زەڕینە و سیمینە

بەرگی چوارەم
گیادەرمانیی و هەندێك بیروباوەڕی کوردەواری
لە ناوچەی کرماشاندا

کۆکردنەوە و شیکردنەوەی

عەباس جەلیلیان- ئاکۆ

پێداچوونەوەی:

بوار نورەدین

ڕێبوار حەمە تۆفیق

ناوەرۆك

پێشەکی ئەم بەرگە

گیادەرمانییەکان

هەندێك لە نەخۆشییەکانی مرۆڤ و گیانلەبەران

هەندێك بیروباوەڕێك لەسەر گیانلەبەران

هەندێك زانیاریی و بیروباوەڕی جیاواز

پێشکەش بە ژنانی قارەمانی گەلی کورد کە
پـارێزەرانـی زمان و فەرهەنگی گەلەکـەمـانن

پێشەکی ئەم بەرگە

بەرگی چوارەمی **زەڕینە و سیمینە** بریتییە لە هەندێک بیروباوەڕی ڕەسەنی کوردیی، گیادەرمانی، هەندێک لە نەخۆشییەکانی ئینسان و ئاژەڵ و شێوەی دەرمان و چارەسەرکردنیان کە دەتوانم بێژم تا ئێستا لە کەمتر کتێبی کوردیدا سەبارەت بەم باسانە کار کراوە، یان باشترە بڵێم: تا ئێستا کەسێک لێکۆڵینەوەیەکی زانستی لە سەر داب و نەریتەکانی ئەم بەشەی مەڵبەندی کوردی، نەکردووە.

ئەگەر بە وردی بیخوێنینەوە، تێدەگەین کە هەندێك لە باوەڕەکان، بەتایبەت لە سەر نەخۆشییەکان و شێوەی چارەسەرکردنیان، دەقاودەق زانستین. لەکاتێکدا خەڵکی ئەو سەردەمە بە گشتیی لە هیچ ئەکادیمییەکی زانستیدا ماستەری دەرمانکردنی ئەم نەخۆشیانەیان وەرنەگرتووە، بەڵکو تەنیا بە ئەزموون و خەتا، گەیشتونەتە ئەم قۆناغە؟ چونکە لە سەر ئەم باوەڕە بوون کە "دەردی خۆی و بەردی خۆی"، دەستیان هەڵهێناوە و لە یەک لاوە چاویان لە فەرهەنگ و زمان بووە و لە لایەکی دیکەوە بە کەڵک وەرگرتن لە سروشتی دەڤەری خۆیان هەوڵیان داوە کە هۆکاری نەخۆشییەکان لە دەڤەری خۆیان بدۆزنەوە، هەر بۆیە ناوی زۆربەی ئەم نەخۆشیگەلە لە ڕەگەزی زمانەکە دەچێت و دەتوانم بێژم بۆ هەموو نەخۆشییەکانی ئەم سەردەمە، ناوێکی کوردیان بۆ دابین کردووە کە لە زمانەکانی دراوسێی خۆی، ئاوا کارێک نەکراوە. بۆ نموونە:

پاگرە: واریس.

ژان ژوو: ڕۆماتیسم – ڕۆمانتیزم.

سەرانسییە: میگرن.

برنگ: ئاپاندیسیت.

باوەسیر: همۆرۆئید.

کەلەمیقاو: سینۆزیت.

تەنگەسە: ئاسم.

ناوک کەفتن: کۆلیتی گەدە، هەروەها دەیان بابەتی دیکە.

لە هەمووی جوانتر، شێوەی دەرمان و بابەتی پزیشکییە کە لە سەر ڕێبازیکی زانستییە. من وا تێگەیشتوومە کە لە نێو کوردەواری، هەر لە مێژەوە گیادەرمانی باو بووە، بۆیە هەر گیایەک ناوی تایبەتیی هەیە و خەڵک بەگشتی بۆ یەک دەرمانی سەرەکی، کەڵکیان لێوەرگرتووە.

دەتوانم بێژم: بەرگی چوارەمی **زەڕینە و سیمینە** دریژەی فەرهەنگی باشوورە کە فەرهەنگێکی تایبەتە بۆ ناوی ڕاستەقینەی گیاکان و نەخۆشییەکان لە باشووری ڕۆژهەڵات، هیوادارم بە دڵی خوێنەرانی بەڕێز بێت، هەروەها داوا دەکەم لە ڕەخنە جوانەکانتان بێ بەهرەم نەکەن و سەرلەنوو ئەوە دووپات دەکەمەوە کە ئەم کتێبە، بەشێک لە بابەتەکانی کوردە و زۆر ناتەواوە، بەڵام چیبکەم ئەوە بوو کە لە تەوانم بوو، نەک ئەوەی کە ویستم هەبوو.

برای ئێوە/ ئاکۆ
aku_2707@ yahoo. com

سوپاسنامە

لێرەدا پڕ بە دڵ سوپاسی ئەو بەڕێزانە دەکەم کە لە ساغکردنەوە و کۆکردنەوەی ئەم کتێبەدا، دڵسۆزانە یارمەتیان دام و ئەوەی کە پێزانینی خۆیان بوو خستیانە بەر دەستم، ئەوانیش: باوکی بەڕێزم جاسم جەلیلیان، بەڕێز کاک قودرەت دارابی، بەڕێز کاک عەبدۆلا عفەتی، خاتوون لەیلا ڕەشیدی، بەڕێز کاک ئەیووب شەریفی، بەڕێز کاک کەیوومەرس ڕزایی، بەڕێز کاک ئەردەشێر مێرزایی.

گیا دەرمانییەکان[١]

ئاغوول axùî[٢]:

جۆرە دڕکێکە کە لە چەمەنزارەکان دەڕوێت و بە «شترخار»یش بەناوبانگە. خەڵک بە گشتی ئاغووڵ بە باشی دەکوڵێنن و وەک ئارەق لە شووشەی دەکەن و بۆ دەرمانی بەردی میزڵدان کەڵکی لێوەردەگرن، هەروەها ئاغووڵ لەگەڵ خیاتە "تێکەڵە، هاڕراو"ی «زڕات» یان گەنمەشامی تێکەڵاوی دەکەن و بۆ دەرمانی بەردی گورچیلە[٣] بەکاریدەهێنن.

خەڵکی شارەزوور بۆ دەرمانی ئازاری گورچیلە، ئازاری میزڵدان، بۆرییەکانی میز، لە گیاکانی: بەڕەزا، قەیتەران، ڕیشاڵی گەنمەشامی، بە شێوەی چالێنان کەڵکی لێوەردەگرن[٤].

ئەرجن ercin:

داریکی جوان و سەرنجڕاکێشە و لە زۆربەی ناوچەکانی کوردستاندا شین دەبێت. لە لق و پووپی داری ئەرجن گۆچان و ئەمزگ[١] سیکاری[٢] جوان دروست دەکەن کە بە ڕاستی سەرنجڕاکێش و جوانە، بەڵام تەنیا بۆ خاتری چێوەکەی نییە کە بەناوبانگە، بەڵکو ئەرجن بۆ خۆی داریکی دەرمانییە.

1- لەڕاستیدا کاک عەباس شیکردنەوەکانی ئەم کتێبەی بە دیالێکتی کرمانجی خواروو نووسیوە، لەبەرئەوەی کە شێوزای نووسینەکەی تایبەتە، ئێمە جگە لە ئەوەی بە وردی بە نووسینەکانیدا چووینەتەوە و کۆمەڵێك وردەکاریمان بۆ چاککردووە، بەڵام بۆ ئەوەی بەشێوەیەکی گشتیی خوێنەر لێی تێبگات "واتە: خوێنەرانی ناوچەکەی خۆشیان"، دەستکاری زۆری زمانی دەربڕین و زاراوەکەیمان نەکرد... هەروەها لەزۆر شوێندا هەستمان دەکرد کە لە شوێنی پێویستدا وشەگەلێکی جوانی بەکارهێناوە، ئەگەرچی ئێمە ئەو جۆرە وشانە لە ئەو شوێنانەدا بەکارناهێنین، بەڵام بە کارێکی جوان و شیاومان لەقەڵەم دان، هەر لە ئەم چوارچێوەیەدا، لێکدانەوەمان بۆ کۆمەڵێك وشە کردووە و لەچەند شوێنێکیشدا لەناو جووت کەوانەدا وشەی بەرامبەرمان بۆ داناوە. (ئینستیتیوت)

2- لەم بەشەدا پڕ بە دڵ سوپاسی کاک (عەبدوڵا عفەتی) دەکەم کە بۆ دۆزینەوەی ناوی فارسیی و تایبەتمەندییەکانی ئەم گیاگەلە، هەوڵێکی باشی دا. کاک عەبدوڵا مامۆستای قوتابخانەیە و خەڵگی گوندی "چیکان"ی مەنسووریە و ئێستا لە "شائاباد" نیشتەجێیە و شیعە مەزهەبە.

3- ئەم بابەتەم لە زاری کاک کەیومەرس ڕزاییەوە، بیستووە. کیوومەرس ڕەزایی: خەڵکی گوندی "کولەپا"ی کەڵهوڕە و ئێستا دانیشتووی "شائاباد"ە و تەمەنی ٣٢ ساڵ دەبێت، مامۆستایە و شیعە مەزهەبە.

4- هەگبە و هەوارگە، ئەیووب ڕۆستەم، چاپی یەکەم، سلێمانی، ٢٠٠٣، ل ٣٣.

بەری داری ئەرجن کە وەک «بادام»ــە، زۆر ترشە و بۆ دەرمانی قەسیان[3] و شۆشتن و کۆشتنی کرمی گەدە بەکاریدێنن، هەروەها خەڵک شیرەی داری ئەرجن کە لای ئێمە بە «جەق» بەناوبانگە، لەگەڵ زەردێنەی هێلکە ئامێتە "تێکەڵاو" دەکەن و وەک شامپووی سرۆشتی بەکاریدێنن. «جەق» لەگەڵ «مۆخۆڕ»[4] تێکەڵاو دەکرێت و بۆ دەرمانی دمەڵی کیمدار[5]، زۆر باشە. شێوەیەکی تر لە دەرمانکردنی دمەڵی چرکین بە کەڵك وەرگرتن لە «گۆ ئەرجن[6]»ـە دەبێت، هەر ئەم خاکەیە لەگەڵ «جەق»ی دارەکە ئامێتە دەکەن و دوایی لە تۆتۆی پارچەیەکی خاوێنی دەکەن و لە ژێری خۆڵەمێش دایدەنێن و هەروا بە گەرمی لە سەر دمەڵی کیمدار دایدەنێن و بە گشتی دمەڵەکە لەگەڵ هەموو کیم و زۆخەکەیەوە بۆ خۆی ڕادەکێشێت[7].

ئەسپەن espen: گیایەکی بتەئییە[8] و بۆ دەرمانی دڵ ئێشە باشە. شێوەی ئەم دەرمانە وایە: ئەم گیایە بە تەڕی دەکوڵێنن و خەسی دەکەن و دوایی کە ساردەوە بوو، دەیخۆن.
ئەشەد بوو eşed bû: گیایەکی بۆنخۆشە و وەک گیای «برێنداس»ەو لە کاری دەرمان هەر ئەو تایبەتمەندیانەی برێنداسی هەیە (بنواڕە برێنداس).
ئێڵاخە îêl̂axe: ئێڵاخە یان گێڵاخە یان گیەڵاخە، گیایەکی خواردەمەنییە لە تیرەی «تەمێشکییان» کە لەگەڵ پاقازە[9] بۆ دەرمانی «سخڵ» یان قەبزی باشە، بەڵام خەڵک بە گشتی بۆ دەرمانی نەخۆشی باوەسیر یان مایەسیری کەڵکی لێوەردەگرن.
باوەرزوو bawerzû: ئەم گیایە لە کوێستانان شێن دەبێت و بەرەکەی وەک پەمۆوە[10] و بە ڕەنگی کەوە و لە فارسیدا «پەنبەی کووهی»ی پێدەڵێن و دەم کەردەی بۆ دەرمانی دڵ ئێشە زۆر باشە.
بارهەنگ barhenĝ: گیایەکی خۆڕسکە و لە مەرغەزاران دەڕوێت و بەرگەکانی پان و بەرینە و ڕەنگی سەوزی شینە. بەری ئەم گیایە بۆ دەرمانی «بەلەفیڕە»ی منداڵان زۆر باشە، هەروەها بەرگی ئەم گیایە هەروا بە تەڕی دەکوتن و بۆ دەرمانی «سیازەخم» بەکاریدێنن[11].

1– ئەمزگ: مۆدنە: ئەمزگ سیکار: ئەو چێوەی کە وەك فیلترە و جگەرەی پێوە دەکەن و دەیکێشن.
2– سیکار: جگەرە.
3– قەسیان: ڕشانەوە.
4– مۆخۆڕ یان مخۆڕ، جۆرە بەرێکی داری مازووە.
5– دمەڵی کێمدار: دوومەڵی کێمدار، ئەو "کوان"ـەی کە کێم و پیسیی تێدەزێت.
6– گۆ ئەرجن: بریتییە لە خاکی ڕیشەی داری ئەرجن کە مەل و موور دەری دەخات و لە پای دارەکە کۆدەبێتەوە.
7– ئەم بابەتەم لە زاری کاک جەبار بەساتی خەڵکی گوندی «دیەکوڕیشە»وە بیستووە کە ئێستا دانیشتووی شابادە و خوێندکاری کۆمەڵناسییە.
8– بتە: بنچك.
9– جۆرە گیایەکە کە لە وەزی بەهاردا دەڕوێت و بە کاڵی دەخورێت.
10– پەموو: لۆکە.
11– ئەم بابەتەم لە زاری کاک عەبدوڵڵا عیفەتییەوە، بیستووە.

بایم baêim: داریکە و بەرەکەی خواردەمەنییە و خاوەنی هەموو جۆرە تیزاوی چەورە و زۆر بەتامە و لای کوردان داریکی مۆقەدەسە و بۆ خۆی خاوەنی حوکمە.
لە سرۆشتدا دوو جۆرە داری بایم هەیە، ئەوەی کە شیرینە و ئەوەی کە تاڵە و «بایێم تییەڵە baêim tîyeĺe »ی پێدەڵێن. سەبارەت بە بایمی شیرین بابەتێک هەیە کە دەڵێت: ئەگەر کەسێک تووشی نەخۆشی «بایمەک» کە وەک کوتەیە و لە ئەندامی لەش، بەتایبەت لە رووی زووان دەردێت» ببێت، بەیانان بەر لە نانی بەیانی نییەت بکات و ناوکی بایم لە سەر زووان دابنێت، باش دەبێتەوە[1].

برا بەلـق bira belü: برا بەلـق یان براوەڕۆ یان بەلاڕۆ کە لە هەندێک شوێن "بزە بەلـق"یش پێدەڵێن، جۆرە گیایەکە وەکو داری خوورمایە، بەڵام زۆر بچووکە و بالای بە یەک ئەنگوست ناگەییت. خەڵک بە گشتی لە ئەم گیایە بۆ دەرمانی بازکردنی دەمارەی کە کوێرەوە بووە یان نەخۆشی «تەسەلۆبی شەراییین» کەڵکی لێوەردەگرن، هەروەها باوەڕیان وایە کە بزن بۆیە چاخ "قەڵەو" نابێت، چونکە ئەم گیایە دەخوات؟ لەبەرئەوەی پییەی لەش تێک دەدات.
برێنداس birêndas: برێنداس یان برنجداس کە لە فارسیدا «بوو مادران»ی پێدەڵێن، گیایەکی بوونخۆش و دەرمانییە، لەوانە دەرمانی نەخۆشی "وایَ سۆیەر"ـە. ئەم نەخۆشییە چەندین شێوەی دەرمانی هەیە کە لێرە بە کورتی ئاماژەیان پێدەکەین.
لە ڕاستیدا ئەم نەخۆشییە کاریگەری بای زۆر گەرم و وشکە[2]، لە فارسیدا «بادی سۆرخ»ی پێدەڵێن. بۆ دەرمانی ئەم نەخۆشییە دەبێ بە سەنگی چەخماخ دەم و چاو ڕەندە بکرێت و زالـق یان زالو بخرێتە سەر زامەکە تا خوێنەکە بمژێت و دوایی یان بە «خاکڵە مـۆشان»ی سپی یان بەگیای برێنداس و گوڵی خەشخاش کە پێکەوە تێکەڵاویان دەکەن و لە سەر زامەکە دایدەنێن، تا هەم زووتر باش ببێتەوە و هەم شوێنی زامەکەش دیار نەبێت.
هەروەها گیای برێنداس وشکی دەکەن و دوای ئاسیاوکردن "هاڕین" لەگەڵ دۆ یان شیر تێکەڵاوی دەکەن و بۆ دەرمانی «تەو و لەرز-لەرزوتا» بەکاری دەهێنن.
بابەتێکی تر سەبارەت بە گیای برێنداس، بۆ میکرۆبکۆژی «کەرێان»[3] کەڵکی لێوەردەگرن.

بزن ترِنە bizin tirîne: گیایەکە وەکو کەوەر و تامی تۆند و گەسە، هەروەها جۆری قارچگە هەیە هەر بەم ناوەوە کە ژەهراوییە.

1- ئەم بابەتەم لە کاک قودرەت دارابییەوە، بیستووە، کە خەڵکی گوندی چیاکەوەو و تەمەنی پێنجا و پێنج ساڵە و دانیشتووی شابادە و کارمەندی خانەنشینی وەزارەتی تەندرووستییە.
2- ڕەنگە هەر ئەو «بۆمببارانی ئێلێکترۆنی» خۆر بێت و کاریگەریی لەسەر پێستی دەم و چاوە و دەبێتە هۆی فاسێدبوونی خوێنی دەم و چاو.
3- کەرێان: کەرێدان: جۆرە مەشکەیەکە کە کەرێی تێدەکەن و ماوەی سێ ڕۆژ ئامێتەی ئاو و برێنداسی تێدا دەکەن، بۆ ئەوەی کە بۆنی نەخۆش و میکرۆبی کەرێان لە ناو بچێت.

بزنه ڕیشه bizine rîşe: گیایەکە لە تیرەی باریک بەرگەکان و لە فارسی «پووا»ی پێدەڵێن و لە کاتی کەم بارانی و وشکە ساڵیدا بە باشی شین دەبێت، هەر بۆیە بزە ڕیشەی پێدەڵێن لە بەرئەوەی کە وەک ڕیشی بزن سفت و دەستە دەستەیە و خۆراکی مەڕ و ماڵاتە.

بزواق bizwaq: گیایەکە وەکو «کەنگر» کە «جارز» و «وڵە»یشی پێدەڵێن و لە فارسی «ئانغۆزە»ی پێدەڵێن، بۆ پاراستنی ڕان و مێگەل لە سەرماخواردنەوە، پێیان دەدەن، چونکە میکرۆبکوژیکی سرۆشتییە.

بلوور bilûr: بلوور یان ملوور، گیایەکە کە بە گشتی لە مەزرای گەنم دەڕوێت و لە فارسی «تەڵخەک»ی پێدەڵێن. بنوارە هۆرووم.

بنج قانگ bincqanĝ: بنج قانگ یان «سەونجگ» یان «سەگ بنجگ»، گیایەکە بۆ قانگدانی مەشکە و تەکاندنی چەو و کرمکوژی زام، کەڵکی لێوەردەگرن، چونکە میکرۆبکوژیکی سرۆشتییە، هەروەها بنج قانگ بە باشی دەیکوڵێنن و خەسی دەکەن و زامی کیمداری پێدەشۆرن و زۆر باشە[1].

بن گزێ bingizê: گیایەکە لە کوێستانان دەڕوێت و تا زەمانێک کە جوانە، خواردەمەنییە و دوایی کە پیر بوو گسکی لێ دروست دەکەن[2].

بنەزوو binezû: گیایەکە لە تیرەی «کەرەفسیان» کە «کەرەوسی وەحشی»یشی پێدەڵێن و بۆ دەرمانی کرمکوژی دەست و پێ، کەڵك لە دووکەڵەکەی وەردەگرن و دوکەڵێکی تۆخی هەیە، هەروەها ئەم گیایە لە ژێری خۆڵەمێش دایدەنێن و دوای برژیان بۆ کەمەرژان کەڵکی لێوەردەگرن[3].

بوورەگوڵێ bûreguĺê: بوورەگوڵێ یان بوورەوڵێ، گیایەکە وەک سیرمووکە و لە ڕاستیدا جۆرێک «سۆیەرانە»یە کە بەرگەکانی سوور نییە و لە کوێستاناندا شین دەبێت. لە ئەم گیایە بۆ میکرۆبکوژی گەدە کەڵکی لێوەردەگرن[4].

بووگەنگە bûgenig: گیایەکی بۆن خەراپە و تەنانەت ئاژەڵەکانیش نایخۆن.

بەڕۆ berü̂: دەتوانم بێژم داری بەڕو ناسنامەی گەلی کوردە. ئەم دارە بە گشتی لە مەڵبەندی کورد دەستدەکەوێ و جگە لە دەرمان، وەک خۆراکیش کەڵکی لێوەردەگرن.

لە ساڵەهای پێشوو، بەری داری بەڕوویان ئارد دەکرد و لە هەویرەکەی نانێکی تایبەتیان دروست دەکرد، کە خۆراکی گشتی خەڵک بووە، هەروەها بۆ دەرمانی دڵ ئێشە و «ئاخانن»ی مەشکە لە «جەفت»ی بەڕوو کەڵکیان وەرگرتووە. «جەفت»ی بەڕوو دەبێتە هۆی «پیر» بوونی گەدە و ئاردی بەڕوو بۆ دڵ و گەدە و ڕیخۆڵە زۆر باشە،

1– ئەم بابەتەم لە زاری کاک کەیومەرس ڕزاییەوە، بیستووە.

2– ئەم بابەتەم لە زاری کاک عەبدوڵڵا عیفەتییەوە، بیستووە.

3– ئەم بابەتەم لە زاری کاک عەبدوڵڵا عیفەتییەوە، بیستووە.

4– ئەم بابەتەم لە زاری کاک عەبدوڵڵا عیفەتییەوە، بیستووە.

هەروەها ئاردی بەڕو لەگەڵ «خوەڵ و دو»[1] بۆ دەرمانی کزەکز کردنەوەی گەدە باشە[2]. هەروەها خۆڵەمێشی بەڕو بۆ تێکدانی بالووکە، زۆر کاریگەریی هەیە.

هەر سەبارەت بە بەڕو باوەڕێک هەیە کە دەڵێت: ئەگەر چووی "چێو، چڵ، لق" بەڕو لەکاتی سووتاندن، کفە بکا و شیرەی لێدەربچێت، دەبێت لە ئاگرەکە دەریبێنیت و بە چێوێکی تر لێی بدەی؟ چونکە کەسێک خەریکی نووڕکردن[3] و بەدگۆییە[4].

هەروەها بۆ کەڵك وەرگرتن لە «قاو[5]»ی بەڕو. ئەگەر زامێک بکەوێتە لەش و خوێن بە بەرفراوانی لە لەش بچێت، قاوی بەڕوو لە سەر زامەکە دەنێن و ئاگری دەدەن و فووی لێدەکەن، تا شوێنی زامەکە بسووتێنێ و خوێن ڕشتن کوتایی بێت[6].

هەر سەبارەت بە بەڕو، کەڵك وەرگرتنە لە«موخۆڕ[7]»ی بەڕو. کە دوای ئاسیاوکردن و ئاردکردن، لەگەڵ «جەق»دا ئامێتەی دەکەن و بۆ پاقژکردن و بڕینی مووی تاسکە بەکاریدێنن. هەر لە سەر ئەم بابەتە پێدەڵێن «موخۆڕ» واتە مووخۆر.

بەڕەزا berêza: گیایەکە لە وەرزی بەهار و لە کوێستانان دەڕوێت و بۆ خۆی بووەتە نۆمادێک لە شێعری کوردی. ئەم گیایە لە تیرەی «پەڕسیاوەشان»ە.

بەڕەژە berêje: گیایەکە کە بە «صمغ الانجدان» بەناوبانگە و لە کوێستانان دەڕوێت و شیرەییکی قاوەیی هەیە کە بۆ «بووبڕەک» و میکرۆبکوژی، کەڵکی لێوەردەگرن.

بەڵاڕۆ beĺarû: بنوارە برابەلق.

بەلەک belek: بەلەک یان مێکووک، گیایەکی خۆڕسکە کە لە مەزرا و مەرغەزارەکان شین دەبێت. دوو جۆرە بەلەک هەیە، ئەوەی کە ئاژەڵەکان نایخۆن کە بە «هەڕەبەلەک» بەناوبانگە و ئەوێتر کە «خوەشە بەلەک» پێدەڵێن و لە فارسی «شیرین بەیان»ی پێدەڵێن. خەڵکان بە گشتی لە سەر ئەم باوەڕەن کە ئەگەر ئاژەڵێک لە بەهاران خوەشەبەلەک بخوات، شیرەکەی بە تامترە، هەروەها بەرگی بەلەک بۆ ساڕێژی زامی کۆن و شیرەی بەلەک بۆ تێکدادانی بالووک لە دەست و پێ باشە[8].

1- خوەڵ و دوو: خۆڵەمێش و دوو کە تێکەڵاوە. ئەم بابەتەم لە زاری باوکمەوە بیستووە. باوکی ئامادەکار و تەمەنی ٩١ ساڵ دەبێت، کوردی شیعە مەزهەب و خەڵکی گوندی "قەڵای هەرەسەم"ـە، ئێستا لە شاری "شائاباد" نیشتەجێیە.

2- هەروا کە دەزانین خۆڵەمێش «پتاسیۆم»ی بێ خەوشە کە ئامێتەیکی بازیکە و بۆ ئەوانەی کە گەدەیان تیزاوییە زۆر کاریگەرە.

3- نووڕکردن: نەفرین کردن.

4- ئەم بابەتەم لە زاری کاک قودرەت دارابییەوە، بیستووە.

5- قاو: هەر ئەو پۆشووی داری بەڕووە کە ڕەنگێکی قاوەئی هەیە و زوو بە زوو دەسووتێت.

6- ئەوەی ڕاستی بێت ئاگر دەبێتە هۆی کوێربوونەوەی ڕەگەکان و خۆڵەمێشی قاو کە پۆتاسیۆمی خاڵیسە دەبێتە هۆی ساڕێژبوونەوەی زامەکە.

7- مۆخۆڕ وەک خۆشە (هێشوو)ی ترێ لە سەر داری مازوو شین دەبێت. مازووش جۆرە داریکی بەڕووە.

8- هۆکارەکەشی ئەمەیە کە بالووک جۆرە ڤایرۆسێکە کە لە ڕێگەی هەواوە دەژێت و کاتێک کە بە شیرەی بەلەک بپووشرێتەوە، لە بەر نەبوونی هەوا ئەم ڤایرۆسە دەمرێت و هێدی هێدی دەڕزێتەوە.

شیرەی بەلەک بۆ کزەکزی گەدە باشە و لە بەرگی ئەم گیایە وەک بۆسوو کەڵک وەردەگرن بە تایبەت لە کاتی دروێنە کردن، هەروەها بۆ عەتر و ئۆدۆکولۆن، لە بەرگی بەلەک کەڵک وەردەگیرێت[1].

بەلەگووشە belegûşe: بەلەگووشە یان پەڵووشە، گیایەکە زیاتر لە کوێستانان دەڕوێت و وەکو چەوەندەرە و بەرگەکانی پان و کوڵکنە، گوڵەکانی لە ڕەنگی سفێد دەچێت.

بێڵەهەڕ bêľehef̂: بنواڕە «کەمەوبێڵەهەڕ».

پاقازە paqaze: گیایەکە لە تیرەی «پێ غازیان» و لە وەرزی بەهار، لە مەزراکاندا دەڕوێت و گیایەکی دەرمانی و خۆراکییە.

بۆ نموونە، گیای پاقازە، وشکی دەکەن و وردکراوەکەی بۆ دەرمانی زام بە تایبەت زامی «خەتنە» بە کاردێنن، هەروەها ئاوی پاقازە بۆ دەرمانی نەخۆشی «کەهیر» کە لای ئێمە بە «کڕنەک» بەناوبانگە بەکاردینن[2]، هەروەها گیای پاقازە بۆ تاڕاننی «پەخشە کوورە» کە جۆرە مێشوولەیەکی زۆر بچووکە، لە کاتی کارکردنەوە لە مەزرا زۆر کاریگەرە[3].

پاڵەمییە paľemîye: گیایەکی خواردەمەنی و بەرگەکانی پان و بەرینە و لە قەراخی چۆم و ڕووبارەکاندا دەڕوێت و زێزی گیای «بەلاڕۆ»ە، واتە دەبێتە هۆی چاخبوونی لەش و خەڵکان بە گەمە و گاڵە دەڵێن: پاڵەمییە بخوە، بپەنەمییە.

پاڵەچین paľeçîn: گیایەکی وەک گوڵەخاتوونە و خەڵک دەڵێن ئەگەر ئەم گیایە ببەیتە ماڵ، چینی و فەغفوور لە ماڵ دەشکێت.

پاڵەوان ترِنە paľewan tirîne: گیایەکی بۆن ناخۆشە.

پـۆرچگ pürçig: گیایەکە لە «سۆیەرانە» دەچێت و لە کوێستانان شین دەبێت. لەبەر هەبوونی گازی «ئتیلین» بۆ شۆردنی گەدە زۆر باشە.

پـۆرشگ pürşig، پـۆشگ püşig: گیایەکە لە کوێستانان دەڕوێت و وەک پێواز "پیواز- پیاز" غۆدەی[4] هەیە و غۆدەکەی خواردەمەنییە و لە گوڵەکانی بۆ ڕەنگدانەوەی خۆراک کەڵک وەردەگرن و هەروەها ئارامش بەخشە. لە ئەم گیایە بۆ «بەرخستن» بە تایبەت لە ژنان، وە هەروەها پێش خستنی عادەتی مانگانە، کەڵک وەردەگرن[5].

پـۆیار püyar: گیایەکە کە لە مەزرا و مەرخەزار دەڕوێت و خۆراکی ئاژەڵە.

پەشمینە peşmîne: گیایەکە لە مەزرا و مەرخەزار دەڕوێت و خۆراکی ئاژەڵە.

1- ئەم بابەتەم لە زاری کاک عەبدوڵڵا عیفەتییەوە، بیستووە.

2- ئەم دوو بابەتەم لە کاک قودرەت دارابییەوە، بیستووە.

3- ئەمەش بەبۆنەی هەبوونی گازی «ئێتیلێن»ە کە هۆی تاڕانن و دوورخستنەوەی ئەم گیانلەبەرەیە. باشە بزانیین کە زۆربەی گیاکان گازی «ئێتیلێن وئتان»یان هەیە.

4- غۆدە: گرێ.

5- ئەم بابەتەم لە زاری کاک عەبدوڵڵا عیفەتییەوە، بیستووە.

پەڵووشە pelûşe: بنوارە بەلەگووشە.

پەێکوڵ peêkuĺ: دڕکێکی بەناوبانگە و لە هەموو مەڵبەندی کوردەواری دەڕوێت و لە فارسیدا «خار خەسەک»ی پێدەڵێن. ئەم دڕکە وەک دەرمانێکی کارا بۆ نەخۆشی «سووزنەک» یان «سووزاک» باشە. هەروەها بۆ بەردی گورچیلە و بەرگیری کردن لە شاشبەن[1]، بەناوبانگە. ئەوەش ئاوەهایە کە بەرگ و ساقی ئەم دڕکە لەگەڵ خێاتەی گەنمەشامی ئەکوڵێنن و دوای خەستبوونەوە دەیخۆن[2].

پیاز pyaz: پیاز یان «پێواز» گیایەکی بتەئییە و لە زۆربەی مەڵبەندی کورد دەڕوێت و خاوەنی هەموو جۆرە تیزاوی بەکەڵکە و خاسیەتی هەزمی خواردەمەنیی هەیە، هەروەها لای کوردان بە پێواز دەڵێن «حەکیمْ سفرە».

سەبارەت بە پیاز باس زۆرە کە بە کورتی ئاماژەیان پێ دەکەین.

سوورکراوەی پیاز کە بە پیازاخ بەناوبانگە، بۆ سارێژی زامی سووتیان زۆر باشە، هەروەها ڕەندەکراوەی پیاز لە دەموچاو دەگرن بۆئەوەی کە پێستی دەم و چاو سپی بێت. ئەمەش بە بۆنەی هەبوونی تیزاوی مۆفیدە کە کاریگەریی لە سەر پێستی ڕەش و چڵکنی دەموچاوە و دەسڕێتەوە، هەروەها خواردنی پیاز دەبێتە هۆی ئەوەی کە تەوانی نێرینە بچێتە سەرەوە[3].

پیچگ pîçig: پیچک یان پیرچگ، گیایەکە لە سیرمووکە دەچێت و تامی تۆندە "تیژ".

تاتووڵە tatûĺe: گیایەکی ژەهرییە و خواردنی بۆ ڕان و مێگەل ترسناکە و لە تیرەی «بادمجانیان»ە. گوڵەکانی ڕەنگی سپیە و وەک زووڕنا دەمێنێت و لە ڕاستیدا گوڵەکانی ژەهراویە.

تاوی tawî: تاوی یان «تاو»، جۆرە داریکی بەرز و زۆر گەورەیە کە بەرەکەی وەک بەلاڵووکە و تامی گەسە و تارادەیەک چەورە و لە تیرەی «ناروەنیان»ە. لای کورادن داری تاوی دارێکی مۆقەدەسە و بە باشی ناوی لێدەبەن و باوەڕیان وایە کە ئەم دارە حۆکمی هەیە، بۆیە سەرپەلی ئەم دارە دەتاشن و لە لانکۆڵەی زارۆکان ئاوێزانی دەکەن و لە سەر ئەم باوەڕەن کە چاوی بەد لە زارۆکەکە دوور دەبێت، هەروەها چێوی ئەم دارە لە مەشکە و سێپا ئاوێزان دەکەن و دەڵێن: بەری مەشکەکە زۆرتر دەبێت.

سووتاندنی داری تاوی لای کوردان گوناحە و قەت داری تاوی بۆ سووتەمەنی بەکارنابەن و تەنانەت کاتی بڕینی سەرشاخەکانی داری تاوی، لە دارەکە داوای لێبۆردن دەکەن و دەڵێن بە ناچاری و بۆ خێر و بەرەکەت ئاوا کارێک دەکەن و هێوادارن کە دارەکە لە سەر گۆناحیان ڕابووڕێت، هەروەها بۆ دوورخستنی «ئاڵ» کە لە لاپەڕەکانی پێشوو باسمان کرد، داری تاوی کاریگەری خۆی نیشان دەدات (بنوارە ئاڵ).

1– شاش: میز. شاشبەن: نەخۆشیەك کە بە هۆیەوە مرۆڤ ناتوانێت میز بکات.

2– ئەم بابەتەم لە زاری کاک عەبدوڵڵا عیفەتییەو، بیستووە.

3– هۆکاری ئەم بابەتە ئەمەیە کە لە پیاز جۆرە تیزاویکی مۆفید هەیە کە «ئامینۆئەسید»ی پێدەڵێن کە کاریگەریی لە سەر هۆرمۆنی «تستسترۆن» هەیە، هەروەها پیاز خاسیەتی میکرۆبکوژیی هەیە.

ترشگی tirşigî: گیایەکە زیاتر ئەنگەڵە[1] و لە پاناری داری بەڕوو دەڕوێت و ساقەکەی سوورە و بەرگەکانی پان و بەرینە و تامێکی زۆر ترشی هەیە و بە خامی دەیخۆن.

تووسی tûsî: گیایەکە بۆ دەرمانی کۆکە باشە.

تەڕەسڵێمانی terêsilêmanî: گیایەکە لە کەوەر دەچێت و وەکو پاقازە یان سۆیەرانە دەیکوڵێنن و دەخورێت.

تەشام teşam: گیایەکە لە «ئەسپەن» دەچێت و دڕک و داڵی هەیە و لە مرغزاران شین دەبێت. بەرگی ئەم گیایە ئەکۆڵێنن و لە بۆخارەکەی بۆ دەرمانی سەرئێشە و سیپەلاک، کەڵک وەردەگرن[2].

تەشنەداری teşnedarî: گیایەکی بتەئییە و لە گیای «ئەسپەن» دەچێت و چوار وەرزی ساڵ سەوزە. ئەم گیایە چەندین تایبەتمەندیی هەیە کە ئاماژەیان پێدەکەین:

بەرگ و ساقی ئەم گیایە دەکوڵێنن و ئاوەکەی بۆ دەرمانی نەخۆشی «دەم وێرانی» کە لە فارسیدا «برفک»ی پێدەڵێن و لە ئاژەڵەکاندا خۆی دەنوێنێت، زۆر بە کەڵکە، هەروەها سڵپەکەی بۆ دەرمانی ئێشی ددان زۆر باشە و ئەم گیایە بۆ دەرمانی زامی کیمدار و زۆخاوی زۆر باشە و هەر لە ناوی ئەم گیایە دەردەکەوێت کە بۆ دەرمانی کیم و زۆخە «تەش = ئێلتەهاب+ داری= داروو»[3]، باشە.

دەرمانێکی تر لە ئەم گیایە، دەرمانی نەخۆشی «هف» یان «هفە»یە. بنوارە هف[4].

تەماتە temate: تەماتە یان «باجاناسوور» گیایەکی خواردەمەنییە کە بەپێی زانیارییەکان خاوەنی هەموو جۆرە ڤیتامین و پرۆتینە و لە هەموو میوەکان سەرترە و خۆراکیکی ئاسان هەزمە. ئاوی تەماتە بۆ تێکدادانی بالووک زۆر بە کەڵکە و دەبێتە هۆی نەرمی و جوانی پێستی لەش[5]، هەروەها لق و ساقی تەماتە بۆ تاراندنی مێشووڵە و پەخشەکوێرە[6] زۆر بە کەڵکە[7]. لە شارەزووریش بۆ چارەسەرکردنی بالووکە، لە ئاوی تەماتە کەڵک وەردەگرن[8].

تەڵگی teüligî: ئەم گیایە وەک «گیاداخ» دەچێت و چەند خاسییەتی دەرمانیی هەیە.

1- ئەنگەڵ: کاتێك گیایەك لە پاڵ دار یان گیایەکی دیکە دەڕوێت و خۆراکی خۆی لەوێنە دابین دەکات، بەو گیا کە لەوی دیکە دەخوا دەڵێن: ئەنگەڵ.

2- ئەم بابەتەم لە زاری کاک شەمسوڵا نەزەرییەوە بیستووە کە تەمەنی سی و پێنج ساڵە و خەڵکی گوندی گەورە جووە و ئێستا دانیشتووی شابادە و فرۆشیاری کەلوپەلی ناوماڵە.

3- ئەم بابەتەم لە زاری کاک عەبدوڵڵا عیفەتییەوە، بیستووە.

4- ئەم بابەتەم لە زاری باوکمەوە، بیستووە.

5- هۆکارەکەشی ئەمەیە کە لە تەماتە جۆرە تیزاوێک هەیە کە لە «ئەسید نیتریک» دەچێت، ئەم تیزاوە لە لیموویش دەست دەکەوێت.

6- پەخشەکوێرە: مێشوولە.

7- هۆکارەکەشی ئەمەیە کە لە زۆربەی گیاکان، بەتایبەت ئەوانەی کە «جالیز»ین واتە وەک بتەیە، گازی «بۆتان و ئێتان و ئێتیلین» زۆرە.

8- هەگبە و هەوارگە، ئەیووب ڕۆستەم، چاپی یەکەم، سلێمانی، ٢٠٠٣، ل ٣٣.

لە ئەم گیایە بۆ دەرمان و تێکدادانی باللووک کەڵک وەردەگرن، هەروەهـا سـاق و بـەرگ و پێـستی ئـەم گیایـە، زۆر دەکوڵێنن و دوایی دەیپاڵێون کە تامیکی زۆر تاڵی هەیە و بۆ دەرمانی «برنگ birnĝ » یان «ئاپاندیـسیت» بـە کاریدێنن، هەروەها بۆ دڵ ئێشە باشترین دەرمانە[1].

تیەڵگی tyeîgî: گیایەکە وەکو شـۆرتگ کە لە بەر تاڵی خۆی بەناوبانگە.

جل تانجی ciltancî: گیایەکە وەک پالەمیە و «گوڵەخاتـونە» کە بە خامیش دەخۆردرێت.

جـۆاس cüas: گیایەکە لە جۆ دەچێت.

