SAYA

پڕفرۆشترین کتێب لە لیستی ئەمازۆن و نیویورک تایمز

ڕیچارد تێمپلار

یاساکانی ژیان

وەرگێرانی: بەمۆ عەبدولعەزیز

THE RULES OF LIFE

RICHARD TEMPLAR

Scanned with CamScanner

یاساکانی ژیان

یاسایەکی تایبەتبۆ ژیانێکی باشتر و دڵخۆشتر و سەرکەوتوانەتر

ڕیچارد تیمپلار

وەرگێڕانی: بەمۆ عەبدولعەزیز

Scanned with CamScanner

سایە بۆ چاپ و بڵاوکردنەوە

سایە

یاساکانی ژیان

ناوی کتێب: یاساکانی ژیان

نوسینی: ریچارد تێمپلار

بابەت: دەرونزانی

وەرگێڕانی: بەمۆ عەبدولعەزیز

دیزاین: فازیل کەوڵۆسی

چاپخانەی: تاران

نۆرەی چاپ: چاپی یەکەم ٢٠١٨

تیراژ: ١٠٠٠ دانە

نرخ: ٧٠٠٠ دینار

لە بەڕێوبەرایەتی گشتی کتێبخانە گشتیەکان ژمارەی سپاردنی(١١٧٩) ساڵی ٢٠١٨ پێدراوە.

بۆ دەسکەوتنی بڵاوکراوەکانی ناوەندی سایە بەتاکو گۆ..

ناونیشان: سلێمانی – شەقامی پیرەمێرد

Emil: saya.book@yahoo.com 07512460583

مافی لە چاپدانی پارێزراوە بۆ ناوەندی سایە

Scanned with CamScanner

پێڕست

پێشەکی ٨
پێزانین ١٤
پێشەکی وەرگێڕی کوردی ١٥
یاساکان بۆ تۆ ١٨
یاسای ١ / بۆخۆتی هەڵگرە ١٩
یاسای ٢/ تۆ پیرتر دەبیت، بەڵام مەرج نیە داناتر بیت ٢٢
یاسای ٣/ قایل بە بەوەی بوو، بوو ٢٥
یاسای ٤/ قایلبە بە خۆت ٢٨
یاسای ٥/ بزانە چی شایستەیە و چی شایستە نیە ٣١
یاسای ٦/ ژیانت تەرخان بکە بۆ شتێك ٣٤
یاسای ٧/ لە بیرکردنەوەتدا چەقبەستوو مەبە ٣٧
یاسای ٨/ بەرژەوەندیەك لە جیهانی دەرەوەدا لەخۆبگرە ٤٠
یاسای ٩/ لە تەنیشت فریشتەکانەوە بە، نەك لە تەنیشت درندەکانەوە ٤٢
یاسای ١٠/ تەنها ماسیە مردووەکان لەگەڵ تەوژمدا مەلە دەکەن ٤٥
یاسای ١١/ کۆتا کەس بە بۆ بڵندکردنی دەنگت ٤٧
یاسای ١٢/ خۆت ئامۆژگاریکاری خۆتبە ٥٠
یاسای ١٣/ بێ ترس، بێ کتوپڕیی، بێ تێدامان، بێ گومانبردن ٥٣
یاسای ١٤/ خۆزگە ئەو کارەم ئەنجام بدایە، وە ئەنجامیشی دەدەم ٥٥
یاسای ١٥/ وازهێنان ئاساییە ٥٧
یاسای ١٦/ تا دە بژمێرە، یان بڵێ گدی گدی کارەکەم! ٦٠
یاسای ١٧/ ئەوەی توانیت بیگۆڕە، واز لەوانەی تر بێنە ٦٢
یاسای ١٨/ هەوڵبدە باشترین بیت لەوەی ئەنجامی دەدەیت، نەك دووهەم باشترین ٦٥
یاسای ١٩/ پێشبینیی کەماڵ بوون و بێخەوش بوون مەکە ٦٨
یاسای ٢٠/ لە خەونبینین مەترسە ٧١
یاسای ٢١/ ئەگەر ویستت لە پردێکەوە باز بدەیت، لە قوڵیی ئاوەکە دڵنیاببەوە ٧٣
یاسای ٢٢/ لە رابردوودا مەمێنەوە ٧٦
یاسای ٢٣/ لە داهاتوودا مەژی ٧٩
یاسای ٢٤/ ئاگاداری ژیان بە، زۆر خێرا تێدەپەڕێت ٨٢
یاسای ٢٥/ ٨٤جێگیر و تەواوکار بە ٨٤
یاسای ٢٦/ بە شێوەیەك پۆشاکت بپۆشە وەك ئەوەی ئەمڕۆ گرنگ بێت ٨٧

Scanned with CamScanner

یاسای ٢٧/جۆرێك لە بیروباوەڕت هەبێت ٩٠
یاسای ٢٨/ ڕۆژانە کاتێکی کەم بۆ خۆت دابنێ ٩٣
یاسای ٢٩/ پلانت هەبێت ٩٥
یاسای ٣٠/ هەستی گاڵتەوگەپت هەبێت ٩٨
یاسای ٣١/ بزانە چۆن جێگەی خەوتنت ڕێکدەخەیت ١٠١
یاسای ٣٢/ ژیان کەمێك وەکو بانگەشەی بازرگانی وایە ١٠٣
یاسای ٣٤/ فێری پرسیارکردن بە ١٠٨
یاسای ٣٥/ شکۆمەندیت هەبێت ١١٠
یاسای ٣٧/ بیروباوەڕت بپارێزە ١١٥
یاسای ٣٨/ هیچ کات لە هەموو شتەکان تێناگەیت ١١٧
یاسای ٣٩/ بزانە دڵخۆشی ڕاستەقینە لەکوێوە دێت ١٢٠
یاسای ٤٠/ ژیان وەکو پیتزا وایە ١٢٢
یاسای ٤١/ هەمیشە کەسێك یان شتێکت هەبێت کە خۆشحاڵە بە بینینت ١٢٥
یاسای ٤٢/ بزانە کەی واز لە شتێك دێنیت و کەی کەس یان شوێنێك بەجێ دەهێڵیت ١٢٨
یاسای ٤٣/ تۆڵە سەندنەوە کێشەکان گەورەتر دەکات ١٣٠
یاسای ٤٤/ ئاگاداری خۆت بە ١٣٣
یاسای ٤٥/ ڕەفتار و ئاکار بەرز بە لە هەموو شتێکدا ١٣٥
•پاراستنی نهێنی ١٣٧
یاسای ٤٦/ بەردەوام کەلوپەلی زیادە لابدە ١٣٨
یاسای ٤٧/ لە یادت بێت بناغەیەکی گەڕانەوەت هەبێت ١٤٠
یاسای ٤٨/ خۆت سنوری خۆت بکێشە ١٤٣
یاسای ٤٩/ بەدوای کاڵای باشدا بگەڕێ، نەك نرخ هەرزان ١٤٦
یاسای ٥٠/ دوودڵ بوون یان نەزانینی چۆنیەتی دوودڵ نەبوون، ئاساییە ١٤٨
یاسای ٥/ ١٥١گەنجێتیت بپارێزە ١٥١
یاسای ٥٢/ پارە هەموو کاتێك کێشەکان چارەسەر ناکات ١٥٣
یاسای ٥٣/ بۆخۆت بیربکەوە ١٥٦
یاسای ٥٤/ کۆنترۆڵت بەسەر ژیانی خۆتدا نیە ١٥٨
یاسای ٥٥/ شتێکت هەبێت لە ژیانتدا زۆر خۆشحاڵت بکات ١٦١
یاسای ٥٦/ تەنها کەسە ناخ باشەکان هەست بە تاوان دەکەن ١٦٣
یاسای ٥٧/ ئەگەر نەتتوانی شتێکی باش بڵێیت، هەر هیچ شتێك مەڵێ ١٦٥
یاساکانی پەیوەندیە کۆمەڵایەتیەکان ١٦٧
یاسای ٥٨/ جیاوازیەکان قبوڵ بکە و ئەوەی لەنێوانتاندا هاوبەشە لە ئامێز بگرە ١٦٨

Scanned with CamScanner

یاسای ٥٩/ مەودا بدە بە هاوژینەکەت لەسەر سروشتی خۆی بێت ١٧١
یاسای ٦٠/ کەسێکی قسە و ڕوو خۆش بە ١٧٣
یاسای ٦١/ وتت دەتەوێت چی بکەیت؟! ١٧٥
یاسای ٦٢/ یەکەم کەس بە لە داوای لێبوردنکردندا ١٧٨
یاسای ٦٣/ هەنگاوێکی زیاتر بنێ لە خۆشحالکردنیاندا ١٨٠
یاسای ٦٤/ بزانە کەی گوێگریت و کەی کاردانەوەت هەبێت ١٨٢
یاسای ٦٥/ ١٨٤حەز و ئامەزرۆییتان بۆ ژیانی پێکەوەییتان هەبێت ١٨٤
یاسای ٦٦/ دڵنیابە لەوەی چونەلای یەکدیتانخۆشەویستی دروست بکات ١٨٦
یاسای ٦٧/ بەردەوامبە لە قسەکردن ١٨٨
یاسای ٦٨/ ڕێز لە تایبەتمەندیی بگرە ١٩٠
یاسای ٦٩/ بزانە هەردووکتان هەمان ئامانجتان هەیە ١٩٢
یاسای ٧٠/ باشتر لە نزیکترین هاوڕێت مامەڵە لەگەڵ هاوژینەکەت بکە ١٩٥
یاسای ٧١/ قایلبوون ئامانجێکی بەرزە ١٩٧
یاسای ٧٢/ هەردووکتان مەرج نیە هەمان یاساتان هەبێت ١٩٩
یاساکان بۆ خێزان و هاوڕێیان ٢٠١
یاسای ٧٣/ ئەگەر هاوڕێیەتی کەسێکت کرد، هاوڕێیەکی باش بە ٢٠٣
یاسای ٧٤/ هەرگیز سەرقاڵ و بێ کات مەبە بۆ خۆشەویستانت ٢٠٥
یاسای ٧٥/ ڕێبدە منداڵەکانت خۆیان بۆ خۆیان هەڵە بکەن، پێویستیان بە یارمەتی تۆ نیە ٢٠٨
یاسای ٧٦/ کەمێك ڕێز و لێبوردەبیت بۆ دایك و باوکت هەبێت ٢١١
یاسای ٧٧/ جاروبار واز لە منداڵەکانت بێنە ٢١٤
یاسای ٧٨/هەرگیز پارە بە قەرز مەدە تا ئەوکاتەی ئامادەدەبیت بەتەمای وەرگرتنەوەی نەبیت . ٢١٧
یاسای ٧٩/ بێدەنگ بە ٢١٩
یاسای ٨٠/ منداڵی خراپ بوونی نیە ٢٢٢
یاسای ٨١/ کەیف خۆش بە لە دەوری ئەو کەسانەی خۆشت دەوێن ٢٢٤
یاسای ٨٢/ بەرپرسیارێتی بدە بە منداڵەکانت ٢٢٧
یاسای ٨٣/ منداڵەکانت پێویستە دەمەقاڵێت لەگەڵ بکەن تا لەماڵت جیا ببنەوە ٢٣٠
یاسای ٨٤/ منداڵەکانت چەند هاوڕێیەکیان دەبێت تۆ بە دڵت نابن ٢٣٢
یاسای ٨٥/ ٢٣٤ڕۆڵی تۆ وەکو منداڵ ٢٣٤
یاسای ٨٦/ ڕۆڵی تۆ وەکو دایك و باوك ٢٣٦
یاسا کۆمەڵایەتیەکان ٢٣٩
یاسای ٨٧/ ئێمە زۆر لەیەك نزیکترین وەك لەوەی دەیزانیت ٢٤١
یاسای ٨٨/ لێبوردن زیانت لێنادات ٢٤٣

Scanned with CamScanner

یاسای ٨٩/ ٢٤٥یارمەتیدەربوون زیانت لێ نادات ٢٤٥

یاسای ٩٠/ ئەوان چی سوودێك دەبینن؟........................ ٢٤٧

یاسای ٩١/ لەگەڵ کەسانی ئەرێنیدا کات بەسەر ببە ٢٥٠

یاسای ٩٢/ بەخشندە بە لە کات و زانیاریەکانتدا ٢٥٣

یاسای ٩٣/ بەشداربە ٢٥٦

یاسای ٩٤/ ئاکاربەرزییت بپارێزە ٢٥٩

یاسای ٩٥/ تەنها لەبەر ئەوەی ناخۆشبییت دیوە، مەرج نیە هەموو کەسێك ببینێت........................ ٢٦٢

یاسای ٩٦/ خۆت بەراورد مەکە بە کەسانی تر........................ ٢٦٥

یاسای ٩٧/ ٢٦٨پلانت بۆ کارەکەت هەبێت........................ ٢٦٨

یاسای ٩٨/ بڕوانە دەرەنجام و پەلوپۆی ئەو کارەی بۆ بژێویت ئەنجامی دەدەیت ٢٧٠

یاسای ٩٩/ ٢٧٢لەکارەکەتدا باش بە ٢٧٢

یاسای ١٠٠/ ئاگاداری ئەو زیانانە بە کە دەیانگەیەنیت ٢٧٤

یاسای ١٠١/ کار بۆ سەربەرزی بکە، نەك سوکایەتی........................ ٢٧٦

یاسای ١٠٢/ بەشێك بە لە چارەسەر، نەك لە کێشە ٢٧٨

یاسای ١٠٣/ بزانە دواتر مێژوو چی دەڵێت دەربارەی تۆ........................ ٢٨٠

یاسای ١٠٤/ ناکرێت هەموو شتێك ژینگە دۆست بێت ٢٨٢

یاسای ١٠٥/ شتێك ببەخشەوە بە ژیان و دونیا........................ ٢٨٥

یاسای ١٠٦ .... ٢٨٧

ڕۆژانە، یان هیچ نەبێ جاروبار یاسای نوێ بۆ خۆت دابنێ ٢٨٧

ئەمانەت بەسە...؟........................ ٢٩٠

ریچارد تیمپلار........................ ٣٠٤

یاساکانی ژیان ٣٠٤

Scanned with CamScanner

پێشکەشە بە:

ئەم پەرتووکە پێشکەشە بە مایامۆتۆ موساشی، کە فێری ستراتیژیەتی سانابوونی کردم، هەروەها پێشکەشە بە جەیمی گرینوود، کە فێری ئابوریی کردم لە جوڵەدا. بەڕاستی من قەرزاری هەردووکیانم.

بێ ترس

بێ کتوپڕی

بێ تێدامان

بێ گومانبردن

Scanned with CamScanner

پێشەکی

بەهۆی چەند هۆکارێکەوە کە زۆر دووورودرێژ و ئاڵۆزن لەوەی لێرەدا باس بکرێن، کاتێك منداڵ بووم ناچاربووم ماوەی چەند ساڵێك لەگەڵ داپیرم و باپیرمدا بژیم. ئەوان وەکو زۆربەی هاوتەمەنەکانیان، کەسانێکی کاسبکار و خۆشبەخت بوون. باپیرم زوو خۆی خانەنشین کرد بەهۆی ڕووداوێکەوە لە کارەکەیدا (بارێك لۆری خشت کەوتبوو بەسەر قاچیدا)، داپیریشم لە بازاڕێکی گەورەی داخراودا کاری دەکرد لە لەندەن. بەهۆی ئەوەی کە من بووم بە بار بۆ داپیرم بەم شێوە کتوپڕیە، بەبێ گومان کێشەی تایبەتی بۆ دروستکرد. من زۆر منداڵ بووم تا بخرێمە قوتابخانە و باپیریشیم هی ئەوە نەبوو متمانەی منداڵی پێبکرێت لە ماڵەوە (ئەو کاتە پیاوان ئاگایان لە منداڵ نەبووە،...چاوت لێیە چۆن شتەکان ئێستا گۆڕاوە !).

چارەسەرەکەی داپیرم ئەوە بوو بمخاتە ژێر باڵی خۆیەوە، بە شێوەی کردارەکی و بە شێوەی مەجازیش، چونکە دەبوو بە دزی بەڕێوەبەر و سەرپەرشتیارەکانەوە بمباتە ژوور، لەوێشەوە پێکەوە دەچوینە سەر کارەکەی.

چوون بۆ کار لەگەڵ "نەنە" دا شتێکی خۆش بوو. دەبوو بێدەنگ بم و لەجێی خۆم نەجوڵێم بۆ ماوەیەکی دووورودرێژ، چونکە هیچم نەدەزانی لە مێشکی خۆمدا وامدەزانی دەبێت ئاوا بێدەنگ و بێ جوڵە بم. بۆم دەرکەوت تەماشاکردنی کڕیارەکان، لە ژێر مێزێکی گەورەوە، کاتەکەم بەخۆشی لێدەبات. هەر ئەم هۆیەش بوو حەزێکی زۆر گەورەی بۆ دروست کردم لە تەماشاکردنی خەڵکیدا.

Scanned with CamScanner

دواتر گەڕامەوە لای دایکم، دایکم پێی دەگوتم ئەم حەزەم هەرگیز نابێتە مایەی هیچ بۆم. بەڵام من هاوڕای نەبووم، چونکە لە سەرەتای کارەکەمەوە لەڕێی تەماشاکردنی خەڵکەوە بۆم دەرکەوت چەند کۆمەڵە ڕەفتارێکی جیاواز هەبوون دەبوونە هۆی بەرزکردنەوەی پلەی فەرمانبەرەکان. بۆ نمونە ئەگەر دوو کەس هەبوایە یەکسان بوونەیە لە رووی توانستەوە، بەڵام کەسێکیان ڕێکپۆش بوایە و بە شێوەیەك ڕەفتاری بکردایە کە پلەکەی بەرزکراوەتەوە، ئەم کەسە یەکەمین کەسەکان دەبوون کە بە ڕاستی پلەیان بەرزبکرێتەوە بۆ ئاستێکی تر. جێبەجێکردنی ئەم جۆرە ڕەفتارانە بوونە هۆی ئەوەی بە خێرایی بەسەر پەیژەی کاردا سەربکەوم. ئەم "یاسایانە" بوونە هۆی بناغەی پەڕتووکێکم بە ناوی "یاساکانی کار"ەوە، کە ئێستا لە بواری خۆیدا پڕفرۆشترینە.

هەر وەك چۆن دەتوانیت ئەو ڕەفتارانە بناسیتەوە کە وادەکەن کەسەکان لە شوێنی کاریاندا بەرزببنەوە زۆر بە ئاسانی، ژیانیش هەمان شێوەیە.لە تەماشاکردنی ژیاندا بە گشتی، وا دەردەکەوێت مرۆڤەکان دابەش ببن بۆ دوو پۆلێن: ئەوانەی کە فێری سەرکەوتن بوون و زۆر بە ئاسانی کارەکانیان ئەنجام دەدەن لەگەڵ ئەوانەی کە هێشتا ئەمەیان بەلاوە گرانە. کاتێك دەڵێم فێری سەرکەوتن بوون، مەبەستم ئەوە نیە لەڕێی کۆکردنەوەی سەروەت سامانەوە بووبێت یان لە لوتکەی کارێکی چاکدا بن. نەخێر، مەبەستم لە فێربوونی سەرکەوتن بەو واتایەی کە داپیرە و باپیرەم لێی تێدەگەشتن. ئەو کەسانەی خۆشبەخت و زۆر ڕۆژ دڵخۆشن و

Scanned with CamScanner

به گشتی تەندروستن و بەشی گەورەتر لە ژیان دەچێن. ئەوانەی هێشتا بەلایانەوە گرانە، ئەوا هێندە دڵخۆش نین و ژیانیشیان هێندە خۆش نیە. ئەی کەواتە نهێنیەکە چیە؟ وەڵامی ئەم پرسیارە بریتیە لە هەڵبژاردنێکی سانا. هەمووما دەتوانین ئەنجامدانی شتانێکی دیاریکراو هەڵبژێرین بۆ هەموو ژیانمان. هەندێك لەم شتانە غمگینمان دەکەن و هەندێکی تریشیان دڵخۆشترمان دەکەن. لەڕێی تەماشاکردنی خەڵکییەوە، بۆم دەرکەوت ئەگەر پەیڕەوی چەند "یاسایەکی ژیان" بکەین ئەوا زیاتر ئەنجام دەدەین و ڕکابەرێتیەکان بە ئاسانتر وەلا دەنێین و زیاتر سەرکەوتوو دەبین لە ژیاندا و کەمێکیش دڵخۆشی بە چواردەوری خۆماندا بلاّودەکەینەوە. ئەو کەسانەی پەیڕەوی "یاساکان" دەکەن زیاتر خۆشبەختن و بۆ هەر کوێیەك بچن خۆشبەختی بلاّو دەکەنەوە و جۆش و خرۆشیان بۆ ژیان زیاترە و باشتر دەتوانن بگونجێن .

ئەمانەی خوارەوە یاساکانی ژیانی منن. ئەم یاسایانە نە نەخشی سەر بەردن و نە نهێنین و نە سەختن. هەموویان بنەما کراون لەسەر تەماشاکردنەکانی خۆم بۆ کەسانی دڵخۆش و سەرکەوتوو. تێبینیم کردووە ئەوانەی دڵخۆشن ئەو کەسانەن کە پەیڕەوی لەم جۆرە یاسایانەیان کردووە. وە ئەوانەی خەمۆك و خەفەتبارن ئەوانەن کە پەیڕەوی لەم جۆرە یاسایانە ناکەن. کەسە سەرکەوتووەکان زۆرجار درك بەوەناکەن کە پەیڕەوی لەم جۆرە یاسایانە دەکەن، چونکە خۆیان بە سروشتیی پەیڕەوکاری یاسان. ئەوانەی کە کەمتر کار بە هەستی خۆیان دەکەن، هەمیشە وا هەست دەکەن شتێکیان لێ ون بووە و هەموو ژیانیان لە گەڕان بەدووی شتێکدا بەسەر دەبەن، کە زۆر جار ئەو شتەی

Scanned with CamScanner

بەلای ئەمانەوە وونە بریتیە لە خودی خۆیان، وا هەست دەکەن ئەگەر ئەم شتە ونە بدۆزنەوە بە شێوەیەکی موعجیزە ئاسا واتا و مەبەست دەبەخشێت بە ژیانیان و ئەو بۆشاییەی لە ناخیاندایە پڕ دەکاتەوە. بەڵام لە ڕاستیدا ئەو وەڵامەی ئەوان دەیانەوێت زۆر نزیکترە لێیانەوە، کە بریتین لە گۆڕانکاری سانا و ساکار لە ڕەفتاریاندا.

ئایا دەکرێت هەروا ئاسان بێت؟ نا، بێگومان نەخێر. پەیڕەوکردنی یاساکان هیچ کات شتێکی ئاسان نیە. ئەگەر ئاسان بوایە، ئەوا دەمێک بوو هەمووما ئەم یاسایانەمان دۆزیبوۆوە. دەبێت یاساکان گران بن تا بەنرخ و شایستە بن. بەڵام، یاساکان خۆیان بە تاک زۆر ئاسانن و بەدەستهێنانیان ئاسانە، ئەمەش جوانیی ئەم یاسایانەیە. دەتوانیت بەرز بفڕیت و بە یەکجار هەمووی پەیڕەو بکەیت، دەشتوانیت سەرەتا بە دوو یان سێ یاسا دەست پێبکەیت. بەلای منەوە؟ نا، من هیچ کاتێک ژیانم بێ هەڵە و کێشە نەبووە. وەکو هەموو کەسێکی تر دووچاری هەڵە و نشوستی دەبمەوە، بەڵام من دەزانم لە کاتی کەوتنمدا پێویستە چی بکەم بۆ ئەوەی هەڵبسمەوە. دەزانم دەبێت چی بکەم بۆ ئەوەی جارێکی تر واتا و مەبەست بدەمەوە ژیانم.

لەڕێی تەماشاکردنی خەڵکیەوە بۆم دەرکەوت هەموو ئەم یاسایانەی ژیان واتادارن. بەلای منەوە ئەو ئامۆژگاریانەم بەدڵە کە بە "بەبێ دەنگی بڕۆ..." دەستپێدەکات، بەڵام دڵنیا نیم چۆن ئەوە ئەنجام بدەم. لەهەمان کاتدا، ئامۆژگاریەکی بچوکی وەکو "پێش ئەوەی بڕۆیتە دەر، پێڵاوەکانت بسڕە" زۆر واتادار ترە چونکە ئەمە شتێکە من دەتوانم ئەنجامی بدەم و لەمەش گرنگتر ئەوەیە لۆژیکی ئەم ئامۆژگاریە دەزانم

چیه. بەبێ ئەم ئامۆژگاریەش من هەستم وایە پێڵاوێکی پۆلیشکراو جوانتر و گونجاوترە لە پێڵاوێکی تەپوتۆزاوی.

تۆ لەم پەڕتووکەدا شتێك ناخوێنیتەوە لەسەر پۆلیشکردنی پێڵاو، وە هیچ شتێکی ناوازە و سەردەمیانەش ناخوێنیتەوە، ئەمەش بە واتای ئەوە نایەت شتانی ناوازە و سەردەمیانە بێسوود بن. من تەنها هەست دەکەم وا باشترە شتانی واقعی باس بکەم کە ئەنجامدانیان ئاسان بێت وەك لە شتانێکی دووبارە بۆوەی هەست بزوێنی وەکو "کات باشترین چارەسەرکارە" یان "خۆشەویستی هەموو شتێك داگیر دەکات"، بەڵام کاتێك دەتەوێت شتانێکی واقعی ئەنجام بدەیت، ئەم ڕستانە یارمەتیدەر نابن بەڕای من.

ئەوەی بەر چاوی تۆ دەکەوێت لەم پەڕتووکەدا بریتیە لە هەستە هاوبەشە گونجاوەکان. هیچ شتێك لێرەدا باس نەکراوە تۆ نەیزانیت. ئەم پەڕتووکە بریتی نیە لە سروش، بەڵکو زەنگێکی بە وەبیرهێنانەوەیە. وەبیری تۆ دەهێنێتەوە کە یاساکانی ژیان شتانێکی جیهانین و ئاشکرا و ساکارن. ئەگەر ئەنجامیان بدەیت، کاری خۆیان دەکەن.

ئەی باشە چی دەربارەی ئەو کەسانەی کە ئەم یاسایانە جێبەجێ ناکەن بەڵام سەرکەوتووشن؟ دڵنیام هەموومان کەسانێك دەناسین کە سەروەت و سامانێکی زۆریان کۆکردۆتەوە بەڵام بێ بەزەیی و ئێسککگران و دیکتاتۆرن و زۆر بێ ئاکارانە ڕەفتار دەکەن. ئەگەر تۆ ئەمەت دەوێت، ئەوا ئەمە زۆر ئاسان دێتە دەست. بەڵام من وای بۆ دەچم تۆ دەتەوێت شەوانە بە ئاسودەیی بخەویت و وەکو کەسێکی ڕەوشت باش بژیت. جوانیی هەموو ئەمانە بریتیە لەوەی هەموویان بژاردەی کەسین. ئێمە

ڕۆژانە بەدەست خۆمانە هەڵی بژێرین لەتەنیشت فریشتەکانەوە ڕەفتار بکەین یان لە تەنیشت دڕندەکانەوە. یاساکانی ژیان یارمەتیت دەدات تەنیشت فریشتەکان هەڵبژێریت، بەلام ئەمەشیان بەزۆر نیە. من شەوانە کە دەچمە جێگاکەمەوە، حەزدەکەم بە خێرایی پێداچونەوەیەك بۆ ڕۆژەکەم بکەم و حەز دەکەم بتوانم بڵێم "بەڵێ، ڕۆژێکی باش بوو، باش هەڵسوڕام تێیدا" و هەست بە سەربەرزی بکەم لەسەر ئەوەی بەدەستم هێناوە، نەك هەست بە پەشیمانی و ناڕەزامەندی بکەم لەسەر کارەکانی ژیانم. حەزدەکەم کاتێك خەوم لێدەکەوێت هەستی ئەنجامدانی جیاوازیم هەبێت، هەست بکەم میهرەبان بووم لەگەڵ خەڵکیدا، نەك ئازارم دابن، حەزدەکەم توانیبێتم کەمێك دڵخۆشیم بلاوکردبێتەوە، کەمێك کاتی خۆشم بەسەر بردبێت و بە گشتی نزیك بوبێتم لە بەدەستهێنانی ١٠ لە ١٠، وەك لە بەدەستهێنانی ١ لە ١٠ لە ڕەفتار باشیدا.

یاساکانی ژیان بۆ ئەوە نین بڕە پارەیەکی زۆرت دەستبکەوێت و زۆر سەرکەوتوو بیت (لەوانەیە بۆ ئەمانە پێویستت بە خوێندنەوەی یاساکانی کار هەبێت). بەڵکو زۆر بە سانایی بۆ ئەوەیە تۆ چۆن هەست بکەیت لە ناخی خۆتدا، وەك چۆن کاریگەری دەکەیتە سەر کەسانی چواردەورت، خۆت چ جۆرە هاوڕێ و هاوژین و دایك و باوکێکیت، چ جۆرە کاریگەرییەکت لەسەر جیهان هەیە، وە لەکاتی جێهێشتنی شوێنێکدا چ جۆرە تێڕوانینێك لەسەر خۆت بەجێدێڵیت.من هەندێك جار وەکو منداڵ لە پەرتووکەکانم دەڕوانم. دەست دەهێنم بەسەریاندا و لوتیان دەسڕم و دەیاننێرمە دەرەوە بۆ جیهان. حەز دەکەم بزانم چیان بە چی کردووە.

ڕیچارد تێمپلار

Scanned with CamScanner

پێزانین

حەز دەکەم سوپاسی هەموو ئەو خوێنەرانە بکەم بە درێژایی ئەم چەند ساڵە ئیمەیڵیان لەسەر سەرنجەکانیان دەربارەی پەڕتووکەکەم ناردووە، وە بەتایبەتی سوپاسی ئەوانە دەکەم کە بە بیرۆکەکانیان بەشدار بوون لەم چاپە نوێیەی یاساکانی ژیاندا. بە تایبەتر دەمەوێت سوپاسی ئەم بەڕێزانە بکەم:

نیکۆلا بێتس

نییڵ دوگن

زەکیە مولاوی

دانیاڵ نۆرتی

جەلاج سۆنی

ئەلیف ڤاتانۆغلو

لەگەڵ (دۆنا)خانی پیتزا

Scanned with CamScanner

پێشەکی وەرگێڕی کوردی

سوپاس بۆ خودای گەورە پشتیوانم بوو لە وەرگێڕانی ئەم پەڕتووکەبەپێزەی بواری دەروونزانی و پەیوەندیە کۆمەڵایەتیەکان و چۆنیەتی ڕێکخستنەوەی هەست و هۆش و ئاگاداریمان لەسەر ژیانمان، هەروەها چۆنیەتی بڕیاردان و چۆنیەتی هەستانەوەمان پاش شکست و کەوتنەکانمان.

ریچارد تێمپلار، وەکو زانراوە دوو ناوی خوازراوە بۆ دوو نوسەری بەریتانی کە هاوڕێی نزیك بوون، پێکەوە بڕیاریان داوە بۆ نوسینی چەند یاسایەك لە چەند بوارێکی ژیاندا، پێکەوە چەند پەڕتووکێکیان نوسیوە و خۆیان بە نەناسراویی هێشتۆتەوە، چونکە ویستویانە خوێنەر تەرکیز بکاتەوە سەر بابەتەکانی ناو پەڕتووکەکە نەك سەر نوسەر. هەریەك لەم دوو نوسەرە ناوێکی خوازراویان هەڵبژاردووە، یەکێکیان ریچارد و ئەوی تر تێمپلار، بەڵام مەرگ ڕێ بە یەکێك لەم دوو نوسەرە دەگرێت و کۆچی دوایی دەکات.

بەپێی ئەو زانیاریانەی لە ئینتەرنێتدا هەیە، ئەم دوو کەسە هەوڵیانداوە هەستێکی گاڵتەوگەپ لە نوسینەکانیاندا هەبێت تا زیاتر خوێنەر ڕابکێشێت و بتوانن جێبەجێی بکەن.

یاساکانی ژیان یەکێکە لەو پەڕتووکانەی پێکەوە نوسیویانە، هەردووکیان ڕوانگە و دیدی هاوبەشیان هەبووە لەسەر ژیان و توانیویانە ئەم پەڕتووکە بنوسن.

ئەم پەڕتووکە، وەکو نوسەر ئاماژەی پێدەکات، لە پاش چاودێریکردن و تەماشاکردنی دوورودرێژی خۆی (خۆیان) بووە بۆ خەڵکی لە شوێنی کار و لە ژیانی ڕۆژانە و شوێنە گشتیەکاندا، بە ووردی سەرنجیان لە هەڵسوکەوت و ڕەفتاری کەسە سەرکەوتووەکان داوە، کەسانی سەرکەوتوو لەم پەڕتووکەدا ئەو کەسانەن کە دڵخۆش و قایل و ئاسودەن، ڕەزامەندی لە کارەوە وەردەگرن و دەتوانن پاش شکستیان لە بوارەکانی ژیاندا، هەڵبسنەوە و بزانن لە کوێدا هەڵەیانکردووە و بەردەوامبن لە بەدیهێنانی ئامانجەکانیان.

وەکو نوسەر دەڵێت، ئەم یاسایانە نەخشی سەر بەرد نیە، تۆی خوێنەر دەتوانیت پەیڕەوی ئەو یاسایانە بکەیت کە پێت جێبەجێ دەکرێن و بتوانیت بڕیارێکی دەروونی بدەیت لەسەر جێبەجێکردنیان و زیادکردنی یاسای تایبەت بەخۆت.

ئامۆژگاریکار بین یان نا، کەی قسە بکەین و کەی بێدەنگ بین، چۆن لەگەڵ کەسە جیاوازەکانی ژیانمان هەڵسوکەوت و مامەڵە بکەین، کێ و چی شایستەی کات و ئاگالێبونمان و کێ و چی شایستەی ئەوە نیە کاتمانی پێوە بەفیڕۆ بدەین، چۆن لە شوێنی کارماندا سەرکەوتوو بین، چۆن لەگەڵ دایك و باوکماندا ڕەفتار بکەین، ئایا بیرکردنەوەمان ڕوون و چەقبەستوو بێت؟ یان نەرم و توانای خۆ گونجاندنی هەبێت؟ ئایا مانەوەمان و بیرکردنەوە لە ڕابردوو بەسوودە یان کات بە فیڕۆدانە؟ بۆچی؟ ئایا بیروباوەڕمان هەبێت یان نا؟ ئایا دەبێت لەگەڵ هاوژینەکانمان تەواو لەیەك بچین یان ئاساییە جیاوازی هەبێت لە بیرکردنەوە و ڕەفتار و ئامانج و خەونەکانماندا؟ ئایا چۆن لەگەڵ

Scanned with CamScanner

منداڵەکانمان ڕەفتار بکەین؟ ئایا ناز پێدان شتێکی باشە؟ یان زیان بە منداڵەکانمان دەگەیەنێت؟ ئایا مەرجە خەڵکی بەزەییان پێتدا بێتەوە بەهۆی ناخۆشیەکانی ژیانتەوە یان نا؟ ئەمانە و چەندان بواری تر نوسەر بە زمانێکی ساکار ئاماژەیان پێدەدات.

وەرگێڕانی ئەم پەڕتووکە کارێکی تا ڕادەیەك سەخت بوو، چونکە زۆر دەربڕینی بەریتانیی تێدابوو، دۆزینەوەی هاوتاکانیان لە کوردیدا ئاسان نەبوو، بێگومان هەندێکیان وەرگێڕانی وشەم بۆ کردووە و زۆربەیان وەرگێڕانی واتام بۆ کردووە. هەوڵمداوە بە زمانێکی کوردیی شیرین واتا و مەبەست و ئامانجەکانی نوسەر بگەیەنم، بێگومان بێ هەڵەش نابێت.

تۆی خوێنەر بێگومان دەزانیت کام یاسایە لەگەڵ تۆ دەگونجێت، دەتوانیت پەیڕەوی بکەیت، ئەوەشی نەگونجا، دەتوانیت وەکو زانیاریەك لەسەر کەلتوری بەریتانیا وەریبگریت و سوودی لێببینیت.

تێبینی: پەراوێزەکانی (٨, ١٤, ١٦) ڕوونکردنەوەی وەرگێڕن.

یاساکان بۆ تۆ

یاساکانم دابەش کردووە بەسەر چوار لایەندا، خۆت، هاوبەشەکەت، خێزان و هاوڕێکانت لەگەڵ پەیوەندیە کۆمەڵایەتیەکانتدا و جیهانیش بە گشتی (بە کارەکەشتەوە)، ئەمەش بۆ نوێنەرایەتیکردنی ئەو چوار لایەنە دەرهەستەیەی خۆمانی تێدا دەبینینەوە.

با لە گرنگترینی ئەمانەوە دەستپێبکەین، ئەوانیش یاساکانی خۆمانن، یاسای تایبەتی، یاساکان بۆ خۆمان. ئەم یاسایانە دەبێت لەخۆبگیردرێن تا ڕەچاوی پەروەردەکەمان و تەمەن و حاڵەتەکانمان بکات. هەموومان دەبێت پێوەر و ستانداردی تایبەت بە خۆمانمان هەبێت تا پێیان بژین. ئەمانە لە کەسێکەوە بۆ کەسێکی تر دەگۆڕێت، بەلام هەموویان لە یەك ئاستدا گرنگیی خۆیانیان هەیە. بەبێ ئەم پێوەر و یاسایانە ئێمە سەرمان لێدەشێوێت و ناتوانین ڕەچاوی ڕەفتارەکانی خۆمان بکەین. بەبوونی ئەم یاسایانە، ئێمە بناغەیەکی پتەومان دەبێت، بناغەیەك بتوانین بۆی بگەڕێینەوە و دووبارە خۆمانی لێوە ئامادە بکەینەوە. ئەم یاسایانە پێوەری بەرەوپێشچوونە تایبەتیەکانمانن.

بەلام ئەم پێوەرانە هەموو شتێك نین، بەڵکو گەش بونەوە و خۆشی وەرگرتن و چێژوەرگرتن لە ژیانیش گرنگیی خۆیان هەیە.

یاسای ١

بۆخۆتی هەڵگرە

پـاش خوێندنـەوەی ئـەم پەرتووکـە تـۆ دەبیتـە پـەیڕەوکاری یاسـاکان، دەسـت دەکـەیت بـە گەشـتێك کـە ژیانـت دەگۆڕێـت، بێگومـان ئەگـەر ڕەزامەند بیت بەمە. ڕێگاکانی هەستکردن بە ئەرێنیبوون و دڵخۆشـتربوون و سەرکەوتنی زیاترت بۆ دەر دەکەوێت لە هەموو ئەو شـتانەی ئـەنجامیان دەدەیت. کەواتە هیچ پێویست ناکات باسی ئـەم شـتانە بـۆ هـیچ کەسـێك بکەیت. قسەی لەسەر مەکە. هـیچ کـەس کەسـێکی قسـەی زلـی حـەز لـێ نیە. ئەمەش ڕاستیە. کەواتە یاسای یەکەم: بۆخۆتی هەڵگرە.
لەوانەیە بە هەندێك کاتدا تێپەڕێت بتەوێت قسەی لەسـەر بکـەیت، چـونکە بـە شـێوەیەکی سروشـتی، تـۆ حەزدەکـەیت بەشـداری بـەم شـتە بکـەیت لەگەڵ کەسێکی تردا، بەڵام ناتوانیت وابکەیت و ناشبێت وابکەیت. وازیـان لێبێنە خۆیان بـەبێ هـیچ یارمەتییـەك لـە تـۆوە ئـەم یاسـایانە بدۆزنـەوە. لەوانەیە وا هەست بکەیت ئەم قسـانە نایەکسـانیە، بـەڵام لـە ڕاسـتیدا زۆر ئاساییتر و یەکسـانیترە لـەوەی لێـی دەزانیـت. ئەگـەر تـۆ پێیـان بڵێیـت، لەوانەیە شەرم بیانگرێـت. زۆر دڵنیابـە هـەموومان ڕقمـان لەوەیـە کەسـێك ئامۆژگاریمان بکات. ئەمە وەکو وازهێنان لە جگەرەکێشان وایـە، تـۆ لـەپڕ بۆت دەردەکەوێت وازهێنان لە جگەرەکێشان چەند تەندروسـتیترە بـۆ تـۆ و دەشتەوێت یەکسەر هەموو هاوڕێ جگەرەکێشەکانت والێبکەیت وازبێـنن لە کێشانی جگەرە. کێشەکە ئەوەیە، ئەوان هێشتا ئامـادە نـین وازبێـنن و

بۆت دەردەکەوێت ئەوان وەکو کەسێکی فشەکەر و قسەزل وبەڵکو خراپتر بە کۆنە جگەرەکێش ناوزەندت دەکەن. دیارە ئێمەش هەموومان ڕقمان لەم ناوە ناتۆرانەیە .

ئامۆژگاری کەس مەکە،
بانگەشە مەکە و
تەنانەت باسی ئەم پەڕتووکەش مەکە

کەواتە یەکەم یاسا بریتیە لە، ئامۆژگاری کەس مەکە، بانگەشە مەکە و هەوڵیش مەدە کەس بگۆڕیت و دەست مەکە بە هاتوهاوار و تەنانەت باسی ئەم پەڕتووکەش مەکە.

پاش جێبەجێکردنی ئەم یاسایانە هەستێکی زۆر خۆش و ناوازەت بۆ دروست دەبێت لەسەر ئەوەی ڕەفتارت بۆ ژیان گۆڕیوە و خەڵکیش بێگومان پرسیارت لێدەکەن لەسەر ئەوەی چیت کردووە و چی دەکەیت، تۆش دەتوانیت بڵێیت هیچ شتێکت نەکردووە، تەنها ڕۆژەکەی خۆشە و هەست بە باشتربوون/ دڵخۆشتربوون/ پڕژیانتر/ یان هەرشتێکی تر دەکەیت. هیچ پێویست ناکات بچیتە وردەکاریەکانەوە چونکە بەڕاستی خەڵکی تاقەتی وردەکاریان نیە. هیچ کاتێک نایانەوێت وردەکاریەکان بزانن. ئەمە وەکو ئەوەیەکەسێك بڵێت چۆنیت، ئەو وەڵامەی دەیانەوێت بیبیستن بریتیە لە "باشم". تەنانەت ئەگەر لەوپەڕی بێتاقەتی و ناڕەحەتیدا بیت، ئەوان تەنها دەیانەوێت "باشم" لە تۆ ببیستن، چونکە هەر شتێکی تر بڵێیت وا پێویست دەکات ئەوان یارمەتیت بدەن. لەبەر ئەوە بۆ پرسیاری 'چۆنیت'، ئەوان نایانەوێت بزانن بە ڕاستی چیتە. تەنها "باشم"یان دەوێت لە تۆ. دوای وتنی باشم ئەوان دەڕۆن و خەریکی کاری

خۆیان دەبن. ئەگەر نەڵێیت "باشم" و باسی حاڵی خۆتیان بۆ بکەیت، یەکسەر پاشەکشە دەکەن و تاقەتی بیستنیان نامێنێت.

ئەمەش ڕێك وەکو پەیڕەوکردنی یاساکان وایە. کەس بە ڕاستی نایەوێت بزانێت چیە، لەبەر ئەوە بێدەنگ بە. چۆن من ئەمە دەزانم؟ چونە کاتێك پەڕتووکی یاساکانی کارکردنم نوسی، کە بووە هۆی ئەوە خەڵکانێکی زۆر سەرکەوتوو بن لە شوێنی کاریاندا بەبێ ئەوەی پەناببەنە بەر فێڵ و تەڵەکەبازی، لەو پەڕتووکەشدا هەمان شتم پێشنیار کردبوو، بۆم دەرکەوت وا باشترە باس نەکرێت. خۆت کاری پێبکە و بەبێ دەنگی بڕۆ لەگەڵی لە ژیانی ڕۆژانەتدا بە فشەکەرانە بەبێ ئەوەی هیچ باس بکەیت لای هیچ کەس.

یاسای ٢

تۆ پیرتر دەبیت، بەڵام مەرج نیە داناتر بیت

بۆچوونێك هەیە دەڵێت ئێمە لەگەڵ پیربوونماندا داناتر دەبین، بەڵام بەداخەوە ئەم ڕاست نیە. یاساکە بریتیە لەوەی ئێمە بەردەوام دەبین لەوەی ڕەفتاری گەمژانە و هەڵەی زۆر ئەنجام بدەین، بەڵام شتەکە ئەوەیە هەڵەی نوێ و جیاواز ئەنجام دەدەین. ئێمە لە ئەزموونەکانمانەوە فێر دەبین و لەوانەیە دووجار هەمان هەڵە دووبارە نەکەینەوە، بەڵام بە دڵنیاییەوە یەك چاڵی پڕ لە هەڵەی نوێ بوونی هەیە و چاوەڕێمانە بکەوینە ناوی. نهێنیەکە لێرەدا بریتیە لەوەی بەمە قایل بیت و لەکاتی ئەنجامدانی هەڵەی نوێدا زۆر سەرکۆنەی خۆت نەکەیت. کرۆکی یاساکە بریتیە لەمە: میهرەبان بە لەگەڵ خۆت کاتێك هەڵە دەکەیت. لەخۆت ببورە و قایل بە بەوەی ئەمە هەمووی بەشێکە لە ڕۆتینی پیربوون، بەڵام داناتر نەبوون.

بە تەماشاکردنەوەی ڕابردوومان، هەمووکاتێك هەڵەکانمان دەبینینەوە، بەڵام ناتوانین ئەو هەڵانەی خۆیان بۆ مەلاس داوین ببینین. دانایی بریتی نیە لەوەی هەڵە نەکەیت، بەڵکو بریتیە لەوەی فێرببیت دوای هەڵەکە بە شکۆمەندی و ژیرییەوە خۆت ڕزگار بکەیت.

لەکاتی گەنجیماندا، پیربوون وەکو شتێك دەردەکەوێت کە هیچ کات ئێمە نەگرێتەوە، تەنها کەسانی بە تەمەن بگرێتەوە. بەڵام پیربوون هەموومان

Scanned with CamScanner

دەگرێتەوە و هیچ بژاردەیەکمان نیە ئەوە نەبێت پیربوون لەئامێز بگرین و لەگەڵیدا هەڵبکەین. هەرچییەك بکەین و هەرچۆنێك بین، ئێمە هەر پیر دەبین. پرۆسەی پیربوونیش وا دەردەکەوێت لەگەڵ چونە تەمەنەوە خێراتر ببێت.

دەتوانیت بەم شێوەیە تەماشای بکەیت، تا پیرتر ببیتهەڵەی زیاتر دەکەیت لە بوارە جیاوازەکاندا. هەمیشە بواری ئەزموونی نوێ هەیە کە هیچ ڕێنماییەکی لەگەڵدا نیە و ئێمە لەناویدا هەڵە دەکەین و کاردانەوەی زیادەمان دەبێت و بە پێچەوانەوە لێی تێدەگەین. وە تا نەرمتر بین و سەرکێش تر بین و زیاتر ژیان لە ئامێز بگرین، ئەوا بواری زیاترمان بۆ دەڕەخسێت تا ئەزموونی لێوەربگرین، وە بێگومان هەڵەشیان تێدا بکەین.

دانایی بریتی نیە لەوەی هەڵە نەکەیت،
بەڵکو بریتیە لەوەی فێرببیت دوای هەڵەکە بە
شکۆمەندی و ژیرییەوە خۆت ڕزگار بکەیت

تا زیاتر تەماشای ڕابردوومان بکەین و بزانین لەکوێدا هەڵەمان کردووە و خۆمان یەکلا بکەینەوە کە دووبارەیان نەکەینەوە، ئەرکمان کەمتر دەبێتەوە. لەیادت بێت هەر یاسایەك تۆ بگرێتەوە، ئەوانەی چواردەوریشت دەگرێتەوە. ئەوانیش هەموویان پیر دەبن. بێگومان مەرج نیە داناتر بن. هەرکات بەمە قایل بوویت، زیاتر لێبوردە و میهرەبان دەبیت بەرامبەر خۆت و ئەوانەی چواردەوریشت.

لەکۆتاییدا، بەڵێ ڕاستە، کات برینـەکان سـاڕێژ دەکـات و شـتەکان بـەرەو باشتر دەچن لەگەڵ پیربوونتدا. تا زیاتر هەڵەت کردبێـت، کـەمتر ئەگـەری هەیە هەڵەی نوێ بکەیت. باشترین شت ئەوەیە ئەگەر لە گەنجیتدا هەڵـەی زۆرت کردبێت، ئەوا لە پیریتدا پێویست ناکـات شـتی نـوێ بـە گرانـی فێـر بیت. ئەمەش کرۆکی گەنجبوونە، گەنجبوون بریتیە لە هـەڵێك تـا چـەندێك هەڵە بتوانیت ئەنجام بدەیت و لەسەر ڕێی تەمەنت فرییان بدەیتە لاوە.

یاسای ٣

قایل بە بەوەی بوو، بوو

خەڵکیی بەردەوام هەڵە دەکەن. هەندێك جار هەڵەی زۆر گەورە. بەڵام زۆرجاریش هەڵەکان نە مەبەستدارە، نە لە ڕقی کەسێکی ترە. هەندێك جار خەڵکی نازانن خەریکی چین. ئەمە واتە، ئەگەر خەڵکی لە ڕابردوودا بە خراپی ڕەفتاریان لەگەڵ کردبێت، واتای ئەوە نیە مەبەستیان خراپە بووبێت، چونکە ئەوانیش وەکو هەموو مرۆڤێکی تر ساویلکە و گەمژەن. ئەوان لە شێوازی پەروەردەکردنتدا یان لە کۆتاییهێنان بە پەیوەندیەك لەگەڵتدا یان هەرچییەکی تر بووبێت، هەڵەیان کردووە، بەڵام لەبەر ئەوە نەبووە مەبەستیان هەڵەکردن بوبێت بەرامبەرت، بەڵکو نەیانزانیوە جگە لەو کارانەی کردوویانە چیتر ئەنجام بدەن.

ئەگەر بتەوێت، دەتوانیت هەر ڕقێکت لە دڵدایە، هەر هەستێکی پەشیمانی و توڕەیت هەیە، وەلا بنێیت. دەتوانیت قایلبیت بەوەی کە تۆ مرۆڤێکی ناوازە و جوانیت بەهۆی هەموو ئەو شتە خراپانەی ڕووبەڕووت بونەتەوە، نەك لە ڕقی ئەوان. ئەوەی بوو، بوو، پێویستە تۆش بەردەوامبیت لە ژیان. وشەی "باش" و "خراپ" بەکارمەهێنە. بەڵێ دەزانم هەندێك لەوانەی بەرامبەرت کراون بە ڕاستی خراپن، بەڵام "خراپییەکە" لەوەدایە کە چۆن خۆمان ڕێی پێدەدەین کارمان تێبکات. نابێت ڕێ بەم شتانە بدەیت بێهیوات بکەن و لەناختدا قرچەقرچی بێت

وەکو ترشەڵۆك نەخۆش و گیرخواردوت بکەن. تۆ ئەمانە وەلا دەنێیت و لە ئامێزیان دەگریت وەکو پێکهێنەرێکی کەسایەتیت، وە بە گشتیش وەکو شتێکی ئەرێنی تەماشایان دەکەیت نەك نەرێنی.

من بە ڕاستی منداڵییەکی زۆر خراپم هەبوو، وە بۆ ماوەیەکیش ڕق لە دڵ بووم. لەبەرامبەر هەموو ئەو لاوازی و بێ جۆش و خرۆشی و خراپیەی لە ناخمدا بوو، من لۆمەی ئەو شێوازە نامۆیەی پەروەردەکردنەکەمم دەکرد. لۆمەکردن زۆر ئاسانە، بەڵام هەرکات قایلبووم بەوەی بووە، تێپەڕیوە، وە دەتوانم لێیبورم و بەردەوامبم لە ژیانم، یەکسەر لایەنەکانی ژیانم زۆر بەرەو باشی ڕۆشتن. بەڵام بۆ یەکێك لە خوشك و براکانم، ئەمەی هەڵنەبژارد، وە بەردەوامبوو لە کەڵەکەکردنی ڕقەکەی ناو دڵی، تا وای لێهات نەیتوانی بەرگەی ئەو هەموو ڕقە بگرێت.

ئەوەی بوو، بوو،
پێویستە تۆش بەردەوامبیت لە ژیان

بەلای منەوە ئەگەر بمویستایە لە ژیاندا سەرکەوتووتربم، هەبوونی ئەو شتە خراپانەی ڕوویانداوە بۆم زۆر گرنگ بوو چونکە لەئامێزگرتنی شتە خراپەکانی ژیانم بەشێکی گرنگن لە من و بۆ بەردەوامبونیش پێویستن. لە ڕاستیدا دەمویست شتە خراپەکان وەکو سوتەمەنیەك پاڵم پێوە بنێن بەرەو داهاتووی خۆم، تا هێندە ئەرێنی ببم بە ڕادەیەك نەتوانم بەبێ ئەم لایەنانە بەردەوامبم. ئێستاش، ئەگەر بژاردەم بدرێتێ، هیچ شتێك لە ژیانم ناگۆڕم. بەڵێ لەگەڵ تەماشاکردنەوەمدا بۆ ڕابردووم، ئەو ژیانەی من

ژیاوم بۆ منداڵیم سەخت بووە، بەڵام بە دڵناییشەوە یارمەتیدەر بوون من بگەیننە ئەم مرۆڤەی ئێستا هەیە.

بڕوام وایە ئەم گۆڕانکاریە ئەو کاتە ڕوویدا کە درکم بەوەکرد تەنانەت ئەگەر بشچمە بەردەم هەموو ئەو کەسانەشی "هەڵەیان بەرامبەرم کردووە"، هێشتا هیچ شتێکی تر نیە بتوانن بیکەن بۆم. دەتوانم هاوار بکەم بەسەریاندا و سەرکۆنەیان بکەم و جنێویان پێبدەم، بەڵام لەڕاستیدا هیچ شتێك نیە بتوانن بیکەن و هەڵەکان ڕاست بکەنەوە. ئەوانیش دەبێت قایل بن بەوەی بووە، بووە. ناتوانرێت بگەڕێنەوە دواوە، تەنها بەردەوامبوون و ڕۆشتن بەرەو پێشمان هەیە. ئەمە بکە بە دروشمی ژیانت، تەنها بەرەو پێشەوە بڕۆ.

یاسای ٤

قایلبە بە خۆت

ئەگەر قایلبوویت بەوەی کە بووە، بووە، ئەوا ڕێك خودی خۆتت بۆ دەمێنێتەوە. ناتوانیت بگەڕێیتەوە ڕابردوو تا شتەکان بگۆڕیت، لەبەر ئەمە دەبێت کار لەسەر ئەوە بکەیت کە بۆت ماوەتەوە. من لێرەدا هیچ شتێکی سەردەمیانەی وەکو "خۆتت خۆشبوێت" پێشنیار ناکەم، چونکە ئەمە زیاد لە پێویست بەرزفڕینە. با وانەکەین، با لە قایلبوونێکی ساکارەوە دەست پێبکەین. قایلبوون ئاسانە چونکە وشەکە خۆی لە خۆیدا باسی خۆی دەکات، قایلبوون. پێویست ناکات هیچ شتێك دەستکاری بکەیت یان بگۆڕیت یان بەدووی بێخەوشی و کەماڵدا بگەڕێیت. بەڵکو زۆر بە پێچەوانەوە، تەنها قایلبە.

پێویست ناکات هیچ شتێك دەستکاری بکەیت یان بگۆڕیت یان بەدووی بێخەوشی و کەماڵدا بگەڕێیت. بەڵکو زۆر بە پێچەوانەوە، تەنها قایلبە

ئەمەش واتا قایلبوون بە هەموو لایەنە خوار و خێچە سۆزیەکان و شتە گچکە خراپەکان و لاوازیەکان و ئەوەی کە ماوەتەوە. ئەمەش واتای ئەوە نیە ئێمە دڵخۆشین بە هەموو شتێك دەربارەی خۆمان، یان بە واتای ئەوە بێت بەرەو تەمبەڵی دەڕۆین و شێوازێکی ژیانی خراپ دەگرینە بەر. ئێمە

Scanned with CamScanner

لەسەرەتادا قایل دەبین بەوەی هەین، پاشان کاری لەسەر دەکەین.
ئەوەی کە ئەنجامی نادەین ئەوەیە سەرکۆنەی خۆمان ناکەین بەهۆی ئەوەی هەندێك لایەنمان بەدڵ نیە لەسەر خۆمان. بەڵێ دەتوانین زۆر شت لە خۆماندا بگۆڕین بەڵام دواتر باسی ئەوە دەکەین. ئێمە هێشتا لە یاسای ٤ داین.
ئەمە دەبێت ببێتە یاسا، چونکە لێرەدا بژاردە بوونی نیە. دەبێت ئێمە بەوەی کە هەین قایل بین، ئەو هەبوونەش بریتیە لە دەرەنجامی هەموو ئەو شتانەی ڕوویانداوە. ئەمانەش هەمووی، وەکو تۆ و من و هەموو کەسێکی تر، بریتیە لە مرۆڤ بوون. ئەمەش واتا تۆ زۆر ئاڵۆزیت. لەگەڵ لەدایکبوونتدا چەندان حەز و ئارەزوو و ئازار و گوناهـ و لایەنی پوچ و هەڵە و مەزاج خراپی و قسە ڕەقی و لادان و پەلەپەل و دووبارەبوونەوە لە تۆدا دروست دەبن. هەر ئەم ئاڵۆزیەشە وادەکات مرۆڤ هێندە ناوازە بێت. هیچ کام لە ئێمە هیچ کاتێك ناتوانن بێخەوش و کەماڵ بین. ئێمە لەوەوە دەستپێدەکەین کە هەمانە و خۆمان چین، تەنها ڕۆژانە دەتوانین ئەوەی دەمانەوێت هەڵیبژێرین، وەکو گەڕان بەدووی جۆرێکی باشتر لە خۆمان. هەر ئەمەشە خەڵکی دەتوانن داوامان لێبکەن، کە بریتیە لە هەڵبژاردن و بە ئاگابوون و بەهۆش بوون، وە ئامادەبوون بۆ ئەنجامدانی ئەوەی ڕاست و دروستە. هەروەها دەبێت قایل بیت بەوەی ناتوانیت هەموو ڕۆژێك ئەوەی ڕاست و دروستە ئەنجامی بدەیت. هەندێك ڕۆژ، وەکو هەموو تاکێکی تر، توشی کەموکوڕی دەبیت. ئەمەش زۆر ئاساییە، سەرکۆنەی خۆت مەکە. دووبارە هەستەوە سەر پێ و دەست پێبکەوە.
قایل بە بەوەی جاروبار شکست دێنیت و ئەمەش مرۆڤ بوونی تۆیە.

دەزانم هەندێك جار حاڵەتەكان سەخت و گرانن، بەڵام هەر كات دەستت كرد بەوەی ببیتە پەیڕەوكاری یاساكان، ئەوا دەچیتە سەر ڕێچكەی بەرەو باشتربوون. بوەستە لە چاوبڕینە هەڵەكانی خۆت، یان ئەوەی زۆر خۆت سەركۆنە بكەیت. لەبری ئەمانە، قایل بە بەوەی كە هەیت. تۆ لەم كاتەدا ئەوەی لە دەستت دێت ئەنجامی دەدەیت، لەبەر ئەوە بە شان و باڵی خۆتدا هەڵبدە و دەستخۆشی لە خۆت بكە و بەردەوامبە.

یاسای ٥

بزانە چی شایستەیە و چی شایستە نیە

هەبوون لە ئێستادا شایستەیە. میهرەبان بوون و ڕەچاوکردنی دۆخی خەڵك شایستەیە. ئاگادار بوون لە خەڵك ڕۆژانە و دڵنەشکاندن و ئازار نەدانیان شایستەیە. هەبوونی نوێترین ئامێر و ئامرازی تەکنەلۆجی شایستە نیە.

بە داوای لێبوردنەوە، من حەزم لە تەکنەلۆجیا نیە. لەوانەشە هەموو ئامرازە نوێیەکانم هەبێت، بەڵام: أ. من هیچ کات بە تەواوەتی پشتیان پێنابەستم، ب. وەکو ئامرازی بە سوود تێیان دەڕوانم نەك ئەوەی خۆیان مەبەست و ئامانج بن، یان هێمایەك بن بۆ پلەیەکی بەرزی کۆمەڵایەتی.

بەکارهێنانی ژیانت بۆ کارێکی بەسوود شایستەیە. بازاڕکردن تەنها لەبەر ئەوەی بێتاقەتیت شایستە نیە.

بێگومان دەتوانیت بچیت شت بکڕیت، بەڵام بزانە ئەو کارەی ئەنجامی دەدەیت شایستەیە یان نا، ڕاستەقینەبوون یان ناڕاستەقینەبوون، هەبوونی بەهایەکی ڕاستەقینە یان نا، بەسوود بوون یان نا. ئەمەش بە واتای ئەوە نایەت هەموو شتێك وەلا بنێیت و بچیت لە وڵاتێکدا لە زەلکاوێکی مێشو مەگەزاویدا لەگەڵ خەڵکی شوێنەکە بژیت و توشی مەلاریا بیت، هەرچەندە ئەم کارە خۆی لە خۆیدا شایستەیە، بەڵام

پێویست ناکات ڕەفتاری لەم جۆرە ئەنجام بدەیت تا واتایەك ببەخشیتە ژیانت.

بەڕای من ئەم یاسایە واتا تەرکیزکردنەوە سەر ئەو شتانەی لەژیانتدا بۆت گرنگن، وە گۆڕانکاریی ئەرێنی ئەنجام بدەیت بۆ دڵنیابوون لەوەی دڵخۆشیت بەو شتەی ژیانت بۆ تەرخان کردووە (بڕوانە یاسای ٦). ئەمەش بە واتای ئەوە نایەت پلانێکی درێژ خایەن دابڕێژیت و هەموو وردەکاریەکان لەخۆ بگرێت. بەڵکو بە گشتی واتا زانینی ئەوەی بەرەو کوێ دەڕۆیت و چی ئەنجام دەدەیت. بەئاگا یاخود خەوتوو. (تیم فرێك)ی نوسەری هاوڕێم، بەمە دەڵێت "ژیانێکی ڕوون- Lucid Living"[١]، ئەمەش پڕاوپڕترین زاراوەیە بۆ ئەو شتەی باسی دەکەین.

شتانێك هەن لە ژیاندا گرنگن، وە چەندها شتی تریش هەن گرنگ نین. جیاکردنەوەی گرنگ لە نا گرنگیش هێندە کارێکی سەخت نیە و کاتی زۆری ناوێت. هەروەها چەندان شت هەن کە شایستە نین و هیچ گرنگ نین تا لێیان هەڵبژێریت.

من ناڵێم ناکرێت ژیانمان هیچ شتێکی کەم بەها و نا گرنگی تێدا نەبێت، بەڵکو ئاسایە ئەگەر ئەمانەمان هەبێت. بەڵام شتە نا گرنگەکان تێکەڵ مەکە لەگەڵ ئەوەی بە ڕاستی گرنگە.

تەرخانکردنی کات بۆ کەسانی خۆشەویست و هاوڕێکانمان کارێکی گرنگە، بەڵام تەماشاکردنی نوێترین بەرنامەی کۆمەڵایەتی لە تەلەفیزۆندا

---

[١] ژیانێکی ڕاستەقینە-Lucid Living- بە پێنوسی تیم فرێك (Books for Burning، ٢٠٠٥)

گرنگ نیه. دانەوەی قەرزەکانمان و چاکەی کەسەکان گرنگە، بەلاَم کام جۆری پاکژکار بەکاردێنیت گرنگ نیە. ئاگاداربوون لە منداڵەکانمان و فێریان بکەین بەهای ڕاستەقینە چیە گرنگە، بەلاَم پۆشینیان بە نوێترین پۆشاکی سەردەم گرنگ نیە. ئیتر تێدەگەیت مەبەستم چیە. بیر بکەوە لەوەی کام کارە شایستەی ئەنجامدانە و زیاتر لەم کارە ئەنجام بدە.

شتانێك هەن لە ژیاندا گرنگن،
وە چەندها شتی تریش هەن گرنگ نین

Scanned with CamScanner

یاسای ٦

ژیانت تەرخان بکە بۆ شتێک

بۆ زانینی چی شایستەیە و چی شایستە نیە، دەبێت بزانیت ژیانت بۆچی تەرخان دەکەیت. بێگومان ئەم پرسیارە وەڵامی ڕاست و هەڵەی نیە و شتێکە تایبەت بە کەسەکان، بەڵام هەبوونی وەڵام بەسوودترە وەك لەوەی نەزانیت.

بۆ نمونە ژیانی من بە دوو شت دەڕوات بەڕێوە، أ. جارێك کەسێك پێی وتم ئەگەر گیان و ڕوحی من تاکە شتێکە لەگەڵ خۆم دەیبەم بەم لاولادا، کەواتە دەبێت چاکترین لایەنی ژیانی من بێت. ب. پەروەردە ناوازەکەم. یەکەم خاڵیان، بەلای منەوە واتایەکی ئاینیی نیە تەنها ئەوە نەبێت ئەو قسەیە بووە هۆی جوڵاندنی شتێك لە ناخمدا. هەرچییەك بووبێت، بۆ هەموو شوێنێك لەگەڵ خۆمم بردووە، کەواتە لەوانەیە پێویست بێت کەمێك کاری لەسەر بکەم تا دڵنیابم لەوەی باشترین لایەنی منە.

ئەوەش وایلێکردم بیربکەمەوە لەوەی چۆن بتوانم کارێکی لەم جۆرە ئەنجام بدەم،تا ئەم ساتەش هێشتا نازانم چۆن ئەوە ئەنجام بدەم. زۆر شتم پشکنی و تاقیمکردنەوە، زۆر شت فێربووم و زۆر هەڵەم کرد، زۆر گەڕام و زۆر بەدوای کەوتم، زۆر شتم لەسەر ئەم کێشەیە خوێندەوە و زۆر ئەملاولام پێکرد و چاودێریم کرد.

ئایا چۆن دەتوانیت ژیانت لەسەر ئەو ئاستە باشتر بکەیت؟ بەڕای من تاکە دەرەنجام کە پێی گەشتبێتم بریتیە لەوەی چەندێك بتوانیت

ژیانێکی شکۆمەندانە بژی، وە چەندێك بتوانیت کەمترین زیان بگەیەنە، وە مامەڵەت لەگەڵ هەرکەسێك کرد بە ڕێز و شکۆوە مامەڵەی لەگەڵ بکە.

ئەمە ئەو شتەیە ژیانم بۆ تەرخان کردووە و تا ئێستاش گونجاوە بۆم.

ئەی پەروەردە ناوازەکەم چۆن بتوانێت واملێبکات ژیانم بۆچی تەرخان دەکەم؟ هەبوونی پەروەردەیەکی "ناتەواو" و هەڵبژاردنی ئەوەی ئەم جۆرە پەروەردەیە ببێتە هاندەرم وەك لەوەی کاریگەری خراپم بکاتە سەر، وایکرد زۆر دڵنیابم لەوەی خەڵکیی پێویستە ئەو شتەی لە ڕابردوویاندا بە خراپی کاری تێکردوون وەلا بنێن.

ئەمە ئەوەیە ژیانم بۆ تەرخانکردووە. بەڵێ لەوانەیە ئەمە بێمێشکی بێت، لەوانەیە من خۆم بێمێشك بم،بەلآم هیچ نەبێت شتێکم هەیە تەرکیزی بکەمە سەر، ئەو شتەی (بەلای منەوە) شایستەیە.

ئەمانە هیچی هێندە ئەرکێکی سەخت نین، بەمەش مەبەستم ئەوەیە وا ڕەفتار ناکەم وەکوئەوەی ئەم شتانە لەسەر تەختی ناوچەوانم نوسرابن، "ڕیچارد ژیانی خۆی تەرخانکردووە بۆ...".

بەڵکو بریتیە لەوەی بە بێدەنگانە لە دڵی خۆمدا شتێکم هەیە کە دەتوانم هۆش و ئاگای خۆمی بۆ تەرخان بکەم. ئەمە سەنگی مەحەکە بۆ پێوانەکردنی: أ. چۆن کارەکانم ئەنجام دەدەم؟ ب. چی ئەنجام دەدەم؟ ج. بەرەو کوێ دەڕۆم؟ هیچ پێویست ناکات جاڕ بۆ ئەمانە بدەیت. هیچ پێویست ناکات بە کەس بڵێیت (بڕوانە یاسای ١). وە هیچ پێویستیش ناکات زۆر بیر لە وردەکاریەکانی بکەیتەوە. خۆ تەرخانکردنێکی ساکار لە ناختدا بەسە. ئەرکی (کۆمپانیای دیزنی) بریتیە لە "دڵخۆشکردنی

خەڵکی". بڕیار بدە لەسەر ئەوەی ژیانت بۆ چی تەرخان دەکەیت. پاش ئەمە هەموو شتەکانی تر ئاسان دەبن.

ئەمە سەنگی مەحەکە بۆ پێوانەکردنی:

أ. چۆن کارەکانم ئەنجام دەدەم؟

ب. چی ئەنجام دەدەم؟

ج. بەرەو کوێ دەڕۆم؟

Scanned with CamScanner

یاسای ٧

له بیرکردنه‌وه‌تدا چه‌قبه‌ستوو مه‌به

هـه‌رکات بیرکردنـه‌وه‌کانت ڕوون و ڕه‌ق و تـه‌ق و دامـه‌زراو بـوو، ئـه‌وا دۆڕاویت. هه‌رکات زانیت هـه‌موو وه‌ڵامـه‌کانی ژیانـت ده‌ستکه‌وتووه، ئـه‌وا له‌وانه‌یـه کـاتی ئـه‌وه هاتبێـت لـه یـاری ژیـان بچیته ده‌ره‌وه. هـه‌رکات ڕێچکه‌کانت دامه‌زرا، ئه‌وا له‌وانه‌یه بوبیته به‌شێك له مێژوو.

بۆ ئه‌وه‌ی زۆرترین سه‌رکه‌وتن له ژیان به‌ده‌ست بێنیت پێویسته هـه‌موو بـژارده‌کانت کـراوه بێـت، چه‌قبه‌ستوو مه‌بـه لـه بیرکردنـه‌وه و ژیانتـدا. ده‌بێـت ئاماده‌بیت بـۆ زریـان و گه‌رده‌لووله‌کانی ژیـان، چونکه باوه‌ڕکه زریـان و گه‌رده‌لوولـه‌کانی ژیـان کاتێـك ده‌ده‌ن به‌سـه‌رتدا کـه هـیچ پێشـبینیان نه‌کـه‌یت. هـه‌رکات دامـه‌زرایت له‌سـه‌ر چـه‌ند ڕه‌فتـارێکی دیاریکراو، ئه‌وا خۆت ئاماده‌کردووه زریانه‌کانی ژیـان دوورت بخه‌نـه‌وه لـه ڕێچـکه و ئامانجه‌کـه‌ت. پێویسـته بـه وردی بیرکردنـه‌وه‌ت بپشـکنیت تـا تێبگه‌یت من مه‌به‌ستم چیه. بیرکردنـه‌وه‌ی چه‌قنه‌به‌ستوو وه‌کو هونـه‌ری بـه‌رگریی ده‌روونـی وایـه، واتـا ئامـاده‌بوون بـۆ خـۆ دانه‌وانـدن و جوڵـه و خۆلادان و خۆگونجاندن. وه‌کو دوژمنێك لـه ژیـان مه‌ڕوانـه، بـه‌ڵکو وه‌کـو ڕاهێنه‌رێکی مسته‌کۆڵه‌ی دۆستانه لێی بڕوانه.

ئه‌گـه‌ر چه‌قبه‌سـتوو نـه‌بیت، ئـه‌وا خۆشـیه‌کانی ژیـان ده‌بینیـت. ئه‌گـه‌ر چه‌قبه‌ستوو بیت ئه‌وا ئه‌گه‌ری زۆره بکێشرێیت به زه‌ویدا.

وەکو دوژمنێك لە ژیان مەڕوانە، بەڵکو وەکو ڕاهێنەرێکی مستەکۆڵەی دۆستانە لێی بڕوانە

هەموومان چەند ڕەفتارێکی دیاریکراومان هەیە لە ژیاندا. حەزدەکەین ناونیشان لە خۆمان بنێین و بڵێین ئێمە ئەوەین و ئەمەین و زۆر سەربەرزین بە بۆچوون و بیروباوەڕەکانمان. هەموومان حەزدەکەین هەمان ڕۆژنامە و پەڕتووك بخوێنینەوە و تەماشای هەمان بەرنامەی تەلەڤیزۆن و فلیم بکەین و بۆ هەمان دوکان بچین و هەمان خۆراك بخۆین کە پێمان دەکەوێت، وە هەمان جۆری پۆشاکیش بپۆشین. هەموو ئەمانە زۆر ئاساین. بەڵام ئەگەر بە تەواوی خۆمان لە ئەگەرەکانی تر دابڕێنین، ئەوا وەڕس و ڕەق و تەق دەبین، بەمەش بە ئاسانی دەکەوین.

دەبێت تۆ ژیان وەکو زنجیرەیەك سەرکێشی ببینیت. هەر سەرکێشییەك هەلێکە بۆ خۆشی بینین و فێربوونی شتێك و گەڕان بە جیهاندا وە فراوانکردنی بازنەی هاوڕێ و ئەزموونەکانت، لەگەڵ فراوانکردنی ئاسۆی ژیانت. ڕەتکردنەوەی سەرکێشییەك بە تەواوی بەواتای ئەوە دێت کە تۆ خۆتت ڕەتکردۆتەوە.

لەو ساتەی هەلێکت پێدەدرێت بۆ سەرکێشییەك، یان بۆ گۆڕینی بیرکردنەوەت، یان بۆ هاتنەدەر لە خودی خۆت، ئەوا ئەم هەلە بقۆزەوە و بزانە چی ڕوودەدات. ئەگەر ئەم بیرۆکەیە دەتترسێنێت، لەبیرت بێتلەگەڵ تەواوبوونی هەلەکەدا هەموو کات دەتوانیت بگەڕێیتەوە قاوغەکەی خۆت، ئەگەر خۆت ئەمەت ویست.

Scanned with CamScanner

لەگەڵ ئەمەشدا، وەرگرتنی هەموو هەلێك بریتی نیە لە نەخشی سەر بەرد و مەرج نیە، چونكە ئەمەش خۆی لە خۆیدا بریتیە لە چەقبەستوویی. بیرمەندە چەقنەبەستووەكان دەزانن كەی دەڵێن "نا" وەك چۆن دەزانن بڵێن "بەڵێ".

