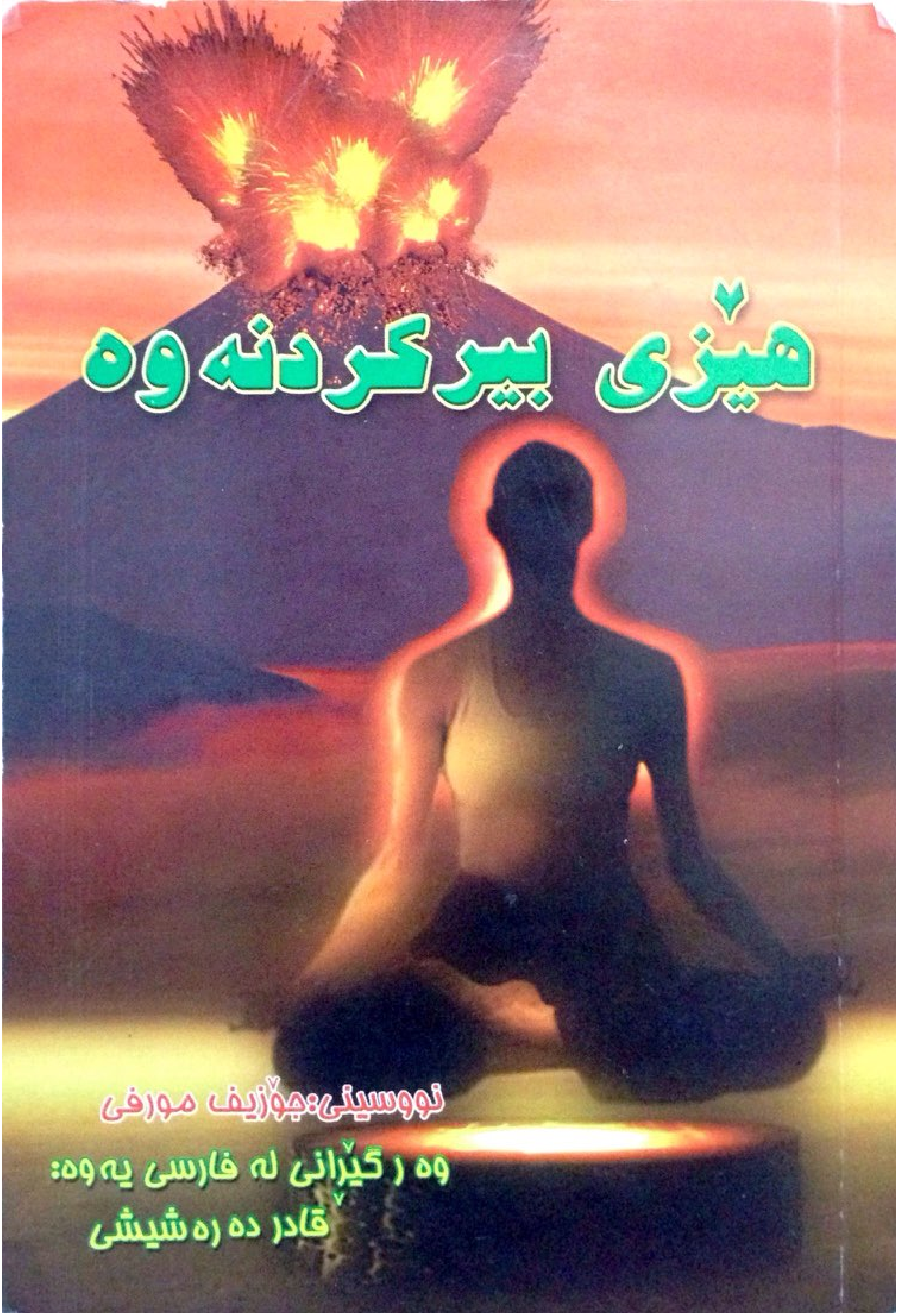

Scanned with CamScanner

Scanned with CamScanner

هێزی بیرکردنەوە

زنجیرەی یەکەم و دووهەم

نوسینی:

جۆزیف مورفی

وەرگێڕانی لە فارسی یەوە:

قادر دەرەشیشی

Scanned with CamScanner

▣ ناسنامه

* ناوی کتێب	:	هێزی بیرکردنەوە
* نوسینی	:	جۆزیف مۆرفی
* وەرگێڕانی لە فارسی یەوە	:	قادر دەرەشیشی
* پیت چن	:	ئاشنا «سنه»
* تیراژ	:	۲۰۰۰ دانه
* ژمارەی سپاردن	:	(۱۲۹)
* چاپی دووهەم	:	(۲۰۰۵)

Scanned with CamScanner

پێرست

(زنجیرەی یەکەم)

پێشەکی ٥
سەرەتا ٩
پێشەکی نووسەر ١٧
ڕۆحتان لە بەندیخانەدا ئازاد بکەن ٢٠
بواردان بە هێزی دەرون ٢١
چ ڕەمزێک لە نزاکردندا خۆی حەشارداوە؟ ٢٣

بەشی یەکەم

گەنجینەیەک لە دەروندا ٢٨
نهێنییەکی گەورە ٣٠
هەر لە ئێستاوە دەست بەکاربن ٣٣

Scanned with CamScanner

دوو کەسایەتی ئەندێشەو ڕۆح ٣٦
ویژدانی ئاگاو ویژدانی نائاگا................ ٣٧
ڕەگ وڕیشەی جیاوازیەکان ٤٣
کورتەی بابەتەکە ٤٨

بەشی دووەم

چۆنیەتی چالاکی نەفسانیەت................ ٥١
واتاکان لە ڕوانگەی زیهنەوە................ ٥٨
هێزی سەرسوڕهێنەری تەڵقین ٦١
چەند کاردانەوەیەکی جیا لەبەرامبەر تەڵقینەوە ٦٢
خۆ تەڵقین کردن ترس لەناو ئەبات................ ٦٦
ئەزمونێک بۆ ئاگر میزاجەکان ٦٩
هێزی دروستکەرو وێرانکەری تەلقین ٦٩
کورتەی بابەتەکە ٨٢

بەناوی خوای بەخشندەی میهرەبان

پێشەکی:

زانایانو پسپۆڕانی دەروونناسی لەئەنجامی بینینی ئاسەواری هێزی ڕۆح لە ناخی ئادەمیزاددا کە لە دەرەوەی چوارچێوەی یاسای ماددیداکار دەکات، بەتەواوی مەسەلەی غەیب بەم هێزەوە دیارەو هەمیشەش هاوڕێی خاوەنەکەیتی، بەشێوەیەک وریایانە چاودێری دەکات لەشێوەی: خەوبینین، گوێ زرنگانەوە، ئیلهاماتی قەلبییان شتانی دیارو لەبەرچاوی وەک: دەست لە ئاگر دان بەبێ ئەوەی بسوتێت، چەقۆو سیخ لەخۆ

دان‌و سارێژ بوونی جێگاکەی بەبێ خوێن‌و و برین‌و، شتانی تر ناچار سەریان بۆ ئەم ڕاستی‌یە دانەواندوە و دانیان ناوە بە بوونی هێزێکی تەواو زاڵی (ژیری، بەبەزەیی، لێبوردەی، هەمیشە بێدار)[١]دا. بەڵام لەئەنجامی بێ خەبەریی لە نیگای خوایی توشی هەڵەیەکی عەقیدەیی هاتوون ئەویش ئەوەیە دەڵێن: خوا هەموو شتێکەو هەموو شتێکیش خوایە! واتە ئەم هەموو بونەوەرە یەک لەشی تەنهاو سەربەخۆیە، وەک لەشی ئادەمیزاد لە بزوتنداو، تەنە جیا جیاکانی وەک زەوی و مانگ‌و مرۆڤ‌و گیانلەبەرەکان... هەرچەند لە ڕواڵەتدا سەربەست دەبزون بەڵام لەڕاستیدا هەموو لەناو لەشیدان‌و لەژێر کۆنترۆڵیدان، وەک لەشی مرۆڤ‌و خڕۆکە سورو سپیەکانی خوێن کە لە ڕواڵەتدا سەربستن‌و لە ڕاستیشدا بەشێکن لە لەشی مرۆڤەکەو، مرۆڤەکە بەئەوانەوە بوونی هەیە هەروەک ئەوانیش بە پەیکەرکەوە

١- رۆحی مرۆڤ قەبەسێکە لە رۆحی خواو، هەموو سیفەتەکانی خوای بەشێوەیەکی نیسبی تیایە (فإذا سویته و نفخت فیه من روحي)و پێغەمبەریش دەفەرموێ: (تخلقوا بخلق الله).

بونیان هەیە، ئەگەر لێک جیا بکرێنەوە ئەوا هیچکامیان هیچ نین.. ئەم جۆرە بیرو بۆچوونەش پێی دەوترێ (وحدة الوجود)و لەسەر ئەم بۆچوونە دینو مەزهەبێکی تایبەتو. بەندایەتیو نزاکردنێکی تایبەت دامەزراوە.

ئەو زانایانەش کە ماددیەکی ڕوتنو ماددیانە تەفسیری ئەم دیاردەیە دەکەن ئەڵێن: هەروەک چۆن لەگەڵ هەموو ئەتۆمێکدا هێزێکی موگناتیسی هەیە بەهەمان شێوەش ژیری یەک هەیە، کاتێک کۆمەڵێکی بێژمارە لەو ئەتۆمانە کۆدەبنەوە لەشی مرۆڤێک دروست دەکەن، هەر بەو شێوەیەش ژیریی ئەتۆمەکانیش یەکدەگرنو هێزی بێسنور دروست دەکەنو، مرۆڤ دەتوانێت بیانخاتە کارئو لە خزمەتی خۆیدا ئیشی لە ڕادەبەدەریان پێ بکات.

بوونی ئەو شتانە ڕاستی یەکی بەڵگە نەویستنو، دەتوانرێت بەکاربهێنرێت لە چارەسەری گرفتەکانی ژیان و نەخۆشیەکانداو دورخستنەوەی پیریو هێنانی شادیو بەختەوەری... بەڵام لەڕاستیدا لەناسینی هێزەکەدا بەهەڵەدا چوون، چونکە ناسینی

ئەم ڕاستیانە نایەنە ژێر ئازمایشگاو تاقیگاکان، بەڵکو تایبەتن بە نیگای ئاسمانیەوە، بۆیە ئەوان لێی بێ خـەبەرن... بـەڵکو ئـەو هێزە لەو نەفخە خواییەوە وەرگیراوە کـە ئـەفەرموێت: (إنـي خالق بشراً من صلصالٍ من حمإٍ مسنون، فإذا سويته و نفخت فيه من روحي..). واتە: من بەدیهێنەری مرۆڤێکم لەگوزەیەک دروست کراوە لەگەنکاوێکی گەنیو، کاتێ ڕێک‌و پێکم کرد لە ڕۆحی خۆم ڕۆح دەکەم بە بەریدا.

وەرگێڕ

سەرەتا

مرۆڤ هەر لە کۆنەوە لەبیری ناسینی خویدا بووە، ناسینی دەروون دیاردەیەکی تازە نیە، ڕابردوی لەگەڵ مێژوی مرۆڤایەتیو فەرهەنگو شارستانیەتدا هەیە؛ تا ئەو شوێنەی کە پێواندنی ڕێی گەشتنە لوتکەو، دەست گەیاندن بە خۆشبەختی هاوشانو بەرامبەری دۆزینەوەی قەڵەمڕەوی دەرونیان داناوە... هەرچەند پێوەری تاکو کۆمەڵ جیاوازیەکی لەبەرچاویان هەیە، بەڵام بە تێڕوانینێکی قوڵ لە ناخی بووندا (وجود) پەی بەم خاڵە دەبەین کە فەرمانڕەوای بێ هاوتاییو قەڵەمڕەوی بێ سنوری ویژدانی ناوەوەو، هێزی بیرکردنەوە ئەندێشە یەکەهەم جیهانی دیار و ژیانی بیرۆنی ئێمە پێک

دەهـێنێت و، هـەم بـەشێوەی هـێزێکی زاڵ لەسـەر ئێمە فەرمانڕەوایی دەکات‌و شتی سەرسوڕهێنەر دێنێتە بوون... جار جار لەناو دەروندا یاخی دەبێت‌و دەوروژێت‌و دەخرۆشێت، جـار جـاریش وەک مـنداڵـێکی شـەرمن واز لە جـموجوڵ دەهێنێت‌و لە کونجی گۆشەیەکدا کرو کپ خامۆش دەبێت.

چ جای لەخۆمان بپرسین بـۆچی دنـیا لەبـەرچـاوی ئێمە بەرەنجامی بیرو بۆچون‌و دیدی ئێمەیە؟ هەر بەڕاستی زیـهنی ئێمە چی‌یە؟ ئیرادەی ئێمە تاکوێ بڕ دەکات؟ خـۆشبەختی‌و بەدبەختی‌و غەم‌و شادی کامەیە؟ ئایا ئەمانە هەموو چەمک‌و پـێوەری دەرونـیە و پـەروەردەی مـرۆڤ‌و بـڕیاری تـایبەتی کۆمەڵگانیە؟ ئایا بـەڕاسـتی دەتـوانـرێت ئـیحساساتی تـوندو سەرکەشی لاوێک لەغاو بکرێت‌و بیری پەژاراوی‌و ناڕەحەت هێنەری پیریی لەسەر دەرکرێت؟ دەبێ چـۆن چـۆنی لەگـەڵ نەخۆشیدا بەربەرەکانی بکرێت‌و لەگەڵ شکست‌و ناهەمواریدا دەرباز بیت؟

پرسیاری زۆر لەم بارەیەوە بەتایبەتی دەربارەی گشتگیری

Scanned with CamScanner

هێزی دەرون‌و، کارایی هێزی بیرکردنەوە فراوانەو ناتوانرێ سنورێکی بۆ دیاری بکرێت. زانایان‌و ئەندێشمەندان بەدرێژایی چەرخەکان کۆششیان کردوە وەلامێک بۆ ئەم پرسیارو مەتەلانە بدۆزنەوە... هەر یەکەیان بە ئەندازەی توانا هیممەتی خۆیانیان خستۆتە کار؛ بەرەنجامی کارەکانیان بە شێوەی پەرتوک‌وناملکەی گران بەها پێشکەش بە جیهانی زانست‌و مەعریفەت بکەن... بەلام لەم میانەیەدا دکتۆر (جۆزێف مرۆفی) کە دەروناسێکە زانست‌و کردەوەی لەیەک شوێنداکۆ کردوەتەوەو، بەرەنجامی لێکۆڵینەوەو ئەزموونەکانی خۆیی لە پەرتوکێکدا بەناوی (هێزی بیرکردنەوە) نوسیوەتەوە. ئەو لەم کتێبەی خۆیدا دەربارەی بوونی سەرسوڕهێنەری ویژدان‌و شعورو هێزی هۆش‌و ژیریی مرۆڤ دەدوێت‌و، کارایی ئەندێشەو ژیری لەمەیدانی نەبەردی لەگەڵ گرفتەکاندا دەخاتە ژێر لێکۆڵینەوە... دەربارەی دەریالوشێکی بێ سنور کە لە قولایی دەرونی هەموو مرۆڤێکدا ئارامی گرتوە ئەدوێت‌و، دەربارەی هێزی ئیرادەی ئادەمیزادو ڕوداوی سەرسوڕهێنەر ئەگێڕێتەوە.