جوانشێر cuwanşêr: گیایەکە زۆرتر لە مەزرای چەوەندەر دەڕوێت و ساقەکەی خواردەمەنییە و ئەگەر ڕیـشەی ئەم گیایە لەگەڵ قەرسەقول بسووتێنێت، بۆ دەرمانی نەخۆشی «چەوگلی» زۆر باشە.

جۆقی coqî: گیایەکە لە مەزرا و مەرغەزار دەڕوێت و لە فارسیدا «خاکشیر»ی پێدەڵێن و بۆ دەرمانی نـەخۆشـی گەرمازەدەگی باشە.

چاێر çaêr: چاێر یان «هرێز، مەرەغ، کرتک» گیایەکە زیاتر خۆراکی مەڕ و ماڵاتە.

چنگووڕ çingûr̂: چنگووڕ یان چنوور گیایەکی بۆنخۆشە و خەڵکان ئەم گیایە لـە هیـزەی ڕۆن دەکـەن و بـۆن و تامی ڕۆنەکە خۆش دەکات.

چەقچەقە çeqçeqe: گیایەکە لە دامەنەی تەپۆڵەکان دەڕوێت و خواردەمەنی نییە و لە وەرزی پاییز بەرگەکانی کوڵکنە و دەبێتە هۆی ئاڵۆزی لەش لە ئینسان و حەیوان.

چەوبازە çewbaze: گیایەکە زیاتر لە مەزرای گەنم دەڕوێت و تامی وەکو کاهووە و بەرگەکانی پان و بەرینە.

چەورگی çewrigî: چەورگی یان چەوچەورە، گیایەکی کوڵکن و ساق و پەل ئەستوورە کە گوڵەکانی لـە ڕەنگـی سوور و زەرد دەچێت و لە تیرەی «گوڵ گازووان»نەکانە و بەرەکەیی و ساقەکەی خواردەمەنییە.

ساق و بەرگی چەورگی بۆ قانگدانی چاو دەرمانی نەخۆشی «چەوتەکانن» کەڵکی زۆری لێـوەردەگرن. بـۆ زانیـاری زیاتر بنواڕە «خوەشیر».

چەویر çewîr: گیایەکی بۆنخۆشە و خەڵکان ئەم گیایـە لـە هیـزەی ڕۆن دەکـەن و بـۆن و تـامی ڕۆنـەکـە خـۆش دەکات.

خورماسـۆچـۆان xurmasüçan: خورماسـۆچان یان «خورماسیلک» گیایەکە لە «پـۆشگ» دەچێت و ڕەنگـی وەک زێڕە و خواردەمەنییە.

خوەشیر xweşîr: خوەشیر یان خورشیلک، گیایەکی خۆڕسکە و لە پاڵی چیاکان دەڕوێت و بەرگەکەی لە مێکۆک دەچێت و ساقەکەی تاڕادەیەک سپی و شینە و شیرەیکی تـۆخی هـەیـە کـە ئـەگـەر بڕژێتـە سـەر هـەر ئـەندامێک، ئەستوور دەبێت. لە ڕیشەی ئەم گیایـە بـۆ کـاری دەرمـانی کرمکـوژی دەسـت و پێیـان «تـەکـاننی چـەو» کـەڵـک وەردەگرن. لە ڕاستیدا ئەم نەخۆشییە جۆرە بیمارێکی پێستییە کە کرمی زۆر بچووک کە بە چاو دیار نییە دەست و

1– ئەم بابەتەم لە زاری باوکمەوە، بیستووە.

پێ، یان چەو و گوێ دەگرێتە خۆیی و تم و دایم دەخورێت. خەڵک، ساق و بەرگی ئەم گیایە دەسووتێنن و ئەو ئەندامە کە کرمی تێدایە لە سەر دوکەڵەکەی دەگرن و دوکەڵی ئەم گیایە دەبێتە هۆی کوژران و تێکچوونی کرمەکان و لەش ساق دەبێتەوە. ئەم تایبەتمەندیە لە «کەودڕگ» و «زەردە سیری» و «چەورگی»یش هەیە، هەروەها ڕیشەی ئەم گیایە وشک دەکەن و زبرەکەی دەگرن و وەکو ئەسپەن لە سەری ئاگر دەیسوتێنن، بۆ کاری «گەندزودایی» کردنی ماڵ و ڕەشماڵەکان[1]، بەکاردێت.

خەرتەل xertel: گیایەکە وەکو وەنگی و ساقەکەی پێستی دەگرنەوە و خواردەمەنییە.

خەرتیزنگە xertîzingê: گیایەکە وەک خەرتەل و ترپچە.

خەرخنکنە xerxinikine: گیایەکە لە مەزرای گەنم و جۆ دەڕوێت و بەرگەکانی وەک چەوەندەرە و زیاتر لە چوار یان پەنج بەرگ دەگرێت و بە قەد گەنمێک بەرز دەبێت و ئەگەر مەڕ و ماڵات بە جوانی لێی بخوات، دەیکوژێت.

خەرکوڵ xerkûĺ: گیایەکە دڕک و داڵی زۆرە.

خەرەبەنگ xerebenĝ: گیایەکە لە بەنگ گەورەترە و مادە سڕکەرەکانی وەک حەشیشی لێدەست دەکەوێت. خواردنی بەری ئەم گیایە دەبێتە هۆی مەنگی و سەرەگێژەی مرۆڤ.

خەلیلە xelîle: گیایەکە بەرەکەی وەک گوڵخۆمچە خڕ و پڕ و ڕشتە ڕشتەیە و بۆ خاوێنکردنی بێخی ددان باشە.

خیارشنگ xêarşinĝ: خیاریکی کوڵکنە و لە خیارانی تر بەتامترە. پێستی ئەمجۆرە خیارە بۆ دەرمانی نەخۆشی ئاتەشەک و ئێلتەهاب زۆر باشە[2].

دارشکن dar şikin: جۆرە گیایەکی وەرزانەیە و لە مێکۆک دەچێت. خەڵکان لە سەر ئەم باوەڕەن کە ئەگەر دەرمانێک لەم گیایە لە سەر زامێک دابنێن، ئەم زامە قەت باش نابێتەوە.

داسقاڵە dasqaĺ: گیایەکە وەک «ماشۆلە» پێچ پێچە.

داسۆلە dasüle: گیایەکە وەکو ماش و خۆراکی ئاژەڵە و دەم کەردەی بۆ دەرمانی دڵ ئێشە و سەر ئێشە باشە.

داڵگ و دۆیەت daĺig û düyet: گیایەکە بۆ دەرمانی ئاوڵە.

دانۆکە danüke: گیایەکە بەری نییە و زیاتر خۆراکی باڵندەیە و ساق و بەرگی خۆراکی مەڕ و ماڵاتە.

دانەمەلۆچگ danemelüçig: گیایەکە وەکو چەورگی کە بەرەکەی چەورە و زیاتر خۆراکی چۆلەکەیە.

دپەلە dipele: گیایەکە وەکو سیرمووکە.

دزۆل dizül: گیایەکە لە مەزرای چەوەندەر دەڕوێت و گوڵێکی سپیی هەیە و خۆراکی مەڕ و ماڵاتە. ئەم گیایە وەکو شامپووی سرووشتی کەڵکێ لێوەردەگرن و هەروەها بووبرە.

دڕکیلە dir̂kîle: گیایەکی خواردەمەنییە.

1- ئەم بابەتەم لە زاری باوکمەوە، بیستووە.

2- بەپێی زانیارییەکان لە پێستی خیار جۆرە ڤیتامینێک هەیە کە بۆ پێستی دەم و چاو زۆر باشە و لە زۆربەی کرێمە ئارایشیەکان، ئامێتەیەک لە ڤیتامینەکانی خیاری تێدایە.

دگان تێژکەرە digan têjkere: گیایەکە خواردەمەنییە و لە مەزرای چەوەندەر دەڕوێت و خەڵکان لە سەر ئەم باوەڕەن کە خواردنی ئەم گیایە دەبێتە هۆی خاوێنبوونی دەم و ددان و ددان پاک دەکاتەوە. لە ڕاستیدا هەر وایە، چونکە ئەو کەسانەی کە تم و دایم دەمیان بۆنی ناخۆشی لێدێت، بە خواردنی گیای دیان تێژکەرە ئەم بۆنە تێکدەچێت و ددان سپیتر خۆی دەنوێنێت. تامی ئەم گیایە وەک نەعنایە.

دگونە digwine: گیایەکە بەرێکی بچووکی وەک سیاسنۆج دەگرێت و خۆراکی مەڕ و ماڵاتە.

دلیق dilîq: گیایەکە وەک «تۆڕگ türîg» کە پڕ درک و داڵە و وەک پەرچینی باغات کەڵکی لێوەردەگرن.

دۆ ڕوویلە dü r̂uwîle: گیایەکی دڕکیلە دارە وەکو (گەماڵدۆ) و لە پاڵی چیاکان شین دەبێت.

دەم گەنگە demgenige: گیایەکە لە ماش دەچێت و خواردەمەنی نییە و تامێکی ناخۆشی هەیە.

ڕازیانە r̂azyane: گیایەکی دەرمانییە و بە تایبەت بۆ دڵ ئێشە زۆر باشە، هەروەها خواردنی رازیانەی دەم کەردە بە تایبەت بۆ ژنێک کە زارۆکی هەیە، زۆر باشە و شیرەکەی بەرفراوان دەکات.

ڕخڵ r̂ixl̂: رخڵ لە ڕاستیدا یەک گیا نییە، بەڵکو کۆمەڵێک لە گژ و گیای بۆنخۆشە کە دەیکەنە بنی ئاخۆڕی ئاژەڵان تا بۆنی خەراپەی ئاخوڕەکە بگرێت.

ڕسق r̂isq: بنوارە ڕسقەمووریژ.

ڕسقەمووریژ r̂isqemûr̂îj: رسقە یان رسقەمووریژ یان «ڕێخ مرۆژ» گیایەکی بتەئییە کە لە پاڵی چیاکان و تەپۆڵەکان دەڕوێت و بەرەکەی وەک ڕێخ و ماسە خۆی دەنوێنێت و چەورە و ئینسانیش لێیدەخوات و زۆریش بە تامە. مرۆچەکان لە وەرزی بەهار بەری ئەم گیایە کۆدەکەنەوە و بۆ خۆراکی زستانان کەڵکی لێوەردەگرن. هەر بۆیە ناوی «ڕێخ مرۆژ» یان لێ ناوە.

بەری ئەم گیایە لەگەڵ گەنمەشیرە لە سەرئاگر بە تایبەت «ساج تاوە» دەیبرژێنن و دوایی دەهەڕێن و ئاردەکەی لەگەڵ شیر و شەکەر یان قەند، تێکەڵاو دەکەن و جۆرە «قاویت»ێک دروست دەکەن کە بۆ ژنی زاوران زۆر باشە[1].

ڕەگەکیشە r̂egekîşe: گیایەکی ئاوییە و لە «پاڵەمییە» دەچێت و بەرگەکانی وەک گوێی مانگایە. خەڵکان بە گشتی بەرگی ئەم گیایە دەکوتن و لە سەر زامێک کە دەمی باز بووەتەوە، دادەنێن و بە پارچەیەک قوماش دەیبەستن و دوای چەند ڕۆژ دەمی زامەکە دەبەستێ و باشی دەکاتەوە[2]. لە شارەزوور ئەم گیایە بۆ چارەسەرکردنی زیپکە و دۆمەڵ بە کاردەبەن[3].

ڕێحان r̂ehan: گیایەکی خواردەمەنییە.

زڵفنج zil̂finc: گیایەکە بۆ کرمکوژی ئاژەڵەکان کەڵکی لێوەردەگرن. ئەم گیایە ژەهراوییە و خاسیەتی میکرۆبکوژیی هەیە.

1– ئەم بابەتەم لە زاری باوکمەوە بیستووە.

2– ئەم بابەتەم لە زاری کاک قودرەت دارابییەوە، بیستووە.

3– هەگبە و هەوارگە، ئەیووب ڕۆستەم، چاپی یەکەم، سلێمانی، ٢٠٠٣، ل ٣٣.

زڵق ziĺq: گیایەکە لە تیرەی چەوەندەر و لەو بچووکترە و لە بەرگەکەی خۆراکێک سازدەکەن کە هەر بە زڵق ناودارە.
زلگە zilige: بنوارە زڵق.
زنیان zinyan: گیایەکە دەم کەردەی بۆ سارێژی دڵ ئێشە باشە.
زوو zû: گیایەکی غۆدەییە و لە کوێستانان دەڕوێت و بە تایبەت بۆ ترشیجات زۆر بە کەڵکە.
زەل zel: گیایەکی ئاوییە و بە قەد میتر و نیوێک بەرز دەبێت و خەڵکان بۆ سەر پەڕی چاتووڵ و خۆراکی مەڕ و ماڵات کەڵکی لێوەردەگرن.
ژەقنەبووت jeqnebût: گیایەکی زۆر تاڵە و تەنانەت مەڕ و ماڵاتیش نایخوات.
ساقسۆیەرە saqsüyere: گیایەکە لە مەزرای چەوەندەر دەڕوێت و بە «سەڵمانە»ش بەناوبانگە و لە فارسیدا «تاج خۆرووسی وەحشی»ی پێدەڵێن و وەکو «زڵق» دەیکوڵێنن و خواردەمەنییە.
سرێنجگ sirêncig: سرێنجگ کە لە فارسیدا «سنجد»ی پێدەڵێن، داریکی کێویە. لە نێو خەڵکاندا باوەڕێک هەیە کە دەڵێت: دوکەڵی سرێنجگ بۆ دەرمانی ئێشی گوێ باشە[1]، هەروەها ئەم دارە لە چوار وەرزی ساڵ لە مانگانی تایبەت بۆنیکی لێهەڵدەستێت کە دەبێتە هۆی نەخۆشی «بووبڵێنی» کە بە تایبەت لە سەر زارۆکان کاریگەریی هەیە. خواردنی بەری سرێنجگ بۆ دەرمانی نەخۆشی بووبڵێنی یان نەخۆشی بەلەفیڕە[2] زۆر باشە.
سۆیەران süyeran: گیایەکە گوڵەکانی لە ڕەنگی زەرد دەچێت و ژەهراوییە و لە ساق و پەلی گسک دروست دەکەن.
سۆیەرانە süyerane: گیایەکە لە تیرەی سیرمووکە کە لە کوێستانان دەڕوێت و خواردەمەنییە و لە فارسیدا «تەڕەی وەحشی»ی پێدەڵێن. خواردنی ئەم گیایە بۆ دەرمانی کرمی گەدە و نەخۆشی سەرما زۆر باشە.
سەگ بنجگ segbincig: سەگ بنجگ یان گوڵبنجگ، گیایەکە زیاتر بۆ قانگدانی مەشکە کەڵکی لێوەردەگرن.
سەڵمانە seĺmane: بنوارە «ساق سۆیەرە».
سەور sewr: گیایەکە بتەیی و ڕەنگی لە سوور دەچێت و وەکو بەڕۆژە بەرز دەبێت و زۆر جوانە و خوارەمەنی نییە.
سییەژاوە sîyejawe: گیایەکە گوڵەکانی سووری تۆز کاڵە.
سییەسنۆج sîyesinüc: گیایەکە بەرەکەی وەک «کونجی»ە و خاسییەتی کونجیی هەیە و بۆ نەخۆشی کیمداربوونی سیپەلاک باشە، هەروەها ژنانی کورد ئەوەیان ئامێتەی دۆ یان شیراز دەکەن و تامەکەی خۆش دەکاتەوە.
شامی مارانە şamî marane: بنوارە کاڵگەمارا.

1– ئەم بابەتەم لە زاری کاک ئەردەشێر میرزاییەوە، بیستووە. کە خەڵکی شیانە و دانیشتووی شابادە و مامۆستای خانەنشین و شیعە مەزهەبە.
2– بەلەفیڕە: سك چوون.

شترخار şitirxar: جۆرە درکێکە لە ئاسندرگ دەچێت و گوڵەکانی لە ڕەنگی سووری تۆزکاڵە و لە چەمەنزار شین دەبێت. خەڵکان ساق و بەرگی ئەم درکە دەکوڵێنن و دوایی ئارەقەکەی دەگرن کە بە ئەرەقی شترخار بەناوبانگە و بۆ دەرمانی بەردی مێزڵدان بە کاریدێنن، هەروەها ئەگەر مەل و موور یان باڵندە گوڵەکانی بقرتێنێت، جۆرە شیرەیکی سووری لێدێتەدەر کە «تەرە نجەبین» یان تەرەهەنگوینی پێدەڵێن و بۆ دەرمانی نەخۆشی«گەرمایژنەک[1]» زۆر بە کەڵکە.

شرین شاتەرە şirîn şaterê: گیایەکە لە «ترپووکە» دەچێت و خواردەمەنییە و لە فارسیدا «کەڵزا»ی پێدەڵێن.

شووالەکەنگ şuwaʕ kenig: شووالەکەنگ یان شەرواڵ بەکوڵ، گیایەکە لە گەرمیان دەڕوێت و خواردەمەنی نییە و تارادەیەک ژەهراوییە و هەر کەس بیخوات، تووشی بەلەفیرە دەبێت. خەڵک بە گشتی بۆ دەرمانی «سخڵ» یان قەبز کەڵکی لێوەردەگرن. ئەم نەخۆشییە لە شارەزوور بە کەڵک وەرگرتن لە گیای سینەمەکی، شەلەمە، تۆڵەکە، ڕۆنی گەرچەک، دەرمان دەکرێت[2].

شـوت şüt: **شویت،** گیایەکی بۆنخۆشە کە بەرگەکانی باریک و سووزەنییە و زیاتر لە مەزرای چەوەندەر دەڕوێت و لە فارسیدا «شوئید»ی پێدەڵێن. خەڵک بە گشتی ئەم گیایە لەگەڵ ماست تێکەڵاو دەکەن بۆ دەرمانی چەوری خوێن، بەکاری دەهێنن.

شوور şûr: گیایەکە لە سەگ بنجگ دەچێت و تامی سووڵە.

شـورتگ şürtig: گیایەکە ڕیشەکەی خواردەمەنییە و لە «هەپووڵک» دەچێت و شیرەی زۆرە و لە شیرەکەی بۆ دەرمانی نەخۆشی چاو کەڵک وەردەگرن.

شەقەگوڵ şeqeguʕ: گیایەکە لە«خوەشیر» دەچێت و خواردەمەنی نییە.

شەکرووکە şekrûke: گیایەکە کە بۆخۆی «ئەنگەڵ»ـە، واتە لە گیایەکی تر دەخوات بە تایبەت دەلکێتە گیای «کەرتەشی» و لەو دەخوات و بە «قەنشەکەرووک» یان کەنگر خەرانەش بەناوبانگە و لە تیرەی «ئارتیشن»ە. خودی شەکرووکە، گیا نییە بەڵکو کرمی پەروانەیە کە لە ساقەی کەرتەشیدا پیلە دروست دەکات و لە ئەم گیایە دەخوات و ئەم کرمە لە ڕۆمەتەوە وەکو پستەیە و خواردەمەنییە.

شیرقوتگە şîrqutige: شیرقوتگە یان «شیرکوتگان» یان شیرخۆرشید، گیایەکە گوڵەکانی لە ڕەنگی زەرد دەچێت و وەکو مادەی پەنیر کەڵکی لێوەردەگرن. شیرەی ئەم گیایە تیزاویە و پێست خراپ دەکات.

شیرکوتگان şîrkwitgan: بنوارە شیرقوتگە.

شیرماسنەک şîrmasinek: گیایەکە لە روومەتەوە لە «کەوەر» دەچێت و بە قەد یەک بنگۆست بەرز دەبێت و لە «شنگ» پانترە و بەرگەکەی سەوزی زەقە و لە زۆربەی شوێنەکان شین دەبێت. شیرەی ئەم گیایە زۆر تۆخ و سپی ڕەنگە و ئەگەر لە نێوی شیر ئامێتەی بکەن، شیرەکە دەبێتە ماست.

1- گەرمایژنەک: گرمژنە، جۆری زیپکەی سوورە کە لەش دەگرێتە خۆیی و هۆکاری گەرمای خۆر و ئارەقی لەشە.

2- هەگبە و هەوارگە، ئەیووب ڕۆستەم، چاپی یەکەم، سلێمانی ۲۰۰۳، ل ۳۳.

ڤێ vê: ڤێ یان «بی»، جۆرە داریکی خۆڕسکە و لە مەڵبەندی کوردەواری بە گشتی شین دەبێت. بەرچاوترین نموونەی ئەم دارە «شووڕەبی»یە. پێستی سپی ئەم دارە دەتاشن و دەیکوڵێنن و خەسی دەکەن و لە پارچەیەک دەپێچن کە زۆر تاڵە و وەک سارێژکەری سەرئێشە و نەخۆشی «کەلەمیقاو» یان «سینۆزیت» کەڵکی لێوەردەگرن[1].

فلووس filûs: گیایەکە بەرەکەی لە غەلافێکدا هەشارە و خەڵک ئەم بەرە لە ئاو دەکەن و دەتلیقێنن و بۆ دڵ ئێشەی زارۆکان زۆر باشە.

قاقووڵە qaqûle: گیایەکی دەرمانییە.

قرام qirâm: گیایەکە زیاتر لە باتلاخەکان دەڕوێت و لە «زەل» دەچێت.

قوڕینجگ qwirîncig: گیایەکە لە «هەپووڵک» دەچێت و بەرگی نییە و وەکو قارچگە دمەلان لە ژێری زەوی سەر بەرز دەکات و خواردەمەنییە و خەڵکان بۆ چارەسەرکردنی نەخۆشی خورەمیرە یان (جوع) کەڵکی لێوەردەگرن.

قوزڵقورت qwizilqwrt: گیایەکی زۆر تاڵە و بەرەکەی بە قەد دانەی تەزمێرە و زیاتر جاڵجاڵۆکە لە سەریدا هێلانە دەکات و زۆر ژەهراوییە و هەر ئاژەڵێك لێی بخوات، دەتۆپێت.

قوژە qwije: گیایەکە وەکو قوزڵقورت.

قۆمام qomam: قۆمام یان قۆمامیلە کە لە فارسی «گەندۆمی وەحشی» پێدەڵێن، جگە لەوەی کە جۆرە قارچگەیەکە، گیایەکە چیمەنیشی پێدەڵێن و خۆراکی مەڕ و ماڵاتە. ئەوەی کە دەبێتە قارچگە لە ڕاستیدا جۆرە قارچیکی ڤیرۆسییە کە لە ڕیشەی ئەم گیایە دەخوات و دەبێتە قارچگەی خۆراکی کە قارچگ قۆمامیلەی پێدەڵێن.

قەڕەقاچ qereqaç: قەڕەقاچ یان «قەڕەقاژ» یان «گەنمەگیا»، گیایەکە لە گەنم دەچێت و خۆراکی مەڕ و ماڵاتە.

قەژیەڵێ qejyeĺê: گیایەکی زۆر تاڵە و لەفارسیدا «ژاڵە»ی پێدەڵێن و بەرگەکانی زۆر بچووک و خۆش ڕەنگە. خەڵک بەگشتی ئەم گیایە لە سەر زەوی کشتوکاڵ دەنێن و باوەڕیان وایە کە دژی چاوی بەدە و چاوی بەد، کوێر دەکات. دەبێت بزانین کە ئەگەر حەرام گۆشتێک وەک کەر یان قاتر قەژیەڵێ بخوات، دەتۆپێت.

خەڵک بە گشتی گیای قەژیەڵێ لەگەڵ دوشای توو ئامێتە دەکەن و بۆ دەرمانی نەخۆشی «سەودا» کەڵکی لێوەردەگرن.

قەڵتاس qeĺtas: گیایەکی خۆڕسکە و زیاتر لە قەراخی مەزرای گەنم و جۆ و تەپۆڵکەکان دەڕوێت و خۆراکی مەڕ و ماڵاتە.

قەڵتاسە گیا qeĺtase gîa: بنواڕە قەڵتاس.

قەنشەکەرووک qenşekerûk: بنواڕە شەکرووکە.

1– ئەم بابەتەم لە زاری باوکمەوە، بیستووە.

کاڵگەماران kaĺigemaran: یان کاڵکەمارانە، گیایەکە لە زەویە دەیمییەکانی نزیک بە کێف دەڕوێت و بەرەکەی وەک کاڵکە و زۆرتر خۆراکی مەل و مووره. لە فارسی و عەرەبیدا «هندوانە ابوجهل»ی پێدەڵێن.

کراوی kirawî: گیایەکە لە تیرەی «کاکتوسیان»ــە و لـە فارسـیدا «ئـانغۆزە»ی پێدەڵـێن کـە لـە کوێـستانان دەڕوێت و دڕکینە و بەرگەکەی وشک دەکەن و لە خۆراکگەلێک کە دەبێت بە ڕۆن سوور بکرێتەوە وەکو «کفتـە»، تێی دەکەن و تامی خۆش دەکات.

کرتک kirtik: بنواڕە هرێز.

کرف kirf: جۆرە دارێکی بچووکە و لە قەراخی چۆم و رووبارەکاندا دەڕوێت و بەرەکەی وەک «هەڵەڕەزگە»یـە و خواردەمەنییە. خەڵکان ساق و پەلی ئەم دارە بە تەڕی دەسووتێنن و کەفێک لێوەردەگرن کە بۆ دەرمانی نەخۆشی «گەزنەک» کە جۆرە جۆزامێکە، کەڵک وەردەگرن[1].

کرمکوژە kirmkwije: گیایەکە ڕیشەکەی دەکۆڵێنن و دوایی خەسی دەکەن بۆ دەرمانی سووتیان بـەکاریـدێنن، هەروەها بۆ تێکدادانی کرم لە ڕان و مێگەل، بەکاردێت.

کوچگەخودایلە kuçigexudayle: گیایەکی کێویە و بەرەکەی وەکو بەڕووە و خەڵکان لە کـاتی کـەم بـارانی و قات و قڕ، بەری ئەم گیایە دەهاڕن و لەگەڵ ئاردی بەڕوو یان گەنم و گەنمەشـامی، تێکـەڵـی دەکـەن و وەکـو نـان دەیخۆن.

کوچگە قلا kuçige qiĺa: جۆرە گیایەکە لە مەزرا و مەغەزارەکاندا دەڕوێت و بەرەکەی بۆ ساڕێژکردنەوەی ئێشی ددان و هەروەها کرمی ددان زۆر باشە. بۆ زانیاری زیاتر بنواڕە (مێەس هەسەڵ).

کوڕی فڕی kur̂î fir̂î: گیایەکە و خۆراکی ئاژەڵەکانە.

کوڵە زووانە kuĺe zuwane: گیایەکە لە «چەورگی» دەچێت و ڕەنگی بەرگەکانی ئەسپییە و دڕک و داڵی هەیە و ڕیشەکەی ڕەنگی سوورە و بە قەد یەک بنگۆستـە. ڕیشەی ئـەم گیایـە لـە ڕۆنـی دان سـووردەکـەن و بـە باشـی دەیتلیقێنن و و بۆ دەرمانی دمەڵ و کوورەک و «وایْ سـۆیەر» و هەروەها سووتیان بە ئاوی کوڵ بەکاریدێنن[2].

کووڵ kûĺ: گیایەکە لە «سـۆیەرانە» دەچێت و هەندێک بچووکترە و بەرگەکانی پانترە.

کەتان ketan: گیایەکە بۆ ئاهار و پاقژکردنەوەی جل و بەرگ و مافوور کەڵکی لێوەردەگرن.

کەرتەشی kerteşî: بنواڕە شەکرووکە.

کەما kema: کەما یان کەمە، گیایەکە لە تیرەی «کەرەفسیان» و هەروەک کەرەوسە و بۆنی توندی هەیە و هەر لە بەر ئەمە مەڕ و ماڵات لێیناخۆن و دوایی کە وشکی دەکەن و بۆنەکەی تێکچوو، دەیدەنە مەڕ و ماڵات.

کەمە و بێڵەمەڕ keme û bêĺeher̂: گیایەکە خۆڕسکە و بە قـەد بـەڕۆژەیـە و بـەرگـەکـانی پـانترە. خـەڵکـان بەگشتی ڕۆنی حەیوانی لێدەدەن و بە ئاژەڵەکانی دەدەن و باوەڕیان وایە کە ئافەت و نەخۆشی لە ڕانەکەیـان دوور دەکەوێتەوە.

1- ئەم بابەتەم لە زاری باوکمەوە، بیستووە.

2- ئەم بابەتەم لە زاری کاک قودرەت دارابییەوە، بیستووە.

کەێکوو keêkû: کەێکوو یان کەێکم، داریکی کێفیە و بۆ خۆی لە ئەوپەڕی جوانییە. بابەتێک سەبارەت بەم دارە هەیە و ئەمەش «وێنەگرتن»ە. لە مانگی گوڵان و ئەم کاتە کە باڵندەکان بەگشتی خەریکی هێلانە کردنن، ئەگەر باڵندەیەک لە سەر لقێکی ئەم دارە بنیشێتەوە، وێنەی ئەم مەلە دەکەوێتە سەر لق و پۆپی ئەم دارە، بەمجۆرە کاتێک لە چووی داری کەێکوو ئەمزگ سیکار یان هەر ئامرازیکی زینەتی ساز دەکرێت، دەبینین کە وێنەی مەلێک خۆی پیشان دەدات[1]. بۆیە زۆربەی خەڵک لە سەر ئەم باوەڕەن کە داری کەێکوو وەک کامێرا، وێنە دەگرێت و لە سەر شاخەکانی ئەم دارە کەلوپەلی تەزئینی سازدەکەن.

کیرگەخەرانە kîrgexerane: گیایەکە زیاتر لە مەزرا دەڕوێت و بەرگەکانی ڕەنگی سوور و ڕەشە و ساقەکەی وەکو قاقۆڵ لە نێو بەرگەکانی سەربەرز دەکات و بە (میل سۆرمانک)یش بەناوبانگە و خواردەمەنی نییە.

کیمیا kîmya: گیایەکە کە تم و دایم سەوزە و تەنیا یەک چووزەڕەی هەیە و بەرگی نییە و لە وەرزی پاییز کە گژ و گیا چرمساوە، دەڕوێت و خەڵک بە گشتی لە سەر ئەم باوەڕەن کە هەر ئاژەڵێک ئەم گیایە بخوات، ددانی دەبێتە زێڕ. ئەم ڕەوایەتەی خووارە ئاماژە بەم حیکمەتە دەکات:

((تەمەنم دە دوانزدە ساڵ بوو کە خزمی خۆمان «کەیخودا حسەینقولی» وتی لە گوندی «کوورگ kûrig» سەر بە ناوچەی «چەرداوڕ» ئازاخان ناوێک کە نەچیرەوان بووە و برای «نەزەرخان» دەوڵەمەندی ئەم ناوچەیە بووە، لە کاتی شۆمکردن لە زەویەکەی لە پاڵی کێفی کوورگ، دیویە کە پڵنگێک هێرشی کردووە بۆ سەر ران و مێگەلێک لە کەڵی کێفی و دوو کەڵی بریندار کرد و خەریکی خواردنی یەکێکیان بوو و ئازاخانیش لە ترسی گیان، خۆی هەشار دەکات و پڵنگەکە کە چوو، دیوە کە کەڵێک لە پاڵی دارێک نیمە گیان کەوتووە. ئازاخان کەڵەکە دەکوژێت و لەگەڵ خۆیەوە دێنێتە ماڵ. لە کاتی سەروپێ کردنی، تێدەگەی کە سێ دانە لە ددانەکانی زێڕە))[2]. زۆربەی خەڵکی گوندی کوورگ و چەرداوڕ ئەم ڕووداوەیان لە بیرە و زۆر باس لە سەری دەکەن.

گاتووپە ga tûpe: بنوارە گیاتووپە.

گوچانەگیا guçane gya: بنوارە هۆلەیلە.

گورگاس gurgas: گیایەکە بەرەکەی بە قەد جۆیە و زۆر تاڵە.

گوڵ گازووان guɫ gazuwan: گوڵیکی خۆڕسکە و دەمکەردەی بۆ دەرمانی دڵ ئێشە زۆر باشە، هەروەها ئەوانەی کە خوێنیان خەستە دەمکەردەی گوڵ گازووان بۆیان باشە.

گوڵ گا و جفت guɫi ga û cift: گیایەکە گوڵەکانی کەوە و لە ناوەوە سپیە و لە کاتی جووتیاری (سەرەتای پاییزی کوردی) دەڕوێت و زۆر جوانە و خواردەمەنیە.

گوڵە چەرمێ guɫe çermê: جۆرە گوڵێکە لە گیای برێنداس دەچێت و لە چەمەنزاران شین دەبێت.

1- ئەم بابەتەم لە زاری کاک قودرەت دارابییەوە، بیستووە.

2- ئەم بابەتەم لە زاری باوکمەوە، بیستووە.

خەڵک بە گشتی بۆ دەرمانی دڵ ئێشە و سەر ئێشە کەڵکی لێوەردەگرن، هەروەها خەڵک بە گشتی لە کاتی کولاندن، دەم و چاوی خۆیان لە سەر بۆخارەکەی دەگرن و باوەڕیان وایە کە بۆ چین و چرووکی "چرچ و لۆچ" دەموچاو باشە.

گوڵە زەردە gwiĺe zerde: گوڵێکە وەکو گوڵە چەرمی، بەڵام ساق و گوڵەکەی لە زەرد دەچێت و خاسییەتی گوڵەچەرمێیی هەیە.

گون کاوڕە gun kawirê: گیایەکە لە مەزرای گەنم و جۆ دەڕوێت و دوپەلە و خواردەمەنییە.

گونووڕ gwinûr̂: گیایەکە لە کوێستانان دەڕوێت و وەک بەڕەزا لە جوانی بەناوبانگە. ئەم گیایە بە تەڕی دەیکوتن و لەگەڵ سۆرمە ئامێتەی دەکەن و چاوی پێ کڵ دەدەن، هەروەها خەڵک بۆ دەرمانی نەخۆشی «ئاو مرواری» سیپەلاکی پەز لە شیش دەدەن و کەبابی دەکەن و لە کاتی برژان کەفێکی لێ دەردەچێت کە ئەم کەفە دەگرن و لەگەڵ گونووڕ و سۆرمە ئامێتە دەکەن چاو پر دەڕەژن.

گەزەرەمۆشان gezeremüşan: گیایەکە لە دامەنەی تەپۆڵکەکان دەڕوێت و لە گەزەر یان « گێزەر» دەچێت و خواردەمەنییە.

گەون[1] gewn: گیایەکی خۆڕسکە زیاتر لە کێف و شاخەکان شین دەبێت. کەتیرا کە وەک سەرشۆریکی "کەتیرە" سرۆشتییە لەم گیایە دروست دەکرێت. جۆرە گەونێک هەیە کە (گاگەون) پێدەڵێن و بۆ دەرمانی گەڕی زۆر باشە. گاگەون بە تێشە دەیبڕن و بە باشی دەیکوڵێنن و دوای خەستبوون وەکو خنییە دەنوێنێت و لە سەر شوێنی گەڕی دەماڵن و دوایی مووی تازە شین دەبێت[2].

گیاتووپە gyatûpe: گیاتووپە یان گیاتووقە لە زۆربەی مەرغەزاران دەڕوێت و لە یۆنجە دەچێت. هەر بەم بۆنەوە ئاژەڵەکان تووشی هەڵە دەبن و دەیخۆن، چونکە گیایەکی ژەهراویە دەیانکوژێت. هەر بەم بۆنەوە پێی دەڵێن «گیاتووپە».

گیاداخ gyadax: گیایەکی خۆڕسکە لە وەرزی بەهار بە فراوانی دەست دەکەوێت و گوڵەکەی لە ڕەنگی زەرد دەچێت و تیزاوییە، بەمجۆرەی کە ئەگەر بەرگی گوڵەکەی هەروا لە سەر پێست دابنێن، دوای چەند خولێک پێستی دەست دەسووتێت. لە گیاداخ بۆ کاری ڕەنگڕەزی کردنی مەوج و مافوورە کەڵک وەردەگرن. بۆ ئەوەیە کە لە کاتی ئالوگۆڕکردنی ڕەنگەکان لە قەزیانی ڕەنگڕەزی، ڕەنگ باشتر خۆی بنوێنێت و بەردەوام بێت، پێویستە تیزاو ئامێتەی قەزانی ڕەنگڕەزی بکرێت و باشترین تیزاو، تیزاوی سرووشتیە و ئەم تایبەتییە لە گیاداخ هەیە. هەر بۆ ئەم تایبەتمەندیانەیە کە مافوورەی دەستبافی کوردی ئەوەندە ڕەنگ خۆش و بەردەوامە. «بۆ زانیاری زیاتر بنوارە مانگا».

1– گوێنیشی پێدەڵێن.

2– ئەم بابەتەم لە زاری باوکمەوە، بیستووە.

گیاژان gyajan: گیایەکە وەک "چا" دەمی دەکەن و دەیخۆن. خەڵک بە گشتی دەڵێن بۆ دەرمانی هەرژانێک باشە، هەروەها لە پێشوو ژنان لە گیاژان بۆ بەرخستن یان «سقتی جەنین» کەڵک وەرگرتنە و هەروەها گیایەکی ئارامکەری ئەعسابە. ئەم گیایە لە سێ ناوچەی ئێران بە گشتی شین دەبێت.

١- گوندی زەردە لە کرنی ڕۆژئاوا.

٢- گوندی چوارزەوەر لە شاباد.

٣- ناوچەیەک لە خۆراسانی ئێران.

گیروڵک gîruĺik: گیرووڵک یان گوڵێروو یان گوڵ هێروو، گیایەکە کە لە مەزراکان دەڕوێت و خەڵک ئەم گیایە و «گیلوو» کە ئەویش بۆ خۆی جۆرە گوڵێکە لەگەڵ زەردینەی هێلکە تێکەڵاو دەکەن و وەک سەرشۆرێکی سرووشتی کەڵکی لێوەردەگرن. هەر ئەم گیایە و ئاوی تویکڵی پرتەقاڵ لە شارەزوور بۆ قژ ڕووتانەوە «تاسی» کەڵکی لێوەردەگرن[1].

گێڵاخە gêĺaxe: بنوارە ئێڵاخە.

گینوو gînû: گیایەکە لە گەرمیان دەڕوێت و ڕیشەکەی غۆدەئیی و چەورە و خواردەمەنییە.

لیچگ lîçig: لیچک یان «لیچگە» یان «لیچەک» گیایەکی خواردەمەنییە.

لیکە lîke: بنوارە خەرخنکنە.

مارگی marîgî: گیایەکە لە گەرمیان دەڕوێت و لە گسك دەچێت و بەرەکەی وەک گوێزە. بەری ئەم گیایە بۆ دەرمانی نەخۆشی ژان و ژوو یان «ڕۆماتیسم» زۆر باشە.

مانگاوەکەڵ mangâwekeĺ: گیایەکی خۆڕسکە و لە زۆربەی مەڵبەندی کوردەواری دەڕوێت و لە گیای «چەویر» دەچێت و ڕەنگی سووری تۆزکاڵە و گوڵەکانی بە ڕەنگی کەوی تۆزکاڵە و لە فارسی «گوڵی جالیزی»ی پێدەڵێن. خەڵک بە گشتی لە سەر ئەم باوەڕەن کە ئەگەر مانگا کەڵ نەگرێت، واتە: لە کاتی کەڵگرتنی بچێت و جووتخواز نەبێت، ئەم گیایە لە مێینەی دابنێن، خۆبەخۆ کەڵ دەگرێت[2].

ماین دو mayni dû: گیایەکە لە «قرام» دەچێت و خۆراکی مەڕ و ماڵاتە.

مۆخۆڕ moxor̂: گیایەکی ئەنگەڵییە کە لە فارسیدا «واراواش»ی پێدەڵێن و لە سەر داری بەڕو دەژیت و وەک ترێ بەر دەگرێت و ڕەنگی لە زەردی تۆزکاڵ دەچێت. مۆخۆڕ لەگەڵ جاجگەتیەڵە بۆ تێکدادانی مووی بەرتاسکە کەڵکی لێوەردەگرن، هەروەها ئامێتەی مۆخۆڕ و«جەۆ» و شیاکەی مانگا بۆ دەرمانی دۆمەڵ زۆر بە کەڵکە.

1– هەگبە و هەوارگە، ئەیووب ڕۆستەم، چاپی یەکەم، سلێمانی ٢٠٠٣، ل ٣٣.

