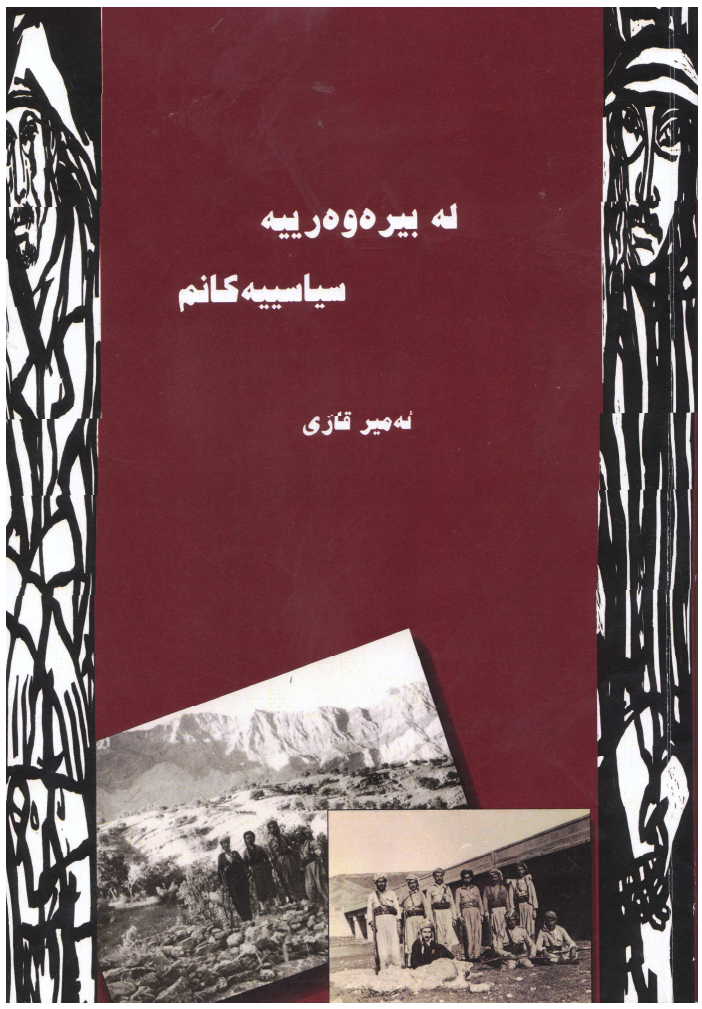
بیرەوەرییە سیاسییەکانی کاک ئەمیری قازی بڵاو دەبێتەوە

کاک ئەمیری قازی، تێکۆشەری ناسراوی کوردستان و سەرۆکی پارتی سەربەخۆیی کوردستان بیرەوەرییە سیاسییەکانی خۆی لە ژێر ناوی بیرەوەرییە سیاسییەکانم دا لە دوو تۆپی کتێبێکی 482 لاپەڕەییدا بڵاوکردەوە.

بیرەوەرییە سیاسییەکانم لە هاوینی ئەمساڵدا لە وەشانی ئاپێک لە شاری ستۆکهۆڵمی وڵاتی سویددا چاپ کراوە.

کاک ئەمیری قازی کە ماوەی 50-60 ساڵی رابردوو لە گۆڕەپانی تێکۆشاندا ئامادە بووە، بەشێک لە بیرەوەرییەکانی خۆی نووسیوەتەوەو بەچاپی گەیاندوە، هەرچەندە کە پێشتریش بەشێک لە سیاسەتمەدارانی کوردستان بیرەوەرییەکانی خۆیان بە چاپ گەیاندوە، بەڵام بیرەوەریەکانی کاک ئەمیری قازی، دەکرێ بڵێین کە بۆن و بەرامێکی دیکەی هەیە، چونکە لە دەستپێکدا بۆ خۆی نووسیویەتی: {من خۆم یەکێک بووم لەو بڵقاسمانە کەدەگەڵ تەوژمی گەرمی و ساردو سڕییەکانی خەباتی کوردایەتی 50-60 ساڵی رابردووی کوردستان، تێکەڵاوبووم و خۆم لە بەرپرسیاریەتی لەکەموکووڕیەکان نادزمەوە، بەبێ ئەوەش خۆم بە ساحێب قەڵەم و، نووسەرو، بەتایبەتیش مێژوونووس بزانم، وەک کوترا، هەوڵ دەدەم گۆشەیەکی تاریک لەو مێژوە پڕ لە بەسەرهاتە روونـاک بکەمەوە. نایشارمەوەو لەخۆم نابوورم کە لە هەموو ئەو ماوە دووردرێژەدا، زۆرکەم یادداشت و نۆتەم هەڵگرتۆتەوە، چونکە بەپێی بۆچوون و لێکدانەوەی نادروستی خۆم، پێموابووە هەر بیرەوەری و هەر یادداشتێکی رۆژانە، لەو هەلومەرجە سەختانەدا، کەمنی تێدا ژیاوم و باری مەخفیکاری و نهێنیپاریزی ئەسڵێکی سەقامگیرو ،دەبوو چی دەنووسرێ لە چوار چێوەی نهێنیکاریدا بمێنێتەوە، مەبادا وەدەست دوژمن و نەیار بکەوێ لەلایەک، لەلایەکی دیکەوە ژیانی رەوەندی لەشوێن بۆ شوێنی دیکەو شەو، رۆژ بەشاخ و کێوانەوە، مەترسی و خەتەری وەدەستکەوتنی نهێنی و نووسراوە، بیرەوەریی نووسینی رۆژانەی لێکردبووم بە دێوو درنج}.



