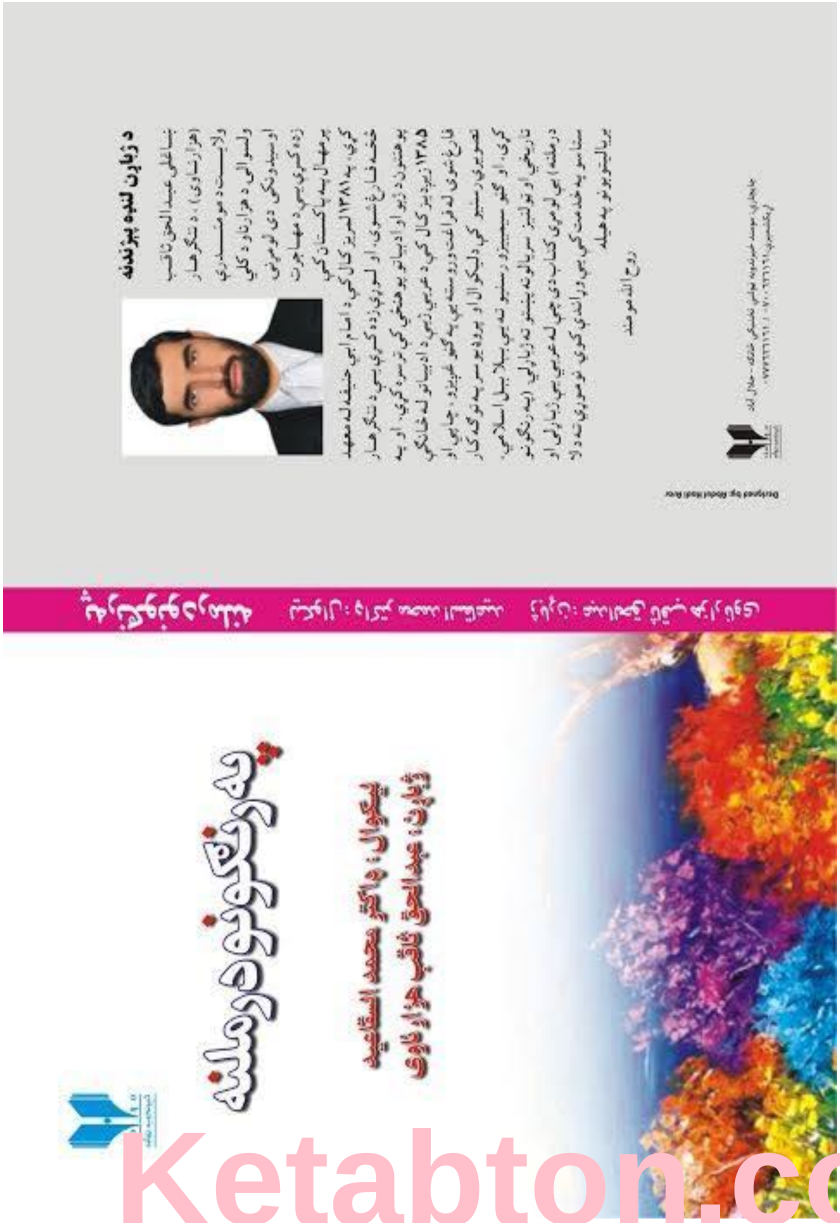

Ketabton.com

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 ځرګندېږي 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

ketabton.com - The Digital Library



کتلي او یا مو په اړه هـر اړخیـزه مالومـات نـه لـرل، ددې کتـاب په مرسته یې لیدلي 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 ځانګړتیـاو په زړه پـورې خبـرې شـوې دي او دروانـي لیـدلوري هـم کتنـه ورته شوې ده، له دې پرته چې پـه قـران کـریم کـې د رنګونـو په اړه څه ایتونه راغلي د هغې په اړه هم ډېر څه پکې لوستلي شئ.

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

درنښت

پښتو کاروان د ژباړې مرکز

ketabton.com - The Digital Library



# رنګونه د رازونو

# او

# اسرارو دروازې

رنګونه د ښکلا ژبې او دالله تعالي د هر تخليق متبسم اَوازونه 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 :

ketabton.com - The Digital Library



**په هرڅه کې ننـداره دهغه مخ کړم**

**چې له ډېرې پیدا یې نه نا پدید شو**

مور، چې هره شېبه هرځای ناست یو او سترګې مو خلاصې وي د رنګونو یو سمندر زمونږ د نظر له مخې تیرېږي . زه حیران دې ته شوم چې تر ننه ما په پښتو کې داسې کتاب نه وو لیدلی چې یوه دومره عام شي ( رنګ ) ته دې له یوې زاویې کتل شوي وي . د رنګ په اړه ددې کتاب ترجمه یو رنګین کار دی چې د پښتو لوستونکي به له دې ښکلیو رنګونو سره غاړه غړی۔روان 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 ثاقب زړه ، سترګې ، فکر روح و روان په داسې ښکلیو رنګونو درمان کړي چې د پښتو ژبې ساده څولۍ له رنګینیو ډکه کړي . قدرمنو لوستونکو ته ددې رنګینې ګل ګېډۍ مبارکي وایم

**د مینو تنښېدلي رنـــــــــګ ولاړ دي**

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

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 ډیري وختونو او حالاتو کې د غم او ښادۍ نښې بلل کیږي، دیني او مذهبي اړخ هم لري، د بېلګې په ډول شعیه مذهبي په خپلو مذهبي ورځو او شپېو کې د تور رنګ کارول ستر عمل ګڼي، بودايې او هندو مذهبه وګړي د ژېړ 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 ځانګړي 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.

ketabton.com - The Digital Library





د اروا پوهنې له مخې رنګونه هغه ستر درمل دي، چې په دې وروستیو کې پرې اروا پوهان باوري شوي او د ناروغانو درملنه پرې کوي، او دا توصیه کوي، چې د کیمیاوي درملو پر ځای دې له رنګونو کار واخیستل شي.

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

د رنګونو په برخه کې پوهان کار کوي او دا لړۍ لا روانه ده او د پرمختګ لپاره یې هڅې پیل کړې دي. په دې کتاب کې د رنګونو په اړه ډېر ښکلي او په زړه پورې څېړنې یادې شوې ، او د هر رنګ ځانګړنې یې په ډاګه کړې دي.

د ژباړن (عبدالحق ثاقب) ژباړه د ستاینې وړ ده، هره برخه یې په ښه ډول راپښتو کړې ده، د ژبې د اسانوالي له امله تر هر لوستونکي په اسانۍ ګټه اخیستې شي ، ځکه نو ، د هرې کچې لوستونکي ته ښکلې ډالۍ ده.

په پاي کې د ښاغلي ورور (عبدالحق ثاقب) هڅه بې بيلګې ده، له ستر څښتن تعالي څخه ورته د اوږده عمر غوښتونکي يم څو دا بيړۍ لا پر مخ بوځي ، او دا ډول ښکلې او معلوماتي ډالۍ ټولنې ته وړاندې کړي .



په مينه

واحدالله مزل، کابل افغانستان

۱۳۹۲ د جوزا لومړۍ

# 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 ښکلي 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 ، درنګ له ټاکنې وړاندې یو څه تم کیږي ...کله چې د ټوکر په یوه هټۍ

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 ناخاپي 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 کړي . خو د بريتانيا پوهان دې ټکو پوره پاملرنه کړې ، هغوي دا کشف کړې چې د انسان جسم ډول ډول رنګونو ته اړتيا لري ، او دا کار دهغوي پر جسمي او ذهني کړنو شکاره اغېزې کوي . دوي زياتوي ، چې له جسمي ستړيا څخه نيولې ، او تر سرطاني ناروغيو پورې درملنه په رنګونه درملېداي شي .
او همدا لامل دي چې دنړۍ په مختلفو هېوادونو کې په رنګونو د درملنې په برخه کې متخصص رنځورپالان شتون لري .

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

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 دی چې ښايي 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 سپېځلي 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 دی ؟ دا او دېته ورته نور موضوعات په پوره څېړنه او تجربو په دې کتاب کې ياد شوي .

ketabton.com - The Digital Library





ګران ورور واحدالله مزل چې د نورو ژباړو ترڅنګ یې د کرنې او اقتصاد په برخه کې یو شمېر مسلکي کتابونه راپښتو کړي ، او تل یې همدا هڅه وي چې خپلې ټولنه په معلوماتي کتابونو ونازوي ، مننه ترې کوم چې له خپلو ګڼو مصروفیتونو سره یې ددې کتاب کتنې ته وخت ورکړ ، او د سمونې په برخه کې یې راسره مرسته وکړه .

د هېواد تکړه او وتلي شاعراو لیکوال ښاغلي پیر محمد کاروان څخه هم د زړه له کومې مننه کوم ، چې سره د ډېرو کارونو یې زما کتاب له پیله تر پایه وکاته ، ځینې سمونې یې ورکې وکړې ، او ژبه یې ورته لا ساده کړه .

دا کتاب ټولو لوستونکو ته په مینه ډالۍ کوم . او هیله ترې کوم چې ، تر لوستلو وروسته یې ، خپل ملګري ته ډالۍ کړي .

په درنښت

عبدالحق ثاقب (هزارناوی)

کابل افغانستان

۱۳۹۲ د ثور ۱۵

ketabton.com - The Digital Library





# د لیکوال سریزه

د رنګونو په سمندر کې د رنګونو رازونه لا پټ پاتې دي ، او د راسپړلو لړۍ یې لا پای ته نه ده رسېدلې . تر دې دمه د رنګونو په اړه ډېرې څېړنې شوي او په پایله کې یې یو لړ حیرانوونکي لاسته راوړنې په لاس راغلي . اروا پوهان په دې ټینګار کوي چې د یو انسان د خوښې رنګ دهغه پر شخصیت دلالت کوي . خو بیا رنځورپوهان له دې هم وړاندې تللي ، او دا یې ثابته کړې چې شنه زرغونه، سره زرغونه او ژېړ رنګونه ( کمان رستم ) دهغو خطرناکو ناروغیو درملنه کوي چې نور درمل یې په درملنه کې پاتې راغلي ...... دا سمه ده چې هره ناروغي درمل لري ، خو دا هم یو څرګند حقیقت دي چې ډېرې ناروغۍ بیا له کیمیاوي درملو پرته نور ډول ډول درمل لري ..... په دې لیکنه کې به دا موضوع وڅېړل شي .