2– ڕاستییەکەی ئەوەیە کە لە گیای مانگاوەکەڵ جۆرە مادەیکی هەیە کە دەبێتە هۆی خوریکی مێینەی مانگا، لەبەرئەوە مانگا جووتخواز دەبێت و بە بێ ئەوەی کە ئێمە ببینین، لەگەڵ کەڵەگا جووت دەبێت و کەڵ دەگرێت.

مووورت mûrt: دارۆچکەیەکی زۆر جوان و ریک و پیکە و لە کوێستانان شین دەبێت. لە بەرگی ئـەم دارۆچـکـەیـە جۆرە ئەترێک دروست دەکرێت کە لە کاتی سووتاندندا بۆنیکی زۆر خۆشی هەیە. بەرگی ئـەم دارە دەکـوتن و دوای کوڵاندن و خەستکردن، بۆ دەرمانی دڵ ئێشە و بەرگیری لە کەچەڵی کەڵکی لێوەردەگرن[1].

ملْچانە milçane: گیایەکە لە مەزرای چەوەندەر شین دەبێت.

ملوور milûr: بنوارە هۆرووم.

مەڵهو meĺhu: گیایەکی بۆنخۆشە.

مەژکاولی meüjkawlî: گیایەکە لە سێفەزەمینە[2] دەچێت.

مێرزاگنگ mêrzaginig: گیایەکە ڕیشەکەی خواردەمەنییە.

مێرەنخە mêrenixe: گیایەکە لە گەرمیان دەڕوێت و بۆ دەرمانی ئێشی ددان باشە.

مییەگرەک mîyegirek: جۆرە دڕکێکە لە پەیکوڵ دەچێت و بە تایبەت لە قەراخی چۆم و ڕووبارەکانی گەرمیان شین دەبێت.

نێرووک nêrûk: گیایەکی هەرزەیە کە بۆخۆی «ئەنگەڵ»ە لە پاڵ سیرمووکە شین دەبێت.

وشکەبەن wişkeben: وشککراوەی گژ و گیایە کە بۆ بەرگیری لە خوێنڕشتن لە سەر زام دایدەنێن.

وزم wizm: وزم لـە ڕاسـتیدا پێـستی داری «وەن» یـان بنێـشتە کـە دەیهـاڕن و وەک خنییـە و وەسـمە خـۆی دەنوێنێت و بۆ نەرمکردنی ئیسقانی شکاو کە چەوت جۆشی خواردووە، کەڵکی لێوەردەگرن.

وزم لەگەڵ «دۆیە»ی بەرخ یان ڕۆنی دان[3] لە سەر «کییەرە مۆ » دەکەن و لە سەر ئەندامی شکاو کە بە باشـی جێنەکەوتووە، دادەنێن و دوای دوو ڕۆژ ئیسقان نەرم دەکاتەوە و ئەو کەسـە کـە لـە کـاری «پـەل و پـوو گـرتن» پسپۆڕ و شارەزایە، دەتوانێ بە ڕاحەتی ئیسقانەکە بشکێنی و سەرلەنوو جێی بخات[4].

هڕ hir̂: گیایەکی زۆر تاڵە کە لە کوێستانان دەڕوێت و خۆراکی کەڵی کەچە[5].

هرێز hirêz: هرێز یان «کرتک» یان «قۆمام»، گیایەکە لە پـاڵی مـەزرا دەڕوێـت و لـە هـەر کـەش و هـەوایـەک دەتوانێت بژێت و باشترین خۆراکە بۆ مەڕ و ماڵات. بنوارە چاێر.

هلیت hilît: هلیت یان «هلێتەر» یان «هلێرە» یـان «هلێـر»، گیایەکـە لـە «کـەودڕگ» دەچێـت و لـە فارسـی «قیاق»ی پێدەڵێن و خۆراکی مەڕ و ماڵاتە. ئەم گیایە ئەگەر یەکرا هەوتەیەک ئاوی پێنەدرێـت بـە گـشتی ژەهـری دەبێت و مەڕ و ماڵات کە لێی بخون، دەیانکوژێت.

1– ئەم بابەتەم لە زاری کاک کەیوومەرس ڕزاییەوە، بیستووە.

2– سێف: سێو. سێفە زەمینە: پەتاتە، سێو زەمینی.

3– ڕۆنی دان: ڕۆنی حەیوانی.

4– ئەم بابەتەم لە زاری باوکمەوە، بیستووە.

5– کەڵی کەچ: جۆرە کەڵێکە کە زۆر زیرەکە و نەچیرەوانەکان وا بە ساکاری ناتوانن نەچیرێ بکـەن. پـەندێکی پێشنان دەڵێـت: سـەر کـەڵ کـەچ هاوردێە، واتە کارێکی ئەوتۆی کردووە.

هۆرووم horûm: هۆروم یان «ملوور» یان «بلوور» له مه‌زرای گه‌نم و جۆ ده‌ڕوێت و خۆراکی مه‌ڕ و ماڵاته و له تیره‌ی «کۆنجدیان»ـه و تامی تاڵه و له فارسی «ته‌ڵخه‌ک» ی پێده‌ڵێن.
هۆله‌یله holeyle: گیایه‌که له ماش ده‌چێت و خوارده‌مه‌نییه و بۆ چاره‌سه‌رکردنی به‌ردی گورچیله و میزڵدان کەڵکی لێوه‌رده‌گرن.
هه‌پڵووک hepĺûk: هه‌پڵووک یان «هه‌پووڵک»، گیایه‌که له کوێستانان ده‌ڕوێت و ڕیشه‌که‌ی وه‌ک سێفه زه‌مینه‌یه و خوارده‌مه‌نییه.
هه‌ڵه‌ڕه‌زگه heĺr̂ezige: هه‌ڵه‌ڕه‌زگه یان ڕه‌زگی، گیایه‌که زیاتر له مه‌زرای چه‌وه‌نده‌ر ده‌ڕوێت و به‌ره‌که‌ی وه‌ک ته‌ماته‌یه و به قه‌د نۆکێکه. خه‌ڵک به گشتی بۆ ده‌رمانی کرمکوژی له ده‌ست و پێ له ئه‌م گیایه که‌ڵک وه‌رده‌گرن[1].
هه‌نگز hengîz: گیایه‌که که وه‌ک هرێز زوو به زوو ده‌ڕوێت و خۆراکی مه‌ر و ماڵاته.
هه‌وه‌ژووڵه hewejûĺe: هه‌وه‌ژووڵه یان «هه‌وه‌ژووه» یان «هه‌وه‌ژه»، گیایه‌که له کوێستانان شین ده‌بێت، بۆ ده‌رمانی سوتیانی له‌ش باشه.

هه‌ندێك له نه‌خۆشی مرۆڤ و گیانله‌به‌ران

ئاته‌شه‌ک ateşek: ئاته‌شه‌ک یان «ئاته‌شه، ئاته‌شه په‌ڕی، تاخوڕ، پێسی» نه‌خۆشی جۆزام یان «سه‌ودا» یان «ئگزما»یه له ئینسان و بۆ مه‌ڕ و ماڵات «ئه‌ڵه»ی پێده‌ڵێن. ئه‌م نه‌خۆشییه له زاراوه‌کانی دیکه‌ی کوردی «بیرۆ، ته‌ڕ، ته‌ڕه بیرۆ»ی پێده‌ڵێن. خه‌ڵک به گشتی له سه‌ر ئه‌م باوه‌ڕه‌ن، ئه‌وه‌ی که تووشی سه‌ودا بووه ئه‌گه‌ر له شوێنێکدا گوزه‌ر بکات و زامه‌کانی زق زق بکات له‌و شوێنه «گه‌نج»ێک هه‌شار دراوه.
ئارنگ arinĝ: نه‌خۆشی ئاژه‌ڵه.
ئازار azar: نه‌خۆشی «سفلیس».
ئازارسێ azarsê: ئازارسێ یان «ئاکڵه» یان «ئاکڵه و زلڕله» هه‌ر ئه‌و نه‌خۆشی «سڵ»ه، وشه‌ی «سێ» مه‌به‌ست «سی، سیپه‌لاک»ـه.
ئاکڵه akiĺe: نه‌خۆشی«سڵ، سیل».

1- ئه‌م بابه‌ته‌م له زاری کاک که‌یومه‌رس ڕزاییه‌وه، بیستووه.

ئاكڵە و زلّزلّە akiĺe û ziĺziĺe: نەخۆشی«سڵ».

ئاڵنگ aĺinĝ: لە ڕاستیدا نەخۆشی نییە. ئاڵنگ یان «ئاڵێ» بریتییە لە خڕبوونی ژێری هەنگێز "هەنگڵ" ئەو کاتە کە زام باش دەبێتەوە کە ئەوەش لە بەر فەعالییەتی «غودەی لەنفاوییە» کە زیاتر لە بنی هـەنگڵ و نێـوانی ڕان، کۆبوونەتەوە.

ئاوڵە awĺe: نەخۆشییەکە بە تایبەت کاریگەریی لە سەردەم و چاوە. خەڵک بەگشتی بۆئەوەی کە نەخۆش زووتر باش ببێتەوە، ئاشێک دروست دەکەن کە بریتییە لە نۆک و نیسک و هەفت قنجکە لە هەفت ئەندامی پەز یـان بـزن کە دەشێت لە جگەر و گورچیلە و سیپەلاک و دڵ و قۆڕووژنەک و پییە و گۆشت کە پێکەوە بە باشی دەیکـوڵێنن، سێ نۆرەی "جار، کەرەت" پێدەدەن تا هەمووی لە لەش بێتە دەرەوە، هەروەها بۆ ئەوەی کە منداڵ جۆشـی ئاوڵـە نەخوات، چونکە جۆشی ئاوڵە شیرینە، دەستی لە کیـسە دەکـەن یـان بـە «نـەو» یـان نـەمـەد دەسـتی دەپـێچن، هەروەها بۆئەوەی کە ئاوڵە لە چاو کاریگەر نەبێت، مۆهری نوێژکردن لە سەر چاوی دادەنێن و باوەڕیان وایە کە ئەم مۆهرە حوکمی هەیە و ئاوڵە لە چاو دوور دەکەوێت و چاو مۆهر و مۆمە[١].

ئاو مرواری aw mirwarî: نەخۆشییەکە لەگزینگی چاو کە دەبێتە هۆی کـەم سـوویی چـاو. بـۆ زانیـاری زیـاتر بنواڕە «گونووڕ». دوو جۆرە ئاو مرواری هەیە: یەکەم ئاو مرواری سیا و دوهەم سپی کە ئاو مرواری سیا پڕخەتەرە و دەبێت جەڕاحی بکرێت.

ئاژەڵ و مەڕ و ماڵات کاتێک کە تووشی ئەم نەخۆشییە دەبن، چاوی خۆیـان بـە خـار و دڕک دەدەن و بـەم جـۆرە خۆیان جەڕاحی دەکەن[٢].

ئزر Izir: نەخۆشی تایبەتی مەڕ و ماڵاتـە بـە تایبـەت مانگـا کـە وەک لـەکـەیـەک[٣] لـە جگـەر خۆنیـشان دەدات و جگەریان خەراپ دەکات. ئەم نەخۆشییە لە پەز و بزن «پەز دانگ pezdanig»ی پێدەڵێن و مەڕداران دەڵێن: کە لە بەر خواردنی ئاوی ناپاکە.

ئڵاوردن Iĺawrdin: جگە لە قەسیان ناوی نەخۆشییەکە وەک «ڕەقە» کە لە سمی مەڕ و ماڵات ڕوو دەدات.

ئڵەت Iĺet: نەخۆشی نادیاری مانگا. هەر بۆیە دەڵێن: ئڵەت یان «علت» واتە هۆکاری نەدۆزراوەتەوە.

ئەڵە eĺe: نەخۆشی ئاتەشەک لە مەڕ و ماڵات.

بادخام badixam: نەخۆشییەکی نادیارییە کە تووشی ئینسان دەبێت.

باریکی barîkî: باریکی یان «دەردە باریکە» هەر نەخۆشی «ئازارسێ» یان «ئاکڵە»یە. خەڵـک بـە گـشتی لـە سەر ئەم باوەڕەن کە ئەگەر ئەسپ تووشی ئەم نەخۆشییە ببێت، دەبێت «قەوزاخ»ی پێبدەیت تا باش ببێتەوە[٤].

1- ئەم بابەتەم لە زاری میمکی خۆم لـەیـلا ڕەشـیدییەوە، بیـستووە. لـەیلا ڕەشـدیی: خـەڵکی گونـدی "قـەڵای هەرەسـەمە" یـە و ئێـستا دانیـشتووی "شائاباد" و تەمەنی ٥٥ ساڵ دەبێت، کەیبانووی ماڵ و شیعە مەزهەبە.

2- ئەم بابەتەم لە زاری کاک عەبدوڵڵا عیفەتییەوە، بیستووە.

3- لەکە: پەڵە. لەکەیەك: پەڵەیەك.

4- ئەم بابەتەم لە زاری باوکمەوە، بیستووە.

باغه baxe: نەخۆشییەکە وەک «وشکە» لە سمی چوارپا و مەڕ و مالأت دێت.
باڵەشوورە baľeşûrê: نەخۆشییەکی تایبەتی باڵەندەکانە بە تایبەت مریشک.
باوەسیر bawesîr: باوەسیر یان «باوەسۆری» یان «گۆڵنگ» نەخۆشی مایەسیرییە لە کۆمی مرۆڤ دێت و ناوە زانستییەکەی «همۆرۆئید»ە.
باوەقووڕی baweqûřî: نەخۆشییەکە لەچاوی ئینسان دێت.
برنگ birnĝ: نەخۆشی «ئاپاندیسیت» بۆ زانیاری زیاتر بنواڕە «تەۆلگی».
بووبڵێنی bûbiľênî: نەخۆشییەکە تووشی زارۆکان دەبێت. بۆ زانیاری زیاتر بنواڕە «سرێنجگ».
بوودژی bûdijî: نەخۆشییەکە تووشی ئاژەڵەکان و مێگەل دەبێت و سەر کزیان دەکات.
بوورتاخ bûrtax: بنواڕە نەخۆشی «وایێ سۆیەر».
بوورتەو bûrtew: بنواڕە نەخۆشی «وایێ سۆیەر».
بووڵێ bûľê: نەخۆشی کۆکەیەکە تووشی مەڕ و مالأت دەبێت.
بێاوان bêawan: نەخۆشی بێاوان یان «تاس»، جۆرە پەرکامێکە کە تووشی منداڵان دەبێت و هەروا بۆ خۆیان کەف لە دەمیان دێت و لە خۆدەچن. خەڵک بە گشتی لە سەر ئەم باوەڕەن کە ئەگەر مۆرەی «تاس» کە مۆهرەیەکی ڕەنگ سپییە و کاتێک لە بەرخۆری دەگریت زەرد دەبێتەوە، لە ملی منداڵ بکەیت، تووشی ئەم نەخۆشییە نابێت.
بێنم bênim: بێنم یان «سییەتا» کە لە فارسیدا بە «تەبی سیاهـ» بەناوبانگە، نەخۆشییەکە تووشی ئینسان دەبێت و گەرمای لەشی دەچێتە سەرەوە بێ ئەوەی کە ئاڕەق بکا و سیپەلاکی ئینسان وشک دەبێت و دەمرێت.
خەڵک بۆ نفرین کردن دەڵێن: سییەتای بێنم بەێدە لێد. واتە: سییەتا بگری یان: سییەتا بکەیت.
پاڕەقە pařeqe: پاڕەقە یان «ڕەقە»، نەخۆشییەکە لە سمی ئاژەڵ و بە تایبەت گا و مانگا ڕوودەدات، ئەگەر دەرمان نەکرێت، دەبێتە نەخۆشییەکی دیکە بە ناوی «شەلگە şelige » کە حەیوان لەڕێکردن دەخات.
پاگڕە pagiře: پاگڕە یان «واریس»، نەخۆشییەکە ئینسان تووشی دەبێت و هۆکاری ئەم نەخۆشییە خەراپبوونی دەمارەی «لەنفی»یە.
پزێ pizê: نەخۆشییەکە و تووشی ران و مێگەل، بە تایبەت پەز، دەبێت. پەز بۆ ئەوەی کە لە کاتی ڕێکردن و ملۆچەکردن سەری لە زەوییە و قچی[1] خۆی لە سەر زەوی دەگێڕێنێت و تووز و خاکی زەوی دەچێتە قوڕگی، تووشی ئەم نەخۆشییە دەبێت و بە باشی ناتوانێت هەناسە بکێشێت و تووشی خنکان دەبێت و دەمادەم کۆکە دەکات.
خەڵک بەگشتی بۆ دەرمانی ئەم نەخۆشییە تیکە چێوێک کە «چوو پزێ» پێدەڵێن و لە ڕاستیدا ساقەی وشکبووی گیای "پاقازەیە" لە ملیان دەکەن و باش دەبنەوە[2].

1– قچ: لاق، قاچ.
2– هۆکاری زانستی ئەم دەرمانە ئەوەیە کە گیای پاقازە گازی «ئتیلین» و «بۆتان»ی هەیە و وەک «ئاموونیاک» توندە و دەبێتە هۆی ئەوەی کە خڵت و خاک لە سیپەلاکی پەز بێتە دەرەوە.

پووپەڕەشە pûperêşe: نەخۆشی باڵەندەکانە، بە تایبەت مریشک.

پووپەکەو pûpekew: بنواڕە پووپەڕەشە.

پەتەک petek: نەخۆشییەکە تووشی قووڕگی ئینسان دەبێت.

پەرکام perkam: پەرکام یان «صرع»، مێشک تووشی هەلومەرج دەبێت و مرۆڤ دەکەوێتە سەر ئەرد و کەف لە دەمیدا بە خووڕ دێتە خوار[1]. خەڵک بە گشتی لە سەر ئەم باوەڕەن کە پەرکامدار تووشی جن و مەلاٚکەت بووە، بۆیە بە چەقۆ لە چوار دەوریدا کرێک دەکیشن و وا دەڵێن کە جن و مەلاٚکەت لێی دوور دەبێتەوە.

شێوەیەک تر بۆ دەرمانی پەرکامدار هەیە کە دەقاودەق لە سەر ڕێبازی زانستییە. ئەوەش بریتییە لەوەی کە ئەوەی کە تووشی پەرکام بووە، رووتی دەکەن و لە خۆڵەمێشی بەڕوو دایدەنێن[2].

پەزدانگ pezdanig: تووشی پەز و بزن دەبێت. بۆ زانیاری زیاتر بنواڕە «ئزر».

پەنجەشێر pencesêr: یان «شێرپەنجە» یان «واتەشەك» یان «ناونەوەر» کە لە زمانی عەرەبیدا «صرطان»ی پێدەڵێن. گەلی یارستان بە گشتی خواردنی گەدە و ئەندامی زاوزێی بەراز (ق.. ن) بۆ دەرمانی ئەم نەخۆشییە بە باش دەزانن.

پەنیرکە penîrke: نەخۆشی «بەرفەک» یان «ئاف» تووشی دەم و لسی منداڵان دەبێت.

پێسی pêsî: بنواڕە «ئاتەشەک».

تا ta: نەخۆشی «تا» لە ڕاستیدا بیمارییکی ڕەوانییە و ئەمەش ئەوەیە کە کەسێک تووشی ئەم نەخۆشییە دەبێت، داوای خواردەمەنییەک دەکات و ئەگەر بۆی حازر نەکرێت هەر بە ڕاستی دەمرێت.

تاخۆڕ taxor̂: بنواڕە ئاتەشەک.

تاونە tawine: نەخۆشی «تاعوون».

تفەنگچی tifenĝçî: نەخۆشی شێرپەنجەی مەڕ و ماڵات.

تنگسە tingîse: نەخۆشی تایبەتی پەز و بزن کە پشت و ئێسقانی پشتی پەز و بزن پووچەڵ دەکات.

تەبغە tebx̀e: تەبغە یان «تەبەق» نەخۆشییەکە لە سمی مانگا دێت، وەک «ڕەقە»یە.

تەنگەسە tenĝese: تەنگەسە یان «تنگەسە» هەر ئەم نەخۆشی «ئاسم» لە ئینسانە. بنواڕە سۆچەڕ.

تەوەسێڕوو tewesêr̂û: تەوەسێڕوو یان «تەوەسێوەڕوو» لە فارسیدا «تەبی ماڵاڕیا» پێدەڵێن. بنواڕە بەشی «ماخەر».

جفتەسنان ciftesinan: جفتەسنان یان «سنان» هەر ئەو نەخۆشی شێرپەنجەیە بۆ ئەسپ و وشتر بەکاردێت.

1– لە بەرنەبوون یان کەمبوونی کانزای «سۆدیۆم» و «پۆتاسیۆم» لە مێشک ڕوو دەدات، چونکە ئەم دوو کانزایە خۆراکی سەرەکی مێشکن.

2– ئەم بابەتەم لە زاری باوکمەوە، بیستووە. خەڵک بە گشتی وا بیردەکەن کە جن و مەلاٚکەت لە ئاگر دەترسن و بەری دەدەن، بەلاٚم ئەوەی ڕاستی بێت وانییە و ئەم کارە بۆ خۆی دەرمانێکی زانستییە. هەروا کە وتمان نەخۆشی «صرع» لەمەر نەبوون یان کەمبوونی کانزای «سۆدیۆم و پۆتاسیۆم» لە مێشکە، چونکە خۆڵەمێشی بەڕوو یان هەر سووتەمەنییکی تر کە لە چێو بێت، پۆتاسیۆمی خاڵێسە و لەشی پەرکامدار لە بەر ئاڕەقێک کە لە کونی پێستی دێتە دەر لەگەڵ ئەم کانزایە ئامێتە دەبێت و سەرلەنوێ جەزبی لەش دەبێت و نۆقسانی ئەم کانزایە لە لەش جۆبران دەبێت و پەرکامدار وەک پێشوو باش دەبێتەوە.

چاڵمە çal̂ime: نەخۆشی مەڕ و ماڵات بەتایبەت ئەسپە. ئەگەر ئەسپ لە کاتی ماندوویی کە ئارەقی کردووە، ئاوی پێ بدەن تووشی ئەم نەخۆشیە دەبێت و قوڕگی چرکین دەبێت و دەمریت، هەروەها چاڵمە یان «خەرمڕ» ناوی نەخۆشییەکە تووشی منداڵی چلیار دەبێت و لە کاتی خەوتن وەک دڕندە مڕ دەکات و لە خۆی دەچێت. بۆ دەرمانی ئەم نەخۆشییە، کراسی بەری منداڵەکە لە پشتەوە گرێ دەدەن و بە مەقەست دەیبڕن و منداڵەکە لە «پالانی» کەرێک دادەنێن و پێکەوە لە خۆڵەمێشی دادەنێن، تاکو باش ببێتەوە[1].

چاوگلی çawgilî: چاوگلی یان «چەوئێشی» جۆرە نەخۆشییەکی تایبەتی وەرزی پاییزە کە زیاتر بە هۆی گەرت و خاکە[2]. بۆ دەرمانی ئەم نەخۆشییە قەرسەقولی ماکەر دەسووتێنن و قانگی چاوی لێدەدەن.

چەوێشی çewêşî: بنوارە چاوگلی.

خورە xure: نەخۆشی سفلیس.

خورەمیرە xwiremîre: خورەمیرە یان «گێهڕ» هەر ئەم نەخۆشی «جوع»ە لە ئینسان و بۆ حەیوان «دلیمە»ی پێدەڵێن.

خووف xûf: نەخۆشی پەرکام.

خەرمڕ xermir̂: بنوارە چاڵمە.

خەرمیرگ xermîrig: نەخۆشی کەرکوژە.

خەنازیل xenazîl: نەخۆشییەکە دەبێتە هۆی چرکین بوونی قوڕگ لە ئینسان.

دانوکە danüke: نەخۆشییەکە بە گشتی تووشی ڕان و مێگەل دەبێت و جموجۆلیان لێدەبڕێت.

دانێە danêe: نەخۆشییەکە تووشی پەز دەبێت و گوانی پەز ئەستوور دەبێت و وەک بالیک و دمەڵ لێ دەکەوێتەوە و شیرەکەی وەک ئاوی لێدێت.

درک dirk: بێحاڵ بوونی لەش لە بەر ڤایرۆسی سەرمایە.

درم dirm: نەخۆشی «هەلامەت، زۆکام» کە بریتییە لە سەرماخواردنی وەرزانە.

دغا dix̀a: بە گشتی نەخۆشی منداڵان دەڵێن: دغا.

دڵ پێچە dil̂ pêçe: ئەم نەخۆشییە زیاتر لە منداڵان کاریگەرە و لە فارسی «روو دل»ی پێدەڵێن و بریتییە لەوەی ڕێخۆڵەی منداڵ دەکەوێتە پێچ. بۆ دەرمانی ئەم نەخۆشییە خەڵک قوڕی بیر یان چاڵاو لەگەڵ ڕۆنی دان ئامێتە دەکەن و لە سەر سکی زارۆک پانی دەکەن و وەک «پەپگ» یان نانی بچووک دروستی دەکەن و دوایی بە کارد یان چەقۆ دەیبڕن و دەڵێن کە: «ڕۆ دڵێ بریمنە» و زارۆک باش دەبێتەوە[3].

دڵەکوتە dil̂ekute: نەخۆشی «تەپشی قەڵب».

دلیمە dilîme: نەخۆشی خورەمیرە لە ڕان و مێگەل دێت کە دەبێتە هۆی بێحاڵی و ناتەوانی ڕان و مێگەل.

1– ئەم بابەتەم لە زاری کاک قودرەت دارابییەوە، بیستووە.

2– گەرت و خاک: تۆز و خۆڵ.

3– ئەم بابەتەم لە زاری کاک قودرەت دارابییەوە، بیستووە.

دەردە باریکە derde barîke: بنوارە ئازارسێ.

دەم وێرانی dem wêranî: نەخۆشییەکە دەم و لێوی ئاژەڵەکان زامار دەکات و لە فارسی «تـەب بـەرفـەکـی» پێدەڵێن. بۆ دەرمانی ئەم نەخۆشییە ئاوی گیای «تەشنەداری» لە سەری دەکەن و باش دەبێتەوە.

هەروەها بەرگی داری وەن یان بنێشت بە تەڕی دەکوتن و دەیکوڵێنن و خەستی دەکەن و لە سەری ئەم نەخۆشییە دەرژێنن تا باش بێتەوە.

ڕەشەمێز rêşe mêz: نەخۆشییەکی ڤایرۆسییە کە تووشی ئاژەڵ دەبێت و ژێری دمەیان ئـەگۆڕێتـە سـەر ڕەنگی زەرد و وردە وردە زامار دەبێت.

ڕەقە rêqe: ڕەقە یان «سماقە» نەخۆشییەکە دەبێتە هۆی دوولەتبوونی سمی مەڕ و ماڵات.

ڕیکە rîke: نەخۆشی بەلەفیرە.

ڕیەخزڵە ryexizile: نەخۆشییەکە وەک پزی کە تووشی ئاژەڵەکان و بە تایبەت پەز دەبێت.

زووە zuwe: نەخۆشییەکە وەک «کەوڵە» کە زیاتر لە ئەنگوستی دەست و ژێری نینۆک ڕوو دەدا و ژانی زۆرە و ئەنگۆست سوور دەبێتەوە. بۆ دەرمانی ئەم نەخۆشییە خەڵک بەگشتی لە سەر ئەم باوەڕەن کە ئەگەر سکی قوڕواق بدڕیت و ئەنگۆستت لە سکی بکەیتەوە، باش دەبێتەوە، هەروەها شێوەیەکی تر بۆ دەرمانی ئەم نەخۆشییە ئەوەیـە کە ئەم ئەنگۆستە کە تووشی زووە بووە لە کونی لووتی مانگا یان گوور بکەیت، باش دەبێتەوە.

دەرمانێکی تر بۆ ئەم نەخۆشییە ئەمەیە کە ئارد لە ڕۆنی دان هەویر دەکەن و هەویرەکە لە سەر ئەم ئەنگۆستە کە تووشی بووە، دەگرن و باش دەبێتەوە[1].

زەردە گەرمی zerde germî: نەخۆشی زەردی یان یەڕەقانە. خەڵک بە گشتی بـۆ دەرمـانی ئـەم نـەخۆشـییە ماوەی هەفت ڕۆژ لە کاتی بەیان دەچنە لای بەشدار و ئەو دەتفێنێتە نێو دەم و چاویان تا باش ببنـەوە، هـەروەهـا خەڵک بە گشتی ماسی خولگە بۆ دەرمانی ئەم نەخۆشییە بە باش دەزانن.

زەردی zerdî: زەردوویی، نەخۆشی یەڕەقان.

ژان ژوو janî jû: ژان ژوو یان سقان ژان، نەخۆشی «ڕۆماتیسم»ـە. بۆ دەرمانی ئەم نەخۆشییە چەند شێوە هەیە کە گشترین و ساکارترینی ئەم دەرمانانە، ژەهری مێشەنگوینە.

شێوەیەکی تر «چاڵ تاو»ە. چاڵ تاو جۆرە کوانوویکی قووڵە کە بۆ دەرمانی ئەم نەخۆشیە دەیکەن و ماوەی چەند سەعات ئاگری تێدا ڕوون دەکەن و نەخۆش لە خۆڵەمێشی ئاگرەکە دادەنێن و بەمجۆرە نەخۆشی لە ڕێگەی ئارەقی لەش دەردەچێت.

شێوەیەکی تر دەرمانکردنە بە پێستی بەراز کە بەتایبەت لە نێو گەلی یارستان زۆر باوە. بۆ زانیاری زیـاتر بنـوارە: وراز. بۆ دەرمانی ئەم نەخۆشییە لە شارەزوور گۆشتی ڕێوی دەخۆن[2].

سراجە sirâce: بنوارە نەخۆشی ئاکڵە.

1- ئەم بابەتەم لە زاری باوکمەوە بیستووە.

2- هەگبە و هەوارگە، ئەیووب ڕۆستەم، چاپی یەکەم، سلێمانی ٢٠٠٣، ل ٣٢.

سزیان sizyan: سزیان یان سووتیان، چ بە ئاوی کوڵ بێت یان بە ئاگر، بۆ خۆی دەرمانێکی تایبەتیی هەیە. خەڵک بە گشتی لە گژوگیا بۆ دەرمانی ئەم لێقەومانە کەڵک وەردەگرن، بەڵام شێوەیەکی تایبەتی هەیە کە زۆر بە قەوەتە و ئەوەش کەڵک وەرگرتنە لە «لێخەروو چەورە»یە. لێخەڕوو چەورە یان ڕێخۆڵەی چەوری پەز یان بزن چەوارشە دەکەن و لە سەر ئاگردا گەرمی دەکەن و بە دوو ئەنگۆست چەورییەکەی ئەگرن و دوای ساردبوونەوە لە سەر ئەندامی سووتاو دایدەنێن و باشی دەکاتەوە[1].

سکە sike: نەخۆشییەکە وەک «ئاوڵە» کە ئاوڵەی سپی ڕەنگێگ لە دەم و چاو خۆدەنوێنێت.

سماقە simaqe: نەخۆشی «ڕەقە».

سمەشەلە simeşele: نەخۆشی «شەلگە».

سنان sinan: نەخۆشییەکی تایبەتی وشترە و ڕەنگە هەر ئەو نەخۆشی «شێرپەنجە» بێت.

سنگْ سەردڵ singîseri diɫ: سنگ سەر دڵ هەر ئەو کرمی «ئاسکاریس»ـە کە دەبێتە هۆی ڕەنگ زەردی و بێحاڵی منداڵ. بنواڕە تەۆلگی.

سۆاوڕ süawir̂: سۆاوڕ یان: سۆیەکوڵە، سۆرگ، سۆیەرد، سۆیەوڕک. لە وشەی «سۆیە» یان سیپەلاک وەرگێڕ بووە و نەخۆشییەکە سیپەلاکی ئاژەڵ خەراپ دەکات.

سۆرگ sürig: بنواڕە نەخۆشی سۆاوڕ.

سووزنە sûzine: سووزنە یان «سووزنەک» یان «کووفت» هەر ئەو نەخۆشی سووزاکە.

سووزنەک sûzinek: نەخۆشی سووزاک.

سۆکا soka: نەخۆشی ئاوڵەی مریشک.

سۆکاک sokak: نەخۆشی سۆکا.

سۆیەرد süyerd: نەخۆشی سۆاوڕ.

سۆیەرێژە süyerêje: سۆیەرێژە، سورێژە یان «سۆیەرێنجە» کە هەر «سۆیەر نایژە» یان «سێپەلاک و نایژە»یە. جۆرە نەخۆشییەکە کە لە فارسی «سۆرخەک»ی پێدەڵێن و بریتییە لە زیپکەگەلیکی سوور و بچووک کە لە لەش خۆدەنوێنێت. خەڵک بە گشتی بۆ دەرمانی ئەم نەخۆشییە کراسێکی سوور لە بەری منداڵان دەکەن و باوەڕیان وایە کە ئەم جوشگەلە دەچێتە قەدی کراسە سوورەکەوە.

سۆیەکوڵە süyekuɫe: بنواڕە نەخۆشی سۆاوڕ.

سۆیەوڕەک süyewir̂ek: بنواڕە نەخۆشی سۆاوڕ.

سەرانسییە seransîye: سەرانسییە یان «واسەر» نەخۆشی «میگرن»ـە. خەڵک بە گشتی بۆ دەرمانی ئەم نەخۆشییە گۆشتی کەروێشك کەباب دەکەن و بە نەخۆشی دەدەن، هەروەها «زۆیەڵە»ی گورگ وشک دەکەن و لەگەڵ وەسمە ئامێتە دەکەن و وەک خنییە لە سەر دەگرن و لە سەر ئەم باوەڕەن کە سەرانسییە باش دەکاتەوە.

سەرپەنام serpenam: سەرپەنام یان «سەرپەنم» یان «لالایّ مل» نەخۆشی «ئۆریون».

1- ئەم بابەتەم لە زاری کاک قودرەت دارابییەوە، بیستووە.

سەردەسنان serdesinan: نەخۆشی سنان.
سەگەناز segenaz: نەخۆشی تایبەتی سەگ.
سەوداسەر sewdaser: نەخۆشی ئاتەشەک.
سەوین sewîn: نەخۆشییەکە لەوێ سەر سەنگین دەبێت و نەخۆش تم و دایم قەسیان دەکات و هۆکارێ گەرمای خۆرە. لە فارسی «گەرمازەدەگی»ی پێدەڵێن.
سیازەخم syazexm: بنوارە گیای بارهەنگ.
سییەسنان sîyesinan: نەخۆشی سنان.
سییەقوتە sîyequte: نەخۆشییەکی وەرزانەیە بە تایبەت وەرزی زستان کە ئینسان تووشی ئەم نەخۆشییە دەبێت و لە فارسی «سیاەسۆرفە»ی پێدەڵێن. خەڵک بە گشتی خواردنی گۆشتی «قلاسییە» یان «قاژ» بۆ دەرمانی ئەم نەخۆشییە بە باش دەزانن.
سییەکوتپڕ sîye kutipir̂: نەخۆشی کوتپڕ.
سییەگوان sîyegwan: سییەگوان یان «شیر بردێ»، نەخۆشییەکی تایبەتی پەز و پووڵە و بە جارێک شیریان وشک دەبێت. بۆ دەرمانی ئەم نەخۆشییە خەڵک باڵندەی «شەمشەمەکوورەک» دەگرن و وشکی دەکەن و وەکو خۆراک بە ڕان و مێگەل دەدەن تا باش ببنەوە.
شوقاق şuqaq: شوقاق یان شەقاق یان «شەلگە» نەخۆشییەکە تووشی مەڕ و ماڵات دەبێت و سمیان دوولەت دەکات.
شەلگە şelige: نەخۆشی شوقاق.
شەوکووری şewkûrî: نەخۆشییەکی تایبەتی ئینسانە و ئینسان ناتوانێت ڕەنگەکان لە یەک جودا بکات و تووشی کوور ڕەنگی دەبێت، هەروەها لەشەودا باش نابینێت کە لە هەندێ ناوچە "شەوکوێر"ی پێدەڵێن.
شیربردێ şîrbirdê: بنوارە نەخۆشی سییەگوان.
قاپاوژ qapaüj: نەخۆشی ڕەقە بە تایبەت بۆ پەز.
قاپەک کەفتن qapek keftin: ئاژەڵێک کە قاپەکی پێی دەرچووە و ناتوانێت ڕێ بکات، دەیبەنە ماڵ و مووی پێی دەتاشن و دوایی جۆی تازە دەکوتن و لە نەمەدی دەکەن و لە سەر قاپەکی دادەنێن، باش دەبێتەوە.
قرنْقاز qir̂niqaz: نەخۆشییەکی وەک «ئانفۆلازا»یە و تایبەتی وەرزی زستانە. خەڵک بە گشتی لە سەر ئەم باوەڕەن کە ئەگەر کەسێک لە یەکەم بەفری زستان بخوات، تووشی ئەم نەخۆشییە دەبێت[1].
لە مەڵبەندی «سییەسییە» جۆرە دەرمانێکی تایبەتی هەیە کە سەیرە:
لە بەرانبەری گوندی «چیاکەو» دەربەندێک هەیە بە ناوی «تەنگ کونر tengî kunir »کە لەوێ ئەشکەوتێک هەیە بە نێوی «قرنقاز» کە تایبەتە بە دەرمانی ئەم نەخۆشییەیە. بە پێی ئەم بیر و باوەڕە نەخۆش دەبێت دوو دانە هێلکە و کەڵەشێرێک بە ڕەنگی سوور لەگەڵ خۆی بباتە ئەم شوێنە و بەر لەوەی کە بچێتە نێو ئەشکەوتەکە،

1– ئەوەی ڕاستی بێت ڕەنگە لەبەرئەوە بێت یەکەم بەفرێک کە دەبارێت ڕەنگی لە سووری تۆزکاڵ دەچێت و گەرد و خاکی هەوای لەگەڵە.

یەک دانە لە هێلکەکان لە بەر دەرگای ئەشکەوتەکە چاڵ بکات و دوایی کە هاتە دەرەوە ئەویتریش چاڵ بکا و سەری کەڵەشێرەکە ببڕێت و بە خوێنی ئەم مەلە، مل و قۆڕگی خۆی ڕەنگین بکا تا باش ببێتەوە[1].

قرنگە qirngê: نەخۆشییەکە ڕان بە گشتی کز و بێحاڵ دەکەون.

قۆخە qoxe: نەخۆشی تایبەتی باڵندەیە.

قوڕووژنەک qurûjnek: قوڕووژنەک یان «خۆرووسەک» نەخۆشییەکی تایبەتی ئینسانە کە قوڕگ وشک دەبێت و دەنگی دەم و بازدەمی نەخۆش وەک قوولەی کەڵەشێر دەنگ دەداتەوە.

قووڕی qûrî: قووڕی یان «گاقووڕە»، نەخۆشییەکی تایبەتی مانگایە کە مانگا لە ئێش و ژان تم و دایم دەقۆڕێنێت.

قەڕەقوش qereqwş: نەخۆشی «سییەزەخم»ە کە لە قاپی حەرام گۆشت وەکو قاتر و ئەسپ و کەر دەڕوات و ئەگەر لە کاتی خۆی دەرمان نەکرێت، هەتا دوایی شەل دەبێت.

قەرەوێڵ qerewêl: هەر نەخۆشییەک کە لە وەرزی پاییز تووشی ئینسان بێت.

کاڕەشی karêşî: نەخۆشی کوتپڕ.

کاول kawil: نەخۆشی تایبەتی باڵندەیە بە تایبەت مریشک.

کرمژن kirmijin: نەخۆشی تایبەتی سەگ.

کڕۆکە kirûke: کڕۆکە یان کڕۆکەمانە هەر ئەو نەخۆشی «حەسبە» یە.

کڕۆکەمانە kirûkemane: نەخۆشی کڕۆکە.

کوتپڕ kutipir: نەخۆشییەکی تایبەتە بەڕان و مێگەل کە بە جارێک زۆربەیان دەکوژێت.

کوتەباریکە kutebarîke: نەخۆشی «وەبا».

کوورەک kûrek: نەخۆشییەکە وەک دمەڵ. بۆ دەرمانی ئەم نەخۆشییە، زەردینەی هێلکە و تۆزی «جەو» ئامێتە دەکەن و لە تۆتۆی پارچەیەک دەکەن و لە سەر کوورەکەکە دادەنێن و باش دەبێتەوە[2].

