وتەی ئەمجارەمان

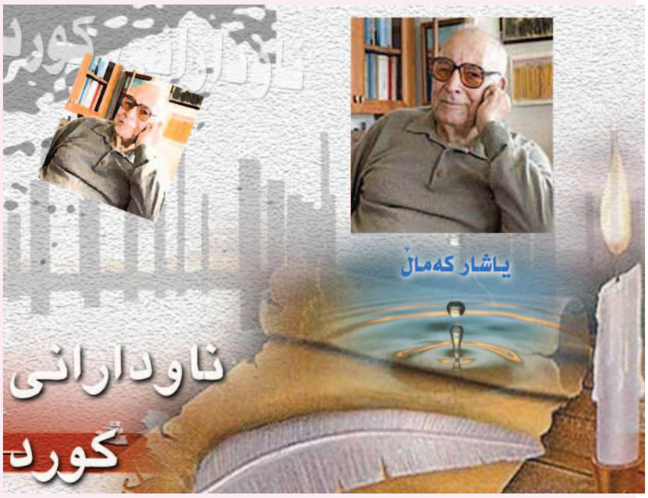
منداڵە چاوگەشەکانی کوردستان! هاورێیانی هەمیشەیی دنیای منداڵان! ساڵی تازەی زایینیتان پیرۆز بێت.

منداڵە خۆشەویستەکان! نوێبوونەوەی ساڵی زایینی هەموو ساڵێک دەکەوێتە مانگی یەکەمی وەرزی زستان، ئەو وەرزەی کە بە وەرزی سەرما و سەهۆڵبەندان و بەفر و باران ناسراوە. وەرزی زستان جگە لە سەرما و سەهۆڵبەندان، وەک وەرزەکانی دیکەی ساڵ وەرزێکە کە لە زۆر بارەوە قازانجی بۆ سروشت و مرۆڤەکانیش هەیە. هەر ئەو بەفرو بارانەی کە زۆر جار ئەگەر خۆمانی لێ نەپارێزین تووشی نەخۆشیمان دەکات، ئەگەر ساڵێکیش نەبارێت ئەوا وشکە ساڵی دادێت و کشت و کاڵ ناکرێت و ئاو بە پێی پێویست نابێت و لە ئاکام دا گرانی رووەکاتە وڵات و بەرق بە پێی پێویست نابێت و لەزۆر باری دیکەشەوە زەرەرو زیان بە خەڵک دەکات.

هەر لە وەرزی زستان دا دەرگای قو تا بخا نە و زانکۆکان کراوەیەو مرۆڤەکان بەگشتی فێری زانیاری دەبن. منداڵە ئازیزەکان! ئەوەی کە دەمانەوێ باسی بکەین ئەوەیە کە بۆ ئەوەی بتوانین بە جوانی کەڵک لە جوانی و سوودەکانی زستان وەر بگرین، با ئاگامان لە خۆمان بێت و گوێ بۆ رێنماییەکانی مامۆستا و دایک و باوکمان راگرین. لە کاتی سەرما دا واز لە یاری کردنی ناو کۆڵان بێنین، لە کاتی چوون بۆ قوتابخانە یا دەرەوەی ماڵ خۆمان گەرم داپۆشین، تاکوو نەخۆش نەکەویین. منداڵە ئاقڵ و ژیرەکانی هاورێم! لەمێژ ساڵە ئەو وتەیە لە ناو ئێمە دا دەگوترێتەوە «خۆپاراستن باشترین دەرمانە» جا بۆ ئەوەی ئێمەش نەخۆش نەکەون با خۆمان بپارێزین. چونکە نەخۆشی و چەندین زەرەری بۆ ئێمە هەیە:

۱– دەبێ بچینە لای دکتۆر بڵێت ببڕین و دەواو دەرمان بکڕین، کە ئەوەش دەبێتە هۆی داتاشینی خەرجێکی زیادی.۲– خواردنی دەواو دەرمان لە گەڵ ئەوەدا کە بۆ چاک بوونەوەمان پێویستە، بەڵام بە گشتی خواردنی دەواو دەرمان و عادەت کردن پێیان زەرەری زیاترە لە قازانجەکەی. ۳– لە هەمووی خراپتر ئەوەیە ئەگەر نەخۆش بکەوین ناتوانین بچین بۆ قوتابخانەو لە دەرسەکانمان دوادەکەوین، منداڵی وامان هەیە کە بە هۆی نەخۆشی ساڵێک لە خوێندن دوا کەوتووە. جا بۆیە منداڵە ئازیزەکان! خۆپاراستنمان لە سەرما و خۆ داپۆشینمان بە جل و بەرگی زستانە نەک هەر زەرەری نییە بۆمان، بەڵکوو زۆریش بەسوودە.بەو هیوایەی بتوانین لەو زستانەدا خۆمان گەرم داپۆشین و گوێڕایەڵی مامۆستا و دایک و باوکمان بین تاکو نەخۆش نەکەوین و لە قوتابخانە دوا نەکەوین. لە کۆتایی دا بۆ جارێکی د یکە ش وەک

ستافی دنیای منداڵان و ناوەندی منداڵپارێزی رۆژهەڵاتی کوردستان پیرۆزبایی هاتنی ساڵی ۲۰۱۱ی زایینی بە لە هەموو خوێنەرانی دنیای منداڵان دەکەین.