ویژدانـی شـاردراوە لە قـەڵـەمڕەوی نـەفسانیەتدا خـاوەنی تایبەتمەندی گشتی وتە وانایەکـی فـراوانـەو، لەو ڕووەوە لەم پەرتوکەدا هێزی سەرسوڕهێنەری ئـەم بـوونە چـەندین جار ئاماژەی بۆ دەکرێت و تەفسیر دەکرێت، بۆ شارەزایی زیاتری خوێنەران دەربـارەی ئـەم هـێزی سـەرسوڕهێنەری زیـهنی یە دەگەڕێینەوە بۆ قاموسی واژەکانی دەرونـناسی (لاروس) تـا واتایەکی ورد تری واژەی شعور ئاشنایەکی زیاتر بـەدەست بهێنن.

وشەی ویـژدان و شـعور چـەند واتـاو چـەمکێکی هـەیە؛ هەست و شعور بە خۆ ناسینێکە کە هەر کەس دەربارەی ژیان و ڕەفتاری خۆی لە دنیای بێرون هەیەتی... ویژدان و شـعورێک کە هەست و بیری ئێمە دەخاتە ناو چـوارچـێوەی چاودێریی خـــۆیەوەو، ئـێمە لەکـات و شـوێنێکی دیـاریکراودا جێگیر دەکات... لەڕاستیدا بەشێوەیەکە فۆنکسیۆن و شوێنکەوتویەکی تایبەتیی کە (بنکەو پایەگایەکی) لە مێشکیدا هەبێت نیەو، جگە ئەوەش هیچ جۆرە دیاردەیەکی ئاشکراو پەنهانی نیە تەنها بە

جیهانی ئیدراکاتی ئێمەوە پەیوەندی هەیە... یان بە دەستەواژەیەکی جوانتر ناسینی نەفس ناسینێکی ڕێژەییە، سەبارەت بە مەسەلە جیا جیاکان تێکڕا دەتوانرێت ئەمە نەک لە دنیای دەرونیو شاراوەدا بەڵکو بەدەورو پشتو چواردەوری بێرونی بژمێررێت.

شعور ناسین بەچەند پلە دابەش دەکرێت وەک شێوەی تێڕوانینی دەرونی یان زیهنیو، تێڕوانینی بێرونی یان وەک هەمان کردەوەو ئانفالوگرافی کە تۆمارکردنو ئانالیزی شەپۆلە مێشکیەکان ئەگرێتەوە. بە واتایەکی تری ویژدان هاوڕیزە لەگەڵ هۆشیاریو ژیریو لەنێوان ویژدانی بەئاگاو ویژدانی بێ ئاگا (لاشعور) حەوت قۆناغو میانە هەیە. باڵاترین قۆناغ تایبەتە بە وروژان وعاطفەی توندەرە... ئەم پلە هۆشیارییەش بەباڵاترین پلە دەکات، خوارترین قۆناغیش حاڵەتی بێ هۆشییە؛ کە تیایدا بزوتنی هەستیی جگە لە کاردانەوەیەکی کەمی بزوێنەرەکان هیچیتر بەدی نا هێنێت. خەون یان قۆناغی چونە خەوو خەوی سوکو خەونەکانو لە کۆتایدا بە خەوی قوڵ دەگەین.

ئەوەی کە ناومان ناوە شعورو ویـژدان ئـاستەکـانی پـێش قۆناغی خەوتنە، فراوانـیەکـەی تـا سنوری قـۆناغی خـەوتن دەگرێتەوە. هەر بەو هۆیەوەیە کە خەونەکانمان دێنینەوە یادو. دایکی ڕۆحوو لە خەودا بەردەوام گوێ بە زەنگەو لە حاڵەتی خەوو بێداریدا بە هۆشیاری دەمێنێتەوە. (زیگمۆند فرۆید) لەم بارەیەوە ئاوای دەر بڕیوە کە ویژدانی بێ ئاگا (لاشعور) بەشێک لە ویـژدانـی شـاراوەو نـادیاری ئـێمەیە کـە پـڕە لە ئـارەزوو داواکاریی دەرونـیو، بـە قـوڵی دەبـێتە دیـنەمۆیەکـی ئـێمە هەرچەند بە هیچ شێوەیەک بینراو نیە بەڵام نابێت بەکەم بۆی بڕوانرێت. ناسنوری ئەخلاقیو دەرونی دەستەیەک لە حەزو ئارەزوی ئێمە دەگێڕێتەوە بۆ قوڵایی ویژدانی بەئاگا... بـەڵام هێزەکانی بێ ئاگایانەی دەرون هەرگیز لەو ناوچەیەداکە زیندان کراوە ئۆقرە ناگرێتو بەشێوازی جیاواز لە ژیـانی ڕۆژانـەیدا بەشێوەی جۆراوجۆر خۆی دەردەخاتو بەبێ ئەوەی خۆی حەز بکات کار دەکاتە سەر کردەوەو ڕەفتاری.

(دکتۆر مۆرفی) باوەڕی وایە ئەگەر بتوانـرێت بـەپرۆفەی

ئیلقائی‌و تەلقین بەردەوام چەند واتایەک بۆ ویژدانی ناوەوە ڕەوانە بکرێت کە پەیامی خێر و شادی‌و خۆشبینی‌و ئومێدی تیابێت‌و، خالّی بێت لە ڕەوش بینی و نائومێدکەرو سلبی؛ ئەتوانێت پەی بەرێت بە دەروازەی خۆشبەختی‌و، ژیان بەڕەنگێکی ڕۆشن‌و شاد ببینێت، هەوری غەم‌و پەژارە بۆ هەمیشە لەسەر ئاسۆی دڵ بڕەوێنێتەوە. گومانی تێدا نیە کە گرفتەکانی ژیانی جارجار ئاوا دژوارو چارە نەکراو دێنە پێش چاو کە ئادەمیزاد خۆی لە چالاکی ترسناکدا دەبینێتەوە گەر ڕێی دەرچوونی نەبێت... کێوی نائومێدی ئاوا ئەو لەژێر باری خۆیدا دەیچەمێنێتەوە کە ڕێگای سەربەرزکردنەوەو دەرفەتی بیر کردنەوەی نەبێت.

لەم پەرتوکەدا بە پاڵپشتی نمونەی زۆر ئەمە بەدەست دەهێنین کە ژیانی هەرکەس دروست بووی ئەندێشەی خۆیەتی‌و، ئەگەر ئادەمیزاد لەهێزی نەبڕاوەی هۆش‌و شعوری ناوەوەی خۆی کۆمەک‌و بەهرە وەرنەگرێت... بێگومان تەمەنێک لە دەستەمۆیی‌و نەتوانایی‌و سوکی‌و بێ نەواییدا

بەسەر دەبات‌و، لە شیرینی ژیان بەهرەیەک نابینێت.

کەسێک کە خوێندنەوە ئەزانێت دەست ڕەسی بەسەرسوڕهێنەر لەخۆیدا پەیدا دەکات تا ئەو شوێنە دەست ڕەسی بەهۆکارو ئیمکاناتی ژیان پەیدا دەکات کە توانا پەیدا بکات واتایەکی تازە بە ژیانی خۆی ببەخشێت.

ئالدوس هاکسلی

Scanned with CamScanner

پێشەکی نووسەر:

من خۆم زۆر جار شاهیدی زۆرێک لە ئیعجازی سەرسوڕهێنەری ژیانی پیاوانو ژنان بووم: کەسانێک کە بەهۆی ڕوداوێکەوە خەریک بووە تانو پۆی ژیانیان لێک هەڵوەشێت، بەڵام بەهێزی ئیرادەو توانای بیر توانیویانە ئەو گرفتەی لەسەر ڕێگایاندا کەمینی لێ گرتوون لەناوی بەرنو ڕزگاریان ببێت لێی. من لەم پەرتوکەدا بەرهەمی ئەزمونەکانو کاکڵەی خوێندنەوەو ببینینو بیستنەکانم پێشکەش بە خوێنەرانی بەڕێز ئەکەم، تا بتوانن بەکەڵک وەرگرتن لە ڕەوشی سادەو زانستیانە لە تەنگیەکانی ژیان دەرباز ببنو، لەگەڵ

دژواریەکاندا زۆران بگرن و بەزاڵ بوون بەسەر گرفتەکان و ڕێگرەکاندا چارەنوسی خۆیان بگۆڕن.

ئایا وەڵامی ئەم پرسیارانە دەزانیت؟

+ بۆچی فلان کەس شادەو بەورەیەوە، ئەوی تر غەمگین و نا ئومێدە؟

+ بۆچی فلان لە خۆشگوزەرانی و ئاسایشدایە و فلانیش دەستی لە هەموو شوێن کورتەو نانی بە ئاودا ناگات؟

+ بۆچی ئەو ترسنۆک و شڵەژاوەو کەچی هی تر بە شەهامەت و دا قایمەو پڕ لە ئومێدە؟

+ بۆچی یەکێک لە ماڵی خۆیدا ژیانێکی ئاسودەو شیرینی هەیە، یەکێکی تر لەناو کەلاوەی مەرگ و ماتەمینیدا کە بۆ خۆیی دروست کردوە تەمەن دەباتە سەر؟

+ بۆچی هەندێک دەست دەدەنە هەر ئیشێک لەگەڵ سەرکەوتندا بەرەو ڕوو دەبنەوە، کەچی هەندێکی تر جگە لە شکستی هیچی تر بەشیان نیە؟

+ بۆچی هەندێک بە قسەو گوفتاری خۆیان هێزی

وتاری‌یان هەیەو گوێگران دەخەنە ژێر کاریگەری‌و ڕکێفی خۆیانەوە، بەڵام دەستەیەکی‌تر بێ بەهرەن لەم هێزە جادوویيە؟

+ بۆچی یەکێک لە ئیشەکانیدا داهێنەرەو دەست ڕەنگینە بەڵام کەسێکی‌تر لەهەموو تەمەنیدا ئیشێکی بەنرخ‌و دیاری پێشکەش ناکات؟

+ بۆچی یەکێک لە شەڕی نەخۆشی چارەنەکراو دەرباز دەبێ، بەڵام کەسێکی‌تر بە درێژایی تەمەنی پێوەی دەتلێتەوە؟

+ چۆن چۆنی‌یە زۆرێک لە خەڵک چاک‌و پارێزکار هیچ ئاه و ناڵەیەکیان بەدەست ژانی جەستەیی و ڕۆحیەوە نیەکەچی زۆربەی کەسانی خراپکارو دڵ ڕەش هەم بەدەست گرفتی لاشەوە دەناڵێنن، هەم شڵەژانی دەرونی خواردوونی؟

+ بۆچی ژنێک لەناو ژیانی خێزانیدا سەرکزو پەرێشانەو لەهەمان کاتدا خوشکەکەی ژیانێکی شادو شیرینی هەیە؟

+ ئایا بۆ سەرجەمی ئەم پرسیارانە وەڵامی دروست‌و قایکەوت پەیدا کردوە؟

ڕۆحتان لە بەندیخانەدا ئازاد بکەن

ئارەزووی دۆزینەوەی وەڵامی بەڵگەدار منی هاندا تا دەست بدەمە نوسینی ئەم پەرتوکەو وەڵامەکان بە زمانێکی سادە ئاشکرا بکەم‌و، بنەماو دەستورەکانی ژیان بتوێژمەوەو وەسفی بکەم تا هەرکەس بە ئەندازەی توانایی دەرکی خۆی توێشویەکی لێ بگرێت. دڵنیام، ئەگەر هەر کەس دەستووری ئەم پەرتۆکە بەوردی بەڕێوەببات بەبەکارهێنانی تەکنیکەکانی، توانای وا پەیدا دەکات کە بناغەی هێزێک لە دەرونی خۆیدا دابڕێژێت کە بەئاسانی بتوانێ لە ئازارو ئەشکنجەو غەم‌و خەفەت‌و شڵەژان‌و پەژارەو، باوەڕە سەلبیەکان ڕزگاری ببێت، نەک تەنها گرفتەکان چارە بکات بەڵکو لە شەڕی خوی خراپ‌و زەرەرمەند خۆی ڕزگار بکات‌و، لە شادی‌و ئازادی‌و سەلامەتی و خۆشبەختی‌و سەرفرازیدا بەرەو پێش بڕوات.

هێزی دەرونیی خۆت بەکەم نەزانیت چونکە بەکۆمەکی ئەو ئەتوانیت جارێکی‌تر شیرینی و شادومانی‌و صەفای ژیان بچەژیت و بە واژەیەکی باشتر لەگەڵ جیهان‌و چواردەوری

Scanned with CamScanner

خۆتدا ئاشتی بکەیت، لە بەندیخانەدا ڕۆحی خۆت ئازاد بکەیت‌و، ترس‌و دڵەڕاوکێ لە ژیانتدا ڕاوبنێیت.

