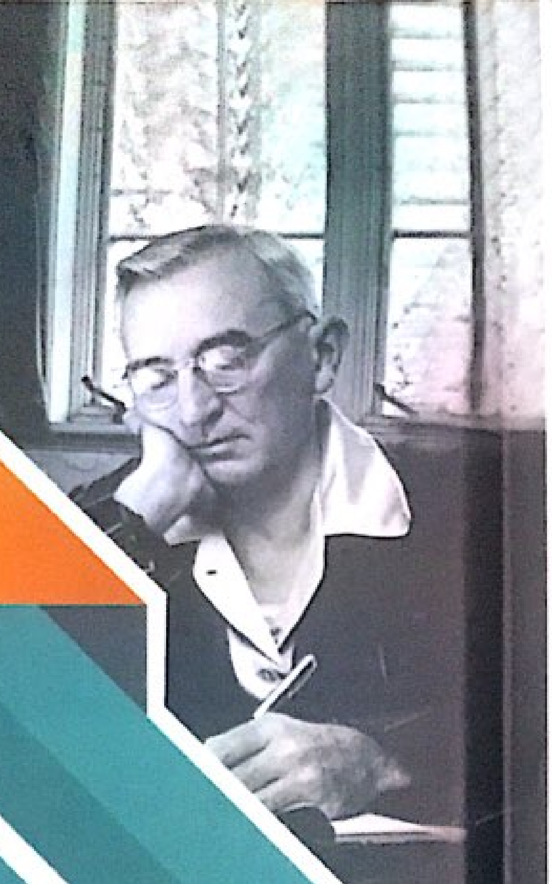


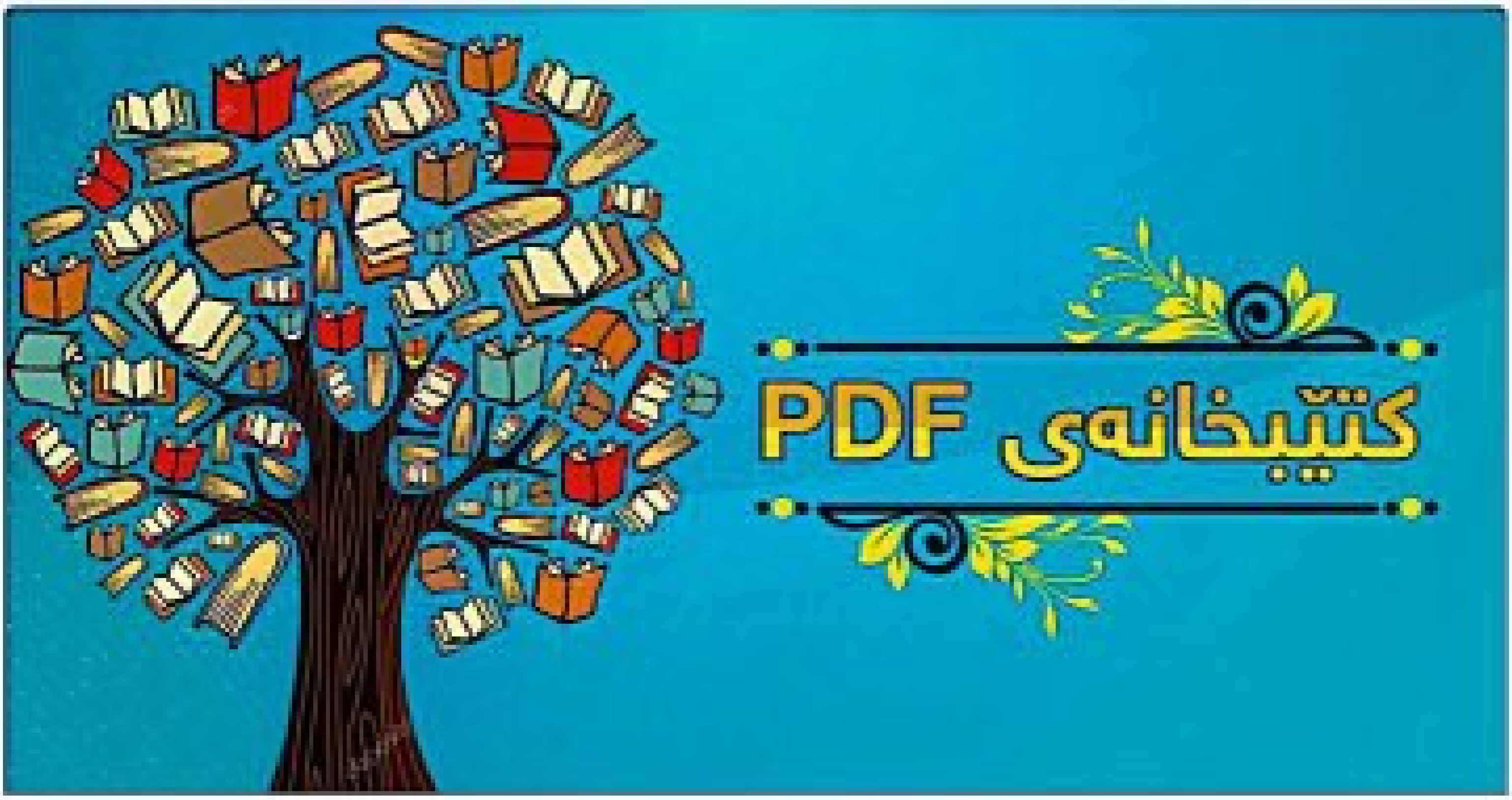
دیل کارنگی

واز
لە دوودڵی بێنە
و
دەستبکەبە ژیان

پڕفرۆشترین کتێب
لە بواری گەشەپێدانی مرۆیی
بە درێژیی مێژوو

وەرگێڕانی: مامۆستا شەریف حەمەڕەشید

Scanned with CamScanner



کتێبخانەی pdf ›

CLOSED GROUP · 122K MEMBERS

Announcements | Photos | Events | Files | Albums

Write something...

Scanned with CamScanner

وازلە دوودڵی بێنە و
دەستبکە بە ژیان

دەیل کارنگی

وەرگێڕانی: م. شەریف حەمەڕەشید

Scanned with CamScanner

ناوەندی ڕۆشنبیریی ئەدیبان

بەڕێوەبەری گشتی: ئارامی مەلا محەمەد

ناسنامەی کتێب

ناونیشان: واز لە دوودڵی بێنە و دەستبکە بە ژیان

بابەت: دەروونزانی

نووسەر: دیل کارنگی

وەرگێڕان: م. شەریف حەمەڕەشید

پێداچوونەوە: ناوەندی ڕۆشنبیریی ئەدیبان

بەخشانگە: ناوەندی ڕۆشنبیریی ئەدیبان

ساڵی چاپ: 2019میلادی

نۆرەی چاپ: سێیەم

Scanned with CamScanner

ناونیشانی ناوەندی ڕۆشنبیری ئەدیبان

سلێمانی/ فولکەی گۆزەکان/ نزیک ناوەندی ڕۆژهەلاتی کوران.

پەیوەندی:

07701974656 - 07501590032 - 07731974646
07501696369 - 07811294848

Facebook: https://www.facebook.com/eadiban/

Email: bookadiban@gmail.com

لە بەڕێوەبەرایەتیی گشتیی کتێبخانە گشتییەکان، ژمارەی سپاردنی (1843) ساڵی (2017) پێ دراوە.

ئەم کتێبە لە بڵاوکراوەکانی ناوەندی ڕۆشنبیریی ئەدیبانە، مافی لەچاپدان و کۆپیکردنی پارێزراوە بۆ ناوەندی ڕۆشنبیریی ئەدیبان.

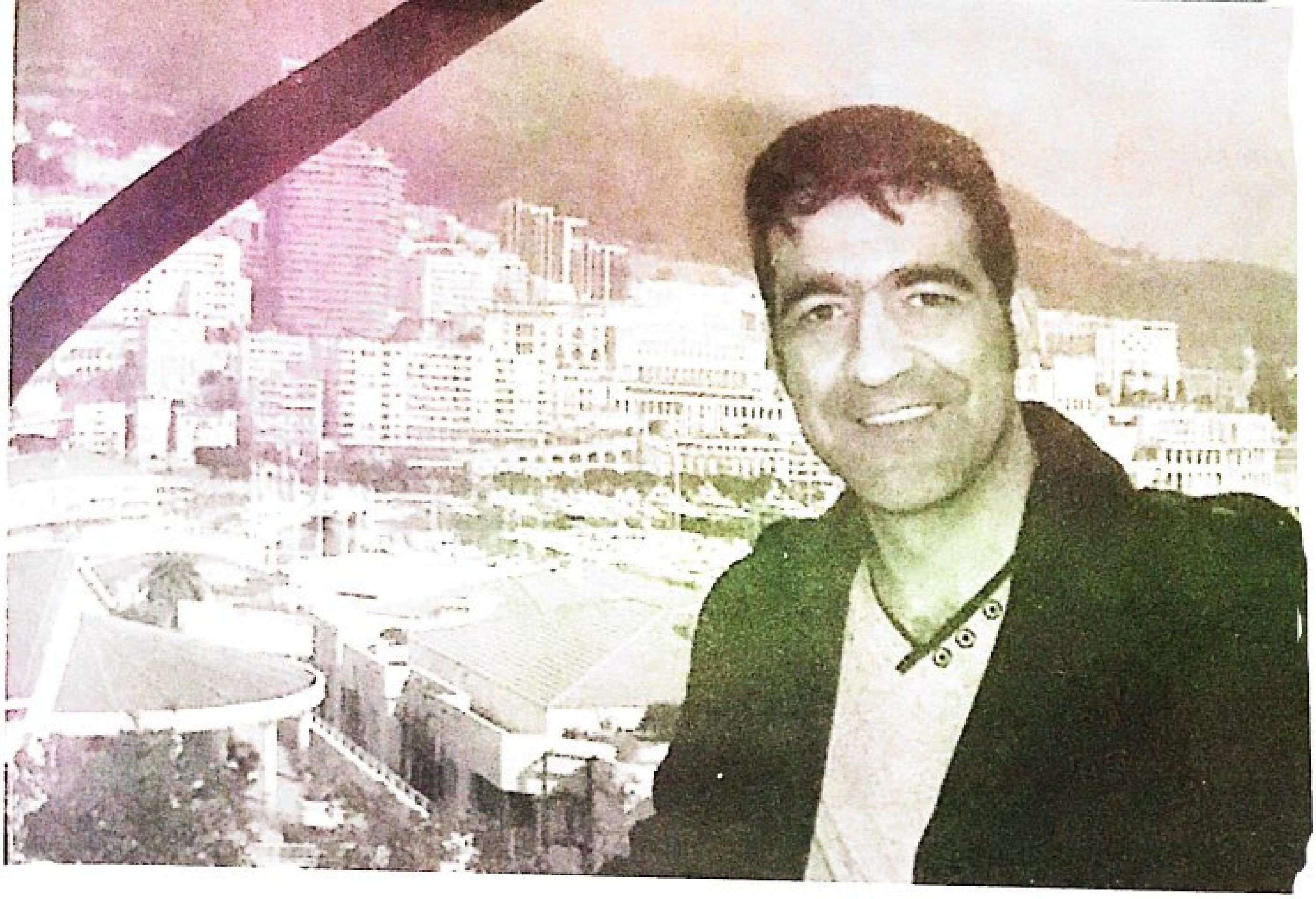
Scanned with CamScanner

پێشکەشە بە:

- سەرەتا و کۆتا خۆشەویستم.
- کاک محەمەد ئێناخی.
- کاک فاخر عەبدوڵڵا.
- ئارامی مەلا محەمەد.

(شەریف حەمەڕەشید پایزی 2004)

Scanned with CamScanner



ڕونکردنەوەیەکی پێویست:

کاتێک ساڵی 2003 مامۆستا شەریفم بۆ وەرگێرانی ئەم کتێبە ڕاسپارد، ئەو کات تەمەنم تەنیا 17 ساڵان بوو، تازە بە تازە دەزگایەکی بچووکم بوو بەناوی چاپەمەنی ئارام دامەزراندبوو. مامۆستا شەریف پێشتر کتێبەکەی خوێندبووەوە، زۆری بەلاوە شیرین بوو. مامۆستا ئەو کات تازە زانکۆی تەواو کردبوو—لەڕێی کتێبەوە ناسیبووم. چەند بەرهەمێکی جوانی بۆ کردمە کوردی و، بڵاوم کردنەوە.

یەکێک لەو کەسانەی کە مامۆستا شەریف لە چاپی یەکەمدا بۆ بەرهەمهێنانی کتێبەکە سپاسی کردووە، منم. کە نووسیویەتی:

Scanned with CamScanner

"پێشکەشــە بە ئارامی مەلا محەمەد."

چاپـی یەکەمـی کتێبەکـە کـە ســاڵی 2004 بڵاوکرایــەوە، پێشــوازیەکی باشی لێکرا. ســەرەڕای ئەوەی ئەو کات خوێنەری کتێـب زۆر کـەم بوو. ســاڵی 2007 بۆ دووەم جـار کتێبەکەمان چــاپ کردەوە و، مامۆســتا دوای ئەوەی لە فەڕەنســا بڕوانامەی دکتــۆرای بەدەســت هێنابــوو، هاتەوە بــۆ کوردســتان و بینی و زۆری پێخــۆش بوو.

ئێســتا کــە ســاڵی 2019یــە، بــە ڕێنوســێکی نوێــوە کتێبەکــە بــۆ ســێیەم جار لــە چــاپ دەدرێتــەوە. زۆر زۆر خەمبــارم کە مامۆســتای خۆشەویســتم، مامۆســتا شــەریف، لە ژیاندا نەماوە و خــۆی ئــەم چاپە نابینێتــەوە. گەلێکن پێ خۆش بوو کە ئێســتا زینــدوو بووایــە و هــەم دەزگاکــەیَ منــی ببینیایــە لەو ئاســتە پێشــکەوتوەدا و، هــەم کتێبەکــەی خــۆی بــەم چاپــە کوالیتــی بــەرزەوە ببینیایە. بــەڵام بە داخەوە ئەوە قــەدەری پەروەردگارە و هەمووومــان مــردن لە چارەمــان نوســراوە. وەک بەڕێوەبەری ناوەنــدی ڕۆشــنبیریی ئەدیبان کتێبەکە بە ڕۆحی پاکی مامۆســتا شــەریف حەمەڕەشــید و جگــەر گۆشــەکانی کە لــەدوای خۆی بەجێمــاون، پێشــکەش دەکەم.

ئارام مەلا محەمەد

بەڕێوەبەری ناوەندی ڕۆشنبیریی ئەدیبان

پایزی 2018 سلێمانی

Scanned with CamScanner

ناوەڕۆک

بەشی یەکەم

بەندی یەکەم: ڕاستییەک سەبارەت بە نیگەرانی

ساتەکان بە دەستکەوت بزانە!

بەندی دووەم: فەرمانێک

خۆئامادەکردن بۆ بەرەنگاربوونەوەی خراپتر لە خراپ

بەندی سێیەم: بێزاری و نیگەرانی چیمان لێ دەکات؟

پشوودان و شادمانی

ئەو ڕاستیانەی کە دەبێ سەبارەت بە نیگەرانی بیانزانیت

بەشی دووەم

بەندی چوارەم: شیکارکردنی نیگەرانی

هەستکردن و پەیبردن بە ڕاستی و حەقیقەت

بەندی پێنجەم: لابردنی 2/1ـی نیگەرانی

کورتەی ئەنجامی بەدەستهاتوو لە داواکارییەکانی بەشی دووەم

نۆ ڕێسای سوودمەند

بەندی شەشەم: چۆن نیگەرانی لە خۆمان دوور بخەینەوە؟

بەندی حەوتەم: نەهێڵن خۆرەی نیگەرانی گیانتان بهاڕێت

بەشی سێیەم

بەندی هەشتەم: نوسخەیەک بۆ زیاتر بنەبڕکردنی نیگەرانییەکان

بەندی نۆیەم: نەرمونیانی و ملکەچبوون لە بەرامبەر ناچاری

بەندی دەیەم: لە هەر کوێیەک جڵەوی زیان بگریتەوە دەست قازانجە

بەندی یازدە: ئاو لە (دەستەوانە)دا مەکوتە

کورتەی فەرمانەکانی بەشی سێیەم

Scanned with CamScanner

بەشی چوارەم

بەندی دەوازدەم: حەوت ڕێگە بۆ بەهێزکردنی ئاسوودەیی خەیاڵ
بەندی سێزدەیەم: تۆڵەسەندنەوە فەرامۆش بکە
بەندی چواردەیەم: لە ڕەوشی ناسوپاسی خەڵکی مەڕەنجی
بەندی پازدەیەم: ئایا قەدری ئەو شتانە دەزانن کە هەتانە

بەشی پێنجەم

بەندی شازدەیەم: خۆت بناسە و خۆت بە جگە لە تۆ کەس هاوشێوەی تۆ نییە
بەندی حەڤدەیەم: لە لیمۆی ترشی خۆت ئاولیمۆیەکی بەتام بگرە!
بەندی هەژدەیەم: دەرمانی نائومێدی و ڕەشبینی لە چوارده ڕۆژدا
کورتەی فرمانەکانی بەشی چوارەم و پێنجەم

بەشی شەشەم

بەندی نۆزدەیەم: ڕێگەیەکی تۆکمە و تەواو بۆ زاڵبوون بەسەر نیگەرانیدا
بەندی بیستەم: چۆن لە ڕەخنەگرتن نارەحەت نەبین
بەندی بیستویەکەم: ڕەوشی خۆپاراستن لە ڕەخنە
بەندی بیستودووەم: نەفامییەکانی من
چاوخشاندنەوەیەک بە داواکارییەکانی بەشی شەشەم

بەشی حەوتەم

شەش ڕێگە بۆ لابردن و دوورخستنەوەی ماندوویێتی و نیگەرانی و بەرزکردنەوەی هێز و توانای جەستەیی و ڕۆحی.
بەندی بیستوسێیەم: ڕۆژی کاتژمێرێک لە تەمەنی خۆمان زیاد بکەین.
بەندی بیستوچوارەم: چۆن ماندوو دەبین؟ چ شتێک ماندوومان دەکات؟ دەتوانین چی لەگەڵ ماندوویێتیدا بکەین؟
بەندی بیستوپێنجەم: چۆن خانمانی ماڵەوە ماندوویێتی لە خۆیان دوور

Scanned with CamScanner

بخەنەوە و بە ناسکی و جوانی بمێننەوە؟

بەندی بیستوشەشەم: چوار کرداری سوودمەند.

بۆ ئەنجامی جڵەوگیری لە بنەبڕکردنی دەرکەوتن و تەشەنەکردنی نیگەرانی

بەندی بیستوحەوتەم: ڕێگەی نەهێشتنی بێزاری و بەرهەمهێنەری ماندوویتی، نیگەرانی، تووڕەیی

بەندی بیستوهەشتەم: چۆن لە بێخەوی نیگەران نەبین؟

شەش ڕێگە بۆ لەناوبردنی ماندوویێتی و نیگەرانی و زیادکردنی هێز و توانای جەستەیی و ڕۆحی

بەشی هەشتەم

بەندی بیستونۆیەم: یەکێک لە دوو بڕیاری گەورەی ژیان

بەشی نۆیەم

بەندی سییەم: ڕێگەی کەمکردنەوە لە نیگەرانییەکان

چۆن بەسەر نیگەرانیدا زاڵ بووم؟

Scanned with CamScanner

پێشەکییەک سەبارەت بە نووسەر:

سیوپێنج ساڵ بەسەر زەمانێکدا تێدەپەڕێت کە من یەکێک بووم لە خەمگینترین گەنجانی نیویۆرک. لەو زەمانەدا بژێوی ژیانی من لە ڕێگەی فرۆشتنی ئوتۆمۆبیلی بارهەڵگرەوە سەرچاوەی گرتبوو.

ئەم کارە بۆ کابرای فرۆشیار دژوار نەبوو، بەڵام بۆ من زۆر دژوار بوو، چونکە هۆی جووڵەی ئوتۆمۆبیلیشم نەدەزانی، هیچ لە بارەی کارەکەمەوە فێر نەبووبووم.

ئەم ئیشە بە بڕوای من ئیشێکی زۆر نەشیاو بوو.

ژیانیشم لە ژوورێکی بچووک و سادەدا لە شەقامی (56)ـی غەربی لەگەڵ چەند دراوسێیەکی نامیهرەباندا بەناوی سوسک و چەند مێرووەکی ترەوە بەسەر دەبرد. هێشتا لە بیرم نەکردووە کاتێ بەیانیان بۆ دەرهێنانی جلوبەرگ و بۆینباخ (رباط) ڕووم لە کانتۆرەکەم دەکرد ئەوەندە سوسک و مێرووی پێوە بوو هەندێ جار تووشی دڵتێکچوون دەبووم.

بۆ نانخواردن ڕووم لە چێشتخانەی هەرزان دەکرد کە ئەمیش زۆر پیس بوو، پڕ بوو لە سوسک و مێروو لەمەیش بێزار بووبووم. بەکورتی کاری ڕۆژانەی من زۆر هەراسانی کردبووم، دەردەسەرییەکی توندم لەگەڵ خۆمدا دەبردەوە ماڵەوە.

ئەم دەردەسەرییە پەرەی دەسەند و بووە هۆی نارەحاتی و بێزارییەکی زۆر. لەبەر ئەوەی دەمبینی خەونە خۆشەکانی دەورانی خوێندکاریم گۆڕاوە بە کابووس و وەحشەتناکییەکی زۆر. • ئایا ئەو ژیانەی کە من دەمویست ئەمە بوو؟

• ئایا داستانی ژیان کە زۆر موشتاقانە چاوەڕوانیم دەکرد بەم شێوەیە

Scanned with CamScanner

بوو؟

- ئایا بەشی من لە ژیان هەر دەبێ ئەمە بێت؟
- کاری بێــزراو ئەنجـام بـدەم و لە ژوورێکدا لەگەڵ سوسـک و مێروو ژیان بەسـەر بەرم؟
- بە خواردنی فاسـد و پیس سـکم تێر بکەم و هیچ ئومێدێکم بە دوارۆژ نەبێت؟

لـە دەورانـی خوێندکاریمـدا هەمیشـە بیـرم لـێ دەکـردەوە کـە کتێب بنووسـم، بـۆ ئەو مەبەسـتە زۆرم خوێندبـووەوە بەڵام ئێسـتاش بواری ئـەوەم نییە و دەسـت نـادات تا توانـای خۆم لـەم بـوارەدا بخەمە گەڕ!

دەمزانـی بـە وازهێنان لـەم کارە بە هەر شـێوەیەک بێت سـەرکەوتن لە چاوەڕوانیمدایـە، چونکـە پلەیەک لە سـەرووی هیچەوە دەبـووم. لەگەڵ ئـەوەی کە بـە مادە دڵم نەبەسـتبوو، بەڵام دڵـم باڵی لێدەدا بـۆ ژیانێکی ئاسـوودە و خۆش.

سـەرتان نەیەشـێنم، گەیشـتبوومە قۆناغێـک کـە ئەبوایـە بڕیـام بدایە، هـەر ئـەو قۆناغەی کە گەنجـان و لاوان زیاتر پێی دەگەن. خۆشـبەختیم لـەوەدا بـوو کە پراکتیزەکردنی بڕیارەکەمم پشـتگوێ نەخسـت- هەرچی دەبـێ با ببـێ! هەر ئەو جووڵەیە بوو بەهۆی ئەوەی کە سـیوپێنج سـاڵە تـا ئەمـڕۆ ژیانێکی خۆش و ئاسـوودە بەسـەر بەرم.

دوای ئەوەی بڕیارم دا دەسـت لەو کارە هەڵگرم کە بووەتە هۆی ڕسوایم لـە پێناو چـوار سـاڵ خوێندن لـە زانکۆی پێشـکەوتوی (وارسـبورگ)، هەوڵـم دا تـا مامۆسـتایم بەدەسـت هێنا و لـە ڕێگەی دەرسـوتنەوەم لە قوتابخانەیەکی شـەودا بژێوی خۆمم بەدەسـت دەهێنـا، وە ئەو ڕۆژانەی کە کاتم هەبوو بە خوێندنەوە و بەسـتنی کۆنفرانس و نووسـینی داسـتان و... کاری لەم شـێوازانە بەسـەرم دەبرد.

Scanned with CamScanner

دەمویست زیندوو بمێنم تا بتوانم بنووسم و لە ڕێی نووسینەوە خزمەت بکەم.

لە سەرەتا قۆناغی زانکۆکانی کۆلۆمبیا و نیویۆرک داواکارییەکم پێشکەش کردبوون کە تیایدا داوای ئەوەم کردبوو کە هاوکاریم بکەن تا هونەری وتاردان دراسە بکەم، بەڵام داواکەیان ڕەد کردمەوە و لەگەڵ ناکامیدا ڕووبەڕوو بوومەوە.

ئەو ڕۆژە بە ڕەتکردنەوەی داواکارییەکەم زۆر نیگەران بووم، بەڵام ئەمرۆ سوپاسی خوای گەورە دەکەم کە داواکەیان ڕەد کردمەوە، چونکە ڕاستەوخۆ دوای ئەوە لە قوتابخانەیەکی شەواندا (ئەنجومەنی گەنجان) دەست بەکار بووم و دەستم کرد بە دەرسوتنەوە و ئەو ئەنجامەی پێویست بوو بەدەستم هێنا.

گرنگ لێرەدا ئەوە بوو کە خوێندکارەکانی من بۆ بەدەستهێنانی دبلۆم و بڕوانامەکانی تری خوێندن نەهاتبوونە پۆلەکانەوە، ئەوان کەسانێک بوون کە نەیاندەزانی لەگەڵ گیروگرفتەکانیاندا مامەڵە بکەن، هەر بۆیە دەبوایە من هاوکاریم بکردنایە و دەستم بگرتنایە. ئەوان دەیانویست سارێژی گیروگرفتەکانیان بکەن و لەسەر پێی خۆیان ڕاوەستن.

لەگەڵ ئەوەی کە ئەوەی بە دەستم دەهێنا کەم بوو، بەڵام ئەم پیشەیە لە هەموو شتێک پیرۆزتر و خۆشەویستتر بوو لە لام.

لە ماوەیەکی کورتدا بۆم دەرکەوت کە خوێندکارەکانم لە ڕاستیدا پیشەوەرن و دەیانەوێت خۆیان بۆ هونەرێکی تێروتەسەل ئامادە بکە، لە ماوەیەکی کەمدا بە جۆرێک بڕوایان بە نەفسیان پەیدا کرد کە بۆ من جێگەی سەرسوورمان بوو.

خوێندکارەکان بە جۆرێک لەگەڵ پێشکەوتندا ڕووبەڕووبووبوونەوە کە بۆ من جێگەی باوەڕ نەبوو. خوێندکارێک لە سەرەتادا لاری هەبوو لە

دانــی پێنــج دۆلار ئێســتا بەوپەڕی قەناعەتەوە بۆ هەر دەرســێک بیســت دۆلار دەدات.

لــە ســەرەتادا تەنها شــێوازی وتاردانم دەوتەوە. بەڵام دوای چەند ساڵ ئەزموون تێگەیشــتم کە ئــەم خوێندکارانە جگە لە هونــەری گفتوگۆکردن پێویســتیان بــە هونــەری دۆســتایەتی هەیــە. بــەڵام لــەو کاتــەدا کتێبی پێویســت نەبوو تــا بیڵێمەوە و لەســەری بڕۆم.

بــۆ بەدەســتهێنانی کتێب بە ناچاری خۆم دەســتم پێکرد. لەوە دەترســام لە نووســینی کتێبەکاندا سەرکەوتن بەدەست نەهێنم. بەڵام خۆشبەختانە ســەرکەوتنێکی ئێجگار گەورەم بەدەســت هێنــا کە باوەڕکردنی ئاسان نییە. ســێ ملیۆن و پێنجســەد هەزار نوســخە لە یەک کتێب فرۆشــرا!

لــە ڕێگــەی خوێندکارەکانمەوە بە مــرووری زەمەن تێگەیشــتم یەکێک لە کێشــە و ئاســتەنگە هەرە گەورەکانی خەڵکی نیگەرانییە. ئەوان سەبارەت بــە نیگەرانی خۆیــان دەدوان لە کاتێکــدا لە هیچ شــتێکیان کەم نەبوو.

لــە دوای ماوەیــەک بەرنامەڕێــژی بــۆ بەدەســتهێنانی ســوودێکی ئەوتۆ ڕۆیشــتم بــۆ کتێبخانەی شــاری نیویۆرک، کاتــێ بینیم لــەم کتێبخانەیەدا (22) جــۆر کتێــب ســەبارەت بــە نیگەرانــی بوونــی هەیە لــە کاتێکدا کە (189) جــۆر کتێــب ســەبارەت بە جۆرەکانــی مێروو بەرچــاو دەکەوێت زۆر سەرســام بووم! گەورەترین کۆســپ و دەردی کۆمەڵگا بە ئەندازەی مێروویــەک ئاوڕی لــێ نەدرابووەوە.

بەهەرحــاڵ. ئــەو (22) جــۆر کتێبــەم بــە باشــی خوێندەوە ســەرەڕای ئــەو کتێبانە هەرچی ســەرچاوەی تریش هەبوو ســەبارەت بــە نیگەرانی هەمــووم خوێنــدەوە. بــەڵام لە کۆتاییدا بــە ناچاری دەســتم دایە کارێکی عەمەلــی و لەم ڕوانگەیــەوە زۆر خۆشــحاڵ بووم.

ئــەم کارە عەمەلییــەش ئــەم کتێبەیــە کــە ئێســتا لــە بەردەســتی تــۆی

Scanned with CamScanner

خوێنەردایە کە دەرچوونی حەوت ساڵ درێژەی کێشا. بۆ بەچاپگەیاندنی ئەم کتێبە هەوڵم دا زیاتر لە هەر کەسێکی تر گوێ بۆ ئەو کەسانە رادێرم کە بەسەر نیگەرانیەکاندا زاڵ بووبوون.

جگە لەمەش (170) کۆنفرانس سەبارەت بە زاڵبوون بەسەر نیگەرانیەکاندا بەسترا، بۆیە نامەیەکی زۆری ئەو کەسانەم بۆ زیاد کردوە کە پەیوەندییان بەم کۆنفرانسانەوە هەبووە. سەرەرای ئەوەی کە روونم کردەوە، ئەم کتێبە لە خەیاڵ و نەزەری پێک نەهاتووە وە پەیوەندی بە پەند و نەزەری فەیلەسووفانەوە نیە، بەڵکو هەوڵم داوە لە سەرتاسەری ئەم کتێبەدا بە بەڵگە و شاهیدەوە نیشانی بدەم کە چۆنچۆنی هەزاران نەفەر توانیویانە بەسەر نیگەرانییەکانیاندا زاڵ بن.

تایبەتمەندییەکی تری ئەم کتێبە ئەوەیە کە هەموو کەسێک دەتوانێت سوودی لێ وەربگرێت، هەتا تۆیش دەتوانی تاقی بکەیتەوە.

لەم کتێبەدا پەنام بۆ داستانی خەیاڵی نەبردووە، جگە لە چەند لایەنێکی دیاریکراو کە نەمویستووە ناوی ئەو کەسانە بێنم کە بە ناو و نیشان دەناسرێن، خۆشبەختانە زۆرێک لەوانە تا ئێستا لە ژیاندا ماون.

لە کۆتاییدا دەمەوێ بە بیرتانی بێنمەوە کە ئەم کتێبە شتێکی تێدا نییە کە نەیزانن، بەڵکوو هەر ئەو شتانەیە کە خۆتان دەیزانن بەڵام یا لە بیرتان کردووە یا بڕواتان پێی نییە. ئەم کتێبە بۆ ئەوە مەخوێنەرەوە کە بزانی چۆنچۆنی نووسراوە، بەڵکو بە مەبەستی کارپێکردن بیخوێنەرەوە. بەس پێکەوە دەست پێ دەکەین، پێش دەستپێکردن، تکایەکی بچووکم لە تۆی خوێنەری ئازیز هەیە!

بەشی یەکەمی بە باشی و بە وردی بخوێنەرەوە، ئەگەر بینیت هێزێکی تازە و شاراوە لە ناخی تۆدا دروست بووە بۆ زاڵبوون بەسەر نیگەرانیەکانتدا ئەوا لە خوێندنەوەیدا بەردەوام بە. ئەگەر هەستت

بـەو هێـزە تازەیـە نەکرد ئـەوا کتێبەکـە پارچەپارچە بکـە و بیخەرە نێو ئاگرەوە.

دەزانی بۆ؟ چونکە بەکەڵکی تۆ نایەت...

دیل کارنگی

Scanned with CamScanner

بەشی یەکەم

بەندی یەکەم

ڕاستییەک سەبارەت بە نیگەرانی ساتەکان بە دەستکەوت بزانە!

خوێندکارێکی لاوی زانکۆ لە بەهاری ساڵی(1871) خۆی ئامادە دەکرد بۆ تاقیکردنەوەی کۆتایی لە کۆلێژی پزیشکی. ئەو لە نەخۆشخانەی گشتی دەورەی هاوینەی بەسەر دەبرد. ئەم خوێندکارە گەنجە لەو ڕۆژانەدا زۆر قەلەق بوو لە بیری ئەوەدا بوو کە دەبێ چی بکات و عاقیبەتی چی لێ دێت.

ئایا سەرکەوتوو دەبێت و ژیانی بۆ شێوەیەکی باشتر دەگۆڕدرێت؟ هەر لەو ڕۆژانەدا خوێندنەوەی چەند دێڕێکی کارای خووڕەوشتی کە بە زمانی ئینگلیزی لە بیستویەک وشە پێک هاتبوو، ئەو خوێندکارە قەلەقەی ون کرد و ئەسەرێکی وای تێدا بەجێ هێشت کە بوو بە یەکێک لە گەورەترین پزیشکەکانی دەورانی خۆی.

خوێندکاری قەلەقی دوێنێ، پەیمانگای پزیشکی (جون هوپکیز)ـی بنیاد نا، کە هێشتا بەناوبانگیی خۆی لە دنیادا پاراستووە.

زانکۆی ئۆکسفۆرد ئەوی بە ناونیشانی پرۆفیسۆر لە بواری پزیشکیدا ناسی و تاجی شانازی لە سەری دانا.

ئەو خوێندکارە مشەوەشە بوو بە پزیشکێکی بەتوانا و بەناوبانگی ئەوتۆ کە ئاواتی هەموو یەکێک لە پزیشکەکانە.

لە دوای مردنی، ژیاننامەکەی لە کتێبێکی 1466 لاپەڕە بە دوو بەرگ

Scanned with CamScanner

بە چاپ گەشت و بڵاو کراوەیە.

خوێندکاری مشەوەشی جاران و پزیشکی سەرکەوتووی سەردەم لە سالانی دوایدا ناوی (سرویلیام ئاسلر) بوو ئەو بیستویەک وشەیەی کە کاریگەرییەکی زۆری لەسەر بەجێ هێشتبوو نووسینی (توماس کارلایل)ـی نووسەری بەتوانای ئینگلیزی بوو.

ئێمەیش ئەو بیستویەک وشەیەمان وەرگێراوە بەو ئومێدەی کاریگەرییەکی ئەوتۆش لە ئێوەی خوێنەری ئازیدا دروست بکات.

{وەزیفە و کاری ئێمە ئەوە نییە کە نیگەرانی ئەو شتانە بین کە لێمانەوە دوورن، واتە لە بەردەستدا نین و نەناسراو و نامۆن، هەوڵی خۆمان لە پێناوی دڵەڕاوکێ و لە پێناوی خەونی چاوەڕواننەکراودا لە هەور و تاریکیدا بەکار ببەین. وەزیفە و کاری ئێمە ئەوەیە کە بە وردی هەوڵی خۆمان بخەینە گەڕ لە پێناو ئەو شتانەی کە لە بەردەستماندان[

دوای چل و دوو ساڵ، لە مانگەشەوێکدا (سرویلیام ئاسلر) وتاری بۆ خوێندکارانی زانکۆ دەدا و وتی:

"سەبارەت بە بەندە کە لە چوار زانکۆدا کورسیی مامۆستاییم هەیە و ناوێکی زۆر بەناوبانگ و ناسراوم هەیە چۆن بیر دەکەنەوە؟ لەوانەیە بیروبۆچوونتان وابێت کە بینای مێشکی من لەگەڵ کەسانی تردا جیاوازی هەیە، بەلام وا نییە.

بە لایەنی کەمەوە ئەو کەسانەی کە لە خووڕەوشت و چۆنیەتی ژیانی من شارەزاییان هەیە، دەزانن کە مێشکێکی زۆر سروشتی وەک مێشکی ئێوەم هەیە"

کە وایە ڕاز و نهێنی سەرکەوتنی سرویلیام ئاسلر چییە، کە زۆر ڕاشکاوانە دانی پیدا دەنێت کە لەگەڵ کەسانی تردا جیاوازی نییە؟ خراپ نییە ئەگەر بابەتەکە لە زمانی خۆیەوە وەربگرین ئاگادار بین کە

Scanned with CamScanner

ئەم پزیشـکە سـەرکەوتووە چۆنچۆنی حسـابی دوێنێ و ئەمڕۆ و ئەمڕۆ و سـبەی و سـبەینێ و ڕۆژەکانـی دیکـەی بێکۆتایی، شایسـتەی هاتن و چوونی لـە یەکتری جیـا دەکردەوە.

سـرویلیام ئاسـلر چەند مانگێـک پێش وتاردان لـە زانکۆی "یـال" لەگەڵ کەشـتییەکی ئۆقیانووسـیدا لە ئۆقیانووسی ئەتڵەسـدا دەسووڕایەوە.

ئـەو لـەو سـەفەرەدا زۆر بـە وردی سـەیری دەکـرد کـە بەڕێوەبەری (ناخودای) کەشـتییەکە لە بەشـی سـەرەوەی کەشـتییەکە دەوەسـتێت و تـەواوی بەشـە جووڵاوەکانـی کەشـتییەکەی لەژێـر چاودێریدایە.

ناخوداکـە دەیتوانی بـە فشـاردانی دوگمەیەکی بچـووک گۆڕانکارییەکی زۆر بەسـەر کەشـتییەکەدا بهێنێـت، ئەو تـا دوگمەیەکی بچووکی فشـار دەدا ڕاسـتەوخۆ دەنگـی بەیەکدادانـی ئامێرە گەورەکان کـە لە بەرچاودا نەبـوون بەرز دەبووەوە. سـرۆیلیام ئاسـلر بەوپەڕی سەرسـووڕمانەوە شـاهیدی ئەم پەیوەندییەی بەشـەکانی کەشـتییەکە بوو، بەئاگا هاتەوە و بیـری کردەوە کە سـەفەری درێژتر ئەجهیزات و ئیمکانات و پێداویسـتی زیاتری دەوێت.

ئـەو وەک ئـەو موسـافرانەی کە لـە کەشـتییەکەدا بوون ئەم داسـتانەی لـە بیـر نەکـرد، بەڵکـوو سـوودی لـێ وەرگـرت بـۆ ئامۆژگاریکردنـی خوێنـدکاران سـەبارەت بـە بەشـەکانی کەشـتییەکە وتی:

"هـەر یەکـە لە ئێـوە کۆمەڵێـک و کۆنترۆڵێکی سەرسـووڕهێنەرترن لەو کەشـتی ئۆقیانووسـە، کە بۆ سـەفەرێکی دووردرێژتر دروسـت بوون، تەنهـا شـتێک کـە لە ئێـوەم بوویت ئەوەیە کـە بەشـەکانی ژیانی خۆتان بـە جۆرێک ڕێک بخـەن و بە جۆرێـک بیخەنە ژێر کۆنترۆڵـی خۆتانەوە کـە بتوانـن دوێنـێ و ئەمـڕۆ لەیەک جیا بکەنـەوە سـبەینێ بەبێ ئەوەی بوونـی هەبێـت لـە کاری ئەمـڕۆدا هەڵنەقورتێنن تا بتوانن ئەم سـەفەرە

Scanned with CamScanner

دووروودرێژە بە سەرکەوتوویی بەسەربەرن و بەسەر شەپۆلی بیکوتا و نەوەستاوی ژیاندا زاڵ بن."

سرویلیام ئاسلر، بۆ زیاتر کاریگەری وتارەکەی ڕووی لە خوێندکاران کرد و وتی:

" لە قۆناغە جۆراوجۆرەکانی ژیاندا دەرگای پۆڵاین بە ڕووی دوێنێدا هەڵبەستن، چونکە چیتر بوونی نییە، پردێکی ئەستوور لەسەر دەرگای داهاتووتان هەڵبەستن و هەوڵ بدەن لە گۆشەکانییەوە چاوەڕوانی سبەینێ بکەن، سبەی هێشتا نەهاتووە، سبەی بوونی نییە، سبەینێ تەنها وشەیەکی سەرزارەکییە مرۆڤەکان بۆ لێکتێگەشتن بەکاری دێنن. کە تۆ دەڵێی سبەینێ بەرامبەرەکەت دەستبەجێ تێدەگات بەڵێ شەو دادێت و ڕۆژ دەبێتەوە پێی دەڵێن سبەینێ، بەڵام کە شەو داهات و ڕۆژ بوویەوە تۆ ناڵێیت سبەینێ بەڵکوو دەڵێیت ئەمڕۆ، کەواتە ئەمڕۆ داهاتووی تۆیە.

کەوایە تەنها ئاگاتان لە ئەمڕۆ بێت و هەوڵ بدەن ئەمڕۆ بە باشترین شێوە بەڕێ بکەن".

مەبەستی سرویلیام ئاسلر ئەمە بوو کە ڕابردووەکان لەبیر بکەیت و بەخاکی بسپێریت، چونکە تاڵییەکانی بە دوو شێوە شایستەی لەبیرکردنە.

شێوەی یەکەم: ئەوەیە کە توانیوتە تەجرەبەیەک و ئەزموونێکی تازە لە ڕابردووەکان وەربگریت و لە ژیانی ئەمڕۆدا سوودی زۆرت لێ وەرگرتووە.

شێوەی دووەم: ئەوەیە کە بە کەئابە و بێزاریدەربڕین بۆ نەهامەتییەکانی ڕابردوو جگە لە خۆلەناوبردن هیچ شتێکی تر بەدەست ناهێنی، چونکە هیچ کاتێ بە خەمخواردن ڕابردووەکان نەگەڕاونەتەوە.

Scanned with CamScanner

سرویلیام ئاسلر لە وتارەکەیدا ڕوی لەو خوێندکارانە کرد کە هیدایەتی ئەویان بە کارێکی مەحاڵ دادەنا بۆ کەسانی سادە، وتی:

"وتم ڕابردووەکان بەوپەڕی توانا لە خۆت دوور بکەرەوە ئێستا بۆی زیاد دەکەم کە بە هەمان توانا داهاتوویش لە مەسیری بۆچوونی خۆت بخەرە ئەو لاوە. داهاتوو هەر ئەمڕۆیە. سبەینێیەک بوونی نییە. ئەو ڕۆژەی کە بەرجەستەیە ئەمڕۆیە، جگە لە ئەمڕۆ هیچ ڕۆژێکی تر ناتوانێ لە بەردەستدا بێت.

ئەو کەسانەی کە نیگەرانی سبەینێن بەبێ سوود وزەی خۆیان بۆ شتێک سەرف دەکەن کە بوونی نییە.

تەنها ئیشێک کە ئەم کەسانە بەئەنجامی دەگەیەنن فەراهەمکردنی مەشغوولی فکری و تووڕەییە بۆ خۆیان بەم شێوەیە ئەمڕۆش لەدەست دەدەن.

دە دەرگا بە ڕووی هەیکەلی گەورەی داهاتوو و ڕابردوودا داخە و ئەمڕۆ لە دوێنێ و سبەی جیا بکەرەوە"

ئایا مەبەستی دکتۆر ئەمە بوو کە بۆ دابینکردنی داهاتوویش نابێ هەنگاو هەڵگرین؟ بەوپەڕی دڵنیاییەوە دەبێ بڵێین نەخێر و هیچ کات نابێ ڕێگەی خەیاڵێکی بەم شێوەیە بە خۆت بدەیت. بڕوای ئەو ئەمە بوو کە باشترین هەنگاو بۆ دابینکردنی داهاتوو بەئەنجامگەیاندنی کاری ئەمڕۆیە. ئەویش بە باشترین و شایستەترین شێوە.

سرویلیام ئاسلر کۆتایی کۆنفرانسەکەی بە خوێندنی نزایەکی بەیانیان هێنا. نزایەک کە خوێندکارەکانی بەو نزایە ڕۆژیان دەبردە سەر، نزاکەیش بەم شێوەیە بوو:

"خودایە! تەنها ڕۆزی ئەمڕۆمان بدە."

ئەگەر سەرنج بدەین دەبینین لەم نزایەدا تەنها داوای ڕۆزی یەک ڕۆژ

Scanned with CamScanner

کراوە وە بۆ داهاتوش هیچ داواکارییەک نەکراوە.

بۆ نموونە نەوتراوە خودایە وشکەساڵی و قاتوقڕی لە ڕێماندایە، بوونی گەنم و کەرەستەی خۆراک بە گوێرەی پێویست نییە، ئەم وشکەساڵی و قاتوقڕییە لە ئێمە بەدوور بگرە، چونکە نازانین لە کۆتایی ساڵدا ڕۆزی خۆمان چۆنچۆنی بەدەست دەهێنین!

لە ڕابردووەکاندا فەیلەسووفێک وەک زۆربەی فەیلەسووفەکانی تر لەگەڵ فەقیریدا نامۆ و بێگانە نەبوو، ڕێی کەوتە ناوچەیەکی زیخاوی (بەردەڵان) کە دانیشتوانەکەی بە ناڕەحەتییەکی زۆردا ژیانیان بەڕێ دەکرد.

دانیشتوانی ئەو ناوچەیە بۆ ڕزگاربوونیان لە سەختی و دژواری داوای هاوکارییان لەو فەیلەسووفە کرد، لە دەوری گردێک هەموویانی کۆکردەوە و وتارێکی بۆ دان، کە وتارەکەی لە بیستوشەش حەوت وشەیەک زیاتر نەبوو کە چەند حیکمەتێکی شاراوەی لەخۆ گرتبوو کە بە خێرایی لە تەواوی ئەو ناوچەیەدا بڵاو کرایەوە.

وتی: " ئەی خەڵکی لە بیری سبەینێدا مەبن. بۆچی سبەینێش ماوەیەکی تر لە کاتی ئێوە بگرێت. بۆ ئەمرۆ هەر ئەو ناڕەحەتی و مەشاکیلانە بەسە."

هەندێک لەم وتەیەی عیسای مەسیح (لە بیری سبەینێدا مەبن) ڕەخنەیان گرت و بە پەندێکی ناشایستە و بێئەهمیەتیان زانی، هەندێکیان باوەڕیان وایە کە جگە لە باوەڕبوونێکی سۆفیانە هیچی تر نییە.

ئەم کۆمەڵە بڕوایان وایە کە دەبێ لە بیری سبەینێدا بین تا بتوانین ژیانی خۆمان دابین بکەین بە هەر شێوەیەک بێت. ئەوانە باوەڕیان وابوو کە پاشەکەوتێک بۆ پیری خۆیان بکەن و بە نەخشە بەرەو پێشەوە دەڕۆن.

Scanned with CamScanner

بەڵی، ئەوانەش ڕاست دەکەن و بۆچوونەکانیان هەڵە نییە. نارەزایی لە وتەکەی مەسیح لە ڕوانگەی دەربڕینێکی ترەوە بە جوانی نایەتە پێشچاو کە دەگەڕێتەوە بۆ وەرگێڕانی سێسەد ساڵ لەمەوپێشی ئینجیل .

لەو سەردەمەدا، واتە لە سەردەمی دەسەڵاتداری (جیمز)، پاشای ئینگلستان کە زمانی وەرگێڕانی ئینجیل بە ئینگلیزی بوو مەفهوومی فکر لەگەڵ ئەمڕۆدا گۆڕاوە.

(لە بیری ئەم ڕۆژانەدا مەبە)، بە دیقەتێکی زیاترەوە گۆڕاوە بە (نیگەران مەبە)، بەم شێوەیە بیرۆکەی واقیعی وتەی مەسیح عیسا (ع) بەم شێوەیەی لێهاتووە:

(نیگەران مەبە)

بەم شێوەیە ئازادن بۆ داهاتووی خۆتان پلان دارێژن، بیر بکەنەوە و ئامادە بن، بەڵام نەهێڵن گوومانی خراپ لاتان پەرە بستێنێ. لە شەڕدا سەرکردەکان و ڕابەرەکانی هێزی نیزامی بۆ داهاتوو پیلانی جۆراوجۆر دادەڕێژن، بەڵام هیچ کات بۆ داهاتوو نیگەران نابن.

گێڕانەوەی وتەکانی دریاسالار (ئەرنست کینگ) سەرکردەی کەشتییەوانی ئەمریکا بەتاڵ لە سۆز نییە کە دەڵێ:

" من لێهاتووترین سەربازەکانم بە چاکترین سیلاح پڕچەک دەکەم و بە ژیرانەترین و ئیدارەترین شێوە بۆ ئەرکەکانیان دەنێرم. ئەمەو بەس! چونکە ئەگەر کەشتییەک لە حاڵەتی نوقمبووندا بێت من ناتوانم ڕێگری لێ بکەم، ئەگەر کەشتییەک نوقم بووبێت من ناتوانم دەری بهێنمەوە بەس باشتر وایە لە بیری داهاتوودا بین! تا ڕووداوێک کە لە ڕابردوودا ڕووی داوە چارەیەکی بۆ بدۆزینەوە باشترە لەوەی کە لە بیری ڕووداوەکەدا بین و نیگەرانی بۆ دەربڕین، چونکە دەزانم

ئەگــەر ڕێگــە بدەم ئەم نیگەرانیانە بەســەرمدا ســەرکەون زۆر زوو لەپێ دەکەوم"

چ لــە کاتی شــەڕ و چ لە کاتی ئاشــتیدا لە نێوان چــاک و وردبیرکردنەوە و خۆگومڕاکردنــدا جیاوازییەکی زۆر هەیە.

لــە کاتــی ئاشــتیدا هۆیــەک دەگیرێتە بەر کــە ئەنجامەکەی نەخشــەیەکی مەنتقــی و نەگــۆڕە بــۆ بەرەنگاربوونەوەی تــەواوی هــۆکارەکان. کاتی شــەڕ عادەتــەن تێکشــکان و بێئومێدی لە دوایە و لــە کۆتاییدا ڕق و کینە پەرە دەســێنێ.

لــە کۆتایدا بڵاوکەرەوەی ڕۆژنامەی ناســراوی نیویــۆرک تایمز بە ناوی (ئارترهیــز ســولز برجر) کــە هــەم خــۆی بەناوبانگتریــن بەڕێوەبەرانی ڕۆژنامــە بــوو هــەم ڕۆژنامەکەشــی بەناوبانگترین ڕۆژنامــەی ئەمەریکا بــوو وتی:

"کاتــێ کــە ئاگــری جەنگــی جیهانــی دووەم پــەرەی ســەند ئەوەنــدە بۆ داهاتــوو نیگــەران بــووم شــەوان نەمدەتوانــی بخــەوم. زۆربــەی کات نیوەشــەو لەســەر نوێنەکەم دەهاتمە دەرەوە و کەرەستەکانی وێنەکێشانم ڕووبــەڕووی ئاوێنەکــە دادەنــا و هەوڵــم دەدا وێنــەی خــۆم کــە لەنــاو ئاوێنەکــەدا بەدیــار کەوتــووە وێنە بکێشــم".

ســولز برجــر لــە دوای ڕوونکردنــەوەی وێنەکێشــانەکەی لــە بەرامبەر بێــزاری و ناڕەحەتیــدا بــۆ تەواوکردنــی وتەکانــی" وتــی کــە تــەواوی زەحمەتەکــەی بۆ لەناوبردنی نیگەرانــی بێهوودەیە و ماوەیەکە نەیتوانیوە ئارامــی خــۆی بەدەســت بهێنــێ تا ئــەو کاتەی بــە ڕێکــەوت کەلیماتێکی ســادەی لــە یەکێک لە ســرووده مەزهەبیەکاندا بیســت کــە بەلایەوە زۆر گرنــگ و دڵنشــین بوو کــە ئەو کەلیماتانــەی کرد بە سەرمەشــقی ژیانی.

ئــەو کەلیماتانــەی هێشــتا لەبیــر نەکــردووە و بــەم شــێوەیە بۆمــان

Scanned with CamScanner

دەگێڕێتەوە:

(ئەی پەرتووکی هیوا ڕێنمونیم بکە. پێشی پێم ڕووناک بکەرەوە. نووری ئومێد بتاوێنە. دیمەنی دوور دەستم ناوێت تەنها پێشی پێم ڕووناک بکەرەوە. تەنها هەنگاوێک بەسە).

هەر لەو ڕۆژانەدا کە بەڕێوەبەری ڕۆژنامەی بەناوبانگی ئەمریکایی ئاماژەی پێ کرد، گەنجێک لە مەیدانەکانی شەڕی ئەورووپادا زۆر بێزار و نیگەران بوو ئەگەر دکتۆرێک نەگەشتایەتە فریای ئێستا زیندوو نەبوو، داستانەکەی لە زمانی خۆیەوە ببیستن:

گەنجی ئەو ڕۆژە و پیاوی بەساڵاچووی ئەمڕۆ ناوی (جرمینو)یە و خەڵکی مریلندی ئەمریکایە دەڵێت:

... ئەرکێکی زۆر سامناکم پێ سپێردرا بوو لە کاتی شەڕدا. دەبوایە من ناوی کوژراوەکانم بنووسیایە و ئەو جەستانەی کە لە مەیدانی شەڕدا بەجێ مابوون بمگێڕایەتەوە و ناونیشانی تەواوم بۆ خانەوادەکانیان بناردایەتەوە لەگەڵ ئەو شتانەی کە لە گیرفانیاندا یان لەناو ئەو کیسەیەدا بوو کە پێیان بوو، تا یادگارییەکیان لە ونبووەکانی خۆیانەوە هەبێت.

ترسێکی زۆر باڵی بەسەرمدا کێشا بوو کە نەوەکوو لە بەئەنجامگەیاندنی ئەرکەکانمدا کەمتەرخەمی بکەم.

لەو کاتەدا بیرم دەکردەوە کە ئایا ئەوەندە بە زیندوویی دەمێنمەوە کە تەنها جارێکی تر منداڵەکەم کە ئێستا شانزە ساڵانە، ببینم! هەرچەندە جەستەم زۆر سەلامەت بوو چالاک بوو، بەڵام ئەم بیرۆکەیە منی خستبووە نێو گێژاوێکەوە و وەک شێتم لێهاتبوو.

کە سەیری دەستەکانم دەکرد جگە لە مشتێک پێست و ئێسقان هیچی ترم نەدەبینی. خەیاڵم دەکرد کاتێ دەگەڕێمەوە بۆ نیشتمان کەسێکی

Scanned with CamScanner

کەمئەندام و خانەنشـین دەبم.

بـە ڕەشـبینییەوە بەرامبـەر بە داهاتـوو دەمڕوانی، هەمـوو ڕۆژێ وەک منداڵ دەگریـام و بێزاریـم دەردەبڕی.

کـەم کەم گەشـتمە ئـەو ڕادەیەی کە خۆم هەسـتم دەکرد ئیتر کەسـێکی ئاسـایی نیم خەریکە دەروونم لەدەسـت دەدەم.

پێـش ئەوەی (جرمینـو) کۆتایی بە گفتە ڕووخێنەرەکانـی بێنێت، ڕابردوو لـە ناخیدا زینـدوو بووەوە و وتی:

{... سـەرئەنجام ئـەم پەژارە و بێزارییانەی کە بووبوونە هۆی ڕەشـبینیم ڕووەو نەخۆشـخانەی سوپا ڕاپێچیان کردم.}

لـە نەخۆشـخانەدا پزیشـکی چارەسـاز زۆر بـە زوویـی بەئـاگا بوو لە نەخۆشـییەکەم کـە نەخۆشـییەکی دەروونـی و ڕۆحییە.

پزیشـکەکە بـە ڕوویەکـی گـەش و میهرەبـان و ئاوازێکـی کاریگەرەوە پێـی وتـم (داواکاری مـن لە تـۆ ئەوەیە کـە لە ئەمـڕۆ بـە دواوە ژیانی خـۆت وەکـو "کاتژمێـری بەردینی کۆن" بێنیتە پێشـچاو کە هەر سـاتێک دەنکۆڵەیەکـی بـەرد لـە ڕێـڕەوی بەشـی سـەرەوە دادەبەزێتـە نـاو پارێزەرێکـی زێڕینەوە لە بەشـی خـوارەوەی ئامێرەکـەوە هەر کارێکیش کـە بکەیـت ناتوانـی زیاتر لـە یەک بـەرد لە سـاتێکدا دابەزێنیتە بەشـی خـوارەوە مەگـەر میکانیزمـی ئـەو ئامێـرە تێکبشـکێنی! مـن و تـۆ هەر کامێکمـان بـۆ خۆمـان وەکو ئـەو کاتژمێـرە واین.

بەیانیـان کـە لەخەو هەڵدەسـتین تـا خۆرئاوابوون دەبێ سـەدەها کاری جۆراوجـۆر بـە ئەنجـام بگەیەنیـن. ئەگـەر هـەر کامێـک لـەو کارانە لە کاتـی خۆیـدا بە ئەنجـام نەگەیەنین وەک ئـەوە وایە کە هـەوڵ بدەین لە سـاتێکی دیاری کـراودا ڕێگە بـە ژمارەیەکی زۆر لە دەنکۆڵـە بەردەکان بدەیـن، واتە:

Scanned with CamScanner

"میکانیزمی ئامێرەکە تێکبشکێنین" ئاشکرایە بەهۆی پەلەکردن لە دابەزینی دەنکۆڵە بەردەکان بۆ ناو پاریزەرە زێرینەکەوە دەستکەوتیکمان جگە لە خراپکردن و لەکارخستنی کاتژمێرەکە بەدەست نەهێناوە.

لە ژیانیشدا ئەم پەلەپەل و کەم تاقەتییە جگە لە شۆکێکی بەهێز لە ژیان و لاوازی عەصاب و فشاری خوێن و تووڕەیی هیچی تری لێ چاوەڕێ ناکرێ.

"جرمینو" دەڵێت:

لەو ڕۆژە بە دواوە یاسای کاری (هەر ساتێک دەنکۆڵەیەک بەرد)م گرتووەتە بەر و لە تەواوی کارەکانمدا پەیڕەوی دەکەم، کە بەهۆیەوە توانیومە بەسەر نیگەرانی و نەخۆشییە دەروونییەکانمدا زاڵ ببم.

دەبێ ئەوەش بڵێم کە لە قۆناغەکانی تری ژیاندا لەم یاسای کارە یارمەتیم وەرگرتوە و ئەنجامێکی درەوشاوەم بەدەست هێناوە. ئێستا لە کۆمپانیایەکدا کە کاری بازرگانی بە ئەنجام دەگەیەنێت دەست بە کارم.

ئەم کۆمپانیایە بەهۆی کارەساتی جەنگەوە مەشاکیلی تایبەت بە خۆی هەبوو. دەبوایە دوابەدوای ئەو کارە، کاری جۆراوجۆرم بەئەنجام بگەیاندایە.

من کە ناچار بووم کە لە یەک ساتدا چەند گیرۆدەییەکی جیاوازم هەبێت بەبێ چەندوچوون وتەکەی دکتۆرم بە بیری خۆم دەهێنایەوە و بە خۆمم دەوت (هەر ساتێک بەردێک و هەر شوێنەی کارێک) بە دووبارەکردنەوەی ئەم ڕستەیە بەرنامەیەکی گونجاو و تەواوم دادەڕشت و کارەکان باشتر بەرەوپێشەوە دەڕۆشتن.

بوونی ڕێکوپێکی و بەئەنجامگەیاندنی کارەکان بە تەرتیب لە کات و شوێنی خۆیدا بووبوونە هۆی ئەوەی کە بەسەر نیگەرانیەکانمدا زاڵ

Scanned with CamScanner

ببم.

بە دڵنیاییەوە جێگەی داخە، بەلام ناچارم بڵێم لە حاڵی حازردا زۆربەی سیستەمەکانی (چەرپاکانی) نەخۆشخانە ئەو کەسانە داگیریان کردووە کە گیرۆدەن بە نەخۆشی دەروونییەوە، ئەوەش بە هۆی جۆرێک لە ترس و نیگەرانی بۆ داهاتوویان سەرچاوەی گرتووە. ئەم کەسانە تێکشکاوی دەستی ڕابردوون و نیگەران و پەریشانی داهاتوون.

ئەمانە زۆر بە زوویی دەتوانن ئاسوودەیی بە دەست بهێنن بە مەرجێک کار بە وتە بەنرخەکەی ولیام ئاسلر بکەن (خەمی سبەینێ مەخۆ) ئەم کەسانە پێویستە وتەکەی ولیام لە یاد نەکەن و هەمیشە حسابی دوێنێ و ئەمڕۆ و سبەی لە یەک جیا بکەنەوە.

ئێمە لە نێوان دوو ئەبەدیەتداین کە هەرگیز توانای گۆڕانیمان نییە. ئەبەدیەتی ڕابردوو و ئەبەدیەتی داهاتوو.

بۆ ئێمە ڕابردوو لە مالانیهایەوە دەستی پێ کردووە و تا بێکۆتا و داهاتوو بەردەوامە.

ئێمە لە خاڵی بەیەکگەیشتنی ڕابردوو و داهاتووداین کە ئێستایە بۆیە دەبێ تەنها لە بیری سوودوەرگرتن بین لەم ساتەدا.

بە شێوەیەکی ڕوونتر ژیانی ئێمە لە بەرامبەر بێکۆتایی ڕابردوو و بێکۆتایی داهاتوودا، بە ئەندازەی چرکەساتێکیش شایەنی حساب بۆکردن نییە.

بەو هەموو هەوڵ و تەقەلایەوە جگە لە خۆماندووکردن بە تێپەڕبوونی زەمان هیچمان بۆ نامێنێتەوە، کەوایە بۆچی تا توانا و تەقەلامان ماوە لە ژیانی خۆمان سوود وەرنەگرین؟

بۆچی ڕازی بە زەمانێک نین کە دەتوانین ژیانی تێدا بەسەر بەرین؟

{هەموو کەسێک دەتوانێت کۆڵ و باری خۆی تا خۆرئاوابوون رابکێشێت

Scanned with CamScanner

هەر چەندیکیش قورس و گران بێت، هەروەها هەموو کەسێک دەتوانێت کارەکەی خۆی هەرچەند دژوار و ناهەموار بێت بۆ تەنها ڕۆژێک بە ئەنجامی بگەیەنێت.

هەر بوونەوەرێک دەتوانێت بە خۆشی و شەوقوزەوق و ئارامییەوە خۆرهەڵاتنێک بە ئاوابوون بگەیەنێت جگە لەمانە ژیان هیچ واتایەکی تری نییە.}

ئەم بیرۆکەیەی "ئاستیونسون" ئەو ڕاستیەیە کە ژیان لە ئێمەی دەوێت.

ئافرەتێک بە ناوی "شیدز" کە دانیشتوی شارۆچکەی "میشیگانە" پێش ئەوەی ڕێ بباتە مەفهوم و ناوەڕۆکی (تا خۆرئاوابوون ژیان بەسەربردن) و بە تەواوی لێی تێبگات ئەوەندە نارەحەت و پەریشان بوو لەوپەڕی نائومێدیدا مەبەستی خۆکوژی هەبوو.

با گوێ بۆ گفتەکانی ئەم خانمە ڕادێرین کە دەتوانێت کاریگەری لەسەر ئێمە بەجێ بهێڵێ.

{لە ساڵی 1937 مێردەکەم لەدەست دا. ئەوەندە گیرۆدەی خەمۆکی و نیگەرانی بووم کە هیچ کارێکم لە دەست نەدەهات.

فەقیری و نەبوونیش ئەم هەلەی قۆستەوە و شاڵاوی خۆی دەست پێ کرد، لە کاتێکدا کە لەوپەڕی نائومێدی و فەقیریدا بووم نامەیەکم بۆ خانەدانێک یا باشترە بڵێم بۆ بەڕێوەبەرێکی کاری پێشووم نووسی و داوای یارمەتیم لێ کرد تا بگەڕێمەوە سەر کاری پێشووم، کە فرۆشتنی کتێب بوو لە قوتابخانەی لادێکان و شارە دوورەکان.

بەڵام بۆ کارێکی لەم شێوازە پێویستم بە ئوتومبێل هەبوو.

دوو ساڵ لەمەوپێش واتە کاتێ کە مێردەکەم نەخۆش بوو، ئەو ئوتومبێلەی کە هەمبوو فرۆشتم، ئێستا بە هەر زەحمەتێک بوو خەرجی ڕۆژانەم سنووردار کردووە و توانیومە بڕێک پارە بۆ بەکرێگرتنی

Scanned with CamScanner

ئۆتۆمبیلێکـی کۆنە و دارزاو پاشـەکەوت بکەم بەم شـێوەیە دەسـتم کرد بە فرۆشـتنی کتێب.}

خانـم "شـیدز" بە بیرهێنانـەوەی ئەو ڕۆژانە برینی کولایـەوە و نیگەران بوو.

بە خاڵێکی نادیار سەرسام بوو و درێژەی بە گفتەکانی دایەوە:

(... وامزانـی لێخوڕینـی ئۆتۆمبێـل و شـۆفێریکردن لـە ڕێگەوبانەکانـی دەرەوەی شـار خـەم و پـەژارەم ڕادەماڵێت، بەڵام تەنیایـی زیاتر لەوەی کـە بیرم لـێ دەکردەوە ئـازاری دەدام. وا هەسـتم دەکـرد ئارامگرتن لە هەلومەرجێکـی ئـاوادا لە سـەرووی توانـای منەوەیە.

هەنـدێ لە خەڵکی شـارۆچکەکان کە بۆ فرۆشـتنی کتێـب پەیوەندیم پێوە کردبـوون فەقیـر و کەمدەسـت بـوون هـەر بۆیـە زۆربەی کاتـەکان بە ئەنـدازەی کرێی ئۆتۆمبێلەکەش دەسـتکەوت و قازانجـم نەدەکرد.

لە سـاڵی 1937دا بوو لە شـاری "میسـووری" دەسـتم بە کارەکەم کرد، لەوێـدا خراپی بـاری قوتابخانـەکان و شـەقامەکان و تەنیایی دەسـتیان دابوویـە دەسـتی یـەک و بە شـێوەیەک شـوێنپێیان پێ لێـژ کردبووم تا ڕۆژێکیـان بڕیـاری خۆکوژیم دا تا لە دەسـتی ئەم ژیانە ماندووبەخشـە ڕزگارم ببێت.

هیچ ڕۆژێک تروسـکایی و ئومێدێکم بـەدی نەدەکرد، بۆ بەردەوامبوونی ژیان وەسـیلەیەک لە ئارادا نەبوو.

بەیانیـان کـە ڕۆژ دەبوویـەوە بێزار بـووم لەوەی کە شـوێنەکەم بەجێ بێڵم و بچمە سـەر کار. لە هەموو شـتێک دەترسـام. ترسـم لەوە هەبوو کـە نەتوانـم کرێی ئۆتۆمبێلەکـە و ئیجـارەی ژوورەکەم لـە کاتی خۆیدا دابین بکەم.

دەترسـام نەتوانـم پاروویـەک نـان بۆ تێرکردنی سـکم بەدەسـت بهێنم،

Scanned with CamScanner

ڕۆژ بـە ڕۆژ حاڵـم خراپتـر دەبوو دەستکەوتێکیشـم نەبوو تا سـەردانی پزیشـکی پێ بکەم).

نازانـم بۆچی کە خانمی "شـیدز" گەشـتە ئێـرە زەردەخەنەیەی کرد، بە پێویسـتم نەزانی پرسـیار بکەم بەڵام سەرسـام بووم:

(تەنها شـتێک کە ڕێگـری من بوو لە خۆکوژیدا خوشـکەکەم بوو، چونکە خوشـکەکەم لـە تەمەنـی منداڵیدا زۆر پەیوەسـت بـوو بە منـەوە، بیرم کـردەوە کە مردنی من کاریگەرییەکی خراپ لەسـەر خوشـکەکەم بەجێ دێڵـێ ئەمەش شـتێک بوو کە من نەمدەویسـت.

لـە لایەکـی ترەوە بیـرم لە دابینکردنـی، کفنودفنی خۆم دەکـردەوە کە بۆ خوشـکەکەم کارێکی دژوار بوو).

خانمی "شیدز" کە ئارامتر بووەوە ڕووی لێ کردم و وتی:

(بەڕاست بۆچی خۆمم نەکوشت؟)

منیش تەنها بە سەرڕاوەشاندنێک وەڵامم دایەوە.

(لـەو هەلومەرجە ناهەمـوارەدا لـە ڕۆژنامەیەکدا ڕیپۆرتاژێک سـەرنجی ڕاکێشـام، نازانـم چۆن بوو کـە خوێندمەوە. هەرچی بوو ئـەو ڕیپۆرتاژە بـووە هـۆی دوورکەوتنـەوەی تەشویشـی نیگەرانـی لە منـدا و ڕووەو خۆشـبەختی و سـەرفرازی ڕێنمونی کردم.

ڕسـتەیەک لـەو ڕیپۆرتـاژە کـە هەرگیز لـە یـادی ناکەم و ئێسـتاش لە یادمـدا دەزرنگێتـەوە بـۆ ئێوەی بەیان دەکەم، کە ڕسـتەکە بەم شـێوەیە بوو:

{بـۆ ئینسـانی ژیـر و تێگەشـتوو هەمـوو ڕۆژێـک سـەرەتای ژیانێکـی تازەیە.}

ئـەم ڕسـتەیەم لـە ڕۆژنامەکـە جیا کردەوە و بە شووشـەی پێشـەوەی ئۆتۆمبێلەکەمـەوە چەسـپاند تـا بۆ هەمیشـە لە بیرمـدا بێت.

Scanned with CamScanner

کەم کەم تێگەشتم کە تەحەمولکردنی ڕۆژێکی سەخت و دژوار ئەوەندەش سەخت و دژوار نییە.

لەمەوە ئەو هونەرە فێر بووم کە دوێنێ لە بیر بکەم و بۆ داهاتوو نیگەران نەبم و هەموو بەیانییەک کە ڕۆژ دەبێتەوە بە خۆم بڵێم:

ئەمرۆ ڕۆژێکی تازە دەست پێ دەکات.

بەم شێوەیە بوو کە توانیم زاڵ ببم بەسەر ترس و تەنیایی و نیگەرانی و زەرورییدا. ئەمرۆ بە گروتینێک و شەوقێکی ترەوە ژیانێکی خۆش بەرێ دەکەم. لە کارەکانمدا سەرکەوتووم و دڵنیام کە هەرگیز پێشهاتەکانی ژیان نامترسێنن و ڕێگە بە نیگەرانی نادەم، هیچ باکێکم لە داهاتوو نییە. دەزانم کە ڕازیم بە هەر شێوەیەک بێت بۆ تەنها ڕۆژێک ژیان بەسەر بەرم، چونکە بۆ مرۆڤی ژیر و هۆشیار هەموو ڕۆژێک سەرەتای ژیانێکی تازەیە).

سەرنج بدەرە ئەم هۆنراوەیە:

خۆشبەخت کێیە؟

ئەو کەسەیە کە ئەمرۆ بە ڕۆژی خۆی بزانێت و بە خەیاڵێکی ئاسوودەوە هاوار بکات:

ئای سبەی! ئای سبەی! هەرچیت لە دەست دێ بیکە.

دریغی مەکە

چونکە من ئەمرۆم بەسەر برد! بەڕاست کێ ئەم هۆنراوەیەی هەڵبەستووە؟

لێگەڕێن تا بە بیرتانی بێنمەوە: ئەم وشانە 30 ساڵ پێش لەدایکبوونی حەزرەتی مەسیح (عیسا) بە پێنووسی 'هوراس'ی شاعیری گەورە و ناوداری ڕۆمی داڕێژراوە.

ڕەنگە ئەو ڕۆژە بەم وشانە هاواری کردبێت، کێ ئەزانێت؟ تەنها ئەوە

Scanned with CamScanner

ئەزانم کە ئەم وشانە هێشتا تازەن وە گومانیشم وایە کە دووبارە شاعیر حەقی خۆیەتی کە ئەم هاوارە بکات... یەکێک لە ئارەزووەکانی مرۆڤ کە بەداخەوە کەسانێک کە خاوەنین کەم نین کە نارازین لە ئێستا و چاویان لە داهاتووە ئەویش داهاتوویەکی نادیار.

لەبری ئەوەی کە چێژ وەربگرین لە گوڵەکانی کەنار پەنجەرەکەی خۆمان کە بۆنیان کەشی ماڵەکانیان بۆنخۆش کردوویەن. بۆچی ئەوەندە بێئاگاین و لە واقیع هەڵدێین؟

وەرن با گوێبیستی وتەکانی "لیکوک" بین:

(سووڕی ژیان چەندە کورت و چەند سەرسووڕهێنەرە، مناڵ لە چاوەڕوانی گەورەبووندایە. کوڕی لاو ئارەزووی هەراشبوونە. ئەوەی کە هەراش بووە بەتەمای هاوسەرگیرییە و دێت و دەچێت.

ئەو هێشتا نازانێت چ قۆناغێکی لەپێشدایە.

بەلام ئەو لەوە بێزارە کە گۆڕان بەسەر ئاراستەی فیکریدا بهێنێت. ئارەزووی گۆشەگیری پەیدا دەکات، چونکە بەم قۆناغە گەیشتووە حەز دەکات بگەڕێتەوە بۆ دواوە بە حەسرەت و داخەوە ڕێگە دەبڕێت. پێی وایە کە هەوای ساردی زستان کێوی خەونەکانی دارماندووە... ئای... ئەم تەمەنە چەندە بە بێبەرهەم تێپەڕی). ئێمە چەند درەنگ تێدەگەین کە ژیان واتە هەمان ئەو خولەک و کاتژمێر و ڕۆژانەی کە ئاواتی تێپەڕبوونیانمان دەکرد. لاوێک هێشتا لەوە نەگەیشتبوو کە ژیان واتە هەر ئەو چرکەسات و ڕۆژانەی کە بە خێرایی تێدەپەڕێت، بەهۆی گرفتاریی و نیگەرانی بێ سنوورەوە ئەوەندەی نەمابوو پەکی بکەوێت و خۆی لەناو بەرێت.

ئەو لەناو خێزانێکی هەژاردا هاتبووە دنیاوە، لە ڕێگەی ڕۆژنامەفرۆشییەوە بۆ یەکەمین جار بڕێک پارەی چنگ کەوتبوو.

Scanned with CamScanner

پاش ڕۆژنامەفرۆشی بە داودەرمان فرۆشییەوە خۆی خەریک دەکرد، ساڵەها تێپەڕی، سەردەمانێک حەوت سەر خێزانی نانخۆری هەبوو، دەبوو سکی حەوت کەسی تێر بکردایە، لە کتێبخانەیەکدا سەرقاڵی کارکردن بوو.

هەرچەندە دەرامەتەکەشی کەم بوو، بەڵام چونکە دەترسا کارەکەی لەدەست بدات و نەتوانێت پارووە نانێک بۆ حەوت دەم پەیدا بکات بە ناچاری هەشت ساڵی بە هەژاری لەو کتێبخانەیەدا بەسەر برد.

ڕۆژێک کە چەقۆ بە ئێسک و پروسکیدا ڕۆچووبوو دڵی بە دەریا سپارد و بە پەنجاوپێنج دۆلاری قەرز دەستی بە کارێک کرد کە بە درێژایی ساڵێک بیست هەزار دۆلار ڕژایە گیرفانییەوە.

بەڵام ئەم دەستکەوتە خۆشبەختی لەگەڵ نەبوو بۆی، چونکە ئەو ڕێژە زۆرەی دا بە یەکێک لە ئاشناکانی بە مەبەستی قازانج لە کاری بازرگانیدا، بەڵام کاری ئاشناکەشی لەبەر ئەوەی قاچاخ بوو ئەویش شکستی خوارد و تووشی زەرەر و زیانێکی گەورە بوو. دوای ئەم کارەساتە جەرگبڕەیش ئەو بانکەی پارەوپوولی لێ دادەنا و حسابی دانان و ڕاکێشانی پارەی هەبوو لە زیانەکەی ئاگاداری کردەوە، لەم حاڵەتەدا مایەوە لەگەڵ گیرفانێکدا کە دینارێکی تێدا نەبوو، لە بەرامبەریشدا شانزە هەزار دۆلاری تر هەڕەشەی بژاردنی زیانەکەی لێ ئەکرد، واتە قەرزێک ئەم توانای بژاردنی نەبوو، ئارامی لێ هەڵگیرا، ئەم هەمووە ناکامی و شکستە؟

خۆی بۆی باسکردم: (خەو و خۆراکم لێ حەرام بوو، نەخۆشی و لاوازی شاڵاویان بۆ هێنابووم.

نیشانەی نەخۆشییەکی ترسناک کە ئێوە پێی دەڵێن نیگەرانی لە وجوودمدا دەرکەوت.

Scanned with CamScanner

رۆژێــک کە بە شــەقامێکدا دەڕۆیشــتم لە نــاکاو توانای رۆیشــتنم نەما و تەختــی زەوی کەوتم.

کاتێ بەئاگا هاتم لەســەر چەرپــای نەخۆشــخانە خەواندبوومیان. هەموو لەشــم زیپکەی کردبوو.

سەرســوورهێنەرتر ئەوەبــوو کە زیپکەکان ڕۆژ بــە ڕۆژ قووڵتر دەبوون و بۆگەنی ئەوانــە زیادی دەکرد.

ئیتر لەسەر چەرپاکە نەمدەتوانی ڕابکشێم، ڕۆژ بە ڕۆژ لاوازتر دەبووم.

ســەرەنجام پزیشــکی چارەســەرم پێی ڕاگەیاندم کە تەمەنــت دوو هەفتە زیاتری نەماوە.

ئــەم هەواڵــە زۆر بە ســەختی ڕایچڵەکانــدم. بە تەواوی لە ژیــان نائومێد بووم.

بێدەنگــی لێوەکانمــی خواردبوو. ئیتــر هەوڵ و نیگەرانــی و تێکەڵبوون بە مەســائیلەکانی ژیان بێسوود بوون.

دەبــوو خۆم بســپێرمە دەســتی چارەنــووس و لە چاوەڕوانــی مردندا بە ئارامی دابنیشــم.

لــە کاتێکــدا کە نازانم لــە چ حاڵێکــدا بووم خــەو بردمیەوە، دەســتەکانم قــورس بــوون و کەوتن بەســەر یەکدا.

پێش ئــەم هەفتەیــە لــە شــەو و ڕۆژێکدا لــە یــەک دوو کاتژمێــر زیاتر نەخەوتبــووم. بــەڵام کاتێــک خــۆم دایــە دەســتی چارەنــووس و وتــم چیدەبێــت بــا ببێــت، توانیم وەکــو منداڵی ســاوا بێخەیاڵ و ئــارام بچمە خەوێکــی ئارامەوە.

ئــەم حاڵەتەم چەنــد ڕۆژێک بەردەوام بــوو، لەوپەڕی سەرســوورمانمدا بینیــم وزەی لەدەســتچووم تا ڕادەیــەک گەڕاوەتەوە.

وەکــو ڕۆژانــی ڕابــردوو ئیشــتیهام کراوەتــەوە و حــەزم بــە خواردن

Scanned with CamScanner

دەکرد.

نەک تەنها ئەوەی کە لاوازی لەڕادەبەدەرم لەناو چوو بوو، بەڵکو بەرەو قەڵەویش دەڕۆیشتم).

سەیری لاشەیم کرد کە هیچ شوێنەوارێک لەو بەلا و لاوازییەی پێوە نەبوو. ئەو بەردەوام بوو دەیوت:

(... چەند هەفتەیەک تێپەڕی تا توانیم بە گۆچان بڕۆم بە ڕێوە. سەرتان نەیەشێنم، دوای یەک مانگ و نیو گەڕامەوە سەر ئیشی خۆم لە حاڵێکدا دەبوو مانگێک لەمەوپێش بمردمایە.

ئێستا خۆشحاڵم کە هەفتەی سێ دۆلار دەستکەوتم هەیە، ئەم دەستکەوتەشم لە ڕێی فرۆشتنی چەند پارچە تەختەیەک بەدەست هێنا کە بۆ پێش و پاشی ئۆتومبێل دادەنرا تا ڕێگە لە جوولەی ئۆتۆمبێلەکە بگرێت.

بەم شێوەیە ئیتر پەندم لە بەسەرهاتەکەم وەرگرت.

ئیتر لە خۆمەوە نارەحەت نەدەبووم لەبەر خاتری ئەو ئاستەنگانەی کە تووشم دەبوون. بۆ داهاتوویش هیچ خەمم نەبوو. ڕۆژانە هەموو توانایەکی خۆمم لە فرۆشتنی پارچە تەختەکاندا سەرف دەکرد، بە ئەندازەی ئەوەی کە ڕۆژ بەسەر بەرم بیرم دەکردەوە).

ناوی ئەو پیاوە "ئایوانز" بوو، لە ماوەی چەند ساڵێکدا تەواوی کێشە و گرفتەکانی لەسەر دەرکرد و بەرەو پێگەیشتن و نەشونماکردن ڕۆیشت.

ئەوەندە بوو بە جێگای سەرنج، ڕەنگە بڕوا نەکەیت کە بەڕێوەبەری کرێکارانی کارگەی کالای (ئایوانز) ئەو بێت.

ئایوانز ساڵی (1945) یەکێک بوو لە سەرکەوتووترین و بەناوبانگترین بازرگانەکانی ئەمەریکا، ئەگەر ڕۆژێک ویستت بە فڕۆکە سەفەر بکەیت

Scanned with CamScanner

بۆ (گرین لەند) فڕۆکەی خۆتان لە فڕۆکەخانەی ئاواینز وەستاوە و ئامادەیە، فڕۆکەخانەیەک بە ناوی پیاوێک کە دەبوایە ساڵها پێش مردبوایە.

خاڵی گرنگ لە بەسەرهاتی ئایوانز ئەوەیە سەرەنجامی ئەو هەموو کوێرەوەری و دەردەسەرییە کە تووشی هاتبوو لە پەژارە و نیگەرانی خۆیەوە سەرچاوەی گرتبوو.

ئەگەر بەو ئەنجامە نەگەیشتایە کە نیگەرانبوونی بێهوودەیە و هیچ سوودێکی نییە جگە لەوە نەبێت کە پەلکێشی ئەکات و بەرەو کەنارەکانی مەرگ ڕاپێچی دەکات، بە هیچ جۆرێک و هەرگیزاوهەرگیز دەستی نەدەگەیشتە ئەو پلە و پایەیە کە لە سەرانسەری ئەمیرکادا خاوەنی ئەم ناو و نیشانە بێت.

پێنج سەدە پێش زاین "هەراکلوس" بە قوتابییەکانی دەوت:

(هەموو شتێک شایستەی گۆڕانە بێجگە لە یاسای هەتا هەتایی تێپەڕی ڕۆژگار. ئێوە ناتوانن قاچتان لە شوێنێکی جێگیری ئاوی زەریادا دابنێن، چونکە ئاوی زەریا وەک ژیان لە ڕۆیشتندایە، چەند ساتێکی تر قاچتان لە شوێنێکی تری ئاوەکەدا جێگیر دەبێت. لە یەک ئانوساتدا قاچت دەخەیتە ئاو ئەو ساتەش ئەمڕۆیە. بۆچی جوانی و ڕازاوەیی ئەمڕۆمان بە بیرکردنەوە لە کێشەکانی داهاتوویەک کە تەمومژاوییە و لە گۆڕاندایە و کەس شارەزایی لە بارەوە نییە نابووت و ناشیرین بکەین؟ ڕۆمییە کۆنەکان دەیان وت:

ئەمڕۆ لەبەرچاو بگرە

سوود لە ئەمڕۆ وەربگرە

ئەمڕۆ لە دەست مەدە! ئێمەیش لەگەڵ تەئکیدکردنەوە بۆ قسەی ڕۆمییەکان دەڵێین: (بە هەردوو دەست دنیا بگرە و تا ئەو جێگەیەی

Scanned with CamScanner

دەکرێـت سـوودی لـێ وەربگرە).

"لاول تۆمـاس" هەمان بیروڕای هەیە. لە کۆتاییدا شـەوێکم لە کیلگەکەیدا بەسـەر برد. بینیـم کۆمەڵێک ڕسـتەی جوانی زەبـوری داودی لە قاپێکی جـوان گرتبوو بـە دیـواری ژوورەکەیدا هەڵیواسـیبوو، کە پرسـیارم لە هۆکاری ئەمـە کرد وتی:

(دەمەوێت هەمیشە ئەوانە ببینم و لە بیرمدا بن).

ڕستە هەڵبژێراوەکانی لاول تۆماس ئەمانە بوون:

خوا ئەمڕۆی بەدی هێناوە.

ئێمە لەزەتی لێ وەردەگرین.

بە خۆشی بەسەری دەبەین.

کاری سەرنجڕاکێشـی "جـان ڕۆلک"یش لە یاد ناکەم. ئەو لەسـەر پارچە بەردێکی سـاف و ڕەنگین وشەی (ئەمڕۆ)ـی هەڵکۆڵی بوو، لەسەر مێزی کارکردنەکـەی دانابوو، منیش کارێکی هاوشـێوەی ئـەوەم کرد، هەڵبەتە نـەک ئەوە کە بەردێک هەڵکۆڵم و لەسـەر مێزی کارەکەم دامنابێ، نەخێر، مـن یەکێک لە هۆنـراوە کاریگەرەکانی شانۆنووسـی هیندی "کالیداسـا"م نووسـی و چەسـپاندم بە ئاوێنەکەمەوە بۆ ئەوەی هەمـوو بەیانییەک کە ڕیشـم دەتاشـم سـەیری بکەم و ئەو نووسـراوە لە مێشـکمدا بە باشـی نەخش ببێ.

کەواتـە یەکەمیـن شـتێک کە لە بـارەی نیگەرانییـەوە فێربوویـن ئەوەیە کـە ئەگـەر دەمانەوێت لـە ژیانمانـدا دووچـاری نیگەرانی نەبیـن دەبێت وەکـو "ویلیـام ئاسـلر" ڕەفتار بکەین، واتە دەرگای ئاسـنین لـە بەرامبەر ڕابـردوو و داهاتـوودا دابخەیـن و دوێنـێ و سـبەینێ تێکەڵ بـە ئەمڕۆ نەکەین.

بـۆ بەیادهێنانـەوەی ئەوەی کـە تا ئێسـتا خوێندووتەوە باشـتر وایە کە

ئەم پرسیارانەی خوارەوە خۆتان هەڵبژێرن و ڕاستگۆیانە و بە وردی وەڵامیان بدەنەوە:

1. ئایا ئارامی ئەمڕۆم تێکدەم لەبەر خاتری کێشە و ئاستەنگێک کە ڕەنگە بێتە ڕێگەم؟

ئایا بە بۆچوونی وەهمی گولستانی پڕ لە گوڵی ئاسۆی دوورەدەست، بەرەو داخ و حەسرەت نابەم؟

2. ئایا ژیانی خۆم تاڵ ناکەم بەوەی کە لە وەخت و ناوەختدا داخ و خەفەت بخۆم بۆ تەمەنی لەدەستچووم؟

3. ئایا کاتێک لە خەو بێدار دەبمەوە و لە نوێنەکەم دێمە دەرەوە بیر لەوە دەکەمەوە کە تا ئەو ئاستەی کە دەتوانم سوود لە ئەمڕۆ وەربگرم و لەم ڕۆژە بەهرەمەند بم؟

4. ئایا بە تێڕوانین و وردبونەوەی جیاجیا بۆ هەر ڕۆژێک زیاتر بەهرەمەند نابی؟

5. چ کاتێک بۆ گرنگیدان بە ئەمڕۆ لەبەرچاو دەگری: هەفتەی داهاتوو؟ سبەینێ؟ هەر ئەمڕۆ؟

Scanned with CamScanner

بەندی دووەم: فەرمانێک

خۆئامادەکردن بۆ بەرەنگاربوونەوەی خراپتر لە خراپ

ئایــا تۆیــش لــە کۆمەڵــەی ئــەو کەســانەیت کــە نایانەوێــت هەنــگاو بە هەنــگاو بەرەوپێــش بــڕۆن و بــە ئامانج بگــەن و دەیانەوێــت پێش کاتی دیاریکــراو (موعــد) کۆتایــی داســتانەکان بزانــن، بــە تەعبیرێکی باشــتر دەکــری تۆیــش لەو کەســانە بیــت کــە پێــش خوێندنــەوەی لاپەڕەکانی کۆتایــی کتێب ئــارەزوو بکەیت دەســتوورێکی کاری خێرا و بەســوودت بــۆ بەرەنگاربوونــەوەی نیگەرانــی هەبێت.

ئەگەر وایــە بە ڕێگەی کاریگەری "ویلیس.ه.گاریر" ئەندازیاری بەئەزموون و کارامە کە دامەزرێنەری هەواگۆڕکێ و پاکژکردنەوەیە سەرنج بدە.

ئەو ئەم ڕەوشــەی بــۆ زاڵبوون بەســەر مەشــاکیلەکان و نیگەرانییەکانی خۆیدا بــەکار هێنا.

یاســای کاری تەجرووبەکراوی "گاریر" باشــترین ڕەوشــە کە تا ئێستا بۆ زاڵبوون بەســەر نیگەرانیدا بینیبێتــم. ئەوەی کە لە خوارەوە دەیخوێنیتەوە چەنــد کۆمەڵــە وشــەیەکن کە "گاریر" لــە ڕوونکردنــەوەی وەزعی خۆیدا بۆ منــی بەیان کرد:

(... کاتــی کــە لاو بــووم لــە کارخانەیەکدا بە نــاوی "بوفالو فــورج" کارم دەکرد، ڕۆژێک فەرمانیان پێ دام دەســگایەکی پالاوتنی گاز لە کارخانەی دروســتکردنی شووشــەی "پیتربــورگ" لە ناوچەی کریســتاڵ لە شــاری میســوری دابمەزرێنــم، ســەرکەوتن لــە کاری دامەزراندنی دەســگایەکی لەم جــۆرە ملیۆنەهــا دۆلار ســوود و قازانجی دەبوو.

مەبەســت لە دامەزراندنی دەســگای ناوبراوی پالاوتنی گاز بۆ لەناوبردنی خڵتــەکان بــوو بۆ ئــەوەی بەبێ ئــەوەی زیانێک لــە ئامێــرەکان بکەوێت

Scanned with CamScanner

گازی دەستکەوتوو بە باشترین شێوە بسووتێت و سوودمەند بێت.
پالاوگەیەکی بەم شێوەیە لە ڕاستیدا ڕەوشێکی تەواو تازە بوو.

بە نادیاری و نەوتراوی نەمێنێتەوە ئەم دەسگایە پێشتر بە ڕێگەی جیاواز تاقیکرابووەوە، بەلام لە کارخانەی دروستکردنی شووشەدا مەشاکیلی چاوەڕوانەکراو لە کارەکانی مندا سەری هەڵدا.

بە هەر شێوەیەک بوو دەسگاکەم دامەزراند و خستمە گەڕ، بەلام سەرەنجام کارەکە ڕازیبەخش نەبوو. سەرنەکەوتنم بە شێوەیەک گێژی کردبووم وەک بڵێی کێشرابێت بە سەرمدا، نەمدەتوانی بیرۆکەکانم کۆ بکەمەوە.

ئەوەندە نیگەران بووم کە دەسگاکانی ناوەوەی جەستەم لە کار کەوتبوون و نیگەرانی و ناڕەحەتی خەویان لە چاوەکانم توراندبوو.

دوای ماوەیەک نیگەرانی و بێزاری بیرم لە خۆم کردەوە: سەرکەوتن بەبێ هەوڵدان بەدەست نایەت و بەم هەموو جەنجاڵی و تەشویشەوە منیش ئامادەی چالاکی نیم لە کاتێکدا کە لە جەنجاڵییەوە هیچ کارێک سەرچاوە ناگرێت.

هەر بۆیە ڕێگە بدە بەبێ تەشویش و جەنجاڵی دەستبەکار بم و نەتیجەکەی ببینم. فەرمانم بە خۆم دا کە چیتر نیگەران و مشەوەش نەبم! و ئارامی خۆم بپارێزم. ناوەخن و دەروونی شێواو و ماندووی من بەم فەرمانە قایل بوو، نزیکەی سی ساڵ دەبێت کە ئەم فەرمانەی لەبیر نەکردووە، بەلام چۆن بوو لە چ ڕوانگەیەکەوە بوو کە پاڵم بە تەشویش و نیگەرانییەوە نا، جێگەی پەسەندکردن بوو لە دەروونی شێواومدا؟

Scanned with CamScanner

هەوڵی من بە سێ قۆناغ بوو.

قۆناغی یەکەم:

بیلایەنانــە و بێتــرس حاڵــی خۆمــم بــەراورد کــرد تــا تێبگــەم لــە کاتی ســەرنەکەوتندا چ حاڵەتێک دێتە پێش لە عاقیبەتی خــراپ چی چاوەڕوان دەکرێــت! لــەم قۆناغــەدا تێگەیشــتم کــە هیــچ کەســێک مەبەســتی بــە دواداگەڕانــی منی نییــە و نایەوێ بمگرێت و زیندانیم بکات و لەســێدارەم بــدات. خراپتریــن حاڵــەت ئەمــە بوو کــە کارەکەم لەدەســت بــدەم. یا لە کۆتاییــدا کارخانــەی "بوفالوفــورج" ئامێرەکانــی خــۆی وەربگرێتــەوە و بڕێــک زەرەرمەنــد ببێت.

قۆناغی دووەم:

دوای لەبەرچاوگرتنــی خراپتریــن ســزا خۆمــم بــۆ تەحەمولکردنــی ئەو ســزایە ئامــادە کــرد. لــەم قۆناغــەدا بــە خۆمــم وت: ئەگــەر کارەکــەت لەدەســت بدەیت ئــەوا ناوبانگییەکەت لەکەدار دەبێــت، دوای ئەوە وەڵامی خۆمــم دایەوە:

ئەگــەر کارەکەم لەدەســت بــدەم دەتوانم کارێکی تر بگرمە دەســت، بەڵام بۆچــی بیــر لــە بەڕێوەبەرانی کارخانــە نەکەمەوە کــە زۆر گرنگییان بەم کارە داوە؟

ئێمە ســەرگەرمی تاقیکردنەوەی دەســگایەکی تازەیــن و ئەوانیش ناچارن تەحەمولــی زەرەری کاری تــازە بکەن و بە هەمان شــێوە کە چاوەڕوانی ســوود و دەســتکەوتن. لــە بەرامبــەر لێکۆڵینەوەی زانســتی ئــەم جۆرە زیانانە بێبایەخــن. دوای وەبەرهێنانی ئەگەری زیانەکان جۆرە ئارامییەکم بــۆ هاتە پێش کە هەســتم بە جــۆرە حاڵەتێکی سەرســووڕهێنەر کرد کە

Scanned with CamScanner

تا ئەو کاتە هیچ ئارامییەکی بەم شیوەم بە خومەوە نەبینی بوو.

قۆناغی سێیەم:

بەوپەڕی خوێنساردییەوە تەواوی توانای خۆمم بۆ ڕووبەڕووبونەوە لەگەڵ خراپترین حاڵەتدا ئامادە کردبوو، کە لە ناخەوە پێیان قایل بووم. سەرەتا بۆ بەرگریکردن لە زیان بیست هەزار دۆلارم هێنا کە ئەگەر سەرنەکەوتم بیدەمە چەند ئامێرێک.

دوای چەند جارێک تاقیکردنەوە گەشتمە ئەو نەتیجەیەی کە ئەگەر بایی پێنج هەزار دۆلار پارچە و پێویستی تازە بەکار بهێنین مەشاکیلی ئێمە خۆی بۆ خۆی چارەسەر دەبێ.

ئەم کارەم جێبەجێ کرد. لە کۆتایی کارەکەدا لە باتی بیست هەزار دۆلار زەرەر پانزە هەزار دۆلار قازانج بوو. ئەگەر بمویستایە لەسەر سەرقاڵی و نیگەرانی بەردەوام بم و لە زەرەری تازە واتە سەرفکردنی پێنج هەزار دۆلار چاوپۆشی بکەم هیچ کات نەتیجەیەکم دەست نەدەکەوت، چونکە ئەو بیست هەزار دۆلارەیش لەناو دەچوو لە کاتێکدا کە ئەم پێنج هەزار دۆلارە بە لایەنی کەمەوە پانزە هەزار دۆلار سوودی بۆ کارخانە هەبوو.

لە ڕاستیدا تەواوی ئەم ڕووداوانە بەهۆی مێشک سافی و تەرکیزەوە هاتنە پێش، چونکە یەکێک لە ترسناکترین کاریگەرییەکانی نیگەرانی بریتییە لە لەناوچوونی هێز و بیرکردنەوە.

کاتێ کە گیرۆدەی نیگەرانین بەبێ هۆ بەملاولادا دەڕۆین و توانای بڕیاردانمان نامێنێ، بەڵام کاتێ خۆمان بۆ خراپترین سزا ئامادە کردبێ و قایل بین پێی دەتوانین خۆمان لە ڕەشبینی بە دوور بگرین وە خۆمان لە حاڵەتێکدا بهێڵینەوە کە بتوانین تەرکیزمان هەبێت و زاڵ بین

Scanned with CamScanner

بەسەر ئاستەنگەکاندا.

ئەم بەسەرهاتانە پەیوەندیان بە چەندین ساڵ لەمەو پێشەوە هەیە، بەڵام سەرئەنجام و نەتیجەی ئەمە ئەوەندە بەرز و گەورە بوو کە هێشتاش پابەندم پێیانەوە و سەرئەنجامی ئەمەش ژیانێکی بێدەردەسەری و ئاسوودە بەسەر دەبەم).

ئێستا با لە کارەکانی "کاریر" ورد ببینەوە و ببینین بۆچی تا ئەم ئاستە لە ڕووی دەروونناسیەوە گرنگی هەیە؟

یەکەمین بەهای ئەو لە قۆناغی کارکردندا ڕزگاربوونمانە لە لافاوی نیگەرانی و پەریشانی، چونکە بە شێوەی ئامۆژگارییەکە ئەگەر کاری پێ بکەین لە بەرامبەر ڕووداوی ڕاچڵەکێنەردا بەئاگامان دێنێتەوە، سەرنجمان ڕادەکێشێت بۆ دوورکەوتنەوە لە سەرقاڵی و هەڵهاتن لە دەستی واقیع. بەڕاست ئەگەر بنکەیەکی جێگیرمان نەبێت چۆنچۆنی و بە چ جەسارەتێک دەتوانین دەروازە بە ڕووی ئومێدەواری والا بکەین؟ ئەگەر پاڵپشتێکمان نەبێت چۆن دەتوانین لە بەرامبەر نەهامەتیدا بوەستین؟

موبالەغە ناکەم ئەگەر "پرۆفیسۆر ویلیام جیمز" باوکی دەروونناسی زانستی کە ساڵانێکی زۆرە بەسەر مردنی ئەودا تێدەپەڕێت، بەڵام ناوی ماوە و لە درەوشانەوەدایە، ڕێسایەکی کاریگەر (قایل بوون بە لە سەروو تاریکییەوە) دەبیستیت، لە ناخی دڵەوە قایل بوو بەوە، چونکە ئەو لە دەورانی ژیانیدا بە شاگردەکانی دەوت: (ڕووداو بە هەر شێوەیەک کە هەیە قایل بە پێی و خۆتی بۆ ئامادە بکە و بە هەمان شێوەش قایل بە پێی، لەگەڵ ئەوەشدا قایلبوون بەو ڕووداوانەی کە ڕوو دەدەن یەکەمین هەنگاوە بۆ لەناوبردنی ئازار و نەهامەتییەکان، بیرۆکەیەکی هاوشێوەی ئەم بیرۆکەیە لە کتێبێکی بەناوبانگ بە ناوی "اهمیە الحیاە" "گرنگی ژیان" هەیە، کە فەیلەسووفی بەناوبانگی چینی

Scanned with CamScanner

بە ناوی "لین یوتانگ" لە کتێبەکەیدا نووسیویەتی:

(... ئارامی راستەقینە کاتێک دێتە پێش کە مرۆڤ جەستە بە سەختترین رووداو بدات و خراپترین ئەنجام قبوڵ بکات).

لە روانگەی کاریگەرترین رێگەی ئازادکردنی تواناکانی کار هاتووە، کە ئەویش قایلبوون بە واقیع و کارەساتی نەویستراو و ناونیشانی راستییەکە، چونکە کاتی بەم واقیعیەتە قایل بووین و باوەرمان پێ کرد ئەو کاتە بۆ زاڵبوون بەسەر کاریگەرییە خراپەکانیدا هەنگاو هەڵدەگرین.

لە دیدگای دەروونناسییەوە ئاسوودەیی و ئەرکەکانی ئازادبوون و رزگاری توانا کاراکانی مرۆیی دەستەبەر دەکات.

کاتی بە خراپترین ئەنجام قایل بووین ئیتر شتێکمان بۆ لەدەستدان نییە کە لە پێناویدا بترسین و نیگەران بین! "کاریر" وتەکانی کۆتایی پێ هێنا بە بەدەستهێنانی ئەم ئامانجانە:

(... دوای قایلبوون بە خراپترین ئەنجام دەگونجی زۆر بە زوویی و بە ئاسوودەیی لە دەرگای کامەرانی بدەین و ئەم هەستە سەرسورهێنەرەشم تاقی کردەوە کە لەوەوپێش بە بیرمدا نەهاتبو. لە دوای ئەمانە بوو کە توانیم بە باشی بیر بکەمەوە و کار بکەم و ئەو ئەنجامەش کە پێویست بوو بەدەستی بێنم، بەدەستم هێنا.)

بڕوا ناکەم بتوانین کەسێک بدۆزینەوە کە کێشەی هەبێت لە کاتێکدا کە بە ژیرانە کار بکات و هەوڵ بدات بۆ ئاسوودەیی و دابینکردنی ژیان؟ بەڵام کەسانێک هەن کە ژیان و ئاسوودەیی خۆیان بە نیگەرانی و پەشێوی تێکەڵ دەکەن و سەرەنجام هەوڵ و تەقەلاکانیان بەفیرۆ دەچێت.

جێگەی داخە کە بڵێم کۆمەڵێکی زۆر خەڵک هەن کە ژمارەیان لە

سەد ملیۆن تێدەپەڕێت. ئەم کۆمەڵە لەبەر ئەوەی نایانەوی قایل بن بە ئەنجامی نەویستراو، لە دوای هەوڵ و تەقەلاکانیان بۆ چاکسازی بخەنە گەڕ، هەموو هەوڵ و تواناکانیان بەفیڕۆ دەدەن .دەتوانم بڵێم زۆرترین توانا کە هەیانە توانای هەڵهاتنە، هەڵهاتن لە ڕاستی (واقیع).

خراپ نیە ئەگەر سەرنجێکی ئەو کەسانە بدەین کە لە (یاسای کار) 'دستورالعمل' و ڕەوشی "ویلیس" بەهرەمەند بوون.

یەکێک لەو کەسانەی کە لە ڕێساکەی بەهرەمەند بووە بەڕێوەبەری کۆمپانیایەکی گەورەی دابەشکردنی نەوتە لە نیویۆرک. ئەو یەکێکە لەو خوێندکارانەی کە دەرسم پێ وتووەتەوە، بەهرەمەندبوونی لە ڕێساکەی "ویلیس" بەم شێوەیە ڕوون دەکاتەوە:

(... ویستیان کڵاوم لەسەر بنێن. بە شێوەیەک پیلانیان دارشتبوو کە جگە لە فیلمە سینەماییەکان کە ئەکتەران و نووسەرانی هەموو بوارەکان سیناریۆی بۆ دادەڕێژن، لە هیچ جێگەیەکی تر پیلانێکی بەو شێوە دانەڕێژرابوو.

ئەوانە بە کردار دەیان ویست باج و سەرانە لە من وەربگرن. کۆمپانیای دابەشکردنی جۆرەکانی سووتەمەنی کە بەڕێوەبەرایەتی لە ئەستۆی مندایە ژمارەیەک ئۆتۆمۆبیلی بۆ تەرخان کرابوو. شۆفێران، جۆرەکانی سووتەمەنییان لە من وەردەگرت و بەهۆی تەنکەری نەوتکێشەوە دابەشیان دەکرد.

لەو سەردەمەدا نەوت یەکێک بوو لە قەیرانەکان کە نەمدەتوانی هەر بڕێک کە کڕیار دەیەوێت نەوتی بۆ دابین بکەم، بەلام هەندێ لە شۆفێرەکان بەبێ ئاگاداری من بە هەندێ لە کڕیارەکانی خۆیان نەوتیان دەفرۆشت، بەلام بە نرخێکی گرانتر، یەکەمین هەواڵی ئەم معامەلاتەم لە ڕێگەی پیاوێکەوە بیست کە خۆی بە چاودێری دەوڵەت

Scanned with CamScanner

لە قەڵەم دەدا. ئەو دوای خۆناساندنی داوای حەقی بێدەنگی خۆی دەکرد. کۆمەڵێک بەڵگە و دۆکیومێنتی نیشان دام کە کاری سەرپێچیکەرانەی شۆفێرەکانی نیشان دەدا.

ئەو بە هەڕەشەکردنەوە وتی ئەگەر بەرتیلی نەدەمێ و داواکارییەکانی جێبەجێ نەکەم ئەوا بەڵگەنامەکان تەسلیمی دادگای ئەو ناوچەیە دەکات.

هەڵبەتە ئەوەم دەزانی کە بۆ خۆم جێگەی هیچ نیگەرانییەک نییە خاترجەم بووم، بەڵام لەم بابەتەیشەوە هەواڵم هەبوو کە یاسا بەڕێوەبەری دامەزراوەکان و کۆمپانیاکان بە بەرپرسیاری کار و ڕەفتاری کارکەران دەزانێت، لەوە دڵنیا بووم کە ئەگەر کار بکێشێتە دادگا ئەوا کاری ڕۆژنامەکانیش دێتە ئاراوە کە ئەمەش لەکەیەکی گەورەی نەویستراو بوو کە دەهاتە نێو کارەکەمەوە، چونکە من شانازیم دەکرد بە دائیرەیەکی کۆمپانیا، کە باوکم 24 ساڵ لەمەوپێش دامەزرێنەری بوو، نەمدەتوانی تەحەمولی ڕاگەیاندنی خراپ لە دژی کۆمپانیاکە بکەم. هەڕەشەی ئەو چاودێرە و هەنگاوی نابەجێی شۆفێرانی تاوانبار ئەوەندە منی نارەحەت کردبوو کە بە توندی هەستم بە نەخۆشی دەکرد. شەو و ڕۆژی خۆمم نەدەزانی و خەو و خۆراکم جەنجاڵی و نیگەرانی بوو.

بە تەعبیرێکی تر ڕووەو شێتبوون دەڕۆشتم. یا دەبوایە پێنج هەزار دۆلار بڕی داواکراوی کابرای چاودێر دابین بکەم یا پێی بڵێم کە هەر کارێکت لەدەست دێ کەمتەرخەمی مەکە و هەستە بە جێبەجێکردنی! جگە لەم دوو ڕێگەیە چارەیەکی ترم نەبوو. نارەحەتی بە هەمان شێوە شاڵاوی دەهێنا و من سات بە سات بۆ دواوە دەڕۆشتم تا شەوێک لە شەوان کە شەوی یەکشەممە بوو نامیلکەیەکی بچکۆلانەی "دیل کارنگی"یان دایە دەستم، کە لە پۆلەکاندا بۆ ڕووبەڕووبوونەوەی نیگەرانی دەخوێنرا. لەو نامیلکەیەدا ڕێگەکانی زاڵبوون بەسەر نیگەرانیدا

Scanned with CamScanner

دەستنیشـان کرابوو.

نامیلکەکـەم پـەڕە بـە پـەڕە خوێندەوە تا گەشـتم بـە داسـتانی "ویلیس گاریـر"، کـە باسـی لـە ڕازیبـوون و قایلبـوون بە خـراپ لـە خراپتری دەکـرد. لـەو سـاتەدا لە خۆمم پرسـی:

ئەگـەر بـڕی پـارەی دیاریکـراو نەدەمە کابـرای چاودێـری تەڵەکەباز و پەیوەندی بە دادگاوە بکات خراپترین سـزا بـۆ من چی دەبێت؟ خراپترین شـت ئەوەیـە کە زیـان لـە کارەکـەم دەکەوێت چـون من هیـچ کارێکی وەهـام ئەنجام نەداوە تـا بمخەنە نێو بەندینخانەوە .بـەلام بەهەرحاڵ ناو و شـۆرەتم لەکەدار دەبێـت .ئەمە خراپترین ئەنجامی کابـرای تەڵەکەبازە کـە بـە ناچاری دەبێـت پێی قایل بـم. بەلام لـە دوای ئەوە چـی دەبێت؟ هیـچ! بـە لایەنی کەمـەوە لەوانەیـە کۆمپانیـا زەرەر بکات و هەڵکشـێت، دوای ئـەوە چـی دەبێـت؟ هیـچ! من بـە کارێکی تـرەوە سـەرقاڵ دەبم. کۆمپانیایەکـی زۆر هەن کـە منیان بەلاوە زۆر پەسـەندە، چونکە خاوەن ئەزمـوون و تەجرەبەیەکـی زۆرم لـە بـواری بەڕێوەبردنـی کاروبـاری سـووتەمەنی و نەوتـدا بـە بڕێک پـارەی بـاش دامدەمەزرێنـن. هەر کە بەم قۆناغە گەیشـتم هەسـتم کرد حاڵم ڕووەو باشـتر دەڕوات. ئەو ترس و نیگەرانییەی کە زیاتر لە سـێ ڕۆژە دەسـت لە سـەرم هەڵناگرێت کەم بوویـەوە دەروونـم هەڵگەڕایەوە و ڕووەو ئارامی دەڕۆشـت و بەوپەڕی سـەر سـوورمانەوە تێگەیشـتم کـە دەتوانم باشـتر بیر بکەمـەوە. بیری خۆمـم بۆ هەنگاونانی سـێیەم ڕوەو چاکسـازی (خراپترین سـەرئەنجام) ئامـادە کـرد. ئەم جـارە وەک ئەوەی فریشـتەی ئیلهام بـە من بڵێ:

(بۆچی سەردانی ڕاوێژکاری یاسایی خۆت ناکەیت؟)

بەڵـێ دەبوایە ئەو کارەم بکردایە، پێدەچوو ئـەو چارەیەکی بدۆزیایەتەوە کـە هەرگیـز بە بیری منـدا نەهاتبێ. بۆچی پێشـتر ئـەو بیرۆکەیەم لە لا دروست نەبوو؟

Scanned with CamScanner

دەبێ دان بەوەدا بنێم کە لە توندی نیگەرانیدا توانای بیرکردنەوەیەکی چارەسازم نەبوو! پێش ئەوە تەنها بیرم لە ئاستەنگەکە دەکردەوە و خەم و پەژارە بواری نەدەدا رێگەیەکی چارەساز بە بیرمدا بێت. راستەوخۆ بڕیارم دا کە سبەی بەیانییەکەی پێش هەر کارێکی تر سەردانی راوێژکاری یاسایی خۆم بکەم. دوای ئەوە بە بیرێکی سافەوە چوومە ناو نوێنەکەمەوە و تا سبەی بەبێ پەشێوی چوومە نێو خەوەوە.

سەرەنجام چی بوو؟ هیچ! بەیانی رۆژی دوایی راوێژکاری یاساییەکەم پێشبینی کرد کە خۆم سەردانی دادگا بکەم و کێشەکەی لەلا باس بکەم. ئەمرەکەیم بەجێ هێنا. کاتێ داستانەکەی خۆمم بۆ دادوەر باس کرد بەوپەڕی سەرسوورمانەوە روونی کردەوە کە ئەو کەسە چاودێری دەوڵەت نییە و کەسێکی تەڵەکەباز و کڵاوبەردارە کە ماوەیەک لەمەوپێش لە ژێر چاودێریدا بووە. پایەی دادوەری بە تۆمەتی هەڵقۆستنەوە و سوودوەرگرتن لە پایەکانی دەوڵەت فەرمانی دەستگیرکردنی ئەم تەڵەکەبازەی دەرکرد. ئێستا خۆتان سەرپشک بن لە بیستنی ئەم هەواڵە چ رووداوێک بۆ من هاتە پێش دوای سێ شەو و رۆژ نیگەرانی ئەم هەواڵە چ کاریگەرییەکی ئارامبەخشی بۆ من بەجێ هێشت).

ئەم بەڕێوەبەری کۆمپانیای دابەشکردنی نەوتە راشکاوانە لە لای من دانی بەوەدا نا کە نیگەرانی بواری بیرکردنەوەی نەداوە کاتێ توانی خراپترین قبوڵ بکات مەیدانی نواندنی بیرۆکەکانی بۆ واڵا بوو. ئەو وتەکانی بەم ئەنجامانە کۆتایی پێ هێنا:

(... ئەم ئەزموونە بوو بە دەرسێکی هەمیشەیی بۆ من تا ئێستا لەگەڵ هەر کێشەیەکدا رووبەڕوو دەبمەوە راستەوخۆ پەنا دەبەمە بەر یاسای کاری موعجیزەئاسای "گاریر" کە قایلبوونە بە خراپ لە بەرامبەر

Scanned with CamScanner

خراپتــر و زەمینەیــەک بــۆ بیــر و هۆشــم بخولقێنــم تــا ڕێگەچارەیەکی گونجــاو بدۆزێتەوە).

لــەو کاتــەدا کە "گاریــر" خاوەنــی کارخانەی دروســتکردنی شووشــەی کریســتاڵ بوو، ســەرگەرمی چارەســەری کێشە و مەشــاکیلی خۆی بوو بــە ڕێگەچارە موعجیزەئاســاکەی کــە بۆتانــم ڕوون کردەوە.

یەکێــک لــە خەڵکانی "نبراســکا" بەبــێ ئەوەی لــە هەنگاوەکانــی "ویلیس" ئــاگادار بێــت لــە میانــەی چارەســەری کێشــەکانیدا گەشــتە ئەنجامێکی هاوشــێوەی ئەنجامەکــەی ویلیس. ئەم کەســە نــاوی "ئارل هانــی" بوو. ئــەو ســەردەمانێک بــوو بــە برینــداری گــەدەوە دەیناڵاند و لــە عەزابدا بــوو، لەژێــر چاودێــری ســێ پزیشــکدا بوو لــە کۆتاییــدا پێیــان وت کە برینەکــەی بــە دەرمان ســاڕێژ ناکرێ و جگــە لەو خواردنانــەی کە بۆی دیــاری کــراوە مافی خواردنــی خۆراکی تری نییە. پزیشــکەکان جەختیان کــردەوە کــە دەبێ لەگەڵ ئــەم برینەدا خۆی بگونجێنێــت و لە تووڕەیی و ناڕەحەتــی دوور کەوێتــەوە. " ئــارل هانی" خــۆی دەڵێ:

(کاری باش و پڕ ســوودی زۆرم بەهۆی ئەم برینە نەعلەتییەوە لەدەســت داوە) کاری ئــەو ئەوە بوو کــە چاوەڕوانی مردن بکات.

"ئــارل هانــی" لە کۆتاییــدا بڕیاری دا و خــۆی یەکلایی کردەوە. شــایانی باســە هەموو کەســێ ناتوانــێ جۆرە بڕیارێکی هاوشــێوەی ئــەم بڕیارە بــدات. ئەو بــە خۆی وت:

ـــ مــن ئێســتا زۆر لە تەمەنــم نەماوەتــەوە بۆچی ڕۆژگارم بە خۆشــی بەســەر نەبــەم؟ هەمیشــە ئارەزووم ئــەوە بووە کە گەشــتێک بە دەوری دنیــادا بکــەم، ئەگەر هەلێکم بۆ بڕەخســێت ئەوا ئەم هەلــە جگە لە ئەمڕۆ نییــە. "ئــارل هانــی" بلیتــی ســەفەری بــڕی و پێداویســتییەکانی ئامــادە کــرد. کاتــێ بۆ خواحافیزی ڕۆشــتە لای پزیشــکەکانی بەبێ پــەردە و بە

Scanned with CamScanner

ڕاشکاوانە پێیان وت: (ئەگەر پێ بنێتە سەفەرێکی لەو شێوەیە ئەوا دەبێتە خۆراکی نەهەنگ و ماسییەکان چونکە بە زوویی لەناو کەشتیدا دەمرێت).

"ئارل هانی" لە وەڵامی پزیشکەکاندا کە ئەوان مەبەستیان ئاگادارکردنەوەی بوو وتی:

ــ بە پێچەوانەی بیروبۆچوونی ئێوەوە من وەسیەتم کردووە بۆ ماڵ و خێزانەکەم کە ئەگەر مردم لە قەبرستانی خانەوادەیدا لە" نبراسکا " بمنێژن، هەر ئێستاش تابوتێکم کڕیوە و لەگەڵ خۆمدا دەیبەم!

