«ژنی ئێمە لەڕووی فکرییەوە پتەو نیین»

18 «««

بەساڵاچووانیش حەزیان لەناردنی کورتەنامەیە

16 «««

حاخامێک: سێکس لەبەرامبەر بوون بەجولەکەدایە!

11 «««

سەرنوسەر: شوان ئادەم ئەیڤەس

www.Nnmnm.com

ژمارە: 6 رۆژنامەیەکی کولتوریی گشتییە ئێوارانی پێنجشەممان بڵاودەکرێتەوە پێنجشەممە 2009/12/31 نرخ: 1000 دینار

ساڵی نوێتان پیرۆز بێت

رۆژنامەی نم نم گەرمترین‌و جوانترین چەپکە گوڵی پیرۆزبایی
لەسەرجەم‌مەسیحیەکانی‌کوردستان‌دەکات‌وساڵی‌نوێ‌لەگەڵانی‌هەرێمی‌کوردستان‌پیرۆزدەکات.
رۆژنامەی نم نم ئاگاداری خوێنەرانی دەکاتەوە کە لەیەکەم ژمارەی ساڵی نوێوە،
چەند گۆڕانکارییەك لە شێوەی فۆنت‌و نەخشەسازی رۆژنامەکەدا دەکات.
دووبارە ساڵی نوێتان پیرۆز بێت‌و هەموو رۆژێکتان جەژن‌و شادی بێت.

کۆمپانیاکان
متمانەیان پێناکرێت

بەپێی یاسایی کارکردنی لەکەرتی تایبەتدا رێکخراوەو پێویستە خاوەنکارەکان پەیڕەوی ئەو یاسایە بکات، بەڵام بەهۆی چاودێری نەکردنی وردی کۆمپانیا ئەهلییەکان لەلایەن حکومەتەوە، زۆرێک لەکۆمپانیاکان رەچاوی کاتژمێری کارو ماوەی گرێبەست‌و موچەی کارمەندەکانیان ناکەن‌و ئەوەش بووەتە هۆی بێمتمانەیی بەرامبەر کۆمپانیا ئەهلیەکان.
سوزان ئاشوریی فەرمانبەری کۆمپانیایەکی ئەهلییەو هیچ هیوایەکی بەو کۆمپانیایە نەماوە کە کاری تیادەکات، چونکە دەترسێت لەکاتێکی چاوەڕوان نەکراودا کارەکەی لەدەست بدات‌و ئەو ماوە زۆرەی لەوێ کاری کردووە بەبێ خزمەت بۆی دابنرێت.

3 «««

ئەرمەنییەکان
کوردستان بەجێناهێڵن

ئەرمەنەکانی کوردستان بەهۆی کۆمەڵکوژییەکەی ساڵی ١٩١٤ی تورکیاوە کە بەرامبەریان کراو نزیکەی ملیۆن‌و نیوێک ئەرمەنی کوژران.
ژمارەیەکیان بەرەو هەرێمی کوردستان بەڕێکەوتن‌و لەئێستادا ڕێژەیان نزیکەی ٣٢٠٠ هاووڵاتی دەبن، کە بەزمانی کوردی دەدوێن‌و دڵخۆشن بەمانەوەیان لەشاروشارۆچکەکانی هەرێم.

8 «««

کچانی هەرزەکار
پێویستیان بەچییە؟

پەردەی کچێنی‌و جۆرەکانی‌و چۆنیەتی عادەبوونی کچان‌و ئەو گرفتانەی روبەڕوویان دەبنەوە لەشەوی بوکێنی‌و هەندێ پرسی دیکەی تایبەت بەجەستەی ئافرەتان بوونە تەوەری سەرەکی دیمانەیەکی نم نم لەگەڵ د. ژیان عەبدولڕەحمان پسپۆری نەخۆشییەکانی ژنان‌و منداڵبوون‌و نەزۆکی.
ئەو پسپۆڕەی نەخۆشییەکانی ژنان جەخت لەوە دەکاتەوە کە لەسەر دەزگاو دامەزراوە پەروەردەییەکانی هەرێمی کوردستان پێویستە بەشێوەیەکی سیستماتیک کار لەسەر هۆشیارکردنەوەی کچان‌و کوڕان بکەن لەبارەی پێداویستییە فسیۆلۆژیی‌و غەریزەکانیان، هاوکات ئەو دەرکەوت‌و نیشانانەشیان بۆ روون بکەنەوە کە لەقۆناغەکانی تەمەنیاندا دێنەرێیان.

15 «««

هێرۆ عەزیز:
هێشتا شۆکی خەڵاتەکە بەرینەداوم ...

««« 12

حکومەتی هەرێم چاودێری وردی لەسەریان نییە

کارمەندانی کۆمپانیا ئەهلییەکان متمانەیان بەکارەکەیان نییە

بەپێی یاسای کارکردنی لەکەرتی تایبەتدا ڕێکخراوەو پێویستە خاوەنکارەکان پەیڕەوی ئەو یاسایە بکەن، بەڵام بەهۆی چاودێری نەکردنی وردی کۆمپانیا ئەهلییەکان لەلایەن حکومەتەوە، زۆرێک لەکۆمپانیاکان ڕەچاوی کاتژمێری کارو ماوەی گرێبەستو موچەی کارمەندەکانیان ناکەنو ئەوەش بووەتە هۆی بێمتمانەیی بەرامبەر کۆمپانیا ئەهلیەکان.

لەیلا مەحمود ـ کەرکوک

سوزان ئاشوریی تەمەن ٣٢ساڵ، فەرمانبەری کۆمپانیایەکی شاری کەرکوکەو هیچ هیوایەکی بەو کۆمپانیایە نەماوە کە کاری تیادەکات، چونکە دەترسێت لەکاتێکی چاوەڕوان نەکراودا کارەکەی لەدەست بداتو ئەو ماوە زۆرەی لەوێ کاری کردووە بەبێ خزمەت بۆی دابنرێت، «ئەگەر ئەم کارە لەدەست بدەم، دەبێت ماوەی ساڵێک بەشوێن کارێکی نوێدا بگەڕێت، بۆئەوەی بەشێک لەپێداویستی مادی خێزانەکەم پڕبکەمەوە».

سوزان، جەخت لەوە دەکاتەوە کە لەناچاریدا ڕەفتاری خراپی خاوەن کۆمپانیاکەش قبوڵ دەکات، کە بەوتەی خۆی خەریکە توشی نەخۆشی دەروونی دەبن، بەدەستیەوە، لەبەرئەوەی هەلی کار کەمەو بەئاسانی کاریان دەست ناکەوێت.

گەنجان باوەڕیان بەکۆمپانیا ئەهلییەکان نییە

«نەبونی متمانە گەنجانی بێئەمەل کردووە»، ئاودێر کەمال تەمەن ٢٩ساڵ، دەرچووی بەشی کیمیای زانکۆی سلێمانییەو ماوەی سێ ساڵە لەکۆمپانیایەکی ئەهلی لەشاری سلێمانی کار دەکاتو، باس لەوە دەکات کە ئەو لەبەرامبەر ئەو کاری دەیکات موچەیەکی کەم وەردەگرێتو هیچ ئیمتیازێکی تری نییە، «دوو هێندەی فەرمانبەرێکی حکومی ماندوو دەبم، کەچی موچەکەم وەکو ئەوانەو هیچ خزمەتێکیشم بۆ حساب نییە«.

ئاودێر، ئاماژە بەوە دەدات ئەگەر چەند ڕۆژێک بەهۆی سەرقاڵیو نەخۆشییەوە نەتوانێت دەوامی کۆمپانیاکەی بکات کارەکەی لەدەست دەداتو ئەو ماوەیەشی کاری کردووە بۆی ناکرێتە خزمەتو خانەنشینی.

دەرچوانی زانکۆو پەیمانگاکان بەخەونی دامەزراندنەوە خوێندن تەواو دەکەن، بەڵام ساڵانە تەنها چەند کەسێک لەو خوێندکارە دەرچوانە لەفەرمانگە حکومییەکان دادەمەزرێن.

یوسف شەفیقی تەمەن ٣٢ساڵ، ماوەی پێنج ساڵە بەشی کارگێڕی زانکۆی تەواوکردووە، بەڵام لەهیچ فەرمانگەیەکی حکومی ناوی نەهاتووەتەوەو لەو کاتەوەی زانکۆی تەواوکردووە لەسێ کۆمپانیادا شاری هەولێردا کاری کردووە، «لەچوار فەرمانگە داوای دامەزرانم کردووەو دانەمەزراوم، لەسێ کۆمپانیاش کارم کردووە، تەنها موچەی مانگانەکەم وەردەگرمو هیچی تر». بەوتەی ئەو گەنجە کۆمپانیا ئەهلییەکان نابنە جێگەی متمانەی کارمەندان.

خاوەن کۆمپانیاکان چی دەڵێن؟

فاتن ڕەشید خاوەنی کۆمپانیای فاتن، ئاماژە بەوە دەدات کە ئەوان ژمارەیەک کارمەندیان هەیەو ڕۆژانە لەکاتژمێر حەوتی بەیانی بۆ ١١ی شەو کار دەکەن، ئەو ڕۆژانەشی بەفرو باران بێت کارمەندانی کۆمپانیاکەیان دەبەن ناو هۆڵەکانەوە بۆکارکردن.

دەربارەی ڕۆژانی پشوو مۆڵەتی کارمەندان، ئەو خاوەن کۆمپانیایە جەختی لەوەکردەوە کە ئەگەر ڕۆژێک کارمەندان ئیشیان هەبێت یان پێویستیان بەمۆڵەت بێت، پێویستە پێشتر ئاگاداریان بکەنەوەو «ئێمەش مۆڵەتیان دەدەینێ»، چونکە لەیەکەم ڕۆژەوە قسە لەسەر کاتو مووچەی کارمەندان دەکەن.

بەوتەی خۆی ماوەیەک لەمەو بەر موچەی کارمەندان ملیۆنێکو دووسەدو پەنجا هەزار بووە، بەڵام ئێستا بۆیان کردوون بەملیۆنێکو چوار سەد هەزارو نانی نیوەڕۆش لەسەر خۆیانە.

یاسا جیاوازی ناهێڵێت

هێمن کامیل، کۆمەڵناسو مامۆستای پەیمانگای مامۆستایانی کەرکوک، باس لەوە دەکات کە سەرچاوەی گرفتی کارمەند لەگەڵ کۆمپانیاکاندا بۆ ئەوە دەگەڕێتەوە کە خاوەن کۆمپانیاکان خۆیان بەسەرچاوەی بژێوی کارمەندەکانیان دەزانن‌و ڕۆژانەش ئەمەیان پێدەفرۆشنەوە، بەڵام لەکەرتی گشتیدا بەو جۆرە نییە.

ناوبراو، پێوایە جیاوازی نێوان ئەو دوو کەرتە لەوەدایە کە حکومەت سەرچاوەی دابینکردنی موچەی کارمەندو فەرمانبەرەکانەو ئەگەر کارێکی نایاسایی نەکەیت هیچ کەسێک ناتوانێت مامەڵی خراپ لەگەڵ کارمەندەکانی بکات یان نانبڕاویان بکات، بەڵام لەکەرتی تایبەتدا هەموو شتێک بەمەزاجی خاوەن کارەکەیە.

بەبڕوای هێمن، ئەگەر کەسێک بەشێوەیەکی نائاسایی گەیشتبێت بەو ئاستە ئابورییەو بوبێت بەخاوەنی کۆمپانیا لەماوەیەکی کەمدا، هۆکارێکی ترە بۆ خراپ مامەڵەکردنی لەگەڵ ئەو کەسانەی لەکۆمپانیاکەیدا کاردەکەن.

شارەزایانی بواری یاسا جەخت لەوە دەکەنەوە کە بە بەرقەراربوونی یاسا کۆسپو تەگەرەکانی نێوان چینەکانی کۆمەڵگە دەشکێنێتو جیاوازی ناهێڵێت.

د.لەتیف شێخ مستەفا مامۆستای زانکۆی سلێمانی، جەخت لەوە دەکاتەوە کە لەزۆربەی وڵاتانی جیهاندا خەڵک زیاتر لەکەرتی تایبەتدا کار دەکەن، تا کەرتی گشتی، بەڵام بەپێی یاسا هەموو کارەکان ڕێکخراوەو کەس ناتوانێت هەقی کەس بخوات، «ئەگەر لەهەرێمی کوردستانو عێراقیشدا یاسایەکی تۆکمەتر دابڕێژرێتو هەقی کارمەندانی تیا بدرێتو پەیڕەو بکرێت ئەو کێشانە نامێنن».

فۆتۆ: ئاکام شێخ هادی _ ئاژانسی میترۆگرافی

کارمەندانی کۆمپانیاکان لەدڵەڕاوکێدان لەبارەی مانەوە یان لەدەستدانی کارەکانیان

ژن دوژمنی ژنە یان هی پیاو؟

«زۆرجار کێشەی ژنو خەسوو، هەڵهاتنی کچان لەماڵی باوکیان ڕوومان تێدەکەن»

هەرچەندە ڕێکخراوەکانی ژنانو بەڕێوەبەرایەتیەکی تایبەت بەتوندوتیژی دژی ژنان دامەزراوە، بەڵام ڕۆژانە توندوتیژی بەرامبەر ڕەگەزی مێینە بەردەوامەو بەپێی ئامارێکی بەڕێوەبەرایەتی بەدواداچوونی توندوتیژی دژ بەژنان، لەساڵی ٢٠٠٩ دا لەپارێزگای دهۆک ٧٤٥ حاڵەتی توندوتیژی تۆمار کراون.

تایبەت بەنم نم ـ دهۆک

بەڕێوبەری بەڕێوبەرایەتی بەدواداچوونی توندوتیژی دژ بەژنان د.سامی جەلال لەپارێزگای دهۆک ئاماژە بەوە دەدات کە لەساڵی ٢٠٠٧، ٦٣حاڵەتی کوشتنی ژنانو ٥٨حاڵەتی خۆسوتاندن لەدهۆک

د.سامی جەلال

ڕوداوە، بەڵام لەساڵی ڕابردوودا ڕێژەی کوشتنو خۆسوتاندن کەم بوونتەوەو لەو ساڵەدا تەنها ٢٣کەس بەهۆی توندوتیژەییەوە گیانیان لەدەست داوە، «١٣ ژن لەلایەن کەسوکاریانەوە کوژراونو ١٠شیان خۆیان کوشتووە، ٥٨ ژنیش سوتاون کە هەندێکیان قەزاوقەدەر بووە».

د.سامی باس لەوە دەکات کە لەساڵی ڕابردوودا ٦٣٪ی کوشتنو ٣٩٪ خۆسوتاندن کەمیکردووە. ئەو بەڕێوەبەرە ئاماژەی بەوەدا کە لەسەرەتای ساڵی ٢٠٠٩ تا ١١/٢٥، کە ڕۆژی توندوتیژی دژی ژنانە، ٦٢ ئافرەتیان لەکوشتن ڕزگار کردووەو کێشەی ٣٢ حاڵەتی کوشتنیش چارەسەرکردووە، «لەساڵی ٢٠٠٨ دا، ٢٨ ژن هەوڵی خۆکوشتنی داوەو ١٠ ژنیان گیانیان لەدەستدا، ١٨ ژنەکەی تر ڕزگاریان بووە».

بەوتەی ئەو بەڕێوەبەرە هەر لەوساڵەدا ٤٩٥ سکاڵا لەبەڕێوەبەرایەتیەکەی ئەواندا تۆمارکراون، کە ٣٠٩ کێشەیان چارەسەرکراونو ١٨٦ کێشە تر ڕووداوی ساڵی ٢٠٠٨ تا ئێستا چارەسەر نەکراون.

ژنان هۆشیار بوونەتەوەو سکاڵا تۆمار دەکەن

بەپێی ئامارەکانی ئەو بەڕێوەبەرایەتییەکە لە١/١ تا ٢٠٠٩/١٠/٣١ تەنها لەدهۆک ٧٤٥حاڵەتی توندوتیژی تۆمارکراون، ١٠ حاڵەتی کوشتنی ژنان، ١١ حاڵەتی خۆکوشتن، ٦٤ حاڵەتی خۆسوتاندن، ٤١ سکاڵا تۆمارکراوە، ١٠ حاڵەتی دەستدرێژی سکێسی، ٦٢ هەوڵی خۆکوشتن لەلایەن ژنانەوە دراوە.

د.سامی جەلال جەخت لەوە دەکاتەوە کە ئێستا کوشتنو سوتانی ژنان ڕوو لەکەمبوونەوەیە، بە بەراوردی لەگەڵ تۆمارکرنی ئەو سکاڵانەی لەلایەن ژنانەوە تومار دەکرێن، «ژنان ئێستا هۆشیاربونەتەوەو ناهێڵن مافیان بخورێت، ڕودەکەنە بنکەکانی پۆلیسو سکاڵا تۆمار دەکەن لەبری ئەوەی خۆیان بکوژن».

دەرەباری هۆکارەکانی خۆکوشتنو خۆسوتانی ژنان، ناوبراو پێداگری لەسەر ئەوە کرد کە پیاوان دەتوانن لەبەردەم کێشەکاندا خۆیان بگرن، بەڵام زۆرینەی ژنان کەمتر ئارام دەگرنو ناتوانن بەسەر کێشەکاندا زاڵ ببن».

بەبڕوای ئەو بەرپرسە ئەگەر کچێک لەقوتابخانە دەرنەچێت یان کەسێکی نزیکی کچێک تورە بکات، یەکسەر دەچێت بیر لەخۆکوشتنو خۆسوتان دەکاتەوە، «هەرکاتێک ژنانو کچان کێشەیان هەبوو، پێویستە پەیوەندی بەبەڕێوەبەرایەتی توندوتیژی دژی ژنان یان بنکەکانی پۆلیسەوە بکەن».

بەرگری لەژنان دەکەن یان هانیان دەدەن؟

بەڕێوبەری بەدواداچوونی توندوتیژی دژ بەژنان، جەخت لەوە دەکاتەوە کە ئەوان کاریان بەرگریکردنە لەژنانو گەڕانەوەی مافەکانیان، هاوکات ڕەتیکردەوە کە ئەوان ژنان هان بدەن دژی پیاوان، «ئێمە بێ لایەنینو بەیاسا کار دەکەین».

بەپێی وتەی ئەو بەڕێوەبەرە تا ساڵی ٢٠٠٨ شەش حاڵەتی ڕفاندنی کچان لەلایەن کوڕانەوە هەبووە کە چوار حاڵەتیان چارەسەرکراوەو کچەکان لەپیاوەکان مارە کراون، «کاری ئێمە مارەکردنی کچی ڕفێنراو نییە لەکوڕان، بەڵام هەرچی لەلادێکانەوە کچ دەفرێنێت ڕودەکاتە ئێمەو پێویستە ئێمە چارەسەرێکی کێشەکە بکەین».

د.سامی، ئاماژە بەوەش دەدات کە زۆرجار کێشەیان دەچێتە لا کە دوو ژن توندو تیژیان بەرامبەر یەک کردووە، وەکو ژنو خەسوو، دشو خووشک، دایکو کچەوە، جگەلەوەی کێشەی هەڵهاتنی کچان لەماڵی باوکیانەوە رویان تێدەکەن.

بێکاریی ... گەنجانو منداڵان بەلای یارییکردندا رادەکێشێت

دانیشتوانی شۆڕش سەریان کردوەتە سەر سیدیو پلەیستەیشن

ناحیەی شۆڕشی سەر بەقەزای چەمچەماڵ لەساڵی ١٩٨٧ دروستکراوەو زۆرترین کەسوکاری قوربانیانی ئەنفالو شەهیدانی لێ نیشتەجێیە , گەنجەکانی ئەو شارۆچکەیە , بەدەست بێکاریەوە دەناڵێننو بۆبەسەربردنی کاتەکانیان بەردەوام خەریکی یاری پلەی ستەیشنن.

فۆتۆ: سامان حەمە غەریب

پلەیستەیشن گەنجانو منداڵان لەیارییە گرووپییەکان دووردەخاتەوە

سارا عومەر لەچەمچەماڵ

«شەو هەیە لەکاتژمێر هەشتی ئێوارەوە بۆ شەشی بەیانی یاری دەکەین»، خالید محەمەدی تەمەن ٢٨ساڵ، بەوجۆرە لەکاتەکانی بێکاریی خۆی دەدوا.

ئەو، دەرچووی بەشی کارگێڕیی پەیمانگایەو باس لەوە دەکات , کە دوای دەوامی ئاسایی خۆی لەگەڵ هاوڕێو کەسە نزیکەکانی بەبەردەوامی خەریکی یاری پلەی ستەیشنە . بەلای خالیدەوە ئەو یاریە زۆر لەیاری کلاوێن خۆشترە کە تا دووساڵ لەمەوبەر لەو شارۆچکەیەدا باو بووەو کراوە .

خالید جەختی لەوە کردەوە کە پلەی ستەیشن نیوەی ژیانی داگیرکردوونو لەماڵەوەش بەردەوام لەگەڵ منداڵەکان خەریکی ئەو یاریەن، «زۆرجار لەباوکو مامەکانم دەبەمەوە، ئەوانیش بەوە زۆر تورە دەبن».

راقینی کوڕی خالید ئاماژە بەوە دەدات، کە یاری پلە یستەیشن یەکێکە لەیارییە دیارەکانی ئەمڕۆ، بەڵام لەو شارۆچکەیە زۆرترین گەنج تەنانەت منداڵیش ئالودەی بون , «کەم ماڵ هەیە لەم شوێنەدا کە پلەیستەیشنێکو چەند سیدییەکی نەبێت»، هەربۆیە راڤین پێوایە لەو شارۆچکەیەدا پلەیستەیشن جیاوازی لەنێوان گەورەو بچوکدا نەهێشتووەو هەموو خەڵک خەریکی ئەو یاریەن.

پلەیستەیشن دەستی حزبی تیدایە؟

عەدنان عەلی خاوەن پێشەنگای فرۆشتنو بەکرێدانی سیدیو پلەیستەیشن، جەختی لەوە دەکاتەوە کە لەئێستادا پلەی دوو، موشتەرییەکی زۆری هەیە، «بەهۆی سەرقاڵی خەڵک بەو یاریەوە کە سیدی تازەی یاری دەهێنین، یەکسەر خەڵک دەیبات»، بۆیە خەڵکی ناحیەی شۆڕش بەشێوەیەکی بەرچاو شەوان خۆیان سەرقاڵ کردوە بەو یاریەوە، بەخوێندەوارو نەخوێنەدەوارەوە .

بەرزان کەریمی تەمەن ٢٨ساڵ، دەرچووی بەشی یاسایەو تائێستا دانەمەزراوە , لەبەردەم دوکانەکەی عەدنان وەستابوو بۆئەوەی سەرەی بێتەوە یارییەکی تر بکاتو دیسان بیباتەوە . ئەو، ئاماژەی بەوە دەدا کە لەو شارۆچکەیەدا لاوانو منداڵان پشتگوێ خراون، «دووساڵە سەنتەرێکی گەنجان لەشۆڕش دروستکراوە، بەڵام تائیستا نەکراوەتەوە، بینای بەرێوبەرایەتی رۆشنبیری مناڵانیش دروستکراوە، لەبەر ململانێی حیزبی نەکراوەتەوە، ئەگەر ئەو یاریە نەبێت نازانم روو لەکوێ بکەم».

بێکاری ... منداڵو گەنج بەرەو پلەیستەیشن رادەکێشێت

سنوور دەرچوی بەشی کۆمەڵناسی زانکۆی سلێمانیەو تا ئێستا دانەمەزاروە یاری پلەیستەیشن بەدیاردەیەک ناودەبات کە شارۆچکەکەیانی گرتوەتەوەو، «ئەم یاریە بۆ بەدیاردە , بەشێک لەگەنجەکان پێوە ئالودەن , بێکاریەکی زۆر هەیەو ئەمەش وایکردوە کە زۆربەی ماڵەکان شەڕو ئاژاوەی تێدابێت , تەنانەت رێژەی تەڵاقدانو هێنانی دووژن زۆر زۆرە».

ئەو خاتونە جەخت لەوە دەکاتەوە کە کێشە کۆمەڵایەتییەکانی وەک کوشتنو تەقەکردن لەو ناوچانەدا بونەت مۆرکو رۆژبەرۆژلەزیادبووندان. سنور، ئاماژە بەوە دەدات کە ئەو یاریە جگەلە کوڕی گەنجو منداڵ , پیاوی بەتەمەنو ژنیشی سەرقاڵ کردووە، «پلەیستەیشن، نەخۆشییەکە مامۆستاو فەرمانبەرو کەسە خوێندەوارەکانیشی گرتۆتەوە، ئەگەر بۆساتێکیش بێت، خەڵک رێی بکەوێتە ئەم شارۆچکە بەدڵنیایەوە سەری سوڕ دەمێنێت»، هەربۆیە ئەو یارییە بەنەخۆشییەکی خراپ ناودەبات کە کاریگەریی خراپ لەسەر ئایندەی منداڵان بەجێدەهێلێت، «بەتایبەت ئەو یارییانەی کە شەڕی تێدایە».

پلەیستەشن .. نەیاریشی هەیە

سیروان ئەحمەد، کە لەناو هاورێکانیدا بەیاریزانیکی شارەزای کلاوێن ناسراوە، ئاماژە بەوە دەدات کە ساڵانی پێشوو بۆیاری کردن چەند گوندێکی دووری ناوچەکەیان بڕیوە، بەڵام ئیستا بەهۆی پلەیستەیشنەوە لەماڵەوە دانیشتوەو زۆرجار لەگەڵ گوڵەی خێزانی یاری کلاوێن دەکات، «پلەیستەیشن ئەوەندەی یاری کلاوێن خۆش نییە».

لەلایەکی دیکەوە ساڵح باوەی تەمەن ٦١ساڵ، کە خەریکی یاری نۆرسکێن بوو، سەیری هاوڕێکانی دەکردو باسی لەوە دەکرد، کە یارییەکانی ئەوان لەکۆندا زیاتر دۆمینەو نۆڕسکێنو کلاوێنو تاوڵە بووە، بەڵام بەهۆی گۆڕانی کۆمەڵگاوە ئەو یاریانە ئێستا زۆر ناکرێن، «ئەو یاریانەی لەکۆندا دەکران لەیارییەکانی ئێستا خۆشترن»، هەربۆیە جەختی لەوە دەکردەوە کە دانیشتوانی شارۆچکەکەیان ئێستا هەموو سەرقاڵی یاری پلەیستەیشننو هەر منداڵێک یاریەکی بۆ کراوەو گەورەکانی خەریکی ئەو یاریەن.

تێبینی:
هەندێ لەبەشدارانی ئەم راپۆرتە ئامادەنەبوون ناوی راستەقینەیان بنوسرێت

لەپرسەکانی ژناندا باسی چی دەکرێت؟

کچان لەپرسەکاندا دەدرێن بەشوو

بەهۆی گۆڕانە کۆمەڵایەتیەکانەوە لە زۆربەی ناوچەکانی هەرێمی کوردستاندا، پرسەکانی ژنان لەشینو گریانەوە بووە بەباسو خواسی نێوان ژنان.

میهرەبان سەلام لەهەڵەبجە

فاتمە ئەحمەد تەمەن ٨٠ ساڵ، دانیشتوی ناوچەی هەڵەبجەیەو باسی لەوە دەکرد کە پرسە لەسەردەی ئەواندا ماوەی حەوت رۆژ بووەو خەڵک لەهەموو لایەکەوە رۆشتون بۆ بەشداری کردن لەخەمی خاوەن پرسەکاندا، «ئەگەر ماڵێک پرسەیان هەبوایە، خڵکی هەموو ناوچەکە دەچونە ئەو ماڵە یان لەژێر خێمەیەکدا بەبێ دەنگی دادەنیشتینو کەسێک لاوانەوەی بۆ خاوەن پرسەو مردووەکەش کردووە«، ئەوانەشی کەسی خاوەن مردووەکە بوون بۆ مردووی خۆیان گریاون. فاتمە ئاماژە بەو دەدات کە لەسەردەمی ئەوان ٧پرسە گێران حەوت رۆژ بووەو خواردنی خەڵکو میوانانی پرسەکە هەمووی لەسەر خاوەن پرسە بووە، دوای تەواو بونی پرسە خزمو کەسە نزیکەکانی کردووەکە سەردانی قەبری مردووەیەکەن کردووە، «خەڵک بۆ ماوەی یەک ساڵ، لەبەر دڵی خاوەن پرسە خۆیان لە هەموو خۆشیو شاییەک بەدور دەگرت»، بەقسیە ئەو ژنە دوای تێپەڕێنی ساڵەکە خاوەن پرسە ماڵ بەماڵ گەڕاوەو سوپاسی خەڵکەکەی کردووە کە ئەو ماوەیە لەبەر پرسەکەی ئەوان جلو بەرگی رەشیان پۆشیوەو داوای لێ کردوون جلە رەشەکانیان لابەرن، بەڵام لەئیستادا بەپێچەوانەوە پرسەکان دەبینیتەوە کە پێوایە دوای سێ رۆژ خاوەن پرسە مردووەکەی لەبیر دەچێتەوە.

کچی گەنجو منداڵ لەپرسەکاندا

شێنێ جەلال تەمەن ٣٦ ساڵ، یەکێکە لەو ژنەنانەی کە بەردەوام سەردانی پرسیە کوەسە نزیکو ناسراوەکانی دەکاتو ئاماژەی بەوە دەدا کە پرسە دابو نەریتێکی کۆمەلایەتیەو سەردانی خاوەن پرسە کردن بۆ ئەوەیە کە ئەو کەسە لەخەمەکانی کەم بێتەوە، «ئێستا پرسە وەکو جاران نەماوەو سەردانی پرسەی ژنانە تەنها بۆ ئەوەیە کە خاوەن پرسە گلەیی نەکات»، شنێ پێوایە ئیستا ئەو سۆزو خۆشەویستیەی جاران نەماوە بەرامبەر بەیەکتر، بۆیە ئەو بۆ کاتێکی کەم سەردانی پرسە دەکاتو دوای بینینی خاوەن پرسەو سەرەخۆشی لێی دەگەرێتەوە ماڵەوە، «کەسە نزیکەکان بۆ خزمەتی خاوەن پرسەکە دەرۆنو خەڵکی دیکەش دێن بۆ رەخنە گرتن لەیەکترو قسەکردنە«.

شێنێ باسیشی لەوە کرد کە لەپرسەکانی کۆندا تەنها ژنی بەتەمەن بەشداریان دەکرد، بەڵام لەئێستادا پرسەکان پڕبووە لە کچی گەنجو منداڵ، «خاوەن پرسە پێویستی بەدڵ دانەوەو هاوخەمی کردنە نەک گریانی منداڵو پێکەنینی کچان».

هاوکات، سەیران سلێمان تەمەن ٤٨ ساڵە، ئاماژە بەوە دەدات کە زۆر حەزی لەپرسە نیەو بۆ کەسی زۆر نزیکو خزمی نەبێت بەژداری پرسە ناکات، «ئیستا پرسە وەک جاران نەماوەو ئەوەی کەسەردانی پرسەکە دەکات، دەبێتە جێگەی قسەو باسی هەندێ لە ئامادەبوانی پرسەکە«.

لەڕووی کۆمەلایەتیەوە هاولاتیان زۆر گرنگی بە پرسە دەدەن، بەڵام بەبڕوای سەیران بەشداری کردنی پرسە کارێکی باش نیەو خەڵک دەبنە مایەی ماندوو بونو بێزاری خاوەن پرسەکە، «ژنانی ئێمە کە دەچنە پرسەکان رەچاوی بارو دۆخی خاوەن پرسەکە ناکەن، پۆل پۆل دادەنیشنو باسی کەسێک دەگەن یان خۆیان بە بابەتێکەوە سەرقاڵ دەکەن کە دورە لەپرسەکەوە«، سەیران جەخت لەوە دەکاتەوە کە پرسەکان بونەتە جێگەی دیارو چاوپێکەوتنی ئەو ژنو کچانەی کە ماوەیەکی زۆرە یەکتریان نەبینیوە.

کچان بۆ شوکردن دەچنە پرسەکانەوە

کەژاڵ سابیر تەمەن ٤١ ساڵ، یەکێکە لەو ژنانەی کەبەردەوامی بەشداری پرسەی خزمو ناسراوەکانی دەکاتو بەکارێکی خێری دەزانێت، ئاماژە بەوە دەدات کە ئێستا جیاوازی نێوان پرسەو ئاهەنگەکان نەماوە، «ژنانو کچان بەئارایشتو ئاڵتونێکی زۆرەوە سەردانی خاوەن پرسە دەکەن وەک ئەوەی بۆ ئاهەنگ چووبێتن، ئەوەش شتێکی نەشیاوە«. کەژاڵ پێوایە کە سەرانی نەکردنی پرسەکان بەو شێوەیە، باشترە لەوەی کە دڵی خاوەن پرسەکان تەنگ تر بکرێت بەو جۆرە کارانە.

سارا کەمال تەمەن ٢٦ ساڵ، ئاماژە بەوە دەدات کە پرسەکانی ئێسا بووەتە جێگەی خوازبێنیو ژنێنانو شو کردن، «چەند هاوڕێیەک لە لەپرسەکاندا بینراونو داواکار رۆشتوەو شویان کردووە«، بۆیە ئێستا پرسەکان لە جاران قەرەباڵغ ترن، سارا جەختلەوە دەکاتەوە کە ئێستا زۆرینەی ژنان کچەکانیان دەرازێننەوەو لەگەڵ خۆیان دەیانبەن بۆ پرسەکان بۆئەوەی کەسێک بیان بینێتو شوبکەن یان کچێک بۆ کوڕکانیان بدۆزنەوە.

پشووبەن ... وریابن
شێوازێکی عەسکەرییەو هیچ سودێکی نییە

تەلار کەمال
توێژەری دەروونی

کۆنترین چالاکی کە مامۆستایان لەپۆلدا لەگەڵ قوتابیاندا پەیرەوی دەکەن لەپێناو وریابونەوەی قوتابیان بریتیە لەپشوبەن وریابن، کە ئەمەش شێوازێکی عەسکەری هەیەو هیچ سودێکی پەروەردەیی نییە، لەکاتێکدا دەتوانرێت هەندێک رێگەی دیکە بەکاربهێنرێت لەپێناو وریابوونو بەئاگایی قوتابیەکانو هێشتنەوی پۆل بەشێوەیەکی رێکخراوو سەرنجراکێش بەبێ ئەوەی پەناببرێتە بەر بەکارهێنانی زەبروزەنگو تورەبوون، ئەویش لەرێگەی ئەنجامدانی هەندێک چالاکی جۆراوجۆر وەک:

١. باشترە سەرەتای وانەکە بەخۆشی دەستپێبکرێت، واتە دەستپێکردن بەوروژاندنی ئیجابیو دورکەوتنەوە لەلۆمەو سەرزەنشتکردنی قوتابییەکان، چونکە ئەگەرهاتوو بەزەبرو زەنگ دەستکرا بەوانەوتنەوە ئەوا بەدڵنیاییەوە ئەو وانەیە زۆر بەخراپی دەڕواتو دەبێتە هۆی تێکدانی پۆلەکە. دەتوانرێت سەرەتا بەچیرۆکێک دەستپێبکرێت کە بەندە بەبابەتی وانەکەوە، دواتر ئەگەر هاتوو مامۆستا بەلێپرسینەوە لەسەر ئەرکی ماڵەوە دەستپێکردو قوتابییەک ئەرکەکەی جێبەجێ نەکردبوو، بەڵام لەوانەی رابردوودا وانەکەی زانی بوو، ئەوا باشترە بوترێت بۆنمونە: ئارام، ئافەرین زۆر باشە کە وانەی رابردووت لەکاتی خۆیدا جێبەجێ کردبوو.

٢. بەرزکردنەوەی ورەی قوتابییەکان، بۆنمونە ئەگەر هاتوو قوتابییەک درەنگکەوت لەئامادەبوون بۆ وانەکە، بەڵام بۆ رۆژی دواتر زووتر ئامادەبوو، پێویستە مامۆستا بەو قوتابییە بڵێت ئافەرین سوپاس بۆ ئارام، کە ئەمرۆ زوو ئامادەبوو بۆ وانەکە.