کوژە kwije: کوژە یان کوژیە، نەخۆشییەکی تایبەتی ڕان و مێگەلە.

کووفت kûft: نەخۆشی سووزنەک یان سووزنە.

کەچەڵی keçelî: بۆ دەرمانی کەچەڵی و گەڕی، خەڵک سکی قوڕواق دەدڕن و پێستەکەی لە سەر دەگرن و لە سەر ئەم باوەڕەن کە گەڕی باش دەکاتەوە. شێوەیەکی دیکەی کەڵک وەرگرتن لە «چینی»یە:

چینی یان فەغفوور بە وردی ئاسیاو دەکەن و دوایی لە پارچەیەک زەریف دەکەن و بە نەرمی لە سەرسەر دەکرێنن تا خوێن پێی بکەوێت، دوایی بە هەویر و ڕۆنی دان سەر دەپۆشێنن. شێوەیەک تر بۆ دەرمانی کەچەڵی بەکارهێنانی زەردەی هێلکە و هەویر و ڕۆنی دانە کە ئامێتەی دەکەن و لە سەرسەری دەگرن. هەروەها «سیازاخ» و «زەفت» پێکەوە دەکوڵێنن و خەسی دەکەن و لە سەر سەری کەچەڵ یان گەڕ دەگرن، تا باش ببێتەوە.

1- ئەم بابەتەم لە زاری کاک قودرەت دارابییەوە، بیستووە.

2- ئەم بابەتەم لە زاری کاک قودرەت دارابییەوە، بیستووە.

شێوەیەک تر بۆ دەرمانی گەڕی، کەڵک وەرگرتنە لە «کەێ ژەڵم[1]»ە. ئەم جۆرە کایە بۆنێکی هەیە کە نیشانەی کۆنینەگیەتی و دەیکوڵێنن و ئاوەکەی خەس دەکەن و لە سەر گەڕی دادەنێن و باشی دەکاتەوە.
هەروەها سەربالّی بالّندەی «سەرگەڕ» لە قەزانێکدا بە باشی دەیکوڵێنن و لەشی مرۆڤی گەڕی پێ دەشۆرن تا باش ببێتەوە.
بابەتێک تر بۆ دەرمانی کەچەڵی، خواردنەوەی پێستی شامی یان شووتییە کە خەڵکان بە گشتی دەڵێن: باشە.
کەڕاشکە kerâşke: نەخۆشی پێستی تایبەت بۆ بزن.
کەزاز kezaz: نەخۆشییەکە وەک کەڕاشکە بۆ پەز.
کەڵەشێرە keĺeşêre: نەخۆشییەکە پێڵەی چاو سوور دەبێتەوە و شل دەبێت و ئینسان ناتوانێت بە ئیرادەی خۆی چاو باز بکات. ئەم نەخۆشییە لە فارسی «افتادگی پلک»ی پێدەڵێن. بۆ دەرمانی ئەم نەخۆشییە هەندێک بەرگی داری بی یان شووڕەبی لە تۆتۆی پەمە دەکەن و ئاوێزانی دەکەن و دوایی هەندێک شیری ژن و قەرسەقولی ماخەر پێکەوە ئامێتە دەکەن و دەسووتێنن و لە پەمۆی دەکەن و ئەم پەمۆیە قانگ دەدەن و لە سەر چاوی دادەنێن تا باش ببێتەوە[2].
کەلەمیقاو kelemîqaw: کەلەمیقاو هەر نەخۆشی «سینۆزیت»ە. بۆ دەرمانی ئەم نەخۆشییە پێستی سپیداری ڤێ یان شووڕەبی دەتاشن و بە باشی دەیکوڵێنن و دوایی کە خەسەوە بوو لە پارچەیەک دەکەن و لە سەر سەری نەخۆشی دادەنێن و باش دەبێتەوە.
کەوڵە kewĺe: نەخۆشییەکە وەک زووە کە لە چاو، بە تایبەت چاوی پەز و ئەنگوستی دەستی ئینسان روو دەدات. بۆ دەرمانی ئەم نەخۆشییە، ئەگەر کەوڵە لە ئەنگوستی دەست یان پێ بکەوێت، خاکلەمۆشانی تازە لێ بگرێت، باش دەبێتەوە، هەروەها شێوەیەکی تر بۆ دەرمانی ئەم نەخۆشییە ئەمەیە کە بە شیری ژن و ئارد، هەویر دروست دەکەن و لە سەر ئەم ئەنگوستە کە تووشی بووە، دەیگرن و باش دەبێتەوە.
شێوەیەکی تر بۆ دەرمانی ئەم نەخۆشییە، قانگدانی ئەنگۆست بە ماڵ شەێتانە. بنواڕە ماڵ شەێتان[3].
کەوە kewe: نەخۆشییەکە لە چاوی مێشنە ڕوو دەدات و وردە وردە کوێری دەکات. ئەم نەخۆشییە بە تایبەت لە سەر «پەردەی عنبیە» کاریگەرە.
گاقران gaqirân: قران لە نێوانی گاگەل کەوتن، نەخۆشییەکی نەناسیارە.
گزنەک giznek: نەخۆشی گزنەک یان گەزنەک، هەر ئەم نەخۆشی «ئگزما»یە. بۆ دەرمانی ئەم نەخۆشییە لە چێوی داری گەز کەڵک وەردەگرن. چێوی داری گەز هەروا بە تەڕی دەسووتێنن و کەفەکەی دەگرن و لە سەر گەزنەک دایدەنێن، تا باش ببێتەوە.
گلاراو gilaraw: نەخۆشی ئاومرواری.

1- کەێ ژەڵم: بریتییە لە کای جۆ یان گەنم کە چەند ساڵ لە سەری تێپەڕ بووە و ئاژەڵ نایخوات.
2- ئەم بابەتەم لە زاری کاک شێردڵ ئێڵپورەوە، بیستووە.
3- ئەم چەند بابەتەم لە زاری باوکمەوە، بیستووە.

گوان ئێشی gwanıêşî: نەخۆشییەکی تایبەت بە مانگایە کە گووانیان ئەستوور دەبێت و شیرەکەی خەراپ دەکات.
گووشەک gûşek: گووشەک یان «لالاێ مل» هەر نەخۆشی «ئۆریون»ـە.
گوڵپێس guĺpês: بنوارە ئاکڵە.
گوڵنگ guĺing̑: نەخۆشی گوڵنگ یان باوەسیرە.
گەچە geçe: نەخۆشییەکی تایبەت بە پەزە کە دمەیان[1] ئەستوور و وشک دەبێتەوە و هۆکارەکەشی خواردنەوەی خوێیە. مەڕداران لە ساڵێک یەک دوو را خوێ لە سەر بەردەکان دەکەن بۆ ئەوەی کە مەڕ و ماڵات باشتر ملۆچە بکەن.
گەڕی gerî: بنوارە کەچەڵی.
گەزنە gezine: بنوارە گزنەک.
گەوگاتێ gewgatê: نەخۆشییەکی تایبەت بە پەزە کە قوڕگیان چرکین دەبێت و دوایی دەیانکوژێت.
گیەهڕ gyehir̂: بنوارە خورەمیرە.
لالا lala: نەخۆشی «ئۆریون».
لامل lamil: نەخۆشی ئۆریون.
لەقاوە leqawe: نەخۆشییەکە دەم و لێو دوولەت دەبێت و شوێنی باش نابێتەوە. لە فارسی «لەب شەکەری»ی پێدەڵێن.
مافەتە mafete: نەخۆشییەکی نەناسیار و واگیردار.
مش مشە mişmişe: نەخۆشی تایبەتی پەز کە ناتوانن بە باشی هەناسە بدەن و دوایی دەخنکن.
مقاو miqaw: مقاو یان میقاو، نەخۆشی قوڕگی چارەوایە کە دەبێتە هۆی پژمین و ئاو لە لووت داڕشتنی چوارپا و هەر ئەو نەخۆشی ئانفۆلانزای ئەسپ و قاترە.
مەخمەڵەک mexmeĺek: نەخۆشییەکی پێستییە.
ناخـۆنە naxüne: نەخۆشییەکە لە چاو روو دەدات و دوایی ئینسان کوێر دەکات و هۆکارەکەشی شین بوون و ئەستووربوونی زیای گۆشتە لە چاو.
ناخـۆنەک naxünek: بنوارە ناخـۆنە.
ناوک کەفتن nawk keftin: بنوارە ناوک لە بەشی هەندێک باوەڕی جیاواز.
ناوکریسە nawkirîse: بنوارە ناوکوتە.
ناوکوتە nawkwite: نەخۆشی تایبەتی ران و مێگەل کە لە بەر خەوتن و مانەوەی بەر فراوانە.
ناونەوەر nawnewer: نەخۆشی شێرپەنجە.
واتەشەک wateşek: نەخۆشی شێرپەنجە.

1– دم: دۆم، کلك. دمەیان: کلکیان.

واسەر waser: بنوارە سەرانسییە.

واوا wawa: نەخۆشی وەبا.

واوڵە wawiĺe: نەخۆشی کوێر بوون.

وایَ سۆیەر waêsüyer: نەخۆشی «وایَ سۆیەر» یان «بوورتاخ» یان «بوورتەو». نەخۆشییەکە لە بەر گەرمبوون و بەتینبوونی خۆرە، کە بە «بۆمببارانی ئێلێکترۆنی خۆر» بەناوبانگە و دەبێتە هۆی فاسیدبوونی خوێنی دەم و چاو. بۆ دەرمانی ئەم نەخۆشییە خەڵک بە گشتی لە سەر ئەم ڕێبازەن کە دەبێت بە سەنگی چەخماخ سەر گۆنای نەخۆش ڕەندە بکرێت و دوایی کە خوێنی لێ بەڕێکەوت، زالۆی لە دەم و چاو بخرێت تا ئەم خوێنی فاسیدە بخوات و دوایی بە گڵی «خاکڵەمۆشان سپیَ» بپۆشرێتەوە یان گیای برێنداس و گوڵی خەشخاش تێکەڵاو دەکەن و لە سەر زامەکە دایدەنێن تا هەم زووتر باش ببێتەوە و هەمیش شوێنی زامەکە لە دەم و چاو دیار نەبێت.

وریسکە wirîske: جۆرە نەخۆشییەکە وەک شێرپەنجە.

وشکە wişke: بنوارە ڕەقە.

وەرەمێدە weremêde: نەخۆشی «نەفخ».

هاری harî: نەخۆشی تایبەتی سەگ و گورگ.

هف hif: نەخۆشییەکی پێستیە وەک بالوکە و تایبەتی مەڕ و ماڵاتە و لە ران و پێیان روو دەدات و جم و جولیان دەبڕێت. بۆ دەرمانی ئەم نەخۆشییە، بە چەقۆ هفەکە چاک دەکەن و بە ئاوی گیای «تەشنەداری» دەیشۆرن[1].

هفە hife: نەخۆشی هف.

هنجگە hincige: نەخۆشی خورەمیرە.

هوفە hufe: نەخۆشی هف.

یلە yile: بنوارە ئەڵە.

یەڕەقان yereqan: بنوارە زەردی.

یەمان yeman: نەخۆشی شێرپەنجە تایبەت بە وشترە.

1– ئەم بابەتەم لە زاری باوکمەوە، بیستووە.

هەندێك بیروباوەڕ لەسەر گیانلەبەران

لە فەرهەنگی باشووری ڕۆژهەڵات چەند بیروباوەڕ هەیە کە لە سەر گیانلەبەر و مەل و موور و باڵندەیە کە دان بە باشی و خەراپە بوونیان دراوە کە لە سەریان دەدوێن.

پشی pişî: پشی یان پشیلە یان کتکە، گیانلەبەریکی ماڵییە. خەڵک بە گشتی لە سەر ئەم باوەڕەن کە ئەگەر ئاو بڕژێنیتە سەر پشیلە «بالـۆک» یان بالووکە لە دەست و پێی ئینسان شین دەبێت. ئەم نەخۆشییە لای کوردان بـە چەند شێوە دەرمان دەبێت. یەکەم ئەوەی کە سەری بالووکەکە بە نووکی جۆی تەڕ، زامار دەکەن و دوای چەند ڕۆژ خۆی باش دەبێتەوە. دوهەم ئەوەی کە شیرەی گیای بەلەک یان مێکوکە لە سەر سەری دەگرن و دوای چەنـد ڕۆژ دەڕژێتەوە. خەڵک بە گشتی لە سەر ئەم باوەڕەن کە ئەگەر خاکی ژێر پێی مرۆڤی «سەونسڕ» یان «ڕێباخوار» لە سەر بالووکە بڕژێنیت، دەرژێتەوە.

پەڵنگ pelîng[1]: خەڵک بە گشتی لە سەر ئەم باوەڕەن کە ئەگەر سمێڵی پەڵنگ لە خۆراکی کەسێک بکەیت یـان پێ بدرێت و بیخوات، دەستبەجێ دەمرێت.

خرس xirs: خرس یان ورچ، گیانلەبەریکی قەڵەوە و لە کوێستانان دەژێت و هەم گژ و گیـا دەخـوات و هـەمـیش گۆشت. بە تایبەت هۆگری هەنگوین و ترێ و هەنجیرە. خـرس، خـەوی زسـتانیی هـەیـە و لـە کوتـایی پـاییز هـەتـا سەرەتای بەهار لە کونی خۆیدا دەخەوێت. سەبارەت بە خرس یان ورچ باوەڕێک هەیە کە دەڵێت:

ئەگەر مرۆڤێک بە تایبەت ژن، تووشی ورچ ببێت، دەشێت خۆی لە مردویی بدات؟ چونکە ئـەگـەر هـەڕا بکـات یـان بچێت بە گژیدا، گیانی خۆی بەخت دەکات و ورچ یان دەیخوات یان لەگەڵ خۆیدا دەیباتە کولانەکەیی و وەکو جووتی خۆی لەگەڵیدا دانوستاندنی دەبێت. دەڵێن: «لە ساڵانی پێشوو برێک «عەیار» هاتوونەتە گونـدی «چیـا کـەو» و کچێکیان لە گەڵا بووە کە هەر دوو پێ و لاقی بە «نەوکوت» داپووشراوە و لێوی ئاوێزان هەتا ژێری چەنەی بووە. کاتێک لە عەیارەکان سەبارەت بەم کچە پرسیار کردونە، وتوویانە کە ئەم کچە لە کوڵانەی ورچێـک بـەریـان داوە و

1- پەڵنگ: پەڵەنگ، پڵنگ.

ورچەکە ئەوەندە ژێری پێ کچەکە خوراندووە کە گۆشتی نەماوە و ئەوەندە لەگەڵ لێوی گەمەی کردووە کە ئاوای پێهاتووە»[1]. هەروەها جگەری ورچ بۆ کاری دەرمان بە کاریدێنن و ئەوەش لە بنەڕەتا دەرمانێکی چینیە.

خەر xer: خەر یان کەر، حەیوانیکی باریە و بە دریژایی مێژوو خزمەتی مرۆڤی کردووە، خەڵکان لە سەر ئەم باوەڕەن کە کەری رەش شەیتانە و دەشێت تم و دایم لەقاوی بکەیت. بە گوێرەی خەڵکی باشووری رۆژهەڵات، کەری رەش «دێزە dêze»یە. وشەی دێزە هەم بە مانای رەشی تۆخە و هەم بە مانای ڕەنگی سەوزی تۆخە و هەروەها بە مانای شەڕانخێوە. پەندیکی کەڵهوڕی دەڵێت: دێزە لە هەر کوورە دید، جلی بگرەو. واتە کەری دێزەت دی، جڵەوەکەی وەربگرە. بابەتیکی سەرەکی سەبارەت بە کەر هەیە و ئەمەش «میەرێ خەر yerê xer» یان مۆرەی کەرە کە خەڵکان لە سەر ئەم باوەڕەن هەر کەس مۆرەی کەری هەبێ، دەتوانێت کەسانی تر کەر بکات و کەڵک لیان وەربگرێت.
لەڕاستیدا شتێک بە نێوی مۆرەی کەر، هەر بوونی نییە و ئەوەی کە خەڵکان ئاماژەی پێ دەکەن «کوتەی تیروئید»ە کە هەر حەیوانێک هەیەتی ئەم ئەندامە هیچ حیکمەتیکی نییە، بەڵام لە حەیوانێک وەکوو کەر خڕتر و گەورەترە و وەکو مۆرەیک خۆی دەنوێنێت. هەروەها هەر کەس قەندێک بە کەرێک بدات، ئەو کەرە هەتا کوتایی تەمەنی، لە بیری ناکات.

ڕووی rûwî: رووی یان «روویی، ڕووا، ڕواس، رۆڤی، ڕیڤی، ڕێوی، چتر»، گیانلەبەرێکە لە ڕەگەزی سەگ و لە سەگ بچووکترە و لە زیرەکی و فێڵبازی بەناوبانگە و کلکی درێژ و گەورەیە.
خەڵک بە گشتی لە سەر ئەم باوەڕەن کە ئەگەر بەیانیان بۆ ئەنجامدانی کارێک لە ماڵ بچێتە دەر و تووشی رێویەک بوویت، زوو بە زوو بێژیت: «رووی وە مراێ» و ئەگەر رێویەکە هەڕای نەکرد، ئەو کارە ئاکامیکی باشی هەیە و ئەگەر هەڕای کرد، باش نییە. بۆیە لە کاتی هەڕاکردنی ڕێوی دەسبەجی بێڵێت: «ڕووی وە مەشکەڵان»[2]، ڕێوی تووشی دڵ ئێشەیەکی سەخت دەبێت[3].
هەروەها دەڵێن: هەر کاتێک ڕێوی وەقەوەق بکات، تووشی نەخۆشی و دڵ ئێشە بووە و دەبێت «کوڵەنەت kuʕenet» یان مەشکاڵە بخوات تا باش ببێتەوە، هەروەها خەڵک بە گشتی نێرینەی ڕێوی سوور دەکەن و ڕۆنەکەی بۆ دەرمانی ئێشی گوێ بەکاردێنن[4].

1- ئەم رەوایەتەم لە کاک قودرەت دارابی بیستوومە کە ئەوەش لە زاری دایکی خۆی خوالێخۆشبوو «نازار دارابی» بیستوویە کە بۆ من گێڕایەوە.

2- مەشکەڵان: مەشکاڵە، مەشکە کۆنە.

3- ئەم بابەتەم لە کاک قودرەت دارابییەوە، بیستووە.

4- ئەم بابەتەم لە زاری کاک ئەیووب شەریفییەوە، بیستووە. ئەیووب شەریفی: دانیشتووی "شائاباد" و شیعە مەزهەبە، تەمەنی دەگاتە ٣٢ ساڵ و ڕاوچییەکی شارەزایە.

سۆچەڕ süçer̂: گیانلەبەرێکە سێخچووڵی و سێخوڕ و چوولەیش پێدەڵێن. خەڵک بە گشتی لە سەر ئەم باوەڕەن کە خوێنی سۆچەڕ، هەر ئەوکاتە کە نەچیر بوو و بە گەرمی بخۆردرێت بۆ نەخۆشی «ئاسم» کە لای ئێمە بە «تەنگەسە tengêse» ناسیارە، زۆر چاکە، بۆیە نەچیروانەکانی کورد دەستیان کردووە بە نەچیرکردنی ئەم گیانلەبەرە و ئەم باوەڕە لە نێو خەڵکدا زۆر بە قەوەتە و دەیان جار ئەم شتەم بیستووە و بە چاوی خۆم دیومە[1].
بابەتێک تر سەبارەت بە گەدەی سۆچەڕە کە دەڵێت:
ئەگەر ژنێک منداڵێ بۆ نەبێت گەدەی سۆچەڕ بخوات، منداڵدانی باش دەبێتەوە[2].
باشە بزانین کە خۆراکی سۆچەڕ، جۆزەرەی گیا و ڕیشەی نازکی دار و دەوەنە.

سووسگ sûsig: سوێسکە، ئەم باڵندەیە لە کەوک دەچێ، بەڵام ڕەنگی لە کەوک کاڵترە و جەسەیشی گەورترە و دەنووک و پای ئەم باڵندەیە وەک کەوک سوور نییە و قاسپە قاسپ ناکات و لە فارسیدا «تەیهوو»ی پێدەڵێن. لە ڕاستیدا سووسگ و کەوک هەر لە سەر یەک ڕەگەزن، بەڵام بە پێی کەش و هەوا و ئەرد و ژینگە، ڕەنگیان گۆڕاوە. دەتوانم بێژم سووسگ، کەوکی گەرمیان و خۆرەتاوە و لە جیایی قاسپە، سوو سوو دەخوێنێ.
باوەڕێک سەبارەت بە دەنگ و ڕەنگ و دەندوک و پێی ئەم باڵندەیە هەیە کە دەڵێت: یەکێ لە شازایەکان «ئیمامەکان» بە دەستی دوژمن بریندار دەبێت و لە بنی داری «کەیکم keêkim» خۆی هەشار دەکات. قەراوڵەکانی دوژمن لە قەراخی لێڕەوارەکە لە دووی ئەودا دەگەڕێن و ئەویان دەست ناکەوێ. لەم کاتەدا کەوکێک دێت و دەندوک و پێی خۆی بە خوێنی ئەم شازایە ڕەنگین دەکات و دەچێتە سەر دارەکە و گارەگار[3] دەکات. هاوکات سووسگێ دێت و بەرزتر لە کەوکەکە، سووسوو دەکات و ئەگێنێ کە سوو «بەیانی» بێنەوە. بۆیە خەڵک کوشتن و کەباب کردنی کەوک بە کاری باش دەزانین و لە کورتە بەیتێک دەڵێن: «کەوک بگر کەواو کە سووسگ وڵ کە سوواو کە».

1– زۆر لە بارەی هۆکاری زانستی ئەم باوەڕەدا پرسیارم کرد، بەڵام شتێکی ئەوتۆم دەست نەکەوت، هەر چەندە کە دڵنیابووم ئەم باوەڕە ڕاستە، چونکە زۆر بابەتی پزیشکی لە نێو کوردەواریدا هەیە کە لە سەر ڕێبازی زانستییە و کورد بە درێژایی مێژوو و ئەزموونەکانی خۆی لە مەسەلەکە تێگەیشتووە کە لە لاپەڕەکانی داهاتوو چەندین نموونەی ئەم دەرمانگەلە ڕوون دەکەینەوە. وێدەچی بابەتەکە لە دوو ڕوانگەوە دەستپێکرا بێت:
یەک: دڵ و جگەر و گورچیلەی سۆچەڕ.
دوو: خوێنی مانگانە یان «دەوارنی قاعدەگی» سۆچەڕ.
چونکە مەسەلەکە پەیوەندی ڕاستەوخۆی لەگەڵ خوێنی ئەم گیانلەبەرە هەیە، ڕەنگە یەکێک لە هۆرمۆنەکانی ئەم گیانلەبەرە زیاد و کەم بێت کە کاریگەریی لە سەر ئەم نەخۆشیەدا هەیە. بۆ نموونە دڵی کەروێشك «بەتن»ی نییە و بە پێ زانیارییە زانستیەکان دڵ «قەڵب» دوو بەتن و دوو دهلیزی هەیە کە خوێنی خاوین و ناپاک لە یەک جودا دەکاتەوە، بۆیە گۆشتی کەرگوێ بۆ دەرمانی نەخۆشی «میگرن» کە لای ئێمە بە «سەرانسیە seransye» ناودارە، باشە.
2– ئەم بابەتەم لە زاری کاک ئەیووب شەریفییەوە، بیستووە.
3– گارەگار: قاسپە قاسپ. کاتێک کەوک گارەگار دەکات، لە دوورا وا دێتە گوێ کە گوایە دەڵێت: ئێرە ئێرە.

باوەڕێکی تر سەبارەت بە سووسگ ئەمەیە کە ئەگەر هێلانەی سووسگێک بدۆزیتەوە و یەک دەنکە لە هێلکەکانی ڕەنگ بکەیت، سووسگەکە هەتا هێلکەدانی لە قونیەوە نەیەتە دەرەوە هەر هێلکە دەکات بەشکوو هێلکەیەکی تر لەم ڕەنگە بکات. خۆم ئەم بابەتەم دیوە.

باوەڕێکی تر بۆ دەرمانی بەردی گورچیلە «سنگ کلیە» و بەردی مێزڵدانە «سنگ مثانە»، سەنگدانی سووسگ یان کەوک دێنن و پێستەکەی ناوی کە وشک و بە ڕەنگی زەردە دەردێنن و وشکی دەکەن و دوای ئەمە یان لە ئاودا دەیکوڵێنن یان هەروا دەیخۆن و کاریگەری هەرە زۆریکی بۆ دەرمانی ئەم دەردە هەیە. بەو مەرجە کە لە ماوەی سێ ڕۆژ، ئەویش بەیانان بەر لەوەی نانی بەیانی بخوردرێت، بیخۆن[1].

سەگ seg: گیانلەبەرێکیماڵییە و لە مێژەوە یاریدەری مرۆڤ بووە. مێینەی سەگ «دەڵ deʕ» و نێرینەی «گەماڵ gemaʕ»ی پێدەڵێن. بە پێی زانیارییەکان، سەگ بە ئەمەگترین گیانلەبەرە. سەبارەت بە سەگ باوەڕێک هەیە کە دەڵێت: ئەگەر خاوەن ماڵ نەخۆش بکەوێت و سەگی ماڵ چەن سەگی تر لە دەوری خۆی کوو بکاتەوە و پێکەوە پاس بکەن، خاوەن ماڵ دەمرێت[2].

باوەڕێک تر هەیە کە دەڵێت: ئەگەر سەگ هار ببێت، هەندێک خوێ لە سەر نان دەکەن و لە بەری دادەنێن و پێدەڵێن: بە حەقی ئەم نان و نمەکە ئەگەر هار بوویتە گەردەنمان ئازا کە و برۆ. ئەگەر سەگەکە هار بێت، دەچێت.

بەڕێز کاک قودرەت دارابی کە لە لاپەڕەکانی پێشوو باسەکانی گێڕاندومە، دەڵێت:

«گەماڵێکمان هەبوو کە ساڵەهای ساڵ لە ماڵی ئێمە بوو، ڕۆژێک بیستم کە وتیان هار بووە. خوالێخۆشبووی دایکم، هەندێک خوێی لە سەر نان کرد و پێی وت: بە حەقی ئەم نان و نمەکە ئەگەر هار بوویتە، برۆ. دوای چەند خولێک گەماڵەکە بە ڕێکەوت و چوو. چەند ڕۆژی پێچوو کە بیستمان لە گوندی خوارووی ئێمە خەڵکان ئەویان کوشتووە».

1– هۆکاری زانستی ئەمجۆرە دەرمانە وایە کە پێستی سەنگدانی ئەم باڵندەیە زۆر تاڵە و ئاوەکەش تاڵ و زەرد دەکاتەوە و کاتی بەیانی، بەدەن هێشتا خۆراگر نییە و بە واتای زانستی «باڵانس» نییە، بۆیە کاتی خواردنەوەی ئەم دەرمانە، بۆ ئەوەی کە کاریگەری خەراپەی لە سەر لەش نەبێت و هۆرمونەکانی بەدەن لێک نەداتەوە، زوو بە زوو لە گورچیلە و میزڵداندا ئەڕوات و دەبێتە هۆی ڕۆخاندنی بەردی گورچیلە و مێزڵدان.

خەڵکی ڕۆژهەڵاتی ناوێن بە گشتی بەیانان بۆ نانی بەیانی چای شیرین یان هەسەڵ و مرەبا و شیر و گوێز دەخۆن، لە بەر ئەوەی خۆراکێکی نەرم و ئاسان هەزمە و ئەگەر خواردەمەنی تاڵ یان ترش بخۆردرێت، باڵانسی هۆرمونی لەش تێکدەچێت و لەش جموجۆڵی هەیە بۆ ئەوەی کە باڵانسی هۆرمونی خۆی ریکوپێک بکاتەوە. هەر لە سەر ئەم ڕێبازە زانستیەیە کە ئەورووپیەکان بەیانان ئاوی پرتەقاڵ و پەرەی کاهوو دەخۆن و نەخۆشی بەردی گورچیلە و بەردی مێزڵدان لەوی کەمترە.

پێستی ناوێنی سەنگدان کاری سەفرا دەکات و کاتێک کە لە بەیانی بخۆردرێت، لە گورچیلە و میزڵداندا دەڕوات و بەردی گورچیلە و میزڵدان ئەگەر لەسەر بنەمای قڵس یان «ئاهەک» بێت، ئەم خۆراکە وەکو تێزاو «ئەسید»ە و بۆنیانی لێک دەداتەو وردە وردە لە ئەم ئەندامانە دەر دەچێت.

2– ڕاستییەکەی وایە کە حەیوانەکان «هەستی شەشمیان» هەیە و زووتر لە ئینسان هەست بە خەتەر دەکەن و ڕەنگە ئەم باوەڕە ئاماژە بەم تایبەتمەندیە بکات.

ڕاستیەکەی وایە کە خودی سەگ وە هەروەها گورگ بۆ ئەوەی کە هار نەبن، چەند ڕۆژێک لە وەرزی بەهار گژوگیا دەخۆن و ئەوەم بە چاوی خۆم دیوە، هەروەها دەڵێن: کە ئەگەر نانی داخ بدەیتە سەگ، هار دەبێت[١].

خەڵکان بەگشتی لە سەر ئەم باوەڕن کە سەگ هەفت گیانی هەیە. لە ڕاستیدا وانییە بەڵکو سەگ بۆ خۆی هەفت خسڵەتی هەیە کە لە فەسڵی سێنزەهەمی ئەم کتێبە «وەندیداد»، بەندەکانی چل و چوار و چل و هەفت دەڵێت: «سەگ هەفت خسڵەتی هەیە. یەکەم: وەک پێشەوای ئائینی بنەمای سفرە دەخوات. دوهەم: وەک پیاوی جەنگکەر لە بەری هەموانە. سێهەم: وەک وەرزێر ژیر و وریایە. چوارم: وەک هۆزانڤان ئاواز دەخوێنێت. پێنجم: وەک دز هۆگری تاریکیە. شەشم: وەک منداڵ بە نینۆکی خۆی زەمین دەدڕێت. هەوتم: وەک شەوگەرد شەوانە دەگەڕێت[٢].

شەمشەمە کوورەک şemşeme kûrek: شەمشەمە کوورەک، شەمشەمە، شەمەلە، شەمەلە کۆرە، شەمشەمەکوێرە، چەک چەکی، چەکچەکیلە، قەڕناقووچ و قەڕناقووچەیش پێدەڵێن، تەنیا باڵندەیەکە هێلکە ناکات و زاوزێ دەکات و گوانی هەیە.

خەڵک بەگشتی لە سەر ئەم باوەڕەن کە ئەگەر ڕان و مێگەل تووشی نەخۆشی «شیر بردێ[٣]» ببێت، شەمشەمەکوورەک دەگرن و وشکی دەکەنە و لەگەڵ هەندیک خوێ تێکەڵاوی دەکەن و وەک «خوواسوورگە[٤]» بە مێگەل دەخۆردرێت و مێگەل و ڕان باش دەبنەوە[٥].

قوڕواق qurŵaq: گیانلەبەریکی ئاوی و دەیمییە. ئەوەی کە دەیمییە لە فارسیدا «وەزەق»ی پێدەڵێن و ئەوەی کە ئاوییە لە زاراوەکانی دیکەی کوردی «قوڕواک، قڕواق، قڕباق، بۆق، بەق»ی پێدەڵێن و خواردەمەنی نییە.

ئەوەی کە من بیستوومە، قوڕواقی ئاوی بۆ دەرمانی نەخۆشی «گەڕی» باشە[٦]. ئەوەش بەو مەرجە کە قوڕواقی چۆم و رووبار بێت و زۆر گەورە بێت. دوای گرتنی قوڕواق، بە بێ خاوێن کردن، سکی دەدڕێن و لە سەر ئەو

1- سەگ لە ئائینی زەردەشت بۆ خۆی خاوەنی هەندێک تایبەتمەندییە. لە بەشی سێنزەهەم و چواردەهەم و پانزەهەمی کتێبی وەندیداد نووسراوە کە: «سەگ حەیوانێکی مۆقەدەسە و ئازاری ئەم حەیوانە شایانی قەرەبووکردنەوەیە. ئەهوورامەزدا ئەم گیانلەبەرە بە دژی گورگ و ئفریتە و دێو خوڵقاند، تا شەوانە چاودێریکەری ماڵ و منداڵی مرۆڤ بێت».

«دروج ناسوو» لە بەشی هەفتمی وەندیداد ئفریتێکی غەیبی و مەترسیدارە کە لە جنازەی مردووەکان دەچێت و ئەوانە ناپاک دەکات بۆ دوورکردنی ئەم ئفریتە دەبێت سەگێکی سپی بە گوێ زەردەوە لە نزیکی جنازەکە بێت، هەرکات کە چاوی سەگ بە مردووەکە بکەوێت، دروج ناسوو دەبێتە مێشوڵەیەک و لە جنازەکە دوور دەبێت و بەرەو باکوور دەڕوات. ئەم ڕووداوە بە «سەگ دید» بەناوبانگە. بڕوانە: تەفسیری ئەوستا، جیم د. دارمستتر، وەرگێڕانی: د. مووساجەوان، ل ١١٢.

2- هەمان سەرچاوە، ل ١١٣.

3- شێربردێ: نەخۆشییەکی وەرزانەیە کە تووشی مێگەڵ دەبێ و شیریان وشک دەبێت.

4- «خوواسوورگە xuwasûrige» یان «خوواڕێزە xuwa rêze»: بریتییە لە ڕژاندنی خوێ لە سەر لەتە بەردەکان بۆ مێگەڵ.

5- ئەم بابەتەم لە کاک قودرەتی دارابییەوە، بیستووە.

6- ئەم بابەتەم لە زاری باوکمەوە بیستووە.

شوێنەی کە تووشی گەڕی بووە دادەنێن، تا باشی بکاتەوە، هەروەها ئەگەر زامێکی چرکین لە دەست و ئەنگۆست بێت، بۆ ماوەی چەند خولێک لە سکی قوڕواقی دادەنێن، هەموو چرک و زووخەکە تێک دەدات[1].
هەروەها خەڵک دەڵێن: ئەگەر ژنی پا بە مانگ بیەوێت منداڵەکەی چاوی شین یان سەوز بێت، بەچکە قوڕواق بخوات، وا دەبێت، هەروەها ئەو کەسانەی کە نەخۆشی «زووە»[2] لە دەست و پێیان پەیدا دەبێت، سکی قوڕواق دەدڕن و ئەنگۆستەکە لە سکی دەکەن و باش دەبێتەوە[3].

قۆمقۆمەک qomqomek: قۆمقۆمەک یان قۆمقۆموک، لە ڕاستیدا جۆرە بزمژەکێکە[4] کە لە کێفدا دەژیت و پێستی وشک و ڕەقە و ڕەنگی کەسکی تۆزکاڵە. خەڵک بە گشتی لە سەر ئەم باوەڕەن کاتێک کە قۆمقۆمەک تێڕوانینی مرۆڤ دەکات، ددانەکانێ ئەژمێرێت و چاوی لێدەدات و دوایی ددانەکانی دەڕزێت، بۆیە کاتێک کە لەگەڵ قۆمقۆموک ڕووبەڕوو بووین، دەبێت دەم و ددانی خۆمان ببەستین.

قلا qiła: قلا یان قالاو، باڵندەیەکی زۆر زیرەک و توانایە. ئەم باڵندەیە ژیانیکی سەیری هەیە و تا ئێستا هیچ کەس جووتگیری ئەم باڵندەیە بە چاوی خۆی نەدیوە. جۆرە قالاوێک هەیە کە «قلاسییە» یان «قاژ»ی پێدەڵێن و لە وەرزی زستان زۆرترە و خەڵک بەگشتی لە سەر ئەم باوەڕەن کە گۆشتی ئەمجۆرە قالاوە بۆ دەرمانی نەخۆشی «سییەقوتە» باشە. لە ڕاستیدا قاژ باڵەندەیکی حەلاڵ گۆشتە بۆ ئەوەی کە «سەنگدان»ی هەیە. هەندێکیش لە خەڵک باوەڕیان وایە کە هێلکەی قاژ بۆ دەرمانی ئەم نەخۆشییە باشە.

کەرۆیە kerüye[5]: کەرگوێ، گیانلەبەرێکە کە زیاتر لە کوێستان و مەرغەزاران دەژێت و خواردنی گۆشتی کەرگوێ ئەوەندە باش نییە. خەڵک بە گشتی لە سەر ئەم باوەڕەن کە خواردنی گورچیلەی کەرگوێ ئەوەش بەو مەرجە کە بە خامی بێت، بۆ دەرمانی گەدە و کیمی ڕێخۆڵە باشە، هەروەها کەبابی گۆشتی کەرگوێ بۆ دەرمانی کەمەر ژان باشە، بەو مەرجە کە هەتا چەند ساعەت دوای خواردنی، شتێک نەخۆیت.
هەروەها گۆشتی کەرگوێ بە گشتی بۆ دەرمانی «سەرا نسییە» باشە و خەڵک بە گشتی خواردنی کەلەی کەرگوێ بۆ نازایی[6] ژنان بە باش دەزانن و مێشکی کەرگوێ بەو مەرجە کە بە خامی بخۆردرێت بۆ تێکدانی لەکە و ئاکنە لە دەم و چاو باشە[7].

1- ڕەنگە لە سک و پێستی قوڕواق مادەیەکی تایبەتی هەبێت کە هۆی ساڕێژبوونەوەی ئەم نەخۆشییە بێت.

2- زووە: نەخۆشییەکی پێستە وەک کەوڵە، کە لە ئەنگۆستی دەست و پێ ڕوو دەدات.

3- ئەم بابەتەم لە زاری کاک ئەیووب شەریفییەوە، بیستووە.

4- بزمژە: خشۆکێکە لە مارمێلکە گەورەترە و وەها دەڵێن: کە بزن دەمژێت و شیرەکەی دەخوات.

5- کەرۆیە: کەروێشك.

6- نازا: نەزۆك، نازایی: نەزۆکی.

7- ئەم چەند بابەتەم لە زاری کاک ئەیووب شەریفییەوە بیستووە.

بابەتیتر، خوێنی کەرگوێە کە بۆ دەرمانی نەخۆشی «سەودا» باشە، ئەوەش بەو مەرجە کە بە گەرمی و کاتی نەچیرکردن، دەسبەجی لە سەر لەش بکرێت. هەروەها خواردنی مێشکی کەرگوێ بۆ دەرمانی نازایی ژنان باشە[1].

کەڵ kel: گیانلەبەرێکی کێفییە لە بزن گەورەترە و ڕەنگی بوور و خاکیە و شاخی بەرز و پێچ پێچە. چەند بیروڕا سەبارەت بەم گیانلەبەرە هەیە کە هەندێکیشی هۆکاری زانستیی هەیە. لەوانەیە «ریشْ کەڵ» کە دەڵێن بۆ منداڵی ساوا کە شەوانە گمێز[2] دەکات باشە و ریشی کەڵ لەگەڵ پێستەکەیەوە کزی دەدەن و نیمە سووتاو لە سەرینەکەی منداڵ یان جل و بەرگەکەی دادەنێن و کوتایی بە گمێز کردنی شەوانەی منداڵ دێت[3].

بابەتێکی تر خواردنی مێشک و گۆشتی کەڵە کە دەڵێن هەر کەس مێشکی کەڵ بخواتەوە، ژیر و زیرەکە و هەر کەس گۆشتی کەڵ بخوات، پڕ زوور و بە قەوەتە.

بابەتیتر «شاخ»ی کەڵە، بەتایبەت شاخی کەڵی ساوا کە لە بەربچووکی و ڕەنگینی، جگە لەوەی کە دەکرێتە مشتەی چەقۆ، وەکو ئاوێز لە مەشکەی دۆ بەکاریدێنن و خەڵک لە سەر ئەم باوەڕەن کە بەری مەشکە بەرفراوان دەکات.

هەروەها ئەوانەی فاڵ دەگرن و داهاتوو پێشبێنی دەکەن، دەڵێن: ئیسقانی سەردەستی کەڵ لە کاتی سووتاندن، داهاتوو بۆیان ڕوون دەکاتەوە[4]. یان خەڵک لە پێشوو لە سەر ئەم باوەڕە بوون بۆ ئەوەی کە بزانن ژنی پا بە مانگ منداڵەکەی کوڕە یان کچ، پیاوێک لەو بنەماڵە چووە و کەڵێک کوشتووە و سەر و کەلەی ئەم کەڵە لە گەڵا هێناوەتە ماڵ و دوای خاوێنکردنی، بە هەر دوو دەست چەنەی خوار و ژووری گرتنە و بە قەوەتی خۆیان دادڕاننە و سەیری

1- ئەم دوو بابەتەم لە زاری کاک کەیومەرس ڕزاییەوە بیستووە.

