ وَفِصْلُهُ ثَلَاثُونَ شَهْرًا ۝ الْأَحْقَاقُ/ ۱۵، واته‌: دای‌کی به‌ ئازاره‌وه‌ هه‌لی‌گرتووه‌ و به‌ده‌م ئیش و ئازاره‌وه‌ بو‌ویه‌تی، س‌ک‌پ‌ری‌بون و له‌شیر‌پینه‌وه‌ی (۲۰ مان‌گی) خایاندووه‌.

له‌مانه‌وه‌ تیده‌گه‌ین که‌ شیرپیدان بو‌ماوه‌ی دو‌وسال‌ کاریکی دیاری‌کراو و سنو‌ردار نییه‌، به‌ل‌کو ته‌واو‌کردنه‌، چون‌که‌ ده‌کریت ماوه‌که‌ که‌م‌تریش بی‌ت (که‌می تیدا ب‌کریت) وه‌ک حوکمه‌ ئیسلامیه‌کانی تایبه‌ت به‌ شیرپیدان ئاماژه‌یان پیداو‌ه‌، به‌ پشت‌به‌ستن به‌و ئایه‌ته‌ پی‌رۆزه‌ی ده‌فه‌رمو‌یت: ﴿فَإِنْ أَرَادَا فِصَالًا عَنِ تَرَاضٍ مِّنْهُمَا وَتَشَاوُرٍ فَلَا جُنَاحَ عَلَيْهِمَا ۝ الْبَقَرَةُ/ ۲۲۳، واته‌: ئه‌گه‌ر

دایک و باوک به په زامه ندى و پرس و پای هه ردوولایان ویستیان منداله کانیان له شیربېرېنه وه ئه وه قهیناكا و گوناھیان ناگات.

ئېبن كه سیر (ره حمه تی خواى لیبى) ده باره ی ئایه ته كه ده لئیت: واته ئه گهر دایک و باوکی منداله كه رېككه وتن له سهر له شیربېرېنه وه ی له پیش دووساله كه به وه ی به رژه وه ندى منداله كه یان له وه دا ببیننه وه و پاووئریان کرد و له سهرى كۆبوونه وه، ئه وا هیچ گرفتیک نییه له سهر له شیربېرېنه وه ی منداله كه ... ئه وه یشی لیوهرده گېریت كه پای ته نها یه كیکیان له م كاره دا به بى ئه ویتریان به س نییه، و په وا نییه بو هیچكامیان به بى پاووئری ئه ویتریان به م كاره هه لېستیت.

ئه م باسه به رژه وه ندى منداله كه یه و په یوه ستبونیکه به سه یرکردن و وردبوونه وه له حالى منداله كه (ئه مهش له به زه بى و سۆزى خوايه بو بنده كانى كه چاودئیرى و جه ختى له دایک و باوک کردووه ته وه له په روه رده کردنى منداله كه یان)، رېنمایى کردون بو هه موو ئه وانەى له به رژه وه ندى خوئیان و به رژه وه ندى منداله كه یانه ...

ئه م باسه پوونکردنه وه یه ك بوو له سهر حیکمه تی دیاریکردنى شیرپیدانى مندال به ماوه ی دووسال، له ئاماژه یه كى وردى زانستی قورئانى پیروژدا، كه لیکوئینه وه زانستیه نوپیه کانیش دووپاتى ده كه نه وه و له سهر پاستیتى و ئیعجازى ئه م هه واله ی قورئانى پیروژ به لگه ده بن.

ئەو ناوچەیی دەست بە سەر رەفتارماندا دەگریت

خوای گەورە دەفەر مویت: ﴿كَلَّا لَئِنْ لَمْ يَنْتَهِ لَنَسْفَعًا بِالنَّاصِيَةِ ﴿۱۵﴾ نَاصِيَةٍ كَذِبَةٍ

خَاطِئَةٍ ﴿العلق/ ۱۵- ۱۶﴾، واتە: نەخیر (ئەوا بۆی ناچیتە سەر) ئەگەر کۆلنەدا و کۆتایی (بە دوژمنکاری) نەهینت ئیمە ناوچەوانی دەگرین و (بۆ دوژەخ کیشی دەکەین)، ئەو ناوچەوانە درۆزن لە وتنەدا و تاوانکار لە رەفتاردا.

دەستەواژە (نَاصِيَةٍ كَذِبَةٍ خَاطِئَةٍ) لە ئایەتەدا جینگای گرنگیپیدانە. ئەو تووژینەوانە لەم دوایانەدا ئەجامدران دەریانخست کە ناوچەیی پلی پیشەوەر بەرپرسە لە بەرپۆوەبردنی کۆمەڵە فرمانیکی دیاریکراو لە مێشکدا دەکەوتە پووکاری ناوچەوانی کاسەیی سەر. زاناکان تا شەست سالی رابردوو فرمانی ئەم ناوچەوانەیان نەدۆزیبۆوە، لە کاتییدا کە قورئانی پیرۆز پیش (۱۴۰۰) سال ئاماژەیی پێداو.

ئەگەر سەیری ناو کاسەیی سەر بکەین لە پووکاری ناوچەوانەو، ئەوا ناوچەیی پیشەوەر مێشک دەبینین... لە کتیییدا بە ناویشانی (أساسيات التشريح و الفيزيولوجيا - بنەماکانی تووکاریکردن و فسۆلۆژیا) کە دواوەمین تووژینەوکان لە خۆدەگریت دەریارەیی فرمانی ئەم ناوچەیی ئەمەیی خوارەوەر تیدا هاتوو:

" دیایکردنی پالئەرەکان و بیرکردنەوەر لە سەرەنجامی کارەکان و پلان بۆ تیبەپینی کارێک لە پلەکانی بەشی پیشەوەر ناوچەواندا پوودەدات، واتە

ناوچه‌ی پیشه‌وه‌ی ناوچه‌وان که ناوچه‌ی بیره‌کان و یاده‌وه‌ریه‌کانه له توئیکی می‌شکدا".

هه‌روه‌ها کتیبه‌که ده‌لئیت به‌وه‌ی که ئەم بهوکاره به‌پرسه له پالنه‌ره مروییه‌کان، وا گومان ده‌بات سه‌نته‌ری فرمانی بی‌ت بو توند‌ره‌وی.

که‌واته ئەم ناوچه‌یه‌ی می‌شک لی‌پرس‌راوه له پلاندانان و پالنه‌ره‌کان و کردنی کاره باشه‌کان یان خراپه‌کان و به‌پر‌سیشه له به‌رام‌به‌ر وته‌ی راست یان درۆ.

ئاشکرایه ده‌سته‌واژه‌ی (نَاصِيَةً كَذِبًا خَاطِئَةً) ته‌بايه له‌گه‌ل ئەو پاره‌یه‌ی له‌سه‌روه‌ه باس‌کراوه... ئەم راستیه‌ی زاناکان نه‌یان‌توانی ئاشکرای بکه‌ن تا‌کو (٦٠ سال) پیشتر، به‌لام قورئانی پی‌رۆز سالانئیکی زۆره ئاماژه‌ی پێداوه.

مردن به‌هوی توندیی ده‌نگه‌وه

خوای گه‌وره ده‌فه‌رمویت: ﴿وَنُفِخَ فِي الصُّورِ فَصَعِقَ مَنْ فِي السَّمَوَاتِ وَمَنْ فِي الْأَرْضِ إِلَّا مَنْ شَاءَ اللَّهُ ثُمَّ نُفِخَ فِيهِ أُخْرَىٰ فَإِذَا هُمْ قِيَامٌ يَنْظُرُونَ﴾ الزمر/٦٨، واته: له‌و پۆژه‌دا فوو ده‌کریت به‌ صور- دا (مه‌گه‌ر هه‌رخوا خوی بزانی‌ت چ ده‌زگایه‌که) هه‌ر که‌س له ئاسمانه‌کان و زه‌ویدا مابیت خیرا ده‌مریت، له‌وه‌ودوا فوو‌یه‌کی تری پێدا ده‌کریت‌ه‌وه، جا ده‌سه‌بجی هه‌ر هه‌موو خه‌لکی هه‌ستاونه‌ته سه‌رپی و به‌سه‌رسامیه‌وه چاوه‌پوانن.

ئاشکرایه چا و ئه و شتانه ده بینیت که درێژیه شه پۆلی دراوه لێیه وه له نیوان تیشکی سووردا بی له لایه نی درێژترینه وه و تیشکی وه نه وشه یی له لای کورترینه وه، به لام شه پۆله درێژتره کان نابینیت (وه ک تیشکی ژیر سوور)، به هه مان شیوه کورتریش له شه پۆلی وه نه وشه یی نابینیت (وه ک شه پۆلی سه رو وه نه وشه یی و سینی و گه ردوونی).

بینینیش سنووری خۆی هه یه، گوئی جگه له وه ده نگانه نابینیت که له ره له ره کانیا ن له مه ودای شه پۆله ده نگیه کاندانه بیت... گوئی مرۆڤ شه پۆله بیتل و شه پۆله سه رو ده نگیه کان نابینیت.

له لایه کی تریشه وه هه ستیاریی گوئی بۆ توندیی ده نگ سنوورداره، ناتوانیت ئه وه ده نگانه جیا بکاته وه که توندیه کانیا ن که متره له (١٠ توانی ١٢٠ واتا م^٢) (سه ره تایی پیوه ری دیسیبل)... هه ره ها به رگه ی بیستنی ئه وه ده نگانه ش ناگریت که توندیه کانیا ن زیاتره له ٢٠٠ دیسیبل، گه ره وه زیاتر بوو ئه وا ده سته جی مرۆڤ ده مریت، وه ک خوای گه وره ده فه رمویت:

﴿وَنُفِخَ فِي الصُّورِ فَصَعِقَ مَنْ فِي السَّمَوَاتِ وَمَنْ فِي الْأَرْضِ﴾

بۆنى مَرُوقَ وَهَكَ نَاسِينَهُوَه

زانستى پزىشكى نوئ سەلماندويەتى كە بۆنى ھەر مَرُوقَيَكْ خاسىيەتى جياكەرەوہى ھەيە لە مَرُوقَھە كانى تر، بەتەواوى وەك ھيئەلەكانى سەرى پەنجە كە لای ھەموو مَرُوقَھە كان جياوازى ھەيە... ھەر لەبەر ئەم ھۆيەيە سەگى پۆلىسى بەكاردەھيئەت بۆ دۆزىنەوہى مَرُوقَھە تاوانبارەكان يان ونبوہەكان، لەبەر ئەو ھيئە گەورەيەى لە بۆنكردندا ھەيەتى.

ئەم پاستىيە (مۆرى بۆن) لە يەكئىك لە پووەكانىيەوہ لە ئايەتئىكى سورەتى يوسفدا ئاماژەى پيئدراوہ، وەك خواى گەورە دەفەرمويت:

﴿وَلَمَّا فَصَلَتِ الْعِيرُ قَالَ أَبُوهُمْ إِنِّي لَأَجِدُ رِيحَ يُوسُفَ لَوْلَا أَن

تَقْنِدُونَ﴾ يوسف / ۹۴، واتە: كاتئىك كاروان ئاوەدانى بە جيھيشت و كەوتە پى، باوكيان وتى ھەست بە بۆنى يوسف دەكەم ئەگەر بەبى ھۆشم نەزانن.

ليئەدا دئنيابى يەعقوب (سەلامى خواى ليئيت) لە بۆنى يوسفى كورپى (سەلامى خوا لەویش بى) و بوونى ترس لە ناراستگۆيى كورپەكانى ترى، بەلگەن لەسەر ئەوہى (مۆرى بۆنەكان) واتە جياوازى و بوئى مَرُوقَھە كان لەو كاتەدا جيئى بپواپيكردن نەبووہ، بەلام لە ئيستا و ئەمپوڊا پاستىيەكى چەسپاوہ.

چەند مەوقىيىكى قورئانى و حالەتى نە خوشى

مەلچون و كاردانەو توندە دەرونييه كان دەبنەھۆى گۆرانى ھەندىك لە ئەندامەكانى لەشى مرقۇق... زۆرجار ھەست و سۆز گەورەترىن جولىنەرى زيادبوونى نەخوشىيەكە دەبىت ھەندىك لەو گۆرانكارىانەى لە ئەندامەكاندا پوودەدەن لەوانەيە ئەگەرى شىفا و چاكبوونەو ھەيان نەبىت و گىرپانەو ھەيان بۆ بارە سروسشتىيەكەيان لەسەروو تواناى مرقۇقەو ھەيە...

لېرەدا ھەندىك لەو حالەتانە وەك نمونە باس دەكەين:

خوای گەورە دەفەرمویت: ﴿فَكَيْفَ تَقُولُونَ إِن كَفَرْتُمْ يَوْمًا يَجْعَلُ الْوِلْدَانَ شِيبًا ۝ الْمَزْمَلِ / ۱۷، واتە: (ئەگەر ئىتوھ لەسەر ياخى بوونتان بەردەوام بن) ئىتر چۆن خۆتان دەپارىزن لە پۆزىك كە مندال لە تاوى پىر دەبىت و سەرى سىپى دەبى...

دەرکەوتووھەكە ترسى زۆر و لە پىر، زۆرجار دەبىتە ھۆى گۆرانى پەنگى قز بۆ سىپى و دروستبوونى پەلە لەسەر پىست.

ھەروھەا خوای گەورە دەفەرمویت: ﴿يَوْمَ تَرَوْنَهَا تَذْهَلُ كُلُّ مُرْضِعَةٍ عَمَّا أَرْضَعَتْ وَتَضَعُ كُلُّ ذَاتِ حَمَلٍ حَمْلَهَا وَتَرَى النَّاسَ سُكَرَىٰ وَمَا هُمْ بِسُكَرَىٰ وَلَٰكِنَّ عَذَابَ اللَّهِ شَدِيدٌ ۝ الْحَجِّ / ۲، واتە: (كارەساتى) ئەو پۆزەكە پىش دى دەبىنن، ھەر ئافرەتىك كە مندالى لەباوھ شىدايە لەكاتى شىرپىدانىدا، لە ترسا ھۆشى لای خۆى نامىنىت و جگەرگۆشەكەى

فه رامۆش ده کات. هه رچی مئینه یه کی باردار (دوگیان) هه یه، مندال و به چکه که ی له بارده چیت، خه لکی ده بینیت ده لئی سه رخۆشن، به لام سه رخۆش نین، به لکو سزای خوایی زۆر سه خت و سامناکه.

حاله ته کانی پوودانی دانانی کۆریه له له لایه ن ئافره تی سکپه وه زۆن، له نه نجامی ترس و تۆقین له کاروبار و پووداوه دونیا یه کان، ئه ی چۆن ده بیته له کاتی ترس له سزای خوایی له رۆژی قیامه تدا.

به روه دگار ده فه رمویت: ﴿اللَّهُ نَزَّلَ أَحْسَنَ الْحَدِيثِ كِتَابًا مُّتَشَابِهًا مَّثَانِيَ تَقْشَعِرُّ مِنْهُ جُلُودُ الَّذِينَ يَخْشَوْنَ رَبَّهُمْ ثُمَّ تَلِينُ جُلُودُهُمْ وَقُلُوبُهُمْ إِلَىٰ ذِكْرِ

اللَّهِ ﴿الزمر/۲۳﴾، واته: خوا جوانترین و پیرۆزترین فه رمایشی نار دووه ته خواره وه، هه تدیک ئایهت و بابه تی له یه ک ده چیت، هه ندیک باسی شی (به شیوه ی جیاوان) تیدا دووباره بووه ته وه. (جا کارکردنی ئه م قورئانه ئه وه یه که) ته زوو به (گیان) و پیستی ئه و که سانه دا دینیت که ترسی به روه ردگاریان (له دل و ده رووندا) هه یه، له وه ودوا (گیان) و پیست و دلایان نه رم و ئاماده ده بیته بو یادی خواو (خواپه رستی).

له حاله تی ده لاپاکی و پارایی ده روونیدا ئه و ماسولکانه ی مووه کانیا ن پیوه چه سپ بووه ده چنه وه یه ک و پیستیش کرژده بیته و دیته وه یه ک، ده له رزیت و هه لده بزپرکیت و په نگی تیکده چیت... هه رکاتیکیش ئه و هه لچونه ده روونیا نه نه مان، ماسولکه کان هئورده بنه وه و پیسته که شی نه رم ده بیته ...

هه روه ها خوا ی گه وه ده فه رمویت: ﴿فَإِذَا جَاءَ الْخَوْفُ رَأَيْتَهُمْ ينظرونَ إِلَيْكَ نُورًا أَعْيُنُهُمْ كَالَّذِي يُغشى عَلَيْهِ مِنَ الْمَوْتِ فَإِذَا ذَهَبَ الْخَوْفُ سَلَفُكُمْ بِالسِّنَةِ

حَدَادٍ أَشْحَةً عَلَى الْخَيْرِ ﴿الأحزاب/ ۱۹﴾، واته: کاتیک که ترس و بیم هات ده یانبینی که ته ماشات ده کهن، چاوه کانیاں ده سورپیته وه و ئه بله ق ده بیئت وه ک که سیک که ترسی له مردنی هه بیئت، هه ترس و بیمیش رویشت و نه ما، زمان درپژده کهن و ده میان گهرم ده بیئت، جا هه رچه نده ئه وسا ره زیل بوون له به خشیندا، ئیستا که ده ستکه وت هه یه ده یانه وی زورترین ده ستکه وتیان بدریتی.

له جو له ی چاوه کاندا ژماره یه کی زور ماسولکه و ده مار به شداری ده کهن، له کاتی ترسدا تیکچوون و شپرزهی له و جولانه دا پووده دن که هاوکات تیکچوون و شپرزهی له ده دراوه هورمؤنییه کاندا پووده دات وه ک (ئه درینالین) و (نور ئه درینالین).