٣. بەکارهێنانی کارتی رونکردنەوە، بیرۆکەکە بریتیە لەنووسینی وەڵامی کورت کە لەیەک وشە پێکهاتوەو سەرجەم کارتەکان دابەش دەکرێت بەسەر قوتابیەکان لەکاتی هاتنە ناو پۆل، دواتر مامۆستا پرسیارەکان ئاراستەی قوتابیەکان دەکات کە بەندە بەوانەکەی ئەمڕۆوەو وەڵامی هەر پرسیارەش لەلای قوتابییەکانە، ئەمەش دەبێتە هۆی هێشتنەوەی پۆلەکە بەرێکخراویی دوور لەدەنگەدەنگ.

٤. چۆنێتی پێدانی ئەرکو چالاکیو کۆکردنەوەی لەپۆلدا. زۆرجار یەکێ لەسەرچاوەکانی درووستبونی دەنگەدەنگی قوتابییەکان بەهۆی سەرقاڵبوونی قوتابیو مامۆستا بەکۆکردنەوەی کارو چالاکییەکانی قوتابییەکانە، لەبەرئەوە مامۆستا دەتوانێت بۆ هەر پۆلێک خشتەیەک دروست بکات کە ئەمە هەر وانەی ئەرکی یەکێ بەقوتابییەکان دەبێت باشترین کاتیش دەبێت پێش ئەوەی زەنگی تەواوبونی وانەکە لێبدات مامۆستا ئەرکەکانی قوتابییەکان کۆبکاتەوە.

٥. چالاکی سێ سیحرەکە، بەواتای لەجیاتی ئەوەی سەرجەم قوتابییەکان سەرقاڵی یەک چالاکی بن، باشترە کە چەند ئەگەرێک بدرێت بەقوتابییەکان دەربارەی هەر پرسیارێک بۆ ئەو وانەیەی ئەو رۆژە کە باشترە لەسێ ئەگەر کەمترو زیاتر نەبێت، ئەمەش دەبێتە هۆی بەشداربوونی زۆرترین ژمارەی قوتابییەکان لەوانەکەدا.

٦. شێوازی دارشتنی پرسیارەکانو رەچاوکردنی جیاوازی تاکایەتی واتا پێویستە سەرجەم ئەو پرسیارانەی مامۆستا لەکاتی وتنەوەی وانەدا ئامادەی دەکاتو ئاراستەی قوتابییەکانی دەکات باشترە کە پرسیاری ئاسان، مامناوەند، قورس بێت، جونکە زۆرجار قورسیو ناروونیو تێنەگەیشتنی قوتابییەکان لەپرسیارەکانی مامۆستا سەرچاوەیەکە بۆ دروستبوونی دەنگە دەنگو تێکدانی پۆلەکە.

خۆشەویستکردنی خویندن لای قوتابیان هەوێنی مانەوەو بەردەوامیانە
فۆتۆ: ئەلی عەدنان - ئاژانسی میترۆگرافی

٧. بەکارهێنانی هۆیەکانی بیستن، ئەگەر هاتوو بابەتەکە خوێندنەوە بوو، باشترە مامۆستا ریکۆردەرو سیدی بەکاربهێنێت، بەڵام بەدەنگی کەسێکی دیکە بێت، چونکە دەبێتە هۆی ئەوەی وانەکە زیاتر سەرنجراکیش بێتو قوتابییەکان زیاتر لەوانەکە بەئاگابن.

٨. بەکارهێنانی چالاکی پرد، ئەمەش واتای دروستکردنی پردێک لەنێوان چالاکییەکو چالاکییەکی نوێ دا بۆنمونە مامۆستا پێش ئەوەی بچێتە سەر بەشێکی دیکەی بابەتەکە دەتوانێت پرسیارێکی کورت ئاراستەی قوتابییەکان بکات، دواتر بەدەنگێکی روونو ئاشکرا ئاگاداری قوتابییەکان بکات کە ئێستا باس لەبەشی دووەمی ئەو بابەتە دەکەین.

٩. پشوو، پێویستە لەکاتی وانەوتنەوەدا مامۆستا پشویەک بدات بەقوتابیەکان، بەڵام بەتەنها پەنا نەباتە بەر بەکارهێنانی پشوو بەن وریابن. یەکێ لەو چالاکیانەی کە سەرنجراکێش بوو لەناو قوتابخانەیەکی سلێمانی بەدیم کرد، لەبری ئەوەی مامۆستاکان دەیانوت (Give Me Five) بدەرێ کە ئەمەش لەشێوەی دەستێکدا بوو کە هەر پەنچەیەک هێمایەکی وریاکردنەوەیە بۆقوتابییەکان، بۆنمونە هەر پێنج پەنچەکە واتای چاوت لەسەر قسەکەر بێت دەمت داخراو بێت، شێوازی دانیشتن رێک بکەرەوە، گوێت لەقسەکەر بێت، دەستت بەتاڵ بێت.

١٠. بەکارهێنانی خشتەی بەدواداچوونی رەفتاری قوتابییەکان، ئەمەش لەچەند کارتێکی رەنگاو رەنگ پێکهاتووە کە هەر رەنگە هێمایەکە بۆ دیاریکردنی ئاستی قوتابییەکان بەمجۆرە رەنگەکان بەکاردێت: سەوز بەواتای زۆرباشە، شین بەواتای باشە، پرتەقاڵی بەواتای پەسەندە، زەرد بەواتای پێویستی بەباشبوونی زیاترە، ئەم کارتانە لەکۆتایی وانەکەدا بەسەر قوتابییەکان دابەشدەکرێتو لەهەمان کاتیشدا لەسەر خشتەی ناوەکانیان بەپێی هەر رەنگەی قوتابییەکان وەریان گرتوە رەنگ دەکرێت، دواتر کارتەکان کۆدەکرێتەوە ئەمە چالاکییەکە رۆژانە مامۆستا دەتوانێت بەکاری بهێنێت، بەبێ ئەوەی وشەی زیرەکو تەمەڵ بەکاربهێنێت، دەبێتە هۆی هاندانی قوتابییەکان بۆ بەرەو پێشچوونو باشبوونی تواناکانیان.

١١. بیرخستنەوە بۆ چۆنێتی دەست بەرزکردنەوەو بەشداریکردن لەوانەکەدا، کە ئەمەش پێویستە مامۆستا ئەم خاڵە بۆ قوتابییەکان روون بکاتەوە کە نابێت هەرکەسە لەشوێنی خۆیەوە قسەبکات، بەڵکو پێویستە داوابکات ئەوەش بەرێگەی دەست بەرزکردنەوە.

تاکی کورد پرۆگرامێکی پەروەردەیی یەکانگیری لەبەردەستدایە؟

عەزیز ئالانی
بەرێوبەری تەلەڤزیۆنی پەروەردەیی

گەلی کورد یەکێکە لە گەلە دێرینەکانی سەر رووی زەویو لە ١٨٠٠ساڵ پێش لەدایکبوونی مەسیحەوە دەسەڵاتی باڵای ئیداریو سیاحی خۆی لەدەست داوەو تاکو ئێستاش نەبوەتەوە خاوەنی خاکو وڵاتی سەربەخۆی خۆی، بەڵکو رووداوەکانی مێژوو چارەنووسی گەیاندە ئەوەی ببێتە پاشکۆی میللەتانی دراوسێو خاکەکەشی لەتو پەرت بکرێت.

کورد، میللەتێکی سۆزدارو هەمیشە سینەو خاکو وڵاتو داهاتیان کراوەو واڵابوە بۆ هەموو گەلانی کۆچەریو دەرو دراوسێکان، جێگەی داڵدەی لێقەوماوانو داگیرکەرانیش بووە. کورد ئەگەر چی خاوەنی کولتورێکی دەوڵەمەندو پڕ لەئەدەبیات بووەو سەرمەشقی زانستو داهێنان بووە لەرووی کشتوکاڵ، ئاودێری، بیناسازی، پزیشکیو دەرمانزانی، هەر ئایینێکی تازەش هاتبێتە ئاراوە گەلی کورد کەم تا زۆر هۆگرو هەڵگری بوون.

لەکاتی هاتنی ئیسلامدا زۆربەی کوردەکان بەخواستی خۆیان مسوڵمان بوون، دواتر دەیان زانای گەورەیان تێدا هەڵکەوتووە لەبواری شەریعەی ئیسلامو زمانەوانی عەرەبیو فەرموودەناسی، بەرادەیەک کە بوونە پێشەنگی زانا هەرە گەورەکانی ئیسلام، وەک ئیبن سیرین، ئیبین سەلامی شارەزوریو ئیبن خەلەکانو ... هتد.

لەنێوەندی بەسۆزی تاکی کوردو سینەسافیدا خاکی کوردستانو زمانو ئیدارەی کوردی کەوتۆتە ژێر هەرەشەوە، بەرادەیەک کە سەرەرای ئەو هەموو دەسەڵاتو وڵاتە پانو بەرینە ئێستا تەنها خاوەنی سێ شارە لەم جیهانە گەورەیەدا، ئەویش بەتەواوەتی نەچەسپاوەو پشتیوانی نێودەوڵەتی لەپاڵدا نییە.

بەکورتی تاکە سەرچاوەیەکی کولتوری، ئەدەبی، زمانەوانی، سیاسی، کۆمەڵایەتی، ئابوریو پەروەردەییەکەی هەر ئەوەیە کە پشتاوپشت بەشێوەی زارەکی پارێزراوە، کە ئەویش لەسایەی هەندێ هۆکاردا لەژێر هەرەشەدایە بۆنمونە: پەندە کوردییەکان، کە لەم سەردەمەدا زۆر کەم بەکار دەهێنرێنو لەلێواری تیاچووندان.

کارکردنی منداڵان لەئەرکە پەروەردەییەکانیان دورە دەخاتەوە
فۆتۆ: فەرزین - ئاژانسی میترۆگرافی

ئەگەرچی تاکو ئێستاش گەلی کورد خاوەنی پرەنسیپو بەرنامەیەکی نوسراوی خۆی نییە، وەک دەقێکی پەروەردەیی یەکانگیر، بەڵام شێوازو رێگەکانی ئاراستەکردن، پەروەردەو رێنومایی تیۆریو پراکتیکی تارادەیەکی زۆر لەناو گەلی کوردا بەشێوەیەکی لەیەکترەوە نزیک هەر ماوە، بۆنمونە: هەموو دایکو باوکێکی کورد کار لەسەر ئەوە دەکات منداڵو نەوەکانی خۆی وافێر بکات، چاکەکار، ژینگەپارێز، دەستو زمان پاک، لەشساخو دەرون ساخ بێت، ئەمانەش لەرەفتاری پراکتیکیدا رەنگیداوەتەوە، کەواتە گەرچی دەقێکمان نییە، بەڵام ئەنجامی بەرهەم هاتووی پێگەیەنراوەکان بەرادەیەک لەیەکچووە کە وەک ئەوە وایە لەسەر دەقێکی یەکانگیر پەروەردە کرابن، ئەمە بەبەراورد لەگەڵ شێوازی پەروەردەیی گەلانی تر، بەڵام لەرووی بەراوردکاری ناوخۆی هێشتا دوورییەکی زۆر هەیە لەنێوان شێوازو ستایڵە پەروەردەییەکانی خێزانو تاکەکانی کۆمەڵگەی کوردەواریمان.

لەسەردەمی ئەمرۆی ژیانی هاوچەرخی کوردەوارییماندا گەلێک دەق هەیە کە دەکرێت سوودیان لێوەربگیرێت بۆ نوسینی دەقی پەروەردەیی یان پراکتیزەکردنی جێبەجێکردنێکی پەروەردەیی، لەوانەش:

١. دەقی ئایینی، لەوانەش ئایینی ئیسلامو ئایینەکانی تری کوردستان.

٢. دەقی حیزبە سیاسییەکان، بەکۆنو نوێوە.

٣. دەقەکانی دەرەوەی حیزبو حکومەت، دەستورەکانو یاساکانی دادو کۆمەڵایەتی.

٤. دەقە وەرگیراوەکان لەگەلانی بیانیو دەرو دراوسێکانی هەرێمی کوردستان.

٥. دەقە مەنهەجییەکان، ئەو دەقە پەروەردەییانەی لەچوارچێوەی سیستمی خوێندندا دەخوێنرێن لەقۆناغەکانی خوێندن لەباخچەی ساوایانو بنەرەتیو ئامادەییو زانکۆ، هەروەها چەندین دەقی تری کۆمەڵەو رێکخراوو داموو دەزگا جۆراو جۆرەکان، بەکۆی ئەم هەموو دەقانەو ئەو نەریتو کولتورە باوەی کە پەیرەودەکرێت شتێکی لێ بەرهەم دەهێنرێت کە ناوی پەروەردەیە، ئیتر ئەم پەروەردەیە لەناو خێزاندابێت یان لەناو کۆمەڵگەدا، کەواتە کتو مت دەقێکی یەکانگیری نوسراومان نییە، کە هەموو خێزانو هەموو تاکێکی کۆمەڵگە پەیرەوی بکات، لەبەرئەوە تاکو ئێستاش جیاوازییەکی زۆر هەیە لەرێگەو شێوازەکانی پەروەردەکردنی نەوەکانماندا، دیارە هەمەجۆری شێوازی پەروەردەکردن هەمەجۆری رەفتاری مرۆڤەکانیشی لێدەکەوێتەوە، لەبەرئەوە شێوازی رەفتارگەرایی شارێک بۆ شارێکی تر، گەرەکێک بۆ گەرەکێکی تر، گوندێک بۆ گوندێکی تر، ماڵێک بۆ ماڵێکی تر جیاوازە، ئەم جیاوازە تا سنورێکی دیاریکراو بۆ هەموو گەلانی جیهان ئاساییە، بەڵام ئەگەر جیاوازییەکان بووە هۆی ئەوەی بەها پەروەردەییەکانو رەفتارگەرایی تاکەکانی کۆمەڵگە بگۆرێتو لێکیان بترازێنێت ئەوا مەترسیدارە.

19 بۆخوێندنەوەی درێژەی ئەم بابەتە بڕوانە

باخچەکانی ساوایان چۆن خزمەتی منداڵان دەکەن؟

لەباخچەکانی ساوایان منداڵان دەترسێننو لێیان توڕە دەبن، پسپۆڕانی بواری دەروونناسیش جەخت لەوە دەکەنەوە کە توڕەبوون لەمنداڵان دەبێتە هۆی تێکچوونی باری دەروونی ئەو منداڵانە.

ئاڤێستا عومەر

«کە دووجار داوای ئاوم کرد، دادەکەم لێم توڕەبوو، پێیوتم ئەوەندە داوای شت بکەیت، سەگەکەت بۆبانگ دەکەم»، ساڤا کەمالی تەمەن پێنج ساڵ، بەو شێوەیە دەدواو باسی لەوە دەکرد کە ئەو باخچەی ساوایانەی ئەو دەوامی لێدەکات، زۆر لەمنداڵان توڕە دەبنو بەردەوام منداڵان بەدڕندەکان دەترسێنن.

ساڤا کە ماوەی ساڵێکە لەباخچەی ساوایان دەوام دەکات، چەند جارێک باوکو دایکی ئاگادار کردوەتەوە لەوەی کە نایەوێت لەو باخچەیە دەوام بکات. روناک سالاری دایکی ساڤا ئاماژە بەوە دەدات کە دووجار چووەتە ئەو باخچەیەو ئاگاداری کردونەتەوە کە لەمنداڵەکانیان توڕە نەبن، «بەبەڕێوەبەری باخچەکەم وت نابێت، لەمنداڵەکانمان توڕە ببن، چونکە گەر بەو شێوەیەبن سکاڵاتان لەسەر دەکەم».

دایکی ساڤا جەخت لەوە دەکاتەوە کە ئەو خواردنەی دەدرێت بەمنداڵەکانیان، پاکو خاوێن نییەو پارەیەکی زۆریشیان لێ وەردەگرن، «خۆم بینیم کە بەیەک کەوچک خواردنیان دەدا بەمنداڵەکانمان کە ئەوەش بۆ توشبونی نەخۆشی خراپە».

فۆتۆ: سانی پیوکەی میدیا

مامەڵەکردن لەگەڵ منداڵاندا، هونەرێکەو پێویستی بەراهێنانو مەشقی بەردەوامە

بۆچی منداڵان باخچە بەجێدێڵن؟

ئەو بەیانییەی ئاریان ئەحمەدی باوکی شیلان کچەکەی دەگەێنێتە باخچەی ساوایانەکەی، یەکێک لەدادەکان بەتوندی دەستی شیلان دەگرێتو پێیدەڵێت: جارێکی تر درەنگ نەکەویت ئەگینا ناتکەمە ژورەوە.

ئاریان ئاماژە بەوە دەدات کە هەر ئەو رۆژە دەستی منداڵەکەی گرتووەو نەیهێشتووە بڕواتەوە بۆ ئەو باخچەیە، «شیلانم بردە باخچەیەکی تر، بۆئەوەی لەو باخچەیە لێی توڕە نەبن».

ئەحمەد، پێوایە هەندێک لەباخچەکانی ساوایان لەگەڵ منداڵاندا هەڵسوکەوتیان باش نییەو منداڵانیش حەز بەو شوێنە ناکەن.

بەپێی وتەی چرۆ کامیلی تەمەن چوار ساڵ، بەهۆی توڕەبوونی دادەکانی باخچەکەیەوە وازی لەدەوام هێناوەو ئێستا لەماڵەوەیە، «ماڵەوە زۆر لەباخچە خۆشترە، چونکە لێرە بەئارەزووی خۆم هەڵسوکەوتو یاری دەکەمو کەسیش لێم تورە نابێت».

توڕەبوون منداڵان دەتۆرێنێت

کارمەندانی باخچەکانی ساوایان باس لەوە دەکەن کە ئەوان لەگەڵ منداڵاندا بەشێوەیەکی باش هەڵسوکەوت دەکەن، ئەوتا سەیران ئەحمەد دادەی باخچەیە ساوایانی گوڵ، ئاماژە بەوە دەدات کە لەباخچەکەی ئەواندا منداڵان ئازادنو ئازار نادرێن، «منداڵان لێرە زیاتر دەجوڵێن تاکو ماڵی خۆیانو داواکاری هەموو شتێک دەکەن، فەرمانبەرەکانیشمان بەردەوام بەدەمیانەوەن». ئەو، جەخت لەوە دەکاتەوە کە ئەوان بەپێی رێنماییەکانی وەزارەتی پەروەردە کار دەکەنو هەموو پێداوبیستیەکیان بۆ منداڵان دابین کردووە.

ستار جەبار وەک توێژەرێکی دەروونی ئاماژە بەوە دەدات کە هوکاری تۆرانی منداڵ لەخوێندن یان لەئەو ئیشانەی دەیکات توڕەبوونە. بەبۆچوونی ئەوتوێژەرە منداڵ لەتەمەنی پێگەشتنیدا ئەگەر بچەوسێنرێتەوەو لێی توڕە ببن، ئەوا ئەو منداڵە منداڵێکی گۆشەگیرو شەرمنی لێدەردەچێتو بەردەوام لەهەموو شتێک دەترسێت، «ئەگەر مامۆستاو دادەی باخچەکان لەمنداڵ توڕەبن لەخوێندن دوریان دەخەنەوەو رقیان لەخوێندن دەبێت»، چونکە ئەو منداڵانەی زۆر دەجوڵێن وزەیەکی زۆریان هەیەو پێویستە رۆژانە بەجوڵە سەرفی بکەن.

> **ماڵەوە زۆر لەباخچە خۆشترە، چونکە لێرە بەئارەزووی خۆم هەڵسوکەوتو یاری دەکەمو کەسیش لێم تورە نابێت**

بەشی چوارەم

هەموو منداڵێک زەین تیژە بەمەرجێک... دڵنیابن منداڵەکەتان دەتوانێ فێربێو لەبیری نەکات

وەرگێڕانو ئامادەکردنی:
ناسر فەتحی

تا کاتێک کە مێشکی منداڵەکەتان بەتەواوی گەشە نەکات چاوەڕوانیی ئەوەتان نەبێ کە کردەوەی درووست - یان ئەوشتەی کە ئێوە چاوەڕوانی لێدەکەن - لەخۆی نیشان بدات، تەنانەت ئەگەر بەدەیانجاریش ویستەکانی خۆتان بۆ دووپات کردبێتەوە. فێربوون لەجگەرگۆشەکانتان بەستراوەتەوە بەگەشەی قۆناغ بەقۆناغو دووپاتکردنەوەی کردەوەکانتان، جا بۆئەوەی عادەتەکان لەمێشکی منداڵەکەتان جێگیربێ پێویستە پشوودرێژ بن. تا تەمەنی پێنج ساڵی، نابێ چاوەڕوانی ئەوەتان لەمنداڵەکەتان هەبێ ئەو کردەوانەی کە دەبێ بیکاتو نەیکات هەمووی لەبیر بمێنێتەوە.

کاتێک کە کۆیادو مێشکی گەشەی پێویستی کرد، بەچەند جار دووپاتکردنەوەی بابەتو ویستەکانتان، زۆر زوو هەموو ئەو شتانەی فێری بووە وەبیری دێتەوە.

کاتێک منداڵەکەتان خەریکی بیرکردنەوەیە سەری لێمەشێوێنە زۆربەی منداڵان ئەو کێشەیەیان هەیە کە کاتێکی زۆریان دەوێ بۆ بیرکردنەوە لەپرسیارو داواکانتان، بۆیە لەوانەیە ماوەیەکی زۆریش بخایەنێ تا مەبەستەکان لەمێشکیاندا وێنابکەنو بیخەنە بواری پراکتیکییەوە، ئەم کێشەیەش چارەسەرکردنەکەی بڕێک زەحمەتی زۆرە.

زۆر سرووشتییە منداڵی ساوا یان بچووک توانای لێکدانەوە زۆر خێرا نەبێ، وەک کەسانی گەورە نەتوانێ خێرا وەڵامی پرسیارەکان بداتەوەو زوو لەمەبەستەکان تێبگات. ئێستا ئەگەر دەتانەوێ ئەم کێشەیە لەمنداڵەکەتان دا لەناوبچێو نەمێنێ، تەنیا کارێک کە دەتوانن بیکەنو زەحمەت بکێشن کاتێک منداڵەکاتان سەرنجی بەلای شتێکدا راکێشراوە یان لەوەڵامی پرسیارێکدا ماوەتەوە، سەری لێمەشێوێنن تا ئەوەی دەکەوێتە قسەکردن.

لەخۆتێهەڵقورتاندنو شێواندنی خەیاڵی منداڵەکان پارێز بکەن، تا ئەوەی منداڵەکەتان تێڕامانو خەیاڵی لەشتێکەوە بۆ شتێکی دیکە دەگوازێتەوە، ئەوکات دەتوانن بەبێ گۆڕینی بابەتی ئەم تەرکیزکردنە ئافەرینی پێبڵێنو هانی بدەن بۆئەوەی لەتەرکیزکردن نەترسێو خێرایی تەرکیزی بچێتە سەرێو زووتر بەئەنجامو وەڵامەکان بگات بۆ بەکردەکردنیان.

سەرنج بدەن

سەرنجدان بەو منداڵانەی کە زۆر ساواو کەمتەمەنترن دەبێ ئاشکراو دیار بێ، واتە دەبێ کارێک بکەن کە منداڵەکەتان هەست بکات لەژێر چاودێریو سەرنجی دایکو باوکی دایەدایە، ئەو کارەی دەیکاتو ئەو قسەیەی دەیکات بەلای دایکو باوکییەوە بایەخی هەیە.

منداڵ زۆر گرنگی بەسەرنجدان یان سەرنج نەدانی ئێوە دەداتو بەردەوام حەز دەکات ئێوە گرنگی بەکردەوەکانی بدەن.

بۆ وێنە ئەوکاتانەی سەرنج نادەنە قسەو کردەوەکانی منداڵەکەتان، ئەویش دێتو دەستتان یان جلەکانتان رادەکێشێو بۆ راکێشانی سەرنجتان قسەکانتان پێدەبڕێ تا گرنگی پێبدەن.

منداڵەکەتان تەنیا کاتێک هەست دەکات کە گرنگی پێدەدان کە بەچاو لەگەڵی دابنو روو نەکەنە شوێنێکی ترو کارەکەتان بەمەبەستی گوێدان بەو - ئەگەر بۆماوەیەکی کاتیش بێ - رابگرن، کە دەبێ هەر واش بکەن.

ئەگەر ئەم کردەوەیە لەتەمەنی زۆر کەمییەوە لەگەڵی ئەنجام بدرێ، منداڵەکتان دەزانێ کە خاوەنی کەسایەتییەو دەزانێ ئێوە وەک کەسایەتییەکی شیاوی گرنگی پێدان سەیری دەکەنو رێزی لێدەگرن.

چاوەڕوان بن
درێژەی هەیە...

نەخۆشی دەروونی شێتییە؟

"نەخۆشخانەی سۆزی دەروونی شوێنێکە بۆ گەڕاندنەوەی نەخۆشەکان بۆناو کۆمەڵ"

نەخۆشخانەی سۆزی دەروونی کە لەناوەڕاستی ئەمساڵ لەشاری سلێمانی، کراوەتەوەو ماوەی چەند مانگێکیشە چەند نەخۆشێکی وەرگرتووە، تاکە نەخۆشخانەیە لەهەرێمی کوردستاندا بۆ چارەسەری ئەو نەخۆشیانە. د.ڕێبوار غەریب - پسپۆڕی دەروونیو پزیشکی تایبەتمەند لەو نەخۆشخانەیە، لەمیانی دیمانەیەکی تایبەتیدا لەگەڵ نم نم رووناکی دەخاتە سەر دیارترین نەخۆشییە دەروونییەکانی ئەمرۆی هاووڵاتیانو چۆنیەتی چارەسەرکردنی نەخۆشەکانیان لەو نەخۆشخانەیە.

فۆتۆ: میترۆگرافی

د.ڕێبوار غەریب

شەنگە ڕەحیم

شەنگە: هۆشیاری خەڵک لەسەر نەخۆشی دەروونی لەچاو ساڵانی رابردوودا چۆن دەبینیت؟

د.ڕێبوار: ئەتوانم بڵێم ئەم چەند ساڵەی رابردوو لەگەڵ دە بۆ پانزە ساڵی ڕابردوو جیاوازیەکی زۆر هەیە، ئەویش بەهاوکاری میدیای ئەهلی بەشێوەیەکی مەبەستدارو ئامانجدار توانیویانە ئەو بابەتانە بووروژێنن، بەمەبەست قسەکردن لەسەر کێشەو گرفتە دەروونییەکان بەشێوەیەکی گشتی کاریگەرییەکی زۆر باشی هەبووە لەسەر ڕۆشنبیرکردنی تاکەکانی کۆمەڵگە، جاران خەڵک پێی عەیب بوو سەردانی پزیشکی دەروونی بکردایە بۆ چارەسەر.

شەنگە: چی بەو کەسانە دەڵێن کە بەو حاڵەتانە دەڵێن شێتو وەک نەخۆشیەکی ئاسایی سەیری ناکەن؟

د.ڕێبوار: لەراستیدا جێگەی داخە بەکارهێنانی وشەی شێت، لەبەرئەوەی لەناو کۆمەڵدا بەنەنگی ئەژمار دەکرێت، حاڵەتێکی سلبیەو وشەیەکی خوازراو نییە بەرامبەر بەو کەسانە بەکار بهێنیت کە توشی گرفتێکی دەروونی دەبێت، لەبەرئەوە لەبوارە زانستیەکەوە بەهیچ شێوەیەک نابێت ئەو وشەیە بەکاربهێنرێت، ئامۆژگاریشمان بۆ تەواوی خەڵک ئەوەیە، ئەو وشەیە بەهیچ شێوەیەک بەکارنەهێنرێت، لەبەرئەوەی تەنگژەو نەخۆشی دەروونی هەیە، هیچ پێویست ناکات ئەو وشەیە بەکاربهێنرێت، بەڵام جێی داخە هەندێجار لەکەناڵێکی تەلەفزیۆنیدا بۆ تەرفیهیو پێکەنین ئەم وشەیە بەکاردەهێنن.

شەنگە: ئایا هەردوو ڕەگەز سەردانی نەخۆشخانەی سۆز دەکەن؟

د. ڕێبوار: تەنها بۆ ڕەگەزی مێیەو پیاو داغڵ ناکرێ لەم نەخۆشخانەیە، چونکە تایبەتە بەو ئافرەتانەی نەخۆشی دەروونیان هەیەو تەنها ئەوان سەردانی دەکەن.

شەنگە: دیارترین ئەو نەخۆشیانەی رووبەرویان دەبنەوە چین؟

د.ڕێبوار: نەخۆشییە درێژخایەنەکانن، ئەمەش لەچەند نەخۆشییەکدا خۆی دەبینێتەوە، وەک نەخۆشی: سکیزۆفرینیا، نەخۆشی دووجەمسەری واتە مانیا خەمۆکی، هەندێک تێکچوونی کەسێتی کەوا دەکات هەڵسوکەوتی نامۆو نەگونجاو لەرووی کۆمەڵایەتیەوە ئەنجام بدەن.

شەنگە: مەرجی داغڵبوونی نەخۆشەکان چییە؟

د.ڕێبوار: کاتێک ئەو کەسانە سەردانی نەخۆشخانەکە دەکەن، لەلایەن پزیشکێکی دەروونی پسپۆڕەوە نەخۆشیەکە بەراپۆرتی پزیشکی دەستنیشان دەکرێت، ڕاپۆرتەکە دەهێنرێ بۆ لیژنەی پزیشکی، ڕۆژانی سێشەممە لیژنەی پزیشکی دەروونی هەیە لەیەکەی لیژنە پزیشکیەکان لەشاری سلێمانی، ئەم لیژنەیە پێکهاتووە لەسێ پزیشک دەروونیو بڕیار لەسەر پێویستی داغڵبوونی نەخۆشەکان دەدەن، هەروەها مەرجە کەسوکاری نەخۆشەکەیان بهێنن بۆ داغڵبوون.

شەنگە: شێوازی چارەسەرو مامەڵەکردنتان لەگەڵ نەخۆشەکاندا چۆنو بە چ شێوەیەکە؟

د.ڕێبوار: شێوازی چارەسەرکردنو مامەڵەکردن لەگەڵ نەخۆشەکان، شێوازێکی تایبەتیەو زۆر پێشکەوتووە، بەهیچ شێوەیەک نەخۆشی هاوەڵی نییە، واتە هاوەڵی نەخۆشەکە نابێ لەنەخۆشخانە لەگەڵ نەخۆشەکەدا بمێنێتەوە.

شەنگە: ئەگەر کەسوکاری لەگەڵ نەمێنێتەوە کێ هاوکاری نەخۆشەکە دەکات؟

د.ڕێبوار: کارمەندی تایبەت هەیە بۆ چاودێریکردنی نەخۆشەکان، هەموو کارمەندەکانیش کارمەندی خۆماڵین، لەکارگوزارەوە تا پزیشکی موقیمو پزیشکی پسپۆڕ، لەپاش دامەزراندیان راهێنانی تایبەتیان پێکراوە، پاش ئەوە چارەسەرو دەرمانیان پێدەدرێت، هەروەها پێدانی خواردنو خزمەتکردنی نەخۆشەکان لەلایەن ئەو کارمەندانەوەیە کە لەنەخۆشخانەکەدا چاودێری نەخۆشەکان دەکەن.

شەنگە: زیاتر چ نەخۆشێک هانا بۆ نەخۆشخانەی سۆزی دەروونی دێنێ؟

د.ڕێبوار: نەخۆشی سکیزۆفرینیای درێژخایەن ڕێژەی زۆری ئەو نەخۆشانەن کە لەوێ مامەڵەیان لەگەڵدا دەکرێت، ئەو نەخۆشانەش بەراستی بونەتە هۆی ماندوبوونو ئەرکێکی زۆر لەسەر کەسوکاریان، وایلێهاتووە نەخۆشەکە بڕوای بەوە نییە کە نەخۆشە. ئەو چارەسەرو دەرمانەی بۆی دەنوسرێت بەکاری ناهێنێت لەماڵەوە.

نەخۆشی مانیا کە یەکێکی ترە لەو نەخۆشانەی بەرێژەیەکی زیاتر سەردانی نەخۆشخانەکە دەکە.، نەخۆشی مانیا واتە نەخۆشی شادبوون ئەو کەسە هەست بەشادییەکی زۆر زۆر دەکات، وایلێدێت بەهیچ دابین نابێتو هیچ شەرمێکی نامێنێت لەناو کۆمەڵدا هەموو شتێک دەڵێت، ماندوو نابێتو خەوی نییە، رەنگە ئازاری دەوروبەرەکەی بدات، چونکە ئەو خۆی چێژی لێدەبینێت.

شەنگە: چارەسەرە دەروونییەکان چین؟

د.ڕێبوار: کارمەندەکان بەپێی ئەو بەرنامەو سیستەمەی لەوێ هەیە بۆ چارەسەر لەگەڵ نەخۆشەکاندا مامەڵە دەکەن، بۆنمونە بەیانیان وەرزشیان پێدەکرێت، دواتر ژووری راهێنانەوەی ئیشی دەستیان هەیە، هەریەکەو بەپێی توانای خۆی کاری دەستی دەدرێتێ، هەموو ئەمانە کاریگەری دروست دەکات لەسەر کەسایەتیەکان، بۆنمونە لەرۆژی یەکشەماندا نەخۆشێکمان تابلۆی هێندە جوانی کێشاوە کە ئەتوانین بڵێین هەموو شتێکی بۆ فەراهەم کراوە، هەروەها ئیشی دەستو چنینو دروومانمان هەیە، هەموو ئەمانەی لێیە بۆ کاتبەسەربردنی نەخۆشەکانو وەک چارەسەرێکیش بەکاردێت بۆ نەخۆشەکان، چونکە ئەوان تەنها هۆشیان لەدەست داوەو ئەمانەش هۆکارن بۆ گێڕانەوەی هۆشەنگی نەخۆشەکان.

شەنگە: کەواتە نەخۆشخانەی سۆز شوێنێکە بۆ گەڕاندنەوەی نەخۆشەکان بۆناو کۆمەڵ؟

د.ڕێبوار: ئەوە مەبەستی تەواوەتی نەخۆشخانەکەیە، کە کەسەکە هۆشەنگیی خۆی بگەڕێتەوە، چونکە هۆشەنگیی خۆیان لەدەست دەدەن ئەم کەسانە، پاش ئەوەی چارەسەری پێویست دەکرێنو دەرمانی پێویست وەردەگرن ئەمەش لەڕێگەی خێزانەکانینەوە، دەبنەوە بەخاوەنی هۆشەنگیی خۆیان، دوای ئەوە باری دەروونیان جێگیر دەبێت، ئەمانە دەگەڕێنرێنەوە بۆناو کۆمەڵگەو خێزانەکانی خۆیان، دوای ئەوە بۆ ماوەیەک نەخۆشەکە دەبێتە کەسێک کە زەحمەت نابێت بۆناو خێزانەکەی بۆ ناو کۆمەڵگە.

شەنگە: پارە لەو نەخۆشانە وەردەگیرێت کە سەردان دەکەن؟

د.ڕێبوار: نەخێر، هەموو چارەسەرەکان بێبەرامبەرە، چونکە ئەم دەزگایە نەخۆشخانەیەکە سەر بەوەزارەتی تەندروستی حکومەتی هەرێمی کوردستانە.

شەنگە: لەماوەی کارکردنتاندا توشی هیچ کێشەیەک بوون لەگەڵ نەخۆشەکاندا؟

د.ڕێبوار: بێگومان ئەم نەخۆشانە خۆیان فرەکێشەن، نەخۆشی دەروونی قورس ئەو حاڵەتانەیە کە لەناو خێزانەکاندا دابین نابن، ئەرکێکی قورسن بۆ خێزان، بۆیە لەونەخۆشخانەیە هەموو قورساییەکە لەسەر ئەو کارمەندو پزیشکانەیە. نەخۆشمان هەیە رەفزی ئەوە دەکات کە هیچ جۆرە خواردنێک بخوات، نەخۆشمان هەیە نایەڵێت دەرمانی پێبدەین، یان ناهێڵێت بشۆرێت.