2- گمێز: میز.

3- بە پێی زانیاریەکان کە گەیشتووەتە ئێمە، زۆربەێ گیانلەبەرانی حەڵاڵ گۆشت، لە چمکی چاویان و ریشووڵەی ژێر چەنەیان و گمێزیان، جۆرە هۆرمۆنێک هەیە کە بۆنی تۆندە و بۆ دیاریکردنی سنووری ژینگەی خۆیان، کەڵکی لێوەردەگرن. ڕەنگە ئەم بۆنە کاریگەریی لە سەر «ئەندامی حسیَ- پێستی» بێت و بەرگیری لە گمێز کردنەوەی منداڵان بکات. لە لەشی ئینسان جۆرە هۆرمۆنێک هەیە کە «دیۆرتیک»ی پێدەڵێن کە کوتایی بە گمێزکردن لە ئەستۆیە و «ئانتی دیۆرتیک» دژی ئەوە.

4- هەروەها ئەوەی کە فاڵگیرەکان دەڵین کە ئیسقانی سەر دەستی کەڵ یارمەتیان دەدات بۆ پێشبینی کردنی داهاتوو، باوەڕیکی مۆغوڵییە کە هاتووەتە نێو کوردەواری «تمۆچین» کە دوائی بووە چەنگیزخان لە سەر پێشبینی فاڵگیرێک کە بە سووتاندنی ئیسقانی سەردەستی کەڵێک داهاتووی چەنگیزی مۆغول بۆی گێراندەوە، هاندرا کە بگەییتە ئەم پێشبینیە و گەیشت، خەڵکی ئیمە بە گشتی دەبێت بزانن ئەوەی کە فاڵگیرەکان دەڵێن: هەمووی درۆ و تەنیا باری ڕەوانناسیی هەیە و زۆربەی فاڵگیرەکان بە گوێرەی ئیمە «پەڵپ گوج لە زمسان گرن» واتە داوا کاریکیان هەیە کە هەر سەیرە. لەوانەیە جگەری مرۆچە و سێپەلاکی دەمارەکوڵ و سەروپێ ئەسپێ لەگەڵ مێشکی مێشووڵە ئامێتە بکە و لە سەرکێفی قاف داینە کە با ئەوە بلەرێنێ بەڵکو دڵی فلانە کچ بۆت بلەرێتەوە؟؟؟!!! فیلمێک لە سەر ژیان و بەسەرهاتی چەنگیزخان لە تلفزیوونی ئێران بڵاو بووەوە ئەم قسەیە دەقاودەق گۆنجاو بوو.

ئەوەش کە بە دادڕانی چەنەی کەڵ تێدەگەن کە منداڵەکەیان کوڕە یان کچ، بەختەوەرانە ئێستا گۆڕاوەتە سەر کەلەی پەز و بزن. بەڵام ئێمە دەشێت لە تکنۆلۆژی کەڵک وەربگرین و لە زانستی سەردەم کە وێنە گرتن لە پیزە یان تۆڵەیە کە بە«سونوگرافی» ناسیارە یارمەتی بگرین و لە دۆی خۆرافە نەچین.

ئیسقانی «فەک»ی کردوونە، ئەگەر ئەم ئیسقانە گۆشتی پێوەبێت، وەتوویانە: منداڵەکە کچە و ئەگەر ئیسقانی ڕووت بێت، وەتوویانە منداڵەکە کوڕە[1].

کەمتار kemtar: کەمتار یان کەمتیار یان کەفتار یان «قینگ شەلگە»، گیانلەبەرێکە کە لە ورچ دەچێ و بە قەد ورچێکە و گۆشتخۆرە و دوژمنی سەگە. دەنگی وەکو دەنگی گریان و پێکەنینە، بۆیە بە باوەڕی خەڵک ئەم حەیوانە لە ڕەگەزی شەیتانە. لە چەندین کەس بیستوومە کاتێک کە دێتە قەراخی گوندەکان، خۆی بە بەروپشتەوە دەرمێنێ و کاتێک کە سەگ بۆنی زگ و قۆنێ[2] دەکات بە جارێک ملیان دەگرێت و ئەیخاتە سەرپشت و ملیان دەشکێنێ و لە گەڵا دەیباتە کولانەی خۆی. باوەڕێک سەبارەت بە کەفتار هەیە کە دەڵێت: ئەگەر کەفتارێک بکوژیت و مێینەکەی ببڕیت و لە پارچەیەک لەگەڵ خۆتەوە بیبەیت، دڵی هەر ئافرەتێک کە گەرەکت بێ بۆ خۆت ڕادەکیشی[3].

کەمووتەر kemûter: کەمووتەر، کەوتر، کەفتەر، کۆتر، کابوک، باڵندەیکی جوان و ڕەنگینە و ماڵی دەبێتەوە. کەوتر بە پێی ڕەنگی پەڕ و باڵی، ناوەکەی دەگۆڕێت و ناویکی تر بە خۆدەگرێت. بەڵام بەگشتی هەر کەمووتەرە و تەنیا ناوی تایبەتی لێدەنێن. لەوانەیە: تەوقی، کەرەز، سۆرخن، زاق، پەڕەناو، لامل، حەڵوایی و... هتد. دوو جۆرە کەمووتەر هەیە کە ڕەنگی پەڕ و باڵیان قەت ناگوڕدرێت و هەر یەک ڕەنگە.

١: «یاهوو»ە کە ڕەنگی ڕەشی تۆزکاڵە و لە سۆرمەئی دەچێت و ماڵی[4] نابێت.

٢: «گاکەمووتەر» کە لە کێفدا دەژێت و ئەوش ڕەنگی پەڕەکانی ناگۆڕێت، واتە یەک ڕەنگی تایبەتیی هەیە و ئەوش ماڵی نابێت و لە کەمووتەرەکانی تر قەڵەوترە.

کەمووتەر لە ئەدەبی ڕۆژهەڵاتی ناوێن بە گشتی، نومادی پاکی، عەشق و بێ گوناحییە، هەر بۆیە خەڵکی باشووری ڕۆژهەڵات خواردنی گۆشتی کەمووتەر بە تایبەت ئەوانەی کە ماڵیین بە گوناح دەزانن. کەمووتەر باڵندەییکی زیرەک و بە توانایە و دەتوانێت بێوچان ڕێگەی دوور و درێژ ببڕێت و زوو فێری ئەم شوێنگەیە دەبێت کە ئاو و دانی خواردووە، هەر لە سەر ئەم تایبەتمەندیەیە کە لە پێشوو کاری گەیاندنی نامە و خەبەرەکان کە پێویست بووە، زوو

1– لێرە لە پەراوێزێک ڕای گشتی خۆم بە کورتی دەڵێم: ئەم هەموو فتوایانە بووەتە هۆی قڕان و تێکچوونەوەی ئەم ئاژەڵە جوانە لە شاخی کوردستان و متمانەم هەیە کە گەلی کورد پارێزەری مەڵبەند و نیشتمانە جوانەکەمان بن. هەروەها، لەوەی کە مێشک و گۆشتی کەڵ بەتامە، شکی تێدا نییە، بەڵام مێشک و گۆشتی ئەم ئاژەڵە جوانە هەر ئەو تایبەتمەندییەی هەیە کە ئاژەڵەکانی دیکە هەسیان و ئەم باوەڕە کە شاخی کەڵ دەبێتە هۆی بەرفراوانی کەرێی مەشکە، هۆکاریکی ڕەوانناسیی هەیە و ئەمەش وایە کە ئەو کەسەی کە مەشکە دەژەنێت جگە لەوەی کە لە بەر خۆیەوە بەیت دەخوێنی کە بە «بەیتی مەشکە» بەناوبانگە، ئەم شاخی کەڵە کە دوانەیە لە یەک دەدەن و وەکو گۆرانیبێژێک کە دەفی بۆی لێبدەن، هاوبەشی مەشکەژەنەکە دەکات و کەمتر ماندوو دەبێت و مەشکەژەن لە جیاتی ئەوەی کە نیو ساعەت مەشکەکە بژەنێ، یەک ساعەت دەیژەنێت. ئاوەها بەری مەشکەکەش زۆرترە. بۆ پێزانینی زیاتر بنوڕە مار.

2– قۆن: قون، قنگ.

3– ڕاستیەکەی وایە کە ئەم باوەڕە هیچ پەیوەندییەکی بە زانستەوە نییە بەڵکو خۆرافەیە.

4– واتە: دەستەمۆ نابێت.

به زوو بگەیندرێت لە ئەستۆی هەبووە و ئەم ڕەواڵەتە بووەتە هۆی بنیاتنانەوەی «کەمووتەر بازی» لە نێو خەڵکان.

سەبارەت بە کەمووتەر باوەڕێک هەیە کە دەڵێت: ئەگەر منداڵی ساوا کە تازە زووانی گرتووە، واتە خەریکی قسە کردنەوەیە، پت[1] بێت، بۆ دەرمانی ئەم نەخسە هێلکەی کەمووتەر پێدەدەن و باوەڕیان وایە کە باش دەبێتەوە و بە باشی ئاخاڤتنی وشەکان دەکات.

کەمووتەر هەر لە ڕاستیدا باڵندەیکی سەیرە. بە پێی زانیارییەکان مێشکی کەمووتەر بە قەد قاڵاوێکە، هەر چەندە کە لەشی بچووکە. هەر بۆیە لە باڵندەیەکی هاوسنگی خۆی وەکو کەوک و سووسگ زیرەکترە و زانیاری و تێگەیشتنیشێ سەیرە. کەمووتەر لە سەرانسەری ژیانی خۆیدا تەنیا یەک جووت بۆ خۆی دیاری دەکات.

لای ئێمە بابەتێک هەیە کە بە «نەڕدەوان و مادەوان» بەناوبانگە. ئەوەش بریتی لەوەیە کە کەمووتەری نێر یان مێ ئەوەندە جووتەکەی خۆی لا خۆشە، کە ئەگەر تەنانەت خۆی لە قەراخی ئاسۆیش بێت، ئەگەر جووتەکەی لە نێو دەستیش دا بگرێت، یەک ڕاست لە سەر دەستت دەنیشێت. ئەم ڕەوایەتەی خووارە باسی ئەم ئەویندارییە دەکات کە زۆر بە قەوەتە و لە زاری کاک مەجید قەنبەری[2] بیستوومە کە دەیگوت:

بۆ فرۆشتنی کەمووتەرەکانم لەگەڵ کابرایکی کرماشانی مامڵەمان کرد، بەو مەرجە کە پێ بگەێنم کە ئەم جووتە کەمووتەرە، نەڕدەوان و مادەوانە، بۆیە لە سیارەدا دانیشتین و بەرەو کرماشان کەوتینە ڕێ، لە شار کە دوور بووین دانەیەک لە کەمووتەرەکان لە پەنجەرەی سیارە بەرمدا و ئەویتریان لای خۆم بوو و پەنجەرەکەم داخست. کە گەیشتینە گاڕاجی کرماشان و لە سیارەکە دابەزاین و سەیری ئاسمانم کرد، کەمووتەرەکە لە سەر سەرمان خەریکی پەروازکردنەوە بوو و من جووتەکەیم لە دەستم گرت و نیشانمدا، یەک ڕاست لە سەردەستم دانیشت[3].

گورگ gurg: گیانلەبەرێکی گۆشتخۆرە و ماڵی نابێت و لە ڕەگەزەوە لە سەگ دەچێ، یان باشتر بڵێم سەگ گیانلەبەرێکە لە ڕەگەزی گورگ کە ماڵی بووەتەوە. ژینگەی گورگ کێف و دەر و دەشت، بە تایبەت قەراخی گوندەکانە. سەبارەت بە گورگ، بیروباوەڕ زۆرە، لەوانە:

خەڵکی باشووری ڕۆژهەڵات بە هیچ شێوەیەک گورگی مێینە ئازار نادەن و نایکوژن، چونکە ئەم کارە بە گوناح دەزانن، هەروەها گورگ لای ئێمە حەیوانیکی تەماکار و دڕندە و مزێڕە[4] و مەترسیان لە تاکە گورگ زۆرترە تاکوو گەلە گورگ، چونکە گورگ حەیوانیکی تەماکارە و لە ئەنجامی کاری خۆی دڵسەرد نابێت و بەردەوامە، ئەگەر بە گەلەو بێن، هیچ کارێک ناکەن لە بەرئەوەی کە بە تەمای یەکتران ئەمێنن و خۆیان ناخەنە خەتەر، بەڵام ئەگەر تاکە گورگێک بێتە سەر ڕانێک، تەنانەت ئەگەر شووان و چەند سەگیش چاودێری ڕانەکە بکەن، هێرش دەباتە سەریان و

1– پت یان بڕ منداڵێک کە بە باشی ئاخاوتن ناکات و بڕک بڕک قسان دەکات، زمان گرتن.

2– مەجید قەنبەری دانیشتووی شابادە تەمەنی چل و هەفت ساڵە و ماوەی زۆرێک کەمووتەر و باڵندەی پەروەردە کردووە.

3– ئەوەی شایانی باسە ڕێگەی شاباد تاکو کرماشان، شەست کیلومترە.

4– مزێڕ: بەد جنس، بەدفەڕ، خراپ.

بە ناچار هەر چەندە کە لە پەز و ئاژەڵ بکەوێتە بەر ددانی، دەدڕێت و زامی کاری دەخاتە پێیان و دڵنیایە کە لانی کەم دوو یان سێ لەوانە دەتووپن و لاشەکەیان دەخەن دووری ئاوایی و دوایی دەتوانێت لێیان بخوات.
لە نێو خەڵکان خۆرافە گەلیک هەیە کە دەڵێت:
ئەگەر سیپەلاکی گورگ بەو مەرجە کە لە کاتی دەرهێنانی ئاو لێ نەخواتەوە، یان بە ئاو شۆشتۆشوی[1] نەدەن، بە ئافرەتان بخوردرێت، ئەم ئافرەتە ئاوەشوو[2] دەبێت. جگە لەوە ئەگەر کەسێک کە سیپەلاکی گورگی هەبێت و گمێزی خۆی ئامێتەی بکا و بداتە ژنێک، ئەم ژنە تەنیا لەگەڵ ئەو کەسە پەیوەندی و دەسلەملان دەکات، هەروەها خەڵک «زۆیەڵە züyeɫe»ی[3] گورگ بۆ کاری دەرمان بە باش دەزانن و ئەمەیش ئا وەهایە کە زۆیەڵەی گورگ وشکی دەکەن و دوایی بە دەسهاڕ[4] ئارد دەکرێت و لەگەڵ وەسمە[5] ئامێتەی دەکەن و لە سەرسەری دەگرن و سەرئێشە و سەرانسیە[6] باش دەکاتەوە و هەروەها بۆ بڕشت و سوومای چاو[7] بە باشی دەزانن.
جگە لەوانە، خەڵک بە گشتی لە سەر ئەم باوەڕەن کە «قاپ[8]»ی گورگ بۆ شەونەخونی و وریایکەری باشە. هەر بۆیە شووانەکان و ئەوانەی کە چاودێری مەڕ و ماڵات دەکەن، بایەخی هەرە زۆرێک دەدەنە ئەم بابەتە. یان بیستوومە کە هەر کەس مووی گورگی لە لا بێت، بچێتە هەر کۆڕێک دابنیشی، ئەو کۆڕە تەفروتوونا دەبێت، هەروەها گورگی مێ ئەو کاتە کە خواردەمەنی دەست نەکەوێ بەرەو قیبلە ئەوەندە دەلوولێنێ کە لە ئاسمان پەنیر بۆی دێتە خوار.
خەڵک بە گشتی کلاش و گیوە لە پێستی گورگ دروست دەکەن و لە سەر ئەم باوەڕەن کە ئەگەر پیلاوێک لە پێستی گورگ لە پێ بکەن و لە دووی کارێک بچن، تا نەگەیننە ئاکامیکی باش دەس هەڵگیر نین، بۆ ئەوەی کە گورگ لە ئەنجامی کاری خۆی زۆر تاقەتی هەیە و پشت سەرد نابێت.
هەروەها گورگ بۆیە لە ئاگر دەترسێ کە کاتی تێڕوانین بە ئاگر پیەی[9] چاوی دەسووتێت[10]، هەروەها باوەڕیکتر دەڵێت: ئەگەر کەسێک دڵی گورگ بخوات، زاتدار و نەترس دەبێت[11].

1– شۆشتۆشو: شتن. شۆشتۆشوی نەدەن: نەیشۆن.
2– ئاوە شوو: جندە، گەنەکار، داوێن پیس.
3– زۆیەڵە: کیسەی سەفرا.
4– دەسهاڕ: دەستاڕ، ئاسەک، ئاسیاو دەستی.
5– وەسمە: پێستی گوێزە کە هاڕیاوە و وەک خەنە لە مووی دەگرن.
6– سەرانسیە: نەخۆشی میگرن.
7– سوومای چاو: سۆمای چاو.
8– قاپ: ئیسقانی قاپی پێ، قولەپێ.
9– پیە: چەوری.
10– ئەم چەند بابەتەم لە کاک قودرەت دارابییەوە، بیستووە.
11– ئەم بابەتەم لە زاری کاک ئەیووب شەریفییەوە، بیستووە.

گون کەڵەشێرە gun keľeşêre: گیانلەبەرێکە وەکو (کەڵەشێر خودایلە- پەپووسلێمانە) یان هودهود. خەڵک بە گشتی دەڵێن: ئەو کاتە کە حەزرەتی سولەیمان زەماوەند کرد، ئەمر کردووە کە هەموو باڵندەکان بێن و باڵی خۆیان باز بکەن تا گزینگی خۆر روومەتی بووکەکەی نەسووتێنێت و هەموو باڵندەکان وا دەکەن. لە پڕ گزینگیکی خۆر دەکەوێتە سەر ڕوومەتی حەزرەتی سولەیمان و مەلان دەپرسن ئەمە چییە؟! سولەیمان دەڵێت: ئەم مەلە گون کەڵەشێرەیە. کە بانگی دەکات دێت و لێ دەپرسێت بۆ هاتیت؟ دەڵێت تۆ فەرمانت دا کە هەموو باڵندەکان بێن و منیش هاتم، ئێستاش هەر ئەوەندە بزان کە ژن بەقا و بەفای نییە[١].

گییەڵەخوەرگ gîyeľexwerig: جۆرە کرمیکی زۆر گەورەیە کە لە مەزراکان و لە «بەونەکان»[٢] دا بەر فراوانە وشکی دەکەن و دوایی دەیهاڕن و وەکو خۆراک دەدەنە ڕەمەکی کا و جۆی مێشنە و بزن، باوەڕیان ئەمەیە کە تووشی نەخۆشی نابن[٣].

مار mar: گیانلەبەرێکی خەزەند[٤] و خوێنسەردە[٥]. لە سروشتدا دوو جۆر مار هەیە، ئاوی و دەیمی. مار بە شێوەی هێلکەدانان زاوزێ دەکات، بێجگە لە هەفی کە ئەویش هێلکەکەی لە نێو زکی ئەگەیت و دەبێتە توولە مار. ماری ئاوی بە گشتی ژەهراوی نییە، جگە لە یەک نموونە کە «هەشی heşî»یی پێ دەڵین و لە مەرغەزارەکاندا دەژێت. لە کرماشاندا سەراوێک هەیە کە «هەشیلان»ی پێ دەڵین و لەوێ ماری ئاوی ژەهردار زۆرە. ماری دەیمی بەگشتی ژەهراوییە، جگە لە نموونەیەک کە لە کشتوکاڵدا دەژێت و ڕەنگی سوورە و ژێری زکی زەردە. خەڵکان ئەم مارە بە فریشتەی خێر و بەرەکەت دەزانن و کوشتنی ئاوها مارگەلێک بە گوناح دەزانن. ماری ژەهراوی لە بواری ئەندازە و شکڵە و جیاوازیی هەیە لەگەڵ ماری غەیری ژەهری، ئەوەش بریتی لەوەیە کە سەریان کەشیدە و سێ چۆزە و ددانی «قەڵـۆیە qeľûye»یان هەیە. بەناوبانگترین ماری ژەهری بریتین لە: هەفی، کوڵەمار، جەعفەری، زەنگی و دارپەڕ. زۆربەی خوراکی مار بریتییە لە: چۆلەکە و مارمیلک و هێلکەی باڵندە و قورواک و ماسی. بەڵام نموونەیەک ماری دەیمی هەیە کە بەدەگمەن دەست دەکەوێت و«سفرە مار»ی پێدەڵێن و من خۆم نموونەی ئاوا مارێکم لە باکووری ئێران و لە شاری «ڕوودبار» سەر بە پارێزگەی «گیلان» دیوە کە ژیانیکی سەیری هەیە.
خۆراکی ئەم مارە مێشوولە و مرۆچەیە و بە شێوەیەکی زۆر سەیر نەچیرەوانی دەکات. ئەندازەی ئەم مارە زیاتر لە یەک مترە و بە نیسبەت ئەستوورە. ئەم مارە لە قەراخی باغ و باغاتدا دەژێت و ڕەنگی سووری کاڵی هەیە. لە کاتی برسیەتی دێتە قەراخی گەنیاوەکانی گوند و زگی خۆی باز دەکات و هەموو ئەندامی دەروونی خۆی دەخات ڕووەوە و

1- ئەم بابەتەم لە زاری باوکمەوە، بیستووە.

2- بەون: ئەو زەویە کە ناکێڵت و گیای خۆڕسکی تێدایە.

3- ئەم بابەتەم لە زاری باوکمەوە بیستووە.

4- خەزەندە: خشۆك.

5- خوێنسەرد: متبوو، ئەو گیانلەبەرانەی کە لە وەرزی زستاندا دەچنە سوڕی متبوونەوە. لە سروشتدا دوو جۆر حەیوان هەیە، خوێنسەرد و خوێنگەرم. زۆربەی خەزەندەکاتن لە بەشی خوێنسەرد گونجاون و بە کورتی خوێنسەرد گیانلەبەرێکە کە زستانان فەعالیەتیان نییە و دەخەون.

نیشان دەدات کە مردووە و زگی دادڕاوە. کاتێ مێشوولە و مرۆچەی زۆرێک داڕژاوە سەری و خەریکی خواردنەوەی بوون، زکی خۆی دەبەستێ و زیندوو دەبێتەوە و ئەڕوات. ئەم مارە قەت بە دەم و ددان خۆی نەچیروانی ناکات[1].

خەڵکی قەراخی چۆمی «سەیمرە» لە ناوچەی لەکستانی پارێزگەی ئیلام دەڵێن: کە ئاوەها مارێک لە قەراخی سەیمرە بووە. نموونەیکی تر کە «دارپەڕ»ی پێدەڵێن و لە سەر شاخی دارەکاندا دەژێت و لە لێڕەوارەکانی شاری «گیەلان» لە پارێزگای کرماشان، زۆرە.

نموونەیکی تر ماری شاخدارە کە خەڵک دەڵێن: ئەگەر شاخی مارت هەبێت و بەقەد مەشکە ئاوێزانی بکەیت، بەری مەشکە بەرفراوان دەبێت. من خوم ماری شاخدارم دیوە و شاخی ئەم مارە بە قەد نیوەی نیسکێکە و هەر ناتوانی بیبڕیتەوە تاکوو بگاتە ئەوەی کە لە مەشکە ئاوێزانی بکەیتەوە.

بابەتیتر باسی «بەش»ە. «بەش» هەر بە مانای سەهم و قسمەتە و دوو جۆرە بەش لە نێو خەڵکدا هەیە. یەکەم بەشی مار و دوهەم بەشی نەخۆشی.

عەشیرەتێک لە گەلی یارسان هەیە کە بە «باوەیل» بەناوبانگن و هەم بەشی مار و دمارەکۆڵیان هەیە و هەم بەشی نەخۆشیگەلێک وەک زەردەی یان یەڕەقان و ئاکڵە یان سفلیس و ئاگرەک[2].

بابەتیتر «میەرێ مار» یان مۆرەی مارە. خەڵک دەڵێن هەر کەس مۆرەی ماری هەبێ، بە ئارەزووی خۆی ئەگەییت. ئەوەی کە من پرسیارم کردووە، زۆربەی خەڵک لە بابەتێک بە نێوی مۆرەی مار قسە دەکەن، بەڵام خۆیان ئاوا شتێکیان نەدیوە هەر ئەوەندە دەزانن کە بە قەد نیسکێکە و خڕە و ڕەنگی شینە و دەلەرێتەوە و دەشێت لە نێوانی پەمە هەشاری بکەیتەوە.

خەڵک بەگشتی لە سەر ئەم باوەڕەن کە ئەگەر کەسێگ بە ڕاشکاو بچێتە سەرجووتگیری ماری نێر و مێ، زوو بە زوو پاپووشەکەی دەربێنێ و بخاتە سەریان و خۆی بە توندی هەڕا بکات و هەفت جار لە سەر جۆگەیک باز بدات و بپەرێتەوە، مارەکان مۆرەیک لە سەر پاپووشەکەی بە جێدەهێڵێن کە هەر ئەو مۆرەی مارەیە کە باسمان کرد[3].

بابەتیتر «کەوڕ مار kewrî mar» یان پێستی مارە. خەڵک دەڵێن: پێستی مار بۆ دوعا کاریگەری هەرە زۆریکی هەیە و لە زۆربەی دوعاکاندا پێستی مار و سۆی دەرزیلە، پێکەوە لە تویێی قاقەزی دوعاکە دەپێچن و دەڵێن حیکمەتی هەیە[1].

1– ساڵی ١٣٦٩ هەتاوی سەرباز بووم و چەند مانگ بەر لەو مێژووە بوومەلەرزەیکی بە قەوەت پارێزگای «گیلان» هەژاند و ئیمە بۆ یارمەتیدانی خەڵک چووینە ئەم پارێزگەیە و لە شاری «روودبار»دا گیرساینەوە و ئەم مارەم لەوێ بینی.

2– بە باوەڕی من بەشی مار شتیکی مەورووسی نییە (واتە: ئەو کەس و بنەماڵانەی کە دەتوانن "مار" بگرن و پێیانەوە نادات) هێشتا تێنەگەیشتوومە کە ئەوانەی بەشی ماریان هەیە دەبێت خاوەنی چ تایبەتمەندیک ببن هەر ئەوەندە دەزانم کە قەوم و خزمانی ئێمە دەڵێن: کە بنەماڵەی ئێمە بەشی ماریان هەیە. من خۆم و برای گەورەترم و برا چکۆڵەکەم بە بێ ترس و خۆف مار دەگرین، هەروەها میمکی خۆم کە بەداخەوە فەوتا لە سەر ئەوەی کە ژن بوو و ژنان لە مەل و موور زۆر دەترسن، بە بێ هیچ ترسیک ماری دەگرت. بەڵام قەت ناتوانین مارانگەستە دەرمان بکەین. عەشیرەتی «باوەیل» مارانگەستە و نەخۆشی زەردەی و ئاکڵە و ئاگرەک بە بێ داروو و دەرمان، چاک دەکەن. بۆ نموونە، ئەوەی کە زەردەی یان ئاکڵەی هەس، دەتفننە نێو دەم و چاوی و دوایی باش دەبێتەوە.

3– بەڵام ڕاستیەکەی وایە کە شلەگۆی مار تێزاویە «ئەسیدی»ە و مار لە سەر جۆرە بەردیکی تایبەت، کەوا دیارە لە مەڕمەڕ دەچێ، گۆ دەکات و دەبێتە هۆی ڕۆخاندنی ئەمجۆرە بەردە و مۆرەگەلیکی خڕ و شین لێ دەکەوێتەوە کە ڕەنگە خەڵکان ئاماژەیان هەر بەو مۆرەی مارە بێت.

مار بە نیسبەتی چۆنیەتی و چەندایەتی خۆراکەکەی، پێست ئەگۆڕێنێ و لانیکەم لە ماوەی پازدە ڕۆژ هەتا مانگێک جیاوازە و هیچ حیکمەتیکی نییە. خەڵک دەڵێن: مار لە شەوانی هەینیدا پێست دەخات.

بابەتێکی تر سەبارەت بە مار ئەمەیە کە دەڵـێن یـەک بـست «وژە» لـە لای سـەر ویـەک بـست لـە لای دۆی[2] مـار بقرتێنی و لە ئاوی کوڵدا بە زۆری بکوڵێنیتەوە و دوای ئەوەی کە خـەس و تـۆخ بـووەتـەوە، لـەسـەری بگریـت بـۆ دەرمانی کەچەڵی و تاسی زۆر باشە. لە لایکی تریشەوە هێندستانیەکان و تەنانەت عەرەبەکـان بـاس لـە ڕۆنـی مـار دەکەن کە بۆ مووی سەر باشە[3].

بابەتیکی تر سەبارەت بە مار، دەرمانی مارانگەستەیە. شێوەی دەرمان لە لای خەڵکان جیاوازە. بۆ نموونە هەروا کە لە لاپەڕەکانی پێشوو باسمان کرد، خەڵکی گۆران کە بە گشتی سەر بـە ئـائینی یارسـتانن، دەچنـە لای بـاوەکـان. شێوەیەکی تر ئەمەیە ئەو شوێنەی کە مار گازی لێگرتووە بە چـەقـۆ زامـی دەکـەن و خوێنـەکـەی بـە دەم و ددان دەکیشن. ئەم شێوە دەرمانە لە رووی زانستیەوە پڕ خەتەرە، ئەگەر ئەو کەسە کە بە دەم و ددانی خۆی ژەهری مار دەکیشێت، ددانی کولوور بێت یان زامی بچووکێک لە دەمی بێت، ژەهـری مـار لـەگـەڵ خـوێن و نێرونـی[4] ئـەعسابی ئامێتە دەبێت و دەیکوژێت[5].

شێوەیەکی تر لە دەرمانی مارانگاز، شێوەیەکی ڕەسەنی کوردیە کە هۆکاری زانستیشی هەیە. ئەم ڕەوایەتە لە زاری میمکەزای خۆم لەیلا ڕەشیدی[6] بیستوومە کە بۆی گێڕامەوە پیاوێک بە نێوی «موحەمەد» کـوڕی «ئـەسـەد» کـە

1– ئەم بابەتەم لە دوعانووسێک بیستووە، کە بە دەرخواستی خۆی ناوی نانووسم.

2– دۆی: کلک.

3– ڕەنگە ئەم باوەڕە هۆکاری زانستیی هەبێ، بەڵام شتێکم بە دەستەوە نییە هەر ئەوەنـدە دەزانـم کە بۆیـە یـەک بـست لـە سـەر ویـەک بـست لـە دۆی مار دەبڕن کە کیسەێ ژەهری مار لە ژێری ددانەکانیە و بەشی دۆی مار هـەتـا کـونی قـۆنی تاڵـە، بۆیـە بـاوەڕکـە دەڵـێت: کـە دەبێـت ئـەم دوو بەشە لە لەشی مار ببڕیتەوە، هەروەها لە خواردنی ماریش ئاوا دەستوورێک هەیە.

4– نێرۆن: قەڵاف یان ڕۆکەشی دەمارەی ئەعساب.

5– بە باوەڕی خەڵک ژەهری مار زۆر تاڵە و بووەتە نومادێک لـە ئـەدەبـی کوردی. بـەڵام ئـەوەي ڕاسـتی بێـت ژەهـری مـار قـەد تـاڵ نییـە بـەڵکو شیرینە. بە پێی زانیارییە زانستییەکان، ژەهری مار لە بونیانێک دروست بـووە کـە «بۆنیـانی ئیدرۆکـەربۆن»ی پێدەڵـێن. ئـەم ئامێتگـەلـە بونیـانی چەوری و قەندە، هەروەها دەتوانی بەگرتن و بەردانی ئێلکترۆن بگۆڕدرێتە ئامێتـەییکـی تـر بـە واتـەی زانـستی «ئامفۆتریـک»ە. ئـەم دەسـتوورە لـە دەرسی شیمی (دەرسی شیمی: وانەی کیمیا، زانستی کیمیا. شیمیا: کیمیا.) «ئۆکسیداسیون و ئێحیـا»ی پێـدەڵـێن. چونکـە خـوێن هـەمـوو جـۆرە ئامێتەی تێدایە، ئێلکترۆنـی ئـازادی زۆرە، بۆیـە کاتێـک کـە ژەهـری مـار بڕژێتـە نێـو خـوێن، زوو بـە زوو لـە هـەمـوو ئـەندامـەکانـدا بـڵاودەبێتـەوە و بەتایبەت ژەهری مار کارێگەریی لە سەر عەسابی «سەمپاتیک و پارا سەمپاتیـک»ی هـەیـە. ئـەم دوو ئـەعسابە ئـەرکـی هـەناسکیـشان و گـەردشـی خوێن و کوتەی دڵ و... جێبەجێ دەکەن، بۆیە لەشی مارانگاز تووشی هەڵومـەرج دەبێـت و دەمرێـت. پزیـشکان پێـشنیار دەکـەن کـە ئـەوانـەی کـە ددانیان کولوورە، ژەهری مار مەکیشن؟ چونکە لە ڕێگەی کونی ددانەکە کاریگەری خۆی ئەنجام دەدات، هەروەهـا کـە وتمـان ژەهـری مـار ئـەگـەر لـە خوێن ئامێتە بێت، کاریگەری خۆی بە جێدێنێت، بەڵام ئەگەر تەنانەت بخۆردرێت، بەو مەرجە کە زامی گـەدە و ڕێخۆڵـەی نـەبێـت، هـیچ کاریگـەریـی نییە.

6– لەیلاڕەشیدی، دانیشتووی شابادە و تەمەنی پێنجا و چوارساڵە و خانەدارە. لە گوندی «بـەلـەوا تـەڕە» سـەر بـە مـەڵبـەنـدی «چـەرداوڕ» کـە ئێستا سەر بە پارێزگەی ئیلامە، دەژیت.

ئێستا فەوتاوە و خزمی خۆیان بووە، دەمارەکۆڵ[1] دەستی زامار دەکات و لەم کاتە و بێدەرەنگ زاواکەی کە پیاویکی لێهاتوو و پسپۆڕ بووە و ناوی «مایخان» بووە بزنێگ دەکوژی و خوێنەکەی ڕژاندووەتە سەر زامەکەی و موحەمەد باش بووەتەوە. کوڕەکەی بە ڕەحمەتی «موحەمەد» خەڵکی ئەم گوندە ئەم ڕەوایەتەی قەبووڵ بوو و وتیان: ڕاستە.

دەبێت بزانین کە دمارەکۆڵ و ماری گەرمیان زۆر ژەهراویە و خەڵکان مەترسی زۆریکیان لەم دوو گیانلەبەرە هەیە بۆ ئەوەی کە لە ناوچەی گەرمیان ئاو کەمە و ژەهری ئەم گیانلەبەرە تۆخترە.

هەروەها دایکی خۆم خوالێخۆشبو «شیرین عەباسی» بۆی گێڕامەوە: ئەو کاتە کە گەرمیان و بەرەچامان[2] دەکرد لە گوندی «سەرچەم» کە هاوینەهەواری هۆزی زەنگنە بووە و ئێستا سەر بە پارێزگای ئیلامە، خەڵکان خەریکی دروستکردنەوەی زمێیە[3] بوون، مارێک زام خستە دراوسیەکەمان و باوکم کە لە کاری دەوا و دەرماندا شارەزایی هەبوو، زوو بەزوو بەرخێکی کوشت و گەدەکەی کون کرد و دەستی مارانگازەکە بە گشتی تێدا کرد و بە ڕێخۆڵەکەی گرێبەستی کرد. دوای ماوەیەکی کورت گەدە سەخوڕەکەی ڕەنگی زەردە و بوو و پیتار پیتارەو بوو و کابرایش یەک دوو ڕۆژ هەندێک ناساز بوو و دوایی باشەوە بوو[4].

بابەتێکی تر سەبارەت بە دەرمانی مارانگاز ئەوەی بوو کە خۆم ئەزموونم کرد: کوتایی مانگی خاکەلێوە بوو کە لەگەڵ دوو دۆست و بەرادەری خۆم[5] بۆ گرتنی مار چووینە کێفەکانی دەڤەری شاباد. مار بە گشتی لە کوتایی مانگی خاکەلێوە لە کونی خۆی دێتە دەر و لە بەر خۆر خۆی دەخەمڵێنێ و هێشتا گڕ و گورج نییە، بۆیە گرتنی ساکارترە. کاک فەریبۆرز کە خۆی شارەزای مارگرتن بوو، مارێک بووە تووشیەوە و بۆ گرتنی پەلەی کرد و بە داخەوە مارانگاز بوو. من و کاک جەواد بە دەم و ددان هەندێک لە خوێنی پێی فەریبۆرزمان کێشا و بە پەلە ئەومان گەیاندە نەخۆشخانەی شاباد. لەوێ پەرستارێکی[6] بە تەمەن، وتی: شیری پێ بدەن تا داروەکانی حازر بکەین و ئیمە شیرمان پێ خۆراند و دوای یەک دوو خولێک، کاک فەریبۆرز شیرەکە قەسیان[7] کرد و سەیر ئەوە بوو کە

1– دەمارەکۆل: دووپشك.

2– بەرەچای: سەردسێر، زێزی گەرمەسێر.

3– زمیە: شوێنگە هاوێنی بۆ ڕان و مێگەل.

4– هۆی زانستی ئەمجۆرە دەرمانە ئاوەهایە کە لە گەدە هۆرمونێک هەیە بە ناوی «گاسترین» کە زۆر تۆخە و کاری هەزم و میکرۆبکۆژیی گەدە لە ئەستۆیە و بە «شیرەی مێعدی»یش ناوداره و لە گەدەی ئاژەڵدا جگە لە سەوزە و کا و جوێ نییە و هەر ئەمانەش خەواسی دەرمانییان هەیە و بە پێی زانیارییەکان «فشاری ئوسموزی»ی بە نیسبەتی خوێن زۆر زۆرە. کاتێک دەست یان پێ یا هەر ئەندامێک لە لەش مارانگاز بێت و بەگەدە و سەخۆڕەکەیەوە بپۆشرێتەوە فشاری ئوسموزی دەبێتە هۆی ئەوەکە ژەهری مار بەرەو خۆی بکیشێ و ژەهر بە نیسبەت کەمتر دەڕژێتە نێو خوێن.

5– فەریبۆرز نیکونژاد، خەڵکی گوندی شیانە و دانیشتووی شابادە و تەمەنی سی و شەش ساڵە و کاری ئازادە دەکات. هەروەها: جەواد مەنسووری خەڵکی گوندی تەجەرەیە و دانیشتووی شابادە و تەمەنی سی و هەشت ساڵە و لە ئاژانس خەریکی ئیشە.

6– ئاقای سۆڵەیمانی: کە خەڵکی گوندی «تراو سەی حەیاس»ە و ئێستا خانەنشینە. فێربوونی ئەم دەرمانە مەدیوونی «ئاقای سۆلەیمانی»یم کە پیاویکی بە ئەزموون و لێهاتووە.

7– هێنایەوە، ڕشاندیەوە.

دیمان شیر نەبوو، بەڵکو پەنیری تەواو بوو. یەک دوو را ئەو کارەمان کرد و ڕەنگ و رووی فەریبۆرز باشەوە بوو و زۆرینەی ژەهرەکە لە لەشی نەما[1].

