قەیرانی ڤایرۆسی کۆرۆنا…

نووسینی: دانا حمید

ڕەنگە لە سەرەتایی پەیدابوونی ژیان لەسەر زەوی و بوونی مرۆڤایەتی لەسەر ڕووی زەمین ڕووبەڕووی چەندین هەوراز و نشێو، خۆشی و بەختەوەری، دەرد و پەتای درێژخایەن بووەتەوە کە کاریگەری منفی لەسەر ئابوری و بژێوی دانشتوان دروستکردوە… بەڵام ئەوەی ئەوەی ئەمە مەبەستمانە، لێرەدا بەتایبەت ئەم پەتایە واتە ڤایرۆسی کۆرۆنایە. وە ئەم نەخۆشییە کۆرۆنا و کاریگەرییەکانی لەسەر دەوڵەتانی جیهان چییە؟ وە لێکەوتەکانی لەسەر مرۆڤ و ئینسانیەت چییە؟ وە چۆن بتوانین ڕووبەڕووی ئەم دەردە ببینەوە و خۆمانی لێبپارێزین تا ئەوەی لانی کەم ئینسانیەت بە کەمترین زیان و ناخۆشی لە دەست ئەم ڤایرۆسە نەجاتی ببێت.

جا ئەوەی مەبەستی ئەمەیە لەم نووسینەدا ڤایرۆسی کۆرۆنایە و چۆن بتوانین پێش بگرین بەم ڤایرۆسە و بە کەمترین زیان لە دەستی دەربچین. ئەم نەخۆشیە سەرەتا لە شاری وهانی چین بڵاوبوویەوە، کە نزیکەی (١٢) ملیۆن ئینسانی تیادا دەژێت، وە یەکێکە لە شارە ئابورییەکانی وڵاتی چین و ڕێژەی (٦٠%) ئابوری چین، وە بەرهەمهێنان و سەرمایەگوزاری لەم شارەوە بۆ چین و دەرەوەی چین هەناردە دەکرێت. چەندین هۆکار هەبوو لەسەر پەیدابوونی ئەم ڤایرۆسە لە چین، ئەمە زۆر ناچینە ناو وردەکی ئەم هۆکارانەوە و وردودرشتی بە دوایی ڕووداوەکە بەجێئەهێڵین و دواتر ڕوون ئەبێتەوە کە چەندین هۆکاری دیار و پەنهان هەن کە دەرخەری ڕووداوی نەخۆشییەکەن. چونکە ئەوەی کە گرنگە بزانین لێکەوتە ئابوری و سیاسی، کۆمەڵایەتی، تەندروستی و دەروونییەکانی ئەم پەتایە لەسەر مرۆڤ و چۆنیەتی ڕووبەڕووبوونەوەی، وە بەرپێگرتنی بە ئەوەی لەوە زیاتر مرۆڤایەتی نەبێتە قوربانی ئەم دەردە ترسناکە کە بەشێوەیەک جیهانی تووشی شۆک کردوە جۆرێک لە "وەستان و مەنگبوون"ی دروستکردوە کە زیانێکی گەورەی ئابوری و سیاسی و تەندروستی و دەروونی لە سەرجەم مرۆڤایەتی داوە.

ئەم نەخۆشیە سەرەتا لە شاری وهانی چینەوە سەریهەڵدا و وە بە چەندین شێوەی تر باسی ئەکەن، هەندە ئەڵێن لە گیانەوەرەوە گوزراوەتەوە بۆ ئینسان. وە هەندە تر ئەڵێن لە زانکۆی وهانی چین تاقیکردنەوەی لەسەر ئەم ڤایرۆسە کراوە و پاشان لەدەست دەرچووە،

هەندێکی تر ئەڵێن ئەمە جەنگی ئابورییە کە ئەمریکا لە بەرامبەر چین پەیڕەوی ئەکات بەئەوەی ئابوری چینی پێ لاواز بکات، چونکە ئێستا ئابوری چین زۆر بە شێوەیەکی بەهێز و ناوازە بازاڕی ئابوریی و بازرگانی و پیشەسازی جیهانی داگیرکردوە. ئەمەش جۆرێک لە دەدەنگی لای بەرپرسانی ئەمریکی دروستکردوە کە ئەبێت بەهەر شێوازێک بە بەر بەم شاڵاوە ئابورییە بەهێزەی چین بگرن و نەهێڵن لەوە زیاتر پەلبهاوێت.

