کتێبی گیرفان 72

د. مەجید حەمید عارف

# ئەنترۆپۆلۆجیای پزیشکی

وەرگێڕانی: غازی عاصی محەمەد

هەواڵنامەی کتێب

# ئەنترۆپۆلۆجیای پزیشکی

ناوی کتێب: ئەنترۆپۆلۆجیای پزیشکی

نووسینی:  د. مەجید حەمید عارف

وەرگێڕانی : غازی عاصی محەمەد

بابەت: لێکۆڵینەوە

بەڕێوەبەری هونەری: شیروان تۆفیق

مۆنتاژی کۆمپیوتەر: سەیران عەبدولرەحمان

هەڵەچنی: سازان قادر

بەرگ: قادر میرخان

سەرپەرشتیاری چاپ: فەرهاد رەفیق

تیراژ: ١٠٠٠ دانە

ژمارەی سپاردن: ١٢٠ ی ٢٠٠٥

دەزگای چاپ و پەخشی سەردەم

چاپی : یەکەم ساڵی ٢٠٠٥

کوردستان -سلێمانی

www.sardam.info

هەواڵنامەی کتێب

د . مەجید حەمید عارف

# ئەنترۆپۆلۆجیای پزیشکی

هەواڵنامەی کتێب

وەرگێڕانی

غازی عاصی محەمەد

سلێمانی ٢٠٠٥

زنجیرەی کتێبی دەزگای چاپ و پەخشی سەردەم
کتێبی گیرفانی ژمارە (٧٢)

سەرپەرشتیاری گشتیی زنجیرە
ئازاد بەرزنجی

# پزیشکی میللی لە نێوان کەلتوورو ئەتنۆلۆجیدا

## پێشەکی:

پراکتیکە زانستیەکانی مرۆڤناسی لە بواری پزیشکیدا لە سەرەتای چلەکانی سەدەی ڕابردووەوە، ئەتنۆلۆجیای پزیشکی وەکو لقێك لە مرۆناسیی گشتی ناسرا، وایدەخواست کۆمەڵگە پەرە بەو زانیاریانە بدات کە لای خەڵك کەڵەکە بوونە، سەبارەت بە هۆکارەکانی نەخۆشی، باری ژیانو شێوازی خۆپاراستن لە نەخۆشی[١]، ئەویش لە میانەی توێژینەوەی سەرجەمگیری لە دیاردەی کۆمەڵایەتیو کەلتووری وابەستە بە نەخۆشیو ساخلەمیەوە[٢].

لەم ساڵانەی دواییدا چالاکی تۆژەرەوەکان گوڕێکی زیاتری بەخۆ دا، ئەو دەمەی مرۆناسەکان لەگەڵ پزیشکەکاندا سەبارەت بە پزیشکیی کۆمەڵگە لە دەمەتەقێدا بوونو لە لێکچەری خوێندنگە پزیشکیەکاندا بەشداربوون، بەڵکو لە کۆمەڵگە

دواکەوتووەکاندا لە بواری خزمەتگوزاری تەندروستی گشـــتیدا کاریـــان کـــردووە، لـــە دروســـتکردنی نەخۆشـخانەو چـالاکییە کۆمەڵایـەتیو ژیارییەکانـدا (flow of life)، لـە قاوشـەکاندا، تۆژینـەوەیان ئـەنجام داوەو بەشــداری چـاوپێکەوتنی ئـەو نەخۆشـانەیان کردووە کە ئەچنە ژووری نەشتەرگەرییەوە ( Plastic Surgery)، پیـادەکردنی چارەسـەری دەروونـی لـەنێو کۆمەڵگە سادەو تەقلیدییەکاندا پاڵنەرێك بوو بۆ ئەو دامـەزراوە پزیشـکیو چارەســەر ســازانە، چــونکە چـاودێری زیـاترو هەوڵـدان لـە بـواری تۆژینـەوەی ساڵانەی زانایانی مرۆناسیو کۆمەڵ، وەکو دەلالـەتێك بـۆ پەیوەنـدیی کـارای نێـوان کۆمەڵناسـیو بـواری پزیشـکی لـە بەرژەوەنـدی مرۆڤـدا بەردەوامییـەکی ڕاستەقینەی هەبوو[٣].

ئەنترۆپۆلۆجیای پزیشکی بریتییە لە تۆژینـەوەی نەخۆشیو بیروباوەڕی پزیشکیو چارەسەری خۆماڵی لە ڕێڕەوی پێکهاتەی کۆمەڵایەتیدا[٤]، لە هەمان کاتدا ئـەم زانسـتە پەیوەنـدی بـە فاکتـەرە کۆمەڵایـەتیو کەلتوورییەکانـــەوە هەیـــەو بـــە تەندروســـتیو نەخۆشییەوە پابەندە[٥].

کتێبخانەی هەواڵنامە

بەرفراوانتر بڵێین: ئەنترۆپۆلۆجیا یان مرۆناسی پزیشکی لە گەڵێ بابەت ئەدوێ وەکو پەیوەندی نەریتە باوەکان، تووشبوون بە نەخۆشی، پەیوەندی پیشە بە نەخۆشییەوە، دابەشبوونی رۆشنبیریو کۆمەڵایەتی نەخۆشییەکان لە نێوان تاکەکانی کۆمەڵگە، پەیوەندی ئاستی ئابووری بە جۆری خۆراکەوە، کاریگەریی رۆشنبیری لە لێکدانەوەی نەخۆشییەکانو هەندێ بابەتی تر ئەکۆڵێتەوە(٦).

هەندێ لە مرۆناسەکان بەشێکی گەورەی تۆژینەوەکانیان بۆ شێوازە ساکارو سەرەتاییەکانی پزیشکی مرۆیی بە هەردوو لایەنی خۆپاراستنو چارەسەرکردنەوە، تەرخان کردووە. ئەو هەولانە ناوەرۆکی ئەفسووناویو ئەو رێورەسمە پزیشکیانە ئەخەنە روو، کە مرۆڤایەتی لە شێوەی کەلتووری تەقلیدیو شێوە کۆمەڵایەتییەکاندا پشتی پێبەستووە(٧). سەرەرای گەران بە دوای تیۆرەکانی نەخۆشی کە کۆمەڵگەو کەلتوورە جیاوازەکان، لەگەڵ تۆژینەوە وابەستەکان بە کەلتوورو نەریتە کۆمەڵایەتییەکانەوە، بە بەراورد لەگەڵ نەخۆشییە دەروونیو زەینیو جەستەییەکان، بە تایبەتی لە هەلومەرجی گۆرانی خێرای کۆمەڵایەتیدا کاریان

پێکـــردووە[٨]. مرۆناســی لــە کاریگــەریی کۆمەڵگــەی مــەدەنیو گەشــەکردنو تازەگــەری لەســەر واقعــی تەندروســـتیی گـــەلانو کۆمەڵـــە هەمـــەجۆرەکان دەکۆڵێتەوە، بە تایبەتی ئـەو گۆڕانکارییانـەی بەسـەر کۆمەڵو کۆمەڵگەی تەقلیدیدا هاتوون.

ئـەم زانسـتە تـەنها بـە پێشـکەوتنە پیشەسـازیو تەکنیکییەکانەوە، لە بوارەکانی پیشەی دەستیو کاری کشـتوکاڵییەوە ناوەسـتێ، بـەڵکو هـەموو ئـەو دەردو کێشەو کاریگەرییانـەش ئەگرێتـەخۆ کـە پێویستییان بــە دەســتی هاریکــاری، خزمــە تگــوزاری پزیشــکی، تەندروســـتی، خۆپاراســـتنو چارەســـەرکردنی نەخۆشــییەکان بــە شــێوەیەکی گشــتیو نەخۆشــییە دەروونــیو زەینییــەکان بــە تایبــەتی هەیــە. گرنگیــی ڕۆڵی مرۆناسـەکان لـە چالاکییەکانیاندا لـەو دیدەوە سەرچـاوەی گرتــووە کــە زانایــان لــە ڕووی تیــۆریو پراکتیکــەوە، لــە تۆژینــەوەی مرۆیــی (لــە ڕووی کۆمـــەڵو ڕۆشـــنبیریو دەروونییـــەوە) پشـــتیان پێبەســـتووە، کـــاتێ باســـی تەندروســـتی ئەکـــەن مەبەسـتیان لایەنـە ئۆرگـانیو تێسـتە لابوورییـەکان نییــە، کــە پەیوەندییــەکی نزیکــی بــە پســپۆڕی پزیشـکەکانی چارەسـەرکردنو ئـەو بایۆلۆژییانـەوە

هەیە کە لەگەڵ کێشە میکرۆبییەکاندا کارئەکەن، کە ئەبێتە هۆی نەخۆشی. بەڵکو مرۆناسەکان هەوڵەکانیان لەسەر باری کۆمەڵایەتی، کەلتووری، دەروونی، تەندروستیو نەخۆشی چڕکردۆتەوە، کە پشت ئەستوورە بەو توخمو کردارو پەیوەندییانە کە لە بواری تەندروستیدا بۆ تۆژینەوە ئەنترۆپۆلۆجییەکان ئەشێ، ئەبێ ئەوەش بڵێین مرۆناسەکان زیاتر کەسانی پسپۆڕی هۆشیاریی کۆمەڵایەتین، ئەوان درك بە پەیوەندی نێوان دابو نەریتو چەمکە تەقلیدیو ئەو ژینگەیە دەکەن، کە کاریگەریی لەسەر ساخلەمیو تەندروستی هەیەو پەکی دەخات، واتە لە وردو درشتی ئەو کارتێکردنە تەندروستیانە دەکۆڵنەوە، کە لە ئەنجامی بەریەککەوتنی ئامێرە تەکنۆلۆژییە نوێیەکانو پاشکۆکانی لەگەڵ کۆمەڵە بەشەرییەکاندا سەریانهەڵداوەو دروستبوون..

هەواڵنامەی کتێب

# بەشی یەکەم

## مرۆناسیو ساخلەمی دەروونی

تەندروستی دەروونی، چەمکێکە بۆ باری ئەو کەسێتییەی کە ڕەنگە توانای وەرگرتنی ئەو هەلۆیستە کەلتووری، کۆمەلایەتی یان دەروونیانەی هەبێ کە بەرەنگاری دەبێتەوە. هەر پەشێوییەك تووشی بێت بە هەلچوونی دەروونیو ئەقلی گوزارشتی لێدەکات، کە ڕەزامەندی خەلكو دەوروبەری لە دەست دەدات.

ئەم پەشێوییە واتە نەخۆشی دەروونیو ئەقلی ئەبێتە هۆی هەلچوونی سەرتاسەری لە ڕەفتاری مرۆڤ کە لە باری هەلچون، بیرکردنەوە، ڕەفتاری کۆمەلایەتی، وەزیفە فیزیکیو جەستەییەکانی لە یەك کاتدا کۆبوونەتەوە.

ئەگەر لایەنەکانی سۆزداریو ویژدانیی تووشی پەشێوی بوو، ئەوا بەو حالەتە دەلێن هەلچوونی دەمارگیری[٩]، وەکو حالەتی ڕاڕایی، هستریا، فۆبیاو دلتەنگی ئەگەر سەرچاوەی پەشێوییەکە تێکچوونی باری فیکرکردنەوە بوو ئەوا پێیدەلێن نەخۆشی زەینی[١٠].

کـە بـە شـێوەی جیـاواز بـە دیـار دەکـەوێ وەکـو نەخۆشی شیزۆفرینیا، وڕێنەو پارانۆیا.

لادانـە سـایکۆپاتییەکان[١١]، کـە گونـاه و تـاوانی لێدەکەوێتـەوە، بـە هـۆی پەشـێوی ڕەوشـتی کۆمەڵایەتییەوەیە. نەخۆشییە سایکۆماتییەکانیش[١٢] نیشانەن بـۆ پەشـێوی دەروونـیو کاریگـەریی لەسـەر ئەرکـە فیزیکـیو جەسـتەییەکانی مـرۆڤ هەیـە. لـەو نەخۆشـییانەش، بەرزبوونـەوەی فشـاری خـوێن، تەنگەنەفەسی Dyspnea و برینی گەدە، هـەر جۆرێك لـە جۆرەکـانی پەشـێوی، ئـەوا وەزیفـەکانی تـریش تووشی پەشێوی دەکات، بۆ نموونە پەشـێوی لـە بـاری ڕاڕاییـدا ئـەوا کاریگـەریی لەسـەر لایەنـە ویـژدانیو جەستەییو ڕەوشتیو زەینییەکان دەبێ..

هەرچـەند سەرچـاوەی پەشـێوییەکە ویـژدان خۆیـەتی، نەخۆشـییە دەروونییـەکان کـۆبینێکن بـۆ کێشە کەلتووریو کۆمەڵایەتیو زەینییەکانی تـر، کـە کۆمەڵگـە پێشـکەوتووە پیشەسـازییەکانو کۆمەڵـە تەقلیدییەکان وەکو یەك تووشی دەبن[١٣]. لـە کاتێکـدا ئەنترۆپۆلۆجییـە دەروونناسـەکان، جـەخت لەسـەر نەخۆشییە دەروونیەکان دەکەنەوە لەو کۆمەڵگایانەی تۆژینەوەیان لەسـەر کـراوە، لەگـەڵ ئەوەشـدا هەنـدێ

لەو پەشێوییانە بۆ نەخۆشییە سایکۆماتییەکان (Sychomathy)[١٤]، دەگێڕنەوە کە کەمتر لە کۆمەڵگە سەرەتاییەکاندا بەدەردەکەون.

پەشێوییە دەروونییەکان بە هۆی بەرکەوتەی فاکتەرە ژینگەیی و کەلتووری و فیزیکی و کۆمەڵایەتییەکانەوە، بە تاك یان بە کۆمەڵ ڕوودەدەن.

هەر لەم پێودانگە میتۆدییەوە، مرۆناسەکان لەو نەخۆشییە دەروونیانەی کە خۆیان بایەخیان پێدا، کۆڵینەوە ئەوانیش بابەتەکانی نەخۆشی و ساخلەمی بوون. کە لە تۆژینەوە مرۆناسییەکاندا لێی دواین.

ئەوان لایەنە ئۆرگانی و فیزیکی و بەکتیرییەکانیان (کە جێی گرنگیدانی پسپۆڕەکانی تره) مەبەست نییە، بەڵکو چاویان بڕیوەتە سەر ڕووە کۆمەڵایەتیەکەی و لایەنە کەلتورییە دەروونیەکەی نەخۆشی و ساخڵەمی وەکو تەندروستی دەروونی و پەشێوییە کەسێتییەکان. زۆر نەڕۆیشتووین ئەگەر بڵێین، مرۆناسەکان پسپۆڕی هۆشیاریی کۆمەڵایەتین بۆ وردەکارییەکانی کاریگەریی تەندروستی کە دەرهاویشتەی دیاردەی کارلێکی گرووپە بەشەرییەکانە، لەگەڵ تەکنۆلۆجیای

نوێداو لە کایەی پێشکەشکردنی هاریکاری خزمەتگوزاری پزیشکیو ساخلەمی —خۆپاراستنو چارەسەر- دایە، بە شێوەیەکی گشتی، و نەخۆشییە زەینیو دەروونیەکان بە شێوەیەکی تایبەتی.

ئەم پەیوەندییەی نێوان کەلتوورو کەسێتیو پەیوەندیی نێوان تەندروستیو نەخۆشییە دەروونیەکان بەرەو ڕووی تۆژینەوەی توخمەکانو ئەو فاکتەرانەی کە سەقامگیریی کەسێتی ئەخەنە بەرچاو، دەکرێنەوە، هەروەکو بووە هۆی لەدەستدانی سووربوونو ڕاستگۆیی. هەروەها مرۆناسەکان کەوتنە گەڕان بە دوای پەیوەندی نێوان کەلتوور، بە هەموو پێکهاتەو فاکتەرە ئۆرگانییەکانی لەگەڵ ئامادەگیو کارلێکی لەگەڵ توخمەکانی تریشدا. پەیوەندی هەریەك لەمانە بە نەخۆشی دەروونیەوە، هەرچۆن فاکتەری کەلتووریو ڕۆڵی ئەم فاکتەرە وەکو بابەتێکی بنەڕەتی لە لابردنو جێگیرکردنیدا بۆ بۆچوونو تۆژینەوەی زاناکانی ئەم بوارە، چاوی لێکرا.

## کەلتوورو نەخۆشیی دەروونی

زانا لینتۆن بۆ پێناسەی کەلتوور ئەڵێ: کولتور بریتییە لە تێکڕای گشتیی جۆرەکانی ڕەوشتی بەدەستهێنراوو ئاراستەو بەهاو ئەو پێودانگانەی کە تاکەکانی کۆمەڵگەیەکی دیاریکراو بەشداری تیا دەکەنو دەستاودەست دەیگوێزنەوە[١٥]. لێرەوە بەدیاردەکەوێ کە جۆرەکانی ڕەوشتی کۆمەڵایەتی کە تاك فێری دەبێ لە چوارچێوەی پەیوەندییە کۆمەڵایەتییەکانەوە وەریدەگرێ، لەبەر تیشکی کۆمەڵە بەهاو پێودانگێك ئەم جۆرە شێوازانە دیاریدەکرێن، کە شێوازی ژیانی کۆمەڵ ئاڕاستە دەکات.

گومانی تێدا نییە جۆری ئەو کەلتوورەی کە خاتوو (ڕۆث بندکن) جەختی لەسەر دەکات، کاردانەوەی کارتێکەری لەسەر پێکهاتەی سیمای کەسێتی هەیە، ئەو کەلتوورەی کەسێتی ئەشێوێنێو جێلەقی دەکاتو گۆڕانکاری لە ناواخنی کەسێتی، لە ئەنجامی تێکەڵبوونی مرۆڤ بە یەکترییەوە، دەکات، لە کاتی ڕاهاتنی لەگەڵ ئەو کەلتوورەی تێیدا دەژی.

کەسێتی وەکو سایکۆلۆژیای کلینیکی باسی لێوەدەکات هەرکاتێ تووشی پەشێوی یان ڕاڕایی دەبێ، نەخۆش دەکەوێو لەبەریەك هەڵدەوەشێ، لەبەر نەبوونی خۆگونجاندن لەگەڵ کەلتووردا، ئەمەش دەبێتە هۆی شێواندنی هاوسەنگی لەژێر قورسایی جۆرەکانی کەلتوور کە دەنگدانەوەی لەسەر کەسێتیو شوێنەوارو لەسەر جووڵە پێکهاتەی کەسێتی هەیەو دواتر لەسەر باری کۆمەڵایەتی فراوانتر کاریگەری دەبێ[١٦]. کاریگەری کەلتوور لەسەر کەسێتی ئەوانەی ملکەچینو لەگەڵیدا کارلێك دەکەن، بەرەو ڕووی نەخۆشییە دەروونییەکانیان دەکاتەوە، لێکۆڵینەوەو توێژینەوە مرۆناسییە دەروونییەکان پەردەیان لەسەر سرووشتو بەهاو دابونەرتیەکان لە خولقاندنی حاڵەتی گرژبوونو پەرکەمو ڕاڕایی دەروونی لەنێو تاكو کۆمەڵدا، بە شێوەیەك لە شێوەکان، هەڵدایەوە[١٧]. هەروەکو پێشکەوتنە کەلتوورییەکانو پرۆسە هاوچەرخەکانو بەکارهێنانی تەکنۆلۆژیاو زۆرانبازیی لەگەڵ دابونەریتە کۆمەڵایەتییەکان، بە تایبەتی کۆمەڵگەی تەقلیدی، لەگەڵ ئەو دەرەنجامانەی شارستانییەتی نوێ لە بوارە جیاجیاکاندا ڕەنێوی هێناوە، نەخۆشی دەخەنەوە.

هەواڵنامەی کتێب

هیچ گۆڕانکارییەك بەدی نایەت تاکو کاریگەری سلبی لەسەر ژیانی تاك و کۆمەڵ دانەنێت، وەکو نەگونجان و ناسەقامگیری لەگەڵ چالاکی ژیانی ڕۆژانەدا، لە بۆچوون و هەڵوێستەکان، کە جۆرێك لە گرژبوون و پەشێوی، لە ئەنجامی ناکۆکی لە ڕەفتاری ئاسایی خەڵك لە هەمبەر بارودۆخە نوێیەکان سەرهەڵدەدا. یان لە ئەنجامی دەرکەوتنی هەڵوێست و وەزعی نوێ کە تاکەکان یان کۆمەڵەکان ناتوانن شێوازی گونجاو بۆ بەرەنگاری ئەو وەزعە نوێیە بەدەستبێنن، بەدیدێ. تۆژینەوەکان بەڵگەن کە کاردانەوەی ئەو کەسانە بەرەو شێوەکانی کۆنەپارێزی دەیانگێڕێتەوە هەروەکو ڕەفتاریان بە شێوەیەکی نالۆجیکی دەبێ و کەمتر پابەندی ملکەچبوون بە یاساو ڕێساکان دەبن، کاتێ مرۆڤ هەست بە ڕووخان دەکات، گرژبوون و هەڵچوونە دەروونییە کەڵەکەبووەکان، بۆ کاری شەڕەنگێزانە وەکو تووڕەو تۆسنی، کاری ئاشووبی و تێکدەرانە، پەلاماردان، جوێندان و بەکارهێنانی وشەی ناشیرین، ئاراستە دەکات. تاکەکان بە نەخشەدانان بۆ کاری دەستدرێژی کردن و توندوتیژی خەریك دەبن، لە دواییدا تووشی حاڵەتی داڕووخانی دەروونی[١٨] دەبێت و دەخرێتە

هەولێر نامەی کتێب

پەراوێزەوە Marqinal man تاك تووشی گرژبوونێك دەبێت کە نە ئەهوەن دەبێتەوە نە چارەسەر دەکرێ (ئەگەر ڕێگەی ڕزگاربوون لەو داڕووخان و نەگونجاوییە، نەدۆزێتەوە)، زۆرجار بە ڕێرەوی شەکەتبوونێکی بەردەوام (اعیاء مستمر)دا دەڕوات، خولیای سەرقاڵبوون بە تەندروستی خۆیەوە دەبێ، لەگەڵ ڕەوشتی مەزاجی خۆنەویستانە، تۆمەتکردن بە خەڵکەوە، لەو حاڵەتە گرژبوونە دەمارگیری و دەروونیانەوە، گۆڕانکاری لە کەلتوورو باری کۆمەڵایەتی، بەدی دەکرێ. ئەم گۆڕانکارییانەش وەکو کلاید کلاکهون[19]، باسی لێوە کات، دابونەریتە کۆمەڵایەتی و فاکتەرە کەلتوورییەکان وەکو یەك بەرپرسیارن بەرامبەری، بۆ نموونە دانیشتوانی مەلایۆ، خولیای پیاوکوشتن لە مێشکیاندایەو تینووی خوێنن[20]. هەندێ لە هیندییەکانی کەنەدا وەکو مرۆڤ خۆرەکان هەڵئەسن بە پەلاماردانی مرۆڤ(٢١) Canni balism. هەندێ لە دانیشتوانی خوارووی ڕۆژهەڵاتی ئاسیا وا بیردەکەنەوە کە بوونەتە پڵنگ، هۆزەکانی سیبەریا خۆیان بە پاڵەوانی هستریای جەمسەری باکور دەزانن[22]، دانیشتوانی (سۆمەترە) تووشی شێتی بەراز دەبن[23].

هاوکێشـەی جیـاواز لـە کۆمەڵـە جیاوازەکانـدا سـەبارەت بـە تووشـبوون بـەم هەڵچـوونانە بـەدی دەکرێ، ئەمڕۆ لە ناو چینە باڵاکانـدا شـیزۆفرینیا[٢٤] بڵاوە، چینەکانی ناوەنـدیش لـە ئـەنجامی هـەژموونی چــەپاندن[٢٥] تووشــی هەڵچــوونە دەروونــیو جەسـتەییەکان Psychosomatic دەبـن. مرۆناسـەکان تێبینییـان کـرد کـە کاریگـەری نەخۆشـی دەروونـی لەنێو دانیشتوانی ئەو کۆمەڵانـەی کـە گۆڕانکاری بـە ویسـتی پێشـینەی خـۆی کـردووە نـەك لـە ڕووی ناچارییەوە، زۆر کەمە، یان دەگمەنە.

هـەروەها نەخۆشـی بـڕینی گـەدە لـەژێر بـاری ڕووخـان Frastration لـە نێویانـدا بڵاودەبێتـەوە. ژاپۆنییـەکان لـە دورگـەی هـاوای تووشـی هەڵچوونی دەروونـی، وەکو وروژانـی سـۆزداری لەوانـە خـەمۆکی دەبن، بـەڵام ئـەم نەخۆشییە تووشی ئـەو ژاپۆنیانـە نابێـت کـە لـە وڵاتـی خۆیانـدا کـەلتووری ڕەسـەنی خۆیـان پیـادە دەکـەن، بـەڵکو ئـەم حاڵەتـە وەکـو کاردانەوەیەکی کەلتووری، یان کاریگەری کەلتوورێکی نـامۆ لـە سـەری شـتێکی سـەیر نییـە، چـونکە کـاتی گەڕانـەوەی ژاپۆنییەکە لە تاراوگە بـۆ وڵاتـی خـۆی، ئەو لادانە دەروونیەی لە کۆڵ دەبێتەوە[٢٦].

کەواتە لێرەوە بۆمان دەردەکەوێ ئەو کارتێکردنە دژوارەی کە کەلتوورو کۆمەڵگە جۆراوجۆرەکان لەسەر کەسێتی دایئەنێن، فاکتەرن بۆ ئەو نەخۆشیو وروژانە دەروونیەی کە کەسێتییەکان تووشی هەڵچوون دەکەن، لێرەدا جیاوازی نییە لە نێوان کەلتووری تەقلیدیو کەلتووری کۆمەڵگە هاوچەرخەکاندا، لە ڕووی ڕۆڵی تەندروستی دەروونیەوە، چونکە جیاوازی دیاردەی نەخۆشییەکان بە پێی هەڵوێستو تایبەتمەندییە کەلتووریو کۆمەڵایەتییەکان هەروەها سرووشتی توندڕەویو ئەو داڕووخانانەی کە مرۆڤ تووشی دەبێ جیاوازی هەیەو لە هەڵبەزو دابەزدایە، هەروەکو ڕۆڵی وەسیلەکانی ڕاهێنانو پەروەردەو ئاراستەی کۆنترۆڵی کۆمەڵایەتیو نەریتو بەها تەوەرییەکان کە ئەو کەلتوورە پشت ئەستوورە پێی، زۆر گرنگە.

تۆژەرەوەکان پێوەندیی نەخۆشییە دەروونییەکانو کەلتوور، بە زاراوەی ئەپیدمۆلۆجی کەلتووری[٢٧] Cultural Epidemology، ناودەبەن.

ئەوانەی لەم بوارەدا کاردەکەن وای دەبینن کە نەخۆشییە زەینیو دەروونیەکان بە پێی کەلتووری نەخۆشەکان جۆراوجۆرن، ڕەچاوی ئەوەیان کردووە

کە ئەم نەخۆشییانە لە کەلتووری کۆمەڵە تەقلیدیو ساکارەکان کە لێکۆڵینەوەیان ئەنجام داوە، جیاوازە لە کۆمەڵە پێشکەوتووە هاوچەرخەکان، بەو پێیەی ئەو نەخۆشییانەی کە ئەتنۆگرافەکان لە کۆمەڵگە سادەو تەقلیدییەکانیدا دۆزییانەوە هەرچەندە لای لێکۆڵەرە دەروونییە ڕۆژاواییەکان شتێکی نوێ بوو، وەکو نەخۆشی ئامۆك Amok و هێستیریای جەمسەری باکوری Hysteria Arctic و نەخۆشی ویندیگۆ Windigo، بەڵام ئاماژەیان بەوە دا کە ئەم نەخۆشیانەو هاوشێوەی ئەم نەخۆشیانە بە کۆمەڵێ نەخۆشی تازە دانانرێ، بەڵکو چەند حاڵەتێکی دەروونی تێپەڕ بووە، بەو کۆمەڵانەی ئەم نەخۆشیەیان تیا بڵاوبووە، لەگەڵ ئەوەشدا ئەم تایبەتمەندییە هاوبەشە لەگەڵ کۆمەڵە پیشەسازییەکانیشدا، بواری ئەپیدمۆلۆجی کەلتوری دوو ڕاستی گرنگی وروژاند ئەوانیش:

١-کۆمەڵگە کەلتووریە جیاوازەکان بە شێوەیەکی بەرچاو لە ڕووداوی (inciolence) نەخۆشییە جیاوازەکان بە گوێرەی دانیشتوانی هەریەکەیان لە قۆناغە زەمەنییە جۆراوجۆرەکاندا جیاوازی هەیە، ئەمەش بەڵگەی ئەوەیە جیاوازییە کەلتووریەکان

ڕۆڵیان لە تێکڕای تووشبوون بە نەخۆشییە جیاوازەکان، هەیە.