جیاوازی رهنگه کانی مروؤف و په یوه ندی به میلانینه وه

خوای گه وره ده فه رمویت: ﴿وَمِنْ آيَاتِهِ خَلْقُ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ وَأَخْلَافُ السِّنِّكُمْ وَالْوَنُكُورُ﴾ إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِّلْعَالَمِينَ ﴿الروم/ ۲۲﴾، واته: له نیشانه و به لگه کانی، دروستکردنی ئاسمانه کان و زه وییه و جیاوازی زمان و په رنگتانه، به راستی ئا له و دیارده یه شدا به لگه و نیشانه ی زور هه یه بو زانایان و شاره زایان.

ئیمه لی ره دا هه لویسته یه کی خیرا ده کهن له سه ر ﴿وَأَخْلَافُ السِّنِّكُمْ وَالْوَنُكُورُ﴾.

زانایان ده لَئِن: له ژئیر پیستی مروّفا خانە جالجالۆکه ییەکان هەن، واتە لەسەر شیوهی جالجالۆکه ن، له بەشەکانیدا زیادەیی تەنک درێژبوونەتەو... لەهەر بستیک دووجادا ژمارەیی ئەم خانانە دەگەنە (۶۰ هەزار) خانە، لەراستیدا لەژمارەیی خانەکاندا جیاوازی لەنیوان سپی و پەشدا نییە، خانەکانی کە سیکی سپی پیست و کە سیکی پەنگیکی تر ژمارەییەکی جیگیرە، بەلام پەنگکردنە کە له چیری ماددە پەنگاوپەنگە کەوێت، ئەو ماددە پەنگاوپەنگەش پێیدەوتریت "میلانین".

لەنیوان کە سیکی پەنگ کراوە و کە سیکی پەنگ تاریکدا جیاوازیە ک لەنیوان ماددە پەنگاوپەنگە کە دا هەیه کە زیاتر نییە له (یە ک گرام)، بەلام ئەو هی سەرنج رادەکیشی ئەو هی کە ئەو خانانە هەموو ۱۰ سالی ک بەتیکرایی (۲۰-۱۰٪) کەم دەکەن، لەبەرئەو پێستی مروّفا لەگەڵ تێپەربوونی تەمەنیدا بەرەو پوونبوونەو و زیاتر سپیتی دەچیت. مەبەستی ئەمە ئەو هیان نییە، بەلکو مەبەستمان نیشتنی ئەو ماددە پەنگاوپەنگە یە لە خانە جالجالۆکه ییەکانی ژئیر پیستدا کە ژمارەییان لەهەر بستە دووجایە کدا دەگاتە (۶۰ هەزار) خانە... رێژەیی ئەم ماددە یە (موروثات) ی ناوکی خانە دیاری دەکەن.

بەلام پەییوەندییە کە کامە یە؟ لیکدانەو هی ئەو پەنگە تاریک و تۆخە ی ئەو گەلانی چییە کە لەهێلی یە کسانیدا دەژین؟ لە کاتی کدا ئەو گەلانی لە جەمسەری باکور یان باشوری زەویدا دەژین پەنگیان کال و پوونا کە؟ لێرەدا حیکمەتی خوی پەروەردگار دەردەکەوێت.

وتراوە: لە سیفەتەکانی ماددە ی تاریک ئەو هی تیشکی سەروو نەوشە یی زیانبەخش دەمریت، لەبەرئەو هەش کە تیشکی خۆر لە هێلی یە کسانیدا ستونی و بەهێزە، بۆیە گەلانی ئەو ناوچە یە پەنگ تاریک.

هه نووکه ش ده گه ریینه وه بو ئایه ته که: ﴿وَمِنْ آيَاتِهِ خَلْقَ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ وَأَخْلَفَ الْأَنفُسَ وَالْوَنُكُرَ إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِّلْعَالَمِينَ﴾ الروم/ ۲۲.

جیاوازی په نگی مروفه کان نیشانه و به لگه یه له سه ر مه زنی په روه ردگار، پیویسته ورده کاری تییدا بکه ین و هه لوه سته ی له سه ر بکه ین و له دووی نه پینه که ی بگه ریین.

کاریگه ری په نگیه کان له سه ر ژیان و هه سته کانی مروفه

خوای گه وره ده فه رمویت: ﴿وَلْيَسْؤُنْ ثِيَابًا خُضْرًا مِّنْ سُندُسٍ وَإِسْتَبْرَقٍ﴾ الكهف/ ۳۱، واته: پوشاکی سه وزی جوان ده پووشن، که دوو توپیه، چینی ژیره وه ئاوریشمی ئه ستوره، چینی سه ره وه ئاوریشمی ته نکه.

﴿مُتَّكِينَ عَلَى رَقَفٍ خُضْرٍ وَعَبَقَرٍ حِسَانٍ﴾ الرحمن/ ۷۶، واته: شانیان داداوه له سه ر پشتی سه وزباوی جوان و دوشه کی نایاب و پاراوه.

﴿عَلَيْهِمْ ثِيَابٌ سُندُسٍ خُضْرٍ وَإِسْتَبْرَقٌ﴾ الإنسان/ ۲۱، واته: پوشاکی به خته وه ران ئاوریشمی سه وزی ته نکه که به سه ر پوشاکی ئه ستوردا له به ریان کردوه.

قورئانی پیروژ وه سفی پوشاکی به هه شتیه کان به سه وز ده کات، ئه وه ش مانای وایه حکمه تی خوایی هه یه له دیاریکردنی په نگی سه وز بو به هه شتیه کان.

زانايانى دەروونزانى لەدواى ئەنجامدانى ژمارەيەك لىكۆلئىنەوہ لەسەر كارىگەرىيى پەنگەكان لەسەر دەروونى مرۆف ئاشكرايان كرد كه تاكه پەنگىك كامەرانى و خۆشى و خۆشەويستى ژيان بۆ نيو دەروونى مرۆف كىشدهكات، پەنگى سەوزە.

ئەم راستىە حىكمەتى خوايى لىكدەداتەوہ لە بەدبەيتانى پروەك و درەخت و دارستانەكان بە پەنگى سەوز، ھەر لەبەرئەوہيە پۆشاكى پزىشكانى نەشتەرگەرى پەنگى سەوزى بۆ ھەلبژىردراوہ، چونكە نەخۆش (لە ساتىكدا لەوہدايە نەشتەرگەرى بۆ ئەنجام بدرىت ھەست بە بىزارى ناكات كه پۆشاكى پەنگ سەوز ببىنيت).

پەنگەكانى ترىش كارىگەرييان لەسەر ژيان و ھەستى مرۆف ھەيە. تىببىنى كراوہ پەنگى زەرد چالاكى كۆئەندامى دەمار دەوروزىنيت. گەر ويستت بانگەشە (إعلان) يك لەسەر پىنگايەكى گشتى دابىنيت. پەنگى زەرد لە زۆر پەنگەكانى تر درىژيى شەپۆلەكەى زياترە، بۆيە كۆئەندامى دەمار چالاک دەكاتەوہ و زۆرتىن پاددە كاردەكاتە سەرى.

پەنگى ئەرخەوانى دەبىتەھۆى جىگىربوون (إستقرار)، پەنگى شىن ھەست بە فراوانى دىنى، پەنگى سوور و دارپشتەكانى (مشتقاتە) ھەستكردن بە گەرمى بەدبەيتىت.

رهنگی سهوز

له ئایه ته کانی قورئانی پیروژدا زورجار وشه ی سهوزایی (الخصرة) هاتوو، که باسی بارودوخی به هه شتیه کان ده کات له و به خششانه ی که پییان دراوه، له که شیکی بلند له ئاسووده یی و چیژ و ئارامیی دهروونی... خوای گه وره ده فه رمویت: ﴿مُتَّكِئِينَ عَلَى رَفْرَفٍ خُضِرٍ وَعَبَقَرِيِّ حِسَانٍ﴾ الرحمن/ ۷۶، واته: شانیان داداوه له سه ره رش و پاخه ری سه وزبایوی جوان که هه موو ده لئی که سه یکی (بلیمه تی) جوانکار دروستیکردوون. هه روه ها ده فه رمویت: ﴿وَيَلْبَسُونَ ثِيَابًا خُضْرًا مِنْ سُنْدُسٍ وَإِسْتَبْرَقٍ﴾ الكهف/ ۳۱، واته: پوشاکی سهوزی جوان ده پوشن که دوو توئییه، چینی ژیره وه (ئاوریشمی) ئه ستوره، چینی سه ره وه (ئاوریشمی) ته نکه. یان ده فه رمویت: ﴿عَلَيْهِمْ ثِيَابٌ سُنْدُسٍ خُضْرٌ وَإِسْتَبْرَقٌ وَحُلُّوا أَسَاوِرَ مِنْ فِضَّةٍ وَسَقَنَهُمْ رَبُّهُمْ شَرَابًا طَهُورًا﴾ الإنسان/ ۲۱، واته: پوشاکی (به خته وه ران) ئاوریشمی سهوزی ته نکه که به سه ره پوشاکی ئاوریشمی ئه ستوردا له به ریان کردوو، هاوپی له گه ل بازنی زیوی (تایبه تدا) ئینجا له لایه ن په روه ردگارانه وه شه رابی پاک و بیگه رد و خاوینیان پیشکesh ده کریت.

"ئه رد تشام" که زانایه کی دهروونزانیه، ده لیت: "کاریگه ری رهنگ له سه ره مرؤف زور قوله، زوریک له تاقیکردنه وه ی جوراوجور ئه نجام دراوه و پوونیکردوه ته وه که رهنگ کاریگه ری هه یه له سه ره نازیه تی و هه نگاوانان

يان خۇكىشانەوہ لەكارەكان و ھەستكردن بە گەرما و سەرما، لەسەر دلخۆشى يان خەمۆكى و پاراپىي، بەلكو كاردەكاتە سەر كەسىتى مرؤف و دىدىشى بۇ ژيان".

زانىنى ئەو كارىگەرپىيەى رەنگ لە قولايى دەروونى مرؤفدا ھەيەتى واىكردووه نەخۆشخانەكان (لە ولاتە پيشكەوتووھكاندا) كەسانى پسپۆر بانگهيشت بكن بۇ پيشنياركردنى رەنگى ديوارەكان كە يارمەتى زياترى شىفاى نەخۆشەكان دەدات، ھەرۆھەا جلو بەرگ بە رەنگى گونجاو.

تاقىكردنەوھەكان دەريانخستووھ رەنگى زەرد چالاكى لە كۆئەندامى دەماردا زىندووھەكاتەوہ، رەنگى ئەرخەوانىي ھانى جىگىرى دەدات و شىن ھەستكردن بە سەرما لە مرؤفدا دروستدەكات و سووريش بە پىچەوانەوہ ھەستكردن بە گەرمبوونەوہ لە مرؤفدا بە دىيىنىت... بەلام زانايان گەيشتونەتە ئەوہى، ئەو رەنگەى دلخۆشى لە دەروونى مرؤفدا دەژىنيتەوہ و پالئەرهكانى ئاسوودەيى و خۆشەويستى ژيان دەوروزىنىت، رەنگى سەوزە...

لەبەرئەوہ رەنگى سەوز بوو تە رەنگىكى پەسەندكراو لە ژوورەكانى نەشتەرگەرى ھەناودا بۇ جلو بەرگى پزىشك و برىنپىچەكان.

جوانترىن تاقىكردنەوہش لەسەر كارىگەرىي رەنگى سەوز ئەوہبوو كە لەشارى لەندەن ئەنجامدرا لەسەر پردى (بلاك فرايار) كە بە پردى خۆكوشتن ناسراوہ، زۆر بەى پووداوى خۆكوشتنەكان لەسەرى پوويانندەدا. رەنگە خۆليە لىئەكەى گۆردرا بۇ سەوزىكى جوان و ئەوہش بوو ھۆى دابەزىنىكى بەرچاو لە ژمارەى پوودەكانى خۆكوشتندا لەسەرى.

ھەرۆھەا رەنگى سەوز ئاسوودەيى بە چاودەبەخشىت، لەبەرئەوہى مەوداى بىنىنى رەنگى سەوز زۆر بچوكترە لە گۆرەپانى (مەودا) ي بىنىنى

پهنگه کانی تر... درېښیه شه پۆلی مامناوهندیشی ههیه که درېښ نییه وهک شه پۆلی پهنگی سوور و بچوکیش نییه وهک شه پۆلی پهنگی شین.

ههستانی بهره به یان و شنهی به یانی

خوای پهروه دگار دهفه رمویت: ﴿وَقُرْءَانَ الْفَجْرِ إِنَّ قُرْءَانَ الْفَجْرِ كَاتٌ مَّشْهُودًا﴾ الإسراء/ ٧٨، واته: له نوپڙی به یانی شدا زور قورئان بخوینه به پاستی قورئان خویندنی نوپڙی به یانی ده بینریت (له لایه ن فریشته کانه وه).

قورئانی پیروز گرنگی ده دات به خه وتنی زوو بیدار بوونه وه له کاتی به ره به یاندا.. پیغه مبهه ر ﴿مُحَمَّدٌ﴾ دهفه رمویت: ﴿بُورِكَ لَأَمْتِي فِي بُكُورِهَا﴾، یان دهفه رمویت: ﴿رَكْعَتَا الْفَجْرِ خَيْرٌ مِنَ الدُّنْيَا وَمَا عَلَيْهَا﴾.

له و سووده ته ندروستیانه ی مروقه به دهستیان ده هیئت به زوو له خه و ههستانی به یانیان زورن، له وانه:

١. له کاتی به ره به یاندا به رزترین پڙهی (گازی ئوزون) له که شدا ههیه، که به تیپه ربوونی کات ئه م پڙهیه که م ده کات تا له کاتی خوره لاتندا ده گاته (سفر). ئه م گازه کاریگه ربیه کی به سوودی ههیه له سهه کۆئه ندامی ده مار و چالا ککردنی کرداره هزی و ده مارییه کان، به شیوهیه که چله پۆپه ی چالاکی هزی و ده ماریی مروقه له به یانیانی زودایه .. مروقه له هه لمزینی شنه بای جوانی به یانیاندا که به (بادی سه با) ناسراوه چیژ و خوشبیه که

ههست پیده کات له هیچکام له کاته کانی شه و پوژدا ئه م چیه ههست پیناکات.

٢. تیشکی خور له کاتی هه لاتنی خوردا نزیکه له پهنگی سووره وه، کاریگری ئه م پهنگهش له سه رکۆئه ندامی ده ماری مرؤف زانراوه و هوکاری بیداری و جولیه له مرؤفدا، ههروه ها تیشکی سهروه نه وشه یی له کاتی خوره لاتندا زۆرتین پیره ی ههیه وهک له کاته کانی تر، ئه م تیشکهش هانی پیست ده دات بو دروستکردنی فیتامین (D).

٣. له خه وهستانی زوو ری له خهوی دریه ده گریت. ئه وهش زانراوه ئه و که سهی کاتیکی دریه له سهر یه ک شیواز ده خه ویت ری خوشده کات بو توشبوون به نه خوشیه کانی دل، به تاییهت نه خوشی (العصیده الشریانی) که ئاماده ی ده کات بو هیره شه کانی سنگ کوزه (خناق الصدر)، چونکه خه وهستان و سکونیکه په هایه، ئه گهر بهرده وام بیت ئه وا ده بیته هوی ئه وهی ماده چه وریه کان له بۆریه خوینه ره کاندای بنیشن. له وانه شه یه کیک له و هوکارانه ی پاریزگاری موسلمان ده کات له نه خوشی بوریچکه کانی خوین (الأمراض الوعائیه) یه کیک بیت له و سوودانه ی ئه و موسلمانانه به ده ستیدینن کاتیک له قولایی شه ودا له خه و بیدارده بنه وه و به نویره نزاکردن خوین له خوای په روه ردگار نزیک ده خه نه وه. خوای گه وره ده فه رمویت: ﴿وَالَّذِينَ يَبِيتُونَ لِرَبِّهِمْ سُجَّدًا وَقِيَامًا﴾ الفرقان/ ٦٤، واته: ئه وانه ی که شه وگار بو په روه ردگاریان به سوژده و وهستان و (نویره) ده به نه سه ر.

ههروه ها خوای گه وره گرنگی به شه و بیداری و ته هه جود ده دات و له سه ورتی (المزمل) دا ده فه رمویت: ﴿إِنْ نَاشَأَ الْآئِلُ هِيَ أَشَدُّ وَطْأً وَأَقْوَمُ

قِيْلًا ﴿المزمل/٦﴾، واته: بهراستی شه‌وبیداری زۆر کاریگه‌ره و کاریگه‌ریشی دیاره.

٤. به‌شیوه‌یه‌کی زانستی سه‌لمینراوه که به‌رزترین ریژه‌ی کۆرتیزۆن له‌خویندا له به‌یاناندایه ده‌گاته (٧-٢٢ مایکروگرام) له‌هەر (١٠٠ ملی لیتر) پلازما، نزمترین ریژه‌شی له ئیواراندایه که که‌متره له (٧ مایکروگرام) له‌هەر (١٠٠ ملی لیتر) پلازما، ئه‌وه‌ش زانراوه (کۆرتیزۆن) ئه‌و ماده‌ ئه‌فسوناویه‌یه که چالاکی و کارایی جه‌سته زیاده‌کات و ریژه‌ی شه‌کر له خویندا زیاد ده‌کات ئه‌میش به‌پیتی خۆی وزه‌ی پتیویست به له‌ش ده‌دات.