ڕۆماننووس و چیرۆکنووسی بە ناوبانگی کورد « کەماڵ سادق گۆکچەلی» ناسراو بە یاشار کەماڵ ساڵی ١٩٢٣ی زایینی لە ناوچەی «چقورجەی» سەربە شاری وان لە باکووری کوردستان و لە بنەماڵەیەکی هەژارو دەست تەنگ چاوی بۆ ژیان هەڵێنا. ژیانی منداڵیی یاشار کەماڵ ژیانێکی ناخۆش و پڕنەهامەتی و هەژاری بووە. یاشار کەماڵ لە تەمەنی منداڵیدا چاوێکی لە دەست دەداو پاشان هەر لەو تەمەنەدا شاهیدی ڕووداوی کوژرانی باوکی لە کاتی نوێژ کردن لە مزگەوت دا دەبێت. یاشار کەماڵ هەر لە تەمەنی مێرمنداڵییەوە دەست دەکات بە نووسینی چیرۆک. پاشان چەند ساڵ دواتر و لە ساڵی ١٩٥٢دا یەکەم چیرۆکی بە ناوی « گەرمای زەرد» و لە ساڵی ١٩٥٣دا یەکەمین ڕۆمانی یاشار کەماڵ چاپ و بڵاو دەبێتەوە.

ساڵی ١٩٧٥ کۆمەڵێک چیرۆک بە چاپ دەگەیەنێت، دواتر دەیان چیرۆک و ڕۆمانی تر دەنووسێت وەک: حەمە دۆک، زەوی ئاسن و ئاسمانی زیو، ئەگەر مار بکوژن ،دەرگای قەڵا، سەیرکە ئاوی فورات چەند خوێنڕێژە،باڵندەکان کۆچیان کرد، سێ ئەفسانەی ناو ئەنادۆڵ، ئەفسانەی چیای ئاگری و ئەفسانەی گیلگامێش و... چەندین کتێبی تریش کە بۆ سەر دەیان زمانی دنیا وەرگێردراون. هەروەها بە دەیان وتاری بڵاوکردۆتەوە کە لە هەموویان کاریگەرتر وتارێکی سیاسی بوو بە ناوی کێڵگەی مردن کە لە ساڵی ١٩٩٥ لە گۆڤارێکی ئاڵمانی دا بە ناوی گۆڤاری ژن بڵاوی کردەوە. ناوەڕۆکی وتارەکەی باسێکە لەسەرخواستەکانی میللەتی کورد لە تورکیا و باس لە وێران کردن و لە ناو بردنی زیاتر لە ١٠٠٠ گوندی باکوری کوردستان و کۆمەڵکوژی و قڕکردنی کوردەکان لە لایەن دەسەڵاتە یەک لە دوای یەکەکانی تورکیاوە. یاشارکەماڵ بە دەیان خەڵاتی ئەدەبیی ناوخۆیی وڵاتی تورکیا و نێونەتەوەیی وەک خەڵاتی « سینۆدێل دۆسا،خەڵاتی نێودەوڵەتیی کاتالۆنیا، خەڵاتی ئازایەتی بە گژداچوونەوەی لە لایەن ڕێکخراوی جیهانیی مافی مرۆڤ و خەڵاتی دکتۆرای ئیفتخاریی زانکۆی بەرلین...»ی وەرگرتوە. یاشارکەماڵ هەروەها لە ساڵی ٢٠٠٤ کاندیدی وەرگرتنی خەڵاتی ئەدەبیی نۆبێل بوو کە ڕۆمان نووسی بە ناوبانگی ئوتریش آلفرێدەیلیک لەوساڵەدا ئەم خەڵاتەی پێ بەخشرا.لەگەڵ ئەوە دا کە هەموو ڕۆمان وچیرۆکەکانی یاشارکەماڵ سەرکەوتوو بوون و بۆ سەر دەیان زمانی دیکەی وەک ئینگلیزی و ئاڵمانی و فەرانسە و ڕووسی و فارسی و کوردی...وەرگێڕدراون بەڵام سەرکەوتووترین ڕۆمانی یاشارکەماڵ ڕۆمانی ئینجە مەمەد یان هەمان «حەمەدۆک» ە کە لەلایەن نوسەر و وەرگێڕی بە توانای گەلەکەمان مامۆستا عبدوڵڵا حەسەن زادە بۆ سەر زمانی کوردی وەرگێڕدراوە. ئەم ڕۆمانە بۆ سەر زیاتر لە ٢٠ زمانی دیکە وەرگێردراوە و چەندین جاریش کراوە بە فیلم. ڕۆمانی حەمەدۆک بەشێکە لە ئەدەبی کلاسیکی ڕۆژهەڵاتی ناوەڕاست و وڵاتی تورکیا.وێڕای باس لە شێوەی ژیانی فئودالی (دەرەبەگایاتی) و زۆرداریی خانەکانی حاکم لە ژینگەیەکی سیاسیی ئاڵۆزدا، نارەزایی لە بوونی ئەم دۆخە دەردەبڕی. یاشارکەماڵ ئێستاش لە شاری ئیستامبووڵی تورکیا ژیان بەسەر دەبات و بە یەکێک لە نووسەرە هەرە بە ناوبانگەکانی جیهان و تورکیا دەژمێردرێت.

ئا:فەرشید محەمەدی

دارچین

دارچین کە ناوە ئینگلیزیەکەی وعەرەبییەکەی (القرفە)یە. توێکڵی دارێکی ئیستیوایی یە کە هەمیشە سەوزە و بەرزییەکەی ١٠ تا ٤٠ میترە، زێدی دارچین سریلانکایە، بەڵام لە خۆرهەڵاتی ئاسیاو ئامریکای باشوور و هیندوستانیش دەچێندرێت. دارچین کۆمەڵێک سوودی تەندروستیی گرینگی هەیە، دیارترینیان چالاک کردنی گەدە و پرۆسەی هەرسکردی خواردنەکانە، دژی گرژ بوونی ئەنجامی بەد هەرسی یە، وەک دەرمانێکی باشی سکچوونە و یەکێکە لە چارەسەرە باوەکانی سکچوون لە پزیشکیی هیندیدا بە سوودیشە بۆ چارەسەری میز بە خۆدا کردنی شەوانەی منداڵ. لە پزیشکیی میلیی

ئینگلیزیشدا دارچین وەک باشترین خواردنەوەیە بۆ پێشگیری لە سەرما بوون لە ماوە ساردەکانی وەرزی زستاندا.