٢-کۆمەڵگەکانیش ڕێژەی تووشبوونیان بە پێی کۆی دانیشتونەکەی، جیاوازییان هەیە، ئەمەش ئەو ڕایە بەهێز دەکات کە کەرەستەکانی چارەسەرکردن هەرچیەك بێت ئەوا جیاوازی ژینگە کەلتوورییەکان لەسەر پلەی بڵاوبوونەوەی نەخۆشی Prevalence کاریگەری هەیە. سروشتی ئەم پەیوەندییە، کاتێ بۆ کەلتووری کۆمەڵگەیەك ئەڕوانی ڕوونتر ئەبێتەوە، بەو سیفەتەی فاکتەرێکە لە کەسێتی ئەندامەکاندا جێکاری سلبی هەیە. لەبەر ئەو ڕۆشناییەش ڕەنگە لەو گۆشە نیگایەوە کارتێکردنی نەخۆشی بۆ کەلتوور بەم جۆرە پوخت بکەینەوە:

١-کەلتوور، وەکو گرەنتی نەخۆشی: نەخۆشییە دەروونییەکان بەرجەستەی ئەو فشارانەن کە دەزگاکان لەسەر تاك پێڕەوی دەکەن هەر لە قۆناغی منداڵیەوە، ئەویش بە هۆی بێبەشکردنی لە سۆزمەندی، لە ئەنجامدا پرۆسەی ڕازیکردنی پاڵنەرەکانی لەو قۆناغەدا تووشی شکستێکی جوزئی دەبێت.

٢-گۆشەی ماناکان بۆ تێگەیشتن لە نەخۆشی: کێشەی نەخۆشی کێشەی پێناسەیە Definition یان دیاریکردنی ئەو کێشەیە بە پێی ئەو مانایانەی کە لە ڕووی کۆمەڵایەتییەوە لای نەتەوەو کۆمەڵەکان لەسەری کۆکن.

٣-گۆشەی گۆڕانکاری هاوچەرخو کۆمەڵایەتی: ئەم پرۆسەیە لەو هاوچەرخبوونەدا وەبەردێ کە کۆمەڵەکان لە ڕێگەی داگیرکاری کەلتوورییەوە لە لایەن سیستەمە بەهاییە ڕۆژئاواییەکانەوە، تووشی دێنو بەرەنجامێکی دەروونی زیانبەخشی لێدەکەوێتەوە.

٤-گۆشەی بەریەککەوتنی ڕۆڵەکان Role- Conflict: لەم گۆشەیەدا تاکەکان بە پێی ڕێکخستنی بەهاکان نەگونجاون، سایکۆلۆژی کلینیکی بە فاکتەرە کەلتووریو هەموو فاکتەرە دەرەکییەکان، کە بەرەنجامی هەلومەرجێکی کۆمەڵایەتییە، دەڵێ نەخۆشی وەزیفی، یان فاکتەری وەزیفیو هەندێ تۆژەری تر بە فاکتەری کۆمەڵایەتی یان کەلتووری ناودێری دەکەن.

هەواڵنامەی کتێب

## لێكدانەوەی فیزیكی بۆ نەخۆشی دەروونی

لێكدانـەوەی فیزیكـی بـۆ نەخۆشـی دەروونـی، بـە كـۆی فاكتـەرە ڕەمـەكیو نەخۆشـییە فیزیكـیو ئـەو پێكهاتانە دەوترێت كە ڕۆڵێكی زیندووی لە ڕوودانـی پەشێویو نەخۆشییە دەروونییەكاندا هەیە، لە لایەن كلینیكی سایكۆلۆژییەوە بە هەموویان دەڵێن هۆكارە زیندەگییەكان. ئـەتوانین بـەم جـۆرە بـە درێـژی لێـی بدوێین[٢٨]:

١ـ فاكتـەرە بۆماوەییـەكان Hereolitary: خەسـڵەتە مرۆییـەكان، لـە پێكهاتـە تایبەتییـەكانی بۆمـاوە، بەرهـەم هـاتووە، جگـە لـە كاریگـەریی هێزەكـانی دەوروبـەر. خەسـڵەتی بۆمـاوە كـاتێ بـە گشـتی پشـت ئەستوورە تـەنها بـە جینـەكانی بۆمـاوە وەكـو ڕەنگـی چاوەكانو درێژیو ڕەنگی پێست ئـەوا بـە خەسڵەتی بۆ ماوەی پەتیی یان یـەك خەسـڵەت دائـەنرێ. بـەڵام ئەگەر خەسڵەتەكە لە ئەنجامی چەند جینێكەوە بوو و دەوروبـەریش هـاتبووە سـەری، ئـەوا خەسـڵەتەكە خەسـڵەتێكی بۆمـاوەیی ڕووت نییـە، بـەڵكو

هەواڵنامەی ئێستا

خەسڵەتێکی زگماکییە Congenital کاتێ فاکتەرە دیاریکراوەکان لەناو منداڵدانەوە گۆڕانکاری لە هێزە بۆماوەییەکە دەکاو خەسڵەتی تێکەڵ لە بۆماوەو دەوروبەر وەبەردێنێ.

لە تۆژینەوە نوێیەکاندا شێوەو ژمارەی کرۆمۆسۆمەکان، پەردە لەسەر چەند ڕاستیەکی نوێ هەڵئەداتەوە، سەبارەت بە ڕۆڵی بۆماوە لە پەشێوییە دەروونیو زەینیو ڕەوشتە مرۆییەکان بە گشتی. لێرەدا کرۆمۆسۆمی ڕەگەزی نێرینە (Y) لەوانەی کە شەڕەنگێزی سایکۆپاتین، کرۆمۆسۆمێکی زیادە (y)یان هەیە، بەڵام قەدو باڵاو زیرەکییان سروشتییە. بەڵام زۆرێك لە نەخۆشە زەینییەکان لە نەخۆشخانە ئەقڵییەکان کرۆمۆسۆمێکی ڕەگەزی مێینە (X)ی زیاد لە ژمارەی سروشتی، چ لە نێرە، چ لە مێیە، لە خۆی دەگرێ. بوونی بەڵگەی بەهێز بۆ هۆکارە ڕەمەکییەکان وەکو نەخۆشییەکانی شیزۆفرینیا، خەمۆکیو پەستیو پەرکەم، مەرج نییە ئەم فاکتەرانە، نەخۆشیی بۆماوەی ڕووت بن، بەڵکو ئەوانەی هەڵگری ئەو جینانەن کە باسمان کردن، زیاتر ئامادەگییان تیایە بۆ نەخۆشی، ئەگەر هەلومەرجە کەلتووری کۆمەڵایەتی دەروونییەکە لەبار بێ.

ب-فاکتـــەری پێکهـاتن Constitutional مەبەســتی کــۆی خەســڵەتە زینــدووەکانی تاکــە لــە ئــەنجامی کۆبوونــەوەی فاکتــەرە جیاوازەکـان وەکـو کرۆمۆسـۆم، جینـەکانی بۆمـاوە، جـۆری ژینگـەو لـەش، سروشـتو سیستەمی هۆرمۆنی Termperment، بەرهەم هـاتووە. سیسـتەمی هۆرمـۆنی کـە تـەوەری کەسـێتییە، هـەر خۆشـی سروشـتی سـۆزداری لای مـرۆڤ لـە بەرامبـەر هەڵوێسـتو دەوروبـەردا بڕیـاری لێئـەدا. بـۆ نموونـە ئەگـەر تـاك بەرامبـەر کارتێکردنـەکان زۆر هەسـتیار بـوو، ئـەوا بەرامبـەر تەنگـژەکان تاقـەتی ئەچـێو هەندێ شێوەی پەشێویی دەروونی سەری تێدەکات.

بــەڵام سیســتەمی هۆرمــۆنیو فیزیکــی لــەش پەیوەندییـەکی پتـەوی بـە کـاری سیسـتەمی دەمـارو سـاخلەمی جەســتەو گەشــەکردنی لــەش هەیــەو، هەروەکو کاریگەری زیندووی لەسەر سرووشتی مـرۆڤ هەیە.

کەواتــە هۆکــارە ڕەمەکییــەکان، بــەرەنجامی پێکهێنــانی جــینو کرۆمۆســۆمەکان بــوون بــەڵام فاکتــەرە پێکهاتەییــەکان بــەرەنجامی ڕەمــەکیو ڕەحمیو فیزیکیو دەوروبەرن بە هەموویانەوە.

ج-فاکتەری نەخۆشییە ئۆرگانییەکان Physical disease تووشبوون بە نەخۆشییە فیزیکییەکان (Somatic) بریتییە لە گۆڕانکاری لە پێکهاتەی لەش‌و لە کۆئەندامەکانی لەش‌و سیستەمی کۆئەندامی دەمار کە ئەبێتە هۆی ڕوودانی پەشێوی دەروونی‌و زەینی تا ئەگاتە ڕادەی خرفبوون. لەو نەخۆشییە گرنگانەی کە کارئەکاتە سەر ژیری‌و ڕەوشتی مرۆڤ وەکو هەوکردنی مێشك، تای بەرز، نەخۆشییەکانی دڵ، بەدخۆراکی، نەخۆشییە درێژخایەنەکان.. هتد جگە لە ئازارو لێدان‌و بەرکەوتنی سەر. هەروەها چەند جۆرێك لە دەرمانەکان‌و دەرمانە ئازارشکێنەکان ڕەنگە ببنە هۆی گۆڕاکارییە زەینی‌و دەروونییەکان بە شێوەیەکی کاتی، بۆ نموونە مادە سڕکەرەکان بە هەموو جۆرەکانییەوە، حەبی منداڵ نەبوون، دەرمانی فشاری خوێن ژاراوی بوون بە مادەکانی فلزو جیوەو ڕەساس.

بۆ ماوەیەکی زۆر دەمەتەقێیەکی بەردەوام لە نێوان لایەنگرانی ئاراستە فیزیکیەکان کە نەخۆشیە دەروونیەکان ئەگێڕێتەوە بۆ هۆکاری زیندەگی، بێ ئەوەی دان بە کاریگەری ئەزموونە کۆمەڵایەتییەکاندا بنێ، لەگەڵ هاوکارانی ئاڕاستە

کۆمەڵایەتیە- ڕووناکبیرییەکان، کە لێکدانەوە فیزیکییەکان ڕەت دەکەنەوە، جەخت لەسەر ئەوە دەکەن کە نەخۆشیە دەروونیەکان تەنها ملکەچی هۆکارە کۆمەڵایەتیو کەلتوورییەکانن، لە ئەنجامی ئەم جیاوازییەوە لایەنگری هەر ئاڕاستەیەك ڕێگەی سەربەخۆیان گرتەبەر بێئەوەی هاریکاری ئاڕاستەکەی تر بکەن، ئەمە بۆ ماوەیەکی زۆر هەروا مایەوە تا وای لە پسپۆڕەکانی یەکێ لە بوارەکان کرد تیۆری پسپۆڕانی بوارەکەی بەرامبەر پشتگوێ بخەن، تاکو دامالینی تیۆرەکان لە تێڕامانو قووڵبوونەوەو خوێندنەوەی سەرتاسەری، ناکرێ تەنها لە ڕێگەی پشتبەستن بە بایۆلۆجیا یان تەنها لە ڕێگەی واقعی کەلتوریو کۆمەڵایەتیەوە بەدی بهێنرێ.

هەرچەندە لایەنگرانی قوتابخانە زیندەگییەکانو قوتابخانە کۆمەڵایەتی- کەلتورییەکان، تۆزی دەمارگیرییان لە خۆیان تەکاندو باوەڕیان بە پێویستی چاودێریکردن بە لێکدانەوەی هەردوو جۆری هێزەکە لە وەسفی شیکردنەوەی پەشێوییە دەروونیو زەینییەکان هێنا، بەڵام تاکو ئێستا لە تیۆرییە زانستییە سەرجەمگیرییەکان بۆ ڕوونکردنەوەی پێوەندی نێوان پرۆسە

زیندەگییەکانو کاریگەرە کەلتوورییەکان لە ڕوودانی نەخۆشییەکان بێبەشین.

## حاڵەتەکانی ئەتنۆگرافی بۆ نەخۆشییە دەروونییەکان

دوای ئەوەی لە ساتەوەختە جیاوازەکاندا شوێنی کاریگەری لەسەر کەسێتیو پەشێوییە تەندروستیە-دەروونیەکانو دەرکەوتنی نەخۆشی دەروونیمان بۆ ساغ بووەوە، هەندێ حاڵەتی ئەتنۆگرافی لە پاثولۆجیای کەلتووری بۆ هەردوو کۆمەڵی ئەسکیمۆو هەندێ تیرەی هیندییە ئەمەریکییەکان لە دووتوێی واقعی کۆمەڵایەتیو کەلتووری ئەخەینە پێشچاو.

## (ئەسکیمۆو نەخۆشیی دەروونی "پیبلۆکتۆ")

مرۆناسە هاوچەرخو دەروونناسەکان لە تۆژینەوەکانیاندا لەسەر کۆمەڵانی ئەسکیمۆ، لە ناوچە سەهۆڵبەندەکانی باکوری کەنەداو ئالاسکاو گرینلاند، نەخۆشییەکیان دۆزییەوە، ناوێکی خۆماڵی یان

ناوچـــەییان لێنــا (peblocto) کــە زاراوەیەکــە لــە زمانـەکانی ئەسکیمۆدا مانـای هستریا دەگەیـەنێ، ئـەم چەشـنـە هسـتریایە لــە جەمسـەری بـاکور Aretic Hysteriaدا هەیـە و تووشـی خـەڵکی ئەسـکیمۆو ئـەو کۆمەڵانـە دەبـێ کـە ناومـان هێنـان، زیـاتر لـە وەرزی زسـتاندا سـەرهەڵئەدا[٢٩]. دیـارترین سـیمای ئــەم نەخۆشییە، تووشبوو تووشی هەڵچوونێکی سۆزداریی سەرکەش دەبێو تووشبوونەکە بە تاوێك لە گۆرانی وتــن دەســتپێدەکات، شــێوەیەکی هســتیری لــەخۆدەگرێ[٣٠]، لەگــەڵ ئەوەشــدا ئــەم تاوگیرییــە هسترییە بـەدوورە لەهـەر ئارەزوویـەکی شـەڕەنگێزانە، زیـاتر ئـەم نەخۆشـییە لـە نێـوان ژنـانی قـەیرەدا بڵاودەبێتـەوە، زیـاتر لـە پیاوان. زۆرجار تووشـبوونی مێینە لە ئەنجامی مردنی مێردەکەیـەوە یـان کەسێکی نزیکییەوە یان لـە ئـەنجامی نیگـەرانی لەسـەر کەسانی نزیك کە ماوەیەکی زۆرە لێی دوورکەوتوونەتـەوە، یـان بـە هـۆی ترسـی زۆرەوە لـە ئاینـدەی نادیارو تەمومـژ، تـووش دێ. نیشـانەکانی ئــەم نەخۆشـییە، گریـانی هیسـتیری لەگەڵدایـە یـان بـە بـێ مەبەسـت زۆر بـە خێرایـی دەچـێتە دەرەوەی مـاڵو خێـرا بـە ڕاکـردن دەگەڕێتـەوە. زۆرجـار ئــەم تاوگیرییــە لــە خۆیــەوە

هەواڵنامەی کتێب

نامێنیٚو نـەخۆش دەگەڕێتـەوە سـەر خـۆیو بەرەبـەرە هێور دەبێتەوە، ئەنجا دەست بە گریـانێکی کپ دەکات کە ئەمەش ماوەیـەك دەخایـەنیٚو لەگەڵیـدا چـاوەکانی سوور دەبنەوە.

بۆ ماوەیەکی کورت لێدانی دڵی خێرا دەبیٚ، لەشـی بـۆ ماوەیـەك دەسـتدەکات بـە لـەرزینو جـارێکی تـر ئەگەڕێتـەوە سـەر بـاری ئاسایی خـۆی. تێبینی کـراوە ئـەو کۆمەڵانـەی کـە ئـەم نەخۆشـییەیان تیـادا بـڵاوە بەشـداری چـەند سـیمایەکی کـەلتووری دەکـەن، بـە تایبـەتی کۆمەڵـەکانی ئەسـکیمۆ، ئـەو خەسـڵەتانەش ئەمانەن(٣١).

١-لـە منالاّنـدا پاڵنـەری پشتبەخۆبەسـتن کـەم دەبێتـەوەو خـودی بـاڵا تێیانـدا لاواز دەبـیٚ، ڕەوشـتی پەروەردە پشت ئەستوورە بە خەڵکی تر.

٢-گرنگـــی بـــە بـــەها دەســـتەگەلییەکان Communalistic Value ئـــەدەنو بـــە پەیوەندییـــە کەســـییەکانەوە پابەنـــدن کـــە لەســـەر بنـــەمای یەکترناسینو هاریکاری یەکترییە.

٣-پایـەی ژنـان لـە چـاو پیاوانـدا زۆر نزمـە، لەبـەر ڕوونـاکی ئـەو بیروبـاوەڕەی کـە حـەقی ژێردەسـتەیی ئەبەخشیٚ، ئازاری پاشکۆبوونی بە پیاو ئەچێژیٚ.

هەواڵنامەی کتێب

٤-بڵاوبوونەوەی ڕاوبۆچوونی پەیوەندیدار بە دەسەڵاتی ڕۆحەوە بەسەر مرۆڤدا لە سرووتە ڕۆحییەکان مۆرکێکی هستیری لەخۆ دەگرێ.

ئەم تایبەتمەندییە هاوبەشانە لای ئەو کۆمەڵانە ئەگەر جوزئیش بێت وا لێکدەدرێتەوە لە سیاقی واقعێکی کەلتووریو کۆمەڵایەتیدا دەتوانین لەم هەڵچوونە دەروونیانە بگەین.

ئاستی گونجاوی هاریکاری دەستەجەمعیو هێزی پشتبەستن بە سۆزی یەکتریو هێزی جەختکردنەوە لەسەر هەڵوێستی هاریکاریو تەواوکاری تەنها لە چەند دەروازەیەکی کەلتوری پەسەندکراو وەکو چالاکی وتاردانو ستایشدا خۆی دەبینێتەوە، کە ئەویش لە یەکێتی کۆمەڵایەتیان هەڕەشە ناکات، ئەگینا زۆر کەناڵی پاککردنەوەی سۆزی سلبی وەك ڕقو کینەو ئیرەیی‌و گومان هەن شاراوەنو ئەتوانین بڵێین هۆکاری سلبین بۆ سەر دەروونی تاك.

مامۆستا دکتۆر النوری ئاماژە بەوە دەکا، کە بەخشندەیی‌و ئامادەگی گەورەو گیانی هاریکاریو کێشەی دەستەگەری کە کەسێتی ئەسکیمۆی پێ دەناسرێتەوە، ئەگەر بە شێوەیەکی کەمیش بێت ئەوەمان لا گەڵاڵە دەکات، هۆی تەشەنەکردنی

بەرفراوانی دیاردەی هەڵچوونە سۆزمەندییە هستیریەکان لای ئەم دەستەگەلانە چ لە شێوەی پێکەنینی تاوگیری تونددا بێت یان لە شێوەی گریانی هاوار ئامێز[٣٢] بێت دەگەڕێتەوە بۆ ئەو پێکهاتە کۆمەڵایەتی‌یە کەلتوری‌یەی کە حوکمی واقعیان دەکات، ئەمەیە وا لە تاکەکان دەکات بەرەو شێتگیری هستیری پاڵیان پێوە بنێت لە جیاتی ئەوەی بەرەو شێوەی تری تاوگیری پاڵیان پێوە بنێت وەکو پارانۆیا[٣٣] و دەردی خەمۆکی[٣٤] (بۆ نموونە).

هیندییە سوورەکانو نەخۆشی دەروونی (وندیگۆ)

نەخۆشی (ویندیگۆ) Windigoی دەروونی لە نێوان دانیشتوانی هەندێ تیرەی هیندییە سورەکانی ئەمەریکا لە هەرێمی نێوان نیمچەدورگەی ئەبرادۆرو دەریاچەی وینیگ لە ئەمەریکای باکور، بەدەرئەکەوێ، بە تایبەتی لە نێوان هەردوو هۆزی ئوجیبوا Ojibwa و گریك Greek. ویندیگۆ لە زمانی ئەم هۆزانەدا ناوی دێوێکە لە بەفری ئەفسانەیی‌و لەسەر گۆشتی مرۆڤ ئەژی، هێزێکی لە ڕادەبەدەری لەسەر سروشتدا هەیەو مرۆڤ ڕاودەکا، هەروەکو ئەفسانەو بیروباوەڕیان بەو جۆرە گوزارشت لەو دێوە دەکات[٣٥] ئەم زاراوەیە لە لایەن مرۆناسەکانەوە بەکاردەهێنرێ وەکو ئاماژەیەك

بـۆ نەخۆشـییەکی دەروونـی کـە مرۆناسـەکان لـەو هۆزانەدا دۆزییانەوە، ئەم نەخۆشییە تووشی نێرو مـێ دەبێو نیشانەکانی بەرەبەرە بە دیار ئەکەونو دوایـی نامێنێو بە شێوەی نۆرە جارێکی تر دەرئەکەوێتەوە.

یەکەم نیشانەی ئەم نەخۆشـییە تووشـی خـەمۆکی دەبـێو ئـەنجا تووشـی ئێڵنجـدانو بێزلێهاتنـەوە لـە زۆربـەی خۆراکـە خۆماڵییـەکان دێـت. ئـەنجا خـەیاڵی پارانۆیـا Paranoia سـەری تێئـەکا، ترسـی لـە سـیحربازەکان پـاڵی پێـوە ئـەنێ. بـیر لـە خۆکوشـتن بکاتـەوە یـان خـەڵك بکـوژێ، خـەیاڵی نەخۆشـەکە دەئاڵۆسـکێ تـا ئەگاتـە بـاڵاترین ڕادەی نەخۆشـی، وا بیردەکاتـەوە چـووەتە پێسـتی کەسـێتی دێوەکـەی (ویندیگۆ)وە، بۆیـە خـەڵکی دەوروبـەرو خێزانەکـەی خۆی وەکو نێچیری پڕتـامو لـەزەت دەبـینێو ئـارەزوو دەکـات گۆشـتەکەیان بخـوات. لێـرەوە قۆنـاغی نەخۆشـییەکە ترسـناك دەبـێ، ئـەو کاتـەی ئامادەکاری تەواوی هەیە خەڵك بکوژێو ڕاویان بکات، بۆیە خەڵك ناچار دەبێ، بیر لـەوە بکاتـەوە خـۆی لـێ ڕزگـار بکات، پێش ئەوەی یەکێکیان پارچەپارچە بکات.

لەنێو ئەو کەسانەی کە ئـەم نەخۆشـیەیان خستە بـەر بـاسو تۆژینـەوە مامۆسـتا هالویـل Hallowell[٣٦]

بوو، کە وایدەبینێ نەخۆشی ویندیگۆ ئاوێتەیەکە لە فاکتەرە سرووشتیو کەلتوورییەکانەوە Complex پەیدابووە، لای ئەم کۆمەڵانە، نیشانە جەستەییەکانی نەخۆشی، لێکدانەوەی خەڵك بۆ ئەم نەخۆشییەو کارلێکی هەڵوێستی نەخۆش لەگەڵ ئەو تاکانەی بەریەك دەکەون، لەگەڵ واقعی دەروونی کایەیەکی سیحرئامێز لایان بەرجەستە دەکات. دوای دەرکەوتنی یەکەم نیشانەی نەخۆشییەکە، نەخۆش یەکسەر تووشی ڕاڕایی دەبێ، چونکە ئەو نیشانانەی لە لەشیا دەرئەکەون وەکو ئێڵنجدانو ڕشانەوە، لای کۆمەڵگە ئەبنە بەڵگەی حەتمی بۆ تووشبوون بە نەخۆشی ویندیگۆ لەگەڵ بەردەوامبوونی ئەم نیشانانە نەخۆش تووشی ڕاڕایی زیاتر دەبێ تا دەگاتە لوتکە، بۆیە خەڵك دەگاتە ئەو قەناعەتەی کە بە شێوەیەکی حاشا هەڵنەگر تووشی ئەم دەردە بووە. بۆیە دەبێتە هەواڵێكو بە خێراییەکی سەرسوڕهێنەر لە ڕێگەی دەنگۆوە لەنێو تاکەکانی کۆمەڵدا بڵاودەبێتەوە، تاکو دەگاتە ئەوەی سیحر بەسەر ئاوەزدا زاڵ دەبێت، نەخۆش زیاتر دوودڵ ئەبێ، چونکە پێی وایە نەخۆشییەکەی لە ئەنجامی کاریگەریی ئەو سیحرکردنەوە (واتە پێی وایە جادووی لێکراوە)

دروستبووە. بەو جۆرە فاکتەرە کەلتووریو فیزیکیو دەروونییەکان لێیدا کۆدەبنەوە تاکو گومانلێکراوەکە ئەکەوێتە گێژاوێکەوە کە زەحمەتە لێی دەرچێ، شەو و ڕۆژ لەژێر سەرپەرشتی کۆمەڵدا دەمێنێتەوە، دوای ئەوەی نووشدارە جادووبازەکان ناتوانن چارەسەری بکەن، نەخۆش خۆی داوا دەکات بیکوژن. زۆرجار داواکەی جێبەجێ دەکرێ بەو سیفەتەی تاکە چارەسەرە کە نەریتە کۆمەڵایەتییەکان بڕیاری لەسەر دەدەن. هەرچەندە لێکدانەوەی تر بۆ هۆکاری توشبوون بە ویندیگۆ هەیە، جیاواز لەو بۆچوونو بنەمایانەی پشتی پێئەبەسترێ، بەڵام بە گشتی لێکدانەوەی ژینگەیی یان جوگرافیو لێکدانەوەی کەلتووری بۆ ئەم نەخۆشییە هەیە، جگە لە لێکدانەوەی دەروونی کلینیکی.

خاوەنی لێکدانەوە ژینگەییو جوگرافیەکان پێیان وایە کە ئەم نەخۆشییە لە هەلومەرجێکی سروشتی دژوارەوە سەریهەڵداوە، گوایە ئەو بەروبوومەی کۆمەڵی ویندیگۆ لەسەری دەژین زۆر کەمە، بۆیە ناچار بووە گۆشتی مرۆڤ بخوات تاکو ئەم ئەزموونە لە دابونەریتدا سەپێنراوە، بەڵام ئەم لێکدانەوەیە لێکدانەوەیەکی زۆر سادەیە، ئەوان دەڵێن

هەواڵنامەی کتێب

دووبارەبوونـەوەی ئـەم ئەزموونـە کـە گۆشـتی مرۆڤـی تێدا خووراوە، بە هۆی چیرۆك و هەقایەتەوە دەماودەم باسـکراوە تـا لـە مێشـکیاندا چەسـپیوەو بـووە بـە باوەڕێکی ڕۆحـی بـەهێز کـە ناوەنـدێکی بـەهێزی لـە فکری ڕۆحی گشتی ئـەم کۆمەڵانـەدا هەیـە، ئـەوەی کـە فۆبیای نەخۆشییەکان لای تاکەکان ئەیخولقێنێ، بـەرەو کەشێکی دەروونی نالەبار پاڵیپێوە دەنێ بە ڕۆڵی خۆی نەخۆشییەکە بەو شێوەیەی بەسەرماندا ڕابورد گـەورە دەکاتەوە. بەڵام ئـەم ڕاوبۆچوونە تووشـی بەرهەڵستی زۆر بـووەوە، لەوانـە فاکتـەری ژینگـەی سرووشـتی بـە تـەنها بـۆ لێکدانـەوەی ئـەم نەخۆشـییە نـاگونجێ. بـۆ نموونە ئەسکیمۆکانی جەمسەری باکور لـە هـەرێمێکی جـوگرافی زۆر دژواردا دەژیـن، هـەژارتر لـە هـەرێمی هۆزەکـانی ئۆجبـواو گریـك، لەگـەڵ ئەوەشـدا تۆژەرەوەکـان هـیچ شـوێنەوارێکی نەخۆشـی وینـدیگۆ، یـان هاوشـێوەی ئـەو نیشـانانە وەکـو کایناڵیـەت واتـە گۆشتی مرۆڤ خواردن، بەدی نەکرد.