په رنګونو د درملنې په پایله کې د انسان په بدن کې د رنګ د انرژیو او د سرابي ( سپک ) جسم د جوړښت ( ترکیب ) ترمنځ طبیعي توازن رامنځته کیږي . دا توازن هغه وخت رامنځته کیږي چې د رنګونو غبرګونونه ( انعکاسات ) په سمه توګه د بدن هغو سیمو ته ورسیږي چې نور بدن په فعالیت

ketabton.com - The Digital Library





راولي ، دا په دې مانا چې د رنګ د رسېدو په پایله کې د بدن دا سیمې پر دې توانیږي چې د انسان په مادي جسم کې د ژوند وړتیاوې ( استعدادونه ) ، سیک ، ځواک او انرژي راپیدا او ګړندۍ 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 سپین رنګ انرژي راکش او بیا یې په بدن کې د رنګ پر بنسټیزو انرژیو وویشي، له دې وروسته دا انرژۍ د بدن مختلفو برخو ته رسیږي او د بدن هرې برخې ته له رسېدو وروسته په انسان کې د ژوند وړتیا او فعالیتونه ګړندي کوي.

سرابي یا سپک جسم چې په مادي جسم باندې مستقیمې اغیزې لري ، که د سرابي جسم درملنه د رنګونو د وړانګو په واسطه ترسره شي ، هم دا شونتیا زیاته ده چې دا ډول اغېزې رامنځته کړي او د انسان په مادي جسم کې ځواک او فعالیت راپیدا کړي. ځکه چې په سرابي جسم کې بدلون او پر

ketabton.com - The Digital Library



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

دا چې نن مونږ په يويشتمه پېړۍ کې ژوند کوو ، د متخصصينو رنځورپوهانو مشوره هم داده چې له ډېرې اړتيا پرته دکيمياوي درملو له استعمال ډډه وکړو، ځکه کيمياوي درمل ډېري وختونه جانبي عوارض هم له ځان سره لري، نو پر ځاي ددې چې د سر د درد لپاره له ( اسپرين ) څخه کار واخلو ، يا دوينې د فشار درملنه په کيمياوي درملو وکړو، نو ښه خبره داده چې دا درملنه د رنګونو په څېر په داسې لارو چارو وکړو چې هيڅ جانبي عوارض ونه لري ...

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

ډاکتر محمد السقا عيد

دمياط

دوشنبه، ۱۴ فروري، ۲۰۰۵

ketabton.com - The Digital Library



# سریزه

ډاکټر سمیر البهواشي وایې : الله جل جلاله د انسان په بدن کې داسې توکي ، وړانګې اود بریښنا څپې پیدا کړي چې، له جهاني وړانګو او برقي میقناطیسي څپو او د رنګونو خوځېدنې او رپېدا سره پوره ورته والي لري .او هر انسان ځانته جلا وړانګې لري ، دا وړانګې د ګوتو او سترګو د نښو په څېر ددوه انسانانو یو ډول نه وي، بلکې له یو بل سره توپیر لري . دا وړانګې د څپو په اوږدوالي ، غبرګون ( انعکاس) او رپېدا کې له نورو سره توپیر 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 نرۍ او نورو انسانانو څخه

ketabton.com - The Digital Library



نورې وړانګې اخلي، کله چې دا وړانګې سره نږدې والي او یو څه ورته والي ولري ، نو په پایله کې یې ددوه انسانانو ترمنځ مینه، محبت او د ملګرتیا فضا رامنځته کیږي، او کله چې دا وړانګې سره لیرې او هیڅ ډول ورته والي ونه لري ، نو بیا یې پایله هم بدله وي .

رنګ له وړانګې لرونکې انرژۍ څخه عبارت دي، دا وړانګې په ټاکلې اندازه د څپو اوږدوالي لري، او د سترګو شبکیه (retina)[1] چې رڼا راکشوي او بیا یې مغزو ته لیږدوي ، دا وړانګې رنګونو ته ترجمه کوي.

د سترګو په پرده یا شبکیه کې درې رنګونه شتون لري چې، عبارت دي له زرغون (شین)، سور او آسماني رنګ څخه ،او ددې دریو رنګونو له اختلاط او یوځاې کېدو څخه نور رنګونه جوړیږي .

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

---

[1] د سترګې شاتنی برخه، دا برخه رڼا ترلاسه کوي او بیا هغه څه چې سترګه یې ویني دهغې انځور مغزو ته لیږي .

ketabton.com - The Digital Library



هورمونونه افرازوي، د هرمونونو د افرازېدو په پايله کې زموږ په بدن کې يو شمېر فزيولوژيکي ( تشريحي ) عمليات رامنځته کيږي . چې په پايله کې د رڼا داخل شوې انرژي زموږ په فکر( اند ) ،مزاج او سلوکو کې بدلون رامنځته کوي .

د حيرانتيا خبره خو لا داده چې رنګونه پر هغو کسانو هم اغېره لري چې ليدل نه شي کولي . او لامل يې هم دهغو انرژيو غبرګون 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 يادېږي. 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 اًخوا ) رنګ څخه کار اخيست.

[2] نخامي غده هغه غده چې د ماغزو په لاندي برخه کي موقعيت لري وي او د هرمونونو د توليد په پايله کي د وجود په وده کي اغېزه لري .

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 صادرېږي. 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 جېبړمې ( ځېړمې ) 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

ketabton.com - The Digital Library





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

په ۱۹۳۳ زیږدیز کال کې یې له څو کلونو څېړنو وروسته د کمان رستم (رنګین کمان) د رنګونو د پرتلنې په اړه یوه موسوعه ( دایرة المعارف ) خپره کړه. دا دایرة المعارف په رنګونود درملنې په برخه کې ډېره ارزښتناکه ګڼل کیږي .

په رنګونو دعلاج په برخه کې چې کوم نظریات رامنځته شوي ، ټول د ګاډیالي له نظریاتو سرچینه اخلي .

هر ژوندي ژوي او د انسان د بدن هر نظام ځانګړي رنګ لري، دا رنګ د پارونې او تحریک دنده په غاړه لري، خو له بل پلوه ځینې نور رنګونه هم شته چې د بدن له همدې غړي او نظام فعالیت له خنډ او ځنډ سره مخامخ کوي او فعالیت یې کمزوري کوي .

کله چې یو انسان د رنګونو په ارزښت او دهغې پر اغېزو او ګټو پوه شي ، کولي شي د ځان لپاره مناسب او د اړتیا وړ رنګ وټاکي ، په دې کار سره به هغه پر دې وتوانیږي چې په بدن کې له کاره لوېدلي غړي بیا په فعالیت راولي او یا د بدن

ketabton.com - The Digital Library





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

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

دانسان په بدن کې دوه عملیې تل په کار بوختې دي ، یوه یې د جوړونې عملیه ده چې د غذایي توکو د جذبولو او حل کولو دنده په غاړه لري ، او بله یې د ویجاړونې عملیه ده چې دبدن په حجرو کې د ویجاړتیا دنده په غاړه لري .

لومړۍ عملیه د جوړونې او سمونې عملیه ده ، دا په داسې حال کې چې دویمه عملیه د لومړۍ عملیې برعکس دنده پر مخ بیایي. دا عملیه له بدن څخه زهرجن تولیدات او ناولتوب له منځه وړي.

خو کله چې یو انسان د دواړو عملیو ترمنځ توازن ته پام وکړي او تناسب یې وساتي، نو هغه له ښې روغتیا څخه برخمن وي

ketabton.com - The Digital Library





،دا دواړه عملیې په ګډه میتابولیزم[3] تشکیلوي ، چې دا بیا دهغو عملیاتو ټولګه ګڼل کیږي چې د پروتوپلازما[4] له جوړېنې او ویجاړولو سره تړاو لري .

ګاډیالي دې پایلې ته رسېدلي چې سور رنګه وړانګې د جوړونې یا سمونې وړانګې ګڼل کیږي ، دا په دې مانا چې سرې وړانګې په بدن کې د وینې سره کرویات زیاتوي او ینه رابیداروي. دا په داسې حال کې ده، چې بنفشه یي وړانګې چې توري فعالوي ، ویجاړوونکې او لړزوونکې وړانګې ګڼل کیږي.

ګاډیالي دا هم کشف کړې،چې توري د وینې پخواني سره کرویات له منځه وړي او پر ځای یې د وینې سپین کرویات تولیدوي چې بیا له بکتریاوو سره جګړه کوي او مخه یې نیسي.

سور رنګ چې د انسان په بدن کې د ینې فعالیت ګړندي کوي، په کمان رستم کې د رڼا یوې خواته موقعیت لري ، دا په

---

[3] میتابولیزم د انسان په بدن کې کیمیاوي پروسه ده ، په ځانګړې توګه هغه پروسه چې غذایي مواد د بدن د لویولو او ورته د انرژۍ ورکولو لپاره کار کوي .

[4] پروتوپلازما د ژوندیو حجرو دننه رڼه او شفافه مایع ده .

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 ګړندۍ 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 .

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

په سان ډیاګو کې هم په ۱۹۸۲ زیږدیز کال کې د رنځورپالنې ( نرسینګ ) په یوه پوهنځي کې هم په رنګونو د درملنې په برخه کې یوه تجربه ترسره شوه . په دې تجربه کې نږدې شپېته مېرمنې چې په روماتیزم ناروغۍ اخته وې، د پنځلس دقیقو لپاره آسماني رنګه وړانګو ته وړاندې شوې، چې په پایله کې د پخوا په پرتله دهغوي د مفصلونو درد په زیاته کچه راکم شو. نو ددې تجربې څخه جوتیږي چې د آسماني رنګ وړانګې په روماتیزم له اخته ناروغانو سره مرسته کوي ا و د مفصلونو د درد په راکمولو کې مهم رول لري .

یوه بله څېړنه چې په ۱۹۹۰ زیږدیز کال کې ترسره شوه ، په دې تجربه کې د سور رنګ وړانګې د هغو ناروغانو سترګو ته واچول شوې چې له نیم سیري ناروغۍ یې سر ټکاوه، ددې وړانګو د استعمال په پایله کې ۹۳ ٪ ناروغان ښه شول .

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 (ناروې) هېواد کې هم ځینې تجربې ترسره شوي، تجربو ښودلې چې کله څوک په داسې خونه کې ناست وي چې په اًسماني 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 اًسماني 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 .

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 اّخوا ( 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،

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 ځای 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 .

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

ketabton.com - The Digital Library





## بوټي :

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

ځېړنو ښودلې چې بنفشه یي 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 کوچنیو حجرو په وده کې مرسته کوي، خو له بل پلوه بیا زرغون،آسماني او بنفشه یي رنګونه ددې حجرو وده کمزورې کوې او ژر لوییدو ته یې نه پریږدي .

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 يې 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 .

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 اغېز پرېوځي.

