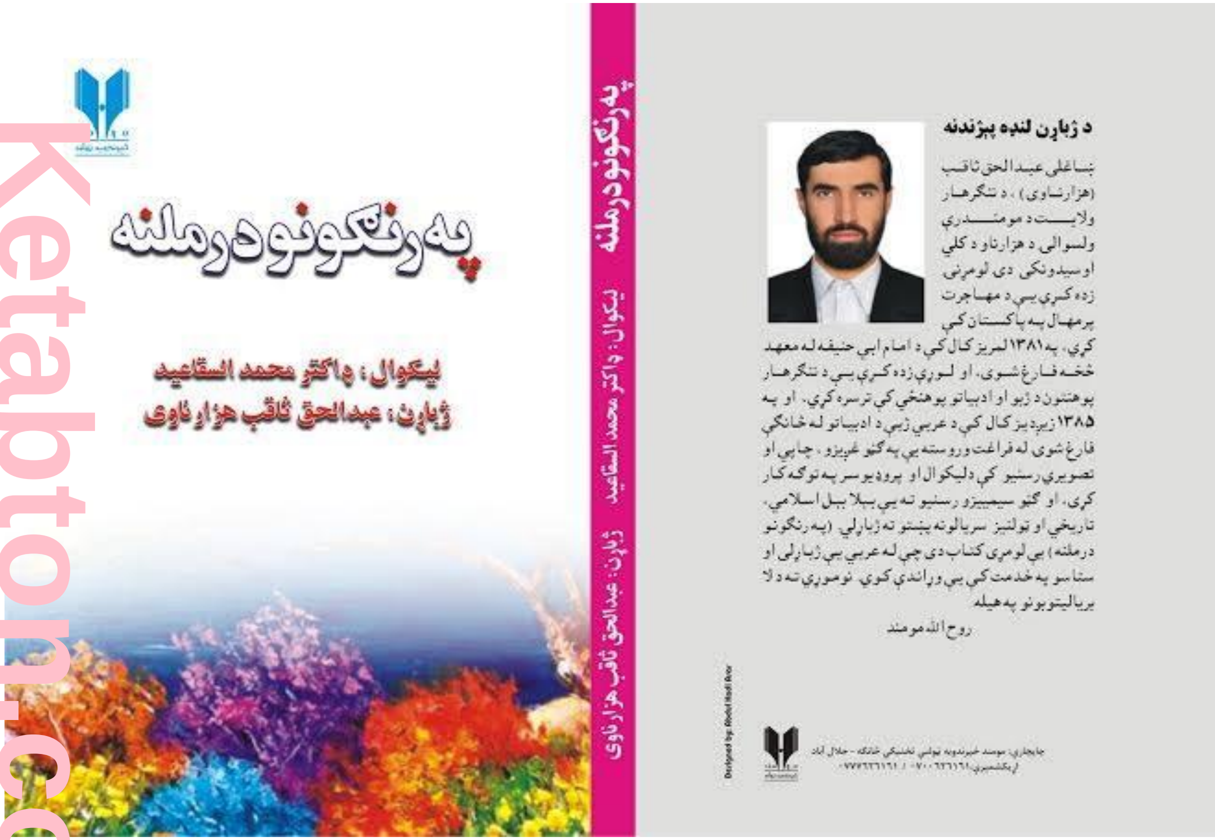


Ketabton.com

(c) ketabton.com: The Digital Library



# د خپروندي يادښت

له ښه مرغه په دې وروستيو کې د پښتو ژبې لمنه په ژباړې او نورو هنري، علمي، داستاني او شعري ټولګو ښکلې شوې ده؛ خو لا هم په دې برخه کې ډېر نور کار کولو ته اړتيا ده، پخوا به دا شکايت ډېر کېدو چې د پښتو ژبې کتابونه د خرڅلاو لپاره بازار نه لري او همداسې وه؛ خو اوس داسې څرګنديږي چې په خلکو کې د لوست او د کتاب د رانيولو شعور پيدا او زيات شوی دی. اوس دې هر څوک يو اثر له بلې ژبې ډاډه راوژباړي يا دې خپله پنځونه وکړي؛ ځکه چې د خپرولو لپاره بېلابېلې خپرونديې ټولنې شته، چې ور کتاب وړيا ورته چاپ او خپور کړي.

( د زنګونو رازونه ) د ښاغلي عبدالحق ثاقب د زيار پايله ده، نوموړي ورور ډېر ښه انتخاب کړی دی، چې دا په زړه پورې کتاب يې پښتو ته راژباړلی دی. په دې کتاب کې د فطرت د ټولو ښکلاګانو او رنګونو څخه پرده پورته شوې ده، هغه څه چې مونږ ليدل او يا يې وينو؛ خو د زړه په سترګو مو نه ورته

(c) ketabton.com: The Digital Library



کتلي او يا مو په اړه هـر اړخيـزه مالومـات نـه لـرل، ددې کتـاب په مرسته يې ليدلي او حس کولي شي، د زنګونو دې نړۍ کـې ډېر څـه شته؛ خـو دا چې بـا احساسـه او سترګور خلـک کـولي شي، هغه څه وګوري. په دې کتاب کې د رنګونـو پـه ځانګړتيـاو په زړه پـورې خبـرې شـوې دي او دروانـي ليـدلوري هـم کتنـه ورته شوې ده، له دې پرته چې پـه قـران کـريم کـې د رنګونـو په اړه څه ايتونه راغلي د هغې په اړه هم ډېر څه پکې لوستلي شئ.

پښتو کاروان د ژباړې مرکز ښاغلي ثاقب ته مبارکي ورکـوي او په دې وياړي چې ددې کتاب د چاپ سعادت يې تـر لاسـه کـړ. ليکـوال دې همداسـې تانـد او هڅانـد وي او پـه راتلـونکي کـې ترې د نورو پنځونو هيله کوو.

درنښت

پښتو کاروان د ژباړې مرکز

(c) ketabton.com: The Digital Library



# رنګونه د رازونو

# او

# اسرارو دروازې

رنګونه د ښکلا ژبې او دالله تعالي د هر تخليق متبسم آوازونه دي . که مونږ د خپلو زړونو ، ارواوو او فکرونو جېبونه ولټوو د رنګونو د دروازو کيلي ګانې په کې موندلي او ځانونه د کمال وجمال تر درشله رسولي شو. دالله تعالي هيڅ پيدايښت او تخليق بې حکمته نه وي . د رنګونو په اړه دا کتاب دعربي ژبې پياوړي ليکوال ډاکټر محمد السقا عيد ليکلي ، پلټونکي ليکوال او مترجم ښاغلي عبدالحق ثاقب په خوږه پښتو اړولي دي . ددې کتاب د خوږې ترجمې تر لوستلو وروسته د خوشال بابا هغه بيت راياد شو چې حمزه بابا پرې مکمل کتاب ليکلي دي . بيت دادي :

(c) ketabton.com: The Digital Library





پە هرڅەکې ننـداره دهغه مخ کړم

چې له ډېرې پیدا یې نه نا پدید شو

موږ چې هره شېبه هرځای ناست یو او سترګې مو خلاصې وي د رنګونو یو سمندر زمونږ د نظر له مخې تیریږي . زه حیران دې ته شوم چې تر ننه ما په پتو کې داسې کتاب نه وو لیدلی چې یوه دومره عام شي ( رنګـ ) ته دې له یوې زاویې کتل شوي وي . د رنګـ په اړه ددې کتاب ترجمه یو رنګین کار دی چې د پښتو لوستونکې به له دې ښکلیو رنګونو سره غاړه غړی‌روان شي ، کیف او فیض به ترې واخلي . ددې کتاب خپرېدل به پښتنو لیکوالو او لوستونکو ته دداسې شیانو په اړه نوي فکرونه ورکړي چې د ژوند دنعمت په هره برخه کې وي خو زمونږ د سر او زړه سترګې پرې ړندې وي .

درنګو او ښکلا پروردګار دې دښاغلي ژباړونکي عبدالحق ثاقبـ زړه ، سترګې ، فکر روح و روان په داسې ښکلیو رنګونو درمان کړي چې د پښتو ژبې ساده ځولۍ له رنګینیو ډکه کړي . قدرمنو لوستونکو ته ددې رنګینې ګل ګېډۍ مبارکي وایم

د مینو تنښېدلي رنـــــــــګـ ولاړ دي

(c) ketabton.com: The Digital Library



**دا نرګـــس چې د اوبو ترڅنګ ولاړ دي**

**د سپوږمۍ سپينې سربازې پرې ورخېژه**

**دغه پورې غر له کبره دنـــــګ ولاړ دي**

**د ښاغلي ډاکتر صاحب سردار خان خوستي سره دې د خوشالۍ رنګونه ملګري وي چې د ژباړې مرکز يې پرانيستي او دپښتو خدمت ته يې ملا تړلې ده .**

**دمينې او اخلاص په ټولو رنګونو**

**پير محمد کاروان ، کابل افغانستان**

۱۳۹۲ **د جوزا** ۱۲

(c) ketabton.com: The Digital Library



# تقریظ

په دې وروستیو کې د رنګونو پوهې ته پام اوښتي او د پام وړ پرمختګ په کې شوی دی، چې له امله یې پر انساني ژوند مثبت اغېز کړی دی، د انسان شخصیت تړې جوتیږي، په ډیری وختونو او حالاتو کې د غم او ښادۍ نښې بلل کیږي، دیني او مذهبي اړخ هم لري، د بېلګې په ډول شیعه مذهبي په خپلو مذهبي ورځو او شپېو کې د تور رنګ کارول ستر عمل ګڼي، بودایي او هندو مذهبه وګړي د ژیړ رنګ په کارولو سره د زړه سکون ترلاسه کوي، او دیني فریضه یې ګڼي، سره رنګ د کمونیزم په لومړیو کې د هر کمیونسټ د زړه اواز وو، چې د همدې رنګ له امله یې یو ځانګړی نظام جوړ کړ. د اسلام سپڅلي دین کې د سپینو او شنو رنګونو ستاینه شوې ده، چې ښځینه ته د هر رنګ جامو اغوستلو اجازه ورکړې؛ خو نارینه ته یې د سره رنګ څخه ډډه فرمایلې ده.

(c) ketabton.com: The Digital Library





د ارواپوهنې له مخې رنګونه هغه ستر درمل دي، چې په دې وروستيو کې پرې اروا پوهان باوري شوي او د ناروغانو درملنه پرې کوي، او دا توصيه کوي، چې د کيمياوي درملو پر ځای دې له رنګونو کار واخيستل شي.

هر رنګ ځانته ځانګړنې لري او د خپلو ځانګړنو له امله ځانګړي اغېزې ښندي، دا اغېزې پر انسان او د انساني او حيواناتو هم چاپيريال سره تړلي، تر دې چې پر حشراتو اغيز کوي.

د رنګونو په برخه کې پوهان کار کوي او دا لړۍ لا روانه ده او د پرمختګ لپاره يې هڅې پيل کړي دي. په دې کتاب کې د رنګونو په اړه ډير ښکلي او په زړه پوري ځېړنې يادې شوي ، او د هر رنګ ځانګړنې يې په ډاګه کړي دي.

د ژباړن (عبدالحق ثاقب) ژباړه د ستاينې وړ ده، هره برخه يې په ښه ډول راپښتو کړي ده، د ژبې د اسانوالي له امله تري هر لوستونکي په اسانۍ ګټه اخيستې شي ، ځکه نو ، د هرې کچې لوستونکي ته ښکلې ډالۍ ده.

(c) ketabton.com: The Digital Library



په پای کې د ښاغلي ورور (عبدالحق ثاقب) هڅه بې بیلګې ده، له ستر څښتن تعالي څخه ورته د اوږده عمر غوښتونکی یم څو دا بیرې لا پر مخ بوځي ، او دا ډول ښکلې او معلوماتي ډالۍ ټولنې ته وړاندې کړي .



په مینه

واحدالله مزل، کابل افغانستان

۱۳۹۲ د جوزا لومړۍ

(c) ketabton.com: The Digital Library





# دژباړن سریزه

الله جل جلاله هرڅه د انسان د ګټې لپاره پیدا کړي ، پر انسان یې دا ستر نعمت کړي چې ورته یې فکر ، عقل او پوهه ورکړې . د همدې له برکته انسان دالله جل جلاله په مخلوقاتو کې فکر، پلټنه ، او بالآخره پرمختګ کوي او ورته له دې تابع شوې نړۍ ګټه اخلي .

رنګونه ددې نړۍ په طبیعت کې دالله له سترو نعمتونو څخه شمېرل کیږي ، د انسان ژوند ښکلی کوي ، او له مینې او خوشالۍ یې ډکوي. موږ چې په دې نړۍ کې هرځای ته په هر مهال کې ځو ، چاپېره مو بېلا بېل رنګونه تر سترګو کیږي .

د رنګونو ژبه هغه نړیواله ژبه ده چې په فطري ډول وربانـدې ټول خلک پوهیږي ... د کور ،کار ، لارو کوڅو ، اعلانونو ، جامو ، ځنګلونه او ... ډول ډول رنګونه زموږ ذهنونو ته ډول ډول پیغامونه راستوي . خلک د ژوند د چارو په پرمخ بیولو کې ټول له رنګونو سره چلند کوي ، د رنګ له ټاکنې وړاندې یو څه تم کیږي ...کله چې د توکر په یوه هټۍ

(c) ketabton.com: The Digital Library





کې ځان ته جامې رانيسي ... کله چې د کور د رنګولو لپاره رنګ ټاکي ... کله چې ځان ته موټر پيري ... کله چې ځان ته دفتر جوړوي ... او ... خو دا ټاکنه په ناڅاپي توګه نه کوي ، بلکې هغه څه رانيسي چې رنګ يې ځان ته ورجلب او زړه يې ونيسي ...

خلک ، ځينې يې يو ډول رنګ ، او ځينې يې بل ډول رنګ خوښوي ... خو ددې لامل ته يې شايې ډيريو پام نه وي کړې . خو د بريتانيا پوهان دې ټکو پوره پاملرنه کړې ، هغوی دا کشف کړې چې د انسان جسم ډول ډول رنګونو ته اړتيا لري ، او دا کار دهغوی پر جسمي او ذهني کړنو شکاره اغيزې کوي . دوی زياتوي ، چې له جسمي ستړيا څخه نيولې ، او تر سرطاني ناروغيو پورې درملنه په رنګونه درملېداي شي .

او همدا لامل دی چې دنړۍ په مختلفو هېوادونو کې په رنګونو د درملنې په برخه کې متخصص رنځورپالان شتون لري .

په نړۍ په ډېرې روغتونونو کې متخصص ډاکتران د رنګونو متخصصين راغواړي ، او غوښتنه ترې کوي چې د رغتون

(c) ketabton.com: The Digital Library



دېوالونه په هغو رنګونو ورنګوي چې د ناروغانو په درملنه کې ډېر رول ولري .

پوهان وايې چې ، رنګ د انسان پر شخصيت (کرکټر) دلالت کوي ... د اروا پوهنې عالمان وايې : ته راته ووايه چې کوم رنګ دې خوښيږي ... مخکې له دې چې د ځان په اړه دې نور څه ووايې ، زه به درته ووايم چې ته څوک يې !!

په رنګونو درملنه هغه علم دي چې ښايې د ډېري خلکو ورته پام نه وي ، په دې کتاب کې په رنګونو د درملنې په اړه هر اړخيزه تجربې ، څېړنې او نظريات ښودل شوي ، کيداي شي دا کتاب ډېريو ته نوي وي ، او ډېريو نورو ته د معلوماتو د زياتوالي ښه توخه وي .

دا چې د اسلام سپېڅلي دين د رنګونو په اړه څه ويلي ؟ د قيامت په ورځ به د خلکو رنګونه څنګه وي ؟ په رنګونو د درملنې لارې کومې دي او کوم رنګ د کومې ناروغی لپاره غوره درمل دي ؟ دا او دېته ورته نور موضوعات په پوره څېړنه او تجربو په دې کتاب کې ياد شوي .

(c) ketabton.com: The Digital Library



ګـران ورور  واحـدالله مـزل  چـې د نـورو ژبـاړو ترڅنګـ یـې د کرني او اقتصاد په برخه کې یو شمېر مسـلکي کتابونـه راپښتو کړي ، او تل یې همدا  هڅه وي چې خپلـې ټولنـه پـه معلومـاتي کتابونو ونازوي ، مننه ترې کوم  چې له خپلو ګڼو مصـروفیتونو سـره یـې ددې کتـاب کتنـې تـه وخـت ورکـړ ، او د سـمونې پـه برخه کې یې راسره مرسته وکړه .

د هېـواد تکـړه او وتلـي شـاعراو لیکـوال ښـاغلي پیـر محمـد کاروان څخه هم د زړه له کومې مننه کوم ، چې  سـره د ډېـرو کارونو  یې زما کتاب له پیله تـر پایـه وکاتـه ، ځینـې سمونې یـې ورکې وکړې ، او  ژبه یې ورته لا ساده کړه .

دا کتاب ټولو لوستونکو ته پـه مینـه ډالـۍ کـوم .  او هیلـه تـرې کوم چې ، تر لوستلو وروسته یې ، خپل ملګري ته ډالۍ کړي .

په درنښت

عبدالحق ثاقب (هزارناوی)

کابل افغانستان

۱۳۹۲ د ثور ۱۵

(c) ketabton.com: The Digital Library





# د ليکوال سريزه

د رنګونو په سمندرکې د رنګونو رازونه لا پټ پاتې دي ، او د راسپړلو لړۍ يې لا پاي ته نه ده رسېدلې . تر دې دمه د رنګونو په اړه ډېرې څېړنې شوي او په پايله کې يې يو لړ حيرانوونکي لاسته راوړنې په لاس راغلي . اروا پوهان په دې ټينګار کوي چې د يو انسان د خوښې رنګ دهغه پر شخصيت دلالت کوي . خو بيا رنځورپوهان له دې هم وړاندې تللي ، او دا يې ثابته کړې چې شنه زرغونه، سره زرغونه او ژېړ رنګونه ( کمان رستم ) دهغو خطرناکو ناروغيو درملنه کوي چې نور درمل يې په درملنه کې پاتې راغلي ...... دا سمه ده چې هره ناروغي درمل لري ، خو دا هم يو څرګند حقيقت دي چې ډېرې ناروغۍ بيا له کيمياوي درملو پرته نور ډول ډول درمل لري ..... په دې ليکنه کې به دا موضوع وڅېړل شي .

په رنګونو د درملنې په پايله کې د انسان په بدن کې د رنګ د انرژيو او د سرابي ( سپک ) جسم د جوړښت ( ترکيب ) ترمنځ طبيعي توازن رامنځته کيږي . دا توازن هغه وخت رامنځته کيږي چې د رنګونو غبرګونونه ( انعکاسات ) په سمه توګه د بدن هغو سيمو ته ورسيږي چې نور بدن په فعاليت

(c) ketabton.com: The Digital Library





راولي ، دا په دې مانا چې د رنګ د رسېدو په پايله کې د بدن دا سيمې پر دې توانيږي چې د انسان په مادي جسم کې د ژوند وړتياوې ( استعدادونه ) ، سپک ، ځواک او انرژي راپيدا او ګرېندۍ کړي .

انسان سرابو ته ورته جسم لري ، دا جسم سپک او د وړانګو په څېر وي، او د انسان پر مادي جسم چاپېر او دهغه په حجرو کې شتون لري، د انسان دا ډول سپک او سرابي جسم دنده لري چې له فضا څخه د سپين رنګ انرژي راکش او بيا يې په بدن کې د رنګ پر بنسټيزو انرژيو وويشي، له دې وروسته دا انرژۍ د بدن مختلفو برخو ته رسيږي او د بدن هرې برخې ته له رسېدو وروسته په انسان کې د ژوند وړتيا او فعاليتونه ګرېندي کوي.

سرابي يا سپک جسم چې په مادي جسم باندې مستقيمې اغيزې لري ، که د سرابي جسم درملنه د رنګونو د وړانګو په واسطه ترسره شي ، هم دا شونتيا زياته ده چې دا ډول اغېزې رامنځته کړي او د انسان په مادي جسم کې ځواک او فعاليت راپيدا کړي. ځکه چې په سرابي جسم کې بدلون او پر

(c) ketabton.com: The Digital Library





هغې هر ډول اغېزې په مادي جسم مستقیمې اوښکاره اغېزې لري .

دا چې نن موږ په یویشتمه پېړۍ کې ژوند کوو ، د متخصصینو رنځورپوهانو مشوره هم داده چې له ډېرې اړتیا پرته دکیمیاوي درملو له استعمال ډډه وکړو، ځکه کیمیاوي درمل ډېري وختونه جانبي عوارض هم له ځان سره لري، نو پر ځاي ددې چې د سر د درد لپاره له ( اسپرین ) څخه کار واخلو ، یا دوینې د فشار درملنه په کیمیاوي درملو وکړو، نو ښه خبره داده چې دا درملنه د رنګونو په ځېر په داسې لارو چارو وکړو چې هیڅ جانبي عوارض ونه لري ...

دا سمه ده چې هره ناروغي درملنه لري ، خو له کیمیاوي درملو پرته هره ناروغي نورې درملنې هم لري ..... دا نه وایو چې هره ناروغي درمل لري ، بلکې هره ناروغي د درملنې لپاره ځانګړي رنګ لري .

ډاکتر محمد السقا عید

دمیاط

دوشنبه، ۱۴ فروري، ۲۰۰۵

(c) ketabton.com: The Digital Library



# سريزه

ډاکتر سمير البهواشي وايې : الله جل جلاله د انسان په بدن کې داسې توکي ، وړانګې اود بريښنا څپې پيدا کړي چې، له جهاني وړانګو او برقي ميقناطيسي څپو او د رنګونو خوځېدنې او رڼېدا سره پوره ورته والي لري .او هر انسان ځانته جلا وړانګې لري ، دا وړانګې د ګوتو او سترګو د ښنو په څېر ددوه انسانانو يو ډول نه وي، بلکې له يو بل سره توپير لري . دا وړانګې د څپو په اوږدوالي ، غبرګون ( انعکاس) او رڼېدا کې له نورو سره توپير لري او د هر انسان وړانګې د بل انسان د وړانګو په څېر نه وي. هر انسان نرۍ او نورو انسانانو ته خپلې ځانګړې وړانګې لېږدوي او له نړۍ او نورو انسانانو څخه

(c) ketabton.com: The Digital Library



نورې وړانګې اخلي، کله چې دا وړانګې سره نږدې والي او يو ځه ورته والي ولري ، نو په پايله کې يې ددوه انسانانو ترمنځ مينه، محبت او د ملګرتيا فضا رامنځته کيږي، او کله چې دا وړانګې سره ليرې او هيڅ ډول ورته والي ونه لري ، نو بيا يې پايله هم بدله وي .

رنګ له وړانګې لرونکې انرژۍ ځخه عبارت دي، دا وړانګې په ټاکلې اندازه د ځپو اوږدوالي لري، او د سترګو شبکيه (retina)[1] چې رڼا راکشوي او بيا يې مغزو ته لېږدوي ، دا وړانګې رنګونو ته ترجمه کوي.

د سترګو په پرده يا شبکيه کې درې رنګونه شتون لري چې، عبارت دي له زرغون (شين)، سور او آسماني رنګ ځخه ،او ددې درېو رنګونو له اختلاط او يوځاي کېدو ځخه نور رنګونه جوړيږي .

کله چې د رڼا انرژي زموږ بدن ته ننوځي ، نو سمدلاسه نخامي غده[2] او سرابي جسم رايېداروي او په بدن کې

---

[1] د سترګې شاتنۍ برخه، دا برخه رڼا ترلاسه کوي او بيا هغه ځه چې سترګه يې ويني دهغې انځور مغزو ته ليږي .