بواردان بە هێزی دەرون

چەند ساڵێک لەمەوپێش هەستم کرد گرێیەکی خراپ لە لەشمدا هەیە ـ بەوتەی پزیشکیی ـ گرێی شێرپەنجە، بەڵام خۆمم لەدەست نەداو، بەیارمەتی هێزی موعجیزە ئاسای دەرونی خۆم، لەگەڵیدا کەوتمە نەبەردەوە. سەرەنجام ئەوە بوو پاش ماوەیەک ئاسەوارێک لەو گرێیە لە لەشمدا نەمایەوەو، تا ئێستاش بێ دڵەڕاوکێ‌و گرفت دەژیم... ئەو ڕەوشتەی کە بەهۆیەوە توانیم ئەم گرێ شێرپەنجەیەی پێ بتوێنمەوە و لەناویبەرم، لەم پەڕاوەدا ئەوەم توێژیومەتەوە کە چۆن چۆنی بەبەهرە وەرگرتن لە هێزی بێسنوری دەرون‌و ویژدانی شاراوە تەنانەت دەتوانیت بچیتە مەیدانی پڕمەترسی‌ترین نەخۆشی‌و هەرگیز کەمترین ترس نەچێتە دڵتەوە. هەڵبەتە لێرەدا خراپ نیە ئاماژەیەک بکەین بۆ وتەی حەکیمانەی (ئەمبروازپارە)

نـــەشتەرگەرو پـــزیشکی بـــەناوبانگی فـــەرەنسی لە سـەدەی شازدەهەمدا دەڵێت: (پزیشک مەرهەم دەخـاتە سـەر بـرینو خواش شیفای دەدات)... بەڵێ هێزی ئـیمان بـە هـۆکـارێکی گرنگ لەقەڵەم دەدرێت لە کاری چارەسەر کـردندا. هـەموو خەڵک خوازیاری ژیانی شـادو خـۆشبەختانەو پـڕ لە ئـارامو ئـاسایشن لە ئـێستەوە بـۆ لەنـاوبردنی ئـەو گـرفتانەی کـە لەم ڕێگایەدا هەتەو، گرفتەکانی ڕۆژانەی خۆت دەست بەکار بە، سەرەتا بەبەرنامە ڕێژی لە هەماهەنگ کردنی خۆ لەگەڵ ئەو خێزانەداکە تیایدا دەیگوزەرێنیت دەست پێ بکە...

بابەتەکانی ئەم پەرتوکە بە وردی چەند جار بیخوێنەرەوە بۆت دەردەکەوێت کە مەبەست لەهـێزی دەرونو ویـژدانـی ناوەوەکامەیەو چۆن دەتوانرێت لە عەقڵو ژیری سەرچاوەی ئیلهامێک کە لە خودی کەسدا شاراوەتەوە بەهرە بگیرێتو، لە تەکنیکی سادەکە ئەگەری کارکردنە سەر ویژدانی ناوەوە ئاسان دەکات، کەڵک وەرگیرێت... دوای ئـەم ڕەوشـتە زانستیی بە سادەیە بۆ دەست ڕەستی بەگەنجینەی دەرونی خۆت بەهرە وەربگرە.

ئەم پەرتوکە بە جدی و عشق و پەیوەندی یەوە بیخوێنەرەوە... تا بەرهەمی فراوانی بەئاشکرا ببینیت.

چ ڕەمزێک لە نزاکردندا خۆی حەشارداوە؟

ئایا لەقوڵایی دڵەوە پاڕانەوەو نزاکردن ئەزانیت؟ لەڕۆژدا چ کاتێک خەرجی بەندایەتی و دوعا ئەکەیت؟ بێگومان هەرکەس ئیمان وباوەڕێکی هەیە کەلەکاتی مەترسی و کاتی گرفتاری و نەخۆشی یان لەکاتی مردندا دەست دەکات بەدۆعا کردن. دۆعایەک دەکەین کەمەترسی لەخۆمان دورخەینەوەو زۆر جار بەکۆمەڵ دۆعا ئەکەین تا بەڵاو مەترسی یەکی سروشتی وەک بومەلەرزەو لافاوو ڕەشەباو وشک ساڵی ژیانمان بەربا نەدەن، یان بۆنموونە کرێکارەکانی کانێک کەلەناو کانگاکەی خۆیاندا ڕێیان لێ گیراوە کەگیانیان بەسەلامەتی لەمەرگ ڕزگار بکەن. سەرسوڕمان لەوەدایە ئەوان پاش ڕزگارکردنی خۆیان وایان دەرئەبڕی لەو بارو دۆخەدا کەلە ژیان ئومێدیان بڕی بوو پەنایان بۆ دۆعا هێنابوو...

فرۆکەیەک کەبەئاسمانەوە توشی گرفتێک دێت دوای ئەوەی بەسەلامەتی ئەنیشێتەوە، ئاشکرای ئەکات کەتەنها پاڕانەوە بوو ئەوی لەو مەترسییە ڕزگار کرد. گومانی تێدا نیە کە نزا کردن هۆکارێکی موعجیزە ئاسایە بۆ وەستان لەبەرانبەر مەترسیدا بەڵام هەرگیز نابێت تاکاتی پێشهاتنی گرفت دەستەو ئەژنۆ لێی دانیشین، واتە: نزاو پاڕانەوە بەزمانتانا نەیەت. بەڵکو چاکتر وایە ئەم توخمە گرنگ‌و سەرسوڕهێنەرە نەدرێتە دەست فەرامۆشی‌و ماوەو کاتێک لەشەو ڕۆژدا تایبەت بکەین بەنزاوە تا ئارامێکی قوڵ لەنەفس‌و دەرونی خۆماندا پەیدا بکەین[١].

بەهەر حاڵ ئەوشتەی کەلەم پەرتوکەدا دەربارەی گوفتوگۆ دەکرێت ڕێنمویەکی سادەو کردارییە کەئەتوانرێت لەژیانی ڕۆژانەدا بەکاربهێنرێت... بەڵام لێرەدا پرسیارێک پێش دێت کەلەنێوان نزاو بەهرە وەرگرتن لەهێزی دەرونی کەسێک چ

١ـ (أذكروني في اليسر أذكركم في العسر) حديث قدسي / لە کاتی راحەتی و ئاسایشدا من بە یاد بێنن تا منیش لە کاتی چەڵەمەو تەنگانەدا بە یادی ئێوە بم.

Scanned with CamScanner

پەیوەندیەک ئەتوانێت هەبێت؟ وەڵامەکەی ئاوایەکەهەمیشە ویژدانی ناو ناخ (باطن) یان بەبینینی زیهنیی یان بە عیبارەتێکی تر وەڵامی ئەندێشەیەک ئەداتەوە کەلەزیهندا جێی گرتوە. بنەڕەتی ئیمانو باوەڕ لەسەرجەم مەزهەبەکانی جیهاندا یەکسانە، لەلایەن دەرونناسیشەوە[1] باوەڕیان بەگیرابون و وەڵامدانەوەی هەیەو، هەر ئەو باوەڕو ئیعتیقادە زۆر جار موعجیزە دروست دەکاتو حەوتگر بێ گرفتەکانی ئەو ئەکاتەوە. یاسای ژیان یاسای باوەڕو ئیمانە، بەزمانێکی سادەتر داڕێژرانی شێوە وەرگرتنی ئەندێشەیە لە مێشکدا... کەسێک کە بیردەکاتەوەو هەست دەکاتو باوەڕی پێ پەیدا دەکاتو لەزیهنی خۆیدا توخمو کەرەستەیەک قاڵب ڕێژی دەکات، ئەو کاتە دیاردەی باطنی باوەڕەکانی بەشێوەی جۆراو جۆر دەردەکەونو، باروبوومی باوەڕ لە ڕەفتاریدا دەردەکەوێت، بەم شێوەیە نزای هەر کەسێک وەڵام دەدرێتەوە کە

١- باوەڕی پێکراوە، شەخصی باوەڕدار چ مەسیحی بێت یان بوزی یان یەهودی یا موسولمان لەم ڕووەوە دەست ئەدەنە نزاو پاڕانەوەکە.

ئارەزووەکانی خۆیی لە دڵیدا جێگیر کردبێت.

هێزە سەرسوڕهێنەرەکانی باتن‌و ویژدانی ئێمە هەر لە کۆنەوە لەم جیهانەدا بوونیان هەیە. بۆ ڕاستی‌یە مەزن‌و ئەبەدیەکان‌و بنەما سەرسوڕهێنەرەکانی ژیان پێش لە دروست بوونی مەزهەب[١] زیهنی مرۆڤی بەخۆیەوە سەرگەرم کردوە.

بە پشتیوانی ئەم گزافە (إدعاء) سەرنجی خوێنەرانی خۆشەویست بە بابەتەکانی ئەم پەرتوکە ڕادەکێشم تا بتوانن بە چاکترین شێوە لەم هێزە لە سروشت بەدەرەو بەرهەمی سیحر ئاساو گۆڕانکاری‌یەکانی کەڵک وەرگرن. ناڕەحەتی‌و ئێش‌و ئازاری جەستەیی‌و ڕۆحیی خۆیان دەرمان بکەن‌و، ئەگەر لەژێر باری ترس‌و بیمی بێ مانادا چۆکیان داداوە با پشت بەرز بکەنەوە... ئەگەر لەناو کۆمەڵگەدا شکستیان خواردوە و هێزی بەرەوڕووبوونەوە لەگەڵ ناهەمواری‌یان لەدەست داوە بتوانن سەرفرازو سەربەرز بڕۆنە مەیدانی ناسازگاریەکان‌و دێوەزمەی

١ـ هەر لەگەڵ دروست بوونی ئادەم (علیه السلام) دین‌و شەریعەتیش هەبوە.

Scanned with CamScanner

بەدبەختیو ناڵەباری لە خۆیو ماڵو خێزانی دور بخاتەوەو، بە بەهرە وەرگرتن لە هێزی ویژدانیی ناوناخی خۆی ژیانێکی تازە پەیدا بکات. بەڵێ هەر لە ئەمڕۆوە دەست پێ بکە، جارێکیتر نورو ڕوناکی بەرەو چاڵی ویژدانی شاراوە تاودە.

Scanned with CamScanner

بەشی یەکەم

گەنجینەیەک لە دەروندا

بۆ بینینی جوانیەکانو ئەو نیعمەتە خواییانەی کە چواردەورمانیان داوە بەسە کە تەنها چاوی دڵ هەڵبێنن، بەڵام بۆ دەست ڕەسیو کەڵک وەرگرتنیش لە گەنجینەی نهێنیی بوونەوەر ڕێگایەکی سادەتر لەبەردەمماندا هەیە؛ ئەویش کەڵک وەرگرتنە لەو داراییە دەرونییەکە بۆ تەمەنێک لە تێرو تەسەلیو ئاسایشدا دەژی. هەرکەس بە ئەندازەی ئەو داراییەی کە لەژیانیدا پێویستیەتی دەتوانێ لە گەنجینەی بونی خۆیدا وەریگرێت. ئەم خاڵە لەبیر نەکەیت کە پارچەیەک موگناتیس

دەتوانێت کاترایەک بە قورسایی (١٢) جار بەرامبەری خۆی ڕاکێشێت و لە زەوی بکاتەوە، ئێستا ئەگەر هەر ئەو پارچە ئاسنە تایبەتی موگناتیسییەکەی لەدەست بدات توانای هەڵگرتنی پوشێکیشی نی‌یە.

لە ژیاندا بە دوو نمونەی جیاواز لە ئادەمیزاد ڕوبەڕو دەبین کە دەستەیەکیان موگناتیسی کراوو شادو ئومێدەوارو سەرکەوتوون، ئەوی تر کەسانێکی ترن کە هێزی موگناتیسی خۆیان لەدەست داوە، تەنانەت توانای بەرزکردنەوەی پوشێکیشیان نی‌یە نائومێدو ڕەشبین‌و نەتوانا بوون... ئەم جۆرە کەسانە ئەگەر هەلی گونجاویشیان بۆ بڕەخسێت هەر هاوارو ناڵە دەکەن: (ئەترسم سەرکەوتو نەبم، ئەترسم سەرمایەم لەم ڕێگایەدا لەدەست بچێت، ئەترسم گاڵتەم پێ بکەن..) ئەم جۆرە کەسانە توانای پێشڕەوتی‌یان نیە بەڵکو هەر لە شوێنی خۆیاندا یەک‌و دوو ئەکەن. بە گۆمەڵاوکێ ئاو ڕازین... بەڵام دەستەکەی تر بەرەوپێش هێرش دەبەن‌و نهێنی‌و ڕەمزێک کە پشتاو پشت دەست بەدەستی پێ دەکەن‌و هێمای پێشڕەوتیان

پێوە ناوە، پەردەی لەسەر هەڵئەماڵن. بەڵێ ئەوانە دەریا دڵن و لە گیرو گرفت ناترسن.

نهێنی یەکی گەورە.

بەڕای ئێوە ئەم نهێنی یە دەبێ چی بێت؟ نهێنی وزەی ئەتۆمی و بۆمبی نیوترۆنی؟ نهێنی سەفەری بۆشاییە؟ نەخێر کەواتە کامەیە؟ چۆن دەتوانرێت بدۆزێتەوەو بیخەیتە خزمەتی خۆتەوە؟ وەڵام زۆر سادەیە، ئەم نهێنی یە سەرمۆرە بەو هێزە سەرسوڕهێنەرە دەوترێت کە لە دەرونی خۆتاندا حەشاردراوە... لەژیاندا دەتوانیت لە شادومانی و تەندروستی و تەسەلی و خۆشگوزەرانی و ئاسایش زیاتر بەهرەمەند ببیت، بەو مەرجەی کە بتوانیت لەم هێزە باتنی یە شارەوە لە ویژدانی خۆتدا بەباشترین شێوە کەڵک وەربگریت.

ئێوە بە نیاز نین کە بەدوای بەدەستهێنان و کۆ کردنەوەی ئەم هێزەوە بن، چونکە گەنجینەی بێ سنوری ئەو لە خودی خۆتاندا هەیە، بەسە تەنها بزانیت چۆن دەتوانیت بیخەیتە

خزمەتی خۆتەوە لە تەواوی لایەنەکانی ژیانتاندا کەڵکی لێ وەربگرن.

لە قوڵایی ویژدانی ئێوەدا دەریایەک لە ژیری و هۆش و هێز و دارایی حەشار دراوە کە دەبێت دەست ڕەسی پێ پەیدا بکەیت و لەو هەموو بەخششە خوداییە داوێتی بەهرەمەند بیت. ئێستا ئەگەر لەو هێز و توانا زیهنی یەی خۆت ئاگادار بیت؛ بەهرەمەند بوون لێی ئیشێکی سادە دەبێت، ئەگەر بە زیهنێکی ڕوونەوە سەیری مەسەلەکانی ڕۆژانە بکەیت لە هەموو کاتێکدا دەتوانیت بە هێزی هۆش و ئیدارکی خۆت بۆ ئەو گرفتانەی کە لەسەرە ڕێتاندا دەردەکەون ڕێگاچارەی بەکەڵک و گونجاو بدۆزیتەوە. فراوانی ئەندێشە و ئیستدلال ئێوە جار جار بۆ سنورێکی ئاوا بڵند دەبێتەوە کە توانای داهێنان و دۆزینەوە پەیدا دەکەیت و سەرسوڕهێنەرەکانی دەورو پشتتان کە تا ئێستا لای ئێوە نەناسرا بووە دەربخەن و ئاشکرا ببێت بۆتان. سەرەڕای ئەوە دەریالوشی نەبڕاوەی هۆش و ژیری حەشاردراو لە دەرونی ئێوەدا ئەتوانێت نەزانرەکان و مەتەڵی حەل نەکراوتان

بە سادەیی بۆ حەل بکات، کە ئەو کاتە دەتۆقیت لە بەربەرە کانێ کردنی و، زاتی ڕوبەڕو بوونت نەبوو. ئیتر لەوە بەولاوە ڕێگای ژیان بەئاسانی ئەدۆزیتەوەو گرفتی بچوكو جوزئی لەبەرامبەرتان توانای سنگ دەرپەڕاندنیان نابێ.