کەواتـە ئەگـەر ژینگـەی سروشـت بـە تـەنها بـۆ لێکدانەوەی نەخۆشی ویندیگۆ بەس نـەبێت، پێویستە لێکدانەوەی کەلتووری بۆ واقعی هـۆز یـان کۆمەڵـەکان

کــە تووشــی ئــەم نەخۆشــییەو هاوشــێوەی ئــەم نەخۆشییانە دێن، بکرێت.

مرۆناسـەکان پێیـان وایـە، بنـەمای کـەلتووری بـۆ وتوێژو لێکدانـەوەی نەخۆشی وینـدیگۆ یـان نەخۆشی لەو بابەتە لە میانەی تـەوزیفکردنی دیـدی کـەلتووری بۆ بابەتەکە یەکێ بـوو لـەو بنەمایانـەی کـە تۆژینـەوە مەیدانیــەکان بــۆ واقعــی نەخۆشــییەکە لای هــۆزی ئۆجبوا پشت ئەستوور بوون پێی، ئەم تۆژینەوەیە لەو کۆســپو تەگــەرەو ئاســانکارییانە دەکۆڵێتــەوە کــە پابەنـدە بـە دابونـەریتی ئـەم هۆزانـەوە، سـەبارەت بـە لایەنی سۆزداریی ئەندامانی ئەم هۆزانـە. تۆژەرەوەکان تێبینییـان کـرد کـە کۆمەڵگـەی ئۆجبـوا، کەرەسـتەی رادەربـڕینو دڵدانـەوە بـۆ پاڵنـەرە شـەڕانگێزیو ڕقو کینەکانی شك نابات، چونکە بەربەستی جۆراوجـۆر لـە ڕێگــەی ئــەم پاڵنەرانــەدا هەیــە ئــەویش شــێوازی ڕێزگرتنو ڕاگرتنی شعوری بەرامبـەرە لەگـەڵ زۆرێك لـە یاسـاکانی ڕێگـریو تـەحریم کـردن، بۆیـە لێـرەدا تاکەکان لە ڕێگەی ورووژاندنی دەنگۆو جادووگەرییـەوە خــەمی دڵیــان ئەڕەوێنینــەوە هــەر کــاتێ بیانــەوێ گوزارشت لە سۆزەکانی ڕقو کینـەو کاری شـەڕەنگێزی بکەن.. ئەم هۆیانەش لەگەڵ ئـەو ڕایـەدا ئـەگونجێ کـە

هەواڵنامەی کتێب

مامۆستا هالویل بۆی چووە، ئەو پێی وایە نەخۆشی ویندیگۆ وەسیلەیەکە بۆ ڕزگاربوون لەو سۆزە پەنگخواردووەی که خۆی لەو ڕقو کینەو دوودڵییەوە دەبینێتەوە، کە هۆزی ئۆجیوا لە چارەی نووسیوە.

وەسفی پێشوو بۆ نموونەی ئەم نەخۆشییانەو ئەو کەلتوورەی کە جێی ئەم نەخۆشیانە دەکاتەوە، ئامانجی دیاریکردنی نەخۆشیەکان نەبوو هەروەکو لە تۆژینەوە دەروونیە کلینیکییەکاندا، هاتووە، بەڵکو جەخت لەسەر چەند دیاردەیەکی کەلتووری دەکاتەوە، لە هەلومەرجێکی دیاریکراو و بە تەبیعەتی خۆی ئەبێتە هۆی پەیدابوونی چەند حاڵەتێکی نەخۆشی دەروونی. ئەم ئاراستە کەلتوورییە ئەتنیە، لێکۆڵینەوەی نەخۆشییە دەروونیو دەردە تەندروستیەکان بە شێوەیەکی ئاسانتر دەگرێتە ئەستۆ، واتە بە لابردنی ئەو کۆسپانەی کە هەلومەرجی تاکەکانی کۆمەڵگەی تەمومژ کردبوو، ئەمەش ڕێخۆشکەرە بۆ گۆڕینی تۆژینەوەی نەخۆشییە دەروونیەکان لە چوارچێوەی تاکەوە بۆ چوارچێوەیەکی کەلتووریو کۆمەڵایەتی.

# بەشی دووەم

# پرۆسەو نەریتە کۆمەڵایەتییەکان‌و ڕۆڵیان لە تەندروستی گشتیدا

لە بەشی پێشوودا، کەلتوورمان بەوە پێناسە کرد، کە کۆی گشتی شێوازەکانی ڕەوشتی وەرگیراوو ئاراستەو ئەو بەهاو پێودانگانەیە کە تاکەکانی کۆمەڵگەیەکی دیاریکراو بەشداری تێدا دەکەن- بە پێی پێناسەی لینتۆن.. کەلتوور لەو ڕەوشت‌و پێودانگانە پێکدێ کە تاکەکانی گرووپێکی ڕۆشنبیری بەشداری تێدا دەکەن، ئەو میراتە کۆمەڵایەتییەش چارەسەری ئامادەی بۆ کێشەو تەنگژەکانمان هەیە. ئەویش کۆمەڵێك شێوازە تاکەکانی کۆمەڵگە هەڵیدەگرن تاکو خۆیان لەگەڵ ژینگە دەرەکییەکان‌و تاکەکانی تردا بگونجێنن. هەرچەندە چارەسەری بۆ کێشەی ئەو تاکانە هەیە، بە هەمان ئەندازەش کێشەیان بۆ دەخوڵقێنێ[٣٧]. ئەم ڕەوشت‌و مومارەسە پشتپێبەستراوانە لە لایەن ئەندامانی کۆمەڵە ڕۆشنگەرییەکانەوە خۆی لە چەند نەریتێکی کۆمەڵایەتی دەبینێتەوە، بەو پێیەی ئەو ڕەوشت‌و

بەهایانەی کە کۆمەڵی کۆمەڵایەتی بە ڕاستو پەسەندی دەزانێ، ئەگەر لەگەڵ کەلەپوورە ڕۆشنگەرییە هەنووکەییەکان بەراوردی بکەین[٣٨] کەرەستەو سەرچاوەی مەودایەکی درێژخایەنن، تاکو ڕێ بەڵەدیی ژیان بکەن. ڕوونترین تایبەتمەندیی، دەستکەوتێکە خەڵك فێری دەبێو لە ماڵو دەوروبەرو کێڵگەو یەکە کۆمەڵایەتیو کەلتوورییەکانی تردا دەماودەم دەگێڕدرێتەوە تاکو دەگاتە کۆمەڵگە گەورەکە[٣٩].

کێشەکانی تەندروستی گشتی لەو بوارانەی کە کەلتوورەکان لە میانەی باوەڕو نەریتە کۆمەڵایەتییەکان بە شێوەی ئەنقەستو نائەنقەست، ئەیخەنە ژێر چاودێرییەوە لەوەدایە، هەرچی ئەنقەستە یان بە مەبەست ئەنجام دەدرێ، لە ڕێگەی ئەو هەولانەوە دەبێ کە مەبەستی نەهێشتنی نەخۆشیو بەرزکردنەوەی ئاستی توانا جەستەییو دەروونیو زەینییەکانە بۆ ئەندامانی کۆمەڵگە، بە هۆی هەوڵو مومارەسە دەستەجەمعییەکانەوە بەرەنگاری پەشێوییەکانی کۆمەڵگە دەبنەوە، تاکو چاودێرییەکان سەرتاسەری قۆناغەکانی ژیان دەگرێتەوە، بۆ نەهێشتنو لابردنی نەخۆشییەکانی

پەککەوتن‌و کەمئەندامی هەروەها خۆپاراستن‌و کوتان دژی نەخۆشی[٤٠]. بەڵام مومارەسە و نەریتە نائەنقەستەکان کە کاریگەری لەسەر تەندروستی گشتی هەیە (هۆکارەکانی نەخۆشی‌و خۆپاراستن‌و چارەسەرکردن) لە میانەی نەریت‌و ڕێساو بەهاو بیروباوەڕو توخمە ڕۆشنبیریەکانی ترەوە دێتە ناوەوە بە خۆراك‌و پاك‌و خاوێنی‌و وەسیلەکانی دابینکردن‌و شێوازەکانی بژێوی‌و ڕێوڕەسمی پەرستگاکانەوە.. هتد پابەندە. لە هەندێ لێکۆڵینەوەدا پەیوەندی پتەو لە نێوان نەریتە باوەکان لە لادێ وەك مەلەکردن لە ئاوی جۆگەلەو کارێزەکان، دابەزینی جوتیار بە پێی پەتی بۆ ناو جۆگەکانی ئاودێری‌و گۆلاوەکان لەگەڵ نەخۆشی بەلهارزیادا هەیە. ڕاهاتن لەسەر جل شوشتن‌و قاپ‌و قاچاغ‌و سەوزە شوشتنەوە لە ئاوی جۆگەلە یان نزیکی کە هەندێ جار لە هەمان شوێن خۆیان دەشۆن‌و میزو پیسیشی تیا ئەکەن‌و (لە لایەن مرۆڤو گیانەوەرەکانەوە). ئەمانەش دەبنە هۆی نەخۆشی جۆراوجۆر بە هەمان شێوە نەریتە کۆمەڵایەتیەکان توخمی خۆپاریزی‌و چارەسەرکردنیشی هەلگرتووە —لە دێرەکانی داهاتوودا لێی ئەدوێین) هەروەها نەریتە

کۆمەڵایەتیەکان هۆکارێکی یەکلاکەرەوەیە لە جیاکردنەوەی تووشبووی نێرو تووشبووی مێ لە ژینگە گوندیەکاندا. مێینە کەمتر تووشی دەبێت لە پیاوان –وەکو بەلهارزیاو لیشمانیا لە ئەنجامی ئەو نەریتەی کە کچانی لە ماڵەوە بەند کردووە ناتوانن لە ماڵ دەرچن بە تایبەتی دوای تەمەنێکی دیاریکراو، بواری نادا لە جۆگەلەکاندا مەلەبکات بەڵکو دەبێ جلی شۆڕو داخراو لەبەربکات[٤١].

لە میانەی باسکردنی کەلتوردا باسی شوێنەوارو نەرتیە کۆمەڵایەتیەکانمان کرد –لە تووشبوونی بە هەندێ نەخۆشی دەروونیو زەینی، هەروەکو ڕۆڵی خۆپاراستنو چارەسەرکردنیش لە دژی ئەم نەخۆشییانە باسی لێوە کرا، هەروەها ڕۆڵی نەریتە کۆمەڵایەتییەکان لە ڕێبەری کردنی ئاراستەکاندا ڕوونە، تاك لە کۆمەڵگەیەکی دیاریکراودا ئەژیو کەلتوورێکی دیاریشی هەیە، ئاڕاستەکانی ڕووبەڕووی خەڵكو شتەکانو دیاردە تایبەتەکان دەکاتەوە، بە تایبەتی نەخۆشیو تەندروستی، بەرەنگاربوونەوەی نەخۆشی پێویستی بە دروستکردنی ئاراستە پەلامار دەرییەکانە کە خەڵك هانەدەدا بۆ بەرەنگاری نەخۆشی –بە خۆپاراستنو چارەسەرکردنەوە- بۆیە

وا دەخوازی ئاراستە پۆزەتیفەکان بەرەو فیکرەی پاکوخاوێنیو نەریتە تەندروستیەکان بچێنین، هەروەکو لە ڕێوڕەسمی ئیسلامیدا باسی تەندروستیو پاکوخاوێنی هاتووە، بە تایبەتی (النظافة من الایمان)، بە پێی ڕێوڕەسمەکان لەگەڵ سرووتەکانی خواپەرستیدا دەستنوێژ هەڵگرتن بە لای کەمەوە هەندێ نەخۆشی بەکتیری یان میکرۆبی کەم دەکاتەوە، ئەوەش پەیوەستە بەو باکگراوندە مەعریفییەوە کە لەگەڵ نەریتە میراتگرییە کۆمەڵایەتیەکاندا بەراورد کراوە[٤٢].

ئەم باکگراوندە مەعریفییە لە فەلسەفەی کۆمەڵایەتیدا کە پشت ئەستوورە بە فەلسەفە خۆماڵییەکان- باسی دیاردە مرۆییو بوونەوەرییەکان لەخۆ دەگرێ، بە تایبەتی دیاردەی نەخۆشی بە پێی چەند چەمکێکی تایبەت باسی دەکات، بەو جۆرەی بەشێکە لە کەرەستەی قەڵاچۆکردنی نەخۆشی- خۆپاراستنو چارەسەرکردن- نەخۆشیو چوارچێوە کەلتوورییەکە بۆ کۆمەڵێك بەهاو نەریتی کۆمەڵایەتی باو پێکەوە گرێ دەدا[٤٣]. هەر ئەوەشە پاڵی بە ئەنثرۆپۆلۆجییەکانەوە نا بە شێوەیەکی زیندوو گرنگی بە چەمکی نەخۆشی لە کەلتوورە

جیاوازەکاندا بدەن، ئەوەش کاریگەریی لە ئاراستەکردنی نەریتە کۆمەڵایەتیو مومارەسە چارەسەریو خۆپارێزییەکاندا هەبوو، کە کۆمەڵ لە میانەی وەرگرتندا شێوازی کارکردنی لەگەڵ نەخۆشیدا گەشە پێدەدا بۆ بەدەستهێنانی کایە جۆربەجۆرەکانی پزیشکی[٤٤]. چەمکەکانی نەخۆشی هەمیشە باسی هۆکانی نەخۆشیو شێوازی بەرگریکردن لە نەخۆشی دەکات، ئەم چەمکانە بە مومارەسەو نەریتە کۆمەڵایەتییەکانەوە بەستراون کە کارلێك دەکاو ئەبێتە هۆی دەربڕینی جۆری ڕەوشت لە چوارچێوە کەلتووریو کۆمەڵایەتییەکاندا لە کارکردنی لەگەڵ هەلۆێستا.

لەو کۆمەڵگانەی کە هێزی لە ڕادەبەدەری سرووشت بەرپرسیار دەکەن لە باران بارینو وشکە ساڵی، هەر ئەو هێزەیە بەرپرسیارە لە نەخۆشی. بەڵام ئەو کۆمەڵانەی بە دیدگایەکی میکانیکی بۆ دونیا دەڕوانن بە شێوەیەکی گشتی پێیان وایە هۆکانی نەخۆشی هۆکاری میکانیکییە. زۆر لە هیندییەکانیش پێیان وایە، خواردن بە شێوەیەکی نەگونجاو "سارد" یان "گەرم" ئەبێتە هۆی ژمارەیەکی زۆر لە نەخۆشی. لەگەڵ ئەوەشدا

باوەڕیـان بـە کاریگـەری فاکتــەرە سـایکۆلۆجییەکان سـەبارەت بـە هۆکـانی نەخۆشـیو شـێوازی بـەرگری، هەیە[٤٥].

کەواتــە چــەمکی تەندروســتیو نەخۆشــی لــە تەقلیــدی هــەموو کۆمەڵگەیەکــدا پابەنــدە بــە قەڵاچـۆکردنی نەخۆشـییەوە ئـەتوانین ئـەوەش بـە پەیوەندیی نێوان لێکدانەوەی کـەلتوورو نەخۆشـی[٤٦] و نەریتــە کۆمەڵایەتییــەکان ناوببــەین، کــە لــە بەرگریکردن لە نەخۆشی، بەرپرسیارن.

ئەگـەر لـە ژینگەیـەکی دیـاریکراودا نەخۆشـییەك لە نەخۆشییەکان بـە هـۆی ڕۆحـە شـەڕەنگێزەکانەوە بڵاوبـووەوە، ئـەوا خـەڵك پـەنا ئەبەنـە بـەر شـێوازی نادیــارو غــەیبی لــە خۆپاراســتنو چارەســەرکردن، ئەمـەش ئەبێتـە کۆسـپێك لـە بـەردەم بـەدیکردنی هۆکــاری ڕاســتەقینەی نەخۆشــی، پرۆســەی بـەرگریکردن لـە نەخۆشـی پەکـدەخات. لـە ژینگـەدا لێکدانــەوەی میکـانیکی یـان سروشـتی بـۆ نەخۆشـی هەیە، بەڵام ڕەنگە لێکدانەوەی هەڵە بـن، چونکە لای هەنـدێ لـە گوندنشـینەکانی میسـر نـەریتێکیان لا گەڵاڵە بووبـوو حاڵـەتی تووشـبوون بـە بـەلهارزیا لـە نیشانەکانی کە میزەکەیان خوێنی لەگەڵ بوو، ئـەوان

پێیان وابوو ئەمە نیشانەی بالّق بوونە، بۆیە نەخۆشییەکە ڕۆژ بە ڕۆژ زیادی ئەکرد، بەڵام ئەوان گوێیان پێ نەدەدا[٤٧].

لە کۆمەڵگەی خۆشماندا قەڵەوی هێمای جوانییە، ئەوەی پێی دەڵێن شۆخو شەنگی (رشاقة)، لای ئەوان بەڵگەیە بۆ بەدخۆراکی، منداڵی قەڵەو پێیان وایە زیاتر ئەگەری ئیرەیی پێبردنی لەسەرە[٤٨]. ئەمەش بەڵگەیە بۆ گرنگیی تێگەیشتن لە لێکدانەوەی خەڵك بۆ نەخۆشی. هەروەها تێگەیشتنیان سەبارەت بە تۆژینەوە کاریگەرەکانی نەریتو مومارەسە کۆمەڵایەتیەکان لە بەرگری نەخۆشیدا گرنگی خۆی هەیە، چونکە پشتبەستن بە توخمە کەلتوورییەکانی تر لە چوارچێوەی گشتیدا، بە لێکدانەوە سەرجەمگیرییەکانەوە بەستراوە.

مومارەسەو نەریتە کۆمەڵایەتییەکان کە بۆ مەبەستی تەندروستی گشتی ئاراستەکراونو چەمکەکانی لە ژینگەی کەلتووری وەردەگرێو شێوازەکانی بە پێی چەند وێنایەکی جۆراوجۆر، لە کارلێکی مرۆڤایەتیو ژینگەی سرووشتی وەرگرتووە، لەو سەرچاوانە وەکو گیای پزیشکی، بەردی پیرۆزو لم، سوودی بەو ژینگەیە گەیاندووە، بەڵام بەبێ

شــــارەزایی مرۆیــــی لــــە میانــــەی ڕۆشــــنگەرییە کۆمەڵایەتییەکانەوە، بـە تـەنیا نـەیتوانیوە نەخۆشـی چاکبکاتەوە، ئـەم شـارەزاییەش بـە هـۆی کەلـەپووری سـەرزارەکییەوە وەکـو پەنـدو چـیرۆکی میللـیو مومارەسـە نوژدارییـەکان گەیـەنراوە خـەڵکانی تـر، ڕۆژانە لە ڕێگەی ڕاهێنانی کەلتوورییەوە، لە ڕێگەی چـالاکی ڕۆژانـەوە، لــە ڕێگــەی ســرووتەکانی خواپەرســتیەوە، یــان لــە میانــەی ئــەو کــردە (مەبەســت)یانــەوە، کــە نووشــدارە میللــیو بەختگرەوەکان یان نووشدارە جادووبازەکان ئـەنجامی دەدەن.. دەڕژێتە ناو مومارەسەی ڕۆژانەی خەڵکەوە.

لــە ڕاســتیدا ڕێگــەکانی خۆپاراســتنو چارەسـەرکردنی تایبـەت بـە تەندروسـتی گشـتیو چارەسـەری نەخۆشـی، ئـەو کەرەسـتەو توخمـە کەلتوورییانە دەگرنەخۆ کە وەزیفـەی پەیوەست بـە پێکهاتـە کۆمەڵایـەتیو کەلتوورییـەکانی جێبـەجێ دەکـات، لەبەرئـەوە لـە تۆژینـەوەی مرۆناسـیی پزیشکیدا چەند بەشێك بـۆ لایـەنی چارەسەرکردنو خۆپـارێزی دەکەینـەوە. هەرچـەندە نـاکرێ لایـەنی خۆپارێزی لـە لایـەنی چارەسـەرکردن، جیابکەینـەوە بـەڵام (مەبەسـتدارێتی) لــە مومارەســەی

چارەسەرکردنو دەرکەوتنی ئامانجەکەی، لەگەڵ پێویستی بوونی چارەسەرکار لەگەڵ مومارەسەکاری خۆپارێزی لە نەخۆشیو پێداگرتن لەسەر نەریتە کۆمەڵایەتییەکانو هەندێ لایەنی مەبەستدارێتی، زۆرجار ناچارمان دەکات لە یەکیان جیابکەینەوە:

**١-لایەنی خۆپاراستن لە لێکۆڵینەوەی ئەنترۆپۆلۆژیای پزیشکیدا**

لێکۆڵینەوە ئەنترۆپۆلۆژییە تازەکان کە بە هۆی ئەو پەیوەندییە زۆر نزیکانەی نێوان مرۆناسیو بوارە پزیشکییەکان هاتە بەرهەم، سەلماندیان کە باوەڕو هەڵوێستە دەروونییە نادیارەکانو نەریتە کۆمەڵایەتییەکان، شوێنەوارێکی گەورەیان لە واقعی تەندروستی زەینیو دەروونیو جەستەیی، دوای ئەو زنجیرە تۆژینەوەیەی کە شێوازی میللی لە بوارەکانی خۆپاراستنو چارەسەرکردندا بە تایبەت لە کۆمەڵگە تەقلیدییەکاندا گرتەبەر[٤٩]، بەجێهێشتووە. نەخۆشی دیاردەیەکی تەندروستیە کە سروشتێکی کۆمەڵایەتی کەلتووری لەخۆ دەگرێ، بە حوکمی بڵاوبوونەوەی لە نێوەندە کۆمەڵایەتیو کۆمەڵە مرۆییەکاندا، تاکو ببێتە دیاردەیەکی پابەند بە هەر کۆمەڵێکەوە، بۆ ماوەیەکی زەمەنیی دیاریکراو، چونکە ئەو کۆمەڵەی

کە یەکێك لە نەخۆشییەکان تیایدا بڵاودەبێتەوە، ئاراستە کۆمەڵییەکان بەرەو ڕووی دەچێ، شوێن شێوازی ڕەوشتێك دەکەوێت، لەناو کۆمەڵدا بە نەریتە کۆمەڵایەتییە کەلتوورییەکان دەناسرێت. بڵاوبوونەوەی نەخۆشی یان بەرهەڵستیکردنی نەخۆشی کاریگەری یان کارتێکردنی لە لایەن پێکهاتە کۆمەڵایەتییە هەنووکەییەکانەوە هەیە، ئاستی ئابووری کۆمەڵگە، چانسی تاکەکان سەبارەت بە فێربوون و کارامەیی و پەیوەندی کەلتووری و سروشتی سیستەمی سیاسیی باوو سیستەم و مرۆڤو شتی لەو بابەتە هەموو ئەمانە وابەستەی تووشبوون بە نەخۆشین، هەرچۆن وابەستەی چالاکی پرۆسەی چارەسەرکردن یان بەرگری لە پێناو خۆپاراستن[٥٠] بوون.

لە پێناو ئەم فرمانەدا پسپۆڕانی کایە زانستییە مرۆییەکان لە ڕووی پزیشکییەوە گرنگییان بە تۆژینەوەکانی سیستەم و ئابووریی و مرۆڤو خزمایەتی، توێژبەندی کۆمەڵایەتی، سرووت و باوەڕو شێوازەکانی کۆنترۆڵی کۆمەڵایەتیدا لە پەیوەندی هەموو ئەو حاڵەتانە بە باری تەندروستی مرۆڤەوە. ڕێگەو شێوازی پەروەردەی منداڵ، خۆراك و

پاکوخاوێنی، گوزارشتی سۆزداری جۆری سۆزمەندی باوی ناو کۆمەڵ، شێوازی ئامادەگی بۆ ژیانی گشتی، بەهاو نموونە باوەکانو جۆرەکانی بەرهەمهێنانو هەلومەرجی ئابووریو کەشی کارکردن و جۆری نیشتەجێبوونو مادەی بیناکاریو شوێنو پەیوەندی بە ژینگەوە هەموو ئەمانە وەکو توخمی کەلتووری ناسراون، بە ئەندازەی ئەوەی ئەوانەی سەرەوە فاکتەرو شوێنکەوتەی نەخۆشین، بە هەمان ئەندازەش فاکتەری چالاکن لە بەرەنگاربوونەوەی نەخۆشیو تووشبوون بە نەخۆشی لە کۆمەڵگەکانی تردا.

پاکوخاوێنی نموونەی بەهایەکی گرنگە لە کۆمەڵگای ئیسلامیدا. پێغەمبەری مەزن (د. خ) ئەفەرموێ (پاکوخاوێنی لە باوەڕەوەیە) ئەم وتە پیرۆزە وەکو قەڵغانێکی پارێزەر بۆ زۆربەی نەخۆشییەکان چاوی لێدەکرێ، بە پێچەوانەی هەندێ کۆمەڵگە کە بە هەمان ئاو لە دەفرێکدا چەند کەسێك دەشۆن یان هەندێ کۆمەڵگەی ئەفریقی سەرەتایی هەندێ ئەندامی لەشی بۆ ماوەیەکی زۆر ناشوات، لەبەر هەندێ هۆی ئیکۆلۆجیو ڕێوڕەسمی باوەڕپێکراو. لە زۆر

هەواڵنامەی کتێب

کۆمەڵگەدا شێوازی خواردنەکانیان و جۆری خواردن لایان ئەبێتە هۆی هەندێ نەخۆشی وەکو بەدخۆراکی، بۆ نموونە خۆراك قووت دەدەن بێ ئەوەی بیجوون.

یا برێکی زۆر خواردن دەخۆن بێ ئەوەی بیر لە پێویستیەکانی لەش و حەوانەوەی گەدە بکەنەوە. پێچەوانەی ئەمانە کۆمەڵگەی تر هەن نەریتەکانیان وایە خۆراك باش بجوون و پەلە نەکەن لە خواردندا، لای خۆشمان چەند پەندێك ئامۆژگاری خۆپارێزیمان لە خواردن لێدەکات وەکو (گەدە، ماڵی دەردە) یان (سێیەکی گەدە بۆ خۆراکە، سێیەکی بۆ ئاو، سێیەکی بۆ هەوا). ئەم ئامۆژگاریانە خۆپارێزی پزیشکیی نوێ لە لایەنی دەروونیەوە پشتگیری لێدەکات.

هەندێ کەلتوور باس لە ئازادی منداڵ دەکەن لە هەڵبژاردنی جۆری یارییەکانی، وردبوونەوەو فێربوون و ڕەهاکردنی وزە چەپێنراوەکانی، کەلتووری تر هەن منداڵ ناچار دەکەن بەرەنگاری ژیان بێتەوەو بچێتە مەیدانی تێکۆشانەوە بێ ئەوەی بواری یاریکردنی پێبدرێ، ئەمەش منداڵ تووشی نەخۆشییە دەروونی و دەمارییەکان دەکات، گەشەکردنی لە سێبەری کەشێکی دەروونی ڕەوادا

ئەخاتــە مەترســییەوە، هــەروەها لــە قۆنــاغی شــیرەخۆرەو قۆنــاغی بڕینــەوە لــە مــەمك. لەگــەڵ شێوازو ئامرازەکانی کۆنترۆڵ کردندا.. هتد بە هەمان شێوەیە.