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

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.

ketabton.com - The Digital Library



## د ځینو خوړو له لارې درملنه

په دې وروستیو کلونو کې پوهانو د بوټو د رنګونو په اړه څېړنې وکړې، او دې پایلې ته ورسېدل چې د بوټو دا رنګونه یا د رنګ دغه مادې له طبیعي کیمیاوي جوړښتونو (ترکیبونو) څخه عبارت دي ، او د بدن لپاره ډېرې ګټې لري .

د بوټو د فیزیولوژي استاذه ډاکتره رئیفة احمد حسین وایې:

(( یوازې دا مهمه نه ده چې مېوې او سابه مختلف ویټامینونه لکه A ویټامین، B ویټامین ، C ویټامین او یا داسې نور ویټامینونه لري، بلکې په دې اړه څېړنو ښودلې چې په مېوو او سابو کې نور غذایي جوړښتونه او توکي هم شتون لري ، چې

ketabton.com - The Digital Library





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

(بایالافینویډز،انتوسیاســــــــــینین،کاروتینویډز،پولیفینول او ایسوفلافینویډز) هغه غذایي توکي دي چې په مېوو او سابو کې شتون لري او د ویټامینونو کار او اغېز بشپړوونکي دي.

مېوې او سابه ځینې یې تور ، ژېړ، زرغون او داسې نور مختلف رنګونه لري ، لکه څنګه چې یادونه وشوه په مېوو او سابو کې د ویټامینو ترڅنګ ځینې نور غذایي توکي هم شتون لري ، ددې موادو لاندې د مختلفو رنګونو توکي (مواد) پراته دي چې سابو او مېوو ته مختلف رنګونه ورکوي. لکه په رومیانو کې د سور رنګ توکي چې رومیانو 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 اینځر،یا د چایو تور او یا هم نسواري رنګونه.دا ټول رنګونه د بدن لپاره ډول ډول روغتیایي ګټې لري .

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 تړل 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

ketabton.com - The Digital Library



یوځه راویلې شي او ښایې د ځینو روغتیایي ستونزو لامل وګرځي. که د اړتیا وړ رنګ بوتل مو پیدا نه کړ، نو کېدای شي یو روڼ (شفاف) شیشه يي بوتل راواخلئ او د خپلې اړتیا وړ رنګ پلاستیک ترې تاو کړئ او د ربړ په واسطه يې ونښلوئ. او بیا يې لمر ته کېږدئ ، تاسو کولی شئ چې په بوتل کې لمر وهلې اوبه یا وڅښئ او یا پرې ځان وموښئ، او یا هم په یو وخت کې يې هم وڅښئ او هم يې پر ځان وموښئ. خو پام مو وي چې تاسو څومره اړتیا لرئ هغومره ګټه ترې واخلئ.

## د رنګینې رڼا متمرکز کول:

په دې طریقه کې د رڼا له یوې سرچینې کار اخیستل کیږي، دا یو ځانګړي ماشین دي چې د اړتیا وړ رنګینې رڼا ته مخامخ کېښودل کیږي او بیا دا رنګینه رڼا د متخصص ډاکتر د لارښوونو سره سم او د مناسبې مودې لپاره د بدن پر اغېزمن ځای متمرکز کیږي.

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

ketabton.com - The Digital Library



# رنګونه او قرآن کريم

الله جل جلاله ټول شيان د انسان د خدمت او ګټې لپاره پيدا کړي او د انسان د هوساينې او آرامتيا لپاره يې د هغه په خدمت کې ګرځولي دي . الله جل جلاله ټول مخلوقات ښکلي پيدا کړي .هر کله چې انسان د الله جل جلاله مخلوقاتو ته ګوري ، دهغوي له مختلفو او ښکلو ښکلو رنګونو په ليدو خوشاليږي او له ليدو يې خوند اخلي . د مخلوقاتو مختلف رنګونه له يوې خوا انسانانو ته خوښي وربخښي ، او له بل پلوه يې زموږ چاپيريال 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 يې په يوه رنګ پيدا کړي واي ، خو کله چې انسان د ډول ډول رنګونو په ليدو خوشاليږي

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 آیت 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 آیت 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

ketabton.com - The Digital Library





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

د تیږو مختلف رنګونه او د سور سمندر په تل کې ښکلې او رنګینې مرجاني ډبرې د انسان سترګې برېښني او خوښي ورکوي .

او کله چې الله جل جلاله په پورتني اًیت کې له ( بیض وحمر ) یانې له سپین او سور رنګ څخه وروسته د ( مختلف الوانها ) جمله راوړې، دا په دې مانا چې سپین او سور رنګونه اساسي رنګونه ګڼل کیږي او نور ټول رنګونه له دې دوو څخه جوړیږي

## د څارویو مختلف رنګونه :

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

ketabton.com - The Digital Library



وَلَكُمۡ فِيهَا جَمَالٌ حِينَ تُرِيحُونَ وَحِينَ تَسۡرَحُونَ

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

**او کله چې الله جل جلاله د فاطر سورت په ۲۸ ایت کې فرمايي :** ﴿وَمِنَ ٱلنَّاسِ وَٱلدَّوَآبِّ وَٱلۡأَنۡعَٰمِ مُخۡتَلِفٌ أَلۡوَٰنُهُۥ 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 )**

ketabton.com - The Digital Library





او دا چې الله جل جلاله په پورتني آیت 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 زمونږ 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 پرمونږ نعمت کوي او خوښي راته راکوي. دبېلګې په توګه پسونه او رمې چې په پټیو او څړځایونو کې وي،یا داسې نور حیوانات چې مونږ 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 یې ګورو او یا خو يې بیخي نه وینو . نو ځکه الله جل جلاله په پورتني آیت کې لومړي د ( الدواب ) یانې ځناور او وروسته يې ورپسې ( الانعام ) یانې څاروي یاد کړل .

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 فرمايي : أَلَمْ تَرَ أَنَّ ٱللَّهَ أَنزَلَ مِنَ ٱلسَّمَآءِ مَآءً فَتُصْبِحُ ٱلْأَرْضُ مُخْضَرَّةً

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

ketabton.com - The Digital Library



فَأَخۡرَجۡنَا مِنۡهُ خَضِرًا نُّخۡرِجُ مِنۡهُ حَبًّا مُّتَرَاكِبًا

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

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

**لومړي** : هغه جنتیان 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 کریم د ( الانسان ) سورت په ۲۱ آیت کې بیان کړي ، الله جل جلاله فرمایي :

عَـٰلِيَهُمۡ ثِيَابُ سُندُسٍ خُضۡرٞ وَإِسۡتَبۡرَقٞ

ژباړه : پر دوي به د نریو وریښمو شین رنګه جامې وي او همدارنګه د غټو وریښمو جامې به یې هم اغوستې وي.

ketabton.com - The Digital Library





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

وَيَلۡبَسُونَ ثِيَابًا خُضۡرًا مِّن سُندُسٍ وَإِسۡتَبۡرَقٍ

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 وای 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 وای .

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 نرمی 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 .

ketabton.com - The Digital Library



او همدا راز په حدیث شریف کې هم په دې اړه یادونه شوې، او دا خبره تاییدوي چې شین رنګ د سترګو لید پیاوړي کوي.

او الله جل جلاله د النمل سورت په ۶۰ اًیت کې فرمایي:

فَأَنۢبَتۡنَا بِهِۦ حَدَآئِقَ ذَاتَ بَهۡجَةٖ

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

د (في ظلال القرآن) تفسیر لیکوال سید قطب رحمه الله، د خپل تفسیر د پنځم ټوک په ۶۲۲۵۲ صفحه کې ددې اًیت لاندې لیکي:

خوشاله، تازه، ژوندي، ښکلې او خوښي ورکوونکي بڼونه.....او د بڼونو منظرې د انسان زړه ته تازه ګي، ګرندیتوب او خوښي وربخښي. او دا تازه ګي، ښکلا او خوشالي زړونه راویښوي. او کله چې انسان د بڼونو په اړه ژور فکر وکړي نو خامخا د هغې د خالق او جوړوونکي ثناء او ستاینه کوي، دا فکر یې دې ته اړ باسي چې هغه پیداکوونکي

ketabton.com - The Digital Library





ذات ته پام وکړي چې دې ښونو ته يې حيرانوونکې او زړه خوشالوونکي ښکلا وربخښلې .

که ددنيا ستر هنرمندان او ساينس پوهان راټول شي هم نه شي کولي چې يو ګل ته رنګ ورکړي او يايې جوړکړي. په يوه ګل کې د رنګونو څپې، د ليکو او ريښو غزېدل، د پاڼو تنظيم او ترتيب، دا ټول هغه چيلينجونه دي چې هيڅ ساينس او علم له پخوا راهيسې او تر نن ورځې دهغې ځواب نه دي ورکړي ، او نه په دې ښکلا او رازونو سره يو ګل جوړولي شي .کله چې دا کار نه شي کولي نو يوې 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 .

شين رنګ چې ډېري په بوټو کې او په مختلفو ډولونو او بڼو ليدل کيږي ( په ځانګړې توګه په زرغونو پاڼو کې ) دا رنګ خپله سرچينه له يوې کيمياوي مادې څخه اخلي چې ډېر پېچلي جوړښت لري، د کرنې پوهان دا ماده د کلوروفيل (Chlorophyll) په نامه يادوي .

په لومړيو وختونو کې داسې باور کېده چې کلوروفيل له يوې مادې څخه عبارت ده، خو کله چې د بوټو په اړه څېړنې پراخه

ketabton.com - The Digital Library



شوي ، 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 ژیړ رنګ لري .

د کلوروفیل پیچلې ماده چې د شین رنګ ماده ورکې زیاته ده ، دا د بوټو په نړۍ کې د الله جل جلاله له ښکاره معجزو څخه شمیرل کیږي، ځکه چې دا ماده د بوټو په غذایي جوړښت کې مهم رول لري . د بیلګې په توګه بوټي له خاورو څخه څه 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 کولی شي چې (کاربوهایدرایت 5) تولید کړي، لکه د شکرې مختلف ډولونه،چې په دې جمله کې د ګلوکوز شکر،د میوو شکرګني، 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 .

ketabton.com - The Digital Library





غنمو، جوارو ، وريجو په دانو کې شته نشايسته، يا په کچالو او اَلو کې نشايسته . او همداسې نور .

او دا ډول مهم غذايي توکي د رڼا له وړانګو پرته هيڅکله نه شي توليديداي ،او دا عمليه د( photosynthesis )[6] په نامه يادېږي . يانې د رڼا په واسطه د توکو د ترکيب عمليه . په لاندې معادله کې کولي شو دا عمليه په مختصره توګه بيان کړو .