ئەوەی کە گرنگە لەسەر وڵاتانی جیهان بە هۆشیارییەوە مامەڵە لەگەڵ ئەم نەخۆشییەدا بکەن، واتە نەبێتە هۆکاری ئەوەی ترس و تۆقین بڵاو بکرێتەوە و خەڵک زیاتر بترسن لێی… هەموو دەوڵەتانی جیهان ڕێگری ئەوە ئەکەن کە ئەم نەخۆشییە پێیان نەگات کە پێشیان گەشت سەرەتا ئەرکی دەوڵەتە لە ڕێگەی وەزارەتی تەندروستی بە هەماهەنگی وەزارەتەکانی تر لینکێک دروست بکەن کە بەربەستێک لەسەر ئەو خاڵانەی کە پێویستە بەئەوەی کە رێنمایی و رەهنمایی هاونیشتیمانیان بکەن لەڕێگەی یەک کەناڵی فەرمییەوە رۆژانە ئامارەکان بڵاوبکاتەوە و ئامۆژگاری خەڵک بکەن کە کەمترین بەریەککەوتنیان هەبێت تائەوەی هیچ نەبێ دەگەین بە پلەکانی گەرما و مەترسی بڵاوبوونەوەی ڤایرۆسەکە کەمتر ئەبێتەوە.

ئێستا نەخۆشییەکە گەشتووەتە ڕۆژهەڵاتی ناوەڕاست و بەتایبەت ئێران ناوەندی سەرەکییە بۆ بڵاوبوونەوەی نەخۆشییەکە، ئومێدەوارین ئەم نەخۆشییە لە ئێرانی دراوسێمان لەوە زیاتر تەشەنە نەکات و لەڕێگەی دەوڵەت و رێنماییە تەندروستییەکانەوە لەناوببرێت، وە کەمترین رێژەی مەرگ تۆمار بکرێ و وە ئەو هاوڵاتیانەی تووشی پەتاکە بوون بە زووترین کات چاکببێنەوە و ئومێدی ژیانێکی باشتر و شایستەتریان بۆ بخوازین. چونکە ئەم نەخۆشییە لەوە زیاتر تەشەنە بکات زۆر زووتر دەگاتە لای ئێمەش چونکە کوردستانی باشور زۆرترین سنوری جوگرافی لەگەڵ وڵاتی ئێراندا هەیە و چوار مەرزی دەولی هەیە لەگەڵ ئێراندا کە مامەڵەی ئابوری و بازرگانی تێدا دەکرێ، سەرەڕای چەندین مەرزی لاوەکی تر.

ئەم نەخۆشییە کاریگەری زۆری لەسەر دەوڵەتان و ئینسان هەیە، بەداخەوە کاریگەرییەکەی هەمووی سلبییە لە ڕووی ئابوری، سیاسی، تەندروستی، دەرونی و کۆمەڵایەتیشەوە… ئەوەی بە ئێمە گرنگە لە ڕووی ئابوری و سیاسی، تەندروستی و دەرونییەوە خوێندنەوە بۆ ئەم پەتایە بکەین، ئەویش لەڕێگەی پسپۆڕی هەریەک لەم بوارانەوە. بەڵام ئەوەی کە من ئەینووسم لەسەر ئەم پەتایە شتێکی سەرەتاییە دەکرێ زۆر باشیش نەبێ بەڵام هیچ نەبێ سەرەتاییەکە بۆ ئاوەدانەوەی لایەکی نەخۆشییەکە، وە پسپۆڕانی هەریەک لەو بوارانەوە، نووسین و قسەی

