سەرنووسەر: شوان ئادەم ئەیڤەس

نم نم

لە خەڵکەوە بۆ خەڵک

15 www.Nnmnm.com ڕۆژنامەیەکی کولتوریی گشتییە ئێوارانی یەکشەممان بڵاودەکرێتەوە

یەکشەممە 2010/3/7

نرخ: 750دینار

نم نم پیرۆزبایی دەکات

پیرۆزبایی ساڵیادی ڕاپەڕین لەهەموو کوردستانیان دەکەینو هیوادارین ڕۆحی ڕاپەڕین هەردەم بەزیندوویی بمێنێتەوە، هاوکات پیرۆزبایی ڕۆژی جیهانی هەشتی مارس لەسەرجەم کچانو ژنانی هەرێمی کوردستان دەکەین، بەوئومێدەی ئەوانیش لەستەمو توندوتیژیی خێزانو کۆمەڵگەو هێزە تەقلیدییەکانی ناوی دەربازیان بێت.

ڕۆژنامەی نم نم پیرۆزبایی هەڵبژاردنی ئەمجارەی نوێنەران لەخوێنەرانی دەکاتو هیوادارە ئەو هەڵبژاردنە ببێتە مایەی هێنانەدی کەشوهەوایەکی دیموکراسی ئەوتۆ کە سەرجەم تاکەکانی کۆمەڵگاکەمان بەفیعلی ببنە خاوەنی مافی هاوونیشتمانیبوون.

خوێنەرانی بەڕێزی ڕۆژنامەکەمان ئاگاداردەکەینەوە لەم ژمارە بەدواوە نرخی فرۆشی نم نم لەهەزار دینارەوە دەبێتە ٧٥٠دینارو داواکارین هیچ ڕۆژنامەفرۆشێک نرخی زیاد لەکڕیاران وەرنەگرێت، بەپێچەوانەوە ناچاردەبین ڕێوشوێنی پێویست لەگەڵ ئەوانەدا بگرینەبەر کە بەنرخێکی گرانتر ڕۆژنامەکە دەفرۆشن.

دوای ١٩ ساڵ لەڕاپەڕین موچەی کەمئەندامانی هەرێم ٥٠هەزار دینارەو بەسێ مانگ جارێک وەریدەگرن

بادینان ـ تایبەت بەنم نم

خاوەن پێداویستییە تایبەتییەکانو کەمئەندامانی دەڤەری بادینان بەگشتیو دهۆک بەتایبەتی، ئاماژە بەخراپی حاڵو گوزەرانیان دەکەنو داوا لەبەرپرسانی حکومەتی هەرێم دەکەن چارەسەری تەندروستیان بۆبکەنو موچەکانیان بۆ زیاد بکەن یاخود دایانمەزرێنن.

ئەمیر عەباسی تەمەن ٣٦ساڵ، ماوەی نۆزدە ساڵە توشی شەلەل بووەو جەخت لەوە دەکاتەوە کە حکومەتی هەرێم، جگەلەبڕینەوەی بڕی ٥٠هەزار بۆهەر مانگێک هیچشتێکی بۆ نەکردووە، «ئەو پەنجا هەزارەی دەماندەنێ، بەسێ مانگ جارێ وەریدەگرین»، هەربۆیە ئەوەش ناشارێتەوە کە ئێستا خاوەنی سێ منداڵەو بەهۆی شەلەلەکەیەوە ناتوانێت هیچکارێک بکات.

لەلایەکی دیکەوە، بەرپرسانی هەندێک لەڕێکخراوەکانی چاودێری کەمئەندامان ئەو داواکارییەی خاوەن پێداویستییە تایبەتییەکان بەڕاست دەزاننو جەخت لەوە دەکەنەوە کە ئەوان دەیانەوێت کەمئەندامان فێری خوێندن بکەنو بۆئەو مەبەستەش چوار پەیمانگای تایبەتیان بۆ دەکرێتەوە.

سەرۆکی فراکسیۆنی کوردستانی:

سەیرم لێدێت زانکۆیەکی ئەهلی ساڵانە سێ هەزار دۆلار لەخوێندکارێک بسەنێت

سلێمانی ـ تایبەت بەنم نم

سۆزان شەهاب سەرۆکی فراکسیۆنی کوردستانیو جێگری لیژنەیی پەروەردە لەپەرلەمانی کوردستان، لەدیمانەیەکدا لەگەڵ نم نم جەخت لەوە دەکاتەوە کە حکومەتی هەرێم هەڵمەتێکی ساڵانە دەستپێدەکات بۆدرووستکردنی ١٠٠ ـ١٥٠بینای خوێندنگە، بەڵام ئەوەش ناشارێتەوە کە حکومەتی هەرێمی کوردستان لەتوانایدا نییە ساڵانە هەموو خوێندکاران وەربگرێتو دوای تەواوبوونیشیان لەفەرمانگەکانی حکومەت دایانمەزرێنێت.

ناوبراو، ئاماژە بەوە دەدات کە پێویستە یاسایەک دەربکرێت بۆ مامەڵەکردن لەگەڵ کۆلیژە ئەهلیەکان، چونکە «من سەیرم لێدێت زانکۆیەکی ئەهلی لەپرۆگرامو ئامێرو تاقیگەو هێنانی مامۆستای بیانییدا هیچ گۆڕانگارییەکی نوێی نەهێنابێتە کوردستانو ساڵانە سێ هەزار دۆلار لەخوێندکارێک بسەنێت».

وەزیری پەروەردە:

لەهیچ شوێنێکی دنیادانەبووە مامۆستا لەقوتابی زۆرتربێت لای ئێمە ڕێژەکە یەک بە شانزەیە

هەولێر ـ تایبەت بەنم نم

وەزیری پەروەردەی هەرێمی کوردستان، جەخت لەوە دەکاتەوە کە پێویستیان بەدورستکردنی نزیکەی سێ هەزار قوتابخانەیە بۆ ناوچە جیاجیاکانی هەرێمی کوردستان، هاوکات ئەوەش ناشارێتەوە کە لەئێستادا وەزارەتی پەروەردە مامۆستای زۆرە، بەڵام بەشێوەیەکی نایەکسان دابەشکراون، «لەبەرامبەر ملیۆنێکو سێسەدو هەشتا هەزار قوتابیو خوێندکاردا، نزیکەی نەوەد هەزار مامۆستا هەن، کە ڕێژەکە یەک بەشانزەیەو ئەمەش لەهیچ شوێنێکی دنیادا نییە».

سەفین دزەیی وەزیری پەروەردەی هەرێم، لەبارەی گەڕانەوەی هەندێ بینای داگیرکراوەی خوێندنگەکان لەلایەن حیزبەکانەوە، ئاماژە بەوە دەدات کە پێویستە کابینەی شەشەم بڕیار لەسەر ئەوە بدات کە ئەو بینایانەی موڵکی حکومەتنو خۆی پێویستی پێیان هەیە وەریان بگرێتەوە، «بیناکانی پەروەردە تەنها بەبڕیاری وەزارەتی پەروەردە ناگەڕێنەوە، بەڵکو پێویستەئەنجومەنی وەزیرانو ڕەنگە پێویست بکات پەرلەمانیش یاسایەکی بۆ دەربکات، چونکە ڕەنگە هەندێ لەو موڵکانە تاپۆ کرابنو دەستاودەستی کردبێت».

8 «««

١٦٩ ژن

لەدهۆک دەستگیر دەکرێن

ئەو کاتەی تەمەنی کەتان پێنج ساڵان دەبێت، لەلایەن خێزانەکەیەوە دەنێررێت بۆ سواڵکردنو ئەوەش وایلێ دەکات کە بەردەوام لەگەڵ گەورەبوونی، هەر سواڵ بکاتو لەو ڕێگەیەوە نان پەیدا بکات، بۆیە لەتەمەنی ٣٢ساڵیدا، بەهۆی دزییکردنەوە دەچێتە کونجی زیندانەوەو ماوەی پێنج ساڵ لەزیندان دەمێنێتەوە، هاوکات بەپێی وتەی توێژەرێکی کۆمەڵایەتی ئەو منداڵانەی دەنێردرێنە سەر شەقامەکان بۆسوڵکردن، ڕووبەڕووی چەندین کاری نەشیاو چەندین لادان دەبنەوە.

«کاتێک خێزانەکەم منیان خستە سەرجادە بۆ سواڵکردن، هیچ شتێکم نەدەزانی، بۆیە ئەوکات حەزمدەکرد وەکو منداڵانی تر بژیامایە»، ئەمە یەکەم دێڕی گێڕانەوەکەی ئەو بوو، هەربۆیە ئامۆژگاری دایکو باوکانی دەکرد کە نەهێڵن داهاتووی منداڵەکانیان وەکو ئەوی لێ بێت، «هەموو کاتێک سەیری ئەو منداڵانەم دەکرد کە دەستی دایکو باوکیان گرتبوو دەڕۆشتن، منیش چاوڕێی دەستی کەسێک بووم کە پارەیەکم بۆ فڕێ بدات، ئەگەر خێزانەکەی منیش فێری سواڵکردنو دزیکردنیان نەکردمایەو بەشێوەیەکی باش پەروەردەیان بکردمایە، دەبوومە کەسێکی تر، بۆیە تازە ناتوانین واز لەو کارە بهێنین».

7 «««

هەڵبژاردن

بازاڕی دزەکان دەشکێنێت

دزیکردن لەهەرێمی کوردستان بەهۆی بانگەشەی هەڵبژاردنەکانی ئەنجومەنی نوێنەرانی عێراق لەچەند هەفتەی ڕابردوودا رووی لەکزی کردووەو ئەوەش لەکاتێکدایە کە پێشتر ڕۆژ نەبوو چەند حاڵەتێکی دزیکردنی ماڵو دوکانو شوێنە گشتییو تایبەتییەکان تۆمارنەکرێن، بەوتەی هەندێ لەپێڕەوکارانی ئایینی ئیسلامیش دەستی دزەکان دەبڕێتەوە، ئەگەر ئیسلام بەتەواوەتی فەرمانڕەوا بێت، بەڵام مەسیحییەکان نزای چاکبوون بۆ دزەکان دەکەنو ئێزدییەکانیش بۆ سزادانیان هانا دەبەنەبەر دادگای شارستانی.

هەرچەندە سزادانی ئایینی ئیسلام لەو سزایانەی تر قورسترە، بەڵام زۆرینەی دزییەکانیش لەسەر دەستی پێڕەوکارانی ئەو ئایینە ڕوودەدەنو لەهەرێمی کوردستانیش کەس سزای دەستبڕینی بەسەردا نەدراوە، چونکە لەئایینی ئیسلامدا هەرشتێک بەسێ قۆناغداتێنەپەڕێت، حوکمی دەستبڕینی بەسەردا نادرێت.

4 «««

سەرۆکی فراکسیۆنی کوردستانی لە پەرلەمانی کوردستان:

حکومەت ناتوانێ دەرچوانی زانکۆو پەیمانگاکان دابمەزرێنێت

جێگری سەرۆکی لیژنەیی پەروەردەو خوێندن لەپەرلەمانی کوردستان، ئاماژە بەوە دەدات کە حکومەتی هەرێم ناتوانێت ساڵانە هەموو دەرچوانی زانکۆو پەیمانگاکان لەناوەندەکانی خوێندن وەربگرێتو دوای تەواوبونیشیان هەموویان دابمەزرێنێت، بەڵام حکومەت هەڵمەتێک دەست پێدەکات بۆئەوەی ساڵانە ١٠٠ ـ ١٥٠ خوێندنگە لەهەرێمی کوردستان دروست بکرێت.

شاخەوان مەحمود لەسلێمانی

سـۆزانی خاڵە شـەهاب سـەرۆکی فراکسیۆنی کوردسـتانیو جێگری سـەرۆکی ئەو لیژنەیـەی پەرلەمان، لەیەکـەم دیمانەیـدا لەگـەڵ نم نم، لەکێشـەو گرفتەکانـی پرۆسـەی پەروەردەو خوێندنو پرسـی کەمیی بینای قوتابخانەو پێویسـتیی گۆڕینی پرۆگرامەکانـی خوێنـدنو ڕۆڵـی فراکسیۆنەکەیان لەوڕووەوە دەختەڕوو.

شاخەوان: لەسەرەتای دەستپێکردنی خوێندنی هەموو ساڵێک، بێ بینایی کێشەو گرفتی بەردەم خوێندکارانە، پەرلەمان بیری لەچارەسەرێک نەکردوەتەوە بۆچارەسەری ئەو کێشەیە؟

سۆزان: حکومەتی هەرێمی کوردستان لەکابینەی پێشـوودا، هەنگاوێکی زۆر بوێرانـەی نا کە بڕیـاری ڕیفۆرمی پەروەردەیـی دا، ڕیفۆرمیـش تەنها لەپرۆگرامـی خوێندنـدا ناکرێت، بەڵکو لەشـێوازی مامەڵەکردن لەگەڵ خوێنـدکارانو بەکارهێنانـی ئـەو کەرەسـتانەی خوێنـدنو تەنانـەت لەپێگەیاندنی مامۆستاشـدا دەکرێت، بەدڵنیاییەوە بینایـی خوێندنگەکان بەشێکە لەو پرۆسەیە، لەخولی پێشوودا

سۆزانی خاڵە شەهاب

پێشـنیازی ئەوەمان کرد کە هەڵمەتی دروسـتکردنی قوتابخانەکان دەست پێبکەین، بەوەی سندوقێک دابمەزرێنین بۆ دروستکردنی بینایی خوێندنگە کە هەم خەڵکی خێرخواز پارەی تێبکەن هەم حکومەت.

ئـەوکات توانیمان ختـە پانەکانی دیاری بکەن، کـە چۆن بێتو چۆن نەبێتو خەڵک چۆن پارەی تێبکات، بەڵام بەهۆی کۆتاییهاتنی ئەو خولەوە نەمانتوانـی تـەواوی بکەیـن، بەڵام دواتر لەکاتی بانگەشەی هەڵبژاردنی کوردسـتانو لەکاتی نوسـینەوەی بەرنامەی لیستی کوردستانی، لەگەڵ بەڕێـز دکتۆر بەرهەمدا باسـی ئەو بابەتەمان کرد زۆری پێباش بوو، کە سندوقێک دابنرێتو قوتابخانەیەکی زۆری پێدروسـت بکرێت، هەربۆیە لەپرۆژەی ساڵدا دانراوە کە ١٥٠ملیاری دینـار بـۆ تەرخـان دەکرێت بۆ هەڵمەتی نیشـتیمانی دروستکردنی قوتابخانەی نمونەیی، هەندێک خەڵک بەهەڵە لەپرۆژەی قوتابخانەی نمونەیی تێگەشـتن کـە تەنهـا خوێندکار بەنمرەیی تایبەتـی وەردەگرێت، بۆیە وەکو لیژنەی پـەروەردە داوامان کرد کە ناوی خوێندنگای نمونەیی بکرێت بەقوتابخانەی سـەردەمیانە، بۆئەوەی خەڵک تێبگات کە ئـەوە هەڵمەتێکە حکومەت دەسـتی پێدەکاتو لیستی کوردسـتانی پشتگیری دەکات وەکو قوتابخانـەی فاخر مێرگەسـوریو شوەیفات کە لەڕەوزەوە تاپۆلی دوانزەو هەموو پێداویسـتی ئامادەکارییەکی تێدایە، کە لەهەموو شوێنێکی دنیاش ئەو جۆرە قوتابخانانە هەن، کە ئەوەش بەشێک بوون لەهەڵمەتی نوێی داهێنانی قوتابخانەکان.

دروسـتکردنی ئـەو قوتابخانانـە پێویسـتە لەشـوێنێکدا بێـت کە چڕترین دانیشـتوانی هەبێت، شارو شـارۆچکەکان بەپلەی یەکەم، چونکە لەڕەوزەوە دەسـتپێدەکات تاقۆناغی ئامادەیی، ئەوە بەجۆرێک چارەسەری کەمی بینا دەکات.

لەگەڵ دروستکردنی ئەو قوتابخانانەدا، حکومەت پرۆژەی تری هەیە، بۆنمونە بۆئەمساڵ پێویستە وەزارەتی پەروەردە کـە ٦٨ قوتابخانە دروسـت بکات، ئەوە زیاتر لەگوندەکانو ناحیەکان دروسـتدەکرێت، بۆئەوەی کێشەکان بەرەوە چارەسـەر بچێت، ئەو پارەیەی کە حکومەت دایناوە، پێشبینی دەکەین ساڵانە نزیکەی ١٠٠ ـ ١٥٠ قوتابخانەی پێدروسـت بکرێت، جگەلەوەی کە لەبوجـەی وەبەرهێنانی وەزارەتەکانی تردا قوتابخانە دروستدەکرێت.

شاخەوان: لەئێستادا، زیاتر قسە لەسەر ئەوە دەکرێت، بۆچی بۆ قۆتابخانە نمونەییەکان ئەو پارە زۆرانە سەرف دەکرێت، لەکاتێکدا لەهەندێک شوێن سێ خوێندنگە لەبینایەکدا دەخوێنن؟

سـۆزان: پێویستە حکومەت بەهەردوو بوارەکەدا بڕوات، بەڵام وەکو لەپێشتردا باسـمکرد، ئەو قوتابخانانە پێویستە بۆئـەوەی نوخبەی دوارۆژ دروسـت بکاتو خەڵکی زمانزانی ئینگلیزیو زمانەکانی تر پێبگەن، لەبەرئەوەی بۆ دوارۆژ پێویسـتمانە بۆسەفارەتەکانو هەندێ شوێنی تر کاربکەن، لەهەموو دنیاشـدا خەڵک بۆیە حـەز دەکات بچێتە زانکۆ پێشکەوتوەکان بخوێنێت، لەبەرئەوەیە کە ئەو زانکۆیانە سەرکردەو کەسی پسپۆڕ دروستدەکەن، ئێمەش بۆ پۆسـتەکانی ناو هەرێمو دەرەوەو بۆ عێراقیش پێویسـتمان بەو جۆرە کەسانەیە، کە خۆمان دروستیان بکەین.

شاخەوان: وەرنەگرتنی خوێندکار لەناوەندەکانی خوێندنو دانەمەزراندنی دەرچوانی زانکۆو پەیمانگاکان، کێشەیەکی ترە کەساڵانە دروست دەبێت، چ پلانێکتان بۆ چارەسەر کردنی هەیە؟

سۆزان: پێویستە خوێندکارانی ئێمە لەوە تێبگەن کە حکومەت ناتوانێت هەموویان لەفەرمانگەکاندا دابمەزرێنێتو هەموو خوێندکارانیش لەزانکۆو پەیمانگاکان وەربگیرێن، ئەوەش ئاشکرایە کە لەهیچ وڵاتێکیی دنیادا ئەو شتە نییە، ئەمەش بۆ ئەو هەڵئاوسانە ئیدارییەی دەگەڕێتەوە کە ساڵانی پێشوو لەمونافەسەی ئەو دوو حیزبەی شـەڕی ناوخۆیان لەنێواندا بوو دروسـت ببـوو، کۆمەڵێکی زۆر خەڵکیان دامەزراند کە لەسەر بنەمای کادری ئیدارییو لەسەر پێویستی ئەو مەرجانە دانەمەزراون کە فەرمانگەکانیان پێویستیپێیانە.

پێویستە حکومەت بەخۆیدا بچێتەوە لەو بابەتانەداو پلانێکی گشتگیری هەبێت بۆ نەهێشتنی بێکاریو فەرمانبەری بێ ئیش، دانانی کەسـی شیاو بۆشوێنی شـیاو، دامەزراندنی ئەنجومەنی راژە، بۆئەوەی دامەزراندن بەپێی پێویسـتی وەزارەتەکان بێتو لەرێگەی راگەیاندنەوە بێت. لەپاڵ ئەوانەدا هەموو کەسێک مافی ئەوەی هەیە کە ئیش بکات، بەتایبەتی گەنج، بۆیە پێویسـتە ئیش لەسەر ئەوە بکرێت کە توانای ئەو گەنجان دیاری بکرێتو لەبری دامەزراندن، لەو بوارەی توانایان لەپرۆژەیەکدا بخرێنە سەر کار.

شاخەوان: لەماوەی رابردوودا لەلایەن وەزیری خوێندنی باڵاوە، چەند کۆلیژێکی وەک دەرمانسازیو پزیشکی داخران، پەرلەمان چ قسەیەکی هەبوو لەسەر ئەو بڕیارە؟

سـۆزان: ئەوە بڕیارێـک بوو لەلایەن لیژنەیەکـی پسـپۆڕییەوە درا، کـە خوێندکارانی کۆلیژەکانیش نارازیی بوون لەئاستی خوێندنی کۆلیژەکان، چونکە بواری پزیشکیو دەرمانسازی پەیوەندی راستەوخۆیان بەخەڵکەوە هەیە، ئەگەر بەوردی مامەڵ لەگەڵ ئەو بوارەدا نەکرێت، سـبەینێ کەسـێک دەبێتە دکتۆرو دەرمانێک دەداتە کەسـێکو ئەگەر کەسـەکە بمرێت کێ باجەکەی دەدات؟ لەبەرئەوە من لەگەڵ داخستنیان بـووم، بەڵام پێویسـتە قەرەبووی ئەو خوێندکارانە بکرێتەوە کە پارەکەیان ڕۆشـتووەو کاتی خوێندنەکەشـیان لەدەسـتچووە، هەر ئێسـتا حکومەت هەندێکیانی لەکۆلێژی عیشق داناوەو ئەوانەی تریشیان ساڵێکی تر لەزانکۆ دەخوێنن.

شاخەوان: باشە پەرلەمان یاسایەکی وای دانەڕشتووە کە زانکۆی ئەهلیو حکومی لەیەک جیابکاتەوە، بەتایبەت یاسایەکی نوێ بۆ کردنەوەی زانکۆی ئەهلی؟

سـۆزان: لەخولی پێشـوودا لەیاسای وەزارەتی خوێندنی باڵادا بەندێکی زۆر ڕوونو ئاشکرای تیایە کە حکومەتمان ئیجبار کردبوو، لەماوەی سـێ مانگدا یاسـایەکمان بخاتە بەردەسـت، بەڵام نەک سێ مانگ، بەڵکو هەشت مانگی پێچوو، لەپاش ئـەو ماوەیەش کاتێک هاتە پەرلەمانەوە کە لەکۆتایی خولەکاندا بووین، ئەگەر ئەوکاتە نەکرایە بەهەرا، لەسـەر تەواوبوونـی وادەی پەرلەمان، ئێستا بەپێی یاسا مامەڵە لەگەڵ ئەو زانکۆ ئەهلیانەدا دەکرا، نەک بەپێی ڕێنمایی، چونکە لەمۆڵەتپێدانی ئەو زانکۆیانەدا جۆرێک لەشـپرزەیی هەیەو پێویستی بەیاسایە. لەخولی ئەمجارەی پەرلەمانیشدا ئەو یاسـایەمان پێشکەشکردەوە، بەڵام حکومەت گەڕاندیەوە بەمەبەستی ئەوەی جارێکی تـر پێداچوونـەوەی پێدا بکاتەوە، هۆکارێکی تریش ئەوەبوو کە لەبەینی موزایەدەی لیستەکاندا، پرۆژەی حکومـەت هەرلەخۆیـەوە خاوەنی بۆ دەبووە، حکومەتیش داوای گەڕاندنەوەی ئەو یاسـایانەی کردەوە کە پەسـەند نەکراوە.

شاخەوان: ئەگەر نرخی زانکۆ ئەهلیەکان کەم بکرێتەوە، فشارە لەسەر زانکۆی حکومی نامێنێتو ڕەنگەی خەڵکیش زیاتر هەوڵ بۆ ئەو زانکۆیانە بدات، ئێوە ناتوانن لەو یاسایەدا لەگەڵ قسەکردن لەسەر باشی ئاستی خوێندن، جەخت بخەنە سەر کەمی نرخی خوێندن؟

سـۆزان: ئەگەر پێمان باش بوو ئێمە پشـتگیری پرۆژە یاسـاکە دەکەین، لەکوردستانیشـدا یاسایەکی دەرەجە یەک هەیە بـۆ وەبەرهێنان، لەبەرئەوە دەتوانین سیاسـەتی کارکردنی باش دابنێین لەگەڵ ئەو زانکۆیانەداو سەبارەت بەبڕی پارەکەشی شتێکی دیاریکراو دابنێین، کە پەیوەندی هەبێت بەبڕی دەخلی تاکێک لەهەرێمی کوردستان. من سەیرم لێدێت زانکۆیەکی ئەهلی لەپرۆگرامو ئامێـرو تاقیگەو هێنانی مامۆستای بیانیدا هیچ گۆڕانکارییەکی نوێی نەهێنابێتە کوردستانو ساڵانە سێ هەزار دۆلار لەخوێندکارێک بسەنێت.

شاخەوان: ئەگەر وەکو هەندێ بواری تر، خوێندیش بدرێتە کەرتی تایبەتو حکومەت چاودێرییەکی باشی بکات، سەرکەوتووتر نابێت؟

سـۆزان: با بەدڵنیاییەوە، چونکە ئەو کاتە رکابەری لەنێوان وەبەر هێنەکاندا دروستدەبێتو کاری باشتر دەکەن.

شاخەوان: زۆرینەی بەڕێوبەرو سەرۆک بەشو راگری کۆلیژەکان بێتوانانو لەسەر بنەمای خزمخزمێنەو حیزبیبوون دانراون، پەرلەمان چۆن کار بۆ نەهێشتنی ئەو دیاردانە دەکات؟

سۆزان: بەپێی یاسای خوێندنی باڵا، پێویستە مامەڵە لەگەڵ هەموو ئەو پۆستانە بکرێت کە لەنـاو زانکۆکاندا هەیە، بەڵام کارنەکردن پێی ئەوە شـتانەی لێدەکەوێتەوە. ئێمە بەدواداچوونمان بۆ ئەو شتانە کردووە، تەنها نوسینەوەی راپۆرتەکانمان ماوە دواتر پێشکەشی حکومەتی دەکەینو پێیاندەڵێین ئەوەیە خەڵەلەکان.

شاخەوان: تائێستا زانکۆو پەیمانگاکان پرۆگرامێکی یەکگرتووی خوێندنیان نییەو لەهەر زانکۆو کۆلیژێک شتێکی جیاواز دەخوێنرێت؟

سـۆزان: وەزیـری خوێندنـی باڵا راپۆرتێکی پێشکەش کردوینو دەڵێت لەسەر سـێ چوار ئاست گۆڕانکاری دەکەم، کە پرۆگرامیش بەشێکە لەوەو ئێمە پشتگیری دەکەین.

لەبری ئەوەی خزمەتبکرێن سواڵیان پێدەکرێت

موچەی کەمئەندامانی هەرێم ٥٠هەزار دینارەو بەسێ مانگ جارێک وەریدەگرن

کەمئەندامانی هەرێمی کوردستان داوا لەبەرپرسانی حکومەتی هەرێم دەکەن چارەسەری تەندروستیان بۆ بکەنو موچەکانیان بۆ زیاد بکەن یاخود دایانمەزرێنن، بەرپرسانی هەندێک لەرێکخراوەکانی چاودێری کەمئەندامانیش ئەو داوایە بەڕاست دەزانن‌و جەخت لەوە دەکەنەوە کە ئەوان دەیانەوێت کەمئەندامان فێری خوێندن بکەنو چوار پەیمانگای تایبەتیان بۆ بکرێتەوە.

لڤین نێرومی لەبادینان

خاوەن پێداویسـتییە تایبەتییەکانو کەمئەندامانـی دەڤـەری بادینـان بەگشـتیو دهۆک بەتایبەتـی، داوا لەبەرپرسانی حکومەتی هەرێم دەکەن، بەپێـر داخوازییەکانیانـەوەو بچنو موچەکانیان بۆ زیاد بکەن.

ئەمیر عەباسی تەمەن ٣٦ساڵ، ماوەی نۆزدە ساڵە توشی شەلەل بووەو جەخت لەوە دەکاتەوە کـە حکومەتی هەرێم، جگەلەبڕینەوەی بڕی ٥٠هەزار بۆهەر مانگێک هیچشـتێکی بۆ نەکردووە، «ئەو پەنجا هەزارەی دەماندەنێ، بەسێ مانگ جارێ وەریدەگرین»، هەربۆیە ئەوەش ناشارێتەوە کە ئێستا خاوەنی سێ منداڵەو بەهۆی شـەلەلەکەییەوە ناتوانێـت هیچکارێـک بـکات، «نەلەڕووی تەندروستییەوە، نەلەڕووی مادییـەوە حکومـەت چارەسـەری گرفتەکانمانی نەکردووە».

کەمئەندامان چارەسەریان دەوێت

هەندێک لەکەمئەندامانی تر داوادەکەن لەفەرمانگە حکومییەکان دابمەزرێن، بۆئەوەی بتوانن بژێوی خێزانەکانیان پەیدا بکەن.

خەلیـل ڕەزای تەمـەن ٢٨سـاڵ، دانیشـتوویەکی دیکـەی دهۆکەو پێیوایـە لەئێسـتادا هیـچ جۆرە خزمەتگوزارییەکیـان بـۆ نەکراوە، «حکومەت هیچی بـۆ کەمئەندامان نەکردووە، پێویسـتە چارەسـەرمان بکەنو بژێوی ژیانمان دابین بکەن، یان خۆمان لەفەرمانگەکان دابمەزرێنن»، چونکە خەلیل ئەوە ناشـارێتەوە کە هەندێک کەمئەندام نێردراونەتە دەرەوە بۆ چارەسەرو هەندێکیشان لەفەرمانگە حکومییەکان دامەزراون، «هەر چەند کەسێکی نزیک بەرپرسان دەنێردرێتە دەرەوە بۆ چارەسەرو دادەمەزرێن، بەڵام ئەوەی کە هەژارە، ئەگەر چارەسەرێکی کەمیشـی بوێـت هـەر بەئاواتی چارەسەرەوە سەردەنێتەوە».

ڕێکخراوەکانی چی بۆ کەمئەندامان دەکەن؟

چەندیـن ڕێکخـراوی تایبـەت بەکەمئەندامان لەهەرێمی کوردستاندا هەنو بەرپرسانی ئەو ڕێکخراوانەش ئامـاژە بەوە دەدەن کە ئەوان لەخەمی کەمئەندامانـدان، بـەڵام ئـەوان هەر بەگلەیـن لەئیشـوکارەکانی ڕێکخـراوەکانو حکومەتی هەرێمی کوردستان.

ئەمیرە یوسـف یوحەنـا بەڕێوبەری پەیمانگای هیوای نابیسـتان، ئاماژە بەوە دەدات کە ماوەی سـێ سـاڵە پەیمانگایەکیان دروسـتکردووەو ٥٦ قوتابـی کەڕولاڵ تێیـدا دەخوێنن، «لەپۆلی یەکەمی بنەڕەتییەوە تا حەوت لەخۆدەگرێتو تایبەتە بەو کەسـانەی کەڕو لاڵن لەدهۆک».

ناوبراو، باس لەوە دەکات کە هەروەکو سیسـتەمی خوێندنـی قوتابخانەو خوێندنگە ئاسـاییەکان، لەمانگێکدا بەڕێوبەرایەتی چاودێری کۆمەڵگا بڕی ٣٠هەزار دینار دەداتە هەر قوتابیەکی ئەو پەیمانگایـەو ڕۆژانە خواردنێکی ئاساییان هەیەو پەیمانگەکەیان لەڕووی خوێندنەوە هەمان سیستمی قوتابخانە ئاسـاییەکان پێڕەو دەکەنو «هیچ جیاوازییەکی نییە».

بەپێی ئامارێکی بەڕێوبەرایەتی گشتی چاودێرییو گەشـەپێدانی کۆمەڵگا لەدهـۆک، نزیکەی شـەش هەزار و ٢٠٠ خاوەن پێداویسـتی تایبەت لەو پارێزگایەدا هەیە.

حسـەین عەلـی بەڕێوبـەری ئەو بەڕێوبەرایەتییەو ئاماژە بەوە دەدات کە ئـەوان چاودێـری کەمئەندامان دەکـەنو بەڕێوبەرایەتییەکەشـیان نزیکـەی ٦٢٠٠کەمئەندامـی هەیە، «کەمئەندامەکانمان ئەو کەسـانەن کە تووشـی شـەلەل دەماغ بوونو ٢٠٦٣نابینـاو ١٢٢کورتـە بـاڵاو ٢٤٠٠پێشمەرگەی پەککەوتەو، مانگانە بڕی ٥٠هەزار دینار مووچەیان هەیە».

کەمئەندامان دانامەزرێن

هەرچەندە زۆرێـک لەکەمئەندامان داوای دامەزراندن دەکەن لەفەرمانگە حکومییەکانـدا، بەڵام بەرپرسـی ڕێکخراوێک جەخت لـەوە دەکاتەوە کە تائێستا چەندینجار هەوڵیانداوەو هەوڵەکانیان بێئەنجام بوون.

قاسـم بادی جێگری کومەڵەی ژینی پەککەوتـووان، باس لـەوە دەکات کە هێشـتا کەمئەندامان بەدروستی نەگەیشتونەتە مافەکانیان، «لەمدواییەدا ڕاپۆرتێکی بەرفراوانمان پێشکەشـی پەرلەمانی کوردسـتان کـردووەو داوامان کـردووە مافی کەمئەندامان دابین بکرێت، ئەوانیش بەڵێنیان داوە جێبەجێی بکەن، بەڵام تائێسـتا هیچ وەڵامێک نییە».

ناوبراو، ئەوەی ئاشکراکرد کە لەئێستادا ٤٥٠٠کەمئەندامی پەککەوتووان لەدهۆک هەیەو زۆرینەشیان مووچە وەرناگرنو داوادەکـەن لەبەڕێوبەرایەتیەکانـی حکومەتـی هەرێمـی کوردسـتان دابمەزرێن، «بۆدامەزراندن دەرگامان لێگیـراوەو هـەر شـوێنێک بۆی دەڕۆین پێمـان دەڵێن ناتوانین داتان بمەزرێنین».

جیهان عەباس بەڕێوەبەری پەیمانگای هانای کەمئەندامان باس لەوە دەکات کـە پەیمانگاکەیان لەساڵی ٢٠٠٧ لەدهۆک بەڕەسـمی دەستبەکاربووەو نۆ مانگ جارێک، خولی کۆمپیوتەرو کاری دەسـتی بۆ نزیکەی ٣٠قوتابی کەمئەندام دەکەنەوە.

دەربـارەی مەرجـی وەرگرتنـی کەمئەندامـان لەرێکخراوەکەیـان ئامـاژەی بەوەدا، کە هەرکەسـێک کەمئەنـدام بێت، بۆنمونە دەسـتی نەبێت یـان پێ یـان نابینا بێتو خاوەن توانا بێتو شێت نەبێت، هەلی ئەوەی هەیە لەپەیمانگاکەیان بخوێنێت، «پێویستە تەمەنی لە١٤ساڵی کەمترو لە ٤٢سـاڵی زیاتر نەبێت»، لەگەڵ ئەوەشدا بەرپرسی ئەو پەیمانگایە داوا لەحکومەتی هەرێـم دەکات گرنگی بەدەرچووانـی پەیمانگاکەیان بدەنو هەلـی کارکـردنو دامەزراندنیان بۆبڕەخسێنن.

لەکوردستان دوژمنایەتی سروشت دەکرێت

لەماوەی چوار ساڵدا نزیکەی دوو هەزار هاووڵاتی لەسەر داربڕینەوە سزادراون

بەپێی ئامارەکانی بەڕێوەبەرایەتی پۆلیسی دارستانی سلێمانی، لەماوەی چوار ساڵی ڕابردووودا، نزیکەی دوو هەزار هاووڵاتی لەسەر داربڕینەوەو خەڵوزکردن دەستگیرکراون‌و غەرامەش کراون.

بەرزان عەلی حەمە لەسلێمانی

هەرچەندە بەپێی یاسا، بڕینەوەی دارو بەکارهێنانی بۆ خەڵوزو هەندێ کاری تر، قەدەغەیە، بەڵام ڕۆژانە چەندین فەردە خەڵوز لەهەرێمی کوردستاندا بەکاردەهێنرێت.

خەسرەو ڕەشید خاوەنی کەبابخانەیەکە لەشاری سلێمانی، ئاماژە بەوە دەدات کە ڕۆژانە نزیکەی دە فەردە خەڵوز بەکاردەهێنن‌و باس لەوەش دەکات کە ئەگەر هیچ کەسێک خەڵوز بەکارنەهێنێت، کەبابخانەکان هەر بەکاری دەهێنن، «ساڵی ١٩٧٤ حکومەتی بەعس نەیهێشت کەبابخانەکان خەڵوز بەکاربهێنین‌و ڕۆژی دە بتڵ گازی بۆ دابین دەکردین، بەڵام لەهەموو جیهاندا کەباب بەخەڵوز دەبرژێت، چونکە گاز بۆنی خواردنەکە ناخۆش دەکات».

ناوبراو ڕەخنەی لەوە دەگرت کە لەکوردستان پاشماوەی داری دارتاشخانەکان فڕێ دەدرێت‌و بەکارناهێنرێتەوە بۆ خەڵوز، «ئەگەر یەکێک لەو ئامێرانەی کە پاشماوەی دارو درەخت دەکات بەخەڵوز، بهێنرایەتە کوردستان پێویستی بەبڕینەوەی دار نەدەکرد».

