

کەرێنا و جیابوونەوە...

نووسینی: بەکر ئحمەد

قەدەغەکردنی هاووچە و درەژکردنەوی بەردەوام بوونی مانەوی هاولاتییان لە مالهکانیاندا وەک یەکەک لە ستراتیژییەکانی کەمکردنەوی ئێژەیی تووشبوون بە کەرێنا لە بەرچاودگیریت. لەم یگایەو، مەترسی بلاوبوونەوی فایرەسەکان سنووردارتر دەکریت بەو کە فرسەتی بەریەکەکوونی ئینسانەکان لە فەزای گشتی کەمەلگادا، کەمتر دەبێتەو.

بەلام هاوکاتیش دەرفەتی پێکەو بوونی زیاتری ئینسانەکان لە فەزای شەخسی و تایبەتیدا، لە ماڵدا زیاتر دەبێت.

هاوکیش یەکە ماتماتیکی سادە دەرێ باشتر ئەم وەڵەیی بخاتە بەرچاو.

ئەگەر پیاو کەرێکاری مەبێت، ئەوا لە بیستو چوار سەعاتی شەو وەرێژەکدا، ۱۰ تا ۱۲ کاتژمەر لە کار و سەغەتەکانی دیکەیشی لە ماڵدا یە.

بەوێ کە پیاوی کەمەلگای کوردی بە جیا لە سەغەتکار دەرێ چەندەها سەعاتی دیکە لەدەرێو مەبێت، دەرفەتی بینینی مندا و خەزان، تا دەتە کەمتر دەبێتەو.

شەقی کەرێنا بە ئەوێ کە ئینسان یەکتەری تووشنەکات و لە ماڵەو مەبێت، ئەم هاوکیش ماتماتیکییە سەرێو هەندەگەتەو و پیاو ناچاردەکات لە جیات ۱۰ سەعات لە ماڵەو بوون، ۲۴ سەعات لە ماڵدا بگوزەرێنە.

بەلامش فرسەتی بینینی هاوسەر و مندا لە چەند سەعاتەکی کەمەو دەبێتە چەند بەرانبەر.

ئەم هاوکیش یەش بە ژنی مەبێت، بەهەمان شەو ئەوگەیی بەسەردا دەت و لە جیات ئەوێ ماوەیەکی کەمتر هاوسەری ببینە، ناچارە، هاوسەری خەوێ وەک "مووی لووت" لە بیست و چوار سەعاتدا لە بەرچاودا مەبێت.

نیشانەکانی ئەم وەڵەیی بە مانای ئەو نییە کە ژنە کورد کارناکەن و کەمەلگای کوردی لە مریدا ئەوگەیی بەسەردا نەهاوو. بەکو لە چوارچەوێکی گشتی و بنەرەتیدا، هەشتاش کەمەلگای کوردی ملکەچی ئەم جەرێ لە کاردا بەشکردنی دەرێو و مەبێت.

بەڵێ سترەکچەری ئەم پێکەوێیان نییە خەزان و وەبەرەوی کەمەلەک چاڵەنجی تازە دەبێتەو کە لە شەقەکانی کەرێنا بەئازار و دەرەیسەری

تر نیږد. په تایبټ لپاره کارېدونکي ریدانان لاسر ټولې کچه فشارک
لاسره پریوښودلې ده. دادنه.

په مام ټولگه سره ټول سترګې پاتریارکيېش کې من ټاټورم په دا
لپاره چاونه گرین و ټولې سترګې ټولې پکې وټولې بوونې ټولې کان زیاتر
پکې یې لپاره ټولې لومړنۍ ټولې و نا ټولې رماډا، ټولې واکمې مېټر
ریسک ناڅرګندويستانه دښه پېښ کېدو کارېدونکي سټیر لاسره
پریوښودلې ده. دابنه. لاسر ټولې کې من دټولې پریوښودلې ده ټولې
لپاره یې کړنې او جیا بوونې ودا نېشانېدې.

په مام باشتري سرنج لپاره لاسر ټولې ټولې واکمې دټولې کچه مېټر
ټولې باسې ده.

په سرنج کې لپاره مېټر کې ټولې جیا بوونې واکمې بدېن کې سويده.
لپاره ۵۰٪ یې پریوښودلې ده ټولې ټولې سويده په جیا بوونې واکمې ټولې
دیت. ټولې ژمارې یې ټولې مووسا کې لپاره ټولې لکشانديې په تایبټ لپاره
سال کې دوا ۲۰۰۰ و.

په ګوومان جیا بوونې واکمې باسکردنې مندا مانایې کې ټولې تیښه
ناګرټې ټولې واکمې کارېدونکي پټې تیښه سرنج بدرت په واکمې کې
ټولې کان کاتېک نا توان په یې کې واکمې ټولې بکېن، باشتري و ټولې
لاسره پریوښودلې ده بچنه د.

په جیا لپاره کارې ټولې بوورې کان، دوورکې وټولې ټولې زوونې کان لپاره
یې کټري، "دپیسې"، ټولې زارداني فیزیکی و دټولې پریوښودلې ده
پریوښودلې ده، کچه مېټر فاکتري دیکې هېن کې واکمې ریسکې سټیر
کارېدونکي لاسره پریوښودلې ده دادنه و ټولې راستې پریوښودلې ده
لاسره جیا بوونې واکمې زیاتر دټولې کات.

ټولې په شل کې لاسره ریسکې سټیر مېټر رانېن کې ټولې گډې جیا بوونې واکمې لپاره
سويده زیاتر دټولې کات.