ئەگەر دەتەوێت ئاستی چەقبەستوویی بیركردنەوەت بزانیت، ئەم تاقیكردنەوانە ئەنجام بدە. ئایا ئەو پەڕتووكانەی لەلا تەنیشتی جێگای نوستنەكەتەوەیە یان لەماڵەكەتدایە هەمان ئەو جۆرە پەڕتووكانەیە كە بە بەردەوامی دەیانخوێنیتەوە؟ ئایا هیچ كات وتووتە "هیچ كەسێكی لەو جۆرە ناناسم" یان "بۆ ئەو جۆرە شوێنانە ناڕۆم" ئەوا پێدەچێت كاتی ئەوە هاتبێت مێشكی خۆت فراوان بكەیت و كۆتوبەندەكانی سەر بیركردنەوەت فڕێ بدەیت.

یاسای ٨

بەرژەوەندیەك لە جیهانی دەرەوەدا لەخۆبگرە

پێدەچێت لات ببێت بە پرسیار بۆچی ئەم یاسایە لێرەدایە و لە بەشی جیهانی دەرەوەدا نیە. چونکە ئەم دانەیە تایبەتە بە خۆت. لەخۆگرتنی بەرژەوەندییەك لە جیهانی دەرەوە بریتیە لە پەرەپێدانی خۆت بۆ خۆت، نەك لەبەر سوودی جیهان. من پێشنیاری ئەوە ناكەم بە بەردەوامی تەماشای هەواڵەكان بكەیت، بەڵكو بە خوێندنەوە و گوێگرتن و قسەكردن ئێمە دەتوانین ئاگاداری ئەوە بین كە ڕوودەدات.پەیڕەوكارەسەركەوتوەكانی یاساكان لە ساتەكانی تەمەنی خۆیاندا گیرناخۆن، وە لە بڵقێكی بچوكیشدا ناژین.

زانینی ئەوەی لە جیهاندا ڕوودەدات بكە بە كاری خۆت، بۆنە و مۆسیقا و پۆشاكی نوێ و زانست و فلیمەكان و خۆراك و هۆیەكانی گواستنەوە و و تەنانەت بەرنامەكانی تەلەفیزۆنیش كە لە ئێستادا هەن. پەیڕەوكارەسەركەوتوەكانی یاساكاندەتوانن بەردەوامیبدەن بە گفتوگۆ لەسەر هەموو شتێك، چونكە حەز دەكەن بزانن چی ڕوودەدات.

پێویست نیە هەموو شتێكی نوێت هەبێت، بەڵكو دەبێت بیرۆكەیەكی سادەت هەبێت لەسەر ئەوەی چی لە گۆڕانكاریدایە، چی نوێ هەیە و چی ڕوودەدات، ئەمانە لە هەردوو كۆمەڵگەی خۆتدا و لە جیهانی دەرەوەشدا.

ئەی سودەكانی ئەمە چیە؟ سودە یەكەمینەكانی بریتین لەوەی وا دەكات زیاتر كراوە و سەرەنجڕاكێش بیت وەكو مرۆڤێك، هەروەها بە گەنجیش

دەتهێڵێتەوە. ڕۆژی پێشوو خانمێکی بەتەمەنم دی لە نوسینگەی پۆستە، باسی ژمارەی نهێنی دەکرد، دەیووت "ژمارەی نهێنی ژمارەی نهێنی! من چی بکەم لە ژمارەی نهێنی لەم تەمەنەدا؟" وەڵامە کورتەکە بریتیە لەوەی بێگومان پێویستێتی، چونکە بەبێ ئەم ژمارە نهێنیانە ناتوانێت موچەی خانەنشینیەکەی وەربگرێت. زۆر ئاسانە گیر بخۆیت لە وتنی "پێشتر ئەمەم نەکردووە، ئێستاش پێویستم پێی نیە". ئەگەر وابڵێین، ئەوا ئەگەری زۆرە شتی زۆر ڕوودەدات و ئێمە پێی نەزانین.دڵخۆشترین و هاوسەنگترین و سەرکەوتوو ترین کەسەکان لە ژیاندا ئەوانەن کە بەشێکن لە شتێك. بەشێکن لە جیهان، نەك ئەوەی لێی دابڕابن. وە سەرەنجڕاکێشترین و هاندەرترین کەسەکان کە شایەنی ئەوەبن لە دەوریان بیت ئەوانەن زۆر حەزدەکەن بزانن چی ڕوودەدات.دوێنێ بەیانی گوێم لە ڕادیۆ دەگرت، سەرۆکی خزمەتگوزاری بەندیخانەی ئەمریکی چاوپێکەوتنی لەگەڵدا ئەنجام دەدرا و قسەی لەسەر چاکسازی دەکرد لە سزاداندا، ئەمە بابەتێکە من هیچ حەزم لێی نیە (کەسم نیە بەند کرابێت). دەکرێت بڵێیت پێویستم بەوە نەبوو هیچ بزانم لەسەر خزمەتگوزاری بەندیخانەی ئەمریکی وەکو چۆن خانمە بەتەمەنەکە پێویستی بە ژمارەی نهێنی هەبوو، بەڵام زۆر خرۆشابوم و زیاتر هەستم بە ژیان دەکرد. ئەمەش ناکرێت شتێکی خراپ بێت.

لەخۆگرتنی بەرژەوەندییەك لە جیهانی دەرەوە بریتیە لە پەرەپێدانی خۆت بۆ خۆت، نەك لەبەر سوودی جیهان

یاسای ٩

لە تەنیشت فریشتەکانەوە بە، نەک لە تەنیشت درِندەکانەوە

هەموو رۆژێك لە ژیانماندا ئێمە رووبەرووی ژمارەیەکی زۆر لە بژاردەکان دەبینەوە. وە هەر دانەیەکیشیان پەیوەستە بەوەی لە تەنیشت فریشتەکانەوە بین یان درِندەکان. تۆ کامیان هەڵدەبژێریت؟ یان نازانیت چی روودەدات؟ رێمبدە بۆت روون بکەمەوە. هەر کارێك ئەنجام بدەین، کاردەکاتە سەر خێزان و کەسەکانی دەورمان و کۆمەڵگە و جیهانیش بە گشتی. ئەم کاریگەریە دەکرێت ئەرێنی بێت یان زیانبەخش، ئەمەش بژاردەی خۆمانە. هەندێك جار ئەمە بژاردەیەکی سەختە. ئێمە لەنێوان ئەوەی چیمان دەوێت و چی بەسوودە بۆ کەسانی تر و رەزامەندی خۆمان و جوامێریدا، گیردەخۆین.

بروانە، کەس نەیوتووە ئەمە کارێکی ئاسان دەبێت. برِیاردانی ئەوەی لە تەنیشت فریشتەکانەوە بیت زۆر جار برِیارێکی سەختە. بەڵام گەر بمانەوێت لە ژیاندا سەرکەوتوو بین، وە من سەرکەوتن بەوە دەپێوم تا چەندە نزیکین لە دروستکردنی رەزامەندی کەسی/دڵخۆشی/قایلبوون، ئەوا بەوپەری هەستمانەوە دەبێت ئەمەیان ئەنجام بدەین. ئەمەش دەکرێت ئەوە بێت کە ژیانمانی بۆ تەرخان دەکەین، فریشتەکان یان درِندەکان.

Scanned with CamScanner

ئێمە لەنێوان ئەوەی چیمان دەوێت و چی بەسوودە
بۆ کەسانی تر و
ڕەزامەندی خۆمان و جوامێریدا،
گیردەخۆین

ئەگەر دەتەوێت بزانیت بڕیارت داوە، تەنها پشکنینێکی خێرا بۆ هەستکردنت ئەنجام بدە و بزانە کاردانەوەت چی دەبێت کاتێك کەسێك لە کاتی قەرەباڵغیدا لە ترافیکدا نۆرە بڕی دەکات و دێتە پێشتەوە. یان کاتێك زۆرت پەلەیە بەڵام کەسێك ڕات دەگرێت و پرسیاری ناونیشانێکت لێدەکات. یان ئەگەر منداڵی هەرزەکارت هەیە و یەکێکیان لەگەڵ پۆلیسدا توشی کێشە دێت. یان کاتێك قەرزێك دەدەیت بە هاوڕێیەکت بەڵام ناتوانن بیدەنەوە. یان کاتێك سەرۆك کارەکەت پێت دەڵێت (هەی گەمژە) لەبەرچاوی هاوپیشەکانتدا. یان کاتێك لقی درەختی دراوسێکەت دێتە ناو حەوشە و موڵکەکەی تۆوە. یان کاتێك چەکوشێك دەدەیت بە پەنجەگەورەکەتدا. یان، یان، یان. وەکو وتم ئەمە بژاردەیەکە ڕۆژانە دەبێت هەڵیبژێرین. دەشبێت بڕیارێکی بە هەستانە بێت تا بتوانێت کاریگەر بێت.

ئێستا کێشەکە ئەوەیە کەس پێت ناڵێت چی فریشتەیە و چی دڕندەیە. لەم کاتەدا دەبێت خۆت پێوەرەکانی خۆت دابنێیت. دەی ئەمەش هێندە سەخت و گران نیە. من زۆرجار وا بیری لێدەکەمەوە ئەم کارە خۆی بۆ خۆی دیارە. ئایا ئازار بەخشە یان ڕێگر؟ ئایا تۆ بەشێکیت لە کێشەکە یان لە چارەسەر؟ ئەگەر تۆ هەندێك کاری دیاریکراو ئەنجام دەدەیت ئایا

شـتەکان خـراپتر دەکـات یـان باشـتر؟ خـۆت دەبێـت ئـەم بژاردەیـە هەڵبژێریت.
ئەوەی شایستەیە بریتیە لـە بۆچـون و تێگەشـتنی خـۆت لەسـەر ئـەوەی کامـە فریشـتەیە و کامـە دڕندەیـە. هـیچ بەڵگەیـەك نیـە لەسـەر ئـەوەی بتوانیت بە کەسێك بڵێیت لـە تەنیشـت دڕندەکانـەوەن، چـونکە لەوانەیـە ئـەوان پێناسـەی جیاوازیـان بـۆ دۆخەکـە هـەبێت. ئـەوەی کەسـانی دی ئەنجامی دەدەن، بڕیاری خۆیانە و ئەگـەر پێیـان بڵێیـت کارەکـەیان بـاش نیـە، پێیـان خـۆش نابێـت و سوپاسـت ناکـەن. بـەڵام دەتوانیـت ببیتـە تەماشاکارێك، تەماشاکارێکی بێ هەستی بێ جوڵە، ئینجـا بـەخۆت بڵێیـت "مـن بومایـە بـەو شـێوازەم نـەدەکرد." یـان "وابـزانم چـونە تەنیشـت فریشتەکانەوە". یان "ئەوەی چیە ئەوەندە دڕندەن". هیچ کات پێویسـت ناکات هیچ بڵێیت.

Scanned with CamScanner

یاسای ١٠

تەنها ماسیە مردووەکان لەگەڵ تەوژمدا مەلە دەکەن

ژیان سەختە. یاساکەش بریتیە لە سوپاس کردنی خودا[٢] بۆ سەختیی ژیان. ئەگەر ژیان هەمووی خۆشی و ئاسان بوایە، ئەوا ئێمە تاقی نەدەکراینەوە و هەوڵمان لەگەڵ نەدەدرا و لە ئاگری ژیاندا قاڵب نەدەکراین دا نەدەتاشراین. گەشەمان نەدەکرد و هیچ فێر نەدەبوین و گۆڕانکاریمان بەسەردا نەدەهات، یان هەلمان نەبوو بەسەرخۆماندا زاڵ بین و گەشە بکەین. ئەگەر ژیان زنجیرەیەك ڕۆژی خۆش بونایە، ئەوا زوو بێتاقەت دەبوین. ئەگەر باران نەبوایە، ئەوا ئەو هەستە خۆشەمان نەدەبوو کە لەکاتی وەستانەوەی باراندا بچین بۆ دەرەوە بۆ گەشتوگوزار و سەیران. ئەگەر ژیان ئاسان بوایە، بەهێزتر نەدەبوین.

لەبەر ئەمە سوپاسگوزاری ئەوە بە هەندێك جار ژیان تەنگەژەی تێدەکەوێت، ئەوەش بزانە تەنها ماسیە مردوەکان لەگەڵ تەوژمدا مەلە دەکەن. هەموومان لە ژیاندا توشی ئاستەنگیەکانی هەوراز و تەوژمی پێچەوانە دەبینەوە. دەبێت بجەنگێین لەگەڵ تاڤگە و بەنداوی ڕووبار و تەوژمە سەختەکاندا. هیچ بژاردەیەکیشمان نیە. دەبێت بەردەوامبین لە مەلەکردن ئەگەر نا بەپێچەوانەوە ڕادەماڵرێین. هەر جوڵەیەکی کلك و پەڕەکەکانمان دەبێتە هۆی بەهێزترکردنمان و جەستەیەکی ڕێك و

[٢] یان ئەو شتەی هەڵیدەبژێریت سوپاس گوزاری ببیت.

بەتواناتر و دڵخۆشتر.ئامارێك هەیە دەڵێت بەلای زۆربەی پیاوانەوە، خانەنشینی بیرۆکەیەکی زۆر خراپە. زۆربەی پیاوان لە پاش ماوەیەکی کەم لە خانەنشین بونیان، دەمرن[٣]. دەوەستن لە مەلەکردن بە پێچەوانەی تەوژمەوە و ڕادەماڵرێن. بەردەوامبە لە مەلە ئەی ماسیە گچکۆلە، بەردەوامبە لە مەلە.

هەوڵبدە هەر نشوستیەك وەکو هەلێك بۆ باشتربوون ببینیت. ئەو نشوستیانە بەهێزترت دەکەن، نەك لاوازتر. چەندێك بتوانیت هەلگریت تەنها ئەوەندە بار دەدرێت بەسەر شانتدا، هەرچەندە لە هەندێك کاتدا وای دەبینم زۆر زیاتر بێت. بێگومان ئاستەنگیەکان کۆتاییان نایەت، بەڵام هەندێك کات بێدەنگی و خامۆشی دێت، دەکەوینە وشکانیەوە تا کەمێك بحەوێینەوە و چێژ لەو کات و ساتە ببینین پێش ئەوەی ئاستەنگیەکی تر بکەوێتە سەر ڕێمان. ژیان بریتیە لەمە، مەبەستی ژیان ئەمەیە: زنجیرەیەك ئاستەنگی و خامۆشی. ئێستا لە چ دۆخێکدا بیت، ئەو دۆخە هەر دەگۆڕێت. ئێستا دۆخەکەت چۆنە؟ خامۆشی، یان ئاستەنگی؟ بارانە یان لەسەر ڕێیت بەرەو دەرەوە بۆ گەشتوگوزار و سەیران؟ فێربوون یان چێژبینین؟ ماسییەکی مردوو یان ماسییەکی تەندروست و چالاك؟

ژیان بریتیە لەمە،
مەبەستی ژیان ئەمەیە:
زنجیرەیەك ئاستەنگی و خامۆشی

---

[٣] نازانم ئایا ئەمە بە هەمان سەختی دوچاری خانمانیش دەبێتەوە یان نا.

یاسای ١١

کۆتا کەس بە بۆ بڵندکردنی دەنگت

ئەمە بەڕاستی سەختە بەلای منەوە. چونکە حەزم لە هاوارکردنە. من لە خێزانێکی گەورە و بەهاتوهاواردا گەورە بووم و هاوارکردن بەشێکبووە لە ژیانمان، وە تاکە ڕێگە بووە تا دەنگت ببیسترێت یان سەرەنج بۆخۆت ڕابکێشیت یان خاڵێك بخەیتە ڕوو. ئەمە خێزانێکی لێکهەڵوەشاوە؟ بەڵێ. پڕ ژاوەژاوە؟ بەڵێ. بەسوودە؟ نەخێر.

یەکێك لە کوڕەکانم بە بۆماوەیی هاوارکردنی بۆ ماوەتەوە و هاتوهاواری چاك ئەکات. زۆرجار خەریکە فریودەدرێم بۆ ئەوەی دەست بکەم بە هاوار. بەلام خۆشبەختانە ئەم یاسایە بریتیە لە کۆتا کەس بە بۆ بڵندکردنی دەنگت، کەواتە، هێشتا دەرفەتێکی هاوارکردنم هەیە. ئەگەر کوڕەکەم یەکەم جار هاوار بکات، دەتوانم هاوار بکەمەوە. بەلام زۆر هەوڵدەدەم هاوار نەکەم. بەڕای من هاوار کردن بە هەر جۆرێك بێت شتێکی خراپە، ئاماژەیەکە بۆ ئەوەی کە من کۆنترۆڵم لەدەستداوە و قسەکانم لاوازە و دۆڕاندومە. جارێکیان کوری جێگری قەشەیەك تێبینیەکانی وتارێکی باوکی بینی و لە پەراوێزدا نوسرابوو "هاوار بکە لێرەدا، قسەکان لاوازن". بەڕای من ئەم دێرە پوختەی هەموو یاساکەیە.

هەرچەندە چەند جارێك هەبووە هاوارم تێداكردووە، بەڵام لە هەر هەموویان پەشیمانم. بیرمە جارێكیان كە وازم لە هاواركردن نەهێنابوو، نانی ئێوارەم لە دەرەوە خواردو دواتر لە دوكانێكی كەلوپەلی ئەلیكترۆنیی بەناوبانگدا لە شەقامێكی زۆر ناسراو، كردم بە هاتوهاوار لەسەر ڤیدۆ پلەیەرێكی شكاو. ئەو كاتە ئەوەی ویستم بەدەستم هێنا، بەڵام ڕاستیەكەی ئەوە شتێكی خراپ بوو وە لە ناخی خۆمدا خۆم لە خۆم شەرمەزار بووم.

هاوار بكە لێرەدا، قسەكان لاوازن

ئەی تۆ چی دەكەیت ئەگەر وەكو من هاتوهاوارت لە بۆماوەییەوە بۆ مابێتەوە؟ من دەزانم پێویستە لەو شوێنە بڕۆم یان خۆم بگرم لە حەزی هاواركردن لە حاڵەتێكی سەختدا. ئەمەش كارێكی گرانە، بەتایبەتی ئەگەر بزانیت تۆ لەسەر ڕاستیت. زۆر شت هەن وامان لێدەكەن هاوار بكەین، زۆر حاڵەت هەیە وا هەست دەكەین تورەبوونمان لەسەر ڕاستیە و دەبێتە هۆی بەدەستهێنانی ئەو شتەی دەمانەوێت. بەڵام ئێمە لێرەدا مامەڵە لەگەڵ مرۆڤێكی ڕاستەقینەدا دەكەین كە ئەوانیش هەستیان هەیە و هاواركردنەكەمان بێ پاساو دەبێت، تەنانەت ئەگەر ئەوانیش دەستیان بە كارە هەڵەكە كردبێت.

دوو حاڵەت هەن خەڵكی تێیاندا تورە دەبن، حاڵەتی بەپاساو و حاڵەتی یاریكردن بە هەستی بەرامبەر. یەكەم حاڵەت بۆ نمونە بە ئۆتۆمبیلەكەت بەسەر قاچیاندا دەڕۆیت و ڕەتی دەكەیتەوە داوای لێبوردن بكەیت و درك بەوە ناكەیت هەڵەیەكت كردبێت. لەم دۆخەدا ئەوان دەتوانن هاوار بكەن.

Scanned with CamScanner

حاڵەتی دووهەم بریتیە لەوەی خەڵکی تورەیی بەکار دێنن بۆ بەدەستهێنانی مەرامەکانیان، ئەمەش وەکو کۆنترۆڵکردنیسۆزی وایە. تۆ دەتوانیت ئەم جۆرەی دووهەمیان پشتگوێ بخەیت، یان سوربیت لەسەر هەڵوێستەکەی خۆت و حاڵەتەکە کۆنترۆڵ بکەیت. بەڵام نابێت هاوار بکەیتەوە بەسەریاندا.

بەڵێ، بەڵێ دەزانم، چەندان حاڵەت هەن وا دەردەکەون هاوارکردن تیایاندا شیاو بێت، وەکو ئەوەی سەگەکە قەپ بگرێت لە ژەمی ئێوارە و بیبات، یان منداڵەکان ژوورەکەی خۆیان ڕێکناخەن، یان کۆمپیوتەرەکەت دووبارە لەکار کەوتەوە و شوێنی چاککردنەوەی کۆمپیوتەریش خێرا چاکی ناکەنەوە، یان شەقاوەکانی گەڕەکەکەت دووبارە وێنە دەکێشنەوە لەسەر دیوارەکەت یان پاش هەڵبژاردنی یەك دنیا بژاردە و وەستان بۆ ماوەی ٢٠ خولەك لەسەر هێڵ، لە کۆتاییدا هەر دەنگە ئۆتۆماتیکیەکە وەڵامت دەداتەوە، یان لە ڕیزێکدا وەستاویت و کاتێك نۆرەی تۆ دێت دەڵێن کاتی کارکردنمان تەواو، یان کەسێك خۆی گێل دەکات و بە مەبەست دەیەوێت بە هەڵە لێت تێبگات.

یان چەندەها حاڵەتی لەم جۆرانەی سەرەوە. بەڵام ئەگەر تۆ ئەم یاسایە بگریتە خۆ و بڵێیت "من هاوار ناکەم"، ئەوا بە ئاسانی دەتوانیت پەیوەست ببیت پێوەی. ئیتر بەوە دەناسرێیتلە هەر حاڵەتێکدا بێت کەسێکی زۆر هێمن و لەسەرخۆیت. کەسانی هێمن و لەسەرخۆ متمانەیان پێدەکرێت. کەسانی هێمن و لەسەرخۆ پشتیان پێدەبەسترێت. کەسانی هێمن و لەسەرخۆ پەنایان بۆ دەبرێت و بەرپرسیارێتیان پێدەدرێت. کەسانی هێمن و لەسەرخۆ زیاتر بەرگە دەگرن.

Scanned with CamScanner

یاسای ١٢

خۆت ئامۆژگاریکاری خۆتبە

لە ناخی هەمووماندا کانییەك لە دانایی بوونی هەیە. ئەم کانییە پێی دەڵێن دەنگی ناخ. گوێگرتن لە دەنگی ناخت پرۆسەیەکی خاوە و پێویستی بە فێربوونە. سەرەتا بەوە دەست پێدەکەیت درك بەو دەنگە بچوکە کزە یان هەستکردنە بکەیت کە پێت دەڵێت شتێکت ئەنجام دا نەدەبوو ئەنجامت بدابا. ئەم دەنگە زۆر کز و لەسەرخۆیە وپێویستی بە بێدەنگی و تەرکیزکردنە تا بتوانیت گوێبیستی ببیت بە تەواوی.

دەتوانیت بەم دەنگە بڵێیت ئاگا، بەڵام لە ناختدا خۆت پێی دەزانیت کاتێك کارێکی هەڵە ئەنجام دەدەیت. دەزانیت کەی پێویستە لەسەرت داوای لێبوردن بکەیت، کەی پێویستە هەڵەکان ڕاست بکەیتەوە و لایەنەکە ئاشت بکەیتەوە. خۆت دەزانیت و منیش دەزانم کە دەزانیت. من دەزانم چونکە هەمووومان دەزانین. ناکرێت لەم دەنگ و هۆش و ئاگایەی ناخمان ڕابکەین.

> **خۆت دەزانیت و منیش دەزانم کە دەزانیت.**
> **من دەزانم چونکە هەمووومان دەزانین**

هەرکات دەستت کرد بە گوێگرتن لەو دەنگەی ناخت و هەستت بەو هەستکردنەت کرد، بۆت دەردەکەوێت زۆر یارمەتیدەرتە. ئەم دەنگە زۆر

زیاتره لەوەی وەکو توتیـەکی زۆر بلّـیّ بیّـت و دانرابیّـت لەسـەر شـانت و پاش ئەنجامـدانی هەڵەکـە بڵێـت "ئـەمجارەش کـەتنت نایـەوە". دەنگـی ناخت دەبێت پێش ئەنجامدانی کارەکە پێت بڵێت ئەوەی دەیکەیت ڕاستە یان هەڵەیە.

هەوڵبدە پـێش ئـەوەی کارەکـان ئـەنجام بـدەیت گـویّ لـە دەنگـی ناخـت بگریت و بزانە چ کاردانەوەیەکت دەبێت. هەرکات بـەم گوێگرتنـە ڕاهـاتی، دەبینی ئەم کارە ئاسانتر دەبێت بەلاتـەوە. بیهێنـە پێشچاوت لـە هـەموو دۆخێکدا منداڵێکی بچوك لـە تەنیشتـەوەیە و دەبێـت هـەموو شـتێکی بـۆ ڕوون بکەیتـەوە. بیهێنـە پێشچـاوت منداڵەکـە دەڵێـت "بـۆ ئـەو کـارە دەکەیت؟ کامـە ڕاسـتە و کامـە هەڵەیـە؟ ئایـا دەبێت ئـەم کـارە بکـەین؟ دەبێـت وەڵامـی هـەموو ئـەم پرسـیارانەی بدەیتـەوە. تـەنها ئەوەیـە لـە ڕاسـتیدا خـۆت پرسـیارەکان لـە خـۆت دەکـەیت و خـۆت وەڵامـی خـۆت دەدەیتەوە. پاشان دەبینیت خۆت هەموو شتێك دەزانیت و پێویسـتت بـە هیچی تر نیە.

تەنها گوێبگرە و گوێـت لـە دەنگـی ناخـت دەبێت. ئەگـەر تـۆ متمانـە بـە ئامۆژگاریکارێـك بکـەیت، کـیّ دەبێـت؟ شـتێکی زۆر ماقوڵـە ئـەو ئامۆژگاریکارە خۆت بیت چونکە خۆت هەموو ڕاستیەکانت لایە. کەس ئەو ڕاسـتیانەی تـۆ نازانێـت. کـەس ناتوانێـت بێتـە ناختـەوە و ببینێـت چـی دەگوزەرێت.

یەك خاڵی بەرچاو ڕوونی لێرەدا، کاتێك مـن دەڵـێم گـویّ بگـرە، مەبەسـتم ئـەوە نیـە گـویّ لـەناو مێشـکت بگریـت. چـونکە لێـرەوە شـێتبوون دەسـتپێدەکات. نـا، مـن مەبەسـتم دەنگێکـی سـاناتر و لەسـەرخۆترە.

لەوانەیە بەلای هەندێکەوە ئەم دەنگی ناخە بریتی بێت لە هەستکردن، ئەمەش ئەوەیە جاروبار پێی دەڵێین هەستی ناخ. تەنانەت ئەگەر دەنگیش بێت، زۆربەی جارەکان هیچ ورتەی لێوە نایەت، بەپێچەوانەی مێشکمانەوە کە بەردەوام پرتە و بۆڵەی دێت. ئەگەر گوێ لە مێشکت بگریت و دەنگی ناخت قسەی کرد، دەنگەکە ون دەبێت لەنێو ئەو بۆڵەبۆڵەی مێشکمان ئەنجامی دەدات.

هەروەها ئەم گوێگرتنە بە واتای ئەوەش نایەت پێشبینی ئەوە بکرێت چی ڕوودەدات. ناتوانیت بزانیت کێ و چی پێشبڕکێیەك دەباتەوە، یان کام لایەن جامی کۆتایی دەباتەوە. نا، ئەم دەنگی ناخە بۆ شتە گرنگەکانە، بۆ بڕیارە گەورەکانە، ئایا بۆچی ئێمە بە جۆرێك لە جۆرەکان ڕەفتار دەکەین. ئەگەر لەخۆت بپرسیت وەڵامەکەت دەست دەکەوێت.

Scanned with CamScanner

یاسای ١٣

بێ ترس، بێ کتوپڕیی، بێ تێدامان، بێ گومانبردن

ئەم هەموو شتە لەکوێوە هات؟ ئەمە وتەی جەنگاوەرێکی سامورایی یابانیە لە سەدەی حەڤدەهەمدا. ئەمە ئەو چوارخاڵی سەرکەوتنەیە بۆ ژیان و شمشێربازیی داناوە.

بێ ترس: نابێت لەم ژیانەدا شتیك هەبێت تۆ لێی بترسیت. ئەگەر شتێکی وا هەیە، دەبێت کاری لەسەر بکەیت تا بەسەر ئەو ترسەتدا زاڵ بیت. لێرەدا دانپێدانانێکی خۆم دەنوسم، ئەویش ترسە لە بەرزایی. ئەگەر بتوانم خۆم بەدوور دەگرم لە شوێنی بەرز. لەم دواییانەدا، بەهۆی لێچوونی ئاوەڕۆی بارانەوە، ناچاربووم بە سنگە خشکێ بچمە سەر سەربانی ماڵەکەمان، کە سێ قاتە و تەنیشتێکیشی تا خوارەوە هیچی لێ نیە. دانم بەخۆمدا گرت و هەر دەمووت "بێ ترس، بێ ترس، بێ ترس"، تا کارەکەم تەواو کرد وە بێگومان تەماشای خوارەوەم نەکرد. ترسەکەت هەرچییەك بێت، ڕووبەڕووی ببەوە و زاڵ ببە بەسەریدا.

بێ کتوپڕیی: ژیان پڕە لە کتوپڕیی و سەپرایز، وایە یان نا؟ بۆخۆت خەریکی ژیانی خۆتیت و لەپڕ شتێکی گەورە دێتە بەردەمت،بەڵام ئەگەر بە ئاگاوە بڕوانیت ئەوا دەبینیت هەموو کات وردە زانیاری هەبووە پێی دەوتیت دووچاری ئەو شتە دەبیتەوە. لێرەدا کتوپڕیی و سەپرایز بوونی نیە کەواتەئێستا لە هەر دۆخێکدایت، دڵنیابە گۆڕانکاری بەسەردا دێت، لێرەشدا کتوپڕیی و سەپرایز بوونی نیە. ئەی بۆچی وادەردەکەوێت ژیان

زۆرجار توشی کتوپڕیی و سەپرایزمان دەکاتەوە؟ چونکە نیوەی ژیانمان ئێمە خەوتووین. بە ئاگابێرەوە و هیچ شتێك ناتوانێت لەپڕ تووشت بێت. بێ تێدامان ایەنەکان لێکبدەرەوە و خەریکی ئەو کارەبە دەتەوێت. ئەگەر تێدابمێنیت، ئەوا هەلەکەت لەدەست دەچێت. ئەگەر کاتێکی زۆر بەسەر بەریت بە بیرکردنەوەوە، هەرگیز بڕیارت بۆ نادرێت. هەرکات بژاردەکانمان لێکدایەوە، ئەوا بژاردەیەك هەڵدەبژێرین و بڕیارێك دەدەین و دەست دەکەین بە کار.

نهێنیەکە ئەمەیە، بێ تێدامان واتە بێ چاوەڕێکردنی ئەوەی خەڵکانی تر یارمەتیمان بدەن و بڕیارمان بۆ بدەن. بێ تێدامان واتە ئەگەر شتێك هەر دەبوو ڕوویدات، ئەوا بڕۆ و بەرەو ڕووی ببەوە و چێژ لە دۆخەکە ببینە. ئەگەر هیچ شتێکمان لەدەست نەهات، ئەوا چاوەڕیکردن هیچ سوودی نیە.

بێ گومانبردن: هەرکات خۆت یەکلایی کردەوە دەربارەی شتێك، تەواو ئیتر هێندە لە مێشکتدا مەیهێنە و مەیبە. بیری لێمەکەوە و چێژی لێ ببینە، پشوو بدە و بیری لێمەکەوە. واز لە دوودڵ بوون بێنە. بێگومان بە لەوەی بەیانی هەر دێت. ژیان هیچ گومانێکی تێدا نیە. ژیان بریتیە لەوەی هەیە. متمانەت بەخۆت هەبێت. پابەند و پەیڕەوکار بە. دڵنیابە لە خۆت. هەر کات خۆتت تەرخانکرد و پابەند بوویت بە ڕێچکەیەکەوە، یان بە پلانێکەوە، ئەوا بێ دوودڵی بەردەوامبە لەسەری. گومانت نەبێت لەوەی کارەکەت ڕاستە و گومانت نەبێت لەوەی سەرکەوتوو دەبیت. بەردەوامبە و بەتەواوەتی متمانەت بە بڕیار و حوکمدانی خۆت هەبێت.

یاسای ١٤

خۆزگە ئەو کارەم ئەنجام بدایە، وە ئەنجامیشی دەدەم

ئای لە پەشیمانیەکان، منیش چەند پەشیمانییەکم هەیە...لەوانەیە وا بۆی بچیت من بڵێم نابێت پەشیمانیمان هەبێت، یان نابێت بڵێین "ئەگەر وامان کردبا". چونکە بوونی پەشیمانی دەکرێت زۆر بەسوود بێت، ئەگەر بۆ ئەنجامدانی جیاوازی و بەردەوامبوون بەکاری بێنیت. سێ حاڵەتی "خۆزگە ئەو کارەم ئەنجام بدایە" بوونیان هەیە. یەکەمیان بریتیە لەوەی تۆ بە ڕاستی هەست دەکەیت گرنگیی تەواوت بە هەلێك نەداوە، یان لایەنێکی هەلەکەت لەدەستداوە. دووهەمیان بریتیە لەوەی دەبینیت کەسێك کارێکی مەزنی ئەنجام داوە و تۆش خۆزگە دەخوازیت تۆ ئەو کارەت ئەنجام بدایە. کۆتا حاڵەت دەربارەی تۆ نیە، بەڵام کەسانی ترن، ئەوانەن کە هەمیشە دەڵێن "منیش دەمتوانی وابکەم". دەڵێن "ئەگەر من هەلە باشەکان و بەختە ناوازەکانم لەبەردەست بوایە". بۆ ئەم کۆمەڵەی کۆتا، هەواڵە ناخۆشەکە ئەوەیە ئەگەر بەخت ببێتە کەسێك و بێت دەستیشیان بگرێت ئەمان هەر لەدەستی دەدەن. کاتێك تەماشای ئەو کارانە دەکەیت کەسانی تر ئەنجامیان داوە، ئەوا دەبینیت ئەم جیهانە دابەش بووە بۆ ئەوانەی ئیرەیی دەبەن بە خەڵکانی تر و ئەوانەی وەکو ئامرازی هاندان تەماشای خەڵکانی تر دەکەن. ئەگەر خۆتت بینی وتت "خۆزگە ئەو کارەم ئەنجام بدایە/بیرم لەو کارە بکردایەوە/لەوێ بومایە/ئەو شتەم ببینیایە/ئەزموونی ئەو شتەم بکردایە/ چاوم بەو کەسانە بکەوتایە/ لەو شتە تێبگەشتمایە"، ئەوا پێویستە تۆ دوای ئەم

قسانه بڵێیت "وه ئێستا، ئەنجامیان دەدەم". زۆر جار ئەو شتانەی خۆزگەی ئەنجامدانیان دەخوازیت ئەنجامدانیان تێنەپەڕیوە، تەنانەت ئەگەر وەکو ئەوەش نەبێت کە جاران ویستوتە ئەنجامیان بدەیت. بۆ نمونە، ئەگەر بڵێیت "خۆزگە لە زانکۆ ساڵێکم بکردایە بە مۆڵەت و گەشتم بکردایە بۆ فلانە وڵات، وەکو فلان کەس"، ئەوا بزانە تۆ ناتوانیت کات بگێڕیتەوە دواوە. بەڵام ئەی ناتوانیت ئێستا مۆڵەتێکی شەش مانگە وەربگریت و گەشتەکەت بکەیت؟ یان مۆڵەتێکی درێژتر وەربگریت و بڕۆیت (ئەگەر گونجا لەگەڵ خێزانەکەت)؟ یان بۆچی پلانێکی تەواو دانانێیت بۆ ئەوەی کە خانەنشین بوویت ئەم کارە بکەیتە یەکەمین کارەکان کە ئەنجامیان دەدەیت؟

ئەم جیهانە دابەش بووە بۆ
ئەوانەی ئیرەیی دەبەن بە خەڵکانی تر و
ئەوانەی وەکو ئامرازی هاندان تەماشای خەڵکانی تر
دەکەن

بەڵام ئەگەر لەسەر ئەوە پەشیمانیت کە مەدالیای ئاڵتونیت بەدەست نەهێناوە لە ئۆلمپیادی ڕاکردنی ٤٠٠ مەتریدا، بەهۆی ئەوەی لە ١٤ ساڵیەوە وازت لە وەرزش هێناوە، ئەوا بزانە لە تەمەنی ٣٤ ساڵیدا ئەم کارەت بۆ ئەنجام نادرێت. ئەوەی دەتوانیت ئەنجامی بدەیت ئەوەیە بڕیار بدەیت چیتر نەهێڵیت هەلی ترت لە دەست بچێت. کەواتە دەتوانیت خولێکی فێربوونی ژێرەمەلەی قوڵ وەربگریت و لە ئەنجامدانی ئەم کارەدا، دڵنیابیت لەوەی پاش ٢٠ ساڵی تر نەڵێیت "خۆزگە خۆم فێری ژێرەمەلە بکردایە."

Scanned with CamScanner

یاسای ١٥

وازهێنان ئاساییە

بێگومان چیرۆکی ئەو کەسانەت بیستووە کە دەیان جار تراییان کردووە بەڵام هەر دەرنەچوون لە شۆفێریەکەدا، هەرچەندە سەرسامیت بە کۆڵنەدانیان بەڵام ئایا هەرگیز بەمێشکتدا نەهاتووە بۆچی واز ناهێنن؟ بێگومان ئەم کەسانە شیاو نین بۆ ئەوەی ئامێرێکی قورسی میکانیکی لە سەر شەقامەکان لێبخوڕن کە پڕە لە منداڵ و کەسانی بەتەمەن و ئاژەڵ و ستونی کارەبا. تەنانەت ئەگەر لە کۆتاییشدا لە شۆفێریەکەدا دەرچوون، لەوانەیە بڵێیت کەسەکە بەختدار بووە، وە ئەگەری کەمە لەگەڵیدا بچیتە ئۆتۆمبیلەوە.

ئەگەر ئەم کەسانە دەستیان هەڵگرت و وتیان "وادیارە من بۆ شۆفێری نەکراوم. باسکیلێك دەکڕم یان بە پاس هاتووچۆ دەکەم". لێرەدا من دەستخۆشی دەکەم لەوەی زانیویانە سەرکەوتوو نابن لە شۆفێریدا. من بەم کەسانە ناڵێم بەزیو و وازهێنەر، یان ڕەخنە بگرم لە ئاستی کۆڵنەدان و هاندانیان[٤]. ئەم کەسانە بە ئاسانی لەو پەیامەی دەدرێت بە گوێیاندا تێدەگەن و پشتگوێشی ناخەن.

هەندیك جار لە ژیانماندا ڕێچکەیەکی هەڵە دەگرینە بەر، هەرچەندە پاڵنەری باشیشمان هەبێت. لەوانەیە بۆمان دەرنەکەوێت ڕێچکەیەکی

[٤] داوای لێبوردن دەکەم نەمتوانی ئەم قسەیە نەکەم.

Scanned with CamScanner

هەڵەمان گرتۆتەبەر تا تاقینەکەینەوە. هەر کات زانیمان ناتوانین بەردەام بین، ئەوا هیچ شەرمی تێدا نیە دانی پێدابنێین. ئەگەر ئەو کۆلیج و خولی فێربوونەی خەریکیت زانیت بۆتۆ ناگونجێت، یان ئەو کارە نوێیەی خەریکیت زانیت پێت ناکرێت، یان ویستت بگوازیتەوە بۆ شوێنێکی تر بەڵام زانیت بۆت ناشێت، یان زانیت ئەو کاتە زیادەیەی تیایدا خەریکی کاروباری گەڕەك و ئەنجومەنی گەڕەکەکەیت بۆتە هۆی بێزار کردن و بێهێزکردنی خۆت و خێزانەکەت، ئەوا ئازایەتی دەوێت دانبە نەتوانین و نەگونجانەکاندا بنێین. ئەمەش پێی ناڵێن وازهێنان. ئەمە ئازایەتیە.

وازهێنان کاتێکە تۆ نەتەوێت هەوڵی زیاتر بدەیت، نەتەوێت سەرقاڵ بیت، تاقەتت بە کاری زۆر نەبێت، یان بترسین لە شکستهێنان. ئێمەی پەیڕەوکاری یاساکان وازناهێنین. بەڵکو زیاتر پابەند دەبین و کارەکانمان ئەنجام دەدەین بەبێ گلەیی و بۆڵەبۆڵ.

لەگەڵ ئەمەشدا، پەیڕەوکارێکی باشی یاسا دەزانێت کەی پێویستە وازبێنێت. ئەگەر هەموو کەس پێی وتیت ڕێچکەیەکی هەڵەت گرتۆتە بەر، ئەوا دەتوانیت زۆر ڕاشکاوانە دانیپێدا بنێیت و بەرەو ڕێچکە ڕاستەکە بڕۆیت. هیچ کەس ناتوانێت لە هەموو شتێکدا سەرکەوتوو بێت، هەندێك جار پێویستە شتەکان تاقیبکەیتەوە تا بزانیت هێزت دەشکێت بەسەریاندا یان نا. لەوانەشە هێزت نەشکێت بەسەر کارەکەدا.

چەند ساڵێك لەمەو بەر وەزیرێکی باڵای حکومەتی شانشینی یەکگرتوو دەستی لەکار کێشایەوە، ئەم خانمە وتەیەکی بەناوبانگی هەیە لێرەدا و وتی "هێزی بەسەر ئەو کارەدا ناشکێت". هەرچەندە من هەرگیز ئەو کەسەم لەلا بەرز نەبووە، بەڵام بەم کارەی زۆر گەورە دەرکەوت

لەبەرچاوم. بەڕاستی ئەو کارە ئازایەتی ویست. لەوانەیە ئەم خانمە لە بەڕێوەبردنی بەشێکی حکومەتدا زۆر باش نەبوبێت، بەلام بە دڵنیاییەوە لە زۆر لە سیاسەتمەدارەکانی تر باشترە لە بابەتی ڕاشکاوی و ڕاستێتی و ئازایەتی و خود ناسیندا. ئەم خانمە نمونەیەکی باڵایە بۆ ئەوەی ئەگەر بە گونجاوی و لە کاتی گونجاودا وازت لە شتێك هێنا، ئەوا ئازایەتی و بەهێزیی کەسایەتی پیشان دەدەیت، نەك لاوازێتی.

پەیڕەوکارێکی یاسای باش دەزانێت کەی پێویستە وازبێنێت

یاسای ١٦

تا دە بژمێرە، یان بڵێ گدی گدی کارەکەم!

جار و بار کەسانێك هەن سەردەکەنە سەرت و وەڕست دەکەن. بەلاَم تۆ پەیڕەوکاری یاسایت و چیتر تورە نابیت. واتە چۆن؟ وەلاَمی ئەم پرسیارە بریتیە لە وتەیەکی کۆنی نەستەق. ئەویش بریتیە لە ژماردن تا دە لەبەردەم خۆتەوە لەگەڵ نزا و هیوای ئەوەی تورەییەکەت خاو ببێتەوە و بڕوات. ئەم کارە بەڕاستی بەسوودە بۆ من، چونکە چەند چرکەیەکی زۆر بە نرخم بۆ دەگێڕێتەوە کە تیایدا هۆشی خۆمم بۆ دەگەڕێتەوە و بیرم دێتەوە من لەکوێم و من کێم. هەرکات خاو و هێور بومەوە، دەتوانم وەلاَمێکی گونجاو بدەمەوە.

> **هەرکات خاو و هێور بومەوە،**
> **دەتوانم وەلاَمێکی گونجاو بدەمەوە**

ئەم ژماردن تا دەیە زۆر گرنگە. لەوانەیە بڵێیت "قسەی کۆنە". ڕاستەکەی کۆنە، بەلاَم کاری خۆی دەکات. بەدڵت نیە؟ زۆر ئاساییە دەتوانیت شتێکی تر لەبەردەم خۆتەوە بڵێیت. وەکو هۆنراوەیەك، بەلاَم دەبێت کورت بێت. لەبەر ئەمەبوو پێشنیاری وتنی "گدی گدی کارەکەم"م کرد.

یان دەتوانیت هۆنراوەیەکی خۆشی وەکو "دەبێت دووبارە بچمەوە ناو دەریا، بۆ دەریا و ئاسمانی تەنها، پۆشاکەکەم بەجێهێشتوە لەوێ،

تـۆبڵێی وشـك بوبنـەوە ئێستـا؟"[٥]. ئەمـە لەوانەیـە بشـتخاتە پێکـەنین و هێوریشت بکاتەوە. لەوانەیـە کەسێك پرسیارێکت لێبکـات و تـۆش دڵنیـا نەبیت لە وەڵامەکەی. تا دە بژمێرە پـێش ئـەوەی وەڵام بدەیتـەوە. گـەر واتکـرد کەسـەکە وا دەزانێـت تـۆ زۆر ژیـر و بیرمەنـدیت. (نەکـەی بڵێیـت خەریکی وتنی گدی گدی کارەکەمم). ئەم ژماردنە وەکو پێدانی کـات وایـە بە مێشکت تا بکەوێتە کار پێش ئەوەی دەمـت بکەیتـەوە، ئـەم وەسـتانە کورتە لەوانەیە ببێتـە ڕێگـر لەبـەردەم چـەندان کێشـەدا. ئەگـەر کەوتیتـە دۆخێکی بەرەنگاربونەوەوە، ژماردنی تا دە زۆر بەسـوودە. جارێکیـان لـە بەشێکی خراپی شـارەکەمدا بـووم بـەڵام زۆرم برسـی بـوو، خـۆم کـرد بـە دوکانێکی ماسی و پەتاتەدا. لەکاتی ئامادەکردنی خۆراکەکەمدا کەسێکی شارەزای ڕوو قایم لە پشتمەوە چرپاندی و وتی دەبێـت زۆر وریـای خـۆت بیت کە چویتە دەرەوەی دوکانەکە. وتم بۆچی؟ وتی ئـەو کـوڕە شـڕانەی لەسـەر دیوارەکـە دانیشـتوون خواردنەکـەت لێدەسـەنن. ئینجـا وتـی "واباشـترە لێـرە چـاوەڕێ بکـەیت". منـیش بـە وریایـەوە دوکانەکـەم بەجێهێشت، نەخێر وریایی نەبوو، ترس بوو! بەڵام خۆم گـورج کـردەوە و قۆپچەی پاڵتۆکەم داخسـت و هەناسـەیەکی قـوڵم هەڵکێشـا و لـە دەرەوە وەستام و تەماشای کوڕەکانم دەکرد. تا دەم ژمارد و من تەماشای ئەوانم دەکرد و ئەوانیش تەماشای منیـان دەکـرد، بـە هێواشـی و بەمەبەسـتەوە بەرەو ڕوویان ڕۆشتم. کاتێك گەشـتمە لایـان، هێشـتا لـە ژماردنـدا بـووم، ئـەوان ڕوویـان وەرگێـڕا و منیـان بەجێهێشـت. بەڕاسـتی ئـەو ماسـی و پەتاتەیە بەتام بوو!

---

[٥] بە داوای لێبوردنێکی گەورەوە بۆ جۆن ماسفیلد، وە سوپاس بۆ سپایك میلیگن

Scanned with CamScanner

یاسای ١٧

ئەوەی توانیت بیگۆڕە، واز لەوانەی تر بێنە

کات کورتە. ئەمەش یەکێکە لەو ڕاستیانەی ناتوانیت لێیان قوتار بیت. ئەمە ڕاستیەکی چەسپاوە. کەواتە ئەگەر کات کورت بێت، ئەوا دەبێت هیچ بەفیڕۆ نەدرێت، تەنانەت یەك چرکەشی. تێبینیم کردووە کەسانی سەرکەوتوو ئەو کەسانەن دوایین دڵۆپی ڕەزامەندی و وزە لە ژیان دەگوشن. ئەم کارەش بەپەیڕەوکردنی ئەم یاسا ساکارە ئەنجام دەدەن. ئەوان تێبینی ئەو شتانە دەکەن کە کۆنترۆڵیان هەیە بەسەریاندا لە ژیانیاندا، وە زۆر بە ئاسانی و بەبێ بەفیڕۆدانی کات واز لە شتەکانی تر دێنن.

ئەگەر کەسێك ڕاستەوخۆ داوای یارمەتی لێکردیت، ئەوا بێگومان ئەگەر ویستت دەتوانیت یارمەتی بدەیت. ئەگەر هەموو جیهان داوای یارمەتیان لێکردیت، ئەوا بێگومان لەوانەیە هیچت لە دەست نەیەت. زۆر ماندوکردن و سەرکۆنەکردنی خۆت دەبێتە هۆی بەفیڕۆدانی وزە و کاتی خۆت. بەڵام لێرەدا وریابە من ناڵێم گوێ بە هیچ شتێك مەدە و ئەوانەی پێویستیان بە یارمەتی بوو پشتگوێ بخە، بەڵکو زۆر بە پێچەوانەوەیە مەبەستەکەی من، بەڵام شتانێك هەن تۆ دەتوانیت جیاوازی و گۆڕانکاریان تێدا ئەنجام بدەیت، وە شتانێکیش هەن تەنانەت ناتوانیت بچوکترین گۆڕانکاری و جیاوازییان تێدا ئەنجام بدەیت.

ئەگەر کاری خۆت بە هەوڵدان بۆ گۆڕانکاری لەو شتانەدا بەسەر بەریت کە رِوونە ناکرێت گۆڕانکارییان تێدا ئەنجام بدرێت، ئەوا ژیان زۆر بە خێرایی فرتە دەکات بە لاتدا و هەلەکانی ترت لە کیس دەچێت. بەلاّم ئەگەر بە تایبەتی خۆت تەرخان کرد بۆ شتانێك کە دەتوانیت گۆڕانکاریی و جیاوازییان تێدا ئەنجام بدەیت، ئەوا ژیانت پڕتر دەبێت و هەست بە ڕەزامەندی زیاتر دەکەیت. تا ژیانت پڕتر بێت، کاتیشت زیاتر دەبێت.

بێگومان ئەگەر کۆمەڵێك کۆ ببینەوە ئەوا دەتوانین گۆڕانکاری لە زۆربەی شتەکاندا ئەنجام بدەین، بەلاّم ئەم یاسایە بۆ تۆ یە، ئەمانە بڕیار و ڕێسای تۆیە، لەبەر ئەوە باسی دەربارەی ئەو شتانەیە کە تۆ دەتوانیت گۆڕانکارییان تێدا ئەنجام بدەیت.

بە تایبەتی خۆت تەرخان بکە بۆ شتانێك کە دەتوانیت گۆڕانکاریی و جیاوازییان تێدا ئەنجام بدەیت

ئەگەر توانای سەرۆك یان سەرۆك وەزیرانت هەبوو، ئەوا دەتوانیت سیاسەت بە شێوەیەك بگۆڕیت کاریگەری بۆ سەر نەتەوەیەك هەبێت. ئەگەر توانای پاپای ڤاتیکانت هەبوو، دەتوانیت دەستت هەبێت لە فەرمانی داهاتووی پاپا دا. ئەگەر توانای جەنەڕاڵێکت هەبوو، دەتوانیت هەڵگیرسانی جەنگێك بوەستێنیت. ئەگەر توانای سەرنوسەرت هەبوو، دەتوانیت ناوی خۆت لە چاپدا بڵاو بکەیتەوە. ئەگەر توانای سەرۆك شاگردت هەبوو، دەتوانیت باشترین مێزی چێشتخانەت بۆ دابنرێت.

هەروەها چەندەها نمونەی تر. کەواتە تۆ توانای چیت هەیە؟ چ جۆرە کاریگەریەکت هەیە و دەتوانیت بەو کاریگەریەت چ گۆڕانکارییەك ئەنجام بدەیت؟

بێگومان هەموومان توانای تایبەت بە خۆمان هەیە. وە ئەوپەڕی کاریگەری کە هەمان بێت بەسەر خۆماندایە. ئەوەشی بە تەواوەتی دەتوانین بیگۆڕین بریتیە لە خۆمان. ئەمەش ناوازەیە. بەڕاستی ئەمە هەلێکی گەورەیە بۆ ئەنجامدانی چەند کارێکی باش. بەڕاستی هەلێکی باشە بۆ بەشداربوون لە کارێکی باشدا. با لەخۆمانەوە دەست پێبکەین و رێبدەین ئەو گۆڕانکاریە بەرەو دەرەوەمان بلاوبێتەوە. بەم شێوەیە پێویست ناکات کاتمان بە فیڕۆ بدەین لە ئامۆگاری کردنی ئەوانەی گوێمان لێناگرن. پێویست ناکات هەوڵ و ماندوبون و وزە و سەرچاوە بەفیڕۆ بدەین لەسەر ئەو شتانەی هیچ کۆنترۆڵێکمان نیە بەسەریاندا و هیچ دڵنیاییەکمان نیە لە سەرکەوتنیان. لەڕێی گۆڕینی خۆمانەوە، دڵنیا دەبین لە وەدەستکەوتنی ئەنجام. ئەنجامی باش.

Scanned with CamScanner

یاسای ١٨

هەوڵبدە باشترین بیت لەوەی ئەنجامی دەدەیت، نەك دووهەم باشترین

هەوڵبدە باشترین بیت لەوەی ئەنجامی دەدەیت، نەك دووهەم باشترین

بەڕاستی ئەمە کارێکی سەختە. هەوڵدان بۆ ئەم کارە زۆر نارەحەتە، بە تایبەتی ئەگەر بە مەبەست ئەنجامی بدەین. ئەگەر کارت هەیە، ئەوا چەندێك بۆت کرا بە باشی ئەنجامی بدە. ئەگەر دایك و باوکیت، ببە بە باشترین دایکوباوك. ئەگەر باخەوانیت، ببە بە باشترین باخەوان. چونکە ئەگەر هەوڵی باشترین نەدەیت، ئەی هەوڵی چی دەدەیت؟ ئەگەر خۆت ئامادەکرد بۆ ئەنجامدانی هەر شتێك، وە بە مەبەست هەوڵت دا دووهەم باشترین بیت لەو کارەدا، ئەوا بەڕاستی کارێکی خەفەتاوی و خەمناك دەکەیت. ئەم یاسایە زۆر ساکار و ئاسانە. با باوانیێتیکردن بە نمونە وەربگرین. بەڕای تۆ باشترین باوانیێتیکردن چۆنە؟ بێگومان ئەم پرسیارە وەڵامی ڕاست و هەڵەی نیە، چونکە هەڵسەنگاندنێکی بابەتیانەیە. بەڕای تۆ باشترین باوانیێتیکردن چۆنە؟ باشە ئێستا تۆ هەوڵ بۆ کەمتر لەوە دەدەیت؟ بێگومان نەخێر.

ئەمە هەموو ئەو کارانە دەگرێتەوە کە ئەنجامیان دەدەیت. هەوڵدەدەیت باشترین بیت کە تۆ بە باشترینی دەزانیت. هەرکات بویتە دادوەر و دەستەی شارەزایانی خۆت، ئەوا بە ئاسانی دەتوانیت بگەیتە ئەو پێشبینیانەی داتناون چونکە بە تەواوەتی پەیوەستن بە خۆتەوە. هیچ

کەسێکی تر ناتوانێت بڵێت شکستت هێنا یان سەرکەوتیت. هیچ کەسێکی تر ناتوانێت پێوەر دابنێت بۆ ئەو کارەی خۆتت بۆ ئامادەکردووە.

بڕوانە، لەوانەیە ئەمە تەڵە بێت. ئەگەر بە تەنها خۆت دادوەر بیت لەسەر ئەوەی بڕیار بدەیت سەرکەوتوویت یان نا، ئەوا بێگومان هەمیشە ١٠ لە ١٠ بەدەست دێنیت. ئەی وانیە؟ نەخێر وانیە. سەرەنجڕاکێشە چەندێك فشار لەخۆمان دەکەین کاتێك بەتەنهاین. ئەگەر فێڵ لەخۆمان بکەین، ئەوا ئەم بابەتە هیچ سوودێکی نابێت.

ناوازەترین لایەن لە دانانی پێوەر بۆ خۆت، بریتیە لەوەی هیچ کەسێکی تر ناتوانێت ببێتە دادوەر بۆت، هیچ کەسێکی تر ناتوانێت بە بیروڕا سەقەتەکەی خۆیەوە ڕاست و هەڵە و باش و خراپ بۆ تۆ دیاری بکات. ئەمە ئازادییەکی بێ سنورە. هەر کات ئامانجت ئەوە بوو باشترین بیت و خۆت پێوەرەکانی ئەو باشترینەت دانا، ئەوا تەنها پێویستت بەوەیە جاروبار تەماشای ئەم پێوەرانەت بکەیتەوە تا بزانیت چۆن و چی دەکەیت.

هیچ کام لەم پێوەر و ئامانجانە پێویست ناکات ووردەکارییان هەبێت. بۆ نمونە، ئەگەر بڵێیت باشترین باوانێتیکردن بریتیە لەوەی "هەمووکات ئاگاداری خێزانەکەم دەبم" ئەوا پێویست ناکات وردەکاری تر بدەیت، تەنانەت بۆخۆشت، وەکو ئەوەی ڕۆژانە پێیان دەڵێیت خۆشم دەوێن یان هەمووکات لەوە دڵنیا بیت گۆرەوی خاوێن لەپێ بکەن. نا، ئامانجەکەت تەنها بریتیە لە "هەمیشە ئاگاداربوون لە خێزان"، ئەمەش باشترینی ئەوەیە بتوانیت ئەنجامی بدەیت. ئەگەر شکستت هێنا ئەوا نەتتوانیوە

Scanned with CamScanner

ئاگاداری خێزانەکەت بیت. شکست هێنـان ئاسـاییە، هەوڵدان بـۆ دووهـەم باشترین ئاسایی نیە.

ئەوەی پێویستە ئـەنجامی بـدەیت بریتیـە لـەوەی لـە ناختـەوە بـیر لـەوە بکەیتەوە کە دەتـەوێت ئـەنجامی بـدەیت پاشـان هەوڵبـدە باشـترین بیـت لەوەدا. نهێنیەکە بریتیە لـە ئاگـاداربوون لـەوەی چـی ئـەنجام دەدەیـت و پێوەرێکت هەبێت کە تـەنها خـۆت لەڕێیـەوە چاودێری هەڵسـوڕانی خـۆت بکەیت. ئامانج و مەبەستەکانت با سادە و ساکار بـن و بێگومـان بتوانیـت بەدەستیان بێنیت. دڵنیابە لەوەی بزانیـت چـی باشـترینە و چـی دووهـەم باشترینە، بەلای تۆوە.

شکست هێنان ئاساییە،
هەوڵدان بۆ دووهەم باشترین ئاسایی نیە

Scanned with CamScanner

یاسای ١٩

پێشبینیی کەماڵ بوون و بێخەوش بوون مەکە

باشە، دەتەوێت باشترین بیت لە هەموو کارێکدا ئەنجامی دەدەیت. بەڵام چی ئەگەر شکستت هێنا؟ ئەگەر هەوڵت دابێت، ئەوا شکست هێنان ئاساییە. تا ئێستا کێت دیوە شکستی نەهێنابێت لە هیچ شتێکدا، بە بچوکترین شکستیشەوە؟ تۆ دەتوانیت مرۆڤ بیت، وە هانیش دەدرێیت مرۆڤ بیت. هەوڵ مەدە خۆت لە کەسانی تر بەرزتر دابنێیت، چونکە کەسانی تر وەکو تۆ جارویار شکست دێنن.

ئەگەر تۆ کەماڵخواز و بێخەوشخواز نیت، وە دەست و پێ سپیلکە و شپرێو و تەمەڵیت و دروشمی "جا چیە" دەڵێیتەوە، ئەوا تکایە ئەم بەشە بپەڕێنە. بەڵام بەڕاستی من کەسێك ناناسم لەم جۆرە بێت. من هاورێیەکم هەیە کاری زیو دەکات. ناو ماڵەکەی زۆر بڵاوە و ژیانێکی تایبەتی لێکهەڵوەشاوی هەیە، بەڵام هەر پارچەیەك لە خشڵ کە دروستی دەکات، بێ خەوش و تەواو دەردەچێت. بێگومان هەموومان لایەنێکی بێخەوشخوازیمان تێدایە.

هاورێ خشڵچیەکەم ڕاست دەکات کە دەبێت هەموو پارچەیەك لە خشڵەکانی دەبێت بێخەوش بن (بێگومان نرخیشیان بەرزە). ئەگەر هەر پارچەیەك ناتەواویی تێدابوو، ئەوا ناکرێت بیفرۆشێت. بەڵام ئەمەش واتای ئەوە نیە بۆ هەر پارچەیەکی ناتەواو دەبێت سەرکۆنە و لۆمەی

Scanned with CamScanner

خۆی بکات. تەنها دەبێت درک بەوە بکات هەموو جارێك پارچەکانی تەواو دەرناچن، وە دەبێت کار بکات لەسەر پارچەی داهاتوو.

بەڕاستی تاقەتی ئەو کەسانەم نیە کە خۆیان بە بێخەوشخواز دەزانن. چونکە وام لێدەکەن هەست بە کەموکوڕی بکەم. ئەمەش هەڵوێست و ڕەفتارێکی باش نیە لە ژیاندا، وایە؟ بچیت وا لە خەڵك بکەیت هەست بە کەموکوڕی بکەن؟ کەواتە با هەرگیز وا نەبین. با هەوڵبدەین باشترین بین، بەڵام درك بەوەش بکەین ئەم باشترین بوونە هەمووکاتێك سەرناگرێت. وەکو بەردە بەنرخەکان، خەوش و ناتەواوی و لاوازیی خۆی هەیە کە جۆرایەتی و تایبەتمەندی دەبەخشن. لەوانەیە ناتەواوییەك لە بەردی بەنرخدا ببێتە هۆی کەمکردنەوەی بەهاکەی (هەموو کاتێکیش وانیە) بەڵام ئەم ناتەواویە ئەوە دەردەخات کە بەردەکە ڕاستەقینەیە و دروستکراو نیە. بەڕاستی لێنارد کۆهن [٦] باشی وتووە لەم ڕووەوە:

لەو جەڕەسانە بدە کە زەنگ لێدەدەن

واز بێنە لە بێخەوشی و کەماڵبوون

هەموو شتێك درزی خۆی هەن

لێوەی ڕووناکی تێدەچن

تۆ، پوختەی تەواوی ئەو شتانەیت کە لە ژیانتدا بەسەرت هاتوون. سەرکەوتنەکان و شکستەکان و دەستکەوتەکان و هەڵەکانیش. ئەگەر

[٦] لە پەڕتووکی (سرودەکان–Anthem)ەوە، هۆنراوەی لێنارد کۆهن © ١٩٩٢ لە بڵاوکراوەی Sony/ATV Music. هەموو مافەکان پارێزراون. بە مۆڵەتەوە نوسراوە.

Scanned with CamScanner

تەنها یەك لایەنی ناتەواو لە ژیانتدا لابدەیت، ئـەوا تـۆ، وەکـو ئـەم تۆیـەی کە ئێستا هەیت، نامێنیتەوە.

ئەم یاسایە پەیوەستە بە یاساکەی پێشووەوە، چونکە من ناڵێم تـۆ خـۆت تەرخان مەکە و بە دڵ و بە گیان خەریکی کارەکانـت مەبـە لەبـەر ئـەوەی پێویست ناکات بێخەوش بیت. وەکـو پـەیڕەوکارێکی یاسـا، مـن دڵنیـام وا لێم تێناگەیت مەبەستم ئەمە بێت. مەبەستەکەم لێـرەدا بریتیـە لـەوەی تـا تۆ لـە هەوڵـدا بیـت بـۆ باشـترین بـوون، نابێـت سـەرکۆنە و لۆمـەی خـۆت بکەیت ئەگەر هەموو کاتێـك نـەتتوانی باشـترین بیـت. نـەك هـەر ئەمـەش، بـەڵکو تـۆ دەبێـت سـەربەرز بیـت بـە ناتـەواوی و خەوشـەکانتەوە وەکـو بەشـێکی گـرنگ لـە تـۆ. ئەمـەش ئـەو هەڵوێسـت و ڕەفتارەیـە وادەکـات خەڵکی حەز بکەن لەگەڵت بن، دڵنیابە لەمە.

دەبێت سەربەرز بیت بە ناتەواوی و خەوشەکانتەوە وەکو بەشێکی گرنگ لە تۆ

Scanned with CamScanner

یاسای ٢٠

له خەونبینین مەترسە

ئەمە لەوانەیە زۆر ڕوون و ئاشکرا و ئاسان بێت، بەڵام سەرسام دەبیت لەوەی چەندە کەس هەن خەونبینینیان زۆر سنوردار دەکەن. ئاخر خەونبینین تایبەتە بە تۆ، نابێت هیچ سنورێکیان هەبێت. پلان و نەخشەکان دەبێت واقیعی بن، بەڵام خەون نا.

پلان و نەخشەکان دەبێت واقیعی بن،
بەڵام خەون نا

له بواری گازینۆ دا بۆ چەندان ساڵ کارم کردووە، هەمیشە ئەو کڕیارانەی نەیانزانیوە بۆ دەدۆڕێن سەیربوون بەلامەوە، چونکە هیچ کاتێك سنوریان بۆ دۆڕاندن دا نەدەنا، بەڵام سنوریان بۆ بردنەوە دا دەنا. مەپرسە بۆ، وابزانم قومارچیە ئالودەبوەکان مێشکیان تەواو نیە. سەرەتا بە باشی دەست پێدەکەن و دەڵێن "تەنها ئەم پێنج پاوەندە دەدۆڕێنم و تەواو"، بەڵام لە ئەنجامدا چی دەبێت؟ ئەو پێنجە دەدۆڕێنن، پاشان چەکێك دەنوسن، دوای ئەوە چەکێکی تر دەنوسن بە دوای ئەمەدا، ئینجا دانەیەکی تر دەنوسن.

من هیچ مەبەستم بانگەشەکردن نیە بۆ قومارکردن، نە ئێستا و نە هیچ کاتێك، چونکە هیچ کارێکی باش نیە، باوەڕم پێبکە من دەزانم. مەبەستم

Scanned with CamScanner

لەم باسە بریتیە لەوەی خەڵکی سنور بۆ خەونەکانیان دا دەنێن بەهەمان شێوەی چۆن سنور بۆ بردنەوەکانیان دا دەنێن. هەرچەندە خەونبینینیش هیچ زیانێکی نیە. کەواتە سنورداریان مەکە! دەتوانیت چەندێك بەرز، چەندێك فراوان، چەندێك گەورە و بەربلاو و مەحاڵ و گێلانە و سەیروسەمەرانە و نا واقیعیانە و بێ مانابیت بۆیت خەون ببینیت.هەروەها دەشتوانیت چیت ویست خۆزگەی بۆ بخوازیت. بەلام بزوانە، خۆزگە و خەونەکان هەردووکیان شتانێکی تایبەت بە خۆتن. نە پۆلیسی خۆزگەکان و نە دکتۆری خەونەکان بوونیان نیە تا بگەڕێن بەدووی خەونی ناواقیعیدا و بیانگرن و بەندیان بکەن و هەوڵی چاککردنەوەی بدەن. ئەمانە شتی تایبەت بە خۆتن لە نێوان خۆت و. ...، بەڵێ، لە نێوان خۆت و تەنها خۆتدا.تەنها یەك ئاگاداری لێرەدا بوونی هەیە، ئەمەش لە ئەزموونی خۆمەوە باس دەکەم، ئەویش ئەوەیە زۆر ووریای ئەوە بیت کە خۆزگەی بۆ دەخوازیت و خەونی پێوە دەبینیت، چونکە لەوانەیە بێنە دی. ئەگەر هاتنە دی تۆ چی دەکەیت و لەکوێ دەبیت؟زۆر کەس وا هەست دەکەن دەبێت خەونەکانیان واقیعی بێت تا شایستەی خەونبینین بێت. بەلام ئەمە پلان و نەخشەدانانە و ئەمەش زۆر جیاوازە. من کە پلان دادەنێم هەنگاوی لۆژیکیی بۆ دەنێم تا جێبەجێی بکەم. بەلام خەونەکان دەکرێت ناواقیعی بن و لەوانەیە هەرگیز نەیەنە دی. لێرەشدا مەبەستم ئەوە نیە بچیت بیر لەوە بکەیتەوە هەرگیز هیچت وەدەست نایەت و بۆخۆت دانیشیت دالغە لێبدەیت. هەندێك لە سەرکەوتووترین کەسەکان وێراویانە زۆرترین خەون ببینن. دڵنیابە سەرکەوتن و خەونبینینەکانیان بە رێکەوت نەبووە.

ئەگەر ویستت لە پردێکەوە باز بدەیت، لە قوڵیی ئاوەکە دڵنیابەوە

من هیچ کاتێک گوێم بە مەترسی نەداوە. لەوانەیە هەندێک کەس بڵێن من لە ڕادەبەدەر گوێم بە مەترسی نەداوە. بێگومان پەشیمان نیم لە هیچ ئەو کارانەی کردوومە بە درێژایی ساڵەکان چونکە منیان گەیاندۆتە ئەم ڕۆژەی ئێستا، بەڵام مەبەستم ئەوەیە هیچ کاتێک نازانیت ئەگەر ئەو کارەت نەکردایە، چیت لێ بەسەر دەهات. بەڵام جاروبار خۆم بە خۆم دەڵێم "هەی گەمژە! بۆ ووریای ئەو دەرەنجامە نەبویت؟"

وەڵامی ئەمە بێگومان بریتیە لەوەی نەمزانیوە ئاوەکە چەندێک قوڵە پێش ئەوەی خۆمی تێ فڕێبدەم. جارێکیان کارێکی زۆر باشی سەقامگیرم واز لێهێنا تا ببمە نوسەر. بیرم لەوە نەکردەوە چەندێک کاتی دەوێت تا لە نوسینەوە پارە پەیدا دەکەم. پلانی ئەوەم دانەنا ئایا پارە هەڵگیراوەکانم بەشم دەکەن یان نا، پارەی ڕەهن و کرێی ئاو و کارەبا و خەرجی هەفتانە و تێچوونی ئۆتۆمبیل و خۆراکی ئاژەڵی ماڵی و هەموو شتەکانی ترم لێك نەدابۆوە پێش ئەوەی دەست بکەم بە شێوازێکی ژیانی تر. هەرچەندە لە کۆتاییدا توانیم لە ڕێی نوسینەوە پارە پەیدا بکەم، بەڵام بە ڕاستی ساڵەکانی سەرەتا نارەحەت و زەحمەت بوون.

هەمیشە تۆقاوم لەوەی وەکو ئەو کەسانەم لێبێت کە هیچ کاتێک سەرکێشی ناکەن و ناچن بۆ هیچ شوێنێك و ناگۆڕێن و گەشە ناکەن و

هیچ کارێك ناکەن و درك بە خەونەکانیان ناکەن. ئەم کەسانەم زۆر دیوە و نامەوێت ناوم بچێتە پاڵ ناوی ئەمانە. بە تێپەڕبوونی ساڵەکان بۆم دەرکەوت ئەو کەسانەی بە ڕاستی دڵخۆشن ئەو کەسانەن کە سەرکێشی دەکەن و گوێ نادەنە مەترسی، بەڵام بێگومان سەرەتا دەزانن چ کارێك دەکەن. بەهانەی ئەوە ناهێننەوە تا لە کەناری ئارامی بمێننەوە، بەڵام قوڵیی کارەکەش تاقیدەکەنەوە پێش ئەوەی خۆیانی تێ فڕێبدەن. کاتێك فێربووم (بەداخەوە زۆر درەنگ) چاو لەم کەسانە بکەم، بۆم دەرکەوت ئەم کارە منیشی دڵخۆشتر کردووە. ئەوەی دەمەوێت بەدەستی دێنم، بەبێ ئەوەی زۆر بە زەحمەت خەریکی ببم وەکو جاران.

لە ڕابردوودا زۆر خۆش باوەڕ و ساویلکە بووم. جاران هاوڕێکانم دەیانوت "وەرە ناوەوە، کارەکە زۆر خۆشە، بەشداری بکە لەم کارەدا/پشووەدا/یاریەدا". منیش بەبێ تێڕامان و بیرکردنەوە بەشداریم دەکرد. بە شێوەیەکی کۆمیدی ئاسا، کارەکان زۆرجار ناڕەحەت و ناخۆش و ناڕوون و بێزارکار دەبوون. ئاخ لەو سەردەمە! هەروەها هاوڕێی ترم هەبووە کە داوایان لێکردووم پشتیوانیان بکەم بە جۆرێك لە هێز و توانای من زیاتر بووە. هەموومان هەستێکمان هەیە لە ناخماندا کاتێك هاوڕێکانمان توشی کێشە دەبن دەمانەوێت یارمەتییان بدەین، بەڵام هەندێك جار یارمەتیدانەکە لە توانای خۆمان گەورەترە، وەکو ئەو قەرزەی هاوڕێکەت نەتوانێت بتداتەوە. یان پێدان و دانانی کات بۆ گوێگرتن لە کێشەکانیان ئەگەر بووە هۆی دروستبوونی کێشە بۆ ژیانی خۆت و خێزانەکەت.

کەواتە ئەگەر لە پردێکەوە لەگەڵ هاوڕێیەکت یان خۆت بە تەنها خۆت هەڵدا، سەرەتا بزانە ئاوەکە چەندێك قوڵە. لەوانەیە ئاوەکە زۆر خۆش بێت، بەڵام هەندێك جار واباشترە باز نەدەینە کارێکەوە و سەرەتا بیپشکنین، تا بزانین خۆمان فڕێ دەدەینە ناو چیەوە.

هەندێك جار واباشترە باز نەدەینە کارێکەوە و سەرەتابیپشکنین،
تا بزانین خۆمان فڕێ دەدەینە ناو چیەوە

Scanned with CamScanner

یاسای ٢٢

له ڕابردوودا مەمێنەوە

ڕابردوو هەرچییەك بووبێت، تێپەڕیوە. ئێستا هیچ شتێکت پێناکرێت تا ئەوەی تێپەڕی بگۆڕیت، لەبەر ئەمە دەبێت هزر و هۆشت بخەیتە سەر حاڵی حازر. خۆگرتن لەوەی بیر لە ڕابردوو بکەیتەوە سەختە بەڵام ئەگەر دەتەوێت لە ژیانتدا سەرکەوتوو بیت، ئەوا دەبێت هزر و هۆشت بخەیتە سەر ئەوەی لە ئێستادا دەگوزەرێت. لەوانەیە خۆت پێنەگیرێت و بتەوێت بیر لە ڕابردوو بکەیتەوە، لەبەر ئەوەی زۆر ناخۆش بووە یان زۆر خۆش بووە. هەر کامێکیان بووبێت، دەبێت پشتگوێی بخەیت چونکە تاکە ڕێگەی ژیان بریتیە لە ژیان لە ئێستادا.