وتەکانی هانی لە ڕاستیدا وەڵامێکی تەواو نەبوو بۆ پزیشکەکان، ڕاستی ئەوە بوو کە ئەو تابووتێکی کڕیوە و مەبەستی بوو لەگەڵ خۆیدا بیباتە ناو کەشتیەکەوە، ئەو کارەشی ئەنجام دا. ئەو وتی:

(لە کاتێکدا ئەگەر لە نیوەی ڕێگادا مردم جەستەم بخەنە نێو ئەم تابوتەوە و بە ئەمانەت بمخەنە نێو ساردکەرەوەی کەشتییەکە تا کەشتییەکە دەگەڕێتەوە بۆ شوێنی خۆی).

هانی بەم شێوەیە سەفەری دەوری دنیای دەست پێ کرد.

ئەو کە خۆی لە کۆتایی ڕێگەی ژیاندا دەبینیەوە، کە پەلەقاژەی مردنیەتی جیهانی دوای مردن بە دڵنیایەوە لە چاوەڕوانیدایە وەرگێڕاوی هۆنراوەی یەکێک لە شاعیر و فەیلەسووفە ئێرانییەکان بە ناوی "خیام" بوو بووە ویردی سەر زمانی. ئەو هەر کاتێ تەنها دەبوو لە ژێرلێوەوە بە ئەسپایی دەیوت:

بزانە کە لە گیان جیا دەبیتەوە
لە ماڵی نهێنییەکاندا لەناو دەچی
مەی بخۆ چونکە دەچیتە ژێر خاک
بێهاودەم و هاوڕێ و یار و یاوەرێ

Scanned with CamScanner

لەو نامەیەی کە تا ئێستا لەسەر مێزەکەمە دەتوانی تێبگەیت کە هانی لەم سەفەرەدا بێ مەی و سەرگەرمی نەبووە، چون نووسیبووی بۆم: (ویسکی و ڤۆدگام دەکردە لێوانی گەورەوە و دەمخواردەوە و هیچ کات جگەرە لێوەکانمی بەر نەدەدا. هەر خواردنێک کە دەستم بکەوتایە دەمخوارد. هەتا ئەو خواردنانەشم دەخوارد کە لە کەشتییەکەدا بوون و زۆر زیانیان بۆ گەدە هەبوو. نیگەرانی ئەوە نەبووم کە ئەم خواردنانە حالم خراپتر دەکەن. زیاتر لە هەر کاتێ چێژم لە ژیان وەرگرت، چون بە خۆمم دەوت کە لە سەروو ڕەنگی ڕەشەوە ڕەنگێکی تر بوونی نییە، بۆچی بەهۆی ئارەزووکردنی خواردنی خۆراکێکەوە جەستەم بە تابووت و ساردکەرەوە بسپێرم؟ ئەو ڕاستییەش بڵێم کە موسافرانی ناو کەشتییەکە لە (با) و شەپۆلی دەریا دەترسان، بەڵام من کە خۆمم بۆ حاڵێکی سەرووتر لە دەرگیری شەپۆل ئامادە کردبوو لە ژاوەژاوی دەریا چێژم وەردەگرت و بڕیارم دابوو کە زەڕەیەک لە بەرامبەر مردندا لاوازی پیشان نەدەم. ڕۆژانە، لە بەشی سەرەوەی کەشتییەکە کاتەکانی خۆمم بە یاریکردن و تەماشاکردنەوە بەسەر دەبرد شەوانیش تا نیوەشەو لەگەڵ هاوڕێ تازەکانمدا کاتم بە ڕێ دەکرد. کاتێ کە کەشتییەکە لە کەنارەکانی چین و هندستان لەنگەری دەگرت سەرنجێکی ژیانی خەڵکی ئەو ناوچانەم دەدا و لەگەڵ ژیانی خۆم لە ئەمەریکا بەراوردم دەکرد. ئەوانە بەو ژیانە فەقیرانەیەی کە هەیان بوو ڕازیبوون لە کاتێکدا ئەگەر بەراووردی بکەم دەبێ بڵێم ئێمە لە بەهەشت دەژیاین و ئەوان لە دۆزەخدا بوون. بەراورد کردنی ژیانی خۆم لەگەڵ ئەوانەدا بوو بەهۆی ئەوەی کە ئیحساسێکی نسبی بکەم. کاتێ کەشتییەکەمان لە کەناری ئەمەریکا نزیک بوویەوە نزیکەی 24 کیلۆ زیادم کردبوو و قەڵەو بووبووم. لە بیرم چووبوو زەمانێک لە دەستی برینی گەدە و برینی دوانزەگرێ دەتلامەوە و ئازارم دەچەشت.

Scanned with CamScanner

یەکەمین کاریک کە کردم تابووتەکەم بۆ فرۆشیارەکەی گەڕاندەوە و ڕۆیشتمەوە سەر کارەکەی خۆم. لەو ڕۆژە بە دواوە هەتا جاریک چییە نەخۆش نەکەوتووم).

ئەم ڕووداوانە کاتی بۆ "هانی" هاتە پیش کە ناوی "ویلیس" و ڕیسا موعجیزەئاساکەی نەبیستبوو.

گرنگ لەوەدایە "هانی" لە کۆتاییدا بە منی وت:

(... ئیستا تیدەگەم کە بەبی ئیرادە ئەم کارەم بەئەنجام گەیاند بە خراپترین سزا کە مردن بوو ڕازی بووم و دوایی بە خەیاڵی ئاسوودە تیکۆشام بۆ چاکسازی و چارەسەری مەشاکیلی خۆم. کە مردن بوو. بەبی موبالەغە ئەگەر لە کەشتییەکەدا خۆمم دەدایە دەستی جەنجاڵی و نیگەرانی بە دڵنیاییەوە جەستەم لەنیو تابووتەکەدا بوو نەک لە پەنای تابووتەکەدا، کاتی کەشتییەکە دەگەشتەوە ئەمەریکا. بەلام من بەوپەڕی ئارامییەوە برینی گەدە و مردنم لە بیر خۆم بردبووەوە. ئارامی و خوینساردی هیزیکی وایان پیبەخشی بووم کە توانیم بەسەر ئەو برینە وەحشەتناکەدا زاڵ ببم. بەشیوەیەکی تر خوینساردی و تەسلیمبوون بە واقیع مەرگی منیان لە چنگی مەرگ دەرهینا).

ئیستا "کاریر" بە سوودوەرگرتن لە ڕیسای قایلبوون بە تاڵترین واقیعیەت ڕیگری لە زیانیکی گەورە کرد و ئەو بەڕیوەبەری کۆمپانیای دابەشکردنی جۆرەکانی سووتەمەنی و نەوتی لە چنگی پیاویکی تەڵەکەباز دەرهینا و هانی لە تابوت و ساردخانە ڕزگاری بوو. باوەڕ ناکەیت بە ئەندازەیەکی وا لە زیانەکانی نیگەرانی و جەنجاڵی تیبگەیت کە بۆ ئیوە سوودمەند بیت و شۆڕشیکی پی هەڵگیرسینیت؟

ئایا بە بۆچوونی ئیوە ئەم ڕیسایە توانای چارەسەرکردنی هەندی لە مەشاکیلەکانی ئیوەی نییە؟

Scanned with CamScanner

سەرنج بدەرە ئەنجامەکانی ئەم بەشە:

ئەگەر گیرۆدەی کارێکی نیگەرانهێنەریت ڕێسای "گاریر" لەم سێ ڕوانگەیەوە بەکار بهێنە:

1. لە خۆتان بپرسن: (لەمە خراپتر چی دەبێ؟)

2. خۆتـان ئامـادە بکەن بـۆ قایلبـوون و بەرەنگاربوونـەوەی خراپترین ڕووداو!

3. لـە کاتـی نارەحەتی و نیگەرانیدا خەیـاڵ و جەنجاڵی خۆتان بە لابردن و چاکسـازیی خراپتـر لـە خراپ گرێ بـدەن و وا بزانن لەمـەش خراپتر هەیە!

Scanned with CamScanner

بەندی سێیەم:

بێزاری و نیگەرانی چیمان لێ دەکات

پیشەوەرێک ئەگەر ڕێگەی ڕووبەڕووبوونەوەی نیگەرانی نەگرتبێتە بەر، بە گەنجێتی دەمرێت! {دکتۆر ئالکسیس کارل}

لە شەوێک لە شەوەکانی چەند ساڵێک لەمەوپێش، یەکێک لە دراوسێکان، لە ناوەختدا لە جەرەسی ماڵەکەی ئێمەی دا. ئەو ویستی هەواڵی بلاوبوونەوەی نەخۆشی ئاولە بە ئێمە ڕابگەیەنێت و ئاگادارمان بکاتەوە کە دژی نەخۆشی ئاولە خۆمان بکوتین .ئەم دراوسێیە یەکێک بوو لەو هەزار نەفەرانەی کە لەم ساڵەدا داواکاری پیشکەش کردبوو- بڕیاری دابوو دانیشتوانی شاری نیویۆرک لە ترسناکی نەخۆشی ئاولە ئاگادار بکاتەوە.

کاریگەری کاری ئەم گرووپە، هێرشی خەڵکانی ترسنۆک بوو کە چەندەها کاتژمێر لە ڕیزە درێژەکاندا چاوەڕوانیان دەکرد تا سەرەیان بگات بۆ ئەوەی ڕووبەڕووی ئەم مەترسییە ببنەوە و خۆیان ئامادە بکەن.

پرۆسە و کاری کوتانی خەڵکی لە نەخۆشخانەکانی نیویۆرک تەواو نەدەبوو، بەهۆی زۆری داخوازییەکان لە بنکەکانی ئاگرکوژێنەوە و پۆلیس و کارخانەکان و... گرووپە جیاوازەکانەوە. زیاد لە دوو هەزار پزیشک و پەرستار بەبێ وچان و بێ گوێدانە ماندوێتی شەو و ڕۆژ کاری کوتانیان ئەنجام دەدا.

ڕاستی هۆی ئەم پەشێوی و ژاوەژاوی خەڵکە چی بوو؟ هۆی سەرەکی، بەهۆی پروپاگەندەی هەشت کەس لە نیویۆرکییەکان بوو

Scanned with CamScanner

کە دوو نەفەر لەوانە لە شارێکی وەها گەورەدا بەهۆی ئاوڵەوە گیانیان لە دەست داوە! مردنی دوو نەفەر ئەم هەموو ژاوەژاو و ڕاپاییەی بەرپا کردبوو!

ئێستا کە ئەم مەبەستە دەنووسم سیوحەوت ساڵ دەبێت کە دانیشتووی شاری نیویۆرکم، لەم ماوەیەدا جگە لەو جارە کەس لە دەرگای ماڵەکەمی نەداوە بۆ ئاگادارکردنەوەم لە بەلایەکی لەو شێوازە، لە کاتێکدا کە لەم سیوحەوت ساڵەی ڕابردوودا چەندەها نەخۆشی لەناوبەری وەک نیگەرانی و خەمۆکی و دڵەڕاوکێ، کە چەندەها بەرامبەری نەخۆشیی ئاوڵە خەڵکی لەناو بردووە .تا ئێستا کەسێک سەردانی نەکردووم تا هەواڵم بداتێ کە زیاتر لە (10/1)ـی ئەمەریکاییەکان بەهۆی گیرۆدەییان بە نەخۆشییە دەروونییەکانەوە بە زوویی لەپێ دەکەون!

بە سەرنجدان لەوەی کە سەرنەکەوتن لە ڕێگریکردنی بڵاوبوونەوەی نەخۆشییەکان دەبێتە هۆی دڵەڕاوکێ و پەرێشانی و نیگەرانی، من ئەم بەشە بۆ ئێوە دەنووسم بۆ ئەوەی بتوانن ڕووبەڕووی پەرێشانی و نیگەرانی ببنەوە:

(پیشەوەرێک ئەگەر ڕێگەی ڕووبەڕووبوونەوەی نیگەرانی نەگرتبێتە بەر، بە گەنجی دەمرێت).

تەنیا پیشەوەران نین لە کاتی سەرنەکەوتنیان لە ڕووبەڕووبوونەوەی نیگەرانیدا زوو دەمرن و جوانەمەرگ دەبن، بەڵکو ژنانی خانەدان و پزیشکان و ئەندازیاران و چینەکانی تریش لەم ئافەتە دوورەپەرێز نین!

مۆڵەت بدەن ئەزموونێکی تایبەتتان بۆ باس بکەم:

(... چەند ساڵ لەمەوپێش، وەک پیشەی هەمیشەییم، ڕۆژەکانی پشووی خۆمم لەگەڵ دکتۆر "ئا.گوبر" کە لێپرسراوی چەند نەخۆشخانەیەکی

Scanned with CamScanner

پەیوەندیـدار بـە ڕێگەی ئاسـنینی "سـانتانیا" بوو، بە گەڕان و سـیاحەت بەسـەر دەبرد. ڕۆژێ لەگەڵ یەکدا سەبارەت بە کاریگەرییەکانی نیگەرانی دەدواین. دکتۆر " گوبر" وتی: 70% ـی ئەو نەخۆشـانەی کە سـەردانی پزیشـک دەکەن ئەگـەر خۆیان لە چنگـی ترس و نیگەرانـی بێجێ ڕزگار بکـەن دەتوانن خۆیـان خۆیان چارەسـەر بکەن و تەندرووسـتی خۆیان بەدەسـت بهێنـن، هەڵبەتـە خەیـاڵ نەکەیـت کە ئـەم ڕێژەیـە ڕێژەیەکی خەیاڵییـە؟ نەخێر، نەخێـر بە هیچ شـێوەیەک وا نییە.

هەتـا دەمـەوێ بڵێـم کـە نەخۆشـی ئەوانـە لـە دانیشـە و هەوکردنـی پووکـەکان بەئازارتـر و واقیعیتـرە. مـن ناتوانم پڕوپاگەنـدە بکەم و بڵێم کـە نەخۆشـییەکانی کۆئەندامـی هـەرس و برینداری گـەدە و تێکچوونی لیدانەکانـی دڵ و بێخـەوی و سەرئێشـە و لەکارکەوتنـی بەشـێک لـە ئەندامەکانـی لـەش بـە شـێوەیەکی گشـتی خەیاڵیـن! بەڵام چـون خۆم دوانـزە سـاڵ بـە برینی گـەدەوە گیـرۆدە بووم ئـەوەی لـەم بارەیەوە دەیڵێـم تەجروبەی تـر و بەئاگاهێنەرترە! بە نموونە ئـەم بیمارییە (برینی گـەدە) کـە بۆ مـن ئاشـنایە، تـرس و نیگەرانـی دەبنە هـۆی گرژبوونی دەمارەکانـی گـەدە بە شـێوەیەک لە کاتـی گرژبـوون و خاوبوونەوەیدا دەبێتـە هۆی دروسـتبوونی برینـی گەدە).

هـەر لـەو کاتـەدا کـە گوێم لـە وتەکانـی دکتۆر "گوبـر" دەگـرت کتێبی تێکچـوون و ئاڵۆزبوونـی گـەدەی دکتۆر "مونتاکۆ"م هاتـەوە یاد. ئەویش بۆچوونێکـی هاوشـێوەی بۆچوونەکـەی دکتۆر "گوبر"ـی هەبوو:

ئـەو شـتەی کـە دەیخۆیت نابێتـە هـۆی برینداربوونی گـەدە، بەڵکو ئەو شـتەی کە تۆ دەخـوات برینێکی بەئـازار دێنێتـە کایەوە.

دکتـۆر "ئالـوارز" کە لـە "کلینیک مایـۆ" پەیوەندییەکـی توندوتۆڵی لەگەڵ نەخۆشـەکاندا هەیە، بـڕوای وایە:

Scanned with CamScanner

(ســەختی و لاوازی نەخۆشــی برینــی گــەدە پەیوەنــدی بــە دەرەجــەی هەڵچونــی دەروونییــەوە هەیــە).

بیرۆکەکــەی دکتــۆر "ئالــوارز" بــە ئەزمــوون و توێژینەوە لەســەر پانزە هــەزار نەخــۆش بــۆ ڕووبەڕووبوونــەوە لەگــەڵ نەخۆشــی گــەدە کــە پەیوەندیــان بــە "کلینیک مایــۆ"وە کردبــوو باوەڕپێکراو بــوو، کاریان پێ دەکرد.

بــە گوێــرەی وتەکانــی دکتــۆر "ئالــوارز": (80%) ــی ئەوانــەی کــە ســەردانمان دەکەن هیچ بەڵگەیەکی پزیشــکیان بۆ نەخۆشــینەکانیان نییە. تــرس، نیگەرانی، بەخیلی، خۆپەســەندی لەڕادەبەدەر و نــە بوونی لیاقەت و نەبوونــی توانــای خۆگونجانــدن لەگــەڵ دەوروبەر هۆکاری ســەرەکی برینداربوونــی گــەدەی ئەوانەیە.

بە پشتبەســتن بــە لێکۆڵینەوە یەک لە دوای یەکەکانــی بڵاوکراوەی لایف: برینی گەدە لە نێوان نەخۆشــییە ترســناک و کوشــندەکاندا پلەی دەیەمی بــۆ خــۆی تەرخان کــردووە، یا بــە دەربڕینێکی تــر برینی گــەدە یەکێکە لــە کوژەرانی ئێوە.

لــە چاوپێکەوتنێکــدا لەگــەڵ دکتــۆر "هارولدبیــن" کــە یەکێکــی تــرە لەو دکتۆرانــەی کــە لــە نەخۆشــخانەی مایــۆ دەســتبەکار بــوو کــە ئەمیش لــە کۆبوونــەوەی ســاڵانەی ئەنجومەنــی پزیشــکان و نەشــتەرگەرانی نەخۆشــخانەی پەیوەندیــدار بــە کارخانــەی "ئاکریــکا" ئــەم ڕیپۆرتاژەی خــوارەوەی خوێندبــووەوە:

(مــن خۆم چاودێری 176 نەفەر لە کارمەندانی کارگەکان و پیشــەوەرانم گرتبــووە ئەســتۆ کە تەمەنیان لە نێوان ســاڵەکانی 44 بــوو: بەرئەنجامی چاودێرییەکــەم ئــەوە بــوو کــە 33% ئەوانە گیرۆدەی ســێ نەخۆشــی بــوون (فشــاری خوێــن، برینی گەدە، نەخۆشــی دڵ) کە ئەم نەخۆشــیانە

Scanned with CamScanner

گەماڕۆی ژیانیانی دابوو وە زۆر نارەحەتی دەکردن.

ئەگەر باش سەرنج بدەیت تێدەگەیت کە 33% کارمەندان و دوکانداران گیرۆدەی بە نەخۆشی دڵ و برینی گەدە و فشاری خوێن، پێش ئەوەی بگەنە تەمەنی 45 ساڵی تەشیی ئەجەل ڕیشەیان دەردێنێت! بەڕاست ئەوانە بە چ هیوایەکەوە سەرکەوتن بەسەر ئەم نەخۆشیانەدا بەدەست بێنن؟

ئایا کەسێک کە لە ڕێگەی پێشکەوتنی پیشە و کارەکەیدا نەتیجەیەکی جگە لە برینی گەدە و هەڵچوونی دەروونی دەست نەکەوێت، دەتوانرێ بە کەسێتییەکی سەرکەوتوو دابنرێ؟)

لێرەدا دەبێت حەق بدەینە دکتۆر "هارولد"، چونکە هەتا ئەگەر سەرکەوتن و قازانجێکی زۆری کارەکانی دنیا بدرێتە کەسێک ئایا بەهای ئەوەی هەیە کە لە پێناوی ئەو سەروەت و سامانەدا سەلامەتی لێ بسەنرێتەوە؟

ئەگەر تەواوی دنیا هیی ئەو کەسە بێت ئایا شەو لەسەر یەک جێ زیاتر دەخەوێت؟ ئایا لە شەو و ڕۆژێکدا زیاتر لە سێ جار دەتوانێت نان بخوات؟ لەزەت و چێژوەرگرتن لەم بوارانەوە بۆ کەسێکی هەژار و نەدار زۆر زیاترە وە بە دڵنیاییەوە لە کەسێکی دەوڵەمەند ئاسوودەتر دەخەوێت، لە خواردنەکەی چێژێکی زیاتر وەردەگرێت. دکتۆر "گوبر" لە وتەکانی دکتۆر "هارولد" ئەم ئەنجامانەی بۆ من بەدەست هێنا:

باشتر وایە لە وڵاتی "ئالاباموّ" بە فەقیرانە بژیم و پیانۆ لێبدەم تاوەکو لە 45 ساڵیدا سەلامەتی خۆم بە سەرۆکایەتی نەخۆشخانەکانی هێڵی ئاسنی گەورە یان کارگەیەکی بەرهەمهێنەری جگەرە لەدەست بدەم! ئاماژە بە جگەرە بە بیری هێنامەوە کە لە کۆتاییدا سەرۆکی کارگەیەکی بەرهەمهێنەری جگەرە کە ناوبانگێکی جیهانی هەیە لە کاتی

Scanned with CamScanner

سەفەرکردن و گەڕانیدا لە جەنگەڵەکانی کەنەدا دڵی لە لیدان کەوت و لە تەمەنی 61 ساڵیدا ماڵئاوایی لە ژیان کرد و سەروەت و سامانەکەی بە میراتی بەجێ هێشت. لەوانەیە ئەم کەسە بەشێکی زۆری سەلامەتی خۆی لەو ساڵانەدا بۆ سەرکەوتنی لە پیشەکەیدا کردبێت بە قوربانی.

بە بۆچوونی من ئەم خاوەن کارخانە گەورەیە بەو هەموو سەروەت و سامانەوە بە ئەندازەی باوکی من کە لە وڵاتی "میسوری" زراعەتی دەکرد و لە تەمەنی 89 ساڵیدا بەبێ دینارێک پاشەکەوت مرد، سەرکەوتوو نەبوو! هاوەڵەکانی مایو کە ناوبانگێکی فراوانیان هەبوو لە کۆتاییدا ڕایان گەیاند کە زیاتر لە نیوەی چەرپاکانی نەخۆشخانە کەسانێک داگیریان کردووە کە دووچاری نیگەرانی و عەصابن، هۆکاری نیگەرانی و عەصەبیەتی ئەوانە بەهۆی مایکرۆسکۆپی زۆر ورد و توێژینەوەی زانستییەوە ئاشکرا بوو کە زۆربەی زۆری ئەوانە هیچ گرفتێک لە دەمارەکانی مێشکیاندا بەدی ناکرێ بەڵکو بەهۆی هەڵچونی دەروونی، دورەپەرێزی، پەرێشانی و نیگەرانی، سەرنەکەوتن و نائومێدی و بێزارییەوەیە.

سەرنج دەدەینە بیردۆزەکەی "ئەفلاتوون":

(گەورەترین هەڵەی دکتۆرەکان ئەوەیە لە چەرەسەری جەستەدا هەوڵ دەدەن بەبێ ئەوەی گوشەنیگایەکیش بخەنە سەر شیفای ڕۆحی لە کاتێکدا کە جەستە و ڕۆح یەکێکن و ناتوانرێ لە یەک جیا بکرێنەوە و بە جیا چارەسەر بکرێن).

ڕاگەیاندنی ئەم بیرۆکەیەی "ئەفلاتوون" زیاتر لە دووهەزار و پێنسەد ساڵی بەسەردا تێپەڕیوە و تازە لێکۆڵەرانی دەروونی و پزیشکە پسپۆڕەکان هەست بە ڕاستی ئەم بیرۆکەیە دەکەن، تازە گەشتوونەتە

Scanned with CamScanner

ئـەم ڕاسـتییە گەورەیە. بە سـوود وەرگرتن لـەم جـۆرە بیرۆکانەیە کە ئەمڕۆ بەشـێکی تازە بە ناوی "پیسیکوسـماتیک" لە زانسـتی پزیشکیدا بە توانایەکـی تەواوەوە خۆی نیشـان داوە.

مانای ئەم ڕسـتەیە و ئامانجی ئەم بەشـی دەرمانی جەسـتە و ڕۆحە بە شـێوەیەکی هاوکاتە. پزیشـکێک تا ئێسـتا تەواوی هەوڵی خۆی سـەرف دەکـرد کـە ئـەو نەخۆشـییەی هاتووەتـە بوونەوە لـە ڕێگـەی میکرۆب و ڤایرۆسـی جۆراوجـۆرەوە بناسـێت و بـۆ ڕووبەڕووبوونەوەیـان چارەسـەری گونجـاو دابنێت. ئێسـتا ئەم گرنگییە گەشـتووەتە ئاسـتێک دەتوانـرێ بوتـرێ کە نەخۆشـییەکی نەناسـراو و شـاراوە نەماوەتەوە، هەوڵـدان لـە ڕێگەیەکـی تـازەوە سـەرچاوەی گرتـووە و سـەرکەوتن بەسـەر نەخۆشـییەکی بـێ میکرۆبـدا واتە نەخۆشـییەکی بەبـێ هۆیە.

لێکۆڵەرانـی واقیعی لە ئێسـتادا سـەرگەرمی ناسـینی ئەو نەخۆشـیانەن کـە پێیـان وایە بەهـۆی هەڵچوونـی دەروونـی، پەرێشـانی و نیگەرانی، تـرس و بەخیلی و حەسـوودی و دوورەپەرێزی، نائومێـدی و بێزاری و ئـەم جـۆرە بابەتانەوە سـەرچاوەیان گرتبێت. سـەرئەنجامی ئەم کۆمەڵە ئەگەرچی لە لایەکەوە زۆر سـوودمەند بوو، بەڵام بەداخەوە ڕاسـتییەکی دەردناکی ئەوتۆیان خسـتە پێشـچاوی جیهان.

ئـەو ڕاسـتییەش ئەوەیـە کـە (لەناوچـوون بەهۆی نەخۆشـییە شـاراوە دەروونیەکانـەوە زۆر بـە خێرایـی ڕوو لـە زیادبوونـە).

لە گوزارشـتەکانی پزیشـکان و پسـپۆڕانی نەخۆشـی ڕۆحی و دەروونی دەخوێنینـەوە کـە (لـە هـەر بیسـت نەفـەری دانیشـتووی ئەمریـکا بـە لایەنـی کەمەوە نەفەرێـک ماوەی ژیانی لـە نەخۆشـخانە دەروونیەکاندا بەسـەر دەبرد). ئەگەرچی باسـی جەنگـی جیهانـی دووەم پەیوەندییەکی ئەوتـۆی بـە باسـەکەمانەوە نییە، بـەڵام مەسـەلەیەکی پەیوەندیدارە بە سـەربازەکانەوە کە ڕاسـتییەک بۆ ئێمە ڕوون دەکاتەوە کە سـەرنجدانی

بێســوود نییە:

(... لـە شەشـدا یەکـی ئـەو کەسـانەی کـە دەبوایـە بەپێی یاسـای ئەو ڕۆژانـەی ئەمەریـکا لە بەرەکانـی جەنگی جیهانی دووەمـدا هەبێت دوای پشـکنینی پزیشـکی بەهۆی نەقسـی فیکـری و ڕۆحییەوە دەبەخشـران).

ئـەم ڕێژەیـە لـە ڕۆژگارێکـدا بـوو کـە هۆیەکانـی نیگەرانـی و ئاڵۆزی ژیان و مەشـغوڵی فیکر نەگەشـتبووە دەرەجەیەکی کـرداری کە ئەمەش ئامارێکـی زۆر نیگەرانکـەر بوو. بە دەسـتەواژەیەکی ڕوونتـر دەتوانرێ بوتـرێ: میللەتێـک لە شەشـدا یەکـی هێـزی کارای بێسـەمەر و هەتا بە سەرباریشـی بزانێـت هەقـی خۆیەتی کە نیگـەران بێت.

هۆی دێوانەیی و شێتی چییە؟

لە ڕاسـتیدا هیچ کەسـێک ناتوانێت هۆیەکانی دێوانەیی و شـێتی بە وردی بـە ئێمـە ڕابگەیەنێت. تەنها خاڵێک کـە دەتوانرێ بە پچڕی سـەبارەت بە دێوانەیی و شـێتی بوترێ ئەوەیە:

زۆرێـک تـرس و نیگەرانـی بە هـۆکاری کارتێکـەری شـێتی دەزانن بەم شـێوەیە کە کەسـێک دووچاری پەرێشـانی دەبێت و دەترسێت لە ژیانیدا بەهـۆی خەشـم و تاڵـی و ڕەشـبینییەوە پەیوەنـدی لەگـەڵ دەوروبەردا بپچڕێنێـت و گۆشـەگیر ببێت و پەنـا بباتە بەر دنیـای خەیاڵی خۆی. ئەم دنیایـە بـۆ ئەو هیچ نییـە جگە لـە مەیدانێکی خەیـاڵات. بە پێناسـەیەکی ئاشـکراتر کەسـێکی پەرێشـان و نیگەران بە خەیاڵی خۆی ئـەم دنیایەی بـۆ پەنـاگای خـۆی دروسـت کـردوە. ئـەو دەیەوێـت شـوێنێکی ئارام و ئاسـایش بـۆ خـۆی بنیـاد بنێت تـا لـە دیوارەکانیـەوە ڕێ بـە هاتنە نـاوەوەی پەرێشـانی نەدات و سـەهۆڵی نیگەرانی و پەرێشـانی لە چوار دیواری ئـەو دنیایـەدا بتوێنێتەوە.

Scanned with CamScanner

ئیستا کە سەرقاڵی نووسینی دێڕەکانی کتێبێکم بە ناوی "بەرگری لە نیگەرانی بکە و سالم و ڕاحەت بژی"، "کتێبەکەی پودولسکی" کە لەسەر مێزەکەمە پەڕە بە پەڕە هەڵدەدەمەوە. ناونیشانی بەشەکانیش بۆ ئێوە دەنووسم:

نیگەرانی چی بە دڵ دەکات؟

فشاری خوێن بەهۆی نیگەرانییەوە سەرهەڵدەدات! بۆی هەیە ڕۆمانتیزم دەستکەوتی ڕاستەوخۆی نیگەرانی بێت! وابزانم پێویست بە ڕوونکردنەوەی ناونیشانەکانی بەشەکانی ئەم کتێبە ناکات.

کتێبێکی تر بە ناوی "مرۆڤ دوژمنی خۆیەتی" بە قەڵەمی دکتۆر "کارل مینجر" دێتە بیرم کە نووسەر لەو کتێبەدا بە دووروودرێژی باسی ئەو تاوانە گەورەیە دەکات "نیگەرانی"، کە مرۆڤ سەبارەت بە گیانی خۆی دەیکات. تەنها شتێک کە دەتوانم لەم بارەیەوە بڵێم ئەوەیە:

ئەگەر دەتەوێت دەست لە وێرانکاری خودی خۆت هەڵ بگریت ئەم کتێبە بخوێنەرەوە! ڕاستی کاولکاری بۆچی؟ مەگەر وانییە؟ کە نیگەرانی دەتوانێت هەتا کەسانی خۆڕاگر و بەتوانا و بەغیرەتیش نەخۆش بخات و لەناویان ببات؟ ئەگەر ئەم بیرۆکەیە ڕاست بێت ئەوا نیگەرانی جۆرێکە لە جۆرەکانی کاولکاری کە دەرهەقی خۆمان ئەنجامی دەدەین.

سەرچاوەیەکی نیگەرانی سەبارەت بە ژەنەڕاڵ "گرانت" لە کۆتایی شەڕی ناوخۆی ئەمەریکادا ڕاستی دۆزییەوە:

(... ماوەی نۆ مانگ دەبوو کە هێزەکانی ژێر فەرماندەیی ژەنەڕاڵ "گرانت" ناوچەیەکیان بە ناوی "ڕیچموند"ـەوە گەمارۆ دابوو. هێزەکانی ژێر فەرماندەیی ژەنەڕاڵ "لی" بە جلوبەرگی دڕاو و سکی برسییەوە

چێژی تێکشـکاندنیان چەشـتبوو دەسـتە دەستە پاشەکشـەیان دەکرد.

هێـزە بەجێمـاوەکان لـە چادرگەکـەی خۆیانـدا کارێکـی تریـان جگە لە گریـان و بێـزاری و نیگەرانبـوون بـۆ حاڵـی خۆیان نەبـوو. کۆتایی کار نزیـک دەبووەوە. هێزەکانـی ژەنەڕاڵ "لی" ئەمبارەکانـی لۆکە و تووتنیان ئاگـر دا لەگـەڵ جبەخانـە گرنگەکانیاندا تا بەر دەسـتی دوژمـن نەکەون. کـە شـەو داهات. دوکەڵ و ئاگر ئاسـمانی داپۆشـی. هێزەکانـی ژەنەڕاڵ "لـی" لـە پەنای تاریکی و دووکەڵدا شـاریان چۆڵ کرد. لـە لایەکی ترەوە "گرانـت" لـە هەمـوو لایەکـەوە بەدواداچوونـی کردبـوو لەبـەر خاتری پێشـڕەوی زیاتـر پەیوەندی لەگـەڵ هێزەکانـی دواوەدا پچڕابوو.

لـەم کاتـەدا هێزەکانـی دوژمـن ڕووبـەڕوو هێرشـیان بۆ هێنـا و هێڵی ڕێگەی ئاسـنینیان پێش گەیشـتنی شـەمەندەفەرە بارهەڵگـرەکان پچڕاند، شـەمەندەفەرەکانیان خسـتە ژێرڕکێفـی خۆیانـەوە. ژەنـراڵ "گرانـت" بەهـۆی سەرئێشـەیەکی توندەوە ئازاری دەچەشـت لە تاو ئـازاردا هەتا نەیدەتوانـی بە باشـی بەڕێی خۆی ببینێت بە ناچاری لە سـەنگەرێکدا لە کۆتایـی هێزەکەیدا گیرسـایەوە. لێـرەدا یەک بە یەک بـە بیرەوەرییەکانی خۆیـدا دەچوویەوە. لـە بیرەوەرییەکانـی دەخوێنینەوە:

(... تـەوای شـەو قاچم لەناو گیـراوەی ئاوی گەرم و خەردەلـدا دانابوو. بـۆ ڕزگاربوونم لە سەرئێشـە تۆزی خەردەلم لەسـەر دەسـت و پشـت و ملـم دانابـوو. ئومێدەواربـووم بـەم شـێوەیە تاپێـش خۆرهەڵهاتن لە ئازارەکـەی کـەم دەبێتەوە).

بەڕاسـت ئایـا ژەنـەڕاڵ "گرانـت" بـەم فێـڵ و تەڵەکەیە لـە دەرد و ئازار ڕزگاری بـوو؟ بـە دڵنیاییـەوە ڕزگاری بوو، بەڵام نـەک بەهۆی خەردەل و ئـاوی گەرمەوە! بەڵکو شـیفاکەی سـوارچاکێک بۆی هێنـا، کاتێ خۆی گەیانـدە لای ژەنـەڕاڵ و نووسـراوێکی پێبوو کە تەسـلیمبوونی ژەنراڵی دوژمنـی لەخـۆ گرتبـوو .ژەنـەڕاڵ گرانت لـە درێـژەی بیرەوەرییەکانی

Scanned with CamScanner

خۆیدا دەنووسێت:

(کاتێ کە سوارچاکەکە نامەکەی دایە دەستم، هێشتا لەبەر سەرئێشە دەمنالاند، بەلام بەهۆی ئەوەوە کە لە ناوەرۆکی نامەکە گەیشتم ئازارەکەم لەبیر کرد و دوای چەند ساتێک بەوپەڕی سەرسورمانەوە بینیم کە هیچ شوێنەواری ئازارێ لە سەرمدا نییە).

ئاشکرایە کە نیگەرانی و ڕاڕایی و ناڕەحەتی عەساب بووبوونە هۆی سەرئێشەیەکی توندی ژەنەڕاڵ، کاتێ کە جۆشوخرۆشی باوەڕبەخۆبوون و بیستنی هەواڵێکی شادیبەخش و سەرکەوتن هاتە ئاراوە سەرئێشەکەش لەناو چوو.

حەفتا ساڵ لە ڕووداوی سەر ئێشەکەی ژەنەڕاڵ "گرانت" تێپەڕیبوو کە "هنری مورگنتا" وەزیری دارایی "ڕزولت" تێگەیشت کە نیگەرانی دەتوانێت بە شێوەیەک تاک تێک بشکێنێت کە گێج و سەرگەردانی بکات. ئەو لە بیرەوەرییەکانی ڕۆژانەی خۆیدا دەنووسێت:

(... کاتێک سەرۆککۆمار بۆ بەرزکردنەوەی نرخی گەنم ڕۆژانە دەستووری کڕینی 2400000 فەردە گەنمی دەرکرد بە ئەندازەیەک دووچاری ڕاڕایی و نیگەرانی بوو کە دەوروبەرەکەی خۆشی نەدەبینی. ڕۆژانە دوو کاتژمێر دوای نانی نیوەڕۆ بەبێ ویستی خۆی وەک کەسێکی حەپەساو دەچووە خەوەوە).

بە خوێندنەوەی داواکاییەکانی ئەم قەبیلەیە و ئەزموونە شەخسییەکانی خۆم هەر کاتێک بمەوێ بزانم نیگەرانی چی لە خەڵکی دەکات بە پێویستی نازانم پەنا ببەمە کتێبخانە، یا دەستەودامێنی پزیشکەکان بم. تەنها ئەوەندە بەسە لە پەنجەرەی بینایەکەوە کە لە یەکێک لە ژوورەکانیەوە سەرگەرمی نووسینی ئەم کتێبەم بم و سەیری دەرەوە بکەم و بە بینایەک کە لەوبەری شەقامەوە بە تەواوی بەرامبەر

Scanned with CamScanner

پەنجەرەکەی منە و خاوەنەکەی بەهۆی نەخۆشی شەکرەوە گیرۆدەیە سەرسام بیم.

بەسەرهاتی دراوسێکەم بەم شێوەیەیە:

ماوەیەک لەمەوپێش کاتێ کە "سهام بورس" تەنەزولی کرد و دەستی لە فەرمانڕەوایی کێشایەوە ڕێژەی شەکر لە خوێنی دراوسێ خۆخۆر و نیگەرانەکەی من ڕووی لە زیادبوون کرد. نازانم بۆچی ئەم ڕستەیەی "مونتن" فەیلەسووفی ناوداری فەرەنسی کە لە کاتێکدا کە پۆستی شارەوانی وەرگرت هاتە سەر زمانی، بەلامەوە جوانە و دڵم نایەت لە بیری بکەم؟ "مونتن" دوای ئەوەی بە ناونیشانی سەرۆکی شارەوانی هەڵیان بژارد بە هاوشارییەکانی وت:

(... تامەزرۆییەکی زۆرم هەیە کە لە دوو لاوە بیگرمە دەست و ئەو کارانەی کە شایستەی ئەم شارەیە ئەنجامی بدەم، بەلام بە تەواوی ئەو تامەزرۆییەی کە هەمە ئامادە نیم سی و جگەری خۆم لەم ڕێیەدا دابنێم).

"مونتن" فەیلەسووفێک بوو دەیزانی نیگەرانی چی لە مرۆڤ دەکات، بەلام دراوسێکەی من ئەم شتانە نازانێت. دراوسێ تەماعکارەکەی من پایەداری و لەکارکەوتنی سهام ڕاستەوخۆ تێکەڵ بە خوێنی خۆی دەکات. سەرسام نەبیت ئەگەر بڵێم ئەم کەسە دەستی کردن بە خۆی لە پێی خست. نیگەرانی دەتوانێت ببێتە هۆی ڕۆمانتیزم و نێوانی جومگە و کەسی نیگەران لەسەر گالیسکەی دەستی دابنیشێنێت.

مۆڵەت بدەن بیروڕای دکتۆر "روسل سیسیل"تان بۆ باس بکەم، کە لە مامۆستایانی بەئەزموونی پەیمانگای پزیشکی "کورنل"ـە، یەکێکە لە پسپۆڕە بەناوبانگەکانی (ڕۆماتۆلۆژی). دکتۆر "روسل سیسیل" دەڵێت:

Scanned with CamScanner

(... ناکامـی لـە زەواج، خەمـی نەبوونـی، تەنیایـی، نیگەرانـی و ئازاری درێژخایـەن هـۆکاری کاریگـەری دروستبوونی هەڵئاوسـان و ئازاری جومگەکانە).

ئەم وتەیە لە زمانی پسـپۆڕێکی تێگەشتوو زۆر وردەوە وەرگیراوە لەبەر ئـەوە نابێ ڕووبـەڕووی ببیتەوەو دژایەتـی بکەیـت. ڕوونکردنەوەکەی دکتۆر "ڕوسلسیسـیل" بەم شـێوەیە تەواو دەبێت:

(وا بیـر نەکەیتـەوە کە تەنهـا و تەنها بە شـێوەی هەڵئاوسـان و ئازاری جومگـەکان خـۆی نیشـان دەدات). نەخێـر وا نییـە! ئەم نەخۆشـیانە لە هـەر ئانوسـاتێکدا بـە شـێوازی جۆراوجـۆر خۆیـان نیشـان دەدەن! مەبەسـتی دکتۆر "سیسـیل" ئەوەیە کە نیگەرانـی و ڕاڕایی کاریگەرییەکی ڕاسـتەوخۆی هەیـە بـە هەڵئاوسـان و ژانـی جومگەکانەوە.

سـەرنج بـدەرە حاڵەتێـک کـە بەسـەر یەکێک لـە دۆسـتەکانمدا هاتووە: ماوەیـەک لەمەوبـەر هاوڕێکەم تووشـی هەرەسـێکی مادی گـەورە بوو لـە لایەکـەوە، لە لایەکی تریشـەوە کارخانەی دابەشـکردنی غاز، لوولەی غـازی ماڵەکـەی بـڕی و بانقیـش لـە دانـی ڕەهنـی ئـەو بینایـەی کـە ماڵەکـەی ئـەوی تێـدا بوو پاشـگەز بوویەوە لـەم گێرۆدەییـەدا ژنەکەی کوتوپـڕ تووشـی نەخۆشـی هەڵئاوسـانی جومگـەکان بـوو بـە خێرایی سـەردانی پزیشـکی کـرد و پزیشـکەکان دەرمانـی گونجـاو و پارێـز و ڕژێمـی خۆراکیـان بۆ دانا، بـەڵام هیچ لە ئازارەکەی کـەم نەکردەوە. ئەم نەخۆشـییە بـەم شـێوە دەردناکییە مایەوە تـا کاتێ کێشـەی مێردەکەی بـە تـەواوی چارەسـەر کـرا و لـە هەمـوو ڕوانگەیەکەوە سـەرکەوتنی بەدەسـت هێنـا. کاتـێ کـە کاری مێردەکـەی ڕەونەقـی پەیدا کـرد و لە ژیانـدا سـەروەت و سـامانێکی زۆری پێکـەوە نا و لەو هەرەسـە مادییە ڕزگاری بـوو نەخۆشـی خێزانەکـەی خـۆی بـۆ خـۆی لەنـاو چوو.

دکتـۆر "گونیـل" لە ئەنجومەنی پزیشـکی ددانی ئەمەریـکا ڕایگەیاند: خەم

و نیگەرانـی دەبنـە هـۆی خراپبـوون و هەڵوەریـن و ڕزینـی ددانـەکان .بەڵگـەش ئەوەیـە کە خەم و نیگەرانی هاوسـەنگی کالیسـیۆم لە لەشـدا تێـک دەدەن. قەلەقـی و حەساسـی کە لە نیگەرانی و ترسـەوە دروسـت دەبن هاوسـەنگی کالیسـیۆم لە لەشـدا تێـک دەدەن و واتـای تێکچوونی هاوسـەنگی کالیسـیۆمی لەش خراپبـوون و هەڵوەرینـی ددانەکانە.

دکتـۆر "گونیـل" بەهـۆی ئـەم بەڵگەیەوە ئاشـکرای کرد: (... نەخۆشـێکم هەبـوو پێـش ئـەوەی پەیوەنـدی بـە منـەوە بـکات ددانەکانی سـالم و بێعەیـب بـوون لە ناکاو هاوسـەری ئـەم پیاوە کە یەکتریـان زۆر خۆش دەویسـت نەخـۆش کـەوت و بـۆ ماوەی سـێ هەفتـە لە نەخۆشـخانەدا لەژێـر چاودێریـدا مایـەوە. لـە مـاوەی ئـەم سـێ هەفتەیەدا نـۆ ددانی سـالمی مێردەکـەی دووچاری هەڵوەریـن و کرمۆڵی بـوون. کرمۆڵبونی ددانـی بـەم خێراییـە هیچ هۆیەکـی جگە لـە نیگەرانی و ڕاڕایـی نەبوو).

نازانـم سـەرنجت لە ژیانـی کەسـانێک داوە کە ڕژێنی ڕێکخـەری کاری ڕۆژانەیـان زیاد لە ئەنـدازە کار دەکات؟

من کەسـانێکی لەم شـێوەیەم بینیـوە و دەتوانم حاڵـی ئەوانتان بۆ بەیان بکـەم: ئـەو کەسـانە زۆربـەی کاتـەکان دووچـاری لەرزۆکـی ئەندام و ماسـولکەکان دەبـن، وەک مردوویەکی لـە گۆڕدەرهاتوو دێنە پێشـچاو. تونـدی و لاوازی حاڵەتـی ئەوانـە پەیوەنـدی بـە زۆر و کەمـی دەردانی ڕژێنەکانـەوە هەیە.

بـە هـەر شـێوەیەک دەردەری ڕژێنـەکان کـە دەبێت کارەکانـی ژیان بۆ جەسـتەیەک ڕێـک بخەن لـە هاوسـەنگی تێپەڕیـووە. لێدانەکانی دڵ زۆر خێـرا دەبن، جەسـتەیش وەک کوورەیەکی ئاگر کـە دەرگایان کردبێتەوە لـە جۆش و خـرۆش دایە.

لـە حاڵەتێکـی ئاوادا ئەگـەر بە داودەرمـان یا نەشـتەرگەری ڕێگری لەو

Scanned with CamScanner

جۆرە ڕژێنە نەکەیت مردن زۆر بە خێرایی دەگاتە لات.

ماوەیەک لەمەوبەر چووم بۆ لای یەکێک لە دۆستەکانم کە تووشی نەخۆشی غودەی دەرەقی بوو بوو لە فیلادلفیا. مەبەستم بوو بیبەمە لای پزیشکێکی پسپۆڕ لەو نەخۆشخانەیەدا کە دەمناسی، ئەو پزیشکەی کە من مەبەستم بوو دۆستەکەم ببەمە لای تا ئەو کاتە سیوهەشت ساڵی تەواو کردبوو بە بەردەوامی سەرگەرمی چارەسەر کردنی ئەو نەخۆشانە بوو.

تۆ بزانیت پسپۆڕێکی ئاوا کارا بە ناوی پەند و ئامۆژگارییەوە چ ڕستەیەکی لە ژووری چاوەڕوانیدا هەڵواسی بێت؟ پێویست ناکات زۆر خۆتان بخەنە زەحمەت بۆ گەڕان بە دوای ئەو ڕستەیەدا، من ئەو ڕستانەم بینی کە لەسەر پارچە تەختەیەکی تاشراو هەڵکۆڵرابوون، لە پشتی پاکەتێکەوە نووسیمنەوە و ئێستاش وەک خۆی بۆ ئێوەی دەنووسمەوە:

Scanned with CamScanner

پشوودان و شادمانی

هۆکارە کاریگەرەکانی پشوودان و شادمانی چییە؟

هۆکارە کاریگەرەکان لە بەدەستهێنانی پشوودان و شادمانی.

خەو، مۆسیقا و پێکەنینە! باوەڕت بە خوا و توانای خوا هەبێت!

خۆراهێنان بۆ باش خەوتن! خۆشویستنی مۆسیقا!

شانبەشانی شادمانی و گاڵتەوگەپ ژیان بەڕێ بکە!

ئەگەر پەیڕەوی ئەو خاڵانەی سەرەوە بکەیت، دەستکەوتەکەی خۆشبەختی و سەلامەتییە.

یەکەمین پرسیاری پزیشکەکە بۆ دۆستەکەی من ئەمە بوو (چ پەرێشانییەکی دەروونی بووەتە هۆی ئەم حاڵەتە؟) هەر ئەم پرسیارەی پزیشکەکە دۆستەکەمی ئاگادار کردەوە کە ئەگەر نیگەرانی لە خۆت بە دوور نەگریت دەبێت چاوەڕوانی نەخۆشی ترسناکی وەک نەخۆشی شەکرە و نۆبەی دڵ و برینی گەدە بکەیت کە پەیوەندییەکی ڕاستەوخۆیان بە نیگەرانییەوە هەیە.

لە چاوپێکەوتنێکدا لەگەڵ "مرل ئاوبرون"، ئەستێرەی ناوداری سینەماییدا دەیوت کە هەرگیز نیگەران نابێت، لەبەر ئەوەی دەزانێت کە جوانی و ڕازاوەیی یەکێکە لە مەرجە سەرەتاییەکان و زەرورییەکان بۆ ئەستێرەیەکی سینەمایی کە نیگەرانی نابووتیان دەکات.

سەبارەت بە زاڵبوون بەسەر نیگەرانیدا بە منی وت:

لە سەرەتاوە کە دەمویست بچمە ناو دنیای سینەماوە زۆر نارەحەت بووم. تازە لە هندستانەوە بۆ لەندەن هاتبووم، کەسم نەدەناسی.

Scanned with CamScanner

لە لەندەن بە دوای بەدەستهێنانی کارێکدا دەگەڕام. چەند جارێک سەردانی دەرهێنەری فلیمەکانم کرد، بەڵام هیچ کامیان پەسەندیان نەکردم .پارەم تەواو بووبوو ماوەی دوو هەفتە تەنها بە بسکیت و ئاو سکی خۆمم تێر دەکرد. لەو ساتانەدا تەنها نیگەرانی نەبوو کە ئازاری دەدام، برسێتیشی بۆ زیاد بوو. بە خۆمم دەوت:

کچەتیو تۆ هەرگیز ناچیتە ناو دنیای سینەماوە، چونکە ئەزموونێکت نییە و تا ئێستا لە هیچ فلیمێکدا بەشداریت نەکردووە. بۆ سەرکەوتنت جگە لە ڕوومەتێکی جوان چ شتێکی ترت هەیە کە نمایشی بکەیت؟ کاتێ لە خەیاڵمدا ئاماژەم بە جوانی خۆم کرد ڕاستەوخۆ ڕووم لە ئاوێنە کرد .کە ڕووبەڕووی ئاوێنەکە بوومەوە تێگەشتم کە نیگەرانی چی لەو جوانییەی من کردووە. چرچولۆچێکی زۆر لە ڕوومەتمدا دەرکەوتبوو کە بە تەواوی کاریگەری نیگەرانی و پەرێشانی بوو. لەو کاتەدا بوو کە بەڵێنم بە خۆم دا بە هەر شێوەیەک بووە دەبێت ڕێگری لە نیگەرانی بکەم، چونکە ئەگەر ئەم کارە بە ئەنجام نەگەیەنم تەنها سەرمایەیەک کە هەمە بۆ چوونە ناو سینەما لەدەستی دەدەم.

خانمی هونەرپیشە ڕاستی دەوت: هیچ شتێک ناتوانێت بە ئەندازەی نیگەرانی کار بکاتە سەر جوانی ڕووخساری ئافرەتێک. نیگەرانی ڕوومەت چرچولۆچ دەکات و دەبێتە هۆی ئەوەی کە لە خەمی جوانی لەدەستچووماندا خەمگین ببین.

حاڵەتی گرژومۆنی، عەبوسی یەکێکە لە تایبەتمەندییەکانی نیگەرانی و دوا بە دوای ئەوە موی سەر بە خێرایی سپی دەبێ. لە هەندێ لایەنی تریشەوە نیگەرانی دەبێتە هۆی هەڵوەرینی موو، هەتا توانای گۆڕینی ڕەنگی پێستی هەیە و زیپکەی لەسەر دروست دەکات.

کوشندەترین نەخۆشی لە ئەمەریکا نەخۆشی دڵە. ئەمەریکا لە جەنگی جیهانی دووەمدا (300000) نەفەری لە مەیدانەکانی شەڕدا لەدەست

Scanned with CamScanner

دا لــە کاتێکـدا هەر لــەو ماوەیــەدا دوو ملیـۆن نەفەر بەهۆی نەخۆشـی دڵــەوە گیانیان لەدەسـت دا. زیاتر لە نیوەی ئەوانە لــە ئەنجامی نیگەرانی و نەشـارەزایی لە ژیانی پەرێشـان و نارەحەتکەر، دووچاری نەخۆشـی دڵ بووبــوون. " ولیـام جیمـز" وتەیەکی زۆر جوانی هەیە کە باسـکردنی بێسوود نییە:

(... لەوانەیــە خـوای گــەورە بە تەوبە و پەشـیمانی دەسـتبەردارمان بێت و لــە تاوانەکانمــان خۆش بێـت، بەڵام دڵنیا بن کە زنجیـرەی تووڕەبوون (اعصاب) دەسـتبەردارمان نابێت).

خاڵێکـی سەرنجڕاکێشـی تـر سـەبارەت بـە ژیانـی خەڵکـی ئەمەریـکا ئەوەیــە، کە ئــەو کەسـانەی کاری خۆکوژی ئەنجـام دەدەن زۆر زیاترن لەو نەخۆشـانەی کـە بەهۆی پێنج نەخۆشـی ترسـناکەوە لەنـاو دەچن. بەڕاسـت بۆچـی وایە؟ وەڵامی ئــەم بۆچییە جگــە لە "نیگەرانی" شـتێکی تـر نییــە! پێدەچێـت ئێوەیـش لــە داسـتانەکاندا خوێندبێتانــەوە کاتـی کاربەدەسـتەکانی حاکمی سـتەمکار دەیانویسـت کەسـانێک ئەشـکەنجە بدەن دەسـت و پێیان دەبەسـتنەوە و دەیانخسـتنە ناو ئەمبارێکی ئاوەوە و پاشــان دڵــۆپ دڵــۆپ ئاویــان دەکرد بــە سـەریاندا .بە شـێوەیەک کە مــاوەی نێــوان دڵۆپــەکان وەک یــەک وا بــوون دوای ماوەیــەک ئەوەندە حەساسـیەت دەهاتــە ئاراوە کە هــەر دڵۆپەئاوێک وەک لێدانـی پیکێک لە مێشـکی ئەشـکەنجەدراوەکەدا دەنگی دەدایەوە لە کۆتاییدا ڕوو بە شـێتی ڕاپێچـی دەکـرد. ئەم جۆرە ئەشـکەنجەیە لە زۆربــەی وڵاتەکاندا باوە. لە ئیسـپانیا لــە کاتی پشـکنینی بیر و بـاوەڕی خەڵکیدا و لــە ئەڵمانیا هیتلەر نموونەیەکـی زۆری لــەم جۆرە ئەشـکەنجەیەی پیادە دەکـرد کە دەبووە هۆی مردنـی خەڵکی.

سـەردەمێک کـە منـداڵ بـووم و لــە مەزرەعــەی خۆماندا لــە ویلایەتی "میسـوری" دەژیـام ڕۆژانـی یەکشـەممە لــە مەراسیمی مەزهەبیدا

Scanned with CamScanner

بەشـداریم دەكـرد بـە بیرهێنانەوەی ئاگـری دۆزەخ و سـزای تاوانباران لـەو دنیـا ئەوەنـدە ئـازارم دەچەشـت كـە هەندێ جـار لە هـۆش خۆم دەچـووم، بـەڵام ئێسـتا كـە گەورەبووم ئـەوەم بـۆ ڕوون بووەتەوە كە جەسـتەی هیچ كەسـێك بە ئاگر ناسـووتێت لەم دنیایـەدا، تەنها ئاگرێك ئاگـری نیگەرانییە كە جەسـتە و ڕۆحمان دەسـووتێنێ و لەناویان دەبات كـە تا ئێسـتا كەس لێـی بەئـاگا نییە.

تـۆ ئەگەر دووچاری نیگەرانی درێژخایەنی و توانای ڕووبەڕووبوونەوەت نییـە دڵنیابـە دەبـێ پێشـوازی لـە نەخۆشـییە ترسـناكەكان بكەیـت. لە هەبوونـی نیگەرانـی درێژخایەن یەكەمیـن میوانی ئێوە

"ئانژیـن دوپواترین"ـە، كـە دەتوانیـت دەردەكەی لە پزیشـكەكەی خۆت بپرسـیت. جگـە لە ئـازار، خەتـەری دابڕین لە ژیـان لـە نەهامەتییەكانی ئەم نەخۆشـییەیە. بۆ گەیشـتن بە ئامانج واتە زاڵبوون بەسـەر نیگەرانیدا گـوێ بۆ وتەكانـی دكتۆر "ئالكسـیس" ڕادێرە:

(... ئەگـەر لە شـارێكی چڕوپڕ و قەرەباڵغـدا بتوانیت ئارامـی دەروونی خـۆت بپارێزیت ئەوا لە نەخۆشـی عەسـاب و دەروونی بـە دوور دەبیت و ژیانێكی ئاسـوودەت دەبێ).

ئایا تۆ دەتوانیت لە شارێكی پڕ ژاوەژاودا ئارام بیت؟

من دەڵێم ئەگەر مرۆڤێكی بەهێز و بەئیرادە بیت "بەڵێ".

مـرۆڤ خاوەنـی هێزێكـی ئەوتـۆی بەرگرییـە كـە دەتوانێـت لەگـەڵ سـەختترین و پتەوتریـن فلزدا ڕووبـەڕوو ببێتەوە، بە مەرجـێ بیەوێت. ئەگـەر بتەوێـت دەتوانـی بەسـەر دژوارتریـن نیگەرانیـدا زاڵ بیـت.

"تـورو" لە كتێبە هەمیشـە زیندووەكەیدا (والدن) دەنووسـێت: (لەم بابەتە درەوشـاوەتر ناتوانرێ تەسـەور بكرێـت، كە مـرۆڤ خاوەنـی هێزێكی ئەوتۆیـە كـە دەتوانێت بـە هەوڵدان و تێكۆشـان بەختەوەری لـە ژیانیدا

Scanned with CamScanner

دەستەبەر بکات.

ئەگەر کەسێک لە ڕوانگەی خەون و خەیالاتەوە پێشڕەوی بکات و هەوڵ بدات خەیالاتەکانی خۆی بگەیەنێتە قۆناغی کارکردن (عملی) بەهۆی ئەم توانایەوە لە ساتەکانی ژیانیدا سەرکەوتنێک بەدەست دێنێ کە جێگەی باوەڕ نییە).

زۆرێک لە ئێوە هێزێکی شاراوەی دەروونی زیاترتان هەیە لە "ئالگا".
ئەگەر "ئالگا" توانیبێتی لە حاڵەتێکی ترسناکدا دەریای نیگەرانی لە خۆی دوور بخاتەوە، ئەوا ئێوە بەهۆی بوونی ئەو هێزە شاراوە دەروونیەوە لەو سەرکەوتر دەبن.

"ئالگا " لە نامەیەکیدا بۆ منی نووسی:

{... هەشت ساڵ و نیو لەمەو پێش منیان مەحکوم بە مەرگ کرد -مەرگێکی تەدریجی ڕەنجهێنەر-. ئەم ڕەنجە لە سەرەتانەوە سەرچاوەی دەگرت. هاوڕێکانی "مایۆ"، کە بەناوبانگترین پزیشکانی ئەو ناوچەیە بوون بڕیاری مردنی منیان دەرکرد و منیان بۆ کۆلانێکی داخراو ڕێنمایی کرد. کۆتاترین مەنزڵگای من لەم گەشتەدا مەرگ و نەبوونی بوو.}

من گەنج بووم و نەمدەویست بمرم. لە نائومێدییەکی تەواودا تەلەفونم بۆ پزیشکی چارەسازم "مک کامفری" کرد.

بە گریانەوە حاڵی خۆمم بۆ ڕوون کردەوە. دکتۆر بە پەلە سەرزەنشتی کردم و وتی:

- ئالگا، چ باسە؟ کەمێک خۆڕاگر بە! دڵنیابە ئەگەر بتەوێت ئەم هەمووە بێتاقەت بیت ڕێگەیەکی ترت جگە لە مردن لە بەردەمدا نییە.

تۆ مافی خۆتە، ئەمڕۆ بە خراپترین سەرئەنجام گەیشتوویت، بەڵام بە ڕاستییەکان قایل بە و نیگەرانی لە خۆت دوور بخەرەوە، لە بیری

چارەسەردا بە! من لێرەدا هاتمە سەرخۆم و سوێندم خوارد –سوێندێک کە وەک درەخت ڕەگوڕیشەی لە قووڵایی ناخمدا داکوتا.

بەڵێنم بە خۆم دا کە چیتر نیگەران نەبم و نەگریم تەنها دەمەوێ زیندوو بمێنم! بۆ چارەسەری نەخۆشانی ئاسایی ڕۆژانە دە خولەک و نیو تیشکیان بەکار دەهێنا، بەلام من هەر ڕۆژەی چواردە خوولەک و نیو دەرمان و تیشکم بۆ ماوەی 45 ڕۆژ تەحەمول کرد. ئەوەندە لەڕ و لاواز بوو بووم کە ئێسقانەکانم لەژێر پێستەوە دیار بوون.

ڕەنگی پێستم زەرد هەڵگەڕا بوو، بەم هەمووە نەهامەتییەشەوە تەنها جارێک ڕێگەم بە نیگەرانی نەدا و نەگریام. بە هەر شێوەیەک بوایە خۆمم ناچار دەکرد کە پێبکەنم.

هەڵبەتە ئەوەندە گێل نیم کە وا بزانم ئەو پێکەنینە ناچاریانە بوو بووە هۆی دەرمانی من، بەلام ئەمەش جێگەی باوەڕە کە ئەو پێکەنینە ناچاریانە بووبوونە هۆی ڕێگریکردن لە هاتنە ناوەوەی نیگەرانی .بەهەرحاڵ، من شیفای تەواوم لە سەرەتانێکی کوشندە بەم شێوەیە تاقی کردەوە. باوەڕ بکەن هیچ کات بە ئەندازەی چەند ساڵی کۆتایی، واتە دوای چاکبوونەوەم، سالم و شاد نەبووم.

هیچ کات ئەم وتەیەی دکتۆر "مک کامفری" لەبیر ناکەم کە وتی:

(خۆڕاگر بە! دڵنیا بە ئەگەر بتەوێت ئەم هەمووە بێتاقەت بیت ڕێگەیەکی ترت جگە لە مردن لە بەردەمدا نییە. تۆ مافی خۆتە، ئەمڕۆ بە خراپترین سەرئەنجام گەیشتوویت، بەلام بە ڕاستییەکان قایل بە و نیگەرانی لە خۆت دوور بکەرەوە، لە بیری چارەسەردا بە).

ئەم بەندەش بە دووپاتکردنەوەی وتەکانی دکتۆر "ئالکسیس کارل" دەگەیەنینە کۆتایی و بە ئەنجامگیری دەینەخشێنین:

Scanned with CamScanner

ئەو ڕاستیانەی کە دەبێ سەبارەت بە نیگەرانی بیانزانیت

فەرمانی یەکەم:

ئەگەر دەتەوێت نیگەرانی لە خۆت دوور بخەیتەوە بە شێوەی "سرولیام ئاسلر" هەڵسوکەوت بکە: بە جیا پارێزگاری لە حسابی هەر ڕۆژێک بکە -ئەمرۆ تەنها ئەمڕۆیە پەیوەندی بە دوێنێ و سبەی تۆوە نییە. پەرێشانی ئایندە مەبە و خەمی ڕابردوو مەخۆ -هەموو ڕۆژێ تا نانی ئێوارە بۆ ئەو ڕۆژە بژی.

فەرمانی دووەم:

ئەگەر لەگەڵ گرفتێکدا ڕووبەڕوو بوویتەوە و هەستت بە بێزاری کرد لە بەرامبەریدا ئەوا کار بە ڕێسا موعجیزەئاساکەی "کاریر" بکە:

أ- لە خۆتان بپرسن کە خراپترین سەرئەنجام چی دەبێت.

ب- خۆتان لە ناخەوە بۆ قایلبوون بە خراپترین ئەنجام، کە لە کاتی ڕوودانی مەشاکیلێکدا دێتە پێش ئامادە بکەن. ج- دوای قایلبوون بە خراپترین ئەنجام بە خۆڕاگرییەوە ڕووەو شەڕی، لەسەر و تاریکییەوە ڕەنگێکی تر نییە بڕۆ. لەم حاڵەتەدا هەرچی بەدەست بێنی سەرکەوتن و سەربەستییە.

فەرمانی سێیەم:

هەمیشە لە بیرتدا بێت، کە نیگەرانی چ بەڵایەک بەسەر سەلامەتی ئێوەدا دێنێت. دڵنیا بن:

پیشەوەرێک ئەگەر ڕێگەی ڕووبەڕووبوونەوەی نیگەرانی نەگرتبێتە بەر، گەنجێتی دەمرێت.

Scanned with CamScanner

بەشی دووەم:

بەندی چوارەم

شیکارکردنی نیگەرانی

بەڕاست وا دەزانیت یاسای کاری موعجیزەئاسای "ویلیس کاریر" کە لە بەندی دووەمدا ئاماژەمان پێ کرد، دەتوانێ ئاستەنگەکانی تایبەت بە نیگەرانی بۆ ئێوە لەناو ببات؟

بەتەواوەتی نەخێر! ئێستا کە وەڵامەکەی نەخێر و نێگەتیڤە دەبێ بپرسی: (دەبێ چی بکرێ؟) لە وەڵامی ئەم دوا پرسیارەی تۆدا دەڵێین:

لەگەڵ ئاشنایی و هەڵوێستوەرگرتن لە سێ قۆناغی بنەڕەت و شیکارکردن و تەحلیلکردنی نیگەرانی پێش تاوتوێکردنی ئەو ئاستەنگ و گرفتانە دەبێ خۆت بۆ ڕووبەڕووبوونەوەی جۆرەکانی نیگەرانی ئامادە بکەیت.

1. هەستکردن و پەیبردن بە ڕاستی و حەقیقەتەکان.
2. لەقاڵبدان یان شیکردنەوە و تەحلیلکردن و بەدواداچوونی ڕاستییەکان.
3. خۆیەکلاییکردنەوە و دانانی پیلان و نەخشە و کارپێکردنیان.

"ئەرستۆ" ئەم سێ قۆناغەی لە بەرچاو دەگرت و لە دەرسەکانیدا دەیوتنەوە. کەوایە بەڵگەیەکمان بە دەستەوە نییە کە من و تۆیش بۆ ڕووبەڕووبوونەوەمان بەرامبەر بەو ئاستەنگ و گرفتانەی کە ژیانی لێ کردووین بە دۆزەخ لەم قۆناغەدا سوودمەند نەبین و هەنگاوی بۆ هەڵنەگرین!

Scanned with CamScanner

هەستکردن و پەیبردن بە ڕاستی و حەقیقەت:

ئیستا بەشی یەکەم، کە هەستکردن و پەیبردنە بە ڕاستی و حەقیقەت بە وردی دەیخوێنینەوە و دەچینە بنجوبناوانیەوە تاکو تێبگەین بۆچی پەیبردن بە ڕاستی و حەقیقەت ئەوەندە گرنگە و جێگەی سەرنجە. پێش گەیشتن و پەیبردن بە حەقیقەت و بەئاگابوون لە داواکارییەکان ناتوانین ئاستەنگێک بە باشی دوورەپەرێز بخەین.

بەبێ هەستکردن و پەیبردن بە ڕاستی و حەقیقەت هەوڵدانی ئێمە بۆ زاڵبوون بەسەر ئاستەنگ و گرفتەکاندا جگە لە خۆئازاردان و خۆفریودان هیچی تری لێ ناوەشێتەوە.

ئەو ئەزموونەی کە باس کرا ئەزموونی خودی من نییە، بەڵکو ئەزموونێکی سەلمێنراوی "هربرت هاکز"ی جێگری کۆلێجی کۆلۆمبیایە، کە بە سوودوەرگرتن لەم بیروباوەڕە لەگەڵ ئاستەنگ و گرفتی زیاد لە دوو سەد هەزار خوێندکاردا ڕووبەڕوو بووەتەوە و لە زۆربەی کاتەکاندا سەرکەوتنی بەدەست هێناوە.

لە دانیشتنێکمدا لەگەڵ "هاکز"دا پێی ڕاگەیاندم: (... پەرێشانی و نارێکوپێکی هۆی نیگەرانییە. زیاتر لە نیوەی نیگەرانییەکانی دنیا کەسانێک دەچنە ژێر بارییەوە و تەحەمولی دەکەن کە هەوڵ دەدەن پێش لە ناسینی ئاستەنگ و گرفت و بەدەستهێنانی زانیارییەکی پێویست لەو بارەیەوە بڕیار بدەن و پراکتیزەی بکەن .من هیچ کات سەبارەت بە گرفتێک کە بڕیارە سێشەممەی داهاتوو بۆم بێتە پێش، پێش کاتی دیاریکراو پێشوازی لێ ناکەم و بە دوایدا ناچم -هەتا بڕیاردان بەبێ کردار .بە درێژایی ئەو ماوەیەی کە ماوە تا گەیشتنی گرفتەکە بیر و فکری خۆم ساف دەکەم و بەبێ نارەحەتی و ئازاردان هەوڵ دەدەم زانیاری پێویست سەبارەت بە گرفتەکە بەدەست بهێنم یا زانیارییەکانم تەکمیل بکەم. ئەگەر سەرکەوتوو بم تا کاتی ڕوودانی گرفتەکە زانیارییەکانم

Scanned with CamScanner

تەکمیل بکەم ئەوا گرفتەکە خۆی بە خۆی لەناو دەچێ).

چون وتەکانی "هاکز" بەلامەوە گرنگ بوو لیم پرسی: (ئایا ئەم ڕەوشە دەتوانێت نیگەرانی بێهوودە لە ئاستەنگ و گرفتەکان دوور بخاتەوە؟)

"هاکز" بەبێ پەردە و ڕاستەوخۆ وەلامی دایەوە و وتی: (... بەڵێ، وا دەزانم ئەو جەسارەتەم هەبێ کە بڵێم نیگەرانی لە ژیانی مندا واتا و مەفهومی نییە. ئەم بابەتەشم دەستگیر بووە کە ئەگەر کەسێک کاتی خۆی بۆ ناسینی گرفت و بەدەستهێنانی زانیاری لە بارەیەوە سەرف بکات ئەوا گرفتەکە خۆی بە خۆی لەناو دەچێ و لە ئەنجامیشدا نیگەرانی نایەتە کایەوە! هەڵبەتە دەبێ زانیاری سەبارەت بە گرفت و کێشەکان حەقیقی بێت نەک خەیالات و خۆفریودان! مۆڵەتم بدەن بابەتەکە بەم شێوەیە کورت بکەمەوە: ئەگەر کەسێک کاتی خۆی بێئامانج و مەبەست سەرفی بەدەستهێنانی بابەتێکی حەقیقی بکات، ئەوا نیگەرانییەکەی بەهۆی زانیاری بەدەست هاتووەوە کە ڕاستییەکە سەبارەت بە بابەتەکە، لەناو دەچێ).

دەبێ دان بەوەدا بنێم کە من بەم شێوەیە ڕەفتار دەکەم. وتەکانی "ئەدیسۆن"یش لەم بارەیەوە گرنگی خۆی هەیە: (لە دنیادا هۆکارێک پەیدا نابێ کە مرۆڤ لە کاتی هەڵهاتنیدا لە دەستی ئازار و ڕەنجی بیر و بۆچوونەوە پەنای بۆ بەرێت).

وتەکەی "ئەدیسۆن" ڕاستە و جێگەی گومان نییە، چونکە ئەگەر بمانەوێت لەم پێناوەدا زەحمەتی خۆمان بدەین ئەوا وەکو سەگێکی ڕاوی بەدوای شکارێکی خەیاڵیداین.

لە ڕاستیدا ئێمە بە دوای ڕاستییەکداین (حەقیقەت) کە کار و کرداری ئێمە پەسەند بکات. " ئاندره موروا" نووسەر و دانای کۆنی فەرەنسی دەڵێت: (... هەر شتێک کە لەگەڵ ویست و حەز و ئارەزووی ئێمەدا

Scanned with CamScanner

گونجـاو بێـت، ئـەوە بـە بۆچوونمـان حەقیقەتـە، لـە هەر شـتێکیش کە پێچەوانـەی ویسـت و حەزەکانمانـە تـوورە و بێزارین.)

کە وایە نابێ سەرسـام بین بە بۆچوونێکی وا، کاتێ دەبینین کە ئاسـتەنگ و گیرۆدەیـی بەم ئاسـانییە چارەسـەر ناکرێن! وای دابنـێ ڕووبەڕووی پرسـیارێکی بیرکاری سـەرەتایی بوویتەتەوە .بۆ نموونە ئەگەر بۆچوونی تـۆ ئـەوە بێـت کـە (5=2×2) کێشـەیەکی سەرسـووڕهێنەرە، هەڵبەتـە نـەک لەبەر ئـەوەی کە وەڵامەکە هەڵەیـە، بەڵکوو مایـەی گاڵتەپێکردن و پێکەنینیشـە. جێگـەی داخـە ئەمڕۆ کەسـانێک لە دنیادا هـەن، کە جەخت لەسـەر ڕاسـتی (5=2×2) دەکەنەوە و پێداگری لەسـەر دەکەن و ڕەخنە لـە کەسـانی تـر دەگـرن نەک لـە خۆیان. لـە کاتێدا ئـەم کەسـانە دەبێ ئـەوە بزانن کـە ئەنجامی (2×2) چـوارە بۆ خەڵکی جیـاوازی نییە کە بە بۆچوونـی تۆ پێنـج بێت یا 555! ئامانجی داسـتان، هەڵەبوونی بۆچوونی تۆیـە، گەورەیـی و بچووکـی هەڵە ئیدی گرنـگ نییە. لـە حاڵەتێکی ئاوادا دەبێ چـی بکرێت؟

دەبـێ تەنهـا ڕێگەیەک بگرینە بەر بۆ گەیشـتن بە ڕاسـتی و حەقیقەت و زەمینەیـەک خـۆش بکەین بۆ بیرکردنەوەمان لە ڕوانگەی هەسـتەوە واتە بـە گوێرەی بۆچوونەکانی "هاکز" دەبێ بـێ خۆفریودان لە ڕێی حەقیقەتی زانسـتی پەسـەندکراودا بـۆ پێشـەوە بڕۆیـن. بـە بیرهێنانـەوەی ئـەم خاڵەش پێویسـتە کە بەئەنجامگەیاندنی فەرمانی شـیتەڵکردن و شرۆڤەی زانسـتیانەی نیگەرانـی لە کاتێکدا کـە بێزاری و نیگەرانـی بوونی خۆیان پیشـان دەدەن کارێکـی ئاسـان نییە. چونکە لـەم جـۆرە هەلومەرجانەدا هەسـتەکان گەشـتوونەتە لووتکـەی هەڵچـوون و نیگەرانـی بە ئاسـانی دەتوانێـت دەسـتدرێژی بـکات و عەقڵ و بیـر و هۆشـت تۆمەتبار بکات. مـن لە میانـەی کار و ئەزموونەکانمدا بۆ دوورخسـتنەوەی ئاسـتەنگ و نیگەرانییەکانـم بـە دوو ڕێگـەی کاریگـەر گەیشـتم کـە بۆ ئێـوەی باس

دەکەم:

1. کاتـێ هـەوڵ دەدەم کـە حەقیقەتیـک بەدەسـت بێنم، وا خۆم پیشـان دەدەم کـە ئـەم زانیاریانــە بۆ کەسـێکی گیرۆدەی تر ئامـادە دەکەم نەک بـۆ خـۆم. ئـەم بیروبۆچوونـە یارمەتیـم دەدات کـە بە خوێنسـاردی و ئارامـی و بێلایەنانە هەنـگاو هەڵبگرم و بواری خۆنواندن بە هەسـتەکانم نەدەم.

2. لـە میانــەی هەوڵەکانمـدا بـۆ بەدەسـتهێنانی زانیـاری پێویسـت بـۆ زاڵبـوون بەسـەر کێشـەیەکدا کـە نیگەرانی کـردووم، هەنـدێ جار خۆم بـە وەکیلـی پارێزەرێک لە قەڵـم دەدەم کە بۆ پارێزەرەکـە کۆکردنەوەی بەڵگـەی پۆزەتیـف کارێکی ئاسـانە. بـە دەسـتەواژەیەکی ڕوونتر کاتێک لـە پەیداکردنـی بەڵگەیەکـدام بۆ خۆم، ئەو شـتانەی کـە هەرگیز حەز و ویسـتم لێـی نییـە ڕووبەڕوویان ببمـەوە ڕووی کاغەز دێنـم و ئەو کاتە بەوپـەڕی خوێنسـاردی و ئارامییـەوە لە پشـت مێزەکەمەوە دادەنیشـم و یەکـەم داواکاری بەسـوود بـۆ خـۆم و دوای ئـەوە داواکاریانێـک کە کەسـی بەرامبـەر دەتوانێـت سـوودی لێ ببینێـت دەنووسـم و زۆربەی کات سـەرکەتوو دەبـم و حەقیقەت کە لە نێوان ئـەو دوو مەرجەدا جێگیر بـووە دەتوانم بە ئاسـانی بیناسـم و بیهێنمـە دەرەوە.

ئـەوەی کـە خوێندتـەوە شـێوە ڕەفتاری منـە، بەڵام نەک مـن و نەک تۆ هەتا کاربەدەسـتانی دەوڵەت و هەتا دانای وەکو "ئەنیشـتاین"یش ناتوانن بەبـێ زانیـاری دەربـارەی حەقیقەت و هـۆکاری کاریگەری ئاسـتەنگ و گرفت، بڕیاری شـیاوی ڕاسـت بدەن.

"ئەدیسـۆن" یەکێکە لەو کەسـانەی کـە بە بەهاو نرخـی حەقیقەت پایەدار بـووە، چونکـە دوای مردنی زیاد لە 2500 لاپەڕە یادداشـت لە ماڵەکەیدا بەجـێ مـا، کە پـڕ لــە حەقیقـەت و هـۆکارە کاریگەرەکانی ئاسـتەنگ و گـرفـت بوو کە لە ژیانیـدا ڕووبەڕوویـان بووبوویەوە.

بەم شێوەیە یەکەمین یاسای کار بۆ چارەسەری کێشەکان ئەوەیە کە ڕاستییەکان بدۆزینەوە وەکو "هاکز" پێش کۆکردنەوەی زانیارییە پێویستەکان بگەڕێینەوە بۆ هۆکارە کاریگەرەکانی نیگەرانی و ڕێگەیان لێ بگرین. بە تێپەڕین بەسەر ئەم قۆناغەدا تێگەیشتین کە بەدەستهێنانی هەموو هۆکارەکان و ڕاستییەکان بەبێ شیکارکردن و تەحلیلکردن نەک تەنها بێبەهایە بەڵکوو لەوانەیە بێهوودەش بێت. ئەزموون بە من دەڵێت کە باشترین ڕێگە تۆمارکردنی سەر کاغەزە دوای یادداشتکردن و ئاشکراکردنی ئەوەی کە کێشە و ئاستەنگ چییە بڕیاردانی ژیرانەی خۆت کاریگەری هەیە. " چارلز کیترنیگ" لەم بارەیەوە دەڵێت: (... نیوەی ئەو ئاستەنگانەی کە شیکار و تەحلیل کراون چارەسەر کراون).

چینییەکان دەڵێن: وێنەیەک باشتر لە دە هەزار وشە لەگەڵ مرۆڤدا دەدوێت. من بە قایلبوونی تەواوم بەم بیرۆکەیە لە پەنای تابلۆیەکی جوان و ڕەنگینی ئەم بابەتەدا کە چۆن پیاوێک توانی مەسەلەیەک کە پەیوەندی بە باسەکەی ئێمەوە هەیە ئەنجام بدات، دەمەوێت بۆ ئێوەی بگێڕمەوە: سالانێک بەسەر ئەوەدا تێپەڕ دەبێت کە من لەگەڵ "گلن لیچفیلد"، کە بەڕێوەبەری یەکێک لە کۆمپانیا بەناوبانگەکانی ڕۆژهەلاتی ئەمەریکا بوو ئاشنا بووم. "لیچفیلد" لەو ساڵەدا کە یابانییەکان فەرمانڕەوایی "شانگهای"یان دەکرد لە چین دەژیا.

باشتر وایە داستانەکە لە زمانی خۆیەوە ببیستن: (... لە هێرش بۆ "پرل هاربرت" ماوەیەکی زۆر تێنەپەڕی بوو کە یابانییەکان ڕووەو شانگهای بەڕێ کەوتن .لەو کاتەدا من بەڕێوەبەری کۆمپانیایەکی "بیمە" بووم لە شانگهای، لە لایەن دەوڵەتی یابانەوە فەرمانبەرێک بۆ هەواڵەکردنی حسابی کۆمپانیا دامەزرا. کە ئەم کەسە دەریا "سالار" بوو، فەرمانیان بە من کردبوو:

کە باشترین هاوکاریم لەگەڵ ئەودا هەبێت، هەڵبەتە پێیان ڕاگەیاندبووم

کــە لە هاوکاریکردنــی درێغی و کەم تەرخەمی نەکــەم .دوو ڕێگە زیاترم لــە بەردەمــدا نەبــوو: یا دەبوایــە بــۆ هاوکاریکردنی خــۆم تەرخان بکەم یــا مــردن هەڵبژێــرم. چارەیەکیش جگــە لــە جێبجێکردنــی فەرمانەکانی فەرمانــڕەوای ســوپای یابان نەبــوو. تەنها کارێک کە توانیم بە ســوودی کۆمپانیــا ئەنجامــی بــدەم ئەوە بــوو کە بە هەڵــە نامەیەکــی 750 هەزار دۆلاریــم بۆ"دەریــا ســالار" لــە قەڵــەم دا .بیانــووم ئــەوە بــوو کــە ئەو بــڕە پەیوەنــدی بــە کۆمپانیایەکــەوە هەیە لــە هۆنگ کۆنــگ و بەڵگەیەک نییــە کــە ئەو بــڕە بــە حســابی کۆمپانیا لــە شــانگهای لەبەرچــاو بگرم !هەڵبەتە دەترســام کــە یابانییەکان لــەم کارەی من بەئاگا بن و تووشــی دەردەســەرییەکی ترســناک ببم. لە ڕاستیدا ترســەکەم جێگەی خۆی بوو، ئــەوەی لێی دەترســام بەســەرمدا هات.

بەڕێوەبــەری کۆمپانیــا ڕۆژی یەکشــەممە پێــی ڕاگەیانــدم، کــە بــە ئامادەنەبوونــی مــن دەریاســالاری یابانــی لــەم کەینوبەینە گەشــتووە و ئەوەنــدە تووڕەیــە، لە تاودا خــۆی پێچ دەدات. دەریاســالار ڕایگەیاندووە کــە مــن خیانەتــم لــە دەوڵەتــی یابان کــردووە، من بە باشــی لە ســزای کەســێک، کــە لــە دژی دەوڵەتــی یابــان هەنــگاو هەڵگرێت بەئــاگا بووم، دەمزانــی شــوێنی ئەو کەســانە بەندیخانــەی "بریج هاوس"ــە .

بریج هاوس، جێگەی ئەشــکەنجەدانی کاربەدەســتانی یابــان بوو. هەندێ لــە دۆســتەکانم پێــش ئــەوەی بکەونە نێــو ئــەم بەندیخانەیــەوە خۆیان کوشــتووە، هەندێکی تریشــیان دوای دە ڕۆژ لێپرسینەوە و ئەشکەنجەدان پەیوەندیــان بــە ئەوانــەوە کــردووە. ئێســتا منیــش نــاوم لە ڕیزی ئەو زیندانیانــەدا نووســراوە، بــۆ دەربازبوونــم دەبوایە چیم بکردایە؟ ئێســتا دەیهێنمــەوە بیری خــۆم کە ئەگەر لــەو حاڵەتەدا ڕێگەیەکی چارەســازی کاریگــەرم نەدۆزیایەتــەوە چەنــدە گیــرۆدەی تــرس و دژواری دەبووم. ســاڵانێک بــوو کە هــەر کاتێ لــە کارێکدا دووچــاری نیگەرانــی دەبووم

Scanned with CamScanner

ڕاســتەوخۆ ڕووو بــە دەزگای چــاپ دەڕۆیشــتم و ئەم پرســیارانەم چاپ دەکرد:

1. چ شتێک منی نیگەران کردووە؟

2. دەتوانم چ شتێک لەم بارەیەوە ئەنجام بدەم؟

پێش ئـەم قۆناغە بێ ئەوەی پرسـیارەکان بخەمە سـەر کاغـەز هەوڵم دەدا وەڵامێکیـان بـۆ بدۆزمـەوە بـەڵام دوایی تێگەیشـتم کە نووسـینی پرسـیار و وەڵامــەکان لە بەرامبەریـدا یارمەتی بیرکردنــەوە دەدات. بەم ئەزموونــە بــوو کــە ڕۆژی یەکشــەممە ڕووەو ژوورەکەم لــە ئەنجومەنی گەنجانی مەسـیحی ڕۆیشتم و لە پشـت مێزی دەزگای چاپەکەوە دانیشتم و بە فشـاردانی دوگمەکانی نووسـیم:

1. چ شتێک منی نیگەران کردووە؟

تـرس لەوەی کە سـبەی بەیانی بمخەنــە نێو بەندیخانــەی "بریج هاوس"!

نۆبەتی پرسـیاری دووەم هات:

2. دەتوانم چ شتێک لەو بارەیەوە ئەنجام بدەم؟

دوای چاپکردنــی پرسـیاری دووەم چەنـد کاتژمێرێـک بیرم کـردەوە تا پەیـم بــە چوار ڕێگــەی چارەسـاز برد.

چــوار ڕێگاکــەم لەگــەڵ ئەنجامەکانیانـدا نووســی: أ- دەتوانـم چاوم بە دەریاسـالار بکەوێـت و ڕێگـری لــە هەنگاوەکانــی بکەم.

گرفـت ئــەوە نییە کــە زمانی ئینگلیـزی نازانێـت ئەگەر بمەوێـت بەهۆی وەرگێڕێکــەوە قســەی لەگــەڵ دەکــەم، بــەڵام لەوانەیــە دووبـارە تووڕە ببێتــەوە، ئــەم کارەش ئەنجامێکــی جگــە لە مـردن نییە.

بــەو خوونەریتــە خەشــمەی کــە مــن دەیزانــم لــەوە بــە دوور نییە کە گــوێ بۆ قســەکانم ڕانەدێرێـت و ڕاپێچی بەندیخانەم بـکات. ب- دەتوانم هەڵبێـم! ئەمەش گونجـاو نییە، چونکــە دەمخەنە ژێـر چاودێرییەوە و بە

Scanned with CamScanner

زوویـی دەسـتگیرم دەکەن و لە سـێدارەم دەدەن. ج- هـەر لەم ژوورەدا دەمێنمـەوە و ناڕۆم بۆ کۆمپانیا! ئەمەش بێسـوودە! چونکە دەریا سـالار بـە ئامـادە نەبوونم مەشـکوک دەبێت و دەنێرێت بە دوامـدا و لەو کاتەدا بەبێ دادگاییکردن ڕەوانـەی بەندیخانەم دەکات.

د- وەکو پیشـەی هەمیشـەیی سبەی بەیانی دەڕۆم بۆ کۆمپانیا! لەوانەیە دەریاسـالاری یابانـی بـە هـۆی گرفتـاری زۆرەوە ئـەم بابەتـەی لەبیر کردبێ، ئەگـەر لەبیریشـی نەکردبێـت بـە تێپەڕبوونـی شـەوێک ئارام بووەتـەوە و مـن پێش ڕوودانـی کارەسـات دەتوانم قانعـی بکەم.

دوای سـەرنجدانی تـەواوم لـە هـەر چوار ڕێگـە چارەسـازەکە، ڕێگەی چوارەمـم هەڵبژارد. ڕۆژی دوایی بەیانی زوو وەک پیشـەی هەمیشـەیی ڕۆیشـتم بۆ کۆمپانیا .بە ئارامی و بێ مشەوەشـی چوومە ناو ئیدارەوە . لە ژووری بەڕێوەبەردا، دەریاسـالاری یابانی کە جگەرەیەکی بە لالێوەوە بـوو وەک پیشـەی هەمیشـەیی سـەرگەرمی کارکردن بوو. دەریاسـالار بـێ ئاماژەکردن بە ڕووداوی دوێنێ سـەری قسـەی دامەزراند.

ئەو ڕۆژە سـەبارەت بە هەر شـتێک قسـەمان کرد، جگە لـە ئاماژەکردن بـە بابەتـی ڕۆژی ڕابـردوو، وەک ئەوەی کە هیچ نەبووبێ و بە خۆشـی کۆتایـی بـە ڕۆژەکە هات. دەریاسـالار دوای شـەش هەفتە لـە تۆکیۆوە بانگهێشـت کـرا و نیگەرانییەکانـی من بە تـەواوی لەناو چوو.

بـەم شـێوەیە بـوو کـە بـە وردی و سـەرنجێکی ئەوتـۆوە لـە ڕۆژی یەکشـەممەدا بریـارم دا و توانیـم ژیانـی خـۆم بپارێـزم.

ئەگـەر بێئۆقرە و بە هەڵەشـەیی دەسـتبەکار بوومایـە هەڵەیەکی گەورە ڕووی دەدا کـە سـەرئەنجامەکەی مەرگ بـوو. هەتا ئەگەر ئەو شـەوەم دیوانەئاسـا بـە مشەوەشـی تێپەڕاندایـە خـەو نەدەهاتـە نێـو چاوانم و سـبەی بـە ڕواڵەتێکی نیگـەران و مشەوەشـییەوە دەچووم بـۆ کۆمپانیا،

Scanned with CamScanner

ئەوەنــدە بــەس بــوو کە دەریاســالار بە گومانــی خراپ لە مــن تێبگات و هــەر ئــەو گومــان خراپییە ئــەوی لە دژی مــن هەڵدەنا.

ئەزمــون بۆی ســەلماندووم کە چۆنییەتی گەیشــتن بە قۆناغــی بڕیاردان چەندە لە بواری نەخشەکێشــان و ســەرکەوتندا کاریگەری هەیە و چەندە لــە ژیاندا بەها و نرخی هەیە .نەگەیشــتن بــە ئامانج و نەپێکانی هەدەف و نەبوونــی توانا بۆ زاڵبوون بەســەر بەلاکاندا زۆربەی مرۆڤەکان تووشــی هەڵچوونــی دەروونــی دەکات و ئەوانــە ڕووەو دۆزەخــی ژیــان ڕێنمونی دەکات.

مــن گەشــتمە ئــەو ڕاســتیەی کــە 50%ی نیگەرانییەکان تا گەیشــتن بە قۆناغــی کۆتــا بڕیــاردان نابــوت دەبێ و 40% لــە کاتــی جێبەجێکردنی بڕیارەکانــدا لەناو دەچــێ .بەم ڕێزبەندییــە 90% نیگەرانییەکان بە بڕینی ئەم چــوار قۆناغە لەنــاو دەچن:

1. بــە وردی و بــە دیقەتــەوە دەنووســم، کــە چ شــتێک بووەتــە هــۆی نیگەرانبوونــم.
2. لەم بارەیەوە دەتوانم چی ئەنجام بدەم.
3. بڕیاری خۆم دەدەم.
4. بەبــێ وەســتان و کات بەفیــڕۆدان بڕیارەکــەم دەخەمــە قۆناغــی جێبەجێکردنــەوە.

"گلــن لیچفیلد" تــا ئەم دواییانــەش بەڕێوەبــەری کۆمپانیایەکــی گەورەی "بیمــە" و کاروبــاری دارایــی بوو. ئەم کەســە لــە بەناوباگتریــن خاوەنی کارە ئازادەکانی ئەمەریکا بوو لە ئاســیادا. ئەو بە ڕاشــکاوی بە منی وت کە بەشــێک لە ســەرکەوتنەکانی خۆی بە قەرزاری ڕەوشــی شیکارکردن و تەحلیلــی نیگەرانــی دەزانێت. بەڕاســت بۆچی شــیکارکردن و تەحلیلی نیگەرانــی تا ئــەم ڕادەیە ســەرکەوتن ئامێزە؟

Scanned with CamScanner

لەبەر ئەوەی کاریگەر و کردارییە، ڕاستەوخۆ هێرش دەکاتە سەر ناوەڕۆکی گرفت و نیگەرانییەکان و قۆناغی جێبەجێکردنی بڕیار، کە کۆتا بەشی شیکارکردن و تەحلیلی نیگەرانییە، دەبێتە هۆی زیادبوونی توانای هێرشبردن. گوێ بۆ وتەکانی "ولیام جیمز" دەگرین: (... کاتێ کە بڕیار درا و بێ کاتکوشتن خرایە بواری پراکتیزەوە بە شێوەیەکی تەواو پەریشانی و بێزاری ڕادەماڵێت).

"ولیام جیمز"، بڕوای وایە کە هەر کاتێ بڕیارێکی تەواو بەجێ بە ڕاستی درا دەبێ ڕاستەوخۆ بیگەیەنێتە قۆناغی پراکتیزەکردنەوە، بەبێ هیچ گومان و دوودڵییەک. بەبێ هۆ نابێت کاتی خۆت بۆ پیاچوونەوە و گومان و دوودڵی بە هەدەر بەریت لەگەڵ ئەوەشدا دوودڵی و مەشکوکبوون هۆکاری دروستبوونی نیگەرانین و دەبنە هۆی ڕێگریکردن لە جێبەجێکردنی بڕیارەکان. هەر کاتێ کە بڕیاری ڕەوا و ڕاست پێش لێکۆڵینەوە درا ئیدی ئاوڕ بۆ پێش بڕیار مەدەرەوە و بۆ پراکتیزەکردنی بڕیار ڕاستەوخۆ بۆ پێشەوە بڕۆ .بۆچی تۆ نابێت هەتا بە شێوەی ئەزموونیش بووە بۆ زاڵبوون بەسەر یەکێک لە ئاستەنگ و گرفتەکانی نیگەرانیهێنەری خۆت لە ڕەوشی گلن لیچفیلد سوود وەربگریت؟ سەرنجی چوار پرسیاری گلن بدە.

وەلامەکانیش لەژێر پرسیارەکاندا بنووسە.

1. بۆچی نیگەرانم؟
2. لەم بارەیەوە دەتوانم چی بکەم؟
3. دەتوانم ئەم کارە بە ئەنجام بگەیەنم؟
4. چ کاتێ دەست پێ بکەم؟

Scanned with CamScanner

بەندی پێنجەم

{لابردنی 2/1ی نیگەرانی}

تۆ هەر کار و پیشەیەکت هەیە -هەڵبەتە جگە لەوەی لەگەڵ مندا هاوکار بیت- بە بینینی ئەم سەرباسە سەرەتا قاقایەکی پێکەنینم ناراستە دەکەیت و بە خۆت دەڵێیت: (چ سەرباسێکی پێکەناوییە! ساڵانێکە کە سەرقاڵی فلانە کارم و لەم ماوەیەدا تەواوی ئاستەنگەکان و گرفتەکانم چارەسەر کردووە، ئێستا تازەبەتازە هاتووە و دەیەوێت ڕێگەی لابردنی 2/1ی نیگەرانی پیشانی من بدات. نیگەرانی من پەیوەندی بە کێشەکانمەوە هەیە، کاتێ خۆم دەتوانم تەواوی کێشەکانم چارەسەر بکەم و لە 100%ی نیگەرانی لەناو بەرم، ئیدی ئەمە چ مژدەیەکە بۆ لەناوبردنی نیگەرانی بە منی دەدات؟)

لەم ڕووەوە مافی خۆتە. منیش ئەگەر چەند ساڵێک لەمەوبەر، سەرباسێکی لەم شێوازەم ببینیایە هەر ئەو کارەم دەکرد! چونکە منیش وەک تۆ فێر بووم بە بەڵێنی ئومێدبەخش دڵخۆش بکەم، لە کاتێکدا کە دەمزانی -بە هەمان ئەو شێوەیەی کە تۆ دەیزانی- وەعد و بەڵێنەکان بە ئەنقەست پایە و بنچینەیەکی توکمەیان نییە.

مۆڵەتم بدەری بەبێ پەردە و بە ئاشکراتر بڵێم: لەوانەیە من هەتا نەتوانم 2/1ی یا 50%ی بۆ ئێوە بە ئەنجام بگەیەنم، بەڵام شتێک کە دڵنیام لێی و بە دڵنیاییەوە دەتوانم بۆ ئێوەی بە ئەنجام بگەیەنم ئەوەیە کە پیشانی بدەم خەڵکانی تر چۆن سەرکەوتنیان لەم بارەوە بەدەست هێناوە. 50%کەی تری دەخەمە گەردنی خۆتان.

ئەگەر لە بیرت نەکردبێت لە بەندی سێیەمدا وتەکەی "ئالکیس کارل"م

Scanned with CamScanner

نووسی: پیشەوەریک ئەگەر ڕێگەی ڕووبەڕووبوونەوەی نیگەرانی نەگرتبێتە بەر، بە گەنجیتی دەمریت !زۆر باشە ئیستا قایل بووین کە نیگەرانی تا ئەم ئەندازەیە زیانبەخش و ماڵویرانکەرە بۆچی ئامادە نەبین هەتا 10%ـی لەناو بەرین؟ من وا دەزانم سەرکەوتن بەسەر نیگەرانیدا هەتا بە تەرازووی 1%یش قایلکەرە! ئیوەش لە کاتی سەرکەوتنندا دەبی قایل بن. ئیستا باش سەرنج بدەن: دەمەوی داستانی پیاویکتان بۆ بلێم کە بە دریژایی ساڵ لە هەوڵداندا بوو، بەلام سەرکەوتوو نەدەبوو هەتا 2/1ـی نیگەرانییەکانی لەناو ببات لە کاتیکدا ئەم کەسە 70%ـی کاتەکانی لە کۆڕی لیکۆڵینەوە و ڕاویژکاریدا بەسەر دەبرد.

ئەم باسە سەبارەت بە کەسیکی وەهمی وەکو "جونز" نییە کە لەوانەیە لە شاری "ئاوهایو" نیشتەجی بیت و هەتا بە شیرین بوونی داستانیش ئیوە لە هەستپیکردنیدا سەرکەوتوو نابن و لە کۆتاییدا بە قارەمانیکی نەناسراو دەمینیتەوە و ئاشکرا نییە چ کاریکی گرنگی ئەنجام دابی.

ئەم داستانە پەیوەندی بە "لئون شیمیکن" بەڕیوەبەری کۆمپانیای بەناوبانگی چاپەمەنی "سیمون وشوستر"ەوە هەیە لە نیویۆرک، کە لە زمانی خۆیەوە بۆتان دەگیڕمەوە. (ماوەی 15 ساڵ 70%ـی کاتی کاری من لە دانیشتنەکان و کۆنفرانسەکاندا بەسەر دەچوو کە مەبەست لە بەستن و تەشکیلدانی ئەوە بوو کە بڕیار بدەین فلانە کار بکەین و فیسار کار نەکەین. وەک پیشەی هەمیشەیی بەهۆی ناڕەحەتی دەروونییەوە لەسەر کورسی خۆمم پیچ دەدا یا بە بیهۆشی لەم سەری ژوور بۆ ئەو سەری ژوور هەنگاوم دەنا و وەک دیوانە بە دەوری خۆمدا دەخولامەوە و لە کۆتاییدا شەو بە ماندوویی ملی ڕیگەی ماڵەوەم دەگرت. 15ساڵم بەم شیوەیە تیپەڕاندبوو تا حەدیک دڵنیا بووبووم ئەو ساڵانەی کە لە تەمەنم ماوەتەوە دەبیت هەر بەم شیوەیە بەسەری بەرم. ئەگەر لەو کاتەدا کەسیک دەبوو کە پیم بڵیت: دەتوانم

4/3ـی ئـەو کاتانەت بۆ بگێڕمەوە کـە لە کۆڕ و دانیشـتنەکاندا بەفیڕۆت دەدا یـا دەتوانم 4/3ـی ئـەو نارەحەتـی و ماندووبوونـە دەروونیانە لە ناو ببەم. بە دڵنیاییەوە ئەو کەسـە بە کەسـێکی خۆشـباوەڕ و گەشـبین دەهاتـە پێش چاوم. بەڵام ئێسـتا هەشـت سـاڵ لـە زەمانێـک تێدەپەڕێت کە خـۆم ڕێگەیەکی چارەسـازی ژیرانەم دۆزیوەتـەوە -ڕێگە چارەیەک، کـە مەبەسـتەکانم دەسـتەبەر دەکات. بـە سـوودوەرگرتن لەم ڕەوشـە سـەرکەوتنی کاری مـن دابین کراوە و سـەلامەتی و خۆشـحاڵیم لەگەڵ ڕابـردوودا شـایانی بەراووردکـردن نییە. ڕێگـە داهێنەرەکـەی من هەر لە ئەفسـانە و جادوو دەچێـت وەک هەموو ئەفسـانەکانی جادووگەرێک، چونکـە کاتێ پـەی بە ڕاسـتییەکان دەبات زۆر ئاسـانە.

یەکەمیـن هەنگاوێـک کـە نـام، گۆڕینی دانیشـتنەکان و کۆنفرانسـەکان بـوو کـە ماوەی 15 سـاڵ خـووم پێـوە گرتبـوو، هیـچ کات ئەنجامێکی نەبـوو. هەتا بـۆ تەنها جارێکیش ئـەو کۆنفراس و دانیشـتنانە بە ئەنجام نەگەیشـتبوو. بـە نووسـەران و هاوکارانـم وت: هەر کەسـێک دەیەوێت سـەبارەت بـە گرفـت و مەسـەلەی دژوار ڕاوێژم پێ بکات دەبێ پێشـتر لەسـەر پارچـە کاغەزێـک بـە وردی وەڵامی ئـەم چوار پرسـیارەی من بداتەوە.

پرسیاری یەکەم: گرفت و مەسەلەی ڕەنجکێشی تۆ چییە؟

لـە ڕوونکردنـەوەی ئـەم پرسـیارەدا دەبـێ بڵێـم پێـش ئـەو ڕۆژە هەمیشـەییانەی کـە کاتـی ئێمە لە کۆنفرانسـەکاندا بەفیـڕۆ دەچوو دەبێ بزانیـن گرفـت چییـە و سـەبارەت بـە چ بابەتێـک دەبـێ ڕاوێـژ بکەین.

پرسـیاری دووەم: هـۆی گرفـت و مەسـەلەی ڕەنجکێـش چییـە و چ بەڵگەیەکـت هەیـە بۆی؟

ئێسـتا دەکەومـە بیـری ڕابـردوو، بەداخـم کە بۆچی لـەو دانیشـتنانەدا نەدەچوومـە بنجوبناوانی کێشـەکان و هـۆکارە کاریگەرەکانیم نەدەزانی،

Scanned with CamScanner

چونکە هیچ شتێک بەبێ هۆ نییە.

پرسیاری سێیەم: بە بۆچوونی خۆتان ڕێگەچارەی گونجاوی ئەم کێشەیە چییە؟

لە ڕابردوودا کەسێک پێشنیاری دەکرد و باقی کەسەکان تەواوی کاتی خۆیان سەرفی لێکۆڵینەوە و بەرابەرکێی ئەو پێشنیارە دەکرد و کاتێک کە کات تەواو دەبوو تەنها وشەیەک بۆ چارەسەری کێشە تۆمار نەکرابوو. پرسیاری چوارەم: لە نێوان ئەو ڕێگەچارانەی کە لە بەردەستدان کامیان هەڵدەبژێری و بە شایستەی کارپێکردنی دەزانیت؟

لە ڕابردوودا چەند جارێک تووشی کەسانێک هاتووین کە گرفت خەو و خۆراکی لێ حەرام کردبوون، بەڵام هەرگیز هەنگاویان بۆ ڕێگەچارەی گونجاو نەدەنا، بە دڵنیاییەوە سەرکەوتوو نەدەبوون ڕێگەچارەیەکی گونجاو هەڵبژێرن.

دوای ئەوە کەم کەم کەسانێک بۆ چارەسەری گرفتەکانیان دەهاتنە لام، دەزانی بۆچی؟ چونکە بۆ وەڵامدانەوەی چوار پرسیارەکەی من دەبوایە زۆر بە وردی مەشاکیلەکانیان لێک بدەنەوە و پەیی بە ڕاستییەکان ببەن، کاتێ دەگەشتنە ئەو قۆناغەی کە گرفتەکانیان خۆی بۆ خۆی چارەسەر دەبێ ئیدی پێویستیان بە من نەدەبوو. لە لایەکی تریشەوە ئەوانەی کە پەیوەندیان پێوە کردبووم لەگەڵ وەڵامی چوار پرسیارەکەدا ڕووبەڕووی من دەبوونەوە بەهۆی ڕوونبوونی کێشە و بوونی ڕێگەچارەی گونجاو. ڕووبەڕووبوونەوە لەگەڵ کێشەکاندا بە شێوەیەکی گشتی 3/1ی کاتی ڕابردوو سەرفی ئەوانە دەبوو).

"لئون شیمیکن" مافی خۆیەتی، چونکە لە دوای ئەوە لە بەڕێوەبەرایەتی "سیمون و شوستر" کاتی کارمەندان و لێپرسراوان لە ڕێگەی نیگەرانی بێهوودە بەفیڕۆ نەدەچوو، ئەنجامی کارەکان زۆر ڕازی بەخشە.

دۆسـتێکی تـری مـن بە نـاوی "فرانـک بیتجـر"، کـە ئەمیـش یەکێکە لە بەرپرسـانی کۆمپانیایەکـی گرنگـی بیمەی ئەمریکایی، بـۆی گێرامەوە کە چـۆن توانیویەتی بە ڕەوشـێکی تایبەتـی خۆی ڕێگـەی نیگەرانی بگرێت و بەهـۆی فەراغەوە داهاتەکـەی دووبەرامبەر بووەتەوە. ئێسـتا گوێ بۆ وتەکانـی "فرانـک بیتجر" ڕادەگرین تا لە ڕازی سـەرکەوتنی سـوودمەند ببیـن: (... تـازە دەسـتم بـە فرۆشـتنی بیمەنامـە کردبـوو، بـە جددی و پاڵپشـتێکی بێ وێنەوە بە دەم کارەکەمەوە دەچووم، زۆر بە کارەکەمەوە پابەنـد بـووم، بـەڵام هەر لـە قۆناغەکانـی سـەرەتادا چەنـد ڕووداوێک بـوون بە هـۆی گۆڕینـی بیروبۆچوونەکانم و لە بەردەوامبوونم لەسـەر ئـەم پیشـەیە نائومێد بووم و وا هەسـتم دەکرد کارەکـە کارێکی بێزراوە .نیـازم هەبوو بە شـێوەیەکی سـەرکەوتوو هەقی ڕابـرووەکان بکەمەوە و زاڵ بـم بەسـەر هەسـتمدا کە چیـدی نەگەڕێمەوە سـەر ئـەم کارە لە ڕاسـتیدا گـەر نەتوانـم کێشـە و گرفتەکانم چارەسـەر بکەم دەست لەم کارە هەڵدەگرم. ڕۆژێک بە ئەنقەسـت لە پشـت مێزەکەمەوە دانیشـتبووم، هەوڵـم دا بچمـە بنجوبناوانـی نیگەرانییەوە و سـەرچاوەی نیگەرانیەکانم بدۆزمـەوە و بنەبـڕی بکـەم. سـەرەتا لە خۆمم پرسـی: (پیـاو، گرفت و کێشـەت چییـە؟) وەڵامی خۆمم دایـەوە: (هۆکاری کاریگـەری ناڕەحەتی من ماندووبوونێکی زۆر و قازانج و دەسـتکەوتێکی کەمە. کاتی تێکۆشانم لـەم پێنـاوەدا زۆر زیاتـرە لـەو سـوودەی کە دەسـتم دەکەوێـت، تازە کۆتایـی بـە کارکردنم دێنـم، بەڵێنی داهاتـوو بە کڕیارەکانـم دەدەم).

دوای کەشفکردن و دەرخستنی کێشە و گرفتەکەم بە دوای ڕێگەچارەیەکدا دەگـەڕام. جگـە لـە لێکۆڵینەوە و توێژینـەوە ڕێگەیەکی تـرم نەبوو. کاتێ کـە کارەکانی یەک سـاڵەم خسـتە ژێـر چاودێرییەوە بە دەرخسـتەیەکی گرنـگ بـۆ خۆم سـەرکەوتنم بەدەسـت هێنـا. لـە کۆتاییدا تێگەشـتم کە 70%ـی فرۆشـی بیمەنامـەکان لـە چاوپێکەوتنی یەکەمدایە و 23%ـی

Scanned with CamScanner

لە چاوپێکەوتنی دووەم و 7%کەی تریشی تا چاوپێکەوتنی سێیەم و چوارەم درێژ دەبێتەوە و کاتێکی زۆر لە من دەگرێت. بە شێوەیەکی ئاسایی ئەم 7%ـە منی ئازار داوە و بووەتە هۆی دەردەسەری و بێزاری بۆم. بە شێوەیەکی ئاشکراتر نیوەی کاتی ڕۆژانەی من سەرفی کار بووبوو کە تەنها 7%ی داهات و دەرامەتی منی دابین دەکرد.

ئێستا کە هۆکاری بنەڕەتی نیگەرانییەکەم بە هۆی لێکۆڵینەوەی تەواوەوە دەست کەوتووە و زانیاری تەواوم لە بارەیەوە هەیە بە خۆمم وت: کێشە و گرفتەکەت زانی، دەبێ چی لێ بکەیت؟ وەڵامی خۆمم دایەوە: (تەنها بڕیارێک کارەکە یەکلایی دەکاتەوە! هەر لە ئێستاوە بڕیار دەدەم دوای چاوپێکەوتنی دووەم ئیدی هەرگیز کەسێک بۆ بیمە وەرنەگرم! چاوپێکەوتنی یەکەم و دووەم بەسە. ئەو کاتەی کە سەرفی چاوپێکەوتنی سێیەم و چوارەم و هەتا زیاتریشم دەکرد لەدوای ئەوە سەرفی بەدەستهێنانی مشتەری تازەم دەکرد).

کارپێکردنی ئەم بڕیارە دەستکەوتێکی بێ وێنەی هەبوو. نازانی ئەنجام چەندە بەرز و باوەڕنەکراو بوو. لەو ماوەیەدا بە لایەنی کەمەوە داهاتم لە دووبەرابەر زیاتر بووبوو.

" فرانک بێتجز" دەناسم، ئەو ئەمڕۆ یەکێکە لە بەناوبانگترین فرۆشیارەکانی وەرەقەی بیمە لە ئەمەریکا. ساڵانە چەندەها ملیۆن دۆلار وەرەقەی بیمە بە واژۆی ئەو دەردەچێت -ئەم هەمان ئەو کەسەیە کە چەند ساڵێک لەمەوپێش دەیویست دەست لەم کارە هەڵگرێت! سەرنەکەوتن ماندووی کردبوو، بەڵام ئەو توانی بەهۆی شیکارکردن و تەحلیلەوە نیگەرانییەکان بناسێت و ڕێگەی زاڵبوون بەسەریاندا بدۆزێتەوە و لە ماوەیەکی کورتدا ڕێگەی سەرکەوتن بگرێتەبەر و سەرکەوتووبێت .ئەو ئەمڕۆ بە باشی فێر بووە کە بە هیچ شێوەیەک بە ناڕەحەتی و نیگەرانی بوار نەدات. باشترە ئێوەیش سەبارەت بە کێشەکانتان

Scanned with CamScanner

ئەم پرسیارانە لە خۆتان بکەن .هەڵبەتە دیسانەوە پڕوپاگەندەی خۆم دووبارە دەکەمەوە و دەڵێم: لەم ڕێگەیەوە 50%ی نیگەرانییەکانتان لادەچێت. ئێستا تۆ دەزانیت و ئەم چوار پرسیارە سوودمەندە بە ڕاشکاوی بۆ ئێوەی دەنووسم:

1. گرفت و مەسەلەی ڕەنجکێشی تۆ چییە؟

2. هۆی مەشاکیل و مەسەلەی ڕەنجکێش چییە و چ بەڵگەیەکت هەیە بۆی؟

3. بە بۆچوونی خۆتان ڕێگەچارەی گونجاوی ئەم کێشەیە چییە؟

4. لەنێوان ئەو ڕێگەچارانەی کە لە بەردەستدان کامیان هەڵدەبژێری و بە شایستەی کارپێکردنی دەزانیت؟

کورتەی ئەنجامی بەدەستهاتوو لە داواکارییەکانی بەشی دووەم

فەرمانی یەکەم: حەقیقەتی نیگەرانی و کێشە و گرفتی خۆت بدۆزەرەوە و لە بیرتدا بێت "هاکز" چ وەسیەتێکی دەکرد. ئەو دەیوت: زیاتر لە نیوەی نیگەرانییەکانی دنیا کەسانێک دەچنە ژێر بارییەوە و تەحەمولی دەکەن، کە هەوڵ دەدەن پێش لە ناسینی ئاستەنگ و گرفت و بەدەستهێنانی زانیارییەکی پێویست لەو بارەیەوە بڕیار بدەن و پراکتیزەی بکەن.

فەرمانی دووەم: لە دوای توێژینەوە و لێکۆڵینەوە و بەدواداچوونی

Scanned with CamScanner

بابەتە سەرەکی و ئەساسییەکان و گەیشتن بە حەقیقەتەکانی کێشە و گرفتەکان، بڕیار بدەن! ئێستا نۆبەتی بڕیاردانە، هەڵەشەیی مەکە.

فەرمانی سێیەم: ئێستا کە بڕیاری خۆتت داوە و حەتمەن وردەکارییەکی تەواوت تێدا کردووە جێبەجێکردنی پشتگوێ مەخە. نیگەرانی و پەریشانی داهاتوو لە ئەنجامی بڕیاردان و جێبەجێکردنی لە خۆت دوور بخەرەوە -سەرکەوتوو بیت.

فەرمانی چوارەم: هەروەک چۆن لەگەڵ دەوروبەرتاندا سەبارەت بەو کێشە و نیگەرانیانەی کە هەتانە گفتوگۆ دەکەیت و تێدەگەیت گیرۆدەیی، ڕاڕایی و دوودڵییە بە زووترین کات ئەم پرسیارانەی ڕووبەڕوو بکەرەوە:

1. گرفت و مەسەلەی ڕەنجکێشی تۆ چییە؟
2. هۆی مەشاکیل و مەسەلەی ڕەنجکێش چییە و چ بەڵگەیەکت هەیە بۆی؟
3. بە بۆچوونی خۆتان ڕێگەچارەی گونجاوی ئەم کێشەیە چییە؟
4. لە نێوان ئەو ڕێگەچارانەی کە لە بەردەستتدان کامیان هەڵدەبژێری و بە شایستەی کارپێکردنی دەزانیت؟

نۆ ڕێسای سوودمەند

1. بە لایەنی کەمەوە بۆ سوودوەرگرتن لە داواکارییەکانی ئەم کتێبە بوونی مەرجێک پێویستە و شایەنی چاوپۆشیلێکردن نییە.

بوونی ئەم مەرجە ئەوەندە گرنگە کە دەتوانرێ لە سەرو تەواوی ڕێسا و ڕەوشەکانەوە دابنرێت، بەبێ بوونی ئەم مەرجە، بنەڕەتی

Scanned with CamScanner

پاراسـتنی هـەزاران دەسـتوور و چەندەهـا جار خوێندنـەوەی ئەم کتێبە ئەنجامێکـت دەسـت ناکەوێت.

بۆ ناسـینی ئەم مەرجـە کە (بەهرەی خواپێداوییە) ئێمـە تەنها ڕێنمونیتان دەکەیـن و ئـەم هەمـوو جەختکردنەوەیـە بـۆ ئەوەیـە کە تۆ بە باشـی هەسـت بـەم بەهرەیـە بکەیـت. ئـەوەش بـە ڕاشـکاوانە بڵێم بـە بوونی ئـەم مەرجـە بە سـوودوەرگرتن لـە ڕێنماییەکانی ئـەم کتێبـە دەتوانێت موعجیـزە نیشـان بدەیت. سـەرنج بدەنە ئـەم مەرجـە بنەڕەتییە:

ئـارەزوو ڕەغبەتـی تەواو بـۆ فێربـوون، ئیرادەیەکی بەهێـزە بۆ ڕێگری نیگەرانـی، تامەزرۆیـی دەسـتپێکردنی ژیانێکی تازەیە .بۆ بەدەسـتهێنانی ڕەغبەتێکـی ئـاوا دەبـێ چـی بکرێـت؟ دەبێـت هەمیشـە بـە گرنگییەوە بڕوانێتـە بنەمـا و خاڵە پێویسـتییەکانی ژیـان و خۆت بەئـاگا بهێنێت کە ئارامـی و خۆشـبەختی و تەندروسـتی و هەتـا ئیـرادەی بڕیاردانـی من لـە ژیانـدا پەیوەنـدی بـە جێبەجێکردنـی حەقایقەتەکانەوە هەیـە کە لەم کتێبـەدا ئاماژەیان پـێ کراوە.