کاک ئەمیری قازی لەو کتێبەدا وێڕای ئەوەی بەشێک لە بیرەوەرییەکانی خۆی گێڕاوەتەوە، کورتەیەک لە ژیان و تێکۆشانی کاک سلێمانی موعینی، ئەحمەد تۆفیق و سەید رەسولی بابی گەورەی باس کردوە، هەروەها هەندێک لە بیرەوەریەکانی سەید رەسولی بابی گەورەی لە پاشکۆی بیرەوەرییەکانی خۆیدا جێکردۆتەوە. هەروەها چەندین وێنەی دەگمەن و نایابی ئەو دەورانەی خستۆتە بەر دیدەی خوێنەرانەوە.

کاک ئەمیری قازی لە بنەماڵەی قازییەکانی مەهابادە کە پێشەوا قازی محەمەدیش یەکێکە لە ئەندامانی ئەو بنەماڵەیە. هەروەها لەگەڵ عیففەت قازی یەکێک لە کچەکانی پێشەوا قازی محەمەد ژیانی هاوسەری پێکهێناوە.

کاک ئەمیری قازی لە بیرەوەرییەکانی خۆیدا باس لە شەهیدکردنی هاوسەرەکەی خۆی دەکات و دەنووسێ: {چەند مانگێک پاش کۆنگرەی یەکەمی پارتیی سەربەخۆیی کوردستان، رۆژی شەشەمی مانگی سپتامبەری 1990ی زایینی، بۆمبێکی دانراو لەناو سندوقی پۆستی ماڵێمان، بەدەست خانمی ماڵێدا "عیففەت قازی" تەقییەوە و بوو بەهۆی شەهیدبوونی. سندوقی پۆستی ریزە ماڵەکانی ئێمە لە دەرەوەی خانووەکاندا، جێگیرکرابوون}.

تەنیایی هەمان زیانی سیگار کێشانی دەبێ

مرۆڤ بوونەوەرێکی زیندووی کۆمەڵایەتی بەرنامەدارە، بەوهۆیەوە پێویستی بە ئەڤین و سۆزداری، هاوڕێتی، ئاخافتن و لاواندنەوە هەیە، دەبێ لەگەڵ هاوڕێ، هاودەم و هاوسەردا بژی، بەڵام مخابن لەم سەردەمەدا ژیان گۆڕانکاری زۆری بەسەردا هاتووە، ئەوەتا مرۆڤەکان زیاتر لەیەکتری دوور دەکەوەنەوە و گۆشەگیردەبن و بەتەنیا دەژین، ئەم دیاردەیەش لە وڵاتە پیشەسازییەکاندا لە ئاستێکی بااڵدایە.

ئەنجامەکانی لێکۆڵینەوەیەکی نوێ سەبارەت بە تەنیایی، بەبەشداری زیاتر لە 300 هەزار کەس نیشان دەدات کە تەنیایی باری تەندروستی مرۆڤ ناهەموار دەکات و زیانەکانی تەنیایی هیچی لە زیانەکانی سیگارکێشان کەمتر نییە.