ئەگەر دەچیتەوە ڕابردوو بەهۆی پەشیمانیەوە، ئەوا دەبێت دڵنیا بیت لەوەی ناتوانیت بگەڕێیتەوە و ئەوەی کردووتە نەیکەیت و دووبارەی نەکەیتەوە. ئەگەر خۆت بە هەستی تاوانباریدا هەڵواسیوە، ئەوا دڵنیابە تەنها زیان لە خۆت دەدەیت. هەمووومان بڕیاری هەڵەمان داوە کە بۆتە هۆی ئەوەی بە خراپی کار بکاتە سەر کەسانی چواردەورمان، ئەو کەسانەی پێمان وتوون خۆشمان دەوێن بەڵام بە خراپی مامەڵەمان لەگەڵ کردوون. تازە ناتوانیت هیچ شتێك بکەیت بۆ سڕینەوەی ئەو مێژووەت. ئەوەی دەتوانیت ئێستا خۆتی بۆ یەکلا بکەیتەوە بریتیە لەوەی جارێکی تر بڕیاری هەڵە نەدەیت. درککردن بەوەی لەکوێدا هەڵەمان کردووە و

Scanned with CamScanner

ئەوپەڕی هەوڵدانمان لەوەی جارێکی تر دووبارەی نەکەینەوە بریتیە لەوەی دەتوانین بیکەین و هیچ کەس ناتوانێت لەمە زیاترمان داوا لێبکات.

ئەگەر ڕابردوو بۆتۆ باشتربوبێت و زۆر بیر لە ڕۆژە خۆشەکانت دەکەیتەوە، ئەوا فێری چێژوەرگرتن لە ساتە خۆشەکان ببە، بەڵام بەردەوامیش ببە لە ژیان و هەوڵبدە بۆ دۆزینەوەی سات و کاتی خۆش لە ئێستادا. ئەگەر ڕابردوو بە ڕاستی خۆشتر و باشتر بوبێت (بۆ ساتێك ئەم بیرکردنەوەیە بۆستێنە) ئەوا بزانە بەهۆی چیەوەیە، پارە، دەسەڵات، تەندروستی، بەهێزی، خۆشی، لاوێتی. پاشان بەردەوامبە لە گەڕان بەدوای لایەنی تری ژیاندا لە ئێستادا. هەموومان دەبێت ساتە خۆشەکانی ڕابردوومان بەجێبهێڵین و بەدووی ئاستەنگی و بواری نوێدا بگەڕێین تا ئیلهام بەخش و هاندەربێت بۆمان.

هەموو ڕۆژێك ئێمە لە خەو هەڵدەستین بۆناو ڕۆژێکی نوێ و تازە، دەتوانین چیمان بوێت ئەوەی تێدا بکەین، چیمان بوێت ئەوە لەو پەڕە پاکەدا بنوسین. بەردەوامبوون بەم بیر و هۆشەوە کەمێك سەختە، وەکو دەستپێکردنی وەرزش وایە، سەرەتا زۆر گران و ناڕەحەتە، بەڵام ئەگەر کۆڵنەدەر بیت، ئەوا وورده وورده دەتوانیت ڕابکەیت و بڕۆیت و مەلە بکەیت بەبێ ئەوەی بیریشی لێبکەیتەوە. بەردەوامبوون زۆر سەختە و پێویستی بە هێزێکی گەورەی تەرکیزکردن و جەختکردن و تەرخانکردن و کۆڵنەدان هەیە.

هەوڵبدە وەکو ژوورێکی جودا لەو شوێنەی تیایدا دەژیت لە ڕابردوو بڕوانیت. دەتوانیت سەردانی ئەو ژوورە بکەیت، بەڵام ناتوانیت چیتر

تیایدا بژیت. دەتوانیت سەردانی بکەیت بەڵام چیتر ئەو ژوورە ماڵی تۆ نیە. ماڵی تۆ لە حاڵی حازردایە. هەر ساتێکی ئەم حاڵی حازرە زۆر بەنرخە. هیچ ساتێکی بە فیڕۆ مەدە لە مانەوە لەو ژوورە کۆنەدا. ئەوەی ئێستا ڕوودەدات مەهێڵە لەکیست بچێت بەهۆی سەرقاڵبوونت بە ڕابردووەوە، چونکە لە داهاتوودا بەهەمان شێوە سەرقاڵ دەبیت بە ئێستاوە و بیر دەکەیتەوە لەپای چی بە فیڕۆتدا. لێرە بژی، لە ئێستادا بژی، لەم ساتەدا بژی.

لێرە بژی،
لە ئێستادا بژی،
لەم ساتەدا بژی

یاسای ٢٣

لە داهاتوودا مەژی

ئەگەر واتزانی یاساکەی پێشوو سەختە، ئەی بۆ ئەمە چی دەڵێیت... لەوانەیە بڵێیت داهاتوو ئەو کاتەیە شتەکانی تێدا ڕوودەدات. داهاتوو ئەو کاتەیە تێیدا سەرکەوتوو دەبم، دڵخۆش دەبم، دەوڵەمەند دەبم، جوان دەبم، بەناوبانگ بم، دەکەومە خۆشەویستیەوە، کاربکەم، لەم پەیوەندیە سەقەتە بچمە دەرەوە، بچمە دەرەوەی شار، هاوڕێکانم دێنە دەورم، چیم بوێت بە پارە دەیکرم. بەڵێ، ئەوانە دەکرێت پلان و خەون بن. بەڵام دووبارە، حاڵی حازر ئەو کاتەیە کە شتەکانی تێدا ڕوودەدەن. ئێستا ئەو کاتەیە کە هەموو ژیانت چاوەڕێی بویت. حاڵی حازر ئەو ساتەیە کە دەبێت بەگرنگی بزانیت بەبێ ئەو شتانەی خوازیاریانیت. بڕوانە، خواستن بەڕاستی شتێکی زۆر خۆشە. هەبوونی ئەو خەونانە زۆر ناوازەیە. هەرگیز ڕێمەدە کەس پێت بڵێت خەون بینین شتێکی خراپە. هەروەها بەلاتەوە گرنگ بێت کە ئەوە تۆیت ئێستا خەونەکان دەبینیت. چێژ لە خۆزگە و خواستنەکانت ببینە. چێژ لە ژیان و بەهێزی و وزە ببینە بۆ ئەو خەونانەت.

ژیان لە ئێستادا بە واتای ئەوە نایەت هەموو بەرپرسیارێتی و گرنگیپێدانەکانت وەلا بنێیت، هەروەها بە واتەی ئەوە نایەت پاڵی لێبدەیتەوە و بەتەمای ئەوپەڕی تەمبەڵی ببیت، وە بە واتای ئەوە نایەت

بە چوارمشقی دابنیشیت و خەریکی هەناسەی قوڵ ئەندێشەلێدان بیت، هەرچەندە هەموو ئەمانە زۆر ئاساییـن ئەگەر بتەوێت. من مەبەستم ئەوەیە جاروبار ساتێك وەربگریت و قەدری ژیانت بزانیت و بە جۆرێك ڕەفتار بکەیت وەکو ئەوەی ئەمڕۆ زۆر گرنگە و بەو پەڕی تواناتەوە بژیت، لە حاڵی حازردا.

ئێمە ناتوانین هەموو دڵخۆشیەکانی داهاتوومان هەڵبگرین بۆ داهاتوو، وە بڵـێین "ئەگەر تەنها دەوڵەمەندتر/ گەنجتر/ تەندروستتر/ دڵخۆشتر/ خۆشەویستراو تر بومایە و لەم پەیوەندیەی ئێستادا نەبوومایە/ کارێکی باشترم هەبوایە/ منداڵی ژیرتر/ ئۆتۆمبیلی باشترم هەبوایە و جەستەیەکی ڕێکتر و وەرزشیی تر و قژێکی زیاتر و ددانی باشتر و پۆشاکی زیاترم هەبوایە... قسەکان تەواو نابن. ئەگەر تەنها فلانە لایەن گۆڕانکاریی بەسەردا بهاتایە شتەکان باشتر دەبوو، وانیە؟ بەداخەوە نەخێر، چونکە شتەکان وا ناگوزەرێن. ئەگەر فلانە شت بگۆڕدرایە، ئەوا هەموو کات شتەکان بەجۆرێکی تر دەگوزەران و دڵخۆشیەکانیان دەکەوتنە کاتێکی ترەوە. ئەگەر لەپڕ جەستەت ڕێکتر و وەرزشی تر و هەرچیەکی تری لێهات، ئەوا بێگومان دەبینیت دەتەوێت دەوڵەمەنتر و هاوژینەکەت زیاتر خۆشی بویستیتایە. واتە بەدووی شتی تردا دەگەڕایت تا دڵخۆشت بکات. گەورەتر و باشتر و دەوڵەمەندتر و جەستەی ڕێکتر لە مێشکت دەربکە. کلیلی دڵخۆشی بریتیە لە قەدرگرتنی ئەو شتانەی ئێستا هەتن و دەتوانیت خەون ببینیت و پلانی تر دابنێیت. بەم شێوەیە کەمێك دڵخۆشیەکەمان لە ئێستادا زیاد دەکات وەك لەوەی بەردەوام بڕوانینە داهاتوو، کە بەڕای ئێمە دڵخۆشییەکان لە داهاتوودان.

وا نـەزانیت مـن هـەموو لایەنـەکانی ژیـانم تـەواوە، نـەخێر وانیـە. منـیش پێویستم بەوەیـە کـەمێك کێشـم دابـەزێنم، وە بێگومـان جەسـتەم ڕێکـتر بکـەم و شـتانی زیـاترم بەدەسـت بێـت (هـەمووومان بێگومـان دەمانـەوێت شتمان بەدەست بێت). منیش بێگومان قەدری ئەوە دەگرم خـۆم چـۆنم و ئێستا چیم هەیە، چونکە ئەوەی ئێستا هەمە ئەوە ڕاستەقینەیە، ئەمـەش نهێنیی ئەم بابەتەیە. ئەو منەی کە ئێستا هـەم، مـنی ڕاستەقینەیە، مـنی داهاتوو هێشتا نەبۆتە ڕاستەقینە و لەوانەشە نەبێتـە ڕاسـتەقینە. (ڕەنگـە بڵێیت واتە من لەوەناچێت کێشم داببەزێنم؟ بـەڵێ ڕاسـت دەکـەیت). ئـەو شتانەی ئێستا هەمن هیچ نەبێت ڕاسـتەقینەن و بەرجەسـتەن. خەونـەکان زۆر ناوازە و چاکن بەڵام واقیعیش چاکە.

خەونەکان زۆر ناوازە و چاکن
بەڵام واقیعیش چاکە

Scanned with CamScanner

یاسای ٢٤

ئاگاداری ژیان به، زۆر خێرا تێدەپەڕێت

هەموو ڕۆژ و چرکەیەك، ژیان زۆر بە خێرایی تێدەپەڕێت. وە تابێت خێراتر و خێراتر تێدەپەڕێت. جارێکیان لە پیاوێکی تەمەن ٨٤ساڵانمپرسیئایاژیانخاوتردەبێتەوەلەگەڵچونەتەمەنەوە؟مننناتوانموەڵام دەکەیئەووەکوخۆیینوسمەوەبەڵام تێگەشتم کە نەخێر خاوتر نابێتەوە. بەڵکو خێراتر دەبێت. هەندێك جار وا بیردەکەمەوە لەوانەیە کاتی پێویستمان نەبێت خۆمان ئامادە بکەین بۆ خێرا تێپەڕبوونی ژیان. وەکو چۆن وەرزشەوانێك خۆی گەرم دەکات بۆ پێشبڕکێ،بەڵام ئەگەر دەتەوێت ژیانت هەموو سەرکەوتن و دڵخۆشیی و ڕەزامەندیی و واتاداری و پڕاوپڕ بێت لە سەرکێشی و خەڵات، ئەوا ئەم یاسایە بەوپەڕی سانایییەوە واتە لەگەڵ ژیان بڕۆ. منیش دڵنیام تۆ ئەمەت دەوێت، ئەگەر نا ئەم پەڕتووکەت نەدەخوێنەوە.ئەی باشە چۆن لەگەڵ ژیان بڕۆین؟ ئاسانترین ڕێگە بریتیە لەو ڕێگەیەی کە هەموو کارێکی ترمان تێدا ئەنجامداوە. سەرەتا ئامانجێك دیاری دەکەین (مەبەستێك، کارێك)، پاشان پلانی بۆ دادەڕێژین، پاشان کرداری پێویستی بۆ دادەنێین تا بمانگەیەنێتە ئامانجەکەمان و پاشان، دەست پێدەکەیت.

بیهێنە پێشچاوت بەڕێوەبەری پرۆژەیەك بیت لە کۆمپانیایەکی گەورەدا و کۆمپانیاکە داوات لێدەکەن بۆ نمونە پێشانگەیەك ڕێکبخەیت. بێگومان سەرەتا یەکلای دەکەیتەوە چیت دەوێت لە پێشانگەکە و دەتەوێت چی

Scanned with CamScanner

بەدەست بێنێت (بۆ نمونە فرۆشتنی ۱۰۰ کالآیانبەخشینیدیارییان ڕاکێشانی ۲۰ کڕیارینوێ). بەم جۆرە تۆ ئامانجێک دادەنێیت. پاشان پلانەکەت دادەڕێژیت، وەکو بەکرێگرتنی شوێن و ڕێکخستنی ستاف و چاپکردن و هتد. لەگەڵ دارشتنی پلانەکەتدا، دەزانیت چیت پێویستە و پاشان دەستی پێدەکەیت.

ژیانیش هیچی جیاواز نیە لەگەڵ ئەمە. وەکو پڕۆژەیەک وایە، بەلآم لەسەر ئاستێکی زۆر بالآتر و فراوانتر و گرنگتر لە پێشانگەیەک!

دڵنیام ئێستا تێگەشتویت مەبەستم چیە. دەبێت دەست بە ژیان بکەیت، بەلآم زۆر بە ئاسانی خاو دەبیتەوە ئەگەر ئامانج (یان چەند ئامانجێک) و پلانت نەبێت. ئەگەر نەزانیت بەرەو کوێ دەڕۆیت و دەتەوێت چیت بەدەست بێت ڕۆژەکان زۆر بە ئاسانی تێکەڵی یەکدی دەبن.بەو بۆنەیەوە هیچ کام لەمانە نابێت نەرمیلە ژیان هەڵگرن و ژیان چەقبەستوو بکەن ئەگەر تۆ وا تێگەشتوویت. من ژیان وەکو پڕۆژەیەک نابینم. من ژیان وەکو ئاستەنگی و سەرەنجڕاکێش و دەوڵەمەند و هەمەجۆر و پێشبینی نەکراو و ئەزموونێکی ناوازە دەبینم. بەلآم دەبێت بیر لە ژیان بکەیتەوە ئەگەر بتەوێت باشترینی لایەنەکانی ژیان وەدەست بێنیت. بەبێ بیرکردنەوە، ڕۆژەکان تێکەڵ دەبن. بەبێ بیرکردنەوە، زۆر بە ئاسانی ژیان ڕات دەماڵێت و نقوم دەبیت.

دەبێت بیر لە ژیان بکەیتەوە
ئەگەر بتەوێت باشترینی لایەنەکانی ژیان وەدەست بێنیت

یاسای ٢٥

جێگیر و تەواوکار بە

لەلایەن خوێنەرێکەوە ئیمەیڵێکم بۆ هات لەسەر چاپی یەکەمی ئەم پەڕتووکە، خوێنەرەکە باسی نمونەیەکی کردبوو کە لە یەکێك لە یاساکاندا نوسیومە و بۆتە هۆی دژیەکبوونی لەگەڵ یاسایەکی تردا. نەخێر پێت ناڵێم کامیانە، دەبێت خۆت وەکو ئەو خوێنەرە بیدۆزیتەوە.

بۆ بەرگری لە خۆم، دەمەوێت لێرەدا بڵێم من پەیڕەوی یاسای بێخەوش نەبوون دەکەم. بەڵام هیچ نکوڵییەکی تێدا نیە لەسەر ئەوەی ئەو خوێنەرە هەڵەکەی گرتم و زۆر بە ڕێزەوە پێی وتم کە دەبێت جێگیر و تەواوکار بم.

من هیچ کات هێندە لوت بەرز (یان گێل) نەبووم بڵێم هیچ کات لە یاساکانم ناشکێنم. چونکە ئەم یاسایانە لە دەرەنجامی چاودێریکردن و تەماشاکردنمەوە بۆ خەڵکی دروست بوون، نەك ئەوەی بە حەزی خۆم دامنابێتن. لەبەر ئەمە چەندێك توانیم پەیڕەویان دەکەم، وە تا بچمە تەمەنەوە، زیاتر دەیانپێکم. بێگومان هەمووکاتێکیش نا.

بەڵام ئێمە بە دڵنیاییەوە دەبێت ئامانجمان جێگیربوون و تەواوکاربوون بێت لە پەیڕەوکردنی ئەو یاسایانەی بڕیاری جێبەجێکردنیان دەدەین (یاساکانی ئەم پەڕتووکە و یاسای تر). هەڵبژاردنی ڕێچکەیەکی ژیان هیچ سوودێکی نیە ئەگەر لە بچوکترین کێشەدا وازی لێبهێنیت.

Scanned with CamScanner

بەلای منەوە منداڵەکانم گەورەترین یارمەتیدەر بوون بۆم لەم لایەنەدا. (ئەگەر منداڵت نیە ئەوا دەبێت وریاتر و زیاتر کاربکەیت تا ناتەواوکاریەکانی خۆت دەستنیشان بکەیت). ئەگەر مشتومڕ بکەیت لەسەر لایەنێك لەگەڵ منداڵەکانتدا، ئەوا گومانت نەبێت دەتوانیت پشتیان پێببەستیت بۆ دەستنیشانکردنی هەر ناتەواوکارییەك هەبێت لە مشتومڕەکەتدا، یان هەر ناتەواوکارییەك لەوەی ئێستا چییان پێدەڵێیت و خۆت رۆژی پێشوو چیت کردووە. هێڵی جیاکردنەوەی ناتەواوکاریی و دووڕوویی زۆر باریکە، تا ڕوونتر بین باوەڕمان بە چیە و بۆچی، تەواوکاربوونمان ئاسانتر دەبێت لەوەی بیری لێدەکەینەوە و دەیڵێین و ئەنجامی دەدەین.

بۆ نمونە، با بڵێین منداڵەکەت ئەوە دەخاتە ڕوو تۆ ڕەخنەیان لێدەگریت کاتێك لە پاشەملە بە خراپە باسی هاوپۆلەکەیان دەکەن، بەڵام خۆشت لە پاشەملە گلەیی خراپیهاوپیشەکەت دەکرد بۆ دایکت لە تەلەفوندا. لەوانەیە پێویست بێت جیاوازی نێوان بە خراپە باسکردن و گلەییکردن بزانیت، پاشان دڵنیابیت لە تەواوکاربوونی خۆت لەگەڵ خۆت و هەروەها لەگەڵ منداڵەکەشتدا لەسەر ئەوەی ڕێ بەچی دەدەیت و ڕێ بە چی نادەیت.

هەروەها تەواوکاربوون ژیانی هەموو لایەك ئاسانتر دەکات. خەڵکانی توڕە و ناتەواوکار ژیان لەگەڵیان سەختە. هەمان شتیش بۆ خەڵکانی مەزاجی و حولحولی ڕاستە. ئەگەر خێزان و هاوڕێکانت نەزانن هەمان کاردانەوەت بۆ هەمان بۆنە و پێشنیار چیە لە کاتێکەوە بۆ کاتێکی تر، ئەوا بەڕاستی ژیانیانت زەحمەت کردووە. مەگەر بۆ بەهۆی دینەوە دەستت لە دنیا

هـــەلگرتبێت. هـــەروەها لێرەشـــدا مەبەســـتم ئـــەوە نیـــە ڕەفتـــار و هەڵوێستەکانت بێزراو بن. بیرۆکە و چالاکی و تەرکیزکردنەکانت دەکرێت لەگەڵ ئەوەی پێشبینی ناکرێن، بەڵام ناوازە و سەرەنجڕاکێش بن. ئەوەی پێویســتە پشــتی پێببەســترێت و تــەواوکار بێــت بریتیــە لــە ڕەفتــار و هەڵوێستەکانت بەرامبەر خەڵکی. تۆ لەتواناتدایە ژیـانی خـەڵکی خۆشـتر و ئاسانتر و باشتر بکەیت، وەك چۆن دەتوانیت ژیانیان ناخۆشتر و فـێلاویتر و ماندوکارتر بکەیت. لێرەدا کامیان هەڵدەبژێریت؟

هەڵبژاردنی ڕێچکەیەکی ژیان هیچ سوودێکی نیە ئەگەر لە بچوکترین کێشەدا وازی لێبێنیت

Scanned with CamScanner

یاسای ٢٦

بە شێوەیەك پۆشاكت بپۆشە وەك ئەوەی ئەمڕۆ گرنگ بێت

ئەمڕۆ گرنگە. ئەمڕۆ تاکە ڕۆژە کە هەندێك گرنگی و ڕاستەقینەی هەبێت. ئەی بۆچی بە گرنگییەوە مامەڵەی لەگەڵ ناکەیت؟ ئەمڕۆ گرنگە، کەواتە بە شێوەیەك پۆشاكت بپۆشە کە ئەمڕۆ گرنگ و شایستە بێت. نەخێر لێرەدا مەبەستم لەوە نیە کە دایکم دەیگوت "هەموو کات جلی ژێرەوەت با پاك بێت، نازانیت کەی ئۆتۆمبیلێك لێت دەدات و دەتکات بەژێرەوە".
لە منداڵیمدا ئەم قسەیە زۆر خۆش بوو بە لامەوە، نازانم جلی ژێرەوەی پاك چ گرنگییەکی هەیە کاتێك لەسەر جادەکە کەوتوویت بە زەویدا. هەموو جارێك دەمهێنایە پێش چاوم کاتێك لە خەستەخانەیت و جلە خوێناویەکانت لەبەر دەدڕن و تەماشا دەکەن، دەمیان دادەچەقێت و دەڵێن "چاو داخەن، ئەم منداڵە جلی ژێرەوەی دوێنێی لەبەردایە، دەریکەن لێرە!"
بڕوانە، زۆرینەی ئەم یاسایانە دەربارەی هەڵبژاردنی بە ئاگایانە و بڕیاردانی بە ئاگایانە و بەهۆشن. ئەو کەسانەی تەماشام کردوون و شارەزاییان لە چۆنیەتی مامەڵەکردنی ئەم ژیانە پەیدا کردووە هەمیشە کەسانی بە ئاگا بوون. کەسانی چاوکراوە و بەهۆش بوون. دەزانن چی دەکەن و بەرەو کوێ دەڕۆن. ئەگەر تۆش دەتەوێت ژیانت زیاتر بێت لە کۆمەڵێك ڕووداوی ڕۆتینی و بریتی بێت لە کۆمەڵێك ئاستەنگی و

سەرکێشی و ژیانێکی ڕەزامەندانە و پڕاوپڕ لە ئەزموونی شایستە، ئەوا تۆش دەبێت بەئاگا و هۆشدار بیت.

دەتوانیت ئەم کارە ئەنجام بدەیت بەوەی وەکو ڕۆژێکی گرنگ مامەڵە لەگەڵ هەموو ڕۆژەکانتدا بکەیت. لەخەو هەڵدەستیت و ئاو دەکەیت بە خۆتدا/خۆت دەشۆیت/مووەکانت لادەبەیت/مکیاژ دەکەیت/قژت دادێنیت/ددانەکانت پاك دەکەیتەوە و. .. هتد. ئەم کارانە تەنها بۆ ئەوە بکە تا ڕێکپۆشتر دەرکەویت و هەست بە باشتر بوون بکەیت و بۆنت خۆشتر بێت. پاشان بە ڕێکوپێکی و خاوێنی و ناوازەییەوە پۆشاکەکانت بپۆشە وەکو ئەوەی بەرەو چاوپێکەوتنێکی هەلی کار بڕۆیت، یان بۆ ئاهەنگێك یان بۆ چونەدەرەوەیەك بڕۆیت. ئەگەر هەموو ڕۆژێك بەم شێوەیە پۆشاکەکانت بپۆشیت، ئەوا هەموو ڕۆژەکانت بە ڕاستی بەم جۆرە گرنگ دەبن.

خەڵکی بە شێوەیەکی جیاوازتر تەماشات دەکەن ئەگەر بە شێوەیەك خۆت بپۆشیت وەك ئەوەی ڕۆژێکی گرنگ بێت، تۆش هەمان هەستت بۆ دروست دەبێت. هەستێکی ناوازەی بەرزەفڕەت پێدەبەخشێت. بەڵام لێرەدا تیشك دەخەمە سەر ئەوەی من مەبەستم لە پۆشاکی ڕەسمی نیە، هیچ پێویست ناکات قات و ڕیبات لەبەر بکەیت و هەست بە نارەحەتی بکەیت. تەنها بەجۆرێك خۆت بپۆشە وەك ئەوەی گرنگ بێت.

خەڵکی بە شێوەیەکی جیاوازتر تەماشات دەکەن ئەگەر بە شێوەیەك خۆت بپۆشیت وەك ئەوەی ڕۆژێکی گرنگ بێت

Scanned with CamScanner

ئەی باشە لەوانەیە بڵێیت ئەی لە کۆتایی هەفتەدا چی بکەین. ئایا دەتوانین بحەوێینەوە؟ بێگومان بەڵێ، بەڵام ئەمە بەواتای ئەوە نایەت ئیتر تەواو خۆت پشتگوێ بخەیت. لە کۆتایی هەفتەدا لەوانەیە هاوڕێ و/یان خێزانەکەت ببینیت (مەگەر هەموو کۆتایی هەفتەیەک بە تەنها بەسەر بەریت) و ئەوانیش مافی ئەوەیان هەیە بە جوانی و ڕێکپۆشی بتبینن، وەک ئەوەی بەلاتەوە گرنگ بێت. تەنانەت هاوڕێکانیشت نایانەوێت بە شپرێوی و هەڵوەشاوی و ناڕێکوپێکی و خۆ پشتگوێخراوی بتبینن. بەڕاستی ئەم یاسایە بۆتۆیە، ئەگەر وەکو ڕۆژێکی گرنگ بڕوانیتە هەموو ڕۆژەکان، ئەوا دەبێتە هۆی بەرزکردنەوەی ئاستی متمانە بەخۆبوون و ڕێزی خود و پشت بەستن بە خودت.

نامەوێت تۆ تەنها بە متمانە وابزانیت قسەکانم ڕاستن، بەڵکو دەمەوێت تاقیبکەیتەوە و بزانە چی ڕوودەدات. ئەگەر لەماوەی چەند هەفتەیەکدا هەستت بە جیاوازی و بەرزبوونەوەی ئاستت نەکرد، ئەوا بڕۆوە سەر حاڵی جاری جارانت و نەفرەت لەم یاسایەش بکە. بەڵام من بە دڵنیاییەوە دەڵێم هەست بە باشتربوون دەکەیت و هەموو ڕۆژێکت پڕ ژیانتر و وزەدار تر و دڵخۆشتر دەبێت.

ئەگەر ڕێچکەی بەئاگابوونت هەڵبژارد بۆ ژیان، ئەوا دڵنیابە چیتر ناتوانیت بەشێوەیەکی مەبەستدار خۆت ڕێکپۆش نەکەیت.

Scanned with CamScanner

یاسای ٢٧

جۆرێك له بیروباوه‌ڕت هه‌بێت

نا نا نا! من لێره‌دا هیچ مه‌به‌ستم نیه ڕێبازێكی ئاینیی سه‌یروسه‌مه‌ره‌ی سه‌رده‌میانه دروست بكه‌م و خه‌ڵكی بۆ بانگهێشت بكه‌م. به‌ڵكو لێره‌دا زۆر به سانایی مه‌به‌ستم ئه‌وه‌یه تۆ جۆرێك له بیروباوه‌ڕ بۆخۆت هه‌ڵبژێره تا له‌كاتی ته‌نگه‌ژه و قه‌یران و كێشه‌دا بتوانیت باشتر هه‌ڵبكه‌یت وه‌ك له‌و كه‌سه‌ی هیچ جۆره بیروباوه‌ڕێكی نیه.

ئه‌ی باشه مه‌به‌ستمان چیه له بیروباوه‌ڕ؟ له ڕاستیدا نوسینی وه‌ڵامی ئه‌م پرسیاره سه‌خته. به‌ڕای من بیروباوه‌ڕ بریتیه له بۆچوونی تۆ له‌سه‌ر جیهان و گه‌ردوون و هه‌موو شتێك. بریتیه له‌وه‌ی به‌سه‌رتدا دێت پاش ئه‌وه‌ی ده‌مریت. بریتیه له‌و شته یان كه‌سه‌ی لێی ده‌پاڕێیته‌وه كاتێك له شه‌وێكی تاریكدا توشی كێشه‌یه‌ك ده‌بیت. ئه‌و كه‌سانه‌ی شاره‌زاییان په‌یداكردووه له‌و شته ناوازه‌یه‌ی پێی ده‌وترێت ژیان هیچ نه‌بێت خۆیان به باشی له بیروباوه‌ڕ تێگه‌شتوون. هه‌روه‌ها له‌وه‌ش ناچێت گرنگ بێت بیروبۆچوونی ئه‌وان له‌سه‌ر بیروباوه‌ڕ چیه. ده‌كرێت باوه‌ڕت به یه‌ك خودا هه‌بێت یان به چه‌ند خودایه‌ك یان باوه‌ڕت به شتێك یان كه‌سێك هه‌بێت، له‌وانه‌یه ئێمه له ده‌ره‌نجامی تاقیكردنه‌وه‌یه‌كی سه‌یروسه‌مه‌ره‌ی بونه‌وه‌رێكی ده‌ره‌وه‌ی گۆی زه‌وییه‌وه دروست بووبین، یان له‌وانه‌یه تۆ په‌یڕه‌وكارێكی سه‌رخه‌تی "زه‌ویی ته‌خت" بیت، ورده‌كاریه‌كان گرنگ

Scanned with CamScanner

نین. بەڵام بەڕای من ووردەکاریەکان بۆ خۆت گرنگن، گرنگ ئەوەیە تۆ جۆرێك لە بیروباوەڕت هەبێت، چونکە دڵنیابە کارەکانت باشتر دەڕوات وەك لەو کەسانەی بیروباوەڕێکیان نیە. وە ئەگەر هەر لە گەڕانیشدا بیت بە دوای بیروباوەڕێکدا ئاوا ژیانێکی دڵخۆشکارت وەدەست نایەت.

دەزانم ئێستا لەوانەیە بڵێیت "ئەی ئەگەر وەڵامێکم دەست نەکەوت و هیچ بیروباوەڕێکم نەبوو؟ ئەو کاتە چی بکەم؟" کەواتە لەم کاتەدا بەردەوامبە لە گەڕان، بەڵام هەوڵبدە خێرا بگەیتە دەرەنجامێك، چونکە ئەم یاسایە یاسایەکی گرنگە. هەندێك کات تەرخان بکە بۆ بیرکردنەوە لەم لایەنە و لە لیستی ئەولەویەتەکانتدا دایبنێ.

هیوادارم لێرەدا درك بەوە بکەیت من هیچ ئامۆژگاریەکت ناکەم لەسەر ئەوەی پەیڕەوی چ جۆرە بیروباوەڕێك بکەیت. هەر جۆرە بیروباوەڕێك بێت کاری خۆی دەکات بە مەرجێك لەکاتی کێشەدا وەڵامی پرسیارەکانت بداتەوە دەربارەی ژیان و واتای بوونی تۆ لەم گەردوونەدا، هەروەها ئاسودەت بکات.

دەبێت خۆت لەگەڵ بیروباوەڕەکەتدا ئاسودە بیت، هەبوونی بیروباوەڕێك کە تیایدا خوداوەندێکی تووڕە و توندوتیژ تەماشای هەموو کار و کردەوەکانت بکات و بە تۆقاندن بیپەرستی هیچ سودێکی نیە. (داوای لێبوردن دەکەم ئەگەر بیروباوەڕەکەت لەم جۆرەیە، لەوانەیە پێویست بکات دووبارە بە بیروباوەڕەکەتدا بچیتەوە).

لەوانەیە پێویست بێت بیر لەوە بکەیتەوە ئایا بیروباوەڕەکەت وات لێدەکات هەست بە تاوان و دڵناخۆشی بکەیت، یان داوات لێدەکات پارچە لە جەستەی خۆت ببڕیت و جەستەی خۆت بشێوێنیت و بگۆڕیت، یان

داوات لێدەکات خەڵکی لەسەر بنەمای ڕەگەز و نەتـەوە جیابکاتـەوە، یان پێویستی بە ڕێککارییەکی ئایینی تایبـەتی هـەبێت تـا تـۆ بگەیەنێتـە ئـەو ئاسودەییەی بـەڵێنی لەسـەر پێداویت. بـەلای هەنـدێك کەسـەوە باشـترین بیروباوەڕ بریتیە لـەوەی هـیچ کەسێکی نـەوێت بـۆ پەرسـتن و گوێڕایـەڵی کـردن و خـود تـەرخانکردن بـە هـیچ جۆرێـك. بـە ڕای مـن ئەمـە شـتێکە تایبەتە بە کەسەکان، بەڵام گرنگیشە بیر لەوە بکەیتەوە تـۆ لەگـەڵ چیدا ئاسودەیت.بیروباوەڕ وەکو لـە ناوەکەیدا دیـارە، بریتیـە لـە بـاوەڕ. هـیچ پێویست ناکات بۆ کەسی بسەلمێنیت و پاساوی بـۆ بێنیتـەوە و پیشـانی بدەیت (بڕوانە یاسای ١).

یانەوڵیگۆڕینیکەســـەکانبدەیتبۆبیروباوەڕەکەت،یانئامۆژگاریجیهانبکەیتلە سەربیروباوەڕەکەت. دەکرێت لە هەر بیروباوەڕێکەوە بەشێك وەرگریت بـۆ دروستکردنی بیروباوەڕی خۆت. بەڵام گرنگ ئەوەیە بیروباوەڕێکت هـەبێت ئەگەر توانیت.

هیچ پێویست ناکات بۆ کەسی بسەلمێنیت و پاساوی بۆ بێنیتەوە و پیشانی بدەیت

یاسای ٢٨

ڕۆژانە کاتێکی کەم بۆ خۆت دابنێ

زۆر کەس وادەزانن لەمە تێگەشتوون، بەڵام زۆربەیان هەڵەن. لەوانەیە وا هەست بکەیت کاتت بۆ خۆت داناوە هەموو ڕۆژێك، بەڵام گرەوت لەگەڵ دەکەم وات نەکردووە. ئێمە لەو کاتانەشی کە بە تەنهاین هەمیشە بیر لە کەسانی تر دەکەینەوە و خەمی خێزان و هاوڕێ و کەسە خۆشەویستەکانمان دەخۆین، بە جۆرێك کاتێکی زۆر کەم دەمێنێتەوە بۆ خۆمان. ئەوەی من باسی دەکەم نە بیرۆکەیەکی نوێیە و نە سەختە و نە گرانە. بەڵکو زۆر ئاسانە. تەنها ڕۆژانە کاتێکی کەم بۆ خۆت دابنێ. وەکو دە خولەك (یان باشتر نیو کاتژمێر) ڕۆژانە بە تەواوەتی بۆ خۆت دابنێیت. ئایا ئەمە خۆ پەرستییە؟ بەڵێ بێگومان. خۆ پەرستانەیە و پاساویشی هەیە، تۆ خۆت کاپتن و سەرۆك و بزوێنەر و هێزی گەڕێنەر و هاندەر و بناغەی خۆتیت. لەبەر ئەمە پێویستت بە کاتە بۆ ووزە وەرگرتنەوە و نوێ بوونەوە و چالاککردنەوەی خۆت. پێویستت بەو کاتەیە بۆ بارگاویکردنەوە و چاککردنەوەی خۆت. ئەگەر وا نەکەیت، ئەوا ووزەی نوێت دەستناکەوێتەوە و بزوێنەرەکەش و خۆشت لەکار دەکەویت. ئەی باشە چی لەو کاتە بکەیت؟ وەڵامەکەی بریتیە لەمە: هیچ شتێك. هەر هیچ شتێك. ئەم کاتە بۆ ئەوە نیە لە گەرماودا دابنیشیت یاخود دەست بە ئاو بگەیەنیت یان بیربکەیتەوە یان ڕۆژنامە بخوێنیتەوە یان بخەویت. بەڵکو ئەم کاتە بۆ دوورکەوتنەوە لە جەنجاڵی ژیانە،

یاسای ٢٨

ڕۆژانە کاتێکی کەم بۆ خۆت دابنێ

زۆر کەس وادەزانن لەمە تێگەشتوون، بەڵام زۆربەیان هەڵەن. لەوانەیە وا هەست بکەیت کاتت بۆ خۆت داناوە هەموو ڕۆژێك، بەڵام گرەوت لەگەڵ دەکەم وات نەکردووە. ئێمە لەو کاتانەشی کە بە تەنهاین هەمیشە بیر لە کەسانی تر دەکەینەوە و خەمی خێزان و هاوڕێ و کەسە خۆشەویستەکانمان دەخۆین، بە جۆرێك کاتێکی زۆر کەم دەمێنێتەوە بۆ خۆمان. ئەوەی من باسی دەکەم نە بیرۆکەیەکی نوێیە و نە سەختە و نە گرانە. بەڵکو زۆر ئاسانە. تەنها ڕۆژانە کاتێکی کەم بۆ خۆت دابنێ. وەکو دە خولەك (یان باشتر نیو کاتژمێر) ڕۆژانە بە تەواوەتی بۆ خۆت دابنێیت. ئایا ئەمە خۆ پەرستییە؟ بەڵێ بێگومان. خۆ پەرستانەیە و پاساویشی هەیە، تۆ خۆت کاپتن و سەرۆك و بزوێنەر و هێزی گەڕێنەر و هاندەر و بناغەی خۆتیت. لەبەر ئەمە پێویستت بە کاتە بۆ ووزە وەرگرتنەوە و نوێ بوونەوە و چالاککردنەوەی خۆت. پێویستت بەو کاتەیە بۆ بارگاویکردنەوە و چاککردنەوەی خۆت. ئەگەر وا نەکەیت، ئەوا ووزەی نوێت دەستناکەوێتەوە و بزوێنەرەکەش و خۆشت لەکار دەکەویت. ئەی باشە چی لەو کاتە بکەیت؟ وەڵامەکەی بریتیە لەمە: هیچ شتێك. هەر هیچ شتێك. ئەم کاتە بۆ ئەوە نیە لە گەرماودا دابنیشیت یاخود دەست بە ئاو بگەیەنیت یان بیربکەیتەوە یان ڕۆژنامە بخوێنیتەوە یان بخەویت. بەڵکو ئەم کاتە بۆ دوورکەوتنەوە لە جەنجاڵی ژیانە،

Scanned with CamScanner

کاتێکە تیایدا دابنیشیت و هیچ شتێك نەکەیت، تەنها هەناسە بدەیت. من ڕۆژانە یەك جار یان دوو جار لە باخەکەمدا دا دانیشم و بەڕاستی هەست دەکەم نوێم دەکاتەوە. تەنها دادەنیشم و هیچ بیریش ناکەمەوە، نە کارێك ئەنجام دەدەم نە خەم دەخۆم، تەنها چێژ لە بوونی خۆم و لە ژیان وەردەگرم.

ئەمە کاتێکە تەنها بۆ خۆت و هیچی تێدا نەکەیت

من لە کاتی هەرزەکاریدا ئەم یاسایەم بۆ دەرکەوت. بەڕاستی ئەم کاتە زۆر بەنرخ بوو بەلامەوە بۆ پاکژکردنەوەی ناخم لە تورەیی و خەمخواردن. دایکم پێی دەگوتم "چی دەکەیت؟" منیش دەموت "هیچ"، ئەویش دەیگوت "کەواتە وەرە ژوورەوە با ئیشێکت بۆ بدۆزمەوە". هەروەها دەیگوت "هیچ کات ناگەیتە هیچ شتێك تەنها بە خوێندنەوە". ئەو قسەیەی کە زۆر خۆش بوو بەلامەوە ئەمە بوو:

"کەس بەقەد تۆ پێویستی بە بیرکردنەوە نیە." ئەگەر تۆ بویتایە چۆن وەڵامی ئەمەت دەدایەوە؟ بەلای منەوە دانانی کاتێك بۆ تەنها خۆم و نەکردنی هیچ شتێك زۆر گرنگە و هەر کاتێك ئاڵۆزم کرد بە ئەنجامدانی شتێکەوە، ئەوا بەهاکەی لەدەست دەدات. ئەگەر لەم کاتەدا کوپێك قاوە بخۆمەوە، ئەوا ئەمە دەبێتە پشووی قاوە خواردنەوە، نەك کاتێك بێت تەنها بۆ خۆم. ئەگەر گوێ لە مۆسیقا بگرم لەم کاتەدا، ئەوا دەبێتە پشووی مۆسیقا بیستن. ئەگەر کەسێکم لەگەڵ بێت و قسەی لەگەڵ بکەم، ئەم کاتە دەبێتە بۆنەیەکی کۆمەڵایەتی. ئەگەر شتێك بخوێنمەوە، ئەوا من بە تەواوەتی لە واتا و ناواخنی ئەم کاتە دوور کەوتومەتەوە. کەواتە با ئەم کاتەت سادە و ساکار و تەنها و بێکار بێت.

Scanned with CamScanner

یاسای ٢٩

پلانت هەبێت

دەبێت پلانت هەبێت بۆ ژیان. پلان وەکو نەخشە و ڕێنیشاندەر و ئامانج و مەودای بینین و ڕێچکە و نیشانە و ئاراستە و ڕێگا و ستراتیژیەت وایە. ئەوە پلانە پێت دەڵێت بۆ کوێ بڕۆیت و چی ئەنجام بدەیت و لە کاتێکی دیاریکراودا لە چ شوێنێك بیت.

پلان هەیکەلیەت و ژێرخان و و سەرەنجڕاکێشی و هێز دەدات بە ژیانت. ئەگەر تۆ ڕێگە بە ژیان بدەیت شتە کۆنەکانت پیشان بداتەوە ئەوا زۆر بە خێرایی لافاوی ژیان ڕات دەماڵێت. ئەوەش هەیە هەموو پلانێك کاری خۆیان ناکەن، هەموو نەخشەیەك ناتگەیەننە ئامانجەکەت. بەڵام هەبوونی پلان هەلێکی باشترت بۆ دابین دەکات تا بزانیت بەرەو کوێ دەڕۆیت و چی دەکەیت، وەك لەوەی بە هەڕەمەکی و نەزانانە ئەمانە ئەنجام بدەیت، یان وەکو زۆربەی خەڵکی هەر هیچ نەکەیت.

پلان ئەوەت نیشان دەدات کە تۆ بیرۆکەیەکی سادەت هەیە لەسەر ژیانی خۆت و چاوەڕێی ئەوە ناکەیت شتێك لەپڕ ڕووبدات. یان دووبارە وەکو زۆربەی خەڵکی هیچ بیر ناکەنەوە چی ڕوودەدات لە ژیانیاندا و سەرسام دەبن بە هەرچیەك ڕوویدات. کار بکە لەسەر ئەوەی بزانیت چیت دەوێت، پاشان پلانی بۆ دابنێ و کار لەسەر هەنگاوەکان بکە بۆ وەدەستهێنانی

Scanned with CamScanner

ئامانجەکەت. ئەگەر پلان دانەنێیت، ئەوا ئامانجەکانت تەنها بە خەون دەمێننەوە.

ئەگەر پلان دانەنێیت، ئەوا ئامانجەکانت تەنها بە خەون دەمێننەوە

ئەی ئەگەر پلانت نەبوو چی ڕوودەدات؟ ئەو کاتە خۆت دەبیتە هۆی زەقکردنەوەی هەستی "لە کۆنترۆڵدا نەبوون". بەڵام هەرکات پلانت هەبوو، هەموو شتێك جێی خۆی دەگرێت. لەگەڵ هەبوونی پلاندا، هەنگاوە لۆژیکیەکانی وەدەستهێنانی ئامانجەکەشت دروست دەبن و دەتوانیت هەنگاوەکان بنێیت.

پلان بریتی نیە لە خەون، بەڵکو بریتیە لە شتێك کە تۆ بە نیازبیت ئەنجامی بدەیت وەك لەوەی شتێك بێت تۆ حەز بکەیت و بتەوێت ئەنجامی بدەیت. هەبوونی پلان واتە تۆ بیرت لە چۆنیەتی ئەنجامدانی کارەکەت کردۆتەوە.بێگومان هەبوونی پلان بە واتای ئەوەش نایەت تۆ گیربخۆیت لەگەڵیدا و لێی لانەدەیەت و پەیڕەوی بکەیت و گوێڕایەڵی بیت و بڵێیت چی دەبێت با ببێت.

بەڵکو پلان هەموو کاتێك ئەگەری هەیە پێداچوونەوەی بۆ بکرێت و باشتر بکرێت و بگۆڕدرێت لەکاتی پێویستیدا. واتە پلان نابێت ڕەق و تەق و نەگۆڕ بێت. بارودۆخەکان دەگۆڕێن و خۆت دەگۆڕێیت و پلانەکەشت دەگۆڕێت. وردەکاریەکانی پلانەکە گرنگ نیە.

هەبوونی پلان گرنگە.

Scanned with CamScanner

هـەبوونی پـلان هێڵـی پاشەکشـێت بـۆ دابـین دەکـات. کاتێـک ژیـان بـێ سەرەوبەرە دەبێـت (دڵنیابـە لەمـە)، ئـەوا زۆر ئاسـان بیرمـان دەچێتەوە پێویستە چی بکەین. هەبوونی پلان واتە پاش هێوربوونـەوەی دۆخـەکان، بیرت دەکەوێتەوە و دەڵێیت "باشـە مـن دەبـوو چـی بکـەم؟ ئـەها بـەڵێ، بیرم کەوتەوە، پلانەکەم بریتی بـوو لـە..." پاشـان دووبـارە دەسـتبکەوە جێبەجێکردنی پلانەکەت و بگەڕێوە سەر ڕێچکەکەت.

Scanned with CamScanner

یاسای ۳۰

هەستی گاڵتەوگەپت هەبێت

ئەم لایەنە بەڕاستی گرنگە. چونکە لەگەڵ بەردەوامبوون بە ژیان توشی ناخۆشی و تەنگوچەڵەمە دەبین، کەواتە پێویستمان بە هەبوونی هاوسەنگی دەبێت. ئەوەی ئەنجامی دەدەین و ئەوەی زۆر بە جددی وەریدەگرین زۆرجار بە شێوەیەکی کۆمیدی و پێکەنیناویانە لادەبرێن و وەلا دەنرێن. ئێمە لە شتانی بێهودەدا نقوم دەبین و لە ووردەکاریە ناپێویستەکاندا وون دەبین بە ڕادەیەك ببێتە هۆی ئەوەی ژیانمان بە خێرایی تێپەڕێت و تەنانەت ئاگاشمان لێنەبێت.

بە وەلانانی ئەو شتانەی گرنگ نین ئێمە دەتوانین خۆمان بخەینەوە سەر ڕێچکەی ڕاست. ئەم کارەش لەڕێی گاڵتەوگەپەوە ئەنجام دەدرێت، پێکەنین بەخۆمان و حاڵەتەکەمان، نەك پێکەنین بە کەسانی تر. چونکە ئەوانیش هێندەی ئێمە وون و سەرلێشێواون و پێویستیان بەوە نیە کەسێکیش پێیان پێبکەنێت.

ئێمە نقوم دەبین بە خەمخواردن لەسەر ئەوەی دەبێت دراوسێکانمان چی بڵێن لەسەر ئێمە، وە دوودڵ دەبین لەسەر شتانێك کە نیمانن، یان شتانێك ئەنجاممان نەداون، وەکو "ئای دوو هەفتەیە ئۆتۆمبیلەکەم نەشتوە و زۆریش چڵکنە، دراوسێکەم دوێنێ ئەوەی خۆیان شت، ئەوەش ئێمە بە تەمەڵ و شپرێو دەردەخات". ئەگەر زانیمان ئاوا بیر دەکەینەوە،

Scanned with CamScanner

ئـەوا دەبێـت پێکـەنینمان بـەو بیرکردنەوەیـە بێـت. ژیـان بـۆ ژیـان و چێژوەرگرتن لە خۆرهەلاتن و شتە ناوازەکانە، نەك حالی خۆت تێکبدەیت لەسەر ئەوەی لە بازاڕ و مارکێت هێلکە و شتەکەت لێکەوتبێت.

پێکەنین بە خۆت و ئەو حالەتانەی تێی دەکەویت دووجار کاریگەری ئەرێنی دەبێت. یەکەمیان بۆ هێورکردنەوەی حالەتەکە و یارمەتیدان لە گێڕاندنەوەی هەستی هاوسەنگی، دووهەمیان لەگەل سوودە دەروونیەکەیدا سوودی جەستەییشی هەیە. پێکەنین دەبێتە هۆی دەردرانی ئێندۆرفین، ئەمەش بەرپرسە لە هەست بە باشترکردن و هەروەها دیدێکی باشترت بۆ ژیان پێدەدات.

هـەروەها ئەمـەش بە واتـای ئـەوە نایـەت هـەموو کاتێك گالتەوگەپ و سوعبەت بکـەیت و قسـەی دوو واتـا بکـەیت. بـەلکو بریتیـە لـە بینینی شتێکی پێکەنیناوی لەو دۆخانەی ژیان فرێت دەداتە ناویانەوە، بێگومان هەموو شتێك کەمێك گالتەوگەپی تێدایە.

جارێکیان پاش کارەساتێکی مەترسیداری هاتووچۆ هاتمەوە هۆش خۆم، بینیم لە نەخۆشخانەم لـە ژوورێکدا و ئازارێکی زۆرم هەیە. پاش هۆش هاتنەوەی تەواوەتیم چەند وشەیەکم بەکارهێنا بۆ باسکردنی دۆخەکەم، لەو کاتەدا برینپێچەکە پەردەی سیسەمەکی لابردم، کە تەماشام کرد بینیم قەشەیەکی ئافرەت لە دەرەوە دانیشتووە[٧]. زۆر ترسام و خێرا داوای لێبوردنم کرد. ئەو خانمە تەماشای کردم و چاوێکی لێداگرتم ئینجا بە هێواشی وتی "گوێی مەدەرێ، خۆم لەوە خراپترم وتووە."

---

[٧] خانمە قەشەکە بۆلای من نەهاتبوو، دوایی بۆم دەرکەوت چاوەڕێی خانمێکی تری دەکرد، پارچەیەك تەلاشە دار چووبووە پەنجەیەوە.

Scanned with CamScanner

ئەگەر چاودێری و تێبینی هەر ڕەفتارێکی مرۆڤ بکەیت، لایەنێک لە لایەنی بێسەروبەری و گەمژەیی لەخۆ دەگرێت. هەوڵبدە لایەنی پێکەنیناوی لە هەموو شتێکدا بدۆزیتەوە. باشترین تەکنیکە بۆ ڕەوینەوەی فشار و شڵەژاویی و گومان. خۆت تاقیبکەوە و ببینە.

لایەنی پێکەنیناوی ببینە لەو دۆخانەی ژیان فڕێت دەداتە ناویانەوە

بزانە چۆن جێگەی خەوتنت ڕێکدەخەیت

هەر کارێك ئەنجامی دەدەیت، هەر بڕیارێك دەدەیت، هەر شتێك بکەیت، کاریگەری دەستبەجێ دەکاتە سەر کەسەکانی چواردەورت، پاشان سەر خۆت. ئەمەش مەبەستە گرنگەکەیە. (کارما[٨]) بوونی هەیە. جێگەکە جێگەی خۆتە و خۆت تیایدا پاڵدەکەویت. لەڕێی کارەکانتەوە دەردەکەوێت ئایا ژیانت بە خۆشی بەسەر دەبەیت یان بە ناخۆشی، بە ڕێکوپێکی یان وەکو ئەوەی پەنچەر بوو بێت.ئەگەر خۆپەرست و یاری بە هەستی کەسان بکەیت، دووبارە بەسەر خۆشتدا دێتەوە. ئەگەر بە گشتی کەسێکی خۆشەویست و بیرمەند بیت، بەهەمان شێوە باشی و خۆشی دێتەوە ڕێت، نەك لە بەهەشتدا (یان ژیانی دواتر، یان هەرچیەك باوەڕت پێی بێت)، بەڵکو لەم ژیانەدا و لەم کاتەدا.متمانەت بە قسەکەم هەبێت، هەر کارێك بکەیت و چۆن ئەنجامی بدەیت دێتەوە ڕێت. ئەمە هەڕەشە نیە، بەڵکو لە چاودێری و تەماشاکردنی خۆمەوە بۆم دەرکەوتووە. ئەوانەی کاری باش ئەنجام دەدەن، باشەیان دێتەوە ڕێ. ئەوانەی کاری خراپ ئەنجام دەدەن، خراپەیان دێتەوە ڕێ.

دەزانم هەموومان نمونەی ئەو کەسانەمان لایە کە سەرکەوتووشن و کەسانی زۆر بێزراویشن. بەڵام دڵنیابە لە شەواندا خەویان لێناکەوێت.

---

[٨] کارما وشەیەکی هیندییە بە کوردییەکەی واتا چی بکەیت ئەوە دێتەوە ڕێت.

Scanned with CamScanner

کەس نیە بەڕاستی ئەمانی خۆش بوێت. لە ناخیاندا هـەموویان خـەمبار و تـەنها و ترسـاون. ئـەو کەسانەشـی کـەمێك خۆشەویسـتی و میهرەبـانی بڵاودەکەنەوە هەمان شتیان دێتەوە ڕێ.ئەمـە وەکو ئـەو وتەیـە وایـە کـە دەڵێـت "تـۆ ئـەو شـتەیت کـە دەیخۆیـت". کەواتـە تـۆ ئـەو شـتەیت کـە ئەنجامی دەدەیت. بڕوانە دەموچاوی ئەوانەی خۆشی بڵاودەکەنەوە، چـی دەبینیت، هێلی زەردەخەنـە لەسـەر ڕوومـەتیان دروسـت بـووە و دەم بـە پێکەنینن. بڕوانە دەموچاوی ئەوانەی بە تۆپزی کارەکانی خۆیـان دەکـەن و لوتبـەرز و داواکـاریی زۆریـان هەیـە یـان دڕنـدەن، دەبینیـت هێڵـی خەموپـەژارە لەسـەر دەموچـاویان دروسـت بـووە و دەموچـاویان تـرس و مۆنی پێوە دیارە، لەبری هەبوونی ڕوونی و پاکی. ئەم هێڵانـە بـە کـرێم و چونەبەر خۆر و نەشتەرگەری جوانکاری لاناچن. ئەم کەسـانە بـریتین لـەو کارانـەی ئـەنجامی دەدەن و تـۆش ئەمـە لـە چـاوەکانیاندا دەبینیـت. هەروەها بێگومان لە دۆخی جێگەی نوستنەکەشیاندا.کەواتـە ووریابـە لـە ڕێکخستنی جێگەکەتدا.چی بکەیت ئەوە دێتەوە ڕێت. کارما بـوونی هەیـە. چی بچێنی ئەوە دەدوریتەوە. وا باشـترە خـەڵکیی حسـابت بـۆ بکـەن لـە سەرەتای هەموو کارێکـەوە. هـەموو کاتێـك چـی ڕاسـت و گونجـاوە ئـەوە ئـەنجام بـدە. خـۆت دەزانیـت کامـە ڕاسـتەکەیە. کەواتـە کـە چـویتە جێگەکەتەوە، نەك تەنها خـەوت لێدەکـەوێت لـە شـەودا، بـەڵکو خـەوێکی زۆر باشت لێدەکەوێت.

هەموو کاتێك چی ڕاست و گونجاوە ئەوە ئەنجام بدە، خۆت دەزانیت کامە ڕاستەکەیە

Scanned with CamScanner

یاسای ٣٢

ژیان کەمێک وەکو بانگەشەی بازرگانی وایە

جارێك کەسێك وتی نیوەی ئەو پارەیەی خەرجی کردووە لە بانگەشەدا بەفیڕۆ چووە، بەڵام نازانێت کام نیوەیەی، ئەوەی خەرجی کردووە یان ئەوەی ماوەتەوە[٩]. مەبەستی ئەم کەسە بێگومان ئەوەیە ئەگەر نەتزانی کام نیوەیە سەر دەگرێت، ئەوا دەبێت هەوڵەکەت تەواو پڕاوپڕ بکەیت، بە زانینی ئەوەی لە هەموویەوە قازانج ناکەیت. ژیانیش نزیکە لەوەوە. هەندێك جار ژیان زۆر نایەکسانانە و نادادوەرانە دەردەکەوێت. بەو پەڕی تواناوە هەوڵدەدەیت لە کارێکدا، بەڵام هیچت دەستناکەوێت. بەڕێزەوە مامەڵە لەگەڵ خەڵکیدا دەکەیت کەچی هیچ کەس وانیە لەگەڵت. لە کارێکدا ئارەق دەڕێژیت و زۆر ماندوو دەبیت کەچی هەندێك کەس زۆر بە ئاسانی ئەو کارەیان دەست دەکەوێت. کەواتە پێویستە لە سەدا ١٠٠ یهەوڵەکانتبخەیتەگەڕچونکەنازانیتکامهەوڵەتدەبێتەمایەیقازانجکردن. دەزانمئەمەیەکسانینیە،بەلامژیانیشیەکسانیودادوەریتێدانیە. بێگومان لە کۆتاییدا هەوڵەکانت هەر سەردەگرن و قازانج دەکەیت، بەڵام نازانیت کامە و لەکوێوە دێت، یان بۆچی، یان کام هەوڵەیان سەرناگرێت.
هەندێکجار وا دەزانین بەختمان هەیە، بەڵام لە ڕاستیدا یەکێك لە هەوڵەکانمان خۆی لە خۆیدا سەریگرتووە و قازانجمان لێوە کردووە و

---

[٩] وابزانم لۆرد لیڤەرهیوم بووە.

ئێستا لەبیرمان چۆتەوە ئەو هەوڵەمان داوە. دەبێت بەردەوام بین. ناکرێت لەبەر یەك دوو نشوستی واز لە کار و هەوڵدان و پلانەکەت بێنیت، چونکە نازانیت کام نشوستیە بە ڕاستی دەبێتە نشوستی و کامەشیان لە کۆتاییدا سەردەگرێت. بەڕای ئەمە وەکو ژمارەی ئەو بۆقانە وایە چۆن لە فلیمکارتۆنەکاندا ماچ دەکرێن تا یەکێکیان دەبێتە شازادە، یان ژمارەی ئەو گوێچکە ماسییانەی دەبێت هەڵیان بپچڕیت تا مرواریيەکت دەست دەکەوێت. گرنگ ئەوەیە هەرچیەك دەکەیت، کۆڵنەدەیت لەبەر ئەوەی وابزانیت کار و هەوڵەکانت سەرناگرن. تەنها بە بەردەوامبوون لە هەوڵدان دەگەیتە قازانج، هیچ کات نازانیت کام هەوڵەیان دەبێتە هۆی باشترین قازانج.

هیچ کات نازانیت کام هەوڵەیان دەبێتە هۆی باشترین قازانج

هاوسەنگترین و دڵخۆشترین خەڵکان پێت دەڵێن هەندێکجار دەبێت کار لەسەر شتێك بکەیت بەبێ پێشبینیکردنی قازانج، بێگومان جگە لەو کارە سەرەکیەی ئەنجامی دەدەیت و قازانجی هەیە بۆت، تا نەکەویتە کێشەوە.

ئەگەر بەردەوام بەدووی سەرکەوتن و قازانجدا بین، ئەوا ئەگەر هیچمان نەبوو بە هیچ خۆشگوزەرانیمان کێشەی تێدەکەوێت. هەندێك جار ئاساییە کارێك بکەین تەنها لەبەر خۆشی و چێژوەرگرتن لێی. من زۆر حەزم بە کێشانی وێنەی ئاوی زۆر زۆر بچوك هەیە. جاروبار خەڵکی پێم دەڵێن بۆچی لە پێشانگایەکدا دایان نانێیت یان بیانفرۆشیت. وە

Scanned with CamScanner

هەرجارێکیش بە قسەیان بکەم، توشی شکست دەبم و واز لە وێنەکێشان دەهێنم بۆ ماوەیەك. پاش هێوربوونەوەم دەچمەوە سەر وێنە کێشانەکە و فێربووم ئەمە کارێکی تایبەتە بەخۆم و جارێکی تر هەوڵی فرۆشتن و نمایشکردنیان نادەم. ئەمە ئەو بەشە قازانج نەویستەی ژیانمە و زۆر چێژبەخشە.

وە نەخێر هیچیانت پیشان نادەم.

Scanned with CamScanner

یاسای ۳۳

خۆت ڕابێنە لە ناوچە و مەودای ئاسودەییت بێیتە دەر

ئامادە بە بۆ ئەوەی هەموو ڕۆژێك کەمێك ئازاتر و بەجەرگتر بیت، بۆچی؟ چونکە ئەگەر وا نەکەیت، ئەوا خامۆش و مەنگ دەبیت و کەڕووت تێدەدات و چرچولۆچ دەبیت و دەپوکێیتەوە. هەموومان مەودای ئاسودەییمان هەیە کە تیایدا هەست بە سەلامەتی و خۆشی و بێ کێشەیی دەکەین. بەڵام جاروبار پێویستە لەم مەودایەمان بێینە دەرەوە و خۆمان توشی ئاستەنگی و ترس و بزاوتن بکەین. بەم جۆرە دەتوانین بە گەنجی بمێنینەوە و هەستمان بەرامبەر خۆمان باش بێت.

ئەگەر زۆر پەیوەستبین بە مەودای ئاسودەییمانەوە، ئەوا یان ووردە ووردە دەپوکێینەوە، یان ڕووبەڕووی شتێك دەبینەوە و ئەم مەودایەمان بۆ هەڵدەوەشێنێت. قەدەر یان هەر شتێك کە ئەم گەردوونە هەڵدەسوڕێنێت، حەز ناکات زۆر لەخۆمان ڕازیبین، لەبەر ئەمە جاروبار شەقێکی گەردوونیمان تێهەڵدەدات تا بە ئاگامان بێنێتەوە. ئەگەر خۆمان ڕاهێنابێت لەسەر فراوانکردنی مەودای ئاسودەییمان، ئەوا ئەو شەقە زۆر کاریگەری نابێت لەسەرمان، چونکە ئێمە ئامادەی بوین و زۆر ئاسانتر لەگەڵیدا هەڵدەکەین.

بەڵام ئەم کارە زۆر لەمە زیاترە، چونکە فراوانکردنی مەودای ئاسودەییمان وامان لێدەکات هەستمان بەرامبەر خۆمان باش بێت. وە

Scanned with CamScanner

متمانەی زیاترمان پێدەدات بەرامبەر خۆمان. هەروەها باشترین شتیش بتوانیت بیکەیت ئەوەیە زۆر لەسەر خۆ و هێمانانە ئەم فراوانکردنە ئەنجام بدەیت. هیچ پێویست ناکات لەپڕ بچیت بۆ فرین بە چارۆکەی هەوایی یان بەسەر پشکۆدا برۆیت یان ژوانێك لەگەڵ کەسێکی نامۆدا ببەستیت تەنها بۆ تاقیکردنەوەی مەودای ئاسودەییت. بەڵکو دەکرێت شتێکی سانای وەکو خۆبەخشین بێت بۆ ئەنجامدانی کارێك هەرگیز نەتکردبێت و کەمێك هەست بە شڵەژان بکەیت تیایدا. یان دەستکردن بە وەرزش و خولیایەکی نوێ یان پەیوەندیکردن بە یانە و شتێکەوە. یان ئەنجامدانی کارێك بێت بە تەنها کە پێشتر بە تەنها نەتکردووە، یان قسەکردن لەو دۆخانەدا کە پێشتر بێدەنگ بویت تیایدا.

ئێمە بەربەستی زۆر بەسەر خۆماندا دەسەپێنین و ئەمانە سنوردارمان دەکەن و رامان دەگرن. بەڕای ئێمە لەوانە نیە بتوانین کارێك بکەین یان دڵخۆش بین بە ئەنجامدانی کارێك. ڕازیبوون بە ئاستەنگی فراوانکردنی مەودای ئاسودەییمان لە قاڵبی خۆمان دەرمان دێنێت و زیاتر فێر دەبین و زیاتر گەشە دەکەین. تۆ ئەگەر فێربیت و ئەزموون وەربگریت دڵنیابە ناپوکێیتەوە و مەنگ نابیت.

فراوانکردنی مەودای ئاسودەییمان وامان لێدەکات هەستمان بەرامبەر خۆمان باش بێت

Scanned with CamScanner

یاسای ٣٤

فێری پرسیارکردن بە

بڕوانە، لەوانە نیە وەڵامەکانت بە دڵ بێت، بەڵام هیچ نەبێت شتێك فێر دەبیت و دەزانیت. زۆربەی کێشەکانی ئەم جیهانە بەهۆی گریمانە و (وازانین)ەوە ڕوودەدەن. ئەگەر ئێمە گریمانە بکەین ، واتە ئێمە دەزانین، بەڵام لە ڕاستیدا هیچ نازانین. وا دەزانین ئەو گچکە زانیاریەی پێمانە ڕاستە، بەڵام وانیە و شتەکان خراپتر دەکات. وا دەزانین خەڵکان پلان و نەخشەکانی ئێمەیان بە دڵە بەڵام وانیە و شتەکان سەرەوژێر دەبنەوە. کەواتە وا باشترە پرسیاری دروست بکەین لە سەرەتای کارێکەوە و بزانین چی چیە.لە ڕێی پرسیارکردنەوە دۆخ و حاڵەتەکان ڕوون دەبنەوە. پرسیارکردن خەڵکی دەخاتە سەر ڕێچکەی دروست، ئەمەش وادەکات خەڵکی بیر بکەنەوە، بیرکردنەوەش لەسەرهەموو شتێك هەموو کاتێك کارێکی باشە. پرسیارکردن وادەکات خەڵکی بیرکردنەوەیان ڕوون و ڕێکخراو بێت. پرسیار داوای وەڵام دەکات، وەڵامیش وادەکات دۆخەکان بە باشی بیریان لێبکرێتەوە، تا دەگاتە دەرەنجامێکی لۆژیکی.

پرسیارکردن وادەکات خەڵکی بیرکردنەوەیان ڕوون و ڕێکخراو بێت

وەکو جارێك کەسێکی زۆر خۆشەویست پێی وتم: " تا باشتر لە بیروباوەڕ و کردار و حەزەکان و ویستەکانی خەڵکی تێبگەیت، زیاتر نزیك دەبیتەوە

Scanned with CamScanner

له وەڵامدانەوەی دروست و ئەگەر پێویست بوو بیرکردنەوەت بگۆڕیت و بە گشتیش سەرکەوتوو بیت". پرسیارکردن کاتت بۆ دابین دەکات تا هەناسە بدەیت و بیر بکەیتەوە. نەك خێرا پەلاماری کارەکە بدەیت یان خۆت فڕێ بدەیتە دۆخەکەوە چونکە وابزانیت شارەزاییت هەیە. وا باشترە چەند پرسیارێك بکەیت و ڕاستیەکەت بۆ دەربکەوێت. بەم جۆرە زیاتر لۆژیکانە و هێمنانە و دروستتر ئامادە دەبیت.زۆر بە ئاسانی پەیڕەوکاری یاساکانت بۆ دەردەکەوێت، ئەمانە ئەو کەسانەن هەموو کاتێك پرسیار دەکەن لە کاتێکدا کەسانی تر یەکسەر کاردانەوەیان دەبێت و دەتۆقێن و بە هەڵە لە شتەکان تێدەگەن و گریمانە دادەنێن و کۆنترۆڵ لەدەست دەدەن و بە گشتی بە خراپی هەڵسوکەوت دەکەن.

هەروەها بەردەوام پرسیار لە خۆت بکە. لە خۆت بپرسە بۆچی وا دەزانیت ڕاستیت، یان هەڵەیت. لە خۆت بپرسە بۆچی ئەو کارە دەکەیت، یان بۆچی شتانێکت دەوێت، یان بۆچی ڕێچکەیەکی دیاریکراوت گرتۆتە بەر. بەردەوام و هەمیشە پرسیار لە خۆت بکە چونکە لەوانەیە کەس نەبێت پرسیارت لێبکات. تۆش پێویستت بەوەیە پرسیارت لێبکرێت. هەموومان پێویستمان بەوەیە پرسیارمان لێبکرێت. چونکە وامان لێدەکات بەدووربین لە گریمانەی ئەوەی وابزانین دەزانین باشترین شت چیە بۆمان.هەروەها کاتێکیش هەیە کە دەبێت لە پرسیارکردن بوەستین، پرسیارکردن لە کەسانی تر و لە خۆشمان. دەبێت بزانیت کەی دەوەستیت و پاشەکشە دەکەیت. هەموو ئەمانە کاتێکی زۆری دەوێت تا شارەزای ببیت و هەمووشمان تا فێردەبین و شارەزا دەبین هەڵە دەکەین.

هیچ پرسیارت هەیە؟

Scanned with CamScanner

یاسای ٣٥

شکۆمەندیت هەبێت

چەندین ساڵم لە چاودێریکردن و تەماشاکردنی کەسانی سەرکەوتوودا بەسەر بردووە. بە سەرکەوتووش هیچ مەبەستم ئەوە نیە سامانێکی زۆریان هەبێت و ئیشێکی چاکیان هەبێت. چونکە بەڕاستی سەرکەوتووترین کەسەکان من دیبێتمن زۆر بە ساکاری و سادەیی تەنهایی ژیاون، کەچی ئەوپەڕی دڵخۆشی و ئاشتی ناخ و ئاسودەییشیان هەبووە. ئەم کەسانە ئەوانەن هەرگیز ناتوانرێت زەردەخەنەی ڕووحیان خەفە بکرێت، هەرچەندێك هەوڵبدەیت.

زۆرینەی کەسە سەرکەوتووەکان هەست بە شکۆمەندی خۆیان دەکەن. باشە مەبەستم چیە بەمە؟ واتە ئەم کەسانە لە ناخیاندا زۆر پتەون، بۆیان دەرکەوتووە کێن و دەتوانن چی بکەن. هیچ پێویستیان بە خۆفشکردنەوە و قسەی زل نیە لەسەر ئەوەی چییان هەیە و کێن. هیچ سەرەنج بۆلای خۆیان ڕاناکێشن چونکە بەلایانەوە گرنگ نیە ئێمە چۆن تێیان دەڕوانین، ئەوان سەرقاڵن بەوەی لە ژیانیاندا دەگوزەرێت. سەرقاڵن بە شکۆ و لێهاتوویی خۆیانەوە، نەك لەبەر ئەوەی بترسن هەڵەیەك بکەن و گێل دەربکەون، بەڵکو لەبەر ئەوەی هیچ تاقەتی سەرئێشەی سەرەنجڕاکێشانی خەڵکییان نیە.

Scanned with CamScanner

گرنگه ئەگەر بتەوێت ببێتە پەیڕەوکارێکی یاسای سەرکەوتوو هاوسەنگی ناخ و سەنگینیت هەبێت و کەمێك جیاواز بیت لە خەڵکان بە گشتی، ڕەفتارت باش بێت و بەڕێز و خەمخۆر بیت و کەسێك بیت خەڵکان حەز بکەن چاوت لێبکەن. هیچ پێویست ناکات ساردوسڕ و بێ گاڵتەوگەپ و گەورانە خۆت دەربخەیت، بەڵکو دەتوانیت خۆشیش ببینیت، بەلام خۆت گێل و گەمژە مەکە. دەتوانیت هەموو ڕۆژێك سەروقژت ڕێکنەخەیت، بەلام زۆر شپرێو مەبە. دەتوانیت هێوربیتەوە و بحەوێیتەوە، بەلام ووریابە پاڵی لێمەدەوە.

شکۆمەندی بریتیە لە ڕێزگرتن لە خود و متمانە بە خۆبوونێکی ساکار و هێمن. هەرکات دەستت بەمانە کرد خەڵکی بە شێوەیەکی سەرەنجڕاکێشانە ڕێزت لێدەگرن و بەرز لێتدەڕوانن.

شکۆمەندی بریتیە لە ڕێزگرتن لە خود و متمانە بە خۆبوونێکی ساکار و هێمن

Scanned with CamScanner

یاسای ٣٦

هەستکردن بە سۆزە گەورەکان ئاساییە

ئەگەر بەردەوام سەرقاڵ بین بە شکۆمەندی و هێمنیمانەوە، لەوانەیە ببێتە هۆی هەستکردن بە دابڕان و نەمانی شوێن و مەودا بۆ سۆزە گەورەکانمان. نەخێر نابێتە هۆی ئەمە. بەڵکو ئاساییە هەست بە سۆزە گەورەکان بکەین. ئاساییە هەست بە تووڕەیی بکەین کاتێک کەسێک بەڕاستی وەڕسمان بکات. ئاساییە هەست بە خەموپەژارەیەکی زۆر بکەین کاتێك کەسێکی خۆشەویستمان لەدەست دەچێت. ئاساییە هەست بە خۆشییەکی زۆر بکەین. ئاساییە هەست بە ترس و شڵەژان و خەمڕەوینەوە و جۆش و خرۆش و هەموو سۆزەکانی تر بکەین.ئێمە مرۆڤین و سۆزمان هەیە. ئەمەش زۆر سروشتییە. زۆر سروشتییە هەست بە سۆزی گەورە بکەین لە ناخماندا و ئاساییشە پیشانیان بدەین و بیانخەینە ڕوو. نابێت ئێمە شەرمەزار بین بەرامبەر سۆزەکانمان.

ئاساییە بگرین. بەڵام ئاسایی نیە هەستەکانمان بخۆینەوە و کپیان بکەین. چونکە بەم جۆرە هەستەکانمان دا دەتەپێنرێن. دەربڕین و خستنەڕوویان و مامەڵەکردن لەگەڵیاندا پاشان بەردەوامبوون لە ژیانمان زۆر باشترە.

ئاسایی نیە هەستەکانمان بخۆینەوە و کپیان بکەین.
چونکە بەم جۆرە هەستەکانمان دا دەتەپێنرێن

Scanned with CamScanner

ئەگەر توشی زەبری دەروونی و ئەزموونێکی ناخۆش و کاتە سەختەکان ببینەوە، ئاوا نابێت پێمان باش بێت هەموو کاتێک هەر بیانخۆینەوە و دەریان نەبڕین، چونکە پێمان وابێت خەڵکی بە لاواز و بێ کۆنترۆڵ دەمانبینن. دەزانم ئەم لایەنە پێدەچێت پێچەوانەی پاراستنی شکۆمەندیمان بێت، بەڵام هەستکردن بە سۆز شکاندنی شکۆمەندی نیە، مەگەر خۆمان بە نەگونجاوی یان لە کاتێکی نەگونجاودا دەریان بڕین.

هەندێکجار تورەبونیش زۆر ئاساییە، ئەگەر کۆنترۆڵی خۆمان لەدەست نەدەین و شتێك نەکەین دواتر پەشیمان ببینەوە لێی. تورەبوون بەبیری خەڵکان دێنێتەوە ئێمە لاواز و بێ دەسەلآت نین و ئەوان زۆر ئازاریان داوین/دڵیان شکاندوین/هەرەشەیان لێکردووین و کار و کردارەکانیان دووچاری ئێشێکی زۆری کردوین.