دارچین هەروەها گوشاری بەرزیی خوێن دادەبەزێنێت و حەزی خواردن دەکاتەوە. لە زۆر جێگا بۆ تام خۆش کردنی چێشت کەڵکی لێ وەر دەگیرێت.

ئا: ڕەووەز فەلاحی
سەرچاوە:
کتێبی سروشت دەرمانە

قسەی خۆش بۆ پێکەنین

فیلێک و مێرووولەیەک بە یەکەوە دەچن بۆ سینەما. سینەما خەڵکی زۆر تێدا دەبێ هەرچەند دەگەڕێن تەنیا یەک سەندەڵی بەتاڵ دەبیننەوە، مێرولەکە دادەنیشێ وچاو لێ دەکات فیلەکە بەپێوە راوەستاوە و زۆر نارەحەتە مێرووولەکە بە فیلەکە دەڵێ: نارەحەت مەبە وەرە سەر کۆشی من دانیشە.

****

کابرایەک کەرەکەی لێ ون دەبێت و شوکری خوا دەکات، پرسیاری لێ دەکەن: تۆ کەرەکەت لێ ون بووە شوکری خوا بۆ دەکەی؟ کابرا دەڵێ بۆیە شوکری خوا دەکەم چونکە خۆم بەسەر کەرەکەوە نەبووم.

شەوی یەلدا

منداڵەکان هەرایە
ئەم شەو شەوی یەڵدایە
کات و ساتی ئەم شەوە
شادی بکەن پێکەوە
زۆر راستە ئەو هەواڵە
درێژترین شەوی ساڵە
وای فەرمووە مام بایز
دوایین شەوە لە پایز
ئێتر سبەی زستانە
سەرما و سۆڵ و زریانە
لە کوێستانان بە جارێ
یەکسەر بەفر دەبارێ
راوچی دەچن بۆ راوێ
دەست دەتەزێ بە ئاوێ
دەبێ فریای خۆ کەوین
خوا نەکا نەخۆش کەوین

رەسوڵ سوڵتانی

لێئۆناردۆ داوینچی کێیە؟

لێئۆناردۆ داوینچی هونەرمەند و زانایەکی گەورە بوو کە لە کۆتاییەکانی سەدەی پانزدەهەمی زایینی لە ئیتالیا ژیاوە. لێئۆناردۆ چەندین شاکاری نیگاری بەناوبانگی لە دوای خۆی جێهێشت کە بەناوبانگترینیان مونالیزایە (کە لە ئێران بە پێکەنینی ژۆکوند بەناوبانگە) و ئاخرین ئێوارەخوان (نیگارێک لە مەسیح و حەواریون). لێئۆناردۆ لێکۆڵینەوەیەکی زانستیی زۆری بە جێگەیاند. ئەو بۆ چونەی کە ئەو لە جەستەی مرۆڤی(بە مەبەستی پشکنینی جەستەیی) وێنا کرد زۆر جێی سەرنج و بایەخ بوو. وێنەیەکیشی لە فڕۆکەو پاپۆڕی ئاوی کێشاوە. کۆرنەلیۆس پرەببل کە خەڵکی ئاڵمان بوو یەکەمین پاپۆڕی ژێر ئاوی دروست کرد. دوو کەسی فەرانسەویش بە ناوەکانی لائۆنۆی و بیانونو یەکەمین کۆپتەریان لە ساڵەکانی ئاخری سەدەی هەژدەهەم دروست کرد. بەڵام لێئۆناردۆ وێنەی ئەو دوو ئامێرەی لە سەدەی پانزدەهەم دا کێشابۆوە.

وەرگێڕان لە فارسیەوە: ترێ بۆکانی

ناوەندی منداڵپارێزی رۆژهەڵاتی کوردستان دەری دەکا.
www.Kurdistanukurd.com
سەرنووسەر: عوسمان بێورانی * دەستەی نووسەران: هانا وریا، باران، تریفە سادقی *
مۆنتاژو دیزاین: مینا سوڵتانزادە
mndalanykurd@yahoo.com
دنیای منداڵان

خاڵخاڵۆکە و بێستانچی

پۆلێک خاڵخاڵۆکە لە کۆشی بێستانێکدا ژیانێکی خۆشیان هەبوو. ئەو بێستانە کانییەکی جوانکیلەی لە بەر دەمدا بوو، دێراوەکانی بە برکەی کاڵەک و شووتی و خەیار و ترۆزی و تەماتە رازاندبۆوە.

بێستانچی بە بێ ئەوەی هەست بە ماندوو بوون بکا، بە کانی و جۆگە و بێستانەکەی رادەگەیشت و بژاری دەکرد، کەڵە و جلە و میملّی لێ دوور دەخستەوە؛ خاڵخاڵۆکەکانی خۆش دەویست و ئازاری نەدەدان، ئەوانیش رۆژ تا ئێوارێ بەسەر برکەکاندا دەهاتن و دەچوون، خزمەتی بێستانەکەیان دەکرد و بەهرەی باشیان پێدەگەیاند! هەتا کرمۆکە و شەتە و جرِ و جانەوەر خەریکی خواردنی گوڵ و برکە و پەلکی رووەکەکان نەبن.

هەر کاتێکیش بێستانەوان لە ژێر سێبەری کەڵە بی دادەنیشت و خەریکی پشوودان و حەسانەوە دەبوو، تێکرا بە شان و قۆڵیدا هەڵدەگەڕان، بە سەر سەریەوە تۆپەڵ دەبوون. زۆر جار وێنە گران سەردانی بێستان چییان کردبوو، تەنانەت وێنەی زۆریان لە رۆژنامە و پەرتووکاندا چاپ و بڵاو کردبۆوە.

