29

ئیعجازی زانستی
له میحرابی نوێژدا

لەتوێژینەوەیەکی زانستیدا دکتۆرە (سلوی محمدرشدی) ئەم دکتۆرە مصری‌یە هەستا بەپێشکەش کردنی لێکۆڵینەوەیەك بە ناونیشانی(تأثیر الصلاة علـى رفـع الكفـأة الوظيفـة للقلب لدى المسلين فوق ستين سنة)ئەو نەخۆشانەی کە تەمەنیان (٦٠) ساڵ، وە نەخۆشی دڵیان هەیە، توانای دڵیان بێگومان کەمترە لە خەڵکی‌تر، بۆی‌دەرکەوت (نوێژ) کارئەکاتە ئەو توانایەو تواناکە بەرز ئەکاتەوە.

کورتـەی ئـەو لێکۆڵینەوەیـە بـەم جـۆرە بـوو: شەسـت نەخۆشـی هێنـا لەوانـەی کەتەمـەنیان سەرو(٦٠)ساڵەو وە توانای دڵیـان لاوازە، ئـەم شەسـت نەخۆشـە بـەژنو بـەپیاوەوەکردنی بـە دووبەشەوە، بە (٣٠) کەسیانی ووت کە نوێژی عیشاو نوێـژی تـەراویح لەمزگـەوت بکـەن، (٣٠) کەسـەکەی تـر نوێـژی عیشـابکەن لەماڵـەوە ئەمـە لەڕەمـەزاندا، بێگومـان ، تخطيطـی دڵـی هەموویانی وەرگرتوەهەموویان نەخۆشی دڵیان هەیـە توانـای دڵیـان لاوازەو ئـیش ناکـات وەك پێویست، لەکۆتای مانگی ڕەمەزاندا بۆ جاری دووەم تەخطیطی دڵی بۆ کردنـەوەو دەرکـەوت کە ئەو (سی) کەسـەی دەڕۆن بـۆ مزگـەوت وەتەراویحەکـەش دەکـەن لـەوێ ئارامی‌یـەك ڕووی کردۆتە دڵیان، چاکی‌یەك ڕووی‌کردۆتە دڵیان،لەتخطیطە کەدا جیاوازیان هەیە لەگەڵ ئەوانـەی هەڵنەستاون بە تەراوریحەکە. کەواتـە لێکۆڵینەوەکـە دەری‌خسـت پەیوەندیـەك هەیـە لـەنێوان ژمارەی نوێژ لەگەڵ چاك بوونەوەی دڵدا.

* (د٠توفيق) لەزانكۆی (الاسكندريه)، لەساڵی ١٩٨٦دراسەيەكی (ماجستێر)ی كرد، چەندين خاڵی تيابوو تيشك ئەخەينە سەر هەندێكی. ئەم دكتۆرە هەستا بە پێوانەی ئەو پاڵەپەستۆی خوێنە لەسەرئەو دوو شادەمارەی هەردوو لاقی مرۆڤ، لەكاتی وەستانداو خوێندنی (الفاتحە) پاڵەپەستۆی خوێن لەسەر ديواری ئەو دوو وەريدەگەورەيە (٩٠سم ئاوبوو) بە پێوەری ئاو نەك جيوە، لەكاتی (ڕكوعدا) دەبێـە (٤٩) و لـەكاتی (سمـع الله لمـن حمـده) دەبێتـە (٨٦) ئەمـە پاڵەپەستۆی خوێنە لەسـەر ديواری ئـەو خوێـن هێنەرانـە. لەسوجدەی يەكـەمدا ئەبێتـە (٣) لەدانيشـتەكەدا، (ئەودانيشـتنەی كـە بەداخـەوە زۆر كـەس نوێـژی بـەتاڵ ئەبێتـەوە، چونكـە لەهەموو مەزهەبيكدا ئەمە روكنەو مەرجە لەش لە حركەت بكەوێ (الجلسـة بيـن السـجدتين) روكنە خويشی(ابن القيم) ئامـاژەی بـەوەكردوە كـە زۆر كـەس نويـژی بـەتال ئەبيتەوەكـەوا لەشی لەحەرەكەت ناكەويت، ئەگەر سەرنج بدەين لەسونەتی پيغەمبەردا(صلی الله عليه وسلم) چەندی پیچـووە لـە سـوجدەدا كـە ئەوەندەشـی پیچـووە لـە نيوانـی هـەردوو سـوجدەكەدا، ئەحاديثمان هەيە كە چەندين دوعای فەرمووە لەو دانيشتنەدا لەو مەسافەيەدا(رب أغفر لي وارحمني وأهدنـي وأجبرني و ارزقنـي و عـافني و رافعنـي وأعفـو عنـي) ئەمانـەی فـەرموو هيـچ نـەبی، هيـچ نـەبی ئيمـە ئـەوەندە فرياكـەوين ك بليـين (رب أغفرلـي, رب أغفرلي). لە دانيشتنەكەدا(ضغط) لەسەر ئەو دووشادەمارە دەبيتە (١٦) چون بۆ سوجدەی دووەم(ضغط) ئەبيتە(١) واتە: نزيكـەی (سـفر) لەوەسـتاندنەكەدا(٩٣) لەسـوجدەی دووەمـدا ئەبيتـە(١) سـبحان الله نويـژ چ پشـوويەك ئـەدات بـەلاقی مـرۆڤ، چـەند مـاندوبيت پشـووی پیئەدات، چونكە لەكاتی سوجدەدا ئەو كيشی مرۆڤە دابەش ئەبی بەسەر (ناوچەوانیو لوتـیو هەردوو لەپی دەستیو هەردوو كڵاوەی ئەژنۆی لەگەل پەنجەكانیقاچيدا).