خۆیان بکەن. گومان لەوەدانییە کە ئەم پەتایە دەبێتە با بەتی ر□ژ□ق و ل□ ئایین□دا چەندین کتێب و وتار و فیلم و مستند و رۆمان و با بەتی پزیشکی بە قوڵی لەسەر دەنووسرێت. ئەوەی گرنگە کە هەموو هەوڵەکان بەو ئاڕاستەیەدایە کە تەنها ڕێگەی چارەسەرکردن لەم ڤایرۆسە تەنها خۆپاراستنی تەندروستی و گرتنەبەری رێوشوێنە سەلامەتییەکانە. بەدەر لە رێنمایی تەندروستی چاوێکی ترمان بخەیەنە سەر لایەنەکانی تری نەخۆشیەکە، لە ماوەی پێشوودا (یورگن هابرماسی) فەیلەسوفی ئەڵمانی پێشنیاری دروستکردنی (صندونی هاوبەشی ئەوروپا) ب□ و□لاتانی ئەوروپا خستەڕوو، بۆئەوەی بتوانن بەهەموویانەوە کە کۆمەک و یارمەتی بۆ دەوڵەتانی تری یەکێتییەکە لەکاتی رووبەرووبوونەوەی قەیرانەکەدا هاوکاری ئەو دەوڵەتانەی پێبکەن. وە لە لایەکی ترەوە (یوڤال نوح هاراری) لە وتارێکی گرنگدا بەناوی (جیهانی دوایی کۆرۆنا) باوەڕی وایە قەیرانی نەخۆشی کۆرۆنا کۆتایی دێ، ئەوەی کارەساتبارترە لە ئێستادا جیهان بێ سەرکردەیە، واتە جیهانی ئێستا سەرکردەیەکی نییە بتوانێ لەپێناو قەیرانێکی جیهانی وەک بیماری کۆرۆنا دەستەیەکی گشتی دروست بکەن بۆ بەهاناوەچوونی جیهان و دەربازکردنی جیهان لەم نەخۆشیە. وە هاراری باوەڕی وایە ئەم ڤایرۆسە کۆتایی دێ بەڵام ئەوەی کێشەی بنەڕەتیتر و سەرەکیترە کە لەوانەیە زەرەری گەورەتری بەدوادا بێ قەیرانی ژینگە و چەکی ئەتۆمییە، کە هەڕەشەی سەرەکین لەسەر لەناوچوونی ژیان لەسەر زەوی. ئەوەی گرنگە لە دەرئەنجامدا کە لە هەموو رووەکانەوە خوێندنەوە بۆ ئەم پەتای کۆرۆنامەیە بکرێ. بەتایبەت لایەنی (سیاسی، ئابوری، مێژووی، فەلسەفی، تەندروستی، کۆمەڵایەتی، دەرونی، فەرهەنگی، کۆمەڵناسی پزیشکی، دەروناسی پزیشکی و چەندین با بەتی تری رەخنەیی) لایەنە شاراوە و نادیارەکانی ڤایرۆسەکە روون دەبێتەوە و خەڵک باشتر دەیناسین و خۆیانی لێدەپارێزن.

کاریگەری و لێکەوتەکانی ڤایرۆسی کۆرۆنا:

لەڕووی ئابوورییەوە:

لەو کاتەوەی ئەم نەخۆشیە لە شاری وهانی چین سەریهەڵدا و پاشان بە زۆربەی و□لاتانی جیهاندا بڵاوبوویەوە، ئەم ڤایرۆسە بە شێوەیەک بەرپرسانی و□لاتانی توشی شۆک کردوە نازانن چی بکەن؟ وە ئابوری جیهانی بە جۆرێک لاواز کردوە کە هاتن و رۆشتنی لە نێوان و□لاتاندا پەکخستووە… ئەم نەخۆشیە هەندێ سەرچاوە ئەڵێن: بە بڕی (٣ بۆ ٥) ملیار دۆلار زیان و زەرەری لە ئابوری جیهان داوە، و□ و□لاتی چین پلەی یەکەمی بەردەکەوێ لەم زەرەرەدا. ئەمەش سەرەڕای ئەوەی هاتوچۆ

و گەشەی ئابوری وەستاندوە و جۆرێ: لە “شۆکی ئابوری” دروست کردوە.
ئایا دەکرێ ئەم نەخۆشییە کۆتایی بێ یان لە کاتی تر و ئایندەی تردا خۆی دەربخاتەوە بەناوی تر و بە شێوازی تر.