بێگومان ناشبێت لەسەر شتانی پڕوپوچ تورە بین، بەڵکو تەنها لە کاتێکدا تورە دەبین بە ڕاستی شایستەی بێت. هەروەها ئاساییش نیە تورەبونەکەمان بڕژێن بەسەر کەسانی بێتاواندا، ئەگەر نەتتوانی تورەییەکەت بە گونجاوی دەربڕیت، ئەوا دەبێت بە شێوەیەك دەری بڕیت نەبێتە هۆی ئازاردانی هیچ کەس. بەڵام دەبێت هەر بە جۆرێك لە جۆرەکان بە گونجاوی دەریببڕین، چونکە تورەیی کپکراو لە ناخت دەخوات.

ئەوە تەنها تورەیی نیە کە نابێت بۆ هەمیشە کپبکرێت و بخورێتەوە، بەڵکو ترس و شلەژان و خۆشییەکی زۆر و هەر سۆزێکی تریش بەم جۆرەن. دووبارە تەنها بەوەی هەست بە سۆزێکی زۆر دەکەین واتای ئەوە نیە لە کۆنترۆڵ دەرچووین. دەکرێت زۆر سۆزی بین و کۆنترۆڵی

خۆشمـان لـه دەسـت نـەدەین لـەکاتی دەربڕینیانـدا. ئەگـەر هەسـت بـە سۆزەکان نەکەیت، ئەوا مـرۆڤ نیـت، کەواتـە بـە باشـی هەسـتیان پێبکـە. ئەمە زۆر سروشتیە و نابێت هەوڵبدەیت هەستەکانت بخنکێنیـت. دووبـارە دەبێت دڵنیابیت لە کاتی گونجاو و بە گونجاویی دەریانببڕیت، ئەمەشیان هەر لە کۆنترۆڵی خۆتدایە. ئەگەر بە خراپی کاردانەوەت هـەبوو، دەکرێـت دواتر هەست بە تاوان بکەیت لەسەری، دووبارە ئەمەش ئاساییە.

یاسای ۳۷

بیروباوەڕت بپارێزە

"...ئێمە بیروباوەڕمان پاراست!،

بەبێ دوودڵی بەرەو کۆتایی دەڕۆین.

بە تاجە گوڵینەوە بەرەو ناخی تاریکی!"

ئەم کۆپلەیە لە هۆنراوەی ڕوپەرت برووکە، بەناوی "زە هیل-گرد"، (وابزانم) دەربارەی هاوڕێیەتیە. دەشکرێت دەربارەی شتێکی زۆر جیاوازتر بێت، چونکە گرانە بزانرێت دەربارەی چیە. بەلای منەوە دەربارەی هاوڕێیەتی نێوان دوو خۆشەویست و دوو هاوڕێیە. دەربارەی پاراستنی بیروباوەڕ و ئەو پەیمانەیە کە داوتە بۆ دابینکردنی پشتیوانی، دەربارەی متمانەیە، دەربارەی باوەڕپێبوونە. یان لەوانەشە دەربارەی پاراستنی بیروباوەڕ بێت لە ڕوانگەی ئاینەوە، بەلام من زانیاریم هەبێت لەسەر هۆنراوەکانی ڕوپەرت، ئەمە دەربارەی ئاین نیە. پاراستنی بیروباوەڕ بریتیە لە پەیوەست بوون بە بەڵێنەکانەوە، بریتیە لە ڕۆشتن بەرەو ناخی تاریکایی بە تاجە گوڵێکەوە لەسەر سەرمان، سەربەرز و بێ دوودڵی، چونکە دەزانیت کارێکی ڕاستت ئەنجام داوە، ئەوا لە پاڵ هاوڕێکانتدا ببە لە کاتی ناخۆشیدا. لەوانەیە شەرەف و وەفاداری و متمانە و سەربەرزی و پشتیوانی و ئەمەکداری و جێ متمانە بوون و پشت بەستن و هێز و لێکدانەوەی شتەکان و هاوسەنگی و پایەداری بەهای کۆن بن، بەلام بێگومان بەهاکانیان کەم نیە. ئێمە لە کۆمەڵگەیەکدا دەژین شتەکان زۆر خێرا دەڕۆن و زۆر خێرا وەلا دەنرێن، ئەگەر تۆ بەڵێنی

Scanned with CamScanner

خۆتت پاراست و لەکاتی کێشەدا ئامادە بویت و مرۆڤی تەنگانە بویت و پشتت پێ بەسترا و جێی متمانە بوویت، ئەوا دەبیتە کەسێکی دیار و بەهای زۆرت دەبێت. ئەمەش شتێکی باشە بێگومان. لەم ڕۆژەدا شەرم دەکەین باش بین، چونکە خەڵکی بە هەڵە لە (باش بوون) و (باش بوونی بەرژەوەندیدار) تێدەگەن. ئەمانەش دوو شتی زۆر جیاوازن. پاراستنی بیروباوەڕ شتێکە خۆت ئەنجامی دەدەیت. باش بوونی بەرژەوەندیدار بریتیە لە هەوڵدان بۆ گۆڕینی کەسانی تر. هەبوونی یاسای تایبەت بە خۆت و هەلگرتنیان بۆ خۆت (پەیوەستبوون بە یاسای [1]) شتێکی ئاساییە. هەوڵدان بۆگۆڕینی خەڵکانیتر تاهەمانکارەکانی تۆ بکەنەوە، شتێکیخراپە. ئەمە دەتکاتە (کەسێکی ڕووکەش باشی بەرژەوەندیدار). ئەمە من ناگرێتەوە چونکە من تەنها زانیاریت پێدەدەم، هەوڵنادەم بتگۆڕم. وەرگرتنی ئەم زانیاریانە و جێبەجێکردنیان بە تەواوەتی پەیوەستە بە خۆتەوە. بەلام من دڵنیاییت پێدەدەم، من بیروباوەڕی خۆم دەپارێزم و ئەم زانیاریانەی ئەمڕۆ پێت دەدەم هەمان زانیاری دەبێت ئەگەر ٢٠ساڵیتریشپێتبدەم. بەهاکۆنەکانهیچکاتبەسەرناچن (لەوانەشەدەمێك بووبێت بەسەر چوبن) و منیش هیچ کاتێك بێ ئومێدت ناکەم.

پاراستنی بیروباوەڕ شتێکە خۆت ئەنجامی دەدەیت. باش بوونی بەرژەوەندیدار بریتیە لە هەوڵدان بۆ گۆڕینی کەسانی تر

ئەمەش دێڕێکی تر لە هەمان هۆنراوە: "...ئێمە سەربەرز بووین، پێکەنینیشمان هات بە هەبوونی دەنگێکی دلێر بۆ وتنی ڕاستیەکان."

یاسای ٣٨

هیچ کات لە هەموو شتەکان تێناگەیت

بڕوانە، ئێمە مرۆڤێکی زۆر بچوکی ئاڵۆزین لە جیهانێکی گەورەی ئاڵۆزدا ئەویش لە گەردوونێکی زۆر گەورەتردا. هەموو شتەکان زۆر سەرسورهێنەرانە و ناوازانە سەیروسەمەرەن بە شێوەیەك کە هەرگیز لە هەموو شتەکان تێناگەین. ئەمەش هەموو ئاست و بوارەکانی ژیان دەگرێتەوە. هەرکات لەم یاسایە تێگەشتی و پەیڕەوت کرد، شەوانە ئاسانتر و باشتر خەوت لێدەکەوێت.

بێگومان لەوانەیە ئێستا چەندان شتی سەیروسەمەرە لەلای تۆ و لە دەوری تۆ ڕوویدەن، وە هەمیشەش وا دەبێت، شتەکان هەمیشە کەمێك لە دەرەوەی تێگەشتنی تۆ دەبن. خەڵکی بە شێوەی سەیروسەمەرە ڕەفتار دەکەن و تێناگەیت بۆچی.

شتەکان لە پڕ بە خراپی دەڕۆن، یان بە باشی، بە شێوەیەك هیچ لێی حاڵی نەبیت. ئەگەر هەموو کاتێك هەوڵ و تەقەلای ئەوە بدەیت لە شتەکان تێبگەیت ئەوا وردە وردە شێت دەبیت.

زۆر باشترە ئەگەر ڕازیبیت بەوەی هەمیشە شتانێك بوونیان دەبێت لێی تێنەگەیت و بەو جۆرە وازیان لێبێنیت. ئەنجامدانی ئەمە زۆر ئاسانە.

خەڵکی بە شێوەی سەیروسەمەرە ڕەفتار دەکەن. شتەکان لە پڕ بە خراپی دەڕۆن، یان بە باشی

ئەمە هەمان بنەمایە بۆ شتە گەورە و ئاڵۆزەکانیش. بۆچی شتانێکی دیاریکراومان بەسەر دێت، ئێمە بۆ لەژیانداین، دوای مردن چیمان لێدێت. هەندێك شت هەن هیچ لێیان تێناگەین، هەندێکی تریان هەن دەتوانین هەوڵیان لەگەڵ بدەین و لێیان حاڵی ببین، بەڵام من هەستێکی سەیرم هەیە لەوەی شتەکان بەو شێوەیە نابن کە ئێمە مێشکمان بۆی چووبوو.

وەکو ئەوە وایە ژیانمان بریتی بێت لە یەك وێنەمەتەڵی زۆر زەبەلاح و ئێمەش لەلایەکیەوە تەنها بەشێکی زۆر بچوك ببینین. لەم بەشە بچوکەشەوە گریمانەی گەورە گەورە دەکەین: "لەوانەیە ئەمە بە فلانە جۆر بێت". بەڵام کاتێك پەردەکە لادەبرێت دەبینین وێنە مەتەڵەکە زۆر زۆر گەورەترە و ئەو بەشە گچکەیەی زۆر لێی وورد دەبووینەوە بەجۆرێکی ترە، وە وێنەکەش شتێکی زۆر جیاواز ترە لەوەی بیرمان لێکردبۆوە.

لەم سەردەمەدا ئێمە بە شێوەیەکی زۆر خێرا زانیاری کۆ دەکەینەوە، زۆر خێراتر لە هەرچی مرۆڤ و کۆمپیوتەرە. وە لە هەمووشی تێناگەین. تەنانەت لە بەشێکی هەرە گچکەشی تێناگەین. ئەمەش هەمان جۆرە وەکو ژیانمان. شتەکان لە دەوروبەرمان هێندە خێرا دەڕۆن و تێدەپەڕن ئێمە هیچ کات لێیان حاڵی نابین. چونکە تا خێراتر هەوڵبدەین، وێنەکە خێراتر لە ئێمە دەگۆڕێت. زانیاری نوێ دێت و تێگەشتنەکانمان دەگۆڕێت.

Scanned with CamScanner

ووریا به، زانینخواز بـه، پرسـیار بکـه، بۆخـۆت بـیر بکـەوە، قسـه لەگـەڵ خەڵکانی تر بکه ئەگەر ویستت، بەڵام بزانه ئەمه هەموو کاتێک وەڵامێکـی ڕوون و زەقت پێنـادات. خـەڵکان زۆرجـار شـتانی سەیروسـەمەرە دەڵێن. ژیانیش زۆرجار به ئاقاری سەیروسەمەرەدا دەڕوات. وازی لێبێنه بـڕوات و هێمنی و ئاشتی ناو نـاخ و دەروونـت بـدۆزەوە بـه تێگەشـتن لـەوەی هـیچ کات له هەموو شتەکان تێناگەیت. چونکه هەندێک شـت هـەن و ڕوودەدەن و نازانرێت بۆ.

یاسای ٣٩

بزانە دڵخۆشی ڕاستەقینە لەکوێوە دێت

نەخێر من لێرەدا نهێنیدڵخۆشی ڕاستەقینە کە خەڵکی لە سەرەتای دەستپێکردنی کات و ژیانەوە بەدوویدا دەگەڕێن ئاشکرا ناکەم. بەڵام دەزانم لەکوێدا بۆی نەگەڕێم. هەروەها گچکە زانیاریەکیشم هەیە لەوەی لەکوێ ئەگەری هەیە بیدۆزینەوە. با حاڵەتێک بە نمونە وەرگرین، دەچیتە دەر و دەتەوێت ئۆتۆمبیلێک/ خانوییەک/ قاتێک/ کۆمپیوتەرێک/ هەرچیەک بێت، بکڕیت کە دڵت پێوەیەتی. هەروەها پارەی ئەوەشت پێیە (نەخێر ئەمەش نازانم چۆن پەیدای بکەیت، من باسی نمونەیەک دەکەم)، پاش کڕینی شتەکە، هەست بە خۆشی/ دڵخۆشی/ جۆش و خرۆش/ ناوازەیی دەکەیت. باشە ئێستا بیهێنە پێشچاوت کێ ئەو شتەی پێکهێناوە/ دروستکردوە/ سازکردووە کە کڕیوتە. کاتێك ئەم شتەیان دروستکردووە، ئەو هەستەی بۆ تۆ دروستبوو لەکوێی کاڵا و شتەکەدا دایاننناوە؟ بە ڕای من تۆ خۆت لە بنەڕەتدا ئەو هەستە لە ناختدا هەبووە.

> **بە ڕای من تۆ خۆت لە بنەڕەتدا ئەو هەستە لە ناختدا هەبووە**

ئینجا بیهێنە پێشچاوت دەکەویتە خۆشەویستیەوە. ئەمەش زۆر ناوازە و خۆشە. هەست بە دڵخۆشی و جۆش و خرۆش دەکەیت. دەڕۆیت و چاوت بە خۆشەویستە نوێیەکەت دەکەوێت و هەموو ئەم هەست و سۆزە لەتۆ دەڕژێت. هەست بە خۆشییەکی زۆر دەکەیت چونکە تۆ لەگەڵ

Scanned with CamScanner

خۆشەویستەکەتدایت و ئەوان هۆکاری دروستبوونی ئەو هەستانەن لەلای تۆ. وایە؟ نەخێر. ئەم هەستانەش لە بنەڕەتدا لە ناختدا هەبوون. تۆ بەبوونی خۆشەویستەکەت ئەم هەستانە دەبزوێن لە ناختدا، تەنانەت ئەگەر بچنە ئەوپەڕی دونیاش، تۆ هەمان هەستت بۆیان دەبێت. لە کارەکەت دەردەکرێیت، زۆر ناخۆشە. فەرمانی دەرکردنەکەت دەدرێتە دەست و بە دەروون ڕووخاوی دەڕۆیت. وا دەزانیت هەر هیچ نیت. باشە ئەی ئەم هەستانە لەکوێی ئەو فەرمانەدا نوسراون؟ لە هیچ شوێنێکیدا، ئەمەش هەر لە ناخی خۆتدایە. هەمووماں ڕۆژانە دەچینە سەر کار ئەگەر کارمان هەبێت و ئەگەری بزاوتنی هەستی "لەکارەکەم دەرکرام" لە ناخماندا بوونی هەیە. هەمووشمان ڕۆژانە خەڵکی دەبینین و ئەگەری بزاوتنی هەستی "کەوتمە خۆشەویستیەوە" لە ناخماندا بوونی هەیە.

هیچ برێك لە کەوتنە خۆشەویستی و کڕینی کاڵای نوێ و دەرکردن لە کار هێندە دەمێنێتەوە تا زاڵ دەبێن بەسەریدا و ئاسایی دەبێتەوە لامان. خەڵکی ڕادێن لەگەڵ کڕینی شتی نوێ و کەوتنە خۆشەویستی و هەرچیەکەوە بێت چونکە حەزیان بەو هەستە هەیە کە بۆیان دروست دەبێت بەبێ ئەوەی درك بەوە بکەن ئەو هەستە لە بنەڕەتدا لەناخیاندا بوونی هەیە. دەیانەوێت هۆکاری دروستبوونی ئەو هەستە بپارێزن، چونکە وادەزانن ئەمانە تاکە هۆکارن بۆ دروستبوونی ئەم هەستانە.

نهێنیەکە بریتیە لە زانینی چۆنیەتی بزواندنی هەستەکان بەبێ ئەوەی هیچ کەسێك یان هیچ شتێك هۆکار بوبێتن. نەخێر ئەمەش نازانم، خۆت دەبێت بیدۆزیتەوە. زانیاریەك: لە شوێنێکدایە هیچ کات بیرت لە گەڕان بەناویدا نەکردۆتەوە. ئەویش ناخی خۆتە.

یاسای ٤٠

ژیان وەکو پیتزا وایە

منداڵـەکانم خـۆش دەوێـن. حـەز دەکـەم چـیرۆکیان بـۆ بخوێنمـەوە و حەزدەکـەم یاریـان لەگـەڵ بکـەم و تەماشـایان بکـەم بـەرەو گـەورەبوون بڕۆن، حەزدەکـەم گوێیـان لێبگـرم و فێـری پاسـکیل لێخوڕینیـان بکـەم و بیانبەم بۆ دەرەوە، بە گشتی حەزدەکەم لەگەڵیان بم.
بەڵام بە ڕاستی ڕقم لە کۆکردنـەوەی شـتەکانیانە و ڕقـم لـە گوێگرتنـە لـە شـەڕەکانی نێوانیـان، ڕقـم لـەو ئاوازەیـە کـە تـەنها هـەرزەکاران قسـەی پێدەکەن. بەڵام وادیارە شتە باشەکانیان بەبێ کۆکردنەوەی شتەکانیان و گوێگرتن لە شـەڕەکانیان و زمـان درێژییـە هەرزەکارانەکـەیان نابێـت. مـن بەبێ ئەوان بوونم نیە (هیچ نەبێت زۆربەی ڕۆژەکان!).
زۆرم حەز لە پیتزاشە. حەزم لە پیتزای ڕەقە وەك چۆن حەزم لـە پیتـزای هەڵکفیو و نەرمە. ئەوەی پیتزا بێت من حەزم لێیە. حەزم لە پەپـەڕۆنی و مۆتزەرێلایە، حەزم لە تەماتە و پارچە گۆشتی بەلەزەت و کەبیەری تیـژ و پیازی سورەوکراوەیە. بەڵام زۆرم ڕق لە زەیتوونە، جاروبار بـەبێ ئـەوەی داوای زەیتون بکەم سەیرەکەم خراوەتە سەر پیتزاکـەم. ئـەم حاڵەتـە زۆر ناخۆشە. یان تەماتـەی وشـك و جـیڕ، ئـاخ چـەندە ڕقـم لەمەشـە. هـەموو جارێك دانە دانە لایان دەبەم.

کاتێك منداڵەکانم بچوك بوون، ڕقیان لە پیتزایەك بوو شتێکی لەسەر بێت حەزیان لێ نەبێت. دەگریان و دەستیان دەکردە زوڕەزوڕ و دەیانوت ڕقمان لە قارچکە، یان ڕقمان لە تەماتەی پیشاوە! منداڵەکانم دەبوایە فێربن ئەگەر خۆیان فێری قارچك و تەماتەی پیشاو نەکەن، پیتزاش نابینن.

دەزانن چی؟ ژیان وەکو پیتزا وایە، هەموو شتێکی لەسەرە. ئەگەر حەزت لە شتە خۆشەکان بێت، دەبێت خۆت فێری شتە ناخۆشەکانیش بکەیت. ئەگەر کارەکەت خۆشدەوێت بەڵام کەسێکت لە کارەکەتدا خۆشناوێت، ئەوا بزانە کارەکەت وەکو پاکێجێك وایە و دەبێت مامەڵە لەگەڵ هەمووی بکەیت، یان واز لە کارەکەت بێنیت. ئەگەر هاوژین و هاوسەرەکەت خۆشدەوێت بەڵام ڕقت لەوەیە کە پاش دەمەقاڵێیەك دەتۆرێت، ئەوا دەبێت قایل و ڕازی بیت پێیان و درك بەوە بکەیت ئەو تۆرانەیان بریتیە لەو بەشەی کە چۆن هەموو شتەکانی بە یەکەوە جوانن. ئەگەر دراوسێکەت قسە خۆشە و ئاگای لەماڵومولکەکەت دەبێت کاتێك دەچیتە دەرەوە و پۆستە و دیلیڤەریەکانت وەردەگرێت و ئاگاداری منداڵەکانت دەبێت، ئەوا دەبێت ڕازی بیت بەوەش کە دراوسێکەت زۆر قسە دەکات و تۆش دەبێت بۆڵەبۆڵ نەکەیت لەسەر ئەم لایەنەی. کاتێك وەستایت لە بۆڵەبۆڵ و گلەیی، بۆت دەردەکەوێت زۆر قسەکردنەکەیان زۆر ئاساییترە بەلاتەوە.

من چەندان دایکان و باوکان دەناسم منداڵەکانیان لەم قوتابخانەوە دەگوازنەوە بۆ ئەو قوتابخانە تا قوتابخانەیەکی تەواویان دەستدەکەوێت. بەڵام هەرگیز دەستیان ناکەوێت چونکە منداڵەکانیان بەردەوامن لە

Scanned with CamScanner

گەشـەکردن. مـن نـالێم منداڵەکـەت مـەگوازەوە (ئەگـەر بـژاردەت هـەبوو) بـەلاّم مەشـــگەڕێ بـــەدوای بێخەوشـــی و تەواوییـــدا چـــونکە ناتوانیـــت بیدۆزیتەوە. ژیان بێخەوش و کەماڵ و تەواو نیە. هیچ شتێکیش لـە ژیانـدا بێخەوش و تەواو نیە.

باشترین شتەکانی ژیان شتانی ناخۆشیشیان تێدایە کە حـەزت پێنـەبێت، وەکو پیتزاکە تەماتەی پیشاو و زەیتوونی لەگەڵە. بۆڵـەبۆڵ و گلـەییکردن سوودی نیە. ئەوەی حەزت لێنیە وەلای بنێ یـان بـە خێرایـی قـوتی بـدە، پاشان ئـەوەی ماوەتـەوە چێژ لـە هـەموو قـەپاڵێکی بگـرە و بـە تامـەوە بیخۆ.

باشترین شتەکانی ژیان شتانی ناخۆشیشیان تێدایە

Scanned with CamScanner

یاسای ٤١

هەمیشە کەسێك یان شتێکت هەبێت کە خۆشحاڵە بە بینینت

خانمێك دەناسم سەگی تانجی هەیە (بڕوانە یاسای ٥٥). کاتێکئەمخانمەدەگەڕێتەوەماڵ،سەگەکانیزۆرخۆشحاڵنبەبینینی،بەڵامسەگهەمووکاتێکبەمجۆرەنە بەرامبەرخاوەنەکانیان. تەنانەت چەند بە خراپی مامەڵەشیان لەگەڵدا بکەیت[10]. هەموو جارێك بە بینینیت شێت دەبن لە خۆشیدا. بێگومان حەزدەکەیت هاوژینەکەشت هەمان کاردانەوەی هەبێت بە بینینت، واتە کە گەڕایتەوە ماڵ شێت بێت لە خۆشیدا. دڵنیام وادەکەن، وایە؟ تۆش بەهەمان شێوەیت کە ئەوان دەگەڕێنەوە ماڵ. وایە؟ وانیە؟ بەڵێ؟ وایە دەستخۆش. هەموومان پێویستمان بە کەسێکە خۆشحاڵ بێت بە بینینمان. ئەمە وادەکات هەست بە شایستەبوون بکەین. زۆر خۆشحاڵ دەبم کاتێك یەك دوو ڕۆژ بەهۆی کارەوە لە ماڵ دوور دەکەومەوە و کاتێك دەگەڕێمەوە منداڵەکانم وەکو هەموو منداڵێکی

---

[10] مامەڵەی خراپ مەبەستم ئەوەیە نەتوانیت پیاسەی تەواویان پێبکەیت بەهۆی سەرقاڵیتەوە، یان بیرت بچێت خۆراکیان پێبدەیت، شتی لەم جۆرە. مەبەستم ئەوەنیە لێیان بدەیت یان پشتگوێیان بخەیت، کێ شتی وا دەکات؟!

Scanned with CamScanner

تـر چـاوەڕێم دەکـەن و دەسـتەکانیان دەکەنـەوە و دەڵـێن "چـیت بـۆ هێناوینەوە؟"

یان کاتێك لە قوتابخانە دەگەڕێنەوە و تۆش دەپرسیت ڕۆژەکـەیان چـۆن بـووە و ئـەوانیش تاقـەتی وەڵامدانـەوەیان نیـە. بـەڵام هێشـتا تـۆ هـەر دڵخۆشیت بە بینینیان، تۆش بەلای ئەوانەوە کەسێکیت، یان شتێك.

نەخێر گلۆپە سورەکەی تەلەڤیزۆن ناچێتە ئەم قاڵبەوە. تۆ پێویستـت بـە کەسێکە یان ئاژەڵێکی مـاڵی. یـەکێك لـە کوڕەکـانم دەڵێـت مارمێلکەکـەی هەموو کاتێك خۆشـحاڵە بـە بینـینی، هەرچـەندە زۆر دیقەتمـدا هەسـتم بـە هیچ سۆزێك نەکرد لە دەمووچاوی ئەو خشۆکەدا.

هەموومان پێویستمان بە کەسێکە خۆشحاڵ بێت بە بینینمان. **ئەمە وادەکات هەست بە شایستەبوون بکەین**

هەبوونی کەسێك یان شتێك خۆشحاڵ بێت بە بینینت گرنگـە، چـونکە ئـەو کەسە پێویسـتی پێتـە و ئەمـەش مەبەسـتێکت پێدەبەخشـێت و وادەکـات دووربیت لە خۆپەرستی و هۆکارێکت دەداتێ بەردەوامبیت لە ژیـان. ئـەی چی ئەگـەر بەتـەنیا بـژیت و ئـاژەڵی مـاڵی و منـداڵت نـەبێت؟ لـەم کاتـەدا کاری خۆبەخشی و خێرخوازی زۆر باشە بۆ زانینی ئـەو هەسـتەی کەسـێك خۆشـحاڵ بێـت بـە بینینـت. بـەڵام بێگومـان واباشـترە ئـەم هەسـتە لـە بەردەرگای ماڵەکەتدا هەبێت.

هاوڕێیـەکم لـە ناوچـەیەکی لەندەنـدا دەژی کـە دراوسـێکان لەگـەڵ یـەکتر قسە ناکـەن، هاوڕێکـەم بـۆی دەرکـەوت پیـاوێکی خانەنشـینی کەمئەنـدام چەند ماڵێك لەولا ئەوەوە دەژیا. ئـەم خانمـە هاوڕێیـەم تێبـینی کـرد هـەر

کاتێك لەکارەکەی دەگەڕایەوە و بە بەردەم ماڵی ئەو پیاوەدا دەڕۆیشت، ئەم پیاوە لەبەر دەرگا بوو و دەیوت "بە ڕێکەوت بووە لە دەرەوە بووم". بە ئاشکرا دیاربوو ئەم پیاوە تەنهایە و ئەو تۆزە دەمەتەقێیەی بەلاوە گرنگ بووە. ئەو پیاوە خۆشحاڵبوو بە بینینی هاوڕێکەم. ئەی تۆ کێ خۆشحاڵە بە بینینت؟

یاسای ٤٢

بزانە کەی واز لە شتێك دێنیت و کەی کەس یان شوێنێك بەجێ دەهێڵیت

جاری وا هەیە ناچاریت وازبێنیت. هەمووما‌ن ڕقمان لە شکستە، ڕقمان لە وازهێنانە، ڕقمان لە خۆبەدەستەوەدانە. هەموومان ئاستەنگی ژیانمان خۆشدەوێت و دەمانەوێت بەردەوامبین تا دەیبەینەوە و زاڵ دەبین و بەربەستەکان دەشکێنین. بەڵام هەندێك جار ئەمە ڕوو نادات و پێویستە فێر بین درك بەم ساتانە بکەین، فێر بین ناخۆشیەکان لەخۆمان هەڵوەرێنین و بەردەوامبین و بە سەربەرزی و شکۆمەندییەوە بڕۆین.

هەندێك جار بە ڕاستی حەز بە ئەنجامدانی کارێك دەکەیت، بەڵام کارەکە ناواقیعیە. لەبری ئەوەی خۆت شەکەت بکەیت، فێری هونەری وازهێنان بە، دوای ئەمە فشاری شکستەکان زۆر کەمتر دەبنەوە.

ئەگەر پەیوەندیەکت بەرەو کۆتایی دەڕۆیشت، لەبری ئەوەی کۆتاییەکی ناخۆش و ئاڵۆز و ئازار بەخش دروست بکەیت، فێری هونەری وازهێنان و ڕۆشتن بە. ئەگەر هەستی پەیوەندیەکە مردووە، وازی لێبێنە. ئەم یاسایە نابێت لەم بەشەدا بێت، بەڵام لێرەدا دامناوە چونکە بۆ تۆیە، بۆ پاراستن و فێرکردنی تۆیە. ئەم یاسایە بۆ مامەڵەکردن لەگەڵ "ئەوان" نیە، بەڵکو بە تەواوەتی بۆ تۆیە. ئەگەر پەیوەندیەکە مردووە، وازی لێبێنە و جاروبار مەیپشکنە بزانیت ئایا زیندووە یان نا. ئەگەر هەستەکە مردووە، وازی لێبێنە.

Scanned with CamScanner

لەوانەیە بتەوێت دادوەری و یەکسانیت دەستکەوێت، بەڵام تورە مەبە، واز بێنە و برۆ. ئەمە باشترە لە یەکسانبوون چونکە وازهێنان واتە تۆ زیاتر گەشەتکردووە و بەرزتر بویتەوە لەوەی خەریکبووە شێتت بکات.
باشترین شێوە بۆ یەکسانبوون بریتیە لە پشتگوێخستنی تەواوەتی.
وازهێنان و ڕۆشتن واتە تۆ کۆنترۆڵت لەدەستدایە و دەستەڵاتێکی بڕیاردانی باشت هەیە، تۆ لێرەدا بژاردەت بەدەستە وەك لەوەی ڕێبدەیت دۆخەکە کۆنترۆڵت بکات.

ئەگەر پەیوەندیەکە مردووە،
وازی لێبێنە و جاروبار مەیپشکنە بزانیت ئایا زیندووە یان نا.
ئەگەر هەستەکە مردووە، وازی لێبێنە

نامەوێت قسە ڕەق دەرکەوم لێرەدا، بەڵام کێشەکانی تۆش و خۆشم هیچ کاریگەرییەکیان نابێت لە مێژووی گەردووندا. ئێستا وازبێنە دڵنیام پاش دە ساڵی تر کە بیر لەم ساتە دەکەیتەوە تەنانەت ناشزانیت چی ڕوویداوە. نەخێر لێرەدا نابێت بڵێین "کات برینەکان سارێژ دەکات"، بەڵکو پێدانی مەودا بە خۆت و کێشەکانت وادەکات دیدێکی فراوانتر و باشترت هەبێت. ئەمەش بە وازهێنان و ڕۆشتن و دوورکەوتنەوە لە کێشەکانت دێتە دی. مەوداکە دابنێ و کات جێی خۆی دەکاتەوە، بێگومان وورده وورده.

یاسای ٤٣

تۆڵە سەندنەوە کێشەکان گەورەتر دەکات

با ڕاستگۆ بم لەگەڵتان. لە نێو هاوڕێکانمدا بەوە ناسراوم بەرگەی ئەوە ناگرم شتەکان وەلا بنێم و ئارام بم. لە ڕاستیدا ئەگەر کەسێك بێ ئومێدی بکردمایە، یان تووڕەی بکردمایە، ڕاستەوخۆ وەکو خۆی وەڵام و کاردانەوەم دەبوو بۆی. کاتێك (زۆر) گەنجتر بووم، ئەمە زۆرجار دەبووە هۆی شەڕە مستەکۆڵە. تەنانەت پاش فێربوونم شەڕ نەکەم، یان ڕێبدەم خەڵك شەڕم پێ بفرۆشێت، بەڵام نەمدەتوانی بەرگەی کەسێکی فشەکەر بگرم قسەی ڕەق بکات، یان بیەوێت تۆڵەم لێبکاتەوە.

ئەمەش بە ڕاستی سەختە. کاتێك دراوسێکەت درەختێك دەبڕێتەوە کە لە بنەڕەتدا هی تۆ بێت ئەگەر حەزت لەو درەختەش نەبووبێت ئەوا تۆش هەست بە تووڕەیی دەکەیت و دەتەوێت درەختێکی ئەوان ببڕیتەوە. یان ئەگەر هاوپیشەیەکت دەستخۆشی لێبکرێت لەسەر بیرۆکەیەك لە بنەڕەتدا هی تۆ بوبێت. تۆش دەبزوێیت و ئەگەر کاتی کۆتایی پڕۆژەیەکیان نزیککرابێتەوە حەز دەکەیت پێیان نەڵێیت تا کۆتا سات، یان سەرەنجی سەرۆك بەشەکەت ڕابکێشیت بۆ ئەو کارە شکستخواردووەی مانگی پێشوو لە بیرۆکەی ئەم هاوپیشەیەت بووە.

بەڵام بیری لێبکەوە. پاش چەندان ساڵ تەنانەت منیش فێری ئەوە بووم بیر لەم جۆرە بیرکردنەوەیەم بکەمەوە، لەبەر ئەوە دڵنیام تۆش

Scanned with CamScanner

دەتوانیت وا بکەیت. هەر کەسێك ئامادەیی ئەوەی تێدابێت درەختێکی ناو باخی تۆ ببڕێتەوە، یان بیرۆکەیەکت بدزێت، ئەوا پاش ئەوەی تۆڵەت لێکردنەوە بە ئاسانی پاڵی لێناداتەوە. نەخێر، ئەمیش دوای ئەوە بە شۆفڵ گەراجەکەت دەڕوخێنێت یان هەوڵدەدات بە دەرکردنت بدات لەسەر کارەکەت. ئەی پاش ئەوانە چی دەکەیت؟ ئۆتۆمبیلەکەیان دەتەقێنیتەوە؟ پارێزەرێك لە دژی بەکرێ دەگریت؟ بەڕای تۆ ئەم کارانە لەوەناچن لە کۆنترۆڵ دەرچووبن؟

ئەمە وانەیەکە لە منداڵەکانمەوە فێری بووم[11]. شەڕی نێوان خوشکوبراکان بە جۆرێکە خۆت بە چاوی خۆت دەیبینیت چۆن زۆر بە خێرایی لە دەست دەردەچێت و کەتن دەنێنەوە، جیاواز لە شەڕی نێوان کەسانی گەورە. ئێمەی کەسانی بەحساب گەورە، پلان دادەڕێژین و ستراتیژیەتەکانمان دادەنێین و چەندان ڕۆژ و بگرە چەندان مانگیشی پێدەچێت.

خوشك و براکان لەوانەیە لەسەر کێشەیەکی بچوك لە دەمەقاڵێیەکەوە بتەقێتەوە بۆ شەڕێکی گەورە لە ماوەی چەند ساتێکی کەمدا.

بڕوانە، تۆڵەسەندنەوە تەنها بەرەو یەك ئاقارت دەبات، ئەویش خراپترکردنی دوژمنایەتیەکەیە. هەر ئەم بابەتەیە لە مێژووی جەنگەکانی دونیادا نوسراونەتەوە. بەم شێوەیە مامەڵەکردنەکەی ئێمەش لەگەڵ دراوسێکانمان و هاوپیشەکانمان و هەموو ئەوانەی توشی کێشە دەبین لەگەڵیاندا جیاواز نیە، چجای کەسەکانمان بەدڵ بێت یان نا.

---

[11] لەوکاتەوە هەوڵدەدەم ئەو وانەیەی خۆیان فێربکەمەوە

ئەی باشە چۆن کۆتـایی بـەم شـێت و شـبرییە بێـنین؟ ئـەم سـوڕە کاتێـك دەشـکێت یـەکێك لـە کەسـەکانی نـاو ناخۆشـییەکە گـەورەیی بنوێنێـت و بزانێت دەبێت یەکێکیان بێدەنگ بێت و تۆڵـە نەکاتـەوە، تـا ناخۆشـیەکە نەگاتـە ناخۆشـیەکی گـەورەتر. دەبێـك کەسـێکیان گـەورەیی بنوێنێـت و زمانی بگرێت و ئاکاری بەرز پیشان بدات و وەکو پیـاوێکی دانـا کێشـەکان ئاسایی بکاتەوە[12]، یان ناخۆشیەکە بوەستێنێت و کۆتایی پێبێنێت. بـەڵێ تەنانەت ئەگەر تۆڵە سـەندنەوەیەکی زۆر کاریگـەرت داڕشـتبێت، زۆر جـار واباشترە هیچ نەکەیت و هـیچ نـەڵێیت. ئەگـەر مـن بتـوانم وابکـەم دڵنیابـە هەموو کەسێك دەتوانێت وابکات.

کەسێك ئامادەیی ئەوەی تێدابێت درەختێکی ناو باخی تۆ ببڕێتەوە،
یان بیرۆکەیەکت بدزێت، ئەوا پاش ئەوەی تۆڵەت لێکردنەوە بە ئاسانی پاڵی لێناداتەوە

---

[12] بێگومان وەکو خانمێکیداناش.

یاسای ٤٤

ئاگاداری خۆت بە

تۆ خۆت سەرۆك و كاپتن و هێزی بزوێنەری خۆتیت. ئەگەر نەخۆش كەوتیت، كێ كاروبارەكان ببات بەڕێوە؟ بێگومان كەس ناتوانێت وەكو تۆ بكات. لەبەر ئەمە شتێكی لۆژیكیە ئاگاداری خۆت بیت. لێرەدا هیچ مەبەستم نیە ببمە ئامۆژگاریكار و پێت بڵێم شەوانە زوو بنوو، سەوزەواتی زۆر بخۆ و وەرزشی زۆر بكە، ئەگەر وابكەم دەبمە دووڕوو چونكە خۆم هیچ كام لە مانە ناكەم. بەڵام واتای ئەوە نیە تۆش نەیكەیت. ئەمانە هەمووی شتی باشن.جاروبار پشكنین بۆ جەستەی خۆت بكە، بۆ ئەوەی پێش ئەوەی نەخۆشی و كێشەكان زیادبكەن تۆ بنەبڕیان بكەیت. من ساڵانە پشكنین بۆخۆم دەكەم. هەروەها پێشنیاری ئەوەش دەكەم هەندێك خۆراك وەكو سوتەمەنیەكی زۆر چاك وان، جەستەت پڕ دەكەن لە وزە و كرداری میتابۆلیزم (سوتاندنی وزە) خێرا دەكەن و وادەكەن هەست بە چاكیی بكەیت. وە خۆراكی تریش هەن تەمبەڵ و قەڵەو و خاو خلیچكت دەكەنەوە. هەروەها لە مەودای درێژیشدا زیانت پێدەگەیەنن وەكو گیرانی دەمار و ئەندامی تر. لێرەدا بژاردەكان بە تەواوەتی پەیوەستن بە خۆتەوە، شتەكە ئەوەیە ئەو ئامێرەی كە تۆیت، باشتر

Scanned with CamScanner

کاردەکات بە خۆراکی پڕ ووزە و خراپتر کاردەکات بە خۆراکی خێرا و ناتەندروست.

هەمان شت هەیە لەگەڵ خەودا. بێ خەوی ماندووت دەکات. خەو زۆری تەمبەڵت دەکات. بەڵام خەوتن بە بڕی پێویست هەستی تەندروست بوونت پێدەدات. چونەوە ناو جێگا بۆ خەوتن وڕت دەکات. یەکسەر هەستان لە ناو جێگا وا دەکات هەست بە باشی و خۆشی بکەیت. هیچ شتێکیش لەمە باشتر نیە. دووبارە بێگومان ئەمانە هەموو پەیوەستن بە خۆتەوە. کەس لە پشت سەرتەوە نابێت و پێت بڵێ خۆت بشۆ و پێڵاوەکانت خاوێن و پۆلیش بکە. تۆ گەورە بویت و خۆت گەورەی خۆتیت. بە ڕاستی نایابە! بەڵام ئەمە واتە هەموو بەرپرسیارێتیەکان لەسەر شانی خۆتە.

تۆ گەورە بویت و خۆت گەورەی خۆتیت

پەیڕەوکاری یاساکان خۆراکی باش دەخۆن و بڕی پێویست دەخەون و دەحەوێنەوە و وەرزش دەکەن (وە نەخێر یاری ئەلیکترۆنی بە وەرزش هەژمار ناکرێت). هەروەها ئەم کەسانە بەدوورن لە دۆخ و حاڵەتی مەترسیدار. دەزانن چۆن خۆیان لە مەترسیی بەدوور بگرن و بەدوور بن لە دۆخی هەڕەشە ئامێز و بە گشتیی ئاگایان لە خۆیانە.

ئاگادار بوون لە خۆت هەمان جۆرە. پشت نەبەستن بە کەس لە خواردن لە کاتی خۆیدا و خۆ پاکڕاگرتن و ئامادە بوون و ئاسودە بوون و ڕێکوپێك بوون و تەندروست بوون و وەرزشکردن. گەورەیی زۆر خۆشە. دەتوانیت شەو تا بەیانی خەریکی ئاهەنگگێڕان بیت ئەگەر بتەوێت، هەروەها دەشتوانیت ئاگاداری خۆت بیت، ئەگەر بتەوێت.

Scanned with CamScanner

یاسای ٤٥

ڕەفتار و ئاکار بەرز بە لە هەموو شتێکدا

کەیت فۆکس، لە پەرتووکە بەناوبانگەکەیدا (تەماشاکردنی ئینگلیز[١٣]) ، دەبینێت لە بچوکترین کرداری کڕیندا، وەکو کڕینی ڕۆژنامە، سێ جار وشەی (بە یارمەتیت) و دووجار وشەی (سوپاس) بەکاردێت. ئەمە بەلایەنی کەمەوە. بەڵێ، ئینگلیزەکان (وە چەند نەتەوەیەکی کەمی تریش) زۆر بەڕێزن، باشە ئەمە کێشەی چییە؟ ڕۆژانە ئێمە دەبێت هەڵسوکەوت لەگەڵ چەندان کەسدا بکەین و ئەگەر کەمێك بەڕێز بین بێگومان شتێکی باش دەبێت. پەیڕەوکاری یاساکان لە هەموو شتێکدا ئاکاریان بەرزە. ئەگەر نەزانیت ئاکار بەرزی چیە، ئەوا کێشەمان هەیە.

لەوانەیە بڵێیت ئاکارت بەرزە. زۆربەمان وا دەڵێین.

بەڵام تا زیاتر پەلەت بێت و تا زیاتر لە ژێر فشاردا بیت، زیاتر ئاکار بەرزی بەکار ناهێنیت. هەموومان، ئەگەر ڕاستگۆبین، داندەنێین بەوەدا جاروبار کە ژیان سەرقاڵمان دەکات بیرمان دەچێت وشەی سوپاس

---

[١٣] تەماشاکردنی ئینگلیز: یاسا شاراوەکانی ڕەفتاری ئینگلیز، بە پێنوسی کەیت فۆکس (خانەی چاپی هۆدەر و ستاوتن، ٢٠٠٤)

Watching the English: The Hidden Rules of English Behaviour by Kate Fox (Hodder & Stoughton٢٠٠٤)

بەکاربێنین، یان زۆرجار حەزدەکەین خێرا بچینە پێش کەسێکی لاواز و خاو و خلیچکەوە لەکاتی چونمان بۆناو هۆکاری گواستنەوەی گشتیدا.

چەندێك پەلەت بێت (پەبرەوکردنی یاساکان دەبێت پەلەپەلت کەمبکاتەوە)، دەبێت هەمیشە هەوڵبدەیت ئەم ئاکار بەرزانەت هەبێت:

• تورەگرتن بەبێ پەلەپەل
• دەستخۆشیکردن و پیاهەڵدان بۆ خەلکی ئەگەر پێویست بوو (هەروەها ئەگەر شایستەی بوون، پێویست ناکات دەستخۆشی و پیاهەڵدان بەبێ هۆکار بەکاربێنێت)
• تەداخولنەکردن لە شتێکدا پەیوەندی بەتۆوە نەبێت
• بەڵێن ڕاگرتن

Scanned with CamScanner

•پاراستنی نهێنی

•پەیڕەوکردنی ئاکاری سەر مێزی نانخواردن (بێگومان ئەمانە دەزانیت: ئانیشك مەخە سەر مێزەکە و کاتێك دەمت خواردنی تیابوو قسە مەکە و پاروی گەورە مەخۆ و یاری بە خواردنەکەت مەکە)

•هاوار نەکردن بەسەر ئەوانەی دێنە بەردەمت

•داوای لێبوردن کردن کاتێك دەچیتە بەردەم کەسێك

•شارستانی بوون

•جنێو نەدان و سوکایەتی نەکردن بە هیچ ئایینێك

•کردنەوەی دەرگا بۆ خەڵکی

•هاتنە دواوە لە کاتی قەرەباڵغیدا

•وەڵامدانەوە تەنها کاتێك قسەت لەگەڵ بکرێت

•وتنی "بەیانی باش" و هاوتاکانی

•سوپاسکردنی خەڵکی ئەگەر چاکەیەکیان لەگەڵ کردیت

•خانەخوێبوون و میواندۆستی

•تەماشاکردنی ئاکاری کۆمەڵگەکانی تر

•دەست نەبردن بۆ کۆتا پارچەی خواردنێك

•زمان پاراو و ڕەفتار پاراو

•هێنانی ئاو و هاوتاکانی بۆ میوانان و چونەدەر بۆ ماڵئاوایی لێکردنیان

هەرچەندێك مامەڵەت لەگەڵ خەڵکیدا زۆر بێت، ئاکار بەرزیت وون مەکە. ئاکار بەرزی هیچی تێناچێت و نیازباشییەکی زۆریش دەبەخشن و ئەمەش ژیانی خەڵکی زۆر خۆشتر دەکات.

یاسای ٤٦

بەردەوام کەلوپەلی زیادە لابدە

بۆ؟ چونکە کۆکردنەوەی کەلوپەلی زیادە دەبێتە جەنجاڵکردنی ماڵەکەت و ژیانت و دەروونیشت. ماڵێکی پڕ لە کەلوپەلی زیادە هێمایە بۆ بیرکردنەوەیەکی جەنجاڵ و بڵاو. پەیڕەوکاری یاساکان بیرکردنەوەیان ڕوون و ڕاستەوخۆیە و بەربڵاو نیە. هەمووما ن کەلوپەلی زیادەمان هەیە. من لێرەدا مەبەستم ئەوەیە لابردن و کۆکردنەوەی کەلوپەلە زیادەکان شتێکی باشە چونکە ئەم شتە زیادانە لایەنی سۆزیت شەکەت دەکەن و شتی زیادەی تر لەخۆیان کۆدەکەنەوە.

کۆکردنەوەی کەلوپەلە زیادەکان هەلێکە بۆ فڕێدانی شتە شکاو و بێسوود و بەسەرچووەکان و شتە ناباشەکان و زۆر چڵکەنەکان و زیادەکان و ناشرینەکان. ئەو کەسەی وتی با هیچ شتێکی ناشرین و بێسوود لەماڵەکانتاندا نەبێت (ویلیام مۆریس[١٤])بووە. ماڵێکی خاوێنی بێ کەلوپەلی زیادە نوێت دەکاتەوە و دەتبزوێنێت و بەهۆشت دەکات لەسەر ئەوەی چی لەخۆت کۆدەکەیتەوە، هەرشتێکیش وامان لێبکات، بەڕای من شتێکی باشە.

---

[١٤] ویلیام مۆریس دیزاینەری قوماش و شاعیر و وەرگێڕ و چالاکوانی سۆشیالیزمی بەریتانی بووە (١٨٣٤–١٨٩٦)

Scanned with CamScanner

دووباره، من تێبینی جیاوازی نێوان کەسانی سەرکەوتووم کردووە لەگەڵ کەسانێك هەمیشە ماندوون و هەوڵدەدەن و هیچیش بە دەست ناهێنن. کەسە سەرکەوتووەکان ئەوانەن هەمیشە شتی زیادە لەخۆیان دوور دەخەنەوە و کەلوپەلی باش و خراپ لێك جودا دەکەنەوە. ئەوانەشی نازانن سەری ژیان بەکوێوەیە ئەوانەن ماڵەکانیان پڕاوپڕە لە کەلوپەلی زیادە و ناپێویست و هیچیان فڕێ نەداوە یان تا ئێستا بەکاریان نەهێناوە. کەوانتەرەکانیان پڕە لە قاپ و قاچاغی زیادە و چەکمەجەکانیان پڕە لە شتی شکاو و کەنتۆرەکانیان پڕە لە جلوبەرگێك یان حەزیان لێنەماوە یان بۆیان نابێت یان ئەوەنە کۆنە مۆدیلەکەی لە مێژە بەسەرچووە بەجۆرێك لەوانەیە بوبنە ئامرازی دانسقە و عەنتیکە.

وەلانانی کەلوپەلی زیادە باری سەرشانمان ئاسان و سوك دەکات. ماڵەکەت شوێنی زیاتری تێدا دەبێت و هەست بە کۆنترۆڵی زیاتر دەکەیت و لەگەڵ فڕیدانی کەلوپەلی زیادەدا هەست بە ئاسودەیی ناخ دەکەیت. هیچ پێویست ناکات لە ماڵێکدا بژیت پڕاوپڕ بێت لە کەلوپەل و ئامرازی سەردەمیانە و نوێ یان هەر هیچی تێدا نەهێڵیت. ئەوەی من پێشنیاری دەکەم بریتیە لەوەی ئەگەر دەتەوێت بزانیت چی بۆتە ڕێگر لە ژیانت و بیرکردنەوەت، ئەوا تەماشای کەوانتەر و ژێر سنگی چێشتخانەکەت و ژێر جێگەی نوستنەکەت و سەر کەنتۆرەکەت بکە.

شتانی زیادە لایەنی سۆزیت شەکەت دەکەن و شتی زیادەی تر لەخۆیان کۆدەکەنەوە

له یادت بێت بناغەیەکی گەڕانەوەت هەبێت

پێش ئەوەی بگەڕێیتەوە، بزانە ئەم بناغەیەت لەکوێدایە. بناغەکەت ماڵەوەتە. بناغەکەت ئەو شوێنەیە کە دڵتی لێیە. بناغەکەت ئەو شوێنەیە کە هەست بە ئاسودەیی و ئاسایش و خۆشویستراو و چاکبۆوە و متمانە دەکەیت. بناغەکەت ئەو شوێنەیە کە تیایدا هەست بە بەهێزی و کۆنترۆڵ دەکەیت. بناغەکەت هەر شوێنێکە بتوانیت بە شێوەی دەرهەستەیی و بەرجەستەیی پێڵاوەکانت دابنێیت و بە ئاسودەیی پاڵبدەیتەوە و بزانیت پارێزراویت و ئاگادارت دەبن.

هەموومان ژیانمان بەرەو جەنجەڵی و سەرقاڵی و بەربڵاویی دەڕوات. هەموومان لە بێنەوبەردەی ژیاندا گیردەخۆین بە ڕادەیەك سەرمان لێدەشێوێت و نازانین بەرەو کوێ دەڕۆین و دەمانەوێت چی بکەین و چی وەدەستبێنین. بناغەکەت گەڕانەوەیە بۆ ئەو شوێنەی سەرەتا خەونەکانت تێدا دەبینی و پلانت بۆ دادەنا. بناغەکەت ئەو شوێنە بوو پێش ئەوەی ڕێچکەت لە ژیاندا وون بکەیت.

بناغەکەت ئەو شوێنەبوو پێش ئەوەی ڕێچکەت لە ژیاندا وون بکەیت

Scanned with CamScanner

لە گەڕان بە بناغەکەماندا لەوانەیە ڕەچەڵەکیشمان بدۆزینەوە، ئەم کارە زۆر گرنگە بە تایبەتی لەم سەردەمەدا کە زۆر دەجولێین. زانین و ناسینی خێزانەکەت و لەکوێوە هاتویت و پاشخانی ڕاستەقینەت چیە زۆر گرنگە. هەبوونی ئاوات و حەز و دوورکەوتنەوە لە ڕەگ و ڕیشەمان ئاساییە، بەڵام گرنگیشە بزانین ئێمە کێین و لەکوێوە هاتووین. زۆرجار هەست بەمە دەکەیت لە کەسانی ناودار و ئەستێرەکاندا کە زۆر ناوبانگیان ڕۆشتووە و زۆر دەوڵەمەندبوون. زۆرجار ئەم کەسانە نکوڵی لە ڕابردووی خۆیان دەکەن و وا خۆیان پیشان دەدەن ڕەچەڵەکێکی تریان هەبێت، لەم کارەیاندا، ئەم کەسانە وەکو کەسانی ڕووکەش و نا ڕاستەقینە دەردەکەون.

لەوانەیە بەلای تۆوە بناغەکەت ئەو شوێنە بێت کە لێی گەورە بویت، کە تیایدا هەست و بیرەوەریەکانی بەرەو گەورەبوونت دێتەوە یاد، وەکو هیوا و ترسەکانت و خودی خۆت بە گەنجی. یان دەکرێت کەسێك بێت وەکو بناغە وابێت بۆتۆ، باشترین هاوڕێی ڕابردووت کە وەبیرت بێنێتەوە تۆ کێ بوویت پێش ئەوەی ژیانت بەرەو ئاڵۆزی بڕوات.

بێگومان لەوانەشە نەزانیت لەکوێوە هاتویت و دەبێت بەم دۆخەشیان ڕازی بین. لەوانەیە بە منداڵی لە خۆگیرابیت یان هەڵگیرابیتەوە، بەڵام گرنگ ئەوەیە لە شوێنێك گەورە کراویت. بارودۆخەکەت هەرچییەك بێت، بێگومان ئەگەر بەدوویدا بگەڕێیت، شتێکت هەر هەیە تا هەستی چەسپاویت پێ بدات. هەروەها بناغەکەشت مەرج نیە ئەو شوێنە بێت کە لێی لەدایك بویت و لێی گەورە کراویت. ئەگەر هەر بناغەکەت بۆ

نەدۆزرایەوە، دەتوانیت بناغەیەکی نویێ بۆخۆت دروست بکەیت. هەر شوێنێك بێت تیایدا هەست بە ئاسایش بکەیت دەکرێت بناغەت بێت.

هەموومان پێویستمان بە کاتە تا لەگەڵ کەس و شوێنەکاندا ڕابێین وەکو خۆمان ڕەفتار بکەین، شوێنێك پێویست نەکات ڕوونکردنەوە بدەین و پاساو بێنینەوە و پاشخانمان باس بکەین و تێڕوانینێکی باش لەسەر خۆمان دروست بکەین. ئا ئەمە خۆشی و چێژی گەڕانەوەیە بۆ بناغە. هەبوون لە شوێنێکدا خۆت چۆنیت پێت قایل بن بەبێ پرسیارکردن، وە ئەو شتانەی لە دەورتن بیرت بێننەوە شتە گرنگەکانی ژیان چین. گەڕانەوە بۆ بناغە ئەو کارەیە کە لە خۆمان دەپرسین باشە بۆچی پشتگوێمان خستبوو ئەم هەموو کاتە!

Scanned with CamScanner

یاسای ٤٨

خۆت سنوری خۆت بکێشە

سنورە کەسییەکان بریتیە لەو هێڵە نادیارەی بەدەوری خۆماندا دەیانکێشین تا کەس لەو سنورە زیاتر لێمان نزیك نەبنەوە نە بەشێوەی جەستەیی نە بە شێوەی سۆزی، مەگەر خۆمان ڕێبدەین. تۆ مافی ڕێزلێگرتن و تایبەتمەندی و شکۆمەندی و میهرەبانی و خۆشەویستی و ڕاستی و شەرەفت هەیە. ئەگەر خەڵکی ئەم سنورانە ببەزێنن، مافت هەیە بەرگری لەخۆت بکەیت و بڵێیت "نەخێر، چاوپۆشی لەمە ناکەم".

بەڵام خۆت دەبێت سەرەتا سنورەکان بکێشیت. دەبێت بزانیت چاوپۆشی لە چی دەکەیت و چاوپۆشی لە چی ناکەیت. دەبێت لە دەروونی خۆتدا سنورەکان بکێشیت پێش ئەوەی چاوەڕێی ئەوە بکەیت خەڵکی ڕێز لە سنورەکانت بگرن و نەیانبەزێنن.

تا سنورەکان پتەوتر بن، خەڵکی کەمتر دەسەڵاتیان دەبێت بەسەرتدا. تا سنورەکانت ڕوونتر بن، زیاتر بۆت دەردەکەوێت کێشە و کاری خەڵك بۆ خۆیانە و پەیوەندی بە تۆوە نیە. کەمتر شتەکان لەسەر ئاستی کەسی کارت تێدەکەن.

تۆ مافی ڕێزی خودت هەیە. ناکرێت چاوەڕێی ئەوە بیت خەڵکی ڕێزت لێبگرن تا خۆت ڕێز لە خۆت نەگریت. وە خۆشت ڕێز لە خۆت ناگریت تا بە تەواوی نەزانیت تۆ کێیت و چیت. دانانی سنور بەشێکە لەم پرۆسەیە.

Scanned with CamScanner

دەبێت بە بڕی پێویست هەست بە گرنگبوونی خۆت بکەیت تا بتوانیت سنورەکان دابنێیت. هەرکات سنورەکان دانران، دەبێت خۆڕاگر و پتەوبیت تا سنورەکانت بە بەهێزی و نەبەزێنراوی بمێننەوە.

دانانی سنوری کەسی واتە چیتر پێویست ناکات لە خەڵکی بترسیت.

ئێستا بە ڕوونی دەزانیت چاوپۆشی لە چی دەکەیت و چاوپۆشی لە چی ناکەیت. هەرکات کەسێك سنورێکی بەزاند بە ڕەفتارێك لە نێوان شیاویی و نەشیاویدا، تۆ زۆر بە ئاسانی دەتوانیت بڵێیت "نەخێر، ڕێگە نادەم بەم شێوەیە قسەم لەگەڵ بکرێت یان مامەڵەم لەگەڵ بکرێت."

باشترین ڕێگا بۆ دانانی سنور، ئەوەیە لە خێزانەکەی خۆتەوە دەست پێبکەیت. بە درێژایی ساڵان ئێمە خومان بە چەند ڕەفتارێکەوە گرتووە. بۆ نمونە ئەگەر بەوە ڕاهاتووی کە چویت سەردانی دایك و باوکت کرد و بە خەمباری و دڵتەنگی هاتیتەوە چونکە ڕەخنەیان لێگرتوویت یان شتێکیان بە دڵ نەبووە، ئەوا دەتوانیت ئەمە بگۆڕیت و بەخۆت بڵێ "چیتر چاوپۆشی لەمە ناکەم" پاشان بە کرداریش ئەنجامی بدە. ئەوەی بیری لێدەکەیتەوە بیڵێ. بڵێ حەز ناکەیت ڕەخنەت لێبگیردرێت و بە ناشرینی قسەت لەگەڵ بکرێت و وات لێبکرێت هەست بە بچووکی بکەیت، تۆ ئێستا گەورەیت و مافی ڕێزلێگرتن و هاندانت هەیە.

دانانی سنوری کەسی
واتە چیتر پێویست ناکات لە خەڵکی بترسیت

Scanned with CamScanner

دانانی سنوری کەسی وامان لێدەکات لە دژی کەسانی زۆرلێکار و قسە ڕەق و توندوتیژ بوەستینەوە، لە دژی ئەو کەسانە بوەستینەوە کە بەکارماندێنن، لە دژی ئەو کەسانەی بە خراپی و بە ناژیری بەکارماندێنن. کەسانی سەرکەوتوو بەهای خۆیان دەزانن و نایانەوێت بەکاربهێندرێن. کەسانی سەرکەوتوو ئەو کەسانەن کۆنترۆڵی سۆزی دەناسنەوە، ئەو کەسانە دەناسنەوە کە یاریان پێدەکەن، کەسانی حازرخۆر و کەسانی لاواز و زۆر داواکاری دەناسنەوە، ئەو کەسانە دەناسنەوە کە دەستی چەوری خۆیان بە خەڵکی دەسڕن، ئەو کەسانە دەناسنەوە دەبێت تۆ بچوك بکەنەوە تا خۆیان گەورە دەربکەون. هەرکات سنورەکانت کێشا، زۆر بە ئاسانی بەرگری لە خۆت دەکەیت و پێ چەسپاو و بەهێز دەبیت و جەخت لە بەها و سنورەکانی خۆت دەکەیتەوە.

یاسای ٤٩

بەدووی کاڵای باشدا بگەڕێ، نەك نرخ هەرزان

دانـی پێـدا دەنـێم، هاوسـەرەکەم ئەمـەی فێرکـردم، بەمـەش هـەتا مـاوم قـەرزاری ئـەوم. بـەلای منـەوە ئاسـایی و سروشـتی بـوو بـەدووی نرخـی هەرزاندا بگەڕێم. لەوانەیە پیاوان وابکەن. دام دەنا چیم دەویێت و پاشان دەچووم هەرزانترین جۆرم دەکڕی، بەمە زۆر خۆشحاڵ دەبووم چونکە وام دەزانی پارەم بۆ گەڕاوەتەوە. پاشان تووشی بێئومێدی دەبـووم. چـونکە شتەکانم پاش ماوەیەکی کەم دەشکان یان کاری خۆیان نەدەکرد یـان بە خێرایی کۆن دەبـوون. ژیـانم بـەهۆی شـتەکانمەوە وێـران و هـەرزان بـوو. پاشان فێری هونەری کڕینی کاڵای ئاست بەرز بوم.

دەتوانیت ئەم کارانە بکەیت:

- تەنها باشترین بکڕە، دووهەم باشترین بۆ تۆ نابێت.
- ئەگەر پارەکەیت پێنەبوو، مەیکڕە، یان پارەی بۆ کۆبکرەوە.
- ئەگەر پێویستت بوو بیکڕیت، باشترین کاڵا لەو جـۆرە بکـڕە کە پارەکەیت پێدەدرێت.

ئەمە زۆر ئاسانە وایە؟ باشە، بـەلای منـەوە ئاسـان نـەبوو. کـاتێکی زۆدم ویست تا لەم بنەمایە تێگەشتم. شتەکە ئەوە نەبوو حەزم لـە کـاڵای بـاش نەبێت، بەڵکو ئەوەبو لەپڕ و بە خێرایی شتەکانم دەکـڕی. ئەگـەر بمزانیبا پێویستم بە شـتێکە، یەکسـەر دەبـوو لـەو کاتـەدا بەدەسـتم بێـت. ئەگەر

Scanned with CamScanner

پارەی باشترین جۆرم پێنەبوایە، هەرزانترین جۆرم دەکڕی. بە ئەقڵە ئینگلیزیەکەم دەمگوت "کالآیەکی باش و هەرزانم دەستکەوتووە". ئێمە حەزمان لە باسکردنی پارە نیە و حەزمان لە خۆفشکردنەوە نیە بەوەی چەندێك پارەمان داوە بە کالآیەك، کەواتە کالآیەکی ڕووکەش گرانبەها بکڕین باشترە. نەخێر من پێموانیە.

ئەگەر پارەکەیت پێنەبوو، مەیکڕە

وەدەستهێنانی کالآی ئاست بەرز بە واتای ئەوە نایەت لوتبەرز بین یان هێندە دەوڵەمەند بین حسابی خۆمان نەزانین یان زیاد لە بەڕەکەی خۆمان پێ ڕابکێشین، ئەگەر پارەکەیت پێنەبوو، مەیکڕە. وەدەستهێنانی کالآی ئاست بەرز واتە تۆ قەدری شتە چاکەکان دەگریت، درك بە هۆکاری کڕینی کالآیەکی چاك دروستکراو دەکەیت، هەروەها شتانێك بە چاکی بەرهەمهێندرابن. چونکە:

- زیاتر بەرگە دەگرن
- بەهێزتر و پتەو ترن
- بە ئاسانی ناشکێن

هەروەها ئەمە واتە پێویست ناکات زوو زوو بیانگۆڕیت، ئەمەش لەوانەیە ببێتە هۆی گەڕانەوەی پارە بۆت. هەروەها وادەکەن باشتریش دەرکەویت و هەستت باشتر بێت.ئێستا کە خوم بەم یاسایەوە گرتووە، زۆر چێژ لە پێشبینیەکانم بۆ کالآکە دەکەم. دڵنیا دەبمەوە لەوەی کالآیەکی ئاست بەرزە نەك مەبەستم هەرزانییەکەی بێت. ئێستاش جاروبار بەدوای هەرزانی و باشیدا دەگەڕێم، واتە بەدووی کالآیەکی ئاست بەرزدا، ئامادەشم کەمترین پارەی پێبدەم ئەگەر دەستم کەوت.

Scanned with CamScanner

یاسای ٥٠

دوودڵ بوون یان نەزانینی چۆنیەتی دوودڵ نەبوون، ئاساییە

داهاتوو نادیار و ترسناك و شاراوەیە. مرۆڤبوونمـان واتـە جاروبـار دوودڵ بوون. ئێمە دوودڵ دەبـین لەسـەر تەندروسـتی و دایـك و بـاوك و منـداڵ و هاوڕێکانمـان، دوودڵ دەبـین لەسـەر پەیوەندیـەکانمان و کارەکانمـان و چۆنیەتی پارە خـەرجکردنمان. دوودڵ دەبـین لەسـەر چـونەتەمەنمانەوە، لەسـەر قەڵـەوبوون و هـەژاربوون و مانـدووبوونمان و کەمبونـەوەی سەرەنجڕاکێشـیمان و کەمبونـەوەی لـەش ڕێکیمـان و کەمبونـەوەی هۆشداریی دەروونـی و لـە هـەموو شـتێکی ترمانـدا دوودڵ دەبـین. دوودڵ دەبین لەسـەر شـتانێك شایسـتەی دوودڵ بـوون بـن و شـتانێك شایسـتەی نەبن. هەندێك جاریش دوودڵ دەبین لەسەر ئەوەی دوودڵ نابین.

بڕوانـە، دوودڵ بـوون ئاسـاییە. بـەڵام گـرنگ ئەوەیـە لایـەن و شـتەکە شایسـتەی بێـت. ئەگـەر شایسـتەی نـەبوو، ئـەوا لـە کۆتاییـدا تـەنها چرچولۆچـیت بـۆ دەمێنێتـەوە لەسـەر دەموچـاوت، ئەمـەش پـیر دەرت دەخات.

یەکەم هەنگاو بریتیە لە بڕیاردان لەوەی ئایا شتێك هەیە بتوانیـت بیکـەیت لەسەر ئەو شتەی دوودڵت دەکات، یان نا.

Scanned with CamScanner

...له کۆتاییدا تەنها چرچولۆچیت بۆ دەمێنێتەوە لەسەر دەموچاوت، ئەمەش پیر دەرت دەخات

بە گشتیی چەند هەنگاوێکی لۆژیکی هەیە بۆ لەناوبردنی دوودڵی. من دوودڵم لەسەر ئەوەی خەڵکیی ئاگاداری ئەم هەنگاوە لۆژیکیانە نین، ئەمەش واتە خۆیان هەڵدەواسن بەسەر دوودڵیەکانیاندا وەك لەوەی خۆیان ئازاد بکەن لێیان.

ئەگەر دوودڵ بیت ئەوا:

- بەدووی ئامۆژگاریی کردارەکیدا بگەڕێ
- بەدووی زانیاریی نوێدا بگەڕێ
- شتێك بکە، هەر شتێك بنیادنەر بێت

ئەگەر دوودڵیت لەسەر تەندروستیت، بڕۆ بۆلای دکتۆر. ئەگەر دوودڵیت لەسەر پارە، بوجە بۆخۆت دابنێ و بزانە چۆن پارە خەرج دەکەیت. ئەگەر دوودڵیت لەسەر کێشت، بڕۆ بۆ مەشقکردن و کەمتر بخۆ و زیاتر هەڵسوڕێ. ئەگەر دوودڵیت لەسەر بەچکە پشیلەیەکی ونبوو، تەلەفون بۆ تۆرینگەی ئاژەڵان یان پۆلیس یان یەکەی ڕزگارکردنی ئاژەڵان بکە. ئەگەر دوودڵیت لەسەر پیربوون، ئەوا ئەمەیان هیچ سوودی نیە، پیربوون ڕوودەدات دوودڵ بیت یان نا.

ئەگەر هیچت لەدەست نەهات بۆ دوودڵیەکەت (یان ئەگەر بەردەوام دوودڵیت، تەنانەت ئەگەر نزیك بویتەوە لە شێتیش)، ئەوا گۆڕینی ئاراستەی سەرنج و ئاگات بۆ شتێکی تر تاکە وەڵامە. خۆت سەرقاڵ بکە

Scanned with CamScanner

به شتێکی ترەوە. پیاوێك، کە ناوێکی سەرەنجڕاکێشی هەیە (Mikhail Csikszentmihalyi) میهای چیکسێنمیهای، بنەمایەکی داناوە بە ناوی (هەڵقوڵان–Flow)ەوە، ئەم بنەمایە دەڵێت بەجۆرێك خۆت سەرقاڵ بکە بە کارێکەوە، کە هیچ ئاگایەکت لە چواردەورەکەت نەمێنێت. ئەمە ئەزموونێکی چێژبەخشە و بە تەواوەتی دوودڵی لەناو دەبات. هەروەها دەڵێت: "جۆرایەتی ژیانمان زۆر بەرەو باشتر بوون دەڕوات کاتێك هیچ نەبێت کەسێك هەبێت گوێ لە کێشەکانمان بگرێت."

دوودڵیی لەوانەیە نیشانەیەك بێت بۆ ئەوەی لەوانەیە تۆ نەتەوێت بە ڕاستی کێشەکەت چارەسەر بکەیت.

لەوانەیە دوودڵبوون ئاسانتر بێت، یان خۆت وا پیشان بدەیت دوودڵیت، وەك لەوەی هەوڵبدەیت کێشەکە چارەسەر بکەیت. ئاساییە بە شێوەیەکی گونجاو و بەسوود دوودڵ بین. بەلام ئاسایی نیە بە شێوەیەکی بێ ئامانج و ناپێویست دوودڵ بین. دوودڵ بوون ئاساییە، بەلام بەڕاستی بەفیڕۆدەرێکی گەورەی ژیانە.

Scanned with CamScanner

یاسای ٥١

گەنجێتیت بپارێزە

پێشتر وتم ئەگەر دوودڵ بیت لە پیربوون، بێهودەیە چونکە ناتوانیت هیچی لەگەڵ بکەیت. پیربوون شتێکە دەبێت ڕووبدات و هەر دێت. ئەی باشە لەم یاسایە مەبەستم چیە؟ پیربوونی جەستەیی شتێکە دەبێت هەموومان بیبینین، هەوڵدان بۆ نەهێشتنی لە ڕێگەی نەشتەرگەری جوانکارییەوە زۆر بێهودەیە. گەنجێتیت بپارێزە. مەبەستم لەمە ڕووە دەروونی و سۆزیەکەیەتی. شانۆکار (Billy Connolly) بیلی کۆنۆلی لە یەکێك لە نمایشەکانیدا کارێکی گاڵتەجارانی کرد و نوشتایەوە بۆ هەلگرتنەوەی شتێك، لەم کاتەدا دەنگێکی دەرکرد، چۆن خەڵکانی پیر لەکاتی جوڵە و نوشتانەوەدا دەنگ دەردەکەن. پاشان وتی نازانێت لەکەیەوە دەستی کردووە بە دەرکردنی ئەم دەنگانە، بەڵام زیاتر بووە و ئێستاش هەمان دەنگی دەرکرد. من مەبەستم ئا ئەمەیە، ئەو دەنگ و نقەنق و شتانەی دەیانکەین بۆ ئەوەی پیشانی بدەین پیر بووین. باش خۆپێچانەوەمان بۆ ئەوەی سەرمامان نەبێت و داکەندنی چاکەت و قەمسەڵەکەمان کاتێك دێینە ژوور و لەبەرکردنەوەی پێش چوونەدەرەوە، تەنانەت ئەگەر بۆ ساتێکیش خۆمان کرد بە ژووردا، ئەگینا نەخۆش دەکەوین. یان ئەوەی کە دەڵێین "هیچم پێناخورێ تەنها یەك پیاڵە چام بۆ بێنە". یان وتنی "بۆ هەمان شوێن دەچین وەکو جاری جاران".

دوێنێ شتێکم خوێندەوە لەسەر کەسێك باوکی بردبوو بۆ شاخەوانی لە دورگەکانی یۆناندا. باوکی تەمەنی ٧٨ساڵە کەچی پیاوە کەدەیوت بەحاڵەحال تواتیومە شانبەشانی باوکم بڕۆم. ئائەمە پێیدەوت ڕێتپاراستنی گەنجێتی. خانمێك دەناسم تەمەنی لەشەستەکاندایە، بەڵام دەڵێت هێشتا لە ناخیدا وەکو تەمەنی ٢١ساڵیی هەستدەکات. ئەم هەستکردن بەگەنجێتیە لەڕووکاریشتدا دەردکەوێت.

ئەمەیە پاراستنی گەنجێتی. پاراستنی گەنجێتی واتە تاقیکردنەوەی شتی نوێ نەك نقەنق کردن و وتنی ئەو شتانەی کە دەزانیت خەڵکی لە پیریدا دەیڵێن. چونکە ئەم ڕەفتارە باش نیە، بەڵکو دەبێت ئاگاداری هەموو ئەو شتانە بیت ڕوودەدەن و واز نەهێنیت لە هەندێك شتی وەکو پاسکیل سواری و وەرزشکردن چونکە بە ڕای خۆت وابزانیت پیر بویت و لە تەمەنی ئەم شتانەدا نەماویت. (ئەگەر ئێستا زۆر گەنجیت، ئەوا بمبورە لەسەر ئەم نوسینە، بەڵام باوەڕم پێبکە ڕۆژێك لە ڕۆژان ئەم نوسینەت پێویست دەبێت و سودی لێ دەبینیت). پاراستنی گەنجێتی بریتیە لە تاقیکردنەوەی تامی نوێ و شوێنی نوێ و ستایڵی نوێ و مێشك کراوەیی و دوورکەوتنەوە لە هەڵوێستی (لە تەمەنی ئەمەدا نەماوم) یان تا بێت زیاتر لە شتەکان دوور بکەویتەوە و ڕازی نەبیت بەوەی هەمیشە ئەنجامت داوە. پاراستنی گەنجێتی بریتیە لە هەبوونی دیدێکی تازە و نوێ بۆ جیهان، بریتیە لە حەز و ویست و بزاوتن و هاندان و سەرکێشی. پاراستنی گەنجێتی بڕیارێکی دەروونییە.