تەنیایی یەکێکە لە کێشە کۆمەڵایەتییەکانی کۆمەڵگەی پیشەسازی. ئەمەش کاردانەوەی نێگەتیڤی بۆ سەر تەندروستی مرۆڤ هەیە. لەو بارەیەوە هەردوو نوسەر "Holt-Lunstad Julianne" و "Timothy Smith" لە "Brigham Young University" لەناوچەی "Utah" لەسەر ڕووپەری گۆڤاری "PLoS Medicine"دا دەنووسن کە تەنیایی بە ئەندازەی سیگار کێشان زیانی بۆ مرۆڤ هەیە. ئەوان دەڵێن: کەسانی کۆمەڵایەتی (ئەوانەی لەگەڵ دیترانـدا دەژین) بەبەراورد لەگەڵ کەسانی دیکە تەندروستیان باشترەو تەمەنیانشیان درێژترە.

لەمیانەی لێکۆڵینەوەکەیاندا تـوێژەران شـیکاری 140 لێکۆڵینەوەی ئەنجامدراویان کرد، کە زۆربەیان لە وڵاتانی ڕۆژئاوا بەبەشداری زیاتر لە 300 هەزار کەس ئەنجامدرابوو. ئەنجامەکان نیشانیاندابوو، کە ئەوانەی لەگەڵ مرۆڤی دیکەدا دەژین و کەسانی کۆمەڵایەتین، ئەگەری تەمەنی درێژییان بەرێژەی لە 50% زیاتربووە.

"Julianne Holt-Lunstad" و "Timothy Smith" لەم لێکۆڵینەوەیەدا ویستیان بزانن:ئایا:

- تەنیایی وەک کێشانی 15 سیگار لە ڕۆژێکدا مەترسیدارە؟
- تەنیایی وەک خواردنەوەی مەی زیانبەخشە؟
- تەنیایی وەک ئەنجامنەدانی مەشقی وەرزشی ناهەمـوارە؟
- تەنیایی دووئەوەندەی قەڵەویی زیانبەخشە؟

تـوێژەران لەو بوارانەی لێکۆڵینەوەکەیاندا بۆ ماوەی حەوت ساڵ چاودێری بەشداربووەکانیان کردبوو. بەپێی ئامارە دەستکەوتووەکان، کاریگەرییەکان دەمێنێتەوە، ئەگەرچی ڕەچاوی تەمەن، ڕەگەز و باری کۆمەڵایەتیش بکرێت.

ئەنجامەکان نیشانیان دابوو کە تەنیایی هێندەی سیگارکێشان کاریگەری بۆ سەر تەندروستی مرۆڤ هەیە، هەروەها مرۆڤی تەنیا دووچاری کێشە دەروونییەکان دەبێتەوە.

تـوێژەرانی ئەم لێکۆڵینەوە پێیانوایە، کە ڕێگەکانی دیکەی وەک تەلەفۆن و ئینتەرنێت ناتوانن جێگەی هاوڕێ و هاوسەر بگرنەوە.

سەرچاوە: بی بی سی

کورتە مێژووی فەیسبووک و سوودو زیانەکانی

facebook

گەر چاوێک بە مێژووی داهێنانی فەیسبوکدا بخشێنین، بۆمان دەر ئەکەوێت لە سەرەتادا پرۆگرامێکی تایبەت بوو بە چەند خوێندکارێکی زانکۆی 'هارڤارد'ی ئەمریکی کە لەساڵی 2004ەوە،لە لایەن (مارک تسوکەربێرگ) و چەند خوێندکارێکی هاوڕییەوە دروستکرا، کە ئەیانویست ئاگاداری دەنگوباسی ژیانی تایبەتی یەکتر بن،.تا ساڵی 2006، توانرا لە لایەن خوێندکاری بێیانیەوە بەکار بهێنرێت، تا وای لێهات کە بڵاوتر بێتەوە بە جیهاندا، لە 21-7-2010 دا ژمارەی ئەندامانی گەیشتە 500 ملیۆن کەس، بە 74 زمانی جۆراوجۆر خرایە بەردەست بەشداربوان، داهاتی ساڵانەشی گەیشتە 150 ملیۆن دۆلاری ئەمەریکی.

ئەمە وایکرد کە کۆمپانیا ناودارەکانی جیهان، دەزگا حوکومی و ناحکومی، لایەنی هونەری، سیاسی، سەربازی، کەلتوری، کەسانی ناودار وکەسانی ئاسایی بەشدار بکەن لەم ماڵپەرەدا و بەکاری بهێنن بۆ پرۆپاگەندە کردنی بەروبومەکانیان لە گەڵ بەرهەمی هونەری، کەلتوری، سیاسی، ئابوری و ناساندنیان بە جیهانی دەرەوە لەم ڕێگایەوە.