ئەم پیرە مێردە هەموو گیاندارانی خۆش دەویست، حەزی نەدەکرد پێ بە هیچ گیانلەبەرێکدا بنێ، ژەنگەسوورەیەک رۆژی چەند جار دەهاتە سەر کانی و ئەستێرەکە

بۆ ئاوخواردنەوە، تەنانەت جارێک بە پشتی دەستی لالۆی بێستانەوانیەوە دابوو، دەستی خەپلە ببوو، بەڵام ئە و هێشتا نەی کوشتبوو .

بێستانەوان چەند رۆژێک بە هۆی لاق هێشەوە سەردانی بێستانەکەی نەکرد، تازە دەهات بێستان دابیخات و سووری تێ بکەوێ، برکەی چەند دێراوێک زەرد هەڵگەران! لە گوڵ کەوتن. تۆمەز ملّەیەک بە بێستان فێر ببوو، خەریکی قرتاندنی ریشەی خەیار و ترۆزی بوو، خاڵخاڵۆکە هەر کە ئەوەیان زانی وە ئامان هاتن و خەم دایگرتن؛ بەڵام هیچیان دەگەڵ ملّە پێنە کرا، نیوەڕۆیەک لەو شوێنەی بێستانەوان لێی دەحەسایەوە، تۆپەڵ بوون و کەوتنە تەکبیر کردن! لەو کاتە دا ژەنگە سوورە هات بۆ ئاو خواردنەوە، هۆزی خاڵخاڵۆکەی زۆر پەرێشان دیت، بە ویزەویز چەند جارێک هات و چۆی کرد، گوتی: خاڵخاڵۆکە وردیلە، بۆ ئاڵۆز و پەشێون؟

خاڵخاڵۆکە، یەک دوو جار باڵیان بە یەکدادا، گوتیان: بێستانچی نەخۆشە و زۆر کەم بە بێستانەکە رادەگا، ملّەیەک بە دێراوەکان فێر بووە، خەریکی خواردنی رەگ و ریشەی برکەکانە....

ژەنگە سوورە نەختێکی ئاو هەڵمژی و گوتی: ئێوە خەم مەخۆن، بیسپێرن بە من، هەستن برۆن بە لای ئیش و کاری خۆتانەوە، منیش خەمی دەخۆم!

بەیانی پێش ئەوەی خاڵخاڵۆکە لە خەو هەستن و لە ژێر پەلک و گەڵای کاڵەک و شووتی و خەیار بێنە دەرێ، مامەی بێستانچی بە قەراخ دێراوەکاندا تێدەپەڕی، لە پڕ شتێک سەرنجی راکێشا، خاڵخاڵۆکە بە قاقای بێستانچی وەخەبەر هاتن و لە بن برکەکان هاتنە دەرێ، بەڵێ ژەنگە سوورە چزەی لە ملّە هەستاند بوو، لە دێراوێکدا پشتە و قەفار کەوتبوو، بە قەت تۆپەوانەیەک هەڵمسابوو.

سەلاح نیساری (بۆکان)

کوالای قارەمان

ڕۆژێک لە ڕۆژان لە نێو دارستانێکی سەرسەوزو جوان لە لای ڕوبارێک دارێکی گەورە هەبوو، کە خاتوو مریشک و جووجەڵەکانی لە وێدا ژیانیان بە سەر دەبرد. ڕۆژ لەگەڵ ڕۆژ جووجەڵەکانی گەورەتر دەبوون و پێویستیان بە خواردنی زۆرتر دەبوو هەر بۆیە خاتوو مریشک و کاکی کەڵەشێر کەوتنە دوای خواردن.

جوجەڵەکان بە تەنیا مابوونەوە لە پڕ پەپوولەیەکی زۆر جوان لەسەر لقی دارەکە نیشت. جووجەڵەکان کە قەتیان پەپوولە نەدیتبوو لە ترسان سەریان لە بن باڵیان نابوو (یانی خۆیان شاردبۆوە)

پەپوولەکە گوتی بۆ دەترسێن ئەمن ناوم پەپوولەیە باڵندەکان کاتێک کە ئەمن دەبینن خۆشحاڵ دەبن چوون خواردنی ئەوانم. جووجەڵەکان کە زۆریان برسی بوو هەوڵیان دا کە پەپوولەکە بگرن و بیخۆن بەڵام هەڵفڕی.

بە پەپوولەکەیان گوت تۆ بۆ ئەوەندە جوانی و چەندە جوانیش هەڵدەفڕی، پەپوولەکە گوتی خودای گەورە ئەو باڵانەی بە من داوە و چونکە زۆر دەترسا کەمێکی دیکەش بەرەو سەرتر هەڵفڕی لە بەر ئەوەی نەوەک بیخۆن.

جووجەڵەکان خەریکی قسە کردن بوون کە دارەکە جووڵایەوە ئەوان زۆر ترسان و سەریان وە بن باڵیان دا.

گیانلەبەرێکی گەورە کە دوو گوێی پان و لەشێکی تووکنی هەبوو زۆریش شیرین و لەبەر دڵان بوو پەنجەی لە دارەکە قایم کردبوو. بە جووجەڵەکانی گوت مەترسێن ئێوە خواردنی من نین. جووجەڵەکان گوتیان تۆ ئێمەت چۆن بینی خۆ ئێمە خۆمان شاردبۆوە. گیانلەبەرەکە پێی گوتن بەڵام ئێوە تەنیا سەرتان شاردبۆوە لەشتان هەر لە دەرێ بوو.

جووجەڵە جوانەکان ئەمن ناوم کوالایەو جۆرێک ورچی داریم پێ دەڵێن و لەگەڵ بنەماڵەکەم لە تەنیشت ئێوەماڵمان هەیە.