شۆکی ئابوری ئەم ڤایرۆسە تائەندازەیەک گەردونییە چونکە زۆربەی وڵاتانی جیهانی گرتۆتەوە و پەتاکە تیایدا بوونی هەیە، ئەو وڵاتانەشی کە ئەم دەردەی تیادا نییە لایەنی تەندروستی و هەموو ڕێکارە زەرورییەکانی تریان خستووەتە حاڵەتی ئامادەباشییەوە، بەئەوەی گەر ڕووی لە وڵاتەکەیان کرد بە کەمترین ئازار و زیان لەژێرباری ئەم نەخۆشییەدا دەربچن.

ئەم پەتایە لێدان و گورزە لە هەموو کەرتە ئابوری و تەندروسییەکانی تری دەوڵەت، کە سەرتاسەری جیهانی گرتۆتەوە. کە تاڕادەیەک ئەمەش وادەکات گەشەی ئابوری بوەستێ و جۆرێ لە تەمبەڵی و بەرخۆری دروست بکات. ئەمەش نابێ ناحەقی ئینسان بگرین چونکە گیان لە هەموو شتێ خۆشەویسترە و ئینسان هەموو شتێک ئەکات لە پێناو مانەوەی خۆیدا بەئەوەی زیاتر بژێت، ئەمەش مافێکی سەرەتایی خۆی و ژیانەتی کە کەس ناتوانێ لۆمەی بکا و بڵێ تۆ بۆت نیە بژیت.

ئەم دەردە جگە لەوەی کە گەشەی ئابوری توشی وەستان و رکود ئەکات زەرەریش لە کەرتەکانی تریش دەدات، هەندێ سەرچاوە ئەڵێن کە بە ڕێژەی (5%) گەشەی ئابوری جیهانی کەمکردۆتەوە و بگرە گەر نەخۆشییەکە زیاتر و درێژخایەنتربێ ئابوری پاشەکشەی زیاتر ئەکات.

ئەم نەخۆشییە بە پلەی یەکەم زیانی لە کەرتی “ئابوری تەندروستی” جیهان داوە، چونکە پەیوەندییەکی ڕاستەوانە لە نێوان گەشەی تەندروستی گشتی و گەشەی ئابورییدا هەیە، کە پەیوەندی بە وجودی گشتی ئینسانەوە هەیە… لەبەرئەوەی پەتاکە زیاتر تەشەنە بکات زیانی زۆر لە ئابوری دەدات، لەم کاتەدا تەندروستی زەرەرمەندی یەکەم ئەبێ و تووشی وەستان ئەبێ کەرتی تەندروستی. بۆیە کۆنترۆڵکردن و هەیمەنەکردن بەسەر نەخۆشییەکەدا، ئەو وەستانە ئابوری و تەندروستییە تێکدەشکێنێ و تاڕادەیەک ژیان ئەگەڕێتەوە باری ئاسایی خۆی. لە ئەنجامدا دەگەین بە قۆناغێک کە (شۆکی ئابوری/ تەندروستی) ئەتوانرێت چارەسەر بکرێت.