2. لە سـەرەتادا هەر بەشـێک بە خێرایی بخوێنەرەوە تـا بیروبۆچوونی لێـوە وەربگریت .کاتێ دەگەیتە کۆتایی بەش دەتەوێ بچیتە ناو بەشـێکی تـرەوە، بـەڵام ڕێگری لە خـۆت بکە. بگەڕێرەوە بۆ سـەرەتای بەشـەکە و ئەمجـارە زۆر بـە وردی داواکارییەکانـی بخوێنـەرەوە. هەڵبەتە ئەگەر جگـە لـە سـەرگەرمی مەبەسـتێکی ترت لـە خوێندنـەوەی ئـەم کتێبەدا نییـە و ناتـەوێ بەسـەر نیگەرانـی و گیروگرفتەکانتـدا زاڵ بیـت ئەوا لە خوێندنەوەیدا سەرپشـک بە.

3. لـە کاتـی خوێندنەوەیـدا تـا چەند بـۆت دەکـرێ خوێندنەوەکەت ببڕە و بیـر لـەو داواکاریانە بکەرەوە کـە خوێندووتەتەوە .لە خۆتان بپرسـن چـۆن و چ کاتـێ ئامۆژگارییەکانـی ئـەم کتێبـە پەیوەسـت بکەیـن بـە کارەکانمانەوە.

Scanned with CamScanner

4. لـە کاتی خوێندنەوەی ئەم کتێبەدا بە سـوودوەرگرتن لە پێنووسـێکی سـوور خەت بەژێر داواکارییە گرنگەکانیدا بێنە و یاسـای کاری بەسوود دیـاری بکە. کاتێ کە گەیشـتیتە خاڵێکی گرنگ و بڕیـاری جێبەجێکردنیت دا سـەرەڕای خەتبەژێرداکێشـان لە پێش و پاشـیدا هێمای (×) دابنێ. ئەم جـۆرە هێمایانە لە خوێندنەوەی دووەمدا کارت ئاسـانتر دەکات.

5. بـە دووبارەکردنـەوەی داواکارییـەکان هەوڵ بدە لە بیریـان نەکەیت، ئـەو داواکاریانـەی کە مەبەسـتتە ئەوەندە دووبارەیان بکـەرەوە کە هیچ قۆناغێکـی دووبارەوەبـوو لـە ڕوانگەی وشـەوە لەگـەڵ قۆناغی پاش و پێشـدا لێکچوونی نەبێت. بۆ سـوودوەرگرتنی تەواو لـەم کتێبە وا نەزانی کـە یەکجـار خوێندنـەوە بەسـە، هـەوڵ بـدە هەر چەنـد هەفتـە جارێک بەسـەریدا بچیتـەوە و ئەوانـەی کە فێری بـووی دووبارەیـان بکەیتەوە.

6. ئەگەر دەتەوێ ڕێسـا و دەسـتوورەکانی ئەم کتێبە لە ناختدا بمێنێتەوە ئـەوا لـە بیریـان مەکـە و هەوڵ بـدە لـە شـوێنی پێویسـتدا کاریان پێ بکەیت.

7. بەڵێـن لـە دۆسـتان و دەوروبەر و هەتـا هاوسـەرەکەت وەربگرە کە ئاگایـان لـە ڕەفتـاری تـۆ بێت و هـەر کاتێ ویسـتت سـەرپێچی یەکێک لـە دەسـتوورەکانی کتێبەکـە بکەیت دەسـتبەجێ ئـاگادارت بکەنەوە لەو هەڵەیە و سـەرنجت ڕاکێشـن بـۆ داواکارییەکانی نـاو کتێبەکە.

8. بچـۆ بـۆ بەنـدی بیسـت و دووەم و هەڵەکانـت بـە ئەزموونـی ئـەو کەسـانەی کـە باسـکراوە لـەو بەنـدەدا قەرەبوو بکـەرەوە.

9. بـا دەفتەرێکـی یادداشـتی ڕۆژانـەت پێ بێـت و ئەو سـەرکەوتنانەی تیـادا تۆمار بکە، کـە بەهۆی پراکتیزەکرنی ڕێسـاکانی ئـەم کتێبە دەبێتە نسـیبتان لەگەڵ بەرواری سـەرکەوتنەکاندا.

Scanned with CamScanner

کورتکردنەوە و چاوخشاندن بەسەر مەرجەکاندا

1. ویست و ئارەزوو بۆ فێربوون و خستنەگەڕی دەستوورەکانی ئەم کتێبە دەبێتە هۆی لابردنی پەرێشانی و نیگەرانی.
2. هەموو بەندێک دووجار بخوێنەرەوە و دوای پێداچوونەوەی تەواو ئەنجا بەندی دوای ئەو بخوێنەرەوە.
3. لە کاتی خوێندنەوەدا لە خۆت بپرسە کە چۆن دەتوانم یاسا و ڕێساکان پیادە بکەم.
4. لەژێر داواکاری گرنگ و پێویستدا بۆ خۆت خەت بکێشە.
5. مانگی جارێک بەم کتێبەدا بچۆرەوە.
6. لە کات و شوێنی دیاریکراودا بە بنەماکانی کتێبەکە کار بکە و لە چارەسەرکرنی کێشەکانتدا بەکاریان بێنە.
7. داوا لە دۆستەکانت بکە لە کاتی سەرپێچیکردنی فەرمانێکدا ئاگادارت بکەنەوە.
8. پێشڕەوییەکانت یاداشت بکە و هەڵەکانت دوای تۆمارکردن پەراوێز بخە.
9. لە دەفتەرێکی یادداشتی ڕۆژانەدا چۆنیەتی و زەمانی پراکتیزەکردنی فەرمانەکان تۆمار بکە.

Scanned with CamScanner

بەندی شەشەم

چۆن نیگەرانی لە خۆمان دوور بخەینەوە؟

هەرگیز ئەو شەوەی کە یەکێ لە خوێنکارەکانم لە قوتابخانەی شەواندا بابەتی نیگەرانی و دوو جار سەرکەوتنی بەسەریدا بۆ دۆستەکانی باس دەکرد لە بیر ناکەم.

چەند ساڵێک بوو کە ئەم خوێندکارەی من لەبەر ویستی خۆی ناوی نابەم-بۆ ئێمەی باس کرد کە دوو جار گیرۆدەی ڕووداوی ناهەموار بووە. یەکەمین ڕووداوی ناهەموار کە بۆی هاتبووە پێش مردنی کچە پێنج ساڵەکەی بوو، کە بێوێنە خۆشی دەویست. دوو مانگ دوای مردنی ئەم کچە، کە بۆ باوکی تەحەمولکردنی خەمەکەی زۆر قورس و گران بوو کچێکی تری هاتەدنیاوە و پێی نایە مەیدانی ژیانەوە، کە ئەویش لە یەکەم ڕۆژی لەدایکبوونیدا مرد و خەمێکی تری بۆ خەمەکانی باوکی زیاد کرد. بە وتەی خۆی: ئەم دوو کارەساتە زۆر لە سەروو تەحەمول و ئارامگرتنی منەوە بوو! خەو و ئارامم نەبوو، خواردن لە گەرووم نەدەچووە خوارەوە. ئەوەندە عەسابم شێوا بوو، کە باوەڕبەخۆبوونم لەدەست دابوو، بە ناچاری سەردانی پزیشکم کرد.

پزیشکی یەکەم حەبی خەوی بۆ نووسیم و پزیشکی دووەم فەرمانی پێ کردم کە بۆ گەشتێکی تەفریحی بچم. فەرمانی هەردوو پزیشکەکەم بەجێ هێنا، بەڵام بێ سوود بوو و هیچ ئەنجامێکیان نەبوو. وەک ئەوە وا بوو کە تەواوی بوونم لە لابەلای گرێیەکی ئاسنیندا بێت و سات بە سات لابەلاکان نزیک ببنەوە و فشارێکی زۆرم بۆ بهێنن. تۆ ئەگەر، لە ژیاندا دووچاری ناڕەحەتی دەروونی و بێزراوی نەبوویت

ناتوانیت هەست بە حاڵی من بکەیت لەو ڕۆژانەدا. تەنها لە کاتێکدا کە خۆتان حاڵەتێکی هاوشێوەی ئەو حاڵەی منتان تاقی کردبێتەوە دەتوانن تێبگەن کە من دەڵێم چی).

ئەم دۆستەی ئێمە لە کۆتاییدا خۆی بڕیاری تیمارکردنی خۆی دا. ڕێگەی ڕووبەڕووبوونەوەی لەگەڵ خەمۆکی و نیگەرانیدا بەم شێوەیە بۆ ئێمە باسکرد:

(... سوپاس بۆ خوا کە کوڕێکی چوار ساڵەم بۆ مابووەوە. هەر ئەو کوڕە بوو کە کێشەکەی منی چارەسەر کرد. ڕۆژێکی دەمەو عەسر کە لە ڕاستیدا لە دەریای خەم و خەفەتدا دەخولامەوە کوڕە چوار ساڵانەکەم هاتە لام و وتی: " باوکە گیان! ناتەوێ بەلەمێکی داری بچووکم بۆ دروست بکەی؟" ڕاستت بوێت لەو کاتەدا تاقەت و حەوسەڵەی هیچ کارێکم نەبوو، بەڵام کوڕەکەم بە بێشەرمی منداڵانە وازی لێ نەهێنام. ئەوەندە سەرسەختی نواند کە بۆ ڕزگاربوون لە دەستی تەسلیم بووم. دروستکردنی بەلەمێکی تەختە بۆ منداڵە لەجبازەکەم نزیکەی سێ کاتژمێری خایاند .دوای کۆتاییهێنان بە کارەکە تێگەیشتم کە لەم ماوەیەدا بیرم لە خەم و ناڕەحەتی خۆم نەکردووەتەوە! بە شێوەیەکی باشتر لە چەند مانگی کۆتاییدا تەنها چەند کاتژمێرێک کە ئاسوودە بووم ئەو سێ کاتژمێرە بوو.

ئەم دۆزینەوەیە تا ئەندازەیەکی زۆر لە خەم و نیگەرانییەکانی منی ڕەواندەوە و دوای چەند مانگێک تێگەیشتم کە دەتوانم بە وردی بیر بکەمەوە. دەرئەنجامی تازەی من ئەمە بوو کە کاتێ مرۆڤ مەبەستی ئەنجامدانی کارێکی هەیە دەبێ بۆ بەئەنجامگەیاندنی نەخشە بکێشێت و هەستەکانی کۆ بکاتەوە و نیگەرانییەکان لە کارەکەی دوور بخاتەوە .کاتژمێرێک بە دروستکردنی بەلەم و جوانکردنی تێپەڕی نیگەرانی لە مێشکم دوور کەوتەوە و مۆڵەتی دا بۆ چەند کاتژمێرێک سەرگەرمی

Scanned with CamScanner

کارێکی تر بم).

دۆستەکەی ئێمە بە هەر شێوەیەک بڕیار دەدات لەم ڕێگەیەوە لەگەڵ نارەحەتی و نیگەرانی خۆیدا بەرامبەرکێ بکات .بە ڕێگەی ڕووبەڕووبوونەوەکەی سەرنج بدەن کە زۆر سەرنج ڕاکێشە: (... شەوی دوایی پێنووس و پەڕاوم هەڵگرت و لە ژوورەکانی ماڵەوەدا دەستم کرد بە تۆمارکردنی ئەو پێداویستیانەی کە پێویستیان بە نوێکردنەوە هەیە. تۆمارکردنیان نزیکەی دوو هەفتەی خایاند و ژمارەی ئەو پێویستیانەی کە پێویستیان بە نوێکردنەوە هەبوو گەشتە 242 دانە .لەو بەروارەوە نزیکەی دوو ساڵ تێپەڕیوە و خۆم تەواوی ئەوانەم نوێکردووەتەوە! هەڵبەتە ئەم کارانە ڕۆژانە ئەنجامیان دەدەم و شەوانە کاری درەوشاوەترم گرتووەتەبەر. هەفتەی دوو شەو دەچمە پۆلەکانی شەوانەی نیویۆرک، باقی کاتەکان لە ڕێنموونیکردن و مەراسیمی کۆکردنەوەی یارمەتی کە لە لایەن خاچی سورەوە "هیلال احمر" تەرتیب دەکرێن بەشداری دەکەم. بەم شێوەیە ئەوەندە سەرقاڵیم بۆ خۆم دروست کردووە کە هەلێکم بۆ نیگەرانبوون نییە...) هەلێک بۆ نیگەرانبوون، دۆستەکەمان بە ڕاشکاوی وتی: (هەلێکم بۆ نیگەران بوون نییە)، "وینستون چرچیل" یەکەم وەزیری خاوەنی بەریتانیا، کە بە دانپێدانانی خاوەن بیروڕایانی مێژوونووسان، بەریتانیا هەرگیز پیاوێکی سیاسی وەک ئەوی بە خۆوە نەدیبوو، ئەویش ئەمەی وت. چرچیل لە سامناکترین ڕۆژەکانی جەنگی جیهانیدا لە شەو و ڕۆژێکدا 18 کاتژمێر کاری دەکرد. هەر کاتێ پرسیاریان ئاراستە بکردایە بۆ ئەم بەرپرسیارێتیە گەورەیە کە گرتوویەتیە ئەستۆ نیگەران نابێ؟ لە وەڵامدا دەیوت: بە ئەندازەیەک گیرۆدە و سەرگەرمی کارم کە هەلێکم بۆ نیگەرانی و پەشێوی نییە! " کیترنیک" داهێنەری "ئاستارت"ـی ئۆتۆمبێل لە کاتێکدا کە دەرگیر و سەرگەرمی دروستکردنی ئەم دەزگایە بۆ

حاڵێکـی هاوشـێوەی حاڵی چرچیلی هەبوو .کیترنیـک پێش ئەوەی واز لە کارەکـەی بێنێت دەرگیـری داهێنانی 'اسـتارت' بوو.

جێگـری تـەواوی کۆمپانیاکانـی ماتـۆڕ بـوو و بەشـی لێکۆڵینـەوە و تاقیکردنـەوەی ئـەم کۆمپانیـا گەورەیـە لەژێـر چاودێری ئـەودا بەڕێوە دەچوو. ئەو دوای وازهێنانی لەم پۆسـتە و سـەرگەرمبوونی بە داهێنانی ئاسـتارت بـە ئەندازەیـەک لـە تەنگانـەی مادیـدا بـوو کـە بـە ناچاری ئەمبارێکـی شـوێنی پووشوپەڵاشـی بـۆ تاقیکردنەوەکانـی خـۆی ئیجار کـرد و خەرجی خـۆی و خێزانەکەی لـە ڕێگەی دەرسـوتنەوەی پیانۆوە بەدەسـت دەهێنـا، دوای ئـەوەش لـە کۆمپانیـای بیمە 500$ سـولفەی وەردەگرت.

خانمـی کیترنیـک لـە لای مـن دانی پێدا نا کـە (زۆر مشەوەشـم! خەو و خۆراکـم نییە، بـە پێچەوانـەی مێردەکەمەوە بە ئەندازەیەک سـەرگەرمی کارکردنـە، کـە نازانێـت نیگەرانی چییە! ئـەو فریای نیگەرانـی ناکەوێت.)

' پاسـتور' دانای ناودار، ئارامی لە موختەبـەر و کتێبخانەدا بەدی دەکرد، کە بیروڕای لەم بارەیەوە ڕاسـت بوو. لە موختەبەر و کتێبخانەدا، مرۆڤ بـە شـێوەیەکی وا نوقمـی خوێندنـەوە و کارکـردن دەبـێ کـە نیگەرانی بـواری ئامادەبوونـی نییـە. لەوانەیـە بەم هۆیـەوە بێت کـە لێکۆڵەرەوان و تاقیکـەرەوان زۆر بـە کەمـی گیرۆدەی هەڵچوونی ڕۆحـی و دەروونی دەبـن. لەوانەیـە بابەتـی سـەرگەرمی بە کارەوە بـۆ تۆ بابەتێکی سـادە بێـت، نەتوانیـت قایـل بیت بـەوەی کـە دەبێتە هـۆی لابردنـی ڕاڕایی و دڵەڕاوکێـی، بـەڵام قایـل بـە بـەوەی کە ئـەم بابەتـە یاسـایەکی بنەڕەتی دەروونناسـییە. سـاڵانێکی زۆرە کـە دەروونناسـان دانیان بـە جێگیری ئـەم بابەتەدا ناوە لە ڕوونکردنەوەی چۆنیەتیـدا لێکۆڵینەوە دەکەن. لەبەر ڕۆشـنایی ئەو یاسـایەدا دەروونناسـانی تاک بە هەر نمرەیەک لە توانای فکـری لە یەک سـاتدا ناتوانن بیریان سـەرقاڵی دوو شـت بکـەن. خۆتان

دەتوانن ئەم ڕێسـا سـادەیە تاقـی بکەنەوە.

وای دابنێـی لەسـەر کورسـییەک ڕاکشـاوی. چاوانـت ببەسـتە و بیـر لە پەیکـەری ئـازادی ئەمەریـکا بکەرەوە، لـە هەمان کاتدا بـۆ ئیش و کاری سـبەینێی خۆت نەخشـەیەک داڕێژە. ئایا هەوڵدانی تۆ بۆ بەئەنجامگەیاندنی هاوکاتی ئەم دوو ڕێسـایە دەگاتە ئەنجام؟ بەڵگەنەویستە! هەرچەند هەوڵ بدەیـت و فشـار بۆ خۆت بێنیـت ناتوانیت لە هەمان کاتـدا دەربارەی ئەم دوو بابەتە بیر بکەیتەوە، خۆتان ماندوو مەکەن! هەوڵدان بێسوودە. ئێوە دەتوانـن لە هـەر کاتێکدا بیـر لە یەک بابـەت بکەنەوە و سـەرکەتوو بن .مێشـکی مرۆڤ لە یەک سـاتدا زیاتر لە یەک جۆر هەسـت قبووڵ ناکات و هاتنـە ناوەوەی هەسـتی زیادە دەبێتە هۆی تۆراندنی هەسـتەکانی دڵ. لەبەر ڕۆشـنایی ئەم ئەنجامەدا ئاسـایی بوو کە پزیشـکانی دەروونناسی جەیـش لە کاتی جەنگـدا کارانێکی ئەوتۆیـان بەئەنجامگەیاندووە کە وەک موعجیـزە وا بـوون. ئەوانـە بـە کۆتاییهاتنی جەنـگ کۆمەڵێکـی زۆر لە سـەربازان گرفتاری نەخۆشـی "پسـیکو نوریتیک" یا "نەخۆشی ڕۆحی و دەروونـی" بووبـوون، کە بۆ وڵاتەکەیانیـان هێنایەوە. بۆ چـارەی ئەوانە دەبوایـە کارێـک بکرایە. ئەم دەروونناسـانە دوای لێکۆڵینەوەیەکی فراوان بـەم ئەنجامـە گەیشـتن کە دەرمانـی ئەم سـەربازانە تەنها بـە یارمەتی دەرمانێـک دەبێـت: سـەرگەرمی و مەشـغوڵی بـە کارەوە! بەرنامـەی ئـەم پیاوانـە کـە دەروونیـان شـێوا بـوو، بـە شـێوەیەک تەرتیـب بوو کـە خولەکێـک لـە کاتی ئەوانـە بەبـێ چالاکی بـە تایبەتی کارکـردن لە دەرەوەی شـار و سەرگەرمی بەهۆی ماسـیگرتن، ڕاو، گۆڵف، وێنەگرتن، باخەوانـی و... تێنەدەپـەڕی. بـوار بەوانـە نـەدەدرا کـە بیر لـە یادگاری ترسـناک و وەحشـەتناکی زەمانی جەنگ بکەنەوە.

سـوودوەرگرتن لە کار، بە ناونیشـانی ڕێگەچارە کە ئەمڕۆ دەروونناسان جەختێکـی زۆریـان لەسـەر کردۆتـەوە و بابەتێکـی تـازە نییـە. پێنـج

Scanned with CamScanner

سەد ساڵ پێش لەدایکبوونی مەسیح پزیشکانی یۆنانی سوودیان لەم دەرمانە وەردەگرت. گومان ناکەم تۆ بتوانیت دەروونناسێک بدۆزیتەوە کە بیرکردنەوەیەکی جگە لەمە هەبێت کە مەشغوڵی بە کارکردن یەکێکە لە باشترین دەرمانەکانی ئارامبەخش کە تا ئێستا بۆ نەخۆشانی دەروونی ناسراوە. ' هنری لانگ فلو' کاتێ کە هاوسەرە ئازیزەکەی لەدەست دا، ئەم دەرمانەی بۆ خۆی هەڵبژارد و ئەنجامێکی گەورەی لێ دەستگیر بوو. خانمی لانگ فلو بە یارمەتی گڕی مۆم مادەیەکی بۆ مۆرکردن دەتواندەوە لەناکاو ئاگرەکە کڵپەی سەند و بەر جلەکانی کەوت. دەنگی هاواری، مێردەکەی ئاگادار کردەوە، بەڵام هەوڵدانی مێردەکەی بۆ ڕزگارکردنی بێهوودە بوو. خێزانەکەی بەهۆی سووتانەوە گیانی سپارد. هنری ماوەیەکی زۆر بە یادهێنانەوەی ئەم ڕووداوە دڵتەزێنە کە بووە هۆی گیانلەدەستدانی هاوسەرەکەی ئەوەندە نارەحەت بوو، کە بە تەواوی سەلامەتی خۆی لەدەست دابوو زۆری نەما بوو کە شێت ببێ. بەڵام خۆشبەختانە سێ منداڵی بچووکی لەو ئافرەتە بۆ مابوویەوە کە نیازیان بە ئاگاداری و پاراستن هەبوو. هنری بە تەواوی ئەو خەم و خەفەتەی کە هەیبوو مەجبور بوو نەک تەنها باوک بەڵکوو جێگەی دایکی میهرەبانیشیان پڕ بکاتەوە. هنری دوای ماوەیەک تێگەیشت کە بە خەمخواردن بۆ هاوسەرەکەی لە منداڵەکانی بێئاگا بووە. لە سەرەتادا بە ئیجباری خۆی ئاگادار کردەوە کە منداڵەکان بۆ گەشتوگوزار و گەڕان ببات و چیرۆکیان بۆ بڵێت. منداڵەکان کە ماوەیەکی زۆر مەحرومبوونیان کێشا بوو، ئەوەندە بەم کارەی باوکیان خۆشحاڵ بوون، پێکەوە گۆرانیان دەوت. شەوق و زەوقی منداڵەکان کاریگەریەکی زۆری لەسەر هنری هەبوو کە بوو بە هۆی سەرگەرمی هنری. دووبارەکردنەوەی ئەم کارە بوو بەهۆی ئەوەی کە کەم کەم خەم و خەفەتی ڕابرووی هاوسەرەکەی لەبیر

Scanned with CamScanner

بەریتەوە و لە کۆتاییدا ئارامی خۆی بەدەست بهێنێ.

تینسون یش بەهۆی مەرگی دۆستەکەیەوە دووچاری گێژاوێک بووبوو، کە لەم بارەیەوە دەڵێت: (... دەبێ لە کاری زۆردا خۆم لەبیر بەرمەوە، ئەگەر نا کەمەرم لەژێر باری خەم و نائومێدیدا دەشکێت).

بە لایەنی کەمەوە بۆ هەموو کەسێک دەست دەدات کە لە شوێنی کار و کاتی لەگەڵ خەڵکیدان خۆیان سەرگەرم بکەن، چونکە لە کاتی ئاسایش و بەتاڵیدا زەمانێک کە دەبێت ئاسوودە و خۆشحاڵ بێت بیری نیگەرانکەر بۆ لای مرۆڤ دێت. نیگەرانی، پەرێشانی و پەرۆشی لە کاتی ڕووخساری گریاناویدا خۆیان نیشان دەدەن، کە بیرمان لای کارێک نییە و بە تەنها ماوینەتەوە. ئەم نیگەرانی و پەرۆشییە ئاگادارمان دەکاتەوە کە لە خۆمان بپرسین: (بەم ڕێگەیە لە ژیاندا بە کوێ دەگەین؟ ئایا ڕووخساری سەعادەت و خۆشی دەبینین؟ بەڕاست مەبەستی بەڕێوەبەری ئیدارەی ئەمڕۆ لەو ئیشارەتەی کە کردی چی بوو؟ ئایا سەری منیش وەک سەری فلانە هاوڕێ تاس دەبێت؟ لە کوێ دڵنیا بم کە هەر ئێستا سەرەتان لە شوێنێکی جەستەمدا لانەی نەکردووە؟ و...)

کاتێ کە مەشغوڵ نین، مێشکی ئێمە وەکو بۆشاییەکی خاڵی وایە کە ئەم مەسەلەیە سەرەتاترین یاسای سروشتە کە شوێنی خاڵی دەبێ پڕ بکرێت. سەرنجی گلۆپێک بدە. بۆشایی ناو گلۆپەکە لە هەوا بەتاڵ کراوەتەوە. ئەگەر ئەم گلۆپە بە زەویدا بکێشێت هەوا بە فشارێکی زۆر بۆ ئەم بۆشاییە بەتاڵە هێرش دەبات و پڕی دەکات. هێزی مەشغوڵکەری سروشتیش ئامانجی خۆی باش دەناسێت. ئەم هێزە هەمیشە بۆ مێشکی بەتاڵ دەڕوات و بە ئاسانی پڕی دەکاتەوە.

هەستکردن بە خەم و پەژارە، ترس، حەسوودی و کینە بە تەواوی توانایانەوە بە شێوەیەکی زۆر خێرا ڕێگەی خۆیان دەکەنەوە لە

Scanned with CamScanner

مێشکدا بە شێوەیەک کە بیری ئارام و هەستی خۆشی مەجبور بە کشانەوە دەبن. جیمز.ل.مورسل، مامۆستای (تربیە و تعلیم) پەروەردە و زانستی لە زانکۆی پێشکەوتووی کۆلۆمبیا لەم بارەیەوە دەڵێت: (... نیگەرانی لە کاتی کاردا خۆی نیشان نادات پێت، بەڵکوو لە کۆتایی کاردا دەردەکەوێت. لەم کاتەدایە کە فیکرتان بەبێ ویستی خۆتان بە لای شتانێکی خراپدا دەڕوات. مێشکی ئێوە وەک لۆرییەکی بێ بارە کە بە توندی بۆ پێشەوە دەڕوات و تەکانێکی زۆریشی لەگەڵدایە. هەر ئەو تەکانانە زیان لە لۆرییە بەتاڵەکە دەدات. عیلاجی نیگەرانی و ڕێگەی جڵەوگیری لە تێکشکانی هەست و حاڵەتەکانی دەروونی ئەوەیە کە مێشکتان بە تەواوی مەشغوڵ بووبێت).

پێویست ناکات مامۆستای زانکۆ بیت تا دەرک بەم خاڵە بکەیت و کاری پێ بکەیت. من لە کاتی جەنگدا لەگەڵ ئافرەتێک ڕووبەڕوو بوومەوە، کە ئەم خاڵەی تەجرووبە کردبوو و بە ئەنجامەکەشی ڕازی بوو.

ئەم ئافرەتەم لەگەڵ مێردەکەیدا لە کافتریای شەمەندەفەرێکدا بینی، کە لە نیویۆرکەوە بۆ میسووری دەڕۆشت. ئافرەتەکە بۆی باس کردم: سبەینێی ئەو ڕۆژەی کە شەڕی "پرل هاربور" ڕوویدا تەنها کوڕەکەم بۆ جەنگ ڕۆشت. ئەوەندە بۆی نیگەران بووم ئەو تەندروستیەش کە هەمبوو خەریک بوو لەدەستم دەدا. چون لە خۆم دەپرسی: کوڕەکەم ئێستا لە کوێیە؟ ئایا سەلامەتە؟ بریندار نەبووە؟ نەکا کوژرابێت؟)

کاتێ لەم ئافرەتەم پرسی چۆن بەسەر ئەم نیگەرانییەدا زاڵ بووی؟ وتی: (... لە یەکەمین قۆناغدا مۆڵەتی خزمەتکارەکەم دا و خۆم کارەکانی ئەوم لە ئەستۆ گرت. لە کاتی بەئەنجامگەیاندنی کارەکانی ماڵەوەدا کەمێک ئارامیم بۆ خۆم گەڕاندەوە، بەڵام هێشتا ئاسوودە نەبووبووم. لە کاتێکدا کە کاری ماڵەوەم ئەنجام دەدا دیسانەوە نیگەرانی بۆ لام دەهات، چونکە کارەکانی ماڵەوە پێویستیان بە بیرکردنەوە نەبوو.

Scanned with CamScanner

دەبوایـە کارێکـم ئەنجام بدایـە کە بوار بـۆ نیگەرانی نەبوایـە. لە یەکێک لـە دوکانـە گەورەکانی شـاردا بـە کاری فرۆشـتنەوە سـەرگەرم بووم. حـەزم لـەم کارە بـوو. کڕیـاران دەهاتنە لام و لـە بـارەی تایبەتمەندی و نـرخ و ئەنـدازەی کاڵاکانمانـەوە پرسـیاریان دەکرد. ڕۆژانـە ئەوەندە مەشـغوڵ دەبـووم کـە هەلێک بـۆ نیگەرانـی نەدەمایەوە، شـەوانەش بە ماندوویـی ڕێگـەی ماڵـەوەم دەگـرت و دوای نانی ئێوارە بەبـێ حەیاڵی دەخەوتم. لەم کاتەشـدا بەڕاسـتی بوارێکـم بۆ نیگەرانی نەدەهێشـتەوە).

"جـان کوپربویـز" لـە کتێبەکـەی خۆیـدا بە نـاوی ڕێگەی لـە بیرکردنی نەگونجـاوەکان دەنووسـێت: کاتێـک کەسـێک لـە کاری خۆیـدا نووقـم دەبێت، جۆرێک لە ئاسـوودەیی و ئارامی دەروونی و ڕووخسـاری نەرم و شـادیبەخش بە (عەسـاب) و دەروونی تەسـکین دەبەخشـێت.

خانمی جانسـون یەکێـک لە بەناوبانگتریـن ژنانی جیهانگـەڕە ماوەیەک لەمەوپێـش پێـی وتـم کـە چـۆن توانیویەتـی لەگـەڵ خـەم و خەفـەت و نیگەرانییەکانیـدا ڕووبـەڕوو ببێتـەوە و بەسـەر کەوتوویـی کۆتایـی بە ململانێکـەی بهێنێت.

خانمـی جانسـون هەر بەو شـێوەیەی کـە لـە کتێبەکەیدا نووسـیویەتی کـە "بـە کارەسـات زەواجی کرد" شـانزە سـاڵان بوو کە لەگـەڵ مارتین جارسـون زەواجـی کرد. ئەوانـە لـە دوای زەواج "کانزاس"یـان ڕووەو جەنگەڵـە ترسـناکەکانی "برنئۆ" بەجێهێشـت. 25 سـاڵ ئـەم ژن و مێردە بـە جیهاندا گـەڕان. لە ژیانی بومیاکان و وەحشـیەکانی ئەفەریقا و ژیانی کۆمەڵـە جۆراوجۆرەکانـی ئاسـیا فلیمیان گرت. دوای ئـەوە گەڕانەوە بۆ ئەمەریکا و سـەبارەت بـەوەی کە دیبوویـان دوان و فلیمەکانیان گەیاندە سـاڵەی نمایشـکردن. لەم گیر و دارەدا بە کەوتنەخوارەوەی فڕۆکەکەیان ئەجـەل یەخـەی مێردەکـەی گرت و ژنەکەش لەسـەر جێی نەخۆشـخانە مایـەوە. پزیشـکەکان ڕایـان گەیانـد کە "جانسـون" هەرگیـز ناتوانێت لە

جێگەکەی بەرز ببێتەوە و هەستێتەوە، بەڵام پزیشکەکان نەیانناسی بوو، سێ مانگ دوای ئەوە لە کاتێکدا کە لەسەر گالیسکەیەک دانیشتبوو وتاری بۆ کۆمەڵێک دەدا ئەم کارەی سەدەها بار ئەنجام دا. کاتێ لێم پرسی بۆچی وتار دەدەیت بە ڕاستگۆییەکی تەواو وەڵامی دایەوە: "من بۆیە ئەم کارەم ئەنجام دا تا بوارێک بۆ خەم و پەژارە و نیگەرانی نەمێنێتەوە."

نازانم ئایا جانسون لە وتەکەی تینسون کە سەدەیەک لە پێش ئەوەوە ژیا بوو خەبەری هەبوو یا نا، بەڵام زانیبێتی یان نا کاری بە ئامۆژگارییەکەی دەکرد. تینسون سەدەیەک پێش لە خانمی جانسون وتبووی: دەبێ لە کاری زۆردا خۆم لەبیر بەرمەوە، ئەگەر نا کەمەرم لەژێر باری خەم و نائومێدیدا دەشکێت.

دەریاسالار "بیرد" پێنج مانگ بە تاک و تەنها لە کەلەبەرێکی بچووکی سەهۆڵبەندانی جەمسەری باشور دەژیا. لەو شوێنەدا سەرسوڕهێنەرەکانی سروشتی بە چاوی خۆی بینی. ئەو بۆ مانەوەی خۆی لەو سەرزەمینە سەهۆڵبەندانەدا بە قۆناغ و فراوانتر لە ئەمەریکا و ئەورووپا، کاتی خۆی بە وردی دابەش کرد. بەم دابەشکردنە شەو و ڕۆژی دیاری کرد و لەو ماوەیەدا بەبێ ئەوەی چاوی بە یەک مرۆڤ بکەوێت پێویستییەکانی خۆی بەدەست دەهێنا.

تا ڕووناکی سەد و پەنجا کیلۆ مەتر نەک تەنها مرۆڤ زیندەوەریش نەدەبینرا. دەریاسالار بیرد، هەندێ جار دەنگی سەهۆڵبەندانی هەناسەی خۆی دەبیست کە لە سینەی گەرمیەوە دەردەچوو. ئەو پێنج مانگە لە کاتێکدا بوو کە جەمسەری باشوور خولی شەوانەی خۆی بەڕێ دەکرد. دەریا سالار لە کتێبەکەی خۆیدا بە ناوی تەنهاوە، تەنیایی پێنج مانگەی لە تاریکیدا بە باشی شی کردبووەوە. لە بەشێکی ئەم کتێبەدا نووسیویەتی:

ڕۆژەکانم وەک شەو تاریک بوون و بۆ ڕزگاربوون و پاراستنی گیانی خۆم خۆمم بە کارەوە سەرقاڵ دەکرد. شەوانە کە لەگەڵ ڕۆژدا جیاوازی نەبوو پێش کوژاندنەوەی چرا کارەکانی ڕۆژی دوایم دیاری دەکرد. بە شێوەیەک بەرنامەکانم تەرتیب کردبوو کە تەنها ساتێکیش بێکار نەدەمامەوە. بە شێوەکی وا بوو کە توانیم دەسەڵاتم بەسەر نەفسی خۆمدا هەبێت. ئەگەر ئەم کارەم نەدەکردایە، دەبوایە کاتەکانم بەبێ مەبەست بەسەر ببردایە و ئەم کارەش هیچ سوودێکی نەبوو جگە لە تێکشکانی دەروونی و جەستەیی.

لە ڕیچارد کابوت مامۆستای پزیشکی زانکۆی هاروارد ئەم قەولە دەگێڕمەوە کە بەڕای من بیرۆکەیەکی سەرنجڕاکێشە:

من لە پیشەی پزیشکی بە تەواوی سەرنجەوە سەیرم کرد کە مەشغوڵی بە کارەوە چارەسەری زۆر لەو کەسانە کردووە کە بە نارەحەتی دەروونییەوە گیرۆدەن، کە بەهۆی ترس و گومان و دوودڵییەوە دووچاری بوون. ئازایەتی کە کار بە ئێمە دەبەخشێت، وەک بڕوابەخۆبوونەکەی "ئامرسن" نووسەری بەناوبانگ وایە کە شانازییەکی بێسنووری پێ بەخشیوە.

کاتێ کە بە کارکردنەوە سەرقاڵ نەبین و دڵبەئازار گۆشەگیر ببین و خەم و پەژارە بکەینە هاودەمی خۆمان ئەنجامەکەی بە پێی وتەی داروین وەک جۆرە کرمێکە کە مێشکمان وەک خۆرە بخۆن و توانا و ئیرادە لە ئێمە زەوت بکەن.

من پیشەوەرێکی نیویۆرکی دەناسم کە توانای ئاسایشی بەهۆی ئەم کرمە ئازاردەرانەوە دەست پێ کرد. ئەو بە ئەندازەیەک خۆی سەرگەرم و سەرقاڵ کردبوو کە بوارێکی بۆ خەمۆکی و نیگەرانی نەهێشتبووەوە. ئەم پیشەوەرە یەکێکە لە خوێندکارەکانی شەوانەی خۆم. ئەو لێپرسراوی دامەزراوەیەکە بەناوی "لانگ"وە، شوێنی

Scanned with CamScanner

کارەکەی "وال ئاستریت"ـە. ئەو داستانی سەرکەوتنی بەسەر نیگەرانیدا ئەوەندە بەپێز بۆ گێڕامەوە وای لێ کردم لە دوای تەواوبوونی دەرس بانگهێشتی بکەم بۆ ئەوەی نانی ئێوارە پێکەوە بخۆین و ئێوارە پێکەوە بەڕێ بکەین.

لە ئێوارەوە تا نیوەشەو بەردەوام بوو لە گێڕانەوەی سەرکەوتنەکانیدا کە من بە کورتی لە زمانی خۆیەوە بۆ ئێوەی ڕادەگوێزم:

هەژدە ساڵ لەمەوپێش بە ئەندازەیەک مشەوەش بووبووم کە تووشی نەخۆشی کەمخەوی بووم. ئەوەندە دەمارەکانی عەسابم گرژ و ئاڵۆز بووبوون کە بە بچووکترین ناسازی و نەگونجاوی هەڵدەهاتم. هەستم دەکرد هەموو دەمارەکانم خەریکن دەپچڕێن. هەڵبەتە بەڵگەیەکم بۆ نیگەرانییەکانم نەبوو. لەو کاتانەدا ئەمینداری کۆمپانیایەکی بەرهەمهێنانی "شیر میوە" بووم لە شەقامی 418ی برادوی لە ڕۆژهەڵاتی نیویۆرک. کۆمپانیا نیو ملیۆن دۆلاری بۆ بەرهەمهێنانی گیراوەی "تووە فەرەنگی" سەرف کردبوو کە گیراوەکە لە قووتووی یەک گالۆنیدا بۆ فرۆشتن ئامادە بوو. پێش ئەمەش بیست ساڵێک دەبوو کە ئەمانەمان بە کۆمپانیای بەرهەمهێنانی ساردەمەنی دەفرۆشت، بەڵام لەناکاو بازاڕی فرۆش بە چۆکدا هات و کۆمپانیاکانی بەرهەمهێنەری ساردەمەنی ئامێزی کاری خۆیان فراوان کرد بۆ فرۆشتنی بەرهەمەکان و ئەمانەوەیان لە بازاڕدا هەستان بە دابەزاندنی نرخی بەرهەمەکان و دەستیان کرد بە کڕینی گیراوەی "تووە فەرەنگی" لە ناو بەرمیلی گەورەدا.

لە هەلومەرجێکی ئاوادا نەک تەنها نیو ملیۆن دۆلار لە بەرهەمەکەی خۆمان زەرەرمان دەکرد، بەڵکو زیاتر لە یەک ملیۆن دۆلاریش دەبێ بدەین بە بەرهەمهێنەرەکانی "تووە فەرەنگی"، کە گرێبەستمان لەگەڵ واژۆ کردبوون. ئەوەندە بازاڕی فرۆش خراپ بوو هەتا ئەمان دەتوانی (350000) دۆلار، کە لە بانک وەهممان وەرگرتبوو

بیگەڕێنینـەوە. بانکیش ئامـادە نەبـوو کـە وەهمەکـە تازە بکەینـەوە. لە وەهـا هەلومەرجێکـدا جێگـەی سەرسـوڕمان نییە کە بڵێم مشـەوەش و نیگـەران بووم.

دۆسـتەکەی مـن لە دوای ئەم قۆناغـە ڕووبەڕووی گرفتـەکان دەبێتەوە.

با سـەرنج بدەینە درێژەی باسـەکەی:

بـۆ چاوپێکەوتنـی بەڕێوەبەری کۆمپانیا ڕۆشـتم بۆ کالیفۆرنیا. ویسـتم پێـی بڵێـم و تێـی بگەیەنم کـە لەگەڵ هەڵشـکاندا نێوانێکی زۆرمـان نییە. بـەلام ئـەو ئامـادە نەبـوو قسـەکانم قبـووڵ بـکات و نەدەچـووە ژێـر بـارەوە. بەڕێوەبـەری کارخانـەی ئیدارەی لـە نیویۆرک بە لێپرسـراوی ئـەم هەڵشـکانە دەزانی.

دوای چەنـد ڕۆژێـک باسـکردن لـە کۆتاییـدا قایلـم کرد بـەوەی کە واز لـە بەسـتەبەندی تـووە فەرەنگی بێنێـت و تـووە فەرەنگییە تـازەکان لە بازاڕی سانفرانسیسـکۆ بفرۆشـێت. بەم کارەی گرێکوێرەی ئێمە کرایەوە و ئەبوایـە نیگەرانیش دوور بکەوتایەتەوە، بـەلام من نەمدەتوانی نیگەران نەبـم، نیگەرانـی بووبـوو بە خوو بۆ مـن وەک زۆربەی ئینسـانەکان.

کاتـێ گەڕامـەوە بـۆ نیویـۆرک بـۆ هەمـوو شـتێک نیگـەران بـووم. بـۆ ئالۆباڵۆیـەک کـە لـە ئیتالیـا کڕیبـووم و ئەنەناسـێک کـە نوێنەری کۆمپانیایـەک دەبوایـە لـە هائیتـی بینێرێـت و مەسـایلی لەم شـێوازانە ئارامـی لـە مـن حەرام کردبـوو. لەوپـەڕی بێـزاری و نائومێدیـدا بڕیام دا مەیـدان بـۆ نیگەرانـی تەنـگ بکەمـەوە. تـا ئـەو کاتـە ڕۆژی حەوت کاتژمێـر کارم دەکـرد بـەلام بە یەکجـاری ژمـارەی کاتژمێـرم گەیاندە شـانزە. کاتژمێر هەشـتی بەیانی دەچووم بۆ کۆمپانیا و نزیکی نیوەشـەو دەگەڕامـەوە. شـەو بـە ماندوویەتـی دەچوومە خەوەوە وەک جەسـتەی بێگیـان دەکەوتـم بەسـەر جێگەکەمدا.

ماوەی نۆ مانگ بەم شێوەیە بەردەوام بووم لە کۆتایی ئەم ماوەیەدا نیگەرانیم لەنێو خۆمدا کوشت. دانی پێدا دەنێم ئەوەندە بواری خۆنواندنم بە نیگەرانی نەدا کە دیقی کرد و مرد. دوای ئەو کاتانەی کە نیگەرانی لە من دوور کەوتەوە، کاتژمێری کارکردنم کەم کردەوە بۆ هەشت کاتژمێر. هەشت ساڵ زیاترە کە بێخەوی و نیگەرانی بەرۆکیان نەگرتووم.

بەم شێوەیە "برنارد شۆ" مافی خۆیەتی کە دەڵێت:

ڕازی بەدبەختی و بێچارەیی ئێمە، ڕۆژانی بەتاڵیمانە، چونکە لە ڕۆژە بەتاڵەکاندا بیری خۆمان سەبارەت بە خۆشبەختی و بەدبەختی دەخەینە گەڕ.

کاتی خۆت بە خەیاڵپڵاوی و بیری بێ سامان و بێسەروبەر بەسەر مەبە و قۆڵی لێ هەڵماڵە و بە کارەوە مەشغوڵ بە. بە شێوەیەکی سروشتی خوێن باشتر هاتوچۆ دەکات و مێشکیش خواردنێکی باشتری دەبێت، لە ئەنجامدا ئەندێشە و بیری ناقۆڵا لە مێشکت دەچنە دەرەوە.

بە کارکردن خۆت سەرقاڵ بکە، هەرزانترین و بەسوودترین ئامۆژگاری بۆ تۆ ئەمەیە:

سەرگەرمی بە کارکردنەوە= زاڵبوون بەسەر پەرۆشی و نیگەرانیدا.

سەرگەرمی بە کارکردنەوە= داهاتی زیاتر و ژیانی ئاسوودەتر.

سەرگەرمی بە کارکردنەوە= نەبوونی کاتی زیادە بۆ خەم و خەفەتخواردن، کارکردن هەرزانترین دەرمانێکە کە بۆ زاڵبوون بەسەر نیگەرانیدا دروست بووە.

کاتەکانی خۆت بە کارکردن پڕ بکەرەوە. کەسانێک کە نیگەرانن ڕێگەیەک لەم ڕێگەیە گونجاوتر و کەم سەرفتر بۆ ڕووبەڕووبوونەوەی نیگەرانی نادۆزنەوە. ئەگەر خۆت لە کاردا نوقم نەکەیت بە دڵنیاییەوە خۆت نوقمی نائومێدی و خەم دەکەیت.

Scanned with CamScanner

بەندی حەوتەم

نەهێڵن خۆرەی نیگەرانی گیانتان بهاڕێت:

داسـتانێک کـە "رابـرت مور" ـی خەڵکـی نیوجرسـی بۆی باس کـردم تا کۆتایـی تەمەنـم لە بیـری ناکەم. لـە زمانی خۆیـەوە داسـتانەکەیتان بۆ دەگێرمەوە:

(... مـن گەورەتریـن وانـەی ژیانـی خۆمم لـە مارتی 1945 لـە قووڵایی 276 پـێ لەژێـر ئـاوەوە لـە دەریاکانـی هینـد و چیـن فێر بـووم. من یەکێـک بـووم لـەو هەشتاوهەشـت نەفـەرەی کە لەژێـر دەریـادا کارم دەکـرد. بەهـۆی رادارەوە ئـاگادار کراینەوە کـە کاروانێکی تـا رادەیەک بچـووک و پـڕ چەکـی دوژمن ڕوو بـە ئێمە دێـت. سـپێدەی بەرەبەیان ژێـر دەریاییـەکان لەژێـر ئـاوەوە خۆمـان بۆ هێرشـبردن ئامـادە کرد. لـە ڕێگـەی دووربینـی ژێر دەریـاوە بە باشـی دەمبینی کە کەشـتییەکی جەنگـی پـڕ چەکـی یابانـی بـە ناونیشـانی ڕێنیشـاندەر و کەشـتییەکی نەوتکێـش ڕوو بـە ئێمـە لـە جووڵەدایـە. بە سـوڕاندنەوەی ئاراسـتەی دووربینەکـە مینهاوێژێکیـش کەوتـە نـاو بازنـەی دووربینەکەوە. سـێ موشـەکمان بـۆ ئاراسـتە کـردن بـەڵام بەهـۆی ورد نەبـوون و خراپی دیقـەی موشـەکهاوێژەکەوە هەر سـێ موشـەکەکە بە هەڵەدا ڕۆیشـتن. کەشـتییە پـڕ چەکـە ڕێنیشـاندەرەکە لە پێـش کاروانەکەوە لە پێشـماندا بـوون. بـە ڕواڵـەت سەرنشـینەکانی نەیانزانی بـوو کە ئێمە هێرشـمان بـۆ بـردوون. ئێمـە بە سـوودوەرگرتن لـەو حاڵەتە بڕیارمـان دا هێرش بـۆ کەشـتییە مینهاوێژەکە بەرین. بـەڵام مینهاوێژەکە لەناکاو ئاراسـتەی خـۆی گۆڕی و هەسـتی بـە هێرشـەکەمان کـرد. فڕۆکەیەکـی گەڕۆکی

Scanned with CamScanner

یابانی ژێر دەرياييەکانی ئێمەی لە قووڵايی 60 پێدا بەدی کرد و مینهاوێژەکەشی ئاگادار کردبووەوە. بۆ ڕزگاربوون لە ڕەنج و زەحمەتی ڕووبەڕووبوونەوە لەگەڵ مینهاوێژەکەدا ڕۆشتین تا قووڵايی 150 پێ و خۆمان بۆ ڕووبەڕوو بوونەوەی هەر کارەساتێک ئامادە کرد:

لەبەر ئەوەی ڕادارەکانیش نەتوانن لە ڕێگەی شەپۆلی دەنگی و دڵۆپەکانی هەواوە شوێنمان دیاری بکەن پانکە کارەباييەکانمان لەکار خست. پێویستييەکانی جەنگ و ماتۆڕەکان و هەر شتێک کە دەنگی لێوە بهاتايە هەموومان کوژاندەوە. هەموو شتێکمان لەژێر دەريادا لەکار خستبوو.

سێ خولەک دوای گەشتنی ئێمە بە قووڵايی 150 پێ هێرشی مینهاوێژەکە دەستی پێ کرد. بە نێوانێکی زۆر کەم سێ مین لە نزيکی ئێمە تەقینەوە و ژێر دەرياييەکانی تا قووڵايی 276 پێ بردە خوارەوە.

ترس سەراپای داگرتبووین. تەقینەوە لە قووڵايی کەمتر لە 1000 پێ ترسناک بوو، لە قووڵايی 500 پێ ترسی مردن و تیاچوونی یەکارەکی بوو، ئێستا بیری لێ بکەرەوە لە قووڵايی 276 پێدا چ ڕووداوێک دەتوانێت ڕوو بدات؟ ماوەی پانزە کاتژمێر مینهاوێژی یابانی لە سەرو ئێمەوە بە بەردانەوەی مینی ژێر ئاوەوە مەشغوڵ بوو.

ئێمە گەشتبووینە قووڵايیەک کە نەماندەتوانی لەوە زیاتر ڕۆبچینە خوارەوە، چونکە ئەگەری گیرکردنمان لە کەفی ئۆقیانووسدا هەبوو. بەڵام خۆشبەختانە تەواوی مینەکان لە قووڵايی کەمتر لە 50 پێدا دەتەقینەوە و بەرژەوەندی ئێمە لەوەدا بوو کە شوێنی خۆمان لەژێر دەريادا نەگۆڕین. ترس و لەرز لەژێر دەريادا فەرمانڕەوايی دەکرد. من ئەوەندە ترسابووم کە زۆر بە دژواری هەناسەم دەدا. بە خۆمم

Scanned with CamScanner

دەوت: ئەمەش یەکێکی تر کە مەبەستی مردنە! لەگەڵ ئەوەشدا دەزگای ساردکەرەوە و پانکە لەکار کەوتبوون، بەلام عارەقی سارد لە نێوچاوانم میوان بوو بە هەموو توانایەکم نەمدەتوانی ڕێگری لە پێکدادانی ددانەکانم بکەم. لە هەلومەرجێکی وادا بوو هێرشی مینهاوێژی یابانییەکان کۆتایی پێ هات.

وابزانم تەقەمەنییەکان تەواو بووبوون یان وایان پێ باش بوو لەمە زیاتر لەتوپەتمان نەکەن! بەهەرحاڵ، مینهاوێژەکان ئێرەیان تەرک کردبوو. ئەو پانزە کاتژمێرەی کە لەژێر هێرشدا بووین وەک پانزە ملیۆن ساڵ لە من تێپەڕی. تا ئەو کاتە چەند جارێ بە ڕووداوەکانی ژیانی پێشووی خۆمدا چووبوومەوە. ئەو کارە نەشیاوانەی کە تا ئەو کاتە ئەنجامم دابوون لە بیرمدا دەهاتن و دەچوون. چەند جارێک دەمهێنایەوە بیری خۆ، کە پێش ئەوەی بچمە ناو سوپاوە چۆن لە بانکێکدا دامەزرام و چۆن کار زۆر ماندووی دەکردم و بە کەمی مووچە نیگەران بووم، لەم ڕوانگەیەوە نیگەران دەبووم کە بۆچی ناتوانم بە دڵی خۆم ژیان بەڕێ بکەم.

بۆچی ناتوانم ئوتومبێلێک بکڕم، بۆچی ناتوانم جلوبەرگی گرانبەها بۆ هاوسەرەکەم بکڕم؟ خراپتر لە هەموو ئەمانە وشکی و بێزەوشتی لێپرسراوەکەم بوو کە نەمدەتوانی تەحەمولی ئەم حاڵەتە بکەم. ئەم دەورانە زیندووتر لە فلیمێکی سینەمایی جار بە جار لە پێشچاوم خۆیان نمایش دەکرد.

دەهاتەوە بیرم کە شەوان چۆن بە ماندوویی و تووڕەییەوە دەگەڕامەوە ماڵەوە و بەهۆی شتانێکی بێبایەخەوە لەگەڵ هاوسەرەکەمدا شەڕم دەکرد. هەر کاتێ ڕووبەڕووی ئاوێنە ڕادەوەستام سەیری شوێنی برینێکم دەکرد کە بەهۆی ڕووداوی ئوتومۆبیلەوە بە یادگاری بۆم مابوویەوە، ئەوەندەی تر بێزار دەبووم.

Scanned with CamScanner

پێش ڕووداوی هێرشــی ژێر دەریا ئەوەندە گرنگیم بە مەسـایلی بچووک دەدا کـە لێیانــەوە نیگەرانــی و دڵ مەشــغوڵی گەورەم دروســت دەکرد، بــەڵام کاتــێ لــە قووڵایــی ئۆقیانووســدا لەگەڵ مردنــدا دەســتمان لەنێو دەســتی یــەک بــوو لەگــەڵ خۆمدا پەیمانم بەســت کــە ئەگەر ئــەم جارە گیانم ســەلامەت بێت و چاوم بە خۆر یا مانگ و ئەســتێرەکانی ئاســمان بکەوێــت ئیدی بــواری خۆنوانــدن بە نیگەرانــی نادەم!بە خۆمــم وت: (لە دوای ئــەم ڕووداوەوە ئیــدی نیگەرانــی هەرگیز!هەرگیز!)

مــن لە دوای ئــەو کاتژمێرە پڕ مەترســییە نزیکەی چوار ســاڵ لە زانۆی ســیراکیوز بــە خوێنــدن ســەرقاڵ بــووم و کتێبــی زۆرم دەخوێندەوە و وانــەی ژیانی لێوە فێــر بووم.)

زۆربــەی ئێمــە کەســانێین کــە تەحەمولــی ڕووداوی دژوار دەکەیــن و لــە بیــری خۆمانــی دەبەینــەوە، بــەڵام بــە بابەتێکی کــەم بایــەخ خۆمان لەدەســت دەدەیــن. ســەلمێنەری ئەم حاڵەتە یاداشــتی "ســاموئل پیپز"ــە دەربــارەی لەســێدارەدانی "ســرهاری وان".

کە ڕووداوەکەی بەم شێوەیە یاداشت کردووە:

(کاتێ ویســتیان "ســرهاری وان" لەســێدارە بدەن لە لەندەن بردیانە سەر ســەکۆیەکی تایبــەت بــە لەســێدارەدان. "ســرهاری وان" لەو ســاتەدا بە باشــی بەرگری دەکــرد و هەموو بینیــان کە بچووکترین لاوازی پیشــان نــەدا، بەڵام تکای لــە جەلادەکە کرد کە ئاگای لێ بێت تەورەکەی لەســەر زیپکەیەکــی دەردنــاک کە لەســەر ملیدا هەیە نەباتــە خوارەوە.)

دەریاســالاریش لەگــەڵ حاڵەتێکــی لەم شــێوەیەدا ڕووبــەڕوو بووەتەوە. لــەم ڕوانگەیــەوە هەنــدێ لــە یاداشــتەکانی پێکــەوە دەخوێنینــەوە. ئەم یاداشــتانە پەیوەندی بە سەفەرێکی پڕ مەترســی سەرما و سەهۆڵبەندانی جەمســەرەوە هەیە، کە لە ســەرو توانای مرۆڤەوەیە. (... هاوڕێکانم بەبێ

Scanned with CamScanner

نارەزایی دەربڕین لەو شـوێنە پڕ مەترسـییەدا، بەرگەی سـەرمای (80-) پلەیـان دەگـرت و لـە کار دوا نەدەکەوتـن. بـەڵام لە کاتی پشـوودان و ئارامیـدا هـەر دوو نەفەرێک کە لە پەناگەیەکـدا دەخەوتن نارەحەتی ئەوە بـوون کـە نەوەک یەکێکیـان پێی زیاتر ڕاکێشـێت و کەمێـک جێگە زیاتر بگرێـت، هاواریان لێ هەڵدەسـتا.

یەکێـک لـەو کەسـانە کردبوی بە خـوو کە پـارووی نانەکـەی 28 جار بجوێـت کـە ئەمـەش بـوو بـووە هـۆی تووڕەبـوون و ڕقـی ئەوانـی تـر. لـە کاتـی نانخواردنـدا ڕووبـەڕووی دەبوونـەوە و ئامـادە نەبوون خواردنـی لەگـەڵ بخـۆن و بە ناچـاری دەخزانە گۆشـەیەکەوە و بە جیا خواردنەکەیـان دەخـوارد. مـن بە ئەزموون گەشـتمە ئەو ڕایـەی کە لەم ئۆردووگای جەمسـەرەدا خاڵی بێبایەخ بەسـە بۆ ڕاکێشـانی ڕێکترین و بەتواناتریـن کـەس ڕوو بە شـێتبوون).

منیـش دەتوانـم ئـەم خاڵـە زیاد بکەم بـۆ یاداشـتەکانی دەریاسـالار کە هـەر ئـەم شـتە بێبایەخانە لـە ژیانـی هاوسـەرێتیدا شـێتی لەگەڵدایە و دەبێتـە هـۆی نیوەی نەخۆشـییەکانی دڵ. بۆ دڵنیایی و پشـتگیریکردن لە بۆچوونەکـەی خۆم، پشـت بـە بۆچوونەکانی "ژۆزف سـابات" دادوەری دادگای شـیکاگۆ دەبەسـتم. ئـەم دادوەرە بـە ئەزموونـە سـەبارەت بـە ناکۆکییەکانـی نێـوان ژن و مێرد دەنووسـێت:

(هەمیشـە خـاڵ و داواکاری بێبایەخـە، کـە دەبێتـە هۆی دروسـتبوونی ناکۆکـی و دووبەرەکـی لـە خێزاندا).

لەوانەیـە بتوانـم بڵێـم بـەم هۆیـەوە خاڵـی بێبایـەخ دەبێتـە هـۆی دروسـتبوونی ناکۆکـی پێش ئـەوەی ڕەگوڕیشـە داکوتێ کـەس گرنگی پـێ نـادات و ناکەوێتـە هەوڵـی چارەسـەرکردنی، بەڵام خاڵـی گرنگ و بەبایـەخ ڕاسـتەوخۆ دیـاری دەکـەن و ڕووبـەڕووی دەبنـەوە.

Scanned with CamScanner

"فرانس.بی.هـوگان" داسـتانی شـاری نیویـۆرک لـە ڕێگەیەکـی تـرەوە پشـگیری لـە بۆچوونەکانـی ژوزف سـابات دەکات. بـە بۆچوونەکانـی داسـتانی نیویـۆرک، بابەت بەم شـێوازەیە، کە زۆربـەی وێرانکارییەکان لـە بابەتـی کـەم بایـەخ و بچووکـەوە سـەرچاوە دەگرن.

(... خۆنواندن و پۆزلێدان و دەرپەڕاندنی جەستە و پروپاگەندەی بەتوانایی لـە مەیخانـەکان و بگرەوبـەردەی ناو خێزان و وشـەی تۆمەتبارکردن و جموجوڵـی گوسـاخانە و بێئەدەبانـە هەموویـان بابەتی بچـووک و کەم بایەخـن، کـە هەندێ جـار دەبنە هۆی کوشـتن و جەنایەتکردن).

تەنهـا ژمارەیەکی کـەم نەبێت کە بەهۆی تاوانی گـەورەوە گیرۆدە دەبن، ئەگـەر نـا دەتوانـم بڵێم (نیـوە لـە ژان و ئازارەکانی مرۆڤ لـە ئەنجامی بابەتی بێکەڵـک و بێبایەخەوەیە).

خانمـی "روزولـت" لە سـەرەتا ڕۆژەکانی زەواجیدا هەمیشـە لە دەسـتی خراپـی چێشـتەکانی خزمەتکارەکەی نـاڕازی بوو، کە ئەمـەش نیگەرانی دەکـرد و ئـازاری دەدا، بـەڵام بـە تێپەڕبوونـی سـاڵ ئەوەنـدە خراپـی چێشـتەکانی دووبـارە بووبوویەوە خانمی رزولت خـوی پێوە گرت و لە دواییـدا لە بیـری کرد.

"کاتریـن کبیر"یش کاتێ ببینیایە چێشـتلێنەر چێشـتەکەی خراپ کردووە زەردەخەنەیەکی دەکرد.

چەنـد سـاڵ لەمەوپێش بە ڕێکەوت لەگەڵ هاسـەرەکەمدا لـە ماڵی یەکێک لـە دۆسـتەکانمان میوان بووین. لـە کاتی خواردنی نانی ئێـوارەدا پیاوی ماڵەکـە کاتـێ دەیویسـت پارچەیەک گۆشـت بخاتە نـاو دەورییەکەیەوە تووشـی هەڵەیـەک بوو، کە مـن نەمبینـی، ئەگەریش بمبینیایـە گوێم پێ نـەدەدا. بـەڵام ژنـی ماڵەکە بە دەنگی بـەرز هاواری کرد (گیـان! تۆ کەی دەتەوێ فێری نانخـواردن بیت؟)

Scanned with CamScanner

ئەم هاوارکردنەش بوو بە هۆی نارەحەتبوونی پیاوەکە. بەڵام ژنەکە لەباتی ئەوەی عوزر بێنێتەوە ڕووی لە ئێمە کرد و وتی: (ئەو هەمیشە هەڵە دەکات، هەوڵ نادات هەڵەکانی ڕاست بکاتەوە!) لەوانەیە حەق لای ژنەکە بێت و پیاوەکە بە ڕاستی هەوڵ نەدات هەڵەکانی چاک بکاتەوە، چونکە تا ئەو کاتە بیست ساڵ دەبوو کە لەگەڵ ژنێکی ئاوادا ژیانی بەسەر دەبرد، نەیویستبوو ئەو هەڵە گەورەیەی قەرەبوو بکاتەوە.

بە ڕاشکاوانە و بێپەردە بڵێم: من ئامادەم خراپترین خواردن و خراپترین خواردنی دەستی ناشییەک بخۆم، بەڵام برینی زمانی ژنێکی بیانووگر لەبەر خاتری خواردنێکی باش کە لێناوە تەحەمول ناکەم! بابەتێک لە بارەی خۆمەوە بدرکێنم: ماوەیەک لەپێش بە میوانی ڕۆشتنمان بۆ ماڵی دۆستێکم و داستانی هەڵەی مێردەکەی، شەوێکیان هەندێ لە دۆستانمان لەگەڵ هاوسەرەکانیاندا بۆ نانی ئێوارە بانگهێشت کردبوو. دوای هاتنە ژوورەوەی هەموو میوانەکان بوو هاوسەرەکەم بینی بە بێتاقەتی، تەنها سێ دانە لە دەسرەکانی سەر مێزەکە،کە لەگەڵ ئەوانی تردا جیاوازن، ماون.

هاوسەرەکەم لە دواییدا بۆ منی گێڕایەوە کە کاتێ زانی چێشتلێنەرەکە باقیی دەسرەکانی بۆ شتن ناردووە بە ئەندازەیەک نارەحەت بووە، کە گەرووی دەگیرا و ئەگەر دڵدانەوەی من نەبوایە لەوانەیە بشگریایە، بەڵام من کاتێ بینیم ڕێگەیەک بۆ حەلی دەسرەکان نییە، بابەتەکەم بە بێبایەخ خستە بەرچاو و بە سەرگەرمکردنی میوانەکانەوە خەریک بووم لە کاتی نانخواردندا چەند نوکتەیەکی خۆش و بەپێزم بۆ گێڕانەوە کە وابزانم بووبووە هۆی نەشاتی میوانەکان و هیچ کامیان بە نارێکی دەسرەکانیان نەزانی.

وتەیەکی پێشینانی فەرەنسی هەیە دەڵێت: (De minimis non curat lex)، واتا: (یاسا شتی بێبایەخ لە قەڵەم نادات!)، تۆیش ئەگەر

Scanned with CamScanner

دەخوازیت ئارام بیت نیگەرانی بە بێبایەخ بخەملێنە و لە قەڵەمی مەدە.

ڕەوشێکی گونجاو بۆ ڕووبەڕووبوونەوەی نیگەرانی ئەوەیە کە توانا و زیرەکی لەباتی بیرۆکە و ئەفکاری مشەوەش بخەینە گەڕ. دەبێت فێری ئەوە ببیت، کە چۆن بیرۆکەی نیگەرانیهێنەر لە مێشکی خۆت بە دوور دەگریت. ڕێگەیەکی ئاسان بۆ بەئەنجامگەیاندنی ئەم خواستە ئەوەیە، کە بیر لە بابەتێکی شادیبەخش بکەیتەوە. کارێک کە دەتوانیت بەئەنجامی بگەیەنیت بۆ بێبایەخکردنی نیگەرانی ئەوەیە کە ساتەکانی شادیئامێزی ڕابردووی دوور و نزیک بهێنیتەوە یادی خۆت و بە شیکردنەوە و تەحلیلکردنیان خۆت خەریک بکەیت. بۆ نموونە لە ساتەوەختێکدا کە نیگەرانی تەنگی پێ هەڵچنیون و بەسەرتاندا زاڵ بووە، سەفەرێکی شادیئامێز بهێننەوە یادی خۆتان کە چەند ساڵێک لەمەوپێش لەگەڵ دۆستەکانتاندا کردووتانە و بەش بە شی کاتژمێرەکانی و خولەکەکانی لە ناخی خۆتاندا لێک بدەنەوە. چەند خولەکێک دوای بیرلێکردنەوەیان نیگەرانییەکە خۆی بۆ خۆی دەکشێتە دواوە و درێژە ناکێشێت و بە بێبایەخی دەزانن.

دۆستەکەم "هومر کروی"، کە ئومێدەوارم ئەوانەی سەردانی "پاریس"یان کردبێت کتێبە بەناوبانگەکەیان خوێندبێتەوە، لە کتێبەکەیدا بە هێنانەوەی نموونەی جۆراوجۆر ڕێنمونی ئێمە دەکات کە چۆن دەتوانین نیگەرانییەکان بە بێبایەخ بزانین و خۆمانی لێ بەدوور بگرین! کروی جارێکیان بۆی باس کردم: (ئەو ڕۆژانەی کە سەرقاڵی نووسینی یەکێک لە کتێبەکانم بووم، ڕادیاتۆری دابینکەری پلەی گەرمای بیناکەم دەنگێکی ئەوتۆی لێ بەرز بوویەوە کە تەرکێز و هەستەکانمی بە تەواوی هەژاند. ئەو دەنگە نەک هەر ئەو ڕۆژە بەڵکوو چەند ڕۆژێک بەردەوام بوو. بە ئەندازەیەک پەرێشان و مشەوەش بووبووم کە نەمدەتوانی لە پشت مێزەکەم دابنیشم و بمێنمەوە. لەوانەیە بەرجەستەی

نەکەیت ئەوەندە هەستمی هەژاندبوو لە کاتی نووسینی کتێبەکەدا ئەگەر بمەوێت بیرۆکەیەک بنووسم دەبێ چ واتایەک ببەخشی؟)

لەم ئانوساتەدا بیرۆکەکەی خۆمم لەبیر کردبوو کە ڕێگەی ڕووبەڕووبوونەوەی نیگەرانی و بە بێبایەخ لەقەڵەمدانی بوو، تەنها دەمویست زووتر بزانم کە کروی چ هەڵوێستێک دەنوێنێ لە بەرامبەر ئەو ڕادیاتۆرەدا کە ژوورەکەی هەژاندبوو.

کروی، کە بە سەیرکردنەکەی منی زانی و بەئاگا بوویەوە، تێگەیشت کە ڕووداوەکەم زۆر بە جدی گرتووە، هەر لەبەر ئەم هۆیە بوو دەنگی نزم کردەوە و بە زەردەخەنەیەکەوە وتی:

(... هەستم دەکرد ئەم جەستە بێگیانە خەریکە گیان تا سەر لێوم دێنێت. دەبوایە لە دەستی هەڵبهاتمایە، چونکە ئەگەر گلەیی ڕادیاتۆرەکەم لای تۆ بکردایە وات دەزانی کە شێت بووم. بەبێ ئەوەی بابەتەکە بدرکێنم بڕیارمان دا لەگەڵ کۆمەڵێک لە هاوڕێیاندا گەشتێک بۆ دەرەوەی شار بکەین. مەبەستم ئەوە بوو کە چەند کاتژمێرێک دەنگی ڕادیاتۆرەکە لە بیر بەرمەوە. دوای ماوەیەک لەو گەشتەدا ئەو خواردنانەی کە لەگەڵ خۆمان بردبوومان، ئاگرێکمان بۆ کردنەوە و گۆشتی بەرخەکەم خستە ناو تاوەیەکەوە و لەسەر ئاگرەکەم دانا. دەنگی چزوو بزی گۆشتەکە لەناو تاوەکەدا زۆر خۆشئاهەنگ بوو لە گوێمدا.

کە سەرنجم دا زۆر لە دەنگی ڕادیاتۆرەکە دەچوو! سەرسووڕهێنەر بوو نزیکی کاتژمێرێک دەنگێکی وەک دەنگی ڕایاتۆرەکەم دەبیست نەک تەنها نارەحەت نەدەبووم بەڵکوو لەزەتیشم لێ وەردەگرت. بەس لەوانەیە ئەو دەنگە ئەوەندە وەحشەتناک نەبووبێ. بە خۆمم وت:

ئەی پیاو بێ ئەوەی نارەحەت بیت کارەکەت بە ئەنجام گەیاند و پشووت دا! باقی کاتەکانی تریشت هەر ئەم کارە ئەنجام بدە !سەرنجم

Scanned with CamScanner

لـە قسـەکانی خۆم دا و دەنگـی ڕادیاتۆرەکەم لەبیر خۆم بردەوە. ئیستا بەلامـەوە گرنـگ نییە کـە ڕادیاتۆرەکە دەنگی لێوە بێت یـا نویی بکەنەوە و لە دەنگـی بخەن.)

کـروی، بـە ڕاشـکاوانە وتی: ئیتر ئـەو دەنگـەم لەبیر کـردووە. بوون و نەبوونـی بەلامەوە گرنگ نییە. بەم شـێوەیەش دەتوانیـت وەک نیگەرانی بێبایـەخ لـە قەڵەمـی بدەیـت. لـەو شـتانەی کـە حەزمـان لێیـان نییـە نارەحـەت دەبین، چونکە زیاد لە پێویسـت گەورەیـان دەکەین! دیزرائیلی ڕسـتەیەکی ڕازاوە و پڕمانـای هەیـە: ژیـان زۆر کورتتـرە لەوانـەی کە بـە بچووکیـان دەزانیـن! "ئەنـدرە مورروا"، نووسـەر و سیاسـەتمەداری فەرەنسـی، لـە یەکێـک لـە پەخشـانەکانیدا لـە گۆڤـاری هەفتەدا ڕسـتە ڕازاوەکـەی دیزرائیلـی بـە شـێوەیەکی ڕازاوەتـر ڕوون دەکاتەوە:

(ئەم وشـانە (مەبەسـتی ڕسـتەکەی دیزرائیلییە) لە زۆربەی شـتە ناحەز و ناقۆلاکانـی ژیانـدا هاتوونەتـە یارمەتیدانی مـن. ئێمە زیاد لـە ڕادە بە سـەرقالکردنی خۆمان بە شـتی کەم بایەخ و بچووکـەوە خۆمان خەریک دەکەیـن بە شـێوەیەک کـە دەبێت لێیان بـە دوور بین.

بـەم شـتە بچووکانە ژیانی شـیرین بە چێـژی خۆمان تـاڵ دەکەین. ئێمە کـە چەنـد بەیانییەک زیاتر لەسـەر ئەم کـورەی زەوییـەدا ناژین کەوایە بۆچـی کاتژمێرە گرانبەهاکانـی خۆمان بە خەمۆکی و پەژارە بسـپێرین؟ مەگـەر خۆمـان و خەڵکیـش ئەوانـە لە بیر بکـەن؟ ئەو شـتە بچووک و بێکەڵکانـە تا سـەر نامێننەوە!

چەنـد خۆشـە ژیانـی خۆمـان سـەرفی کارێکـی بەسـوود و بەکەڵـک، ئەفـکاری بـەرز، خۆشەویسـتی ڕاسـتەقینە و کارانێـک کـە شایسـتەی لەبیرکـردن نەبـن بکەیـن، چونکـە ژیان کورتتـر لەوەیە کە بـە بچووکی دەزانین).

Scanned with CamScanner

لەوانەیە ئێوەیش بیر بکەنەوە: بۆچی ئەندرە موروا لە پەخشانێکدا ئەم ڕستەیەی دیزرائیلی وەک بەڵگەیەک بەکار هێناوە؟ کەوایە خراپ نییە گەر ناوەرۆکی بابەتەکەتان بۆ بنووسم تا بزانن ئەندرە موروا، جگە لە سیاسەت لە نووسینیشدا دەستێکی باڵای هەبووە! ڕووداوەکە بەم شێوەیەیە: کیپلینگ شاعیر و نووسەری ناودار لەگەڵ کچێک بە ناوی کارولین بالیستیر لە ناوچەیەک بە ناوی "ویرمونت" زەواجی کرد و بینایەکی جوانی لە "برانل پرو" دروست کرد. کیپلینگ نیازی وابوو تا کۆتایی تەمەنی لەوێدا ژیان بەسەر بەرێت و لە سروشتی ڕازاوە و بینا ڕازاوەکەی بەهرەمەند ببێت. لەو ڕۆژانەدا براکەی کارولین لەگەڵ مێردی خوشکەکەیدا، واتە کیپلینگ پەیوەندییەکی برادەرانەیان بەست و ئەوەندە دۆستایەتییەکەیان گەرم بوو کە شەو و ڕۆژیان پێکەوە بەسەر دەبرد و شانبەشانی یەکتر کاریان دەکرد.

دوای ماوەیەک کیپلینگ بڕێک لە زەوی برای خێزانەکەی کڕی بۆ ئەوەی زیاتر بیناکەی بە گوڵ و گوڵزار بڕازێنێتەوە. بالیستر بەم مەرجە زەوییەکەی بە شاعیر فرۆشت، کە مافی هەبێت وێنجە لەکاتی خۆیدا دروێنە بکات و خۆراکی ئاژەڵەکانی دابین بکات.

ڕۆژێک بالیستر بینی کە شاعیر لە نێوان وێنجەزارەکەدا یا باشترە بڵێم لە بەشێکی بچووکی موڵکەکەی خۆیدا باخچەیەکی دروست کردووە.

بالیستر لەم کارەی شاعیر تووڕە بوو لەبەر ئەوەی چەند مەترە چوارگۆشەیەکی لەپێناوی باخچەیەکی گوڵ و گوڵزاردا لەناو بردووە، هەڵپەی کرد و هەرچی ویست و بە دەمیدا هات بە مێردی خوشکەکەی وت. شاعیریش نەیتوانی خۆی کۆنترۆڵ بکات و وەڵامی دایەوە.

دوای چەند ڕۆژ کیپلینگ بە سواری پاسکیلەکەوە بە جادەی کەناری مەزرەعەدا تێدەپەڕی، برای خێزانەکەی بە ئەنقەست لەقاوی ئەسپەکەی ڕوو کردە شاعیر و ڕێگەی لێ گرت و خۆی بە شاعیردا کێشا و

Scanned with CamScanner

شاعیر کەوت بە زەویدا.

شاعیر پێشتر بە شیعرێکی خۆی ئامۆژگاری خەڵکی دەکرد: (کاتێ کە خەڵکی توورەن و خوێنساردی خۆیان لەدەست دەدەن تۆ خوێنسارد و لەسەرخۆ بە).

خۆی کاری بەم پەندە نەکرد و لە دەستی برای خێزانەکەی سکاڵای لای دادگا کرد. دادگا وروژا و کار کێشایە جەراید و ڕۆژنامەکان. بابەتەکە بەهۆی ناوی کیپلینگەوە لە ڕۆژنامەکاندا گرنگی زۆری پێ دەدرا و کۆمەڵێک ڕۆژنامەنووس لە دوور و نزیکەوە خۆیان گەیاندە ئەو ناوچە ئارام و چۆڵە و ئارامی ناوچەکە و شاعیریان ئاڵۆز کرد.

ئەو ئەنجامەی کە لە دادگاوە بوو بە نسیبیان ئەوە بوو کە کیپلینگ و خێزانەکەی بینا ڕازاوەکەی خۆیان، کە دەیان ویست تا کۆتایی تەمەن بە ئارامی تێیدا ژیان بە ڕێ بکەن بەجێ بێڵن و بۆ هەمیشە لەبیری خۆیانی بەرنەوە.

ئەو شتەی کە ئەم ناکۆکییەی هێنایە کایەوە لە بەستەیەک وێنجەی بێبایەخ تێنەدەپەڕی! "پریکلس" چوار سەدە پێش لە لەدایکبوونی مەسیح واتە 2400 ساڵ پێش وتوویەتی:

ئێمە بە شتی زۆر بچووک گرنگی دەدەین! من خۆم دوای 24 سەدە دانی پێدا دەنێم کە بەڕاستی ئێمە هەر ئەم کارە دەکەین! واتە بە شتە گەورەکان گرنگی دەدەین! لێرەدا دەمەوێت داستانی تەمەنی درەختێک و چۆنیەتی تێکشکان و لەناوچوونیتان بۆ بگێڕمەوە لە زمانی دکتۆر "هاری ئامرسون فوسریک":

(... لە دامێنی گردێکەوە لە ناوچەی "لانک پیک" لە "کولورادو"، درەختێکی ئەستور و گەورە دەبینرا کە لێکۆڵەرەوان و گیاناسان تەمەنیان بە چوارسەد ساڵ مەزەندە دەکرد. ئەوانە بڕوایان وابوو کە ئەم درەختە

Scanned with CamScanner

لــە کاتێکـدا کە "کریســتف کلمــب"، بۆ یەکەم جار لە ســان ســالواتورە لە کەشـتی دابەزی ناشتی.

ئــەم درەختــە لــە مــاوەی زیاتر لــە چوار ســەدەدا بــە لایەنــی کەمەوە چــواردە جار بــەر زەبری هەورەبرووســکە و لافاوی وێرانکــەر کەوتوە و پایــەداری پیشــان داوە. هیــچ هۆکارێــک لــەو هۆکارانە ســەرکەوتوو نەبــوون لــە لەناوبردنــی ئەم درەختــە خۆڕاگــر و ئەســتورەدا، تا چەند کرمێکــی بێکەڵــک و بێبایــەخ چوونە نــاو ئــەم درەختە کۆنە ســاڵەوە.

کرمــەکان کــەم کەم بــە ئارامــی و لەســەرخۆیی کرۆکــی درەختەکەیان خــوارد. بەهــۆی هێرشــی ئەم ئافاتــەوە درەخت تواناکەی لەدەســت دا و تەســلیمی ئــەو کرمانــە بوو کە هیــچ یەکێک لەوانــە ناتوانن لــە بەرامبەر زەڕەیــەک فشــاری دوو پەنجەدا خۆیــان بگرن و پــان نەبنەوە.

بەڕاســت وا نازانــی کــە ئێمەیــش وەک ئــەو درەختــە ئەســتوورە واین کــە بەرەنــگاری لافــاوی بەهێــز و کارەســاتی پڕمەترســی دەبینــەوە و پاشــان مێشــک و دڵی ســالمی خۆمان بــە کرمەکانی پــەژارە و نیگەرانی دەســپێرین؟ کرمانێــک کــە بچووکتــر لــەوەن کــە بتوانــن لــە بەرامبەر کەمتریــن فشــاری دوو پەنجــەدا خۆیــان ڕاگرن؟

چەند ســاڵێک لەمەوپێش لەســەر خواســتی "چارلز شــیپرد"، بەڕێوەبەری دائیرەی ڕێگەوبانی شــاری

"ئایومینــک" لەگــەڵ دەســتەیەک لە دۆســتاندا بــۆ ســەردانی موڵکەکانی "کفلر"، ســەرمایەداری گەورەی ئەمەریکی لە شــار دەرچووین. شــۆفێری ئــەو ئۆتۆمۆبیلەی کــە منی برد بەهۆی نەشــارەزایی ڕێگەکەوە بە هەڵەدا ڕۆیشــت و لــە ئەنجامــدا کاتژمێرێــک درەنگتــر لــە هاوڕێکانم گەشــتمە بــەردەم بینایەکــی گەورە کــە بڕیار وابــوو لەوێدا یــەک بگرینەوە.

شــیپرد کــە کلیلی دەرگای ســەرەکی باخەکــەی لابــوو کاتژمێرێک لەبەر

Scanned with CamScanner

خۆرەتـاو و هـەوای گەرمـدا بـە چاوەڕوانـی مابوویەوە، لەو شـوێنەدا کە مێشـوولەکان نەیان دەهێشـت مرۆڤ بۆ تەنها سـاتێک پشـوو بدات. مێشـوولەکانی ئەو جێگەیـە ئەوەندە ئازاردەرن کە چەنـد دانەیەک لەوانە بەسـە بۆ دێوانەکردنی خوێنسـاردترین کەس. ئەم مێشـووله ئازاردەرانه بـە تـەواوی بێشـەرمییان نەیـان توانـی بـوو بەسـەر چارلز شـیپردا سەربکەون.

چارلـز شـیپرد، لە هەڵیکەوە بۆی ڕەخسـابوو و سـوودی وەرگرتبوو لە توێکڵـی چڵێکی جوانـی سـنەوبەر، فیکەیەکی بۆ خۆی دروسـت کردبوو لـە تـەواوی ئـەو ماوەیـەدا بەبـێ ئـەوەی گوێ بـە مێشـوولەکان بدات خـۆی بـەو فیکەیـەوە خەریـک کردبـوو. مـن ئـەو فیکـە بچووکـەم بە یـادگاری پیاوێـک هەڵگرتووە، کـە دەزانێت چۆن گرنگی نەدات بە شـتی بچـووک و نارەحـەت نەبێت.

بۆ سـەرکەوتن بەسـەر نیگەرانیدا پێش ئەوەی ببێتە خـوو بۆتان و ژیان بـە چێژتـان تاڵ بـکات بـە وردی کار بـەم دوو دەسـتوورەی خوارەوە بکە:

1. هەرگیـز مۆڵـەت نەدەیـت ئـەو شـتە بچووکانـەی کـە بـە ئاسـانی دەتوانیـت بـە نەبوویـان دابنێیـت ژیانت لێ تێـک بـدەن و وێرانی بکەن.
2. لە بیری نەکەیت: ژیان کورتترە لەوانەی کە بە بچووکیان دەزانیت!

Scanned with CamScanner

بەشی سێیەم

بەندی هەشتەم

نووسخەیەک بۆ زیاتر بنەبڕکردنی نیگەرانییەکان

یـادی ئەو ڕۆژانــە بەخێر، دەورانــی منداڵی بوو. مــن زۆرترین دەورانی منداڵیـم لە مەزرەعەیەکدا لە میسـوری بەسـەر دەبـرد. ڕۆژێکیان لەگەڵ دایکمـدا سـەرگەرمی وشـککردنەوەی ئاڵوباڵوو بووین. لە نـاکاو هاوارم کـرد و لەو نـاوە دوور کەوتمەوە. لە دەنگی هاواری من دایکم سەرسـام بوو بە سەرسـامییەوە سـەیری کردم و وتی:

- دیل بۆچی هاوار دەکەی؟

بە دەنگێکی بەرز کە کەمتر لە هاوار نەبوو لە وەڵامیدا وتم:

- دەترسـم دایە! دەترسـم زیندەبەچاڵم بکەن! لەو ڕۆژانــەدا لەڕادەبەدەر لــە منداڵەکانــی هاوتەمەنـم نیگەرانتـر بـووم. لــە کاتــی لافـاودا لــە هەورەبروسـکە دەترسـام و بە خۆمم دەوت: (بۆ ئاخری هەورەبروسـکە دەتکوژێت!) سـاڵێک کــە دەرامەتی مەزرەعە بـاش نەبووایە دەموت: (ئەم سـاڵ لە برسـا دەمرم!)، کاتێکیش کە ئاسـایی بوایە دەموت: (دوای مردن لــە ئاگری دۆزەخدا دەمسـووتێنن!)، لــە زۆربەی کاتەکاندا ترسـم هەبوو کـە "سـایت وایت" بــە دوامـدا بێت -سـایت وایـت منداڵێکی شـەڕانی و چەقاوەسـووی ئـەو ناوچەیـە بوو، کـە هەڕەشــەی لێ کردبـووم دەبێ گـوێ گەورەکانـم بە چەقۆ ببڕێت. لەوە دەترسـام کە لەسـەر بەڵێنەکەی سـوور بێت. کاتێ لەگەڵ کچێکی جواندا ڕادەوەسـتام دەترسام کڵاوەکەم

Scanned with CamScanner

لە سەر لابەرم، چون نیگەران بووم ئەوەک پێم پێبکەنێت.

چون لەگەڵ ئەم ترسەدا دەژیم هیچ کچێک ئامادە نییە زەواج لەگەڵ مندا بکات، ڕۆژی یەکەم چۆن سەری باس دامەزرێنم؟ ڕۆژانە، چەند کاتژمێرێکی دوابەدوای یەک بە دوای گاسنی جووتکردنەوە دەجوولام و بیرم لە نیگەرانی منداڵانە دەکردەوە و کاتی بە نیگەرانییەکاندا دەچوومەوە نیگەرانییەکی تازەم دادەتاشی و بە خۆمم دەوت:

(ئەگەر ڕۆژێ بوومەلەرزە بێت چیمان بەسەر دێنێ؟)

زەمانی بێئاگابوونم لە نیگەرانی بەسەر چوو. بە تێپەڕینی زەمان کەم کەم تێگەیشتم کە 99%ی نیگەرانییەکانی من بەبێ هۆیە. بۆ نموونە لە کۆتاییدا تێگەشتم کە هەورەبرووسکە کاری بە منەوە نییە، چونکە بە گوێرەی ئاماری ئەو ناوچانەی کە تووشی هەورەبرووسکە دەبن لە هەر 350000 نەفەر، نەفەرێک بەهۆی هەورەبروسکەوە زەرەرمەند دەبێت و ناوچەکەی ئێمە لەو ناوچانە نەبوو کە تووشی هەوربروسکە ببێت، کەواتە ئەگەری بۆ من سفر بوو.

ترسم لە زیندەبەچاڵکردن، گاڵتەیەکی تر بوو، کە بە بەرزبوونەوەی ئاستی هۆشیاری من ئەمیش لەناو چوو، چونکە لەو ڕۆژگارەدا شوێنی پاراستنی مردووەکان لە ساردخانەدا بە ڕەسمی نەبوو لە هەر دە ملیۆن یەک نەفەریش زیندەبەچاڵ نەدەکرا، چ بگاتە ئێستا کە ساردخانەکان ئامادە کراون و پزیشکانی پسپۆڕ و دەزگاکانی کۆنترۆڵکردن دابین کراون.

ئەو ڕۆژانە نەمدەزانی کە لە هەشت نەفەر یەک نەفەر بە نەخۆشی بێدەرمان و بە گران چارەسەرکردنی سەرەتان دەمرن ئەگەر بڕیار بوایە نیگەران ببم دەبوایە لەم نەخۆشیانە نیگەران بوومایە و بترسامایە، نەک لە هەورەبروسکە و بوومەلەرزە و زیندەبەچاڵکردن!

Scanned with CamScanner

کاتـێ نیگەرانییەکانـی مـن لەنـاو چـوون، کـە ئاشـنایان بـووم. ئەگەر ئێمـە بمانـەوێ بە میانەڕەوییـەک تێبگەین کـە نیگەرانییەکانمان لەسـەدا چەنـد بوونـی هەیـە، بە ئەگەرێکـی زۆر پێش ئـەوەی کە سـەرقاڵی ئەم نیگەرانییـە بیـن لە 90%ـی ئـەو نیگەرانیانە بەدەسـت دێنین.

هەرگیـز نامـەوێ یاسـایەکی تایبـەت دابڕێـژم یـا هێـرش بەرمە سـەر بنکەیەکـی تایبەت، بەڵام باسـێک بـە نموونە دێنمەوە کە خـۆم ئاگاداری بـووم. کۆمپانیای بیمەی "لوید"ـی لەندەن بە نموونـە دێنمەوە کە یەکێکە لـە بەناوبانگتریـن کۆمپانیاکانـی دنیـا. ئـەم کۆمپانیایە بـە وروژاندن و نیگەرانکردنـی خەڵکـی دەربارەی شـتێک کـە هەرگیز ڕوونادات سـاڵانە ملیۆنەهـا دۆلار قازانجـی دەکرد.

کاری کۆمپانیـای بیمـە ئەوەیـە کـە دڵنیایـی و ئاسـوودەیی بـە ئێمـە ببەخشـێت کە لە ڕووداو و کارەسـات ترسـمان نەبێت یا بە شـێوازێکی تـر دەڵێـت (ڕووداوێـک کە تۆ باسـی لێـوە دەکەیت هەرگیـز ڕوونادات، ئەگـەر نـا ئێمـە ئامـادە نەبوویـن لـە بەرامبەری شـتێکدا کـە ڕوودانی لە سـەدا سـەدە سـەرمایەگوزاری بکەین). بـەڵام بیمە ئەم بـاوەڕەی لە پاڵ وشـەی بیمەدا پێشـکەش کردووە. لە ڕاسـتیدا بیمـە، هەمان مەرجی هاوسـەنگی و ئاسـتی ناوەندە.

کۆمپانیـای بیمـەی "لوید"، کە نزیکەی دووسـەدوپەنجا سـاڵ پێشـینەی کاری هەیـە و ئەگـەر یاسـا بڕواپێکراوەکانـی مرۆڤایەتـی گۆڕنـکاری بەسـەردا نەیـەت لەوانەیە لە سـەدەکانی داهاتوودا بـە تەواوەتی توانای خـۆی بخاتـە گەڕ، بـە جۆرێکـی وەهـا چالاکییەکانـی فراوان بـکات کە کڵاو و پێـڵاو و قاپوقاچاخیـش لە بەرامبەر زکرەیاتێـک کە بە تەواوی لە یاسـای (ئاسـتی ناوەند) دەچێـت ئەوەنـدە گرنگی نییە، بیمـە بکات.

ئەگەر بە سـەرنجێکی تەواوەوە سـەرنج بدەینە یاسـای (ئاسـتی ناوەند)، دەگەینـە ڕاسـتییەک کـە دەمـان هەژێنێت و سەرسـام دەبیـن بۆچی تا

Scanned with CamScanner

ئێستا لێی بێئاگا بووین؟ بۆ نموونە من لە رابردوودا ئەگەر دەمزانی کە لە پێنج ساڵی داهاتوودا لە جەنگێکی خوێناوی وەکو جەنگی گیتبورگ بەشداری دەکەم، بە دڵنیاییەوە جۆرە ترسێکم لێ دەنیشت کە بە ناچاری بڕیارم دەدا واز لە کارەکانی دنیای خۆم بێنم و بە خۆمم دەوت چۆن دەتوانم بە زیندوویی لەم جەنگە خوێناوییە بگەڕێمەوە؟ بە شێوەیەکی سروشتی بڕیاری ئەوەم دابوو کە چێژ لەو تەمەنە وەربگرم کە ماوەتەوە.

بەلام دوای ڕوودانی جەنگی گیتبورگ بە سەرنجدانی ژمارەی تیاچووان کە 163000 نەفەر بوون تێگەیشتم کە بە لەبەرچاوگرتنی یاسای ئەگەری مردن تا تەمەنەکانی 50 و 55 ساڵ کە هاوتای ئەم ژمارەیە ڕووداوای ناقۆلا و نیگەرانکەر رووی نەداوە. واتە لە نێوان ئەو هەموو مرۆڤانەدا لە سەد ئەگەری مردن هەر ئەو ڕێژەیە بوو کە لە ڕاستیدا مردن و منیش لە کۆمەڵەی ئەو کەسانە نەبووم کە ئەبوایە ئەگەری مردن بەسەرمدا بسەپێت.

چەند بەندێکی ئەم کتێبەم لە کەنارەکانی دەریاچەیەکدا نووسی، کە دەکەوێتە ناوچەیەکی شاخاوی کەنەداوە. لە هاوینێکدا کە لێرە بووم لەگەڵ ژن و پیاوێکدا (هربرت سالینجر) ئاشنا بووم کە لە خەڵکانی سانفرانسیسکۆ بوون.

ڕۆژێکیان دەمەو عەسر لە خانمی سالینجرم پرسی کە ژنێکی سالار و بە هەیبەت بوو: (بەڕاست تۆ تا ئێستا نیگەران بوویت؟) خانمی سالینجر وەک ئەوەی چاوەڕوانی ئەم پرسیارە بێت وتی: (نیگەران؟ بەڕاست... من پێش ئەوەی ڕێگەی زاڵبوون بەسەر نیگەرانیدا فێر بم، خەریک بوو ژیانی خۆم بە نیگەرانی وێران بکەم. یانزە ساڵ لە تەمەنم لە دۆزەخی سووتێنەردا بەسەر برد کە خۆم بە دەستی خۆم دروستم کردبوو.

بـە ئەندازەیەک ڕەفتار ناشـیرین و بێ ئارام بووبـووم کە بە بچووکترین ڕووداو لـە خـۆم دەردەچـووم و کەڵلەیـی دەبووم و دەوروبەرەکەشـم نیگـەران دەکـرد. بۆ نموونە هـەر هەفتەیەک بە پاس لـە ماڵی خۆمانەوە، کـە لـە سـان ماتیو بـوو بـۆ فرانسیسـکۆ دەچووم تـا ئەو شـتانەی کە پێویسـتمان بـوو بیکڕم و کارەکانـم بەئەنجام بگەیەنم. بەڵام بە گەشـتنم بـە فرانسیسـکۆ و دەسـتکردنم بـە کاری کڕیـن نیگـەران دەبـووم، کە نـەوەک کارەبای ئوتووەکـەم نەکوژاندبێتەوە و لە نێـوان جلوبەرگەکاندا دامنابێـت و ماڵەکـە ئاگـری تێبەربێـت یـا خزمەتکارەکەم لە مـاڵ بچێتە دەرەوە و منداڵەکانـم بـە تەنیـا بەجێ بهێڵێت، نەوەک منداڵەکان سـواری پاسـکیلەکەیان ببـن و لـە شـەقامەکاندا ئوتۆمۆبیـل بیانکات بـە ژێرەوە! ئـەم بابەتانە و لەم شـێوازە بابەتانە دەبوونە هۆی ئـەوەی کە کڕینەکەم نیـوە و ناتەواو بەجـێ بهێڵم و بگەڕێمـەوە ماڵەوە.

جێگـەی سەرسـوڕمان نییـە بەهـۆی ئـەم دابونەریـت و شـێوە بیرکردنەیەمـەوە زەواجی یەکەمم نەگەیشـتە ئەنجام و شکسـتی خوارد.)

سـەرم لە خانمی سـالینجر سـوور دەما کە ئەوەندە بە ئاسانی دەربارەی نیگەرانییەکانـی خـۆی دەدوا. دەمویسـت پێـم بڵێـت کە چۆن لە شـەڕی ئەو ئافاتـە ڕزگاری بووە.

(... مێـردی دووەمـم وەکیلی دادگا بوو. ئەم پیاوە زۆر ورد و خوێنسـارد بوو، کەمتر مشـەوەش دەبـوو. هەر کاتێ من نیگـەران دەبووم دەیوت:

(بە گوێرەی یاسـای ئاسـتی ناوەند ئایـا هۆکاری ڕوودانـی نیگەرانی تۆ ژیرانەیـە یـا نـا؟) ماوەیـەک لەمەوپێش لە یەکێـک لە جـادە خاکییەکانی مەکسـیکی تازەدا لە کەشـوهەوایەکی باراناویدا سەفەرم دەکرد حاڵەتێکی ەرسـوڕهێنەرم بۆ هاتە پێش.

ئوتۆمبێلەکـەم بەمـلاولادا دەخـزا و لـە دەسـتم وەرگیـرا بـوو. دڵنیا

بووم کە ئۆتۆمبیلەکەم دەکەوێتە یەکێک لە شیوەکانی کەنار جادە و وەردەگەڕێت. ئیتر نەمدەتوانی خوێنساردی خۆم بپارێزم. بەڵام مێردەکەم بە منی دەوت: (زۆر بە هێواشی لێدەخوڕی! دڵنیا بە هیچ ڕووداوێکی ترسناک ڕوونادات. بەم خێراییەی کە تۆ هەتە بە گوێرەی یاسای ئاستی ناوەند ئەگەر بکەوینە ناو شیوەکانی کەنار جادەشەوە زۆر زەرەرمەند نابین).

خوێنساردی و دڵنیایی ئەو ئارامی بە من بەخشی و توانیم بە تەواوی دەست بەسەر جووڵەی ئۆتۆمبێلەکەدا بگرم، بەبێ ئەوەی هیچ زەرەرمەند ببین).

خانمی سالینجر بەهۆی ئەو کاریگەرییە واقیعیانەی کە مێردەکەی لەسەری هەیبوو هەوڵی دەدا ئەو ڕووداوانەی کە بەهۆی نیگەرانی و پەشێوییەوە سەریان هەڵداوە بە یاد بێنێتەوە و بۆم بڵێت: (... هاوین بوو. بە تەواوەتی نایەتە بیرم چەند ساڵ لەمەوپێش بوو، بەڵام وا نازانم دە ساڵی بەسەردا ڕۆیشتبێ، بەڵام بەهەرحاڵ زەمان گرنگ نییە، کار و کاردانەوە گرنگە. لە جێیەکدا چادرەکەمان هەڵدابوو کە لە ئاستی دەریاوە حەوت هەزار پێ بەرز بوو. شەوی دووەم یا سێیەم بوو کە زریان و لافاوێکی بەهێز دەستی پێ کرد.

ئەوەندە بەهێز بوو خەریک بوو چارەکەی ئێمە لەبن بێنێ. چادرەکەی ئێمە و چادرەکانی تریش بەهۆی گوریسەوە بە مێخی دارین کە بە کەناری سەکۆیەکی تایبەت بە چادرەکە بە زەویدا داکوترابوون بە توندوتۆڵی بەسترا بوو. ڕەشەبا بەشی دەرەوەی چادرەکانی بە توندی دەلەراندەوە. فشاری لافاو بە ئەندازەیەک بوو کە لەوە دەترساین چادرەکە بەو هەموو پتەوییە لەبن بێنێ. ئەگەر چادرەکە لەبن بهاتایە لەوانە بوو ئێمەیش بۆ قووڵایی شیوەکە ڕاپێچ بکات.

لە ترساندا دەلەرزیم. ئەم جارەش مێردەکەم بە ئارامی و خوێنساردی

Scanned with CamScanner

خۆی بە هانامەوە هات. ئەو بۆ دڵدانەوەی من وتی: (ئازیزم بۆ نارەحاتی؟ ئەوە ناهێنێ ئافرەتێکی بەئاگای وەکو تۆ خۆی نارەحەت بکات! ئێمە بە ڕێنمایی کۆمپانیای "بروستر" هاتووینەتە ئێرە. بە دڵنیاییەوە ئەوانە دەزانن دەبێ چی بکەن. ساڵانێکە لەم ناوچەیەدا چادر هەڵدەدەن و جگە لە ئێمە لە وەرزە جیاوازەکانی ساڵدا کەسانێکی زۆر هاتوونەتە ئێرە و دیسانەوەش دێن و بە دڵنیاییەوە زریان و لافاویش ئەمە یەکەم جاری نییە کە بووبێتە کۆسپ و تەگەرە و کەسانێکی زۆر بە خۆیەوە گیرۆدە بکات.

من دڵنیام چادرەکە زەرەرمەند نابێت، خۆ ئەگەر زەرەرمەندیش بوو ئەوا دەچینە چادرێکی ترەوە! بەهەرحاڵ، کەسانێک کە سەلامەتی ئێمەیان دابین کردووە بە نەزانی و ناشارەزایی ئەو کارەیان نەکردووە!) وتە مەنتقییەکانی ئەو کە بە خوێنساردی دەهاتنە سەر زمان، منیان قایل کرد و توانیم بە بیرێکی ئاسوودەوە شەو بە ڕاحەت بخەوم. بەرەبەیان کە لە خەو هەستام زریان و لافاوەکە داکشابوو، ئێمەش پشووەکەمان بە خۆشی و ئارامی بەسەر برد.

باسێکی تریش کە دێتەوە یادم، بڵاوبوونەوەی نەخۆشی ئیفلیجی منداڵان بوو. چەند ساڵێک لەمەوپێش لە بەشێکی وڵاتی کالیفۆرنیا ئەم نەخۆشییە بڵاوبوویەوە، کە بوونی ئەگەری ترس لەسەر خانەوادەی من نەبووە هۆی نیگەرانبوونم لە کاتێکدا کە ئەگەر چەند ساڵ لەمەو پێش بووایە بە دڵنیاییەوە نیگەران دەبووم.

هەڵبەتە پێشینەی نیگەرانی خولقابوو، بەڵام ئەمجارەش مێردەکەم پێش ئەوەی دەستەخۆشەی نیگەرانی ببم ئاگاداری کردمەوە. بە ئامۆژگاریکردنی منداڵەکان و پارێزگاری لێکردنیان و ئاگادارکردنەوەیان بە دوورەپەرێزیان لە منداڵانی تر.

هەڵبەتە لە دوایدا پەیوەندیمان بە وەزارەتی تەندروستی کالیفۆرنیاوە

Scanned with CamScanner

کـرد و لــە ئەنجامی ئــەو پەیوەندیەدا دەرکــەوت لــە ناهەموارترین کاتی بڵاوبوونــەوەی ئــەم نەخۆشــییە لە سەرانســەری کالیفۆڕنیــا تەنها 185 منــداڵ گیانیــان لەدەســت داوە لە کاتێکــدا کە توانای بەرگــری و دەرمان و چارەســەرکردن بــەم شــێوەیەی ئێســتا نەبــوو، ژمارەی تیاچــوان لە دووســەد ســێ ســەد نەفەرێک تێپەڕی نەکردبوو.

بە ســەرنجدان لەم ئامارە ورد و بەڵگە زانســتیانە دەرکەوت کە نیگەرانی من بێهوودەیە. بەم شــێوەیە بە لەبەرچاوگرتنی یاســای ئاســتی ناوەند بە لایەنــی کەمــەوە 90%ــی نیگەرانییەکانم لەناو چوو. بــە لەبەرچاوگرتنی ئــەم یاســایەیە کــە دەتوانــم بڵێــم بیســت ســاڵی کۆتایــی ژیانــی من بە ئومێدەواری و خۆشــی و خەیاڵی ئاســوودەوە بردووەتەســەر).

ژەنــەراڵ (ژرژ روک)، کــە یەکێکــە لــە گەورەتریــن جەنەراڵــە جەنــگ دیدەکانــی ئیتالیــا لە ئەمەریکا، باســی ژیانــی خۆی لە کتێبێکــدا بە ناوی "باســی ژیانی من" نووســیویەتی لە لاپەڕە 77ــی ئەم کتێبەدا ڕای خۆی دەربــارەی خەڵکــی وڵاتەکــەی بەم شــێوەیە کــورت دەکاتەوە:

زۆرتــر نیگەرانــی و ناکامیەکانــی خەڵکی ئیتالیا، گومان و دروســتکراوی بۆچوونی خۆیانــە. بۆچوونی نیگەرانیهێنەری ئەوانە لەگەڵ ڕاســتییەکانی ژیانــدا ناگونجێن و پەیوەندییان بە ڕاســتییەکانەوە نییە. کاتێ بۆ ڕابردوو دەگەڕێمــەوە دەبینــم کە لــە ڕاســتیدا ســەرچاوەی نیگەرانییەکانی منیش هەمــان بۆچوونــی بێ هــودە و گومان و بیروبۆچوونی ناڕاســت بووە.

" جیــم گرانــت"، کــە بەڕێوەبــەری کۆمپانیایەکــی گەورەیە لــە نیویۆرک، بــۆی بــاس کردم کە ئەویش بــە دەردی نیگەرانییەوە گیــرۆدە بووە. ئەو دەیووت:

(کاتــێ دە پانــزە فارگۆن پرتەقــاڵ و ترێم بــۆ فلۆریدا دەنــارد، نیگەرانی ئــەوە بــووم و دەترســام فارگۆنەکان لــە جووڵە بکەون و ئــەو میوانەی

کـه داوایـان کردبـوو نەگاته بـازاڕ و نەتوانم لـه کاتی خۆیدا دابەشیان بکـەم. بیـرم لـەوە دەکـردەوە ئەگـەر ڕێگـەی فارگۆنـەکان خـراپ ببێ و سـەربەرەوخوار بێـت چـی ڕوودەدات؟ ئەمـە لـە کاتێـکدا بـوو کـە بارهەڵگرەکـەی مـن بیمە بوو. بەهـۆی وەها بیرو بۆچونێکـەوە ئەوەندە نارەحـەت و نیگـەران بووم کـە وامدەزانی تووشـی برینی گـەدە بووم.

ئازار ئارامی لێ بڕیبووم، بە ناچاری بۆ لای پزیشـکی پسـپۆڕ ڕۆیشـتم، پزیشـکەکە دوای ئـەوەی بە وردییەوە پشـکنینی تەواوی بـۆ کردم وتی: جگـە لـە گـرژی دەمارەکانی مێشـک هیچ دەردێکی تر شـک نابـەم، ئەم دەردە سـەرچاوەی هەموو دەردەکانە.

قسـەی پزیشـکەکە کەمێـک هێنامیـەوە سـەرخۆ و لە خۆمم پرسـی: (لە مـاوەی ئەم چەند سـاڵەدا کە تۆ خەریکی ئەم کارە بـووی چەند فارگۆن میـوەت بـۆ بارکـراوە؟) لـە وەڵامی خۆمـدا وتم: (زیـاد لە بیسـتوچوار هـەزار فارگـۆن!)، ئەو کات پرسـیم: (لـەم ماوەیەدا چەنـد فارگۆن خراپ بـووە؟) لە وەڵامـدا (تەنها پێنـج فارگۆن.)

ئێستا کاتی ئەوە هاتووە کە شیکردنەوەیەکی باشی بۆ بکەم:

(بەهـۆی کـرداری کۆکردنـەوە و لێکدانێکـی سـادەوە، واتـە لـە هـەر پێنـج هـەزار فارگـۆن یـەک فارگۆنـی خـراپ بـوو! بـە بـڕوای تـۆ بە لەبەرچاوگرتنی یاسـای ئاسـتی ناوەند کە یاسـایەکی زانسـتییە ئەگەری مەترسـی لە پێنـج هەزاردا یـەک هەیە، ئایـا دەبێت بـۆ ڕێژەیەکی کەمی ئاوەهـا نیگـەران بین؟ بـە دڵنیاییـەوە نەخێر).

ئەی بۆچی نیگەرانی؟

ئەگەر پلە و پێچکەکانی فارگۆنەکە خراپ بوون؟

ئایا تا ئێستا شتی وا ڕویداوە؟

نەخێر، لە بیرم نییە شتی وا ڕووی دابێت.

(نابێ نارەحەت ببی و بە کەسێکی گێلۆکەت بزانن، بۆ شکاندنی پلەیەک کە تا ئێستا شتی وا ڕووی نەداوە، وەرگەڕان و خراپ بوونی فارگۆنێک کە لە هەر پێنج هەزار یەک دانە ئەگەری خراپبوونی هەیە ئەوەندە هەست بە نیگەرانی دەکەیت کە خۆتت خستووەتە ئەم ڕۆژەوە؟)

مافی خۆتە! (ئەگەر دەتەوێ بە گێلییەتی تۆمەتبارت نەکەن دەبێ واقیعبین بیت. بەڵێن دەدەم واز لەم بیروبۆچوونە بێهودانە و نیگەرانییە وەهمیانە بهێنم! هەر وایشم کرد).

بە وتەی "ئال اسمیت" فەرمانداری نیویۆرک، کە لە بەرامبەر هێرشی دوژمنانی سیاسی خۆی جار جاری دەیوت:

(وەرن با هەموومان پێکەوە بە ڕابردووەکانماندا بچینەوە!)، دوای ئەوە حەقایقەکانی خستە ئەستۆی خۆیانەوە، ئێمەیش لەمەودوا هەر کاتێ دەربارەی شتێک نیگەران بووین باشتر وایە کار بە وتەکەی "ئال سمیت" بکەین. پێش چەشتنی ئازار لە بەرامبەر نیگەرانیدا باشتر وایە بە وردی بە کێشە و ئاستەنگەکاندا بچینەوە و هۆی سەرهەڵدانیان بزانین، ئەو کاتە بڕیار بدەین کە مافی خۆمانە نیگەران ببین یا نا! " فردریک ماهلشد" یەکێک لەو کەسانە بوو کە کاری بە وتەکەی فەرمانداری نیویۆرک کرد و ئەنجامێکی گەورەی بەدەست هێنا. داستانەکەی بەو شێوەیەی کە خۆی نەقڵی کردووە و من لە زمانی خوێندکارەکانی شەوانەیەوە بیستوومە بۆ ئێوەی نقڵ دەکەم.

(... سەرەتای مانگی حوزەیرانی ساڵی 1944 بوو. لە نورماندی لە سەنگەرێکی قووڵدا لە بۆسەدا بووم. کاتێ بە وردی سەیری ئەم چاڵە قووڵانەم دەکرد بە خۆمم دەوت: (بە تەواوی لە قەبر دەچێت!) کاتێ دەچوومە نێو سەنگەرەکەوە هەستم دەکرد لەناو قەبردام. نەمدەتوانی ئەم بیرە لە خۆم دوور بخەمەوە (سەنگەری قووڵ قەبری منە).

Scanned with CamScanner

کاژمێر پانزەی شەو کە بۆمبهاوێژەکانی ئەڵمانیا دەستیان بە بۆمباران کرد لە ترسا دەلەرزیم و چەند شەوێک دوای هەر هێرشێک خەو نەدەچووە چاومەوە. شەوی چوارەم و پێنجەم دووچاری گرژی دەمارەکانی مێشک بووم 'عەساب'. دڵنیا بووم ئەگەر ئەم حاڵە درێژە بکێشێت شێت دەبم. دوای ئەوە بوو لەناکاو بە خۆمدا هاتمەوە و بە خۆمم وت:

(پێنج شەو بەبێ هیچ مەترسییەک تێپەڕی، من هێشتا زیندووم، بە سالمی و تەندروستی هەناسە دەدەم. جگە لەمەش تەنها دوو نەفەر لە هێزەکەی ئێمە بە ڕووکەش برینداربوون ئەوانی تر ساغ و سەلامەتن.) لە ڕوانگەی ئەم مەرجانەوە نیگەرانییەکی ئەوتۆ لە ئارادا نییە و بۆ نیگەرانییە بچووکەکانیش دەبێ ڕێگەیەک بدۆزمەوە. بەم بیرۆکەیە سەقفێکی داریینی پتەوم بۆ سەنگەرەکەم دروست کرد، بۆ خۆ پاراستن لە پارچەی بۆمبەکان. دوای جێگیربوونم لە ژێر ئەو سەقفە توندوتۆڵەدا بە خۆمم وت:

(تەنها مەترسییەک، کە دەتوانێت بمترسێنێت داڕمان و پێداکێشانی بۆمبێکی ڕاستەوخۆیە بە سەرنجدانێکی ژمارەی ئەو بۆمبانەی کە دەهاوێژرانە ئەو ناوچەیە لەوانەیە لە دە هەزار بۆمب یەک بۆمب وەها حاڵەتێکی هەبێت کە ڕاستەوخۆ بەر سەنگەرەکەی من بکەوێت، کە کەمتر لە ژمارەی ئەو بۆمبانە لە تەواوی ماوەکانی جەنگدا هاوێژرانە ناوچەکەی ئێمەوە. واتە بە لەبەرچاوگرتنی یاسای ئاستی ناوەند هیچ مەترسی نەدەمایەوە. دوای ئەم بیرکردنەوەیە و تێپەڕینی چەند شەو بە ئەندازەیەک ئارامم گرتبوو کە هەتا لە کاتی بۆمبارانی خەستیشدا خەوم لێ تێک نەدەچوو.)

وەزارەتی دەریاوانی ئەمەریکا هەر ماوەیەک جاری بۆ دڵنیاکردنەوەی مەلەوانان ئامارێکی لە ئاستی ناوەندی مەترسی و تیاچوونی

مەلەوانەکان بڵاو دەکردەوە. ئامانج لە بڵاوکردنەوەی ئەم ئامارە بۆ بەخشینی ئارامی بە مەلەوانەکان بوو.

مەلەوانێکی دێرینی بەئەزموون بۆی باس کردم:

(... من و هاوڕێکانم بۆ یەکەم جار بوو کە بوو بووین بە لێپرسراوی کەشتییەکی بەنزینهەڵگر بۆ هێزی هەوایی. لەم بەرپرسیاریەدا من لە هەموویان زیاتر ناڕەحەت بووم لەگەڵ ئەوەشدا بیرم دەکردەوە ئەگەر کەشتییەکەی ئێمە کە هەڵگری نەنزینی فڕۆکەیە بەر لێشاوێکی بۆردوومان بکەوێت ئەوا تەقینەوەیەکەی ئەوەندە بەهێز دەبێت کە تەواوی سەرنشینەکانی لەتوپەت دەکات).

مەلەوانە بەئەزموونەکە لێرەدا هەڵوێستەیەکی کرد و یەکێ لە بڵاوکراوەکانی وەزارەتی دەریایی نیشان دام و وتی:

(ئەم بڵاوکراوەیە لە ڕاستیدا لەو لێپرسراوەیەدا منی لە نیگەرانی ڕزگار کرد. ئێرە بخوێنەرەوە.)

وەزارەتی دەریاوانی کە لە پەشێوی مەلەوانان بەئاگا بوو بۆ قەلاچۆکردنی نیگەرانی ئەوانە ڕایگەیاندبوو:

لە هەر سەد کەشتی نەوتکێش کە بەر هێرش کەوتوون شەست کەشتییان نوقمی دەریا نەبوون. چل کەشتییان نوقمی دەریا بوون لە نێوان چل کەشتییە نوقمبووەکاندا تەنها پێنج کەشتی کەمتر لە دە خولەک چوونەتە ژێر ئاوەوە. بەم ڕێزبەندییە دەتوانین بگەینە ئەو ئەنجامەی کە بواری تەواو هەیە بۆ ڕزگاربوونی مەلەوانەکان و تەواوی سەرنیشین و کارگوزارەکانی کەشتییەکە. ژمارە و ئەگەری تێداچوان لە لای بەرپرسان زۆر کەم کرا بووەوە.

لەو مەلەوانەمان پرسی:

ئەم ئامارە چ کاریگەرییەکی لەسەر ئێوە هەبوو؟

Scanned with CamScanner

مەلەوانە بەئەزموونەکە وەڵامی دایەوە: (ئەم ئامارە دوای بەئاگابوون لە یاسای ئاستی ناوەند لەسەر دەروونی هەر یەکە لە ئێمە کاریگەرییەکی زۆر ئیجابی بەجێ هێشت و تێگەیشتین کە بە پێچەوانەی ئەوەی بیرمان لێ دەکردەوە مەترسی مردن و تێداچوون زۆر کەمە).

لە کۆتایی ئەم بەندەدا بۆ بەرەنگاربوونەوەی نیگەرانییەکان پێش ئەوەی بتوانێت بەسەر ئێوەدا زاڵ بێت، کار بەم دەستوورانە بکەن:

بابەتی نیگەرانی لە هەر ئانوساتێکدا بخەنە ژێر چاودێرییەوە.

لە خۆتان بپرسن: بە لەبەرچاوگرتنی یاسای ئاستی ناوەند لە سەدا چەندی ئەو شتەی کە نیگەرانی کردووم ڕوودەدا؟

دوای ئەم پرسیارە وەڵامی خۆتان بدەنەوە: ئایا هۆشمەندانە و ژیرانەیە بۆ شتێک کە ڕوو نادات نیگەران بم؟

Scanned with CamScanner

بەندی نۆیەم

{نەرمونیانی و ملکەچبوون لە بەرامبەر ناچاری}

زەمانێک کە کورێکی منداڵ و بچووک بووم، وەک پیشەی هەمیشەییم لەگەڵ دۆستان و هاوتەمەنانی خۆمدا لە نهۆمی سەرەوەی بینایەکی وێران یاریم دەکرد. ڕۆژێک لە کاتی یارییەکی منداڵانەدا لە دەلاقەی پەنجەرەی بیناکەوە بازم دایە حەوشی بیناکە. موستیلەیەک کە لە پەنجەی دەستی چەپمدا بوو لە کاتی بازداندا لە نینۆکم گیری کرد و گۆشت و پێستی پەنجەمی کەند.

دەنگی گریانم بەرز بوویەوە. لە ترسی خۆم هەڵدەلەرزیم. لە کاتی جێبەجێکردنی کاری جەراحیدا ئەوەندە ترسناک ئەهاتە پێشچاوم، کە وام ئەزانی ئیتر دەمرم. بۆ چارەسەرکردنی من بە ناچاری ئەو پەنجەیەیان بڕیم. بەڵام لە دوای ئەو بەسەرهاتە تەنها ساتێک بۆ ئەو پەنجەیەی کە لەدەستم دابوو بەداخ نەبووم، ئێستاش هەندێ جار دێتەوە یادم کە دەستی چەپی من زیاد لە پەنجە گەورە و سێ پەنجەی تر نییە.