جووجەڵەکان گوتیان خۆزگە بە خۆت کە دەتوانی بۆ هەموو جێگایەک بڕۆی. کوالا گوتی: بەڵام ئەمن و هەموو ئەو ئاژەڵانەی کە باڵیان نیە پێمان خۆش بوو کە وەک ئێوە باڵندە بووباین بەرەو ئاسمانی شین و جوان هەڵفڕیباین. خودا ئەو باڵە جوانانەی بە ئێوە داوە کە پێی هەڵفڕن پەلە مەکەن با گەورە بن.

لە ناکاو کوالا باڵندەیەکی ڕاوچی دی بەرەوڕووی جووجەڵەکان دێ هاواری کرد مەترسی ! و خۆی خستە سەر هێلانەی جووجەڵەکان و بەهەر پەنجەکانی لە باڵندەکەی دەدا.

پەپوولە خۆی گەیاندە خاتوو مریشک گوتی: تکایە ئەمن مەخۆ گیانی جووجەڵەکانت لە مەترسی دایە زوو بە وەرەوە. خاتوو مریشک و کوالا بە یارمەتی یەکتری بەهەر+ شێوەیەک بوو باڵندەکەیان لە جووجەڵەکان دوور کردەوە.

کوالا کەمێک بریندار ببوو بەڵام خۆشحاڵ بوو لەوەی کە توانی دراوسێکانی لە مردن ڕزگار بکا.

خاتوو مریشک سوپاسی پەپوولەو کوالای کرد و چیرۆکی قارەمانەتی ی کوالا لە دارستان دا بڵاو بۆوەو هەموو کوالایان بە قارەمان ناو دەبرد.

وەرگێڕانی: دایکی نارین

چەرموو

هەبوو نەبوو ڕۆژانی زوو
سەگێک هەبوو، بە نێو چەرموو
یەکەم ڕۆژی بەهاران
هاوڕێ لە گەڵ مێگەلان
قوقولی قوقوی کەڵەباب
مام شوانی هێنایە جواب
بەرەو شاخ و لەوەڕگە
مێگەلی خستە ڕێگە
چەرموو وریا و لە سەر خۆ
پێشی کەوت بەرەو ئاسۆ
بازی ئەداو هەڵدەهات
بۆ هەموو لا چەپ و ڕاست
مێگەل بە دڵنیایی
بەع بەعیانە بە شایی
بەرخی سپی وخڕوخۆڵ
یاریانە نەرم و نۆڵ
لەم بەردە بۆ ئەو بەردە

لەم نشێو بۆ ئەو کەندە
چاو شارکێ و باز بازێن
یاری خێرا گاز گازێن
مامە شوانی مەڕەکان
سەر قاڵی شمشاڵ لێدان
لە دویان دێ لە ڕێوە
چاوی لەوان بڕیوە
دیمەنی جوان و ڕەنگین
سەماو نەزمی ئاهەنگین
دڵی بردون بە جارێ
خۆشییان لێ ئەبارێ
مامە گورگی جاو برسی
کاتێ ئەم دیمەنەی دی
وتی ڕۆژی خواردنە
کاتی هەڵمەت بردنە
شوانە پیرە نووستوە
ئینجا نۆرەی چەرمووە
پار کە بێ بەشی کردم
ریسوا بووم ئابڕووی بردم
ئەمساڵ ئەبێ سەرکەوم

له میگه‌ل وه‌ده‌ر كه‌وم
له گه‌ڵ گورگانی هاوریێم
چه‌رموو بخه‌ینه ژێر پێم
مڕه و لووره‌ی گورگه‌كان
به‌رز بوو به‌ره‌و ئاسمان
مامه شوانیش نووستبوو
له ڕێدا زۆر ماندوو بوو
چه‌رموو بیری كرده‌وه
مه‌ڕگه‌لی كۆ كرده‌وه
وتی هه‌ر چه‌ن گورگه‌كان
دڕنده‌ن له ئاستمان
گه‌ر پێكه‌وه ته‌با بین
هاوكارو هاوبڕوا بین
گورگ نامان خنكێنێ
مڕه و لووره‌ی نامێنێ
وتیان چه‌رمووی به وه‌فا
چی ئه‌ڵێی واین له گه‌ڵتا
چه‌رموو پلانی دانا
له شوێنی حه‌شاردانا
ڕێگه نه‌بوو گورگه‌كان
به تێكڕا بێنه سه‌ریان
بۆیه دانه به دانه
به بێ چركه و جووڵانه
ویستیان بێنه پێشه‌وه
به بێ بیر و هۆشه‌وه
چه‌رموو كه ئه‌مه‌ی زانی
خوڕی له هاورێكانی
خێرا به‌ردان خلۆركه‌ن
گورگه‌كان تارومار كه‌ن
ئینجا ته‌نیا مام گورگ
بۆ خۆی وه‌ده‌ر كه‌وت
ته‌مای گۆشتی كردبوو
خێرا بازی بردبوو
چه‌رموو بۆ به‌ره‌نگاری
زوو هێرشی بۆی هانی
مام گورگ به ناكامی
كلكی نایه سه‌ر شانی
هه‌ڵات تا له چاو ون بوو

دایم قوڕه قوڕی بوو
ئینجا چه‌رموو پێش كه‌وت
مێگه‌ل له شاخ ده‌ركه‌وت
مامه شوانه‌ی خه‌واڵوو
كاتی كه وه‌خه‌به‌ر بوو
وتی ئافه‌رین چه‌رموو
ئه‌مه وریایی تۆ بوو
ئه‌وه‌ی وه‌ك من نووستوه
مێگه‌لی ون كردوه
ئه‌وه‌ی وه‌ك تۆ وریایه
به وه‌فای ئه‌م دنیایه
ئینجا كاتێ به‌ره‌و ماڵ
به‌ڕێ كه‌وتن به خوشحاڵ
چه‌رموو ڕووی كرده مێگه‌ل
هۆ هاوڕێیانی ئاژه‌ڵ
ئه‌وه‌ی كه پاك ڕه‌وشته
لای هه‌مووان خۆشه‌ویسته
ئه‌وه‌ی كه بێ ڕه‌وشته
ناحه‌زی خزم و گشته
بۆ دڕنده‌ی ئه‌م ناوه
یه‌ك گرتنتان بۆ ماوه
نه‌كه‌ن هه‌ر كام بۆلایێ
بكه‌ونه دوای بڕوایێ
بۆ مانی یه‌ك بمێنن
به‌خته‌وه‌ری بستێنن