لەڕووی سیاسییەوە:

ئەم نەخۆشییە لە ڕووی سیاسییەوە سەرتاپای جیهانی گرتۆتەوە و بە شێوازێک سیاسەتی دەوڵەتانی جیهانی توشی شۆک کردوە، کە نازانن ئەم پەتایە سروشتییە و بە خۆی دروستبووە یان جەنگی دەوڵەتانی زلهێز و ئابوری بەهێزە کە لە هێزی ڕەقەوە کە جاران دەکرا لە نێوان

دەوڵەتان ژمارەیەکی زۆر ئینسان تێیدا دەکوژرا، ئێستا جەنگەکە شێوەی خۆی گۆریوە و لەڕێگەی هێزی نەرمەوە دەوڵەتان بەرامبەری یەکتر ئەنجامی ئەدەن. ئەمەش ڕایەکە ناتوانین بڵێن: بەتەواوی دروستە چونکە دەکرێ ڤایرۆسەکە سروشتی و گوزراوەبێ یان لە شاری وهانی چین لە ئەنجامی ئەو هەوڵانەی کە باس دەکرێ بڵاوبووبێتەوە. یان ڤایرۆسەکە جەنگێکی ئابوری زۆر بەهێز و درێژمەودا بێ لە نێوان بلۆکی سەرمایەداری بە ڕابەرایەتی ئەمریکا و بلۆکی کۆمۆنیزم بە ڕابەرایەتی چین، ئێستا بەڕادەیەک ئابوری چین بازاڕەکانی جیهانی داگیر کردوە کە بووەتە مەترسی بۆ سەر ئابوری ئەمریکا پێشبینی دەکرێ چین بەو سیاسەتەی پەپڕەوی دەکات لە بواری ئابوریدا پێش ئابوری ئەمریکا بکەوێ و ببێتە یەکەم زلهێزی ئابوری/ سیاسی جیهان. کە ئەمەش گورزێکی کوشندەی فرەپەلوپۆیە بۆ سەر جەمسەری سەرمایەداری کە ئەمریکا رابەرایەتی ئەکات. تا ئێستا ڤایرۆسەکە تەشەنەی بە زۆر وڵاتدا کردوە و جوڵەی تاڕادەیەک لە سەرجەم ئەو وڵاتانەی کە دۆخی ریزپەڕ و نائاسایان راگەیاندوە، بڵاوبوەتەوە و و سیاسەتی وڵاتانی ناچار کردوە کە پیاچونەوە بە هەموو سێکتەرەکانی وڵاتدا بکەنەوە بەتایبەت و سیستەمی تەندروستی و چاکسازی تێدا بکەن. کە ئێستا جۆرێک لە سیاسەتی دەولی لە جیهاندا بەسەر دەوڵەتانی هەژاردا پەیڕەو دەکرێ و ک□ ل□□□ووی سیاسیی و ئابورییەوە لاوازن. وڵاتانی بەهێز ، هێزی خۆیان بەسەر وڵاتانی هەژار و لاوازدا جێبەجێ ئەکەن کە ئەبێ جۆرێک لە پاشکۆیەتی ب□ ل□□□ووی سیاسیی و ئابورییەوە بۆ وڵاتانی بەهێز بکەن.

موعەما و مەغزای ئەم ڤایرۆسە ماجەراکەی نادیار و تولکێشە، وە لەم رۆژانەی دواییدا، وتەبێژی چین، ئەمریکای بە دروستکەری ڤایرۆسەکە تاوانبار کرد و ڕاگەیاند: ئەم کۆرۆنایە بۆئ□و□ن□ (ئابوری سیاسیی) چین پێ لاواز و هەژار بکات. یان بەپێی زانیاری ئەو هەواڵانەی کە لە ئێران بڵاو□ئ□کرێتەوە ئەڵێن: ڤایرۆسی کۆرۆنا کە لە ئێران تووشی هاوڵاتیان ئەبێ دوو جۆرە بە تایبەت ئەوەی لە شاری قوم بڵاوبووەتەوە و خەڵک موبتەلای بووە بەڕای پزیشکانی ئێرانی ئەڵێن سەرچاوەی ئەم ڤیرۆسە هەمان ڤایرۆسی وهانی چینە. بەڵام پزیشکانی ئێرانی باوەڕیان وایە: جۆری ئەو ڤایرۆسەی تر کە لە شاری رەشت و گیلان خەڵکی توشکردوە جیاوازترە لە ڤایرۆسی قوم، چونکە پێیان وایە ئەمەی رەشت و گیلان زۆر بەهێزترە و ئینسان بەرگەی ناگرێ، وەک ئەڵێن ئەم ڤایرۆسە جۆرێکە لە چەکی ڤیرۆسی (بیۆژنیتیک) کە وەک چەکێکی کوشندە کە ئەمریکای پێتاوانبار ئەکرێ لە لایەن ئێرانەوە دژ بە ئێران بەکاردەهێنرێت. وەک ڕێکخراوی تەندروستی جیهانی ئاشکرای