کاتېک هاردو په یې کې واکمې لپاره پشودان

مانگې کانې شل و حوت و هشت و دوانز کې پشوونکي کانې هاوین و سټري
سایې ټولې واکمې، په رزترین ټولې کانې جیا بوونې واکمې ټولې
ټولې ماردې کړتې. ټولې کاتېک ټولې ماناوې کې زیاتر دا
یې کټرېدېدې، فرسې بېنې ديو و گډې شلې زیاتري په رانېر کې یې
دټولې کات کې لپاره رټانې غړې پشو و دټولې سټري کانې رټانې دا
ټولې بېنې نیې.

په یې په رټانې واکمې کډا هټانې کان زیاتر دټولې واکمې فشارکې
زیاتر په لاسره پریوښودلې ده دروستې ده.

کاتېک کړې کارې کان کې مټر

کټاک کار فاکتور کی ګرنگۍ بڼه وای په یو نډیټک درې ژبان کورنیا ښه بلل. یوونی خو نډنی با ګر د ګر ګر بزرګر ټو، ښه ګر مان شو. ګر مان کار ګر ګر ګر.

کرمی کام و خوبندنی کامتر، بی یکک ل و ریسک گوران سرنج
ددرت کام فشار ب سار پیو ندیی کام دروستد کام.

کاتاک یوکیان کیشی دایو زینت

کاتاک یوکهک لہ پوہیوہ ندیہکدا "خرین" و کشی زیادہ و کشی خہی دادہ بزہندہ، ہمہش بہخہ باوہ ہوونہ کی زیاتر بہ خہی بہدہستدہ ہندہ و ئہگہر لہ پوہیوہ ندیہ کی ناسالمدہ ژیان بہسہردہ بات، ئوا ئاسانتر ہہنگاہودہ نہ بہ ئوہی پوہیوندیہک جہہہیت و کسہ کی دیکہ بدہزتہوہ۔

ڪا تڪ ھ ٻڌو ڳ ڻجن

لڙ بڙ ۽ ٺو هڪ ڪار سادي ۽ ڪم لڳو ۽ تمام نڍي ۽ وڏي ۽ نازن چيان لڙ ڙيان ڊوٽ و رڙ ڙ ڙ لڙ ۽ ڪڍي ڊوٽر ڊڪو ۽ ڊوٽو.

کاتاک قات دمقا و قنشق ل نودا روونادات

هیچ جووتک نییہ کہ ھمیشہ لہ شامی شہریدا بڑین و دہمہ قاہ و قندشہک نہ کہ وبتہ نہ وانیا نہ وہ۔ بایہ ئہ وانہی کہ ہیچ کاتہک بیروراکا نییان بہر بہر یہ کہ وتنہ کی رٹانہ ناکہ وہ ، فرستہ تی ئہ وہ یان نییہ کہ دہرفہ تہ کی شیاو بہ دہر بہ ینی نہ گوونجا ندہ کا نییان بکہ نہ وہ و لہ دہ خہ کی بوغزاویا نہ دا ژیان بہ سہ ردہ بہن۔

کا تاک خاریکی نژ نکر دنا وای ما دین

بہوئی لہم دہخدا ئارہ زوو ویستہ جیاواز کان لہ ہہ ہزار دنی رہنگ و
فہنہ فہ و بہرز و نرمی دیوار و کہرہ ستہی موبہ قدا لہ
بہریہ ککہ وتنہ کی رہژانہ دایہ، فشارہ کی زیاتر لہ سہر جووتہ کہ پہک
دہت.

کاتاک مندای بیجووک ل نودای.

ئۇ ماناي سەررەو بەشكىكى كەم لىو رىسكى سەير و سەماراننى كە
لەبارى ئامارەو پىشتراسكراۋ تەو و وەك ئەو رىسكان تەماشادەكرەن
كە دەكرە پەيو نەدىيەكە بەرەو ھەددەر بەرەت. بەگوومان
بەلە بەرچاۋگرتنى ئەو چۈەرچەۋ كۆلتۈرى و كەمەلەي تەيەكى كە ھىچ
بەھەيەكى نائەخلاقى لىسەر چەمكەكانى "بەۋەژنى و" بەۋەپىاۋى
دانانەرەت.

بہنام ٹیگٹر بگمومو سسر بابہ تہ سسر کیکی کی خہم، ککر نا و
جیا بوونہ و، دکر بکری نچوونہ دکر و ہی ہمووان لہما دا و
زیادکردنی سہ عاتہ کانہ لہ بچاویہ کتردا بوون، گکش و لایہ نی
جہ راوجہ ری پیشتر نہ بینراو دہ ربات و فشار و مہ ترسیہ گہ ورہ کی کی
ہمووان لہ بہ رانہ بریدا لہما خہ نہراون، قلشتی نہوان ٹینسانہ کان
گہ ورہ تر بکات و مہ سافہ نی نہوان ٹارہ زو و حہ زہ کان نیوان ٹینسانہ کان
زیاتر بکات.

ئەگەر كۆرۈنەنە خەي رەسكە كىرگۈزۈلۈپ، لاسەرتىيە ئىنسانەكان، ئەۋا رەسكە لاسەرتىيەكانى دىكە كەپ، ھەي كارىگەرلەيەكانى ئەۋۋەۋە بىرەكە بىنسان گرتوۋە، زەربەيەكە دىكە لاسەرتىيەكان دەتەكە دىكە لاسەرتىيە بوۋە ۋە مەرتىيە قايرەسى كۆرۈنەنە، قايرەسى ئەۋۋەنجان لاسەرتىيە ئىنسانەكاندا ئەۋۋەكتىف تەرتىپكەۋە.

بینینی پښتوندى نوان دووئینسان لوم کټیکستدا ، دکر وشیاری
نوان زیاتر بکات و ئاقلانتر نوم نزم رخی و سایکل ژید
تپیدن.

نووسینی: بکر ئحماد

18-03-2020