یەکەم بەرهەمێك کە لەم هەنگاوەی خۆت بەدەستی دەهێنیت یارو هاونشیانانو هاوڕێیانی شایستەو ئارەزومەندو دڵسۆزە کە لەپێشدا نەتبوو. خۆتان لەم مەسەلەیە سەرسام دەبن کە چۆن لە پڕێکدا ژیانتان ڕەنگێکی‌تر دەگرێ، کڕیارێکی گونجاو بۆ خانوویەك کە نیازی فرۆشتنیت هەیە بۆی پەیدا دەبێتو، ئەو بڕە پارەیەی کە بە تەمای پێی بفرۆشیت بەئاسانی ڕێك دەکەوێت، گێرەو کێشەو بڵێو مەڵێو دڵ گەرد گرتنو نیگەرانی لەناوماڵو منداڵتاندا بارگەو بنەی دەچێتە دەرەوەو دڵپاکیو خۆشەویستی جێنشینی ئەو دەبێتو، بەشەوقو زەوقەوە خۆت بۆ سەفەر ئامادە دەکەیت... خوی خراپو هاوڕێی نالەبار واز لێ دەهێنیت. ئەوەت لەسەرە لەم جیهانەدا کە دنیای دەرونی ئەندێشەکانو ئیحساساتو هێزو ڕوناکیو

جوانی لەخوتدا بدۆزیتەوە، بەو هەنگاوە ڕێگاچارەی هەموو مەسەلەکانی‌و هۆی تەواوی هۆکارەکان دەدۆزیتەوەو، دەتوانیت خۆت لە بەندیخانەی گرێکانی خۆت ڕزگار بکەیت‌و، ئاسۆیەکی‌تری تازە دیاری بکەیت.

هەر لە ئێستاوە دەست بەکاربن

کاتێک لە ئیشێکدا سەرکەوتو دەبیت کە بتوانیت پایەو بنەڕەتێکی زانستیانەی بۆ دابرێژیت. بۆ نموونە بۆ بەدەستهێنانی ئاو پێویستیت بە ئۆکسجین‌و هایدرۆجین هەیە بە ڕێژەیەکی دیاریکراو، یان یەک ئەتۆم ئۆکسجین‌و یەک ئەتۆم کاربۆن مۆنۆکسیدی کاربۆن پێک دەهێنێت کە گازێکی ژاراوی‌یە. ئەگەر یەک ئەتۆمی‌تر ئۆکسیجنی بۆ زیاد بکەیت ئەوا دەبێت بە گازێکی بێ زیان... بەم شێوەیە لە قەڵەمڕەوی بێ سنوری کیمیا ئەڕۆین. مەبەست لە هێنانەوەی ئەم نموونەیە ئەوە بوو کە هەرگیز وا بیرنەکەیتەوە کە بنەماکانی فیزیاو کیمیاو ریاضیات لەگەڵ بنەماکانی دەرون‌و ویژدانی ئێوەدا جیاوازی هەیە،

نموونەیەکی تر دەهێنمەوە: ئاو بەپێی بارودۆخی دەورووپشت کار دەکات، یان ماددە ئەگەر گەرم بکرێت دەکشێت، ئەم ڕاستییە گشتییە لە هەر کات و شوێنێکدا، ئەگەر پارچە ئاسنێک لە چین یان لە ئینگلترە یان لە هیندستان گەرم بکەین هەمان تایبەتمەندی پەیدا دەکات و دوچاری کشان دەبێت.

کەواتە ئەم بنەمایە گشتی و گشتگیرە.

لەم باسەدا ئەم سەرەنجامەمان دەست دەکەوێت: ئەگەر مەسەلەیەک بسپێریت بە لاپەڕەی دڵت ڕۆژێک بەشێوەی ئەزموونی خۆی ئاشکرای دەکات. نزاکردنتان لەم ڕووەوە وەڵام دەدرێتەوە، کە خۆی دەتوانێت بەشێوەی بنەماو باوەڕێک جێگیر ببێت. ویژدانی باتن بنەمایەکە لە ژیاندا بەپێی یاسای باوەڕ ئیش دەکات، کەواتە بۆ ناسینی دەبێت بزانیت (ئیمان و باوەڕ چییە؟) بۆچی و چۆن ئیش دەکات؟ یاسای ڕۆحیی ئێوە یاسای باوەڕە، بەسە تەنها شێوەی ئیش کردنی بزانیت و باوەڕت پێی هەبێت... ئیمانی هەر کەسێک زادەی ئەندێشەیەتی. کەواتە هەر ڕوداوێک بۆتان پێش دێت لە هەر

هەل و مەرجێکدا کە تێیدا دەژین کردارو کردەوەتان لەڕێگای ئەندێشەتانەوە شوێنکەوتووی کاردانەوەی ویژدانتان دەبێت. لەبیرتان نەچێت کە ڕۆڵی دیاریکەر بەردەوام ئیمانو باوەڕتان بەکردەوە ئەیگێرێت. لێرەدا سەرنجتان بۆ ئەم خاڵە ڕادەکێشم کە دەبێت ئیمانو باوەڕی درۆینەو خورافاتو خەیالاتوترسو دڵەڕاوکێ لە خۆت دور خەیتەوە، لەجیاتی ئەوان سیفاتو تایبەتمەندی جوان دابنێیت. هەرگیز لەبیری خۆتی نەبەیتەوە کە ڕاستیی نەمرو پایەدار هەرگیز تەسلیمی گۆڕانکاری نابن، ئەندێشە بەشێوەی کار دەست پێ دەکات، وەڵامدانەوی ویژدان بەئەندێشە شوێنکەوتووی زات و سروشتی ئەو کەسە دەبێتو، هەمان کاردانەوەی ئەوە. کەواتە ویژدانی خۆتان پڕکەن لە چەمکی بەرزی مرۆڤایەتی، تا ئاسەواری موعجیزە ئاسای لەکاتی گرفتو بەڵاو تەنگو چەڵەمەدا دەرکەوێت.

دوو کەسایەتی ئەندێشەو ڕۆح

هەرکەسی خاوەنی یەک ڕۆحە بەڵام هەر ڕۆحێک دوو تایبەتمەندی هەیە کە ئەم هێڵی ناونیشانە لەلایەن زانایانو خاوەن ئەزموونەکانەوە ناسراوە. ئەم دوو تایبەتمەندی‌یە بە تەواوی لەیەک جیاوازن، لە هێزی جیاوازو دیاریکراو یارمەتی وەردەگرن، ئەتوانرێت بەم شێوەیە دەستەبەندی بکەین:

رۆحی عەینی (دیار)و رۆحی (ذهنی) نادیار، رۆحی ئاگاو رۆحی نا ئاگا، رۆحی بێدارو رۆحی غافڵو خەوتو، رۆحی روکەشو رۆحی ناو ناخ، رۆحی ئیرادی‌و رۆحی نائیرادی، رۆحی مەردانەو رۆحی نامەردانەو، زۆرێک لە واژەو تەعبیراتی تر.

لەم پەرتوکەدا واژەی ویژدانی ئاگاو ویژدانی باتنی لەپێش چاو گرتوە.

Scanned with CamScanner

ویژدانی ئاگاو ویژدانی نائاگا

بۆ حاڵی بوونی تـەواو لەو دوو دیـاردە ئـاڵۆزە زیـهنی‌یە ڕەوشتێکی سەرنج ڕاکێشەر هەیە: زیهن وەک باغێکە تـۆش بـاغەوانـی، ئـەو گـوڵزارەیت تـەواوی ڕۆژ تـۆ لە ویـژدانـی شاراوەتدا تـۆوی ئـەندێشە دەوەشـێنیت‌و، لەتـەواوی ژیـانی خۆتدا سەرەنجام‌و بەرهەمی خۆت کۆ دەکەیتەوە، کەواتە چی لەوە باشترە کە لە کێڵگەی ئەندێشەی خۆماندا جگە لە تۆوی چاکەو میهرەبانی‌و دڵ پاکی‌و عـەزمی دامـەزراوو ئـاسایش نەوەشێنین‌و ئیشەکان بە بەهرە وەرگرتن لە ئەندێشە بسپێرین بە ویژدانی خۆمان‌و خەرمانێکی دڵ فڕێن لە تۆوی بیرکردنەوەی خۆمان هەڵگرین بە مانایەکی تر ئەتوانرێت کشتگای ئەندێشە بە راوردکەین بە زەوی‌یەکی بە پیت‌و بەرەکەت کە تیایدا هەموو تـۆوێکی چـاک‌و خـراپ بـەرهەم دێت. بـەم شـێوەیە هـەر بیرکردنەوەیەک بەشێوەی مەبەستێک‌و مـەرجێک لە زوەی ویژدانی ئەو کەسەدا دەردێت. هەر لەبەر ئـەوەیە کـە ئـەبێت بیری خۆمان بە جۆرێک بپیتێنین کە هەل‌و مەرجی دڵخوازمان

بۆ بار بێنێت. کاتێک کە زیهنی کەسێک دروست بیر دەکاتەوە، بە ئەندێشەی دروست پەی بە حەقیقەت دەبات و کاتێک فیکر بە شێوەیەکی دروست لە خەزێنەی ویژدانی شاراوەدا پلەبەندی دەکرێت یان بە واژەی سازبوون و هاوکارو هاوسەنگ لە جێگەی خۆی ئۆقرە دەگرێت کە هێزی جادووی ویژدان، مەرجە داواکراوەکان بۆ وەڵامدانەوە بەدی بهێنێت و، شوێنەواری دڵخوازراوی گونجاو لە هەموو لایەنەکاندا دەهێنێتە دی. کاتێک کە ئێوە چاودێریی بەرهەمەکانی ئەفکاری خۆتان دەکەن تواناو هێزی ویژدانیی خۆتان لە ڕووبەڕووبوون لەگەڵ ڕوداوەکاندا دەخەنە بۆتەی تاقیکردنەوەوە، بە واتایەکی ڕونتر هۆشیارانە لەگەڵ هێزی نەبڕاوەو یاسایی هێزو وردەکای کە بەسەر هەموو شتێکدا زاڵە هاوکاری بکەیت و چاوێک بە دەوروبەری خۆتدا بگێڕێت: ئاگاداری گەورەترین سەرسوڕمان ئەبێت کە زۆربەی خەڵک لە جیهانی دەرک و ماددیدا دەژین، چونکە ڕێژەیەکی زۆر کەم و دیاریکراو ڕۆشنبیران و زانایانی ئەم گێتی یە پێک دێت و،

Scanned with CamScanner

ناو دەرون دەبینن‌و بیریان بەلای مەعنەویاتەوەیە، بەڵام لەیادتان نەچێت کە هەمان دنیای زیهنی‌یاتی ئێوە یان ئەفکارو ئەحساسات‌و بۆچوون‌و زیهنی ئێوەیەکە دنیای بیرون دروست دەکات، ئەم دنیای زیهنی‌یە تەنها تاقە هێزی بەدیهێنەری وجودی ئێوەیە، هەر شتێک لەدەرەوەی خۆت دەستت دەکەوێت دەسکەوت‌و بەرهەمی ئەندێشەی خۆتانە لە دنیای زیهنیاتی خۆتان (ئاگادارانە) بێت یان (بێ ئاگایانە).

ڕوبەڕوبوون‌و ناسینی ویژدانی بە ئاگاو ویژدانی شاراوە دەرفەتتان پێ‌ئەدات تا بتوانن گۆڕانکاری لە ژیانتاندا دروست بکەن. بۆگۆڕانی دیارەکانی ژیان ئەبێت هۆکارەکان بگۆڕرێت. زۆرێک لە خەڵک کۆشش دەکەن و بە ئیشکردن ئەیانەوێت مەرجەکان‌و هۆکانی ژیانی خۆیان دوچاری گۆڕانکاری بکەن. بەهەر حاڵ بۆ لابردنی ناهاوسەنگی‌و تێکچون‌و بەتەنگهێنان‌و ناتەواوی‌یەکان، ئەبێت هۆکان بناسرێن‌و، لەکۆششی نەهێشتنیا بین.

تۆ لە ناوەندی ئۆقیانوسێکی بێ سنور لە دارایی بەسەر

دەبـەیت... ویـژدانـی شـاراوە حسـاباتێکی زۆر لەبـەرامـبەر ئەندێشەتانەوە لە خۆی پیشان دەدات‌و، ئەندێشەکان دنیایەک دروست ئەکەن کە لەنـاوەندی ئـەوەوە زیـرەکـی‌و ژیـری‌و دانایی‌و هێزە ژیانی‌یەکان‌و وزەکانی ویژدانی ناوەوە بە ئەودا تێپەڕ دەکـات، بـەجێ گـەیاندنی پـڕوپڕی قـانونەکـانی ڕۆح ئادەمیزاد هان دەدات تا ڕەوشی ژیانی خۆی هـان بـدات‌و لە جیاتی ڕۆژ ڕەشی لەکۆششی خۆش ڕۆژی لە جیاتی ئەفسانە بەدەستهێنانی چالاکی‌و تەندروستیدا بێت‌و، ترس‌و شـڵەژان‌و دوودڵی‌و نائومێدی دور بخاتەوەو تۆوی ئـومێدو گـەشبین‌و غیرەت بخاتە شوێنی. ئایا هێزێکی لێهاتووترو بـەسودتر لەمـە ئەتوانرێت لە هیچ کوێ پەیدا بکرێت؟

زۆربـەی زانـایانی بـەناوبانگ‌و هـونەرمەندانـی دەسـتەی پـێشەوەو پـایەبەرزو نـوسەران‌و داهـێنەرانـی بـەناوبانگ زانیاری‌یەکی قوڵیان لە میکانیزمی ویژدانی ئـاگـاو ویـژدانـی شاراوەی خۆیانیان بووە... لە هەل‌ومەرجدا توانیویانە بـیخەنە خیزمەتی مەبەستەکانی خۆیانەوە.