(c) ketabton.com: The Digital Library





**هورمونونه افرازوي، د هرمونونو د افرازېدو په پایله کې زموږ په بدن کې یو شمېر فزیولوژیکي ( تشریحي ) عملیات رامنځته کیږي .چې په پایله کې د رڼا داخل شوې انرژي زموږ په فکر( اند ) ،مزاج او سلوکو کې بدلون رامنځته کوي .**

**د حیرانتیا خبره خو لا داده چې رنګونه پر هغو کسانو هم اغېزه لري چې لیدل نه شي کولي . او لامل یې هم دهغو انرژیو غبرګون دي چې دهغوي په بدن کې تولیدیږي. لرغونو چینیانو هم د نارغیو په درملنه کې دا نظریه پر مخ بیوله چې د ( فینج شوي ) په نامه یادیږي. او همدا راز فرعونیانو هم په اهرامو کې دننه د میکروبونو د مخنیوي،د باکتریاوو د وژلو او د مومیایي ساتلو په موخه د ( زرغون نه اًخوا ) رنګ څخه کار اخیست.**

---

[2] نخامي غده هغه غده چې د ماغزو په لاندي برخه کې موقعیت لري وي او د هرمونونو د تولید په پایله کې د وجود په وده کې اغېزه لري .

(c) ketabton.com: The Digital Library





# څېړنې او تجربې

د پوهانو یوې ډلې ځینې داسې وسایل کشف کړي چې له مخې یې ټول هغه نفسي یا جسمي غبرګونونه ثبتوي چې د رنګونو د اغېز په پایله کې له انسان څخه صادریږي. له دې وسایلو په څخه په استفادې سره دا مالومه شوه چې هر رنګ پر انسان بېلا بېلې اغېزې لري، نو کله چې د انسان د زړه ټکان تېزیږي، د سترګو جېږمې ( ځېږمې ) یې په تناوب سره خلاصیږي او بندیږي، او په ورغوي کې یې د لندبل (رطوبت) او زیاتو خولو په پایله کې د برق د تولید او تودوخې (حرارت) کچه لوړیږي ، او هغه چې زموږ د مغزو د فعالیت توپیر په ګوته کوي ، دا ټول هغه څه دي چې پر انسان د رنګونو د اغېزو په پایله کې رامنځته کیږي .

ځینو څېړنو ددې موضوع په اړه مهمې پایلې لاسته راوړي ، په ۱۸۷۸ میلادي کال کې ساینس پوه ( ډي . بي . ګاډیالي ) هغه علمي مبادي کشف کړل چې له مخې یې دا روښانه کړه چې ولې او څنګه د رنګونو وړانګې د درملنې په برخه کې

(c) ketabton.com: The Digital Library





اغېزمنې دي ؟ او د رنګونو مختلفې وړانګې دانسان د مختلفو ناروغيو لپاره څنګه درملنه ده ؟

په ۱۹۳۳ زيږديز کال کې يې له څو کلونو څېړنو وروسته د کمان رستم (رنګين کمان) د رنګونو د پرتلنې په اړه يوه موسوعه ( دايرة المعارف ) خپره کړه. دا دايرة المعارف په رنګونود درملنې په برخه کې ډېره ارزښتناکه ګڼل کيږي .

په رنګونو دعلاج په برخه کې چې کوم نظريات رامنځته شوي ، ټول د ګاډيالي له نظرياتو سرچينه اخلي .

هر ژوندي ژوي او د انسان د بدن هر نظام ځانګړې رنګ لري، دا رنګ د پارونې او تحريک دنده په غاړه لري، خو له بل پلوه ځينې نور رنګونه هم شته چې د بدن له همدې غړي او نظام فعاليت له خنډ او ځنډ سره مخامخ کوي او فعاليت يې کمزوري کوي .

کله چې يو انسان د رنګونو په ارزښت او دهغې پر اغېزو او ګټو پوه شي ، کولي شي د ځان لپاره مناسب او د اړتيا وړ رنګ وټاکي ، په دې کار سره به هغه پر دې وتوانيږي چې په بدن کې له کاره لوېدلي غړي بيا په فعاليت راولي او يا د بدن

(c) ketabton.com: The Digital Library





په هغو نظامونو کې توازن لاسته راوړي چې له لاسه يې ورکړي وي .

هغه انسانان چې په ښه او سم حالت کې ژوند کوي، د هغوي لپاره اړينه ده چې بايد د بدن دننه د رنګونو د انرژيو ترمنځ توازن وساتي . او هر کله چې دا توازن له منځه لاړ شي نو په ناروغۍ اخته کيږي .

دانسان په بدن کې دوه عمليې تل په کار بوختې دي ، يوه يې د جوړونې عمليه ده چې د غذايي توکو د جذبولو او حل کولو دنده په غاړه لري ، او بله يې د ويجاړونې عمليه ده چې دبدن په حجرو کې د ويجاړتيا دنده په غاړه لري .

لومړۍ عمليه د جوړونې او سمونې عمليه ده ، دا په داسې حال کې چې دويمه عمليه د لومړۍ عمليې برعکس دنده پر مخ بيايي. دا عمليه له بدن څخه زهرجن توليدات او ناولتوب له منځه وړي.

خو کله چې يو انسان د دواړو عمليو ترمنځ توازن ته پام وکړي او تناسب يې وساتي، نو هغه له ښې روغتيا څخه برخمن وي

(c) ketabton.com: The Digital Library



،دا دواړه عمليې په ګډه ميتابوليزم[3] تشکيلوي ، چې دا بيا دهغو عملياتو ټولګه ګڼل کيږي چې د پروتوپلازما [4] له جوړنې او ويجاړولو سره تړاو لري .

ګاډيالي دې پايلې ته رسېدلي چې سور رنګه وړانګې د جوړونې يا سمونې وړانګې ګڼل کيږي ، دا په دې مانا چې سرې وړانګې په بدن کې د وينې سره کرويات زياتوي او ينه رابيداروي. دا په داسې حال کې ده، چې بنفشه يي وړانګې چې توري فعالوي ، ويجاړوونکې او لړزوونکې وړانګې ګڼل کيږي.

ګاډيالي دا هم کشف کړې،چې توري د وينې پخواني سره کرويات له منځه وړي او پر ځاي يې د وينې سپين کرويات توليدوي چې بيا له بکترياوو سره جګړه کوي او مخه يې نيسي.

سور رنګ چې د انسان په بدن کې د ينې فعاليت ګړندي کوي، په کمان رستم کې د رڼا يوې خواته موقعيت لري ، دا په

---

[3] ميتابوليزم د انسان په بدن کې کيمياوي پروسه ده ، په ځانګړې توګه هغه پروسه چې غذايي مواد د بدن د لويولو او ورته د انرژي ورکولو لپاره کار کوي .

[4] پروتوپلازما د ژونديو حجرو دننه رڼه او شفافه مايع ده .

(c) ketabton.com: The Digital Library





داسې حال کې ده چې بنفشه يي رنګ چې د توري فعاليت ګړندي کوي د کمان رستم په بله خوا کې ځاي لري . د يادونې وړ ده چې بنفشه يي رنګ ( نخامي غده ) فعالوي او لا يې ګړندی کوي. دا له پخوا راهيسې يو پېژندل شوي حقيقت دي چې نخامي غده د انسان په بدن کې مرکزي غده ګڼل کيږي او نورې ټولې غدې له همدې تنظيميږي. نو په دې اساس، ويلي شو چې دا غده د بدن د هرې برخې په کار باندې اغېزې لري .

د جرمني يو ساينس پوه (مندل) هم په ۱۹۸۰ زيږديز کال کې يوه ساينسي ( دايرة المعارف ) وليکله ، په دې کې يې بنسټيزو رنګونو ته نغوته ( اشاره) کړې ، نوموړي له هغو رنګونو هم يادونه کړې چې نور رنګونه پوره کوي، ددې ترڅنګ په دې کتاب کې يې د بېلا بېلو وسايلو په مرسته د رنګونو په واسطه د درملنې څرنګوالي هم ښودلي دي. دا وسايل په رنګينو وړانګو باندې د طبيعي درملنې وسايل بولي. نوموړي ساينس پوه د درملنې لپاره شپږ بنسټيز رنګونه په ګوته کړي چې عبارت دي له : سور ، ژېړ،آسماني، نارنجي، زرغون او بنفشي رنګونو څخه .

(c) ketabton.com: The Digital Library





نويو څېړنو ښودلې ، چې له رنګونو څخه په سمه توګه استفاده کول انسان سره د زده کړې او د حافظې په غښتلتيا کې مرسته کوي ، دا په دې مانا چې د انسان د زده کړې ، پوهې او د حافظې وړتيا له ۵۵٪ څخه ۷۸٪ ته پورته کوي .

په سان ډياګو کې هم په ۱۹۸۲ زيږديز کال کې د رنځورپالنې ( نرسينګ ) په يوه پوهنځي کې هم په رنګونو د درملنې په برخه کې يوه تجربه ترسره شوه . په دې تجربه کې نږدې شپېته مېرمنې چې په روماتيزم ناروغۍ اخته وې، د پنځلس دقيقو لپاره آسماني رنګه وړانګو ته وړاندې شوې، چې په پايله کې د پخوا په پرتله دهغوي د مفصلونو درد په زياته کچه راکم شو. نو ددې تجربې څخه جوتيږي چې د آسماني رنګ وړانګې په روماتيزم له اخته ناروغانو سره مرسته کوي ا و د مفصلونو د درد په راکمولو کې مهم رول لري .

يوه بله څېړنه چې په ۱۹۹۰ زيږديز کال کې ترسره شوه ، په دې تجربه کې د سور رنګ وړانګې د هغو ناروغانو سترګو ته واچول شوې چې له نيم سيري ناروغۍ يې سر ټکاوه، ددې وړانګو د استعمال په پايله کې ۹۳ ٪ ناروغان ښه شول .

(c) ketabton.com: The Digital Library



ساینس پوهان د څېړنې په پایله کې دې ته ورسېدل چې سور رنګ د وینې شریاني فشار لوړوي او د وینې رګونه پراخوي .

همدا راز څېړنو ښودلې  چې رنګونه د تودوخې ددرجې په لوړوالي او ټیټوالي کې هم رول لري، او په څومره اندازه چې رنګ بدلیږي په هغومره اندازه ورسره په تودوخه باندې زموږ احساس هم توپیرکوي. په دې  اړه په (ناروي) هېواد کې هم ځینې تجربې ترسره شوي، تجربو ښودلې چې کله څوک په داسې خونه کې ناست وي چې په آسماني رنګ باندې رنګ شوي وي، نو هغوي ښایې دېته اړ شي ترڅو د خونې د ګرموالي لپاره یو څه اقدام وکړي او خونه تر درې درجو پورې نوره هم ګرمه کړي. خو بیا هغه  کسان چې په سور رنګ ، رنګ شوې خونه کې ناست وي، هغوي نه دي اړ ترڅو د خونې د لا زیات ګرموالي لپاره کوم کار ترسره کړي. نو له دې مالومیږي چې آسماني رنګ د سور رنګ په پرتله یو څه یخ دي ، او موږ ته د یخوالي احساس راکوي .

ددې ترڅنګ نورو څېړنو ښودلې چې د رنګونو تتوالي، سپکوالي او ټینګوالي د وخت په دقیق مالومولو کې هم اغ بزه لري، همدا راز زموږ د حافظې په وړتیا هم تاثیر کوي .

(c) ketabton.com: The Digital Library





د ډنمارک یو ساینس پوه ( نیل فنسین ) د ننکیو ( دانو ) د درملنې لپاره سره رڼا وکاروله، او تجربو ښودلې، چې سور رنګ د بنفش نه اًخوا ( ماوراء بنفش ) وړانګې دې ته نه پرېږدي، چې د ناروغ پوستکي ته ننوځي. او همدا ډول سور رنګ د پوستکي د بې ډوله کېدو او خرابېدو مخه هم نیسي.

د لمر رڼا دا وړتیا لري چې د پوستکي لاندې د ( ډي ) ویټامین تولید کړي. خو کله چې د انسان هډوکي نرم وي نو په هغه کې ددې ویټامین کچه ټیټه وي. او د ( ډي) ویټامین د هډوکو په جوړولو او پیاوړي کولو کې تر بل هر څه مهم رول لري .

د امریکا متحده ایالاتو د ( بوسټن ) په طبي مرکز کې د پوستکو متخصصینو دا ثابته کړې ، چې په زیاته کچه د اًسماني وړانګو استعمال کولي شي له پوستکي څخه ګونجې لیرې او ورته په زیاته اندازه تازه ګي ورکړي، دا ډول وړانګې د انسان مخ ته ښکلا او ځلا وربخښي .

د پوستکو یا د جلدي ناروغیو متخصصینو د یوې بلې څېړنې په ترڅ کې دا ثابته کړې، چې اًسماني رنګ د مخ د پوستکي د سرطان غوره درمل دي، دا رنګ له پوستکي څخه ګونځې،

(c) ketabton.com: The Digital Library



لیکې،نسواري رنګه خاپونه لیرې کوي او پوستکي ښکلي کوي.
خو پوهانو دا روښانه کړې، چې آسماني رنګ رڼا له یو ځانګړي محلول سره فعالیت کوي، او بیا وروسته دا محلول پر مخ کېښودل کیږي، دا محلول له مخ څخه داغونه د شپاړسو دقیقو په ترڅ کې ختموي ، او د یوې اوونۍ په اوږدو کې یې ورو ورو مخ رغیږي او داغونه یې په بشپړه توګه له منځه ځي .

د بوستن دطبي مرکز پوهان وایې، چې ویجاړې شوې حجرې د آسماني رنګ د استعمال په مقابل کې مقاومت نه لري ، نو ځکه آسماني رنګ دا ډول ویجاړې شوې حجرې د یوې اوونۍ په ترڅ کې له منځه وړي او له مخ څخه یې جلا کوي او پر ځاي یې نوې او روغې حجرې رامنځته کوي. پوهانو دا هم روښانه کړې چې ددې پایلې ښایې د لیزر په واسطه د درملنې په څېر نه وي، خو توپیر یې دادي چې ددې په واسطه د مخ د داغونو درملنه په کمه موده کې کیږي ، خو بیا هم د آسماني رنګ په واسطه درملنه کول د لیزر بدیل کېداي شي او ښایې له لیزر څخه هم دا طریقه غوره وي، ځکه دا طریقه ډېره آسانه ، ساده او کم درده ده .

(c) ketabton.com: The Digital Library



پوهانو ښودلې چې د بوډاتوب او زړښت ضد، دا درملنه ډېر لګښت ته اړتیا لري، دا په دې مانا چې یو ځل ددې د استعمال بیه ۸۰۰ ډالرو ته رسیږي .دا چې دا طریقه نوې ده ، نو ځکه یې نورې پایلې هم نه دي روښانه .

.................



رنګونه یوازې پر انسانانو اغېز نه کوي ، بلکې د رنګونو اغېزې له دې هم پراخه دي، رنګونه پر ژویو او بوټو هم اغېز ښندي. تجربو ښودلې ، کله چې پر چرګه مصنوعي رنګینه رڼا متمرکزه شي، نو له معمول څخه هګۍ ژر اچوي.

همدا رنګه سور رنګ د ځمکې چینجي ځان ته ډېر جلبوي، هغه ځای چې سور رنګ ورکې زیات وي ښایې هلته ډېر چینجي پیدا شي . چک وهونکي حشرات سور، نارنجي او ژېړ رنګونه ډېر خوښوي ، او له آسماني، بنفشي او زرغون رنګونو څخه تښتي، دا په داسې حال کې ده ، چې مچان له آسماني رنګ پرته نور ټول رنګونه خوښوي ، او همدا لامل دي ، هغه خونې چې پر آسماني رنګ رنګ شوي وي مچان ترې تښتي .

(c) ketabton.com: The Digital Library





## بوټي :

کېداي شي رڼاګانې د بوټو رنګونه هم بدل، او په وده او لوییدو کې ورسره مرسته وکړي، او ښايې رڼاګانې د بوټو د لوییدو مخه ونیسي.

ځېړنو ښودلې چې بنفشه يي رڼا د انګورو د تاکونو په ژر لوییدو کې مرسته کوي ، او سره رڼا د غلو دانو او حبوباتو په ژر رسېدو کې مرسته کوي،دا په داسې حال کې ده چې سور،نارنجي او ژېړ رنګونه د کوچنيو حجرو په وده کې مرسته کوي، خو له بل پلوه بیا زرغون،آسماني او بنفشه يي رنګونه ددې حجرو وده کمزورې کوي او ژر لوییدو ته يې نه پرېږدي .

(c) ketabton.com: The Digital Library





## د درملنې طريقه

په رنګونو درملنه د نفسي او جسمي ناروغيو د درملنې يوه مهمه وسيله ګڼل کيږي . پوهان په دې اند دي، چې هر ژوندي ژوي په خپل بدن کې بريښنايي مقناطيس ( کهرومغناطيس ) لري، د ژونديو ژويو په بدن کې ددې حالت شتون هغوي ته دا وړتيا ورکوي، چې رڼا راکش او د رنګين کمان رنګونو ته يې وويشي، دا رڼاګانې له سور رنګ څخه نيولې تر بنفشه يي رنګونو پورې ټول ځان کې رانغاړي .

ددې ترڅنګ پوهان دې پايلې ته ورسېدل چې د بدن مختلفې حجرې خپلې اړتياوې د رنګين کمان له رنګونو پوره کوي. او په پايله کې همدا رنګونه ددې لامل ګرځي، چې بدن ته رغښت او جوړښت وروبخښي او بيالوژيکي وړتيا يې غښتلې کړي .

(c) ketabton.com: The Digital Library





بدن لکه څنګه چې خوراک او څښاک ته اړتیا لري ، همداسې د بدن ټولې حجرې هم رنګونو ته بیالوژیکي اړتیا لري، دا په دې مانا چې کله دبدن حجرو ته په کافي اندازه د رنګونو وړانګې ونه رسیږي او لیرې ترې پاتې شي، نو د بدن حجرې کمزوري کیږي او بالاًخره په ناروغی اخته کیږي . ددې حالت په پایله کې د انسان پر بیالوژیکي کړنو هم اغیز پریوځي.

دا ټول هغه واقعیتونه دي چې د تجربو په پایلو کې لاسته راغلي . ناروغ ته چې څنګه نور کیمیاوي درمل یا خواړه ورکول کیږي ، نو په کار ده چې ددرملنې په موخه له رنګ څخه هم په هغومره اندازه ګټه پورته کړي . لکه څنګه چې یادونه وشوه په رنګینو وړانګو د ناروغیو درملنه ددرملنې مهم ډول پېژندل شوي .

رنځورپوهان د ناروغانو د درملنې لپاره بېلا بېل وسایل په کار اچوي، ځینې وختونه په رنګینو ټوټو یا دسمالونو باندې ناروغان پوښي، او ځینې وختونه د ناروغانو د بدن په مختلفو برخو باندې رنګینې رڼاګانې وراچوي یا پرې ځانګړې رنګونه متمرکز کوي. او یا یې دبدن مختلفې برخې په رنګینو تیلو

(c) ketabton.com: The Digital Library





باندې موښي، او يايې په جامو (کاليو ) کې مختلف رنګونه ورزياتوي .

ددرملنې دا طريقه چې د امريکا د اعصابو رنځورپوهانو په کار اچولې، بايد د رنګينو رڼاګانو دمتمرکز کولو له لارې ترسره شي.که دا رڼاګانې څو ځله د شلو دقيقو لپاره په سترګو باندې متمرکزې شي نو په پايله کې دا رڼاګانې د سترګو هغه حجرې چې رڼا راکشوي ، په فعاليت راولي . چې له همدې لارې بيا دانسان په عصبي سيستم کې توازن رامنځته کوي او پر انسان يې اغېزې راښکاره کيږي .

پوهان په دې اند دي ، که دا طريقه ناروغي په بشپړه توګه ونه رغوي ، خو په ټوليز ډول د ناروغ د اروائي حالت په ښه کولو کې ډېر رول لري. د بېلګې په توګه، رنګونه د انسان پام ځان ته اړوي او اروائي حالت يې بدلوي او په ماشومانو کې د سرزورۍ د حالت کچه راټيټوي. همدا راز په دې طريقه د رنګونو کارونه په سرطان اخته ناروغانو ته يو ډول اروائي راحت او ذهني سکون ورکوي.

(c) ketabton.com: The Digital Library





## د ځینو خوړو له لارې درملنه

پـه دې وروستیو کلونـو کـې پوهـانو د بوټـو د رنګونـو پـه اړه څېړنې وکړې، او دې پایلې ته ورسېدل چې د بوټـو دا رنګونـه یا د رنګـ دغه مادې له طبیعي کیمیاوي جوړښتونو (ترکیبونـو) څخه عبارت دي ، او د بدن لپاره ډېرې ګټې لري .

د بوټو د فیزیولوژي استاذه ډاکتره رئیفة احمـد حسین وایـې: (( یوازې دا مهمه نه ده چې مېوې او سابه مختلـف ویټامینونـه لکـه A ویټـامین، B ویټـامین ، C ویټـامین او یـا داسـې نـور ویټامینونه لري، بلکې په دې اړه څېړنو ښودلې چې په مېوو او سابو کې نور غذایي جوړښتونه او توکي هم شتون لـري ، چې

(c) ketabton.com: The Digital Library



د ويټامينونو په اغېز او کار کې ورسره مرسته کوي او د بدن لپاره ډېر ګټور دي .))

(بايالافينويډز،انتوسياســـــــــينين،کاروتينويډز،پوليفينول او ايسوفلافينويډز ) هغه غذايي توکي دي چې په مېوو او سابو کې شتون لري او د ويټامينونو کار او اغېز بشپړوونکي دي.

مېوې او سابه ځينې يې تور ، ژېړ، زرغون او داسې نور مختلف رنګونه لري ، لکه څنګه چې يادونه وشوه په مېوو او سابو کې د ويټامينو ترڅنګ ځينې نور غذايي توکي هم شتون لري ، ددې موادو لاندې د مختلفو رنګونو توکي (مواد ) پراته دي چې سابو او مېوو ته مختلف رنګونه ورکوي. لکه په روميانو کې د سور رنګ توکي چې روميانو ته سور رنګ ورکوي،په ګازرو کې نارنجي رنګه ماده ،په ژېړو مرچکو د ژېړ رنګ ماده،په بانجانو کې د آسماني رنګ ماده، همداسې تور انګور او اينځر،يا د چايو تور او يا هم نسواري رنګونه.دا ټول رنګونه د بدن لپاره ډول ډول روغتيايي ګټې لري .

(c) ketabton.com: The Digital Library





## په لمر وهلو اوبو او تېلو باندې درملنه :

دا هم په رنګ باندې د درملنې یوه بله طریقه ده ، په دې طریقه کې اوبه په یوه رنګین بوتل کې اچول کیږي ( کوم رنګ چې ورته اړتیا وي ) د بوتل سر ترل کیږي او د اوړي په موسم کې د دوو ساعتونو لپاره لمر ته ایښودل کیږي، دا چې په ژمي کې د لمر تودوخه یو څه کمه وي ، نو د ژمي په موسم کې بیا دا بوتل ټوله ورځ لمر ته ایښودل کیږي. کله چې اوبه لمر ووهي بوتل بیا په یخچال کې کېښودل کیږي او له هغې وروسته یا څښکل کیږي، یا پرې اغېزمن ځاي موښل کیږي. او غوره خبره داده چې دا اوبه د پنځو ورځو لپاره استعمال شي او له هغې وروسته بیا له سره په همدې طریقه اوبه په بوتل کې واچول شي او لمر ته کېښودل شي. دا هم شونې ده چې تېل په یوه رنګین بوتل کې واچول شي او لمر ته کېښودل شي . او بیا وروسته پرې اغېزمن ځاي غوړ او وموښل شي .

غواړم دلته یوې خبرې ته اشاره وکړم ، هڅه وکړئ چې له پلاستیکي بوتل څخه استفاده ونه کړئ ، ځکه کېداي شي د تودوخې له زیاتېدو سره د ( پولي اتیلین ) ماده په اوبو کې

(c) ketabton.com: The Digital Library





يوځه راويلې شي او ښايې د ځينو روغتيايي ستونزو لامل وګرځي. که د اړتيا وړ رنګ بوتل مو پيدا نه کړ، نو کېداي شي يو روڼ (شفاف) شيشه يي بوتل راواخلئ او د خپلې اړتيا وړ رنګ پلاستيک ترې تاو کړئ او د ربړ په واسطه يې ونښلوئ . او بيا يې لمر ته کېږدئ ، تاسو کولي شئ چې په بوتل کې لمر وهلې اوبه يا وڅښئ او يا پرې ځان وموښئ، او يا هم په يو وخت کې يې هم وڅښئ او هم يې پر ځان وموښئ . خو پام مو وي چې تاسو څومره اړتيا لرئ هغومره ګته ترې واخلئ .