پاراستنی گەنجێتی بریتیە لە تاقیکردنەوەی تامی نوێ و شوێنی نوێ و ستایلی نوێ

Scanned with CamScanner

یاسای ٥٢

پارە هەموو کاتێك کێشەکان چارەسەر ناکات

چەندین ساڵ لەمەوبەر لە بوارێکدا کارم دەکرد، هەرکات کێشەیەك ڕووی بدایە، سەرۆك کارەکەم هەناسەیەکی هەڵدەکێشا و دەیوت "وابزانم دەبێت چارەسەری 'ئەمریکی' تاقیبکەینەوە"[١٥]. مەبەستی لەوە بوو پارە لە چارەسەرکردنی کێشەکەدا خەرج بکەین تا چارەسەر دەبوو. ئەم چارەسەرە لە کاردا زۆر سەرسوڕهێنەرانە کاری خۆی دەکات. بەڵام کێشەکانی ژیان پێویستی بە دەستوپلێکی ووریا و ئاگادارە وەك لە پارە. ئێمە وادەزانین ئەگەر پارەی زۆر بۆ کێشەکان خەرج بکەین، ئەوا کێشەکان خۆیان چارەسەر دەبن، وەك لەوەی بە ڕاستی هەوڵ بدەین چارەسەرێکی بۆ بدۆزینەوە کە پێویستی بە کات و تەقەلا و ووریایی بێت.

با دووبارە بچینەوە لای پیربوون. لەوانەیە وابزانیت خەرجکردنی پارە لەڕێی نەشتەرگەریی جوانکارییەوە لە پیری ڕزگارت دەکات، نەخێر، ئەمە تەنها پیربوونی ڕووکەشییت دوا دەخات و لەوانەیە ببێتە کێشەی زیاتر

[١٥] لێرەدا هیچ مەبەستم کەمکردنەوە نیە لە ڕێگا چارەکانی خەڵکانی ئەمریکی. بڕوانە، لەکاردا ئەم ڕێگە چارەیە کاری خۆی دەکات، بەڵام بە ڕای من لە ژیانی تایبەتیماندا ئەمە ڕێگە چارەیەکی کاریگەر نیە. لێرەدا هیچ مەبەستم خراپە و بێ ڕێزی نیە بەرامبەر ئەمریکا.

Scanned with CamScanner

وەك لە چارەسەر. ئەی باشتر نیە كار لەسەر ڕوانگەی دەروونیمان بكەین دەربارەی پیربوون و پێی ڕازی ببین بە شێوەیەكی شكۆمەندانە و نایابانە؟ ئەگەر تۆ كەسێكی نزیكت بینی و سەری لێتێكچووبوو وە تووڕە و شڵەژاو بوو، تۆش دیاریەكت بۆ كڕی لەوانەیە بێتەوە سەر خۆی و دەروونی باش بێت، بەڵام باشترین شت ئەوەیە كاتیان بۆ تەرخان بكەیت و لەگەڵیان پیاسەیەك بكەیت و پرسیاریان لێبكەیت لەسەر كێشەكەیان و هەلێكی گوێگرتنیان بۆ دابین بكەیت.

ئێمە وادەزانین ئەگەر پارەی زیاترمان خەرجكرد لەسەر شتێك، ئەوا شتەكە كێشەكەمان چارەسەر دەكات. زۆرجار پێویستمان بە ڕێگە كۆنەكەیە بۆ چارەسەر، ئەویش تەرخانكردنی كات و ئاگالێبوونە.

وەكو داپیرە و باپیرەكانمان، كاتێك شتێك تێكبچوبا نەدەچوون فرێی بدەن و دانەیەكی تازە بكڕن، بەڵكو دادەنیشتن و بە هێمنی هەوڵیان دەدا چارەی بكەن و بزانن دەتوانن چاكی بكەنەوە. ئەم ڕێگە چارەیە چۆن بۆ كاتژمێر و ئامرازەكان بەكاردەهات، بۆ ژیانی ڕۆژانە و پەیوەندیەكانیش بەكار دەهات.

خەرجكردنی پارە وادەكات هەست بە بەهێزی و گەورەیی بكەین لەكاتێكدا وا پێویستترە بوەستین و تێبڕوانین ئایا ڕێگە چارەی تر هەیە بۆ كێشەكان. منیش بەم هەڵەی پارە خەرجكردنەدا ڕۆشتووم وەكو هەموو كەسێكی تر. من لێرەدا زۆرتر بۆ چاككردنەوەی ئۆتۆمبیل وام. ئۆتۆمبیلێك دەكڕم، زۆر جار گرانبەها و بە مەزاجی خۆم. پاشان كە كێشەیەكی تێدەكەوێت وەكو هەموو ئۆتۆمبیلێكی تر، یەك دنیا پارە خەرج دەكەم لە فیتەر و خزمەتگوزاریدا تا چاكی بكەنەوە. ئای ژیانم

چەندە سادەتر دەبوو ئەگەر پێش ئەوەی بمکڕیبا تۆزێک تێمبڕوانیبا و بۆم دەرکەوتبا ئەم جۆرە ئۆتۆمبیلە سوودی بۆ من نیە، بەڵکو کڕینی دەبێتە هەڵە. خەرجکردنی پارە لە کێشەکەدا نابێتە چارەسەر، بەڵکو تەنها سەرهەڵدانەوەی کێشەکە دواتر دەخات بۆ کاتێکی تر. وە سەریش هەڵدەداتەوە، باوەڕم پێبکە، هەمیشە سەرهەڵدەداتەوە. لەم دۆخەدا ڕێگەچارە ئەمریکیەکە بێگومان کێشەکە چارەسەر ناکات.

خەرجکردنی پارە لە کێشەکەدا نابێتە چارەسەر، بەڵکو تەنها سەرهەڵدانەوەی کێشەکە دواتر دەخات

Scanned with CamScanner

بۆخۆت بیربکەوە

لەوانەیە بڵێیت ئەم یاسایە زۆر ئاشکرایە و بۆچی لێرەدا دانراوە، من داوای لێبوردن دەکەم ئەگەر ئەم ناونیشانە بەسووك سەیرکردن و سادە و بێ ڕێزی پێوە دیار بێت. هیچ مەبەستم ئەمانە نیە و بەڵکو زۆر قەدری ئەوە دەزانم کە دەتوانیت بۆخۆت بیربکەیتەوە. بەڵام من مەبەستم لەم یاسایە بریتیە لەوەی ئێمە دەبێت زۆر ڕوون و ئاشکرابین لەسەر بۆچونەکانمان و پێداگر بین لەسەر ئەوەی کێین، تا بیرکردنەوەی خەڵکانی تر بەئاسانی ڕامان نەماڵن. سەرەتا ئەمە سەخت دەردەکەوێت. چونکە هەمووومان لە ناخماندا ناسکین. هەمووومان ترس و دوودڵییمان هەیە. هەمووومان دەمانەوێت خۆشویستراو و پەسەندکراو بین. هەمووومان دەمانەوێت خەڵکی لەخۆیانمان هەژمار بکەن و تاکێك بین لەوان و پێمان بزانرێت. دەمانەوێت بەشێك بین لێیان. لەوانەیە بڵێیت "تۆ چۆنت دەوێت من وادەبم". ئەگەر بیرکردنەوە و ڕەفتارمان داهێنەرانە و نوێ و جیاواز بێت لەوانەیە وامان لێبکات هەست بکەین زۆر دیارین و ئەمەش دەبێتە هۆی دوورخستنەوەمان.

بەڵام ئەو کەسانەی بە ڕاستی سەرکەوتوون دوورناخرێنەوە، ئەوان دەبنە سەرکردە و پێشەوای خەڵکانی تر بەهۆی ڕەفتار و بیرکردنەوە جیاواز و داهێنەرانەکانیانەوە. ئەگەر تۆ قسە ڕەق و بێ ڕێز و زیانبەخشیت، ئەوا بێگومان دوور دەخرێیتەوە.

هەموومان دەمانەوێت خەڵکی لەخۆیانمان هەژمار بکەن و تاکێك بین لەوان و پێمان بزانرێت

بەڵام ئەگەر میهرەبان و بیرمەند و خەمخۆر و بەڕێز بین، ئەوا خۆشویستراو و پەسەندکراو دەبین. ئەگەر بیرکردنەوەمان جیاواز بێت، خەڵکی ڕێزمان لێدەگرن و سەرسام دەبن پێمان. بیرکردنەوە بۆ خۆت، واتە زۆر دڵنیابیت لەوەی کێیت و بیرکردنەوەت ڕوون بێت و کارەکان لەبەر خۆت ئەنجام بدەیت. ئەگەر بیرکردنەوەت لێڵ و دیارینەکراو و پەرشوبڵاو بێت، ئەوا بیرکردنەوە بۆخۆت بێ سوود دەبێت. هاوڕێیەکم هەیە زۆر زیرەك و وریایە، بەڵام هەموو بۆچونەکانی لە ڕۆژنامەیەکی ناوخۆیی دیاریکراوەوە دێنێت. ڕۆژنامەکە لەسەر کێشەیەکی دیاریکراو هەرچیەك بنوسێت، ئەم هاوڕێیەشم ڕێك هەمان شت دووبارە دەکاتەوە. ئەم خانمە هاوڕێیەم زۆر متمانەی بە ڕۆژنامەکە هەیە بە جۆرێك هەست ناکات بۆچونەکانی چەندێك پێشبینیکراون، چونکە هەموو بۆچونەکانی بنەما کراوە لەسەر ئەو شتانەی دەیانخوێنێتەوە. ئەگەر مشتومڕ بکات زۆر بە توندی دەیکات و هۆکار و لۆژیك بەکار دێنێت، بەڵام ڕێك بنەما لەسەر بۆچوونەکانی ئەو ڕۆژنامەیەی دەیخوێنێتەوە. زۆرجار ئێمە وەکو ئەم خانمەمان لێدێت و پێویستە جاروبار سەرچاوەی زانیاریەکانمان بگۆڕین تا بۆچونەکانمان نوێ و تازە و داهێنەرانە بن. بێگومان بیرکردنەوە بۆخۆت واتە: أ. شتێکت هەبێت بیری لێبکەیتەوە، ب. خۆت بیرکردنەوەکە ئەنجام بدەیت. بڕوانە کۆمەڵێك کەس بیانناسیت، ئەگەر هاوتا و هاوسەنگن لە ژیانیاندا، دڵنیام ئەم دووخاڵە ئەنجام دەدەن. ئەگەر هاوتا نین و لە تەنگەژەدان، دڵنیام هیچیان ئەنجام نادەن.

یاسای ٥٤

کۆنترۆڵت بەسەر ژیانی خۆتدا نیە

داوای لێبوردن دەکەم ئەگەر ئەم ناونیشانە توشی شۆك و داخورپانی کردیت، بەڵام هەرچەندێك بتەوێت، کۆنترۆڵت بەسەر ژیانی خۆتدا نیە، چەندێك بیری لێبکەیتەوە و چەندێك وا هەست بکەیت شایستەی ئەمە بیت. ئەگەر کۆنترۆڵت بەسەر ژیانی خۆتدا نەبێت، واتە کەسی تریش کۆنترۆڵی بەسەر ژیانتدا نیە.

لەوانەیە هەموومان لە شەمەندەفەری ژیاندا پێکەوە بین و شۆفێری نەبێت، یان لەوانەیە شۆفێرێکی شێت و سەرخۆش و خەوتووی هەبێت، بەڵام ئەمە بابەتێکی ترە.هەرکات قایلبوویت بەوەی کۆنترۆڵت نیە، دەتوانیت مێشك و دەروونت لە زۆر شت ئاسودە بکەیت. لە جیاتی گلەیی و بۆلە بۆڵکردن لەسەر "بۆچی شتەکان بەم جۆرەن؟
" دەتوانیت قایلبیت و وازی لێبێنیت. لەجیاتی ئەوەی بە شێوەیەکی مەعنەوی و دەرهەستانە سەرت بکێشیت بە دیوارێکی دەرهەستەدا، دەتوانیت بە ئاسودەیی بڕۆیت و گوێی پێ نەدەیت، تۆ کۆنترۆڵت نیە و بەرپرسیش نیت.

هەرکات قایلبوویت بە چەمکی ئەوەی تۆ لێرەیت بۆ چێژ بینین نەك بۆ بەڕێوەبردنی ژیان، ئەوا ئازاد دەبیت تا زیاتر بحەوێیتەوە و پشوویەك بە خۆت بدەیت.

Scanned with CamScanner

بڕوانه، ژیان پڕە لە ڕووداو. ڕووداوی باش و ڕووداوی خراپ. لەوانەیە ئەم ژیانە شۆفێری هەبێت یان نەبێت. دەتوانیت لۆمەی شۆفێرەکەش بکەیت ئەگەر بتەوێت. دەتوانیت قایل بیت بەوەی ئەگەر ژیان شۆفێری نەبێت، ئەوا دەبێتە گەشتێکی ترسناک و سەرسوڕهێنەر، هەندێك جار بێزارکار و هەندێك جار جوان دەبێت (ئەمە ئەگەر ژیان شۆفێری هەبێت یان نا).
دەبێت شتانی باشیش و شتانی خراپیشمان هەبێت. ئەمە ڕاستیەکی نەگۆڕە. ئەگەر تۆ یان من کۆنترۆڵمان بەسەر ژیاندا هەبووایە، ئەوا تەداخولێکی زۆرمان دەکرد و زۆرینەی شتە خراپەکانمان وەلا دەنا و بەمەش مرۆڤایەتی زۆر بە خێرایی دەپوکایەوە بەهۆی مەنگبوون و نەبوونی ئاستەنگی و هاندان و جۆش و خرۆشەوە.
چونکە ئەوە شتە خراپەکانە دەبێتە هۆی بزواندنمان و فێرمان دەکات و هۆکارمان بۆ ژیان پێدەدات. ئەگەر ژیان هەمووی باش و خۆش بوایە، ئەوا زۆر بێزاکار و بێتام دەبوو.یەك مەرج هەیە بۆ ئەم بابەتە. ڕاستە تۆ لەوانەیە کۆنترۆڵت بەدەست نەبێت، بەڵام ئەمە نابێتە هۆی ئەوەی هیچ بەرپرسیارێتیەکت لەسەر شان نەبێت.
بەڵکو بەرپرسیارێتی و پابەندبوونەکانت دەمێنن. دەبێت ڕێز لەو جیهانە و لە خەڵکەکەی بگریت، بابەتەکە ئەوەیە تۆ بەرپرسیارێتی تەواوەتی ئەم ژیانەت لە ئەستۆ نیە. تێگەشتن لەم چەمکە وەکو ئەوەیە لە سینەما تەماشای فلیمێك بکەیت، دڵت خۆش دەبێت بە دیمەنە خۆشەکانی و خەمبار دەبیت و دەگریت بۆ دیمەنە ناخۆشەکانی و چاوەکانت دادەخەیت لە دیمەنە ترسناکەکانیدا. تۆ دەرهێنەری ئەم فلیمە نیت و

لێـدەری فلیمەکـەش نیـت. تەنانـەت جـابی سـینەماکەش نیـت[16]. تۆ بینەریت. چێژ لە نمایشەکە ببینە.

هەرکات قایلبوویت بەوەی کۆنترۆڵت نیە، دەتوانیت مێشک و دەروونت لە زۆر شت ئاسودە بکەیت

[16] پارە وەرگر.

Scanned with CamScanner

یاسای ٥٥

شتێکت هەبێت لە ژیانتدا زۆر خۆشحاڵت بکات

هاورێیەکی خانمم هەیە هەمیشە دەنوکی لەسەر تانجیەکانێتی. نەخێر مەبەستم نیە جنێو و قسەی ناخۆشیان پێبلێت. هەرچەندە جاروبار لەوانەیە وابکات. بەلاّم مەبەستم ئەوەیە ئەم هاورێیەم چەندێك خەمناك و دڵتەنگ بێت، ژیانی چەندێك تەنگەژەی تێدابێت و چەندێك تورە بێت و چەندێك سەرقاڵ بێت، کاتێك دەگەرێتەوە ماڵەوە و ئەو سەگانەی رزگاری کردوون بە جۆش و خرۆشەوە دێن بە دەمیەوە، لەم کاتەدا وا هەست دەکات ژیانی شایستەی هەموو ئەم ماندوبونانەیە. دڵتەنگیەکەی نامێنێت و دەستبەجێ هێمن و دڵخۆش دەبێت و هەست بە خۆشویستراوێتی دەکات. ئەمەش کەمێك لە خۆیدا خەمناکە ئەم هەستانەی لە رێی سەگەکانیەوە بەدەست بێت. (بێگومان بە گاڵتەمە).بەلای منەوە ئەم هەستانەم لە رێی منداڵەکانم و ئەو شوێنەی لێی دەژیم بۆ دروست دەبێت. هەرچەندە جاری وا هەیە منداڵەکانم خەریکە شێتم دەکەن، بەلاّم هێشتا هەستێکی زۆر سەرسورهێنەر و ناوازە هەیە لەو دیدەی ئەوان هەیانە بۆ جیهان و گەورە بوونیان. سەبارەت بەو شوێنەی لێی دەژیم، تەنها بیر لەوە دەکەمەوە رۆژانە بگەمەوە ماڵەوە و هەست بە دڵخۆشی و ووزە بکەم.

بۆ هەر یەکێکمان شتێکی جیاوازمان هەیە کە ئەم هەستە جیاواز و ناوازانەمان پێبدات. ئەوەی ناوازەیە لەم یاسایەدا شتە گرانبەهاکان نیە

Scanned with CamScanner

هەستی ناوازەمان پێبدەن. بەڵکو شتانێکی گشتین کە لە ڕوویەکی تایبەتیەوە ناوازەیی خۆیان هەیە، وەکو دیمەنێکی سروشتی، یان کەسێك، یان ئاژەڵێکی ماڵی یان منداڵێك، یان پەڕتووکێك و فلیمێکی دیاریکراو کە تەماشایان دەکەین و دەیانخوێنینەوە هەست بە ووزە دەکەین. هەروەها دەکرێت دۆخ و بڕیارێکی دەروونی بێت کە پاش ئەنجامدانی کارێکی دیاریکراو هەستی پێدەکەین، وەکو سەردانکردنی شوێنی پەرستش و بیرکردنەوە. یان دەکرێت پارچەیەك مۆسیقا بێت کە دەروون و دڵمان جۆش دەدات. لەوانەیە هەندێك کەس بگەنە ئەم هەستە بە ڕێکخستنەوە و ئەنجامدانی خولیاکانیان، یان هەندێك کەسی تر کاری خێرخوازی و خۆبەخشی ئەنجام دەدەن تا بگەنە ئەم هەستە (هیچ شتێك وەکو یارمەتیدانی کەسانی تر یان کارکردن بۆ بەرژەوەندیەکی باڵا خۆشحاڵت ناکەن). بەلای تۆوە چ کارێك ئەو هەستەت بداتێ، دڵنیابە ئەنجامی بدەیت و بزانیت چۆن بەکاری دێنیت. ئەگەر پارچەیەك مۆسیقا هەمیشە دڵتخۆش بکات چ سودێکی هەیە جاروبار گوێی لێنەگریت.

ئەگەر پارچەیەك مۆسیقا هەمیشە دڵتخۆش بکات چ سودێکی هەیە جاروبار گوێی لێنەگریت

بەڕای من هەموومان پێویستمان بە شتانێکە لە ژیانماندا کە دڵخۆشمان بکەن و تەنانەت بمانوەستێنن لەوەی زۆر فشار لەخۆمان بکەین. ئەم شتە دەکرێت ئاژەڵێك، منداڵێك، دەمەتەقێیەك لەگەڵ کەسێکی تەنها بێت، دەبێت لە ژیانتدا شتێکت هەبێت وابکات هەرشتێك دەماری گرتیت و بێتاقەتی کردیت، لایەن و خۆشیە ساکارەکانی ژیانت وەبیر بێنێتەوە.

Scanned with CamScanner

تەنها کەسە ناخ باشەکان هەست بە تاوان دەکەن

کەسانی ناخ خراپ هەست بە تاوان ناکەن، ئەم کەسانە سەرقاڵی خراپبونی خۆیانن. کەسانی باش هەست بە تاوان دەکەن چونکە ناخیان باشە و هەست دەکەن کارێکی هەڵەیان کردووە یان کەسێکیان بێئومێد کردوە یان خراپەیەکیان کردووە و کەتنێکیان ناوەتەوە. کەسانی باش ویژدانیان هەیە. کەسانی خراپ بێ ویژدانن. هێمایەکی باشە ئەگەر هەست بە تاوان بکەیت. ئەمە واتە لەسەر ڕێچکەی ڕاست و دروستیت. بەڵام دەبێت بزانیت چۆن مامەڵە لەگەڵ ئەم هەستەتدا دەکەیت، چونکە هەستکردن بە تاوان سۆزەیەکی زۆر ناخۆشی خۆپەرستانەیە. بێهودە و بێ ئامانجە.

هێمایەکی باشە ئەگەر هەست بە تاوان بکەیت

دوو بژاردەمان هەیە: هەڵەکەمان چاك بکەینەوە، یان هەست بە تاوانکردنەکەمان وەلا بنێین. ڕاستە هەموومان هەڵە دەکەین و جاروبار کەتن دەنێینەوە. هەموو جارێك کارە ڕاست و دروستەکە ئەنجام نادەین. بەڵام ئەگەر ویژدانمان هەبێت، جاروبار هەست بە تاوان دەکەین. بەڵام هەستکردنتەنها بە تاوان بە زۆر بێهودەیە لەبەر ئەمە دەبێت ئەم هەست بە تاوانکردنە بەکاربێت بۆ باشتر بوون. وا باشترە بە هەستێکی ترەوە

خۆت سەرقاڵ بکەیت [17] ئەگەر ئامادە نەبویت کار لەسەر ئەم هەستکردن بە تاوانەت بکەیت. ئەگەر بەردەوامبیت لە هەستکردن بە تاوان و هیچ کارێکت لەسەر نەکرد، ئەوا ژیان و کاتت دەفەوتێنیت.

یەکەم کار بریتیە لە هەڵسەنگاندنی ئەوەی ئایا بە ڕاستی پێوستت بەم هەستکردن بە تاوانە هەیە یان نا. لەوانەیە تەنها ویژانێکی بەهێزت هەبێت، یان زۆر هەست بە پابەندبوون بکەیت. ئەگەر کەسێکیت هەمیشە کاری خۆبەخشی دەکەیت، بەڵام تەنها جارێك دەڵێیت "نەخێر" بۆ کارێك، ئەوا هیچ پێویست ناکات هەست بە تاوان بکەیت. لە ناخی خۆتدا دەزانیت ئەمجارە دەتوانیت کارەکە نەکەیت. ئەگەر بژاردەت هەبوو لەنێوان ئەنجامدانی کارێك و ئەنجام نەدانیدا، ئەوا بژاردەکەت ئاسانە: یان ئەنجامی بدە یان نا، بەڵام بەبێ هەستکردن بە تاوان. بەم جۆرە بیرکردنەوەیەوە بژاردەکەت هەڵبژێرە. ئەنجام نەدانی کارەکە و هەستکردن بە تاوان یەکێك نیە لە بژاردەکان.

ئەگەر بەڕاستی هۆکارێکت هەیە تا هەست بە تاوان بکەیت، ئەوا دەتوانیت هەڵەکەت ڕاست بکەیتەوە. ئەمە سادەترین کارە بتوانیت بیکەیت. ئەی ئەگەر نەتتوانی هەڵەکەت ڕاست بکەیتەوە؟ ئەوا وانەیەکی لێ وەربگرە و بڕیاردان فێربە و هەستکردن بە تاوانەکەت فڕێ بدە. ئەگەر ئەم هەستە هەر بەردەوام بوو لە خواردنی ناخت، ئەوا ناچاریت ڕێگە چارەیەك بدۆزیتەوە تا ئەم هەستەی بەهۆوە وەلا بنێیت.

---

[17] ڕق لە خۆبونەوە، ترس، تۆقان، ئەمانە هەموو جێگرەوەی هەستکرنن بە تاوان. بەڵام باشترە سەرقاڵی هیچیان نەبیت.

Scanned with CamScanner

یاسای ٥٧

ئەگەر نەتتوانی شتێکی باش بڵێیت، هەر هیچ شتێک مەڵێ

بۆڵەبۆڵ کردن و گلەییکردن و ڕەخنە گرتن زۆر ئاسانن. بەڵام ئەوەی بە ڕاستی سەختە دۆزینەوەی شتێکی باشە لە دۆخێکدا بیڵێیت یان بە کەسێکی بڵێیت. ئەمە وەکو ئاستەنگییەکی گەورە وەربگرە. وتنی شتێکی باش سەختە چونکە ئێمە بە سروشتیی زیاتر بەلای بۆلەبۆڵدا دەڕۆین. ئەگەر کەسێك لێمان بپرسێت سەیران و گەشتەکەمان چۆن بووە، ئاسانترە دەست بکەین بە بۆڵەبۆڵ لەسەر ئەوەی چۆن کەشوهەوا خراپ بووە و شوێنەکە ناخۆش بووە و سەیرانچییەکانی شوێنەکە مامەڵەیان ناخۆش بووە، لەبری ئەوەی قسە بکەین لەسەر چێژی چوون بۆ سەیران لەگەڵ دۆستان و خۆشەویستان و خۆشیی دۆخەکە. کاتێك هاوڕێیەکت دەپرسێت لەگەڵ سەرۆك کارەکەتدا چۆنیت، ئەوا یەکسەر شتە خراپ و بێزارکارەکانیان دێتە مێشکتەوە پێش شتە باشەکانیان.

هەرچەندە کەسێك خراپ بێت، لایەنێکی باشییان هەر تێدایە.

کاری تۆ بریتیە لە دۆزینەوەی ئەو لایەنە باشە و خستنە ڕووی لایەنەکە و قسەکردن لەسەر لایەنەکە و سەرنجڕاکێشان بۆی. هەمان کار بکە بۆ دۆخێکی ناخۆش. بیرمە جارێك شتێکم خوێندەوە لەسەر کەسێك کە لە میترۆیەکدا بووە لە پاریس لە کاتی مانگرتنێکی گەورەدا. دۆخەکە زۆر بێسەروبەر و ژاوەژاو بووە و خەڵکەکە هەمووی پاڵە پەستۆیان بوو. بینیویەتی لەوێدا ژنێکی لێبوو لەگەڵ منداڵێکی بچوکدا کە زۆر ترسا بوو

بە دۆخەکە. ژنەکە دانەویەوە و بە ڕوویەکی گەشەوە بە منداڵەکەی ووت "ئازیزەکەم، ئەمە پێی دەڵێن سەرکێشی". ئەو کەسە دڵێت ئەم قسەیە بۆتە دروشمم بۆ هەموو دۆخە ناخۆش و قەیراناویەکان. کاتێک پرسیار لەسەر بۆچوونت دەکرێت لەسەر کەسێك یان شتێك یان شوێنێك، ئەوا پێویستە لایەنە باشەکان بدۆزیتەوە و باسی بکەیت، شتێکی ئەرێنی و خۆش. چەندەها بەڵگە هەیە لەسەر ئەوەی ئەرێنی بوون سودی زۆرە، بەلاَم دیارترینیان بریتیە لەوەی خەڵکی بەلای خۆتدا ڕادەکێشیت و هەستیشی پێناکەن بۆ.

ئازیزەکەم، ئەمە پێی دەڵێن سەرکێشی

ئەو کەشەی لەدەوری تۆیە سەرەنجراکێشە. خەڵکی حەز دەکەن لەنزیک کەسانێکی کراوە و ئەرێنی و دڵخۆش و متمانە بەخۆ بن. بە ڕاستی پێویستە زیاتر زمانمان بەکار بێنین بۆ وتنی شتە باشەکان.بێگومان ئەگەر تۆ تەنها شتە باشەکان بڵێیت، ئەوا چیتر پاشەملە ناکەیت و قسە هێنان و بردن ناکەیت و جنێو نادەیت و بە خراپە باسی کەس ناکەیت و بێڕیزی ناکەیت بەرامبەر کەس و گلەیی ناکەیت (دەتوانیت لایەنە هەڵەکان بخەیتە ڕوو بەلاَم بە ڕێگەیەکی بنیادنەرانە). دەتوانیت لەبری هەموو ئەم قسە خراپانە قسەی باش و خۆش بکەیت.پێش ئەوەی دەمت بکەیتەوە، هەوڵبدە بۆ ماوەی هەفتەیەك شتی باش بڵێیت. ئەمە یەکێکە لەو شتانەی سەرسامت دەکەن چەند ژیانت بەرەو باشتر دەگۆڕن، تەنها تاقیبکەوە. ئەگەر هەر نەتتوانی قسەیەکی باش و ئەرێنی بکەیت، ئەوا هەر هیچ مەڵێ.

یاساکانی پەیوەندیە کۆمەڵایەتیەکان

هەموومان پێویستمان بە خۆشویستن و خۆشویستراوێتی هەیە. زۆربەمان ئاسودەیی پەیوەندیمان دەوێت و ئەو نزیکبوون و هاوەڵێتیەمان دەوێت کە لە پەیوەندیەکاندا هەیە. ئێمە دورگە نین و دابڕێین، بەڵکو پێویستمان بە بەشداریپێکردنی ساتەکانمان هەیە لەگەڵ کەسێکی ئازیز و نزیك لێمانەوە. ئەمە سروشتی مرۆڤە. ئێمە ئەم مرۆڤە ناوازە و سەرسوڕهێنەرە نەدەبوین ئەگەر پێویستمان بە پێدان و وەرگرتن نەبوایە.

بەڵام، بەهۆی گەورەیی مەودای پەیوەندیە مرۆڤیەکانەوە، مەودای هەڵەکردن و کەتن زۆرە. لێرەدا پێویستمان بە یاساکان هەیە. پێویستمان بە هەر ڕێنمونیەك هەیە بەدەستمان بێت.

بەڵێ هەموومان پێویستمان بە هەر یارمەتییەك هەیە بەدەستمان بێت و جاروبار زۆر سوود وەردەگرین ئەگەر لە گۆشە نیگایەکی ترەوە بڕوانینە بابەتەکان. ئەمانەی دواتر کە دێن کۆمەڵە یاسایەکی سەیرن تا وات لێبکەن بیر بکەیتەوە لە پەیوەندیەکانت لە گۆشە نیگایەکی نوێوە.

ئەم یاسا و بیرۆکانە نوێ نین، بەڵام ئەمانە ئەو یاسایانەن لەو کەسانەدا تێبینیم کردوون کە پەیوەندیەکانیان سەرکەوتوو و بەرهەمدار و ماوە درێژ و بایەخپێدەرە. هەروەها ئەو کەسانەن کە پەیوەندیەکانیان پڕ جۆش و خرۆش و بزوێنەر و نزیك و بەهێزن.

Scanned with CamScanner

یاسای ٥٨

جیاوازیەکان قبوڵ بکە و ئەوەی لەنێوانتاندا هاوبەشە لە ئامێز بگرە

"شیرینی و تونی و هەموو شتێکی خۆش...کرمە لیقە و بەزاقەڕووتە و کلکی توتکە سەگ"

(Sugar and spice and all things nice...slugs and snails and puppy dog tails) ئەمانە دەگونجێن لەگەڵ یەکدی؟ باشە لەمانە تۆ کامیانیت؟ کرمە لیقە و بەزاقە ڕووتە؟ یان شیرینی و تونی؟ بە ڕای من کەمێك لە هەردووکیانیت. بڕوانە، ڕاستە پیاوان و ژنان جیاوازیان هەیە، بەڵام خۆمان گێل دەکەین ئەگەر قایل نەبین بەم جیاوازیە و درکیان پێ نەکەین. هێندەش جیاواز نین تا ببینە دوو بوونەوەری جیاواز، یان دوو بوونەوەر لە دوو هەسارەی جیاوازەوە هاتبین، وەکو هەندێك کەس دەیانەوێت وا باوەڕ بکەین کە پیاوان لە مەریخەوە هاتوون و خانمانیش لە زوهرەوە هاتوون. لە ڕاستیدا ئێمە شتە هاوبەشەکانمان زیاترە لە جیاوازیەکانمان. ئەگەر شتە هاوبەشەکانمان لە ئامێز بگرین و بە جیاوازیەکانمان قایل بووین، ئەوا زۆرباشتر دەگونجێین لەگەڵ یەکدی وەك لەوەی وەکو دوو بوونەوەری جیاواز مامەڵە لەگەڵ یەکدی بکەین.

Scanned with CamScanner

پەیوەنـدی کۆمەلآیـەتی وەکـو تیمێـك وایـە، لـە دوو کـەس پێکهاتبێـت (لەوانەیە دواتر ئەم تیمە جمەی بێت بە ئەندامی بچوك)، ئـەم دوو کەسـە لێهاتوویی و کارامەیی و سەرچاوەی جیاواز دەهێننە نـاو پەیوەندیەکـەوە. هـەموو تیمێـك پێویسـتی بـە کەسـانی جیـاواز هەیـە کـە تایبەتمەنـدیی جیاوازیـان هـەبێت بـۆ وەدەسـتهێنانی ئامانجـەکانیان و سـەرکەوتنی پرۆژەکانیان. ئەگەر هەردووکتان پێشەوای بەهێزن و خێرا بڕیـار دەدەن و هەڵەشـەن، ئـەی کـێ خـەریکی ووردەکاریـەکان بێـت و پرۆژەکـان تـەواو بکات؟ کێ کارەکان هەڵدەسوڕێنێت وەك لـەوەی تـەنها بیرۆکـە لێبـدات؟ تەنها قایل بن بـە جیاوازیـەکان، پاشـان سـوود و قازانجـەکان ببینـە. ئـەو جیاوازیانەی هەتانـە وەکـو لێهـاتوویی لێیـان بـڕوانن، جیاوازییـەك کـە بـە کاریگەرانە بەکاربێت بۆ ئەوەی تیمەکەت باشتر هەڵبسوڕێت.

ئەی چی لەوانە دەکەیت کە لـە نێوانتانـدا هاوبەشـن؟ ئەمـە زۆر لایـەنێکی چاکە (وەکو دیدی هاوبەش و زەوقـی هاوبـەش)، بـەلآم ئـەم هاوبەشـێتیە هەمووکات نابێتە هۆی ئاسانکردنی ژیان (هـەردووکتان حەزدەکـەن ئـەوی تر بلێ ڕاست دەکەیت، هەردووکتان حەز دەکەن کۆنترۆڵتان هەبێت).

زۆرباشتر دەگونجێین لەگەڵ یەکدی
وەك لەوەی وەکو دوو بوونەوەری جیاواز مامەڵە
لەگەڵ یەکدی بکەین

ئەگـەر هـەردووکتان پێشـەوای بـەهێزن، لەوانەیـە بەشـەڕ بـێن لەسـەر پێشەوایەتیکردن. لەبری ئەمە، ڕێکبکەون لەسەر پێشـەوایەتیکردن. شـتە

هاوبەشەکان دەبێت بخرێنە ڕوو وە بەکاربێن، پێکەوە یان بە جیاجیا، تا هەردووکتان بجوڵێنێت و پەیوەندیەکەتان تایبەت و سەرکەوتوو بکات.

سەیرکە، ئێوە بەیەکەوەن لێرەدا، ئیتر ئەم "لێرەدا"یە هەرچیەك و هەر شوێنێك بێت، لەبەر ئەوە دەبێت پەیوەندیەکەتان سەرکەوتوو بکەن. ئەگەر لایەنە هاوبەشەکانتان پێکەوە بخەنە گەڕ، زۆر زیاتر بەرەوپێش دەچن و زیاتر بێ کێشە دەبن وەك لەوەی هەریەکەو بە ئاڕاستەیەکدا پەیوەندیەکە ڕابکێشێت. ئەگەر ڕووکەشبەکان لابدەیت، دەردەکەوێت هەموومان مرۆڤین و دەترسین و دۆخناسکین و هەوڵدەدەین واتایەك بدەینە ژیانمان. ئەگەر تەرکیز بخەینە سەر جیاوازیەکان و بیانکەینە کێشەیەکی گەورە، ئەوا مەترسی لەدەستدانی لایەنە هاوبەشەکانمان دەبێت کە لەوانەیە ببێتە هۆی خۆشکردنی ژیانمان و ئاسانکردنی گەشتەکەمان. هەموو ئەو سوعبەت و نوکتە بێتامانەی ئینتەرنێت لەسەر ژن و پیاو کە دەڵێن ئەگەر ژن کۆمپیوتەر بوایە فلانە جۆر دەبوو یان ئەگەر پیاو ئۆتۆمبیل بوایە فلانە جۆر دەبوو، ئەمانە هیچ یارمەتیدەر نین و ژیانی ڕاستەقینەش بەم جۆرە نیە.

Scanned with CamScanner

یاسای ٥٩

مەودا بدە بە هاوژینەکەت لەسەر سروشتی خۆی بێت

ئەمە شتێکی کۆنە، ئێمە زۆرجار دەکەوینە خۆشەویستی کەسێکی سەربەخۆ و سەقامگیر و بەهێز و بەدەسەلات و کراوەن بەڕووی جیهاندا. بەلام هەرکات هاتنە دەستمان، یەکسەر هەوڵ دەدەین بیانگۆڕین. ئێمە ئیرەییمان بەو ڕێژە بەرزەی سەربەخۆیی ئەم کەسانە دێت، وا هەست دەکەین پەیوەندی ئەم کەسانە بە ئێمەوە بە جۆرێك لە جۆرەکان سنورداریان دەکات و دەیانبەستێتەوە و ئازادییان دەگرێت.پێش ئەوەی ئێمە ئەم کەسانە بناسین، زۆر باش ژیانیان بە ڕێوە بردووە بەبێ ئێمە. هەر ئەو ساتەی ناسیمانن، دەست دەکەین بە ئامۆژگاری کردنیان و سنوردارکردنی بژاردەکانیان و دید و خەونەکانیان و ئازادیەکانیان. دەبێت لێرەدا پاشەکشێ بکەین و ماف ئەوەیان بدەینێ خۆیان بن.زۆر کەس دەلێت خۆشەویستیەکەیان وەکو جاران نەماوە، گڕ و تینی جارانی لەدەست داوە و لە یەك دوور کەوتوونەتەوە. ئەگەر کەمێك قوڵتر ببیتەوە لەم جۆرە پەیوەندیە، دوو کەس دەبینیت گیریان خواردووە لە پەیوەندیەکدا پڕاو پڕ لە بێ متمانەیی و چەوساندنەوە و زەوتکردنی ئازادیدا. ئەم دوو کەسە هیچ مەودایەك نادەن بە یەکدی، ئەی چۆن مەودا بدەن بە یەکدی تا خۆیان بن.

ئەی باشە چیمان لە دەست دێت؟ سەرەتا دەبێت پاشەکشە بکەین و هاوژینەکانمان بەو جۆرە ببینین کە یەکەمجار دیومانن. چی ئەو کەسە سەرەنجی ڕاکێشایت؟ چ شتێك تایبەتی بوو تیایاندا؟ چی شتێك لەواندا بووە هۆی بزواندنی تۆ؟ئێستا تێیان بڕوانە. چ جیاوازییەك هەیە؟ چی نەماوە و چی گۆڕاوە؟ ئایا هەمان ئەو کەسە سەربەخۆیەن یان تۆ بویتە هۆی داخورانی مەودا و ئاسودەیی و سەربەخۆی و زیندوویی ئەوان؟ لەوانەیە وات نەکردبێت و ئەم قسەیە کەمێك توند بێت، بەڵام بە شێوەیەکی دەرهەستانە ئێمە حەز دەکەین دەستەڵاتمان هەبێت بە سەریاندا و بەمەش گڕ و تینیان خەفە دەبێت.

چی ئەو کەسە سەرەنجی ڕاکێشایت؟
چ شتێك تایبەتی بوو تیایاندا؟
چی شتێك لەواندا بووە هۆی بزواندنی تۆ؟

دەبێت تۆ هاندەریان بیت تا لە قاوغی ئارامیی پەیوەندیەکە بێنە دەر و دووبارە وزە و زیندوویی خۆیان بدۆزنەوە. لەوانەیە هەندێك کاتیان بووێت تا لێهاتوویی و کارامەییەکانی سەربەخۆییبوونیان بدۆزنەوە. لەوانەیە جاروبار پێویست بێت خۆت ڕابگریت و بە دوور بیت لەوەی دەسەڵاتت زاڵ بکەیت بەسەریاندا دووبارە. لەبەر ئەمە هاندەریان بە و ڕێیان بدە و دەست تێوەر مەدە و پاڵنەریان بە و ئامادەبە بۆ یارمەتی. کارێکی سەختە. زۆرینەی پەیوەندیە سەرکەوتووەکان لایەنێکی گەورەی لە سەربەخۆیی تێدایە. هاوژینەکان هەندێك کات بە تەنیا دەبن تا پەیوەندیەکەیان بەرەو پێبدەن. ئەمە پەیوەندیەکی تەندروستە، ئەمە کارێکی باشە. ئەمە کاری مرۆڤێکی پێگەشتووە.

Scanned with CamScanner

کەسێکی قسە و ڕوو خۆش بە

لەم ژیانە پڕ جەنجاڵیـە ئـاڵۆزەدا زۆر بـە ئاسـانیی بیرمـان دەچێتەوە کـە ئێمە لە پەیوەندیـداین لەگـەڵ مرۆڤێکدا، نـەك لەگـەڵ ئامڕازێکدا. زۆر بـە ئاسـانی کەسـە نزیکـەکانمان ئاسـایی دەبـن بـە لامانـەوە، لـەبری ئـەوەی سوپاسیان بکەین و دەستخۆشییان لێبکەین و بە ڕێزەوە قسـەیان لەگـەڵ بکـەین، دەچـین پشـتگوێیان دەخـەین و بـێ ڕێزییـان بەرامبـەر دەکـەین بەهۆی ئەوەی وادەزانین ئەم کەسە هەتا هەتایە لە ژیانماندا دەمێننـەوە و بەشێکی ئاساییـن لە ژیان. بۆ ئەوەی پەیوەندیەکەت پڕاوپڕ بێت لە ژیـان، دەبێـت بگەڕێیتـەوە سـەرەتای پەیوەندیەکـە و دەسـت بکەیتـەوە بـە قسەخۆشی و سەرەنجڕاکێشانی کەسەکە. دەبێت دووبارە دەسـتبکەنەوە بـە یەکترناسـاندن بـۆ یەکـدی وەکـو مرۆڤێکـی بـەڕێز و دووبـارە دەسـتبکەنەوە بـە قسەخۆشـی و میهرەبـانی و نـەرمونیانی. لەمـەو دوا "بەیارمەتیت" و "سوپاس" بۆ یەکدی بەکاربێنن چەندێك پێویست بـوو. بیرمەند و ستایشکار بکە. دیاری بدەن بە یەکدی بـەبێ هۆکـار. پرسیار بکە بە جۆرێك ئاگاداری ئەوە بیت هاوژینەکەت دەڵێت چی.

بگەڕێوە سەرەتای پەیوەندیەکە و دەست بکەوە بە قسەخۆشی و سەرەنجڕاکێشانی کەسەکە

Scanned with CamScanner

بایەخ بدە بە تەندروستی و خۆشگوزەرانی و هیوا و ئاوات و کار و بەرژەوەندی و خۆشیەکانی. کات تەرخان بکە بۆ یارمەتیدانیو تەرکیزکردنە سەر پێویستی و داخوازیەکانی. کات دابنێ تەنها بۆ ئەوەی لەگەڵی بیت و تەنها گوێبیستی ببیت و بایەخپێدانی خۆت و خۆشەویستی خۆتی پیشان بدەیت. ڕێمەدە پشتگوێخستن پەیوەندیەکەت کاولبکات.

ئێمە بە شێوەیەکی زۆر زیادەڕەو باش مامەڵە لەگەڵ خەڵکانی نامۆدا دەکەین و ئەوپەڕی ئاگامان بۆ ئەو کەسانە تەرخان دەکەین کە کاریان لەگەڵ دەکەین. هاوژینەکانمان لە یاد دەچێت لە بێنەوبەردەی ژیاندا. لە ڕاستیدا دەبێت باشترین مامەڵکردنمان لەگەڵ هاوژینەکانمان بێت، چونکە ئەوان گرنگترین کەسی ژیانی ئێمەن. دەبێت ئەم هەستەیان پیشان بدەیت بە کردار. بێگومان ئەگەر ئەم کارانەت کردووە ئەوا بمبورە لەسەر ئەم قسانەم.

شتێکم خوێندەوە لەسەر پیاوێک هەموو جارێک جانتای نوێی بۆ هاوسەرەکەی دەکڕی، بەڵام هیچی گونجاو نەبوو، گەورە نەبوو یان پتەو و باش نەبوو. هاوسەرەکەی پێی دەگوت خۆی دەتوانێت جانتا بۆخۆی بکڕێت چونکە کەسێکی پێگەشتووە، بەڵام ئەم پیاوە لە مێشکی خۆیدا زەوقی ستایلەکەی خۆی پێباشتربوو لە ستایلی هاوسەرەکەی. لە کۆتاییدا هاوسەرەکەی جانتایەکی بۆ پیاوەکە کڕی. ئەمەش وایکرد پیاوەکە لەم کارەی بوەستێت. بەڕای من ئەمە چارەسەرێکی زۆر ئاشتیانە بوو. ئەم خانمە ڕەتی هاوسەرەکەی نەدایەوە و هاواری نەکرد بەسەریدا، بەڵام بە شێوەیەکی نەرمونیان پیشانیدا کە پیاوەکە هەڵەیە. بە ڕاستی جوانە.

Scanned with CamScanner

وتت دەتەوێت چی بکەیت؟!

تەنها لەبەر ئەوەی هاوژینی یەکدین بۆ ماوەی هەرچەندێك بێت، واتای ئەوە نیە پێکەوە نوساوین و دەبێت هەمان بیرکردنەوە و کار و هەست و کاردانەوەمان هەبێت. تێبینی ئەوەم کردووە زۆرینەی سەرکەوتوو ترین پەیوەندیەکان ئەوانەن کە هاوژینەکان پێکەوە و بە تەنهاش هەر بەهێزن. باشترین پەیوەندی ئەوانەن کە تاکەکانی پشتیوانی یەکدی دەکەن لە بەرژەوەندیەکانی یەکدیدا.

پشتیوانیکردنی هاوژینەکەت و ئەو کارانەی ئەنجامی دەدەن واتا دەبێت خۆت زۆر هاوسەنگ بیت و ئیرەییان پێنەبەیت و متمانەت پێیان بێت و ڕق لە دڵ نەبیت بەرامبەریان. دەبێت ئامادەبیت بۆ سەربەخۆبون و بەهێزبوونی هاوژینەکەت بەبێ تۆ. لەوانەیە بەلاتەوە سەخت بێت و هەست بکەیت ئەنجامدانی ئەمە بارێکی قورس بێت بۆت. ئەمە لەوانەیە تاقیکردنەوەیەکی ڕاستەقینە بێت بۆ ئاستی بایەخپێدانت بە هاوژیەنەکت یان چەندێك هەستی پاراستنت تێدایە بەرامبەریان.

چەندێك ئازادی بدەیت و ڕێبدەیت و هانبدەیت، هاوژینەکەت زیاتر چاکەت دەداتەوە و هەمان شێوە دەبێت بۆت. ئەگەر هاوژینەکەت هەست بکات هاندەدرێت و متمانە پێکراوە، ئەگەری زۆر کەمترە لێت جیا ببێتەوە چونکە هەست بە بەندبوون ناکات.

Scanned with CamScanner

تا زیاتر هاندەر بیت، هاوژینەکەت زیاتر هەست بە میهرەبانی تۆ دەکات. ئەمەش شتێکی زۆر باشە.

بەڵام ئەی ئەگەر هاوڕا نەبویت لەسەر داخوازیەکانی؟ ئەوا دەبێت تەداخول نەکەیت و سەرقاڵ بیت بە کاری خۆتەوە. دڵنیام دەزانیت هاوژینەکەت مرۆڤێکی سەربەخۆیە و دەتوانێت چی بووێت بیکات، بێگومان نەبێتە هۆی زیانگەیاندن بە پەیوەندیەکە یان خۆت (وەکو خیانەتکردن یان ئەنجامدانی تاوان)، لەم کاتەدا تۆ دەبێت پشتیوانی بکەیت لە هاوژینەکەت، دەتوانیت پرسیار بکەیت چیدەوێت و دەیەوێت چی بکەن، دەتوانیت بڵێیت بەلاتەوە سەختە. لەوانەیە بۆتۆ وابێت نەك ئەو.

لەخۆت بپرسە، ئەگەر ئەو کارە بکەن، خراپترین شت چیە ڕوویدات؟ ئایا ماڵەکە پیس دەبێت، ئایا باخەکە تێکدەچێت، ئایا پارەیەکی زۆری دەوێت، ئایا بۆ ماوەیەکی زۆر دوور دەکەونەوە؟ باشە ئێستا ئەم شتانە بەراورد بکە بە هەستی هاوژینەکەت ئەگەر لێت جیابێتەوە بە ناخۆشی یان لەگەڵت بژی بە ناخۆشی، کامیان خراپترە؟

بێگومان تەنها بە وتنی ئەوەی دەیەوێت شتێك بکات واتای ئەوە نیە بە ڕاستی بیەوێت شتەکە بکات. لەوانەیە هەندێك کەسی کەللەڕەق کارەکە

Scanned with CamScanner

هەر بکات چونکە تۆ هەمیشە هەرچییەکیبووێت ڕەتی دەکەیتەوە. بڵێ "باشە" و لەوانەیە هەر نەشچێت بەلای ئەو شتەدا کە دەیەوێت.

ئەگەر بڕوانیتە یاسای ٧٠،دەبینیت نوسراوە دەبێت باشتر لە نزیکترین هاورێت مامەڵە لەگەڵ هاوژینەکەت بکە، پشتیوانبوون بەشێکە لەمە.

زۆرجار بیرمان دەچێت هاوژینەکانمان مرۆڤێکی جودان لە ئێمە. بیرمان دەچێت ئەوانیش خەون و پلان و ویستی جێبەجێ نەکراویان هەیە. کاری ئێمە بریتیە لە هاندانیان تا ڕێچکەی خۆیان دەدۆزنەوە و ئەم ویست و خەونانەیان بێننەدی و بگەنە ئەوپەڕی توانایان و هەست بە تەواوێتی و ڕەزامەند بوون بکەن. کاری ئێمە ئەوە نیە بێئومێدیان بکەین و گاڵتە بە خەونەکانیان بکەین و بەچاوی کەمەوە بڕوانینە پلانەکانیان و پێکەنینمان بێت بە ویستەکانیان. کاری ئێمە پشتساردکردنەوە و وەلانانیان و بەربەست دروستکردن و سنوردارکردنیان نیە. کاری ئێمە هاندانیانە تا لە ئاسمانی خەون و ئاواتەکانیاندا بفڕن.

Scanned with CamScanner

یاسای ٦٢

یەکەم کەس بە لە داوای لێبوردنکردندا

گرنگ نیە کێ کێشەکەی دەستپێکردووە. گرنگ نیە لەسەر چیە. گرنگ نیە کێ ڕاستە و کێ هەڵەیە. گرنگ نیە پەیوەستە بە کێوە. هەردووکتان وەکو دوومنداڵی لاساری بەناز ڕەفتار دەکەن و دەبێت بوەستێندرێن. هەر بێ گاڵتە، جاروبار دەکەوینە هەڵەوە، ئەمەش سروشتی مرۆڤە، لە ئێستاوە ئەگەر دەتەوێت ببیتە پەیڕەوکارێکی یاسای پابەندبوو، هەرچەندە دەشزانم ئەمەت دەوێت، ئەوا یەکەم کەس دەبیت لە داوای لێبوردنکردندا. ئەمە کرۆکی ئەم یاسایەیە. بۆچی؟ چونکە پەیڕەوکاری یاساکان ئاوا دەکەن. یەکەم کەسین لە داوای لێبوردندا. سەربەرزین بەخۆمان چونکە زۆر دڵنیاین داوای لێبوردن کەممان ناکاتەوە. واناکات هەست بە هەڕەشە و بەربەست و لاوازیی بکەین. دەتوانین داوای لێبوردن بکەین و بەهێزیش بین. دەتوانین داوای لێبوردن بکەین و شکۆمەندی و ڕێزیشمان بپارێزین.هەمووماو داوای لێبوردن دەکەین چونکە هەست بە پەشیمانی دەکەین. پەشیمانین لەوەی زۆر ڕۆچوینە مشتومڕێکەوە، تەنها بە مشتومڕێك، بەلایەنی کەمەوە پێنج یاسا لەم پەرتووکەدا دەشکێت. دەبینیت، هەرچەندە کێشەکە زۆر گەورەش بوبێت، ئێمەش بەشی خۆمان هەڵەمان کردووە و دەبێت یەکەم کەس بین لە داوای لێبوردندا، چونکە لە هەڵەداین، گرنگ نیە مشتومڕەکە لەسەر چی بووە.

دەتوانین داوای لێبوردن بکەین و شکۆمەندی و ڕێزیشمان بپارێزین

ئەوە مشتومڕەکەیە کە داوای لێبوردنی لەسەر دەکەین. دووبارە گرنگ نیە لەسەر چی بووە، ئێمە یەکەم کەس داوای لێبوردن دەکەین چونکە میهرەبان و بەخشندەین، شکۆمەندین و پێگەشتووین و بەهەستین و ناخ باشین. دەزانم لەوانەیە بڵێیت ئەم هەموو لایەنە بەرزەمان تێدایە کەچی هەر دەبێت داوای لێبوردن بکەین. سەختە. تۆ تەنها داوای لێبوردن بکە، پاشان دەبینیت چەندێك هەستت باش دەبێت. هەمووکاتێك دیمەنی سەر چیای ئاکار بەرزیی زۆر جوانترە و دڵڕفێنترە. ئەی چی ئەگەر هەردووکتان خەریکی خوێندنەوەی ئەم پەرتووکە بن؟ نابێت باسی بکەن لای یەکدی (یاسای ١)،بەلامپێشبڕکێبکەنلەداوایلێبوردنەکەدا. شتێکیناوازەدەردەچێت. دواییپێمبڵێنچیبووە.داوای لێبوردن زۆر سوودی هەیە، ئەگەر چی بە سەختی لە دەمت بێتە دەر. ئەم کارە لەگەڵ بەرزکردنەوەی هەستی ئاکار بەرزیدا، دەبێتە هێورکردنەوەی تەنگەژەکە و وەلانانی هەستی ناخۆش و ڕوونکردنەوەی کەشەکەش. ئەگەری زۆرە ئەگەر تۆ یەکەم کەس داوای لێبوردن بکەیت، بەرامبەرەکەشت پۆزش دێنێتەوە و داوای لێبوردن دەکات.لەیادت بێت تۆ داوای لێبوردن ناکەیت بۆ گوناهێك یان تاوانێك یان هەڵەیەکی ئابڕوبەر، تۆ داوای لێبوردن دەکەیت لەسەر ئەوەی چەندە کاڵفام بویت و مشتومڕەکەت دەست پێکردووە، داوای لێبوردن دەکەیت لەسەر تورە بوون و لەبیرچوونەوەی یاساکان، داوای لێبوردن دەکەیت لەسەر قسە ڕەقی و دەم بە هاواری و کەللەڕەقی و بێ ڕێزی و ڕفتار منداڵانە و هەرچیەك هەیە.

هەنگاوێکی زیاتر بنێ لە خۆشحاڵکردنیاندا

چی؟! دەبێت یەکەم کەس داوای لێبوردن بکەیت، هانیان بدەیت و پشتیوانیان بکەیت، ئازادییان بدەیتێ، پاڵپشتیکار و قسە خۆش بیت، ئنجا ئێستا پێت دەڵێم هەنگاوێکی زیاتر بنێ بۆ دڵخۆشکردنیشیان؟ قسەی سەیر! لەوانەیە کەسێك بڵێت تۆ ئەم هەموو باشییە دەکەیت لەپای خۆشەویستی. ئەم هەموو باشییە بۆ کەسێك تۆ زۆرت خۆش دەوێت و ڕێزی لێدەگریت و بەرزە لەلات. کەسێك زۆر بایەخی پێبدەیت. بێگومان ئەمە هۆکارەکەیە. تۆ لەبەر خۆشەویستی ئەم کارانە دەکەیت. تۆ ئەو هەنگاوە زیادەیە دەنێیت بۆ دڵخۆشکردنی ئەو کەسەی هەموو شتێکە بەلای تۆوە، ئەو کەسەی تۆ خۆشت دەوێت و گرنگترین کەسە لەلات. ئەمە بۆ خۆشەویستەکەتە، بۆ هاوژینەکەتە، بۆ کەسە بەنرخەکەتە، بۆ هاوگیانەکەتە، بۆ هاوڕێکەتە. ئەی کێشە چیە؟ بۆ ناتەوێت ئەم کارانە بکەیت؟ بۆچی تا ئێستا نەتکردوون؟

> **بۆ ناتەوێت ئەم کارانە بکەیت؟ بۆچی تا ئێستا نەتکردوون؟**

کەواتە ئەگەر بمانەوێت، دەبێت چی بکەین؟ ئاسانە، ئەویش پێشتر بیرکردنەوەیە. وەکو پلاندانان بۆ ئاهەنگی لەدایکبوون بە شێوەیەك زیاتر

Scanned with CamScanner

بێت لە تەنها پێدانی دیارییەك و كارتێكی خۆشەویستی و چەپكێك گوڵ و چونەدەرەوەیەك. ئەویش ئەگەر بەخت یاوەریان بێت و ئەمانەیان بۆ بكەیت. دەتوانیت بیر بكەیتەوە بزانیت چیان دەوێت و چیان حەز لێیە، بۆ ئاهەنگی لەدایكبوون و كارێكی تایبەت بۆ یان و وەرگرتنی پشوو و كاتەكانی كۆتایی هەفتە و ساڵیادەكان. ڕاستە ئەمە بیركردنەوەیە لە زیادەڕۆییكردن و خۆشییەكان و نازپێدانەكان. بریتیە لە هەوڵدانێكی زۆر بۆ دۆزینەوەی چییان زۆر زۆر حەز لێیە، پاشان بۆیان دابین بكەیت و بۆیان بڕەخسێنیت. لێرەدا باسی پارە ناكەم. بەڵكو مەبەستم سەرسامكردنیانە، بیركردنەوەیە لە شتە بچوكەكان تا پیشانی بدەیت ئەوانت لەیاد بووە و بیرت لێكردونتەوە. بریتیە لە ئامادەكاریی پێشوەختە تا بزانن ئەوان لای تۆ تایبەتین و جێی بایەخ و گرنگیین.

هەروەها دۆزینەوەی ئەو ڕێگا و كارانەی بتوانیت بە شێوەیەكی نائاسایی سەرسامیان بكەیت، زۆر زیاتر لەوەی پێشبینی دەكرێت، زیاتر لەوەی هەركەسێك بتوانێت ئەنجامی بدات. لەو بۆنەیەدا هەلێكی زۆر نایابت دەبێت تا بتوانیت داهێنەر و سەركێشیكار و نائاسایی و بایەخپێدەر و خۆشەویست بیت، هەمووی لە یەك كاتدا. كاتت نیە بۆ ئەمە؟ كەواتە دەبێت چاو بخشێنیتەوە بە ئەولەویەتەكانتدا. چی شتێك گرنگترە لە سەرسامكردنی خۆشەویستەكەت و هاوژینەكەت و هاوڕێكەت؟ (بەڵێ ئەم سیانە یەك مرۆڤن، نەك سیان!)

یاسای ٦٤

بزانە کەی گوێبگریت و کەی کاردانەوەت هەبێت

نازانم فێربوونی ئەمە بەلای هەموو پیاوێکەوە سەختە یان نا، بەڵام بەلای منەوە سەختە. هەرکاتێك کەسێك کێشەیەکی دەبێت، دەمەوێت خێرا شتێك بکەم، گرنگ نیە چی، گرنگ ئەوە شتێك بکەم، هەرچییەك بێت. بەڵام لە ڕاستیدا ئەوەی لەسەرمە بیکەم بریتیە لە دانیشتن و گوێگرتن. باسی کێشەکانم بۆ نەکراوە تا خۆم پیاوانە دەربخەم و خێرا بچم کەسێك ڕزگاربکەم و بەرگرییان لێبکەم و هەر بە تەنها دژی هەموو جیهان بوەستمەوە (واتە ببمە پاڵەوان). ئەوەی داوام لێکراوە بریتیە لە گوێگرتنێکی سۆزدارانە، بریتیە لە بوون بە کەسێك تا ڕاز و نیازەکان هەڵگرم، تا بڵێم "بەڕاستی ناخۆشە وات لێبەسەر هاتووە"، بریتیە لە بوون بە ڕاوێژکار و دابینکردنی هۆش و ئاگایەکی تەواو لەگەڵ تەماشاکردنی ناو چاوی کەسەکەدا. ئەمە کەمێك سەختە. چونکە هەرکات کێشەکەم دەبیست، ڕاستەوخۆ بازم دەدا بۆ کارکردن لەسەر چارەسەرێك.

بەڵام بەلای خۆمەوە، کاتێك کێشەیەکم دەبێت، نامەوێت گوێبیستی سۆز و هاندان بم. نامەوێت دڵەکان بێتاقەت بن بۆم. بەڵکو تەنها چارەسەرم دەوێت، یارمەتیم دەوێت، دەستێکی یارمەتی و ئەو کەلوپەل و ئامرازانەی کێشەکەمی پێ چارەسەر دەکەم.

چونکە هەموو کێشەکانی من بەرجەستەیین و پێویستیان بە چارەسەری کردارەکی هەیە، وەکو زۆربەی کێشەی پیاوان. ئەو کێشانەی زۆر سەختن بەلامەوە ئەوانەن کە بریتیە لە تەنها گوێگرتن و پەیوەندییان بە مرۆڤەوە هەیە چونکە ئەم کێشانە ڕێباز و ڕێچکەیەکی زۆر جیاوازتریان پێویستە.

زانینی کەی پێویستە گوێبگریت و کەی کاردانەوەت هەبێت بەڕاستی کارامەییەکی زۆر بەسوودە پەرەی پێبدرێت. ئێستاش کاتێک کەسێک باسی کێشەیەکم بۆ دەکات دەبێت خۆم بگرم لە وتنی "بوەستە با بچم کەلوپەلەکانم بێنم بۆ چاککردنەوە". بێگومان هەندێك کێشە هەن چارەسەریان نیە، لەبەر ئەمە نیە باسی ئەو کێشانەمان بۆ دەکرێت، بەڵکو ئەم جۆرە کێشانەمان بۆ باسدەکرێت تا ئێمە ببینە بەشێك لە پرۆسەکە، ئەمەش واتە دەربڕینی سۆز و هاوخەمی و تاسان و هاوسۆزی و میهرەبانی و ئامۆژگارییەکی بەهەستانە و دەستگرتن. زانینی ئەوەی کەی خواردنەوەیەکیان پێشکەش بکەیت، یان سۆز بنوێنیت لە جیاتی کەلوپەل و ئامرازی چاککردنەوە بە ڕاستی کارامەییەکە دەبێت فێری ببیت، وە پەیڕەوکارێکی باشییاسا دەزانێت کەی کاتی چیە. (بەڵێ بەڵێ دەزانم منیش هێشتا جاری وایە زۆر خراپ لێم هەڵە دەبێت)

زانینی ئەوەی کەی خواردنەوەیەکیان پێشکەش بکەیت،
یان سۆز بنوێنیت لە جیاتی کەلوپەل و ئامرازی چاککردنەوە
بە ڕاستی کارامەییەکە دەبێت فێری بببیت

Scanned with CamScanner

حەز و تامەزرۆییتان بۆ ژیانی پێکەوەییتان هەبێت

باشە، یەکترتان ناسی و کەوتنە خۆشەویستی یەکدییەوە و خۆتان یەکلایی کردەوە کە دەتانەوێت پێکەوە ژیان بەرنە سەر. باشە تا چەند دەتانەوێت ژیان پێکەوە بەرنە سەر؟ بە گاڵتەم نیە ئەم پرسیارە. تەنها دەتانەوێت پێکەوە بژین و پێکەوە ڕۆژەکان تەواو بکەن و پەیوەندییەکی ڕاستەقینەتان لە نێواندا نەبێت؟ شتێکی باش نیە. دەبێت تامەزرۆییتان بۆ ژیانی پێکەوەییتان هەبێت. چیتان هەبێت؟ تامەزرۆیی. پێکەوە بوون دەبێت بە پەیوەندیەکی زۆر پتەو دروست بکرێت، دەبێت ئەزموونەکان بەشدارییان پێبکرێت و خۆشەویستیەکی ناوازە بێت وەك خەونتان پێوە دەدی، تا ژیانتان پێکەوە بەرنە سەر. خۆشەویستی بۆ کەسە نیوە زیندووەکان نیە، بۆ کەسە خەوتووەکان نیە (یان خەواڵوەکان!)، بۆ ئەو کەسانە نیە تاقەتی هەوڵدانیان نەبێت. دەبێت هەوڵبدەیت. دەبێت بە ئاگا بیت و هاو ئاوێزانی یەکدی بن. دەبێت خەون و ئامانجەکان و ویست وپلانەکانتان بەشداری پێبکەن لەگەڵ یەکدیدا. دەبێت تامەزرۆییتان هەبێت بۆ ژیانی پێکەوەییتان.

بڕوانە، دەزانم هەموو پەیوەندیەکان بەرز و نزمی و هەوراز و نشێوییان هەیە. دەزانم بێتاقەت و بێزار دەبین. تۆ ژیانی خۆت تەرخان دەکەیت بۆ دڵخۆشبوونی کەسێکی تر، ئەمەش پێویستی بە تەرکیز و هێز و

تامەزرۆیی و وزە و جۆش و خرۆش و هەوڵدان هەیە. وتت چی؟! ژیانت تەرخان نەکردووە بۆ دڵخۆشبوونی کەسێکی تر؟ ئەی خەریکی چیت؟ پەیوەندیی واتە تەرخانکردنی ژیان بۆ دڵخۆشبوونی کەسێکی تر. ئەگەر تۆ ئەمە ناکەیت، ئەی بە ڕای خۆت خەریکی چیت؟

تۆ ژیانی خۆت تەرخان دەکەیت بۆ دڵخۆشبوونی کەسێکی تر

دەبێت بە ڕاستی بایەخپێدانت هەبێت، دەبێت خۆشەویستیت هەبێت، دەبێت بتەوێت هاوژینەکەت ڕەزامەند و سەرکەوتوو و دڵخۆش بێت و لە ناخیدا هەست بە تەواوکاریی بکات.

لە ژیانێکی نمونەییدا، تۆ تەنها یەك هەلت هەیە بۆ ئەنجامدانی ئەم کارە (دەزانم زۆرینەی خەڵکان چەند هاوژینێکیان دەبێت لە ژیانیاندا، بەڵام وای بۆ دەچم ئامانجەکە بریتی بێت لە پێکەوەمانەوە و جیانەبونەوە). ئەمە هەلی تۆیە بۆ هەبوونی پەیوەندیەکی زۆر بەهێز بنەما لەسەر متمانەی هاوبەش و بەرپرسیارێتی و دڵخۆشبوونی هاوبەش و وزە و پێکەوە گەڕان بە دوای نایابێتیدا. ئەی وانیە؟ ئەگەر نا ئەی چیە؟ دەبێت وابێت ئەگەر تۆ بتەوێت ئەوپەڕی باشییەکان لە پەیوەندیەکەت وەدەست بێت. هاوژینەکەت لەگەڵت نیە تەنها بۆ قسەکردن و چەلەحانێ کاتێك بێتاقەت و تووڕە بویت. هاوژینەکەت لەگەڵتە چونکە تۆی خۆش دەوێت و تۆش ئەوت خۆشدەوێت. هاوژینەکەت لەگەڵتە تا هەردووکتان پێکەوە پەیوەندیەکەتان هەبێت. ئەگەر ئەمە بەس نیە بۆ هاندانی دوو کەس تا پێکەوە ژیانێکی خۆش و تەواویان هەبێت و تامەزرۆییان هەبێت، بەڕاستی نازانم چی دەبێتە هاندەر!

یاسای ٦٦

دڵنیابە لەوەی چونەلای یەکدیتانخۆشەویستی دروست بکات

باشە ئایا دەتوانین لێرەدا باسی سێکس بکەین؟ نەخێر. ئەوەی باسی دەکەم خۆشەویستیە. ئەگەر تۆ کەسێکت خۆش دەوێت و ئەویش تۆی خۆشدەوێت، ئەوا شتێکی سروشتیە پێکەوە بن، ئەمە لەهەمان کاتدا خۆشیشە و پرپیشە لە کێشە. پەیڕەوکاری سەرکەوتووی یاساکان لە پەیوەندیدا دەبێت میهرەبان و قسەخۆش و بەڕێز و جۆشدەر و داهێنەر و بیرمەند و بایەخپێدەر و هەست بزوێنیش بن. لەم پەیوەندیە سێکسییەدا، دەبێت دووبارە هەموو ئەم شتانە بین. دەبێت پێویستی و ویستەکانی هاوژینەکەمان بە بایەخەوە وەربگرین بەبێ ئەوەی شتانێك بکەین کە تیایدا هەست بە شەرم بکەین یان پێمان سەخت بن. هەموومان مافی تایبەتمەندی و ڕێزمان هەیە، مافی ئەوەمان هەیە قەدرمان بگیردرێت.

هەمان شت ڕاستە بۆ هاوژینەکەشمان. ڕەچاوکردن دەبێت ئەنجام بدرێت. دەبێت ڕەچاوی پێویستی و حەز و ویست و توانایان بکەین لە ئەنجامدانی شتێکدا. دەبێت قسەخۆش و ڕوو خۆش بین.

هەمووومان مافی تایبەتمەندی و ڕێزمان هەیە، مافی ئەوەمان هەیە قەدرمان بگیردرێت

Scanned with CamScanner

وە بێگومـان بـەڵێ، لـەنێو هـەموو ئەمانـەدا مـەودا هەیـە بـۆ سێکسـێکی تامەزرۆدار و پڕ جۆش و خرۆش و دڵڕفێن و تەواو. پێویست ناکات خۆمان ماڵی بکەین بۆ ئـەوەی بایەخپێدەر بـین، وە خۆمـان سنوردار بکـەین بـۆ ئەوەی میهرەبان بین، پێویست ناکات بەهەمان شێوە خۆمان ماڵی بکـەین تـەنها بـۆ ئـەوەی بـەڕێز بـین. ئەمـە بـۆ ئـەوە نیـە تـەنها بـۆ پاراسـتنی سـەلامەتی و تایبەتمەنـدی و تەندروسـتی و خۆشـیی پێکـەوە بـوونی هاوژینەکەت،ئـەوا دەبێـت سـارد و سـڕ و بێزارکـار بـین. تامـەزرۆترین خۆشەویستەکان دەتوانن میهرەبان بـن بەرامبـەر یەکدی لـەکاتی لابردنـی پۆشـاکی یەکدیـدا و سێکسـێکی زۆر جەسـتەیی و پڕاوپـڕ ئـەنجام بـدەن. میهرەبانی لەگەڵ ئەمەدا گونجاوە.

سێکس لەگەڵ خۆشەویستەکەتدا یان گۆڕینەوەی خۆشەویسـتی خـۆی لـە خۆیدا شەرەفمەندانەیە بە جۆرێك لە جۆرەکان. گۆڕینەوەی خۆشەویسـتی ئەوپـەڕی نزیکبونـەوە و نـەرمونیانی و ئاسـودەییە لـە مرۆڤێکـی تـرەوە. ئەگەر لەم بوارەدا بەڕێز نەبین، ئەی کەواتە چـی دەکـەین؟ بـەڕێزبوون لـە زانینەوە دروسـت دەبێـت، زانـینی نـەك ئـەوەی هاوژینەکـەمان چـی حـەز لێیە، بەڵکو زانین لەسەر هەموو پرۆسەکە. دەبێـت ئەوپـەڕی کارامـەییمان هەبێت، ئەگەر وا نەبووین، ئەوا بە کاتێکی کەم دەتوانین خۆمـانی لەسـەر فێر بکەین. فێربوون هیچ شـەرمێکی تێدا نیـە. هـیچ کەسـێك بـە زانیـاری تەواوەوە لەدایك نەبووە و نابێت.

Scanned with CamScanner

یاسای ٦٧

بەردەوامبە لە قسەکردن

بەڵێ، دەبێت بەردەوام بیت لە قسەکردن. ئەوە قسەکردنە لە کێشەکان دەرمان دەکات. ئەوە قسەکردنە وادەکات بە ڕوونی ببینین کاتێک دووچاری تەنگەژەیەک دەبینەوە. ئەوە قسەکردنە دەتوانێت بەشداری بە گەشبینی و دڵخۆشیەکانمان بکات لەگەڵ هاوژینەکانماندا.

ئەگەر قسەمان نەکرد، ئەوا کێشەیەک بوونی هەیە. ئەگەر قسە نەکەین، ئەی خەریکی چین؟ لە ڕێگەی قسەکردنەوە ئێمە تێدەگەین و گوێدەگرین و بەشداریدەکەین و پەیوەندی دەگرین.

ئەگەر قسەمان نەکرد، ئەوا کێشەیەک بوونی هەیە.
ئەگەر قسە نەکەین، ئەی خەریکی چین؟

زۆرینەی خەڵکی وای بۆ دەچن بێدەنگی واتە هەبوونی کێشەیەک. بێگومان پێویستیش ناکات هەموو کاتێک هەر قسە بکەین، بەڵام هەندێک یاسای بنەڕەتی ئەتەکێت و هەڵسەوکەوت هەیە لەکاتی قسەکردندا ئەوانیش:

•وەڵامت هەبێت کاتێک هاوژینەکەت قسەت لەگەڵ دەکات، وە نەخێر نقەنق و دەنگ دەرکردنی سەیر و (ئم) بە وەڵام دانانرێت.

Scanned with CamScanner

•هەر چەند چرکە جارێك ئامادەبوون و زیندوو بوون و هەبوونی خۆت لە ژوورەکەدا بسەلمێنە، ئەمە لەڕێی سەر لەقاندن و وتنی بەڵێ و نەخێر و هاندان بە دەنگ (ئۆی، ئەها، ئێ ئێ...)

•ئاگاداری ئەوەبە قسەکردن بەشێکە لە ئەرکەکانت وەکو خۆشەویست/هاوژینێك و دەشبێت باش بیت لەمەدا.

•قسەکردنی باش ڕێخۆشکارە بۆ سێکسی باش، ئەگەر قسە نەکەیت، ئەوا نازی هاوژینەکەت هەڵناگریت و دەستی ناگریت و قسەی خۆشی بۆ ناکەیت. کرداری دەستبازیی بە قسەکردن دەست پێدەکات.