Scanned with CamScanner

(کاروز) گۆرانیبێژی بەناوبانگی ئەوروپا ڕۆژێک کاتێ ویستی بڕواتە سەر شانۆ هەستی کرد ماسولکەکانی قورگی توشی گرژیو گیران بوون، کاروز دستەپاچە بوو عارەق لە سەرو ڕیشی دەڕژا، تا چەند چرکەیەکیتر دەبێ لەسەر شانۆ ئامادە بێت بەڵام شەرم لە خەڵکی ئەکاتو لە ترسو نائارامیدا لەشی هاتبووە لەرزین، وتی بەخۆی: ئەگەر تەماشاچیان من بەم شێوەیە ببینن ئیتر ئابڕویەک بۆ من نامێنێتو ئیشم تەواو دەبێت. بەڵام کوتوپڕ لەپێش چاوی ئەوکەسانەی کە لە پشتی شانۆکەوە ئامادەبوون هاواری کرد (منی بچوک بونم ئەیەوێت منی گەورە ڕۆحم بخنکێنێت بەڵێ ئەو لەڕێگای منی گەورەوە ڕۆحی بانگەوازی هێزی بێ سنوری ویژدانی بیستو بەشوێن ئەودا هاواری لێ هەڵساو بڕۆ بڕۆ منی گەورە، ڕۆحم بڕۆ ئاوازەت بخوێنە).

ویژدانی شاراوەی ئەو هاواری دەرونی ئەوی بیستو، هێزە ژیانییەکانو شاراوەکانی خۆی لە قوڵاییدا سەربەست کرد؛ کاروز بە هەنگاوی بتەوو دامەزراوەوە لەسەر شانۆ

دەرکەوت‌و بە ئاوازی پڕ چریکەی خۆی ناوەندی هۆڵەکەی هێنایە لەرزە... ئەم جارەش شاکارێکی بەهێزو هونەرمەندانەی پیشان دا.

ئاشکرایە کە کاروز لە دوو سەرچاوەی زیهنی خۆیدا تا ویژدانی ئاگاکە عەقڵانیەت‌و ویژدانی نائاگا یان ویژدانی شاراوە کە لە قوڵایی دەروندا خەوتوە ئاگادار بوو، بەم حاڵەشەوە ئەم ویژدانە چالاکە وەڵامی هەموو ئەندێشەیەک دەداتەوە کاتێک کە ویژدانی ئێوە (منی بچوک) لە ترس‌و دودڵی‌و نیگەرانی کە لەژێر بووەو ویژدانی سەلبی جێگیر بوو لە دەرونی ئێوەدا (منی گەورە) ویژدانی نائاگا نوقم دەکات لە هەستی ترس‌و هەراسانی ونائومێدی.

لەم کاتەدایە کە ئێوە دەبێت وەک (کاروز) بێنە مەیدانی کارەوەو، بێ پەردە و بەجددی وروژانی نامنطقی لە خۆت‌و قوڵایی ویژدانتدا بخەرە ژێر فەرمان‌و ئامۆژگاری: (ئارامبە، ئارام بگرە، ئەوە منم کەدەستور ئەدەم‌و، ئەویش تۆیت کەئەبێت گوێڕایەڵی بکەیت. تۆشوێنکەوتوی دەستوری منی‌و

مافی ئەوەت نییە بچیتە شوێنێکەوە کەمافی چوونت نیە).

بەهەرشێوە ئەم خاڵەت لەپێش چاوبێت ویژدانی نائاگا یان شاراوە کەلەژێر ویژدانی ئاگاه و قەراری گرتوە هەمیشە شوێنکەوتوی ویژدانی ئاگایەو ناچاری فەرمانبەرداری ئەوە... لەوانەیە ئیتلاقی ئەم ناوە لەسەر ئەو خۆی نیشانەێک بێت لەو پیمە بەسراوە.

رەگ وریشەی جیاوازیەکان:

بەم نموونەیەی خوارەوە ئەتوانرێت بەباشی پەی ببرێت بەلایەنە جیاوازەکانی ئەو جیاکەرەوانەی کەهەن: ویژدانی ئاگا وەکو کەشتییەوانێک یان فرۆکەوانێکە کەلەسەر سوکان دانیشتبێت خەریکی بەڕێوەبردنی دەزگاکەی بێت و لەهەمان کاتیشدا فەرمان ئەدا بەتاکەکانی ژێردەستی و، ئەوانیش هاوڕێ لەگەڵ گەیشتن بەئیش و کاری مەکینەو مۆتۆرەکان و مەنجەڵی هەڵم و سەرجەمی ئامێرەکانی تر پەیوەندییان بەفەرماندەی خۆشیانەوە هەیە. میکانیزمەکانی بەدروستی ئاگایان لەمەبەست

نیە تەنها گوێڕایەڵی فەرمان بەرن بە شێوەیەک ئەگەر فەرماندە فەرمانێکی هەڵەیش دەربکات ئەوان ناچار لەجێبەجێ کردنی فەرمانەکەدا کەشتیەکە بکێشن بەتاوێرە بەردێکی گەورەدا یا فرۆکەکەیان نوقمی ناو دەریا بکەن. کەواتە میکانیزمەکان فەمانبەرداری‌یەکی کوێرانە ئەکەن واتە ناچار دەکرێن بەم کارانە. کرێکارانی ئەم جۆرە کەشتی‌یانە لەگەڵ فەرماندەی خۆیان دەمە دەمێو چەنو چون ناکەن تەنها شوێنکەوتەو بەجێ گەیەنەری فەرمانن.

کەشتییەوان بەفەرماندەی کەشتیەکە ئەژمێرێتو ئەبێت فەرمانەکانی مو بەمو جێبەجێ بکرێت ویژدانی (زەمیر)ی ئاگای هەرکەسێک کاپتێنو کەشتیەوانی ئەوەو فەرماندەی کەشتیەکە لەشی کەسەکەیەو ڕەفتارو کرداری ئەوە، ویژدانی نائاگا کەلێرەدا واژەی زەمیری شاراوەی پێ ئەدەین ئەو فەرمانانەی کە ئەو ئەیدات ویژدانی ئاگا باوەڕی پێیەتی وەکو ڕاستیەک وەری ئەگرێت و قبوڵی ئەکات. •

کاتێک کەڕوو لەخڵک دەکەیتو دەرئەبڕێت: کەمن

توانای کڕینی فلان شتم نیە، ویژدانی شاراوەی ئێوە ئەم پەیامە لای خۆی تۆمار ئەکات و بەتەواوی ئەگەری جێ بە جێ بونی ئارەزوەکەی نەگونجاو ئەکات و ئەگەر ئەم پەیامە بەچەند شێوەی تر دووبارە بکرێتەوە: من هۆکانی کڕینی ئەم ئۆتۆمبیلەم نیەو پارەی ڕۆشتن بۆسەفەرو کڕینی خانوو جلم بۆ نەماوەتەوە.

دڵنیابە کە ویژدانی شاراوە پەیامەکانتان وەرئەگرێت و تۆماری ئەکات ئەوکاتە تەواوی تەمەنتان بەبێ جێبەجێ بوونی ئارەزوەکانتان ئەبەنە سەر.

ساڵی ڕابردو لەشەوی پشوەکانی جەژندا یەکێک لەخوێندکارەکانی دەرسەکانم دەیگێڕایەوە کەلەناو مێزی دوکانێکدا جانتایەکم بینی کەزۆر حەزم لێ دەکرد بەڵام زۆر بەناسۆرەوە هاتەوە یادم کەفلسێک لەهیچکۆی شک نابەم. (من کەوتمەوە بیری (واتە: جۆزێف) ئامۆژگاریەکانم هاتەوە یادی ئەڵێ: کەهەمیشە ئەموت (کەڕستەکانی خۆم هەرگیز بەسەلبی تەواو نەکەم).

گەنجی خوێندکار ئەمجارە بەخۆیی وت (ئەم جانتایە هی منە دایانناوە بۆ فرۆشتن)

من لەدەرونمدا ئەمە قبوڵ ئەکەمو ئەبێت تێبکۆشم تایبکڕم.
هەر ئەوشەوە دەزگیرانەکەی هەر ئەو جانتایەی کەئەوەندە حەزی لێ ئەکرد بۆی کڕیبو بەدیاری بۆی هێنا بوو بێ ئەوە ئاگای لەدڵی ئەم بووبێت.

نمونەیەکی تر دەهێنمەوە: کاتێک کەبەخۆت ئەڵێت (من حەزم لە خواردنی گۆشتاو نی‌یە) ئەگەر مەرجێک پێش بێت کەتۆ ناچار بکات بەخواردنی ئەو خۆراکە بەدڵنیایی توشی تێکچونی هەرس وتەندروسیت دێیتو، ئەمەش تەنها لە ویژدانی شاراوەی خۆت بناسە کەداویەتی بەگوێتاندا: (ئاغای تۆ: ویژدانی ئاگاتان حەز لەئاوو گۆشت ناکات) ئەمانە دوو نموونەی سادە بون لەجیاوازیەکانی ویژدانی ئاگاو ویژدانی شاراوەی ئێوەیە.

ژنێک ئەیوت من هەرکاتێک شەو قاوە ئەخۆمەوە کاتژمێر سێی نیوەشەو خەبەرم ئەبێتەوە! بەڵێ هەرکاتێک ئەو شەوان

قاوە بخوات، ویژدانی شاراوەی ئەو لەخەو بێداری ئەکاتەوە تاپەیامەکەی پێ بگەیەنێت (ئاغا ئەیەوێت تۆ ئەمشەو بەخەبەر بیت!) بەم شێوەیە ویژدانی شاراوەی هەرکەسێک لەتەواوی شەوو ڕۆژدا ساتێک لەچالاکی ناوەستێت‌و بەرەنجامی بیرکردنەوەو بۆچونی ئەداتەوە دەستی خۆی.

پیرە ژنێکی (٧٠) ساڵەکەپەرتوکەکەی منی خوێندبویەوە بۆمی نوسی: (من بەرهەمی تەلقین و ئیمان‌و باوەڕم بە چاوی خۆم بینی. ماوەیەکی درێژ بوو کەلەتەنهایی ماندو بووبووم‌و لە دژواریدا بووم بەپێی دەستوراتی ئێوە پەیامم ئەنارد بۆ ویژدانی شاراوەم‌و، ئومێدەوارم کرد کە غەمخۆرو هاوسەرێکی باش پەیدا بکەم. سەرسوڕمان لەوەدا بوو کەحەفتەیەک درێژەی خایاند سەرۆکی خانەنشین کراوی دەرمانخانەیەک لەدانشتنێکدا لەگەڵما ئاشنابوو پاشماوەیەک بوین بەهاوسەر.

ئەم خانمە پیرە لەکۆتائیدا باوەڕی خۆی دەربڕی بوو کەئارەزوی ناخی دڵی ئەو بوبوە هۆی ئەوەی هۆکاری بەدیهێنەر کەئەو ویژدانی شاراوەیەیە ساتێک لەچالاکی

نەوەستاوە لەکاتی خۆیدا مەبەستی خۆیی هەڵبژارد بەواژەیەکی تر لەوکاتەوە کەتوانی وێناندنێکی گشتگیرو ڕونـی لەزیـهنی خۆیدا دروست کرد، ویژدانی شاراوە بەپێی یاسای ڕاکێشانو کاردانەوە دەری خست کەویژدانی ئەو پڕە لەهۆشو ئـەقڵ؛ زیرەکی ئەم دووانە بونی (ژنو پیاوەکە)یان لەگەڵ یەک پێک هێنا.

کورتەی بابەتەکە:

(١) لەناو زاتی ئێوەدا گەنجینەیەک هەیە کلیلەکەی لە دڵـتان داواکەن.

(٢) ئـەوتێبینیە گـەورەیەی کـە لەلای خـەڵک لە تـەواوی چـەرخو سـەردەمەکاندا گـرنگی‌یەکـی تـایبەتی هـەبووە، ئامادەیی‌و توانای دروست کردنی پەیوەندی‌یە لەگەڵ هـێزی زیهن‌و سەربەست کردنی هێزەکانی ئەوە.

(٣) ویژدانی هەموو کەس توانای هەیە هەموو گرفتێک چارە بکات... پێش لە خەوتن بـە خـۆت تـەڵقین بکـەیت کـە مـن

Scanned with CamScanner

ئەمەوێت کاتژمێری شەشی بەیانی لەخەو هەستم، پاش ماوەیەک لەکاتی ناوبراودا لەخەو هەڵدەستیت.

(٤) ویژدانی چارەسەرکەر دروستکەری پێکەری ئێوەیە.

هەموو ڕۆژێک بەم ئەندێشەیە کە تۆ ئەمڕۆ تەندروستو چالاکیت لەناو نوێندا وەرە دەرەوە: دڵنیا بن کە خزمەتگوزاری بەوەفاتان فەرمانتان جێبەجێ دەکات.(١)

(٥) ئەندێشە هۆیەو ڕوداوەکان بەرەنجامن.

(٦) ئەگەر ئەتەوێت پەرتوکێک یان نمایشنامەیەک یان و تارێک بنوسیت یان لەناو کۆمەڵێکدا وتار بدەیت مەبەستی ئەو شتە بسپێرن بە ویژدانتان ئەویش خۆی ئیشەکان ڕێک دەخات.

(٧) وەک کەشتیەوانێک کە کەشتیەکەی لە قوڵایی دەریادا بخاتە ڕێ ئێوەش هەروا پێویستە پرنسیپی گونجاوو مەنتیقی

١ـ ئەم خاڵە گرنگیو حیکمەتی ئەم سونەتەی بەیانیان دەرئەخات بەو مەرجەی وەک جورعەو باوەڕێکی دەرمانی کەلکی لێ وەرگریت (اللهم إني أصبحت منك في نعمة وعافية وستر فأتمّ علي عافيتك وسترك في الدنيا والآخرة).

ئەندێشەو وێناندن) بدەیت بە ویژدانی شاراوەت. دڵنیا بن کە ویژدان بە بەهرەوەرگرتن لە ئەزمونی بەنرخ کەشتی ژیانتان بەشێوەیەکی شیاوو دڵخوازراو ئەبات بۆ کەنار.

(٨) هەرگیز ڕستەی (پارەم نیە)و یان (توانام نیە) بەکار نەهێنیت چونکە ویژدانی نائاگا پەیامی سەلبی وەردەگرێتو، لەخۆیدا تۆماری دەکاتو، بەو پێیەتا کۆتایی تەمەنتان لە ئیمکانات بێ بەهرە دەبن.