## د رنګينې رڼا متمرکز کول :

په دې طريقه کې د رڼا له يوې سرچينې کار اخيستل کيږي، دا يو ځانګړي ماشين دي چې د اړتيا وړ رنګينې رڼا ته مخامخ کېښودل کيږي او بيا دا رنګينه رڼا د متخصص ډاکتر د لارښوونو سره سم او د مناسبې مودې لپاره د بدن پر اغېزمن ځاي متمرکز کيږي .

په رنګونو باندې د درملنې نورې لارې چارې هم شته، لکه د لوست لپاره له رنګينو کارتونو څخه ګټه اخيستل يا داسې نور، خو دا يې څو مشهورې لارې وې .

(c) ketabton.com: The Digital Library



# رنګونه او قرآن کریم

الله جل جلاله ټول شیان د انسان د خدمت او ګټې لپاره پیدا کړي او د انسان د هوساینې او آرامتیا لپاره یې د هغه په خدمت کې ګرځولي دي . الله جل جلاله ټول مخلوقات ښکلي پیدا کړي .هر کله چې انسان د الله جل جلاله مخلوقاتو ته ګوري ، دهغوي له مختلفو او ښکلو ښکلو رنګونو په لیدو خوشالیږي او له لیدو یې خوند اخلي . د مخلوقاتو مختلف رنګونه له یوې خوا انسانانو ته خوښي وربخښي ، او له بل پلوه یې زموږ چاپیریال ته ښکلا وربخښلې .

الله جل جلاله تل موږ د رنګونو ښکلا ته متوجې کوي . لکه :

## غرونه مختلف رنګونه لري:

موږ ګورو چې غرونه بېلا بېل رنګونه لري، الله جل جلاله ته دا سخته نه وه چې ټول غرونه یې په یوه رنګ پیدا کړي واي ، خو کله چې انسان د ډول ډول رنګونو په لیدو خوشالیږي

(c) ketabton.com: The Digital Library



،دهمدې حکمت له مخې الله جل جلاله غرونو ته ډول ډول رنګونه ورکړل.

الله جل جلاله د فاطر سورت په ۲۷ اًیت کې فرمایي:

وَمِنَ ٱلۡجِبَالِ جُدَدُۢ بِيضٞ وَحُمۡرٞ مُّخۡتَلِفٌ أَلۡوَٰنُهَا وَغَرَابِيبُ سُودٞ

ژباړه : ځینې غرونه سپین ځلي لري ، ځینې سره . غرونه مختلف رنګونه لري او ځینې یې بیا تور او لوړ دي )

د ( جدد ) کلمې مفرد ( جدة ) ده ، چې د لارواو ځلو په مانا راځي . او ( غرابیب سود ) تورو او لوړو غرونو ته ویل کیږي.

زموږ سترګې د غرونو په مختلفو رنګونو لګیږي ، کله مو سترګې پر سور غر لګیږي ،کله پر سپین او کله پر تور، دا نو طبیعي خبره ده چې دا حالت د انسان زړه ته خوښي وربخښي.

په دې اًیت کې له سپین او سور رنګ څخه یادونه شوې، خو له دې رنګونو پرته، غرونه په نورو رنګونو کې هم لیدل کیږي چې الله جل جلاله ورته په ډېر اختصار سره د مُّخۡتَلِفٌ أَلۡوَٰنُهَا

(c) ketabton.com: The Digital Library



په جمله کې اشاره کړې يانې مختلف رنګونه لرونکي غرونه . دا په دې مانا چې الله جل جلاله غرونو ته بېلا بېل او ښکلي رنګونه ورکړي .

د تيرو مختلف رنګونه او د سور سمندر په تل کې ښکلې او رنګينې مرجاني ډبرې د انسان سترګې برېښي او خوښي ورکوي .

او کله چې الله جل جلاله په پورتني اًيت کې له ( بيض وحمر ) يانې له سپين او سور رنګ څخه وروسته د ( مختلف الوانها ) جمله راوړې، دا په دې مانا چې سپين او سور رنګونه اساسي رنګونه ګڼل کيږي او نور ټول رنګونه له دې دوو څخه جوړيږي

## د څارويو مختلف رنګونه :

د څارويو ښکلي او ډول ډول رنګونه هغه څه دي چې الله جل جلاله ورته د نحل سورت په ۶ اًيت کې اشاره کړې : الله جل جلاله فرمايي

(c) ketabton.com: The Digital Library



وَلَكُمْ فِيهَا جَمَالٌ حِينَ تُرِيحُونَ وَحِينَ تَسْرَحُونَ

**ژباړه : تاسو ته ښکلا ده په هغو څارویو کې چې څړځایونو ته یې سهار وړي بوځئ او بیرته یې ماښام راولئ .**

**او کله چې الله جل جلاله د فاطر سورت په ۲۸ ایت کې فرمایي :** (وَمِنَ ٱلنَّاسِ وَٱلدَّوَآبِّ وَٱلْأَنْعَـٰمِ مُخْتَلِفٌ أَلْوَٰنُهُۥ كَذَٰلِكَ

**ژباړه : خلک ، ځناور او څاروي مختلف رنګونه لري )**

**نو له دې آیت څخه دا رامالومیږي چې څاروي یو ډول رنګ نه لري . یانې ځینې یې سره ، ځینې یې سپین ،ځینې یې تور او جلا جلا رنګونه لري.**

**امام قرطبي رحمه الله وایې : (دا ټول د دوي په جوړوونکي او پیداکوونکي باندې دلالت کوي .)**

**او په تېر آیت کې د ( کذلک ) کلمه انسان ته دا ورپه یادوي، چې د رنګونو اختلاف یوازې په غرونو کې نه ، بلکې په ژوندیو ژویو کې هم شته .( خلک ، ځناور او څاروي )**

(c) ketabton.com: The Digital Library





او دا چې الله جل جلاله په پورتني اًیت کې (انعام) یانې څاروي يې له (الدواب) یانې ځناورو څخه وروسته یاد کړي ، په دې کې عطف عام په خاص باندې دي . یانې د (انعام) کلمه په (الدواب) کلمې باندې عطف ده ، په دې کې هم دالله جل جلاله دا حکمت وو چې د څارویو د رنګونو ښکلا مونږ ته ډېر ارزښت لري، دا ځکه چې زموږ سترګې د ځناورو په پرتله پر څارویو ډېرې لګیږي او سروکار مو ورسره زیات وي. نو وخت په وخت دهغوي د مختلفو رنګونو په لیدو سره الله پرموږ نعمت کوي او خوښي راته راکوي. دبېلګې په توګه پسونه او رمې چې په پټیو او څړځایونو کې وي،یا داسې نور حیوانات چې موږ سره په کور کلي کې ژوند کوي او سروکار مو ورسره زیات وي، خو له بل پلوه ګیدړان ، فیلان او لېوانو سره مو سروکار نه وي ، هغوي په ځنګلونو کې ژوند کوي او ډېر کم وختونه يې ګورو او یا خو يې بیخي نه وینو . نو ځکه الله جل جلاله په پورتني اًیت کې لومړي د (الدواب) یانې ځناور او وروسته يې وریسې (الانعام) یانې څاروي یاد کړل .

(c) ketabton.com: The Digital Library





## زرغون (شين) رنګ ( د بوټو او کښتونو رنګ )

موږ په خپل ورځني ژوند کې مختلف رنګونه ګورو، او ښايې د نورو رنګونو په پرتله مو سترګې پر زرغون رنګ ډېرې ولګيږي، دا هغه رنګ دي چې د انسان زړه ته خوښي وربخښي، په ځانګړې توګه کله چې د انسان سترګې په پراخو زرغونو ځمکو لکه باغونو او کرنيزو ځمکو باندې لګيږي، يا کله چې له بارانه وروسته شنې دښتې او بوټي ګوري ، نو دا زرغونه منظرې د انسان اروا تازه او زړه يې خوشالوي .

الله جل جلاله فرمايې : أَلَمۡ تَرَ أَنَّ ٱللَّهَ أَنزَلَ مِنَ ٱلسَّمَآءِ مَآءً فَتُصۡبِحُ ٱلۡأَرۡضُ مُخۡضَرَّةً

ژباړه : آيا نه ګورې چې الله جل جلاله له آسمانه اوبه راورورې اوځمکه پرې زرغونه کوي . همدا راز الله جل جلاله د انعام سورت په ۹۹ آيت کې فرمايي :

(c) ketabton.com: The Digital Library





فَأَخۡرَجۡنَا مِنۡهُ خَضِرًا نُّخۡرِجُ مِنۡهُ حَبًّا مُّتَرَاكِبًا

**ژباړه : مونږ له ځمکې زرغونه بوټي راوويستل او بيا ترې دانې راباسو . په دې آیت کې د ( خضر ) کلمه د زرغونه بوټو او کرنې په مانا راځي . يانې الله جل جلاله د باران په واسطه ځمکه زرغونوي .**

**دا چې ولې د نورو رنګونو په پرتله شين ( زرغون ) رنګ غوره دي، دا دوه لاملونه لري :**

**لومړي : هغه جنتيان چې الله جل جلاله ته به په جنت کې تر ټولو نږدې وي ، هغوي به زرغونه جامې اغوندي. دا صفت الله جل جلاله په خپل کتاب قرآن کريم د ( الانسان ) سورت په ۲۱ آیت کې بيان کړي ، الله جل جلاله فرمايي :**

عَالِيَهُمۡ ثِيَابُ سُندُسٍ خُضۡرٞ وَإِسۡتَبۡرَقٞ

**ژباړه : پر دوي به د نريو ورېښمو شين رنګه جامې وي او همدارنګه د غټو ورېښمو جامې به يې هم اغوستي وي.**

(c) ketabton.com: The Digital Library





او همدا راز د ( الكهف ) سورت په ۳۱ اًیت کې یې فرمایلي دي :

وَيَلْبَسُونَ ثِيَابًا خُضْرًا مِّن سُندُسٍ وَإِسْتَبْرَقٍ

ژباړه : جنتیان به د نریو وریښمو او غټو وریښمو شین رنګه جامې اغوندي .

نو پر دې بنسټ ، ویلي شو چې شین ( زرغون ) رنګ تر ټولو غوره او خوشاله رنګ دي ، که له دې پرته بل کوم غوره واي او انسان ته یې لا ډېره خوښي ورکولي، نو الله جل جلاله به په خپل کتاب کې د جنتیانو لپاره دهغې رنګ جامو وصف کړي واي .

دویم : شین ( زرغون ) رنګ د انسان د سترګو د لید حاسه پیاوړې کوي . رنځورپوهانو هم دا حقیقت بیان کړي دي ، ددې لامل دادي چې شین ( زرغون ) رنګ د سترګو لید په ډېرې نرمۍ او په خوند او لذت سره راټولوي،که څه هم تور رنګ هم دا ځانګړنه لري خو هغه یې بیا په ډېر شدت سره راټولوي . او شین رنګ کې نرمي وي .

(c) ketabton.com: The Digital Library





او همدا راز په حديث شريف کې هم په دې اړه يادونه شوې، او دا خبره تاييدوي چې شين رنګ د سترګو ليد پیاوړي کوي.

او الله جل جلاله د النمل سورت په ۶۰ اًيت کې فرمايي:

فَأَنۢبَتۡنَا بِهِۦ حَدَآئِقَ ذَاتَ بَهۡجَةٖ

ژباړه: مونږ د باران په واسطه داسې ښونه رازرغونه کړل چې انسان ته خوښي ورکوي.

د (في ظلال القرآن) تفسير ليکوال سيد قطب رحمه الله، د خپل تفسير د پنځم ټوک په ۲۲۵۲ صفحه کې ددې اًيت لاندې ليکي:

خوشاله، تازه، ژوندي، ښکلې او خوښي ورکوونکي ښونه.....او د ښونو منظرې د انسان زړه ته تازه ګي، ګرندیتوب او خوښي وربخښي. او دا تازه ګي، ښکلا او خوشالي زړونه راويښوي. او کله چې انسان د ښونو په اړه ژور فکر وکړي نو خامخا د هغې د خالق او جوړوونکي ثناء او ستاينه کوي، دا فکر يې دې ته اړ باسي چې هغه پيداکوونکي

(c) ketabton.com: The Digital Library





ذات ته پام وکړي چې دې ښونو ته یې حیرانوونکې او زړه خوشالوونکي ښکلا وربخښلې .

که ددنیا ستر هنرمندان او ساینس پوهان راټول شي هم نه شي کولي چې یو ګل ته رنګ ورکړي او یایې جوړکړي. په یوه ګل کې د رنګونو څپې، د لیکو او ریښو غزېدل، د پاڼو تنظیم او ترتیب، دا ټول هغه چیلینجونه دي چې هیڅ ساینس او علم له پخوا راهیسې او تر نن ورځې دهغې ځواب نه دي ورکړي ، او نه په دې ښکلا او رازونو سره یو ګل جوړولي شي .کله چې دا کار نه شي کولي نو یوې ونې ته د ژوند او ساه ورکولو توان کله درلودي شي ؟!!. دا هغه ستر راز دي چې انسان ترې عاجزدي او تل به عاجز وي .

شین رنګ چې ډېري په بوټو کې او په مختلفو ډولونو او بڼو لیدل کیږي ( په ځانګړې توګه په زرغونو پاڼو کې ) دا رنګ خپله سرچینه له یوې کیمیاوي مادې څخه اخلي چې ډېر پېچلي جوړښت لري، د کرنې پوهان دا ماده د کلوروفیل (Chlorophyll) په نامه یادوي .

په لومړیو وختونو کې داسې باور کېده چې کلوروفیل له یوې مادې څخه عبارت ده، خو کله چې د بوټو په اړه څېړنې پراخه

(c) ketabton.com: The Digital Library





شوې ، نو څرګنده شوه چې کلوروفیل له نورو څلور مادو څخه جوړه ده، چې د ( Aکلوروفیل ، B کلوروفیل ، په نامو یادیږي او دواړه زرغون یا شین رنګ لري. او نورې دوه مادې چې د (کارتین ) او ( زانتوفیل ) په نامو یادیږي ، دواړه دبوټود رنګ دوه مادې دي او ژېړ رنګ لري .

د کلوروفیل پېچلې ماده چې د شین رنګ ماده ورکې زیاته ده ، دا د بوټو په نړۍ کې د الله جل جلاله له ښکاره معجزو څخه شمېرل کیږي، دا ځکه چې دا ماده د بوټو په غذایي جوړښت کې مهم رول لري . د بېلګې په توګه بوټي له خاورو څخه ځه اندازه اوبه راکشوي، لکه څنګه چې له هوا څخه کاربون ډاي اوکسایډ راکشوي .

او له دغه دوو ساده مادو څخه چې ( اوبه او کاربون ډاي اوکسایډ) یادیږي، کلوروفیل کولې شي چې (کاربوهایدرایت 5) تولید کړي، لکه د شکرې مختلف ډولونه،چې په دې جمله کې د ګلوکوز شکر،د مېوو شکر،ګني، لبلبو او داسې نورې شکرې راځي ، همدا راز د نشایستې مختلف ډولونه لکه د

[5] دا یو ډول ماده ده لکه شکر او نشایسته ،چې بدن ته انرژي ورکوي ، او هغه خواړه چې دا ماده ورکې شتون لري لکه ډوډۍ ، آلو وریجې او داسې نور .

(c) ketabton.com: The Digital Library



غنمو، جوارو ، وریجو په دانو کې شته نشایسته، یا په کچالو او الوکې نشایسته . او همداسې نور .

او دا ډول مهم غذايي توکي د رڼا له وړانګو پرته هیڅکله نه شي تولیدیداي ،او دا عملیه د( photosynthesis )[6] په نامه یادیږي . یانې د رڼا په واسطه د توکو د ترکیب عملیه . په لاندې معادله کې کولي شو دا عملیه په مختصره توګه بیان کړو .

$$\text{کاربون ډاي اوکسایډ + اوبه} \xrightarrow[\text{د رڼا وړانګې}]{\text{کلوروفیل}} \text{کاربوهایدریتي توکي+اکسیجن}$$

بوټي د انسانانو او دځمکې پر سر د ټولو ژوندي ژویو د ژوند د پرمخ بیولو بنسټیزه سرچینه ګڼل کیږي . بوټي هغه مهم او بنسټیز تولیدات دي چې له زرغونه مادې څخه سرچینه اخلي . نو پر دې اساس ویلي شو چې کلوروفیل د ټولو حیواني او یا نباتي خوړ تولیدوونکې ماده ده.

په بوټو کې ددې شین رنګ (کلوروفیل) سربیره نور هم ډېر توکي شتون لري چې بېلا بېل رنګونه لري . له هغې ډلې د

6 د رڼا پواسطه د موادو ترکیب ته وایي.

(c) ketabton.com: The Digital Library



**آسماني رنګ ماده ، د ژیړ رنګ ماده، د سره رنګ ماده ، د نسواري او داسې نورو رنګونو مواد يادولي شو.**

**دا ډول رنګونه د بوټو په ډېرو برخو کې ترسترګو کيږي او په ځانګړې توګه په ګلانو او مېوو کې .**

**الله جل جلاله د الفاطر سورت په ۲۷ ايت کې داسې فرمايې :**

فَأَخۡرَجۡنَا بِهِۦ ثَمَرَٰتٖ مُّخۡتَلِفًا أَلۡوَٰنُهَا

**ژباړه : موږ د ورښت په واسطه له ځمکې ډول ډول مېوې راوويستلې چې مختلف رنګونه لري .**

## ژیړ رنګ

**په قرآن کريم کې د غوا د پوستکي د ژيړ ځلانده رنګ له يادونې وروسته د سرور کلمه راغلې چې د خوشالی په مانا راځي . الله جل جلاله د البقرة سورت په ۶۹ آيت کې فرمايي :**

قَالُواْ ٱدۡعُ لَنَا رَبَّكَ يُبَيِّن لَّنَا مَا لَوۡنُهَاۚ قَالَ إِنَّهُۥ يَقُولُ إِنَّهَا بَقَرَةٞ صَفۡرَآءُ فَاقِعٞ لَّوۡنُهَا تَسُرُّ ٱلنَّٰظِرِينَ

(c) ketabton.com: The Digital Library





ژباړه : اسرائيلو وويل چې الله ته سوال وکړه چې موږ ته ووايې چې دا غوا څنګه رنګ لري، موسي عليه السلام ورته وفرمايل چې الله جل جلاله وايې چې دا غوا ژېړه او ډېر ځلانده رنګ لري چې کتونکي خوشالوي .

ويل کيږي چې ( فاقع لونها ) د ډېرسخت ژېړوالي مانا لري ، ياني له ډېر ژېړوالي لامله دا غوا نږدې ده چې سپينه شي ، او داسې هم ويل شوي چې ( فاقع لونها ) د رنګ د صفايي او پاکوالي په مانا راځي. او دا رنګ کتونکي خوشالوي ، څکه چې څوک يې پوستکي ته وګوري نو فکر کوي چې د لمر وړانګې يې له پوستکي راوځي .

په ټوليزه توګه ، دا چې ژېړ رنګ د خوشالی لامل ګرځي، ابن جرير د ابن عباس رضي الله عنهما څخه روايت کوي، فرمايي چې : ( من لبس نعلا صفراء لم يزل في سرور ما دام لابسها )

ژباړه : چا چې ژېړې پڼې واچولې ، هغه به تر هغې په خوشالی کې وي ترڅو يې چې ويستلي نه وي .

او مفسرين د ( فاقع لونها ) ژباړه داسې نه کوي چې ګويا د ډېر ژېړوالي لامله يې رنګ تور شوي .

(c) ketabton.com: The Digital Library





او قرطبي په دې نظر دي چې دا مانا یوازې په اوښانو کې د مجاز په توګه استعمالیږي . الله جل جلاله د ( المرسلات ) سورت په ۳۳ آیت کې فرمایي : كَأَنَّهُۥ جِمَٰلَتٌ صُفْرٌ

د اور لمبې به داسې وي لکه ژېړ اوښان . دا په دې لامل چې تور اوښان ، ژېړ توروالي لري . او که الله جل جلاله د غوا د رنګ په اړه تورروالي مراد وي ، نو بیا یې په ( فاقع ) یانې ځلانده صفت باندې تاکید نه کاوه ، ځکه ځلا صفت دي، او یا داسې صفت دي چې یوازې د ژېړ رنګ پورې تړاو لري، او هیڅکله دا کلمه د تور رنګ لپاره نه راوړل کیږي . عربان د هر رنګ لپاره جلا صفت لري، او په هغې صفت سره یې ښېلوي ، کله چې تور رنګ له اندازې زیات تور شي نو د ( حالک ) صفت ورته راوړي، یانې ( تک تور ) کله چې سپین رنګ له اندازې ووځي نو بیا ورته د ( ناصع ) صفت راوړي ، یانې ( تک سپین ) کله چې شین ( زرغون ) رنګ له اندازې ووځي نو بیا ورته د ( ناضر ) صفت راوړي ، یانې ډېر زرغون ، او کله چې ژېړ رنګ له اندازې ځلانده شي ، نو بیا ورته د ( فاقع ) صفت راوړي ، لکه په تېر آیت کې ، یانې ( تک ژېړ ) او هیڅکله د یو رنګ صفت د بل رنګ لپاره نه کارول کیږي .

(c) ketabton.com: The Digital Library





کسائي وايي :(کله چې ژېړ رنګ له اندازې زيات شي نو ويل کيږي چې ژېړوالي يې تمام شو .)

امام قرطبي رحمه الله وايي، چې ابن عباس رضي الله عنهما فرمايي : ( ژېړوالي زړه خوشالوي ) او په ژېړو پڼو اغوستلو باندې ټينګار کوي . نقاش د ابن عباس څخه دا روايت کړي . او ثعلبي د علي بن ابي طالب رضي الله عنه څخه دا سې نقل کوي چې هغه فرمايي :(من لبس نعلي جلد أصفر قل همه لأن الله تعالي يقول : صَفۡرَآءُ فَاقِعٞ لَّوۡنُهَا تَسُرُّ ٱلنَّـٰظِرِينَ

ژباړه : چا چې ژېړې پڼې واچولې ، دهغه غمونه به کم وي .ځکه الله جل جلاله د غوا د رنګ په اړه فرمايي چې ، غوا به ډېره ژېړه وي. چې کتونکي خوشالوي . )

ابن الزبير او محمد بن ابي کثير د تورو پڼو له اغوستلو منعه کړې ، ځکه په وينا يې تور رنګ زړه خپه کوي .

دا کومه د حيرانتيا خبره نه ده چې ابن الزبير او ابن کثير د تورو پڼو له اغوستلو منعه فرمايلې ده، يا دا چې ابن عباس او علي بن ابي طالب رضي الله عنهم په ژېړو پڼو اغوستلو باندې ټينګار کړي . دا دي نن د رنګونو او دهغې د اغېزو په اړه

(c) ketabton.com: The Digital Library





ډېرې ځېړنې ترسره شوې ، په دې اړه هم ځېړنې ترسره شوې چې کوم ډول کسان کوم ډول رنګونه ډېر خوښوي ؟ دا هغه څه دي چې نن د ځېړنو په پایله کې په لاس راغلي ، خو د پخوانیو علماوو او اوسنیو پوهانو سره تجربه او د تجربې پایلې راویستل ترټولو مهم او لومړي معیار ګڼل کیږي . داسې نه شو کولي چې یوه خبره پخوانی ده نو ځکه یې باید پرېږدو او عمل پرې ونه کړو ، او نه دا چې باید هرې نوې لاسته راوړنې او نوې خبرې ته  ته غاړه کېږدو او په آسانی یې ومنو . بلکې مونږ  باید تجربو ته وګورو او پایلو ته یې ځیر شو ، پرېکړه به هغه مهال کوو چې ذوق او عقل  مو راسره موافقه وکړي .