کلوروفيل

کاربون ډاي اوکسايډ + اوبه ——————— کاربوهايدريتي توکي+اکسيجن

د رڼا وړانګې

بوټي د انسانانو او دځمکې پر سر د ټولو ژوندي ژويو د ژوند د پرمخ بيولو بنسټيزه سرچينه ګڼل کيږي . بوټي هغه مهم او بنسټيز توليدات دي چې له زرغونه مادې څخه سرچينه اخلي . نو پر دې اساس ويلي شو چې کلوروفيل د ټولو حيواني او يا نباتي خوړ توليدوونکې ماده ده.

په بوټو کې ددې شين رنګ (کلوروفيل) سربېره نور هم ډېر توکي شتون لري چې بېلا بېل رنګونه لري . له هغې ډلې د

---

6 د رڼا پواسطه د موادو ترکيب ته وايي.

ketabton.com - The Digital Library



**اًسماني رنګ ماده ، د ژېړ رنګ ماده، د سره رنګ ماده ، د نسواري او داسې نورو رنګونو مواد یادولي شو.**

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



**الله جل جلاله د الفاطر سورت په ۲۷ ایت کې داسې فرمایې :**

فَأَخْرَجْنَا بِهِۦ ثَمَرَٰتٍ مُّخْتَلِفًا أَلْوَٰنُهَا

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

## ژېړ رنګ

**په قرآن کریم کې د غوا د پوستکي د ژېړ ځلانده رنګ له یادونې وروسته د سرور کلمه راغلې چې د خوشالی په مانا راځي . الله جل جلاله د البقرة سورت په ۶۹ آیت کې فرمایي :**

قَالُوا۟ ٱدْعُ لَنَا رَبَّكَ يُبَيِّن لَّنَا مَا لَوْنُهَا ۚ قَالَ إِنَّهُۥ يَقُولُ إِنَّهَا بَقَرَةٌ صَفْرَآءُ فَاقِعٌ لَّوْنُهَا تَسُرُّ ٱلنَّـٰظِرِينَ

ketabton.com - The Digital Library





ژباړه : اسرائیلو وویل چې الله ته سوال وکړه چې موږ ته ووایې چې دا غوا څنګه رنګ لري، موسي علیه السلام ورته وفرمایل چې الله جل جلاله وایې چې دا غوا ژېړه او ډېر ځلانده رنګ لري چې کتونکي خوشالوي .

ویل کیږي چې ( فاقع لونها ) د ډېرسخت ژېړوالي مانا لري ، یانې له ډېر ژېړوالي لامله دا غوا نږدې ده چې سپینه شي ، او داسې هم ویل شوي چې ( فاقع لونها ) د رنګ د صفایي او پاکوالي په مانا راځي. او دا رنګ کتونکي خوشالوي ، ځکه چې څوک یې پوستکي ته وګوري نو فکر کوي چې د لمر وړانګې یې له پوستکي راوځي .

په ټولیزه توګه ، دا چې ژېړ رنګ د خوشالۍ لامل ګرځي، ابن جریر د ابن عباس رضي الله عنهما څخه روایت کوي، فرمایي چې : ( من لبس نعلا صفراء لم یزل في سرور ما دام لابسها )

ژباړه : چا چې ژېړې پڼې واچولې ، هغه به تر هغې په خوشالۍ کې وي ترڅو یې چې ویستلي نه وي .

او مفسرین د ( فاقع لونها ) ژباړه داسې نه کوي چې ګویا د ډېر ژېړوالي لامله یې رنګ تور شوي .

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 اًیت کې فرمایي : كَأَنَّهُۥ جِمَٰلَتٌ صُفۡرٌ

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 توروالي 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 بېلوي ، 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 اًیت کې ، یانې ( تک ژېړ ) او هیڅکله د یو رنګ صفت د بل رنګ لپاره نه کارول کیږي .

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 فَاقِعٌ 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

ketabton.com - The Digital Library



ډېرې څېړنې ترسره شوې ، په دې اړه هم څېړنې ترسره شوې چې کوم ډول کسان کوم ډول رنګونه ډېر خوښوي ؟ دا هغه څه دي چې نن د څېړنو 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 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 ) یانې 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

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 .

ketabton.com - The Digital Library





# د انسانانو رنګونه

که څه هم ټول انسانان د اَدم 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 راڅرګندېږي . الله جل جلاله د فاطر سورت په ۲۷ اَیت کې فرمايي

﴿وَمِنَ ٱلنَّاسِ وَٱلدَّوَآبِّ وَٱلْأَنْعَـٰمِ مُخْتَلِفٌ أَلْوَٰنُهُۥ كَذَٰلِكَ

ژباړه : خلک ، څناوراو 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 وايې چې یحیي بن

ketabton.com - The Digital Library





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

" أن الله خلق آدم من قبضه قبضها من جمیع الأرض فجاء بنو آدم علی 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 :

وَمِنْ ءَايَـٰتِهِۦ خَلْقُ ٱلسَّمَـٰوَٰتِ وَٱلْأَرْضِ وَٱخْتِلَـٰفُ أَلْسِنَتِكُمْ وَأَلْوَٰنِكُمْ ۚ

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

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 . نومورې حجرې بیا د پوستکي په لاندې برخه کې چې د ملپیجي طبقې ( malpighi) په نامه یادیږي ځېرې 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 ، ځینې 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 اړه څرګند توپیر ترسترګو کیږي ، او د انسانانو رنګونه سره توپیر کوي .

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 اًسماني رنګه او ویښتان یې ژېړ وي . دبېلګې په توګه دا حالت د ( اسکندناپې ) په هېوادونو لکه ناروې ، سویډن او ډنمارک کې په څرګند ډول لیدل کیږي .

څو 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 دي چې ددې سیمو د اوسېدونکو د پوستکي، ویښتانو او سترګو رنګ

**تک تور وي . له دې دا روښانه کيږي ، هغه خلک چې په دې سيمو کې ژوند کوي او ډېر وخت د رڼا له وړانګو سره مخامخ کيږي، نو دهغوي په پوستکي کې د تور رنګ ماده ددې ځاې د رڼا له وړانګو سره پوره سمون خوري .**

**د ميلانين حجرې چې کله د لمر وړانګو 7ته مخامخ شي ، نو په زياته اندازه يې د رنګ ورکوونکې مادې د توليد وړتيا زياتيږي. او دهمدې موخې دترلاسه کولو لپاره د تيروسين ( Tyrosine) پروټيني ماده هم کارول کيږي چې بيا يې د ميلانين د رنګ په ماده بدلوي ، او کله چې پوستکي د ماوراء بنفش ( د بنفش نه اًخوا ) وړانګو ته مخامخ کيږي نو دا ماده په زياته اندازه د رنګ ورکوونکو حجرو په داخل کې دهغې مخه نيسي.**

**د انسان د پوستکي په رنګ کې ځينې وختونه شاذ او نادر حالت هم ترسترګو کيږي ، دا حالت د بې رنګۍ يا ( Albinism ) په نامه ناديږي او د پيدايښتي عيبونو څخه شمېرل کيږي .**

[7] د لمر د وړانګو رڼا له اوو داسې وړانګو څخه جوړه ده چې د ليدو وړ دي لکه ( بنفشه يي وړانګې،شين بخن،آسماني، زرغون ، ژېړې،نارنجي او سرې وړانګې ) او له دوه وړانګو څخه چې نه ليدل کيږي لکه د ( بنفشي نه آخوا يا ماوراء بنفشه ) ultraviolet) او (infrared ) وړانګې .

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 دی 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 .

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 فرمایي: ( د اهل سنت مخونه به سپین وي او د بدعت د خاوندانو مخونه به تور وي ) الله جل جلاله د ( الزمر ) سورت په ۶۰ آیت کې فرمایي:**

وَيَوْمَ ٱلْقِيَـٰمَةِ تَرَى ٱلَّذِينَ كَذَبُوا۟ عَلَى ٱللَّهِ وُجُوهُهُم مُّسْوَدَّةٌ

**ژباړه: او د قیامت په ورځ هغه کسان چې په الله یې دروغ ویلي دي، مخونه به یې تور وي. او همدا ډول د ( آل عمران ) سورت په ۱۰۶ آیت کې فرمایي:**

يَوْمَ تَبْيَضُّ وُجُوهٌ وَتَسْوَدُّ وُجُوهٌ

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

ketabton.com - The Digital Library





يانې د قيامت په ورځ چې کله انسانان له قبرونو راپاڅيږي د مؤمنانو مخونه به سپين وي او د کافرانو مخونه به تور وي .

او ځينې مفسرين وايې : کله چې مؤمن انسان خپل کتاب د قيامت په ورځ لولي نو مخ به يې سپينيږي، او کله چې کافر خپل کتاب لولي نو مخ به يې توريږي. الله دې په خپل رحم او مهربانۍ سره د قيامت په ورځ زموږ مخونه سپين کړي .

په قرآن کريم کې په ډېرو آيتونو کې د رنګونو يادونه شوې ده ، دلته يې موږ څو آيتونو ته اشاره کوو :

الله جل جلاله د ( طه ) سورت په ۱۰۲ آيت کې فرمايي :

وَنَحۡشُرُ ٱلۡمُجۡرِمِينَ يَوۡمَئِذٖ زُرۡقٗا

ژباړه : د قيامت په ورځ به مجرمين شين سترګي راپاڅوو. او د ( فاطر ) سورت په ۲۷ آيت کې فرمايي :

وَمِنَ ٱلۡجِبَالِ جُدَدُۢ بِيضٞ وَحُمۡرٞ مُّخۡتَلِفٌ أَلۡوَٰنُهَا وَغَرَابِيبُ سُودٞ

ژباړه : د ځينو غرونو ځلي سپين او ځينې يې سره وي، غرونه مختلف رنګونه لري او ځينې يې لوي او تور غرونه دي . او

ketabton.com - The Digital Library





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

**ژباړه : غوا به ژیړه او ژیړوالي به يې ډېر تېز وي چې کتونکي خوشالوي. الله جل جلاله د ( الکهف ) 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 اًیتونو کې اساسي رنګونو ته اشاره کړې لکه : سپین ، سور ، تور ، ژیړ، زرغون ( شین ) او اًسماني رنګونه . په دې کې يې ځينې رنګونه ډېر شوخ او ګرم دي لکه سور او ژیړ ، 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 :**

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 دوی بېلا بېل او ښکلي ښکلي رنګونه لري.

د بېلګې په توګه، که مونږ هغه رنګينو کبانو ته وګورو چې د

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 ښوايیږي ، نو وبه ګورو چې دوی 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 ایت کې فرمايي : هَـٰذَا 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 . ؟؟!!!

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 آسماني رنګ عصبي سیستم آراموي.