چەند ساڵ لەمەوپێش پیاوێکم بینی کە دەستی لە مووچەوە قرتا بوو. لێم پرسی ئایا بەداخ نیت بۆ قرتانی دەستت؟ ئەو پیاوە زۆر بە ڕاشکاوانە لە وەڵامدا وتی:

(نەخێر، بەراستی زۆر بە کەمی بیری لێ دەکەمەوە. کاتێ تەنها م و ناچارم کارێکی وەک دروومان ئەنجام بدەم و دەزوو بە دەرزییەوە بکەم بەئاگا دێمەوە کە دەستێکم قرتاوە).

ئەو پیاوە ڕاستی دەوت، چون مرۆڤ ئەگەر بیەوێت دەتوانێت پێشوازی

Scanned with CamScanner

لە پێشهاتەکان بکات و دژوارییەکان لە بیر بەرێتەوە. شتە نەگونجاو و ناقولاکانیش بە خێرایی تەزووی کارەبا شایەنی لەبیربرنەوەیە تەنها بەو مەرجەی بە (غیر ممکن و لا عیلاج) قایل بین: من هەرگیز ئەو نووسراوە لە بیر ناکەم کە لەسەر یەکێ لە دیوارە ڕووخاوەکانی سەدەی پانزەهەم لە "ئەمستردام"ی هۆڵەند چەسپ کرا بوون:

(هەر ئەمەیە و ناتوانێت لەمە زیاتر بێت).

هەموو یەکێ لە ئێمە لەگەڵ پێشهاتەکان و ڕووداوەکاندا ڕووبەڕوو دەبینەوە کە لە بەرەنگاربوونەوەیاندا چارەیەکمان نییە جگە لەوەی پێی قایل بین (هەر ئەمەیە و ناتوانێت لەمە زیاتر بێت.) لێرەدا ئێمەین دەبێ لەگەڵ ڕووداوە بێچارەکاندا خۆمان بگونجێنین یا دژایەتیان بکەین و دەست بدەینە کاری گوساخانە و ژیانی خۆمان نابووت بکەین و لە کۆتایدا خۆمان تووشی هەڵچوونی دەروونی (عصبی) بکەین.

ئەم پەندە داناییانە لە "ولیام جیمز"، کە خاوەن بیروڕای پەیوەندیدارە بە باسەکەمەوە ببیستن کە دەڵێت:

(بەو شێوازە ڕووداوەکان وەرگرن کە هەیە و خۆت ئامادە بکە بۆ قایلبوون پێیان، لەگەڵ ئەوەشدا قایلبوون بە ڕووداوێک کە ڕوویداوە یەکەم هەنگاوی سەرکەوتنە بەسەر ئەنجامە دەردناکەکاندا).

" ئەلیزابت کونلی" دانیشتوی شەقامی چلونۆی پورتلند، لە نامەیەکدا کە بۆ منی نووسی بوو پیشانی دەدات کە چۆن دەتوانێت لەگەڵ ڕووداوە ناهەموارەکاندا ڕێک بکەوێت. نامەکەی بە وردی بخوێنەرەوە:

(... لە ڕۆژانێکدا، کە ئەمریکاییەکان بۆ سەرکەوتنی سوپاکەیان لە بیابانی ئەفەریقادا ئاهەنگیان دەگێڕا، لە وەزارەتی بەرگرییەوە هەواڵی نادیاربوونی برازاکەمیان ڕاگەیاند، کە من پەیوەندییەکی زۆر توندوتۆڵم لەگەڵیدا هەبوو لە تەلگرافێکی تردا هەواڵی مردنیان ڕاگەیاند. بە زانینی

هەواڵی مردنی برازاکەم کە زۆر پەیوەست بووم پێیەوە ژیان بە شێوەیەک تاڵ بوو بوو لە لام و خەم و خەفەت بەرۆکیان گرتبووم، کە ئەگەر بڵێم شەو و ڕۆژم لێک جیا نەدەکردەوە باوەڕ بکەن. تا ئەو کاتە تەواوی دڵخۆشییەکانی من لە ژیاندا ئەوە بوو کە برازاکەم بەو شێوەیەی کە دەمەویت ڕێک بخەم و بیگەیەنمە شوێنێکی شایستە و گرنگ لە ژیاندا لە ڕاستیدا ئەویش زۆر بە باشی وەلامی بۆچوونەکانی منی دابووەوە و ئومێدەواری کردبووم کە لە هەوڵ و تەقەلاکانم لە پێناوی ئەودا و ئەو ئامانجەی کە هەمە بەدەستی بێنی.

بەلام ئەو تەلگرافە نەعلەتییە هەموو شتێکی لەناو برد. تەواوی ڕۆژە شیرینەکانمی وەک بڵقی سەرئاوکەوتوو لێ کرد. لەوە بە دوا لە کار دابڕام. لە دۆستانم دوورەپەرێزیم دەکرد. ئەوەندە ئەم کارەساتە جەرگبڕە کاری تێکردبووم کە بە تەواوەتی خۆمم ون کردبوو. بە خۆمم دەوت: (بۆچی برازا خۆشەویستەکەمیان لە من دابڕی؟ چۆن ئەو گەنجە بەتوانا و بەجەرگەی لە مەیدانەکانی جەنگدا کوژراوە لە بیر بەرمەوە؟) بە بێئاگایی جەستەم بە خەم سپارد. نەمدەتوانی باوەڕ بەم کارەساتە بکەم. کاریگەرییەکی ئەوتۆی لەسەر بەجێ هێشتم کە لە دۆست و ئاشنا دوورەپەرێز بم و ئاگری دووری ئەو بە فرمێسکی حەسرەت بکوژێنمەوە.

کارەساتەکە بەم شێوەیە بەردەوام بوو تا ڕۆژێ بەبێ ئامانج سەرگەرمی پاککردنەوەی مێزەکەم بووم. لەو کاتەدا ئاگام لە هیچ شتێک نەبوو، چاوم بە نامەیەک کەوت کە چەند ساڵێک لە نووسینی بەسەر چووبوو ماوەیەک دەبوو کە ئەو نامەیەم لەبیر کردبوو. ئەو نامەیە برازا ئازیزەکەم -هەر ئەو برازایەی کە لە جەنگدا کوژرا- چەند ساڵ لەمەوپێش لە کاتی مردنی دایکمدا بۆ دڵدانەوە و سەرەخۆشیکردنی من نووسی بووی.

لەو نامەیەدا برازاکەم نووسی بووی:

(هەمـوو یەکـێ لە ئێمـە بۆ لەدەسـتدانی ئازیزان بەداخین، بـەلام حاڵەتی تـۆ جیـاوازە، دڵنیام تۆ دەتوانیت تەحەمولی ئـەم بارە قورس و خەمئامێز و دابڕانـە بکەیـت. هەرگیـز ئەو پەنـدە گرانبەهایانـە لەبیر ناکـەم کە بە منت داوە لەگەڵ ئەوەشـدا کـە زۆر دوورم لێتەوە هەمیشـە لە یادمدایە، کە هۆشـیارت دەکردمـەوە کە زەردەخەنە لێوەکانم بـەر نەدات و پیاوانە ڕووبـەڕووی ڕووداوەکان ببمەوە و پێشـوازیان لێ بکەم).

ئـەو ڕۆژە ئەم نامەیـەم چەند جارێک خوێندەوە. هەتا جارێکیان هەسـتم دەکـرد نووسـەری ئـەم نامەیـە کە بـرازا ئازیزەکـەم بوو لـە پەنامدایە و دەڵێـت: (تـۆ بۆچـی بـەوەی کە فێـرت کـردووم کار ناکەیـت؟ مەگەر نەتوتبـوو ئارامـت هەبێ؟ تۆیـش ئارامت هەبێ. شـتێکی زۆر گران نییە).

بـەم ئاخاوتنـە خەیاڵییـەی برازاکـەم خەفـەت و پەشـێوی زۆر بێبایـەخ بـوون لـە لام و بە خۆمم وت: (مـن ناتوانم ئەوانە بگـۆڕم، بەڵام دەتوانم بەو شـێوەیەی کە ئارەزووی ئەو بووە تەحەمولیان بکەم و شـان بدەمە ژێریان).

بـۆ ڕووبەڕووبوونەوەی ئەم حاڵەتە تەواوی توانا و بیرم خسـتە کارەوە و ڕێگایانێکـم دۆزییـەوە کە لەو ڕسـتەیەوە بـوو کەوتمە نامەنووسـین بـۆ سـەربازانێک کە نەمدەناسـین، لە پۆلەکانی شـەوانەدا ناوم نووسـی و خۆمـم بـە کاری تازەوە سـەرقاڵ کرد و لەگەڵ دۆسـتاندا سـەرگەرم بووم.

ئـەم کارانە وەهـا گۆڕانکارییەکیـان هێنایـە ژیانمەوە کە جێگـەی باوەڕ نەبـوو. ئێسـتا گەیشـتوومەتە ئـەو ڕایـەی کـە بـۆ ڕابردوویـەک کـە ناگەڕێتــەوە دڵگـران نەبم، هەموو ڕۆژێ هەر بەو شـێوەیەی کە برازاکەم خواسـتوویەتی بـە ئاسـوودەیی پێشـوازی لـە ڕووداوەکان دەکەم.

" ئەلیزابت کونلی " خاڵیکی بەدەست هێنا، کە هەر یەکێ لە ئێمە درەنگ یا زوو پێی دەگات بەهۆی برازا کوژراوەکەیەوە تێگەیشت کە دەبێ لەگەڵ ڕووداوی بێچارەدا خۆمان بگونجێنین و هەروەها (هەر ئەمەیە و ناتوانێت جگە لەمە بێت.)

لەوانەیە بەبێ بەڵگە نەبێت کە پاشاکانیش ڕێیان کەوتووەتە ئەم خاڵە بۆ نموونە لەسەر دیواری کتێبخانەیەکی قەسری ژرژی پێنجەم دەیخوێنینەوە:

(فێریان کردووم کە نەگریم بۆ مانگی ڕابردوو و شیری ڕژاو.)

"شوپنهاوەر" ئەم خاڵە دووپات دەکاتەوە و دەڵێت: (خۆبەدەستەوەدانی ڕووداوە بێچارەکان باشترین توێشووی سەفەری ژیانە).

تەنها ڕووداو و پێشهاتەکان نین کە خۆشبەختی و بەدبەختی بۆ ئێمە دەستەبەر دەکەن، بەڵکوو چۆنیەتی کاردانەوەی ئێمە لە بەرامبەر پێشهاتەکاندایە، کە هەستی باش یا خراپ دێنێتە ئاراوە. عیسای مەسیح سەلامی خوای لەسەر بێت دەڵێت: (بەهەشت و دۆزەخ لە ناخی ئێمەدایە).

مرۆڤ توانای لەڕادەبەدەری هەیە بۆ تەحەمولکردنی کارەسات و بەڵاکان و دەتوانێت بە خوێنساردی و ئارامی تەحەمولی کارەساتی زۆر بکات. لەوانەیە ئەم بۆچوونە بۆ ئێوە دژوار بێت، بەڵام بە پێچەوانەی بۆچوونەکانی ئێوەوە توانا و لێهاتوویی مرۆڤ ئەوەندە زۆرە کە هەر کاتێ بیەوێت سوودی لێ وەردەگرێ. تۆش وەکو مرۆڤێک هێز و توانایەکی لەڕادەبەدەرت هەیە بۆ بەرەنگاربوونەوەی نیگەرانییەکان، دەبێ ئەمە لەبیر نەکەیت. "بوت تارگینگتن"، هەمیشە دەیوت: (لە ژیاندا دەتوانم تەحەمولی هەموو شتێک بکەم، جگە لە تەنها شتێک ئەویش کوێرییە، کە توانای تەحەمولکردنیم نییە.) هەر ئەم

Scanned with CamScanner

کەسە لە تەمەنی 60 ساڵیدا بۆی دەرکەوت کە چاوەکانی بە باشی نابینن. ئەم بابەتە کاتێ نیگەرانی کرد کە تێگەیشت گوڵەکانی فەرش بە باشی لێک جیا ناکاتەوە. بە نیگەرانی و پەشێوییەوە سەردانی پزیشکی کرد. پزیشکەکە وتی بەداخەوە چاوێکت بینایی لە دەست داوە و چاوەکەی تریشت خەریکە بینایی لەدەست دەدات بە باشی سەرنج بدەن: بوت لە بەڵایەک کە دەترسا تووشی بوو وا دەزانن تارگینگتن چ کاردانەوەیەکی لە بەرامبەر خراپترین ئێش و ئازاردا پیشاندا؟ ئایا هەستی کرد بە ڕۆژەکانی کۆتایی تەمەنی گەیشتووە؟ نەخێر، بەو شێوە نەبوو! بە سەرنجێکی تەواوەوە تێگەیشت کە هێشتا خوێنساردی و خۆڕاگری خۆی لەدەست نەداوە! لەگەڵ ئەوەشدا کە هەر ئان و ساتێک ترسی ئەوەی هەبوو کە گلێنە ڕەشەکەی چاوی بە تەواوی لە بینایی بێبەشی بکات، بەڵام دەستی لە قسە خۆش و هەزەلییەکانی و سوعبەت هەڵنەدەگرت. چۆن چارەنووس دەتوانێت پیاوێک کە خاوەنی ورە و توانایەکی بەهێزە لەپێ بخات؟ بە گومانی من شتێکی باوەڕ پێنەکراوە! تارگینگتن کاتێ لە بینایی بە تەواوەتی بێبەش بووبوو دەیوت: (گەیشتوومەتە ئەو ڕایەی، کە دەتوانم تەحەمولی کوێری بکەم، هەر بەو شێوەیەی کە خەڵکانی تر تەحەمولی ئازار و دەردە بچووکەکان دەکەن .هەتا ئەگەر هەر پێنج هەستەکانی تریش لەدەست بدەم دیسانەوە دەتوانم بە مێشک و بیر زیندوو بمێنم و بژیم. درەنگ یا زوو هەر یەکێ لە ئێمە تێدەگات، کە تەنها بە مێشک و بیرە دەبینین و ژیان بەسەر دەبەین).

تارگینگتن لە یەک ساڵدا دوانزە جار چاوەکانی خستە ژێر کاری نەشتەرگەرییەوە و تەحەمولی ئازار و ڕەنجێکی زۆری کرد. لەگەڵ ئەوەشدا دەیزانی چارەیەکی جگە لە تەحەمولکردن و ئارامگرتن نییە.

ئەو بە خوێنساردی و ئارمی و ئومێدەوارییەوە هەنگاوەکانی

Scanned with CamScanner

نەشتەرگەرانی تەحەمول کرد و لە کاتێکدا هەموو بێهیوا بووبوون دەیوت:
(لە ڕاستیدا زانست و زانیاری گەیشتووەتە ئاستێک کە مرۆڤ ئامادەیە چاو، بەشێک بەم جوانی و بچووکییە نەشتەرگەری بکات.)

ئەگەر کەسانی ئاسایی دوانزە جار چاویان دەدایە دەستی نەشتەرگەر، سەرەنجام بە کوێری دەمانەوە و کاردانەوەی نیگەران و پەرێشانکەریان پیشان دەدا، بەلام تارگینگتن لە بەرامبەر ڕووداوە بێچارەکاندا خۆی دا بە دەستەوە و ئەو حاڵەتەی بە ڕەحەتی تەحەمول کرد.

ئەو وتەی "جان میلتون"ـی شاعیری گەورەی لەبەر بوو، باوەڕی پێ هێنا بوو:

بێچارەیی ئەوە نییە کە مرۆڤ نابینا بێت، بەڵکوو بێچارەیی واقعی ئەوەیە کە نەتوانێت تەحەمولی کوێری بکات! ئەگەر بمانەوێت لە بەرامبەر کارەسات و ڕووداوی بێچارەدا خۆڕاگری بکەین و بەرەنگاریان بینەوە، تەنها خۆمان ئازار دەدەین، ئەگەر نا توانای گۆڕینیمان نییە.

من لەم بەشەدا ئەزموونی تەواوم هەیە و چەندەها جار تاقیکردنەوەم کردووە و بە گژ هەندێ لە شتە ناقۆلا و بێچارەکاندا چوومەتەوە. هەندێ جار کارم دەگەشتە ڕادەیەک کە ژیان دەبوویە دۆزەخ بۆم. نیگەرانی و بێخەوی ئازاری دەدام و لە کۆتایدا کاتێ گەشتمە قۆناغی خۆبەدەستەوەدان ئارامم گرت.

من دەبوایە چەند ساڵێک لەمەو پێش لەگەڵ "والت ویتمن"، شاعیری گەورە هاودەم بوومایە، کە (بۆ بەرەنگاربوونەوەی زریان، برسێتی و هۆکاری سروشتی، ڕوو لە ئاژەڵان و درەختان دەکات).

من دوانزە ساڵی تەواو کاتی خۆمم لەگەڵ ئاژەڵاندا بەسەر بردووە و هەرگیز نەمبینیوە "گا"یەک لەوەی کە بۆچی گیاکەی لە بێئاویدا وشک

Scanned with CamScanner

بووە تووڕە بێت یا ئەوەی کە کاتێ گایەک ئەو خۆراکەی کە تایبەتە بە خۆی لە بەردەم گایەکی تردا بێت، لێدانەکانی دڵی زیاد بکات و لە نیگەرانیدا دووچاری برینی گەدە و هەڵچوونی دەروونی بێت و کاری بکەوێتە نەخۆشخانە و چارەسەرکردن.

هەڵبەتە وا نەزانیت کە من مەبەستم وایە ئێوە بە قایلبوون بە وتەکانم وەک کەوان دەبێت لە بەرامبەر فشاری ڕووداوەکاندا کەمەرتان بچەمێننەوە.

نەخێر! هەرگیز! چون ئەمە ڕووەرچەرخانە لە قەزاوقەدەر.

تا ئەو کاتەی کە توانای لە چاڵانی شەڕ هەیە، دەبێ ئەو هەلە لەدەست نەدەیت و بەرەنگاری ببیتەوە، بەڵام کاتێ عەقڵ و هۆشمان فەرمانمان پێ دەکەن کە لە بەرامبەر ڕووداوە بێچارەکاندا بین، دەبێ لە بیری تەندرووستی خۆماندا بین و ئیتر سەرنجی دوا و پێش نەدەین و واز لەو ئارەزوانە بێنین کە هاتنە دیان مەحاڵە).

"هاکز"، جێگری زانکۆی کۆلۆمبیا ئەم هەڵبەستەی لەبەر بوو و هەمیشە کاری پێ دەکرد:

بۆ دەردە لە ژمارە نەهاتووەکانی دنیا یا چارەسەربوونی هەیە یان نا، ئەگەر چارە هەیە، لە پێناویدا هەوڵ بدە وە ئەگەر نییە بیریشی لێ مەکەرەوە! بۆ نووسینی ئەم کتێبە چاوم بە کۆمەڵێک لە پیشەوەرانی ناوداری ئەمەریکایی کەوت، دەستکەوتی ئەم کارە ئەوە بوو کە تەواوی ئەوانەی کە لەگەڵ کارەسات و ڕووداوی بێچارەی دنیادا هاوکاری و نەرمونیانیان پیشان داوە، ئەگەر نا لەژێر فشاری باری کارەساتەکاندا وردوخاش دەبوون. ج.س.پنی، کە لە بازرگانە ناودارەکانی ئەمریکایە بە منی وت:

(کاتێ ئەنجامی نیگەرانیم بەدەست هێنا، ئەگەر هەموو سەروەت و

Scanned with CamScanner

سامانیشم لەدەست بدەم هەرگیز نیگەران نابم. ئەوەی لە دەستم دێ ئەنجامی دەدەم و ئەوی تری بە خوا دەسپێرم.)

"هانری فورد"، کە پێویست بە ناساندن ناکات دەیوت:

(کاتێ توانای لەناوبردنی ڕووداو و کارەساتەکانم نییە، وازیان لێ دێنم تا ڕەوشی سروشتی خۆیان هەڵبژێرن و خۆیان خۆیان چارەسەر بکەن).

کاتێ لە "ک.کلر"، بەڕێوەبەری کۆمپانیای "کرایسلر"م پرسی کە چۆن نیگەرانی لە خۆی دوور دەخاتەوە؟ وتی:

(... هەر کاتێ لەگەڵ کێشەیەکدا ڕووبەڕوو ببمەوە، هەر کارێک لە دەستم بێت ئەنجامی دەدەم، بەڵام ئەگەر سەرکەوتوو نەبووم لەبیری دەکەم! بۆ داهاتوو هەرگیز نیگەران نابم، چونکە هیچ بوونەوەرێک ناتوانێت پێشبینی ڕووداوەکانی داهاتوو بکات و لە بەرامبەریدا ئامادە بێت. هۆکاری لە ژمارە نەهاتوو کاریگەرییان لەسەر داهاتوو هەیە، کە ناتوانرێ دەسەڵات بەسەریاندا زاڵ بێت، ئیتر بۆچی بە بێهودە نیگەران بین.)

"کلر" ئەگەر بیزانیایە بە فەیلەسووفی دەزانی نارەحەت دەبوو لە کاتێکدا کە پیشەوەرێکی ئەهلی کارکردنە هەمان ئەو فەلسەفانە لە کارەکانیدا ڕەنگی دەدایەوە کە نۆزدە سەدە لەمەوپێش "ئێپیکور" لە ڕۆمانیا فێری خوێندکارەکانی کردبوو.

ئەو بەو کەسانەی کە دەرسی فەلسەفەی فێر دەکردن دەیوت:

(بۆ خۆشبەختی یەک ڕێگە زیاتر بوونی نییە، ئەویش کەمکردنەوەی نیگەرانییە دەربارەی ئەو شتانەی کە لە سەرو توانای ئێمەوەن).

سارا برنارد کە "سارا مقدس"یشیان پێ دەوت، یەکێک بوو لەو ئافرەتانەی کە لەگەڵ ڕووداو و کارەساتە بێچارەکاندا ڕێک دەکەوت.

Scanned with CamScanner

ئەو بیستوپێنج ساڵی تەواو شای چوار قارە بوو و بە خۆشەویستترین هونەرپیشەکانی دنیا دادەنرا.

لە حەفتاویەک ساڵیدا، کە سارا پیر و لەکارکەوتوو بوو، ئەو سەروەت و توانا و دەستەڵاتەی جارانی نەمابوو، لە کاتی سەفەرێکیدا بە کەشتی لە ئۆقیانووسی ئەتڵەسیدا لەسەر عەرشی کەشتییەکە کەوت بە ئەرزدا و قاچی شکا، بە ئازار بوو. دوای ماوەیەک قاچی دەردناکی لە لایەن پزیشکی چارەسازەوە جواب کرا و بە ناچاری دەبوایە بیانبڕیایەتەوە.

"پرۆفیسۆر پزی"، پزیشکە چارەسازەکەی دەترسا بە سارا بڵێت دەبێ قاچت ببڕنەوە، چونکە وای دەزانی خەش دەکات و دووچاری هێرشی تووڕەیی دەبێت. بەڵام بە هەڵەدا چوو بوو، چونکە سارای بە باشی نەناسی بوو. بەهەرحاڵ، کاتێ پرۆفیسۆر بە ترسولەرزەوە بە سارای وت، سارا وتی: (ئەگەر چارەنووس ئاوایە، کە وایە هەروا دەبێت.)

کاتێ بردیانە ژووری نەشتەرگەرییەوە دڵی کورەکەی دەدایەوە و تێیگەیاند، کە مەترسییەک لە ئارادا نییە. دوای ئەو نەشتەرگەرییە، قاچی باش بوویەوە و دیسانەوە دەستی دایە سەفەری جیهان و گەڕانەکەی خۆی لە دوای ئەو نەشتەرگەرییە حەوت ساڵی دیکە ژیانی بەسەر برد.

کاتێ دەست لە خراپکارییەکانی ڕووداوی بێچارەسەر هەڵدەگرین، هێزێکی زۆر کە تا ئەو کاتە دەرگیری ململانێ بووە ئازاد دەبێت و یارمەتی ئێمە دەدات لە ڕێگەی بنیادنانی ژیانێکی بەختەوەرانەدا.

وا نازانم هیچ مرۆڤێک ئەوەندە توانای هەبێت کە هاوکات لەگەڵ ڕووداوی بێچارەسەردا دەرگیر ببێت و لە هەمان کاتدا بتوانێت بە هێزێکی شاراوە ژیانێکی تازە بنیاد بنێت. چارەیەک نییە جگە لەوەی کە یا لە بەرامبەری زیانی کارەساتی بێچارەسەردا بچەمێینەوە یا

Scanned with CamScanner

بەربەرەکانی بکەین و لە کۆتایدا لەپێی بکەوین.

مامۆستایانی هونەر "جوجوتسو" بە خوێندکارەکانی خۆیانیان دەوت:

(وەک داری بی بچەمێرەوە و وەک دار بەڕوو خۆڕاگر بە).

بە ڕای ئێوە هۆی چەمانەوەی تایەی ئۆتۆمبێلەکان کە بەرگەی فشارێکی زۆر دەگرن و لە بەرامبەر چاڵوچۆڵی و هەورازی جادەکاندا و نەرمونیانی نیشاندانیان چییە؟ بۆ یەکەم جار کە بڕیار بوو ئۆتۆمبێل بخرێتە گەڕ لە تایەی ناو پڕ سوودیان وەردەگرت، کە توانای چەمانەوە و نەرمونیانی نەبوو، ئەم تایانە زۆر بە زوویی لە ڕووبەڕووبوونەوەیان لەگەڵ ناهەمواری جادەکاندا لەت لەت دەبوون.

بەهۆی ئەم ئەزموونەوە دەستیان کرد بە دروستکردن و سوودوەرگرتن لە تایەی ناو خاڵی کە بە هەوا پڕیان دەکرد. سەبارەت بە بەرگری تایەکانی هەوا ڕوونکردنەوەی زۆر پێویست نییە، تەنها ڕاز و نهێنی مانەوەی ئەم جۆرە تایانە خۆڕاگرییە لە بەرامبەر فشاردا نەرمونیانی دەنوێنێت.

ئێمەیش ئەگەر فێر ببین لە جادەی پڕ چاڵوچۆڵی ژیاندا وەک تایەی ئۆتۆمبێل تایبەتمەندی ملکەچی و چەمانەوەمان هەبێت، دەتوانین تەکانەکان و ڕێگرییەکانی جادە دەستەمۆ بکەین و بە ئاسانی لە ڕێگەی ژیاندا بۆ پێشەوە بڕۆین.

لەوانەیە بە خۆت بڵێیت قایلنەبوون بە فشاری ناهەمواری جادەکانی ژیان چ داهاتوویەکی بۆ ئێمە هەیە؟ وەڵامەکەی ئەوەیە کە ئەگەر وەک بی نەچەمێیتەوە و وەک بەڕوو خۆڕاگر نەبیت ئەنجامێک جگە لە کێشمەکێشمی دەروونی و نیگەرانی و هەڵچوون و تووڕەبوون نابێتە نسیبتان، کە ئەمەش بەهرەیەکی باش نییە لە ژیاندا.

لە کاتی جەنگی جیهانی دووەمدا ملیۆنەها سەربازی پەرێشان

Scanned with CamScanner

ناچار بوون لەگەڵ ڕووداو و کارەساتەکاندا بگونجێن یا ڕووەو نەمان و تیاچوون بڕۆن. ئەم سەربازانە هەر کامێکیان داستانێکی گرنگیان هەیە کە یەکێ لە نموونەکانی ئەم داستانانە "ویلیام.اچ.کاسلیوس"ـە، کە خەڵکی نیویۆرکە. ویلیام کە لە پۆلە شەوانەکەی مندا بە سەرکەوتوویی خەڵاتی بەدەست هێنا و لە هەمان کاتدا یەکێک بوو لە نموونەی ئەو کەسانەی کە زۆر تووڕەبوو.

داستانەکەی لە زمانی خۆیەوە بۆ ئێوە نەقڵ دەکەم:

(... تازە چووبوومە ناو سوپاوە، پاسەوانی کەنارەکانی دەریا بووم لە ناوچەی ئۆقیانووسی ئەتڵەسی کە گەرمایەکی تاقەت بەزێنی هەبوو. کاری من پشکنین و چاودێری کەرەستەی تەقەمەنی بوو.

باش سەرنج بدە:

مرۆڤێک کە تا چەند ڕۆژێک لەمەوپێش کاری فرۆشتنی بسکیت و وردەواڵە بوو ئێستا بۆ کارێکی وەها پڕ مەترسی ڕۆیشتووە. تەنها دوو ڕۆژ کاتم هەبوو کە خاڵی پێویست بۆ بەرەنگاربوونەوەی ئەم لێپرسراوێتییە فێر بم. مەسەلەکە لێرەدا بوو تا زانیاریم لە بارەی ((T.N.T تی ئێن تی)) زیاتر دەبوو هەستم بە مەترسی زیاتر دەکرد و زیاتر دەترسام. یەکەم چالاکیم لە ڕۆژێکی نیمچە تاریکدا بەئەنجام گەیاند.

ئەو سەربازانەی کە لەژێر ڕکێفی مندا بوون لە ڕووی توانای جەستەییەوە زۆر باش بوون، بەڵام بچووکترین زانیاریان نەبوو سەبارەت بە کارێکی پڕ مەترسی کە ئەبوایە ئەنجامیان بدایە. ئەوان کاتێ سندووقی تەقەمەنیەکانیان (دینامیت) دەگواستەوە کە هەر یەکەیان بەس بوو بۆ تەقینەوەی کەشتییەکی گەورە، دەترسام کە نەوەکو وایەری پارێزگاری یەکێکیان بپچڕێ و هەموان لەناو ببات.

Scanned with CamScanner

لە تاو توندی نیگەرانیدا گەرووم وشک بوو بوو. ئەژنۆکانم هەڵدەلەرزین و دڵم بە توندی لێی دەدا. هەڵهاتنیش گونجاو نەبوو، چونکە هەڵهاتن لە مەیدانی جەنگدا سزایەکی توندی هەبوو جگە لەوەی کە دەبوویە هۆی ئابڕوچوونی خانەوادەکەم. ماوەیەک بەم مەسەلەیەوە دەرگیر بووم، سەرەنجام بە خۆمم وت: (ئەی گەنج! هەرچی دەبێ با ببێ! گریمان کە تەقینەوەیەک تۆی برد بە هەوادا و پارچە پارچە بووی، مردن زۆر خێرایە و بێ ئەوەی ئاگات لە خۆت بێ مردووی، هەرچی بێت باشترە لەوەی کە مانگانە لەسەر جێگە بکەویت و بەهۆی سەرەتانەوە ئازار بچێژی و لە کۆتاییشدا لەپێ بکەوی، تۆ کە لە دنیادا تەمەنێکی بێکۆتاییت نییە، هەر دەبێ ڕۆژێک بمریت، کەوایە بۆ ئەو مردنەت بە شانازییەوە نەبێت. تازە ئەگەر بەهۆی ترسەوە واز لە کاری تەقەمەنی بێنیت بە دڵنیاییەوە گیرۆدەی مردنێکی بەئازارتر دەبیت).

چەند کاتژمێرێکی یەک لە دوای یەک ئەم ڕستانەم لەبەر خۆمەوە دەوتەوە و وانەم فێری خۆم دەکرد تا لە کۆتاییدا خوێنساردی و ئارامی خۆمم بەدەست هێنا و خۆمم قایل کرد کە لەگەڵ کارەسات و ڕووداوی بێچارەسەردا بگونجێم و بە نەرمونیانی نیگەرانی لە خۆم دوور بخەمەوە.

وانەیەک کە لەم داستانەدا فێری بووم هەرگیز شایستەی لەبیرچوونەوە نییە.

لەوەبەدوا هەر کاتێ دەرگیری هەڵچوون و پەشێوی و نیگەرانی دەبم شانی دەدەمە ژێر و دەڵێم:

(لە بیری کە! نازانی بەم ڕەوشە بە چ ئەنجامێکی بەرز و جوان گەیشتووم).

دوای لەخاچدانی عیسای مەسیح یەکێک لە بەناوبانگترین شێوازی

Scanned with CamScanner

مردنەکان لە مێژووی جیهاندا مردنی "سوقرات"ە .لەوانەیە دە یا سەد سەدەی تریش ئینسانەکان باسێک کە ئەفلاتوون لە بارەیەوە نووسیویەتی وەک ئاسارێکی فەلسەفی -ئەدەبی هەمیشە زیندوو بیخوێننەوە.

کۆمەڵێک لە داخلەدڵ و ناحەزەکانی ئیرەییان پێ ئەبرد و بوهتانی زۆریان دەدایە پاڵی تا کێشایانە دادگا و بە مەرگ مەحکومیان کرد. کاتێ پاسەوانی زیندانەکە جامی زەهر دەدات بە دەستییەوە بە سەرنجدانی ئەوەی کە ڕێزێکی زۆری بۆ مامۆستا دادەنا بۆ دڵنەواییکردنی پێی وت:

(هەوڵ بدە ئەو شتەی کە چارەی نییە و بێ دەرمانە بە نەرمونیانی و ملکەچییەوە تەحەمولی بکەیت و بەرگەی بگریت).

سوقرات کە پێویستی بەم ئامۆژگارییە نەبوو، هەر وای کرد و جامە زەهرەکەی بە ڕەزامەندی خۆی نۆش کرد، کە ئەوی لە ئاستی مرۆڤێک زۆر زیاتر بەرز کردەوە و هەر ئەوەیە کە تا ئەمڕۆش ناوی لە مێژودا ماوەتەوە.

هەوڵ بدە ئەوەی کە چارەی نییە بە نەرمونیانی تەحەمولی بکەیت، ئەم ڕستەیە کە 399 ساڵ پێش لە لەدایکبوونی مەسیح لەسەر زمانی پاسەوانی زیندانێکی سادە دەرچووە، بۆ مرۆڤی هەڵەشە، گیرۆدەی نیگەرانی و پەریشانی ئەمڕۆ زیاتر لەو زەمانە کاری پێ دەکرێ.

لە هەشت ساڵی ڕابردوودا من کتێب و گۆڤاری زۆرم سەبارەت بە نیگەرانی و لابردنی نیگەرانی خوێندووەتەوە، هەتا ئەگەر لە کتێبێکدا ڕستەیەک شایەنی سوودوەرگرتن بووبێت وازم لێ نەهێناوە. دوای ئەم هەشت ساڵە سادەترین پەندێک کە تا ئێستا بۆ لابردنی نیگەرانی پێی گەشتبم هۆنراوەیەکی بچووکە.

Scanned with CamScanner

بە بۆچوونی من باشتر وایە ئەم هۆنراوەیە بە ئاوێنەی دەستشۆرەکەوە بچەسپێنیت بۆ ئەوەی هەموو ڕۆژێ لە کاتی دەست و دەموچاو شۆردندا لە بەرچاوتان بێت.

ئەم هۆنراوەیە لە ڕاستیدا نزایەکە کە دکتۆر "نیوبوهر" مامۆستای فێرکاری زانستی لە "ئەنجومەنی ئالاهیون"ی نیویۆرک دایڕشتووە:

خودایە ئارامی و ئاسوودەیم پێ ببەخشە تا بتوانم پێشوازی لەو شتانە بکەم کە ناگۆڕێن !بە توانای خۆت لێهاتوویی و توانام پێ ببەخشە تا ئەوەی دێتە ڕێگەم بیگۆڕم. خودایە بینایییەک بە من ببەخشە کە جیاوازی لە نێوان دوو شتدا بکەم. بۆ دوورخستنەوەی نیگەرانی و ڕێگریکردن لەوەی بە شێوەی خو و نەریت خۆی پیشان دەدات و زەرەرۆمەندت دەکات و زیانت پێ دەگەیەنێت، کار بەم دەستوورە بکە: لەگەڵ ڕووداو و کارەساتێدا کە چارەیان نییە، هاوکاری و هاوسۆزی بنوێنە!

Scanned with CamScanner

کتێبخانەی pdf ›

CLOSED GROUP · 122K MEMBERS

Announcements Photos Events Files Albums

Write something...

Scanned with CamScanner

بەندی دەیەم

لە هەر کوێیەک جڵەوی زیان بگریتەوە دەست قازانجە

لە ناخی دڵتانەوە حەزتان دەکرد ڕێگەی بەدەستهێنانی پارەتان بزانیایە؟ نە تەنها ئێوە -وا دەزانم- ملیۆنەها کەس لە سەرانسەری دنیادا ئارەزووی زانینی ئەم ڕێگەیەیان هەیە! ئەگەر منیش وەڵامی ئەم پرسیارەم دەزانی و تێدەگەیشتم ڕێگەی بەدەستهێنانی پارە چییە لەباتی ئەوەی کات بە نووسینی ئەم کتێبە بەسەر بەرم سەرفی بەدەستهێنانی دە هەزار دۆلارم دەکرد. بەهەرحاڵ، ڕێگای زۆر هەیە کە خەڵکی بە هۆیەوە فێری بەدەستهێنانی پارە بووە. ڕێگەیەکی سەرکەوتوو، کە مەبەستمە پێتان بڵێم داستانی "چارلز روبرت"ی ڕاوێژکاری بەناوبانگی ئابووری دانیشتوی شەقامی بیستودووی نیویۆرکە.

(... بیست هەزار دۆلاری هاوڕێکانم بە دەستەوە بوو بۆ کڕینی بورسەکان لە تکساسەوە بۆ نیویۆرک بەڕێ کەوتم .لەگەڵ ئەوەشدا کە شارەزاییەکی تەواوم لە بارەی هونەری کارەکەمەوە هەبوو، بەڵام کاتێ سەیرم کرد هیچ پارەیەکم بۆ نەمابۆوە نیگەران بووم. هەڵبەتە کێشەی من لە سوود و قازانجی زۆردا بوو، کە لە چەند مامەڵەیەکدا سوودێکی زۆرم دەست کەوتبوو. ئەم سوود و قازانجە بووە هۆی ئەوەی بە خێرایی و بە گەشبینی و ئیرەییبردن بە زیرەکی خۆم سەرمایەکەم لەدەست بدەم.

لەو کاتەدا بۆ پارەکەی خۆم زۆر نارەحەت نەبووم، بەڵام بۆ ئەو پارەیەی کە دۆستەکانم دابوویانە دەستم هەرچەندە دەمزانی کەسانێکی

سەختگیر نین ئەوەندە مشەوەش و ناڕەحەت بووم کە شوێنی خۆمم نەدەزانی و حسابی ڕابردووم لەدەست دەرچوو بوو. سەیر لێرەدایە دۆستەکانم زۆر بە خۆشەویستی و نەرمونیانی لەگەڵم دەجووڵانەوە و لە بارەی پارەکەیانەوە هیچیان نەدەوت. من هۆی هەڵشکانەکەم دەزانی و کەمتەرخەمییەکانم بە گوێمدا دەدا.

لە ڕاستیشدا هەر ئەوە بوو کە گوێم بۆ هەر وتەیەک ڕادەدێرا بەبێ ئەوەی بیر لە وتەکە بکەمەوە تەسلیمی دەبووم. دوای ماوەیەک حاڵی خۆمم تاوتوێ کرد و بڕیاری لەناوبردنی هەڵەکانم دا. ئەم جارە بە لەبەرچاوگرتنی شێوەی کارەکە و بە بوونی زانیارییەکی تەواو لە بارەی کارەکەمەوە چوومە ناو بازاڕەوە.

لەو کاتەدا "بورتون.س.کاس"، کە یەکێک بوو لە کۆنە کارەکانی بازاڕ، ئامۆژگارییەکی کردم کە بووە مایەی بنەمایەکی پتەوی بازرگانی بۆم. وتی:

لە هەر مامەڵەیەکدا یا لە هەر سفارشێکدا جێگەیەیش بۆ زەرەر لەبەرچاو بگرە.

بۆ نموونە ئەگەر شتێکی 50 دۆلاریت کڕی ئەوا 5 دۆلار زەرەری بۆ لەبەرچاو بگرە، واتە وا دابنێ لەو 50 دۆلارە 5 دۆلار زەرەر دەکەیت، ئەو کاتە کارەکەت ئەنجام بدە، بەڵام ئەگەر بینیت ئەو شتە گەیشتووەتە 45 دۆلار ئەوا بە زوویی بیفرۆشە تا لە 5 دۆلار زیاتر زەرەر نەکەیت! ئەگەر بازاڕ بە ڕێکی و شروشتی کار بکات بە سوودی 10% ـ 25% مامەڵە دەکەی و لەم کاتەدا قەرەبووکردنەوەی 5 دۆلار کێشەیەک نییە.

بەم شێوەیە ئەگەر نیوەی مامەڵەکەی تۆ ڕووبەڕووی زیان ببێتەوە دیسانەوەش لە کۆی گشتیدا سوودێکی گونجاوت بۆ ماوەتەوە!

لەو کاتەوەی فەرمانەکەی "کاس"م خستووەتە بواری کارکردنمەوە

Scanned with CamScanner

مشــتەرییەکانم ڕوویــان لــە زیــاد بوون کــردوە و لە ئەنجامــدا هەزاران دۆلار قازانجــم کردووە.

ڕێگــەی لابردنــی زیــان یەکێکە لە ڕێگاکانــی ســوودوەرگرتن. بۆ نموونە یەکێک لە ڕێگاکانی ســوودوەرگرتن لابردن و دوورخستنەوەی بێزاری و نیگەرانییــە. من خۆم تاقیم کردۆتەوە و ئەنجامێکی باشــم لێوە بەدەســت هێنــاوە. بــۆ نموونە ســاڵانێک بــوو زۆربــەی ڕۆژەکان لەگــەڵ یەکێ لە هاوڕێیانمدا نانی ئێــوارەم دەخوارد.

بڕیارمــان وابــوو لــە کاتژمێرێکی دیاریکــراودا لە شــوێنێکی دیاریکراودا یەکتــر ببینین، بەڵام زۆربەی کاتەکان ئــەو درەنگ دەهات و منی نیگەران دەکــرد. ڕۆژێکیــان هاوڕێکەمــم ئــاگادار کــردەوە و پێــم وت بــە لایەنی کەمــەوە دە خولــەک زیاتــر لە ســەرت ڕاناوەســتم و ئەگەر نــا دەچم بە لای کاری خۆمــەوە. ئــەم ئاگادارکردنەوەیــە و کارکردنــم پێــی ئەوەندە کاریگەری لەســەر هاوڕێکەم هەبوو کە ئێســتا پەشــیمانم بۆچی پێشــتر ئــاگادارم نەکردبۆوە لــە باتی زەرەر و کەمتاقەتی و تووڕەیی و... ئێســتا بــە داخــم بۆچی ئەوەندە هۆشــیار و ژیــر نەبووم تا هەر پێشــهاتێک کە ئارامیــم لێ زەوت دەکات توێژینەوەی لەســەر بکەم و بە خۆمم نەدەوت:
(ئــاگادار بە دیل کارنگی! ئــەم ڕووداوە هەر ئەوەندە نیگەرانی هەڵدەگرێت نــەک زیاتر... بۆچی زیاد لــە ئەندازە زەرەرۆمەند ببین؟)

بەهەرحاڵ، ئێســتا کــە گوێم بۆ وتــەی عەقڵی خۆم ڕادێراوە خۆشــحاڵم! گوێڕادێــران بــۆ وتــەی عەقــڵ لــە قۆناغێکــدا ڕووی دا، کــە ئومێدەکانی داهاتــووم لــە ئەنجامــی دەســتکەوتی چەندەهــا ســاڵ کار و چالاکــی لە ڕووبەڕووبوونەوەی مەترســییەکان لەناو چوون، لە ســێ ساڵیدا بڕیاری خۆمم دا.

لــەو زەمانــەدا دەمویســت ببــم بــە نووســەرێکی وەک ˚جاک لەندن یا

Scanned with CamScanner

توماس هاردی"، ئەوەندە شەوقی ژیان لەمندا دەدرەوشایەوە کە دوو ساڵی تەواو لە ئەورووپادا ژیام، وام دەزانی کە گرنگترین شوێنەوارم لەژێر ناونیشانی "بلیزارد" لە ئەورووپادا نووسیوە. کاتێک کەویستم کتێبە ناوبراوەکە بە چاپ بگەیەنم خستمە بەردەستی بڵاوکەرەوەکان، دوای خوێندنەوەی کتێبەکەم ئەوەندە ساردیان نواند کە وابزانم ساردییەکەیان لە ساردی جەمسەرەکان خراپتربوو. کاتێک کە زانیم نووسراوەکەم بە کەڵکی چاپکردن نایەت و ئەمەش نیشانەی نەشارەزایی نووسەرە، گیرۆدەی وەها حاڵەتێک بووم کە خەریک بوو دڵم لە لێدان دەکەوت. لە کاتێکدا کە لە دوایەمین نووسینگەی بڵاوکەرەوە هاتمە دەرەوە ئەگەر بە چەکوش بیاندایە بە سەرمدا ئازارەکەی کەمتربوو لە ئازاری ڕەتکردنەوەی کتێبەکەم بە دوودڵی لەسەر دووڕیانی ژیاندا مابوومەوە –سەرگەردانی و دەستشۆردن لە ئومێدەواری .دەمزانی کە دەبوایە بڕیارێکی گرنگم بدایە، بەڵام ڕۆژگار بەسەر چوو و من ڕێگەچارەیەکی گونجاوم نەدۆزییەوە. ئەو ڕۆژانە بە لایەنی کەمەوە یاسای قەرەبووکردنەوەی زیانم نەدەزانی، بەڵام بە نەزانی بە یارمەتی ئەو یاسایە خەم و خەفەت و نیگەرانیم لە خۆم دوورخستەوە، ئێستا دوای چەند ساڵێک تێدەگەم کە لەو کاتەدا کارم بەم یاسایە کردووە! نازانم چۆن بوو کە بڕیارم دا لە ئەزموونەکانی چەند ساڵەی خۆم یارمەتی وەربگرم و یەکەمین کارم کە ماوەیەک بوو بەهۆی نووسینەوە وازم لێ هێنابوو لە سەرەتاوە دەست پێ بکەمەوە. یەکەمین کارم کە دەرسوتنەوە بوو لە پۆلەکانی شەوانەدا لە هەمان کاتدا سەرگەرمی نووسینی کتێبانێک بووم کەنیشاندەری واقعیەت و ڕاستی بوون .ئێستا ئێوە یەکێک لەو کتێبانەتان لە بەردەستدایە.

ئایا حەقی خۆمە لە بڕیاری ئەو ڕۆژەی خۆم خۆشحاڵ بم؟

باوەڕ بکەن بەیادهێنانەوەشی منی خۆشحاڵ کرد و خەجاڵەت ناکێشم

Scanned with CamScanner

کە بڵێم لەبەر ئەوەی کە جێگەی تۆماس هاردیم نەگرتوتەوە نارەحەت نیم، چونکە لەو ڕۆژە بە دواوە کاتژمێرێک لە تەمەنم بە خەم و خەفەت بەسەر نەبردوە و نیگەران نەبووم! لەوانەیە سەدەیەک لە زەمانی تێپەڕی بێ کە "هنری نزو" لە دەفتەری یادگارییەکانیدا نووسی بووی:

(بەهای هەر شتێک بەرامبەر بە کاتژمێرێکە لە تەمەنمان، کە لە پێناویدا ئێستا یا لە داهاتوودا لەدەستی دەدەین).

لە ڕوونکردنەوەی ئەم یادداشتەدا دەتوانرێ بوترێ:

(تەواوی نەزانییەکان، کاتێکە کە ئێمە بەهای شتێک زیاتر لە تەرازووی قیمەتی خۆی بزانین.) بە گومانی من باسی ژیانی "ژیلبرت و سولیوان" لە نموونە دیارەکانی ئەم ڕاستییەن. ئەوان لەگەڵ ئەوەشدا کە داستانی باش و مۆسیقای جوانیان دروست دەکرد، بەلام ئەوەندە توانایان نەبوو کە بزانن چۆن بەختەوەری و خۆشی بێننە ناو ژیانیانەوە! ئەوانە درەوشاوەترین و سەرگەرمکەرترین نمایشیان دەخستە ڕوو، بەلام نەیان دەتوانی ئەوەندە دەستەڵاتیان بەسەر خۆیاندا هەبێت بۆ نموونە مەسەلەیەکی بێبایەخی وەک بەهای فەرشێک کە بە کێشمەکێشم بەهاکەیان نەدەدا.

بەسەرهاتەکە بەم شێوەیە بوو کە "سولیوان" لەوپەڕی سەرکەوتوویيدا داوای کڕینی فەرشێکی گەورەی بۆ مەنەسەی نمایشگاکە کردبوو. "ژیلبرت" دوای بینینی قیمەتی فەرشەکە ئەوەندە تووڕە بوو و ئەوەندە بەرامبەرکێیەکی خراپی نواند کە لەوەبەدوا ئەو دوو نەفەرە لە یەکتر جیا بوونەوە و تا زیندوو بوون یەکتریان نەبینی.

"سولیوان" ئاهەنگەکانی خۆی بە پۆستدا بۆ "ژیلبرت" دەنارد و "ژیلبرت"یش نووسینەکانی خۆی لە ڕێگەی پۆستەوە پێ دەگەیاند. لە کاتی پێشکەشکردنی نمایشدا بە شێوەیەک بەرنامەڕێژیان دەکرد

Scanned with CamScanner

کە لەسەر مەنەسەکە پێکەوە نەبن، ئەگەریش بە سوتفە هاوکات لە شوێنێکدا بن رووویان لە یەک وەردەگێڕا تا چاویان بە یەک نەکەوێت.

بریا ئەوانەش وەکو "ئەبراهام لینکلن" دەیانتوانی بە لێخۆشبوون ڕێگە لە زەرەری خۆیان بگرن. لە ڕووداوەکانی جەنگی ناوخۆی ئەمەریکا کاتێ کۆمەڵێک لە دۆستەکانی "لینکلن" وشەی ناشیرینیان بە دوژمنە سەرسەختەکانی دەوت "لینکلن" بە دۆستەکانی وت:

(ئێوە زیاد لە من هەست بە کینە دەکەن لە بەرامبەر ئەوانەدا! ئەم هەستەش لە مندا هەیە، بەڵام هەرگیز دوای نەکەوتووم و کەمتر سوودی لێ وەردەگرم. تەمەنی مرۆڤ ئەوەندە نییە تا سەرفی دوژمنایەتی و کینەبەرایەتی بکات. ئەگەر کەسێک واز لەوە بێنێ کە وشەی ناشیرینم پێ بڵێ، من هەرگیز ڕابردووەکان بۆ تۆڵەسەندنەوەی زیندوو ناکەمەوە).

بریا پوورە پیرەکەی منیش "ئادیت" ڕۆحی لێبووردنی "لینکلن"ی دەبوو.

پورە "ئادیت" و مامە "فرانک" بە هەزارەها بەدبەختی و هیلاکەت لە کێڵگەیەکی ڕەهن، کە دەستکەوتێکیشی نەبوو دەژیان. پوورە "ئادیت" لە حاڵێکی ئاوادا ئارەزووی دەکرد ئەو ژوورەی کە تیایدا دەژیان بە تابلۆی ڕەنگاوڕەنگ برازێنێتەوە، لە کۆتاییدا بە قەرزوەرگرتن لە ئاشناکانی ئەو کارەی بە ئەنجام گەیاند. مامە فرانک لە وەرگرتنی قەرز ناڕەحەت بوو، کاتێ لە قەرزکردنەکە بەئاگا بوو بە ناڕەحەتییەکی تەواو بە فرۆشیارەکانی ڕاگەیاند کە شوێنی کاریان لە "میسوری" بوو چیدی قەرز بە ژنەکەی نەدەن. پورە "ئادیت"، کە بەئاگا بوو لەم کەینوبەینە، کردی بە هەرا و شەڕێکی بەرپا کرد کە دوای پەنجا ساڵ تەمەنی باقی تەمەنیان بوو بە دۆزەخ.

من کە داستانی ئەم ژن و مێردەم بیستبوو، کاتێ سەردانی پورە

Scanned with CamScanner

"ئادیت"م کرد، کە هەفتا ساڵ لە تەمەنی تێپەڕی بوو. بۆ ئەوەی ژن و مێردەکە ئاشت بکەمەوە بە پورە "ادیت"م وت:

(پووری گیان! ڕاستە کە مامە فرانک کارێکی باشی نەکردووە، بەلام تۆش ویژدانت نارەحەت نییە دوای پەنجا ساڵ پێکەوە ژیان، ئامادە نیت ئەم داستانە لەبیر بکەیت؟ بە بڕوای من تانەکانی تۆ لەم تەمەنەدا زۆر بەئازارترە لە برینی زمانێک کە ئەو پەنجاویەک ساڵ پێش ئێستا پێی وتووی).

کە ئەم قسانەم دەکرد، دەمزانی کاریگەری لەسەری نییە! لەگەڵ ئەوەشدا پوورە "ئادیت" بەهۆی سەختگیرییەکی بێبایەخەوە ژیانی لە خۆی و خەڵکی تاڵ کردبوو!

" فرانکلین روزولت" حەوت ساڵە بوو کە تووشی هەڵەیەک بوو تا حەفتا ساڵی لە بیریدا بوو.

فراکلین حەوت ساڵ بوو حەزی لە فیکەنەیەکی جوان دەکرد، ئەوەندە شێتی جوانی ئەو فیکەنەیە بووبوو، کە بێ ئەوەی نرخەکەی لە فرۆشیارەکە بپرسێ هەموو پارەکانی لە بەردەم فرۆشیارەکەدا هەڵرشت و فیکەکەی بردەوە بۆ ماڵەوە. لە ماڵەوە دەستی کرد بە فیکەلێدان و مێشکی هەموو ئەندامانی ماڵەوەی خستبوو، ئەوانیش چاریان نەما و پڕیان دایە و لێیان سەند.

یەکێ لە براکانی بە تانەوە لێی پرسی ئەو فیکەیەت بە چەند کڕیوە؟ کاتێ "لینکلن" لە وەلامیدا ئەو بڕە پارەیەی پێی دابوو بە براکەی وت زلەیەکی لێ دا، لەبەر ئەوەی فیکەنەکەی بە گران کڕیوە و ڕاستیشی دەکرد.

ئەم ڕووداوە بوو بە دەرسێکی گەورە بۆ "لینکلن" کاتێ کە گەورە بوو ئەم ڕستەیە لە زمانییەوە بیسترا کە دەیوت:

Scanned with CamScanner

(کاتـێ چوومـە ناو کۆمەڵـگاوە، چالاکـی مرۆیانـەم بینی تێگەیشـتم کە کۆمەڵێکـی زۆر هـەن ئـەو فیکەیـەی کـە حەزی لـێ دەکـەن زۆر زیاتر لـە نرخی خۆی پـێ دەدەن، بە بۆچوونـی من زۆربـەی بەدبەختییەکانی مـرۆڤ بەهـۆی ئەوەوەیـە کـە بەهای شـتێک نازانـن، نرخیـان زیاد لە بەهایـان دەخەملێنن.)

"تۆلسـتوی"، دانـەری شـوێنەواری زینـدووی وەک: جەنـگ و ئاشـتی، ئاناکارنینـا و رسـتاخیزیش بـە هەمـان دەردەوە گیـرۆدە بـوون. بـە پشتبەسـتن بە "دائیره المعارف"، "تۆلستوی" بیسـت ساڵی تەمەنی یەکێک بـوو لـە خۆشەویسـتترین پیاوانی سـەر زەوی.

لـە سـاڵی 1890 تا 1910 لایەنگـران و پەیوەندیدارانی تۆلسـتوی وەک زیارەتکەرانی شـوێنە پیـرۆزەکان زیارەتیان دەکرد، دەیانویسـت بە هەر شـێوەیەک بـووە ئەگەر بـە نیگایەکیش بێت ببینـن، دەنگی ببیسـتن و دەسـت بە جلەکانیـدا بێنن و وتەکانیـان وەک وەحی یاداشـت دەکرد، لە کاتێکـدا تۆلسـتوی لە هەفتا سـاڵیدا بە ئەنـدازەی حەوت سـاڵی فراکلین ئەزموونـی نەبوو.

ئەو لەگەڵ کچێکدا کە زۆر خۆشـی دەویسـت زەواجی کرد. بە شێوەیەک لـەم هاوسـەردارێتییە ڕازیبوون کـە گوایە نزایان لە بـارەگای خوداوەند وەرگیـرا بێـت. ئـەم هاوسـەرە باشـە بەداخـەوە دووچـاری ئیرەییەک بووبوو، کە لە جەنگەڵیشـدا مێردەکەی دەخسـتە ژێـر چاودێرییەوە. کەم کـەم هەسـتی ئیرەیی لە ئافرەتەکەدا پەرەی سـەند، کە لە خۆشەویسـتی مێردەکـەی بـۆ منداڵەکانـی نیگـەران دەبـوو. ئـەم ژنە ڕۆژێـک وێنەی کچەکـەی خـۆی بە فیشـەک کـون کون کـرد، کە بـە دیـواری ژووری "تۆلسـتوی"دا هەڵواسرا بوو.

هەنـدێ جاریـش دەرمانـی ژەهـراوی دەبردە نـاو دەمیـەوە و وا خۆی نیشـان دەدا کـە کاری خۆکـوژی ئەنجـام دەدات و دەهـات و دەچوو لە

Scanned with CamScanner

ژوورەکـەدا، ئەوەندە ئەم کارەی دووبارە دەکردەوە منداڵەکان دەترسـان و دەسـتیان بە گریـان دەکرد.

وا دەزانـی "تولسـتوی" لـە بەرامبەریدا چی دەکرد؟ ئەگـەر توورە دەبوو و پێویسـتییەکانی نـاو ماڵی دەشـکاند، سەرزەنشـتیان نەدەکـرد، چونکە بـە ڕەفتـاری ئەو ژنـە هەڵچـوون و توورەبوون شـتێکی ئاسـایی بوو. بەڵام "تولسـتوی" کارێکـی خراپتری ئەنجام دەدا. ئەو دەفتەری یاداشـتی دانابوو بـە نهێنـی تاوانەکانی ژنەکەی تومـار دەکرد.

"تولسـتوی" دەیویسـت بـەم کارەی بێتاوانـی خـۆی ڕابگەیەنـی، هەموو تاوانـەکان بخاتـە ئەسـتۆی ژنەکەی. بەڵام ژنەکەشـی لـەم حاڵەتە بێئاگا نەبـوو لە هەلێکی گونجاودا کە بەدەسـتی هێنا یاداشـتەکانی سـووتاند و دەفتەرێکـی هاو شـێوەی ئەو دەفتەرەی پێشـووی هێنا و لـەو دەفتەرەدا مێردەکەی بە مێردێکی شـەڕخواز و تاوانبار لە قەڵەم دا و داستانێکیشی بـە ناوی کێ تاوانبـارە؟ بڵاو کردەوە. ئەم ژنە لە پێـش چاوی خوێنەران خـۆی وەک قوربانییەکـی بەسـتەزمان و مێردەکـەی وەک شـەیتانێکی مەلعوون پیشـان دا.

بە وتەی نووسەری ژیاننامەی تولستوی:

ئـەم ژن و مێـردە ئاژاوەیەکـی ئەوتۆیـان بەرپا کرد، کە ماڵیـان کردبوو بـە تیمارسـتان. بە بۆچوونـی من یەکەمیـن هۆکارێک کە ئەوانـی بەئاگا هێنایەوە بۆ کارێکی لەو شـێوەیە ئارەزووی ئەوانە بوو بۆ بەجێهێشـتنی یـادگاری خۆیان لە بیـری خەڵکیدا.لە کاتێکدا ئەوانـە دەبووایە بیانزانیایە کـە ئێمـە ئەوەندە گیرۆدەین، کـە کاتی زیادەمان نییە بۆ ئەوەی سـەرفی کێشـەی ئەوانی بکەین.

ئـەم بێچارانـە پەنجـا سـاڵی تەمەنیان بە تاڵی بەسـەر برد، هیـچ کامیان بیریـان لـەوی تـر نەدەکـردەوە کە بـە خۆیان بڵێـن ئیتر بەسـە !ئەوانە

Scanned with CamScanner

شێوەی قەرەبووکردنەوەی زیانیان نەدەزانی و نەیاندەوت: (ژیانی ئێمە بێهودە دەڕوا، لەم ساتەوە ئیتر بەسە).

دەرککردن بە نرخ و بەهای هەر شتێک لە ژیاندا گەورەترین ڕازی ئاسودەیی خەیاڵە. بە گومانی من، بەو شێوەیەی کە (عیار)ی ئاڵتون لە محەک دەدرێت بۆ زانینی نرخەکەی، هەروەها محەکێک بۆ بەهای تەواوی شتەکانی ژیان هەبوایە ئەو کاتە دەتوانرا بەهای هەر شتێک وەک خۆی دیاری بکەیت، ئەمەش دەبووە هۆی ئەوەی کە نیوەی نیگەرانییەکانی مرۆڤ لەناو بچێت.

بۆ تێکشکانی خو و نەریتی نیگەرانی کار بەم دەستوورانەی لای خوارەوە بکە.

هەر کاتێ دەتەوێ بۆ شتێک بەهای کەمتر لە بەهای ڕاستەقینەی خۆی لەبەرچاو بگری دەستبەجێ خۆت ئاگادار بکەرەوە و ئەم پرسیارانە ئاراستەی خۆت بکە:

1. ئەو شتەی کە منی نیگەران کردووە چ بەهایەکی هەیە و نرخی ڕاستەقینەی چەندە؟

2. لە چ کاتێکدا دەتوانم جڵەوی زیان بگرمەوە دەست و نیگەرانی لەبیر بکەم؟

3. نرخی ڕاستی ئەم "فیکەیە" یا ئەو شتەی پەیوەندی بە منەوە هەیە چەندە؟ ئایا زیاد لە بەهای خۆیم پێ داوە؟

Scanned with CamScanner

بەندی یانزەیەم

ئاو لە (دەستەوانە)دا مەکوتە

ئێستا کە سەرگەرمی نووسینی ئەم دێڕەم دەتوانم لە پەنجەرەی ژوورەکەمەوە سەیری دەرەوە بکەم و شوێن پێی بەجێماوی ئەو زیندەوەرە گەورانە ببینم کە مێژوویان دەگەڕێتەوە بۆ سەدوهەشتا ملیۆن ساڵ بە گوێرەی وتەی کارناسانی مۆزەخانەی مێژوویی زانکۆی یالا، کە ئەم شوێنپێی بەجێماوەیان لە نێوان بەردەڵانە نیشتووەکاندا بە من فرۆشتووە، سەیرکە! بەڵێ، بە هەڵە نەتخوێندووەتەوە، سەدوهەشتا ملیۆن ساڵ پێش! بەڕاست وا دەزانی مرۆڤێکی نەزان بێتە کایەوە کە وا بزانێت 180 ملیۆن ساڵ دەگەڕێتەوە دواوە و لەو شوێنەوارەدا گۆڕانکاری دێنێتە ئاراوە؟ من وا نازانم! هەڵبەتە نەزانتر لەو نیگەرانییە لەم بارەیەوەیە، کە بۆچی ناتوانین 180 چرکە بگەڕێینەوە دواوە و گۆڕانکاری لەو ڕووداوانەدا بکەین؟ لەگەڵ ئەوەی کە هەموومان قایلین بەوەی ئەم نیگەرانییە لە نەزانینەوەیە، بەڵام زۆربەی ئێمە وا خۆمان ڕاهێناوە کە نیگەران بین لە کاتێکدا دەزانین کە ناتوانین بگەڕێینەوە بۆ ڕووداوی 180 چرکە پێش بە مەبەستی گۆڕانکاری لەو ڕووداوەدا بەڵکو تەنها دەتوانین شوێنەواری ئەو ڕووداوە بگۆڕین.

وا نازانم لە دنیادا ڕێگەیەکی گونجاوتر لە بەدواداچوون و شیکردنەوە و تەحلیلکردنی هەڵەکانی ڕابردوو بۆ ڕێگریکردن لە دووبارەبوونەوەیان بۆ سوودوەرگرتن لە ڕابردوو بوونی هەبێت. هۆشمەندانەترین کار ئەوەیە کە دەرس و عیبر لە ڕابردوو وەرگرین و لە کونجی یادەوەرییە لەبیرکراوەکاندا زیندانی بکەین! من بڕوای تەواوم پێی هەیە، بەڵام نازانم

Scanned with CamScanner

تا چ ئاستێک ڕەفتاری پێ دەکەم. هەڵبەتە دڵنیا نیم لەو هۆشمەندی و لێهاتووییە سوودمەند ببم. ئێستا دەمەوێ بۆ وەلامی پرسیارەکەی خۆم ئەزموونێک کە چەند ساڵێک لەمەوپێش بە دەستیەوە دەمناڵاند، کە لەدەستدانی سێسەد هەزار دۆلار بوو، بەبێ ئەوەی دیناری قازانج بکەم، بۆ ئێوەی باس بکەم.

بابەتەکە بەم شێوەیە بوو، کە من ئەبوایە کارگوزاریەکم بۆ ڕێکخستنی پۆلەکانی شەوانە و لقەکانی لە هەندێک لە شارەکانی وڵاتەکەمدا دابین بکردایە.

پارەیەکی زۆرم سەرفی کارە سەرەتاییەکان و ڕاگەیاندن و بابەتی لەم شێوازە کرد، بەبێ ئەوەی خۆم لە حاڵەتێکی مادی باشدا بم. هەڵبەتە ئارەزووشم لەم کارە نەبوو کە دەبوایە لە ڕێگەی وتنەوەی دەرسی زۆرەوە قەرەبووی ئەو مەبلەغەم بکردایەوە کە سەرفم کردبوو. لە هەمووی خراپتر ئەوە بوو کە نەمدەزانی بۆ چاودێریکردنی خوێنکاران دەبێت خەرجی ژمێریار و کارمەندان و بەڕێوەبەران دابین بکەم.

پێویست بوو دوو کار بکەم، یا وەک "کاردر"، زانای ڕەشپێست کە چل هەزار دۆلاری پاشەکەوتی دەورانی ژیانی لەدەست دا، قایل بم یا بەسەر پۆلەکانەوە ئامادە بوومایە و سەرگەرمی وتنەوەی دەرس بوومایە -هەمان کاری کە کاردر کردی- یا بە شیکردنەوە و تەحلیلکردنی هەڵەکانمەوە خەریک بوومایە و ئەزموون و دەرسێکی هەمیشەیی لێوە فێر بوومایە، بەڵام من هیچ یەکێک لەم کارانەم نەکرد و بە تەواوی پاڵم بە نیگەرانییەوە دا و چەند مانگێک سەرگەردان و حەیران بووم و خەو و خۆراکم لە خۆم حەرام کردبوو.

لەجیاتی ئەوەی بە خۆمدا بچمەوە و بەوپەڕی لاوازییەوە درێژەم بە کارەکەم دا و زیانی تریشی چووە سەر. دانپێدانان و دەربڕینی دەبەنگی بۆ من گران و دژوارە، بەڵام ماوەیەکە تێگەیشتووم کە فێرکردنی

کارێکی باش بە بیست نەفەر ئاسانترە لەوەی کە خۆم یەکێک بم لەو بیست نەفەرە و بمەوێ کار بە دەستوورەکانی خۆم بکەم.

نازانم چەندە ئارەزووم هەبوو وەک "ئالن ساندرز" لە نیعمەتی خوێندن لە قوتابخانەی "ژرژ" لە واشنگتۆن بەهرەمەند ببم و لە پۆلەکانی "براندون" سوودمەند ببم.

سەرنج بدەن کە "ساندرز" سەبارەت بە ڕۆژەکانی خوێندنی خۆی چی دەڵێت:

(هێشتا تەمەنم نەگەیشتبووە بیست ساڵ لە توندی نیگەرانیدا گێژ و سەرگەردان دەبووم، عادەتم وابوو زیاد لە پێویست بە هەڵەکانی خۆم پەرێشان و نارەحەت دەبووم.

هەر کاتێ لە تاقیکردنەوەی یەکێک لە وانەکاندا نمرەی باشم بە دەست نەهێنایە وەک نەخۆشێکم لێ دەهات کە حاڵی خراپ بێ و نیگەران بووم لەوەی نەوەک دەرنەچم. لەم ساتەدا، بە نیگەرانی و مشەوەشی بیرم لە شتانێکی بێبایەخ دەکردەوە کە کاتی خۆمم بە تەواوی پڕ کردبۆوە.

بە خۆمم دەوت:

بریا ئەو کارەم نەکردایە و ئەو کارەم بە ڕێگەیەکی تر ئەنجام بدایە. ئەمە چ قسەیەک بوو کە لە دەمم دەرچوو؟ باشتر وابوو قسەکەم بە شێوەیەکی تر بکردایە؟

ڕۆژێکیان هەموو خوێندکارەکان لە تاقیگەدا کۆ بووبوونەوە، منیش یەکێ لەوانە بووم. "براندون" بە بتڵێ شیرەوە هاتە ژوورەوە، هەموومان سەیری بتڵە شیرەکەمان کرد و من لە خۆمم پرسی ئەوانیش لە خۆیانیان پرسی بتڵە شیر چ پەیوەندییەکی بە دەرسی پزیشکی و تاقیگاوە هەیە؟ مامۆستا لە کاتی قسەکردندا بە توندی

Scanned with CamScanner

کارێکی باش بە بیست نەفەر ئاسانترە لەوەی کە خۆم یەکێک بم لەو بیست نەفەرە و بمەوێ کار بە دەستوورەکانی خۆم بکەم.

نازانم چەندە ئارەزووم هەبوو وەک "ئالن ساندرز" لە نیعمەتی خوێندن لە قوتابخانەی "ژرژ" لە واشنگتۆن بەهرەمەند ببم و لە پۆلەکانی "براندون" سوودمەند ببم.

سەرنج بدەن کە "ساندرز" سەبارەت بە ڕۆژەکانی خوێندنی خۆی چی دەڵێت:

(هێشتا تەمەنم نەگەیشتبووە بیست ساڵ لە توندی نیگەرانیدا گێژ و سەرگەردان دەبووم، عادەتم وابوو زیاد لە پێویست بە هەڵەکانی خۆم پەرێشان و ناڕەحەت دەبووم.

هەر کاتێ لە تاقیکردنەوەی یەکێک لە وانەکاندا نمرەی باشم بە دەست نەهێنایە وەک نەخۆشێکم لێ دەهات کە حاڵی خراپ بێ و نیگەران بووم لەوەی نەوەک دەرنەچم. لەم ساتەدا، بە نیگەرانی و مشەوەشی بیرم لە شتانێکی بێبایەخ دەکردەوە کە کاتی خۆمم بە تەواوی پڕ کردبۆوە.

بە خۆمم دەوت:

بریا ئەو کارەم نەکردایە و ئەو کارەم بە ڕێگەیەکی تر ئەنجام بدایە. ئەمە چ قسەیەک بوو کە لە دەمم دەرچوو؟ باشتر وابوو قسەکەم بە شێوەیەکی تر بکردایە؟

ڕۆژێکیان هەموو خوێندکارەکان لە تاقیگەدا کۆ بووبوونەوە، منیش یەکێ لەوانە بووم. "براندون" بە بتڵێ شیرەوە هاتە ژوورەوە، هەموومان سەیری بتڵە شیرەکەمان کرد و من لە خۆمم پرسی ئەوانیش لە خۆیانیان پرسی بتڵە شیر چ پەیوەندییەکی بە دەرسی پزیشکی و تاقیگاوە هەیە؟ مامۆستا لە کاتی قسەکردندا بە توندی

Scanned with CamScanner

نەگەیشتووی بە سەریدا تێمەپەڕە) ئەزموونی میلەتانن و قسەگەلێکی حەکیمانەن کە سەبارەت بە لابردنی نیگەرانی بێهوودە وتراون.

من وا دەزانم ئەگەر لە باتی ئەم پەندە ڕیپۆرتاژێکی زانستیم دەربارەی نیگەرانی دەنووسی ئەوەندە سوودمەند نەبوو کە ئەم پەندە سادەیە دەتوانێت سوودمەند بێت! ئەگەر لە باتی لەبیرکردنی ئەم پەندە سادەیە و پەندەکانی تر کاریان پێ بکەیت پێویستت بە خوێندنەوەی ئەم کتێبە نەبوو. چون مەبەستی من لە نووسینی ئەم کتێبە فێرکردنی شتانێکی نوێ نییە بە ئێوە، بەڵکوو ئامانجی من ئاگادارکردنەوەی ئێوەیە لە شتانێک کە دەیزانن و کاری پێ ناکەن.

هەرگیز وتەکانی "مولرشید" بەڕێوەبەری بڵاوکراوەی فیلادلفیا کە وتارێکی پێشکەش بە خوێندکارە دەرچووەکانی کرد هەرگیز لە بیری ناکەم. بەڕێوەبەری بڵاوکراوەی فیلادلفیا، هەندێک وتەی کۆنی لەگەڵ وتەکانی خۆیدا لە قاڵبی دارشتنی تازە و جواندا پێشکەش کرد، کە کاریگەرییەکی تەواوی لەسەر گوێگران بەجێ هێشت.

"مولرشید" لە خوێندکارەکانی پرسی:

(کێ لە ئێوە خۆڵی بێژراوی بێژاوەتەوە؟ هەر کەس ئەم کارەی کردووە دەست بەرز بکاتەوە.)

ئاساییە کە کەس دەستی بەرز نەکردەوە. مولرشید وتی:

- دەمزانی ناتوانن خۆڵی بێژراو ببێژنەوە، چونکە پێشتر جارێک بێژراوەتەوە! ڕابردووش هەر هەمان حاڵی هەیە، جارێک ڕابردووە و بۆ جاری دووەم دووبارە نابێتەوە. کاتێ دەربارەی شتانێکی لەناوچووی ڕابردوو نیگەران دەبیت، وەک ئەوە وایە کە بتەوێت خۆڵی بێژراو ببێژیتەوە، ئەمەش (ئاو لە دنگدا کوتاندنە.)

ڕۆژێک لە "کونی ماک"ی تەمەن هەشتا ساڵم پرسی:

Scanned with CamScanner

- ئایا بۆ ئەو یارییانەی کە لە ڕابردوودا براوە بووی و ئێستا پیر بوویت و پیری ڕێگری یاریکردنی لێ کردووی نیگەران نیت؟

ماک لە وەڵامی مندا ڕاستگۆییانە وتی:

- لە سەرەتادا کە وازم هێنا نیگەران بووم، بەڵام لە دوایدا تێگەیشتم کە نیگەرانی سوودێکی بۆ من نییە، بەس بۆچی کاری بێهوودە ئەنجام بدەم؟ مەگەر دەبێت بەو ئاوەی کە لە ئاشی ئاوەوە دەردەچێت گەنم بکەی بە ئارد؟ ماک حەقی بوو. بە ئاوێک کە لەژێر پەڕەکانی ئاشی ئاوەوە دەردەچێت ناتوانیت گەنم بکەیت بە ئارد، تەنها کارێک کە دەتوانیت بیکەیت پەرێشانبوون و ناڕەحەتی دەروونی و پاشان برینداربوونی گەدەیە. تشرینی یەکەم تێپەڕی بوو. شەوێکیان نانی ئێوارەم لەگەڵ "جک دیمپس"ی پاڵەوانی مشتەکۆڵەی بەناوبانگ دەخوارد. ئەو لەسەر مێزی نانخواردندا سەبارەت بە تێکشکانێکی لە پێشبڕکێیەکدا کە بوو بەهۆی ئەوەی ناونیشانی پاڵەوانیەتی بە "تونی" بەرامبەرەکەی ببەخشێت وتی:

- لە کاتی پێشبڕکێدا هەستم دەکرد هێز و توانام لێ بڕاوە و وەک پیاوێکی پیرم لێ هاتووە. لە کۆتایی دەورەی دەیەمدا ئەگەرچی دیسانەوە لەسەر پێ وەستا بووم، بەڵام توانای جووڵەم نەبوو. سەرو چاوم هەڵئاوسا و بریندار بووبوو. چاوەکانم شتێکی ئەوتۆیان نەدەبینی. بەڵام زانیم کە دادوەر دەستی "تونی" وەک براوە بەرز کردەوە.

من چیدی پاڵەوانی جیهان نەبووم! پشتم کردە ئەو خەڵکانەی کە بۆ سەیرکردن هاتبوون بە نیگەرانییەوە ڕووەو ژووری ڕاکشان ڕۆشتم. لە کاتی ڕۆشتنمدا هەندێ لە خەڵکی دەیانویست دەستم بگرن و هەندێکی تریش لە ناڕەحەتیدا دەگریان و فرمێسک لە چاوانیاندا قەتیس مابوو.

ئەو قسەی دەکرد، بەڵام چیدی ئەو پاڵەوانێکی بەهێز نەبوو، بەڵکوو

Scanned with CamScanner

مرۆڤێکـی بەویقـار و پوختە بوو کە دەیویسـت ئەزموونەکانی بە خەڵکانی تر ڕابگەیەنێت.

- سـاڵی دوایـی جارێکـی تر لەگـەڵ "تونی"دا پێشـبڕکێم ئەنجـام دا، ئەم جارەش سـوودی نەبـوو. ئەگەر چی حاڵەتێکـی دژوارە، بەڵام من هەوڵم دا نیگەرانـی لـە خۆم بـە دوور بگرم و ئەو کارەشـم کرد.

بـە خۆمـم وت: نامەوێ لە ڕابـردوودا بژیم و بۆ شـیری ڕژاو بەداخ بم. بەرگـەی ئـەم زەربەیە دەگرم، بـەڵام نابێ لەپێ بکـەوم! دەتانەوێ بزانن "جـک دیمپسـی" چـۆن توانی بگاتـە ئامانج؟ ئایـا چەند جارێـک بە خۆی وت:

(نابێـت بـۆ ڕابردوو نیگەران بـم)؟ نەخێر. ئەم بە بیرهێنانـەوەی، جگە لە سـەرقاڵکردنی بیر و هۆش هیچ سـوودێکی تـری نەبینی بوو.

ئەو بە تێکشـکان قایل بوو و ئەوی بۆ هەمیشـە لە بیری خۆی بردەوە و تەواوی متمانەی خۆی خسـتە سـەر داهاتوو و بە هۆیەوە سـەرکەوتنی بەدەست هێنا.

بۆ ئەنجامدانی چالاکییەکانی بەو پارەیەی کە لە پێشـبڕکێکاندا بەدەسـتی هێنـا بـوو، چێشـتخانەیەکی بـە ناوی خۆیـەوە لـە ئوتێلێکـی نیویۆرکدا بنیـاد نـا. ئـەو بـە ئەندازەیەک سـەرگەرمی ئـەم کارە بوو کـە بوارێکی بـۆ نیگەرانبـوون بۆ نەمابووە. ئەو شـەوە "جک دیمپسـی" بەم ڕسـتەیە کۆتایـی بە وتەکانـی دەربارەی خـۆی هێنا:

- لـە دوو سـاڵی دوایدا، ژیانی من بە تەرتیب خۆشـتر بـووە لە دەورانی پاڵەوانیەتیـم! جارێـک بـە دیـداری زیندانـی "سـینگ سـینگ" و بینینـی زیندانییەکانـی ڕۆیشـتم لـەوەی کـە ئەمبینـی هەندێـک لـە زیندانییەکان خۆشـحاڵتر بوون لە کەسـانێکی ئازاد، ئەم باسـەم لەگەڵ " لویی ئالاوز" کـرد کە لـەو کاتـەدا لێپرسـراوی زیندانییەکان بوو. ئـەو وتی:

- تاوانباران کاتی دێنە ناو زیندانەوە زۆر پەرێشان و گیرۆدەن.

بـەلام دوای چەنـد مانگێـک ئەوانـە هۆشـیارترن بەدبەختـی و نیگەرانی لـە بیـر دەکـەن و ڕۆژەکانـی نـاو زینـدان بە هێمنـی بەسـەر دەبەن و سوودیشـی لـی وەردەگـرن. لـە هەمـان کاتدا کـە بەڕێوەبـەری زیندان قسـەی دەکـرد، سـەرنجی پیـرە پیاوێکی زیندانیـم دەدا کە لە حەوشـی زیندانەکـەدا سـەرگەرمی ناشـتنی نەمـام و ئاودانـی گوڵـەکان بـوو لە هەمـان کاتدا گۆرانیشـی دەوت.

بەڕێوەبەرەکە کە بینی پیرەمێردەکە سەرنجی ڕاکێشاوم وتی:

- ئەمـە یەکێکـە لـە زیندانییە ژیـرەکان! ئەوەنـدە بێخەیاڵە کـە ئەڵێی لە دنیـادا لە ئەو شـادتر پەیـدا نابێ.

ئـەو ڕاسـتی دەوت. بۆچـی بەبێ هۆ فرمێسـک بڕێژم؟ هەمـوو یەکێ لە ئێمـە تووشـی تـاوان و هەڵە بوویـن و دیسـانەوەش لەوانەیە تووشـی ببیـن، دەتوانیـت ناوی کەسـێک بێنـی کە هەڵـەی نەکردبێت؟

" ناپلیۆن" بەو هەموو توانا سـەربازییەوە لە سێ یەکی شـەڕەکاندا تێک دەشکا.

کـێ دەڵـێ بەرەنجامی سـەرنەکەوتنەکانی ئێمـە لە ئەو کەمتـر نییە؟ کێ دەزانێ؟

لـە هـەر حاڵێکدا نـە فەقیر و نـە دەوڵەمەند، نە شـا و نە سـواڵکەر هیچ کامیـان ناتوانـن ڕابردوو بگەڕێننـەوە و دووبارە بیگرنەوە دەسـت.

باشـترین کار ئەوەیـە کـە ئـەم دەسـتوورانەی خـوارەوە بـە کارەوە ببەسـتێت.

هـەوڵ مـەدە خۆڵی بێـژراو ببێژی، چونکـە ئەگەر ئـەم کارەت ئەنجام دا ئـاوت لە دنگـدا کوتاوە! کورتەی فرمانەکانی بەشـی سـێیەم

دەستووری کارەکانی بەشی سێیەم بە کورتی

Scanned with CamScanner

دەستوور

1. بە مەشغوڵبوون بە کار و سەرگەرمی نیگەرانی لە خۆتان دوور بخەنەوە. کاریگەرترین دەرمان بۆ چارەسەرکردنی نیگەرانی مەشغوڵی جەستەیە.

دەستوور

2. گرنگی بە ئەزموون بدەن، بەڵام ڕێگە نەدەن شتانیکی بێبایەخ نیگەرانتان بکات.

دەستوور

3. یاسای ئاستی ناوەند بەکار بێنە بۆ ڕووبەڕووبوونەوەی نیگەرانییەکانی خۆت و لە خۆت بپرسە: ئەم ڕووداوە دەبێ چ ئەنجامێکی خراپی هەبێت؟

دەستوور

4. خۆت لەگەڵ ڕووداوی بێچارەسەردا بگونجێنە. ئەگەر تووشی ڕووداوێک بوویت، کە لە توانای تۆدا نەبوو بە خۆت بڵێ: (هەر ئەمەیە و لەمە زیاتر نابێت.)

دەستوور

5. کار بە ڕەوشی قەرەبووکردنەوەی زیان بکە و دەربارەی شتێک زیاد لە بەهای خۆی نیگەران مەبە. دەستوور

6. ڕابردوو لەبیر بەرەوە و هەوڵ بدە خۆڵی بێژراو مەبێژەرەوە، چونکە لەو کاتەدا ئاوت لە دنگدا کوتاوەتەوە!

Scanned with CamScanner

بەشی چوارەم

بەندی دوانزەیەم

حەوت ڕێگە بۆ بەهێزکردنی ئاسوودەیی خەیاڵ
هەشت دەستەواژە بۆ گۆڕانکاریهێنان بەسەر ژیاندا

چەند ساڵێک لەمەوپێش بانگهێشت کرام تا لە بەرنامەیەکی ڕادیۆییدا بەشداری بکەم. لەو بەرنامەیەدا داوام لێ کرا کە وەڵامی ئەم پرسیارانە بدەمەوە:

گەورەترین وانە کە تا ئێستا فێری بوویت چییە؟

وەڵامی ئەم پرسیارە بۆ من ئاسان بوو، چونکە بە باشی دەمزانی باشترین وانە کە لە ژیاندا فێری بووبووم بایەخدان بوو بە بیرکردنەوە و هۆشمەندی.

بە بۆچوونی من سادەترین ڕێگا بۆ ناسینی کەسایەتییەکان ئاشنابوونە بە چۆنییەتی بیرکردنەوەیان. ئەگەر من بە چۆنییەتی بیرکردنەوەی ئێوە ئاشنا بم بە ئاسانی دەتوانم کەسایەتیتان بناسم و بزانم چی لە ناختاندا دێت و دەچێت. ئەفکار و بیرکردنەوەمان ناسێنەری کەسایەتیمانە، یا بەدەربڕینێکی تر چۆنییەتی بیرکردنەوەی کەسەکان هۆکاری نادیاری چارەنووسسازە کە هەموو شتێک لە ژیانی مرۆڤدا دەستنیشان دەکات.

Scanned with CamScanner

"ئامرسن" دەڵێت: ژیانی مرۆڤ واتە زۆرینەی بیرکردنەوەکانی ئەو. بە بۆچوونی ئێوە ئایا لەوە زیاترە؟

دوای چەندەها ساڵ ئەزموون و لێکۆڵینەوە بەو ڕاستییە گەشتم کە گەورەترین کێشەی مرۆڤ بە باشی بیر نەکردنەوەیەتی. ئەگەر بە باشی و مەنتقی بیر نەکەینەوە، هەموو شتێک نابەجێ و ئازار هێنەرە، ئەگەر بە باشی بیر بکەینەوە هیچ کێشەیەک نییە کە توانامان بەسەریدا نەبێت.

"مارکوس ئاوریلیوس" فەیلەسوفێک کە ئیمپراتۆریەتی ڕۆمی بەڕێوە دەبرد، چەندەها سەدە لەمەوپێش وتوویەتی:

ژیان لەدایکبوو و پاڵێوراوی بیرکردنەوەمانە.

من حەق بە ئاوریلیوس دەدەم، ئەم ڕستەیەی ئەو کورتکراوەی فەلسەفەکانی چارەنووسسازە. ئەگەر بیرکردنەوەی جوان و ڕازاوە لە مێشکماندا هەڵقوڵێت و بە باشی کاری پێ بکەین بە دڵنیاییەوە خۆشبەخت دەبین، ئەگەر خۆمان بدەینە دەست بیروبۆچونی ناشایستە و بە هیلاکدابەر پەریشانی و پەشیمانی بۆ خۆمان هەڵدەبژێرین.

سادەترین شێوەی مەسەلەکە ئەمەیە کە ئەگەر ڕێگەی ئەفکار و بیری ناقۆلا و ناخۆش بە مێشکی خۆمان بدەین بەرهەمەکەشی ناقۆلا و ناخۆشە، ئەگەر بیری خۆمان پاڵ بدەین بە ناکامی و تێکشکانەوە دەبێ بێ چەندوچوون پێشوازی لە ناکامی و تێکشکان بکەین. جگە لەمە ئەگەر هەمیشە لە بیری بەدبەختییەکانی خۆماندا بین خەڵکانیش ڕوومان لێ وەردەگێڕن.

"نرمان وینسنت پیل"، ڕستەیەکی جوانی هەیە کە دەڵێت:

(ئێوە ئەو شتە نین کە بیر دەکەنەوە، بەڵکو بەو شێوەیەن کە بیر دەکەنەوە.)

Scanned with CamScanner

هەڵبەتــە بۆچوونــی من ئەوە نییە کە ســەبارەت بە هەموو شــتێکی ژیان خوێنســارد بن و بێباکی نیشــان بدەن، نەخێر هەرگیز، چــون بەدبەختانە ژیــان ئەوەنــدەش ســادە و ئاســان نییــە. پێشــنیاری مــن ئەمەیــە کە لە ژیانــدا لەجیاتــی پێداگــری و لایەنگیریکردنــی بیرکردنــەوەی نێگەتیڤانە، خۆتــان لە هەلومەرجێکــدا جێگیر بکەن کە بیرکردنەوەتــان هەنگاو بەرەو پۆزەتیڤانــە بنێت. ئەمە پێویســتە کــە ئاگامان لە کێشــەکانی خۆمان بێت، بــەڵام دەبێت بە گوێــرەی توانا نیگەرانــی نەبین.

بەڕاســت هیچ بیرتان کردۆتــەوە کە چ جیاوازییەک لە نێــوان بەئاگابوون و نیگەرانیــدا هەیــە؟ بەئاگابــوون، واتــە هەســتکردن بــە کێشــەکان و دوورخســتنەوە و لابردنیــان بــە هێمنــی و ئارامــی و بیرکردنەوەیەکــی گونجــاو، لــە کاتێکــدا نیگەرانــی واتــە: بێهــوودە و دێوانــە ئاســا لەژێر کاریگــەری بیروبۆچونــی نابەجێــدا بیــن، هیــچ بەهرەیــەک جگــە لــە خۆماندووکردنی بێئەنجام بەدەســت ناهێنن! لە خســتنەڕووی جیاوازی نێــوان بەئاگابــوون و نیگەرانی هەر ئەوەندە بەســە کــە مرۆڤێک بتوانێت کێشــە و ئاســتەنگە گەورەکانــی ژیانــی خۆی دیــاری بکات و لــە هەمان کاتــدا بتوانێــت بەوپەڕی توانــاوە هەنگاو هەڵگرێــت و گوڵیش لە بەرۆکی بدات.

مــن بە چاوی خــۆم لە ڕووداوەکانــی فلیمی "لورنس" لــوول تۆماس بەم شــێوەیە بینیم. ئــەم ڕووداوە پەیوەندی بە جەنــراڵ "ئالبنی و لورنس"ەوە هەبــوو لــە جەنگی جیهانــی یەکەمدا. تۆمــاس و هاوکارانــی مەیدانەکانی جەنگیان لە شــەش بەرەی گرنگدا فیلمبەرداری دەکرد. باشــترین شــتێک کــە ئەوانــە بــە دەســتیانەوە بــوو فیلمــی واقیعــی لورنس و ســوپاکانی عــەرەب بــوو و فلیمی تریش بوو کــە ڕووداوی ڕزگارکردنی فەلەســتین لەســەر دەســتی جەنراڵ "ئالبنی" نیشــان دەدا. وتارەکانــی تۆماس لەگەڵ نمایشــی فلیمەکانیدا لەژێر ناونیشــانی " البنی" لە فەلەستین و "لورنس" لە

عەرەبستان ژاوەژاو و هەرایەکی لە لەندەن و لەوانەیە لە سەرانسەری دنیادا بەرپا کرد. کاتی نمایشکردنی لە لەندەن شەش هەفتە دواخرا تا بتوانن بە ڕوونکردنەوەی داستانە پڕ ڕووداوەکە و نمایشکردنی فیلمەکە بۆ خەڵاتی سەڵتەنەتی "کاونت گاردن" درێژە بکێشێت.

دوای بەدەستهێنانی ئەو سەرکەوتنە درەوشاوەیە لە لەندەن، بۆ جێکردنەوەی نمایشکردنی فلیمەکانی، سەفەری بۆ وڵاتانی زۆر کرد و لەو سەفەرانەدا سەرکەوتنێکی زۆری بەدەست هێنا. دوای ئەوە ماوەی دوو ساڵ دەستی کرد بە بەرهەمهێنانی فیلمێکی واقعی لە هندستان و ئەفغانستان.

ئەو لەم بگرەوبەردەیەدا ڕووبەڕووی ژمارەیەکی زۆر نەهامەتی و بێشانسی بوویەوە، ئەوەی نەدەبوایە ڕوو بدات ڕوویدا کە تێکشکانەکەی لە لەندەن بوویە مایەی سەرسوورمان و تێرامان. لەو ڕۆژانەدا من لەگەڵیدا بووم. هێشتا لە بیرم نەکردبوو کە لە چێشتخانە پلە سێکانی لەندەندا بە خواردنی هەرزان سکی تێر دەکرد.

بەبێ موبالەغە بڵێم، ئەگەر تۆماس برێک پارەی لە هونەرمەندێکی "ئسکۆت لەندی" وەرنەدەگرت توانای خۆتێرکردنیشی بەو خواردنە هەرزانانە نەبوو، منیش دەبوایە لەگەڵیدا بەرگەی برسێتیم بگرتایە. بنەماو بنەڕەتی داستانەکەی تۆماس کە بۆ من بایەخی هەیە لێرەوە دەست پێدەکات:

تۆماس لەو کاتەدا کە لەگەڵ تێکشکان و قەرزێکی زۆردا ڕووبەڕووبوویەوە، خۆی نەدەدایە دەست نائومێدی و پەرێشانی.

ئەو جار بە جار دەکەوتەوە بیری کارەکەیی و تێکشکاندنەکەی، بەڵام بواری خۆنواندنی بە خەفەت و نیگەرانی نەدەدا. تۆماس دەیزانی ئەگەر بوار بە نائومێدی بدات و بهێڵێت نیگەرانی ئازاری بدات بە هیچ ناگات.

Scanned with CamScanner

بۆچوونـی وابـوو کە بەیانیـان لە مـاڵ دەردەچوو گوڵێکـی دەکڕی و لە بەرۆکی دەدا و بە هەنگاوی توندوتۆڵ و سـەری بەرزەوە لە شەقامەکانی ئۆکسـفۆردا دەچـووە خـوارەوە و جگە لـە ئەفـکار و بۆچوونی بەجێ و ئومێدبەخـش ڕێگـەی هیچ ئەندێشـەیەکی بە مێشـکی خۆی نـەدەدا و هەرگیز نەیدەهێشـت تێکشـکاندنەکەی لـە پێی بخات.

تۆمـاس، تێکشـکاندنەکەی بـە بەشـێک لـە کارەکـەی دەزانـی -ئەویش بەشێکی سـەرەکی- هەمیشە دەیوت تێکشـکان ڕاهێنانێکی سوودبەخشە، چونکـە هـەر کەسـێک خوازیاری سـەرکەوتن و پێشـکەوتن بێـت دەبێ چاوەڕوانـی تێکشـکانیش بێـت! جـۆری بیرکردنـەوە یـا چۆنییەتـی بیر کردنـەوە کاریگەرییەکـی ڕاسـتەوخۆی باوەڕنەکـراوی لەسـەر توانـای جەسـتەیی ئێمـە هەیە.

"هاروفیلـد" یەکێکـە لـە ناودارانـی دەرمانـی نەخۆشـی دەروونـی لـە ئینگلتـرا لـە کتێبە بچووکەکەی خۆی بـە ناوی (هێز و توانـا لە ڕوانگەی دەروونناسـییەوە) بـۆ ئێمـە ڕوون دەکاتـەوە کـە چـۆن کاریگـەری بیروبۆچوونـی لەسـەر توانـای جەسـتەیی سـێ کـەس تاقیکردۆتـەوە.

(... جـاری یەکـەم کـە لـە حاڵەتێکـی ئاسـایدا بـوون، ئاسـتی ناوەندی توانـای ئەوانـە 101 پاوەنـد بـوو. بـەڵام کاتـێ کـە ئەوانـم خەواند و پێـم وتـن ئێـوە کەسـانێکی لاوازن، ئاسـتی ناوەنـدی توانـای ئەوانە لە ئامێـری پێـوەری هێـزدا لـە 29 پاوەند زیاتر نەبوو. سـەیر لـەوەدا بوو یەکـێ لـەو سـێ نەفەرانـە پاڵـەوان بـوو، بـەڵام کاتـێ کـە خەواندم و پێـم وت کـە توانـات کەمـە بە گوێرەی پێویسـت نییـە، وتی بـازووم لە بـازوی منداڵێکی شـیرەخۆرە لاوازترە. لە قۆناغی سـێیەمدا، کە هێشـتا لەژێـر کاریگـەری خەوی موگناتیسـیدا بـوون پێیان وترا کە کەسـانێکی زۆر بەتوانـا و بەهێـزن. کاریگەرییەکـی ئەوتـۆی لەسـەریان هەبـوو بە شـێوەیەک کـە توانـای ئەوانە لە ئامێـری پێوەری هێزدا لـە 142 پاوەند

Scanned with CamScanner

تێپـەڕی کرد. هۆکاری ئـەو کاریگەرییە گەورەیە ئەوە بوو کە مێشکیان بـە بیرکردنـەوەی توانابەخشـەوە خەرک بـوو! ڕاسـتییەکەی ئەمەیە کە تـەرازووی کاریگـەری بیـری مـرۆڤ لەسـەر تواناکەی ئەوەنـدە زۆرە جێگەی بـاوەڕ نییە).

مۆڵـەت بـدەن بـۆ ڕوونکردنـەوەی وەها توانایـەک کە جێگـەی باوەڕی مـرۆڤ نییە کە یەکێک لە سـەدەها بەسـەرهات کە هـەر مرۆڤێک لەگەڵ نموونەیەکیـدا ڕووبـەڕوو بووەتـەوە! هەڵبەتـە دەمتوانی لـەم بارەیەوە کتێبێـک بنووسـم، بـەڵام هـەوڵ دەدەم بابەتەکـە کـورت بکەمـەوە بـۆ ئـەوەی نەتیجەیەکـی خێراتـری لێوە بەدەسـت بێنین.

لـە یەکـێ لـە شـەوەکانی سـەهۆڵبەندان و مانگـی ئۆکتۆبـەر، هاوکات لەگەڵ شـەڕەکانی ناوخـۆی ئەمەریـکا، ئافرەتێکی بێڵانە و سـەرگەردان لـە دەرگای ماڵـی خانمـی "وبستر"ـی دا، کە هاوسـەری کەشـتیەوانێکی خانەنشـین بـوو لە "ماساچوسـت" دەژیـان. خانمی "وبسـتر" دەرگاکەی کـردەوە و لـە بەرامبـەری خۆیـدا دەردەدارێکـی بینی، کە بـە ئەندازەی سـەد پاوەند گۆشت و ئێسـقان بوو، زۆر بە داماوی و شێواوی ڕاوەستا بـوو. ئـەو ئافرەتـە بێگانەیە کە لـە دواییـدا ناوەکەی زانرا نـاوی خانمی " گلاور" بوو، وتی:

- بـە دوای شـوێنێکدا دەگەڕێـم کـە ببێتـە پەناگایـەک بـۆم و بتوانـم سـەبارەت بـە بابەتێـک بیر بکەمـەوە، کە شـەو و ڕۆژ بیری مەشـغوڵ کردووم.

خانمی "وبستر" بەو ئافرەتەی وت:

- چ باشـتر کـە لێرە بمێنیتەوە، چونکە من تەنهـام و ئازاردەرێکیش نییە کـە بتوانێـت بیرت ئاڵۆز بـکات! هەڵبەتە ئەگەر نا کوڕەکەی خانم وبسـتر -بیـل ئالیسـن- بەرێکـەوت بۆ بەسـەربردنی پشـووی خـۆی نەدەهاتە

Scanned with CamScanner

ئێـرە، خانمـی گلاور لێرە دەمایـەوە، بەڵام بیل بە بیسـتنی دەنگی خانمی گلاور هـاواری کرد:

- هەرگیز ڕێگە نادەم ئافرەتێکی بێکەسوکار بێتە ئەم ماڵەوە.

بیـل ئـەو ئافرەتـە بێپەنایەی لە ماڵەکە کـردە دەرەوە و بـاران بە لێزەمە دەبـاری. ئافرەتەکـە چەند خولەکێـک لەژێر بارانەکەدا وەسـتا و جارێکی تـر بۆ بەدەسـتهێنانی پەناگایەک بـەڕێ کەوت.

بەشـی سەرنجڕاکێشـی داسـتانەکە لێرەدایە کە چارەنووسی ئەو ئافرەتە بێکـەس و کارە کـە بیـل لـە ماڵەکـە کردیـە دەرەوە بـە پایەیەکـی تری گەیاند.

ئـەم ئافرەتـە هەمـان ئـەو کەسـەیە کە ئەمـڕۆ بە نـاوی،" مـاری بیکر" دەیناسـین و دەزانیـن گەورەتریـن کاریگـەری فکر و بیـری مرۆڤایەتی لەسـەر ئەندێشەی مرۆڤ هەیە. ئەو زانایەکی مەسـیحیەتە. خانمی ماری بیکـر، لـە ژیانـدا جگە لە خـەم و دەرد و خەفـەت یـار و یاوەرێکی تری نەبـوو و بیمارییەکەشـی بەهـۆی ئەمانەوە تەشـەنەی کرد بـوو. مێردی یەکەمـی چەنـد مانگێک دوای ئـەوەی زەواجی لەگەڵدا کـرد مرد. مێردی دووەمـی نوسـا بـە ئافرەتێکی تـری مێـردداراەوە و گرنگی بـەم نەدەدا، ئەمیـش دوای ماوەیەک لە خانوویەکی داڕووخاودا ژیانی بەسـەر دەبرد. تەنهـا شـتێک کـە بۆ مـاری مابوویـەوە کوڕێکـی بچووکی چوار سـاڵە بـوو کە لە تـاو هەژاری و نەبوونی و نەخۆشـی کوڕکەشـی بەرەڵا کرد و تـا ئەمـڕۆ سـی و یەک سـاڵە بەدوایـدا دەگەڕێت و هیـچ هەواڵێکی لە بارەیەوە بە دەسـت نەگەشـتووە.

لەمەبـەدوا خانمـی مـاری بەهـۆی نەخۆشـینێکەوە، کە هەیبـوو چەندین سـاڵ خۆی بە خوێندنەوەی شـتانێکەوە خەریک کردبـوو، کە بە گوێرەی وتـەی خۆی ناوی (زانسـت دەرمانی بیـرە). بەڵام گۆڕانـکاری لە ژیانیدا

Scanned with CamScanner

لە ناوچـەی "لین" لە سـەردەمی فەرمانڕەوایی "ماساچوسـت" ڕوویدا.

لـە ڕۆژێکـی ساردی زسـتاندا لـە کاتـی پەڕینـەوەی لـە شـەقامێکی بەسـتوودا هەڵخلیسـکا و بە شـێوەیەکی وا کەوت بە زەویدا کە ستوونی فەقەراتی شـکاو بە دەسـت ئیفلیجییـەوە گیرۆدە بوو. هەتا پزیشـکانیش ئومێـدی ژیانیان بۆی نەبوو. پزیشـکەکان دەیانـوت: ئەگەر موعجیزەیەک ڕووبـدات بـە زیندووی بمێنێتـەوە، هەرگیـز ناتوانێت بڕوات بـە ڕێگەدا.

لەسـەر ئـەو جێگەیەی کە بڕیـار وابوو جێگەی مەرگی بـێ، ماری کتێبی پیرۆزی کـردەوە و ئەمەی خوێندەوە:

(نەخۆشـێکی ئیفلیـج کە لە جێگەدا کەوتبوو هێنایـان بۆ لای "روح القدس" پێـی وت: کوڕکەم خۆشـحاڵ بـە لە تاوانەکانـت خۆشـبوون، جێگەکەت لابـەرە و بچـۆرەوە بۆ ماڵەوە، ئەویش لەسـەر جێگەکەی هەسـتایەوە و ڕۆشـتەوە بۆ ماڵەوە).

ئـەم وشـانە ئەوەنـدە کاریگەری لەسـەری هەبـوو بە شـێوەیەکی وەها ترسـولەرزەکەی لـێ دوورخسـتەوە کە دەسـتبەجێ لەسـەر جێگەکەی هەسـتایەوە و کەوتـە ڕێکردن.

خانمی ماری دەڵێت:

ئـەم ئەزموونە وەک کلیلێک وا بوو کە دەرگای کێشـە و ئاسـتەنگەکانیان بـۆ من والا کرد تا کێشـە و ئاسـتەنگەکانم لێیـەوەی دەرباز بن.

بـۆم دەرکـەوت کـە چـۆن چاکسـازی لـە خۆمـدا بکـەم و چـۆن بـۆ چاکسـازی خەڵکانی تر تێبکۆشـم. ئاشـکرا بوو بۆم، کە هۆی سـەرەکی هەمـوو ئازار و ڕەنجەکانی مێشـکی مرۆڤ چۆنیەتـی بیرکردنەوەی ئەو مرۆڤەیە.

شـایەنی باسـە من پەیـڕەوی ئەفـکار و بۆچوونـی خانمی بیکـر ناکەم، کە ناونیشـانی (زانای مەسـیحیەتی) بەدەسـت هێناوە، بـەڵام لە ئەنجامی

سـی و پێنج سـاڵ خوێندندا گەشـتومەتە ئـەو ڕایەی کە پیـاوان و ژنان دەتوانـن بـە گۆڕانی شـێوەی بیرکردنەوەیان، نیگەرانی و هەتا شـێوازی جۆراوجـۆری نەخۆشـی دەروونی لە خۆیـان دوور بخەنەوە.

بەو شـتەی کـە دەیڵێم باوەڕی تـەواوم هەیـە و کاریگەرییەکەی دەزانم، دەزانـم! بـاوەڕ بکەن لـە ئەنجامی ئـەم گۆڕانکاریانە ئەوەنـدە ڕووداوی موعجیزەئاسـا ڕوویـداوە بـۆ نموونە یەکـێ لـە خوێندکارەکانی خۆم کە بە نەخۆشـی تووڕەبوونـەوە (عصبی) گیـرۆدە بوو وتی:

(بـۆ هەموو شـتێک نیگـەران دەبووم، نیگەرانی من بۆ ئـەوە بوو کە زۆر زەعیـف و لاواز بـووم. وامدەزانی مووەکانی سـەرم لە حاڵەتی وەریندان و ئەوەنـدەش پـارەم نەبـوو کە بتوانـم زەواج بکـەم. بـەم مەرجانە من ئـەو کچـەی کە خۆشـم دەوێ لەدەسـتی دەدەم و هەرگیـز ناتوانم ببمە باوکێکی باش.

بـە کورتـی، ژیانێکی باشـم نەبـوو، ئەبوایـە لە هەمـوو شـتێکدا ئازارم بچێشـتایە -لە ڕووبەڕووبوونـەوەم لەگەڵ خەڵکیدا، لـە برینی گەدەدا، لە ئیـش و کارمـدا. بەڵـێ، لە هەموو شـتێک نارەحـەت بووم و بـۆ هەموو شـتێک نیگـەران دەبـووم. ئەگـەر تـا ئێسـتا بـە هەڵچوونـی دەروونی گیـرۆدە نەبوویـت داوا لە خوداوەنـد بکە کە هەرگیـز گیرۆدەتان نەکات، چونکـە تاقیکردنەوەیەکی بـاش نییە.

هیـچ ئازارێکـی جەسـتەیی نییە بـە ئەندازەی ئازاری مێشـک ئـازاردەر بێـت! بـە شـێوەیەکی وەها لە پـێ کەوتبووم کـە نەمدەتوانی سـەبارەت بەم باسـە لەگەڵ خانەوادەکەمـدا گفتوگۆ بکەم، بیرکردنەوەم لە دەسـتی خۆمـدا نەبوو. بـە بچووکتریـن دەنگ لە جـێ ڕادەپەڕیم.

لـە هەموو کەسـێ دوورەپەرێزیم دەکـرد و جار بە جـار لەبەر خۆمەوە دەمـوت هەمـوو منیان تـەرک کردووە -هەتـا خوداوەندیش لـە ڕەحم و

Scanned with CamScanner

بەزەیی خۆی بێبەشی کردووم. بڕیارم دا خۆم بخەمە نێو دەریاوە و لەم ژیانە بە هیلاکدابەرە ڕزگار بم. لە پێش جێبەجێکردنی بڕیارەکەم بە خۆمم وت سەفەرێک بۆ فلۆریدا بکەم بەڵکوو گۆڕینی شوێنەوار کاریگەری لەسەرم هەبێت.

کاتێ کە ویستم سواری شەمەندەفەر بم، باوکم زەرفێکی نامەی دایە دەستم وتی تا نەگەیتە فلۆریدا نەیکەیتەوە. کاتێ کە چوومە ناو فلۆریداوە گەشتیاران و جیهانگەڕەکانم بینی لەو ناوچەیەدا بڵاو بووبوونەوە .لەبەر ئەوەی شوێن لە ئوتێلەکاندا نەمابوو لە گەراجێکدا ژوورێکم بە کرێ گرت.

وام نیاز بوو کە لە کەشتییەکی بارهەڵگردا کە ئەمبەر و ئەوبەری دەکرد لە "میامی" کارێک بدۆزمەوە، بەڵام ئەمجارەش شانس یاوەرم نەبوو. کاتەکانم لە کەناری دەریادا بەسەر دەبرد، حاڵم خراپتر دەبوو لەو کاتانەی کە لە شاری خۆمدا بووم. لە وەها حاڵەتێکدا زەرفی نامەکەی باوکمم کردەوە تا بزانم چی بۆ نووسیووم.

باوکم لەو نامەیەدا نووسی بووی:

کوڕەکەم، ئێستا تۆ 250 میل لە منەوە دووری، دڵنیام لەوەی کە بچووکترین گۆڕانکاری بەسەر تۆدا نەهاتووە، چونکە ئەو شتەی کە دروستکەری نیگەرانییەکانی تۆیە لەگەڵ خۆتدا بردووتە، ئەو شتەش مێشکی تۆیە.

ڕووداوێک کە لەگەڵیدا ڕووبەڕوو بوویەتەوە لە پێت ناخات، بەڵکو شێوەی بیرکردنەوەی تۆیە سەبارەت بەو ڕووداوانەی کە لەگەڵیاندا بەرامبەرکێ دەکەیت، هەڵچوونی دەروونی و توورەیی دێنێتە ئاراوە.

ژیانی مرۆڤێک لەدایکبووی بیر و بۆچوونەکانییەتی و تۆیش کوڕە ئازیزەکەم کاتێ لەم خاڵە تێگەیشتی دەتوانی بگەڕێیتەوە بۆ ئێرە،

Scanned with CamScanner

چونکـە ئەو کاتـە دەردەکـەت دەرمـان کراوە.

نامەکـەی باوکـم تووڕەی کـردم. مـن چاوەڕوانـی هاودەردیـم دەکرد، چاوەڕوانـی پەنـد و ئامۆژگاریـم نەدەکرد. بە ئەندازەیەک لـە خۆم بێزار بـوو بـووم بڕیارم دا ئیتـر نەگەڕێمەوە بۆ لای خانەوادەکەم. ئەو شـەوە لـە کاتێکدا بـە یەکێک لە شـەقامەکانی میامیدا تێدەپەڕیم بـە بێئاگایی لە بەردەم کەنیسـەیەکدا ڕاوەسـتام. کۆمەڵێکی زۆر سەرگەرمی پیادەکردنی مەراسـیمی مەزهەبـی بـوون. لـە قەرەباڵغیـدا جێگەیەکی بەتـاڵ نەبوو. بـە هەر شـێوەیەک بـوو چوومـە ژوورەوە، گوێم بۆ وتەی قەشـەکەیان ڕادێرا.

قەشەکە دەیوت:

کەسـێک کـە بتوانێ ڕۆحی خۆی موخەیـەر بکات بەتواناترە لە کەسـێک کـە شـارێکی موخەیـەر کردبێـت. دانیشـتن لێـرەدا و بیسـتنی وتـەی قەشـەکە، نووسـراوەکەی باوکمـی بـە بیـر هێنامـەوە. نازانـم چی بوو لەنـاکاو بیروبۆچوونـم گـۆڕا. بـۆ یەکـەم جـار لـە ژیانـدا دەمتوانی بە ڕووناکبیـری و وردی بیر بکەمەوە. تێگەیشـتم تا ئـەو کاتە چەندە نەزان بـووم. بـاوەڕم نەدەکـرد کە ئەوەنـدە هیدایـەت درا بم. دەمویسـت دنیا و دانیشـتوانەکەی بگـۆڕم و بـۆ ئـەو کارەش تەنها گۆڕینی عەدەسـەی دووربینی مێشـکم بەس بـوو. ڕۆژی دوایی جانتاکەم بە دەسـتەوە گرت و ڕێگـەی ماڵـەوەم گرت.

دوای هەفتەیـەک گەڕامـەوە سـەر کارەکـەم و دوای چـوار مانگ لەگەڵ کچێکـدا کە نیگـەران بووم لەگەڵ کەسـێکی تـردا زەواج بـکات، زەواجم کـرد. ئەمـڕۆ خانەوادەیەکـی بەختـەوەر و کامەرانمان پێـک هێناوە و بە من و هاوسـەرەکەم و پێنـج منداڵەوە.

لـەو کاتانـەدا کە بێهوودە نیگەران دەبووم بەشـێکی سـادە بـووم تەنها

Scanned with CamScanner

هەژدە نەفەر لەژێر چاودێری مندا کاریان دەکرد لە کاتێکدا کە ئەمڕۆ بەڕێوەبەری کۆمپانیایەکم بە چوارسەدوپەنجا کاریگەر و کارمەندەوە. هەست دەکەم ژیان لە لام شیرین بووە. ئەمڕۆ پەیم بە بەهای ژیان بردووە. هەر کاتێ خەریکە نارەحەت دەبم بە زوویی بە خۆم دەڵێم: (خێراکە عەدەسەی دووربینی مێشکت بگۆڕە.(لە دوای ئەوە هەموو شتێک بە باشی ڕووبەڕووم دەبێتەوە. من دەتوانم بڵێم کە لە نارەحەتی دەروونی خۆم سوپاسگوزارم، چونکە بەهۆی ئەو نارەحەتییەوە بوو کە توانیم ڕێگەی دژوار بناسم و بیروبۆچونەکان بگۆڕم و تێگەشتم کە توانای بیروبۆچوون دەتوانێت مێشک و جەستە تێک بشکێنێ. ئەمڕۆ دەتوانم ئەندێشەکانم بە قازانجی خۆم بخەمە گەڕەوە. لە کاتێکدا لە ڕابردوودا بە زەرەری خۆم دەمخستنە گەڕەوە. دەبینم حەق لە لای باوکم بوو کە دەیوت:

شێوەی بیرکردنەوەی تۆ سەبارەت بەو ڕووداوانەی کە بەرەنگاریان دەکەیت دەبێتە هۆی هێنانەکایەی هەڵچوونی دەروونی (عەساب).

لە کاتێکدا کە پەیم بەم وتەیە برد دەردەکانم ساڕێژ بوون. بە دڵنیاییەوە دەتوانم بڵێم ڕەحەتی خەیاڵ و خۆشی لە ژیاندا پەیوەندی بەم مەسەلەیەوە نییە کە شوێنی ئێمە کوێیە یا سەروەت و سامانمان چەندە، بەڵکوو پەیوەندی بە شێوازی بیرکردنەوەمانەوە هەیە.

بە بیرهێنانەوەی ڕووداوی "جان براون"، کە بە تاوانی ئاگرتێبەردانی جبەخانەکانی سوپای ئەمەریکا و بزافی هەڵگەڕانەوە مەحکوم بە لەسێدارەدان بووبوو دەتوانێ کاریگەری هەبێت لەسەر شێوەی بیرکردنەوە لە خەیاڵی ئاسودەی مرۆڤدا. جان براون لە کاتێکدا لەسەر تابووتەکەی دانیشتبوو، ڕوو بە کوشتارگە دەیان برد.

لە بەرامبەر جەلادەکاندا، کە لە پشت سەریەوە بوون، بە تووڕەیی

و خەشم و قینەوە ئەسپەکانیان تاو دەدا، سەیری زنجیرە چیاکانی (بلوریچ و یرجینا)ی کرد و وتی:
(چەند ناوچەیەکی خۆشە! من تا ئێستا بوارم بۆ نەرەخساوە تاکوو بە وردی سەیری بکەم.)
"میلتون" لە کاتێکدا کە بینایی خۆی لەدەست دابوو بەهۆیەوە دەینالاند، ئەم ڕاستییە کاریگەری کردە سەر فکری و لەم بارەیەوە وتی:
مێشکی مرۆڤ لە کاتی پێویستدا دەتوانێت بەهەشت بکاتە دۆزەخ و دۆزەخیش بکاتە بەهەشت. "ناپلیۆن پۆناپارت و هلن کلر" دوو نموونەی دڵنیاکەرەوەی ئەم ڕاستییەن. ناپلیۆن خاوەنی توانای بێمونافسی زەمانی خۆی، کە لە هیچەوە بە هەموو شتێک گەشتبوو دەیوت:
(من هێشتا شەش ڕۆژی خۆشم لە ژیاندا نەبووە). لە کاتێکدا کە "هلن کلر"ی کوێر و لاڵ ڕەزامەندی دەربارەی ژیان پیشان دەدا و دەیوت:
(ژیان زۆر جوانترە لەوەی کە من بیرم لێی دەکردەوە.) من کە سالانێک لە تەمەنم بەسەر چووە گەیشتوومەتە ئەو ئەنجامەی کە توانای بیرکردنەوە بەدیهێنەری کەشی ژیانی گونجاو و نەگونجاوە. ئەو ئەنجامەی من پەییم پێ بردووە شایەنی کورتکردنەوەیە بەم شێوەیە:
هیچ کەسێک و هیچ شتێک جگە لە خۆت ناتوانێت خەیاڵی ئارام و ئاسوودەت بۆ دەستە بەر بکات. ئەم ئەنجامەم لە ڕستەیەکی بەسوودی "ئامرسن" "اعتماد بنفس"، بڕوابەخۆبوونە، دەرهێناوە و بەبێ پەردە و ڕاشکاوانە جارێکی تر دووبارەی دەکەمەوە:
هیچ کەسێک و هیچ شتێک جگە لە خۆت ناتوانێت خەیاڵی ئارام و ئاسوودەت بۆ دەستە بەر بکات! یەکێک لە فەیلەسووفە بەناوبانگەکانی ڕۆم بە ناوی "ئێپیکور"، پەند و عیبرەت فێری مرۆڤ دەکات ئەوەندە

Scanned with CamScanner

هـــەوڵ و ماندووبـــوون پێویســـتە بـــۆ لابـــردن و ســـارێژکردنی برینـــە فیکرییـــەکان، ئەوەنـــدە هـــەوڵ و ماندووبـــوون پێویســـت نییە بـــۆ لابردن و ســـارێژکردنی برینـــە جەســـتەییەکان. ئەندێشـــەی پـــووچ و بێهوودە لە خۆتان دوور بخەنەوە، چونکە ئەو جۆرە ئەندێشـــانە لە برینی جەســـتەیی بەئازارتـــرن. ئەمـــڕۆش بـــە تێپەڕبوونـــی زیاتر لە نۆزدە ســـەدە بەســـەر ژیانی ئەم فەیلەســـووفەدا، پزیشـــکی تازە بیرۆکەکـــەی دووپات دەکەنەوە و پشـــگیری دەکەن.