زۆر کۆمەڵگە هەن پاڕانەوە لە ڕەفتارەکانیانــدا پەسەند دەکەن ئەویش بە شێوازی جادووکردن، نووشتەکردن، بەردی پیرۆز، هەڵم کردنو سرووتی ئاینی هەروەها کەرەستەی تر بەکاردەهێنن وەکو شــێوازی خۆپاراســتن لــە نەخۆشــی. هەنــدێ لــەو شێوازانە لە ڕووی بەدیهێنانی فرمانەکانی ئۆقرەیی دەروونیەوەیە، بەڵام زۆرجار نووشدارو نەخۆش لە هەمبــەر تێگەیشــتن لــە هۆکــارە ڕاســتەقینەکانی نەخۆشو دەستنیشانکردنی نەخۆشی دەستەوستانو هەڵخەڵەتاون.

بۆ هەموو کەلتوورەکان، کەرەستەی خۆپارێزی ئامادە کراوە، هەروەها بۆ بەڕێوەبردنی هەموو لایەنــەکانی کەســێتی مرۆڤایــەتی لەســەر ئاســتی تەندروستی دەروونی، کەشو هەوای دەروونی بۆ لابردنــی پاڵنــەرە چــەپێنراوەکان، فەراهەم کراوە، لەوانە مۆسیقا، گەمە وەرزشییەکان، بەخت گرتنەوە، ئاهەنگی بۆنەکان، سرووتی قوربانی، ڕۆشنگەری بە

هەموو سیستەم‌و دەزگاکانیەوە، بە کەرەستەی پەسەندکراوی ئامانجدار بۆ بەدەستهێنانی کاڵکردنەوەی ڕاڕایی‌و بەرتەسك کردنەوەی لەو سنوورەی کە چوارچێوەو چەمکە کۆمەڵگەییەکان نەخشەیان بۆ کێشاوە.

یاساو ڕێسا ئایینیەکان بە پاداشت‌و سزا دونیایی‌و ئەو دونیاییەکانیەوە، بە ئامۆژگارییەکانی کە لە خانەی پەرستگای ئایینە جۆربەجۆرەکانەوە بۆ خۆشویستنی خەڵك‌و سیستەم‌و کارکردن بۆ ئۆقرەیی‌و کاری چاکە، بە گوێی خەڵکیدا داوە، هەروەها جەختکردنەوە لەسەر ئەو بیروباوەڕانەی کە هەڕەشە ئامێزن، سزای کۆتایی، باسکردنی پاداشتی ئەو دونیا لەسەر کاری چاکەو بونیادنەر، هەموو ئەمانە کاریگەرییەکی گەورەی لەسەر بەدەستهێنانی کۆنترۆڵکردن‌و ئەو ئاراستانە هەیە کە تەندروستی دەروونی لای تاکو کۆمەڵ مسۆگەر دەکات کە خۆی لە قەڵغانی خۆپاراستندا دەبینێتەوە.

بەڵام ئەم پێوەندییە ئەنترۆپۆلۆجیە پزیشکییە ڕۆڵی لە توێژینەوەی لایەنی خۆپارێزی لە کەلتووردا چییە؟ لە بەشی ڕابووردوودا وتمان، ئەرکی سایکۆلۆژی پزیشکی توێژینەوەی نەخۆشی‌و

بیروباوەڕە پزیشکییەکانە لە ڕووی -خۆپاراستنو چارەسەرکردن-ەوە، مومارەسە میللییەکان لە سیاقی پێکهاتەی کۆمەڵایەتیدا. بەوە گرنگیدان بە نەریتە کۆمەڵایەتییەکان لەم بارەیەوە بۆ گەشەپێدانی زانیاری خەڵك سەبارەت بە باری تەندروستییانو هۆکاری نەخۆشییەکانیانو شێوازی پارێزگاری لە خودی خۆیان تاکو بنەمای (خۆپاراستن لە چارەسەرکردن، باشترە) بەدەست بێتو لەبەر ڕووناکی ئەو بنەمایە بچەسپێت.

**٢-لایەنی چارەسەرکردن لە تۆژینەوەی ئەنترۆپۆلۆژیای پزیشکیدا:**

بە حوکمی ئەو تێکەڵبوونە ڕوونەی لە نێوان لایەنی چارەسەریو خۆپارێزیدا هەیە، قسەکردن لەسەر لایەنی چارەسەری، ئەو بەردەوامییە دەنوێنێ کە خۆی لە لایەنی خۆپارێزی جیانەکاتەوە، هەروەکو پێشتر ئاماژەمان پێدا. لایەنی چارەسەری کە باسی دەکەین لەو شێوازانەدا خۆی دەبینێتەوە کە بەکاردێت بۆ لابردنی ئازار یان پەشێوییە دەروونیو زەینییەکانو گێڕانەوەی نەخۆش بۆ باری تەندروستی سروشتی، کە ئەمیش دەرمانو کاری پزیشکی دەگرێتەوە، کە جادووکردن، نووشتە،

هەواڵنامەی کتێب

سرووت خوێندن، ئەستێرناسیی‌و بتەکان دەگرێتەوە.
گـەلانی تەقلیـدی لـە ڕێـورەسمی هـەڵم کـردن‌و پاکژکردنـەوەو گۆزیـان بـەکارهێناوە، کرمـی زەروو و داخکردن‌و شێلان‌و شێوازی تری لەو جۆرەیان پێـڕەو کردووە.

هـەروەها نەشـتەرگەری کـە پـێش هـەزاران سـاڵ ناسراوەو دەیناسێ، هەندێ گەلانی تەقلیـدی پێـڕەوی دەکەن، هەروەها گیراوەو مەرهەمی ئامادەکراویان لـە گـژوگیاو تـۆو کەرەسـتەی چارەسـەرکردنی تـر کـە ئەزبەر کراوەو دەماودەم (بـە کەلـەپوری زارەکـی) بـۆ خـەڵکانی تـر گواسـتیانەتەوە کـە ئـەویش خـۆی لـە نـەریتی کۆمەڵایـەتی‌و ئـەدەبی میللیـدا دەبینێتـەوە. بەڵام ئەو زانیاریانە تەنها چـەند کەسێك بـۆ خۆیـان قۆرخیان کردووەو کاری پێدەکەن‌و، وەکو پیشـەیەکی تایبـەت پێویسـتی بـە دەسـتڕەنگینی یـان شـێوازی هونـەری ئـاڵۆز هەیـە، بـەڵام ئـەوەی ئاسـانە خـەڵکی ڕەشۆکیش پێی هەڵدەستن[٥١].

هـەروەکو پێشـتر ئاماژەمـان پێـدا کەرەسـتەکانی چارەسـەرکردن بـە تێگەیشـتنی خەڵکـەوە بەسـتراوە، بـوونی پەیوەنـدی پتـەو لـە نێـوان چارەسـەرکردن‌و توخمـەکانی بـاوەڕو نەریتـە کۆمەڵایەتییـەکانی تـر

هەواڵنامەی کتێب

وەکو کاری جادووکردن (بۆ نموونە) هەیە. هەندێ نەخۆشی وا لێکدەدرێتەوە، هۆیەکی سیحری لە پشتە، لەبەرئەوە بە ڕێوڕەسمی سیحریش چاك دەبێتەوە، یان هۆکاری سرووشتی لە پشتە، بۆ ئەو مەبەستە لە میانەی تێبینیو ئەزموونی ساڵەهای ساڵ بە بینێکی درێژەوە خۆی ئامادەکردووە تاکو چارەسەرێك بدۆزێتەوە کە لە سرووشتەوە (ڕووەكو گیانەوەرو تەنی ڕەق) وەریگرتووە. کەلتووریش کاری چارەسەرکردنی بۆ نەهێشتنی ڕوودانی باری دەروونی تەوزیف کردووەو پشتی پێبەستووە، پێی وایە کۆمەڵ ئەم نەخۆشییە بە شایستە نازانێ یان بۆ چارەکردنی ئەم بارە کاردەکات. ڕێگەچارەی ئەم بارانە تەنها کەرەستە کەلتوورییەکانە، ئەرکێکی وابەستەیە بە پێکهاتە کەلتووریو وەزیفییەکانەوە. لەو کەرەستانەش[٥٢]:

### ١-فاکتەری دڵنەوایی.

هەندێ جار کەلتوورەکان کەشی حەوانەوەو دڵنەوایی Recreative بە شێوەی وەرزی بە سازدانی بۆنەی دیاریکراو، ئەڕەخسێنێ کە ڕێگە بە تاکەکان ئەدات، گوزارشت لە ئارەزووەکانیان بکەن تاکو

پشوویەکی دەروونی بدەن، جگە لەو بۆنانە ناتوانن گوزارشت لەو کەشی وچانە، بۆ پاڵنەرە چەپێنراوەکانیان بکەن کە چەند شێوەیەکی هەمەجۆر لەخۆ دەگرێ هەندێکیان بە شێوەی هەڵکشان Sublimation[٥٣] دەردەکەوێ لەگەڵ کۆنترۆڵکردنی پاڵنەرە جەستەییەکان بە شێوەیەکی ڕاستەوخۆ یان ناڕاستەوخۆ، بەشێکی بەرفرەوانی ئەم کەرەستانە خاوەن سرووشتێکی زاخاو ڕێژن، وچانێك بە دەروون دەدەن وەکو مۆسیقا، نواندن، وێنەکێشان، وەرزش‌و چالاکیی گەشتکردن‌و ئاهەنگ‌و سرووتە جیاوازەکان.. هتد، ئەمانە شێوازی تێرکردنی- چارەسەرییە بەشداری تێرکردنی ئەو پاڵنەرە دەکات کە ڕازی ناکرێ، ئەو ڕاستیە دەردەخات کە کەشێکی گونجاو لە هەلومەرجێکی ڕۆژانەی ئاساییدا فەراهەم دەکات تاکو مرۆڤ بکارێ خۆی بە پیادەکردنی ڕۆڵە کۆمەڵایەتییە جیاوازەکانەوە لەناو پێکهاتەی کۆمەڵایەتیدا، سەرگەرم بکات.

هەواڵنامەی کتێب

## ٢-دامەزراوەی کۆمەڵایەتی(٥٤):

ئەو ئامرازە پەسەندکراوانەیە، کە ئامانجی بەرتەسککردنەوەی ڕاڕایی‌و کەمکردنەوەیەتی، بە جۆرێك کە ئەم ڕاڕاییە نەتوانێ هەڕەشە لە یەکێتی کۆمەڵگەو سەقامگیری‌و ئۆقرەیی بکات. ئەم دامەزراوانە وەکو بەدیلێك بۆ ئەو ڕاڕاییە نەخۆشییانە دێتە ناوەوە کە ئەبنە هۆی لەدەستدانی کەسێتی لە پیادەکردنی ڕۆڵەکانی لەناو کۆمەڵدا. هەروەها تووشی حاڵەتی تاوگیری‌و دڵەڕاوکەی دەکات‌و دواتر ئەبێتە هۆی نەخۆشی دەمارگیری، بەوەش سیستەمی کۆمەڵایەتی ئەکەوێتە بەر هەڕەشەو داڕووخانی نوێ دەستپێدەکات وەکو لە بزاوتە ڕۆحی‌و غەیبییەکان دەکەوێتەوە، ئەو بزاوتانەی کە ئامانجیان گۆڕینی واقیعە لە میانەی توندڕەوییەوە.

کەمایەتییە عرقییەکان لە کۆمەڵگەی ڕۆژئاوا یان لە ژینگەی کۆمەڵایەتی- کەلتووری کە تێکەڵ بە کۆمەڵگەی نامۆو نیشتەجێ بوو لە خاکەکەیدا دەبن، پشت بە زۆرێك لە دامەزراوە کۆمەڵایەتی- ئەهلییەکان دەبەستێ کە ناوەڕۆکی ڕۆحی‌و غەیبی

تیا بەدی ئەکرێ وەکو (شامانی، ڕێگەی سیحرئامێزی جیاواز، هەندێ سرووتو مەراسیمی ڕۆحی).

ئەم کەمایەتیانە ناچار دەبن بۆ بەرەنگاربوونەوەی تەنگژە دەروونیەکانو کەمکردنەوەی باری دڵەڕاوکەو هەستکردن بە نائومێدیو ورەبەردان، پەنا ببەنە بەر شێوازی سروشتی هەڵچوونو تاوگیری سۆزداریی بەهێز کە کەلەپوورو کۆمەڵ ڕێگەی پێداون، وەکو سەمای شێت ئامێزی هستیریو گۆرانی پڕ هاوارو قیژە.

### ٣-شێوازی ستراتیژی بۆ کۆنترۆڵکردن:

ئەم شێوازە بە ڕێگەی سرووتە دەستەگەلییەکانەوە پابەندە، کە پشتگیری لە پێداگرتن لەسەر ئەو پەیوەندییە کۆمەڵایەتیانە دەکاتەوەو ئاگایی دوورکەوتنەوە لە ئاڕاستە داوەشینەکان دەکات، هەروەکو لەو خوتبە ڕوحیو ئەخلاقیانەدا دەوترێنەوە، مرۆڤ ئاگادار دەکاتەوە پەلاماردەرو شەرەنگێز نەبێت، سیستەمو خەڵکیان خۆشبوێ، کار لەسەر ئاسایشو کاری چاکە بکەن، بەڵگە لەسەر ئەوە جەختکردنەوەیە لەسەر ئەو بیروبۆچوونانەی کە هەڕەشەی سزای دواڕۆژو

پاداشت لەسەر کاری چاکەو خێرو بابەتی ئامۆژگاریو هاندانی ڕۆحیو ئەخلاقی لەخۆ گرتووە، ئەم شێوازانەو نموونەی لەو جۆرە کاریگەرییەکی گەورەی هەیە بۆ دابینکردنی کۆنترۆلکردن هەروەها تەمبێ کردنی تاکە شەڕەنگێزو دەروون نەخۆشەکان، کە شێوازی هەڕەشەکردنە بە سزای دوارۆژ، ئەم شێوازە ئاراستەکراوە، کاریگەریی دەروونی چارەسەریشی لای تاکە ناچوون یەکەکان هەیە، چونکە توخمە زەینییە هەمەجۆرەکان لەوانە خودی باڵا Supereqo[٥٥] لە کەسێتی تاکە دوودڵەکانو بەهێزکردنی هەستکردنی خود لە بەرپرسیارێتی، لا دروست دەکا.

ڕۆڵی مرۆناسیی پزیشکی لە بواری چارەسەرکرندا بەم جۆرە دەرئەبڕین:

١-مومارەسەو نەریتە کۆمەڵایەتییەکان لە دەروونی خەڵکدا جێگەو ئاراستەیەکیان لە چارەسەری هەندێ نیشانەو نەخۆشیدا هەیە کە مرۆڤ تووشی دەبێ. باشترین بەڵگە لەسەر ئەوە هەندێ لەو نەریتانە بەهرەو دانراوی ئەدەبی پەند ئامێزیان سەبارەت بە کاروبارە میللییەکان هەیە،

لەوانە چارەسەری میللی، جادووکردن، وەرگرتنی ڕای دەوروبەر، بۆ سەرکەوتووترین چارەسەری نزیك.

کەواتە کارلێکی تەواو لە نێوان ئارەزووی نەخۆش بۆ چارەسەرکردنو نەریتە کۆمەڵایەتییەکاندا هەیە کە لە بیروباوەڕە میللییە باوەکانەوە سەریهەڵداوە.

٢-هەندێ لەو باوەڕو پراکتیزانە بە ئامرازی چارەسەریی سەرکەوتوو دائەنرێن، بە تایبەتی لە چارەسەرکردنی هەندێ نەخۆشی سادە وەکو ئارامبەخشی دەروونی.

٣-دۆزینەوەی ئەم مومارەسەو باوەڕە میللییانەو ئاراستەکردنیان بە شێوەی ڕاستو دروستو هەوڵدان بۆ لابردنی ئەو نەریتە کۆمەڵایەتییە ناشایستانەی ئەبنە هۆی ئەو نەخۆشیانە ئەرکی سەرشانی مرۆڤناسە پزیشکییەکانە، لە ڕێگەی تۆژینەوەی نێوان کەرەستەکانی چارەسەری خۆماڵیو چەمکی نەخۆشی کە لە شێوازە کەلتووریو عەقیدەییەکانەوە سەریهەڵداوە کە کردەوەو چالاکیو چەمکە باوەکان بە دەوریدا ئەسووڕێنەوە، تاکو بە پێی شێوازەکانی خۆپاراستنو چارەسەرکردن لە لایەن (مەبەستدارێتی) کۆمەڵگەوە سنووردار بکرێت.

هەواڵنامەی کتێب

٤-تێگەیشتن لەم فاکتەرانە بە (گەیشتەو دەرهاویشتەوە) بوار لە بەردەم نەخشەدانەری تەندروستی گشتی خۆشدەکات، چاودێری تۆژینەوەی مرۆناسییە پزیشکییەکان بکات، کە ئاسانکاری لە پراکتیزەکردنی ئەم نەخشانەدا دەکاتو سەرکەوتن بەدەست دێنێو هاریکاریو سەرخستنی هەموو هەوڵە دیاریکراوەکان لە ئەستۆ دەگرێ، تاکو مەبەستەکانی لە گەشەسەندنی کۆمەڵگەو خۆشگوزەرانی مرۆڤدا بەدەستبێنێ.

هەوالنامەی کتێب

# بەشی سێیەم
## دیدگای ئەنترۆپۆلۆژی بۆ تەندروستیو نەخۆشی

دیدی ئەنترۆپۆلۆجی بۆ تەندروستیو نەخۆشی لە سیاقە ئیکۆلۆجیو کەلتووریو کۆمەڵایەتیەکەیەوە، وەکو فاکتەرێکی کارا لە دیاریکردنی واقعی تەندروستی کۆمەڵەکانو گەلان باسی لێوە دەکرێ.

ئاراستەی ئەنترۆپۆلۆژی بە شیتەڵکردنی وردی پێکهاتە ژینگەییو کەلتوورە کۆمەڵایەتییەکان (نەریتو بەهاکان) و مومارەسەی تایبەتی ڕەوشتی تاك کە ملکەچی ئەوانە، کۆتایی دێ. هەروەها پێوەندی هەموو ئەمانە بە کارلێکی سروشتی نێوان خەڵك- تاکو کۆمەڵو ژینگەی سروشتی، و کاریگەریی لەسەر تەندروستیان لە ڕووی جەستەییو دەروونیو زەینییەوە[٥٦] کە پێشتر بە وردی لە هەردوو بەشی ڕابردوودا لێی دواین، بەهێزە. ڕۆشنگەری ڕۆڵی دیاری لە بەخشینی مانای دیاردەو شتەکان هەیە، لەوانە تێگەیشتن لە تەندروستیو نەخۆشیو

هەواڵنامەی کتێب

چارەسەرکردن بە پێی باوەڕە کەلتوورییە کۆمەڵایەتییە ڕێکخراوو زیندە چالاکییەکان کە زانستی فاکتەری ناوەند (عامل الوسيط) ئەسەپێنێ کە خۆی لە نێوان نەخۆشی (کە پێویستە چارەسەر بکرێ) لەگەڵ ڕەوشتی مرۆڤ، کە فێر ئەکرێ چۆن بەرگری لە نەخۆشی بکات[٥٧]. ئەم فاکتەرە بە ئاڕاستە کۆمەڵایەتییەکان دەناسرێت[٥٨].

ئاراستەو شێوازە چارەسەرییەکان وەکو توخمەکانی کەلتوور:

ئەو کۆمەڵەی کە نەخۆشییەك لە نەخۆشییکان یان پەتایەك لە پەتاکانی تێدا بڵاودەبێتەوە، ئاراستە کۆمەڵییەك لەنێو خۆیاندا، بەرەو ڕووی ئەو نەخۆشییە، یان پەتایە، دروست دەکەن. ئەم ئاراستەیەش بەندە بە شارەزایی کەڵەکە بوو و کارتێکردنە کەلتورییەکانەوە. بەڵام بزاوتە جووڵەکەی لە بەرەنجامی هەڵوێستەوە وەردەگرێ، کۆمەڵو گرووپەکان شوێن شێوازە ڕەوشتیەکان دەکەونو کۆمەڵگە خۆی پێدەناسێنێ تاکو ئەبێتە بەشێك لە کەلتوورەکەی[٥٩]. مرۆڤ هەر لە سەروبەندی دروست بوونیەوە لەسەر زەوی تووشی نەخۆشیەیەکان بووە، بۆیە بەرامبەر بە وێستگە

مەترسیدارەکان کە هەڕەشەی لە تاکو کۆی کۆمەڵەکەی کردووەو کەلتوورەکەی خستۆتە مەترسیەوە، بە تایبەتی بە بڵاوبوونەوەی پەتاو درمەکان، لەبەر ئەوە کەلتوورو کۆمەڵگەکانی کەرەستەکانی خۆیان بۆ بەرەنگاری ئەم مەترسییە خستۆتە گەڕ بۆ وەستاندنی یان چارەسەرکردنی یان خۆپاراستن لێی. گرنگترین شێوازەکانی دەرمان‌و جادووگەری بووە، بۆیە کەلتوورەکان دۆزینەوەو گەشەپێدانی شێوەکانی مامەڵەکردن لەگەڵ نەخۆشیدا خستە بەرچاو، ئەویش بە کاری نوژداری ناسراوە. مومارەسەی نوشداری‌و شێوازەکانی بەشێکە لە کەلتوور لەهەر کۆمەڵێکدا[٦٠].

کەلتوور دەستکەوتێکە بۆ تاکەکان، لە بەشێك لە ڕەوشتەکان پێکدێ کە تاکەکانی کۆمەڵە کەلتوورییەکان فێری دەبێ‌و بەشداری تێدا دەکات، ئەوەی لە چارەسەری ئامادە بۆ کێشەکانمان پێشکەشی دەکات ڕۆڵی خۆی لە ڕێکخستنی هەر گۆشەیەك لە لایەنەکانی ژیانمان دەبینێ، هەروەها جۆرە ڕەوشتێکە پێشینەکان دایانهێناوە[٦١] و لەناویاندا ئاراستەو شێوازەکان لەگەڵ نەخۆشیدا مامەڵە دەکەن، بنەما کەلتوورییەکان سەرچاوەیان لە

ئاراستەکردنی ئەم ئاڕاستە و شێوازانە هەیە بەوەی کۆمەڵ لەسەری کۆکەو نەوەکان بە ئەزموون و هەوڵدان و زانیاری خۆیان بە ماوەیەکی درێژخایەن کۆیان کردۆتەوەو لە ئەنجامی واقیعە ئیکۆلۆجی و مرۆڤایەتیەکانەوە بۆ ئەم مەبەستە وەریان گرتووە.

## زانستی پزیشکی چۆن بۆ مرۆڤ ئامادەکراوە؟

دوای ماوەیەکی زۆرو ئەزموونێکی تاڵ و شارەزاییکی کەڵەکەبوو مرۆڤ درکی بەوە کرد، کە فاکتەری جیاواز بۆ حاڵەتەکانی نەخۆشی هەیە کە تووشی مرۆڤ دەبێت. لەو فاکتەرانەش، فاکتەری سرووشتی، ڕۆڵێکی دیاری هەیە وەکو قرچەی گەرماو سەرمای جگەربڕ یان بە هۆی جیاوازی کتوپڕ لە نێوانیاندا، دروست دەبێ.

هەندێ جار هۆکارەکانی خۆراکی یان ژیاری، یان ژاراوی بوونە، یان بە هۆی تووشبوونی مرۆڤ بە هەندێ ڕووداوی کتوپڕ وەکو شکاوی، برین، سوتاوی و شتی تر[٦٢] هەندێ جاریش هۆکارەکان نادیارن و هەستیان پێناکرێت، ئەیگێڕنەوە بۆ هێزە

غەیبیەکان، سزا ئەدرێ یان تووشی بەڵای دەکا، یان بە گوێرەی دیدگای دونیایی تۆڵەی لێدەکاتەوە[٦٣] تێگەیشتنی بۆ نەخۆشی، جۆرەکانی بیرکردنەوەی پەیوەست بە دیاردەو هۆکانی نەخۆشی، ناسینەوەی ئەو ڕووداوانەیە کە لە ژینگەیەکی کەلتووری دیاریکراودا ئەدرێتە پاڵ دونیای نەخۆشی، لە ژینگەیەکی کەلتوری دیاریکراودا، گوایە توخمی کۆمەڵایەتی ڕۆژانەن، نەك فیکرو بیروباوەڕە نادیارەکان کە بە باڵای شارەزاو پسپۆڕەکاندا بڕاون[٦٤].

چەمکی نەخۆشی (وەکو پێیدا ڕەت بووین) جگە لە بەشێك لە وەسیلەکانی چارەسەرکردنی کە ماناو دەلالەتەکانی لە پێوەندی نێوان نەخۆشیو پێکهاتەی کۆمەڵایەتی وەردەگرێ، شتی تر نییە. بەوەش نەخۆشی لەگەڵ سیستەمی کۆمەڵایەتیدا یەکدەگرێ، ناتوانین وەکو دیاردەیەکی ژیاری- سرووشتی لە تۆژینەوە دابڕین، بەڵکو دوای فاکتەرە کۆمەڵایەتیو کەلتوورییەکەشی دەکەوێت.

مرۆڤی سەرەتایی هەوڵیدا ڕزگاری ببێ لەو نەخۆشییەی تووشی دێت یان بە برینداری پەکی دەکەوێت، یان ئازارێك پەکی دەخات، بۆیە هەوڵی

زۆری دا ئەوەی لە خاك بەردەستی دەکەوێ لە خۆڵ یان ڕووەك یان پاشەڕۆی گیانەوەر بە کاری بێنی، ئەمە سەرەتای کاری پزیشکیو چارەسەر بوو یان ئەکرێ بلێین مەعریفەی نووشداری[٦٥]. نەخۆشی تا چەند سەدەیەك کارێکی نادیار بوو ئەنجا بە چارەسەری جادووگەریو ئەفسانەوە بەسترایەوە.

لەگەڵ ئەوەشدا شێوازی ئەقڵانی بە پێی ئاسۆ مرۆڤایەتییەکەی لە چوارچێوەی زانستی ئەو دەمەدا ڕێگر نەبوو. بەڵام برینو ئەنگاوتنەکان لە کۆندا بە جۆرێك لە جۆرەکان بە ڕێگای ماقووڵ چارەسەر دەکران وەکو (تربنة)[٦٦]. بۆ هەندێ مەبەستی چارەسەرکردن پشتیان بە ڕووەك بەستووە، بەڵام جادووگەری بۆ ئەو نەخۆشیانە پێڕەو کراوە کە هۆیەکەی نەزانراو بووە[٦٧]. لە کۆمەڵی شێوازە فیکریو مومارەسە پزیشکییەکاندا ڕیتمێکی پزیشکی بۆ مرۆڤ ئامادەکراوە، پەیوەندی بەو نەخۆشییانەوە هەیە کە مرۆڤ تووشیان دەبێ[٦٨]. ئەم ڕیتمەش لەگەڵ ڕیتمەکانی پێکهاتە کۆمەڵایەتییەکاندا بۆ هەر کۆمەڵگەیەك بە پێی کەلتووری ئەو کۆمەڵگەیە یەکانگیر دەبێتەوەو سەرجەمگیری کارلێکی لەگەڵ دەکات.