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 آسانۍ 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 ځای 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

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 آَخوا ) 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 ) يانې د پلانکي له سترګو سرې لمبې راوځي ... دا وخت په دې اصطلاح کې څکه 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 ) يانې ګلابي ژوند ، په دې جمله کې ګلابي رنګ خوشالي تعبير کوي يانې خوشاله ژوند .. خو تور بيا د رنګ او رڼا د نشتوالي مانا لري او د خپګان او مرګ سمبول ګڼل کيږي .

ketabton.com - The Digital Library



## رنګ څه ته وايې ؟

رنګ د سترګو پر پرده رامنځته شوي فزيولوژيکي اغېز ته وايې ... 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 وايې ، 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:

ketabton.com - The Digital Library





۱- **د ځپې اوږدوالي** : كه د ښېلګې په توګه هغو وړانګو ته ځير شو چې د لمر رڼا تشكيلوي، نو هغه د رنګين كمان ( كمان رستم ) رنګونو ته ويشل كيږي ( بنفشه يي،آسماني، زرغون ... ) دا هغه رنګونه دي چې د ځپو ځانګړي اوږدوالي لري. او ځينې وړانګې داسې دي چې سترګې يې نه شي تميزولي. لكه د سور نه ښكته ځپې ( infrared ) او بنفشې نه اخوا ځپې ( ultraviolet )

۲- **پاكوالي او روښوالي** : يانې د رنګ او په هغې كې چې د سپينوالي كومه اندازه شته دي ، دهغوي ترمنځ ورته والي .

۳- **د ځلا عامل** : يانې له رنګ څخه د رڼا غبرګه ( منعكسه ) شوې اندازه . نو په دې سره زمونږ سترګې كولي شي چې دا اووه رنګونه تميز كړي ( بنفشه يي ، نيلي، آسماني، شين،ژېړ،نارنجي، سور ) او همدا راز كولي شو چې ددې غبرګې رڼا په بركت سره هغه رنګونه هم وپېژنو چې له دې اووه رنګونو څخه راوځي او ورڅخه سرچينه اخلي .

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 رنګـ 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 رنګـ پیدا کیږي.او په همدې ترتیب د رڼا ځرنګوالي د رنګونو په ځرنګوالي باندې اغېزه کوي.ا مالومه خبره ده چې کله شیان د ورځې په رڼا کې پراته وي نو رنګـ یې یو ډول وي ، خو کله چې همدا شیان د مصنوعي رڼا لاندې کېښودل شي نو بیا یې

ketabton.com - The Digital Library



رنګونه توپیر پیداکوي . تاسوچې کله ټوکر (رخت)په یوه هټۍ ( دوکان) کې مصنوعي رڼا ته کښېږدئ نو رنګ یې یو ډول ښکاري ، خو کله چې همدا ټوکر دورځې عادي رڼا ته کښېږدئ 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 پرېوځي نو له هغې ځخه وړانګې راکشوي او له یو بل ځخه غبرګیږي( منعکسه کیږي ). او د هر جسم رنګ له هغې ځخه غبرګې شوې وړانګې بلل کیږي ...
موږ چې کله د ټوکریوه کتان ته ګورو او هغه راته سور ښکاري دا ځکه چې هغې له رڼا ځخه دا وړانګې اخیستي او بیا یې زموږ سترګو ته سرې وړانګې غبرګې کړي. 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 ځپې راته سپین رنګه ښکاري او لامل یې هم دا دي چې دا ځپې

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 ځپې 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 .

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 :

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

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

دریېمه ټولګه : د لنډو څپو یا بنفشه يي رنګ حساسیت لرونکې عصبي ریښې .

نو په دې ترتیب سور رنګ په لومړی 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

ketabton.com - The Digital Library



کې سترګه د سپین رنګ احساس کوي . او کله چې په دې دریو ټولګو 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 کولی 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 کولی .

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 کولی .

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

ketabton.com - The Digital Library



انتقالیږي خو بیا هم دا ستونزه د ښځو په پرتله په نارینه وو کې ډېره رامنځته کیږي.یانې له ( ۳ــ۴ ٪ 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 ډېري 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 کېداي 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 ....کېداي شي د یو انسان د سترګو ځواک ۶/۶ وي خو بیا هم کیداي شي د رنګونو تمیز ونه شي کړي ... یا ددې بر عکس . دا په دې مانا چې کېداي شي د یو انسان د سترګو لید

ketabton.com - The Digital Library





ډېرکمزوري وي ، خو کولي شي چې په دقيقه توګه د رنګونو ترمنځ توپيرونه تمييز کړي .

## رنګونه په تياره کې څنګه پېژنو ؟

سترګه نه شي کولي چې په تياره کې رنګونه تمييز کړي شي ...

او کله چې تياره راشي ( د لمر د پرېوتو وروسته ، يا د څراغ له بندېدو سره )... سور رنګ له زرغون رنګ څخه نه پېژندل کيږي ... او بيا په راتلونکي ترتيب سترګه د رنګونو د تميز ورتيا له لاسه ورکوي : بنفشه يي، آسماني، ژېړ او بيا 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 کيږي . دا په داسې حال کې ده چې ژېړ رنګ د ورځې له مخې د نورو رنګونو په پرتله ښه پېژندل کيږي .

سور رنګ د شپې له مخې د سترګې د پردې هغه برخه نه راپاروي چې په تياره کې سور رنګ تمييز کړي . او همدا لامل دي چې د حساسو فلمونو د جوړولو پر مهال په تيارو خونو کې سور رنګ کارول کيږي .

ketabton.com - The Digital Library



# په رنګونو د درملنې څرنګوالي

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 بدن کې 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 .

ketabton.com - The Digital Library





د درملنې په دې طریقه کې متخصص رنځورپوه لومړې ناروغي تشخیصوي ، بیا په ناروغی 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 اروا‌پوهنه 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 .)

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 وغږېږو، او که تاسو د خپلې خوښې رنګ نه لرئ،نو کولی شې چې له همدې شېبې څان 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

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 اَسماني 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 اَسماني 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 ... اَرام طبیعت

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

---

8 هغه پروټین چې د بندونو ترمنځ شتون لري .

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 ورځخه نه اوړي او ټینګار پرې کوي.

دا ډول کسان تل هغه بریالیتوبونه چې په اًسانی 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 اًرامتیا احساس راپیدا کوي، او د سوکالی،توازن،خوش بینی 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 پیاوړي 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 .

ketabton.com - The Digital Library





## سور رنګ ... د اور سرې

دا رنګ که د ځينو خطرناکو شيانو رنګ دي خو له بل پلوه يې بياګټې هم زياتې دي ... سور رنګ د اور رنګ دي او اور هغه څه دي چې انسان يې له تودوخې ګټه اخلي ، همدا راز سور رنګ د وينې رنګ دي او وينه د ژوند راز دي .

هغه کسان چې  سور رنګ يې خوښيږي ، هڅه کوي چې د نورو پام ځان ته راجلب کړي ، ځکه دا رنګ ډېر ژر د خلکو پام ځان ته راړوي او پر سترګو يې جادو کوي ... دا ډول کسان د ډيناميکي کرکتر خاوندان وي او ځان هيڅکله وروسته او په دويمه رتبه کې نه حسابوي .... دا ډول کسان خبرو اترو او مناقشې سره ډېره لېوالتيا ښايې، د يادونې وړ ده چې دوي کله په خپله کورنۍ کې د کورنۍ له غړو سره او  يا هم له ملګرو سره په خبرو اترو او مباحثو کې دومره ليرې لاړ شي چې مباحثه يې د ترينګلتيا تر بريده ورسيږي .

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 ( لایکوپین ) 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 ( پیټاکاروټین ) 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 .

ketabton.com - The Digital Library





## ژېړ رنګ ...

ژېړ رنګ د لمر د وړانګو رنګ دي ....دا رنګ انسان ته د خوشبینی او لویي احساس ورکوي....هغه کسان چې ژېړ رنګ خوښوي هغوي ډېر ټولنيز ښوي لري.دا ډول کسان تل د خوشالی په لټه کې وي او دا خوښوي چې نور خلک هم ورسره خوشالي شريکه کړي .

هغه کسان چې دا رنګ خوښوي دهغوي طبیعت وخت په وخت بدلیږي ...که څه هم دا ډول کسان رښتيني عاطفې لري ، خو بيا هم دوي ډېر ستړي وي، د يادونې وړ ده چې دا ډول کسان د اوږدې مودې لپاره يوه اړيکه نه شي ساتلي ... ډېر ژر ستړي کيږي او اعصاب يې راپاريږي او په ناڅاپي توګه اړيکه شلوي. دا رنګ د خوشبینی رنګ ګڼل کیږي .

د ژېړ رنګ ماده د ( لوتين ) ماده ده چې په ژېړو مرچکو ، کېلو،جوارو، ليمون، اناناس (زرد جوبه ) او داسې نورو کې

شتون لري ،او د کرنې پوهان وايې چې د ژېړ رنګه مېوو خوړل په انسان کې د مستۍ روحيه زياتوي ، او د هضمي سيستم او په ځانګړې توګه د ځګر او کولمو فعاليت راپاروي او لا يې ګړندي کوي .

## بنفشه يي رنګ ...

دا رنګ د انسان په نفس کې خپګان پيدا کوي ... هغه کسان چې بنفشه يي رنګ خوښوي، تل د خيالونو په نړۍ کې ژوند کوي او ددوي زړګونه خوبونه ،وسوسې او تمې يې له واقعيته ليرې ساتي ... هغه کسان چې دا رنګ يې خوښيږي تل په دې ټينګار کوي چې بايد دده کرکتر هرڅوک خوښ کړي او هيڅ مخالف ونه لري . که څه هم نوموړي به په دې پوهيږي چې دا کار له واقعيته ليرې دي خو بيا هم په دې ټينګار کوي چې ټول خلک ورسره ښه چلند وکړي، ځکه نوموړي په دې پکر دي چې دي يوازيني انسان دي چې ځانته د خلکو د راجلبولو وړتيا لري ، د نورو خلکو په څېر عادي انسان نه دي او د کشش قوه يې تر بل هر چا پياوړې ده .

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 لېوال وي چې ددوي ټولې پېښې په جادویي 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 ناکامی 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 .

ketabton.com - The Digital Library





## تک نسواري رنګ ...

ددې رنګ ماده هغه مادې ته ورته ماده ده لکه په چایو ، قهوه او داسې نورو شیانو کې چې شتون لري ، دا ماده د ( پولیفینول ) کورنۍ څخه ده، او د ( فینول ) ماده چې په چایو کې په زیاته کچه شتون لري د جسم په پاکوالي کې مهم رول لري . او همدا راز د تومور ( پړسوب ) په مخنیوي کې هم ډېره مرسته کوي ، ځکه دا ماده د اوکسایډ ضد ماده ګڼل کیږي . دا ماده په چکلیټ کې هم شتون لري، چکلیټ د منګانیز یا د اوسپنې عناصر هم لري ، نو ځکه کله چې چکلیټ په زیاته اندازه غوړ او شکر ونه لري ، او په مناسبه اندازه وخوړل شي نوګټې یې هم زیاتې وي.