"مونتایـــن"، فەیلەســـووفی فەرەنســـی ڕســـتەیەکی کردۆتـــە سەرمەشـــقی خـــۆی، خـــراپ نییـــە ئێوەیـــش زانیاریتـــان لـــە بارەیـــەوە هەبێت:

مـــرۆڤ بـــەو ئەندازەیەی کە لـــە بیرکردنـــەوەی ڕووداوی داهاتوودا ئازار دەچێژێـــت، لە خـــودی ڕووداوەکـــە -لە کاتـــی ڕوودانیدا- ئەوەنـــدە ئازار ناچێژێت. "مونتاین" ڕاســـت دەکات، چونکـــە کاتێک ڕووداوێک ڕوو دەدات توانـــای ڕێگـــری و چارەمان نییە، بـــەڵام پێش لە ڕوودانـــی ئێمە دەتوانین ڕێگـــری لێ بکەین و بیری خۆمان بە خەم و پەژارە یا شـــادی بســـپێرین. بەڕاســـت مەبەســـتی من لە باســـکردنی ئەم بابەتە چییە؟ ئایـــا وا دەزانیت مـــن ئەوەنـــدە بێپەروام لـــە کاتی ناڕەحەتـــی دەروونیدا بەهـــۆی نیگەرانی و بیروبۆچوونـــی نیگەرانکـــەرەوە بە ئێـــوە بڵێم ڕێـــڕەوی بیرکردنەوەتان بگـــۆڕن؟ نەخێـــر وا نییـــە، چونکە ئەگـــەر منیش بڵێـــم لە کاتێکـــدا کە ئێوە دەستەخۆشـــەی ناڕەحەتـــی دەروونیـــن هـــەوڵ و تەقەلای فکـــری دەبێتە هـــۆی زیادکردنی ئەو ناڕەحەتییـــە دەروونییە.

مەبەســـتی مـــن ئەمەیە کارەســـاتێک کـــە ڕووی نەدابێت لە بیـــری خۆتاندا گـــەورە مەکـــەن و هـــەوڵ و تەقالاکانـــی فیکـــری خۆتـــان بە شـــێوەیەکی پۆزەتیفانـــە بخەنـــە گـــەڕ. بـــاوەڕ بکـــەن ئەگـــەر ئـــەم ڕێگەیـــە بگریتە بەر کارێکـــی زۆر ئاســـانە، تەنها پێویســـتی بـــە کەمێک جدیەت هەیـــە. " ولیام جیمـــز" باوکی دەروونناســـی زانســـتی دەڵێت:

Scanned with CamScanner

بە ڕواڵەت کار دەستکەوت و بەردەوامی هەست و سۆزە، بەڵام ڕاستی ئەمەیە کە کار و هەست و سۆز یەک ڕێچکەیان گرتوتە بەر. بە ڕێکخستنی کار، واتە بە تەرتیبکردنی کردار کە لەژێر دەسەڵاتی ئیرادەدایە دەتوانرێ بە شێوەیەکی ناڕاستەوخۆ کاریگەری لەسەر هەست و سۆز بەجێ بهێڵێ و ئەوانەی کە لەژێر فەرمانی ئیرادەدا نین بخرێنەوە ژێر ڕکێفی و ڕێکبخرێن.

بە گوێرەی بیروبۆچوونەکەی "ولیام جیمز"، ئێمە ناتوانین تەنها لە ڕێگەی گۆڕینی ئیرادەوە هەستی خۆمان بگۆڕین، بەڵکوو دەتوانین کردارەکانی خۆمان ڕێک بخەین بە شێوەیەکی ڕوونتر کرداری خۆمان بگۆڕین.

بە گۆڕینی کار و کردار، هەستەکان خۆی بۆ خۆی دەگۆڕڕێت. بە لەبەرچاوگرتنی بنەمایەکی بیرکاریانە، واتە یەکسانبوونی دوو لای هاوکێشەیەکی کار و کردار و هەست، واتە (کار و کردار= هەست). بە گۆڕانی کار و کردار هەست دەگۆڕێت و بە پێچەوانەشەوە ڕاستە .بۆیە دەتوانین بە ئەنجامەکەی ولیام جیمز قایل بین، کە بەم شێوەیەی خوارەوە باسی کرد: (لە کاتێکدا شادی و شەوق و زەوق لە ئێمە دەتۆرێت، تەنها ڕێگەیەک دەمانگەیەنێتە خۆشبەختی ئەوەیە کە شاد و بەختەوەر بین و وای دابنێین کە خەم و خەفەتێک لە ناخی ئێمەدا بوونی نییە).

بیروبۆچوونەکەی "ولیام جیمز" تاقی بکەرەوە:

شاد و سەرکەوتوو بیت، بڵێن و ببیستن و ڕێگەی خۆدەرخستن بە پەژارە مەدەن، ئومێدەوارم ئێوەیش ئەنجامی خۆتانتان دەستەبەر کردبێت. دڵنیا بن ئەم ڕازە شاراوەیە کاریگەرە و وەک نەشتەرگەری جوانکاری خراپییەکان لەناو دەبات. ئەمە تاقی بکەرەوە. گاڵتە بە پەژارە بکەن. زەردەخەنە بخەنەوە سەر لێوەکانتان و باوەڕێکی تەواوتان بە

Scanned with CamScanner

خۆتـان هەبێـت. شـانتان بۆ دواوە و سـینەتان بـۆ پێشـەوە دەرپەڕێنن. هەناسـەی قـووڵ هەڵبکێشـن و لە ژێرلێـوەوە گۆرانی بڵێـن. گۆرانییەک، کـە خـەم و پـەژارەی تێـدا نەبێت. ئەگـەر گۆرانـی نازانن فیکـە لێبدەن، مەبەسـت ئەوەیـە کە لـە یەک حاڵەتـدا نەمێنیتەوە و ئەژنـۆی چەماوە لە بـاوەش نەگریت.

ئێـوە ئەگـەر پـەرە بەم هـۆکار و حاڵەتانە بـدەن لەو بـاوەڕەدا نیم خەم و پـەژارە بمێنێـت. بنەڕەتی سروشـت ئەمەیـە، کاتێ مەیـدان بە خەم و پـەژارە تەنـگ دەکەیـت زووتر لـەوەی کە بیـری لێ دەکەیتـەوە مەیدان چـۆڵ دەکات. ئـەم دەسـتکەوتە لە تـەواوی ژیاندا کاری پـێ دەکرێت، لە بیـری نەکەیت.

بابەتێـک کە بـۆ ئێوەی بـاس دەکەم پەیوەنـدی بە سـاڵانی ڕابردووەوە هەیـە. زەمانێـک کـە مـن ڕووبـەڕووی ڕووداوێـک بوومەوە، دە سـاڵ لـە ڕوودانـی تێپـەڕی بـوو. بابەتەکـە بـەم شـێوەیەیە: کـە "ئانگلـرت" دووچـاری نەخۆشـی سـوورێژە یـا نەخۆشـییەکی لەو جۆرە بـوو، بۆ چارەسـەرکردنی ئـەم بەڵایـە سـەردانی زۆرێک لە پسـۆڕانی پزیشـکی کـرد، بـەڵام نەک تەنهـا ئەنجامێکی دەسـت نەکەوتووە، بەڵکوو فشـاری خوێنیشـی چـووە سـەر. ئومێـدی چاکبوونەوە بـە تەواوی لەنـاو چوو، چاوەڕوانـی مەرگ دەسـتی پـێ کرد.

"ئانگلرت" لە دوای ئەوە ڕووداوەکەی بەم شێوەیە بۆ باس کردم:

کاتێ لە زیندووبوون بێئومێد بووم، سـەرەتا ڕۆیشـتم بۆ بیمە و سـەر و سـامانی خۆمم سـپاردە بیمە. دوای ئەوە گۆشەنشـینیم هەڵبژارد و بیرم لـە حاڵی خـۆم دەکـردەوە. لە قاپی یـەزدان لـە تاوانەکانـم تەوبەم کرد و داوای لێخۆشـبوونم کـرد. ڕەفتـاری مـن نـەک تەنها خـەم و خەفەتی دەبـردە نێو ناخمـەوە، بەڵکوو بووبووە هـۆی نارەحەتی و خەمگینکردنی ئەندامانـی خانەوادەکەیشـم. ڕۆژێک کە نووقمی نائومێـدی بووم و چەند

ڕۆژێکـم بـە خۆخۆری تێپەڕاندبـوو لەتاو ناڕەحەتیـدا بە خۆمم وت:

(پیـاوی گێـل بۆچـی پێش لە مـردن خەریکە خـۆت و ئەندامانـی ماڵەوە زیندەبەچـاڵ دەکـەی؟ لەوانەیـە سـاڵێکی تریـش نەمریت! سـوودی ئەم خەفەتخواردنـە چییـە؟ ئیتر لە چی دەترسـی؟ لە سـەروو مەرگەوە چی تـر هەیـە؟ ئەو کاتـەی ماوەتەوە لەدەسـتی مـەدە، بژی! هیـچ نەبێ ئەم هەمـوو خەفەتە مەخۆ، شـاد بە.)

ئـەو ڕۆژە شـانەکانم بـۆ دواوە و سـینەم دەرپەڕانـد بـۆ پێشـەوە و زەردەخەنەم خسـتەوە سـەر لێو و دەسـتم بە شـادی کرد. بە شێوەیەک ماڵـەوەم تـەرک کردبـوو، وەک بڵێـی مـن نەخـۆش نەبـووم. هەڵبەتـە ڕۆژەکانـی سـەرەتا پێویسـتم بە هەوڵـدان هەبـوو، بەڵام لـە دواییدا بە شـادی و خۆشـی ژیان بەڕێکردن بوو بە پیشـەی هەمیشـەییم و خەم و پـەژارە مەیدانیـان چۆڵ کرد. ڕەفتـاری من کاریگەری لەسـەر ئەندامانی ماڵەوەش کـرد. یەکەمین کاریگەری ئەم ڕەفتارە، خۆشـحاڵییەکی واقیعی بـوو کە لـە ناخمدا ڕیشـەی داکوتا. هەسـتم دەکـرد ڕۆژ بـە ڕۆژ حاڵم باشـتر دەبێت. زۆر درێژە بە باسـەکە نادەم، ئولفەتم بە شـادیەوە گرت و ئێسـتا کـە نزیکەی دە سـاڵە لـە جێبەجێکردنی ئەو بڕیـارە تێدەپەڕێت نـەک تەنهـا ئـەوەی کـە نەمـردووم، بەڵکـوو لەگـەڵ شادیشـدا ئاشـت بووینەتەوە.

سـەیر لێرەدایـە بەبـێ بەکارهێنانـی کەمتریـن دەرمـان فشـاری خوێن لەنـاو چوو. بـاوەڕ بکەن ئەگەر بە شـێوەی هەفتەکانی یەکـەم بەردەوام بوومایە پێشـبینی پزیشـکەکان زۆر بە خێرایی دەهاتە پێش. من جەستەی نەخۆشـم تەنهـا بە گۆڕینـی یەک بۆچـوون دەرمان کرد.

بەڕاسـت کاتـێ چالاکییـەک دەتوانێ ژیانی نەخۆشـێک لە مـردن ڕزگار بـکات، مـن و تۆ بۆچی سـوودی لـێ وەرنەگریـن؟ بە بۆچوونـی من لە وەهـا حاڵەتێکدا بەرگەگرتنـی یـەک خولـەک لە ئـاخ و بێـزاری ژیرانە

Scanned with CamScanner

نییـە. کاتێ دەتوانین بە کردارێکی سـادە بە خۆشـحاڵی و شـادییەوە کە زەحمەتێکیشـی تێدا نییـە خۆمان دڵخۆش بکەین، بۆچـی دەبێ مۆڵەت بە خۆمـان بدەین بـە بەرگەگرتنی خەم و پەژارە نـەک تەنها خۆمان بەڵکوو ئەندامانـی ماڵەوە و خزمـان و دۆسـتانیش نارەحەت بکەین؟

سـاڵانێک لەمەوپێـش کتێبێکـم کەوتـە بـەر چـاو کـە خوێندنـەوەی کاریگەرییەکـی قووڵـی لەسـەر ژیانی من بەجێ هێشـت. نـاوی کتێبەکە ئەگـەر لەبیرم نەکردبێ بەم شـێوەیە بـوو: پیاوێک چۆن بیـر دەکاتەوە؟ نووسـەری کتێبەکـە "جیمـز ئالن"ـە. کورتەیـەک لە بۆچوونی نووسـەر شـایەنی باسکردنە:

کاتێ مرۆڤ بیر و ئەندێشـەی خۆی دەربارەی شـتومەک و کەسـەکان دەگۆڕێـت، تێـدەگات کـە ئـەو شـتومەکانە یا ئەو کەسـانە لـە بەرامبەر ئـەودا دەگۆڕێن. لە کاتێکـدا کە مرۆڤ گۆڕینێکی بنچینەیـی لە چۆنییەتی بیرکردنـەوەی خۆیـدا دێنێتـە ئاراوە لـە گۆڕینێکی خێراوە کـە لە ژیانیدا دێتـە بوونەوە بە سەرسـامی دەمێنێتەوە.

هێـز و توانایـەک کـە چارەنـووس دیـاری دەکات، لـە نێـو خۆماندایە و تـەواوی کارەکانـی مـرۆڤ بەرئەنجامی ڕاسـتەخۆی ئەندێشـەکانیەتی. مرۆڤێـک دەتوانێـت پـەرە بـە ئەندێشـەکانی خـۆی بدات و سـەرکەوتن بەدەسـت بهێنـێ کـە کاری بەپێـز ئەنجام بـدات .لە بەرامبەر، سسـتی و تەوەزەلـی و نەبوونی مەیـل بۆ بەهێزکردنی بیـردا دەتوانێت خۆی لاواز و دواکەوتـوو و بێچـارە بـکات. مـن داواکاری تـەواوی ئـەو نیعمەت و بەخشایشـانە نیـم کـە خوداوەنـد وەک مرۆڤێک بە منـی داوە.

نامـەوێ ئەوەنـدە بـەرز بفڕم کە بڵێـم دەبێ ئەم کـووڕەی زەوییە لەژێر دەسـت و دەسـتەڵاتی مندا بێـت، تەنها ئـارەزووی ئەوە دەکەم بەسـەر (نەفـس و ئەندێشـە و تـرس) و بـە کورتـی بەسـەر مێشـک و ڕۆحـی خۆمـدا دەسـتەڵاتم هەبێـت. سـەیر لەوەدایـە کە بیـر و مێشـک و ڕۆح

Scanned with CamScanner

بە پێچەوانەی ئێمەوە دەجووڵێنەوە، کاتێ دەستیان بەسەردا دەگرین بەسەر هەموو شتەکانی خۆماندا زاڵ دەبین. باشتر وایە ئەم وتانەی "ولیام جیمز" بهێنینەوە یاد کە دەڵێت: بە کەمێک تێکۆشان دەتوانین ئەو شتانەی کە شەڕەنگێزن بیانگۆڕین بە خێر .ئەم تێکۆشانەش هیچی تر نییە جگە لە گۆڕینی بیروبۆچونەکان .وەرن با بۆ خۆشبەختی خۆمان تێبکۆشین !وەرن بە پەیڕەوکردنی بەرنامەیەکی ڕۆژانە کە هەڵقوڵاوی شێوەی بیرکردنەوە و شادی ئامێزە، سوودمەند ببین لە ڕێگەی بەدەستهێنانی خۆشبەختیدا.

ناونیشانی بەرنامەکە بەم شێوەیە هەڵبژێرە: تەنها بۆ ئەمڕۆ

1. تەنها بۆ ئەمڕۆ خۆشحاڵ دەبم. "ئەبراهام لینکلن".

زۆربەی کەسەکان بەو ئەندازەیە خۆشحاڵن کە فکریان بۆ قایلبوونی ئامادەیی هەیە. شادی و چالاکی لەناو خودی خۆماندایە و پەیوەندی بە جیهانی دەرەوەوە نییە.

2. تەنها بۆ ئەمڕۆ تێدەکۆشم، هەوڵ دەدەم خۆم لەگەڵ ئەوەیدا کە هەیە بگونجێنم و تێناکۆشم بۆ ئەوەی هەموو شتێک بە ئارەزوو و ویستی من بێت.

3. تەنها بۆ ئەمڕۆ لەبیری جەستەی خۆمدام بە تەمرین و ڕاهێنانی بەسوود پەروەردەی دەکەم. لە تەندروستی خۆم بەئاگا دەبم. خولەکێک لە چاودێریکردنی سەلامەتی خۆم کەمتەرخەمی ناکەم.

4. تەنها ئەمڕۆ تێدەکۆشم تا مێشکم پەروەردە بکەم .شتانێک دەخوێنمەوە کە پێویستی بە تەرکیز و بیرکردنەوە هەبێت.

5. بەهێزکردنی دەروونم تەنها بۆ ئەمڕۆیە .کارێک بە ئارەزووی خۆم

و دوو کاری چاک بە پێچەوانەی ئارەزووی خۆم ئەنجام دەدەم تا ئیرادەم بەهێز بکەم.

6. تەنها بۆ ئەمڕۆ لەگەڵ کەسانێکدا کە پەیوەندیم هەیە دەگەمە حاڵەتی لارینەبوون. ڕەخنە لە کەس ناگرم، بە هێواشی دەدوێم و ڕەفتارم لەگەڵ هەمواندا بەڕێزانە دەبێت.

7. هەوڵ دەدەم بۆ ئەمڕۆ بژیم. لە بیری ڕووداوێکدا نیم کە سبەی دێتە پێش، خەمی سبەی ناخۆم.

8. بۆ ئەمڕۆ بەرنامەیەک ڕێک دەخەم تا بزانم کاتەکانم چۆن سەرف دەکەم. لەوانەیە ئەو بەرنامەیەی کە دایدەڕێژم موو بە موو جێبەجێی نەکەم، بەڵام نووسینی پێویستە، چونکە ئەو کاتە بە هەڵەشەیی بڕیار نادەم.

9. ئەمڕۆ نیو کاتژمێر لە کاتم دادەنێم بۆ ڕازونیازکردن لەگەڵ خوداوەنددا. لە خەڵوەتدا داوای یارمەتی لە خواوەند دەکەم و داخوازییەک کە ناتوانم بە خەڵکی بڵێم بە خوای خۆمی دەڵێم و تەسکینی بە خۆم دەبەخشم.

10. تەنها بۆ ئەمڕۆ ترسولەرز لە خۆم دوور دەخەمەوە. لە خۆشحاڵبوون و چێژوەرگرتن لە جوانی و لە عاشقبوون و هەتا عاشقی کەسێک کە کەسێکی تری هەبێت ناترسم.

ئێستا کە گەشتووینەتە ئێرە، باشتر وایە دەستبەکار بین، ڕوونکردنەوەی پێویستمان خوێندەوە . دەستورە پێویستەکان بۆ هێنانە کایەی بیر و بۆچوونی شادیهێنەر و خەیاڵی ئاسوودە و بەهێزکردنی بیروبۆچونی شاد دەخەینەگەڕ. هەنگاوی یەکەم هەڵدەگرین:

بە شادی و بیری ئاسوودەوە کار دەکەین و درێژەی پێ دەدەین تا هەست بە شادی و خۆشی بکەین.

Scanned with CamScanner

بەندی سیانزەیەم

تۆڵەسەندنەوە فەرامۆش بکە

بــە باشــی لە بیرمدا نییە چەند ســاڵ لەمەوپێش بوو، بــەڵام بابەتەکەم بە باشــی لە بیردا ماوە .شــەوێک لە کاتــی تێپەڕینمان لــە ڕێگەیەکی پارکی "بلوســتون"، کە بۆ ســەردانی ئەوێ چووبووین، لەگەڵ گەشــتیارانی تردا، لەســەر ئــەو کورســیانەی کــە لە ژێــر ســێبەری ســنەوبەرەکاندا بوون، دانیشــتبووین و چاوەڕوانــی بینینــی گیانلەبەرێکــی ترســناک بوویــن کە بەڵێنی پیشــاندانیان دابوو.

زۆری نەخایانــد لــە نێــوان درەختەکانــدا ورچێکــی خۆڵەمێشــی گەورە دەرکــەوت و لــە پەنــای درەختەکانــدا دەســتی کــرد بــە خواردنــی ئــەو پاشــەڕۆیانەی کــە لــە چێشــتخانەکانەوە فــڕێ درابــوون. ورچــە خۆڵەمێشــییەکە بــە بێئاگایــی ســەرگەرمی خــواردن بــوو، یەکێــک لــە پاســەوانەکان بــە ســواری ئەســپەوە لــە ڕووبــەڕووی گەشــتیارەکاندا وەســتا و بــە خرۆشــانەوە وتــی:

جگــە لــە گامێش و جۆرێــک ورچ بە ناوی "کادیاک" لــە نیوەگۆی ڕۆژئاوا گیانلەبەرێــک نییــە کــە بتوانێت لــە توانــادا بەرامبەر ئەم ورچــە ببێتەوە. ئــەم ورچە خۆڵەمێشــییە کە شــوێنی ژیانی لــە ئەمەریکای باکــوورە، لە بــە تواناتریــن گیانلەبەرانی جیهانە.

لــە کاتێکــدا پاســەوانەکە ڕوونــی دەکــردەوە لــە کەنــاری درەختەکانــدا پشــیلەیەکی گــەورە هاتــە دەرەوە و نزیکی ســفرەی ورچەکــە بوویەوە، دەســتی کــرد بــە خواردنــی ئــەو خۆراکــەی کە ورچەکــە دەیخــوارد .

Scanned with CamScanner

ورچەکـە لەگەڵ ئەوەشـدا کە دەیتوانی بە لێدانێکی چنگی پشـیلەکە شـی بکاتـەوە، بەڵام کاری بەسـەریەوە نەبوو. من لە نێـو خۆمدا بیرم کردەوە ئـەم ئاژەڵـەش دەزانێـت نابێـت کاری بێسـوود بـە ئەنجام بگەیەنێت. کوشـتنی پشـیلەیەک سـوودێکی بۆ ئـەو نەبوو.

کاتـێ ئێمـە کینەیەکمـان لـە دڵـدا بێت بـۆ دوژمنانـی خۆمان ئـەوا ئەو دوژمنانـەی خۆمانمان بەسـەر خەوی خۆش و فشـاری خوێنی خۆماندا زاڵ کـردووە. لە ڕاسـتیدا هەڵبژاردنی تەندروسـتی خۆمانمـان بە ئەوان سـپاردووە. ئەگـەر دوژمنانی ئێمـە بزانن تا چ ئەندازەیـەک ئێمە نیگەران و نارەحـەت دەکەن لە خۆشـی و شـادیدا دێنە خرۆش. ئەمـە لە کاتێکدا کـە ڕق و کینـەی ئێمە ئازارێک بە ئەوان ناگەیەنێت، تەنها ڕۆژ و شـەوی خۆمـان دەگۆڕینـەوە بە دۆزەخێکـی پڕ لە نیگەرانی و ئاشـووب.

ئـەوەی کـە لـە خـوارەوە دەیخوێنیتـەوە دەسـتکەوتی بیرۆکـەی فەیلەسـووفێک یـا کۆمەڵناسـێکە.

سەرەتا بیخوێنەرەوە تا ڕوونکردنەوەی پێویست بۆ ئێوە بەیان بکەم:

ئەگەر کەسـانێک هەن کە بەهۆی خۆپەرسـتی خۆیانـەوە دەیانەوێ ئێوە فریـو بـدەن ناویان لە لیسـتی خۆتدا بسـڕەوە، بـەڵام هەرگیـز لە بیری ئـەوەدا مەبـە تۆڵەیان لـێ بکەیتـەوە، چونکە جگـە لەم شـێوازە خۆتان زیاتـر لە ئـەوان ئـازار دەچێژن! ئەم ڕسـتانەم چەند سـاڵێک لەمەوپێش لـە یەکێک لە ژمارەکانی گۆڤاری ڕەسـمی شـارەوانی "ئایالت" خوێندەوە. ئەگـەر چـی بۆچوونێکی فەیلەسـوفانە نەبوو، بـەڵام پاڵێوراوی ڕاسـتی بـوو کـە وا دەزانم پراکتیزەکردنی بەسـوودترە لـە نەکردنی.

بەڕاسـت چـۆن چۆنـی بە تۆڵەسـەندنەوە ئـازار بە خۆمـان دەگەیەنین؟ بـە کورتەیـەک لـە ڕیپۆرتاژێـک کـە لـە گۆڤـاری "لایـف" چـاپ کراوە سـەرنج بدە: ئـەم کارە (تۆڵەسـەندنەوە) لەوانەیە هەتا تەندروسـتی ئێوە

Scanned with CamScanner

تێکبشکێنی و فشاری خوێن و نەخۆشییەکانی دڵ بێنێتە ئاراوە. بەڵام کاتێ دەبینین پێغەمبەری خودا دەیفەرموو:

(دوژمنەکەتت خۆش بوێ) نەک تەنها وانەیەکی ڕەوشتی دەوتەوە، بەڵکوو شتانێکی فێری موریدانی دەکرد، کە پزیشکی پێشکەوتووی ئەمڕۆ لە قەرنی بیستدا تازە پەی پێ دەبەن. ئەگەر چی لەو کاتەدا مەبەستی پاراستنی تەندروستی جەستە نەبووە، بەڵام خۆشبوون لە هەڵە و کەموکورییەکان جۆرێکە لە سەلامەتی. کەوایە کەسێک فێرمان دەکات کە لە کینە و تۆڵەسەندنەوە چاوپۆشی بکەین، واتە خۆمان لە بەرامبەر پارچەکانی هۆکاری هێنانە کایەی فشاری خوێن و هەڵچوون و نەخۆشییەکانی دڵ و برینی گەدە و نەخۆشییەکانی تر بپارێزین.

لەم دواییانەدا یەکێک لە دۆستەکانم تووشی هێرشی دڵ بوو. پزیشک ئامۆژگاری کرد، بە هیچ شێوەیەک بۆی نییە تووڕە ببێت -هەڵبەتە ئەگەر دەیەوێ بژی. لە کاتێکدا کە دڵی کەسێک لاواز بێت، تووڕەبوون و خەشم و کینەش لە لێدانی دەخات.

کاتێ بە ئێمە دەوترێ لە تووڕەبوون خۆت بە دوور بگرە واتە یاسایەکی کار بە ئێمە دەدرێت کە شێوە و ڕوخسارمان چرچولۆچ و ناشیرین نەکات.

یەکێک لە خاوەن بۆچوونانی زانستی خواردن دەڵێت: خواردنێک کە بە پێداویستی سادە و ساکار دروست کرا بێت ئەگەر لە کەشوهەوایەکی پڕ لە شادی و خۆشیدا دەرخواردمانی بدەن باشترە لە خواردنێک کە بە پێداویستی هەمە جۆر دروست کرابێت و دەرخواردمانی بدەن لە کەشوهەوایەکدا کە خەیاڵمان ئاسوودە نەبێت.

لە حاڵەتێکدا کە بۆتان شیاو و لەبار نییە دوژمنەکانی خۆتان خۆش بوێ، چونکە هیچ نەبێ ئەوە دەگەیەنێ کە دوژمنی خۆتان نین. مەیەڵن

Scanned with CamScanner

ئەم دوژمنایەتییە بەسەر جوانی و خۆشگوزەرانی ئێوەدا سەربکەوێت.

"ولیام شکسپیر" لەم بارەیەوە دەڵێت:

کوورەی ئاگر بۆ سووتاندنی دوژمنان ئەوەندە گەرم مەکە کە خۆت بسووتێنی! " ژۆرژ روونایکی" لە دانیشتوانی "ئاسپالا" بوو، ئەو لە شاری "وین" سالانێک بە وەکالەتەوە سەرقاڵ بوو، بەلام بە دەستپێکردنی جەنگی جیهانی دووەم وەک زۆرێک لە خەڵکی ئاوارە بوو. ئەو سویدی بۆ هەڵهاتن هەڵبژارد. لە سوید هەولی دا کارێک بدۆزێتەوە، بەلام نەیتوانی دەستەبەری بکات. ئەو لە لای خۆیەوە بیری کردەوە من چەند زمانێک دەزانم باشتر وایە سەردانی چەند کۆمپانیایەک و کارخانەیەک بکەم، بەلکوو بتوانم نوێنەرایەتیەکیان لێ وەرگرم.

بۆ جێبەجێکردنی ئەم بڕیارە سەردانی چەند شوێنێکی کرد. هەندی لەوانە ناویان لە لیستی داواکاراندا تۆمار کرد. چەند رۆژێک دوای سەردانی ئەو بە کۆتاترین شوێنێک کە مەبەستی بوو نامەیەکی بۆ هات. بەڕێوەبەری یەکێ لە شوێنە بازرگانییەکان نامەیەکی رەخنەئامێزی بۆ نووسی بوو. بەڕێوەبەری کۆمپانیاکە لە وەلامی داواکارییەکەیدا نووسی بووی:

هەرچۆنێک لە بارەی کۆمپانیاکەی منەوە بیرت کردۆتەوە بە هەڵدا چوویت. تۆ پیشانت دا کە مرۆڤێکی نەزانی، من لەگەڵ ئەوەشدا کە پێویستم بە نوێنەرێک هەیە، بەلام هەرگیز کەسێک دانامەزرێنم کە نەتوانێت نامەیەکی بێهەڵە بنووسێت، نامەکەی تۆ پڕ لە هەڵە بوو.

"رونا" بە خوێندنەوەی نامەکە توورە بوو، چونکە بە پێچەوانەوە، نامەکەی بەڕێوەبەری بازرگانی پڕ لە هەڵە بوو. " رونا" لە حاڵەتی توورەیدا لە پشت مێزەکەیەوە دانیشت و لە بەرامبەر نامەکە نامەیەکی رەخنەئامێزی بۆ بەڕێوەبەری کۆمپانیا نووسی، بەلام لە دوای نووسینی

نامەکە بیری کردەوە کێ دەڵێ ڕاست ناکات، من زمانی سویدی لە دەرەوەی سویدەوە فێر بووم، ناتوانم پیشانی بدەم کە دەتوانم وەک سویدییەک کە زمانی خۆیەتی نامەیەکی بێ هەڵەتر بنووسم.

بەم بۆچوونە نامەکەی دڕاند و فڕێی دا. کاتێ تووڕەبوونەکەی نەما نامەیەکی تری بەم شێوازە بۆ بەڕێوەبەرەکە نووسی: زۆر بەڕێز...

ئەمە گەورەیی تۆ بوو کە بۆ ڕەتکردنەوەی مەبەستەکەشم کە دامەزراندن بوو وەڵامی نامەکەی منت دایەوە. لەوەی کە سەبارەت بە کۆمپانیاکەی تۆ هەڵەم کرد، داوای لێبووردن دەکەم .بەهۆی ئەوەوە من نامەم بۆ تۆ نووسی بوو، چونکە ناوبانگی چاکەی تۆم لێرە بیستبوو و بیرم کردەوە تەنها کۆمپانیایەک کە دەتوانێت داواکارییەکانی من ڕێک بخات کۆمپانیای جەنابتە. سەبارەت بە هەڵەکانم شەرمەزارم. ئێوە منتان ئاگادار کردەوە لە هەڵەکانم و بوونە هۆی ئەوەی کە لەمەو دوا دووچاری هەڵەیەکی لەو جۆرە نەبم.

چەند ڕۆژێک دوای ئەوە "رونا" نامەیەکی لە بەڕێوەبەری کۆمپانیاکەوە پێگەیشت کە بانگهێشتی کردبوو تا سەردانی بکات. رونا، بانگهێشتەکەی قبوڵ کرد و توانی لەو شوێنەدا کارێک بۆ خۆی دابین بکات.

دان بەو ڕاستییەدا دەنێم کە ئێمە خاوەنی ڕۆحێکی ئاسمانی و زانستێکی سروشتی ئەوتۆ نین کە بتوانین دوژمنەکانی خۆمان خۆش بوێت، بەڵام هیچ نەبێ دەتوانین لێیان خۆش بین تا بە بیرکردنەوە لێیان ڕق و کینەمان بەهێزتر نەبێت. کنفوسیوس دەڵێت: زەرەر و ئازار بۆ ئێمە ئەوەندە گرنگ نییە، ئەوەی کە دەبێتە هۆی نیگەرانی بەبیرهێنانەوەی ئەوانەیە.

جارێک لە کوڕی "ئایزنهاور"م پرسی:

- ئایا باوکت شتێک هەیە کە نیگەرانی بکات؟

Scanned with CamScanner

- نەخێر، باوکم هەتا خولەکێک لە بیری ئەو کەسانەدا نییە، کە خۆشی ناوێن! پەندێکی پێشینانی کۆن هەیە کە دەڵێت: کەسێک کە نەتوانێ تووڕە بێت نەزانە و کەسێک کە دەتوانێت تووڕە نەبێت دانایە !هیچ کەس مافی ئەوەی نییە ژیانی من و تۆ بە بچووک لە قەڵەم بدات و بیری ئاسوودەی ئێمە بشێوێنێ مەگەر ئەوەی کە خۆمان بواری بۆ بڕەخسێنین و مۆڵەتی بدەین.

هەرگیز ئەم ڕستەیەی "ئادیت کاول"کە دەیوت و ئەمڕۆش لەسەر مەزارەکەی هەڵکەنراوە لە بیرم ناچێت: (... خۆشویستنی نیشتمان و شوێنی لەدایکبوون بەس نییە، من دەبێ سەبارەت بە هیچ کەسێ ڕق و کینەم نەبێ!)

"ئادیت کاول" لە 12ی ئۆکتۆبەری 1915م لە بەرامبەر کراسی مەرگی ئەڵمانیاییەکان ڕاوەستا بوو ئەو دڵەی کە بە خۆشەویستی مرۆڤەکان گەش و ڕووناک بوو بە فیشەکی ئەڵمانیاییەکان شی کرایەوە. ئەو سەربازە بریندارەکانی فەرەنسا و بەریتانیای لەماڵەکەی خۆیدا دەپاراست، دەرمانی دەکردن و شوێنی هەڵهاتنی بۆ دەستەبەر دەکردن. بۆ ئەو هاووڵاتی و بێگانە جیاوازی نەبوو، خۆشەویستی لەگەڵ هەموان دەنواند و یارمەتی هەموانی دەدا.

"لارنس جونز" مامۆستای ڕەشپێست، کە لە لایەن سپیپێستەکانەوە بردبوویان بۆ لەسێدارەدان و سووتاندنی لەناو ئاگردا نموونەیەکی گرنگە بۆ ڕێگریکردن لە خەشم و کینە. لارنس کاتێ لە پۆلدا دەرسی دەوتەوە هەوڵی دەدا هاوشێوەکانی خۆی بە ڕووکەش بەئاگا بێنێتەوە کە ترسنۆک نەبن لە بەرامبەر سپیپێستەکاندا.

ڕۆژێک لە پۆلدا خەریکی ئامۆژگاریکردن بوو وتی:

(ژیان مەیدانێکی نەبەردە و هەر ڕەشپێستێک بۆ مانەوەی دەبێ خۆی

Scanned with CamScanner

پڕ چـەک بکات و بجەنگی تا سـەرکەوێ.)

باس لە چەک و جەنگ بەس بوو تا سپییستـەکان توورەیی و خەشـمیان لـە بەرامبـەر ڕەشپێسـتەکاندا بەرزبێتـەوە و لـە پۆلدا دەربیـڕن. ئەوانە 'لارنس'ـی گەنجیان لە پەت ئالاند و کێشـیان کرد بـۆ ناوچەیەکی کراوە تا لە دوای لەسـێدارەدان بیسوتێنن.

لـەو کاتەدا کـە هەموویان توورەییـان لەو پەڕیدا بوو یەکێـک لە ناویاندا هـاواری کرد: ئێسـتا کـە دەتانەوێ ئەم فلان و فیسـارە بکـوژن مۆڵەتی بدەنـێ قسـەکانی تەواو بکات تـا بزانیـن چ هەڵەیـەک دەکات! لارنس بە دەسـت و پێی بەستراوەوە لەسـەر شوێنی لەسـێدارەدانەکەدا ڕاوەستاو وتـی کـە چـۆن چۆنـی ژیانـی فەقیرانەی بەسـەر بـردووە و لە سـاڵی 1907 لـە زانکـۆی 'ئایـودا' کۆتایی بـە خوێندنـی هێنـاوە . دوای ئەوە بەردەوامـی و لێهاتوویـی خـۆی لـە بـواری مۆسـیقا و دەرسـوتنەوەدا پیشـان داوە بووەتە جێی سـەرنجی گەورەکانی زانکـۆ، بەڵام ئەو تواناى خـۆی لـەم ڕێگەیـەدا خسـتووەتە گەڕ کـە لە ڕەشپێسـتان کەسـانێکی سـوودمەند بنیاد بنێت.

لارنـس بۆ ئـەو کۆمەڵە ڕق لە دڵ و توورەیە وتی کە فێری ڕەشپێسـتان بـکات چـۆن چۆنی کاری کشـتوکاڵی خۆیـان میکانیزمە بکـەن و هەتا لە کارگوزاریەکانیشـدا کەسـانێکی نەخوێندەوار و بێزراو نەبن.

کاتـێ لێیان پرسـی: ئایا سـەبارەت بـەم کۆمەڵەیەی کە تۆیـان هێناوەتە ئێـرە و دەیانـەوێ لە سـێدارەت بـدەن و بتسـوتێنن، کینەیەکـت لە دڵدا هەیە؟

لارنس لەو کاتەدا بە خەیاڵێکی ئاسوودەوە وتی:

- ئەوەنـدەی لـە ئامانج و مەبەسـتی خۆم بیر دەکەمـەوە بوارێک بۆ ڕق و کینـە نەماوەتـەوە. لارنس لە کاتێکدا دەبوایە قسـەکانی تـەواو بکردایە

و بمردایـە بە ئاسـانی درێژەی بـە گفتەکانی دا:

- مـن لـە کاتـی جەنگـدا جێگەیەکم بـۆ بەداخـی و پەشـیمانی نەبوو و کەسـیش ناتوانێت بە شـێوەیەک هەراسـانم بکات تا نسـبەت بە ئەو کینە لـە دڵ بگـرم! لارنـس لەو سـاتەدا بـۆ ئامانجەکەی هەوڵـی دەدا نەک بۆ گیانی. وتەی دۆسـتانەی ئەو کاری کردە سـەر خەڵکی، کە سـەربازێکی کـۆن لەنێـوان ئەو کۆمەڵـە خەڵکەدا هاتە پێشـەوە و وتی:

- من وا دەزانم ئەم گەنجە ڕاسـت دەکات، ئەو سـەبارەت بە کەسـانێک دوا کە من ئەوانە دەناسـم.

ئـەو لـە ڕێگـەی خەیـردا هەنـگاو هەڵدەگرێـت و ئێمـە لـە هەڵەداین. وا دەزانـم لە جیاتی تۆڵەسـەندنەوە لە ڕەشپێسـتان باشـتر وایـە یارمەتی ئـەم خەڵکـە بدەین تا بە ئامانجی خۆی بگات، کە ئامانجێکی ڕۆشـنبیرییە! دوای ئـەوە خەڵکەکـە بە شـەرمەزاری ئازادیان کرد و بە شـێوەیەکی وا پارێزگاریـان لـێ کرد، کـە بە یارمەتـی ئەوانە قوتابخانـەی "ودزکانتری" لە "می سـی سـی" کردەوە و ئەمـڕۆ یەکێکە لە قوتابخانـە بەناوبانگەکان.

نزیکەی بیسـت سـەدە لەمەوپێش "ئاپیکتتوس" فەیلەسـووفی یۆنانی وتی: (مـرۆڤ جگە لـەوەی چاندوویەتی هیچی تـر دروێنە ناکات.)

ئەم فەیلەسـووفە لەو سـەردەمەدا سـەبارەت بە دوو پاڵەوانانێک دەدوا، کـە لە دوو پێشـبڕکێی ماراسـۆندا ڕایان دەکرد.

ئـەو مەبەسـتەکەی بـەم شـێوەیە بەیـان کـرد: لـە پێشـبڕکێی ڕێگـە دوورەکانـدا، هـەر کەس ئەنجامـی هەڵەی کاری خۆی دەبینێت .کەسـێک کـە ئەم ڕاسـتییە فەرامـۆش نەکات سـەبارەت بە دیگەران تـووڕە نابێت و دوژمنایەتـی لەگەڵ کەسـدا ناکات و سەرزەنشـتی خەڵکـی ناکات و بۆ ئازاردانـی خەڵکـی هەنـگاو هەڵناگرێت و ڕق و کینـەی بەرامبەر بە کەس نییە .

Scanned with CamScanner

من لە خانەوادەیەکی مەزهەبیدا هاتوومەتە دنیاوە، دەمەوێ یارمەتی ئێوە بدەم و بە ئارامیتان بگەیەنم، بە ئامۆژگارییەکی مەزهەبی، بەڵام لەبەر ئەوەی نازانم ئێوە پەیڕەوی چ مەزهەبێکن باشتر وایە بۆ پەروەردەکردن و هێنانە کایەی بیری خۆتان کە هۆکاری دەستەبەرکردنی ئاسوودەیی و خۆشبەختی ئێوەیە دەستووری ژمارە دوو بە بیر خۆتان بێننەوە: هەرگیز خۆت مەدە لە قەرەی تۆڵەسەندنەوە لە دوژمنانی خۆت، چونکە لەو کاتەدا زیاتر لە ئەوان ئازار بە خۆت دەگەیەنیت! وەرن با وەکو "ئایزنهاور" تەنها خولەکێکیش لە کاتمان سەرفی بیرکردنەوە بە کەسانێکەوە نەکەین کە خۆشمانیان ناوێ و ئێمەیش ئەوانمان خۆش ناوێ هەر ئەوەندە بەسە.

Scanned with CamScanner

بەندی چواردەیەم

لە ڕەوشی ناسوپاسی خەڵکی مەڕەنجی

ماوەیەک لەمەوپێش بڕیار بوو بۆ بینینی بەڕێوەبەری یەکێک لە کۆمپانیا تایبەتەکانی تەکساس بڕۆم. زانیاریەک کە لە بارەیەوە هەمبوو ئەوە بوو کە تووڕەبوون و ڕەنجاندنی زۆر بوو، دوای پانزە خولەک بە لایەنی کەمەوە سفرەی دڵی دەکردەوە و هێمن دەبوویەوە.

لە خولەکی یەکەمی چاوپێکەوتنەکەدا دەرکەوت کە تووڕەبوون و نارەحەتی ئەو دەگەڕێتەوە بۆ یانزە مانگ لەمەوپێش کە 10000 دۆلاری بە کارمەندەکانی دابوو وەک جەژنانە، بەلام کارمەندەکانی هیچ قەدریان نەزانی.

ئەو بەوپەڕی تووڕەییەوە بە منی وت:

- بریا پولیکیشم پێ نەدانایە، چونکە لەو کاتەدا چاوەڕوانی قەدرزانی نەبووم: ئەم ڕستەیە منی خستەوە بیری "کۆنفوسیوس" کە دەڵێت: ناخی مرۆڤی تووڕە و خەشمناک هەمیشە پڕە لە ژەهر.

ناخی ئەم پیاوە شەست سالەیە ئەوەندە ژەهراوی و کوشندە بوو، کە بەزەییم بە حاڵیدا دەهاتەوە. ئەو بە گوێرەی ئاماری بلاوکراوە لە لایەن بنکەی لێکۆڵینەوە و بیمە بە شێوەیەکی ئاسایی 14 -15 سالی تر بواری ژیانی هەبوو، ئەگەر بیویستایە ماوەی تەمەنیشی بەم شێوەیە بەسەر بەری لە ڕاستیدا جێگەی ئەوە بوو کە دڵ بۆی بسووتێ.

Scanned with CamScanner

بنکـەی لێکۆڵینـەوە و ئامار لـە بارەی تێکـڕای تەمەنی خەڵکانـی ئێمەوە بڕوایـان وایـە کە تێکڕای تەمـەن بۆ پیاوان (75 ـ 80) سـاڵە و تێکڕای (70 ـ 75) سـاڵی بۆ دادەنرێت.

لەوانەیـە کارمەندەکانـی ئەم پیاوە ئـەو خەڵاتەیان بە مافـی خۆیان زانی بێـت لـە بەرامبـەر کاری زیـادەدا، کـە بەئەنجامیـان گەیانـدووە، یاخود کەسـانێکی بێئـاگان و سوپاسـگوزاریان نەکـردووە، بـەڵام لەجیاتـی دەرخسـتنی بۆچوونـی ئەوانـە دەتوانـم بۆچوونـی دکتـۆر "سـاموئێل جانسـون" بێنمـەوە: حەق ناسـی بەرهەمـی درەختێکە کـە پەروەردەی بـاش هێناویەتیە بوونـەوە، ئەم بەرهەمە لە نێوان کەسـانێک کە پەروەرە و تەرتیبێکـی ڕێکیـان نەبـووە دەسـت ناکەوێت.

بەڕێوەبـەری ئەم کۆمپانیایە، چونکە لە سروشـتی مـرۆڤ و کاریگەری پەروەردەکـردن زانیـاری نەبـوو، مافـی ئـەوەی بـە خـۆی دابـوو کـە ناڕەحـەت بێـت و ڕۆژەکانی بە تاڵی بەسـەر بەرێت، بـەڵام ئەگەر زیاتر ئاشـنای سروشـتی ئادەمیزاد دەبوو بە دڵنیاییەوە بۆچوونەکانی دەگۆڕا.

ئەگـەر تۆیـش گیانـی کەسـێک ڕزگار بکەیت بـە دڵنیاییـەوە چاوەڕوانی ئـەوەی لـێ دەکەیت کە سوپاسـت بـکات، وا نییە؟ بەڵام ئەگـەر لەباتی "سـاموئێل لینـو وینتـر" بریـکاری داکۆکیکـەری کۆمەڵێـک لـە تاوانباری ئەمەریـکا بوویـت، کـە ئێسـتا داکۆکـی لـەو تاوانبارانـە دەکات چیـت دەکـرد؟ کاتـێ 78 نەفـەری مەحکـوم بـە لەسـێدارەدانت ڕزگار کردایە لـە بەرامبەریـدا، هەتا یەکێک لـە ڕزگار کـراوەکان کارتێکـی پیرۆزبایت بەهـۆی جەژنـی" کریسمس"ـەوە بۆ نەنێـرن؟ ڕاسـتیەکەی ئەوەیە کە لە نێـوان 78 نەفـەردا تەنهـا کەسـێک نەبـوو کە سوپاسـی بکات.

تـا ئـەو جێگەیەی کە زانیاریم هەیـە لە تەواوی مەزهەبەکانـدا ئەم بابەتە لـە بەرامبـەر چاکـەدا، چاوەڕوانـی سوپاسـی دنیـا نەبێت باسـکراوە و تـەواوی پەیڕەوانـی مەزهەبەکان لـەم بارەوە یـەک بیروبۆچونیان هەیە.

Scanned with CamScanner

بـە داخێکـی زۆرەوە دەبێـت بڵێم کاتێ مادە بە تایبەت پـارە دێتە کایەوە، ئومێدێـک بۆ سوپاسـگوزاری نامێنێتەوە.

کەسـێک دەناسـم نەک تەنها لە بەرامبەر وەرگرتنـی نزیکەی یەک ملیۆن دۆلاردا سوپاسـگوزاری نەکـرد، بەڵکـو ئەو کەسەشـی تاوانبـار کرد کە پارەکەی لـێ وەرگرتبوو.

چیرۆکەکەی بەم شـێوەیەیە: " شـواب"، دۆسـتێکی هەبوو کە سندوقداری بانکێـک بـوو. دۆسـتەکەی شـواب سـەرجەم پارەکانی ناو سـندوقی لە مامەڵەیەکـی تایبەتـدا بە ئومێـدی قازانجێکی تایبەت بە خۆی خسـتبووە گـەڕ، پارەکە بە تەواوی لەدەسـت چوو. شـواب یەک ملیـۆن دۆلاری بە خـەڵات دا بە دۆسـتەکەی و ئەوی لـە زیندان و بێکاری و گۆشەنشـینی ڕزگار کرد. دۆسـتەکەی شـواب بۆ چەند سـاتێک سوپاسـی کرد، بەڵام کاتژمێرێـک دوای ئـەوە تۆمەتبـاری کـرد بەوەی کە ئەم کارە سـوود و قازانجـی بـۆی هەیە! بەڕاسـت تـۆ ئەگەر یـەک ملیۆن دۆلار بـە خزم و کەسـە نزیکەکانی خـۆت بدەیت، چاوەڕوانـی سوپاسـگوزاری دەکەیت؟ بـە دڵنیاییـەوە بەڵـێ. بەڵام "ئەنـدرە کارنگی" ئـەم کارەی کـرد و ئەگەر دەیتوانـی سـەر لـە قەبرەکـەی بێنێتـە دەرەوە دەیبینـی کـە خـزم و کەسـوکارەکەی دوژمنایەتـی دەکەن.

دەزانـی بـۆ؟ مۆڵـەت بدەن بڵێـم: خـزم و نزیکەکانـی "ئەندرە" لـە کاتی بەخاکسـپاردنیدا بۆیـان دەرکـەوت کـە ئەو لـە بڕی 356 ملیـۆن دۆلار سـەروەتی خـۆی، تەنهـا یـەک ملیـۆن دۆلاری بـە خـزم و کەسـەکانی بەخشیوە و 355 ملیۆن دۆلارەکەی تری لە کاری خێردا سەرف کردووە، بـە توندی تۆمەتباریـان کرد و وشـەی نابەجێیان لە بارەیـەوە دەهێنایە سـەر زمان، بـەڵام خۆشـبەختانە ئەو توانـای بیسـتنی دژایەتیەکانیانی نەبـوو. نابـێ فەرامۆشـی بکەین کـە سروشـتی دنیا ناسوپاسـە و بەبێ ئـەوەی توانـای گۆڕینی هەبێت، بەڕاسـت بۆچـی ئێمە لەم ناسوپاسـییە

Scanned with CamScanner

نارەنجین؟

چ بەڵگەیەک هەیە کە وەک ئەو یاداشتەی کە ماوەتەوە لە "مارکوس ئاوریلیوس" فەرمانڕەوا و ئیمپراتۆری بەتوانای ڕۆم ڕەفتار ناکەین. وەک لە یاداشتەکانیدا نووسیویەتی: من لەگەڵ کەسانی زۆر بلێ و دەم بەرەڵا و خۆپەرست پەیوەندیم هەیە. بەڵام لەوەی کە ناتوانم جیهانێک بەبێ بوونی ئەو کەسانە لە ناخی خۆمدا وێنە بکەم نارحەت نیم. ئەگەر ئێمە خۆمان بە گازندەکردن لە نەبوونی قەدر و سوپاسەوە سەرقاڵ بکەین تاوان لە چ کەسێکەوەیە؟

ئایا تاوان دەگەڕێتەوە بۆ سروشتی مرۆڤایەتی یا بۆ بێئاگایی و نەزانی ئێمە لە سروشتی مرۆڤایەتی؟

ئامۆژگاری ئێوە دەکەم چاوەڕوانی ناسینی حەق و سوپاس لە خەڵکی مەکەن، چونکە ئەگەر بە ڕێکەوت لە بەرامبەر کارێکدا دەستخۆشییت لێ بکرێت و پێزانین دەببڕن ئەوا زۆر خۆشحاڵ دەبیت و ئەگەر پێیان نەزانی و دەستخۆشییان لێ نەکردیت، چونکە چاوەڕوانی نەبوویت نارەحەت نابیت.

مرۆڤ خوازیاری ئەوین و خۆشەویستی و تێگەشتنە، دەتوانێت کار بەم مەسەلەیە بکات. بەڵام لە کاتێکدا کە لە بەرامبەر چاکەکانیدا کاردانەوەیەکی نەبینی نابێ ژیان لە خۆی تاڵ بکات.

بە گومانی من یەکێک لەو ڕێگایانەی کە دەتوانێت ئێمە بگەیەنێتە خۆشبەختی و کامەرانی، دەرخستنی خۆشەویستییە. کە چاوەڕوانی چاکەی لێ ناکرێت و دەبێتە هۆی ڕەزامەندی ناخی مرۆڤ.

دەربارەی خۆم و خانەوادەم بۆتان دەدوێم: ئێمە خانەوادەیەکی فەقیر بووین، دایک و باوکم لەگەڵ ئەوەی کە ژیانێکیان نەبوو جێگەی ڕەزامەندی بێت، بەڵام هەوڵیان دەدا یارمەتی خەڵکی بدەن. بۆ

نموونە بە هەر جۆرێک بووە هەموو ساڵێک برێک پارەیان دەنارد بۆ هەتیوخانەی شارەکەی خۆمان. ئەوان هەتا بۆ تەنها جارێکیش ئەو هەتیوخانەیان نەدیبوو. تەنها هەندێ جار یاداشتێکی ڕەسمییان بەدەست دەگەیشت کە سوپاسگوزاری لە خۆ گرتبوو، بەلام ئەوان خۆشحاڵ بوون کە توانیان لە دابینکردنی جلوبەرگ و خۆراکی منداڵانی بێسەرپەرشت کاریگەریان هەبێت. دەرامەتی ئەمانە هەر ئەمە بوو و لەم دەرامەتەش ڕازی بوون.

"ئەرستۆ" دەڵێت:

مرۆڤی واقعی لە بەجێهێنانی کاری چاکەدا بۆ خەڵکی خۆشحاڵ دەبێت، بەلام لەوەی کە خەڵکی چاکەی لەگەڵ بکەن، شەرمەزار دەبێت، ئەو کۆتاییە ئەوپەڕی گەورەییە و ئەم کۆتاییەش شەرمەزاریە، کەس حەز ناکات شەرمەزار بێت.

بۆ گەڕان بە دوای خۆشبەختیدا وەرن حەقناسی و ناسوپاسی شیتەڵ و تەحلیل بکەین، تا بە قۆناغێک بگەین کە ئەنجامێکمان دەست بکەوێت، چەندین هەزار ساڵە کە دایکان و باوکان لە ناسوپاسی منداڵەکانیان گلەیی دەکەن، لەم ڕوانگەیەوە زۆر ناڕەحەت بوون.

"شکسپیر" لە داستانی "شا لیر" بە ناڕەزاییەوە وتی:

ناسوپاسی منداڵان لە دانەکانی مار تیژتر و ژەهراویترە.

لێرەدا پرسیارێک دێتە پێش: بۆچی دەبێ لە منداڵانی خۆمان کە ئەوانمان بە ناسوپاسی بە بار هێناوە چاوەڕوانی پێزانین و سوپاسگوزاری بکەین؟ ناسوپاسی حاڵەتێکی سروشتی پەروەردە و پێگەیاندنە.

بۆ ڕوونکردنەوەی زیاتر دەتوانین بڵێین ناسوپاسی حاڵەتێکی بێسەرپەرشتی پێگەیاندن و پەروەردەییە بە شێوەی سروشتی و زکماکی، واتە چاندن و پێگەیشتنی بێبەرهەم. بەلام هەر هەمان نەمام

Scanned with CamScanner

ئەگـەر لەژێـر چاودێریـدا پەروەردە بکرێـت ئەوا گوڵ یا میـوە دەگرێت، کە دەسـتکەوتەکەی پێزانینە. پێگەیشـتن و پەروەردەی پێزانین پێویسـتی بـە خواردن هەیـە. ئەگەر ڕۆڵەکانمان سـپڵە و پێنەزان بن کەسـێک جگە لـە ئێمە لێپرسـراوی ئـەوان نییە.

کاتـێ فێرمـان نەکـردوون کە سـەبارەت بـە خەڵـکان پێزان بـن، چۆن دەتوانیـن چاوەڕوانـی ئـەوە بکەیـن کـە لە خۆیانـەوە سوپاسـگوزاری خۆمـان بن و بـەو نەهامەتیەمان بزانن کە لە پێناوی ئەواندا کێشـاومانە؟

پیـاو و ژنێک دەناسـم کە وەک زۆربەی پیـاو و ژنانی دنیا مافی ئەوەیان هەیـە کـە منداڵەکانیـان قەدریـان بزانـن، بـەڵام وا نییە. پیاوەکـە لەگەڵ ئـەم ئافرەتەدا لـە مەرجێکـی وادا زەواجی کردووە کە ئـەو لە مێرەکەی پێشـووی دوو کـوڕی هەیـە .پیاوەکـە کە لـە کارخانەیەکـدا کار دەکات هەفتـەی بە چـل دۆلار ناچارە ژیانی خۆی و ژنەکـەی و دوو منالەکەش دابیـن بـکات. دوای چەنـد سـاڵێک ژنەکە داوا لـە مێردەکـەی دەکات بۆ دابینکردنـی پێداویسـتییەکانی منداڵەکان بۆ کۆلێجـەکان بڕێک پارە دابین بـکات. پیاوەکـەش بە ناچـاری چووە ژێر بـاری قـەرزەوە و قەرزەکانی هەتـا دەهات زیاتـر دەبوو.

دوای چەنـد سـاڵێک کە پیاوەکە بەرگـەی ئەم حاڵەتـە ناهەموارەی گرت و منداڵـەکان کۆتاییـان بـە خوێنـدن هێنـا، بچووکتریـن پێزانینیـان بـۆ زڕباوکەکەیـان نەنوانـد، ئەزانـی بۆچی؟

لەبـەر ئـەوەی دایکیـان زۆر منداڵەکانـی گرتبـووە خـۆی و وا بـاری هێنابـوون و پێـی وتبـوون: ئەمـە بچووکتریـن کارێکە کـە دەیتوانی بۆ ئێـوەی بەجـێ بهێنێت. ژنەکـە وای دەزانـی بـەم شـێوازە خزمـەت بە منداڵەکانـی خـۆی دەکات، لە کاتێکدا کـە کاتێ بەم شـێوە بیرکردنەوەیە منداڵەکانـی دەهێنێتـە نـاو کۆمەڵـگاوە، گومانیـان وا بوو کە لـە هەموو شـوێنێکی دنیاوە داواکارن، بۆچی؟ چونکە بـۆ خۆیان وانەیان خوێندووە

و مەبەستیانە بۆ خۆیان کار بکەن و سکی خۆیان تێر بکەن و جەستەی خۆیان داپۆشن. ئەنجامی کاری ژنەکە ئەوە بوو کە منداڵەکان نەک تەنها پێزانین و سوپاسیان نەبوو بۆ زڕباوکەکەیان، بەڵکو یارمەتی زڕباوکەکەشیان نەدا لە بژاردنی ئەو بڕە پارەیەی کە بۆ منداڵەکانی قەرزی کردبوو. پیاوەکە بە ناچاری بەهۆی نەبوونی توانای بژاردنی قەرزەکانەوە ڕاپێچی زیندان کرا. پێچەوانەی ئەم ژن و مێردەی کە بۆم باسکردن کەم نییە، بۆ نموونە پورە "دیولای" خۆم بە شایستەترین شێوە پێزانین و سوپاسی لە منداڵەکانی خۆیدا دەبینی.

هێشتا منداڵێک زیاتر نەبووم کە هاتووچۆی ماڵی پوورە" دیولای"م دەکرد. پوورە دیولای دایکی مێردەکەی هێنابوویە ماڵەوە و وەک دایکی خۆی خزمەتی دەکرد .لەو کاتەدا دایکی خۆشی لەو ماڵەدا بوو. ئێستاش دوای تێپەڕینی ساڵانێکی زۆر دەتوانم چاوم ببەستم و ئەو دوو ژنە بەساڵاداچووە بێنمە بیری خۆم کە لە نزیک زۆپاکەوە دانیشتبوون و پێکەوە قسەیان دەکرد.

ڕاگرتن و خزمەتکردنی دوو پیرەژن بۆ پوورە "دیولا" دژوار بوو، بەلام ئەو هەرگیز لەم حاڵەتە گلەیی نەدەکرد و هەتا لە هەڵسوکەوت و ڕەفتاریشیدا پیشانی نەدەدا. تەواوی هەوڵدانی ئەو ئەوە بوو کە دوو پیرەژنەکە بە خۆشحاڵی خزمەت بکات و لە هەمان کاتیشدا سەرپەرشتی منداڵەکانی خۆشی بکات. ئەو هەرگیز بیری نەدەکردەوە کە کارێکی شایستە بۆ ئەو دوو ژنە ئەنجام دەدات.

پورە دیولا ئێستا چۆنە؟ ئەو نزیکەی بیست ساڵە بە بێوەژنی ژیان بەڕێ دەکات. خاوەنی پێنج منداڵە کە هەر یەکەیان بۆ خۆیان ماڵێکی جیایان هەیە و خۆیان باوک و دایکی منداڵن. ئەم منداڵانە بۆ بردنی پورە دیولا بۆ لای خۆیان پێشبڕکێ دەکەن لە نێوان خۆیاندا. ئەوانە نەک تەنها قەدری دەزانن بەڵکوو لەگەڵ دایکیاندا خۆشەویستییەکی

Scanned with CamScanner

زۆر دەنوێنـن. ئەوانـە دەورانـی منداڵـی خۆیانیـان لە ئامێـزی دایکێکی ئـاوادا بەسـەر بـردووە و بە شـێوەیەکی سروشـتی قەدرزانـی تیایاندا ڕەنگی داوەتەوە، ئێسـتا نابێ سەرسـام بین کە بیرپا دایکیان دەپەرسـتن.

نابـێ فەرامۆشـی بکەیـن کـە بـۆ بەهێزکردنـی قەدرزانی لـە منداڵاندا دەبـێ خۆمـان قـەدرزان بیـن، منداڵانی بچـووک گوێی گەورەیـان هەیە و ئـەوەی کـە ئێمـە دەیڵێیـن دەیبیسـتن. ئاگامـان لـە خۆمـان بێـت لە بەرچـاوی ئەوانـەدا یەکتـر ڕسـوا نەکەیـن و کاری یەکتر بـە بێبایەخ لە قەڵـەم نەدەین.

بۆ نموونە وتنی ئەم ڕستەیەی کە:

(سـەیرکە ئـەم ملپێچـەی کـە پـورت بـۆی چنیـوی، خەرجێکـی زۆری نەبـردووە و خەڵاتێکـی ئەوەنـدە گرانبەهـا نییـە.) هەسـتێکی نابەجێ لە منداڵەکـەدا بەجـێ دێڵـێ لە کاتێکـدا کە دەتوانیـن بڵێین: (سـەیرکە چەند پوورێکـی نازەنیـن و نـازدارت هەیە، چەنـدە کاتی خۆی بـە چنینی ئەو ملپێچـەوە بەسـەر بـردووە و چەندە حـەزی کردووە کـە ئەوەندە خۆی بخاتـە زەحمەتەوە بـۆ پێدانی خەڵاتێک، بە ڕاسـتی ملپێچێکـی جوانە.) و ئەنجامێکی باشـترمان دەسـتگیر ببێت.

بـۆ ڕێگریکـردن لـە نیگەرانی نەزانیـن لـە سوپاسـگوزاری و قەدرزانی کار بەم دەسـتوورانە بکـە: ا- لەجیاتی نیگەرانبـوون و خۆخواردنەوە لە ناسوپاسـی، چاوەڕوانی سوپاسـگوزاری دیـاری بکەین.

دەڵێـن حەزرەتی "عیسـا" لـە ڕۆژێکدا دە نەخۆشـی تووشـبووی گەڕی شـیفا داوە و ڕزگاری کردوون لەو نەخۆشـیە، بەڵام تەنها یەکێک لەوانە سـوپاس و پێزانینـی دەربڕیوە، بۆچـی ئێمە دەبێت زیاتر لـەم پێغەمبەرە چاوەڕوانی سـوپاس و پێزانین بین! ب- فەرامۆشـی نەکەین کە ڕێگەی ڕاسـتی خۆشـبەختی و شـادی و شـادمانی دەروون چاوەڕوانیکردنـی

Scanned with CamScanner

حەقناسی نییە لە خەڵکان، بەڵکوو چاکەکردن لەگەڵ خەڵکیدا ڕێگەی گەیشتنە بە شادی و شادمانی دەروون بەبێ ئەوەی چاوەڕوانی پێزانین و سوپاسگوزاری بێت. ج- ئەم بیرۆکەیە لە خۆتدا بەهێزتر بکە، کە قەدرزانی واتە پەروەردەیەکی ڕاست و دروست، ئەگەر دەمانەوێ منداڵەکانی ئێمە بە قەدرزانی ڕابێن دەبێت بە حەقناسی و قەدرزانی پەروەردەیان بکەین.

Scanned with CamScanner

بەندی پانزەیەم

ئایا قەدری ئەو شتانە دەزانن کە هەتانە؟

سالانێکە کە "هاروڵدابوت" دەناسم، ئەو لە شەقامی "مادیسون" لە شاری "وب" لە فەرمانڕەوایی "مسیوری" دەژی، ماوەیەک لێپرساوی دانیشتنەکانی وتاردان و کۆنفرانسەکانی من بوو. ڕۆژێک ئەوم لە یەکێک لە شەقامەکانی شاری "کانزاس" بینی. پێشنیارم کرد کە بە ئوتۆمبێلەکەی خۆی بمبات بۆ کێڵگەکەی خۆم لە ناوچەی "بلتون"، لەنێو ڕێگادا لێم پرسی:

- بەڕاست هارولد! چۆن خۆت لە نیگەرانی دەپارێزی؟

هارولد لە وەڵامدا داستانێکی ئیلهامبەخشی پێ وتم کە هەرگیز لەبیری ناکەم. ئەو داستانەکەی بەم شێوەیە بۆ من گێڕایەوە:

- زیاتر خوم بەوەوە گرتبوو کە بۆ هەموو شتێک -هەتا شتی بێبایەخیش، نیگەران ببم و ئەمە ئازاری ئەدام. بەڵام لە ڕۆژێکدا لە بەهاری ساڵی 1943 کە لە شەقامی "وست دورتی" لە شاری "وب" پیاسەم دەکرد، مەنزەرەیەک سەرنجی ڕاکێشام کە بۆ هەمیشە نیگەرانی لە بیر بردمەوە. تەواوی ڕووداوەکان لە ماوەی نزیکەی دە چرکەدا ڕووی دا و لەم دە چرکەیەدا بە ئەندازەی دە ساڵ ئەزموونم بەدەست هێنا.

دوو ساڵ دەبوو کە لەو شارەدا دوکانی وشکەفرۆشیم بەڕێوە دەبرد، بەڵام لە ڕۆژی شەممەی هەمان هەفتەوە دووکانەکەم داخست، چونکە لە تەواوی ماوەی کارەکانمدا نەک تەنها قزانجێک بۆ سەرمایەکەم

Scanned with CamScanner

زیـادی نەدەکـرد، بەڵکوو بڕێکـی زۆریش قەرزار بووبـووم. بۆ دانەوەی قەرزەکانم پێویسـتم بە حەوت سـاڵ کات هەبوو. ئەو ڕۆژەش دەڕۆیشتم تـا لـە بانکـی بازرگانی بڕێـک پـارە وەربگرم و دەسـت بـە کارێکی تر بکـەم. لـە هەمـان کاتدا وەک کەسـێکی مانـدوو و لەپێکەوتـوو هەنگاوم هەڵدەگرت، هەسـتم دەکرد هێزی جەسـتەیی و دەروونی خۆمم لەدەست داوە. بێئامانج سـەیری دەوروبەرەکەمم دەکرد. لەناکاو پیاوێک سـەرنجی ڕاکێشـام کـە هەردوو قاچی نەبـوو. ئەو بە یارمەتی سـندوقێک کە چوار تایـەی لەژێـردا بـوو و دوو پارچـە دار کە هـەر یەکەیانی بە دەسـتێک گرتبـوو هەوڵی دەدا لە شـەقامێک بپەڕێتەوە.

مـن کە شـاهیدی هەوڵ و تەقەلای ئەو بووم بـۆ جووڵاندن و جێگۆڕکێی، بە یارمەتی چوار تایەکە و ئەو دارانەی کە فشـاری پێ دەخسـتنە سـەر زەوی، کاتـێ کـە گەیشـتم پێـی پەڕیبـووەوە لە شـەقامەکە و دەیویسـت خـۆی بـەرز بکاتـەوە بۆ ئەوەی بچێتە سـەر شۆسـتەکەوە، وەسـتام و هەوڵـی ئـەوم بـە سـەرکەوتوویی بینـی. ئەویـش نیگایەکی کـردم و بە زەردەخەنەیەکـی دڵنشـینەوە بە خۆشەویسـتییەوە سـەلامی کرد و وتی:

(بەیانییەکی خۆش و چالاکیبەخشە! وا نییە؟)

بـە سـەر ڕاوەشـاندنێک وەڵامم دایـەوە کە بەڵـێ وایە و بـە خێرایی لە ناخـی خۆمدا خۆمـم لەگەڵ ئەودا بـەراورد کرد و تێگەیشـتم کە زۆر لە ئـەو دەوڵەمەندتـرم. کاتێ بینیم کە دوو قاچم هەیـە و دەتوانم بە چالاکی جێگۆڕکێ بکـەم و هەنگاو هەڵگرم، شـەرمەزار بووم.

بـە خۆمـم وت کاتێ ئـەو بە بێ قاچ دەتوانێت بەم شـێوەیە خۆشـبەخت و شـاد و دڵنیـا بێـت بۆچـی مـن کـە دوو قاچـی سـاغ و سـالمم هەیە و ناتوانـم وەکـو ئـەو وابـم؟ پێش لـەوە مەبەسـتم وابوو کە لـە بانکی بازرگانی سـەد دۆلار قـەرز وەرگرم، بەڵام بە بینینی ئـەو پیاوە ئەوەندە بڕوابەخۆبوونـم زیـادی کـرد بڕیارم دا دووسـەد دۆلار قـەرز بکەم.

Scanned with CamScanner

تا پێش ئەو کاتە بە خۆمم دەوت دەبێ بۆ بەدەستهێنانی کار بۆ کانزاس بڕۆم، بەڵام لە دوای ئەوە وتم هەوڵ دەدەم تا ئیشەکەی خۆم زیندوو بکەمەوە! ئەو پیاوە بوو بەهۆی تازەکردنەوەی ورە و توانای دەروونی و توانیم سەرلەنوێ ئیشەکەی خۆم بەدەست بێنمەوە.

هارولد کە بێدەنگی منی بینی، وتی:

- بۆچی شتێک ناڵێی؟

بۆ ئەوەی قسەکانی پێ نەبڕم وتم:

- گوێ بۆ قسەکانی تۆ ڕادەدێرم، کە زۆر بە لامەوە گرنگە، تەنها چاوەڕوانی ئەو ئەنجامەم کە بەدەستت هێناوە بۆم باس بکەیت!

هارولد بە پێکەنینێکەوە کە لە ڕازیبوون لە ئەنجامەکەیەوە سەرچاوەی گرتبوو وتی:

- ئەنجامەکەم لە شێوازی دوو ڕستەدا بە ئاوێنەی حەمامەکەوە چەسپاندووە، بۆ ئەوەی هەموو ڕۆژێ لە کاتی ڕیشتاشیندا سەیری بکەم و فەرامۆشی نەکەم، دەمەوێ ئەو دوو ڕستەیەت پێ بڵێم: -

مۆڵەتم بەرێ با یاداشتی بکەم! هارولد دیسانەوە پێکەنی و وتی: -

بە بڕوای من ئەوە دێنێ کە یاداشتی بکەیت، بینوسە !نیگەران بووم بۆچی پێڵاوێکی باش و شیاوم نییە، بەڵام لە شەقامێکدا پیاوێکم بینی کە قاچی نییە! ڕۆژێک پرسیارم لە "ئادی ری کن بیکر" کرد، کە بۆ ماوەی بیستویەک ڕۆژ لەگەڵ هاوڕێکانیدا لە ئۆقیانووسی گەورە سەرگەردانیان چەشتبوو، وتم: (گەورەترین وانەیەک، کە لە ماوەی ئەم بیست ڕۆژ سەرگەردانییەدا فێری بوویت چییە؟)

وەڵامی دایەوە: - گەورەترین وانەیەک کە ئەو سەرگەردانییە فێری کردم ئەوە بوو کە ئەگەر خۆراک و ئاو بۆ ئێوە لە دژوارترین هەلومەرجدا دابین بکرێت، ئێوە هەرگیز لە شتێک گلەیی ناکەن! وا

Scanned with CamScanner

دەزانـم وەڵامەکـەی پێویسـتی بـە ڕوونکردنـەوەی زیاتر نییـە، هەڵبەتە کورتـەی ڕیپۆرتاژێک لـە گۆڤاری "تایمـز" دەتوانێـت ڕوونکردنەوەیەکی بـاش بێت بـۆ وەڵامەکـەی "ئـادی بیکـر". لـە ڕیپۆرتاژێکدا لـە گۆڤاری "تایمز" سـەبارەت بە سەردەسـتەیەک کە لە زۆنگاوێکـدا بریندار بووبوو خوێندمـەوە: سەردەسـتە... بەهۆی پارچەکانی موشـەکێکەوە کە لە نزیک ئـەوەوە تەقیبـۆوە بە سـەختی بریـندار بووبـوو، کە پزیشـکەکان ناچار بـوون بـۆ ئەوەی بـە زیندوویـی بمێنێتەوە حـەوت بتڵ خوێنیـان تێکرد.

ئـەو دوای بردنی بۆ نەخۆشـخانە و خسـتنەژێرچاودێرییەوە نەیدەتوانی قسـە بـکات، لەسـەر پارچە کاغەزێـک ئەم پرسـیارەی بۆ پزیشـکەکەی نووسـی: (دکتـۆر! ئایا من بـە زیندوویـی دەمێنمەوە؟)

دکتۆر لە وەڵامیدا وتی: (بەڵێ، بە زیندوویی دەمێنیتەوە).

سەردەسـتەکە بـە بەردەوامـی لە سـوچێکی کاغەزەکەوە نووسـی: (ئایا دوای ئـەوەی چـاک بوومـەوە دەتوانم قسـە بکەم؟)

ئـەم جـارەش دکتۆرەکـە پێـی وت: (بەڵـێ، دوای ماوەیەک بـە تەواوی چـاک دەبیتـەوە و دەتوانیـت قسـە بکەیت).

سەردەسـتەکە بە بیسـتنی وەڵامی دکتۆرەکە لە پشـتی هەمان کاغەزەوە بـۆ خۆی نووسـی: (کەوایە من چ نەخۆشـییەکم هەیە، کـە نیگەران بم؟)

بەڕاسـت بۆچـی ئێـوە لە خۆتـان ناپرسـن: (چ نەخۆشـینێکم هەیە کە لە خۆمـەوە بەبێ هـۆ نیگەران و بێـزار بم؟) بە بۆچوونـی زۆر، تەواوی یا زیاتـری نیگەرانییەکانـی ئێوە هۆیەکـی نییە و ئەوەندەش بـە بایەخ نییە.

بە حسـابێکی سـادە دەتوانیت بگەیتە ئەو ئەنجامەی کە زیاد لە 90%ـی شـتەکانی ژیـان بـە ویسـت و خـوازی ئێمەیـە و کەمتر لە 10%ـی بە پێچەوانەی حەز و ویسـت و بۆچوونەکانمانەوەیـە. ئەگەر بمانەوێت -کە دەبـێ بمانەوێت- ژیانێکی دڵگیر و شـیرینمان هەبێـت دەبێ ئەو 10%یە

Scanned with CamScanner

لە بازنەی ژیانی خۆمان بکەینە دەرەوە و بیروبۆچوونی خۆمان لەو 90%دا بخەینە گەڕ، لە کاتێکدا بە پێچەوانەوە ڕەفتار بکەین ئەوا کارێکی دیوانەییە و ڕووبەڕووی نیگەرانی و تاڵی و ناموڕادی دەبینەوە و لە ئەنجامیشدا برینی گەدە و ناڕەحەتی دەروونی لە ئەستۆ دەگرین.

لە کەنیسەیەکی سەردەمی "کرامول" ڕستەیەک هەبوو کە هێشتا لە دیوارەکانیان نەکردووەتەوە و ماوەتەوە. خراپ نییە ئەم ڕستەیە لە دل و ناخی مرۆڤدا هەڵکۆڵرێت: بیر لە هەموو ئەو شتانە بکەرەوە کە شایەنی سوپاسگوزارین و پاشان سوپاسگوزاری خودایان لەسەر بکە.

"جوناتان سویفت" نووسەری کتێبی بەناوبانگ "گەشتەکانی گالیڤەر" لە کۆمەڵەی ڕەشبینەکانە لە ئەدەبیاتی ئینگلیزیدا.

ئەو ئەوەندە ڕەشبین بوو لەگەڵ هاتنە ناوەوەی هەنگاوی بۆ ئەم جیهانە ڕەنجی دەکێشا. هەر بەم هۆیەوە لە ڕۆژەکانی لەدایکبوونیدا جلوبەرگی ڕەشی لەبەر دەکرد و بە ڕۆژوو دەبوو. بەڵام "جوناتان سویفت" بەوپەڕی ڕەشبینی و نائومێدییەوە لە بەردەم توانای ژیانەوە و شادیدا ڕادەوەستێ و بڕوای وایە: (باشترین پزیشکانی جیهان، پزیشکی خواردن، پزیشکی ئارامی و پزیشکی شادین.) من و تۆ دەتوانین لە تەواوی کاتەکانی ڕۆژ و شەودا (پزیشکی شادی)مان لە خزمەتی خۆماندا هەبێت. بە خزمەتکرتنی (پزیشکی شادی) بەم شێوەیە سامانێکی نەبڕاوەی شاراوە لە ناخی خۆماندا دەدۆزینەوە.

سامانی شاراوە لە ناخی هەر یەکێک لە ئێمە لە گەنجینە ئەفسانەکانی "عەلی بابا"یش زیاترە. بەڕاست، ئامادەیت چاوانی خۆت بفرۆشیت بە یەک ملیار دۆلار؟ ئەی بۆ قاچەکانت داوای چەند دەکەیت؟ ئەی دەستەکانت؟ ئەی ئامادەیت تواناکانی بیستن بە چ نرخێک بفرۆشیت؟ ئەی منداڵەکانی خۆت بە چەند دەفرۆشیت؟ ئەی بۆ خزمان و کەسوکارەکانت دەڵێیت چی؟

ڕێژەیەک کە داوای دەکەن بۆ ئەم هەموانە -لە بیروبۆچوونی خۆتدا-کۆی بکەرەوە تا ببینیت کە هەرگیز ئامادە نیت شتانێک کە ئێستا هەتانە و بە بێبایەخی دەزانن بیگۆڕنەوە بە هیچ شتێک. بەڵام بەداخەوە زۆر کەمن ئەو کەسانەی کە قەدری ئەم بەخششانە دەزانن و پەی بە بەهاکەی دەبەن.

"شوپنهاوەر" لەم ڕوانگەیەوە بۆچوونێکی گرنگی هەیە: کەمتر ڕوو دەدات، کە لەوەی هەمانە ڕازی و خۆشحاڵ بین، بەڵام هەمیشە بۆ شتانێک کە نیمانە نارەحەت و نیگەرانین و خەفەت دەخۆین.

نارەحەت نابم ئەگەر بڵێم: بەداخەوە "شوپنهاور" ڕاست دەکات و حەقی خۆیەتی. بەڵێ، قەدرزانینی ئەو شتانەی کە هەمانە و داخ و خەفەتخواردن بۆ ئەو شتانەی کە بێبەشین لێیان زیاتر لە تەواوی شەڕەکانی نەهامەتباری کە مرۆڤ بە خۆیەوە دەیبینێت بەدبەختی بەهیلاکداچوون دێنێتە ئاراوە.

هەر ئەم شێوە بیرکردنەوەیە هەڵە بوو کە "جان پالمر"ی لە ژیانێکی خۆشبەختانە لادا و ڕوو بە پەریشانی ڕاپێچی کرد و لە هەست بێبەشی کرد و ئاشکرا نەبوو کە ئەگەر گەنجێکی کەمئەندام بە فریای نەگەشتایە سەرەنجامی چی دەبوو؟ من داستانەکەی دەزانم، چونکە خۆی بۆی گێڕاومەتەوە.

ئەم پیاوە "پالمر"، کە لە شەقامی "پاترسن" لە شاری "نیوجرسی" دەژی پێی وتم: - دوای بەجێهێشتنی ڕیزەکانی سوپا، کارێکی ئازادم بۆ خۆم هەڵبژارد، دوای ئەوەی کارەکەم بۆ فەراهەم بوو شەو و ڕۆژ کارم دەکرد، کۆتایی کارەکەم ڕووی لە فراوانی و ڕەونەق بوو، بەڵام زۆری نەخایاند کە کێشە و ئاستەنگەکان خۆیان پیشان دا و من لە باتی بەرەنگاربوونەوە کشامە دواوە .دژواری لێرەوە دەستی پێ کرد کە نەمدەتوانی پێداویستی سەرەتایی و یەدەک بە ئەندازەی پێویست

دابین بکەم.

من لە باتی دۆزینەوەی ڕێگەچارە تەنها نیگەران دەبووم، زۆر دەترسام لەوەی نەوەک ناچار بم و دەست لە کارەکە هەڵبگرم. باوەڕ بکەن نیگەرانی ئەوەندە ئازاری دابووم، کە بە خێرایی گۆڕابووم بە پیرە پیاوێکی قرخەقرخکەر، حاڵەتی پیاوی شاد و لێوبەخەندەییم پەراوێز خست، کە پێشتر بەم سیفەتانەوە بەناوبانگ بووم. نیگەرانی بەڵایەکی بەسەرمدا هێنا کە زۆری نەما بوو ماڵ و ژیان تەرک بکەم، هەڵبەتە وەها نیازێکم نەبوو، بەڵام ئێستا تێدەگەم کە لە نەزانی خۆمدا بوو هەرچیم بەسەر هات.

ڕۆژ بە ڕۆژ نیگەرانتر دەبووم، تا ڕۆژێکیان گەنجێک کە لە ڕابردوودا سەرباز بوو لەلای من خزمەتی دەکرد ئێستاش بەهۆی دۆستایەتیەوە جار جار سەردانم دەکات، بە بینینی حاڵی من وتی: ("جانی"، تۆ خەجاڵەتی ناکێشی کە دەست و پێی خۆتت ون کردووە؟ وا دەزانی تەنها تۆ لەگەڵ کێشە و ئاستەنگدا دەرگیر بووی؟ لەم دنیایەدا ناتوانی مرۆڤێک بدۆزیتەوە کە کێشەی نەبێت. وای دابنێ ناچار بیت ماوەیەک دوکانەکەت دابخەی، چی دەبێت؟ دوای ئەوەی کارەکان فەراهەم بوون دووبارە مەشغوڵ دەبیتەوە. تۆ لەجیاتی ئەوە سوپاسگوزاری شتانێکی زۆر بیت کە هەتە، کەچی هەموو شتێکت لەبیر کردووە! بریا من لە جێی تۆ بوومایە، سەیری من بکە، دەستێکم هەیە و نیوەی ڕووخسارم گوللە لەناوی بردووە، بەم حاڵەشەوە نەک تەنها گلەیم نییە، بەڵکوو ڕازیشم.

ئەگەر دەست لە خەفەتخواردن و نیگەرانی هەڵنەگریت پیشەکەت هیچ کە لە دەستی دەدەیت، تەندروستی خۆت و خانەوادە و دۆستانیشت لەدەست دەدەیت. لە یادی مەکە چی دەڵێم! تۆ تەنها کەسێک نیت کە کێشەت هەیە، لەم دنیایەدا مرۆڤی بێ کێشە بوونی نییە، بەڵام

Scanned with CamScanner

چۆنیەتی رووبەڕووبوونەوەی لەوانە جیاوازی هەیە، هەر لەوێندەم بە بیرهێنانەوەکانی دۆستەکەم لەوەندە کاریگەری لەسەرم هەبوو، کە راستەوخۆ گلەیەکانی حاڵی کردم، بە تایبەتی کاتێ دەمبینی لە کاتی قسەکردندا دەستە براوەکەی بە ئەنقەست دەجووڵاند و دەیویست بەم رێگەیە کێشەکەم لە بیر بەرێتەوە و رووخساری کە گوڵە جوانی لێ سەندبووەوە پێدەکەنی. گلەیەکانی ملیان لەو کوێرە رێگەیە لاپا، کە بە بێئاگایی گرتبوومە بەر و هێنامیەوە سەر خۆم و سەرنجی راکێشام.

دوای ئەوە شتانێک کە هەمبوو لە بیرم کردبوون، هێنامنەوە بیری خۆم و بڕیارم دا خۆم بگۆڕم، هەر هیچ نەبێ بە لایەنی کەمەوە بۆ رابردووی شاد و لێوبەخەندەی خۆم بگەڕێمەوە، ئەم کارەم کرد و سەرکەوتووش بووم.

"لوسیل بلیک"، یەکێکە لە دۆستانی من کە نەیزانی بوو دڵی خۆش بێت بە شتانێک کە هەیەتی و خۆی ئازەحەت لەکات بۆ شتانێک کە نییەتی، ئەو وا خۆی راهێنا بوو کە ژیان لەگەڵ ترسولەرزدا بەسەر بەرێت. "لوسیل"م لە ساڵەکانی پێشوودا دەناسی پێش کۆتا بەیەککەشتنمان، من و ئەو لە زانکۆی کۆلۆمبیا لە بەشی رۆژنامەوانی سەرگەرمی شێوەکانی نووسینی داستانی کورت بووین. نۆ ساڵ دوای لێکجیابوونەوە، رووداوێکی دەردناک لێی روویدا.

خراپ نییە رووداوەکە لە زمانی خۆیەوە ببیستین: ژیانێکی هێجم هەبوو، لە لایەک خوێندکاری زانکۆی "ئاریزۆنا" بووم لە لایەکی ترەوە لە شاردا پۆلێکی وتاردان و رەوانبێژیم بەڕێوە دەبرد، لە هەمان کاتدا لە ناوچەیەکی تر پۆلێکی مۆسیقام بەڕێوە دەبرد، بەم هەموو سەرگەرمییەوە بۆ کۆڕەکانی سەما و میوانی و ئەسپسواری و سەرگەرمییەکانی تریش دەڕۆیشتم. ژیان بەم شێوەیە تێدەپەڕی تا رۆژێکیان بەرەبەیان هەستم کرد دووچاری لاوازی دڵ بووم، حاڵم

نیگەرانکەر بوو. کاتێ سەردانی پزیشکم کرد، وتی کە بۆ ماوەی یەک ساڵ دەبێت لەسەر جێ بکەویت و پشوو بدەی و بە هیچ شێوەیەک ڕێگە نەکەیت. هەرچەندە ڕێنمایی پزیشکەکە هیچ ئومێدەوارییەکی بە من نەبەخشی تا بتوانم دووبارە تەندروستی خۆم بەدەست بێنم. ساڵێک لە جێدا کەوتن، نەخۆشکەوتن و دوای ئەوە مردن؟ ترس هەموو گیانمی دەلەرزاند. ترسێک کە ناتوانم بۆتان باس بکەم و وێنەی بکێشم تا لە بارەیەوە زانیاری و وێنەیەکی باشتان هەبێت! بۆچی دەبێت ئەم ڕووداوە لە من ڕووبدات؟ مەگەر چیم کردبوو کە دەبێت بەم نەهامەتیەوە گیرۆدەبم و بناڵێنم؟ بە بێئاگایی دەستم کرد بە گریان و هۆنهۆن فرمێسکم دەباراند. دوای ئەوە تووڕە بووم، بەلام ناچار بووم خۆم بدەمە دەست ئامۆژگارییەکانی پزیشکەکە و پەنا ببەمە بەر جێگەکە و لەسەری ڕاکشێم.

"ڕودلف"ـی دراوسێی من، کە لە ڕێگەی هونەرپیشەییەوە ژیانی بەڕێ دەکرد ڕۆژێک پێی وتم: (تۆ ئێستا وا دەزانی کە دەبێت یەک ساڵ لەسەر جێ بمێنیتەوە و بۆچوونت وایە، کە کارێکی دژوار و دەردناک بەئەنجام دەگەیەنیت، کە بەئەنجامگەیاندنیشی مەترسی دەست لە سەرت هەڵناگرێ؟ بەلام وا نییە، تۆ لەم ماوەیەدا بوارت هەیە کە بیر لە خۆت بکەیتەوە و خۆت بناسی و لە ئەنجامدا ببیتە خاوەن ڕۆحێکی بەرز. ئەگەر بەم شێوەیە بەرەنگاری لە نەهامەتی بکەیت لەم چەند مانگەدا بوارت دەبێت زیاتر لە تەواوی ماوەی تەمەنێک کە بە فیڕۆت داوە زانیاری مەعنەوی بەدەست بهێنی).

گفتەکانی "ڕودلف" هەندێ ئارامی کردمەوە، بەو ئارامیەی کە بەدەست هاتبوو هەوڵم دا سەبارەت بە بەخشیشەکانی ژیان دەستکەوتەکانی خۆم فراوان بکەم .لە بەردەوامی ئەم هەوڵەدا کتێبانێکی ئومێدبەخشم خوێندەوە، کە بۆ من زۆر گرنگ و بەسوود بوون.

ڕۆژێکیان لە ڕادیۆوە بیستم کە بێژەرێک وتی: (ئەو شتەی کە لە خەیاڵی خۆتدا پەروەردەی دەکەیت و بیری لی دەکەیتەوە هەر ئەو شتەیە کە سەردانت دەکات).

زۆر جار ئەم وشانەم بیستبوو، بەڵام هیچ کات کاریگەرییەکی ئەوتۆی لەسەرم بەجێ نەهێشتبوو، بەڵام ئەم جارە وتەی بێژەرەکە تا قووڵایی ناخم ڕۆ چوویە خوارەوە و لە هەموو شوێنێکدا ڕیشەی داکوتا و منی کێش کرد. بڕیارم دا بیر لە شتانێک بکەمەوە کە بە کەڵکی ژیان دێن. وەک خۆشی و شادی، خۆشحاڵی، تەندروستی و... بیر لە شتانێکی لەم شێوەیە بکەمەوە.

وا خۆمم ڕاهێنا کە هەموو ڕۆژێ بەرەبەیان کە لە خەو هەڵدەستم لە بیری ئەو بەخششانەدا (نیعمەت) بم کە شایەنی سوپاسگوزارین و بەم ڕێگەیە خەفەت و نیگەرانی لە ناخی خۆمدا زیندەبەچاڵ بکەم.

لە ساتێکی ئاوادا سەرنج و بیرم لە لای کچە بچووک و جوان و شیرینزمانەکەم دەبوو بە توانای بینایی، توانای بیستن، مۆسیقای ڕۆحنەوازی، کە لە ڕادیۆوە پەخش دەکرا، کاتێکی تەواو بۆ خوێندنەوە، خواردنی باش و دۆستانی یەکڕەنگ کە لە ڕۆژانی نەخۆشیمدا بەتەنهاجێیان نەدەهێشتم، بیرم دەکردەوە.

لەم ڕوانگانەوە ئەوەندە خۆشحاڵ بووم کە شادی من بوو بووە هۆی ئەوەی کە کەسانێکی زۆر هەموو ڕۆژێک سەردانم بکەن. ئەو کەسانەی کە سەردانیان دەکردم ئەوەندە زۆر بوو بوون کە پزیشک بە ناچاری بڕیاری دا لە یەک نەفەر زیاتر کەس ناتوانێت سەردانت بکات ئەویش لە کاتژمێری دیاری کراودا. ئێستا کە تۆ لێرەدای نۆ ساڵ لەو مێژووە تێدەپەڕێت و من بە خۆشی و چالاکی ژیان بەسەر دەبەم و سەبارەت بەو یەک ساڵەش کە لەسەر جێ بووم بێئەندازە مەمنوون و سوپاسگوزارم، چونکە خۆشترین ساڵێک کە لە "ئاروویزونا

Scanned with CamScanner

" بەسـەرم بردبێت ئەو سـاڵە بوو.

هێشـتا هەمـوو ڕۆژێـک بەیانیان بیـر لە نیعمەتـەکان دەکەمـەوە و ئەم دابونەریتەیـش یەکێکـە لـە پربایەخترین سـەرمایەکانی ژیانـی مـن. شـەرمەزاری مـن ئەمەیـە کە بۆچـی دابونەریتی ژیان فێر نەبـووم تا لە مـردن نزیـک نەبوومەوە! " لوسـیل بلیک"ـی ئازیـز! تۆ هەر ئـەو وانەیە فێـر بـووی کە دووسـەد سـاڵ لەمەوپێش، "سـاموئل جانسـون" بەیانی کـرد و وتی:

- خوو گرتن بەوەوە کە هەمیشـە سـەیری لایەنە باشەکانی ڕووداوەکان بکەیـن، بە بایەختـرە لە بوونـی دەرامەتێکی هەزار پاوەندی لە سـاڵێکدا! ئـەو وشـانە لە زمانی کەسـێکی زۆر دڵخۆشـەوە دەرنەچووبوو. بەڵکوو بێژەری ئەو وشـانە کەسـێکە کە بیسـت سـاڵ لەگەڵ فەقیری، برسێتی و خەفەت و نیگەرانی دەسـتەویەخە بووە و سـەرئەنجام لەژێر سـێبەری هـەوڵ و بیـری ڕەوان و گونجـاودا گـۆڕاوە بـۆ نووسـەرێکی بـاش و بەناوبانگتریـن ڕەوانبێژانـی زەمانی خۆی.

" لـوگان ئاسـمیت" گەنجینەیـەک لـە مەعریفـەت و دانایـی لـە چەنـد ڕسـتەیەکدا کـۆ کردوەتـەوە و دەڵێـت: لـە ژیانـدا دەبـێ دوو شـت بکەیـت بـە سەرمەشـق : یەکەم: بەدەسـتهێنانی شـتێک کـە دەمانەوێت و پێویسـتمان پێیەتـی. دووەم: سـوودوەرگرتن لەوەی هۆشـمەندترین و ژیرتریـن کـەس ئـەو کەسـانەن کە لـە ڕێگـەی بەدەسـتهێنانی ئامانجی دووەمـەوە سـەرکەوتوو دەبـن.

بەڕاسـت، حـەز دەکـەن بزانـن کـە "شـۆردنی قاپوقاچاخیش کارێکـی چالاکیبەخش و سـەرگەرمکەرە؟ ئەگەر خوازیاریت وەڵامی ئەم پرسـیارە بزانیـت داسـتانی ژیانـی "بورگیلـد دال" بخوێنەرەوە.

کتێبەکەی بە ناوی "دەمەوێ ببینم ".

کتێبی "دەمەوێ ببینم"، لە لایەن ئافرەتێکەوە نووسراوە کە ماوەی نیو سەدە کوێر بوو.

لە بەشێکی کتێبەکەدا دەیخوێنینەوە:

... من تەنها یەک چاوم هەبوو و ئەو یەک چاوەشم بە شێوەیەکی وا بەهۆی برینەوە داپۆشرا بوو کە تەنها تروسکاییەکی زۆر بچووک لە لای بەشی چەپییەوە بۆ بینین مابوویەوە. لە کاتێکدا دەمتوانی کتێب بخوێنمەوە کە کتێبەکە بە تەواوی لە چاوم نزیک بکەمەوە و بیچەسپێنم بە چاومەوە و فشارێکی زۆر بخەمە سەر دەمارەکانی بەشی چەپی چاوم... لە هەلومەرجێکی وادا هەرگیز لە نێوان خۆم و خەڵکیدا هەستم بە جیاوازی نەدەکرد.کاتێ منداڵ بووم دەمویست لەگەڵ منداڵانی تردا یاری بکەم، بەڵام وەک ئەوان نەبووم کە بتوانم خەتەکان دیاری بکەم، بۆ نموونە کاتێ منداڵەکان "خەت خەتێن"یان دەکرد چاوەڕوانیم دەکرد تا ئەوان ماندوو بن و بڕۆن. لە دوای ڕۆشتنی ئەوان لە سەر زەوی ڕادەکشام و سەیری ئەو خاڵ و خەتەم دەکرد کە منداڵەکان کێشابوویان. بۆ سەیرکردن ناچار بووم ڕووخسارم بە زەوییەوە بچەسپێنم، چونکە حەزم لەم یارییە بوو، ئەوەندە لەسەر زەوی دەمامەوە تا خاڵ و خەتەکانم بە بیرم بسپێرم و ئەو خەت و خاڵانە لە مێشکی خۆمدا جێگیر بکەم. سەرسام نەبیت کاتێ دەڵێم ئەوەندە جووڵام و هەوڵم دا تا سەرئەنجام لە نێوان کۆمەڵەی نابینایاندا لەم یارییەدا قارەمان بووم.

ئەوەندە پشتیوانیم پیشان دا و هەوڵم دا تا خوێندنەوە فێر بووم و لە ماڵەوە دەستم بە خوێندنەوە کرد. هەتا ئەو کتێبانەی کە بە خەتی ورد چاپ کرابوون ناچار بووم ئەوەندە لە چاومی نزیک بکەمەوە تا برژانگەکانم بە پەڕەکانەوە دەلکا... بەم شێوەیە بوو کە لەژێر سێبەری هەوڵی خۆمدا توانیم دوو بڕوانامە لە زانکۆکانی "میسونا" و "کۆلۆمبیا"

Scanned with CamScanner

بەدەست بهێنم.

دوای بەدەستهێنانی بڕوانامەکان لە ناوچەیەکی بچووک "تواین والی" بە دەرسوتنەوەوە سەرقاڵ بووم. دوای ئەوە سەرکەوتوو بووم و توانیم لە کۆلێجی "ئاگوستانا" لە داکوتای باشوور لە بەشی ڕۆژنامەوانی و ئەدەبیاتدا پلەی پسپۆڕی بەدەست بهێنم. لێرەشدا بۆ ماوەی سیانزە ساڵ وانەم وتەوە، لە یانەی ژناندا وتارم دەدا و سەبارەت بە کتێبەکان و دانەرە گەورەکان کۆنفرانسی دوابەدوای یەکی ڕادیۆیم دەگرت، بەلام دەبێ دان بەوەدا بنێم کە لە تەواوی ئەم ماوەیەدا بیرم لە خاڵێکی زۆر ترسێنەر دەکردەوە، ئەویش کوێربوون بوو بە یەکجاری، من بە ناچاری بۆ سەرکەوتن و زاڵبوون بەسەر ئەم خەیاڵات و دابونەریتەدا شادی و چالاکی لە ژیان و زیندووبوونم لە نێو خۆمدا بەهێز دەکرد. بەڵام خۆشبەختانە لە ساڵی 1943دا واتە کاتێ تەمەنم 52 ساڵ بوو موعجیزەیەک ڕووی دا: موعجیزەکە ئەوە بوو کە بەهۆی نەشتەرگەرییەکەوە لە نەخۆشخانەی "مایو"، کە لەسەر چاوم ئەنجام درا و توانای بینایی چاوم چل ئەوەندەی جاران زیادی کرد، ئەو کاتە بوو کە دنیای تازەم دەبینی. کە پڕ لەشادی و خۆشبەختی بوو.

ئێستا کە دەتوانم هەموو شتێک ببینم هەتا شۆردنی قاپوقاچاخەکانی چێشتخانەش ئەوەندە شادی و کامەرانی و چالاکی دێنێتە ئاراوە کە چێژی لێ وەردەگرم. لە کاتی قاپوقاچاخ شۆردندا لەگەڵ دڵۆپە کەفە بچووک و سپی ڕەنگەکاندا کە لە بنی دەفرەکەوە دەردەچن یاری دەکەم، دڵۆپە کەفەکان دەدەمە بەر ڕووناکی و لە ناویاندا دنیای پڕ لە نەخشونیگار و هەتا پەلکەزێڕینەش دەبینم. دیسانەوە دانی پێدا دەنێم کە لە فڕینی باڵندەکان و جوانییە شاراوەکان لە بڵقێکی ئاوی سابووندا ئەوەندە گەش دەبمەوە کە ناتوانرێ تەعبیری لێوە بکرێ...

خانمی "بورگیلدال" لە بەدەستهێنانی بینایی خۆی ئەوەندە شادمان و

Scanned with CamScanner

کامەرانە، شەیدای شتانێکە کە لەبەردەستیدایە، کۆتایی کتێبەکەی بەم ڕستەیەی خوارەوە هێنا: خودایە! سوپاسگوزاری تۆم کە ئەم هەموو نیعمەتەت پێ بەخشیوم، خودایە زۆر مەمنوونم! باش بیر بکەنەوە! کاتی مرۆڤێک لە بینینی پەلکەزێڕینە لەنێو کەفی سابوون و فڕینی باڵندەکان ئەوەندە قەدرزان بێت، کە لە خوای خۆی سوپاسگوزاری دەکات، ئایا نابێت لە بێئاگایی خۆمان سەبارەت بەو نیعمەتە بە بایەخانەی کە بە ئێمەی بەخشیوە و سوپاسگوزاریان نین، شەرمەزار بین؟ هەموو تەمەنی خۆمان لە بەهەشتی ڕەنگاوڕەنگ و لێوانلێو لە جوانی بەسەر برد، بەلام بەشێوەیەکی وا لەم جوانیانە تێر بووین، کە بە چاوی دڵ سەیری ئەوانەمان نەکردووە و چێژی تایبەتمان لێ وەرنەگرتوون!

ئێستا کە گفتەکان گەیشتووەتە ئێرە، با بە کار بەستنی یاسای کاری چوارەم نیگەرانی لە خۆمان بە دوور بگرین و ژیانێکی تازە دەست پێ بکەین. بەخشیشەکان و نیعمەتەکانت بژمێرە نەک بێبەشییەکان و مەحروومیەکانت.

***

Scanned with CamScanner

بەشی پێنجەم

بەندی شانزەیەم
خۆت بناسە و خۆت بە
جگە لە تۆ کەس هاوشێوەی تۆ نییە

مەبەستمە ئەم بەشە بە نامەی خانمی "ئادیت ئادلر" دەست پێ بکەم، خانمی ئادلر بۆ منی نووسی بوو:

{... لە منداڵیدا زیاد لە ئەندازە کەم ڕوو بووم و زۆر بە زووی زویر دەبووم، لە ڕووی باڵا و جەستەوە لەگەڵ منداڵە هاوتەمەنەکانی خۆمدا جیاوازیم هەبوو، کە کاتێ دەچوومە سەر تەرازوو خۆم کێشانە دەکرد قورساییەکەم دوو ئەوەندەی هاوتەمەنەکانم بوو. ئاسایی بوو ئەگەر ڕووخساریشم لەگەڵ ئەواندا جیاوازی هەبوایە. دایکم پیرەژنێکی یەک بڕیار بوو، جلوبەرگی جوان دووراوی بە کارێکی بێئەقڵانە دەزانی و بۆچوونی وا بوو کە جلوبەرگی فراوان زیاتر دەمێنێتەوە وەک لە جلوبەرگی تەسک. ئەو جلوبەرگە فراوانانەی کە ئەو بۆی هەڵدەبژاردم منی نابوتتر و ناشیرنتر دەکرد.

جگە لە سەر و شکڵی نەشیاو، کێشەیەکی ترم ئەوە بوو کە نەمدەویست تێکەڵ بە هاوڕێکانم ببم و بە سەرگەرمی و دڵخۆشییەکانی ئەوان دڵخۆش بم. دەترسام لە میوانییەکاندا بەشداری بکەم، بە کورتی هیچ سەیران و گەڕانێکم نەبوو. هەتا لە وەرزشیش بێزار بووم. نە خۆم

Scanned with CamScanner

وەرزشــم دەکــرد، نە بۆ ســەیری پێشــبڕکێی وەرزشــی دەڕۆیشــتم کە حــەز و ئاواتــی زۆرێک لە خەڵکی بوو. هەمیشــە بیرم دەکــردەوە لەگەڵ خەڵکیــدا جیــاوازم و لەم ڕوانگەیەوە شــەرمەزار دەبــووم. بیروبۆچوونم وابــوو کــە خەڵکی لە مــن بێزارن.

کاتــێ کــە گــەورە بــووم لەگــەڵ پیاوێکــدا کــە چەند ســاڵێک لــە خۆم گەورەتــر بــوو زەواجم کــرد. بــە بوونی مێردیــش هەرگیــز هەوڵم نەدا گۆڕانکارییــەک لــە حاڵــی خۆمــدا بێنمــە ئــاراوە. خزمــان و نزیکانــی مێردەکــەم کەســانێکی خاوەن کەماڵ بــوون، کــە بڕوابەخۆبوونی ئەوانە منــی شــەرمەزار دەکــرد. لەگەڵ ئــەوەی کە بــە بڕوابەخۆبوونــی ئەوانە دڵخــۆش بووم، بــەڵام هەرچی هەوڵم دەدا نەمدەتوانــی وەک ئەوانە لەنێو خۆمــدا بڕوابەخۆبــوون بێنمە ئاراوە. ئەوانیش هەوڵــی خۆیانیان دا تا لەم ڕێگەیــەدا یارمەتیــم بدەن، بەڵکوو ســەرکەوتوو بم، بەڵام بــە پێچەوانەوە زیاتــر پابەنــد دەبووم بــە خوونەریتــی ڕابردووم.

حاڵــی مــن بە شــێوەیەکی لێهاتبوو کە هەســتم دەکرد بۆ خــۆم و خەڵکی مایــەی زەحمەتــم و ســەبر و ئارامم لێ بــڕاوە. لە دۆســتانی خانەوادەیم دوورەپەرێزیــم دەکــرد. کاتــێ لــە زەنگــی دەرگا دەدرا هەســتم بــە ترســولەرزێکی زۆر دەکــرد.

خراپــی کارەکــە لێرەدا بوو کە خۆشــم دەمزانی چی دەکــەم و بۆ ئەوەی مێردەکەم نەزانێت و هەســت نەکات بە ڕواڵەت خۆمم خۆشــحاڵ پیشــان دەدا، بــەڵام بەداخــەوە خۆبەخۆشــحاڵ پیشــاندان حاڵەتێکــی گێژانەی بە من دەبەخشــی، هەرچەندە دەمویســت لەســەر نەخشــێک یاری بکەم کە هیچــم لێ نەدەزانی. هەمــوو جارێک بەهۆی ڕواڵەتــەوە دەبوومە جێگەی گاڵتەجاڕی و بــۆ مــاوەی چەنــد ڕۆژێــک لەپــێ دەکەوتم. ســەرئەنجام ئەوەنــدە ناڕەحــەت و خەمگیــن بــووم کــە هیــچ هۆیەکــی دڵشــاد و ئومێدەواربوونــم لــە ژیاندا بــۆ نەمابووەوە و کەم کەم بیــری خۆکوژی لە

Scanned with CamScanner

میشکمدا پەرەی دەسەند}.

تا ئێرەی نامەکەی خانمی "ئادیت" دڵساردکەر و ناخۆشە و منیش لە گێڕانەوەی ئەم بەسەرهاتە ڕازی نیم، بەڵام مۆڵەت بدەن تا پێکەوە بزانین سەرئەنجام چی بەسەر هاتووە.

خانمی "ئادلر"، کە تا ئێرە ژیانی ئافرەتێکی ڕەنجکێش و ستەمدیدە و گۆشەگیری بۆ گێڕاومەتەوە، پێش ئەوەی درێژە بە مەبەستەکەی بدات دەڵێت: تەنها بیرهێنانەوەیەکی لەناکاو منی لە گێژاو و ترس و بیمی مردن ڕزگار کرد! پێکەوە نامەکەی دەخوێنینەوە:

{... بە بیرهێنانەوە و ئاگاداریەکی لەناکاو ژیانی من گۆڕا و دەستی گرتم و لە گێژاو و ترس و بیمی مردن ڕزگاری کردم. مەسەلەکە بەم شێوەیە بوو، ڕۆژێک دایکی مێردەکەم سەبارەت بە خۆی و گەورەکردنی منداڵەکانی دەدوا، ئەو پێی وتم:

- بۆ من گرنگ نەبوو کە چی ڕوو دەدات و ئەوانە چۆن گەورە دەبن و تەربیەت دەدرێن، بەلای منەوە گرنگ ئەوە بوو، کە ئەوانە هەر ئەو شتانە بن کە دەتوانن ببن، لە هەمان ساتدا جگە لە خۆیان کەسێکی تر نەبن! ئەم ئاگاداری و بیرهێنانەوەی دایکی مێردەکەم کاری خۆی کرد، چونکە کاریگەرییەکی زۆر قووڵی لێ کردم کە نەمدەتوانی بە ئاسانی لە بیری بکەم. گفتەکانی سەرنجی منی بۆ ئەم خاڵە ڕاکێشا کە تەواوی بەدبەختییەکانی من لێرەوە سەرچاوە دەگرێت، کە دەمەوێ بە شێوەیەک خۆم نیشان بدەم کە بۆ من گونجاو نییە. بە بەدەستهێنان و تێگەیشتن لەم خاڵە لە ماوەی شەوێکدا گۆڕانکاریم بەسەر خۆمدا هێنا. لە سەرەتادا هەوڵم دا کەسێتی خۆم بەدەست بهێنم و بیخەمە ژێر چاودێرییەوە و بزانم کە چۆن کەسێکم. لە دوای ئەوە بێ دواکەوتن کەوتمە ناسین و دۆزینەوەی ئەو جلوبەرگانەی کە لەگەڵ جەستەی مندا دەگونجێن و گونجاون. لە ڕۆژی دواییدا لە بیری دۆزینەوە و

Scanned with CamScanner

پەیـدا کردنـی دۆسـتی شـیاو و گونجـاودا بووم بـە ئاگایی و شـێوەی ژیانی خۆم.

هەنـگاوی یەکەمـم پەیوەندیـم بـە کۆمەڵێکەوە کـرد، کـە ژمارەیان زۆر کـەم بـوو، هیـچ لـە بیـری ناکـەم دانیشـتنی یەکەم، کـە بریار بـوو بۆ ئەندامانـی ئەو کۆمەڵە وتار بدەم، زۆر دەترسـام، بەڵام دانیشـتنی یەکەم زۆر بە باشـی هەتا لەسـەرو ئـەوەوە کە من چاوەڕوانیـم دەکرد بەڕێوە چـوو. هەر جارێـک کە وتـارم دەدا حاڵم باشـتر دەبوو.

هەڵبەتە تا کاتێ نەگەیشـتبووم بە شـوێنی مەبەسـت و خـوازراو کاتێکی زۆرم لەدەسـت دا، بەڵام ئێسـتا قایلم، چونکە ئێستا گەشتومەتە جێگەیەک کـە لە خەونیشـدا وێناکردنی بۆ من ئاسـان نەبوو، کە بتوانم بە خۆشـی و کامەرانـی بگەم .لـە پەروەردەکردنی منداڵەکانیشـمدا هەوڵ دەدەم ئەو وانەیـەی کە خـۆم فێـری بـووم و کارپێکـردن و پراکتیزەکردنی بۆ من سـودمەند بـوو ئەوانیشـی لەسـەر ڕابێنـم. بیـر مەکەنەوە کە چـی دێتە پێـش و چـی ڕوو دەدات، بەڵکـوو خۆتـان چۆنـن هەر بەو شـێوەیە بن! بە ئومێدی سـەرکەوتن بۆ هەموو ئەو کەسـانەی کە بۆ ناسـینی خۆیان هـەوڵ دەدەن...} ادیت ادلر

نامـەی خانمـی ئادلـر بـە خەفەتباری دەسـتی پـێ کرد و بە خۆشـی و شـادی کۆتایی هات. بەڵام خراپ نییە دەربارەی ناسـینی کەسـێتی خۆت ڕۆبچیتە ناخـی خۆتەوە.

با بۆچوونی دکتۆر "جمس گوردن گیکلی" بێنینەوە یادی خۆمان:

خۆناسـین پێشـینەیەکی دووورودرێژی بە ئەندازەی مێژووی مرۆڤایەتی هەیـە و لەگـەڵ ژیانی مرۆڤدا دەسـت پێ دەکات. مرۆڤ بەبێ خۆناسـین مرۆڤایەتـی نەناسـیوە. یەکێک لـە فەیلەسـووفەکان و خـاوەن بیروڕا و بۆچـوون و داناکانـی ڕۆژهەڵاتیش دەڵێت: خۆت بناسـە تـا خوای خۆت

بناسی! نووسەریک کە سیانزە کتیب و سەدەها ریپۆرتاژی لە بواری پەروەردەکردنی منداڵاندا نووسیوە، دەڵیت: بێچارەترین مرۆڤ، کەسیکە کە بیەوی چ لە رووی رۆحی و چ لە رووی جەستەییەوە خۆی بە شیوەیەک پیشان بدات کە بەو شیوەیە نییە.

باش وایە بزانیت کە مەیل بوون بە لای لاساییکردنەوەدا زیاتر لە هەموو شوینێ لە "هولیود" باو و بڵاوە.

"سام وود" کە یەکیک لە بەناوبانگترین دەرهینەرەکانی هولیودە کە رووبەڕووبوونەوە لەگەڵ لاساییکردنەوەکەدا بە یەکیک لە پڕ دەردەسەریترین کارەکانی دەزانیت.

ئەو هەمیشە بەو هونەرپیشانەی دەوت کە لە ڕیگەی لاساییکردنەوەدا هەنگاو هەڵدەگرن: (خۆتان چۆنن بەو شیوەیە بن.)

ئەو دەڵیت:

- هەموان دەیانەوی وەک "کلارک گیبل" یا "لاناترنر" بن، لە کاتیکدا کە من بە ئەوانە ئەلیم: خەلکی چیژی "کلارک گیبل" و "لاناترنر"یان چیژتووە، ئیستا خوازیاری کەسانیکن کە بە شیوەیەکی تر بن

- "سام ود" پیش لە دەرهینانی فلیمی بەناوبانگی (زەنگەکان)، ساڵانە بە کاری ترەوە سەرگەرم بوو، دەڵیت:

- لاساییکردنەوە، تەنها بە ئەستیرەکانی سینەما سنوور دار نابیت، من لە کارەکانی تردا و لە ڕووبەڕووبوونەوەم لەگەڵ کەسانیکی سادەشدا جەختم لەسەر بنەڕەتی وەک خۆبوون کردۆتەوە.

ناچارکردن و فشار خستنە سەر کەسانیک کە دەیانەویت وەک خۆیان نەبن یەکیکە لە ڕیگاکانی ڕووبەڕووبوونەوە لەگەڵ خو و نەریتی باو و زیندوو. ئەگەر سەرکەوتوو نەبم، کەسیک پابەند و ڕازی بکەم کە خۆی بیت لە کارکردن لەگەڵیدا چاوپۆشی دەکەم.

لە کۆتاییدا لە بەڕێوەبەری ئیدارەی مەرکەزی کۆمپانیای نەوتی دانیشتوانی "واکیوم" پرسی:

- گەورەترین هەڵەی کەسانێک کە بۆ بەرجەستەکردنی کار و ڕێگریکردن لە کاری کە زانیاریان لە بارەیەوە نییە، دێنە لای تۆ چییە؟

ئەم کەسە کە چەندێک لەمەوپێش لەگەڵ زیاتر لە شەست هەزار نەفەر داواکاری بەدەستهێنانی کاردا پەیوەندی هەبووە، کتێبێکی لەژێر ناونیشانی شەش ڕێگە بۆ کار نووسیوە، لە وەڵامی مندا وتی:

- گەورەترین هەڵەی ئەوانە ئەوەیە کە نایانەوێ خۆیان چۆنن بەو شێوەیە خۆیان پیشان بدەن، لەجیاتی ئەوەی بە ساف و سادەیی لەگەڵ خەڵکیدا بدوێن، هەوڵ دەدەن سەبارەت بە شتانێک بدوێن کە زۆر دوورە لە خۆیانەوە، تەنها بۆ ئەوەی سەرنجی بەرامبەری پێ ڕاکێشێت ئەم کارەش بێ ئەنجامە، چونکە هیچ کەسێک لە ڕیاکاری و کەسانی دووڕوو خۆشی نایەت و کەسیش ئامادە نییە بە دراوی قەڵب قایل بێت.

" کاس دالی"، کە کچی کاربەدەستێکی ڕێنمایی بوو، دوای زەجرێکی زۆر و گاڵتەجاڕی بوون تێگەیشت کە ئەگەر وەک خۆی نەبێ لە بەرژەوەندی ئەودا نییە و کاتێ بوو بە خۆی گەیشت بە لوتکەی سەرکەوتن.