•قسەکردن یارمەتیدەرە بۆ یەکلایی کردنەوەی کێشەکان، بێدەنگیی دەبێتە هۆی گەورەکردنی کێشەکان

•قسەکردن پێکەوە دەتانهێڵێتەوە، سەرەتا کە کەوتنە خۆشەویستیی یەکدییەوە، بە قسەکردن دەستان پێکرد، بیرتە؟

بێگومان بێدەنگیش کات و شوێنی خۆی هەیە (بڕوانە یاسای ٦٤)بەڵامقسەکردنتەندروستوبەرهەمهێنەروهاوسۆزیودۆستانەوخۆشەویستیومیهرەبانیوخۆشییە. بێدەنگیبێزارکارە، یارمەتیدەر نیە، کاولکار و هەڕەشە ئامێزە. بێگومان قسەکردنیش باش و خراپی هەیە. ئاگادار بە قسەکانت تەنها چەلەحانێ نەبێت لەسەر شتی بێهودە بۆ پڕکردنەوەی بێدەنگییەکان. دەبێت قسەکردن مەبەستدار بێت هەرچەندە وردە دەمەتەقێش ئاساییە. بەڵام وریابە نەبێت بە چەلەحانێ. دەی ئێستا بە بیرمەندانە و ژیرانە قسە بکە.

Scanned with CamScanner

یاسای ٦٨

ڕێز لە تایبەتمەندیی بگرە

"دەمەوێت بە تەنها بم...". هەموومان مافێکی سروشتیمان هەیە بۆ ڕێزلێگرتنمان و تایبەتمەندی و متمانە و ڕاستگۆیی. بەڵام لە هەموویان پیرۆزتر و پێشێلنەکراو تر و پارێزراو تر، تایبەتمەندیە.

دەبێت ڕێز لە تایبەتمەندیی هاوژینەکەت بگریت و ئەوانیش بەهەمان شێوە ڕێز لە تایبەتمەندی تۆ بگرن. ئەگەر وات نەکرد، دەبێت گومانت هەبێت لە هەموو شتەکانی تر، وەکو متمانە و ڕێز و ڕاستگۆیی. ئەگەر ئەمانە نەبوون، ئەوا بەڕاستی تۆ لە پەیوەندیدا نیت، بەڵکو لە شتێکی مردوودایت. بەڵام وای دادەنێین تۆ لە پەیوەندیەکی باش و تەندروستدایت. ئەمەش واتە تۆ ڕێز لە تایبەتمەندیی هاوژینەکەت دەگریت لە هەموو لایەنێکەوە.

ئەگەر باسی شتێکیان نەکرد لەگەڵ تۆدا، ئەوا مافی خۆیانە وابکەن و تۆش مافت نیە ئەمانە بکەیت:

- بتەوێت بە قسەی خۆش لێیان دەربکەیت
- هەڕەشەیان لێبکەیت
- کۆنترۆڵی سۆزی بکەیت
- بەرتیلدان
- لێگرتنەوەی شت و مامەڵەنەکردن
- هەوڵدان بۆ زانین لە ڕێگە و شێوازی ناشایستە و فێڵبازییەوە

Scanned with CamScanner

وە نەخێر باش ڕەفتارکردن لەگەڵیاندا بۆ ئەوەی باسی ئەو شتە بکەن بەهەمان شێوە قەدەغەکراوە. تایبەتمەندی تەنها بریتی نیە لە نەکردنەوەی ئیمەیڵ و نامەی کەسەکە یان گوێگرتن لە نامە دەنگیەکانیان کاتێک خۆیان لەوێ نین. بەڵکو بریتیشە لە تەماشا نەکردنیان لەکاتی دەستگەیاندن بە ئاودا. هەموومان دەبێت ڕێژەیەك لە سەربەزی و شکۆمەندیمان هەبێت و دەست بە ئاو گەیاندنیش بە جودا زۆر بنەڕەتییە.

ئامادەبوون لە شوێنی خۆشوشتن و دەست بە ئاو گەیاندندا هەموو کاتیك کارێکی جوان نیە، بە تایبەتی بۆ هەموو کارەکانی ئەم شوێنە. بە ڕاستی ناخۆشە! ئەگەر شوێنی دەست بە ئاو گەیاندنی جوداتان نەبێت ئەوا دەبێت لە کاتی دەست بە ئاو گەیاندندا تایبەتمەندیتان پارێزراو بێت. دەزانم ئامادەبوون لە کاتی خۆشوشتندا دەکرێت ڕۆمانسی و خۆش بێت، بەڵام پێویست ناکات نینۆککردن و دەرهێنانی خاڵە ڕەشەکانی دەموچاوتان لەبەردەم یەکدیدا بێت. وا مەکەن. وینستن چەرچڵ وتی هۆکاری بەردەوامبوونی هاوسەرگیریەکەم بۆ ماوەی ٥٦ساڵیانەرچەندێکبووبێت، بریتی بووە لە شوێنی دەست بە ئاو گەیاندنی جودا. کەواتە لەم کاتەدا بە تەنها بە و تایبەتمەندیی کەسەکانیش لەم کاتەدا بپارێزە. چونکە ئەم یاسایە بۆ هەموو کەسێکە، نەك تەنها بۆ هاوژینەکەت.

ئەگەر هەستتکرد دەتەوێت تایبەتمەندیی کەسێك بشکێنیت،
ئەوا تەماشایەکی تەواوی خۆت بکە و بزانە بۆ

یاسای ٦٩

بزانە هەردووکتان هەمان ئامانجتان هەیە

کاتێـک یەکـەمجار کەسـەکە دەبیـنین و دەکەوینـە خۆشەویسـتیەوە، وا دەزانین چی شت لەسەر خۆشەویستی هەیە دەزانین و زۆر شـتی هاوبـەش هەیە لەنێوانماندا. هەموو شتەکان زۆر ئاسان و سروشتی و دەستپێشـخەر دەردەکـەون. ئێمـەش هـەر ئەمـەمان دەوێـت. هـەردووکمان دوو لای یـەک شـتین. وە ڕێچـکەی ژیانمـان بـەو پـەڕی ڕادە لەگـەڵ یەکـدی بەشـداری پێدەکەین.

نەخێر نەخێر. ڕێچکەی ژیان زۆر کات جیا دەبێتـەوە و ئەگـەر وریـا نەبین ئەوا یەکدی ون دەکەین. دەبێـت بـەردەوام بـزانن ئایـا هـەردووکتان لەسەر یەك ڕێچکەن یان نا. هەردووکتان بـەرەو یـەك ئاڕاسـتە دەڕۆن یـان نا، وە تەنانەت لەسەر یەك ئاڕاستەشن یان نا.

باشە ئامانجە هاوبەشەکانتان چین؟ بە ڕای ئێوە هەردووکتان بەرەو کـوێ دەڕۆن؟ وەڵامی ئەمانە بە وابزانم نابێت. ئامانجەکان بە گریمانە و بۆدانان ئـەنجام مـەدە. دەبێـت بزانیـت هاوژینەکـەت ڕای چـیە لەسـەر ئامانجـە هاوبەشـەکانتان، پاشـان خـۆت ڕات چـیە. لەوانەیـە ڕایـەکانتان هێنـدەی نێوان زەوی و ئاسمان جیاواز بێت. یان لەوانەشە زۆر نزیك بێت. تەنها بـە پرسـیارکردن دەزانیـت، بـە شـێوەیەکی هێمنانـە بێگومـان، نابێـت یـەکتر بترسێنن.

دەبێت بەردەوام بزانن ئایا هەردووکتان لەسەر یەک ڕێچکەن یان نا

هەروەها دەبێت جیاوازیی بکەیت لە نێوان ئامانجی هاوبەش و خەونی هاوبەشدا. هەموومان خەونمان هەیە، وەکو مانەوە لە کەنار دەریا، گەشتێك بە دەوری جیهاندا، کڕینی ئۆتۆمبیلی گرانبەها، کڕینی خانوویەکی دی، کڕینی کەلوپەل و خواردن و خواردنەوەی گرانبەها، دروستکردنی مەلەوانگەی گەورە...، بەلاّم ئامانجەکان جیاوازن.

ئامانجەکان بریتین لە هەبوونی منداڵ (یان نەبوون)، بۆ گەشتکردنی زۆر، بۆ زوو خۆ خانەنشینکردن و ژیان لە وڵاتێکی تر، گەورەکردن و پەروەردەکردنی منداڵەکان تا دڵخۆش و کەسانی دەروون هاوسەنگ بن، بۆ مانەوە پێکەوە، بۆ گواستنەوە بۆ لادێ/شارۆچکە، بۆ وازهێنان لە کار تاپێکەوە لە ماڵەوەوە کاربکەن، بۆ هەبوونی کاری خۆتان پێکەوە، بۆ هێنانی ئاژەڵی ماڵی. بە ڕای من خەونەکان بریتین لەو شتانەی بە نیازیت ڕۆژێك لە ڕۆژان بەدەستت بێت، بەلاّم ئامانجەکان بریتین لەو شتانەی پێکەوە هەوڵی بۆ بدەن. خەونەکان بریتین لە ویستی شتانێك بۆ خۆتان بێت، بەلاّم ئامانجەکان بریتین لە پلانە هاوبەشەکان کە هەردووکتان پێویستتان بە یەکدی هەیە بۆ بەدیهێنانی، ئەگەر وانەبێت ئەوا ئامانجەکان بێ واتا و بێ نرخ دەبن.

ئەم یاسایە دەربارەی پێداچوونەوەیە. بۆ ئەوەی پێداچونەوەش بکەیت، دەبێت قسە لەگەڵ هاوژینەکەت بکەیت لەسەر ئەوەی بە ڕای خۆتان

بەرەو کوێ دەڕۆن و چی دەکەن. پێویست ناکات پێداچوونەوەیەکی سەخت بێت. دەکرێت زۆر بە سانایی و ئاسانی پێکەوە پێداچونەوە بکەن و بگەڕێنەوە بناغەتان و بزانن ئایا هەردووکتان لەسەر هەمان ڕێچکەن یان نا. پێویست ناکات پێداچوونەوەیەکی زۆر ورد و درشت بێت، تەنها پرسیاری ئاسان و سادە بۆ پشتڕاستکردنەوەی هەبوونی هەمان ئاڕاستە، وەك لەوەی دابنیشیت و بتەوێت سەر و ژێری پلانی ژیانی داهاتووتان شی بکەنەوە.

Scanned with CamScanner

یاسای ٧٠

باشتر له نزیکترین هاوڕێت مامەڵە لەگەڵ هاوژینەکەت بکە

ڕۆژی پێشـووتر باسـی ئـەم یاسـایەم بـۆ هاوڕێیـەکم دەکـرد، هـاوڕێ خانمەکـەم زۆر بـە ڕاشـکاوی و بـێ ئـەملاولا هاوڕانـەبوو لەگـەڵم. ئـەم هاوڕێیەم وتی تۆ دەبێت مامەڵەت لەگـەڵ هاوڕێکانـت باشـتر بێـت چونکە باشـتر دەیانناسـیت و دەبێـت زیـاتر بـەوەفا بیـت لەگـەڵیان. لەگـەڵ هاوڕێیـەکی تـرم قسـەم کـرد و ڕایـەکی پێچـەوانەی هـەبوو. ئـەمیان وتـی دەبێـت باشـتر لەگـەڵ هاوژینەکـەت مامەڵـە بکـەیت چـونکە کـەمتر دەیانناسیت. سەیرە. بەڵام مەبەستی من لێرەدا ئەوەیە تۆ دەبێت باشـتر لـە هاوڕێکانـت مامەڵـە لەگـەڵ هاوژینەکـەت بکـەیت چـونکە هاوژینەکـەت خۆشەویستیشـتە و هاوڕێشـتە، ئەگـەر باشـترین هاوڕێشـت بێـت ئـەوا نمونەییە.ئەگەر ئەوان باشترین هاوڕێت نەبن، ئەی کێیە؟ وە بۆچـی؟ ئایا لەبەر ئەوەی هاوژینەکـەت لـە ڕەگـەزی بەرامبـەرە و تـۆش پێویسـتت بـە هاوڕێی هەمان ڕەگەزی خۆتـە؟ یـان بـە پێچـەوانەوە؟ یـان لەبـەر ئەوەیـە خۆشەویست وەکو هاوڕێ نابینیت؟ (ئەگەر بۆ ئەمەیان وەڵامت بەڵێ بـوو، ئەی هاوژینەکـەت وەکـو چـی دەبینیـت...ڕۆڵـی ئەوچیە لـە هـاوژینبوونی تۆدا؟)

ئەمانـە دەربـارەی بـەئاگابوون و بـە هەسـت بوونـە. مامەڵـەی باشـتر لـە هاوڕێکانت لەگەڵ هاوژینەکەت واتە تۆ بـیرت لەمـە کردۆتـەوە و بڕیـارێکی

Scanned with CamScanner

بەئاگایانەت داوە تا وا بکەیت، یان وا نەکەیت.بە ڕای من مامەڵەکردن لەگەڵ هاوژینەکەتدا باشتر وەك لە نزیکترین هاورێت دەبێت گومانی تێدا نەبێت. ئەمە دووبارە واتە تەداخول نەکردنیان و ڕێزگرتن لە تایبەتمەندییان و مامەڵەکردن لەگەڵیان وەکو کەسانی پێگەشتووی ئازاد. دەبینیت ئەو هاوژینانەی وەکو منداڵ مامەڵە لەگەڵ هاوژینەکانیاندا دەکەن و بۆڵە دەکەن بە سەریاندا و سەرکۆنەیان دەکەن و مشتومڕیان لەگەڵ دەکەن، لەگەڵ هاورێکانیاندا وانین، کەواتە بۆچی لەگەڵ کەسێکدا ئەم ڕەفتارانە دەکەن کە ئەم کەسە هەموو دونیا بێنێت بەلایانەوە؟

هاوژینەکەت وەکو چی دەبینیت...ڕۆڵی ئەو چیە لە هاوژینبوونی تۆدا

نمونەیەکت دەدەمێ، تۆ لە ئۆتۆمبێلی هاورێکەتدا سەرنشینێکیت. هەڵەیەکی گێلانە دەکەن (نەك کوشندە)، لەوانەیە دەست بکەیت بە گاڵتە پێکردنیان و پێکەنین پێیان و سەرخستنە سەریان. باشە هەمان سیناریۆ بەڵام هاوژینەکەت هەڵەکە دەکات. ئایا تۆ :

- وایان لێدەکەیت هەست بە بچوکی بکەن؟
- تا ماوەیەکی زۆر هەر دەیدەتەوە بە دەموچاویاندا؟
- بە هەموو کەسێك دەڵێیت؟
- شۆفێری دەکەیت بۆ ماوەیەك بەهۆی ئەوەی متمانەت پێیان نیە؟
- وەکو هاورێکەت زۆر پێیان پێدەکەنیت؟

هیوادارم کۆتا دانەیان بکەیت، بەڵام تەماشای هاوژینەکانی تر بکە لە هەمان دۆخدا و بزانە ئەوان چی دەکەن.

Scanned with CamScanner

یاسای ٧١

قایلبوون ئامانجێکی بەرزە

ئەگەر لە چەندان کەس بپرسیت لە ژیاندا چییان دەوێت، دەڵێت "هیچ، تەنها دڵخۆشبوون". دووبارە ئەگەر لێیان بپرسیت چییان دەوێت بۆ منداڵەکانیان، دەڵێن "کێشەم نیە هەرچییەك بکەن، گرنگ ئەوەیە دڵخۆش بن". بەڵام باشتروایە خواست و خۆزگەی گەورەترت هەبێت بۆخۆت و منداڵەکانت، وەکو بوون بە ئەستێرەوان یان بوون بە پزیشکی نەشتەرگەریی مێشك، چونکە ئەگەری ئەمانە زیاترە، تۆ دەتوانیت ڕامێنان بکەیت و ئەوانیش دەکرێت بشێن بۆ ئەم کارانە.دڵخۆشیی شتێکی وەهمییە، شایستەی ئەوە نیە کاتێکی زۆر بە ڕاکردن بەدوویدا بەسەر بەریت. دڵخۆشیی بریتیە لە دیوی شتێك، دیوەکەی تری بریتیە لە دڵتەنگیی. ئەگەر تەماشای ڕابردووی خۆت بکەیتەوە لەو کاتانەی دڵخۆش بویت، یان وات زانیوە دڵخۆشیت، دڵنیام چەند هەستێکی تری توندیش لەو کاتەدا بوونی هەبووە. وەکو لەدایکبوونی منداڵ، زۆر دڵخۆش دەبیت بەمە؟ بەڵێ، زۆر سەرسامیت؟ بەڵێ، دڵت ئاسودە بوو بە لەدایکبونێکی بێکێشە؟ بەڵێ، بەڵام دڵخۆش بوویت؟ لە وەڵامی بەڵێی ئەمەیان دڵنیا نیم.

خەڵکیی وادەزانن لە پشووەکاندا دڵخۆش دەبن لەکاتێکدا لە بنەڕەتدا هێورن یان بزواون یان ئازادن لە ئەرکەکانیان، خۆی لە خۆیدا ئەمانەیە نەك دڵخۆشیی. ئامانجگرتن لە دڵخۆشییەکێکە لەو شتانەی دەچێتە

Scanned with CamScanner

چوارچێوەی (گەورەتر و زۆرتر واتە باشتر). هەرگیز ئەمەت دەست ناکەوێت چونکە دڵخۆشی سنوری نیە. لەبری ئامانجگرتن لە دڵخۆشی، باشترە ئامانج لە قایلبوون بگریتەوە. چونکە ئەمە دەکرێت بێتە دەست و ئامانجێکی شایستەیە.ئەمە بە تایبەتی بەسەر پەیوەندیەکاندا جێبەجێ دەبێت، هەردوولا وادەزانن دڵخۆشدەبن بە دۆزینەوەی چاکترین هاوژین. زۆربەمان دەمانەوێت زۆر بە توندی بکەوینە خۆشەویستیەوە. چونکە بەمە کارلێکی کیمیایی ناوازە و خۆش لە جەستەماندا ڕوودەدەن. کەواتە ئەمە هەستێکی توندە. بێگومان ئەم هەستە توندە بەردەوام نابێت و ناشکرێت بەردەوام بێت. دەبێت جاروبار لە کەشکەڵانی فەلەك بێیتە خوارەوە و بێتەوە ناو واقیع. دەبێت بەردەوامبیت لە ژیانی خۆت.

کەس ناتوانێت لەم هەستە توندانەدا بژی و لەو بەرزییەدا باڵەفڕە بکات. قایلبوون ئەوەیە دەبێت ئاواتی بۆ بخوازیت پاش هێوربوونەوەی هەستەکان و گەڕانەوە بۆ سادەیی. لە ڕاستیدا، قایلبوون ئامانجێکی شایستەترە، چونکە ئەمەیان بەردەوام دەبێت.ئەگەر لەگەڵ کەسێکدایت و بۆت دەرکەوت هەستی ناخی بەهێز و توندت توش نابێت، بەڵام قایلبوونێك و خۆشەویستیەکی بەردەوام بوونی هەیە، ئەوا دڵخۆشبە بەمە.

> **قایلبوون ئەوەیە دەبێت ئاواتی بۆ بخوازیت پاش هێوربوونەوەی هەستەکان و گەڕانەوە بۆ سادەیی**

Scanned with CamScanner

یاسای ٧٢

هەردووکتان مەرج نیە هەمان یاساتان هەبێت

زۆرینـەی هاوژینـەکان وای دادەنێن دەبێت هـەموو شـتێکیان وەکـو یـەک بێت، دەبێت هەردووکتان هەمان یاساتان هەبێت. بەڵام ئەمـە ڕاسـت نیـە. دەتوانن یاسـای جیاوازتـان بۆ لایەنـە گرنگـەکانتان هـەبێت. دڵخۆشـترین پەیوەندیەکان و سەرکەوتووترین و بەهێزترینیان ئەوانەن کـە هاوژینـەکان نەرمییان لـە یاسـاکانیاندا هەیـە و بـەپێی پێویستیەکان پەیوەندیەکـەیان دەگونجێنن.

> **دڵخۆشترین پەیوەندیەکان ئەوانەن کە هاوژینەکان نەرمییان لە یاساکانیاندا هەیە و بەپێی پێویستیەکان پەیوەندیەکەیان دەگونجێنن**

وای بۆ دەچم نمونەت بوێت وایە؟ بێگومان وایـە. با بڵێین یـەکێکتان زۆر زۆر ڕێکوپێـک و ڕێکخـراون و ئـەوەی ترتـان زۆر شـپرێوە، گـرنگ نیـە چ شتێك. بـە شـێوەیەکی ئاسـایی هەمیشـە یـەکێکتان شـرترە/ڕێکخراوتـرە لەوەی تـر. بێگومـان ئەمـە کێشـە دروسـت دەکـات. چونکە هـەردووکتان دەتانـەوێت بـە هـەمان یاسـا بـڕۆن بـەڕێوە، "هـەردووکمان دەبێـت ڕێکوپێك/شڕ بـین". بـۆ یاسـایەکی جیـاواز جێبـەجێ ناکـەن؟ مـن شـپرێو

Scanned with CamScanner

دەبم و تۆش ڕێکوپێک بە. با من لە چەند شتێکدا شپرێو بم و تۆش لە چەند شتێکدا ڕێکوپێک بە. لێرەدا کێشەمان تۆش نابێت چونکە یاسای جیاوازمان هەیە. پێویست ناکات من ڕێکوپێک بم کاتێک سروشتم وانیە، تۆش پێویست ناکات شپرێو بیت چونکە سروشتت وانیە.

نمونەیەکی تر. هاوسەرەکەم ڕقی لەوەیە سەربکرێتە سەری، ڕقی لەوەیە ختوکە بدرێت. من؟ من گوێ بەمانە نادەم. ئەو یاسایەکی هەیە کە نابێت ختوکە بدرێت یان سەربکرێتە سەری. بەڵام ئەو دەتوانێت ختوکەم بدات.

تۆ لەوانەیە لەو جۆرە کەسانە بیت کە هەمیشە حەز بکات هاوژینەکەی لەکوێیە، بەڵام ئەوان بەلایانەوە ئاساییە تۆ لەکوێیت و باسی بکەیت یان نا. کەواتە دەکرێت یاسایەکت هەبێت لەسەر ئەوەی هاوژینەکەت پێت بڵێت لەکوێن و بۆکوێ دەڕۆن، تا بێترس بیت، بەڵام تۆ پێویست ناکات پێیان بڵێیت چونکە ئەوان ترسیان لەوە نیە لەکوێیت.

لەوانەیە هاوژینەکەت بەردەوام پێویستی بە دڵنیاکردنەوە بێت کە تۆ خۆشت دەوێت، لەوانەیە پێویستیان بەوە بێت ڕۆژانە چەند جارێک پێیان بڵێیت خۆشم دەوێیت. بەڵام لەوانەیە تۆ پێویستت بەوە نەبێت چەند جارێك پێت بووترێت، تەنها لەوکاتانەدا نەبێت کە هاوژینەکەت بە ڕاستی هەست دەکات تۆی خۆش دەوێت. لێرەدا یاساکەی تۆ بریتیە لەوەی چەند جارێك پێیان بڵێیت بەڵام ئەوان پێویست ناکات هەموو جارێك پێت بڵێنەوە. هەرکەسەو پێویست بوونی خۆی.

Scanned with CamScanner

یاساکان بۆ خێزان و هاوڕێیان

ئەگەر تۆ وا هەست بکەیت لە ناوەڕاستی گەردوونی خۆتدایت، ئەوا خۆت چەقەکەیت. بازنەی دواتر بە دەورتدا بریتیە لە خۆشەویستەکەت، هاوژینەکەت، ئەمەیان نزیکترین و سۆزدارترین پەیوەندیتە. بازنەی دواتر بریتیە لە خێزانەکەت و هاوڕێکانت. ئەمانە ئەو کەسانەن کە زۆرت خۆشدەوێن و حەزدەکەیت زۆرترین کاتیان لەگەڵ بەسەر بەریت. ئەم کەسانە ئەوانەن کە تۆ هێور و حەواوەیت لەگەڵیان و دەتوانیت لەسەر سروشتی خۆت بیت. بەڵام هێشتا یاساکان بوونیان هەیە. هێشتا ڕێگەی دروست هەیە مامەڵەیان لەگەڵ بکەیت و ڕێگەی هەڵەش. هێشتا دەبێت بە ڕێزدارانە و شکۆمەندانە ڕەفتاریان لەگەڵ بکەیت. تۆ بەرپرسیارێتیت هەیە بەرامبەر منداڵەکانیشت و بەرامبەر دایك و باوکیشت. ئەرکت هەیە بەرامبەر خوشکوبراکانت. پابەند بوونت هەیە کە دەبێت بە ڕاستیی و جیدییانە وەریانگریت بەرامبەر هاوڕێکانت.

چەندان جۆر ڕەفتاری جیاواز هەیە دەبێت ئەنجامیان بدەیت، لەگەڵ دایك و باوك، هاوڕێ، منداڵ، خوشکوبرا، خاڵومام و پور، دایك و باوکی ڕوحی، خوشکەزا و برازا، خالۆزا و ئامۆزا و پورزا و چەندان یاسا و ئەرکت هەیە جێبەجێیان بکەیت. لە بەشی دواتردا ڕێنمایی هەیە لەسەر چۆنیەتی ئەنجامدانی ئەم ڕەفتارانە بە باشترین شێوە.

لەگەڵ بەردەوامبوونمان لەم ژیانەدا، دەبێت مامەڵە لەگەڵ چەندان کەسدا بکەین. بەردەوام لە ڕووی سۆزیەوە بەریان دەکەوین و پێویستمان بە

Scanned with CamScanner

یاسا هەیە بۆ ڕێکخستنی ڕەفتارەکانمان، تا بە باشی ڕەفتار بکەین و لە دۆخە دژوارەکاندا بزانین چۆن ڕەفتار دەکەین و لە ئەزموونی نوێ و پەیوەندیە نزیکە بەردەوامەکانماندا بزانین چۆن هەڵدەسوڕێین.

ئەگەر بمانەوێت پەیوەندیەکانمان لەگەڵ خێزان و هاوڕێکانماندا سەرکەوتوو بێت و ئەوان وەکو کەسێکی چاك لێمان بڕوانن، ئەوا دەبێت بیر لەم پەیوەندییانە بکەینەوە، دەبێت بزانین چۆن مامەڵەیان لەگەڵ دەکەین وەك لەوەی بە کوێرانە ڕەفتار بکەین. ئەگەر ئاگاداری ڕەفتارەکانمان بین ئەوا دەتوانین ئەم پەیوەندیانەمان باشتر بکەین و کێشەکان چارەسەر بکەین و هانی خەڵکانی تر بدەین و بەگشتی دڵخۆشی و نەرمونیانی بڵاو بکەینەوە. ئایا لەمە باشتر هەیە؟

Scanned with CamScanner

یاسای ٧٣

ئەگەر هاوڕێیەتی کەسێکت کرد، هاوڕێیەکی باش بە

بوون بە هاوڕێیەکی باش بە ڕاستی بەرپرسیارێتیەکی گەورەیە. دەبێت بە وەفا و ڕاستگۆ (ڕاستگۆیەکی شکێنەرانە نا) و هەست ڕاست و بەرپرس و پشتپێبەستراو و هاوڕێ دۆست (بەپێی دۆخ دەگۆڕێت) و قسەخۆش و کراوە (ئەگەر کراوە نەبێت هەبوونی هاوڕێ سودی چیە؟) و ئامادەی تەنگانە و ڕووح سوک بیت. هەروەها دەبێت جاروبارێش لێبوردە بیت و ئامادە بیت دەستی یارمەتی درێژ بکەیت و پشتیوانکار و سۆزبەخش بیت. هەروەها لە هەمان کاتیشدا ناتەوێت بەکاربهێندرێیت یان فێڵت لێبکرێت. هەروەها دەبێت ئامادەی ئەو کاتانە بیت کە دەبێت زۆر ڕاشکاو بیت و هاوڕێیەتیەکەشت بخەیتە مەترسیەوە. لەگەڵ ئەمەشدا کاتی وا هەیە دەبێت زمانت بگریت و بۆچونەکەت بۆخۆت هەڵبگریت. ئەو کەسانە هاوڕێی تۆن، لەبەرگیراوەی تۆ نین، شتەکان بە جیاوازی ئەنجام دەدەن. دەبێت وەك ڕاوێژکار و دانپێدانەر و کەسایەتی ئاینی و یارمەتیدەر و هاوڕێگا و هاوڕێ و نهێنی پارێزەر ڕەفتار بکەیت. دەبێت جۆش و خرۆشی و تەرخانکردن و پاراستن و داهێنەرایەتی و ویست و تامەزرۆی و ووزە پێشکەشی هاوڕێیەتیەکەت بکەیت.

ئەمانە هەموو ئەوەن کە دەبێت ئەنجامیان بدەیت. ئەی ئەوان چی بۆ تۆ دەکەن؟ لە دۆخێکی نمونەییدا ئەوانیش هەمان شت بۆتۆ دەکەن. ئەگەر نەیانتوانی هەر کامێکیان بکەن، تۆ هەر بەردەوام دەبیت لە هاوڕێیەتیکردنیان و لێبوردە و پشتیوانکار و ئامادەی یارمەتیدان دەبیت.

بەڕای من ئەگەر زۆربەی شتەکان لەم یاسایە هەڵوەڕێنیت، ئەوا ئامادەبوون بۆ یارمەتیدان گرنگترین بەشە. دەبێت ئامادەی یارمەتیدانی هاوڕێکانت بیت لە کاتە ناخۆشەکانیاندا، نەک تەنها لە کاتە خۆشەکانیاندا. تۆ لە کاتی زوو وە درەنگ و کاتە تەنگەژاوی و فشاراویەکاندا ئامادەی یارمەتیدانیانبیت. ئامادەیت دەستیان بگریت و ڕێبدەیت لە ئامێزتدا بگرین و فرمێسکیان بسڕیت، دەست بخەیتە سەر شانیان و خزمەتیان بکەیت. وە پێشیان دەڵێیت وورەت بەرز بێت و دوو دڵ مەبە و خۆت گێل مەکە، یان هەرچییەك وابکات جارێکی دی بیانخاتەوە سەر پێی خۆیان.

ئامادەبوون بۆ یارمەتیدان گرنگترین بەشە.
دەبێت ئامادەی یارمەتیدانی هاوڕێکانت بیت لە کاتە ناخۆشەکانیاندا،
نەك تەنها لە کاتە خۆشەکانیاندا

تۆ ئامادە دەبیت ئامۆژگارییان بکەیت، یان تەنها گوێیان لێبگریت. هەروەها لەو کاتانەشدا ئامادە دەبیت کە تاقەتیشت نەبێت. لە کاتێکدا ئامادە دەبیت کە هاوڕێکانی تریان دوور کەوتوونەتەوە لێیان. هەرچییەك بێت تۆ هەر ئامادەیت لەلایان.جارێك کەسێك وتی هەبوونی هاوڕێی ڕاستەقینە وەکو ئەوە وایە کاتێك باسی شتێکیان بۆ دەکەیت و پاشان گەشتێك دەکەن و دە ساڵی تر دەگەڕێنەوە، دەست دەکەنەوە بە باسکردنی هەمان بابەت وەکو ئەوەی تەنها بۆ ساتێك بوبێت دوور کەوتبنەوە. بە ڕاستی نێوانی هاوڕێی باش بەم جۆرەیە.

Scanned with CamScanner

یاسای ٧٤

هەرگیز سەرقاڵ و بێ کات مەبە بۆ خۆشەویستانت

زۆر بە ئاسانی لەم ژیانە جەنجاڵەدا کەسە نزیکەکانمان لە یاد دەچێت. من خۆم وام. من برام هەیە و زۆر تایبەتین و زۆر نزیکن لێمەوە و بیرم دەچێت تەلەفونیان بۆ بکەم، بیرم دەچێت هەواڵیان بپرسم. نەک لەبەر ئەوەی بایەخیان پێنادەم، بەڵکو لەبەر ئەوەی زۆر سەرقاڵم. ئەم کارەم لێخۆشبونی نیە. جاروبار گلەیی دەکەم بۆچی هەواڵم ناپرسن، ئنجا بیرم دەکەوێتەوە ئەوان چەندێك هەواڵیان نەپرسیوم منیش بەهەمان شێوە بووم بۆیان. دەبێت کات دابنێین، چونکە ئەگەر کات دانەنێین، زۆر بە خێرایی دەڕوات و هەفتەکان دەبن بە مانگ و مانگەکان دەبنە ساڵ پێش ئەوەی پێی بزانین.بۆ منداڵیش بە هەمان شێوەیە. دایکانوباوکان زۆرجار داڵغە لێدەدەن و دەڵێن "چەند خۆش دەبوو بگەڕاینایەوە سەردەمی کۆن و هەموو جارێ پێش ئەوەی منداڵەکان بخەوتنایە شەو شادیمان لێبکردنایە". من خۆم وام ئیتر نازانم بۆ تۆ. بەڵام تا کاتی زیاتر بدەین بە پەیوەندیەکانمان، بە منداڵ و خوشکوبرا و دایك و باوك و هاوڕێکانمان، ئەوا زیاتر و زیاتر نزیك دەبینەوە و پەیوەندیەکانمان چاکتر و پتەوتر دەبێت. ئەوە ئێمەین دەبێت دەستپێشخەری بکەین، تەلەفون بکەین، هەواڵیان بپرسین. ئەگەر ئەوان وایان نەکرد؟ کێشە نیە، تۆ بە دەستپێشخەریەکەت دەبیتە پەیڕەوکاری یاسا.

تا کاتی زیاتر بدەین بە پەیوەندیەکانمان، پەیوەندیەکانمان چاکتر و پتەوتر دەبێت

ئەمە ئەو کارەیە تۆ دەیکەیت. لە ژیانتدا زۆر سەرکەوتوو دەبیت، لە وەلانانی هەستکردن بە تاواندا (هەست بە تاوان ناکەیت چونکە تەلەفونت بۆ کردوون و نامەت ناردووە و هەواڵت پرسیون)، لە لێبوردەییدا (لێیان دەبوریت بەهۆی پەیوەندی نەکردن و هەواڵ نەپرسینیانەوە)، وە لە پەیوەندیەکانیشتدا بە گشتی. تۆ ئاکار بەرزیبنوێنە و یەکەم کەس بە بۆ درێژکردنی دەستی هاورێیەتی، یەکەم کەس بە بۆ لێبوردن (هیچ گرنگ نیە بەلامەوە کێشە و دەمەقاڵێکەتان چەندێك سەخت بووە، پەیرەوکاری یاساکان بە هیچ شێوەیەك ڕق وکینە هەڵناگرن).

ژیانت چەندە جەنجاڵ بێت (هیوادارم ئەم یاسایانە کەمێك لە فشارت کەمبکەنەوە و کاتی زیاترت بۆ بگێرنەوە) دەبێت کات تەرخان بکەیت. دەبێت کاتی بەپێز تەرخان بکەیت بۆ هەموو ئەو کەسانەی تۆیان بەلاوە گرنگە. ئەوانەی تۆیان خۆشدەوێت بە پێدانی کات چاکەیان دەدەیتەوە، ئەمەش بازرگانییەکی چاکە. ئەوان تۆیان خۆشدەوێت و تۆش شتێکی خۆتیان پێشکەش دەکەیت، شتێکی نایاب، بەڵێ ئەوەش کات و بایەخی خۆتە. تۆ ئەمە بە ویستی خۆت دەکەیت، نەك وەکو ئەرکێك. تۆ ئەمە بە پابەندبوون و پەیوەستبوون و جۆش و خرۆشێك لە ناخی دڵتەوە ئەنجام دەدەیت. یان هیچ لەمانە ناکەیت. بەسەربردنی کاتێکی بەپێز لەگەڵ منداڵەکانتدا سودی نیە ئەگەر لەو کاتەدا خەریکی کار و خوێندنەوەی ڕۆژنامە و ئامادەکردنی ژەمی سبەی نیوەڕۆ بیت. دەبێت لەو کاتەدا بە

Scanned with CamScanner

تەواوەتی بەوانەوە خەریك بیت چونكە ئەگەر وانەكەیت ئەوان هەستت پێدەكەن و هەست بە فێڵڵێكردن دەكەن.

كەواتە ئەگەر دایكت، نەنكت، هاوڕێیەكی كۆنت تەلەفونی بۆ كردیت و تۆش سەرقاڵ بویت بە كارێكەوە، بە "ئهم ئهم" قسەیان لەگەڵ مەكە و خەریكی كارەكەی خۆت بیت. یان بە تەواوەتی واز لەكارەكەت بێنە و هەموو ئاگا و بایەخی خۆت بدە بەوان، یان پێیان بڵێ دواتر خۆت تەلەفونیان بۆ دەكەیتەوە، وە تەلەفونیش بكەوە. چونكە لەوانەیە ڕۆژێك لە ڕۆژان لە ژیاندا نەمێنن، ئنجا تۆ زۆر بە حەسرەتەوە خۆزگە دەخوازیت گوێت لێبگرتنایە. بەڵام پەشیمانی سودی نیە. كەواتە كات تەرخان بكە بۆ ئەو كەسانەی بە ڕاستی گرنگن،هەر ئەمڕۆ.

Scanned with CamScanner

یاسای ٧٥

ڕێبدە منداڵەکانت خۆیان بۆ خۆیان هەڵە بکەن، پێویستیان بە یارمەتی تۆ نیە

من منداڵم هەیە و بە شێوەیەکی سروشتیش وەکو هەموو دایك و باوکێك دەمەوێت دڵخۆش و هاوسەنگ و سەرکەوتوو بن. بەڵام ئایا پلانی نهێنیم هەیە بۆیان؟ ئایا دەمەوێت ببنە دکتۆر؟ ببنە پارێزەر؟ ببنە دیبلۆماتکار؟ زانا؟ شوێنەوارناس؟ زەویناسی؟ نوسەر؟ کاردروستکار؟ پاپای ڤاتیکان (بێگومان دەبێت کەسێك ببێتە پاپا و لەوانەشە ویست و خواستی دایك و باوکێك بێت لەم جیهانەدا کە منداڵەکەیان ببێتە پاپا)؟ ئەستێرەوان؟

نەخێر من خواست و ویستی لەم جۆرەم نیە، بڕوابکەن. هەرگیز شتی لەم جۆرەم نەخواستوە بۆ منداڵەکانم. هیوادارم منداڵەکانم گوێیان لەم قسەیەم نەبێت بەڵام کەمێك بێئومێد بووم لەو کارەی هەڵیان بژاردووە چونکە کەمێك نائاسایی بووە، چونکە بەڕای من بۆ ئەوان نەگونجاوە. بەڵام دەبێت ڕێبدەیت خۆیان هەڵەی خۆیان بکەن. ناتوانیت و ناکرێت هەموو کاتێك دەنوکت لەسەریان بێت و ڕاستیان بکەیتەوە، چونکە بەم جۆرە بۆخۆیان هیچ فێرنابن.

Scanned with CamScanner

ناتوانیت و ناکرێت هەموو کاتێك دەنوکت لەسەریان بێت و
ڕاستیان بکەیتەوە، چونکە بەم جۆرە بۆخۆیان هیچ فێرنابن

ئەم یاسایە بریتیە لە پێدانی مەودا بە منداڵەکانت تا خۆیان هەڵە بۆخۆیان بکەن. هەموومان وابوین. من مەودا و ئازادیەکی لەڕادەبەدەرم پێدرابوو وە هەموو کاتێکیش هەڵەی زۆر گەورە و ناوازە و سەیروسەمەرەم دەکرد. ئەی ئەنجامی ئەمە چی بوو؟ زۆر بە خێرایی فێری ئەوە بووم چی کاری خۆی دەکات و چی کاری خۆی ناکات. خزمێکم هەبوو وەکو من ئازادیی هەڵەکردنی پێنەدرابوو وە دایك و باوکی زۆر ئاگایان لێبوو، هیچ هەڵەیەکی گەورەی وەکو من نەدەکرد. بەڵام دواتر کە گەورە بوو، زۆر بە خراپی ژیانی بەڕێوە دەبرد و هەڵەی زۆر گەورەتری دەکرد. هەموومان دەبێت هەڵە بکەین. واباشترە هەڵەکانمان لە کاتی گەنجێتیماندا بێت و توانای هەستانەوەمان مابێت.

دایك و باوك بوون بریتیە لە سەدا ٧٥یچاککردنەوەیهەڵەکان. تۆشئازادیتهەڵەبکەیت. بەڵامئەگەرهەڵەتکردوەکودایك و باوك، هەڵەکەت زۆر بە سەختی کاریگەری لە ژیانی کەسێکی تر دەکات. لەبەر ئەمەیە زۆر سەختە ببینیت منداڵەکانت بژاردەی هەڵە بکەن و تۆش هیچ نەکەیت. حەزدەکەین ڕابکەین بۆیان و بیانپارێزین و کەمێکی تر پەروەردەیان بکەین و بەدووریان بگرین لە زیان. بەڵام ئەوانیش دەبێت فێری هەڵەکردن ببن. ئەگەر ئێمە وابزانین منداڵەکانمان تەنها بە پێوتنی ئێمە فێری شت

Scanned with CamScanner

دەبن، ئەوا ئێمە هەڵەیەکی زۆر گەورە دەکەین. دەبێت خۆیان بۆ خۆیان ژیان تاقیبکەنەوە تا بە تەواوەتی ڕابێن لەگەڵی. ژیان زۆر ڕاستەقینەیە و لە پەڕتووک و لە ئێمەوە و لە تەلەڤیزۆنەوە فێری نابن. تەنها بە هەڵەکردن و چزان بە ئاگردا فێری ژیان دەبن. کاری تۆ بریتیە لە تەماشاکردنیان و هەبوونی پاکژکار و پلاستەر لە دەستەکانتدا تا سارێژیان بکەیت و پاشان ماچیان بکەیت تا هەست بە باشتربوون بکەن.

بێگومان دەتوانیت پرسیاری ئاگادارکردنەوە بپرسیت: دڵنیایت ئەمە ئیشێکی باشە؟ بە باشی بیرت لەم کارە کردۆتەوە؟ ئەی ئەگەر ئەم کارەت کرد چی ڕوودەدات؟ لەسەرت ناکەوێت ئەو پشووە دوورودرێژە وەربگریت؟ ئازارت نادات؟ پێشتر ئەمەت تاقی نەکردۆتەوە؟ دەتوانیت هەمان ئەم پرسیارانە لە هاوڕێکانت بپرسیت کاتێک دەبینیت خەریکە هەڵەیەکی گەورە دەکەن، بەڵام نابێت خۆشییەکەیان لێ تێکبدەیت. هەوڵبدە پرسیارەکانت حوکمدان نەبێت بەسەریاندا، یان بۆڵەبۆڵاوی نەبێت، ئەگینا پشتگوێت دەخەن و کەللەڕەقی دەیانگرێت.

Scanned with CamScanner

یاسای ٧٦

کەمێك ڕێز و لێبوردەییت بۆ دایك و باوکت هەبێت

ئەمەیان لەوانەیە تۆ بگرێتەوە یان نەتگرێتـەوە. مـن چونکە تەکنیکییـەن
هـەتیوم، ئـەم یاسایە دەبێـت مـن نەگرێتــەوە، بـەڵام دەمگرێتــەوە و زۆر
چاکیش. من دوو کەسی زۆر نەشیاو گەورەیان کـردووم، بـاوکێکی نـەبوو،
لەگەڵ دایکێکی مامەڵـە سـەخت. خوشکوبراکانیشم بێگومـان لـە هـەمان
خێزانــەوە هــاتووین، بــەڵام بــە شــێوەی جیــاواز لەگــەڵ ئــەم دۆخــە
هەڵسوڕاوین. بەلای منەوە ئاسانتر بوو لەگـەڵ دایکم ئاشـت ببمـەوە ئـەو
کاتەی خۆشم منـداڵم بـوو، پاشـان بینـیم دایـك و بـاوکێتی چـەند کـارێکی
سەختە. پاشان تێبینی ئەوەشم کـرد هەنـدێك دایـك و بـاوك بەشـێوەیەکی
سروشتی لـەم کـارەدا باشـن. وە هەنـدێك دایـك و بـاوکی تـریش هـەن زۆر
خراپ و بێسوودن لە دایك و باوکێتیدا. دایکم لـەم جـۆرەی کۆتاییـە. ئایا
هەڵەی دایکمە کە وایە؟ نەخێر، ئایا دەبێـت لۆمـەی بکـەم؟ نـەخێر، ئـەی
دەتوانم لێی ببورم؟ هیچ شتێك بوونی نیە تـا بیبـورم. دایکم ڕێچکەیەکی
ژیانی گرت کە بە باشی بـۆی ئامـادە نـەبوو، هـیچ یارمەتییـەکیش نـەدرا،
کارامەیی تێـدا نـەبوو، وە زۆر سـەختیش بـوو. ئـەی ئـەنجامی ئەمـە چـی
بــوو؟ ئێمــەی زۆر بــە خراپــی پــەروەردەکرد و لەوانەیــە هــەمووومان
پێویستمان بـە چارەسـەری دەروونـی هـەبێت. یـان لێبـوردن و ڕێزگـرتن.
بۆچی دەبێت دایکم لۆمـە بکرێـت لەسـەر ئـەوەی ئـەم کـارەی بـە خراپـی

ئەنجامداوە؟ خۆ ئێمەش چەندەها بوار هەیە لە ژیانماندا کە هەر هیچی لێنازانین و زۆر خراپ و ناکارامەین تیایاندا و تاقەتیشمان لێیان نیە.

دایک و باوکانمان ئەوپەڕی توانای خۆیان دەخەنە گەڕ لەگەڵ ئێمە. لەوانەیە هێشتا ئەمە کەم بێت بەلای تۆوە بەڵام ئەوان لەمە زیاتریان پێناکرێت. ناشکرێت لۆمە بکرێت ئەگەر زۆرباش نەبوون تیایدا. ناکرێت هەموو کەس دایک و باوکێکی زۆر باش بن.ئەی چی لەسەر باوکێکی نەبوو؟ ئەمەشیان هەر ئاساییە. هەمووومان چەندان بژاردە هەڵدەبژێرین کە بەلای کەسانی ترەوە هەڵە و خراپ و لێنەبوراو و خۆپەرستانەیە. بەڵام ئێمە ئاگامان لە پشت پەردەکان نیە. نازانین خاڵی لاوازی خەڵکان چیە و چی هانیان دەدات. یان هەر چیش بە مێشکیاندا دێت و دەڕوات.

ئێمەش چەندەها بوار هەیە لە ژیانماندا کە هەر هیچی لێنازانین و زۆر خراپ و ناکارامەین تیایاندا و تاقەتیشمان لێیان نیە

ئێمە ناتوانین بڕیار بدەین بەسەریاندا، هەتا ئەو کاتەی خۆشمان هەمان بڕیار دەدەین. تەنانەت ئەگەر بژاردەیەکی جیاواز و ڕێچکەیەکی جیاوازیشمان گرتە بەر هەر نابێت لۆمەیان بکەین و بڕیار بدەین بەسەریاندا.

هیچ نەبێت لەبەر ئەوەی تۆیان هێناوەتە ئەم دونیایەوە، کەمێك ڕێز و لێبوردەییت هەبێت بۆیان. ئەگەر بە باشی دایك و باوکێتیان کردبوو، دەستخۆشیان لێبکە و پێیان بڵێ. ئەگەر خۆشت دەوێن (ناڵێم مەرجە

خۆشت بوێن) پێیان بڵێ. ئەگەر لە دایک و باوکێتیدا خراپ بوون، لێیان ببورە و خەریکی ژیانی خۆت بە.

وەکو نەوەیەک، ئەرکی تۆیە ڕێزداربیت بەرامبەریان. تۆ بەرپرسیاریت لەوەی بە میهرەبانانە مامەڵەیان لەگەڵ بکەیت و باشتر بیت لەوان بەوەی لێبوردە بیت و ڕەخنەگر نەبیت. تۆ دەتوانیت باشتر بیت لە شێوازی پەروەردەکردنەکەت.

Scanned with CamScanner

یاسای ٧٧

جاروبار واز لە منداڵەکانت بێنە

کەمێك باسی دایك و باوکێتیکردنی باش دەکەین، ڕۆڵی تۆ چیە وەکو دایك و باوکێك. با سەرەتا لەم یاسایە بڕوانین، جاروبار واز لە منداڵەکانت بێنە واتە پشتیوانیکردن و هاندانی منداڵەکانت بکەیت. ئەم یاسایە دەبێت جێبەجێ بکەیت بەسەر هەموو منداڵێکدا، نەك تەنها منداڵەکانی خۆت. منداڵان زۆر داماون چونکە لە هەموو لایەکەوە دەنوکیان لەسەرە و ئەو وشەیەی زۆر دەیناسنەوە بریتیە لە "نا". "نابێت وابکەیت، نابێت لەبەر ئەوەی منداڵیت، نابێت ئەوە هەڵگریت، نابێت بۆ ئەوێ بڕۆیت، نابێت تەماشای ئەو فلیمە بکەیت..."تۆش بڕوانەوە ڕابردووی خۆت و بزانە تۆش وایان پێوتویت.وتنی "نا" بۆ ئێمە هەر زۆر ئاسانە. وشەیەکە زۆر ئاسان لەسەر زمان گۆ دەکرێت. بەڵام دەبێت خۆمان ڕابێنین بۆ پشتیوانیکردن و هاندان. دەبێت خۆمان فێر بکەین بڵێین "بەڵێ". بێگومان دەشبێت ئەم بەڵێیەمان گونجاو بێت لەگەڵ تەمەن و ئاستی گەشەکردنی منداڵەکەدا. وتنی بەڵێ پاڵنەرێکی زۆر باشە بۆ منداڵ تەنانەت ئەگەر دوای وتنی بەڵێکەش بڵێین "بەڵام ئێستا نا"، یان "کاتێك گەورەتر بویت"، یان "کاتێك پارەت کۆکردەوە".

منداڵان لە هەموو لایەکەوە دەنوکیان لەسەرە و ئەو وشەیەی زۆر دەیناسنەوە بریتیە لە "نا"

هەروەها وتنی ئەمانە بە منداڵ زۆر ئاسانە: "لێی نازانیت"، "من لە جێی تۆ بم ئەو کارە ناکەم، "شکست ئەهێنیت". واباشترە هانیان بدەیت و رێبدەیت خۆیان شکست بێنن وەك لەوەی تۆ پێش وەختە پێیان بڵێیت شکست دەهێنن. دەزانم هەموومان دەمانەوێت بیانپارێزین لە زیان و ئازار، لە شکستهێنان، لە بێئومێدی. بەڵام هەندێك جار پێویستە پاڵنەریان بین و دوودڵی و خەمەکان وەلا بنێین.

دایکان و باوکانی زۆر سەرکەوتوو ئەوانەن کە دەڵێن "باشە بەردەوامبە، دەتوانیت وا بکەیت، سەردەکەویت، زۆر باش دەبیت". گۆکردنی ئەم دەستەواژە ئەرێنیە پشتیوانکارانەیە دەبێتە هۆی ئەوەی منداڵەکانمان زیاتر باوەڕیان بە خۆیان دەبێت و دەتوانن کاری زیاتر ئەنجام بدەن و زۆر زیاتر وەدەست بێنن. ئەگەر بڵێیت "نا"، ئەوا بە ئاستێکی باوەڕ بەخۆبوون و متمانەیەکی نزمەوە گەورە دەبن.

هاورێیەکم باسی دەکات چۆن زۆر تامەزرۆی ئەوە بووە ببێتە سەماکاری بالێ لە تەمەنی ٦ ساڵیدا. هەرچەندەلەوکاتەوەدیاربووکە بۆ سەماکاری بالێ ناشێت، ئێستاش بالآی ١٨٠ سانتیمەو قاچەکانی گەورەن و جەستەیەکی وەرزشیی هەیە، دایك و باوکیشی دەیانزانی بۆ ئەم سەمایە ناشێت، دەشیانتوانی بڵێن خووبدەرە کارێکیتر. وەکو وەرزشی زۆرانبازیی بۆمنداڵان. بەڵام لەبری ئەمانە زوو خولێکیسەمای بالێیان بۆ دۆزیەوە. زۆری نەخایاند ئەم هاورێ کچەم بۆی دەرکەوت ئەم سەمایە بۆ ئەم ناشێت، وە وازی لێهێنا چونکە قاچەکانی ئازار دەدا. گرنگ لێرەدا ئەوەیە ئەم کچە خۆی وازی هێنا. وە ئاستی بڕوا بەخۆبوونیشی هیچ دانەبەزی. (تەنها خۆزگەی ئەوە دەخوازێت ئەو کاتە وێنەی نەگرتایە).

Scanned with CamScanner

منداڵان چییان بوێت بیکەن، کاری ئێمە نیە دەستکاری خەونەکانیان بکەین و ببینە بەربەست بۆیان و دوودڵیی خۆمان بخەینە ڕوو وە هیوا و ئاواتەکانیان سنوردار بکەین و پشتیان سارد بکەینەوە. کاری تۆ بریتیە لە ڕێنمونی کردن و پشتیوانیکردن و هاندان. کاری تۆ بریتیە لە دابینکردنی سەرچاوەکان بۆ بەدەست هێنانی ئەو شتەی دەیانەوێت بەدەستی بێنن. گرنگ نیە بەدەستی بێنن یان نا. بەڵام دابینکردنی هەلەکە بۆیان هەموو شتێکە.

Scanned with CamScanner

یاسای ٧٨

هەرگیز پارە بە قەرز مەدە تا ئەوکاتەی ئامادەدەبیت بەتەمای وەرگرتنەوەی نەبیت

خۆی دەبێت ناونیشانی تەواوی ئەم یاسایە بریتی بێت لەمە: هەرگیز پارە بە قەرز مەدە، نە بە هاوڕێکانت، نە بە منداڵەکانت و خوشکوبراکانت و تەنانەت دایك و باوکیشت، تا ئەوکاتەی ئامادەدەبیت بەتەمای وەرگرتنەوەی نەبیت و بەتەمای لەناوچوونی پەیوەندیەکەش بیت.

چیرۆکێکی خۆش هەیە وابزانم لەسەر (ئۆسکار وایڵد)ە، کە پەڕتووکێکی لە هاوڕێیەکی بە قەرز وەرگرتووە و بیری چۆتەوە بۆی بگەڕێنێتەوە. هاوڕێکەی چۆتە لای و داوای پەڕتووکەکەی کردۆتەوە، لەو کاتەدا ئۆسکاری گەنج وونی کردبوو. هاوڕێکەی لە ئۆسکاری پرسی ئایا بە وونکردنی ئەو پەڕتووکە ناترسێت هاوڕێیەتیەکەیان نەمێنێت؟ ئۆسکار وتویەتی "بەڵێ، بەڵام تۆش بە داواکردنەوەی هەمان کار ناکەیت؟"

ئەگەر پارە و پەڕتووك و هەرشتێکی ترت بە قەرز دا، مەیدە تا ئامادە دەبیت ون ببێت، یان لە بیر بکرێت، یان نەگێڕدرێتەوە، یان بشکێت، یان پشتگوێ بخرێت، یان هەرچییەك.

ئەگەر شتەکە زۆر بەنرخە بەلاتەوە، ئەوا بەقەرزیشی مەدە

Scanned with CamScanner

ئەگەر شتەکەت بەلاوە بەنرخە، ئەوا بەقەرزی مەدە. ئەگەر زۆر گرنگە بەلاتەوە، لای خۆت بیپارێزە. ئەگەر هەرشتێکت بە قەرزدا، بە پارەشەوە، ئەگەر هاورێیەتیەکەت یان پەیوەندیەکەت بەلاوە گرنگە ئەوا چاوەڕێی گێڕاندنەوەی مەکە. ئەگەر بۆت گەڕێندرایەوە ئەوا باشتر. ئەگەر نەکرا، ئەوا دەبێت ئامادەی ئەمە بوبیت.

زۆرینەی دایك و باوکان هەڵەی ئەوە دەکەن کە پارە بە قەرز دەدەنە منداڵەکانیان و پاشان بێئومێد دەبن و ئازار دەچێژن کاتێك پارەکەیان بۆ نەگێڕدرایەوە. زۆرجار دایك و باوکان بە درێژایی تەمەنی منداڵەکە پارە بە منداڵەکە دەدەن و پارەی بۆ خەرجدەکەن، هەر کات منداڵەکە کەمێك گەورەبوو وە چوو بۆ زانکۆ یان کاری خۆیان، دایك و باوکەکە دەڵێن ئەو هەموو پارەیە وەکو قەرز بە منداڵەکەیان داوە و داوای دەکەنەوە، بێگومان منداڵەکەش نایداتەوە. چونکە فێری ئەوە نەکراون. هەروەها شتێکی ناواقیعیشە چاوەڕێی منداڵەکە بکەن پارەکانیان بداتەوە. ئەگەر داوایان کرد، نزای بۆ بکە و ئەگەر کرا ئەوا باشتر.

هەمان شت بۆ هاورێیانیش. هیچ شتێکیان بە قەرز پێمەدە ئەگەر بەلاتەوە گرنگ بوو. ئەمە بژاردەی خۆتە. هیچ مەرج نیە هیچ شتێك بە کەس بدەیت. ئەگەر واتکرد، ئامادەی ئەوە بە بەتەمای نەبیتەوە. ئەگەر پارە گرنگتر بوو بەلاتەوە لە هاورێیەتی، ئەوا داوای پارەکەت بکەوە و دەشتوانیت سووشی بخەیتە سەر!

هەمان شت بۆخوشکوبرا و دایك و باوك (هیچ کات پارەیان بە قەرز مەدەرێ، هەرگیز نایگێڕنەوە). ئەی باشە دەبێت پارە بەکێ بدەیت بە قەرز؟ کەسانی نەناسراو و نامۆ بێگومان. ئەمانیش نایگێڕنەوە!

Scanned with CamScanner

یاسای ٧٩

بێدەنگ بە

هاوڕێیەکم هەیە سێ منداڵی بچوکی هەیە. ئەم هاوڕێیەم وتی پێش ئەوەی منداڵی ببێت لە دۆخ و ماندوبوونی ئەو کەسانە تێنەدەگەشت کە منداڵیان هەیە. باوەڕی پێنەدەکردن کە دەیانوت زۆر هیلاکن و کێشەی هاتوچۆیان هەیە و منداڵ زۆر شەڕە قسە دەکەن و منداڵ بەخێوکردن هێندە ئەرکێکی سەختە، زۆرجاریش هەر نەیدەزانی باسی چی دەکەن. تەنانەت دوای ئەوەی دوو منداڵیشی هەبوو، لە دۆخی ئەو کەسانەی لە دوو منداڵ زیاتریان هەبوو تێنەدەگەشت. بەڵام ئێستا، ئنجا دەڵێت ئێستا دەزانم ئەو کەسانە مەبەستیان چی بووە و لێیان تێدەگەم، بەڕاستی هیچ وەکو ئەوەنیە کە دەمهێنایە پێشچاوم.

لەوانەیە تۆش ئەگەر دوو منداڵت هەبێت بڵێیت دەزانم حاڵی ئەوانەی سێ منداڵیان هەیە چۆنە. بەڵام نازانیت. تەنانەت لە دۆخی ئەوانەی دوو منداڵیشیان هەیە بەڵام لە ڕەگەزی بەرامبەرن یان تەمەنیان زیاترە، یان پارەیان کەمترە، یان دایکو باوکەکە کاتی کارکردنیان لە تۆ جیاوازترە تێناگەیت. تەنانەت ئەو دۆخانەشی زۆر بە ڕووکەش لە یەک دەچن دەکرێت بە شێوەیەکی زۆر چاوبەستکارانە جیاواز بن.

بێگومان هەمووومان کەسایەتی و بەها و هێز و لاوازیی جیاوازمان هەیە. کەسێك دەناسم بێهاوسەر کەوتووە، حەزناکات لەگەڵ هاوسەران و

هاوژینە دڵخۆشەکاندا کات بەسەر ببات، چونکە بیری دەخاتەوە چی لەدەست چووە. کەچی کەسێکی تر دەناسم هەمان دۆخی هەیە بەڵام زۆر ئاساییە لەگەڵ هاوژینەکاندا و هیچ پەیوەندیەك نابینێت لە نێوان ئەمان و هاوسەرگیریە ڕابردووەکەی خۆیدا. ئەم دووکەسە نە ڕاستن نە هەڵەن، هەردووکیان مێژوو و هەڵوێستی جیاواز بە خۆیان هەیە.

باشە مەبەستم لەم قسانە چیە من؟ مەبەستم ئەوەیە بڕیار و حوکم مەدە. هەولبدە خۆت بخەیتە جێی ئەو کەسانەی بە بۆچوونی خۆت دەزانیت چی لە ژیانیاندا دەگوزەرێت. دایکی خۆم یەکێك لە منداڵەکانی خۆی دانابوو بۆ ئەوەی کەسێك بیگرێتە خۆی کاتێك تەمەنی چەند هەفتەیەك بووە. بۆ چەندان ساڵ وام دەزانی دایکم کارێکی زۆر هەڵەی کردووە. بەڵام کە خۆم منداڵم بوو، بۆم دەرکەوت بە هیچ شێوەیەك ناتوانم بڕیار بدەم لەسەر ئەو کارەی کردوویەتی هەڵەیە یان نا و هەڵی بسەنگێنم. دایکم پێنج منداڵی هەبووە ئەو کاتە، بێهاوسەر کەوتووە، تاکە نان پەیداکار خۆی بووە (لە ساڵانی پەنجاکاندا کە ئەمە خۆی لە خۆیدا زۆر لە ئێستا سەختترە)، وە چەندان کاتژمێر کاری کردووە و هیچ پارەشی پێنەبووە بۆ ئەوەی دادە بەکرێ بگرێت. ئایا ئەگەر منیش لە هەمان دۆخی ئەودا بوومایە باشتر بەرگەم دەگرت؟ بەڕاستی نازانم.

ئەمە کارێکی ئاسان نیە. من نەك تەنها دەڵێم پێش ئەوەی بۆچوونێك لە مێشکماندا دابڕێژین دەبێت دووجار بیربکەینەوە. بەڵکو دەشڵێم بەهۆی ئەوەی ناتوانین بڕیار لەسەر دۆخی هیچ کەسێك بدەین، کەواتە دەبێت بێدەنگ بین لەسەر بڕیار و هەڵبژاردنەکانی ژیانیان. کاری ئێمە نیە ڕای خۆمان بڵێین تەنانەت بە نزیکترین و خۆشەویسترین کەس لێمانەوە

دەبێت چۆن و چی بکەن. بەلای زۆربەمانەوە، وە خۆشم بێگومان، ئەمە قورسترین و سەختترین یاسایە لە هەموو یاساکانی تردا.

بیربکەوە لەوەی هەستت چۆن دەبێت ئەگەر کەسێك پێت بڵێت چۆن و چی بکەیت. ئەگەر خۆت بزانیت چی بۆتۆ ڕاستە، ئەوا قسەی هیچ کەسێکی ترت حەز لێنابێت. ئەوان لە دۆخی تۆ تێناگەن. نەخێر، تەنانەت نزیکترین ئەندامی خێزانیشت نازانێت دۆخی تۆ چۆنە. تەنانەت ئەگەر هەڵەیەکیش بکەیت، دەتەوێت بۆخۆت ئەو هەڵەیە بکەیت و لێوەی فێرببیت. بەم شێوەیە دەبێت مامەڵە لەگەڵ ئەوانەی دەوروبەرمان بکەین. سەختە وایە؟ بەڵام پێویستە.

بیربکەوە لەوەی هەستت چۆن دەبێت ئەگەر کەسێك پێت بڵێت چۆن و چی بکەیت

یاسای ۸۰

منداڵی خراپ بوونی نیە

دەستەواژەیەکی سەیر لە باشوری کالیفۆرنیاوە دزەیکردۆتە شانشینی یەکگرتوو کە زۆر تورەی کردم، دەستەواژەکە دەڵێت: "ئەوە منداڵە باشەکانە کە کاری خراپ دەکەن".

ئەم قسەیە گرژومۆنم دەکات. زۆرم رِق لێیە. دژی دەوەستمەوە. ئەمە خراپترین شتی سەردەمی کۆمپیوتەرە کە زۆرم رِق لێبێت. بەڵام ئێستا داوای لێبوردن دەکەم. ئەم قسەیەم بە راست وەرگرت، هەرچەندە لەوانەیە هەرگیز نەڵێم منداڵی باش کاری خراپ دەکات، بەڵام لە واتای ئەم قسەیە تێدەگەم. بڕوانە، منداڵی خراپ بوونی نیە. بەڵێ لەوانەیە منداڵ هەبێت کاری خراپ بکات. لەوانەیە منداڵ هەبێت کاری بێزراو بکات. بەڵام منداڵەکان خۆیان خراپ نین. منداڵێك چەندە لاسار و بێگوێ بێت، لە ناخیاندا خراپ نین. جاری وا هەیە بە ئێشەکانیان شێت و هارم دەکەن، بەڵام کاتێك دەخەون، تۆش بە دزیەوە تەماشایان دەکەیت، دەبینیت وەکو فریشتەیەکی بچوك وان و زۆر ناخ باشن و بێ خەوشن. بەڵێ ئەوەی بە رِۆژ ئەنجامی دەدەن دەکرێت بچێتە چوارچێوەی لاساری و رِەفتار خراپییەوە، بەڵام هەر لە ناخدا باشن.

تاکە هۆکار کە وابکات رِەفتارەکە خراپ بێت بەلامانەوە ئەوەیە منداڵان دونیای خۆیان دەگەرِێن و دەیانەوێت سنورەکانی ژیانیان فێربن و

هەڵەش دەكەن تا ئەمانە دەدۆزنەوە و دەزانن چی چیە. ئەمە بێگومان سروشتی و زۆر ئاساییە.

هەمان شیكردنەوە بۆ هەموو ڕەفتارە سەیروسەمەرەكانی تر دەبێت. منداڵانی دەستوپیێ سپیلكە بوونی نیە، تەنها ڕەفتاری لەم جۆرە بوونی هەیە. منداڵی گێل بوونی نیە، تەنها كاروكرداری گێلانە بوونی هەیە. منداڵی زیانبەخش بوونی نیە، تەنها ڕەفتاری زیانبەخش بوونی هەیە.

منداڵان نازانن چی دەكەن و ئەوە كاری تۆیە فێریان بكەیت و پەروەردەیان بكەیت و یارمەتییان بدەیت و هانیان بدەیت. هەڵەیت ئەگەر وابزانیت خودی منداڵەكان خۆیان خراپن. هەروەها شكستیش دێنیت ئەگەر وابزانیت منداڵان خراپن. تۆ ناتوانیت منداڵێكی خراپ بگۆڕیت، بەڵكو دەتوانیت ڕەفتارێكی خراپ بگۆڕیت. ئەگەر باوەڕت وابوو منداڵەكە باشە، ئەوا ڕێچكەیەكی باشت گرتۆتە بەر. ئەوەی لەسەرتە بیكەیت بریتیە لە گۆڕینی ڕەفتارەكە و ئەمەش ئامانجێكە دەكرێت بێتە دەست.كارێكی زۆر خراپ و هەڵەیە ئەگەر بە منداڵێك بڵێیت "تۆ منداڵێكی خراپیت". چونكە ئەمە دەبێتە هۆی دروستبوونی شتێك لە مێشكیاندا كە دواتر بە سەختی دەتوانن بیگۆڕن. واباشترە بڵێیت "كارێكی خراپت كرد" یان "لاساریت كرد". دەكرێت لەگەڵ ئەمەدا شتێك بكەن. بەڵام ئەگەر پێت وتن خراپ، ئەوا هیچیان پێناكرێت و خراپیش كاریگەریی دەكاتە سەریان.

تۆ ناتوانیت منداڵێكی خراپ بگۆڕیت،
بەڵكو دەتوانیت ڕەفتارێكی خراپ بگۆڕیت

Scanned with CamScanner

یاسای ٨١

کەیف خۆش بە لە دەوری ئەو کەسانەی خۆشت دەوێن

کاری تۆ لێرە بەدوا وەکو پەیڕەوکارێکی یاسا، بریتیە لە کەیف خۆشبوون لە دەوری ئەو کەسانەی خۆشت دەوێن. چیتر بۆڵەبۆڵ و گلەیی و خۆ بە پیر دەرخستن ناکەیت. چیتر نابێت ئەم شتانە لە دەمتەوە بێنە دەر. تۆ لێرە بەدوا کەسێکی ئەرێنی و قسەخۆش و "هەمیشە خۆشکەیف" دەبیت، تۆ دەبیتە کەسێك شتی باشت لێ ببارێت و شتی باش لەنزیکت ڕووبدات.

ئەگەر وتیان "چۆنیت"، لەبری ئەوەی بڵێیت "خراپ نیم"، وە لەبری ئەوەی بۆڵەت لێبێت، دەڵێیت "باشم، کێشەم نیە، زۆر چاکم" هەرچەندێك خراپ بیت، هەرچەندێك ڕۆژەکەت خراپ بوبێت، هەرچەندێك بێ کەیف و بێ مەزاج و توڕە بیت. دەزانیت شتێکی سەرەنجڕاکێشە کاتێك دەڵێیت باشم ئەگەر خراپیش بیت لەپڕ هەست بە شتێکی ئەرێنی دەکەیت دوای ئەمە بیڵێیت. بەڵام ئەگەر بڵێیت خراپ نیم، ئەوا هەموو شتەکانی تر نەرێنی دەبن. خۆت ئەمە تاقیبکەوە. زۆر بە ڕاستمە، سوودی دەبێت.

لە داهاتوودا، لەمڕۆ بەدوا و لەم ساتە بەدوا. تۆ دەبێت ببیتە کەسێکی کەیف خۆش و کراوە و قسە خۆش. بۆ؟ لەبەر ئەوەی کەسێك هەر دەبێت وابێت، ئەگینا هەموومان تیا دەچین. ئەم ژیانە بەڕاستی سەخت و

فیلاویـه. دەبێـت کەسـێك هـەبێت بارگرانیـەکان سـوك بکـات، ناخـەکان بگەشێنێتەوە، بێتاقەتیەکان بڕەوێنێتەوە. باشە کێ ئـەم کارانـە دەکـات؟ بێگومان تۆ.

بەڵێ بەڵێ دەزانم دانیشتویت و ئەمە دەخوێنیتەوە و ئنجا دەڵێیت باشە بۆ من؟ بۆ من ئەم ئەرکەم بێتە سەر شان؟ چونکە تـۆ دەتوانیـت وابیـت، لەبەر ئەوە. بەڵام بـە نهێنی ئەمـە بکـە (یاسـای [1])،بێخـۆ تێکدانو هـاتو هاوار. بەتەنها گۆڕانکاریەکی سانا لەناخو دڵدا، لەڕێچکەی ژیانـدا. لەمـەو دوا دەبێتـە نهاکـەیف خۆشـبیت لـەدەوری ئـەو کەسـانەی خۆشـتدەوێن. باشە، دەتوانیت بۆڵە بۆڵ بکەیت لەلای کەسـانی نەناسـراو و نـامۆ. بـەڵام کەسە خۆشەویستەکان دەبێت تەواوی باشیەکان لە تۆوە وەرگرن. تـەنها و تەنها کەیف خۆشی.

> **دەبێت کەسێك هەبێت بارگرانیەکان سوك بکات، ناخەکان بگەشێنێتەوە، بێتاقەتیەکان بڕەوێنێتەوە**

کەسـانی سـەرکەوتوو، کـە زاڵبـوون بەسـەر کێشـەکانی ژیانـدا، هەمیشـە کـەیف خۆشـن. زیـاتر بایـەخ دەدەن بـەوەی کەسە نزیکـەکانیان ژیانیـان چۆنە و بەچیدا تێدەپەڕن و هەست بە چی دەکـەن و کێشـەیان چیە وەك لە کێشە هیچەکانی خۆیان. ئەم کەسانە بە ڕاستی حەز دەکـەن بـزانن تـۆ کێشەت چیە وەك لەوەی بۆڵەبۆڵ بکـەن لەسـەر کێشـەکانی خۆیـان. ئـەم کەسـانە بـە ئـەرێنی بـیر دەکەنـەوە و بـە ئـەرێنی ڕەفتـار دەکـەن و متمانەبەرزی و ئاسودەیی و ووزە و جۆش و خرۆش بڵاودەکەنەوە.

Scanned with CamScanner

هاوڕێیەکم هەبوو ڕۆیشت بۆ وڵاتێکی تر کە زۆر کەم زمانەکەیانی دەزانی. بەڵام وتی هەرکات لە هەر شوێنێك بومایە کەیف خۆش دەبووم، چونکە وشەکانی تورەبوون و بێتاقەتی و بێزاریم نەدەزانی. هەر کەس بیوتایە چۆنیت، ناچاربووم بڵێم "دڵخۆش" چونکە تاکە وشە بوو بیزانم. ئەم هاوڕێیەم وتی هەر کات بموتایە دڵخۆشم، یەکسەر هەستم پێدەکرد.

Scanned with CamScanner

یاسای ٨٢

بەرپرسیاریتی بدە بە منداڵەکانت

منداڵان گەورە دەبن و ماڵ جێدەهێڵن. لە منداڵێکی بێدەسەڵاتەوە دەبنە کەسانی گەورەی پێگەشتوو وە ئەملاولا دەکەن بە بێ ئاگاداری تۆ. نهێنی سەرکەوتن لێرەدا بریتیە لە هاوشانبوون لەگەڵیاندا. لەگەڵ گەورە بوونیاندا دەبێت بکشێیتە دواوە و ڕێبدەیت خۆیان کاری خۆیان بکەن. دەبێت دانبەخۆتدا بگریت لەوەی هەموو کارێکیان بۆ بکەیت، وە ڕێبدەیت هێلکەوڕۆن[18] بکەن شت بۆیاخ بکەن[19].

---

[18] ئەمە لە کوڕەکەی خۆمەوەیە، کاتێك لێیان دەپرسی گەورەبوون واتە چی، دەیووت واتە هێلکەوڕۆن کردن، چونکە ئێستا نامێڵن. لەو کاتەدا تەمەنی ٨ساڵانبووە. زۆرهەستمبەخراپیکردوهەموورۆژێکبۆماوەیمانگێکرێمدەدابەیانیانهێلکەوڕۆنبکات،تاخۆی لێیبێزاربوو.

[19] ئەمەیان لە هاورێیەکمەوەیە کە هەمووکات تورە و دڵتەنگ بوو بەرامبەر باوکی. منیش وتم پەیوەندیت لەگەڵ باوکت چۆنە، وتی کاتێك منداڵ بووم هیچ کات ڕێگەم نەدراوە یارمەتی هیچ کەس بدەم. پاشان زۆر تورە بوو کاتێك باوکی خەریکی بۆیاخکردنی تەنەکەخۆڵێك بووە و ئەمیش ویستویەتی یارمەتی بدات، باوکی وتویەتی "نا". بەڵام بۆچی باوکی ڕێی نەداوە؟ هیچ کێشەیەك نەدەبوو ئەگەر یارمەتی باوکی بدایە. بەڵام نازانم بۆچی باوکی خەریکی بۆیاخکردنی تەنەکەی خۆڵ بووە.