عه‌باس حه‌قبین

ئایا دەزانن؟

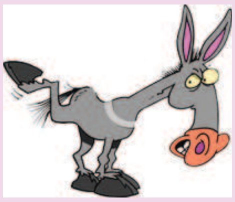
ئایا دەزانن،
ئەسپەکان دەتوانن بە پێوە بخەون؟

ئایا دەزانن،
یەک دانە ئەسپ لە ساڵێک دا حەوت بەرابەری کێشی خۆی خواردن دەخوات؟

ئایا دەزانن،
کە زەرافەکان لاڵن و ناتوانن هیچ جۆرە دەنگێک لە خۆیان دەربێنن؟

ئایا دەزانن:
مشکەکوێرە زۆر بەخێرایی زاو زێ دەکەن بە جۆرێک کە دوو مشک لە ماوەی ١٨ مانگ دا دەتوانن زیاتر لە یەک ملیۆن مشک بێننە سەر دنیا؟

ئایا دەزانن،
ڕێژەی ئەو مرۆڤانەی کە بە هۆی کەر دەمرن لە ڕێژەی ئەو مرۆڤانەی لە ڕووداوی تەیارە دا دەمرن زیاترە؟



ئایا دەزانن،
کە چاوی وشترمر لە مێشکی گەورەترە؟

نەخۆشیی تۆکسۆپلازمۆسیس

منداڵە ئازیزەکان!

لە ژمارەی پێشوودا لێتان دابڕام و نەمتوانی بابەتتان بۆ بنووسم، چۆنکە براکەم واتە کاک سید جەماڵی خۆشەویستم فەوتی کرد و تەمەنی درێژی بۆ ئێوە و دوو منداڵە چاوگەشەکەی بە جێ هێشت. بە ئۆمێدی خوا هەوڵ دەدەم وەک جاران و بۆ ژمارەکانی داهاتوو بابەتی پزیشکیتان لێ نەبڕم، بۆیە داوای لێ بووردنتان لێ دەکەم.

منداڵە جاو گەشەکان!

بابەتی ئەم جارەمان لە سەر نەخۆشییەکە کە لە ئاژەڵانەوە واتە سەگ، پشیلە، باڵندە و مشک و... دەگوازرێتەوە و زۆریش مەترسیدارە. ئەم نەخۆشییە کە «تۆکسۆپلازمۆسیس»ی ناوە، بە هۆی مشە خۆرێکی یەک خانەیی تووشی مرۆڤ دەبێ. ئەم خانەیە ٣ تا ٧ مایکرۆنە کە پێی دەڵێن تۆکسۆپلازمای گۆندی و لە رژێنە لیمفاوییەکان و کۆئەندامی دەماری مرۆڤ و ئاژەڵی تووشبوودا هەیە. ئەم نەخۆشییە لە رێگای پیس بوونی دەست یان پاشەڕۆی ئاژەڵانەوە بۆ مرۆڤ دێت یان بە هۆی یاری کردنی منداڵان لە گەڵ ئاژەڵی وەک سەگ، پشیلە و باڵندەدا دەگوازرێتەوەبۆ مرۆڤ.

منداڵە خۆشەویستەکان!

ئەم نەخۆشییە بە شێوەیەکی گشتی لەم رێگانەوە بۆ ئێمەی مرۆڤ دەگوازرێتەوە و حەتمەن دەبێ پابەندی رێنماییە پزیشکی و تەندروستی یەکان بین تا تووش نەبین.

الف: خواردنی گۆشتی ئاژەڵی تووش بوو بە تایبەتی ئەوانەی کە باش نەکوڵاون، بۆیە ئەگەر زانیتان کە گۆشتێک باش نەکوڵاوە مەیخۆن تا تووشی ئەم نەخۆشییە نەبن.

ب: خواردنی میوەو سەوزەی پیس بوو بە پاشەڕۆی ئاژەڵی تووش بوو بەم مشە خۆرە. بۆیە حەتمەن دەبێ سەوزەومیوەکان زۆر بە جوانی بشۆنەوە و بە تەواوی لێیان دڵنیا بن کە خاوێن بوونەوە جا ئەو کات بیان خۆن.چونکە سەگ و پشیلە لە هەموو شوێنێک پیسایی و میز دەکەن.

ج: پیس بوونی دەست بە پاشەڕۆی ئاژەڵی تووشبوو یان بەر کەوتنی راستەوخۆ، کاتێک کە دەستتان بە سەگ و پشیلەوە کەوتوە دەبێ زۆر بە جوانی بە ئاوو سابوون دەستەکانتان بشۆن جا شت بە دەستەکانتان بخۆن.

بەڵێ منداڵە ئا ز یز ە کا ن ! یاری کردن بە سەگ و پشیلە و باڵندەی نەخۆش زۆر مە تر سید ا ر ە و نەخۆشیی مەترسیداریشی لێ دەکەوێتەوە. بۆیە لەمەودوا خۆتان لەو جۆرە ئاژەڵانە بە دوور بگرن تا تووشی کۆمەڵێک نەخۆشیی وەک کوێربوون، ئاوسانی جەرگ و سپڵ و رژێنەلیمفاوییەکان و زۆر نەخۆشی دیکە نەبن.