حاله‌تی مروّقه له‌کاتی خه‌وتندا (هه‌لیانده‌گیرینه‌وه)

خوای گه‌وره له‌باسی گه‌نجه‌کانی ناو ئه‌شکه‌وته‌که که به‌خه‌وتویی ماوه‌ی سی سه‌د سال و تۆیش زیاتر مانه‌وه، ده‌فه‌رمویت:

﴿وَقَلَّبَهُمْ ذَاتَ الْيَمِينِ وَذَاتَ

السَّمَالِ﴾ ﴿الكهف/١٨﴾، واته:

ئیمه ئه‌مدیو و ئه‌ودییان

بیده‌که‌ین و به‌لای پاست و



به‌لای چه‌پیاندا هه‌لیان ده‌گیرینه‌وه.

له‌و توشبجونه باو و نارچه‌تانه‌ی له نه‌خۆشخانه‌کاندا و له‌کاتی چاره‌سه‌رکردندا پووبه‌پووی پزیشکه‌ پاهینراوه‌کان ده‌بیته‌وه گرفتگی

پوودانی برینی سه رجییه (قرحة السریر - Bed Sore) لای ئه و نه خوشانه ی حاله ته کانیا ن پیویستی به مانه وه ی دریژخایه ن هیه له سه ر جیگا، وه ک شکانی هوز و بریره ی پشت یان ئیفلیجی یا خود له هوشخوچوونه دریژخایه نه کان... ئه مانه ش بریتین له قورحه یه ک و له پیست و شانەکانی ژیریدا ده مرن به هوی نه گه یشتنی خوینی پیویست و ته واو به هه ندیک له ناوچه کان ی پیست. ئه مه ش له ئه نجامی په ستاوتنی له نیوان به شه ره قه کان ی له ش و شوینی پاکشانه که دا، زۆربه ی جار له ناوچه به ته مه ن و په ککه وته کان و لای ده فه ی شان و قوله پییه کانه وه یه .

خوپاریزیه کیش نییه له م نه خوشیه ته نها هه لگیرانه وه ی نه خوشه که نه بیته به به رده وامی هه موو دووسه عات جارێک، به جورێک که ئه گه ر نه خوشه که به ماوه ی (١٢ سه عات) له حاله ته که یدا مایه وه به بی هه لگیرانه وه ئه وا ئه و قورحانه ده ست به دروستبوون ده که ن...

به پاستی ده کریته ئه مه بیته حیکمه تی خوایی له هه لگیرانه وه ی یاران ی ئه شکه وت به پاریزگاریان له توشبوون به و درده، هه رچه ند چیرۆکی یاران ی ئه شکه وت هه مووی ده چیته نیو بازنه ی موعجیزه وه !!

خه وو به دواداها تنی شه وو رۆژ

خه و:

خوای گه وره له سوره تی (الروم) دا ده فه رمویت: ﴿وَمِنْ آيَاتِهِ مَنَامُكُمْ بِاللَّيْلِ وَالنَّهَارِ وَآبِغَاؤُكُمْ مِّنْ فَضْلِهِ﴾ الروم/٢٣، واته: یه کێکی تر له نیشانه و به لگه کانی (خوای گه وره) خه و تنتانه له شه و و رۆژدا، له کاتی بیداریشدا هه ل و کۆششانه بۆ به هره وه رگرتن له به خششه کانی خوا.

خه و سوننه تیکی زیندوو یه تی و ژیا نه، پێویستی یه کی مرۆقه وه ک هه ر بوونه وه ریکی زیندوو، بۆ پشوو ی جهسته و هزر و دلێ، تا بتوانیت به عه زیمه ت و چالاکی به رده وام نوێبووه وه ژیا نی بگوزه رینیت.

له ئایه ته کانی قورئانی پیرۆژدا و به نمایشکردنی هه ندیک له سیفه ته کانی پوونکردنه وه ی پاستی خه و ده بینریت و ئاماژه ش به چۆنیتی پوودان و نه مانی. له سوره تی (النبأ) دا خوای گه وره ده فه رمویت: ﴿رَجَعْنَا نُومُكُمُ سُبَاتًا﴾ النبأ/٩، واته: خه و تنمان بۆ نه کردون به هۆی سه ره وتن؟

ئایه ته پیرۆزه که پێناسه ی خه و به سه ره وتن و له هۆشخۆچوون و بیهۆشی ده کات، له هۆشخۆچوون جوړیکه له خاوبوونه وه ی له ش (إسترخاء) که حاله تیکی نه خۆشیه، به لام خه و غه ریزه یه کی سه روشتیه ... پوهه لی کچوو ه کانی ئه م دوو حاله ته ش رۆرن، له گرنگترینیان ئه وه یه که مرۆقه له

هەردوو حالەتە کەدا وەلامدانە وەهێ نابیّت بۆ ئاگادارکەرەو وە دەرهکیه کانی وەک دەنگەکان یان هەستە جیاوازه کانی وەک بەرکەوتن و ئازار و گەرمی، تەنھا مەگەر ئەو هەستانە بگەنە پلەیهکی دیاریکراو لەتوندیاندا بەگوێزە ی پلە ی لەهۆشخۆچوونە کە یان خەوتنە کە... وەک چۆن لە هۆشخۆچوون چەند پلەیهکی هەیه، وەک حالەتی پێش لە هۆشخۆچوون و لەهۆشخۆچونی سادە و لەهۆشخۆچونی قول. بەهەمان شێوە خەونیش چەند پلەیهکی هەیه وەک قونایگی باویشکدان، خەوی پووکەش و پاشان خەوی قول، هەروەها چوونە نیو قولایی خەو وەهێ لەکەسێکەو وە بۆ کەسێکی تر دەگوێرێت.

لە خالە هاوبەشە کانی تری خەو و لەهۆشخۆچوون ئەو هیه کە کۆئەندامە زیندەگیه بئەرتیبه کانی وەک هەناسەدان و سوپی خوین و دل و گورچیلە لە حالەتی لەهۆشخۆچووندا لە کارکردن بەردەوام دەبن، وەک چۆن لە کاتی خەوتنیشیاندا کاریان بەرەوام دەبێت.

دەربارە ی چۆنیەتی خەولیکەوتن دەکریت پوونبکریتەو و لەو وتەیه ی پەرەردگارەو وە کە دەربارە ی (أصحاب الکھف) دەفەر مویت: ﴿فَضَرَبْنَا عَلَیْآءَآذَانِهِمْ فِی الْکَهْفِ سِنِينَ عَدَدًا﴾ الکھف / ١١، واتە: پەرەمان هینا بەسەر گوئیاندا (تاکو بە ئارامی) چەندەها سال لە ئەشکەوتە کەدا بۆ خۆیان (بە خەوتوی) بمیئنەو.

بۆ سازدانی کەشی خەولیکەوتن پێویستە سەرچەم ئاگادارکەرەو وە دەرهکیه کان نەمیین کە لە پێگای هەستە جیاوازه کانهو وە بۆ مێشکی مرۆڤ دەگوێزێنەو، چونکە کاتی ئەو ئاگادارکەرەوانە کەم دەبنەو، یاخود نامیین، فرمانە کانی مێشک و چالاکیه کانی کەمدەبنەو یاخود نامیین،

گرنگترین ئه و ههستانهش به پهلهی یه که م ههستی بیستن پاشان بینین و ئاگادار که ره وه ههستی و ئازاریه کانن...

خوای گه وره هه والی ئه وهی داوه که پتگای ههستانه وهی خه لکی له گۆره کانیا نه وه له پیش هه شرکردندا به دهنگیکی گه وره ی کتوپر ده بیت،

وهك ده فه رمویت: ﴿وَيُفِيخَ فِي الصُّورِ فَإِذَا هُمْ مِنَ الْأَجْدَاثِ إِلَى رَبِّهِمْ يَنسِلُونَ﴾ (۵۱)

قَالُوا يَا بُولَاقَ مَنْ بَعَثَنَا مِنْ مَرْقِدًا هَذَا مَا وَعَدَ الرَّحْمَنُ وَصَدَقَ الْمُرْسَلُونَ ﴿۵۲﴾

إن كانت إلا صيحة واحدة فإذا هم جميع لدينا محضرون ﴿۵۱-۵۳﴾،
 واته: هه ر که فوو ده کریت به (صور) دا هه موان له گۆره کانیا ن دینه
 ده ره وه به ره و (گۆره پانی تایبته) بۆ لای په روه ردگار به په له ده چن (به
 سه رسامیه کی زۆره وه) ده لئین: ئه وه کی ئیمه ی خه به ر کرده وه؟ کی ئیمه ی
 زیندوو کرده وه؟ کی ئیمه ی له شوینی پاکشانمان له گۆره پانه کانمان
 ده رهینا؟ (ئه وسا باوه پداران یان فریشته کان یان خوای میهره بان)
 ده فه رمویت: ئه مه به لئینی خوای میهره بانه و پیغه مبه رانیش (له هه والدان
 ئه و پۆزه) راستیا ن کردوه، ئینجا دهنگیکی گه وره ی کتوپر پیش دیت،
 ئه وسا ئیتر هه موویان لای ئیمه ئاماده ده بن.

له سیفه ته کانی خه و تن ئه وه یه که سی خه و توو ناتوانیت مه زنده ی ئه و
 کاته بکات که به خه و تویی تیببه پاندوه، قورئانی پیرۆزیش ئامازه ی به م

راستیه ش داوه ده فه رمویت: ﴿وَكَذَلِكَ بَعَثْنَاهُمْ لِيَتَسَاءَلُوا بَيْنَهُمْ قَالَ

قَائِلٌ مِنْهُمْ كَمْ لَبِئْتُمْ قَالُوا لَبِئْنَا يَوْمًا أَوْ بَعْضَ يَوْمٍ ﴿الكهف/ ۱۹﴾، واته: هه ر
 به وشپوهیه ی (که به ده سه لاتی خو مان خه و مان لیخستن) خه به رمان
 کردنه وه تا (له ماوه ی خه و تنه که یان) له یه کتر بپرسن، یه کیکیان هاته گف

و وتی: باشه ئیوه واده زانن چەند خەوتون (هەندیکیان) وتیان پوژتیک یان کەمتر لە پوژتیک خەوتوین...

لەپاستیدا ماوہیەکی زۆر زیاتر بە خەوتویی مابوونەوہ، وەک لە ئایەتیکە تری سورەتی (الکەف) دا ئاماژە ی پێدراوہ: ﴿وَلَبِثُوا فِي كَهْفِهِمْ ثَلَاثَ مِائَةٍ سِنِينَ وَازْدَادُوا تَسْعًا﴾ الکەف/ ۲۵، واتە: سێ سەد سالی تەواوی (هەتاوی) لە ئەشکەوتە کە یاندا مانەوہ (ئەگەر بە سالی مانگی حسابی بکە ی) نۆ سالی تریشی لە سەرہ.

هەر وہا کە سێ خەوتوو بە سەر جەم هەستەکانیەوہ بە تەواوی لە دەووبەری دادەبڕیست، بە تەواوی وەک ئەوہی مردبیت... لە قورئانی پیرۆزیشدا چەندین ئایەت هەن خەو بە مردنیکە کاتی دەچووین... وەک خوای میهرەبان دەفەر مویت: ﴿وَهُوَ الَّذِي يَتَوَفَّاكُم بِاللَّيْلِ وَيَعْلَمُ مَا جَرَحْتُم بِالنَّهَارِ ثُمَّ يَبْعَثُكُمْ فِيهِ لِيُقْضَىٰ أَجَلٌ مُّسَمًّى﴾ الأنعام/ ۶۰، واتە: هەر ئەو زاتە یە کە بە شەو خەوتان لێدەخات و دەتانمریت، هەر وہا دەزانیت لە پوژیشدا چ کارو کردەوہیەک ئەنجام دەدەن، هەموو پوژتیک ژیاانتان پێدەبەخشی و زیندووتان دەکاتەوہ تا وادە ی دیاریکراو.

پەرورەدگار دەفەر مویت: ﴿اللَّهُ يَتَوَفَّى الْأَنفُسَ حِينَ مَوْتِهَا وَالَّتِي لَمْ تَمُتْ فِي مَنَامِهَا فِيم_Sِكِ الْتِي قَضَىٰ عَلَيْهَا الْمَوْتَ وَيُرْسِلُ الْأَخْرَىٰ إِلَىٰ أَجَلٍ مُّسَمًّى إِنْ فِي ذَلِكَ لَا يَنْتِ الْقَوْمِ يَتَفَكَّرُونَ﴾ الزمر/ ۴۲، واتە: هەر خوایە کە لە کاتی مردندا گیان و (رۆح) دەگریتەوہ، هەر وہا ئەو کە سەش کە لە خەو کە پیدای نامریت (هەرخوا بۆی دەنیریتەوہ)، جا ئەو کە سە ی خوا بریاری مردنی دابیت پوچە کە ی دەگریتەوہ و (ناگە پیتەوہ بۆ لاشە ی) ئەو کە سەش کە

پوژی ته او نه بوبیت ده ینتریته وه بوی تا کاتیکی دیاریکراو، به راستی نا له و دیاردانه دا به لگه و نیشانه ی زور هه یه بۆ که سانیک که تیفکرن و بیربکه نه وه .

له راستیدا ئەم لیکچواندنه ی نیوان خه و و مردن زیاتر زیندوو بوونه وه ی پاش مردن له بیرى مروّفا ده چه سپینیت .

له کو تاییدا ئەوه دووباره ده که ینه وه که خه و پیویستیه کی هه موو بوونه وه ریکی زیندووه، به لام له جیاوازییه گرنه گه کانی نیوان زاتی پهروه ردگار له گه ل مروّفا و سه رجه م بوونه وه ره زیندووه کان ئەوه یه که خوای گه وه هه رگیز خه و وه نه وز نایباته وه . ﴿ اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ الْحَيُّ الْقَيُّومُ لَا تَأْخُذُهُ سِنَّةٌ وَلَا نَوْمٌ ﴾ البقرة / ۲۵۵، واته: خوا زاتیکه که جگه له و خوایه کی تر نییه و ئەوه هه میشه زیندووه و چاودیر و ئاگاداره (به سه ر دروستکراوه کانیدا) نه وه نه وز ده یباته وه و نه خه و زوری بۆ ده هینیت .

به دواییه کداهاتنی شه وو پوژ

خوای گه وه ده فه رمویت: ﴿ وَجَعَلْنَا اللَّيْلَ لِبَاسًا ۗ وَجَعَلْنَا النَّهَارَ مَعَاشًا ۗ ﴾ النبأ / ۱۰-۱۱، واته: (ئایا) شه وگارمان بۆ نه کردوون به پۆشاک که تئیدا ده شاردرینه وه؟ (ئایا) پوژیشمان بۆ نه کردونه ته هوی ژیان و هه ول و کوشش بۆ به ده ستهینانی بزق و پوژی؟

له نیوان خه وی شه و و خه وی پوژدا جیاوازیه کی زور هه یه، خه وی شه و کومه له سوودیکی زور گه وه ی هه یه به شیوه یه ک که ئەندامه کانی له ش

چه ندقاتی پوژ سوود له خه وه که وهرده گرن، ئەمەش بەهۆی ئەوهی پوژ پریهتی له هاوار و دهنگه دهنگ و پووناکی بههیز و ئەمانەش سه رجه میان کاریگرن له سه ر کۆنه ندامی ده ماری مروؤ.

له م دوایانه دا دۆزرایه وه که پوژینی سنه وه بری (Pyneal Body) له میشکدا مادده ی (میلاتونین) ده رده دات و پوژیه ی ده ردانی ئەم مادده یه ش له تاریکیدا زیاده کات، له گه ل ئەوه ی له پووناکیدا پوژیه ی ده ردانه که داده به زیت، ئەوه ش زانراوه که مادده ی (میلاتونین) کاریگه ری راسته وخۆی له سه ر خه ولێکه وتن هه یه .

تاریکی هاویری له گه ل ئارامی شه و، هیمنی جو له کان و جو له ی شنه بای جوان و پاک و تریفه ی ئەفسوناوی مانگ که هه موو بوون داده پووشیت، هه موو ئەمانه ئاماده کاری چاکترین بارودوخن بو ئارامی و پشووی مروؤ. به مجوره یاساکانی ژیان ده رده که وی که ده ست به سه ر جو له ی گه ردوون و بووندا ده گرن، ئەمەش به دلنیا ییه وه له یه ک سه رچاوه وه ده رچووه و یه ک ئاراسته کار و رامکاری هه یه ... جو له ی خۆرو مانگ و به دواییه کداهاتی شه و و پوژ بو خزمه تی مروؤ رامکارون، په ره ره دگار ده فه رمویت: ﴿وَسَخَّرَ لَكُمْ

الشَّمْسَ وَالْقَمَرَ دَائِبِينَ وَسَخَّرَ لَكُمْ الَّيْلَ وَالنَّهَارَ ﴿۳۳﴾ وَأَتَاكُمْ مِنْ كُلِّ مَا

سَأَلْتُمُوهُ وَإِنْ تَعُدُّوا نِعْمَتَ اللَّهِ لَا تَحْصُوهَا إِنَّ الْإِنْسَانَ لَظَلُومٌ كَفَّارٌ ﴿۳۴﴾

إبراهیم/ ۳۳- ۳۴، واته: خۆر و مانگیشی بو رام هیناون که به رده وام له چه رخ و خولدان، شه و و پوژیشی بو خزمه تگوزاری ئیوه به ده یه ئناوه، بیگومان له هه رچی شتیک داواتان کردبیت و پوویستان بیت، خۆنه گه ر ناز و نیعمه ت و به خششه کانی خوا ژماره بکه ن ناتوانن بیان ژمیرن، (چونکه زۆر و بیسنوورن) که چی (زۆربه ی) مروؤفه کان سه تمکار و خوانه ناسن.