دارتاشەکان پاشماوەکان فڕێ دەدەن

ئومێد عەلی دارتاشێکەو ئاماژە بەوە دەدات کە ڕۆژانە چەندین فەردە پاشماوەی داری دارتاشخانەکەی فڕێ دەدات‌و هیچ سودێکی لێ نابینێت، «ئەگەر کارگەیەک هەبووایە وەکو لەئێران هەیە، دەمانتوانی ئەو پاشماوانە بکەینە خەڵوز، ئیتر ئەو کاتە پێویستی نەدەکرد دار بۆ خەڵوز ببڕنەوە».

ئەو وەستایە ئەوە ناشارێتەوە کە زۆرجار پاشماوەی دارەکان فڕێ دەدەن، بەڵام هەندێ کات لەلایەن خاوەن دەواجینەکانەوە یەک فەردە لەو پاشماوەیە دەکڕێت بەبڕی ٧٥٠دینار، بۆ دەواجنەکانیان.

دارتاشەکە باس لەوە دەکات کە ئەو کاتەی دارەکان لەدارستانەکانەوە دەبڕێتەوە، زۆرێک لەلق‌و پۆپەکانی فڕێ دەدرێت‌و بۆ هیچ شتێک خەڵک بەکاری ناهێنێت، «خەڵک ئەگەر هەر ئەو لق‌و پۆپانە بۆ خەڵوز بەکار بهێنێت، ئەوا ڕێژەیەکی کەم داری شاخەکان دەبڕێتەوە».

هەرێمی کوردستان بەدەست شێواندنی سروشتی دارستانەکانیەوە دەناڵێنێت

تراکتۆرێک دار، دە فەردە خەڵوزە

ئەوانەی خەریکی خەڵوز فرۆشتن‌و خەڵوزکردنن، جەخت لەوە دەکەنەوە کە هەر یەک عاربانەی تراکتۆر دار دەفەردە خەڵوزی تیا دروست دەبێت.

جەبار ئەحمەد یەکێکە لەو کەسانەی خەڵوز دروست دەکات‌و دەیفرۆشێتەوە، باس لەوە دەکات کە بڕینی دارو درەخت‌و بەکارهێنانی بۆسوتاندن، لەهەندێ ناوچەی بەفراوی کوردستان هەر بەردەوامە.

ئەو، جەخت لەوە دەکاتەوە کە لەئێستادا کەبابخانەو هەندێک لەچایخانەکانیش هەر بەو خەڵوزە کار دەکەن کە لەدارەکانی کوردستان دروست دەکرێن.

خەڵوز دروستکردن لەکوردستاندا مێژوویەکی دێرینی هەیەو لەهەندێ وڵاتی جیهانیشدا بەتەواوەتی قەدەغەکراوە، بۆ دەستکەوتنی خەڵوزیش پەنا بۆ خەڵوزی بەردین‌و ئەو خەڵوزانە دەبەن کە لەپاشماوەی دارو درەختەوە لەکارگەکاندا دروست دەکرێت، نەک ڕاستەوخۆ لەئەنجامی داربڕینەوە، بەڵام لەکوردستاندا ڕۆژانە سەدان فەردە خەڵوز لەلایەن کەبابخانەکانەوە بەکاردەهێنرێت‌و هەمووشی لەئەنجامی داربڕینەوەوە دروست بووە.

پۆلیسی دارستان ڕێگرە؟

بەرپرسانی پۆلیسی دارستان جەخت لەوە دەکەنەوە کە لەماوەی چوار ساڵی ڕابردوودا، ڕێژەیەکی زۆر خەڵکیان لەسەر داربڕینەوە دەستگیرکردووەو سزایان داون.

عەمید حسەین بەڕێوەبەری پۆلیسی دارستانی سلێمانی، ئاماژە بەوە دەدات کە لەساڵی ٢٠٠٦دا ٣٦٣کەس بەهۆی داربڕین‌و خراپ مامەڵەکردن لەگەڵ سروشتدا دەستگیرکراون‌و تێکڕای ئەوانەش بەبڕی ١٥ملیۆن‌و ١٢٥هەزار دینار غەرامەکراون.

لەساڵی ٢٠٠٧دا ئەو ڕێژەیە بووە بە ٥٨٣کەس‌و ٢٤ملیۆن‌و ٧١٥هەزار دینار غەرامەکراون، هاوکات لەساڵی٢٠٠٨دا ٣٥٨کەس دەستگیرکراون‌و بەبڕی دە ملیۆن‌و ٦٥٥هەزار دینار غەرامەکراون، لەسەرەتای ساڵی ٢٠٠٩ تا ٣٠/ ١١ ڕێژەی ٥٧٢کەس دەستگیرکراون‌و بڕی دەملیۆن‌و ٤٢٥هەزار دینار غەرامەکراون.

بەوتەی ئەو بەڕێوبەرە تائێستا دەستی بەسەر سەدان فەردە خەڵوزدا گرتووە کە لەڕێی بڕینی داری تەڕەوە دروستکراون‌و خاوەنەکانیان سزاداوە، هاوکات بەگوێرەی لێدوانی بەرپرسانی ئەو بەڕێوبەرایەتییە ئەو کەسانەی سزادراون تاوانەکەیان بڕینی داری دارستانەکان بووە، بۆ خەڵوزو ڕاوکردنی ئاژەڵی کێوی‌و ڕاوە ماسی.

بەپێی ڕێنماییەکانی بەڕێوبەرایەتی پۆلیسی دارستان، دەبێت خەڵوز لەو دارانە دروست بکرێت کە وشک بوونەتەوەو هیچ سودێکیان نییە، ئەوانەش دەبێت لەلایەن لیژنەیەکەوە بسەلمێت، بەڵام بەشێکی زۆر لەو کەسانەی کە خەڵوز دروست دەکەن بەپێچەوانەی ئەو ڕێنماییانەوە کاریان کردووەو لەلایەن پۆلیسی دارستانەوە دەستگیرکراون‌و تائێستاش ئەو بەڕێوبەرایەتیە دەستی بەسەر سەدان فەردە خەڵوزدا گرتووە.

کافتریایەک هەڵەبجەییەکان لەچەوساوەیی دەرباز دەکات؟

دووساڵە کافتریایەک بۆ کچان‌و ژنانی هەڵەبجە کراوەتەوەو خۆیان پێی نازانن

بەوتەی دانیشتوانی قەزای هەڵەبجەی شەهید لەماوەی چەند ساڵی ڕابردوودا، دەسەڵاتی هێزە ئیسلامیەکان کاریگەری لەسەر ڕەفتارو هەڵسوکەوتی خەڵکی ئەو ناوچەیە هەبووە، ئەوەش وایکردووە ئازادی بۆ ژنان‌و کچان «نەبووەو هەر چەوساوەبووین»، هەربۆیە ڕێکخراوی وادی ئەڵمانی بۆ گەشەپێدانی تواناکانی ژنان‌و دەربڕینی ئازادییەکانیان، کۆفی شۆپێکی لەو ناوچەیە دروستکردووەو ڕۆژانە چایی‌و قاوە کچان‌و ژنان پێکەوە لەو کافتریایەدا کۆبکاتەوە.

میهرەبان سەلام لەهەڵەبجە

دروستبوونی جێگایەک، بۆ هێنانە دەرەوەی ئافرەتان لەماڵەوەو بەشداریکردنیان لەخولو وۆرکشۆپەکاندا، جگەلەوەی ژنان لەکەشێکی جیاواز لەماڵەوە کاتەکانین بەرێدەکەن.

ژینۆ عەلی کچێکی تەمەن ٢٥ساڵەو یەکێکێک بوو لەوانەی لەکافتریاکەدا دانیشتبوو، ئاماژەی بەوە دەدات کە ئەوان کۆمەڵێک هاورێن‌و لەڕێکخراوێکی ژناندا کاردەکەن، «بەهۆی نەبوونی شوێنی گشتیەوە، ناتوانین کۆببینەوەو گفتوگۆ بکەین‌و باس لەکارەکانمان بکەین، بۆیە هەفتانە دێینە ئێرەو کۆدەبینەوەو دەتوانین کارەکانمان لێرەدا بەبێ هەبوونی کێشە بکەین».

ناوبراو، پێوابوو ئەو کافتریایە گرنگییەگی زۆری بۆ کچان‌و ژنانی هەڵەبجە هەیەو ئامۆژگاری کچانیش دەکات کە بۆ بەسەربردنی کاتەکانیان ڕووبکەنە ئەو شوێنە.

کچان نازانن ئەو کافتریایە کراوەتەوە

هەرچەندەدەن ماوەی دووساڵە ئەو کافتریایە تایبەت بەژنان کراوەتەوە، بەڵام هەندێ لەکچان تائێستاش پێیان نەزانیوەو کردنەوەشی بەشتێکی نوێ دەزانن.

سروە تەهای تەمەن ٢٨ساڵ لەیەکێک لەگەڕەکەکانی هەڵەبجە دەژی‌و سەرسوڕمانی خۆی لەکردنەوەی ئەو کافتریایە دەربڕی، چونکە خۆی وتەنی «نەمبیستووە کافتریایەکی تایبەت بەژنان کرابێتەوە، بەڵام ئەگەر وابێت ڕۆژانە بەپێی کاتی خۆم سەردانی دەکەم»، چونکە پێیباشە ریکلامێکی زۆر بۆ ئەو کافتریایە بکرێت، بۆئەوەی ئەوانەشی پێیان نەزانیوە، بزانن ئەوە تایبەتە بەکچان‌و ژنان‌و بەردەوام سەردانی بکەن، «ڕاستە کچان‌و ژنان ئەرکی ماڵەوەیان لەسەرە، بەڵام ئێمەش هیچمان لەپیاوان کەمتر نییە کە سەردانی چایخانە دەکەن، ئێمەش دەتوانین بەپێی کاتی خۆمان سەردانی بکەین».

لەلایەکی دیکەوە، چنار مەحمودی تەمەن ٣٢ساڵ، کە فەرمانبەرێکی حکومییەو دانیشتوی ئەو شارۆچکەیە، جەخت لەوە دەکاتەوە کە بەپێی کاتی خۆی سەردانی ئەو کافتریایە دەکات، «دەتوانم ئاگاداری ڕووداوە جۆربەجۆرەکان بم، بەهۆی هەبوونی کتێبخانە لەکافتریاکەدا».

کۆفی شۆپێک لەهەڵەبجە ئازادی تاکەکان بەرفراوان دەکات **فۆتۆ: میهرەبان سەلام**

وادی ئەڵمانی کچان ڕازی دەکات

هێرۆ وەکیل سەرپەرشتی پرۆژەکانی سەنتەری ژنانی هەڵەبجە بۆ پەرەپێدانی مافی ژنان دەکات‌و باس لەوە دەکات کە ئەو کۆفی شۆپە لەکۆتایی ساڵی ٢٠٠٧ کراوەتەوە، بەمەبەستی پەرەپێدانی تواناکانی کچان‌و ژنان‌و بەسەربردنی کاتەکانی پشوو دەستبەتاڵیان بەخوێندنەوەو خۆرۆشنبیرکردنیان.

ناوبراو، ئاماژە بەوە دەدات کە لەگەڵ کردنەوەی ئەو کۆفییەدا ژمارەیەکی زۆر لەژنانی بەهرەمەندو ئەو ژنانەشی پێشتر نەچونەتە دەرەوە سەردانی دەکەن‌و لەهەندێ ڕووەوە گرنگی خۆی هەیەو سود بەژنان دەگەیێنێت، هاوکات جەخت لەوەش دەکاتەوە کە ڕێکخراوی وادی ئەڵمانی سەرپەرشتی کافتریاکە دەکات‌و پێداویستییەکانی بۆ دابین دەکەن، «ئەو کچو ژنانەی لەم کافتریایەدا ئیش دەکەن‌و خزمەتی میوانان دەکەن، بەهەموو توانایەکیانەوە هەوڵ دەدەن جوانترین خزمەت پێشکەش بکەن».

هێرۆ وەکیل، ئەوەی نەشاردەوە کە لەسەر داوای ژنان‌و کچانی ئەو قەزایە کافتریاکە کراوەتەوەو بەردەوامیش دەبن لەبەتەنگەوەچوونی پێداویستییەکانی ژنان‌و کچانی هەڵەبجە.

دژایەتی کردنەوەی کۆفی شۆپەکە

پاش ئەوەی کافتریاکە کرایەوە، بەهۆی بارودۆخی کۆمەڵایەتی ناوچەکەوە، هەندێ کەس کردنەوەی ئەو کافتریایان پێباش نەبوو، هەندێکیش دژایەتیان دەکرد.

بەوتەی هێرۆ وەکیل، لەسەرەتای کردنەوەی کافتریاکەدا کە تایبەت بوو بەژنان، لای خەڵکی هەڵەبجە قبوڵ نەکراو چەندینجار هەوڵی داخستنیان درا، چونکە پێیانوابوو دەستی دیکەی لەپشتەوەیە، بەڵام لەلایەن ڕێکخراوی وادی ئەڵمانیەوە پشگیری لێکرا.

ناوبراو ئەوەشی نەشاردەووە کە ڕۆژانە کچان بەجۆش‌و خرۆشەوە سەردان دەکەن‌و جگەلەڕۆژانی هەینی هەموو ڕۆژەکانی تر کراوەیە.

دەربارەی کارەکانی ناو کافتریاکەو چۆنییەتی بەڕێکردنی میوانەکانیش، جوان حسەین کە یەکێکە لەو کچانەی لەکافتریاکەدا خزمەت بەمیوانان دەکات، باسی لەوە کرد کە هەندێجار کافتریاکەیان هێندە قەرەباڵخ دەبێت، نایان پەرژێتە سەر میوانەکانیان، «ئەو میوانانەی ڕوومان تێدەکەن، کە دەزانن ئێمە زۆر سەرقاڵین، وەکو ماڵی خۆیان، خۆیان خزمەت دەکەن».

خواردنی توند بخۆن تا لاواز بن!

فریشتە هاجەری

لێکۆڵەران لەنوێترین لێکۆڵینەوەکانی خۆیاندا بەوە گەیشتوون کە خواردنی ڕەوەکو خۆراکی توند دەبێتە هۆی لاوازبوونی مرۆڤ.
پسپۆران پێیانوایە بەلەبەرچاوگرتنی ئەو خاڵە کە خۆراکە توندەکان تامو چێژێکی ئاساییان نییە، مرۆڤ ناتوانێت بەڕێژەیی زۆر بیانخواتو هەر ئەوەش دەبێتە هۆی کەمترخواردنو لاواز بوونی مرۆڤ.
لەلایەکی دیکەوە خواردنە توندەکان پرۆسەی سوتانی خواردن لەناو لەشدا خێراتر دەکەنو بەو شێوەیە یارمەتی کەمکردنەوەی کێش دەدەن.
پسپۆرانی بواری خۆراک پێیانوایە ئەگەر کێشەی نارەحەتی مەعیدە یان گوشاری خوێنی بەرزتان هەیەو پزیشکەکەت پێیوتووی خۆت لەخواردنی خۆراکی توند بپارێزی، باشتروایە گۆڕایەڵی پزیشکەکەت بی، بەڵام ئەگەر ئەو کێشانەت نییە، دەتوانی کاریگەری بیبەر لەسەر لاوازبوونی خۆت تاقی بکەیەوە.
تەنانەت ئەگەر ئەندامانی خێزانەکەت حەز بەخواردنی خۆراکی توند ناکەن یان منداڵەکانت حەز بەو جۆرە چێشتانە ناکەن، هەوڵ بدە خۆتو ئەوانیش لەسەر خواردنی خۆراکی توند ڕابهێنی، تەنانەت هەوڵ بدە لەبری خوێ کە هەمیشە باسی خراپییەکانی دەکرێت، ڕێژەیەکی شیاو بیبەر لەناو چێشتدا بەکاربهێنی یان ئەوەی لەسەر سفرە دایبنێی.

ژەهری دووپشک ئازارشکێنە

ئا: سۆران ئیسماعیل

توێژینەوەیەکی نوێ سەلماندویەتی کە ژەهری دووپشک لەداهاتوودا جێگەی مۆرفین دەگرێتەوە لەکەمکردنەوەی ئازاردا.
مایکل گیوریفیتز، زانای زانکۆی تەلئەبیبی ئیسرائیل، لەتاقیکردنەوەدایە تا حەبێکی ئازارشکێن لەژەهری دووپشک درووست بکات.
بەوتەی پسپۆڕەکە، ژەهری دووپشک ترشێکی تێدایە کە کاریگەری لەسەر کۆئەندامەکانی دەمارو ماسولکە دەکات کە بەشێکیان بەرپرسن لەهەستکردن بەئازار.
پسپۆرەکە ڕایدەگەیەنێت کە مەمکدارەکان نۆ کەناڵی سۆدیۆمیان هەیەو تەنیا یەکێکیان ئازار بۆ مێشک دەگوازێتەوە.
ڕاشیگەیاند کە لەهەوڵدایە ئەو حەبانە دروستبکات کە بۆ ئازار شکاندنن، چونکە پێکهاتەیەکی باشیان هەیەو هیچ کاریگەریەکی لاوەکیان نییە وەک مۆرفین هەیەتی.

باشترین سەوزەکان کامانن؟

هەنار شەریف

زۆربەی کاتەکان ڕووەکان وەک تامو بۆنی ناو سوپ، ساسو شلە یان بۆ هەندێک خواردنی دیکە بەکاردەهێنرێن. لێرەدا چەند گیایەکی زۆر باشو بەسوودتان پێدەناسێنین:
* **ڕیحان:** پڕە لەڤیتامینەکانی C و A، کەلیسیۆم، مەنیزیۆم، فسفۆرو پتاسیۆم. ئەم ڕووەکە بۆدەرمانی سەرئێشە، لەگێژەوەهاتنی سەر، ئێشی مەعیدە، ئیسهالو ڕشانەوە بەکاردەهێنرێتو ڕۆنەکەی بۆ چاکبوونەوەی جێگەی گەزینی حەشەرەکان زۆر بەسوودە. ئەگەر ئەو گیایە وەک چا لێبنێن دەرمانێکی زۆرباشە بۆ بەزوویی دەربازبوون لەئەنفلۆنزا.
* **گشنیژ:** ئەم ڕووەکە پڕە لەڤیتامینی CوBوA، کەلیسیۆم. گشنیژ دەبێتە هۆی زیادبوونی میزو لەناوبردنی ژەهر لەکۆئەندامی هەرسدا، جگەلەوەش کاریگەری باشی لەسەر کوالێتی خوێنو کەمبوونەوەی ڕێژەی کلسترۆڵیش هەیە.
* **نەعنا:** مادە کانزاییە گرنگەکانی ناو ئەو ڕووەکە پێکهاتووە لەکەلیسیۆم، فسفۆر، ئاسن، ڤیتامین Cو A و E. نەعنا بۆدەرمانی کێشەی هەرس، دڵەکزێ بەکاردەهێنرێت، جگەلەوەش دەبێتە هۆی زیادبوونی حەزی خواردنو حاڵەتی ڕشانەوەو سەرئێشە چاک دەکاتەوە.
چای نەعنا بۆ باشترکردنی وشکی گەروو زۆر بەسوودە. ئەوەش بزانن باشە کە ڕۆنی نەعنا لەهەندێک کەرەستەی تەندروستی وەک مەعجونی دداندا بەکاردەهێنرێت.
* **شویت:** ئەم ڕووەکە پڕە لەکالیسیۆم، ئاسن، مەنیزیۆم، فسفۆر، پۆتاسیۆم، ڤیتامینەکانی CوA و E. هەروەها بۆ دەرمانی کەم خۆراکیو زیادکردنی شیری دایک زۆر بەسوودە.
* **مەعدەنووس:** مادە کانزاییەکانی ناو ئەو ڕووەکە پێکاتووە لەڤیتامین C، کالیسیۆم، سدیۆم، ئاسنو مەنیزیۆم. مەعدەنووس بۆ کەمکردنەوەی گوشاری خوێنو دەرمانی کەمخوێنی، باشترکردنی پرۆسەی هەرسی خواردن بەکاردەهێنرێت.

شیر سوودەکانی چا کەمدەکاتەوە

ئا: سوارە محەمەد

توێژینەوەیەکی زانستی ئاماژە بەوە دەدات کە بەتێکەڵاوکردنی شیر لەگەڵ چا، چایەکە یەکێک لەخەسڵەتە باشەکانی کە پاراستنی دڵە لەنەخۆشی لەدەست دەدات.
توێژەرانی ئەڵمانیا، دەریانخستووە کە خواردنەوەی چای ڕەش کاریگەری باشی لەسەر جوڵەی خوێن لەناو خوێنبەرەکاندا هەیەو بارێکی ئارامیان پێدەبەخشێتو پاڵەپەستۆی خوێن بەهاوسەنگی ڕادەگرێت.
توێژینەوەکەی گۆڤاری توێژینەوەی ئەوروپی بۆ دڵ، سەلماندویەتی کە ئەو پرۆتینەی لەناو شیردا هەیە، لەو خەسڵەتانە کەمدەکاتەوە کە لەچادا هەیەو توێژەرانی ئەڵمانیا دۆزیویانەتەوە.
لەبەر ئەوە پسپۆڕانی پزیشکی پێیانباشە شیر تێکەڵاوی چا نەکرێت، چونکە سودەکانی نامێنێت، بەڵام ئەوە ناگات بەوەی کە وەرزش بکەیتو خواردنی دروست بخۆیتو واز لەجگەرەکێشانیش بهێنیت. پزیشکان ئامۆژگاری خەڵک دەکەن کە بیر لەسوودەکانی یەک جۆر خۆراک نەکەنەوە، چونکە خواردنی تێکەڵاو بەسوودە.

چۆن دەبینە خاوەنی خێزانێکی بەختەوەر؟

ئا: چنوور قادری

لەوانەیە وا بیر بکەنەوە کە لەم ڕۆژگارە پڕکارەدا کە زۆر خەریکن، هیچکاتێ بۆ حەسانەوە یان پشوودان لەگەڵ ئەندامانی خێزانتان نامێنێ، بەڵام بەکەمێک لێوردبوونەوەو تاقەتو پشودرێژی تێدەگەن کە زۆر ڕێگای سادەو هەستپێکراو هەن کە لەم ڕێگایەوە دەتوانین بۆ چەند ساتێ، دڵنەواییو ئاسوودەییەکی زۆر لەو ڕۆژانە کە زۆر خەریکن، بەدەست بێنن.
گاڵتەو سەیرانو کات ڕابواردن، قسەکردنی گەرموگوڕ، گۆڕینو ئاڵوگۆڕکردن بارودۆخی ژیان، بەشێک لەو ڕێگایانەن، لەبەرئەوەی دەبنە هۆی ئەوە کە منداڵەکان هەستێکی باشتر لەبەرامبەر خۆیاندا بکەنو ئێوەو هاوسەریشتان وەوکو دایکو باوک، هەست بەمتمانەو لێهاتوویی پێویست بکەن، سەرەڕای ئەوە کە ئەم ڕێگایانە پێویستییان بەکاتو پارەی زۆر یان بەرنامەڕێژی بەرفراوان نییە، بەڵام گۆڕانێکی بەرچاو لەژیانتاندا پێکدێننو هەستی دڵخۆشی، بەختەوەریو ڕەزامەندی لەژیانتاندا بەهێزتر دەکات. چۆن؟
تکایە سەرنجی خۆتانە بدەنە ئەم نموونانەی خوارەوە تا تێبگەن چۆن:

بەیانی ڕۆژی پشوودان: هەلی گەورە

هەموو هەوڵی خۆتان بخەنەگەڕ بۆئەوەی ئەوپەڕی کەڵکی خۆتان لەبەیانی ڕۆژەکانی پشوودان وەربگرن. داوا لەمنداڵەکان بکەن بۆماوەی ١٥خولەک هەموویان بێنە سەر جێگای خەوتنتان، لەباوەشیان بگرنو ماچیان بکەنو خۆشەویستی بێدرێغی خۆتان پێیان دەرببڕن، لەبەرئەوە کە بەرنامەی هەموو ڕۆژەکەتان ئەمەیە کە بەیانیان زوو لەخەو هەڵستنو بەپەلە کارەکانتان ئەنجام بدەن، تاوەکو هەمووتان لەسەر کاتی دیاریکراوتان لەسەر شوێنی کار، قوتابخانە یان باخچەی ساوان ئامادەبن، ئەوپەڕی هەوڵی خۆتان بدەن، لەڕۆژی پشوودا هیچ بەرنامەیەکی بەپەلەو نابەجێ دانەڕێژن، بەم شێوەیە دەتوانن چەند ساتێکی بێکێشە لەگەڵ یەکتر بەسەربەرنو هەستی گەرموگوڕی زیاتر بکەن.

هەناسەی قووڵ لەبیر مەکە!

کاتێ کە هەست بەوە دەکەن ئیتر تاقەتی منداڵەکانتان نەماوە، هەناسەیەکی قووڵ بکێشن، تاوەکو ئارامو هێمن ببنەوە. توێژینەوەکان دەریانخستووە کە هەناسەی قووڵ وەکو میکانیزمێکی هێورکردنەوە کاردانەوەی زۆر لەسەر تاکە هەیە. ئەم کارە بۆ منداڵەکانیش بەسوودو کاریگەرە. ئەم شتە تاقی بکەنەوەو بەئاسانی دەگەنە ئەو ئەنجامە کە میکانیزمێکی زۆر گونجاوە بۆ هێوربوونەوەو خۆڕاگری لەبەرامبەر پرسە ناوخۆییەکانی خێزان، بەتایبەت لەبارەی منداڵەکاندا.
دایکێک کە لەنێو ماڵدا زۆرجار لەتەکنیکی هەناسەکێشانی قووڵ کەڵکی وەردەگرت، ڕۆژێک هەستی پێکرد کە کچە شەش ساڵانەکەشی کاتێ لەگەڵ برا بچووکەکەی دەمەقاڵێیان درووست بووە، بۆ بەدەستهێنانی ئارامی، هەناسەیەکی قووڵ دەکێشێ. سەیر ئەوەیە کاتێ کە دایک لەهەر دوو منداڵەکە تووڕە دەبێ، کچەکەی بیری دێنێتەوەو پێیدەڵێت: دایە، هەناسەکێشانی قووڵت لەبیر نەچێ!

تاریفکردنی ناڕاستەوخۆ

هەندێجار منداڵەکان تاریفکردنو هاندانی ڕاستەوخۆ بەکارناهێنن یان شەرمی لێدەکەن، بۆیە خراپ نییە کە جاروبار لەڕێگای ناڕاستەوخۆ تاقی بکەنەوە، بەم شێوەیە کاتێ ئێوە تاریفو ستایشیان دەکەن، بێڵن ئەوانیش گوێیان لێبێت. تاریفکردنێکی ناڕاستەوخۆ دەتوانێ ببێتە تاقیکردنەوەیەکی بەهێزتر بۆمتمانە بەخۆبوونی منداڵ، چونکە منداڵ تێدەگات تاریفکردنتان جیددیو ڕاستگۆیانەیە.

دوای گرتنی جەژنی لەدایکبوون

بەڕێوەبردنی جەژنی لەدایکبوون بۆمنداڵانو ئامادەکاری بۆمیوانەکانی بانگهێشتکراو بەکەڵکی زەحمەتو ماندوبوونەوەک دێت، بەڵام ماندوویەتیو شەکەتی دوای جەژنی لەدایکبوون بۆ دایکو باوکەکانو تەنانەت منداڵیش دیاردەیەکی باوە، بۆیە باشتروایە پاش ئەوەی دوایین میوانەکانتان چوون، هەوڵ بدەن ئێوەو منداڵەکەت/منداڵەکانتان لەماڵ بڕۆنە دەرەوەو دەتوانن لەگەڵ یەکتر بۆ پیاسەکردن لەباخچە یان خواردنی ئایسکرێم بڕۆنە دەرەوە.
لەم دەرفەتەدا، لەبارەی ڕووداوەکانو خاڵە سەرنجڕاکێشەکانی جەژنی لەدایکبوونەکە پێکەوە قسە بکەن. دوای ئەم کاتە کورتە، منداڵ ئارامتر دەبێتو دۆخێکی باشتریشی دەبێ، ئێوەش ئامادەبوونێکی زیاترتان دەبێ بۆ کۆکردنەوەو ڕێکوپێک کردنی کەرەستە بەکارهاتووەکان بۆ میوانییەکە.

ڕۆژانە ١٠خولەک تایبەت بەمنداڵەکان

ڕۆژانە ١٠خولەک لەکاتێکی دیاریکراوی تایبەت بۆ منداڵان تەرخان بکەنو خەریکی ڕاپەڕاندنی کاروباری ڕۆژانەتان بن، بەتایبەت هەندێ کارتو یاریو چالاکی کە ئارامی دەدات بەئەندامانی خێزانو پەیوەندی قووڵو گەرموگوڕی زیاتر درووست دەکات.

گۆڕینی بارودۆخ

هەندێجار بۆ گۆڕینی باودۆخو دوورکەوتنەوە لەکێشەو مشتومڕ، باشتروایە دۆخەکە بگۆڕن. ڕێگایەکی گونجاوی ئەوەیە کە ڕابگەیەنن بەنیازن هەموو خێزانەکەتان ببەن بۆ گەڕانو سەیران، ئەندامانی خێزان هەڵبگرنو بیانبەن بۆ دەرەوەی ماڵ سەردانی باخچەی گەرەک یان گشتی شار، کتێبخانە، کافی شۆپ بۆ خواردنی ئایسکرێمو...تد، بکەن تەنانەت ئەگەر ئەم گەڕانە تەنیا یەک کاژێر بخایەنێ، بەهۆی ئەم سەرقاڵیو خۆشحاڵییە کە پێکدێت، سەرنجی ئەندامانی خێزان لەو بابەتە بچووکانە کە لەنێو ماڵدا دنەیان دەدات، دوور دەخاتەوە.

باسکردنی هەندێ لەبیرەوەرییە خۆشەکان

دوای خواردنی نانی شەوانە یان بەر لەخەو چەند ساتێ خەریکی قسەکردن لەبارەی هەندێ شتی باش بن کە لەژیانتاندا هەن. لەم کارەدا زێدەڕۆیی مەکەنو شتەکان زۆر گەورە پیشان مەدەن. زیاتر لەسەر ئەو شتە باشو پۆزەتیڤانە تەرکیز بکەن کە ڕۆژانە بۆتان ڕوویداوە، هەروەها داوا لەئەندامانی دیکەی خێزانیش بکەن کە لەبارەی ڕووداوەکانو شتە باشەکانی ڕۆژانەیان تاریف بکەن. ئەم کارە ڕێگایەکی باشە بۆ کۆتاییهێنان ڕۆژێک بەروانینێکی ئەرێنی.

شیکردنەوەی زیادە مەکەن

یەکێک لەسەرچاوەکانی گرنگی دڵەڕاوکێ ئەوەیە کە کاتێ منداڵەکان دەیانەوێ کارێک ئەنجام بدەن، مەسەلەکان زۆر بۆیان شی مەکەنەوەو بەردەوام بیریان نەهێننەوە. بڕیار بدەن کە شیکردنەوەو ئاگادارکردنەکانتان لەیەک دوو ڕستەی کورت باس بکەن. بەکورتی، بۆ بەختەوەری خێزان زۆر ڕێگای دیکە هەن کە دەتوانین بە بەکارهێنانیان ژیانێکی کامەرانو بەختەوەرانەو دور لەکێشەو مشتومڕ بۆ خۆمان مسۆگەر بکەینو ژیان تامی ئەو چێژە ڕاستەقینەیە بدات، کە هەموو تاکێک لەخەونو خەیاڵدا بیری لێدەکاتەوە.

ئەگەر نەتزانیوە بیزانە

ئا: چنار ئەمجەد

١. بۆنەمانی مێرووله لەماڵدا، توێکڵی خەیار لەو شوێنە دابنێ کە مێروولەکەی لێ دێتەدەرەوە.
٢. ئەگەر دەتەوێ ئاوێنەکەت بریقەدار بێت، بەئیسپرتۆ بیسڕە.
٣. بۆلێکردنەوەی بنێشت کە بەجلو بەرگەوە نوسابێت، بۆماوەی یەک کاتژمێر جلەکان لەناو فریزەردا دابنێ.
٤. بۆسپیکردنەوەی جل، جلەکان بخەرە ناو ئاوێکی کوڵاو کە چەند قاش لیمۆیەکی تێدا بێت بۆماوەی ١٠ چرکە، پاشان جلەکان بشۆ.
٥. بۆئەوەی قـڕت بریقەی هەبێت، کەوچکێکی بچووک لەسرکە لەگەڵ ئاودا تێکەڵاو بکەو بیدە لەسەرت پاشان باش باش بیشۆ.
٦. بۆئەوەی ڕێژەیەکی زۆرتر گیراوەی ئاوی لیمۆت دەست بکەوێت، پێش گوشینی بۆماوەی یەک کاژێر بیخەرە ناو ئاوی گەرمەوە.
٧. بۆئەوەی بۆنی ماسی بەدەستەوە نەمێنێت، کەمێک لەسرکەی سێو بێنەو دەستی پێبشۆ.
٨. کاتێک کە پیاز دەجنیت بنێشت بخۆ، بۆئەوەی چاوەکان فرمێسک نەکات.
٩. ئەگەر دەتەوێ لەکەمترین ماوەدا مریشکێکی بەستوو خاوبکەیتەوە، مریشکەکە بخەرە ناو ئاوێکی ساردەوەو دوو کەوچکی گەورە خوێی تێبکە.
١٠. بۆدڵنیابوون لەباشی قارچک، کەمێک خوێ دەکەین بەسەر قارچکەکەدا ئەگەر ڕەنگەکەی گۆڕا بۆ ڕەش ئەوا قارچکێکی باشە، بەڵام ئەگەر ڕەنگەکەی بوو بەزەرد ئەوا قارچکەکە ژەهراوییە.
١١. بۆئەوەی هێلکە بەئاسانی پاک بکرێت، لەکاتی کوڵاندندا خوێی تێبکە
١٢. ئەگەر ماسیەک بخەیتە ناو ئاوێکی ساردەوەو ماسییەکە سەر ئاوکەوت، ئەوا ماسیەکە تازەیە.
١٣. بۆناسینەوەی هێلکەی تازەو کۆن، هێلکەکە بخەرە ناو ئاوەوە، ئەگەر بەشێوەی ئاسۆیی وەستا ئەوا تازەیە، ئەگەر بەشێوەی لار وەستا ئەوا تەمەنی هێلکەکە ٣ ـ ٤ڕۆژە، ئەگەر بەستوونی وەستا ئەوا تەمەنی ١٠ڕۆژە، بەڵام ئەگەر ژێر ئاو کەوت ئەوا هێلکەکە پیسەو بەکەڵکی خواردن نایەت.
١٤. بۆلابردنی مەرەکەب کە بەسەر جلدا ڕژابێت، کەمێک لەدەرمانی ددان بخەرە سەر پەڵەی مرەکەبەکەو بەجێی بێڵە تا پێوەی وشک دەبێتەوە، پاشان جلەکە بشۆ.
١٥. ئەگەر هەست بەبوونی مشک کرد لەجێگەیەکدا، ئاڵەت لەو جێگەیە بڵاوبکەرەوە کە مشکەکەی لێیە، بەوەش مشکەکە بەخێرایی ئەو شوێنە بەجێدێڵێت.
١٦. بۆدوور خستنەوەی مێشولە بەتایبەتی لەشەودا، چەند گەڵایەکی تازەی نەعنا لەلای سەرینو ئەو جێگەیەی تێیدای دابنێ.
١٧. بۆلابردنی گژوگیا، خوێی بەسەردا بکە.

هەفتەی هەڵبژاردن بازاڕی دزەکان دەشکێنێت!!

«ئایینەکەی هەرچی بێت، بەپێی یاسا دز هەر دزە»

دزیکردن لەهەرێمی کوردستان بەهۆی بانگەشەی هەڵبژاردنەکانی ئەنجومەنی نوێنەرانی عێراق لەچەند هەفتەی رابردوودا رووی لەکزی کردووەو ئەوەش لەکاتێکدایە کە پێشتر ڕۆژ نەبوو چەند حاڵەتێکی دزیکردنی ماڵو دوکانو شوێنە گشتییو تایبەتییەکان تۆمارنەکرێن، بەوتەی هەندێ لەپێڕەوکارانی ئایینی ئیسلامیش دەستی دزەکان دەبڕێتەوە، ئەگەر ئیسلام بەتەواوەتی فەرمانڕەوا بێت، بەڵام مەسیحییەکان نزای چاکبوون بۆ دزەکان دەکەنو ئێزدییەکانیش بۆ سزادانیان هانا دەبەنەبەر دادگای شارستانی.

بەرزان علی حمە

زیندانو دەستبڕینەوە چارەسەری دیاردەی دزیکردنی ئیمانداران دەکات؟

هەرچەندە سزادانی ئایینی ئیسلام لەو سزایانەی تر قورسترە، بەڵام زۆرینەی دزییەکانیش لەسەر دەستی پێڕەوکارانی ئەو ئایینە روودەدەنو لەهەرێمی کوردستانیش کەس سزای دەستبڕینی بەسەردا نەدراوە، چونکە لەئایینی ئیسلامدا هەرشتێک بەسێ قۆناغدا تێنەپەڕێت، حوکمی دەستبڕینی بەسەردا نادرێت.