" کاس دالی" بە ئاگاداربوون بە دەنگخۆشی و لێهاتوویی و بەردەوامی زۆر، ئارەزووی هەبوو ببێت بە گۆرانیبێژ، بەڵام دەم گەورەیی و ناڕێکوپێکی ددانەکانی و دەرچوونیان بۆ پێشەوە بوونە ڕێگری. ئەو لە یەکەمین کۆنسێرتیدا کە دەیویست لە یەکێک لە هۆڵەکانی "نیوجرسی" گۆرانی بڵێت، هەوڵی دا لێوی سەرەوەی بە شێوەیەک بێنێتە خوارەوە تا ناڕێکوپێکی ددانەکانی داپۆشێت، بەڵام بوو بەهۆی ئەوەی کە ببێتە گاڵتەچی بینەران. لە نێوان کارمەندانی هۆڵەکەدا پیاوێک بوو بە بیستنی

Scanned with CamScanner

دەنگی "کاس دالی" پەی بە لێهاتوویی برد و بە کێشەکەشی زانی.

ئەو پیاوە دوای پێشکەشکردنی بەرنامەکە ڕۆشت بۆ لای "کاس دالی" و پێی وت:

- لە تەواوی ئەو ماوەیەی کە گۆرانیت دەوت چاودێری تۆ بووم، تێگەیشتم کە دەتەوێ شتێک حەشار بدەی! تۆ لەبەر ئەوەی ددانەکانت ڕێکوپێک نین شەرمەزاری؟

"کاس دالی" دەست و پێی خۆی ون کرد و تا ویستی قسە بکات، پیاوەکە وتی:

- مەبەستت لەم کارە چییە؟ مەگەر بوونی ددانی ناڕێکوپێک تاوانێکی گەورەیە؟ لەمەودوا هەوڵ مەدە بیشاریتەوە، دەمت بکەرەوە و دڵنیا بە بینەران لەبەر ئەوەی مرۆڤێکی شەرمن نیت خۆشیان دەوێیت و پەیوەندیت لەگەڵ دەبەستن. بۆی هەیە ئەو ددانانەی کە تۆ دەتەوێ بیانشاریتەوە ببێتە مایەی سەرکەوتنت! "کاس دالی"، ئامۆژگاری پیاوەکەی خستە کار و ئەنجامەکەشی هەر ئەوە بوو کە پیاوەکە وتی. لەوەبەدوا "کاس دالی" ناڕێکوپێکی ددانەکانی و دەرچوونیان بۆ پێشەوەی لەبیر کرد. کاتێ دەچووە سەر مەنەسە تەواوی بیری لای سەرنجی بینەران بوو. دەمی بە گوێرەی پێویست دەکردەوە و بە ڕاحەت گۆرانی دەوت. ئەو ئەوەندە پێشڕەوی کرد تا بوو بە پێشەوای ئەستێرەکانی ڕادیۆ و سینەما و ساڵەهای ساڵ هونەرپیشە هەزەلییەکان لە هەوڵی ئەوەدا بوون لاسایی بکەنەوە.

کاتێ "ولیام جیمز" بە ڕاشکاوانە ڕایگەیاند کە مرۆڤی ئاسایی تەنها 10/1 لە لێهاتوویی و توانای فکری خۆی دەخاتە کارەوە. لەو زەمانەدا بۆچوون وا بوو کە "ولیام جیمز" ڕەشبینە بەرامبەر بە ژیان و مرۆڤ، بەڵام لە دوایدا دەرکەوت کە وا نییە، ئەو مافی خۆیەتی کە بنووسێت:

Scanned with CamScanner

(ئێمە نیوەیەک لە خەون و نیوەیەک لە ڕاستی بەسەر دەبەین. ئەگەر بمانەوێت بەراوردی خۆمان بکەین لەگەڵ ئەوەی کە دەبێ ببین، دەگەینە ئەو ئەنجامەی کە ڕازی بووین لەسەروو ئەوەوەی کە هەین خۆمان نیشان بدەین. ئێمە بەشێکی بچووکی توانای خۆمان خستووەتە بواری کارەوە. سنووری هەڵبژاردنی مرۆڤ بۆ سوودوەرگرتن لە جەستە و فکری خۆی ئەوەندە فراوانە کە دەتوانرێ بە بێسنوور لە قەڵەم بدرێت. مرۆڤ ئەمڕۆ هێشتا نەیتوانیوە تەواوی ئەوەی کە دەبێت ببێت و دەتوانێت ببێت بەدەست بێنێ. هۆیەکەی ئەوەیە کە بەدەستنەهێنانیش قانع بوونە. مرۆڤ بە بڕێک لە کامەرانی وا دەزانێ بەسە بۆی و قەناعەت دەکات و گەنجینەی بێسنووری لێهاتووی جەستەیی و ڕۆحی خۆی بەبێ بەکارهێنان دەهێڵێتەوە).

من و تۆیش لە دەرەوەی بازنەی ئەم بۆچوونە نین. ئێمەیش ئەم هێز و توانا گەورەیەمان هەیە و باشتر وایە ئەم ئەندێشە هەڵەیە کە وەک کەسانی تر نین و شتێکمان لە وان کەمترە لە مێشکی خۆمانی دوور بخەینەوە.

لە سەرەتای دروستبوونی مرۆڤدا تا ئێستا تۆ تەنها یەک نەفەر بوویت و هەیت و هاوتایەکت نییە کە بە تەواوی لە هەموو ڕوانگەیەکەوە لە تۆ بچێت و تا دنیاش ماوە مرۆڤێک نایەتە بوونەوە کە 100% لە هەموو ڕوانگەیەکەوە وەک تۆ وا بێت. بۆ سەلماندنی ئەمەش باشتر وایە پەنا ببەنە بەر زاناکانی بایۆلۆجی و زانستی بۆهێڵەکان (جین) بۆ ئەوەی دوودڵ نەبین.

هەر مرۆڤێک لە یەکگرتنی 24 کرۆمۆسۆم لە لایەن باوک و 24 کرۆمۆسۆم لە لایەن دایکەوە دێتە بوونەوە. ئەم 48 کرۆمۆسۆمە تەواوی ئەو تایبەتمەندیانەی تێدایە کە لە دایک و باوکدا هەن. لە هەر کرۆمۆسۆمێکدا سەدەها بۆهێلا هەیە، کە هەر بۆهێڵێک بە تەنهایی

Scanned with CamScanner

دەتوانێـت ڕێـڕەوی ژیـان بگۆڕێت و 100%ـی زانسـتی (بۆماوەزانی) تاوتـوێ بکەن.

لـە ڕوانگەی ئەم دروسـتبوونەوە لـە ڕادەی سەرسـوڕهێنەر تێدەپەڕێت و دەگاتـە ڕادەی ترسـناکی. لـە ڕوونکردنـەوەی ئـەم مەسـەلەیە و بـۆ دەرخسـتنی هـۆی جیـاوازی مرۆڤـەکان و لێکنەچوونیـان سـەرنجی درێـژەی هۆیەکانـی (جین) بـۆ هێلـەکان بدە.

دوای ئـەوەی دایک و باوکم بەیەک گەیشـتن لە نیوان سـێ سـەد هەزار ملیـارد نەفـەردا بـە خەیاڵیـش ناگونجێـت و نابێـت تەنهـا دوو بـرا یـا دوو خوشـک هەبـن کە لـە هـەر ڕوانگەیەکەوە لـە یەکـەوە نزیک بن و هاوشـێوەی یـەک بـن -هەڵبەتە ئەوەش نـەک بە شـێوەی -100% ئەو ژمارەیەی کە باسـی لێوە کـرا ئەوەندە زۆرە کە تـەواوی ئەو مرۆڤانەی لـە سـەرەتادا هاتوونەتـە دنیاوە و مـردوون ناگاتە لە دەدا یەکیشـی.

بابـەت لـەم بـوارە سـەرەتاییەوە تەنهـا بـۆ سەرنجڕاکێشـانی ئێـوە سـەرچاوەی گرتـووە، ئەگـەر نـا لەنێـوان ئەو کتێبانـەی کـە دانایان لە بارەی (بۆماوەزانییەوە) نووسـیویانە دەتوانیـت زانیارییەک وەرگریت کە وێنەکێشانیشـیان دژوارە، بـەڵام حەقیقەتـی هەیـە.

بگەڕێمـەوە بۆ درێژەی باسـەکەم کە دەربارەی لاسـاییکردنەوە دەدوام، مـن بەوپەڕی دڵنیاییەوە دەتوانم سـەبارەت بە لاسـاییکردنەوەی خەڵکی بۆتـان بدوێـم، چونکـە خـۆم ئەزموونێکـی تـاڵ و لـە هەمان کاتیشـدا بەسـوودم لەم بارەیـەوە هەیە.

بـۆ یەکـەم جار کـە لە کێڵگەکانی "میسـوری" پێـم نایە نـاو نیویۆرک بە ئامانجـی تۆمارکردنی ناو لە هونەرسـتانی پیشـەی هونەر.

بەڵـێ. ئـارەزووم هەبـوو ببمـە هونەرپیشـەیەک، ئـەم بیرۆکەیـەم بـە ڕێگـەی بەدەسـتهێنانی ناوبانـگ و سـەرکەوتن دەزانـی. لـەوە تێپـەڕی

بوو بە بۆچوونی من هونەرپیشەیی کارێکی ساکار و سادە بوو. تەنها نەمدەتوانی تێبگەم بۆچی هەزاران مرۆڤ دەستیان لە ئارەزوو شۆردووە و تا ئێستا بیریان لەمە نەکردووەتەوە. نەخشەکەم لە قوناغی یەکەمدا ئەمە بوو، کە جموجوڵ و هەڵسوکەوتی هونەرپیشە بەناوبانگەکانی ئەو ڕۆژگارە، وەک (ژان دروپ، والتر هامپدن و...هتد) بخوێنمەوە و باشترین جموجووڵ و هەڵسوکەوتی هەر کامیان لاسایی بکەمەوە تا ببمە زانکۆی جموجووڵ و تایبەتمەندیەکانی تەواوی هونەرمەندە بەناوبانگەکان، بەڵام چ بیرۆکەیەکی بەتاڵ و بێ سوود بوو، دەبوایە سالانێکی بەسوودم لە تەمەنی خۆم بە لاساییکرنەوەی خەڵکیەوە بە هەدەر بدایە تا تێگەیشتم و گەیشتمە ئەو ڕایەی کە دەبێت خۆم بم و ناتوانم کەسێکی تر بم.

ئەم ئەزموونە پڕ ڕەنج و خەفەتە وانەیەکی هەمیشەیی فێری من کرد، بەڵام من ئەو دەرسە فێر نەبووم، چونکە هەمیشە کەسێکی هەرزانفرۆش بووم و زۆر بە زوویی ئەم ئەزموونەم فەرامۆش کرد، واتە بە بەها و نرخێکی کەمتر ئەو ئەزموونەم لەدەست دا و دووبارە گیرۆدە بووم.

چەند ساڵێک بوو کە بڕیارم دا بوو کتێبێک لە بارەی "یاسای ڕەوانبێژی" بۆ ئەهلی کەسابەت و بازرگانی بنووسم، بۆچوونم وابوو کە تا ئێستا کەس نەیتوانیوە پەی بەم بابەتە ببات. لە نووسینی ئەم کتێبەدا دووچاری هەمان بیرۆکەی هەڵە بووم، کە لە پەنای هونەرپیشەییدا گیرۆدەی بوو بووم.

بە دوای بیرۆکەی ڕاستی نووسەرانی تردا گەڕام و ویستم بەوپەڕی تواناوە هەوڵ بدەم کتێبێک بنووسم کە هەموو بابەتێکی لەخۆ گرتبێت. ئەو کتێبانەی کە لەم بوارەدا بوونیان هەبوو بە هەر زەحمەتێک و ماندووبوونێک بوو بەدەستم هێنا و ساڵێکی تەواوم سەرفی خوێندنەوە

Scanned with CamScanner

و دەرهێنانی یاداشـتەکانیان کرد.

دوای سـاڵێک زەحمـەت و ماندووبـوون ئەنجامی کارەکەشـم لە هەموو ڕوانگەیەکـەوە نەشـیاو بـوو بۆ ئەندێشـەکانی خەڵکی. کتێبەکـە ئەوەندە سسـت و لاواز بـوو بـوو، کـە وا دەزانـم هیـچ پیشـەوەرێک تاقەتـی خوێندنـەوەی نەبـوو. جارێکی تریـش لە هەڵەکانی خۆم بەئـاگا بوومەوە و دەسـتکەوتی زەحمـەت و ماندووبوونی سـاڵێکم خسـتە نـاو تەنەکەی خۆڵـەوە و بـۆ جاری دووەم دەسـتم بـە کارەکـەم کردەوە، بـەڵام ئەم جارەیـان بـە خۆمم وت: (تۆ ناچـاری هەمان دیل کارنگـی بیت، هەر ئەو دیـل کارنگییەی کە سـنووورداری و هەڵەی هەبوو، هەرگیـز ناگونجێت و ناتوانیـت کەسـێکی تر بیت.) سـەرەنجام هەر ئەو کارەم کـرد و کتێبێکم لەژێـر ڕووناکـی زانیارییـەکان و ئەزموونەکانی خۆم نووسـی لە بواری ڕوانبێـژی و تەدریسـی کـە ماوەیەک بـوو پێیەوە سـەرقاڵ بووم.

لـە نووسـینی ئەم کتێبـەدا هەرگیـز وتەی "سـر والتر رالی" مامۆسـتای زانکـۆی ئۆکسـفۆرد لە بیـر ناکەم کـە دەیوت:

(مـن ئامـادە نیم و ناتوانـم کتێبێک وەک کتێبەکانی شکسـپیر بنووسـم، بـەڵام دەتوانـم بـە گوێـرەی توانـا و زانیاری خـۆم کتێبێکی لـەو جۆرە بەرهـەم بێنـم). هـەوڵ بدەن خۆتان بـن و کار بەم پەنـدە ژیرانەیە بکەن کـە" ئاروینگ برلین" مۆسـیقازانی نـاودار فێری "ژرژ گریشوین"ـی کرد.

کاتـێ ئـەو دوانـە بـۆ یەکەم جـار یەکتریـان بینـی اورینـگ ناوبانگێکی لەڕادەبـەدەری هەبـوو لە کاتێکدا گریشـوین لە "تین پـال الی" هەفتەی بە 35 دۆلار کاری دەکـرد.

لێهاتوویی و بەردەوامی گریشـوین سـەرنجی ئاروینگی ڕاکێشـا و ئەوی لای خـۆی هێشـتەوە بـە ناونیشـانی جێگری خـۆی بە سـێ بەرامبەری ئـەو پارەیـەی کە وەریدەگـرت لە هەفتەیەکـدا. بەڵام هەر لە سـەرەتاوە

Scanned with CamScanner

پێی وت:

(... ئەگەر لە منی دەبیستی بەم کارە قایل مەبە، چونکە لەم کاتەدا بۆی هەیە ببیتە "ئاروینگ برلین"ی نمرە دوو، لە کاتێکدا ئەگەر بتەوێت خۆت بیت ڕۆژێک دێت دەبیتە "گریشوین"ی نمرە یەک).

"گریشوین" کاری بە پەندەکەی کرد و لە ڕێگەی بەهێزکردنی لێهاتوویی و بەردەوامی خۆی هەنگاوی هەڵگرت تا بوو بە یەکێک لە مۆسیقاژەنە بەناوبانگەکانی ئەمەریکا. ئەمە تەنها گریشوین نەبوو کە بە هەڵهاتن لە لاساییکردنەوە بەئەنجام گەشت، کەسانێکی زۆر دەناسم کە لەم ڕێگەیەوە سەرکەوتنیان بەدەست هێناوە، لە کاتێکدا کەسانێک کە لاسایی خەڵک دەکەنەوە دەبنە کەسانێکی نمرە دوو نەک نمرە یەک.

"چارلیس چاپلینگ" بۆ یەکەم جار کە لە فلیمێکدا دەوری بینی دەرهێنەرەکە ناچار بوو لاسایی (تەقلید)ی جووڵەی هونەرپیشەیەکی کۆمیدی ئەڵمانی بکاتەوە، "بوب هوپ"یش بەسەرهاتێکی هاوشێوەی بەسەرهاتی چارلیس چاپلینگی هەیە.

ئەویش ماوەیەکی زۆر سەمای کرد و گۆرانی وت، بەلام تا کاتێ پاڵی بە داهێنانەکەی خۆیەوە نەدا و پشتی پێ نەبەست بە پەیژەی پێشڕەوی و سەرکەوتندا سەرنەکەوت. زۆرێک لە هونەرپیشەکانی سینەما و ڕادیۆ و تەلەفزیۆنەکان کاری خۆیان بە لاساییکردنەوەی هونەرپیشە بەناوبانگەکان دەست پێ دەکەن، بەلام لە کۆتاییدا دەگەنە ئەو ئەنجامەی کە لە کاتێکدا دەتوانن سەرکەوتن بەدەست بهێنن کە تەنها خۆیان بن:

لەم دنیایەدا هەمیشە شتی تازە و نوێگەری دێتە کایەوە. لەو شتانەی کە بە ئێوە دراوە قایل و شاد و کامەران بە. لە هەر جێبەجێکردنێکدا ئاگادار بە، کە لە سەرەتادا چی بوویت و ئێستا چیت. باش یا خراپ،

Scanned with CamScanner

گرنگ نییە .ئێوە دەبێت چیمەنی بچووکی ژیانتان بە گوێرەی ئارەزووی خۆتان برازێننەوە، باش یا خراپ سازی ژیانی خۆت بژەنیت، نەک لە گەرووی کەسێکی ترەوە گۆرانی بڵێیت.

"ئامرسون" لە ریپۆرتاژێکدا بە ناونیشانی "اعتماد بنفس" بڕوابەخۆبوون دەنووسێت: (لە ژیانی مرۆڤدا زەمانێک دێتە پێش کە تێدەگات کە بەخیلی جۆرێکە لە سەرشێتی و لاساییکردنەوەش جۆرێکە لە خۆ کوژی. مرۆڤ دەبێت دڵی خۆش بکات بەو شتانەی کە هەیەتی، ئەگەرچی سەرانسەری دنیا پڕ لە شتانێکی باش و بەچێژ بێت. مرۆڤ دەبێت بۆچوونی وا نەبێت کە جگە لەوەی ناشتوویەتی دروێنەی بکات.

توانایەک کە لە ناخی هەر مرۆڤێک شاراوەتەوە شتێکی تازەیە لە سروشتدا، جگە لە خودی کەسەکە هیچ کەس نازانێت چ کارێکی لەدەست دێت. جگە لە خودی ئەو کەسە ناتوانێت هەوڵ بۆ کەشفکردن و دۆزینەوەی تواناکەی بدات! بۆ بەهێزکردن و پەروەردەکردنی شێوەی بیرکردنەوە، دەتوانێت ئێمە لە نیگەرانی بە دوور بگرێت و خەیاڵمان ئاسوودە بکات، باشتر وایە کار بەم یاسای کارەی خوارەوە بکەین.

لاسایی کەسانی تر مەکەرەوە، هەوڵ بدە خۆت بناسی و 100% خۆت بیت.

Scanned with CamScanner

بەندی هەڤدەیەم

لـە لیمۆی ترشـی خۆت ئاولیمۆیەکی بەتام بگرە! لـە یەکێک لەو ڕۆژانەی دەرگیری نووسـینی ئەم کتێبە بووم، کە ئێسـتا تۆ لەبەردەسـتتدا داتناوە و خەریکی خوێندنەوەیت، ڕێگەم کەوتە زانکۆی "شـیکاگۆ".

لە سەرۆکی زانکۆ، "روبرت مانیارد هاپکینز"م پرسی:

- بۆ خۆپاراستن لە نیگەرانی سوود لە چ شێوازێک وەردەگریت؟

سەرۆکی زانکۆ بە خوێنساردی و ئارامی وەڵامی دایەوە و وتی:

- چەندەهـا سـاڵ لەمەوپێش "زولویس روز نوالد" سـەرۆکی کۆچکردوی کۆمپانیـای "روبـوک" پەندێکی پێ بەخشـیم، من بە سـوودمەندی دەزانم و پەیڕەوی دەکەم!

- دەتوانم منییش ئەو پەندە ببیستم؟ لەوانەیە بۆ منیش بەسوود بێت!

- بـۆ مـن بەسـوود بوو، هیـوادارم بـۆ تۆیش بەسـوود بێـت، دەتوانی یاداشـتی بکەیـت! (کاتـێ لیمۆیەکـی ترشـت هەبێـت و چـرچ بخاتە نێو چاوانـت، لـەو لیمۆ ترشـە ئاوی لیمـۆی بەتام بگرە). ئەو ڕاسـتی دەوت. کاتـێ لیمـۆی تـرش لە دەسـتی مرۆڤـی نەزاندا بێـت ئەوا فڕێـی دەداتە سووچێکەوە.

ئەو لە دژواری لە کار و حاڵەتێکی نەخوازراودا دەڵێت:

(کار و پیشـەم گریان و زارییە، تێکشـکاوم، بەخت یـاوەرم نییە و ڕووی لـێ وەرگێڕاوم.) جنێو بە زەوی و زەمانە دەدات و دووچاری حەسـرەت و پەشـیمانی دەبێت، بەڵام هەر هەمان لیمۆی ترش لە دەسـتی مرۆڤێکی کارا و هۆشـمەندا، شـێوەیەکی تـر وەردەگرێـت. ئەو بە خـۆی دەڵێت: (لـەم بەدبەختییـە دەتوانم چ وانەیەک فێر بم؟ چـۆن دەتوانم بوونی خۆم

Scanned with CamScanner

باشتر بکەم، چۆن دەتوانم لەم لیمۆ ترشە ئاو لیمۆیەکی بەتام بگرم؟)

"ئەلفرد ادلر"، دەروونناسی گەورە، کە خوێندنەوەیەکی قووڵ و فراوانی لەسەر سیفەت و هێزی شاراوەی مرۆڤ هەیە، دەڵێت: (سەرسوورهێنەرترین تایبەتمەندی ئینسانی، هێزێکە کە مرۆڤێک بە یارمەتی ئەو دەتوانێت سلبی بۆ ئیجابی بگۆڕێت).

مۆڵەت بدەن بەسەرهاتی ئافرەتێکتان بۆ دەگێڕمەوە کە توانی بە شێوەی شایستە لە هەلومەرجێکی نەخوازراو، هەلومەرجێکی شایستە و خوازراو بێنێتە ئاراوە، ئەم ئافرەتە ناوی "تلما تامپسون"ـە، کە هەر ئێستا لە نیویۆرک ژیان بەسەر دەبات.

ئەم خانمە ئەو داستانەی مەبەستی بوو بەم شێوازە بۆی گێرامەوە: لە کاتی شەڕدا، لێپرسراوییان دایە دەست مێردەکەم، کە بڕوات بۆ بیابانی "موجاو" لە کالیفۆرنیا و لە ئۆردووگایەکدا، کە لەوێدا مەشق بە سەربازانی نیزامی بکات. بۆ ئەوەی نزیک بە مێردەکەم بم، منیش لەگەڵیدا ڕۆیشتم. بە ئەندازەیەک ڕقم لەو شوێنە بوو کە شایەنی باسکردن نییە. پێش ئەوە پێشینەم نەبوو، کە ئەوەندە ناڕەحەت بوو بووم. مێردەکەمیان بۆ مانۆڕکردن ناردە بیابان و من لە کەلاوەیەکدا، کە بۆ مانەوەمان هەڵمان بژاردبوو بە تەنها مامەوە. هەتا لە سێبەریشدا نەمدەتوانی بەرگەی گەرما بگرم. هاو زمانێکم جگە لە پێستسوورە بومییەکان و مەکسیکییەکان نەبوو کە بەدبەختانە ئینگلیزییان نەدەزانی .بەردەوام ڕەشەبا هەڵی دەکرد، هەوایەکی گەرم. خواردنێک کە دەمخوارد و هەوایەک کە هەناسەم پێی دەدا پڕ بوون لە زیخ، زیخ، زیخ. بە ئەندازەیەک ناڕەحەت و خەمگین بووم نامەیەکم بۆ دایک و باوکم نووسی و هەواڵم دانێ کە بە زوویی دەگەڕێمەوە. لە نامەکەدا جەختم لەسەر ئەوە کردبووەوە، کە تەنها خولەکێکیش بەرگەی ناگرم. پێشبینی دەکەم کە لە زینداندا بم، بەلام لێرەدا نەبم!

باوکم وەڵامی نامەکەی منی بە دوو دێڕ دایەوە، دوو دێڕ کە هەرگیز لە بیری ناکەم و بە لەبەرچاوگرتنی ژیانی گۆڕیم: دوو زیندانی لە پەنجەرەیەکەوە لە زیندانندا سەیری دەرەوەیان دەکرد، یەکێک لەوانە لە چاوگێڕانیدا کەشێکی ئاڵۆز و بۆگەنی بەدی کرد و ئەوی تریان ئەستێرە درەوشاوەکانی نێو ئاسمانی بەدی کرد.

ئەو دوو دێڕەم چەند جارێک خوێندەوە و شەرمەزاری دایگرتم. بڕیارم دا سەیری جوانی و ڕازاوەیی و شتە باشەکانی ئێرە بکەم. دەبێ بە دوای ئەستێرە درەوشاوەکاندا بگەڕێم. لەگەڵ "بومی"یەکانی ئەو ناوچەیە پەیوەندی دۆستایەتیم بەست و لە کاردانەوەی ئەوان سەرسام بووم. کاتێ بەو شتانە ئاشنا بووم کە بە دەسترەنگینی ئەوان دروست کرابوون و نایابترین دروستکراوەکانی خۆیانیان وەک خەڵات بە من بەخشی، لە کاتێکدا کە ئامادە نەبوون بیفرۆشن بە جیهانگەڕەکانیش، بە بێبەرامبەر بە منیان بەخشی.

سەبارەت بە دار و درەخت و گیاندارە بێوێنە و سەرسوورهێنەرەکانی ئەو ناوچەیە لێکۆڵینەوەم کرد. زیاتر کاتم بە تەماشاکردنی زەردەپەڕی خۆرئاوابوون لە بیابان و کۆکردنەوەی ئەو گوێچکەماسیانەی کە بە ملیۆنەها ساڵ لەمەوپێش واتە کاتێ کە ئەو ئۆقیانووسانە وشکیان کرد و ئەو بیابانەیان دروست کرد، بەسەر دەبرد.

بەڕاست چ شتێک ئەم گۆڕانکاریە بێوێنەیەی لە مندا هێنایە دی؟

بیابانی "موجاو" و خەڵکانی ئێرە نەگۆڕابوون، تەنها من بووم کە گۆڕا بووم. من بووم کە بە گۆڕینی شێوەی بیرکردنەوەی خۆم حاڵەتێکی نەخوازراوم گۆڕا بوو بە حاڵەتێکی خوازراو لەگەڵ سەرئەنجامێکی شادیبەخش.

بە دۆزینەوەی ئەم دنیا تازەیە ئەوەندە خرۆشام و هاتمە جۆش

Scanned with CamScanner

کە بوو بە مایەی ئەوەی کە لەم بارەیەوە کتێبێک بنووسم لەژێر ناونیشانی "دەستە درەوشاوەکان". لەو زیندانەش کە خۆم بۆ خۆمم دروست کردبوو سەیری دەرەوەم دەکرد و ئەستێرە درەوشاوەکانم دەبینی.

لێرەدا دەبێت ئەوە بهێنمەوە یاد کە خانمی "تلما تامپسون" بۆ دۆزینەوە و کەشفکردنی ڕاستی بەهرەمەند هاتبوو، کە یۆنانییەکان پێنسەد ساڵ پێش لەدایکبوونی مەسیح بەم ڕاستییە گەیشتوون، چونکە لە زانیاری ئەوانەدا ڕستەی خوارەوە بە ڕوونییەکی تەواوەوە دەخوێنمەوە: لەنێوان شتەکاندا بۆ دۆزینەوەی باشترینیان، دژوارترینیان هەڵبژێرە.

بە شێوازێکی تر دەتوانرێ بوترێ: باشترینی شتەکان گرانبەهاترینی ئەوانەیە.

"هاری ئامرسون فوسدیک" لە سەدەی بیستەم، بابەتێکی لەم شێوازە ڕوون دەکاتەوە:

شادی و کامەرانی زیاتر دەستکەوتی ئاسانی و ساکاری نییە، بەڵکوو دەستکەوتی سەرکەوتن و زاڵبوونە بەسەر دژواریدا. شادی و کامەرانی کاتێک بەرجەستە دەبێت و دەستدەکەوێت کە زاڵ بیت بەسەر دژوارییەکانی لیمۆی ترشدا و بیگۆڕیت بە ئاولیمۆیەکی بەتام و خوازراو.

چەند ساڵێک لەمەوپێش لە "فلۆریدا" گوێم بۆ بەسەرهاتەکانی جوتیارێک ڕادێرا، کە ئەویش هەنگاوی هەڵگرتبوو بۆ گۆڕینی دژواری بە شادی و کامەرانی، توانی بووی لە لیمۆی ترشی فاسد و خراپ ئاولیمۆیەکی بەتام و خوازراو دروست بکات.

ئەم پیاوە هەر لە ڕۆژی یەکەمیەوە، کە پێی خستە ناو کێڵگەکەی لە فلۆریدا بە شێوەیەک دووچاری بێزاری بوو، کە زۆری نەما بوو

Scanned with CamScanner

بڕوات و نەگەڕێتەوە. کێلگەکەی ئەو زەوییەکی مردوو و بچووک بوو هەتا بۆ شوێنی بەرازیش گونجاو نەبوو. جگە لە چەند درەختێکی بەڕووی کورت و ژمارەیەکی زۆر ماری ژەهراوی ڕەنگ زەرد شتێکی تری لێ نەدەبینرا.

ئەم جووتیارە لە بەرامبەر ئەم ناکامیەدا چۆکی دانەدا. بیری کردەوە دەتوانێت لەو مارە ژەهراوییە ڕەنگ زەردانە بەهرەمەند ببێت، هەروەها بوو، ئەو لە سەرەتادا کەوتە بیری بەدەستهێنانی گۆشتی مارەکان و لەقوتوونانیان، دوای ئەوە ژەهری مارە کوشندەکانی دەگرت.

زۆری نەخایاند ساڵانە زیاد لە بیست هەزار جیهانگەڕ بۆ دیداری ئەو کێلگە ماراوییە دەڕۆیشتن و تاقیگا زانستییە گەورەکانی جیهان بۆ بەدەستهێنانی دەرمان، سوودێکی زۆریان لەم ژەهرە وەرگرت و لە دروستکردنی دەرماندا بەکاریان هێنا و بەم شێوەیە کڕیارێکی زۆری پەیدا کرد.

جووتیارە سەرکەوتووەکەی ئێمە لە ئێستادا جگە لە بەرهەمهێنانی گۆشتی مار، ژەهرەکەشی بە پارە دەگۆڕییەوە و پێستی مارەکانیشی بە نرخێکی گران دەفرۆشێت. ئەو جانتا و پێڵاوە ئافرەتانەیەی کە لەم جۆرە پێستە دروست کرابوون لە کێلگەی ئەم جووتیارەدا بە نرخێکی گرانبەها بەو خانمانە دەفرۆشان کە شتی گرانبەهایان دەپۆشی و پەسەندیان دەکرد.

لە سەرە ڕێگەی خۆمدا بۆ بینین و سەردانکردنی ئەم جوتیارە، کارتێکی پێست ڕەنگم لە دایرەی پۆستی فلۆریدا کڕی، کە بۆ شانازیکردن بە سەرکەوتویی ئەم کێلگە ماراویەوە چاپ کرا بوو.

من شانازییەکی تەواوم دەکرد بەو گەشتە دوابەدوای یەکانەم بۆ کۆشە و کەنارەکانی ئەمەریکا، کە لەگەڵ پیاوان و ئافرەتانێکی زۆردا

Scanned with CamScanner

ئاشـنا بووم، کە سـەرکەوتوو بوون و تاڵی و ناکامییەکان بە شـیرینی و سـەرکەوتوویی بگۆڕنەوە و لە سـلبیات ئیجابییەکی تەواو فەراهەم بێنن.

"ولیـام بولیتو" نووسـەری کتێبی دوانزە نەفەر لـە بەرامبەر خوداکانیان -کـە خودا لێیـان خۆش بێـت - بیروبۆچوونێکـی جوانـی دەربڕیوە، کە منیش لەگـەڵ بیروبۆچوونەکانیدام.

ئـەو دەڵێـت: گرنگتریـن شـت لـە دنیـادا ئەوەیـە کـە مـرۆڤ لـە سـەرچاوەکانی خـۆی سـوودمەند و بەهرەمەنـد بێـت، ئـەم کارەش لە دەسـتی کۆمەڵێک کەسـانی نەزانیـش دێت، ئەوەی گرنـگ و بە ئەهمیەتە بەهرەمەندبوونـە لـە زەرەر و زیان. پێویسـتی بەهرەمەندبـوون لە زیان بەهۆی هۆشـمەندییەکی لێوانلێوەوەیە، ئەم هۆشـمەندییەش جیاکەرەوەی مرۆڤـی ژیـر و هۆشـیارە لە مرۆڤـی نەزان.

"بولیتـو" کاتـێ ئەم بۆچوونەی ڕاگەیاند کـە قاچێکی لە ڕووداوی ڕێگەی ئاسـنین قرتـا بـوو. ئەمە تەنهـا بولیتـو نەبوو و نییـە کە بـە قاچێکەوە بتوانێـت بیروبۆچوونێکـی خۆشـبەختانە دەربڕێت، من پیاوێک دەناسـم کـە بـە دوو قاچی گـۆج و ئیفلیجەوە لەویش سـەرکەوتووترە و باشـتر توانیویەتـی تاڵـی ئیفلیجییەکـەی بـە شـیرینی سـەرکەوتوویی بگۆڕێت. مۆڵـەت بـدەن بڵێـم کـە ئـەوم چـۆن ناسـی: ڕۆژێـک لە ئاسانسـور (مسعدە)ـی میوانخانەیەکـی گـەورەدا لـە "ئاتلانتـای جورجیا" پیاوێکم بینـی کە لەسـەر کورسـییەکی پێچکەدار دانیشـتبوو. لە کاتێـدا هاتە ناو ئاسانسـورەکە بە خۆشحاڵییەکی سەرنجراکێشـەوە سەلامی کرد و کاتێ ویسـتی دابەزێـت بـە پێکەنینـەوە داوای لێبووردنی لێ کـردم لەوەی کە جێگـەی بـە من تەنگ کـردووە.

دوای بەئەنجامگەیاندنـی کارەکانـم، کاتێ گەڕامـەوە بۆ میوانخانەکە لای خۆمـەوە بیـرم کردەوە کە ئـەو پیـاوە بدۆزمەوە و هۆی خۆشـحاڵی و سەرنجراکێشـییەکەی بپرسم. بە گەڕان و پرسـیار ناوەکەیم لە دەفتەری

میوانخانەکـەدا دۆزییـەوە. کە ناوی "بن فرسـت سـون" بوو.

چـووم بۆ ژوورەکەی، زۆر خۆشـحاڵ بوو کە چووم بۆ سـەردانی و بە خۆشـحاڵییەوە پێشـوازی لێ کردم. دوای ئەوەی مەبەسـتی سەردانەکەم بـۆ ڕوون کردەوە، بە پێکەنینەوە سەرگوزەشـتەکەی بۆ گێڕامەوە.

- سـاڵی 1929 بـوو، بەهـۆی برینـی دارەوە بـۆ ئـەوەی بتوانـم بـۆ پەرژینکردنـی باخەکـەم سـوودی لێ ببینم ڕۆشـتم بۆ دەرەوەی شـار. دارەکانـم خسـتە نـاو ئوتۆمبێـل و ڕوو بـە شـار گەڕامـەوە. بەهـۆی تەکانـی ئوتۆمبێلەکـەوە چڵێـک داری ئەسـتوور لەنـاو دارەکانـدا خـزا و چـووە نـاو بازنـەی سـووکانەکەوە. ئـەم ڕووداوە کاتـێ ڕوویـدا کە بـە خێرایـی لـە پێچێکی ترسـناک نزیـک بوو بوومـەوە. بەهـۆی بوونی دارەکـەوە نەمتوانی سـوکانەکە بچەرخێنم و ئوتۆمبێلەکە خۆی کێشـا بە تاشـەبەردێکدا و بەهـۆی ئـەو بەرکەوتنەشـەوە منی ڕوو بـە درەختێک فـڕێ دا. دڕکەپەتکـی پشـتم بە سـەختی ئـازاری پێگەشـت و قاچەکانم ئیفلیـج بـوون. بیسـتوچوار سـاڵان بووم کـە ئـەم ڕووداوە ڕوویدا، لەو سـاتە بە دواوە ئیتـر نەمتوانیوە بـە یارمەتی قاچەکانم تەنهـا هەنگاوێک هەڵگرم.

لێم پرسـی کە چۆن توانیت ئەم کارەسـاتە بە سنگی فراوانەوە وەربگریت و بەرگـەی بگریت؟ ئەویش دیسـانەوە بە شـادمانییەوە لـە وەڵامدا وتی:

- سـەرەتا زۆر ناڕەحـەت و تـووڕە بـووم، جنێـوم بـە زەوی و زەمان دەدا، بـەڵام دوای ماوەیـەک ماندووبووم و گەشـتمە ئـەو ئەنجامەی کە بێئارامـی جگە لـە تاڵی و چەرمەسـەری هیچی تری لێ ناوەشـێتەوە. بە خۆمـم وت: کەسـانێک کە بـە بینینی من دێـن خۆشەویسـتی دەنوێنن و ڕێـزم لـێ دەگـرن چ پەیوەندییەکیان بـە کارەسـاتەکەمەوە هەیە؟ بۆچی منیـش بە خۆشەویسـتیەوە پێشـوازییان لێ نەکەم؟

- ئایا وا دەزانی ئەم کارەساتە بەدبەختی بە بار بۆ هێنای؟

Scanned with CamScanner

- نەخێـر، لەوانەیـە بڕواپێکـراو نەبێـت ئەگەر بڵێم، ئێسـتا لـە ڕوودانی کارەسـات لـەو قۆناغـەی تەمەنمـدا توانیم سـوودمەند ببم، خۆشـحاڵم، چونکـە دوای بەسـەربردنی دەورەی بێئارامـی و خەمۆکـی پەنـام بردە بـەر خوێندنـەوە. زیاتریـش لایەنگری ئەدەبیـات بـووم، بـەڵام بواری درێژەپێدانیـم نەبـوو. لـە ماوەی چواردە سـاڵدا زیاد لـە 4000 کتێبم لە بـوارە جیاوازەکانـدا خوێندەوە. لـە ڕێگەی گوێگرتنەوە لـە پەندی بەبەها لەگەڵ مۆسـیقا ئاشـنابووم و ئێسـتا لەڕادەبەدەر چێژیان لێ وەردەگرم.

- وا دەزانی چ گۆڕانکارییەک لە ژیانی تۆدا هاتووەتە ئاراوە؟

- گەورەتریـن گۆڕانـکاری بوارێک بوو کە بە یارمەتی ئـەو توانیم دیدگا و بۆچوونەکانـم سـەبارەت بە دنیا بگۆڕم، دیدگایەکی نوێ پیشـان بدەم! لـە دوای ئـەو کارەسـاتە بوو تێگەیشـتم زۆرێک لەو شـتانەی کە هەوڵم بـۆ دەدان، بەهـای هەوڵ و ماندووبوونی منیان نەبوو شـتە بەبەهاکانیش کـە لە ناسـینیان نامۆ بووم.

لـە ئەنجامـی خوێندنەوەدا خاڵـە لاوازەکانم قەرەبوو کردەوە. سەرسـام نەبێـت کـە هـەر بـەم کورسـیە پێچکـەدارە چوومەتـە نـاو بەرابەرکێی سیاسـەتەوە و هەر لەسـەر ئەم کورسـییە وتاریشـم داوە! مـن خەڵکیم ناسی و خەڵکانیش منیان ناسی! - مـن دەزانـم، بـەڵام حـەز دەکەم لە زمانـی خۆتانەوە بیبیسـتم، کە ئێسـتا کارتـان چییە؟

- مـن، "بن فرسـت سـون"، "وەزیری ناوخـۆی فەرمانـڕەوای جۆرجیا"م! خواحافیزیـم لێ کرد، بە کورسـییە پێچکەدارەکەوە تا دەمی دەرگا لەگەڵم هـات. دوای دابڕانـم لێـی بیرم کـردەوە کە مرۆڤ ئەگەر ئیـرادە بکات و بیەوێـت دەتوانێت بە شـوێنێک بگات کە خۆشـی بـاوەڕ نەکات.

مۆڵـەت بـدەن باسـێکی تـر کـە بڕیـار وایە لـە پۆلـە شـەوانەکەمدا بە بەشـداربوانی بڵێم بۆ ئێوەیشی باس بکەم! ڕاسـتتان بوێت ماوەیەکە بۆم

Scanned with CamScanner

دەرکەوتووە، کە کۆمەڵێک لە خوێندکارەکانم لەبەر ئەوەی خوێندنی باڵایان نییە نارەحەتن و گومان دەکەن بەبێ بوونی بڕوانامەی دکتۆرا و هاوشێوەکانی ناتوانن بە هیچ شوێنێک بگەن.

بۆ ئەمە وتارێکی سەرگوزەشتەی "ئال ئاسمیت"م هەڵبژاردووە، کە سەرەتا پێتان دەناسێنم: "ئال ئاسمیت" لە خانەوادەیەکی فەقیرەوە هاتووەتە دنیاوە، خانەوادەیەکی ئەوەندە فەقیر کە هەتا نەیتوانیوە خوێندنی سەرەتایی تەواو بکات. کاتێ باوکی مرد دۆستەکانی پارەیان کۆکردەوە تا تابوتی بۆ بکڕن.

لە دوای مردنی باوکی، دایکی "ئال ئاسمیت" ڕۆژی دە کاتژمێر لە کارخانەیەکی دروستکردنی چەتر کاری دەکرد و زۆربەی کاتەکان ماوەی کارەکەی دەهێنایەوە بۆ ماڵەوە و تا نیوەشەو بێ وەستان کاری دەکرد. "ئال ئاسمیت" لە وەها حاڵەتێکدا گەورە بووبوو، جارێک داوای پێشکەش کردبوو لە نمایشێکدا کە لە یەکێ لە تەلارەکانی کڵێسادا بەڕێوە دەچوو، بەشداری کرد. ئەو بە ئەندازەیەک پەیوەست بوو بە پیشەی هونەرەوە، کە بڕیاری دا هونەری وتاردان و ڕەوانبێژی لە خزمەت کۆمەڵێکدا فێر ببێت.

ئەم حەز و ئاوات و پەیوەستییە ڕوو بە سیاسەت پەلکێشی کرد. تەمەنی سی ساڵ بوو کە بە ئەندامی کۆنگرەی فەرمانڕەوایی نیویۆرک وەرگیرا. ئەو بۆ وەها کارێکی گرنگ ئامادە نەبوو لەبەر ئەوە ترسا بوو کە دەبێ چی بکات. هەتا جارێکیان لە خۆیم بیست کە دەیوت: (هەرگیز نەمدەزانی واتای پلەوپایە چییە! تابلۆی دووورودرێژ و ئاڵۆزم دەخوێندەوە، کە دەبوایە دەنگم پێ بدانایە، بەڵام سەرم لە شتێک دەرنەچوو، کاتێ بووم بە ئەندامی کۆمیسیۆنی جەنگەڵەکان گێژ بووم کە دەبێ چی بکەم، چونکە تا ئەو کاتە نەچووبوومە ناو جەنگەڵەوە. کاتێ بووم بە ئەندامی کۆمیسیۆنی بانک بە شێوەیەک دەستوپێم ون

کردبـوو کـە مەڵێ و مەپرسـە، ئاخر تا ئـەو ڕۆژە هەتا حسابێکیشـم لە بانکـدا نەکردبـووەوە! باوەڕ بکـەن ئەگەر لە دانپێدانان بە تێکشـکانی خۆم لـە بەرامبـەر دایکمـدا کە ئـەو هەمـوو زەحمەتەی کێشـا بوو شـەرمم نەدەکـرد لـە ئەندامی کۆنگـرەی فەرمانڕەوایی پاشـگەز دەبوومەوە).

" ئـال ئاسـمیت" دوای ئـەو نەهامەتـی و مەینەتییـە کە تووشـی بووبوو بەهـۆی نەزانینـەوە بڕیـاری دا بـە هـەوڵ و ڕەنـج، خـۆی بـە قۆناغی زانیـن و زۆرزانیـن بگەیەنێـت. واتە یەکە یەکەی سـلبییەکان بە ئیجابیات بگۆڕێتـەوە. ئـەو بۆ گۆڕینی لیمۆی ترشـی خۆی بـە ئاولیمۆیەکی بەتام ڕۆژانـە شـانزە کاتژمێر خۆی سـەرقاڵی خوێندنـەوە دەکرد.

جێبەجێکردنـی ئـەم ڕەوشـە "ئـال ئاسمیت"ـی لـە نەخوێندەوارییەوە و لـە قۆناغـی بەئەندامبـوون لـە کۆنگرەوە گەیانـدە پلـە و پایەیەکی میللی سـەرکەوتوو. کاری ئـەو بـە ئەندازەیەک پەرەی سـەندبوو کە "نیویۆرک تایمـز" ئـەم کەسـەی بـە خۆشەویسـتترین کەسـی نیویۆرک ناسـاند و لەقەڵەم دا. "ئال ئاسـمیت" دوای دە سـاڵ خوێندنی بەرنامەی سیاسـەتی لە لای خۆیەوە دەسـت پێ کردبوو و بوو بوو بە یەکێک لە کەسـایەتییە ناودارەکانی شـاری نیویۆرک.

ئـەو لـە چـوار دەورەی فەرمانڕەوایـی خۆیـدا لـە شـاری نیویـۆرک کاندیـد کـرا. ئـەم سـەرکەوتنەش تـا ئێسـتا واتە تـا کاتـی دەرچوونی ئـەم کتێبـە هیـچ کەسـێک بەدەسـتی نەهێناوە. ئـەو لە سـاڵی 1928 لە لایـەن دیموکراتیەکانەوە بۆ سـەرۆکایەتی ئەمەریکا کاندیـد کرا. چەندین زانکـۆی گەورەی ئەمەریـکا لە کۆمەڵەی زانکۆکانـی کۆلۆمبیا و هاروارد نمـرەی شـانازیان بەو کەڵـە پیاوە بەخشـی لەگەڵ ئەوەی کـە خوێندنی سەرەتاییشـی تـەواو نەکردبوو.

من لە زمانی "ئال ئاسمیت" بیستم کە دەیوت:

- ئەگەر ڕۆژی شانزە کاتژمێر سەرقاڵی خوێندنەوە نەبوومایە، بێگومان نەمدەتوانی سلبیاتەکانی ژیان بە ئیجابی بگۆڕمەوە و ئەم سەرکەوتنە بە دەست بهێنم، ئێستا، من کە مرۆڤێکی لەڕادەبەدەر بەهۆش نیم و توانیومە ئەم کارە بە ئەنجام بگەیەنم، چۆن خەڵکانی تر ناتوانن؟ تەنها هیمەت و هەوڵی دەوێ.

یاسای نیچە بۆ گەورە پیاوان ئەمە بوو: لە کاتی پێویستیدا نەک تەنها پێشوازی لە کێشە و ئاستەنگەکان بکە و پێیان قایل بە، بەڵکوو ئەوانیشت خۆش بوێت! "ولیام جیمز" لەم ڕوانگەیەوە دەڵێت: نەخۆشی و نەدارییەکانی ئێمەیش دەتوانن هاریکاریمان بکەن بە شێوەک کە چاوەڕوانی ناکەین! لەوانەیە ئەگەر "میلتۆن" نابینا نەبووایە هەڵبەستێکی قووڵ و لێوانلێو لە هەستی دەرنەبڕیایە و ئەگەر "بتهوون" کەڕ نەبوایە ئاهەنگێکی ئەوەندە ڕۆح نەواز و دڵفڕێنی نەدەخولقاند.

"هلن کلر" بەهۆی زاڵبوون بەسەر کوێری و کەڕیدا بەم پایەیە گەیشت. بەڕاست ئەگەر "چایکوفسکی" دووچاری ئەو زەواجە نەگونجاوە نەدەبوو کە ئەوی تا لێواری مەرگ و خۆکوژی ڕاکێشا، چۆن دەیتوانی سەمفۆنیای "پاتنیک" کە لێوانلێوە لە خەفەت و هەست، ڕەقی و توانی هونەری دروست بکات؟

گومان ناکەم ئەگەر "داستایوڤیسکی و تولستوی" ژیانێکی ئارام و هێمنیان هەبووایە بیانتوانیایە شاکاری گەورەی لەڕادەبەدەر بەدی بێنن. داروین، دانیشمەندێک کە ئەمڕۆ بۆچوونەکانی سەبارەت بە بوونەوەر گەیاندە ئاستێک کە ڕوونکردنەوەی بەکورتی گونجاو نییە، خۆی دەڵێت: (ئەگەر بەو ئەندازەیە لاواز و بێتوانا نەدەبووم کە بۆ پاراستنی بوونەوەر خۆم ناچار بکەم بە هەوڵدان هەرگیز لە بەئەنجامگەیاندنی ئەم هەمووە کارەدا سەرکەوتوو نەدەبووم).

"ابراهام لینکلن"، ڕووخسارێکی کەم وێنەی مێژووی ئەمەریکا،

ئەگـەر لـە خانەوادەیەکـی فەقیـر نەدەهاتـە دنیـاوە و لەباتی ئـەوەی لە کەلاوەیەکـی داریـن لـە جەنگەڵـی "کنتاکی" لەدایـک ببێت لە کۆشـکێکی شـکۆداردا دەهاتـە دنیاوە، لەوانەیە هەر ئەوەنـدە بیتوانیایە لە زانکۆیەکدا بڕوانامەیەک بەدەسـت بهێنێ و بە سەروەت و سـامانی خانەوادەکەیەوە شـانازی بـکات، بـەڵام ئەزموونی فەقیـری و ئاڵۆزی ئەوی بـە پایەیەک گەیانـد کە کاتێ لە پلەی سـەرۆککۆماریدا بوو، وتـی: (ڕەنج و نەهامەتی بـۆ خـۆت هەڵبژێرە و ئاسـوودەیی بـۆ هەمووان.)

"هـاری ئامرسـون" لە کتێبێکیـدا بە نـاوی (توانای بەدیکردنی ڕاسـتی)دا دەڵێت:

هەڵکردنی (با)کانی باکوورە، کە دەبێتە هۆی جووڵەی کەشتییەکان.

ڕۆژهەڵاتییەکان پەندێکی جوانیان هەیە کە دەڵێت:

(گوڵی بێ دڕک بوونی نییە.)

ئەگـەر لـە حاڵەتێکـدای کـە وا دەزانیـت هەوڵـدان و تێکۆشـان ناتوانێت لیمـۆی ترشـی تۆ بـە ئاولیمۆیەکـی بەتـام بگۆڕێتەوە، دەسـت لە هەوڵ و تێکۆشـان هەڵمەگـرە، لەبـەر دوو هـۆکار هەرگیز ئەنجامـی هەوڵدان سـلبی نییە:

هـۆکاری یەکـەم: ئەگـەری سـەرکەوتن هەمیشـە بوونی هەیـە، کۆتایی نائومێدییـەکان ئومێـدە، کۆتایـی شـەوە تاریکـەکان ڕۆژی ڕووناکە.

هۆکاری دووەم: ئەگەر هەوڵمان دا و سـەرکەوتوو نەبووین، بە لایەنی کەمـەوە هیـچ نەبێ لە ئەنجامی هەوڵەکانماندا سـلبییەکانمان دەناسـین و ئەگـەری ڕووبەڕووبوونەوەمـان لەگـەڵ سـلبییەکی تردا لەنـاو بردووە، کە لە ڕاسـتیدا پێش لـە ڕوودانی سـلبییە دوابەوایەکەکانمان گۆڕیوەتەوە بـە ئیجابیـات، لە لایەکی تـرەوە هـەوڵ و بیروبۆچوون بـۆ دۆزینەوەی ڕێگەچـارە دەبێتـە هۆی ئازادکردنـی هێزە دروسـتبووەکان و جێگەیەک

Scanned with CamScanner

بۆ بەداخبوون و خەفەتخواردن سەبارەت بە ڕابردووەکان ناهێڵێتەوە.

کاتێ "ئاولیول" کەمانچەژەنی ناودار لە پاریس سەرگەرمی کاری هونەری بوو، یەکێک لە سیمەکانی کەمانچەکە پچڕا، ئەو بەبێ دڵەڕاوکێ بە سێ سیمەوە کۆنسێرتەکەی بەڕێوە برد و گەیاندییە کۆتایی.

لەوانەیە لەم دیدگاوەیە کە ئامرسون دەڵێت: (کاتێ کە لە ژیاندا یەکێ لە سیمەکانی کەمانچەکەتان پچڕا، ئاهەنگەکەی خۆتان بەو سێ سیمەی کە ماوەتەوە بەڕێ بکەن). ئەگەر دەمتوانی وتەکانی "ولیام بولیتو"م لەسەر تابلۆیەک دەنەخشاند و دەموت لەسەر دیواری قوتابخانەکان ئاوێزانی بکەن: گرنگترین شت لە دنیادا ئەوەیە کە مرۆڤ لە سەرچاوەکانی خۆی سوودمەند و بەهرەمەند بێت، ئەم کارەش لە دەستی کۆمەڵێک کەسانی نەزانیش دێت، ئەوەی گرنگ و بەئەهمیەتە بەهرەمەندبوونە لە زەرەر و زیان. پێویستی بەهرەمەندبوون لە زیان بەهۆی هۆشمەندییەکی لێوانلێوەوەیە، ئەم هۆشمەندییەش جیاکەرەوەی مرۆڤی ژیر و هۆشیارە لە مرۆڤی نەزان. بە کۆتاییهاتنی ئەم لایەنە بۆ پەروەردەکردن و بەهێزکردنی شێوەی بیرکردنەوە، کە کامەرانی و ئاسوودەیی دێنێتە ئاراوە.

با یاسای کاری خوارەوە جێبەجێ بکەین: هەوڵ بدەین لە هەر لیمۆیەکی ترش کە شتێک بمانەوێ و نەمانەوێ بوو بە بەشمان، ئاولیمۆیەکی بەتام و خوازراو دروست بکەین! دەست لە هەوڵدان هەڵنەگرین تا سەرکەوتوو بین!

Scanned with CamScanner

بەندی هەژدەیەم

دەرمانی نائومێدی و ڕەشبینی لە چواردە ڕۆژدا

زەمانێـک کـە مەبەسـتم بـوو دەسـت بـەم نووسـینە بکـەم، خەڵاتێکی دووسـەد دۆلاریم بۆ کەسـێک دابین کردبوو کە باشترین و کاریگەرترین داسـتانم بۆ بنووسێت لەسـەر بنەمای ڕووداوە ڕاستەقینەکان، سەبارەت بـە لابرنـی نیگەرانـی یـان سـەرکەوتن بەسـەر نیگەرانیـدا. دادوەرانی ئـەم پێشـبڕکێیە پێکهاتبـوون لـە "سـەرۆکی زانکـۆی ادی ریکـن بیکر، بەڕێوەبـەری هێڵـە هەواییەکانـی ڕۆژهـەڵات و کالتن بـوران ڕاڤەکاری ناسـراوی ڕادیۆ "لە نێوان داسـتانە گەشتووەکاندا تەنها دوو داستانیان بە شـێوەیەکی سـەرنجڕاکێش و گرنگ داڕێژرابوون کە دادوەران نەیانتوانی فەزڵـی یەکێکیان بەسـەر ئـەوی تریاندا بـدەن، بە ناچـاری خەڵاتەکەیان بەسـەر هـەردوو لادا بـە یەکسـانی دابـەش کرد. ئـەو داسـتانەی کە لە خـوارەوە دەیخوێنیتـەوە لە لایەن "بورتون"ـەوە نووسـراوە و بە بڕوای مـن دەتوانێـت بـراوەی خەڵاتی یەکـەم بێت. ئەگـەر چی لـە خەڵاتەکەدا هاوبـەش بـوو: لە نۆ سـاڵیدا چێـژی بێ دایکیم چەشـت. کـە چەندە تاڵ بـوو. دایکبـوون و بـێ دایکبـوون! دوانزە سـاڵان بووم کـە باوکم مرد. باوکـم کوژرا بوو. سـێ سـاڵ دەبـوو کە دایکـم لەگەڵ دوو خوشـکمدا بەبـێ هـەواڵ لە ماڵ ڕۆشـتبوون کە باوکـم کوژرا دەبوایە مـن بە تەنها و بـێ پەناگەیەک ژیانـم بەڕێ بکردایە. حەوت سـاڵ دوای مەرگی باوکم دایکـی ونبـووم نامەیەکی بۆ نووسـیم .تا ئەو کاتە هەواڵێکـم لێی نەبوو.

نەمدەزانی دایکم هەیە یان نا! سەرەتا سەبارەت بە باوکم دەدوێم: سێ ساڵ بەسەر ڕۆیشتنی دایکمدا تێدەپەڕی کە ئەو کارەساتە ڕوویدا و من هەتیو کەوتم. لە ماوەی ڕۆیشتنی دایکم لە ماڵی باوکم بە شەریکی نەفەرێک چێشتخانەیەکی کری بوو، لە ڕێگەی بەڕێوەبردنیەوە ژیانی ئێمەی بەڕێ دەکرد .لە سەفەرێکدا کە بۆ باوکم پێش هات شەریکەکەی بە هەلی زانی و چێشتخانەکەی فرۆشت و هەڵهات. یەکێ لە دۆستەکانی باوکم کە شوێنی ئەوی نەدەزانی بە تەلەفون هەواڵی دایە کە زۆر بە زوویی بگەڕێتەوە. پەلەی ئەو بۆ گەڕانەوە بووە هۆی ئەوەی کە نەتوانێت بە هۆشمەندییەوە شۆفێری بکات و لە ڕێگەی گەڕانەوەدا بە کارەساتێکی دڵتەزێنی ئۆتۆمبێل گیانی خۆی لەدەست دا.

من، کوڕێکی بچووکی دوانزە ساڵان مابوومەوە لەگەڵ دنیای پڕ لە خەم و خەفەت و لە هەمووی گرنگتر بێ پەنایی. نە باوکێک بوو کە پارێزگاریم لێ بکات و نە دایکێک کە فرمێسکەکانی سەر گۆنای منداڵێکی هەتیو بسڕێت. جگە لەم کێشە و ئاستەنگانە کێشە و ئاستەنگی تریش هەبوو .من دەبوایە سەرپەرشتی دوو برای تریشم بکردایە، بەڵام چۆنچۆنی؟ ڕۆژگارێکی دژوار بوو، تەنها و بێ پەنا، بێ پەنا و لە هەمان کاتدا یاوەر و پەناگەی دوو برای بچووکتر.

لێرەدا بوو کە دوو پووری پیر و نەخۆش و فەقیر گەشتنە فریای ئێمە .ئەوان سێ برازای خۆیان بردەوە بۆ ماڵەوە تا سەرپەرشتی و چاودێریان بکەن، بەڵام لە ماڵی پووره فەقیرەکانمدا پەراوێز خرابووین، ئەنجامەکەی ئەوە بوو کە لە شاردا ئاوارە بووین و دەبوایە بە هەر شێوەیەک بوایە لە بێ پەناییدا چاودێری یەکتر بین.

لەوە دەترساین وەک منداڵی هەتیو لە قەڵەممان بدەن و وەک منداڵی هەتیو هەڵسوکەوت و ڕەفتارمان لەگەڵ بکەن کە سەرئەنجامیش هەر وا بوو. من بۆ ژیان پەنام بردبووە بەر خانەوادەیەکی فەقیر و بێکاری

Scanned with CamScanner

پیاوی ماڵەکە، بووە هۆی بڕینی خەرجی من و پیاو و خانمی "لافتین" بردیانمە کێڵگەیەک کە یانزە میل لە شارەوە دوور بوو تا پارێزگاریم لی بکەن.

"ئاغا لافتین" کە حەفتا ساڵ بوو، نەخۆش و پەککەوتە بوو، پێی وتم تا کاتی کە درۆ نەکەم، دزی نەکەم و گوێڕایەڵی فەرمانەکانی بم دەتوانم لێرەدا ژیان بەسەر بەرم. ئەم سی دەستوورە بە تەواوی لە ناخمدا هەڵکۆڵران. دوای ماوەیەک چوومە قوتابخانە، بەڵام هەر لە هەفتەی یەکەمدا گەڕامەوە بۆ ماڵەوە، چونکە هاوپۆلەکانم ئازاریان دەدام. بۆ جاری دووەم کە چوومە قوتابخانە خوێندکارەکان بە لووتی گەورەم پێدەکەنین و پێیان دەوتم "هەتیو" و گاڵتەیان پێ دەکردم. ئەوەندە لە ڕەفتاری ئەوان دڵ بە ئازار بووم، دەمویست لەگەڵیاندا بێمە شەڕ بەڵام "ئاغای لافتین" ئامۆژگاری کردم: (کەسێک کە پشت لە شەڕ دەکات لە کەسێک کە ڕووی تێدەکات گەورەتر و لێبووردەترە. باشتر وایە مرۆڤ پشت لە شەڕ بکات تا بە دوایدا بگەڕێت.)

بەهۆی ئامۆژگارییەکانی "ئاغای لافتین"، من لە شەڕکردن دوورەپەرێزیم دەکرد تا ڕۆژێک یەکێک لە منداڵە چوختی و بێئەدەبەکان بڕێک لە پاشماوەی مریشکی لە کۆڵاندا کردبۆوە و پاشی بە سەر و چاومدا. من زۆر تووڕە بووم و لێدانێکی باشم کرد و داخی خۆمم پێ هەڵڕشت.

ڕۆژێک کڵاوێکی جوانم لەسەر کردبوو کە خانمی لافتین بۆی کڕی بووم کچێکی جوان لە سەری لابردم و پڕی کرد لە ئاو و کردیەوە بە سەرمدا. من هیچ کات لە قوتابخانە نەدەگریام، بەڵام کاتێ دەگەڕامەوە بۆ ماڵەوە هۆن هۆنی گریان بواری نەدەدام. خانمی لافتین بە بینینی ئەم حاڵە جارێک پەندێکی فێر کردم کە تەواوی نارەحەتی و نیگەرانییەکانی لەناو برد و دوژمنەکانمی گۆڕی بە دۆست.

خانمی لافتین بە منی وت: (پەیوەندییان لەگەڵ ببەستە و هەوڵ بدە

Scanned with CamScanner

تێبگەیت و بزانی دەتوانی چی بۆ ئەوانە بکەیت کە تۆ نەخەنە گریان و بە تۆ نەڵێن هەتیو).

کارم بە ئامۆژگارییەکەی خانمی لافتین کرد و نەک تەنها لەگەڵ منداڵەکاندا بوومە دۆست، بەڵکوو لە تاقیکردنەوەکانیشدا پلەی یەکەمم بەدەست هێنا.

سەیر لێرەدا بوو هیچ کام لەو منداڵانەی کە لەمەوپێش دوژمنایەتیان دەکردم لە بە یەکەم دەرچوونم نارەحەت نەبوون و ئیرەیی و حەسوودیان پێ نەدەبردم، چونکە هاوکاریم دەکردن و ئەوانیش هەوڵیان دەدا قەرەبووی هاوکارییەکانم بکەنەوە.

دوای بەدەستهێنانی خۆشەویستی خەڵکی وەک پیشەی هەمیشەییم هاوکاری هاوپۆلەکانم دەکرد لە نووسینی دارشتندا و هاوکاری ئەوانەشم دەکرد سەبارەت بەو ڕاهێنانەی کە ئەبوایە لە پۆلدا بنووسرایە.

یەکێ لەو خوێندکارانەی کە لەوانی تر گەورەتر بوو خەجاڵەت و شەرمەزار دەبوو کە بە ماڵەوەیان بڵێت کە من هاوکاری دەکەم، ئەو بە بیانووی ڕاوکردن لە ماڵ دەهاتە دەرەوە و خۆی دەگایاندە کێڵگەکەی "ئاغای لافتین" تا من لە فێرکردنی وانەکانیدا هاوکاری بکەم.

زۆربەی کاتەکانی من سەرفی نووسین و ئەنجامدانی ئەرکەکان و فێرکردنی وانە بە کچان و کوڕانی هاوپۆلم دەبوو و ئەمەش زۆر گرنگ بوو، چونکە یارمەتیدانی ئەوان دەبوویە هۆی ئەوەی کە خۆم باشتر وانەکان فێر ببم.

حاڵی من زۆر خراپ نەبوو تا کاتێ مەرگ تەنگی بە دراوسێکانمان هەڵچنی لەو ناوچەیەدا. دوو جووتیاری پیر لە دراوسێکانمان مردن و پیاوێکیش خێزانەکەی بەجێهێشت و ڕۆیشت .لە وەها حاڵەتێکدا من

Scanned with CamScanner

مابوومەوە لەگەڵ چوار خانەوادەدا کە خۆمم بە بەرپرس دەزانی تا هاوکاری کۆمەڵێک بێوەژن بکەم. من بە تەواوی هەوڵی خۆمم خستەگەڕ بۆ یارمەتیدان و سەرپەرشتیکردنی ئەو بێوەژنانە.

لە ڕێگەی هاتوچۆی قوتابخانەدا دارم بۆ دەبرینەوە، مانگاکانم بۆ دەدۆشین و ئاو و ئالیکیشم دەدایە ئاژەڵەکان. ئیستا ئیتر لەباتی وشەی ناشیرین و ئازاردەری خەڵکی نزای خێرم دەبیست و لە لایەن هەموانەوە خۆشەویست بوو بووم. ڕۆژگار بەم شێوەیە تێدەپەڕی و من ناڕازی نەبووم.

لە نێوان ئەو کۆمەڵەدا وەها جێگەیەکم بۆ خۆم کردبووەوە کە کاتێ دوای بەڕێکردنی دەورەیەک لە هێزی دەریایی دەگەڕامەوە بۆ ئێرە زیاد لە دووسەد نەفەر هەر لەو ڕۆژەدا سەردانیان دەکرم. لە نێوان ئەو کۆمەڵەیەدا کەسانێک هەبوون کە بۆ بینینی من نزیکەی سەدوبیست کیلۆمەتریان بڕی بوو. پەیوەستبوونی ئەوانە بە منەوە دوور لە ڕیا بوو. ئەوانە لە ڕاستیدا وەڵامی هاوکارییەکانی منیان دەدایەوە و منیش سەبارەت بەوەی کە هاوکاریم کردبوون، نارەحەتی و نیگەرانیم نییە. ئیستا کە ساڵانێکە لەو زەمانە تێدەپەڕێت، ئیتر کەسێک پێم ناڵێت هەتیو و ئازارم نادات.

نووسراوەکەی "س. ر. بورتون" لێرەدا کۆتایی پێ دێت و من لە ڕوونکردنەوەیدا دەتوانم بڵێم: ئافەرین بۆ "بورتون"، کە بە باشی ڕێگەی دۆستایەتی گرتەبەر و دەزانێت چۆن چۆنی بەسەر نیگەرانیەکاندا زاڵ بێت.

خوالێخۆشبوو دکتۆر "لوپ"یش هاوشێوەیەکی وەک "بورتون"بوو. ئەو بیستوسێ ساڵ گیرۆدە بوو بە ئازاری جومگەکانەوە و کاتەکانی لە جێگەدا بەسەر دەبرد. یەکێک لەو کەسانەی کە چەندەها جار سەردانی کردووە و لایەنی وتوویژی بووە لە نامەیەکدا لەم لایەنەوە کە بۆ منی

نارد نووسیویەتی:

(... من چەندەها جار پەیوەندیم کردووە بە دکتور "لوپ"ـەوە، بەڵام لە تەمەنمدا کەسێکم نەدیوە وەک ئەو بەبەڵین و دۆستپەروەر بێت و کەسیشم نەناسیوە کە وەک ئەو بە باشی لە ژیانی بەهرەمەند بوو بێت.)

بەڕاست ئەم نەخۆشەی کە لە جێگەدا کەوتووە چۆن توانیویەتی ئەوەندە قایل بێت و لە ژیانیدا بەهرەمەند بێت؟ لەوانەیە پێت وا بێت کە بە ڕەخنەگرتن لە خەڵکی و سەرزەنشتکرن بە ئامانج گەیشتبێت؟ نەخێر، وا نییە! کەوایە لەوانەیە ڕەفتاری میهرەبانی بووەتە جێی سەرنجی خەڵکانی تر و هەموان پارێزگاریان لێ کردووە. ئەم بۆچوونەی ئێوەیش ڕاست نییە.

ئێستا بۆتانی باس دەکەم، کە ئەو لە چ ڕێگەیەکەوە خزمەتی بە خەڵک دەکرد.

دکتۆر "لوپ" دوای کەوتنی لە جێگەدا، ناو و ناونیشانی زۆرێک لە نەخۆشەکانی کۆ کردەوە و لە سەر مێزێک لە پەنای خۆیدا داینا. دوای ئەم کارە دەستی دایە نووسینی نامەی هیوابەخش بۆ نەخۆشەکان .ئەم نامانەش هەم دەبووە هۆی سەرگەرمی بۆ خۆی و هەم نەخۆشەکانیشی شادمان و ئومێدەوار دەکرد. ئەو لە ڕاستیدا توانی کومەڵگەیەک بۆ کەسانی نەخۆش بکاتەوە و بەئاگایان بێنێتەوە و هانیان بدات بە نووسین و لە کۆتاییدا سەرکەوتوو بوو لە دامەزراندنی (ئەنجومەنی ئەسیرانی نەخۆشی).

دکتۆر "لوپ" هەر لەسەر ئەو جێگەیە ساڵانە هەزاروچوارسەد نامەی دەنووسی و کە مایەی دڵخۆشی و شادمانی بوون بۆ نەخۆشان و لە لایەن ڕادیۆ و کتێب و گۆڤار و ڕۆژنامەکانەوە بڵاو دەکرانەوە.

Scanned with CamScanner

بەڕاست جیاوازی دکتۆر لوپ لەگەڵ کەسانی تردا چی بوو؟

ئـەو لەگـەڵ کەسـانی تردا جیـاوازی نەبوو تەنها هەسـتی دەکـرد کە لە ژیانـدا ئامانجێکـی هەیە بە ئەرکی سەرشـانی خۆی دەزانـی بەو ئامانجە بگات.

نوورێـک کە گەیشـتن بە ئامانجی لـە دڵیدا دەدرەوشـاندەوە، بووە هۆی ئەوەی کە بە پێچەوانەی کەسـانێکەوە ڕەفتار بکات کە زمانیان هەمیشـە بە شـکاتەوەیە و ناڕەزایـی خۆیان دەردەبڕن کە بۆچی دنیا بە خواسـت و ویسـت و چێـژی ئێمـە نییە. لـە دکتۆر لـوب گەرموگـوڕی و توانای مرۆڤایەتـی لە ناخیـدا بوونی هەبوو، هـەر ئەوەندە و بەس.

ئـەوەی بۆتانی دەگێڕمـەوە دەسـتکەوتی بیرۆکەی دەروونناسـێک نییە، بەڵکـوو بۆچوونـی پزیشـکێکە کـە ئامـۆژگاری نەخۆشـەکانی دەکـرد. "ئەلفرد ئەدلر" بۆچونی ئەم پزیشـکەی بەم شـێوازە کـورت کردۆتەوە و دەڵێـت ئەگـەر کار بەم دەسـتورە بکەیت مـاوەی چـوارده ڕۆژ لە بیر و خەیاڵـی هیچوپـووچ ڕزگارت دەبێت.

ئەمـە یاسـای کارەکەیـە: (... لـە ڕێگـەی بیرکردنـەوەوە هـەوڵ بـدە تا بزانیـت چـۆن دەتوانیـت کەسـێک دڵخـۆش بکەیت).

"ئالفـرد ئەدلـر" لە کتێبـە ناودارەکەی خۆیـدا بە ناوی (ژیانـی ئێوە دەبێ چـۆن بێت) کـە کتێبێکی گرنگە و شایسـتەی خوێندنەوەیـە خوازیارم کە بیخوێننـەوە، ئـەم کتێبە هانمـان دەدات کە هەموو ڕۆژێـک کارێکی چاک ئەنجـام بدەیـن! کارێـک کـە ئەنجامەکەی بەختـەوەری ئێمە و کەسـانی تـرە. بەڕاسـت کاری چـاک چییە؟ کاری چاک چـۆن کارێکە؟

حەزرەتـی محەمـەد (د.خ)، پێغەمبـەری ئیسـلام لـەم بارەیـەوە دەڵێـت: (کاری چـاک ئەوەیـە کـە ڕەنگـی خـەم لەسـەر ڕووخسـار بتۆرێنێ و زەردەخەنـەی شـادمانی بخاتـە سـەرلێو).

Scanned with CamScanner

بۆچـی بەئەنجامگەیاندنـی کاری چـاک لـە هەمـوو ڕۆژێکـدا ئەنجامێکی سەرسـوورهێنەری بـۆ ئەنجامـدەری کارەکـە هەیە؟

وەڵامەکەی لەوانەیە ئەوە بێت کە لە کاتی خۆسازدان و بەئەنجامگەیاندنی کارێکـدا کە دەبێتە هـۆی بەختەوەری و ڕەزامەنـدی خەڵکی بۆ ماوەیەک لـە خۆمان بێئاگا دەبیـن و بوارێک بۆ نیگەرانبوون نادۆزینەوە.

یەکێـک لـە هۆکارەکانـی نیگەرانی و تـرس، بیرکردنەوەیە سـەبارەت بە خۆمـان، کاتێ لە خۆمـان بێئاگا بین و بیر لە خەڵکـی بکەینەوە، ڕێگەمان لـە نیگەرانی گرتووە.

بـە گوێرەی دەسـتوری ئادلـر خانمی "ویلیـام ت. مون"، کە لێپرسـراوی ئیـدارەی فێرگەی چۆنیەتی نووسـینە لـە نیویۆرک، لەباتـی چواردە ڕۆژ لـە یـەک ڕۆژدا بـە دڵنەواییکـردن و خۆشـحاڵکردنی دوو منداڵی هەتیو بەسـەر نیگەرانـی و نائومێدی و ڕەشـبینی خۆیـدا زاڵ بوو.

بـا لـە زمانـی خۆیەوە بیبیسـتین، کـە لەم بارەیـەوە چی دەڵێـت: پێنج سـاڵ لەمەوپێـش، لـە مانگـی دیسـەمبەردا بـوو، کـە خـەم و خەفـەت لـە هەمـوو لایەکـەوە هێرشـیان بۆ هێنـا بووم. لەگـەڵ ئەوەشـدا دوای حـەوت سـاڵ پێکـەوە ژیان لەگـەڵ مێردەکەمـدا بە خۆشـی و کامەرانی مێردەکەشـم لەدەسـت دا. بـە نزیکبوونەوەی پشـووی کریسـمس خەم و خەفەتـی منیـش پـەرەی سـەند. تا ئـەو کاتە هیـچ جەژنێکم بـە تەنها بەسـەر نەبردبـوو، ئێسـتا کـە دەبینـم ئەم جەژنـی کریسمسـە دەبێ بە تەنهـا ڕاپەڕێنـم لە تـاو خەم و وەحشـەتدا خەریک بوو دێوانـە دەبووم. دۆسـتانی من، بانگهێشـتیان کـردم تا جەژنی کریسـمس لەگـەڵ ئەواندا بـەڕێ بکـەم، بەڵام مـن کە بینیم بە بێـزاری خۆم ئەوانیـش بێزار دەکەم داواکەیانـم ڕەت کردەوە.

دوای نیـوەڕۆی ڕۆژی پێش پشـوو دەسـتم لـە کار کێشـایەوە و هاتمە

سەر شەقامەکان. بیرم لە خۆم کردەوە کە بینینی خەڵکی دەبێتە هۆی ئەوەی کە نارەحەتیەکانم فەرامۆش بکەم، بەلام بینینی ئەو خەڵکەی کە بە شەوق و زەوق و خۆشەویستی و تەدارەکەوە پیرۆزبابییان لە یەک دەکرد، خەم و خەفەتم رووی لە زیادبوون دەکرد، بەلام بیرکردنەوە لە رۆشتنەوەم بۆ بینا بێدەنگەکەی خۆم ئازاردەر بوو. حەیران و سەرگەردان بووم و نەمدەزانی دەبێ چی بکەم. دوای کاتژمێرێک رێگەکردن بە پێ وادار بوومەوە، کە گەشتومەتە ویستگەی پاس. بە بیرم هاتەوە کە هەندێ جار من و مێردەکەم بۆ گەران و گەشتوگوزار سواری ئەم پاسانە دەبووین و بۆ هەر شوێنێک کە رێک بکەوتایە دەچووین. دوای ئەوە راستەوخۆ سواری پاس بووم، کە گەیشتبووە ویستگەکە. دوای ماوەیەک کە پاسەکە لە جوولەدا بوو، کاتێ بەئاگا هاتمەوە، بینیم گەیشتووینەتە دەریای "هودسن"، دەنگی بلیتفرۆشەکەم بیست کە دەیوت: (خانم گەیشتووینەتە کۆتایی خەت)

لە پاسەکە دابەزیم. نەمدەزانی لە کوێدام. ناوی ئەو شوێنەشم نەبیستبوو. تەنها دەزانم شوێنێکی ئارام و بێدەنگ بوو. چاوەروانی پاسم دەکرد کە بگەرێمەوە. دەبوایە ئارامم بگرتایە تا پاس دەگات، دەستم کرد بە رۆیشتن و رێکردن لەسەر شەقامەکە. کاتێ کە لەبەردەم کڵێسایەک تێدەپەریم ئاهەنگی رۆحپەروەر "شەوی بێدەنگ" کەوتە بەر گوێم. ئەوەندە سەرنجی راکێشام کە بە بێئاگایی چوومە ناو کڵێساکەوە. لە کڵێساکەدا جگە لە هونەرمەندێک کە ئاهەنگی لێدەدا کەسێکی تر نەبوو. بە ئەسپایی لەسەر یەکێک لە کورسییەکان دانیشتم.

پرتە پرتی درەوشاوەی درەختی کریسمس وەک ئەستێرەکان بوو، کە لە ئاسماندا لەژێر رووناکیی مانگدا سەما دەکەن. ئاهەنگی ئارامی بەخش، ماندوویەتی و برسێتی کە لە بەیانییەوە هیچم نەخواردبوو بە شێوەیەکی وەها بێهۆشی خستم کە هەر لەوێدا چوومە خەوەوە.

Scanned with CamScanner

کاتی بەخەبەر هاتمەوە نەمدەزانی لە کوێدام. سەرەتا ترسام، بەڵام بە زوویی دوو منداڵم بینی کە بە ڕواڵەت بۆ بینینی درەختی کریسمس هاتبوونە کڵیسا. یەکێک لەوانە کە کچێکی منداڵ بوو ئیشارەی بۆ من دەکرد و بە منداڵەکەی تری دەوت: (لەوانەیە بابانوئێل ئەم خانمەی هێنابێت!)، منداڵەکان لە بەخەبەرهاتنی من ترسان، بەڵام من پێیانم وت کە ئازاریان نادەم. پۆشاکەکانیان کۆنە بوو. لێیانم پرسی کە دایک و باوکتان لە کوێن؟ وەڵامیان دایەوە (ئێمە دایک و باوکمان نییە.)

حاڵەتی سۆز و بەزەیی ئەو دوو منداڵە هەتیوە کە لە من خەمگینتر و دەردەدارتر بوون، منیان شەرمەزار کرد لەوەی کە خەمی خۆم دەخۆم.

لەگەڵ ئەوانەدا لە درەختێک نزیک بوومەوە بۆ ئەوەی منداڵەکان بە باشی سەیری درەختەکە بکەن. دوای ئەوە دەستیانم گرت و بردمن بۆ دوکان و بڕێک شیرینی و کەلوپەلی یاریکردنم بۆ کڕین. بەم کارە هەستم بە خۆشییەکی زۆر سەرسووڕهێنەر دەکرد لە ناخی خۆمدا. ئەم دوو منداڵە هەتیوە منیان ڕزگار کرد لە نیگەرانییەک کە خۆم دروستم کردبوو و چەند مانگێک بوو ئازاری دەدام.

هەر لەوێدا سوپاسی خوای گەورەم کرد، کە هیچ نەبێ دەورانی منداڵیم لە پەنای باوک و دایکی میهرەبانمدا بەسەر بردووە. ئەو ئەزموونە پیشانی دام کە پێویستە بۆ خۆشحاڵکردنی خۆمان هەوڵ بدەین بۆ شادکردنی خەڵکانی تر. لە دوای ئەوە هەوڵم دەدا بە شادکردنی خەڵکی خۆم شادمان بکەم.

دەتوانم سەرگوزەشتەی کەسانێکی زۆرتان بۆ باس بکەم کە لە ڕێگەی یارمەتیدانی خەڵکییەوە کە لە ڕاستیدا یارمەتیدانی خۆیانە توانیویانە بەسەر نیگەرانییەکانی خۆیاندا زاڵ بن، بەڵام چونکە باسەکە درێژە دەکێشێت مۆڵەت بدەن یەکێک لە سەرگوزەشتە نایابەکانتان بۆ

بگێڕمەوە کە پەیوەندی بە خانمی "مارگرت تیلور یاتز"ەوە هەیە.

خانمی "یاتز" چیرۆکێکی زۆری نووسیوە کە سەرنجڕاکێشترینیان بە بۆچوونی من چیرۆکی ڕاستەقینەی بەشێک لە ژیانی خۆیەتی کە ئێستا کورتەیەکتان بۆ دەگێڕمەوە.

زیاتر لە ساڵێک بوو کە بەهۆی نەخۆشی دڵەوە زەجرم دەکێشا. لە شەو و ڕۆژێکدا نزیکەی بیستودوو کاتژمێرم لەسەر جێگەدا بەسەر دەبرد. درێژترین ڕێگەیەک کە دەمبڕی ماوەی نێوان جێگەکەم تا باخچەی ماڵەکەم بوو. وا دەزانم ئەگەر هێرشی یابانییەکان بۆ "پرل هاربر" دەستی پێ نەدەکرد دەبوایە باقی ماوەی تەمەنم لەسەر جێگە بەڕێ بکردایە. بەڵام ئەم هێرشە پڕ نەهامەتییە بۆ من چارەنووسێکی خۆش بوو.

ڕۆژێکیان وەک پیشەی هەمیشەییم لەسەر جێگەکەم ڕاکشا بووم، بۆمبێک لە نزیک ماڵەکەمەوە تەقیەوە. توندی تەقینەوەکە منی لەسەر جێگەکەم خستە خوارەوە. هێرشی یابانییەکان زۆر دژوار بوو. شار شڵەژا بوو. زۆرێک بێماڵ بوو بوون. سوپاکان داوایان لە خەڵکی دەکرد کە یارمەتی ئەوانە بدەن کە ماڵیان نییە.

ئەوان داواشیان لە من کرد کە مۆڵەتیان بدەمێ لە تەلەفونی ماڵەکەم سوود وەربگرن بۆ بەدەستهێنانی زانیاری لە حاڵی سەربازانێک کە لە شەڕدا بوون. من نەک تەنها داواکەیانم ڕەت نەکردەوە، بەڵکوو خۆیشم هاوکاریم دەکردن.

سەرەتا لەسەر جێگەکەم وەڵامی پرسیاری ئەو ئافرەتانەم دەدایەوە کە سەبارەت بە مێرد و منداڵەکانیان دەیانکرد و زانیاریان بەدەست دەهێنا. یەکەمین ئەنجامی پۆزەتیڤانەی کارەکەم ئەوە بوو کە زانیم مێردەکەم زیندووە و بە سەلامەتی لە مەیداندایە لەگەڵ نەبەردەکاندا.

Scanned with CamScanner

کەم کەم لەسەر جێگەکەم هاتمە خوارەوە، کاتێکی زۆرم بە پرسیار و وەڵام دەربارەی سەربازان و جەنگاوەرانەوە خەریک دەکرد. وای لێهات کە لە شەو و ڕۆژێکدا زیاتر لە هەشت کاتژمێر بۆ پشوودان نەدەمایەوە.

کاری من ئەوە بوو ئەو زانیاریەی بەدەستم دەهێنا سەبارەت بە جەنگاوەرەکان، بە هاوسەران و دایکانی هێزە جەنگاوەرەکانم دەگەیاند و دڵدانەوەی ئەوانەشم دەکرد کە هیچ هەواڵێکیان پێ نەگەشتبوو و خوازیاری ئەوە بوون کە هەواڵێکیان سەبارەت بە کەسەکانیان پێ بگات کە لە بەرەی جەنگدا بوون.

لە کۆتاییدا بە شێوەیەکی ئەوتۆ شارەزای کارەکەم بوو بووم، کە زۆر بە ئاسانی کارەکەمم ڕادەپەڕاند و بە تەواوی بێتوانایی خۆمم فەرامۆش کرد. هێزێک کە ئەم کارە بە منی بەخشی لە خەونیشدا وێنەی نەبوو. فێری شتانێک بووم کە شایستەی ئەوە بوون بە هۆیانەوە ژیان بەسەر بەرم.

ئەو دەرسە گەورەیەی من لە نەبەردەکانی پرل هاربر فێر بووم ئەوە بوو، کە بواری ئەوە بە خۆم نەدەم کە بیر لە خۆم بکەمەوە. بە گومانی من بۆچونی "کارل یونگ"، کە یەکێکە لە دەروونناسە گەورەکان لە سەدا سەد حەقیقەتی هەیە، لەگەڵ ڕاستیدا دەگونجێت، کاتێ دەیوت: (زیاتر لە 3/1ـی نەخۆشەکانی من نەخۆشی واقعی نین. ئەوانە کەسانێکن کە ناتوانرێ بە نەخۆشیەکانیان بوترێ نەخۆشی دەروونی، بەڵکوو ئەوانە لە بێهوودەیی و پووچی ژیانی خۆیانەوە زەجر و ڕەنج دەکێشن و گومان دەبەن کە نەخۆشن).

ئەگەر قایل بین کە حەق لای "کارل یونگ"ـە، کەوایە 3/2 لە نەخۆشە دەروونییەکان دەتوانن لە ژێر دروشمی:

Scanned with CamScanner

(کاتـی خـۆت سـەرفی یارمەتیدانـی خەڵکـی بکـە)دا، خۆیـان دەرمان و چارەسـەر بکەن.

ئێستا لەوانەیـە تۆ بڵێیـت کە داسـتانی خانمی "مون" کاریگەری لەسـەر مـن نییـە، یان ئەگەر من لە شـوێنی ئـەودا بوومایە هەمـان کارم لەگەڵ ئـەو دوو منداڵـە هەتیـوەدا دەکـرد، بەڵام هیـچ کاریگەرییەکـی نەدەبوو و داسـتانەکەی خانمـی "یاتز"یـش ئەوەنـدە گرنگ و بەئەهمیـەت نەبوو، بۆچـی مـن ڕۆژانـە هەشـت کاتژمێـر کار دەکـەم و هیـچ ڕوداوێک کە شـایەنی لەبیرنەکردن بێـت ڕوونادات.

چـۆن دەتوانـم بـە یارمەتیدانـی خەڵکـی خۆم فەرامـۆش بکەم، تـازە لە فەرامۆشـکردن چ شـتێکم دەسـت دەکەوێت؟

پرسـیارێکی باشـە، هـەوڵ دەدەم وەڵامـی بدەمـەوە: هەرچـی ژیانـی ئێـوە سسـت و لاوازکـەر و یـەک ڕەنـگ بێـت دیسـان هەمـوو ڕۆژێ لەگـەڵ کۆمەڵێکـدا ڕووبـەڕوو دەبیتەوە. بەڕاسـت چی لەوانـە دەکەیت؟ تەنهـا بـە سەرسـامیەوە سـەیریان دەکەیت، یا لـە ناخی خۆتدا دەسـت دەکەیـت بـە لێکدانەوەیان؟ بۆ نموونە سـەبارەت بـە نامەبەر چی دەزانی کـە چەندەهـا کیلۆمەتـر ڕێگـە دەبڕێـت تـا نامەکـەی ئێـوە بگەیەنێت و ساڵانێکیشـە ئـەم کارە ئەنجام دەدات؟ ئایا شـتی وا بووە کـە هەتا یەک جـار لـە نامورادیەکانـی ژیانی ئەویـش بکۆڵیتـەوە؟ هەرگیـز حاڵی ژن و منداڵەکانیت پرسـیوە؟ سـەبارەت بـە شـاگردێکی وردەواڵەفرۆش چی ئەڵێیـت؟ ئـەی ئەو ڕۆژنامەفرۆشـە و ئـەو منداڵـە بۆیاخچییە؟

ئەمانـە هەمـوو مرۆڤـن و دڵیـان بـاڵ لێدەدا بـۆ ژیانێکی پڕ خۆشـی و کامەرانی.

ئەوانـە دەیانـەوێ شـاد و کامـەران بـن و خەڵکیش لە شـادی خۆیاندا بەشـدار بکەن! دیـارە پێویسـت ناکات کەسـێکی چاکەخـوازی گەورەی

Scanned with CamScanner

کۆمەڵایەتـی بیت تا دنیا باشـتر بکەیت، ئێوە باشـتر وایـە دنیای خۆتان چـاک بکـەن. لـە سـبەینێوە دەتوانیت ئـەم ڕەوشـە پراکتیـزە بکەیت لە بـارەی کەسـانێکەوە کـە پەیوەندیان هەیـە لەگەڵت.

ئەم کارە چ سوودێکی بۆ ئێوە هەیە؟

خۆشی و کامەرانی و بەختەوەری و شانازی دەستگیرتان دەبێت.

'ئەرسـتۆ' ئـەم ڕەوشـە بـە جۆرێک لـە خۆپەسـەندی ژیرانـە دەزانێت، زەردەشـت پێغەمبەری ئێرانی دەڵێت: (خزمەتکردنی دروسـتکراو ئەرکێک نییە، جۆرێکە لە چێژ. لەگەڵ ئەوەشـدا بۆ سـەلامەتی و خۆشـی ڕێنمونی ئێوە دەکات).

'فرانکلیـن' بۆچوونەکـەی زەردەشـت بـەم شـێوەیە ڕوون دەکاتـەوە: (... کاتـی کارێکـی چـاک بـۆ خەڵکـی ئەنجـام دەدەیت، زیاتـر لـەوان خۆشەویسـتیت لەگـەڵ خۆتـدا نوانـدووە).

ڕۆژێـک لـە پرۆفیسـۆر 'لیـون' مامۆسـتای زانکـۆی 'یـال' لـە بارەی دەربڕینـی خۆشەویسـتی بـۆ خەڵکـی پرسـیم و ئـەو وتی:

سـادەترین کار بەئاگابونـە لـە خەڵکـی، چونکە هەم ئەوانە خۆشـحاڵ دەکات هـەم ئێمەیـش ڕەزامەندین کە کەسـێکمان خۆشـحاڵ کردووە، بۆ نموونـە کاتێ دەسـت دەدەیتە ژێر بـاری باربەرێک کە بارێکی قورسـی بـۆ تۆ هەڵگرتـووە، ئەوەندە خۆشـحاڵ دەبێت ماندوویەتی لە جەسـتەی دەردەچێت.

هیـچ لەبیـرم ناچێت کە ڕۆژێکی گەرمی هاوین بـۆ خواردنی نانی نیوەڕۆ چووبوومـە هۆڵی نانخواردنی شـەمەندەفەری نیوهان. شـەمەندەفەرەکە وەک کوورەیەکی ئاسـنگەری گەرم بوو. کاتێ لێپرسـراوی چێشـتخانەکە حەق و حسـابەکەی دایە دەسـتم پێم وت:

(وا بزانـم ئـەو چێشـتکەرانەی کـە سـەرگەرمی لێنانـی چێشـتن ئەمڕۆ

Scanned with CamScanner

ئازارێکـی زۆریـان چەشـتووە؟)، لێپرسـراوی چێشـتخانەکە لـە وەڵامدا وتـی: (پەنـا بـە خودا، هەمـوو ئەو کەسـانەی دێنە ئێرە لـە گەرمی هەوا و خراپـی خواردنەکـە ناڕەزایـی دەردەبڕن، بەڵام تۆ لـە بیری ناڕەحەتی چێشـتلێنەرەکاندایت! خۆشـحاڵم کە وا نازانی ئەوانیش وەک ئاسـنەکانی شـەمەندەفەرەکە پتەو و بێهەسـتن.)

کەسـانێک کە بۆ ئێمە زەحمەت دەکێشـن جگە لە ڕۆژانەکەیان کەمێکیش لـە ئێمە چاودێـری و بەئاگابوونیان دەوێ، باوەڕ بکەن ئـەم بەئاگابوونە دەبێتـە هـۆی ئەوەی کە کارەکانیان باشـتر بەئەنجام بگەیەنن و ئەمەش لـە قازانجی ئێمەیە.

پەندێکی پێشینانی چینی دەڵێت:

هەمیشـە بۆنـی عەتـر بـە دەسـتی کەسـێکەوە دەمێنێتـەوە، کـە گوڵێک پێشـکەش بە ئێمـە دەکات.

بەسـەرهاتێک کە لە خوارەوە دەینووسـم لە زمانی خانمێکەوە بیستوومە، کە ئێسـتا دایەگەورەیەکی سـەرکەوتوو و چاکە! کاتێ ئەم بەسـەرهاتەی بـۆ گێڕامەوە جەختی لەسـەر ئەوە دەکردەوە کە مێردەکـەی تا ئەو کاتە لە بەسـەرهاتەکەی بێئاگا بووە.

مـن کچێکـی فەقیر بـووم. ئەوەندە فەقیـر بووم کە نەمدەتوانی پۆشـاکی بـاش بپۆشـم، بـەڵام منیـش وەک هەمـوو کچەکانـی تر حـەزم دەکرد جلوبەرگـی بـاش بپۆشـم و بـۆ شـوێنی باش بـڕۆم و هاودەمی باشـم هەبێت. بۆ نموونە کاتێ دەچوومە ناو شـوێنی سـەماوە لەگەڵ گەنجێکدا کە لەگەڵ مندا سـەمای دەکرد سـەبارەت بە نەخشـەی داهاتوو پرسیارم دەکـرد، هەڵبەتـە لەبـەر ئـەوە پرسـیارم نەدەکـرد، چونکە پێویسـتم بە وەڵامەکانیان هەبوو، نەخێر! تەنها لەبەر ئەوە دەمپرسـی کە سەرگەرمیان بکەم و سـەرنجی پۆشـاکە کۆنەکانـم نەدەن. ئەوانیش کاتێ کە کێشـە و

Scanned with CamScanner

ئاستەنگەکانی خۆیان بۆ من باس دەکرد خۆشحاڵ دەبوون.

دوای ماوەیەک هەستم کرد بە وەڵامی ئەم پیاوە گەنجانە پابەند بووم و دوایی بە پەیوەندییەکی زۆرەوە گوێم بۆ گفتەکانیان ڕادەدێرا. دەزانیت دەستکەوتی ئەم کارە چی بوو؟ زۆر بە زوویی من بوومە خۆشەویسترین کچ لەنێو ئەو کۆمەڵەدا، بە شێوەیەک کە سێ نەفەر لەو گەنجانە هاتنە خوازبێنیم.

بەهەرحاڵ، ئەگەر دیدگای مەزهەبیت هەیە گەورەکانی ئاینە جیاوازەکان ئامۆژگاری خەڵکیان کردووە، کە ئاگایان لە خەڵکی بێت و یارمەتیان بدەن، ئەگەر دیدگای مەزهەبیت نییە وا دەزانی جیهانێکی تر بوونی نییە، حەتمەن قایلیت بە خزمەتکردنی خەڵکی و دەبێت ئەوە بزانیت کە ئەو ڕۆژانەی لەدەست دەچن ناگەڕێنەوە، کەوایە باشتر وایە هەر چاکەیەکتان لەدەست دێت کەمتەرخەمی مەکەن و پیشانی بدەن، چونکە ڕێگەیەک کە دەیبڕی دووبارە شایستەی بڕین نییە.

لەگەڵ ئەوەی کە لەم بەندەدا وترا، ئەگەر دەتەوێت نیگەرانی لە خۆت بە دوور بگریت و ئارامی و ئاسوودەیی جێگەی بگرێتەوە سەرنج بدەرە ئەم دەستوورە و لە پراکتیزەکردنیدا بەردەوام بە:

بە پیشاندانی دڵسۆزی و پەیوەستبوون بە کەسانی ترەوە خۆتان لە بیر مەکەن. هەموو ڕۆژێک کارێکی چاک لەبەر خاتری خەڵکی ئەنجام بدە و دوای بەئەنجامگەیاندنی بە زەردەخەنەیەک ڕەونەق بە ڕووخسارت بدە! کورتەی فرمانەکانی بەشی چوارەم و پێنجەم

حەوت ڕێگە بۆ پەروەردەکردنی چۆنیەتی بیرکردنەوە کە ڕابەرایەتی ئێوە دەکات بە خەیاڵێکی ئاسوودە و کامەران.

Scanned with CamScanner

فرمانی یەکەم:

مێشکی خۆمان پڕ بکەین لە ئەندیشە گەلێک کە بەدیهێنەری خۆشبەختی، سەلامەتی و ئومێدەوارییە، لەبەر ئەوەی ژیانی ئێمە دەستکەوتی بیرۆکەیەکە کە مەیدان کاری پێ دەدەین.

فەرمانی دووەم:

تێبکۆشین تا بە مەهارەتی خۆمان لە بیری تۆڵەسەندنەوە لە دوژمنانمان نەبین، چونکە لە کاتێکدا دەکەوینە بیری تۆڵە سەندنەوە و پراکتیزەکردنی لە دوژمنان زیاتر ئازار بە خۆمان دەگەیەنین. وەرن با پەیڕەوی لە ڕەوشی ژەنراڵ "ئایزنهاور" بکەین کە دەڵێت: (ئامادە نیم خولەکێک لە بیرکردنەوەم بە کەسانێکەوە خەریک بکەم کە خۆشمیان ناوێ.)

فەرمانی سێیەم:

ا- لەباتی ئەوەی لە ناسوپاسی خەڵکی بڕەنجێیت چاوەڕوانی ناسوپاسیان لێوە بکە.

فەرامۆشی نەکەیت کە حەزرەتی عیسا لە ڕۆژێکدا شیفای دە نەخۆشی دەدا، بەڵام تەنها یەکێک لەو نەخۆشانە سوپاسی کرد. بۆچی چاوەڕوانی ئەوەیان لێ بکەین کە ڕەفتارێکی باشتر لە پێغەمبەرانی خودا لەگەڵ ئێمەدا بنوێنن؟

ب- لەبیری نەکەین کە تەنها ڕێگەیەک بۆ گەیشتن بە خۆشبەختی و شادی ئەوە نییە کە چاوەڕوانی ئەوە بین کەسانێک سوپاسمان بکەن و ئەو سوپاسکردنە ڕاگەیەنن لەبەر ئەوەی کارێکمان بۆ ئەنجام داون و هاوکاریمان کردوون، بەڵکوو دەستکەوتی خزمەتی ئێمە کامەرانی و

Scanned with CamScanner

ڕەزامەندییەکە کە بە هۆی بەخشین و لێخۆشبوونەوە بۆمان فەراهەم بووە.

ج- با بزانین و بەئاگا بین، کە سوپاسگوزاری لە بەرامبەر کار و کرداری خەڵکیدا سەبارەت بە ئێمە جۆرێکە لە پەروەردەکردن، کەوایە ئەگەر دەمانەوێت منداڵەکانمان لەم تایبەتمەندییە بەهرەمەند بین و دابونەریتی سوپاسگوزارانەیان هەبێت، وەرن با بە پێزانین و سوپاس ناسییەوە پەروەردەیان بکەین.

فەرمانی چوارەم:

هەمیشە ئەو نیعمەت و شتانە بژمێرە کە پێت بەخشراوە، نەک بێبەشییەکانت. ئەگەر بەخشیش و نیعمەتەکانت بژمێریت تێدەگەیت لە بەرامبەر هەر نامورادییەک و بێبەشییەکدا چەندین نیعمەتت بەسەردا ڕژاوە کە ئەم بەخشیش و نیعمەتانەش بەسن بۆ ڕەزامەندبوونی تۆ.

فەرمانی پێنجەم:

هەوڵ بدە پابەند نەبیت بە خەڵکەوە و لاساییان نەکەیتەوە. خۆتان بناسن و پشت بە توانا و لێهاتوویی خۆتان ببەستن، چونکە لاساییکردنەوە کوشتنی توانا و لێهاتووییەکانی خۆتە هەتا لە کاتی سەرکەوتنیشتدا لە لاساییکردنەوەکەتدا کەسێکی لاساییکەرەوەی نەک داهێنەر.

فەرمانی شەشەم:

لەو لیمۆ ترشەی کە دەستتان دەکەوێت، هەوڵ بدەن ئاو لیمۆیەکی بەتام بگرن. خراپترین کێڵگە ئەو کێڵگەیە بوو کە بەبێ کێڵاندن پڕ بوو لە ماری ژەهراوی ترسناک، بەڵام خاوەنی بەئاگا و هۆشیار

ئەو کێلگەیەی کردە شوێنی داهێنان و لە ژەهری مارەکانیش ئەوەندە سوودمەند بووبوو، کە ئەگەر کێلگەیەکی بە پیت و بەرەکەتیش بوایە ئەوەندە سوودمەند نەدەبوو.

فەرمانی حەوتەم:

نارەحەتییەکان بە خزمەتکردن بە خەڵکی و خۆشحاڵکردنیان لەبیر خۆتان بەرنەوە.

کاتێک کە لەگەڵ خەڵکیدا میهرەبان دەبیت، دەبیتە هۆی خۆشحاڵکردنیان، ڕەزامەندی و شادی و کامەرانی ئەوانیش پریشکی بەر ئێوە دەکەوێت، هەر لەبەر ئەوە بە شادکردنی خەڵکی خۆتانتان شاد کردووە.

Scanned with CamScanner

بەشی شەشەم

بەندی نۆزدەیەم

ڕێگەیەکی تۆکمە و تەواو بۆ زاڵبوون بەسەر نیگەرانیدا

لـە بەندەکانـی پێشـوودا بۆتانـم بـاس کـردووە، کـە لـە کێلگەیـەک کە لـە میسـوری بـوو هاتوومەتـە دنیـاوە و گـۆش کـراوم. ئێمەیش وەک زۆربـەی جووتیارانـی ئـەو زەمانە فەقیر و بـێ دەرامـەت بووین. دایک و باوکـم سـاڵانێکی زۆر زەحمەتیـان دەکێشـا و بە کێشـە و ئاسـتەنگ و سـەختی دەسـت و پەنجەیـان نـەرم دەکرد. دایکـم لـە قوتابخانەیەک لە لادێدا دەرسـی دەوتـەوە و باوکم بـە کاری جووتیارییەوە سـەرقاڵ بـوو. دەرامەتـی مانگانـەی ئـەم جووتە زەحمەتکێشـە لە دوانـزە دۆلار تێنەدەپـەڕی. دایکـم نـەک تەنهـا جلوبەرگـی ئێمـەی دەشـۆرد، بەڵکـو خۆیشـی سابوون و پێویسـتییەکانی شۆردنی دروسـت دەکرد. جگە لەو ساڵەی کە بەرازەکانمان فرۆشـت، کەمتر پارەی مۆڵ دەهاتە دەسـتمان. لە وشکەفرۆشـەکان ئارد و شـەکر و قاوە و شـتی ترمان وەردەگرت و لەبەرامبەریـدا کـەرە و هێلکەمـان دەدانێ.

دوانـزە سـاڵان بـووم، بـەڵام پەنجـا سـەنتم نەبوو کـە خەرجـی بکەم. هەرگیـز ڕۆژێک لەبیـر ناکەم کە بـۆ جەژنی چوارەمی مانگـی (تەمموز) دەڕۆشـتم. ئـەو ڕۆژە باوکـم دە سـەنتی پـێ دام تا بە هەر شـێوەیەک بەوێـت خەرجـی بکەم. ئەو دە سـەنتە ئەوەنـدە منی شـادمان کرد، کە

وامدەزانی تەواوی سەروەتە ئەفسانەئاساکانی هیندیان بە من داوە، ئەمە لە کاتیکدا بوو کە بۆ گەشتن بە قوتابخانەی یەک پۆلی لادێ دەبوایە ڕۆژانە چەندەها کیلۆمەتر ڕێگەم ببڕیایە.

لە بیری ناکەم کە لە زستاندا لەژێر سەرمای 28 پلە لە خوار سفرەوە بە چ دژوارییەک ئەو ڕێگەیەم دەبڕی. تا تەمەنی چواردە ساڵی پێلاوم نەبوو .بە درێژایی زستانی پڕ لە سەهۆڵ و بەفر هەمیشە پێیەکانم تەڕ بوو.

هیچ کات بە بیرمدا نەدەهات کە کەسێک لە زستاندا پێیەکانی وشک و گەرم بن، چونکە هەستم بەو گەرمایە نەکردبوو. باوک و دایکم لە شەو و ڕۆژدا 16 کاتژمێر کاریان دەکرد -کار کە نا، گیانیان دەکێشا- بەلام هەمیشە لە ژێر باری قەرز و دژواریدا دەیان ناڵاند.

لە هەر حەوت ساڵدا شەش ساڵ ئاوی دەریای 102 دەهات و هەموو دانەوێڵە و دەستهاتەکانمانی لەناو دەبرد. تەنها ساڵێک دەریا سەری نەکرد، بریا ئەو ساڵەش سەری کردایە، چونکە ئەو ساڵە جگە لە دەستکەوتی باش باوکم دەستی کرد بە ڕاگرتن و بەخێوکردنی بەراز، بەلام بە شێوەیەک نرخی ئاژەڵ لە بازاڕی "شیکاگۆ" هاتبووە خوارەوە، کە لە دوای ئەو هەموو ڕەنج و زەحمەتە تەنها 30 دۆلارمان دەست کەوت. 30 دۆلار دەستکەوتی یەک ساڵ کار و زەحمەت! ڕوومان لە هەر کارێک دەکرد دەستکەوتەکەی ڕەنج و زەحمەت بوو و سەرئەنجامیش زەرەر. دوای دە ساڵ لێبڕان و کارکردن بە بەردەوامی نەک تەنها پارەیەکمان نەبوو، بەلکوو سەرباری ئەوەش تا بینەقاقا لە قەرزدا چەقیبووین. کێلگەکەشمان بە ڕەهن وەرگیرا، ئەو بانکەی کە کێلگەکەی باوکمی بە ڕەهن وەرگرتبوو لە باتی قەرز هەڕەشەی ئەوەی لێ دەکردین کە کێلگەکە مولکی خۆیەتی و پەیوەندی بە ئێمەوە نەماوە. باوکم تا ئەو کاتە تەمەنی 45 ساڵ بوو، دوای

Scanned with CamScanner

30 سـال گیانکێشـان هیـچ شـتێکی جگـە لە قـەرزاری بۆ نەمابـووە لە تـاودا دووچـاری خـەم و پەژارە بوو و تەندروسـتی خۆی لەدەسـت دا. بـە بوونـی ئەو هەمـوو کارە سـەخت و دژوارە لـە خواردنیش کەوت و ئیشـتیهای نەمـا و بە ناچـاری داو و دەرمانی ئیشـتیهای بـەکار دەهێنا. ڕۆژ بـە ڕۆژ لاوازتـر و بـێ تواناتـر دەبـوو. پزیشـکی چارەسـازی بە دایکمـی وتبـوو کە زیـاد لە شـەش مانگی تـر نامێنێ و دەمـرێ. باوکم بـە ئەندازەیـەک نیگەران بوو کـە ژیانی زۆر بە بێبایـەخ دەهاتە بەرچاو.

چەنـد جارێـک لـە دایکمـم بیسـت کـە دەیـوت هـەر کاتـێ باوکـت بۆ ئالیکـدان بە ئەسـپەکان یا دۆشـینی ئاژەڵـەکان دەچـووە دەرەوە و زوو نەدەگەڕایـەوە بە پەلە بە دوایدا دەڕۆیشـتم، کە نەوەک خۆی لە سـێدارە دابێـت و خـۆی خنکاندبێت.

ڕۆژێـک باوکـم دوای ئـەوەی بەڕێوەبەری بانک هەڕەشـەی زەوتکردنی موڵکەکـەی لێ کردبوو لە ڕێگەی گەڕانەوەیدا ئەسـپەکەی لەسـەر پردی دەریـای 102 ڕاوەسـتاندبوو، بیری لـەوە کردبۆوە کە خـۆی بخاتە نێو دەریاکـەوە و کۆتایـی بە ژیانی خـۆی بێنێت. دوای چەند سـاڵێک، باوکم پێـی وتـم ئەو هۆیەی بوویە ڕێگـر لەوەی کە خۆم نەخەمـە نێو دەریاوە دایکـم بـووە. چونکە لەو سـاتەدا بیری لـە گفتەکانی کردۆتـەوە کە زۆر جـار دەیوت: (پیـاو ئەو هەمووە ئازارەت چەشـتووە، بەڵام بە کەسـەوە نەبەسـتراوی، جارێکیـش وەرە پەیوەنـدی لەگـەڵ خـودا ببەسـتە، بزانە کێشـە و ئاسـتەنگەکانت چیان لێدێت.)

ئەو ڕۆژە بە خۆمم وت:

(تەنهـا جارێـک بـە ئومێـدی خـودا ڕوو لـە ژیـان دەکەمەوە تـا وتەی هاوسـەرەکەم تاقـی بکەمـەوە).

لای دایکم بـوو، چونکە لـە کۆتایدا کارەکان هاتنەوە سـەر ڕێ

Scanned with CamScanner

و باوکم لەدوای ئەوە 42 ساڵی تر لە ژیاندا مایەوە. لە تەواوی ئەو ساڵە دژوارانەدا بەڕاستی دایکم نیگەران نەدەبوو و لە بیری ئەوەدا بوو کە چۆن ئێمە لەم حاڵەتە ڕزگار بکات. ئەو هەمیشە خوازیار بوو کە من ببمە وتاربێژێکی مەزهەبی و منیش دەمویست ببمە وتاربێژێکی مەزهەبی و لە وڵاتێکی بێگانەدا بم. بەڵام لە دواییدا کە چوومە زانکۆ، هەموو شتێک گۆڕانی بەسەردا هات. سەرەتا بڕوام بە دین و مەزهەب نەما و لە بوونی خودادا نکۆڵیم دەکرد. وام لێهاتبوو کە گاڵتەم بە بەشەریەت دەکرد. وام دەزانی کە مرۆڤیش وەک ئاژەڵەکانی تری پێش مێژوو لەناو دەچن. دەمزانی بە گوێرەی یاساکانی بوونەوەر هەر کاتێ خۆر 10%ی گەرماییەکەی لەدەست بدات، هیچ بوونەوەرێک بە زیندوویی نامێنێتەوە.

بە بڕوای کەسانێک کە دەیانوت ملیاردها ئەستێرە و خۆر لە گەردوونی بێسەروبندا لە خولانەوەدان لەسەر ڕێڕەوی خولگەکان خۆیان لە خۆیانەوە دروست بوون، یا هەمیشە هەر بوون و بەدیهێنەر و دروستکەر لە ئارادا نەبووە سەرسام بوو بووم.

ئێستا وا دەزانیت کە دەمەوێت لافوگەزافی ئەوە لێبدەم کە وەڵامی ئەم پرسیارانە دەزانم؟ نەخێر، هیچ کەس تا ئێستا نەیتوانیوە ئەم نهێنییە شاراوەیە ئاشکرا بکات.

ژیان و بوونی ئێمە نهێنی ڕازێکی شاراوەی زۆری لە خۆ گرتووە، کە ناتوانین پەی پێ بەرین و شیکاریان بکەین، بەڵام ئەم پەیپێنەبردنەی ئێمە ئەوە ناگەیەنێت کە ئەو نهێنییە شاراوانە بوونیان نییە، چونکە ئەگەر ئێمە هەست بە تەزووی کارەبا نەکەین و پەی پێ نەبین ناتوانین بڕیاری ئەوە بدەین کە تەزووی کارەبا بوونی نییە، لەبەر ئەوەی ئێمە پەی پێ نابەین، بەڵام کە پەنجەت خستە سەر دووگمە داگیرساندنی گڵۆپێک ڕاستەوخۆ هەست بە ڕووناکی دەکەیت کە ئەمەش ئەوە

Scanned with CamScanner

دەگەیەنێت کە تەزووی کارەبا هەرچەندە ئێمە هەستی پێ ناکەین و پەی پێ نابەین بوونی هەیە. لە بوونی پەیوەنیدا لەگەڵ ئەم لایەنەدا دەتوانیت نمونە بێنیتەوە.

تۆ دەبێت ساڵانێک وانە بخوێنیت و لێکۆڵینەوە و توێژینەوە بکەیت تا تێبگەیت چۆن چۆنی چەوری دەگۆڕێت بۆ شەکر و دەبێتە مایەی سوود بۆ جەستەی ئێمە، بەڵام کاتێ تۆ وانەت نەخوێندبێت و لێکۆڵینەوە و توێژینەوەت ئەنجام نەدابێت ئایا مافی ئەوەت هەیە نکوڵی لە گۆڕینی چەوری بۆ شەکر بکەیت و داواکاریش بیت کە چۆن چەوری دەگۆڕێت بۆ شەکر؟

ئەمەش تەنها قسەیەکی بێهوودە و بێ واتایە! پێش ئەوەی کە مرۆڤ بێتە بوونەوە زەوی هێلکەییە و لە خولگەی تایبەتی خۆیدا دەخولێتەوە، کاتێ زانای بەناوبانگ "گالیلۆ" پەی بەم ڕاستییە برد و ڕایگەیاند، بووە جێگەی لۆمە و سەرزەنشتکردن، بەڵام لە دوایدا هەر ئەوانەی کە لۆمە و سەزەنشتیان دەکرد خۆیان دا بە دەستەوە و گەیشتنە ئاستی بڕواپێکردن! بەڕاست ئەگەر ئێمە تا ئەمڕۆ پەی بە شێوە گۆی زەوی و هێزی کێشکردن و سوڕانەوەیمان نەبردبێت ئایا ئەمە ئەوە دەگەیەنێت کە زەوی شێوە گۆیی نییە یا ناسووڕێتەوە؟ من خۆم هێشتا لە کەشفکردنی نهێنی کاریگەری نزا و نوێژ نامۆ و عاجزم، بەڵام ئەمە ئەوە ناگەیەنێت کە لە ئارامی ڕۆحی و تەسکینێک کە نزا و نوێژ بۆمانی بەدی دەهێنن بەهرەمەند نەبم. بە بەڵگەوە یا بە بێبەڵگە بۆم دەرکەوتووە کە بڕوابەدینبوون لە ڕێگەی ژیانێکی کامەرانەدا گرنگترین پەناگایە.

من بڕوام بەم وتە حیکمەتئامێزەی "سانتا هانا" هەیە کە دەڵێت: (... مرۆڤ بۆ ئەوە دروست نەبووە کە پەی بە ژیان بەرێت، بەڵکوو بۆ ئەوە دروست بووە کە بژی).

Scanned with CamScanner

"بیکن"یش مافی خۆی بوو، کە ماوەی 400 ساڵ لەمەوپێش دەیوت:

(... خوێندنـەوە بـە کەموکورتـی و ناتـەواوی فەلسـەفەی مـرۆڤ بێدین دەکات و خوێندنـەوەی تۆکمـە و تەواو فەلسـەفەی مـرۆڤ لە دین نزیک دەکاتەوە).

ئـەم بیرۆکەیەشـم لە لا پەسـندە کە دەڵێـت: ئەگەر دین لە ئـارادا نەبێت ژیـان زۆر هیچوپووچە.

چەند سـاڵێک پێش مردنی "هنـری فورد" بۆ بینینی ڕۆیشـتم، چاوەڕوانی ئـەوەم دەکـرد خەمۆکی و بێزاری لە ڕوخسـاریدا ببینم لەبەر 78 سـاڵ ژیان و سـاڵانێکی زۆریش هەوڵدان بۆ بەڕێوەبردنی یەکێک لە دامەزراوە پیشەسـازییە گـەورەکان، بـەڵام کاتێ بە شـادی و خۆشـحاڵییەوە بینیم سەرسـام بـووم. کاتـێ هۆی ئارامـی و شـادیەکەیم لێ پرسـی زۆر بە ئاسـانی و ڕاشـکاوانە پێی وتم:

(... بـاوەڕم وایـە خـودا خـۆی کارەکان جێبەجێ دەکات و پێویسـتی بە پەنـد و ئامۆژگاری مـن نییە).