ئەگەر مەرۆفە ھەولیدا بەپێچەوانەى ئەم سوننەتەى ژيان و ئەم راستیە زانستییە لە پۆژدا بخەوێت و لەشەودا ھەول و تێکۆشانی بکات بۆ ژيان ئەوا مەترسی لێدەکرێت لە ئەگەرى تووشبوونی بە کۆمەلە زيانکى تەندروستی، وەك شەكەتى دەماریی. لە پۆژدا و بە بوونی تیشکی سەرودنەوشەبى پێستى مەرۆفە فیتامین (D) دروستدەكات، كەمى ئەم فیتامینەش دەبێت، مۆى لاوازی لە پێگە یشتنى ئیسكەكان و لەویشەو توشبوون بە نەخۆشى ئیسكەنەرمە. ھەرودە تیشکی خۆر ئەركى پاكکردنەو دەبینیت بۆ میکروبە ھەلۆسارووەكان بە لەشى مەرۆفەو.

زۆر جار سەرپێچى كردنى ئەم سوننەتەى ژيان (خەوتن لە شەودا)، بەكێكە لە دیاردەكانى نەخۆشى دەروونى كە كەسەكە دووچارى بوو.

ھەرودە بە دوایبە كدھاتنى شەو و پۆژ، یان تاریكى و پووناكى، پێوستییەكى سەرەكیە بۆ گەشەسەندنى ژيان لە سەر زەوى شتێكى بەدیھى كە بەردەوام بوونی ژيان ئەستەم دەبێت، ئەگەر بى و پۆژ ھەتاھەتایى بێت یاخود شەو ھەتاھەتایى بێت... قورئانى پیرۆزیش ئاماژەى بەم حالەتە داو، بۆ تێرمان لەم راستیە و پوونکردنەو دەى لایەنە جیا جیاكانى وەك لە سورەتى (القصص) دا پەرودرگار دەفەرمویت: ﴿قُلْ

أَرَأَيْتُمْ إِن جَعَلَ اللَّهُ عَلَيْكُمُ اللَّيْلَ سَرْمَدًا إِلَى يَوْمِ الْقِيَامَةِ مِّنْ إِلَهٍ غَيْرِ اللَّهِ يَأْتِيكُم

بِضِيَاءٍ أَفَلَا تَسْمَعُونَ ﴿٧١﴾ قُلْ أَرَأَيْتُمْ إِن جَعَلَ اللَّهُ عَلَيْكُمُ النَّهَارَ سَرْمَدًا

إِلَى يَوْمِ الْقِيَامَةِ مِّنْ إِلَهٍ غَيْرِ اللَّهِ يَأْتِيكُم بَلِيلٍ تَسْكُنُونَ فِيهِ أَفَلَا تُبْصِرُونَ

﴿٧٢﴾ وَمِنْ رَحْمَتِهِ جَعَلَ لَكُمُ اللَّيْلَ وَالنَّهَارَ لِتَسْكُنُوا فِيهِ وَلِتَبْتَغُوا مِنْ فَضْلِهِ وَلَعَلَّكُمْ

تَشْكُرُونَ ﴿القصص/ ٧١-٧٣﴾، واتە: پێیان بلێ: باشە ئەگەر خوا شەوگار بکا

به همیشگی تا پوژی قیامت و (هر پوژ نه بیته وه) چ خواهی کی تره یه جگه له (الله) بتوانیت پووناکیتان بو فه راهم بینیت، ئایا ئیوه (ئهم راستیانه) نابیستن؟ (هروه ها پیان) بلی: باشه ئه ی ئه گه ر خوا پوژی کرده همیشگی له سهرتان و تا پوژی قیامت خایاندی، کام خوا هیه جگه له (الله) شه وگارتان بو پیش بینیت تا ئارامی تیا بگرن، ئایا ئیوه سهرنجی ئه م دیاردانه ناده ن و نایان بینن؟! جا له په حمه ت و میهره بانی ئه و زاته ئه وه یه شه و و پوژی کردوه به هوی ئارامی و حه وانه وه و کار و کاسپی کردن و به هره بردن له به خششه کانی، به لکو تا ده توانن شوکرانه بژیتر و سوپاسگوزارین.

ئاوازی قسه کردن و ناشکرکردنی درو

خوای گه و ره ده رباره ی دوپوان (منافقین) ده فه رمویت: ﴿وَلَوْ نَشَاءُ

لَأَرْبَتَنَّهُمْ فَلَعَرَفْنَاهُمْ بِسِمَتِهِمْ وَلَتَعْرِفَنَّهُمْ فِي لَحْنِ الْقَوْلِ وَاللَّهُ يَعْلَمُ أَعْمَالَكُمْ﴾

محمد/ ۳۰، واته: خوئه گه ر بمانویستایه ئه وانه مان پیشان ده دایت، ئه وکاته به پوالت ده تناسینه وه، سویند به خوا له شیواز و ناوه روکی قسه و گوفتاریاندا ده یانناسیته وه، خوا خویشی ئاگا و زانایه به کار و کرده وه کانتان.

"ابن کثیر" ده رباره ی ﴿وَلَتَعْرِفَنَّهُمْ فِي لَحْنِ الْقَوْلِ﴾ ده لیت: واته له ئاخاوتنیانه وه که به لگه ی مه به سته کانیانه له قسه کار تیده گه یه که ئه و

له کام دهسته یه، مانا و ناوه رۆکی قسه و گوفتاری مه بهستی ئاوازی وتنه (لحن القول).

زانستی نوێ ده ریخست بیرۆکه ی ئه و بیردۆزه ی پینگای کاری ئامیری ئاشکراکردنی درۆی له سه ر بونیاتنراوه له قورئانی پیرۆزدا باسکراوه ... له پاستیدا دوو جۆر ئامیری ئاشکراکردنی درۆ هه به، یاخود هه ندیجار که پێیدهوتریت ئاشکراکار (دۆزه ره وه) ی درۆ:

۱. جۆری کۆن پێیدهوتریت (Polygraph) یان (Detection machine)، ئه م جۆره پێویستی به گه یاندنی چه ند گه به نه ریکه به و که سه ی ده ویسترت له پاستگۆبی یان وته ی درۆی دنیایی بکرت، ئامیره که هه لده ستیت به پێوانه کردنی گۆرانه زۆر که م و لاوازه کان که به سه ر جه سه ته ی که سه که دا دین له لیدانه کانی دل و هه ناسه دان و دهردانی ئاره ق، له دوا ی ئه وه شیکه ره وه که (محلل) ئه و خویندنه وانه شیده کاته وه، بۆئه وه ی پاش ماوه یه ک ئه نجامه که ی بۆ ده ربکه ویت.

۲. ئامیریکی نوێ هه به که له پاستیدا سیستمی کۆمپیوته رییه و پێیدهوتریت (Computerized voice stress analysis) کورتکراوه که ی بریتییه له (CVSA). ئه م سیستمه پێویستی به گه یاندنی گه به نه ر نییه به و که سه ی ده ویسترت له پاستیتی قسه کانی دنیایی بکرت، به لکو ئه نجامیکی ده ستوبرد ده دات.

ئێستا ئه م ئامیره گه شه ی پیدراوه به جۆریک که له سه ر ئامیری کۆمپیوته ری زۆر کارا و چالاک کارده کات، هه موو ئه وه ی پێویسته ئه وه به ئامیره که لیکچواندنی ده نگه که و گۆیزه ره وه ی ده نگ یاخود مایکروفۆنه که بکات و وه ک خۆی وه ریا نبگریت و خه زنی بکات. گه شه پیدانی سیستمه که

له بنه پره تدا له سهر داوای سوپای ئه مریکی بوو به په چا وکردنی پئو یستییان پئی له گۆره پاندا، له کاتی لیکۆلینه وه له گه ل به ندییه کاندا.

ئهم سیستمه چۆن کار ده کات؟

سیستمه که گۆران له له ره له ره نزمه کانی ده نگه که دا پئوانه ده کات، به و کاره ئه وه پووده دات که پئیده وتریت فشار یا خود ته رکیز (stress) له سهر نه غمه دیاریکراوه کانی درۆزن (که به چۆریک له هیواشبوون و درێژبوونه وه ی ده نگه که پووده دات).

یادگا

له میشکی هه ره که ماندا یادگا (زاکی ره) هه یه که پۆلیکی گه وره و پپر به های له ژیانماندا هه یه، هه ندیک له زانایان مانای بوونی زاکی ره یان له و ئایه ته وه وه رگرتووه که ده فه رمویت: ﴿وَلَوْ كُنَّا نَسْمَعُ أَوْ نَعْقِلُ مَا كُنَّا فِي أَصْحَابِ النَّارِ إِذْ جَاءُوا رَبَّنَا يُخَيِّرُونَ بَيْنَ يَدَيْهِمْ لَئِن آتَيْنَاهُم خَيْرًا مِنْ ذَلِكَ قَالُوا لَنْ نَسْمَعُ أَوْ نَعْقِلُ مَا كُنَّا فِي أَصْحَابِ النَّارِ﴾ واته: ئه گه ر بمانه ویت هه ر له جیگای خۆیان گۆج و ئیفلیجیان ده که ین، یان پوو خساریان ده خه ینه شیوه ی نازه ل و جانه وه ره وه، ئه وسا ئیتر نه به ره و پیش بچن، نه بگه رپنه وه دواوه.

چۆن ده گه رپیتته وه بو مالی خۆت؟ جیگا که ی پئیده زانیت، چۆن جیگا که ی ده زانیت؟ خوای گه وره جیگا که یی له زاکی ره تدا داناوه... له ماله که تدا جیگای هه موو پئیداویستییه کانت ده زانیت، تو له قوتا بخانه هه ندیک کتیب ده خوینیت و تاقیکردنه وه ئه نجام ده ده ییت، چۆن ئه و

تاقیکردنه وهیه ده دریت؟ ئه و زانیاریانه خراونه ته نئو زاکیره ته وه... مرؤف به بی زاکیره به دیهینراویکه بوونی نییه... فیبروون و فیترکردن بۆ که سیک به بی زاکیره ئه سته مه.



ئه و بابته و باسه
زانستیانه ی ده باره ی زاکیره
ده دوین، ده لئین ئه گهر
مرؤفیک شه ست سال بژی
ئه وه ی له زاکیره یدا خه زنی
ده کات زیاتره له (٦٠ ملیار) زانیاری!

خۆئه گهر ویستمان هه موو ئه و زانیاریانه له کتیییدا

کۆپی بکهین، ئه و پئویستمان به هه زاران به رگ هه یه، هه موو ئه وانه کتیییگه لیکن که زانیاری خه زن ده کهن و تاهه نوکه ش جیگیان له میشکدا نازانین... ئیستا بیردۆزانیکی نوئ هه ن واداده نئین زاکیره جیگیاهه کی نییه له میشکدا، په یوه سته به ژبانی ده روونییه وه... به هه رحال هه ندیک له و زانیاریانه ی بۆ مرؤف دین له جیگیاهه کی نزیکدا خه زن ده کرین، بۆئه وه ی دووباره گێرانه وه و وه یادیه نانه وه یان ئاسان بیت... هه ندیکیشیان له جیگیاهه کی ناوه نددا زه خیره ده کرین و هه ندیکی تریشیان له جیگیاهه کی دوردا. هه ندیک زانیاری هه ن به هیچ شیوه یه ک زه خیره نابن.

که زانیارییه کان خه زن ده بن به پئی جۆره کانیا ن دابه ش ده بن، زاکیره هه یه بۆ (بۆنکراوه کان، بینراوه کان، په و خساره کان، ره نگه کان، بۆنه کان و ناوه کان. ئه وه شتیکی زۆر ورده.

ئەگەر ویستمان شتیک وە یادبیتنەو، بۆ ئەمە زاناکان دەلئین: زاگیرە پینگای هیمادانان (ترمیز) دەگریتەبەر... ئەگەر بۆنیکت بۆنکرد کە پیشتر بۆنت کردبوو، لەبەرئەووی لە زاگیرەتدا نەوود و حەوت جۆر بۆن خەزنبوو، ئەم بۆنە ی دوایان ئیستا بەسەر هەموو جۆرە بۆنە خەزنگراوەکاندا دەگەریت تا ویکچوون دەبینیتەو، و دەلئیت: ئەو بۆنە ناوی فلانە... ئەمە تایبەت بە بۆنکراوەکان... بەهەمان شتێوە بۆ خواردنەکانیش، تامەکان و بینراوەکان و پووخسار و ناو و ژمارە و هەموو شتیک... زانیارییەکان دەربارەی زاگیرە زۆر کەمن، لەگەڵ ئەوەشدا پراستیگەلیکی تێدایە مۆقە ژیرەکان سەرسام دەکات.

هەندیک لە زانیان دەلئین: زاگیرە فەرەنگ و وەرگریکی دەستبەجییە... جیی سەرسامیە خانە ی دەماریی دابەش نابیت و نامریت. خۆئەگەر دابەش ببوایە و بمردایە ئەو دەمە مۆقە هەموو ئەزموون و پسیپۆری و زانیاری خۆیی لە دەستدەدا. کە سیک پیتدەلئیت من ئەزموونم لە پزیشکیدا چل سالە، من ئەزموونم لە بواری یاسادا پەنجا سالە، ئەو کەسە ئەزموونی لەپیشەسازیدا ئەو دەندە سالە، هەموو ئەو ئەزموونانە کە لەکە دەبن تا ئەو ساتە ی کەسە کە دەمریت... خۆئەگەر کە سیک زاگیرە ی لە دەستدات، هەموو ئەزموون و زانیاری بەیە کجاری لە دەستدەدات.

لە پراستیدا زاگیرە بەتەنھا نیشانە یەکی گەورە یە لە نیشانەکانی دەسەلاتی خوای گەورە: ﴿وَفِي أَنْفُسِكُمْ أَفَلَا تُبْصِرُونَ﴾ الذاریات/ ۲۱.

خەم و خەفەت دەبیته هۆی کویربوون

خوای پەروردگار دەفه رمویت: ﴿وَقَالَ يَا سَفَىٰ عَلَىٰ يُوسُفَ وَأَبِصَّتْ عَيْنَاهُ مِنَ الْحُزْنِ فَهُوَ كَظِيمٌ﴾ یوسف / ۸۴، واته: وتی: ئەی داخم بۆ یوسفی نازدار، چاوه کانی سپی هه لگه پرا و ئاوی سپی تیزا و بینینی نه ما له ئاخ و داخ و خەفەت و ئیشتدا. هەر خەم و په ژاره ی خۆی ده خوارده وه. ئایه ته پیروژه که باس له ده ستدانی بینایی یه عقوب پیغه مبه ر (سه لامی خوای لیبی) ده کات که به هۆی خەم و خەفەتی توندی له ده ستدانی (و نیوونی) یوسفی کورپیه وه توشی بوو کاتی که له گه ل براکانیدا پۆیشت...

ده سته واژه ی ﴿وَأَبِصَّتْ عَيْنَاهُ﴾ واته توشبوونی چاو به ئاوی سپی (Cataract). له راستیشدا پزیشکی نوێ ئاشکرایکرد که خەم و خەفەتی زۆر یان شادیی زۆر یا خود هه لچوونه ده روونییه تونده کان ده بنه هۆی توشکردنی چاو به ئاوی سپی، به وهش پڕی له چوونه ژووره وه ی تیشکی خۆر ده گیرێ بۆ نیو تۆرپی چاو، ئەوه یان به شییی ده بی یان به ته واوی ده بی به پیتی پله ی لیلی.



زانستی نوئ سە لماندووێتی داخ و خەفەت یان شادیی زۆر دەبیته هۆی دەردانی بریککی زۆر هۆرمۆنی (ئەدرینالین) کە ئاستی شەکر لە خوێندا بەرز دەکاتەو، ئەو هەش دەبیته هۆی لیئلی لە چاودا. لیژەدا پزیشکی نوئ بە ئاشکرا هاوراپە لەگەڵ قورئانی پێرۆز کە خەم و داخ و خەفەت یەکیکە لە هۆکارەکانی تووشبوونی چاوە ئاوی سپی.

ئارەق ئاوی سپی چاوە ناهیلی

خوای پەروەردگار دەفەر مویت: ﴿أَذْهَبُوا بِمِصْبِي هَذَا فَأَلْقُوهُ عَلَى وَجْهِ أَبِي يَأْتِ بَصِيرًا﴾ یوسف/ ۹۳، واتە: (یوسف وتی) بپۆن و ئەم کراسەم بەرن و بیدەن بەسەر و پووی باوکمدا، بینایی بۆ دەگەرێتەو و چاوی چاک دەبیتهو.

هەر وهها دەفەر مویت: ﴿فَلَمَّا أَنْ جَاءَ الْبَشِيرُ أَلْقَاهُ عَلَى وَجْهِهِ فَارْتَدَّ بَصِيرًا﴾ یوسف/ ۹۶، واتە: ئینجا کە مژدە هێنەرە کە گەیشت و کراسە کە ی دا بەسەر دەموچاویدا، خیرا بینایی بۆ گەرپایەو، چاوەکانی گەشانهو. ئەم دوو ئایەتە ئاماژە بە گەرپانەوێتی بینایی دەکەن بۆ یەعقوب پێغەمبەر (سەلامی خوای لیئلی) لەدوای ئەوێ کراسی یوسفی کوری بەسەریدا دەدریت.

ئەم رووداوه مېژووويه هانی هەندێك له زانا ميسرپيهكانى دا له دووى ئەو نەينىيه بگەرپن كە بووه هۆى چاره سەرى نەخۆشيه كەى يە عقوب پيەمبەر... ئەوان وتیان هەر دەبیت نەينيه كە له كراسه كەى يوسفدا بىت. كراسه كەى يوسف جگه له ئاره قى جهستهى هيچى ترى پيوه نەبووه! له بەرئەوه تاقىكردنه وهى زانستى له سەر ئازەلان دەستپيكرد و پاشانىش له سەر مرقۆ... يەكێك له زانا ميسرپيهكان بەنەشتەرگەرى هەستا بە دەركردنى هاوینەى چاو و پاشانىش خستیه نيو ئاره قەوه، له وكاتەدا شەفاف بوونى پله بەندى ئەو هاوینە لیلانەى نيو ئاره قەكهى هەستپيكرد. ئەوهش هۆكارى شىفایه بەرپزەيه كى گەوره گەيشته (۹۰٪)ى توشبوان بە ئاوى سپى.