دزیکردن لەئایینی ئیسلامدا، پێناسەی تایبەتی خۆی هەیەو بەو پێیەش دەبێت ئەو کردەوەیە بەچەند ڕێگەیەکدا تێپەڕبێت، ئینجا پێیدەوترێت دزیکردن، بۆنمونە وەک هەڵگرتنی شتێک لەجێگەی خۆیدا بەنهێنیو بەبێ ئاگاداری خاوەنەکەی.

بەپێی وتەی عەبدولحەمید سیوەیلی پێشنوێژو وتارخوێنی مزگەوتی حاجی جەلالی ئاسنگەر، لەشەریعەتی ئیسلامدا سێ مەرج هەیە بۆئەوەی بەکەسێک بڵێن دز، یەکەم دەبێت ئەو شتەی کە دەیدزێت نرخو بەهای هەبێت، دووەم بەنهێنی ببرێت، سێیەم ئەو شتە لەشوێنی خۆیدا هەڵبگیرێتو دانەنرێتەوە.

ئەو مامۆستا ئایینییە پێیوایە بەبوونی ئەو سێ مەرجە دزیکرن دروست دەبێت، بەڵام هێشتا لەو حاڵەتەشدا مەرجی تری هەیە، بۆنمونە دەبێت بزانێت لەو ساڵەدا قاتوقڕیو برسێتی هەیە، خەڵکی برسیو دەستکورت دزییەکەی کردووە، یاخود ئەوانەی دەستبەتاڵنو خەڵکی بێکارنینو هەر لەچاوچنۆکیدا دزییەکە دەکەن.

ئیسلام دەستی دزەکان دەبڕێتەوە

پێشنوێژو وتارخوێنی مزگەوتی حاجی جەلالی ئاسنگەر لەسلێمانی، جەخت لەوە دەکاتەوە کە ئەگەر کەسێک لەبرسێتیو هەژارییدا دزی بکاتو زۆر زۆر پێویستی بەو دزیکردنە بووبێت، ئەوا بەو کەسە ناوترێت دز، ئەگەر کەسەکە لەبرسێتیو بێچاریدا ئەو دزییەی کرد، ڕەچاوی بارودۆخەکەی دەکرێتو پێیناوترێت دز، بەڵام پێویستە لەو بابەتانەدا وردتر لێی بڕوانرێت، چونکە بەکەسێک دەوترێت هەژار کە برسێتییەکی زۆر باڵی بەسەر دەوڵەتدا کێشابێتو خەڵکی بەتاڵە زۆر بووبێت، ئەو کەسەش لەخانوی خۆیدا نەبێت، سەیری ڕەوشی ژیانی دەکرێتو هەژارییەکەی هەڵدەسەنگێنرێت.

مەلا عەبدولحەمید پێیوایە هەندێ کەس تووشی نەخۆشی چاولێکەریی بوونو لەسەر دزیکردن راهاتوون، چونکە لەئێستادا کاسبی زۆرەو خەڵک کەمتر برسییە، «خەڵک بەهیچشتێک قەناعەتی نییە، لەوانەیە خەڵکێک تێڕوانینی وابێت کە دەستبڕینی دز پێشێلکردنی مافی مرۆڤ بێتو زوڵمکردنە، بەڵام لەڕاستییدا ئەو کەسەی کە دەستدرێژی دەکاتە سەر ماڵو موڵکی خەڵکی ئەوە خۆی بێڕێزیی بەرامبەر دەستی خۆی کردووە، نەک ئەو کەسەی بۆی دەبڕێت».

ئێزدی هانا بۆیاسا دەباتو مەسیحیش بۆ نزاکردن

لەئایینی ئێزدییەکاندا بڕگەیەکی تایبەت نییە بۆ سزادانی کەسێک کە هەڵدەستێت بەدزیکردن، بەهۆی ئەوەشی کە ئێزدییەکان لەناو نەتەوەو ئایینەکانی تردا بوونو خۆیان حوکمی سیاسی خۆیان نەبووە، بۆسزادانی ئەوانەی دزی دەکەن هانا بۆ دادگاکانی دەوڵەت دەبەن نەک حوکمی شەریعەت.

خەیری بوزانی بەڕێوبەری گشتی کاروباری ئێزدییەکان لەوەزارەتی ئەوقافو کاروباری ئایینی حکومەتی هەرێمی کوردستان، باس لەوە دەکات لەبەرئەوەی ئێزدییەکان هیچکاتێک حوکمیان بەدەستەوە نەبووە، حوکمی دزیکردن نەچووەتە ناو تێکستە ئایینییەکان، هەروەک لەئیسلامو مەسیحییدا ن شیکراوەتەوەو سزای بۆدەستنیشان کراوە، لەبەرئەوە لەلای ئێزدییەکان حوکمێکی ڕوون نییە، کە چۆن لەفلان ئاییندا دەبێت وابکرێتو ئێزدیش وابکات.

بوزانی جەخت لەوە دەکاتەوە ئەگەر کەسێکی ئێزدی دزی بکات، بەپێی یاسا حکوم دەدرێت، چونکە ئێزدییەکان یان لەناو موسوڵمانەکاندا ژیاون یاخود لەناو مەسیحییەکاندا، خۆیان حوکمی سەربەخۆی خۆیان نەبووە، هاوکات لەئایینی مەسیحییشدا ئەگەر دزییەکیان لێبکرێت، روو دەکەنە دادگای شارستانیی دەوڵەت، بەڵام ئەگەر پەنایان بۆ دادگاش نەبرد، هیچ دەقێکی ئایینیان نییە تا لەڕووی ئەو دەقە ئایینییەوە سزای بدەن، «خوا سزای لێوەردەگرێت نەک ئینسان».

سلێوە ڕەسام قەشەی کڵێسای ماریوسف لەسلێمانی باس لەوە دەکات کە ئەوان تەشریعی تایبەتیان نییە لەسەر حوکمدانی دزیکردن، چونکە «خوا سزای کەسەکە دەدات نەک بەشەر، ئێمە حەقمان نییە بەسەر ئەو کەسەوە، ئەگەر پێویست بکات ڕوودەکەینە دادگای مەدەنی».

یاسا بۆ هەموو نەتەوەو ئاینێک وەکیەکە؟

بەپێی یاسای عێراقی هەرکەسێک لەسەر هەر ئایینو ئایینزاو بیروباوەڕیک بێت، یان هەر کەسێکی وڵاتێکی تریش بێت، ئەگەر لەعێراق یان لەهەرێمی کوردستان دزی بکات، هەمان ئەو یاسا عێراقیانەی بەسەردا دەسەپێت کە لەدادگاکانی عێراقدا پەیڕەو دەکرێت.

غەفار محەمەد وەک پارێزەرێکو پسپۆڕێکی یاسایی باس لەوە دەکات کە یاساکانی عێراق حساب بۆ ئایینی کەسەکە ناکات، بەڵکو سەیری پێناسەکەی دەکات، ئەگەر عێراقی بێتو دزی کردبێت هەمان مادەی بەسەردا دەسەپێت، بەڵام بۆکەسێکی بیانی تاوەکو حەوت ڕۆژ حوکمی یاسایی نایەتە سەر، ئەوەش بەهۆی ئەوەی کە شارەزا نەبووە لەحوکمەکانی ئەو وڵاتە، بەڵام «قورسیو سوکی تاوانەکە هەندێ شت دیاری دەکات».

سەرکەوت ئەحمەد ئەفسەری لێکۆڵینەوە لەبەڕێوبەرایەتی پۆلیسی نەهێشتنی تاوان، ئاماژە بەوە دەدات کە لەبەڕێوبەرایەتییەکەیاندا هەموو جۆرە کەسێکیان دەستگیرکردووە کە دزییان کردووەو سەر بەئایینەکانی تریش بوون، «هەر یاسایەک بەسەر موسوڵمانەکەدا جێبەجێ بووبێت، بەسەر ئایینەکانی تریشدا جێبەجێ کراوە، تازەترینیان گەنجێکی ئێزدی بوو کە دادگا بەغەرامەکردن سزای دا».

دزیکردن لەماڵەکانی خودا

دزیکردن لەئایینە جۆربەجۆراکاندا بەردەوامەو نم نم لەژمارە حەوتی خۆیدا ڕاپۆرتێکی لەسەر دزیکردن، لەناو پەرستگا ئایینەکاندا بڵاوکردەوەو لەوێدا نمونەی دیاری ئەو کەسانە هێنرابوونەوە کە لەنێو ماڵەکانی خوادا دزییان لێکراوەو ئەوەش بووەتە هۆی ساردبوونەوەیان لەدرێژەدان بەسەردانی پەرستەگە ئایینییەکانیان.

هەر لەو ڕاپۆرتەدا رزگار محەمەدی تەمەن ٣٠ساڵ بەترسێکەوە لەوە دەدوێ کە «دزیکردن لەماڵی خوا زۆر بووە، ڕەنگە ئیتر نەتوانین لەماڵەوە بەهێمنی بخەوین»، هاوکات سامان کامەرانیش کە تەمەنی ٣٢ساڵە، کاتێک لەنوێژی جەژن تەواو دەبێت پێڵاوەکانیان لەمزگەوتەکەدا لێدزییەوەو ئەوەش هۆکارێکی سەرەکی بووە بەلایەوە بۆئەوەی بەیەکجاری ماڵاوایی لەمزگەوت بکات، چونکە «کەسێک بۆ دزی بێت بۆمزگەوت پێویستە خۆمانی تێکەڵ نەکەین».

نهێنی بەختەوەریی لەچیدایە؟

لەفارسییەوە : ئاناهیتا

ئێمەی مرۆڤ لەم دنیایەدا کارێک جگە لەژیانکردنمان نییە. مرۆڤە سەرکەوتووەکان کە تێگەیشتنی درووستیان لەچەمکەکانی ژیانی بەختەوەرانە هەیە، هەوڵ دەدەن بەردەوام هەڵسەنگاندن لەبارەی چۆنییەتی ژیانیان بکەن، بەڵام مرۆڤە کەمتەرخەم، غافڵو بەئاوات نەگەیشتوو تووشی کۆتو بەندەکانی ژیان دەبنو هیچکاتێ هەست بەبەختەوەرییو کامەرانی ناکەنو ژیان دەدۆڕێنن.

پێوەری ژیانێکی باش، بوونی هەستی ڕەزامەندییە لەکاتو ساتەکانی ژیانە، هەمان چەمک کە ناوی بەختەوەرییەو ونکراوی زۆر مرۆڤی سەر گۆی زەوییە.

بەختیاریی لەژیاندا بەشێوەی پێویست، گەیشتن بەماڵو سەروەتو سامان نییە، هەرچەند زۆر مرۆڤ لەژیاندا دەسکەوتی زۆری مادییان بەدەستهێناوە، بەڵام هیچکاتێ هەست بەبەختەوەریی ناکەن. کۆمەڵێک پێوەر هەن کە بەرەچاوکردنیان بەختەوەریی لەژیانماندا مسۆگەر دەکەن.

زۆربەی تاکەکان وێنەیەکی درووستیان لەژیان نییە، ئەوان بەپێچەوانەی یاسامەندی جیهان دەجوولێنەوەو ڕۆژو شەوەکان بەبێ ئامانج بەڕێیان کردووەو تا کۆتایی تەمەنیان لەفەلسەفەی ژیان تێناگەن، بەڵام چەندە جوانە کە هەموو کاتو ساتەکانمان بەباشی بەکار بێنینو درووستو لۆژیکی بیر بکەینەوەو بەخولقاندنی ژیانێکی ئارامو پڕ بەرهەم، کەڵکی شیاو لەدەرفەتەکانی جوانی ژیان وەربگرین.

هەموو شتێک لەم پێناوەدا گرێدراوە بەپرۆژەو هەنگاوەکانمان لەژیاندا، ئاکامەکەش پیشانی دەدات کە چەندە لەرێگای بەختەوەرییو کامەرانی بەپراکتیک بەرەوپێش دەڕۆین، چونکە هەقیقەتی ژیان لەمرۆڤدا پێکدێت. تێگەیشتن لەهەقیقەتی ژیان بۆمرۆڤە هۆشیارەکان شێوازێکی سادەیەو زۆر وریای خۆیانن کە ئەم سەرمایە گەورەیە ژیان لەدەست نەدەنو بەدرووستی بژین.

ناسینی هەقیقەتی ژیان چەمکێکە کە ئینسانەکان دەباتە نێو ستراتیژییەکی درووست لەژیاندا. دەبێ لەبیرمان بێت کە هەقیقەتی ژیان لەزەینو مێشکماندا پێکدێت، ڕاستی بوونی ژیان لەجیهانی دەرەوە پێکدێت. هەستکردن بەرەزامەندی دڵخۆشی لەژیاندا لەتێگەیشتن لەو شتە سەرچاوە دەگرێ بەواتایەکی دیکە ژیان، گۆڕینی خەیاڵەکان بەراستییەکان، واتە لەهەقیقەتەوە بۆ ڕاستی بوون. بڕگەکەی دەگەڕێتەوە سەر ئەوەی کە تاک چەندە بەئەوینو هەوڵدان بۆ بەختەوەریی خۆی لەژیان تێدەکۆشێ.

دەبێ بزانین هەقیقەتی ژیان، خولقاندنی ژیانێکی سەرکەوتوو لەسەر بنەمای ئەو ستراتیژییانەیە کە بۆ ئەم مەبەستە پێویستن. ژیانێک کە بەردەوام ئاواتی گەیشتنی لەمێشکماندایە، سەرەڕای هەموو دژوارییەکان، کۆسپو بەربەستەکان سوود دەگەیەنێتە خێزانو کۆمەڵگەکەشمان. شێوەی بیرکردنەوەمان، گەیشتن بەهەقیقەتی ژیانو بەختەوەریی خۆمانو دواتریش خێزانو کۆمەڵگەمان ئاسانتر دەکات، بەڵام دەبێ چەند شتێکی نهێنی لەم بوارەدا لەبەرچاو بگرین، لەوانە:

یەکەم: هەموو ئەو شتانە کە بەمەبەستی خۆشحاڵیو بەختەوەریی پێویستیمان پێیانە، لەدروونی خۆماندایە.

دووەم: وێنەیەکی زەینی درووست لەخۆمان، ئێمە بەرەو هەقیقەتی ژیان ڕێنوینی دەکات. ئەو وێنایە کە من کێمو چ کارێک دەتوانم ئەنجا بدەم، چونکە وێنای زەینی هەر مرۆڤێک، بناغەیەکی سەرەکی کەسایەتیو ڕەفتارەکان پێکدێنێ، کە چ کارێک لەدەستمان نایەت.

سێیەم: ئامانج ژیانکردن، بۆئەوەی وەکو مرۆڤێک تەواوی تواناکانی پەنگکراوو شاراوەی مرۆڤێکی خۆهەڵدەر بناسینو خۆمان دەربخەینو بگەینە زیاترین گەشەو هەوڵدەر لەپێناو بەختەوەری ژیان.

چوارەم: گۆڕانکاری لەدەروون، نەتەنیا مومکینو ڕەخساوە، بەڵکو شتێکی مسۆگەرە، چونکە تا ئێمە نەگۆڕین، ژیانی ئێمەش ناگۆڕێت.

پێنجەم: تەواوی کێشەکان، کۆسپو تەگەرەکانی ژیان، لەراستیدا دەرسو پەندەکانی ژیانن کە مرۆڤ فێر دەکەنو دەبنە بناغەی درووستبوونی مرۆڤێکی تەواو. ئەوان هەندێ هەلو دەرفەتن لەپۆشاکی گۆڕاو کە دەبنە هۆی گەشەکردنو هەڵدانی مرۆڤ، با ڕێزیان لێبگرینو لێیان فێربین.

شەشەم: لێکدانەوەو تێگەییشتنمان لەهەقیقەت، شتێکی درووستکراوی بیرو زەینی مرۆڤە، بۆیە دەتوانین هەقیقەتەکانی ژیانمان بەروانینەکانمان بگۆڕین. دەبێ ئاگاداری بیرۆکەو روانینەکانمان بین تاوەکو هەقیقەتی ژیان جوانتر ببینین.

حەوتەم: ترسو گومان، ئەمانە خۆشیو شادی لەمرۆڤ دەستێنن. دەبێ بەبیرکردنەوەی قووڵو هەمەلایەنە قورسو قایم بڕۆینە پێش بەبێ ترسو گومان لەئامانجەکانی ژیانمانو بەختەوەری بۆخۆمان دابین بکەین.

هەشتەم: ئەگەر خۆمان خۆشنەوێتو عاشقی خۆمان نەبین، ناتوانین کەسانی دیکەشمان خۆشبوێو لەخۆشەویستی کەسانی دیکەی بەرامبەر خۆمان تێبگەین.

بەگشتی لەبەرئەوەی مرۆڤەکان لەرێگای ژیانیان هەندێجار لەبەڕێوەبردنی درووستی یاساکانی ژیان بێئاگا دەبنو بەروانینە هەڵەکانو تێگەیشتنە نێگەتیڤەکان، لەرێگای درووستی ژیان دووردەکەونەوە. جوانترین پێوەری هەڵسەنگاندنی چۆنیەتی ژیان، ئەمەیە کە لەکۆتایی هەموو ڕۆژێک، لەخۆمان پرسیار بکەین کە ئایا ڕۆژێکی پڕ بەرهەمتان هەبووەو لەساتەکانی ژیانتان چێژی پێویستتان وەرگرتووە؟

تەواوی ئەوانەی بۆبەختەوەریو کامەرانی راستەقینە لەژیاندا پێویستیمان پێیانە، لەدەستی خۆماندانو لەدەسەڵاتی خۆماندایە.

١٦٩ ژن دەستگیردەکرێن

«سێ جار هەلی دزیکردنم بۆرەخساو هەر سێ جارەکەش دەستگیرکرام»

ئەو کاتەی تەمەنی کەتان پێنج سالان دەبێت، لەلایەن خێزانەکەیەوە دەنێررێت بۆ سوالکردنو ئەوەش وایلێ دەکات کە بەردەوام لەگەڵ گەورەبوونی، هەر سوال بکاتو لەو رێگەیەوە نان پەیدا بکات، بۆیە لەتەمەنی ٣٢ساڵیدا، بەهۆی دزییکردنەوە دەچێتە کونجی زیندانەوەو ماوەی پێنج سال لەزیندان دەمێنێتەوە، هاوکات بەپێی وتەی توێژەرێکی کۆمەلایەتی ئەو منداڵانەی دەنێردرێنە سەر شەقامەکان بۆسولکردن، روبەرووی چەندین کاری نەشیاو چەندین لادان دەبنەوە.

جەمال حسێن عەبدولا لەدهۆک

«کاتێک خێزانەکەم منیان خستە سەرجادە بۆ سوالکردن، هیچ شتێکم نەدەزانی، بۆیە ئەوکات حەزمدەکرد وەکو منداڵانی تر بژیامایە»، ئەمە یەکەم دێڕی گێڕانەوەکەی ئەو بوو، هەربۆیە ئامۆژگاری دایکو باوکانی دەکرد کە نەهێڵن داهاتووی منداڵەکانیان وەکو ئەوی لێ بێت.

کاتێک لەتەمەنی پێنج ساڵییەوە کەتان، دەخرێتە سەر شەقام بۆ سواڵکردن هەستدەکات وەکو منداڵەکانی تر ژیان بەسەرنابات، «هەموو کاتێک سەیری ئەو منداڵانەم دەکرد کە دەستی دایکو باوکیان گرتبوو دەرۆشتن، منیش چاوڕێی دەستی کەسێک بووم کە پارەیەکم بۆ فڕێ بدات، ئەگەر خێزانەکەی منیش فێری سواڵکردنو دزیکردنیان نەکردمایەو بەشێوەیەکی باش پەروەردەیان بکردمایە، دەبوومە کەسێکی تر، بۆیە تازە ناتوانین واز لەو کارە بهێنین».

خێزانەکەی دەیکەنە دزو سوالکەر

کەتان، بەهۆی خێزانەکەیەوە کەوتە ناو جیهانی سولکردن، ماوەی ٢٧ساڵە تەنها بەسواڵکردن نان پەیدا دەکات بۆمنداڵەکانیو هاوسەرەکەشی بەجێیهێشتونو بەرەو هەندەران رۆشتووە، هاوکات ئەوەش ناشارێتەوە کە چەند جارێک دزی کردووە، «سێ جار هەلی دزیکردنم بۆ رەخسا منیش ئەو هەلەم قۆستەوەو دزییەکم کرد، هەر سێ جارەکە دەستگیرکرام، جاری یەکەم شەش مانگو جاری دووەم سێ ساڵو نیو زیندانی کرام»، دواجاریش لەلایەن دادگای دهۆکەوە حکومی پێنج ساڵ زیندانی بەسەردا دەدرێت، لەبەرئەوەی رۆژێک لەگەڵ خەسویدا کە لەسواڵکردن دەگەڕێنەوە لەزاخۆوە بۆ دهۆک، لەگەڕەکی سەرهەڵدانی دهۆک، ماڵ بەماڵ بۆ پارە کۆکردنەوە دەگەڕێن، «چوومە چەند ماڵێک بۆ پارە، یەکێک لەماڵەکا دەرگاکەی کرابویەوەو هەستمکرد کەسیان لەماڵ نییە، بۆیە چومە ژورەو تاکی کانتۆرەکەیانم کردوە، بینیم هەندێ بازنو ملوانکەو دوو مستیلەی ئاڵتونی تیایە، یەکسەر هەڵمگرتو بەرەو دەرەوە رامکرد، بەڵام چانسم نەبوو خاوەن ماڵەکە لەبەر دەرگا گرتمی».

خاوەن ماڵەکە چۆن دزەکە دەگرێت؟

ئەو کاتەی خاوەن ماڵەکە بەرەو ماڵەوە بەڕێدەکەوێت کەسێک دەبینێت، لەماڵەکەیان دەچێتە دەرەوە، ئەویش پەلەپەل دەکاتو لەبەر دەرگاکە دزەکە دەگرێت.

حسام کەریم خاوەنی ئەو ماڵەیە کە کەتان دزییەکەی لێکردبوو، لەلێدوانێکیدا بۆ نم نم ئەوەی ئاشکراکرد کە لەدوکانەکەی خۆیەوە بەرەو ماڵەوە گەڕاوەتەوەو نەیزانیوە ماڵەوە کەسی لێ نییە، «کاتێک گەڕامەوە بینیم ئەو ژنە لەماڵەکەمانەوە دەردەکەوێت، پێموت خێرە، وتی بەدوای خانوویەکی کرێ دەگەڕێم، یەکسەر چوومە ماڵەوە بینیم دەرگای کانتۆرەکەمان کراوەتەوەوئاڵتونەکانمان دزراون، پاشان دوای ئەو ژنە کەوتم، لەسەر جادەکە دەستگیرم کردو تەسلیمی پۆلیسم کرد».

منداڵەکانتانبپارێزن با فێری لادان نەبن

توێژەرێکی کۆمەڵایەتی جەخت لەوە دەکاتەوە کە پێویستە دایکو باوکان ئاگاداری پەروەردەی منداڵان بنو فەرامۆشیان نەکەن، بۆئەوەی لەداهاتوودا نەبنە کەسێکی یاخی.

ستار جەبار توێژەی کۆمەڵایەتی ئاماژە بەوە دەدات کە منداڵان لەتەمەنی منداڵییەوە فێری هەر کردەوەیەکی خراپ بکرێن، دایکو باوک لێیان بەرپرسە، «پێویستە دایکو باوک منداڵەکانیان نەخەنە بەر کاری قورسو سواڵکردن، بەڵکو بەردەوام ئاگادارییان بکەن، چونکە توشی لادان دەبنو کارو رەفتای خراپ هەڵدەگرن».

ناوبراو، جەخت لەوە دەکاتەوە کە ئەو منداڵانەی لەسەر شەقامەکان سواڵ دەکەن، خەڵک بۆ مەبەستی تر بەکاریان دەهێنن.

سەرچاوەیەک لەبەڕێوەبەرایەتی پۆلیسی نەهێشتنی تاوانی دهۆک کە نەیویست ناوی بهێنرێت ئەوەی ئاشکرای کرد کە ئەو ژنە سێ جار لەماوەی حەوت ساڵی رابوردوودا، بەدزییەوە دەستگیرکراوەو ئێستالەزینداندایە.

لەساڵی رابوردوودا، ١٦٩ژن بەپێی بڕیاری دادگای دهۆک زیندانی کراون، کە لەسەر لەشفرۆشیو دزیو کوشتنو سواڵکردنوساختەکاریدەستگیرکراون.

تێبینی:
لەم راپۆرتەدا کەتان ناوێکی خوازراوە

نۆ دوژمن لەژیانی هاوسەرییت دوور بخەرەوە

ئا: لانە کامەران

بۆئەوەی ژیانی هاوبەش لەخێزاندا بەباشی بەرەو پێش بڕوات، بەدوای شێوازی سەیروسەمەرەدا مەڕۆنو بیر لەو شتانە بکەنەوە کە بنەمای ژیانی راستەقینەیان هەیەو راستەوخۆ لەگەڵیان رووبەروون.

بێگومان دەتوانن هەندێ لەکۆسپو داوانە کە لەوانەیە لەماوەیەکی درێژتردازنجیرەیپەیوەندییەکانتان تووشی لاوازیو سستی بکەن، دوور بکەونەوە، هەربۆیە لێرەدا چەند نەریتێکی خراپ دەخەینەڕوو کە دەبێ وەلابنرێن تاکو ژیانی هاوبەشی خێزانیتان تووشی کێشە نەبێت، کە ئەوانیش بریتین لەم چەند خوو نەریتەی خوارەوە:

تەلەڤزیۆن

لەژیانی هاوبەشدا تەلەڤزیۆن جۆرە بکوژێکە،لەمبوارەداهیچ گومانێکتان نەبێ! هەوڵ بدەن خواردنی شەوانە لەبەرامبەر تەلەڤزیۆن دانەنیشن، چونکە چواردنی شەوانە لەبەرامبەر تەلەڤزیۆنو سەیرکردنی بەرنامە جۆراوجۆرەکان نایێڵێ سرنجی پێویست بەیەکتر بدەن، جگەلەوە کاتێ بەرامبەر تەلەڤزیۆن خەریکی سەیرکردنی فیلمو بەرنامە دەکەن، کاتێ نووستن تەنانەت ناتوانن لەگەڵ یەکتر بدوێنو ئاگاداری بارودۆخو حاڵی یەکتر بن.

تەنیا رێگاچەرە ئەوەیە کە ئەم دوژمنە لەژیانی خۆشەویستانەی خۆتان دووربخەنەوە، ئەوەش مەبەست لێی ئەوە نییە کە بەیەکجاری دووری بخەنەوە، بەڵام زۆریش نەبێ! بۆئەوەی لەم کارەدا زۆر بەخۆتانەوە زەحمەت نەگرتبێ، دەتوانن رەزامەندی دەربڕن کە لەماوەی هەفتەیەکدا تەنیا چوار شەو تەلەڤزیۆن بکوژێنەوە.

دانیشتن لەماڵەوە

لەبەر تەلەڤزیۆنو هۆکاری دیکە، ئیتر تاقەتو کاتتان نامێنێ بچنە دەرەوە! چونکە لەژیانی هاوبەشدا پێویستە وەک دوو خۆشەویست زۆرجار شەوانە بچنە دەرەوەی ماڵ. درووستکردنی شەوانی رۆمانتیکی نێوان دووکەس، پێویستییەکی ژیانی هاوبەشە لەدەرەوەی ماڵ. دەتوانن لەو رێژە پارەیە بۆ چوونە دەرەوە کەڵک وەربگرن کە تەرخانی دەکەن بۆهەندێ بەرنامەی دیکەتانو ئەمەیان جێی دەگرێتەوە.

زیادەکاری

هەوڵ بدەن ئیتر درەنگ لەسەر کار نەگەڕێنەوە! چونکە نەتەنیا بۆخۆتان کاتتان نیە، بەڵکوو جگەلەماندوویيو شەکەتبوونو تەنانەت تووڕەییش لەگەڵ خۆتان دێننە ماڵەوە کە بێگومان بۆهاوسەرتانو ئەندامانی دیکەی خێزان شتێکی ناخۆشە، بۆئەو مەبەستە تەنیا پێویستە کار تەواوی ژیانی ئێوە بەخۆیەوە خەریکا بکات، بۆیە بەپەلە دەبێتە تەنیا بابەتێک کە لەخێزانەکەتاندا زۆر قسەی لەسەر دەکرێت.

هەوڵ بدەن لەکاتی خۆیدا بگەڕێنەوە ماڵەوەو لەگەڵ هاوسەرو ئەندامانی خێزانتان بەسەر بەرن.

پێراگەیشتن بەبواری رواڵەت

وابیر مەکەنەوە کە چۆن ئیتر ژنو مێردنو چەندینساڵ لەهاوسەرییتان تێپەڕ بووە، دەبێ واز لەرازاندنەوەو رێکپۆشیو رواڵەتی لەشتان بێنن! بۆئەوەی ئەو کێشەتان نەمێنێ، رێکپۆش بنو بەرواڵەتان رابگەن، چونکە هاوسەر مرۆڤ هەروەکو خۆی خۆشدەوێ، بۆیە بەباشترین شێوە خۆتان نیشان بدەن.

سەرنجنەدان

دوژمنێکی گەورەی ژنانو پیاوان، سەرنجنەدانی یەکترییە. لێرەدا مەبەست کڕینو دانانی دیاری نییە، بەڵکو مەبەست تەنها سەیرکردنی هاوسەرانتانە. بەتایبەت کە هاوسەرتان کە لەئارایشگا گەڕاوتەوە یان جاکەتێکی کڕیوە، سەرنجی خۆتانی پیشان بدەنو تاریفی بکەن، چونکە زۆرجار تاریفکردنی خۆشەویستان بۆ مرۆڤ مەسەلەیەکە کە دڵشاد دەکات، بەڵام تەنها کاتێک کە درووستو بەجێ بەکار ببرێت.

بەغیلی بێ رادە

واز لەچاودێرییکردنو تووڕەکردنی هاوسەرتان بهێنن، لەبەرئەوەی ژیانی هاوبەش لەسەر بنەمای متمانەی دوولایەنە دادەمەزرێ. گومانی بێ رادەی ئێوە لەئاکامدا ماندووو بێزراوی دەکاتو رەنگە بەجۆرێکی دیکە بڕیار بدات.

خێزانی هاوسەر

نە، بەدڵنیاییەوە هەموو خێزانەکانی هاوسەرتان بەو شێوە کە لەفیلمەکاندا بەشێوەی نێگەتیڤ پیشان دەدرێن، نین. سازانو لێکگەیشتنی نێوان هاوسەرو خێزانتان زۆرجار دەتوانێ گەرموگوڕ بێت، بەڵام خاڵی گرنگ ئەوەیە کە بزانن کاتێ ئەم لێکگەیشتنە بەرادەی پێویست هەیە، زۆر شت بەسەر هاوسەرتان نەسەپێنن.

نەبوونی بەرنامەڕێژی

پێکهێنانی خێزان بەمانای تێپەڕاندنی ژیان بێ لەبەرچاوگرتنی داهاتوو نییە. هاوسەران دەبێ لەگەڵ یەکتر داهاتوویان درووست بکەن، هەم لەبارەی بەرنامەی کورتخایەنو هەم درێژخایەنی داهاتووتان بەردەوام قسە بکەنو بیروراشی لەسەر ئاڵوگۆڕ بکەن، چونکە ئەم کارە پەیوەندییەکانتان بەهێزتر دەکاتو گەرموگوڕی زیاتر دێنێتە نێو ژیانتان.

بێدەنگبوون

بەدڵنیاییەوە نەبوونی قسەکردن بۆژیانی هاوسەریی خراپو زیانەدەرە. ئەم کارە لەبەر زۆر هۆکار دێتە ئاراوە، زۆربەش بەهۆی کەمبوونی کاتو سەرنجنەدانی ژنو پیاو بەیەکتر پێکدێت. زۆرجار ژنو پیاو لەگەڵ یەکتر قسەدەکەن، بەڵام هیچکامیان گوێ بەقسەکانی یەکتر ناگرنو بایەخیشی پێنادەن، لەم حاڵەتەدا بابەتەکە لەگەڵ یەکتر بێننە بەرباسو هەوڵ بدەن بەراستی لەقسەکانی لایەنی بەرامبەرتان تێبگەن. ئەگەر پێویستیش بێ، لەدەروونناسێک داوای یارمەتی بکەن.

سەرچاوە:
لەفەرەنسییەوە سپیدە حوسێنعەلی،
Doctissimo.fr

تەکان دن

بۆدەبێت پیاوان جلی ژێرەوەی ژنان بفرۆشن؟

کەژاڵ ئیسماعیل لەهۆڵەندا

کێشەی دیکەی کۆمەڵایەتی کە ئەبنە مایەی ئازارو مەینەتی بۆ ژن.

خۆزگە لەتەواوی ئەو وڵاتانەدا کە پیاو هەموو شوێنە هەستیارو داموو دەزگاکانی قۆرخکردووە چاوێک بەکێشەی بازاڕ دەخشێنرایەوەو کارکردنی رەگەزی مێو تێکەڵبوونی بەو کارە ناسکانەی مۆرکی مێینەیان پێوە دیارە، رێگەیان دەدا کە زیاتر کچان لەنێو کۆگاو بازاڕەکانی تایبەت بەپێداویستییە تایبەتییەکانی ژنان کاربکەن وەک فرۆشیارو کێشەی ئەو «قیاسە» کە لەوتەی زمانم گرتووە وشەیەکی مورادیفم بۆی نەبیستووەو ئێستاش سەرباری ئەوەی کە نەوەی نوێو منداڵانیش هەر بەقیاس ناوی ئەبەن، چیتر پیاوانیش لەو تەنگژە هەستیارە رزگار ئەبوون کە بۆتە گرێیەک.

ئەوەی جێی سەرنجەو سەیریشە بەلامەوە، خێزانو خوشکو کچی ئەو فرۆشیارو دوکاندارانە لەپیاو ئەو شتانە ئەکڕنو هەر خۆشیان پێیان ناخۆشە.

لەگەڵ ئەوەی ژیان پێشکەوتنی خێرا بەخۆوە ئەبینێت، مرۆڤ تادێت تەکنەلۆژیاو داهاتنی نوێی ئەخرێتە بەردەم، بەڵام هەندێ دیاردە وەک خۆیان ماونو نەگۆڕاون.

ئەگەرچی دیاردەکان زۆرن بەتایبەت لەمیانی کارکردنو دابەشکردنی فرسەتی کارکردن لەنێوان چینەکانی کۆمەڵگەدا، بەڵام هێشتا هەر پیاو بەشی شێری بەرکەوتووە، تەنانەت هەندێ کار وەک ئەوەی پیاو بۆ ئەوە خولقابێت ئەنجامی بدات کۆمەڵگە بەبڤەی ئەزانێت ژن توخنی بکەوێت، بەتایبەت لەوڵاتەکانی خۆرهەڵاتی ناوەڕاست، تەنانەت ئەو وڵاتانەی ژن تیایدا بۆی نییە توخنی کۆڕو کۆمەڵی پیاو بێتەوە، بگرە لەچوارچێوەی خێزانیشدا.

ئەوەی جێی نیگەرانیو خەمۆکییە قۆرخکردنی بازاڕو پیشەی فرۆشیارییە لەبازاڕو کۆگا بازرگانییەکاندا، ئەگەرچی ئێستا ژن چۆتە نێو بازاڕەوەو شانبەشانی پیاو لەکۆگاکاندا کار دەکات، بەڵام بەرێژەیەکی کەمو جیاواز لەوەی چاوەڕوان ئەکرێت، سەمەرەی مەسەلەکە لەوەشدایە خودی پیاوان رێگرن لەبەردەم ژندا بۆ چوونە نێو ئەو بازاڕو کۆگایانەوە بۆ کڕینی کەلوپەلو پێداویستییە تایبەتییەکانی خۆیان، پێشیان شەرمە لەتەک ژنەکانیاندا بچنە نێو بازاڕ، ناڵێم هەموو پیاوان، بەڵام رێژەکە زۆر لەوە کەمترە کە باس بکرێت، ئاخر ئەو پێداویستیانەی ژن بەکاریان دێنێت پیاو ئەیانفرۆشێتو لەهەموویان سەیرتر پۆشاکی ژێرەوەی ژنانە.