کەسانی ئاسایی هەوڵیاندا سود لەم لایەنە وەر بگرن، جا چی بۆ بەستن و نزیک بونەوەی پەیوەندی کۆمەڵایەتی و خزمایەتی بێت یان خۆشەویست و ئەویندارى بووبێت، کە سودێکی ئێجگار بێکۆتایی هەیە.

فەیسبوک لەگەڵ ئەوەی سودێکی زۆری هەیە بۆ هەموو لایەک، بەڵام زیانێکی زۆریشی هەیە بۆ هەر تاکێکی بەشدار بوو لەم سایتەدا، بۆ نمونە:

فرۆشتنەوەی زانیاری تایبەتی کەسانی بەشداربوو بە بێ ئاگاداری خۆی بە کۆمپانیا کان (بەتایبەتی لە ئەوروپا)، ئاژانسی نهێنی وولاتانی دنیا، بەکارهێنانی زانیاریە تایبەتیەکانی بەشداربوو لە لایەن ئەندامانی مافیا وە، بەکارهێنانی وێنە تایبەتیەکانی بەشداربووەکان و داگرتنیان و بەکارهێنانیان لە لایەن بەدکارانەوە بۆ کاری بەدکاری بە بێ ئاگاداربوونی خاوەنەکەی.

جگە لەوەی فەیسبوک یەکێکە لەو پرۆگرامە جیهانیانەی کە کەلێنێکی زۆری تیایە، کە بە ئاسانی کەسانی بەدکار ئەتوانن دزە بکەنە ناو زانیاریە نهێنیەکانی بەشدار بووان، کە ئەمانە ریسیکۆیەکی زۆرن بۆ بەشدار بووان، کە لایەنیە ئاسایشەکانی وولاتانی ئەورپا و ئەمەریکا، ئەندامانی بەشدار بوو لەم کارە ترسناکانە ئاگادار ئەکەنەوە. بەڵام بەداخەوە لە هەرێمی کوردستان کەس بە تەنگ ئەم گیروگرفتانەوە نایەت و بە ئاسانی هەموو کەس بەکاری ئەهێنێت.

با بێینە سەر ئەندامانی کورد، لە ڕاستیدا هەر کەس سەربەستە لە چۆنیەتی بەکارهێنانی فەیسبوک، بۆ هەر مەبەستێک بێت مافی خۆیەتی و کەس بۆی نیە ڕێگر بێت لە جۆری بەکارهێنانەکەی، بەڵام بە بۆچونی من لە لایەن زۆربەی گەنجانی کوردەوە بۆ مەبەستی لاوەکی و کاتبردنە سەر بەکار دێت، هەندێک جار کاری ناپێویست بۆ نمونە:

+ هەوڵدان بۆ پرۆپاگەندە بۆ کاری هونەری عەرەبی و فارسی و میللەتەکانی تر، کە لە ڕاستیدا باشتر بوو بەکار بێت بۆ ناساندنی کاری هونەری کوردی وەک هەر میللەتێکی تر بۆ ناساندنی کەلتورەکەی بە دنیای دەرەوە، هەرگیز نەمبینیوە لە لایەن عەرەب وفارس و تورکەوە پرۆپاگەندەیەکی باش بکرێت بۆ کورد.

+ بەکارهێنانی زمانی بێیانی وەک عەرەبی و ئینگلیزی و فارسی لە نێوان یەکتریدا، خۆزگە هەر زمانی کوردی یان بەکار ئەهێنا بۆ خزمەتکردنی ئەو زمانە شیرینە، هەندێک لە ئێمە هاوڕێی بێیانی هەیە زۆر ئاساییە لە گەڵ ئەوان بەو زمانە بدوێن، بەڵام نەک لەگەڵ یەکتریدا کە هەردولا زمانی کوردی بزانێت بنوسێت و بخوێنێتەوە، وابزانم سودی زۆرترە بە زمانی شیرینی دایک بدوێین، نەک بە زمانی ئینگلیزی و عەرەبی. بە بۆچونی من ئەمە کارێکی پیرۆزە و پەیوەندی بە ڕەگەزپەرستیەوە نیە، ئێمە ئەتوانین لە زۆر ڕێگاوە بەو زمانانە بێیانیانە شت بڵاو بکەینەوە تا کەسانی غەیری کورد سودی لێ ببینن، جا چی ڕۆژنامە بێت یان سایتی ئینتەرنێت، نەک لە فەیسبوکدا. + هەوڵدان بۆ گاڵتە کردن بە ئەندامانی بەشدار بوو لە چەند ڕویەکەوە، هەڵخەڵەتاندن و درۆکردن لەگەڵ یەکتر بە تایبەتی نارەحەت کردنی کچان لە لایەن کۆڕانی کوردەوە. زۆر نمونەی تر کە پێویست ناکات هەمووی دەستنیشان بکرێت.