پالەپەسـتۆ نـامينی لەسـەريان، لـە ركوعـدا ئەگـەر ديقـەت بدەيـن ماسـولكەی بربـرەی پشـت گرژدەبيتەوە، وەلاقی مـرۆڤ بەتايبـەت ناوچـەی رانـی ئەكشـيت، ئەمـە ريگـری لـە نەخۆشـی (دەوالی)ئەكات، ئەگەر بەريكوپيكی موسلمان نويژ بكات ئەوقـەدی لەشـەی گۆشـەی (٩٠) پلـە بيت لەگەل رانيـدا لـەو حالـەتا ئـەو ماسـولكانە هـەموو رائەكيشـرين ئـەو نويژكـەرە دووچـاری نەخۆشی، دەوالینابيت كە ئيستا تيشكيكی ئەخەينە سەر .

لەحالـەتی ركوعەكـەدا ئـەو ماسـولكەی لـە (سـكا) هەيـە پیئـەوتريت (العضلـة المربعـة البطنية) فشاريك ئەخاتە سەر دەمارەكانی ناوسـك، لەهـەمان كـاتدا هـەردوو صـەمامی خويـن هينەرەكان دائەخرين (واتە خوين ناچیبۆلاقـەكان) تەنـها بـە پالەپەسـتۆيەكی بـەهيزەوە ئـەو خوينە دەگەريتەوە بۆ دل، لەسوجدەشدا (خولی خوين) لەگەل هيزی راكيشانی زەويدايـە، زۆر بەئاسانی خوين ئەچيتە دلەوە، چونكە لەشەكە لەحالەتی سوجدەدايە، سـەر لەسـەر ئـەزرە،

زۆر بەئاسانی خوێن دەگەڕێتەوە بۆ دلْ وە زۆر ئاسانی خوێن لەدڵەوە دێتە دەرێ. مەسەلەی نەخۆشی (دەوالی): کەرەستەیەك هەیەگرنگترین پێکهاتەی دیواری خوێن هێنەرەکەیە پێی دەوترێت (هایدرۆکسی پۆلیین) ئەوماددەیە ئەگەر کەم بویەوە دیواری دەمارەکەدا ئەو دەمارە ئیتر تێك ئەچێت، ئەو دەمارە توانای هەلگرتنی فشاری هەیە، ئێستا با بزانین نەخۆشی (دەوالی) کامەیە؟!

ئەم نەخۆشییە ئەگەر موسولْمان بە ڕێکوپێکی نوێژەکانی بکات دوچاری نابێت. بەلاّم هەندێکەس رکوعەکەی تەواونییە، وەستانەکەی تەواونییە دوچاری دەوالی ئەبێت. لەدراسەی ئەم دکتۆرەدا هەستا بەپێواندنی ئەو مادەیە کەپێی ئەووترێت(هایدرۆکسیپۆلین) لەدیواری خوێن هێنەرەکانی لاقدا لە(٢٠) نەخۆشدا کە دووچاری ئەم نەخۆشییە بوبن(دوالی الساقین) دەرکەوت هەندێکیان ڕێژەکەی بریتییە لە(١٦) وە هەندێکیان(٢٦) ئەمەش بە (مایکرۆگرام) ئەپێورێت. ئەمەئەگەڕێتەوە بۆ ئەو نیمچە رکوعەی کەئەیکا، ئەگینا بەڕێکی بیکات توشی ئەم دەردە نابێت، لەدراسەیەکی تریا. گەڕا بەدوای (هیدرۆکسی پۆلێن) لەو کەسانەی کەساغن کە نەخۆشی(دوالی)یان نییە، دەرکەوت لەهەندێ کەسدا کەنوێژ ئەکات(٨٠)یە کەنوێژناکات (٦٣)یە، تەنها (گۆڕەر) لەوێدا بریتییە لەنوێژکردن، ئەو ماسولکانە ڕائەکێشێ نایەلێ ئەو نوێژ خوێنەتووشی دەوالی ببێت.