هاوڕێیەکم ئەیوت هەرکات داوا لەهاوسەرەکەم ئەکەم لەگەڵم بێتە بازاڕ، پێم ئەڵێت: بێم کابرای دوکاندار لەبەرچاوی مندا لێت بپرسێت: بێزەحمەت قیاست چەندە؟. ئەوە کێشەی هاوڕێکەی من نییە بەتەنها، لەوانەیە هی منو زۆربەی ژنان بێت نەک لەکۆمەڵگەی ئێمە، بەڵکو لەزۆربەی کۆمەڵگە ئیسلامییەکان دا، بۆنموونە لەزۆربەی وڵاتانی کەنداو بەتایبەت سعودییە، ژن تائێستاش بۆی نییە شۆفیری بکات، تێکەڵ بەپیاو ببێت، تەنانەت تەوقە لەگەڵ پیاوێک بکات، کەچی هەموو ئەو کۆگاو بازاڕانەی کە پێداویستییەکانی ژن ئەفرۆشن پیاو ئیشیان تێدا ئەکاتو بەزەوقی ئەو پیاوانە تازەترین بەرهەمی خۆماڵیو جیهانی لەئارایشتو ستیانو ئەتەکو پۆشاک ئەکڕن، ئەگەرچی پیاوان هاواریان لێبەرزبۆتەوەو لێرەو لەوێ لەرۆژنامەو بڵاوکراوەکاندا داوای کۆتاییهێنان بەو مەزهەلەیە ئەهێنن کەچی یەک هەنگاو بۆ نەمانی ئەو دیاردەیە کە بەعەیبەو شورەیی ناوی ئەبەن نەنراوە.

وێڕای ئەوەی کێشەی تێکەڵبوونی ژن لەنێو کۆگاو بازاڕەکاندا جۆرە شەرمو هەستیارییەک دروست دەکات، گەلێک کێشەی ناشازو ناشرینی دیکە رووبەرووی ژن ئەکاتەوە، وەک توانجو پلار، دەستبردن بۆ ژنان، لەخشتەبردنی کچانو ژنان جا مادیی بێت یان مەعنەویو گەلێک

هاوڕێیەکم ئەیوت هەرکات داوا لەهاوسەرەکەم ئەکەم لەگەڵم بێتە بازاڕ، پێم ئەڵێت: بێم کابرای دوکاندار لەبەرچاوی مندا لێت بپرسێت: بێزەحمەت قیاست چەندە؟. ئەوە کێشەی هاوڕێکەی من نییە بەتەنها، لەوانەیە هی منو زۆربەی ژنان بێت

داراو زارا دەپرسن

داراوزارا: بڕیارمانداوە هەرکاتێک پرسیارێکمان هەبوو لەبارەی ئەرکە: بایۆلۆژیی، دەروونیی و سێکسییەکانی خۆمان، بەبێ هیچ ترس و شەرمو خۆخواردنەوەیەک بیخەینە بەردەم کلینیکی نم نم، تاوەکو بەراوێژ لەگەڵ کەسانی پسپۆڕو پشتبەست بەسەرچاوەی زانستیی، وەڵامی پرسیارەکان وەرگرینەوەو گومانەکانمان نەهێڵین و ببینە خاوەنی رۆشنبیرییەکی زانستیی دروست لەبارەی رۆح و جەستەی خۆمان، ئێوەی خوێنەریش دەتوانن بەشدارو هاوکارمان بن لەرێی ناونیشانەکانی رۆژنامەکەمانەوە.
shwan@journalist.com
shwan_hawlati@yahoo.com

زارا: لەوکاتەی شووم کردووە بەردەوام لەکێشەدام لەگەڵ ماڵی خەزوورم، بەڵام نامەوێت هاوسەرەکەم لەدەست بدەمو زۆریش بێزارم؟

نـم نم: ئـەوە بەتەنها کێشـەی تۆ نییە، بەڵکو کیشـەیەکی مێژینەیی و کۆمەڵایەتییە، هەڵسوکەوتو گفتوگۆ لەکەسێک بۆ کەسێکی دیکە ئەگۆڕێت، بەجیـاوازی باری رۆشـنبیریی و کۆمەڵایەتی و پەروەردەیی، هەندێجار بیرکردنەوەو لێکدانەوەی کێشـەکە لەخودی کێشەکان زیاتر قورسایی و قەیران ئەخاتە سـەر لەدەسـتدانی کۆنتـرۆڵو ئاڵـۆزی دەروونـی، هاوسەنگیی و دوورکەوتنەوە لەدایلۆگی بێسوود لەکاتی تێکەڵبووندا بارگرژی کەم ئەکاتەوە، جگەلەحەساسیەتی زۆر بەرابەر هەر قسـەیەک یـان توانج و پلارێک ئەبێتە هۆی چڕکردنەوەی کێشەکان، بایەخدان بەژیانی تایبەت و بەردەوامی لەبەخشینی خۆشەویستی سـۆز بەهاوسـەرو گوێنـەدان بەو کێشانەی کەسانی سێیەم لەنێو ژن و مێرددا دروستی دەکەن باگراوەندێکی ئیجابییە بۆ زاڵبوون بەسـەر کێشە کۆمەڵایەتییەکاندا، وێڕای هەماهەنگی لەبەرەنگاربوونەوەی هەموو ئەو قۆرت و شکستانەی دێتە ڕێگەی ژن و مێرد، فاکتەرێکی گرنگە بۆ بەردەوامبوونی ژیانێکی ئاسوودەو ئارام.

دارا: ماوەی چەند ساڵێکە ژیانی هاوسەرێتیم پێکهێناوەو هەست بەلاوازبوونی پەیوەندی ئەکەم، چۆن بتوانم ئەو خۆشەویستی و پەیوەندییە بەهێز بکەمەوە؟

بێگومـان هەموو پرۆسـەیەکی هاوسەرگیری رووبەڕووی ئەو جۆرە لاوازی و سـاردبوونەوەیە ئەبێت، بۆ بووژاندنەوەو نوێکردنەوەی پەیوەندییە رۆحی و جەسـتەییەکان پێویسـتە هەریەک لەژن و پیاو بەشداربن، وەک گۆڕینەوەی دیاریی و دروسـتکردنی دۆخێکی لەبار وەک سـەفەرکردن و دوورکەوتنەوە بۆماوەیەکی دیاریکراو، گۆڕینی ڕەنگ و شێوازی دیکۆری ماڵ بەتایبەت ژووری نووستن، لێپرسینەوەو بایەخـدان بەحـەزو ئارەزووەکانی هەریەک لەژن و پیـاو، نوێکردنەوەی پەیوەندی خۆشەویسـتی لەشەوێکی رۆمانسی و جووتبون و یادکردنەوەی ساتە خۆشـەکانی دەسـتگیرانی و مانگـی هەنگوینـی، دوورکەوتنەوە لەباسکردنی کێشـە تایبەتییەکانی پەیوەست بەئیشـوکاری دەرەوە یان کێشە مادییەکان، ئەمانەو نزیکبوونەوەو هەسـتکردن بەو ئەرکـە پیرۆزەی هەریەک لـەژن و پیـاو پابەندێتی بەرامبەر دەسـتەبەرکردنی خۆشی و خۆشەویستی و ئارامی خێزان.

زارا: کچ ئەتوانێت دەستپەڕ بکات یان زیانی نییە؟

نم نم: بەنسـبەت دەستپەڕکردن بۆ هـەردوو ڕەگەز واتە کوڕان و کچان وەک یـەک وایە، هەڵبـەت هەموو کارێک ئیجابیات و سـلبیاتی خۆی هەیەو زیادەڕەویکردن لێی بەخراپ ئەشـکێتەوە، بەڵێ کچان ئەتوانن دەستپەڕ بکەن لەرێگەی وروژاندنی ئەندامی زایەندی مێینەی خۆیانەوە بەتایبەت ئەو بەشـە هەسـتیارەی ئەکەوێتە بەشـی سـەرووی زێی کچەوە بەدەست بۆ گەیشتن بەچێژی سێکسی و بەتاڵکردنەوەی ئارەزووی سێکسـی، بەکارهێنانـی ئامێری وەک ماسـکارا یان قەڵەم یان شتی دیکە لەوانەیە هەندێجار ببێتە هۆی بریندارکردن یان دڕاندنی پەردەی کچێنی، ئەو پەردەیەی کە کچێنی و شـەرەفی خێزانی پێوە بەستراوە، ئەویـش ئاکامێکی باشـی نابێت، جگەلەوەی دەسـتپەڕ جیاوازییەکی زۆری هەیە لەسێکسکردن لەرێگەی جوتبوونی راستەوخۆوە.

زیانەکانـی دەسـتپەڕ برینتیـن لەماندووبون، پەشیمانبوونەوە لەدوای گەیشتن بەلووتکەی چێژ، ماندووبونی ماسولکەکانی لەش و گرژبوونی، ئەوە وێڕای ماندووبونی مێشک لەکاتی ئەنجامدانی ئـەو کارەدا، هاوکات کاریگەری سـلبی لەسـەر باری دەروونی دروسـت ئەکاتو دوای تەواوبوونی، هەندێ کەس هەسـت بەخەمۆکی و سزای ویژدانی خۆیان ئەکەن، ئەویش لەرووی تەندروستی دەروونییـەوە باش نییـە، هەروەک زیانی جەستەیی و کاریگەری خراپو زیانێکی ئەوتۆی نییەو ئەنجامدانی ئەبێتە هۆی بەتاڵکردنەوەی ئەو کەبتە دەروونی و جەستەییەی کە وەک هەموو غەریزە فسـیۆلۆجییەکان پێویستی بەتێرکردنە، دووبارەکردنەوەشـی ئەبێتە هـۆی ئالودەبـوون ئەویش کاریگـەری لەسـەر لاوازبـوون و سـاردبوونەوەی توانا سێکسییەکان دروسـت ئەکات، بەتایبـەت دوای شووکردن.

دارا: من کوڕێکی تەمەن ٢٠ساڵەم، ڕاستە ئەڵێن هاوسەرگیریی گۆڕی خۆشەویستییە؟

نم نم: لەوانەیە هاوسـەرگیری ببێتە گۆڕی خۆشەویسـتی کاتێک ژن و پیاو وەک پێویست بەدەم خواست و داواکارییەکانـی یەکترییەوە نەچن، لەوانەشـە ببێتە ئەو لانـە ئارامەی خۆشەویسـتی پتەو ئەکات، هەڵبەت کۆمەڵێـک فاکتـەری گرنـگ هـەن پێویسـتە ڕەچـاو بکرێن تاوەکو پرۆسـەی هاوسـەرگیری سـەرکەوتوبێت لەوانە: پەلەنەکردن لەبڕیاردان، هەڵبژاردنی هاوسـەر لەسەر بنەمای خۆشەویستی، بڕیاردان بەدڵ و ئەقڵ پێکەوە، بەرپرسیارێتی هەریەک لەکچ و کوڕ لەبەجێهێنانی مـاف و ئەرکەکانیان، هاوسـەنگی لەباری رۆشـنبیریی و کۆمەڵایەتی و پەروەردەیـی، بەشـداریکردنی هەردوولا لەدروستکردن و بنیادنانی خێـزان و هاوکاریکردنی مادیی و مەعنەوی، گوێگرتن و لێکگەیشـتن، رێزگرتن لەبۆچوون و بەشداریکردنی هاوبەش لەروبەڕووبونەوەی کێشەکان، ڕێزگرتن، بایەخدان بەلایەنی سێکسی و تێرکردنی غەریزە سێکسـییەکان و گەلێک هـۆکاری دیکە، ئەبنە هۆی دروستکردنی هاوسەرییەکی ئارام و پڕ لەخۆشەویسـتی، بەپێچەوانەشەوە ژیانی هاوسـەریی ئەبێتە دۆزەخ و خۆشەویستی ئەمرێنێت.

٣٠ ڕۆژ چێژوەرگرتن لەکارکردن 1 2 3

با وێنای خاڵە پۆزەتیڤەکانمان بکەین

لەفارسییەوە: هەمیشە شوان

هەرگیز خاڵە پۆزەتیڤەکانی ژیانت لەبیرمەکە

فۆتۆ: میترۆگرافی

ڕۆژی دووەم: قسەکردن لەگەڵ خۆماندا

لەرۆژی یەکەمدا رۆڵی ڕێز لەخۆگرتن بەرامبەر بەهەسـتی چێژوەرگرتن لـەکارەکان فێربووین. کاتێـک بەشـێوەیەکی دەروونی رسـتەیەک وەکو ئەم رستەیە: «من بەهادارترین کەسم» بەردەوام دووپاتی بکەمەوە، دووەم بنەمای سیستمی چێژوەرگرتن لەکارەکانمـان بەکارهێنـاوە، واتە قسەکردن لەگەڵ خۆماندا.

راهێنانی قسەکردنی پۆزەتیڤ لەگەڵ خۆماندا ڕەنگە گرنگترین کلیل بێت بۆ بردنە سەرەوەی هەستی ڕێزگرتن لەناخ بەشـێوەیەکی سـەقامگیر، لەبەرئەوەی هەستێکی باشمان بەرامبەر بەخۆمان و کارەکانمان هەبێت دەبێ بەبەردەوامـی وێنـای زەینیمان بۆ بیرکردنەوەی پۆزەتیڤ لەبارەی ئەو کارانەی بەباشی لەئەستۆی دەگرین باشتریان بکەینەوە.

شریتی ڤیدیۆیی دەروونمان

چ ئاگاداربیـن و چ ئـاگادار نەبین هەر کامەمان شریتێکی ڤیدیۆییمان لەدەرووندا هەیە ـ جۆرێک کاسێتی ڤیدیۆیی ئاڵۆز کە نزیک تەمەن سێ ساڵی بریتیە لەسێ تریلیۆن وێنە. ئەو کاسـێتە دەروونییە ڕەنگە بەشێوەی هۆشیارانە نەناسرێتەوە، بەڵام بەگشتی لەدەروونی هەر کام لەئێمەدا هەیە.

ئـەوە بریتییـە لەوێنـای زەینی و لەتۆمارکردنی باوەڕو بۆچوونەکان کە لەبـارەی خۆمان دروسـتمان کردووە دروستکراوە. هەر وێنایەک کە دەبینین و هەرچەند کەسانی تر دەیڵێن تیایدا تۆمارکراوە. گرنگتر لەهەموو ئەوانە، ئەو قسـانەی لەگەڵ خۆماندا دەیکەیـن چرکە بەچرکە تۆمار دەکرێن.

هەموومان بەوشـەو وێناو سۆزێک بەخێرایی سێسـەد بۆ چوارسـەد کیلۆمەتر لەخولەکێکدا لەگەڵ خۆمان قسـە دەکەین. لەهـەر چرکەیەکی هۆشیاریدا، ڕێز لەخۆگرتنمان لەگەڵ ئەو بیرکردنەوانەی لەبارەی خۆمان هەمانەو ئەو شێوازەی کارەکانمانی پێ ئەنجام دەدەین، دایدەڕێژین.

لەو گفتوگۆ سـادەیە لەگەڵ خۆمان هەمانە ئاگادار ببنەوە، تەنانەت ئەگەر بەوریاییەوە لەوە تێنەگەن بەبەردەوامی لەکاتی قسەکردن و بەپەلە پێوانەکەری هەمـوو کارەکـانی خۆمانین. ئەو گفتوگۆوە دەروونییە وێنای زەینیمان بۆخۆمان دابین دەکات.

قسەکردن لەگەڵ خۆماندا هەمان وێناکردنی زەینییە

چەندینسـاڵ لەوەوپێـش بابەتێک لەگۆڤاری ریدێرز دایجێست چاپکرا کە لەبـارەی تاقیکردنەوەیەک بوو سـەبارەت بەرێژەیەک یاریچی یاری باسکەی دواناوەندییەک ئەنجامدرابوو. خوێنـدکاران کە لەسـەر بنەمای یەکسانی کارامەییەکانیان لەباسکەدا هەڵبژێردرابوون، کران بەسێ بەشی جیـاواز: بەگرووپی یەکـەم وتیان بۆماوەی یەک مانگ هیچ ڕاهێنانێک نەکـەن. بەگرووپـی دووەم وتیـان بۆماوەی یەک مانگ دوانیوەڕوان یەک کاژێر ڕاهێنانی فرێدانی تۆپ بۆناو سەبەتەکە بکەن. بەگرووپی سێیەمیش وتیان لەمێشکی خۆیاندا ڕاهێنانی تۆپ خسـتنە ناو ئەڵقەی باسکەکە بکەن هەر ڕۆژەو کاژێرێک لەدوای نیوەڕواندا بۆماوەی هەمان یەک مانگ ئەنجامی بدەن.

لەکۆتایـی مانگـدا تاقیکردنەوە لەیاریچییەکان هاتەئارا. بەو جۆرەی کـە چاوەڕوانـی دەکرا ئاسـتی ڕێژەی تۆپ خستنە ناو سەبەتەکان لەگروپـی یەکەمدا دابەزی و گروپی دووەم بەشـێوەی مامناوەند نزیکەی ٪٢٣ چووە سـەرەوە، سەیر لەوەدایە کـە گروپی سـێیەم بەشـێوەی سەرسوڕهێنەر بەشێوەیەکی مامناوەند بـەرادەی گروپـی دووەم چـووە سـەرەوە، لەوە تێبگەن لەزەینماندا هەرگیـز نادۆڕێنین، جیـا لەوەی خۆمان بمانەوێت کە بدۆڕێنین یان خووبگرین بەوێناکردنی نێگەتیڤ.

پاش سەرکەوتنێک یان دۆڕاندنێک ڕەنگە مرۆڤ بەشێوەیەکی نێگەتیڤ لەگەڵ خۆیدا قسـە بکات، بۆنموونە کاتێک لەفرۆشتندا سـەرکەوتوو دەبین یان لەکاتی خۆیدا ڕاپۆرتێک دابین دەکەین، قسەکردنی نێگەتیڤ لەگەڵ خۆماندا بەمشـێوەیە هاتووە: «ئەمجارەیان شانسـم هێنای» یان «دڵنیام کە جارێکی تر سەرکەوتوو نابم».

لەلایەکـی تر ئەگەر لەفرۆشـتندا دۆڕاوین یـان بەهەڵەدا چووین یان پسـوڵەیەکمان درەنگ نـاردووە، قسەکردنی نێگەتیڤ لەگەڵ خۆماندا دەتوانێـت بەمشـێوەیە بێت: «چ کەسـێکی بێ عەقڵم» یـان «دە وەرە دیسـان هەڵەم کرد، هەرگیز سەرکەوتوو نابم»، قسەکردن لەگەڵ خۆماندا دەتوانرێت بەشـێوەی ئەم رستانە ئەزموون بکرێت: «دەمزانی کە ناتوانم»، «بەردەوام شانسێکی خراپ تووشـم دەبێت»، «بۆچی ئەم کارانـە دەکەم». بەو ڕادەیە کە وێنـای زەینی پێـش ئەنجامدانی کارێک گرنگە، قسـەکردن لەگەڵ خۆماندا دەتوانێت جەخت لەسـەر وێنای زەینی بکات یان بیرووخێنێت، بەڵام لەوبەری دراوەکە پاش هەڵەیەک یـان دۆڕاندنێک ئەو کەسـەی کە بنەمای قسەکردنی پۆزەتیڤ لەگەڵ خۆیدا فێر بووە، دەڵێت: «من وەها نیم»، «جارێکی تر بەشـێوەیەکی تر دەجووڵێمەوە»، «هەڵدەسـتێم و دیسـانەوە ئەوە ئەنجام دەدەم، بەڵام ئەمجارەیـان زیاتـر خـۆم ئامادە دەکەم».

لەبـواری فێربوونـی سـەرکەوتن سەرەڕای دۆڕاندن وەکو فێربوونی بەرێـگا ڕۆیشـتنە. هەوڵـدان بۆ بەرێگا ڕۆیشتن بەهەندێجار کەوتن و پێکدادان و کەوتن بەزەوی دا دێتەئارا. تایبەتمەندی منداڵ لەوەدایە کە کەوتن بەدۆڕاندن دانانێت، بەڵکو بەجۆرێک نیگەرانی کاتـی دایدەنێت. بیری دوبارەی منداڵ ئەوەیە هەڵسـێت و دیسانەوە بڕوات بەرێدا.

ئێمەش دەبـێ وەها بین. ئامانجێک لەزەینماندا دیاری بکەین، هەوڵدەدەین، دەدۆڕێنین و دیسانەوە ئامانجەکەمان دەپێکین ـ ڕەنگە ئەمجارە بەهێزێکی نوێ یـان لەسـووچێکی تـازە. قسەکردن لەگەڵ خۆماندا ئارەزووی سـەرکەوتنمان تێدا بەهێز دەکات تا دەرەنجام سـەرکەوتوو بین. ئەو ئەزموونە دەڕواتە یادەگەی شـریتی ڤیدیۆییمـان، کاتێک دیسـانەوە پێویستمان پێدەبێت نمایش دەکرێت.

شتی پۆزەتیڤ نمایش بکەین

کەسـانی نارەزایـی نەفرەتیان هەیە لەکارو پیشـەو ژیانیان، بـەردەوام بەشریتی ڤیدیۆیی ناخیان بەرنامەیەک نمایش دەکـەن کـە دۆڕاندنەکان پیشـان دەدات. زیانەکانی ڕابردوو، دەرفەتی لەدەسـتچوو بۆ چەندینجار سـەیری دەکەن، بەڵام ئەو کەسانەی چێـژ لەکارەکانیـان وەردەگرن کە کاری پۆزەتیـڤ ئەنجـام دەدەن و نمایشی دەکەن. بەشێوەیەکی ڕاشکاو سـەرکەوتنی بچوک، وەسـفکردنی باش و هاندەرانەو ئەو کارەی بەباشی ئەنجام دراوە دیسانەوە وێنای دەکەن. بەتایبەتـی کاتێـک ڕووبـەڕووی نائومێدی یان شکست یان دڵەڕاوکێ دەبنەوە، دۆگمەی خێـرای پەخش و وەشان بەزەنیاندا دادەگیرسێت و ئەو وێنا پۆزەتیڤانە دێنێتەوە یادی خۆی. وزەیەکی پۆزەتیڤـی دەروونی وەها بەختەوەری دابین دەکات و دەرفەتێک بۆ زاڵبوون بەسـەر مەسەلەی دابین کـراودا دێنێتـە ئارا، پاشـان ئەو ئەزموونە لەزەیندا بەواتای نمونەیەک لە«ئەو کارە باشەی ئەنجامامان داوە» تۆمار دەکرێت.

قسەکردنی پۆزەتیڤ لەگەڵ خۆماندا پاش ئەنجامدانی کارێک بەو ڕادەیە بۆ دروسـتکردنی متمانە بەخۆبوون گرنگە کە قسەکردنی پۆزەتیڤ لەگەڵ خۆماندا گرنگە پێش ئەنجامدانی ئەو کارە. بیرهێناوەی کارە باشەکان بۆ زەینمان هاوکات لەگەڵ وشـەو وێناو سۆزدا چێژی کارکردن دەباتە سەرەوە.

قسەکردن لەگەڵ خۆمان دا بەشێوەی جێبەجێکردن

١. کاتێـک لەبـارەی خۆمان لەگەڵ کەسانی تردا قسـە دەکەین، کەڵک لەناوو ناتـۆرەی پۆزەتیڤ وەربگرین. گرنگتر لەوەش کەڵک وەرگرتن لەوشە پۆزەتیڤەکانە لەکاتی قسەکردن لەگەڵ خۆماندا. بیرکردنەوەو وشەکان دەبێ پێکەوە کار بکەن تا ورە بڕواتە سەرەوە.

٢. کورتەیەکـی یـەک لاپەڕەیـی لەسەرکەوتنی پیشەیی و تاکەکەسیمان دابین بکەیـن. هەمـوو کارامەیی و ئەزموون و تواناییە سروشـتیەکانمان پێڕسـت بکەین. بەواتایەکی تر ئەو شـتەی دەتوانین لەئەسـتۆی بگرین بینووسین. هەفتەی جارێک سەیرێکی ئـەو ڕاپۆرتە یـەک لاپەڕەییە بکەین. لەڕاستیدا ئەوە دەبێتە دەستنووسێک بۆ قسەکردن لەگەڵ خۆماندا.

٣. هەمـوو ڕۆژێک چەند خولەکێک بـەلاوە بنیـن بۆئـەوەی خۆمـان لەدۆخی بەختـەوەری و چێژوەرگرتن لەداواکارییەکانی ناخمان وێنا بکەین. وا بیربکەینەوە کە شتێکمان فرۆشتووە یان پۆستێکمان وەرگرتووە. لەزەینماندا هەست بەسـەرکەوتنی کارەکانمان ئەزموون بکەین. بەو کارە شریتێکی تر بۆ پەخش و وەشانی خێرا لەڤیدیۆی دەروونیماندا دروستکردووە.

٤. بەشێک لەمرۆڤبوون، تێپەڕاندنی ڕۆژە سـەختەکان و تووشـبوون بەهەڵەکردنە. کاتێک هەسـت بکەین باشـترین هەوڵمـان نـەداوە، دەبێ بەمشـێوەیە لەگەڵ خۆماندا قسـە بکەین: «من بـەم جۆرە نیم. دەتوانم لەوەش باشتر کاربکەم. جارێکی تر هەوڵێکی زیاتر دەدەم، شێوەیەکی تر تاقی دەکەمەوە»، پاشـان ئەو کارەی تیـا دۆڕاوم بەو جـۆرەی دەیتوانی سـەرکەوتووانە بێـت لەزەینماندا نمایشی بکەین.

پێکەنین

😊 ئازاد: بۆچی دەگری؛

نەوزاد: ئاخر ئەگەر دوو دەقە درەنگتر گەیشتبوایەم پاسەکەجێیدەهێشتم!

ئازاد: ئاخر بەجۆرێك دەگری هەر دەڵێی بەڕاستی پاسەکەبەجێیهێشتووی!

😊 نەفەرێك سەگێکی شەلی هەبوو، هەرکات دز دەهات، سەگەکەی دەخستە ناو عارەبانەوەو بەدوای دەکەوت.

😊 مامۆستا: بڵێ بزانم جگەلە ئۆکسجین چ شتێکی تر لەهەوادا هەیە؛

قوتابی: مامۆستا جۆلەکە، مێش، تۆزو خۆڵ!!!

😊 مامۆستا: بڵێ بزانم تەیمورە شەل چۆن بەدەسەڵات گەیشت؛

قوتابی: مامۆستا بەشەلە شەل.

دەزانن بۆچی باوێشک دەدەن؟

کاتێک «گازی کاربۆن»ی لەشتان زۆر دەبێ، باوێشکتان دێت. یانی زارتان دەکرێتەوەو بەبێ ویستی ئێوە هەناسەیەکی قووڵ دێتە دەرێ، بەم شێوەیە بەشێک لە گاز کاربۆنی لەشتان دەچێتە دەرەوە.

هۆی ئەوەی باوێشک بەبێ ویستی ئێمە ئەنجام دەدرێ بۆ ئەوە دەگەڕێتەوە کە لەمێشکماندا ناوەندێک هەیە کە هەناسەکێشانەکانمان بۆ ڕێکو پێک دەکات.

بۆیە ئەگەر ڕێژەی گازی کاربۆنی لەشمان زۆر بوو، ئەو ناوەندەی ناو مێشکمان خۆی لەخۆیەوە کارێک دەکات کە بەبێ ویستی ئێمە، بەشێکی زۆری ئەو گازە لەڕێگای هەناسەیەکی قووڵەوە بەناوی باوێشک بچێتە دەرەوە.

لەوانەیەسەرنجتان دابێ کاتێک کەسێک باوێشک دەدات، ئێمەش باوێشکمان دێت، هۆکاری ئەم باوێشکەیان زۆربوونی گازی کاربۆنی لەشمان نییە، بەڵکو بینینو بیستنی دەنگی باوێشکی یەکێکی ترە لەسەر مێشکی ئێمە کە کاریگەری دادەنێتو دەبێتە هۆی باوێشکدانی ئێمەش.

دەبێو نابێ

دەبێو نابێ بەزگی برسییەوە بەکۆڵانێک دا تێپەڕ دەبوون، ئەوان کون بەکون بەدوای خواردن دا دەگەڕان، لەپڕ دەبێ گوێی لەدەنگێک بوو، دەنگەکە دەیوت: پش پش پش!!!

دەبێ پێشتریش گوێی لەوشەی پش پش ببوو، بەڵام پێشتر هیچ کات بیری لەمانای ئەم وشەیە نەکردبۆوە.

نابێ: ئەو دەنگە چییە؟

دەبێ: سەیرکە ئەو کچە بچکۆلەیە بەئێمە دەڵێ پش پش!

نابێ: وەرە بابڕۆین، من تاقەتی مرۆڤەکانم نییە.

دەبێ: نا ڕاوەستە بزانین ئەو کچە بچکۆلەیە مەبەستی لەپش پش چییە!

نابێ: نەخێر ڕاناوەستم وەرە بابڕۆین، ئەو کچە دەیەوێ بمانگرێو بمانکاتە پشیلەی خۆماڵی!

دەبێ: پشیلەی خۆماڵی؟ یانی دەمانبەنە ماڵی خۆیان؟

نابێ: دەمانبەنە ماڵی خۆیانو دەستەمۆمان دەکەن!

دەبێ: یانی دەستمان بەسەردا دێننو نازمان دەدەنێ؟

نابێ: نەخێر دەمانکەن بەگاڵتەجاڕو یاریمان پێدەکەنو پێمان پێدەکەنن!

دەبێ: یانی مرۆڤەکان دەمانکەن بەهاوڕێی خۆیانو یاریمان لەگەڵ دەکەن؟

نابێ: دەبێ گیان، مرۆڤەکان ئاژەڵە خۆماڵییەکانیان زۆر خۆش دەوێ، بەڵام ئەوان لەرادەبەدەر چاودێرییمان دەکەنو ئازادییو سەربەستییمان بەچاودێرییکردن لێدەستێننەوە!

دەبێ: یانی مەبەستت ئەوەیە ئەگەر لەڕادەبەدەر چاودێرییمان بکەن، ئێمە دەبینە دیلی ئەوان؟

نابێ: ئافەرم ڕێک مەبەستم ئەوە بوو!

دەبێ: باشە نابێ گیان، وەرە بابچین بۆ ماڵی ئەو کچە بچکۆلەیەو تێر بخۆین، ئەوکات خۆمان دەشارینەوەو هەڵدێینو ناهێڵین دەستەمۆمان بکەن!

نابێ: نابێ!

دەبێ: دەبێ بۆ نابێ!

نابێ: ئاخر ئەگەر بچین خواردن بخۆینو دوایی هەڵبێین، پێماندەڵێن پشیلەکان سپڵەن!

دەبێ: سپڵە یانی پێنەزان وانییە؟

نابێ: بەڵێ!

دەبێ: باشە ئێمەش سپڵە نابینو لەبری ئەوەی تێرمان دەکەن کارێکیان بۆدەکەین!

نابێ: چ کارێک!

دەبێ: یەک دوو مشیکان بۆ دەگرینو تەواو!

نابێ: بیرۆکەیەکی زۆر باشە، وەرە بابچین!

دەبێو نابێ چوون لەماڵی کچە بچۆلەکە تێرو پڕ شیرو ماستو شتی خۆش خۆشیان خوارد، دوایی دوو مشیکان بۆ گرتنو هەڵاتن.

سوپاس بۆ هێژا گۆران لەکۆیە کە درێژەی چیرۆکە ناتەواوەکەی «دەبێو نابێ»ی بۆناردینەوە، هیوادارین سەرکەوتووبێت.

تێبینی:
بۆ خوێندنەوەی بەشی یەکەمی دەبێو نابێ سەیری ژمارە ١٠ی ڕۆژنامەی نم نم بکەن

پەیامی ئێمە بۆ ئێوە

پەیامی هەشتەم:

هەموو وڵاتێک دەبێ لەناسنامەی منداڵ کە بریتین لە: ناو، جۆری نەتەوەکەیو جۆری بنەماڵەکەی، پشتگیری بکات.

پەیامی نۆیەم:

منداڵ مافی ئەوەی هەیە لەگەڵ دایکو باوکی دا بژیو کەس بۆی نییە بەزۆرو زۆرداری لەدایکو باوکی جیابکاتەوە، مەگەر ئەوەی ئەم جیاکردنەوەیە بەسوودی منداڵەکە بێت.

مێر منداڵە خۆشەویستەکان!

هەروەک دەبینن، بەخۆشحاڵییەوە ڕۆژنامەی نم نم پاشکۆیەکی لەم شێوەیەی بۆ ئێوەی خۆشەویستو بۆ منداڵانی ئازیزی وڵاتەکمان چێ کردووەو ئاواتە خوازە کەڵکی لێ وەربگرن.

ئازیزان ئەم بابەتانەی لەم پاشکۆیەو ژمارەکانی داهاتووی دا دەیان خوێننەوە، تایبەتن بە ئێوە و، دڵنیاش بن بەخوێندنەوەیان ئاستی زانیاریو تێگەیشتنی گشتیو بیرو هۆشتان دەچێتە سەرەوە، هەر بۆیە داواتان لێ دەکەین کە ئەگەر خۆشتان نەتانتوانی دابینی بکەن داوا لە دایکانو باوکانتان بکەن کە هەمووجارێ ژمارەی نوێتان بۆ بهێننەوە ماڵێ تا ئەوەی ئێوە بتوانن کەڵکی لێ وەربگرن.

خۆشەویستان، مەرج نییە تەنها ئێمە بابەتەکانی ئەم پاشکۆیە ئامادە بکەین، بۆیە داوا لە هەموو لایەکتان دەکەین ئێوەش چیرۆک شیعرو بەرهەمو زانیارییەکانی خۆتانمان بۆ بەڕێ بکەن بۆ ئەوەی بۆتان بڵاوبکەینەوەو هاوتەمەنەکانی تریشتان بتوانن کەڵکیان لێ وەربگرن.

مێرمنداڵە ئازیزەکان، ئەگەر بتوانن هاوتەمەنەکانی خۆتان لەبڵاوبوونەوەی وەها پاشکۆیەکی تایبەت بەمێرمنداڵان ئاگادار بکەنەوە، دڵنیاتان دەکەینەوە کە کارێکی مرۆڤدۆستانەتان کردووە.

بەڕێزەکانم، دوو لاپەڕەی ناوەندی ئەم پاشکۆیە بۆ منداڵانی سەرەتاییەو دوولاپەڕەکەی دیکەشی بۆ ئێوەیەو هیواخوازین جگەلە خوێندنەوەی لاپەڕەکانی تایبەت بەخۆتان، یارمەتی خوشکو براو هاوڕێو خزمو کەسوکارە کەم تەمەنەکانتان بکەن، یارمەتییەکەش بەم شێوەیە دەبێ:

ئەگەر نەیاتوانی بابەتەکانمان بخوێننەوە ئێوە بۆیان بخوێننەوە، ئەگەر لە شتێکو مەبەستێکمان تێنەگەیشتن ئێوە بۆیان شیبکەنەوەو تێیان بگەیەنن.

ئازیزان، ئەگەر خۆشتان لە شتێکی ئەم پاشکۆیە تێ نەگەیشتن، شەرم مەکەنو لە کەسانی دەورووبەرتان بپرسن، ئەگەریش وەڵامی تەواوتان وەرنەگرتەوە ئەوەتا نامە یان ئیمەیل بنێرن بۆ ڕۆژنامەی نم نم بەشی پاشکۆکەی خۆتانو دڵنیابن بێ وەڵامتان ناکەین.

هاوکاریو هاوڕێیەتیتمان یەکەم هۆو دوایین هۆی سەرکەوتنی هەموو لایەکمان.

لەبەرامبەر ٥هەزارو ٥٠٠خوێندنگەدا، سێ هەزارو ٨٠٠بینا هەیە

«هەر ١٦خوێندکار یەک مامۆستای بەردەکەوێت»

وەزیری پەروەردە، پێویستیی ناوچە جیاجیاکانی هەرێمی کوردستان بەنزیکەی سێ هەزار قوتابخانەی تر دووپات دەکاتەوەو ئاماژە بەوەش دەدات کە ئەو بینایانەی لەئێستادا بۆقوتابخانەکان دروست دەکرێن، سەردەمیانە نین، هاوکات جەخت لەوەش دەکاتەوە کە لەبەرامبەر ملیۆنێکو سێسەدو هەشتا هەزار قوتابیو خوێندکاردا، نزیکەی نەوەد هەزار مامۆستا هەن، «ڕێژەکە یەک بەشانزەیە، ئەمەش لەهیچ شوێنێکی دنیادا نییە».

بەرزان عەلی حەمە لەهەولێر

سەفین موحسین دزەیی لەساڵی ١٩٦٣ لەهەولێر لەدایکبووەو چەند پۆلێکی خوێندنی سەرەتایی لەئێران خوێندووەو پاشتر لەبەریتانیا دیزاینی بیناسازیی خوێندووەو لەکابینەی شەشەمی حکومەتی هەرێمی کوردستانیش، بەرپرسیارێتی پۆستی وەزیری پەروەردەی پێسپێردراوەو جەخت لەوە دەکاتەوە کە بەشێوەیەکی بەرنامەدارێژراو خوێندنگەو مامۆستا دابەش نەکراون، چونکە لەبەرامبەر پێنج هەزارو ٥٠٠ خوێندنگەدا، وەزارەتی پەروەردە سێ هەزارو ٨٠٠بینای هەیە.