ن: سید جلال سالحی

ئەو چیرۆکەی کە ناوی نی یە

من منداڵێکی هەشت ساڵەم، ئەو منداڵەی کە ناوی هیوایە، ئەو هیوایەی کە پۆلی دووەمی سەرەتایي یە، پۆلی دووەمی سەرەتاییش، یەکێکە لە پۆلەکانی قوتابخانەی رۆژهەڵاتی بنەڕەتی، ئەو قوتابخانەی کە کۆمەڵێک قوتابیی ئاقڵ و زیرەکی هەیە، ئەو قوتابیانەی کە هەموویان هاوڕێی یەکترن، ئەو هاوڕێیانەی کە لە کارەکانیان دا یارمەتیی یەکتر دەدەن، ئەو کارانەی کە دەبنە هۆی پێشکەوتنی قوتابخانەکەیان.

باوکم دوێنێ لە بازار بوو، ئەو بازاڕەی کە پڕە لە کەل و پەلی جوان و باشی وەک گۆڤار و کتێب، ئەو گۆڤار و کتێبانەی کە پڕن لە وێنەو چیرۆکی جوان، ئەو وێنەو چیرۆکانەی کە منیان فێری زۆر شتی بەسوود کردوە، ئەو شتە بەسوودانەی کە دەبنە هۆی ئەوەی کە لە ژیانی رۆژانەمدا زۆر پرسیار بێوەڵام نەهێڵمەوە، ئەو پرسیارانەی کە بە دیتنی گۆڤار و رۆژنامەی نوێ و بەرنامە تەلەفزیۆنی یەکان بۆم دروست دەبن، ئەو بەرنامە تەلەفزیۆنانەی کە زۆر بابەتی زانستی لە خۆ دەگرن، ئەو بابەتە زانستیانەی کە باسی گیانلەبەران دەکەن، ئەو گیانلەبەرانەی کە رۆژانە دەیانبینین، ئەو رۆژانەی کە لە ماڵەکانمان دەچینە دەرەوە، ئەو ماڵانەی کە گوندو شارەکانیان پێکهێناوە، ئەو گوندو شارانەی کە وڵاتیان پێکهێناوە، ئەو وڵاتەی کە ئێمە هەوڵ بۆ پێشکەوتنی دەدەین، ئەو پێشکەوتنەی کە مانەوەومانی لە سەر ئەم زەوییە مسۆگەر کردوە.

لە یەکێک لەو گۆڤارانەی باوکم بۆی کڕی بووم، چیرۆکێکم خوێندەوە، ئەو چیرۆکەی کە باسی پاراستنی ددانی دەکردم، ئەو ددانەی کە توانای کرماندن و بڕین و جووتن خواردنمان پێ دەبەخشن، ئەو خواردنانەی کە دەبنە هۆی گەشەی ئەندامەکانمان، ئەو ئەندامانەی کە لەشی هەموو مرۆڤێک هەیەتی، ئەو مرۆڤەی کە بۆ مانەوەی لە ژیاندا پێویستی بە خۆراک هەیە، ئەو خۆراکەی کە دەبێتە هۆی دروست کردنی خانەی نوێ، ئەو خانە نوێ یانەی کە جێگەی خانە لەناوچووەکان دەگرنەوە، ئەو خانە لەناوچووانەی کە پێشتر بەشێک بون لە شانەکان، ئەو شانانەی کە بەشێک بوون لە ئەندامەکان، ئەو ئەندامانەی کە پێشتر باسم کردن لە بەجێهێنانی فەرمانەکانی لەشی مرۆڤ و زیندەکردارەکانی دا بەشدارن، ئەو زیندە کردارانەی کە هەموو مرۆڤێک ئەنجامیان دەدات.

من ئێستا فێربووم، جووتنی خۆراک بە ئاسانی و پێداکردنی لیکە رژێنەکان وا لە خۆراک دەکەن کە بە ئاسانی بە ناو سورێنچک دا بڕوات، ئەو سورێنچکەی کە دەم بە گەدەوە دەبەستێتەوە، ئەو گەدەیەی کە تێیدا ئەنزیمی جۆراوجۆر بەسەر خۆراک دا دەکرێت لە پێناو هەرسکردنی دا، ئەو هەرسکردنەی کە وزە بە مرۆڤ دەبەخشێت، ئەو وزەیەی کە توانا بەمن دەدات کە چیرۆکێک بۆ ئێوە بنووسم.

ن: هانا وریا

مەتەڵ

چاڵێکە لە سەر عەرزی
ئەڕوێ بەهارە وەرزی
سەری پڕە لە دەرزی
کوێستانچیەکان لێ دزی

*****

هەتەڵ مەتەڵ مەتیزە
نە مەمکی هەیە نە گوان
وەکو مانگا عەزیزە
شیری دەدایە هەموان

*****

بەرزە لە حەوت ئاسمان
ونە بە رۆژ نابینی
چرای روونە بۆ ئینسان
تیشک پژانە ئەوینی

*****

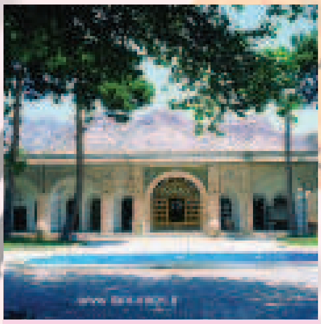
ئەڕوێ لە شاخ و لادێ
هێمای ئاڵی شەهیدە
کوڵمی سوورە کە ڕادێ
خاوەن هیواو ئومیدە

منداڵە خۆشەویستەکان هەرکەس وەڵامی ئەم مەتەڵانەمان بۆ بنێرێت لەلایەن دنیای منداڵانەوە خەڵات دەکرێت.