## سەرەتاکانی گرنگیدان بە پزیشکی میللی لە ڕووی ئەنترۆپۆلۆژییەوە

زانای بەریتانی (ڕیفرز) لە کتێبی (نوژداری)، یان (پزیشکی میللی)، یەکەم کەس بوو لەسەر باوەڕی مومارەسە نوژدارییەکان لەنێو گەلانی دواکەوتەو نەخوێندەواردا نووسیو ڕێبەری کردنی بەستنەوەی نوژداری بە لایەنەکانی وەکو کەلتوورو سیستەمی کۆمەڵایەتی گرتە ئەستۆ[٦٩]. گرنگیدان بەم چەشنە پزیشکیە بەو بابەتە گرنگانە دائەنرێ، کە مرۆناسەکان کاتێکی زۆریان بۆ تەرخان کردو لەو کۆمەڵە تەقلیدییانەشدا ئەرکەکانیان پیادە کرد کە نوژداری میللی تێدا بڵاوە[٧٠] بەوەش مەعریفە سەرەتاییەکانی مرۆڤی سەرەتایی لە تەوزیف کردنی سەرچاوە مەعریفیو ژینگەییەکاندا، کەڵکی وەرگرتو کەرەستە پشت پێبەستراوەکانیش شێوەکانی خۆی لە سەرچاوە کانزاییو ڕووەکیو گیانەوەرییەکانو سرووتە ڕۆحییەکان کە شوێنەواری دەروونی لەسەر مرۆڤ جێدێڵێ بەشداری لە مومارەسە چارەسەریو خۆپارێزییەکان دەکات، بە

کورتی مەبەست لە چارەسەرکردن یان پزیشکی میللی، ئەو شێوازانەیە کە کۆمەڵە دواکەوتوو و نەخوێندەوارەکانو کۆمەڵگا تەقلیدییەکان پشتی پێدەبەستن، لەسەر ئەو بنەمایەکاری لەسەر دەکەن، کە مۆژدەی چاکبوونەوەی لە خۆگرتووە، بێ ئەوەی هیچ کاریگەرییەکی لابەلای لەسەر لەش هەبێ. زۆر ڕاچێتەی جیاواز لای ئەم گەلانە هەیە. لە شێوەی مەرهەمو گیراوە، هەندێ جار کرداری نەشتەرگەرییش بە شێوەی ساکارو سەرەتایی لەو دەمەدا بە ئەنجام گەیشتووە. نوژداری، وەکو تۆژینەوە ئەتنۆگرافییکان باسی دەکەن، زۆر جار ئەنجامی باشی بەدەستهێناوە، لای هەندێ کەلتوورو کۆمەلگەی شارستانی (وەك چینییەکان، هیندییە سوورەکان، دانیشتوانی دورگەی کینیای نوێ)، ڕەسیدێکی گەورەیان لە کاری نوژداری[٧١] لا کەڵەکە بووە.

ئەگەر نوژداری نوێ لە کۆمەلگە تازە پێگەیشتووەکاندا شوێن پێی خۆی کردبێتەوە، ئەوا مرۆناسەکانیش بۆ ماوەیەکی درێژخایەن گرنگیان بە لایەنی نوشداری ئەدا بێ ڕەچاوکردنی لایەنی ڕەسمی. ئەم لایەنە وەکو بابەتێکی بنەڕەتی بوونی

بابــــەتی تایبەتمەنـــــدی مرۆناســــە پزیشـــــکیەکان، هەرچــەندە گرنگیشــیان بــە پراکتیکــە نوێیــەکانی پزیشـــــکیو دامـــــەزراوە پزیشـــکییەکانی کۆمەڵگـــــە نوێییـەکان ئـەدا. هـیچ کـەلتوورێك لـە کـەلتوورەکان نییە، توخمەکانی پزیشکی میللی (نوژداری)یان لەخۆ نـــەگرتبێ، جیـــاوازی نێـــوان ئـــەم کۆمەڵگەیانـــەش مەســـەلەیەکی ڕێژەییـــە. کۆمەڵگـــە هاوچـــەرخەکان زیـاتر پشـت ئەسـتوورن بـە پزیشـکی نوێـوە، کـەمتر باوەڕیان بە کاری نوژداری هەیـە بـە پێچەوانەشـەوە ڕاســـتە. بـــەڵکو گەڕانەوەیـــەك هەیـــە بـــۆ پزیشـــکی دەوەنو گـژوگیاو تیمـارکردن بـە بەرهـەمی سروشـتی لە ژینگەدا، وەکو مرۆڤ پێش گەیشـتنی بـە پزیشـکیی نوێ بە کاری ئەهێنا، بەڵام دیدی کۆمەڵگەی نـوێ بـۆ ئـــەم شـــێوازە ئەوەیـــە، بـــە شـــێوازێکی دواکـــەوتوو مامەڵـەی لەگـەڵ دەکـات[٧٢]. ڕەنگـە ئـەم گەڕانەوەیـە لەســـەر ڕووی لاپـــەڕەو گۆڤارەکـــان بـــەدیی بکـــەین، ئـــەویش بـــە دەرخســـتنی بـــوارو تایبەتمەنـــدیی چارەسەرکردن بۆ هەندێ لەو گژوگیاو تیمارکردنانە، لـە دەروازەی ئەزموونگەرییـەوە. ئـەم واقعـە وای لـە زانایەکی وەکو (ئەکیرکخت) کە یەکێکە لـە دیـارترین ئـەو کەسـانەی کـە لـە بـواری مرۆناسـیی پزیشـکیدا

کاریکردووه بڵێ "ئێستا تۆژینەوەیەکی بەراوردکاری گەورە ئەکرێ بۆ نوژداریی سەرەتایی کە بەهایەکی گەورەی بۆ سەر مێژووی نوژداریو دەردەکان بە گشتی هەیە"[٧٣].

بە کردەوەش، هەندێ لە پسپۆڕانی کایە پزیشکیو دەرمانسازییەکانیش ئەو ئەرکەیان گرتە ئەستۆی خۆیان لە شێوازەکانیو مادە چارەسەرییە چالاكو بێزیانەکان، لە بەرهەمە پیشەسازییەکان — دەرمانو گیراوەکان- کە هەندێکیان زیانی لاوەکیو کاریگەریی لابەلای بۆ سەر نەخۆش هەیە. هەروەها نائومێدبوونی هەندێ لە تاقیگەکان لە دۆزینەوەی چارەسەری گونجاو بۆ هەندێ لە نەخۆشییەکان. ئەوەش وای خواست بە دوای تاقیکردنەوەی گەلاندا بچین، لەوەی کە تۆژەرەکان ڕەنێویان هێناوەو لە مومارەسەو شارەزاییان سوودمەند بوونە. ئەم گەڕانەوەیە، کە تۆژینەوەی بەراوردکاری لەسەر کراوە، بیرۆکەکەی (ئەکیرکخت) بەسەرماندا ئەسەپێنێ سەبارەت بە نوشداری سەرەتایی (میللی تەقلیدی) تاکو لە تێگەیشتنو پێوەندگی خۆمان دوورکەوینەوە[٧٤] ئەمەش داماڵینی بەهاو میتۆدە بابەتییەکانو دیدگا ڕێژەییەکە، ئەسەپێنێ تاکو

لەگـــەڵ ســـیاقە ئیکۆلـــۆجیو کۆمەڵایـــەتیو کەلتوورییەکـە بگـونجێ کـە دەسـەڵاتی بەسـەر مومارەسـە پزیشـکییەکاندا ئەشـکێو ئاراسـتە یـان پێشکەشی دەکات.

## چۆن لە نوژداری دەگەین؟

ڕەنگە دیارترین پێودانگی پێویست بۆ تێگەیشتن لـە نـوژداری، گەڕانـەوە بـێ بـۆ چـەمکی کۆمەڵگـەو کەلتوورەکەی کە تەندروستیو نەخۆشـی لـە هـەناوی خۆیدا هەڵدەگرێ، لێرەدا نموونەیەکی (ڕیفرز) کە لە سـێ کۆمەڵـە مەسـەلە دەدوێ دێنینـەوە، ئـەو گۆڕانکارییەی سەبارەت بە ڕەوشت ڕەچاوی کـردووە، بـە تایبـەتی ڕەوشـتی کۆمەڵـە تەقلیدییـەکان لـە بەرەنگاربوونـــەوەی نەخۆشـــیدا. بـــەڵام گۆڕانکارییەکانی ئاییندە[٧٥] پێی وایە تەنها ئاراستەی کۆمەڵـە بـەرەو جیهـان یـان دیـدگای بوونـەوەری (المنظـور الكـوني)[٧٦]. ڕیفـرز لـە هـەوڵی ئەوەدایـە هەرسـێ دیـدە بوونەوەرییەکـە لێك جیابکاتـەوە، لـە بەرامبەر هەریەکەشیان باس لـە شـێوازی ڕەوشـت لـە بەرەنگاربوونەوەی نـەخۆشیدا بکات، بەم جۆرە[٧٧]:

هەواڵنامەی کتێب

١-دیدی جادووبازی: ئەم بۆچوونە پێی وایە نەخۆشی بەرهەمی کردەوە جادووییەکانە، هەندێ کەس پێیان وایە هێندە نادیارەکان (غیبی) بڵاوی دەکەنەوە، بۆیە تەنها بە جادووگەری و بەختگرتنەوە، بەرەنگاری نەخۆشی دەبێتەوە.

٢-دیدی ئایینی: ئەم باوەڕە پێی وایە هێزە ڕۆحی و نادیارەکان، فاکتەری کتوپڕن بۆ نەخۆشییەکان، بە مومارەسە ئەخلاقی و ئاینییەکانیش ڕازی دەکرێن.

٣-دیدی سرووشتی: ئەم دیدە وای دەبینێ فاکتەرە سرووشتییەکان هۆکاری نەخۆشین، پەیوەندی هۆکاری لە نێوان دیاردە سرووشتییەکان و ڕوودانی نەخۆشیدا (ناوەکی و دەرەکی) هەیە، بە ڕەوشت و مومارەسە چارەسەر دەکرێ، ئامرازەکانی مومارەسەش پشت ئەستوورن بە چارەسەری دەرمانی و گیراوەو ڕاچێتە سرووشتییەکان بۆ ئەو نەخۆشی و کۆسپانە. لەسەر ئەو بنەمایە ئەبینین تێکەڵکردنێك لە نێوان هەموو قۆناغەکان بۆ ئەم ئاراستانە بوونی هەیە، بە واتایەکی تر، تێکچڕژانی چەمك و لێکدانەوەو ڕەوشت و مومارەسە ئاراستەکراوەکان بۆ چارەسەرکردن و خۆپارێزی،

لێرەدا پێڕەوکراوە، جادووگەر لەگەڵ پیاوی ئایینی، ئایین لەگەڵ سروشت، ڕەنگە لە کەلتووری کۆمەڵگەی خۆماندا بۆ نەخۆشیو باوەڕەکانی ئەو نیشانەیەمان پێکابێ کە دەڵێ، بەڵاو ئاشووبیی، خوا بە سەرمانیدا ئەدات (نبلوکم الخیر والشر، فتنە) ئایەتی قورئانی پیرۆز، هەروەها فاکتەرە سرووشتیو ژیارییەکان بۆ تووشبوون بە دەردو نەخۆشی وەکو هۆکاری ڕاستەوخۆ بوونی هەیە. بەڵام باوەڕکردن بە جادووگەری چارەسەرو لێکدانەوەی بە جۆرێکە گوایە دەستی ڕەشی هێزە غەیبییەکان وەکو جنۆکەو گیانە شەڕەنگێزەکان ئەو چارەسەرەیان لایە، هەرچەندە باوەڕداران فاکتەری نەخۆشیو کاریگەرییەکەی لایان ڕوونو ئاشکرایە، بەڵام کاریگەریی بنەڕەتی لە ڕێگەی ئەو کەلتوورەوە سەریهەڵداوە کە هیچ ئەندامێکی ئەو کەلتوورە ناتوانێ بە ئاسانی چاوی لێبپۆشێو چەمۆڵەی ئەو دیوەزمەیە لەسەر خۆی لابات.

ئەم جیاکارییە لە چارەسەریو خۆپارێزی کارە نوشدارییەکاندا هەڵقوڵاوی ناخی ئیکۆلۆجی، کەلتووری، کۆمەڵایەتییە کە (ئەکیرکخت) بەم جۆرە ڕوونی کردۆتەوە[٧٨].

١-نوژداری تەقلیدی یەك جۆر نییە، بەڵكو چەند جۆرێكە لە كاری پزیشكی تەقلیدی بە شێوەی جیاواز.

٢-ئەم جیاوازییانە زۆرجار لە ئاستی شێوەدا دەبن، بەڵام لەسەر ئاستی توخمو پێكهاتەكان زیاتر لێكدەچن‌و یەكانگیرن —چونكە شێوە پزیشكییەكان بە ژمارەیەك لە توخمی هاوبەش لەنێو خۆیاندا بەستراون، لە ڕووی چارەسەركردن‌و نەخۆشییەكان یان هەندێ توخمی كەلتووری لای ژینگە سرووشتییەكان، هاوشێوەن، هەرچەندە كۆمەڵگەكان جۆربەجۆر بن، جیاوازی لەسەر ئاستی جۆری پزیشكیی كە لە سەری دروستبووەو پشت بە سیاقە كەلتوورییەكەی دەبەستێ، نییە.

٣-سەرجەمگیری‌و پابەندبوونی توخمە پزیشكییە جیاوازەكان‌و بەستنەوەیان بە پێكهاتە كەلتوورییە گشتییەكە، بۆ كۆمەڵگە جیاوازە، بە جیاوازیی پێكهاتەی كەلتووریی كۆمەڵگەیەك بۆ ئەویدی بە پێی ئەو سنووربەندییانەی كە جۆری كەلتوورە باوەكە پێكدێنێ.

نوژداری میللی یان تەقلیدی‌و شوێن‌و ئەو بابەتانەی تر كە ئەچێتە خانەی باوەڕە

میللییەکانەوە، چەند وەزعێکی جیاواز وەردەگرێ لە لایەن بڵاوبوونەوەو مومارەسەوە. ئەم جیاوازییەش بە چەند فاکتەرێکی دەروونیو کۆمەڵایەتی، کەلتوریو ئیکۆلۆجییەوە پابەندە. نوژداری لە ژینگە دابڕاوەکاندا بە هۆی لاوازی لە پەیوەندیکردن بە دونیای دەرەوە، زاڵ دەبێ، هەرچەندە پەسەندکراو بێتو لە هەندێ شوێنی مەدەنیدا مومارەسە بکرێو هاوشان لەگەڵ پزیشکی نوێدا پێڕەو بکرێ سەرەڕای ئەوەش نوژداری کەمتر لە کۆمەڵگە شارنشینەکاندا کاری پێدەکرێ[٧٩].

## سنووربەندییە کاریگەرەکان لە شێوازی نوژداریو پرۆسەکردنیدا

نوژداری بە توخمو پێکهاتەو شێوازەکانییەوە، چەند سەدەیەکی لە تێڕامانی کارا، تیۆری زەینیی نەترسانە بەسەربردووە، بەوەی ئەزموونەکانی چەندەها بار جەختی لەسەر کراوەتەوەو تاوتوێ کراوە، جگە لە ڕاستگۆیی ئەم باوەڕو تیۆرانە، ڕێکەوت هەندێ جار ڕۆڵێکی گرنگی لە دۆزینەوەی تایبەتمەندی ئەو توخمو مادانە بینیوە دواتر وەکو مادەیەکی پزیشکی دەوستاو دەست دەکاتو وەکو

شێوازێکی چارەسەری یان خۆپارێزیی باو پشتی پێدەبەسترێ.

نموونەی ئەوەش ئەوەیە کە نوژداری عەرەبی (اسحق بن حنين) باسی لێوە دەکات، دەڵێ ژنێك تووشی نەخۆشییەك بوو، پزیشکەکانی هاودەمی خۆی نائومێد بوون لە چارەسەرکردنی، هەروەها ئەڵێ بە رێکەوت چنگی لە رووەکی (راسن)[٨٠] گیربوو، لێی خواردو چاکبووەوە، ئەنجا لەسەر خەڵکی تر تاقیکردەوە هەمان ئەنجامی دەستکەوت. بەم جۆرە خەڵك ئەم دەرمانەیان ناسی کە چاکەو بەکاریان هێنا.. هەر بەو جۆرە مرۆڤی سەرەتاییش. ناوی ئەو دەرمانەی ئەزبەردەکرد کە لێی سوودمەند دەبوو یان خەڵکی تر سوودی لێدەبینی لەو نەخۆشییانەی کە تووشیان دەبوو. هەروەها ئەو دەرمانانەش کە چالاك نەبوایەو زیانبەخش بووایە رەفزی دەکردەوە، نوژداریو دەرمانسازی هونەری چارەسەرکردن هاتە کایەوە[٨١].

لیڤی شتراوس رۆڵی ئەزموونگەریو گەرانە خۆویستەکانی بە دوای کەرەستەو مادەکان بۆ مەبەستی پزیشکی، پشتڕاست کردەوە، لە هەندێ لە وتارەکانیدا[٨٢] ئاماژە بەوە دەکات چەند بە خێرایی

بەکارهێنانە پزیشکییەکەی ئەو نەمامەیان دۆزییەوە، کە لە دونیای نوێوە بۆ فلیپین گواستیانەوەو پەروەردەیان کرد، بە هەمان شێوە کە لە دابونەریتی مەکسیکدا پێڕەو کراوەو بۆ هەمان مەبەست بە کاریان هێناوە.

هەروەها شتراوس شایاتحاڵی یەکێ لە زاناکانی زیندەوەرزانییە لە لێکدانەوەی ئەم دیاردەیەدا ئەنووسێ، ئەو ڕووەکانەی کە قەدو گەڵاکەیان تاڵە لە فلیپین بۆ چارەسەری ئازاری گەدە بەکاری دێنن. هەر کاتێ ڕووەکێك بدۆزنەوە هەمان ئەو تایبەتمەندییەی هەبێ، یەکسەر دەیخەنە سەر تاقیکردنەوەکەی خۆیان. چونکە زۆربەی خەڵکی فلیپین خەریکی تاقیکردنەوەی ڕووەکەکانن‌و هەر خۆیان زوو درك بە ڕێگەی بەکارهێنانی ئەو ڕووەکانە دەکەن کە لە دەرەوە پێیان دەگات، ئەوەش پێوەرێکە بۆ ئەو جۆرە ڕووەکانەی کە لە کەلتوورەکەیاندا ئەیناسن.

تۆژەرەوەکان ئەو ڕۆڵەی کە پرۆسەی پێگەیاندنی کەلتوورو بە کۆمەڵایەتیبوون، ئەیگێڕێ بە هەدەر نادەن، لە پاراستنی ئەو شتەی پەیوەندی بە نۆژدارییەوە هەیە، لە شێوازو ناخ‌و چەمکەکان

ئەوەی کە لە کۆمەڵگە لە میانەی زنجیرە کەڵەکەبووە درێژخایەنەکانـدا بـۆ فاکتـەرەکانی پێشـوو، گرنگیـی خۆی هەبووە.

## کاریگەریی کارلێکی مرۆیی- ئیکۆلۆجی سەبارەت بە نوژداری وەکو فاکتەرێکی سنوردار

لە گرنگترین سنووربەندە کاریگەرەکانی نوژداری، کارلێکی نێوان مرۆڤ و ڕیتمی ئیکۆلۆجییە. سەرچاوە ژینگەییەکان لە گژوگیای پزیشکیو بەردی پیرۆز، لم پێکـدێت، ئەمانـە نـاتوانن بـە تـەنها نەخۆشـەکان چاکبکەنەوە، ئەگەر کارامەیی مرۆڤی لەگەڵدا نـەبێو مامەڵـەی لەگـەڵ نـەکات. کارامـەییش بـەبێ بـوونی سەرچاوە سرووشتییەکان کە مامەڵەی لەگەڵ ئـەکاو ملکەچی دەکات بۆ بەکارهێنان، هیچ بەهایـەکی نییـە بـە چاوپۆشـین لـە مـەودای ڕاسـتو دروسـتی ئـەم بەکارهێنانـە یـان بـەکارهێنانی هەڵـەی ئـەم سەرچـاوانە. کـارلێکی نێـوان شـارەزایی مـرۆڤ و سەرچـاوە ژینگەییـەکان لـە جـۆرو کەرەسـتەی بـەکارهێنان، لـە پیـادەکردنی کـاری نوژداریـدا

هەواڵنامەی کتێب

مومکینە. شارەزایی کەلتوور بەهێز دەکات، کەلتوور خۆشی شارەزایی دەدات. بۆ نموونە ئەگەر ڕووەك یان چەند سەرچاوەیەکی گیانەوەری تێکەڵ بکرێو چەند مادەیەکی تری وەکو ماستو هەنگیوینی تێبکرێو دوای کوڵان بدرێتە نەخۆش، ئەوا شێوازی چارەسەرکردن، کاراترو کاریگەرتر دەبێت[٨٣].

مرۆڤ لە نێوان کارامەبوونو ژینگەدا لە سنووری خۆی ناوەستێ، بەڵکو ئەکشێ تاکو لە هەموو توانا ژینگەییو مرۆڤییەکانی تر سوودمەند دەبێ. هەندێ جار لی گەرم لە چارەسەری هەندێ نەخۆشیدا بەکاردەبرێ، هەندێ جاریش بەرد لە چاکبوونەوەی هەندێ نەخۆشیدا بەکاردەبەن وەکو ڕەژووی بەردینو شیری ئەو گیانەوەرانەی کە ناخورێن وەکو شیری کەر لە چاکبوونەوەی هەندێ نەخۆشی وەکو هەوکردنی زمان بەکاردێت.

کەواتە خەڵك هەموو ئەو شتانە تاقی دەکەنەوە کە لەگەڵ یاساو ڕێساو نەرتیە باوەکان یەکانگیر دەبێتەوە، لەگەڵ پێودانگە کەلتوورییەکان، دەگونجێ پێش ئەوەی پەنابەرن بۆ کاری پزیشکی نوێ[٨٤].

گەلانی سیبەریا بەرهەمە سرووشتییەکان بۆ مەبەستی پزیشکی لە میانەی پێناسەی وردەوە، لە

میانــەی بــەهای تایبەتمەنــدەوە، لەســەر چــاودێری تایبــەت، بلیمــەتی، تێبــینی وردی وردەکارییــەکان، ئیشــکردن لەســەر جیــاوازیو بەراوردکارییــەکان، هـەموو ئـەم خەسڵەتانە لەسـەر نـەخۆشو پیشـەوەر یان نووژدارو بەهرەمەند یان لـە ڕێگـەی ڕێکەوتـەوە، پراکتیزە دەبێ.

هەندێ کۆمەڵگە پێیان وایە خـواردنی جاڵجاڵۆکە و کرمــی ســپی بــۆ چارەســەری نــەزۆکی باشــە، لای (یاقوتو ئەتلیمان) بەزی گوێرەکەی ڕەش بـۆ هـاریی سەگ (داء الكلب) بـەکاردێت، لای (ئۆسـیت) ڕووەکـی (وردان) ئەگەر ورد بکرێت یان زراوی مریشك ئەگـەر بخـورێ بـۆ دومـەڵو فتـق بـەکاردێت، لای ڕوس لـە سۆترکت کرمی سووری فلیقاوە، بۆ نەخۆشی جومگـە بەکاردێ. لای یاقوت زراوی ماسی جوڕی (زنجـور)[٨٥] بـۆ نەخۆشـییەکانی چـاو بـەکاردێت، (لای بۆریـات) ماسی سپیلکە[٨٦]، قرژاڵ ئەگەر بە ساغی بخورێـت لـە پەرکەمو هەموو نەخۆشییەك چاکمان دەکاتەوە (لای خەڵکی سیبەریا)، مەرگەی کۆتر بۆ چارەسەری کۆکە (لای بۆریات)، ئەگەر هەردوو قاچی باڵندەی تیلفۆس ورد بکەیت بۆ چارەسەری گازی سـەگ بـەکاردێ (لای قەوزاقەکان). ئەگەر شەمشەمەکوێرە وشك بکرێتەوە

بۆ تا بەکاردێت (لای ڕووسەکان لە ئەلطای)، گەلی بۆریات پێی وایە گۆشتی ورچ ٧ جۆر نەخۆشی چارەسەر دەکات، خوێنەکەی ٥ جۆر نەخۆشی، بەزەکەی ٩ نەخۆشی، مێشکی ١٢ نەخۆشی زراوی ١٧ نەخۆشی، مووەکەی ٢ نەخۆشی چاکدەکاتەوە.

هەروەها لیڤی شتراوس ئاماژە بەوە دەکات کە ڕەگەزە گیانەوەری و ڕووەکییەکان نەناسراون بەوەی سودبەخشن بەڵکو وا وەسف کراون یان کراون بە بابەتێکی گرنگ چونکە لە سەرەتادا بابەتێکی مەعریفی بوون.. لەبەر ڕووناکی ئەوەی کە ڕابورد، ئەو فاکتەرو سنووربەندییانەی کە کاریگەریی لەسەر مومارەسەو ئەو شێوازانە هەیە کە نوژداری پشتی پێدەبەستێ، بەم جۆرە کورت دەکەینەوە:

١-فاکتەری ژینگەیی: بە بوونی سەرچاوە سرووشتی، کانزایی، ڕووەکی و گیانەوەرییەکانەوە، سەرچاوە دەگرێ.

٢-خۆشویستنی پیشەکە یان ئارەزووی فێربوون و خۆهەڵقورتاندن.

٣-ئەزموون و شارەزایی پێشوو و زانیارییە کەڵەکەبووەکان و ئاسۆی زەین فرەوانی.

٤-فاکتەری ڕێکەوت و خواستن و دۆزینەوە.

٥-چەمكو باوەڕو ئەو دیدانەی کە کۆمەڵ سەبارەت بە نەخۆشیو تەندروستی باوەڕی پێیەتی.

٦-ڕیتمی پزیشکی کە لە هەناوی کەلتووردایە، بەشێکە لێیو بە توخمەکانی کاریگەرەوە ئەرکی بونیادنان لە ئەستۆ ئەگرێ.

٧-نەریتەکانی خواردنو شێوازی خۆراك.

## نوژداری لە نێوان زانستو نووشتەگەریدا

ئەکیرکخت ئەڵێ: (بۆ تێگەیشتن لە نوژداری سەرەتایی، پێویستە دوورتر لە پێودانگو تێگەیشتنی خۆمان هەنگاو هەڵێنین)، ئەم دەستپێکە ڕێسایەکی میتۆدی دەگرێتەخۆ، داوا لە تۆژەرەوەکان دەکا بۆ داماڵینی بەهاو دیاردەو هەڵوێستە کەلتووریو کۆمەڵایەتییەکان، لەبەر ڕۆشنایی واقعو کاری نوژداری، ئەگینا ئەو بڕگانەی لە بەهاو پێودانگو تێگەیشتنی کۆمەڵگەکانیانەوە دەرئەچێ، بە پێچەوانەی واقعو دیاردە لێکۆڵراوەکان بڕیاری لێئەدرێ.

هەواڵنامەی کتێب

ئەگەر لەم سەرەتاگەیەوە دەستپێبکەین، ئەوا ئامانجمان لە نوژداری دەبێتە شێوەیەك لە نوشتەگەری یان نموونەیەك لە زانست، یان لە نێوانی هەردووکیاندا؟ نوژداری بەوە دەناسرێ، هەڵگری هەموو ئەو فیکرو بیروبۆچوونە تەقلیدیو باوەڕانەیە سەبارەت بە نەخۆشیو چارەسەرکردن، لەگەڵ هەموو ئەو شتانەی پەیوەندی بەوانەوە هەیە لە ڕەوشتو شێوازو ئەو مومارەسانەی پەیوەندی بە خۆپاراستن لە نەخۆشیو چارەسەرکردنی هەیە.

بە چاوپۆشین لە ڕێتمی ڕەسمی بۆ پزیشکی زانستی[٨٨]. زانا (یۆدر) ئاماژە بە دوو لقی بنەڕەتی لە نوژداری دەکا[٨٩] ئەوانیش:

١-نوژداری ڕوحی: بە (نوژداریی تەمومژاوی) یان (نوژداری ئایینی- سیحری) دەناسرێ، نووشتە (الرقی) جادوو (التعاویذ)، ورتە ورتو وشە پیرۆزەکان وەکو چارەسەری نەخۆشییەکان، بەکاردەهێنێ. ئەم جۆرە نەریتە دیدێکی ئاڵۆزی بۆ جیهان هەیە و لۆجیکی نییە (پێش بە زانستی بوونی).