شەنگە: ئەو ژنانەی دێنە نەخۆشخانەکە زیاتر لەچ تەمەنێکدان؟

د. ڕێبوار: هەموو تەمەنێکی تێدایە، لەتەمەنی زۆر گەنجەوە تا تەمەنی سیو پێنج ساڵ بۆ پەنجا ساڵ، هەتا ئێستاش ڕێژەیەکی زۆر سەردان ناکەن، چونکە نزیکەی سی نەخۆش لەنەخۆشخانەکەدا هەیە.

شێوازی مامەڵەی باوکو دایکو کاریگەری لەسەر دوارۆژی تاک

فۆتۆ: سۆزان نەقشبەندی

گێلاس عەبدوڵا
ماستەر لەدەروونناسی

خێزان، یەکەم دامەزراوەی کۆمەڵایەتییە کە کاریگەری گەورەی لەژیانی تاکو کۆمەڵدا هەیە، گرنگترین ناوەندە لەپرۆسەی بەکۆمەڵایەتیکردنی تاکدا. هەر خێزانە ناسنامەی کۆمەڵایەتیو رۆڵی کۆمەڵایەتی منداڵ دیاری دەکات.

بارودۆخی خێزان لەرووی ئابووریو کۆمەڵایەتییەوە ئەو شێوازی مامەڵانەی کە بەکاریان دەهێنێت کاریگەریان لەگەشەی منداڵ لەرووی جەستەییو عەقڵیو کۆمەڵایەتیو هەڵچوونییەوە دەبێت، واتە خێزانە کە کاریگەری گەورەی دەبێت لەدیاریکردنی پێگەیشتنی منداڵ لەروی دەروونیو کۆمەڵایەتییەوە بەشێوەیەکی باش یان بەپێچەوانەوە، هەر خێزانە بەرپرسە لەدیاریکردنی خەسڵەتەکانی کەسێتیو هەڵسوکەوتی منداڵ لەدوارۆژدا.

هەموو ئەو رۆڵانەی خێزان دەیبینێت بەرجەستە دەبن لەرێگەی جۆرو شێوازی مامەڵەکردنی باوکو دایک لەگەڵ منداڵەکانیان، کە یەکەم مامەڵەی کۆمەڵایەتییە منداڵ مامەڵەی پێدەکات هەر لەسەرەتای ژیانییەوەو بەدرێژایی ژیانی کاریگەرییان دەمێنێتەوە. ئەم مامەڵە کۆمەڵایەتییە ئەگەر لەسەر بناغەیەکی مرۆییو پەروەردەییو دەروونی راستو دروست بوو، دەبێتە هۆکارێک بۆتێرکردنی پێویستییە دەروونییەکانو پێگەیشتنی بەشێوەیەکی گشتیو گونجاندنی لەگەڵ دەروبەریدا یان بەپێچەوانەوە دەبێتە هۆی پەکخستنی گەشەی منداڵو دروستبوونی کێشەی دەروونی.

شێوازی مامەڵەی باوکو دایک بریتییە لەو رێگایانەی پەیڕەوی دەکرێت لەپەروەردەکردندا، کاریگەری باشو خراپی دەبێت لەسەر رەفتاری منداڵ. بەپێی بیروڕای زۆر لە زانایانی دەروونناسی شەش ساڵی یەکەمی تەمەنی مرۆڤ بناغەیە بۆ دروستبوونی کەسێتیو دیاریکردنی رەفتارو هەڵسوکەوت:

١. رەفتارو هەڵسوکەوتی منداڵ لەناو قوتابخانەدا ئاوێنەی ئەو شێوازەیە کە مامەڵەی پێکراوە لەناو خێزانەکەیدا. یەکێک لەو شێوازانەی پەیڕەو دەکرێت، شێوازی خۆسەپێنەر- التسلگی - کە بریتییە لەبەکارهێنانی سزای جەستەییو دەروونی، گوێنەگرتن لەمنداڵ، حساب نەکردن بۆ قسەو بیروڕای منداڵ، سەرزەنشتکردنی منداڵ، بەکارهێنانی وشەی ناشرینو روخێنەر، داوای لێبکرێت ملکەچو گوێڕایەڵ بێت بۆفەرمانەکان بەبێ گفتوگۆکردن.

ئەنجامی ئەم جۆرە مامەڵەکردنە دەبێتە هۆی دروستبوونی کەسێتییەکی لاواز لەرووی کۆمەڵایەتیو هەڵچوونو ئاکارییەوە وەک بڕوانەبوون بەخۆیو بەکەسانی تر، شەرەنگێزی، رق لێبوونەوە لەدەسەڵاتی باوک، خۆ بەکەم سەیرکردن، رێزنەگرتنی یاساو فەرمانەکان لەکاتێکدا کە چاوی کەسانی تری لێ دووربوو، دابەزینی ئاستی خوێندن، دروستبوونی گرفت لەقۆناغی هەرزەکاری.

19 بۆخوێندنەوەی درێژەی ئەم بابەتە بڕوانە

فۆتۆ: سۆزان نەقشبەندی

دڵەڕاوکێ ... دەروازەیەک بۆ سەرکەوتن

تەها حسێن

مامۆستای سایکۆلۆژیا لە پەیمانگەی هونەرە جوانەکان سلێمانی

دڵەڕاوکێ، گرفتو هەڵچوونێکی دەروونییە لەئەنجامی نەبوونی هاوسەنگی لەنێوان خودو پێداویستییەکانی، بوونی کێشەو ململانێ لەنێوان (ئەو، من، منی باڵا) سەرچاوە دەگرێت. زانای دەروونناسی فرۆید یەکەم کەس بووە کە هەوڵی داوە دڵەڕاوکێ لەچوارچێوەی تیۆرێکی دەروونییدا شیبکاتەوە، دواتر دڵەڕاوکێی بەدەرەنجامی کۆسپو تەگەرە لەڕێی تێرکردنی ڕەمەکە سێکسییەکاندا ناساندووە.

بەپێی بۆچوونەکانی فرۆید دڵەڕاوکێ بەئاگاهێنانەوەی (من)ە بۆ بوونی ترسێکی هەنووکەیی ساتەوەخت یان ڕوودانی ترسێک لەسەر ئاستی هەست، ئەم ئاگادارکردنەوەیەش وا لەتاک دەکات کە هەستێت بەخۆئامادەکردن بۆ ڕوودانی چەند پەرچەکردارێک لەڕووی دەروونیو جەستەییەوە بۆ پارێزگاریکردن لەکیانی کەسێتیو هێشتنەوەی هاوسەنگی دەروونی.

دەروونناسی نەمساوی بەناوبانگ ئەلفرید ئادلەر، دڵەڕاوکێ دەگێڕێتەوە بۆ هەستکردن بەکەمیو وای دادەنێت مرۆڤ کاتێک لەدایک دەبێت هەستکردن بەکەمی لەگەڵیدا لەدایک دەبێت، بەمەش هەستکردن بەدڵەڕاوکێ دەخولقێت. هەستکردن بەکەمی لای ئادلەر چەند لایەنێکی کۆمەڵایەتی، جەستەیی، ژیری، توانایی، دەگرێتەوە.

کارین هۆرنای، یەکێکی دیکەیە لە زاناکانی دەروونناسیو خاوەنی تیۆری تایبەتە لەبواری کەسێتیو دەروندروستیدا، دڵەڕاوکێ بەبناغەی تیۆرەکەی لەبواری کەسێتیدا دادەنێتو بەدڵەڕاوکێی بنچینەیی ناوی دەبات، بەبڕوای هۆرنای دڵەڕاوکێ هەر لەسەرەتای لەدایکبوونەوە لای مرۆڤ هەیەو بریتییە لەهەستکردن بەتەنهاییو دابڕان کە بەشێوەیەکی لەسەرخۆ گەشە دەکات، هۆرنای جەخت لەسەر ئەوە دەکات کە ئەم دڵەڕاوکێیە بناغەی هەموو ئەو پەیوەنیانەیە کەمرۆڤ لەگەڵ دەوروبەر و خۆیدا دروستی دەکات، دواجار لەگەڵ سێ میکانیزمدا ڕووبەڕوو دەبێتەوە بۆ هەڵبژاردنی یەکێکیان پێویستە بڕیار بدات بەمەش دڵەڕاوکێ بەبەردەوامی دەمێنێتەوە.

میکانیزمەکان بریتین لەوەی تاک دەبێت بەئاڕاستەی تاکەکانی تری ناوکۆمەڵ بجووڵێتو هاوپەیوەست بێت پێیانەوە، کە ئەمەش لەگەڵ ڕەمەکو ئارەزووە تایبەتیەکانیدا دژە، یان ئەوەتا دەبێت لەتاکەکانی دیکەی کۆمەڵ دووربکەوێتەوە، یاخود لەدژیان بوەستێتەوە. بەم شێوەیە تاک لەدڵەڕاوکێیەکی بەردەوامدا دەبێت، هۆکارەکەشی دەگەڕێتەوە بۆ ئەو هەوڵو کۆششەی کە تاک دەیدات لەپێناو بەدەستهێنانی ئاسایشی دەروونیو دوورکەوتنەوە لەتەنهاییو دابڕان.

بۆچوونێکی تر کە نزیکە لەپافلۆفی ڕووسیو ئەوانەی لەوەوە نزیکن دڵەڕاوکێ دەیگێڕنەوە بۆ ترس، وایدادەنێن کە دڵەڕاوکێ لەبنچینەدا ترسە، بەڵام پاش چەند پرۆسەو گۆڕانکارییەک سەرچاوەی ترسەکە بیردەچێتەوە، بەڵام هەستکردن بەترس هەر دەمێنێت، بەم شێوەیە دڵەڕاوکێ مرۆڤ دەخاتە بواری ترسێکی شاراوەوە، ترسێک کە نازانرێ سەرچاوەکەی چییە، مەبەستیش لەترسی شاراوە ئەو ترسەیە کە تاک هەستی پێدەکات، بەڵام نازانرێ سەرچاوەکەی چییەو چۆنە، بۆیە هەڕەشە لەئاسایشی دەروونی دەکرێتو دەکەوێتە بارودۆخی هەستکردن بەترسێکی ناوەکی.

دڵەڕاوکێ دیاردەیەکی گشتییە لەزۆربەی تێکچوونە دەروونیو ژیرییەکاندا هەستی پێدەکرێت، هەر ئەمەش وای لەزانایان کردووە کە ببن بەدوو گروپ، گروپێکیان دڵەڕاوکێ دادەنێن بەنیشانەی نەخۆشییەکی دەروونیو خۆی نەخۆشییەکی سەربەخۆ نییە، گروپەکەی تریش وایدادەنێت کە دڵەڕاوکێ نەخۆشییەکی دەروونی سەربەخۆیەو نیشانەو هۆکارو کاریگەری خۆی هەیە.

دڵەڕاوکێ چەند جۆرێکە هەندێکیان کاتییەو هەندێکیان بەهۆی بابەتو بیرکردنەوەی دیاریکراوەوە دێن، هەندێکیان چارەسەریان ئاسانەو هەندێکیان کاتی دەوێت بۆ چارەسەرکردن، بەڵام لەهەموویان قورستر دڵەڕاوکێی دەمارییە کە بەشێوەیەکی ڕێژەیی بەردەوام دەبێت، کەواتە دڵەڕاوکێ بەهەر ڕێژەیەک بێتو هەرجۆرێک بێت کاردەکاتە سەر هەڵسوکەوتو ڕەفتاری تووشبوو بەپێی جۆرو ڕێژەی دڵەڕاوکێیەکە، جگەلەمانە دەتوانین بڵێین لەکاتی دڵەڕاوکێدا مرۆڤ هەندێک نیشانەی تیادەردەکەوێت وەک: ئارەقکردنەوەی زۆر، سوورهەڵگەڕان، شڵەژان، میزکردنی زۆر، ناجێگیری، بەرزبوونەوەی پلەی گەرمی لەش، زیادبوونی لێدانی دڵ، لەرزین، بیرچوونەوە، تەتەڵەکردنی زمان...تد.

دڵەڕاوکێ پەیوەندییەکی جێگیری هەیە بەهەندێک لەنەخۆشییە جەستەییەکانەوە، واتە کاردەکاتە سەر جەستەو دەبێتە هۆی تێکچوونی کرداری هەندێک لەئەندامەکانی جەستە، بەڵام ئەم پەیوەندییە لەکەسێکەوە بۆ کەسێکی تر، دەگۆڕێت، دەتوانین بڵێین کاریگەری دڵەڕاوکێ دوولایەنەیە، لایەنێکیان دەروونییەو لایەنەکەی دیکەشیان جەستەییە، هەر لایەنێکیشیان بەدوو جۆر کاریگەریان بۆ سەر مرۆڤی تووشبوو دەبێت ئەویش بەڕێژەی جیاواز.

یەکەم/ لایەنی دەروونی:

لێرەدا دڵەڕاوکێ بەشێوەیەکی سەرەتایی دەردەکەوێت،و وردە وردە بەپێی زیادبوونی هۆکارەکانی دڵەڕاوکێو پشتگوێخستنی لەلایەن تووشبووەوەو سەرنەدانی لەکەسانی پسپۆڕو تایبەتمەند لەبواری دەروونییدا دڵەڕاوکێکە دەگۆڕێت بۆ دڵەڕاوکێیەکی توند، بەڵام لێرەدا هەر دڵەڕاوکێیەو ناگۆڕێت بۆ نەخۆشییەکی دەروونی تر.

لەلایەکی ترەوە دڵەڕاوکێ دەگۆڕێت بۆ نەخۆشییەکی دەروونی، ئەمەش کاتێک ڕوودەدات کە دڵەڕاوکێ بەڕێژەیەکی خێراو توند زیاد بکاتو کەسی تووشبوو نەتوانێت بەرگری لێبکات، لێرەدا بەکارهێنانی هەر میکانیزمێکی بەرگری سوودی نییەو تووشی شکست دەبێت، دڵەڕاوکێیەکە دەگۆڕێت بۆ نەخۆشییەکی دەروونی ئاڵۆزتر، ئەمەش جۆرێکە لەو هەڵگەڕانەوە دەروونییەی لەمرۆڤدا دروست دەبێت.

دووەم / لایەنی جەستەیی:

لەڕووی جەستەییەوە، دڵەڕاوکێ کاردەکاتە سەر ئەندامەکانی جەستەو مرۆڤ تووشی هەندێک ناڕەحەتی جەستەیی دەکات، سەرەتا بەکارتێکردنێکی کەم دەست پێدەکاتو مرۆڤی تووشبوو هەست بەهەندێک نائارامی دەکات، وەک:

- لە کۆئەندامی هەناسەدا، مرۆڤ هەست بەقورسی دەکاتو هەست دەکات هەناسەدانی زیادی کردووەو قوڵتربووە.
- لەکۆئەندامی هەرسدا، مرۆڤ هەست بەوشکی دەمی دەکاتو کرداری هەرسکردن قورس دەبێ، هەندێک جار مرۆڤ تووشی سکچوون دەبێت.
- لەکۆئەندامی میزدا، مرۆڤ بەردەوام میز دەکات یان بەپێچەوانەوە تووشی ناڕەحەتی دەبێت لەکاتی میزکردندا.
- لەخوێن و کۆئەندامی سوڕی خوێندا، پەستانی خوێن بەرزدەبێتەوە بەڵام بەرزبوونەوەیەکی کاتی، مرۆڤ هەست بەساردی دەکات، هەستدەکات ئارەقێکی زۆری کردۆتەوە.
- چەند گرفتێکی تریش تووشی مرۆڤی تووشبوو دەبێت، وەک کەم خەوی، ناجێگیری، کەمبوونەوەی کێش.

ئەمانەی ئاماژەمان پێدا کاتیینو هەندێجار ئاساییین، بەڵام ئەگەر هاتوو ئەم حاڵەتە بەردەوام بوو و دڵەڕاوکێکەش درێژخایەن بوو و مرۆڤ بەردەوام بوو لەسەر میکانیزمە بەرگرییە شکست خواردووەکە، ئەو کاتە کاریگەرییەکە توندتر دەبێتو چەند نەخۆشییەک لەسەر جەستە بەجێدەهێڵێت کە دەچنە لیستی نەخۆشییە دەروون جەستەییەکان (سایکۆسۆماتیەکان) وەک برینداربوونی گەدە، هەندێک نەخۆشی پێست.

کاریگەری دڵەڕاوکێ لەسەر فێربوون:

هەندێجار گوێبیستی ئەوەین خوێندکاران ناتوانن لەکاتی تاقیکردنەوەکاندا وەڵامی پێویست بدەنەوە، واتە ناتوانن ئەو زانیاریانە بگێڕنەوە کە پێشتر لەکاتی کۆششو لەپرۆسەی پەروەردەو فێرکردندا فێری بوون ئەمەش پەیوەستە بەیادگەوە (الذاكرە)، چونکە دڵەڕاوکێ کاردەکاتە سەر کردارەکانی یادکەوتنەوە (وەرگرتن، هەڵگرتن، گێڕانەوە) ئەم کاریگەریانە لەسەر کردارەکانی یادکەوتنەوەدا وادەکات کە جیاکردنەوەی زانیارییەکانو گێڕانەوەی کارێکی ئاسان نەبێت.

دڵەڕاوکێ ئەگەر لەکاتی کۆششدا بێتو لەئاستی ئاسایی خۆی تێپەڕبکات ئەوا ئەو زانیاریانە تەنها لەئامێری یادگەی کەمخایەندا جێگیر دەبێتو ناگاتە یادگەی درێژخایەن، بەمەش دوای چەند خولەکێک یان کاژێرێک زانیارییەکان بیردەچنەوە یان لەگەڵ بابەتەکانی تردا تێکەڵ دەبێت، بەڵام ئەگەر دڵەڕاوکێ لەکاتی تاقیکردنەوەدا بوو، ئەوا دیسان ئەو زانیاریانەی لەیادگەی درێژخایەندا هەڵگیراون بەئاسانی بیر ناکەونەوە، خوێندکاریش هەرچەندە زانیارییەکانی ئامادەیەو لەیادگەیدا هەڵگیراوە، بەڵام هەر یادگەی درێژخایەندا دەمێنێتەوەو نایەتە دەرەوە، یان ئەگەر بێتیش ئەوا بەشێکی کەم یاخود بەتێکەڵی لەگەڵ بابەتی تردا دێتەوە یاد، بەڵام دوای تەواوبوونی ئەو گوشاری تاقیکردنەوەیە خوێندکارەکە بەئاسانی هەموو بابەتەکە دەگێڕێتەوە.

بەشێوەیەکی گشتی دەرکەوتووە کە دڵەڕاوکێ هۆیەکە بۆ سەرکەوتن لەکردارە ئاسانەکاندا بەمەرجێک لەئاستو ڕێژەی ئاسایی تێنەپەڕێت، بەڵام ڕێگرە لەبەردەم جێبەجێکردنی کارە بەیەکداچووەکاندا.

توێژینەوەکان دەریانخستووە کە ئەو خوێندکارانەی ئاستی دڵەڕاوکێیان بەرزە لەکاتی تاقیکردنەوەکاندا ئاستی بەدەستهێنانیان نزمە لەچاو ئەو خوێندکارانەی کە دڵەڕاوکێیان کەمە یاخود ئارامترن، هەربۆیە دەبێت جیاوازی بکەین لەنێوان دڵەڕاوکێیەک کە تاک ئامادە دەکاتو دەبێتە هۆی سەرکەوتن، لەگەڵ دڵەڕاوکێیەک کە دەبێتە هۆی گرفتو تاک دەڕوخێنێتو تووشی شکستی دەکات، چونکە دڵەڕاوکێ لای هەموو تاکێکو لەهەموو کۆمەڵگەیەکدا هەیە، بەڵام بەڕێژەی جیاواز.

ئەگەر دڵەڕاوکێ لەڕێژەی سروشتی خۆی دەرنەچوو ئەوا دەبێتە هۆی هاندانو هەوڵدان، تاک بەرەو سەرکەوتن دەبات، بەڵام ئەگەر لەڕێژەی سروشتی خۆی دەرچوو ئەوا دەبێتە هۆی شکستو ئەو حاڵەتانەی کە لەسەرەوە ئاماژەمان پێدا.

تەنها لەماوەی مانگێک دا ٣٧١ نەشتەرگەری دەکرێت

ئەرکان محەمەد ڕەشید - کەلار

بەشی ئاماری نەخۆشخانەی گشتی کەلار ڕایگەیاند کە تەنها لەماوەی مانگی ڕابردووی ئەمساڵدا، ٣٧١ نەشتەرگەری جۆراوجۆر لەبەشی نەشتەرگەری نەخۆشخانەکەیان کراونو زۆربەشیان نەشتەرگەری گەورە بوون.

حیلمی نوری بەرپرسی بەشی ئامار لەنەخۆشخانەی گشتی کەلار لەلێدوانێکیدا بۆ نم نم، ڕوونیکردەوە کە لەکۆی ئەو ٣٧١ نەشتەرگەرییە ١٨٠یان گەورەو ٣٦ نەشتەرگەری ناوەندو ٣٩ نەشتەرگەری بچووکو ١١٦ نەشتەرگەری تایبەت بەژنانو منداڵبوون - نەشتەرگەری قەیسەری - لەنەخۆشخانەکەیان کراون.

بەوتەی ناوبراو، ٣٥٧٨ هاووڵاتی بەمەبەستی چارەسەرکردن سەردانی بەشی ڕاوێژکاریی نەخۆشخانەی گشتی کەلاریان کردووە، هاوکات ٣٠٣ منداڵ لەدایک بوونو ١١٦یان بەڕێگەی نەشتەرگەریی هاتونەتەدنیا، جگەلەوەش ٧٢٢ نەخۆش داخلی بەشەکانی ژنان، نەشتەرگەری، منداڵانو هەناو کراونو چارەسەری پێویستیان بۆکراوە، هەروەها ١٤حاڵەتی شکاویو ١٠٢٣٨ پشکنینی تاقیگەییو ١٠٥٢٧ وێنەگرتنی تیشک، ٧٨٦ سۆنار، ٢٧ سیتیسکانو ٣٢١ هێڵکاری دڵ بۆ هاووڵاتیانی ئەو ناوچەیە کراوە.

فۆتۆ: Pukmedia

نەشتەرگەریی لەشارۆچکەی کەلار ڕوولەزیادبوونە

عەنکاوەی هەولێر دەبێتە پەناگەی ئاوارە مەسیحییەکان

پێکهاتەی خەڵکی عەنکاوە هەمیشە فرەچەشن بووەو بۆتە جیهانێکی بچووک بۆ شێوەزاری مەسیحییەکان

عەبیر محەمەدو نیڵ ئارون
لەهەولێر

پیاوێکی مەسیحیی عێراقی کە جلێکی کەشخەی پۆشیبوو لەبەردەم دوکانە نوێیەکەی وەستابوو، دوو قاچی کەڵەشێرێکی گرتبوو کە پەلەقاژێی دەکرد.

عومەر فاروق جەرجیس بەدوای ژیانێکی ئارامدا هاتۆتە عەنکاوە. ئەو، کە تەمەنی ٢٨ساڵە، باس لەوە دەکات کە سێ ساڵ لەمەوبەر بەرەو عەنکاوە رایکرد، چونکە یاخیبووان بەردەوام هەوڵیان دەدا بیکوژن، لەبەر ئەوەی لەگەڵ سوپای ویلایەتە یەکگرتووەکانی ئەمریکا کاری دەکرد. کردنەوەی ئارایشتگایەکی جوانکاریی، یەکێک دەبێ لەپرۆژە نوێکانی جەرجیس.

ئەو کەڵەشێرەی سەرەوژێر بەدەستییەوە گرتووە تۆزێکی تر دەکرێتە قوربانی لەپێناو بەختێکی باشدا. ئەو باڵندەیە باڵەفرێ دەکاتو ملی دەچەمێنێتەوەو هەوڵ دەدات خۆی راست بکاتەوە، لەکاتێکدا جەرجیس ئەو شتەی بیر دەکەوێتەوە کە ئەوی هێناوەتە عەنکاوە "بڕیارمدا بگوازمەوە کاتێک گوێم لەئامۆزاکەم بوو دەیوت ئەم شوێنە رێک وەک بەغدای ١٩٨٠کانە، بەغدا ماڵمە بەڵام ئەم گەڕەکە داهاتوویەکی پێبەخشیوم کە لەبەغدا بۆم دەستەبەر نەدەکرا".

عەنکاوە شارۆچکەیەکی گەورەی مەسیحییەکانەو لەقەراغی شاری هەولێری پایتەختی هەرێمی کوردستان، ڤێلای کۆنکریتیو شوێنی بازرگانیی بچووکو چالاکی تێدایە. ژمارەی دانیشتووان و سنووری ئەم شارۆچکەیە لەدوای ساڵی ٢٠٠٣ بەشێوەیەکی خێرا زیادیان کردووە، ئەویش بەهۆی هاتنی ئەو ئاوارە مەسیحیانەی لەدەست گروپە توندڕەوەکانی بەغداو موسڵ هەڵدێن.

عەنکاوە، کە هەمیشە پێکهاتەی خەڵکی فرەچەشن بووە، بۆتە جیهانێکی بچووک بۆ شێوەزارەکانی مەسیحییەکانو ئەو گروپە ئایینیانەی رۆژگارێک لەسەرتاسەری عێراق لەبرەو دابوون. هەرچەندە بەهۆی ئاوارەکانەوە پاڵەپەستۆ لەسەر دەرامەتی شارۆچکەکە دروست بووە، بەڵام بەرپرسانو خەڵکی عەنکاوە دان بەوەدا دەنێن کە ئاوارەکان لەهەمان کاتدا بەشێوەیکی چڕوپڕ سەرمایەی خۆیان لەشارۆچکەکە بەگەڕخستووە، هەروەک جەرجیس دەڵێت: "ئاوارە مەسیحییەکان عەنکاوەیان بوژاندەوە، عەنکاوە پێشتر گوندێک بوو لە خانووی قور، ئێستا گەڕەکێکی پێشکەوتووە".

جەرجیس کەڵەبابەکە لەبەردەم دوکانەی لەسەر زەوی درێژ دەکاتو بەچەقۆیەک سەری دەبڕێت. خوێن بەو ناوەدا فیچقە دەکات، ئەوەش وەک نەریتێکی عەرەب، جەرجیس دەستێکی دەخاتە ناو خوێنەکەو نیشانەیەکی سوری لەسەر دەرگای دوکانەکە دەکێشێ. لەسەرووی ئەو لەپە خوێناوییە، جەرجیس پەنجەیەکی بەخوێن بەکاردەهێنێ تا خاچێک وەک نیشانەی باوەڕداریی خۆی بکێشێت، "بەسەربردنی ژیانم لەعەنکاوە مانای وانییە کە من رەگو ریشەی خۆم وەک عەرەبێکی عێراق بیرچۆتەوە".

فۆتۆ: میترۆگرافی

تائیفە جیاوازەکانی مەسیحییەکان لەکەنیسەدا یەکدەگرنەوە

دووهەزار ساڵ زیاترە مەسیحییەکان لەعێراق دەژین. بەر لە ٢٠٠٣، ژمارەی مەسیحییەکان لەو وڵاتە بە ٨٠٠٠٠٠ تا یەک ملیۆن کەس مەزەندە کراوە. لەو پشێوییەی دوای شاڵاوەکەی ئەمریکا سەری هەڵدا، ژمارەی مەسیحییەکان بەرادەیەکی زۆر کەمی کردوە.

بەهۆی هێرشی تاوانبارانو چەکدارە ئیسلامییە توندڕەوەکان، دەیان هەزاریان بەرەو وڵاتانی دراوسێ، وەک سوریا، رایانکرد. لەشەش ساڵی رابردوودا عەنکاوە بوەتە یەکێک لەو چەند شوێنە کەمە جیاوازەی کە کۆمەڵگای مەسیحی تیایدا فراوان بووە. بەوتەی فەهمی مەتی سەرۆکی شارەوانی شارۆچکەی عەنکاوە، ئارامی هۆکاری سەرەکی ئەو بەرفرانبوونەیە.

مەتی، کە پێشتر پارێزەر بووەو کەسێکی رەوشت جوانەو بەردەوام زەنگی مۆبایلەکەی لێی دەدا، سوپاسی حکومەتی هەرێمی کوردستانی کرد بۆ جێبەجێکردنی داواکارییەکانی مەسیحییەکان کە بەردەوام لەزیادبووندایە، "لەشەش ساڵی رابردوودا، سێ گەرەک لەدەوروبەری عەنکاوە دروستکراوەو زەویش بۆ نزیکەی ٤٠٠٠ خانووی نوێ تەرخان کراوە"و ژمارەی دانیشتووانی شارۆچکەکە نزیکەی دوو هێندەی خۆی زیادی کردووە.

بەبپێی دواییین لێکدانەوە، لە ساڵی ٢٠٠٣ ژمارەی خەڵکەکەی ١٠٠٠٠٠ کەس بووە و ئێستا گەیشتۆتە ٢٠٠٠٠٠ کەس، هەروەک مەتی دەڵێت: "هەرچەندە شارۆچکەکە خێرا فراوان بووە، بەڵام نەهێڵراوە گرژیی لەگەڵ دانیشتوانی مەسیحیی رەسەنی عەنکاوەو موسڵمانی هەولێر دروست ببێت، مەسیحییەکان بەسۆزەوە رەفتار لەگەڵ ئاوارەکاندا دەکەن... ئێمە هیچ کێشەیەکمان لەگەڵ برا موسڵمانەکانمان نییە".

وەک بەشەکانی تری عێراق، کلدانییەکان گەورەترین گروپن لەعەنکاوە، دوای ئەوانیش چەندین گروپی تر دێن وەک ئاشووری، سریان، مەسیحیو ئەرمەنی. ئەمانە لە نێو خۆیاندا، بەچەندین شێوەزارو زمان قسە دەکەن، لەسریانییەوە تا ئارامیو لەکوردییەوە تا عەرەبی. هەندێ لەمەسیحییەکان پێیانوایە لەرووی رەگەزەوە جیاوازن لەتاقمەکانی ترو هەندێکی تریش پێیان وانییە. پلەی وێکچوونیان لەگەڵ کۆمەڵگا هاوسێکانیان لەموسڵمان ـ جا کوردبن یان عەرەب ـ دیسان زۆر جیاوازی هەیە. بەوتەی مەتی، مەسیحییە ئاوارەکانی موسڵو بەغدا بەگشتی لەزمانی عەرەبیدا پاراونو کەمێک یان هیچ کوردی نازانن، ئەوە لەکاتێکدا مەسیحییە کۆنەکانی عەنکاوە لەکوردیدا زمانپاراونو تۆزێک عەرەبی دەزانن. حەبیب شەمعون، دارتاشێکی مەسیحییەو تەمەنی ٦٤ساڵە، جلی کوردی لەبەربوو، ئاماژەی بەوەدا کە ئاوارەکان وەک ئەوان نین. شەمعون، بەدەم خواردنی پاقلەی گەرمی دەستگێڕێک لەقەراغی رێگایەک وتی: ئێمە کوردین، بەڵام ئەوان عەرەبن.

لەقوتابخانەیەکی مەسیحییە ئاشوورییەکان لەعەنکاوە، رابیل شلێمخۆی تەمەن ١٧ساڵ باسی لەوەکرد کە زۆربەی وانەکانی بەزمانی سریانی دەخوێنێت، "ئاوارە مەسیحییەکان لێرە ناخوێنن، لەقوتابخانەکانی خۆیان بەعەرەبی دەخوێنن."

لوبنە خەلیل، بەعەرەبییەکی شڕ دەدواو جەختی لەسەر ئەوە دەکردەوە کە ئاوارە تازەکان بە زمانێکی مەسیحیی جیاواز قسە دەکەنو کوردی نازانن.

دایکی مارینە، ئاوارەیەکی مەسیحیی بەغدایەو ئاماژەی بەوە دا کە بەهۆی ئەو بۆشاییەی زمانەوە زۆر کێشەی بۆ دروست نەبووە– کچە بچووکەکەی فێری شێوەزاری عەنکاوە بووە.

ئەوەی زیاتر لوبنە پەست دەکات تا رادەیەک گرانی خەرجیو پێشوازی ساردو سڕی خەڵکی شارۆچکەکەیە، "دراوسێکەم مەسیحی بوو، بەڵام ماوەی چەند مانگی یەکەم کە هاتینە ئێرە هەرگیز سڵاوی لەئێمە نەکرد".

دایکی مارینە باس لەوە دەکات کە پۆستی بەڕێوەبەری دوکانێکی شارۆچکەکەی پەسەند کردووەو جلی شایی دەفرۆشێت، چونکە مێردەکەی نەیتوانیوە ئیشێکی باش بدۆزێتەوە. سامی، بەڵێندەری خانووبەرەیەو رەتیکردەوە ناوی دووەمی بدات، جەختی لەوە دەکردەوە کە عەنکاوە بەماڵی نوێی خۆی دادەنێت. ئەو، کە لەبنچینەدا خەڵکی گەڕەکێکی موسڵمانی شاری موسڵە، ئاماژەی بەوە دا دوای ئەوەی دراوسێکەی کە بیست ساڵ بوو بەیەکەوە دراوسێ بوون، هەڕەشەی لێکردبوو رایکردووە، "سەرەتا تووشی نەهامەتی بووم لێرە، بەڵام ئێستا پارەی باشم لەکارەکەم دەست دەکەوێ، بیر لەبەجێهێشتنی عەنکاوە ناکەمەوە. لێرە دەتوانم لەنێو خەڵکی خۆم بم".

سەرۆکی شارەوانی عەنکاوە ئاماژە بەوە دەدات کە بەهۆی هاتنی ئاوارە تازەکانەوە کرێی خانوو لەعەنکاوە بەرزبوەتەوە، "ئابووریی عەنکاوە زیاتر گەشە دەکات، بەهۆی ئەو رێکخراوە بیانیانەی کە نووسینگەی خۆیان لەشارۆچکەکە کردۆتەوە".

ئەمریکا قونسوڵخانەی لەعەنکاوە هەیەو زۆر بەتۆکمەیی پاسەوانی دەکرێت، هەروها چەندین ئاژانسی فریاگوزاریو کۆمپانیانی نەوت خانووی گەورەیان لەناوچەکە بەکرێ گرتووە. کرێنو بارهەڵگری چیمەنتۆ لەشوێنی دروستکردنی چەندین باڵەخانە لەسنوری شارۆچکەکە بەبەردەوامی کار دەکەن. لەنێو ئەو چەندەها باڵەخانەیەی بەرز دەکرێنەوە، خانوویێک بەم دواییانە رووخێنراوە ـ کابینەی پۆلیس بوو لەسەر ئەو رێگایەی دەچێتە شارۆچکەکە.

پیاوێکی ئەمریکیی سەرسپی لەکاتێکدا خەریکی کڕینی شت بوو لە دووکانێکی ناوچەکە، وتی: "پۆلیس لەهەموو شوێنێکە پێویستمان بەخاڵی پشکنین نییە". لەپشت ئەو پیاوەوە، چەند پیاوێکی چوارشانەی بیانی کە سەریان سفر کردبوو، چاویلکەی بەرخۆریان لەچاو کردبوو، لەچەند بتڵێکی خواردنەوەی کحولی ورد بوونەوە. لەدەرەوەی ئارایشتگایە نوێیەکەی جوانکاری، جەرجیس خەریک بوو ئەو ناوەی پاک دەکردەوەو ئاماژەی بەوە دەدا کەڵەشێرە سەربڕاوەکە دەداتە کارمەندێک کە لەبەر هەژاریی ناتوانێت گۆشت بکڕێت.

لەپەنجەرەیەکەوە، ژنێک قاوی کردو وتی: "ئەو شۆستەیە پاک بکەرەوە". جەرجیس بەدەم پرژاندنی ئاو بەسەر ماکی خوێنەکە، وتی: "هەموو شتێک تەواو بوو،" عەبیر محەمەد موحەریرێکی باڵای ناوخۆییە لەپەیمانگای رۆژنامەوانیی جەنگو ئاشتی IWPR و نیڵ ئارون موحەریرێکی عێراقی ئەو پەیمانگایەیە.