وڵاتەکەمان بناسین

«ئیلام»

ئیلام یەکێکە لە شارە گەورەکانی رۆژهەڵاتی کوردستان. ئەم شارە ناوەندی پارێزگای ئیلامی سەر بە رۆژهەڵاتی کوردستانە. بە پێی ئامارەکان ئەم شارە نزیک بە ١٥٦٠٠٠ هەزار کەس حەشیمەتی هەیە کە هەموو خەڵکەکەی کوردی فەیلین و بە زاراوەی کەڵهوڕی قسە دەکەن. هەروەها هەموو خەڵکەکەی موسڵمانی شیعە مەزهەبن. لە باری هەڵکەوتەی جوغرافیایی یەوە ئیلام لە باکوورەوە لە گەڵ شارستانی ئەیوان، لە باشوورەوە لە گەڵ شارستانی مێهران، لە رۆژهەڵاتەوە لە گەڵ شارستانی شیروان چەرداوڵ و لە رۆژئاواوە لە گەڵ مەندەلیی باشووری کوردستان سنووری هاوبەشی هەیە. ئیلام ١٤٤٠ میتر لە دەریاوە بەرزە و ئاووهەوایەکی خۆشی هەیە. ئیلام لە نێوان چەندین شاخی گەورەدا هەڵکەوتووەو دەورووبەری شاری ئیلام بە جەنگەڵ و دارستانە چڕەکانی بەڕوو، گێوژ، کێکف (کەیکوو) و هەرمی کێویلکە و چەندین جۆرە داری دیکەی خۆڕسک داپۆشراوە، ئەم تایبەتمەندییانە وایان کردوە کە ئیلام بە بووکی ڕازاوەی زاگرۆس ناوبانگ دەر بکات. هەروەها ئیلام بە « ئاڵامتۆ» واتە وڵاتی هەڵاتنی خۆر ناوبانگی هەیە. مێژووی نیشتەجێ بوونی مرۆڤ لە ئیلام دەگەڕێتەوە بۆ ٣٠٠٠ ساڵ پێش لە زایین. لە کۆن دا ئەم شارە بەشێک بووە لە شارستانییەتی (تمدن) ئیلامی کۆن(باستان)، لە کاتی دەسەڵاتدارێتیی ساسانییەکانیش ئیلام بەشێک بووە لە هەریمی (ئەیاڵەتی) «ماسبەزان» ناوی کۆنی ئیلام «ئاریۆجان» بووە و پاشان لە کاتی دەسەڵاتدارێتیی حوسێن قولی خانی فەیلی یەوە ناوی ئەم شارە دەگۆڕدرێت بۆ «حسێن ئاوا» و پاش رووخانی حکوومەتی خانەکانی فەیلی کە زیاتر لە ٣٠٠ ساڵ دەسەڵاتداری ئیلام و دەوروبەری بوون لەلایەن رەزاخانی پەهلەوییەوە ناوی ئیلام لەسەر ئەم شارە دانرا. ئیلام بەهۆی زۆری زەوییە کشتوکاڵییەکانیەوە وەک ناوچەیەکی دەوڵەمەندی کشتوکاڵی کوردستان دێتە ئەژمار، کە ساڵانە رێژەیەکی زۆر گەنم و


قەڵای والی

جۆ و گوڵەدان(گەنمەشامی) لەم

شاری ئیلام

ناوچەیە بەرهەم دەهێنرێت. هەروەها لەبارەی کانگای ژێر زەویشەوە ئیلام یەکێک لە ناوچە دەوڵەمەندەکانی کوردستانە کە نەوت و گازی زۆری هەیەو نزیک بە ١١ لەسەر١٠٠ گازی وڵاتی ئێران لە ئیلام دەردەهێنرێت. بوونی چەندین ئاسەواری کۆن و شوێنەواری مێژوویی وەک

زەریاچەی بەنداوی ئیلام

قەڵای والی، قەڵای ئیسماعیل خان، قەڵای قەیران، کۆشکی فەلاحەتی، گۆڕستانی چوار، گۆڕستانی چنارو بەردە نوسراوەکانی(قەڵای والی،تەختی خان، تەنگەڵانی قووچ ئەلی)هەموو باس لە شارستانییەت و کۆن بوونی ئیلام دەکەن. هەروەها بوونی گەلێک شوێنەواری جوان و سروشتیی وەک تاڤگەی چەم ئاو، تاڤگەی سەرتاف، تەنگەڵانی رازیانە، تەنگەڵانی ئەرخەوان، سەیرانگای شەشدار، سەیرانگای تەجەریان، گوندی مێش خاس، پارکی جەنگەڵی جۆغاسەوز، زەریاچەی بەنداوی ئیلام، کێوی جوانی قەڵا قەیران و جەنگەڵ و دارستانە چڕ و پڕەکانی ئەم ناوچەیەو..... بوونەتە هۆی ئەوەی کە ئیلام وەک ناوچەیەکی توریستی بناسرێت کە ساڵانە خەڵکانێکی زۆر سەردانی ئەم ناوچەیە دەکەن.

ئا: کانی وایان

وێنەو نەقاشییەکانتان لە دنیای منداڵان دا

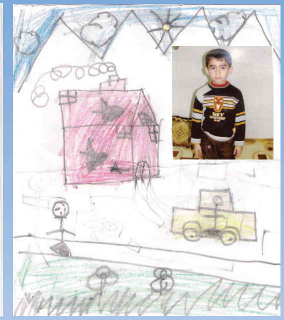
سکاڵا ئیسمائیل زادە

پەریسا قادری

سۆز سەنگەر

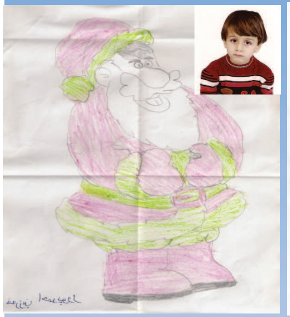
کۆمارو پێشەوا

کانی نادریان



ژیکار ڕۆستەم

کانی هەیکەلی



پەرزین ئەحمەدپوور

پێشەوا نووری

ڕەوەند فەلاحی

پێشەوا و پێشڕەو موساپوور