زمونږ پخواني علماء د ډېر لوړ او ښکلي ذوق خاوندان وو ، شیخ شرف الدین ابونصر محمد بن ابي الفتوح البغدادي چې په ( ابن المرة ) باندې شهرت لري، په خپل کتاب ( مفرح النفس ) یاني د زړه خوشالوونکي په نامه کتاب کې د ( سترګې د حاسې له لارې د زړه خوشالي ) تر عنوان لاندې داسې لیکي : ( هغه شیان چې سور ، یا زرغون ، یا ژېړ یا له دې رنګونو څخه تشکیل شوي رنګونه لري نو زړه ورته خوشالیږي، دې

(c) ketabton.com: The Digital Library





رنګونو ته په کتلو سره بدن آرامیږي، زړه ورته خوشالیږي ، عقل او ذهن ورسره راژوندي کیږي، بدن پیاوړي کوي او اروا تازه کوي ....)

بشر فارس په ( سر الزخرفة الاسلامية ) په نوم کتاب کې لیکي : ( تاسو د الله قدرت او حکمت ته وګورئ چې دا څلور رنګونه ( ژېړ، سپین، سور، او زرغون ) رنګونه یې د قیمتي ، ښکلو او غوره شیانو لپاره ټاکلي، دا په دې مانا چې سره زر یې ژېړ پیدا کړي، ملغلرو ته یې سپین رنګ ورکړي ، زمرود یې زرغون پیدا کړي، او یاقوت ته یې سور رنګ ورکړي . الله جل جلاله په نړۍ کې قیمتي شیانو ته دا رنګونه وټاکل . الله جل جلاله د برکت خاوند او ډېر ښکلي پیدا کوونکي دي .

(c) ketabton.com: The Digital Library





## د انسانانو رنګونه

که څه هم ټول انسانان د آدم علیه السلام اولاده ده او ټول د بدني جوړښت له پلوه په یو ډول دي ، خو په رنګونو کې مختلف دي ، په دې کار کې د الله جل جلاله قدرت او اعجاز راڅرګندیږي . الله جل جلاله د فاطر سورت په ۲۷ آیت کې فرمایي

﴿وَمِنَ ٱلنَّاسِ وَٱلدَّوَآبِّ وَٱلۡأَنۡعَٰمِ مُخۡتَلِفٌ أَلۡوَٰنُهُۥ كَذَٰلِكَ﴾

ژباړه : خلک ، ځناوراو څاروي مختلف رنګونه لري .

ځینې خلک تک تور رنګ لري لکه حبشیان، ځینې یې بیا د روم د خلکو په څېر تک سپین رنګ لري، عربان منځني رنګونه لري ، او د هند د خلکو په څېر یې ځینې بیا یو څه توروالي ته نږدې دي .

دا حقیقت د محمد صلي الله علیه وسلم په یوه حدیث کې هم راڅرګندیږي، امام احمد رحمه الله وایې چې یحیي بن

(c) ketabton.com: The Digital Library





سعید د ابي موسي رضي الله عنه څخه روایت کوي چې محمد صلي الله علیه وسلم فرمایلي دي :

" أن الله خلق آدم من قبضه قبضها من جمیع الأرض فجاء بنو آدم على قدر الأرض جاء منهم الأحمر والأبیض والأسود وبین ذلک والخبیث والطیب بین ذلک" رواه أبو داود والترمذي .

ژباړه : الله جل آدم علیه السلام له یو موټي خاورې څخه پیدا کړ ، دا موټي خاوره یې د ځمکې له ټولو برخو څخه راخیستې وه، نو خلک په همدې اندازه راپیدا شول ، ځینې یې سره ، ځینې یې سپین ، ځینې یې تور او ځینې یې ددې ترمنځ رنګونه لري ، ځینې یې بد او ځینې یې ښه او ځینې یې منځني دي .

الله جل جلاله د ( الروم ) سورت په ۲۲ آیت کې فرمایي :

وَمِنۡ ءَايَٰتِهِۦ خَلۡقُ ٱلسَّمَٰوَٰتِ وَٱلۡأَرۡضِ وَٱخۡتِلَٰفُ أَلۡسِنَتِكُمۡ وَأَلۡوَٰنِكُمۡۚ

ژباړه : دځمکو او آسمانونو پیدایښت ، او خلک په مختلفو ژبو او رنګونو پیداکول د الله جل جلاله له معجزو څخه دي .

(c) ketabton.com: The Digital Library





دانسان پوستکي تل د رنګ یوه ماده لري چې د میلانین (Melanin) په نامه یادیږي،د رنګ دا ماده یا توره او یا ډېره نسواري وي او د پوستکي په ځینو ځانګړو حجرو کې شتون لري ،دا حجرې د ( میلانین حجرو ) په نامه یادیږي . نوموړې حجرې بیا د پوستکي په لاندې برخه کې چې د ملپیجي طبقې ( malpighi) په نامه یادیږي خپرې دي .

د رنګ دا ماده د ما وراء بنفشه وړانګو ویجاړوونکي او خطرناکې اغېزې چې د لمر په وړانګو کې شتون لري، نه پرېږدي چې په پوستکي کې نازکې حجرې زیانمنې کړي او یایې له کوم ګواښ سره مخامخ کړي . د رنګ له دې مادې څخه یوه قوي او غښتلې طبقه تشکیلیږي او نه پرېږدي چې یادې خطرناکې وړانګې پوستکي ته ننوځي او حجرو ته کوم زیان ورسیږي .

انسانان هم په مختلفو سیمو او استوګنځایونو کې ژوند کوي ، ځیني یې په یخو او ځینې یې بیا ډېر وخت د لمر وړانګو ته تېروي ، همدا لامل دي چې په پوستکي کې د میلانین داندازې په اره څرګند توپیر ترسترګو کیږي ، او د انسانانو رنګونه سره توپیر کوي .

(c) ketabton.com: The Digital Library





په شمالي سیمو کې د لمر وړانګې یو څه کمزورې وي، او د کال په اوږدو کې ورکې لمریزې ورځې هم کمې وي، په داسې سیمو کې موږ ګورو چې په پوستکي کې د میلانین ماده هم په ډېره کمه اندازه وي، دا ددې لامل ګرځي چې دهغې ځای د خلکو پوستکي ډېر سپین وي ، سترګې یې آسماني رنګه او ویښتان یې ژېړ وي . دبېلګې په توګه دا حالت د ( اسکندناپي ) په هېوادونو لکه ناروي ، سویډن او ډنمارک کې په څرګند ډول لیدل کیږي .

خو که یو څه د سوېل (جنوب) لور ته ورتېر شو ، نو ګورو چې دهغو سیمو د خلکو د پوستکي، ویښتانو او سترګو رنګ یو څه په تدریج سره نسواري رنګ ته ورنږدې کیږي ، او په همدې ترتیب که استوائي سیمو ته لاړ شو، نو دهغه ځای د خلکو رنګ تک تور وي ، او لامل یې هم دا وي چې په دې سیمو کې د ډېرو ورځو لپاره لمر نه پرېوځي. دا په دې مانا چې په دې سیمو کې د لمر وړانګې تل شته وي ، ددې ترڅنګ په دې سیمو کې د رڼا وړانګې نه دا چې ډېر وخت خپرې وي ، بلکې ډېرې تېزې او په شدت کې وي . او همدا لامل دی چې ددې سیمو د اوسېدونکو د پوستکي، ویښتانو او سترګو رنګ

(c) ketabton.com: The Digital Library





**تګ تور وي . له دې دا روښانه کیږي ، هغه خلک چې په دې سیمو کې ژوند کوي او ډېر وخت د رڼا له وړانګو سره مخامخ کیږي، نو دهغوی په پوستکي کې د تور رنګ ماده ددې ځای د رڼا له وړانګو سره پوره سمون خوري .**

**د میلانین حجرې چې کله د لمر وړانګو 7ته مخامخ شي ، نو په زیاته اندازه یې د رنګ ورکوونکې مادې د تولید وړتیا زیاتیږي. او دهمدې موخې دترلاسه کولو لپاره د تیروسین ( Tyrosine) پروټیني ماده هم کارول کیږي چې بیا یې د میلانین د رنګ په ماده بدلوي ، او کله چې پوستکي د ماوراءِ بنفش ( د بنفش نه اَخوا ) وړانګو ته مخامخ کیږي نو دا ماده په زیاته اندازه د رنګ ورکوونکو حجرو په داخل کې دهغې مخه نیسي.**

**د انسان د پوستکي په رنګ کې ځینې وختونه شاذ او نادر حالت هم ترسترګو کیږي ، دا حالت د بې رنګۍ یا ( Albinism ) په نامه نادیرې او د پیدایښتي عیبونو څخه شمېرل کیږي .**

---

7 د لمر د وړانګو رڼا له اوو داسې وړانګو څخه جوړه ده چې د لیدو وړ دي لکه ( بنفشه یي وړانګې،شین بخن،آسماني، زرغون ، ژیړې،نارنجي او سرې وړانګې ) او له دوه وړانګو څخه چې نه لیدل کیږي لکه د ( بنفشي نه آخوا یا ماوراء بنفشه ) ultraviolet) او (infrared ) وړانګې .

(c) ketabton.com: The Digital Library





په دې حالت کې د انسان په پوستکي، ویښتانو او د کسي چاپېره په رنګینه برخه کې د میلانین ماده هیڅ شتون نه لري، او همدا لامل دي چې ددا ډول کسانو د پوستکي رنګ ګلابي وي.( دا رنګ دکوچنیو مېینو ویښتانو په څېر وي چې دبدن په زیاتو برخو باندې ترسترګو کیږي ) او همدا راز ویښتان یې هم په بشپړه توګه تک سپین وي، ځکه له بل هر ډول رنګ څخه خالي وي نو تک سپین مالومیږي .

همداراز په دې حالت کې د انسان د کسي چاپېره برخه هم کوم رنګ نه لري، دا ددوي پیدایښتي ستونزه ګڼل کیږي . او هغه کسان چې په دې ناروغۍ اخته وي، نه شي کولي چې په مستقیمه توګه د لمر وړانګو ته وګوري. نو ځکه دوي ډېري وختونه د لمر له وړانګو څخه د ژغورنې په موخه تورې عینکې ( توشمې ) کاروي .

(c) ketabton.com: The Digital Library





# د قیامت پر ورځ د انسانانو رنګونه

**د قیامت په ورځ به د اهل سنت او جماعت مخونه سپین وي او د کفر او اختلاف خاوندانو مخونه به تور وي. ابن عباس رضي الله عنهما فرمايي : ( د اهل سنت مخونه به سپین وي او د بدعت د خاوندانو مخونه به تور وي ) الله جل جلاله د ( الزمر ) سورت په ۶۰ اَیت کې فرمايي :**

وَيَوْمَ ٱلْقِيَـٰمَةِ تَرَى ٱلَّذِينَ كَذَبُوا۟ عَلَى ٱللَّهِ وُجُوهُهُم مُّسْوَدَّةٌ

**ژباړه : او د قیامت په ورځ هغه کسان چې په الله يې دروغ ویلي دي ، مخونه به يې تور وي . او همدا ډول د ( اَل عمران ) سورت په ۱۰۶ اَیت کې فرمايي :**

يَوْمَ تَبْيَضُّ وُجُوهٌ وَتَسْوَدُّ وُجُوهٌ ۚ

**ژباړه: هغه ورځ چې ځینې مخونه به سپین وي او ځینې به تور وي )**

(c) ketabton.com: The Digital Library



**یانې د قیامت په ورځ چې کله انسانان له قبرونو راپاڅیږي د مؤمنانو مخونه به سپین وي او د کافرانو مخونه به تور وي .**

**او ځینې مفسرین وایې : کله چې مؤمن انسان خپل کتاب د قیامت په ورځ لولي نو مخ به یې سپینیږي، او کله چې کافر خپل کتاب لولي نو مخ به یې توریږي. الله دې په خپل رحم او مهربانی سر ه د قیامت په ورځ زموږ مخونه سپین کړي .**

**په قرآن کریم کې په ډېرو آیتونو کې د رنګونو یادونه شوې ده ، دلته یې مونږ څو آیتونو ته اشاره کوو :**

**الله جل جلاله د ( طه ) سورت په ۱۰۲ آیت کې فرمایي :**

وَنَحۡشُرُ ٱلۡمُجۡرِمِينَ يَوۡمَئِذٖ زُرۡقٗا

**ژباړه : د قیامت په ورځ به مجرمین شین سترګي راپاڅوو. او د ( فاطر ) سورت په ۲۷ آیت کې فرمایي :**

وَمِنَ ٱلۡجِبَالِ جُدَدُۢ بِيضٞ وَحُمۡرٞ مُّخۡتَلِفٌ أَلۡوَٰنُهَا وَغَرَابِيبُ سُودٞ

**ژباړه : د ځینو غرونو څلي سپین او ځینې یې سره وي، غرونه مختلف رنګونه لري او ځینې یې لوی او تور غرونه دي . او**

(c) ketabton.com: The Digital Library





**همداراز د ( البقرة ) سورت په ۶۹ اًیت کې فرمايي** : صَفۡرَآءُ فَاقِعٌ لَّوۡنُهَا تَسُرُّ ٱلنَّـٰظِرِينَ

**ژباړه** : **غوا به ژېړه او ژېړوالي به يې ډېر تېز وي چې کتونکي خوشالوي. الله جل جلاله د ( الكهف ) سورت په ۳۱ اًیت کې فرمايي** : وَيَلۡبَسُونَ ثِيَابًا خُضۡرًا مِّن سُندُسٍ وَإِسۡتَبۡرَقٍ

**ژباړه** : **جنتيان به د نرمو او غټو وربښمو شنې جامې اغوندي** .

**د يادونې وړ ده چې الله جل جلاله په دې او دېته ورته په نورو اًيتونو کې اساسي رنګونو ته اشاره کړې لکه** : **سپین ، سور ، تور ، ژېړ، زرغون ( شين ) او اًسماني رنګونه** . **په دې کې يې ځينې رنګونه ډېر شوخ او ګرم دي لکه سور او ژېړ ، او ځينې يې بيا ساړه دي لکه زرغون( شين ) او سپين رنګونه** .

**له دې رنګونو څخه نړدې اووه سوه نور رنګونه راوځي، او کله چې له دې رنګونو څخه کوم يو له بل سره ډېر ګډ شي نو دا رنګونه توليدوي. د بېلګې په توګه** :

(c) ketabton.com: The Digital Library





- کله چې سور رنګ له ژېړرنګ سره ګډ شي نو نارنجي رنګ ترې جوړېږي.
- او کله چې سور رنګ له آسماني رنګ سره ګډ شي نو بنفشه يي رنګ ترې جوړېږي.
- او کله چې ژېړ رنګ له آسماني رنګ سره ګډ شي نو زرغون يا شين رنګ توليدوي .
- او کله چې شين رنګ له سور رنګ سره ګډ شي نو نسواري رنګ ترې راوځي... او همداسې نور .

که موږ ددې آيتونو تفسير په بشپړه توګه راواخلو او په سمه توګه ورته ځير شو ، نو د الله قدرتونه او بې پايه معجزې به ورکې وګورو ... الله جل جلاله ډېر قادر ذات ، ښکلي پيداکوونکي او ډېر ښه تدبير مالک دي .

او که له دې لږ ورتېر شو او دنورو مخلوقاتو له رنګونو سره لږ تم شو، د هغه مخلوقاتو د رنګونو په اړه وغږېږو چې د ځمکې پر سر ګرځي ، يا دهغه ژويو د رنګونو سره پاتې شو چې په اوبو او سمندرونوکې ژوند کوي، او يا د هغه مرغانو رنګونو ته ځير شو چې په هواء کې الوتنې کوي ، نو دې پايلې ته به ورسيږو چې دوي بېلا بېل او ښکلي ښکلي رنګونه لري.
د بېلګې په توګه، که مونږ هغه رنګينو کبانو ته وګورو چې د

(c) ketabton.com: The Digital Library



سمندر په تل کې د مرجانو د ډېریو په منځ کې لامبوګانې وهي، یا د مرغانو ډلو ته ځیر شو لکه د طاووس او نورو نغمه لرونکو مرغانو رنګونه، او یا د ژویو هغې ډلې ته وګورو چې د ځمکې پرمخ پر خپلې سینې ښوایيږي ، نو وبه ګورو چې دوي ټول ښکلي او حیرانوونکي رنګونه لري چې انسان ته یې په کتلو سره خوشالیږي.

الله جل جلاله ښکلي دي او ښکلا خوښوي ، کله چې الله جل جلاله ټولو مخلوقاتو ته مختلف رنګونه ورکړي ، طبیعت او انسان ته یې ښکلي او زړه راښکونکي رنګونه وربخښلي، ونې یې د بېلا بېلو رنګونو په پیداکولو سره ښکلې کړي، ګلان یې په مختلفو رنګونو پیدا کړي ، لمر او سپوږمۍ یې ورته ځلانده کړي، ژویو ، مرغانو او کبانو ته یې ډول ډول رنګونه ورکړي . نو دا ویلي شو چې رنګ د الله جل جلاله له لورې ټولو مخلوقاتو او په ځانګړې توګه انسانانو ته ښکلې ډالۍ او ستر نعمت دي . الله جل جلاله د ( لقمان ) سورت په ۱۱ اًیت کې فرمايي : هَٰذَا خَلۡقُ ٱللَّهِ فَأَرُونِي مَاذَا خَلَقَ ٱلَّذِينَ مِن دُونِهِۦ

ژباړه : دا دالله جل جلاله مخلوق دي ، تاسو وښایې چې د الله پرته چا څه پیدا کړي . ؟؟!!!

(c) ketabton.com: The Digital Library





# رنګونه زموږ پر ژوند څومره اغېز کوي ؟

رنګونه زموږ په ژوندانه کې مهم رول لري...د انسان پر بدن فزیولوژیکي څېړنو ښودلې چې سور رنګ د زړه د ټکانونو د تېزوالي لامل ګرځي. او اًسماني رنګ عصبي سیستم اًراموي.

ځینو تجربو ثابته کړې ، هغه کسان چې درانده بارونه پورته کوي ، په ډېرې سختۍ سره هغه صندوقونه پورته کوي چې په ایره یي رنګ رنګ شوي وو ... خو کله چې همدا صندوقونه بیا په زرغون رنګ باندې رنګ شول نوهمدې باروړنکو کسانو دا په اًسانۍ سره پورته کړل... دا او دېته ورته نورو تجربو ښودلې چې رنګونه د انسان پر ژوندانه ډېرې اغېزې کوي ، نو له همدې لامله د اوسېدو خونې،دفتر،درسي خونې، د کار ځاي او داسې نورو ځایونو په رنګولو کې مو د خوښې رنګ ته ډېر پام وکړئ . او داسې رنګ ورته وټاکئ چې پر تاسو مثبت اغېز وښندي .

لکه څنګه مو چې وړاندې یادونه وکړه ، د حیرانتیا خبره خو لا داده چې رنګونه پر هغو کسانو هم اغېره لري چې لیدل نه شي کولي . او لامل یې هم دهغو انرژیو غبرګون ( انعکاس

(c) ketabton.com: The Digital Library





)دي چې دهغوي په بدن کې توليديږي. لرغونو چينيانو هم د نارغيو په درملنه کې دا نظريه پر مخ بيوله چې د ( فينج شوي ) په نامه ياديږي. او همدا راز فرعونيانو هم په اهرامو کې دننه د ميکروبونو د مخنيوي،د باکترياوو د وژلو او د موميايي ساتلو په موخه د ( زرغون نه اَخوا ) رنګ څخه کار اخيست .

په عربي ژبه کې هم رنګ په ډېرو اصطلاحاتو کې کارول شوي دي او جلا جلا ماناوې افاده کوي ... د بېلګې په توګه عربان وايې چې ( فلان يتطاير الشرر الاحمر من عينيه ) ياني د پلانکي له سترګو سرې لمبې راوځي ... دا وخت په دې اصطلاح کې ځکه سور رنګ کاروي، چې د هغه په مخ کې وينه راټوليږي او تک سور مالوميږي . نو سور رنګ د پياوړي کار په مانا راځي ... او کله چې سور رنګ يو څه راکم شي او اغېزه يې هم کمه شي نو بيا ترې ګلابي رنګ جوړيږي، دا رنګ بيا په نرمۍ او خوشاله ژوند باندې دلالت کوي.په عربي ژبه کې ويل کيږي چې ( حياة وردية ) ياني ګلابي ژوند ، په دې جمله کې ګلابي رنګ خوشالي تعبير کوي ياني خوشاله ژوند .. خو تور بيا د رنګ او رڼا د نشتوالي مانا لري او د خپګان او مرګ سمبول ګڼل کيږي .

(c) ketabton.com: The Digital Library





## رنګ څه ته وايي ؟

رنګ د سترګو پر پرده رامنځته شوي فزيولوژيکي اغېز ته وايي ... دا اغېز کېداي شي له رنګينې مادې رامنځته شوي وي يا له رنګينې رڼا څخه ... نو په دې ترتيب رنګ يو احساس دي او په ژونديو ژويو کې له عصبي سيستم څخه دباندې کوم شتون نه لري ... خو له بل پلوه انځور ويستونکي او هغه کسان چې د رنګمالۍ‌کارونه کوي يا په مطبعو او چاپځايونو کې په کارونو بوخت وي، هغوي د رنګ کلمه هغو توکو ته وايې چې دوي يې د شيانو د رنګولو لپاره کاروي .

د طبيعي علومو پوهان وايي ، چې رنګ د رڼا د تجزيې يا photolysis پايلې ، يا د رڼا د څپې اوږدوالي ته وايې. په حقيقت کې د رنګ ماده او رنګينې وړانګې دواړه شتون لري.

د طبيعي علومو پوهانو د رنګ لپاره راتلونکي درې طبيعي ځانګړتياوې ټاکلي دي:

(c) ketabton.com: The Digital Library





۱ - **د څپې اوږدوالي** : که د بېلګې په توګه هغو وړانګو ته ځیر شو چې د لمر رڼا تشکیلوي، نو هغه د رنګین کمان (کمان رستم) رنګونو ته ویشل کیږي (بنفشه یي،آسماني، زرغون ... ) دا هغه رنګونه دي چې د څپو ځانګړي اوږدوالي لري. او ځینې وړانګې داسې دي چې سترګې یې نه شي تمیزولي. لکه د سور نه ښکته څپې ( infrared ) او بنفشې نه اَخوا څپې ( ultraviolet )

۲ - **پاکوالي او روښوالي** : یانې د رنګ او په هغې کې چې د سپینوالي کومه اندازه شته دي ، دهغوي ترمنځ ورته والي .

۳ - **د ځلا عامل** : یانې له رنګ څخه د رڼا غبرګه (منعکسه) شوې اندازه . نو په دې سره زمونږ سترګې کولي شي چې دا اووه رنګونه تمیز کړي ( بنفشه یي ، نیلي، آسماني، شین،ژیړ،نارنجي، سور ) او همدا راز کولي شو چې ددې غبرګې رڼا په برکت سره هغه رنګونه هم وپېژنو چې له دې اووه رنګونو څخه راوځي او ورڅخه سرچینه اخلي .

(c) ketabton.com: The Digital Library





# رنګونه څنګه پېژنو ؟

موږ له رڼا پرته هیڅکله رنګین توکي نه شو پېژندلي ، دا هغه رڼا ده چې یوه برخه یې زمونږ سترګو ته هم راغبرګیږي. نو په همدې بنسټ ، کله چې په رنګین شي باندې قوي رڼا متمرکزه شي نو هغه ډېره ځلا کوي او ډېرې وړانګې صادروي، نو ځکه یو شي بیا ډېر ځلانده او روښانه مالومیږي . خو که بیا همدا شي د تتې او کمزورې رڼا لاندې کېښودل شي ، نو غبرګون یې کمزوري او ځلا یې کمه وي ، نو ځکه ډېر روښانه نه مالومیږي .