٢-نوژداریی میللی سرووشتی: ناوی تر لە خۆی دەنێ وەکو نوژداریی ڕووەکی، نووژداری گژوگیا یان

نـوژداری زەیـنی. وەکـو کاردانەوەیـەکی خێـرا بـۆ وەڵامدانـەوەی مـرۆڤ بـۆ ژینگـە سروشـتییەکە کـە هەستکردنی مرۆڤ لـە چارەسـەری نەخۆشـیەکاندا لـە ڕێگـەی گـژوگیاو ڕووە کانزاکانـەوە مسـۆگەر دەکـات، هەرچـۆن ئەنـدامانی لەشـی گیانـەوەریش ئەخرێتـە کایەکەوە.

لـەم دەروازەیـەوە ئـەتوانین بڵـێین کـە نـاتوانین بڕیـار لەسـەر بـوونی دوو لایەنـەی کـاری پزیشـکیو چارەسەری میللی بدەین بەڵکو تێکـەڵبوون لـە نێـوان هـەردوو لایەنەکـە هەیـەو مومارەسـە ئـاییینیو سـیحرییەکان هاوکـات لەگـەڵ مومارەسـەو شـێوازە سرووشتیو زەینییەکاندا تێکهەڵکێش کراون.

هەنـدێ جـار بەسـەر کۆمەڵگـە میللییەکانـدا زاڵدەبێ هەندێ تۆژینەوە(٩٠) ئـامـاژە بـە بـوونی ئـەم پەیوەندییە دەکەن، لێرەدا هەندێ مادەی چارەسـەری میللـی هـەن کـە سرووشـتێکی کـانزایی، گیانـداری، ڕووەکییان هەیە وەکو قوڕو قووڕی وشك (الصلصال) و ئەنـدامی گیانـەوەر، میـزی مـرۆڤ، پیسـی مـرۆڤو گیانەوەر.

زۆر شـتی تـری لـەو بابەتـە لەسـەر ئاسـتێکی بەرفرەوان بۆ مەبەستی چارەسەرکردن بەکارهێنـراوە

لەگەڵ بوونی شێوازی تر وەکو خوێنبەردان Scarification، گەرماوی تەندروستی Hotbaths و مەلەکردن لە ئاوی کانزاییو ئاوی کانییە پیرۆزو بیرەکان، بەڵام ئەم کەرەستەو شێوازانە بە شێوەی سرووتو ڕێورەسمی ئاینی بەکارهاتووەو توخمە سیحریو ئاینییەکانی تریش بەشداری تیا کردووە وەکو نوشتەو جادوو و دووعاو سرووتە ئاوازییەکان (تراتیل).

ئەم بارودۆخە پسپۆڕەکانی هەژاندووەو پرسیویانە، ئەو چارەکردنەی لە ڕێگەی ئەم مومارەسەو شێوازو ڕەفتارانەوە بەدی دێت، ئەگەڕێتەوە بۆ کارتێکردنە ماددییەکە یان بۆ کاریگەرییە ڕۆحیو دەروونییەکان؟

## نوژداریی میللی ڕۆحی:

جادووگەری لە ڕووی تیۆریو پراکتیکەوە پشت بە چەند سرووتو فۆرمیۆلایەك کە کاریگەری لەسەر هێزەکانی ئەودیوی سرووشت هەیە، وەکو پاساوێك بۆ ڕووداوێك کە بتەوێ ڕووبدات یان نەهێڵێ ڕووبدات. ئەمەش لە دیدی پیرەوکەرانییەوە

کاریّکی لۆجیکییە، نموونەی یەکەم چەمکی دەردو ئەنجامەکانییەتی کە مرۆڤ لە ژیانیدا پیّڕەوی کردووە[٩١]، جادووگەری ڕۆڵیّکی دیاری لە بواری پزیشکی میللی، لە کۆمەڵگە تەقلیدییەکان هەیەو چارەسەری سحیری بەشیّکی زیندووە لە مومارەسە میللییەکانی نوژداری، بۆ ئەم مەبەستە بە نووشتە، جادوو، سرووتە ئاوازییەکان (تراتیل)، ئەستیّرەناسی، فیّشاتو مانا بەست کە ڕەنگدانەوەی کارلیّك پابەست بوونە لە نیّوان توخمە جیاوازەکانی کەلتووری میللی.

لە کاتیّکدا زۆرجار ناتوانین نوژداری یان پزیشکی میللی لە توخمە تیۆرییەکانو بیروباوەڕەکان وەکو سیحرو هیّزی غەیبی لیّك جیابکەینەوە. خەڵك پیّی باشە هۆی نەخۆشی بگیّڕیّتەوە بۆ هۆکارە سیحرییەکان، جادووگەرەکانیش بە شیّوازی خۆیان چارەسەری ئەو نەخۆشیانە دەکەن وەکو نەخۆشییە دەروونیو زەینییەکان، نەزۆکی، زاوانەبوون هۆکاری ئەم نەخۆشییانە بە هۆی کردەوە جادوویيو هیّزە شەڕەنگیّزەکانەوە ڕوودەدات، بۆیە چاکبوونەوەش بە ڕیّوڕەسمی نووشتەگەرییەوە بەدی دیّ، بە پیّی

پەیوەندی نێوان چەمکی تەندروستیو نەخۆشی کە لەگەڵ شێوازو چارەسەرکردندا بگونجێ.

دەستنیشان کردنی نەخۆشیو ناسینەوەی فاکتەرەکان یارمەتی شێخو نووشتەگەرانو جادووبازەکان ئەدا کە هەڵسن بە پێوانی حاڵەتی نەخۆشەکە بۆ زانینی هۆکاری نەخۆشییەکە (بەم پرۆسەیەش دەڵێن پێوەری شوێنەوار).

ئیتر هۆی نەخۆشییەکە هەرچییەك بێت وەکو ئیرەییو حەسوودی پێبردن، بە هۆی هێزی سەرووی سرووشتەوە، یان نەخۆشەکە لە لایەن جنۆکەوە دەستی لێوەشێنراوە، یان دێوەزمەی شاخدار کە رووحەکان خۆیانی تێدا ئەشارنەوە[٩٢]. رەنگە نەخۆشەکە چاکبێتەوە ئەگەر هۆیەکەی سیحر بێت یان جنۆکە دەستی لێوە شاندبێ یان حەسوودی پێبرابێ ئەویش لە میانەی رێورەسمی پزیشکی سیحرئامێزەوە، لە رێگەی رووحو هێزەکانی سەرووی سرووشتەوە، لە رێگەی خواردنی دەرمانو دەرمانە رووەکییەکان، دەرمانە گیانەوەرییەکان، دەرمانە کانزاییەکان، لە گەڵیشیا سرووتە نووشتەگەرییەکان، جادووگەری بۆ دەرپەڕاندنی رووحەکانو بە بەکارهێنانی سرووتی گۆرانیو سەمای سیحری —

هەواڵنامەی کتێب

وەکـو زار بـۆ نموونـە[٩٣]، تەبـەڕوك لـە لایـەن سـەیدەکانەوە، هـەروەها چـاککردنەوەی نـەخۆش بـە دەستی پیاوچاكو ئەولیاکان بـەڵکو تەنانـەت هەندێ گێلو گەمژەش ئـەو کارە دەکات، سـەردانی نـەخۆش بۆ سەر مەزاری پیاوچاكو ئەسحابەکان، هەروەها بـە فالگرتنـەوەو بەختگرتنـەوەو دوعـای دەمبەسـت (حجب وتعازیم)[٩٤] ئەگـەر پرسیارەکەی پێشوومان ئەوە بێ، ئایا ئـەو چاکبوونەوەیەی لـەم ڕێگایانـەوە بەدەست بێت بـۆ کاریگـەرە مادییـەکان یان ڕوحییـە توندوتیژەکان دەگەڕێتەوە، ئێمەش دەڵێین فاکتـەری ئـەو نەخۆشـیانە کەڵەکـەبوونی نەخۆشـییە دەروونییەکانە، دەوروبـەری نـەخۆشـەکەو هەلومـەرج بۆ ئەو نەخۆشییانە ڕەخساوە تاکو کاریگـەری لەسـەر ژیـانی نـەخۆش دانـاوە، زۆرجـار بەرژەوەنـدی هەڵچـوونە دەروونییـەکانو سـەرکەوتنی چارەسـەرە ڕووحییـەکان وای خواستووە، لای نـەخۆش وا پیشان بـدرێ توانـای سـەرکەوتنی نـووژدار یـان نووشـتەگەر زۆر بەرفرەوانە تاکو نەخۆشـەکە لـە نەخۆشـییەکەی دامـاڵرێو چـاکبێتەوە، لێـرەوە کاریگـەریی فاکتـەرە دەروونیو بیروباوەڕە ئایینیەکان لـە چارەسـەری ئـەم حاڵەتانەدا ڕوون دەبێتەوە.

هەواڵنامەی کتێب

هەندێ کەرەستەی نوژداریی میللی ڕۆحیو شێوازەکانی ئەو شێوازو کەرەستانەی لە کاری پزیشکیو چارەسەری ڕووحی لە ممارەسەو پێڕەوەکانیدا پشتی پێدەبەسترێ ئەمانەن:

١-مانا: هێزێکی نادیاری بەدەر لە سرووشتە، بە تەواوی لە هێزە مادییەکان دابڕاوەو بە شێوەی جۆراوجۆر کاریگەری هەیە ئیتر یان خێری پێیە، یان شەڕ. بە گوێرەی هەندێ بیروباوەڕ ئەم هێزە توانایەکی لە ڕادەبەدەر ئەخولقێنێ، گوڕێکی سیحرئامێزی دەداتێ، بۆیە کێ بیەوێ باری خۆی بخاتە ژێر ڕکێفییەوە، ئەوا هێزو شکۆمەندی ئەبەخشێتە ئەوانەی گوێڕایەڵی ئامۆژگارییەکانی بوونە[٩٥].

خاوەن ماناکان هەندێ کەسانی ئایینی سەر بە ئەسحابەو سەروەرانو یارانی خودان، لە عێراق خاوەن نیشانەی پیاوچاکیو شکۆمەندو باوەڕداران بە مانا لە نێوان پۆلیتیزییەکاندا بلاوە، ئەوان سەرچاوەی ئەم چەمکەن، هەروەها شامانیەکانیش باوەڕیان بەم چەمکە هەیە کە لە ئەسکیمۆو ئەمەریکای باکور ئەژین.

لــە کاتێکــدا شــامانەکان لــە پێشکەشــکردنی خزمەتگوزاری بۆ کۆمەڵگاکەیان لەسەر ئـەو بنەمایـە کاردەکـەن کـە نەخۆشــی لــە ئــەنجامی بزربــوونی رووحەوە پەیدائـەبێ، شـامانەکان بـە ڕێگای تایبـەتی خۆیــان رووح ئەگێڕنــەوە بــۆ جەســتە، ئەگــەر نەگەڕایەوە، ئـەوا نەخۆشـەکە بـەرەو مـەرگ دەڕوات، شــامان هەیبــەتو توانــای لەدەســت ئــەدات[٩٧] گەڕاندنەوەی ڕوح لە میانەی چـەند ڕێـو ڕەسمێکـەوە دەکرێ تـاکو تەنـدروستی بـۆ نەخۆشـەکە بگێڕێتـەوە ئەویش لە میانەی تف ڕۆکردنە دەمی نەخۆشەوە لـە لایەن شێخو سەیدەوە، یان دەسـتهێنان بەسـەرداو بـە بەرەکـەتی پیاوچـاك یـان لـە لایـەن جادووگەرانـەوە نــەخۆش چــاك دەبێتــەوە، زۆر مــەزار لــە عێــراقو نیشـتمانی عـەرەبو دونیـای ئیسـلامیدا هـەن ئـەم بیروبـاوەڕە میللییانــە لــەخۆ دەگــرێ، هەنــدێ لــەو مەزارانە چارەسەری هەندێ نەخۆشی دەکـەن لەوانـە هەردوو گومبەزی سـەیدەکانی عـەلی غـەربیو عـەلی شەرقی، تا ئێستاش باوەڕ بە تواناکانیان دەکرێ.

٢-نووشتە (التمـائم): Fetish: تـەنێکی سرووشـتیە یان دەستکردە، زیندووە، یان تـەنی ڕەقـە بـاوەڕ وایـە ئەم تەنە ئەتوانێ هێزێکی ناسرووشـتی بەدەسـتبێنێ،

هەواڵنامەی کتێب

ئەگەر ڕووح کاریگەری بەسەریەوە هەبێ، دواتر پێویستە ڕازی بکرێو بۆ مەبەستی جادووگەری بەکار دەبرێ، دوای ئەوەی پڕ لە ڕووح کراوە[٩٨].

چاوەزار (تمیمة) دەکرێتە قەد نەخۆشدا، تاکو نەخۆشیو شەڕ دەرپەڕێنێ، باوەڕکردن بەم ئامرازانە لە کەلتووروو کۆمەڵگە جۆربەجۆرەکاندا بڵاوە. میسرییە کۆنەکان نووشتەی فرەشێوەیان بەکارهێناوە، عبرییەکان بۆکسێکی بچووکی شێوەی قاپ قورئان (احجیە)یان هەڵگرتووەو دەقەکانی تەوراتیان تیا نووسیوەتەوە، خاچپەرستەکان خاچیان بەکارهێناوە، موسڵمانەکان میدالیای شێوە قورئان یان قاپ قورئانیان، بەکارهێناوە، نوشتەو چاوەزار شتی پیرۆزو دەقە ئاینیەکانی لەخۆگرتووە. چاوەزار مادەکەی جیاوازە، هندێکیان لە دانو ئێسكو پروسکی گیانەور دروستکراوە جۆری هەیە لە شێوەی پەیکەری بچووکدایە، هەروەها کوژەکە، قوماشی لە بنێشت گیراو، بەردی پیرۆز نەقیمی سەر ئەنگوسیلە کە باوەڕ وایە ژارو نەخۆشی دەمژێ.

خەڵکی بەغدا ئەم ئامرازانە بۆ هەندێ نەخۆشی وەکو کۆکە ڕەشە کە لە دەنگی چەرخەی ئاو (خنزیرە) دەچێت (بە جۆرێك دەنگی کۆکەکە ڕەقو

ناخۆشه) بەکاردەهێنن. ئەگەر منالەکە تووشی ئەم نەخۆشییە بێت ئەوا دایکی منالەکە لای پێلاو دروویەك پارچەیەك پێست لە شێوەی ئاسك دەبڕێ، لە ملی منالەکەی دەکات‌و هەموو ڕۆژێکیش بۆ ماوەی حەوت ڕۆژ لە کاتی زەردەی خۆراوادا دەیباتە لای قەسابێك کە پیشەکەی بە میراتی بۆ مابێتەوە تاکو شێوە ئاسکەکە بە چەقۆکەی دەستی برینداری بکات دوای تەواوبوونی حەوت ڕۆژەکە کۆکەکە نامێنێ وێنەی ئاسکەکەش لە سەرە ڕێگە فڕێ ئەدرێ[٩٩].

٣-دێوبەند (التعاویذ): تالیسم (الطلسم) بریتییە لە تەنێکی بچووك، نەخۆش ئەتوانێ بە ئاسانی هەڵیگرێ وەکو کوژەکەی شین، باوەڕ وایە دێوبەند کاریگەریەکی جادوویی هەیە، ڕەنگە سوودی هەبێ یان ئازار بەخش، ئەم تەلیسمە هێزو بەختێك لەگەڵ خۆی هەڵدەگرێ پێی دەڵێن چاوەزار (تمیمە) ئەویش بەوەی کە تاك ئەپارێزێ‌و پێی دەڵێن دێوبەند (حجاب) کە لە تەنگژەو مەترسییەکان دەیپارێزێ[١٠٠] لەم پێناسەیەوە ئەتوانین بڵێین لەگەڵ نووشتەدا نزیکە.

(سلیم) پێی وایە ئەم دێوبەندە شێوازێکی قسەکردنی ئامادەکراوە، مەبەست لێی ئەو کردە جادووگەرییانەیە بە شێوەی وشە یان ڕستە یان گۆرانیو لۆرە کە جادووگەرەکە بۆ مەبەستی دەستەبەرکردنی کاریگەریی سیحرەکە ئەیلێتەوە، دەستەواژەو گوزارشتی کۆن بە شێوەی چرپەو ورتە ورت کە ناڕوونەو هەندێکیان ڕستەی بێمانانو ئەینووسێتەوە تاکو ئەیخاتە نێو نووشتەیەکەوەو نەخۆشەکە بە شانی خۆیدا هەڵیدەواسێ[١٠١].

نووشتە بە پاڕانەوە لە خوداو ڕووحەکان دەستپێدەکاو بۆ دەفعی بەلاو نەخۆشی بەکاردێو لە کۆمەڵگەی ئیسلامی خۆماندا پاڕانەوەکان بە ئایەتی قورئانی لە نووشتەکانی تر جیادەکرێنەوە. تا ئێستاش نووشتەکردن لە کەلەپووری میللی خۆماندا دەستێکی باڵاو کاریگەری لای هەندێ کەسدا هەیە بە تایبەتی لای لادێ نیشنەکان. عەرەب نووشتەیان ناسیوەو لە سەرو پرچیان هەڵواسیوە لە کاری نۆژداریدا، لە نائومێدی ئاکامی خۆشەویستیدا، بۆ خۆپاراستن لە نەخۆشی بەکاریان هێناوە[١٠٢] عێراقییە کۆنەکان لە کۆنترین کەرەستەکانی چارەسەرکردنی دائەنێنو پێیان وایە نووژداری

پەیوەنـــدی بـــە کـــاری جادووگەرییـــەوە هەیـــە. لـــە کەلەپووری میللیمانـدا زۆر جـار جادووگـەرو سـەیدو مەلا لە ڕێگەی نووشتەو هەنـدێ جـار نـزای تایبـەتی تێدا دەنووسرێ نموونەی ئەوەش بەم جۆرەیە[١٠٣]:

أ-نــزای تایبــەت بــە سەرئێشــە (بسـم الله الـرحمن الـرحيم الحمـدلله رب العـالمين، والصلاة والسلام على سيدنا محمد خاتم النبيين، و على الـه وصحبه وسـلم اجمعـين، والحمـدالله رب العـالمين، ولـه مـايكن في الليـل والنهار وهو سميع العليم. الم تـر ربك كيف مـد الظل، ولو شاء لجعله ساكنا. بسم الله الـرحمن الـرحيم، ذلـك تخفيف من ربكم ورحمـة، بسـم الله الـرحمن الـرحيم، يريد الله ان يخفف عنكم وخلق الانسان ضعيفاً. بسـم الله الرحمن الرحيم، الآن خفف عنكم وعلـم ان فـيكم ضعفاً ولا حول ولا قوة الا بالله العلي العظيم).

ب-نوژداریی میللـی نـزای پێچـراوە بـەکاردێنێ بـۆ مەبەستی پزیشکیی گیانەوەریش.

د. محمد عبده محجوب ئەگێڕێتـەوە بـە ڕێکـەوت لە ماڵی یەکێ لـە نـووژدارە دەوارنشـنیەکان دەبـێ کـە (التجـاز)ی پێـدەڵێن، پیاوێـك هـاتو گازنـدەی ئـەوەی کرد کە مـەڕو ماڵاتەکـەی یـەك لـە دوای یـەك مـردار دەبنەوە. توجازەکـە لێـی پرسـی ژمـارەی فـەوتاوەکان

هەواڵنامەی کتێب

چەندە، ئەو ماوەیەی نێوان مرداربوونەوەی سەرێکی مەڕ لەگەڵ ئەوی تردا چەندە، ئەنجا شریتێکی باریکی کاغەزی دەرهانیو لەسەر نووسی:

"بسم الله الرحمن الرحيم (فسبحان الله حين تمسون وحين تصبحون) سبحان الله (يخرج الحى من الميت ويخرج الميت من الحى، ذلكم الله فانى تؤفكون) اعوذ بالله من الوباء، والوخم والاوجاع ومن الابيض والاسود والاهود، والحسود، وجنودهم، اخرج ايها الوباء والوخم بقدرة من يحيى ويميت" ئەنجا ئەم شێوەیەی خوارەوەی دروستکردو چەند پیتێکی لەناو دانا، هەندێ هێمای لە پاڵ پیتەکانەوە نووسی بەم جۆرە[١٠٤]: لەو پیتو هێمایانەی کە زۆرتر بۆ مەبەستی نووشتەکە نووسران: (محروح، طمح، ذوولهم، عسس، معصص حم عسق، جگە لەو ژمارەو شێوەو هێمایانەی تر، ناوە دیارەکانی خودای گەورەی نووسی.. هتد

| | | |
|---|---|---|
| ب | ط | ر |
| ز | ه | ج |
| ر | أ | ح |

هەولێرنامەی کتێب

٤-شێوازی تر: نزاکردنو حاڵ لێهاتن Hymns لەو شێوازانەیە نووژداری میللیو تەقلیدی، لە میانەی خوێندنەوە ئاوازدارەکانەوە، کە پاڕانەوە لە خوا یان لە خواوەندەکان یان لە هێزەکانی سەرووی سرووشتن، پشتی پێدەبەستێ.

لای ئەو گەلانەی کە خوای تاکو تەنیا ناپەرستن، بە زیکرەوە نزای بەزەیی پیاهاتنەوە لە خواوەندەکانی خۆیان دەخوێننەوە، داوا دەکات لە خەم بیڕەخسێنێ، نەخۆشەکەی چاکبکاتەوە، ئارەزوویەکی بەدی بێنێ نزاو زیکرە ئایینیەکان، گرنگیەکی گەورەی لای گەلان هەیە، پیاوی ئایینی زیکر دەکات لە کۆمەڵگەکانی ئەسکیموۆ لایەنەکانی شامان یان قەشە لە بۆنە دیاریکراوەکاندا بەشداری تاکەکانی کۆمەڵ دەکا (وەکو کۆرس)، کۆرسەکە لە کەشو هەوای سەماو زیکردا Circumambulation بە دەفو تەپڵ لێدان دەچێتە ناو سرووتە ئاینییەکانەوە نموونەی ئەو سرووتانە زیکری دەروێشەکانە[١٠٥]. ئاهەنگەکانی (زار)یش لە هەندێ کۆمەڵگەدا تایبەتە بە ژنان، هەندێ جار شێوازی لێدانی لم بەکاردێ. لم لێدان، ئەوەیە نەخۆشەکە دەستی لەسەر لم دائەنێ، بەوەش شێوەی ناولەپی

لەسەر لەكە نەخش دەبێ، نۆژدارەكە یان بەختگرەوەكە جۆری نەخۆشییەكە بزانێ ئەنجا حەوت مووروو بە شێوەی بازنە دەكاتە دەستی، ئەنجا چاوی نەخۆشەكە دەنووقێنێ تاكو نهێنی نەخۆشییەكە بزانێ (كە زۆرجار ئیرەیی پێبردنە). ئەگەر دەركەوت نەخۆشییەكە ئیرەیی پێبردنە ئەوا نۆژدارەكە پارچەیەك گەڵا دێنێو لە شێوەی ژنێكدا دەیبڕێت ئەنجا گەڵاكە بە دڕك كون دەكا، لەگەڵ ناوهێنانی ئەو كەرەستانەی كە هۆی حەسوودی پێبردنەكەیە، دوای ئەوە گەڵاكە دەسووتێنێ بەوە بە باوەڕی خۆی نەخۆشەكە چاكدەبێتەوە[١٠٦].

ئەو نموونانەی لە بارەیانەوە دوا چەند شێوەیەكی نۆژداری ڕۆحی ڕووندەكاتەوە كەنۆژدارە میللییەكان لە پیاوانی ئایینی خاوەن توانا لە ڕادەبەدەرەكان، وەكو سەیدو پیاوچاكانو هەندێ جادووگەر هەڵئەسن، هەندێ جار ئەم نموونانە نزاكردنەكەیان هیچ هۆیەكی زەینی سرووشتی تیا بەدی ناكرێ. تۆژینەوە نوێیەكان ئاماژەیان بە كاریگەری فاكتەرە دەروونییەكان سەبارەت بە خوڵقاندنی ئامادەگییە وابەستەكان بە چاكبوونەوەی باری تەندروستیەوە بۆ هەندێ نەخۆشی بە تایبەتی

ئەوانەی تووشی نەخۆشییە دەروونیو دەروونی-جەستەییەکان (Sychomatic) بوونە، بەڵام مومارەسەکانی تر مۆرکی جادووگەرییو فرتوفێڵ تێیدا زاڵە، لە میانەی گاڵتەکردن بە ئەقڵو هۆشی مرۆڤە ساکارەکان. لە ڕاستیدا ئەم مومارەسانە هەندێ وەزیفەی کۆمەڵایەتیو تەندروستی لە بەرژەوەندی کۆمەڵ لە ڕووی خۆپاراستنو چارەسەرکردنەوە جێبەجێ دەکات، بەڵام بۆ نەخۆشییە ئۆرگانیو فیزیکییە تەمومژەکان کاریگەریی لابەلای ترسناكو زیانبەخشی لێدەکەوێتەوە. ئەو مومارەسە نوژدارییانەو هاریکاری ئەو مومارەسانەو ئاراستەکەری ئەم مومارەسانە کە باوەڕی بە پێویستی کەلتووری کۆمەڵایەتی هەبێ لە میانەی ئەو مومارەسەکردنەوە، ئەوا پێویستیە مرۆڤایەتییە بەرفراوانەکان بەدەستدێنێ. بەڵام ئەو مومارەسانەی کە بە جادووگەرییەوە پەیوەستن، ئەوا بەسەر شێوازو ڕەوشتی ئەو تاکە جادووبازەوە پراکتیزە دەبێ کە لەو کۆمەڵانەدا سەریان هەڵداوە، کە کۆمەڵی سادەو ساکارو ساویلکەن، وەکو خەڵکی لادێو گەڕەکە میللیەکان. ئەو جادووبازانە کتوپڕ دێنەسەر سینگی کۆمەڵگە، چونکە سیاقە

کەلتوورییـــــــەکان زۆر ســــــیمای ئەقلانییـــــەتی لەخۆگرتووە، بەڵام ئەوان بەدەر لەو سیاقەن‌و فیکرو بیرکردنـــــەوەیان لەگـــەڵ ڕێـــڕەوی پێکهاتـــە کۆمەڵایەتییـەکانی ئـەو کۆمەڵگایـەدا یەکناگرێتـەوە، بۆیە لە ڕاستگۆیی دایئەماڵێ، چونکە پێچەوانەی ئەو ئاکـارو ڕەوشـتانە ڕەفتـاری کـردووە، کـە سـیاقە کەلتوورییەکان بڕیاریان لێداوە. ئـەو سیاقانەش زۆر لە زانستەوە نزیکن، نـەك لـە کاری جادووگەرییـەوە، بە تایبەتی ئەگەر زانیمان جادووگەری بە سیاقەکانی خـۆی نموونەیەکـە لەزانسـت‌و هۆشمەنـدی کـە بـە ئـەزموون‌و تاقیکردنـەوە بـەدی هـاتووە، ئەگەرچـی لایـەنی پـۆزەتیف بێـت، بـەڵام ئـەوان ئـامرازی کـاراو چـالاکیان بـۆ گەیشـتن بـە مەبەسـت لـە دەسـتداوە، کەرەستەکانی بیروباوەڕیش پرۆگرامە نەك فرتوفێڵ.

هەواڵنامەی کتێب

## دەرمانە میللییەکانو بنەما کەلتووریەکانی

هەموو کۆمەڵگەیەکی کۆن، ئەزموونو کارامەیی خۆی لە باوباپیرانەوە بۆ بەجێماوە، لە میانەی ڕاهێنانی کەلتوورییەوە. لەو شێوازە میراتگرییانە، شێوازی چارەسەرکردنی میللی بۆ ئەو نەخۆشییانەی کە بەرەنگاری مرۆڤ دەبنەوە، چونکە ژینگە نزیکترین سەرچاوەی داهاتی سرووشتی مرۆڤە، ئەگەر چارەسەرییە ڕووحییەکانی لێدەرکەین. ئەوا ژینگە سەرچاوەی چارەسەرکردنە سەرەتاییەکان بووە. ژینگەو دەوروبەر یەکەم بەرهەڵستیکەری مرۆڤ بووە، وەڵامدانەوەی مرۆڤ بۆ ئەم ژینگەیە لەسەر شێوەی تێگەشتنو شێوازێك بووە کە بتوانێ کۆنترۆڵی بکات. لەبەرئەوە هەرچی توانای زەینیو جەستەیی هەبوو لە پێکهاتەی کەلتوورێکی سنورداردا خەرجی کردووە. مرۆڤ بە ڕادەی سادەیی کەلتوورەکەیو ئامرازەکەی وابەستە بووە بە ژینگە، ئەنجا مەبەستو ئامانجەکانی خۆی هێواش هێواش بەسەریدا سەپاند ئەویش لە ساتەوەختو هەلومەرجێکی دیاریکراودا.