کاکەییەکان نمونەی کوردایەتیو پێکهاتەی رەسەنی هەڵەبجەن

مەریوان نەقشبەندی

بەرپرسی راگەیاندنی وەزارەتی ئەوقافو کاروباری ئایینی هەرێم

من دڵنیام ئەو مامۆستا ئایینیانەی هەیینی رابردو لەوتاری مزگەوتەکانیاندا تۆمەتی غەیرە دینیان دابوە پاڵ یاساناسێکی بوێرو دڵسۆزی کاکەییو وتبویان شایستەی ئەوە نییە بکرێتە قائمقامی هەڵەبجە، ئێستا ویژدانیان ئازاریان دەدات، بەتایبەتی ئەگەر کەمێک بۆ مێژووی کاکەییەکان لەهەڵەبجەو بەتایبەتیش گوندی هاوارو رۆڵی کوردانەی کاکەییەکانو پێکەوەژیانی سەدان ساڵەی نێوان موسڵمانو کاکەییەکانی ئەو شارەیان وەبیرخۆیان هێنابێتەوە.

خۆ ئەگەر لەسەر هەڵوێستی دژایەتیکردنیان بۆ کاکەییەکان بەردەوام بن، ئەوا من وەک کەسێکی خەڵکی هەڵەبجە کە ساڵانێکی دورودرێژم لەژیانی قوتابخانەو وەک وەرزشوانێکی ئەو شارە بەسەربردوە، دەڵێم ئەوە قوتابییە کاکەییەکانی هەڵەبجە بوون لەخۆپیشاندانەکانی ساڵی ١٩٨٤و ١٩٨٥ی ئەو شارەدا لەپێشی پێشەوەی خۆپیشاندەرانو خۆفیداکردن بوون لەبەردەم کێبڵو پۆستاڵو تانکەکانی رژێمی بەعسدا، ئەوە کچە کاکەییەکانی ئەو شارە بوون خۆیان دەکردە قەڵغان بۆئەوەی دارو شەقی پۆستاڵ رەشەکانی بەعس نەگاتە کچە موسڵمانەکانی هەڵەبجە.

دەبوو مامۆستایانی ئایینی ئیسلامو هەموو دانیشتوانی هەڵەبجە ستایشی بڕیاری حکومەتی کوردستانیان بکردایە کە یاساناسو پارێزەرێکی وەک گۆران ئەدهەم ـیان رازی کردوە ببێتە قائمقامی هەڵەبجە، هەر هیچ نەبێت لەبەر ئەوەی خۆبەخشانە لەکەیسی دادگایکردنی تاوانبارانی کیمیابارانی هەڵەبجەدا کاری کردوە.

لەکاتێکدا یەکێک لەو مامۆستا ئایینیانەی رەخنەی لەو بڕیارە گرتوە ئامادە نەبوو لەدۆسیێی دادگایکردنی عەلی کیمیاییو سەرانی بەعسدا خۆیان وەک شایەتحاڵ تۆمار بکەنو بیانوتایە رژێمی بەعس هەڵەبجەی کیمیاباران کرد، ئاخۆ کەسێک هەبێت یەک زەڕە دڵسۆزی بۆ هەڵەبجە هەبێت نەزانێت کاکەییەکانو بەتایبەتیش هاوارییەکان یەکەم کەس بوون دوای راپەڕینی ساڵی ١٩٩١بڕیاری گەڕانەوەیان بۆ کۆمەڵگای عەنەبو شاری هەڵەبجە داو ئاوەدانیان گەڕاندەوە بۆ ئەو سنوورە؟؟؟

بەڕاستی وەک هاووڵاتییەکی سنوری هەڵەبجە خۆم بەشەرمەزار دەزانم کە مامۆستایەکی ئایینی ئەو سنورە لەجیاتی گەیاندنی پەیامی برایەتی ئیسلامو پتەوکردنی هەستی نەتەوەیی لەناو دڵو جەستەی منداڵانی هەڵەبجەدا، بڕوات لەسەر مینبەری مزگەوت، کاکەیی بەبێدین وەسف بکاتو گومانی ئەوە بکات کە شایستەی پۆستی قائمقامی هەڵەبجە نەبێت.

باشە ئاخۆ ئەو مامۆستا ئایینیانە خۆیان لەپێغەمبەری ئیسلام (د.خ) بەموسڵمانتر بزانن کاتێک کۆچیکرد بۆ شاری مەدینە لەگەڵ هەموو پێکهاتە ئایینیو مەزهەبییەکانی ئەو شارەدا گفتوگۆو پێکەوەژیانی کردو رێگای نەدا یەک غەیرە ئیسلام لەو شارەدا ئیهانە بکرێت.

ئەگەرچی من دڵنیام بۆچونی ئەو یەک دوو مامۆستا ئایینیە، بۆچوونو بیرکردنەوەی مامۆستایانی ئایینی دیکەو دانیشتوانی هەڵەبجە نییە، رەنگە هەڵوێستێکی شەخسی بێتو مەرامی تایبەتی لەپشتەوەبێت، بەڵام من تەنها ئەوەندەم لەدەستدێ بەهەموو کاکەییەکانو بەتایبەتیش هاوارییەکانی هەڵەبجە بڵێم داوای لێبوردن دەکەمو بەگەورەیی خۆتان بمانبەخشن.

naqshbandy@gmail.com

٣٢٠٠ ئەرمەنی لەهەرێمی کوردستان دەژین

"وەرگرتنی پۆستی ئەندامیەتی پەرلەمان لەلایەن ئەرمەنییەکانەوە، دەستکەوتێکی مێژووییە"

ئەرمەنەکانی کوردستان بەهۆی کۆمەڵکوژییەکی ساڵی ١٩١٤ی تورکیاوە کە بەرامبەریان کراو نزیکەی ملیۆنو نیوێک ئەرمەنی کوژران، ژمارەیەکیان بەرەو هەرێمی کوردستان بەرێکەوتنو لەئێستادا ڕێژەیان نزیکەی ٣٢٠٠ هاووڵاتی دەبن، کە بەزمانی کوردی دەدوێنو دڵخۆشتن بەمانەوەیان لەشاروشارۆچکەکەکانی هەرێم.

فۆتۆ: لڤین نێروەیی

ئەرمەنییەکان هەرێمی کوردستان بە پەناگەی خۆیان دەزانن

لڤین نیروەیی ـ دهۆک

سەبارەت بەمێژوی ئەرمەنییەکانی هەرێمی کوردستان، قەشەی ئەرمەنە ئەرسەدۆکسەکانی دهۆک ماسیس شاهینیان، ئاماژە بەوە دەدات کە لەساڵی ١٩٩٠دا، دەولەتی ئەرمینیا سەربەخۆیی خۆی وەرگرت کە تایبەتە بەئەرمەنییەکان , "ئەرمەنییەکان کورد نین , ژمارەیەکی زۆریان موسڵمانو کوردو ئێرانیو جولەکەنو یەزیدیشیان لەناودا هەیە".

ئەرمەنەکان بەئەرمینیەکان دەڵێین هیستان , بەڵام بەزاراوی جیهانی ئەرمینیایە. بەوتەی شاهینیان لەشەڕی جیهانی یەکەمو دوای ئەوەی کە تورکیا کۆمەڵکوژی بەرامبەر ئەرمەنییەکان ئەنجامدا، ژمارەیەکی زۆری ئەرمەنییەکان کوژرانو بەو هۆیەشەوە ژمارەیەکی زۆریان بەرەو شارەکانی هەرێمی کوردستان کۆچیان کرد , بەشێکیشیان بەرەو سوریاو هەندێکیشیان لەئێرانو ئەرمینیا نیشتەجێ بوون.

قەشەی ئەرمەنەکانی دهۆک ماسیس شاهینیان جەخت لەوە دەکاتەوە کە دوای ئەوەی لەکوردستان نیشتەجێ بوون , فێری زمانی کوردی بوونو لەئێستا ٤٧خێزانی ئەرمەنی لەپارێزگای دهۆک دەژین , هەروەها ئەرمەنییەکان دوو گوندیان لەقەزای زاخۆ هەیە.

گوندی ئاڤزریک کە ژمارەی دانیشتوەکەی ٥٠خیزانە لەگەڵ گوندی هاوریسکی کە ١٠٧ خێزان لەخۆدەگرێت، ٥٥خێزانی ئەرمەنی لەقەزای سمێل دەژینو لەهەولێریش ٩٠ خێزان , بەڵام سەرجەمیان دەربەدەرن , لەسلێمانیش تەنها سێ تا چوار خێزانی ئەرمەنی هەیە، "ئێستا نزیکەی ٢٥هەزار خێزانی ئەرمەنی لەهەموو عێراق هەیەو زۆرینەشیان لەبەغدان , بەڵام لەدوای ساڵی ٢٠٠٣وە زیاتر لەحەوت هەزار خێزانی ئەرمەنی , کۆچییان بۆدەرەوەی وڵات کردووە".

٣٢٠٠ ئەرمەنی لەهەرێمی کوردستانن

ئارام شاهین داود , نوێنەری ئەرمەنییەکان لەپەرلەمانی کوردستان، ئاماژە بەوە دەدات کە ئەرمەنییەکانی کوردستان نزیکەی ٣٢٠٠ کەس دەبنو زیاتر دانیشتوی پارێزگای دهۆکو قەزای زاخۆن.

بەوتەی ئەو پەرلەمانتارە تائێستا ئەرمەنییەکانی کوردستان داوای هیچ پرۆژەیەکیان نەکردووە بۆئەوەی پێشکەشی پەرلەمانی بکات , "خۆم پرۆژەیەکم پێشکەش کردووەو داوای دانانی بنکەیەکی رۆشنبیری تایبەت بەئەرمەنییەکانم کردووە، چونکە ئێمە زۆر دڵخۆشین بەوەی لەکوردستاندا دەژین"، هەربۆیە ئارام جەخت لەوە دەکاتەوە کە تائێستا لەلایەن ئایینو نەتەوەکانی ترەوە هیچ کێشەیەکیان بۆ دروست نەبووەو بەنیازنین بگەڕێینەوە ئەرمینیا.

بەهۆی ئارامیو ئاسایشی هەرێمەوە ئەرمەنییەکان نایانەوێت بگەڕێنەوەو دڵخۆشن بەمانەوەیان لەهەرێمی کوردستان.

تینا، کچێکی ئەرمەنییەو دڵخۆشی خۆی بەرامبەر هەبوونی ئەرمەنیەکان لەکوردستان نیشانداو ئاماژەی بەوەدا کە کورد، گەلێکی زۆر باشنو زۆر ڕێزیان لێدەگرن، "بۆیە لێرە دڵخۆشین".

میران یوسف , کە خۆی بەرۆشنبیرێکی ئەرمەنییەکان ناساند بەنم نم جەخت لەوە دەکاتەوە هەبونی ئەرمەنییەکان لەکوردستان دەستکەوتێکی گرنگەو وەرگرتنی پۆستی ئەندامیەتی پەرلەمان لەلایەن ئەرمەنییەکانەوە، "دەستکەوتێکی مێژووییە".

هەفتەی دوو رۆژ لەکەنیسە کۆدەبنەوە

ماسیس شاهینیان لەبارەی سروتو پەرستشەکانی ئەرمەنییەکان لەکەنیسە، ئاماژە بەوە دەدات کە لەرۆژانی هەینیو یەکشەممەیەدا , هەموو ئەرمەنییەکان لەکەنیسە کۆدەبنەوە , "عیبادەت کردن لەکاتژمێر ٨:٣٠ی بەیانی تا ١١:٣٠ی بەیانی بەردەوام دەبێت".

بەپێی وتەکانی ئەو قەشەیە، ئەرمەنییەکان شەش جەژنیان هەیە کە ئەوانیش: لەدایکبوونی یەسوع، هەستانەوەی یەسوع، ئینتیقالەی عەزرا، جەژنی خاچ، جەژنی رەشاش، جەژنی سعود.

لەبارەی ژنو ژنخوازی ئەرمەنییەکانیشەوە، قەشە ماسیس شاهینیان جەختی لەسەر ئەوە کردەوە کە تا ١٠ساڵ لەمەوبەر , ئەرمەنییەکان تەنیا ژنیان لەیەک دەخواست , بەڵام ئێستا دەتوانن کچ لەسریانییەکانو مەسیحیەکانیش بخوازنو کچیان پێبدەن.

سەعید حاجی سدیق , کە کتیبێکی تایبەت لەسەر مێژووی زاخۆ نوسیوەو باسی هاتنی ئەرمەنییەکانی کردووە بۆ زاخۆ، ئاماژە بەوە دەدات کە کاتێک ئەرمەنییەکان هاتن بۆ زاخۆ پێشوازییەکی گەرمیان لێکرا , "بۆمان دەرکەوت کە زاخۆ شوێنێکی ئارامە بۆنیشتەجێ بوون".

قەشە ماسیس، جەخت لەوە دەکاتەوە کە حکومەتی هەرێمی کوردستان هاوکارییەکی زۆری ئەرمەنییەکانی کردووەو چەندین ساڵە لەکوردستان دەژین، "بێئەوەی کێشەمان بۆدروستکرابێت، ئێمەش خزمەتی زۆری کوردستانمان کردووەو چەندین کەسایەتیمان پێشکەشی حکومەت کردووە، وەک وارتکێس موسێس کە ئێستا بەرێوبەری گشتی پەروەردەی دهۆکە".

هەناسەدان لەپێناو ئارامیو تەرکیزدا

ژیان بەیەکەم هەناسە دەستپێدەکاتو بەدوایین هەناسە کۆتایی دێت

یۆگی هاوبیر کامەران

مرۆڤ، بەهەناسەدان دەژیو ژیانی خۆی بەڕێ دەکات، چ ژیانی جەستەییو چ ژیانی ئەقلی، هەربۆیە یۆگیسەکان گرنگییەکی زۆر بەهەناسە دەدەنو پێیانوایە بەکۆنترۆڵکردنی هەناسەو بەئاگابوون لێی، مرۆڤ دەتوانێ کۆنترۆڵی زەینی خۆی بکات، ئەوەشی کۆنترۆڵی زەینی خۆی کرد بێگومان هەم تەرکیزێکی زۆر بەهێزو هەم ئارامییەکی تەواوی دەستدەکەوێت، چونکە کێشەکانی ئێمە کێشەی زەینین نەک کێشەی واقعی.

ئەوەی لەزەینی خۆیدا کێشەی نەبێت لەدەرەوەش کێشەی نابێت، بەڵام ئەگەر بەزەین کێشە دروست بکەیت، ئەوا هەمیشە لەدەرەوە کێشەت بۆپەیدا دەبێت.

کاتێک زەین پەرێشان دەبێت هەناسە خێراو کورت دەبێتەوە، تاوەکو هەناسەش خێراو کورت بێتەوە زیاتر مرۆڤ کێشەی جەستەییو زەینیو دەروونی بۆ دروست دەبێت.

ئەوانەی هەناسەیان کورتو خێرایە وەکو بولبول خێراتر ماڵئاوایی لەژیان دەکەن، ئەوانەشی وەکو کیسەڵ هەناسەیان هێمنو درێژە درەنگتر دەمرن.

بولبول تەنها ساڵێک یان دوان دەژی، بەڵام وتراوە کیسەڵ دەتوانێت تاوەکو ٥٠٠ساڵ بژی، مرۆڤیش توانای ژیانی تا ١٣٠ساڵی هەیە، بەڵام ئایا بۆچی ناگاتە ئەم تەمەنە؟

چونکە مرۆڤ ژیان لەسەر خۆی قورس دەکاتو زیاد لەڕادە بیری لێدەکاتەوەو خۆی پێوە ماندوو دەکات، بەم هۆیەوە کە هۆیەکی زەینییە هەناسەکانی خێرادەبنو بەوەش دڵ خێراتر لێدەداتو ڕێژەی دەردانی هۆرمۆنەکان لەخوێندا تێکدەچنو لەش دەکەوێتە بەر مەترسی نەخۆشی قورس.

رۆژانە لەهەوایەکی پاکدا دابنیشەو پشتت ڕێک بێت، چاو دابخەو دەستەکانت بخەرە سەر ئەژنۆ. هەموو ئاگاییو تەرکیزت بخەرە سەر هەناسەت. زۆر بەهێمنیو بەخاوی لەڕێگەی لوتەوە هەناسە هەڵبمژەو سییەکان پڕ بکە لەهەوا. هەوڵبدە هەر هەناسە هەڵمژینێک بەلانیکەمەوە ٢٠ چرکەی پێبچێت.

پاش ئەوەی سییەکانت پڕکرد لەهەوای پاک، وردە وردە هەر بە لوتو زۆر بەهێمنی هەناسەکە بدەرەوە تا سییەکانت لەهەوا بەتاڵ دەبن، دڵنیابە لەوەی هەموو هەواکەت کردۆتە دەرەوە، چونکە ئەو هەوایەی لەسییەکاندا دەمێنێتەوە دوانۆکسیدی کاربۆنەو بۆ لەشو مێشک زیانبەخشە، هەربۆیە بەتەواوی هەناسە بدەرەوە.

ئێستا دیسان بەهەمان شێوەی پێشوو هەناسە هەڵمژەو هەناسە بدەرەوە. ئەو راهێنانی هەناسەیە دووبارە بکەرەوە تا ماوەی ٢٠خولەک. هیچ زۆر لەخۆت مەکە، زۆر هێواش هەناسە هەڵمژەو بدەرەوە. زۆر گرنگە تەرکیزت لەسەر هەناسەکەت بێتو خەیاڵت نەڕوات. ئەگەر خەیاڵت ڕۆشت دیسان بیهێنەرەوە سەر هەناسەکەت. رۆژانە دووجار ئەم ڕاهێنانە بکە. پاش یەک مانگ لەئەنجامدانی ئەم ڕاهێنانە بچۆرە سەر بەشی دووەمی ڕاهێنانەکە، کە بەمشێوەیەی خوارەوەیە:

بەهەمان شێوەی بەشی یەکەم هەناسە هەڵمژەو بدەرەوە، بەڵام ئەمجارە لەگەڵ هەناسە هەڵمژین هەست بکە کە ئارامییەکی زۆر دەچێتە هەموو لەشتەوەو سەرتاپا لەشت داگیر دەکات. لەکاتی هەناسەدانەوەش هەستی پێبکە کە هەرچی هیلاکیو تاریکیو ناخۆشیو نەخۆشی هەیە لە لەشت دێتە دەرەوە.

دەبێت بەقوڵی ئەم هەستەت هەبێتو ئیحساس بکەیت بەوەی کە لەکاتی هەڵمژینی هەناسەدا، پاکیو ئارامی دێتە ناوتەوەو لەکاتی هەناسەدانەوەدا هیلاکیو تاریکی، ناخۆشیو نەخۆشی دەچێتە دەرەوە.

ئەم راهێنانە پێیدەوترێت شۆدا ئوجایی ـ Shuddha Ujaiiو هەوڵبدە دووجار لەرۆژێکدا ئەنجامی بدەیت. کاتێک دادەنیشی ٢١ هەناسە بەو شێوەیە بدەو پاشان لەسەر پشت پاڵکەوەو بحەوێرەوە.

بریتنی نوقمی قسەڵۆک دەبێت!

شارا کەریم

جارێکی تر بریتنی سپێرز کەوتەوە نێو گێژاوی کۆمەڵێک قسەو قسەڵۆکی ترەوە، ئەویش دوای بڵاوبوونەوەی لیستێکی ٧٥ چیرۆکیی بێمانا کە زۆربەیان بوونە مایەی تووڕەبوونی، یەکێک لەوانەش ئەوەیە کە گوایە خانەوادەکەی بریتنی رۆژانێک هێندە دەستکورتو هەژاربوون کە گۆشتی سمۆرەیان خواردووە!

هەمان راپۆرت باس لەکۆمەڵێک پەیوەندیی سۆزداریی بریتنیو شکستخواردنی دەکات کە لەزۆربەیاندا بەتایبەت لەمیانەی گەشتەکەیدا بۆ ئوستراليا!

بەشێکی ئەو قسەڵۆکانە لەماڵپەرە تایبەتەکەی خودی بریتنیشدا بڵاوکراونەتەوەو باس لەوە دەکەن کە بریتنی ٢٨ساڵ گیرۆدەی منداڵی سێیەمێتیو بووەتە جولەکە!

هەر ئەو لیستە کە بەناوی «ساڵێک لەژیانی بریتنی سپێرز» بڵاوکراوەتەوە، ١٣ هەزار چیرۆکی جیاجیای ساڵی ٢٠٠٩ی لەسەری باسکردووە.

شایانی باسە پێش دە ساڵ بریتنی وەک هەرزەکارێک بووە ئەستێرەیەکی دیارو تائێستاش یەکێکە لەئەستێرەکانی بەناوبانگەکانی هونەر لەئاستی جیهاندا.

ئۆباما دەبێتە چیرۆکخوان

زیلان سەردار

باراک ئۆبامای سەرۆکی ئەمریکا لەیەکێک لەسەنتەرەکانی کاتبەسەربردندا لەواشنتۆن چیرۆکێکی پێشکەشی منداڵان کرد بەناوی شەمەندۆفێرە خێراکەی جەمسەر.

جگەلەو چیرۆکە، ئۆباما بەدەستی بەتاڵەوە نەچووە لای منداڵەکان، لەگەڵ خۆیدا شیرینیی بردبوو بەسەریاندا دابەشیکرد. منداڵەکان ژمارەیان ٢٧کەس بوو، تەمەنیان لەنێوان ٦ ـ ١١ساڵیدا دەبوو.

دوای ئەوەی ئۆباما چیرۆکەکەی بۆ منداڵەکان خوێندەوە، پرسیاری ئەوەی لێکردن کە لەجەژندا چی دیارییەکیان بەلاوە پەسەندە؟ هەروەها لەبارەی ماناکانی جەژنیشەوە پێی وتن: «گرنگ ئەو روحیەتەیە کە ئێوە هەتانە».

کاتێک ویستی بڕوات، منداڵەکان نیگەران بوونو پێیان خۆش نەبوو بەجێیان بهێڵێت.

حاخامێک: سێکس لەبەرامبەر بوون بەجولەکەدایە!

ماریا جەمیل

حاخامی توندڕەوی جولەکە لیپ ترۆبەر کە سەرۆکی دامەزراوەیەکی ئاینییە پێشتر دژی وەرگرتنی خەڵکانی غەیرە جولەکە بوو، پێدەچێت بۆچوونەکانی گۆڕیبێتو رێگەیەکی تایبەت بەخۆی دانابێت بۆ ئەوەی خەڵک بکاتە جولەکە ئەویش لەڕێگەی سێکسکردن لەگەڵ ئەو ئافرەتانەی کە ئەو داوایەی لێدەکەن!

رۆژنامەی نیویۆرک پۆست بڵاویکردەوە، کاسێتێکی ڤیدیۆیی نیشانی دەدات کە ئەو حاخامە داوا لەخانمێکی مەسیحی دەکات سێکسی لەگەڵدا بکات بەرامبەر ئەوەی کە بڕوانامەی گۆڕینی ئایینەکەی لەمەسیحییەتەوە بۆ جوولەکە بداتێ! خانمەکە ناوی شانون ئۆراندەو لەهیوستنی ئەمریکاو تەمەنی ٣٢ساڵە و دەیەوێت ببێتە جولەکە.

دوای ئاشکرابوونی هەواڵەکە ژمارەیەک لەجولەکەکان لەخۆپیشاندانێکدا داوای دەرکردنی حاخامەکەیان کرد لەسەرۆکایەتی دامەزراوەی خێزانی جولەکە.

کاسێتەکە لەلایەن گروپێکەوە بەناوی یەکێتی تۆمارکەرە جولەکەکانی ئەمریکاوە لەسەر وێبلاگی یوتیوب بڵاوکراوەتەوە، رۆژنامەی نیویۆرک پۆست راپۆرتێکی لەبارەوە بڵاوکردوەتەوە بەناونیشانی: تەلموود لەپێناو خۆشەویستیدا.. حاخام دەیەوێت سێکس لەگەڵ خانمێکدا بکات.

لە وەڵامی ئەو راپۆرتانەشدا حاخامەکە بەوجۆرە پاساوی بۆ ئابڕوچوونەکەی هێنایەوە کە گوایە دەیەوێت لەو رێگەیەوە دەرگای بەجولەکەبوون بەڕووی ئەوانەدا دابخات کە دەیانەوێت ببنە جولەکە!

بیرلسکۆنی دەگەڕێتەوە سەر کارەکەی

شەوقی هیرانی

نوسینگەی سلڤسۆ بیرلسکۆنی سەرۆک وەزیرانی ئیتاليا لەبەیانێکدا ئاشکرایکرد کە رۆژی حەوتی کانوونی دووەمی ٢٠١٠ بیرلسکۆنی دەگەڕێتەوە بۆ سەر کارەکانی دوای ئەوەی چەند رۆژێک مۆڵەتی وەرگرتو لەنەخۆشخانە مایەوە بەهۆی ئەو هێرشەی لەلایەن گەنجێکەوە کرایە سەری کە بووە هۆی برینداربوونی لێویو شکاندنی چەند ددانێکی.

رۆژی ١٣ی کانوونی یەکەمی ٢٠٠٩ دوای دەرچوونی لە کەنیسەیەکو رۆیشتنی بەنێو جەماوەردا، گەنجێکی توشبوو بەنەخۆشیی دەروونیی بەرەو رووی رۆیشتو پەلاماریداو پارچە پەیکەرێکی پێداکێشا.

بیرلسکۆنی بەرادیۆیەکی ئیتالی راگەیاند کە بڕیاریداوە لەڤیلای ئەرکۆری تایبەتی خۆی لەمیلانۆ بمێنێتەوە تا رۆژی شەشی مانگ، هەروەک راشیگەیاندووە کە تەندروستیی باش بووەو هەموو جۆرە خواردەمەنییەک دەخواتو بەمزووانە دەگەڕێتەوە سەر کارەکانی.

بەیاننامەکە ئەو دەنگۆیانەی پشتراست نەکردووەتەوە کە بیرلسکۆنی بەنیازبێت چەند رۆژێکی تری چارەسەر لەنەخۆشخانەکانی سویسرا بباتەسەر. بەپێچەوانەوە سەرۆک وەزیران بەڵێنیداوە کاری جدیتر بکات لەسەر ئەو چاکسازییانەی کە بۆ ئیتاليا پێویستن، ئەویش لەڕێی پشتیوانیکردنی رێژەی ٦٧٪ بۆ هاوڵاتیان.

بیرلسکۆنی هاوسۆزیی خۆی دەربری بۆ پاپای ڤاتیکان کە لەسەرەتای قوداسێکدا لەرۆما لەلایەن ژنێکەوە هێرشی کرایەسەر، «پێویستە رێگە نەدەین کەشی رقلێبوونەوە لەکۆمەڵگەدا بخولقێت».

نۆ ملیۆن دۆلار بۆ پاراستنی بلێر!

کەلا بەهادین

رۆژنامەیەکی بەریتانی ئاشکرایکرد تۆنی بلێری سەرۆک وەزیرانی پێشووی بەریتانیا ساڵانە لانیکەم ٩,٥ ملیۆن دۆلار خەرج دەکات بۆ پاسەوانە تایبەتەکانی خۆی.

رۆژنامەکە ئەوەی روونکردووەتەوە کە بلێر زۆرترین پارەی وڵات لە پاسەوانەکانیدا خەرجدەکات بەهۆی ئەو گەشتە چڕوپڕو بەردەوامانەی بۆ دەرەوەی وڵات ئەنجامیان دەدات.

هەمان رۆژنامە ئاماژەی بەوەشکردووە کە ئەو پارەیەی بلێر لەوڕووەوە خەرجی دەکات زۆرترە لەو پارەیەی کە گۆردن براونی سەرۆک وەزیرانی ئێستای بەریتانیا بۆ هەمان مەبەست خەرجی دەکات!

شازادە لەگەڵ بێنەواکاندا خەوت!

شازادە ولیامی تەمەن ٢٧ساڵو کوڕی شازادە چارلزی جێنشینی بەریتانیا وەک هاوسۆزییەک بۆبێنەواکان شەوێکی ساردی لەسەر شەقامەکان بەسەر برد.

ولیام لەناو کیسەیەکی بەردەم چەند زبڵدانێک لەنزیک پردی بەناوبانگی بلاک فریاری لەندەن شەوی ١٥ی کانوونی یەکەمی بردەسەر کە لەو شەوەدا پلەی گەرمی دابەزیبوو بۆ چوار پلەی ژێر سفر.

ولیام سەرۆکی فەخریی ژمارەیەک رێکخراوی خێرخوازییە لەوانەش رێکخراوی سەنتەر پۆینتی تایبەت بەبێنەواکان. هەر لەو شەوەشدا سی ئۆبکین سەرۆکی رێکخراوی سەنتەر پۆینت هاوشانی ویلیام نوستبوو. ئۆبکین پێشتر داوای لەشازادەیەکی ئەفسەری سوپای شاهانە کردبوو کە پێکەوە شەوێک لەگەڵ بێنەواکاندا بنوون، بەڵام ویلیام ئەو داوایەی قبوڵکرد!

10 خاڵی گرنگ بۆدیکۆراتی ماڵ

فریشتە هاجەری

١. سەرمایەگوزاریکردن لەسەر جوانترینەکان: لەبری پڕکردنەوەی خێرای ژوورەکەتان بەکەلوپەلی جۆراوجۆر، هەوڵ بدەن چەند کەرەستەیەک کە حەزتان لێیەتی، بکڕنو ژوورەکەتانی پێ جوان بکەن.

٢. جلەکانتان بکەنە سەرچاوە: ئەگەر کراس یان بلوزێکتان هەیە کە حەزتان لەڕەنگەکەیەتی، نیشانی وەستای ڕەنگەکەی بدەنو داوای لێبەکەن تا ڕەنگی ژوورەکەتان بەوشێوەیە دەربهێنێت.

٣. ڕووناککردنەوەی ناو ژوورەکان: هەڵواسینی کەلوپەلی ڕۆشنو کاغەزی دیواری ڕۆشن یارمەتی ژوورەکەتان دەدات کە ڕووناکتر بێتە بەرچاو.

٤. چێژ لەو شتانە وەربگرن کە هەتانە: جەخت لەخاڵە بەنرخەکانی ژوورەکەتان بکەنەوەو کاری لەسەر بکەن. ئەگەر بن میچەکەی بەرزە پەردەی بەرز هەڵواسنو ئەگەر ژوورەکەتان بچوکو تاریکە دەسکاری زۆری مەکەنو تەنیا بەڕەنگکردن بەڕەنگێکی سپیو ڕۆشن، ژوورەکەتان گەورەتر نیشان بدەن. ئەو شتانەی کە هەتانە بەکاربهێنن تاهەمیشە لەجوانترین حاڵەتدا بێتو چێژی لێوەربگرن.

٥. تیشکەکان: لانیکەم سێ سەرچاوەی تیشکتان لەژوورێکدا هەبێت، ئەوش بەچەند گڵۆپی دیوارەیو بنمیچو سەرمێز جێبەجێ دەکرێت.

٦. زۆرتر لەکەلوپەلی ناسکو جوانو عەنتیکە سوودوەربگرن: لەژووری میوان یان هۆڵ زیاتر سوود لەکەلوپەلی ناسکو عەنتیکەو سەیرو سەمەرە وەربگرن. ئەوکارە بۆ دیکۆراسیۆنی مەدخەلی ماڵەکەش زۆر باش دەبێت.

٧. مەدخەلی ماڵەکە بەجدی بگرن: مەدخەلی ماڵەکەتان بیر نەچێتەوە کە وەک زەڵاتە بۆ خواردن وایە. پێویستە دیکۆراسیۆنی هەموو ماڵەکەتان لەمەدخەلی ماڵەکەدا ڕەنگ بداتەوە، بەواتایەکی دیکە پێویستە مەدخەل کورتکراوەی دیزاینی ناوماڵەکەتان بێت. بۆ ئەوەی لەمیوانەکاندا حەزی بینینی ناو ماڵەکە درووستبکات.

٨. زیاتر کۆبکەنەوە: گرنگ نییە شتەکە چییە، گرنگ ئەوەیە حەزتان لێی بێتو خۆشتان بویت، ئەوکات پێویستە تا ئەو جێگەیەی کە دەتوان لەو شتە کۆبکەنەوە.

٩. مەترسی!: کەلوپەلی سەرمێز، کەلوپەلی زیادە لەمەدخەلدا، پێڵاوەکان، جانتای منداڵانو هەر کەرەستەیەک کە نمایشکردنیان جوان نییە، پێویستە لەناو کەوانتەرو چەکمەجدا دابنرێت.

١٠. ئەوبەری کاغەزی دیواری: گۆڕانی قوماشی رووی قەنەفەو کاغەزی دیواری یەکێک لەباشترین ڕێگەکانە بۆ گۆڕینی گشتی دیکۆراسیۆنی ناوماڵ کە تێچووەکان تاڕادەیەکی زۆر کەمدەکاتەوە.

داپۆشینی خاڵ بەمیکیاژ

ژیکاڵ سامی

پرسیارەی سەرەکی ئەم بابەتە ئەوەیە: لەسەر دەمو چاوو گۆنام چەندین خاڵی ڕەش هەیە، دەبێت چیبکەم؟ تەنانەت یەکێک لەخاڵە ڕەشەکانی سەر دەمو چاوم زۆر بەرچاوو دیارە، چۆن دەتوانم دایان پۆشم؟

وڵامەکەی زۆر سادەیە، سەرەتا دەبێت یەکێک لەکارەکانی کە ڕۆژانە لەسەر دەموچاوتان ئەنجامی دەدەن بەکارهێنانی کرێمی دژەخۆر بێت، هیچکات بۆ ڕێگرتن لەتیشکە خراپەکانی خۆر درەنگ نییە.

بۆ شاردنەوەی ئەو خاڵە ڕەشانە کە نارەحەتان دەکات ئەساسێک بەکاربهێنن کە یەک دەرەجە لەپێستی خۆتان ڕوونتر بێت. دوای ئەو کارە کرێمی دەمو چاوی خۆتان کە هەمیشە بەکاردەهێنن، لێبدەنو ئەگەر دووبارە بەپێویستان زانی دووبارە دەتوانن ئەساسو ئەساسی چەوری زیاتری لێبدەن تا خاڵەکەتان بەتەواوەتی دەشاردرێتەوە.

ئاوی سارد لەسەر سفرە دامەنێن

بەهار دارا

لێکۆڵینەوەکان ئەوە نیشان دەدەن خواردنەوەی ئاوی سارد لەگەڵ چێشتدا دەبێتە هۆی نەخۆشی دڵو ڕوودانی نەخۆشی لەکۆئەندامی هەرسدا.

بەپێی ڕاپۆرتی سایتی ئینتەرنێتی ئاژانسی هەواڵی شینخوا، لێکۆڵەرە چینییەکان ڕایانگەیاندووە خورادنەوەی ئەو خوادنەوانەی کە سارد نەبن لەگەڵ چێشتخواردن زۆر بێ زەرەرترە.

خواردنەوەی ئاوی سارد لەگەڵ چێشت دەتوانێت ببێتە هۆی ئەوی چەورییەکان لەناو گەدەدا بیبەستێتو هەزمکردنەکەی بۆ کۆئەندامی هەرس سەخت دەکاتو خێرایی پرۆسەی هەرس کەمدەکاتەوە.

لەلایەکی دیکەوە چەوری ناو خواردنەکە کە بەهۆی خواردنی ئاوی ساردەوە بەستویەتی، بەڕیخۆڵەوە دەنوسێتو ڕێگر دەبێت لەپەیوەندی ڕاستەخۆی دیوارەی ریخۆڵە لەگەڵ خواردنەکان. بەمشێوەیە بەشێک لەخواردنەکە لەڕیخۆڵەدا دەمێنێتەوە کە هەر ئەوەش دەبێتە هۆی گیرانی دەمارەکانو تەنانەت لەهەندێک حاڵەتدا دەبێتە هۆی شێرپەنجە.

شارەزایان دەڵێن باشتروایە لەگەڵ چێشت ئاوی گەرم وەک سوپ یان خواردنەوەیەک کە زۆر سارد نەبێت بخۆنەوە. لەئێستادا خەڵکی هەندێک ناوچەی جیهان وەک وڵاتانی ئاسیای خۆرهەڵات ئەو کارە دەکەن.