ساینس پوه نیوټن وایې چې رڼا د رنګ اصل دي . )) سپینه رڼا خپلو اصلي رنګونو ته تجزیه کېداي شي، همدا راز د سپینې رڼا د لاسته راوړلو لپاره هم دا شونې ده چې دا ټول رنګونه سره راټول کړو، نو هرځاي چې رڼا شته وي هلته رنګ پیدا کیږي.او په همدې ترتیب د رڼا څرنګوالي د رنګونو په څرنګوالي باندې اغېزه کوي.ا مالومه خبره ده چې کله شیان د ورځې په رڼا کې پراته وي نو رنګ یې یو ډول وي ، خو کله چې همدا شیان د مصنوعي رڼا لاندې کېښودل شي نو بیا یې

(c) ketabton.com: The Digital Library



رنګونه توپیر پیداکوي . تاسوچې کله ټوکر (رخت)په یوه هټۍ ( دوکان) کې مصنوعي رڼا ته کېږدئ نو رنګ یې یو ډول ښکاري ، خو کله چې همدا ټوکر دورځې عادي رڼا ته کېږدئ نو بیا یې رنګ له مصنوعي رڼا سره ډېر توپیر کوي . نو ځکه ویلي شو چې رڼا د رنګ په مالومولو او راپېژندلو کې مهم رول لري .

## ولې شیان رنګین ګورو ؟

په هر جسم باندې چې رڼا پربوځي نو له هغې څخه وړانګې راکشوي او له یو بل څخه غبرګیږي( منعکسه کیږي ). او د هر جسم رنګ له هغې څخه غبرګې شوې وړانګې بلل کیږي ... موږ چې کله د ټوکریوه کتان ته ګورو او هغه راته سور ښکاري دا ځکه چې هغې له رڼا څخه دا وړانګې اخیستي او بیا یې زموږ سترګو ته سرې وړانګې غبرګې کړې. او له دې وروسته په سترګه کې د سرو وړانګو لپاره ټاکلې سیمه دا احساسات مغزو ته لېږدوي او موږ ته د سور رنګ احساس راپیداکیږي او سور رنګ پېژنو ، او په همدې ترتیب راته د سمندر اوبه هم آسماني ښکاري، دا په داسې حال کې ده چې د سمندر څپې راته سپین رنګه ښکاري او لامل یې هم دا دي چې دا څپې

(c) ketabton.com: The Digital Library



د هواء ځینې پوکنۍ لري، دا پوکنۍ د رڼا ټولې وړانګې غبرګوي خو له رڼا څخه هیڅ شي نه کش کوي .نو ځکه دا څپې سپینې ښکاري .

سترګه درنګ په پېژندلو کې ډېره حساسه وي او په ځانګړې توګه د زرغون یا شین رنګ په پېژندلو کې ، خو دا حساسیت د سور او بنفشه یي رنګونو په کمېدو کې له منځه ځي. سترګه کولي شي چې درنګونو ترمنځ ډېر کم توپیر هم وپېژني،اًن کولي شي چې له ۲۰۰ څخه تر ۲۵۰ رنګونو پورې توپیر مالوم کړي .

سترګه په ډېرې اًسانۍ سره کولي شي چې سره او بنفشه یي رنګونه تمییز کړي ،خو د ژېړو رنګونود درجو ترمنځ توپیرونه په اًسانۍ سره نه شي پېژندلي. نو ځکه هغه کسان چې د موټرونو د سینګارولو یا رنګولو په کار بوخت وي ، نه شي کولي چې د موټر ترمیم په ژېړ رنګ په اًسانۍ سره وکړي .

خو یو ( متحد ) رنګ کولي شي سترګې ته اًرام ورکړي او په ځانګړې توګه سترګه تربل هر رنګ سپین رنګ ښه پېژندلي شي .

(c) ketabton.com: The Digital Library





## سترګه څنګه رنګ پېژني ؟

پوهان په دې اند دي چې د سترګې په پرده کې درې ډوله عصبي ریښې شتون لري چې عبارت دي له :

لومړۍ ټولګه : د اوږدو څپو یا په سور رنګ باندې حساسیت لرونکې عصبي ریښې .

دویمه ټولګه : د منځنیو ( متوسطو ) څپو یا په زرغون رنګ ځانګړې حساسیت لرونکې عصبي ریښې .

درېیمه ټولګه : د لنډو څپو یا بنفشه یي رنګ حساسیت لرونکې عصبي ریښې .

نو په دې ترتیب سور رنګ په لومړۍ ټولګه باندې ډېره اغېزه لري، او په نورو دوه ټولګو باندې یې اغېزه کمزورې ده . او همداسې هر رنګ د سترګې په پرده کې یوه عصبي ټولګه یا څو مختلفې عصبي ټولګې راپاروي .

کله چې په یو وخت کې درې واړه ټولګې راوپارېږي او ټولې ټولګې په یو ځواک او اغېز سره کار وکړي ، نو په داسې حال

(c) ketabton.com: The Digital Library





کې سترګه د سپین رنګ احساس کوي . او کله چې په دې دریو ډولګو کې یوه هم راونه پاریږي ، په داسې حالت کې سترګه د تور رنګ احساس کوي .

## د رنګونو ړوندوالي

ځینې خلک رنګونو سم نه شي تمیز کولي او په خپله طبیعي بڼه یې نه شي لیدلي،ډېري وختونه ورته سره رنګونه تور ښکاري ، او یا ورته ژېړ رنګونه ډېر زرغون ښکاري، او ځینې یې بیا د آسماني او بنفشه یي رنګونو ترمنځ په دقت سره تمییز نه شي کولي .

دا یوه ارثي ستونزه بلل کیږي . او کېداي شي دا ستونزه یوه انسان وروسته پیدا شي ، دا په دې مانا چې دسترګو پرده یې خرابه شي ، او یا یې د سترګو په عصبي سیستم کې کومې ستونزې رامنځته شي ، بیا هم دا ډول کسان په سمه توګه د رنګونو ترمنځ تمیز نه شي کولي .

خو هغه ستونزې چې د وراثت له مخې پیداکیږي، دا ناروغي که څه هم له ښځینه وو څخه نارینه وو ته په ارثي توګه

(c) ketabton.com: The Digital Library





انتقالیږي خو بیا هم دا ستونزه د ښځو په پرتله په نارینه وو کې ډېره رامنځته کیږي.یانې له ( ۳ــــ۴ ٪ پورې نارینه په دې ستونزه اخته وي .

خو دا چې په بشپړ ډول په سترګه کې د رنګونود تمیز وړتیا له منځه لاړه شي دا حالت ډېر کم پیښیږي. داسې انسان ته ټول رنګونه خړ یا ایره یي رنګه ښکاري .

خو په جزئي توګه دا حالت ډېر ترسترګو کیږي،او ډېری وختونه ځینې کسان د سور او زرغون رنګونو ترمنځ تمیز نه شي کولي. نو داسې کسانو ته د ځینو کارونو ترسره کول لکه موټر چلونه،پادواني او پیلوټي کول کېدای شي ځینې خطرونه له ځان سره ولري .

د یادونې وړ ده چې دداسې ستونزې درملنه نه په طبي او جراحي ډول شونتیا نه لري .... بله دا چې د سترګو د لید د تېزوالي او د رنګونو د تمیز وړتیا خپلو کې کوم تړاو سره نه لري ....کېدای شي د یو انسان د سترګو ځواک ۶/۶ وي خو بیا هم کیدای شي د رنګونو تمیز ونه شي کړي ... یا ددې بر عکس . دا په دې مانا چې کېدای شي د یو انسان د سترګو لید

(c) ketabton.com: The Digital Library



ډېرکمزوري وي ، خو کولي شي چې په دقیقه توګه د رنګونو ترمنځ توپیرونه تمییز کړي .



## رنګونه په تیاره کې څنګه پېژنو ؟

سترګه نه شي کولي چې په تیاره کې رنګونه تمییز کړي شي ...

او کله چې تیاره راشي ( د لمر د پرېوتو وروسته ، یا د څراغ له بندېدو سره )... سور رنګ له زرغون رنګ څخه نه پېژندل کیږي ... او بیا په راتلونکي ترتیب سترګه د رنګونو د تمیز ورتیا له لاسه ورکوي : بنفشه یي، اًسماني، ژېړ او بیا وروسته زرغون رنګ. دا په دې مانا چې زرغون رنګ د نورو ټولو رنګونو په پرتله د شپې له مخې ډېر روښانه او ښه پېژندل کیږي . دا په داسې حال کې ده چې ژېړ رنګ د ورځې له مخې د نورو رنګونو په پرتله ښه پېژندل کیږي .

سور رنګ د شپې له مخې د سترګې د پردې هغه برخه نه راپاروي چې په تیاره کې سور رنګ تمییز کړي . او همدا لامل دي چې د حساسو فلمونو د جوړولو پر مهال په تیارو خونو کې سور رنګ کارول کیږي .

(c) ketabton.com: The Digital Library



# په رنګونو د درملنې ځرنګوالي

متخصصین وایې چې د هر بدن  چاپېره سرابي یا سپک جسم وي، دا جسم د کمزورو رڼاګانو له یوې ډلې څخه عبارت دي چې له بدن څخه چاپېره وي او له څو مختلفو رنګونو څخه جوړ شوي وي، او له دې رنګونو څخه یې هر یو په بدن‌کې په یوه ځانګړې برخې پورې تړاو لري.د بېلګې په توګه سور رنګ د لاسونو ، پښو، وینې او پښتورګو لپاره. ژېړ رنګ د عصبي سیستم لپاره، بنفشه یي رنګ د زړه لپاره. او د هر انسان د سرابي یا سپک جسم رنګ د عاطفې ، روح او جسم له پلوه دهغه روغتیایي حالت غبرګوي .

(c) ketabton.com: The Digital Library



د درملنې په دې طریقه کې متخصص رنځورپوه لومړی ناروغي تشخیصوي ، بیا په ناروغۍ اخته برخه ځانګړو رنګونو ته وړاندې کوي ترڅو روغه شي او خپله دنده په سمه توګه ترسره کړي.

## د انسان کرکټر

## دهغه د خوښې

## له رنګونو پېژندل کیږي

مصري څېړونکي ډاکټر او انجینیر حاتم فوزي چې له ( ساوت هامپټون ) پوهنتون څخه یې په رنګونو کې دکتورا کړې ، د رنګونو په اړه وایې : ( رنګونه د انسان کړنو او د هغه د ځانګړنو او صفاتو سره ډېرې اړیکې لري ...... او د انسان د خوښې له رنګ څخه دهغه ذوق او نفسي اړتیاوې مالومیږي .

په همدې بنسټ اروا پوهنه وایې :

(ته راته ووایه چې کوم رنګ دې خوښیږي.... نو مخکې تر دې چې د ځان په اړه نور څه ووایې ، زه درته وایم چې ته څوک یې .)

(c) ketabton.com: The Digital Library





دا په دې مانا چې د انسان د خوښې رنګ د هغه په اړه ډېر څه وايي .

په راتلونکو څو مخونو کې به د هر رنګ پر ځانګړتیاوو وغږیږو، او که تاسو د خپلې خوښې رنګ نه لرئ،نو کولی شې چې له همدې شېبې ځان ته داسې رنګ غوره کړئ چې پام مو ورواړوي . په دې سره به تاسو خپل مزاج او سلوک په سمه توګه وپېژنئ ، او دا به درته مالومه شي چې کوم وخت ، کوم رنګ پر تاسو اغېزه کوي او په اروائي حالت کې مو بدلون راولي . نو له همدا اوسه مو ځان ته رنګ وټاکئ.

## آسماني رنګ .... د فیلسوفانو رنګ

هغه کسان چې آسماني رنګ خوښوي په ټولیزه توګه دا ډول کسان ژورې اړیکې خوښوي چې ټول عمر دوام کوي .... دداډول کسانو ملګري ډېر کم وي ځکه دوي تل دداسې کسانو په لټه کې وي چې دهمدوي په څېر وي او له خبرو پرته يې په موخه پوه شي ... دا ډول کسان دخپلو مخلصو ملګرو په مرسته کولي شي چې د سختو ګواښونو سره مقابله

(c) ketabton.com: The Digital Library



وکړي،خو کله چې له ناکامۍ سره مخامخ شي نو بې له کومې ګټې ډېر دردیږي او اروائي ستونزې ورته پیدا کیږي .

دا هغه رنګ دي چې د فکر، خیال او حکمت پورې ډېر تړاو لري .

د آسماني رنګ ماده په تورو انګورو،اینځر،توت، بانجان او د توتانو په ټولو کورنیو کې شتون لري. داماده د اکسایډ ضد ماده ګڼل کیږي . او ځینې څېړنې وایې چې د آسماني رنګ ماده د بدن په پوستکي کې د کولاجین [8] ماده راتازه کوي چې په پایله کې د پوستکي تازه والي او ښکلا ساتي او پوستکي ژر زړښت ته نه پرېږدي.

## زرغون ( شین ) رنګ ... آرام طبیعت

دا رنګ د بوټو رنګ دي . . . دا یو مالوم حقیقت دي چې دا رنګ اعصاب آراموي، او هغه کسان چې شین رنګ خوښوي ډېري وختونه هغوي له ځانګړي او ځپلواک کرکټر څخه برخمن وي .... دا ډول کسان پر خپل ځان ځانونه متکي ګوري

[8] هغه پروټین چې د بندونو ترمنځ شتون لري .

(c) ketabton.com: The Digital Library



، نو ځکه ډېري وختونه خپله پرېکړې کوي او د نورو نصیحتونو او مشورو ته غوږ نه ږدي ، که کله ددوي نظر غلط هم وي ، خو بیا هم ورڅخه نه اوړي او ټینګار پرې کوي.

دا ډول کسان تل هغه بریالیتوبونه چې په اسانۍ ترلاسه کیږي نه خوښوي . دوي د سختو موقفو او دریځونو په لټه کې وي تر څو ورکې خپل استعدادونه او وړتیاوې ثابتې کړې ... دا ډول کسان تل په کار کولو ځان ثابتوي ، نه په تشو خبرو!

د شین ( زرغون ) رنګ ماده یا کلوروفیل د سبزیجاتو او شین رنګه مېوورنګ دي.دا رنګ په انسان کې د آرامتیا احساس راپیدا کوي، او د سوکالۍ،توازن،خوش بینۍ او د خیر رنګ ګڼل کیږي. او د غذایي پلوه، شنه (زرغونه ) ماده یا کلورفیل په بدن کې په غذایي نظام کې توازن رامنځته کوي . دا ماده خپله هم پاکه ده او د انسان دبدن د حجرو پاکوونکې ماده ګڼل کیږي، همدا راز شین رنګه ماده د بکتریاوو په وړاندې د بدن مقاومت هم پیاوړې کوي چې یو له دغه باکتریاوو څخه هم د "E-CDI" خطرناکه بکتریا ده . همدا راز دا ماده د سرطاني تومورونو د راښکاره کېدو سره هم مقاومت کوي او نه یې پرېږدي چې په بدن حمله وکړي .

(c) ketabton.com: The Digital Library





## سور رنګ ... د اور سږي

دا رنګ که د ځینو خطرناکو شیانو رنګ دي خو له بل پلوه یې بیاګټې هم زیاتې دي ... سور رنګ د اور رنګ دي او اور هغه څه دي چې انسان یې له تودوخې ګټه اخلي ، همدا راز سور رنګ د وینې رنګ دي او وینه د ژوند راز دي .

هغه کسان چې سور رنګ یې خوښیږي ، هڅه کوي چې د نورو پام ځان ته راجلب کړي ، ځکه دا رنګ ډېر ژر د خلکو پام ځان ته راړوي او پر سترګو یې جادو کوي ... دا ډول کسان د ډینامیکي کرکتر خاوندان وي او ځان هیڅکله وروسته او په دویمه رتبه کې نه حسابوي .... دا ډول کسان خبرو اترو او مناقشې سره ډېره لېوالتیا ښایې، د یادونې وړ ده چې دوي کله په خپله کورنۍ کې د کورنۍ له غړو سره او یا هم له ملګرو سره په خبرو اترو او مباحثو کې دومره لیرې لاړ شي چې مباحثه یې د ترینګلتیا تر بریده ورسیږي .

(c) ketabton.com: The Digital Library



سور رنګ د انرژۍ،ژوند،ګرندیتوب او زړورتیا رنګ ګڼل کیږي .

د سور رنګ ماده چې رومیانو او داسې نورو سبزیجاتو او مېوو ته سور رنګ ورکوي، د ( لایکوبین ) په نامه یادیږي. یو لړ امریکایي څېړنو ښودلې چې دا د زړه د ناروغۍ اوپه نارینه وو کې د پروستات د سرطان د راپیداکېدو مخه نیسي . نوموړې ماده د اوکسایډ ضد هم ده، یو لړ ساینسي څېړنو ښودلې چې اوکسایډ په بدن کې د ځینو ناروغیو د راپیداکېدو لامل ګرځي، او په هر څومره اندازه چې په مېوو او سبزیجاتو کې د سور رنګ ماده زیاتیږي په هغومره اندازه ورکې د ( پیتاکاروټین ) ماده زیاتیږي چې دا په بدن کې په A ویټامین باندې بدلیږي . او په پایله کې A ویټامین دبدن پوستکي ته ډېره ګټه رسوي او د ناروغیو په وړاندې د بدن مقاومت پیاوړي کوي . خوپه زیاته اندازه د سره رنګ بوټو خوړل ښایې ددې لامل هم وګرځي چې د ادرینال غده 9 زیانمنه کړي، او کله چې دا غده زیانمنه شي دا ډول انسانان ډېر ژر په غوسه کیږي او ژر غبرګون ښایي .

[9] دا یو ډول هرمون دي چې بدن یې د غوسې ، وېرې او ورخطایي پرمهال تولیدوي ، دا ددې لامل ګرځي چې انسان ژر غبرګون وښایې .

(c) ketabton.com: The Digital Library





## ژیړ رنګ ...

ژیړ رنګ د لمر د وړانګو رنګ دي ....دا رنګ انسان ته د خوشبینۍ او لویي احساس ورکوي....هغه کسان چې ژیړ رنګ خوښوي هغوي ډېر ټولنیز ښوي لري.دا ډول کسان تل د خوشالۍ په لټه کې وي او دا خوښوي چې نور خلک هم ورسره خوشالي شریکه کړي .

هغه کسان چې دا رنګ خوښوي دهغوي طبیعت وخت په وخت بدلیږي ...که څه هم دا ډول کسان رښتینې عاطفې لري ، خو بیا هم دوي ډېر ستړي وي، د یادونې وړ ده چې دا ډول کسان د اوږدې مودې لپاره یوه اړیکه نه شي ساتلي ... ډېر ژر ستړي کیږي او اعصاب یې راپاریږي او په ناڅاپي توګه اړیکه شلوي. دا رنګ د خوشبینۍ رنګ ګڼل کیږي .

د ژیړ رنګ ماده د ( لوتین ) ماده ده چې په ژیړو مرچکو ، کېلو،جوارو، لیمون، اناناس (زرد جوبه ) او داسې نورو کې

(c) ketabton.com: The Digital Library



شتون لري ،او د کرنې پوهان وایې چې د ژېړ رنګه مېوو خوړل په انسان کې د مستۍ روحیه زیاتوي ، او د هضمي سیستم او په ځانګړې توګه د ځګر او کولمو فعالیت راپاروي او لا یې ګړندي کوي .



## بنفشه يي رنګ ...

دا رنګ د انسان په نفس کې خپګان پیدا کوي ... هغه کسان چې بنفشه يي رنګ خوښوي، تل د خیالونو په نړۍ‌کې ژوند کوي او ددوي زړګونه خوبونه ،وسوسې او تمې یې له واقعیته لیرې ساتي ... هغه‌کسان چې دا رنګ یې خوښیږي تل په دې ټینګار کوي چې باید دده کرکتر هرڅوک خوښ کړي او هیڅ مخالف ونه لري . که څه هم نوموړي به په دې پوهیږي چې دا کار له واقعیته لیرې دي خو بیا هم په دې ټینګار کوي چې ټول خلک ورسره ښه چلند وکړي، ځکه نوموړي په دې پکر دي چې دي یوازیني انسان دي چې ځانته د خلکو د راجلبولو وړتیا لري ، د نورو خلکو په څیر عادي انسان نه دي او د کشش قوه یې تر بل هر چا پیاوړې ده .

(c) ketabton.com: The Digital Library





دا ډول کسان تل هڅه کوي چې سختې تجربې ترسره کړي او په دې لاره کې له ټولو خنډونو تېر شي، دوي په دې کار سره غواړي ترڅو خلکو ته ثابته کړي چې دوي ډېر سخت او ناشوني کارونه هم کولي شي . یا په بله وینا ، دوي تل ددې لپوال وي چې ددوي ټولې پېښې په جادويي توګه ترسره شي او ددې کار کولو لپاره هڅې هم کوي.

ددې ډول کسانو د نوښت وړتیا هم زیاته وي ، او د هر ډول هنرونو خوند څکي او ځان ورکې آزمايي . خو که دوي هرڅومره کار وکړي بیا هم دوي په شته امکاناتو بسنه نه کوي او په پاي کې دا عتراف کوي چې ګویا ددوي امکانات محدود دي .دوي له هغه کسانو سره ملګرتیا ډېره خوښوي چې په دوامداره توګه دده ستاینه کوي ، له جذابیته یې متاثر وي او دده غرور زغمي .

کله چې دا ډول کسان له ناکامۍ سره مخ کیږي نو هغه خوبونه چې له واقعیته لیرې دي خو دوي ورته په تمه دي ، له هغې تیریږي ... خو بیا ډېر ژر راپیداریږي ، خپلې مړې شوې او له منځه تللې وړتیاوې بیا په لاس راوړي او له سره پیل کوي خو هیڅکله ماته نه مني .

(c) ketabton.com: The Digital Library



# تک نسواري رنګ ...

ددې رنګ ماده هغه مادې ته ورته ماده ده لکه په چايو ، قهوه او داسې نورو شيانو کې چې شتون لري ، دا ماده د ( پوليفينول ) کورنۍ څخه ده، او د ( فينول ) ماده چې په چايو کې په زياته کچه شتون لري د جسم په پاکوالي کې مهم رول لري . او همدا راز د تومور ( پړسوب ) په مخنيوي کې هم ډېره مرسته کوي ، ځکه دا ماده د اوکسايډ ضد ماده ګڼل کيږي . دا ماده په چکليټ کې هم شتون لري، چکليټ د منګانيز يا د اوسپنې عناصر هم لري ، نو ځکه کله چې چکليټ په زياته اندازه غوړ او شکر ونه لري ، او په مناسبه اندازه وخوړل شي نو ګټې يې هم زياتې وي.

دلته د ( بايو فلافونويډز[10] (BIOFLAVONOIDS) عناصر هم شتون لري .او دا عناصر ښايې په بوټوکې د رنګونو په بڼه راښکاره نه شي ، خو د څېړنو له مخې دا عناصر د بدن لپاره ډېر ګټور دي . له دې عناصرو څخه يې ځينې د اوکسايډ ضد

---

[10] ځينې مواد چې په مېوو او سبزيجاتو کې شتون لري ، او انسان د يو شمېر کينسر او د زړه له ناروغيو ژغوري .

(c) ketabton.com: The Digital Library



دي ، او ځينې يې هرمونونه دي . دا عناصر په مېوو او سبزيجاتو کې شتون لري او د سرطان او د يو شمېر د زړه د ناروغيو مخنيوي کوي. د بېلګې په توګه په بوټو کې د ا ستروجين (estrogen) هرمون هغه هرمون دي چې په ( صوياېين) کې په زياته اندازه ترسترګو کيږي . او ويل کيږي چې په ښځو کې د تيونو د سرطان څخه په مخنيوي، او په نارينه وو کې د پروستات د سرطان په مخنيوي کې مهم رول لري .

# د رنګونو ګډوالي ( اختلاط )

پوهان وايې چې د بنسټيزو رنګونونو ترمنځ اختلاط او ګډوالي کېداي شي پرانسان ډېر مؤثر او مثبت اغېز ولري . نو په دې بنسټ د بېلګې په توګه د نارنجي رنګه جامو اغوستل چې د سور او ژېړ رنګونو د ګډوالي په پايله کې منځته راغلي انسان ته ډېره انرژي ورکوي او د انسان ذهني وړتيا زياتوي. دا په دې مانا چې سور رنګ د ډېرې انرژۍ د راپيداکېدو لامل کيږي ، او ژېړ رنګ د ذهني وړتيا د پياوړتيا لامل ګرځي . نو ويلي شو چې د نارنجي رنګ استعمال انسان ته دواړه ګټې ورکوي .

په دې بنسټ د کور، دفتر او هغه ځايونه چې سروکار مو ورسره زيات وي ، دهغې لپاره ښه او وړ رنګونه وټاکئ ، هڅه وکړئ چې داسې رنګ وټاکئ چې ستاسو پر نفس او ارواباندې مثبته اغېزه وکړي .