Scanned with CamScanner

لەگەڵ گەورە بوونیاندا دەبێت بکشێیتە دواوە و ڕێبدەیت خۆیان کاری خۆیان بکەن

کاری دایك و باوك لێرەدا هاوسەنگییەکی زۆر ناسکی دەوێت. بێگومان ناتوانیت بەرپرسیارێتی زیاتر لە توانای خۆیان پێبدەیت، وە ناشتوانیت هەر هیچ بەرپرسیارێتیەکیان پێنەدەیت. کاتێك بۆ نمونە ڕێدەدەیت هێلکەوڕۆن بکەن یان شتێك بۆیاخ بکەن لە سەرەتادا، ئەوا شت زۆر بلاودەکەنەوە، وەکو ڕشتنی زەردێنە بۆ سەر تەباخ یان ڕشتنی بۆیاخ بۆ سەر زەوی. هێندە بەربلاوی دەنێنەوە زۆر جار وادەکات دایك و باوك بڵێن "نا ناتوانیت وابکەیت". بەلام بێگومان ئەگەر بمانەوێت کارێك بکەن، دەبێت کەمێك بەربلاوی بنێنەوە. پاشان شوێنەکانیان پاکبکەینەوە و بەربلاوی و پیسیەکان خاوێن و کۆ بکەینەوە تا لە گەورەبوونیاندا بتوانن خۆیان کاری خۆیان بکەن.

کاتێك منداڵەکانمان بچوکن و فێری خواردنەوە دەبن لە کوپ و پەرداخەوە، ئێمە چاوەڕێی ئەوە دەکەین ئاو و شلەمەنیەکە بڕژێت. لە نزیکەوە وەستاوین و خاولی و قوماشێکمان بە دەستەوەیە و ئامادەی وشککردنەوەی ڕژاوی و تەڕیین. بەلام کاتێك منداڵەکانمان دەبنە هەرزەکار، بیرمان دەچێتەوە ئامادەی پاککردنەوە و سڕینەوە بین. وە پێشبینی دەکەین ژوورەکانیان ڕێکوپێك ڕابگرن. بەلام ئەم کارەیان نەکردووە پێشتر، نازانن چۆن بیکەن. دەبێت فێربن و بەشێکیش لە پرۆسەی فێربوون بریتیە لە نەکردنی کارەکە، پاشان کردنی کارەکە بە خراپی، پاشان کردنی کارەکە جیاواز لەوەی ئێمە دەیکەین. کاری ئێمە

Scanned with CamScanner

لێرەدا بریتیە لە یارمەتیدانیان. ئێمە دەبێت وردە وردە بەرپرسیاریتی بدەین بە منداڵەکانمان، بەڵام ڕێنمونیشیان بکەین.
پێشبینی ئەوە دەکەین هەموو کارەکانیان بەبێ هەڵە و بە پاکوخاوێنی ئەنجام بدەن، هیچ شتێك نەڕژێن و هیچ شتێك نەشکێنن و زەویەکە پیس نەکەن. ئەوەی لێرەدا ناواقعیە بریتیە لە پێشبینیەکانی ئێمە.
گەورەبوون پرۆسەیەکە بەربلاوی و ناڕێکوپێکی تێدایە.

Scanned with CamScanner

یاسای ٨٣

منداڵەکانت پێویستە دەمەقاڵێت لەگەڵ بکەن تا لەماڵت جیا ببنەوە

منداڵـەکانت هـیچ کـات ژوورەکانیـان ڕێـك نەخسـتووە، هـەموو کاتێـك مۆسـیقایان بـە دەنگـی بـەرز لێـداوە و شـێتیان کردوویـت، هـەردووکتان خەریکـە دەتەقێنـەوە بـە یەکدا و تـۆش بیردەکەیتـەوە لەکوێدا بەهەڵە پەروەردەی منداڵێکی قسـە ڕەقـی مـەزاجیی پۆشـاك سـەقەتت کردبێت. منداڵـەکانت وەڵامـی پرسـیارەکانت بـە یـەك وشـە دەدەنـەوە و هەمیشـە خـەمۆکن (بـەڵام لـە پـڕ گـەش دەبنـەوە کاتێـك هاوڕێکانیـان دەبیـنن)، هەمیشە برسیانە، بێ ڕێزن، خۆ پەرستن و بەرژوەنـد خـوازن، کێشـاوین و هەمیشە شـەرمەزار دەبـن بـە تـۆ. تـۆش لێـرەدا لۆمـەی خـۆت دەکـەیت. هەمووی هەڵەی تۆ بووە. تۆ ئەوانت بێئومێـد کـردووە. قسـەی پڕوپـوچ! ئەمانە هیچی شتی خراپ نین.

بڕوانـە، دەبێـت منداڵـەکانت دەمـەقاڵێت لەگـەڵ بکـەن تـا بتـوانن مـاڵ بەجێبهێڵن. ئەگەر تۆیان زۆر خۆش بوێت نـاتوانن بـڕۆن. تـۆ پـەروەردەت کردوون، پاشیانت سڕیون بە منداڵی، پۆشیوتن، خۆراکت پێداون، پـارەت پێداون. بەڵام نایانەوێت سوپاسـگوزار بـن، دەیانـەوێت ماڵـەوە جێبهێڵن، دەیانەوێت بخۆنەوە و سێکس بکەن و جنێوی گەورانە بـدەن. دەیانـەوێت پۆشـاکی سـەیرو سـەمەرە و تـەلوتیوالاوی بپۆشـن و بـێ ڕێـزی بنـوێنن و

Scanned with CamScanner

سنگ دەرپەڕێنن. دەیانەوێت جیهانەکەی خۆیان بگەڕێن و خۆیان بۆ خۆیان توشی کێشە ببن. پێویستیانە لە کۆت و بەندی دایک و باوک ئازاد ببن و ڕاکەن و هاوار بکەن و بڵێن ئازاد بووین. ئەی باشە چۆن ئەمانەیان پێدەکرێت ئەگەر هێشتا سەرسام بن بەتۆ، هێشتا هەست بە پەیوەستبوون بکەن پێتەوە، هێشتا زۆریان خۆش بوێیت؟ دەبێت ئازاد بن بەوەی دەمەقاڵێت لەگەڵ بکەن و بڕۆن، تا دواتر بتوانن بگەڕێنەوە ماڵەوە و کەسێکی زیاترین وەك لە منداڵەکەی جاران. ئەمانە هەمووی سروشتین و دەبێت تۆ پێت خۆش بێت و دڵخۆش بیت بە گەڕانەوەیان.

من دەڵێم زوو لەماڵ دەریان بکە و ئەوان زووتر دەگەڕێنەوە. چیتر ناتوانیت قژیان بە گاڵتە تێکبدەیت یان بیانکەیتە جێگاکەیانەوە یان چیرۆکیان بۆ بخوێنیتەوە، بەڵام دەبینیت منداڵەکەت بۆتە کەسێکی گەورە و وەکو هاوڕێیەك دەگەڕێتەوە ماڵ و دەتوانن پێکەوە پەیوەندیەکی نوێ دروست بکەن.

دەبێت ئازاد بن تا دواتر بتوانن بگەڕێنەوە ماڵەوە و کەسێکی زیاترین وەك لە منداڵەکەی جاران

ئەگەر زیاتر لای خۆت بیانهێڵیتەوە زیاتر ڕقیان لێت دەبێتەوە. ئەگەر ئەم بابەتە بە شێوەیەکی کەسیی وەرگریت، ئەوا لە داهاتوودا زۆر زیاتریان پێدەچێت بگەڕێنەوە چونکە هەست بە تاوان دەکەن.

دەتوانیت ئەم بەشە پیشانی هەرزەکارەکانت بدەیت: ئەوەندە دایك و باوکتان سەغڵەت و کارگران مەکەن. ئەوانیش وەکو ئێوە لەم ئەزموونە نوێیە دەترسن. مۆڵەتیان بدە، ئەوانیش وەکو تۆ بە تێپەڕبوونی ژیان باش دەبن و دۆخیان ئاسایی دەبێتەوە.

Scanned with CamScanner

یاسای ٨٤

منداڵەکانت چەند هاوڕێیەکیان دەبێت تۆ بە دڵت نابن

"ئۆ هۆو لەدەست فلانە هاوڕێت، هەمدیس هاتەوە بەدواتدا!" ئەمە بێزاریی دایکم بوو هەموو بەیانیانی شەممەیەک. دایکم ڕقی لەم هاوڕێیەم بوو. بەجۆرێك وەکو دوژمن لێی دەڕوانی. بۆچی؟ نازانم. دایکم زۆرینەی هاوڕێکانمی بەدڵ نەبوو، بەڵام هەموو ڕقەکەی هەڵگرتبوو بۆ ئەم هاوڕێ نەگبەتەم، تەنانەت پێش ئەوەشی بیبینێت! بڕوانە، منداڵەکانت زۆرجار چەند هاوڕێیەکیان دەبێت تۆ بەدڵت نابن. ئەمەش سروشتییە. لەگەڵ ئەم دۆخە بگونجێ. کاتێك منداڵ بووین حەزمان لە هاوڕێیەتی منداڵێکی تر دەکرد کە جیاواز بوایە لە ئێمە. ئێمە یان هاوڕێیەتی منداڵی ماڵە دەوڵەمەندەکەمان دەکرد یان منداڵی ماڵە هەژارەکە، چونکە نەمان دەزانی چۆنە و ئەزموونمان نەبوو لەسەری. یان هاوڕێیەتی منداڵە لاسارەکەمان دەکرد، یان منداڵە بەنازەکە، یان منداڵە نەژاد جیاوازەکە، یان منداڵە چڵکنەکە یان منداڵە گۆشەگیر و خەیاڵاویەکە، یان منداڵە قەرەجەکە، یان منداڵە فشەکەرەکە کە دایك و باوکی کارێکی ئاساییان هەبوو.هەرچیەکبووبێت، وەکو دایك و باوك بەلای بەدڵ نەبووندا دەچین. ئەمەش سروشتی مرۆڤە، بەڵام نابێت وابکەین. دەبێت پشتیوانکار و هاندەر و کراوە بین. بۆچی؟ چونکە ئەگەر منداڵەکانمان لەگەڵ کەسانێکدا بن ببێتە تاقیکردنەوەی ئارامی و بەرگەگرتنی ئێمە، ئەوا

Scanned with CamScanner

شتێکی باشە. ئەمە واتە ئێمە منداڵێکمان پەروەردە نەکردووە پێشوەختە حوکم لەسەر کەسەکان بدات. ئەگەر منداڵەکانمان وانەبن، کەواتە خۆشمان نابێت وابین.شتە کۆمیدیەکە ئەوەبوو دایك و باوکی ئەو هاوڕێیەی دایکم بە دڵی نەبوو، منیان بەدڵ نەبوو. دایك و باوکی ئەو نەیاندەهێشت یاری بە دەمانچە بکات، منیش هەمووکاتێك بەدزیەوە دەمانچەی یاریم دەبردە ماڵی ئەوان. خۆشم حەزم لە دەمانچە نەبوو، بەڵام حەزم دەکرد هاوڕێکەم توشی کێشە بکەم!

ئەگەر منداڵەکانمان لەگەڵ کەسانێکدا بن ببێتە تاقیکردنەوەی ئارامی و بەرگەگرتنی ئێمە، ئەوا شتێکی باشە

یەکێك لە منداڵەکانی خۆم ئاهەنگی یادی لەدایکبوونی بوو، سووربوو لەسەر ئەوەی بانگی یەکێك لە هاوپۆلەکانی بکات کە کێشەی خۆگونجاندنی هەبوو (کاتی خۆی بەم جۆرە منداڵانەمان دەووت "منداڵی لاسار" بەڵام چیتر ناتوانین وا بڵێین- بڕوانە یاسای ٨٧). کاتێکدایك و باوکیمنداڵەکەهاتنبەدوایدا،فرمێسکلەچاوەکانیاندابوو،چونکەئەمەیەکەمئا هەنگیلە دایکبوون بووە کە منداڵەکەیانی بۆ بانگهێشت کراوە. منیش وتم منداڵەکەتان زۆر گوێڕایەڵ بووە و هیچ هەڵەیەکی نەکردووە. بێگومان وانەبوو. لەبەردەم خۆمەوە دەموووت تەواو جارێکی تر ئەم منداڵە نایەتەوە ئەم ماڵە. چونکە تۆزێك یاری کرد و ماڵەکەی کاولکرد، بەڵام زیاتر لە منداڵەکانی تر نا. یەکێك لە منداڵەکانی ترم گرت کە بە منداڵێکی گوێڕایەڵ ناسرابوو، خەریکی پەنیر و لەفە و مرەبا کردنە ناو پوتەکانمەوە بوو.

ياسای ٨٥

ڕۆڵی تۆ وەکو منداڵ

ئێ، تۆ ئێستا گەورەبوویت و لەوانەشە کاتی منداڵیت بیر نەیەت. نەخێر هێشتا منداڵیت، هەرچەندە کاتێك دەچیتە بازار لەگەڵ دایك و باوکت و ئەگەر بچیتە شوێنی "دایك و باوك و منداڵ" خەڵك بە شێوەیەکی سەیر تەماشات دەکەن.

هەتا ئەوکاتەی دایك و باوکت ڕێت دەدەن لە ماڵ بڕۆیتە دەر و پلەت بەرز ببێتەوە ! تۆ هەر منداڵیت. وە بەرپرسیارێتی و ئەرکیشت لەسەر شانە. ئێستا کە تۆ بویتە پەیڕەوکاری یاساکان، دەبێت قسەخۆش و بیرمەند و ئارامگر و هاوکاری دایك و باوکت بیت.

ئەرکی ئەوەت لەسەر شانە دەبێت قسەخۆش و بیرمەند و ئارامگر و هاوکاری دایك و باوکت بیت

بەڵێ بەڵێ دەزانم خەریکە شێتت دەکەن بەڵام لەمەودوا تۆ ڕۆڵی خۆتت هەیە و بریتیە لەمانە:

- زۆر بە جوانی ڕەفتاریان لەگەڵ دەکەیت
- ئەگەر پێویستیان بوو/ ویستیان دەبێت ئاگاداریان ببیت
- ئەگەر پێویستیان بوو/ ویستیان دەبێت وازیان لێبێنیت

Scanned with CamScanner

- دەبێت گوێیان بۆ بگریت کاتێك قسە دەکەن لەسەر شتێك، وە نابێت بێزار بیت و ئاخ هەڵبکێشیت
- دەبێت پێزانینت هەبێت بۆ ئەوەی ژیانێکی دوورودرێژ و سەختیان هەبووە و ئەزموونێکی زۆریان هەیە، لەوانەیە هەندێك لەم ئەزموونانەیان بەسوود بن بۆت، ئەمەت بۆ دەرناکەوێت ئەگەر هەرچیەکیان وت تۆ پشتگوێی بخەیت.
- دەبێت سەردانیان بکەیت و هەواڵیان بپرسیت زۆر لەوە زیاتر کە وادەزانیت پێویستە، نەك هێندەی ئەوەی ئەوان بزانن پێویستە
- نابێت لەبەردەم منداڵەکانتدا بەگژیاندا بچیتەوە، بەڵکو دەبێت بەجۆرێك قسەیان لەگەڵ بکەیت وەکو ئەوەی باشترین داپیرە و باپیرەبن لە دونیادا
- دەبێت دڵتخۆش بێت کاتێك دێن و سەردانت دەکەن و بە خۆشییەوە پێکەوە دانیشتن و تەماشای تەلەڤیزۆن بکەن، بەبێ ئەوەی بۆڵە و گلەییت لێوە بێت

ئەی باشە بۆ دەبێت ئەم هەموو شتە بکەیت؟ چونکە ئەوان ژیانیان بە تۆ بەخشیوە، تۆیان پەروەردە کردووە. بەڵێ، بەڵێ دەزانم هەڵەشیان کردووە بەرامبەرت، بەڵام لەهەموو هەڵەکانیان دەبوریت (بڕوانە یاسای ٧٦). چونکەکەسێکیباشتلێدەرچووە.

دایکان و باوکان شایەنی مامەڵەی چاکن لەلایەن منداڵەکانیانەوە کاتێك دەچنە تەمەنەوە، وە پێویستیان بە ئاگالێبوون وە کەسێکە گوێیان بۆ بگرێت و قسەکانیان وەربگرێت. بەڕاستی باشترین کەسن بۆ ئاگاداربوون لە منداڵەکانت/ئاژەڵە ماڵیەکانت (پارەشت لێ وەرناگرن بۆ ئەمە).

Scanned with CamScanner

یاسای ٨٦

ڕۆڵی تۆ وەکو دایک و باوک

بەڕاستی ئەمەشیان سەختە. تۆ ڕۆڵێکت هەیە و گرنگیشە، بەلاَم چۆن پێناسەی ئەم ڕۆڵە بکەین، چۆن وای لێبکەین ڕاستەقینە بێت بەلاتەوە، تا پێی بژیت و بەکاریبێنیت؟

(ستیڤ بیدەڵف)، نوسەری (پەروەردەکردنی کوڕان[٢٠]) و چەند پەڕتووکێکی تر لەسەر دایک و باوکێتی، لە چاوپێکەوتنێکی ڕۆژنامەوانیدا وتی کاری ئێمە وەکو دایک و باوک بریتیە لە پاراستنی منداڵەکانمان تا بژین و بگەنە تەمەنێك بتوانن خۆیان یارمەتی بۆ خۆیان پەیدا بکەن...

ئەگەر هێندە بەجەرگ و شێت بویت تا ڕۆڵی دایك یان باوك ببینیت، ئەوا تۆ وازۆی بەڵێننامەیەکی نادیار دەکەیت لەگەڵ منداڵەکانتدا لەسەر ئەوەی باشترین و ئەوپەڕی توانای خۆتیان بۆ دابین بکەیت لەسەر هەموو شتێك. هەموو شتێك مەبەستم تەنها شتە بەرجەستەکان نیە. کاری تۆ

---

[٢٠] پەروەردەکردنی کوڕان: بۆچی کوڕان جیاوازن- چۆن یارمەتیان بدەیت ببنە پیاوێکی دڵخۆش و هاوسەنگ (تۆرسنس، ٢٠٠٣، چاپییەکەم- فینچ، ١٩٩٧)

Raising Boys: Why Boys are Different- and How to Help Them Become Happy and Well-balanced Men (Thorsons٢٠٠٣،١،st edn Finch١٩٩٧،)

Scanned with CamScanner

ئەگەر ڕازی بوویت پێی، بریتیە لە باشترین لە هەموو ئەو شتانەی پێویستن لە دایك و باوکێتیدا.

دەبێت هاندەر و پشتیوانکار و میهرەبان و ئارامگر و پەروەردەکار و بەوەفا و ڕاستگۆ و خەمخۆر و خۆشەویستی پێدەر بیت.

دەبێت دڵنیابیت لەوەی باشترین خواردن دەخۆن بۆ گەشەکردنی منداڵ. بە باشترین جۆر پەروەردەیان دەکەیت لەسەر توانا و کارامەییەکانیان. ئامانجت ئەوە دەبێت حەز و ویستیان پەرەپێبدەن بۆ هەموو بوارەکان نەك تەنها ئەو بوارانەی تۆ جەختیان لێدەکەیتەوە. تۆ بە ڕوونی سنورەکانیان بۆ دادەنێیت تا بزانن چی چیە و دەتوانن چی بکەن و چی نەکەن، هەروەها ڕێککاریەکی ڕوونیشت هەبێت بۆیان هەرکات سنورەکانیان بەزاند. ئاستی سەرپەرشتیکردنت لەگەڵ تەمەنی ئەواندا دەگونجێنیت، منداڵی بچوکتر پێویستی بە سەرپەرشتیی زیاتر و نزیکترە وەك لە منداڵی گەورەتر. هەمیشە لانەیەکی ئارامیان بۆ دەڕەخسێنیت لە ماڵەوەدا، بێ گوێدانە ئەو کێشانەی لەم دونیا گەورە خراپەدا توشی دەبن.

> **کاری تۆ ئەگەر ڕازی بوویت پێی،**
> **بریتیە لە باشترین لە هەموو ئەو شتانەی پێویستن لە دایك و باوکێتیدا**

تۆ پێداگر و خۆشەویستیپێدەر و بەشداریپێکار و خەمخۆر و بەرپرس دەبیت. تۆ پێوەریان بۆ دادەنێیت و دەبیتە کەسێکی نمونەیی تا چاوت

Scanned with CamScanner

لێبکەن. هیچ شتێك ناکەیت و ناڵێیت ئەگەر سەربەرز نەبیت بەوەی منداڵەکانت بیزانن. بەرگرییان لێدەکەیت و دەیانپارێزیت و لە زیان بەدووریان دەخەیت. ئەندێشەیان فراوان دەکەیت و مێشکیان دەبزوێنیت تا کە گەورەبوون داهێنەر بن و بەجۆش و خرۆش و پەرۆشاوی بن بەرامبەر ئەم دونیایە.

تۆ پەسەندیان دەکەیت و متمانە بەخۆبوونیان بەهێز دەکەیت و ئاسودەبوونیان باشتر دەکەیت و بە خوێنەواری و پەروەردەکراوی و بەڕێزی و یارمەتیدەری و بەرهەمێنەر دەیاننێریتە ئەم جیهانە و کۆمەڵگەوە. هەرکات کاتی ئەوە هات لانەکەیان جێبهێڵن، یارمەتییان دەدەیت و پشتیوانیان دەکەیت لە پتەوکردنی پێیەکانی خۆیاندا (یان یارمەتییان دەدەیت لە باڵگرتن و فڕین بەرەو ئامانجەکانیاندا؟)

هیچ نیە کارت ئاسانە...

Scanned with CamScanner

یاسا کۆمەڵایەتیەکان

ڕۆژانە ئێمە مرۆڤی ڕاستەقینە لە کار و پەیوەندی و دوکان و ژیانماندا دەبینین، ئەم کەسانە یان پێشتر ناسیومانن یان کەسانی تەواو نەناسراو و نامۆن. ئەم جیهانە پڕە لەو کەسانەی کاریان لەگەڵ دەکەین. ئەم کارکردنانە، گەورە و ئاڵۆز بێت یان بچوک و سانا، دەکرێت زۆر خۆش و پڕ لە ژیان بێت، یان زۆر ناخۆش بێت. ئەمانەی دواتر چەند یاسایەکی کۆمەڵایەتین. بێگومان ئەم یاسایەنە نەخشی سەربەرد نین. وە شتانێکی نوێ و شۆڕشگێڕانە نین. تەنها بیرهێنەرەوەن.

هەندێك یاسا دەخوێنینەوە لەسەر چۆنیەتی مامەڵەکردن لەگەڵ ئەو کەسانەی لە کارەکانماندان. چونکە زۆرینەی کاتەکانمان ئێمە کار دەکەین و چیمان لەدەست بێت ئەنجامی دەدەین تا کارەکانمان سەرکەوتووتر و خۆشتر بێت و زیاتر ڕەزامەندیمان هەبێت تیایدا و زیاتر بەرهەممان هەبێت و چێژیەخشتر بێت، ئەمەش خراپ نیە، وایە؟

یاسا کۆمەڵایەتیەکان بریتین لە بازنەی چوارهەم بە دەورماندا (یەکەم بریتیە لە خود، دووهەم هاوژین، سێهەم خێزان و هاوڕێ، چوارەم پەریوەندیە کۆمەڵایەتیەکان). زۆر ئاسانە بەلامانەوە ببینین کۆمەڵە و پلە کۆمەلایەتیەکە و پێگەی کۆمەڵگەی خۆمان لە هەموو کۆمەڵە و پێگەکانی تر پێ ڕاستتر و گرنگتر و (لەوەی تۆ باشتر) بێت. بەڵام هەر کۆمەڵگەیەك بەم شێوەیە خۆی دەبینێت. چەند باشتر دەبێت ئەگەر ئەم بازنەیە بەدەوری خۆماندا بکێشین بە جۆرێك خەڵکانی پێشینەوئیتنیە

جیاوازەکان و کۆمەڵگەکانی تر لەخۆ بگرێت، تا هەموومان هەست بکەین بەشێکین لە کۆمەڵگە گەورەکە، ئەویش مرۆڤایەتیە. واباشترە خەڵکان لەخۆ بگیردرێن وەك لەوەی تەنانەت یەك دانەشیان وەدەر بنرێن. چونکە زۆر بە ئاسانی خەڵکان وەدەر دەنرێن لەسەر هەر هۆکارێك بێت بۆ جیاکاری لەسەر بنەمای "خۆمان" و "ئەوان"، هەرچەندە لە ڕاستیدا هەموومان "خۆمان" و "ئەوان"یشین.

دەبێت بە ڕێزەوە مامەڵە لەگەڵ هەموو کەسێکدا بکەین، ئەگینا خەریکی چین؟ دەبێت خەمخۆری هەموو کەسێك بین ئەگینا هەموومان لێك دەپچڕێین. دەبێت یارمەتیی هەموو کەسێك بدەین بێ گوێدانە ئەوەی کێن، چونکە ئەگەر وانەکەین کەسیش نابێت یارمەتی ئێمە بدات لەکاتی پێویستیدا. دەبێت یەکەم کەس بین دەستی یارمەتی درێژ بکەین. بۆچی؟ چونکە ئێمە پەیڕەوکاری یاساکانین.

یاسای ٨٧

ئێمه زۆر لەیەك نزیكترین وەك لەوەی دەیزانیت

هاوڕێیـەكم هەیـە، نزیـك نیـە بـەڵام وەكـو ناسیاو وایـە زیـاتر. كەسێكی ئاسـاییە، دوكـانی كۆمپیوتـەری هەیـە و ڕۆژانـە لـە ٩ی بـەیانی تـا ٥ی ئێوارەلەسـەركارەكەیەتی،خێزانیهەیەوهیچ شـتێكی نائاسـایی لـەم كەسەدا بوونی نیە. یان خۆی وای دەزانی هەموو ژیانی ئاساییە.

ئـەم كەسـە ئینگلیـزە، لـە ئینگلتـەرا لـە دایكبـوە و گـەورە بـووە. بـەڵام كەمێك بۆڵەبۆڵ و گلەیی هەبوو لە بابەتی كۆچبەر و پەنابەران. گلـەیی لـە زۆری ژمارەیان هەبوو. بەڵام دیار بوو گلەییەكەی تـەنها لەسـەر ژمارەیـان نەبووە. هێندە نابێت بۆی دەركەوتووە كە بە منـداڵی لـەخۆگیراوە. ئەمـە هیچ كێشەی تێدا نیە بێگومان، چونكە زۆر كەس وان، بەڵام دەسـتی كـرد بە گەڕان بە دوای ڕەچەڵەكی خێزانەكەیدا. خەیاڵت بۆچی دەچێت؟ بـەڵێ خۆیـەتی! بـاوكی ئـەم كەسـە بیـانی بـووە[٢١]. ئەگـەر سـەیری ئـەم پیـاوە بكەیت بۆت دەرناكەوێت كە نیو ئینگلیزە بە ڕەچەڵەك. سەیرە.

ئەگـەر بـە ڕەچـەڵەكی هـەر كەسێكدا بڕۆیتـەوە، دەبینیـت زۆربـەی لـە كۆمەڵگە و ئیتنیی جیاوازەوە هاتوون. هیچمان بە واتای وشـە "ڕەسـەن" نـین. هـەمووومان تێكـەڵكراوین و بڵاوكراوینەتـەوە ئـەگینا ئەگـەر زۆرمـان لێبكرێـت دەزانـین لـەكوێوە هـاتوین. ئەگـەر زیـاتر بگەڕێنـەوە بـە

[٢١] ئەم وشەیە هی ئەو پیاوەیە، ئەو بەكاریدەهێنێت

ڕەچەڵەکەکانماندا دەبینیت جیاوازیەکانمان کەمتر دەبێتەوە. نزیکەی نیوەی ئەورووپا هێڵێك لە ڕەچەڵەکەکەیان دەگەڕێتەوە سەر جەنگیز خان، کە لە مەنگۆلیاوە هاتووە.

مەبەستم لەم قسانە چیە؟ ئەوەیە بڕیار و حوکم مەدە بەسەر کەسدا، چونکە هەموومان مرۆڤین، هەموومان لە یەك ڕەچەڵەکەوە هاتووین. هەموومان دەچینەوە سەر یەك ئەگەر بە ڕەچەڵەکەکانماندا بڕۆینەوە. جیاوازیمان نیە. دەبێت کۆمەڵگە و کەلتورەکانی تر پەسەند بکەین هەرچەندە جیاوازیشمان زۆربێت، چونکە ئەگەر ڕووپۆشەکانمان لابدەیت دەبینیت جیاوازیمان زۆر کەمە.

ئەگەر ڕووپۆشەکانمان لابدەیت دەبینیت جیاوازیمان زۆر کەمە

بەڵێ لەوانەیە پۆشاك و زمانمان و دابونەریتمان جیاواز بێت، بەڵام هەموومان دەکەوینە خۆشەویستیەوە، هەموومان پێویستمان بە ئامێزێکی میهرەبانە، هەموومان خێزانمان پێویستە، هەموومان دەمانەوێت دڵخۆش و سەرکەوتوو بین و لە هیچ نەترسین و ژیانێکی دوورودرێژ بژین و بە باشی بمرین، دەمانەوێت سەرەنجڕاکێش بین و نامانەوێت قەڵەو و پیر بین و نەخۆش بکەوین. ئەی کێشە چیە ئەگەر قات لەبەر بکەین، یان پۆشاکی ساریی هیندی، یان پۆشاك لە گەڵاو گوڵ، کە هەموومان لە ناخماندا بگرین ئەگەر ئازارمان گەیشت و پێبکەنین کاتێك دڵخۆش دەبین و گەدەمان قوڕە بکات ئەگەر برسیمان بوو؟ ئەم ڕووپۆشەی لەبەرماندایە و پێمانەوەیە زۆر بە ئاسانی لادەبرێت و دەبینین هەموومان مرۆڤێکی زۆر زۆر ئاسایی و ناوازەین.

Scanned with CamScanner

یاسای ۸۸

لێبوردن زیانت لێنادات

تووڕەبوون زۆر ئاسانە. زۆر ئاسانە خۆت تووڕە بکەیت و بۆڵەبۆڵ بکەیت و دەست بکەیت بە جنێودان و ڕەفتاری ناشرین.

بەڵام لێبوردەیی ئاسان نیە. لێرە مەبەستم لەوە نیە کە دەڵێت ئەگەر زللەیەکیان لێدایت ڕوومەتەکەی تریشت پیشان بدە بۆ لێدان. لێرەدا مەبەستم ئەوەیە لە ڕوانگەی کەسەکەی ترەوە بڕوانیت. پاشان لێبوردە بیت. توشی دۆخێک بووم لە پشوویەکدا، پاسکیل سوارێکی خوساو دەمەقاڵێی لەگەڵ کردم چونکە کەسێک (مـن نـەبوم) زۆر نزیک لەتەنیشتیەوە ئۆتۆمبیلی لێخوڕیوە و خەریکبوە فڕێی بداتە چاڵێکەوە. پاسکیل سوارەکە هاتوهاوارێکی زۆر نابۆوە و زۆر بێ ڕێزانە قسەی دەکرد. ویستم قسەی لەگەڵ بکەم تێی گەیەنم لەجیاتی شۆفێری ئۆتۆمبیلەکە، کەچی ڕووی دەمی کردە منیش و زۆر قسەی نابەجێی کرد. ئنجا دوورکەوتەوە و مستەکۆڵەی لێ ڕادەوەشاندم، کە وایکرد پاسکیلەکەی لەقی و خەریبو بکەوێت، منیش لە ناخمدا زۆر پێکەنینم هات. بینیم ئاسانە لەم کەسە ببورم، چونکە ڕۆژێکی خراپی هەڵبژاردووە بۆ پاسکیل سواری. زۆر دیاربوو پێی وترابوو ئەمڕۆ ڕۆژێکی خۆشە بۆ پاسکیل سواری، ئەو شوێنەی ئەم کەسەی تێکەوتبوو زۆر زۆر هەوراز و نشێویی تێدابوو، ئنجا زۆر باریبوو. دیاربوو ئەم کەسە ماندووە، ئازاری هەیە، تەڕە و زۆر دڵناخۆشیشە. چۆن نەتوانم لێی نەبورم؟ ئەگەر منیش

وەکو ئەم کەسە بە گێلانە لە ڕۆژێکی وەهادا پاسکیل سواریم بکردایە منیش بێزار و تورە و ئامادەی شەڕکردن دەبووم. بەزەیم بەم کەسەدا هاتەوە و هەستم بە ناڕەحەتیەکەی کرد. بەڵێ بێگومان هەڵە بوو کە جنێوی دا، بەتایبەت لەبەردەم منداڵدا. بەڵێ ئامادەبوو بۆ شەڕکردن و زۆر توندوتیژ بوو. بەڵام منیش و تۆش و هەر کەسێکی تر ئەگەری هەیە بکەوینە دۆخی ئەم کەسەوە، سارد، تەڕ، بێ ئومێدیش. کێ ناڵێت ئێمەش وەکو ئەم کەسە شەڕە جنێومان نەدەکرد ئەگەر بکەوتینایە ڕۆژێکی واوە بۆ پاسکیل سواری؟ لێبوردەیی بە واتای ئەوە نایەت کەسێکی لاواز بین و شتی نابەجێ پەسەند بکەین. دەتوانین پێداگر بین و بڵێین "ببورە بەڵام ئەو قسانەت قبوڵ ناکەم"، لەهەمان کاتدا دەتوانین لێبوردەبین چونکە دەتوانین لە ڕوانگەی کەسەکەی ترەوە هەمان دۆخ ببینین. لەوانەیە ئەمە زیاتر پشوو درێژی بێت وەك لە لێبوردەیی. هەرکامیان بێت نابێت ئەمانە تێکەڵ بکەین لەگەڵ لاوازی و بێدەسەڵاتیدا.

دەتوانین جنێو بدەین و بڵێین "دەمت داخە بڕۆ ملت بشکێنە خەریکی پاسکیل سواریە سەقەتەکەت بە و دایکیشت بۆنی ئاژەڵی لێدێت"، بەڵام دەشکرێت هەست بە بەزەیی بکەین بەرامبەر ئەم کەسە نەگبەتە لەهەمان کاتدا. بێگومان کەسێکی باشە، بەڵام کارێکی هەڵەی کرد. تەنها ئەوەت لە یادبێت توشی هەرکەسێك بوویت و دەستی کرد بە جنێودان و قسەی ناشرین لەوانەیە پێش ئەوەی تۆ ببینن توشی کارەسات و دۆخێکی ناخۆش هاتبن.

لێبوردەیی بە واتای ئەوە نایەت
کەسێکی لاواز بین و شتی نابەجێ پەسەند بکەین

Scanned with CamScanner

 یاسای ٨٩

یارمەتیدەربوون زیانت لێ نادات

لە یاسای پێشوودا وتمان ئەو کەسە تورەیەی توشت بووە لەوانەیە پێشتر توشی دۆخێکی ناخۆش بوبێت پێش ئەوەی بگاتە لای تۆ. کەواتە با دۆخەکانیان باش بکەین پێش ئەوەی توشی هیچ کەسێکی تر ببن. با کەمێك نیاز باشی بڵاو بکەینەوە و لەوانەیە ببێتە هۆی ئەوەی خەڵکانی تورە و بێزار جنێو نەدەن و کۆنترۆڵ لەدەست نەدەن. لەوانەیە کەس میهرەبانی نەنواندبێت بەرامبەر ئەم کەسە تورەیە. لەوانەشە بۆ ماوەیەکی زۆر دووورودرێژ بووبێت کەس میهرەبانینەنواندبێت بەرامبەری. دەبینیت، هەمووی هەڵەی خۆمانە. ئەگەر تەنها کەمێك باش بوویتایە لەگەڵی، ئەوا تورەییەکەی بەسەر کەسی تردا نەدەڕشت ئەو ڕۆژە.درێژکردنی دەستی یارمەتی هەموو کاتێك و میهرەبان بوون و باش مامەڵەکردن لەگەڵ خەڵکی بەڕاستی ئاسان دەبێت هەرکات مێشك و دەروونمان سازکرد تا بەم جۆرە ڕەفتار بکەین.

دەکرێت ئەم باشییە ببیتە ڕەفتاری ئاساییت. هەروەها ئەم ڕەفتارە وادەکات بڵێیت "بەڵێ کێشە نیە یارمەتیت دەدەم" بە هەر کەسێك داوای یارمەتی کرد، وەك لەوەی بڵێیت "زۆر سەرقاڵم بۆ لە کەسێکی تر ناپرسیت؟"

Scanned with CamScanner

ئەم ڕەفتار باشییە لە شوێنی کارەکەت تاقی بکەوە و بزانە چی لە ناوبانگ و کارەکەت دەکات. ناسراو بوون بەوەی ئامادەیت دەستی یارمەتی درێژ بکەیت ناتکات بە کەسێکی لاواز. بەڵکو زۆر بە پێچەوانەوە.

ئەگەر کەسێکت بینی لە کێشەیەکدا، تەنانەت ئەگەر کێشەیەکی زۆر ئاسایی وەکو یارمەتیدان لە کردنەوەی سندوقی سەیارە و بابەتەکانی تر بۆ کەسێك دەستی گیرابێت، ئەوا دەتوانیت بڵێیت "یارمەتیت بدەم؟" ئەگەر ویستیان دەڵێن بەڵێ، ئەگەر نەشیان ویست... ئەوا تۆ یارمەتی خۆتت پێشکەش کردووە و ئەمەش کرۆکی بابەتەکەمانە.هەروەها ئەم ڕەفتار باشییە واتە دەستپێکردنی ڕۆژەکەت بەوەی بە باشی بیر لە هەموو کەسێك بکەیتەوە و یەکەم کەس بیت زەردەخەنە بکەیت و بوەستیت بۆ یارمەتیدان وەك لەوەی بڕۆیت و گوێی پێ نەدەیت.

هەروەها بریتیە لە هەوڵدان بۆ بینینی دۆخەکەیان لە گۆشە نیگای ئەوانەوە، بریتیە لە هاوسۆزبوون ئەگەر کێشەیان هەبوو. لەسەرت پێویست نیە هەموو کێشەکان چارەسەر بکەیت. بەڵکو بریتیە لە دانانی کات و ماندووبوون بۆ دڵنیابوون لەوەی کەسانی چواردەورت بێ کێشە و باشن. بەڵێ بێگومان ئەمە کەسانی نەناسراو و نامۆش دەگرێتەوە. ئەگەر هەمووکمان زەحمەتمان کێشا و جاروبار بەدەم کەسانی تریشەوە زەردەخەنەمان کرد، دڵنیابە جیهان بە شێوەیەکی کەمتر بەرەنگاریکارانە ڕۆژەکانی دەست پێدەکات.

ئەم ڕەفتار باشییە واتە دەستپێکردنی ڕۆژەکەت بەوەی
بە باشی بیر لە هەموو کەسێك بکەیتەوە

یاسای ٩٠

ئەوان چی سوودێك دەبینن؟

هەموومان دەمانەوێت سەرکەوتوو بین. لە کار و لە زۆربەی کایەکانی ژیانماندا، سەرکەوتن شتێکی باش و خۆشە، بێگومان ناشمانەوێت بدۆڕێین و شکست بێنین. کەس کە لەدایك دەبێت شکستخواردن نەنوسراوە لە ناوچەوانی. بەلاّم خۆمان وا بیر دەکەینەوە، ئەگەر ئێمە سەرکەوتین و بردمانەوە، کەسێکی تر دەبێت بدۆڕێت و شکست بێنیت. بەلاّم مەرج نیە و پێویست نیە بەو جۆرە بێت.

لە هەموو دۆخێکدا، پەیڕەوکاری زیرەکی یاساکان دۆخ و هەلومەرجەکە هەڵدەسەنگێنێت و دەپرسێت "ئەوان چی سوودێك دەبینن؟" ئەگەر زانیت چی هاندەری کەسانی ترە، ئەوا دەتوانیت ئاڕاستەی دۆخەکە بگۆڕیت (لەگەڵ کار و کردارەکانتدا) تا ئەوەی دەتەوێت بەدەستی دێنیت و ئەوانیش هەست بکەن شتێکیان وەدەست کەوتووە. بیرۆکە و ڕێبازی "من براوە تۆ براوە" لەوانەیە لە شوێنی کارەوە سەری هەڵدابێت، بەلاّم ئەمە بۆ هەموو دۆخ و پەیوەندیەك دەگونجێت و دەکرێت کاری پێبکرێت.

بۆ ئەوەی بزانیت کەسانی تر چییان دەوێت و چییان پێویستە، هەنگاوێك وەرە دواوە و کەمێك بە دابڕێنراوی بمێنەوە، تا لە دەرەوەی دۆخەکەوە بڕوانیتە تەواوی دۆخەکە. لەپڕ دەبینیت بابەتەکە لەسەر تۆ و ئەوان نیە،

Scanned with CamScanner

وە دەبینیت دەوەستیت لە بیرکردنەوەی ئەوان دەبێت لەسەر ڕێت لابچن تا تۆ سەرکەویت و بیبەیتەوە.

ئەوەی دەتەوێت بەدەستی دێنیت و ئەوانیش هەست دەکەن شتێکیان وەدەست کەوتووە

مامەڵـەکردن لەگـەڵ کەسـێك کـە لـەم یاسـایە گەشـتبێت و شـارەزای بـەکارهێنانی بووبێـت، ئـەزموونێکی زۆر ناوازەیـە. ئـەو کاتـە خـەڵکی زۆر حەزدەکـەن کـارت لەگـەڵ بکـەن، چـونکە کەشـێکی تێگەشـتن و هاریکـاریکردن لەدەورتـە. هـەرکات فێربوویـت هەمیشـە بڕوانیتـە کرۆکـی ئـەوەی کەسـەکەی بەرامبـەرت چـی گرنگـە بەلایـەوە، ئـەوا لـە مامەڵـە و هەڵسـوکەوت و دانوسـتانندا زۆر گونجـاو و نـەرم دەبیـت و بـە کەسـێکی پێگەشتوو و پشتیوانکار ناوبانگ دەردەکەیت. ئەمەش دەبێتە بردنـەوە و سەرکەوتنێکی تر بۆتۆ.

هەروەها بیرۆکەی "من براوە تۆ براوە" نەك تەنها لـە شـوێنی کارکردنتـدا بەسـوود دەبێـت بـۆت، بـەڵکو لەماڵەوەشـتدا دەتوانیـت بـەکاری بێنیـت. ئەگەر مشتومڕتان کرد لەسەر ئەوەی بۆکوێ گەشت بکەن، وە زۆرت حـەز دەکرد بچیتە شوێنێکی تر، بیربکەوە لـە مێشـکتدا "ئـەوان چـی سـوودێك دەبینن؟"، ئـەو گەشـتە چـی تێدایـە ئـەوان دڵخۆش دەکـات؟ لایەنـەکان دیاری بکە و بخە ڕوو دەبینیـت ئـەوانیش ڕەزامەنـد دەبـن بـە شـوێنەکەی تـۆ. ئەگـەر هـەر نـەتتوانی بـیر لـە شـتێك بکەیتـەوە سـەرەنجی ئـەوان ڕابکێشێت، ئەوا دەبێت فراوانتر بیر بکەیتەوە، لەوانەیە تۆ ئـەو شـتەی لە

شوێنی گەشتەکەی تۆ هەیە و دەتەوێت، لە شوێنەکەی ئەوانیش هەبێت.
دەبینیت، تەنها بە بیرکردنەوە لە "ئەوان چی سوودێك دەبینن"
کارەکەت ئاسان دەکات و باشتر بیر دەکەیتەوە.
بەکارهێنانی ئەم لایەنە لە دایك و باوکێتیشدا بەکار دێت. ئەگەر تۆ یاسا
دابنێیت بەبێ ڕەچاوکردنی ئەوەی منداڵەکانت چییان دەوێت و چییان
پێویستە، ئەوا لێت هەڵدەگەڕێنەوە و هیچ نەبێت کاری ناوماڵ و
مامەڵەکردن لەگەڵیاندا سەخت دەکەن. بەڵام دووبارە بڵێ ئەوان چی
سوودێك دەبینن، ئەمە دەبێتە هۆی ئەوەی لە ڕوانگەی ئەوانەوە
دۆخەکەیان ببینیت و باشتر مامەڵە لەگەڵ دۆخەکەدا بکەیت. بەمەش
دەبیتە براوە.

یاسای ٩١

لەگەڵ کەسانی ئەرێنیدا کات بەسەر ببە

ئەگەر دەتەوێت لە ژیان و کار و لایەنی کۆمەڵایەتیتدا سەرکەوتوو بیت، ئەوا پێویستە ئاگاداری ئەوە بیت دوو جۆر خەڵك هەن کاتیان لەگەڵ بەسەر بەریت. یەکەمیان ئەوانەن وورەت بەرز دەکەنەوە و ئەرێنین دەربارەی ژیان و وزە و جۆش و خرۆشیان هەیە و ئەوەی دەیڵێن ئەنجامی دەدەن و بە گشتی وات لێدەکەت هەست بە باشی بکەیت. بەشەکەی تر بریتیە لە بۆڵەبۆڵکاران و وورە رووخێنەران و ناچالاکەکان. ئەم جۆرەی دووهەم ئەگەر بتەوێت کارەکانت جێبەجێ ببن و دڵخۆش بیت، نابێت کاتیان لەگەڵ بەسەر بەریت.

کەواتە لەگەڵ کەسانی ئەرێنی و ژیردا کاتت بەسەر بەرە. مەبەستم لەم کەسانە ئەوانەن کە ژیان وەکو بەرەنگاریەکی سەرەنجراکێش دەبینن شایستەی ئەوە بێت زۆرانبازی لەگەڵدا بکەیت و کاتی خۆشیشی لەگەڵ بەسەر بەریت. ئەم جۆرە کەسانە بۆچوونی ناوازەیان هەیە و کاتێك قسەیان لەگەڵ دەکەیت هەست بە چاکی دەکەیت و پێشنیار و قسەی ئەرێنی لەدەمیان دێتە دەر وەك لەوەی بۆڵەیان بێت. ئەم جۆرە کەسانە ئەوانەن پێت دەڵێن زۆر ناوازە و کەشخەیت، وەك لەوەی رەخنەت لێ بگرن.

Scanned with CamScanner

له پێشووتردا باسی ئەوەمان کرد دەبێت کەلوپەلی زیادە لە ژیانتدا فڕێ بدەیت، کەلوپەلی بەرجەستە (یاسای ٤٦). ئێستا کاتی ئەوەهاتووە خەڵکی زیادە فڕێبدەیت و وەلابنێیت. بابزانین کاتت لەگەڵ کێ بەسەر دەبەیت.

بە ڕاستگۆیانە بڵێ کام جۆرە کەسانە وات لێدەکەن هەست بەمانە بکەیت:

- لەکاتی بینیاندا هەست بە جۆش و خرۆشی بکەیت
- وات لێبکەن بەرەنگاری هەموو ئاستەنگیەکان ببیتەوە
- بتهێننە پێکەنین و زەردەخەنە و هەست بە باشی بکەیت بەرامبەر خۆت
- پشتیوانیت بکەن و ئاگادارت بن و هانت بدەن
- بە بیرۆکە و چەمك و ئاڕاستەی نوێ بتبزوێنن

وە کام جۆریان وات لێ دەکات هەست بەمانە بکەیت:

- پاش بینینیان هەست بە خەمۆکی بکەیت
- وات لێ بکەن هەست بە تووڕەیی و ڕەتکراوەیی و ڕەخنە لێگیراوی بکەیت
- بیرۆکەکانت بڕوخێنن و پلانەکانت سارد بکەنەوە
- بە ڕاستی و جددی وەرت ناگرن
- وات لێ دەکەن هەست بکەیت ناتوانیت هیچ شتێك بەدەست بێنیت

بێگومان لەگەڵ جۆری یەکەمدا کات بەسەر ببە. جۆری دووهەم وەلا بنێ و لە ژیانت دەریان بکێشە، مەگەر تەنها کاتێك وات لێبکەن هەست بە خاڵەکانی جۆری دووهەم بکەیت کە خۆیان ڕۆژێکی ناخۆشیان هەبووبێت

Scanned with CamScanner

(هەموومان وامان لێدێت). برۆ و ئەم جۆرە کەسانەی دووهەم لە ژیانت دەربکە. لەوانەیە بڵێیت ناشرینە بەم جۆرە هاوڕێکانت لە ژیانت دەربکێشیت. بێگومان ناشرینە، بەڵام دەبێت کاتی خۆش لەگەڵ هاوڕێکانت ببەیتە سەر نەك بۆڵەت بێت بەهۆی خراپییانەوە. ئەگەر بۆڵەم کرد بەرامبەر هاوڕێکانم، دەریان دەکێشم. کات بەسەر بردن لەگەڵ کەسانێکدا وات لێنەکەن هەست بە باشی بکەیت بێهودەیە. مەگەر خۆت حەز بکەیت وورەت بڕوخێنن.

کات بەسەر بردن لەگەڵ کەسانێکدا
وات لێنەکەن هەست بە باشی بکەیت بێهودەیە

Scanned with CamScanner

یاسای ۹۲

بەخشندە بە لە کات و زانیاریەکانتدا

لەگەڵ چون بە تەمەنتدا، بەڵام مەرج نیە داناتر ببیت (بڕوانە یاسای ۲)،چەندانشتفێردەبیت.

هەندێکلەوشتانەگرنگنبۆهەندێککەس،بەتایبەتیکەسانیلاو،بەڵامهەمیشەنا. ئەوەیدەزانیتبەشـداریپێبکەلەگەڵیان. زانیاریلەلایخۆتمەهێڵەوە. کاتیخۆتبۆخۆت هەڵمەگرە. باشە ئەگەر بەشداریيان پێنەکەیت ئەی چییان پێدەکەیت شایستەتر بێت لە بەشداریپێکردن؟

ئەگەر توانا و کارامەییەکی تایبەتیت هەیە، بیگەیەنە کەسانی تر. من ناشڵێم دەبێت هەموو کاتە بەتاڵەکانت لە شوێنی لاواندا بەسەر ببەیت و ئەوەی دەیزانیت فێری لاوان و گەنجانی بکەیت.

بەڵام ئەگەر هەلێکت هاتە پێش، بیقۆزەوە. لەم دواییانەدا داوام لێکرا قسە بکەم بۆ کۆمەڵێك منداڵی تەمەن ٦ساڵانلەسەردانەربوون. سەرەتاوتم "باشە خۆمن دانەرنیم، تەنها لەوانەیە وەکو نوسەر بشێم" و شەیدا نەرزۆر گەورە و ئەندێشە ئامێز و پێگەشتووانە بوو بەلامەوە. باشە من چی بڵێم بە کۆمەڵێك منداڵی ٦ساڵان لەسەر کارەکەم؟ بەڵام یاساکەی خۆمم بیرکەوتەوە، پاشان بەگەرم وگوڕی و میهرەبانانە قایلبوومو دەستم پێکرد.بەڕاستی ئەمکارە یەکێك بوو لەخۆشترین بەیانیەکانی ژیانم پاشماوەیەکی زۆر دووردرێژ. منداڵەکان زۆر سەرەنجڕاکێش بوون.

Scanned with CamScanner

پرسیاری زۆر ناوازەیان دەکرد و ئاگاداری قسەکانم بوون و بە شێوەیەکی زۆر پێگەشتووانە قسەیان دەکرد لەگەڵم و زۆر تامەزرۆبوون لەسەر بابەتەکە و بە گشتی ڕەفتاریان زۆر جوان و بەرز بوو. بەڕاستی زۆر بە ئاسانی دەمتوانی بڵێم "نەخێر". هیچ کات نازانیت لەوانەیە ببیتە هۆی هاندانی چی لە ناخی کەسەکاندا، ببیتە خۆشکردنی چ توانایەك و چ هاندەرێك بیت بێ ئەوەی پێشی بزانیت.

ئەم یاسایە بە تایبەتی پەیوەستە بە شوێنی کارەوە. زۆر بە ئاسانی توشی بیرۆکەی "ئەگەر من شتێك بزانم کەس نەیزانێت، ئەوا باڵا دەستترم" دەبیت. یان بڵێیت زانیاریی بریتیە لە هێز و دەبێت بچوکترین زانیاریش بۆخۆت هەڵبگریت. لە ڕاستیدا زۆربەی کەسە سەرکەوتووەکان هەمیشە دەگەڕێن بەدووی هەلێکدا بۆ گەیاندنی ئەوەی دەیزانن، دەگەڕێن تا خەڵکی بە ئاگا بێننەوە. چونکە ئەگەر ئەم کارە نەکەیت ئەی کێ جێگەت بگرێتەوە؟ خۆت دەکەیتە (دەست لێهەڵنەگیراو) و لە کارەکەتدا گیر دەخۆیت.

ئەگەر توانا و کارامەییەکانت نەگەیەنیت، هەر بەڕاست چییان لێدەکەیت؟ ئەو نهێنیە گەورانە چین لای تۆن و دەبێت لە خەڵکی بشاردرێنەوە؟ یان هۆکارەکە تەمبەڵییە؟

پەیڕەوکاری سەرکەوتووی یاساکان چەندێك توانی دەڵێت بەڵێ بەرامبەر هەلی گەیاندنی زانیاریەکان، چونکە لە کاتی گەیاندنی زانیاریدا ئەزموونێکی زۆر ناوازە و خۆش وەردەگریت. وە زۆریش کارێکی بەسوودە. مەڕۆ و بڵێیت ئەوەی دەیزانیت هیچ سودێکی بۆ کەس نابێت. من دڵنیاییت پێدەدەم شتەکە زۆر بە پێچەوانەوەیە، چونکە هەر کە

Scanned with CamScanner

قایلبوویت بە گەیاندنی زانیاریەکانت، هەنگاوێك دەچیتە سەروو ئەوانەی قایلنابن بە گەیاندنی زانیاریەکانیان. بەمەش تۆ گرنگ و سەرکەوتوو و بڕیاردەر و بەخشندە دەبیت. ئەمانەش وادەکەن تۆ ببیتە کەسێکی تایبەتی.

ئەگەر توانا و کارامەییەکی تایبەتیت هەیە، بیگەیەنە کەسانی تر

Scanned with CamScanner

یاسای ۹۳

بەشداربە

بەشدار بیت لە چیدا؟ هەرچییەك بێت (یان هەرچییەك بتوانیت). ئەوەی لێرەدا دەمەوێت بیڵێم بریتییە لەوەی حەز و ویستت هەبێت بۆ جیهانەکەت. تەنها دامەنیشە لە تەلەڤیزۆندا تەماشای جیهان بکەیت، برۆ دەرەوە و کارلێك بکە لەگەڵیدا. خەڵکانێکی زۆر ژیانیان تەنها لەڕێی ژیانی ناو ئەو شاشە بچوکەوە دەژین. یان ژیانیان بە لاوەکی و لە ڕێی دەستی دووەوە دەژین (لە ڕێی قسە و قسەڵۆکەوە). لە دەرەوە جیهانێکی زۆر گەورە و فراوان هەیە پڕاو پڕ لە ژیان و زیندوێتی و وزە و ئەزموون و بزاوتن و جۆش و خرۆش. بەشداربە واتە برۆ دەرەوە و بەشێك بە لە ژیان. برۆ دەرەوە و بزانە ژیان واتای چیە و چۆنە. تەماشاکردنی تەلەڤیزۆن خۆش و سەلامەت و ئاسودەیە. چونە دەرەوە دەکرێت ترسناك و سارد و نائاسودە بێت. بەڵام هیچ نەبێت دەزانیت هێشتا لەژیاندایت.

خەڵکیی هەمیشە گلەیی ئەوە دەکەن کە تا زیاتر بچنە تەمەنەوە ژیان خێراتر دەڕوات. بەڵام لە ئەزموونی خۆمەوە بۆم دەرکەوتووە تا زیاتر لە جیهاندا بین و بەشدار بین، کات زیاتر دەکشێت و خاو دەبێتەوە. ئەگەر تەماشای تەلەڤیزۆن بکەین، لەوانەیە چەندان کاتژمێر زۆر بە خێرایی بڕوات و هەر هەستیشی پێ نەکەیت.

Scanned with CamScanner

بەشداربوون واتـە هاوکـاریکردن و بەشـداریپێکردن و هاوبەشـبوون. نـەك وەستان لەلاوە و تەنها تەماشا بکـەیت کەسێکی تـر ژیانەکـەی تـۆ بـژی.

بەشـداربوون واتـە قـۆڵ هـەڵماڵین و چـڵکن بـوون و ئـەزموون پـەیداکردن، ئەزموونێکی ڕاستەقینە. بەشداربوون واتە بوون بە بەش لە شتێکدا، واتـە درێژکردنی دەستی یارمەتی، واتـە خۆبەخشـیکردن، واتـە گـۆڕینی حـەز و ویستێکی بیردۆزەییانە بۆ ڕاستەقینە، واتە هەبوون لە ژیانـدا و قسـەکردن لەگەڵ خەڵکی. بەشداربوون واتە خۆشی بینین، خۆشییەکی ڕاسـتەقینە، نەك خۆشی لە تەلەڤیزۆندا. بەشداربوون واتە یارمەتیدانی کەسانی تـر تـا چێژ لە ژیانیان ببینن زیاتر لەوەی کە بەبێ تۆ چێژی لێببینن.

مـن تێبـینی ئـەوەم کـردووە کەسـانی سـەرکەوتوو (ئـەم پەڕتووکـەش دەربـارەی کەسـانی سـەرکەوتووە، وە بـە سـەرکەوتوو مەبەستم ئەوەیـە دڵخۆش و ئاسودەبن وەك لەوەی دەوڵەمەند و بەناوبانگبن) جـۆرە حـەز و ویستێکیان هەیە لە ژیاندا کە پارەیان بۆ پـەیدا ناکـات، یـان دەستخۆشـی پـێ وەرنـاگرن. ئـەم کەسـانە شـتەکان تـەنها بـۆ خۆشـی بیـنین و یارمەتیدەربوون و هاندانی کەسانی تر دەکەن. زۆرجار ئـەم کەسـانە کـات تەرخان دەکەن بۆ ئەم کارانەیان، وەك لەوەی زیاتر تەماشـای تەلـەڤیزۆن بکەن.

قۆڵ هەڵماڵین و چڵکن بوون و ئەزموون پەیداکردن، ئەزموونێکی ڕاستەقینە

Scanned with CamScanner

کەسانە دەچنە دەرەوەی ماڵەکانیان و کاتی خۆش بەسەر دەبەن. ئەم کەسانە ئەم کارانە دەکەن تا گۆڕانکارییەك ئەنجام بدەن یان بەرژەوەندی و حەز و ویستێك بەشداری پێبکەن. ئەم کەسانە خولی سەیر و سەمەرە وەردەگرن. لەوانەشە بەخۆیان پێبکەنن لەسەر ئەم خولانە. لەوانەشە جاری وا هەبێت خوازیاربن بەشدارییان نەکردایە چونکە بۆتە هۆی ئەوەی ژیانیان داگیر بکات. بەڵام، ئەم کەسانە بەشێکن لە شتێك. بەشێکن لە جیهان، بە تەواوی واتای ووشەوە.

Scanned with CamScanner

یاسای ٩٤

ئاکاربەرزییت بپارێزە

بەڕاستی ئەمە بە ووتن ئاسانە و بە کردارەکی سەختە. پێشم خۆشە کە سەختە، بەڵام دڵنیام لەتۆ کە پێت ئەنجام دەدرێت. بۆ ئەنجامدانی ئەم کارە تەنها لەسەرتە ڕوانگەت بگۆڕیت، دەبێت خۆت لەم کەسەی کە هەیت و بە جۆرێك ڕەفتار دەکەیت بگۆڕیتە کەسێکی تر کە بە جۆرێکی تر ڕەفتار دەکات. بێگومان لە باشەوە بۆ باشتر. بڕوانە، گرنگ نیە دۆخەکەت چەندە ناخۆش و سەخت دەبێت، بەڵام نابێت هیچ لەمانە بکەیت:

- تۆڵەسەندنەوە
- ڕەفتار خراپیی
- زۆر زۆر توڕەبوون
- ئازاردانی خەڵك
- ڕەفتار و کاردانەوە بێ بیرکردنەوە
- هەڵەشەبوون
- توندوتیژبوون

ئەمە هەموویەتی. تۆ دەبێت هەموو کاتێك ئاکار بەرزییت بپارێزیت. بە ڕاستگۆیانە و گونجاوانە و میهرەبانانە و لێبوردەییانە و جوانی ڕەفتار دەکەیت، گرنگ نیە هەرچۆنێك توڕە کرابیت. گرنگ نیە بەربەست و

Scanned with CamScanner

ئاســتەنگی و بەرەنگاریەکــەی بــەردەمت چــۆنە. گــرنگ نیــە چــەند نادادپەروەرانە ڕەفتاریان کردبێت بەرامبەرت. گرنگ نیە چەند بە خراپـی ڕەفتاریان کردبێت. بە هیچ شێوەیەك پەرچەکرداری خراپی وەکو خۆیانت نابێـت. بـەردەوام دەبیـت لـە شارسـتانی بـوون و بـاش بـوون و ئاکـار بەرزبوون. ڕەفتارت هەر بەباشی دەمێنێتەوە. وشەی باش و شیاو بـەکار دێنیـت. هـیچ شـتێك نیـە بیکـەن و بیڵـێن تـا وات لێبکـات لـەم باشـێتیە لابدەیت.

بەڵێ دەزانم جاروبار ئەم هەموو باشیيە قـورس و سـەختە. دەزانم هـەموو دونیا بە خراپـی مامەڵـە دەکـەن، دەشبێت تـۆ بەرگـەی بگریت و نابێت دابەزیتە ئاستییان و وشەی نەشیاو بـەکاربێنیت، ئەمـە زۆر زۆر سـەختە. کاتێـك خــەڵکی خراپــە دەکــەن بەرامبــەرت، سروشــتیە حــەز بکــەیت بەرامبەریان هەڵسیتەوە و بەرەنگاریان ببیتـەوە. بـەڵام وامەکە. هـەر کـە ئەم ساتە سەختە تێپەڕی، زۆر سەربەرز دەبیت بـە خـۆت کـە ئاکـارت بـە بەرزی هێشتۆتەوە و هەستێکی زۆر خۆشترە وەك لە تۆڵەسەندنەوە.

دەزانم تۆڵەسەندنەوە حەزێکە و بۆمان دێـت، بـەڵام ئێمـە وەلای دەنـێین. ئێستاش و هەموو کاتێکیش. بۆچی؟

چونکە ئەگەر تۆڵەت کردەوە، تۆش دادەبەزیتە ئاسـتی ئـەوان و دەچیتە پــاڵ دڕنــــدەکان وەك لـــــە فریشـــــتەکان (بڕوانـــــە یاســـــای ٩)،چونکەتۆڵەســــەندنەوەلەتۆکەمدەکاتەوە و ســــووکت دەکــــات و لەکۆتاییشدا لێـی پەشیمان دەبیتـەوە و چیتر لـە بـوون بـە پـەیڕەوکاری یاساکان دەوەستیت.

تۆڵەسـەندنەوە بـۆ دۆڕاوەکانـە. ئاکارمـان دەبێـت هەمیشـە بـە بـەرزی بهێڵدرێتـەوە. ئەمـە دووبـارە واتـای ئـەوە نیـە تـۆ لاواز و بێدەسـەڵاتیت. بەڵکو واتە هەر ڕەفتار و کار و کردارێك بکەیت، ئەوا دەبێت ڕاسـتگۆیانە و شکۆمەندانە و خاوێن بێت.

پاراستنی ئاکار بەرزی زۆر هەستێکی خۆشترە وەك لە تۆڵەسەندنەوە

یاسای ٩٥

تەنها لەبەر ئەوەی ناخۆشییت دیوە، مەرج نیە هەموو کەسێك ببینێت

کاتێك لە قوتابخانە بووم کوڕێکی لێبوو خێزانەکەی لەچاو خۆیاندا دەستیان کورت بوو وە هێندە پارەیان نەبوو. بەڵام بەراورد بە زۆرینەی خەڵکانی تر، دۆخیان هێندەش خراپ نەبوو. بەڵام بەراورد بە زۆرینەی منداڵەکانی تر لە قوتابخانە، ئەمان پارەیان کەمتر بوو. هەر ئەمەش بوو وا لەم کەسە بکات کارێکی باشی دەست بکەوێت لە شاردا. ئێستاش دۆخی زۆر باشە. لەوانەشە لە زۆر لەوانەی جاران لە قوتابخانە لەگەڵی بوون باشتر بێت. بەڵام بەڕاستی ئەم کەسە ڕق لە دڵە بەرامبەر پارە. زۆری ڕق لەو کەسانەیە کە پارەیەکی زۆریان هەیە بەڵام وەکو ئەم ماندوو نەبوون لە بەدەستهێنانیدا، وە هەمیشە ئاماژەی پێدەدات لەلای هاوڕێکانی، وەکو جارێکیان وتی :" خۆشە بتوانیت بچیت بۆ دورگەیەکی دوور بۆ گەشت، هەموو کەس ئەمەی پێ هەڵناسوڕێت"، ئەم قسەیە ڕاستە، بەڵام خۆ ئەم کەسە ئەم جۆرە گەشتەی پێ هەڵدەسوڕێت.

بڕوانە، هەموو کەس چەندین کێشەیان هەیە ڕوو بە ڕووی ببنەوە، ئێستاش و لە ڕابردووشدا. بەڵام ناکرێت تۆ ڕق لە دڵ و قسە بەو کەسانە بڵێیت کە وەکو تۆ ماندوو نەبوون و ئازاریان نەچەشتووە. جا ئەگەر منداڵیەکەت زۆر ناخۆش بووە، یان هەژاریت، یان لە پەیوەندیەکدایت دڵخۆشت ناکات، یان ئەو کارەی حەز لێیە دەستت نەکەوتووە، یان

ناتوانیت ئاژەڵی ماڵی ڕابگریت چونکە هەستەوەریت هەیە، یان کێشەکەت بچوکە یان گەورە، گرنگ ئەوەیە ئەمانە هیچ کێشەی کەسی تر نیە. تۆ چوزانیت هاوڕێکانت چ جۆرە کێشەیەکیان هەیە و ناچارن لەگەڵیدا بژین، ئێستاش نازانیت و داهاتووش نازانیت. لەوانەیە هەر وەکو تۆ توشی بارگرانی و سەختییەکانی ژیان بووبن.

ئەگەر بڕۆیت و وا لە هاوڕێکانت بکەیت هەست بە تاوان بکەن لەسەر ئەوەی شتی باشیان هەیە یان هەندێك شت بە ئاسان دێت بە دەستیانەوە، ئەوا تۆ جگە لە زیان گەیاندن بە هاوڕێیەتیەکەتان هیچی ترت دەست ناکەوێت. ئنجا دوای ئەمە چی دەکەیت؟ ڕقت لەو کەسانە دەبێتەوە کە لە تۆ زیاتر هاوڕێیان هەیە؟ نەخێر، دەزانم کاری وا ناکەیت، بەڵام هەندێك کەس هەن ئەم کارە دەکەن. ئەی باشە جێگرەوە بۆ ئەم کارە چیە؟ ئایا حەز دەکەیت و خۆزگەی ژیان ناخۆشی و هەژاری و هاوسەرگیری خراپ و بێ کاری و هەبوونی هەستەوەری بەرامبەر ئاژەڵان دەخوازیت بۆ هاوڕێکانت؟ هیوادارم وا نەکەیت. ئەگەر تۆ بەوپەڕی خۆشیەوە دەژیت، ئەوا حەز دەکەیت هەموو کەسێکی تر بە دڵخۆشی ببینیت. کەواتە دڵخۆش بە جاری داهاتوو کە کەسێکت دی شتەکان بە ئاسانی دەهاتن بە دەستیەوە و ژیانی سەخت نەبوو.

بێگومان نامەوێت بێ سۆز دەرکەوم بەرامبەر ئەو کەسانەی ژیانیان سەختە. بەڵام ئەگەر بێزراو و ڕق لە دڵ بوویت بەرامبەر خەڵکی ئەوا ژیانت هێندەی تر ناخۆش دەکەیت. بە خۆشیی خەڵکی تۆش دڵخۆش بە ئەگەر بەو دۆخە سەختەشدا نەڕۆشتبن کە تۆ پێیدا ڕۆشتویت یان دەڕۆیت.

Scanned with CamScanner

ئەو هاوڕێیەم، ڕاستە لە خێزانێکی تا ڕادەیەک هەژار لە دایک بووە، بەڵام ژیر بوو. هەر ئەم بەهۆی ئەم ژیرییەوە توانی بچێتە زانکۆی ئۆکسفۆرد و کارێکی چاکیشی لە شار دەست بکەوێت. بەڵام ئایا هەست بە تاوان دەکات دەربارەی ئەو کەسانەی وەکو ئەم بە ژیری لە دایک نەبوون؟ بێگومان نەخێر. دڵنیام هەندێک خەڵکیش هەن کە ڕقیان لەم دەبێتەوە بەهۆی ئەوەی توانیویەتی بچێتە زانکۆ و ئەوان نەیانتوانیوە. بەڕاستی ڕێژەیەکی زۆر ڕق و کینەی ناپێویست لەم دونیایەدا بوونی هەیە. کەواتە با ئێمەش ڕق و کینەی زیاتری بۆ زیاد نەکەین.

ئەگەر بێزراو و ڕق لە دڵ بوویت بەرامبەر خەڵکی ئەوا ژیانت هێندەی تر ناخۆش دەکەیت

Scanned with CamScanner

یاسای ٩٦

خۆت بەراورد مەکە بە کەسانی تر

لەوانەیە بزانیت، ئەمە چاپی یەکەمی ئەم پەرتووکە نیە[٢٢]. لە چاپی یەکەمدا، داوام لە خوێنەران کرد پەیوەندیەم پێوە بکەن و یاساکانی خۆیان بنێرن. ئەم یاسایەیان، کە خۆشم زۆر لەگەڵیدام، لەلایەن قوتابیەکی تەمەن ١٦ساڵانەوەبۆمنێردراوەلەهیندستانەوە. منئەمشتە لەبەر دوو هۆکار باس دەکەم: یەکەمیان ئەمە ئەوە پیشان دەدات پەیڕەوکردنی ئەم یاسایانە پەیوەندی نیە بە تەمەنەوە. دووهەم، چونکە گرنگە بەلامەوە ئەم یاسایە لەلایەن کەسێکەوە نێردرابێت هێشتا لە خوێندندایە و دەیەوێت لە خەڵکی ترەوە فێر ببێت. هەبوونی هەست نەکردن بە لوتبەرزی و خاکێتی خۆی لە خۆیدا یاسایەکە هەمووما‌ن دەتوانین پەیڕەوی بکەین (دەی باشە، هیچ نەبێت من دەتوانم پەیڕەوی بکەم).

زۆرجار خەڵکی پێمان دەڵێن خۆمان بەراورد نەکەین بە هیچ کەس. باسەکە لێرەدا ئەوەیە ئەگەر خۆمان بە باشتر بزانین ئەوا لوت بەرزییە و ئەگەر خۆمان بە خراپتر بزانین، ئەوا دەبێتە خۆکەمکردنەوە. هەروەها هۆکارێکی تر ئەوەیە ئێمە هەموومان جیاوازین، لەبەر ئەوە هیچ بەراوردکارییەك ڕاست و دروست دەرناچێت. بەڵام، کاتێك لەسەر کاریت،

Scanned with CamScanner

به بەردەوامی ئامانجی باشترکردنی کارەکەت دا دەنێیت، ئەمەش زۆر باشە. دەبێت لە ژیانیشماندا ئامانج بۆ خۆمان دابنێین (بڕوانە یاسای ٢٩).

ئەمئامانجانەتەنهابۆپلانەکانماننییە،بەڵکوبۆڕەفتاروپەرەسەندنوگەشەکردنی شمانە. هیچ کەس لە ئێمە کامڵ و بێ خەوش نیە، هەموومان ئەمە دەزانین. هەموومان خۆزگە دەخوازین ئارامگرتر و میهرەبانتر و پشوودرێژتر بین و باشتر کار بکەین و دایك و باوکی باشتر بین و باشتر پارەکانمان بەڕێوەببەین. بەڵام چەندێك باشتر؟ باشترین ڕێگە بۆ بڕیاردان لەسەر چەندێك باشتر بریتیە لەوەی ئەو کەسەی زۆر ڕێزی لێدەگریت بکەیتە سەنگی مەحەك. وەکو ئەوەی بڵێیت "حەز دەکەم وەکو فلانە کەس ڕێکخراو بم" یان "وەکو فلانە کەس هێمن بم". دەبینیت؟ لێرەدا خۆت بەراورد دەکەیت بە کەسانی تر، بەڵام
بە شێوەیەکی ئەرێنیانە. ئەمە واتە تۆ دەزانیت چەندێك باشتربوونت دەوێت، وە دەزانیت چی دەتوانیت بەدەست بێنیت. هیچ پێویست ناکات بەو کەسانە بڵێیت وەکو سەنگی مەحەك و ڕێبەر بەکاریان دێنیت، هەرچەندە دەشتوانیت داوای ئامۆژگارییان لێبکەیت ئەگەر زانیت بەسوود دەبێت بۆت.

لەوانەیە وا هەست بکەیت ئەگەر هەموو کاتێك خۆت بەراورد بکەیت بە کەسانی باشتر لەتۆ توشی خەمۆکیت دەکات. بەڵام وەکو ئەو هاوڕێ تەمەن ١٦ساڵانە یەم بەژیرانە خست و یەتیەڕوو، هەندێك مرۆڤباشن، هەندێکیتر یانباشترن. لێرەدا کەس خراپنیە، هیچ نەبێت تۆ هەست بە باشتر بوون دەکەیت چونکە ڕاستگۆیت لەگەڵ خۆت ئەگەر بزانیت

Scanned with CamScanner

مـەودای باشـتربوونت هەیـە و پاشـان هـەنگاوی ئـەرێنی بنێیـت بـۆ بەدەستهێنانی.

شتێکی ئاسایيە ئەگـەر لـە تەمـەنێکی وەکـو ١٦ سـاڵاندا وکـو مامۆسـتا لەکەسانی چواردەورمان بڕوانین. بـەڵام لەگـەڵ چوونە تەمەنمانـەوە بـە داخەوە ئەم ڕوانگەیە لەدەست دەدەین. ئەگەر پێی بزانین، ئەوا تـەنها لـە چواردەوری کەسانی باش و ئەرێنیدا دەبین، لێرەشدا شتێکی نامۆ دەبێت ئەگەر لەم جۆرە کەسانەوە هیچ فێر نەبین، وایە؟ ئەمـەش باشـترین هەلـە بۆ زاڵبوون بەسەر یاسای ٢[٢٣]دا.

دەزانیت چەندێك باشتربوونت دەوێت،
وە دەزانیت چی دەتوانیت بەدەست بێنیت

[٢٣] چـیە دەڵێیـت یاسـاکانت لەبـەر نیـە؟ یاسـای ژمـارە ٢ئەمەیـە "تۆپیرتردەبیت،بەلامەرجنیەداناتربیت"

یاسای ٩٧

پلانت بۆ کارەکەت هەبێت

لـە کارەکەتـدا چـۆنیت؟ پلانـت بـۆی هەیـە؟ ئـەی ئامـانج؟ تەنانـەت مەبەستێکی سادەش؟ ئەگەر هیچ کـام لەمانـەت نیـە، ئەگـەری زۆرە لاڕێ بکـەویت. ئەگـەر پلانـت هەیـە، ئەگـەری باشـترە بگەیتـە ئـەو شـوێنەی دەتەوێت. زانینی ئەوەی دەتەوێت بگەیتە کوێ بریتیـە لـە ڕێژەی سـەدا ٩٠ یتەقەلاکەت. زانینی ئەوەی دەتەوێت بگەیتە کـوێ واتـە دانیشـتویت و بیرت کردۆتەوە، وە واتە ئاگاداری داهاتووت بوویت و هۆش و هـزرت بـۆی تەرخان کردووە.