کرد، ئەستا نەخۆشییەکە جیهانییە و پێویستی بەڕووبەڕووبوونەوەی هەموو وڵاتان هەیە بۆ بەرگرتن بە نەخۆشییە کە ئەبێ بە خۆپاراستن و کۆرەنتینە کردنی هاوڵاتیان خۆیان لە ماڵەکانیان وەک ئەوەی لە وهان کرا و سەرکەوتن بۆ ڤایرۆسەکەدا راگەیەنرا، ورە و ئیرادەی هەموو میللەتی پێویستە ئەویش بەوەدەکرێ کە دەوڵەت لەڕوویی سیاسییەوە پاڵپشت و یارمەتیدەری هاوڵاتیان بێت. چونکە وەک تەندروستی جیهانی ئەڵێ: ئەستا درمەکە بۆ (گەڕباوە پاندمیک) ناوزەد کراوە لەبەرئەوەی زۆربەی شوێنەکانی جیهانی گرتۆتەوە و پێوستی بە هەماهەنگی هەموو جیهان هەیە کە تا کۆتاچرکە کە بنبڕدەکرێت.

لەڕووی تەندروستییەوە:

پەتای کۆرۆنا بە ماوەیەکی کەم گەشتە زۆربەی وڵاتانی جیهان، چی هۆکارەکە وادەکات کە ئەم نەخۆشییە ئەوەندە ترسناک باس بکرێ و زۆربەی دەوڵەتان بکەونە خۆئامادەکردن و رووبەڕووبوونەوە لە بەرامبەر ئەم پەتا کوشندە و تائەندازیەک چارەسەرنەکراوەدا، جگە لە خۆپاراستنی تەندروستی و پاکوخاوێنی و سەلامەتی گشتی هیچ ڤاکسینەکی چارەسەرکراو بۆ ڤایرۆسەکە نەدۆزراوەتەوە. ئەم نەخۆشییە ڕووی کردۆتە هەر وڵاتێک جوڵەی ئینسانی و ئەوانەی تری پەخستووە، واتە جۆرێک لە "وەستانی مردوو"ی هەیە کە ئینسان بەوەڵام دەهێنێتەوە لە بەرامبەر ئەم نەخۆشییەدا کە بەواری هەناسەدانت لێدەبڕێ بە بیرکردنەوە بە دۆزینەوەی چارەسەرێکی کاتی و تا دەگەیت بە ئەنجامێک بتوانرێ رێگرییەکانی بەردەمی نەخۆشییەکە دەسنیشانبکرێ و هەوڵی بنبڕکردنی بدرێت.
لەم پێناوەدا کەرتی تەندروستی زۆرترین و قورسترین ئەرکی مرۆیی و ئینسانی مەژوویی لەکۆڵ گرتووە، دەوڵەتان لەڕێگەی کەرتی تەندروستی، دکتۆر و پەرستاران و کارمەندانی تری ئەم کەرتەوە وەک سەربازێکی بە ئەخلاق و خاوەن ویژدان بەماندووبوون شەو و رۆژ دەخۆنەسەر یەک بۆ ئەوەی گیانی مرۆڤەکان لەو نەخۆشییە رزگار بکەن و بیخەنەوە سەر ڕێچکەی ژیانکردن.
ئەستا کەرتی تەندروستی تەنها ئەوەی لە بەردەستدایە بەڕێنماییکردن و خۆپاراستن لەو نەخۆشیە، سەرجەم ئینسانەکان ئامۆژگاری بکات کە تەنیا رێگای چارەسەر تاوەکو ئەستا ئەوەیە بە پاکژی و خۆپاراستن لەو نەخۆشیە خۆمان بپارێزین، واتە هەموو شتێک لە دەرچوون و تێکەڵاوبوون لەگەڵ کەسانی تردا کەمبکەینەوە تاوەکو بە دەرئەنجامێک دەگەین کە نەخۆشیکە لەناودەچێت. دەبێ هەموو مرۆڤایەتی بە ئاواتی ئەوەبێ کە دەرمانە یان ڤاکسینێک دروست بکرێ