- بێینەسەر لێکۆلینەوەیەکی تر، هۆرمۆنێك هەیە لەمرۆڤدا ئەو رێژنانە دەرئەکات کە لە گورچیلەوە سەرئەکەن، ئەو هۆرمۆنە پێی ئەووترێت (ئەدرینالین) ئەم (هۆرمۆنە) چالاکییەك ئەدات بەدلْ، لەحالەتی ئیشکردندا دروست ئەبێ، لەحالەتی وتوێژیتوندو هەلچوون و هەوالی ناخۆشو دیمەنی ناشرینو توڕبوون دروست ئەبێ. ئەم هۆرمۆنە چالاکییەك ئەدات بەدلْ وەلەئەنجامی ئەو دەردراوانە، ترپەی دلْ زیاد ئەبێت، شەکرە بەرز ئەبێتەوەو پالەپەستۆ بەرز ئەبێتەوە، لەزیادبوونی ئەم هۆرمۆنەدا دەرکەوت دوو لوتکەی هەیە لەکاتی دیاری کراودا.

یەکێکیان پێش نوێژی نیوەڕۆیە، یەکێکیان پاش نوێژی نیوەڕۆیە، تاقیکردنەوەیەك کرا لەسەر (٣١) ئەفسەر کە نیشان بگرنەوە، ماندویان کردن بۆماوەی (٧٥) سەعات نەیان هێشت بنوون، نەیان هێشت لەو تاقیکردنەوەیەدا هیچ جۆرە پشوویەك بدەن، شەکەت بوون بەلاّم زوو زوو تخطیطی دلْیان بۆ ئەکردن، هێلکاری خوێنیان بۆ ئەگرتن. خوێنی ئەم(٣١) ئەفسەرە دەرکەوت کە لوتکەی ڕژاندنی ئەدرینالین بۆناو لەشیان (لوتکەی رژاندنی ئەدرینالین بۆ ناو خوێن بێگومان خۆی دوو دەقیقە لەناو خوێندا ئەمێنێتەوە،ئیتر شانەکانی لەش هەلی دەمژن) دووسەعات زیاتر ئەمێنێتەوە پاشان لەگەلْ دەردراودا لەگەلْ ((میز))دا ئەچێتە دەرێ. لەگەلْ

ئەوەی کەئەمانە(٧٥)دانە سەعات ماندووبون دەرکەوت لەنیوەی شەودا (ئەدریناڵین) کەمترین بڕ دێو وەزۆر هەست بەماندویو هیلاکیو شەکەتی ئەکەن وەلەکاتی پاش نیوەڕۆدا لە سەعات(١٢،٣٠)ی نیوەڕۆ ئەدریناڵینەکە زۆر دەبێت.

لیکۆلینەوەی تر هەیە کەهەمووی ئەوە ئەسەلمینی کەئەم هۆرمۆنە لەپاش نیوەرۆوە زیاد ئەکات لەکاتی عەسردا ئەگاتە لوتکە. تیکرای دەرپەرینی خوین لە دلەوە لەسەعات (٣)دایە، ترپەی دل ئەگاتە ئەوپەری لەسەعات(٤)دا، پالپەستۆکەی دوای ئەوە بەرزئەبیتەوەئەمە لەهەموو مرۆڤیکدا وایە ئیتر ئەو مرۆڤە: ماندووە، نەخۆشە، ساغە، لە پشوودایە یان نـاء ئەم دیاردەیە رووئەدات، وەك یەکە لەسەر هەردوو رەگەزەکە(ژنە) پیاوە گەنجە بەتەمەنە لەهەچ وولاتیك بیت لەو کاتی(بعد الزوال)ە دا ئەو دیاردەیە رووئەدات. (طـب) وەلامی چیـیە بۆئەم دیاردەیە؟ ئەلی: ئەمە پەیوەستە بە کاتژمیریکی ناوخۆی مرۆڤەوە کەپیی ئەوتریت: (الساعة البايلوجية) بە کاتژمیری بایۆلۆجی ئەو دەردراوە دروست ئەبی،بۆچی دروست ئەبی؟ تائیستا زانست (علم) نازانێ بۆچی..؟

بەلام وەك پیواندن بۆیان دەرکەوتووە: کە ئەو هۆرمۆنە، زۆرترین کات دیتە خوینەوەو ناو لەشەوە کاتی نیوەرۆیەو ئەگاتە لوتکەکەی لە کاتی عەسردا.