مرۆڤ هەر لە سەرەتای دروستبوونیەوە ئارەزووی زانینی هۆیە نادیارەکانی کردووە، دیاردەی نەخۆشی چپەچپی مرۆڤایەتی بووە، لە میانەی هەوڵدانی بۆ فێربوون بە ڕاستی، بە هەڵەکردن، بە پەسەندکردنی زیانەکان تاکو توانی چەند چارەسەرێك بۆ نەخۆشییەکان بدۆزێتەوە لە ڕێگەی ئامانج یان ڕێکەوتەوە. چونکە لەگەڵ دەوروبەری خۆیدا کارلێك دەکات، لە ئەنجامی کەڵەکەبوونی ئەزموونو تێگەیشتنی خۆی بە تێپەڕبوونی سەدەکان چارەسەری یەکەمی دۆزییەوە. بەم جۆرە دەوروبەرو مرۆڤ یان مرۆڤو دەوروبەر کەوتنە بەربەرەکانێی یەکتر، مرۆڤ لە پێناو مانەوەی خۆیدا توانی وەڵامی گونجاوی دەوروبەر بداتەوە، بۆیە کەلتوورەکەی بە چەمكو شێوازی سیستەمەکان بەرفرەوان کردەوە.

کەواتە سیستەمی ئیکۆلۆجیو ژینگەی سروشتی ڕۆڵیان لە ئاراستەکردنو پێشکەشکردنی کەرەستەکانی چارەسەرکردن بۆ گەشەپێدانی کەلتوور بینی.

نوژداری یۆنانی (ابي قراط) لە ئامۆژگارییەکانی خۆیدا دەڵێ: (هەموو نەخۆشێك بە دەرمانی خاکەکەی خۆی تیمار دەکرێت) ئەم گوزارشتە ڕێك

لەگەڵ پێوەندی سیاقە کەلتووری و ئیکۆلۆجیەکانو بنەماکانیاندا دێتەوە، سەبارەت بە ئاراستەکردنی چارەسەرە سروشتییە گونجاوەکان بۆ نەخۆشی، بە شوێن ئەوەشدا ڕەنگە بنەما کەلتوورییەکان بۆ دەرمانی میللی بەم جۆرە:

## دەرمانی میللی لای کۆچەرەکان

ئیبن خەلدون کە کاری پزیشکی لای کۆمەڵەی شوانکارەکان باس دەکات، ئەڵێ، کاری پزیشکی زۆرجار تایبەتە بە چەند کەسێك کە لە پیرو دونیادیدەکانی پێش خۆیانەوە بە میرات بۆیان ماوەتەوە، ئەویش نە ئارەزووی خۆیانی تێدا بووە، نە هیچ ڕێسایەکی سرووشتیان بۆ ئەو مەبەستە پێڕەو کردووە(١٠٧).

هەروەها ئاماژە بەوە دەکات کە دەوارنشینەکان هەوڵ ئەدەن تەندروستی خۆیان بپارێزن نەخۆشی بە خۆراك و دەرمان چاکبکەنەوە، دوای ئەوەی کە بۆیان دەرکەوت هەموو دەردێك دەرمانی هەیە.

هەموو دەردێك دەرمانی لە گژوگیاو مادەی کانزایی و گیانەوەری بۆ دروست دەکرێ، بەڵگەشیان بۆ ئەوە تێکەڵکردنی دەرمانەکانەو کاریگەریی لەسەر

نەخۆشەکەش ئەو نیشانانەیە کە نەخۆش پەسەندی ئەکات[١٠٨].

هەندێ پێیان وایە، کۆمەڵگە شوانکارەکان لە ناوچە عەرەبیەکاندا، لەو شێوازانەی کە ئاستی تەندروستی بەرز دەکاتەوە بێبەشن. باوەڕیان وایە تەنها خودا خۆی نەخۆش چاکدەکاتەوەو خۆی توانای ژیانو مردنی هەیە ئەوانەی وا بیردەکەنەوە لە ژینگەیەکی ناتەندروست ئەژین، هەندێ نەخۆشی سنوردار بە هۆی نەبوونی گوێڕایەڵی تەندروستییەوە بڵاودەبنەوە[١٠٩] وەکو ئاوڵە (لە ڕابردوودا)، نەخۆشیەکانی پێست، سیل، مەلاریا ئەبنە هۆی مردن.

هەواڵنامەی کتێب

مامۆستا حامد الصراف لە بارەی پزیشکی میللییەوە یان نوژداری بەم جۆرە دەدوێ[١١٠]:

١-داخکردن: ڕێگەیەکی ناسراوە لای کۆچەرەکان هەندێ جار سوودبەخشەو هەندێ جاریش ئەگەر داخکردنەکە جێی مەبەست نەپێکێ ئەوا زیانی لاوەکی لێدەکەوێتەوە.

٢-شیرخواردنەوە: بە تایبەتی شیری وشتر باوەڕیان وایە هیچ خواردنو خواردنەوەیەك ناگاتە شیری وشتر.

٣-خواردنەوەی شلەمەنی: ئەم کردارە بەوە دەبێ، نەخۆش پێش ئەوەی قاوەڵتی بکات، کوپێك ئاو لەگەڵ خۆیدا ببات بۆ لای ئێسترەکەی، کلکی ئێسترەکە بکاتە ناو کوپە ئاوەکەوەو لە ئاوەکەی ڕاژەنێ، ئەگەر بەو کوپە ئاوە چاکبووەوە ئەوا وازی لێدێنێ ئەگەرنا کوپی دووەمو سێیەم تاقی دەکاتەوە تا دەگاتە مەبەست.

یەکێ لە وانەی گرنگییان بە نوژداری دەدات ڕووداوێك دەگێڕێتەوە لە دەشتی سەماوە بە چاوی خۆی بینیویەتی، کاتێ هاوڕێیەکی لە کاتی میزکردندا ئازارێکی بەسۆ تووشی دێت، خۆی پیشانی پزیشکەکان دەدات پێیدەڵێن بەردی گورچیلەی هەیەو ئەبێ بە نەشتەرگەری بەردەکەی بۆ دەربێنن. ئەویش لە ترسی نەشتەرگەری گازندەی خۆی دەباتە لای نوژدارێکی کۆچەری کە (صلیبی) پێدەڵێن لە دەشتەکانی تری عێراق (التجاز)ی پێدەڵێن. نوژدارە کۆچەرییەکە پێی وت هەندێك لە میزەکەت پێش قاوەڵتی کردن بۆم بێنە، ڕۆژی دووەم بە هەمان شێوە داوای میزی لێکردو تێی ڕاما، دوای ئەوە بە نەخۆشەکەی وت بەڵێ دەردەکەت چارەسەری لای منە، ڕۆیشت چەند نموونەیەك لە

گـــوڵی دەشـــتەكانی كـــۆكردەوە، لـــە مەنجـــەڵێكی پەستاوتو ئاوی تێكرد ئەنجا خستیە سەر ئاگرو كوڵانی، وای گوشینو پاڵاوتنی داوای لە نەخۆشەكە كرد هەندێكی لێبخواتەوە، هەموو ئێوارەیەك بۆ ماوەی سێ ڕۆژ تاكو لە ڕۆژی سێیەمدا لەگەڵ میزكردندا بڕێك بەردی ڕەقی فڕێدا، دواتر تەواو چاكبووەوە لەو ئازارەی كە ماوەیەكی زۆر بەدەستییەوە ئەیناڵاند[١١١]. خەڵكە كۆچەرییەكان چارەسەری (تا)یان تای گرانەتا (تیفوئید) بە دەنكە ڕووەكی شملی چارەسەر دەكەن، دەنكەكە دەهاڕنو تێكەڵی خواردنەوەی نەخۆشەكەی دەكەن تاكو (تا)كەی دائەبەزێ[١١٢].

لە دەشتەكانی لیبی- تونسی، كاتێ گیانەوەر ژاراوییەكان وەكو مارو دووپشك.. شتی تر هەن بەم جۆرە چارەسەری نەخۆش دەكەن كە مار پێوەی دەدا.

١-شوێنی پێوە دراو بە پەتێكی بەهێز دەبەستن بۆ ئەوەی ژارەكە ڕۆنەچێتە لەشی نەخۆشەوە.

٢-شوێنی پێوەدانەكە شەق دەكەن ئەم جارە خوێنی سەر برینەكە ئەمژنو ڕۆیەكەنەوە سەر ئەرز ئەنجا چەند دانەیەك سیر دێننو لەگەڵ چەند

دانەیەك خوێی زبر دەیكوتن و ئەیخەنە سەر برینەكەو ئەیپێچن، گوایە ناهێڵێ ژار بڵاوە بكات، ئەم پێچانەوەیە شوێنەوار لەسەر برینەكە جێدێڵێ و هەندێ جار پێست دەسووتێنێ.

٣-یەكێ لە بەختگرەوەكان (العزائم) یان تالع ڕوان دەستی ئەخاتە سەر شوێنی پێوەدانەكەو چەند ورتەیەكی لە دەم دێتە دەرەوە كە تایبەتە بەم حاڵەتی پێوەدانە.

٤-دیارە ئەم دەرمانە سوودبەخشە، بەڵام نوژدار هەڵئەسێ بەرخێكی نێر سەرئەبڕێ گەدەی بەرخەكە دەردێنێ، شوێنی پێودانەكە ئەخاتە ناوەڕاستی گەدەكە، ئەنجا شوێنە پێوەدراوەكە لەناو كیسەی گەدەكە بە تەواوی دائەپۆشێ، تاكو گەدەكە سارد ئەبێتەوە، هەندێكیان بەمەشەوە ناوەستن بەرخی دووەم سەرئەبڕن و گەدەكە بۆ جاری دووەم برینەكەی پێ ئەپێچنەوە، تا جارێكی تر سارد ئەبێتەوە. ئەوەی جێگەی سەرسووڕمانە گەدەی بەرخەكە شین هەڵئەگەڕێ، هێندەی نەماوە بۆگەن بكات، كرم لێی ئەدات، ئەنجا ئەیخەنە نێو چاڵێكی قووڵەوە تا گیانەوەری تر پێی ژاراوی نەبێت.

شوانکارە کوردەکان بۆ پێکهاتەی دەرمان بنەماو ڕێسایەك پیادە ئەکەن، کەمێك لە پێکهاتەی دەرمانی نوێ جیاوازە، لەوانە بە شێوەی گیراوە یان حەب یان کوڵاوی، گیراوەی تۆز، مەرهەم، بەستەر، چەورکردن، گۆزو جۆری تری داودەرمان کە لە تاقیکردنەوەی میللی کوردییەوە، بەرهەم هاتووە. بەهەمان شێوە کوردیش کەرەستەی پزیشکی ڕۆحی لە میانەی هەندێ سەیدو شێخەوە، بەکاردەهێنێ. دەرمانگرتنەوە لای هەوارنیشینانی کوێستان لە ڕووەك و گژوگیاو، کانزاکان، فلزو گۆگردو نەوت و خوێ.. تاد دروست دەکرێ، بیری نەوت و کانی و ئاوی کانزاکان بۆ نەخۆشی پێست بەکاردێ، هەر لە کۆنەوە ئەم کانی و سەرچاوانە وەکو چارەسەرێك بەکارهاتووە جگە لە بەکارهێنانی خۆراك و گۆشت و ماست وەك و دەرمان بەکارهاتووە. سەرچاوەی ئاوی کانزاکان لە ناوچە شاخاوییەکاندا بەکارهێنانی زۆر بڵاوە، لە کوردەواریدا دەیان ئێسکگرەوەو نوژداری میللی لە لادێ و شارۆچکەکاندا هەن، زۆر بە کارامەیی شکاوی چارەسەر دەکەن، کاتێ لەو کەسانە دەپرسی ئەم پیشەیە لە کێ فێربووە، زۆربەیان ئەڵێن بە میرات بۆیان ماوەتەوە، هەندێکیان دەڵێن

هەواڵنامەی کتێب

پێشتر لە بواری گرتنەوەی شکاویی ئاژەڵاندا کاریان کردووە.

شاخی بەرانە کێوی بۆ خوێن بەربوون بەکاردەهێنن پێیان وایە، ئەم خوێن بەردانە لە پێویستیەکانی پاراستنی تەندروستییە بە تایبەتی لە وەرزی بەهاردا پێڕەوی دەکەن[١١٤].

چارەسەری میللی لە دەشتەکاندا تەنها لەسەر مرۆڤ پیادە نەکراوە بەڵکو ئاوڵەشیان تیمار کردووە بە تایبەتی وشترو مەڕ بەو سیفەتەی ئەو ئاژەڵانە سەرچاوەی ژیانو چالاکیی ڕۆژانەیانن. هەر بەو جۆرەش گیانەوەرەکانی تریان بەو کەرەستانەی کە لە دەوروبەر بە چنگی دەهێنن چارەسەرکردووە.

تاکو لە فاکتەرە ئیکۆلۆژیو کەلتووریو کۆمەڵایەتییەکان، توخمە چالاکەکان لە چارەسەری دەردو کێشەکانیاندا بەکاربێنن.

٢-دەرمانی میللی لای گوندنشینان (کۆمەڵە کشتوکاڵییەکان) دانیشتوانی گوندەکان شارەزاییەکی تەواویان لە پێشکەشکردنی وەسفەکاندا هەیە بۆ هەموو ئەوانەی خۆیانو ئاژەڵەکانیان، تەنانەت ڕووەكو بەرهەمە کشتوکاڵییەکانیان تووشی نەخۆشی دەبن. بە کردەی پەیوەندی بەهێز لە نێوان

نـوژداری لـە لادێو سـیاقی ئیکۆلـۆجیو کـەلتووری، لـەنێو بیروباوەڕەکانیانـدا هەیـە[١١٥]. نـوژداری وەکـو تـوخمێکی بنـەڕەتی لـە مومارەسـەکردنی هەنـدێ نەریتا وەکو منالبوون –بۆ نموونە لە میسردا- ژنـان هەندێ لە ڕووباری نیل یان ئاوەکەی دەخۆنەوە تـاکو بە ئاسانی منالیان ببێ[١١٦].

هـەروەها لـە لادێـدا کـاری پزیشـکی تێکـەڵ بـە نووشتە و جادوو دەکەن، لە میانەی لێکدانەوەی ئـەو نەخۆشـیانەی کـە هۆیەکـەی سـیحر بێـت، بـۆ ئـەوەی هەنـدێ نەخۆشـی لـەژێر کاریگـەریی سـیحرئامێز ڕزگـاری بێـت وا دەخـوازێ لەگەڵیـدا هەنـدێ چارەسـەری سرووشـتی وەکـو مـادەی کـانزاییو ڕووەکـیو گیانـەوەری کـە بـۆ کـاری چارەسـەرو تیمـارکردن بشـێ، بـەکاربهێنرێ. یـان بـۆ پاراسـتنی تەندروسـتی، کـەمێك لـە ئـەزموون، زۆرێـك لـە ئەفسانەو جادوو، کاریگەریی یان ئەکتیف بوونی ئـەو وەسفانە لێکدەداتەوە، بۆ نموونە گەڵای دارخورما لـە ئـاودا دەخووسـێنرێ لەگـەڵ گـەڵای گەنمەشـامی بـۆ شـێوانی ڕیخۆڵـەکان، ئـاوی پیـازو خۆڵەمێشـی داری لۆکە بۆ چاو. شیرەی هەندێ دار بۆ بەستنی شکاوی،

بەستەری ڕووەکی لیف (قنب) بۆ ڕۆماتیزمو ئاوساوی[١١٧].

چارەسەرکردن بەم شتانە تێکەڵێکە لە ئەزموونو باوەڕی بنیادنراو لەسەر خەیاڵ.

گوندنشینەکان سوود لە تاقیکردنەوەی گەلانی تر وەردەگرن لە کاتی پێکگەیشتنو هەندێ لە چارەسەرە جیاوازەکانیان لێوەردەگرنو بە تاقیکردنەوە شارەزایی خۆیان کە بۆیان ماوەتەوە بەهێزی دەکەن.

لە نوژداری میللیدا لادێی ڕووسی، کەڵك لە هەندێ دانەویڵەو پارچەدار وەردەگرن بۆ مەبەستی پزیشکیو تەندروستی جۆراوجۆر. خەڕاتەکان لە تویکڵی داری تەبولا Birch یان داری تر کەڵك وەردەگرنو وەکو پلاستەر بۆ چارەسەری برینەکان بەکاریدەهێنن، مەرهەمو پاودەری پزیشکی لێ دروستدەکەن، چەوری لە خونچەی ئەو دارە بۆ شوشتنی برین بەکاردێنن.

خۆشاوی بەرهەمی ئالوو یان هەلووژە بۆ چارەسەری سکچوون Diarrhea بەکاردەهێنن، لە چارەکردنی نەخۆشییەکانی چاوو دەردەشا (داء الملوك Scrofula)دا زۆر چالاکە. هەندێ لە

بـــــەكارهێنراوەكانیان لەگـــــەڵ تۆژینـــــەوەكانی دەرمانسـازیی نوێـدا كـۆكن[١١٨] زۆر مـادەو شـێوازی پشتپێبەسـتراو لـە كۆمەڵگـە كشـتوكاڵییەكاندا وەكـو شێوازی دەرمانی میللیو خۆڵو قوڕ، خۆڵـەمێش، كـا، كەرەستە ئۆرگانییە جیاوازەكـان وەكـو میـزی مـرۆڤو میـزی گیانــەوەرو پاشـەڕۆو ئـاژەڵی بـەرزە، ڕۆنــی گیانەوەری بەكاردەبرێ[١١٩].

مـەرج نییـە بـەكارهێنانی ئـەو شـێوازو مادانـەی باسكران لە كۆمەڵگە جیاوازەكانـدا، بـە هـەمان شێوە بێت هەرچەندە لە هەندێكیانـدا هاوبەشـن، جیـاوازی ڕێژەیی لە باسكردنی هەر مادەیەكو بە گوێرەی هەر نەخۆشـییەك یـان هـەر كۆسـپێكی تەندروسـتی بـە لێكچوون لـە نەخۆشـییەكی دیـاریكراودا سـنووربەند نییـــە، بـــەڵكو هـــەموو شـــێوەكانی دەگرێتـــەوە، نەخۆشـییە دیارەكـان یـان نەخۆشـییە غەیبییـەكان، نیشـــانەی ئـــەم نەخۆشـــییە لەگـــەڵ نیشـــانەی نەخۆشـــییەكی تـــردا لێكچـــووە، بـــە پێچەوانەشـــەوە نـوژدارە میللییـەكان بـە پێـی نیشـانەكان چارەسـەری نەخۆشـی دەكـەن لـەو نەخۆشـییانەش سەراسـییەو برینـەكانو هـەوكردنی چـاو، گورچـیلە، سكچـوونی منـاڵ دواكـەوتنی سـككردن، ڕۆمـاتیزم، كەچـەڵی،

شكاوی ئێسك، گازگرتنی سەگی هار، مارپێوەدانو دووپشك پێوەدان.. تاد.

لە كۆمەڵگە كشتوكاڵییەكانیشدا هەر بەو جۆرە بە ئامرازی تر وەكو داخكردن، كاری نووشتەگەری، هەندێ جار ئەم چارەسەرە ڕووحییە لەگەڵ چارەسەركردنە سروشتیەكاندا لە لادێ، تێكەڵ دەكرێت.

## پاشبەند:

هەوالنامەی کتێب

شتێكی هێندە ئاسان نییە بتوانین بابەتی پزیشكی میللی یان نوژداری لە چەند لاپەڕەیەك، یان كۆرسێكی خوێندندا، سەرتاپاگیر باسبكەین. تۆژینەوەی بەرفرەوان سەبارەت بەم بابەتە، ڕەنێو هاتووەو نامەی ئەكادیمی زۆریش پێشكەش كراوە، بە تایبەتی ئاوڕدانەوەكانی ئەم دواییە بۆ سەرچاوە سروشتیو شێوازو بیروباوەڕەكان لە كایەكانی چارەسەركردنو تیماركردندا بواری ڕەخساندووە گرنگی زیاتر بەم بەشە بدرێ، دوای ئەوەی تاقیگەو تۆژینەوەكان، زیانەكانی ئامرازەكانی چارەسەری

کیمیایی، لە زیانە لابەلاو نەخۆشییە نوێیەکان پشتڕاست کردەوە، بە ئەنجام گەیاند.

ئەگەر هەندێك کەس لەوانەی بڕیاری توندوتیژ ئەدەن پێیان وایە نوژداری ڕەهەندێکی ئەفسانە یان جادووگەری تەنها مەبەستو ئامانجەکانی ئاڕاستە دەکات بە چاوپۆشی لە لایەنە ئەقڵانییەکانی کە هاوشانی ڕاستییە زانستییەکان هەڵوێستی هەیەو داوای داماڵینی بەهاو نیسبییەت دەکا، داوا دەکا دیاردەو هەڵوێستەکان بە سیاقە ژینگەیی‌و کە لتووری‌و کۆمەڵایەتییەکانەوە گرێ بدرێ، چونکە توێژەرەوە زانستییەکان‌و مرۆناسەکان بە تایبەت زیاتر بابەتین‌و پشتیان بە میتۆدە زانستییەکان بەستووە، باوەڕی بەو گشتگیرییە هەیە کە مرۆڤ لە خاڵێکدا چڕدەکاتەوە دەکەوێتە ناو دیاردە گەردوونییەکەوە.

(ئەکیرکخت) یەکێکە لەوانەی کە نوژداری یان پزیشکی تەقلیدی لە زۆربەی مومارەسەکانیدا سەرکەوتوو بووە -زۆرجار لە بەرزییەوە هەڵدێراوە- بەم جۆرە[١٢٠].

١-ژمارەیەکی گەورە لە فاکتەرە بابەتییەکان کاریگەرییان لەسەر کاری پزیشکیی تەقلیدی هەبووە،

ئەوەشە وایکردووە زۆر نزیکی دەرمانسازی نوێو پزیشکیی نوێ بێ لە هەندێ لە ئامانجو شێوەکانیدا لەگەڵ جیاوازی لە شێوازەکانیو مەدای سەلامەتیی، وەکو چوونە گەرماو و چارەسەرکردن، داخکردنو گرتنەوەی شکاوی، نەشتەرگەریی کەللەسەر، کوتانی دژی ئاوڵە، چارەسەری مارپێوەدان، کاری دەرمانسازی جۆراوجۆر وەکو: ئەفیون، کینین کە لە چارەسەری مەلاریادا سوودبەخشە، زۆر چەشنە دەرمانی سەرکەوتووی تر کە سروشتو ژینگە پێی بەخشیوین.

بەڵام ئەم چارەسەرانە بە هەستێکی واقعییەوە کاریان نەکردووە بەڵکو بە هەستکردنێکی جادووگەرییەوە پابەند بە نووشتەگەری، بانگو سەڵادان، سرووتو حاڵ لێهاتن بە پێی سیاقە کەلتووری یان ڕێوڕەسمی هەندێ لە کۆمەڵگەکان، کاری لەسەر کراوە.

٢-دابینکردنی چارەسەری دەروونی، لە میانەی هەندێ مومارەسەو سرووتەوە باوەڕو نەریتەکان دایانڕشتووە هەرچەندە بێ مەبەست ئاراستە کراوەو خۆبەخۆ کاریکردووە، بەڵام وەچەکان خۆیان لەگەڵدا گونجاندووەو شوێنەوارێکی زیندووی لە سەرخستنی

چارەسەرکردندا لە زۆر حاڵەتی نەخۆشیدا بە تایبەتی لە بواری پەشێوی دەروونیو زەینیدا، بەجێهێشتووە.

٣ـفاکتەری پەیوەندییە کەسێتییەکان لە نێوان نوژدارو پلەی ڕازیبوونی نەخۆش بەو کەرەستانەی کە کەلتووری کۆمەلگەکەی پەسەندی دەکات، هەروەها ئامادەگیی خودی نەخۆش بەو کارتێکردنە، لە بەرژەوەندی دەستکەوتەکانی چارەسەرکردندا، بەرامبەر بە نەخۆشی دەروونی، هاوبەشی بەهێزی یەکتری دەکەن.

(ئەبیقرات) لە بانگەشەکەیدا بۆ چارەسەری نەخۆش، وەکو پێشتر لێی دواین، بەوەی: ئەو دەرمانەی خاکی نەخۆشەکە بەرهەمی دێنێ چارەسەری نەخۆشییەکەی دەکات، چونکە زۆر نزیکە لە سرووشتی جەستەو توخمە سەرهەڵداوە زیندووەکان، مادامەکی زۆرو زەبەندەو خەڵکیش پێی ئاشنایە، چی لە ڕووی هەرزانی بەهاکەیەوە، چی لە ڕووی تواناو هێزییەوە کە خەڵك ئەزانێ توانای چەندە.

ناتوانین لە واقعی ئێستاماندا جیاوازی بکەین لە نێوان ئەوەی کۆچەرییە (بدوي) لەگەڵ ئەوەی

دەشتی (گوند)یە لە کاتی گێڕانەوە بۆ ئەسڵی چارەسەرەکان، چونکە هەریەك لەوانە لە دەرەوەی بازنەی ژینگە کەلتوورییەکەی لەگەڵ شوێنەکەیدا، زانیارییەکانی وەرگرتووە. ئەم خۆگونجاندنە لە شارۆچکەکاندا ئاشکرا ترە، چونکە خەڵك خۆی لە دوکانداری پزیشکی میللی، پێویستی بە هەرچیەك بێت داوای دەکات، یان نوژداری خاوەن دوکان خۆی هەندێ جار دەرمانی تەقلیدی لەگەڵ دەرمانی هاوچەرخ تێکەڵ دەکاو دەیداتێ لەو بەرهەمە هاوچەرخانەش کە لە بواری پزیشکیدا بەکاردەبرێن وەکو باندێج (اربطە)، پلاستەر، پاکژکەرەوەو شێوازی هونەری تر لە چارەسەرکردنی برینو شکاوی.. تد. بەکاردێن. دیارە باوەڕی خەڵك بە پزیشکی میللی، بەندە بە باوەڕکردنیان بە پزیشکی ڕەسمیو فەرمانبەرو دوکتۆرەکانەوە، هەروەکو تۆژینەوەکانی د. الخولی و ئەکیرکخت باسی ئەم بابەتەیان کردووە.

هەرچەندە مرۆڤ بە ڕووی دونیای زانستو هونەری پزیشکی نوێدا بکرێتەوە، ئەوەندە لە بیروباوەڕە کۆنو تەقلیدییەکان، کە چەند وەچەیەك پێش ئێستا فاکتەری تووشبوون بە نەخۆشیو

چارەسەری ئەوسای ناسیوە، ئەم گەشتە بە کاری نۆژداری میللیدا بەڵگەیەکی حاشا هەڵنەگرە، بۆ زیاتر چوونە ناو دونیای تۆژینەوەو لێکۆڵینەوە ئەنترۆپۆلۆجییە پزیشکییەکانەوە، بۆ سەرخستنی ئەو مەبەستانەی کە لەم بوارە زانستیەدا هێشتا لە قۆناغی (گاکۆڵکێ) کردندایە، لە کۆمەڵگەی ئێمەدا لە کاتێکدا گرنگی بەو بوارانەی تر ئەدات کە هیچ پەیوەندییەکی بەو ئامانجانەوە نییە کە ئێمە ئەمانەوێ.