دلته د ( بایو فلافونویډز) [10] ( BIOFLAVONOIDS) عناصر هم شتون لري .او دا عناصر ښایې 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 یې ځینې د اوکسایډ ضد

---

[10] ځینې مواد چې په مېوو او سبزیجاتو کې شتون لري ، او انسان د یو شمېر کینسر او د زړه له ناروغیو ژغوري .

ketabton.com - The Digital Library





دي ، او ځینې یې هرمونونه دي . دا عناصر په مېوو او سبزیجاتو کې شتون لري او د سرطان او د یو شمېر د زړه د ناروغیو مخنیوي کوي. د بېلګې په توګه په بوټو کې د ا ستروجین (estrogen) هرمون هغه هرمون دي چې په ( صوياپين) کې په زیاته اندازه ترسترګو کیږي . او ویل کیږي چې په ښځو کې د تیونو د سرطان څخه په مخنیوي، او په نارینه وو کې د پروستات د سرطان په مخنیوي کې مهم رول لري .

ketabton.com - The Digital Library





# 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 اروا باندې مثبته اغېزه وکړي .

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

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 يې انسان ډېر ژر په غوسه او غبرګون ښايي .

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 يې 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 .

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 ببلا بېل رنګونه ، دهغوي په کورکې 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 روغتیايي او اروايي حالت ډېرې اغېزې لري، پوهان وایې ، کله چې هررنګ ځانته جلا غبرګون او څپې لري نو ځکه رنګونه د ناروغیو ددرملنې غوره وسیله ده .**

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 پياوړي او مثبت ډول له دې حجرو راوځي ، خو کله چې انسان په کومه ناروغۍ اخته وي نو بيا دا غبرګون غير متوازن وي .

دا په داسې حال کې ده چې يوه بله نظريه بيا وايې چې د بدن مختلفې برخې او د ناروغۍ بېلا بېل حالات او د انسان عاطفي وضعيت 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 طبيعي توګه د هغه رنګونو په لټه کې وي چې ورته اړتيا لري .

رنګونه د موسيقي په څېر دانسان پر اروا اغېزه کوي، رنګونو دداسې يو ځواک تعبير کوي چې د انسان په ژوندانه کې ډېر اغېز لري، خو هغه احساس چې الله جل جلاله د رنګونو په وړاندې په ښځو کې پيدا کړي ، تر ټولو پياوړي او ستر احساس ګڼل کيږي . همدا لامل دي چې د اورپا ځينو پوهانو دې ټکي ته پام کړي او د څېړنو په پايلو کې يې دا ښودلې چې رنګونه پر ښځو تر بل هر چا ډېره اغېزه لري . همدا راز

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 يې پرې اغېزې هم ښکاره دي .

ډاکټر ګریګوري کونوي وايې :

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 يې 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 بیايي .
- ځینې رنګونه ښځې ته خوشالي ورکوي او ځینې ورته بیا د دردونو لامل ګرځي ، او ځینې نور يې بیا ورته د هیلو د پیداکېدو الهام ورکوي .

ketabton.com - The Digital Library





- ځينې رنګونه د ښځې ارادې پياوړې کوي ، او ځينې يې بيا ژوندی او پياوړې ارادې وژني .

طبيعي رنګونه د نړۍ ستر توليد ګڼل کيږي او د ښځې پر ژوندانه ډېر اغېز لري ، ښځه په خپل چاپيريال کې تل د رنګونو په ننداره وي ، کله چې ښځه خپلې سترګې راوغړوي او پر شين آسمان يې سترګې نښلي ،او کله چې په خپل چاپيريال کې ډول ډول بوټي او رنګارنګ ګلان ګوري دهغې په اروا کې ځانګړي احساس راپيدا کوي ، همدا احساس پرې تاثير کوي او بالاًخره يې اروايي ناروغی له منځه ځي .

**رولاند بلاک د رنګونو په اړه وايې :**

شين يا زرغون رنګ له ښځې سره په ذهني آرامتيا او سکون کې مرسته کوي ، شين رنګ د کمان رستم د اوو رنګونو په منځ کې ځاي لري . دا رنګ چې د نورو رنګونو په پرتله طبيعي رنګ بلل کيږي الله جل جلاله د ونو د پاڼو ، باغونو او شنو دښتو لپاره ټاکلي ، دا هغه رنګ دي چې انسان ته خوښي ورکوي او عصبي سيستم يې آراموي . کله چې انسان له ستړو کارونو راوګرځي، شوريې ذهن ورګډ کړي ، نو الله جل جلاله

ketabton.com - The Digital Library



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

ژېړ رنګ د ښځې ذهن تېزوي .

سور رنګ د وينې په جريان کې د ادرينالين د مادې د افراز لپاره غدې راپاروي، او د زړه ټکان او د ويني جريان پياوړي کوي .

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

بنفشه يي رنګ انسان ته د نوښت وړتيا ورکوي ، دا رنګ د مغزو د پاسني برخې حجرو ته خواږه، آرامتيا 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 :

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 . ))

نومورې زیاتوي :

(( دا چې رنګونه په ښځه څومره اغېزې لري او پر وړاندې یې ځینې وختونه کوم غبرګون ښايې، 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 ښايې لکه خوسا چې وي ، نو ځکه ورته مېرمنو ډېره مراجعه نه کوله ، د رنګونو یوه متخصص نومورې دې ټکي ته متوجې کړ او ورته یې وویل چې د هټۍ رنګ بدل کړي ،هټیوال ژېړ رنګ لیرې کړ او هټۍ یې اسماني رنګ ته نږدې په یوه بل رنګ باندې رنګ کړه،کله چې نومورې د هټۍ رنګ

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 لېږدوي .

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 ، د دې 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 .

ژېړ 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 ) .

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 يې )

سپين ياسمين : په دې باندې سرزورې ښځې ته خطاب کیږي او دا مانا ورکوي چې ( ولې هيڅ مینه نه کوې ؟ )

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

سپين 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 وايې چې ( زه درسره ډېره زياته مینه لرم )

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

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

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 نړۍکې 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 اًسماني 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 ژیړ ګل : په دې ګل باندې غیرتي ښځې ته خطاب کیږي او ورته وایې : ( اًیا زه به د مینې میوه ترلاسه کړم ؟ )**

**د اکاسي ژیړ ګل : دا ګل د ریښتونولۍ مانا ورکوي ، او ټولنیزې ښځې ته پرې خطاب کیږي .**

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 . )

ketabton.com - The Digital Library





## رنګونه او حيوانات

فکر وکړئ چې حيوان په خپل چاپېريال کې رنګونه څنګه ګوري ؟ او آيا هغه څه چې مونږ يې په کومو رنګونو ګورو، همداسې يې ژوي او مرغان هم ګوري ؟ آيا انسانان او ژوي نړۍ ته په يوه سترګه ګوري ؟ او آيا دوي له ښکلو منظرو او ښېلا ښېلو ښکلو او زړه راښکونکو رنګونو څخه يو ډول خوند اخلي ؟

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

ketabton.com - The Digital Library





دا چې ژوي په ښکلو منظرو کې ببلا 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 کړې ، دوی 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 وي .د یادونې وړ ده چې ، د بنفشه یي رنګ سیمې ته هیڅ ورنږدې شوي هم نه

ketabton.com - The Digital Library





وې او يوه دانه يې هم ترې نه وه خوړلې . نو مالومه شوه چې چرګان د بنفشه يي رنګ وړاتګو 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 اًسماني 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 وړاتګې 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 اًيا رنګونه د کوترو پر سترګو هم اغېزې کوي، او اًيا دا کوتره بېرته خپل کور ته راستنېدي شي او که نه ي ، پوهانو د کوترې سترګې څو ځله په مختلفو رنګونو عينکو وپوښلې او په هواء کې يې خوشې کړه .

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 ببرته راستنېدو کې خنډ ونه ګرځېدي ،کوتره کولي شي چې له دغه دوه رنګونو څخه خپله مخه په څرګنده توګه ووينې، خو هغه عينکې چې شين (زرغون ) او اَسماني رنګ يې درلود، کوتره يې دېته نه پرېښوده چې خپله مخه وګوري او بېرته کورته راستنه شي، ددې عينکو په اچولو سره ورته هرڅه توره تياره ښکارېده .

## د تاووس د ښکلا راز :

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

اَيا 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 بڼکو کې ګورو ، له هوايي پوکڼيو څخه سرچينه اخلي، دا هوايي پوکڼۍ د بڼکو په مختلفو برخو کې ځاي پر ځاي شوي دي .

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 دی ، او یوازې هغه د عبادت او ستاینې وړ دی .

## د شاتو مچۍ د بنفشې نه اَخوا رنګ پیژني :

د شاتو مچۍ ډیر رنګونه پیژندلي شي، ( ما وراء بنفشه ) یا له بنفشې نه اَخوا رنګ هغه رنګ دی چې انسان یې نه شي لیدلي خو د شاتو مچۍ یې پیژندلي شي. د شاتو مچۍ سور رنګ نه شي پیژندلي او تک تور ورته مالومیږي .

ketabton.com - The Digital Library





## اًيا پيشوګانې او سپي د رنګونو تمييز کولي شي ؟

تجربو ښودلې چې پيشوګانې او سپي د رنګونو تمييز نه شي کولي .

## اًيا بيزوګان ( شادي )رنګونه پېژندلي شي ؟

تجربو ښودلې چې بيزو يا شادي د رنګونو تمييز کولي شي ، په دې لړ کې پوهانو ځينې تجربې ترسره کړې ، ساينس پوهانو په يوه زېرمتون کې خواړه کېښودل او په يوه ځانګړي رنګ يې دا زېرمتون رنګ کړ او بيا يې ورته بيزو ورخوشې کړه، په پاي کې پوهانو ته ثابته شوه چې بيزوګانې هغو زېرمتونونو ته نه ورتللې چې دهغې رنګ سره اشنا نه وې ، بلکې هغو زېرمتونونو ته ډېرې تللې چې دهغې رنګ سره بلدې وې .

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 واړوي 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 .**

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 جوړوني 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 .

ketabton.com - The Digital Library



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

## طبيعي عوامل :

له دې څخه مطلب دادي چې د حشراتو په بدن ځینې مشخصې برخې یا دهغې بهرني اړخ د رڼا ځانګړنې لري ، دا رڼاکمان رستم راپیدا 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 تحلیلوي او په پایله کې ترې ډول ډول ښکلي رنګونه راوځي .