(٩) یاسای ژیان یاسای ئیمانو باوەڕە. باوەڕ ئەندێشەیەکە لە ویجدانی نائاگادا تۆمار کراوە، هەرگیز باوەڕ نەکەیت کە ئەتوانیت زیانێکی پێبگەیەنیت. بە ویژدانو دەرونی خۆت باوەڕت هەبێت کە توانای هەیە شیفاتان بداتو ئێوە پڕ بکات لەخۆشبینیو خۆشبەختیو ئومێدو چالاکی... وەک باوە دەڵێن (هەرکەس نانی دڵی خۆی دەخوات).

(١٠) بیری ڕەشو ڕەشبینی لەخۆت دور بخەرەوە تا بتوانیت چارەنوسی خۆت بگۆڕیت.

Scanned with CamScanner

بەشی دووەم

چۆنیەتی چالاکی نەفسانیەت

پێویستە هەموو کەسێک لەشێوەی خستنە کاری ویژدانی خۆی لێزان بێت. وتم ڕوح لە دوو بەشی جیا پێک هاتووە: بەشی ئاگا یان عەقڵانیو بەشی نائاگا یان ویژدانی شاراوە... بیرکردنەوە هەڵقوڵاوی چالاکیەکانی بەشی ئاگایە، یان ویژدانو زەمیری ئاگای ئەوەو، هەر بیرێک کە دێت بە مێشکیدا هەمیشە لە چینی ژێرەوەدا یان قوڵایی ویژدانو زەمیردا جێگا دەگرێت، بەگشتی بەگوێڕایەڵی لە بۆچوون و ئەندێشەی ئەم بەشە بەر ئەگرێتو دروست ئەبێت. کەواتە

Scanned with CamScanner

ویژدانی شاراوەی هەر کەسێک بە بنکەو بارەگای و روژان و سۆزی (عاطفە)ی ئەو ئەژمێررێن کە رۆحی بە دیهێنەری ئەو لەوێدا لەدایک ئەبێت ئەگەر بیرێکی ئیجابی بێت بە مێشکدا بەرهەمێکی باش بەدەست دەهێنیت و بە پێچەوانەشەوە... بەهەر حاڵ شێوەی کاری ویژدان نەفسیاتی ئادەمیزاد بەم شێوەیەیە.

خاڵێک دەبێت کە هەمیشە لەپێش چاو بگیرێت ئەوەیە ئەگەر باوەڕێک بگاتە ویژدانی شاراوە ئیتر لەمەڵاستدا ئەبێت تا بەشێوەیەک بە کردەوە ئاشکرای بکات، هەروەکو ئاماژەمان بۆ کرد هۆکارەکەی جێبەجێ کردنی نیەتی چاک یان خراپ دەبێت. ئەگەر بە باری سەلبیدا بەکار بهێنرێت خاوەنەکەی دوچاری شکست و ناکامی ئەکات، بەڵام ئەگەر بیرکردنەوەی دروستکەرو هاوسەنگمان هەبێت لەگەڵ سەرکەوتن و خۆشبەختیدا روبەرۆ ئەبین.

ئاسایشی رۆح و سەلامەتی لەش کاتێک ئاسان دەبێت کە بتوانرێت بەشێوەیەکی شایستە ئەم جۆرە ئەندێشانە بخرێنە مێشکەوە هەر شتێک کە ئەسپێریت بە زیهنی خۆت و هەر

شتێک کە بەڕاستو دروستی ئەزانیت ویژدانی شاراوە ئەوە وەر دەگرێت و لە ژیانی کەسایەتیتدا دەری دەخات. ئەمە ئێوەن فەرمان دەردەکەنو ویژدانتان بەچاوی بەسراو باوەڕێک کە بۆت ناردوە لەخۆیدا تۆماری دەکات. ڕۆحی ئێوە ئەم بنەمایانە دەپارێزێت. ویژدانی شاراوە کاتێک کاردانەوەی داواکراوی ئەبێت لەگەڵ مەیدانو قاڵبی ئەندێشەدا، کە ئەو دروشمەی لە ویژدانی ئاگاتاندا دروستو ڕێکو پێک بووە هاودەنگیو. هەماهەنگی هەبێت.

دەروونناسان باوەڕیان وایە کاتێک باوەڕێک دەسپێررێت بە ویژدانی شاراوە ئاسەوارێک لەسەر خانەکانی مێشک بەجێ دەهێڵێت. لەبەر ئەوەیە کە دوای ئەوە ویژدانی شاراوە باوەڕێک وەرئەگرێت لەهەلی گونجاودا ئامادەی دەکات بۆ جێبەجێ کردنو خستنەکاری، تا بە یارمەتی بیرهاتنەوەی ئەو واتاو چەمکانەی کە بەدرێژایی تەمەن بەدەستی هێناوە پێکهاتەیەکی تازە دروست بکاتو کۆی ئەمانە بخاتە خزمەت مەبەستی (ئاغا) یان فەرماندەکە، ئەو کاتە بە بەهرە وەرگرتن لە

گەنجینەی لەبن نەهاتووی هۆش‌و زیهن بۆ چارەسەری گرفت هەنگاو هەڵدەگرێت... جارجار وەڵام زوو بە زوو ئەدات بەدەستەوە جار جاریش ڕۆژان‌و مانگان کۆشش دەکات‌و زەحمەت دەکێشێت‌و ڕێی لە هیچ ناکەوێت... چارەسەرەکان بەڕای ئەو گونجاوو (منطقی) نایەن.

ئێستا دەست ڕەسیمان بە پلەبەندی ویژدان پەیداکرد، جێی خۆیەتی ئاماژە بکەین بەم ڕیزکردنە دوو سستمە چالاکی‌یەی لە ڕۆحدا هەن: ڕۆح‌و ویژدانی ئاگاکە توانای بەڵگە هێنانەوە و لێکدانەوەو توانای هەڵبژاردنی هەیە. بۆ نموونە: هەرکەس پەرتوک ماڵ، بەدۆست‌و هاوبەشی ژیانی خۆی ئەکات سەرجەم ئەم بڕیارانە بە ویژدانی ئاگاوە وەردەگیرێت... بەڵام لەلایەکی ترەوە، هەندێک لە ئەندامەکانی لەش بەبێ ڕاو بۆچوونی کەسەکە لەچالاکی شەوو ڕۆژی خۆیان بەردەوامن، وەک دڵ، کۆئەندامی سوڕی خوێن، هەناسەدان، هەرس‌و هەندێکی‌تر کە بە جیا لە ویژدانی ئاگا سەرەوکاریان لەگەڵ ویژدانی شاراوەدا هەیە.

Scanned with CamScanner

ویژدانی شاراوە ئەو شتەی کە بەسەریدا سەپێنراوە یان ئەو شتەی کە هەڵتان بژاردووە وەردەگرێت، چونکە ویژدانی ئێوە سروشتی قورس‌و سوک کردن‌و گەورەو بچوک کردن و هەڵبژاردنی نیە، بە واتایەکی‌تر ڕێگای لێکۆڵینەوەی نیە... جارێکی تر دووبارەی دەکەمەوە چینی ژێرەوەی ویژدان وەکو کێڵگەیەک وایە هەموو جۆرە تۆوێک لە چاک‌و خراپ لە خۆیدا پەروەردە دەکات، بیرو ئەفکاری ئێوە هەر وەکو ئەو تۆوە چالاک‌و ئیجابیانەیە، بەڵام بیری وێرانکەری سەلبی کشتگای شاراوەت ئەوەشێت کە توانای هەڵبژاردنی نیە. هەرچی لە چاک‌و خراپ، ڕاست‌و درۆی پێ بدەیت لەخۆیدا تۆماری دەکات‌و دەیپارێزێت تا ڕۆژگارێک ئەو درۆ بەناوی ڕاستەوە ئەیداتەوە بە خۆتان‌و بەهرەی بۆچوونەکانتان لەپێش چاوتان زیندو دەکاتەوە بە خۆتان‌و بەهرەی بۆچوونەکانتان لەپێش چاوتان زیندو دەکاتەوە، هەر بەم هۆیەوەیە پێی دەڵێن ویژدانی نائاگا! کە ئێمە لێرەدا ناونیشانی ویژدانی شاراوە هەڵدەبژێرین، بەهەر حاڵ هەردوو دەستەواژەکە یەک واتایان هەیە.

ئەو ئەزمونانەی کە دەرونناسان لەم بارەیەوە لەسەر هیپنۆزەکان (خەواندنی موگناتیسی) کردویانە بەم سەرەنجامە گەیشتوون کە ویژدانی شاراوە توانای هەڵبژاردنو بەڵگە هێنانەوەی نیە، بەو هۆیەوە لەم جۆرە کاتانەدا هەر تەڵقینێک کە هەرچەندە نادروستیش بێت هەر ئەوە جێبەجێ دەکات، بەپێی ماهیەتی تەڵقین ئەکەوێتە مەیدانی کارەوە.

وادابنێین کە هیپنۆتیزمگەرێک بەکەسێکی ژێر دەستی وا تەڵقین دەکات کە ناپلیۆن بۆناپرت سەگ یان پشیلەیە. کەسی تەڵقین کراو تێدەکۆشێت کە بەچاکترین شێوەی ئەوی پێ تەڵقین کراوە ئەنجامی بدات. سەرسوڕمان لەوەدایەکە کەسایەتی ئەم کەسە سات لەدوای سات دەگۆڕێتو، کۆشش دەکات تا لە قاڵبی کەسایەتی‌یەکدا ـ کە دەبێت جێبگرێت ـ بە باشترین شێوە ئەرکەکانی ئەنجام بدات.

هیپنۆتیزمکەرێکی لێزان دەتوانێت بەهیپنۆتیزم کراوەکانی خۆی تەڵقین بکات کە پشتی دەخورێتو بە دووەمیان بڵێت خوێن لە لوتی دێتو بە سێهەمیان بڵێت کە یەک پەیکەری

مەڕمەڕەو، بەگوێی چوارەمدا بدات کە لەسەرمایەکی ژێر سفردایەو خەریکە دەیبەسێت: هەر یەك لەم چوار کەسە لەبەرامبەر ئەم تەڵقینانەوە کاردانەوە پیشان دەدەن‌و هیچ شعورو ئیرادەیەکیان نیە لەبەرامبەر ڕوداوی دەورو پشتی خۆیان، یان بزوتنەکانی خۆیان.

ئەم دوو نموونەیە بە سادەیی جیاوازییە لە بەرچاوەکانی نێوان ویژدانی ئاگاو ویژدانی نائاگا ڕوون ئەکاتەوەکە ویژدانی ئاگا چۆنچۆنی بیر دەکاتەوەو ژیری دەخاتەکارو، ویژدانی نائاگا چۆن جیاوازی لەنێوان هیچ جیاوازی‌یەکدا ناکات‌و داماڵراوە لە هەموو هێزێکی هەڵبژاردن‌و، هەر شتێکی بدرێتێ وەریدەگرێت، ئالێرەدا گرنگیدان بە ویژدانی شاراوە دەردەکەوێت کە بۆچی ئەبێ هەمیشە پەیامی ئیجابی‌و ئومێدکەرو چالاکی هێنەرو پڕ لەگەشبینی‌و پاراوو تازە بێت.

واتاکان لە ڕوانگەی زیهنەوە

زۆر جار دەربارەی ویژدانی ئاگا بەناونیشانی ویژدانی لەبەرچاو (عەینی) قسە ئەکرێت چونکە باوەڕیان وایە کە لەگەڵ شتانی دیارو دەرەکی‌دا سەرەوکاریی هەیە. بە واتایەکی باشتر ویژدانی لەبەرچاو مامەڵەی لەگەڵ جیهانی دەوروبەردا هەیەو لەڕێگای پێنج هەستەکەوە ئەم پەیوەندی‌یە دروست دەکات... ویژدانی لەبەرچاوی هەرکەس ڕێنموکەری ئەو کەسەیە، لەپەیوەندی ئەو لەگەڵ دەوروبەردا داری دەستێتی... کرداری تەماشاکردنو ئەزمون وەرگرتنو زانیاری پەیداکردن لەڕێگای ویژدانی لەبەرچاوەوە بەدەست دەهێنێت، هەروەکو لە پێشدا ئاماژەمان بۆ کرد کە یەکێک لە گرنگترین ئەرکەکانی ویژدانی عەینی هەر ئەو ئیستدلال و ژیری خستنە کارەیە.

وادابنێین کە تۆ بۆ گەشت دەچیت بۆ بە ناو بانگترین شارەکانی دینا بۆ نموونە (لەندەن) بە تەماشاکردنی باغو شەقامو سەیرانگاکانی بەم ئەنجامە دەگەیت کە لەندەن شارێکی جوانەو ئەم کردارە بە یارمەتی ویژدانی عەینی خۆت ئەنجام

دەدەیت... ویژدانی نائاگاشیان بە ویژدانی زیهنی یان بەویژدانی شاراوە؛ ئەم ویژدانە دەورو پشتی خۆی بەهۆو ئامێری غەیری پێنج هەستەكان دەناسێنێت هەڵی دەسەنگێنێت، هۆكاری پەیوەندی ئەو لەڕێگای موكاشەفەوە (Intuition) ئەبێتو بە مەڵبەندی عاتیفەو سندوقی هەڵگرتنو پاراستنی یادی ڕوداوەكان ئەژمێررێت. ویژدانی زیهنی ئێوە كاتێك كە ویژدانی عەینیتان لەباری هەڵچووندایە ئەركەكانی خۆی بەباشترین شێوە ئەنجام دەدات. بە واتایەكی تر كاتێ ویژدانی عەینی كەسێك لەباری وەستانو بێ ئاگاییو خەوتندایە ئەوە ویژدانی زیهنی دێتە مەیدانەوەو دەكەوێتە چالاكی. ویژدانی زیهنی بەبێ یارمەتی وەرگرتن لەكۆ ئەندامی بینین دەتوانێت ببینێتو بینابیەكی تایبەتی هەیە تا ئەو ڕادەیە ئەتوانێت جەستەتان بەجێ بەهێڵێتو، لە جیهانی دوورو سەرزەمین و ئافاقو نەفسەكاندا بكەوێتە گەشت گەڕانو، ڕاستەقینەترینو گشتگیرترین دەستكەوت بۆ ئێوە بەدەست بێنێت. هەموو كەس دەتوانێت لەڕێی ویژدانی زیهنییەوە بەبێ كەڵك وەرگرتن لە

Scanned with CamScanner

هۆکاری پەیوەندی ئاساییەوە بیری خەڵک بخوێنێتەوەو بیناو دوور ئەندێش بێت.