بەرزان: بەنیازیت کام یەک لەو کارانە تەواوبکەیت کە وەزیری پێشوو فریای تەواوکردنیان نەکەوت؟

دزەیی: لەدەستبەکاربوونمەوە تائێستا یەکەمین هەنگاوم ئەوبووە ئیش لەبواری بینای قوتابخانەدا بکەین، ئێمە

سەفین موحسین دزەیی

کە سیستەمان گۆڕی ئەو سیستەمە پێویستی بەژینگەیەکی تازە هەیە، ژینگەیەک کە هەموو پێداویستییەکان دابین بکات، لەبەرئەوە یەکێک لەئامانجە بنەڕەتییەکانمان ئەوەیە کە بەشێک لەکێشەی کەمی بینای قوتابخانە چارەسەر بکەین، چونکە کێشەکە ئێجگار زۆرو فراوانە.

لەساڵی ١٩٩١نزیکەی ١٣٠قوتابخانە هەبوو ئێستا نزیکەی ٥٥٠٠قوتابخانە هەیە، بەڵام بەواتای ئەوەنا کە ٥٥٠٠بینامان هەیە، بەڵکو نزیکەی ٣٨٠٠بینایە، بەڵام بەبینای کرێو بەو شوێنانەشەوە کە ڕەنگە شیاو نەبن. ئێستا لەهەرێمی کوردستان پێویستیمان بەنزیکەی سێ هەزار قوتابخانەی تر هەیە، جا نۆژەنکردنەوە بێت یاخود دروستکردنی قوتابخانەی تر.

خۆشبەختانە کابینەی شەشەمی حکومەت، بڕی سەدو پەنجا ملیار دیناری تەرخانکردووە بۆئەوەی قوتابخانەی سەردەمیانەی پێدروست بکرێت، چونکە ئێستاش بەردەوام قوتابخانە دروست دەکرێتو سەردەمیانەش نییە.

بەرزان: ئەو گرفتانەش هاوکاتە لەگەڵ ئەوەی هەندێ قوتابخانەی هەرێمی کوردستان ساڵانە چەندین مانگی خوێندنیان تێپەڕ دەبێت، ئینجا مامۆستای ئینگلیزی یان هەندێک وانەی تریان دەستدەکەوێت؟

دزەیی: ئێمە گرفتمان لەنەبوونی مامۆستا نییە، ڕەنگە ژمارەشیان زیاتر بێت، نزیکەی نەوەد هەزار مامۆستامان بەرامبەر بەملیۆنێکو سێسەدو هەشتا هەزار قوتابیو خوێندکار هەیە، ڕێژەکە یەک بەشانزەیە، ئەمەش لەهیچ شوێنێکی دنیادا وانییە، بەس کە دێیتە سەر ئەرزی واقیع وانییە، ئەو مەوزوعە ئەگەڕێتەوە سەر ئەو مەسەلەیەی کە پێی دەوترێت خراپ دابەشکردن.

بەپێی یاسای ناوخۆی وەزارەتی پەروەردە، هەر شوێنێک پانزە قوتابی هەبێت دەبێت قوتابخانەی هەبێت، قوتابخانەمان هەیە لەبادینان چوار قوتابیان هەیە، مەجبوریت مامۆستاو قوتابخانەیان بۆ دابین بکەیت.

بەرزان: هەندێ پەرلەمانتار ڕەخنەی ئەوە دەگرن کە پێویستی زۆرمان بەقوتابخانەی ئاسایی هەیەو دەکرێت هەر بەو پارەیەی کە بۆ چوار قوتابخانەی نمونەیی تەرخانکراوە، سەدو پەنجا قوتابخانەی ئاسایی پێدروست بکرێت، ئێوە دەڵێن چی؟

دزەیی: ئاخر تاکەی هەر بەردەوام بێت، قوتابخانە دروست بکەیتو سیستمت بگۆڕن، بەڵام سیستمەکەت لەگەڵ ژێرخانەکە ناگونجێت، کەواتە مانای ئەوەیە هیچت بەهیچ نەکردووە، پێویستە بەیەکسانیو بەیەکەوە بڕۆن، ئێمە دەمانەوێت بەو بینایانە ژینگەیەک بۆ قوتابی دروست بکەین کە قوتابی پێی خۆش بێتو لەداوی قوتابخانەش حەز بکات تێیدا بمێنێتەوە.

بەرزان: ئەو وتانەی بەڕێزت پرسیاری ئەوەی بیرهێنامەوە، کە ئێستا بەپێی ئاماری ڕێکخراوەکانی منداڵپارێزی کوردستان، چەندان منداڵ وازیان لەقوتابخانە هێناوە، ئایا کارنامەی ئێوە چییە بۆ گەڕاندنەوەی ئەو خوێندکارانە؟

دزەیی: کێشەکە تەنها کێشەی وەزارەتی پەروەردە نییە، ئەوە دەکەوێتەوە سەر هوشیاری ئەو دایکو باوکانەی منداڵەکانیان لەقوتابخانە دەردەهێنن، ئێستا ڕێژەی خوێندنو خوێندەواریی زۆر زیاترە لەوەی کە جاران هەبوو، داواکاریی لەسەر خوێندن زیادی کردووە، نەک هەر خوێندنی سەرەتایی، بەڵکو گەڕاندنەوەی گەورەکانیش بۆ خوێندنی ئێواران بەردەوامە.

بەرزان: بەپێی بڕیاری کۆنگرەی پەروەردەیی خوێندن تاقۆناغی نۆی بنەڕەتی بەزۆر دەبێت، بەڵام تائێستا ئەو بڕیارە جێبەجێ نەکراوە بۆچی؟

دزەیی: ئەوە زیاتر بەهۆشیارکردنەوە دەکرێت، لەوەتەی خوێندن بووەتە ئیلزامی ژمارەیەکی زۆر ڕوو لەخوێندن دەکەن، ئەو نۆ ساڵە ئەساسە بۆئەوەی کۆمەڵگەکەمان کۆمەڵگەیەکی هۆشیار بێت.

بەرزان: لەم ماوەیەدا زنجیرەیەک حاڵەتی توندوتیژی مامۆستا بەرامبەر بەقوتابیان ئاشکرابوون وەک ئەوەی بەزۆر پرچی قوتابیە کچەکانیان بڕی بوو، ئایا وەکو وەزیر هیچ بەدواداچوونێکت بۆئەو حاڵەتانە هەیە یان دەبێت؟

دزەیی: ئەوانەی کە بیستبومانو گەشتنە وەزارەت، ڕێنمایی پێویستمان داوە کە لیژنە پێکبهێنرێتو لێکۆڵینەوەی لەسەر بکەن، لەسەر بنەمای ئەو لێکۆڵینەوانە ئیجرائاتی ئیدارییان لەگەڵ بکرێت، هەرچەندە ئەو ڕووداوانە ژمارەیان بەو زۆرییە نییە، بەڵام ئەمە ناکاتە ئەوەی ئەمجۆرە ڕەفتارانەی مامۆستا بۆقوتابیو تەنانەت قوتابیش بۆ مامۆستا گوێی پێنەدرێت، بۆنمونە هەندێ حاڵەت هەبووە قوتابی بەرامبەر بەمامۆستا کردوویەتی وەکو لەخورماڵ قوتابییەک چاوی مامۆستاکەی کوێر کرد.

بەرزان: زۆر باسی کەمی بینای قوتابخانەت کردن، بەڵام چەند بینایەک کە موڵکی وەزارەتی پەروەردەیە حیزبەکان دەستیان بەسەردا گرتووە، ئایا بۆچی ئەوانە وەرناگرنەوە؟

دزەیی: دوای نەوەدو یەکو ئێستاش دامو دەزگای حکومەت بەدەست ئەوەوە دەناڵێنێت، کە جێگەی گونجاویان نییەو بینای کرێیان گرتووە. ئەوانەی کە موڵکی حکومەتن دیارنو تۆمارن، ئەوانەی کە باس دەکرێن ژمارەیان کەمە، بەڵام ئەوەش ناگەیەنێت کە موڵکی حکومەت بۆ مەرامی تر ئیستغلال بکرێت، پێویستە کابینەی شەشەم بڕیار لەسەر ئەوە بدات کە ئەو بینایانەی موڵکی حکومەتنو خۆی پێویستی پێیان هەیە وەریان بگرێتەوە، بیناکانی پەروەردەش تەنها بەبڕیاری وەزارەتی پەروەردە ناگەڕێنەوە، پێویستە ئەنجومەنی وەزیرانو ڕەنگە پێویست بکات پەرلەمانیش یاسایەکی بۆ دەربکات، چونکە ڕەنگە هەندێ لەو موڵکانە تاپۆ کرابنو دەستاودەستی کردبێت.

بەرزان: بەشێکی زۆر لەخوێندکارانی ئێواران پۆلیسنو فەرمانگەکانیان ڕێگەیان پێنادەن، ئێوە هیچ ئاسانکارییەکیان بۆ ناکەن؟

دزەیی: هەموو کەسێک مافی ئەوەی هەیە بێتە ناو پرۆسەی خوێندنەوە. ئەگەر پێویست بکات نوسراو بۆ فەرمانگەکانیان دەکەین، بەڵام دەمێنێتەوە سەر ڕەوشی خۆمان لەوەرگرتنی ژمارەی قوتابیو مامۆستاکانیشمان. دەبێت حسابی خۆمان بکەین کە دەتوانین چەند قوتابی ئێواران دابمەزرێنینو چەند مامۆستامان دەوێت بۆ بەڕێوەبردنی ئەو قوتابخانانە، دەبێت لەسەر ئەساسی ئەوە قوتابی وەربگرین.

بەرزان: کەواتە ساڵانە ژمارەیەکی زۆر قوتابیو خوێندکار بەهۆی کەمی بیناو کەمی قوتابخانەوە لەخوێندن بێبەش دەبن؟

دزەیی: نەک تەنها هەر هی ئێواران، بەڵکو قوتابخانەکانی ڕۆژیش، قوتابخانە هەیە پەنجا ـ شەست قوتابی لەیەک پۆلدایە، ئەمە گرفتێکی سەرتاسەرییە، ئەمە گرفتێکە کە ڕۆژانە ڕووبەڕووی دەبینەوە.

بەرزان: ئێوە بەنیازن قوتابخانەی شوەیفات لەسلێمانیو دهۆکیش بکەنەوە، بەڵام پەرلەمانتارە ئۆپۆزسیۆنەکانی پەرلەمانی کوردستان ڕەخنەی ئەوەیان دەگرت کە ئەوە قوتابخانەی کەرتی تایبەتەو ئێوە پارەی بۆدەدەن؟

دزەیی: نەخێر خۆتان دەزانن ئەو کەسانەی منداڵەکانیان دەنێرنە ئەو قوتابخانەیە خۆیان ساڵانە کرێکەی دەدەن، بەڵام ئەگەر مەبەستیان قوتابخانەی سەروەران بێت کە سیستمی شوەیفات جێبەجێ دەکات، ڕاستە ئەو قوتابخانەیە حکومەت تەمویلی دەکاتو داواکراوە لەسلێمانیو دهۆکیش هەبێت، بەڵام نزیکەی ٨٠٪ی ئەوکەسانە خانەوادەی کەمدەرامەتو شەهیدانن، بۆیە حکومەت تەمویلی دەکات بۆ ئەوەی ئەوانیش بێبەش نەبن.

بەرزان: لەگەڵ ئەوەی هەردەم باسی گۆڕانی سیستمەکە دەکەن، بەڵام تائێستا وانەی وەرزشو هونەرتان لە قوتابخانەکاندا فەرامۆشکردووە کە دوو وانەی زۆر گرنگن، بۆچی؟

دزەیی: جاران ئەو وانانە هەبوونو زۆر بەجدییەوە دەخوێندران، بەڵام ئێستا هۆیەکەی دەگەڕێتەوە بۆ زۆری قوتابیو کەمی بیناو کەمی کات، لەهەمان کاتیش مادەی تازە لەمەنهەجەکاندا وەکو مافی مرۆڤو کۆمپیوتەرو..هتد، ئەم وانانە لەسەر حسابی وانەکانی تر زیاد کراوە.

هەموو منداڵێک زەینێ تیژە بەمەرجێک...

14 13 12 11 10 9 8

ئامادەکردنی: ناسر فەتحی

دروستکردنی پێوەندییەکی سەرکەوتوانە لەگەڵ منداڵان

بەبڕای من منداڵان دەبێ هەمووکات ڕێگەیان پێبدرێ قسەی خۆیان بکەن، ئەویش نەک تەنها لەسەر بابەتە پەسەندکراوو دوور لەمەترسییەکان، بەڵکو لەمەڕ بابەتە مشتوومڕ خولقێنەکانو باسە دژبەرەکانیش، دەبێ ڕێگەی قسەکردنیان پێبدرێ. بەبڕوای من ئەم مەسەلەیە یەکێک لەپێکهاتە سەرەکییەکانی گەشەی نموونەیەکی باشەو ئەنجامەکەشی باوەڕبەخۆبوونەو هەستی ئەوەی کە منداڵ هەرچی ئەنجامی دەداتو دەیڵێت گرنگی هەیە وادەکات لەمافەکانی منداڵ شارەزا بینو بەخێرایی لەپەنایان تێپەڕ نەبین.

دەبێ دایکو باوکان کارێک بکەن منداڵەکانیان تا ئەو ڕادەیە هەست بەئازادییو سەبەخۆیی بکەن کە تەنانەت هەرچەشنە بابەتو باسێکی قەدەغەش بوو بتوانن و بوێرن لەماڵەوە باسی بکەن ئەوەش بۆ ئەوەیە کە منداڵ فێری شاردنەوە نەبێو نەچێ لێرەو لەوێ بەدوای یارمەتی دا بگەڕێ.

کاتێک کوڕە چوار ساڵانەکەم بۆ یەکەمجار هاتو پێیوتم: حەزدەکەی نوکتەیەکی بێئەدەبانەت بۆ بگێڕمەوە؟ بۆ یەک چرکە هەڵوەستەیەکم کرد، بەڵام دواتر زانیم کە دۆخێکی هەستیارە، هەربۆیە بەپێکەنینەوە وتم: زۆرم پێخۆشە ئەو نوکتە بێئەدەبانەیە ببیستم. ئەوەی جێگەی سەرنج بوو ئەوە بوو کە نوکتەکە نوکتەیەکی منداڵانە بوو کە پێوەندی بەئاودەستەوە هەبوو، بەڵام بەهەرحاڵ بەم ڕێگەپێدانە من هەستمکرد منداڵەکەم زۆر بەبێخەمیو بەدوور لەشەرمو ترس نوکتەکەی گێڕایەوەو ئێستاش کە تەمەنێکی هەیە، بەو دەسپێکەوەو بەو ڕێگەپێدانو سەربەستی پێبەخشینانە من کارێکم کرد کە سالانی دواتری تەمەنیشی هەرکات کێشە یان قسەیەکی تایبەتیی هەبێ بێت، بەبێ شەرمو دڵەڕاوکێ لەلامی باس بکات.

بەهەمانشێوە کە منداڵەکەتان گەورەتر دەبێ، بڕیارەکانی ئێوە دەخاتە ژێر پرسیارەوە، لەگەڵ مەنتقی ئێوە دژایەتی دەکات، لەدەربڕینی ڕای دژبەر ناترسێو ڕێک وەک کەسێکی گەورە بەبێ ئەوەی کۆنتڕۆڵی خۆی لەدەست بدات مشتوومڕو چەلەحانێ دەکات.

زۆر پێویستە منداڵەکەتان فێر بێت هەمووی ئەم کارانە لەچوارچێوەی بنەماڵە گەرمو گوڕو پڕ لەسۆزو خۆشەویستییەکەی خۆتاندا ئەنجام بدات، ئەوە سەرەتاو ئەزموونێکی باشە بۆی بەر لەوەی قسەکانی خۆی بباتە ناو گۆڕەپانی کۆمەڵگاوە.

ئێوەی دایکو باوک پێویستە بەر لەهەر مامۆستایەکی تر منداڵەکەتان فێری ئەوە بکەن کە سەربەخۆییو ئازادیی ڕادەبڕینو بیرکردنەوە زۆر پڕبەهاو پڕبایەخە.

دایکو باوکەکان دەبێ لەئافەرەم وتن بەوەڵامە دروستەکانو پیاهەڵدان بەسەر قسە دروستەکانی منداڵەکانیان هەستیاربنو خۆیان لەسەرکۆنەکردنی منداڵەکانیان بپارێزن. دایکو باوکە سەرکەوتووەکان هیچکات لەوەبیرهێنانەوەو ڕاستکردنەوەی وەڵامە تەواوو ڕاستەکانی منداڵەکانیان دا پەلە ناکەن، چونکە ئەگەر ئەم کارە بکەن توانای بەخۆداچوونەوەو ڕەخنە لەخۆگرتنی منداڵەکانیان دەکوژنو وادەکەن منداڵەکەیان وابزانێت هەرچی دەیکاتو دەیڵێت ڕاستەو لەخۆبایی دەبێت، ئەو منداڵەش کە سەرکۆنە دەکرێ بەردەوام وا بزانێت کە هەرچی دەیڵێتو دەیکات هەڵەیەو لەخۆی نائومێد بێت، ئەویش وەک منداڵە لەخۆباییەکە هەوڵی بەخۆداچوونەوەو ڕەخنەلەخۆگرتنی تێدا دەکووژرێت.

دایکو باوکەکان پێویستە لەم ڕستەیە بۆ بەخۆداچوونەوەی ڕاو بۆچوونی منداڵەکانیان کەڵک وەربگرن: «ئەی ئەگەر وانەبێ چی؟» ئەم ڕستەیە وادەکات منداڵ لەدەربڕینی ڕاو بۆچوونەکانی دا بەخۆی دابچێتەوەو لەخۆبایی نەبێتو فێری ئەوە بێت کە لێکدانەوەی مەنتقی بۆ بابەتەکان بکات.

ئەگەر منداڵەکەتان بەبێ بیرکردنەوە کارێکی نەشیاوی پێشنیاز کرد، پێویستە چەند چرکەیەک ڕابیگرنو داوای لێبکەن بیربکاتەوە کە ئەگەر ئەو کارە بکات چی ڕوودەدات؟ هەروەها لێیگەڕێن با خۆی بەئەنجامە نەشیاوەکانی ئەو کارە بگات.

هەمووی ئەم شتانە منداڵەکەتان هان دەدات کە بیربکاتەوەو دووربین بێتو دامرکانەکانی خۆی بۆماوەیەکی درێژخایەن دوابخات، ئەو مەسەلەیەش یارمەتی هێزی لێکدانەوەو بڕیاردانو گەشەی کۆمەڵایەتی منداڵ دەباتە سەرێ.

ئەو منداڵانەی دەتوانن کۆنتڕۆڵی هەوەسە کوتوپڕییەکانیان بکەن لەڕاستی دا ئەو منداڵانەن کە ئێوە لەبەکردەوەکردنو تێگەیاندنی ئەو بابەتانەی سەرەوە بۆیان سەرکەوتوو بوونو بوونەتە هۆی گەشەی عاتیفییان.

ڕۆژنامەی نم نم

ڕێنمایی ئەو منداڵە خۆشەویستانە دەکات کە لەتاقیکردنەوەکانیاندا دەرنەچوون کە ئەمجارەیان کێشە نییە، بەڵام ئەگەر جارێکی تر زیاتر هەوڵ بدەن دڵنیابن دەردەچن و لەهاوپۆلەکانیان دانابڕێن.

بەهار

شەو داهات
خەو واهات
گڵۆپەکانم کووژاندەوە
چوومە ناو جێگامەوە
چاوەکانم نووقاند
بەتانیم لەخۆئالاند
دەنگی هەورە بروووسکە
شەوقی هەورە بروووسکە
باران دەباری
خەوم دەتۆری
دەچمە بەر پەنجەرە
دیوی دەری تەڕ تەرە
گوێم لەدەنگی بەهارە
مزگێنی بێ، بەهارە
بەهار، وەرزێکی خۆشە
من بەهارم پێخۆشە

بیرەوەری

ڕۆژی لەدایکبوونم بوو، بەڵام من لەبیرم نەبوو. لەحەوشە خەریکی یاریکردن بووم کە کوتووپڕ دەرگا کرایەوەو دایکمو باوکم بەئۆتۆمبێل هاتنە ژووری، چاوم بەشتێکی وەک دیاری کەوت کە بەدەستی دایکمەوە بوو.

بەو شتەدا بیرم کەوتەوە کە دەبێ ئەمڕۆ ڕۆژی لەدایکبوونم بێت. لەدڵی خۆمدا وتم: ئۆووەی... دیسانیش دایکمو باوکم ساڵڕۆژی لەدایکبوونی منیان لەبیر کرد!

تومەس ئەو شتە دیاری ڕۆژی لەدایکبوونی من بوو! زۆر خۆشحاڵ بووم، ویستم زوو بەزوو دیارییەکەم بکەمەوەو سەیری بکەم، بەڵام کوڕە مامەکەم نەیهێشت، تا ئەوەی کاتی کردنەوەی دیارییەکەم هاتو منیش کردمەوە.

دیارییەکەم زۆر جوان بوو، زۆریش خۆشحاڵ بووم.

ئاکۆ کەمال لەسلێمانی

گوڵی ....

هەبوو نەبوو...

شەوانە ماڵی ئێمە ڕووناکە. من خۆشحاڵم. گیانم نایەشێت. تێرم. ددانەکانم خاوێنن. خۆم شتووە. منداڵی هاوسێکەمان چڵکنە. دایکم دەڵێ ئەو ماڵە فەقیرن. نازانم فەقیر یانی چی! بۆ هەرکەس فەقیر بێ، چڵکنە؟! سەرمام نییە، گەرمام نییە، ئێرە فێنکە. من زۆر کەسم خۆشدەوێ، پشیلەکەشم خۆشدەوێ. کاتێک دەیخەمە باوەشمەوە پێمخۆشە هەڵفڕم.

دەڵێن هەڵفڕین خۆشە، فڕۆکە هەڵدەفڕێ، خۆزگەم بەفڕۆکە، کاکم دەیوت فڕۆکە بۆمب بەردەداتەوە، دەیوت بۆمب خراپە، کاکم دەڵێ بۆمب ئێمە لێک جیادەکاتەوە، دەیوت هەرکەس بەر بۆمب بکەوێ، دەچێ بۆ شوێنێکی دوور.

من حەز ناکەم بەتەنیا بچم بۆ شوێنی دوور، حەزدەکەم پشیلەکەشم بەرم، ئەگەر فڕۆکە هات ناهێڵم پشیلەکەم بەر بۆمبەکەی بکەوێ، من فڕۆکەی بۆمبم خۆش ناوێ، فڕۆکەیەکم خۆشدەوێ بمانبات بۆ ئاسمان.

خەڵک لەئاسمان هەموو شوێنێک دەبینن، ئەم دیوارە بەرزانەو ئەو شاخە گەورانە بەرچاوی منیان گرتووە، خۆزگە هیچ شتێک بەر چاوی منی نەگرتبایە، خۆزگە بمتوانییایە هەموو شوێنێک ببینم، زۆرم خەو دێ، مامۆستاکەمان دەیوت: منداڵ نابێ شەوانە درەنگ بخەوێ، من حەزدەکەم هەندێک جار بەقسەی مامۆستاکەم نەکەم، بەڵام مامۆستاکەم زۆر کتێبی خوێندۆتەوە.

کتێب زۆرباشە، من زۆر کتێبەکانم خۆشدەوێ، ئەگەر وابێ با بەقسەی مامۆستاکەم بکەم.

شەوباش دایەگیان، شەوباش بابەگیان، شەوباش کاکە گیان، شەو باش خوشکە جوانەکەم، من دەخەوم، ماچ ... ماچ ... گوڵی خەوتوو، خۆزگەم بەخۆی، بزە لەسەر لێویەتی.

ڕۆژنامەی نم نم ئەو منداڵانەی خۆشدەوێ کە هەوڵی فێربوونی کۆمپیوتەر دەدەن

مەتەڵ

١ . ئاو بخواتەوە دەمرێ
٢ . هەتا نەیبەستییەوە ناڕوا
٣ . هەتا سەری نەبڕی قسان ناکا

سوپاس بۆ ئەم خۆشەویستانە کە وڵامی درووستیان بۆ ناردبووینەوە:

- هێرۆ عومەرو گەلاوێژ خەبات لەهەولێر.
- هەژیر حەمەدەمین لەکەسنەزان
- ڕەوەند فەتاح لەرانییە
- ژوان عەبدوڵا لەسلێمانی

وڵامی مەتەڵەکانی پێشوو:

١ . بەفر
٢ . دووکەڵ
٣ . دەمو ددان

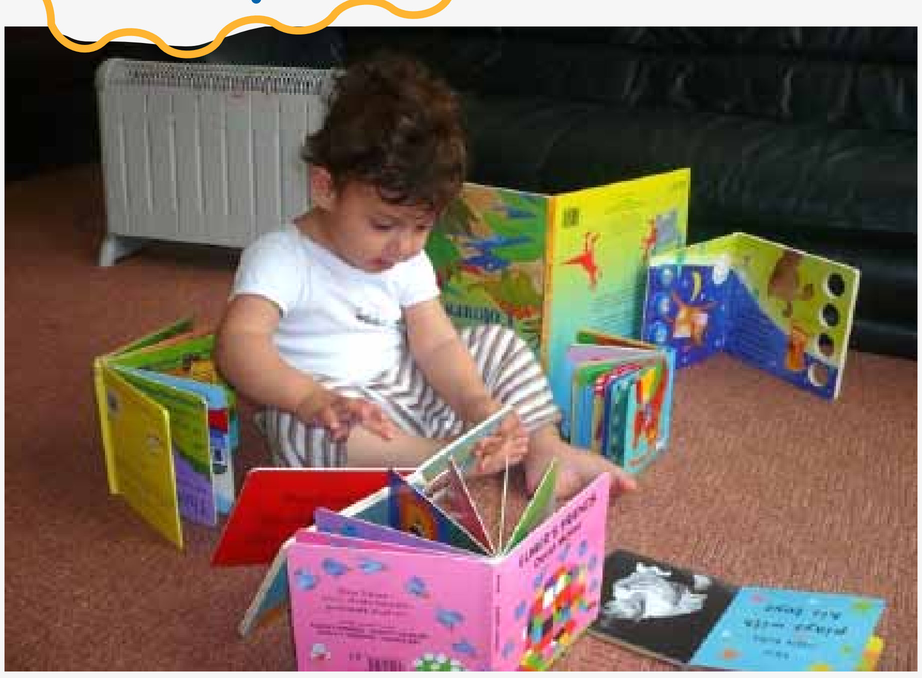
وەرزش

دەستت هەڵێنە. دەستت دادەوە. دەستت هەڵێنە. دەستت دادەوە. ئافەرم.
دانیشە. هەستە. دانیشە. هەستە. ١٠جار هەستە. ١٠جار دانیشە. ئافەرم.
زۆر باشە.
با بڕێک پشوو بدەین...

* * *

با دەست پێبکەینەوە:
دەستت هەڵێنە. دەستت دادەوە. دەستت هەڵێنە. دەستت دادەوە. ئافەرم.
دانیشە. هەستە. دانیشە. هەستە. ١٠جار هەستە. ١٠جار دانیشە. ئافەرم.
بۆ ئەمڕۆ بەسە.
ماندوو نەبی.

هاوڕێیانی نم نم



ئارشۆ حیسام ئەوین لە بەریتانیا

ئەنەس عومەر لە سلێمانی

چۆن دەتوانین بە باشترین شێوە کەڵک لە کاتەکانمان وەربگرین؟

بەیانیان ئاڵتونی بە دەمەوەیە پەندێک

عەلی مەجیدی

مەبەست لەم پەندە ئەوەیە سەر لەبەیانیان ئەوەندە گرنگە وەک ئاڵتون بەهادارە. ئەم پەندە ڕێ پیشاندەرە بۆ ئەوەی بزانین بۆچی سەر لەبەیانیان وەک ئاڵتون بەهادارە. بە مەرجێک بەهادارە کە گرنگترین کارەکانمان سەر لەبەیانی جێبەجێ بکەین. لە کتێبی «کارە گرنکەکانمان ئەنجام بدەین» باسی ئەوەمان کردووە ئەو کارانەی دەمانەوێ لە ڕۆژێکدا ئەنجامیان بدەین، بە ڕیزەوە چەندە بە لامانەوە گرنگن لە نامیلکە بچوکی گیرفانیەکەماندا یاداشتی بکەین‌و یەکەم کارمان ئەو کارە بێت کە لە هەموو کارەکانی تر بە لامانەوە گرنگە.

بۆ نموونە ئەمڕۆ چەند کارمان هەیە کە هەر کامەیان بە لامانەوە یەک لە یەک تر گرنگترن، نازانین کامەیان سەرەتا جێبەجێ بکەین، ئەم نەزانینە لە ڕاستیدا خۆمان بە لای خۆمانەوە قورسی دەکەین، یان هەندێجار ئەزموونی ئەوەمان هەیە ئەگەر لە شوێنێک کارێکمان هەبێت، ئەو شوێنە درەنگمان دەخات‌و کارەکەمان درەنگ جێبەجێ دەکات. بۆیە نازانین ئایا یەکێک لەو کارانەمان کە لەو شوێنە جێبەجێ دەکرێت، ئایا زوو کۆتایی پێدێت یان نا، بۆیە کاتی جێبەجێکردنی کاری دوای ئەو کارەمان بە ڕوونی نازانین. ئەمەش دۆخێکە کە شوێنەکان گرنگی بە کات‌و ساتی خەڵک نادەن، یان لەو شوێنە خەڵک نۆرەبڕی لە یەکتر دەکەن‌و پێشی یەکتر دەکەون، لە ڕاستیدا مافی هاوڵاتیبوونی یەکتر پێشێل دەکەن. ئەمەش جۆرێکە لە پێشێل کردنی کات. هەندێجار خۆمان بە بێ ئەوە ئاگامان لە خۆمان بێت کاتەکانمان بە فیڕۆ دەدەین کە سەرچاوەی زۆربەی دڵەڕاوکێیەکانی مرۆڤ لە بەر ئەم کات بە فیڕۆدانەیە. کات بە فیڕۆدان دۆخێک دروست دەکات ڕەنگە هەرگیز هەست بەوە نەکەین کات چییەو دەتوانرێ لە نیو چرکەدا چی بکرێت. لە ڕاستیدا لە نیو چرکەدا یەک وشەی بیانی بە ئاسانی‌و بە تەرکیزو لە سەر پێوست لە بەر دەکرێت. لە نیو چرکەدا بە وتنی بەڵێ یان نا، دۆخی شتێک بۆ دۆخێکی تر دەگوازرێتەوە.

بۆ نموونە لە ڕۆژێکدا (١٠) کارمان هەیە کە جێبەجێی بکەین، ئەو کارانەش بە شێوەی پیتی ئەلفوبێ دایدەنین کە هەمان گرنگی کارەکان دوا بە دوای یەک پیشان دەدات، واتە کارە گرنگەکان پێش هەموو کارێک‌و سەر لە بەیانی جێبەجێیان دەکەین‌و کارە لاوەکیەکان دوای کارە گرنگەکان ئەنجامیان دەدەین.

بۆ نموونە:

١. ئەو کارانەی کە لە هەموو کارەکان گرنگترە بە پیتی (A) دەست نیشانی دەکەین.

٢. ئەو کارانەی کە جێبەجێ کردنیان پێویستەو جێبەجێ نەکردنیان زۆر کێشە دروست دەکات بە پیتی (B) پیشانی دەدەین.

٣. ئەو کارانەش کە جێبەجێ کردنیان باشەو نەکردنیان زیانی نیە، بە پیتی (C) پیشانی دەدەین.

٤. ئەو کارانە کە زیانیان هەیەو نەکردنیان بە سوودە بە پیتی (D) دەست نیشانی دەکەین. هەڵبەت خاڵی چوارەم کە ئێستا باسی دەکەین، پێویست ناکات بنووسرێت، چونکە بە نووسینی خاڵی یەکەم تا سێیەم کاتەکانمان پڕ بووەتەوە- ئیتر نایەوێ وزەمان بۆ نووسینی ئەو کارانە بخەینە گەڕ کە نامانەوێ بیکەین.

ئەگەر کارە گرنکەکانمان دوا بخەین، تووشی دڵەڕاوکێ دەبین، بەڵام بە پێچەوانەوە کاتێک کارە گرنگەکانمان جێبەجێ دەکەین، لەناخەوە هەست بە ئارامی دەکەین. دڵخۆشی پاش سەرکەوتن لە بەدەستهێنانی خودی سەرکەوتنە کە گرنگترە. تەنها تەواوکردنی کارەکان گرنگ نین، دڵخۆشی پاش تەواوکردنی کار زیاتر لە تەواوکردنی کار گرنگترە، بۆیە زۆربەی کەس پاش تەواوکردنی کارەکانیان دیسانەوە هەست بەو بۆشاییە دەکەن کە پێش تەواوکردنی کارەکانیان هەیانبووە، ئەوەش چەندین هۆکاری هەیە کە سەرەکیترینیان ئەوەیە: پاش تەواوکردن‌و بە دەستهێنانی سەرکەوتن لەو کارەدا، بەرنامەی دوای ئەو کارەیان پێشتر دانەڕشتووە، یان ئەگەری ڕوودانی هەندێ پێشهاتەیان بۆ خۆیان دانەناوە، واتە ئامادە نین بۆ ڕووداوی لەناکاو.

پێویستە ئەو کارانەی کە ڕێگرە لە بەردەم جێبەجێ نەکردنی کارە گرنگەکانمان، بەلاوەی بنین. ئەو کارانە کە ڕێگرن کامانەن؟ هەر کارێک کە نائارامی‌و دڵەڕاوکێمان بۆ دروست بکات ئەوە زیانبەخشە، هەڵبەت ئەم کارە جیاوازە لەو کارانەی کە وروژاندنیان تێدایە. کات لە ڕاستیدا هەر ئەم چرکەو ساتەیە کە تیایداین، کەواتە تا ئەو ڕادەیە بۆمان دەلوێت با کەڵکی لێوەربگرین. نموونەیەک بۆ ئەو کارە دێنینەوە کە زیانبەخشە بۆمان: چەند کاتژمێر تایبەت کردن‌و دانیشتن بۆ خواردنەوە بەتایبەتی ئەگەر بە بەردەوامی دووپات بکرێتەوە، ئایا هەموو شەوێک دوو کاتژمێر بۆ خواردنەوە تەرخان کردن یان کارێک لەو شێوەیە بەرەو کوێنمان دەبات، یان ستایش کردن لە پەرستشگەیەکدا کە پاش ئەو ستایشە دیسانەوە پاش ملەی خەڵک باسیان بکرێت‌و ناوو ناتۆرەیان لە سەر دابنرێت. خواردنەوە بە بۆنەو ئاهەنگەوە جوانە، نەک بە بەردەوامی‌و خوو پێوەگرتن، لە حاڵێکدا دەزانین هیچ چارەسەری کێشەکان ناکات. لە ماوەی **٢٤** کاتژمێردا باشترین کاتەکانمان چ کاتێکە؟ ئەوە هەر ئەو کاتەیە کە پێداویستیەکانمانی تێدا چارەسەر بووەو دەبێت.

پاشەکەوتکردن کارێکی سەخت نیە!

گەلا حەسەن

کەمن ئەو کەسانەی کە پاشەکەوتکردن یەکێک بێت لەبەرنامەکانی ژیانیان، تۆ ئەم کارە بکەو هەموو مانگێک ئەگەرچی کەم بێت بڕێک پارە پاشەکەوت بکە، بۆئەو مەبەستەش لەمڕۆوە دەستپێبکە.

بەرلەوەی درەنگ بێت ڕێگەیەک بدۆزەرەو بۆ پاشەکەوتکردن، چونکە تۆ نازانی سبەینێ چ شتێک ڕوودەدات‌و چیت پێویست دەبێت‌و چی چاوەڕێتە، هەر بەم هۆیەوەیە پاشەکەوتکردن بەیەکێک لەهۆکارە گرنگەکان دادەنرێت، لەبەرئەوە:

١. ئاگات لەچۆنێتی پارە خەرجکردنت بێ: بەوردی ئاگاداری خەرجکردن‌و پارە وەرگرتنت بەو بزانە لەچ کاتێکدا پارە خەرج دەکەی‌و بۆچ شتێک خەرجی دەکەیت، چونکە ئەوکەسانەی بەرنامەیەکیان هەیە بۆ پارە خەرجکردن بەشێوەیەکی گشتی زیاتر پاشەکەوت دەکەن.

٢. بەدوای قەرزکردندا مەڕۆ: ئەو پارەیەی کە بەسوی قەرزەکە دەڕوات دەتوانرێت پاشەکەوت بکرێت، ئەگەر زۆر پێویست نەبوو قەرز مەکە.

٣. کاتێک دەچیتە دوکانێکەوە تەنها ئەو شتانەی کە پێویستە بیکڕە، بۆئەمە واباشترە ئەو شتانەی کە پێویستە لەسەر کاغەزێک بینوسە تا لەکاتی کڕینی شتومەکانت توشی ئەو گرفتە نەبیت.

٤. بەرلەوەی لەماڵ بچیتە دەرەوە با ئەوەندەی پێویستە پارەت پێبێت، چونکە پارەی زیاد لەوانەیە دڵەڕاوکێی کڕینی شتومەکی ناپێویستت لادروست بکات‌و بێ هۆ پارەکەت بڕوات.