ماخەر ma xer: سەبارەت بە کەر لە لاپەڕەکانی پێشوو باسمان کرد، بەڵام ماخەر یان کەری مێ چەندەین بیر و باوەڕی تر لە سەری هەیە. وەک شیری ماخەر کە «مازاک mazak»ی پێدەڵین و بۆ دەرمانی کیم و خڵتی سپیەلاک باشە. مازاک هەروەک شیری ئاژەڵەکانی دیکەیە، بەڵام زۆر خەستر و چەورترە و ڕاستیەکەی وایە کە هەر شیرێک بۆ دەرمانی کیم و زۆخی سپیەلاک باشە، هەروەها پاشەڕۆی ماخەر کە «قەرسەقول»ی پێ دەڵین بۆ نەخوشی «چاو ئێشە» زۆر باشە. چاو ئێشە لە ڕاستیدا نەخۆشییەکە کە لە گەرت و خاک و گەردەلوول هەڵدەستی و دەبێتە هۆی کیمداربوونی پێڵەی چاو و کرمی لێدەکەوێتەوە کە زۆر بچووکە و لە چمکی چاودا دەژێت و قەرسەقولی ماخەر دوکەڵێکی توندی هەیە کە دەبێتە هۆی تێکچوونی ئەم کرمە و چاو باش دەبێتەوە[2].
بابەتیتر سەبارەت بە «مایەرزا mayerza[3]»ی جاشۆڵکەیە. مایەرزا وشکی دەکەن و دوایی بە دەسهاڕ دەهەڕێن و لەگەڵ دۆ یان شیر تێکەڵێ دەکەن و بۆ دەرمانی «تەوەسێڕوو» یان مالاریا بە کاریدێنن[4].
شێوەی دەرمانی تر بۆ تەوەسێڕوو هەیە کە کاک «شێردڵ ئێڵپوور»[5] بۆی گێڕامەوە:
ئەوەی کە تووشی تەوەسێڕوو بووە دوای گێمز کردن لە سەر خاک، دەیبەنە ماڵەوە دوای چەند ساعەت کە خاکەکە وشک بووەوە، یەک لایەی لێ لا دەبەن و لای ژێری ئەم خاکە لە توێی دەستماڵێک دەکەن و لە سەر هەنێ نەخۆش دادەنێن و دوای چەن کەڕەت کە ئەم کارەیان کرد، نەخۆش باش دەبێتەوە[6].
هەروەها ئەگەر گمێزی ماخەری باردار بڕژێتە سەر زامێگ، ئەم زامە قەت باش نابێتەوە[7].

1- هۆی زانستی ئەم شێوە دەرمانە ئاوەها کە زۆرێنەی ژەهر و سەم لە دەمارەکانی گەدە و ڕیخۆڵەدا ئەڕوات و شیر باشترین دەرمان بۆ ژەهر و سەمە و هەموو ژەهر و سامێک لە خۆدەگرێت.

2- من خۆم شاهێدی ئەم دەرمانە بوومە.

3- مایەرزا یەکەم پاشەڕۆی هەر ئاژەڵێکە کە تازە لە دایک بووە و زۆر خەس و تۆخە و ڕەنگی قاوەیی و سووری هەیە و پاشەڕۆی نییە، بەڵکو خۆراکی پیزەیە کە لە ڕێگەی «ناوک» یان «ناف»وە دەچێتە پیزەدان.

4- ئەم بابەتەم لە زاری باوکمەوە، بیستووە.

5- شیردڵ ئێڵپوور خەڵکی گوندی بەێرگردە کە سەر بە شاری شابادە و تەمەنی سی و پێنج ساڵە و دانیشتووی کرماشانە و مامۆستای قوتابخانەیە و لە شێعر و کورتە چیرۆکی کوردی، دەستی باڵای هەیە.

6- ڕاستیەکەی وایە ئەوەی کە تووشی تەوەسێڕوو بووە، زۆربەی هۆرمونەکانی لەشی لە ڕێگەی گمێزەوە دەردەچێت و خاک بەشێک لەم هۆرمونانە لە خۆی دەگرێت و کاتێک کە لە سەر پێست یان هەنێ دادەنێن، لە ڕێگەی «کونی پێست» کە عارەقی لێ دێتەدەر و خاکەکە تەڕ دەکات، فشاری ئۆسموزی دروست دەبێت و هۆرمونەکان هەر لە ڕێگەی کونی پێستی هەنێ، سەرلەنوو بۆ لەش ئەگەڕێتەوە.

7- ئەم بابەتەم لە زاری کاک قودرەت دارابییەوە بیستووە. هۆکاری زانستی ئەم بابەتە ڕەنگە بەرفراوانی هۆرمۆنی «ئسرۆژن و پرۆژسترۆن» بێت کە لە کاتی بارداری زۆرترە.

بابەتیتر سەبارەت بە مۆمی[1] گوێی کەرە کە بۆ دەرمانی ئێشی ددان باشە. ئەگەر ددانێک کۆلوور بێت و ئێش بکا، هەندێک مۆمی گوێی کەر لە سەر ددانەکە دادەنێن، باش دەبێتەوە، هەروەها ئەگەر مۆمی گوێ کەر بخوردرێت، ئینسان تووشی گێژی و مەنگی دەکات[2].

ماسی masî: گیانلەبەریکی ئاوییە و گۆشتی بە تامە و بۆ ئەوانەی کە تووشی نەخۆشی شەکروکە[3] و چەوری خوێن بوونە، باشە. خەڵک بە گشتی لە سەر ئەم باوەڕەن: ئەو کەسە کە تووشی نەخۆشی یەرەقان یان زەردی بووە، «ماسی خولگە»[4] بە زیندویی بخوات، باش دەبێتەوە.

مامر mamir: مر، مرخ، مامر، مریشک، مرشیکە، کەڕگی، کەرگ، کەرک و کەرکی هەموو ناو گەلی مامرە. بە باوەڕی من مامر لە بواری مۆرفۆلۆژییەوە دروستترە. مامر واتە «مایە مر» یا «مایە مرخ» و نێرەکەی دەبێتە کەڵەشێر. سەبارەت بە مامر باوەڕێک هەیە کە دەڵێت: ئەگەر مامر شەکەتی بخاتەوە[5]، یان خاوەن ماڵ دەچێتە سەفەر یان میوانی سەفەری دێتە ماڵ. باوەڕێکی دیکە دەڵێت: ئەگەر مامر وەک کەڵەشێر بقولێنی، لێقەومانێک لە ڕێگەیە[6].

بابەتێکیتر سەبارەت بە «ریتق[7] rîtiq»ی مامرە. خەڵکان دەڵێن بۆ دەرمانی زام باشە. بەڵام لە نێو گەلی کەڵهوڕ بە تایبەت گیەڵانی ڕۆژئاوا کە سەر بە پارێزگای کرماشانە، جۆرە دەرمانێک هەیە بۆ «چیەرێ گاز[8]». زوو بەزوو ڕۆنی دان و پەتەسوو[9] لەگەڵ ریتقی مامر ئامێتە دەکەن و لە سەر ئاگر دایدەنێن، دوای ئەوەی کە گەرم بوو، هەندیک دۆی ئامێتە دەکەن و دوای خەسبوونەوە، لە سەر چیەری گاز دائەنین، خوێنەکەی وشک دەکات و زامەکە کیمدار نابێت و زوو چاک دەبێتەوە[10].

1– چرکی "چلك" گوێچکەی کەر.

2– ئەم بابەتەم لە زاری مامۆستا ئەردەشێر میرزاییەوە بیستووە.

3– نەخوشی شەکروکە: نەخۆشی شەکرە.

4– ماسی خولگە: ماسی زۆر بچووک. ئەو ماسی بچکۆڵانەی کە لە قەراخی چۆم و ڕوبارەکاندا دەژێت.

5– شەکەتی خستن: بریتییە لەوەی کە مامر لە بەر خۆرەوە خۆی راکیشێ و باڵەکانی باز بکاتەوە وەکو ئەوەی کە بخەوێ.

6– واتا: ئاشووبێك بەڕێوەیە.

7– ریتق: ریقنە، جیقنە، پاشەڕۆی باڵندە.

8– چیەری گاز: بریتی لەو زامەیە کە لە کاتی بەرگن و خوری گرتن لە مێشێنە چیەرێوان زامێک بخاتە لەشی مێشەکە و پێستی ئاژەڵەکە بقرتنێ.

9– بە گشتی دوو جۆرە پەتەسوومان هەیە، یەکەم ئەو پەتەسووە کە لە پارچە و قەندە کە پێکەوە دەسوتێنن. دوهەم «زۆری»ی پێدەڵێن کە لە جیاتی پارچە و قەند، لە بافەمەنی و مافورە وەکو دەوار و جلی کەر لەگەڵ قەندەکە دەیسووتێنن و خاسیەتی «ئانتی بیووتیکی»ی هەیە، هەروەها ڕۆنی دان کە «کێلوسترۆل»ی زۆر و ریتقی مامر کە بە بۆنەی هەبوونی گازی «ئێتیلین» خاسیەتی گەندزودایی هەیە. دەبینین بە گشتی بۆ سارێژی زام باشترین مەرهەمە.

10– ئەم بابەتەم لە زاری کاک قودرەت حاتەمیم بیستووە کە خەڵکی گیەڵانی ڕۆژئاوایە و تەمەنی لە پێنجا تێپەڕ بووە، ئێستا دانیشتووی شابادە. ئەم دەرمانە هۆی زانستیی هەیە. پەتەسوو یان بوو سوو خۆی بەرگری لە خوێنڕشتن دەکات.

بابەتیکی تر سەبارەت بە ریتق ئەوە بوو کە لە سەر زاری خەڵکی گوندی «موومنای»یە کە سەر بە باژێری شابادە و ئەوەش ئەمەیە کە لە قەراخی ئەم گوندە کێفیکی هەرە بەرز هەیە کە بە «کوناکونا[1]» بەناوبانگە. خەڵکی ئەم گوندە لە ساڵێک یەک را چوونەتە ئەوێ و ریتقی گاکەمووتەریان هێناوە چ بۆ کاری دەرمان و چ بۆ کشتوکاڵ. دەبێت بزانین کە ریتقی کەمووتەر یان مریشکە زەمین هار دەکات و بەری زەوییەکە زۆرتر دەبێت.

مانگا manĝa: ئاژەڵێکی شیری و قەڵەوە و خەڵکان جگە لە کەڵک وەرگرتن لە شیر و گۆشتی، بۆ کاری جووتیاری و کیشە و کوتەی خەرمان[2] بەکاریدێنن.
جگە لەوانە سپڵی مانگا بۆ دەرمانی کەم خوێنی و بەرگیری لە گمێزکردنی منداڵی ساوا کەبابی دەکەن و پێدەدەن[3].
باوەڕێکی تر دەڵێت کە ئەگەر مانگا لە کەڵگا بپەڕێت، ئەو ساڵە، ساڵێکی پڕ لە خۆشی و خێر و بەرەکەت دەبێت.

لای خەڵکی باشووری ڕۆژهەڵات خواردنی مێشکی مانگا ئەوەندە باو نییە و ئەویان بە مەکرووهـ دەزانن و لە جیاتی خواردنەوەی لە کاری سازکردنی «ڕۆشوور[4]» بە کاریدێنن[5].
هەروەها باوەڕێکی دیکە دەڵێت: ئەگەر نەخۆشی «زووە»[6] لە ئەنگوستی دەست ڕوو بدات، لە کونی لووتی مانگا یان گووری[7] بکەیت، باش دەبێتەوە[8].
بابەتی تر سەبارەت بە مانگا ئەوەیە کە ئەگەر مانگا لە کاتی کەڵگرتنی بچێت و جووتخواز نەبێت، خەڵک لە سەر ئەم باوەڕەن کە ئەگەر گیای «مانگاوەکەڵ[9]» لە میینەی مانگا دابنێن، مانگا کەڵ دەگرێت، هەروەها کەڵک وەرگرتن

1– هۆی ئەم ناوەش هەبوونی چەندەها ئەشکەوتی گەورە لەم کێفەیە کە زۆرتر ژێنگەی «کەمووتەرە».
2– کوتەی خەرمان: هۆڵەی خەرمان.
3– لە سپڵی مانگا و هەر ئاژەڵێکی دیکە «گلۆلۆکوز» و «هۆرمونی دیۆرتیک» بەرفراوانە و دەبێتە هۆی بەرگیری لە گمێزکردن و خەسبوونی خوێن.
4– ڕۆشوور: وەک کەشکە و لە حەمام کردن و پاقژکردنەوەی لەش بە کاریدێنن و چۆنیەتی سازینی ئاوەهایە کە: مێشکی مانگا لەگەڵ گڵی سپی تێکەڵ دەکەن و بە باشی وەرزی دەدەن و دوایی وەک تەپۆڵکەی کەشک لە بەر خۆر دادەنێن تا وشک ببێتەوە و لە حەمام بەکاریدێنن.
5– ئەم بابەتەم لەزاری میمکی خۆم لەیلا رشیدییەوە، بیستووە. مێشکی مانگا و گڵی سپی ئامێتەێکی «بازێک»ـە، واتە تێزاوی نییە و چرک و قرێژی لەشیش هەر بازیکە، بەڵام لە بواری چەندایەتی چەوری لە ڕۆشوور خوارترە. بۆیە لەگەڵ ڕۆشوور تێکەڵ دەبێت و لەش خاوێن دەبێتەوە.
6– زووە: نەخۆشیکە وەک کەوڵە کە ئەنگوستی دەست و ژێری نەینۆک پەیدا دەبێت و دەبێتە هۆی سووربوونی ئەنگوست.
7– گووری: گوێرەکە، گۆلك.
8– ئەم بابەتەم لە زاری باوکمەوە، بیستووە. ڕەنگە لە کونی لووتی مانگا و گوور و لە چڵمەکەیدا جۆرە ئانزیمێک بێت کە دەبێتە هۆی تێکچوونی میکرۆبی ساز کەری نەخۆشی «زووە».
9– گیای مانگاوەکەڵ وەک گیای چەویرە و ڕەنگی سووری تۆزکاڵە.

له «گۆ ئەسارە» کە لە فارسیدا «کرمی شەبتاب»ی پێدەڵێن و لە لای خەڵکان کاریکی زۆر باوە و باوەڕیان وایە کە ئەگەر ئەم مەلە لە مێینەی مانگا دابنێن، مانگا کەڵ دەگرێت[1].

بابەتی تر کەڵک وەرگرتن لە گمێزی مانگا بۆ کاری ڕەنگ ڕەزی و ڕەنگکاریە، بەتایبەت بۆ مافورە و مەوج. شێوەی کارەکە ئاوەهایە کە ئاو لە سەر قەزانیکی گەورە دەکوڵێنن و ئەم ڕەنگانە کە لە سروشتدا هەیە وەکو ڕوونیاس[2]، تێکەڵاوێ دەکەن و ڕەنگڕەزی دەست پێدەکرێت. ئەگەر گمێزی مانگا بە تەنیا بکوڵێنن، ڕەنگی پرتەقاڵی یان نارنجی دەست دەکەوێت و ئەگەر ئاوی تێبکەن، ڕەنگی زەردی کاڵ دەست دەکەوێت. بۆ ئەوەی کە ڕەنگەکە کاڵتر و ڕوونتر ببێتەوە «سیازاخ» کە بە جەوهەر لیمۆ – ش بەناوبانگە و بەرگی داری وەن تێکەلاوی دەکەن و ڕەنگی کەسک بە دەست دێنن[3].

بۆ ئەوەی کە قەزانێک لە گمێزی مانگا کۆبکرێتەوە، ژنان بە ئەنگۆست ژێری «تەن ten[4]»ی مانگا دەخورێنن و مانگاکان گمێز دەکەن[5].

1– ڕاستییەکەی وایە کە ئەم کارگەلە هیچ پەیوەندییەکی بە گیای (مانگاوەکەڵ) یان مەلی (گۆ ئەسارە) وە نییە، بەڵکو تەنیا نەقشی هاندەرییان هەیە. ڕەنگە لە گیای مانگاوەکەڵ جۆرە مادەیەک ببێت کە دەبێتە هۆی خوریکی مێینەی مانگا و هانبدرێت بۆ ئەوەی کە جووتخواز ببێت، هەروەها مەلی گۆئەسارە کە ئەویش بە بۆنەی جموجولی خۆی دەبێتە هاندەری مانگا کە جووتخواز ببێت.

2– ڕوونیاس: جۆرە گیایەکە.

3– ئەم بابەتەم لە زاری باوکمەوە بیستووە. کاک عەلی ڕۆستەمی خەڵکی گوندی "باقراوای دێزگران"ـە کە سەر بە شاری شابادە و خۆی جولایە و لە کاری خۆی پسپۆڕە، ئەویش وەتی: دروستە.

4– تەن: مینەی مانگا، زێ، ئەندامی زاوزێ.

5– ئەم قسەیەم لە زاری باوکمەوە بیستووە و هۆکاری زانستی هەیە. ڕاستیەکەی وایە کە لە گمێزی هەر ئاژەڵێگ ڕەنگێك هەیە و لە گمێزی مانگا لە بەر فراوانی گمێزەکەی ئەم ڕەنگدانەیەش زۆرە و کاتی کوڵاندن و خەس بوونەوە، ڕەنگی لە زەرد و نارنجی دەچێت، هەروەها لە بەر هەبوونی «ئاموونیاک » لە گمێز، ڕەنگە کە هەمگیر نەبێت، بۆیە «سیازاخ» تێکەڵاوی دەکەن کە جۆرە تێزاویکی کاڵە و ئەسەری ئاموونیاک کە «بازێک»ە تێکدەدات و ڕەنگەکە واڵتر و شینتر دەبێت و ئەم ڕەنگە قەت بە شووشتن ناگۆڕدرێت و بەردەوامە. ئەگەر هەندێک گەڵای دار «وەن» کە بەنیشک (بنێشت) لێدەگرن، تێکەڵاوی ئەم ڕەنگە بێت، ڕەنگەکە دەگۆڕێتە سەر ڕەنگی شین و ئەگەر ڕوونیاسی تێبکەن، دەبێتە ڕەنگی سوور.
ئەوەی کە شایانە باسی بکەم ئەمەیە کە ئەم مافور و مەوجانە کە بەم شێوەیە ڕەنگ دەکرێت، جگە لەوەی کە ڕەنگەکەیان قەت ناگۆڕدرێت، پووتاریش (پووتار: پتورکیان. پوتار نابێت: ناپتورکێت) نابێت، چونکە لە گمێزی مانگا ئاموونیاک زۆرە و هەر مەل و مووریێک ناتوانێت لە ناوی ئەم مەوج و مافورەدا بژێت و دەبێتە هۆی تێکچوونی ئەسپێ و موور کە لە ژیانی کۆچەری، بەرفراوانە. ئاوا کە کۆنینەناسان دەڵێن، کۆنترین مافوری جێهان مافوری «هەرسین»ە کە زیاتر لە ٢٠٠٠ ساڵ پێشنەی هەیە و هێشتا بە ساقی ماوەتەوە. ڕەنگە هەموو ئەوانە پەیوەندی پتەوی لەگەڵ بابەتە مێژووئیەکانی سەردەمی زەردەشتەوە بێت. چونکە (ڤیلیام جۆنز) سەبارەت بە بەندی یەکەم هەتا چل و شەشمی کتیبی «وەندیداد» دەڵێت: ((زەردەشت لە ئەهوورا مەزدا دەپرسێت: ئەگەر مرۆڤێک دەستی بخواتە جنازەی مرۆڤێ مردوو و ناپاک بێت، چۆن دەتوانێت خۆی خاوێن بکات؟ وەڵام دەدرێتەوە کە، ئەم مرۆڤە دەبێت لە شوێنیکی تایبەت و دوور لە مەزداپەرەستان بمینێت و ناتوانێت بە ئاگر و ئاو و خاک و گا و دار و پیاوی خواپەرەست نزیک ببێتەوە هەتا نۆ شەو لە سەری تێپەڕ ببێت. دوای نۆ شەو، دەبێت لەشی خۆی بەگمێزی مانگا بشوورێت)). یان لە بەندی هەوتمی ئەم کتێبە سەبارەت بە ژنێک کە زارۆکی مردووی هێناوەتە سەر دونیا دەنووسێت:((مەزدا پەرەستان دەبێت هەسارێک لە نێو خانووەکە ساز بدەن و ژنەکە لەگەڵ هەندێک خواردەمەنی لەوێ دابنێن. یەکەم خۆراکی ئەم ژنە گمێزی مانگا تێکەڵ بە خۆڵەمێشە، ئەم ژنە دوای سێ شەو دەبێت لەشی خۆی لە گمێزی مانگا بگرێت و دوایی خۆی بە ئاو بشوورێت)).

مـوش müş: مشک له هەموو شوێنێک دا دەژێت و دوو جۆرە مشک هەیە، مشکی ئاوی و دەیمی. ئەوەی لە مـاڵ دەژێت هەر بە گشتی مـوش یان مشکی پێدەڵێن و ئەوەی کە لە کشتوکاڵدا دەژێت مـوش کووری پێدەڵـێن کـە لـە ژێری زەویدا لانە دروست دەکات و ئـەوەی کـە لـە گـەنیـاوەکانـدا[1] دەژێـت «گـرزە»ی پێـدەڵـێن و ئـەوەی کـە لـە تەپۆڵکەکان و چیاکاندا دەژێت «رسک»ی پێدەڵێن کە زیاتر لە قەڵا کۆنەکان و قەبرستانەکان دەژێت.
باوەڕێک سەبارەت بە مشک هەیە و دەڵێت: ئەگەر کەسێک مارانگاز بێت، مشک لە سەر لەشیدا بـاز بداتـەوە، ئـەو کەسە بە بێ دوو و سێ دەمرێت. پەندیکی پێشنان هەیە دەڵێت: مـوش وەتە مار: لە تۆ گاز، لە من باز.
هەروەها بیستوومە کە خۆڵەمێشی مشک بۆ دەرمانی کەچەڵی باشە. باوەڕێکی تر سەبارەت بە مشک هەیە، کـە وا ئەگێڕنەوە «رسک» لە سەر خەزینە کولانە دروست دەکات و تێیدا دەژێت.
ئەم باوەڕە تاڕادەیەک ڕاستە و چەنـد جـار بیـستوومە کـە لـە دەرگـای کولانـەی رسـک، ئـاڵتون و مـۆرەی کۆنینـە بەدیکراوە. ڕاستییەکەی وایە کە رسک لە شوێنگەلیدا دەژێت کە لە پێشوو ژینگەی مرۆڤ بووە و ئیستە خـاپوور و کاول بووە. دوور نییە لە کاتی کولانە دروستکردن لە سەر خەزینەدا بڕوات و لێی بخاتـە دەرێ. رسـک لـە هـەمـوو مشکەکان قەڵەوترە و پەندیکی پێشنان هەیە دەڵێت: منێدە رسکْ بـانْ خـەزینـە. کـە مـەبـەسـت مرۆڤـی قـەلـەو و زلهۆرتە.
جۆرە مشکی تر هەیە کە مـوش خورمای پێدەڵێن. مـوش خورما لە ڕاستیدا مشک نییە بەڵکـو «قـاقم»ــە. مــوش خورما تەنیا مشکێکە کە خۆراکی گۆشتە و باڵندەکانی وەک چۆلەکە، جوجەڵە و مریشک دەخوات.
باوەڕێکی تر سەبارەت بە مشک، باسی «خاکڵەمـوشان»ـە. خاکڵەمـوشان بریتییە لە ئەو خاکە کە مشکی کوێر لە کشتوکاڵ وەکو تەپۆڵکەیکی بچووک دروستی دەکات و ئەوەش بۆ دەرمانی نەخۆشی «کەوڵە[2]»یە. خەڵک بە گشتی دەڵێن: ئەگەر کەوڵە لە ئەنگۆستی دەست یان پێ بکەوێت، خاکڵە مـوشانی تازەی لێ بگرێت، باش دەبێتەوە[3].
بابەتیکی تر سەبارەت بە خاکڵەمـوشان، جۆرە خاکڵە مـوشانێکە کە لە پـای چیاکـان دەسـت دەکـەوێت و ڕەنگـی خاکەکە سپیە و بۆ دەرمانی «وای سـوێەر» زۆر باشە[4].

له بەشێکی تر لەم کتیبە سەبارەت بە پاقژکەرەکـان «مۆتـەهـەرات» دەڵـێـت: ((لـەش بـە چـوار شـت پـاک دەبێتـەوە، یـەکـەم: شۆشتنی لـەش بـە گمێزی مانگا و پەز. دوهەم: شۆشتن بە ئاو و گمێـزی مانگـا. سێهەم: خـوەنـدنی کـەلامـی ئـیزەد. چـوارم: لێـدان بـە شـەلاخ)). بڕوانـە: تـەفـسیری ئەوستا نووسراوەی «جیم د. مستتر» وەرگێڕانی «د. مووسا جەوان»، چاپی دووهەم، دنیای کتاب. ل ٧٦- ٧٧.
سەبارەت بە مانگا و گمێزی مانگا لە ئەڤیستادا باس زۆرە و هەر ئەوەندە بێژم کـە بـە پـێ کتێبـی وەندیـداد هـەشـتا لـە سـەدی بوونـەوەرەکـان لـە ڕەگەزی مانگایە.
1- گەنیاو: ئاوەڕۆ، پاشەڕۆ.
2- کەوڵە: نەخۆشییەکی میکرۆبییە کە کەلەمە دەخاتە چاوی میشنە و ئەنگۆستی ئینسان.
3- ئەم بابەتەم لە زاری باوکمەوە، بیستووە. ڕەنگە لە خاکی زەوی مادەیەک هەبێ کە دژێ نەخۆشی کەوڵە بێت. بۆ زانیـاری زیـاتر بنـواڕە بـەشـی نەخوشیەکان «نەخۆشی کەوڵە».
4- ئەم بابەتەم لە زاری باوکمەوە، بیستووە.

«وای سۆیەر» کە لە فارسیدا «بادسرخ»ی پێدەڵێن، نەخۆشییەکە لە سەر گوونا[1] و دەم و چاو کاریگەریی هەیە و لە ئەسەری گەرمای خۆرە کە «سەوین»ی پێدەڵێن و ئەوەش توودەی هەوای گەرم و وشکە کە کشتوکاڵیش وشک دەکات و خوێنی سەرگوونا فاسد دەبێت و دوایی بە سەنگی چەخماخ سەرگوونا ئەڕێنن و زالۆی لێدەخەن تا زالو خوێنی فاسد و گەنیاو بخوات و دوایی بە خاکی خاکڵە مۆشانی سپی کە ئەڵەک کراوە، سەر گوونا و زامی گوونا دەپۆشێنن[2].

مەلۆچگ melüçig: مەلۆچگ یان چۆلەکە، باڵندەیەکە لە هەموو مەڵبەند و گوندەکانی کوردستاندا دەژی و هەرچەندە کە گۆشتی کەمە، بەڵام کەبابی چۆڵەکە زۆر بە تامە. خەڵک بە گشتی دەڵێن: گۆشتی سینەی چۆلەکە بۆ منداڵێک کە تازە ددانی دەرهێناوە، باشە و دەبێتە هۆی بەردەوامی و مانەوەی ددانی منداڵ، هەروەها پیەی چۆڵەکە بۆ ئێشی گوێ باشە و پیەکەی دەتاونن و لە گوێی دەکەن و ژانی گوێ ساکت[3] دەبێتەوە. ئەڵبەتە چۆلەکە ئەوەندە پیەی نییە، بەڵام جۆرە چۆلەکەیەک هەیە کە «مەلۆچک زەردە»ی پێدەڵێن و لە چۆلەکە گەورەترە و گۆشتی لە ڕەنگی زەرد دەچێت و پیەی زۆرە. جۆرە چۆلەکەیەکی تر هەیە کە «جقە» پێ دەڵێن و لە گەڵ جقەی حەرام گۆشت کە بچووکە و ڕەنگی ڕەش و سپیە، جیاوزە و وەک «بوورەپەڵ» و «کولکولاوە»ە. بۆ نەچیرکردنی شێوەیەکی تایبەتی بەکاردێنن و ئەوەش جۆرە دامێکە[4] کە «تلانجق[5]»ی پێدەڵێن. ئەم تلانجقە لەسەر شاخی دارەکانی چڕ و پڕ هەشار دەکەن و هەر کاتێک جقە لە سەر تلانجق دابنیشێت و وردە وردە بەرەو سیت[6] بچێت و جقە لە نێوانی دوو لەتی تلانجق گرفتار دەبێت. لەکاتی نەچیرکردن، نەچیروان لە بەر خۆیە و ئاوازێک دەخوێنێ و ئومێدواری بە خۆی دەدات کە ئاوازەکەیە وایە:

تلانجق بچەق، جقە سووارە سیت بەرتەڵەک لە دۆر دیارە

هەلار و مەلار، جقە بخە خووار هشکن و مشکن، قولەیلێ بشکن[7]

ئەم ئاواز خوێندن و ئومێدواری بە خۆدانە لە کات قارچک پەیداکردنیش هەیە. خەڵک دەڵین قارچگە لفی هەیە و بە تەنیایی شین نابێت، بۆیە کاتێک قارچگێک پەیدا دەکەن، سەیری دەوروبەری دەکەن و لە بەر خۆیانەوە دەخوێنن: کانە کانە، لفێ بخە ئی بانە.

1- گوونا: گۆنا، ڕوومەت.

2- بۆ زانیاری زیاتر بنوارە بەشی نەخۆشیەکان «وای سۆیەر».

3- ساکت: بێدەنگ.

4- دام، داو، داموسکە، جۆرێکە لەڕاوی پەلەوەر بە داو.

5- تلانجق بریتییە لە باقە یان نەی کە بە درێژایی دوو یان سێ بنگۆست لەتی دەکەن و بە قەد یەک بنگۆست دەمی دوو لەتەکە لە یەک باز دەکەن و لەتە چێوێک کە «سیت»ی پێدەڵێن لە نێوانی دەنێن کە ئەگەر «سیت» بکەوی دوو سەری باقەکە بە قەوەت دەبەسترێت.

6- سیت وەکو «زامنی کەوان» لەق دەبێت و دەردەچێت.

7- ئەم بابەتەم لەزاری «حاج عیسا ئسفەندیاری»ەوە بیستووە کە خەڵکی گوندی باقراوی دێزگرانە و ئێستا دانیشتووی شابادە و تەمەنی لە نەوەد تێپەڕ بووە.

یان دەڵێن: لفێ لفێ، هەڵكفێ.
هەروەها مێشكی چۆلەكە بۆ دەرمانی ناتەوانی پیاو زۆر بەناوبانگە و خەڵك بە گشتی لە سەر ئەم باوەڕەن كە هەر كەس مێشكی چۆلەكە بخوات، تەوانی جنسیی دەچێتە سەرەوە.

مێەس هەسەڵ mêes heseľ: مێەس هەسەڵ یان مێشەنگوین، لە لای خەڵكان وەك گیانلەبەریكی موقەدەسە[1] و خەڵك بە گشتی دەڵێن: ژەهری مێشەنگوێن بۆ دەرمانی ڕۆماتیسم باشە[2]. خودی هەسەڵ یان هەنگوین خۆراكیكی بە قەوەتە و خاسیەتی دەرمانیی هەیە، هەروەها مۆمی هەنگوین لە فەرهەنگی كوردەواری زۆر بە كاردێت، بۆ نموونە بۆ دروستكردنی كەوان، ڕێخوڵەی پەس لە مۆمدا دەئاخێنێن تاكوو ژێدار[3] ببێتەوە، هەروەها مۆمی هەنگوین وەك «بوو بڕ»[4] بەكاردێنن و لە زۆڵفی كۆرپەی ساوا ئاوێزان دەكەن تا ئەو نەخوشیگەلە كە لە ڕێگەی بۆنی خەرابەوە كاریگەریی لەسەر كۆرپەكان هەیە، پووچەڵ بێت.
دەرمانێكی تر لە مۆمی هەنگوین بۆ ئێشی ددانە. ددانێك كە كولوور بووە و ئێشی هەیە، مۆمی هەنگوینی تێدەكەن و ئێشەكە ساكت دەبێت، هەروەها ئەگەر ددانێك بكەوی یان لەق بێت، سەرلەنوو ددانەكە لە شوێنی خۆی دادەنێن و بەقەد كەوچكێك هەنگوین و مۆم لە پێی ددانەكان دەگرن و وەك ڕۆژی یەكەم سفت دەبێتەوە.
هەروەها لە دونیای سەردەم، لە ژەهری مێشەنگوین بۆ بەرگیری لە نەخۆشی «ms» كەڵك وەردەگرن، هەروەها مۆمی هەسەڵ لەگەڵ ڕۆنی ددان ئامێتە دەكەن و وەك گلیسرین بۆ دەرمانی تەرەكی دەست و پێ بەكاریدێنن[5].

وراز wiraz: وراز یان بەراز گیانلەبەریكە كە زیاتر لە كوێستان و مەرغەزاران دەژێت. خواردنی گۆشتی بەراز لای هەمووان باو نییە و زیاتر لای گەلی یارستان باوە. گەلی یارستان بە گشتی دەڵێن: كە گۆشتی بەراز «حەكیمە». سەبارەت بە بەراز چەند باوەڕ هەیە كە دەڵێن:
پێستی بەراز بۆ دەرمانی نەخۆشی «ژان و ژوو» یان ڕۆماتیسمی ئیسقان، باشە. ئەوانەی كە تووشی ئەم نەخۆشیە دەبن، دەبێت ڕووت ببنەوە و لە تۆتۆی پێستی بەراز كە تازە نەچیر بووە، بچن[6]. یان خەڵك بە گشتی دەڵێن: كە خواردنی گەدەی بەراز یان «قووزی»یەكەی[7] بۆ دەرمانی نەخۆشی شێرپەنجە زۆر باشە.

1- موقەدەس: پیرۆز.
2- ڕەنگە لە ژەهری مێشەنگوین جۆرە تێزاوێك بێت كە بۆ ڕۆمانتیسم باش بێت.
3- ژێدار: انعطاف. ژێدار ببێتەوە: نەرم ببێتەوەو خەم و چەمی زۆرتر بێت.
4- بوو: بۆن. بوو بڕ: بۆن بڕ.
5- ئەم بابەتەم لە زاری كاك عەبدوڵڵا عیفەتییەوە، بیستووە.
6- باشە كە بزانین گەرمای لەشی بەراز زیاتر لە هەفتا دەرەجەی سانتیگرادە.
7- قووزی: پێزە، پێز.

هەروەها زیەڵەی بەراز بۆ دەرمانی مارانگاز زۆر باشە و خەڵکان دەڵێن ئەگەر مارانگاز هەندێک لە زیەڵەی بەراز بخوات، باش دەبێتەوە. بابەتێک تر سەبارەت بە فرمێسکی بەرازە کە خەڵک دەڵێن ئەو کاتە کە بەرازێک نەچیر دەکرێت، فرمێسکی چاوی زۆر بۆنخۆشە و وەک «مۆشک»ە و هەتا چەند ڕۆژ بۆنی هەیە[1].

هەندێك زانیاریی و بیروباوەڕی جیاواز

ئاش aş: ئاش بریتییە لە خواردەمەنییەك کە خەڵکان دروستی دەکەن، بەڵام لای خەڵکی باشووری ڕۆژهەڵات دروستکردنی ئاش تایبەت بە مەراسیمی نەزر و نیازە. بۆ نموونە پاڕووکانە و چلەبڕانە و دیان ڕووکانە و دانەکوڵانە و... هتد، کە هەموویان تایبەت بە مەراسیمێکەوە کە لە پێشتردا باسمان کرد.
ئەم ئاشە لە کاتی خۆی کە لە سەرەتای مانگی گەلاوێژ و کوتایی مانگی خەرمانانە، واتە ئەو کاتەی کە ڕان و مێگەل جووتخوازە، دروست دەکرێت. لەم کاتەدا شووانان و مەڕداران ئاشێک دروست دەکەن کە "دانەکوڵانەی سەر پەچیە"ی پێدەڵێن کە بریتییە لە گەنم و نیسک و نۆک و... لە کاتی ئێوارە لە پاڵی ئاخوڕی ڕان لە بار دەنێن و بە باشی دەیکوڵێنن و باوەڕیان وایە کە کاتێک کە دانەکوڵانە قوڵ دەدات، ڕان و مێگەڵ دەکەوێتە «قوڵ وەرەن qulî weren» و مێینە جووتخواز دەبێت و دواییش چەند مشت لەم ئاشە ئەپاشنە سەر رانەکە و ئەو دوایی لە نێو خزم و دراوسێ بڵاودەکەنەوە[2].

1– ئەم چەند بابەتەم لە زاری کاک ئەیووب شەریفییەوە، بیستووە. باشە بزانین کە گۆشتی بەراز بۆیە مەکرووهە، چونکە لە لەشی بەرازدا جۆرە کرمێک هەیە کە «تریشین»ی پێدەڵێن و ئەگەر بە باشی نەکوڵێنن ئەو کرمە لە گەدە و ڕێخۆڵە جێگیر دەبێت و هەتا دوانزە مەتر درێژ دەبێت.
2– ئەم بابەتەم لە زاری کاک عەبدوڵڵا عیفەتییەوە، بیستووە و باوکمیش وەتی: ڕاستە.

ئاڵ aʕl: ئاڵ یان «هاڵ» لە نێو فەرهەنگی کوردەواری باوەڕێکی زۆر بە قەوەتە. خەڵکان بە گشتی دەڵێن: ئاڵ بوونەوەرێکی نادیارییە کە دوژمنی ژنی زاورانە و لە کاتی زایمان[1] دێتە سەر زاوران و دڵ و جگەری ژنەکە دەخوات و دەبێتە هۆی تێکچوونەوەی ژنەکە. خەڵک بە گشتی لە سەر ئەم باوەڕەن کە ژنی پابەمانگ دوودڵ و جگەری هەیە و لە هەر زایمانێک ئەوەی کە پیس بووە لەگەڵ منداڵەکە دێتە دەر.

لە ڕاستیدا " ئاڵ" بوونەوەریکی خەیاڵییە و بوونی نییە. ئەوەی کە شایانی باسە ئەمەیە کە دەڵێن «ئاڵ» کچی پەیغەمبەرێک بووە کە تووشی غەزەبی باوکی بووە و لە ماڵەوە دەریان کردووە و هەر ئێستاش بە کچی ماوەتەوە و سوێندی خواردووە کە تۆڵەی خۆی لە ژنی پابەمانگ و زارۆکەکەی بکاتەوە. بۆیە لە ئاسمانەوە خول دەخوات و لە هەر کوێ کە ژنێک پابەمانگ بێت و کاتی زایمانییە، دێتە دەرگای ماڵەکەی و ڕادەوەستێ و کاتێک کە منداڵەکە هاتە سەر دونیا، بە جارێک دڵ و جگەری ژنەکە دەیباتە ئاسمان و دەیخوات.

بۆیە ئەوانەی کە چاودێری زاورانەکە دەکەن، خنجۆکێک لە ژێری جلوبەرگی خۆیان هەشاردەکەن و دوای پەیدابوونی منداڵەکە، زوو بە زوو دڵ و جگەری پیسبووی ژنەکە لە ژێری خاک هەشاردەکەن و لە سەر ئەم باوەڕەن کە ئاڵ نەیتوانیوە دڵ و جگەری زاورانەکە بباتە ئاسمان[2].

لە نێو لوڕەکاندا باوەڕێک هەیە دەڵێت: بۆ ئەوەی کە ئاڵ سەر لێ شێواوە بێت و نەتوانێ دڵ و جگەری زاورانەکە بببات، بزنێک بە ڕەنگی سوور و زەرد کە «ملەوی miʕewî»ی پێدەڵێن سەرببڕن و دڵ و جگەرەکەی لە سەرستوونی ڕەشماڵێک و لاشەکەی لە بەرزاییک دابنێن، تا "ئاڵ" نەزانێ کام لەوانە دڵ و جگەری زاورانە.

باوەڕێکی دیکە دەڵێت: بۆ ئەوەی کە ئاڵ بە زاوران و زارۆک نزیک نەبێت، یەک بست چووی داری تاوی و یەک کەوچکە خوێ و دانەیەک پێوازی سوور لە کیسەیەک بکەن و لە بەر دەرگای ڕەشماڵ بۆ ماوەی چل ڕۆژ ئاوێزان بکەن، تا ئاڵ پەلاماری زاوران و زارۆک نەوات.

باوەڕیکی تر دەڵێت: بۆ ئەوەی ئاڵ لە زاوران دوور ببێتەوە، ڕەسەنێک کە ڕەنگی ڕەش و سپی تێدا بێت و چاکڵی لە سەر بێت یان «کەشی» کە جۆرە ڕەسەنێکی پانە لە چواردەوری زاوراندا ببەستن و سووژنێک لە سەر سەروێنەکەی زاوران بدەن، باوەڕیان وایە کە ئاڵ لەوە دەترسێت.

هەروەها لە کاتی زایمان کەسەک کە بەشی ئاڵی هەیە، دێت و لەچکەکەی خۆی دەبەستێتە سەری زاوران و باوەڕیان وایە کە دی ئاڵ دوور دەبێتەوە[3].

ئاو aw:

1– کاتی زایمان: کاتی زایین "منداڵ بوون".

2– ڕاستیەکەی وایە ئەوەی کە دەڵێن: دڵ و جگەری پیس بووە، «جۆت» یان «کیسەی ئامینۆن»ە کە پێزە لە تۆی ئەم کیسەیە پەروەردە دەبێت و هیچ پەیوەندییەکی بە دڵ و جگەری زاورانەوە نییە و هیچ گیانلەبەرێک دوودڵ و جگەری نییە.