جارێکی‌تر بەم مەسەلە گرنگە ئاماژە دەکەم کە ویژدانی زیهنی مرۆڤ توانای نیەوەک ویژدانی عەینی‌و ئاگادادوەری‌و ئیستدلال کات. وتمان ئەگەر تەڵقینات‌و پەیامی هەڵەو نادروستی پێ بدرێت هەر ڕۆژێک بێت بەشێوەی ئەزمون‌و تاقیکردنەوەو یادگاری دێت بە سۆراختنانەوەو یەخەتان دەگرێت. کەواتە هەر بەڵایەک بەسەرتاندا هاتووە بەرهەمی بیرو بۆچوونی خۆتان بووە، کە ڕۆژگارێک وەک باوەڕ سپاردوتانە بە لاپەڕەی ویژدانی شاراوەتان. بۆ لەناوبردنی ئەوە بەسە تەنها ئەندێشەی بەکەڵک‌و دروستکەرو بەرهەمدار بسپێریت بە زیهنت‌و پێدراوە سەلبی‌و وێرانکەرکان بسڕیتەوە. ئەگەر ترس‌و نیگەرانی‌و دڵەڕاوکێت لە ویژدانی شاراوەی خۆتدا داناوە بە خوی چاک‌و بەکەڵک ئەوانە لە زیندانی دڵی خۆتدا بکەرەوەو لەباتی ئەو تۆوی چالاکی‌و شەهامەت‌و عەزم‌و ئیرادەی دامەزراو بچێنە.

هێزی سەرسوڕهێنەری تەڵقین

لەم مەسەلەیەدا تێگەیشتین کە ویژدانی عەینی چاودێرو پاسەوانی ئێمەیەو یەکەم ئەرکێک کە لەئەستۆیدایە پاراستنی ویژدانی زیهنی ئێمەیە لەبەرامبەر پێدانەکانو پەیامی هەڵەو نادروستدا، هەروەها تێگەیشتین کە ویژدانی شاراوە زۆر هەستیارە لەبەرامبەر تەڵقینەوە، لەهەمان کاتدا نە توانای بەڵگە هێنانەوەو نە هەڵبژاردنو نە توانای نرخاندنو بیرکردنەوەی هەیە... سەرجەمی ئەمانە تایبەتی ویژدانی ئاگانو هیچ کاردانەوەیەک لە خۆی پیشان نادات.

نموونەیەک دێنمەوە: وا دابنێ سواری کەشتی یەکی گەشت سەیران بوویتو لەسەر تەختی کەشتی یەکە هەڵدەتەقیت بە گەشتیارێکدا. هەرچەندە هەوا خۆش و ئارامیش بێت ڕووی لێ ئەکەیتو ئەڵێیت: ڕەنگت پەڕیوە ئەڵێی دەریا بردویتی (١)؟

گەشتیاری بێ چارە کە تا ئەو کاتە مەستو بێ خەیاڵ.

١- وەک چۆن مرۆڤ خۆر ئەیباتو نەخۆش دەکەوێت هەر بەو جۆرەش دەریا مرۆڤ ئەبات زۆریش لە خوربردن نارەحەت تر.

بەسەیران‌و شادی سەرگەرم بووە کوتوپڕ ئەکەوێتە بیرکردنەوە، ئەمجارە بەڕاستی ڕەنگی ئەپەڕێت‌و هەست ئەکات کە حاڵی باش نیە، تەنانەت لەبەرامبەر پێشنیارەکەی تۆوە ئامادەیە ڕێنمویی بکەیت بەرەو کابینەی حەسانەوە...بە دەستەواژەیەکی تر لەبەرامبەر تەڵقینی سەلبی تۆوە سەری تەسلیم بوون دادەنوێنێ!

چەند کاردانەوەیەکی جیا لەبەرامبەر تەڵقینەوە

ئاشکرایەکە تاکە جۆراو جۆرەکان لەبەرامبەر تەڵقینی جیاوازەوە بەپێی مەرجەکانی زیهن‌و باوەڕەکانی خۆیان کاردانەوەی جیاوازپیشان دەدەن. بۆ نموونە ئەگەر لەهەمان کەشتیدا لەجیاتی ئەو گەشتیارە خۆشباوەڕە بۆ لای دەریاوانێکی کارامەو شارەزا ئەڕۆیشتیت‌و دەریابردن‌و ڕەنگ پەڕینت بە ئەو تەڵقین ئەکرد، ئەو لە جیاتی ئەوەی خۆی لەدەست بدات تۆی ئەدایە بەر گاڵتەو سوعبەت‌و لەوانەش بوو کاردانەوەیەکی توندوتیژی پیشان بدایە...کەواتە لەم بارەبەوە

بەتایبەتی تەڵقینەکانی تۆ ئەنجامێکی پێچەوانەی هەبوو، دەریاوانەکە باوەڕ بەخۆ بوونی بەهێزتر بوو، چونکە خۆی لە هەموو کەس باشتر ئەزانێت کە لەم لایەنەوە بەرگری هەیەو ڕاوەشاندنی دەریا هیچ کاریگەری‌یەکی خراپ لەسەر ئەو ناکات.

لەقاموسی وشەدا لەبەرامبەر وشەی تەڵقینەوە ئاوا ڕوون کراوەتەوە: (بەدیهێنانی بەرهەمێکی زیهنی بەمەبەستی قبوڵ کردنو تۆمارکردنو خستنە گەڕی ئەندێشەو باوەڕی تەڵقین کراو).

یادتان دەخەمەوە کە بەبێ خواستو مەیلی ویژدانی ئاگا ناتوانرێ هیچ تەڵقینێک بسپێررێت بە ویژدانی نائاگا. بەدەستەواژەیەکی ڕوونتر ویژدانی ئاگا دەتوانێت هەموو چەشنە تەڵقینێک لەخۆی دوور بخاتەوە. لەبارەی دەریاوانە کارامەکەوە ئەم نموونەیە ڕاستی‌یەکەی دەردەکەوێت، چونکە لەبەرامبەر دەریابردنەوە بەرگری هەیەو هەرگیز ڕێگا بە ترس نادات بچێتە دڵیەوە.

بەڵام ئەم نموونەیە لەبارەی گەشتیارەکەوە جیایە: ئەویش هەروەکو ئێمە کەسێکە دوچاری ترس و بیم ئەبێت و گوێدانی بە تەڵقینی سەلبی ئاسەواری لەسەر بەجێ دێڵێت، چونکە ئەزمونێکی لەم بارەیەوە نەبووە.. دەریابردنی وەک نەخۆشی یەکی کوشندە هاتۆتە پێش چاو، بۆیە ئیتر خۆی ئەدات بەدەم کاریگەریی تەڵقینی سەلبیەوە. لەمەوە بەم ئەنجامە دەگەین کە هێزەکانی زیهنی هەرکەسێک بەشێوەیەکی سنوردارو دیاریکراو -بەپێی سروشت و خودی تەڵقینەکە- دێتە مەیدانی کارەوە.

ماوەیەک لەمەو پێش ڕۆژنامەکانی (لەندەن) ڕوداوێکی گرنگیان لە ئەنجامی تەڵقینی نابەجێ کە ڕوویدابوو خستە بەر توێژینەوەو تەفسیری فراوان، خاوەن ڕاو پسپۆڕان و دەرونناسان دەربارەی ئەم ڕوداوە ڕاو بۆچوونی جۆراوجۆریان هەبوو. هۆکاری تەلقێنیان لەلایەنی جۆراو جۆرەوە هەڵسەنگاند.

مەسەلەکەش بەم شێوەیە بوو: باوکی خێزانێک کە کچە

گەنجەکەی تووشی جۆرێک لەخۆشی پێستی چارەنەکراو بوو بوو بۆیە زۆر ناڕەحەت بوو.. دڵی بۆ حاڵی جگەرگۆشەکەی سوتابوو کە دەگەشت بە هەرکەس ئەیوت: (ئامادەم دەستێکم ببڕن بەڵام کچەکەم چاک ببێتەوە). ماوەی دوو ساڵ ئەم ڕستەیە بوو بوو بە ویردی سەر زمانی. هەرچەند پزیشکەکان زەحمەتی زۆریان کێشا بەڵام ئەنجامێکی بەدەستەوە نەدا. ڕۆژێک سەرجەمی تاکەکانی خێزانەکە لەناو شاردا ئەگەڕان ئۆتۆمبیلەکەیان لەگەڵ لۆرییەکدا دایان بەیکدا، لەسەرەنجامی ئەم لێکدانە ترسناکە قۆڵی باوکەکە لەشانیدا دەرهات و پەڕی، بەڵام لەهەمووی سەیرتر ئەوەبوو کچەکەی کە هیچ ناڕەحەتییەکی پێ نەگەیشت یەکسەر چا بوویەوەو هیچ ئاسەوارێکی نەخۆشیەکەی نەما.

ئەمە نموونەیەکی ڕوونی تەڵقینێکە کە تایبەتمەندی وێرانکەرو لەناوبەری هەیە. هەر بەو هۆیەوە بوو لە لاپەڕەکانی پێشوودا دامان بە گوێتاندا کە ویژدانی نائاگای ئێوە گاڵتەو سۆعبەت ناناسێت، هەر چییەکی پێ بدرێت لە هەلی گونجاودا

وەڵام ئەداتەوەو ئارەزووەکانتان جێبەجێ دەکات، تەنها هۆشیار بن کە ئەو شتەی لە ئەو ئەتانەوێت لەڕێی تیاچوونی ژیان‌و ئاواتەکانتان نەبێت.

خۆ تەڵقین کردن ترس لەناو ئەبات

خۆ تەڵقین بەم مانایەیە کە بابەتانێکی دیاریکراو بە خۆمان ئیلقا بکەین... نموونەیەکی سادە دەهێنمەوە: ڕێبوارێکی نیۆیۆرکی کە سەردانی شیکاگۆی ئەکرد تەماشایەکی کاتژمێرەکەی کرد لەکاتێک شیکاگۆ لەگەڵ نیۆیۆرکدا یەک کاتژمێر جیاوازی‌یان هەیە، بە خانەخوێکەی کە خەڵکی ئەو شارەیە وت: نیوەڕۆیەو کاتی نان خواردنە. خانەخوێی شیکاگۆیی بێ ئەوەی بیرێک لە جیاوازی کاتی ئەم دوو شارە بکاتەوە بە نیۆیۆرکی‌یەکەی وت: منیش برسیمە ئێستا دەچین بۆ نان خواردن.

بە تەڵقین کردن بەخۆ دەتوانین لەشەڕی خۆی خراپ لەناو ئەوانەدا ترسی بێ‌ماناو کاردانەوەی سەلبی واز لێ بێنین.

یەکێک لە گۆرانی بێژانی بەناوبانگ دەیگێڕایەوە کە لە یەکەم تاقیکردنەوەی ئاوازیدا هەرچەند دەنگێکی بەهێزی هەبوو، شکستی خوارد ئەویش بەهۆی ئەوەوە کە هەمیشە بەم شێوەیە خۆی تەڵقین دەکرد (لەوانەیە، دەرنەچم، هەڵبەتە هەرچی بتوانم دەیکەم بەڵام ئومێدێکی زۆرم نیە ڕاستی‌یەکەی بڵێم زۆر ئەترسم).

ئەم تەلقینە نائیرادیانەو پڕ لە ترسە لەناو ویژداندا بەری خۆیی بەبەرهەم هێناوە لەڕوژی ئەزموندا دەرنەچو. بەڵام بەبەکارهێنانی تەکنیکی ژێرەوە توانی شکستەکەی خۆی پڕ بکاتەوە.

ڕۆژی سێ جار ئەچوە هۆدەیەکی چۆڵو دەرگاکەی لەسەر خۆی دائەخستو لە گۆشەیەکدا بەئارامی ڕائەکشاو چاوەکانی ئەنا بەیەکداو کۆششی ئەکرد تالەش‌و ڕۆحی ئارام بکات‌و، بێ هەستی‌و ئارامسازی لەش ئەبێتە هۆی دروست بوونی هاوسەنگی لەڕۆحداو ئامادەی ئەکات بۆ وەرگرتنی تەڵقین: (من ئاوازێکی خۆشم هەیە، ئارام و پڕ لە ئومێدو دڵنیایم). لەهەر جارێکدا ئەم وشانەی بەشێوەیەکی دانە دانەو لەسەرخۆ

Scanned with CamScanner

١٥ تا ٢٠ جار دووبارە ئەکردەوە. لە کۆتایی حەفتەدا باوەڕ بەخۆو ئارامو دڵقایمی خۆیی بەدەست هێنا. لەڕۆژی ئەزموندا بەبێ هیچ ترس وشڵەژان سەرکەوتنی گرتە باوەش.

نمونەیەکی‌تر: پیرەژنێکی ٧٥ ساڵە خویەکی خراپی گرتبوو... بەردەوام خۆیی تەلقین ئەکرد: من خەریکە هۆش‌و بیر لەدەست ئەدەم. لەئەنجامدا توانی لەو بەڵای کەخۆی بۆخۆی دروست کردبوو خۆی ڕزگار بکات، ئەویش بەپەنا بردن بۆ خۆتەلقین کردن بەناردنی ئەم پەیامانە بۆ زەمیری خۆی: (ئەمڕۆ هۆش‌و حافیزەی من بارگەدار (شحن)ە، هەرچیەکەم بویت لەهەر کاتێک‌و هەرشوێنێک لەهەر بارەیەکەوە دێتەوە یادم. هەرچیەکم بوێت ئەیسپێرم بەزیهنم‌و بەتەواوی ڕێکوپێکی لەزەمیرمدا ئامادەی ئەکەم. ڕۆژ بە ڕۆژ هۆش وحافیزەم باشتر ئەبێت).

دوای سێ حەفتە ئەم پیرەژنە هیچ دڵەڕاوکێیەک لەبارەی بیرو هۆشیەوە کە خۆی بوو بوو بەهۆی سستی‌و تەمەڵی، ڕزگاری بوو.