میکیاجی گونجاوی وەزی پاییز

شێنێ عوسمان

ئەوەی کە زۆر گرنگە لەکاتی سەرمادا بۆ مکیاجکردن، بەکارهێنانی ئەو ئەساسە یاخود ئەو کرێمەیە کە لەوەرزی سەرمادا پێست زیاتر حەساس دەبێتو زیاتر بەرەو وشکی دەڕوات، باشتروایە لەم وەرزدا کرێمیک یاخۆد ئەساسێک بەکاربێنیت کە ڕێژەی شێ لەناویدا بەرز بێتو تاڕادەیەک پارێزگاری بکات لەشێی سەر پێستی دەمو چاوی.

لەوەرزی سەرمادا جوانترین ڕەنگ کە بیتە هۆی سەرنجڕاکیشانو زیاتر دەرکەوتنی جوانی، ڕەنگی تۆخە، واتە سوراوو ئەو ڕەنگانەی بۆپشتەچاو بەکاریدێنن، باشتروایە تۆخ بێت.

قارچک بەشیر

دنیا محەمەد

پێداویستی:

قارچک .... یەک قوتوو
ڕۆن .... یەک کەوچک
ئارد .... دوو کەوچک
ئاوی گۆشت .... چوار کوپ
شیر ......یەک کوپ
خوێو ئاڵەتی ڕەش ... بەپێی پێویست

چۆنیەتی ئامادەکردنی:

قارچکەکە بەباشی دەشۆرینەوەو وردی دەکەین، لەڕۆندا سوری دەکەینەوەو کەمێک ئاوی تێدەکەین تا پێبگات.

پاش چەند خولەکێک ئاوی گۆشتەکەو ئاردەکە تێکەڵ بەقارچکەکە دەکەین، تێکیدەدەین هێندە لەسەر ئاگر دایدەنێن تاوک سور بێتەوە.

ئاڵەتو شیرەکەی تێدەکەینو تەنها بۆ ماوەی ٢ یان ٣ خولەک لەسەر ئاگر دایدەنێنو دواتر بەسەوزەی وشک کراوە سەری شۆرباکە دەڕازێنینەوەو پێشکەشی دەکەین.

نیسک پلاو

پێداویستی:

نیسکی ڕەش .... دوو پەرداخ
برنج ...... بەپێی کەسەکان
قیمە .... ٢٥٠ غرام
پیاز ...... دوو دانە
دارچینی ..... دوو کەوچکی چێشت
خوێو زەردەچەوە .. بەپێی پێویست

چۆنیەتی ئامادەکردنی:

بەپێی نەفەرەکان برنج دەخوسێنین پاشان لەناو ئاوێکی زۆرتر لەبرنجەکە لەسەر ئاگر دایدەنین، خوێی تێکەڵاو دەکەین ئەوەندە لەسەر ئاگر دایدەنین تاوەکو برنجەکە دەکەویتە سەر ئاوی مەنجەڵەکە (بەشێوەی پڵاو ئامادەی دەکەین) دواتر دەیکەن بەسوزگیدا تاوەکو ئاوە چۆڕ بێت.

لەناو مەنجەڵێکی دیکە نیسکەکە دەکوڵێنین تاوەکو نیوکوڵ بێت، ئەم نیسکە دەکەین بەسوزگیدا تاوەکو ئاوەچۆڕ بێت.

نیسکو برنجەکە لەناو مەنجەڵێک تێکەڵ دەکەینو دارچینییەکە دەکەینە سەر برنجو نیسکەکە دەتوانێت لەبنی مەنجەڵەکە نان دابنێت، دواکات برنجو نیسکەکە بکەیتە سەری سەری مەنجەڵەکە قەپات دەکەینو لەسەر ئاگر دایدەنین تاوەکو برنجەکە دەم بکێشێت، دواتر ڕۆنی بۆدەقرچێنینو دەیکەنە سەریو بەجیا لەناو مەنجەڵێکی دیکە ڕۆنو پیاز دەکەین، قیمەکە لەناو ڕۆنەکە سور دەکەینەوەو خوێو دارچینیو زەردەچەوەی تێکەڵ دەکەین، دوا سوربونەوەی قیمەو پیازەکەو کوڵاندنی برنجەکە دەتوانیت سەری نیسک پلاوەکە بەم قیمەو پیازە داپۆشیتو پێشکەشی بکەیت.

براوەی خەڵاتی باشترین کچە ئەکتەری فیستیڤاڵی کورتە فیلمی ئەمساڵ:

هێشتا شۆک بەری نەداوم

لەو ڕۆژەوەی خەڵاتەکەی وەرگرتووە تائێستا حەپەساوەو شۆکی ئەو ساتانە بەری نەداوە کە وەک باشترین کچە ئەکتەر لەفیستیڤاڵی کورتە فیلمی ئەمساڵدا ناوی خوێنرایەوە. هێرۆ عەزیز لەکورتە فیلمی سی، ڕۆڵی سەرەکی گێڕاو خەڵاتی ئاسکی ئاڵتونی وەرگرتو لەسەروبەندی ئاشکرابوونی خەڵاتەکانیشدا، پەیتا پەیتا هاوڕێکانی دەهاتنە لای‌و پیرۆزباییان لێدەکردو بەوپەڕی شادییەوە لێیان دەڕوانی‌و پێیان دەوت: ئاسکەکە ببەسەرەوە، با ڕانەکات لەدەستت!!

بەرزان عەلی حەمە

هێرۆ عەزیز کێی خۆشحاڵ کرد؟

لەساڵی١٩٨٣ لەشاری سلێمانی هاتوەتە دنیاو تا قۆناغی سێیەمی ناوەندی خوێندووەو لەئێستادا ئەندامی تیپی هونەری میللییەو لەفیستیڤاڵی کورتە فیلمی ئەمساڵداو لەچوارچێوەی ڕۆڵبینینی لەکورتە فیلمی سی، توانی خەڵاتی باشترین کچە ئەکتەری ئەو فیستیڤاڵە بباتەوەو خۆی وتەنی لەو کاتەوەی خەڵاتەکەی وەرگرتووە نەیتوانیوە بەرستەیەکیش گوزارشت لەخۆشحاڵییەکەی بکات، «هێشتا شۆک بەری نەداوم، نازانم چی بڵێم؟»، بەڵام هاوسەرەکەی یەکەم کەسێک بوو کە بەخەڵاتەکەی خۆشحاڵ بوو، «یەکسەر باوەشی پیاکردمو ماچیکردم، دوای ئەوە هەردی دەرهێنەر».

ئەو خاتونە لەترۆپکی خۆشحاڵی خۆیدا ئەوەشی بەدیکردووە کە هەندێک کەس بەسەرکەوتنەکەی خۆشحاڵ نەبووە، «یەک کەس پێیناخۆش بوو، بەدەمو چاوییەوە دیاربوو، یەکسەر دەمو چاویم خوێندەوە، هەرچەندە ماچیکردم، بەڵام پێیوتم: من دووساڵە خەڵات دەبەم، تۆش پیرۆزت بێت».

مۆبایلەکەی هێرۆو نهێنی خۆشەویستەکەی

ئەوفیلمەی هێرۆعەزیزڕۆڵی تیابینی، چیرۆکی کچێکە کە وێنەکانی لەڕێی مۆبایلەوە بڵاودەکرێنەوەو دەزانێت کە دەکوژرێت، هێرۆ خۆی دەخاتە جێی ئەوو دەڵێت: «منو مێردەکەم پێنج ساڵ پەیوەندیمان هەبوو، مۆبایل ئەوەندە پێشکەوتوو نەبوو، مۆبایلەکەی ئێمە نۆکیای ٣٣١٠ بوو، بۆیە هیچمان نەدەترساین، نەمنو نەمێردەکەم، چونکە میمۆری نەبوو، دڵنیابووین لەوەی کەس پێمان نازانێت»، هەربۆیە هێرۆ داوا لەکچانو ژنان دەکات پەنا نەبەنە بەر خۆکوشتن، چونکە ئەو قەت ناگاتە ئەو قەناعەتەی خۆی بکوژێت، «خۆکوشتن ئەوپەڕی فاشلییە، هەر کەسێک خۆی بکوژێت، من پێیدەڵێم لەسەددا سەد فاشل بوو، چونکە مرۆڤ ئەوەی دەیەوێت دەتوانێت بەدەستی بهێنێت».

ئەو بۆنەی بورجەکەی ناردی

هێرۆ عەزیز باس لەوە دەکات کە بورجەکەی کەوانەو زۆرجاریش بەدیار تەلەڤزیۆنەوە دادەنیشێت تا پێشبینییەکانی بورجەکەی بزانێت، «ڕۆژێک بورجەکەم نوسیبووی موفاجەئەیەکت بۆ دێت، یەکسەر لەو کاتەدا عەترێکم بۆ هات».

هێرۆ عەزیز براوەی خەڵاتی ئاسکی ئاڵتونی

هێرۆ لەگەڵ بواری هاوسەری پەیوەندییەکی بەتینی خۆشەویستی هەیەو بە«خۆشم دەوێیت بەساقەت بم»، یەکتر دەلاوێننەوە.

برنجەکەی بڵۆ بێ خوێیە

هێرۆ عەزیز بەدەر لەکارە هونەرییەکانی لەکۆمپانیایەکی تایبەت بەریکلامو دیزاین کاردەکاتو زۆربەی کاتەکانی لەدەرەوەی ماڵ بەسەردەبات. بەپێی دانپیانانەکانی خۆی، ئەو خواردنانەی دروستیان دەکات خۆش نیینو لەئێستاشدا چێشت لێنانی بیرچوەتەوە، «بههۆی ئیشەکەمەوە کە زۆر لەدەرەوەم، کاتێک چێشت لێدەنێم هەستدەکەم برنجەکەم بڵەو بێ خوێیەو کێشەی هەیە».

شەرم ناکاتو ماچیش دەکات

هەر لەدرێژەی دانپێدانانەکانی بۆ نم نم، هێرۆ عەزیز شەرم ناکات، هاوکات لەفیلمی سی کە ڕۆڵی تیابینیوە باوەش بەکوڕێکدا دەکات کە هاوسەری خۆیەتی، بەڵام ئەگەر هاوسەرەکەی خۆیشی نەبووایە هەر باوەشی پیادەکرد، «موشکیلەم نییە، ئەگەر کوڕێکی تر بێتو کەسێکی تریش بێت باوەشی پیابکەم، ئەگەر لەفیلمێکدا بڵێن هێرۆ تۆ دەبێت باوەش بکەیت بەکوڕێکدا باوەشی پیادەکەم».

هێرۆ عەزیز ئاماژە بەوە دەدات کە لەفیلمێکدا کچێک ماچی ناودەمی شوان عەتوف دەکات، بەڵام هەموو ئەو کەسانەی کە هاتوونەتەدەرەوە تەنیا باسی ماچەکەیان کردووە، کەس نەیدەوت فیلمەکە جوانە یان فیلمەکە باشە، تەنیا دەیانوت شوان عەتوف ماچی کچێکی کردووە، «من دەستخۆشی لەشوانو عەتوفو لەو کچەش دەکەم کە ئەو ڕۆڵەی گێڕاوە».

هێرۆ، جەخت لەسەر شەرمن نەبوونی خۆی دەکاتەوە باس لەوە دەکات کە ئەگەر لەبری ئەو کچەی شوان عەتوف ماچیکردووە، ئەو بوایە نەیدەزانی چی بڵێت، چونکە ئەگەر ئەو ڕۆڵەی شوان عەتوفو ئەو کچە بدرێت بەو، «ئەوە بۆ کۆمەڵگەی ئێمە قورسە، نازانم ئەوکاتە چ قەرارێک ئەدەم، ڕەنگە لەو کاتەدا بواری هاوسەرم بێنم، چونکە بەداخەوە تائێستا کۆمەڵگەی ئێمە نەگەشتووەتە ئەوەی ئەو شتەی بەلاوە سەدمە نەبێتو نەحەپەسیت».

بەوتەی هێرۆ، لەو فیلمەشدا کە شوان عەتوف ماچی ناودەمی ئەو کچە دەکات، زۆرینەی خەڵک تانەیان لێداوەو وتویانە ئەو جۆرە ڕەفتارانە دوورە لەکولتوری کوردییەوەو خەڵک نایەوێت.

نایەوێت خۆی لەکۆمەڵگا بشارێتەوە

هێرۆ عەزیزی براوەی باشترین خەڵاتی کچە ئەکتەری ئەمساڵی فیستیڤاڵی کورتە فیلمی کوردی، دڵنیایە لەوەی کەسوکارەکەی بەگشتی‌و هاوسەرەکەی بەتایبەتی، هیچ ڕێگرییەکی ناکەن لەوەی هەر ڕۆڵێک بگێڕێت، بەڵام بەسەر سوڕمانەوە دەیپرسی: ئایا کۆمەڵگە هەموو ڕۆڵێکی دەوێت؟ «ئەگەر ڕۆڵیکی نامۆ ببینیت ئەوکاتە دەبێت خۆت لەکۆمەڵگا بشاریتەوە، ئەگەر من ئیشێکی وابکەم نامەوێت خۆم لەکۆمەڵگا بشارمەوە»، هاوکات ئەوەش ناشارێتەوە کە حەزی لەجلی کورتو خۆ رووتکردنەوە نییە، چونکە «جوانی کچو باشی کچ بەوە دەرناکەوێت کە خۆی رووت بکاتەوە».

ئامادەم لەفیلمدا باوەش بە کوردا بکەم، بەڵام بۆ ماچی ناودەم نازانم

دووەمین فێستیڤاڵی سلێمانی بۆفیلمی کوردی بەبەشداری بەرهەمی سینەماکارانی کورد لەوڵاتانی ئێران، عێراق، تورکیا، بەریتانیاو هەرێمی کوردستانو بەنمایشکردنی چوار فیلمی بڵندی سینەمایی‌و ٢٨ کورتە فیلم لەدوو بەشی پێشبرکێی‌و دەرەوەی پێشبرکێی لەڕۆژانی ٢٠ تا ٢٨ی کانونی یەکەمی ئەمساڵ لەهۆڵی ڕۆشنبیری شاری سلێمانی بەرێوەچوو.

فیلمی هەفتە

Michael Clayton
مایکڵ کلایتۆن

بێساران فەیروز حەسەن

دەرهێنەرو سیناریست: تۆنی گیلرۆی
ئەکتەرەکان: جۆرج کلونی، تۆم ویلکینسۆن، تیلدا سوینتون، سیدنی پۆلاکو...
بەرهەمی ئەمریکا ٢٠٠٧

ناوەڕۆکی فیلمەکە:

تۆنی گیلرۆی سیناریست دەرهێنەر لەدایک بووی نیۆیۆرکە، باوکیشی فرانک دی. گیلرۆی شانۆنامەنووس‌و فیلمنامەنووس‌و دەرهێنەرەو خاوەنی خەڵاتی پۆڵیتزەرە. تۆنی گیلرۆی بەهۆی نووسینی فیلمنامەگەلێکی وەک: The Devils Advocate و Cutting Edgeو Ultimatum Burnو ناوێکی ئاشنایە لەلای سینەماکاران‌و سینەمادۆستان.

فیلمی مایکڵ کلایتۆن، یەکەمین ئەزموونی تۆنی گیلرۆییە کە خۆیشی فیلمنامەکەی ئامادەکردووە. ئەوەی کە لەیەکەمین ساتی بەرکەوتنماندا سەرنجمان ڕادەکێشێت، بوونی سێ کەسایەتی بەناوبانگی سینەمایە ـ لەبەردەمو پشتی کامێرا ـ: سیدنی پۆلاکو جۆرج کلۆنی‌و سودێربێرگ. ئەم فیلمە بەسەرهاتو چیرۆکی پیاوێکی تەنها دەگێڕێتەوە کە چۆن لەڕووبەڕووبونەوەی بەهەلومەرجێکی ئاڵۆزو دژوار دواجار دەتوانێت خودی ڕاستەقینەی خۆی بدۆزێتەوە، فیلمەکە گۆڕانکارییە دەروونییەکانی ئەم کەسایەتییە توێکاری دەکات.

مایکڵ کلایتۆن، فیلمێکی ٢٥ملیۆن دۆلارییەو توانیویەتی سەرنجی زۆرێک لەڕەخنەگران‌و بینەران بۆلای خۆی ڕاکێشێت.

ئەم فیلمە وەک بەرهەمێکی ئابڕوومەند بۆ بینەری ئەمریکی هەوڵی ستایشی ویژدان‌و ڕەوشت بەرزی تاکەکەس‌و کۆمەڵی تێدا دەدرێت، گەرچی بۆ دروستکردنی ئەم فیلمە سوود لەبیرۆکەی ڕووداوێکی ساڵانی حەفتاکان ـ شکات لەدژی جێنێراڵ مۆتۆرز ـ و فیلمی All the President>s Men وەرگیراوە، بەڵام دەکرێت بەترەیلەرێکی سیاسیی پاش جەنگی عێراقی دابنێین کە هەڵوێستێکی توندی بەرامبەر بەسیستمی سەرمایەداری وەرگرتووە.

جۆرج کلۆنی، لەم فیلمەدا ڕۆڵی تاکەکەسێک دەبینێت کە بەتەنهایی لەگەڵ سیستمێکی گەندەڵ دا دەستەویەخە دەبێتو جارێکی تر توانستی خۆی لەنواندنی ڕۆڵە ئاڵۆزەکاندا دەسەلمێنێت.

ئەم فیلمە خاوەنی سیانزە خەڵاتە، لەوانە:

١. خەڵاتی ئۆسکار بۆ باشترین ژنە ئەکتەری یاریدەدەر ٢٠٠٨.
٢. خەڵاتی DFWFCA و BAFTA بۆ باشترین ژنە ئەکتەری یاریدەدەر ٢٠٠٨.
٣. خەڵاتی ئێدگار بۆباشترین دیمەنی جولاو لەمەراسیمی ئێدگار ئالان پۆ ٢٠٠٨.
٤. خەڵاتی KCFCC بۆ باشترین ژنە ئەکتەری یاریدەدەر لەلایەن دەستەی ڕەخنەگرانی Kansas City Film.
٥. خەڵاتی ALFS لەلایەن دەستەی ڕەخنەگرانی لەندەن ٢٠٠٨.
٦. خەڵاتی NBR بۆ جۆرج کلۆنی لەلایەن National Board of Review, USA ٢٠٠٧.
٧.م خەڵاتی SFFCC بۆ جۆرج کلۆنی لەلایەن دەستەی ڕەخنەگرانی سەنفرانسیسکۆ٢٠٠٧و پاڵێوراو بۆ ٥١ خەڵاتی تر.

فێستیڤاڵی ئەمساڵیش لەگەڵەیی هونەرمەندان بێبەش نەبوو

«لەم فێستیڤاڵەدا هەستم نەکرد ئەکتەرێکی واهەبێت دەورەکەی لەیادماندا بمێنێتەوەو بناسرێت»

زۆرێک لەهونەرمەندان رەخنەیان لەئاستی فیلمەکانی فێستیڤاڵی کورتە فیلمی سلێمانی هەیە، کە چوار فیلمی درێژو ٢٨ کورتە فیلمی هەرێمی کوردستانو کوردەکانی تورکیا، ئێرانو بەریتانیای لەخۆگرتبوو، بۆ بەدەستهێنانی ١٠ خەڵاتی ئاسکی ئاڵتونی لەبوارە جیاوازەکاندا.

شاخەوان مەحمود

فیستیڤاڵی دووەمی سلێمانی بۆ کورتە فیلمی کوردی، کە لەرۆژانی ٢٠ ـ ٢٨ ئەم مانگە لەشاری سلێمانی بەڕێوەچوو. لەدوا رۆژی فێستیڤاڵداو لەنێو چوار فیلمی درێژو ٢٨ کورتەفیلمدا، ١٠ خەڵات بەخشرایە پاڵێوراوانی باشترین فیلمی هەڵبژاردە، فیلمی تایبەت بەمندالان، دەرهێنەر، سیناریۆ، دەنگهەڵگر، دانەری موزیک، ئەکتەری کچ، ئەکتەری کوڕ، مونتێر، وێنەگر.

ئاستی فیلمو رەخنەی هونەرمەندان

دڵشاد مستەفا دەرهێنەرو سیناریست، ئاماژە بەوە دەدات کە لەفیستیڤاڵەکەدا سیناریۆکان بەشێوەکی گشتی بێهێز بوونو لەئاستی پێویستدا کاریان تیانەکرابوو، «تەنها لە یەک دوو فلمدا نەبێت»، هۆکاری بێهێزی سیناریۆکانیش دەگەڕێتەوە بۆئەوەی کە هونەرمەندان تەنها کاری سینایۆ ناکەنو دەیانەوێت لەهەموو بەشەکانی تری فیلمەکەدا کار بکەن، ئەوەش تێکەڵیو سەرلێشێوان دروست دەکات، «زۆرینەی هونەرمەندان بۆ خۆدەرخستن، خۆیان سیناریۆو دەرهێنانو مۆنتاژو چەند شتێکی تری فیلم دەکەنو ناتوانن لەهەموویاندا سەرکەوتووبن»، بەپێچەوانەوە ئەگەر هونەرمەندان کارە هونەریەکانیان تەنها لەیەک بواری تایبەتدا بێت، «دەتوانن کاری جوانترو شیاو تر بەرهەم بهێنن».

لەلایەکی دیکەوە جەلیل زەنگەنەی دەرهێنەری درامای گەردەلول، باسی لەوەکرد کە لەفیلمە بەشدابووەکاندا، هەوڵی باش درابوو، بەڵام دەرهێنانی هەندێک لەفیلمەکان کەموکوڕی تیابوو، «ئەو دەرهێنەرانەی کە رۆشنیرییەکی باشیان لەسەر فیلمو سینەما نییەو لەو بوارەدا ناخوێننەوە، کەمو کوڕی لەکارەکانیاندا دیار بوو»، بۆیە جەلیل بەگرنگی دەزانێت هونەرمەندان زیاتر خۆیان ماندووبکەن.

دەربارەی رۆڵی ئەکتەرە بەشداربووەکانی فیلمەکان، جیهاد دڵپاک ئاماژەی بەوە دا کە لەفیلمەکاندا ئەکتەری بەتوانا کەم دەبینران، چونکە زۆربەی سیناریستو دەرهێنەرەکان ئەو ئەکتەرانە بەکارناهێنن کە پێشتر دەوری باشیان دیوە یان نەیانتوانیوە ئەو ئەکتەرانە دروست بکەن، «لەم فێستیڤاڵەدا هەستم نەکرد ئەکتەرێکی واهەبێت دەورەکەی لەیادماندا بمێنێتەوەو بناسرێت».

دەربارەی بەکارهێنانی موزیک لەفیلمەکاندا، دیاری قەرەداخی بەڕێوەبەری هونەری موزیکی سلێمانیو ئەندامی لیژنەی هەڵسەنگاندنی فیستیڤاڵەکە، ئاماژەی بەوەدا کە هونەرمەندانی سینەماکار ئەوەندەی گرنگیان بەدەوری ئەکتەرو چیرۆکی فیلمەکان دابوو، ئەوەندە هەوڵیان نەدابوو موزیکێکی باش بۆ فیلمەکان دابنێت، «چەند چیرۆکو کارەکانی تری فیلمەکان جوان بن، ئەگەر موزیکێکی جوانی نەبێت ئەو وێنە باش ناگەیێنێتە لای بینەر، کەواتە موزیک لەکارەکانی تری فیلم گرنگترە».

خەڵاتەکان بۆ کێ بوون؟

لیژنەی دادوەریی فیستیڤاڵ پێکهاتبوو لەهەریەک لەئازاد کەرکوکی، کاوەئەحمەد، مەسعود عارف، محەمەد جانۆ، دیاریقەرەداغی.

ئازاد کەرکوکی ئاماژەی بەوە دا کە لیژنەکە بەبێلایەنیو پرۆفیشنالانە فیلمەکانیان هەڵسەنگاندووەو سوپاسی لیژنەی باڵای فیستیڤاڵیشی کرد کە لەکاتی هەڵسەنگاندنی بەرهەمەکاندا بەهیچ شێوەیەک دەستیان لەکاری لیژنەی دادوەریی وەرنەداوە، «هەمووان لەمیحنەتەکانی سینەمای کوردی ئاگادارین، بەڵام دەبێت کارو داهێنانی ئەو هونەرمەندانەش لەچاو بگیرێت کە ماندوونەبونیان نییەو بەردەوام کار دەکەن بۆدەرچوون لەو میحنەتە».

دەرهێنەری کورتەفیلمی یەکێک بوو .. یەکێک نەبوو، بەباشترین فیلمی فیستیڤاڵ دەستنیشانکراو دەرهێنەری فیلمەکەش سۆران فەهیم خەڵاتیباشترین دەرهێنەری وەرگرت.

خەڵاتی ئاسکی زێرین بۆباشترین فیلمی مندالان، بەخشرایە فیلمی زەوی فتبۆڵ، کە لەلایەن جەلال نەسرییەوە کاری دەرهێنانی بۆکرابوو. خەڵاتی باشترین مۆزیک دانراوی فیلم درایە کاوان مەحمود بۆ مۆزیکی فیلمی راسپاردە.

فیلمی سێ، خەڵاتی ئاسکی زێرینی بۆباشترین دەنگهەڵگر بەدەستهێنا کە لەلایەن ئەحمەد ناتقەوە کاری دەنگی بۆکرابوو، هاوکات سیروان محمەد خەڵاتی باشترین وێنەگرتنی پێبەخشراو خەڵاتی باشترین ئەکتەری کچیش بەخشرایە هێرۆ عەزیز کە لەم فیلمەدا رۆڵی سەرەکی بینی.

خەڵاتی باشترین مۆنتاژ درایە فیلمی سیمینار کە مۆنتێرێکی چینی بەناوی یوهان لی کاریمۆنتاژی بۆکردبوو، خەڵاتیباشترین ئەکتەری کوڕیش بەخشرایە پاڵەوانی هەمان فیلم ئاسۆ شێربەیانی.

خەڵاتی باشترین سیناریۆ بەخشرایە فیلمی خولیای بەفرین کە سیناریۆکەی لەلایەن سالم سەلواتییەوە بۆ نوسرابوو.

کورد خاوەنی سینەما نییە

ناسر حەسەن بەڕێوەبەری گشتی بەڕێوەبەرایەتی سینەمای هەرێمی کوردستان، ئاماژە بەوە دەدات کە بینەرانی فیلمەکان پاڵەوانی فیستیڤاڵ بوون، لەبەرئەوەی ئەو بینەرە جدییانەن کە بەپەرۆشەوە رۆژەکانی فیستیڤاڵیان بەڕێکردو تامەزرۆی بینینی فیلمی کوردی بوون، «راستە کورد سینەمای نییە، بەڵام دەکرێت ئەم هەنگاوانەی کە هەیە ئومێدی گەورەمان پێبەخشن بۆدامەزراندنی سینەمای کوردی».

ناوبراو، جەختی لەوە کردەوە کە سینەماکارانی کورد لەسەرەتادا بەسیستەمی VHS دەستیانپێکردووە، بەڵام ئێستا بەتەقەنیاتی مۆدێرنەوە کار دەکەن، بۆیە ئومێد زۆر لەپێشە بۆئەوەی کورد ببێتە خاوەنی سینەما، «ئەو کارانەی کران هەولێ جوان بوون بۆ بنەمایەکی سینەمایی کوردی».

ئازاد سەوزە بەڕێوەبەری فێستیڤاڵ لەوتارێکدا جەختی لەسەر ئەوە کردەوە کە لەکاتێکدا کۆتایی بەو فیستیڤاڵە دەهێنین یادی دروستبوونی سینەمای جیهانییە، «لەنێو ئەم دنیایەدا، ئێمەیکورد یەڵماز گونای دیوارێکی بۆ هەڵچنین تاوەکو سینەمای لێوە ببینین، لەسەر ئەو دیوارە خەریکی کردنەوەی پەنجەرەین».

سەوزە، لەوتارەکەیدا ئاماژەی بەوە دابوو کە کارەکانی مەرەزەو چەخماخەو بەهاری دزراو ...تد، شایەتی ئەوە دەدەن کە ئەوان ویستویانە دەرفەتێکیان هەبێت بۆئەوەی پەرە بەهونەری سینەما بدەن، «بەڵام بەهۆی بارودۆخو نەبوونی کەرەستەی پێویستی سینەماوە هەر توانراوە ئەوەندە بکرێت، هەوڵدەدەین ساڵانە ئەو فێستڤاڵانە بەردەوام ئەنجام بدەن، تابتوانین بنەمایەک بۆ سینەمای کوردی دابمەزرێنین».

خەڵاتی رێزلێنانی فێستیڤاڵ بۆ پێنج هونەرمەند

هەر لەمیانەیچالاکییەکانی دوارۆژی فیستیڤاڵدا خەڵاتی رێزلێنان بەخشرایە پێنج هونەرمەندی دێرینو ناسراوی هەرێمی کوردستان کە ئەوانیش هەریەک لەهونەرمەندان محەمەد عەلی نوری، عەلی توانا، ئەختەر کەریم، جەلیل زەنگەنەو مستەفا ئەحمەد بوون.

فۆتۆ: ئاکام شێخ هادی

فیستیڤاڵی دووەمی کورتە فیلم هونەرمەندان دابەشدەکات

2012

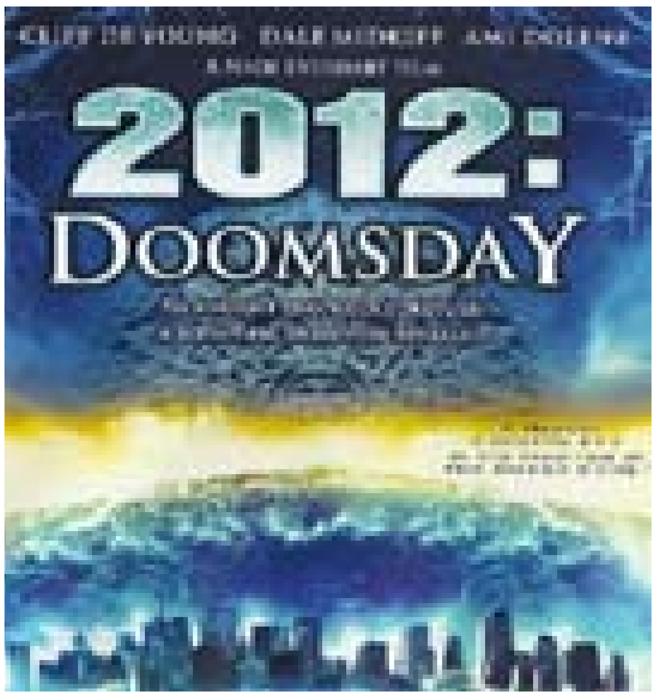
لەڕیزی خراپترین فیلمەکانی ئەمساڵە

مەتین سەیدا

ڕەخنەگرە سینەماییەکانی گۆڤاری تایمزی بەریتانیا لەپێرستێکدا خراپترین ١٠٠ فیلمی ساڵی دووهەزارونۆیان دەستنیشان کرد کە لەناویاندا چەند فیلمێکی وەک: بەسەرهاتە سەیروسەمەرەکەی بنجامینو فیلمی ٢٠١٢یان تێدا بەرچاو دەکەوێت.

فیلمی سینەمایی بەسەرهاتە سەیرو سەمەرەکەی بنجامین، کە لەلایەن دەیڤید فینچەرەوە کاری دەرهێنانی بۆکراوە , لەکاتێکدا وەک ١٠٠فیلمی خراپی ساڵی ٢٠٠٩دەستنیشان کراوە کە لەسیانزە بەشی جیاوازی وەک: باشترین فیلمو باشترین دەرهێنەرو ئەکتەری پیاو کاندید کراوە بۆ وەرگرتنی خەڵاتی ئۆسکارو توانی لەسێ بەشی جیاوازدا ئەو خەڵاتە وەربگرێت.

هەر یەک لەفیلمەکانی: هاری پۆتەرو شازادەی دوورگەکە، نەفرەتییە بێئابرۆکانی، کۆوین تۆرنتۆی دەرهێنەرو ئێسکە خۆشەویستەکانی پیتەر جەکسۆنو شەوی مۆزەخانە ٢، دوژمنانی خەڵکی مایکل مان، خوێنەری کتێبی ستیڤان دالدار کە خەڵاتی ئۆسکاری وەرگرتووە، فیلمی ڕێچکەی شۆرشگێرانە، دەربازبوونێکی لەناوبەر، دژە مەسیح، فریشتەو شەیتان، ئەستێرەی درەوشاوە، جی فۆرس، پڵنگی پەمەیی ٢، دارمانی شکستخواردووەکان، ناویان وەک خراپترین فیلمە سینەماییەکانی ساڵی ٢٠٠٩ لەلایەن ڕەخنەگرەکانەوە دەستنیشان کراوە.



سەدەیەک لەسینەما ٤

بیژەن ئەشتەری
و: شوان عەباس بەدری

لە ساڵی ١٩٠٤دا، ئەدۆلف زوکر کە بەیەکێک لە پێشەنگەکانی ناو هونەری سینەما ئەژمار دەکرێت، هەڵدەستێت بەدامەزراندنی کۆمپانیایەکی بەرهەمهێنانی فیلم بەناوی ڤاریتێ ئۆتۆماتیک.

دیارترین فیلمەکانی ساڵی ١٩٠٤: کریستۆفەر کۆلۆمبۆس لەلایەن کۆمپانیای فیلمسازی پاتەوە بەرهەمهێنراوە لەفەرەنسا، سەفەرێکی پڕ لەکێشە لەلایەن جۆرج ملی یس لەفەرەنسا، هێرشکردنە سەر پارێزگارێکی ژاپۆنی لەدەرهێنانی فرانک ماترشاو لەبەریتانیا، ژاپۆن لەدژی روسیا لەدەرهێنانی ئار، پال، لەبەریتانیا، کۆنە تاوانبار لەدەرهێنانی پۆرتەر لەئەمریکا تایبەتی کۆمپانیای بیوگراف لەئەمریکا.

یەکێک لەگرنگترین ئەو پێشهاتە هونەریانەی بەسەر سینەمای ئەمساڵەدا هات بەدیهێنانی شێوە وێنەگرتنێکی تایبەت بوو کە لەلایەن ملی یسی دەرهێنەری فەرەنسییەوە بەدیهات، دواتر فیلمسازە هاوچەرخەکانی دەستیان بەلاساییکردنەوەی ئەو شێوازەی ملی یس کرد بۆبەرهەمهێنانی فیلمەکانیان کە بریتیە لەشێوە فێڵێکی بینینی (الخدع البصری).

ملی یس بۆ بەرهەمهێنانی زۆربەی فیلمە هونەری ـ خەیاڵییەکانی وەک سەفەر بۆمانگ لەو کاتەی کە خەریکی وێنەگرتنی گرتەیەکی بەردەوام دەبوو لەناکاودا وچانێکی دەدا بەکامێراکەو پاش ماوەیەکی کورت دیسان کامێراکەی دەخستەوە جوڵەو بەم شێوەیە جۆرە تایبەتمەندییەکی هەڵاواردنی دەبەخشییە دیمەنەکە، بەمجۆرە لەکاتی وەستانی کامیراکەدا بەپێی پێویستی دیمەنەکە لەناکاو ئەکتەر یان خود شتی تری زیاد دەکرد یاخود لادەبردو پاشان کامێراکە دیسان دەستی بەجوڵە دەکردەوە.

لەساڵی ١٩٠٥دا، یەکەمین گۆڤاری سینەمایی لەوڵاتی ئەمریکا بەناوی ڤێراییتی بڵاودەبێتەوە کە تائێستاو پاش تێپەڕبوونی ٩٣ساڵ بەسەر دەرچوونی یەکەمین ژمارەی رۆڵێکی کاراو گرنگ دەبینێت لەگەیاندنی هەواڵە هونەرییو کێشە ئابورییەکانی تایبەت بەبەرهەمهێنانی فیلمەکان بۆ عاشقانی ئەم هونەرە جیهانییە.