٥. تادەتوانیت بۆکڕینی شتومەکەکانت سەردانی شوێنە سەرەکییەکان بکە، تاوەکو دووربی لەو زیادەیەی کە لەشوێنەکانی تر دەچێتە سەری.

٦. ئەگەر خاوەنی ئۆتومبێلی واباشترە بەیانیان کەمێک زووتر لەماڵ بێیتە دەرەوە تاکو لەیەکێک لەهۆکارەکانی گواستنەوەی گشتی سود وەربگری تاوەکو خەرجی ئۆتۆمبێلت لەسەرشان زیاد نەبێت.

با نامەیەک بۆ خۆمان بنووسین!!

ژینۆ ئەکبەر

بۆ ئەو کەسانەی وای دادەنێن دۆخێکی تر لە ژیان ئەزموون بکەن، ڕەنگە دژوار بێت.

نووسینی نامە بۆ خۆمان ڕێگایەکی ترە بۆ پەیوەندی لەگەڵ خۆمان کە ڕەنگە بۆ ماوەیەکی زۆرە لە ناخی خۆمان دوور کەوتبینەوە. بە کەڵک وەرگرتن لە نامیلکەی بیرەوەریەکانی ڕۆژانەمان، نامەیەک بە ناوی «بۆ خودی خۆشەویستمان» دەست پێبکەین‌و ئەو شتانەی کە بە زەینماندا دێت بینووسین. با مۆڵەت بە بیرکردنەوەمان بدەین بە ئاسانی و بە بێ زەحمەت بڕۆنە پێشەوە. ئەوەندە بنووسین تا هەست بکەین ئیتر بەسە. پاشان بە پرسیارێک کۆتایی بە نامەکەمان بهێنین. هەندێ پرسیار لەم شێوەیە:

- باشترین بڕیار چییە کە دەتوانین جێبەجێی بکەین؟
- باشترین کار چییە کە بە دوایدا بڕۆین؟
- چ شتێک بەربەستە لەبەردەم پێشکەوتنماندا؟
- پێویستە فێری چ شتێک بم؟

وزەمان بۆ ئەم پرسیارانەمان تەرخان بکەین‌و وەڵامی بدەینەوە. بە ئارامی دابنیشین‌و لە دۆخێکی باشدا خۆمان ببینینەوە. زەینمان ئامادەی وەرگرتنی وەڵامی پرسیارەکانمان بکەین، بۆ ئاسانکردنی ئەم دۆخەش بیر لەو کاتانە بکەینەوە کە دۆخێکی هێمنمان هەبووە یان هەستمان بە خۆشەویستیەکی زۆر کردووە. کاتێک هەست بەوە بکەین کە دڵ‌و زەینمان ئامادەیە، بە ئارامی چاوەڕێ وەڵامێک بین بۆ پرسیارەکانمان، لە کاتێکی گونجاو دەست بە نووسینی وەڵامەکانمان بکەین.

لاپەڕەکەمان بەو شتانە پڕ بکەینەوە کە دێنە مێشکمان. سەرەتا دەنگی ناخمان دەبیستین کە چۆن دێتە قسە. با بەردەوام بین لە سەر دۆزینەوەی وەڵامەکان. چاوەڕێ نەبین کەسێک وەڵامی پرسیارەکانمان بداتەوە کە لە نامەکەی خۆمان بۆ خۆمان نووسیومانە. کاتێک پەیوەندیمان لەگەڵ خۆمان گرت، وەڵامەکەمان ناوەڕۆکێکی واڵاتری دەبێت.

ڕەنگە لە ڕۆژێکدا چەندین نامە بە مۆبایل یان ئیمەیڵ یان بە کاغەز بۆ کەسانی ناسراو و هاوڕێیانمان بنێرین، بەڵام بە درێژایی تەمەنمان یەک نامەمان بۆ خۆمان نەنووسیوە. لە ڕاستیدا نامەیەک بۆ خۆمان دەنووسین‌و لەم نامەیەدا پرسیار لە خۆمان دەکەین کە چیبکەین ژیانمان بەرەو چ ئاراستەیەک بەرین. هەندێ کەس ڕەنگە بڵێن کەی کاتمان هەیە کارێکی وا بکەین. بۆ هەموو شتێک‌و بۆ هەموو کەسێک کات دادەنین، بەڵام بۆچی نەتوانین (١) کاتژمێر کات بۆ خۆمان دابنین؟ ئایا خۆمانمان بەلاوە گرنگ نیە؟

هەندێجار کاتێکی زۆر تەرخان دەکەین‌و کاتەکانمان بە فیڕۆ دەدەین، سۆز و خۆشەویستیمان بەرامبەر بە خۆمان لە بیر دەچێتەوە، کاتێک سۆز و خۆشەویستیمان بەرامبەر بە خۆمان لە بیر بچێتەوە، بەرامبەر بە خەڵکیش خۆشەویستی‌و سۆز لە بیر دەکەین. ئەمەش زۆر دژوارە کە خۆمان لە بیر بکەین. خۆشەویستی بەرەو ئاشتی‌و ئاسوودەییمان دەبات. ڕەنگە دەمێکە گوڵێکمان نەکڕیبێت، یان گوڵێکمان بە دەستەوە نەگرتبێت، چەندە لە سۆز و خۆشەویستی بە دوورین‌و ئاگامان لە خۆمان نیە. ئایا ئەوە تووڕەیی نیە کە ناخی داگیر کردووین؟

نامەیەک بۆ خودی خۆشەویستمان!

ئەم ماوەیە زۆر سەرقاڵی. قەرەباڵغی ناخ هەژاندووی. بیر لە چی دەکەیتەوە؟ ئەو ڕێگا دووڕێیانانە چین لە بەر دەمتدا؟ پێرێ ئایا هەڵەم کرد یا کارێکی باشم کرد بەرامبەر بە (X)ی هاوڕێم؟ بۆچی لە وشەی چارەڕەشی هەڵدێیت، دیارە بۆ ئەوەی حەزت لە بەختەوەرییەو دەتەوێ بەرەو دڵخۆشی‌و شایی بڕۆی. بۆچی لە کەسێک هەڵدێیت‌و حەزت لە کەسێکی ترە؟ خواردنەکەی ئەو ڕۆژە کە ئەو کچە پێدای چەند بەتام بوو؟ یان ئەو کراسەی بۆی کڕیوی بۆچی دەتەوێ تەنها جارێک لە بەری بکەیت؟ تۆ بڵێ وەڵامی نەخێرت پێنەڵێت؟ ئەگەر بڵێ باشە، چیدەکەیت؟ ئەگەر دوایین هاوکێشەی وانەکانت بزانیت بەرەو چ ئاستێکی تر هەنگاو دەنیت؟ ئەگەر زمانی وڵاتی (X) بزانیت، ئەو کارانەی جێبەجێیان بکەیت چین؟ چۆن دەتوانی زەردەخەنەیەک پێشکەش بە کەسێک بکەیت؟ چۆن دەتوانی دیارییەک بۆ منداڵێک بکرێت؟

ئەمە نموونەی نامەیەکە کە بۆ خۆمانی دەنووسین، نامەکان جیاوازن‌و هەر کەسەو شتێک بۆ خۆی دەنووسێت. با ئێستا نامەیەک بۆ خۆمان بنووسین.

نوسینی نامەیەک دەتوانێ بەرچاومان ڕووناک بکاتەوە لەبارەی هەنگاوەکانی داهاتوومان

خۆراکی تەندروست کاریگەری لەسەر پێست هەیە؟

ئا: چنار ئەمجەد

خۆراکی تەندروست یارمەتی گەشەی پێست‌و پارێزگاری لێدەکات، جگەلەوەی ئەوخۆراکانەی کە دژە ئۆکسانیان تێدایە بەتایبەتی پارێزگاری لەپێست دەکات. خۆشبەختانە زۆر لەو خۆراکانەی کە کە یارمەتی گەشەی پێست دەدەن هاوکات یارمەتی پارێزگاریکردنی تەندروستی گشتی دەدەن، کە گرنگترین ئەو خۆراکە بەسوودانەش بۆپێست بریتین لە:

١. میوەکان بەتایبەتی گێلاس، توو، شووتی، سێو، هەرمێ.

٢. سەوزەکان بەتایبەتی سپێناغ، کاهو، پیاز، باینجان، کەرەوز.

٣. پاقلەمەنیەکان بەتایبەتی بازلیای درێژ.

٤. ماسی.

٥. ڕۆنی زەیتون.

٦. توێکڵدارەکان

بەپێچەوانەی هەندێک خۆراک کە زەرەر لەپێست دەدات: زۆر خواردنی گۆشت، شیری چەور، دەبنە زیادبوونی مەترسیەکانی دروستبوونی چرچی پێست. ئەگەر ئارەزوی خواردنی بەرهەمە شیرەمەنیەکانە، ئەوانەیان هەڵبژێرە کە چەوری کەمە، هەوڵ بدە لەژەمەکاندا گەنم‌و دانەوێڵەی تێدابێت. بیر نەچێت خواردنێکی هەمەجۆری تەندروست لەپشت بوونی پێستێکی جوان‌و تەندروستەوەیە.

پەیامی منداڵانی کوردستان بۆ خودا

سـڵاو خوایە گیان. ئەمڕۆ بووم بەخاوەنی برایەکە ئێسک سـوک، دایکم دەڵێت ئەم برا جوانەم دیاری خودایە. سوپاس بۆتۆ.

لەیلان عەلی تەمەن ٨ساڵ لەکەرکوک

خوایە گیان زۆر سوپاس کە باری تەندروستی دایکمت باشتر کرد، مانگێک لە نەخۆشخانە بوو. دایە گەورەم دەیوت کە تۆ چاکت کردۆتەوە.

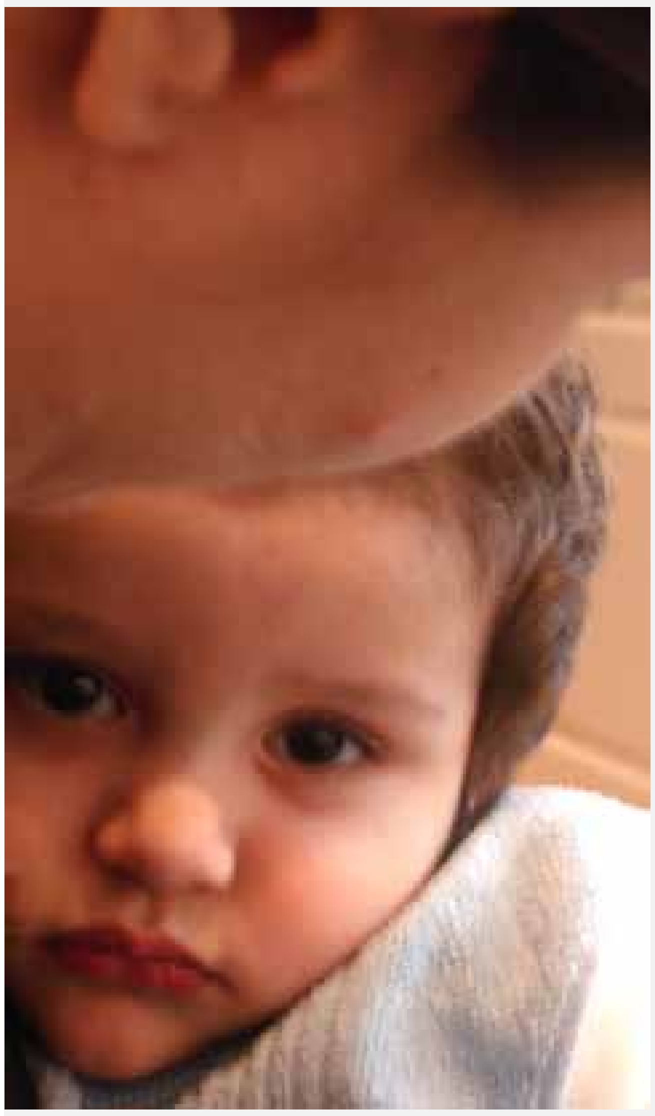
ناسک مەغدید تەمەن ٧ ساڵ لەهەولێر

سـڵاو خوایە گیان. ئەمڕۆ زۆر خۆشحاڵم، چونکە کارتم وەرگرت نمرەکان هەمووی (١٠) بوو. ئەگەر بەویستی تۆ نەبوایە من هەرگیز ئەو نمرانەم بەدەست نە دەهێنا. خوایە گیان من زۆر سوپاست دەکەم.

خەجێ سامان تەمەن ١٠ساڵ لەسلێمانی

یەکشەممە 2010 /3/7 ژمارە: 15

بەسەرهاتەکانی دوورگە



دورگە بەدوای ئەوەدا دەگەڕێت کە ناوەکەی لەچییەوە هاتووە فۆتۆ: ئەژی کەمال

بەسەرهاتی یەکەم

ڕۆژێـــک بوو ڕۆژێـــک نەبوو، کچێکـــی بچکۆلە بـــوو ناوی «دوورگە» بوو.

دوورگە ڕۆژێک بەدایکی دەڵێ: ئەرێ دایە دوورگە یانی چی؟

دایکـــی دەڵێ: لەزەریـــا گەورە گەورەکانـــدا هەندێک جێگای وشـــکایی هەیە کە هەر چوار دەوریـــان ئـــاوەو زۆر زۆریش لەئێمە دوورن.

دوورگە حەزی لەشوێنی وشکایی نییە، حەزدەکا هەموو شوێنێک بارانـــی لـــێ ببـــارێو هەموو شوێنێک دارو باخو بوونەوەری جۆراوجۆری لێبێ.

دایکـــی دوورگە هەســـتیکرد لەوانەیە وەڵامی پرســـیارەکەی دوورگەی بەباشی نەدابێتەوە، هەر بۆیە درێژەی بەقسەکانی داو وتی: دوورگە گیان مەبەستم لەوشکایی ئەوە نییە کە ئەو دوورگانە هەر وشک وشک بنو هیچ ڕووبارو بوونەوەرێکیان لێ نەبێ!

مەبەســـتم ئەوەیە ئەو دوورگانە لەناو دڵی ئاوەکان هەڵکەوتوونو پڕ پڕن لەشاخو کانیو ڕووبارو گوڵو گوڵزارو بوونەوەری جوانو بوونەوەری ناشیرنو سامناکو لەچاو دەریاکان وشکن.

دوورگە هێشتا بەتەواوی نازانێ بۆچی بەهەندێک بوونەوەر دەڵێن جـــوانو بەهەندێک بوونەوەری دیکە دەڵێن ناشیرنو سامناک؟!

دایکـــی دوورگـــە بـــۆ ئەوەی جوانتـــر مەبەســـتەکەی خۆی بەدوورگە بگەیەنێ وتی: هەندێک لەدوورگـــەکان وەک وڵاتی ئێمە ئاوو هەوایەکی زۆر خۆشـــیان هەیەو بۆئەوە دەبێ کە مرۆڤەکان تێیـــدا بژینو خۆشـــحاڵ بن، بەڵام هەندێـــک لەدوورگەکان ئاوو هەواکەیان زۆر ناخۆشـــەو مرۆڤەکان ناتوانن تێیدا بژینو کەمتـــر بوونەوەرەکانی تریش دەتوانن تێیدا زیندوو بمێننەوە.

دوورگە، زۆرجار لەدایکی وشەی «زیندوو»ی بیستووە، دوورگە دەزانێ دوو وشەی «زیندوو»و «مردوو» دوو وشـــەی دژی یەکترن، هەروەک چۆن شـــەو دژی ڕۆژەو سەرما دژی گەرمایە.

دوورگە، فێرکراوە کە هەرشتێک بەچاو ببیندرێـــتو بجووڵێت پێیبڵێ ئەو شتە زیندووە، هەروەها فێرکراوە کە هەرشـــتێک لەبەر چاو نەمێنێو لەجووڵەو هاتووچۆ ڕابوەستێ ئەو شتەش مردوو.

دوورگە، قەت حەزناکات لەجووڵە ڕاوەستێو بمرێ، ئەو یاریکردنو فێربوونـــی زانســـتو زانیاری لەهەموو شتێک پێخۆشترە.

دایکی دوورگە، زانی بەو قسانەی کچە جوانەکەی خۆی خستۆتە ناو بیرو خەیاڵاتەوە، هەربۆیە بۆ ئـــەوەی دوورگە زانیاریی زیاتر ســـەبارەت بەدوورگە فێر بێت، درێژە بەقسەکانی دەداتو دەڵێ:

دوورگە گیان لـــەدوای ئەوەی مرۆڤەکان کەشـــتیو بەلەمیان ســـازکرد، دەســـتیان کـــرد بەسەفەر، لەکاتی سەفەریشدا زۆر دوورگەیان دۆزییەوە کە پێشتر هیچ مرۆڤێکی لێ نەژیابوو، زۆر دوورگەشیان دۆزییەوە کە مرۆڤی تێدا بـــوو، زۆرێک لەو دوورگە خۆشانەی کە مرۆڤی تێدا نەبوو لە لایەن مرۆڤەکانـــەوە ئاوەدان کرانەوەو کران بە وڵاتی خۆیان.

مرۆڤەکانـــی ئـــەو دوورگانەی کە هیچـــکات مرۆڤی دیکەیان نەبینی بـــووو سەفەریشـــیان نەکردبوو، دەستیانکرد بەکۆچو سەفەر، چوون بۆ وڵاتانی دیکەو بەسەرســـامییەوە ســـەیری ئەو خەڵکانەیان دەکرد کە هیچکات نەیان بینیبوون.

بەشێک لەو مرۆڤانەی کۆچیان کرد بـــۆ وڵاتانی دیکە، بۆ هەتا هەتایـــە لەو وڵاتانـــەدا مانەوەو بەشێکیشان گەڕانەوە بۆ دوورگە خۆشەویستەکەی خۆیان.

دوورگە، بیری لەوە دەکردەوە کە تۆ بڵێی دوورگەی دیکە هەبێ کە تا بەئێســـتا هیچ مرۆڤێک پێی پێنەگەیشتبێونەیدۆزیبێتەوە؟!

دوورگە لەبەرخۆیەوە بیری لەوە دەکردەوە کە خۆزگە بیتوانیبایە ئەگـــەر گەورە بـــوو بەلەمێکی تایبـــەت بەخۆی هەبێو بچێ بۆ دۆزینەوەی دوورگەیەک کە کەس کەس پێی نەزانیبێت!

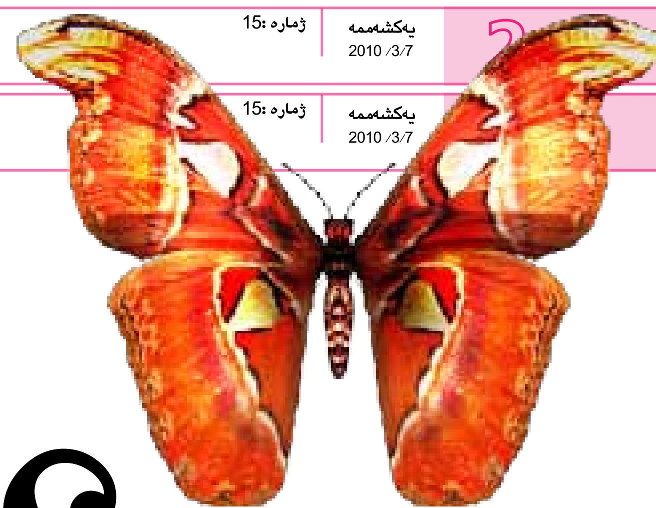
دوورگە، خەریک بوو لەخەیاڵیدا دوورگەیەکـــی بەتاڵ لە مرۆڤـو پڕ پڕ لەبوونەوەری جۆاوجۆری وێنا دەکردو بیری لەوە دەکردەوە چۆن چۆنی تێیدا بژیت؟!

دوورگە لەو خەیاڵاتانەدا بوو کە دایکی کوتووپـــڕ وتی: دوورگە گیـــان وەک دەڵێـــن: پێدەچێ هەندێـــک دوورگـــەی دیکەش هەبێ کە کەس کەس تائێســـتا نەیتوانیبێبیدۆزێتەوە.

دوورگە، یەکەمجار پێی ناخۆش بوو کە دایکیشـــی بیری بەلای دوورگەی نەدۆزاوەدا چووەو پێشی ناخۆش بوو کە خەڵکی دیکەش دەزانن کـــە دوورگەی نەدۆزراوە هەیە، ئاخـــر پێی وابوو ئەو بیرە تەنیا بەزەینی خۆی گەیشـــتووە، بـــەڵام دوایی بۆی گرنگ نەبووو وتی:

قەیناکـــە با خەڵـــک بزانن کە دوورگـــەی دیکەش هـــەن کە نەدۆزراونەتەوە، بەڵام خۆ خەڵک نازانن من بەهیوام کە گەورەبووم بەدوای دوورگەی خۆمدا بگەڕێم، خۆزگەم بەخۆم کـــە کەس ئەم ڕازەی مـــن نازانـــێ، لەوانەیـــە بەڕۆژان بڵێم، چونکە ڕۆژان زۆر هاوڕێیەکی باشەو قەت ڕازەکانی من بەکەس ناڵێ، دایکیشم بۆ ئەو شتانە زۆر باشـــە، بەڵام بەدایکم نەڵێم باشترە، ئاخر دایکم زۆری خۆشدەوێمو دەترســـم نیگەرانم بێ، دایکم پێیوایە ئەو دوورگانە بوونەوەری دەڕندەی لێیە ئیتر من لەوێ گورگـو شتی وا دەمخۆن، بەڵام دایکم نازانێ کە من ئەوەندە بەهێزم کە دەتوانم لەگەڵ هەموو بوونـــەوەرە دڕەندەکانیـــش ببم بەهاوڕێو نەهێڵم ئازارم پێبگەیەنن، هەروەها دایکم نازانێ من هەموو ڕۆژێ گوێ بۆ دەنگی چۆلەکەو کۆترە باریکەو پشـــیلەو هەموو شتێک ڕادەگرمو دەمەوێ فێری زمانەکەی ئەوانیش بم!

خۆزگەم بەخۆم کە ئەو هەموو ڕازە خۆشەم هەیە، خۆزگەم بەخۆم کە ناوم دوورگەیە، خۆزگەم بەخۆم کە دەمەوێ لەداهاتوودا سەفەر بکەم، بەڵام نابێ لەبیرم بچێ دەبێ دوای سەفەرەکەم بگەڕێمەوە، ئاخر بابم دەڵێ هیچ جێیەک لەنیشـــتمانو وڵاتی خۆمان خۆشتر نییە، کارم بەوە نییە، با بابم نیشمانی خۆی پێخۆش بێو قەت بەجێی نەهێڵێ، بەڵام من نیشتمانەکانی دیکەشم پێخۆشـــە، ئەگەر بشـــگەڕێمەوە بـــۆ وڵاتەکەی خـــۆم تەنیا لەبەر دایکمو هاوڕێ خۆشەویستەکانم دەگەڕێمەوە، ئاخر من ئەوانم زۆر خۆشدەوێو ناکرێ لەگەڵ خۆمیان ببەم، چونکە ئەوان زمانی کۆترو ئاژەڵەکانو باو بـــاران نازاننو لەوانەیە لەسەر زەریا تۆفان بێتو نەتوانن خۆیان ڕزگار بکەن.



کێ دەزانێت نیشتمانی پەپوولەکان کوێیە؟

وڵاتی مەکسیک نیشتمانی پەپوولەکانە. لەم وڵاتەدا ئەوەندە پەپوولە زۆرە کە ئەستەمە بتوانین بیانژمێرین.

هەر بەم هۆیەوە هەموو ســـاڵێک خەڵکانێکـــی زۆر بۆ بینینی پەپوولەکانی مەکسیک لەسەرتاسەری دنیادا دەچن بۆ ئەو وڵاتە.

بەم خەڵکانەی سەفەر بۆ وڵاتانی دیکە دەنکەن دەگوترێ « گەشتیار».

زۆربەی پەپووڵەکانی ئەم وڵاتە نایابو دەگمەنن.

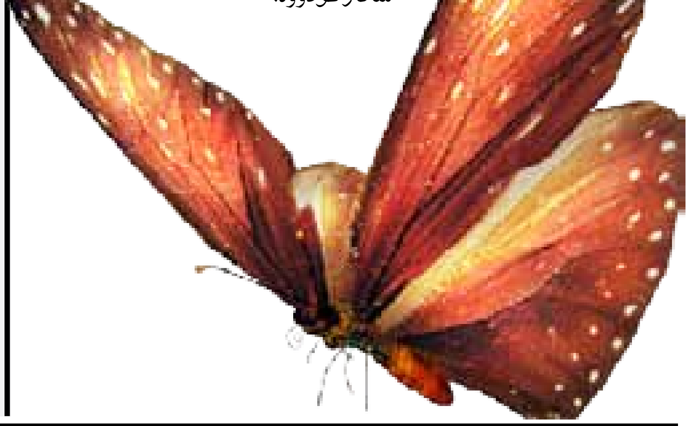
هەموو ساڵێک لەگەڵ هاتنی وەرزی پاییز، زیاتر لە میلیۆنان پەپوولەی ڕەش ـ نارنجی لە ناوچەکانی باکووری ئەمەریکاو کەنەداوە کۆچ دەکەن بۆ جەنگەڵو دارستانەکانی مەکسیکو لە بەهاردا دووبارە دەگەڕێنەوە بۆ مەکسیک.

ئەمە بە گەورەترین جێگۆڕکێ سروشت دەژمێردێ کە بەو مەوداو دوورییە ئەنجام دەدرێ.

ئەوان مەنزڵە هاوینییەکەی خۆیان لە کۆتاییەکانی مانگی هەشتدا بەجێدەهێڵنو دوای پێوانـــی زیاتر لە **٢٥٠٠** میل لە مانگی یانزەدا دەگەنە شـــاخە پڕدارو درەختە گەڵا نووک تیژەکانی مەکسیک.

پەپوولەکانی مۆنارچ (شا پەپوولەکان) هەموو زستانێک دەچنەوە لای یەکترێو لە گرووپە هەزار بەهەزارەکانی خۆیاندا لەسەر لقو پۆپی دارەکانی مەکسیک بۆخۆیان ڕادەبوێرن.

ئەوان لە سەرەتاکانی مانگی سێدا دووبارە دەگەڕێنەوە باکـــووری ئەمەریکاو کەنەدا، ئـــەو جێگایەی کە تێیدا لەدایکبوونو تەمەنیان کۆتایی پێدێ، ئەمە لەکاتێکدایە کە ئەوان زیاتر لە **٥٠٠٠** میلیان سەفەرکردووە.



هاوڕێیانی خۆشەویستی نم نم بابەتو چیرۆکو شیعرو زانیارییەکانتان بۆ نوسینگەی سەرەکی ڕۆژنامەکەتان یاخود بینێرن بۆ ئەم ئیمەیلە: naser_fathi2004@yahoo.com

On the Waterfront
لەگەلەری سەردەم نمایش دەکرێت

ئا: کاوە حەسەن

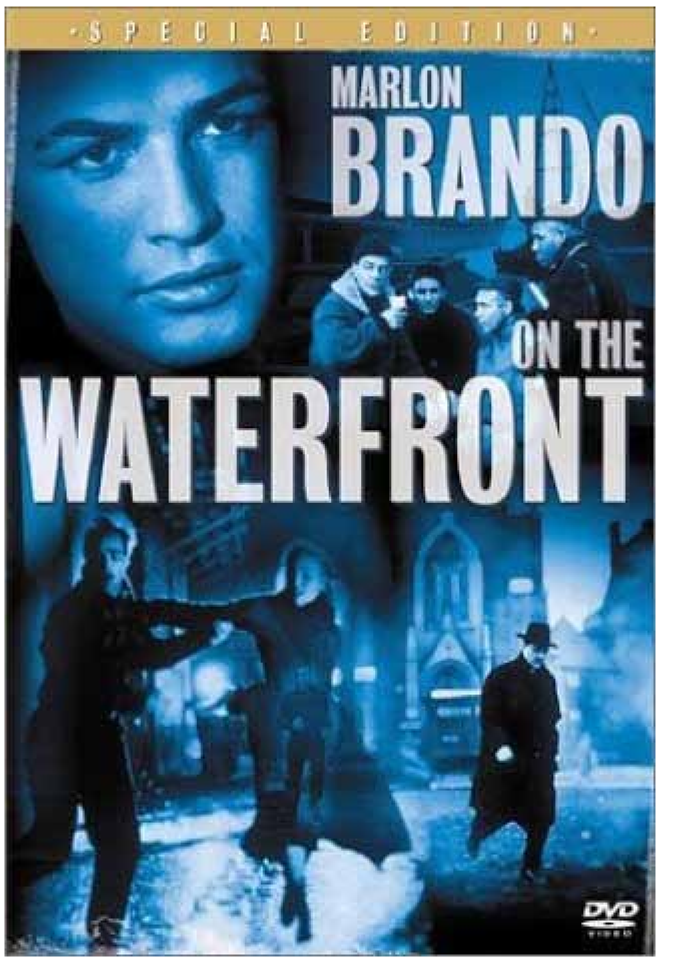
فیلمی On the Waterfront لەدەرهێنانی ئیلیا کازان ـەو ساڵی ١٩٥٤ لەئەمریکا بەرهەمهێنراوەو مارلۆن براندۆو کارل مادانو ئیڤا ماری سینت رۆڵی سەرەکی تێدا دەبینن‌و ماوەکەی ١٠٣خولەکە.

رووداوەکانی ئەم فیلمە لەبنەڕتدا لەچەند چیرۆکێکی راستەقینەی کۆمەڵگەی ئەمەریکی وەرگیراوە کە بۆد سلۆبیرگ نوسیویەتی‌و باس لەسەرۆکی سەندیکای کرێکاران ئەکات خۆی لەگەندەڵی تێوەگلاندوەو ئەوەی بەرپەرچی بداتەوە تووشی دەیان کێشە دەبێتەوە، جاری واهەیە رووبەڕووی مەرگ دەبێتەوە، هەموو کەس ڕاستییەکان ئەزانێت، بەڵام لەترسی گیانی خۆیان بێدەنگی هەڵدەبژێرن، لەهەمووی کارەساتتر ئەوەیە کە پۆلیس سوور ئەزانێت ئەو کەسە گەندەڵو دەستی سوورە بەخوێنی خەڵکی، بەڵام بەپاساوی ئەوەی کە هیچ دەلیلێکیان بەدەستەوە نییە وازی لێدەهێنن.

کەسایەتی دووەمی فیلمەکە باس لەبۆکسێنەرێکی گەنج ئەکات ناوی تیری مالۆی ـەو شکستی هێناوە لەبوارەکەیداو لەنزیکەوە ئاگاداری تاوانێکی سەندیکای کرێکاران دەبێت‌و لەنێوان دوودڵی‌و سەرراستیدا دەبێت یەکێکیان هەڵبژێرێت‌و باش دەزانێت هەڵبژاردنی هەر رێگایەک لەم رێگایانەدا باجی خۆی هەیە بیدات.

ئەم فیلمە خاوەنی هەشت خەڵاتی ئۆسکارە لەوانە:

١. باشترین دەرهێنەر.
٢. باشترین ئەکتەری کوڕ بۆ مارلۆن باراندۆ.
٣. باشترین ئەکتەری کچ بۆ ئیڤا ماری سینت.
٤. باشترین وێنەگرتن.
٥. باشترین مۆزیک.



مارلۆن باراندۆ کێیە؟

ئەم ئەکتەرە بەناوبانگە جیهانییە ناوی Marlon Brando لەساڵی ١٩٢٤ لەئەمریکا لەدایکبووە، ساڵی ٢٠٠٤ کۆچیدوایی کردووە، رەخنەگرانی سینەما پێیانوایە ئەم ئەکتەرە باشترین‌و چاکترین‌و ئازاترین کەس بووە لەمێژووی سینەماو دوای خۆی سەدان ئەکتەری بەرهەمهێناوە، هەر کەسێک ئەم ئەکتەرە نەناسێت باشترین کار کە بیکات بو ناسینی ئەویش ئەوەیە بچێت سەیری سینەکەی باوکسالار The Godfather بکات کە لووتکەی براندۆ دەرئەخات لەهونەری سینەمادا.

براندۆ پاڵێوراوە بۆهەشت خەڵاتی ئۆسکارو توانی دوو خەڵاتیان دەستەبەر بکات، شارەزایانی سینەما هەمیشە گلەییان لەئەکادیمیای ئۆسکار ئەوەبوو کە ستەمیان کردووە بەرامبەر براندۆ. ماوەتەوە بڵێین براندۆ کاتێک خەڵاتی ئۆسکار وەردەگرێت رێکو ئاسان‌و بەبەرچاوی جەماوەر دەیدات بەزەویدا، ئەمەش هەڵوێستێک بوو چونکە پێیوایە ئەمەریکا ستەمێکی گەورەی بەرامبەر هیندییە سورەکان گەیاندووە.

خوێنەرانی بەڕێزی نم نمو هەر بینەرێکی دیکە کە دەیەوێت ئەم فیلمە ببینێت، دەتوانن ئەم فیلمە سەعات سێی ئێوارەی شەممەی داهاتوو ٢٠١٠/٣/١٣ لەگەلەری سەردەم لەسلێمانی ببینێت.

هەیفا وەهبی:
جارێ حەزم لە منداڵ نییە

شارا کەریم

خانمە گۆرانیبێژی لوبنانی هەیفا وەهبی رایگەیاند کە لەگەڵ مێردەکەی رێککەوتووە تا ماوەیەکی نادیار منداڵیان نەبێت بۆ ئەوەی جارێ چێژ لەژیانیان وەربگرن چونکە هێشتا لەسەرەتای ژیانی هاوسەریدان.

هەیفا رونیکردەوە ئەو مانای ئەوەنیە کە منداڵی خۆشناوێت «حەزم لە منداڵە بەڵام لە ئێستادا نا»، ئەوەشی نەشاردەوە کە ئەگەر کچی ببێت ناوی دەنێت مریەم‌و ئەگەریش کوڕیان ببێت ئەوا مێردەکەی سەرپشک دەکات کە چی ناوێکی لێدەنێت.

سەبارەت بەو دەنگۆیانەی کە گوایە ناکۆکیی هەیە لەنێوان هەیفاو هونەرمەندی میسری عەمرو دیاب، وتی: «منی ناوی عەمرو دیابم نەهێناوە، بەردەوام وتوومە هەن دژایەتیم دەکەن‌و ناشزانم بۆ؟ کەچی دیاب بەیانێکی دەرکردووەو ئاماژەی بەوەکردووە کە ئەو پەیوەندیی بەو مەسەلەیەوە هەیە».

وتیشی: «هیچکات هەوڵم نەداوە ناوی هونەرمەندی تر بقۆزمەوە، کاتێک دووچاری گرفتێک دەبم راستەوخۆ وەڵام دەدەمەوە».

میریام: شوو بەسەرۆک ناکەم

ژیلا تاهیر

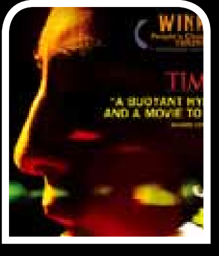
خانمە هونەرمەندی عەرەب میریام فارس ئەو هەواڵانەی رەتکردەوە کە باس لەوە دەکەن رەمەزان قەدیرۆڤی سەرۆکی پێشووی چیچان داوای لێکردووە بەشێوەیەکی رەسمی شووی پێبکات، هاوکات دوپاتیشیکردەوە کە ئەو قسەیەی تەنها وەک گاڵتەیەک لەگەڵدا کردووە کاتێک لەناو کۆشکی سەرۆکایەتیدا لەچیچان ئاهەنگێکی تایبەتی سازکردووە.

لەدرێژەی لێدوانەکەیدا، میریام فارس رەتیکردەوە ئەو ئاهەنگەی دزیبێت‌و پێشتر بڕیار بووبێت شەزا حەسون ئەو ئاهەنگە سازبکات.

میریام ئاشکراشیکرد کە بەنیازە ئەلبومێکی نوێ دەربکات کە گۆرانیی «وەلەعوە»یشی تێدایە کە بەمدواییە لەفیستیڤاڵی (هەلا فێبرایەر)لەکوەیت پێشکەشیکرد، جگەلەوەش بەنیازە ئەلبومێکی تر دەربکات کە چەند گۆرانییەکی لوبنانی لەخۆدەگرێت.

ملیۆنێری لانەواز
Slumdog Millionaire

ئا: بێساران فەیرۆز حەسەن



دەرهێنەر: دێنی بۆیڵ
سێناریۆ: سایمۆن بیوفوی، لەسەر بنەمای چیرۆکی پرسیارو وەڵامی ڤیکاس سواروپی سیاسەتمەداری هندی.
ئەکتەرەکان: دیو پاتێل، مەدهور میتال، فریدا پینتو، ئانیل کاپوور، عیرفان خان‌و..تد
مۆزیک: ئا. رەحمان.
بەرهەمی: بریتانیا ٢٠٠٨

ناوەڕۆکی فیلمە:

شاکارێکی سینەمایی بێوێنەیە کە توانی کەلێنێکی گەورەی سینەمای هیندستان پڕ بکاتەوە، لەکاتێکدا ئەم فیلمە بەبەرهەمی سینەمای هندستان (بۆڵیوود) ئەژمار ناکرێت.