3– ئەم بابەتەم لە کاک عەبدوڵڵا عیفەتییەوە، بیستووە.

له فەرهەنگی ڕۆژهەڵاتی ناوێندا، "ئاو" نیشانەی پاکیی و خاوێنی و زوڵاڵی و ڕەوانییە، له بواری ئائینیشەوە، له قورئانی پیرۆزدا نیشانەی زیندوویی و حەیاتە و گەلی کورد باوەڕی بە هەموویانە و تەنانەت له پێشوودا خوایەکیان بۆ دروست کردووە کە «ئاناهید» یان «ئاناهیتا»[1] یان پێ وتووە.

له باشووری ڕۆژهەڵات هەندێک بیروباوەڕ سەبارەت بە «ئاو» هەیە کە لێرەدا ئاماژەیان پێدەکەین.

له کاتی تینویی و بەر له خواردنەوەی ئاو، دوعایەک یان وتارێک دەڵێن، تەنانەت له نێو شیعەکاندا نفرین و دوعا پێکەوە دێت. پێڕەوانی شیعە له کاتی ئاو خواردنەوەدا دەڵێن: سلام بر حسین، لعنت بر یزید. کە ئاماژە بە ڕووداوی کەربەلا و شەهیدبوونی ئیمام حوسەین «د. خ» دەکات. یارستان و زۆربەی گۆرانەکان[2] دەڵێن: ڕەحمەت له ئاو خوەر. لەکەکان دەڵێن: خودا زیا کە.

بەڵام یەک بابەت له نێو کوردەواری بە گشتی دیاردەیە، ئەمەش ئەوەیە کە له کاتی ئاوڕژاندندا بە تایبەت ئەگەر ئاوەکە کوڵ "گەرم" بێت، بە دەنگی بەرز دەڵێن: بسم الله.

کورد له سەر ئەم باوەڕەیە کە له هەر کوێ، ماڵ و منداڵ هەبێت و ژیانی ئاسایی بەڕێوە بچێت، فریشتەکان و جن و پەری لەم دەڤەرەدا هاتوچۆ دەکەن و لەبەرئەوەی کە ئێمە ئەوان نابینین، ڕەنگە ئاوی کوڵ ئەوان بسووتێنێت و ئەوانیش تۆڵەی سوتانی خۆیان یان بنەماڵەکەیان له ئێمە دەکەنەوە، بۆیە بانگ دەکەن "بسم الله"، تاکو ئەوان وریای خۆیان بن و نەسووتێن.

ئەم باوەڕە ڕیشەیەکی مێژوویی دوور و درێژی هەیە و ئەمەش وایە کە هەر مرۆڤێک دێتە دونیا، فریشتە و جنۆکەیەک دەبنە چاودێریکەری ئەم مرۆڤە، فریشتە بۆ کاری باش هانی دەدات و جنۆکەش بەرەو خەراپە ڕێنوێنی دەکات[3].

هەروەها دەڵێن: ئەگەر ئاو بە توندی برژێننە سەر زەوی و دەنگی تووقەی بێتە گوێ، میوان له ڕێگەی دوور دێتەوە. یان ئەگەر شەپۆڵێک ئاو بەرەو هەوا فرێ بدەن و ئاوەکە وەکو دانەی ئەڵماس بڵاوببێتەوە و بتوانن ئەوانە بە دەست بگرنەوە، هەر بە ڕاستی دەبێتە دانەی ئەڵماس[4].

گەورە پیاوان و ئەوانەی کە له ژیاندا خاوەن ئەزموونن، دەڵێن: له کاتی شەکەتی و ماندویی، ئاو خواردنەوە قەدەغەیە؟ چونکە لەش کرم بە خۆ دەگرێت و وردە وردە دەتکوژێت[5]. هەر ئەم حیکایەتە بۆ ئەسپ و قاتر زۆرتر له بەر چاوە و بەم نەخۆشیە «سەگوا segwa» دەڵێن و بۆ ئینسان «لەڕەوا lerêwa»ی پێدەڵێن.

---

1 - ئەم خودایە له بنەڕەتەوە هی قەومی «ئاشوور» بووە و دوایی هاتووەتە نێو کوردەواری. له فەرهەنگی کورددا دەیان پەندی پێشینان سەبارەت بە «ئاو» وتراوە کە له بەرگی یەکەمی «زەڕینە و سیمینە» ئاماژەیان پێکراوە.

2– مەبەست له هۆزی "گۆران"ی یارستانە کە له ناوچەکانی دەوروپشتی کرماشاندا نیشتەجێن نەك دیالێکتی "گۆران".

3– بەڵام من له سەر ئەو باوەڕە نیم. هەست دەکەم له سەردەمی پێشوودا، له بەر نەبوونی کارەبا و ڕۆشنایی، پێویست بووە کە لە ڕژاندنی ئاوی کوڵ، نەوەکو گیانلەبەرێک یان منداڵێک لەو دەڤەرە بووبێت، پێویست بووە وریا بن و خۆیان له سووتاندن لا بدەن.

4– ئەم بابەتەم له زاری کاک قودرەت دارابییەوە، بیستووە.

5– ئەم باوەڕە له سەر ڕێبازی زانستییە و خورافە نییە کە دوپاتی دەکەینەوە. من له هەندێک پزیشک پرسیارم کردووە و بە گشتی لە سەر ئەو ڕایەن کە له کاتی ماندویی و شەکەتیدا، فەعالیەتی دڵ زۆرترە و خوێن له دەمارەکاندا بە توندی دێت و دەڕوات و لەبەر عەرەق کردنەوە خوێن

ئاگرمەلۆچ Agirmelüç:

باڵندەیەکە لە چۆڵەکە گەورەترە و دەندوکی درێژترە. لە فارسیدا «سار sar»ی پێدەڵێن. ئەم مەلە دوژمنی کولەیە. لە فەرهەنگی کوردیدا ئەفسانەیەکی بۆ دروست بووە کە دەڵێن: لە وەرزی کەم بارانی و بەتایبەت لە کۆتایی مانگی گوڵاندا، کولە زۆرترە و بە گەلەوە[1] هێرش ئەبەنە سەر کشتوکاڵ و دار و دەوەن و گژ و گیا ڕووت دەکەنەوە، بۆیە خەڵک یەک کەس کە زاتدار و پڕ تاقەت و هەروەها دەس و دەم پاک بێت و چاوی ناپاك نەبێت و درۆ نەکات، هەڵدەبژێرن و پێی دەڵێن کە:

دەبێت هۆشیار بیت و کەس نەزانێت بۆ کوێ و بۆچی دەچیت، دەبێت بەشێوەیەکی بێوچان بڕۆیت و سەرجەم لە ماوەی سێ ڕۆژ و تاقێک، بچیت و بە سێ ڕۆژ و تاقێکیش بێیتەوە[2]، کە دەبێتە هەفت ڕۆژ. کاتی هاوردنی ئاوی ئاگرمەلۆچ، نابێت ئەم گۆزەیە کە ئاوی تیایە لەسەر زەوی دابنێت، هەروەها نابێت سەیری دوای خۆی بکات. کە گەیشتە گوندی خۆی لە چیایەک ڕووتی دەکەنەوە و بە توولی هەنار یان هەنجیر لێیدەدەن و ئەویش مشتی لە ئاوی گۆزەکە پڕ دەکات و بەرەو ئاسمان فڕێی دەدات و هاوار دەکات: ئاگرمەلۆچ هاوار... تا ئاگرمەلۆچ بە گەلەو بێت و کولەکان بخوات. شایانی ئاماژەیە کە باڵندەی "ئاگرمەلۆچ" لە قەراخی چۆم و ڕووبارەکاندا دەژێت و لە پارێزگای کرماشان مەڵبەندی «سرا و سەحنە»[3] زۆرە.

هەروەها ئەم ڕووداوەم لە زاری باوکم کە تەمەنی نەوەد ساڵە وەرگرتووە کە باسی ئەم ڕووداوە لە گوندی «قەڵای هەرەسەم» دەکات. ئاوا کە ئەو بۆم دەریخست ئەو کاتە منداڵ بووە و کولە بە فراوانی هێرشی کردووەتە سەر کشتوکاڵی ئەم ناوچەیە و بۆ هێنانی ئاو ئاگرمەلۆچ، پیاوێک بە ناوی «بوزرگ» هەڵبژێردراوە. لەو کاتەدا کە بوزرگ لە ڕێ بووە، تەنانەت کولە چێخ و دەوارەکان و ڕەشماڵەکانیشیان خواردووە. لە گەڕانەوەی بوزرگ بۆ قەڵای هەرەسەم، ئەو (بوزرگ) یان بردووەتە سەر قەڵاکە و ڕووتیان کردەوەتەوەو و بە توولی لێیانداوە، بەجۆرێك کە خوێن لە سەر و پشتی بەڕێ کەوتووە و ئەویش لە ئاوی گۆزەکە مشتی پڕ کردووە و بەرەو ئاسمان فڕێی داوە و

خەستر دەبێت، بۆیە ئەو دەمارانە کە «لەنف»ی پێدەڵێن و مادەیەکی تیایە بە «لەنفوسیت» ناودارە و لە گەدە و ڕێخۆڵەدا کۆدەبنەوە، هاوبەشی دەمارەکانی خوێنبەر دەکەن و لە ئاوی گەدە و ڕێخۆڵە دەگرن و بۆ دەماری خوێنبەری دەبەن. بۆیە گەدە لە ئاو و مادەیەک بە ناوی «گاسترین» کە کاری هەزمی خواردەمەنی و میکروب کوژی گەدەی لە ئەستۆیە، کەم دەبێتەوە و جانەوەر و کرم لە گەدە زۆر دەبێتەوە. هاوکات بە فەرمانی مێشک ئەندامی «لوزا لمعده» مادەیەك دەڕژێنێتە نێوگەدە و کرم و جانەوەرەکان دەمرن، بۆیە ئەگەر ئاو بخورێتەوە، سەفرا کاڵ دەبێت و کرم و جانەوەرەکان تێک ناچێت و مرۆڤ تووشی نەخۆشی دەبێت.

1– گەل: کۆ، کۆمەڵ. بە گەلەو: بە کۆمەڵ.

2– بگەڕێیتەوە.

3– سراو سەحنە: سەراوێکە لە شاری سەحەنەی کرماشان.

هاواری کردووە: ئاگرمەلۆچ هاوار. دوای چەند دەقەیەك ئاسمانی ئەم مەڵبەندە لە بەر ئاگرمەلۆچ تاریک بوو و کولەکانیان تێکداوە. زۆربەی خەڵکی قەڵای هەرەسەم ئەم ڕووداوەیان لە بیرە[1].
شتێك کە جێی ئاماژەپێکردنە، ئەوەیە کە دەبێت لە هەفت ڕۆژ کوتایی بێت و ژمارەی "هەفت"یش لە لای کوردان ژمارەیەکی موقەدەسە، هەروەها بە پێی زانیارییەکان تۆخمی کولە دوای هەفت ڕۆژ دەگەییت و کولەی بچووکی لێدەردەکەوێت، بۆیە کولە لە هەر مەڵبەندێک بدات، زۆرتر و زۆرتر دەبێتەوە، هەروەها دەشێت بە توولی هەنار یان هەنجیر لێی بدەن کە ئەمیش سەرنج ڕاکیشە. ئەم دوو میوەیە لە فەرهەنگی کوردەواریدا پیرۆزن، بە تایبەت لە نێو یارستان[2].

ئانگوو خوەرد angû xwerd:

لە باشووری ڕۆژهەڵاتدا باوەڕێک هەیە کە پێی دەڵێن «ئانگوو خوەرد» یان «ئانگوو خوەردە». ئانگوو یان ئاڤێ یان شەونم کە هەر شەونمە[3].

1– کوڕەکانی بوزرگ «مامەوەیس» و «هەمەوەیس» بوونە کە فەوتانە و کاک خێرلا و سەڵمان و فەرمان جەلیلیان کە دەبنە نەوەی بوزرگ، وەتیان: ئەم ڕەوایەتە ڕاستە.

2– پێموایە کە ئاوی ئاگرمەلۆچ هیچ حکمەتێکی نییە و ئەم هەموو دابونەریت و دەستوورە، هیچ پەیوەندییەکی بە چۆنێتی کارەکەوە نییە و هۆکاری زانستیی هەیە کە بە کورتی ئاماژەی پێدەکەین: ئاگرمەلۆچ ئەوەي ڕاستی بێت خولیاوی دەنگی ئاوە و بۆیە لە هەر شوێنێک ئاوی بە خوڕ بێت، لەوێدا دەژێت و من لە سەر ئەم باوەڕەم کە ئەم مەلە بە درێژائی مێژوو فێری ئەم کارە بووە. من بۆ خۆم تێوریەک پێشکەش دەکەم و ئەمەش وایە: هەروا کە دەزانین لە هەر کوێ ئینسانی وەرزێر و دامپەروەر بژێت، مەل و موور و جانەوەریش زۆر دەبێت و کاتێکیش کە مرۆڤ بۆ ئاو هێنان لە ماڵ دەرچووە و چووەتە سەر کانی و ئاوی لە گۆزە یا کونە کردووە و بەرەو ماڵ هاتووە، ئاوی سەر شانی ئەم کەسە شڵقە شڵقی کردووە و دەنگێکی موسیقایی هەبووە کە ئەم دەنگە ئاگرمەلۆچ خولیاوی خۆی کردووە و لە پێ ئەم موزیکە هاتووەتە نێو گوندەکەیی و دیوە کە لەم دەڤەرە پەخشە و مەل و موور زۆرە و لەوێ خۆراکی زۆری دەستکەوتووە و دواییش گەڕاوەتە نێو هێلانەی خۆی کە لە ئاوایی دوور بووە و وردە وردە گەیشتووتە ئەم قۆناغە کە بە ئێمە گەیشتووە. نموونەیەکی دیکە، باڵندەیەکە کە لە شاخی ئافریقا دەژیت و بە « هەسەڵخۆر» بەناوبانگە و تەنانەت کورتە فیلمێک لە سەری دروست بووە. ئەم مەلە هەنگوینی پێخۆشە، چونکە خۆی توانای بەگژداچوونەوەی مێشەنگوێنی نییە، لەبەرئەوە لە هەر کوێ ئینسانێک ببینێت بە زیتە زیت و باڵەوازی بۆ خۆی ڕایدەکیشێت و بەوردی دەیباتە سەر کەندوی هەسەڵ و خۆی لە دوورەوە ڕادەوەستێت و دوای ئەوەی کە مرۆڤەکە کارەکەی تەواو بوو و مێشەنگوێنەکانی هەڵترازان، دەچێتە سەر کەندووەکان و بەشی خۆی لێوەردەگرێت. هەم ئینسان بۆ ئەم باڵندەیە ناسراوە و هەم ئەم مەلە بۆ ئینسان. نازانم لە ئافریقا دابونەریتیان سەبارەت بەم مەلە چۆنە، بەڵام ئەوەی کە دیاردەیە ئەمەیە کە مرۆڤی ڕۆژهەڵاتی ناوێن بە گشتی، هەموو شتێک لە دەلاقەی ئایینی خۆیەوە سەیر دەکات، بۆیە دەستوور و قانوونی بۆ هەموو شتێکی سروشتی داناوە کە جێی سەرسوڕمانە.

3– بەڵام لێرەدا پەراوێزێک دەکەینەوە و ئەم وشەگەلە دووپات دەکەینەوە تاکو لە چۆنیەتی باوەڕەکە تێبگەین:
هەروا دەزانین کە وشەی کوردی بەتایبەت وشەی باشووری ڕۆژهەڵات، بۆخۆی نوێنەرایەتی چەند بابەتێك دەکات، لەوانە: چۆنیەتی، چەندایەتی، نێر و مێ، زەمان... هتد، کە باسێکی زمانەوانییە و لێرەدا شیاوی دووپات کردنەوە نییە... بەڵام بۆ تێگەیشتن لە ناخی باوەڕەکە، بە ناچاری باسی دەکەین. بە پێی ئەوەی ئەم چەند ساڵە کە خەریکی دۆزینەوەی وشە و فەرهەنگی فولکلۆر و پەندی پێشنان بووم، گەیشتوومەتە ئەم باوەڕە کە وشەی کوردی باشووری ڕۆژهەڵات، ڕەسەنایەتی و تایبەتییەکی هەیە کە بەداخەوە ئەوەندە باسی لە سەری نەکراوە و تاکو ئێستاش هەر لە پەراوێز دایە؟!

«ئانگوو خوەرد» بریتییە لەوەی کە ئاژەڵی تازە زێ[1] کە شەو لە دایک بووە بەتایبەت لە ڕەشماڵەکاندا کە کۆچەری دەکەن، دەستبەجێ لە مەزرا دایئەنێن تا ئانگوو بلکێتە پێستییەوە یان لە ئانگوو بخواتەوە. خەڵک بە گشتی لە سەر ئەم باوەڕەن کە ئەم ئاژەڵە ئەگەر مێ بێت «دوو بەری زا» دەکات، واتە لە جیاتی یەک ئاژەڵ، دوو ئاژەڵ دەزێت[2]. ئەگەر نێر بێت، تۆخمی دوانەیە، واتە لە هەر مێینەیک بگروسیە[3]، ئەم مێینەیە دوو ئاژەڵ دەزێت. ئەم باوەڕە بەتایبەت لە نێو لوڕەکانی بەختیاری کە لە «پارێزگای کۆەگیلوویە و بوێر ئەحمەد»دا دەژین، زۆر بە قەوەتە[4].

هەروەها گەلی زەنگنە لە سەر ئەم باوەڕەن کە منداڵی لە دایکبوو ئەگەر فرمێسکی خۆی بخواتەوە «لفانە» دەزێت بەتایبەت ئەگەر ئەم منداڵە کچ بێت. بەگوێرەی باشووری ڕۆژهەڵات فرمێسک، هەر ئەو «ئرمێس، ئرمس، ئەسر»ە کە خەڵک لە پێشوو باوەڕیان بەوە بووە کە فرمێسک ئەم خوێنەیە کە پاڵێوراوە و ڕەنگی گوڕاوە. وشەی «دەنگۆ» کە هاو وەزنی «ئانگوو»ە، هەر ئەو «دیان ڕووکانە»یە کە بریتییە لە ئاشێک کە بۆ منداڵ دروست کراوە کە تازە ددانی دەرهێناوە. ئەم ئاشە پێکهاتووە لە نۆک و نیسک و ڕشتە و سەوزی کە دەیکوڵێنن و تامی لێ دەدەن و وەک

ئەمەش ئەو باسەیە کە لەم بەشە لە خاکی کورد، "وشە" کاریگەری هەرە زۆرێکی هەیە کە ناخی وتارەکە بۆمان ڕوون دەکاتەوە، بۆ نموونە وشەی کەسایەتی لای ئێمە چەندین بۆچوونی هەیە:

- کەسایەتی kesayetî: ئەو کەسەیە کە بە بۆنەی "کەس" بوون و قەوم و عەشیرەتەوە بەناوبانگە.
- ماریەتدار maryetdar: ئەو کەسەیە کە بە بۆنەی فیکر و هزرێکی بەرز خاوەن کەسایەتیە. «مار» بە مانای تەندروستیە، هەروا کە «بیمار» بە مانای نەخۆشە، هەروەها «ما» بە مانای مێشک و مژگە.
-ماڵیەتدار maĺyetdar: ئەو کەسەی کە بە بۆنەی ماڵ و دارائییەوە بەناوبانگە.
- لەنگەردار lengerdar: ئەو کەسەی کە بە بۆنەی گەورەیی و تەمەنەوە خاوەن کەسایەتییە.
- واسکوو waskû: ئەم وشەیە تایبەت بۆ ژنانی خاوەن کەسایەتییە و قەت بە پیاو نالێن: واسکوودار. «واس، وەس، وس، وەش» پاشگرە بە مانای «وەک، وەکو، وەکی» و بەشی دوهەمی «کوو» بە مانای کێف و کووە "کەژ و کێو"، واتە ئەو ئافرەتە وەک کێو سەربەرز و گەورەیە.

یان وشەی «بەرەکەت»:

- پیت pît: خێر و بەرەکەت بۆ مایەعات، وەك: مەشکەگەد پیتی بچوو.
- هـوْرم hürim: خێر و بەرەکەت بۆ خەلە و خەرمان، وەك: هـوْرم لە خەرماند نەوڕیەێد.
- ڕێژەن rêjen یان «ڕژوان rîjwan»: خێر و بەرەکەت بۆ ڕان و مێگەل، وەك: ڕێژەن بڕژێدە ڕییە نەگەد.

دەبینین ناوەڕۆکی وشەکان ئاماژە بە یەک تایبەتی دەکەن، هەر چەندە کە لە ڕووی ڕەواڵەتەوە یەک مانای هەبێت. لە درێژەی ئەم باسە دەگەینە ئانگوو. زۆربەی کورد هەر دەڵێت «شەونم»، بەڵام شەونم ئەو ئاوەیە کە خۆری لێکەوتبێت. ئانگوو ئەم شەونمەیە کە خۆر لێینەداوە و وەک هەسەڵ لەرزانە و دەلکێتە دەست و پێوە، دوایی کە خۆری لێکەوت، کاڵ دەبێتەوە و شەونمی پێدەڵێن و دوایی «ئاڤێ» یان «خۆسە»ی پێدەڵێن کە لەش تەڕ دەکات. بەهەرحاڵ ئەمە تێبینییەکی زانستی بوو بۆ ئەوەی باشتر لە وتارەکە تێبگەین.

1– تازە زێ: تازە زاو.

2– دوو ئاژەڵ دەزێت: دوانەی دەبێت.

3– گرەوسیان: لقاح.

4– ئەم باوەڕە لەساڵی ١٣٦٩ هەتاوی کە سەرباز بووم و بۆ مامووریەت چوومە شارۆچکەی «ئیزە و باغمەلک» لە زاری بەرادەریکی کۆچەر بە ناوی «چراغەلی» کە خەڵکی شارۆچکەی «ئیزە» و لە کاری مەڕ و ماڵاتداریدا زۆر پسپۆڕ بوو، بیستم.

نەزری لە نێو خزم و دراوسێ دابەشی دەکەن و خەڵکان دوای وەرگرتنی ئەم ئاشە پارەیەک بە ناوی یارمەتی بە خاوەن منداڵ دەدەن. دەبینین کە لە هەموو ئەو دەقانە ئاماژە بە یەک شت دەکرێت ئەوەش یەکەم شەونم، یەکەم فرمێسک و یەکەم ئاشە، کەوا دیارە خۆشبەختی و خۆشی لە گەڵا دێنێت.
باس لە زاوزێ هاتە پێش، لەبەرئەوە هەندێک بیروباوەڕ سەبارەت بەم بابەتە هەیە کە ئاماژەی پێدەکەین.

لە دایکبوونی منداڵ:

لە باشووری ڕۆژهەڵاتدا، هەندێک بیر و باوەڕی باش و خەراپ هەیە کە بە نیسبەتی کچ و کوڕ دەگوڕدرێت، بەڵام بە گشتی لە سەر یەک ڕێبازن. لەوانەیە کاتێک کە منداڵ لە دایک دەبێت بەتایبەت ئەگەر لە ڕەشماڵ بێت، چیخێک لە چوار قوڕنەی ژنی پا بە مانگ دەکیشن و منداڵەکە لە تۆتۆی[1] «کۆڵپێچک koʃpêçik » دەپێچن و بە خەڵۆز هەنی منداڵەکە ڕەش دەکەن، هەروەها بە هەویر سەر لووت و گوێچکەی هەڵدەسوون، باوەڕیان لەم کارە وایە کە منداڵەکە تووشی ڕووڕەشی و ناکۆکی نابێت و بۆ ئەوە هەویر لە لووت و گوێچکەی دەدەن کە لەم دوو شوێنە موو نەڕوێت. هەروەها ئەو ژوورە کە منداڵ و دایک تێا دەخەون بە خەڵۆز خەتی چوار دیوارەکە دەکیشن و لە سەر ئەم باوەڕەن کە «چاوی بەد» لێان کاریگەر نابێت. پەندێک هەیە کە دەڵێت: «کوڕ ڕەشی خاسە»، کەوا دیارە ئەم نەریتە ئاماژە بەم پەندە دەکات، هەروەها بەسورمە چاو و برۆی منداڵەکە دەڕەژن و دوای یەک هەوتە کە نینۆکی منداڵەکە بەرز دەبێت، بە ددان ئەقرتێنن و باوەڕیان وایە کە ئەم منداڵە ئاوەها دڕندە و زاتدار دەبێت. دوای ئەمە، ئاشێک دروست دەکرێت کە «دانەکولانە danekuʃane »ی پێدەڵێن و بریتیە لە گەنم و جۆ و ماش و کەشک کە دەیکۆڵێنن و بە خزم و دەراوسێی دەدەن.
لانکۆڵەی منداڵەکە لە هەندێک شوێن جیاوازە، بەڵام بە گشتی لە سەر یەک ڕێبازە و ئەوەش بۆ لاواندنی منداڵە و بەس، بەڵام لە زۆربەی گوندەکان جۆرە چنینێك کە پانییەکەی دوو ئەنگوست دەبێت، بە ڕەنگی ڕەش و سپی دەچنن و مۆرەیکی بەڕەنگی کەو کە «کوژەک kujek»ی پێدەڵێن لەگەڵ چووی[2] داری «بادام» یان «تاوی tawî»[3] ئاڵقە دەکەن و لە سەر لانکۆڵەی منداڵەکە ئاوێزان دەکەن بۆ ئەوەی کە چاوی بەد لە منداڵەکە کاریگەر نەبێت. منداڵ کە تەمەنی گەیشتە شەش مانگ، مووی دەتاشن و بە قەد وەزنی[4] ئەم مووە پارەی سەرفی خواردەمەنییەک دەکرێت و بەخەڵکی دەدەن. کە تەمەنی منداڵ گەیشتە یەک ساڵ و منداڵ پاپا کرد «واتە: لە سەر پێ ڕاوەستا– پێی گرت» و وردە وردە فێری ڕێکردن بوو، دەرزیلەیەک لە بەر پێی منداڵەکە دەشکێنن و لە سەر

1– دوو توێی.

2- چوو: چێو.

3- تاوی یان تاو جۆرە دارێکی زۆر گەورەیە و بەرەکەی وەک بەلاڵوکە و بە نێسبەت چەورە و تارادەیەک تامی گەسە و لای کوردان دارێکی موقەدەسە و زیاتر لە پێنجسەد ساڵ دەمێنێت. ڕەنگە هەر ئەو داری ساج بووبێت.

4- وەزن: کێش.

ئەم باوەڕەن کە ئاوەها چاوی بەد دەرزیلەی لێ بچێت و ئاشێک دروست دەکرێت کە «پاڕووکانە parûkane»ی پێدەڵێن و بە خزم و دراوسێی دەدەن.
پاڕووکانەش وەک دێان ڕووکانە[1] بریتییە لە نۆک و نیسک و ڕشتە و کەشک و سەوزی کە لە پێشووتر ئامادەمان پێکرد. ئەوەی کە شیاوی ئاماژەیە ئەمەیە کە ئەم مەراسیمە تەنیا بۆ منداڵی کوڕ ئەگرن و کارگەلی ئاوا بۆ کچ ناکەن. ئەو کاتە کە منداڵ بە ساقی فێری ڕێکردن بوو کە لانیکەم دوو یان سێ ساڵانە، لە پاڵ کێف و داری دەنێن و خۆیان لێ دوور دەکەنەوە و بانگی دەکەن کە بێتە ماڵ. ئەم کاتە هیچ کەسێک یارمەتی منداڵەکە نادات، تەنانەت ئەگەر بکەوێت و لەشی زامداریش بێت. پێویستە کە منداڵ خۆی لە سەر پێ لە کێف بێتەخوار و بێتە لای ئەوان کە نیشانەی زاتداری و تەوانایی منداڵەکەیە.

ئەم بابەتە لەلایەن چەند نووسەرێکی دیکەوە ئاماژەی پێکراوە... مامۆستای مێژوونووس «عبدالرزاق الحسنی» دەبارەی قەزای «عليغربی» کە دەکەوێتە نێوان عمارە و کوت نووسیویە: دابونەریتێک لە عەليغەربی هەیە و لە هیچ کام شارۆچکەکانی ئێراقدا نییە، ئەویش ئەوەیە: منداڵی ساوایان دەنێرنە شاخەکانی ئێران-کوردستان- ناسراو بە «پشتکۆ[2]» بۆ لای دایان، پاش ئەوەی تەمەنی گەورە بوو بۆ لای کەس و کاری و شوێنی لە دایکبوونی[3]، دەیگێڕنەوە.
بابەتێکی دیکە لە پەروەردەکردنی منداڵ «چلەوڕ çilewir̂» یان «چلەبڕ çilebir̂»ـە، ئەمەش لە سەر باوەڕێکی خورافییە کە ئاوەهایە:
خەڵک بە گشتی لە سەر ئەم باوەڕەن کە ئەگەر دوو منداڵی دراوسێ کە هێشتا تەمەنیان بە چل ڕۆژ نەگەیشتووە، دەنگی گریانی یەکتر ببیستن یان قسەی ناحەز لە لایەنی دایکان ببیستن، ئەوەی کە زووتر تەمەنی دەگاتە چل ڕۆژ دەمرێت، بۆیە باوک و دایک دەچنە لای دوعانووس و دوعای «چلەبڕ» دەکەن ئەگەر منداڵ لەم قەیرانە دەرچوو، ئاشێگ "خورادن- شیوێك" دروست دەکەن کە «چلەبڕانە»ی پێدەڵێن و بە خەڵکی دەدەن.
بابەتێکی دیکە سەبارەت بە چلەبڕ ئەمەیە کە دەڵێن: چلە کاریگەریی لە سەر مەڕ و ماڵاتیش هەیە، هەروەها لە سەر ئەم باوەڕەن کە نابێت هەتا چل ڕۆژ زارۆکەکە بە تەنیا جێبهێڵن؟ چونکە دێو زارۆکەکە دەدزێت و منداڵی خۆی لە لانکۆڵە دادەنێت، هەروەها ئەگەر منداڵێک «نەوەکام» یان کەمئەندام بێت بە باوەڕی خەڵک، دێو جیبەجیان کردووە، هەروەها منداڵی «کەزاڵ» واتە ئەو منداڵە کە مووی سپی هەیە، لە ڕەگەزەوە تۆخمارەی دێوە[4].

1– ئەو کاتەی کە منداڵ پێدەگرێت پاڕووکانەی پێدەڵێن.
2- بەڕێز کاک هاشم کاکەئی کە لە فیستیڤاڵی گەلاوێژی 2007لە سلێمانی ئەم بەرێزهم دی و پێکەوە وەت و وێژمانیش هەبوو لە کتێبی «کورد و چەند بابەتێکی مێژوویی» کە کتێبیکی زۆر بە نرخە لە لاپەڕەی «١٧٤» ئەم کتێبە دەقێکی لە کتێبی «العراق قديما و حديثا» لاپەرەی «٢١٠» بڕوانە: کورد و چەند بابەتێکی مێژوویی، «هاشم عاسی کاکەیی»، چاپخانەی ئارابخا، کەرکوک، ٢٠٠٦.
3- ناوچەی پشتکۆ بریتییە لە مەڵبەندە شاخاوییەکانی ئیلام و لوڕستان و کوردەکانی نیشتەجێ لە عەلی غەربی و عەلی شەرقی لە بنەڕەتەوە خەڵکی پارێزگای ئیلام و لوڕستانن.
4– ئەم بابەتەم لە کاک عەبدوڵڵا عیفەتییەوە بیستووە.

سەبارەت بە نەخۆشییەکانی منداڵانی بچووک، بەرچاوترینیان «بووبڵێنی bû bilênî»یە کە جۆرە بەلەفیرەی کاریگەرە. ئەم نەخۆشییە لە حەقیقەتدا لە بەر بۆنی جۆرە دارێکە کە «سرێنجگ sirêncig»ی پێدەڵێن. ئەم دارە لە وەرزەکانی ساڵ و لە نێو زستانیشدا، بۆنیکی توونده‌ی لێهەڵدەستێت و ئەگەر لەم دەڤەرە زارۆکێک هەبێت، نەخۆشی دەکات، بەڵام خەڵک بە گشتی ئەوە نازانن. شێوەی دەرمانی ئەم نەخۆشییە وایە: دەچنە لای مەلای دوعانووس و کەڵەشێرێک دەدەنە مەلا و مەلا سەری کەڵەشێر دەبڕێت و بە خوێنی کەڵەشێرەکە لە سەر قاغەز دوعا دەنووسێت و دەبێت ئەم دوعایە لە قەبرستانێکی دوور لە زێد و ماوای منداڵەکە چاڵ بکرێت.
بابەتیکی تر، دوعای «هام باڵا ham bala»یە. ئەگەر نەخۆشی منداڵەکە لە هەوتەیەک تێپەڕبێت و منداڵ ساغ "چاک" نەبێتەوە، سەرلەنوو دەچنە لای مەلا و مەلا دوعایەک بە قەد منداڵەکە لە سەر قاقەز دەنووسی و لە پارچەی ئاو نەدیده[1] دەپێچن و لە سەر شانی ڕاستی منداڵەکەی دەدوورن[2].

ئاوسین awsîn:
ئەم دووعایە تایبەت بە مریشک و جوجەلەیە و بۆ ئەوەی کە تووشی نەخۆشی نەبن دوعایەک لە لای مەلا دەنووسن و نووسراوەکە لە ئاوخۆری مریشک دادەنێن.

ئەسپ esp: خەڵک بەگشتی دەڵێن: کە ئەگەر ئەسپ تووشی دڵ ئێشه ببێت، دەبێت لە دەوری گۆڕستانێک خری بدەیت تا باش ببێتەوە، هەروەها دەڵێن: ئەگەر ئەسپێک تووشی نەخۆشی ئاکڵە یان «سڵ» ببێت، دەبێت «قەوزاخ[3]»ی پێبدەیت.

ئەڕەق کەمەر ereqi kemer: ئەڕەقی کەمەر زیاتر لە قەراخی راخ و کەمەرەکانی کێوەکان دەست دەکەوێت و وەک لیموو ڕەنگی بوور و سەوزە. خەڵک ئەڕەقی کەمەر ئاسیاوی دەکەن و لەگەڵ ئاو تێکەڵاوی دەکەن و بە جارێک هەموو ئاوەکە دەگرێتە خۆی و وەک گەچ کە بکرێتە ئاو و باز ببێتەوە، باز دەبێت و مەڵاتێک لە ڕەنگی سەوز و سوور دروست دەبێت کە لە پشتی نەخۆش دەیگرن و لە سەر ئەم باوەڕەن کە بۆ دەرمانی کەمەرژان باشە[4].

باران baran: بۆ بارینی باران چەندین باوەڕ و داب و نەریت هەیە کە بەرچاوترینیان گەمەی «پڵان»ە.
پڵان[5]: بریتییە لە گەمەیەک کە دوو دەستە لە بەرانبەری یەکدا ڕەزم دەکەن و هەر تیپ سێ دانە سەنگ یان پەڵ دادەنێن و بە سەنگی تر پێیان دەخەن و دەبێت لێیان بدەن و سەرنگونیان بکەن. خەڵک بە گشتی لە ڕۆژی

1- پارچەی ئاو نەدیدە: پەڕۆی وشك. قوماشێك كە ئاوی پەرنەكەوتووە.
2- سەبارەت بە دەقەکانی ئەم دووعاگەلە، زۆر پرسیارم کرد بە داخەوە حازر نەبوون ڕازی ئەم دوعاگەلە بدرکێنن.
3- قەوزاخ: قەوزە، بریتییە لە جۆرە «جۆڵبەک»ێک کە لە ئاوەکاندا شین دەبێت.
4- ئەم بابەتەم لە زاری باوکمەوە، بیستووە.
5- پلان: پەلان، کێل و بەرد.

سێنزەهەمی خاکەلێوە کە بە ڕۆژی «سێنزە وەدەر» بەناوبانگە، ئەم گەمەیە دەکەن و باوەڕیان وایە کە زەمین دەلەرێتەوە و بارانی فراوان یان «پەڵە»ی بەهاری دەبارێت.
دوو داب و نەریتی تر: «کووسەوەیلگە»[1] و «پڵووسک»ـە[2] هەیە.

بنکڕ binkir̂: خەڵک بە گشتی لە سەر ئەم باوەڕەن کە هەر کەس بنکڕ یان بندێک بخوات، لە زەماوەندەکەی باران دەبارێت.

بەسان besan: بەسان، بەستن، یان بەسیان، لە نێو کوردەواری باوەڕێکە و بریتییە لەوەی کە زاوا لە شەوی زەماوەند نەتوانێت نزیکی بووک ببێتەوە. خەڵکان بە گشتی لە سەر ئەم باوەڕەن کە ئەگەر ویستت زاوا ببەستی، کلیلکی نوێ بە نییەتی زاوا چفت بکەیت. باوەڕێک تر دەڵێت کە بۆ ئەوەی زاوا ببەستیت، لەتە پارچەیەک کە بەرگدروو بۆ زاوای دەبڕێت، گرێی بدەیت.

پاژمەرگە pajmerge: منداڵێک کە دوای فەوتانی باوکی بێتە سەر دۆنیا «پاژمەرگە» یان «سەرەخۆرە»ی پێدەڵێن. ئەگەر بیانەوێ بەشێک لە خواردەمەنییەک بۆ کەسێک دابین بکەن کە لەوێ نییە، بۆئەوەی کە حەرامی خۆراکەکە نەخوات، بە دەنگی بەرز دەڵێن: ئەم خۆراکە بەشی فلانە کەسە «ناوی پاژمەرگەکە» دەیبەن، هیچ حەیوانێک ئەم خۆراکە ناخوات.

پڵووسک pl̂ûsk: پڵووسک یان چمەت، بریتییە لە چێوی ئەستوور کە لە کاتی سووتان وەک مەشخەڵ دەتوانی لە دەستدا بگریت. لە کاتی کەم بارانی کەسێک کە لە بواری کەسایەتییەوە لە پلەی سەرێک بێ پڵووسکێک لە دەست دەگرێت و کراسەکەی چەوارشە لەبەردەکات و دەرگای هەفت ماڵ دەتەقنێ و بێجگە لەوەی کە وەک گەدا شتێکی لێ گەرەکە، لە خاوەن ماڵ داوا دەکات کە ئاو لە سەر پڵووسکەکە بڕژێنێت و خۆیشی بە بەرد لە پڵووسکەکە دەدات، باوەڕیان وایە کە باران دەبارێت. ڕەنگە ڕیشەی ئەم باوەڕە لە ئایینی زەردەشتەوە هاتبێت[3].

تەو و لەرز tew û lerz: بۆ دەرمانی نەخۆشی تەو و لەرز، خاکی کوانوو کە ڕەنگی سوور بووەتەوە، بەیانان و بەر لە نانی بەیانی بە قەد یەک کەوچکی بچووک لەم خاکە دەدەنە نەخۆش و دوای یەک دوو ڕۆژ کە ئەو کارەیان کرد، نەخۆش باش دەبێتەوە. دەبێت بزانین کە ئەم شێوەی دەرمانە تەنیا لە لایەن کەسانەهایەک بەرێوە دەچێت کە بەشی نەخۆشی تەو و لەرزیان هەبێت.

1- بۆ پێزانینی زیاتر بنواڕە «کووسەوەیلگە».

2- بۆ پێزانینی زیاتر بنواڕە «پڵووسک».

3- ئەم دوو بابەتەم لە زاری کاک قودرەت دارابییەوە، بیستووە.

له گوندی «قەڵای هەرەسەم» خاتوونێک هەبووە بە ناوی «ماهـ بانوو» کە بەشی ئەم نەخۆشییەی هەبووە و خەڵکان بەر بەیانان چوونەتە لایی و ئەم خانمە بە پەمۆ[1] خڕخاڵێیان بۆ دروست کردووە و لە دەستی ڕاستیان بەستووە و دوایی لەم خاکە پێیان داوە و باش بوونەتەوە[2].

دیان dêan: خەڵکان بە گشتی لە سەر ئەم باوەڕەن کە ئەگەر ددانێک لەق بوو، دەری بهێنین و لە سەر ماڵێک کە ژنی بارداری تێدایە فڕێی بدەن، بەو مەرجە کە بڵێی منداڵەکەی کوڕێک بێت، ئەو ژنە دەبێتە خاوەنی کوڕێک، هەروەها کاتی فڕێدانی دەڵێن: گۆنە بچوو زەڕینە بەو.