هەر لەم ساڵەدا چەند ستۆدیۆیەکی فیلمسازی دادەمەزرێنو کۆمپانیای فیلمسازی پاتەو گامون لەشارەکانی ئەمریکا چەند لقێک دەکەنەوە.

دیارترین ئەو فیلمانەی لەمساڵەدا نمایشکراون

ونبوەکان لەدەرهێنانی گاستۆن ول لەفەرەنسا، ئەفسانەی ریپ ڤۆن ڤینکل لەدەرهێنانی جۆرج ملی یس لەفەرەنسا، شۆرش لەرۆسیا لەدەرهێنانی لوسین نونگۆ لەفەرەنسا، ئوتێلی ئەلەکتریکی لەدەرهێنانی دۆشۆمۆن لەئیسپانیا، ژیانی چارلز پیس لەدەرهێنانی فرانک ماترشاو لەبەریتانیا، شۆرش لەناو کەشتییەکی جەنگی روسی لەدەرهێنانی والتەر دهاگر لەبەریتانیا، چارلز پیس لەدەرهێنانی: ئەدوین، ئس، پۆرتەر لەئەمریکا، تاقیکردنەوەی قامچی ژنە تازەکارەکە لەدەرهێنانی کۆمپانیای ڤیتاگراف لەئەمریکا، کچەکەی میلەر لەدەرهێنانی مەک کاچن لەئەمریکا.

کچان لەتەمەنی هەرزەکارییدا پێویستیان بەچییە؟

"ئەو کچانەی سووڕی مانگانەیان نییە، منداڵیان نابێت"

پەردەی کچێنیو جۆرەکانیو چۆنیەتی عادەبوونی کچانو ئەو گرفتانەی روبەڕوویان دەبنەوە لەشەوی بوکێنیو هەندێ پرسی دیکەی تایبەت بەجەستەی ئافرەتان بوونە تەوەری سەرەکی دیمانەیەکی نم نم لەگەڵ د. ژیان عەبدولڕەحمان پسپۆری نەخۆشییەکانی ژنانو منداڵبوونو نەزۆکی.

ئەو پسپۆڕەی نەخۆشییەکانی ژنان جەخت لەوە دەکاتەوە کە لەسەر دەزگاو دامەزراوە پەروەردەییەکانی هەرێمی کوردستان پێویستە بەشێوەیەکی سیستماتیک کار لەسەر هۆشیارکردنەوەی کچانو کوڕان بکەن لەبارەی پێداویستییە فسیۆلۆژیو غەریزەکانیان، هاوکات ئەو دەرکەوتو نیشانانەشیان بۆ روون بکەنەوە کە لەقۆناغەکانی تەمەنیاندا دێنەرێیان.

سازدانی: شەنگە رەحیم

فۆتۆ: میترۆکرافی

د. ژیان عەبدولڕەحمان، پسپۆری نەخۆشییەکانی ژنان

شەنگە: هۆکاری دڵەڕاوکێی کچان لەتەمەنی هەرزەکاریدا چییە؟

د.ژیان: هۆرمۆناتی لەشی کچان لەو تەمەنەدا تێکدەچێت، ئەمە وادەکات کچان تووشی دڵەراوکێ بن، چونکە هیچ رێنمایەک ناکرێن لەلایەن دایکانەوە، لەبەرەئەوەی ئەو لایەنە رۆشنبیرییە نییە لای دایکانو ناتوانێت بەپێی پێویست کچەکەی لەو باسانە ئاگادار بکاتەوە.

شەنگە: کەواتە دایک دەوری سەرەکی دەبینێ لەهۆشیارکردنەوەی کچەکانیان؟

د.ژیان: بەڵێ بێگومان، چونکە دایکی وا هەیە دێتەلامو کچەکەی دەهێنێ بۆئەوەی بزانێت بۆچی کچەکەی لەتەمەنێکی کەمی وەک ١٢ ـ ١٣ساڵییدا دەکەوێتە سوڕی مانگانەوە.

سوڕی مانگانە لەو تەمەنەدا شتێکی ئاساییە، جاران پەرۆو شتی وایان هەڵدەگرت، بەڵام لەئێستادا ئەمە گۆراوە لەسەر دایکانە ئەو شتە سەرەتاییانە بەکچەکانیان بڵێن، چۆنێتی بەکارهێنانی سانتی فێری کچەکانیان بکەن، بۆئەوەی جلو بەرگی پیس نەبێت، ئەگەر ئاگادار نەکرێتەوەو لەشی پیس بێت، ئەوا دەترسێو پێی عەیبە ئەمە باس بکات.

شەنگە: چی بکرێت بۆ ئەو دایکانەی زانیارییەکی تەواویان نییە، یاخود هۆشیارییەکی ئەوتۆیان نییە ئەو زانیاریانە بەکچەکانیان بگەیەنن؟

د.ژیان: پێویستە لەرۆژی دایکان، یاخود کۆبوونەوەی دایکان لەخوێندنگاکان، ئەو مەسەلانە باس بکرێنو رێنمایی دایکان بکرێت لەسەر چۆنێتی هەڵسوکەوتیان لەگەڵ کچە هەرزەکارەکانیان، بەتایبەت لەو تەمەنەی کە دەکەونە سووڕی مانگانەوە.

شەنگە: هۆکاری زوو گەورەبوونی کچان لەئێستادا بەو شێوەیە پەیوەندی بەچییەوە هەیە؟

د.ژیان: کچ دێتە لام لەپێنجی سەرەتاییو شەشی سەرەتاییە، کەوتوەتە سوڕی مانگانەوە، ئەمە پەیوەندی بەوەوە هەیە لەئێستادا هۆکاری راگەیاندن زۆر بووە، تەلەڤزیۆنو ئینتەرنێت هۆکاری سەرەکین، چونکە منداڵ زیاتر چاوی کراوەتەوە، جۆرەها شتی جیاواز دەبینن، ئەمەش دەبێتە هۆی زیادبوونی هۆرمۆناتی لەشی کچانو کاریگەری لەسەریان هەیە، بەپێچەوانەی ساڵانی رابردوو کە زۆرینەی کچان لەتەمەنی چواردە بۆ پانزە ساڵی عادە دەبوون، ئێستا لەتەمەنی یانزە ساڵیدا دەکەوێتە سووڕی مانگانەوە.

گەورەبوون تەنها سووری مانگانە نییە لەکچاندا، بەڵکو گەورەبونی سنگ، نمونەیە بۆ زوو گەورەبوونی کچان، هەندێجار لەو تەمەنەدا کچەکانیان دەهێنن کە سنگی گەورە دەبێت وادەزانن وەرەمە، نازانن کچەکەیان زوو گەورە بووە.

شەنگە: لەکاتی سووڕی مانگانەدا، خۆشۆردن زیانی هەیە؟

د.ژیان: خۆشتن پێویستەو پاکو خاوێنییە، بەهیچ شێوەیەک کاریگەری خراپی لەسەر سووڕی مانگانە نییە، ئێستاش وەک جاران نییە لەگەرماوی زۆر گەرمدا خۆی بشواتو لەعەرز دانیشێت. خۆشۆردن لەکاتی سووڕی مانگانەدا بەپێوە باشترە وەک لەوەی بەدانیشتنەوە بێت، بۆئەوەی شتی پیسو میکرۆب نەچێتە لەشییەوە.

شەنگە: خواردنی حەب بۆ کەمبوونەوەی ئازار کاریگەری خراپی هەیە؟

د.ژیان: هەموو جۆرە حەبێک نا. حەبی پاراسیتامۆڵ ئاساییە، چونکە ئەو کچەی ئازاری زۆری هەیە ناچارە، ئەگەر ئازارەکەی زۆربێت سەردانی دکتۆر بکات زۆر باشترە، چونکە ئەوە بەهیچ جۆرێک پەیوەندی بەوەستانی خوێنیشەوە نییە.

شەنگە: ئایا لەکاتی سووڕی مانگانەدا پەردەی کچێنی دەکرێتەوە یان هیچ پەیوەندیەکیان بەیەکەوە هەیە؟

د.ژیان: پەیوەندی بەپەردەی کچێنییەوە نییەو وەکو خۆی دەمێنێتەوە، دەبێ ئەوە بزانین کە ئەو پەردەیە، پەردەیەکی تەواو نییە، ئافرەت وائەزانێ پەردەیەکی تەواوە، بەڵام وانییە. ناوەراستی پەردەکە کونێکی تیایە لەو کونەوە کچ عادە دەبێ، هەندێ لەکچان کە شوو دەکەن وادەزانن یەکەم شەو ئەو پەردەیە دەکرێتەوە، ئێمە تێیان دەگەیەنین کە ئەو پەردەیە لەسەرەتاوە خۆی کراوەتەوە فەتحەیەک هەیە لەناوەڕاستدا لەکاتی سووڕی مانگانەدا، بەپێی جۆری پەردەکە دەکرێتەوە.

شەنگە: دواکەتنی سووڕی مانگانە لەماوەی خۆی بۆ کچان، شتێکی سروشتیە یان سروشتی نییە؟

د.ژیان: لەو تەمەنەی کچ یەکەمجار تیایدا دەکەوێتە سووڕی مانگانەوە ئاساییە دوابکەوێت، تا ماوەی شەش مانگ رێک ناکەوێت پێشو دوا دەکەوێت، چونکە هێشتا هۆرمۆناتەکانی جێگیر نەبووە، ئەگەر دوای ئەو ماوەیە زۆر دوابکەوێت پێویستە سەردانی دکتۆر بکات هۆیەکەشی ئەوەیە هۆرمۆناتی تێکچووە.

شەنگە: راستە ئەو کچانەی سووڕی مانگانەیان نییە، منداڵیان نابێت؟

د.ژیان: بەڵێ ئەوە شتێکی راستە، ئەگەر عادە نەبی ئەبێ یەکسەر فریای خۆی بکەوێت لەوکاتەی کە هێشتا کچە، پێویستە سۆنەر بکاتو پشکنینی هۆرمۆنات بکات، هەروەها هەندێک لەکچان هەیە رەحمی نییە، هەندێکی تریان ئەو پەردەی کچێنیەی هەر نەکراوەتەوە، لەگەڵ ئەوەشدا لەوانەیە مانگانە ئازارێکی زۆری هەبێتو عادەش نەبێ.

کاتێ کچان سەردانمان دەکەن یەکەم شت پشکنینێکی بۆ دەکرێت تا دڵنیابین لەوەی نەوەک پەردەی کچێنی داخراو بێتو لەخواییەوە نەکرابێتەوە، بەنەشتەرگەری بۆی دەکرێتەوەو راپۆرتی پزیشکی لێ وەردەگیرێت.

شەنگە: لەڕووی تەندروستیەوە چ تەمەنێک بۆ جوتبوون گونجاوە؟

د.ژیان: لەنێوانی ١٨ـ٢٥ساڵی زۆر باشە، چونکە ئافرەت لەو تەمەنەدا لەچالاکی سێکسیدایە، هێلکەدانی بەهێزە، بەس لای ئێمە بەداخەوە لە١٦ساڵییەوە شوو دەکەن. زۆرێک لەکچان هیچ هۆشیاریەکیان نییە، دایکو باوک، کۆمەڵگەو قوتابخانە، هەموو ئەمانە دەوری سەرەکیان هەیە لەسەر رێنمایی کچان، ئەگەر بەهێواشی پیاوان مامەڵە لەگەڵ ژنەکانیان بکەن، ئەو ترسە دروست نابێت، خوێن بەو رادەیە نایەت، ئاستی رۆشنبیریو تێگەیشتنی پیاوان زۆر دەور دەبینێت، مەرج نییە پیاوەکە دەرچووی کولییە بێت یان خوێنەوار بێت، ئەمە پەیوەندی بەئاستی بیرکردنەوەی پیاوانەوە هەیە.

> **لەدوای نەمانی پەردەی کچێنی، نابێ تا ماوەی سێ رۆژ کاری جوتبوون بکرێت، لەبەرئەوەی هەموو برینێک ماوەیەکی دەوێت تا کەمێک خۆی دەگرێتەوە**

شەنگە: مەرجە کچان لەیەکەم شەودا پەردەی کچێنی لەدەست بدەن؟

د.ژیان: نا شەرت نییە، پیاوی رۆشنبیریشمان هەیە، چەن شەو وەستاون تا حاڵی ئافرەتەکە ئاسایی بوەتەوە.

شەنگە: دوای لەدەستدانی پەردەی کچێنی، دەبێت دوای چەند لەگەڵ یەکدا جوت ببنەوە؟

د.ژیان: لەدوای نەمانی پەردەی کچێنی، نابێ تا ماوەی سێ رۆژ کاری جوتبوون بکرێت، لەبەرئەوەی هەموو برینێک ماوەیەکی دەوێت تا کەمێک خۆی دەگرێتەوە، بۆیە هەرجارێک بێتەوە لای ژنەکە بەبەردەوامی خوێنی لێدێت، بەمەش کچەکە تووشی خراپی باری دەروونی دەبێت، بەبینینی ئەو خوێنەو ئازاری لەلا دروست دەکات.

ئێستا لەچاو ساڵانی رابردوو بەهۆی نەبوونی هۆشیاری لای پیاوان جیاوازی زۆری هەیە، چونکە ئێستا لەوە تێدەگەن کە چۆن سەیری ژن بکەنو چۆن کاری جوتبونی لەگەڵدا بکەن، زۆر لەژنو مێرد دێنە لام راوێژیان دەکەم لەسەر ئەو لایەنانەو ئامادەشن گوێت بۆ بگرن.

شەنگە: چۆنو بەچ شێوەیەک هۆشیاری سێکسی بگەیەنرێتە کچانو کوڕان؟

د.ژیان: پێویستە لەرێگەی پەروەردەوە هۆشیار بکرێنەوە، بکرێتە باسو لێکۆڵینەوە، زانیاری تەواو بدرێت بەهەردوو رەگەز، تا شارەزای چۆنێتی دروستبوونی لەشی مرۆڤ ببنو توشی لادان نەبن، چونکە بەهۆی نەزانینەوەیە کە زۆرێک لەکچانو کوران تووشی لادان دەبن، یاخود تووشی دڵەراوکێو ترس دەبن لەشەوی بوکێنیدا، بۆ هەر رەفیق لەرەفیقەوە زانیاری وەربگرێت، زۆرجار بەهەڵە لەرێگەی پەروەردەوە فێر بکرێن، باشترە وەک لەوەی بە غەڵەت ببیستن، تەنها بۆ سووڕی مانگانەو پەردەی کچێنی نەبێت، بەڵکو جۆری نەخۆشی سێکسی، چۆنێتی پاکو خاوێن راگرتنی لەشیان، هەروەها چوونە تەوالێتو گرنگیدان بەخۆیان، شتەکان بەشاراوەیی نەمێنێتەوە.

شەنگە: چی لەسەر ئەو عادەتە دەڵێت، کەدوای شەوی بوکێنی ماڵی زاوا ئاگادار دەکرێنەوە لەبوونی خوێنو پەردەی کچێنی؟

د.ژیان: خێزانی واهەیە دێنە لامو دەڵێن، بوکەکەمان خوێنەکەی کەمە، ئەو پەرۆیەشی پێیە کە خوێنی کچێنی ژنەکەی پێوەیە، بەڵام هێشتا قسە لەسەر ئەوە دەکەن کە خوێنەکەی کەمە، لەم حاڵەتەدا دەبێ تێیان بگەیەنیت کە ئەمە مەرج نییە وابێت، خۆ نەزیف نابێت بۆئەوەی تۆ دڵنیابیتەوە، زۆرکات خەسووخەزوور هەردووکیان لەگەڵ بوکەکەیان دێن بۆ دڵنیایی. ئێمە بەردەوام قسە لەگەڵ ئەو خێزانانەدا دەکەین، رێنماییان دەکەین کە نەبوونی خوێن مەرج نییە بۆ نەبوونی پەردە.

شەنگە: کچ هەیە پەردەی کچێنی نەبێت؟

د.ژیان: شتی وانییە کچ پەردەی کچێنی نەبێت، هەموو کچێک پەردەی کچێنی هەیە، بەڵام جۆری هەیەو بەپێی جۆرەکەی لەو شەوەدا خوێن دەبینرێت، بۆنمونە:

پەردەی مەتاتی، بەشێوەیەکی لاستیکییەو دەکشێ. پەردەی ئاسایی، ئەو جۆرەیە کە لەهەموو جۆرەکانی تری ئاسایترەو بەئاسانی خوێنەکە دێت، چونکە کەمێک بریندار دەبێتو لەئەنجامی ئەوەدا خوێنەکە دێت. پەردە هەیە گەورەیە، ئەمەش لەو جۆرەیە کە خوێنی نییە. جۆرێکی تری زۆر رەقەو وەکو کرکراگە وایە، ئەمجۆرە بەنەشتەرگەری فەتحەیەکی بۆ دەکرێتو بۆکاری جوتبوون، ئاسان دەکرێت.

شەنگە: چ رێنماییەکت بۆ دایکان هەیە لەکاتی هەڵسوکەوتکردنیان لەگەڵ کچەکانیان؟

د.ژیان: لەسەرەتادا ئەبێ دایکان هەر لەمنداڵییەوە بەفێرکردن ئاگاداری کچەکانیان بن، نەک بەترس، شتەکەی لازەق نەکەنەوە، تا دەگاتە تەمەنی ١٠ساڵی، لەو تەمەنەدا بەهێواشی ئەوەی بۆ باس بکات کە خۆی چۆن عادە بووە، هەروەها واقسەی بۆ بکات کە ئەمە شتێکی سروشتییەو هەموو کەس عادە دەبێتو خوێنێک لەگیانیان دێتو مانای گەورەبوونتە، هەروەها داوا لەدایکان دەکەم لەکاتی کەوتنی کچەکانیاندا لەهەر تەمەنێکدا، بەزوویی ببەنە لای دکتۆر بۆئەوەی لەدوارۆژدا تووشی ئەو حاڵەتە نەبن تا دڵنیابن لەمانەوەی پەردەی کچێنیو نەبێتە کێشەیەکی گەورە بۆ داهاتووی، چونکە ئەگەر وابێت پێویستی بەوەیە راپۆرتی پزیشکی بدرێتێ بۆ گەورە بوون.

شتێکی زۆر باش دەبێت ئەگەر کچان سەردانی دکتۆر بکەنو بەپێی توانای خۆیان، تا لەشەوی بوکێنیدا توشی شۆک نەبن.

تەکان

سێکسو سەرئێشە

سامان سیوەیلی
توێژەری دەروونی

چالاکی سێکسییەکان بەتایبەتی گەیشتن بەئۆرگازم رەنگە هاندەر بن بۆ دەرکەوتنی سەرئێشە. تاک لەمبارەداو لەکاتی زیادبوونی ورووژانی سێکسی هەست بەئازار لەسەرو ملیدا دەکات، یاخود لەپێش یان لەکاتی گەیشتن بەئۆرگازم کتوپڕ دووچاری سەرئێشە دێت.

کەسێک لەسەد کەسدا لەماوەیەکی ژیانیدا دووچاری ئەم حاڵەتە دەبێتەوە، پیاوان سێ هێندەی ژنان زیاتر دووچاری ئەم سەرئێشەیە دەبن، ئەگەرچی ئەم حاڵەتە شایانی دڵەڕاوکێ نییە، بەڵام لەهەمان کاتدا نیشانەیەکە یاخود ئاماژەیەکە بۆ پەشێوی یان تێکچوونێکی تر کە پەیوەستە بەو مولولانەی خوێن کەخوێن دەگەیەننە مێشک.

جۆرەکانی سەرئێشەی سێکسی

جۆری یەکەم: ئەم جۆرەیان بڵاوەو هیچ ئاماژەیەکی پێشینە نییە بۆ روودانی، چونکە لەماوەی چەند چرکەیەکی سەرەتای ئۆرگازمدا روودەدات، ئازارەکەش بەوە دەناسرێتەوە کە وەک شتێک بکرێت بەسەردا یان وەک لێدانی دڵ لێدەدات.

جۆری دووەم: بریتییە لەبوونی سەرئێشە لەهەردوو تەنیشتی سەرو لەماوەی چەند خولەکێک پێش گەیشتن بەئۆرگازم زیاد دەکاتو لەگەڵ زیادبوونی وروژاندنەکە ئازارەکەش زیاد دەکات.

زۆرترین جۆری سەرئێشەکانی پەیوەندار بەچالاکییە سێکسییەکان چەند خولەکێک دەخایەنێت، بەڵام جۆرەکانی تر تا چەند کاژێرێک دەخایەنێت. زۆربەی ئەو کەسانەی دووچاری ئەم جۆرە سەرئێشانە دەبن تاچەند مانگێک لەگەڵیان دەمێنێتەوە پاشان زیاتر لەساڵێک نامێنێت، واتە کەسەکە چالاکی سێکسیی بەبێ سەرئێشە ئەنجام دەدات.

هۆکارەکانی سەرئێشەی پەیوەندیدار بەسێکس

هەموو چالاکییەکی سێکسیی کە کۆتاییەکەی بەئۆرگازم بێت ئەگەری ئەوەی هەیە هانی دەرکەوتنی سەرئێشە بدات، ئەو جۆرە لەسەرئێشە کە چەند خولەکێک دەخایەنێت پێش گەیشتن بەئۆرگازم، هۆکارەکەی دەگەڕێتەوە بۆ داکشانی ماسولکەکانی ملو سەر لەکاتی ئەنجامدانی چالاکییە سێکسییەکەدا، بەڵام ئەو جۆرەی کتوپڕ لەکاتی ئۆرگازمدا ڕوودەدات لەوانەیە وەڵامدانەوەیەک بێت بۆ زیادبوونی گوشاری خوێن کە دەبێتە هۆی فراوانبوونی مولولەکانی خوێن لەمێشکدا، ئازاری کتوپڕی سەر ئەگەری خوێنبەربوون لەمێشک یان لەدەوری مێشکیشی لێدەکرێت.

لەهۆکارەکانی تری سەرئێشەی پەیوەندیدار بەسێکس، بەکارهێنانی حەبی دژە سکپڕی، حەشیش، بوونی ئاوی شین لەسەر چاو ـ بریتییە لەبەرزبوونەوەی گوشار لەسەر چاو ـ کەمخوێنی، دابەزینی ڕێژەی شەکر، لوتە گیرفان (الجیوب الانفیه).

سەرئێشەی سێکسیی حاڵەتێکی نەخۆشی نییە کە مایەی دڵەڕاوکێ بێت، بەڵام ئەگەر بۆ کەسەکە بووە ژانکۆیەک ئەوا دەکرێت سەردانی پزیشک بکات.

بەساڵاچووانیش حەزیان لەناردنی کورتەنامەیە

ساوێن سابیر

بەپێی لێکۆڵینەوەیەکی نوێی نوسینو ناردنی مەسج لەنێوان کەسانی بەتەمەنداخۆشەویستتربووەو (٤٤٪)ی کەسانی (٣٥ تا ٤٤ ساڵ)و (١٤٪)ی کەسانی سەروو (٤٥)ساڵ هەفتانە زیادلە (٣٠)مەسج دەنێرن.
بەپێی ئەو لێکۆڵینەوەیە کە لەلایەن دامەزراوەی Tekelec وەئەنجامدراوە، لە کاتێکدا ئارەزووی ناردنی مەسج لەنێوان بەکارهێنەرە گەنجترەکان کە تەمەنیان لەنێوان (٢٥ تا ٣٤)ساڵە، بەردەوام لەزیادبووندایەو (٤٠٪)ی کەسانێک کەلەوبازنەی تەمەنەدان زیاترحەزدەکەن لەمۆبایلەکەیان لەبری قسەکردن، بۆناردنو وەرگرتنی مەسج بەکاربهێنن.
هەربەپێی ئەولێکۆڵینەوەیە نووسینی مەسج لەنێوان ژناند اخۆشەویسترەولەبەرامبەر (٣٠٪)ی پیاواندا، زیادلە (٤٠٪)ی ژنانی بەشداربووی ئەوڕاپرسییە ڕایانگەیاندووە زیاترحەزیان لەناردنی مەسجە، کەئەوحەزو ڕێژە بەرزە تاڕادەیەک پەیوەندی بەناردنی مەسج بۆبەرنامە تەلەڤزیۆنەییەکان هەیە.

گەر مۆبایلەکەت کەوتە ناو ئاو چی دەکەی؟

ئا: محەمەد ڕەسوڵ کەریم

ئاوو ئامێرە ئەلکترۆنیکییەکان بەتایبەتی کۆمپیوتەری گیرفانی یان هاندی مۆبایل هیچ سازگارییەکیان لەگەڵ یەکتر نییە، هەر بۆیە دەتوانین بڵێین ئەگەر ئەو ئامێرانە بکەونە ناوئاوڕووداوێکی ناخۆشەوئەگەری خراپبوونی ئەوئامێرانەبۆهەمیشەڕوودەدات.
تەڕبوونی هاندی مۆبایل بەهەرجۆرە ئاوێک دەتوانێت ئەوپەڕی کێشەبۆئەوئامێرە درووست بکاتو ببێتەهۆی خراپبوونی بەشە ئەلکترۆنیکییەکان لەمۆبایلدا. بۆئەوەی لەو حاڵەتەدا خەرجی کڕینی هاندێکی نوێ نەکەوێتە سەردەستت، چەند ڕێگە بۆچارەسەری ئەوهاندانە کەتەڕدەبن، لەخوارەوە داهاتووە:
هاندەکەتان لەناوئاوەکەدەربهێنن، هەرچەندەخێراترئەوکارەبکەن، ڕەنگەکێشەی کەمتربۆهاندەکەتان درووست بێت، ڕەنگەئەوکارە زۆرسادەبێتەبەرچاو، بەڵام بۆ ئەوەی هاندەکەتان بۆهەمیشەخراپ نەبێت پێویستە خێراله‌ئاوەکە بیهێنەدەرێ.
لەقۆناغی دواتردا پێویستە پاتری هاندەکەدەربهێنن، کەپێویستە بەخێرایی دوای دەرهێنانی هاندەکە لەئاو ئەنجامی بدەن، ئەوکارە دەبێتە هۆی خراپنەبوونی هاندەکەو پاترییەکەش. دوای ئەو کارە سیمکارەتەکە دەربهێنن.
قۆناغی داوتر ئەوەیە کە هاندە کەوشک بکەیەوە، بۆئەوکارە پێشنیازناکرێت لەئامێرە ئەلکترۆنیکییەکان وەک موجەفیفەسوودوەربگرن، چونکەڕەنگەزیاتر هاندەکەتان خراپ بکات. بۆوشککردنەوەی هاندیان ئامێرەکانی دیکەدەبێت بەتەکاندنوڕاوەشاندنێکی ئارام ئاوەکەی لێدەربهێنن، ئەوکات درزو قەڵەشتەکانی بەقوماشێکی نەرم بەئارامی وشک بکەنەوە.
دوای ئەوکارەبۆماوەی چەندین کاتژمێربیخەنە ناوبرنج یان ئەوماددە خۆراکییانەکە شێ بەلای خۆیاندارادەکێشنن (بۆ ئەومەبستە پێویستەلایەنی کەم هاندەکەبۆماوەی (٢٤) کاتژمێرلەناوگوێنی برنج دابێت).
لەکۆتاییدا کاتی ئەوە هاتووە کەبزانین ئەوکارانەکردوومانە جێگەی خۆی گرتووە یان نا، بۆ ئەو مەبستە پاتریەکە بخەنە ناو هاندەکەوەو دایگیرسێنن.
ئەگەر دانەگیرسا هەوڵ بدەن هاندەکەتان بێ پاتریو تەنیا بەشاحینەکەی هەڵکەن، ئەگەر هەڵبوو ئەوە تەنیاپاترییەکەتان سووتاوە، ئەگەرنائەوە بەداخەوە هاندەکەتان خراپ بووە.

یارییە کۆمپیوتەرییەکان مێشکی منداڵان بەهێزدەکەن

هامن شوان

لێکۆڵەرانی زانکۆی ڕۆچستەر ڕایانگەیاندکەئەنجامدانی یاری کۆمپیوتەری بەتەنیا بۆمنداڵان خراپ نییە، بەڵکودەتوانن توانای فیکریو مێشکیشیان باشتر بکات.
ئەوانەی دژی یاری کۆمپیوتەریین پێیانوایە ئەو یاریانە پەیوەندی ڕاستەوخۆیان بەقەیرانی قەڵەوی منداڵو هەرزەکارانی بەریتانیاوە هەیە، بەڵام پسپۆڕانی ئەمریکی بەم دواییانە بۆیان دەرکەوتووە دانیشتن لەبەرامبەر مونیتەربۆچەندین کاتژمێر چەندین لایەنێکی ئەرێنی هەیە.
لێکۆڵەرانی زانکۆی ڕۆچستەر بۆیان دەرکەوتووە ئەومنداڵانەی ڕۆژانە یاری کۆمپیوتەری دەکەن، توانای مێشکییان زۆرباشەوهاوکاری لەنێوان دەستو چاوەکانیان زۆرە.
بەوتەی ئەولێکۆڵەرانە یارییە کۆمپیوتەرییەکان بەپێچەوانەی ڕای زۆرێک لەڕەخنەگران کە پێیانوایە ئەو یارییانە ڕێگردەبێت لەچالاکییەکانی ڕۆژانەیی منداڵان لەدەرەوەی ماڵ، کۆمەڵێک خاڵی پۆزەتیڤیشی هەیە. ئەوانەی حەزیان لەیاری کۆمپیوتەرییە توانای کاردانەوەو دیقەتی زۆربەرزیان هەیەوتوانای ناسینەوەیان بەهۆی ئەنجامدانی یاری کۆمپیوتەری باشتردەبێت.
بەوتەی ئەولێکۆڵەرانە ئەنجامی یاری کۆمپیوتەری دەتوانێت توانای هۆش، بینین، دیقەت لەئەنجامدانی ئەو کارانەدا کە پێویستی بەسەرنجدانی زۆرهەیە، باشتربکات.
لێکۆلەران بەڕادەیەک سەبارەت بەئەنجامی ئەولیکۆڵینەوەیە دڵنیان، پێشنیازدەکەن دایکانوباوکانو تەنانەت بابەگەورەودایەگەورەکانیش بەئەنجامدانی ئەو یارییە کۆمپیوتەرییانەدەتوانن توانای مێشکی خۆیان باشتربکەن.
بەپێی ڕاپۆرتی تیلیگراف ئەمە لەکاتێکدایە کەهەندێک لەڕەخنەگران لەوبڕوایەدان منداڵان بەچونەدەرەوە لەماڵ، دەتوانن زۆرێک لەوتوانایانە بەدەست بهێنن. بەوتەی ئەوان، منداڵان لەبری ئەوەی خۆیان بەیاری کۆمپیوتەرییەوە خەریک بکەن، باشتروایە بەشێوەی شەخسیو ڕاستەخۆبچنەناو هاورێکانیانەوەو یاریان لەگەڵدابکەن.

لاس شێرزاد

پاناسۆنیک پرۆسەی دروستکردنی پاترییەکی لاپ تۆپی دەستپێکردووە کە جێگەی دڵنیاییەو هیوادارە بەوداهێنان ئەوڕەوتەی کەبۆ وەرگرتنەوەی پاتری لاپ تۆپەکەکان دەستپێکراوە، کۆتایی پێبهێنێت.
تا ئێستا چەندین کۆمپانیا وەک هۆلیود پاکارد، دێل، پاکارد بیلوچەندین کۆمپانیای دیکەبەهۆی مەترسی ئاورگرتن داوایان لەکڕیارەکان کردووە پاترییەکانی لاپ تۆپەکانی خۆیان بگەڕێنەوە بۆئەوکۆمپانیایانە تا بۆیان بگۆڕنەوە. پرۆسەی دروستکردنی ئەو پاتریانە بەوهیوایە دەستپێکراوە کەئەو ڕەوتەکەمبکاتەوە.
بەپێی ئەوهەواڵەپاتری نوێی پاناسۆنیک جگ لەوەی مەترسی زۆرکەمترە، بۆماوەیەکی زیاتریش کاردەکات.

پەخشی مۆندیال بەتەلەڤزیۆنی هەتاوی

روخسار محەمەد

هاوڵاتیانی ئەفریقایارییەکانی مۆندیالی (٢٠١٠)کەبڕیارەوایە لەئەفریقای باشوربەڕێوەبچێت، لەتەلەڤزیۆنی هەتاوییەوە سەیردەکەن.
بەپێی هەواڵێکی سایتی ئا نسا ئە و سیستەمە تەلەڤزیۆنییەکەناوی Sun.Tv یە، یارمەتی گەشەی هاوکاتی فێرکاریو وەرزش دەدات.
کۆمپانیای SolarWorld Ag لەناوچەجیاوازەکان ئەفریقا ئەوتەلەڤزیۆنە هەتاوییەکان دامەزرێنن. ئەو سیستەمە تێکەڵاوێکە لە (١٢)پەنەلی هەتاوی، پاترییەک بۆخەزنکردنی وزەیەک کەبەرهەم هێنراوە، تەلەڤزیۆنێک کەسەتەلایتی لەسەرەو پلییەرێکی DVD.
وزەیەک کەئەوسیستەمەبەهۆی خۆرەوەبەرهەمی دەهێنێت، جگەلەوەی کە بۆکارکردنی تەلەڤزیۆنەکەبەکاردەهێنرێت، دەتوانێت وزەی (١٢)کۆمپیوتەری لاپ تۆپوهەروەهاڕۆشنایی گۆڕەپانەوەرزشییەکانیش دابین بکات. ئەوئامێرانەدەتوانن ساڵانە نزیکەی چوارهەزارو (٤٠٠)کیلۆوات وزەبەرهەم بهێنن.
ئەوهەنگاوەی فەرهەنگییەی SolarWorld Ag کە ناوی Football for Hope ە بەهاوکاری ئەنجومەنی Khayelitsha لەکیپ تاونی پاتەختی ئەفریقای باشوروفیفاجێبەجێ دەکرێت.
یەکێکی دیکەلەوکارانەی کەبڕیا رەبەوتەلەڤزیۆنەهەتاویانەئەنجام بدرێت، فێرکاریوبەربەرەکانی دەبێت لەگەڵ نەخوێندەواری بەتایبەتی بڵاوکردنەوەی شێوەکانی بەربەرەکانی لەگەڵ بڵاوبوونەوەی ڤایرۆسی HIV.

MSI دوو نێت بوکی نوێ دەخات بەردەست

ژیلا تاهیر

کۆمپانیای MSI هەواڵی خستنەبەردەستی دوونێت بوکی بەناوەکانی U135 و Wind U130 بڵاوکردووە.
بەپێی هەواڵێکی گیکی گەجیت، بڕیارە نێت بوکەکانی U135 و Wind U130 لەپێشانگای CES ی لاس ڤێگاسی ئەمریکا لەمانگی یەکی ساڵی (2010)نمایش بکرێت.
هەردوونێت بوکەکە سوودلەپرۆسیسەری N450 Atom، چیپی گرافیکی GMA3150ی ئینتێلو شاشەی (10)ئینچی LED وەردەگرن.
بەشێکی دیکەلەتایبەتمەندییەکانی ئەونێت بوکانەبریتین لەکامێرای (1.3)مێگاپیکسلی، 802.11 WiFi، بلوتوزو پرۆگرامی ناسینەوەی دەموچاو.
هەروەهاهاردیسکی مودیلی U130، 160 گیگابایتوهاردیسکی U135 ، 250 گیگابایتە.
نێت بوکەکانی Wind U130 و U135 لەمانگی یەکی ساڵی داهاتوودا (230و 280) دۆلاردەکەوێتە بەردەست بەکارهێنەران.

باشترین ئۆتۆمبێلەکانی ساڵی ٢٠٠٩

باشـــترین ئۆتۆمبێلەکانی ئەمساڵ لەڕووی هێـزو کواڵیتی ماتۆڕەوە هەڵبژێردران. بەپێـی هەواڵەکان ئۆتۆمبێلەکانیaudiA4 و Audi S4دوو باشترین ئۆتۆمبێلی باشی جیهانن لەڕووی هێزی ماتۆرەوە.

سـێیەمین ئۆتۆمبێل لەو لیستەدا BMW 335Dیـەو دوای ئەویش ئۆتۆمبێلی هایبریدی فۆرد فیۆیجین لەپلەی چوارەمدان.