دێنی بۆیل، لەدایکبووی مانچستەری بریتانیایە. لەنیوەی ساڵانی ١٩٨٠ دەستی بەفیلمسازی کردووە. سەرەتا بەدروستکردنی درامای تەلەفزیۆنی چالاکییەکانی لەبوارەی سینەمادا بەئەنجام گەیاندووە، بەڵام لەساڵی ١٩٩٥دا، دەستی داوەتە دروستکردنی فیلمی درێژ.

فیلمی ملیۆنێری لانەواز توانی لەدوایەمین هەفتەی ساڵی رابردوودا لەسەرجەمی لیستی هەڵبژێردراوەکان لەلای رەخنەگرانی بواری سینەما پێگەیەک بۆ خۆی دەستنیشان بکات. ئەم فیلمە لێوانلێوە لەڕەنگ، مۆزیک، لۆکەیشنی جوان‌و.. تد، هەروەها خاوەنی چیرۆوکێکی زۆر بەهێزە.

قارەمانی ئەم فیلمە منداڵێکەو دواتر مێردمنداڵێکی موسوڵمانی هندییە کە ژیانی نمونەیەکی میکرۆسکۆپییە لەژیان‌و گوزەرانی هەزاران‌و ملیۆنان هاووڵاتی هندی کە لەبارودۆخێکی ئێجگار دژواردا تەمەن تێدەپەڕێنن.

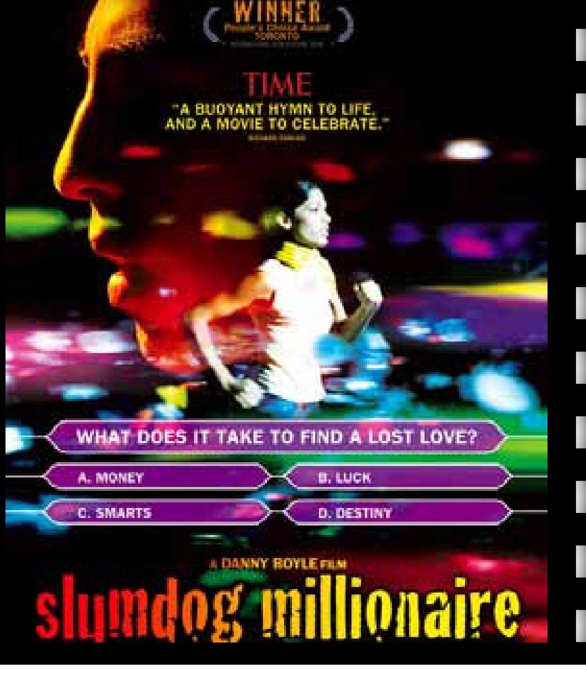
نواندنی هەردوو ئەکتەر ئانیل کاپوورو دیو پاتل، بەخاڵە سەرکەوتووەکانی ئەم فیلمە لەقەڵەم دەدرێت کە ئاوەها ئاستو توانستێک لەسینەمای هندستاندا زۆر دەگمەنە.

پوختەی پەیامی دەرهێنەری ئەم فیلمە لەیەکێک لەدیمەنەکاندا لەزاری سەلیم مالک ـەوە بۆمان ئاشکرا دەبێت کە دەڵێت: من ویستم هندستانی راستەقینەتان پێبناسێنم

خەڵاتەکان:

لەشەستو شەشەمین مەراسیمی بەخشینی خەڵاتی گۆڵدن گلەب، کاتی ئاشکراکردنی ناوی براوەکان، دێنی بۆیڵ چوارجار ناوی فیلمەکەیی بیست، ئەڵبەتە ئەمە دوا ئەنجامی وەرگرتنی خەڵات نەبوو، بەڵکو لەمەراسیمی ئۆسکاریشدا هەشت خەڵاتی بۆ کارەکتەرەکانی فیلمەکەی وەرگرت‌و دواتریش حەوت خەڵاتی بەفتای‌وەچنگهێنا.

فیلمی ملیۆنێری لانەواز لەساڵی رابردووەوە تائێستا زیاتر لەسەد خەڵاتی بوارەی سینەمای بەدەستهێناوە، لەوانە: خەڵاتی بینەران لەفێستیڤاڵی ئاستین، خەڵاتی باشترین ئەکتەر لەمەراسیمی بلەک رەیل، خەڵاتی باشترین فیلمی سەربەخۆ ـ باشترین دەرهێنان ـ باشترین ئەکتەری پیاو لەمەراسیمی فیلمە سەربەخۆکانی بریتانیا، خەڵاتی باشترین وێنەگرتن لەمەراسیمی Camerimage، خەڵاتی باشترین دەرهێنان ـ باشترین فیلمنامە ـ باشترین ئەکتەر لەمەراسیمی ئەنجومەنی رەخنەگرانی شیکاگۆ، خەڵاتی بینەرانی فێستیڤاڵی شیکاگۆ، خەڵاتی باشترین دەرهێنان لەمەراسیمی ئەنجومەنی رەخنەگرانی لۆس ئەنجلێس، خەڵاتی باشترین ئەکتەر ـ باشترین فیلم ـ باشترین فیلمنامە لەئەنجومەنی نەتەوەیی رەخنەگرانی ئەمریکا، خەڵاتی باشترین وێنەگرتن لەمەراسیمی ئەنجومەنی رەخنەگرانی نیۆیۆرک، خەڵاتی باشترین دەرهێنان‌و باشترین فیلمنامە لەمەراسیمی سەتەلایت، خەڵاتی باشترین دەرهێنان‌و باشترین فیلمنامە لەمەراسیمی ئەنجومەنی رەخنەگرانی ساوس وێستێرن، خەڵاتی باشترین هەڵبژاردەی بینەران لەفێستیڤاڵی تۆرنتۆ. هەروەها پاڵێوراو بۆ نزیکەی پەنجا خەڵاتی تر.



ئەوەی دەیزانیو نایزانی

ئا: بیستون فەرهاد

* ڕۆژی قیامەت لەبیرۆکەی خۆرئاوادا هەڵقووڵاوە، نەک لەبیرۆکەی مایاکان. مایاکان جەخت لەوە دەکەنەوە کە جیهان لە ٢٠١٢دا کۆتایی نایەت. مایاکان لێهاتووبوون لەئەستێرەناسی، هەندێ لەوانەی کە زۆر بەپەرۆش بوون بەقسەی خۆیان، بۆیان دەرکەوت کە زنجیرەیەک ڕیزبوونی هەسارەو ئەستێرە لەساڵی ٢٠١٢دا ڕوودەدات، بەو ڕووداوەش کە بەتوندوتیژترین شێوە لەماوەی ٢٥٨٠٠ساڵ یەکجار ڕوودەدات.
* هەموو ٢٥٨٠٠ ساڵ، بۆ یەکجار، خۆر لەگەڵ سەنتەری کۆئەستێرەی ڕێی کاکێشان لەسەر یەک هێڵ ڕێکدەبێ لەکاتی خۆروەرگەڕانی زستانە کە نزمترین خاڵی خۆر لەئاسۆدا دەبێ. نزیکترین بەرواریش لەزەمەنی ئێستاماندا، ٢١ی کانونی یەکەمی ٢٠١٢ە کە ڕێکەوتە لەگەڵ هەمان ئەو ڕۆژەی ڕۆژژمێری مایاکان کۆتایی دێت.
* یەکەمو دووەمین ناوی سەرۆکی ئەمریکی لەفیلمەکەدا هاوشێوەی ناوی وودرۆ ولسن، سەرۆکی ٢٨ەمی ئەمریکایە. لەڕاستیدا ناوی یەکەمی ولسن، تۆماس ـە.
* لەچاوپێکەوتنێکدا لەگەڵ ڕۆژنامەی یو ئێس تودەی، دەرهێنەر ڕۆلاند ئیمیریش ڕایگەیاند کە ئەمە دوایەمین فیلمیەتی کە دەربارەی کارەسات بێت، «خۆم بە خۆم وت کە فیلمێکی دیکە لەسەر کارەسات دەردەهێنم، بەڵام دەبێ کۆتایی بەهەموو فیلمەکانی تایبەت بەکارەساتەکان بێنێ، بۆیە هەموو شتێکم تیادا دانا».
* لەدوای فیلمی نیشتمانپەروەر لەنواندنی میل گیبسن کە لەساڵی ٢٠٠٠دا دەریهێنا، فیلمی ٢٠١٢ بەماوەی ١٥٨خولەک، دووەمین فیلمی ماوەدرێژی ڕۆلاند ئیمیریشە. ڕێکەوت وابوو میل گیبسن لەساڵی ٢٠٠٦دا دەرهێنانی فیلمی ئەپۆکالیپتۆی ئەنجامدا کە بابەتەکەی دەربارەی مایاکان بوو، هەروەها هەردوو فیلم لەلایەن دین سێملەر کاری وێنەگرتنی سینەمایی بۆ ئەنجامدرا.
* هەندێ لەهۆڵەکانی سینەما لەجیهاندا، فیلمەکەیان لەسەعات ٢٠:١٢ (هەشتو دوانزە دەقیقە) نمایشکرد تا لەگەڵ ناونیشانی فیلمەکە بێتەوە.
* ناوی یەکەمی چاودێرەکەی لۆڤەر لەفیلمەکە (ڕۆلاند)ە، کە ئەمەش ناوی یەکەمی دەرهێنەرەکەیە.
* ناوی پاڵەوانی سەرەکی فیلمەکە (جاکسن کورتیس) هەمان ناوی ڕاستەقینەی گۆرانیبێژی ڕاپ (٥٠ سەنت)ە، بەڵام بەهەڵگەڕاوی، واتە کورتیس جاکسن. دەرهێنەر ڕۆلاند ئیمیریش یەکێکە لەگەورە هەوادارانی ٥٠سەنتو وەک ڕێزلێنانێک، ناوی پاڵەوانی فیلمەکەی بەناوی ئەوەوە ناوە.
* سێ جار ناوی ویلایەتی وسکنسن لەفیلمەکەدا هاتووە. بەرهەمهێنەری جێبەجێکاری فیلمەکە مایکل وایمەر لەنیناە لە وسکنسن لەدایکبووەو هاوڕێو شەریکی بازرگانیی دەرهێنەر ڕۆلاند ئیمیریشە.
* لەفیلمەکەدا خرایەڕوو کە وسکنسن بووەتە جەمسەری نوێی باشووری زەوی، دوابەدوای ئەو گۆڕانکارییەی لەجەمسەری موگناتیسی کە بووەهۆی گۆڕینی پلێتە تاکتۆنییەکان. ئەگەر ئەمە ڕاست بێ، ئەوا خولانەوەی زەوی دەبێ زۆر جیاواز بێت. ئامێرەکانی دیاریکردنی ئاڕاستەکان هیچ سوودیان نابێت بەهۆی گۆڕانکاری لەجوگرافیادا، لەبەرئەوە هیچ ڕێی تێناچێ خەڵک بزانن چۆن بەرەو ئەفریقیادا بەڕێوەبکەون، هەروەکو چۆن لەکۆتایی فیلمەکەدا ڕوویدا.

جێسیکا ئەلبا: پیاوێکم دەوێ وەک شازادە هەڵسوکەوتم لەگەڵ بکات

هێڤی بێستون

جێسیکا ئەلبا، ئەو خانمە ئەکتەرەیە کە توانیویەتی جێگای خۆی لەهۆلیوودا بکاتەوەو بەشداری لەچەندین فیلمو زنجیرەی تەلەڤزیۆنی بکات کە ناوبانگی بۆ هێناوەتەوە. لەچاوپێکەوتنێکدا کە ڕۆژنامەی (القبس)ی کوێتی لەگەڵیدا ئەنجامیداوە، جێسیکا باس لەدوا کاری هونەریو سینەماو ژیانی تایبەتی خۆی دەکات. ئەمە بەشێک لەچاوپێکەوتنەکەیە:

*** ئەو تایبەتمەندێتییانە چین کە حەزدەکەی لەپیاودا هەبێ؟**

جێسیکا: بێگومان توندوتیژی لەناودا نییە. بێگومان نەخێر. دەمەوێ پیاوێکی ڕاستەقینە بێتو پیاوی خێزان بێت، واتا ئەو خێزانە نا کە لەگەڵ دامەزراندی ژیانی هاوسەرێتیدا دایدەمەزرێنێ، بەڵکو لەو پێشتر.

*** مەبەستت چییە؟**

جێسیکا: خێزان واتا هەستکردن بەگرنگی خێزانەکەی کە ماڵی یەکەمی خۆیەتی. زۆر پیاو دەبینین کە کاتێک ماڵی باوکی خۆیان جێدێڵن ئەوا تا هەتاهەتایە بەجێیدێڵن. هەست بەهیچ پەیوەندییەکی گەرم لەنێوان خۆیو ئەندامانی خێزانیدا ناکەیت کە هەر وەک ئەوە وایە ئەم پەیوەندییانە ڕێگری لێدەکەن. بۆیە، حەز لەوانە دەکەم کە پارێزگاری لەپەیوەندییە خێزانییەکاندا دەکەن. حەزم لەپیاوی ڕاستگۆو باوەڕ بەخۆبووە کە وەک شازادەیەک هەڵسوکەوتم لەگەڵ دەکات.

*** هەندێک دەربارەی خێزانەکەتم پێ بڵێ. وابزانم باوکت ماوە؟**

جێسیکا: بەڵێ، تەمەنی ٤٦ساڵەو دایکیشم بەیەک ساڵ لەو بچووکترە. منیش لەساڵی ١٩٨١دا لەدایکبووم.

*** ئایا ڕاستە لەناو مەسعەدی کارەبایی لەدایکبوویت؟**

جێسیکا: بەڵێ ڕاستە

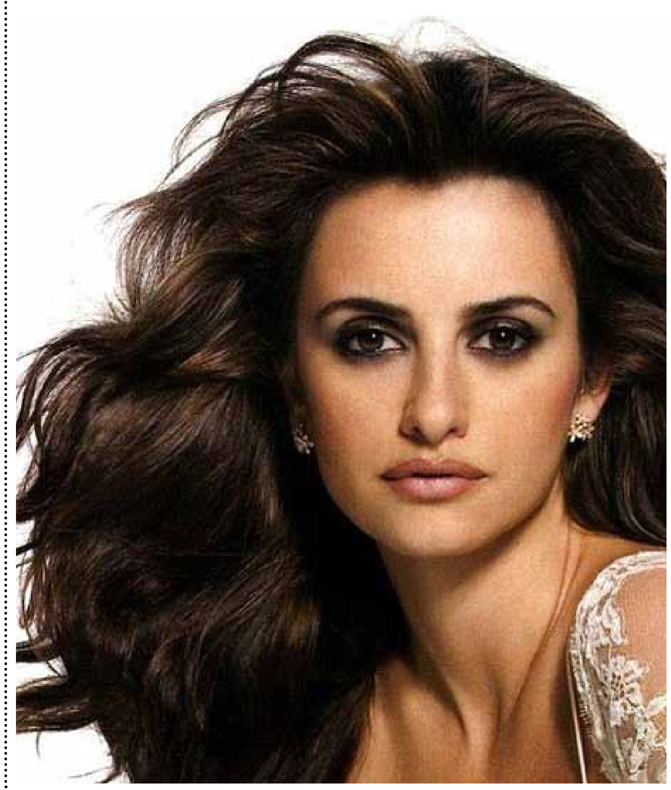
پێنیلۆپی کروز لە دژی جۆنی دیپ

شەیدا نەجمەدین

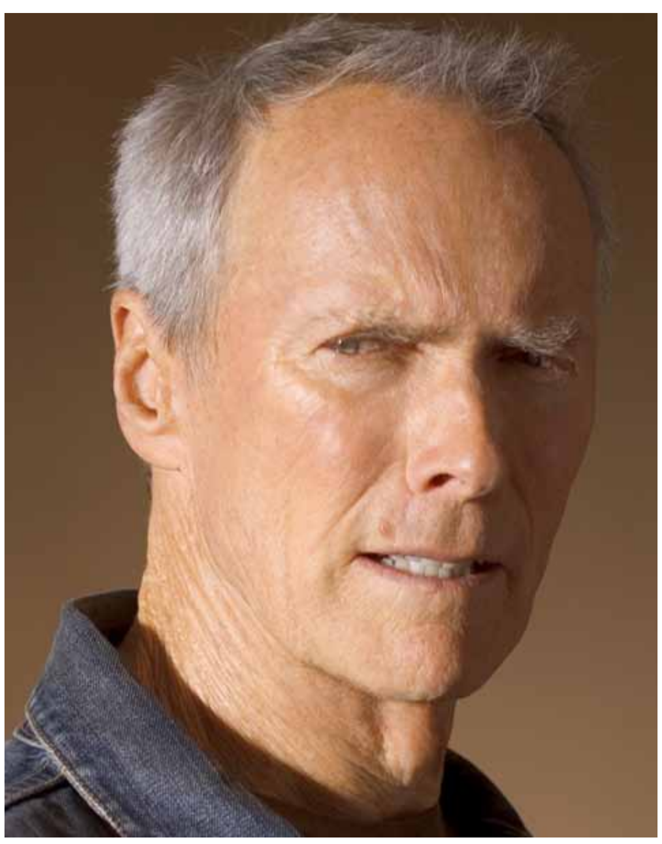
بەگوێرەی پێگەی ئەلکترۆنی هۆلیوود ڕیپۆرتەر کە تایبەت بەهەواڵەکانی ئەستێرەکانی سینەما، خانمە ئەکتەری ئیسپانی پێنیلۆپی کروز ڕۆڵێکی سەرەکی لەبەشی چوارەمی چەتەکانی کاریبی دەبینێ، لەگەڵ ئەکتەری ناودار جۆنی دی کە ئەمجارەش هەر ڕۆڵی خۆی وەک چەتە جاک سپارۆ دەبینێتەوە.

ئەوەی نەزانراوە ئایا لەم فیلمە نوێیەدا کروز چ ڕۆڵێک دەنوێنێ، بەڵام پێگەکە ئاماژەی بەوە داوە کە (ڕۆڵێکی دژ)ی دەبێت لە بەرامبەر جۆنی دیپ، هەروەها لەزۆربەی لایەنەکانیشدا ڕووبەڕووی دەوەستێتەوە.

هەردوو ئەکتەر، ئۆرلاندۆ بلومو کایرا نایتلی، کە لەبەشەکانی دیکە بەشداربوون، لەبەشی چوارەمدا دەرناکەونەوە.



ئیستوود ڕەخنە لەئۆباما دەگرێت



بەرزی ئەحمەد

ئەکتەرو دەرهێنەری ناودار کلنت ئیستوود ڕێزو ستایشی خۆی بۆ سەرۆکی ئەمریکی باراک ئۆباما دەردەبڕێ، بەڵام لەهەمان کاتدا ڕەخنەشی لێدەگرێ.

لەچەند ڕاگەیاندنێکیدا بۆ گۆڤاری شتێرنی ئەڵمانی، ئیستوود وتی: هەموو کەسێک لەتوانایدایە سەرکەوتن لەهەڵبژاردنەکاندا بەدەستبهێنێ، بەڵام ئایا ئەمە ئەوە دەگەیەنێ کە لەتوانایدا بێت دەوڵەتێک حوکم بکات؟ ئیستوودی تەمەن ٧٩ساڵ جەخت لەوە دەکاتەوە کە هاوسۆزییەکی زۆری بەرامبەر ئۆباما هەیە، بەڵام «دەبێ بڕیارگەلی قورس بدات».

ئیستوود لەلایەنگرانی پارتی کۆمارییەو یەکێک بوو لەدیارترین ڕەخنەگرانی سەرۆکی پێشوو جۆرج بوش کە لەکۆمارییەکان بوو.

هونەر شێتییە؟

هیوا ڕەواندزی

ئایا ئەو قسەیە ڕاستە کە دەڵێ هونەر جۆرێکە لەشێتی؟

هەندێجار ئەکتەرەکان لەکارە هونەرییەکانیاندا وا ڕۆدەچنە ناو ئەو کەسایەتییەی ڕۆڵی دەبینن، هەروەک چۆن یەکێک عەقڵو هۆشی خۆی لەدەست دابێت.

وادیارە ئەکتەری جیهانیی بەناوبانگ جۆنی دیپ یەکێکە لەو شێتانە. ئەوەتا لەیەکێک لەگرتەکانی فیلمە نوێیەکەی ئەلیس لەوڵاتی سەیروسەمەرەکان دا کڵاوێکی خواردووە!

تیم بیرتۆن، دەرهێنەری ئەم فیلمە، دەربارەی ئەو کارەی جۆنی دیپ دەڵێت: هیچکەس ڕۆڵی کەسایەتییە سەیرو نامۆکان وەک دیپ باشتر نابینێ چونکە ئەو کاری خۆی خۆشدەوێ. لەم فیلمەشدا، بەڕاستی کڵاوێکی خواردووەو ئەمەش درۆ نییە، چونکە بەڕاستی قەپاڵی لێدەداو دەیجوویی.

شنەبایەک لەبازاڕی ئۆتۆمبێلی سپۆرتی ڕۆدەستەردا

دارین شالاو

لەدووی ئەم مانگەدا رینۆڵت لەپیشانگای ئۆتۆمبێلی جینۆ پەردەی لەسەر مۆدێلی کوپەی سپۆرتی خۆی هەڵدەگرێت.
مۆدێلی renault wind ئۆتۆمبێلی سپۆرتی دوو کەسییە کە درێژییەکەی 3.83مەترە، لەشێوەیەکی داهێنەرانە بۆ کردنەوەی سەقفەکەی سوود وەردەگرێتو سەقفی کارەبایی ئەو ئۆتۆمبێلە تەنیا لە 12چرکەدا دەکرێتەوە، هەربۆیە مۆدێلی نوێی renault wind روانگەیەکی نوێو جیاواز دەخاتە بەردەست ئەو کەسانەی کە حەز دەکەن لەهەوای ئازاددا شۆفێری بکەن.
مۆدێلی renault wind بۆ ئەو مشتەرییانە دروستکراوە کە لەئۆتۆمبێلێکی خڕو جوان بەسەقفێکی سلاید هاوکات لەگەڵ ئۆتۆمبێلەکانی دیکە جیاواز بێت کە رۆژانەو لەناو شاردا بەکارهێنانی ئاسان بێت.
بچوکی ئەو مۆدێلە نوێیە دەبێتەهۆی ئەوەی لەسەر شەقامەکانی ناوشارو دەرەوەی شار زۆر خێرابێت، هاوکات تەنیا ئۆتۆمبێلێکە لەو شێوازە، کە گەورەو بچوکی سندوقەکەی لەژێر کاریگەری کرانەوە یان داخرانی سەقفەکەیدا نییەو 270دیسی مەتری سێجا شوێنی بۆ هەڵگرتنی بار هەیە.
مۆدێلی renault wind بەدروشمی نوێی رینۆڵت واتە drive the change وەفادار ماوەتەوەو خۆشیو چێژێکی زۆر لەشۆفێری دەخاتە بەردەست هەموان.
ئەو ئۆتۆمبێلە نوێیە کاتژمێر 16:15ی رۆژی دووی ئەم مانگە لەژووری رینۆڵت لەپیشانگای ئۆتۆمبێلی جینیف نمایشکرا.

گۆڕان لە بەڕێوەبەرەکانی جینراڵ مۆتۆرزدا بەردەوامە

بژی سامان

لەدرێژەی گۆڕانکارییەکانی بەڕێوەبەریتی لەگەورەترین کۆمپانیایئۆتۆمبێلسازیئەمریکادا، سەرۆکی ئەنجومەنی بەڕێوەبردنی جینراڵ مۆتۆرز لەکاروباری ستراتیجیو گەشەپێدانداني بازرگانیش بۆ ئەوەکۆمپانیایە دانرا.
بەپێی هەواڵەکان ستیفان گیرسکی بۆ پۆستی قایمەقامی سەرۆکی جینراڵ مۆتۆرز لەکاروباری ستراتیجیو گەشەی بازرگانیدا هەڵبژاردووە.
ناوبراو لەرۆژی یەکی ئەم مانگەوە چالاکی خۆی لەجینراڵ مۆتۆرزدا دەستپێدەکات، هەورەها ناوبراو وەک یەکێک لەئەندامانی ئەنجومەنی بەڕێوەبردنی جینراڵ مۆتۆرز کاردەکات.
بەپێی هەواڵێکی سایتی بلۆمبرگ، پێشتر بەڕێوەبەری گشتی جینراڵ مۆتۆرز پۆستی راوێژکاری ئەنجومەنی بەڕێوەبردنی ئەو کۆمپانیایەیوەرگرتبوو.
کۆمپانیای جینراڵ مۆتۆرز لەماوەی دووساڵی رابردوودا بەهۆی قەیرانی دارایی جیهانییەوە ماوەیەک یەکجار سەختی تێپەڕاندو زەرەی زۆری کردو بەشێکی زۆری لەکارمەندو کرێکارەانی دەکرد، پێدەچێت ئەو گۆڕانانەی ئەو دووایانە لەبەڕێوەبەرەکانی ئەو کۆمپانیایەدا، بۆ دەرچون لەو باردۆخە خراپە داراییە بێت.

گەشەی بیجۆ سیترۆین لەچین

گەشە حەمە کاکە

دوای ئەوەی مۆدێلی 408 لەلایەن بیجۆوە کە لەڕۆژی 25ی جانویە لەلایەن گروپی psaوە ئەنجامدرا، بەڕێوەبەرەکانی ئەو کۆمپانیا فەرانسەییە لەهەفتەی رابردوودا رایگەیاند بەهیوایە لەگەڵ شەریکە بازرگانییە لەچین واتە سیترۆین، کۆمەڵێک مۆدێلی نوێی بخاتەڕوو.
دونگ فەنگ شەریکی بازرگانی بیجۆ - سیترۆین گروپی بیجۆ - سیسترۆین لەگەڵ لەچین رایگەیاند کە دەیەوێت تا ساڵی 2012 سێزدە مۆدێلی نوێ دروست بکات.
بەپێی وتەی چینییەکان، دۆنگ فینگ بەهیوایە یەکەمین ئۆتۆمبێلی جیهانی خۆشی بەیارمەتی وەرگرتن لەتەکنۆلۆژیای فەرانسەییەکان ئامادە بکات، بەڵام هێشتا دیار نییە کە کاتی دەرچوونی ئەو ئۆتۆمبێلە لەهێڵی بەرهەمهێنانەکەیدەبێت.
دۆنگ فینگ بەهیوان گەشە بەمۆدێلی تایبەتی 408یش بدەن کە بۆ بازاڕی چین ئامادەکراوە.
بەپێی بەرنامەرێژ سەرەتایی بڕیار وایە 100هەزار دانە لەو ئۆتۆمبێلە سلاڤیا بفرۆشرێت.
لەماوەی دوو مانگی رابردوو کۆمپانیا بیجو دوو مۆدێلی نوێی بەدیزاینێکی نوێیوە نمایشکردووە کە ئامانجی سەرەکی لەو کارە رکابەرایەتی لەگەڵ بەرهەمهێنەرانی دیکەی ئەو بوارە راگەیەنراوە.

ئینفنیتی M45 لە گرانترین هەڵبژاردەی ئۆتۆمبێلەکانی جیهانە

نمە مەحمود

گۆڤاری فۆربس راپۆرتێکی سەبارەت بەگرانترین هەڵبژاردەی ئۆتۆمبێلە لوکسەکان بڵاوکردووەتەوەو لەو لیستەدا کە ناوی ئۆتۆمبێلەکانی کۆمپانیاکانی بیٚ ئێم دەبلیو، مارسیدس بێنز، ئائۆدی، کادیلاک، هامەر، ئینفینیتی، جاگوارو لکزز خراونەتە ژێر لێکدانەوەوەو لەهەرکامیان گرانترین هەڵبژاردەکانیان خراونەتەڕوو، لەوانە:

ئینفنیتی M45
ئینفنیتی وەک برەندی لۆکسی نیسان توانیویەتی پێگەیەکی شیاو لەبازاڕی ئەمریکادا بۆخۆی دروست بکاتو یەکێک لەهۆکارەکانی سەرکەوتنی ئەو برەندە مۆدێلی M بووە.
ئەو ئۆتۆمبێلە لە مۆدێلی M45دا (Infiniti M45) مەکینەیەکی 4.5لیتری هەیە کە هێزەکەی بەرامبەرە لەگەڵ 1325ئەسپ کە لەرێگەی گیرباکسی پێنج گێری ئۆتۆماتیکەوە ئەو هێزە دەگوزارێتەوە بۆ تایەکانی دواوە.
نیسان بۆ ئەو مۆدێلە ئۆپشینی زۆری بەشێوەی ستاندارد خستووەتە بەردەست کە هەندێکیان بریتین لەسیستمی دەنگی 160وات بەگۆڕینی شەش دانەیی CD، لایتی زینۆن کە خۆی لەگەڵ حاڵەتی رێگە رێکدەخات، سیستمی تەهویەی ئۆتۆماتیکو تایبەتمەندی ئاسایشی وەک ئایربەگی زیادی کە بۆ هەر کەسێک کە لەو ئۆتۆمبێلەدا دانیشتووە ئایربەگی هۆشمەندی جیاوازی لەسەر دانراوە، بەڵام ئەوەی کە ئەو ئۆتۆمبێلە لۆکسەی خستووەتە ناو ئەو لیستەوە، ئۆپشەنی Premium Package کە بەنرخی 9650دۆلار دەخرێتە بەردەست.
ئەو پاکیجە پێکهاتووە لەسیستمی کاتبەسەر بردن، گەرمکەر بۆ کوشنی دواوە، کۆنترۆڵی جیای سیستمی تەهویە بۆ ئەو کەسانەی کە لەدواوە دانیشتوون، سیستمی دەنگی بە 14باندەوە، کروزی کۆنترۆڵی هۆشمەند، سیستمی یارمەتیدەری پارکو ورودی ئامێری iPod کە نرخی کۆتاییەکەی ئەو ئۆتۆمبێلە دەگەیەنێتە زیاتر لە 52هەزار دۆلار.
هەرچەند رەنگە ئەو نرخە لەروانگەی یەکەمەوە هەندێک بەرز بێتە بەرچاو، بەڵام لەچاو رکابەرە هاونیشتمانییەکەی لەبازاڕی ئەمریکادا کە پێکدێن لەلکززو ئاکیورا زۆر باشە.

ژنان لەپیاوان هۆشمەندترن؟

ژیلا سامی

پێشڕکێیەکی زانستی ئەوە نیشان دەدات کە ژنان لەچاو پیاوان دا هۆشمەندترن.

ئەو ئەنجامە دوای پێشبڕکێیەکی ئۆنلاین هات کە بە نۆ زمانی جیاوازو لەماوەی پێنج مانگدا لەنێوان پیاوانو ژنان بەڕێوەچوو.

بەپێی راپۆرتێکی رۆژنامەی تیلگراف، لەو پێشبڕکێیەدا زیاتر لە 15ملیۆن پرسیار لەبەشداربووان کراوەو لەئاکامدا ژنان سەرکەوتنیان لەو پێشبرکێیەدا بەدەستهێناوە. بەگوێرەی ئاکامەکانی ئەو پێشبڕکێ دوورو درێژە، ژنان بەجیاوازی 10هەزارو 543وەڵامی دروست سەرکەوتنو پێش پیاوان کەوتن.

یەک کەس بەتەنیا سێ هەزارو 500رۆژ ـ یان نۆ ساڵو 215رۆژو هەشت کاژێرو 24خولەکی کات پێویستە بۆ وەڵامدانەوە ئەو پرسیارانە کە بەپێی یاری بەناوبانگی هۆشی Trivial Pursuit دارێژرابوون، تا وڵامیان بداتەوە. لەو پێشبرکێیەدا کەسەکانبەپێیزانیارییەگشتییەکانی خۆیان لەبوارە جیاوازەکاندا وەڵامی ژمارەیەک پرسیار دەدەنەوە. بەشێک لەخۆشەویستترین تویژبەندییەکانی پرسیارەکان کە بەشداربووان دەیانتوانی هەڵیانبژێرن بریتی بوون لەتوێژبەندی کاتبەسەربردن، زانستو سروشت، وەرزش، مێژوو، هونەرو ئەدەب، جوگرافیو لەکۆتاییدا کەسایەتیو شوێنەوار.

بەشداربووانی ئەو توێژبەندییانە بەپێی حەزو زانیارییە زاتییەکانی خۆیان هەڵدەبژێرن، هەرکام لەدووگروپی ژنانو پیاوان لەتوێژبەندییە جیاوازەکاندا خاڵی جیاوازیان بەدەستهێناوە، بەڵام لەئەنجامدا ژنان بەچوار ملیۆنو 88هەزارو 139وەڵامی دروست ئەو پێشبڕکێیەیان لەپیاوان بردووەتەوە.

بەشداربووانی ئەو پێشبرکێیە رۆژانە بۆ پشتیوانی لەتیمەکەی خۆیان وەڵامی یەک، 10 تا 100پرسیاریان داوەتەوە کە ئاکامەکان نیشانی دەدات ژنان بۆ سەرکەوتنی خۆیان لەو پێشبڕکێیەدا هەوڵێکی زیاتریان هەبووە.

بڕیاروایە پێشبڕکێی هاوشێوەی دواتری ئۆنلاینی Trivial Pursuit لەنێوان دوو نەوەی دیکە واتە دوو نەوەی ژێر 30ساڵو سەروو 30ساڵ لەناوەڕاستی مانگی مارسی 2010 بەڕێوەبچێت.

گۆڕینی فایلە دەنگییەکان بۆ فایلی Mp3

دەنگۆ کەریم

بەگشتی ئەلبومە نوێیەکانی کە هونەرمەندان بەرهەمی دەهێنن، بەفایلی دەنگیو بەفۆرماتی WMVیەو جێگەیەکی زۆر دەگرن، لەهەمانکاتدا ناتوانن کۆپی بکەنە سەر مۆبایل یان Mp3ی پلیەر، هەربۆیە پێویستە فۆرماتەکەی بگۆڕنو بیکەنە Mp3.

لێرەدا تەکنیکێکی سادەتان بۆ ئەو مەبستە فێردەکەم، هەڵبەت ئەو تەکنیکە لەڤێرژنەکانی 7و بەرزتری پرۆگرامی میدیاپلەیەردا ئەنجام دەدرێت:

1. دوای ئەوەی Cdیەکەتان خستە ناو کۆمپیوتەرەوە، پەنجەرەیەک بەشێوەی ئۆتۆماتیک دێتەسەر شاشە، لەو پەنجەرەیەدا Copy Music From Cd لێبدەن یان ئەوەی بەرنامەی میدیا پلەیەر بکەنەوەو لەمینوی قەراغی ئەو بەرنامەیەدا بژاردەی Copy From Cd لێبدەن.

2. ئەو فایلانەی کە دەتانەوێت بیکەنە MP3، بەکلیک کردن لەسەری سەحی لەسەر بدەن بۆ ئەوەی هەڵیبژێرن.

3. لەبەشی Captionدا بژاردەی Copy Music هەڵبژێرن. (ئایکۆنی بازنەیەکی سوورە)

4. برژاردەی 2و 3 لەسەرەوە هەڵبژێرنو دواتر لەسەر Next کلیک بکەنو لەبەشی خوارەوەدا دەتوانن فۆرماتی فایلەکانو کوالێتییەکەی (کە باشترە لەسەر 128 Kbps بێت) هەڵبژێرنو لەسەر Finish کلیک بکەن.

هەڵبەت شوێنی خەزنکردنی فایلەکان بەشێوەی پێش فەرز (My Documents \ My music)یەو ئەگەر حەزتان کرد پێش ئەوەی Finish لێبدەن دەتوانن بیگۆڕن.

چاوەڕێی پلەیستەیشنی چوار مەبن

شارۆ قادر

بەجەختکردنەوەی بەڕێوەبەری جێبەجێکاری سۆنی لەئەمریکا، لەسەر ئەوەی کە هێشتا ئەو کۆمپانیایە لە 25 تا 30%ی تواناکانی نەوەی ئێستای کۆنسولی یاری خۆی سوودی وەرگرتووە، هەلی بەکارهێنانی پلەیستەیشنی چوار بەمزوانە ناکەوێتە بەردەست بەکارهێنەرانییەوە.

هەر لەوکاتەوە کە ئیکس بۆکسی 360 لەلایەن مایکرۆسۆفتو پلەیستەیشنی سێ لەلایەن سۆنییەوە، ئاشکرابوو کە ئەو ئامێرانە تێچوویەکی زۆر بۆ دروستکردنیان خەرجکراوەو ئەو کۆمپانیایانە بەهیوان ئەو دوو ئامێرە بۆماوەیەکی دوورو درێژ بفرۆشنو ئەو پارەیەی خەرجیان کردووە، بەدەستی بهێنەوە.

بەوتەی بەڕێوەبەری جێبەجێکاری سۆنی، ئەو کۆمپانیایە تازە سێیەمین ساڵی پلەیستەیشنی سێی تێپەڕاندووەو ئەویش ناتوانێت درک بەوە بکات کە کۆمپانیاکەی لەداهاتوویەکی نزیکدا لەروانگەی تەکنیکییەوە دەتوانێت ئایا کارێکی باشتر لەپلەیستەیشنی سێ ئەنجام بدات.