ساينس پوهان د ډېرو څېړنو او تجربو وروسته دې پايلې ته ورسېدل چې تودوخه نه يوازې دا چې يو مادي شي دی ، بلکې اروايي شي هم دي ، ځکه د انسان پر اروا باندې

(c) ketabton.com: The Digital Library





مستقیمه اغېزه کوي . دوي په دې لړ کې لاندې لاسته راوړنې وکړې : هغه رنګونه چې د انسان په نفس کې د ګرمۍ احساس راپیدا کوي عبارت دي له سور او نارنجي رنګونو څخه ، همدا راز هغه رنګونه چې له دې دوه رنګونو څخه راوځي لکه : تک سور او تېز نارنجي رنګونه هم د انسان په نفس کې د ګرموالي احساس راپیدا کوي .

ځلانده سره رنګونه ګرموالي راپیدا کوي ، خو په عین وخت کې د یو ډول هیجاني حالت د راپیدا کېدو لامل هم ګرځي چې په پایله کې یې انسان ډېر ژر په غوسه او غبرګون شایې .

ژېړ رنګ انسان ته یو څه د تودوخه احساس راپیدا کوي ، او همدا راز نسواري او سور بخن رنګونه هم د تودوخې احساس ورکوي. او په هر څومره اندازه چې ددې دوه رنګونو درجه راکمیږي په هغومره اندازه یې انسان سره حرارت او ګرموالي احساس هم راکمیږي .

ایریي او ژېړ رنګونه د خوا په ګرځېدو کې مرسته کوي ، دا په داسې حال کې ده چې شین ( زرغون ) رنګ او آسماني رنګونه د خواګرځېدنې مخنیوي کوي .

(c) ketabton.com: The Digital Library





# ښځې او رنګونه

ښځې رنګونو سره ډېر تړاو لري، دا به هم مبالغه نه وي چې د ښځې ژوند په بشپړ ډول په رنګونو پورې تړلي دي. د ښځو پر مخونو د ډول ډول رنګونو ځلا ، دهغوي د جامو ښکلي او بېلا بېل رنګونه ، دهغوي په کور کې د دېوالونو او د کور د لوزامو ښکلي رنګونه، دهغوي پر دسترخوان مختلف خواړه او رنګا رنګ مېوې ... دا ټول هغه څه دي چې ښځه ورسره ډېر سروکار لري او ورته خوښي وربخښي ، نوځکه ویلي شو چې رنګ د ښځو د ژوند نه جلا کېدونکې برخه ده .

د ښځو اړیکې له له رنګونو سره تردې هم زیاتې دي ، دا په دې مانا چې رنګونه د ښځې په روغتیایي او اروایي حالت ډېرې اغېزې لري، پوهان وایې ، کله چې هررنګ ځانته جلا غبرګون او څپې لري نو ځکه رنګونه د ناروغیو ددرملنې غوره وسیله ده .

(c) ketabton.com: The Digital Library





پوهان په دې باور دي چې په بدن کې ټولې حجرې غبرګون لرونکې وي ، کله چې انسان د ښه او روغ صحت خاوند وي نو دا غبرګون په ډېر پیاوړي او مثبت ډول له دې حجرو راوځي ، خو کله چې انسان په کومه ناروغۍ اخته وي نو بیا دا غبرګون غیر متوازن وي .

دا په داسې حال کې ده چې یوه بله نظریه بیا وایې چې د بدن مختلفې برخې او د ناروغۍ بېلا بېل حالات او د انسان عاطفي وضعیت له هغه سره مرسته کي چې په ښه توګه مختلف رنګونه ځان ته راجلب کړي ، اغېز پرې وکړي او ګټه ترې واخلي . او کله چې کوم بدن توازن له لاسه ورکړي وي نو په طبیعي توګه د هغه رنګونو په لټه کې وي چې ورته اړتیا لري .

رنګونه د موسیقي په څېر دانسان پر اروا اغېزه کوي، رنګونو دداسې یو ځواک تعبیر کوي چې د انسان په ژوندانه کې ډېر اغېز لري، خو هغه احساس چې الله جل جلاله د رنګونو په وړاندې په ښځو کې پیدا کړي ، تر ټولو پیاوړي او ستر احساس ګڼل کیږي . همدا لامل دي چې د اورپا ځینو پوهانو دې ټکي ته پام کړي او د څېړنو په پایلو کې یې دا ښودلې چې رنګونه پر ښځو تر بل هر چا ډېره اغېزه لري . همدا راز

(c) ketabton.com: The Digital Library



اروا پوهانو دا هم ثابته کړې چې رنګونه د انسان د اروا او نفس سره ډېرې ژورې او نه بېلېدونکې اړیکې لري ، نو ځکه یې پرې اغېزې هم ښکاره دي .

ډاکترګریګوري کونوي وایې :

ګڼو څېړنو او تجربو په ښځه باندې د رنګونو اغېز په لاندې ټکو کې په ګوته کړې :

- رنګونه د ښځې په تولید، کار او دهغې پر ذهني او اروايي حالت باندې ډېره اغېزه کوي ، یا په بله وینا ، رنګونه د ښځو د نوښت وړتیا زیاتوي.
- رنګونه د ښځې په روغتیا اغېزه لري ، او د ناروغیو په درملنه کې یې مهم رول لوبوي، رنګونه د ښځې په مزاج، روغتیا او په فعالیت تاثیر کوي .
- ځینې رنګونه په ښځه کې مینه او ځینې ورکې نفرت پیدا کوي ، او ځینې رنګونه ښځه له مادي نړۍ روحاني نړۍ بیایي .
- ځینې رنګونه ښځې ته خوشالي ورکوي او ځینې ورته بیا د دردونو لامل ګرځي ، او ځینې نور یې بیا ورته د هیلو د پیداکېدو الهام ورکوي .

(c) ketabton.com: The Digital Library



- ځینې رنګونه د ښځې ارادې پیاوړې کوي ، او ځینې یې بیا ژوندی او پیاوړې ارادې وژني .

طبیعي رنګونه د نړۍ ستر تولید ګڼل کیږي او د ښځې پر ژوندانه ډېر اغېز لري ، ښځه په خپل چاپیریال کې تل د رنګونو په ننداره وي ، کله چې ښځه خپلې سترګې راوغړوي او پر شین اسمان یې سترګې ښښلي ،او کله چې په خپل چاپیریال کې ډول ډول بوټي او رنګارنګ ګلان ګوري دهغې په اروا کې ځانګړي احساس راپیدا کوي ، همدا احساس پرې تاثیر کوي او بالاًخره یې اروايي ناروغۍ له منځه ځي .

رولاند بلاک د رنګونو په اړه وايې :

شین یا زرغون رنګ له ښځې سره په ذهني اًرامتیا او سکون کې مرسته کوي ، شین رنګ د کمان رستم  د اوو رنګونو په منځ کې ځاي لري . دا رنګ چې د نورو رنګونو په پرتله طبیعي رنګ بلل کیږي الله جل جلاله د ونو د پاڼو ، باغونو او شنو دښتو لپاره ټاکلي ، دا هغه رنګ دي چې  انسان ته خوښي ورکوي او عصبي سیستم یې اًراموي . کله چې انسان له سترو کارونو راوګرځي، شوریې ذهن ورګډ کړي ، نو  الله جل جلاله

(c) ketabton.com: The Digital Library





ورته د ذهني سکون او د دمې لپاره شين رنګ په ډالۍ کې ورکړي .

ژیړ رنګ د ښځې ذهن تېزوي .

سور رنګ د وینې په جريان کې د ادرينالين د مادې د افراز لپاره غدې راپاروي، او د زړه ټکان او د وینې جریان پیاوړی کوي .

اسماني رنګ د انسان ستړيا سره مبارزه کوي او هغه ته ارام ورکوي. هغه څوک چې د رنګونو په مانا او اغېز پوهيږي، نو هغه په دې هم پوهيږي چې د اسمان او د سمندر د اوبو شينوالي انسان ته څومره ارام او دمه ورکوي .

بنفشه يي رنګ انسان ته د نوښت وړتيا ورکوي ، دا رنګ د مغزو د پاسنۍ برخې حجرو ته خواږه، ارامتيا او سکون وربخښي، همدا راز دا رنګ دانسان وجدان او احساسات لوړ بيايي ، نو ځکه ويلي شو چې دا رنګ د ادب ، شعر ، موسيقي او هنري برخو کې له انسان سره ډېره مرسته کوي.

دا چې رنګونه دانسان پر اروا څومره اغېزه لري ، په دې اړه د اروا پوهنې استاذه ډاکتره **ناديه عبدالقادر** وايې :

(c) ketabton.com: The Digital Library





(( رنګونه په نړۍ کې یو ستر ځواک ګڼل کیږي او د ښځې پر ژوندانه ډېره اغېزه لري، ښځه چې هر لور ته مخ اړوي نو پر رنګونو یې سترګې لګیږي ، خو په اړه یې ژور پکر نه دي کړي ، او نه دې ته پام شوي چې باید د رنګونو له رازونو ځان خبر کړي او په ارزښت یې ځان پوه کړي . ))

نوموړې زیاتوي :

(( دا چې رنګونه په ښځه څومره اغېزې لري او پر وړاندې یې ځینې وختونه کوم غبرګون ښایې، غواړم په دې اړه د یوې هټۍ کیسه بیان کړم (( په شیکاګو کې د غوښې یوې هټۍ ته پیریدونکي (مشتریان ) ډېر کم راتلل ،دغوښې پلورونکي له دې حالته شکایت درلود او هر وخت به یې تاوان کاوه . او لامل یې هم دا وو چې د هټۍ دېوالونه او چت په ژېړ رنګ باندې رنګ وو ، د هټۍ مالک په دې نه پوهېده چې ژېړ رنګ غوښه داسې ښایې لکه خوسا چې وي ، نو ځکه ورته مېرمنو ډېره مراجعه نه کوله ، د رنګونو یوه متخصص نوموړې دې ټکي ته متوجې کړ او ورته یې وویل چې د هټۍ رنګ بدل کړي ،هټیوال ژېړ رنګ لیرې کړ او هټۍ یې آسماني رنګ ته نږدې په یوه بل رنګ باندې رنګ کړه،کله چې نوموړې د هټۍ رنګ

(c) ketabton.com: The Digital Library



بدل کړي نو غوښې پیریدونکو ته سور رنګه ښکارېدې او هډوکي یې تک سپین مالومېدل ، خلکو به داسې فکر کاوه چې ګویا بیخي تازه دي ، په دې کار سره پیریدونکي او په ځانګړې توګه زیاتې مېرمنې د غوښې اخیستلو لپاره ورتللې .))



## (ښځه ... او د ګلانو رنګونه)

کله چې یوه ښځه ډېره ښکلې وي او ښکلا یې وروستي حد ته رسېدلي وي ، نو تازه ، ښکلي او خلاص ګل دهغې سمبول ګڼل کیږي . اًن د اروپا پوهان په دې اند دي چې د ښځې طبیعي حالت د ګلانو پورې تړلي دي . او دواړه له یو بل هیڅکله نه جلا کیږي .

د اروپا یو عالم رونالډبلاک وایې :-

دلته ځینې علمي اشارې شته دي، ګلان د اشارو هغه اغېزمنه ژبه ده چې له لارې یې ښځې ته ډېر څه انتقالیږي او ویلو ته یې هم اړتیا نشته . لکه: ـ

د غاټول سور ګل : دا ګل د ښکلې ښځې لپاره کارول کیږي ، او د مینې او عاطفې مانا لیږدوي .

(c) ketabton.com: The Digital Library



د یاسمین ګل : دا ګل د نرمې ښځې لپاره د اشارو ژبه ده ، او د دې لارې دا موخه انتقالیږي چې (مینه په ډېر احترام سره )

د بنفشې ګل : دا ګل چې بنفشه یي رنګ لري متواضعې او عاجزې ښځې ته د اشارې ژبه ګڼل کیږي ، ددې ګل ژبه ، یانې ( په چوپتیا کې مینه کول ) .

آسماني بنفشه : دا ګل د مخلصې ښځې لپاره د اشارې ژبه ده .

سور ګل : دا ګل دهغې ښځې لپاره د اشارې ژبه ده چې ډېره عاطفه ولري . او مانا یې داده چې ، ( ډېره عاطفه ) .

سپین ګل : په دې ګل باندې پاکې ښځې ته خطاب کیږي او د یوې روغې او وړ ښځې مانا ورکوي .

ژیړ ګل : دا رنګه ګل باندې غیرتي ښځې ته خطاب کیږي او مانا یې دا ده چې ( زه تل ستا په پکر کې یم )

ګلابي رنګه ګل : په دې رنګ ګل باندې مینه ناکې ښځې ته خطاب کیږي. او دا مانا ورانتقالوي چې (دوامداره عاطفه بدلون نه مومي ) .

(c) ketabton.com: The Digital Library





آسماني ګل : په دې رنګ ګل باندې پوره ( کاملې ) ښځې ته خطاب کیږي او دا مانا ورکوي ( ته تل د احترام وړ یې )

سپین یاسمین : په دې باندې سرزورې ښځې ته خطاب کیږي او دا مانا ورکوي چې ( ولې هیڅ مینه نه کوې ؟ )

ژېړ یاسمین : په دې باندې نرمې ښځې ته خطاب کیږي او دا مانا ورکوي چې ( غواړم چې ستا لپاره هرڅه شم )

سپین ګلاب : په دې باندې شکي ښځې ته خطاب کیږي ، او ورته وایې چې ( زما په مینه باور وکړه )

ګلابي رنګه ګلاب : په دې باندې ښکلې ښځې ته خطاب کیږي او ورته وایې چې ( زه درسره ډېره زیاته مینه لرم )

سور ګلاب : په دې باندې سرکښې ښځې ته خطاب کیږي او ورته وایې چې ( زه ستا په اخلاص باوري یم )

د کامیلیا سپین ګل : په دې باندې مغرورې ښځې ته خطاب کیږي او ورته وایې چې ( ته زما مینه سپکه ګڼې )

(c) ketabton.com: The Digital Library





د کامیلیا سور ګل : په دې باندې د ښځې لویی ته خطاب کیږي او ورته وایې چې ( ته په ټوله نړۍ کې تر ټولو ښکلې ښځه یې )

د کامیلیا ګلابي رنګه ګل : په دې رنګ باندې هغه ښځې ته خطاب کیږي چې په خپله ښکلا ویاړي او ښودنه یې کوي او ورته وایې چې (زه پر دې ویاړم چې تاسره مینه کوم )

د ریدي آسماني رنګه ګل : په دې رنګ ګل باندې منونکې ښځې ته خطاب کیږي ، او د وفادارۍ مانا ورکوي او وایې ( زه تل ستا منونکې یم )

د ریدي سور ګل : په دې رنګ ګل باندې هوښیارې ښځې ته خطاب کیږي او د وفادارۍ مانا ورکوي او وایې : ( زه په خپل پکر یم او په هوښیارۍ مینه کوم )

د ریدي ژېړ ګل : په دې ګل باندې غیرتي ښځې ته خطاب کیږي او ورته وایې : ( آیا زه به د مینې مېوه ترلاسه کړم ؟ )

د اکاسي ژېړ ګل : دا ګل د رښتونولۍ مانا ورکوي ، او ټولنیزې ښځې ته پرې خطاب کیږي .

(c) ketabton.com: The Digital Library



**د ګلانو د رنګونو په اړه ډاکتر میلتون کارلتون وایې :**

**( د ګلانو مختلف رنګونه جلا جلا ماناګانې لري، شین ( زرغون ) رنګ د هیلې او امید په مانا راځي ، که دا رنګ ګل په کومه غنچه کې په زیاته اندازه ولیدل شي نو دا په هیلې او امید باندې دلالت کوي.**

**سور رنګ د پیاوړي او ژورې مینې څخه تعبیر کوي .**

**سپین رنګ په پاکوالي دلالت کوي .**

**آسماني رنګ په وفاء او د زړه په پاکوالي باندې دلالت کوي .**

**پر ښځو د ګلانو د اغېزې په برخه کې ډاکتر میلتون زیاتوي :**

**( ددې لپاره چې د ښځې او خاوند ترمنځ مینه تل پاتې شي، خاوند باید کله ناکله د ګلو یوه غنچه خپلې مېرمنې ته د ډالۍ په توګه ورکړي ، د ګل اغېزه پر ښځه د جادو تر اغېز کم نه دي ، تاسو هم کم تر کمه په اونۍ کې یو ځل خپلې مېرمنې ته ګل په ډالۍ کې ورکړئ او کرکې ته لاره مه ورکوئ چې د مینې اړیکې مو زیانمنې کړي . )**

(c) ketabton.com: The Digital Library





# رنګونه او حیوانات

فکر وکړئ چې حیوان په خپل چاپېریال کې رنګونه څنګه ګوري ؟ او آیا هغه څه چې مونږ یې په کومو رنګونو ګورو، همداسې یې ژوي او مرغان هم ګوري ؟ آیا انسانان او ژوي نړی ته په یوه سترګه ګوري ؟ او آیا دوي له ښکلو منظرو او بېلا بېلو ښکلو او زړه راښکونکو رنګونو څخه یو ډول خوند اخلي ؟

که موږ خپل چاپېریال ته وګورو ، نو په مختلفو ژويو او مرغانو مو سترګې لویږي، دوي ډول ډول رنګونه لري ، مونږ د پتنګانو او شوپرکونو له ښکلو رنګونو خوند اخلو ، د تاووسانو رنګینې او ښکلې بڼکې راته خوښي رابخښي او زړه ته مو آرام ورکوي .

(c) ketabton.com: The Digital Library





دا چې ژوي په ښکلو منظرو کې بېلا بېل رنګونه ګوري ، او خوند ترې اخلي ، ددې راز په څه کې دی ؟

ځینو پوهانو یوازې د حشراتو رنګونه تر څېړنې لاندې نیولي او هغه یې تحلیل کړي . په دې لړ کې هغوي هڅه کړې چې د رنګونو رازونه او ترمنځ یې توپیرونه مالوم او وڅېړي .

همدا راز پوهانو دا هم څېړلې چې حیوانات او مرغان په خپل چاپېریال کې مختلفو رنګونو ته څنګه ګوري او څنګه پرې اغېزې کوي .

## چرګه او بنفشه یي رنګ :

په دې برخه کې پوهانو ځینې تجربې ترسره کړي ، دوي د کمان رستم په اوو رنګونو دانې وویشلې او بیا یې د چرګانو مخې ته وشیندلې . په پایله کې پوهانو ته دا روښانه شوه چې چرګانو له هغه ځایه دانې ډېرې خوړلې وې چې د سور ، ژېړ او شین ( زرغون ) رنګونو وړانګې وربانديې لګېدلې وې. دا په داسې حال کې ده چې له هغه ځایه یې دانې کمې خوړلې وې چې د آسماني رنګ وړانګې پرې پرتې وې .د یادونې وړ ده چې ، د بنفشه یي رنګ سیمې ته هیڅ ورنږدې شوي هم نه

(c) ketabton.com: The Digital Library



وې او يوه دانه يې هم ترې نه وه خوړلې . نو مالومه شوه چې چرګان د بنفشه يي رنګ وړانګو ته نه ورنږدې کيږي . او د حيرانتيا خبره خو لا دا ده چې دا په تجربو او څېړنو ثابت حقيقت دي چې د مرغانو لپاره داسې خواړه شتون نه لري چې آسماني رنګ او يا بنفشه يي رنګ ولري .



## ليک لېږدوونکې کوترې او زرغون رنګ :

يادونه وشوه چې چرګان هغه ځاي ته نه ورنږدې کيږي چې هلته د بنفشه يي رنګ وړانګې خپرې وي ،دا چې شين رنګ پر ليک لېږدوونکې کوتره څومره اغېزه کوي ، په دې برخه کې پوهانو ځينې تجربې ترسره کړي ، دوي د سليوليد څخه په جوړو شويو عينکو باندې د ليک لېږدوونکې کوترې سترګې وپوښلې ، د يادونې وړ ده چې دا عينکې له مختلفو رنګونو څخه جوړې شوې وې . ددې لپاره چې دا ثابته شي چې آيا رنګونه د کوترو پر سترګو هم اغېزې کوي، او آيا دا کوتره بېرته خپل کور ته راستنېدې شي او که نه ي ، پوهانو د کوترې سترګې څو ځله په مختلفو رنګونو عينکو وپوښلې او په هواء کې يې خوشې کړه .

---

(c) ketabton.com: The Digital Library





دوي ته په پاي کې دا ثابته شوه چې هغه عينکې چې ژېړ او سور رنګ يې درلود دکوترې په ښېرته راستنېدو کې خنډ ونه ګرځېدې ،کوتره کولې شي چې له دغه دوه رنګونو څخه خپله مخه په څرګنده توګه ووينې، خو هغه عينکې چې شين (زرغون ) او آسماني رنګ يې درلود، کوتره يې دېته نه پرېښوده چې خپله مخه وګوري او ښېرته کورته راستنه شي، ددې عينکو په اچولو سره ورته هرڅه توره تياره ښکارېده .

## د تاووس د ښکلا راز :

د تاووس ښکلا دهغې د ښکو په مختلفو رنګونو کې ده ، خو پوښتنه داده چې دا رنګونه له کوم ځايه سرچينه اخلي ؟

آيا دا رنګونه له کيمياوي مادو څخه جوړ شوي او که کومه بله سرچينه لري ؟

هغه ښکلي او زړه راښکونکي رنګونه چې مونږ يې د تاووس او نورو مرغانو په ښکو کې ګورو ، له هوايي پوکڼيو څخه سرچينه اخلي، دا هوايي پوکڼۍ د ښکو په مختلفو برخو کې ځاي پر ځاي شوي دي .

(c) ketabton.com: The Digital Library





تاسو به لیدلي وي چې کله رڼا د ښیښې له یوې ټوټې څخه تیریږي ، دا رڼا د کمان رستم اووه رنګونو ته تجزیه کیږي ، دلته هم داسې ده ، کله چې په دې هوایي پوکڼیو د لمر رڼا وغورځیږي او بیا شین ، ژیړ او سور رنګ ته تجزیه شي ،نو زمونږ سترګو ته مختلف رنګونه غبرګوي ... الله جل جلاله ډیر ښکلي پیداکوونکي ذات دي ، او یوازې هغه د عبادت او ستاینې وړ دي .

## د شاتو مچۍ د بنفشې نه اًخوا رنګ پېژني :

د شاتو مچۍ ډېر رنګونه پېژندلي شي، ( ما وراء بنفشه ) یا له بنفشې نه اًخوا رنګ هغه رنګ دي چې انسان یې نه شي لیدلي خو د شاتو مچۍ یې پېژندلي شي. د شاتو مچۍ سور رنګ نه شي پېژندلي او تک تور ورته مالومیږي .

(c) ketabton.com: The Digital Library





## آیا پیشوګانې او سپي د رنګونو تمییز کولی شي ؟

تجربو ښودلې چې پیشوګانې او سپي د رنګونو تمییز نه شي کولی .

## آیا بیزوګان ( شادي )رنګونه پېژندلی شي ؟

تجربو ښودلې چې بیزو یا شادي د رنګونو تمییز کولی شي ، په دې لړ کې پوهانو ځینې تجربې ترسره کړې ، ساینس پوهانو په یوه زېرمتون کې خواړه کېښودل او په یوه ځانګړي رنګ یې دا زېرمتون رنګ کړ او بیا یې ورته بیزو ورخوشې کړه، په پای کې پوهانو ته ثابته شوه چې بیزوګانې هغو زېرمتونونو ته نه ورتللې چې دهغې رنګ سره اشنا نه وې ، بلکې هغو زېرمتونونو ته ډېرې تللې چې دهغې رنګ سره بلدې وې .

(c) ketabton.com: The Digital Library



## آیا د سره رنګ ټوټه جنګي غوایان راپاروي ؟

پوهان په دې باور دي چې ډېري تي لرونکي ژوي د رنګونو تمییز نه شي کولي ، دوي په دې اند دي چې یوازې سره ټوټه لکه څنګه چې خلک په دې باور دي د جنګي غوایي په راپارولو کې رول نه لري ، بلکې دهغه مخې ته چې هر رنګه ټوټه وخوځول شي ، د غوایي پام ځان ته وراړوي او راپاریږي .