قورئانی پیرۆز ئەفەرموی: (حافظوا على الصلوات و الصلاة الوسطى وقوموا لله قانتين)(١) واتە: خوای گەورە ئەمرمان پیئەکات کە نویژەکانمان لەکاتی خۆیدا بکەین بەتایبەت نویژی ناوەراست کە زۆربەی زانایان لەسەر ئەوەن کەنویژی ناوەراست نویژی (عەسرە) ئیمامی زەمەخشەری لە کشاف داو (ابن كثير) وەها ئەفەرمووی‌و وە سید قطب وەها ئەلی و غەیری ئەمانەش لەسەر ئەو رایەن. پشتیان بەستووە بەفەرموودەیەکی پیغەمبەری خوا(صلى الله عليه وسلم) کە لەرۆژی جەنگی (الاحزاب)دا فەرمووی (شغلونا عن الصلوة الوسطى,العصر ملأ الله قبورهم و بيوتهم نارا)(٢). واتە: سەرقالیان کردین ئەو بیباوەرانە، ئەو موشریکانە لە نویژی ناوەراست لە نویژی عەسر، خوا قەبرو مالیان پر بکات لەئاگر.

ئەم فەرموودە ئەیسەلمینی کە نویژی ناوەراست کەلەقورئاندا هاتووە، بریتییە لە نویژی عەسر، ئەم هۆرمۆناتانە کەزیادئەبی ترپەی دل لەلوتکەدایەو.. هتد. لەبەرئەوە خوای گەورە ئەمرمان پیئەکات بۆ ماوەیەك دورکەوینەوەلەدنیا، دورکەوینەوە لە جەنجالی ژیان رووبکەینە خوا بائەوکاتە بەسەلامەتی تیپەر بیت چونکە هەچ کاریکی زیادە، هەچ ئیشیکی زیادە،

---

(١) البقرة / ٢٣٨ .
(٢) صحيح مسلم / رقم (٤).

خەبەرێکی ناخۆش، هەڵچوونێکی دەروونی لەو کاتەدا هۆڕمۆنەکە زیاتر ئەبێت دڵەکـە بەرگـەی ناگرێ.

لە لێکۆڵینەوەی زانستی تردا زانای گەورە وەکو (ئلترلگام) وەك (بۆپسن) بە ئامارکردن بۆیـان دەرکـەوتووە کـە نسـکۆکردنی (مضاعفــات)ی دڵ لەسـەعات (١-٣) ڕووئـەدات زیـاترینی وەستاندنی دڵ لەکاتی (١-٣)یــە.

جائەو دراساتانە ئەسەلێمنێ کە دەردراوی (ئەدرینالین) زۆرە لەوکاتەدا لەبەر ئـەوە پێویسـتی بە پشوویەکە دور کەوێتەوە لە سەرقاڵی ژیان ، خوای گەورە فەرمانمان پێئەکات کەلەوکاتەدا دوورکەوینەوە،سەرگەرم بین بەدەست نوێژشتنەوە، ئەو دەست نوێژە پێی ئەووترێت، (جـهد متوسط) ئەوە ئـەو چـالاکی دەسـتە، ئـەو حەرەکـەتی دەسـت نوێـژە ووردە ووردە هۆڕمۆنـی (ئـەدرینالین)ەکـە کـەم ئەکاتـەوەو ئـەو جولانـەمان ڕۆشـتنێکی لەسـەر خـۆ بـەرەو مزگـەوت، چـاوەڕوان کردنـی نوێـژ هـەتا مامۆسـتا دێـت، نوێـژ کردنـی جەماعەتەکـە پاشـان ئـەو وێـردوو تەسبیحاتەی دوای نوێژ، ئەو سوننەتانەکە هەن، ئەوانە هەمووی نزیکەی نیوسـەعاتێك ئـەبات، ئەبینیت لەو کاتە ترسناکە تێپەڕئەبیت، نوێژ تەواوئەبێ (ئەدرینالینەکە) دائەبەزێت، پاشـان ئـەو مرۆڤــە توانــای ڕووبەڕووبونــەوەی تــری لا دروســت ئــەبێت چونکـــە پاڵەپەســـتۆکە دابەزیوەتەوەو ئەو فشارەی کەلەسەر دڵ بووە لاچـووە.. ئـەم دیاردەیـە ڕووئـەدات لەهـەموو مرۆڤێکدا و لە هەموو شوێنێکداو تەنها لە دەوروبەری عەسردا، کەواتە بۆمان دەرئەکەوێت ئەم شـەریعەتە پـیرۆزە لەگـەڵ زانسـتدا دەقـاودەقن، هیـچ جیاوازیـەك نـیـە لەگـەڵ لێکۆڵینـەوەی فەرموودەکانی خواو پێغەمبەردا (صلى الله عليه وسلم) وەهەرچیئـەم شـەریعەتە فەرموویـەتی ئایا لەقورئانەوە بێت یان لەرسول الله وە بێت (صلى الله عليه وسلم) لەبەرژەوەندیمرۆڤدایە.