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

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

## د کيمياوي او طبيعي عواملو ګډوالي :

دا په دې مانا چې د حشراتو رنګ د کيمياوي مادې او د رڼا د يوځاي کېدو په پايله کې رامنځته شوي وي . کله چې کيمياوي رنګونه له طبيعي رنګونو سره يوځاي شي په پايله کې ترې ښکلي او زړه راښکونکي رنګونه راوځي ، چې بيا يې هر يو خپلې ځانګړنې لري .

رنګونه د حشراتو په نړۍ کې د هغوي په ساتنه کې مهم رول لري ، ددوي په ترکيب کې ښکاره توپيرونه ترسترګو کيږي ، دا توپيرونه نارينه حشرات له ښځينه وو ببلوي ،د ببلګې په توګه د ځينو نارينه حشراتو په مخامخ وزر باندې يو توربخن خال وي ،يا د ځينو ښځينه حشراتو دخېټې وروستۍ برخه ښکلي نارنجي رنګ لري . او يا کېداي شي د ښځينه حشرې رنګ په بشپړ ډول د نارينه له رنګ څخه بدل وي . چې دا حالت د پتنګانو په کورنۍ کې ډېر ترسترګو کيږي . او يا کېداي شي د کال په فصلونو کې ځيني حشرات مختلف رنګونه ولري ، او نظر موسمونو ته يې رنګونه بدل رابدل شي .

ketabton.com - The Digital Library





# د رنګولو ډولونه :

## بدلېدونکي رنګ :

په دې حالت کې ځینې حشرات خپل اصلي رنګ په بل رنګ باندې بدلوي، دا کار یا د دښمن له خطر څخه د ژغورنې په موخه کوي ، او یا یې د ښکار نیولو لپاره کوي . لکه د ( مانټیس )[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 یې .

---

[12] دا یوه لویه حشره ده ، او مخکنۍ دوه پښې یې ډېر وخت جګې نیولي وي او مختلفو رنګونو ځان رنګولي شي .

ketabton.com - The Digital Library





### د ډاروني لپاره رنګول :

دا حالت په هغه حشراتو کې ډېر ليدل کيږي 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 ډاريږي او هڅه کوي چې ورته ورنږدې نه شي .

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

## کربوړي څو رنګونو ته خپل رنګ بدلولي شي

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

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 .

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

ketabton.com - The Digital Library





د سخت اسهال ترڅنګ نورې ګڼې ستونزې رامنځته کوي، همدا راز کېداي شي په نوموړو کې د یو لړ تنفسي او عصبي ناروغیو د راپیدا کېدو لامل هم وګرځي. هغه ماشومان چې په زیاته کچه رنګین خواړه ورکول کیږي ښایې ځینې وختونه له هغوي غیر ارادي حرکات صادر شي او د وینې له کمښت سره مخامخ شي. همدا راز هغه رنګین توکي چې په زیاته اندازه ورکې د سرپ توکي شتون ولري، په هډوکو او وینه کې د معدني موادو د زیاتېدو لامله کېداي شي د تسمم ( زهرجن کېدو ) لامل وګرځي . او په ځینو حالاتو کې دا ډول خواړه په ناڅاپي توګه هغه کروموزومونه زیانمنوي چې ارثي ځانګړنې لېږدوي او پر ځای یې هغه ارثي کروموزومونه فعالیږي چې د سرطان لامل ګرځي .

همدا لامل دي چې د امریکا د درملو او خوراکي توکو کمیسون ( F D A ) له جواز پرته د ماشومانو د لوبو د سامان په ګډون په ټولو هغو لوازمو بندیز لګولي چې مصنوعي رنګونه ورکې کارول کیږي ، تر څو ددې ستونزو د راپیداکېدو مخه ونیسي . او ځینې مصنوعي رنګونه چې خوراکي توکو ته خوند ورکولو په موخه کارول کیږي، لکه د ( کانزاترین ) ماده

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.

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 نوموړو 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

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 ژېړ رنګ د اوسپنې اوکسایډ دي .

د سترګې د ځېږمې او دهغې چاپېره پوستکي د سینګار د موادو په وړاندې مقاومت نه لري، ځکه نو ځینې مېرمنې ددې پوښونو د لیرې کولو لپاره اړ کیږي ترڅو له سړو 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 ځای کې زمونږ مشوره داده ...

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

ketabton.com - The Digital Library





## په رنګونو د درملنې په اړه :

څېړونکي وايي ، هغه بنسټيز رنګونه چې پر انسان اغېزه کوي دکمان رستم یا رنګين کمان څپې ګڼل کیږي، چې په دې کې سور ، ارغواني ، نارنجي ، ژېړ، زرغون ، اَسماني ، نیلي او بنفشه يي رنګونه شامل دي .

باور کیږي چې له دې رنګونو څخه يې لومړني څلور رنګونه تر ټولو ډېر پاروونکي دي ، دا په داسې حال کې ده چې وروستي څلور رنګونه يې ډېر اَراموونکي رنګونه ګڼل کیږي . د بېلګې په توګه ویل کیږي چې بنفشه يي رنګ د هرموني ګډوډیو په سمولوکې رول لري ، او نارنجي رنګ هضمي سیستم فعالوي ، دا په داسې حال کې ده چې زرغون یا شین رنګ د زړه او سږو لپاره ډېر ګټور دي . همدا راز اَسماني رنګ د تنفسي ستونزو په حل کې مهم رول لري .

د واشنګټن اَيالت په تاکوما سیمه کې د امریکې د ټولنيزو څېړنو په انسټیټیوټ کې څېړونکي ډاکتر الکسندر شاوس وايي : کله چې د رڼا انرژي زموږ بدنونو ته ننوځي ، نو په سملاسي توګه صنوبري ( pineal gland ) او نخامي (

ketabton.com - The Digital Library





14(pituitary gland غدې راپاروي. د غدو له راپارېدو وروسته ځانګړي هرمونونه افرازوي ، او په همدې ترتیب 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 وړانګې لري . لکه سور رنګ ، له سور څخه راتېيټ رنګ ، نارنجي رنګ ، ژېړ او تور رنګونه .

**سلبي رنګونه** : دا ډول رنګونه د القلي ځانګړنه لري ، يانې ددې رنګونو وړانګې 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 .

ketabton.com - The Digital Library





برتانوي ساینس پوه ( تیو جیمیل ) پر دې ټینګار کوي چې ډېري اروايي او عضلاتي ناروغۍ کېداي شي د کور ، دفتر، موټر او نورو ځیزونو د رنګونو د بدلولو په پایله کې ورغول شي . ډېرو ساینسي څېړنو ثابته کړې چې رنګونه د ټولو ناروغیو درملنه کوي .

رنګونه الیکترولیکي ځپې لري ، دا ځپې نظر رنګونو ته جلا جلا اوږدوالي لري ، او په مستقیمه توګه د انسان پر عصبي سیستم اغېزه کوي او په همدې ترتیب یې د بدن په مختلفو غړو اغېزې راڅرګندیږي . او هرڅومره چې دا اغېزه کمزورې وي ، خو په دوامداره توګه که ترې کار واخیستل شي نو پر انسان یې اغېزه ښکاره مالومیږي ...... که یو انسان د مختلفو ځپو له رڼا ګانو ګټه واخلي نو مالومه ده چې دا ځپې به جلا جلا اوږدوالي لري ، نو د هرې رڼا اغېزه به هم په لاندې توګه وي

:

ketabton.com - The Digital Library



# سره رڼا

ډېري وختونه ددې رڼا لامله انسان له هیجانتوب سره مخامخ کیږي ، او دا چې سور رنګ ډېر پیاوړي او غښتلي دي نو له دې سرببېره د بدن د تودوخې درجه هم یو څه لوړوي ، نو پر دې بنسټ زموږ مشوره داده چې د سره رنګ څپو ته ډېر وړاندې نه شئ .

د بریتانیې ساینس پوه ( تیوجیمیل ) وایې چې د رنګونو په اړه ترسره شویو څېړنو ښودلې چې سور رنګ د سټړیا ، تمبلی ، د وینې ټیټ فشار لپاره غوره درملنه ده، او د اشتهاء د راوستلو لپاره هم ډېر ګټور دي .

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 ، ستړیا ، 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 زيات 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

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 ارامۍ احساس وکړي ، دا رنګ ورته د فعالیت او ارامتیا 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 ارامتیا لپاره هم کارول کیږي ، او د وینې د کمښت او د نري رنځ د ناروغیو لپاره غوره درمل ګڼل کیږي .

ketabton.com - The Digital Library





## نارنجي رنګ

دا رنګ د سترګو په  له منځه وړلو کې مهم رول لري ، په ټولیز ډول دا رنګ  ډېر پارروونکي 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 ناروغی رغوي، ټولې عصبي نااًرامۍ له منځه وړي او د سترګو د سپینې برخې ( قرنیې ) د التهاب پهګډون 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

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 سينګار شوي وي . دا رنګ يې 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 .

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 لمفاوي[15] 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 .

ketabton.com - The Digital Library





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

ــ دا چې ژېړ رنګ د انسان ماغزه فعالوي ، عقل یې پیاوړی کوي ، ذهن یې پاکوي او له جسمي او عصبي ستړیا وروسته ورته د آرامتیا احساس وربخښي ، همدا لامل دي چې یاد رنګ د پکري پیاوړتیا ، هوښیارتیا ، مستی ، خوشالی ، نوښت ، او په عین وخت کې د چټکتیا سمبول ګڼل کیږي .

ـ ژېړ رنګ پر بنکریاس ، ځګر او توري باندې ډېره اغېزه کوي ، او د دوي په جوړښت او بیا رغولو کې مرسته کوي . ژېړ رنګ د ټوخي په ګډون په تنفسي سیستم کې د نورو ګڼو ناروغیو د درملنې لپاره غوره درمل ګڼل کیږي .

ــ 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 زیاته ده ، هر کله چې دې وغوښته یو څه ځان ته راپه یاد کړې ، نو په ژېړه پاڼه یې

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 .

ـ 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 راپیداروي او سټریا یې ختموي .

ددې سربېره په درقي غدې[16] 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 ټګ راټګ کنټرولوي .

ketabton.com - The Digital Library





# شین ( زرغون ) رنګ

دا رنګ تر بل هر رنګ زیات په عصبي سیستم باندې مثبت اغېز کوي، د دردونو د آرامولو لپاره ، د وینې د فشار د لوړوالي ، او د اعصابو د نا آرامتیا لپاره دا رنګ انسان ته ډېره ګټه رسوي .