دا چې ډېري تي لرونکي ژوي د رنګونو تمییز نه شي کولي، دا دهغوي د ژوند کولو طریقې پورې اړه لري ، ځکه ډېري ژوي لکه زمریان او وحشي غواګانې او داسې نور ژوي د شپې لخوا په تیاره کې ښکار کوي ، او همدا لامل دي چې ډېري تي لرونکي ژوي د رنګونو تمییز هم نه شي کولي .

(c) ketabton.com: The Digital Library





# رنګونه او حشرات

**په حشراتو کې رنګونه دا درې عوامل لري :**

## کیمیاوي عوامل :

**دا هغه عامل دي چې رنګ یې کیمیاوي ترکیب ولري ، او دا کیمیاوي ترکیبونه د جوړونې او د له منځه وړنې دوه عملیوپه پایله کې رامنځته کیږي . د رنګونو هغه مادې چې پروټیني اصل ولري ، حشرې ته یوه ډول مبهم رنګونه ورکوي، دا رنګونه کله ایره یي وي او کله تېز نسواري وي . دا په داسې حال کې ده چې د رنګ دا مادې چې له فولیک اسیډ 11ځخه جوړیږي حشرې ته تک ژېړ رنګ ورکوي . دا حالت مونږ په یو شمېر حشراتو کې ګورو .**

**همدا راز هغه چینجي چې ډېر بندونه لري او ځینې حشرات چې شنه او سره رنګونه لري ، لامل یې د شنه کلوروفیل او د سره هیموګلوبین مادې دي .یانې کلوروفیل او هیموګلوبین**

---

[11] داهغه ویټامین دي چې د ونو په پاڼو او په ینه کې پیداکیږي ، او بدن ورته د وینې د سرو کرویاتو د تولید لپاره ډېره اړتیا لري .

(c) ketabton.com: The Digital Library



دوي ته شنه او سره رنګونه ورکړي دي . ډېري هغه چينجي چې ډېر بندونه لري او د ونو شنې پاڼې خوري شين ( زرغون ) رنګونه لري .

## طبيعي عوامل :



له دې څخه مطلب دادي چې د حشراتو په بدن ځينې مشخصې برخې يا دهغې بهرني اړخ د رڼا ځانګړنې لري ، دا رڼا کمان رستم راپيدا کوي او ځانګړي رنګ لري . پوهانو دا کشف کړې چې د حشراتو بهرني اړخ نرمې پردې لري ، دا پردې د وړانګو د ماتېدنې ( انکسار ) لامل ګرځي . همدا راز دا پردې وړانګې تحليلوي او په پايله کې ترې ډول ډول ښکلي رنګونه راوځي .

هغه وړانګې چې د حشراتو په دې پردو باندې پرېوځي غبرګيږي کوي او په پايله کې د حشراتو رنګونه ځلانده او روښانه ښکاري .

دا پردې يو د بل له پاسه جوړې شوي وي ، همدا لامل دي چې کله کله ځينې حشرات مختلف رنګونه لري او ډېر ښکلي ښکاري .

(c) ketabton.com: The Digital Library



## د کیمیاوي او طبیعي عواملو ګډوالي :

دا په دې مانا چې د حشراتو رنګ د کیمیاوي مادې او د رڼا د یوځای کېدو په پایله کې رامنځته شوي وي . کله چې کیمیاوي رنګونه له طبیعي رنګونو سره یوځای شي په پایله کې ترې ښکلي او زړه راښکونکي رنګونه راوځي ، چې بیا یې هر یو خپلې ځانګړنې لري .

رنګونه د حشراتو په نړۍ کې د هغوي په ساتنه کې مهم رول لري ، ددوي په ترکیب کې ښکاره توپیرونه ترسترګو کیږي ، دا توپیرونه نارینه حشرات له ښځینه وو بېلوي ،د بېلګې په توګه د ځینو نارینه حشراتو په مخامخ وزر باندې یو توربخن خال وي ،یا د ځینو ښځینه حشراتو دخېټې وروستۍ برخه ښکلي نارنجي رنګ لري . او یا کېدای شي د ښځینه حشرې رنګ په بشپړ ډول د نارینه له رنګ څخه بدل وي . چې دا حالت د پتنګانو په کورنۍ کې ډېر ترسترګو کیږي . او یا کېدای شي د کال په فصلونو کې ځینې حشرات مختلف رنګونه ولري ، او نظر موسمونو ته یې رنګونه بدل رابدل شي .

(c) ketabton.com: The Digital Library



# د رنګولو ډولونه :

## بدلېدونکي رنګ :

په دې حالت کې ځينې حشرات خپل اصلي رنګ په بل رنګ باندې بدلوي، دا کار يا د دښمن له خطر څخه د ژغورنې په موخه کوي ، او يا يې د ښکار نيولو لپاره کوي . لکه د ( مانتيس )[12] حشره . دا حشره خپل ځان د ګلانو د پاڼو د رنګ په څېر ښکاره کوي ، نور حشرات پرې د ګل د پاڼې فکر کوي ، خو کله چې ورنږدې شي برید پرې کوي او خوري يې .

---

[12] دا يوه لويه حشره ده ، او مخکنۍ دوه پښې يې ډېر وخت جګې نيولي وي او مختلفو رنګونو ځان رنګولي شي .

(c) ketabton.com: The Digital Library





## د ډارونې لپاره رنګول :

دا حالت په هغه حشراتو کې ډېر لیدل کیږي چې الله جل جلاله ورته د دفاع لپاره وسله ورکړې وي . دا وسله ددوي په رنګونو کې نغښتل شوې ده ، دوي چې کله په کوم ځاي کې شتون ولري نو نور حشرات او مرغان ترې ډاریږي او هڅه کوي چې ورته ورنږدې نه شي .

دا ډول حشرات ډېري وختونه زهرلرونکي وي او یا ډېر بد بوي لري . دبېلګې په توګه د مچۍ او غومبسو نومونه یادوو چې ډېري یې ژېړې ، سره او شنه رنګونه لري.

## کربوړي څو رنګونو ته خپل رنګ بدلولي شي

موږ ټول په دې پوهیږو چې کربوړي کولي شي خپل رنګ څو رنګونو ته بدل رابدل کړي . تر دې چې په یوه ورځ کې څو ځله خپل رنګ بدل رابدلولي شي . کربوړي خپل رنګ د دفاع او ځان ساتنې په موخه بدلوي .

(c) ketabton.com: The Digital Library





د کربوړي رنګ د شين زيتوني او ژېړ بخن رنګونو ترمنځ اوړي راوړي . همدا ډول کله خړ او کله نسواري رنګ ته ځان اړوي ، او نظر حالاتو ته د کربوړي رنګ کله تک شين او کله روڼ شين يا زرغون ښکاري. الله جل جلاله د کربوړي په پوستکي کې کوچني نلونه پيدا کړي، ددې نلونو دانې د حجرو په خاليګاوو کې حرکت کوي . نو نظر د رڼا او تيارې تاثير ته د کربوړي پوستکي مختلفو رنګونو ته بدلېدلي شي . همدا راز د تودوخې درجه هم د پوستکي د ځانګړو حجرو پر جوړښتونو اغېزه کوي او کربوړي ته دا وړتيا ورکوي چې د خپل ځان د ساتنې او ددفاع په موخه مختلفو رنګونو ته خپل رنګ بدل کړي .

تاسو فکر وکړئ چې ددې الهام ورته چا کړي ؟ الله جل جلاله ډېر قادر او ښه پيدا کوونکي ذات دي .

(c) ketabton.com: The Digital Library





## ځينې رنګونه وژونکي وي

هغه کيمياوي توکي چې په ځينو خوراکي توکو کې اچول کيږي ګڼې روغتيايي ستونزې رامنځته کوي . که څه هم دا کار د انسان روغتيا ته ډېر زيان رسوي خو بيا هم ډېري کارخانې لا تراوسه په ډېرو خوراکي توکو کې رنګونه کاروي . دوي دا کار د خوراکي توکو د خوند، بوي او رنګ ښه کولو او د اوکسايډ د ضد او د خوراکي توکو د ساتنې په موخه کوي .

د طب په پوهنځي کې د ماشومانو او وراثت د څانګې ډاکتر اکرام عبدالسلام وايي :

په خوراکي توکو کې هر ډول کيمياوي توکي او په ځانګړې توګه د ماشومانو لپاره په خوراکي توکو کې د خوند ،بوي او د ساتنې په موخه د کيمياوي رنګينو توکو ورزياتول ماشومانو ته يو لړ روغتيايي ستونزې پيدا کوي . دا ډول خوراکي توکي په نوموړو کې د پوستکي حساسيت او په هضمي سيستم کې

(c) ketabton.com: The Digital Library



د سخت اسهال ترڅنګ نورې ګڼې ستونزې رامنځته کوي، همدا راز کېداي شي په نومورو کې د يو لړ تنفسي او عصبي ناروغيو د راپيدا کېدو لامل هم وګرځي. هغه ماشومان چې په زياته کچه رنګين خواړه ورکول کيږي ښايې ځينې وختونه له هغوي غير ارادي حرکات صادر شي او د وينې له کمښت سره مخامخ شي. همدا راز هغه رنګين توکي چې په زياته اندازه ورکې د سرپ توکي شتون ولري، په هډوکو او وينه کې د معدني موادو د زياتېدو لامله کېداي شي د تسمم ( زهرجن کېدو ) لامل وګرځي . او په ځينو حالاتو کې دا ډول خواړه په ناڅاپي توګه هغه کروموزومونه زيانمنوي چې ارثي ځانګړنې لېږدوي او پر ځاي يې هغه ارثي کروموزومونه فعاليږي چې د سرطان لامل ګرځي .

همدا لامل دي چې د امريکا د درملو او خوراکي توکو کميسون ( F D A ) له جواز پرته د ماشومانو د لوبو د سامان په ګډون په ټولو هغو لوازمو بنديز لګولي چې مصنوعي رنګونه ورکې کارول کيږي ، تر څو ددې ستونزو د راپيداکېدو مخه ونيسي . او ځينې مصنوعي رنګونه چې خوراکي توکو ته خوند ورکولو په موخه کارول کيږي، لکه د ( کانزاترين ) ماده

(c) ketabton.com: The Digital Library



چې خوراکي توکو ته سور رنګ ورکوي ،له یادو ستونزو سره سره اوس هم دوي د فعالیت جواز لري او په مختلفو خوراکي توکو کې یې کاروي . خو د څېړونکو په وینا که ددې مخه ونه نیول شي ښایې له دې لا خطرناکې ناروغۍ رامنځته کړي . ځینو څېړنو ښودلې چې ددا ډول خوراکي توکو استعمال د سترګو پر اعصابو او پردو ډېرې ناوړه اغېزې لري.

همدا راز په مصر کې د غوښو ځینې تولیدوونکې چارځایونه ( کارخانې ) هم د غوښو د ساتنې او هغې ته د سور رنګ د ورکولو په موخه له ځینو توکو کار اخلي . ددې لپاره چې غوښې تر ډېرې مودې خرابې نه شي ، مشتریانو ته سرې او تازه ښکاره شي او د باکتریاوو د فعالیت مخه ورکې ونیسي دوي ځینې وختونه له نایتریت څخه استفاده کوي . چې د څېړونکو په وینا دا کار ګڼې روغتیایي ستونزې رامنځته کولی شي .

خو کله داسې هم پېښیږي چې دا ماده په غوښه کې د ( امینونو 13)په نامه له مادې سره فعالیت کوي، دا فعالیت کله

---

[13] دا یو ډول کیمیاوي ماده ده چې پروټینونه جوړوي او بدن ورته د ودې لپاره اړتیا لري.

(c) ketabton.com: The Digital Library





ډېر زيات شي چې بيا په ( نيتروزامين ) ماده بدليږي ، او په پايله کې دا ماده د سرطان بنسټيز لامل ګرځي .

دا ماده به په شپږمه لسيزه کې په يو ميليون کې تر دوه سوه برخو پورې کارول کېده ، خو د ځينو څېړنو په پايله کې وروسته بيا دا اندازه راټيټه شوه او په يو ميليون کې تر ۲۵ برخو وکارول شوه ، او ځينو هېوادونو ددې مادې د استعمال کچه تر ۵۰ برخو پورې راټيټه کړه. خو د اسکندنافي هېوادونو په څېر بيا ځينو هېوادونو په بشپړه توګه ددې مادې پر استعمال بنديز ولګاوه .

په کار ده چې په خوراکي توکو کې د داډول توکو د زياتولو په برخه کې په پوره توګه مخنيوي وشي او که استعماليږي هم ، بايد له وړاندې يې د زيانونو او په خوراکي توکو کې د خونديتابه کچه مالومه شي، او ددې څېړنو په رڼا کې هر هېواد کولي شي چې په خپلو توليداتو کې د نومړو توکو د استعمال په برخه کې ځينې محدوديتونه کېږدي .

بايد ووايو چې ځينې مصنوعي رنګونه هم شته چې خلک يې د سترګو يا د بدن د دنورو غړو د ښکلا لپاره کاروي ...د يادونې وړ ده چې تور مصنوعي رنګ کاربون او دتورې اوسپنې

(c) ketabton.com: The Digital Library



اوکسایډ دي، زرغون ( شین ) رنګ د کروم د یو اوکساید رنګ دي ، نسواري رنګ هم د سوځول شوې اوسپنې د یو اوکسایډ رنګ دي ، او ژیړ رنګ د اوسپنې اوکسایډ دي .

د سترګې د ځیږمې او دهغې چاپیره پوستکي د سینګار د موادو په وړاندې مقاومت نه لري، ځکه نو ځینې مېرمنې ددې پوښونو د لیرې کولو لپاره اړ کیږي ترڅو له سرو اوبو او د پارافین په نوم له موم ډوله مادې کار واخلي ، کله چې دا ډول مېرمنو ته التهاب پیدا شي نو د التهاب د درملنې په موخه  له طبي مرهمونه کار اخلي … په دې ځاي کې زمونږ مشوره داده …

( چې کله التهاب رامنځته شو نو په سملاسي توګه دداډول وسایلو کارول ودروئ او د رانجو په ځېر له طبیعي وسایلو څخه استفاده وکړئ چې سوځوونکي کیمیاوي توکي ورکې شتون ونه لري .)

(c) ketabton.com: The Digital Library





## په رنګونو د درملنې په اړه :

څېړونکي وايې ، هغه بنسټيز رنګونه چې پر انسان اغېزه کوي دکمان رستم يا رنګين کمان څپې ګڼل کيږي، چې په دې کې سور ، ارغواني ، نارنجي ، ژېړ، زرغون ، آسماني ، نيلي او بنفشه يي رنګونه شامل دي .

باور کيږي چې له دې رنګونو څخه يې لومړني څلور رنګونه تر ټولو ډېر پارورونکي دي ، دا په داسې حال کې ده چې وروستي څلور رنګونه يې ډېر آراموونکي رنګونه ګڼل کيږي . د بېلګې په توګه ويل کيږي چې بنفشه يي رنګ د هرموني ګډوډيو په سمولوکې رول لري ، او نارنجي رنګ هضمي سيستم فعالوي ، دا په داسې حال کې ده چې زرغون يا شين رنګ د زړه او سږو لپاره ډېر ګټور دي . همدا راز آسماني رنګ د تنفسي ستونزو په حل کې مهم رول لري .

د واشنګټن آيالت په تاکوما سيمه کې د امريکې د ټولنيزو څېړنو په انسټيټيوټ کې څېړونکي ډاکتر الکسندر شاوس وايې : کله چې د رڼا انرژي زموږ بدنونو ته ننوځي ، نو په سملاسي توګه صنوبري ( pineal gland ) او نخامي ( 

(c) ketabton.com: The Digital Library





غدې راپاروي. د غدو له راپارېدو pituitary gland)14 وروسته ځانګړي هرمونونه افرازوي ، او په همدې ترتيب زموږ په بدن کې يو لړ فيزيولوجي عمليات رامنځته کيږي . نو ځکه دا روښانه کيږي چې رنګونه زموږ په فکرونو ، سلوک او مزاج اغېزه کوي .

## رنګونه ځينې راښکونکي او پاروونکي وي

## او ځينې يې سلبي بلل کيږي

**پاروونکي رنګونه** : ددې رنګونو ځانګړنه داده چې دا ډول رنګونه تيزابي فعاليت لري او پاروونکې ورانګې لري . لکه سور رنګ ، له سور څخه راټيټ رنګ ، نارنجي رنګ ، ژېړ او تور رنګونه .

**سلبي رنګونه** : دا ډول رنګونه د القلي ځانګړنه لري ، يانې ددې رنګونو ورانګې سړې او اَراموونکې وي .

---

[14] د مغزو په منځني ټکي کې يوه کوچنۍ ماده چې د هرمونونو په افرازولو سره د بدن فعاليتونه او وده کنټرولوي .

(c) ketabton.com: The Digital Library





برتانوي ساينس پوه ( تيو جيميل ) پر دې ټينګار کوي چې ډېري اروايي او عضلاتي ناروغۍ کېداى شي د کور ، دفتر، موټر او نورو ځيزونو د رنګونو د بدلولو په پايله کې ورغول شي . ډېرو ساينسي څېړنو ثابته کړې چې رنګونه د ټولو ناروغيو درملنه کوي .

رنګونه اليکتروليکي څپې لري ، دا څپې نظر رنګونو ته جلا جلا اوږدوالي لري ، او په مستقيمه توګه د انسان پر عصبي سيستم اغېزه کوي او په همدې ترتيب يې د بدن په مختلفو غړو اغېزې راڅرګنديږي . او هرڅومره چې دا اغېزه کمزورې وي ، خو په دوامداره توګه که ترې کار واخيستل شي نو پر انسان يې اغېزه ښکاره مالوميږي ...... که يو انسان د مختلفو څپو له رڼا ګانو ګټه واخلي نو مالومه ده چې دا څپې به جلا جلا اوږدوالي لري ، نو د هرې رڼا اغېزه به هم په لاندې توګه وي

:

(c) ketabton.com: The Digital Library



## سره رڼا

ډېري وختونه ددې رڼا لامله انسان له هيجانتوب سره مخامخ کيږي ، او دا چې سور رنګ ډېر پياوړي او غښتلي دي نو له دې سربېره د بدن د تودوخې درجه هم يو څه لوړوي ، نو پر دې بنسټ زموږ مشوره داده چې د سره رنګ څپو ته ډېر وړاندې نه شئ .

د بريتانيې ساينس پوه ( تيوجيميل ) وايې چې د رنګونو په اړه ترسره شويو څېړنو ښودلې چې سور رنګ د ستړيا ، تمبلی ، د وينې ټيټ فشار لپاره غوره درملنه ده، او د اشتهاء د راوستلو لپاره هم ډېر ګټور دي .

(c) ketabton.com: The Digital Library



سور رنګ د وینې د کمښت ښه درمل ګڼل کیږي ، او په ټولیز ډول له هغو کسانو سره مرسته کوي چې د بدن له کمزورتیا سر ټکوي .ددې سربېره سور رنګ د وینې د جریان په فعال ساتلو کې مهم رول لري او د ډېرې مودې لپاره د تمبلی ، سترېا ، او د خوب په تښتولو کې مرسته کوي .همدا راز دا رنګ د انسان د هډوکو د کمزورتیا مخه نیسي ، او د ټپونو ( زخمونو ) په رغولو کې ورسره ډېره مرسته کوي.

له دې سربېره سور رنګ د پوستکي د تخریش او خارښ لپاره غوره درمل دي او د سوځېدلو ځایونو په درمال کې مهم رول لري . دا رنګ د سختې سرې تبې او شري لپاره هم غوره درمل پېژندل شوي دي. سور رنګ دزړه ټکان لا فعالوي او مغزو ته لا زیات فعالیت ورکوي او د تنفس اندازه هم پیاوړې کوي. همدا راز دا رنګ د جنسي کمزوریو لپاره غوره درمل ګڼل کیږي ، د مثانې التهاب له منځه وړي او د پوستکي د ټولو ناروغیو لپاره غوره درمل ګڼل کیږي .

هغه کسان چې د بدن د غړو حرکات یې سم نه وي ، باید په داسې خونو کې له ناستې ډډه وکړي چې په سره رنګ رنګ شوي وي ، له سرو جامو اغوستلو دې هم ډډه وکړي . او

(c) ketabton.com: The Digital Library





همدا راز هغه کسان چې د وینې له لوړ فشار یا د وینې له ټیټ فشار سر ټکوي هم باید په زیاته اندازه د سره رنګ له استعمال څخه ډډه وکړي .

سور رنګ درناروغیو په وړاندې د بدن مقاومت زیاتوي ، په امریکا کې د ( هیلت لاین ) مجلې په یوه راپور کې متخصصین په دې اند دي چې د سره رنګ جامې اغوستل انسان ته په خپل نفس باندې د باور الهام ورکوي. او کله چې انسان د ستړیا او نا آرامۍ احساس وکړي ، دا رنګ ورته د فعالیت او آرامتیا احساس وربخښي. همدا راز متخصصینو په دې راپور کې یادونه کړې چې سور رنګ یو رومانسي ، احساساتي او عاطفي رنګ ګڼل کیږي . ځکه چې دا رنګ د بدن انرژي او تودوخه زیاتوي.

ـ انفراریډ ( له سور راټیټ رنګ ) : دا رنګ د وینې د سرو کرویاتو په بیا رغولو کې ډېره مرسته کوي، همدا راز دا رنګ د اعصابو د آرامتیا لپاره هم کارول کیږي ، او د وینې د کمښت او د نري رنځ د ناروغیو لپاره غوره درمل ګڼل کیږي .

(c) ketabton.com: The Digital Library





# نارنجي رنګ

دا رنګ د سترګیا په له منځه وړلو کې مهم رول لري ، په ټولیز ډول دا رنګ ډېر پاروونکي رنګ ګڼل کیږي . او په انسان کې د نا آرامۍ احساس وژني . دا رنګ دستوماني ، خوب ، تشویش، ناهیلي او د ټولو تورو احساساتو په له منځه وړلو کې مهم رول لري.

نارنجي رنګ زړه ته ځواک وربخښي او د زړه ناروغۍ رغوي، ټولې عصبي ناآرامۍ له منځه وړي او د سترګو د سپینې برخې ( قرنیې ) د التهاب په ګډون په ټولیزه توګه د سترګو د التهاب غوره درمل ګڼل کیږي .

نارنجي رنګ د نورو ټولو رنګونو په پرتله فعال رنګ ګڼل کیږي، چې د اشتهاء په راوستلو کې مهم رول لري.هغه ناروغان چې له بې اشتهایي شکایت کوي ، دهغوي مېزونه پر

(c) ketabton.com: The Digital Library





نارنجي رنګه ټوټو پوښل کیږي. ځکه چې دا رنګ په ځانګړې توګه د ناروغانو په اشتهاء راوستلو کې له هغوی سره مرسته کوي . نارنجي رنګ د انسان د هضمي او تنفسي سیستم په پیاوړتیا کې مهم رول لري .

هغه کسان چې په کور یا دفتر کې له کاره وروسته ستړي کیږي ... هغوي ته دا مشوره ده ، چې په داسې ځایونو کې کښېني چې په نارنجي رنګ باندې سینګار شوي وي . دا رنګ یې آراموي ... او د جوتې مخه نیسي .

نارنجي رنګ د اپنډیکس په مخنیوي ، دپښتورګو او د تریخې د تیږو په له منځه وړلو کې مهم رول لري ، او د زړه ټکان پیاوړي کوي .

دا چې دا رنګ د اشتهاء په خلاصون او د هضمي سیستم د پیاوړتیا په برخه کې مهم رول لري ، نو ځکه ترې باید په کورونو کې د ډوډۍ د خوړلو په خونو کې ډېره ګټه واخیستل شي .

له دې ټولو سربېره نارنجي رنګ په جنسي غریزه هم تاثیر کوي، او د ښځو او نارینه وو جنسي ځواک لا پیاوړې کوي .

(c) ketabton.com: The Digital Library



# ژېړ رنګ

دا رنګ چې د مغزو حجرو ته ننوځي نو په پایله کې ذهني پیاوړتیا او فعالیت رامنځته کوي ، ځکه نو دا رنګ د هوښیارتیا او ذکاوت کچه لوړوي .