+زۆر جار لە لایەن بەدکارانەوە بۆ سوککردنی کەسانی ئاسایی یان هونەرمەندێکی کورد، بەناویانەوە و بەوێنەی ئەوانەوە ناوی خۆیان ناونوس ئەکەن، ئەمە کارێکی زۆر بێزەوەر و ناڕۆشنبیریە.

پێویستە لەسەر هەر بەشدار بوویەک ڕەچاوی چەند خاڵێک بکات لە کاتی بەکارهێنانی ئەم خزمەتگوزارییە جیهانیە بۆ نمونە:

+ هەوڵدان لە کاتی دانانی وێنەی تایبەت، وای لێبکرێت کە تەنها هاوڕییان بۆیان هەبێت سەیری بکەن نەک هەموو بەشداربوان لە جیهاندا، هەوڵدان بۆ سڕینەوەی وێنەکان لە پاش ماوەیەک، کە خزمان و هاوڕێیان بینیان، تا دەست کەسانی بەدکار نەکەوتوە و بۆ کاری بەدکاری بەکار نەهێنرێت.

+ هەوڵدان بۆ بەکارهێنانی پرۆگرامی دژەڤیرۆس و شپام (پرۆگرامی سیخوری کردن) لەسەر کۆمپیتەرەکەت بۆ ڕێگرتن لە دزەکردنی بەدکاران.

+ خۆزگە هەوڵ ئەدرا بۆ کاری سودبەخش و پرۆپاگەندەی باشی هونەری و کەلتوری و نەتەوایەتی بەکار ئەهات تا هەموو لایەک سودی لێ ئەبینی نەک بە پێچەوانەکەیەوە بێتە هۆی نانەوەی ئاژاوە و ناخۆشی و گرفتی کۆمەڵایەتی

+ خۆزگە تەنها زمانی شیرینی کوردی بەکار ئەهێنرا و واز لە بەکارهێنانی زمانی بێیانی ئەهێنرا، تا خزمەت بە زمانەکەمان ئەکرا و ووشەی جوانی کوردی لەیەکترەوە فێر ئەبووین، نەک داگرتنی و پیشاندانی گۆرانی تورکی وفارسی عەرەبی بۆ یەکتر بەو زمانانە.

+ زۆر ئامۆژگاری تر هەیە لەم بارانەوە، کە ئەتوانرێت لە ئینتەرنێدا بە شوێنیدا بگەڕێن تا ئاگاداری ترس و لایەنە خراپەکانی تری فەیسبوکتان بۆ دەرکەوێت، کە زۆری لەوانەیە لاتان ئاشکرا نەبێت.

هیوادارم ئاگاداری ئەو لایەنانە بن خۆتان بپارێزن لە کەسانی بەدکار و مافیا، بەکارهێنانی زمانی کوردی تان بیر نەچێت و هەوڵ بدەن تا ئەتوانن زمانی تر بەکار مەهێنن.

خەبات لاوباخ

سەرچاوە: کوردستاننێت

رۆژی گەل
هەفتەنامەیەکی سیاسی، رۆشنبیری گشتییە، حزبی رزگاریی کوردستان دەری دەکات
خاوەنی ئیمتیاز: ڕێکار ئەحمەد.. ژمارەی تەلەفۆن:07501191497
سەرنووسەر: حوسێن حەسەن .. ژمارەی تەلەفۆن: 07504471631
www.rojigel.com rojiigel@hotmail.com

هەولێر
گەڕەکی رزگاری
شەقامی شەست مەتری
نزیک وەزارەتی ئاوەدانکردنەوە
07501179846

سلێمانی
نووسینگەی سلێمانی لەلایەن
دەرکراوانەوە دەستی
بەسەرداگیرابوو، لەو رۆژانەدا
فرۆشتویانە..بۆیە بێ ئەدرێسە

کەرکوک
گەڕەکی شۆرجە
بەرانبەر فێرگەی
شۆرجەی کچان
07701325080

رانیە
گەڕەکی رەشەمێرگ
بەرانبەر بارەگای
پێشمەرگەدێرینەکان
07501163805