هەواڵنامەی کتێب

## پەراوێزەكان:


١=د. حنـــا، نبيـــل صـــبحي: الاتجاهـــات التقليديـــة والحديثـة في الانثروبولوجيـا الاجتماعيـة، دار المعرفـة الجامعية الاسكندرية- مصر ١٩٨٥، ص٢٧.

٢-د. حنـا، نبيـل صـبحي: الانثروبولوجيـا الطبيـة وخدمة قضايا الصحة والمرض- مصر.

٣- Caudill, william: Applied Anthropology in .mediein

In)Anthropology Today, (ed), kroeper Al ) .chicago 1953. p 771

4-Reading, Hugo. F: Adictionary of the social sciences london 1978. p 18. 19.

٥-د. حنا، نبيل صبحي: الاتجاهات الحديثة مصدر سابق ص ٢٧.

٦-هەمان سەرچاوە.

٧-د. النوري، قيس: المدخل الى علم الانسان، دار الكتب للطباعة والنشر، جامعة الموصل ١٩٨٢ ص ٣٩٨-٣٩٩.

٨-د. حنا، نبيل صبحي- المصدر السابق ٢٤٣-٢٤٤.


هەواڵنامەی کتێب

٩-دەمارگیری: پەشێوییەکی وەزیفییە، سەرچاوەکەی دەروونییە، تووشی کۆئەندامی دەمار دێت لە مرۆڤدا، زاناکانی شیکردنەوەی دەروونی وەکو دیاردەی زۆرانبازیی ناوەوەی مرۆڤەکان لێدەکەن کە لە ئەنجامی داڕووخانی یەکێك لە هاندەرە غەریزییە بنەڕەتییەکانەوە، تووش دێت. موسوعة علم النفس، ص ٢٠٧.

١٠-زەینی: Psychosis: پەشێوییەکی زەینییە، هێزە ئەقڵییەکان لە مرۆڤدا دەشێوێن، بەمەش تووشی پەککەوتنێکی سەرتاسەری بەردەوام دەبێت، لە واقع یان لە شتەکانی دەوروبەری تێناگاو لائەدات ڕەفتارەکانی زۆر ترسناك دەبن و کەسێتی لەدەست ئەدات.

١١-سایکۆپاتی یان نەخۆشی کەسێتی Psychopathy نەخۆشیەکی دەروونی تایبەتە، بەڵام سرووشتی نەخۆشییەکەی دیاریکراو نییە، زۆرجار لە ئەنجامی کەمتەرخەمی لە دۆزینەوەی چارەسەری گونجاو بۆ کێشە دەروونیەکان، ئەکەوێتەوە. کە نەخۆش بە دەستیەوە گرفتارە بێئەوەی تێکچوونێکی دەروونی ڕوونی لەگەڵدا بێت. هەمان سەرچاوە لا ١٦٠.

١٢-سایكۆماتیك: Psychomatic یان دەروونی-جەستەیی، بە پەیوەندی نێوان دیاردە سایكۆلۆژیو بارە جەستەییەكان ئەوترێ، لە ئەنجامی كارلێكی نێوان دیاردە جەستەییو دەروونیەكانەوە سەرچاوەی گرتووە. هەمان سەرچاوە لا ٣١٧.

١٣-د. ابراهيم عبدالستار- العلاج النفسي الحديث قوة للانسان- الطبعة الثانية، القاهرة ١٩٨٣ ص ٤٢-٤٣.

١٤-هەمان سەرچاوە ص ٣٥.

١٥-د. يونس، انتصار، السلوك الانسانى، دار المعارف بمصر- القاهرة ١٩٧٤ ص ٢٦٤-٢٦٥.

١٦-د. اسماعيل قباري محمد، علم الاجتماع الثقافي- مشكلات الشخصية في البناء الاجتماعي- مصر ١٩٨٢. ص ٥٢٢-٥٢٣.

١٧-د. النوري، قيس، طبيعة المجتمع البشري في ضوء الانثروبولوجيا الاجتماعية، الجزء الثاني مطبعة الاداب- النجف الاشرف- ١٩٧٢ ص ٢٨٢.

١٨-هەروەكو بەسەر هیندییە سورەكاندا هاتووە لە دەشتە مەزنەكانی ئەمریكا، لە ئەنجامی بێ سەرو شوێن بوونی گامێش گەلی كێوی كە لەسەر دەستی خەڵكی شارەكە (سپی پێستە داگیركەرەكان)

لەناوبران کاتێ ئەو کەسانە لە حاڵەتی کەمتەرخەمیو ئالوودە بوون بە مەیو کهولو مادە سڕکەرەکان.

د. النوري هەمان سەرچاوەی پێشوو لا ٤٠٢.

١٩-کلاید کلاکهون، الانسان فی المرآة ترجمة د. شاکر مصطفی سلیم، المکتبة الاهلیة بغداد ١٩٦٤ ص ٣٧٧.

٢٠-ئەم نەخۆشییە پێی دەڵێن Amok پەشێوییەکی زەینییە تووشی تاکەکانی هەندێ لە گەلانی سەرەتایی دەبێ، بە تایبەتی لە مەلایۆ و فلیپین بە هۆی کێشەو تەنگژەکانی ژیانەوە، بە خەمۆکیو خۆخواردنەوە دەستپێدەکات بۆ ماوەیەکی درێژخایەن. ئەنجا زیاد دەکاو دەچێتە قۆناغێکی ترسناکترەوە، نەخۆش هەوڵی ئەوە ئەدات هەر کەسێکی تووشبێ بیکوژێ بە بێ جیاوازی، بە هۆی لە دەستدانی تواناکانی کۆئەندامی دەمارەوە، قاموس الانثروبولوجیا ص ٤٨.

٢١-بەم نەخۆشییە دەوترێ ویندیگۆ windigo نەخۆشەکانی تووشی خەوزڕان دەبێ خواردنی پێناخورێ، هەست بە تەنیایی دەکات، هەندێکیان

ئەگەنە ڕادەی دەستوەشاندن لە تاکەکانی خێزانو کۆمەڵگەکەیان، یان بە زیندوویێتی گۆشتەکەیان دەخوات.

٢٢-هستریای جەمسەری باکوری Arectic Hysteria جۆرێکە لە ڕەفتاری هستیری لە شێتی دەچێ، تاکەکانی خەڵکی باکوری سیبەریا، بە هۆی ساردی کەشو هەواوە تووشی دەبن، لەگەڵ ژیانی سەختو شەش مانگك لە تاریکیدا بە بەردەوامی، دانیشتوانی ناوچەکە پێیان وایە فاکتەرو بارودۆخی دیاریکراو ئەبێتە هۆی ئەم نەخۆشییە..

قاموس الانثروبولوجیا ص ٦٤.

٢٣-حاڵەتەکانی پەشێوی ئەقڵییە هەڵچوونو ڕەفتاری سەیری لێدەبینی، هەر لە حاڵەتی هاری سەگ دەچێ.

٢٤-شیزوفرینیا Schizophrenia پەشێوییەکی ئەقڵییە بە لێکداوەشانو شیبوونەوەی پرۆسە فکریو هەستیاریو سۆزمەندییەکانەوە جیادەکرێتەوە، کاتێ تووشی دەبەنگیو هەڵچوون دەبێ.

موسوعة علم النفس ص ٢٣٧.

٢٥-هەڵچوونەکان لە ئەنجامی بەرکەوتنی تاکەکان بە هەلومەرجێك دێت کە هێزە هاندەرەکانی تێربوونی غەریزە شەڕەنگێزی لە ململانێدایە لەگەڵ هێزە بەرهەڵستکارەکانی بەدەستهێنانی ئەو تێربوونە. ڕاڤەکردنی دکتۆر سلیم.

٢٦-د. اسماعیل، قباری محمد، هەمان سەرچاوە ص ٥٢٢-٥٢٣.

٢٧-وشەی ئەپیدمۆلۆجی واتە زانستی دەردەکانی.

٢٨-د. الدباغ فخري، اصول الطب النفسي، الطبعة الثانیة، مؤسسة دار الکتب جامعة الموصل ١٩٧٧ ص ٨٣-٨٥.

٢٩-د. سلیم شاکر مصطفی، قاموس الانثروبولوجیا جامعة الکویت، ١٩٨١ ص ٧٣٩.

٣٠-هستریا Hysteria، دەمارگیرییەکە توانایەکی توندوتیژ ئەداتە مرۆڤ، بەرەو ئیحاو وەرگەڕانی ئینفعالی دەبا تووشی لاوازی بارگە ویژدانیەکانی دەکا هەروەها ناخی شعورو سۆزداریی لێکهەڵدەوەشێ، ئەم نەخۆشییە لە ئەنجامی زۆرانبازی نێوان زەینی بە ئاگاو حەزە چەپێنراوە ناهەستییەکانەوە، دروست دەبێ، ئەم چەپاندنە ئەبێتە هۆی دەرکەوتنی نیشانەی ڕازیکردنی حەزە شاراوەکان، نیشانەی

هستیری لەگەڵ ئەوەی تووشی لادان بووە، لە هەمان کاتدا جووڵە، دەروون، لەش تووشی حاڵەتی سەیر دەکات.

موسوعة علم النفس ص ٣٢٦

٣١-د. النوري، الحضارة والشخصية مصدر سابق ص ١٨٧-١٩٢.

٣٢-کاری بە کۆمەڵو هەرەوەزیو خۆکردە لەم جۆرە هەڵچوونەدا دەگەڕێتەوە بۆ هۆکاری دەروونی، چونکە ئەم بوارانە لە هۆیەکانی دڵنەواییو حەسانەوەی دەروونییە تاکو ئەو چەپاندنە دەروونییەی یەخەی گرتووە، بۆ تاوێکیش بێت لە کۆڵ بێتەوە.

٣٣-پارانۆیا Paranoia ئەم پەشێوییە بەوە ئەناسرێتەوە وەهمو وڕێنە سەری لێئەکا لە ئەنجامی چەوساندنەوە یان گەورەبوونەوە، گەشە ئەکا ئەم وەهمو خەیاڵانە مۆرکێکی نەخۆشی دەروونی وەردەگرێ، ئەشێ توشی گرێی چەوساندنەوە بووبێ، یان خۆی لا گەورە بۆتەوە کە توانای گەیشتن بە خودای گەورەی هەیە، یان نوێنەری چارەسەرکردنی هەموو کێشەکانی جیهانە.

٣٤-خەمۆکیو دڵگرانی Depression مرۆڤ لای خۆیەوە خۆی بە کەمتەرخەمو نەتواناو بێ دەسەڵاتو نائومێد ئەزانێ، ئەم بارە دەروونییە هەندێ جار چالاکیی دەروونیو جەستەیی پەك دەخات.

٣٤-هەمان سەرچاوە.

٣٥-کاشدان، شیلدون، علم نفس الشواذ، ط٢ ترجمة د. احمد عبدالعزیز سلامة، دار الشروق، القاهرة، ١٩٨٤ ص ١٤٨-١٤٩.

٣٦-هالویل Hallowell, Alfred ئەنثروپۆلۆجییەکی ئەمەریکییە لەدایکبوی ١٨٩٢ پسپۆڕی تۆژینەوەکانی کەلتوورو کەسێتییە، هیندیو ئەمەریکییەکانو ڕێکخستنی باری کۆمەلایەتیە.

٣٧-کلاکهون، کلاید، الانسان فی المرآة ص ٤٩-٥٠.

٣٨-هولتکرانس، ایکە، قاموس مصطلحات الانثروبولوجیا او الفلکلور. ترجمة د. محمد الجوهري، د. حسن الشامي، دار المعارف مصر، ١٩٧٢ ص ٢٤٧.

هەوالنامەی کتێب

٣٩-د. نور، محمد عبدالمنعم، الخدمة الاجتماعية الطبية والتأهيل، مكتبة القاهرة- القاهرة الحديثة، القاهرة ١٩٧٣ ص ٢٧.

٤٠-د. بدوي، احمد زكي، معجم العلوم الاجتماعية، مكتبة لبنان، بيروت ١٩٧٨ ص ٣٣٨.

٤١-د. حنا نبيل صبحي، الانثروبولوجيا الطبية وخدمة قضايا الصحة والمرض في مصر (في) د. محمد الجوهري (اشراف) الكتاب السنوي لعلم الاجتماع العدد الثالث دار المعارف، القاهرة، ١٩٨٢ ص ٧٨-٧٩.

٤٢-هەمان سەرچاوە، ل ٨٥.

٤٣-فلانز، مانفريد (و) هنريش كيوب، نظرة اجتماعية الى مفاهيم المرضى، ترجمة امين محمود الشريف (في) المجلة الدولية للعلوم الاجتماعية، العدد ١٩٧٨/٣٢ مركز مطبوعات اليونسكو، القاهرة، ص ٢٢.

٤٤- Caudil, William, Applied Anthropology in midicine (in) kroeber Al (ed) chicago, 1953 p, 772, 777.

٤٥-فلانز مانفريد وزميله، مصدر سابق ص ٣٠.

٤٦-لای کۆمەڵناسەکان بە کۆمەڵایەتیبوونی نەخۆشی لێکدەدرێتەوە.

٤٧-د. حنا نبيل صبحى، مصدر سابق ص ٨٢.

هەوراز کتێب

٤٨-د. محجوب، محمد عبدة، الدلالات الانثروبولوجية لبعض عناصر التراث الشعبي، مجلة المأثورات الشعبية، العدد ١٩٨٧/٦، الدوحة ص ٣٠.

٤٩-ف. م ص ٣٢.

٥٠-د. حنا نبيل صبحي- مصدر سابق ص ٧٧.

٥١-د. سليم شاكر مصطفى، قاموس الانثروبولوجيا، جامعة كويت، الكويت ١٩٨١ ص ٦١٧.

٥٢-د. النوري، قيس، الحضارة والشخصية، مصدر سابق ص ١٩٩-٢٠٣.

٥٣-هەڵکشان Sublimation زاراوەیەکە فرۆید دایهێناوە وەکو بەڵگەیەك لەسەر پرۆسێسی گۆڕینی هێزی حەزە چەپێنراوەکان (المکبوتە) و بەتاڵکردنەوەی لەو بوارانەی تردا کە باری کۆمەڵایەتیو دابونەریتەکان ڕێگەی پێدەدەن، وەکو گۆڕینی حەزی سێکسی بۆ حەزی هونەریو گۆڕینی هێزی ڕەمەکی (غەریزی) لە پێناو ئامانجە کۆمەڵایەتییەکاندا وەکو گرنگیدان بە هونەرو ئەدەبو مومارەسەکردنیان، هەمان سەرچاوە د. بدوی، احمد زکی لا ٤١٢.

٥٤-دامەزراوە کۆمەڵایەتییەکان Social institution زاراوەیەکە، کۆمەڵگە بۆ ڕێکخستنی پەیوەندی نێوان

هەولێرمەی کتێب

تاکەکان لە پایە جیاوازەکاندا، بە کاری دێنێ. ئەویش ڕێگەی بیرکردنەوەو کاری پێشووە لە سەرهەڵدانو دروستبوونیەوە لەنێو تاکەکاندا، کە کۆمەڵگە ئەیخولقێنێو تاکەکان پێڕەوی دەکەنو ملکەچینو دەستی پێوە دەگرن چونکە ڕاگری کەلەپوری کۆمەڵایەتییانە، هەر لەو دەروازەیەشەوە سیستەمی هاوسەرێتیو پەروەردەو فێرکردنو یاساو ئابووری.. تاد. ڕێکدەخرێ.

-هەمان سەرچاوە لا ٢٢٠.

٥٥-خودی باڵا یان ویژدان Super- eqo:

لایەنێکی پێکهاتەی کەسێتییە کە لە خود (یان من)ەوە سەرهەڵئەدا، هێزە خولقێنەرە چەپێنراوەکانی تێدا بەرجەستە بووە، تاك لە منداڵییەوە لەگەڵ هەڵگری پێودانگەکان بە تایبەتی دایكو باوکی، دەستەملان بووە، خودی باڵا وەکو ڕەقیبێکی ناخ کاردەکات هەرچۆن پێشتر هەڵگری پێودانگەکان کاریان کردووە.

-هەمان سەرچاوە لا ٤١٥.

٥٦-د حنا نبیل صبحی: الانثروبولوجیا الطبیة وخدمة قضایا الصحة والمرض في مصر (في) د. محمد الجوهري (اشراف) الکتاب السنوي لعلم الاجتماع.

العدد الثالث، دار المعارف، القاهرة، اكتوبر ١٩٨٢ ص ٨٥.

٥٧-ن. م.

٥٨-ئاراستە- ئاراستەكان Attitude: حاڵەتێكە لە ئامادەگی دەروونیو دەمارگیری لە میانەیدا شارەزاییو كارامەیی تاك ڕێكدەخرێ، كارتێكردنێكی ئاراستەیی یان دینامی هەیە لە بەرپەرچدانەوەی تاك بۆ هەموو هەڵوێستو بابەتەكان، كە ئەم وەڵامدانەوەیە ئەوروژێنن، بڕوانە د. احمد زكی، معجم مصطلحات العلوم الاجتماعية، مكتبة لبنان، بيروت ١٩٧٧، ص ٣٠.

٥٩- د. حنا، نبيل صبحى- المصدر السابق ص ٧٧.

60-(Candil, William: Applied Anthropology in medicine, Anthropology today, Kroeber. A. L. C.ED) Chicago, 1953 p. 772.

٦١-كلاكهون، كلايد، الانسان في المرآة، ترجمة د. شاكر مصطفى سليم، بغداد ١٩٦٤ ص ٤٩.

٦٢-البكرى، د. حازم، العقاقير الشعبية والادوية العطارية، مجلة التراث الشعبي، بغداد العدد ٩-١٠/١٩٨١ ص ١٠٥.

٦٣-دونيابيني World view: يان نواڕينى سەرتاپاگیری بە جیهاندا World out look

هەرچی سیستەمو کۆمەڵگە هەیە دەگرێتە خۆ، وەکو لە دیدی تاكو کۆمەڵەوە، تەماشا دەكرێ ئەویش لە میانەی ڕیتمی بەهاو پراکتیزە کردنی ئەم تیۆرانە لە میانەی ڕەوشتو ئاراستە گونجاوەکانەوە.

بڕوانە: بدوي د. احمد زكي- هەمان سەرچاوەی پێشوو، لا ٤٤٦.

٦٤-فلانز، ما. نغريدو زميله: نظرة اجتماعية الى مفاهيم المرض، ترجمة امين محمود الشريف، المجلة الدولية للعلوم الاجتماعية، مركز مطبوعات اليونسكو، االقاهرة، العدد ٣٢/ ١٩٧٨ ص ٢٢.

٦٥-البكري، د. حازم مصدر سابق ص ١٠٥.

٦٦-تەربەنە (التربنة) کردنەوەی کونێکی خڕە لە کەللەسەردا، پاشماوەی ئێسكو پروسك لە تۆژینەوە شوێنەوار ناسییەکانو ئەنثرۆپۆلۆجییەکاندا، ئەم پرۆسێسە زیاتر ڕوون دەكاتەوە.

٦٧-غربال- محمد شفيق (اشراف): الموسوعة العربية الميسرة، ط٢، دار الشعب، القاهرة ١٩٧٢ ص ١٤٩-١٥٠.

هەزاران کتێب

٦٨-Reading, Hugo. F: Adictionary of the social sciences london, 1978 p. 211.

٦٩-حنا، د. نبيل صبحي: مصدر سابق، ص ٤٦.

٧٠-هەمان سەرچاوە، لا ٤٠.

٧١-سليم، د. شاكر مصطفى: قاموس الانثروبولوجيا، جامعه الكويت، ص ٣٦١-٣٦٢.

٧٢-حنا، د. نبيل صبحي: مصدر سابق ص ٤٠.

73-Candill, william: op. cit. p. 774

74- I bid, p. 773.

٧٥-دکتۆر نبیل صبحی حنا، پێی وایە گۆڕانکارییەکان لە بیروباوەڕی کۆمەڵەوە، ئەوەی پەیوەندی بە سروشتو هۆکانی نەخۆشییەوە هەیە، سەرچاوەی گرتووە.

٧٦-حنا، نبیل صبحی: مصدر سابق ص ٤٧.

٧٧-نفس المصدر ص ٤٧.

78-Candill william: op. cit. pp. 771-772.

٧٩-الخولي، د. حسن: الريف والمدينة في مجتمعات العالم الثالث، دار المعارف، القاهرة ٩٨٢ ص ١٩٥.

٨٠-الراسن: ڕووەکێکی ساڵانەی قەد کورتە، گەڵاکانی وردو بچووکن، ڕەگێکی یاقوتی بۆنخۆشی هەیە، تامی تیژە، لە کۆندا بۆ چارەسەری نەخۆشییە جۆراوجۆرەکان بەکاریان هێناوە.

هەوالنامەی گێژ

٨١-البكري، د. حازم: مصدر سابق، ص ١٠٦.

٨٢-شتراوس، كلودليفي: مقالات في الاناسة، اختارها ونقلها الى العربية. د. حسن قبيس دار التنوير للطباعة والنشر، بيروت ١٩٨٣ ص ٣٠.

٨٣-الجوهري، د. محمد محمود: مظاهر التغيير مجتمع غرب اسوان، مطبعة جامعة القاهرة ١٩٧٥ ص ١٥٤.

٨٤-نفس المصدر. ص ١٥٥.

٨٥-الزنجور: ماسی درێژی شێوە لاکێشو زار گەورەیە.

٨٦-سپیلك (البيوضة) ماسییەکە لە ڕووباردا دەژی.

٨٧-شتراوس، كلود ليفى: مصدر سابق ص ٢١.

نموونەی زۆرو بەرفرەوان لەم بارەیەوە هەیە، تەنها بۆ بەڵگە ئەوەندەمان لێیهەڵبژارد.

٨٨-ئەم چەمکە پێناسەیەکی خوازراوە لە چەند بڕگەیەکدایە. چونکە یەکەیەکی کۆك بۆ پێناسەی پزیشکی میللی نییە.

٨٩-الخولى، د. حسن/ مصدر سابق، ص ١٥٩.

٩٠-نفس المصدر، ص ١٦٣.

٩١-الجوهري، د. محمد محمود، مصدر سابق، ص ١٥٥.

٩٢-نفس المصدر: ص ١٥٦-١٥٧.

٩٣-سليم، د. شاكر مصطفى: مصدر سابق ص ٦١٨.

٩٤-العاني، عبدالعزيز: المدينة المزقة- دراسة ميدانية فولكلورية لمدينة عنة- دائرة الشؤون الثقافية والنشر، بغداد ١٩٨٥ ص ٢٣٨.

٩٥-سليم، د. شاكر مصطفى: مصدر سابق ص ٥٩٧.

٩٦-(نیشان) لای ساداتەکانی عێراقو هەندێ کۆمەڵگەی عەرەبی ئیسلامی، بە پێی مەزهەبی شیعە، هێزو تواناى (مانا)یە، یان شێوەیەك لە شێوەکانیەتی.

٩٧-النوري: د. قيس: الأساطير وعلم الاجناس، دار الكتب للطباعة والنشر، الموصل ١٩٨١ ص ١٦٣.

٩٨-بدوي، د. أحمد زكي، مصدر سابق ص ١٥٩.

٩٩-الحجية، عزيز جاسم، بغداديات، الجزء الخامس، دار الرشيد، ١٩٨١ ص ٢٠٧.

١٠٠-بدوي، احمد زكي، مصدر سابق، ص ٥٧.

١٠١-سليم، د. شاكر مصطفى: مصدر سابق ص ٩١٤.

١٠٢-غربال، محمد شفيق: مصدر سابق، ص ٥٣٤.

١٠٣-العاني، عبدالعزيز: مصدر سابق، ص ٣٥٤-٣٥٥.

هەولێرنامەی کتێب

١٠٤-محجوب، د. محمد عبدة: الدلالات الانثروبولوجية لبعض عناصر التراث الشعبي، مجلة المأثورات الشعبية، الدوحة، العدد السادس ١٩٨٧ ص ٢٧-٢٨.

١٠٥-سليم، د. شاكر مصطفى: مصدر سابق ص ٤٧٠.

١٠٦-الجوهري د. محمد محمود، مصدر سابق ص ٥٦=٥٧.

١٠٧-ابن خلدون، عبدالرحمن: مقدمة ابن خلدون، دار العلم، بيروت، د. ت ص ٣٩١.

١٠٨-المصدر نفسه، ص ٣٩٠.

١٠٩-زیادە ڕۆییمان کردووە ئەگەر کۆمەڵگە کۆچەرو شوانکارەکان لە تواناکانی چارەسەرییان، داماڵین، چونکە ئەم کۆمەڵانە کەرەستەی خۆیان هەیە، بەڵام تۆژەرەوەو بەهرەمەندان، ئەوان بە دوای بارودۆخی تەندروستیی کۆمەڵگەکانماندا وێڵن‌و دەیانەوێ بەو پێوەرەی خۆیان بەراوردکاری تواناو کەرەستەکان بکەن، بێ ئەوەی ڕەچاوی سیاقە کەلتووری‌و کۆمەڵایەتی‌و ئیکۆلۆجییەکە بکەن.

١١٠-انظر، البرازي، د. نوري خليل: البداوة والاستقرار في العراق، معهد البحوث والدراسات العربية، جامعة الدول العربية- ١٩٦٩، ص ١٧١-١٧٢.

١١١-هـدو، حميـد مجيـد، لمحـات عـابرة في الطـب الشـعبي العربـي والتـداوي بالاعشـاب، مجلـة الـتراث الشعبي، بغداد- العدد ١٢/١٩٨١، ص ١٥٠-١٥١.

١١٢-المرزوقي، محمد: مـع البـدو في حلهم ترحـالهم، الدار العربية للكتاب، ليبيا- تونس ١٩٨٤ ص ٢١٦.

١١٣-المصدر نفسه، ص ٢١٩-٢٢١.

١١٤-ينظـر للتفصـيل: بـاجلان ابـراهيم، الطـب الشعبي الكردي، جريدة العـراق، بغداديـة الاعـداد ٣٧١٣ و ٣٧١٩ في ٥ نيسـان ١٩٨٨ و ١٢ نيسـان ١٩٨٨. وايضـاً التداوي بالاعشاب والنباتات الطبيـة، العـدد ٣٦٦٣ في ٧ شباط ١٩٨٨.

١١٥-الجوهري، د. محمـد محمـود: مصـدر سـابق ص ١٥٣.

١١٦-عيروط، الاب د. هنري حبيب: الفلاحون، ط ٨ ترجمـة محـي الـدين اللبـان وزميلـه، مؤسسـة الحلـبي وشركاه للنشر والتوزيع- القاهرة ١٩٦٨ ص ٢٤٩.

١١٧-المصدر نفسه، ص ٢٥١.

١١٨-ينظر:

Toren, M, D, The use of wild, Growing plants .in the Russian folk mendicine P. P. 508-512

١١٩-الخولي، د. حسن: مصدر سابق، ص ٤١٣.

١٢٠-Candill, William, op. cit, P.P 773-774.

سەرچاوە: فی الانثروبولوجیا الطبیة، الدکتور مجید حمید عارف، الموسوعة الثقافیة تصدر عن دار الشؤون الثقافیة العامة، بغداد/ ٢٠٠٤

نووسەر لە چەند دێڕێکدا:

★ساڵی ١٩٤٦ لە قەرەداغ/ سلێمانی لە دایك بووە.

★بەکالۆریۆسی لە مێژوو لە کۆلیژی پەروەردەی زانکۆی بەغدا تەواوکردووە.

★دکتۆرای لە ئەتنۆگرافیا لە ئامۆژگاری ئەتنۆگرافی سەر بە ئەکادیمیای زانستیی سۆڤیەتی مۆسکۆ ١٩٧٧ هێناوە.

★لە کۆلێجی ئاداب لە زانکۆی سلێمانی مامۆستای کۆمەڵناسی بووە، هەروەها لە کۆلێجی ئادابی زانکۆی بەغداش مامۆستای کۆمەڵناسیو زانستە دەروونییەکان بووە.

★چەند توێژینەوەیەکی لەم بوارەدا بە زمانەکانی عەرەبیو کوردیو ئینگلیزی، بڵاوکردۆتەوە.