هەرکات ڕوانیتە داهاتوو وە زانیت دەتەوێت بگەیتە کوێ (بێگومان لێـرەدا ڕاست و هەڵە نیە، چـەندێك تامـەزرۆیی و بـەرزخوازیت بتـەوێت دەتوانیـت هەتبێت) ئـەوا دەتوانیـت ئـەو پلانـە لۆژیکیانـەی پێویسـتتە دابڕێـژیت تـا بگەیتـە جێـی مەبەسـتت. هـەرکات ئـەم هەنگاوانـەت دارشـت، دەتوانیـت کاریان لەسەر بکەیت تا بیانکەیتە واقیع. ئایا شـیاوتربوونی زیـاترە؟ ئایا بەدەسـت هێنـانی ئەزموونـە؟ ئایا گـۆڕینی کـارە؟ یـان گـۆڕینی شـێوازی ئەنجامدانی کارەکەتە؟ هەنگاوەکانت هەرچیەك بـن تـۆ پێویسـتە کاریـان لەسەر بکەیت. خۆت مەنگ مەکە. مەهێڵە گیر بخۆیت.

هەمووما‌ن پێویستمانە کار بکـەین بـۆ بەدەسـتهێنانی بـژێویمان. دانیشـتن لەماڵەوە و تەماشاکردنی تەلەڤیزۆن ئەمەمان بۆ ناکات. کارکردن مێشـکت

به چالاکی دەهێڵێتەوە و دەبێتە هۆی ئەوەی ئاگاداری کەسانی تر بیت، هەروەها کارکردن ئەرك و بەرەنگاربوونەوەی ڕۆژانە دەخاتە بەردەمت بۆ بزواندنی مێشکت. باوەڕم پێبکە، کارکردن زۆر باشترە وەك لە کار نەکردن.ئەگەر پلانت نەبێت نازانیت بەرەو کوێ دەڕۆیت و دەگەیتە کوێ. بەڵێ ڕاستە ئەمە لەوانەیە سەرەنجڕاکێش بێت بەلاتەوە بەڵام گومانم هەیە لەوەی کەسێکی زۆر تەنها بە هەل و شانس دڵخۆش و سەرکەوتوو بن. دڵخۆش بوون و سەرکەوتن کاری هوشیارانە و ئاگادارانەی دەوێت. هەبوونی پلان بەشێکە لەم هەوڵە هوشیارانەیەت. دەشزانم بەخت ڕۆڵێکی باشی هەیە لە ژیانی هەندێك کەسدا، بەڵام ڕێژەی ئەم کەسانە زۆر کەمن. داڕشتنی پلان و کارکردنی زۆر واتای ئەوە نیە چاوەڕێی بەختت نەکەیت، وە بێگومان واتای ئەوەش نیە ئەگەر بەختت هەبوو، هەموو پلانەکانت وەلا بنێیت و پشتگوێیان بخەیت.

دانیشتن لەماڵەوە و تەماشاکردنی تەلەڤیزۆن بژێویمان بۆ پەیدا ناکات

ئەگەر سەرت قاڵ نیە بە داڕشتنی پلان و کارکردن بۆ ئامانجی داهاتووت، ئەگەری زۆرە بکەویتە گێژاوی خەمۆکی و پشتگوێخستنەوە. کەسانی سەرکەوتوو هەمیشە ئامادەبوونی کارکردنیان تێدایە، تەنانەت ئەگەر ئامادەش نەبن بە شێوەیەکی سروشتی، ئەوا خۆیان دەردەخەن ئامادەبن. هەر ئەم خۆ دەرخستنی ئامادەبوونە وایان لێدەکات ئامادەییان بۆ دروست ببێت و هەڵسن بە ئیش و کاری خۆیان. تۆش تاقیبکەوە. سەرسام دەبیت.

بڕوانە دەرەنجام و پەلوپۆی ئەو کارەی بۆ بژێویت ئەنجامی دەدەیت

چیتر سەلامەت و بەرپرسیارانە و کارێکی ئاکاریش نیە ئەگەر بەبێ بیرکردنەوە بەردەوامبین لەو کارەی ئەنجامی دەدەین و ئەو کاریگەریانەی هەیەتی. من پرسیارت لێناکەم لەسەر ئەو کارەی دەیکەیت. چونکە ئەمە کاری من نیە. وەکو نوسەرێك، ئاگاداری ئەوەم بەهۆی کارەکەمەوە چەندان درەخت دەبڕدرێنەوە. هاوسەنگی بەرامبەر ئەمە بریتیە لە کاریگەریە ئەرێنیەکان (هیوادارم کاریگەری ئەرێنی بن)ی ئەو شتانەی دەیاننوسم و ئەو کەسانەی دەخرێنە سەر کار بەهۆی نوسینەوە. بەڵام هیچم پێناکرێت لەسەر دۆخی کارکردنی ئەم کەسانە، کەواتە لێرەدا من بەرپرس نیم لێیان. یان بەرپرسم؟

وەکو نوسەرێك، ئاگاداری ئەوەم بەهۆی کارەکەمەوە چەندان درەخت دەبڕدرێنەوە

بەلای منەوە، درەختەکان مردوون، ئەو کارەبایەی لە نوسینگەکەمدا هەیە و ئەو پیسبوونی ژینگەیەی بەهۆی ئەو بارهەڵگرانەی کە پەڕتووکەکانم دەگەیەننە مەخزەنی پەڕتووکەکان، چەند دەرەنجامێکی کەمن بەهۆی ئەوەی من لێرە دانیشتووم و تایپی نوسینەکانم دەکەم. ئەی تۆ چی دەکەیت؟ هیچ شمەکێکی ژەهراویت فرێداوە بەم نزیکانە؟ یان سیستەمی ئاراستەکردنی موشەکێکت داڕشتووە؟ یان تەواوی دارستانێکی هێڵی یەکسانت تەخت کردووە؟ یان کارەکەت

خزمەتگوزاریـەك و بەرهـەمێكی گرنگـی هەیـە، ئایـا خـەڵكی دڵخۆشـتر و دەوڵەمەندتر و سەركەوتوو تر دەكات؟ئەو كارەی بۆ بـژێویمان دەیكـەین، كاریگەری خۆی هەیە. لەوانەیە لە كارێكدا بین ژینگـە پـیس بكـات و ئـازار بگەیەنێت و ناخۆش و خراپ بێت. یـان لـە كارێكـداین یارمـەتیی خـەڵكیی دەدەیـن و سـود بـە خـەڵكی دەگەیـەنین. زانـینی ئـەوەی كارەكـەمان كاریگەریی هەیە، بـاش بێـت یـان خـراپ، واتـای ئـەوە نیـە واز لـە هـەموو شتێك بێـنین و كارەكانمـان بگـۆڕین. وە واتـای ئـەوەش نیـە دابنیشـین و پاڵی لێبدەینەوە و بڵێین حاڵمان باشە چونكە كارێكی خراپمان نیە.

هەموو كارێك و بوارێك و پیشەسازییەك دەرەنجامی خۆی هەیە، باش بێـت یان خراپ. هـەموو ئـەو شـتانەی لـە كارەكانمانـدا ئـەنجامی دەدەیـن یـان سوودی گەورەی هەیـە یـان زیـان بەخشـە. دەبێـت هـەڵیان بسـەنگێنین و بـزانین هەسـتمان چـۆنە بەرامبـەری. ئەگـەر دڵنـاخۆش بـووین، دەتـوانین كارەكە واز لێبێنین، بەڵام بە خێرایی نا، چونكە لەوانەیە بتوانین لە نـاخی كارەكانمانەوە گۆڕانكـاری ئـەنجام بـدەین.كـاتی خـۆی لـە بوارێكـدا كـارم دەكرد ئاگاداری ئەوە بووم شتەكان كەمێك نادیار بوون، بۆیە دەستم كـرد بە پرسینی ئەم پرسـیارە "ئەگـەر خـەڵك بزانێـت چیمان بەسـەر دێـت؟" بەمە هـەوڵی ئـابڕوبردنی كارەكـە یـان بەرەنگاربوونـەوەی كەسـم نـەكرد، تـەنها پرسـیارم كـرد. بـەڵام پرسـیارەكە بـووە هـۆی ئـەوەی بـزانم ئـەو كارانـەی دەكـرێن كـەمێك لـە سـەروو هێڵـی باشـییەوەن. لەوانەیـە تـۆش بتوانیت هەمان كار بكەیت. یان بە هێواشی و بێدەنگی ئـەو كاریگەرییـەی هەتە بەكاری بێنیت بۆ گۆڕینی شتەكان ووردە ووردە بەرەو باشتر.

یاسای ٩٩

لەکارەکەتدا باش بە

چۆنیەتی ڕەفتارکردنمان لە کارەکانماندا کاریگەری دەکاتە سەر هاوپیشەکانمان. پێویستە پێوەرمان هەبێت و پەیڕەویان بکەین. دەبێت ئاکار بەرز و شکۆمەند و ڕاستگۆ و متمانەدار بین. ئەمانەش هەندێك شتی ترن دەکرێت یارمەتیت بدەن زۆر سەرکەوتوو ببیت لە کارەکتدا.

دەبێت ئاکار بەرز و شکۆمەند و ڕاستگۆ و متمانەدار بین

بە گرنگییەوە مامەڵە لەگەڵ کارەکەتدا بکە و بەوپەڕی تواناتەوە ئەنجامی بدە. دەستەوەستان مەبە و بەردەوام فێربە و ئاگاداری بوار و نوێگەرییەکانی کارەکەت بە. ئەگەر پێویست بوو کاتی زیاتر کار بکە، بەڵام زۆر فشار لەخۆت مەکە، ڕێچکەیەکی هێمنانە زۆر باشترە بۆت.
هەمیشە بەدووی باشترکردنی هەمووandا بگەڕێ، وەك لەوەی تەنها هەوڵ بۆ خۆت بدەیت. زیاتر بە شێوازی "ئێمە" بیر بکەوە وەك لە "من". تۆ بەشێکیت لە تیمێك و دەبێت کاریگەر و کارا بیت لە تیمەکەتدا.
هەوڵبدە لە کارەکەتدا دڵخۆشی بڵاو بکەیتەوە. خراپ قسە مەکە لەگەڵ کەس. پشتی کەسە لاوازەکان و کەم ئەزموونەکان بگرە. ستایشی خەڵکی بکە بە ڕاستگۆیانە. ڕۆ مەچۆ لە قسەوقسەڵۆکدا. تایبەتمەندی

Scanned with CamScanner

خـۆت بپـارێزه و کـەمێك خـۆت بـەدوور بگـرە. ئەمـە دەبێتـە هـۆی بەرزکردنەوەی پلەت.

بە باشی خۆت بپۆشە و هەوڵبدە تێڕوانینی باش بۆخۆت دروست بکـەیت. پێوەر و ئاکارت بەرز بێت و کاتی زیاتر کار بکە. مەچۆ بۆ کار بۆ خەوتن، یان دزینی پێنوس یان گەڕان بەدووی خۆشەویستیدا. تۆ لەو شوێنەیت بـۆ کارکردن، کەواتە کارەکەی خۆت بکە.

هەوڵبدە میهرەبان بیت لەگەڵ هاوپیشەکانتدا، ئەوانیش وەکو تـۆ جارێك لە جاران نەیانزانیوە چی بکەن. هەلی زیاتریان بدەرێ. بـە نمونـەی بـاش هانیان بدە. خۆت بکە نمونەیەکی بالاّ بۆ هاوپیشە نوێیەکان. هەوڵبـدە لـە ڕوانگـەی سـەرۆك کارەکـەت تێبگـەیت و لـە ڕوانگـەی کۆمپانیـا و شـوێنی کارەکەتەوە بڕوانە شتەکان.

لە ڕێسا و یاسای شوێنی کار تێبگە، وە خۆشتی تێوە مەگلێنـە، بـەلاّم بـۆ سوودی خۆت بەکاریان بێنە. مەترسە لەوەی دەستپێشخەری بکـەیت یـان خۆبەخشـی بکـەیت (ئەگـەر زانیـت بۆچـی خۆبەخشـی دەکـەیت). کـەس دەستخۆشـیت لێناکـات ئەگـەر شـەرمن بوویـت لـە کارەکەتـدا. بـە کاریگەربوون و کارابوونی خۆت سەربەرز بە.

سنورەکانی خۆت بزانە. بزانـە کـەی دەڵێیـت "نـا"، وە پەیوەستیش بـە پێوەی. ڕێمەدە کەس باشییەکەت بەکاربێنێت. پێداگر بـە بـەلاّم تونـد و هێرشکار مەبە.

چێژ لە کارەکەت ببینە. تامەزرۆی کارەکەت بە. خۆشی ببینە

Scanned with CamScanner

ئاگاداری ئەو زیانانە بە کە دەیانگەیەنیت

ئەم یاسایە بە واتای ئەوە نایەت کە تۆ هیچ شتێك بکەیت. بەڵکو بە واتای ئەوە دێت تۆ بڕیارێکی هۆشیارانە و ئاگادارانە بدەیت بۆ خەملاندنی ئەوەی تۆ چی لە ژینگە و جیهان دەکەیت و ئایا ئەو شتەی دەیکەیت لەمانە باشە یان خراپ. لەوانەیە بەهۆی ئەم خەملاندنەوە کار و کردارەکەت بگۆڕیت. یان لەوانەیە وانەکەیت، ئەگەر کردت لەوانەیە بلێیت چی دەبێت با ببێت و ئەگەر نەتکرد لەوانەیە بۆت دەربکەوێت تۆ زۆر "ژینگە دۆست"یت و پێویست ناکات هیچ بگۆڕێت. هۆکاری ئەوەی وتم "واتا ناڵێت هیچ شتێك بکە" لەبەر ئەوە بوو زۆر بە ئاسانی لەوانەیە مل بنێیت و شتێك بکەیت بەبێ ئەوەی هەموو زانیاری و ڕاستیەکانت لەبەردەمدا بێت. دەبێت بزانیت ئایا ئەو گۆڕانکاریانەی دەیانکەیت دەبێتە هۆی باشترکردنی شتەکان، یان خراپتر کردنیان. بۆ نمونە، کاتێك یەکەم منداڵمان بوو زۆر خەمی داییبیەکانم بوو چونکە ڕاپۆرتی زۆرم خوێندبۆوە لەسەر زیانی فڕێدانی دایبی. وەکو لە ڕاپۆرتەکاندا هاتووە، نزیکەی ۵۰۰ساڵ یان دەوێت تابەتەواوەتی شیدەبنەوە. هەروەها ئەگەر دایبی پەڕۆش بەکاربێنم سەرچاوەیەکی زۆری دەوێت هەر لەشتن وکارەبا و پاکژکار و تادوایی. هەندێك دەڵێن ئەم دوانە وەکو یەك زیانیان هەیە بەرامبەر ژینگە. کێشەکە ئەوەیە خۆ دەبێت شتێك هەر بەکار بێنیت ئەگینا ماڵەکەت هەمووی پیس دەبێت...

Scanned with CamScanner

هەروەها لەوانەیە بیر لە جۆری ئەو ئۆتۆمبیلە بکەیتەوە کە دەتەوێت بەکاری بێنیت و جۆری ئەو گەرمیەی دەتەوێت بۆ ناوماڵەکەت بەکاری بێنیت، هەروەها چۆنیەتی گەشتکردنەکەت (فرۆکە زۆر ژینگە دۆست نیە)، هەروەها ئایا دەتەوێت دووبارە بەکارهێنانەوە ئەنجام بدەیت یان نا، واتە کەسێك ئەو شتەی تۆ بەکاری ناهێنیت ئەو بەکاری بێنیت. وردەکاریەکان بۆ خۆت جێدێڵم (خوانەکات نیازم ئەوە بێت ئامۆژگاری هیچ کەسێك بکەم لەسەر ئەم بابەتە) بەڵام شتێکی باشە هوشیار و ئاگادار بین دەربارەی ئەم شتانە و هەوڵ بدەین ئەو زیانانەی ئەنجامی دەدەین کەم بکەینەوە. هەمان هۆکار و مەبەستی گەورە کە لە پشت هەموو یاساکانەوەیە لێرەشدا هەیە، ئەویش بریتیە لەوەی لە ژیانی ڕۆژانەماندا پێویستە چاو کراوە و هوشیار و ئاگادار بین لەسەر ئەوەی چی دەکەین و کاریگەری کارەکانمان لەسەر ژینگە و کەسانی چواردەورمان. پێویست ناکات ببینە کەسانی زۆر هەست ناسك و سۆزدار بەڵام پێویستە هەندێك بیر لەم لایەنانە بکەینەوە.

پێویست ناکات ببینە کەسانی زۆر هەست ناسك و سۆزدار بەڵام پێویستە هەندێك بیر لەم لایەنانە بکەینەوە

بەڕای من کاتی لەخۆ قایلبوون کۆتایی هاتووە و کاتی ئەوەیە بە ووردی بیر لەو کاریگەریانە بکەینەوە کە لە کارەکانمانەوە دروست دەبن. هەرکات بیرمان لێکردنەوە و ڕەچاومان کردن، لەوانەیە پێویست بکات هەندێك گۆڕانکاریی ئەنجام بدەین بۆ باشترکردنی شتەکان. ئەگەر هەموومان لەلای خۆمانەوە کەمێك گۆڕانکاری بکەین، بێگومان پێکەوە جیاوازیەکی هەرە گەورە ئەنجام دەدەین.

Scanned with CamScanner

یاسای ۱۰۱

کار بۆ سەربەرزی بکە، نەك سوکایەتی

دەتوانین هەموومان کار بکەین بۆ سەربەرزی و شکۆمەندی مرۆڤایەتی، یان دەتوانین هەموو جۆرە سوکایەتیەکی پێ بکەین. خوێندنەوەی نوسینەکانی شکسپیر سەربەرزیە، چوون بۆ بەکارهێنانی مادده هۆشبەرەکان سوکایەتیە. بۆنەیەك لە گوندێکدا لە دوانیوەڕۆیەکی گەرمی هاویندا بۆ کۆکردنەوەی کۆمەك سەربەرزیە، دزینی جزدانی کەسێك سوکایەتیە. هەروەها ئەم لایەنە هەر بۆ کارە ئاساییەکان نیە، خۆ هەڵدان بە پەڕەشووت بۆ کۆکردنەوەی کۆمەك سەربەرزیە، فلیمی ڕووت سوکایەتیە...بەلاّم فلیمێکی ڕۆمانسی دەکرێت بۆ سەربەرزییش بەکاربێت. لەم نمونانە تێدەگەیت؟

هەر شتێك ئێمە بەرزتر بکاتەوە لەلایەنی مرۆییەوە وە وامان لێبکات هەوڵ بۆ کەماڵ بوون و بێ خەوشی بدەین و باشترمان بکات و تواناکانمان تاقیبکاتەوە و بمان بزوێنێت لە ڕوویەکی باشەوە، وە وامان لێبکات زیاتر لە توانای خۆمان هەوڵ بدەین و لە خەمۆکی دەرمانبێنێت، سەربەرزییە.

باشە تۆ کامیان هەڵدەبژێریت؟ سەربەرزی یان سوکایەتی؟ بێگومان سەربەرزی. دەترسم وا هەست بکەیت ئەمە بۆ ئەوەیە دەبێت هەموومان باشێکی هەست ناسك بین و ئەمەش خراپ بێت. هەموو ژیانمان پێمان

دەوترێت باش بوون خراپە و کاری چاك دەشکێتەوە بەسەرتدا و ئەمانە بۆ کەسە لاواز و هەست ناسکەکان و ئەوانە باشن کە خۆیان زۆر لە خەڵکی تر پێ پیرۆز تر و بەرزترە. باش بوون لێرەدا غەدری لێدەکرێت. وەکو چۆن لە قوتابخانە ئەگەر باش بویتایە چەقاوەسووەکان لێیان دەدایت. وە لە شوێنی کارەکەت ئەگەر باش بیت پێت دەڵێن ماستاو بۆ سەرۆك کارەکەی دەکات.

تەنها بڕیاری ئەوە بدە کاری سەربەرزی بکەیت و هیچ شتێك مەڵێ لەسەری

باش بوون و کردنی کاری سەربەرزانە شتێکی تایبەتیە. هیچ پێویست ناکات بە کەس بڵێیت. ئەگەر ئەمەت بە نهێنی هێشتەوە ئەوا کەسێکی باشیت. ئەگەر خۆتت پێوە فشکردەوە ئەوا تۆ لە لاواز و هەست ناسکەکانیت. ئەگەر تەداخولی کاری خەڵکیت کرد و هەوڵتدا باشیان بەیت، ئەوا دەبیتە کەسێکی ڕووکەش. بڕیاری ئەوە بدە کاری سەربەرزی بکەیت و هیچ شتێك مەڵێ لەسەری.

Scanned with CamScanner

یاسای ١٠٢

بەشێك بە لە چارەسەر، نەك لە کێشە

ئەمە زۆر زیاترە لە باش بوون، یان کارکردن بۆ سەربەرزی و سوکایەتی نەکردن. ئەمە دەربارەی کاری ئەرێنی و دروستە. بڕوانە، ئەگەر ئێمە کارەکانی خۆمان نەکەین، ئەم جیهانە، ئەم هەسارە جوانە، بەرەو کاولبوون دەڕوات. ڕۆژی پێشوو بابەتێکم دەخوێندەوە لەسەر دوورگەی ئیستەر، هەروەها چۆن ئەم دوورگەیە نمونەیەکی نایابە لەسەر کێشەی مرۆڤایەتی.

بڕوانە، ئەگەر ئێمە کارەکانی خۆمان نەکەین، ئەم جیهانە، ئەم هەسارە جوانە، بەرەو کاولبوون دەڕوات

نەتەوەی پۆلینیزیەکان نزیکەی ٥٠٠ساڵ لەمەوبەر لەدوورگەی ئیستەر دانیشتەجێبوون[٢٤]. ئەم نەتەوەیە بینیان ئەمدوورگەیە پڕە لەژیانی کێویودا رودرەختی گەورەو دارستانی چڕ. تەنها لەماوەی چەند ساڵێکی کەمدا هەموو ژیانە کێویەکەو دارەکانی ئەم دوورگەیەیان نەهێشت و

[٢٤] من خەونی ئەوەم هەبوو بچمە ولاتێك و خۆم ماست دروست بکەم و نەعل لەپێ بکەم و نیسك بخۆم. بەڵام ئەم خەونە بەهۆی ئەو پەرتووکانەوە دروست بوو، زۆری نەخایاند.

بڕییەوە. وە ڕووبارەکانیان پیسکرد و لە لێواری لەناوچووندا بوون. تاکە شت کە ڕزگاری کردن بریتیبوو لە گەشتوگوزار.

هەسارەی زەوی هیچ گەشتیارێکی نیە! هیچ شتێك ناتوانێت ڕزگارمان بکات. دەبێت هەر ئێستا خۆمان بکەینە بەشێك لە چارەسەر و دەست لەم کاولکاری و بێسەروبەری و کێشەیە هەڵگرین. کاتێك هەڵوێستەمان وەرگرت دەبینە بەشێك لە چارەسەر. کاتێك کێشەکە دەوەستێت ئەگەر بوەستین لە وتنی "تەنها ئەرکی خۆم بەجێ دێنم" یان "بەشێك بووە لە ئیشەکەم". دەی دەبێت بوەستین لەم قسە بێسەروبەرانە ئەگینا دەبینە باخچەیەکی گەورەی مرۆڤەکان بۆ بوونەوەرە بیانیەکانی دەرەوەی گۆی زەوی! ئەوانەی هەرگیز نایەن.

کەواتە ئەم یاسایە بریتیە لە گەڕان بەدووی ئەو ڕێگایانەدا کە بە شێوەیەکی کەسی بتوانین بەشداربین لە چارەسەردا. دەبێت بەشداربین و کاری بۆ بکەین و چارەسەر بدۆزینەوە و قۆڵی لێ هەڵماڵین ئەگەر دەتەوێت هەست بە ڕاست و دروستی بکەیت لە ژیانتدا و هەست بە باش بوون بکەین و سەرکەوتوو بین و ژیانت واتایەکی هەبێت، ئەوا دەبێت شتێك ببەخشیتەوە بە ژیان. دەبێت ئەو قەرزەی لە ژیان و جیهانت وەرگرتووە بیدەیتەوە. دەبێت وەبەرهێنان لە ژیاندا بکەیتەوە، ئەمەش واتە خەمخۆری و هەوڵدان بۆ باشترکردنی شتەکان.

Scanned with CamScanner

یاسای ١٠٣

بزانه دواتر مێژوو چی دەڵێت دەربارەی تۆ

باشە، مێژوو دواتر چی دەڵێت دەربارەی تۆ؟ هەست دەکەیت لەسەر کێلی گۆڕەکەت چی بنوسرێت؟ لێرەدا مەبەستم کێلی گۆڕە بەرجەستەکەت نیە، بەڵکو مەبەستم ئەو کێلەیە کە لە گەردوون و جیهاندا هەیە و لەسەر ئەوە چی دەنوسرێت بە ڕای تۆ؟ من ڕام وایە ڕەنگە تەنانەت پەراوێزێکیشم بۆ نەنوسرێت. بەڵام ئەگەر بکرێت، حەزدەکەم مێژوو بڵێت کەوا ئەم کەسە هەوڵ و تەقەلای خۆی داوە و ویستویەتی ئەوپەڕی توانای خۆی بخاتە گەڕ بۆ ئەنجامدانی جیاوازی و گۆڕانکاری. وە بڵێت پێداگر بووە لەسەر ئەوەی باوەڕی پێبووە و پێداگر بووە لەسەر مافەکانی خۆی. حەزدەکەم مێژوو بڵێت ئەم کەسە تەمبەڵ نەبووە و هەستاوە بە کاری خۆی. ئەوەندەم بەسە.

باشە تۆ، ئەی هاوڕێکەم، حەزت لە چیە؟ بەڕای تۆ مێژوو دەڵێت چی؟ ئەی حەز دەکەیت مێژوو بڵێت چی؟ ئایا کەلێن و جیاوازی هەیە لەنێوان ئەم دوانەدا؟ چیت لەسەر شانە ئەنجامی بدەیت تا ئەم کەلێنە بگەیەنیتە یەك و پڕی بکەیتەوە؟ بزانە چی لەسەر تۆ دەوترێت وەکو مرۆڤ و وەکو کاروکردار.

دەبێت خەمخۆری ئەوە بین جیهان و دونیایەکی باشتر بۆ ئەوانەی دوای خۆمان بەجێدەهێڵین، ئەمە ئەگەر بمانەوێت سەرکەوتوو بین. لە ساڵانی حەفتاکاندا چەندان پەڕتووك لەسەر ڕێککاری خود و پەروەردەکردنیخود

Scanned with CamScanner

هەبوو. ئەوەی هاوبەش بوو لە نێو هەموو ئەم پەرتووکانەدا، ئەوەبوو دەیانوت ئەگەر تۆ پارچەیەك زەویت هەبێت، دەبێت باشتر کاری تیدا بکەیت وەك لەو کەسەی پێش تۆ کاری لەسەر کردووە. دەبێت زەویەکە باشتر بکەیت. هەمان شت بۆ ئەم جیهانەشمان دەبێت. دەبێت بە هوشیارانە و ئاگادارانە هەوڵی باشترکردنی بدەین پێش ئەوەی بەجێی بهێڵین. دەبێت بەرپرسیارێتی ئەوەی پێمان دراوە بگرینە ئەستۆ و باشتر بەکاری بێنین پێش ئەوەی بەجێی بهێڵین. چۆن باسی زەریا پیسبووەکان و ڕووبارە وشکبۆوەکان و تاشە سەهۆڵینە تواوەکان بۆ منداڵەکانی دوای خۆمان بکەین و بڵێین "ڕۆژێك ئەمانە دەبنە هی ئێوە، وە بشمان بوورن لەسەر ئەو کاولکاریەی ئەنجامامان داوە". لەوانەیە بەهۆی ئەم کارەمانەوە نەوەکانمان لێمان تورە بن. وە لەوانەیە مێژوو وەکو مشەخۆر ناومان بێنێت. ئێمە بووینەتە هۆی کاولکاری و پیسبوون و لەناوچوون و خراپ پیشاندانی شتەکان. وەکو تاك دەتوانین گۆڕانکاری و جیاوازیی ئەنجام بدەین. وە دەشبیت ئەم گۆڕانکاریە ئەنجام بدەین. چونکە مێژوو وەکو تاك بەرپرسیارمان دەکات.کێشەکە ئەوەیە خەڵکانێکی زۆر هەن هیچ گۆڕانکاری ئەنجام نادەن چونکە وادەزانن بەرپرسیار نابن. ئەگەر کەس نەیانبینێت، وادەزانن بە تاوانەکەیانەوە بۆی دەردەچن. مێژوو بە کورتی و خراپی باسییان دەکات.

لەوانەیە مێژوو وەکو مشەخۆر ناومان بێنێت

Scanned with CamScanner

یاسای ١٠٤

ناکرێت هەموو شتێك ژینگە دۆست بێت

لەم دواییانەدا بابەتێکم بیست لەسەر کابرایەك جۆرە پێڵاوێکی دروست کردووە کە پاتریی مۆبایلەکەت بە ڕۆشتن بارگاویی دەکاتەوە[25]. شتێکی نایابە ئەمە. منیش حەزم لە جوتێکە، بەڵام شێوەیان زۆر ڕەق و تەقە. وە بۆ ئەو شوێنانە دروست کراوە کە ئامرازی بارگاوی کردنەوەی لێ نیە، وەکو دارستان و بیابانەکان. هەرکات لە شێوەی پێڵاوی نایابدا دروستکران منیش جوتێك دەکڕم. ناکرێت هەموو شتێك ژینگە دۆست بێت. هەموو کەسێك ناتوانێت تەنها خۆراکی ئەندامیبخوات و بەو شێوەیەی ئێمە دەمانەوێت ژینگە دۆست بن.

ناکرێت هەموو شتێك ژینگە دۆست بێت. **هەموو کەسێك ناتوانێت تەنها خۆراکی ئەندامی بخوات و** **بەو شێوەیەی ئێمە دەمانەوێت ژینگە دۆست بن**

باشە، باسی دۆخی جیهانمان کرد و باسی ئەوەشمان کرد چ کاولکارییەکمان بەسەر هێناوە. بەڵام لێرەدا کەمێك بە پێچەوانە باسی دەکەم. ناکرێت هەموو شتێك ژینگە دۆست بێت. چونکە بمانەوێت و

[25] ئەم کەسە ناوی (ترێڤەر بەیلیس – Trevor Bayliss)ە. ڕادیۆی قورمیشیشی داهێناوە

ئەمانەوێت بەرهەمی لاوەکی هەر دروست دەبێت. وە بڕێك پیسبوونی ژینگە هەر ڕوودەدات. وە بڕێك کاولکاریی هەر ئەنجام دەدرێت.

ژمارەی مرۆڤ زۆر زۆرە، ملیارەها مرۆڤ لەسەر ئەم هەسارەیە دەژین و بێگومان ئەمەش دەبێت کاریگەرییەکی هەر هەبێت، وە دەشبێت بژێویمان هەبێت. لەبەر ئەوە بڕێك کاولکاری هەر ڕوودەدات. بەڵام کاری ئێمە بریتیە لە سنوردارکردنی ئەم کاولکاریە، بەڵام لە هەمان کاتتدا ناواقیعی دەبێت ئەگەر هەوڵبدەین بە تەواوەتی نەهێڵین هیچ کاولکارییەك ڕووبدات. بەڵکو بابەتەکە لێرەدا بریتیە لە هاوسەنگی، بریتیە لە ئەولەویەتەکان.

شتێکی ناواقیعی دەبێت ئەگەر داوای دەستبەجێ نەهێشتنی هەموو ئۆتۆمبیلە بزوێنەردارەکانی جیهان بکەین، ئەمە ناکرێت ڕووبدات. بەڵام دەتوانین ئۆتۆمبیلێك بکڕین کەمتر سوتەمەنی بوێت و کەمتر دەردراوی گازیی هەبێت، وە کەلوپەلی دووبارە بەکارهێنراو لە دروستکردنیاندا بەکاربێت. ئەمانەش ناکرێت بە تەواوەتی ژینگە دۆست بن.

لەوانەیە هەموومان بەپەلە بچین بۆ ناوچە زیانلێکەوتووەکان و دەستی یارمەتی درێژ بکەین، بەڵام یان بە فڕۆکە دەچینە ئەوێ یان بە ئۆتۆمبیل و ئەمانەش گازی دەردراویان هەیە بە بڕێکی زۆر. دەبینی، هەمووومان هەموو کاتێك ئەم بژاردانە هەڵدەبژێرین. بە ئۆتۆمبیل دەچینە سەر کارەکانمان، ماڵەکانمان گەرم دەکەینەوە، ئەوەی لەبەریان دەکەین، ئەوەی دەیخۆین. ناکرێت چاوەڕێی ئەوە بکەین هەموو کەسێك ژینگە دۆست بێت بەو شێوەیەی ئێمە دەمانەوێت. ناکرێت هەموو شتێك ژینگە دۆست بێت بەو شێوەیەی پێویستە.

Scanned with CamScanner

ئەگەر هەمووما‌ن بتوانین کەمکردنەوە لە گازە دەردراوەکاندا بکەین، ئەوا سوودبەخش دەبێت. ئەگەر هەمووما‌ن لەلای خۆمانەوە ئەرکی خۆمان بەجێ بگەیەنین، سوودی دەبێت. ئەگەر هەمووما‌ن بە هوشیارانە ئاگاداری ئەوە بین کە دەیکەین، سوودی دەبێت. بەڵام ناشکرێت بەدووی کەماڵ و بێخەوشیدا بگەڕێین. ناکرێت لەماوەی شەو و ڕۆژێکدا گۆڕانکاری تەواوەتی ئەنجام بدەین. ئەگەر تۆ هەوڵێکی هێندە زۆر بدەیت ژینگە دۆست بیت کە ببێتە هۆی دروستکردنی فشارێکی زۆر و ژیانت خۆشیی تیا نەمێنێت (تەنها ئەگەر هەوڵبدەیت ئەو شتانەی دەیانکڕیت لە پلاستیك دروست نەکرابێت دەبینیت چەند سەختە و دەزانیت مەبەستم چیە)، ئەوا دەبێت بوەستیت. هەوڵی خۆت بدە، بەڵام قایلبە بەوەی هەرگیز بە تەواوەتی ڕوونادات. تەنها بەوەی هەر یەکەو لای خۆیەوە هەوڵی خۆی بدات، سوودبەخش دەبێت.

Scanned with CamScanner

یاسای ١٠٥

شتێك ببەخشەوە بە ژیان و دونیا

من زۆر بە پێداگرانە باوەڕم بەوەیە کەس داوای نەکردووە بێتە ئەم دونیایەوە و هیچ قەرزاری ئەم جیهانەش نین. بەڵام لە هەمان کاتیشدا تازە ئێمە لێرەین و هاتوینەتە دونیاوە. ڕاستە بژاردەمان نەبووە کاتێك هێنراوینەتە ئەم دونیایەوە، بەڵام کاتێك هاتین، خۆراکمان دراوەتێ و کاتی خۆشمان بۆ دابین کراوە و پەروەردەکراوین و پێداویستیەکانمان دابین کراوە و سەرسام کراوین. هەموو ئەمانە بۆ خزمەتکردنی ئێمە بووە. ئەوەی دەمانەوێت دەتوانین ئەنجامی بدەین. ئەوەی ئەم جیهانە پێشکەشی دەکات دەتوانین بۆخۆمانی وەربگرین. بە ڕاستی ئەم دونیا و جیهانەش شتی زۆری پێیە پێشکەشمان بکات.

ئێمە دەتوانین هەر وەبگرین و وەربگرین و وەربگرین. کەس و هیچ شتێك ناڵێت ناتوانین وەرنگرین. ئەوەی من لێرەدا پێشنیاری دەکەم ئەوەیە ئەگەر شتێك ببەخشینەوە بە ژیان، ئەوا شەوان ئاسودەتر دەخەوین. وەکو ئەوەی لە کۆتایی نمایشێکدا یەکێك بیت لەو خۆبەخشانەی شانۆکە خاوێن دەکەنەوە.

ئەگەر شتێك ببەخشینەوە بە ژیان،
ئەوا شەوان ئاسودەتر دەخەوین

Scanned with CamScanner

له هەموو شتێکدا بەخشندە بە. تەنانەت لە بەخشندەییشتدا بەخشندە بە. پێویست ناکات پارە ببەخشیت، بەڵکو دەتوانیت کات و خەمخۆریت ببەخشیت. ئەگەر توانایەکی تایبەتیت هەیە، بەکاریبێنە بۆ یارمەتیدانی کەسانی تر. ئەگەر دامەزراوە و شوێنت هەیە، بیدە بە کەسانی تر کە پێویستیان پێیە. ئەگەر دەسەڵاتی ئەوەت هەیە گۆڕانکاری و جیاوازی ئەنجام بدەیت، ئەوا ئەنجامی بدە. ئەگەر دەستت دەڕوات، بەکاریبێنە.

ئەی ئەگەر ئەمانە نەکەیت؟ من دڵنیام هەموومان دەتوانین بە جۆرێك لە جۆرەکان گۆڕانکاری و جیاوازی ئەنجام بدەین. بەڵام لەوانەیە پێویست بێت کەمێك بە هوشیاری و ئاگادارییەوە ئەندێشە و داهێنانەکەمان لە "شتێك ببەخشەوە بەژیان"دا بەکاربێنین.پێویست ناکات هەموومان ببینە کارمەند لە ڕێکخراوە خێرخوازیەکاندا یان ببینە بانگوازە ئاینیەکان، بەڵام دەتوانین بڕە پارەیەك بۆ منداڵێك دابین بکەین. پێویست ناکات ماڵەکەمان بکەینە پەناگە بۆ کەسانی بێدار، بەڵام دەتوانین بەشێك لە باخەکەمان بکەینە شوێنی ئاژەڵ و باڵندە. پێویست ناکات هەموو خواردنەکانمان ئەندامی بێت، بەڵام دەتوانین کەمێك کەلوپەلی دووبارە بەکارهاتوو بەکاربێنینەوە یان بزانین کام کۆمپانیا بەکاریان دێنیت و شتیان لێبکڕین.بە ڕای من دەبێت هەموومان لەخۆمان بپرسین " ئایا ئەم جیهانە بەبێ من باشتر و دەوڵەمەندترە؟ ئایا من جیهانێکی باشتر بەجێ دەهێڵم وەك لەوەی هاتمە ناوی؟ ئایا گۆڕانکاری و جیاوازیم لە ژیانی هیچ کەسێکدا کردووە؟ ئایا هیچ شتێکم بەخشیوەتەوە بە ژیان و دونیا؟"

Scanned with CamScanner

یاسای ١٠٦

ڕۆژانە، یان هیچ نەبێ جاروبار یاسای نوێ بۆ خۆت دابنێ

ئەمە هەموو یاساکانە، ١٠٦ یاسا بۆ ژیانێکی سەرکەوتوانەترو پڕپڕەزامەندیتر. بەڵام هێشتا ماومانە.

کاتی ئەوەماننییە دەستەوەستانبین، پەیڕەو کاریاساکانکاتیپشودانیاننییە. هەرکاتواتزانی کارەکەت تەواو بووە، یەکسەر توشی تەمبەڵی دەبیت و دەکەویت. دەبێت بەردەوامبیت لە بەرەوپێشچوون. دەبێت سەلیقەدار و داهێنەر و ئەندێشەئامێز و زانا و دانا و ڕەسەن بیت. ئەم یاسایەی کۆتا بۆ ئەوەیە بیر لە یاسای نوێ بکەیتەوە، نەك بۆ دەستەوەستان و پاڵدانەوە، بۆ ئەوەیە بەردەوامبیت لە پەرەپێدان بەم یاسایانە، بۆیان زیاد بکەیت، باشتریان بکەیت و گەشەیان پێبدەیت و بیانگۆڕیت. ئەم یاسایانە خاڵی دەستپێکت بۆ دابین دەکەن. یەم یاسایەنە وەکو سروش نین، بەڵکو زیاتر وەکو یادهێنەوەن. ئەم یاسایانە خاڵی دەستپێکن بۆ تۆ تا لێیانەوە ژیانت دەستپێبکەیت و بڕۆیت.

ئەم یاسایانە خاڵی دەستپێکن بۆ تۆ
تا لێیانەوە ژیانت دەستپێبکەیت و بڕۆیت

Scanned with CamScanner

هەوڵمداوە خۆم لابدەم لە قسە باوەکانی وەکو (هەموو برینێک بە کات ساڕێژ دەبێت) و قسە کۆمیدیەکانی وەکو (بەخشیش مەدە بەکەسێک تەماشای نەکردیت) و قسە ناکردارەکیەکانی وەکو (هەمووانت خۆشبوێت) و قسە بێکەڵکەکانی وەکو (ڕوومەتەکەی تریشت بخە بەر دەستیان) تۆ بەم جۆرە دووجار لێیان دەخۆیت، باشترە ڕابکەیت. وە قسە سەیروسەمەرەکانی وەکو (هەمووان وەکو پەلکەزێڕینە ڕەنگاڵەن) و قسە هەڵەکانی وەکو (کەس قوربانی نیە) و قسە زۆر زۆر سەختەکانی وەکو (٣٥ساڵ لەئەشکەوتێکدا بمێنەوە نهێنی گەردوونت بۆ دەردەکەوێت). هەروەها خۆم لاداوە لەقسە باوە بێتامەکانی وەکو (شەوبیرتدەچێتەوە)من بەئەزموونی خۆم بۆم دەرکەوتووە هەرگیز شەوبیرت ناچێتەوە. وەقسەناخۆشەکانی وەکو (تورە مەبە، تۆڵەی خۆت بکەوە).

هیوادارم تۆش پلانی هەمان شێوە بۆخۆت دابڕێژیت لەم جۆرە، کاتێک یاسای نوێ بۆخۆت دروست دەکەیت. بەڕای من لە چاودێریکردن و تەماشاکردنەوە یان لە مێشک ڕۆشن بونەوەوە فێربە و بزانە دەکرێت یاسایەکی لێ دروست بکەیت، تا لە داهاتوودا بەکاری بێنیتەوە.

ڕۆژانە، یان هیچ نەبێت جاروبار هەوڵی دۆزینەوەی یاسای نوێ بدە. سەرسام دەبم کاتێک بتوانیت یاسای نوێ بدۆزیتەوە بۆخۆت. بوون بە پەیڕەوکاری یاساکان زۆر چێژبەخشە، دۆزینەوەی پەڕەوکارانی تر کارێکی زۆر سەرسوڕهێنەرە. بەڵام هەرچیەکت کرد، لای کەس باسی مەکە. بەنهێنی بۆخۆتی بهێڵەوە.

Scanned with CamScanner

بـوون بـە پـەیڕەوکاری یاسـا پێویسـتی بـە پابەنـدبوون و کـاری زۆر و کۆڵنـەدان و پێـداگری و ئـاوات و جـۆش و خـرۆش و تـەرخانکردن و زیرەکییـە. بەردەوامبـە لـەم پەیڕەوکاریـە و ژیـانێکی پڕاوپـڕ و دڵخـۆش و بەرهەمدارت دەبێـت. بـەڵام زۆریـش لـە خـۆت مەکـە، هـەمووومان جاروبـار شکست دێنینن و کەس بێخەوش و کەماڵ نیە. مـن دڵنیـام بێخـەوش نـیم. چێژ ببینە و کاتی خۆش بەسەر بەرە و کەسێکی باش بە.

ئەمانەت بەسە...؟

دەزانیت، تەنها یاسەکە لەسەر ژیان نیە، ئەگەر ژیر بیت، دەتەویت بزانیت کەسە سەرکەوتووەکان چۆن لە هەموو بوارەکاندا هەڵسوکەوت و ڕەفتار دەکەن: ژیان، پارە، کار، پەیوەندیەکان، منداڵ. خۆشبەختانە کارە گرانەکەم بۆتۆ ئەنجام داوە، چاودێری و تەماشاکردنی چەند ساڵەم کۆکردۆتەوە و پاڵاوتومن و پوختەم کردوون بۆ چەند یاسایەکی بچوک و کاریگەر کە توانای گۆڕانکاری و جیاوازییان هەبێت.

هەمیشە شڵەژاو بووم لەوەی بنەمای یاساکان زۆر درێژ نەکەمەوە، بەڵام بەهۆی داواکاریەکی زۆرەوە لەلایەن خوێنەرانەوە، خۆم کردوە بە بوارە گرنگەکانی تریشدا کە کاریگەریان لەسەر ئێمە هەیە. لەم پەڕانەی دواتردا، یەك یاسام لە پەڕتووکانەی خوارەوە وەکو تامێك بۆت نوسیوە:

یاساکانی سەروەت و سامان

یاساکانی کار

یاساکانی بەڕێوەبردن

یاساکانی دایك و باوکێتی

یاساکانی خۆشەویستی

بیانخوێنەوە بزانە ڕات چۆنە لە سەریان. ئەگەر بەدڵت بوون، پەڕتووکەکانیان چەندان یاسای تری تێدایە.

Scanned with CamScanner

لە پەڕتووكی یاساكانی سەروەت و سامانەوە

هەموو كەسێك دەتوانێت سەروەتدار بێت، ئەوەی لەسەرتە كار كردنە بۆی

ئەو لایەنە باشەی پارە هەیەتی، ئەوەیە جیاكاری لەنێوان كەسدا ناكات. گوێی پێنادات ڕەنگی پێستت چۆنە و چ نەتەوەیەكیت و لە چ چینێكی كۆمەڵایەتیدایت و دایك و باوكت چییان كردووە و تەنانەت خۆشت چیت. هەموو ڕۆژێك پەڕەیەكی نوێیە و گرنگ نیە دوێنێ چیت كردووە، ئەمڕۆ نوێیە و هەمان ماف و هەلت وەكو هەموو كەسێكی تر هەیە تا ئەوپەڕی توانای خۆت بخەیتە گەڕ. تاكە كەسێك بتوانێت ڕێگریت لێبكات خۆت و بیرۆكە هەڵەكانتە لەسەر پارە (بڕوانە یاسای ٧).

> **هەمان ماف و هەلت وەكو هەموو كەسێكی تر هەیە تا ئەوپەڕی توانای خۆت بخەیتە گەڕ**

هەر كەسێك لەم جیهانەدا سەروەت و سامانی هێندەی دەبێت كە پەیدای دەكات. لەم قسەیە ڕوونتر چیە؟ پارە نازانێت كێ كاری پێوە دەكات و ئایا شیاون یان نا، ئاواتەكانیان چیە و لە چ چینێكدان. پارە گوێ و چاو و هەستی نیە. پارە بێ گیان و نا چالاكە. نازانێت چی دەگوزەرێت. پارە بۆ بەكارهێنان و خەرجكردن و هەڵگرتن و وەبەرهێنان و شەڕكردن لەسەری دروستكراوە، بۆ ئەوە دروستكراوە كاری بۆ بكەیت. هیچ

Scanned with CamScanner

جیاکارییەک نازانێت و ئەمەش واتە ناتوانێت بڕیاری ئەوە بدات تۆ شایەنی پارەکەیت یان نا.

من تەماشای چەندان کەسی زۆر دەوڵەمەندم کردووە، تاکە شتی هاوبەش لەناویاندا بریتیبووە لەوەی هیچ شتێکی هاوبەشیان نەبووە، تەنها ئەوە نەبێت هەموویان پەیڕەوکاری یاساکان بوون. دەوڵەمەندەکان کەسانی هەمەچەشنەن. هەموو جۆرێکیان تێدایە، لەوپەڕی ئاکاربەرز و بەڕێزەوە بۆ ئەوپەڕی بێ ئاکار و بێڕێزی، لەوپەڕی ژیر و وریاوە بۆ ئەو پەڕی گێل و گەمژە، لەوپەڕی شایستەوە بۆ ئەوپەڕی ناشایستە. بەڵام هەموویان ئەوانەن کە دەنگ بڵند دەکەن و دەڵێن "بەڵێ منیش ئەو شتەم دەوێت"، کەسە هەژارەکانیش ئەوانەن کە دەڵێن "نەخێر سوپاس، من نامەوێت، من شایستەی نیم. ناتوانم، نابێت وابکەم".

ئەم پەڕتووکە دەربارەی ئەم لایەنانەیە، دەربارەی بەرەنگاربوونەوەی ڕوانگە و بۆچونەکانی تۆیە لەسەر پارە و سەروەت و سامان. هەموومان وای دادەنێین خەڵکی هەژار بەهۆی باروده‌ۆخی خۆیان و پێشینە و پەروەردەکەیانەوە هەژارن. بەڵام تۆ ئەگەر بتوانیت پەڕتووکی لەم جۆرە بکڕیت و ژیانت ئاسودە بێت و سەلامەت و پارێزراو بیت، ئەوا تۆش دەسەڵاتی ئەوەت هەیە دەوڵەمەند و سەروەتدار بیت. لەوانەیە ئەم کارە سەخت و قورس بێت، بەڵام دەکرێت بێتە دەست. ئەوەش یاسای یەکەمە. هەموو کەسێك دەتوانن دەوڵەمەند بن، تەنها دەبێت کاری بۆ بکەیت. هەموو پەیڕەوکاری یاساکان دەزانن دەبێت کاری بۆ بکەن.

Scanned with CamScanner

لە پەڕتووکی یاساکانی کارەوە
کارەکەت بەجۆرێك ئەنجام بدە تێبینی بکرێت

زۆر بە ئاسانی دەکرێت کارەکەت ژێر بکەوێت و تێبینی نەکرێت لە جەنجاڵی و سەرقاڵی شوێنی کاردا. تۆ خۆت لە بنەڕتدا زۆر کار دەکەیت و سەختە لە یادت بێت پێویستە هەوڵی زیاتر بدەیت بۆ بەرزکردنەوەی پلەی خۆت و دەستخۆشی وەربگریت لە شوێنی کارەکەتدا. بەلام ئەم کارە گرنگە و دەبێت بیکەیت. دەبێت هەولبدەیت کارەکەت تێبینی بکرێت و بەمەش ئەگەری بەرزکردنەوەی پلەکەت دێتە کایەوە.

باشترین ڕێگە بۆ ئەنجامدانی ئەمە بریتیە لە چونەدەرەوە لە بازنەی ڕۆتینی کارەکان. ئەگەر تۆش وەکو هەموو ئەوانەی تر ڕۆژانە کارێکی زۆر بکەیت، ئەوا زیادکردنی بڕی کارەکەت ئەم لایەنەت بۆ دەستە بەر ناکات. بەلام بۆ نمونە ئەگەر ڕاپۆرتێك بدەیتە سەرۆك کارەکەت لەسەر ئەوەی چۆن هەمووان دەتوانن کاری زیاتر بکەن، ئەوا تێبینی دەکرێیت. ئەنجامدانی ئەم ڕاپۆرتە داوا نەکراوە وادەکات لە ناو هەمواندا تێبینی بکرێیت. ئەم ڕاپۆرتە دەریدەخات تۆ دەتوانیت بە خێرایی بیر بکەیتەوە و دەستپێشخەریت هەبێت. بەلام نابێت ڕاپۆرتکردن زۆر دووبارە بکەیتەوە. ئەگەر ژمارەیەکی زۆر ڕاپۆرتی داوانەکراو بدەیت بەسەر سەرۆك کارەکەتدا، ئەوا ڕاستە تێبینی دەکرێیت، بەلام بە شێوازێکی هەلە. لێرەدا دەبێت پابەند بیت بە چەند یاسایەکەوە:

- تەنها جاروبار ڕاپۆرت بنوسە

Scanned with CamScanner

- دڵنیابە لە بەسوودبوونی ڕاپۆرتەکەت، لەوەی کە ئەنجامی باشی دەبێت
- دڵنیابە لە نووسینی ناوی خۆت
- دڵنیابە لەوەی ڕاپۆرتەکەت نەک تەنها سەرۆک کارەکەت دەیخوێنێتەوە، بەڵکو سەرۆکی سەرۆک کارەکەشت بیخوێنێتەوە
- پێویستیش نیە ڕاپۆرت بێت، دەکرێت بابەتێکی نوسراو بێت لە بڵاوکراوەی کۆمپانیاکەتدا

بێگومان دەشتوانیت تێبینی بکرێیت لە کارەکەتدا بەوەی زۆر زۆر بە باشی کارەکەت ئەنجام بدەیت. وە باشترین شێوازیش لێرەدا بریتیە لە پابەندبوون و خۆ تەرخانکردن بۆ کارەکەت و پشتگوێخستنی هەموو شتێکی تر. لە شوێنی کاردا برێکی زۆر لە سیاسەت و قسەوقسەڵۆك هێنان و بردن و یاریکردن و کات بەفیڕۆدان و چەلەحانێ ئەنجام دەدرێت بە ناوی ئیشەوە. ئەمە ئیشکردن نیە. چاوت لەسەر ئیشەکەی خۆت بێت و زۆر زیاتر پێشی هاوپیشەکانت دەدەیتەوە. پەیڕەوکاری یاساکان هەمیشە ئاگاداری کارەکەیەتی. مێشك و هزرت لای کارەکەت بێت و زۆر باش ئەنجامی بدە و ڕێمەدە سەرت بە شتی ترەوە قاڵ ببێت.

ئەنجامدانی ئەم ڕاپۆرتە داوا نەکراوە وادەکات لە ناو هەمووان‌دا تێبینی بکرێیت

Scanned with CamScanner

لە پەڕتووکی یاساکانی بەڕێوەبردنەوە
لەڕووی سۆزدارییەوە بەشدارییان پێبکە

تۆ خەڵکیی بەڕێوە دەبەیت. ئەو خەڵکانەی پارەیان پێدەدرێت بۆ ئەنجامدانی کارەکانیان. بەڵام ئەگەر تەنها "کارەکانیان" ئەنجام بدەن، ئەوا تۆ ناتوانیت ئەوپەڕی تواناییان بێنیتە دەر. ئەگەر ئەم کەسانە هاتنە سەر کارەکەیان و تەماشای کاتژمێریان دەکرد و کەمترین کاریان دەکرد و لەنێوان ڕێستەکاندا خۆیان دەدزیەوە، ئەوا دڵنیابە شکست دێنیت. لەلایەکی ترەوە، ئەگەر هاتن بۆ کار و چێژیان لە کارەکەیان دەدی و ئامادەی بەرەنگاربوونەوە و هاندان و بەشداریکردن بوون، ئەو دڵنیابە دەتوانیت ئەوپەڕی تواناییان بێنیتە دەر. کێشەکە ئەوەیە بازدان لە خاووخلیچکی و تەمبەڵییەوە بۆ بوون بە تیمێکی بەهێز و کاریگەر لەدەستی تۆدایە. لە دەستی تۆدایە بتوانیت هانیان بدەیت و ڕێبەرییان بکەیت و بیانجوڵێنیت و بەرەنگاری و ئاستەنگییان بخەیتە بەردەم و بە شێوەی سۆزداری بەشدارییان پێبکەیت.

باشە، خۆشت حەزت بە ئاستەنگی و بەرەنگاری هەیە وایە؟ شتە باشەکە ئەوەیە دەتوانیت بە ئاسانی تیمێک لە ڕووی سۆزدارییەوە بەشداری پێبکەیت. ئەوەی لەسەرتە بیکەیت بریتییە لەوەی وایان لێبکەیت بایەخبدەن و خەمخۆری ئەو کارە بن دەیکەن. ئەمەشیان ئاسانە. دەبێت وایان لێبکەیت گرنگیی کارەکەیان ببینن، ببینن چۆن کارەکەیان کاریگەری دەکاتە سەر ژیانی خەڵکیی، چۆن کارەکەیان پێویستیی

Scanned with CamScanner

مرۆڤـەکان دابـین دەکـات، چـۆن بتـوانن لـە ڕووی سـۆزدارییەوە هەسـتی کەسـەکان بجـوڵێنن بـەو کـارەی ئـەنجامی دەدەن. قایلیـان بکـە بەمـە، چونکە ڕاستە ئەوەی دەیکـەن دەبێتـە هـۆی گۆڕانکـاری و جیـاوازی و بـە شێوەیەك لە شێوەکان لە کۆمەڵگەدا بەشـدار دەبێـت، وەك لـەوەی تـەنها ببێتــە هــۆی پڕکردنــی گیرفــانی خــاوەن کــار و پشــکدارەکان و بەڕێوەبەرەکان.

ڕاستە دەزانم بەشـداریپێکردنی کۆمـەڵێك بـرینپێچ لـە ڕووی سـۆزداریەوە ئاسانترە وەك لە بەڕێوەبردنی تیمی بانگەشەدا، بەڵام ئـەمانیش دەتـوانن بەها و ڕۆڵی گرنگ لەو کارەی دەیکەن بدۆزنەوە و سەربەرزیی بخەنە دڵـی ئەو کەسانەی کاریان بـۆ دەکـەن. ئەمـە چـۆن؟ باشـە بـۆ نمونـە ئەوانـەی بانگەشە دەکەن یارمـەتی کۆمپانیاکـانی تـر دەدەن کـە دەکرێـت هەنـدێك کۆمپانیایــان زۆر بچــوك بــن، بــۆ بڵاوکردنــەوەی کاڵاکانیــان. ئــەم بانگەشەکارانە کڕیارەکان ئاگادار دەکەنەوە لەسەر ئـەو شـتانەی لەوانەیـە بۆ ماوەیەکی زۆر گەڕابێتن بـە دوایانـدا و زۆر پێویسـتیان بێـت. هـەروەها ئـەم بانگەشـەکارانە ڕەواجـی ئـەو ڕۆژنامـە و گۆڤارانـە زیـاد دەکـەن کـە پشـتیان بـە بانگەشـە بەسـتووە، وە ئـەم گۆڤـار و ڕۆژنامانـە زانیـاری دەگەیەنن و خەڵکی دڵخۆش دەکەن بە کڕینیان، ئەگـەر بانگەشـەیان تێـدا نەبێت خەڵکیش نایانکڕن. وایە؟

وا لە ستافەکەت بکە خـەمخۆر بـن، چـونکە ئەمـە ئاسـانە. هـەموومان لـە ناخماندا دەمانەوێت بەهادار بین و بەسوود بین. ڕەخنەگران دەڵـێن ئەمـە قسەی پوچە، بەڵام لە ناخیاندا هەست دەکـەن ڕاسـتە. ئـەوەی لەسـەرتە بریتیە لەوەی بچیتەوە بە ناختـدا و دەبینیـت خـەمخۆری و هەسـتکردن و

Scanned with CamScanner

بایەخپێدن و بەرپرسیارێتی و بەشداربوون دەدۆزیتەوە. هەموو ئەم لایەنانە بێنە دەرەوە و ستافەکەت بە تەواوەتی بەقسەت دەکەن و ناشزانن بۆبەقسەت دەکەن.

بەلأم، سەرەتا دەبێت خۆت بەم لایەنە قایلبیت پێش ئەوەی هەوڵ بدەیت لەگەڵ تیمەکەتدا. ئایا باوەڕت بەوە هەیە ئەوەی دەیکەیت دەبێتە ئەنجامدانی جیاوازی و گۆڕانکاری؟ ئەگەر دڵنیا نیت، ئەوا بچۆوە ناخت و بەدووی خەمخۆریدا بگەڕێ.

قایلیان بکە بەوەی ئەو کارەی دەیکەن بێگومان دەبێتە هۆی جیاوازی و گۆڕانکاریی

Scanned with CamScanner

له پەڕتووکی یاساکانی دایك و باوکێتییەوە بحەوێرەوە

باشترین دایك و باوك کێن بیانناسیت؟ ئەوانەی لەوەدەچێت توانایەکی بێوێنەیان هەبێت لەوەی هەرچی بکەن و بڵێن دەبێتە هۆی دڵخۆشکردن و ئاسودەکردن و هاوسەنگکردنی منداڵەکانیان. هەرگیز بیرت کردۆتەوە لەوەی چی وایان لێدەکات هێندە لەم کارەیاندا باش بن؟ باشە ئێستا بیر لەو دایك و باوکانە بکەوە کە بەلای تۆوە باش نین. بۆچی باش نین؟

باشترین ئەو دایك و باوکانەی دەیانناسم یەك لایەنی سەرەکی هاوبەشیان هەیە. ئەویش ئەوەیە هێور و حەواوەن. وە خراپترین دایك و باوکەکان ئەوانەن هەمیشە توند و شڵەژاون. لەوانەیە ئەم شڵەژاوییەیان لەسەر ئەوە نەبێت چەندە دایك و باوکێکی باشن (لەوانەیە پێویست بێت بشڵەژێن بۆ ئەمە) بەڵام شڵەژاون لەسەر شتێك کەبۆتە هۆی شەل کردنی توانایان لە بوون بە دایك و باوکی باش.

چەند دایك و باوکێك دەناسم بە شێوەیەکی زۆر زیاد پاکوخاوێن و ڕێکخراون. منداڵەکانیان دەبێت لە بەردەم دەرگا پێڵاوەکانیان دابنێن ئەگینا دونیا خاپور دەبێت! تەنانەت ئەگەر پێڵاوەکان پاکیش بن. وە زۆر توند دەبن ئەگەر منداڵەکانیان شتێك نەخەنەوە شوێنی خۆی یان شتێك بڵاو بکەنەوە (تەنانەت ئەگەر دواتریش پاکی بکەنەوە). ئەمە دەبێتە هۆی ئەوەی ئاستەم بێت منداڵەکان بحەوێنەوە و چێژ لە ماڵەوە

Scanned with CamScanner

ببینن ئەگەر پۆشاکەکانیان پیس ببێت یان شتێك بڕژێتە سەر مێزی نانخواردنەکە.

هاوڕێیەکم هەیە هێندە پێشبڕکێکارە منداڵەکانی هەمیشە لەژێر فشارێکی زۆر گەورەدان بۆ بردنەوەی هەموو یاریەکی دۆستانە و منداڵانە. هەر ئەم کەسە شێت دەبێت ئەگەر منداڵێکی ئەژنۆی بڕوشێنێت. دڵنیام تۆش چەندان کەسی تری لەم جۆرە دەناسیت.

ئەو دایك و باوکە باشانەی دیومن، ئاساییە بەلایانەوە و چاوەڕێی ئەوە دەکەن منداڵەکانیان ژاوەژاو بکەن و شت بڵاوبکەنەوە و هەڵبەز و دابەز بکەن و خۆیان چڵکن بکەن. زۆر بە ئارامیی مامەڵە لەگەڵ ئەم شتانە دەکەن. ئەم دایك و باوکانە دەزانن سالیانهەیەتائەمبونەوەرەبچوکانەبکەنەکەسانیگەورەوپێگەشتوو ١٨. هیچپێویست بە هەڵەشەبوون و شپرزەبوون ناکات وایان لێبکەیت وەکو گەورە مامەڵە بکەن، خۆیان دەگەنە ئەم پلەیە.

نێوان خۆمان بێت، ئەم یاسایە لەگەڵ تێپەڕبوونی کاتدا ئاسانتر دەبێت، هەرچەندە هەندێك کەس هەرگیز شارەزای نابن وەکو پەیڕەوکاری ڕاستەقینەی یاسای دایك و باوکێتی. لەگەڵ یەکەم منداڵت زۆر سەختە بتوانیت بە تەواوەتی هێور و ئارام بیت وەك لە کۆتا منداڵ. لەگەڵ منداڵی ساوادا دەبێت تەرکیز بکەیتەوە سەر لایەنە گرنگەکان، وەکو ئەوەی منداڵێکی تەندروست نابێت زۆر برسی بێت یان زۆر نائاسودە بێت، پاشان گوێ نەدات بە شتەکانی تر. گرنگ نیە قۆپچە و تەرەقەکانیان بە هەڵە داخرا بێت، یان نەتتوانیبێت ئەمڕۆ بیانشۆیت، یان چوبیت بۆ گەشت و بیرت چوبێت پۆشاکی خەوی منداڵەکانت ببەیت لەگەڵ خۆت (هاوڕێیەکم

ئەمەی کردبوو وە گوێشی نەدابویە، چونکە پەیڕەوکاری یاساکانی دایک و باوکێتیە).

زۆر باشترە لە کۆتایی ڕۆژدا لاقەکانت ڕابکێشیت و شتێک بخۆیتەوە و بە خۆشییەوە بڵێیت "هێشتا منداڵەکان زیندوون! وادیارە کێشەمان نیە و دەزانین چی بکەین".

دایک و باوکی چاک ئەوانەن چاوەڕێی ئەوەدەکەن منداڵەکانیان ژاوەژاو بکەن و شت بڵاوبکەنەوە و هەڵبەز و دابەز بکەن و خۆیان چڵکن بکەن

Scanned with CamScanner

له پەڕتووکی یاساکانی خۆشەویستیەوە
خۆتبە

چەندە زەحمەتە خۆت بگریت و خۆت نەگۆڕیت کاتێک کەسێك دەناسیت و زۆر سەرسامیت پێی. یان هەوڵبدەیت خۆت بکەیت بەو کەسەی ئەوان حەزیان لێیە. لەوانەیە خۆت بکیتە کەسێکی زیرەك و وریا، یان کەسێکی بەهێز و بێدەنگ. هیچ نەبێت دەتوانیت خۆت شەرمەزار نەکەیت و لەکاتی نەشیاودا گاڵتە و سوعبەت نەکەیت، یان داماو دەربکەویت لەکاتی هەڵکرتن و خۆگونجاندن لەگەڵ کێشەکاندا.

له ڕاستیدا نەخێر ناتوانیت خۆت بگۆڕیت. لەوانەیە ئەوپەڕی بتوانیت بۆ یەك دوو ڕۆژ، یان یەك دوو مانگ وابیت، بەڵام ناتوانیت هەمیشە وابیت. وە ئەگەر بەڕای تۆ ئەم کەسە ئەوەبێت کە تۆ دەتەوێت، ئەوا لەوانەیە نیو سەدەیەك ژیانیان لەگەڵ بەریتە سەر، خۆنواندن و خۆ پیشاندان جیاواز له سروشتی خۆت بۆ ماوەی ٥٠ساڵزۆرسەختە.

ئەمەش ناکرێت بێتە دی، وایە؟ یان هەر بەڕاستی تۆ ژیانێکت دەوێت هەمووی خۆپیشاندان و خۆ نواندن بێت بە کەسایەتیەکی جیاواز لەوەی ناخی خۆت؟ بیهێنە پێش چاوت چەند سەختە ئەگەر وانەکەیت لەوانەیە لەدەستیان بدەیت. یان بیهێنە پێشچاوت ئەگەر ئەم کەسە پاش هەفتەیەك، یان مانگێك، یان ساڵێك بۆی دەرکەوت ئەم کەسایەتیەی پیشانی دەدەیت ڕاستیەکە نیە. بە ڕاستی لەم کاتەدا سەرسام نابن،

Scanned with CamScanner

تۆش سەرسام نابیت ئەگەر بۆت دەرکەوت ئەو کەسە ئەم هەموو کاتە خۆی نواندووە جیاواز لە کەسایەتیە ڕاستەکەی خۆی.

من لێرەدا نالێم تۆ نابێت هیچ شتێك لە کەسایەتی خۆت نەکەیت و هەوڵی باشتر کردنی نەدەیت. دەبێت هەمووومان هەموو کاتێك هەوڵی باشترکردنی خۆمان بدەین، نەك تەنها لە ژیانی خۆشەویستیماندا. بەڵێ دەتوانیت هەوڵبدەیت خۆت ڕێکخراوتر بکەیت، یان کەمتر نەرێنی بیت. گۆڕینی ڕەفتارەت کارێکی باش و ئاساییە.

ئەم یاسایە باسی گۆڕینی کەسایەتیت دەکات. ئەمەش کارێکی باش نیە و سەرناگرێت و کەسایەتیت هەمووی دەبێتە گرێ و گروت چونکە هەوڵدەدەیت بە شێوەیەکی قایلکارانە ئەم نواندنە بکەیت. کەواتە خۆتبە. واباشترە ئەگەر خۆتت نواندووە هەر ئێستا بوەستیت.

وە ئەگەر کەسایەتی ڕاستەقینەی تۆ ئەوە نەبێت کە ئەو کەسە بەدوویدا دەگەڕێت، ئەوا ئێستا هیچ نەبێت بە وەستان لە نواندنەکەت ئەوانیش و خۆشت توشی دڵتەنگییەکی سەخت ناکەیت. وە دەزانی چی؟ لەوانەشە ئەوان حەزیان بە کەسی زیرەك و بەهێز و بێدەنگ نەبێت. لەوانەیە حەزیان بەو کەسایەتیەت هەبێت کە شاردوتەتەوە.

لەوانەیە حەز بکەن لەگەڵ کەسێك بن پێویستی بەوەبێت ئەوان ئاگاداری بن. دەبینیت، ئەگەر بە درۆ خۆت پیشان بدەیت، تۆ کەسێك ڕادەکێشیت بەلای خۆتدا کە حەزی لە کەسایەتیە ڕاستەقینەکەی خۆت نیە.

باشە ئەمە چ سوودێکی هەیە؟ بێگومان کەسێکی تر هەیە لەوانەیە ڕێك حەزی بەو جۆرە کەسایەتیە هەبێت کە وەك تۆی ڕاستەقینە وایە، بە

Scanned with CamScanner

هەموو کێشە و هەڵە و شکستەکانتەوە. با شتێکی ترت پێ بڵێم، ئەو کەسانە شکست و هەڵەکانت بە خراپە نابینن. بەڵکو وەکو بەشێکی تایبەتیی لە کەسایەتیت دەیانبینن و ئەمەش زۆر شتێکی باشە.

واباشترە ئەگەر خۆتت نواندوە هەر ئێستا بوەستیت

ڕیچارد تێمپلار

یاساکانی ژیان

یاسایەکی تایبەت بۆ ژیانێکی باشتر و دڵخۆشترو سەرکەوتوانەتر

ژیان بۆ هەندێك كەس زۆر ئاسان دێت بەدەستەوە. زۆر بە ئاسانی سەردەکەون و هەمیشە چی ڕاستە ئەوە دەڵێن و ئەوە دەکەن، لە هەر دۆخێکدا بن. هەموو کەس ئەم جۆرە کەسانەی خۆش دەوێت، شایەنی ئەوەن کاتیان لەگەڵدا بەسەر بەریت و لەگەڵیان بژیت و لەگەڵیان کار بکەیت. ئەم کەسانە دڵخۆشن (زۆربەی کاتەکان) و ئاسودەن و دەزانن چۆن لەگەڵ بەربەست و ئاستەنگیەکانی ژیاندا خۆیان بگونجێنن. کاتیان بۆ هەموو کەسێك هەیە و هەمیشە دەزانن چی گرنگە و چۆن مامەڵ لەگەڵ ئەوەدا بکەن کە گرنگ نیە.

ئایا شتێك هەیە ئەم کەسانە بیزانن و بیکەن بەڵام ئێمە نەیزانین؟ ئایا ئەمە شتێکە هەموومان دەتوانین فێری ببین؟ وەڵامەکەی بریتیە لە بەڵێیەکی زۆر گەورە. ئەم کەسانە یاساکانی ژیان دەزانن.

یاساکانی ژیان بریتیە لە بنەماکانی ڕێنماییکردن کە یارمەتیت دەدەن زیاتر بەدەست بێنیت لە ژیانتدا و ئاسانتر کیشەکان لە کۆڵ خۆت بکەیتەوە و بە گشتی کەسێکی دڵخۆشتر و ئارامتر و قایلتر بیت. خۆت و ئەوانەی چواردەورت هەست بە سوود و قازانجەکان دەکەن.

لە سەرەتای چاپکردنیەوە، ئەم پەڕتووکە بۆتە دیاردەیەکی جیهانی و پرفرۆشترین پەڕتووك لە جیهاندا. خوێنەران خۆیان شایەتحاڵی ئەوەن ئەم پەڕتووکە چ کاریگەریەکی ئەرێنی و نایابی هەبووە لە ژیانی ڕۆژانەیاندا. ژیان ژیانی تۆیە.

Scanned with CamScanner

ڕیچارد تێمپلار

یاساکانی ژیان

یاسایەکی تایبەت بۆ ژیانێکی باشتر و دڵخۆشترو سەرکەوتوانەتر

ژیان بۆ هەندێك كەس زۆر ئاسان دێت بەدەستەوە. زۆر بە ئاسانی سەردەکەون و هەمیشە چی ڕاستە ئەوە دەڵێن و ئەوە دەکەن، لە هەر دۆخێکدا بن. هەموو کەس ئەم جۆرە کەسانەی خۆش دەوێت، شایەنی ئەوەن کاتیان لەگەڵدا بەسەر بەریت و لەگەڵیان بژیت و لەگەڵیان کار بکەیت. ئەم کەسانە دڵخۆشن (زۆربەی کاتەکان) و ئاسودەن و دەزانن چۆن لەگەڵ بەربەست و ئاستەنگیەکانی ژیاندا خۆیان بگونجێنن. کاتیان بۆ هەموو کەسێك هەیە و هەمیشە دەزانن چی گرنگە و چۆن مامەڵ لەگەڵ ئەوەدا بکەن کە گرنگ نیە.

ئایا شتێك هەیە ئەم کەسانە بیزانن و بیکەن بەڵام ئێمە نەیزانین؟ ئایا ئەمە شتێکە هەموومان دەتوانین فێری ببین؟ وەڵامەکەی بریتیە لە بەڵێیەکی زۆر گەورە. ئەم کەسانە یاساکانی ژیان دەزانن.

یاساکانی ژیان بریتیە لە بنەماکانی ڕێنماییکردن کە یارمەتیت دەدەن زیاتر بەدەست بێنیت لە ژیانتدا و ئاسانتر کیشەکان لە کۆڵ خۆت بکەیتەوە و بە گشتی کەسێکی دڵخۆشتر و ئارامتر و قایلتر بیت. خۆت و ئەوانەی چواردەورت هەست بە سوود و قازانجەکان دەکەن.

لە سەرەتای چاپکردنیەوە، ئەم پەڕتووکە بۆتە دیاردەیەکی جیهانی و پرفرۆشترین پەڕتووك لە جیهاندا. خوێنەران خۆیان شایەتحاڵی ئەوەن ئەم پەڕتووکە چ کاریگەریەکی ئەرێنی و نایابی هەبووە لە ژیانی ڕۆژانەیاندا. ژیان ژیانی تۆیە.

THE RULES OF LIFE

RICHARD TEMPLAR

SAYA

Scanned with CamScanner