ئەو حالەتانهى تر كە وهلامدانە وهیان بۆ ئەو چاره سەره نەبوو، تيبينىكرا له تۆرهى چاوياندا هەندێك نەخۆشيان هەيه رېنگر دەبیت له گيرانه وهى بينايى بۆ حالەتى پيشوويان، رېنگر دەبیت له كاريگەرى ئاره قەكه له سەر ئاوه سپيه كە.

ئەمەش هاوتابوونىكى زانستى پزیشكى نوێيه له گەل قورئانى پيرۆزدا.

گریان

گریان دیاردهیه که له دیارده کانی هه لچوونه دهروونییه کانی مرۆف، ههروهها فیتره تیککی مرۆیییه وهک ئه وهی زانایانی تهفسیر باسیان لیوه کردووه ... "إمام قرطبي" له راقه‌ی ئه و ئایه ته دا که دهفه رمویت: ﴿وَأَنَّهُ هُوَ أَضْحَكَ وَأَبْكَى﴾ النجم/ ۴۳، ده لیت: "خوای گه وره هوکاره کانی پیکه نین و گریانی داناوه".

یاخود "عه‌تای کورپی موسلیم" ده لیت: "واته دلخۆش و غه مباری کرد، چونکه دلخۆشی پیکه نین ده هینیت و خه مباریش گریان".

قورئانی پیروز له چه‌ند جیگایه کدا ستایشی ئه و که سانه‌ی کردووه که له ترسی خوا ده‌گرین، وهک ده‌فه رمویت: ﴿وَيَحْزُونَ لِلْأَذْقَانِ يَبْكُونَ﴾ الإسراء/ ۱۰۹، واته: "ئه‌وانه سوژده و کړنوش ده‌بن و ده‌گرین و ئه‌سرینی خۆشه‌یستی په‌روه‌ردگار له چاوانیان ده‌باریت، فرمیسکی ئیمان و شادیی هه‌لده‌وه‌رینن".

قورئان باس له‌وه‌که سانه ده‌کات که گوئیستی قورئان ده‌بن و وهک داننانیک به تاوانه کانیاندا فرمیسک چاوه‌کانیان ده‌گریت: ﴿وَإِذَا سَمِعُوا مَا أُنزِلَ إِلَى الرَّسُولِ تَرَىٰ أَعْيُنُهُمْ تَفِيضُ مِنَ الدَّمْعِ مِمَّا عَرَفُوا مِنْ الْحَقِّ يَقُولُونَ رَبَّنَا ءَأَمَنَّا فَاكْتُبْنَا مَعَ الشَّاهِدِينَ﴾ المائدة/ ۸۳، واته: هه‌رکاتیک گوئیان له‌وه‌ قورئانه ده‌بیت که بو پیغه‌مبه‌ر په‌وانه کراوه چاوه‌کانیان پرده‌بیت له

ئەسرین، چونکه تێدەگەن و هەق و راستی دەناسن و دەلێن: پەرۆردگار ئیمە باوەرمان هیناوه (بە ئاینی ئیسلام) داواکارین لە پیزی (پەپرەوان) و شایەتەکاندا تۆمارمان بکەیت.

هەرۆهە دەفەر مویت: ﴿أَفِئْتَنَ هَذَا الْخَبِيثِ تَعْجَبُونَ ﴿٥٩﴾ وَتَضْحَكُونَ وَلَا تَبْكُونَ ﴿النجم/ ٥٩-٦٠﴾، واتە: ئایا ئێوە ئەم قسە و گوفتارانە تان پێ سەیرە؟ و پێی پێدەگەن و گریان تان نایەت؟

﴿وَيَجْرُونَ لِلآذْقَانِ يَبْكُونَ وَيَزِيدُهُمْ خُشُوعًا﴾ ﴿الإسراء/ ١٠٩﴾، واتە: ئەو کەسانە کاتێک قورئانیان بەسەردا دەخوینرێتەو دەگڕین، ئەو پەند و نامۆزگاریانەش کە لە ئایەتەکاندا یە زیاتر ترسیان لە خوا تێدا دەچیتێت، واتە ملکه چی بۆ فەرمانی پەرۆردگار و گوێزایە لێان تێدا دروستدەکات.

خوای گەورە دەفەر مویت: ﴿إِذَا نُنزِلَتْ عَلَيْهِمْ آيَاتُ الرَّحْمَنِ خَرُّوا سُجَّدًا وَبُكِيًّا﴾ ﴿مريم/ ٥٨﴾، واتە: هەر کاتێک ئایەتەکانی خوای میهرەبانیان بەسەردا بخوینرێتەو، بەپەلە سوژدە دەبن و ئەسرین لە دیدەیان دەبارێت و دەگڕین.

"ئەبن کثیر" لە راقەیی ئەم ئایەتەدا دەلێت: "کپنوش و سوژدەیان برد بۆ پەرۆردگاریان، وەک ملکه چی و سوپاس و ستایش بەرامبەر بەو بەخششە مەزنانەیی هەیانە... لەبەرئەو زانایان کۆکن لەسەر سوژدە بردن لەویدا، وەک ئیقتیدایەک بەوان و گرتنەبەری پێگا و پێبازیان".

لە فەرمودەیه کدا کە ئیمامی بوخاری گێڕاویەتیەو، پێغەمبەر (ﷺ) دەفەر مویت: ﴿حەوت کۆمەل هەن پەرۆردگار لە قیامەتدا لە ژێر سیبەری عەرشی خویدا دایاندەنێت...﴾ بەکێک لەو کۆمەلانە ﴿کەسێک یان پیاویکە

یادی خوا دهکات، چاوهکانی فرمیسک ده پڙن... ❁ له فهرمووده یه کی تردا ده فهرمویت: ❁ نه و چاوه ناگر نایسوتینیت که له ترسی خوا بگری ❁ .
 "إمام بخاری" له "نه نس" وه گپراویه تیه وه، پیغه مبه ر (ﷺ) چووه لای کوره که ی که له سه ره مه رگدا بوو، چاوهکانی پریوون له نه سرین و فرمیسک، "عه بدولرحمانی کورپی عه وف" وتی: توش نه ی پیغه مبه ری خوا ده گریت؟

پیغه مبه ر (ﷺ) فه رمووی: "نه ی کورپی عه وف نه مه ره حمه ته" ...
 پاشان فه رمووی: "چاو فرمیسک ده پڙتیت و دلئیش غه مبار. هیچ نالئین جگه له وه ی په روه ردگار رازی بکات، ئیبراهیم! بو جیا بوونه وه و پڙیشتنی تو خه مبارین".

له و نایه ت و فه رموودانه وه بو مان ده رده که ویت که ئیسلام هانی گریان ده دات له ترسی خوی گه وره و خو شه ویستییه وه.

گریان و کاریگه ری له سه ر مړوڅ له رووی فسیؤلورثیه وه جیگای مشتومر و قسه وباسه، به لآم له رووی ده روونییه وه نارامیه تهر و دلنه رمی و پالفته ی ده روونه و له کو تایشدا په ناگه یه که بو غه مباره کان تا کو به هو یه وه بجه وینه وه و سه بووری و نارامیان بو بیت.

"د. عادل الشافعي" ده لئیت: "گریان به خششیکي خوايه، چونکه راستگو یانه ترین گوزارشته له هه سته مړوییه کان". مندا ل ده گری و پیداو یستییه کانی بو جیبه جیده کریت. لی ره دا گریان تا که هو کاریکی گوزارشته کردنه له جیاتی قسه کردن و جول، تا کو په یوه ندی له گه ل ده ورویه ره که ی بو دروست بییت، به لآم بو گه وره کان نه م حاله ته جیا وازه، کاتی که غه مبار ده بین ده گرین، هه ندی جار که دلخوشیش ده بین هر ده گرین، که واته گریان چییه؟

له پرووی پزیشکییه وه گریان بریتیه له ده رچوونی ده درراوی فرمیسکه پزئینه کان بۆ نیو چاو که له گه لیدا پۆشتنیکی ئاویی هه یه به لوت و گه روودا، هه روه ها هاتنه وه یه کی ماسولکه کانی چاو له گه ل ماسولکه کانی بووخسار و سک و به رزیوونه وه ی ناوپه نچک، که هه ندیجار که میک کۆکه شی له گه لدایه، ئەم کردارانه له کاتی گریاندا و له له شدا پرووده دهن.

گریان وه ک باران وه هایه، چونکه گریان له ناکامی و روژانی هه ست و سۆزه کانه وه پرووده دهن به هۆی هه لچوونه ده روونییه کانه وه که ئەمه شه ده بیته هۆی هاندان و وروژانی سه نته ره کانی (سه مه ساوی) له کۆئه ندامی ده ماردا، لیره شه وه ئاماژه بۆ فرمیسکه پزئینه کان ده نیرریت به ئاگادارکردنه وه و هاتنه وه یه ک و خاوبوونه وه ی که ناله کانی فرمیسک و

پاشان له پزئینه کانه وه فرمیسک ده رده چن و چاوه کان ده شوونه وه و به ته واوی پاکیان ده که نه وه له هه ر میکروپ و ده درراویکی تر.



هه ندیک له و فرمیسکانه له چاوه وه ده گه نه لوت له ریی که ناله کیه وه که پیکیان ده گه یه نیت، به شیوه یه ک که یارمه تی پاککردنه وه ی لوت دهدات و واده کات شله یه ک لئییه وه بیته خواره وه ... فرمیسک شله یه کی پوخت و بیگه ردی تیدایه که هه ندیک خووی و بریک له و ماددانه ی تریشی تیدایه که له فرمیسکه پزئینه کانه وه ده رده چن، له به ره وه یه فرمیسک تامیکی سویری هه یه

یارمه تی پاکژکردنه وهی چاو و لكاوه (الملتحمه - كه به شیکه له چاو) ده دات.

هه مان حاله تیش بۆ باران راسته، له كاتیکدا كه ئاسمان هه ور دایده گریت (با) دیت و ده یانجولینیت تاكو ئه و بارانه بیاریت. بارانه كه ده بیته هوی شورنده وهی درهخت و ریگاكان و هه مو ئه وهی له سه ر زه وی هه یه و دووباره نو بیوونه وه ... مرؤفیش له دوا ی گریان هیمن ده بیته وه و سه رله نوی ده ستپیده كاته وه.

له پووی ده روونیشه وه گریان چاكتین ده دراوه بۆ پاراییه ده روونیه كان و هه لچوونه كان. ئه گه ر مرؤف ئه م گۆرپانكاراییه ده روونی و ده ماریانه ی شارده وه، به بیانوی پیاوه تی و ترس له لاوازی له به رده م خه لكیدا یان هه ستردن به دارووخان، ئه م حاله ته مه ترسی گه وره ی هه یه، چونكه له م حاله ته دا كه سه كه ئازاریکی زۆر ده چیژیت به ده ست ئه و گری و گرفته ده روونییانه وه.

له پووی ته ندروستی لاشه یشه وه، ئه م شارنده وه یه ده بیته هوی به رزبوونه وهی په ستانی خوین یاخود ده ركه وتنی نه خووشی شه كره.

هه روه ها گیردانی گریان و گوزارشت نه كردن له هه سته كان زۆرچار ده بیته هوی قورحه ی گه ده و نه خووشیه كانی كۆلۆنی ده ماری، هه ربۆیه ده بینین ئافره تان كه زیاتر توانای گریانیان هه یه (به هوی جیاوازی فسیؤلۆژی و هۆرمۆنیه وه له پیاوان و وهك ده ربپینك له نه رمیی و لاوازی و شه فافیه ت لای ئافره ت) ده بینین ئافره تان كه متر توشی ئه و نه خووشیانه ده بن كه له و شارنده وه ی هه ستانه وه توشی مرؤف ده بن. بۆیه پیویسته پیاو بین یان ئافره ت، وهك سووربوونیک له سه ر ته ندروستیمان، گریان له خۆمان هه رام نه كه یین، ئه گه رچی له پشت په رده شه وه بووه.

گریان و پاریزگاری له گلینه چاو

"د.سه میر جه مال" پزیشکی دهروونی، ده لیت: "گریان ته نها نابیته هوی شتن و پاککردنه وهی چاو، به لکو سوودمه نده بۆ دهروونیش" ... جا بۆ تیگه یشتن له سووده کانی گریان پیویسته که میک له سه ر ماهیه تی فرمیسک و ئه رکه کانی بدویین به و پیتییه ی فرمیسک ماده دی بنه ره تی گریانه . فرمیسک شله یه که وهک (پلازما ی خوین) وایه، به لام به بی بوونی خرۆکه کانی خوین، ده وله مه نده به (پۆتاسیۆم) (چار هینده ی ئه و بره ی له خویندا هیه)، ههروه ها (توخمی) ره گه زی به رگری تیدایه ئه وانیش گلوبولیناتی به رگرین به تاییه ت (IgA و ههروه ها IgE و IgM) که رۆلی کاریگه ریان هیه له پاریزگاری و به رگریکردن دژ به مه ترسیه ده ره کییه کانی وهک میکروب و قایرۆسه کان، ههروه ها ئه نزیمی (لایزۆزایم) ی هه وینی تیدایه (۱۵گم/لیتر) که توانایه کی گه وره ی هیه له به رنکاریگردنی به کتیا.

فرمیسک (لاکتوفیرین) ی تیدایه که ماده دیه کی پرۆتینییه و سیفه تی کیشکردنی گه وره ی هیه بۆ کانزای ئاسن که بۆ گه شه ی به کتیا پیویسته، به دوایدا رۆلئیکی بنه ره تی ده بینیت له به رگریکردنی به کتیا دا، رۆلئیکی دژی شی به هه وکردن (ئیلتیهابات) هیه .

چاره کی فرمیسک له ریگای کرداری هه لمینه وه ده رده چن، له دۆخی سروشتیدا چاو و لکاوه و پووی گلینه و ده وروبه ری، (۳۰مایکرو لیتر) فرمیسک وه رده گرن و هه رچی له م بره زیاتری، سه رده کات و ده چیته ده ره وه ی پیلۆه کان، هه ر ئه مه یه واده کات فرمیسک چاو له ته نه زۆر ورده هه لواسراوه کانی وهک ته پوتۆز بپاریزیت.

دهکریت سوودهکانی فرمیسک کورتبکهینهوه له شیوه جیاوازهکانی پاریزگاریکردندا که چاو دهپاریزن، وهک پاریزگاری میکانیکی و بینایی، فرمیسک بهربهستیکی بهرگریکار و پوویهکی خزینی چاک و بهردهوام تهر بۆ چاو پیکدیت و پاریزگاری گهرمی پووی چاو دهکات و له وشکبونهوه دهپاریزیت و پوویهکی بینایی ریکویبیک دهسته بهر دهکات. فرمیسک دژه بۆ بهکتریا و پاریزگاریکی فیزیاییه، بهگۆرانی پلهی ترشیتی فرمیسک که وایلیدهکات ناوهندیکی نهگونجاو و خراب بیت بۆ گهشهی میکروپه نهخوشیهینهرهکان و پاریزگاریکی کیمیاییه بهوهی که توخمهکان (رهگهزهکان)ی (لایزۆژۆم) و (ئهکتوفیرین)ی تیدایه که (دیفانات) هاوتادهکن که هندیک میکروپ دهریدهدن.

هروهها پاریزگاری بهرههستی بهرگریکاری و پاریزگاری چارهسازی، بهجۆریک ناوهندیکی گونجاو دروستدهکات بۆ پیشوازی دهرمانه دهستکردهکان (الموضعیة). پاریزگاری خۆراکیی (غذائیة) که به بهردهوامی گلینه و (لکاوه) خۆراک پیدهدات و ناوهندیکی ئالوگۆری کارایه بۆ (ئوکسجین) و (کلوکۆز) و توخمهکانی تریش.

لهوهی باسکرا دهبینین فرمیسک سوودگهلیکی ههیه، به ههردوو شیوه بئهپهتیهکهی و پیچهوانهکه رهوهکهی وهک دۆخی گریان و پیکهین یان هه نائارامیهکی دهروونی، فرمیسکرشتن به هه هۆکاریک بیت هه رفاکتهریکی گرنکه که چاو له ژهه ر ناپاریزیت، به لکو یارمهتی له شیش ده دات له ده رکردنی ژهه ر بۆ دهرهوهی و بهدوایدا ئارامیی دهروونی. (ئهمه سه ره پای پیکه نینیش که سوودگه لی خۆیی ههیه).

"د.عدنان فضلی" پراویژگاری پزیشکی دهروونی ده لیت: "نامۆژگاری نهخۆش یان هه ر که سیکی تر ده کهین که تووشی هه لویستی ناره حهت و

ئازاروی دهن، به گریان گوزارشت له ههستی خویان بکن، چونکه دواي گریان مرؤقه ههست به ئاسودهیی و ئارامیی دهکات... ئەمه له لایهک، له لایهکی ترهوه شارندنهوه و خهفه کردنی خه م و بیزاری و نارهحه تیه دهروونییهکان دهبنه هۆی بیهویایی و ئاکامییکی خراب چاوه پروانی کهسه که دهکات.

ئهو کهسانه ی خه مۆک و دلتهنگ و پهستن زیاتر گریان ده بیته میوانیان، وهک خالییونه وهیهک له ئازارهکانی دهروونیان.

هه ندیجار مرؤقه کان له حاله ته خه مۆکییه تونده کانیاندا گریانیان بۆ نایهت، هه رچه ند نه خۆشه که یان کهسه که هیوای ئه وه ده خوازیت، که بیتوانیایه بگری، چونکه به دلنیا ییه وه گریان ئه و توندی پارایی و په ستانه دهروونیانه به ته وای که م دهکاته وه.