پێنجەمیـن ئۆتۆمبێلـی جیهـان لەسـاڵی 2009دا ئۆتۆمبێلـی Taurus ی کۆمپانیـای فـۆردی ئەمریکایـە. هەروەهـا ئۆتۆمبێلەکانـی شـۆڤرۆلێت ئیکۆینوکسو هیوندای جینسیسو سـابوراlegacy و تۆیۆتا پیرۆس و لەکۆتایشـدا جیتاسـپۆرت واگۆنی کۆمپانیای فۆلکس واگۆنی ئەڵمانیا پلەی شەشەم تادەیەمی ئەوریزبەندییەیـان بۆخۆیان داگی کردووە.

مازدا بەدوای هاوبەشێکی نوێدا دەگەڕێت

دیارکۆ عومەر

دوای میتسۆبیشـیو سـۆزۆکی پێدەچێـت کۆمپانیـای مـازدا سـێیەمین گـەورە کۆمپانیـای ئۆتۆمبێلـی ژاپۆنییەکـە لـەو چەند هەفتەی ڕابـردوودا بیری لەشـەڕاکەتێکی نـوێ لەگـەڵ کۆمپانیایەکـی دیکەی ئۆتۆمبێل کردووەتەوە.

کۆمپانیایمازدائەمساڵپشکەکانی کۆمپانیـای فـۆردی کڕیـەوەو ژاپۆنییـەکان بووەنەخاوەنـی تـەواوی ئەوکۆمپانیایـە، بەڵام پێدەچێـت ئەوان بـەردەوام بن لەسەر ئەو شـێوازی کارکردنەی کە لە 40سـاڵ لەمەوبـەرەوە هەیان بووەو ئەمجارە لەبری فۆرد هاوبەشێکی دیکە بدۆزنەوە.

یوشـاکی کاوانـۆ، پسـپۆری شـیکاریی بـازاڕی ئۆتۆمبێـل لەژاپۆن پێیوایە کۆمپانیای مازدا لەئێستادا پێویستە هاوبەشێکی بازرگانـی بۆخـۆی بدۆزێتەوە، چونکە بـەڕای ئەو کۆمپانیاکانی وەک مازدا کەساڵانە نزیکەی یەک ملیۆن ئۆتۆمبێل دروستدەکەن، پێویسـتیان بەوەیە لەبەشـێک لەتێچووەکانیانـدا لەگـەڵ کۆمپانیاکانی دیکە شەریک بن.

لەلایەکـی دیکە خواسـتی بازاڕ لەسەر ئۆتۆمبێلە هایبریدییەکان، ئەلکتریکییـەکانو تەکنۆلۆژیـا نوێتـرەکان، تێچـووەی دروسـتکردنی ئۆتۆمبێل زیاتر دەکات، هـەر بۆیەش هاوکارییو هاوبەشـی مازداو کۆمپانیاکانی دیکە لەگـەڵ هاوبەشـێکی تر پێویستییەکی بەرچاوە.

١٠ جوانترین وێنەی هەسارەکانی ئەمساڵ

گۆڤـاری زانسـتی National Geographic بەپێی نەریتێکی کۆن ١٠ جوانترین وێنەی سـاڵی ٢٠٠٩ لەبواری بۆشـای ئاسـمانو هەسارەکان هەڵبژاردووە.

ئەو ١٠ وێنەیە لەناو سەدان وێنەی سـەیرو سـەمەرە کـە لەڕێگەی تیلیسـکۆپەکانی سـەر زەویو تیلیسکۆپەکانی بۆشایی ئاسمانەوە گیراون، هەڵبژێردراون.

١. شۆتێلی ئاتلانتیس لەمانگی مەی ٢٠٠٩دا چوبـوو بۆ چاککردنەوەی تلیسکۆپی بۆشای ئاسمانی هابڵ کـە لەبەردەم خـۆرەوە تێپەڕی. تیری لیگالت، وێنەگری هەسارەکان بەسـوودوەرگرتن لەفیلتەرێکـی تاییەتی خۆر، وێنەیەکی جوان لەو کاتەدا کە ئەو شـۆتەلە لەبەردمی خۆرەوە تێپەڕیوە گرتووە.

٢. وێنەیـەک کە پسـپۆرەکانی بۆشـای ئاسـمان لەمانگی جون بەهـۆی تیلیسـکۆپی بۆشـایی ئاسمانی ئیکس چاندار لەشەپۆلی RCW 86 گرتوویانە.

٣. ئەمـە وێنـەی تەپۆڵەکەکانی خوێی تێکەڵاو بە لـم لەزەلکاوی Tanezrouft کە لەسـەحرای ئەفریقا لەباشـوری ناوەراسـتی ئەلجەزایەرە، کە لەلایەن ئاژانسی بۆشـایی ئاسـمانی ئەوروپـاوە گیراوە.

٤. ئـەم وێنەیە وێنـەی کەوتنە خوارێی بەردێکی بۆشایی ئاسمانە لەبیابـان موجاوە لەکالیفۆرنیا کە لەدیسمبەرەی ٢٠٠٩ گیراوە.

٥. تیلیسـکۆپی بۆشایی ئاسمانی هابـل لەمانگـی سـیپتەمبەردا وێنەیەکی تاییەتی لەکاکێشـانی Ngc ٦٣٠٢ گرتووە.

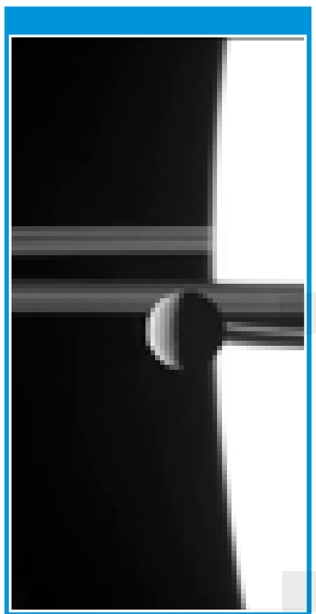
٦. وێنەیەک لەهەسـارەی بچوکی «ریا» کە هاوشێوەی مرارییەکی بچوکە. ئەو وێنەیە لەلایەن مانگی دەسـتکری «کاسـینی»یەوە لەمانگی نۆڤەمبەردا گیراوە.

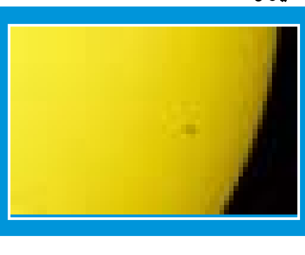
٧. ئـەو وێنەیـە کـە بەهـۆی تلیسکۆپی بۆشای ئاسمانی هابل لەمانگـی دیسـمبەردا گیـراوە، وێنەیەکـی جوانـە لەهەسـارەی هێشووی R136.

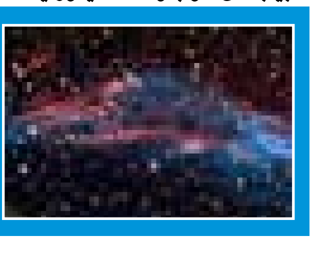
٨. وێنـەی لمـی جوڵاو لەسـەر هەسـارە مەریـخ. ئـەو وێنەیە لەمانگـی ئۆکتۆبـەرەوە لەلایەن مانگـی دەسـتکردی Mars Reconnaissance Orbiter ەوە گیراوە.

٩. وێنە هەسـاری لولین کە لەناو لقوپۆ سـووری دارەکانی پارکی نەتـەوەی ویرجینیـاوە گێراوە. ئەو وێنەیە لە ٢٣ فوریەی سـاڵی ٢٠٠٩دا گیـراوە. کاتـی گرتنـی ئـەو وێنەیە مەودای نێـوان ئەو هەسـارەیە تـازەوی ٦١ ملیـۆن کیلۆمەتر بووە.

١٠. وێنەیەکی موشەکیAres I.X ی ناسـا لەکاتـی تاقیکردنەوەدا لەسەر ئاسمانی ناوەندی بۆشایی ئاسـمان کندی لەفلۆریـدا. ئەو وێنەیـە لەمانگـی ئۆکتۆبـەردا گیراوە.







دارا و زارا دەپرسن

فۆتۆ: ڕەوشت توانا - میترۆگرافی

داراوزارا: بڕیارمانداوە هەرکاتێک پرسیارێکمان هەبوو لەبارەی ئەرکە: بایۆلۆژیی، دەروونیی‌و سێکسییەکانی خۆمان، بەبێ هیچ ترس‌و شەرم‌و خۆخواردنەوەیەک بیخەینە بەردەم کلینیکی نم نم، تاوەکو بەڕاوێژ لەگەڵ کەسانی پسپۆڕو پشتبەست بەسەرچاوەی زانستیی، وەڵامی پرسیارەکان وەرگرینەوەو گومانەکانمان نەهێڵین‌و ببینە خاوەنی ڕۆشنبیرییەکی زانستیی دروست لەبارەی ڕۆح‌و جەستەی خۆمان، ئێوەی خوێنەریش دەتوانن بەشدارو هاوکارمان بن لەڕێی ناونیشانەکانی ڕۆژنامەکەمانەوە.

زارا: من کچێکم نەخۆشی شەکرەم هەیە، ماوەی دووساڵە تووشم بووە، پێمدەڵێن شەکرە سێکس لاواز دەکات، ئایا ئەمە ڕاستە؟ ئایا دەستپەڕکردن بۆ من خراپە؟

وەڵام: شـــەکرە بەزۆری کاریگەری بۆ ســـەر سێکس لای ڕەگەزی نێر دەبێت تاکو ڕەگەزی مێ، بەڕێزتان هێشتا لەسەرەتای قۆناغەکانی ئەم نەخۆشییەدان، بۆیە هیچ کاریگەری نابێت بۆ ســـەر ئارەزوو و توانای سێکسیتان، بەڵام ئەگەر دەرمانی چارەسەر بەشێوەیەکی ڕێکو پێک بـــەکار نەهێنیت‌و نەخۆشـــییەکە کۆنترۆڵ نەکەیت ئەوا لەئاییندەدا کاریگەری دەبێت بۆســـەر لایەنی سێکسی بەڕێزتان
نەخێـــر، دەســـتپەڕکردن هیـــچ کاریگەرییەکی بۆ ســـەر نەخۆشی شەکرە نابێت.

دارا: ماوەی پێنج ساڵە دەرمانی نەخۆشییە دەروونییەکان بەکاردەهێنم‌و هەست دەکەم شێوەی سپێرمەکانم گۆڕاوە، ئایا دەرمانی نەخۆشییە دەروونییەکان کاریگەری لەسەر گۆڕینی شێوەی سپێرم هەیە؟

وەڵام: بەڵێ، بەکارهێنانی دەرمانی نەخۆشـــییە دەروونییەکان بەبڕی زۆرو بۆمـــاوەی درێـــژ کاریگەری دەکاتە ســـەر پێکهاتەی سپێرم‌و شـــێوەیان دەگۆڕێـــت، بەڵام هیچ کاریگەرییەکـــی بۆســـەر توانای منداڵبوون، نابێت.

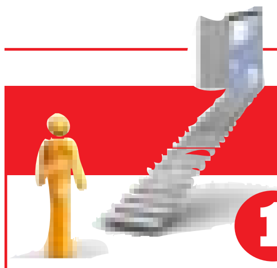
زارا: من تووشی ساردی سێکسی هاتووم، هۆکارەکەی ئەوەیە کە کەسی دووەم لەژیانمدا هەیە یان چی؟ باوەڕ بکەن نازانم چیبکەم زۆر بێزاربووم لەژیانی خۆم، تکایە ڕێنماییم بکەن؟

وەڵام: خـــۆت دەستنیشـــانی هۆکارەکـــەت کـــردووە، لەبـــەر ڕۆشـــنایی ئـــەو هـــۆکارەش چارەســـەرەکە ڕوونە، کە خۆی لەدوو ڕێـــگادا دەبینێتەوە: یان ئەوەتا هاوسەری ئێستات پەسەند بکەو وەک ئەمری واقع مامەڵەی لەگەڵ بکە، هەوڵبدە وردە وردە خۆت لەرابـــردوو دوور بخەرەوە، بەتایبەتـــی ئەگەر منداڵیشـــتان لەنێوانـــدا بێت ئـــەم ڕێگەیەیان پەسەندتر و ژیرانەترە.
یاخـــود ئەوەیـــە کـــە تـــۆ لەم هاوســـەرەت جیابیتـــەوەو خۆت بکەیتـــە قوربانـــی نادیـــار، ئایا کەسی دووەم کە لەژیانتدا هەیە، نەچۆتە ژیانی هاوســـەریی؟ ئایا ئەو ئامادەیـــە واقعی تۆ لەپاش جیابوونەوە پەسەند بکات؟ ئایا ئەگەر منداڵت هەبێت چارەنووسی منداڵەکـــەت چـــی لێدێـــت؟... تد. لەبەرئـــەوە ئەم ڕێگەچارەیە پەسەند نییە.
ئەگـــەر بەڕێزتان دانیشـــتووی کوردســـتانن دەتوانن ســـەردانی ســـەنتەری ڕاوێژکاریـــی خێزان بکەن لەســـلێمانی تا لەنزیکەوە ڕێنمایی زیاتر بکرێین.

دارا: خواریی چووکی نێر کاریگەری لەسەر جووتبوون هەیە؟

وەڵام: ئەگـــەر خواریـــی چووک وەک چەمانـــەوە یـــان شـــێوەی مۆز لەســـنورێکی ئاساییدا بێت، ئەوا هیـــچ کاریگـــەری نابێت بۆ ســـەر جووتبوون، بـــەڵام ئەگەر خوارییەکـــە زۆرو نائاســـایی بوو ئەوا دەکرێت لەڕێی نەشتەرگەری جوانکارییەوە گرفتەکە چارەسەر بکرێت.

ئەگەر دەتەوێت وەجاغ ڕوون بێت



1

هەستی متمانەبەخۆبوون لەنێو منداڵەکانتاندا سەوز بکە

باربارا دی ئەنجلس
و: عەلی ئەکبەر مەجیدی

ئەو میراتە گرانبەهایەی هەموومان وەکو باوکو دایک بۆ منداڵەکانمان بەجێیدەهێڵیـــن، هەســـتی متمانە بەخۆبوونـــە، ئـــەو تایبەتمەندییە، دیارییەک نییە کە بتوانین لەڕێگەی بۆماوەییـــەوە بـــۆ منداڵەکانمانـــی بگوازینەوە، چونکە وەکو سروشـــت لەجینەکانماندا بوونی نییە.
متمانە بەخۆبوون لەســـەر بنەمای ئەزموونەکانمان لـــەڕۆژی یەکەمی ژیانـــەوە پێکدێت‌و ئێمـــەش وەکو بـــاوکو دایکو گـــەورەی منداڵان، ڕۆڵێکی ســـەرەکیمان لەرەوتی ئەو پێکهاتەیەدا هەیە.
ئـــەم کتێبە ـ ئەم بابەتە بەشـــێکە لەکتێبێـــک ـ وێنـــای ئـــەو باوکو دایکانەیە کە دەیانەوێ منداڵەکانیان خاوەنی هۆشیاری پۆزەتیڤ‌و هەستی ڕێزگرتـــن لەمتمانـــە بەخۆبـــوون‌و هەستی باش بوونی هەبێت.
ئێمە باس لەو بـــوارە جۆراجۆرانە دەکەیـــن کـــە بـــاوکو دایـــکان لەگەڵیـــدان وەک: خۆشەویســـتی دەربڕیـــن‌و ڕێزگرتـــن، گوێگرتـــن لەقسەکانی منداڵ، پاڵنان‌و هاندان، سوودوەرگرتن لەهێزو گەشەسەندنی هەستی ســـەربەخۆیی‌و شـــێوازی کاریگـــەری هەموو ئـــەو هۆکارانە لەســـەر گەشەســـەندنی متمانـــە بەخۆبوونـــی منـــداڵ‌و مەســـەلەی کەسایەتی‌و ڕەگەزی منداڵ‌و شێوازی ڕووبەڕووبوونەوە لەگەڵ ئەو منداڵانەی هەستی متمانە بەخۆبوونیان نییە.
منـــداڵ هەموو تواناو هەڵکەوتووییە سروشـــتییەکانی لەنـــاو دەچـــێ ئەگەر هەســـتی متمانەبوخۆبوونی نەگەشـــێتەوە. متمانە بەخۆبوونی لاواز نەک هەر گەشبینی‌و ئارەزووی سروشـــتی منـــداڵ کەمدەکاتەوە، بەڵکو لەخراپترین هەلومەرجدا ئەو هێزە پۆزەتیڤانە دەگۆڕێ بۆ وزەی زیانبەخش بۆ منداڵەکەو کۆمەڵگە.
هیوادارین ئەم کتێبە پیشانمان بدات چۆن دەتوانین بۆ ڕۆڵی باوکو دایک بگێڕین‌و پەروەردەو گەشەســـەندنی منداڵەکانمان بکەینە هێڵ‌و زەمینەی سروشتیی‌و سەرەتای هەموو شتێک.
لەم کتێبەدا ئامـــاژەم بەئەزموونی بیســـت ســـاڵەی خـــۆم داوە وەکو دەروونناســـێکی منـــداڵ‌و باوکێکو مامۆســـتایەک. ڕەنگـــە ئێســـتا زۆربـــەی مەســـەلەکانتان بـــەلاوە ناســـراوو بێت، بـــەڵام هەوڵمداوە ڕاستییە پەســـەندکراوەکانمان یان تەنانەت ڕاستییەکانی دنیا لەبارەی چاودێری ڕاستەقینەی باوکو دایک بـــۆ دابینکردنـــی متمانەبەخۆبوون لەمنداڵەکانیاندا بگێڕمەوە. لەمڕووەوە هیـــوادارم دوای خوێندنـــەوەی ئەم کتێبە لەبـــارەی ئەو مەســـەلانەی کە پێشـــتر دەتانزانـــی‌و کەڵکتان لێوەردەگـــرت، ئاســـۆیەکی نوێ‌و هۆشـــیارییەکی تازە بەدەستبهێنن‌و تێبگەن کەچـــۆن دەتوانن یارمەتی منداڵەکانتـــان بـــدەن تـــا توانا سروشـــتییەکانیان لەڕێگەی متمانە بەخۆبوونـــەوە گەشـــەی پێبدەن‌و کامڵی بکەن.
ئاشـــکرایە ئـــەم کتێبـــە ئینســـکلۆپیدیایەک نییـــە لەبارەی هەموو لایەنەکانی متمانە بەخۆبوون یان هەر هۆکارێکی تر کە باسی لێوە کردبێـــت. ئەم کتێبـــە زیاتر لەهەر شتێک لەبارەی ئامانجی پراکتیکی‌و ئـــەو ســـودوەرگرتنانەی پەیوەندی لەگەڵ مەســـەلەی متمانەبەخۆبوون هەیـــە. بەدڵنیاییـــەوە بەهەنـــدێ هەوڵدانـــەوە دەتوانـــن زۆربـــەی پێشـــنیازەکانمان بەکاربهێنـــن. جەخت لەســـەر ئـــەوە دەکەمەوە ئەگـــەر هەوڵبـــدەن ئێتـــر لەبواری متمانەبەخۆبوونەوە کێشەتان لەگەڵ منداڵەکانتاندا نابێت.

متمانە بەخۆبوون‌و ڕێزگرتن لەبوون

متمانـــە بەخۆبـــوون لەکاتـــی ڕووبەڕووبوونەوەمان لەگەڵ کێشـــە جۆراوجـــۆرەکان‌و ڕێکەوتنـــی کەســـایەتیمان وەکـــو کەســـێکی کاریگـــەرو ســـەربەخۆو خاوەنـــی ســـەقامگیری هەســـتیاری لەگەڵ هۆشیاری نێگەتیڤدا لەبوونماندایە.
هەڵبەت پێچەوانەکەشی هەر ڕاستە، واتا کەمبوونـــی متمانەبەخۆبوون، هۆشـــیاری نێگەتیڤیمـــان تیـــادا دروست دەکات. پەیوەندی لەنێوان ڕێکەوتنـــی کەســـایەتی‌و ڕێزگرتن لەبوون بەو دوو شـــێوازەی باسمان کـــرد ـ چ پۆزەتیـــڤ‌و چ نێگەتیڤ ـ دابین دەکرێت. ئەگەر کێشـــەکان چارەسەربکەین‌و بارودۆخێکی باشترو ســـەرکەوتووتر بەدەســـتبهێنین، هەروەهـــا هـــەر بارودۆخێکـــی ســـەرکەوتووانە بەش بەحاڵی خۆی ڕێزگـــرن لەبوونمـــان زیاتر دەکات‌و متمانەبوخۆبوونمان بەهێز دەکات، بێگومـــان ئەمـــە پێچەوانەکەشـــی ڕاســـتە، واتا نزمبوونەوەی ڕێزگرتن لەبـــوون دەبێتە هـــۆی کەمبوونی کاریگەری نزممان وەکو مرۆڤێک.
ئەولێکۆڵینەوە بەربڵاوانەی بەدرێژایی ئەم ساڵانە ئەنجامدراوە، پیشانیداوە کە لەزۆربەی چالاکییەکانی مرۆڤدا، پەیوەندییەکـــی ئاشـــکرا لەنێوان هۆشـــیاری پۆزەتیڤانەو سەرکەوتن لەکاردانەوەی کاری تاکەکاندا بوونی هەیە، پەیوەندی لەنێوان هۆشیاری نیگەتیڤانـــەو هەنـــدێ لەرەفتـــارە زیانبەخشـــەکان کە بەسەرچاوەی کێشـــە ســـەرەکییەکانی کۆمەڵگە دەژمێردرێت، سەلمێنراوە. لەمڕووەوە ئەگـــەر هەموو هەوڵـــی خۆمان بۆ بەرەوپێشـــچوونی گەشەی ڕێگرتن لەبوونـــی بـــاڵا لەمنداڵەکانماندا بەدیبهێنین، باشـــترین دەرفەتمان بۆ گەشەســـەندن‌و کامڵکردنی توانا سروشـــتییەکانیان وەکـــو تاکێکی تایبەت بەخۆیان‌و ئەندامی کاریگەری کۆمەڵگە دابینکردووە. بەدڵنیاییەوە بـــەو کارەمـــان ڕێگای دەســـپێکی ژیانمان پیشانی منداڵەکانمان داوە.

هۆشیاری چییە؟

ئێمـــە تەنهـــا گیانلەبەری ئـــەم گۆی زەوییەین کە هەســـت بەبوونی خۆمان دەکەیـــن‌و بەگوێرەی کەســـایەتیمان ئـــاگاداری تایبەتمان هەیـــە. ڕەنگە لەســـەرەتاوە، ناســـینی خۆمان لەناو ژیاندا ئاسایی بێتە بەرچاو، بەڵام بەپێی بیروباوەڕی جۆراوجۆر ئەو مەسەلەیە پێویستی بەوەسفێکی وردترو ڕاستتر هەیـــەو تێگەیشـــتنی چۆنیەتیەکەی پێویســـتی بەباســـێکی دوورو درێـــژ هەیە لەبواری مەسەلە دەروونییەکاندا کـــە بەوردبینیەکـــی زۆرەوە بـــاس لەتایبەتمەندییەکانـــی چەمکی مرۆڤ دەکـــەن. بەدڵنیاییـــەوە باســـێکی وەهـــا لەچوارچێـــوەی کتێبەکەماندا ناگونجێت. لەمڕووەوە ئەو رســـتانەی کەچەندین جار کەڵکیان لێوەردەگرین بەوەسفێکی سادەو ڕۆژانەو پراکتیکی کەڵکی لێوەردەگرین. یەکەمین ڕستە هەمان وەسفی هۆشیارییە.
هۆشـــیاریمان وێنایەکـــی پارچـــە پارچەیـــە. ئەو پارچانـــە لەڕێگەی ئایتمـــی تایبەتـــی ڕەفتـــاریو جەستەیی‌و دەروونی لەپاڵ یەکتردا دادەنرێـــن‌و کەســـایەتیمان وەکـــو مرۆڤێک بۆ کەســـایەتییەکی لایەنە بوونییەکانمـــان پێکدێنێـــت وەکو: ڕەگەز، ئەو کارەی حەزی پێدەکەین، ئەو شـــتەی تیایدا سەرکەوتووین، شتی نیگەرانکەرو دڵەڕاوکێ هێنەرە بۆ ئێمە، ئەزموونی خۆش‌و ناخۆشی رابـــردوو ـ چ ســـەرکەوتووانەو چ شکســـتخواردوو ـ تێگەیشـــتنمان لەچۆنێتی کارەکانمان لەبارودۆخی جیاوازدا، ئامانج‌و ئارەزووەکانمان‌و هەروەها پێکهاتەی ڕواڵەتیمان.
بەدڵنیاییـــەوە هەمـــوو ئەزموون‌و ڕەفتـــارو ئایتمـــی تایبەتمەنـــدی کەسایەتیمان بەو شێوازی سروشتی کاریگەری لەســـەر ئـــەو وێنایەی خۆماندا دابین کردووە، دادەنێت.
ئەووێنا گشتییەی کە کەسایەتییەکی تایبەت بەخۆمان دروســـت دەکات، هۆشیارییمانە. هۆشیاری وێنایەکی پـــڕ لەنهێنی‌و ئاڵۆزە هەڵدەســـتین بەهەڵســـەنگاندنی هـــەر یـــەک لەبەشـــە جیاجیاکانی ئـــەو بوارە.
لەڕێگـــەی هەمـــان هۆشویارییەوە دەتوانیـــن هەســـی پۆزەتیـــڤ یا نێگەتیڤ لەبارەی شێوازی ڕوانگەی خۆمانەوە بۆ دەوروبەرو کەسانیترو شێوەی ڕووبەڕووبوونەوەمان لەگەڵ مەسەکان‌و ڕۆڵمان لەشوێنی کار، یا خوێندنـــگا ـ چ بەگوێرەی ئامانج و ئارەزووەکانمان بێ یان نا، هەندێ شتی وامان هەبووبێت.
زۆربەمان حەز دەکەین بەبەردەوامی خۆمان لەگەڵ پێوانە دڵخوازەکانماندا هەڵبسەنگێنین. بەســـەرنجدان بۆ شـــێوازی هەڵســـەنگاندنی لایەنی تایبەت لەبوونمـــان ڕەنگە بتوانین خاڵێکی نێگەتیڤ یـــان پۆزەتیڤ لەهەریـــەک لـــەو پارچـــە وێنـــا تێکەڵاوانـــەی هۆشـــیاریمان پەیدا بکەین. لەمبارەیەوە ئەگەر کۆمەڵەی ئـــەو هێما پۆزەتیـــڤ‌و نێگەتیڤانە بەرەو لای ڕاست بڕوات پیشاندەری ئەوەیـــە هەمـــوو هۆشـــیاریمان هۆشـــیارییەکی پۆزەتیڤانەیـــەو بەپێچەوانەشـــەوە ئەگـــەر نوکـــی تیـــری ئـــەو هاوســـەنگییە بەرەو لای نێگەتیڤ بڕوات پیشـــاندەری هۆشیاری نێگەتیڤانەیە.

تێبینی:
ئەمەی سەرەوە کتێبێکی نوسەری بەناوبانگ باربارا دی ئەنجلسە، ڕۆژنامەی نم نم هەر جارەو بەشێکی لێ بڵاودەکاتەوە.

کاوڕ
کەسایەتێکی دڵناسکیتو زۆر زیاتر لەئاستی خۆی چاوەڕوانی لەکەسی بەرامبەرتو خیزانەکەت دەکەیت، هەوڵ بدە ئیشە تایبەتیەکانت زیاتر خۆت ئەنجامی بدەیت. باشترین ڕۆژی هەفتە بۆتۆ پێنجشەممەیە.

گا
لەم هەفتەدا تەندروستیت تووشی کێشە دەبیت، باشتروایە زیاتر گرنگی بەخۆت بدەیتو تارادەیەکی زیاتر وەرزش بکەیت، چونکە گرنگی زۆری هەیە بۆ تەندروستی. باشترین ڕۆژی هەفتە بۆتۆ دووشەممەیە.

دوانە
لەم هەفتەیەدا هەلێکی باشت بۆ دەرەخسێت لەبواری کارکردنداو لەڕووی سۆزدارییەوە پەیوندییەکانت بەرەو باشتربوون دەچێت، باشترین ڕۆژی هەفتە بۆ تۆ هەینییە.

قرژاڵ
خۆت بەدوور بگرە لەو کەسانەی کە پێتوایە زیانت پێدەگەینن، بەتایبەت ئەوانەیان کە بەقسەی ناخۆش بیزارت دەکەنو هەوڵی بیتاقەتکردنی تۆ دەدەن. باشترین ڕۆژی هەفتە بۆتۆ سێشەممە.

شێر
ئەم هەفتەیە کاتێکی گونجاو نییە بۆ قسەکردن لەسەر کارو پرۆژەکانت، زیاتر هەوڵ بدە تواناکانت لەسەر یەک لایەن چڕ بکەیتەوە. باشترین ڕۆژی هەفتە بۆتۆ دووشەممەیە

فەریک
ڕووداوێک بەم زوانە لەژیانتدا ڕوودەدات کە ڕەوتی ژیانت دەگۆڕێت، هەر لەم ماوەیەدا کەسێک دەناسیت کە دەتوانێت هاوکارو پاڵپشتی کارەکانت بێت. باشترین ڕۆژی هەفتە بۆتۆ پێنجشەممە.

تەرازوو
بیرکردنەوەی زۆر هەندێجار تووشی هەڵەت دەکات، زیاتر بیر لەراستی بکەوە نەک ئەو خەیاڵانەی کە تۆ تێیدادەژیت، لەڕووی داراییەوە گۆڕانێک بەخۆتەوە دەبینیت. باشترین ڕۆژی هەفتە بۆتۆ شەممەیە

دووپشک
ئەنجامدانی کارێکی بەسوود لەماوەی ئەم هەفتەیەدا وات لێدەکات زیاتر گرنگی بەکات بدەیتو بەشێوەیەکی باشتر پلانڕێژی بۆ داهاتووی خۆت بکەیت. باشترین ڕۆژی هەفتە بۆتۆ چوارشەممەیە.

کەوان
خۆشەویستییەکی ناکاو وات لێدەکات تووشی گرفتیکی تەندروستی ببیت، بەڵام باش بیربکەرەوەو خۆت سەرقاڵ بکە بەکارێک کە گرنگی هەبێت. باشترین ڕۆژی هەفتە بۆ تۆ دووشەممەیە.

گیسک
پێویستە زیاتر پابەندبیت بەو بەڵێنانەی کە دەیدەیت بەخێزانەکەتو منداڵەکانت، لەڕووی داراییەوە دەستکەوتی باشت دەبێت. باشتریت ڕۆژی هەفتە بۆتۆ چوارشەممەیە.

سەتڵ
لەم هەفتەیەدا تووشی کێشەی دارای دەبیتەوە بەهۆی گوێنەدانت بەچۆنیەتی خەرجکردنی پارەکانت، هەوڵ بدە بۆهەموو بوارێکی ژیانت پلانڕێژی بکەیت. باشتریت ڕۆژی هەفتە بۆتۆ یەکشەممەیە.

نەهەنگ
لەم هەفتەیەدا سەفەریک دەکەیت کە سوودی زۆری هەیە بۆت لەڕووی کارەکانتەوە، هەوڵ بدە خۆت بەدوور بگریت لەو کەسانەی لەخۆبایین. باشتریت ڕۆژی هەفتە بۆتۆ چوارشەممەیە.

ڕۆژنامەی نم نم پێویستی بەکارمەندە

١. وەرگێڕ:
بەم مەرجانەی لای خوارەوە:
- زمانی عەرەبی یان ئینگلیزی بەنووسینو خوێندنەوە بزانێتو توانای وەرگێڕانی لەبواری جیاوازدا هەبێت.
- ئەزموونی کارکردنی پێشتری هەبێت.
- دەرچووی سەروو زانکۆو پەیمانگا یان لاینکەم دەرچووی ئامادەییو خاوەنی ڕۆشنبیرییەکی بەرفراوان بێت.
- توانای کارکردنی هەبێت لەژێر گوشاری زۆردا.
- شەش ڕۆژ لەهەفتەیەکداو ڕۆژانە بۆماوەی حەوت کاژتمێر دەوام بکات لەئۆفیسی سەرەکی لەسلێمانی.

٢. ژمێریار:
بەم مەرجانەی لای خوارەوە:
- دەرچووی زانکۆو پەیمانگا یان لاینکەم دەرچووی ئامادەییو خاوەنی ڕۆشنبیرییەکی بەرفراوان بێت.
- شەش ڕۆژ لەهەفتەیەکداو ڕۆژانە بۆماوەی حەوت کاتژمێر دەوام بکات لەئۆفیسی سەرەکی لەسلێمانی.
- ئەزموونی کارکردنی پێشتری هەبێت.
- توانای کارکردنی هەبێت لەژێر گوشاری زۆردا.

کۆمپانیای ئەرز یونفیرتی کوردستان
پێویستی بە کارمەندە

کۆمپانیای ئەرز یونفیرت کوردستان پێویستی بە چوار ئەندازیاری کشتوکاڵی هەیە، بۆ پارێزگاکانی (گەرمیان، سلێمانی، دهۆک، هەولێر)

مەرجەکان:
١- لە ڕەگەزی نێر بێت
٢- شارەزایی لەزمانی عەرەبی هەبێت
٣- تەمەنی لە سی ساڵ زیاتر نەبێت
٤- مۆڵەتی لێخوڕینی سەیارەی هەبێت

ئەوانەی خوازیارن C.Vیەکانیان بنێرن بۆ ئەم ئیمیلە:
ardarbil@yahoo.com

بۆ زانیاری زیاتر پەیوەندیبکەن بەم ژمارە مۆبایلەوە:
٠٧٥٠٤٥٥٧٩٥٦

ئاسیا سێڵ
پێویستی بەکارمەندە

کۆمپانیای ئاسیا سێل پێویستی بە بەڕێوەبەرێکی دارایی ئۆفیسە لەسلێمانی بەم مەرجانەی خوارەوە:

- بڕوانامەی دبلۆم یاخود زانکۆی هەبێت
- دوو ساڵ ئەزمونی هەبێت لەهەمان بواردا
- بەباشی بتوانێت کۆمپیوتەر بەکاربهێنێت
- ئاگاداری کارەکەی بێتو بەتەوای شارەزای ڕێکخستن بێت
- بەباشی بتوانێت بەئینگلیزیو کوردیو عەرەبی بنوسێت
- توانای باشی هەبێت لەگفتوگۆکردندا
- خاوەن کەسایەتیەکی بەهێزبێت
- زانیاری هەبێت لە ژمێریاریو دارایی

ئەو کەسانەی خوازیارن دەتوانن C.V خۆیان بنێرن ئەم ناونیشانە:
jobs@asicell.com

پاشماوە.. تاکی کورد پرۆگرامێکی پەروەردەیی

ئەمڕۆ هەرێمی کوردستانو خەڵکەکەی بەم قۆناغەدا تێپەڕ دەکەن، تاڕادەیەک ئەو بارە زاڵە بەسەر پەروەردەکەماندا، هەر لەبەرئەوەشە کە تاکەکانی ئەمڕۆی گەلەکەمان، بەتایبەتی نەوەی نوێ تەنها بەهۆی زمانەوە پابەندی یەکترینو لەهۆکارەکانی تری پابەندی کۆمەڵایەتییەوە تا ڕادەیەک دوورن.

منداڵی خێزانێکو خێزانێکی تر لەڕووی هەڵسوکەوتەوە زۆر لەیەکتری جیاوازن، ئەگەرچی هەردوو خێزانەکەش لەیەک بنەماڵە بن، نەک هەر تاکی کورد، بەڵکو زۆربەی گەلانی خۆرهەڵات دوچاری ئەوبارە هاتوونو نەیان توانیوە دەقێکی پەروەردەیی گونجاو بۆ خۆیان فەراهەم بهێننو بەهۆیەوە کولتوری ڕەسەنایەتی خۆیان بپارێزنو پەرەی پێبدەن، لەبەرئەوە زۆربەیان بونەتە شوێنکەوتەی نەریتو کولتوری گەلانی بیانیو دەرهاویشتەی سەردەمی جیهانگیری، هەربۆیە دەبێت دەسەڵاتدارە سیاسییەکانمان، پارلەمانو ڕووناکبیرانمان لەخەمی ئەوەدابن کە بەرنامەیەکی پەروردەیی نایاب دابڕێژن بۆ پەروەردەکردنێکی ڕاستو دروستی کوردانە لەڕووی:

١. پەروەردەی زانستی، هونەرییو ئەدەبییەوە.