کە بتوانرێ ڤایرۆسەکە لەناوببات… بەڵام لە کۆتاییدا هەر کەرتی تەندروستییە کە بەر بەم نەخۆشییە بگرێ و ئومێدکی دەستەجەمعی بەسەرجەم مرۆڤایەتی ببەخشێت کە ڤاکسینی چارەسەرکردنی ڤایرۆسەکە دۆزراوەتەوە. واتە لە کۆتاییدا تەندروستی ببێتە ترۆسکایی ئەو ئومێدەی بە سەرجەم ئینسانیەت و بەتایبەت ئینسانە نەخۆشەکانی ژەهردەستی ئەم پەتا کوشندە و تارمایئاساییە.

لەڕووی کۆمەڵایەتی/ دەروونییەوە:

ئەم ڤایرۆسە گومانی تێدانییە وە دەرد و بەڵایەکی گەردوونی سەرتاسەری جیهانی گرتوەتەوە، لەم سەنگەرەوە شۆکی کۆمەڵایەتی و دەروونی بەپەلەی یەکەم لەسەر ئینسانەکان دروست ئەکات. ئەوەی ئەم بەڵایە دروستی ئەکات شۆکی دەروونییە خۆی دەبینێتەوە لە کۆمەڵێک حاڵەت لەوانە: (قەلەقی، دڵەڕاوکێ، بێهێزی، نائومێدی، بێخەوی، وەسواسی، بێخواردنی، سەرئێشە، لاوازی تەواوەتی لەسەر جەستەی ئینسان…هتد) ئەم پەتایە لەڕووی دەروونییەوە بە پلەی یەکەم کاریگەری گەورەی لەسەر ئینسان ئەبێ، هەندێ کەس بێئەوەی نەخۆشییەکەی هەبێ لەڕووی دەروونییەوە رووخاوە، هەست ئەکات کە نەخۆشییەکەی تووشبووە ئەمەش وائەکات ئەو ئینسانە خەفەت و دڵتەنگییەکی زۆر دایبگرێ و ئارەزووی هیچی نەمێنێت. ئەمەش وادەکات بەرگری جەستەی لاواز بێ و موعەرەز بێ بە توشبوون بە پەتاکە. لەو کاتەدا پێویست دەکات کە کەرتی تەندروستی لەڕێگەی هێنانی دکتۆری دەروونی و بەرنامەی تایبەتی دەروونییەوە کۆمەڵگا و تاکەکان هۆشیار بکرێتەوە لەوەی کە نەهێڵرێت هەرکەس لەخۆیەوە قسە و وتار بدات. بەئاڕاستەکردنی کۆمەڵگا لەڕێگەی هۆشیاری و ئاگایی تەندروستی و سەلامەتییەوە، دەکرێ ڕێگری لەو پەتایە بکرێ، وە چارەسەری کاتی لە ئاییندەدا چارەسەری درێژخایەنی بۆ بدۆزرێتەوە. ئەم نەخۆشییە کێشەیەکی زۆر ئاڵۆزی هەیە کە ”ترسێکی دەستەجەمعی” دروستکردوە کە پێویستی بە هۆشیارییەکی دەستەجەمعییە لە بەرامبەر ئەو ترسەدا بتوانین بە چەندین کەناڵ و بەرنامە و ئامۆژگاری و چەندین چارەسەری تر… خەڵک بگەڕێنینەوە باری ئاسایی ژیانی خۆی و ڕۆژانە کاتی ئاسایی خۆی بەڕێبکات.