هه ندیک له خه لکی کاتیک که ئازار ده چیژن، بیئاقت دهن و خه مبار دهن په ناده به نه بهر خواردنی هیورکه ره وه کان یان مه ی بۆ زالبون به سه ر خه مناکي و په ستیه که یان، ئەمه ش جوړیکی چه پاندن ښارندنه وه یه که له دوا ییدا ده گونجیت به شیوه ی لادانی توندی دهروونی ده ربکه ویت، ئەگه ر پاش ماوه یه کی زۆریش بیت.

له لایه کی تریشه وه شارندنه وه ی ههسته کانی خه م و گوزارشت نه کردن لئی ده گونجی بییته هۆی ده رکه وتنی کۆمه له نه خۆشییه کی ئەندامی وهک برینی ریخۆله کان یان قورحه ی گه ده، ئەمه ش به هۆی پارایی و په ستانه به رده وام و له دوا ییه که کانه وه.

"د. یوسف عبدالفتاح" پزیشکی دهروونی ده لیت: "گریانی مندال" به کیکه له دیارده کانی گه شه سه ندنی مندال، گریان په یوه سترکراوه به

مندالەو، ئەو ە باو ە کاتیک گەورەکان دەگرین پێیان دەوتریتتو ە ک مندال دەگریت.

گریان ئەرکیکی سایکۆلۆژی گرنگ جێبەجێ دەکات بۆ مندال، کە بەجیگە ی خۆ بەتاکردنەو ە یەکی ە لچوون و گوزارشتکردنی رەفتاریە لە ەستەکانی تورەبوون یان خەم یاخود رەتکردنەو ە ی ئەو شتانە ی بەرامبەر کەسە کە دەبنەو ە و ەستیان پێدەکات. ئەمەش کاریکی پێویست و سوودبەخشە بۆ دەرکردنی ئەو وزە ە لچوونێ شاردراو ە یە.

زانایانی دەررووناس وادەبینن گریان ە ک ئەو کردارە رەفتاریانە ی ترە کە بەکار دەهێنریت بۆ ەیوربوونەو ە و خالیبوونەو ە ی ە لچوونە توندە دەرروونییەکان لە مرقدا. بۆیە گریان و ەوارکردن و دەنگی تیژ و بەرز و شکاندنی یاریەکان یان کەلوپەلەکانی بەردەستی کەسە کە ە ر ە موو ئەمانە ە کاری گوزارشتن لە حالەتی ە لچوونی پەيوەست بەتورەیی یان خەم و بیزاری.

ئەگەر ئەو تیکشکانە ی توشی مندال دەبیت بارگە یەکی دەررونی دوژمنکارانە دروستبکات، گریان بەجیگای خالیکەر ەو ە یە ک دەبیت لەو حالەتە دەرروونییە و رزگاربوون لێی.

وازمینان لە گریان دەگونجیت نامازەبیت بۆ شاردنەو ە ی ئەو بارگە ە لچوونێ لەدەرروندا، دەشگونجیت بگوێزیت ەو ە بۆ نەست بەجۆرێ کە ە رچەند مندالە کە لەبیریشی دەچیت ەو ە، بەلام بەتەواوی ون نابێ و لەنەستیدا دەمینیت ەو ە تاکو لە گەورەبووندا بەشیوازی ەیمایی (پەرمزی) یان نەخۆشی ە ک دلەراوکی و پارایی و ەستی دوژمنانە ی وێرانکارانە ە رکاتیک دەرفەتی بۆ رەخسا گوزارشتی لێدەکات.

لەم دوایانەدا ئاشکراکراوە پەيوەندییەکی توندوتۆڵ هەیه لەنیوان فرمانە فسیۆلۆژی و سایکۆلۆژی هەلچونەکان و ھۆکارەکانی گوزارشتکردن لێی، جا بە گریان بێت یان ھەر ھۆکارێکی تر. بۆنمونە گریان دەبێتەھۆی چالاککردنی فرمیسکەرژینەکان و شتەووە و پاککردنەوہی چاوە، ھەرھەھا کاردەکاتە سەر کۆئەندامە فسیۆلۆژیەکانی تری وەک خۆینبەرەکان و دەمارەکان کە لە حالەتی هەلچوندا کرژ دەبن، لیدانەکانی دل و تیکرپای لیدانەکان و ئارەفکردنەوہ زیاددەکات و دەبێتەھۆی زیاتر دەردانی ماددە (ئەدرینالین) لە ھەردوو گورچیلەوہ. ئەمەش لە ئاماژە فسیۆلۆژیەکانی دلەراوکی و لادانی هەلچونە لای منداڵ.

بۆیە پێویستە دایکان و باوکان لە گریانی منداڵەکانیان بیزار نەبن بە لەبەرچاوەگرتنی ئەوہی گریان یەکیکە لە ھۆکارەکانی ھیوربوونەوہ و خالیبوونەوہ. بە فیزیوونی کۆمەلایەتیش حالەتەکە لای منداڵ کەم دەبێتەوہ کاتیکی تێدەگات تەنھا گریان بەس نییە بۆ دەستەبەربوونی مەسەلە و بابەتە خواستراوہکان و گۆرینی جیھانی دەوروبەر.

خشوع

خوای گه وره ده فهرمویت: ﴿قَدْ أَفْلَحَ الْمُؤْمِنُونَ﴾ ۱ ﴿الَّذِينَ هُمْ فِي صَلَاتِهِمْ خَاشِعُونَ﴾ المؤمنون/ ۱-۲، واته: به پراستی باوه پداران سه رکه وتوو و سه رفرانز، ئه وانه ی له نویره کانیاندا ملکه چ و دلئارام و دلئامه زراون و ترسی خوا له دهروونیاندا هه یه .

خشوع و ملکه چی له نویره دا هۆکاریکه بۆ توانای کۆکردنه وه ی زهین و بیر و هۆش، ئه مه ش گه وره ترین کاریگه ریی له سه ر سه رکه وتوویی و پیشکه وتنی مروژ هه یه .

"ویلیه م مولتون مارستن" پسیپۆری دهروونناسی ده رباره ی به هره ی (مه له که ی) کۆکردنه وه ی زهین و کاریگه ریی له سه ر سه رکه وتوویی مروژ ده لیت: "توانای چرکردنه وه ی بیر و یاده وه ریه کان لای هه مو مروژیککی دیاری سه رکه وتوو له به رده م هه ر ده رگایه ک له ده رگا و لایه نه کانی ژیاندا به شیوه یه کی ساده و ئاسایی ده بیئت. بۆیه مروژی سه رکه وتوو له هه رساتیککی دیاریکراودا سه رجه م بیرو هۆشی له تاکه کاریکدا که ئه وساته پیوه ی سه رقاله و ده یه ویت پیی هه لبستیت کۆده کاته وه، که زۆربه ی خه لک ئه م توانای کۆکردنه وه ی زهینیه یان لاوازه یان هه ر نییه و ئه مه ش ده بیته هۆی په رته وازه یی هزیی و لادان و خه له فان و ئاره زوو ه به ربه ستکاره کانی کاره کانی لیده شیوینن...

ھەرۈھە دەلئىت: "ئەقلى مروۋق ئەگەر بەتەۋاۋى و باشى تەركىزى كرد و بىرى جەمكرد، دەبىتتەھۆى ئەدائىكى زۆر سەير لە چوستى و تواناكانىدا".
 لەبارەى بەدەستەھىنانى ئەم سىفەتەۋە دەلئىت: "ئەم توانايە بە مەشكردن بەدەستدەت، مەشكردنەش ئارامگرتنى دەۋىت، خۆگۆزەنەۋە لەبىر پۆين و پەرتەۋازەبىيەۋە بۆ كۆكردنەۋەى زەين، كۆكردنەۋەىيەكى پوون و پتەو، بەرھەمى تىكۆشان و ھەۋلدانىكى زۆر و نارەحەتە. ئەگەر توانىت ئەقلىت جارىك و دووجار، پەنجا، سەدجار بەرەۋ ئەو باسە ئاراستە بگەى كە سەرقالى پىۋەى و عەزمت ھەيە چارەسەرى بگەيت، ئەۋا ئەو بىر و خاتىرانەى دژايەتت دەكەن ناتوانن جىي باسە سەرەكەكەت بگرنەۋە كە

بە ھەلبىژاردن و پارىزگارى لىكردنىسەۋە وروژاندووتسە، لەكۆتاشدا خۆت دەبىنیتەۋە بەتەۋاۋى بەتوانايت و كۆكردنەۋەى زەين و بىرت بەۋىستى خۆت و بۆ ئەو مەسەلە و باسە دەبىت كە ھەلى دەبژىرئىت".



ئەمانەمان باسكرد تاكو بگەينە كورتەى ئەو وتەيەى خشوع و ملكەچى بەتايبەت لە نوپژدا ھۆكارىكە بۆ گەشەكردنى

بەھرەى جەمكردنى بىر و زەين لای مروۋق، ئەو نوپژخوینەى دەتوانىت و ھەۋلدەدات بەھەموو توانايەكەۋە ھزى و بىرى خۆى بەدرىژايى كاتى

نويزه كەي جەم بكات (كەپىي دەوترىت خشوع)، ئەوا بەدلىنبايەوہ ئەم كارە دەبىتتە ھۆي دروستبوون و گەشە كرنى بە ھرەي جەم كرنى بىر و زەين و ئەمەش گەورە ترين پالپشت و يارمە تىدەر دەبىت لە كارە كانى ترىدا.

"ويليەم مولتون" دەلىت: "چاكتىن ھۆكار بۆئەوہي ھىز لە پەرتەوازەيى بگىتتەوہ و پىي لىبگىت لە بلاوبوونەوہ و بە شىبەش بوون، ئەوہيە كە ئەقل و جەستە پىكەوہ كارىكەن" ... لە نويزىشدا ۋەك دەبىنن ئەقل و جەستە پىكەوہ كار دەكەن.

تورەبوون و کاریگەرییە سەلبیەکانی

"د.ئەحمەد شەوقی ئیبراھیم" ئەندامی کۆمەڵەی پزىشكى پاشایی لە لەندەن و پراویژکاری نەخۆشییەکانی هەناو و دل، دەلیت: "حەز و ئارەزوو مەروپییەکان دەکرین بە چوار بەشەو و پەفتار و جولە و هەلسوکەوتی کەسەکان بەجیاوازی ئەم حەزو و ئارەزووانە و پادەى کۆنترۆلکردنیان دەگۆرین، ئەو ئارەزووانەش ئارەزوو شەهوانیەکانن کە دەبنەهۆی هەلچوون و تورەبوون، ئارەزووی دەسەلاتخوای کە دەبیتەهۆی خۆبەزلزانی و لوتبەرزی و حەزی دەسەلات گرتنەدەست، ئارەزوو شەیتانیەکان کە هۆکاری کەراهیەت و پەقەیبوونی خەلکانی ترن...

ئارەزووکانی مەرۆف هەرچی بن، هەر هۆکار دەبن بۆ تورەبوون کە ئەمەش بەپێی خۆی حالەتی ناسایی جەستە تیکدەدات و پەستانی خۆین بەرزەکاتەو و کەسەکە توشی نەخۆشییە دەروونی و جەستەییەکانی وەک شەکرە و سەنگە کوژی (الذبحۃ الصدريه) دەکات...

لێکۆلینەو زانستییەکان سەلماندووینە کە تورەبوون، تەمەنی مەرۆف کەمدەکاتەو... پێغەمبەری ئیسلام محمد (ﷺ) لە فەرموودەیه کدا ئامۆزگاریی موسلمانان دەکات بە تورەنەبوون... ئەمەش بەومانایە نا هەرگیز تورەنەبن، بەلکو بەومانایەى زیادەرەوی تیدا نەکریت و نەبیتە سیفەتیکى هەمیشەیی کەسەکە، چونکە پێویستە موسلمان تورەبیت کاتیک سنوورە قەدەغەکراوەکانی خۆی گەرە بەزینرا... پێغەمبەر (ﷺ)

بهن که شمی که توره ده بیئت ده فنه رمویت (بابینده تگ بیئت و فتنه نه نکات)، چونکه هم نوه و هره فتارانه هی که که سئیکی توره وه دزه ده بیئت هه رنگیز ته بنای بیئت له گه لره فتاری هه همان که سن له وکاتاته دا که توره بیه که هی نامینیت له بهرنه وه پیغه مبهرا (عزیر) ده فنه رمویت کاتیک که توره ده بیئت قه زاوه ته که له نیوان هئج دوو که شیکدا ۱۰۸

فورتانی پیروز وینه هی توره بوون به هیزیکی شه یقانی ده کیشتیت که به سهر مرؤفدا سهر ده که ویت و پالی پیوه ده نه بیئت بوو کومه له که گفتار و کردارانی ناناسانی که نه گور توره نه بیئت هه رنگیز شه و گوفتار و کردارانه ناکات، له چیرۆکی موسا پیغه مبهرا (عزیر) خوی گه وزه له فورتانی پیروزدا ده فنه رمویت: **﴿وَأَلْقَى الْأُلُوَاحَ وَأَخَذَ بِرَأْسِ أَخِيهِ يَجُرُّهُ إِلَيْهِ﴾** (الأعراف / ۱۵۰، واته: (موسا پیغه مبهرا له داخی لادان و سه رگه رانی نه ته وه که هی) تابلوکانی (واته ته ورات) ی فریدا و په لاماری قزی (هارون) ی برای دا و رایکیشا بو لای خوی ... کاتیک توره بیه که هی نه ما **﴿وَلَمَّا سَكَتَ عَنْ مُوسَى الْغَضُّ أَخَذَ الْأُلُوَاحَ﴾** (الأعراف / ۱۵۴، واته: کاتیک که توره بیه موسا هیور بیه وه تابلوکانی (ته ورات) هه لگرتنه وه

نه هم وینه فورتانیه وه که نه وه بیه توره بوون وه سوه سیه له بیئت و له هزی موسا پیغه مبهرا دابیت تا کو تابلوکان فری ببات ۱۰۹

دوره که وینه وه له توره بوون پیوستی به خورگری و باوه ریکی پته و به خوی گه وزه هیه، پیغه مبهرا (عزیر) له فنه رمویت ده که سها شتایشتی نه وه ره فتاره ده کات و ده فنه رمویت: **﴿ثُمَّ نَزَّ لَهُ وَكَهَّ سِهَ نِيهْ كَه توره ده بیئت، به لکو نازا که سیکه له کاتی توره بوونیدا خوی ده گریت ۱۰۹﴾**

دوورکه وتنه وه له تورپه بوون به خواردنی هیورکه ره وه کان (مهدئات) نابیت، چونکه کاریگه ریبه کانیاں به هۆی چه ندباره کردنه وهی خواردنیا نه وه که م ده بیته وه و ئه و که سه ش که هیورکه ره وهی پیدراوه ناتوانیت به ئاسانی لئی پزگار بییت... له بهرئه وهی تورپه بوون په فتاری مروقه ده گورپیت، بۆیه چاره سه ره که شی به گورپینی په فتاری مروقه که ده بیت له کاتی به ره نگار بوونه وهی گرفته کانی پوژانه دا، به شیوه یه که که تورپه بوونه که ی ده گورپیت بۆ هاوسه نگی و هیمنیه کی ته واو.

پاشان "د. أحمد شوقی" ده لیت: "پزیشکی ده روونی گه یشتوو ته دوو پینگا چاره بۆ نه خووشنی تورپه (المريض الغاضب)... یه که م: له پئی که مکردنه وهی ههستیاری هه لچونیه وه، به راهینانی نه خووشه که له ژیر چاودیری پزیشک له سه ر موماره سه ی خاوبوونه وه و حه وانه وه که له گه ل به ره نگار بوونه وهی هه مان ئه و هه لویسته نارحه ت و قورسانه، به لام راهینان ده کات له سه ر به ره نگار بوونه وه یان به بی هه لچوون و تورپه بوون.

دووه م: له پئی خاوبوونه وه و حه وانه وهی ده روونی و ده ماری، ئه مه ش به وه ده بیت که پزیشکه که داوا له نه خووشه که ده کات بیر له هه لویسته نارحه ته کانی بکاته وه و ئه گه ر به پتوه بوو دابنیشیت یان رابکشیت تا کو ده رفه تیکی بداتی بۆ هیوربوونه وه و هیمنی... زانستی پزیشکی له م سالانه ی دوا ییدا به م چاره سه ره گه یشت، به لام پیغه مبه ر (ﷺ) هه ر زوو هاوه له کانی فیترکردوه، وه که له فه رموده یه کدا ده فه رمویت: ﴿ئه گه ر یه کیکتان تورپه بوو، که به پتوه بوو با دابنیشیت تورپه یه که ی لاده چیت، یان رابکشیت﴾.

قسه کردن

له و نیعمه ته پر سه راسیما یانه ی په روه ردگار به خشییو یه تیه مرؤف، به خششی قسه کردن و توانای ئاخاوتنه، که له ته مه نیکی دیاریکراودا له پر و به بی ئاماده باشی و فیروونی پیشتر ده که ویته قسه کردن.

توانای قسه کردن به خششیکه له لایه ن خواوه، مرؤف له ته مه نی ده و روبه ری دوو ساله وه ده ست به قسه کردن ده کات... ئه م پووداوه واده ده که ویت حاله تیکی سروشتیه، چونکه لای هموان له ته مه نیکی نزیک یه کتردا ده ست پیده کات و ئه مه ش واده کات هه ندیک که س و ابزانن قسه کردن و گفتوگو مه سه له یه کی ئاساییه، به لام له راستیدا موعجیزه یه کی له راده به دهره، چونکه مندال پیش ئه وه ی ده ست بکات به قسه کردن هیچ زانیاریه کی ده رباره ی نه بووه.