٢. پەروەردەی کۆمەڵایەتی، ژینگەپارێزی، نیشتیمانپەروەریی و یاساناسییەوە.

٣. ڕووناکبیری، ڕەفتارگەراییو هزرییەوە.

دەبێت ئەو پرۆگرامە وەک دەستورێکی پەروەردەیی لەلایەن کەسانی شارەزاوە دابڕێژرێتو ساغ بکرێتەوە، دواتر دەسەڵاتی باڵای وڵات کار بکات بۆ پراکتیزەکردنو بەدواداچوونی لەڕێگەی بەکارهێنانی هەموو وەزارەتەکان، داموو دەزگاو ڕێکخراوە خۆماڵیو بیانییەکانەوە، چونکە تەنها پەروەردە دەتوانێت مرۆڤ بۆ ئایندە ئامادە بکات، پەروەردەش بەشێوەیەکی پەسەندو سەرتاسەری لەسەر بنەمای دەقی یاسایی نووسراو، ئێستا باشترە لەسبەینێ، چونکە نەوەی ڕابردوو وردە وردە نامێنێ، کولتورو نەریتو زمانو بەها پەروەردەییە کوردەوارییەکان لەگەڵ خۆیدا دەباتە ژێر گڵەوە، نەوەی داهاتووش سەرگەردانو سەرسام ڕادەوەستێو نازانێ لەسەر چی بڕوات؟ کێ؟ چۆن؟ لەکوێ؟ بۆی بەجێهێشتووە؟

Alany1965@yahoo.com

پاشماوە.. شێوازی مامەڵەی باوکو دایکو کاریگەری لەسەر...

بەکارهێنانی سزای جەستەییو دەروونی هەستێک لای منداڵ دروست دەکات کە خۆشەویست نییە لای دەوروبەرو توانای خۆگونجاندنی نابێت لەگەڵ خۆیو کەسانی چواردەوری، ئەمەش دەبێتە هۆی فێربوونی درۆکردنو وردە وردە بەرەو لادان دەڕوات.

٢. مامەڵەکردن لەگەڵ منداڵدا لەسەر بناغەی خۆشەویستیو سۆزو ڕێزگرتنی هەستو یارمەتیدانی بۆبەدیهێنانی خودو پێدانی سەربەستی بەمنداڵ لەقسەکردنو دەربڕینی بیروراو حەزو ئارەزوەکانی، بەشداریکردن لەیاریکردنی منداڵ، واتە بەسەربردنی بەشێک لەکاتەکان لەگەڵ منداڵدا بەیاریکردنو پێکەنینو قسەو گفتوگۆ، دەرەنجام منداڵ خاوەن کەسێتیەکی بەهێزو تەندروستی دەروونی لێدەردەچێت، هەست دەکات خۆشەویستە لای دەورووبەر، ئەمەش دەبێتە هۆی بڕوابەخۆبوونو بەکەسانی ترو سەربەخۆ دەبێت لەڕووی سۆزدارییەوە، کەسێکی بوێرو توانای گفتوگۆو دەربڕینی بیروڕای دەبێت.

٣. پشتگوێخستنی منداڵ لەلایەن باوکو دایک وەک گوێنەدان بەپاکو خاوێنی منداڵ، هیچ پاداشت نەکردنی منداڵ لەکاتی ئەنجامدانی کاری باش یان سەرکەوتن لەقوتابخانەدا، لێنەپرسینەوە لەهیچ کارێک، بەکارهێنانی هەڕەشەی بەردەوام، هەموو ئەمانە دەبنە هۆی لەدەستدانی هەستکردن بەخۆشەویستیو ئاسایشو گیانی شەڕەنگێزیو ڕق لێبوونەوەو حەز بەتۆڵەسەندنەوە گەشەدەکات لای منداڵ.

٤. جێگیرنەبوون لەسەر شێوازێک لەنێوان سەربەستییەکی زۆرو لێنەپرسینەوە یان توندیو لێپرسینەوەیەکی زۆر بەرامبەر یەک جۆر لەهەڵسوکەوت، واتە ناجێگیریی لەنێوان پاداشتو سزا، پیاهەڵدانو زەمکردن کە ئەمەش لەهەموو جۆرەکان ترسناکترەو کاریگەری خراپی دەبێت لەسەر کەسێتیو باری دەروونی منداڵ، وا دەکات منداڵ هەمیشە لەبارێکی نائارام دا بێت، بەردەوام دڵەڕاوکێی هەبێت ئەمەش کاردانەوەی دەبێت لەسەر گەشەی جەستەییو حەزی بۆ خواردن نامێنێت، دەرەنجام دەبێتە هۆی لاوازیو بێهێزی منداڵ لەڕووی جەستەییەوە، ئەم شێوازە منداڵ دەباتە حاڵەتێک لەونبوونو لەدەستدانی توانای ئاڕاستەکردن کە دەبێت چ جۆرە هەڵسوکەوتێک بکات بەجێ بێتو چۆن بێت باشە؟ ئەمەش ڕەنگدانەوەی لەسەر ژیانی بەگشتیو ژیانی هاوسەری بەتایبەتی.

٥. نازپێدانو پارێزگاری زۆر. لەم شێوازەدا نازێکی زۆر بەمنداڵ دەدرێت هەرچی داواکرد بۆی بەجێ دەهێنرێت بەبێ ڕەتکردنەوە، لێپرسنەوەی نابێت بەرامبەر بەهەڵەکانی، فێری بەرپرسیارێتی ناکرێتو زۆرجار ئەم زۆر نازپێدانە یان دەبێتە هۆی بڕوابەخۆبوونێکی زیاد لەپێویست یان بڕوابەخۆنەبوونو هەستکردن بەلاوازی. لەکاریگەریسە خراپەکانی ئەم شێوازە لەسەر کەسێتی منداڵ ئەوەیە کە دەبێتە هۆی بەرهەمهێنانی کەسێتییەکی لاوازکە ناتوانێت بچوکترین بەرپرسیارێتی هەڵگرێت لەکاروباری ڕۆژانەیدا، دەبێتە کەسێک کە بەردەوام پشت بەکەسانی تر دەبەستێت لەبچوکترین شتەوە تا گەورەترین کاروباری، تەنانەت لەکاروباری قوتابخانەشدا تەواو پشت بەکەسانی دەوروبەری دەبەستێت، ئەمەش کاردانەوەی دەبێت لەسەر ژیانی هاوسەری، واتە ئەو شێوازی ژیانەی کە پێشتر بۆی دەستەبەر بووە لەژیانی هاوسەری نایبینێتەوەو تەواو جیاواز دەبێت لەڕووی بەرپرسیارێتیو ئەرکو ماندوبوونەوەو لێرەشەوە کێشەو گرفتەکان سەرهەڵدەدەن، کەواتە پەیوەندییەکی بەهێز هەیە لەنێوان چۆنییەتی پەروەردەکردنی منداڵو کەسێتی لەدوارۆژدا.

بۆئەوەی خێزان بتوانێت کەسێتیەکی بەهێز بۆمنداڵەکانی دروست بکات، دەبێت کەشێکی دەروونی بڕەخسێنێت لەخۆشەویستیو ڕێزگرتن دوور لەترسو دڵەڕاوکێو دروستکردنی ئیرادەیەکی بەهێز، کەواتە کەسێتی بەهێز بوونی نییە بەبێ ئیرادەیەکی بەهێز.

SMS

خوێنەرانی ئازیزی نم نم، ئەم ڕۆژنامەیە لەخۆتانەوە بۆخۆتانە، لەگەڵ دەرچوونی هەر ژمارەیەکیدا سەرنجو پیشنیازەکانی خۆتانمان بۆبنێرن تاوەکو بەهەردوولا بتوانین لەئاست خواستو ویستی ئێوەی بەرێزدا بین. بۆناردنی سەرنجو پێشنیازەکانتان دەتوانن پەیوەندی بەژمارە تەلەفۆنو ناونیشانەکانی ڕۆژنامەکەمانەوە بکەن.

ژمارەی پێشووتان زۆر زۆر جوان بوو، بەتایبەت ئەو وێنەیەی لاپەڕە یەک کە بەگەورەیی داتان بەزاندبوو لەگەڵ ئەو لاپەڕەیەی تایبەتتان کردبوو بەئۆتومبێل.

سامان محەمەد ـ شۆڕش

خۆزگە گرنگی زیاترتان دەدا بەمنداڵانو شێوازی پەروەردەکردنو ڕاهێنانیان لەسەر مامەڵەیەکی تەندروست لەگەڵ دایکو باوکو دەوروبەریان، جگەلەوەش ئێوە یەکەم ڕۆژنامەن کە کاتێک دەیبەمەوە ماڵ منداڵەکانم خۆیانی تیادەبیننەوە، خۆزگە گرنگی زیاترتان پێدەدان.

باوکی منداڵێک

لەرۆژنامەکەی ئێوەدا کە زۆرتر مۆرکێکی گەنجانەی هەیە، کەمتر دەبینم کار لەسەر گەنجانو کێشەو گرفتەکانیانو بەشدارییکردنیان لەپرۆسەی سیاسیدا بکەن، خۆزگە ئەو لایەنەشتان فەرامۆش نەدەکرد.

گەنجێک

پیرۆزیایی لەرۆژنامەکەتان دەکەم، لەراستیدا من لەسەر ئینتەرنێت دەیبینم، بەڵام وابزانم سایتەکەتان زۆر کاری ماوە تیایدا بکرێت، هەر سەرکەوتوو بەردەوام بن.

کەژاڵ ئیسماعیل حەمە
هۆڵەندا

خاوەنی ئیمتیاز:
کۆمپانیای ڕووداو

ڕاوێژکاری یاسایی:
هەوار جەلال

خێزانی نم نم
چۆلی ئەسعەد
شەنگە ڕەحیم
شاخەوان مەحمود
سامان سیوەیلی
محەمەد ڕەسول
بەرزان عەلی حەمە

ناونیشان:
سلێمانی ـ شاڕێی سالم ـ تەلاری ئۆسکار ـ نهۆمی چوارەم

هەموو پەیوەندییەک ڕاستەوخۆ لەڕێی سەرنوسەرەوە دەبێت:
ئیمەیڵی سەرنوسەر: shwan@journalist.com
ژمارەی مۆبایل: ٠٧٧١٠٢٦٨٠٠٤
تەلەفۆنی نوسینگە: ٠٧٤٨٠١٥١٧٠٥

«ژنانی ئێمە لەڕووی فکرییەوە پتەو نین»

چالاکوانێکی مافەکانی کچانو ژنان، جەخت لەوە دەکاتەوە کە هێشتا جیاکاریی رەگەزیی‌و توندوتیژی دژی ژنان لەکۆمەڵگەی کوردییدا بەردەوامەو لەئێستاشدا روبەڕووی زۆر کێشەی دەروونیو جەستەیی بونەتەوە، حکومەتی هەرێمی کوردستانیش بەخەمسارد دەزانێت لەبەرامبەر کێشەکانی ژنان، بەتایبەت بەهۆی نەبوونی یاسایەک کە لەسودی چارەسەرکردنی کێشەکانیاندا بێت.
هانا شوانی تەمەن ٣١ساڵ، کە چەندین راپۆرتی لەسەر کێشەکانی ژنان ئامادەکردووەو هەندێجاریش بەهۆیانەوە ژیانی کەوتوەتە بەر مەترسی، چەندین بەرنامەی هەنوکەیی تایبەت بەکوشتنی ژنانو مارەبڕینی کچان لەسەر لانکەو رۆژی جیهانی ژن ئامادەکردووە، هاوکات بەڕێوەبەری جێبەجێکاری پڕۆژەی تایبەت بەئامارکردنی کچانی مارەبڕ لەسەر بێشکە بووە کە لەساڵی ٢٠٠٤دا، بەهاوکاری سوپای ئەمریکا بەڕێوەچوو کە ئێستا کێشەی ئەو کچانە لەپەرلەماندا گفتوگۆی لەسەر دەکرێ.
لەمیانی دیمانەیەکی تایبەتیدا لەگەڵ نم نم، هانا شوان پرسی جیاکاریی رەگەزیی‌و ئەو تۆمەتانەی روبەڕووی مێیینە دەکرێنەوە دەخاتەڕوو.

سازدانی: یوسف عەبدوڵلا

یوسف: کێ بەرپرسە لەو تاوانانەی بەرامبەر ژنان دەکرێن؟
هانا: زۆر بەداخەوە لەم ساڵانەی دوایدا جۆرێک لەفەزای گشتی دەبینین، کە رەگەزی بەرامبەر بەشێوەیەکی بەربلاو پێی قبوڵ نییە ژن وەک خۆی هەبێت لەکۆمەڵگەدا، بەهەموو شێوەو رێگایەک کار بۆئەوە دەکات ژن لەخوار ئەوەوەبێت، جگەلەوەش رێی لێدەگرێ بێتە پۆستە ئیدارییەکان، رووبەڕووی توندوتیژی دەکاتەوە، رووبەڕووی کوشتنو چەوسانەوەی دەکاتەوە، دەرونو کەرامەتی دەشکێنێت، ناچاری دەکات خۆی بسوتێنێتو خۆی بکوژێت، لەناوەندە کۆمەڵایەتی‌و ئابوورییەکاندا رێی لێدەگرێ بچێتە پێشەوە، بۆیە هەموو ئەم تاوانانەی کە بەرامبەر ژنان دەکرێ وای کردووە ژنان لەم کۆمەڵگەیەدا بەهەمیشەیی بترسن، لەبەرئەوەی هەست دەکات ئەمنییەتی دابین نەکراوە، بۆنمونە ژنان لەهەر ناوەندێکی سیاسیدا ئیش دەکەن پیاوەکان پێیان قبوڵ نییە ئەوان بەوشێوەیە پێشرەوی بکەن، بۆیە کارێک دەدۆزنەوە کە تەواو بیانشکێنن، ئەمەش ئەوە دەگەیەنێت کە هەمیشە کۆمەڵگە زەمینە خۆش دەکات بۆئەو تاوانانەی بەرامبەر ژنان دەکرێ، بەجۆرێک لەشێوازی نوێدا خۆی تازە بکاتەوەو بەردەوامیش بێت.

فۆتۆ: میترۆگرافی

هانا شوان

یوسف: پێتوانییە بەخشینەوەی تۆمەتی ئەخلاقی تاقیکراوەترین رێگەبێت بۆخستنی رەگەزی مێینە؟
هانا: بەڵێ. لەزۆر رووەوە جیاکاریی کاریگەرییەکی زۆر دژواری لەسەر ژنان دەبێت، هەر لەپێکهاتەی کۆمەڵایەتی‌و دەروونی‌و کەسایەتی‌و تەنانەت لەرووی جەستەییشەوە ژنان تێکدەشکێنێت، لەبەرئەوە ژنێک چۆن دەتوانێت جورئەت بکات کە دەبینێت هاوکارەکەی کارێکی وای بەسەرهاتووەو کەس نییە پشتگیری لێبکات یان کەس نییە لێپێچینەوە لەتاوانبار بکات، ئیتر ئەو چۆن جورئەت بکات پێشرەوی بکاتو بێتە ناوەندێکەوە.
ئەگەر سەرنج بدەین پێنج ساڵ لەمەوبەر ژنان زۆر چالاکانەترو بەرێژەیەکی زۆر کاریان دەکرد بەتایبەت لەناوەندە حیزبی‌و کۆمەڵایەتییەکاندا، بەڵام ئێستا دەبینین ژنان نەک هەر بەشداری ناکەن، بەڵکو دەچنە دواوە. پێشبینی دەکەم لەدووساڵی ئایندەدا زیاتر بچنە دواوە، لەبەرئەوەی ژنی ئێمە کە هاتە سەر مەسەلەی ئەخلاق مەسەلەیەکی چارەنوسسازە بەنیسبەت ئەوەوە، لەبەرامبەر ئەوەدا رەگەزی بەرامبەریش ئەو باڵەی دەشکێنن کە ئیتر وای لێبکەن، نەک هەر نەتوانێت پێشرەوی بکات، بگرە هەر نەتوانێ ناوی خۆیشی ئاشکرابکات کە هەیە.

یوسف: بەپێی دوایین راپرسی رێکخراوی پۆینت لەهەرێمی کوردستان رەگەزی مێیەنە زۆرترین تەحەروشی سێکسیان بەرامەبر دەکرێت، ئەمە هۆکارێک نییە بۆپاشەکشێی کچانو ژنان؟
هانا: ئەمە گەورەترین ترس نییە، بەڵکو ترسێکە لەترسەکان. مەگەر ئەوە ترس نییە کە کەسێک بەڕێوەبەری شوێنێکە تەحەڕوش بەفەرمانبەرێکی خۆیەوە دەکات، مەگەر ئەوە ترس نییە پیاوێک لەماڵەکەیدا تەحەروش بەژنەکەیەوە دەکاتو دەستدرێژی دەکاتە سەر ژنەکەی‌و لێی دەداتو ناچاری دەکات خۆی بسوتێنێ، ئەمانە هەمووی ترسن، بۆئەوە وادەکەن کە ئیدی نەک خودی ئەو ژنانە نەوێرن، بەڵکو هاوکارو هاوپیشەکانی ئەو، یان ئەوکەسانەی دەتوانن وەک ئەوان ئیش بکەن ئەوانیش جورئەت نەکەن بێنە پێشەوە.
کابرا لەپۆستێکی سیاسی بەرزدایە ژنەکەی دەچەوسێنێتەوە، بێگومان دەڵێت پێڵاوەکانمو یاسا وەکو یەکن، بۆیە واشدەڵێت لەبەرئەوەی دەزانێت لەحیزبەکەی ئەودا کەسێک نییە بڵێت ئەمەت بۆکرد؟ لەکاتێکدا هەر تاوانێک کە کادرێکی حیزبی بیکات دەبێت بەدوو تاوان حساب بێت، یەکەم لەرووی حیزبییەوە دەبێت لێپێچینەوەی لەگەڵدا بکرێت، دووەم لەرووی یاساییەوە، ئەسڵەن دەبێت حیزبەکەی رادەستی یاسای بکات، بەڵام ئەو دەزانێت حیزبەکەی پشتگیری لێدەکات، تەنانەت بۆئەوەی نیگەرانیش نەبێت، ماوەیەک دەینێرێتە ئەوروپا ئیسراحەتێک وەردەگرێتو دێتەوە.

یوسف: لەم نێوەندەدا رێکخراوەکانی داکۆکیکار لەکچانو ژنان چ رۆڵێک دەبینن؟
هانا: ناکرێ رێکخراوەکە بڕوات دەرگا بەدەرگا بگەڕێتو بڵێت ژنێکتان هەیە دەچەوسێنرێتەوە، چەندین ژن هەن لەوانەیە نەزانێت کە هەریەک لەو رێکخراوانەی ژنان هەیە ئەو دەگرێتەخۆی، رێکخراوەکانی ژنانیش ئەوەندەی من چاودێریم کردووە کاری خۆیانکردووە، تەنانەت هەندێک رێکخراو لەسەر ئەرکی خۆیان ئەو کارانە دەکەن، بۆئەمەش حکومەت کەمتەرخەمە بەرامبەر بەمەسەلەی ژنانو دۆزینەوەی چۆنیەتی چارەسەر بۆ ئەم مەسەلەیە.
رێکخراوەکان نکوڵی لەوەناکەن کە جۆرێک لەکەلێن لەنێوان ئەوانو جەماوەری گشتی ژناندا هەیە، ئەو کەلێنەش لەوەوە دروستبووە کە کۆمەڵێک کار کراوە بەگشتی لەخزمەتی جەماوەری ژناندا نەبووە، لەوانەیە تاک تاکی ژنانی رزگار کردبێتو هاوکاری کردبێت، بەڵام ئێمە پێویستمان بەکۆمەڵێک خزمەتگوزارییە کە تایبەت بێت بەژنان بەگشتی، بۆنمونە لەشکرێکی زۆری ژنمان هەیە لەماڵەوەن، ژنێکە نەخوێندەوارە، چوارمنداڵی هەیە کاتێک لێیدەدرێت بەچی دەگاتە لای من؟ ئەگەر من خزمەتگوزارییەکم نەبێت بەشێوەیەکی راستەوخۆ بگەمە ناو ماڵەکەی ئەو.
کۆمەڵێک رەوتی موحافزکارو دواکەوتوو هەن کە پێیانوایە باسکردنی کێشەی ژن گەورەکردنی کێشەکەیە، تەنانەت زۆرجار تەیارە ئیسلامییەکان تاوانبار دەکرێن بەوەی دواکەوتون، بەڵام هەندێجار تەیارە موحافزکارەکان زۆر لەوان خراپتر ئیش دەکەن، نمونەشمان لەپەرلەمانی پێشوودا بینی کە کۆمەڵێک شتی یاساییمان کرد، تەیارە موحافزکارەکان پێش تەیارە ئیسلامییەکان رەفزیان کردەوە، ئەمە ئەوە دەگەیەنێت کە لەکۆمەڵگەدا ئەم تەیارە موحافزکارە ئەم تەیارە ترسنۆکە بێهەڵوێستە، وایکردووە جگەلەوەی کە کۆمەڵگە وەک خۆی بمێنێتەوە، زۆرینەی کۆمەڵگە پێکدەهێنن، لەهەر هەموو حیزبەکاندا بەعیلمانی‌و ئیسلامی‌و چەپو هەموو جۆرەکانییەوە، جۆرێک لەکۆنترۆڵی کۆمەڵگەیان کردووە.

یوسف: ئەو کۆنترۆڵکردنە، بەشێکی زۆری بۆنەبوونی گوتارێکی یەکگرتووی کچانو ژنانو ئافرەتانو رێکخراوەکانیان بگەڕێتەوە؟
هانا: بەڵێ. ئەگەر ئێمە لەرووی فکرییەوە پتەوبوینایە هەندێک کەلێن هەیە لەئێستادا نەدەبوو، دەبێت دان بەوەدا بنێین کە ژنی ئێمە لەرووی فکرییەوە پتەو نییە.
ژنمان زۆرە کە خاوەنی بڕوانامەی بەرزن، بەڵام لەرووی پەروەردەییەوە واپەروەردە نەبووە کە بتوانێت روبەڕووی لایەنە خراپەکانی کۆمەڵگە ببێتەوە، کۆمەڵگەی ئێمەش لەئێستادا پێویستی بەئیرادەیەکی پتەوی نەترس هەیە، پێویستی بەشەڕو روبەڕووبونەوە هەیە کە زۆربەی ژنان خۆیانی لێ لادەدەن، چونکە کەلێنێک هەیە لەناوەوە پڕیان نەکردووەتەوە، ئەویش بوارە فکری‌و رۆشنبیریەکەیەو دواجار ئەم کەلێنەش ئەوان روبەڕووی کێشە دەکاتەوە، هەربۆیە یادکردنەوەی بۆنەکان پێویستن بۆ زیاتر ئاشناکردنی ژنان، دەبێت هەموو سەعاتێک تەرخان بێت بۆ روبەڕووبونەوەی توندوتیژی، چونکە لەهەر شەش سەعات جارێکدا ژنێک لێی دەدرێتو ژنێک ئیهانە دەکرێتو کەرامەتی دەشکێنرێ، بۆیە لەسەر رێکخراوەکان پێویستە هەموو سەعاتێک کاربکەن بۆبەرەنگاربوونەوەی توندوتیژی، ئەو یادکردنەوانە شتێکی خراپ نیین، بەڵکو جۆرێکە لەسمبولی ئیشکردن، لەهەموو دونیاشدا ئەم مەسەلەیە هەیە.
بەڕێوەبەرایەتییەک بۆ رووبەڕووبونەوەی توندوتیژی دژی ژنان گرنگی خۆی هەیە، بەڵام لەگەڵ ئەوەشدا پێویستمان بەیاسایەکی تۆکمە هەیە کە لەقازانجی گشتی کۆمەڵگەو بەتایبەت ژناندا بێت، تاوەکو ئەو بەڕێوەبەرایەتییەش بتوانێت بەشێوەیەکی یاسایی رێگەپێدراوبێت بۆبەدواداچونی تەواوی کێشەو گیروگرفتەکانی ژنان.

ئەو ژنەی لەبەر ئاڵتون کوشتیان، خاوەنی یەک زنجیر بوو

بەگومانی هەبوونی ئاڵتونێکی زۆر، لەلایەن چەند کەسێکەوە نەهلە لەماڵەکەی خۆیدا دەکوژرێت، بەڵام دوای کوشتی بۆ کەسەکان دەردەکەوێت کە ئەو ژنە تەنها خاوەنی یەک زنجیری ئاڵتونە بووە.

لەیاد قەرەداخی لەکەرکوک

نەهلە حوسێنی تەمەن ٣٦ساڵ، لەهەژدەی ئەم مانگەدا بەسەر یەکێک لەقەرەوێڵەکانی نەخۆشخانەیەکی شاری کەرکوکەوە گیانی لەدەستدا.
کوشتنی نەهلە دوای ئەو هەڕەشانە هات کە چەند جارێک بەتەلەفۆن لێی دەکرا. ئەو، بەشتێکی ئاسایی لەو هەڕەشانەی دەڕوانی، بەڵام دواتر ئەو خاتونەی کە بەرپرسی کۆمەڵەی ئافرەتانی حیزبی شیوعی بووە لەکەرکوک، لەبزەو خەندەی بێمنەتیان خستو بەیەکجاری ساردیان کردەوە.
١٤ساڵ لەمەوبەرو دوای تەواوکردنی قۆناغی شەشی ئامادەیی، نەهلە زەماوەندی هاوسەرگیری لەگەڵ بەکر دەکاتو بەشێوەیەکی سادەو ژیانێکی دوور لەگرفت دەژیان، هاوسەرەکەی رۆژانە سەرقاڵی کاری کاشی دانانی بینای ماڵان بوو، بۆئەوەی بتوانێ ژیانێکی خۆشو ئاسودە بۆ خۆی‌و ژنەکەی‌و دوو منداڵەکەی دەستەبەر بکات.
دوو کوڕەکەی نەهلە لەو رۆژەوەی دیمەنی خوێناوی مەرگی دایکیان بینی بوو، برینێکی گەورە لەدڵیاندا بەجێمابوو کە هەرگیز سارێژ نابێت، لەبەرئەوەی رۆژانە لەگەڵ داکیان بوون.

دوای کوشتنی نەهلە خێزانەکان چیدەڵێن؟

ئامینە عەبدولرەحمانی دایکی نەهلە باس لەوە دەکات کە ماوەیەک پێش ئەوەی کچەکەی جوانەمەرگ بێت، بەدایکی وتوە کە بەتەلەفۆن هەڕەشەی لێدەکرێت، بەڵام خۆی پێکەنینی بەو جۆرە هەڕەشانە هاتووەو هەرگیز باوەڕی نەکردووە ببێت بەراست. ئامینە دوای مەرگی کچەکەی بەردەوام خەیاڵی لایەتی‌و باس لەنەترسیی کچەکەی دەکات، «هەرچی هەبوایە راستەوخۆ بەبەرامبەرەکەی دەوتو هەگیز نەدەترسا».
ئەو کاتەی دایکی ئەو ژنە دەدوا فرمێسکەکانی چاوی هێشتا دەهاتنە خوارەوەو جارجار دەستێکی بۆ چاوی دەبردوو دەیوت: ئەو خەمەم لەدڵ دەرناچێت کە بکوژەکانی کچەکەم وایاندەزانی، ئەو زۆر دەوڵەمەندە، بۆیە کوشتیان، بەڵام هەر بەشی بژێوی خۆیانیان هەبوو.
دایکی نەهلە ئاماژە بەوە دەدات کە نەهلە بۆ ئاڵتون کوژراوە، چونکە ئەو دڵنیایە کە تائێستا کچەکەی کێشەی بۆهیچ کەسێک دروست نەکردووەو لەگەڵ کەسیشدا بەشەڕ نەهاتووە.

کوشتنی نەهلە لەدەمی بکوژەکەوە

بکوژەکەی نەهلە ئێستا لای پۆلیس دەستگیرکراوەو لەکاتی لێکۆڵنەوەدا دانی ناوە بەو کارەی ئەنجامی داوە. ماوەی دوومانگ چاودێریی ئەو ژنەیان کردوە تا دەرفەتێکیان دەست بکەوێت، ئەو رۆژەی ویستویانە نەهلە بکوژن، چاوەڕیان کردووە، «پیاوەکەی کاتژمێر نۆی بەیانی رۆیشتە سەرکار، دیاری کوڕە گەورەشی چوو بۆ قوتابخانە، تەنها ژیاری کوڕی کە تەمەنی ١٢ساڵ لەماڵەوە مایەوەو ئەویش چووە دەرەوە».
سیروان بەبیانوی هەڵفڕاندنی کۆترەکانی داوای یارمەتی لەنەهلە دەکات تابچێتە سەربانەکەیان، بەڵام وەک خۆی باسیکرد مەبەستیان بووە دەرگاری سەربانەکەیان بکەنەوە، بۆئەوەی دوای کوشتنی نەهلە لەوێوە هەڵبێن.
ژیار، لەو کاتەدا تەنها کەس بووە، کە ئاگاداری رووداوەکە دەبێت، بۆیە ئاماژە بەوە دەدات کە دوای ئەوەی دایکی پارەی داوەتی بڕوات بۆ لەفەکرین، لەبەر دەرگاکەی خۆیاندا سیروانو دوو پیاوی تری بینیوە، «سیروان، پێوتم زوو دەگەڕێتەوە لەدوکان؟»، ئەویش پێیوتوە کە درەنگ دەگەڕێتەوە، کاتێک ژیار بەرەو ماڵەوە دەگەڕێتەوە هاواری دایکی دەکاتو هیچ کەس وەڵامی ناداتەوە، کە دەچێتە ژورەکەوە دایکی دەبینێت لەناو ژوورەکەدا کەوتووەو هەموو لاشەی خەڵتانی خوێنە.

نەهلە حوسێن

سیروان، باس لەوە دەکات کە سەرەتا دوو مسکە دەمانچەی لەسەری نەهلە داوەو کەوتووە، «دواتر سێ چەقۆم لێداو وتم کوا ئاڵتونەکانت بۆم بهێنە، ئەویش تەنها زنجیرێکی لەملدا بوو، لەملی کردەوەو پێیدام».
دوای ئەوەی نەهلە ١٠٠ دۆلارییەکی پێدەبێت دەیدات بەسیروانو هاورێکانی‌و پێیاندەڵێت: هەر ئەوانەم هەیە بیبەن، بەڵام مەمکوژن.
پاش ئەوەی سیروان دەستدەکات بەپشکنینی ماڵە چۆڵەکەی نەهلەو بەدوای ئاڵتونو پارەدا دەگەڕێت، تەواو شپرزە دەبێتو هیچ نادۆزێتەوە، ئەوکات سیروان دەزانێت کە بەناهەق نەهلەی چەقۆرێژ کردووەو ئەو ئاڵتونی نەبووە.
نەهلە ئەوەندە نەترس بووە چەند چەقۆیەکی لێدراوە، بەڵام هێشتا بەرگری لەخۆی کردووە، «ئەوەندە ئازاو زیرەک بوو، ئەگەر چەقۆی دیکەم پەیدا نەکردایە بەبرینداریش دەیکوشتم، چونکە پاڵی پێوەنامو چەقۆکەی لەدەستمدا شکاند».

ئەو بەڵگانەی بکوژەکەی دۆزییەوە

سەفینی خوشکی نەهلە باس لەوەدەکات کە ماوەیەک بەر لەکوشتنی خوشکەکەی، نەهلە سەرقاڵی فێربوونی لێخوڕینی ئۆتۆمبیل بووەو هەر ئەوەش وای لەبکوژەکان کردووە، وابزان ئەو زۆر دەوڵەمەندە بووە.
بۆئاشکرابوونی بکوژەکانی خوشکەکەی، پشتیان بەدوو بەڵگەی گرنگ بەستووە، یەکەمیان جێگەی دەستە خوێناوییەکانی سیروان بووە، بەسەر دەرگاو دیواری ماڵەکەی نەهلەوە، دووەم بینینی سیروان بووە لەلایەن ژیارەوەو ئەو قسانەی کە لەگەڵیدا کردوونی، پێش ئەوەی نەهلە بکوژرێت.
بەپێی ئەو بەڵگانە دوای دوو رۆژ تێپەڕین بەسەر مەرگی نەهلەدا، بکوژەکان دۆزرانەوەو دەستگیرکرانو دوای چەند رۆژێکیش کاردۆو ئەمجەد، کە هاوڕێ‌و هاوکارو نەخشەدارێژەری سیروان بوون ئازادکراون.
سەفین حوسێنی برای نەهلە رەخنەی توند لەحکومەت دەگرێت کە ئەو کەسانەیان ئازاد کردووەو دەڵێت: لەهەرێمی کوردستاندا پارە یاسایە، لەبەرئەوەی ئەوان پارێزەریان گرتووەو پارەی زۆریان پێداوە، «ئەو دووانە بەردراونو سزای لەسێدارەدانی سیروانیشیان دواخستووە».
هاوسەرەکەی نەهلە لەو رۆژەوە ژنەکەی بەو شێوەیە دیوە لەسەرخۆ نەماوەو لەڕوی دەروونییەوە تێکچووە.

تێبینی:
ناوی راستەقینەی هەندێ لەبەشدارانی ئەم راپۆرتە نەنوسراوە.

www.Nnmnm.com

بريتنى سپيێرز
باكى بە قسەو قسەڵۆك نييە

جارێكى تر بريتنى سپيێرز كەوتەوە نێو گێژاوى كۆمەڵێك قسەو قسەڵۆكى ترەوە، ئەويش دواى بڵاوبوونەوەى ليستێكى ٧٥ چيرۆكيى بێمانا كە زۆربەيان بوونە مايەى تووڕەبوونى، يەكێك لەوانەش ئەوەيە كە گوايە خانەوادەكەى بريتنى رۆژانێك هێندە دەستكورتو هەژاربوون كە گۆشتى سمۆرەيان خواردووە!

»» 11

هەرێمى كوردستان باوەش بۆ ئەرمەنىو ئاوارە مەسيحييەكان دەكاتەوە

پياوێكى مەسيحيى عێراقى كە جلێكى كەشخەى پۆشيبوو لەبەردەم دوكانە نوێيەكەى وەستابوو، دوو قاچى كەڵەشێرێكى گرتبوو كە پەلەقاژێى دەكرد.

عومەر فاروق جەرجيس بەدواى ژيانێكى ئارامدا هاتۆتە عەنكاوە. ئەو، كە تەمەنى ٢٨ساڵە، باس لەوە دەكات كە سێ ساڵ لەمەوبەر بەرەو عەنكاوە رايكرد، چونكە ياخيبووان بەردەوام هەوڵيان دەدا بيكوژن، لەبەر ئەوەى لەگەڵ سوپاى ويلايەتە يەكگرتووەكانى ئەمريكا كارى دەكرد. كردنەوەى ئارايشتگايەكى جوانكاريى، يەكێك دەبێ لەپرۆژە نوێكانى جەرجيس.

»» 9

نەهلە بۆ زنجيرێك خەڵتانى خوێن كرا!

نەهلە حوسێنى تەمەن ٣٦ساڵ، لەهەژدەى ئەم مانگەدا بەسەر يەكێك لەقەرەوێڵەكانى نەخۆشخانەيەكى شارى كەركوكەوە گيانى لەدەستدا. كوشتنى نەهلە دواى ئەو هەڕەشانە هات كە چەند جارێك بەتەلەفۆن لێى دەكرا. ئەو، بەشتێكى ئاسايى لەو هەڕەشانەى دەڕوانى، بەڵام دواتر ئەو خاتونەى كە بەرپرسى كۆمەڵەى ئافرەتانى حيزبى شيوعى بوو لەكەركوك، لەبزەو خەندەيان خستو بەيەكجارى ساردیان كردەوە.

»» 18