دا رنګ د معدې د خرابوالي ، انفلونزا او ملاریا په مخنیوي کې ډېره مرسته کوي .دا چې شین رنګ انسان ته د توازن او آرامتیا احساس ورکوي ، نو ځکه دا رنګ د زړه د ناروغیو لپاره غوره درمل ګڼل کیږي ، او همدا لامل دي چې دا رنګ په ډېرو هغو ځایونو کې کارول کیږي چې شور زیات وي .

ـ کله چې کوم انسان په سرطان ناروغۍ اخته وي دا رنګ ورسره د سرطان د دردونو په آرامولو کې مرسته کوي. د انسان په ژبه او مغزو باندې ډېره اغېزه کوي. او تر بل هر رنګ زیات د عصبي نا آرمتیا لپاره غوره درمل ګڼل کیږي .

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 ، نوموړې رنګ د باکتریاوو وژونکي درمل ګڼل کیږي ، ځکه دا رنګ د لوي هرم په داخل کې هم کارول شوي، له دې سربېره ټول هغه څېړونه چې د میکروبونو د  وژلو لپاره جوړول کیږي له دې رنګ څخه ورکې کار اخیستل کیږي .

ketabton.com - The Digital Library



# آسماني رنګ

څېړنو ښودلې چې آسماني رنګه رڼا د سرطاني او باکتريايي حجرو د ډېرېدو مخه نيسي . همدا راز آسماني رنګ خوراکي توکي تر ډېرې مودې ساتي او نه يې پرېږدي چې ژر خراب شي . آسماني 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

ketabton.com - The Digital Library



آسماني رنګه جامې اغوستل ، يا په زياته کچه له آسماني رنګ څخه ګټه اخيستل انسان ته په خپلو احساساتو باندې د واک ورتيا ورکوي ، ځواک ورته وربخښي ، ذهن او بدن يې آراموي .

ــ هغه کسان چې د وينې له لوړ فشار څخه سر ټکوي او ډېر ژر عصباني کيږي آسماني رنګ ددوي په آرامولو کې مرسته کوي، دا رنګ يې د وينې فشار او دعصبانيت کچه راټيټوي. د يوې تجربې له مخې چې په دې رنګ ترسره شوې وايې چې يو شمېر سرزوري زده کوونکي کوچنيان په داسې ټولګي کې کښېنول شول چې په آسماني رنګ رنګ شوي وو، په پاي کې ثابته شوه چې همدا زده کوونکي يو څه آرام مالومېدل او د سرزورۍ کچه يې راټيټه شوې وه .

ددې ترڅنګ تجربو ښودلې چې آسماني رنګ فضا نرموي او هغه کسان چې په ګرمو او مرطوبو سيمو کې ژوند کوي له هغوي سره د هواء په سوړوالي کې مرسته کوي . دارنګ د ټپونو او ملا د دردونو په راکمولو، د روماتيزم او د ګنډو التهابونو او د شرياني ناروغيو په رغولو کې مرسته کوي .

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 آرام اعصاب لري ،د رنګونو متخصصین په دې اند دي چې له آسماني رنګ څخه ډېره ګټه وانه خلي ، ځکه آسماني 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 آسماني رنګ څخه ډډه وکړي ، ځکه دا رنګ ډېري وختونه د انسان ژوندۍ ارادې مړې کوي یا یې د لتۍ لامل ګرځي .

ketabton.com - The Digital Library





# بنفشه یي رنګ

بنفشه يي رنګ د زړه عضله پیاوړې کوي ، د حجاب حاجز17 حرکات تنظیموي او د حجرو عمر زیاتوي. دا رنګ د بندونو ( مفصلونو ) د التهاب په حالاتو کې او د ولادت پرمهال د دردونو د کرارولو لپاره هم کارول کیږي . او کله کله د زرغون او ژېړو رنګونو سره یوځای د پوستکي دسرطان د درملنې لپاره هم کارول کیږي. د اروا پوهنې په ډګر کې له بنفشه یي رنګ څخه د ځینو اروايي او ذهني ستونزو د درملنې لپاره هم کار اخیستل کیږي .

[17] حجاب حاجز ، پرین ، د بدن هغه عضله چې سینه د بدن د ښکتنۍ خوا څخه بېلوي .

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 روايي آرامتیا لپاره ډېر اغېزمن دي. د یادونې وړ ده چې له اندازې زیات استعمال څخه یې باید ډډه وشي. دا رنګ په بنې غوږ ، غاښونو ، هډوکو، مثانه او توري باندې ډېرې اغېزې کوي، د معدې ناروغي رغوي او د ډېرو حجرو د خرابېدو مخنیوي کوي. ددې هر څه سره سره دا رنګ بدن ته دا وړتیا ورکوي چې له خوراکي توکو سمه استفاده وکړي .

## د بنفش نه اَخوا یا ( 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 ناروغیو اخته وي دا رنګ ورته ښایې زیان ورسوي، د بنفشې نه اَخوا رنګ د سرطان د درملنې لپاره نه کارول کیږي خو د یادونې وړ ده چې د یو شمېر خطرناکو او وژونکو میکروبونو پاکوونکي رنګ ګڼل کیږي.

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، څېړنیزو 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 .

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 نيسي ... ياد رنګ د بدن غړي آراموي او ژر ورته خوب ورولي .

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

# نيلي ( شين بخن ) رنګ

ددې رنګ اغېزې هم آسماني رنګ ته ورته اغېزې دي، او د حافظې په پياوړتيا کې مهم رول لري. ياد رنګ د کولمو د مختلفو ناروغيو لپاره غوره درمل ګڼل کيږي . په شريانونو او تنفسي سيستم باندې اغېزه کوي او ټولې تنفسي ناروغۍ رغوي .

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 .

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 یې ځینې انسان فعالوي او په حرکت یې راولي ، خو ځینې نور رنګونه یې بیا آرموونکي بلل کیږي .**

**د ( ابها ) د انجونو د ښوونې او روزنې پوهنځي د اروا پوهنې د څانګې مرستیاله استاذه ډاکتره نجوي بنیس داسې وایې :**

**( د انسان چاپېره رنګونه په مستقیمه توګه دهغه په روان اغېز کوي، ځینې ناروغۍ چې د بنفشه یي ناروغیو په نامه یادیږي رنګونه یې تر بل هر څه ښه درملنه کولي شي )**

ketabton.com - The Digital Library





اروا پوهان په دې توانېدلي چې دانسان د صفاتو، خويونو ، روغتيايي حالت ، ميلان ، مزاج ،سلوک ،او د هغه دخوښې وړ رنګ ترمنځ اړيکې په ګوته کړي . د بېلګې په توګه ددې لپاره چې ناروغ له واقعيته ليرې وي او ډېر تشويش ونه کړي ، د عقلي او ارواني ناروغيو متخصص رنځورپوهان په خپلو روغتونونو کې روڼ بنفشه يي رنګ کاروي. ځکه دا رنګ له انسان سره د عصبانيت او هيجانيتوب په مخنيوي کې مرسته کوي .

د رنګونو علم پرمختګ وکړ ، او يوازې په دې يې بسنه ونه کړه چې د ځينو ناروغيو درملنه وکړي . بلکې د رنګونو علم ځانته يوه نوې بڼه غوره کړې او کولي شي چې د ميکروسکوب په واسطه د ميکروبونو او باکترياوو رنګونه هم مالوم کړي ... ددې علم په برکت سره کولي شو هغه رنګونه هم مالوم کړو چې دا جراثيم او باکترياوې راپاروي او په فعاليت يې راولي ، او يا يې د زيان مخه نيسي او ورڅخه راپيداشوې ناروغۍ درملوي .

ketabton.com - The Digital Library





# ليزر ... جادويي کونجي

د ليزر کلمه د انګليسي 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 ډاکټر محمود صلاح الدين مصطفي په خپل کتاب د سترګونو رازونه ( اسرار العيون ) کې د ليزر مانا داسې کوي :

ليزر د رڼا په واسطه د يوې ټاکلې مادې راپارولو ته وايې . دا د يو ټاکلي رنګ درلودونکې وړانګې لېږدوي . دا وړانګې د څپو ځانګړي اوږدوالي لري چې د جراحي په څېر د درملنې او له ناروغيو څخه د ژغورنې په موخه کارول کيږي ... دا وړانګې په سترګو نه ليدل کيږي .

پېته دې پاتې نه وي چې ليزر د انسان په ژوندانه کې ډېر ارزښت لري ، له ليزر څخه د ساينس په ګڼو برخو کې ګټه اخيستل کيږي ، همدا راز د ټولنو د پرمختګ او د انسان د هوساينې ، آرامتيا او روغتيا لپاره ډېر ګټور دي .

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 .

## آسماني رنګ لرونکي لیزر :

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

## ددې رنګ لیزر ځانګړنې :

دا وړانګې آسماني 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 .

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 تېپونه ، 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 څنګ 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 .

ketabton.com - The Digital Library





د اسيوط پوهنتون د ساينس په پوهنځي کې د کيمياء استاذ ډاکتر محمود ابوزيد په هغه څېړنه کې چې د اهرام په جريده کې د اپريل د مياشتې په ۱۴ مه نېټه په ۱۹۹۵ کال کې خپره شوې وايې چې : ليزر په هغو رنګونو هم کارول شوي چې په نوې او پرمختللې ټکنالوجي کې تري ګټه اخيستل کيږي، لکه د ليزر رنګين توکي، او د انفراريډ وړانګو ته ورته د رنګ مواد .

د يادونې وړ ده چې رڼا په دې وروستيو کې د جراحي عملياتو داسې مهمه او اغېزمنه آله ګڼل کيږي چې له وينې تويېدو او د زخم د راپيدا کېدو پرته ګڼ عمليات په برياليتوب سرته رسوي. نه ورکې د بدن کوم ځاي پرې کيږي او نه له عملياتو وروسته دکوم ځاي ټکور او پټۍ ته اړتيا ليدل کيږي . ساينس پوهان د عملياتو دا وسيله د ( رڼا چاړه ) په نامه يادوي . دا په دې مانا چې د عملياتو په پايله کې نه درد پېښوي او نه وينه تويوي . په راتلونکې کې کېداي شي په زياته کچه د جراحي عملياتو پر مهال د جراحي چاړې پر ځاي د رڼا له چاړو ګټه واخيستل شي . نو ځکه ويلي شو چې د طب په برخه کې د ليزر د برياليتوب وروسته ليزر د درملنې مهمه وسيله ګڼل کيږي او ښايې رول يې تر بل هرڅه زيات وي .

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 پېړی به په رنګونه درملنه تر بل هر څه لویه لاسته راوړنه نه وي ؟ !!

## Thank you for reading

Find more e-books and articles on Ketabton - your multilingual digital library.

**www.ketabton.com**

*Ketabton - Pashto, Farsi, Arabic & English*