جاڕوو carû: خەڵک بە گشتی لە سەر ئەم باوەڕەن کە ئەگەر بە جاڕوو یان گزی یان گسک لە ناو شانی لاوێک بدەیت، تەمەن دریژ نابێت.

جنازە cinaze: خەڵک بە گشتی لە سەر ئەم باوەڕەن کە بۆیە پەرزێک لە پێی جنازە سەردەبڕن کە «سەگی حەوەش» یان «غوڵەی حەوەش» خۆی خەریکی خوێنی پەزەکە بکات و لە دووی جنازەکە نەکەوێت، هەروەها بۆیە لە سەرگڵکۆی تازەمردوو ئاگر دادەگیرسێنن، تا فریشتەی حسێبگەر بتوانێت بە باشی هەموو شتێک ببینێت[3].

خاک xak: خەڵک بە گشتی لە سەر ئەم باوەڕەن کە خاک «مەیل بڕ»ە. بۆیە کاتی کەفن و دفنکردنی مردوو مشتێک لە خاکی گۆڕەکە لە سەرسەری منداڵان و خزمانی مردووەکە دەکەن، تا کەمتر بیر لە سەر مردووەکە بکەن، هەروەها خاکی «ئەڵحەد» یان «لەحەد» لە خاکەکانی تر جوودا دەکەن و دوای بە خاکسپاردنی مردووەکە لە سەر گڵکۆەکەی دەکەن و باوەڕیان وایە کە خاک سەنگینی خۆی لەسەر جنازەکە لادەدات. هەروەها خەڵک بە گشتی لە سەر ئەم باوەڕەن کە ئەگەر خاکی ژێر پێی مرۆڤی «سەونسڕ» یان ڕێباخوار[4] بکەیتە سەر بالووکە، تێکیان دەدات.

خەرمان xerman: خەڵک بە گشتی بۆ پاڕاستنی خەرمان لە چاوی بەد، هێلکەیەک لە سەر ماسیی خەرمان دادەنێن و چێوێک لە کونی مۆرەی کەو کە کوژەکی پێدەڵێن، دەکەن و تەپۆڵکەیەک لە شیاکەی مانگا دەکەنە سەر مۆرەکە و وەک داوڵ لەسەر ماسییەکە دایدەنێن[5]. هەروەها کاتێک کە گەنم لە ماسییەیە و مەڕ و ماڵات، بە تایبەت مانگا و وڵاخ لەم دەڤەرەدا هەیە، نابێ بە دەنگی بەرز لایان بدەین، چونکە پیتی خەرمان دەبڕێت[6].

1– پەمۆ: پەموو، لۆکە.

2– ئەم بابەتەم لە زاری باوکمەوە، بیستووە.

3– وا بزانم ئەم باوەڕە ڕیشەی لە ئائینی زەردەشتیدا بوو بێت.

4– کەسی سود خۆر. ئەو کەسەی پارە بە سود دەدا بە خەڵکی.

5– ئەم بابەتەم لە زاری کاک قودرەت دارابییەوە، بیستووە.

6– ئەم بابەتەم لە زاری کاک عەبدوڵڵا عیفەتییەوە، بیستووە.

چس گورگ çis gurg:
چس گورگ لە ڕاستیدا جۆرە مرۆچەیکە[1] کە (شێر مرۆچ[2])ی پێدەڵێن و لە ژێری خاک دەژێت و بۆ خۆی داوێک لە سەر کولانەکەی دروست دەکات کە مەخرووتییە[3] و هەر کات مرۆچە یان گیانلەبەریکی تر کە بە قەد مرۆچەیەك بێت، بکەوێتە نێوانی، دێتە سەرەوە و لە گەڵا دەیبانە ژێری زەوی. خەڵک بە گشتی لە سەر ئەم باوەڕەن کە ئەگەر چس گورگ بگریت و لە نێوانی دوو نینۆکی شەست بتلیقێنێت، ئەگەر خوێنی هەبوو ژنی دووگیانی پێ بە مانگ کە کاتی منداڵ بوونیەتی، منداڵەکەی کچە و ئەگەر خوێنی نەبوو، کوڕە.

چوو هەزارە çû hizare:
ئەم نەریتە لە بنەڕەتەوە دووعا نییە، بەڵکو قوربانی کردنەوەیە بۆ ڕان و مێگەل، بەو مەرجە کە ژمارەی پەزەکان لە هەزار تێپەڕ بێت.
مەڕدارانی باشووری ڕۆژهەڵات، ساڵانە و لە وەرزی پاییزدا، ڕانەکەیان کۆدەکەنەوە و خۆیان لە ناوەڕاستی ڕانەکە ئەمێنن و عاساکەیان بەرەو هەوا فڕی دەدەن و باش تێڕوانینی دەکەن، بۆئەوەی بزانن کە هاتە خوار لە سەر چەند پەز دەدات، ئینجا ئەوانە دەست نیشان دەکەن و مێینەکانی بەر دەدەن و نێرینەیان سەردەبڕن و بەناوی قوربانییەوە ڕانەکەیان لە نێو دراوسێ و خزماندا بەشی دەکەن. باوەڕیان وایە کە تا ساڵی داهاتوو ئافەت و نەخۆشی لە رانەکەیان دوور دەبێتەوە، هەروەها چوو هەزارە بۆ نەچیرەوانیش هەیە کە لەوێ نەچیرەوان کاتێک کە هەزارمین نەچیری خۆی شکار کرد، نەچیری یەکەمی ئەم نەچیروانە بەرەو ئاسمان دەفڕێت و ئەوی دەبینێت و دوای ئەمە دی ناتوانێت نەچیرەوانی بکات[4].

چەمەری درەو çemerîdirew: چەمەری درەو یەکێک لە نەریتەکانی سرنجراکیشی کوردەوارییە کە بە داخەوە نەناسیار ماوەتەوە. ئەم نەریتە بریتییە لەوەی کە ئەگەر وەرزێرێک زار و زەوی فراوانێک بکێڵێت و دوایی نەتوانێت درەوی بکات، تووشی داڵغە دەبێت و نەخۆش دەکەوێت. خەڵکان بۆ چارەسەرکردنی ئەم نەخۆشییە بە گەلەوە دەچنە سەر زەوییەکەیی و بۆی درەو دەکەن و دوایی نەخۆشەکە لە ناو زەویەکەیەوە دەچەرخێنن و نەخۆش بە چاوی خۆی دەبینێت کە مەزراکەی درەو بووە و باش دەبێتەوە. هاوکات لەگەڵ دروێنە کردن دەهۆڵ و زوڕنا لێدەدەن و بەیت دەخوێنن، بەڵام شێوەی بەیتەکان قەت لە چەمەری ناچێت و خەڵکان خۆیان لە قوڕ ناگرن[5].

1- مرۆچە: مێرووڵە.
2- شێر مۆچ: هەر مێرووڵەیە، بەڵام لە مێرووڵەی ئاسایی گەورەترە.
3- مەخروتی: هەرەمی.
4- ئەم بابەتەم لە کاک عەبدوڵڵا عیفەتییەوە، بیستووە کە لە زاری دایکیەوە دەیگێڕاندەوە کە مامی ئەو چوو هەزارەی خستووە و دوای ئەمە نەیتوانیوە نەچیر بکات.
5- بەڕێز «غۆڵامحسەین مۆحبی» کورتە فیلمیک لە سەر ئەم بابەتە دروستکرد و لە دەنگ و ڕەنگی کرماشاندا بڵاویکردەوە.

چەو پەڕیان çew perŷan: خەڵک بەگشتی لە سەڕ ئەم باوەڕەن کە ئەگەر پێڵەی چەو بجووڵێتەوە یان مێوان لە ڕێگەی دوور دێت یان لێقەومانێک لە ڕێگەیە. ئەگەر چاوی ڕاست بپەڕێت، خەبەرێکی خۆش لە ڕێگەیە و ئەگەر چاوی چەپ بێت، لێقەومانێکە.

چینی çînî: چینی یان فەغفوور بە گشتی بۆ دەرمانی کەچەڵی کەڵکی لێوەردەگرن، ئەوەش بەم شێوەیە کە بە باشی وردی دەکەن و لە پارچەیەکی نەرمی دەکەن و لە سەرسەری کەچەڵ یان گەڕ ئەماڵێنن، کە خوێن لێ کەوتە ڕێ، دوایی بە هەویر و ڕۆنی دان دەیپۆشێنن و باوەڕیان وایە کە باش دەبێتەوە.

زڵف ziľf: بە گشتی مووی سەری نەچینراو "زڵفی" پێدەڵێن و ئەوەی کە چینراوەیە "گیس" پێدەڵێن. ئەوەی کە دەکەوێتە بەری سەروێن یان لەچکە "قاوی" پێدەڵێن و ئەوەی کە چینراوە و دەکەوێتە پشتی سەروێن "پەلگی" پێدەڵێن. لە فەرهەنگی کوردەواری گیس، بە تایبەت گیسی دایک تەقەدۆسی هەیە و سوێندی پێ دەخۆن. خەڵک بە گشتی لە سەر ئەم باوەڕەن کە ئەگەر کچی ئازا و لە کاتی سەر شانە کردن زڵفی بکەوێتە گریە، دەزگیرانێ بۆ دێت. هەر بۆیە لە دێڕە شێعرێک دەڵێن:

تاڵێ لە زڵفت کەفتیەسە گریە وە گوڵاو بشوورەی، بگرەی لە خنیە.

زوو zû: زوو بریتییە لە ناوەندیلکەی مووی سەر. خەڵک بە گشتی لە سەر ئەم باوەڕەن کە ئەگەر کەسێک دوو زوو لە سەری بێت، دوو ژن دەخوازێت[1].

زەڕینە و سیمینە zerîne û sîmîne: پەلکەزێڕینە[2] یان زەڕینە و سیمینە لە ڕاستیدا «تەیفی نوور»ە کە شتیکی سروشتییە. خەڵک بە گشتی لە سەر ئەم باوەڕەن کە ئەگەر کەسێک خۆی بە زەڕینە و سیمینە بگەینێت و گمێزی تێدا بکات، بە ئاواتی خۆی دەگەییت، هەروەها دەڵێن کە ئەگەر کچ یان کوڕ خۆی پێ بگەینێت ئەگەر بیەوێت کە جنسیەتی خۆی بگۆڕێنێت، بە ئاواتی خۆی ئەگەییت.

زەڵەرزە zeülerze: سەبارەت بە بوومەلەرزە یان زەمین لەرزە باوەڕێک هەیە کە دەڵێت:

ئەگەر کاتی زەمین لەرزە، بە تایبەت لە شەوانە، وریا بوویت و دەستت لە سەر ئەرز دابنەیت و نییەت بکەیت کە ئەم دەستە لە سەر هەر ئێش و ژانێک قەرار بگریت باشی بکەیتەوە، هەروا دەبێت.

1– لە کرمانجی خوارووش: گێژەڵووکەی پێدەڵێن و هەمان بۆچوونیشی لەسەر دەگوترێت.

2– لەهەندێک ناوچە "پرچی ئایشە و فاتمە"شی پێدەڵێن.

ئەم ڕەوایەتەی خووارە لە زاری باوکم بیستوومە کە ئامـاژە بـەوە دەکـات: ئـەو کاتـە کـە لـە گونـدی «سـەرچـەم، هەوارگەی ئێڵی زەنگنە» بووین، ژنێک بە ناوی «خاوەر» بوو کە تووشی دڵ ئێشەیەکی خەراپ بوو و ئەو کاتەش پزیشک و دەوا و دەرمان نەبوو، هاوردیانە لای «نوور بانوو[١]»، ئەویش دەستی لە سەر دڵی دانا و دوعای دەخوێند و دوای ماوەیەک باشەوە بوو[٢].

ژن jin: لە باشووری ڕۆژهەڵات باوەڕێک هەیە کە دەڵێت: ئەگەر ژنێک کە منداڵی چلیاری هـەبێت و وەکو مێـوان بچێتە زەماوەندێک، لە زەماوەندەکە شەڕێک دەست پێدەکات، هەروەها ئەگەر ژنی چلیار بچێتە سەر مریـشکی کـڕ، هەموو جۆجەڵەکانی دەمرێت. باوەڕێک تر دەڵێـت: ئـەگـەر لاوێـک لـە نێـوانی چـەنـد ژن ڕابووڕێـت، تـەمـەنـی کـەم دەبێتەوە، هەروەها بیوەژنی لاو، پێڵاوی هەر کەس لەپێبکات، مارەی دەکەوێتە سەری خاوەن پێڵاوەکە[٣].

دۆدی düdî: خەڵک بە گشتی بۆ دوورکردنی دوکەڵ لە خۆیان، دەڵێن: دۆدی نەو، نان و کەرە دەمەپێد.
نموونەیکی تر بانگکردنی بایە کە دەڵێن: (کوڵەجم کوڵەجم، واگـە بجـم) و دوایـی فیکـەیـەک دەکیـشن و شـنەی بـا دەستپێدەکات.

دەردی دەردی derdî derdî: بریتییە لە دەرد و بڵا دوور کردن لە خەڵکی گوند. خەڵک بە گشتی لە سەر ئەم باوەڕەن کە هەر کەس کە کاریکی خەراپە یان گەندەڵییەکی کردووە، دەبێتە هۆی چارەڕەشی و پیتچوونی خەڵکـی ئەم گوندە، بۆیە گەندەڵی ئەو کەسە بە شێوەی شیعریەوە دەڵێنەوە و ئەگەیننـە گونـدی دراوسـێ. ئـەم گونـدەش بۆئەوەی کە تووشی چارەڕەشی نەبن، هەندێک شیعر دەخەنە سەری و ئەگەینە گوندی دیکە و هەروا دوایی هەیە.

دەس des: خەڵک بە گشتی لە سەر ئەم باوەڕەن کە ئەگەر کەفی دەستی ڕاست بخورێت، ڕووزیت ئەڕەسێت و ئەم دەستە لە هەنی منداڵی تێنەگەیشتوو ئەماڵێن و لە سەر ئەم باوەڕەن کە منداڵ پاکە و گونـاحی نـەکـردووە و ئـەم ڕووزیە لە چارەنووسی ئەوە.

دێو و جن dêw û cin: گیانلەبەریکی خەیاڵییە و بوونی نییە. سەبارەت بە دێو وتار زۆرە، بەڵام خەڵک بە گشتی لە سەر ئەم باوەڕەن کە دێو کاتی زایمان، منداڵەکەی لە نێو خۆڵەمێش دادەنێت و تەنیا گورگە کە ئەوە دەزانێت و دێت و منداڵەکەی دەبات و دێوەکە خۆی ناتوانێت بەرگیری لەم کارە بکات بۆیە نزیکترین ماڵ بەم خۆڵەمێشە بانگ دەکات و داوای یارمەتی لێدەکات، ئەگەر خاوەن ماڵ بگەیتە هاواری دێوەکە و منداڵەکەی لە گورگەکـە وەربگرێـت،

1- کە دەبێتە دایە گەورەی خۆم «نووسەر».

2- خاوەر باوەژنی ئەلانوور و شاواز بووە کە ئەم دوو کەسە ئەم ڕەوایەتەیان بیستن، وەتیان ڕاستە.

3- ئەم چەند بابەتەم لە زاری کاک قودرەت دارابییەوە، بیستووە.

هەر شتێک لە دێوەکە داوا بکات، پێدەدات، یان باشتر بڵێم بەشی هەر جۆرە دەرمان یان ماڵ و ماتووڵی لێ گەرەک بێت، پێ دەدات. هەروەها باوەڕێک تر دەڵێت کە بۆ تاراننی دێو و جن لە ماڵ، کلاشێک و یەک دانە سیر شەوانە لە بەر دەرگای ماڵ یان ڕەشماڵ ئاوێزان بکرێت، دێو و جن هاتووچووی ئەم ماڵە ناکەن.

سفێدپەڕ sifêd perˆ: سفێدپەڕ[1] بە گشتی مەبەست ئارد و شیر و دۆ و هێلکە و هەر شتێک کە ڕەنگی لە سپی بچێت. خەڵک بە گشتی لە سەر ئەم باوەڕەن کە شەوانە باش نییە سفێدپەڕ لە ماڵ ببەیتە دەرەوە، چونکە پیت و بەرەکەتی ماڵ نامێنێت. هەروەها خەڵک لە سەر ئەم باوەڕەن کە ئەگەر دەتەوێ ڕزق و ڕۆزی کەسێک تێک بچێت، ئێواران لە دەر ماڵی نینۆك بگرە.

قارچگ qarçig: قارچگ یان قارچگە و کارگ، خواردەمەنییکی بە تامە و خەڵکان لە سەر ئەم باوەڕەن کە کاتی هەورە تریشقە یان گرمەهڕ، قارچک حەڵاڵە شین دەبێت[2].

قاژمژ پاژمژ qajmij pajmij: دابونەریتیکی تایبەتە بۆ دەرمانی «ورگ[3] wirîg » یان بەهانەی منداڵی چلیارە کە لەوێ تەرازوویەك دێنن و منداڵەکە لە یەک لا دادەنێن و لە ئەم لاکەی بەشێک لە گاوەسن دادەنێن و وەزنی دەکەن و دەهاژێنن. دوایی لە نێوانی پێی سێ کچی ئازەودا[4] دەیبەن و لە سەر ئەم باوەڕەن کە منداڵەکە ورگ ناکەیت[5].

قاورمە qawirme: خەڵک بە گشتی لە سەر ئەم باوەڕەن ئەگەر لە کاتی خڕدانی قاورمە[6]، یەک تیکە لە گۆشتەکەی بکەوێتە دەرەوە، هەر کەس ئەوە بخوات چاوی شوور دەبێت، هەروەها لە کاتی دروستکردنی قاورمە، دایکان هانی منداڵان دەدەن بۆ ئەوەی کە سەریان لە سەر قاورمەکە دابنەن و بۆنی بکەن و باوەڕیان وایە کە هووش و گووشیان باش دەبێتەوە.

1– سفیدپەڕ: هەر خواردەمەنییەك کە بە ڕەنگی سپی بێت وەك: ئارد، هێلکە، شیر، دۆ... تاد.

2– ئەم بابەتە هەر بە ڕاستی هۆکاری زانستیی هەیە. بە پێ زانیاریەکان گازی «نیترۆژن» هۆکاری سەرەکی شین بوونەوەی قارچکە و ئێمە دەزانین کە لە کاتی هەورە تریشقە، گازی نیترۆژنی بەرفراوان دەچێتە نێو زەمین و بۆیە قارچک شین دەبێت.

3– ورگ: ورك، بیانوو.

4– ئازەو: ئازەب، پێگەیشتوو، ئامادە بۆ شوو. لەڕاستیدا وشەکە لە (اعزب)ی عەرەبییەوە هاتووە.

5– ئەم بابەتەم لە زاری کاک موجتەبا شەفیعییەوە، بیستووە کە خۆی خەڵکی گوندی سییەسییەیە و ئێستا نیشتەجێی شابادە و خوێندکاری کۆمەڵناسییە.

6– قاورمە: بریتییە لە خۆراکێک کە لە دڵ، جەگەر، سێپەلاک و گۆرچیلە کە لە ڕۆنی دان سوور دەکەن و گژوگیای جۆراوجۆر وەک ئەزبێ و کراوی و زەردە ژووە و...ی تێا دەکەن. ڕەنگە بۆ ئەوە دەڵێن سەرتێدا بکەن و بۆنی بکەن کە بۆنی ئەم گیاگەلە بۆ ئینسان باش بێت.

قوڕساق qurŝaq: قوڕساق مایەی دروستکردنی پەنیرە. بۆ بەدەستهێنانی قوڕساق شێوەیەکی تایبەت هەیە کە بریتییە: لە بەرخۆڵەی یەک ڕۆژە تا ماوەی هەوتەیەک شیری «زیەک» یان کڵکافی پێدەدەن و دوایی سەری دەبڕن و هەر شتێک لە «شیردان»ی بێت دەردێنن و وشکی دەکەن و دەبێتە قوڕساق و ئەگەر ئامێتەی شیری کوڵ بکرێت، دەبێتە پەنیر.

کووسە وەیلگە kûse weylige:

بەهەندێک جیاوازیەوە وەک «بووکە بارانە»یە. ئەم نەریتە، سکاڵایکە بۆ باران بارینە لە وەرزی بەهار. بە پێی نەریتەکە، پیاوێک بە ڕەنگی سوور دەم و چاوی خۆی سوور دەکاتەوە و بووکە شووشەیک لە دەست دەگرێت کە لای ئێمە بە «هڵووکان hiĺûkan» بەناوبانگە و بەیت دەخوێنی و لە کوڵاندا دێت و ئەڕوات و خەڵکان پارەی پێدەدەن و لە دوایی ڕۆژ، پارەکان دەداتە فەقیرێک کە لە بواری ئابوورییەوە دەسکورتە. ئەم مراسمە هەر لە یەک ڕۆژەوە دەستپێدەکات هەتا سێ یان چوار ڕۆژ. خەڵک بە گشتی لە سەر ئەم باوەڕن کە چۆن فەقیرەکە بوو بە خاوەنی پارە و گەیشتە ئارەزووی خۆی، خەڵکیش بە ئاواتی خۆیان کە باران بارینە، دەگەن[١].

ئەم مەراسیمە لای خەڵکی گوندی «سییەسییە» سەر بە باژێڕی شاباد یان «ئیسلام ئابادی ڕۆژئاوا» هەندێک جیاوازە. لەم گوندە لە کاتی کەم بارانی، چەند کەس کە ئەژماریان لە دوانزە کەمتر نەبێت، کۆدەبنەوە و پەپکێکی[٢] گەورە دروست دەکەن و مۆرەیکی تێا دادەنێن و لە خۆڵەمێشدا دەیبرژێنن و دوایی لە نێوانی خۆیاندا بەشی دەکەن. ئەو کەسە کە مۆرەکە ببێتە بەشی، بە دارێک ئەیبەستنەوە و لێیدەدەن و ئەویش هاوار دەکات و لە خوا دەپارێتەوە کە باران ببارێت و خەڵاسیی بێت، ئەگەر باران نەبارێت، کەسێک کە لای خەڵکان و خودا حوورمەت و ئەرکی هەیە دێت و لەم کەسانە داوا دەکات کە بۆ خاتری من و بە زمانەتی من، بەری بدەن و دوعا بکەین باران ببارێت.

هەروەها بۆ باران بارین باوەڕێکتر هەیە:

مرۆڤێک کراسەکەی خۆی بە پێچەوانەوە لە بەردەکات و پڵووسکێک[٣] لە دەست دەگرێت و دەچێتە دەری هەفت ماڵ و سواڵکەری دەکات، هاوکات لە خاوەنماڵ داوا دەکات کە ئاو لە سەر پڵووسکەکە برژێنێت.

یان خەڵک لە سەر ئەم باوەڕەن کە ئەگەر هەفت گرێ لە ڕەسەن "گوریس" بدەیت و نییەت بهێنی، باران دەبارێت[٤].

1– ئەم بابەتە لە زاری کاک «سادق سامەڕەئی»وە بیستووە کە خەڵکی گوندی سامڕە لە شاری مایەشت کە ئێستا دانیشتووی کرماشانە و خۆی مامۆستای قوتابخانەیە.

2– پەپکە: بە هەویر دروست دەکرێت و هەر وەکوو نان هەویرەکە پان دەکەنەوە و دەیخەنە ژێر ئاگرەوە و لە ژێر ئاگرەکە دەبرژێت.

3– پڵووسک: چێوێکی ئەستوورە کە لایەکی ئاگری گرتووە و بووە بە خەڵوز و خەڵوزەکە گڕی گرتووە.

4– ئەم بابەتەم لە زاری کاک قودرەت دارابییەوە بیستووە.

کوورپە kûrpe: هەندێک بیروباوەڕ سەبارەت بە زارۆک یان کوورپە هەیە کە ئاماژە پێیان دەکەین. زۆربەی ئەم باوەڕانە سەبارەت بە کاریگەری چاوی بەدە کە خەڵک بە گشتی باوەڕیان پێیە. ئەم نەریتە هەر لە لانکۆڵەی زارۆک دەستپێدەکات و هەتا گەورەیی دریژەی هەیە.

بۆ نموونە لقێک لە چێوی داری تاوی لە سەر لانکۆڵەکەی ئاوێزان دەکەن، بۆئەوەی کە چاوی بەد بتووقێت.

یان ئەوکاتە کە منداڵ ددانی دەرهێنا، ئاشێک ساز دەکەن کە «دێان رووکانە»ی پێدەڵێن و بە خزم و دراوسیەکان دەدەن، هەروەها منداڵ کە خەریکی پاپا کردنەوەیە، ئاشێک تر دەکەن کە «پاڕووکانە»ی پێدەڵێن و بە خزمان دەدەن کە هەموویان بۆ چاوی بەدە. یان خەڵک بە گشتی رایان وایە کە ناشێ کوورپەیەک کە تەمەنی لە چل ڕۆژ کەمترە و فەوتاوە، لە گۆڕستانی گەورەساڵان بنێژرێت، بۆئەوەی کە دەبێتە «مەردئازما» یان «جوان ئەزما».

هەروەها ئەگەر لە شەودا بەرەو شوێنێک بچن و زارۆکەکەیان لە گەڵا بێت، تیکە نانێک لە سەرشانی دەدەن و دایک دەڵێت: خودایا ئەیە مناڵ گورگێگە.

هەروەها بۆ فاڵگرتن و پێشبینی داهاتوو، زارۆکێک کە هێشتا چلیارە، واتە تەمەنی بە چل ڕۆژ ناگەییت، لە سەر دەست دەگرن و دەڵێن: ئەی تفلی بێ گوناح گەر ئەم کارە ئاکامیکی باشی هەیە، پێی ڕاستت هەڵگرە.

بابەتێک تر دەڵێت: ئەگەر جنازەیەک لە بەر ماڵێکەوە کە زارۆکی هەیە ببەن، دەشێت زوو بەزوو زارۆکەکە لە خەو بکەیتەوە، چونکو ئەگەر لە خەودا بێت، کە گەورە بوو چاوی شوور دەبێت. یان خەڵک بە گشتی لە سەر ئەم باوەڕەن کە منداڵێک کە دێتە دونیا، ئەگەر خاڵێک لە ئەندامی بێت، بە تایبەت لە سمت و ساتانی، دایکی بێزوو بووە و بە ئارەزووی خۆی نەگەییوە. هەروەها خەڵک دەڵێن: ئەگەر منداڵی چلیار ئەنگوستی خۆی لە دەم بگرێت و پێ و دەستی خۆی بەرەو ئاسمان بکات، لە خوا رۆزی خۆی گەرەکە.

کوشتن kuştin: لە باشووری ڕۆژهەڵات خەڵک بە گشتی لە سەر ئەم باوەڕەن کە ئەگەر کەسێک مرۆڤێک بکوژێت، بەرۆکی کراسەکەی دەدڕن و کڵاشی پێی ڕاستی لە پێی چەپی دەکەن و هی پێی چەپی لە پێی ڕاستی، تا فێری خوێنڕشتن و مرۆڤ کۆژی نەبێت.

کەرە kere: خەڵک بە گشتی لە سەر ئەم باوەڕەن کە کەرێی نوومیلکان[1] نابێت بە مێوان بدەن و بیخوات، چونکە پیتی مەشکە دەچێت.

کەشک keşk: خەڵک بە گشتی لە سەر ئەم باوەڕەن کە ئەگەر کەشکێک تازە پان کراوەتەوە، بۆ ئەوەی کە وشک ببێتەوە، دەنگی بارەی بەرخی بژنەوێت[2]، تاڵ دەبێت.

1– نوومليكان: هەواری نوێ. میلکان: هەوارگە. میلکان نوو: هەوارگەی نوێ.

2– بژنەوێت: ببیستێت.

کییەرەمۆ kîyeremü: بریتییە لە مووی بزن کە بۆ چەند دەرمان بە کاریدێنن. بۆ نموونە کاتێک کە ئەندامێک زامار و چرکین دەبێت، مووی بزن چەور دەکەن و لە سەر زامەکەی دایدەنێن تا هەموو کیمەکەی بکێشێت. یان دومەڵێک کە دێر دەگەییت، کییەرەمۆ چەور دەکەن و لە سەری دایدەنێن، تازووتر پێ بگەیێت. هەروەها لە کاتی شکەست و بەستکردنی ئەندامی شکاو، کییەرەمۆ زۆر کاریگەرە. هۆکاری هەموویانیش ئەمەیە کە کییەرەمۆ لەگەڵ رۆنی دان گەرمییە.

باوەڕێک سەبارەت بەم بابەتە هەیە کە دەڵێت: ئەگەر یەکەم کییەرەمۆی بزنێک بدەیتە کچیکی ئازەو تا بڕێسێت و ئێوارانی چوارشەمە بە ناوی هەر کەس کە خۆشیان ناوێ، نیەت بکەن و گرێی بدەن، لە هەر بابەتێک کە داخوازییەکت هەبێت، زمانی بەستراوە و ناتوانێت وەڵامی "نە" پێت بڵێت[1].

گووڕستان gûrîstan: خەڵک بە گشتی لە سەر ئەم باوەڕەن کە لە گۆڕستاندا «مردەزما[2]» یان «جوان ئەزما» هەیە، بۆیە شەوانە بۆ گۆڕستان ناچن. خەڵک بە گشتی لە سەر ئەو باوەڕەن کە ئەگەر منداڵی چلیار، بفەوتێ و لە گۆڕستانی منداڵان نەنێژرێت، دەبێتە مردەزما.

هەروەها خەڵک لە سەر ئەم باوەڕەن کە ئەگەر گەرەکت بێ لە ماڵێک دزی بکەیت و ڕێگەت نەبێت، مشتێک لە خاکی گۆڕستان برژێنە سەر ئەم ماڵە، هەموویان لە شرین خەو دەمینن.

هەروەها خەڵک لە سەر ئەم باوەڕەن کە گوڕستان باشترین پەناگایە بۆ ڕێبوار و لە ڕێ ماندوو، چونکە ئەرواح پارێزەری ئەوانەیە و تەنانەت ئەگەر خۆراکێک لە لایەنی خاوەن مردوو دروست بکرێت و بە خێرات بە خەڵکان بدرێت، بەشی ڕێبوار و لە ڕێ ماندوو دەگەییتە دەستی.

گووش زریان gûş zirŷan: خەڵک بە گشتی لە سەر ئەم باوەڕەن کە ئەگەر گوێی کەسێک بزرنگێت، ناوی دەبەن. ئەگەر گوێی ڕاست بێت، ناوی بە باشی دەبەن و ئەگەر گوێی چەپ بێت، بە خەراپە ناوی دەبەن. هەر لە سەر ئەم باوەڕە، پەندێکی پێشنان دەڵێت: خەێر ئۆش، خەێر وە رێید بایْد. واتە: ئەگەر ناوم بە باشی دەبەیت، تووشی خێر و خۆشی ببیت.

گەردەگۆچان gerdegüçan: خەڵک بە گشتی لە سەر ئەم باوەڕەن کە گەردەگۆچان یان گەردەلوول زەماوەندی شەیتانە و دەبێت لێی دوورکەویتەوە.

ماڵ maɫ: خەڵک بەگشتی لە سەر ئەم باوەڕەن کە ئەگەر لە عالەمی ئسکامەتی[1] ستوونی ڕەشماڵ بشکێت، سەرە ژنی ئەم ماڵە دەمرێت.

1– ئەم چەند بابەتەم لە زاری کاک قودرەت دارابییەوە، بیستووە.

2– مردەزما: یان جوان ئەزما لە بواری وشەییەوە بە مانای ئەزموونی مەردانەگی کردنە. مردەزما ئەوەی ڕاستی بێت بوونەوەرێکی خەیاڵییە.

ماڵ شەیتان maɁşeêtan: بریتییە لە تووڕی جۆمی تەنکە و خەڵک ئەم تووڕە دەسوتێنن و لەگەڵ پەتەسوو یان بۆسوو لە سەر ئەنگۆستێک کە تووشی نەخۆشی «کەوڵە» و «زووە» بووە، دەیگرن و باوەڕیان وایە کە باش دەبێتەوە[٢].

مانگ گیریان mangˆgîryan: خەڵک بە گشتی لە سەر ئەم باوەڕەن کە ئەو کاتەی مانگ دەکەوێتە تاریکی، دژمنان مانگیان گەمارۆ داوە، بۆیە لە تەنکەکوت و دەهۆڵ دەدەن تا دژمنان ببیستن و مانگ بەربدەن. ئەگەر مانگ دێر ئازاد بکرێت، حاکمێک دەمرێت[٣].

مرۆژە mirüje: خەڵک بەگشتی لە سەر ئەم باوەڕەن کە بۆ ئەوەی مرۆچەکان لە ماڵ دوور بینەوە، هەندێک مووی سەری کچی ئازەو لە کولانەیان دابنێن و بێژیت[٤]: خان وەتووە کە هەتا بەیانی ئەم مووە بکەنە مافوورە، مرۆچەکان لەوێ نامینن.

مێوان mêwan: سەبارەت بەهاتنی میوان لە لاپەڕەکانی پێشوو باسمان کرد، باوەڕێک هەیە کە دەڵێت: ئەگەر ویستت کە میوان زووتر بچێت، هەندێک خوێ لە پێڵاوەکەی بکە، زوو بە زوو دەچێت. هەروەها خەڵک بە گشتی دەڵێن کە ئەگەر قەند لە دەستدا بکەوێتە نێو پەرداخی چای، میوان دێتە ماڵ.

نان خواردن nan xwardin: خەڵک بە گشتی لە سەر ئەم باوەڕەن کە لە کاتی نان خواردن ئەگەر نان لە قوڕگ گیر بکات، خزمی نزیک یان دراوسییەک برسیەتی و لە تەنگانەیە.

1– کاتی ئارامی و نەبوونی هیچ با و گەردەلوولێك.

2– ئەم بابەتەم لە زاری باوکمەوە، بیستووە.

3– ڕاستیەکەی وایە کە ئەمە ڕووداوێکی سروشتییە و کۆسووف و خۆسووفی ناوە و هیچ پەیوەندییەکی بە دژمنەوە نییە. ڕەنگە ئەم باوەڕە لە سەردەمی «ئەبوو ڕەیحانی بیروونی» دەست پێکراوە. زانای بلیمەت «ئەبوو ڕەیحانی بیروونی» ئەستێرەناس و حسابزانی سەردەمی سەلجوقیەکان بووە و پێشبینیی کردووە کە مانگ دەچێتە خۆسووف و وایش دەبێت. شای سەلجوقی کە ئەم ڕووداوەی نەدیوە، تووڕە دەبێت کە بۆچی منیان ئاگادار نەکردووە؟

ئەبووڕەیحان دەڵێت: بەڵێنت پێ دەدەم کە بە چاوی خۆت ئەم ڕووداوە ببینی. چەند ساڵێک پێ دەچێت و کوڕی شا ئەمرێت و شا ئازیەتباری کوڕەکەیە کە سەرلەنوو خۆسووفە و شا لە شیرین خەو دایە و کەس زات ناکات لە خەو هەڵیستێنێت. بۆیە ئەبووڕەیحان دەستوور دەدات بە خەڵکان کە لە ساز و دەهۆڵ بدەن تا شا لە خەو هەڵدەستێ. کاتێک کە شا بە تووڕەیی لە خەو هەڵدەستێ و پرسیار دەکات کە چ لێقەومانێکە؟ پێدەڵێن کە دژمنان مانگیان گەمارۆ داوە و ئەمانە ویستیانە کە مانگ ئازادکەن.

4– بێژیت: بڵێیت.

ناوک پەری nawki perî: جۆرە بەردێکی خڕ و شینە و کونێکی تێدایە، خەڵک باوەڕیان وایە کە حوکمی هەیە و بەرگیری لە قەسیانی زارۆک دەکات[1].

ناوک کەفتن nawk keftin: ئەم نەخۆشییە کە ناوی زانستیی «کۆلیتی ریخۆڵەیە» هەر لە ڕاستیدا بە دارو دەرمان ناکرێت و بابەتیکی سەیرە و ئەوەش بریتی لەوەیە کە ریخۆڵەی بەرتاسکە کە ناوک تێیدا جێگیر بووە، جێبەجی دەبێت و ئاو چوار دەوری ناوک لە خۆدەگرێت و دەبێتە هۆی سەر ئێشە و کزی و قەسیان[2] بۆ دەرمانی ئەم نەخۆشییە کەسیکی کارامە کە لە دەرمانی ئاوەها نەخۆشیگەلێک شارەزایە، دێت و بەر و پشتی نەخۆش ماساژ دەدات و دوایی پێستی پشتی هەر لە ناوشانەوە هەتا بەرتاسکەی، لە نێو پەنجە دەگرێت و دەتۆقێنێت و باش دەبێتەوە.
هەروەها بە باوەڕی کورد، دەبێت ژنێک کە منداڵی دوقۆلیی[3] هەیە، پا بنێتە سەر و پشتی نەخۆشەکە تا باش ببێتەوە. هەروەها ئەگەر ڕەگی مل یان پشت بپلێت، دەبێت ئاوا ژنێک پێ لە سەروپشتی نەخۆشەکە بنێت، تا باش ببێتەوە.

وەفر wefr: وەفر یان بەفر لای کوردان بایەخی زۆرە. هەروا کە وتمان یەکەم بەفر ناخوردرێت، چونکە دەبێتە هۆی نەخۆشی «قڕنقاز»، بەڵام بەفری ئێڵاخان لای کوردان بە قیمەتە و لە زۆرینەی شیعری فۆلکۆردا ئاماژەی پێکراوە. ڕاستییەکەی وایە بەفری ئێڵاخان ئستعارەیە.
خەڵک بەگشتی لە سەر ئەم باوەڕەیەن کە بەفر خاڵۆی سەگە، بۆیە لە کاتی بەفر بارین خۆراکی گەرم بە سەگەکان دەدەن، هەروەها لە سەر ئەم باوەڕەن کە دواین بەفر، بەفری دەرمانگەرە. لە دێڕیکی شیعری فۆلکلۆردا دەڵێن:

سەونزە، سەونزێگە لە سەر نساران سفێد وەفرێگە شەفایێ بیماران

یا:

هەم خوداڕەیشتە، هەم شویەڵەیی نۆری هەم وەفرْ کاوان لە بیمار دۆریی

وەو weü: وەو یان بەوی یان بووک، لە کاتی «پاواکەران[4]» بە پێی پەتی دەیبەنە سەرکانی و دەبێت هەفت کونە ئاو پڕ بکات، تا خێر و بەرەکەت بێتە نێو ماڵی.

1– ئەم چەند بابەتە و بابەتەکانی پێشووم لە زاری کاک قودرەت دارابییەوە، بیستووە.

2 - هۆکاری زانستی ئەم نەخۆشییە سستبوونی مایچەی پشت و ریخۆڵەیە.

3– دووقۆلیی: دووانە، لفانە.

4– پاواکەران: داب و نەریتێکی کوردانەیە کە دوای زەماوەند و گواستنەوەی بووک بۆ ماڵی زاوا، ئاهەنگی خۆشی و شایی ساز دەکەن.

هاری harî: هاری نەخۆشی تایبەتی سەگ و گورگە و خەڵک بە گشتی لە سەر ئەم باوەڕەن کە ئەگەر نانی داخ بە سەگ بدرێت، هار دەبێت. خەڵک بە گشتی لە سەر ئەم باوەڕەن کە ئەگەر سەگی هار یان گورگی هار مرۆڤێک زامدار بکات و تووشی هاری ببێت، هەفت تۆتگ یان بەچکە لە سکی دەکەوێت کە ئەگەر ئەوانە بێخات، باش دەبێتەوە. ئەم بابەتە بۆ ژن و پیا یەکسانە[1]، ئەگەر لە ماوەی چل ڕۆژ ئەم هەفت بەچکەیە نەکەوێت، نەخۆش ئەفەوتیٚ[2].

1- ئەم بابەتە لە کاک عەبدوڵلا عیفەتییەوە، بیستووە.

2- ڕاستیەکەی وایە کە نەخۆشی هاری ماوەی دەرمانی چل ڕۆژە و ڤایرۆسی هاری هەتا چل ڕۆژ کاریگەری خۆی جێبەجی ناکەیت، ئەگەر لە ماوەی ئەم چل ڕۆژە هاری دەرمان نەکرێت، ئیدی دەرمانکاریی بێ فایدەیە.