زانای زمانناس (اللسانیات) پروفیسور "ستیفن پینکهر" که به لیکۆلینه وه تأیبه تیبه کانی له م بواره دا ناسراوه، ده لیت: "ئیمه بیر له قسه کردن ناکه ینه وه، واداده نئین مه سه له یه کی ئاساییه، ئه وه له بیر ده که ین موعجیزه یه ک و به خششیکه سه رسوره ینه ره".

موعجیزه یه کی گه وره یه مندال له پر و به بی ئه وه ی هیچ ده رباره ی قسه کردن و نه یه نیه کانی بزانیته ده که ویته قسه کردن.

له راستیدا زمانه ناسراوه کانیش پشت به کۆمه له یاسایه کی زویانی ئالۆن ده به ستن، له به رئه وه ی پراساکانی زویان (اللسان) کۆمه له په یوه نندیه کی

بیرکاری په تین، بویه له وشه و پرسته کانه وه ژماره یه کی زور مانای جیاواز دروسته بیټ. تائستاش کومه له پرسپاریکی بیټه لام ماونه ته وه دهر باره ی

زمان (اللغه) و زویان (لسان).....

چون مندا له ته مهنی سی سالییدا قسه ده کات؟ نایا ئه مه له رپتی ئه و ژینگه وه فیرده بی که تیایدا ده ژی؟ کی یاسا کانی زمانی فیرده کات له کاتی کدا که زاناکان تا کو ئتستاش له دانانی بنه ما و رپسا کاندا به شپوه یه کی ته واو، ده سته وسانن؟ چون وشه کان له زاریه وه به شپوه یه کی گونجاو له گه ل یاسا ئالوزه کانی زمان دینه دهره وه؟ چون وشه و پرسته کان سه رکه و توو ده بن له دروستکردنی بنه ما زمانه وانیه کان (الأصول اللغویه) و پیدانی مانا و شیکاری؟ بوجی زیاتر له شه ش هزار زمانی جیا دروستیون؟ بوجی مروقه تا که به دبه تیراوی زیندووه قسه ده کات و زینده وه ره کانی تر توانای قسه کردنی مانا داریان نییه؟ چی له زه بن و هوشدا بووده دات تا کو بگوردرین بو وشه و رسته کان؟

تا کو ئتستاش هه قیقه تی ئه و کرداره زور ورد و ئالوزانه نه زانراوه که له کاتی دهرچوونی تا که رسته یه ک له زاری مروقه وه بووده دن.

ناشکرایه قسه کردن له رپتی فیرپوون و فیرکردنه وه به ده سته نایه ت، چونکه که س فیری بناغه و بنه مای وتنی ئه و هه زاران رسته و وشانه مان ناکات که ده یانزانین او ده یانلین، له راستیدا فیرپوونی کارکی ئه سته م و نه گونجاوه. بونمونه کاتیک مروقه ده دویت کومه له رسته یه کی یاسایی دروسته کات و پرای ئه وه ش که قسه که ره که ده گونجی هیچ دهر باره ی ئه و بنه ما ئالوزانه نه زانیت که له وشه و رسته ریکخواه کاندا هه ن، له گه ل ئه وه شدا ده توانیت په ناسانی قسه بکات ئه ویش به ریکخستنی کومه له رسته یه ک که ده گونجیت بو یه که مجاریش بی له زاری بیته دهره وه.

به مو و به موش به و به ری هوره به کیه و و به بی نه و به که که سبه که ههستی بیکیات. نه م زانسته زوبانه (العلم اللسانی) بتاوزه زانما زمانتا سبه ناسراوه کانیش نه یا نتوانیوه به ته وای ویدم کارینه کانی بزانی و تسته و تسته

قبسه کردن ز کرداریکی بتاوزه، دهر یاره ی یاسا له ژماره نه هاتوو و کانی نه م کیرداره و زانای زمانناس. "فیلیپ لایرمان" ده لیت: "له گهل تاکیامی، لیکولینه وه زور و زه وه ند هکن و فراوانیوونیا ندا ژماره ی یاسا و بنه ماکان نزیک ده بنه وه له ژماره ی رسته کان، تائستاش نه توانواوه یاسای ته وار و گشتگیر بو هیچکام له زمانه کن داینریت" دهر یاره ی یاسا له ژماره نه هاتوو و کانی نه م کیرداره و زانای زمانناس

"لایرمان" بوونیده کاته وه ژماره ی یاسا کانی قبسه کردن نه کیسان ده بن به ژماره ی رسته کان. برسیار لیره دا، نه مه به چون بو مندال ئایسان به بی بتوانیت له گهل بوونی نه م ژماره تا کورتا یاسا به دا فیتری قبسه کردن به بی تیو قبسه یکات کاتیک له ته مه نی سی سالاندا به ۱۹۲۱ قبسه ی سده قومه سلیمان

مروغه ژبانی کومه لایه تی خوی به فیتریوونی یاسا کانی جولانی زوبان و یاسا کانی زمان ده ستنیده کات. نه وه ش بوونه یاسا کانی قبسه کردنمان له باوک و با پیرانه وه وه رنه گرتوو، به لکو به ئیله هامیکی خوابی مندال فیتری به کاره نیا نیان، ده بیته و ول لسته و ستنه هه هه ستنه و زوبان شین و به ستنه و ستنه

پروفیسور "ستیفن بیکنر" ماؤستا له زانکوی "MIT" نه م راستیه یاسا ده کات و ده لیت: "چون مندال ده توانیت زمان و زانستی زمان وه برگریت له گهل نه وه ی که زانستیکی بیکوتا به له و ته ی کورتنی پیر یاسا" دهر یاره ی یاسا له ژماره نه هاتوو و کانی نه م کیرداره و زانای زمانناس

مندال کارامه یی قبسه کردن له دایک و باوکیه وه وه رنا گریت، له هه مانکاتدا به رده وام هه له کانی مندال زاست ناکه نه وه و جه زه ری هه له کردنیشان ناده نی له وته و قسه کردنیا ندا، زوربه ی جار رسته کانی

مندال له گه لَ پَرمَماندا ناگونجیت، خوئه گهر دایک و باوک به وشپوه به هه له کاتی مندال له قسه کردندا راستبکه نه وه پئویسته به دریزایی پوژ سه رزه نشت و سه رکۆنه ی پۆله کانیا ن بکن."

ئیمه یاساکانی زانستی زمان به کار دینین به بی هیچ کۆششیک، چونکه به ئاماده کرایی له بهره مماندا ده یانبینینه وه. به راستی نه گهر هندیک حساباتی ئالۆز له بهره مماندا دابننن ئه وایاساکانی قسه کردن مرۆف توشی سه رسورمان ده که ن.

له بهره مه یه کارامه یی قسه کردن لای مرۆف وه ک نهینیه ک ماوه ته وه. "چۆمسکی" ده رباره ی ئه م نهینیه ده لیت: "من زانیاریم له سه ر زانستی قسه کردن نییه، ته نها له هه ندیک لایه نی ده ره کی نه بیّت، به لام به گشت پئوه ره کان قسه کردن نهینیه کی گه وره به."

کاتیک مرۆف ده ست به قسه کردن ده کات له وپه ری ئارامی و ئاسوده یدا، کاتیک ده زانیت زمانی (لسان) له ته ووترین شیوه دا به کار دینیت... که ئه مانه دینیته پيشچاوی تیده گات کرداری قسه کردنی به بی هیچ پیشینه یه کی زانستییه. نه گهر ئیمه ناتوانین ئه و وشانه ی له زارمانه وه ده رده چن ریکبخه ین، پئویسته هیزکی شاراوه ئیلهام و زانست و زانیاریمان بداتی تا کو له و وشانه کۆمه له رسته یه ک دروستبکه ین و بدوین. ئه و توانایه، توانای به دپهینه ری گه وره و خاوه ن عیزه ت و زانست و خاوه نی هه موو شتیکه.

خوای گه وره ئیلهام به مرۆف ده دات و توانای قسه کردنی پیده به خشیت، کارامه یی قسه کردن به خششیکه له خاوه بۆ مرۆف. خوای گه وره ده فه رمویت: ﴿الرَّحْمٰنُ ۙ عَلَّمَ الْقُرْءَانَ ۙ ۱﴾ ﴿خَلَقَ الْاِنْسَانَ ۙ ۲﴾ عَلَّمَهُ

أَلْبَيَانَ ﴿الرَّحْمَنُ/ ۱- ۴﴾، واته: خوای میهره بان (کانگای سۆز و په حمه ته)، قورئان فیرده کات، (هر ئه و زاته) مروثی دروستکردوه، هر ئه ویش فیری کوفتار و ئاخاوتنی کردوه (توانای دهر بپینی پینداوه).
 بۆ قسه کردن ته نها ئه وه بهس نییه که دهنگه ژئییه کان و سییه کان و بۆری ههوا پیکه وه هه مئا ههنگ کاربکه ن، به لکو پیویسته سیستمی ماسولکه یی په یوه ست بهم ئه ندامانه ش پالپشتی بکه ن. دهنگه کانیش که له کاتی قسه کردندا دهر ده چن له تیپه ریوونی هه واوه به نیو دهنگه ژئییه کاندای دروسته بن.

زۆری ژماره ی زمانه کان

یه کیکه له ئایه ته کانی په روه ردگار

بۆچی ئه و زمانانه ی ده یان زانین تیکه له به یه کتری نابن؟ بۆچی ئه و که سانه ی به دوو زمان یان زیاتر ده دوین هه رگیز تیکه لیان ناکه ن؟ یه کیکه له زانایانی میشک "توماس مۆنتی" به هاوکاری ژماره یه ک له هاوکاره کانی چه ند تاقیکردنه وه یه کیان ئه نجامدا بۆ زانینی ئه و گۆرانکاریه کاره بایانه ی له هه ندیک له خاله کانی میشکا له کاتی قسه کردندا پووده ده ن.
 لیکۆلینه وه ش له پئی چاودیریکردنی ته کتیکی زرنگانه وه ی کاری موگناتیسه وه بوو.

تاقیکردنه وه که له سه ر ئه و که سانه ئه نجامدرا که ئیسپانی له گه له زمانی (کاتالان) ده دوان (زمانی کاتالان): زمانیکه له باکوری پۆژه لاتی ئیسپانیا به کاردیت). ئاکامی لیکۆلینه وه کان دهر یانخست که میشک هه لده ستیت به زه خیره کردنی وشه و ده سه واژه ی هه ر زمانیک له زمانه کان که مروثه که

قسه‌ی بیده‌کات له به‌شیکی سه‌ره‌خوی می‌شکدا، ئەمەش بۆئەوه‌ی له‌کاتی قسه‌کردندا تیکه‌لموون روونه‌دات له‌نیوان وشه و دەسته‌واژە‌کانی هه‌ردوو زمانه‌که‌دا.

ئەنجامی ئەم لیکۆلنە‌وه‌یه پێچه‌وانە‌ی بێ‌کرده‌وه‌ باوه‌کان بوو که دووترا هه‌ردوو ئەو زمانە‌ی که‌سه‌که ده‌یزانی‌ت له‌به‌ک به‌شی می‌شکدا هه‌ن و کاتی‌کیش که‌سه‌که بۆ وشه‌یه‌ک ده‌گه‌ریت، ئەو وشه‌یه به‌بی گه‌ران به‌مانادا راسته‌وخۆ دیته‌ده‌روه، ئەم کرداره له‌ده‌روه‌ی ئێ‌را‌ده‌ی قسه‌که‌ره‌که‌دا و به‌شیوه‌یه‌کی ئۆتوماتیکی پووده‌دات. ئەمەش مانای وایه کاتی‌ک که‌سه‌که به‌ زمانیکی دیاریکراو ده‌دویت، زمانه‌که‌ی تر به‌ په‌ستی‌روای ده‌مینێته‌وه، به‌ فاکته‌ری‌ک که تانیستی نه‌زانراوه، به‌مه‌ش تیکه‌ل‌وایی له‌نیوان دوو زمانه‌که‌دا پوونادات.

کاتی‌کیش قسه‌که‌ره‌که قسه‌کاتی له‌ زمانیکه‌وه ده‌گوریت بۆ زمانیکی تر، هه‌له‌ده‌ستیت به‌ گۆرانی یا‌ئێ‌وه‌ره‌کان (مصافی) که له‌می‌شکدا هه‌ن و هیچ ده‌رباره‌ی وشه‌ نوبیه‌ و تێ‌روه‌کران نازانی‌ت. "داقی‌د گرین" سه‌رنج‌مان بۆ‌لای ئەم مو‌عجیزه‌یه راده‌کێشیت و ده‌لێ‌ت: "ئایا چۆن هه‌موو ئەم کردارانه ریکده‌خرین؟ وه‌لامی ئەمەش به‌بی‌گومان ئەوه‌یه‌ که کرداره‌که به‌شیوه‌یه‌کی به‌نامه‌ری‌تێ‌زکراوه‌ی له‌پێ‌شتره‌وه جێ‌به‌جێ ده‌بیت!"

خوای گه‌وره مروّفی له‌جوانترین شیوه‌دا به‌ده‌یه‌ناوه: **وَلَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنسَانَ**

و‌به‌أحسن‌ت‌قویر **التین** / ٤ ... ئەو سیستمه ئالۆزه‌یه‌کی‌که له‌و نموونه‌ی بێ‌دۆزه‌ی په‌ره‌سه‌ندن نه‌یوانیوه‌ پوونیکاته‌وه، ده‌زگه‌وتنی ئەم سیستمه

ناتوانی و نیت به ناید و لوزیای ری که و ته کان لنگیدر پیچه و به یک پیروزی پیروزه سندن
 هینا و به تی به لگو به تروای به پیچه وانه و به ایستادگی در راه و به پیچیده و به
 نه م سیستمه توانای به دیینه زمان بی درده خات که له خواترین شیوه
 و به ای که هو کوری مروقی به دیینه و به خششی قبله کردنی بیبه خشیه و
 به خششی لهش و ریج چی تمایاندلیسه، له وافتهش توانای قسیه کردن بی
 ناخواتن لهسایه و به ریج تمایاندلیسه و به ریج تمایاندلیسه و به ریج تمایاندلیسه

و خلقی گه و زده ده فنه رمویت: ﴿وَمِنْ آيَاتِهِ خَلْقُ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ فِي
 وَأَخْلَفَ الْمَیْمَنَ وَالْوُجُوهَ الْبَیِّنَاتِ ۗ إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآیَاتٍ لِّلْعَالَمِیْنَ ۝ الرَّوْمُ/۲۲﴾
 واته: (به کیکی تر) له نیشانه و به لگه کانی، دروست کردنی ناسمانه کان و
 زوییه، و حیوازی زمان و به نگتانه، به راستی نا له و دیارده به شدا به لگه و
 نیشانه ی زور هیه به بو زانایان و شاره زایان.

سینستمی پر سه راستیما ی ناخواتن

له سوساته ی مروقه ده یه ویت قسه بیکات زنجیره هیه که فرمان درده چیت له
 میشکه و به بق دهنگه ژیه کان و زویان و له ویشدا، بو ماسولکه کانی هه ردو
 شه و یلگه، هه ایله به ریج خواتن و به ریج خواتن و به ریج خواتن و به ریج خواتن
 نه و ناوچه یه ی میشک که سینستمی ناخواتنی تی دیسه، فرمانه
 پیوسته کان بو سه رجه م ماسولکه کان ده نیویت که له کاتی قسه کردندا
 نه که کان جینه جی ده کن، پیش هه مو و شنتکه (سی) هه وای گیرم
 راد که شیت که ماده می تاییه ته بو قسه کردن، هه وای پتی لوته و ه
 ده چیت و زوره و ه پاشان له قورگه و ه بو که ناله کانی هه ناسه دان و پاشان بو
 سیه کان سوات خواتن و به ریج خواتن و به ریج خواتن و به ریج خواتن

ئەو ئۆكسجینهی له ههواكه دایه له گه‌ل ئه‌و خۆینهی له سییه‌كانه‌وه دهرده‌چیت به‌دنگه‌ژتییه‌كاندا تیپه‌رده‌بیٲ كه وه‌ك چه‌ند په‌رده‌یه‌ك وه‌هان، كركپاگه‌ی تاییه‌ت كه بییه‌وه په‌یوه‌ستن ده‌جولئین و به‌پیی کاریگه‌ربوونیان دنگه‌كان دروسته‌بن و دنگه‌كانیش دروستبوونی وشه‌یه و وشه‌كانیش رسته و رسته‌كانیش واته‌گفتوگۆ و ناخاوتن.

وینه‌ی دنگه‌ژتییه‌كان به‌جۆره‌ كامیرایه‌ك گه‌راوه كه خیراییه‌کی زۆر گه‌وره‌یان هه‌یه، هه‌موو ئه‌و ئه‌گه‌رانه‌ش كه له‌وینه‌گرتنه‌كاندا هه‌ن له‌ماوه‌ی ته‌نها (۱۰ چركه‌) دا پووده‌ده‌ن، ئه‌و پێكها‌ته‌ زۆر ورد و پێكوپێكه‌ی دنگه‌ژتییه‌كان هه‌یانه‌ واده‌كهن مروه‌ف بتوانیت بدویت و قسه‌بكات.

پیش قسه‌كردن دنگه‌ژتییه‌كان له‌دۆخیکێ كراوه‌دان، له‌كاتی قسه‌كردندا دنگه‌ژتییه‌كان كۆده‌بنه‌وه و به‌هۆی تیپه‌پبوونی هه‌وا له‌كاتی هه‌ناسه‌دانه‌وه‌دا ده‌له‌رنه‌وه و دنگه‌ دهرده‌كهن.