سۆنی بەتەکنۆلۆژیایArc یا Geو مایکرۆسۆفت بەپرۆژەی ناتال بەهیوان بێئەوەی کۆنسولێکی نوێی بخەنە بازارەوە، ئەزمونێکی تازە بەخەنەڕوو. بەرای هەندێک لەشیکاران ئەو تەکنۆلۆژیایە کە لەپایزی داهاتوودا دەکەوێتە بەردەست، بەڕادەی خودی کۆنسولەکە گرنگە، هەورەها سۆنی لەرێگەی ئاپدەیتێکی پرۆگرامییەوە کە کۆتایی ئەمساڵ خرایە بەردەست، بیر لەزیادکردنی تایبەتمەندی سێ رەهەندی لەپلەیستەیشنی سێ دەکاتەوە.

یاهوو تویتەر دەبنە برابەش!

خومار نەوزاد

یاهو شەراکتەی جیهانی خۆی لەگەڵ تویتەر کە دەبێتە هۆی تێکەڵاوبوونی زیاتری خزمەتگوزارییەکانی ئەو کۆمپانیایانە،راگەیاند.

بەپێی راپۆرتی computerweekly، لەوە بەدواوە بەکارهێنەرانی یاهو توانای ئەوەیان دەبێت فیدە کەسێتییەکانی تویتەر ببینن، حاڵەتی تویتەری خۆیان ئاپدەیت بکەنەوەو ئاپدەیتەکانی تویتەر لەهۆم پەیجی یاهو، خزمەتگوزاری ئیمەیل، خزمەتگوزاری هەواڵە وەرزشییەکانو خزمەتگوزارییەکانی دیکەدا وەربگرن.

ئەو هاوکارییە توانای ئەوە بەیاهو دەبەخشێت کە یەک هەنگاو لەپرۆسەی one.stop.shopدا بۆهەموو مامەڵە کۆمەڵایەتییەکانی کە لەفەیسبوکدا هەیە، نزیک ببێتەوە. هەر کەسێک بەئایدییەکی یاهو دەتوانێت بەشێوەی هاوکات تۆرە کۆمەڵایەتییە چەندجۆرەکان ئاپدەیت بکاتەوەو لەپەیوەندی لەگەڵ بەکارهێنەرانی دیکە دابێت.

نوێترین خزمەتگوزاری جیمەیڵ

پرسیار مەحمود

گووگڵ بەئەنجامدانی کۆمەڵێک گۆڕان لەخزمەتگوزاری جیمەیلدا شەش تایبەتمەندی تاقیکردنەوەی Gmail Labsی کردووەتە ستاندرادی خزمەتگوزاری ئیمەیلی خۆیو پێنج تایبەتمەندی دیکە وەک "ئیمزا بەپێی شوێن"ی لابرد.

*** تایبەتمەندییە زیادکراوەکان:**

کاملکەری ئۆتۆماتیکی سێرچ: کاتێک کە بەکارهێنەر دەست دەکات بەنووسینی وشە یان دێرێک لەمینۆی سێرچی گووگڵدا، وەک ئەو کاتانەی کە لە Google.com دا سێرچ دەکەن، کۆمەڵێک پێشنیاز وەک لەیبڵو ناوو وشەکان دەخاتە بەردەست.

برۆ بۆ لەیبل: ئەگەر بەکارهێنەر سێرچ بۆ لەیبڵێکی تایبەت بکەنەوە، تەنیا بەنووسینی gl ئۆپەریتەری سێرچی لەیبڵ لەمینۆی سێرچی گوگڵدا دەبیننو بەنووسینی چەند پیتی یەکەم ناوی ئەو لەیبڵە لەژێرمینۆکەدادەبینرێت.

بیرهێنەرەوە: ئەو تایبەتمەندییە بەشیکارکردنیمەیلەکانبۆوشەکانی وەک ئەتێچکراو، ئەگەر بەکارهێنەر بیری چوبێتەوە کە فایلەکەی ئەتیچ بکات، بیری دەهێنێتەوە.

پێش نمایشی یوتیوب: ئەگەر کەسێک لینکی یوتیوب لەرێگەی ئیمەیلەوە بنێرێت، بەکارهێنەر دەتوانێت ڤیدیۆکە هەر لەجیمەیلدا ببینێت.

رەنگی لەیبڵەکان: بۆئەوەی ئاسانتر لەیبڵەکان رێکبخەن، دەتوانن لەزیاتر لەچوار هەزار رەنگ بۆ جیاوازکردن لەیبەڵەکان سوود وەربگرن.

وەڵامدەرەوە لەکاتی پشوودا: بەکارهێنەران دەتوانن بۆوەڵامدانەوەی ئۆتۆماتیک بەمەیلەکان، رێکەوتی دەستپێکو کۆتایی ماوەی پشووی خۆتان بدەنە مەیلکە. بۆئەکتیڤکردنی ئەو تایبەتمەندییە لەسەر رێکخستنەکانی لای راستو لەسەروی ئینبۆکس کلیک بکەنو دواتر لەسەر تابی "جینراڵ" کلیک بکەن.

*** تایبەتمەندییەکانی کە لادراون:**

مازال: ئەو تایبەتمەندییە پەیامەکانی حاڵەتی چاتی هاوڕێکان دەشارێتەوە تا راستییەکەی دەرنەکەوێت، هەڵبەت وادیارە هەندێک لەبەکارهێنەران ئەو بڕیارەی گووگڵیان زۆر بەدڵ نەبووەو داواکارییەکی ئۆنلاینیان بۆ گەڕانەوەی ئەو خزمەتگوزارییەو تەنانەت دووستکردنی جیمەیلی مازال دەستپێکردووە.

فۆنتی ئەندازەی دیاریکراو: بژادەیەکە کە لەلیستی وەڵام بۆ پەیامدایەو ئەو توانایە بە بەکارهێنەران دەبەخشێت تا هەموو پەیامەکان بەیەک قەبارەی دیاریکراوی فۆنت سەیر بکات.

ئاڵودەبوون بەئیمەیل: تایبەتمەندیەکە جیمەیل بۆماوەی 15خولەک دادەخاتەوە تا بەکارهێنەر بچێتو خەریکی کارەکانی دیکەی بێت، هەروەک ناوەکەی نیشانی دەدات تایبەتمەندییەکی یەکجار باشە بۆ بەکارهێنەرانی بێبەرنامەی ئەو خزمەتگوزارییە. بەکارهێنەرانی فایەرفۆکس دەتوانن PageAd-dictیش وەک بژاردەیەکی دیکە هەڵبژێرێت.

شوێن لەئیمزادا: لابردنی ئەو تایبەتمەندییە لەکاتی خۆشەویست بوونی خزمەتگوزارییەکانی دیکە کە لەسەر بنەمای شوێنن، زۆر سەر بوو، بەڵام جیمەیل ئەو تایبەتمەنییەی لابردووە کە شوێنی بەکارهێنەر دەکاتە بەشێک لەئیمزاکەی.

ئیمزای بێ رێکەوت: تایبەتمەندیەکە ئەو توانایەی بەبەکارهێنەر دەبەخشی تا وتەیەکی بەناوبانگ لەکۆتایی ئیمزای مەیلەکەی دابنێت.

ئەستێرەی بەخت

بەهۆی ئەوەی پارەکەت بەبێ بنەما خەرج دەکەیت، تووشی گرفتی دارایی دەبیتەوە، هاوکات بەخراپە باسی کەس مەکە. باشترین رۆژی هەفتە بۆتۆ شەممەیە.

پرۆژەکانت سەرکەوتن بەدەست دێنت، باشتر وایە بۆ سەرکەوتنت زیاتر هەوڵ بدەیت. باشترین رۆژی هەفتە بۆتۆ دووشەممەیە.

بەرگری لەمافەکانی خۆت بکە، چونکە لەم ماوەیەدا تووشی کێشە دەبیتەوە، ئەگەر نەزانیت مافی تۆ چییە. باشترین رۆژی هەفتە بۆتۆپێنجشەممەیە.

ئاگاداری باری تەندروستیت بەو زیاتر گرنگی بەوەرزشو ناخی خۆت بدە. باشترین رۆژی هەفتە بۆتۆ سێشەممەیە.

باشتروایە گوێ لەهەموو کەس بگریتو سوود لەئەزموونی ئەو کەسانە وەربگریت تا زەرەرمەند نەبیت. باشترین رۆژی هەفتە بۆتۆ چوارشەممەیە.

رێگەیەکی دیکە هەڵبژێرە بۆ ئەوەی تێدا هەست بەحەوانەوە بکەیت، هەوڵ بدە سوود لەهاورێکانت وەربگریت. باشترین رۆژی هەفتە بۆتۆ شەممەیە.

دووربکەرەوە لەخەونو خەیاڵ، هەوڵ بدە لەواقیعدا بژیتو ئینکاری راستییەکان مەکە. باشترین رۆژی هەفتە بۆتۆ پێنجشەممەیە.

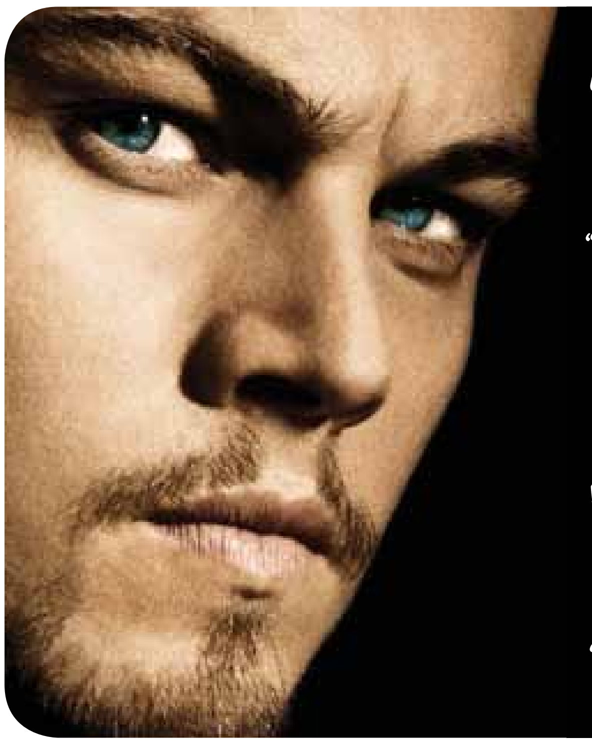
هەستی لێبوردن لەخۆتدا بەهێزتر بکە تاوەکو زیاتر هەست بەئاسودەیی بکەیت. باشترین رۆژی هەفتە بۆتۆ چوارشەممەیە.

هەوڵ بدە تەنها خۆت چارەسەری کێشەکانت بکەیتو زیاتر ورد بەرەوە لەو کێشانەی روبەرووت دەبێتەوە. باشترین رۆژی هەفتە بۆتۆ شەممەیە.

بەهۆی کاری زۆری رۆژانەوە تاڕادەیەک هەست بەگرفتو کێشە دەکەیتو گوشاری زۆرترت لەسەرە، بەڵام دڵنیابە لەوەی کە تۆ کەسێکی سەرکەوتوویت. باشترین رۆژی هەفتە بۆتۆ دووشەممەیە.

فێری تێگەیشتنو وەرگرتنی بیروڕای کەسانی دیکە بە، هەوڵ بدە لەگەڵ هاورێکانت راستگۆ بیت. باشترین رۆژی هەفتە بۆتۆ هەینییە.

هەوڵ بدە بۆ ئەوەی کاتێکی زیاتر تەرخان بکەیت بۆ پێکەوە بوونت لەگەڵ ئەندامانی خێزانەکەت. باشترین رۆژی هەفتە بۆتۆ هەینییە



دیکاپریۆ: کاتم نییە بۆ ژنهێنان

دیاری ئاری

ئەستێرەی ناوداری هۆلیوود لیۆناردۆ دیکاپریۆ کە بەکوڕەکەی تایتانیک ناسراوە، روونیکردەوە کە کاتی ئەوەی نییە ژیانی هاوسەرگیریی پێکبهێنێتو منداڵی ببێت، هۆکارەکەشی گەڕاندەوە بۆ ئەوەی کارەکەی ئەو دەرفەتەی پێنابەخشێت.

دیکاپریۆ کە پەیوەندییەکی سۆزداریی پچڕپچڕی لەگەڵ بار رافائێلی نمایشکاری جلوبەرگدا هەیە، دوپاتیکردەوە کە ئێستا کاری سەرەکی ئەو ئایندەی هونەریی‌و سەرکەوتنێتی‌تیایدا.

کوڕە ٣٥ساڵەکەی تایتانیک جەخت لەوە دەکاتەوە کە هێشتا تەمەنی گەورە نییەو پێیوایە کاتی ژنهێنانی نییە، چونکە ئەوەی لەئێستادا بیرم لایەتی، کارکردنە، «کۆمەڵێک خەونو پلانم هەیە دەمەوێت بەدییانبهێنم، کاتێک منداڵ لەخێزانەکەمدا دەبینم هەست بەسۆز دەکەمو باوەڕ بەخۆم دێنم کە ژن دێنم بەڵام جارێ زووە».

لیۆناردۆ دیکاپریۆ لەبارەی سرووشتی هونەرەکەیەوە ئەوەی خستەڕوو کە بواری هونەر، شتی ترسناکو مەترسیداری تێدانییە، بەڵام هەمیشە هەست بەتەنیایی دەکەیت، زۆرجار بۆ دیمەنێکی وێنەگرتن دەچیتە شوێنێکی دوورەدەست کە دوورە لەکەسوکارو هاوڕێیان.

رۆناڵدۆو کاکا دەبنە دراوسێ

رێکەوت جەمیل

سەرچاوەرۆژنامەوانییەکانی‌ئیسپانیا بڵاویانکردەوە، بەمزووانە هەردوو ئەستێرەی ناوداری یانەی ریاڵ مەدریدی ئیسپانی ریکاردۆ کاکاو کریستیانۆ رۆناڵدۆ دەبنە دراوسێی یەکترو ماڵەکانیان تەنها ٤٠٠مەتر لەیەکەوە دوور دەبێت.

سایتی رۆژنامەی ئەلمۆندۆی ئیسپانی لەوبارەیەوە بڵاویکردەوە، کاکای بەرازیلی لەناوچەی ئارکۆن خانوویەکی کڕیوە کە دراوسێی خانووەکەی رۆناڵدۆی پورتوگالییە.

بەگوێرەی هەواڵەکە رووبەری خانووەکەی کاکا ١٥٠٠مەتر چوارگۆشەیەو کەوتووەتە سەر زەوییەکی پێنج هەزار مەتریی. لەدوو نهۆمو گومەزێکو گەرماوی مەلەوانیو هۆڵی یارییە وەرزشییەکان پێکهاتووەو نرخەکەشی ٢,٧ملیۆن یۆرۆیە.

شایانی باسە ماڵی رائۆڵ گۆنزالیس کاپتنی یانەکەو کەریم بەنزیمەی فەرەنسییش هەر لەو ناوچەیەدایە.

پووری ئۆباما دادگایی دەکرێت!

ئانۆ محەمەد

دوای ئەوەی دەرکەوت کە بەشێوەیەکی نایاسایی روویکردووەتەوە ئەمریکا، پووری باراک ئۆباما سەرۆکی ئەمریکا رووبەڕووی دادگا کرایەوەو ئەویش داکۆکی زیاتر لەخۆی دەکات بۆ ئەوەی لەو وڵاتەدا، مافی پەنابەرێتی سیاسی بدرێتێ.

دانیشتنی دادگاییەکە نزیکەی دوو سەعاتی خایاندو تیایدا زەیتون نیانگۆی پەنابەری نایاسایی لەبەردەم دادگای فیدراڵی بۆ کاروباری کۆچ لەبۆستن ئیفادەی خۆی پێشکەشکرد تا مافی مانەوەی لەو وڵاتە بدرێتێ.

مارگرێت وانگ پارێزەری زەیتونی وتی: دانیشتنی گوێگرتنەکە بەرێکوپێکی بەڕێوەچوو، زەیتونی راشکاوانەو راستگۆیانە قسەی کردو هیواداره دادگا رازی بێت لەم وڵاتە بمێنێتەوە، چونکە ژیان لەئەمریکا بەمافی خۆی دەزانێت.

لەلای خۆیشیەوە وتەبێژێک بەناوی کۆشکی سپییەوە رایگەیاند: سەرۆک ئۆباماو خێزانەکەی هەوڵی پشتیوانیکردنی زەیتونی نادەن، «سەرۆک ئۆباما لەوەتەی زانیویەتی پووری بەنایاسایی هاتووەتە وڵاتەوە پەیوەندیی پێوە نەکردووەو نەیبینوە.

زەیتونی زڕخوشکی باوکی ئۆباما ساڵی ٢٠٠٠ چووەتە ئەمریکاوە، ئەوکات داوای مافی پەنابەرێتی سیاسی کردووە بەهۆی ئەو توندوتیژییانەی لەکینیا لەئارادابوون، بەڵام داواکەی رەتکراوەتەوەو ساڵی ٢٠٠٤ داوای لێکراوە ئەمریکا بەجێبهێڵێت، کەچی ئەو داوایەی جێبەجێ نەکردووەو لەگەڕەکێکی میللیی واشنتۆن ماوەتەوە.

SMS

کارێکی زۆر باشتان کرد کە رۆژی دەرچوونو بڵاوبوونەوەی رۆژنامەکەتان لە پێنجشەممەوە گۆڕی بۆیەکشەممە، بەڵام نازانم حیکمەت لەوەدا چییە دەیخەنە ئێواران، چونکە لەبەیانیان دا بێت رەنگە زووتر خەڵکی دەستی بکەوێتو هەندێ لەفەرمانگەکانیش بتوانن ئیشتراکی بکەن.

بریار نوری لەچەمچەماڵ

رۆژنامەی نم نم زۆر جوانو بەپێزە، یەکێکم لەوانەی زۆربەی بابەتەکانی دەخوێنمەوەو موتابەعەی دەکەم، بەڵام پێموایە نرخی رۆژنامەکەتان زۆربێت، رەنگە نرخەکەی دابەزێنن باشتربێت هەم بۆفرۆشی خۆتان، هەم بۆخوێنەران، چونکە گەنجی وا هەیە رەنگە حەزی لەخوێندنەوەی رۆژنامەکەتان بێت، بەڵام ئەوەندە پارەی نەبێت کە بیکڕێت، ئەوە لەکاتێکدا کە دەیان رۆژنامەو گۆڤاری دیکە لەپاڵ ئێوەدا دەردەچن.

تەلار نادر لەسلێمانی

پاشکۆی برایل کە لەلایەن رۆژنامەکەتانەوە بڵاودەکرێتەوە زۆر جوانەو دەستخۆشیتان لێدەکەم، بەڵام بابەتەکانی ناوی هیچ پیوەندییەکی بە نابینایانەوە نییەو فۆنتی لاپەرەکانی ناوەوەشتان زۆر بچووکە هیوادارم کەمێ گەورەی بکەن

کارزان محەمەد لەقەڵادزێ

بەڕێزان نازانم ئاگادارن یان نا، بەڵام من هەفتەی پێشوو لەبەردەمی قەڵای هەولێر رۆژنامەکەم بە١٢٥٠دینار کڕی، هەرچەند بەکابرای رۆژنامەفرۆشم وت کاکە لەسەری نوسراوە ١٠٠٠دینار تۆ بۆ ٢٥٠دیناری زیادە دەستێنی، وتی: ئاخر قازانجی کەمەو کرێی سەیارەی زۆرمان لێوەردەگرن، تکایە ئاگادار ئەوە بن کە لەهەندێ شوێن بەنرخێکی زیاتر لەوەی داتان ناوە دەفرۆشرێت.

ناسر فەتاح لەهەولێر

وشەی یەکتربڕ

ئا: عوسمان عەلی

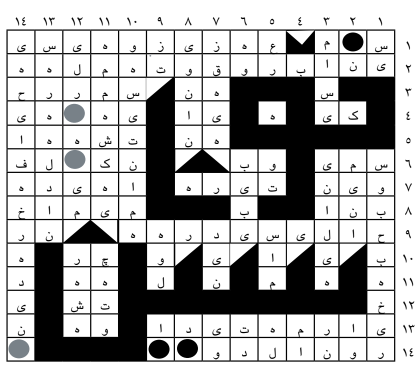
ستونی

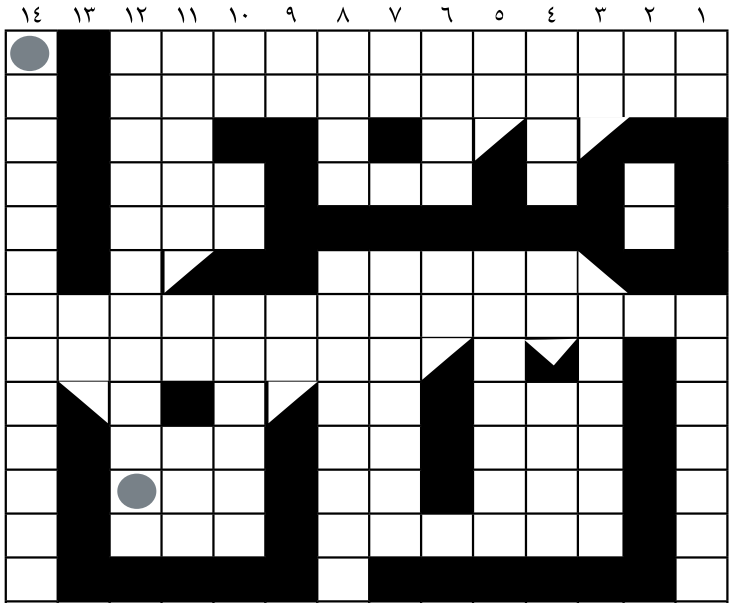
١. دوان لە نەعیم+ پرۆگرامێکی کەناڵ چوارە(پ).
٢. لە رەهادایە+ ژمارەیەکە.
٣. ئەندامێکی لەشە(پ)+ شاعیرێکی کورد بوو(پ).
٤. ...دەبێ سەروەر بێ(پ)+ لە زەینەب دایە.
٥. خواردنەوەیەکە+ شتی بەنرخ پیتی یەکەمی نیە(پ).
٦. ناوێکی کوڕانەیە(پ)+ وەکو یەکن.
٧. سەروبنی نان+ جۆرە خواردنێکە.
٨. ناوێکی کچانەیە+ ئارایشتێکی ژنانەیە+ ٥.
٩. دوان لە جەمال+ رەنگێکە پیتی کۆتایی نیە(پ).
١٠. نیوەی زارا(پ)+ دوان لە بار+ نایاب.
١١. پێداویستی بەرگ دورە+ گوند(پ)+ توانا(پ).
١٢. خانمی یەکەمی فەرەنسایە(پ).
١٣. وەکویەکن.....
١٤. دو ئامرازی گەشە کردنی جیهانن.

ئاسۆیی

١. نوسەرو ڕوناک بیرێکی کورد بوو.
٢. ژنە وەزیرێکی کورد بوو.
٣. روخسار...
٤. کورتکراوەی ناوێکە+ ون.
٥. فکر(پ).
٦. وڵاتێکی عەرەبە(پ).
٧. خواردنەوەیەکە(پ)+ شاعیرێکی کوردبوو(پ).
٨. توانا+ ئایینێکە(پ).
٩. بەن(ت) +نەخێر.
١٠. ئایین+ بەرهەمێکی کشتوکاڵیە+ پێچەوانەی زۆر(پ).
١١. جلێکی ئافرەتە پیتی یەکەمی نیە+ وەکو یەکن+ لە حەزدایە.
١٢. لە نەریمان دایە+ پیتێکی عەرەبیە.
١٣. ....
١٤. پاڵەوانێکی بۆکس بازی عالەمیە.

وەڵامی ژمارەی پێشوو





خاوەنی ئیمتیاز:
کۆمپانیای رووداو

خێزانی نمنم
چۆلی ئەسعەد
ناسر فەتحی
شەنگە ڕەحیم
محەمەد رەسول
شاخەوان مەحمود
بەرزان عەلی حەمە

ناونیشان:
سلێمانی شارێی سالم تەلاری سلێمانی مۆڵ - نهۆمی دووەم
هەموو پەیوەندییەک راستەوخۆ لەرێی سەرنوسەرەوە دەبێت:
shwan@journalist.com
shwan_hawlati@yahoo.com
ژمارەی مۆبایل: 07710268004
تەلەفۆنەکانی نوسینگە: 07480151705 - 3186176

ئەوەی پێویستە هەموو ژنێک بیزانێت

تیشوو مەحمود

بەشی یەکەم

حەز دەکەی لە ماوەیەکی کورتدا ببێتە سەرنجراکێشترین ئافرەتی جیهان؟ بۆ ئەوەی میکیاجێکی جوان بکەی پێویست ناکات کەرەستەی میکیاجی رەنگاورەنگو زۆرت هەبێت. گرنگ ئەوەیە ئەو کەرەستانە کوالێتی باشیان هەبێت، واتە میکیاج لەباری چۆنییەتییەوە گرنگە نەک چەندێتی.

هەندێک خاڵ سەبارەت بە کەرەستەی میکیاج:

بەکارهێنانی کەرەستەی میکیاجی باشو لەجێگەی خۆیدا، لێزانیو هونەری تۆ بە باشترین شێوەی نیشاندەداتو میکیاجێکی جوانو سرۆشتی دەبەخشێتە خاتونەکان.
بۆ ئەوەی میکیاجێکی جوان ئەنجام بدەی پێویست ناکات چەندەها جۆر کەرەستەی میکیاجی رەنگاورەنگو جیاواز بکری. یەک دانە سەرکولم، کرێمێکو ئەساسێک، شانەیەکی چەند کارەو مقەستێکی چاو، چوار کەرەستەی سەرەکین بۆ میکیاجێکی باشو سادە. گرنگ ئەوەیە کە ئەو کەرستانە کواڵیتی بەرزیان هەبێت.

روالەتی ئاسایی:
زۆرێک لەکەرەستەکانی میکیاج لەبەستەبەندی خۆیاندا ئیپلیکاتۆرە پلاسکۆییەکانو ئیسفەنجی باریکیان بەکارهێناوە، کە بەگشتی کواڵیتیەکی باشیان نییەو جگە لەوەی کە بەبەلاشن هیچ خاڵێکی باشیان لەرووی چەندێتیو چۆنێتییەوە نییە، هەر چەنە بەرواڵەت زۆریش جوانو سەرنجراکێشن.

بۆ ئەساسی چەور:
پێشنیاز: بۆ لێدانی ئەساسی چەور بەکارهێنانی ئیسفەنجێک کە پڕ بەدەستت بێتو لێوارەکەی نەرم بێت دەبێتە هۆی ئەوەی ئەو ئسفنجە بەئارامی لەسەر پێست هاتووچۆ بکاتو بەجوانترکردنی میکیاج، دەموچاوێک پڕ لەجوانیت پێببەخشێت.
پارێز: لاتێکسەکانی میکیاجی ناچارت دەکات رێژەیەکی زۆر مادەی نمدارو زیادی بکرنو ئەساسی چەوری زۆر بەکاربهێنن، جگەلەوەش ئەگەر دەموچاوت بۆ جاری یەکەم بشۆی، میکیاجەکە سەرەتا لەسەر دەمو چاوت بڵاودەبێتەوە.

گۆشتاو

پێداویستی:

نۆک: یەک کوپ
فاسۆلیای وشک: یەک کوپ
گۆشت: یەک کیلۆ
دۆشاوی تەماتە: یەک کەوچکی چێشت
پیاز: دوو سەلک
پەتاتە: نیو کیلۆ
لیمۆی بەسراوی، خوێ، زەردەچەوە

چۆنیەتی ئامادەکردنی:

پێشەکی فاسۆلیاو نۆکەکە دەکەینە ئاو، گۆشت لەناو رۆنو پیاز سور دەکەینەوەو خوێ، بیبەر، زەردەچەوەی تێدەکەین دواتر نۆکو فاسۆلیاو ئاوەکەی تێدەکەین، لەسەر ئاگر دایدەنێین تا بکوڵێت پاشان لیمۆ بەسراوی دۆشاوی تەماتەی تێکەڵ دەکەین، پەتاتەکان ورد دەکەینو دەیکەینە ناو ئاوی گۆشتاوەکە.

میکیاج بەپێی شێوەی لێوەکان

لیزە کەریم

لێو بەشێکی سەرەکییە لەدەموچاوو کاریگەری یەکجار زۆری لەسەر جوانیو ناشیرینی کەسەکان دەبێت. لەخوارەوەدا سێ خاڵی سادە، بەڵام گرنگتان بۆ باس دەکەم کە دەتوانێت یارمەتیدەرتان بێت بۆ ئەوەی لێوێکی جوانتان هەبێت.

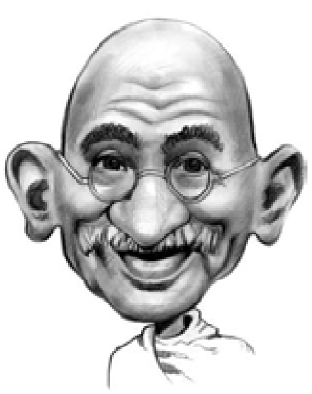
١. لێوی بچوکو باریک:
پێویستە تەختیتی لێو نزیکەی یەک میلیمەتر زیاتر لەلێوی ئاسای خۆت بکێشنو ئەوکاتە ناو هێڵەکان بە رەونەقی لێو پڕ بکەیەوە، هیچکات لەرەونەقی لێوی تاریک بۆ لێوی بچوک سوودوەرمەگرن.

٢. لێوی گەورە:
پێویستە تەختیتی لێو نزیکەی یەک میلیمەتر لەناو لێوی خۆتدا بکێشی، ئەوکات بەرەونەقی لێوی تاریک ناو هێڵەکان پڕ بکەوە، بۆ لێوە گەورەکان باشتروایە هیچکات قەڵەمی لێو بەکارنەهێنن.

٣. لێوی نابەرامبەر:
بۆ ئەو جۆرە لێوانە، لێوی بچوک بەپێی میکیاجی لێوە باریکەکانو لێوی گەورەش بەپێی میکیاجی لێوە گەورەکان کە لەسەرەوەدا باسمان کرد، میکیاج بکەن.

گاندی دەڵێت: حەوت دەسکەوت مەترسیدارە

کارا بەرهەم



لەروانگەی ماهتما گاندی کەسایەتی بەناوبانگی مرۆڤایەتی، حەوت دەسکەوتی بێ حەوت شتی دیکە زۆر مەترسیدارە:

١. سامانی بەبێ زەحمەت
٢. چێز بەبێ ویژدان
٣. زانست بەبێ کەسایەتی
٤. بازرگانی بەبێ رەوشت
٥. زانست بەبێ مرۆڤایەتی
٦. نوێژو تاعەت بەبێ لەخۆبوردوویی
٧. سیاسەت بەبێ شەرافەت

گاندی ئەو حەوت خاڵەی تەنیا چەند رۆژ پێش مردنی لەسەر لەتێک کاغەز نووسیوەو داویەتی بەنەوەکەی.

خواردەمەنی قۆزی

پێداویستی:

قۆزی: یەک کیلۆ
دوشاوی تەماتە: سێ کەوچک
رۆن: یەک پەرداخ
خوێ، دارچینی، ئاوی لیمۆ

چۆنیەتی ئامادەکردنی:

قۆزییەکە لەناو مەنجەڵی بوخار دەکوڵێنین پاشان دۆشاوی تەماتە لەناو رۆن سور دەکەینەوە، خوێو دارچینی تێکەڵ دەکەینو دواتر تیکەڵ بەقۆزییەکەی دەکەین.

لەدایکبووانی بورجی تەرازوو لەگەڵ کێ هاوسەریی بکەن باشە؟

نەژدەل نەوزاد

بورجی تەرازوو لەگەڵ بورجی کاوڕ: (زۆرباش) خوێنگەرمو میهرەبانو بڕوایان بەیەکسانی ژنو پیاو هەیە.
بورجی تەرازوو لەگەڵ بورجی گا: (باش) مرۆڤ گەلێکن کە حەزی زۆریان بۆ ئارامشو هاوسەنگی هەیە.
بورجی تەرازوو لەگەڵ بورجی دووانە: (زۆرباش) مرۆڤ گەلێکن کە خوێنگەرمو لێک تێگەشتنێکی باشیان پێکەوە دەبێت.
بورجی تەرازوو لەگەڵ بورجی قرژاڵ: (زۆرباش) حەز بەهاتووچۆ دەکەنو لەگەڵ خەڵک زۆر بەسەبرن.
بورجی تەرازوو لەگەڵ بورجی شێر: (باش) بەشوێن ئارامشەوەنو حەز بەژیانێکی سادە دەکەن.
بورجی تەرازوو لەگەڵ بورجی فەریک: (زۆرباش) پەیوەندییەکی سەرکەوتوو دەبێت، چونکە کەسێکی عادڵو دڵسۆزە.
بورجی تەرازوو لەگەڵ بورجی تەرازوو: (باش) بەهۆی خاڵ هاوشێوەی زۆر کە پێکەوە هەیانە دەتوانن سەرکەوتوو بن.
بورجی تەرازوو لەگەڵ بورجی دووپشک: (مامناوەند) ئەگەرچی بێ کێشە نابێت، بەڵام دەتوانن سەرکەوتوو بن.
بورجی تەرازوو لەگەڵ بورجی کەوان: (زۆرباش) کۆمەڵێکی زۆر خاڵی هاوبەش وەک سۆزو خۆشەویستیو درووستکاری کەسایەتی لەناخی هەردووکیاندا هەیە.
بورجی تەرازوو لەگەڵ بورجی گیسک: (مامناوەند) تاڕادەیەک بەرزەفڕنو تەنیا قسەی خۆی قبوڵە، رەنگە تووشی کێشە بن.
بورجی تەرازوو لەگەڵ بورجی سەتڵ: (خراپ) پڕ لەوزەو بێ قەرارو سەرکەش لەهەمانکاتدا زوو بەزوو حەز بەگۆڕانی شتەکانی شتەکانی دەورووبەری دەکات.
بورجی تەرازوو لەگەڵ بورجی نەهەنگ: (زۆرباش) پەیوەندییەکی سەرکەوتووی دەبێت، چونکە لەروانگەی سۆزدارییەوە پێکەوە سازگارو هاوئاهەنگن.

یەکەمین
ڕۆژنامەی کوردی
تایبەت بە نابینایان کە
هەموو یەکشەممەیەک
لەگەڵ ژمارەی نوێی
نم نم بڵاودەبێتەوە

سۆزانی خاڵە شەهاب:

وەزیری خوێندنی باڵا پێیوتین دەیگۆڕین

3

لیبەرمان لە قافدا گیرا!

ڕێکەوت جەمیل

یەکەی فێڵو لەخشتەبردن لەبەشی لێکۆڵینەوەکانی پۆلیسی ئیسرائیل لێکۆڵینەوەیەکی لەگەڵ ئەفگیدۆر لیبەرمان وەزیری دەرەوەی ئیسرائیل ئەنجامدا بەتۆمەتی «تێکدانی دادپەروەریو خیانەتی ئەمانەت».

بەگوێرەی سەرچاوەکانی هەواڵ، لێکۆڵینەوەکە لەسەر ئاگاداریی لیبەرمان بووە بەشێوەیەکی نایاسایی لەبەڵگەنامەیەکی نهێنی کە پۆلیسی ئیسرائیل بۆ باڵیۆزخانەی ئیسرائیلی لەبیلاروسیا ناردووە تا بیگەیەنێتە لایەنە پەیوەندیدارەکانی ئەوێ، ئەویش پەیوەندیی بەلێکۆڵینەوەکانی ساڵی ٢٠٠٦ەوە هەبووە لەگەڵ لیبەرمان دەربارەی تۆمەتەکانی بەرتیلخواردنو فێڵو لەخشتەبردنو سپیکردنەوەی پارەو گەندەڵیی ئیداریو خۆدزینەوە لەباج. بەپێی میدیاکانی ئیسرائیل، دەبوو باڵیۆزی ئیسرائیل ئەو نامەیە بگەیەنێتە لایەنە رەسمییەکانی بیلاروسیا بەبێ ئەوەی ناوەڕۆکەکەی ببینێت، بەڵام وێڕای خوێندنەوەو وێنەگرتنی بەڵگەنامەکە (کە تیایدا پۆلیسی ئیسرائیل داوای زانیاریی لەلایەنی بیلاروسیا کردووە لەبارەی حساباتی بانکیو چەند کەسایەتیو مەسەلەیەکی ئابوورییەوە کە گومانی تێوەگلانی لیبەرمانی لەسەر هەبووە)، کاتێک خودی لیبەرمان سەردانی بیلاروسیای کردووە فۆتۆکۆپیی نامەکەی لەباڵیۆزە ئیسرائیلییەکە وەرگرتووەو خوێندوویەتییەوە.

دواتر باڵیۆزەکە دانی بەوەداناوە کە لیبەرمان نەیشاردووەتەوە کە پەیوەندیی بەو مەسەلەیەوە هەیە، هەروەها پۆلیس لێکۆڵینەوەی ئەوەشی لەگەڵ لیبەرمان کردووە کە چۆن لەپڕێکدا باڵیۆزەکە چەند پلەیەکی بڕیوەو ئێستا کراوەتە ڕاوێژکار لەوەزارەتەکەی لیبەرمان!

Riklam