لـە بەندی ڕابردوودا باسـی ئـەوەم کرد کـە بڕیار بوو دووسـەد دۆلار خەڵات بە کەسـێک ببەخشـم کە باشـترین نووسراو سـەبارەت بە (چۆن بەسـەر نیگەرانیـدا زاڵ بیـن؟) دەنووسـێت و بۆمـی دەنێرێـت. لێـرەدا دیسـانەوە بـە بیرتانی دێنمەوە کە ناچـار بووم خەڵاتەکە لـە نێوان دوو نەفەردا دابەش بکەم، لە بەندی پێشـوودا باسـی یەکێ لە نووسـراوەکانم کردبوو، ئێسـتاش باسـی نووسـراوی دووەمتان بۆ دەکەم.

ئـەم داسـتانەیان ئافرەتێـک بۆی نووسـیوم کە لـە ژیان تێگەیشـتبوو و دەیزانـی کـە بەبێ خودا ژیان مەحاڵە. من ناوی ئـەم ئافرەتە دەنێم "ماریا گوشـمن" کە -ناوێکی خـوازراو-ە، چونکە ئەو لە حاڵـی حازردا خاوەنی چەنـد منداڵێـک و نەوەیەکـی نوێیـە کـە بـۆی هەیـە لـە بەچاپگەیاندنی

Scanned with CamScanner

سەرگوزەشتەی دایە گەورەیان ڕازی نەبن.

ساڵانێکی دژوار بوو. ساڵانێکی سەخت و تەنگی بژێوی، دەرامەتی مێردەکەم هەفتەی 18 دۆلار بوو. هەمیشەش ئەم دەرامەتە بە دەستمان نەدەگەشت. مێردەکەم زۆربەی کاتەکان نەخۆش بوو و لە کاتی نەخۆشیدا مووچەی نەبوو. ماڵێک کە بە دەستی خۆمان دروستمان کردبوو لە دەستمان دا. بڕی 50 دۆلار قەرزاری وشکەفرۆشی بووین، بۆیە بە ناچاری دەبوایە خەرجی پێنج منداڵمان دابین بکردایە. بۆ دابینکردنی پێویستییەکانی ماڵ، وەک (غەساله و ئوتو و...) یارمەتیمان لە دراوسێکانمان وەردەگرت، بەڵام دیسانەوە هیچمان بە هیچ بوو.

ڕۆژێکیان ئەو وشکەفرۆشەی کە 50 دۆلاری لامان بوو، کوڕەکەمی بە دزینی دوو بەستە قەڵەم تاوانبار کرد. کاتی کوڕەکەم مەسەلەکەی بۆ باسکردم فرمێسک لە چاوانمدا قەتیس مابوویەوە، دەمزانی ئەو دز نییە و درۆ ناکات. ئەو کوڕێکی ڕاستگۆ و پاک بوو، بەڵام وشکەفرۆشەکە بۆ ئەوەی لە شەڕی ئێمە ڕزگاری بێت، ئەم تۆمەتەی دابوویە پاڵ کوڕەکەم. ئەم ڕووداوە پشتمی شکاند. هیچ ئومێدێکم نەبوو، وا دەزانم بۆ ساتێک بوومە دیوانە، چونکە بەلووعەی غەسالەکەم بەست و کچە بچووکەکەم بردە ژووری خەوتنەوە. تەواوی دەرگاکان و ڕووناکیەکانم داخست. کچەکەم کاتی پرسی: (دایە ئێمە خۆ تازە لە خەو هەستاوین!) پێم وت: (عەیبی نییە دایە، سەرخەوێک دەشکێنین!) دوای ئەوە لەسەر جێگەکەم ڕاکشام و بەلوعەی غازەکەم کردەوە. چاوەکانم داخستوو گوێم بۆ دەنگی ئەو غازە ڕادێرا کە لە بەلوعەکەوە دەردەچوو. هەرگیز بۆنی ناقۆڵای غازەکە فەرامۆش ناکەم. لە ناکاو هەستم کرد ئاهەنگێک دەبیستم. باش گوێم ڕادێرا، دەنگی ڕادیۆ بوو کە لە بیرم چوو بوو بیکوژێنمەوە -مەسەلەیەکی گرنگ نەبوو، کە لەو کاتەدا بیرم لای بێت-. مۆسیقاکە درێژەی کێشا. لە نێوان مۆسیقاکەدا دەنگێکم

Scanned with CamScanner

بیست کە سروودیکی دێرینی دەوت: (... کاتێ ئێمە بتوانین لە ئازار و دەردەسەری و نەهامەتییەکاندا پشت بە خودای خۆمان ببەستین ئیتر دەبێ چ ترس و باکێکمان لێیان هەبێت تا هەراسانمان بکەن؟) نازانم بۆچی ئەو سرووده خۆی خزانده ناخمەوە. کەم کەم تێگەیشتم کە تووشی هەڵەیەکی زۆر گەورە بووم. دەمویست بەم ڕێگەیە و بە تەنها ڕوو بە جەنگی ڕووداوەکانی ژیان بڕۆم. پێش ئەوە هیچ کات بۆ لابردنی نیگەرانییەکانم پشتم بە خودا نەبەستبوو. لە جێگە ڕاپەڕیم و بەلووعەی غازەکەم گرتەوە و دەرگا و پەنجەرەکانم والا کرد. ئەو کاتەی مابوویەوە لەو ڕۆژەدا بە نزا و پاڕانەوە بەسەرم برد. دوای ماوەیەک گریان و نزا هەستم کرد باری سەرشانم سووک بووە. نەک لەبەر ئەوەی خوداوەند یارمەتی منی دەدا، بەڵکوو بە شوکرانەکردنی ئەو نیعمەت و بەخشیشانەی کە پێی بەخشیبووم، بەڵام من پێیان قایل نەبووم بۆ نموونە ئێستا من دەبینم پێنج منداڵی ساغ و سەلامەتم هەیە.

بەڵێنم بە خودای خۆم دا کە چیتر ناسوپاس و پێنەزانی نیعمەتەکانی نەبم و زۆر خۆشحاڵم کە تا ئەمڕۆ توانیومە لەسەر بەڵێنەکەی خۆم ڕاوەستاو بم. هەتا دوای ئەوەی کە ئەو ماڵەی تایبەت بوو بە خۆمان لەدەستمان دا، ماڵەکەمان گواستەوە بۆ قوتابخانەیەکی لادێ کە زۆر دوور بوو لە شارەوە، بەڵام هیچ نارازیی و ناسوپاسییەکم دەرنەبڕی، چونکە هیچ نەبێ سەقفێک لەسەرمانەوە هەبوو. هەڵبەتە لەوە خراپترمان بەسەر نەهات و کارەکانمان لەوە ئاڵۆز تر نەبوو، ئەگەر چی ماوەیەک درێژەی کێشا تا حاڵی ئێمە ئاسایی بوویەوە، بەڵام بەهەرحاڵ ڕۆژ بە ڕۆژ حاڵمان باشتر دەبوو. لە یەکێک لە کارخانەکاندا کارێکم پەیدا کرد و ئەو کاتانەش کە بەتاڵ بوومایە بە چنینی گۆرەوییەوە خۆمم خەریک دەکرد. یەکێک لە منداڵەکانم بۆ ئەوەی بتوانێت بچێتە پەیمانگاوە لە کێڵگەیەکدا کارێکی پەیدا کرد و دەبوایە لە بەیانییەوە تا ئێوارە 13

Scanned with CamScanner

مانگای بدۆشیایە. ئێستا منداڵەکانم گەورە بوون و هەریەکەیان بۆ خۆیان بوونەتە خاوەنی منداڵ و خانەوادەی خۆیان. لە ئێستادا سێ نەوەی تازەم هەیە کە گەورەترین خۆشی من یاریکردن و سەرگەرمییە لەگەڵ ئەوانەدا. سوپاسی خوای گەورە دەکەم کە لە کاتی خۆیدا بێداری کردمەوە، ئەگەر نا ئەو هەموو ساڵە جوان و پڕ خۆشییەم نەدەبینی.

ئەوەی کە خوێندمەوە سەرگوزەشتەی خانمێک بوو کە بە کورتی و بە ناوێکی خوازراوەوە بۆتانم بەیان کرد. بەگوێرەی ئامارێک کە لەم دواییانەدا بە دەستم گەشتووە لە ئەمەریکا لە هەر 35 خولەکێکدا یەک نەفەر خۆی دەکوژێت و لە هەر 120 چرکەیەکدا یەک نەفەر شێت و دیوانە دەبێت. هەندێک لەوانەی کە لە مەرگ ڕزگاریان دەبێت دوای چاکبوونەوەیان دان بەوەدا دەنێن کە لە ڕێگەی پشتبەستن بە خودا و نزای مەزهەبییەوە ئارامیان بەدەست هێناوە و دەستیان لە خۆکوژی هەلگرتووە، چونکە ئەوانە هەموویان بەبێ موبالەغە لە کۆتا ساتدا لە کاری خۆیان پەشیمان دەبنەوە و داوا لە خوای گەورە دەکەن کە ڕزگاریان بکات.

دەریا سالار 'بی برد'، یەکێکە لەو کەسانەی کە باسی سەرگوزەشتەی خۆی لە کتێبێکدا دەکات. ئەو لە ساڵی 1934 مارەی پێنج مانگ لە تەمەنی خۆی لە خانەیەکی بچووکی بە سەهۆل گەمارۆدراو لە جەمسەری باشوور بەسەر برد. ئەو تەنها مرۆڤێک بوو کە لە حەوت پلەی پانی باشوور ژیانی بەسەر دەبرد. هەندێ جار ئاو و هەوا ئەوەندە ساردی دەکرد تا دەگەیشتە 82 پلە لە خوار سفرەوە. تاریکی ئەوەندە قوول دەبوویەوە کە مرۆڤی ڕیشەکێش دەکرد. دەریاسالار 'بی برد' دەنووسێت: دوای ماوەیەک تێگەیشتم ئەو دووەم ئۆکسیدی کاربۆنەی کە لە زۆپاکەوە دەردەچێت کەم کەم خەریکە مەسمومم

دەکات.

بێچـارە و بێ دەرمان مابوومەوە، نزیکترین شـوێنێک لێمەوە کە یارمەتی لێوەربگـرم نزیکـەی دووسـەد کیلۆ مەتر لێمـەوە دوور بـوو، زۆر جار هەوڵـی ئـەوەم دا کـە لوولەیەکـی زۆپا دروسـت بکـەم، بـەڵام ئەوەندە لاواز بـوو بـووم کە بە بێهۆشـی لەسـەر زەوی کەوتبـووم. نەمدەتوانی خـواردن بخۆم. خـەو نەدەچووە چاوانـم، لەوە دەترسـام ئەگەر بخەوم چیتـر بەخەبـەر نەیەمـەوە. زۆر جار بیـرم لەوە دەکردەوە کـە ئەمرم و ئەبـم بـە ژێر بەفـر و سـەهۆڵەوە و کفنودفن دەبم.

چ شـتێک بووە هـۆی ڕزگارکردنی ئەم دەریا سـالارە؟ با وتەکەی خۆی بخوێنینەوە:

ڕۆژێـک لەوپەڕی نائومێدیدا ڕوو بە تیانووسـی یادداشـتەکەم ڕۆیشـتم و بـڕوای خۆمم سـەبارەت بە فەلسـەفەی ژیان بەم شـێوەیە نووسـی:

لـە ژیانـدا مـرۆڤ بـە تەنها نییـە! بیـرم لە جووڵـەی ئەسـتێرەکان و کەوکەبـەکان دەکـردەوە، گەیشـتمە ئـەو ئەنجامـەی کـە بـۆی هەیـە تیشـکی خۆر خۆی دەرخات و بەسـەر بەفر و سـەهۆڵەکانی جەمسەردا بدرەوشـێتەوە. بەهـۆی ئەم ئەندیشـەیەوە بوو کە زۆر بـە زوویی و بێ دواکەوتـن لە تیانووسـی یادداشـتەکانمدا نووسـیم:

مرۆڤ بە تەنها نییە.

کاتـێ پەیم بەوە برد کە لەم شـوێنە دوورە دەسـتەدا بـە تەنها نیم، ئەمە هێـز و توانایەکـی پێبەخشـیم کـە توانیـم خۆڕاگـری بکـەم و بمێنمەوە. پەیوەسـتبوون بـە سـەرچاوەی هێـز و توانـای ئیلاهـی ئەوەنـدە منـی لێوانلێـو کردبـوو لـە هێـز و توانـا کە لـە دوای ئـەوە کەمتـر دوچاری لاوازی دەبـووم.

گەورەتریـن ڕاسـتی ئەوەیـە کـە بڕوابـوون بـە مەزهـەب ئارامـی و

Scanned with CamScanner

خۆراگـری و جوانی بە مرۆڤ دەبەخشـێت و ئەمــەش یەکەمین هەنگاوە بـۆ زاڵبـوون بەســەر نیگەرانیدا. پشتبەسـتن بە خــودا و پاڕانەوە، ســێ بنەمـای دەروونناسـی لــە مرۆڤـدا زینـدوو دەکاتــەوە کــە چ دینـدار و خوداناسـێک هەیـە پێویسـتی پێیەتی:

1. نـزا و پاڕانــەوە یارمەتی ئێمە دەدات تا ئەو ناڕەحەتی و ئاسـتەنگانەی کـە هەمانــە بهێنینە ســەر زمان ئەمــەش دەبێتە هۆی ناسـینی کێشــە و ئاسـتەنگەکانمان. لــە بەنـدی چوارەمـدا ڕوونمــان کردەوە کــە زۆربەی کێشــە و ئاسـتەنگەکانی ئێمە لــە ئەنجامی نادیاری و نەناسـینی ئەوانەیە لــە ناخـی ئێمــەدا. هێنانــە ســەر زمانـی کێشــە و ئاسـتەنگەکان وەک یادداشـتکردنیانە لەســەر پەڕاوێک.

2. بەهۆی پاڕانەوەوە هەسـت دەکەین شــەریکێکمان بۆ خەم و پەژارەی خۆمــان دۆزیوەتــەوە و بــە تەنهــا نین. زۆر کەمن کەسـانێک کــە بتوانن بە تەنهایی شــان بدەنە ژێر باری کێشــە و ئاسـتەنگەکانیان. هەندێ کات نیگەرانـی بەهۆی بابەتێکەوە ســەرچاوە دەگرێت کە باشـترین دۆسـتان و یارانـی خۆمــان توانای چارەســەرکردنیان نییــە، لێرەدایە کــە ڕوو لە خــوای گەورە دەکەین کە خۆشەویسـتترین و لەپێشـترین یار و یاوەری ئێمەیە.

کاتـێ کەسـێک نادۆزینــەوە بـۆ ئــەوەی دەردی دڵی خۆمانـی لەلا باس بکەیـن -بیســەری هەمیشــەیی- خــوای گەورەیە، کــە ئامادەی بیسـتنی دەردە دڵییەکانـی ئێمەیە.

3. نزا و پاڕانەوە مرۆڤ وادار دەکات بۆ کارکردن و هەوڵدان و یەکەمین هەنـگاوە ڕوو بە کارکردن. کاتێ خواسـت و مەبەسـت بـۆ خوای گەورە وتــرا ئەوا یەکەمین هەنــگاوت ڕوو بە ئەو هەڵگرتووە.

دکتـۆر "ئالکسـیس" دەڵێـت: پاڕانــەوە گەورەتریـن توانایەکــە کە مرۆڤ

Scanned with CamScanner

توانـای دروسـتکردنی نییە.

کەوایـە بۆچـی لـەو توانایـە بەهرەمەنـد نەبیـن؟ نـاوی ئـەم توانایـە هەرچییـەک بێـت: خـودا، اللـە یـان سروشـت؟

بۆچـی هەر ئێسـتا کتێبەکـە داناخەیـت و ناچیتە ژوورەکـەی خۆتەوە و لـە بەردەم بـارەگای خودادا چـۆک دانادەیت و ناکەویتـە ڕازونیازکردن لەگەڵیـدا؟ جگـە لە خودا دڵسـۆزێک نییە کە گوێ بـۆ گفتەکەتان ڕادێرێ. مەترسـن خـودا ڕاز و نهێنیەکانتـان بـۆ هیـچ کەسـێک ئاشـکرا ناکات! ئێسـتا کـە چەنـد خولەکێکت بـە نـزاو پاڕانەوەوە لـە بەردەم بـارەگای خـودای خۆتـدا تێپەڕاندووە چ هەسـتێکت هەیە؟ لەگەڵ خۆتاندا ڕاسـتگۆ بن، ئایا هەسـت ناکەیت ئارامیت بەدەسـت هێناوە؟ هەسـت بەوە ناکەیت کـە ڕاز و نهێنییەکانتان لەلای پارێزگارێک درکاندووە باری سەرشـانتان سـووکتر بووە؟ دڵنیابن خوای گەورە لە بەرامبـەر ئەوەی یارمەتی داون داوای هیچ شـتێکتان لێ ناکات! ڕاوێژکارێکی دڵنیایە و باشـترین نیعمەت و بەخششـێکە کـە هەموو کەسـێک دەتوانێت هەیبێت.

Scanned with CamScanner

بەندی بیستەم

چۆن لە ڕەخنەگرتن ناڕەحەت نەبین؟

لە بیرتان بێت هیچ کەسێک شەق لە سەگی توپیو هەڵنادات! لە ساڵی 1929 ڕووداوێک ڕوویدا، کە لە ئەنجومەنی فەرهەنگی ئەمەریکا هەراوهوریایەکی بەرپا کرد. زانایان و مامۆستایانی زانکۆ و توێژەرەکان و خاوەن بیروڕاکانی زانستی زانکۆیی لە سەرانسەری ئەمەریکادا ڕوویان کردە "شیکاگۆ" کە شوێنی ڕوودانی ڕووداوەکە بوو.

ئەوانە دەیانویست لە چۆنیەتی مەسەلەکە بەئاگا بن، بەلام ڕووداوەکە چی بوو؟

لاوێک بە ناوی "ڕوبەرت هاچینز" لە تەمەنی سی ساڵیدا گەیشتبووە پلەی سەرۆکایەتیکردنی زانکۆی شیکاگۆ. ئەم زانکۆیە لە نێوان بنکە فێرکاریەکاندا لە هەموو ڕوویەکەوە بە پلەی چوارەم دەهات. "ڕوبرت"ی لاو بە خزمەتکاری، داربڕین، مامۆستایی، گوریسفرۆشی، توانیبووی پلەکانی زانستی بە خێرایی ببڕێت و ئەوەندە ببێتە مایەی سەرنج، کە سەرۆکایەتی یەکێک لە گەورەترین زانکۆکان بگرێتە ئەستۆ.

جێگەی باوەڕ نەبوو بۆ خەڵکی کە لاوێک بەم مەرجەوە توانیبێتی خۆی لە ئاستی مامۆستای نمرە یەکی زانکۆی ئەمەریکادا ببینێتەوە. فەرهەنگییەکان لە ڕووی زانستییەوە خۆیان لەو لاوە بە لە پێشتر دەزانی و سەریان تەکان دەدا و پێیان ڕەوا نەبوو لاوێک ئەو پۆستە وەربگرێت. شالاوی ڕەخنەیان بۆ هێنا و دەیانوت تەمەنی منداڵە و بێئەزموونە و هێشتا تۆکمە نەبووە. ڕۆژنامەکانیش چوونە ڕیزی

Scanned with CamScanner

هێرشبەرانی ڕەخنەوە.

ڕۆژێکیان یەکێ لە دۆستەکانی ڕوبرت بە باوکی وت: -ئەمڕۆ بەیانی کە بینیم ڕۆژنامەیەک سەر دێڕەکەی تایبەتە بە ڕەخنەگرتن لە کوڕەکەت زۆر دڵگران بووم! باوکی ڕوبرت هاچینز لە وەڵامی دۆستەکەیدا کە لەوانەشە بە نیازی خراپەوە هاودەردی کردبێت وتی:
- بەڵێ، بابەتێکی ناقۆلا و نارەحەتکەرە، بەڵام دۆستی ئازیز لە بیری مەکە کە هیچ کەسێک شەق لە سەگی تۆپیو هەڵنایات!

باوکی ڕوبرت ڕاستی دەکرد، چونکە سەگ دەبێ زیندوو بێت و بوونی خۆی بسەلمێنێ تا خەڵکی لە شەقتێهەڵدانی چێژ وەربگرن.

شازادە "ویلیز"، کە لە تەمەنی چواردە ساڵیدا چووە زانکۆی "دارموت"، ڕۆژێکیان بە چاوی گریانەوە لە بەرامبەر یەکێک لە فەرماندەکانی هێزی دەریایی کە سەرۆکایەتیکردنی کۆلێژی لە ئەستۆ گرتبوو وەستا. ئەم فەرماندەیە کاتێ هۆی گریانەکەی لێ پرسی، شازادە دوای ماوەیەک کە هەوڵی دەدا هیچ نەڵێت، بەڵام لە کۆتایدا دانی بەوەدا نا کە خوێندکارەکانی تر شەقیان تێهەڵداوە، بەڵام ئەو هیچ گلەیی و گازندەیەکی لە کەس نییە.

فەرماندەکە خوێندکارەکانی کۆلێژی کۆ کردەوە و پێی وتن:
- شازادە هیچ گلەیی و گازندەیەکی لە کەس نییە، منیش مەبەستی تەربیەتکردنی کەسم نییە و حەقم بەسەر کەسەوە نییە، تەنها دەمەوێ بزانم بۆچی ئەم شازادە تازە پێگەیشتووەتان کردووەتە نیشانە بۆ وەها کارێکی نابەجێ؟

دوای ماوەیەک چرپەچرپکردن و منەمنکردن، چەند خوێندکارێکی کۆلێژ پێکەوە هاتنە گۆ و وتیان ئێمە شەقمان تێهەڵداوە بۆ ئەوەی کاتێ گەیشتینە پلەی فەرماندەیی کەشتی (ناخودا) یا فەرماندەیەک لە هێزی

Scanned with CamScanner

نیزامی سولتانی، بتوانین بڵێین شەقمان لە پاشا هەڵداوە.

خوێندکارە لاوەکان حەقی خۆیان بوو ئێوەش لە بیری نەکەن کە شەقهەڵدەرەکە لەم کارەی خۆی هەست بە گەورەیی و گرنگی خۆی دەکات. زۆربەی خەڵکی لە جنێودان و بە بچووک سەیرکردنی کەسانێک کە بەهایان زۆر لە خۆیان زیاترە، چێژ وەردەگرن و تەسکینی بە خۆیان دەبەخشن. ئەوانە لە ناخی خۆیاندا هەست بە گەورەیی دەکەن کاتی دەبینن بە کەسێکی لە خۆیان بەبەهاتر سوکایەتیان کردووە، یا زیانیان پێدەگەیاندووە.

"شوپنهاوەر" لەم بارەیەوە بۆچوونێکی جوانی هەیە کە ئەڵێت: (دۆڕاوەکان و شەرمەزارەکان لە هەڵە و هەڵخلیسکانی گەورەکان چێژ وەردەگرن).

بەلای منەوە دژوارە کە سەرۆکی زانکۆیەکی گرنگی وەک زانکۆی "یال" بە کەسێکی ناشایستەی بزانم، بەڵام هەر ئەم سەرۆکی زانکۆیە "تیمون" پێش ئەوەی ببێتە سەرۆکی زانکۆی "یال" لە بە بچووک سەیرکردنی کەسێک کە دەستگیرانی سەرەککۆماری ئەمریکا بوو، چێژی وەردەگرت.

ئەو تەنانەت جاڕێکیان ڕایگەیاندبوو کە لەوەتەی ئەم کەسە بووەتە سەرۆککۆمار، ژنان و کچانی ئێمە تووشی داوێنپیسی و بەرەڵایی بوون و شەرم و حەیا نەماوە و بەر نەفرەتی خودا و خەڵکی کەوتوون.

ئەگەر ئەم تۆمەتەیان بدایەتە پاڵ هیتلەر لەوانەیە ئەوەندە گرنگ نەبووبێ، بەڵام ئامانجی ئەم تۆمەتە توماس جفرسون سەرۆک کۆماری ئەمەریکا بوو، کە لەقەبەکەی جفرسون جاوید بوو کە نووسەری بڕوانامەی سەربەخۆیی ئەمەریکا و پیاوێکی ئازادیخواز بوو. ئەم ڕووداوە پەیوەندی بە سالانێک لەمەوپێشەوە هەیە، لەوانەیە وا بزانیت

Scanned with CamScanner

کـە ڕەوشـت و ئادابی خەڵکی گـۆڕاوە، بـەڵام نەخێر، هێشـتاش خەڵکی پەییـان بردۆتە کەسـانێکی سـەرکەوتوتر لـە خۆیان و هـەوڵ دەدەن و تێدەکۆشــن بـە ڕەخنەگرتـن لەوان خۆیـان بە گـەورە بزانن.

وەک نموونـە دەتوانم ئاماژە بکەم بە شـێک لە سەرگوزەشـتەی ژەنەراڵ "پـی یـری" دۆزەرەوەیەکـی بەناوبانگ، کـە دنیای نوقمی سەرسـوڕمان کرد:

دەریاسـالار "پی یری" لە 6ـی ئەپرڵی 1909 بە گالیسـکەیەک کە بەهۆی چەنـد سـەگێکەوە کێش دەکـرا خۆی گەیاندە جەمسـەری باشـوور. لەم سـەفەرەدا دەریاسالار چەندەها جار بەهۆی سەرما و نەبوونی خۆراکەوە هەنـگاوی بـەرەو مـردن هەڵگـرت. پەنجەکانی پێـی بەشـێوەیەکی وەها سـەرمایان بوو بـوو خەریک بوون لـێ دەبوونەوە و دەقرتـان. ئەوەندە کارەسـات و بـەڵای دوا بـە دوای یەکـی بۆ نـازڵ دەبوو کە ترسـەکەی ڕووی بـە دێوانەبـوون ڕاپێچی دەکرد، بەڵام لە "واشـنتۆندا" ئەفسـەرەکان ئەوەنـدە بە خۆشەویسـتی ئەو ئیرەییان دەبـرد، تۆمەتباریان کرد بەوەی کە ئەو بڕێکی زۆر پارەی بەهۆی سـەفەرەکانی دۆزینەوە و زانسـتییەوە کـۆ کردۆتەوە کە کاتەکانی خۆی لە ناوچەی جەمسـەرەکاندا بە خۆشـی و ڕابواردنەوە بەسـەر دەبات.

نەخشـەی پیلانگێڕەکان لـە تۆمەتبارکردنی دەریا سـالار بە شـێوەیەکی وەهـا بـوو، کە ئەگـەر دەسـتووری "مـک کینلـی" سـەرۆککۆماری ئەو کاتـەی ئەمەریـکا نەدەبـوو، ئـەو نەیدەتوانی درێژە بـە کارەکەی بدات و لە دۆزینەوەی ناوچەی جەمسـەردا سـەرکەتوو بێت. ئەگەر "دەریاسـالار پـی یـری" لە پشـت مێزەکەی خـۆی لە واشـنتۆن دادەنیشـت و هەرگیز ڕووی بە ناوچەی جەمسـەر نەدەڕۆیشـت بەم تۆمەتەوە گرفتار نەدەبوو. ئەویـش ئەوەندە گرنـگ و بەرچاو نەدەکەوت کە ببێتـە مایەی ئەوەی کە خەڵکـی ئیرەیـی پێ بەرن.

ژەنەراڵ گرانت کە لە ساڵی 1826 بەرزترین سەرکەوتنی پێشکەش بە باکوورییەکان کرد تووشی کارەسات و تۆمەتبارکرنێکی زۆر زیاتر لەوەی دەریا سالار پی یری بوو. ئەو سەرکەوتنەی کە بە دەستی هێنا لە دوای نیوەڕۆیەکدا ژەنەراڵ گرانتی بە قارەمانێکی میللی ناساند سەرکەوتنێکی درەوشاوە کە هەتا لە دوورترین شوێنەکانی ئەوروپا دەنگی دایەوە و زەنگی کڵێساکانی دەلەراندەوە و لە "مایز" تا "می سی سی پی" نووقمی جەژن و شادی کرد.

لەگەڵ ئەو قارەمانێتییەی کە باکوری بەدەست هێنا بوو، شەش هەفتە لە دوای ئەوە گرتیان و لە فەرماندەیی دایانماڵی. بەڕاست بۆچی ژەنەراڵ گرانتی قارەمان کاتێ کە لەوپەڕی سەرکەوتندا بوو قۆڵبەستیان کرد؟

وەڵامەکەی بەم شێوەیەیە:

چونکە هەستی ئیرەیی و بەخیلی ئەوانەی لە سەرووی خۆیەوە بوون زۆر بوو، ئەوانە هەستیان دەکرد کە خۆیان زۆر لەو کەمترن. ئەگەر لە ڕەخنە و وردە گلەیی بێسەروبەری خەڵکی نیگەرانیت ئەم دەستوورانە پیادە بکە:

خۆتان وا ڕابێنن کە ڕەخنەی بێواتا و بێویژدانانە بە جۆرێک لە پیاهەڵدان و ستایشکردن بزانن کە ڕووخساری خۆی گۆڕاوە. لە بیری مەکە، هیچ کەسێک شەق لە سەگی تۆپیو هەڵنادات.

Scanned with CamScanner

بەندی بیست و یەکەم

ڕەوشی خۆپاراستن لە ڕەخنە

جارێکیـان کـە لە گـەڵ ژەنـراڵ "سـمدلی باتلر"، یەکێـک لـە ئینکارترین ئـەو فەرماندانـەی کـە هێـزی دەریایـی ئەمەریـکای بەخـۆوە بینیـوە، ڕووبەڕووبوومـەوە و سـەبارەت بـە ڕابـردوو لێـم پرسـی:

ژەنەراڵ پێی وتم:

(لـە دەورانـی لاوێتیـدا زۆر موشـتاق و تامـەزرۆی ئـەوە بـووم، کـە خۆشەویسـتی لای تـاک ولای کۆمـەڵ بـم و ببمـە جێگـەی سـەرنجی خەڵکـی. ئـەو ڕۆژانـە بچووکتریـن ڕەخنـە ئـازاری دەدام و نارەحەتـی دەکـردم، بەڵام ئێسـتا دان بەوەدا دەنێم کە سـی سـاڵ خزمەت لە هێزی دەریایدا پێسـت ئەسـووری کـردووم.)

ژەنـەرڵ لە درێژەی باسـەکەیدا بـۆی ڕوون کردمـەوە: تۆمەتیان دەدایە پاڵـم. وەک سـەگێک تێیان دەڕوانیم، دەیانوت مارێکی ترسـناکم. لە لایەن کارمەندانـەوە بووبوومـە جێگەی تانە و تەشـەر و جنێودان، تەواوی ئەو وشـە و جنێـوە ناشـیرینانەی کە لە زمانـی ئینگلیزیدا هەبوو ئاراسـتەی منیـان دەکـرد. تا ماوەیەک ئەم وشـە ناشـیرینانە نارەحەتیـان دەکردم، بۆچی؟ خۆشـم نازانم، بەڵام ئێسـتا ئەگەر کەسـێک جنێوم پێ بدات هەتا سەریشـم وەرناگێڕم تا ئەو کەسـە بناسـم کە جنێـوی پێداوم.

لەوانەیـە ژەنـەراڵ "بالتر" حەقی خـۆی بێت کە لە بەرامبـەر ڕەخنەگراندا خۆڕاگـر و بەتوانـا بێـت، بـەڵام ڕاسـتی ئەوەیـە کـە زیاتـر ئێمـە لەو ڕەخنەیـەی کـە ئاراسـتەمان دەکرێـت ئـازار دەچێژیـن کـە واتاکـەی

Scanned with CamScanner

گرنگیدانــە بــە ڕەخنــە و ڕەخنەگرتن.

باش لــە بیرمــە کــە ســاڵانێک لەمەوپێش یەکێک لــە پەیامنێرەکانی ڕۆژنامەیــەک، کە لــە نیویۆرک چاپ دەکــرا و بڵاو دەکرایــەوە، هاتە نێو پۆلــە شــەوانییەکەمەوە و بــە تونــدی ڕەخنــەی لێگرتم.

ئایا مــن لــەم ڕەخنەگرتنــە نارەحــەت بــووم؟ ئایــا کارەکەی ئــەو منی تــووڕە کــرد؟ نەخێر، مــن ئەو ڕەخنەیەم بــە ســووکایەتیپێکردنی خودی خۆم زانی و دەســتبەجێ تەلەفۆنم بۆ سەرنووســەری ڕۆژنامەکە کرد و پێم وت باشــتر وایــە لەباتی ڕەخنەگرتنی گاڵتەئامێز خۆت بە شــتانێکەوە خەریــک بکەیت کە ڕاســتیان هەیە.

ڕاســتتان بوێــت من لــەو کاتەدا دەمویســت لە نێــوان تاوان و پاداشــتدا هاوســەنگی بێنمە کایەوە، بەڵام ئێســتا کــە بیردەکەمەوە تــا ئەندازەیەک لــە کارەکــەی خــۆم شــەرمەزار و پەشــیمانم، بۆچــی ئێســتا ڕێــی پــێ دەبــەم کە نیوەی ئەو کەســانەی ئــەو ڕۆژنامەیەیان کڕیــوە ئەو ڕاپۆرتە ڕەخنەئامێزەیــان نەخوێندوەتــەوە کــە ســەبارەت بــە مــن نووســراوە، نیوەکەی تریشــیان کــە خوێندویانەتــەوە ڕاپۆرتــە ڕەخنەئامێزەکەیان بە جۆرێــک لە گاڵتەکردنی بێ ئازار هاتوەتە بەرچاو و بەســەریدا تێپەڕیون.

ئەگــەر کەســانێک بووبــن بــە وردی ڕاپۆرتەکەیــان خوێندبێتــەوە بــە دڵنیاییــەوە هەفتەیــەک دوو هەفتــە لــە دوای خوێندنەوەی فەرامۆشــیان کــردووە، دوای چەند ســاڵێک، ئێســتا دەزانم کــە خەڵکی ئاگایــان لە من و تــۆ نییــە یــا ئــەوەی ســەبارەت بە مــن و تۆ دەوترێت. ئەوانــە تەنها لــە بیری خۆیانــدان. ئەوانە خۆیان هــان دەدەن لەجیاتــی بیرکردنەوە لە مەرگــی من و تۆ بیر لە دەردەســەرییەکانی خۆیــان بکەنەوە. بە بۆچونی من باشــتر وایــە لە بەرامبەر دۆســتانی گیانی بە گیانیشــدا ڕابردووەکان فەرامــۆش نەکەیــن. ئەگەر یەکێک لە دۆســتە گیانی بــە گیانییەکانی ئێمە ناهاوڕێیەتــی نوانــد و تۆمەتێکــی دایــە پاڵمــان نابێ ئەوەنــدە گرنگی پێ

Scanned with CamScanner

بدەیـن کـە کار بگاتـە گلەییکـردن و زویربـوون و نابـێ ئـەو حەقـە بە خۆمـان بدەیـن کە لە بیـری تۆڵەسـەندنەوەدا بین.

ساڵانێک لەمەوپێش بوو، کە گەیشتمە ئەو ڕایەی کە بە هیچ شێوەیەک ناتوانـم ڕێگری لـەو وردە گلەییانـە بکەم کە خەڵکی ئاراستـەمی دەکەن، بـەڵام دەتوانـم کارێکـی گرنگتر بـە ئەنجام بگەیەنـم! دەزانی ئـەو کارە چییـە؟ بـە دڵنیاییـەوە نەخێر، کارێکـی گرنگتر کە دەمتوانی بـە ئەنجامی بگەیەنـم ئـەوە بـوو کـە ڕاوێژ بە خـۆم بکـەم، بزانـم لـە ڕەخنەگرتنی خەڵکـی نارەحەت دەبـم یا نا.

مۆڵـەت بدەن مەبەسـتەکەم بە وردتـر و ڕوونتر بەیان بکەم. مەبەسـتی مـن ئەمـە نییـە کـە لـە بەرامبـەر هەمـوو ڕەخنەیەکـدا بێدەنـگ بێت و پشـتگوێی بخەیـت، مەبەسـتم ڕەخنەگرتنـی زاڵمانـە و بێهۆیـە کە دەبێ پشـتگوێ بخرێت.

کاتـێ لە "ئالینـور ڕوزولـت"، هاوسـەری سـەرۆککۆماری ئەمەریکا، کە خـودا دەزانـێ چەندە دۆسـتی گیانی بـە گیانی و دوژمنی سەرسـەختی هەبوو، پرسـیارم کرد لەگەڵ ڕەخنەی نابەجێـدا چی دەکەی؟ ئەم ئافرەتە لە هەموو ئەو ئافرەتانەی کە لە کۆشـکی سـپیدا دانیشـتبوون دۆسـت و دوژمنی زیاتری هەبوو لە وەڵامدا وتی: - لـە تەمەنی لاوێتیـدا زیاد لە پێویسـت شـەرمەزار و کەم ڕوو بووم و لە قسـەی خەڵکی دەترسام. ئەوەنـدە لـە ڕەخنـە دەترسـام کە بـە ناچـاری ڕۆژێک بـە پورمم وت: (پـوری گیـان دەمەوێـت ئەمـە و ئـەوە بکـەم، بـەڵام لە قسـەی خەڵکی دەترسم).

دەزانـی پوری خانمی ڕوزولت چ وەڵامێکی دایـەوە؟ بە دڵنیاییەوە نەخێر! ئێستاش وەڵامەکەتان لە زمانی خانمی "ڕوزولت"ـەوە بۆ دەنووسمەوە:

- پـوورم سـەیرێکی نێـو چاوانـی کردم و وتـی: (تا کاتێک کـە لە ناخی

Scanned with CamScanner

خۆتدا هەست بەوە دەکەیت کە حەق بە تۆیە هەرگیز لە قسەی خەڵکی نیگەران و ناڕەحەت مەبە.)

خانمی ڕوزولت دوا بە دوای ئەوە بۆی ڕوون کردمەوە:

- ئەم وتە و ڕێنماییانەی پورم، لە دوای ئەوە، تا کاتێک کە لە کۆشکی سپیدا بووم منی وەک بەردێکی لەبن نەهاتووی (جبل الطارق) لێکرد لە بەرامبەر ڕەخنە و وردە گلەییە نابەجێکانی خەڵکیدا.

خانمی ڕوزولت لە دوای ئەوە شێوازی کارەکانی خۆی بۆ ڕوون کردمەوە

- بە ئەزموون گەشتمە ئەو ڕایەی کە باشترین ڕێگە بۆ خۆپاراستن لە ڕەخنەی خەڵکی ئەوەیە کە وەک بووکە شوشەی چینی بێدەنگ و وەستاو، لەسەر تاق دانراو بمێنینەوە و بە شێوەیەک بین کە نە ببینین و نە ببیستین و نە وەڵام بدەیتەوە! خانمی ڕوزولت لە قسەکانیدا ئەم ئەنجامەی دەستەبەر کرد.

- هەر کارێک کە لە دڵی خۆتدا بە ڕاستی دەزانیت پراکتیزەی بکە و گوێ بۆ قسەی خەڵکی ڕامەدێرە، چونکە بتەوێ و نەتەوێ دەبێتە جێگەی ڕەخنە، هەتا ئەگەر ئەو کارەشت پراکتیزە نەکردبێت.

کاتێ کە لە "ماتیو براش"، سەرۆکی کۆچکردووی (ئەمەریکن ئینتەر ناشناڵ)، کە لە "وال ستریت" بوو، پرسیم : (ئایا تا ئێستا سەبارەت بە ڕەخنەگرتنی خەڵکی هەستیار بووی یان نا؟)

لە وەڵامدا وتی:

- لە سەرەتادا زۆر هەستیار بووم. حەزم دەکرد تەواوی کارمەندەکانم وا بزانن کە من کەسێکی تۆکمە و بێ عەیبم و کاتێک هەستم بەوە کرد کە ئەوان بە گوێرەی خواست و ویستەکانی من ناجووڵێنەوە زۆر ناڕەحەت بووم. سەرەتا هەوڵم دەدا کەسێک قایل بکەم کە لە دژی من

Scanned with CamScanner

قسەی کردووە، تا لێم ڕازی بێت، بەڵام ئەم کارەی من بوو بە هۆی ئەوەی کە کەسانێکی تر بێنێتە جۆش. کاتێ دەهاتم کەسی دووەم ڕازی بکەم، داد و بێداد لە چەند کەسێکی تر بەرز دەبوویەوە.

بەهەرحاڵ، گەیشتمە ئەو ئەنجامەی کە بە هەوڵدانم بۆ ئامادەکردنی وەڵام بۆ ئەو ڕەخنانەی کە ئاراستەم دەکران کۆمەڵێک دوژمنی ترم بۆ خۆم زیاد دەکرد، بە خۆمم وت: (پیاو! ئێستا کە سەرت لە خەڵکی بەرزتر ڕادەگریت بە دڵنیاییەوە دەبێتە جێگەی ڕەخنە، کەوایە بۆچی خوو ناگریت بەم حاڵەتەوە و لەگەڵ ئەم بیرۆکەیەدا ڕێک ناکەویت؟)

لە ئاغای "ماتیو براش"م پرسی:

- دەستکەوتی ئەم بڕیارە چی بوو؟ ئایا بەسوود بوو یان نا؟

ئاغای "ماتیو براش" بە ئارامی و خوێنساردیەوە سەیرێکی نێو چاوانی کردم و وتی:

- ئامادە نیم بۆتی ڕوون بکەمەوە کە ئەنجامەکەی تاچەندە بەسوود بووە! دوای ئەوە بوو کە بەڵێنم بە خۆم دا کە کارەکانم بە باشترین شێواز ئەنجام بدەم و چەتری بێلایەنی هەڵبدەم تا لە بارانی ڕەخنەگرتن لە ئەماندا بم و پارێزراو بم!" دیمز تایلور" لەو ئاستە بەرزتر بوویەوە.

ئەو مۆڵەتی دەدا کە بارانی ڕەخنە بباری بە سەر و ملیدا و هەموو گیانی تەڕ بکات و لە دوا بە دوای ئەوە لە کۆڕ و کۆبوونەوەکان و لە بەرامبەر خەڵکیدا بە شێوەیەکی گاڵتەئامێز و پێکەنین لە قەڵەمی دەدا.

لە هەمان کاتدا کە ئەو هاوکات لە کۆنسێرتێکی ڕادیۆیی اکستر (فیلارمونیک سمفونی نیویورک) کە بیر و بڕوای خۆی بەیان دەکرد، ئافرەتێک لە نامەیەکدا کە بۆی ناردبوو ئەوی بە درۆزن، خائین، دواکەوتوو، دووڕوو، مار ئاسا، نەفام و بێ ئەقڵ و... لە قەڵەم دابوو.

تایلور لە دوای ئەوە لە کتێبێکیدا بە ناوی (مرۆڤ و مۆسیقا) سەبارەت

Scanned with CamScanner

بەم نامەیە نووسی: لە بەئاگایی ئەم ئافرەتەی کە ئەم نامەیەی بۆ من نووسیوە گومانم هەیە!

بەڵام تایلور نامەکەی لە سەرەتاوە تا کۆتایی لە بەرنامەیەکدا کە هەفتەی دوایی بڵاوکرایەوە خوێندەوە و چەند ملیۆن بیسەر گوێیان بۆ ڕادێرا و تۆمەت و ڕەخنەکانی ئەو ئافرەتەیان بیست.

چەند ڕۆژێک دوای ئەوە نامەیەکی تری لە لایەن هەمان ئافرەتەوە بەدەست گەیشت کە تیایدا نووسی بووی: (بەرنامەکەتم بیست و دەزانم کە نامەکەت وەک خۆی خوێندەوە، بەڵام دیسانەوە تۆ بە درۆزن، خیانەتکار و نەفام دەزانم، لەو بیروبڕوایە بە هیچ شێوەیەک پاشگەز نابمەوە.) تایلور نامەکەی ئەو خانمەی جارێکی تر لە بەرنامە ڕادیۆییەکاندا خوێندەوە، بەڵام ئیتر نامەیەک بە دەستی تایلور نەگەیشت.

ئەو بەم شێوازە لە بەرامبەر بارانی زریانئاسای ڕەخنەدا ڕووبەڕووبوویەوە و لە پێ نەکەوت کە ئەمەش جێگەی ئافەرینکردنە. بەردەوامی و خۆڕاگری و گاڵتەچیەتی تایلور لە هەموو بوارێکەوە ڕەخنەگرانی دەمکوت دەکرد.

"چارلز شواب"، ڕۆژێکیان لە بەرامبەر خوێندکارەکانیدا کە گوێیان بۆ وتووێژەکەی ڕادەدێرا لە پرینستون، دانی بەوەدا نا کە گەورەترین وانەی ژیانی لە پیرەمەردێکی ئەڵمانییەوە فێر بووە کە لە کارخانەیەکی پۆلاسازیدا کاری دەکرد.

"چارلز شواب" لە ڕوونکردنەوەیدا وتی:

- ئەم پیرەمێردە لەگەڵ کارگەرەکانی تردا سەبارەت بە جەنگ و ستیز دەمەقاڵەی دەکرد، کارگەرەکان هەر بە جلوبەرگەکەی خۆیەوە هەڵیاندایە ناو دەریاوە.

Scanned with CamScanner

ئـەو کاتێ لە نـاو ئاوەکە هاتە دەرەوە بەو سـەروو شـکڵەیەوە هاتە نێو دەفتەرەکـەی من، کە شـکات بـکات، لێم پرسـی: (چیت بـەو پیاوانە وت کە تویان خستە نێـو دەریاوە؟)

پیرەمێردەکە بە زاراوەی ئەڵمانی وتی: (هیچ! تەنها پێکەنیم).

شواب دەڵێت:

- من وتەی ئەم پیرەمێردەم کردە سەرمەشقی ژیانم و (تەنها پێکەنیم)!

ئـەم شـیعارە کاتـێ کاریگەریەکـەی دەردەکەوێـت کـە تۆ لـە بەرامبەر رەخنـە و وردە گلەیـی نابەجێـی خەڵکیدا رووبـەڕوو بوویتـەوە. تـۆ دەتوانیـت وەڵامی کەسـانێک بدەیتەوە کە وەڵامـی رەخنەکانتی دابیتەوە، بـەڵام چـی بە کەسـێک دەڵێیت کە تەنهـا پێدەکەنێت؟ لینکڵـن ئەگەر پەی بـە بێهوودەیـی وەڵامدانەوەی رەخنـەی نابەجێ نەدەبرد لەژێر فشـاری جەنگـی دەروونیـدا ورد دەبوو.

لینکڵـن لـەم بارەیـەوە دەنووسـێت: (... ئەگەر کاتێ خۆمم تەنها سـەرفی خوێندنـەوەی نامـەی رەخنەئامێـز بکردایـە، بەبـێ ئـەوەی وەڵامیـان بدەمـەوە، هیـچ کاتێکـم بـۆ نەدەمایەوە).

کەوایـە بـە باشـم زانـی کارەکانم بە باشـی بەئەنجـام بگەیەنـم، ئەگەر ئەتیجـەی کارەکـە بـاش بـوو کەوایـە ئـەوەی لەبـارەی منـەوە وتراوە گاڵتەپێکـردن و بێهودەیـە و ئەگەر ئەتیجەی کارەکەشـم خراپ بوو ئەوە بـە سـوێندخواردن و شـایەتی فریشـتەکانی ئاسـمانیش چاکـی و پاکی کارەکانـم ناخرێتـە ڕوو و کاریگەریشـی لەسـەر کـەس نابێت.)

کاتێ کە ڕووبەڕووی هێرشـی ڕەخنەی نابەجێ دەوەسـتینەوە باشـتر وایـە ئەم دەسـتوورانە بە یـاد بێنینەوە و کاریـان پێ بکەین:

کاری خـۆت بـە شـێوەیەکی باش بە ئەنجـام بگەیەنە لـە دواییدا چەتری کۆنـەی خـۆت بەسـەر سـەرتەوە بگـرە تـا دڵۆپەکانـی بارانـی ڕەخنە

نەتوانێت تەرت بکات.

وتەی پیرەمەردە ئەڵمانیەکەش لە بیر مەکە: (تەنها پێکەنیم!) تۆیش (تەنها پێبکەنە.)

Scanned with CamScanner

بەندی بیست و دوو

نەفامییەکانی من

لـە یەکێـک لە تاقەکانـی کتێبخانەکەمـدا دەفتەرێک بەرچـاو دەکەوێت کە ڕووکەشـی نەفامییەکانـی منـی لە ئەسـتۆ گرتـووە. لەم دەفتـەرەدا ئەو هەڵانـەم تۆمار کردووە کە بەئەنجامم گەیانـدوون. زۆربەی کاتەکان ئەو هەڵانـەی کـە ئەنجامم دابوون بۆ نووسـەرەکەمم دەگێڕایـەوە و ئەویش تۆمـاری دەکردن، بەڵام هەندێ جار هەڵەکان ئەوەندە سەرشـێتانە بوون کە شـەرمەزار بـووم لەوەی کە نووسـەرەکەم تۆماریان بـکات، بۆیە بە ناچـاری خـۆم تۆمـارم دەکرد. هەنـدێ جار کـە بوارێکم بۆ دەڕەخسـا ئـەم دەفتـەرەم لە تاقەکـە دەهێنایە خـوارەوە و سـەرقاڵی خوێندنەوەی دەبـووم. لـە ڕێگـەی خوێندنـەوەی هەڵەکانـەوە سـەرکەوتوو دەبووم، لـە دۆزینـەوەی ڕێگە چـارەی گونجاو بۆ سـاڕێژکردنی هەڵـەکان و بۆ ئـەوەی بە خۆمـدا بچمەوە.

هەڵبەتـە دەمـەوێ ئـەوەش بـە بیر خـۆم بێنمـەوە کە من سـەبارەت بە خـۆم مرۆڤێکی دروسـتکار نەبـووم، چونکە ئەگەر لەگەڵ خۆمدا ڕاسـتم بکردایـە دەبوایە ئێسـتا دەیان دەفتەرم سـەبارەت بـە نەفامییەکانی خۆم هەبوایـە. تەنهـا لـەم ڕوانگەیـەوە دەتوانـم نووسـراوەکەی "سـاڵ" کـە سـێ سـەدە بە سـەر نووسـینەکەیدا تێپەڕیوە بەسـەر بکەمـەوە و بڵێم بەڕاسـتی بـە تەواوەتـی ئەمە حاڵی منە. "سـاڵ" سـێ سـەدە لەمەوپێش نووسـیبووی: (مـن دووچاری هەڵـە و تاوانێکـی زۆر بووم.)

کاتـێ کـە دەفتـەری نەفامییەکانـی خـۆم دەردەهێنـم کە پێویسـتم بە

Scanned with CamScanner

یارمەتی ئەوانە هەیە! هیچ نەبێ لەوانەیە بپرسی مەگەر مرۆڤ دەتوانێت پێویستی بە نەفامییەکانی خۆی هەبێت؟ بەڵێ، من کە یارمەتی و سوودێکی زۆرم لەم نەفامییانە وەرگرتووە.

بەلایەنی کەمەوە یارمەتیدانەکەی ئەوە بوو، کە هیچ نەبێ ڕێگریی ئەوەی لێ دەکردم کە چیدی ئەو هەڵە و نەفامییانە یان هاوشێوەکەیان دووبارە نەکەمەوە.

یارمەتی لەمە گەورەتر دەبێ چی بێ؟

ساڵانێک لەمەوبەر، وەک پیشەی هەمیشەیی خەڵکیم بە بەرپرسی کێشە و ئاستەنگەکانی خۆم دەزانی و ئەوانم تاوانبار دەکرد لە دوایدا ژیرتر بووم، بە ئەزموون و تەحلیلکردن شوێنەوارەکانم دەستگیر بوو کە خۆم بوومەتە هۆی کێشە و بەدبەختیەکانم و ئەم ئەزموونەشم لە تۆمارکردنی نەفامییەکانمەوە دەستەبەر کرد.

کەسانێکی زۆری وەک من، کاتێ کە گەورە و عاقڵ دەبن لەم مەسەلەیە تێدەگەن و ڕووبەڕووی سەرشێتیەکان و نەفامیپەکانی خۆیان دەبنەوە، بەڵام کۆمەڵێکی تریش هەن کە هیچ کات بەم قۆناغە ناگەن. یەکێک لەو کەسانەی کە بەم قۆناغە گەشت ناپلیۆن بوو.

ئەو لە کۆتاییدا گەشتە ئەم قۆناغە کە وای لێهات کە دان بەوەدا بنێت و ئیعتراف بکات: هیچ کەسێک جگە لە خۆم بەرپرسی تێکشکانەکانم نییە! من گەورەترین دوژمنی سەرسەختی خۆم و هۆی چارەنووسی دەردناکی خۆمم، بەڵام بەداخەوە ئێستا پەیم بەم ڕاستییە بردووە. لێرەدا مەبەستمە پیاوێک بە ئێوە بناسێنم کە لە ڕێگەی هەستکردن و پەیبردن بە هەڵەکانی خۆی و چاکسازیکردنیان بە پلەیەک گەیشتووە کە دەتوانم بڵێم هونەرمەندێکە. ناوی ئەو پیاوە "هاول" بوو.

کاتێک کە هەواڵی مردنی لەناکاوی ئەو کە لە میوانخانەی "ئامباسادور"ی

Scanned with CamScanner

نیویۆرک ڕوویدا، لە شاردا بڵاوبوویەوە لە هۆڵی بازرگانی 'وال ستریت' هاوار بەرپا بوو. هاول وەک بەڕێوەبەرێکی کارای یەکێک لە بانکە ناوداراره باوەڕپێکراوەکان ناتوانرێ لەبیر بکرێ. ئەم پیاوە کە بەڕێوەبەرایەتی چەند کۆمپانیایەکی تریشی لە ئەستۆ گرتبوو کە لە دەوران و سەردەمی منداڵی و پێگەشتنیدا بڕوانامەیەکی ئەوتۆی نەبوو.

هاول ژیانی کۆمەڵایەتی خۆی بە نووسەری لە یەکێک لە کۆگاکانی دەرەوەی شاردا دەست پێ کرد. لە قۆناغی دواییدا ئەو توانی بەڕێوەبەرایەتی دایرەی باوەڕپێکراوی پۆلاسازی بگرێتە ئەستۆ لە وڵاتە یەکگرتووەکانی ئەمەریکا و ڕێگەی شانازیکردن و پەرەپێدان دەست پێ بکات و بە سەرکەوتوویی هەنگاو بە هەنگاو بۆ پێشەوە بڕوات.

لە کاتێکدا کە هاول لە لوتکەی سەرکەوتندا بوو ڕۆژێکیان هۆی سەرکەوتنەکەیم لێ پرسی و ئەویش لە وەڵامدا وتی:

- ماوەیەکی زۆرە دەفتەرێکی بچووکی یاداشتم تەرخان کردووە بۆ تۆمارکردنی ئەو کارانەی کە ئەنجامیان دەدەم، هەموو ڕوداوێک -هەتا بێ بایەخیش- لەو دەفتەرەدا تۆمار دەکەم. خانەوادەی من لە بوونی ئەم دەفتەرە و شێوازی کارەکەم بەئاگان، شەوانی شەممە بەرنامەیەکی تایبەتی وایان هەیە کە پێویستی بە بوونی من نییە، چونکە دەزانن ئەو شەوە هەموو کاتەکانی من تایبەت کراوە بە بەدواداچوونی یاداشتەکانم. ئەو شەوە بە خوێندنەوە و تەحلیلکردنی ئەو یادداشتانەدا بەسەر دەبەم کە بە درێژایی هەفتەیەک ئەنجامم داون و تۆمارم کردون. بەو شوێنانەدا دەچمەوە کە لە ماوەی ئەو هەفتەیەدا سەردانم کردوون و بیر لەو بەڵێنانە دەکەمەوە کە داومن و لە ژوورەکەی خۆمدا کە وەک هەمیشە بێدەنگ و ئارامە دێم و دەچم و بیر لەو کارە هەڵانە دەکەمەوە کە لە ماوەی ئەو هەفتەیەدا پراکتیزەم کردون و

هـەوڵ دەدەم بۆ چاکسـازی و قەرەبووکردنەوەیـان ڕێگەیەک بدۆزمەوە تـا لە هەڵەکانـم دەرس وەربگرم! هەندێ کات ئـەم کارە ماندووم دەکات و لە زۆری هەڵەکانی خۆم سەرسـام دەبم. ئەوەش بڵێم کە سـەرئەنجام هەڵەکانم کەمتـر بوونەتەوە.

هـاول وەک ئەوەی سـەبارەت بە کارێکی سـادە و دواکەوتـوو دەدوێت، سـەیرم دەکات و درێـژەی پێ دەدات:

- هەڵبەتـە دەبـێ دان بـەوەدا بنێـم و ئیعتیـراف بکـەم، کە ئەم ڕەوشـە بـە جۆرێـک لـە تەزکیـەی نەفس ئەنجـام دەدرێت و ئێسـتا کـە بیری لـێ دەکەمـەوە دەزانـم دوای سـاڵانێک ئـەم کارە سـوودێکی زۆری بە مـن گەیانـدووە و قازانجێکـی زۆری بۆ مـن هێناوەتە ئـاراوە. پێدەچێت "هـاول" لـە "فراکلین"ـەوە، ئـەم شـێوە بیرکردنەوەیە فێـر بووبێت دوای ئـەوەی کە زانی شـێوازێکی بەسـوودە هەنـگاوی لە بارەیـەوە هەڵگرت، بـەڵام "فراکلیـن" لەگەڵ ئـەودا یەک جیـاوازی هەبوو، ئـەوەش ئەوە بوو کـە فراکلیـن تا عەسـری ڕۆژی شـەممە ئارامـی نەدەگرت تا بـە هەڵە و کەموکورتیەکانیـدا بچێتـەوە و چاکسـازیان تیادا ئەنجـام بدات.

فراکلیـن بەبێ موبالەغە هەموو شـەوێ کارەکانی خـۆی کۆنترۆڵ دەکرد و دەیخسـتنە ژێر چاودێریەوە و هەوڵی چاکسـازی و قەرەبووکردنەوەی دەدان. فراکلیـن 13 عەیبـی گـەورەی لـە خۆیـدا دۆزیبوویـەوە، کـە بـەردەوام هەوڵـی دەدا لەگـەڵ ئـەو 13 عەیبەدا ڕووبـەڕوو بێتەوە.

من لێرەدا تەنها سێ عەیبی ناو دەبەم:

1. بەفیڕۆدانی کات.
2. نیگەرانبوون بۆ کاری لاوەکی.
3. مشتومڕکردن و بەربەرەکانیکردن لەگەڵ خەڵکیدا.

فراکلیـن زۆر بـە زوویـی گەیشـتبووە ئـەو بڕوایـەی کە تـا کاتێک زاڵ

Scanned with CamScanner

نەبێـت بەسـەر ئـەو عەیبانەیـدا بـە تایبەت ئەو سـێ عەیبەی سـەرەوە ناتوانێـت سـەرکەوتن لـە ئامێـز بگرێـت. فراکلیـن دوای دۆزینـەوە و کەشـفکردنی عەیبەکانـی خـۆی هـەر هەفتەیەکـی تەرخـان کردبـوو بۆ ڕووبـەڕوو بوونـەوەی یەکێک لەو عەیبانـە، هەڵبەتە هەمیشـە چۆنیەتی ئـەو نەبەردییـە و ئەنجامەکـەی تۆمـار دەکـرد. ڕووبەڕووبوونـەوەی بەردەوامـی فراکلیـن (هـەر هەفتەیەک لەگەڵ عەیبێکدا) ماوەی دوو سـاڵ درێژەی کێشـا.

بەڕاسـتی دەبـێ سەرسـام بیـن لـەوەی کـە ئـەم ڕووبەڕووبوونـەوە و بەردەوامییـە بـوو کـە فراکلیـن بـووە خۆشەویسـتترین کـەس لـە ئەمەریـکادا! داواکارییەکانـی "ئالبـرت هابارد" لە خـوارەوە باس دەکەین: هەمـوو کەسـێک لـە شـەو و ڕۆژدا بـە لایەنـی کەمـەوە پێنـج خولەک کاری سەرشـێتانە و نەفامانـە ئەنجام دەدات، کەسـێک عاقـڵ و ژیرە کە هـەوڵ بـدات کاری سەرشـێتانەی لـەم سـنوورە تێنەپەڕێـت و هەوڵـی ئـەوەش بـدات کـە کەمتری بکاتەوە. مرۆڤی سـینە تەسـک لـە ڕەخنەی بچـووک و بێبایەخیـش هەراسـان دەبێت، بـەڵام مرۆڤی عاقـڵ و ژیر لە ڕەخنـەی نەیاران و ناحـەزان وانەیەک فێر دەبێـت و ڕێگەیەک بۆ ڕەخنە ناهێڵێتەوە.

بـا سـەرنج بدەینە یەکێـک لە سـروودەکانی "والت ویتمن"ـی شـاعیری گـەورەی ئەمەریکایـی: ئایـا ئێوە وانەی ژیـان تەنها لە کەسـانێکەوە فێر بوون کـە بە ویسـتی ئێـوە جووڵاونەتەوە؟

بیرو باوەڕتان دەستەمۆ دەکەن؟

لەگەڵتاندا میهرەبانن؟

ئایا ئێوە وانەی ژیان تەنها لە کەسـانێکەوە فێر بوون کە وەک شـاخێکی خۆڕاگر ڕاوەستاون؟

Scanned with CamScanner

ئافەرینیان نەکردووە بۆ پەندە بێ بایەخەکەتان، مشتومڕتان لەگەڵ دەکەن تا لە تێکشکان و بیروڕا هەڵەکەتان تێبگەن؟

دەبێ بۆ فێربوونی وانەی ژیان بە تەپوتۆزی سەر ئاوێنە دڵخۆش نەبین، کە ڕوخسارمان بە لێڵی پیشان دەدات! ئەگەر تەپوتۆزەکە ڕامالڕا چلکی ڕوخسارمان دەردەکەوێت، هەم لە ڕووخساری ئاوێنە و هەم لە ڕوخساری خۆمان، نا نازین بەو کەسانەی کە دەزانن ڕێگەکانمان دروست نییە، دڵخۆش نەبین بەوەی کە خەڵکی نازانن کە نازانین، ئاشتی بکەین لەگەڵ ئەو کەسەدا کە دەزانێت نازانین و دەیەوێت بزانین! "والت ویتمن" باوەڕی وایە، ئەگەر ڕێگە بە ڕەخنەگرانی دروستکەر بدەین تا لاوازییەکانمان پیشان بدات و پەردەیان لەسەر لابەرێ، ئەوا دەتوانین هەوڵی تەواوی خۆمان بخەینەگەڕ بۆ چاکسازیکردنیان.

"داروین" یەکێک بوو لەو کەسانەی کە لە ڕەخنەگرتن بەهرەمەند دەبوو. ئەو ماوەی پانزە ساڵ هەوڵی دا تا توانی کتێبە زیندووەکەی بە ناوی (بنیادنانی جۆراوجۆر) تەواو بکات، چونکە دەیزانی بیروبۆچوون و بیردۆزە تۆمارکراوەکانی ناو کتێبەکەی دەنگەدەنگ و هاوارێکی زۆر لە جیهانی دانایاندا دێنێتە ئاراوە، نزیکەی پانزە ساڵی تر لە کاتی خۆی تەرخان کردبوو بۆ ڕەخنەگرتن لە کارەکەی و بابەتی ڕەخنەی ئەگەری خستە ئەو لاوە.

ئەگەر کەسێک بە دێوانە و نەزان لە قەڵەمت بدات چ کاردانەوەیەکت بەرامبەری دەبێت؟ تووڕە دەبیت؟ لێی هەڵدەگەڕێیتەوە و بە گژیدا دەچیتەوە؟ بە بێدەنگی دەمێنیتەوە و سەیری دەکەیت؟

منیش وەک ئێوە لە کاتی هەڵچوونمدا نازانم چ کاردانەوەیەک پیشان دەدەم، بەڵام باشتر وایە بزانین "ئابراهام لینکلن" لە وەها حاڵەتێکدا چی دەکرد: ڕۆژێک "ئاوورارد استانتون"، ئەوی بە نەفام لە قەڵم دا، هۆیەکەشی ئەوە بوو کە وەک ئەو پۆستی وەزارەتی جەنگی لە ئەستۆ

گرتبوو، ئەمەش نابێت تەنها لەبەر خاتری ڕەزامەندی سیاسەتمەدارێک دەستووری گواستنەوەی چەند کۆمەڵێک سەرباز دەربکات.

"ئاستانتون" کە لە کاتی ئەوپەڕی تووڕەییدا ئەم قسەیەی کردبوو، نەک تەنها دەستوورەکەی "لینکلن"ی پراکتیزە نەکرد، بەڵکوو لە دووپاتکردنەوەی قسەکانی ڕابردوویدا سوێندی خوارد و وتی کە لینکلین نەک تەنها نەفامە بەڵکوو دێوانەیشە.

بەڕاست وا دەزانیت دوای دڵنیابوونی ئاستانتون چی ڕوویدا؟ واتە کاتێک ئەم قسانە گەشتە گوێی سەرۆککۆمار کە "ئابراهام لینکلن" بوو، چ کاردانەوەیەکی پیشان دا؟

هیچ نەبێ وا دەزانی بالاترین پایەی بنەڕەتی ولاتێک لەبەر ئەوەی بە شێت و نەفام لە قەڵەمیان داوە کاردانەوەیەکی زۆر توندی پیشان داوە؟ چونکە حەقیش وایە وابێت، ئەو نەک تەنها لەبەر کەسایەتی خۆی، بەڵکوو بەهۆی خەڵکیەوە کە ئەو ڕابەرایەتی دەکردن سووکایەتیکردن بە ئەو واتە سووکایەتیکردن بە خەڵکی بۆیە دەبووایە کاردانەوەی پیشان بدایە، بەڵام "ئابراهام لینکلن" بە بیستنی قسەکانی "ئاستانتون" بە ئارامی و خوێنساردییەوە وتی:

- ئەگەر ئاستانتون منی بە دێوانە و نەفام لە قەڵەم داوە، ڕاستی کردووە، من نەفامم، چونکە قسەکانی ئەو لە هەموو ڕوانگەیەکەوە ڕاست بووە، ئێستا خۆم دەڕۆم و مەسەلەکە تاوتوێ دەکەم! لینکلین بەوپەڕی ئارامی و خوێنساردییەوە بۆ بینینی ئاستانتون ڕۆیشت. وەزیری جەنگ بۆی ڕوون کردەوە دەستوورێک کە دەریکردووە بە هەڵە بووە. "لینکلین"یش دەستبەجێ وەڵامی دایەوە و قسەکەی پێ بڕی و داوای لێبوردنی لێ کرد. "ئابراهام لینکلن" بەو ڕەخنانە قایل دەبوو کە بێ کینە ئاراستەیان دەکرد و مەبەستیان هاوکاریکردنی بوو و موراعاتی هەموو بابەتێکی ڕاست و دروستی دەکرد.

Scanned with CamScanner

باشتر نییە ئێمەیش رەخنەی بێ کینە و رق لە ئامێز بگرین؟

بیروبۆچونی من ئەمەیە کە هیچ یەکێک لە ئێمە ناتوانێت رایگەیەنێت کە سێ لە چواری کارەکانی راست و دروستە. ئەگەر لەم سنوورەدا بین، کە لە هەر چوار، کار سێ کارمان راست و دروست بێت ئەوا مرۆڤێکی کارزان و چالاکین و نابێ گلەیی ئاراستەی خۆمان بکەین.

"ئەنیشتاین" کە لە گەورەترین زانایان و دانایانی ئەم سەدەیە بوو، باوەری وایە کە 99% لە بیرۆکەکانی راست و دروست نەبووە و بە 1% راستی بیرۆکەکانی وەها شوێنێکی لە سەدەی تەکنۆلۆژی و پێشکەوتنی زانستیدا بەدەست هێناوە.

"لاروشفوکلد"، نووسەری فەرەنسی دەڵێت: بیروبۆچوونی دوژمنان و ناحەزان سەبارەت بە ئێمە لە راستیەوە نزیکترە تا بیروبۆچوونی خۆمان سەبارەت بە خۆمان.

من دەزانم بۆچوونەکەی "کلد" لە زۆربەی بوارەکاندا راست و دروستە، بەلام کاتێ دەکەومە بەر لێشاوی رەخنەوە، بەبێ ئەوەی بیر لەوە بکەمەوە کە بەرامبەرەکەم چی دەڵێت و مەبەستی لە رەخنەگرتنەکەی چییە، دەستبەجێ پارێزگاری لە خۆم دەکەم. لە وەها حاڵەتێکدا بێز لە خۆم دەکەمەوە. هەموو یەکێک لە ئێمە ئەم حاڵەتەی هەیە کە کاتێ رەخنەمان لێ دەگیرێت تێکدەچین و خۆمان لە رەخنەگرتن دوور دەخەینەوە و بە شانوباڵی خۆماندا هەڵدەدەین لە کاتێکدا کە نازانین ئەم بەخۆداهەڵدانە واقعیەتی هەیە یان نا، یان ئێمە شایستەی ئەم بەخۆداهەڵدانە هەین یان نا! ئێمە دروستکراو و بەرەنجامی مەنتق نین، بەڵکوو زادەی ئیحساساتین. عەقڵ و مەنتقی ئێمە وەک کەشتیەکی چارۆکەدارە لەنێو دەریایەکی بێسەروبن و تاریکدا، زریانی ئیحساسات بە دەستی هەوا و شەپۆلەوە بۆ هەموو لایەکی دەبات و ئەگەر زریانەکە سەرنگون و نوقممان ناکات ئەوا شانس یاوەرمانە.

لـە بەندەکانـی ڕابردوودا ئـەوەم بۆ باس کردن کە لـە بەرامبەر ڕەخنەی بێجێـدا چی بکـەن و کاردانەوەتان چـۆن چۆنی بێت، لێرەشـدا دەمەوێت ڕێگەیەکـی تـر کە بە بیرمدا هاتووە بۆ تۆکمەکردنـی داواکاری بەندەکانی ڕابـردوو زیـاد بکەم: کاتێک کە هەسـت دەکەیت بوونەتە نیشـانەی تیری ژەهـراوی بێجـێ و ناڕەوا، باشـتر نییـە پەلە نەکەن و فەرمـان دەرکەن بۆ خۆتـان و پراکتیزەی بکەن؟

ئێوە دەتوانن بە خۆتان بڵێن:

- تەنها خولەکێک ئارام بگرە.

دوای ئەوەی ئارامگرتن دەستی پێ کرد بە خۆتان بڵێن:

- خـۆم دەزانـم کـە مرۆڤێکـی 100% تۆکمە نیـم، بۆچی پێـم وابێ کە 100% تۆکمـە و تەواوم؟

قۆناغی دوای ئەم پرسیارە دەتوانن بە خۆتان بڵێن:

- کاتـێ "انیشـتاین" دانـی بـەوەدا نـا و ئیعتیرافـی کـرد کـە 99% لـە هەڵەدایـە، کـێ دەڵـێ کـە مـن 80% لـە هەڵـەدا نەبم؟

دیسانەوە ئارامگرتن بەردەوامە و درێژەی هەیە.

- بـەم مەرجانـە لەوانەیـە مـن شایسـتەی ئـەم ڕەخنەلێگرتنـە بـم! ڕەخنەیـەک کە زۆری نەمابوو تـووڕەت بکات، لێکۆڵینەوەی لەسـەر بکە و بـە دوایـدا بچـۆ، ئەگـەر زانیت و بـۆت دەرکـەوت کە هەڵە لـە لایەن تـۆوە سـەرچاوەی گرتـووە بڵێ:

- ئێسـتا کە هەڵەم کردووە سوپاسـی ڕەخنەگران دەکەم و هەوڵ دەدەم لە ڕەخنەکانیـان بەهرەمەند بم.

"چارلـز لاکمن" بەڕێوەبەری کۆمپانیا، سـاڵانە زیاد لە یـەک ملیۆن دۆلار خەرجـی ڕاگەیاندن دەکات (پەیوەنـدی بە کاتی ڕازاندنـەوەی کتێبەکەوە هەیـە، چونکـە ئەمـڕۆ یەک ملیـۆن دۆلار بـۆ ڕاگەیاندن بڕێکـی بەرچاو

Scanned with CamScanner

نییە.) چارلز لاکمن هەرگیز بایەخ نادات بە نامەی هاندەرئامێز کە لە بەرنامەکانەوە یا لە ڕوانگەی تەرەوە کە پیایدا هەڵدەدەن و نایانخوێنێتەوە، ئەو تەنها بایەخ بە نامەی ڕەخنەئامێز دەدات. چونکە دەزانێت لە ڕێگەی ئەم ڕەخنانەوە دەتوانێت خاڵە لاوازەکانی دیاری بکات و هەنگاوی چاکسازی هەڵگرێت.

کۆمپانیای "فۆرد" (کە پێویست بە ناساندن ناکات) بە ئەندازەیەک بە کەشفی عەیبەکانی خۆیەوە وابەستەیە، کە سەرەنجام داوای بیرۆکەی لە کارمەندە بەئەزموونەکانی و تازە کارەکانی خۆی کرد و داوای لێ کردن کە کۆمپانیاکە بخەنە ژێر ڕەخنەوە و عەیبەکانی تاوتوێ بکەن.

لە ڕابردوویەکی نەک زۆر دوور کەسێک دەناسم کە سابوونی دەفرۆشت. لە تایبەتمەندیەکانی ئەم کەسە کە بوویە هۆی ئەوەی ئەو لە بیر نەکەم، ئەمەیە کە بە تکا و پاڕانەوە لە خەڵکی دەویست ڕەخنەی لێ بگرن. ئەم کەسە بۆی باس کردم:

- سەرەتا کە دەستم بە فرۆشتنی سابوون کرد، ئەوەندە داواکار کەم بوو لە نیگەرانیدا خەریک بوو واز لەم کارە بێنم.

دوای ماوەیەک تێگەیشتم کە ناتەواوی کارەکە دەبێ لە منەوە بێت، چونکە دەمزانی جۆر و نرخی ئەو سابوونانەی کە پێشکەشی دەکەم هیچ عەیبوعارێکی نییە.

ئەم سابوونفرۆشە لە درێژەی ڕوونکردنەوەی حاڵەتەکەی خۆیدا وتی: کاتێ سەرکەوتوو نەدەبووم لە فرۆشتندا دەستم دەکرد بە ڕێگەکردن و بیرکردنەوە تا بەڵکوو عەیبی کارەکەم بدۆزمەوە. جارێکیان دوای ماوەیەک ڕێکردن چوومە لای تاجرێک، کە چەند کاتژمێرێک لەمەوپێش بۆ مامەڵەکردن چووبوومە لای پێم وت:

(نەهاتووم کە سابوون بفرۆشم، بەڵکوو هاتووم ئامۆژگاریم بکەیت و

Scanned with CamScanner

گـوێ بۆ ڕەخنەکانـت ڕادێرم! تکات لێ دەکەم، پێم بڵـێ چەند کاتژمێرێک لەمەوپێـش کـە بۆ فرۆشـتنی سـابوون هاتمـە لات چ کەموکورتیەک لە کارەکەمـدا هەبـوو؟ تـۆ زۆر لە مـن بەئەزموونتـری و لە هەمـان کاتدا لـە کارەکەتاندا سـەرکەوتوویت، تکا دەکەم بەبـێ بچووکترین نارەحەتی ڕەخنەکانـت سـەبارەت بە مـن بەیان بکە.)

ئەم کارە بوویە هۆی ئەوەی دۆستێکی زۆر و ئەزموونێکی زۆر بەدەست بهێنـم. لەوانەیـە بپرسـی ئـەم کارەی چ سـەرەنجامێکی هەبـوو و لـەم کارەی چ سـوودێکی بەدەسـت هێنا؟ ئەم کەسە لە ئێسـتادا بەڕێوەبەری کۆمپانیـای دروسـتکردنی سـابوونی "کلگیـت پالمولیـو". کۆمپانیاکـەی یەکێکـە لـە گەورەترین کارخانەکانی دروسـتکردنی سـابوون لـە دنیادا.

ئەو ناوی "پ. لیتل"ـە. شـایەنی باسـە سـاڵێک لەمەوپێش، واتە سـاڵێک پێش نووسـینی ئـەم کتێبە، تەنها چـواردە کەس هەبوون کـە توانیبویان لـە ماوەی یەک سـاڵدا داهاتیان لـەو زیاتر بێت! داهاتـی 240241000 دۆلار بـۆ سابوونفرۆشـێک کـەم نییـە! تەنهـا پیاوانی گـەورە دەتوانن وەک هـاول، فرانکلیـن و لیتـل ڕەفتار بکەن. زۆر باشـە، ئێسـتا بزانە بۆ ئەوەی سـەرنجی خەڵکی ڕاکێشـیت ڕووبـەڕووی ئاوێنە ڕاوەسـتە و لە خـۆت بپرسـە: ئایـا من دەتوانـم لە ڕیزی ئـەو پیاوە گەورانـەدا بم؟

ئەگەر وەڵامەکەی بەڵێیە، بۆچی و ئەگەر نەخێرە، بۆچی؟

بـۆ لەناوبردنـی ئەو نیگەرانیانـەی، کە بەهۆی ڕەخنەگرتنەوە سـەرچاوە دەگـرن، ئەم دەسـتوورانەی خوارەوە لـە بیر مەکەن:

هەڵە و کەموکورتییەکانتان لە دەفتەرێکدا تۆمار بکەن.

کارەکانتان بخەنە ژێر کاریگەری ڕەخنەوە -خۆتان فریو مەدەن.

تـا کاتێـک بڕواتان بە 100% کارەکانتان نەبێـت، وەک ئاغای لیتل هەوڵ بـدەن لە ڕەخنەی خەڵکی سـوودمەند و بەهرەمەند ببن.

Scanned with CamScanner

چاوخشاندنەوەیەک بە داواکارییەکانی بەشی شەشەم

خۆپاراستن لەو نیگەرانیانەی کە بە هۆی ڕەخنەی نابەجێوە سەرچاوە دەگرن

دەستووری ژمارە یەک: ڕەخنەی بێهۆ و بێجێ لە یاسادا جۆرە پێناسەیەکە، کە بە شێوەیەکی تر دەردەبڕێت و خۆی پیشان دەدات، هۆیەکەشی ئەوەیە کە ئێوە هەستی حەسادەتی خەڵکی دەبزوێنن و گەیشتوونەتە ئاستێک کە ڕەخنەگر ئارەزوو دەکات لە شوێنی ئێوەدا بێت.

لە بیری مەکە هیچ کەس شەق لە سەگی تۆپیو هەڵنادات! دەستووری ژمارە دوو: کارەکانت بە باشترین شێوە ئەنجام بدە، هەوڵ بدەن ئەو شتەی لە تواناتاندایە بیخەنەگەڕ و لە دوای ئەوە چەتری دڵنیایی لەسەر خۆتان ڕاگرن تا بارانی ڕەخنە سەرتاپاتان تەڕ نەکات.

دەستووری ژمارە سێ: هەڵە و سەرپێچییەکانتان تۆمار بکەن! ئەگەر لە خۆت شەرمەزار بیت لە خەڵکی چاوەڕوانی چی دەکەیت؟ خەجاڵەتی مەکێشە، کردەوەکانت تۆمار بکە و لە ڕەخنەش ترست نەبێ، خۆت ڕەخنە لە هەڵە و کەموکورتییەکانت بگرە.

نەفامییەکانی ئێمە تاوانی خۆمانە، ئەگەر ناتوانین دووچاری نەفامی نەبین دەتوانین جڵەوگیری لە دووبارەبوونەوەی ئەوانە بکەین کە تۆمارمان کردوون و لەناویان ببەین.

تا کاتێک بڕواتان بە 100%ی کارەکانتان نەبێت وەک ئاغای لیتل هەوڵ بدەن لە ڕەخنەی خەڵکی سوودمەند و بەهرەمەند ببن.

بەشی حەوتەمیش ڕێگە بۆ لابردن و دوورخستنەوەی ماندوویەتی و نیگەرانی و بەرزکردنەوەی هێز و توانای جەستەیی و ڕۆحی خۆش دەکات.

Scanned with CamScanner

بەندی بیستوسێیەم

ڕۆژی کاتژمێرێک لە تەمەنی خۆمان زیاد بکەین.

لەوانەیە لە خۆتان بپرسن: بە چ بەڵگەیەک کتێبێک بە مەبەستی لابردن و دوورخستنەوەی نیگەرانی نووسراوە و بەندێکیش بۆ جڵەوگیری لە ماندوویەتی تایبەت کراوە؟ سەبارەت بەم پرسیارە مافی خۆتانە، بەڵام بەڵگەی من بۆ هێنانەوەی ئەم بەندە زۆر سادە و ساکارە، زیاتر ڕوودان و ڕێوشوێنی ماندوویەتییە، کە نیگەرانی دێنێتە ئاراوە. بە لایەنی کەمەوە هەر هیچ نەبێ مرۆڤ بۆ نیگەرانبوون ئامادە دەکات.

خوێندکارێک کە تازە هاتووەتە زانکۆی خوێندنی پزیشکییەوە دەتوانێت بۆ ئێوەی ڕوون بکاتەوە کە چۆنچۆنی ماندوویەتی هێز و توانای جەستەیی کەم دەکاتەوە و لەم ڕوانگەیەوە مرۆڤ لە بەرامبەر سەرما و سەدەها نەخۆشی تر ئازار دەچێژێت. هەر پزیشکێکی دەروونناسیش دەتوانێت پێتان بڵێت کە چۆنچۆنی ماندوویەتی هێز و توانای بەرگری جەستە لە بەرامبەر هەستی نیگەرانی و بێزاری و ترسدا کەم دەکاتەوە.

بە قایلبوون بەم بابەتە، دەتوانین بگەینە ئەو ڕاستییەی کە جڵەوگیری و لابردنی ماندوویەتی، واتە ڕووبەڕووبوونەوە و ڕێگریکردن لە نیگەرانی. من لێرەدا دەڵێم: (لابردن و دوورکەوتنەوە لە ماندوویەتی، جڵەوگیری لە نیگەرانی دەکات)، بەڵام ئەگەر بتەوێ زیاتر لە مەسەلەکە بگەیت دەتوانیت سەرنج بدەیتە وتەکانی دکتۆر "ئادموند جاکبسون"، کتێبگەلێکی دوا بە دوای یەکی سەبارەت بە پشوودان و لابردنی نیگەرانی

Scanned with CamScanner

نووسـیوە و لە کاتی ڕازاندنەوەی ئەم کتێبـەدا، ئەو بەڕێوەبەری تاقیگەی فیزیۆلۆژی زانکۆی شـیکاگۆیە. جاکسـون، سـالانێک کاتی خۆی سەرفی لێکۆڵینـەوە دەکرد، سـەبارەت بە پشـوودان و لەناوبردنـی ماندویەتی بۆ ئـەوەی دەرمانێک بۆ چارەسـەری نەخۆشـییەکان بدۆزێتەوە، هێشـتاش درێـژە بـە لێکۆڵینەوەکانـی دەدات و دەڵێـت: (... لە سـنووری پشـودانی تـەواودا، هێـزی تووڕەیـی ئامادەیی تێدا نییە بێتـە ناوەوە.)

بـۆ زیاتـر ڕوونکردنەوەی ئـەو دەسـتەواژەیەی سـەرەوە، دەتوانم بڵێم: لـە کاتی پشـوودان و حەوانـەدا ڕێگە بـە بەردەوامی نیگەرانـی نادەیت!

بـۆ ڕوونکردنـەوەی ئەو دەسـتوورەی سـەرەوە و سـەرەتا بـۆ لابردن و دورخسـتنەوەی ماندوویەتـی و نیگەرانـی دەتوانیـن ئـەم شـێوازەی خـوارەوە بەیـان بکەین:

1. بـۆ پاککردنـەوەی تەرازووەکـەت لـە ژەنگـی ماندوویەتـی پشـووی خـۆت زیـاد بکـە، تا بـوار بـە نیگەرانـی نەدەیت!

2. پێـش بـە دەرکەوتنـی ماندوویەتـی پشـوو بـدە و مەیەڵـە ئەگـەری دەرکەوتنـی نیگەرانـی بـەدەر بکەوێـت!

پرسـیار: بۆچی بۆ لابردن و دوورخسـتنەوەی ماندوویەتی ئەوەندە پەلە بکەین؟

وەڵام: چونکە ماندوویەتی بە خێراییەکی سەرسـووڕهێنەر پەرە دەسـێنێ و زۆر زوو ئاڵۆز دەبێت.

ماوەیەکـی زۆرە هێزە سـەربازییەکان پەییان بەم مەسـەلەیە بردووە، کە ماندوویەتی بە خێراییەکی زۆر زوو تەشەنە دەکات. بۆ نموونە پسپۆڕانی سـوپای وڵاتـە یەکگرتووەکانـی ئەمەریکا بۆیـان دەرکەوتـووە کە هەتا پیاوانـی لاو و دەوردیدە و بەئەزموون لـە کاتی ڕێپێوانە درێژخایەنەکاندا لـە هـەر کاتژمێرێکـدا دە خولـەک کۆڵەپشـتیەکانیان لا دەبەن و پشـوو

Scanned with CamScanner

دەدەن بـۆ ئـەوەی کاتژمێرێـک زیاتر بەبێ هەسـتکردن بـە ماندوویەتی درێـژە بـە ڕێپێـوان و ڕاهێنانەکانیـان بدەن و بـە پێچەوانـەوە ئەگەر لە هـەر کاتژمێرێکـدا ئەو دە خولەکە پشـوو نـەدەن ئـەوا چالاکیەکانیان بۆ نیـوە کەم دەکات.

هەر بەم هۆیەوە سـوپای ئەمەریکا پشـووی لە هەر کاتژمێرێکی ڕاهێنان و ڕێپێوانەکانـدا کرد بە ئیجباری.

دڵـی ئێـوە ئەندامێکـی هەمیشـەیی و سـەرەکی و کارایـە و وەک کاتـی مانـۆڕی هێـزی نیزامـی پشـوودانی نییە.

ئایا ئەم بەشە بواری پشوودان دەڕەخسێنێت؟

سـەرنج بـدەرە لێکۆڵینەوەیەک لـەم بارەیەوە: ئەو خوێنـەی کە ڕۆژانە لـە لایـەن دڵـەوە بـۆ هەمـوو بەشـەکانی لـەش دەڕوات و بـە هەمـوو دەمـار و ملولەکانی خوێندا دەسـوڕێتەوە، بە ئەنـدازەی یەک وارگۆنێکی نەوتهەڵگـر دەبێت. ئـەو هێـز و توانایـەی کە لـە شـەو و ڕۆژدا دڵ بۆ بەئەنجامگەیاندنـی ئەرکەکانـی سـەرفی دەکات دەتوانێـت بیسـت تـەن (20000 کیلۆگـرام) بـەردی کانزا لەسـەر ڕووی زەوی بـە بەرزی 90 سـم بەرز بکاتەوە.

کاری سەرسـووڕهێنەری ڕۆژانەی بارهەڵگرێکـی فارگۆنێکی نەوتکێش و جێبەجێکردنـی بیسـت تـەن بەردی کانـزا بۆ ماوەی 80 تا 90 سـاڵ بێ وەسـتان ئەنجام دەدرێت.

بەڕاسـت چۆن بەشـێکی زۆر بچووک، کە لە مشـتەکۆڵەیەک زیاتر نابێت بەرگـەی ئەم هەمـووە کارە دەگرێت؟ بـەلام ڕاسـتیەکەی ئەوەیە کە دڵ ئـەم ئەندامە کارایـە دوای هەر لێدانێک ماوەیەک پشـوو دەدات.

واتـە لـە هـەر چرکەیەکـدا بـە تێکـڕا 0.4 چرکەیـەک لێـدەدات و 0.6 چرکەیـەک پشـوو دەدات، بەم شـێتەڵکردنە بـە پشـوودەرترین ئەندامی

Scanned with CamScanner

لەش دەژمێردرێت .تێکڕای لێدانەکانی دڵ لە هەر خولەکێکدا 70 جار لێدانە، هەر جارەی 0.4ـی چرکەیەک دەخایەنێت.

بەم شێوەیەی خوارەوە شیکاری دەکەین: کاتی چالاکی دڵ لە یەک خولەکدا بە چرکە 28= 0.4 × 70 چالاکی دڵ لە کاتژمێرێکدا بە چرکە 28 × 60 = 168

چالاکی دڵ لە کاتژمێرێکدا بە خولەک 1680 ÷ 60 = 28

چالاکی دڵ لە شەو و ڕۆژێکدا بە خولەک 28 × 24 = 672

چالاکی دڵ لە شەو و ڕۆژێکدا بە کاتژمێر 672 ÷ 60 = 11.2

ماوەی پشوودانی دڵ لە شەو و ڕۆژێکدا بە کاتژمێر 11.2 = 12.8 24 -

لە کاتی بەخەبەری لە شەو و ڕۆژدا کاتی پشوودانی دڵ زیاترە لە کاتی چالاکییەکانی و هەروەها بە لەبەچاوگرتنی ئەو کاتژمێرانەی کە خەوتووین، لێدانەکانی دڵ کەم دەبێتەوە و ماوەی پشوودانی دڵ دەتوانرێت لە شەو و ڕۆژێکدا بە پانزە کاتژمێر مەزەندە بکرێت، کە ئەمەش ماوەیەکی کەم نییە بۆ پشوودان.

"چەرچیل"، سەرۆکوەزیری ئینگلتەرا لە ماوەی نێوان تەمەنی 60 – 70 ساڵیدا ئامادە بوو لە شەو و ڕۆژێکدا 16 کاتژمێر لە شوێنی کارەکەی بێت و ئەرکەکانی سەرشانی پراکتیزە بکات.

بەڕاست ڕازی توانای بەئەنجامگەیاندنی کارەکەی چی بوو؟ چەرچیل ڕۆژانە تا کاتژمێر یانزەی پێش نیوەڕۆ لە شوێن خەوەکەی دەمایەوە، دوابەدوای ئەوە گوزارشتە هاتووەکانی دەخوێندەوە و فەرمانی پێویستی دەردەکرد.

لەم ماوەیەشدا پەیوەندی تەلەفۆنیشی هەبوو، بە کۆنفرانسەکانیشدا دەگەشت. دوای خواردنی نانی نیوەڕۆ کاتژمێرێک دەچووە خەوەوە.

Scanned with CamScanner

ئێـواران لـە زەردەپەڕدا پێش خواردنی نـان، دوو کاتژمێـر دەخەوت.

ئـەو زۆر بـە کەمـی پێویسـتی بـەوە دەبـوو، کـە ماندوویەتـی خـۆی دەربـکات. ئەو بە پشـوویەکی تەواوەوە ڕێگری لـە ماندوویەتی دەکرد و بەم شـێوەیە بـوو کە دەیتوانی تا چەند کاتژمێرێکیش دوای نیوەی شـەو بەبـێ هەسـتکردن بە ماندوویەتـی کار بکات.

"راکفلر" سـەرمایەداری ناودار دوو ڕیکۆردی لە دوای خۆی بەجێهێشـت:

1. سـەرمایەیەک کە سنووری نەبوو.
2. هەشـتاونۆ سـاڵ تەمەن کە بۆ کەسانێکی ئاسـوودەی وەک ئەو زۆر زۆرە.

لـە ڕوانگەی درێژی تەمەنـەوە "راکلفر" جگە لـە تایبەتمەندێتی بۆماوەیی تەمـەن درێـژی، خـەوی نیوەڕوانـی بـۆ مـاوەی نیـو کاتژمێر بـوو، کە ئەگـەر لـەو ماوەیـەدا سـەرۆککۆماریش پەیوەنـدی پێـوە بکردایـە بـە تەلەفـۆن یـان داوای لێبکردایە سـەردانی بکات داواکـەی ڕەت دەکردەوە و گرنگـی پـێ نەدەدا.

کاتـێ لـە خانمـی "رزولت"م پرسـی چۆن چۆنـی بەرگـەی بەرنامەیەکی ماندووبەخـش و 12 سـاڵ مانـەوەت لـە کۆشـکی سـپیدا گـرت؟ بـە ڕاشکاوانە وتی: - پێـش ڕووبەڕووبوونـەوە لەگـەڵ کۆمەڵێکـدا یـا لە کاتـی ڕەخنەگرتـن و سـەردانە گرنگەکاندا ماوەی بیسـت خولەک لەسـەر کورسـییەکەم لە پشـت مێزەکەمەوە بە ئارامی دادەنیشـتم و بۆ پشـوودان چاوەکانـم دادەخسـتن و هـەر ئـەو بیسـت خولەکـە منی بۆ ڕووبەڕووبوونەوەی مەسـەلە گرنگەکان وەک سـپێدەی بەرەبەیان ئامادە دەکرد.

یەکێـک لـەو کەسـانەی کە لـەم بارەیەوە گفتوگـۆم لەگەڵدا کـرد "هنری فورد"ـە، خاوەنـی کۆمپانیای فۆرد بـوو. گفتوگۆکەی ئێمـە کەمێک پێش

Scanned with CamScanner

هەشتاهەمین ساڵڕۆژی لەدایکبوونی بوو.

لەم چاوپێکەوتنەدا ئەوم زۆر بە خۆشحاڵی و شادمانی بینی، بۆیە ڕازی شادمانییەکەیم لێ پرسی، ئەویش لە وەڵامدا وتی: - لە شوێنێکدا کە بمەوێ دانیشم، هەرگیز بەسەر پێوە ناوەستم، لە شوێنێکیشدا کە بمەوێت ڕاکشێم هەرگیز دانانیشم و ئەگەر بواری خەوتنم هەبێت هەرگیز بە بەخەبەری نامێنمەوە.

هوراس"، بنیادنەری زانست و زانیاری و تەربیەت لە ساڵانێکدا لە کاتی گفتوگۆکردنیدا لەگەڵ خوێندکارەکانیدا لەسەر شوێنەکەی ڕادەکشا تا بە ئارامی بدوێت. ئەو لەو ساڵانەدا سەرۆکی کۆلێژێک بوو.

من ئەو شێوازەی "هوراس"م بۆ یەکێ لە ئەکتەرەکانی هالیود پێشنیار کرد. ئەو ئەکتەرە دوای ماوەیەک دانی بەوەدا نا و ئیعتیرافی کرد کە کاریگەری ئامۆژگارییەکەم موعجیزەئاسا بووە. دوای ئامۆژگاریەکەم بۆ ئەو ئەکتەرەی هالیود، یەکێکی تر لە ئەتەرەکانی مترۆگلدین مایر بە ناوی "جک چرتوک" پەیوەندی پێوە کردم.

"جک چرتوک"، یەکێکە لە ئەکتەرە بەناوبانگەکانی هالیود و بەرپرسی کوتەفلیمەکانی مترۆگلدین مایرە. ئەو زۆر ماندوو و دەردەدار بوو. لەگەڵ ئەوەی کە حەب و گولاج و ڤیتامین و دەرمانی بەهێزی بەکار دەهێنا، بەڵام بە ئەنجامێک نەگەشتبوو. بەوم وت، هەموو ڕۆژێک ماوەیەک لە کاتی کارەکەی پشوو بدات.

لە وەڵامی "جک چرتوک"، کە پرسیاری کرد لە کاتی کاردا چۆن پشوو بدات پێم وت: (دەتوانیت لە ژووری کارەکەتدا لە شوێنێکدا ڕاکشێیت و لە هەمان کاتدا لەگەڵ کارمەندەکانتدا باسی یادەوەرییەکانتان بکەن، دەرگیریەکان و یادەوەرییە دژوارەکان بخەنە ئەو لاوە بۆ کاتێک کە سەر حاڵ و ئامادەن!) دوای دوو ساڵ، کە بینیمەوە پێی وتم: -

Scanned with CamScanner

ئـەی پزیشـکی چارەسـازم، دوای پراکتیزەکردنـی ئامۆژگارییەکانت موعجیزەیـەک هاتووەتـە کایەوە!

- مەگەر چی بووە؟

- ماوەیـەک بـوو کـە کارم بـە ئامۆژگارییەکانـی تـۆ دەکـرد، بـەڵام ئەنجامێکـی دوابەدوایـەک بـوو بـوو بـە دابونەریـت بـۆم.

پێـش ئـەوە خووم بەوەوە گرتبوو لە کاتـی ئاڵوگۆڕکردنی بیروڕا و باس و لێکۆڵینـەوەدا لـە کاتـی دەرهێنانی کورتە فیلمەکانـدا زۆر بە جدی و بە پەوی لەسـەر کورسیەکەم دادەنیشـتم و وزەیەکی زۆرم سەرف دەکرد. ئێسـتایش هەمان ئەو کارانە بە باشـترین شـێواز پراکتیـزە دەکەم، بەڵام بـە ڕاکشـاوی. گرنگ ئەوەیـە دوای پەیڕەوکردنی ڕێنماییەکانی پزیشـکە چارەسـازەکەم هەسـت دەکەم حاڵم لە جاران زۆر باشـترە. ئەم ڕۆژانە لەگـەڵ ئەوەی کـە دوو کاتژمێر زیاتـر کار دەکەم، بەڵام هەسـتکردن بە ماندوویەتـی لـە کاردا لەگەڵ ڕابردوودا شایسـتەی بەراوردکردن نییە.

بـە بـڕوای مـن ئـەو دەسـتوورانەی سـەرەوە بـۆ ئێـوەش شـایەنی پراکتیزەکردنـە.

کەسـانێکی دیاریکـراو هـەن، کـە بـواری پشـووی ڕۆژانـە بەدەسـت ناهێنـن. بـە تایبەت ئەو کەسـانەی کە لە شـاری بچووکدا ژیان بەسـەر دەبـەن و بـۆ خواردنـی نانـی نیـوەڕۆ دەگەڕێنـەوە بۆ ماڵـەوە، زۆر بە ئاسـانی دەتوانـن لـە دوای نانخـواردن چەنـد خولەکێک وەنـەوز بدەن. ئەگـەر ناتوانیت لـە دوای خواردنـی نانـی نیـوەڕۆ وەنـەوز بدەیت، بە لایەنـی کەمـەوە کاتژمێرێـک پێش لـە خواردنی نانـی ئێوارە ڕاکشـێ. کاریگـەری ئەم کارە سـادەیە زیاترە لـە پشـوویەکی درێژخایەن. ئەگەر بتوانیـت نزیکەی کاتژمێـر پێنجی دوای نیوەڕۆ، یا شـەش یاوەک حەوت کاتژمێرێـک پشـوو بـدە، دەتوانیـت ڕۆژی کاتژمێرێک لـە تەمەنی خۆت

زیاد بکەیت.

دەزانیت بۆچی؟ چونکە کاتژمێریک خەو لە دوای نیوەڕۆ لەگەڵ شەش کاتژمێر خەوی شەوانە کە دەبێتە حەوت کاتژمێر زۆر سوودمەندترە بۆ حاڵی ئێوە لە هەشت کاتژمێر خەو بەبێ پچڕان. لەم ڕوانگەیەوە کاتژمێریک کاتی زیاترت بۆ هۆشیاربوون هەیە.

کرێکارێک لە کاتێکدا کە کاتێکی زۆر بە پشوودانەوە بەسەر ببات کارێکی زۆر ئەنجام دەدات. ئەم بابەتە لە ڕێگەی تاقیکردنەوەیەکەوە کە لە کۆمپانیای پۆلاسازی "بتلی هیم" لە لایەن پسپۆڕێکەوە بە ناوی ئەندازیار "تمدایگر" سەرچاوەی گرت و سەلمێنرا.

پسپۆڕی کۆمپانیای پۆلاسازی توانای کاری کاریگەرەکانی بەشی بارکردن و جێبەجێکردنی ئاسن و پۆلای بە تەرازووی دوانزدە تەن و نیو لە قەڵەم دا. هەر کرێکارێک لە کاتی کارکردندا بۆ بارکردنی 12.5 تەن ئاسن هەست دەکات تەواوی توانای خۆی لەدەست داوە.

ئەم پسپۆڕە لە تاقیکردنەوەیەکیدا بۆی دەرکەوت، کە هەر کرێکارێک دەتوانێت تا 47 تەن ئاسن بار بکات و بە ئەندازەی بارکردنی 12.5 تەن ئاسنیش ماندوو نەبێت، واتە بە نزیکەیی چوار بەرامبەری برێکی ئاسایی. ئەم پسپۆڕە سەرەتا بۆ سەلماندنی تاقیکردنەوەکەی خۆی یەکێک لە کرێکارەکانی هەڵبژارد و خستییە ژێر چاودێری کەسێکەوە کە زانیارییەکی تەواوی هەبوو. چاودێرەکە بە کرێکارەکەی دەوت: (ئەم ئاسنە هەڵگرە و بیبە. ئێستا پشوو بدە. ئێستا بڕۆ... ئێستا پشوو بدە.)

ئەم کرێکارە لە ڕۆژێکدا 48 تەن ئاسنی بار کرد، لە کاتێکدا کە خەڵکی 12.5 تەنیان بار کردبوو. ئەو کرێکارەی کە زۆرتری بار کردبوو هەستی بە ماندوویەتی نەدەکرد، بەڵام ئەوانی تر بە تەواوی ماندوو بوو بوون.

Scanned with CamScanner

لە ماوەی سێ ساڵدا کە ئەو کرێکارە لە ژێر تاقیکردنەوەدا بوو هەرگیز کەمتر لە 48 تەن ئاسنی لە ڕۆژێکدا بار نەدەکرد، ئەمە لە کاتێکدا کە لە کاتژمێرێکدا تەنها 26 خولەک کاری دەکرد و 34 خولەکەکەی تر پشووی دەدا. هۆکاری ئەوەی کە ئەم کرێکارە کاری زۆرتری ئەنجام دەدا، ئەوە بوو کە پێش ماندووبوون پشووی دەدا. ئەو چوار ئەوەندەی کرێکارەکانی تر کاری دەکرد، بەلام کاتی کارکردنەکەی نیوەی ئەوانیش نەبوو. ئەوان ماندوو دەبوون و پەکیان دەکەوت، بەلام ئەو هیچ کات هەستی بە ماندوویەتی نەدەکرد.

پێدەچێت وا بزانیت ئەم بابەتە پڕوپاگەندەیەکی بێهودەیە، بەلام دەتوانیت درێژەی ئەم تاقیکردنەوەیە لە کتێبی (بەڕێوەبرنی زانستی کولتووری تایلر) بخوێنیتەوە.

مۆڵەتم بدەن دووبارەی بکەمەوە: وەک نیزامیانی ئەمریکایی لە هەر کاتژمێرێکدا دە خولەک کۆڵەپشتییەکەت دابگرە و بیخەر سەر زەوی و پشوویەک بدە. وەک دڵی خۆتان پێش لە ماندووبوون پشوو بدەن. وەک ئەو کرێکارەی کۆمپانیای پۆلاسازی بە شێوەیەکی مامناوەند پشوو بدە. بە حەوت کاتژمێر پشووی پچڕ پچڕ لە باتی هەشت کاتژمێر پشوو، بەبێ پچڕان لە شەو و ڕۆژێکدا کاتژمێرێک بۆ کاتژمێری تەمەنی خۆتان زیاد بکەن.

Scanned with CamScanner

بەندی بیستوچوارەم

چۆن ماندوو دەبین؟

چ شتێک ماندوومان دەکات؟

دەتوانین چی لەگەڵ ماندوویێتیدا بکەین؟

لێرەدا دەمەوێت ئاماژە بە ڕاستییەکی سەرسوورهێنەر بکەم، هەڵبەتە بۆ کەسانێکی سادە و ئاسایی سەرسوورهێنەرە، نەک بۆ دانایان و پزیشکان و زانایان. بابەتەکە بەم شێوەیە کە کاری فیکری تا چەندین کاتژمێری دوابەدوای یەک ماندوویێتیهێنەر نییە. ئەم بیرۆکەیە بە دووبارەکردنەوەی تاقیکردنەوەی زانستی سەلمێنراوە.

ئەگەر ئێوە خوێنی کرێکارێک کە سەرگەرمی کارێکی جەستەیی قورسە شیتەڵ بکەن، دەگەنە ئەو ڕاستییەی کە خوێنەکەی پڕە لە مادەی ژەهراوی کە دەتوانێت ماندوویێتی بێنێتە ئاراوە، بەڵام ئەگەر دڵۆپێک خوێن لە مێشکی دانایەک کە زیاد لە 12 کاتژمێری دوا بە دوای یەک کار و چالاکی فکری بەئەنجام گەیاندبێت، بخەنە ژێر لێکۆڵینەوەوە دەبینن کە زەڕەیەک مادەی ژەهراوی تێدا نییە.

ئەم لێکۆڵینەوانە بە ئێمە دەڵێت کە چالاکییەکانی مێشک هەر چەندێک درێژخایەن بێت، ماندوویێتی بەدی ناهێنێت. تا ئەو کاتەی کە مەسەلەکە پەیوەندی بە مێشکەوە بێت، ئەم ئەندامە دەتوانێت لە دوای 8 تا 12 کاتژمێر کاری بەردەوام بە باشی و بە خێرایی وەک کاتژمێری یەکەم

Scanned with CamScanner

کار بکات.

ئێستا کە بەئەنجام گەیشتین مێشک ماندوویەتی ناهێنێتە ئاراوە، کەوایە چ شتێکە ئێمە ماندوو دەکات؟

بە گوێرەی بیروبۆچوونی دەروونناسان ماندوێتی مرۆڤ زیاتر پەیوەندی بە حاڵەتی فیکری و هەستیەوە هەیە.

یەکێک لە ناودارترین دەروونناسەکانی ئینگلتەرا بە ناوی دکتۆر "ج.ا.هادفیلد" لە کتێبەکەی خۆیدا بە ناوی "توانا لە دیدگای دەروونناسیەوە" دەڵێت:

بەشێک لەو ماندوێتیانەی کە ئازارمان دەدەن لە فیکرێکی بێئەزموونەوە سەرچاوە دەگرێت.

لە ڕاستیدا ماندوێتیەک کە ڕاستەوخۆ لە جەستەوە سەرچاوە بگرێت بوونی نییە. ماندووێتی لە جۆری بیر و هەستی ئێمەوە دەست پێ دەکات و بە خێرایی تەشەنە دەکات.

یەکێک لە پزیشکە ناودارەکانی ئەمەریکا بە ناوی دکتۆر "بریل پارا" لەم ئاستەش فراوانتر ئاشکرای کردووە و ڕایدەگەیەنێت: 100%ی ماندووێتی ئەو مرۆڤە تەندروستانەی کە کارەکانیان بە دانیشتنەوە بە ئەنجام دەگەیەنن پەیوەندی بە هۆکاری دەروونی، واتە هۆکاری هەستییەوە هەیە.

بەهۆی ئەم مەرجانەوە کەوایە چ شتێک کەسانێک ماندوو دەکەن کە کارەکانیان بە دانیشتنەوە بە ئەنجام دگەیەنن؟ خۆشی؟ ڕەزامەندی؟ نەخێر، ئەمانە ماندووێتی ناهێننە کایەوە. ئەم کەسە لە ئەنجامی نیگەرانی، ڕق و کینە، هەستی پووچی و بێهوودەیی لە ژیان هەست بە ماندووێتی دەکات، چونکە هۆکاری سەرکی لە بەدیهێنانی ماندووێتیدا هەر ئەمانەن. کەسێک کە کارەکەی بە شێوەی دانیشتن ئەنجام

Scanned with CamScanner

دەدرێـت بـە هۆی ئـەو هۆکارانـەوە کـە باسـکران ماندوویتـی ئاگر لە جەسـتەی بەر دەدات و بە هۆی سەرئێشـەیەکی تونـدەوە ڕێگەی ماڵەوە دەگرێتـە بەر.

کەوایـە ئێمـە هـەر لەبـەر ئـەم هۆیە مانـدوو دەبیـن، کە هەسـتی ئێمە فشـاری تووڕەیـی بەرهـەم دێنێت.

کۆمپانیای بیمەی "مترۆپۆلیتن" لە بەشـێکیدا کە سـەبارەت بە ماندوویتی بڵاوی کردۆتـەوە، ئاماژە بەوە دەکات:

کەمتـر کار و دژواری بوونـی هەیـە کـە ماندوویتـی ناشـی لەوانـەوە نەتوانێـت پشـوودان و حەوانەوە بخاتـە ئـەو لاوە... نیگەرانی، هەڵچوون و هەڵئاوسـانی ڕۆحـی، سـێ هـۆکاری گرنگـی بەدیهێنانـی ماندوویتین. ئەم سـێ هۆکارە لـە زۆربەی بوارەکانـدا بە بەرپرسـی ماندوویتی ئێمە دەژمێررێـن و ئێمـە بە هەڵـە تاوانەکەی دەدەینە پاڵ کاری جەسـتەیی و فکری.

لـە بیـرت نەچێـت کاتێک کـە ئەندامێـک بەئاگا دێنینـەوە بـۆ هەوڵدان و تێکۆشـان وەک ئـەوە وایە کـە ئەو ئەندامەمـان خسـتبێتە کارەوە.

ماسـوولکەکانی خۆتـان سسـت و لاواز بکـەن و وزە و توانـای خۆتان هەڵگـرن بـۆ پراکتیزەکردنی کارێکـی گرنگ.

هەر ئێسـتا، لە هەر شـوێنێک و لە هەر حاڵەتێکدا کە هەیت سـەرگەرمی تاوتوێکرنـی حاڵەتەکانـی خـۆت بـە. هـەر لەم سـاتەدا کە سـەرگەرمی خوێندنـەوەی ئـەم دێـڕەی، ئایا بـە قیافەیەکی داگیراو و ڕووخسـارێکی شـێواوە سـەیری ئەم کتێبە دەکەیت؟ ئایا ماسـوولکەکانی ڕووخسارتان گرژ نەبووە؟ ئایا لەسـەر کورسـییەکە بە ئیسـراحەت پاڵـت لێداوەتەوە؟ ئایـا خـۆت چەماندووەتـەوە؟ ئایـا هەسـت دەکەیـت ئـەو شـوێنەی کـە لێـی دانیشـتوویت گونجـاوە؟ لەبیـری نەکەیـت تـا کاتێـک حاڵەتی

Scanned with CamScanner

بووکەشووشـەیەکی لۆکەیی کە دەسـت و پێی بە بەتاڵی بەسـەر زەویدا ڕاکێشـراوە بـۆ خۆت نەرەخسـێنیت، دەرگیـری گرژی ماسـوولکەکان و تووڕیـی خۆتیـت! بۆچی لە کاتـی پراکتیزەکردنـی کارە فکریەکاندا پەنا دەبەیتـە بـەر ئـەو فشـار و هەڵچوونانەی کە پێویسـت نین؟

"ژوسـلین" بەبـێ ئـەوەی کـە لە باسـەکەی ئێمە بەئـاگا بێت دەڵێـت: (... گەیشـتوومە ئەو ڕاسـتیەی، کە گەورەترین ڕێگر لە ڕێگەی بەئیسراحەت و ئـارام ئەنجامدانـی کارەکانـدا ئەوەیـە، زۆربـەی خەڵک بڕوایـان وایە: بەئەنجامگەیاندنی کارە دژوارەکان پێویسـتی بە قیافەیەکی کارا و لێهاتوو و گونجـاو هەیـە و ئەگـەر نا ئـەو کارە بە باشـی ئەنجـام نادرێت. هەر لەبـەر ئەمەیە کە لە کاتـی بەئەنجامگەیاندنی کارێکی قورسـدا قیافەیەکی کارا و لێهاتـوو بـە خۆمـان دەبەخشـین، شـانەکانمان دەچەمێنینـەوە و فشـار بـۆ ماسـوولکەکانی خۆمـان دێنین، لـە کاتێکدا کە ئـەم کارە هیچ جـۆرە یارمەتییەک لە مێشـک وەرناگرێت.)

ڕاسـتی مەترسـیدار ئەوەیـە کە هەتـا کەسـانی ڕەزیل کە سـەرفکردنی پارە لە بەخشـینی گیان لایان ئاسـانترە، بەڵام لە کاتی سـەرفکردنی وزە و توانـادا بـێ تـرس و بێ پـەردە زیـادەڕەوی دەکـەن و وزە و توانای خۆیـان بەفیڕۆ دەدەن.

بـە بـڕوای ئێـوە ڕێگەچـارەی ئـەم ماندوویێتیانـەی تووڕەبـوون چییە؟ پشـوودان! پشـوودان! پشـوودان! پشـوودان و دیسـانیش پشـوودان! لابردنـی ماندوویێتی لـە کاتـی پراکتیزەکـردن و بەئەنجامگەیاندنی کاردا هونەرێکـی زۆر جوانـە، کـە دەبێـت فێـری ئەو هونـەرە ببیـن. لابردنی ماندوویێتـی لە کاتی پراکتیزەکـردن و بەئەنجامگەیاندنـی کاری قورس و دژواریشـدا زۆر ئاسانە.

بـۆ پراکتیزەکردنـی لابردنـی ماندوویێتـی، دەبێـت هەوڵـی گۆڕینـی ئەو دابونەریتـە بدەیـن، کـە لـە ژیانـدا بەدەسـتمان هێناوە.

Scanned with CamScanner

دەزانم پراکتیزەکردنی ئەم کارە دژوارە، بەڵام شایستەی زەحمەتەکەیەتی، چونکـە بـە ئەگەرێکـی نزیک بـە بـڕوا ژیانتـان دەگۆڕێت بـۆ چاکترین شێواز.

چۆن دەست بە پشوودان بکەین؟

سـەرەتا لە مێشـکەوە دەسـت پێ ناکەین. لە بیرمان بێت کە هەمیشـە بۆ پشـوودان لە ماسـوولکەکانی خۆمانەوە دەست پێ دەکەین.

ئێستا تاقی دەکەینەوە:

وایدانـێ دەتەوێـت قۆناغی پشـوودان لە چاوەوە دەسـت پێ بـکات! لە دوای خوێندنـەوەی ئـەم پەرەگرافـە، پاڵ بدەنـەوە و چاوەکانتان دابخەن و بـە ئەوپـەڕی ئارامییەوە بـە چاوەکانتان بڵێن:

سەربەست بن، فشار بۆ خۆتان مەهێنن. کاتەکان لێڵ مەکە.

ئـەم وشـانە بـۆ مـاوەی خولەکێک بە هێواشـی و بـە ئارامـی دووبارە بکـەرەوە! ئێسـتا کـە خولەکەکـە تـەواو بـووە، هەسـت دەکەیـت کـە ماسـوولکەکانی چـاوت فرمانەکانتـان جێبەجـێ دەکـەن؟ ئایـا هەسـت دەکەیت کە دەسـتێکی شـاراوە تەواوی فشـار و گرژی ماسـوولکەکانی لابردووە؟

ئەگـەر چـی بـۆ ئێوە جێگـەی باوەڕ نییـە، بەڵام لـەو خولەکـەدا هەموو هونـەر و نهێنییەکانـی پشـوودانتان خسـتووەتە گـەڕ و هـەوڵ بـدەن ئەوانـە فەرامـۆش نەکـەن. تـۆ دەتوانیت ئـەم تاقیکردنەوەیە سـەبارەت بە چەناکە، ماسـوولکەکانی ڕووخسـار، مل، شـان و تەواوی بەشـەکانی جەسـتە بەئەنجـام بگەیەنیـت، بەڵام لە بیرتـان بێت کـە گرنگترین ئەندام کـە پێویسـتی بە پشـوودان بێت چـاوە. دکتـۆر "ئادموند جاکوبسـن"، مامۆسـتای زانکـۆی شـیکاگۆ کـە خوێندنەوەیەکـی قووڵـی لـە بـارەی گرژبـوون و دەمارگیـری و (عصبـی) چـاوەوە هەیـە، لـە بـارەی ئەم

Scanned with CamScanner

ئەندامــەوە ڕوونکردنەوەیەکی تێروتەســەلی هەیە کە ئێمەش بەشــێکی بۆ بەدەر لە کەســانێکی پزیشــک دەخەمە ڕوو: (ئەگەر بتوانن ماسوولکەکانی چاوتــان بخەنــە حاڵەتێکــی ئــازاد و سەربەســتەوە، دەتوانن بڵێــن هەموو نارەحاتیەکانــی خۆتانتان لەبیــر کردووە.

هۆی گرنگبوونی چاو لە پاکراگرتن و بەدوورگرتنی لە فشــار و (عصبی) و گــرژی ماســوولکەکانی ئەوەیــە کە 4/1ــی وزە و توانــای (عصبی) لە تەواوی جەســتەدا ئــەم ئەندامە ناسـکە ســەرفی دەکات. بەڵگەش ئەوەیە زۆربــەی ئــەو کەســانەی کــە چاوەکانیــان ســاغ و ســالمە بە دەســتی ماندوویەتــی چــاوەوە دەناڵێنــن، ئەمەش خــۆی بۆ خۆی مەســەلەیەکە).

بــۆ بەدەســتهێنانی هونەری حەوانەوە و پشــوودان، ســەرنج بــدەرە ئەم پێنج دەســتوورەی خوارەوە:

1. ئەو کتێبانە بخوێنەرەوە، کە لەم بارەیەوە نووسراون.

2. لە شــوێنە جۆراوجۆرەکاندا جەســتەی خۆت بە ئازادی و سەربەستی بپارێزە.