دا رنګ د نري رنځ د کموالي لپاره او د لمفاوي15 غدې د پیاوړتیا لپاره هم کارول کیږي . له دې سربېره ژېړ رنګ د شکرې او ځګر ناروغیو لپاره هم غوره درمل پېژندل شوي دي او په هضمي سیستم کې د رامنځته شویو ستونزو په له منځه وړلو کې مهم رول لوبوي. همدا راز ژېړ رنګ د مرۍ او سترګو د ځینو ستونزو لپاره غوره درمل دي او د انسان باور پر خپل ځان زیاتوي .

---

[15] لمفاوي غده ، په بدن کې د وینې سرې حجرې تولیدوي ، او له بدن سره د ناروغیو په مقاومت کې مرسته کوي .

(c) ketabton.com: The Digital Library





څېړنو ښودلې چې ژېړ رنګ د ناروغيو په وړاندې د بدن مقاومت پیاوړي کوي ، او هغه کسان چې ډېر عمر لري په هغوي کې د کالسيوم کچه هم لوړوي . د يادونې وړ ده چې په حقيقت کې ژېړه رڼا شتون نه لري ، خو د سرې او شنې رڼاګانو له يوځاي کېدو څخه انسان د ژېړ رنګ احساس کوي.

ـ دا چې ژېړ رنګ د انسان ماغزه فعالوي ، عقل يې پیاوړي کوي ، ذهن يې پاکوي او له جسمي او عصبي ستړيا وروسته ورته د آرامتيا احساس وربخښي ، همدا لامل دي چې ياد رنګ د پکري پیاوړتيا ، هوښيارتيا ، مستۍ ، خوشالۍ ، نوښت ، او په عين وخت کې د چټکتيا سمبول ګڼل کيږي .

ـ ژېړ رنګ پر بنکرياس ، ځګر او توري باندې ډېره اغېزه کوي ، او د دوي په جوړښت او بيا رغولو کې مرسته کوي . ژېړ رنګ د ټوخي په ګډون په تنفسي سيستم کې د نورو ګڼو ناروغيو د درملنې لپاره غوره درمل ګڼل کيږي .

ـ د حاملو مېرمنو لپاره ددې رنګ کارول ښه نه دي، دا ځکه چې دا رنګ د پښتورګو په کار باندې اغېزه کوي، ددې رنګ اغېزه تر بل هر څه په حافظه باندې زياته ده ، هر کله چې دې وغوښته يو څه ځان ته راپه ياد کړې ، نو په ژېړه پاڼه يې

(c) ketabton.com: The Digital Library





ولیکه. او ښایې همدا ددې لامل وي چې په ډېرو دفترونو کې د نوټ یا د یاداښت لیکلو لپاره ژېړرنګه کوچني کاغذونه کارول کیږي ، او ددفتر کارکوونکي یې د ځینو مهمو کارونو د رایادولو لپاره په خپل دفتر کې پر مېز، کمپیوټر او یانورو مخامخ شیانو باندې نښلوي .

ــ ژېړ رنګ د وینې فشار لوړوي او د زړه ټکان چټکوي ، خو د زړه د ټکانو په چټک کولو کې د ژېړ رنګ په پرتله سور رنګ ډېر اغېزمن دي . ژېړ رنګ انسان راییداروي او سټریا یې ختموي .

ددې سربېره په درقي غدې16 او قصبة الري ( سره مرى ) باندې ډېر مثبت اغېز کوي ، عضلاتي او عصبي سیستم پیاوړي کوي .

هغه کسان چې له سختې هاضمې او نیم سیري څخه سرټکوي او ډېر ژر سټړي کیږي ، د رنګونو متخصصین ورته مشوره ورکوي ترڅو له ژېړ رنګ څخه په زیاته اندازه استفاده وکړي

.

16 درقي غده د ستوني په مخکنی برخه کې یوه غده ده چې د وینې فعالیت او ټک راټک کنټرولوي .

(c) ketabton.com: The Digital Library





## شين ( زرغون ) رنګ

دا رنګ تر بل هر رنګ زيات په عصبي سيستم باندې مثبت اغېز کوي، د دردونو د آراموولو لپاره ، د وينې د فشار د لوړوالي ، او د اعصابو د نا آرامتيا لپاره دا رنګ انسان ته ډېره ګټه رسوي .

دا رنګ د معدې د خرابوالي ، انفلونزا او ملاريا په مخنيوي کې ډېره مرسته کوي .دا چې شين رنګ انسان ته د توازن او آرامتيا احساس ورکوي ، نو ځکه دا رنګ د زړه د ناروغيو لپاره غوره درمل ګڼل کيږي ، او همدا لامل دي چې دا رنګ په ډېرو هغو ځايونو کې کارول کيږي چې شور زيات وي .

ـ کله چې کوم انسان په سرطان ناروغی اخته وي دا رنګ ورسره د سرطان د دردونو په آراموولو کې مرسته کوي. د انسان په ژبه او مغزو باندې ډېره اغېزه کوي. او تر بل هر رنګ زيات د عصبي نا آرمتيا لپاره غوره درمل ګڼل کيږي .

(c) ketabton.com: The Digital Library



شین رنګ انسان ته وړتیا ورکوي چې په متوازنه توګه خپل کار پرمخ بوځي، او د عصبي هیجانیتوب مخه یې نیسي. هغه ستونزې چې د عصبي سیستم د مختل کېدو په پایله کې په معده کې راپیدا کیږي شین رنګ یې په رغولو کې ډېره مرسته کوي.

ددې لپاره چې انسان له آرام عصبي سیستم څخه برخمن او د روغ صحت خاوند شي ، د رنګونو د پوهانو په وینا باید وخت نا وخته په زرغونو او شنو سیمو کې وګرځي .

## له زرغون نه آخوا رنګ

دا رنګ میکروب وژونکي رنګ ګڼل کیږي ، او د ټپونو په رغولو کې مهم رول لري . ددې رنګ وړانګې د بل هر رنګ له وړانګو پیاوړې دي ... لکه څنګه چې یادونه وشوه ، نوموړي رنګ د باکتریاوو وژونکي درمل ګڼل کیږي ، ځکه دا رنګ د لوي هرم په داخل کې هم کارول شوي، له دې سربېره ټول هغه څېزونه چې د میکروبونو د وژلو لپاره جوړول کیږي له دې رنګ څخه ورکې کار اخیستل کیږي .

(c) ketabton.com: The Digital Library





# اًسماني رنګ

ځېړنو ښودلې چې اًسماني رنګه رڼا د سرطاني او باکتريايي حجرو د ډېرېدو مخه نيسي . همدا راز اًسماني رنګ خوراکي توکي تر ډېرې مودې ساتي او نه يې پرېږدي چې ژر خراب شي . اًسماني رنګه وړانګې د روماتيزم په ښه کولو ، د وينې بهېدنې په درولو ، د سوځېدلي ځاي په رغولو، په تنفسي سيستم کې د رامنځته شويو ستونزو په له منځه وړلو، او د ستوني د التهاب په درملنه کې مهم رول لري . دارنګ انسان ته له ستړيا دمه کوي، او عصبي سيستم يې پياوړي کوي

(c) ketabton.com: The Digital Library



آسماني رنګه جامې اغوستل ، یا په زیاته کچه له آسماني رنګ څخه ګټه اخیستل انسان ته په ځیلو احساساتو باندې د واک ورتیا ورکوي ، ځواک ورته وربخښي ، ذهن او بدن یې آراموي .



ـ هغه کسان چې د وینې له لوړ فشار څخه سر ټکوي او ډېر ژر عصباني کیږي آسماني رنګ ددوی په آرامولو کې مرسته کوي، دا رنګ یې د وینې فشار او دعصبانیت کچه راټیټوي. د یوې تجربې له مخې چې په دې رنګ ترسره شوې وایې چې یو شمېر سرزوري زده کوونکي کوچنیان په داسې ټولګي کې کښېنول شول چې په آسماني رنګ رنګ شوي وو، په پای کې ثابته شوه چې همدا زده کوونکي یو څه آرام مالومېدل او د سرزورۍ کچه یې راټیټه شوې وه .

ددې ترڅنګ تجربو ښودلې چې آسماني رنګ فضا نرموي او هغه کسان چې په ګرمو او مرطوبو سیمو کې ژوند کوي له هغوی سره د هواء په سوړوالي کې مرسته کوي . دارنګ د ټپونو او ملا د دردونو په راکمولو، د روماتیزم او د ګنډو التهابونو او د شریاني ناروغیو په رغولو کې مرسته کوي .

(c) ketabton.com: The Digital Library





ـ هغه کسان چې له عصبانیت او بې خوبۍ شکایت کوي ، کارپوهان ورته ددې رنګ په کارولو ټینګار کوي. دارنګ د زړه او سږو پر کار باندې ډېره مثبته اغېزه کوي، هغه کسان چې له سابندۍ ، د زړه له ناروغۍ او عصبي کشش سره لاس ګرېوان وي، دا رنګ ورسره له دې ستونزو څخه خلاصون په برخه کې ډېره مرسته کوي . خو هغه کسان چې ډېر ارام اعصاب لري ،د رنګونو متخصصین په دې اند دي چې له اسماني رنګ څخه ډېره ګټه وانه خلي ، ځکه اسماني رنګ په کمان رستم رنګونو کې ترټولو سوړ رنګ ګڼل کیږي. ددې ترڅنګ هغه کسان چې د بدن انرژي او ځواک یې کم وي ، هم باید په زیاته کچه له اسماني رنګ څخه ډډه وکړي ، ځکه دا رنګ ډېري وختونه د انسان ژوندۍ ارادې مړې کوي یا یې د لټۍ لامل ګرځي .

(c) ketabton.com: The Digital Library



# بنفشه يي رنګ

**بنفشه يي رنګ د زړه عضله پياوړې کوي ، د حجاب حاجز[17] حرکات تنظيموي او د حجرو عمر زياتوي. دا رنګ د بندونو ( مفصلونو ) د التهاب په حالاتو کې او د ولادت پرمهال د دردونو د کرارولو لپاره هم کارول کيږي . او کله کله د زرغون او ژېړو رنګونو سره يوځاي د پوستکي دسرطان د درملنې لپاره هم کارول کيږي. د اروا پوهنې په ډګر کې له بنفشه يي رنګ څخه د ځينو اروايي او ذهني ستونزو د درملنې لپاره هم کار اخيستل کيږي .**

---

[17] **حجاب حاجز ، پرين ، د بدن هغه عضله چې سينه د بدن د ښکتنی خوا څخه بېلوي .**

(c) ketabton.com: The Digital Library





دا رنګ د ناروغیو د انتقال مخه نیسي ، او د سر د پوستکي د ناروغیو او د نیم سیري د درملنې لپاره غوره درمل پېژندل شوي دي . دا ډېر آراموونکي رنګ دي او په ځانګړې توګه د عصبي او اروايي آرامتيا لپاره ډېر اغېزمن دي. د يادونې وړ ده چې له اندازې زيات استعمال څخه يې بايد ډډه وشي. دا رنګ په ښي غوږ ، غاښونو ، هډوکو، مثانه او توري باندې ډېرې اغېزې کوي، د معدې ناروغي رغوي او د ډېرو حجرو د خرابېدو مخنيوي کوي. ددې هر څه سره سره دا رنګ بدن ته دا وړتيا ورکوي چې له خوراکي توکو سمه استفاده وکړي .

## د بنفش نه اَخوا يا ( ما وراء بنفشه )

دا رنګ د هډوکو ناروغي رغوي ، او د نرمو هډوکو په درملنه کې مهم رول لري . خو هغه کسان چې د زړه او سږو په ناروغيو اخته وي دا رنګ ورته ښايي زيان ورسوي، د بنفشې نه اَخوا رنګ د سرطان د درملنې لپاره نه کارول کيږي خو د يادونې وړ ده چې د يو شمېر خطرناکو او وژونکو ميکروبونو پاکوونکي رنګ ګڼل کيږي.

(c) ketabton.com: The Digital Library



## ګلابي رنګ

دا پر بدن ډېر نرم اغېز کوي او د عضلاتو په آرامېدو کې مهم رول لري، تجربو ښودلې ، هغه کسان چې ډېر سرزوري وي او ډېر ژر په سختۍ او تشدد لاس پورې کوي ، ګلابي رنګ یې آراموي . ډېري وختونه دا رنګ په محبسونو ، روغتونونو، ځېرنیزو مرکزونو او د روږدو (معتادینو ) د درملنې په مرکزونو کې کارول کیږي . ګلابي رنګ د خوب د خونې لپاره ډېر وړ رنګ دي ، دا ځکه چې ګلابي رنګ یو ډول رومانتیکه فضاء رامنځته کوي .

## پیروزه یي رنګ

پیروزه یي رنګ د تبې په راکمولو کې مهم رول لري ، ځکه دا رنګ انسان ته د یخوالي احساس وربخښي ، او همدا لامل دي چې په روغتونونو کې ترې ډېره ګټه اخیستل کیږي .

(c) ketabton.com: The Digital Library



## تور رنګ

دا رنګ د کمان رستم په رنګونو کې شتون نه لري ، او د سپین رنګ ضد دي . تور رنګ رڼا راکشوي ، هرڅه پټوي او د بدن غړي په خپل واک کې نیسي ... یاد رنګ د بدن غړي آراموي او ژر ورته خوب ورولي .

دا رنګ اشتهاء کموي . د رنګونو متخصصین وایې : که غواړئ وزن مو کم کړئ ، نو د ډوډۍ خوړلو لپاره تور دسترخوان وکاروئ .

## نیلي ( شین بخن ) رنګ

ددې رنګ اغېزې هم آسماني رنګ ته ورته اغېزې دي، او د حافظې په پیاوړتیا کې مهم رول لري. یاد رنګ د کولمو د مختلفو ناروغیو لپاره غوره درمل ګڼل کیږي . په شریانونو او تنفسي سیستم باندې اغېزه کوي او ټولې تنفسي ناروغۍ رغوي .

(c) ketabton.com: The Digital Library



## سپین رنګ

په دې رنګ کې د کمان رستم رنګونو ټولې رڼاګانې رانغښتي دي ، ډېري هغه کسان او په ځانګړې توګه نوي زیږېدلي ماشومان چې د ژېړي ( صفراء ) په ناروغی اخته وي ، دا رنګ ورته ډېره ګټه رسوي . ددوي د درملنې لپاره ډېره شدیده او تېزه سپینه رڼا د ځګر په پاسنی برخه باندې متمرکزه کیږي او په پایله کې ناروغ رغیږي .

هغه کسان چې د سږو په سل باندې اخته وي ، ډاکتران په دې ټینګار کوي چې د لمر پیاوړې رڼا ته وګرځي او سپین رنګه جامې واغوندي .

همدا ډول سپین رنګ د بدن غړي پیاوړي کوي او د ناروغیو په وړاندې د بدن مقاومت زیاتوي .

## نسواري رنګ

نسواري رنګ د ملا د دردونو په کمولو او د بدن د پوستکي په ساتلو کې مهم رول لري .

(c) ketabton.com: The Digital Library





## د انسان پر  رواني حالت د رنګونو اغېزه

د رنګونو په اړه په مختلفو هېوادونو کې ګڼې تجربې او څېړنې ترسره شوي دي ،څېړنو ښودلې چې هر انسان ځانګړي رنګونه لري ، له دې رنګونو څخه يې ځينې انسان فعالوي او په حرکت يې راولي ، خو ځينې نور رنګونه يې بيا آرموونکي بلل کيږي .

د ( ايها ) د انجونو د ښوونې او روزنې پوهنځي د اروا پوهنې د څانګې مرستياله استاذه ډاکتره نجوى بنيس داسې وايې :

( د انسان چاپېره رنګونه په مستقيمه توګه دهغه په روان اغېز کوي، ځينې ناروغۍ چې د بنفشه يي ناروغيو په نامه ياديږي رنګونه يې تر بل هر څه ښه درملنه کولي شي )

(c) ketabton.com: The Digital Library





ارواپوهان په دې توانېدلي چې دانسان د صفاتو، خویونو ، روغتیایي حالت ، میلان ، مزاج ،سلوک ،او د هغه دخوښې وړ رنګ ترمنځ اړیکې په ګوته کړي . د بېلګې په توګه ددې لپاره چې ناروغ له واقعیته لیرې وي او ډېر تشویش ونه کړي ، د عقلي او اروايي ناروغیو متخصص رنځورپوهان په خپلو روغتونونو کې روڼ بنفشه یي رنګ کاروي. ځکه دا رنګ له انسان سره د عصبانیت او هیجانیتوب په مخنیوي کې مرسته کوي .

د رنګونو علم پرمختګ وکړ ، او یوازې په دې یې بسنه ونه کړه چې د ځینو ناروغیو درملنه وکړي . بلکې د رنګونو علم ځانته یوه نوې بڼه غوره کړې او کولي شي چې د میکروسکوب په واسطه د میکروبونو او باکتریاوو رنګونه هم مالوم کړي ... ددې علم په برکت سره کولي شو هغه رنګونه هم مالوم کړو چې دا جراثیم او باکتریاوې راپاروي او په فعالیت یې راولي ، او یا یې د زیان مخه نیسي او ورځخه راپیداشوې ناروغۍ درملوي .

(c) ketabton.com: The Digital Library



# لیزر ... جادویي کونجي

د لیزر کلمه د انګلیسي د څو کلمو مخففه کلمه ده چې عبارت دي له :

Light Amplification Stimulated Emittion Of Radiation

د قاهرې پوهنتون د سترګو د جراحي د پوهنځي استاذ ډاکتر محمود صلاح الدين مصطفي په خپل کتاب د سترګونو رازونه ( اسرار العيون ) کې د لیزر مانا داسې کوي :

لیزر د رڼا په واسطه د یوې ټاکلې مادې راپارولو ته وایې . دا د یو ټاکلي رنګ درلودونکې وړانګې لیږدوي . دا وړانګې د څېو ځانګړي اوږدوالي لري چې د جراحي په څېر د درملنې او له ناروغیو څخه د ژغورنې په موخه کارول کیږي ... دا وړانګې په سترګو نه لیدل کیږي .

پټه دې پاتې نه وي چې لیزر د انسان په ژوندانه کې ډېر ارزښت لري ، له لیزر څخه د ساینس په ګڼو برخو کې ګټه اخیستل کیږي ، همدا راز د ټولنو د پرمختګ او د انسان د هوساینې ، آرامتیا او روغتیا لپاره ډېر ګټور دي .

(c) ketabton.com: The Digital Library



د لیزر وړانګې د طب ، صنعت ، کرنې او نورو ډګرونو کې هم ډېرې ګټې لري . لیزر او ساینسي پرمختګ انسان ته دا وړتیا ورکړې چې یا انسانیت د هلاکت او تباهي کندې ته وغورځوي ، او یا ورته هوساینه او لا پرمختګ ورکړي .

## اًسماني رنګ لرونکي لیزر :

د لیزر هغه وړانګې چې د سترګو د درملنې لپاره کارول کیږي د ارګن [18] او د کریپټن غازونونو په نامه یادیږي .

## ددې رنګ لیزر ځانګړنې :

دا وړانګې اًسماني رنګه وي . په سترګه کې ټاکلي هدف باندې په دقیقه توګه تمرکز کوي . حجم یې ډېر کم دي یانې له ( ۵ ــ ۱۰ ) میکرون پورې حجم لري .او یو میکرون (۰،۰۰۱ مللم ) دي . ددې وړانګو کنټرول ډېر دقیق دي . د سترګو د پردو په ګډون ، دا لیزر د سترګو د ډول ډول ناروغیو د درملنې لپاره کارول کیږي،د لیزر په استعمال سره ، انسان له طبي توشمو ( عینکو )کارولو ته اړتیا نه پیداکوي .

---

[18] ارګن ، یو بې رنګه بې بویه غازي عنصر چې په هوا کې پیداکیږي او د رڼاګروپونه ترې ډکوي .

(c) ketabton.com: The Digital Library





## سور رنګ درلودونکي لیزر :

هغه لیزر چې سرې وړانګې لېږدوي .دا لیزر د ځینو نښو ، سرو خالونو او په بدن کې د ځینو نورو عیبونو د درملنې لپاره له ۱۹۷۰ میلادي کال راپدېخوا کارول کیږي . او ډاکتران په دې اند دي چې دا لیزر د لویانو په پرتله په ماشومانو کې ډېر اغېزمن او په ښه توګه کار کوي . خو دا رنګ تېونه ، د پرهار پاتې نښې او ځینې مورزادي پاتې شوې نښې یا د تیونو د جراحي نښې له منځه نه شي وړلي .

## د زرغونې ( شنې ) رڼا درلودونکي لیزر :

د لیزر دا رنګه رڼا کولي شي د وینې زیانمن شوي رګونه یا شریانونه او له مخ ، لاسونو او څټ څخه خراب شوي وریدونه له منځه یوسي .

لیزر نه یوازې دا چې دطب په برخو کې کارول کیږي او زیاتې لاسته راوړنې لري ، بلکې لیزر د پرمختګ په نورو ډګرونو کې هم کارول کیږي او په هره برخه کې یې خپله وړتیا ښودلې او لاسته راوړنې یې پټې نه دي .

(c) ketabton.com: The Digital Library





د اسیوط پوهنتون د ساینس په پوهنځي کې د کیمیاء استاذ ډاکټر محمود ابوزید په هغه څېړنه کې چې د اهرام په جریده کې د اپریل د میاشتې په ۱۴ مه نېټه په ۱۹۹۵ کال کې خپره شوې وایې چې : لیزر په هغو رنګونو هم کارول شوي چې په نوې او پرمختللې ټکنالوجي کې تري ګټه اخیستل کیږي، لکه د لیزر رنګین توکي، او د انفراریډ وړانګو ته ورته د رنګ مواد .

د یادونې وړ ده چې رڼا په دې وروستیو کې د جراحي عملیاتو داسې مهمه او اغېزمنه آله ګڼل کیږي چې له وینې تویېدو او د زخم د راپیدا کېدو پرته ګڼ عملیات په بریالیتوب سرته رسوي. نه ورکې د بدن کوم ځاي پرې کیږي او نه له عملیاتو وروسته دکوم ځاي ټکور او پټۍ ته اړتیا لیدل کیږي . ساینس پوهان د عملیاتو دا وسیله د ( رڼا چاړه ) په نامه یادوي . دا په دې مانا چې د عملیاتو په پایله کې نه درد پېښوي او نه وینه تویوي . په راتلونکې کې کېداي شي په زیاته کچه د جراحي عملیاتو پر مهال د جراحي چاړې پر ځاي د رڼا له چاړو ګټه واخیستل شي . نو ځکه ویلي شو چې د طب په برخه کې د لیزر د بریالیتوب وروسته لیزر د درملنې مهمه وسیله ګڼل کیږي او ښایې رول یې تر بل هرڅه زیات وي .

(c) ketabton.com: The Digital Library



**له دې اوږد ې څېړنې وروسته دې**

**پایلې ته رسیږو چې :**

**د اسمان او د سمندر له آسماني رنګه فلسفه رازیږېدلې .د شنو او زرغونه ځنګلونو له رنګونو څخه لومړي انسان دا زده کړه چې څنګه یې له مېووګټه واخلي ... انسان د اور د د سرو لمبو څخه د سوځېدلو درد وپېژانده ، او د شپې په توره تیاره کې یې له اور سره نږدې د ګرموالي ، او د ښکاري حیواناتو څخه یې د خوندیتوب احساس وکړ .**

**.... نو باید ووایو چې له رنګونو سره انسان پر ځمکه ژوند وپېژانده ، او له طبیعت څخه یې ځانته ځینې رنګونه د مینې لپاره او ځینې یې د جنګ لپاره وټاکل.**

**نو اوس پریکړه پر تاسو !**

**آیا هغه ورځ به راشي چې په رنګونو کې د تخصص لپاره ځانګړي پوهنځي او پوهنتونونه ولرو ؟ !**

**او آیا راتلونکې پېړۍ به په رنګونه درملنه تر بل هر څه لویه لاسته راوړنه نه وي ؟ !!**

**Get more e-books from www.ketabton.com**
**Ketabton.com: The Digital Library**