پێكها‌ته‌ی ده‌م و لوتیش به‌جۆریكه‌ هه‌موو سیفه‌تیکی تاییه‌تی پنیویست به‌دنگه‌به‌خشیت. له‌وكاته‌ی وشه‌كان له‌ده‌مه‌وه دهرده‌چن، زوبان له‌دۆخیکێ تاییه‌تدا ده‌بیٲ له‌نیوان نزیكبوونه‌وه و دووركه‌وتنه‌وه له‌سه‌قفی ده‌مه‌وه به‌بێرێکی دیاریكراو، له‌گه‌ل هاتنه‌وه‌یه‌ك و فراوانبوونی لیوه‌كان، هه‌روه‌ها له‌م كرده‌ره‌شدا ماسولكه‌ی زۆریش به‌شێوه‌یه‌کی خیرا ده‌جولئین.

ئه‌گه‌ر به‌ته‌واوی یاساكانی جولانی زوبان بنوسریته‌وه و باس بكریت له‌كاتی دهرچوونی ته‌نها پیتێكدا كه زوبان وه‌ك پارچه‌ گۆشتیکێ نیو ده‌م ده‌بێ له‌كویدا بیٲ و هه‌ناسه‌دانه‌وه و هه‌وا‌ی نیو سییه‌كان چۆن بیته‌ دهره‌وه و شیوازی لیوه‌كان چۆن بن و كامه‌ له‌ماسولكه‌كان له‌كاتی دهرکردنی ئه‌و پیته‌دا كاره‌كهن و چۆن كاره‌كهن كه ئایا ده‌كشین یان دینه‌وه‌یه‌ك؟ ئه‌وا گرانی و قورسییه‌کی زۆر هه‌ست پیده‌كریت ته‌نها له‌ وٲنی

یهك پیتدا، چ جای وشه و پرسته یهك و پاشان ئاخاوتن و قسه کردنی زۆر. هه موو ئه مانه ش خۆنه ویستن و بهرنامه ریژییه کی زۆر ورد و زانستیه که پهروهردگار له میشکی هه موو مروؤفیکدا به دیهیناوه.

وهك باسیشکرا منداڵ له ته مه نی (۲-۳ سالی) دا هه یچ ده رباره ی جولله ی زوبان و ماسولکه و لیه و کان و دهنکه ژیه کان و هه وا و ئوکسجینی وهرگیراو و دووم ئوکسیدی کاربۆنی دراوه نازانیت و ده وریه ریشی به هه یچ جوړیک ناتوانن فیژی ئه و زانیاریه وردانه ی بکه ن، به لام به خششیکه پهروهردگار به وته ی ﴿عَلَّمَهُ الْبَيَانَ﴾ که که سه که فیژی ئاخاوتن و قسه کردن ده بیئت.

مروؤف له ته مه نیکی دیاریکراودا (هه رچه ند که موکوریش هه یه) ده ست به ده ربهرینی پیت و پاشان وشه و لکاندنی وشه کان ده بیئت و له پاش تییه پهبونی ته مه ن و وردبوونه وه وه ده توانیت بیر و هزر بخاته نیو پرسته به کارهینراوه کانیه وه له کاتی گفتوگۆدا و پاشانیش گریدانی بیر و وینه کان پیکه وه و به راوردکردنیان دیته دی...

به پاستی چه ند سیستمی ئاخاوتن و توانای قسه کردن ئالۆز و پر یاسایه هینده ش پهروهردگار به ئاسانی و وهك به خششیک به ساده یی کردویه تیه دیاری بو مروؤف. گرنکه مروؤفیش سوپاسگوزار بیئت له سه ر سه رجه م نیعمه ته کان و له و نیعمه تانه ش نیعمه تی قسه و ئاخاوتن.

بسیار از این گیاهان را در کتب طب و داروسازی و همچنین در کتب باغبانی و کشاورزی
 ذکر کرده اند. این گیاهان را می توان در مناطق سردسیر و معتدل به راحتی پرورش داد.

پرووخسار ئاوینه‌ی دهروونه

له‌ئایه‌ته‌کانی قورئانی پیروزدا به‌پروونی باس له‌وه کراوه که کاتیک مروّ
 توشی خه‌م و په‌ستی و بی‌تاقه‌تی ده‌بیئت پرووخساری ره‌ش هه‌لده‌گه‌ریت،
 به‌ده‌قی ئه‌و ئایه‌ته‌ی که ده‌فه‌رمویت: ﴿وَإِذَا شَرَّ أَحَدُهُمْ بِالْأَنْثَىٰ ظَلَّ
 وَجْهَهُ مُسَوِّدًا وَهُوَ كَظِيمٌ﴾ النحل/۵۸، واته: خوئه‌گه‌ر مژده‌ی بوونی کچ
 به‌یه‌کیک (له‌و نه‌فامانه) بدریت پروی گرز و تال ده‌بیئت و ره‌ش
 داده‌گیرسیت و سینه‌ی پر ده‌بیئت له‌خه‌م و په‌ژاره.

هه‌روه‌ها هه‌مان کاریگه‌ری له‌سه‌ر مروّ دروسته‌بیئت به‌هوی داخ
 خواردن و په‌شیمان بوونه‌وه‌وه، وه‌ک ده‌فه‌رمویت: ﴿وَإِذَا شَرَّ أَحَدُهُمْ بِمَا
 ضَرَبَ لِلرَّحْمَنِ مَثَلًا ظَلَّ وَجْهَهُ مُسَوِّدًا وَهُوَ كَظِيمٌ﴾ الزخرف/۱۷، واتنه:
 ئه‌گه‌ر یه‌کێکیان هه‌والی بدریتی به‌هوی بو‌خوای میهره‌بان به‌په‌وای
 ده‌زانن پرووخساری ره‌ش هه‌لده‌گه‌ریت و له‌ده‌رووندای هه‌ر خووی
 ده‌خواته‌وه.

له‌و ئایه‌تانه‌دا راستیه‌کی گرنگ هاتوه‌ه، ئه‌ویش ئه‌وه‌یه‌ که پرووخساری
 مروّ ئاوینه‌ی ده‌روونییه‌تی، مروّ ده‌توانیت بارود‌خ‌ی به‌رامبه‌ره‌که‌ی
 بزانیئت ته‌نها به‌پوانین له‌پرووخساری که‌سه‌که، ئه‌مه‌ش به‌پیی ئه‌و ئایه‌ته‌ی
 که ده‌فه‌رمویت: ﴿تَعْرِفُ فِي وُجُوهِ الَّذِينَ كَفَرُوا الْمُنْكَرَ﴾ الحج/۷۲،
 واته: له‌پرووخساری ئه‌وانه‌دا که بیباوه‌پن تالی و گزئی به‌دی ده‌که‌یت.

یان په‌روه‌ردگار ده‌فه‌رمویت: ﴿سَيَمَاهُمْ فِي وُجُوهِهِمْ مِّنْ أَثَرِ

السُّجُودِ الفتح/ ۲۹، واته: نیشانه‌ی چاکی و پاکیان له ناوچه‌وانیاندنا دیارییه و ده‌دره‌وشیتته‌وه له ئەنجامی سوژده‌بردنیانه‌وه.

نیعجازی زانستی ئەم ئایه‌تانه نه‌زانابوون تا‌کو زانست له لیکۆلینه‌وه‌کانیدا پیشکه‌وت. لیکۆلینه‌وه پزیشکی و سایکۆلۆژییه‌کان سه‌لماندیان به‌راستی پووخسار ئاویته‌ی ده‌روونه، به‌ته‌واوی وه‌ک ئه‌وه‌ی پیشتر قورئانی پیروژ باسی لیوه کردووه.

"ذ‌ج‌ایلورد ه‌اروز" ده‌لیت: "پووخسارت په‌یامبه‌ری تویه بو جیهان، لییه‌وه خه‌لکی ده‌توانن بارودۆخی تو بزانن، به‌لکو ده‌توانیت ته‌نها به‌سه‌یرکردت بو ئاویته‌ بارودۆخت به‌ته‌واوی بزانیته و له پووخسارت بپرسی: چی ده‌وئیت؟ ئەو بازنه ره‌شانه‌ی له‌ژیر چاوه‌کاندا ه‌ن به‌لگه‌یه‌کی پوون ده‌بن له‌سه‌ر پیویستی مروّقه‌ به‌ خواردن و پاکژکردنه‌وه‌ی ئەو که‌شه‌ی نیایدا ده‌ژی، بویه پیویستی به‌خواردن و ه‌وا ه‌یه ... ه‌ه‌روه‌ها ئەو چرچولۆچیانه‌ی به‌ ده‌موچاوی که‌سه به‌ته‌مه‌نه‌کانه‌وه دیاره کۆمه‌له نیشانه‌یه‌کن له‌سه‌ر چۆنیته‌ی گۆزه‌راندنی ژیانیان."

پزیشکی نوێ ده‌لیت له‌پووخساری مروّقد (۵۵ ماسولکه) ه‌یه به‌بی هوشیاری و ویستی خۆمان له‌ده‌ربیرینی سۆز و ه‌ه‌لچوونه‌کاندا به‌کاریان ده‌هینن، به‌ده‌وری ئەم ماسولکانه‌دا ده‌مار ه‌ن که به‌میشکه‌وه به‌ستراون و له‌رینگای میشکیشه‌وه ئەم ماسولکانه به‌سه‌رجه‌م ئەندامه‌کانی تری له‌شه‌وه ده‌به‌سه‌رینه‌وه.

به‌هه‌مان شیوه هه‌موو ئەوه‌ی له‌ده‌رووتندا لیکۆ ده‌دینه‌وه یان له‌هه‌ر به‌شیکێ جه‌سته‌دا هه‌ستی پیده‌که‌یت، له‌سه‌ر پووخسارت په‌نگ ده‌داته‌وه، وه‌ک ئازار که به‌ته‌واوی و نۆز به‌پوونی به‌پووخساره‌وه دیاره، هه‌روه‌ها دلخۆشی و به‌ختیاری شوینی ده‌رکه‌وتنیان هه‌ر پووخساره‌وه...

به شیوه‌ی کی گشتی هموو بابهت و مه‌سه‌له‌کانی ده‌روون و ناخی مرؤف یان هه‌سته‌کانی جه‌سته (چاک بن یان خراپ) له‌سه‌ر پووخساری مرؤف کاریگه‌ری پوون داده‌نین. هه‌ریویه پووخسار تاکه به‌شیکه له له‌شدا که خاوه‌نه‌که‌ی ده‌ناسینیت و هه‌وال ده‌رباره‌ی بارودوخه‌کانی ده‌دات، هیچ نه‌ندامیکی جه‌سته نییه (جگه له پووخسار) بتوانریت به‌هویه‌وه مرؤفی پی‌خوینریته‌وه.

زانایان ده‌لین ده‌توانریت سروشتی مرؤف و په‌وشته‌کانی له لۆچیه‌کانی ده‌موچاویدا بخوینریته‌وه. چرچولۆچیه پی‌شوه‌خته‌کان به‌ده‌وری چاوه‌کاندا ده‌گه‌رینه‌وه بۆ زۆر پیکه‌نین و خه‌نده کردن، به‌لام قول‌ه‌کان که له‌نیوان چاوه‌کاندا هه‌بن، به‌لگه‌ن له‌سه‌ر توپه‌یی و په‌شبینی. وتارییژه‌کان و نمونه‌ی وتارییژان وه‌ک مافه‌روه‌ر و نه‌کته‌ر زۆرجار له‌ناوه‌پاستی پوومه‌تیاندا هیلی قول ده‌رده‌که‌ون، به‌جۆریک تا نزیکی چه‌ناگه‌یان دریزه‌بهنه‌وه.

"د.ئه‌لیکسیس کاریل" خاوه‌نی خه‌لاتی توبل له پزیشکی و هه‌ناودا، ده‌لیت: "شیواز و شیوه‌ی پووخسار ده‌که‌ویته‌سه‌ر نه‌و بارودوخه‌ی ماسولکه (کشاوه‌کان) تیایدان، که له‌چه‌وری ژیر پی‌ستدا ده‌جولین، بارودوخه‌ی نه‌م ماسولکه‌نه‌ش له‌سه‌ر حاله‌ت و شیوه‌ی بیرکردنه‌وه‌کان به‌نده".

هه‌موو مرؤفیک ده‌توانریت نه‌و ده‌سته‌واژه‌یه‌ی ده‌یه‌ویت له‌سه‌ر پووخساری بنوینیت، به‌لام به‌پله‌به‌ندی پووخساری که‌سه‌که نه‌و شیواز ده‌گریت و پاریزگاری له‌و ده‌مامکه ده‌کات... بارودوخه‌ی ده‌روونیه‌کانیش هه‌رچونیک بن، له‌گه‌ل به‌ره‌و پی‌شچوونی ته‌مه‌ندا ده‌بیته‌ وینه‌یه‌کی لیکچووی هه‌ست و سۆزه‌کانی که‌سه‌که و خواست و هیواکانی.

ههروه‌ها پووخسار ده‌توانیت له‌پووی چالاکى ههسته‌وه گوزارشت له‌کۆمه‌له مه‌سه‌له‌یه‌کی قولتر بکات، بۆنمونه (سه‌ره‌پای زیره‌کی و خواست و سۆزه‌کانی و خووه نه‌ینیه‌کانی) وه‌ک ئاماده‌باشی بۆ نه‌خۆشی ئەندامه‌کانی جه‌سته و دل.

له‌راستیدا دیمه‌نی ئیسکه‌په‌یکه‌ر و ماسولکه‌کان و چه‌وری و پێست و مووی پێست ده‌که‌ونه سه‌ر خۆراکپێدانی شانەکان و خۆراکی شانەکانیش پابه‌ندن به‌پیکهاتە‌ی ناوه‌ندی ناوه‌کی، واته به‌جۆره‌کانی چالاکى پزینه‌کان و کۆئه‌ندامی هه‌رسیه‌وه، هه‌ریۆیه دیمه‌نی جه‌سته به‌ته‌واوی بارودۆخی ئەندامه‌کان ده‌رده‌خات، له‌به‌رئەوه ده‌توانین بڵێین "پووخسار بچوکه‌راوه‌ی هه‌موو جه‌سته‌یه"، به‌و مانایه‌ی بارودۆخی ئەندامه‌کانی هه‌موو جه‌سته له‌پووخساردا ده‌خوینریته‌وه. پێچه‌وانه‌که‌ره‌وه‌ی حاله‌تی فرمانی پزینی ده‌ره‌قی و گه‌ده و پرخۆله‌کان و کۆئه‌ندامی ده‌ماره له‌یه‌که‌کاتدا.

له‌توانای تیبینیه‌ ورده‌کاندا‌یه که ده‌ریبخه‌ن، تۆ مرۆفیکت هه‌یه و له‌سه‌ر پووپه‌پری پووخساری سه‌رجه‌م وه‌سفه‌کانی جه‌سته و پۆخی هه‌لگرتوه‌.

به‌مجۆره، زانست له‌م کۆتایانه‌دا ده‌گاته ئەو پێشینه‌یه‌ی قورئانی پیرۆز که باس له‌و راستیه ده‌کات (پووخسار ئاوینه‌ی ده‌روونه) پووخسار بارودۆخه‌کانی مرۆف ئاشکرا ده‌کات، به‌تایبه‌ت سۆزیه‌یه‌کانی و ئەوانه‌ی په‌یوه‌ستن به‌هه‌ست و ویژدانه‌وه. بۆیه زۆر ئاسانه له‌سه‌ر پووخساری مرۆفیک تیبینی خه‌م و په‌ژاره و په‌شیمانیه‌یه‌کانی بکریت، به‌و نیشانانه‌ی له‌سه‌ر پووخساری دروستده‌بن، پێچه‌وانه‌ی ئەو حاله‌تانه‌ش وه‌ک دلخۆشی و ئارامی و سه‌کینه‌ت دیسانه‌وه له‌سه‌ر پووخسار به‌ نیشانه‌کانی رازیبوون و نوور ده‌رده‌که‌ون.

سازمان پژوهش و فرهنگ، تهران، ۱۳۸۱، ص ۱۰۰-۱۰۱
 ۱۰. موسیقی و رقص در ایران، تهران، ۱۳۸۱، ص ۱۰۰-۱۰۱
 ۱۱. موسیقی و رقص در ایران، تهران، ۱۳۸۱، ص ۱۰۰-۱۰۱
سهرچاوه گان
 ۱۲. موسیقی و رقص در ایران، تهران، ۱۳۸۱، ص ۱۰۰-۱۰۱

۱. تفسیری تاسان، بورهان محمد امین
۲. موسوعة الإعجاز العلمي في القرآن الكريم، عبدالرحيم الفارديني
۳. موسوعة الإعجاز العلمي في القرآن الكريم و السنة المطهرة، مؤلف الحاج أحمد
۴. الموسوعة الذهبية في إعجاز القرآن الكريم و السنة المطهرة، د.أحمد مصطفى متولى
۵. موسوعة الإعجاز القرآني في العلوم والطب أو الفلك، د.نادية طيارة
۶. موسوعة الإعجاز العلمي في القرآن و السنة (آيات الله في الإقسان)، د.محمد راتب التابلسي
۷. الإعجاز العلمي في الإسلام و السنة النبوية، محمد كامل عبدالصمد
۸. حقائق العلم الحديث (۱-۱)، عبدالرحمن العصافي
۹. معجزات القرآن، هارون يحيى
۱۰. الإعجاز الطبي في القرآن، السيد الجميلي
۱۱. مع الطب في القرآن الكريم، د.عبدالحميد دياب - د.أحمد قرقوز
۱۲. الطب في ظلال القرآن والسنة (كتيب)، كلية الطب - جامعة الموصل
۱۳. مجلة الإعجاز، عدد (۴)
۱۴. جند ينگه به كي ئينته رننت، به تايهت ههردوو ينگه ي ئه ليكتروني