ئایــا هەرگیــز منداڵێکــت هەڵگرتووە کە لەبەر تیشــکی خــۆردا خەوتبێت؟ ئەگــەر ئــەم کارەت بەئەنجام گەیاندبێت لەوە گەیشــتوویت کە جەســتەی منداڵ وەک ڕۆژنامەیەکی تەڕبوو شــی دەبێتەوە. تەنانەت ڕاهێنەرەکانیش بڕوایــان وایــە کە بــۆ بەدەســتهێنانی هونــەری حەوانەوە و پشــوودان، ڕەچاوکردنــی حاڵەتی پشــیلە پێویســتە. من هەرگیز پشــیلەیەکی ماندوو، گیــرۆدە بــە هەڵچوونی دەروونی، بێخــەوی یا نیگەرانــی و برینی گەدەم نەبینیــوە. پێدەچێــت ئێمەیش ئەگەر لاســایی ڕەفتاری پشــیلە بکەینەوە لە حەوانــەوە و پشــووداندا ئەوا لــەم نەخۆشــیانە ڕزگارمان دەبێت.

3. تــا ئەو جێگەیەی کە دەتوانیت بە خەیاڵێکی ئاســوودەوە ســەرگەرمی کار بە، لە بیرت بێت فشــارهێنان بۆ ماســوولکەکانی جەستە، ماندوویەتی

Scanned with CamScanner

و توورەبوون و ئازاری شـان بەرهەم دێنێت.

4. ڕۆژانە 4 تا 5 جار بە خۆتدا بچۆرەوە و زانیاری سـەبارەت بە خۆت بەدەسـت بهێنە. واتە حاڵەتی جەسـتەیی خۆت بخەرە ژێـر چاودێرییەوە و بـە خۆت بڵـێ: ئایا کارەکەی من لـەوە دژوارترە کـە ئەنجامی دەدەم؟ ئایـا مـن ئەو ماسـوولکانە بەکار دێنم کـە پەیوەندییان بـەو کارەوە نییە کە ئەنجامی دەدەم؟

5. لـە کۆتایـی هەمـوو ڕۆژێکـدا جارێکـی تر بـە خۆتدا بچـۆرەوە. لە خـۆت بپرسـە، چەندێـک مانـدووم؟ ئەگـەر مانـدووم ئـەم ماندوویێتیـە پەیوەنـدی بـە کاری فیکری منـەوە نییە، بەڵکوو بە هۆی ئـەو کارانەوەیە کە ئەنجامـم داون.

Scanned with CamScanner

کتێبخانەی pdf ›

CLOSED GROUP · 122K MEMBERS

Announcements Photos Events Files Albums

Write something...

Scanned with CamScanner

بەندی بیستوپێنجەم

چـۆن خانمانی ماڵــەوە ماندوویێتی لە خۆیـــان دوور بخەنەوە و بە ناســکی و جوانی بمێننەوە؟

رۆژێکیـــان لە پایزی ســـاڵی رابـــردوودا یاریدەدەرەکەم نـــارد تا لە یەکێک لـــە گەورەترین و سەرســـوورهێنەرترین پۆلەکانـــی پزیشـــکی جیهانـــدا بەشـــداری بکات.

بەڵێ، بیســـتت، پزیشـــکی؟ ئەم پۆلە هەفتەی جارێک لە بنکەی تەندروستی "بوســـتون" ئەنجام دەدرا و کەســـانێک کە وەک نەخۆش بەشـــداریان تێدا دەکـــرد و دەچوونـــە ژێـــر چاودێـــری تاقیگـــەی وردی پزیشـــکییەوە. ئەم پۆلە لە راســـتیدا جۆرێکە لـــە ئەنجومەنی دەرمانخانـــەی دەروونی. ناوێک کـــە بۆ ئەم پۆلـــە لەبەرچاو گیـــراوە ئەنجومەنی دەروونناســـی زانســـتییە و مەبەســـت لەمەیش چارەســـەرکردنی کەســـانێکە کە گیرۆدەی نیگەرانی بـــوون. زۆربەی ئەو کەســـانەی کە لـــە ئەنجومەنی ئەم پۆلەدا بەشـــداری دەکـــەن خانمانـــی ماڵـــەوەن، کـــە هەڵچوونـــی دەروونـــی و دەمارگیـــری ئازاریان دەدات.

ئـــەم پۆلە لە ســـاڵی 1930 بە یارمەتـــی دکتۆر "ژوزف پـــرات" کە یەکێک بـــوو لـــە خوێندکارەکانـــی "ســـر ولیام" بنیـــاد نـــرا. دکتـــۆر "ژوزف پرات" کاتێـــک بـــۆی دەرکـــەوت زۆربەی ئەو نەخۆشـــانەی پەیوەنـــدی بە بنکەی تەندروســـتی "بوستن"ـــەوە دەکـــەن بە شـــێواز و رووخســـار بە نەخۆش نایەنـــە پێشـــچاو، بەڵکـــوو هـــۆکاری نەخۆشـــییە دەروونییەکانیـــان پێـــوە دیـــارە، هەوڵـــی بنیادنانی پۆلێکی دا بۆ فێرکردنی نەخۆشـــەکان بۆ ئەوەی

نەخۆشـییەکان بناسـێنێت بە نەخۆشـەکە خۆی.

لـەم پۆلـەدا بینینی ئـەو ئافرەتانـەی کە دووچـاری ئـازاری جومگەکان بـوون و توانـای بەکارهێنانـی دەسـتەکانیان نییە یا ئەوانـەی دووچاری شـێرپەنجەی گـەدە بـوون و پێـوەی دەتلێنـەوە شـتێکی ئاسـایی نییە. دکتـۆر "پـرات" کاتێک دەیبینی نەخۆشـەکانی نەخۆشـخانەی "بوسـتون" لە ئاو سـەر ئێشـە، پشـت ئێشـە، ماندوویتی و نەخۆشـی جۆراوجۆری تـر و هەتا لە نەخۆشـییە شاراوەکانیشـدا لە ئازاردان، بـەڵام تاقیکردنەوە پزیشـکییەکان توانای ناسـین و دیاریکردنـی ئەو نەخۆشـیانەیان نییە و پزیشـکە دێرینەکانیـش نەخۆشـیەکانی ئەوانـی بـە زادەی بیـر و خەیاڵ دەزانـی، هـەر لەبـەر ئـەوە کەوتنـە دۆزینـەوەی ڕێگەچـارە بـۆ ئـەو نەخۆشانە.

دکتـۆر "پـرات" لـە سـەرەتادا بیـری لـەوە دەکـردەوە کـە ئەگـەر بـە نەخۆشـەکان بڵێـت: (بگەڕێنـەوە بـۆ ماڵەوە و بیریشـی لـێ مەکەنەوە.) کارێکـی خراپـە، بۆچی زۆربەی ئـەم نەخۆشـانە ئافرەت بـوون؟ لەبەر ئـەوەی ئافرەتان لەچاو پیاواندا زیاتر هەسـت بە نەخۆشـییەکان دەکەن، لەوە تێپەڕیوە ئەگەر چارەسـەری نەخۆشـییەکان ئەوەندە ئاسـان دەبوو کـە بـە فەرامۆشـکردنیان بەئەنجـام بگـەن ئـەوکات هیچ شـتێکی تر لە ئـازادا نەدەمـا و خۆیان چارەسـەری خۆیانیـان دەکرد.

کەوایە دەبێ چی بکەن؟

دکتـۆر "پـرات" لەوپەڕی بێـزاری و نائومێدیـدا بەهـۆی هاوکارەکانییەوە بە هـەوڵ و ماندووبوونێکـی زۆر پۆلەکانی کردەوە، سـەیریش لەوەدایە هەر لـەم قۆناغە سـەرەتاییەدا ئەنجامێکی بەرچاو و سەرسـووڕهێنەری بەدەسـت هێنـا. کاتێک کە ئەم بابەتە دەنووسـم بیسـت سـاڵ لە چالاکی ئـەم پۆلـە ناوبـراوە تێدەپەڕێ و هـەزاران نەخـۆش بـە پراکتیزەکردنی چارەسـەر کراون.

Scanned with CamScanner

یەکێک لە خاڵە گرنگەکان کە لە زمانی نەخۆشەکانی ئەم مەڵبەندە فێرکارییەوە بیستراون، ئەمەیە کە زۆربەی ئەو نەخۆشانە دەڵێن: (لەم پۆلەدا کاتێک کە لە ژێر چاودێری چارەسەرکردندا بووین هەستمان بە حاڵەتێک دەکرد کە مرۆڤ لە مەڵبەندە مەزهەبییەکاندا هەستی پێ دەکات).

یاریدەدەرەکەی من لەگەڵ ئافرەتێکدا کەوتە وتوویژ، کە ماوەی نۆ ساڵ بوو دەهاتە ئەو پۆلەوە. ئافرەتەکە بە یاریدەدەرەکەمی وت، کاتێک کە بۆ یەکەم جار پەیوەندی بەم پۆلەوە کردووە کە پزیشکەکان پێیان وتووە کە دووچاری نەخۆشی گورچیلە بووە و جگە لەوەش جۆرێک لە نەخۆشی دڵی هەیە. ئافرەتەکە لەو ڕۆژانەدا بە ئەندازەیەکی وەها نیگەران دەبوو کە هەندێ جار توانای بینینی خۆی لەدەست دەدا و بۆ ماوەیەک کوێر دەبوو.

یاریدەدەرەکەم کە لەگەڵ ئەم ئافرەتەدا گفتوگۆی کردبوو، دەیوت:

(ئەو ئافرەتە ئەمڕۆ ئافرەتێکی ئارام و شادمانە و لە نیعمەتی ساغ و سەلامەتی چێژ وەردەگرێت. ئەو لە ئێستادا ئافرەتێکی تەمەن چل ساڵە و زۆر بە شادمانی دێتە پێش چاو لە کاتێکدا کە خاوەنی چەند منداڵێکە. ئەو لە کاتێکدا کە یەکێک لە منداڵەکانی لە کۆشیدا خەواندبوو پێی وتم: ئەو ڕۆژانە ئەوەندە نیگەران بووم کە ئارەزووی مردنم دەکرد، بەڵام لەم دەرمانخانەیەدا پەیم بە پووچی بیرۆکەکانی خۆم برد و بە شێوازێک لە شێوازەکان دەستم دایە ڕێگریکردن و دوورخستنەوەی نیگەرانی).

دکتۆر "رز"، یەکێک لە پزیشکە ڕاوێژکارەکانی ئەم پۆلە دەڵێت:

(باشترین ڕێگە بۆ لابردن و دوورخستنەوەی نیگەرانی، ئەوەیە کە نیگەرانییەکانمان لە لای کەسێکی باوەڕپێکراو و دڵسۆز باس بکەین).

Scanned with CamScanner

نەخۆشـەکان لە کاتێکـدا پەیوەندی بـەم دەرمانخانەیەوە دەکـەن، لەگەڵ وەهـا حاڵەتێکـدا ڕووبـەڕوو دەبنـەوە کـە دەتوانـن تـەواوی ئـازار و دەردەکانیـان تا ئەو شـوێنەی مەبەسـتیانە باس بکەن و ئـەو دژوارییە لە بیـری خۆیاندا بسـڕنەوە.

لێپرسـراوانی دەرمانخانـە باوەڕیـان وایـە بیرکردنـەوە لـە بابەتـی نیگەرانیهێنەر و شـاردنەوەی بیروبۆچـوون و هەڵچوونی دەروونی دێنێتە ئـاراوە. هەمـوو یەکێـک لە ئێمە دەبێت بـۆ ئـازار و ڕەنجەکانی هاوەڵێک بـۆ خـۆی هەڵبژێرێ. دەبـێ خۆمان قایـل بکەین کـە لە مەیدانـی دنیای شـاراوە کەسـێک پەیدا دەبێت کە گـوێ بۆ دەردەدڵەکانـی ئێمە ڕادێرێت و دەرک بـە قسـەکانمان بکات.

یاریدەدەرەکـەی مـن شـاهیدی تەسـکینی ئافرەتێـک بـوو کـە لـە کاتی نیگەرانیـدا بـۆی هاتبـووە پێش.

ئـەو ئافرەتـە گیـرۆدەی نیگەرانـی خانەوادەیی بـوو و لە سـەرەتادا کە دەیویسـت قسـە بکات، وەک ئـسـپرینێکی پەسـتێنراو دەهاتە پێشچاو کە هـەر سـاتێک چاوەڕوانـی ڕزگاربوونـی دەکـرد، بـەڵام وردە وردە کـە بەرەوپێشـەوە دەڕۆشـت ئازادتـر و ڕاحەتتـر دەبـوو، تـا وای لێهات لە کۆتایـی گفتەکانیـدا زەردەخەنـە کەوتە سـەر لێوانی.

بەڕاسـت ئایا کێشـەکانی چارەسـەر کرابوون؟ نەخێر، بەو شـێوە سادە و سـاکاریەش نەبـوو. ئـەوەی کـە زەردەخەنـەی خسـتە سـەر لێوانی گفتوگۆکـردن بـوو لەگـەڵ خەڵکیـدا و پەندوەرگرتـن بـوو لێیانـەوە و هەبوونـی هـاودەرد بـوو کە گوێیـان بـۆ گفتەکانـی ڕادەدێرا.

لـە ڕاسـتیدا شـتێک کە ببێتـە هـۆی بەدیهێنانـی گۆڕانـکاری کاریگەری موعجیزەئاسـا، گفتوگۆکردنـە. دەروونناسـان و شـیکارە دەروونیەکان، ئەمـڕۆش پشـتگیری لە توانای گیانبەخشـی وتووێژ دەکـەن. لە دەورانی

Scanned with CamScanner

"فرۆید" تا ئێستا پزیشکەکان بڕوایان وایە کە نەخۆشەکان قایلن بەوەی کە تەنها بە وتوویژکردن و دەردەدڵکردن، هەڵچوونە دەروونییەکان ئارام دەبێتەوە و دەستەمۆ دەکرێت.

بۆچی بەو شێوەیەیە؟ مەگەر ئەم ئیحتیماڵە بوونی نییە کە بە دەردەدڵکردن زیاتر پەی بە هەڵچوونە دەروونییەکانی خۆت دەبەیت؟ هیچ کەس لەم مەیدانەدا هەموو وەڵامەکان نازانێت، بەڵام هەموان لەسەر ئەم بیروبۆچوونە کۆکن کە دەردەدڵکردن و کردنەوەی گرێکوێرەکانی دەستبەجێ تەسکینی و ئارامی لەگەڵدایە.

ئێستا کە بەم ڕێگە عاقڵانەیە دەتوانرێت ئەوە بێت کە کاتی لە ناخەوە نیگەرانین با بۆ کەسی بەرامبەرمانی بەیان بکەین. هەڵبەتە مەبەستم ئەوە نییە کە بە هەر کەسێک گەیشتین هاوار و سکاڵانامە بەرز بکەینەوە، بەڵکوو دەبێ دەردی دڵ لەگەڵ کەسانێکدا بکەین کە بڕوا و متمانەی تەواومان پێیان هەبێت. کەسێکی لەم شێوەیە لەوانەیە خزم و کەسوکار، پزیشکێک، مافناسێک، وەزیرێک یا کەسێکی دەروونناس بێت.

دەتوانیت بەو کەسە بڵێیت:

(من کێشەیەکم هەیە کە پێویستم بە ڕێنمایی هەیە! دەمەوێت گوێ بۆ گفتەکانم ڕادێریت، لەوانەیە ئامۆژگارییەکانی تۆ بۆ من بەسوود بێت! بۆی هەیە گۆشە تاریکەکانی کێشە و ئاستەنگەکانی من کە ئازارم دەدات بۆ تۆ ڕووناک بێت! ئەگەریش نەتتوانی ڕێنمایم بکەیت، هەر ئەوەندەی کە گوێ بۆ گفتەکانم ڕادێریت یارمەتییەکی گەورەیە بۆ من.)

ئەوەی کە لە خوارەوە دەکەوێتە بەرچاوتان دەستوورگەلێکی بەکەڵکن کە لە باسکردنی دەردی دڵ و ئەندێشەکانەوە سەرچاوەی گرتووە:

خانمانـی ماڵـەوە تاقیان کردۆتـەوە، ئیـوەی خانمانیش دەتوانـن هەر لە ماڵەوە سـوودی لـێ ببینن:

1. بـۆ تۆمارکردنـی داواکاریەکـی گرنگ کـە دەیخوێنیتەوە یـا لە خەڵکی دەبیسـتیت، تیانووسـیکی بچووک ئامادە بکە، لەم تیانووسەدا هۆنراوەی سـەرنجڕاکیش، کورتـە وتـار، کورتە نزا، ڕسـتەی درەوشـاوە و پەندی بەکەڵـک کـە لـە ژیاندا بزانیـت بە کەڵکی حاڵـت دێت، یادداشـتیان بکە و ئـەو کاتـەی کـە نیگـەران و بێزاریت و تووشـی ئازاری ڕۆحـی بوویت سـەرنجیان بدە و پێیاندا بچۆرەوە سـەر لەنوێ و زیاتریش نەخۆشەکانی دەرمانـگای "بوسـتون" سـاڵەهایە ئـەم تیانووسـەیان ئامادە کـردووە و بـڕوای تەواویـان پێیەتی و دەڵێـن ئەمە تاکە چەکـی دەروونە.

2. سـەبارەت بـە عەیبـی خەڵکـی ئەوەنـدە پێداگیـری مەکـە، حەتمـەن مێردەکانـی ئێوەیـش بەهەمان شـێوە عەیبدارن، خۆشـتان عەیبتان هەیە ئـەوەک وەها بزانن ئەگـەر عەیبێکتان هەبوایە لەگەڵتاندا هاوسـەرایەتیان نەدەکـرد، لـە پۆلـدا ئافرەتێک کە مێردێکـی گرژومۆن و هەرانسـانکەری هەبـوو، لێیـان پرسـی ئەگـەر مێردەکەت بمرێـت چی دەکەیـت؟ ئافرەتە ئەوەنـدە ئەو پرسـیارەی پێ ناخۆش بوو دەسـتبەجێ پێنووسـێکی گرتە دەسـت و پەڕاوێکـی هێنـا و چاکەکانـی مێردەکـەی تێـدا تۆمـار کرد و لیسـتێکی تـەواوی بـۆ دروسـت کـرد. بۆچـی کاتێـک کـە مێردەکانتان عەیبێکیـان هەیـە، وەها کارێک ئەنجام نادەن؟ دوای ڕێکخسـتنی لیسـتی چاکـەی مێردەکانتـان تەماشـا دەکەیت کە ئـەو هەر هەمان ئـەو پیاوەیە کە دەتویسـت.

3. لەگـەڵ هاوسـێکانتدا پەیوەندی ببەسـتە سـەبارەت بە کەسـانێک کە لـە سـنووریکدان، یاخـود لـە کۆمەڵـە بینایەک لە یـەک ناوچـەدان یا لە کۆلانێکـی بچووکـدان بـا هەموو پێکەوە بـە خۆشەویسـتی و میهرەبانی بژیـن و بـە تەنـگ یەکترەوە بیـن. لە ئافرەتێکی نەخۆشـی گۆشـەگیر و

Scanned with CamScanner

بێزاریـان پرسـی كە هیچ دۆسـت و خەمخۆری نەبوو، وتیـان دەربارەی كەسـێك بـدوێ كـە وەك خـۆت دەیبینیتـەوە ئافرەتەكەش بۆ ئـەم كارە ناچار بوو گۆشـەگیرییەكەی خـۆی دەرببڕێت و بكەوێتە گفتوگۆ، ئێسـتا ئەو گۆڕاوە بۆ ئافرەتێكی خۆشـحاڵ و بەهۆش، شـایەنی هاوڕێیەتیكردنە و دەردەكانی خۆی بە دەسـتی فەرامۆشـی سـپاردووە.

3. ئـەم شـەو پێـش ئـەوەی بچیتـە سـەر جێگـەی خەوتـن و بخەویت بەرنامەیـەك بـۆ بەیانیـت دابنێ.

بەڕێوەبەرانی دەرمانگەی نەخۆشـخانەی (بوسـتون) دوای لێكۆڵینەوە و ئەزموونێكـی زۆر، گەیشـتنە ئەو ئەنجامەی كە ژنانـی (كەیبانوو)، چونكە بـەردەوام لـەماڵەوە كاریان هەیـە و كۆتایی پێ نایەت هەمیشـە بێزارن، ئـەوان هەرگیز دەسـتبەتاڵ نین، خەریكن و شـپرزەن، بۆڕزگاربوون لەو شـپرزەییە پێشـنیاریان كرد كە هەموو شەوێك بۆ سـبەینێ بەرنامەكەی بۆ داڕێژرێت.

ئەزانـی ئەنجـام بە چی گەیشـت؟ كاری زیاتـر هاتە پێـش و ماندوویێتی كەمتـر دەركـەوت، جگـە لـەوەش هەسـتێكی خۆشـی و كامەرانـی لـە خانمانـدا دەردەكەوێـت، چونكە كاتی تەواوی بـۆ بنەبڕكردنی ماندوویێتی و فریاكەوتـن دۆزییـەوە، هـەر خانمێـك ماوەیـەك لەكاتـی ڕۆژانـەی تەرخـان بـكات بـۆ ئارایشـت و خۆڕازاندنەوە، دیـارە كەمتـر دەكەوێتە ژێـر فشـاری تووڕەبوونەوە.

4. لـە فشـار خسـتنە سـەر خـۆت و خۆماندووكـردن وریا بـە و خۆت بپارێـزە، بەدەسـتهێنانی پشـودانیش لـە كیس مەدە و پشـوو بـدە. هیچ هۆكارێـك وەك ماندوێتی و فشـارلەخۆكردن ژن پیـر و پەككەوتە ناكات.

یاریدەدەرەكـەم مـاوەی كاتژمێرێـك لـە دەرمانگـەی (بوسـتون)دا دانیشـتنێكی لەگەڵ پرۆفیسـۆر (پل جانسـون)دا كرد، لە بارەی ڕەوش و

Scanned with CamScanner

یاساکانی پشوودانەوە بیروڕایان گۆڕییەوە.

بۆ سەلماندنی ئەوەی کە فێرکردن و ڕاهێنانەکانی پرۆفیسۆر دەربارەی ڕەوشی پشوودان تا چ ئاستێک کاریگەرە، ئیتر یاریدەدەرەکەم دوای دە خولەک ڕاهێنان لە کاتێکدا کە لەسەر کورسییەکەی خۆی چەماندبوویەوە، خەوێکی خۆشی لێ کەوت.

بۆچی پشوودان تا ئەم ئاستە گرنگی هەیە؟ لەبەر ئەوەی مەسەلەیەک ئەمەی سەلماندووە کە گرنگترین دەرمان بۆ ئەو نەخۆشانەی دووچاری نیگەرانی و بێزاری و هەڵچوونی ڕۆحی دەبنەوە، تەنها پشوودانە. ئەگەر ئێوە خانمیماڵەوەن لە کاتی خۆیدا پشوو بدەن.

ئێوە ئەو دەسکەوتە گەورەیەتان هەیە هەر کاتێک ئارەزوو بکەن دەتوانن بخەون، هەتا دەشتوانن لە حەوشە و ڕاڕەوی ماڵەکەی خۆتاندا ڕاکشێن. پێشت سەیر نەبێت کە دەڵێم: کەفی زەوییە ڕەقوتەقەکەی ژوورەوە بۆ پشوودان زۆر بەکەڵکترە لە نوێن و جێگەی نوستنی گەرموگوڕ. ڕووی زەوییە ڕەقوتەقەکەی ماڵەوە ئازار بە ستوون و بڕبڕەکانی پشتتان ناگەیەنێت.

ئێستا چەند ڕاهێنانێکی سوودمەند دەخەمە پێش چاوت کە دەتوانیت لە ماڵەوە ئەنجامی بدەیت، هەفتەیەک ڕاهێنانی لەسەر بکەیت، شوێنەواری موعجیزەئاسای لە ڕازاوەیی و شادمانی خۆتدا بەدی دەکەیت.

1. کاتی هەستکردن بە ماندوویێتی لەسەر ڕووی زەوی ژورەکە ڕاکشێ، جەستەت تا هەر شوێنێک بۆت ئەلوێت ڕاکێشە، ئەگەر ویستت بە پشتدا بکەوە. ڕۆژی دووجار ئەم ڕاهێنانە بە ئەنجام بگەیەنە.

2. چاوەکانت بنوقێنە و قسەکانی پرۆفیسۆر (جانسون) لەبەر خۆتەوە بڵێرەوە: خۆرەتاو بەسەر سەرمەوە ئاڵتوون دەبارێنێت! ئاسمان شین و درەوشاوەیە! سروشت بە ئاسوودەیی خۆیەوە زاڵە بەسەر کۆمەڵەی

Scanned with CamScanner

جیهاندا، من زادەی سروشـتم و هەماهەنگی گەردوونم. (لەم حاڵەتەیشـدا دەتوانیـت دوعایش بخوێنیت).

3. ئەگـەر لـە ڕاکشـانەکەتدا لەوانـە بـوو خواردنێـک لەسـەر ئاگر بێت و بسـووتێت، هیـچ نەبـێ دەتوانیت لەسـەر کورسـییەکی جێگیـر، وەک پەیکەرێکـی بێجووڵـە دانیشـیت و دەسـتەکانتی بە ئیسـراحەت بۆ درێژ بکە یت.

4. ئێسـتاکە لە حاڵەتـی پشـووداندایت، هێواش هێـواش پەنجەکانت خاو بکەرەوە و بهێڵە پشـوو بدەن، دوای پەنجەکانت نۆبەتی ماسـوولکەکانتە، بهێڵـە بـا ماسـوولکەکانی قاچیشـت پشـوو بـدەن. کاتێـک گەیشـتیتە ماسـوولکەکانی شـانومل، سـەرت وەک تۆپـی فتبـۆڵ ئازاد بکـە. دوای ئـەوە بـە گوێـرەی یاسـای کارکردنـی بەندی پێشـوو، خـۆت ڕابێنە کە ئـارام بیت... ئـارام بیت...

5. دەمارەکانـت بـە هەناسـەدانی ڕێکوپێـک و هێـواش ئارام بکـەرەوە. هەناسـەی قـووڵ هەڵبکێشـن. بیردۆزی ڕاهێنـەرە هیندییـەکان کە بیر و ڕایان وایە هەناسـەی قووڵ و ڕێکوپێک باشـترین ڕێی چارەسـەرکردنی گرژبوون و هەڵئاوسـانی دەمارەکانـە، بیردۆزەیەکی تاقیکراوە و بەکەڵکە.

6. بیـر لـە چرچولۆچەکانـی ڕووخسـاری خـۆت بکـەرەوە و هەوڵـی پاککردنـەوە و جوانکردنـی بـدە، مەبەسـتم لـەو چرچولۆچەکانەیـە کـە لـە ئەنجامـی نیگەرانییـەوە بـەدی هاتـوون، کە لـە نێوان هـەردوو برۆ و گۆشـەکانی لێـودا دەردەکـەون. ئەگـەر لـە ڕۆژێکـدا دووجـار ئەمـە ئەنجـام بدەیت پێویسـتیت بە مەسـاژکردن نابێت لە ئارایشـتگاکاندا. ئەم چرچولۆچـە دەبێـت لـە ناخـدا قەڵاچۆ و بنەبـڕ بکرێت، نەک بـە هۆکارە دەسـتکردەکان لـە دەرەوە.

Scanned with CamScanner

بەندی بیستوشەشەم

چوار کرداری سوودمەند

بۆ ئەنجامی جڵەوگیری لە بنەبڕکردنی دەرکەوتن و تەشەنەکردنی نیگەرانی.

مێـزی کارکردنەکـەت لەو کاغەز و پەڕانەی کە هەبوونیان زۆر پێویسـت نییـە، پـاک بکـەرەوە، تەنهـا ئـەو یاداشـتانە دەمێنێتەوە کـە هەڵگرتن و مانەوەیـان پێویسـتە! رولنـد. ل. ویلیـام، کـە لـە کاتـی نووسـینی ئەم کتێبەیدا سـەرۆکی هێڵی ئاسـنی شـیکاگۆ بـوو، دەڵێت:

- کەسـێک کـە ڕووی مێزەکـەی پڕ بێـت لە کاغـەز و ئەو یاداشـتانەی کـە پێـی وایـە ڕۆژێک هەر دێـت کە پێویسـتی پێیان بێـت و کەڵکیان لێ وەربگرێـت، ئەگـەر مێزەکەی لە کاغەزی ڕەشـکراوە بە چەنـد بابەتێکی جۆراوجـۆر پـاک بکاتـەوە تەنهـا یادداشـتە بەکەڵـک و پێویسـتەکان بهێڵێتـەوە، دەبینێت کـە کارەکەی بە ئاسـانترین شـێوە پراکتیزە دەکات. مـن ئـەم کارە بە کارێکـی شایسـتە و بەجێ لە قەڵـەم دەدەم.

یەکـەم هەنـگاو بـۆ تێگەیشـتن و بەدەسـتهێنانی ئەنجامێکـی ویسـتراو لـەم ڕەوشـەوە خوێندنـەوە دەسـتکەوتی تێڕوانینـی منـە، هەڵبەتـە ئێوەیـش دەتوانـن ئـەم تێڕوانینەتان هەبێت، بـەڵام وانازانم ئێـوە بتوانن کتێبخانەکـەی کۆنگرێـس لە واشـنتۆن ببینن. ئەگەر ڕێتـان کەوتە ئەوێ، ئێـوەش دەتوانـن ببینـن کـە بە سـەقفی هۆڵی ئـەم کتێبخانەیـەوە پێنج وشـە لـە بەیتی هەڵبەسـتەکانی پـووپ، چەنـد جـوان ڕازاوەتەوە:

(ڕێکوپێکی یەکەمین فەرمانی ئاسمانییە).

یەکەمیـن دەسـتوور لەهـەر کارێکـدا دەبێـت ڕێکوپێـک بێت، بـەڵام ئایا

Scanned with CamScanner

وایە؟ بە دڵنیاییەوە نەخێر، ڕووی مێزی زۆرێک لە کاسبکاران و فرۆشیاران و پیشەوەران پڕن لە کاغەز و وەرەقانێک کە چەندەها هەفتەی بەسەردا تێدەپەڕێت سەیر ناکرێن و چەندەها هەفتەی تریشی دێتە سەر و تا دواییش لەوانەیە بدڕێینرێن.

بڵاوکەرەوەی ڕۆژنامەی ئاورلئان بۆی باس کردم:

(کاتێک کە نووسەرەکەم یەکێک لە مێزەکانی پاک دەکردەوە مەکینەی دەرزییەکەی دۆزییەوە کە دوو ساڵ لەمەوبەر ونی کردبوو).

ڕواڵەت و مەنزەرەی سەرمێزێکی شێواو و شپرزە و پڕ لە یادداشت و نامەی وەڵام نەدراوە و شتی پڕوپووچ بەسە بۆ تووڕەبوون و بێزاری کەسێک. خراپتر لەوەش بیرکردنەوەیەکە، کە بە بینینی ئەو هەموو کاغەز و پەڕەیەی کە لەسەر مێز ئازارت دەدات و ئەم بۆچوونەش دێنێتە ئاراوە کە بواری تەواوت بۆ ڕاپەڕاندنی ئەم هەموو کارە نییە. ئەم بیرکردنەوەیەش نەک تەنها بەرەو نیگەرانی و ماندووبوون ڕاپێچت دەکات، بەڵکوو لە دواییدا دەگۆڕێت بە فشاری خوێن و نەخۆشی دڵ و برینداری گەدە.

ڕەفتاری ژمارە دوو:

ئەو کارانەی پێتان وایە زۆر گرنگن بە ڕێکوپێکی ئەنجامیان بدەن.

ئەمە بیروبۆچوونی یەکێک لە دامەزرێنەرانی کۆمپانیایەکی گەورەی ئەمریکییە، سەیر لەوەدایە کە دەڵێت: تا ئێستا لە ئاستی پارەپێدانی هیچ هەقدەسێکدا نەمتوانیوە کەسێک بدۆزمەوە کە ئەم دوو ڕەفتارەی هەبێت:

١- ڕەفتاری بیرکردنەوە.

Scanned with CamScanner

ب- ئەنجامدانی کارەکان بە ڕێکوپێکی و بە گرنگی پێدانەوە.

ئەگەر "برنارد شۆ"، نووسەری گەورەی ئینگلتەرا، دەرکی بەوە نەکردایە کە کاری بەبایەختر لە یەکەم جارەوە دەست پێ دەکات، لەوانە بوو نووسەرێکی ئەوەندە بەناوبانگ نەبوایە و بۆ هەمیشە تا کۆتایی ژیانی کاری هەر سندووقداری بانق بوایە. بەلام ئەم نووسەرە بەتوانایە، سەرەتا بەرنامەیەکی ڕێک خست کە بتوانێت لە ڕۆژێکدا پێنج پەڕە بنووسێت. ئەم بەرنامە و بەڕێوەبردنە بەهێزە بۆ بەئەنجامگەیاندنی ئەمە بووە هۆی ئەوەی کە "برنارد شۆ" لەو حاڵەی کە هەیبوو ڕزگار بکات.

ئەو شێوازەی "برنارد شۆ" خۆی بۆ ئەنجامەکەی ناچار کردبوو، نۆ ساڵی تەواوی بێوچان پراکتیزە کرا و ئەو لە ڕۆژانێکدا کە کۆی دەرامەتەکەی زیاتر لە سێ دۆلار نەدەبوو، دیسانەوە خۆی بە پابەندی نووسینی پێنج پەڕە دەزانی.

هیچ کارێک بەبێ بەرنامە ناتوانێت سەرکەوتوو بێت، سەرسام نەبێت لەوەی کە بڵێم، هەتا بۆ نووسینی "ڕوبنسون کروز" بە شێوازێکی ڕێکوپێک و گونجاو کاتژمێرێک لە کات پێویستە.

ڕەفتاری ژمارە سێ:

لە کاتێکدا کە لەگەڵ نەگونجاوی و ناحەزی ڕووبەڕوو دەبیتەوە ئەگەر بەڵگەی تەواوت بۆ پلان و نەخشە پێیە، دەستبەجێ بڕیار بدە و ئەنجا بیخەرە قۆناغی پراکتیزەکردنەوە، هەرگیز بڕیاردان و پراکتیزەکردنەکەی دوا مەخە.

یەکێک لە قوتابییەکانی پێشووی من بە ناوی "هاول"، خودا لێی خۆش بێت، چەند مانگێک پێش مردنی پێی وتم:

Scanned with CamScanner

(کاتێک ئەندامانی دەستەی بەڕێوەبەرایەتی کارخانەی پۆلاسازی بووم لە ئەمەریکا، لەم مەسەلەیە ڕەنجم دەکێشا و بێزار بووم، کە دانیشتنەکانی دەستەی بەڕێوەبەرایەتی زۆربەی جار درێژەی دەکێشا و ئەندامەکان بابەتی جۆراوجۆریان پێشنیار دەکرد، بەلام بڕیاردان قەتیس مابوویەوە و زۆر کەم بوو کە هەر یەکێک لە ئەندامان ناچار بوون فایلی گوزارشتەکان بۆ لێکۆڵینەوە لەگەڵ خۆیاندا ببەنەوە بۆ ماڵەوە.)

هاول بۆی ڕوون کردمەوە کە لە کۆتایدا سەرکەوتوو دەبێت ئەگەر دەستەی بەڕێوەبردن لە هەر دانیشتنێکدا یەک بابەت پێشنیار بکەن و دەربارەی ئەو پێشنیارە بڕیار بدەن و نەخشە و پلانی ڕێکوپێکی بۆ دابڕێژن، پاشان چارەسەری کێشەکەی پێ بکرێت، ئینجا بە دوای بابەتێکی تردا بچن.

لەسەر قسەکەی هاول: (ئەنجامی ئەم کارە زۆر سوودمەند و شایەنی سەرنجدان بوو. ئیتر پێویست نەبوو هەر یەکێک لە ئەندامان فایلی گوزارشتەکان بباتەوە بۆ ماڵەوە و لە ماڵەوەش ماوەیەکی کاتی بۆ تەرخان بکەن، چونکە بە تەنها بڕیاردان و نەخشەدانان کەمتر دەتوانرێت بۆ بابەتی بێ چارەسەر دابنرێت و نیگەرانی بێبناغەش بەرۆکیان پێ بگرێت).

ئەم ڕەوشە نەک تەنها بۆ هاول و هاوڕێکانی بەکەڵک بوو، بەڵکوو دەتوانێ بۆ من و ئێوەیش بە شێوەی دابونەریتی لێ بێت و لە ڕادە بەدەر بەکەڵک بێت.

ڕەفتاری ژمارە چوار:

ڕێگەی دروستکردن و قەرەبووکردنەوەی کار و هەڵبژاردنی

لێپرسراویەتی بۆ کەسانی لێهاتوو، پێناساندنی کارەکەیەتی. پێت سەیر نەبێت کە دەڵێم بازرگان و کاسبکار و پیشەوەرانێکی زۆر پێش کاتی دیاری کراو بە ئەنقەست پەیکەری بێگیانی خۆیان بەرەو گۆڕستان بردووە، بۆ نموونە کەسانێکیش کە بە دوای ئەواندا ڕێی گۆڕستان دەگرنە بەر کەم نین. دەزانی بۆچی؟ چونکە ئەوانە هەرگیز فێرنەبوون چۆن لێپرسراویەتی بخەنە ئەستۆی کەسانی تر.

ئەوانە وەک پیشەی هەمیشە سوور بوون لەسەر ئەوەی تەواوی لێپرسراویەتییەکان خۆیان لە ئەستۆی بگرن و لە ئەنجامیشدا دەرگیری وردەکاری و ناڕێکوپێکی و دەستوپێ بەستراوی دەبن و شتانێک گرفتاریان دەکات کە بە هیچ جۆرێک بایەخی نییە.

ئەوانەی کە لە دەریای نیگەرانی و بێزاریدا گرفتار دەبن لە گەرداوی بێهوودەیی، نائومێدانە ئەوەندە دەستوپێ دەکوتن و پەل دەهاوێژن تا نووقم دەبن. هەڵبەتە ئەوە دەزانم، سپاردنی لێپرسراویەتی بە خەڵکی کارێکی ئاسان نییە، هەتا بە لای منەوە ئەرکێکی زۆر گران بوو، بەڵام دەبێت خۆت ڕابێنیت.

بۆ نموونە چاک دەزانم کە قەرەبووکردنەوەی لێپرسراویەتی و هەڵبژاردنی کەسانی نا شایستە و بێئەزموون چ کۆتاییەکی خراپ و ترسناکی هەیە، ئەمانەش دەبنە هۆی نیگەرانی و ماندوو بوون.

Scanned with CamScanner

بەندی بیستوحەوتەم

{ڕێگەی نەهێشتنی بێزاری و بەرهەمهێنەری ماندوویێتی، نیگەرانی، تووڕەیی}.

یەکێـک لـە هـۆکارە گرنگەکانـی دەرکەوتنـی ماندوویێتـی، بێـزاری و دڵتەنگییـە. بـۆ ڕوونکردنـەوەی ئـەم بابەتە مۆڵەتـم بدەنـی نموونەیەک بهێنمەوە:

کـوڕە گەورەکەتـان ئێوارە لە شـوێنی کارکردنەکەی دێتـەوە بۆ ماڵەوە. ئەوەنـدە شـەکەت و بێتاقەتـە کـە زۆر بـە دژواری لـە بەرامبـەر تکای دایکـی خۆی دەدا بە دەسـتەوە و قایل دەبێت تا کاتـی ئامادەکردنی نانی ئێـوارە بێـدار بێت و دوای ئـەوە بخەوێت. تا کاتێک نـان پێدەگات زەنگی تەلەفـون لێدەدرێـت. یەکێـک لە هاوڕێکانـی کوڕەکـەت داوای لێ دەکات لەگـەڵ هاوڕێکانیـدا بچێتـە دەرەوە. کوڕەکەتـان دەسـتبەجێ دەچێتـە ژوورەکـەی خۆی و خۆی دەگۆڕێت و شـاد و خۆشـحاڵ -بـێ گوێدانە ڕای ئێـوە- لە مـاڵ دێتە دەرێ.

کاتژمێـر سـێ و نیـوی دوای نیوە شـەو دەگەڕێتەوە، ئێوە کـە نیگەرانن و چاوەڕوانـی دەکـەن، تێدەگـەن کـە ئەو ئەوەندە خۆشـحاڵ و شـاد و سـەرحاڵە کە لـە خۆشـحاڵیدا خەوی لـێ ناکەوێت.

بەڕاسـت کوڕەکەتان نۆ کاتژمێر لەمەوپێش مانـدوو بوو؟ بۆچی ئەوەندە بێـزاری نیشـان دەدا کـە دایکی بە زۆر داینیشـاند تا کاتـی ئامادەکردنی خـواردن نەخەوێـت؟ بەڵـێ، ڕاسـتییەکەی ئەوە بـوو کە ئەو بـە توندی

Scanned with CamScanner

هەستی بە ماندوو بوون دەکرد. ماندوو بوون و ئازاردانی ئەو ئەنجامی بێزاری بوو لە کارەکەی. لەوانەیە لە ژیان و ماڵیشدا دڵی خۆش نەبێت. کوڕ و کچی ئێوە لەم ڕوانگەیەوە بە تەنها نین. ملیۆنەها کەس بەم حاڵەتەوە گرفتارن. من و تۆیش لەوانەیە لەم کۆمەڵەیە بین.

ڕاستییەکەی ئەوەیە کە حاڵەتی ڕۆحی و هەستەکانی ئێوە بە شێوەیەکی زیاتر لە چالاکییەکانی جەستەیی و فیزیایی ماندووهێنەرە. چەند ساڵ لەمەوبەر دکتۆر "ژۆزف مارک" لە بڵاوکراوەیەکی دەروونناسیدا لە ڕاپۆرتێکدا ئەوەی سەلماند کە بێزاربوون لە کارکردن دەبێتە هۆی تەشەنەکردن و دەرخستنی ماندووبوون.

دکتۆر "مارک" بۆ ڕێکخستنی ئەم گوزارشتە دەستی دایە تاقیکردنەوەی جۆراو جۆر، یەکێک لەوانە بەم شێوەیە بوو کە ئەو دەستەیەک لە خوێندکارەکانی خستە سەر کارێک کە دەیزانی بچووکترین پەیوەندیان بەو کارەوە نییە.

ئەنجامەکەی چی بوو؟

خوێندکارەکان بە زوویی هەستیان بە ماندوویەتی و سستی کرد، زۆرێک لەو خوێندکارانە لە تاو سەرئێشە و چاوئێشە سکاڵایان بۆ دکتۆر مارک برد. تەنانەت لە ڕووی تێکچوونی کۆئەندامی هەرسەوە تێک چووبوون.

ئایا تەواوی ئەوانە زادەی بیر و خەیاڵ بوون؟ نەخێر، تاقیکردنەوە پزیشکییەکان دەریانخست کە کۆئەندامی سووڕی خوێن، هەرس و هەناسەدانی ئەم دەستەیە لە خوێندکارەکانی دکتۆر مارک بەڵگەی تەواوی بەدیهێنانی ناخۆشییەکانی بەدەستەوە دا.

ئەنجامی تاقیکردنەوەکە ئەمە بوو کە کاتێک کەسێک لە کارێک بێزارە فشاری خوێن و ڕێژەی ئەو ئۆکسجینەی کە بەکاری دێنێت

Scanned with CamScanner

دێتە خوارەوە، هەمان تاقیکردنەوە دەریخست کە هەمان کەس دوای گەڕانەوەی بۆ ئەو کارەی کە خۆی بەدڵیەتی دڵخۆشە و زۆر بە زوویی دەگەڕێتەوە باری ئاسایی خۆی.

نموونەیەکی تر دەهێنمەوە تا زیاتر روونی بکەمەوە:

بیهێنە بەرچاوی خۆت کە کاتژمێر هەشتی بەیانی دوای شەوێک پشوودان بۆ جێگەی کارکردنی خۆت دەچیت و کاتژمێر دووی پاش نیوەڕۆ بە شەکەتی و ماندوویی دەگەڕێتەوە، بەڵام لە ڕۆژە پشووەکانی کۆتایی هەفتەدا ڕێتان کەوتووەتە کەناری دەریا. لێرەدا کاتژمێر پێنجی بەیانی هەوای سازگاری کەناری دەریا مۆڵەتی خەو بە ئێوە نادات. هەڵدەستیت و دەچیتە کەناری دەریا و هەتا شەو بێوچان مەلەوانی دەکەیت و لە ناوچە جەنگەڵییەکانی نزیک دەریادا هاتوچۆ دەکەیت، کاری جۆراوجۆری تر ئەنجام دەدەیت. کاتژمێر هەشتی شەو بۆ پشووگە دەچیت لە حاڵێکی شاد و سەرحاڵ و کامەراندایت.

لە جاری یەکەمدا شەش کاتژمێر کارکردن ماندوو و بێزاری کردووی، لە حاڵی دووەمیشدا پانزە کاتژمێر گەڕان و هاتوچۆ کامەرانی کردوویت.

کێوبڕین کارێکی ئاسان نییە و ماندوویەتی نابێت فەرامۆش بکرێت و بە کەم بزانرێت، لە کاتێکدا کەسانێک هەن کە زۆربەی ڕۆژەکان پێش دەستبەکار بوون دڵخۆشن بۆ ئەم کارە هەنگاو دەنێنن بە ڕۆحیەتێکی تەواوەوە ئەچنە سەر کار، بەڵام ئەم کەسانە ئەگەر بە کاری حەزی خۆیان سەرقاڵ نەبن لە کاتی بەسەربردنیدا لە جێگەی کار ڕووی نەفرەتکردن لە خۆیان دەکەن و زیاتر لە هەوڵی ماندووبوونەکەی بڕینی کێو هەست بە ماندوویەتی دەکەن.

دکتۆر "ئادوارد" مامۆستای زانکۆی کۆلۆمبیا لە تاقیکردنەوەکانی

دوزینەوەی ماندوویەتی هەفتەیەکی تەواو دەستەیەک لە لاوانی خستە ژێر تاقیکردنەوە، بە خەریککردن و سەرگەرمکردنیان بە کارێکەوە کە ئارەزوویان بێت و پەیوەندی بە خۆیانەوە هەبێت لە نزیکەوە ئاگاداری دەکردن. دوای ئەو تاقیکردنەوەیە بوو کە دکتۆر ئەم مەبەستەی ڕاگەیاند:

بێزاربوون لە کار تەنها هۆکارێکە کە لە کار و چالاکییەکانی مرۆڤ کەم دەکاتەوە.

ڕوونکردنەوەی تریش لەم ڕوانگەیەوە پێویستە:

تۆ ئەگەر کاری فکریت هەیە بە ئاسانی دەتوانیت لێم وەربگریت کە سارقاڵی کاری زۆر دەبێتە هۆی ماندووبوون، تەنانەت وا دێتە پێش کە لە کارانێک کە سەرکەوتنت بەدەست نەهێناوە ماندوو بێت.

بۆ نموونە لە بەرچاوی بگرە کە چەند ڕۆژێک لەمەوبەر لە ئیدارە، سەردانکردنی زۆر و قەرەباڵغی موراجیعان مۆڵەتیان نەدا بە چاکی کارەکانتان ئەنجام بدەن، بە پێچەوانەی خواست و ویستی خۆتان کارتان لەپێش نەدەڕۆشت هەرچەندە کە ئەوە دەگەیەنێت کە کاری کەمترت کردووە کە چی زیاتر ماندوو بوویت و بە سەرئێشە و شەکەتییەوە گەڕایتەوە بۆماڵەوە.

بەڵام ڕۆژی دوایی کارەکان بە چاکی بەڕێوە چوون چل بەرامبەری ڕۆژی پێشوو کارت ئەنجام داوە و شەویش بە خەیاڵی ئاسودە و ئارام ملی ڕێگەی ماڵەوەت گرتۆتە بەر.

بەڕاست لەم بابەتە دەتوانین چ ئەنجامێک بەدەست بێنین؟ ئاسانترین وانە ئەمەیە:

(ماندوویتی لە کاریگەری کارەوە پەیدا نابێت، بەڵکو لە بێزاری و

توورەییەوە پەیدا دەبێت.)

دە هەنگاو ڕێگەبڕین بۆ لای ئافرەتێکی بەدڕەفتار و دەمەدەمکەر ماندووکەرترە لە سێ میل ڕێگەبڕین بۆ لای ئەویندارێکی جوان و خۆشەویست. لەم بارەیەوە دەتوانیت چی بکەیت؟

لەم بارەیەوە تەنها کارێک، خۆڕاهێنان و ئیرادەکردنە بۆ گۆڕینی کارێکی ناخۆش و ماندووئامێز بە کارێکی خۆش و ئارامی بەخش.

چەند ساڵێک لەمەوبەر کەسێک بە ناوی "هوارد" بە بڕیارێکی بنەڕەتی گۆڕانکارییەکی تەواوی لە ژیانی خۆیدا هێنایەکایەوە. ئەو بڕیاری دا کە کارە ماندووبەخشەکەی بگۆڕێتەوە بە کارێک کە خۆی حەز و ئارەزووی لێیەتی. بەڕاستی کارەکەی ماندووکەر بوو. ئەو لە قوتابخانەیەکی دواناوەندی شەوانە و ڕۆژیدا خەریکی پاککردنەوەی مێز و شۆرینی پەردە بوو لە کاتێکدا کە منداڵان خەریکی یاریکردن بوون ئەم لە هۆڵی خواردەمەنیدا خەریکی کۆکردنەوەی بەرگ و زەرف و کاغەزی ئەو بەستەنییانە بوو کە لەو شوێنەدا فڕێ درابوون. ئەو هەرچەندە لە کارەکەی بێزار بوو، بەڵام بڕیاری دا کە ڕێگەی ڕووبەڕووبوونەوەی ئەم بێزاریانە بگرێتە بەر.

هوارد لە سەرەتادا بڕیاری دا دەربارەی دروستکردنی بەستەنی لێکۆڵینەوە ئەنجام بدات و تێبگات لەوەی کە بۆچی هەندێک بەستەنی لە هەندێکی تریان باشترن و بەستەنی لە بنەڕەتدا چۆن دروست دەکرێت و پێکهاتە کیمیاییەکانی چییە... ئەو دەستی کرد بە خوێندنەوە بۆ ناسینی پێکهاتە کیمیاییەکان تا وای لێهات لە وانەی کیمیادا لە هەموو خوێندکارەکانی تر زیاتر زانیاری بەدەست هێنا.

بە قووڵبوونەوە و ڕۆچوونی لە پێکهاتە کیمیاییە خۆراکییەکان سەر و ساختەیەکی تەواوی لەگەڵیاندا دروست کرد، لە هەمان کاتدا بە

Scanned with CamScanner

ڕێکەوت کارخانەیەکی شوکلاتسازی ئەمەریکا ڕێژەی سەد دۆلاری خەڵات کرد بۆ کەسێک کە باشترین جۆری کاغەز بۆ پێچانەوەی ئەو شوکلاتە بدۆزێتەوە ئەو کەسەش بەدەستهێنەری ئەم خەڵاتە بوو، خوێندکاران و مامۆستایانی کیمیا نەبوون بەڵکوو هەمان "هوارد"ـی بێزار بوو کە ئەو خەڵاتەی بەدەست هێنا، چونکە ئەو عەودالی کارێک بوو کە بە دڵی خۆی بێت لە ژێر زەوی ماڵەکەی خۆیدا تاقیگەیەکی بچووکی دامەزراند، بەو جۆرە کە ئەو کەلێنەی خۆی پێ پڕکردەوە.

چەند ماوەیەک دوای ئەوە یاسایەکی تەندروستی ڕەسمی دەرچوو کە جۆر و پێکهاتە کیمیاییەکانی مادە و شیر و شەکر لە لایەن کارخانە بەرهەمهێنەرەکانەوە پێویستە بە نووسین و ژمارەوە لەسەر ڕووی کاغەز و زەرفی پێچانەکان بدرێت، هوارد ئەم کارەی بۆ چوارده کارخانەی بەرهەمهێنەری شیر و بەرهەمەکانی بەستەنی لە ئەستۆ گرت، ئەو ئەوەندە سەری قاڵ بوو کە دوو یاریدەدەری بۆ خۆی دامەزراند.

لە سالانی ڕابردوودا "کالتن بوورن" ناسراوترین توێژەرەوەی ئاژانسەکانی ڕادیۆیی، بۆی باس کردم کە چۆن کارە نابەدڵە ماندووکەرەکەی گۆڕی بۆ کارێک کە خۆی بە دڵی بێت: ئەو وتی کە لە کەشتییەکی تایبەت بە بار کاری دەکرد، ناچار بوو ئەو ئاژەڵانەی کە لە کەشتیەکەدا بار کراون خواردنیان بداتێ. ئەویش بەم کارە زۆر بێزار بوو، وازی لەم کارە هێنا و بە پاسکیلێک بە سکی برسی و تینوو و ماندووبوونەوە خۆی گەیاندە پاریس. لەوێ ئاگادارییەکی لە ڕێی ڕۆژنامەیەکەوە ڕاگەیاند کە دەستی کردووە بە کاری فرۆشتنی ئۆسیلۆسکۆب کەسانی مسنتر ئەزانن کە ئۆسیلۆسکۆپ چۆن ئامێرێک بوو. ئەم ئامێرە وەک دووربین بوو بە دوو لوولەی عەدەسیەوە وێنەی دەگرت کە لە یەک وێنەدا سێ دووری جیاوازی نیشان دەدا.

Scanned with CamScanner

کالتـن بـەوەی کـە زمانـی فەرەنسـی نەدەزانـی بـە هەوڵێکـی زۆر لـە مـاوەی یەک سـاڵدا پێنج هـەزار دۆلاری هەقی فرۆشـتنی بابەتی وێنەیی ئۆسیلسـکۆپی بەدەسـت هێنا.

کالتـن وتـی: لەگەڵ ئەوەشـدا کە زمانی فەرەنسـیم نەدەزانـی، بەڵام ئەو شـتانەی یان ئەو وشـانەی کە بۆ فرۆشـتن پێویسـتم بـوون پێم بوون. لـە دەرگای ماڵانم دەدا کاتێـک دەرگایان لێ دەکردمـەوە، بە لەهجەیەکی ناتـەواو و پێکەنینئامێـز دەمـدا بـە یەکـدا و ئـەو وێنانەی کـە پێم بوون نیشـانی ئەو کەسـانەم دەدا کـە دەرگایان لـێ دەکردمـەوە کاتێکیش کە پرسـیاریان لێ دەکـردم دەموت (ئەمریکیـم... ئەمریکی.)

کالتـن لـە کاتێکدا خۆشـی بە کارەکەی خـۆی پێکەنینی دەهـات درێژەی پـێ دەدا و وتی:

کڵاوەکـەم لـە سـەرم دادەگـرت و سـەیری ئەو وشـانەم دەکـرد کە بە کڵاوەکەمـەوەم چەسـپاندبوو، ئینجا بـەکارم دەهێنا بۆ قسـەکردن لەگەڵ ئـەو خانمانـەی کـە دەرگایـان لـێ دەکردمـەوە، ئەوانیش بـەم حاڵە تێر پێدەکەنیـن و ئینجـا لێیـان دەکڕیم، هەڵبەتە ئـەم کارەش ئاسـان نەبوو، چونکـە مـن خۆم بـۆ ئامادەکـردن زەحمەتـم دەکێشـا، بەیانیـان کاتێک هەڵدەسـام و دەمویست دەسـتبەکار بم لە بەرامبەر ئاوێنەدا ڕادەوەستام و بـە خۆمم دەوت کالتـن ئەگەر دەتەوێت نان بخۆیـت دەبێت درێژە بەو کارە بدەیت، ئێسـتا کە ناچاریت درێژەی پێبدەیـت بۆچی بە ئەنجامەکەی دڵخـۆش نیـت؟ بۆچی کاتێـک لـە دەرگاکان دەدەیـت وا نازانیـت کە تۆ هونەرمەندێکیـت و کۆمەڵێـک خەریکی تەماشـاکردنی هونەر و نمایشـی تـۆن؟ ئـەم ڕەفتـار و کردارانـەی تـۆ هیـچ لـە ڕەفتـار و جموجوڵێکی هونەرمەندێکـی کۆمیـدی کەمتـر نییـە و کارت بە گەرمی و ڕووخۆشـی ئەنجـام بـدە! کاتێک بـە کالتنم وت: بـۆ گۆڕینـی کاری ماندووئامێز بە کارێکـی چالاکانـە چ ئامۆژگاریەکت بـۆ لاوان هەیە؟

Scanned with CamScanner

بە ئاسوودەییەکی هەمیشەییەوە وتی:

هەمــوو ڕۆژێک بەیانی کە هەســتایت بــە خۆتدا بچۆرەوە، بــەو ڕاهێنانە وەرزشــیانەی کــە سســتی و تەمەڵــی خەوتــن گیانمانی سست کردووە دەســت پــێ بکە، بــەڵام ســەرنج بــدە لــەوە گرنگتــر زیاتر پێویســتمان بــە وەرزش و ڕاهێنــان و بەهێزکردنــی فکــر و ڕۆح هەیــە تاکــوو بــۆ دەســتبەکاربوونی کارەکانمان دەســت بەکار و چالاک بین هەموو ڕۆژێک بەیانیــان قســەی ورووژێنــەر بە خۆت بڵێ و مەترســە و کەســیش پێت ناڵــێ: دێوانــە! دیارە ئەم کارەش ئێوە پێتان وایــە نەفامانە و هیچوپووچ و منداڵانەیــە، ئەگــەر وایــە کەواتــە بیر و هۆشــتان بێننەوە ســەر خۆ و بــە خۆتانــدا بچنــەوە، چونکە ئــەم پێشــنیارە هاوجووتە لەگــەڵ بناغەی تــەواوی ڕاســتەقینەی دەروونناســیدا (ژیانی ئێمە زادەی دروســتکراوی بیــر و ئەندێشــەکانی خۆمانە).

پێویســتە ئاشــنای ئــەم ڕســتەیە بیــن، بەڵێ، هەمــان ڕســتەی مارکوس ئاوریلیــوس کە نزیکــەی نۆزدە ســەدە لەمەوبەر لە کتێبی ئەندێشــەکاندا دەرهێنــراوە و ئەمــڕۆش پێناســەی جۆراوجۆری لەســەر دەکرێت.

بــە قســە دەتوانیت ڕۆژانــە لەگــەڵ خۆتــدا بدوێــت، بیــر و خەیاڵــی بەدیهێنــەری کارامەیــی و خۆشــی و بەتوانایی و ئاســوودەیی بگەیەنێتە مێشــکت، بــەو گەیاندنــی بیــر و خەیاڵــەش بە مێشــکی خــۆت دەتوانیت تــرس و بێــزاری و شــپرزەیی لــە کارەکانتــدا بنەبــڕ بکەیت، بــۆ نموونە بەڕێوەبەرەکەتــان دەیەوێــت زۆر پابەنــد بــن بــە کارەکانتانــەوە تاوەکو ئــەو دەرامەتێکی زیاتری دەســت بکەوێــت، ئێوە دەتوانــن داواکاریەکەی ئــەو پشــتگوێ بخــەن و لــە بیــری ئاســایی خۆتانــدا بــن و خۆتــان وا ڕابێنــن پابەندبــوون بــە کارەوە بــە ڕێکوپێکــی ســوودێکی دوولایەنەی هەیــە، یەکێــک لەوانە نیوەی کاتــی بێداریت بــە کارەوە خەریک دەبیت و بەســەری دەبەیت.

Scanned with CamScanner

دووەمیان ئـەوەی دەتوانیت بەهۆی پابەندی نیشـاندان بەڕێوەبەرەکەتان مافێکـی زیاترتان بداتی یان پاداشـتێکتان بۆ لەبەرچـاو بگرێت با وایدانێ بـەوەی کـە بەڕێوەبەرەکەتـان مافێکـی زیاترتـان پـێ ڕەوا نابینێـت، بە لایەنـی کەمـەوە ئەوەیە کـە ماندووبوونەکەت لـە کەمترین ئاسـتدا کەم کردبێتـەوە، ئەمـەش بە چێژوەرگرتن لـە ڕۆژانی پشـوودانـدا یارمەتیتان دەدات.

Scanned with CamScanner

بەندی بیستوهەشتەم

چۆن لە بێخەوی نیگەران نەبین؟

کاتێک کە خەوت لێ ناکەوێت بێزار دەبیت، وەڵامی ئەم پرسیارە ئاشکرایە جێی باسە کە بزانیت یەکێک لە سەرکەوتووترین و بەناوبانگترین بریکاری بەرگری ئەمەریکا لە تەواوی تەمەنیدا تێر چاوی خۆی نەخەوتووە.

ئەم کەسەش ناوی سامۆئیل ئینتەر مایرە لە کاتێکدا کە لە کۆلێژی یاسا دەیخوێند، بە دەست دوو شتەوە هەراسان بووبوو کە زۆر بێزاریان کردبوو: یەکەم بێخەوی. دووەم تەنگە نەفەسی.

سەیرترین شت ئەوە بوو سەرەڕای ئەم دوو هۆکارە هەتاوەکو کۆتایی تەمەنی کە لەگەڵیدا بوو 81 ساڵی ڕەبەق ژیا.

مایر کاتێک لەوە تێگەیشت کە ئەو دوو دەردە دەرمانی نییە، لە کاتی بێخەویەکانیدا زیاتر سوودی دەبینی، ئەو لەجیاتی ئەمدیودیوکردن لەسەر جێگەی خەوتن لە پشتی مێزەکەیەوە دادەنیشت و دەستی بە خوێندنەوە دەکرد. ئەنجامەکەش ئەوەبوو بوویە خوێندکارێکی زیرەک و بە پلەی مومتاز خوێندنی تەواو کرد و گەشتە ئاستی سەرۆکوەزیران.

دوای ئەوەی کە بەکاری بریکار گەیشت دووبارە بێخەوی دەستی لە بەرۆکی بەرنەدا، بەڵام ئەو ڕێگەی نیگەرانی بە خۆی نەدا و بە هەبوونی بێخەویەکەشی پارێزگاری لە سەلامەتی خۆی دەکرد،

Scanned with CamScanner

زۆر هەوڵی زیاتری دەخستە گەڕ، چونکە کاتی بێداری زیاتری لە بەردەستدا بوو، چاکتر فریای کارەکانی دەکەوت.

مایر لە بیستویەک ساڵیدا سالی زیاتر لە سیوپێنج هەزار دۆلاری هەبوو کە لەو سەردەمەدا ڕێژەیەکی کەم نەبوو. ئەو تەنانەت جارێکیان یەک ملیۆن دۆلاری وەرگرت، کە تا ئەو کاتە هیچ کەسێک ئەو برە پارەیەی بە خۆیەوە نەدیبوو. ئەو تا نیوەی شەوی بە خوێندنەوەوە بەسەر دەبرد و کاتژمێر پێنجی بەیانیش لە جێگە دەهاتە دەر و کاتێکیش کە خەڵکی لەخەو هەڵدەستان مایر زۆرینەی کارەکانی تەواو کردبوو. ئەو لە تەواوی ئەو ماوەیەدا کەمتر خەوی قووڵی لێ دەکەوت ئەگەر بیویستایە لە بارەی بێخەویەکەیەوە بێزاری و نیگەرانی دەربڕێت لەوانەیە تەوای تەمەنی لەدەست بچوایە.

ئێمەش یەک لە سێی تەمەنمان بە خەوتن تەواو دەبێت، بەم حاڵەشەوە هیچ کەسێکمان نازانین مانای خەوتن چییە. تەنها وا دەزانین کە خەوتن جۆرێکە لە پشوودان، نازانین کە لە ڕاستیدا مرۆڤ پێویستی بە چەند کاتژمێر هەیە بۆ خەوتن.

ئەمەش هەر نازانین کە گوایە پێویستمان بەخەوە یان نا؟

سەربازێکی مەجەڕی لە کاتی جەنگی جیهانی دووەمدا سەری بە گوللە پێکرا. زامی سەری ئەم سەربازە بە دەرمانی درێژخایەن تیمار کرابوو، بەڵام هەرگیز نەیدەتوانی بخەوێت. پزیشکە جۆراوجۆرەکان دەرمانی خەوهێنەر و ئارامبەخشیان بۆ بەکار دەهێنا، بەڵام هیچ سوودێکی نەبوو، تەنانەت پەنایان بردە بەر ئەوەی بە هیپنۆتیزم، واتە خەواندنی موگناتیسی بیخەوێنن کەچی ئەویش سوودی نەبوو. ئەوان بۆ تەنها جارێکیش نەیانتوانی ئەم سەربازە بگەیەننە ئاستی سنووری خەواندن و دەستیان لێ شۆرد و چاوەڕوانی مردنیان لێ دەکرد. پزیشکەکان ئەیان وت ئەوەندە ناخایەنێت کە لە تاو بێخەوی

Scanned with CamScanner

دەمرێت، بەڵام سەربازەکە پێیان پێکەنی و بە سەلامەتیەکی تەواوەوە ساڵانێکی زۆریش ژیا. ئەو لەسەر جێگەکەی پاڵی لێدایەوە و چاوەکانی خۆشی بەست و پشووی تەواوی دا، بەڵام بە یەکجاری ئیتر بیدار نەبوویەوە. ڕووداوی ئەم سەربازە ئیتر بووە یەکێک لە نهێنیەکانی جیهانی پزیشکی و بیردۆزە جۆراوجۆرەکانی نەخشی خەوتنی لە زیندوویێتیدا بە دەستی خۆی گۆڕی.

هەندێک کەس زۆر پێویستیان بە خەوە و هەندێکی تر بە چەند ساتێکی کەم خەوتن بنەبڕی ماندوویێتیەکەیان دەکەن، هیچ کامێکیشیان نازانن بۆچی؟

یەکێک لە خوێندکارەکانی خۆم پێی وتم ئەوەندە بێخەوی ئازاری داوە کە خەریک بووە خۆی بکوژێت، ئەو وتی:

- سەرەتا خەوم زۆر قورس بوو، کە تەنانەت زەنگی کاتژمێریش بەئاگای نەدەهێنامەوە. لە ئەنجامدا درەنگ فریای چوونە سەر کار دەکەوتم. ئەو سەرۆکی ئیدارەیەی کە لە لای کارم دەکرد، ئاگاداری کردمەوە ئەگەر جارێکی تر بە دواکەوتوویی و درەنگ بچمە سەر کار ئیتر دەرم دەکات، بۆیە هانام بردە بەر هاوڕێکانم و ڕاوێژم پێ کردن. ئەوان وتیان شەوانە سەرنجت بخەرە سەر کاتژمێرەکەی ماڵەوە، کاتێک کە ئەمەم کرد چرکە چرکی کاتژمێر چ بەڵایەکی بەسەر هێنام، وای لێکردم ماوەیەکی زۆر خەوی لە چاوەکانم توراند. خوو و ڕەفتارم وا تێکچوو بوو بەیانیان بە تەمەڵی و سستییەوە دەچوومە سەر کار، ئەم حاڵە ئەوەندەی ئازار دەدام کە بڕیارم دا خۆم لە پەنجەرەکەوە فڕێ بدەمە خوارەوە و کۆتایی بە هەموو شتێک بێنم! پاشان لەم حاڵە نیگەرانیەدا بیرم کردەوە بچمە لای ئەو پزیشکەی کە دەمناسی، ئەوە بوو چووم و بەسەرهاتەکەی خۆمم بۆ باس کرد، پزیشکەکە وتی: ئەم بەڵایە خۆت بە دەستی خۆت بەسەری خۆتت هێناوە. ئێستاش

Scanned with CamScanner

پێویسـت بە نیگەرانی ناکات شـەو کە ئەچیتە سـەر جێگای نوستن خۆت وا ڕابێنـە کـە پشـوو دەدەیت، ئەگەر خـەوت لێ نەکەوت گرنـگ نییە، بە خـۆت بڵێ تاکوو بە ئارامی ڕاکشـاوم هیچ پێویسـت نـاکات نیگەران ببم و تەنها ئەم ڕاکشـانەم بەسـە بـۆ بنەبڕکردنی ماندوویێتیەکەم. پاشـان لە دوایدا وتی:

- دوای دوو هەفتـە بـە پەیڕەوکردنـی ڕێنماییەکانـی پزیشـک و سـوودوەرگرتن لـەم خۆڕاهێنانـە گەشـتمە ئـەوەی کـە بتوانم شـەوانە هەشـت کاتژمێـر بخـەوم و زۆریش بـۆ حاڵەتێکـی ئاسـایی گەڕامەوە.

ئـەوەی ئەو کەسـەی ئـازار دەدا بێخـەوی نەبوو، بەڵکوو ئـەو بێزاری و نیگەرانیـە بـوو کە لە ئەنجامـی بێخەویەکەوە بـەدی هاتبوو.

دکتـۆر "ناتاهیـل کلیتمان" مامۆسـتای زانکۆی شـیکاگۆ کـە یەکێکە لەو پزیشـکانەی لێکۆڵینـەوەی فراوانی لـە بارەی خـەوەوە هەیە دەڵێت:

(تـا ئێسـتا نەمدیوە کە کەسـێک لە ئەنجامـی بێخەویدا بمرێـت، لەوانەیە کەسـێک لە تـاو نیگەرانی دەربـارەی بێخەوی بتوانێت بـژی بە دژواری تـا ئەو شـوێنەی کە زیندووە، بەڵام بێخەوییـەک لە نیگەرانـی بە دوور بێـت هیچ مەترسـیەکی نییە).

"هربرد ئاسپنسر"، یەکێکە لە فەیلەسـوفەکانی سـەدەی نۆزدەهەم، تاکوو سەردەمی پیری هاوسـەرێکی هەڵنەبژارد، هەمیشە سکاڵای بوو بەدەست بێخـەوی و کـەم خەوییەوە دەیناڵاند، لـە میوانخانەیەکدا دەژیا هەمیشـە ئـەو کەسانەشـی بێزار دەکرد بە باسـکردنی بێخەوییەکـەی، تەنانەت بۆ ئـەوەی کـە خـەوی لـێ بکەوێـت تلیاکی بـەکار دەهێنـا، بـەڵام ئەوەش بێ‌سـوودە. شـەوێکیان لەگەڵ پرۆفیسۆر "سالین"ـی مامۆستای زانکۆی ئۆکسـفۆردا لە ژوورێکدا پێکەوە خەوتن، ڕۆژی دوایی "ئاسپنسـر" بەوی وت، کـە دوێنێ شـەو تەنها خولەکێـک خەوی لێ نەکەوتـووە. لە کاتێکدا

Scanned with CamScanner

کەسی بێخەو پرۆفیسۆر "سالین" بوو کە لە تاو پرخەپرخی ئاسپنسر خەوی لێ نەکەوتبوو.

بەم جۆرە زۆر کەس هەن کەوا دەزانن نەخەوتوون، بەڵام لە هەمان کاتدا چەند ماوەیەکیش خەوتوون. وەک ئاسپنسر، یەکەمین مەرجی سەرەکی بۆ خەوێکی خۆشی شەوانە هەستی ئارامی و دڵنیایی و ئاسوودەیی بیر و ئەندێشەکانیانە.

دکتۆر توماس هیسلوک کە لە ئەنجومەنی پزیشکی ئینگلتەرا گفتوگۆیەکی ساز دا، کە لە سەرەتاوە بەم شێوەیە دەستی پێ کرد:

کاریگەرترین هۆکارانێک کە دەبنە هۆی خەوتن، پشوودان و هێوربوونەوەی مێشک و دەمارەکانە. لە ئەنجامی ساڵەهای ئەزموون و تاقیکردنەوەکانیدا بۆی دەرکەوتووە کە نزا و پاڕانەوەش دەتوانن ئەوەندە ئارامی بە مرۆڤ ببەخشن کە بیخەنە خەوێکی زۆر قووڵەوە.

لە کاتێکدا کە ماسوولکەکان لێ دەدەن و لە کشان و گرژبووندان، مێشک و دەمارەکان کە فەرمانیان دەدەنێ ناتوانن بە شێوەیەکی ئازاد بیبەن بەڕێوە، بەڵام ئەگەر بمانەوێت بخەوین دەبێت لە ماسوولکەکانەوە دەست پێ بکەین.

دکتۆر فینیک، پێشنیاری کرد کە دانانی پاڵپشتێک لە نێوان هەردوو ئەژنۆدا لە فشارخستنەسەر قاچ کەم دەکاتەوە. دانانی سەرینێکی بچووک لەژێر بازووەکاندا زۆر بەکەڵکە، پاشان ڕاهێنانی چەناکە، چاو، بازووەکان، قاچەکان، بێ ئەوەی ئاگامان لێی بێت خەومان لێ دەکەوێت، بەرەنگاری سروشتیمان لە بەرامبەر برسێتی و تینوێتی زیاترە لە بەرنگاری بێخەوی.

کاتێک کە پێویستمان بە خەوتنە خەومان دێت و کات و ناکاتی بۆ نییە و ناتوانین لەوە زیاتر بەرەنگاری بینەوە، بۆ ڕزگاربوون لە نیگەرانی

Scanned with CamScanner

بیخەوی ئەم پێنج ڕێسـایە بـەکار بهێنە:

1. ئەگـەر هـەر خـەوت لـێ نەکـەوت لـە جێگەکـەت وەرە دەرەوە و بە خوێندنـەوە یان کارێکی تـرەوە خۆت خەریک بکە و ئەوەندە درێژەشـی پـێ بـدە تا هەسـت دەکەیـت چاوەکانت قـورس بووە و خـەوت دێت.

2. بیـر لـەوەش بکـەرەوە تـا ئێسـتا کـەس لـە بێخەویـدا نەمـرووە، نیگەرانبـوون لـە بێخـەوی زیاتـر لـە بێخەویەکـە زیانبەخشـترە.

3. نزایەکی گونجاو بۆ کاتی پشـوودان لەبـەر بکە و لە ڕێی دەربڕینیەوە لەسـەر زمانت خۆت بگەیەنەرە سنووری ئارامی.

4. هـەوڵ بـدە ماسـوولکەی ئەندامەکانت لە حاڵەتێکی ئـازاددا دابنێیت لە گرژبوونـی دەمارەکانـت خۆت بەدوور بگرە، بە وەرزش ئەوەندە لەشـت مانـدوو بکە کە نەتوانیـت ماوەیەکی زۆر خۆت بە بێـداری بهێڵیتەوە.

کورتەی داواکارییەکانی بەشی حەوتەم

شەش ڕێگە بۆ لەناوبردنی ماندوویەتی و نیگەرانی و زیادکردنی هێز و توانای جەستەیی و ڕۆحی

فەرمانی یەکەم:

پێش گەیشتن بە سنووری ماندوویەتی پشوو بدە.

فەرمانی دووەم: چۆنیەتی پشوودانت لەبیر بێت لە کاتی ئیشکردندا.

فەرمانی سـێیەم: ئەگـەر خانمی ماڵەوەیت بـە پشـوودانی ناوبەناو لە ماڵەوە سـەلامەتی و خۆشـحاڵی و جوانییەکـەت بپارێزە.

Scanned with CamScanner

فەرمانی چوارەم:

هەوڵ بدە تا ئەم چوار ڕەفتارە بەسوودە لە خۆتدا دەهێنیتە دی:

ا- مێزەکـەت لـەو یادداشـت و کاغەزانـەی کـە پەیوەندیـان بـە کاری پێویسـتەوە نییـە پـاک بکـەرەوە، تەنها یادداشـتە پێویسـتەکان لەسـەر مێزەکـەت بهێڵـەرەوە.

ب- کارەکان بە ڕێکوپێکی و بە گرنگیەوە ئەنجام بدە.

ج- لـە کاتێکدا کە تووشـی شـتە نەگونجـاوەکان دەبیت، ئەگـەر بەڵگەی تەواوت بۆ نەخشـەدانان پێیە ئەوە دەسـتبەجێ نەخشـەکەی بۆ داڕێژە و کاری پـێ بکـە و هەرگیز بڕیـار و کارپێکردنەکەی دوا مەخە.

د- ڕێگەی ڕیکخسـتن، هەڵبژاردنی کارامەیی و لێپرسراویەتی و سپاردنی بە کەسـانی شیاو و فێرکردن و ناسـاندنیان بە کارەکان لەبەرچاو بگرن.

فەرمانـی پێنجەم: بـۆ جڵەوگیریکردنی نیگەرانـی و بەرەنگاربوونەوە لە دەرکەوتنـی ماندوویێتـی کارەکانتان با هاوتای زەوق و خۆشـیئامێز ڕێک بخـەن و ئەنجامـی بدەن، خۆتـان وا ڕابێنن کـە حەزتان لـە کارکردن یا بەدڵبوونی کارە، چونکە سـوودێکی دوو لایەنەی هەیە، یەکێک بەوەی کە نیـوەی تەمەنتـان بە کارەکەوە خەریـک دەبێت. دووەم بـەوەی ئەنجامی کارێکی باشـتر دەرامەتێکی زیاترە. فەرمانی شەشـەم:

فەرامۆشـی مەکـە کـە کـەس لـە بێخەویـدا نەمـردووە، بەڵکـوو ئـەو نیگەرانیـەی کە لـە بێخەوییەوە دێتە دی کوشـندەترە. لـە کاتی بێخەویدا خـۆت ڕابێنە کە بێـزار و نیگەران نەبیـت، چونکە نیگەرانیە... ەشـە لە سـەلامەتی دەکات، نـەک بێخەوی.

بەشی هەشتەم

بەندی بیستونۆیەم

یەکێک لە دوو بڕیاری گەورەی ژیان

ئەگەرچــی خوێندنــەوەی ئــەم بەنــدە بــۆ هەمــوو کەســێکە لــە قۆناغی جۆراوجــۆردا ئامۆژگاریــان دەکەم، بەڵام پێم باشــە کــە گەنجان و لاوان زیاتــر لە هەموو لایەک ســەرنجی تەواوی بخەنە ســەر و منیش لەســەر ئــەوە ســوورم کە داوایان لێ بکــەم لە خوێندوەی چەندەهــا جار درێخی نەکەن.

لاوان، لاوان لەگەڵ ئێوەمە! ڕاســتگۆیانە بڵێ: ئایا ئەو کارەت دۆزیوەتەوە کە بــە دڵی خۆتە؟

ئایا دەزانی چ کارێک دەگریتە بەر؟

ئایا سەرکەوتوویت لە ناسینی حەز و ئارەزوەکانی خۆت؟

ئایا بڕیارت داوە بیر لە ئیشوکاری داهاتووت بکەیتەوە؟

ئایا بە دوای کاردا گەڕاویت؟

ئایا کاری تایبەتت خۆش دەوێ؟ ئەگەر خۆشت دەوێ بۆچی؟

هێشتا گوێم لە وەڵام نەبوو، بەڵام باش سەرنج بدەن:

ئەگــەر بە ڕاســتگۆییەوە وەڵامی ئەم پرســیارانە بدەیتــەوە، ئەوە بڕیارت

داوە کە لە داهاتوودا ساغ و سەلامەت بژیت و ئەم هەنگاوەت بەرەو بەختەوەرییە، بەڵام ئەگەر دەڵێیت: "ئای بابە!" وەک هەموو خەڵکی کاری خۆم دەکەم، تەنها ئەتوانیت لە 10% بەخت لە دەرگاتان بدات کە هیچ کەسێکی عاقڵ لە 100% ناگۆڕێتەوە بە 10%.

بڕیارەکەت لە داهاتوودا بۆ شادمانی، سەرکەوتوویی و سەلامەتی و تەنانەت دەرامەتیش کاریگەری هەیە، بەڵام هەر جارەی لە لایەکەوە جموجووڵ دەکات، وەک چاوبەستراوێک بە ڕێگەیەکی ناشارەزادا بڕوات، لەوانەیە 100% چاڵوچۆڵی و ڕێگری گەورە و بچووک سەرنگوونتان بکات، کەمتریش لە 10%ـی بەخت ئەتوانێت لە ڕێگەی سەلامەتی و دڵنیاییەوە بە باخی گوڵ و گوڵزاری ژیانتان بگەیەنێت.

ئایا بڕیارت داوە چ کارێکت هەبێت؟

شۆفێر، دارتاش، ئەندازیاری بیناسازی، دەرمانگەری، دەرمانفرۆش، مامۆستا، کارمەند، جووتیار، کتێبفرۆش، نووسەر، ڕۆژنامەنووس، پزیشک، فیتەر، مامۆستای زانکۆ، داهێنەر، ڕاوچی، لێکۆڵەرەوە...

بڕیاری ئەمڕۆی تۆ هەرچییەک بێت، ئەگەر بە پەیوەندی و حەزلێکردنەوەیە و شێوەیەکی وەرگرتووە، ئەوە زۆر چاکە، بەڵام بیرتان نەچێت لەوانەیە سەختیەکی زۆرتان لە بەردەمدا بێت، بەڵام تۆ هەر سەرکەوتنی حەتمیت بوێت تۆ لاویت و نابێت لە کێشە و ئاستەنگەکان بترسیت.

پرسیارێکی تر: ئایا دەربارەی بوون بە باوک یان دایکی منداڵی داهاتووت بڕیارت داوە؟ مەبەستم ئەوەیە بیرت لە هاوسەرگیری کردۆتەوە؟

لە بارەی ئەم پرسیارەوە دیارە نامەوێت هیچ بڵێیت، بەڵام ئەم بڕیارە و بڕیاری یەکەم جار بۆ هەڵبژاردنی کار، دوو بڕیاری گرنگی ژیانن

Scanned with CamScanner

ئەگــەر بــە زیرەکی و ژیرانە خۆمانیــان پێ نەگەیەنین لەوانەیە ســەرمان شــۆڕ بکــەن، بەڵام ئەگــەر بە زیرەکــی و ژیرانــە خۆمانی پــێ بگەیەنین ئەوە بۆ تــەواوی تەمەنمــان بەختەوەرین.

ئامرســـۆن فوســـدیک دەڵێت: (لاوان لە هەڵبژاردنی ئیشـــدا وەک ئەوە وایە کــە قومــار بکــەن، قومارێک کە ئەگــەری بردنەوەی کەمتــرە و دۆڕاندنی زیاترە.)

مەبەســـتی فوســـدیک لە بردنەوە و دۆڕاندن، ســـەرکەوتن و شکست نییە، بەڵکــوو خۆگەیانــدن بــۆ حــەز لــە کارکردنە. ئەگــەر بــە وردبوونەوەی تــەواو و ســـەرنجدان ئیشـــی داهاتـــووی خـــۆت دیـــاری بکەیت لـــە لایەنە قومارییەکــەوە نەتبردۆتــەوە، بەڵکــوو بەختــت زیاتــرە. ئــەم پەندەش بە وردی بخوێنــەرەوە، چونکە هەوڵ دەدەم تا بتوانــم ڕاوێژکارێکی چاکتان بــم. جارێــک لــە "دیویــد گودریــج" خاوەنــی گەورەتریــن کارخانــەی پلاستیکســـازی جیهانم پرســـی: (بە ڕای ئێوە یەکەم مەرجی ســـەرکەوتوو لــە کاردا چییە؟)

گودریج لە وەڵامدا وتی:

- لــەزەت و چێژوەرگرتــن لــە کار! ئەگــەر لەو کارەی کــە دەیکەیت چێژ وەربگریــت، لەوانەیە ســات لە دوای ســات بــە کارەوە خەریک بیت و بە خەیاڵتــدا نەیــەت کــە کارت کــردووە، وا دەزانی کە گاڵتە و ســـەرگەرمی بووە!

ئەدیســۆن، گەورەتریــن داهێنــەر و بەئاگاهێنەرتریــن کەســێک کــە تاکو ئێســـتا ناســـیبێتم، نموونەی دەرکەوتووی ئەم گرۆی خەڵکەیە، ئەدیســـۆن منداڵێکــی قوتابخانــە نەدیــو بوو، کە بە ڕۆژنامەفرۆشــی پێی خســتە ناو ئەم جیهانە، بەڵام دوای پێگەیشــتنی ژیان و عەقڵی پیشەســـازی ئەمەریکا و تەنانەت جیهانیشـــی گۆڕی، گیانی لە قاڵبی تازەی پیشەســـازی جیهاندا

دارشت.

زۆر جاریش وا ڕێک دەکەوت کە ئەدیسۆن لە تاقیگەدا دەخەوت و خۆراکی دەخوارد. ڕۆژی هەژدە کاتژمێر کاری دەکرد، بەڵام بڕوای وا بوو بەرگەی یەک زەرە سەختی و دژواری ناگرێت، با لە زمانی خۆیەوە ببیستین کە دەیوت:

- لە ژیانمدا هەتا ڕۆژێک کارم نەکردووە، هەرچیەکم کردووە سەرگەرمی و تاموچێژ بووە کە لێیانەوە چێژم وەرگرتووە و هەستم بە ماندووبوون نەکردووە! ئەوە بزانە کە دەبێت لە سەرکەوتن و سەرکەوتوویی ئەو سەرمان سوڕ بمێنێت! بە بۆچوونی من ئەوە مافی سروشتی خۆی بووە.

لە چارلز شوابم بیست کە دەیوت:

- مرۆڤ بە هەر کارێکەوە پەیوەندی هەبێت ئەوە سەرکەوتووە.

ئەی لاو لە تۆ دەپرسم، تۆ کە خۆت نازانی چ کارێکت دەوێت، چۆن دەتوانیت پەیوەندیدار بیت بە ئارەزووی خۆیشت ئەنجامی بدەیت؟

ئادناکر کە سەردەمێک لێپرسراوی ڕاژەکانی کارخانە و کۆمپانیا بەناوبانگەکانی ئەمەریکا بوو، باسێکی سەرنجراکێشەری پێشکەش کرد کە پێم باشە ئێوەیش لێی بێبەش نەبن.

گەورەترین کارەسات بە بیروڕای من ئەوەیە کە ژمارەیەکی زۆر لە لاوان هەرگیز نازانن چ کارێک داوا بکەن، بە ڕای من ئەوانە شایەنی بەزەین و جۆرە کەسانێکن کە ئەو کارەی دەیکەن جگە لە هەقدەست بەهرەیەکی تریان نییە، تەنانەت لە نێوانیاندا کەسانێک هەن کە خوێندنی باڵایان تەواو کردووە، کە بۆ کاروەرگرتن سەردانیان کردوم، ئەوانە بوونەوەرێکی شایانی بەزەییپێداهاتنەوەن، دەیانوت لە فلانە زانکۆ یان فلانە شوێن خوێندنی باڵامان تەواو کردووە و ئێستا

Scanned with CamScanner

هاتووین بزانین ئایا کاریکمان دەست دەکەوێت ئێمە بتوانین بیکەین؟ کە چی خۆشیان نەیاندەزانی چ کارێکیان لە دەست دەوەشێتەوە، لە هەلومەرجێکی وەهادا نابێت پێمان سەیر بێت کە پیاو یا ئافرەتێکی گەنج بەم شێوەیە دەستبەکار دەکات، لە تەمەنی چلساڵیدا تووشی نائومێدی و ماندوویتی و دڵمردوویی و تەنانەت تووشی هەڵچوونی دەروونیش دەبن! هەبوونی کاری گونجاو لە کاتی سەلامەتیدا دووبارە شایەنی گرنگییە. دکتۆر ریموند پرل دەڵێت کاری گونجاو سەرەکیترین هۆکاری تەمەن درێژییە، پل بویتون، بەڕێوەبەری گشتی بەڕێوەبەرایەتی کێڵگەکانی نەوت لە ماوەی بیست ساڵدا 37000 کەسی داواکاری کرێکاری هەبوو کە کتێبی شەش ڕێگە بۆ کاردۆزینەی نووسیوە، لە چاوپێکەوتنێکی تایبەتیدا کە لێم پرسی:

گەورەترین هەڵەی ئەو لاوانەی کە دێن بۆ کارپێدان چییە؟

وتی:

ئەوان خۆیشیان نازانن چ جۆرە کارێکیان دەوێت کە بیکەن، جێگەی داخە کە کەسێک بۆ کڕینی پۆشاکێک کە دوای چەند هەفتەیەک یان چەند مانگێک یان دوای چەند ساڵێک کۆن دەبێت و لەناو دەچێت زۆر بۆی ماندوو دەبێت و کاتی بۆ بە فیڕۆ دەدات، کەچی بۆ هەڵبژاردنی کارێک کە هۆی ئارامی و شادی و کامەرانییە، ئەوەندە ماندوو نابێت و کاتی بۆ بەکار ناهێنێت! یەکێک لە ڕەوشە سونەتییەکان، هەڵگرتنەوەی کار و پیشە و کاسپی باوکە، کە زیاتر لەگەڵ حەز و ئارەزووی لاواندا گونجاو نییە. هەرچەندە لەوانەیە چاویان لەو ڕەنجە بێت کە گەورەکان دەستکەوتیان لێی دەست کەوتووە بۆ ماڵ و خێزانیان، بەڵام دەمەوێت بە لاوان بڵێم:

تەنها لەبەر ئەوەی کە ماڵەوە حەز دەکەن فڵانە کار و کاسبی بکەیت، خۆت پابەندی ئەو هەڵبژاردنەی ئەوان مەکە، بە دوای ئەو کارەدا

Scanned with CamScanner

بگەڕێ کە خۆت ئارەزووی دەکەیت و حەزت لییەتی. هیچ کاتێک پابەندی کارێک مەبە کە ناگونجێت لەگەڵ حەز و ئارەزووەکانتدا، بە سەرنجی تەواوەوە لەو ئامۆژگاریانەی ڕابردوو پەند وەربگرە لە بارەی ئەوەشەوە کە تاقیشی بکەیتەوە هیچ کاتی بۆ بە فیڕۆ مەدە و توخنی مەکەوە، بە یارمەتی ئەزموونەکانی دایک و باوک و ڕاوێژکاران ڕێگە بگرە و شارەزابە و بڕیاری کۆتایی بدە، چونکە هەر ئێوەن کە لە کاردا یان خۆشبەختن یان بەدبەختن، لەشەڕی ئەم مان و نەمانەش کەنارگیر بن.

بە پێشکەشکردنی ئەم باسانەش مۆڵەت بدەن ڕێنماییەکانی پرۆفیسۆر هاری گیتسون کە یەکێکە لە خاوەن بیردۆزە ناسراوەکان لە بارەی کار و پیشەوە پێشکەش بکەم:

1. هەرگیز نزیکی ئەو کەسانە مەکەون کە داواتان لێ دەکەن خۆیانتان پێ بناسێنن، چونکە ڕەوشی جادووگەرانەیان هەیە ،بواریان پێ مەدە و سەردانیان مەکە، جومجومەناسان، فالگرەوەکان، دەستخوێنەرەوەکان، لەم کۆمەڵەیەن نە ڕەوشەکانیان بە دەردت دەخۆن نە ئاگادارکردنەوەکانیشیان.

2. ئەو ئیش و کارەی کە کەسبی زۆری تێدایە تا دەتوانیت لێی بە دوور بە، سەد هەزار کار هەیە کە لاوان تەنها لە هەندێکیان بەئاگان، لاوان کە لە زانکۆکاندا خوێندنی باڵا تەواو دەکەن، تەنها لە چوار پێنج کاردا تایبەتمەندی بەدەست دێنن، ئەو چوار پێنج کارە دەکەنە پیشەیان.

3. ئەو کارەی کە یەکجار و یەکسەرە و تایبەتە بۆ یەکجار زامنی گوزەران دەکات، واتە کاتییە بە تەواوەتی خۆتی لێ بە دوور بگرە.

4. پێش ئەوەی تەمەنت لە کارێکدا تەواو بکەیت چەند هەفتەیەک یاخود چەند مانگێک تەرخان بکە بۆ لێکۆڵینەوەی قووڵ و سەرنجی

Scanned with CamScanner

تەواو لەو کارە بدە و کەسانێک کە دە، بیست، سی تەنانەت چل ساڵیش تەمەنی خۆیانیان تێدا تەواو کردووە ڕاوێژیان پێ بکە، بە مەرجێک ئەو کەسە لە کارەکەیدا سەرقاڵ بێت و خاوەنی ئەزموونی تەواو بێت و تیایدا دەستبەکار بووبێت.

بەڵام چۆن بتوانیت بۆ هەڵبژاردنی کار و پیشە ڕاوێژ بە کەسانی بەئەزموون بکەیت؟ بۆ نموونە دەتەوێت لە بواری ئەندازیاری بیناسازیدا چالاکیت هەبێت، چونکە کارەکەت پەیوەندیدارە پێتانەوە و حەزی لێ دەکەن بۆ ڕاوێژکردن بە کەسانێک لەم بوارەدا دەتوانن بە مەڵبەندی چالاکی سەردان بکەن لە شارەکەی خۆتاندا بچینە لای کەسانێک کە لەم بوارەدا چالاکیان هەیە و پێشنیاری دۆستایەتیان بکەن لە لای کارەکەیاندا دابنیشن، دەتوانن داوای چاوپێکەوتنیان لێ بکەن و ئارەزووەکانتان بەدی بێنن، نازانم.

ئەگەر پەیوەندی بە ئەندازیارێکی بیناسازی بەئەزموونەوە بکەن و پێی بڵێن دەتوانی ئەرکێکی بچووکمان بۆ بکێشی، ئێمە پێویستمان بە ڕێنمایی ئێوە هەیە، چونکە لاوێکی هەژدە ساڵەین و دەمانەوێت لە بواری بیناسازیدا بخوێنین، پێش ئەوەی هەنگاوی بۆ بنێین دەمانەوێت ڕاوێژتان پێ بکەین، ئایا بەڕێزتان نارازین یا لە چاوپێکەوتن بێزار دەبن.

ئێستا ئامۆژگارییەکتان دەکەم، ئەگەر ڕووبەڕووی کەسی ڕاوێژکار بوونەوە ئەم پرسیارانەی ئاراستە بکەن:

ا- ئەگەر سەرلەنوێ تەمەنت دووبارە ببێتەوە هەوڵی ئەوە دەدەیت هەر بیناساز بیت؟

ب- ئێستا کە من دەبینیت ئایا دەزانیت ئەوەی کە پێویستە بۆ بیناسازێکی سەرکەوتوو لە مندا هەیە یان نا؟

Scanned with CamScanner

ج- ئایا بیناسازی کارێکی سەرسوورهێنەرە؟

د- ئەگەر چوار ساڵ لەم بوارەدا بخوێنم دوایی بە ئاسانی کارم دەست دەکەوێت یان نا؟ یەکەم جاریش دەبێ چ کارێکیش هەڵبژێرم؟

ه- هەرچەندە دەرامەتێکی مامناوەندیم هەیە، لە پێنج ساڵی یەکەمدا تا چ ئەندازەیەک دەرامەتم دەبێت؟

و- سوود و زیانەکانی بیناسازی چییە؟

ز- ئەگەر من کوڕی تۆ بم ئامۆژگاریم دەکەیت کە بیناساز بم؟

ئەگەر کەسێکی شەرمن و کەم ڕووی لە ڕووبەڕووبوونەوەدا لە کەسانی گەورە دەترسی ئەوە دەڵێم یەکێک لە تەمەندارەکانی خۆت لەگەڵ خۆتدا ببە، چونکە ئەگەر دوو کەس بن ئەوا چاکتر دەتوانن پرسیارەکان بکەن.

لەوانەیە هەندێ کەس کە سەردانی ئەم شوێنانە دەکەن کاری خۆیانیان دەستگیر بێت یان ئێوە بە چاکی نەزانن و بۆتان نەلوێت لە دوایدا چەند کەسانێک کە لێتان بپرسن تۆیش زانیارییەکان بگەیەنیتەوە سەرنج، بدە کە یەکێک لەو دوو نەخشە گەورەیەی ژیان، ژیانی خۆتی پێ دەستەبەر دەکەیت. تەنها بڕوای تەواوت بە خۆت هەبێت، لە دواییدا ئەگەر کەسێک نەبوو ڕێنمایتان بکات ئەوا باوکێکتان هەیە کە ئەزموونەکانی بە دڵسۆزی دەخاتە بەردەستتان هەڵبەت ئەم ڕێگەیە هەرگیز فەرامۆش نەکەن کە ڕێنمایی خواستن لە کەسێک بە مانای زانایی و پێ باشبوونی لەوەی کە سەردانی ئەمانە دەکەیت خۆشحاڵ دەبن.

5. ئەو بیرکردنەوەیەی کە تەنها ئێوە بۆ ئەو ئیشە گونجاون لە خەیاڵتاندا دەر بکەن.

هەموو کەسێک دەتوانێت لە هەندێ کاردا سەرکەوتوو بێت و لە

Scanned with CamScanner

دواییشدا شکست بێنێت، بۆ نموونە خودی خۆم ئەگەر لە جۆرەکانی کشاوەرزی، باخەوانی، جووتیاری، پزیشکی، مامۆستایی، چالاکی بنوێنم لەوانەیە سەرکەوتوو بم، بەڵام چونکە لە کاروباری دەفتەرداری، نووسینگە، ژمێریاری، ئەندازیاری، بەڕێوەبردنی میوانخانە، یان کارخانە، هونەری و بیناسازی سەروساختەم نییە، ناتوانم سەرکەوتوو بم، چونکە پەیوەندیم لەگەڵیاندا نەبووە.

Scanned with CamScanner

بەشی نۆیەم

بەندی سێیەم

ڕێگەی کەمکردنەوە لە نیگەرانیەکان

ڕاستت ئەوێت ئەگەر ڕێگەی زاڵبوونم بەسەر نیگەرانیەکانی داراییدا بزانیایە، دەستم بە نووسینی ئەم کتێبە نەدەکرد، چونکە ئەم کاردم لەبەر خاتری دەرامەتێک کردووە کە دەستم بکەوێت. لەم ڕووەشەوە هیچ کارێکم لەدەست نایەت.

هاوکات لەگەڵ لێکۆڵینەوەی گۆڤاری لیدیزهوم 70%ی نیگەرانیەکانمان ڕیشەیەکی مادیان هەیە.

ژۆرژ گالوپ بەڕێوەبەری بنکەی ئامارگیری گالوپ دەڵێت: (زۆربەی خەڵکی بڕوایان وایە ئەگەر 10%ی دەرامەتیان بەرزبوایە ئیتر نیگەرانی مادییان نەدەبوو)، ئەم بیروڕایە کە پشتی بە ئامار و ژمارە بەستووە لە زۆر لایەنەوە ڕاستە.

ئاستایلتون، تایبەتمەندی ڕێکخستنی بوودجە ساڵەهای ساڵ ڕاوێژکاری دارایی چەندین دامەزراوەی گەورە بوو بە پێچەوانەی "ژۆرژ گالوپ"ەوە، بڕوای وایە زیادبوونی دەرامەتە داراییەکان نیگەرانییەکان بنەبڕ ناکەن، لە ڕاستیدا زیادبوونی دەرامەت، واتە خەرجییەکی زیاتر و دەردە سەرییەکی زیاتر و بەم مەفهومە بێت مانای ئەوەیە ئەوەی دەبێتە هۆی نیگەرانی خەڵکی، نەبوونی پارە نییە، بەڵکوو نەبوونی

Scanned with CamScanner

بەرنامەیەکی تەواوی خەرجکردنی پارەکەیە.

لەوانەیە تۆی خوێنەری بەڕێزیش تا ئێرە حەوسەڵەت هەبێ و خۆتت بۆ بگیرێت و بڵێیت: (خۆزگە ئەم پیاوە بە دەرامەتەکەی من بۆ تەنها مانگێک گوزەرانی ژیانی بگرتایەتە ئەستۆ تا ناچار بوایە و ئەم قسانەی نەکردایە).

بۆ تۆی خوێنەری خۆشەویست دانی پێدا دەنێم کە خۆم گرفتاری کێشەی دارایی بووم، ئێستاش ئەو کێشەیەم هەیە، من ڕۆژی دە کاتژمێر لە کێلگەی میسووریدا کارم کردووە، باوەڕ بکەن ڕۆژی وا هەبووە کە حەزم بە مردنی خۆم کردووە، بۆ ئەوەی لە دەستی ئەم ژیانە فەلاکەتبارە ڕزگار بم.

من ئەم هەموو ساڵە لە بەرامبەر کاتژمێرێکدا پێنج دۆلار و دە دۆلار و تەنانەت پەنجا سەنتیشدا کارم نەکردووە، من لە بەرامبەر هەر کاتژمێرێکدا پێنج سەنتم وەرگرتووە. من بیست ساڵ نیشتەجێبوونم لە شوێنێکی بێ حەمام و بێ ئاو و ئاوەڕۆدا بەسەر بردووە. دەزانم کە خەوتن لە ماڵێکی ساردوسڕی ژێر پانزە پلە مانای چییە! دەزانم ئەندێشەی ڕێبڕینی چەندەها کیلۆمەتر بە پێ ڕۆیشتن بە پێڵاوی دڕاو و جلوبەرگی نەگونجاو بۆ خەرجنەکردنی یەک پولی ڕەش چییە، لەوەش تێگەشتووم کاتێک کەسێک لە میوانخانەدا داوای خواردنێکی هەرزان دەکات چ دەردێکی هەیە.

چەندەها شەو پانتۆڵەکەمم لەژێر جێکەمەوە ڕادەخست تاکو دەق بگرێت، چونکە پارەی ئوتووکردن و هەڵمکردنی جلەکانم پێ نەبوو، بەو هەموو ترسولەرزەی ڕۆژانی بێ پارەییەوە بوو کە چەند سەنتێکم دەشاردەوە.

من بە ڕابووردنی ئەو ڕۆژانە کە بیر دەکەمەوە ئەگەر نەخشەیەک

بۆ خەرجکردنی پارە هەبوایە و لەسەر ئەو نەخشەیە خەرجم بکردایە، ئەوە حاڵم بەم ڕۆژە نەدەگەیشت، کە نیگەرانی دارایی ئەوەندە بە سەختی ئازارمان بدات، بەڵام بە داخەوە نەمانکرد.

هاوڕێیەکم هەبوو کە لە چاودێری حساباتی کۆکردنەوە و خەرجکردنی کۆمپانیاکی گەورەدا کاری دەکرد، چونکە ژمارە و ڕێژەی کۆنترۆڵ و لێکۆڵینەوەی دەکرد ئەوەندە لێهاتوو بوو هەموویان شەیدای بوو بوون، بەڵام هەر هەمان کەس لە تەماشاکردنی حسابی چەند دۆلارێک لە دەرامەتی خۆی زۆر بێزار بوو، باشتر وایە بۆ ئاشنایی ڕێوڕەسمی ئیشوکاری دارایی ڕێگەی پارە خەرجکردن بەم چەند دەستوورەی خوارەوە سەرنج بدەین:

دەستووری یەکەم

لە تیانووسێکدا دەستووری ئەو پارەیەی پێویستە خەرجی بکەیت تۆمار بکە.

زۆر لە سەرمایەدارەکانیش ئەم کارەیان کردووە و ئەنجامی چاکیشیان بەدەست هێناوە، یەکێک لەوانەش راک فلر بووە.

نەترسیت بۆ سەرلەبەری ژیانت پێویست ناکات کە ئەم کارە بکەیت، تەنها سێ چوار مانگێک بەسە کارناسانی بوودجە دووپاتیان کردۆتەوە کە بە لانی کەمەوە مانگێک و بەپێی توانایش سێ مانگ حسابی وردەکاری جۆری ئەو پارەیە بکە کە خەرجی دەکەیت چ جۆرە سکەیەکە، چونکە ئەم کارە هەواڵمان دەداتێ کە پارەکەمان چۆن خەرج کردووە. بەم شێوەیە دەتوانین بوودجەی ژیانمان ڕێکوپێک بکەین، ئەگەر بە وردی ماوەی حسابی خەرج کردنت هەبێ، ئەوا ئەمەش تۆمار بکە پاشان ماوەیەک لێکۆڵینەوەی لەسەر بکە و بە خۆت بڵێ

Scanned with CamScanner

بەڕاست من ئەم پارەیەم لەم ڕێگەیەدا خەرج کردووە؟

دەستووری دووەم:

لەگەڵ پێویستییەکانتدا بوودجەکەت ڕێک بخە، مەبەست لە دابینکردنی بوودجە ئەوە نییە کە خۆت لە خۆشی و شادییەکان بێبەش بکەیت و خۆتیان لێ بتارێنیت، بەڵکوو مەبەست ئەوەیە کە بە لانی کەمەوە زامنی دارایی بۆ خۆت بکەیت، چونکە کەسانێک کە ژیانیان لەسەر بناغەی بوودجەی داراییەکەیان زامن دەکەن بەختەوەرترن لەو کەسانەی کە چاودێری کۆکردنەوە و خەرجکردنی بوودجەکەیانن یان کەمتەرخەمن.

دەستووری سێیەم:

ڕێگەی زیرەکانە و ژیرانەی خەرجکردن لە یاد نەکەیت، مەبەست ئەوەیە کە لە پارەکانتان زیاتر سوود وەربگرن هەموو کارخانەکان و کۆمپانیاکان کاربەدەستێکیان هەیە بۆ ڕاپەڕاندنی کڕین و پێویستیەکانیان بە چاکترین شێوە. بۆچی ئێوەش خۆتان بۆ خۆتان نابنە کاربەدەستێکی چاک؟

دەستووری چوارەم:

بە دەرامەتەکەت دەردەسەری بۆ خۆت مەکڕە و زیادی مەکە. کاتێک کە دەرامەتەکەتان زیاد دەبێت داخوازیشتان زیاد دەبێت، خێرایی گەشەکردنی ئەم داخوازتەش زیاترە لە خێرایی گەشەکردنی دەرامەتەکەتانە.

لێرەدا کە حەز دەکەن تامی زیاتر لە ژیان ببینن، گومانی تێدا نییە کە لە دوایدا دەبێت سەرنج بدەن کە هیچ تامێک ناتوانێت وەڵامی

Scanned with CamScanner

سزایەک بداتەوە کە لە دەستی داواکارییەکان دەیچەژێت، ئایا تامۆچێژ وەرگرتنی نارەوا چاکترە یان نیگەرانی بۆ هێنانەدی داواکارییەکان؟

دەستووری پێنجەم:

خۆت لە بەرامبەر نەخۆشییەکان و هۆکارە سروشتیەکانی خەرجکردنە کتوپڕەکاندا بیمە بکە. مەبەستم ئەوە نییە کە بۆ شتە بچووکەکانی وەک هەڵامەت و سەرماخوردەگی خەرجی بیمە وەربگریت، بەڵکوو مەبەستم لەو کارەساتانەیە کە وەک ئەوەی ناچاریت لە نەخۆشخانە بکەویت ئەگەر بیمەی قەرەبووکردنەوە لە ئارادا نەبێت شێوەی حسابی نەخۆشخانە دەگۆڕێت بۆ بەدترین هۆکاری نیگەرانیهێنەر.

دەستووری شەشەم:

ئەگەر خانمی ماڵەوەیت دەتوانیت لە هەمان شوێنی چێشتخانەدا وردە خەرجیەکانت دەستەبەر بکەیت. نامەوێت ئەزموونی خانمانی ترتان پێ بڵێم، بەڵام دەتوانیت لە سەلیقەی خۆت سوودمەند بیت. بۆ نموونە کەمکردنەوەی چەند گرامێک لە گۆشت و هەندێک چا و شەکر و هەندێکی تر لە کەلوپەلەکانی تریش لە هەرجۆرەی هەندێک و بەکارهێنانەوەیان جارێکی تر. نەک تەنها خەرجیت لێ دەگێڕێتەوە، بەڵکوو پاشەکەوتیش دەبێت.

دەستووری حەوتەم:

لە هیچ هەلومەرجێکدا قومار نەکەیت بە هیچ جۆرێک. من بە کەسانێک کە بە گرەوکردنی ئەسپسواری یان کڕینی بلیتی تاقیکردنەوەی بەخت و کارگەلێکی لەم جۆرە بابەتانە ئومێد دەدەمەوە بەریان و دەڵێم هەر کەسێک خەریکی ئەم جۆرە کارانە بێت، هەمیشە نەبوونە.

Scanned with CamScanner

دەستووری هەشتەم:

ئەگەر ناتوانیت مەرجەکانی دارایت چاک بکەیت باشتر وایە کە سەبارەت بە خۆت دڵسۆز بیت . نیگەرانی ئەو جۆرە شتانە مەبە کە توانای گۆڕانکاریانت نییە. بیهێنەرەوە یادی خۆت کە ئەگەر تەواوی دنیا بدرێت بە تۆ ئەویش لە شێوەی تۆپێکی تایبەتیدا و لە بەردەستدا دابنرێت تۆ ناتوانیت لە سێ ژەم زیاتر نان بخۆیت و لەسەر دوو جێگەی جیاواز بخەویت، بۆ بنەبڕکردن و لەناوبردنی نیگەرانییە داراییەکان ئەم دەستوورانە لەیاد مەکە و کردەوەیان پێ بکە:

1. خەرجییەکان لەسەر پەڕاوێک تۆمار بکە.
2. بوودجەی خۆت هاوشانی پێویستییەکان ڕێک بخە.
3. جۆری پەیوەندی خەرجکردنەکەت لەیاد بێت.
4. دەرامەتەکەت بۆ کڕینی دەردەسەری خەرج مەکە.
5. لە بەرامبەر کارەسات و نەخۆشیدا خۆت بیمە بکە.
6. بۆ خانمانی ماڵەوە لە خەرجکردن و کۆکردنەوەدا سەلیقەکەت بەکار بهێنە مانای کەیبانوو ئەمەیە.
7. بە هیچ شێوەیەک قومار نەکەیت.
8. ئەگەر نەتوانیت حاڵی دارایت چاک بکەیت، دڵت بۆ خۆت بسووتێ و نیگەرانی شتێک مەبە کە ناتوانیت بیگۆڕیت.

چۆن بەسەر نیگەرانیدا زاڵ بووم؟

هاوینی ساڵی 1943 من و نیوەی کۆمەڵەی نیگەرانیەکانی دنیا. شانە لاوازەکانی قورس کردبووم، دیارە ئەوەش هەستی من بوو. چل ساڵ ژیانم تێپەڕاندبوو، بێدەنگ و بێسەنگ و بێدەسەڵات بەرامبەر نیگەرانی

Scanned with CamScanner

و بێزاری غافڵ بووبووم، کارەساتی شەش قوڵی بە ڕێکەوتن وەک هێزە هاوپەیمانەکان کە بەشێکی ئەم کارەساتە پەیوەندیان بەوەوە هەبوو، دەیانویست بە تەواوی شاڵاوم بۆ بێنن.

ئای وای... ئای وای... وای لە من!

کارەساتی یەکەم:

ئەو قوتابخانەیەی کە بەڕێوەبەری بووم بەهۆی ئەوەوە کە دەبوایە لاوەکانی ببرانایە بۆ جەنگ بەرەو لاوازی دەچوو. لەم حاڵەشدا تەنها کچان دەمانەوە، کچانیش لەبەر ئەوەی بە کاری ماڵەوە سەرقاڵ دەبوون پێویستیان بە خوێندن نەبوو، بۆیە دەبوایە قوتابخانەکە دابخرایە.

کارەساتی دووەم:

کوڕە گەورەکەم لە جەنگدا بوو، منیش وەک ئەو هەموو باوکانەی تر نیگەرانی مەترسییەک بووم کە هەڕەشەی لە کوڕەکەم دەکرد.

کارەساتی سێیەم:

نەخشەی فڕۆکەخانەیەک لە ناوچەکەماندا لە بەرنامەدا بوو، لە پێناو ئەمەدا دەبوایە خانووەکەی ماڵی باوکم بڕوخێنرایە، منیش دەبوایە بە شەش منداڵەوە لەژێر چادرگەدا گوزەرانمان بکردایە.

کارەساتی چوارەم:

بەهۆی هەڵکەندنی کەنداوێکەوە لە نزیکمانەوە بیری ئاوەکەمان وشکی دەکرد، بۆ هەڵکەندنەوەی بیرێکی تریش دەبوایە ناچار زیاتر

Scanned with CamScanner

لە پێنجسەد دۆلارم خەرج بکردایە، چونکە زەوییەکانی ئەو سنوورە لەژێر چاودێری دەوڵەتدا بوون و جگە لەوەش دەبوایە ئاوم بە سەتڵ بهێنایە و تا ئەوەشم تەواو دەکرد دوو مانگێکم پێ دەچوو. کارەساتی پێنجەم: نێوانی ماڵەوە و قوتابخانە زیاتر لە پانزە کیلۆمەتر دەبوو، دەبوایە ئەو ڕێگەیەم بە ئوتۆمبێلە شڕەکەم ببڕیایە، پارەی ئەوەشم نەبوو تایە شڕەکانیشی بۆ بگۆڕم و ترسی پەککەوتنیشیم هەبوو.

کارەساتی شەشەم: کچە گەورەکەشم قۆناغی ئامادەیی تەواو کردبوو، حەزی دەکرد بچێتە زانکۆ و منیش توانایەکی وەهام نەبوو کە خەرجی خوێندنی بۆ دابین بکەم، لە لایەکی تریشەوە نەمدەویست دڵی بشکێنم. ڕۆژێکیان دوای نیوەڕۆ لە تەواوی کارەساتەکانم بیرم کردەوە و پەڕاوێکم بۆ هێنا و نووسیم و بە جوانی سەرنجم دا، تەماشام کرد کە مافی خۆمە و هەقم بە دەستە کە نیگەران بم، چونکە لەوە ناچێ لە دنیادا کەسێکی تری وەک من هەبێت ئەوەندە بیانووی نیگەرانبوونی بە دەستەوە بێت.

پاش ڕێکخستنی شێوە و سەرچاوەکانی نیگەرانیهێنەر، سەیرم کرد کە من هیچ کارێکم لە دەست نایەت، ئەمەم لەسەر پەڕاوەکانی تری سەر مێزەکەم بەجێهێشت و فەرامۆشم کردن. هەژدە مانگ لە دوای ئەوە کاتێکم بۆ ڕەخسا کە پەڕاوەکان ڕێکوپێک بکەم و چاوم پێیان کەوتەوە و ئینجا تەماشام کرد، کە هیچ کامێک لەم کارەساتانە ڕووی نەداوە.

1. تێگەیشتم کە نیگەرانی دەربارەی قوتابخانەکە بێهوودە بوو، دوای ئەوە دەوڵەت بەردەوام بوونی خوێندنی قوتابخانەکانی ڕاگەیاند بۆ هەموو کەسێک بەردەوامی بەخشی، ئەو بەردەوامیەش بوو بە هۆی ئەوە کە پۆلەکانم پڕ بێت لە خوێندکار.

2. نیگەرانیشم لە بارەی کوڕەکەمەوە بێ سەرچاوە بوو، بەبێ ئەوەی

Scanned with CamScanner

بریندار بوونێکی بچووکیشی هەبێت بەرەو ماڵەوە گەڕابووەوە.

3. بۆ ماڵەکەشم نیگەران نەبووم دوای ئەوەش لە نزیک کیلۆمەتر و نیویکەوە چاڵێکی نەوت دەرکەوتبوو، ئەگەر دەوڵەت بیویستایە نەخشەی فڕۆکەخانەکەی جێبەجێ بکردایە دەبوایە وازی لە چاڵە نەوتەکە بهێنایە لەبەر ئەوە نەیکردە فڕۆکەخانە، چونکە نەوت بەهایەکی باشتری هەبوو.

4. لە بارەی بیرەکەشمەوە نیگەرانییەکەم پووچەڵ بوویەوە، چونکە کاتێ تێگەیشتم ئیتر نەخشەی فڕۆکەخانە لە ئارادا نەماوە بەردەوام چاڵەکەم قووڵ دەکرد، ئیتر کێشەی ئاویشم نەما.

5. بێزاریشم دەربارەی تایەی ئۆتۆمبێلەکەیش بێهوودە بوو، چونکە تایە سواوەکان و ئۆتۆمبێلەکەش تا کۆتایی جەنگ بەرگەیان گرت.

6. نیگەرانی لە بارەی کچەکەشمەوە بێهوودە بوو، چونکە شەش ڕۆژ بەر لە وەرگرتنی لە زانکۆ بە شێوەیەکی موعجیزەئاسا کاری زیادەشم دەستکەوتوو، خەرجی زانکۆکەی ئەویش مەیسەر بوو، لە سەرچاوە و لایەنی زۆریشەوە لە خەڵکیم بیستبوو کە 99%ی نیگەرانیەکانمان پەیوەندییان بە کۆمەڵە شتێکەوە هەیە کە هەرگیز ڕوو نادەن. من بڕوای تەواوم پێیان نەبوو، بەڵام ئەم مەینەتیانەی کە لەبەردەمدا بوون بە تەواوی پاڵم لێدانەوە، چونکە خۆم ئەزموونی تەواوم بەدەست هێنا بوو.

فەرامۆشی نەکەیت:

ئەمڕۆ هەمان ئەو ڕۆژەیە کە بۆی نیگەران بوویت. لە خۆت بپرسە:

(بەڕاست، ئەوەی کە بۆی نیگەران بووم ڕوویدا؟)

Scanned with CamScanner

Scanned with CamScanner

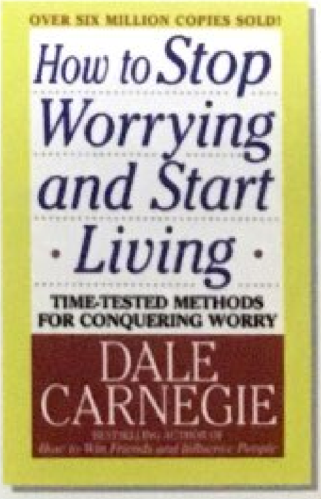
کتێبخانەی pdf ›

CLOSED GROUP · 122K MEMBERS

Announcements Photos Events Files Albums

Write something...

Scanned with CamScanner



1 571818 130009

له بڵاوکراوەکانی ناوەندی ڕۆشنبیریی ئەدیبان

Scanned with CamScanner