ئەزمونێک بۆ ئاگر میزاجەکان:

کەسانی توند خوو تورەمیزاج (عەصەبی) هەیەکە بەکەمترین بیانو ئاگریان تێبەر ئەبێتو ڕۆژیو سێ جحار لە چەندکاتێکی دیاریکراودا بەیانیان و نیوەڕوان شەوان پێش خەوتن ئەبێ ئەم پرۆفانە بکەنو تاماوەی یەک مانگ بەخۆیان تەلقین بکەن بەم شێوەیە: من لەئێستە بەولاوە خاوەنی خویەکی جوان وشیرین ئەبم شادی و چالاکی و بێ غەمی بەشێک لەسروشتی من ئەبێت. هەر ڕۆژ زیاتر لەڕابردو ئومێدەوارترو سازگارتر ئەبم... بەشێوەیەک کەسەرچاوەی میهرەبانیو خۆشەویستی خێزانو دەوروپشت ئەبمو، هەموو من وەک ڕەمزی ئیرادەی پۆلایی تەماشائەکەن. ئەم حاڵەتە بەشێک لە سروشتو خوی من ئەبێت.

هێزی دروستکەرو وێرانکەری تەلقین

لەتەواوی چەرخەکاندا تەلقین ڕۆڵێکی بەنرخی گێڕاوە لەژیانی مرۆڤدا جارجار ئادمیزادی تاسنوری لەخۆبوردنو

گیان بەخت کردن بردوە.

تەلقینی دروستکەر بەرزو پڕشکۆیەو بەپێچەوانەوە تەلقینی وێرانکەر یەکێکە لەسامناکترین و پڕمەترسی ترین دروست بووەکانی زیهن، ئەگەری ئەوەی هەیە ئەوکەسە لەناو بەرێت و توشی شکست خواردن و دورکەوتنەوەو گۆشەنشینی بکات، جگەلەخەم و ماتەمینی و بەدبەختی هیچی تر بە دیاری بۆ خاوەنەکەی ناهێنێت.

هەمووکەس لەخولی منداڵیدا لەژێر کاریگەری تەلقینی سەلبیدا ئۆقرە ئەگرێ بێ ئەوەی گرنگیەکی پێ بدات ناچاری قبوڵ کردنی ئەبێت.

چەند نموونەیەک لە تەڵقینی سەلبی: (تۆ ناتوانیت و لیاقەتی ئەو ئیشەت نیە)، (تۆ لە ژیانتدا نابیت بە هیچ)، (تۆ شکست ئەخۆیت و بەختت نیە)، (تۆ هەمیشە هەڵە ئەکەیت)، (بۆ ئەوەندە خۆت هیلاک ئەکەیت، تازە لەدەست تۆ دەرچوو)، (تۆ بە هیچکوێ ناگەیت و شکست لەناو چاوتدا دیارە)، (وریابە لە ژیانتدا باوەڕ بە هیچ کەس نەکەیت).

Scanned with CamScanner

پاش ئەوەی کە گەیشتیە تەمەنی پێگەیشتن ئەگەر نەتوانی تەڵقیناتی خراپی کاتی منداڵی لە خۆت دورخەیتەوە دڵنیابە ئەو پەیامە جێگیربوانە لە ویژدانی نائاگاتدا ئەبێتە هـۆی شکستو سەرنەکەوتنتان لە ژیانی کۆمەڵایەتیو فەردیتاندا. لەم بارەیەوە بەتایبەتی بەخۆ تەڵقین کردن ئەتوانـرێت لەگـەڵ ئـەم پـەیامە سەلبیو وێرانکـەرەیە بـەجەنگ بـێتو لە قـوڵایی دەرونـیدا بیکاتە دەرەوە.

نموونەیەک دێنم: لاپەڕەی ڕوداوەکـانی ڕۆژنـامەکـان هەمیشە پڕن لە ڕوداوی دڵتەزێنو تۆقێنەر کە بە خوێندنەوەی ئەمانە دوچاری تـرسو شـڵەژانو نـائارامـی دەبین، ئـەگـەر بەتەواوی خۆمان بسپێرین بە دەربڕینی هەواڵـەکـان نـەرمیو شیرینی ژیان لەدەمماندا تـاڵ دەبـێت... هـەوری سـامناکـیو ڕوداوە هاوچەشنەکـان سـاتێک نـایەڵن ئـاسودە بـین. بـەڵام ڕێگاچارەی سڕینەوەی ئەم ڕوداوانە پەند وەرگرتنە لێیان، نـە قبوڵ کردنی قامچی مەرگو لەناوچوون.

هەر بەو شێوەیە تـەڵقیناتی سـەلبی کـەسانێک کـە هـەموو

ڕۆژێک بەمەبەستەوە دەیانەوێت نەرمتان بکەن و بتانخەنە داوی خۆیانەوە بێکاریگەرو پوچەڵ بکەینەوە. خۆقایل بکەیت بەهەر پێشنیارێک کە لەلایەنی ئیلقائی هەیە، ڕووی خۆشی پیشان نەدەیت و وەرینەگریت، چ جای کارە سەربکێشێت بۆ لەناوچوونی ژیانتان.

سەیرێکی ڕابردو بکە ئەو کاتە تێدەگەیت لەو کاتەوە خۆتت ناسیوە باوک و دایک و دۆست و ئاشناو مامۆستاو تەنانەت ڕێبوارو کەسانی تریش چ تەڵقیناتێکیان بەناوی ئامۆژگاری یەوە بەتۆ کردوە کە ئەگەر بە گوێدانی سەلبیتان قبوڵ بکردایە ئێستا فەوتابوون و، لەوانە بوو زیندو نەبووبن تا بیر لە ڕابردو بکەنەوە... ئێستا کە گەیشتویتە قۆناغی ژیری و بیرکردنەوەو هەڵبژاردن، کەواتە دەربارەی ئەو شتەی کە پێت دەڵێن بیر بکەرەوەو ئەندێشە بخەرە کار ئەو وتانەی کە زیاتر لایەنی پڕو پاگەندەیان هەیە ئەمیش لایەنێکی سەلبی و وێرانکەرە لەخۆتی دورخەرەوە، زیهنت لە هەموو گوفتێکی نا دروست پاک بکەرەوە. لەبیرت نەچێت کە بوێژ مەبەستی

خستنە ژێر ڕکێفو بێزارکردنی تۆ بووە.

ئەم چەندبارە کردنەوەیەی تەڵقینات لە هەر ناوەندێکی خێزانو قوتابخانەو کۆمەڵگاو ڕێکخراوێکدا بۆ مەبەستێکی تایبەتی ئەکرێت، ئەگەر بە وردی ناو دەرونی بتوێژیتەوە بەئاسانی تێدەگەیت کە مەبەستێکی تری جگە لە ڕام کردنو خستنە ژێر بارکردنتان بۆ مەبەستی تایبەتی خۆیان هیچی تر نیە. یەکێک لە خزمانی خۆم چوو بۆ لای یەکێک لەپێشگۆیانی بەناوبانگی هیندی کە تالعو چارەنوسی بخوێنێتەوەو هەواڵی داهاتووی پێ بدات.. پێشگۆی هیندی تەماشایەکی کردو مەرگی ئەوی پێشبینی کرد و وتی: بەهۆی ناڕەحەتی دڵەوە کە هەتە لە مانگی داهاتوودا دەمریت. ئەویش بە حاڵەتی پەژارەو ناڕەحەتی‌یەوە لەماڵی هیندی هاتە دەرو، هەواڵی مەرگی خۆیی دا بە هەموو خزمو دۆستان کە گوایە مانگێکی‌تر سەکتە دەکاتو بارگەو بنەی دەپێچێتەوە بۆ جیهانی هەمیشەیی‌و وەسیەتی نووسی.

ئەم تەڵقینە لە قوڵایی زیهنی ئەودا جێگای خۆی گرتبوو

بەتواوی‌و قبوڵی کردبوو. لەو ڕۆژانەدا خزمەکانمان باوەڕێکی بێ وێنەیان بەو پێشگۆیە هندی‌یە پەیداکردبوو بەشێوەیەک کە دەیان وت: ئەگەر ئەو ئیرادە بکات، ئەتوانێت کەسێک دەوڵەمەندو خۆشبەخت بکات، یان تەنانەت بەئاکامی مەرگی بگەیەنێت. ئەم خزمەی ئێمە پاش ماوەیەک مرد. لەحاڵێکداکە لەپێشدا هەر خەبەری لە مەرگ نەبوو و نەشی دەزانی دڵی نەخۆشە یان نا. دڵنیام هەر کەس لە ئێمە ڕوداوێک هاوشێوەی ئەمە دەزانێت هەندێک ئەمە بە هێزی سەرسوڕهێنەری جادوویی دەزانێت یا بەتەواوی بە درۆی دەزانێت‌و ئەو کەسەش باوەڕی پێ دەکات بە خورافات پەرست دەیناسێت، ئێستا ئەگەر سەرەنجامی ئەم مەسەلەیە هەڵسەنگێنین جارێکی‌تر پەی دەبەین بە ڕۆڵ‌و گرنگیی ویژدانی شاراوە لەم جۆرە ڕوداوانەدا. وتمان هەر شتێک ویژدانی ئاگا قبوڵی بکات ڕۆژێک ویژدانی نائاگا بە کردەوە دەری دەخات. هەر ئەم ڕوداوە شی بکەینەوە: ئەم خزمەی ئێمە کاتێک چوو بۆلای پێشگۆی هیندی پیاوێکی تا ڕادەیەک ساڵم‌و تەندروست‌و

داڕێژراوو چالاک بوو. بەڵام تەلقینی سەلبی پێشگۆکاری خۆی کرد. ئەم پیاوە سادەو ساویلکەیە تەنانەت یەک دەقیقەیش بیری نەکردەوە کە بەڵکو ئەم هیندییە بەهەڵەدا چووبێت، بەڵکو بەوپەڕی ئیمانەوە بەپێی وتەکانی ئەو یەک مانگی تەواو تەنها لەمەرگی خۆی بیری دەکردەوە. هەواڵی مەرگی نزیکی خۆی بە خزمان دەداو خۆی بۆ مەرگ ئامادە دەکرد. چالاکی بەردەوامی باوەڕی ئەوەی ڕۆژ بە ڕۆژ دامەزراوتر دەکرد... لەکۆتاییدا ترس لەمەرگ و دەقیقە ژمێری ئەو بوو بەهۆی ڕوخانی فیزیکی لەشی.

• ئەو پێشگۆیەی کە هەواڵی دابووو ئەوەندەی پارچە دارێک و کونی دیوارێک دەسەڵاتی نەبوو ئەگەر ئەو خزمەی ئێمە ئاگاداری هێزی ڕۆحی خۆی و شێوەی چالاکی ئەو ببوایە بەتەواوی ئیلقای سەلبی هیندییەکەی بەرپەرچ بدایەتەوە دەیزانی کە بیرو عاتیفەی خۆیەتی کە چاودێری ڕەفتارو کرداری دەبێت. ئەگەر خۆمان ڕازی نەبین و خۆمان تەسلیم نەکەین هیچ کەس هیچی لەدەست نایەت. قسەکانی پێشگۆکە

ئەگەر نەکرایە بەسەرە ڕمێکی سورکراوەو دڵی ئەوی پێ نیشانە نەکرایە تا خۆی هەموو ئەمانەی بەشێوەی ئیمانو باوەڕێک نەناردایە بۆ ویژدانی شاراوەی هیچ کارێک لە دەستی جادوگەرە هیندی یەکە نەدەهات.

لێرەدا بەم ئەنجامە دەگەین کە ئیلقائاتو بە گوێدانی خەڵکی کاتێک کاریگەر دەبێت کە لەلایەن کەسەکەوە قبوڵ بکرێت. یان بە دەستەواژەیەکی تر ڕەزامەندی دەرونی لەم مەسەلەیەدا مەرجی سەرەکیو بنەڕەتی یە.

پاش ئەوەی باوەڕی ئیلقائی لە ویژدانی شاراوەتاندا جێگای خۆیی گرت... دەبێتە بەشێک لە ئەندێشەتان. هەمیشە لەبیرتان بێت کە هێزی هەڵبژاردن لەدەستی ئێوەدایە. کەواتە ژیان و عەشق هەڵبژێرن و لەشوێن شادیو تەندروستی بگەڕێن.

یەکێک لە مامۆستایانی زانکۆ هاتە لامو کەوتە سکاڵای ژیانی خۆی!

- من هەموو شتێکم لە دەست دەرچوە، نەماڵو نە منداڵم بۆ ماوەتەوە نە بونیەو هێزی لەشم ماوەو نە دۆستو ئاشنایەک.

دەست دەدەمە هەر ئیشێک خراپی دەکەم.

- منیش بۆم ڕوون کردەوە کە بۆ هەر ئیشێک دەیەوێت ئەنجامی بدات دەبێت هاوکێشەک ڕێک بخاتو فەرامۆشی نەکات؛ کە توانای سەرسوڕهێنەری هەر کەسێک بەشێوەی ڕێنمایکەرێک ئامادە دەبێتو ئەو لەباری فکریو مەعنەوی‌یەوە دەوڵەمەندی دەکات. ئەندێشەی هەڵقوڵاوی ویژدانی شاراوە بەشێوەیەکی ئۆتۆماتیک چاودێری بڕیارەکانی ئەو کەسە دەبێت... لەبارەی تەندروستی‌یەوە هەنگاوی گونجاو هەڵگرێتو ئارامو ئاسایشی ڕۆحی جارێکی‌تر بۆ ئەگەڕێتەوە. مامۆستای باسکراو بەپێی قسەکانی منو نەخشەیەک کە بۆ ژیانی خۆی کێشاو بەرانامەیەکی بەم شێوەیەی خوارەوە بۆ پرۆڤەکردنو خۆ تەلقین کردنی ڕۆژانەی ڕێکخست: (هۆشو بیری بێ سنورم ڕێنمویکەری منەو من لەکوێرە ڕێگاکانی ژیان ڕێنمویی دەکات. تەندروستی تەواوم هەیە، ڕۆحو لەشم لەگەڵ یەکدا هەماهەنگو هاوسەنگن، دڵم پڕ لە میهرەبانیو عەشقو پاکیو خۆشەویستی‌یە، ئارامی‌یەکی تەواو لەخۆمدا هەست

دەکەم. کرداری جوان‌و ڕەفتاری جوان ئەکەم بە پیشە. دڵنیام هەستی دەرونم بەگوێڕایەڵی لە ویژدانی ئاگاو بیری دروست‌و ڕونم یارمەتی من دەدەن لە چارەسەر کردنی مەسەلەکانی ژیانمدا).

پاش ماوەیک بۆی نووسیم: (من دڵنیا بووم کە ئەم تەڵقیناتە ڕۆژانە چەندین جار بەدەنگی ڕون‌و ئارام ئەموت لە قوڵایی ویژدانمدا جێگا دەگرێت‌و بەرهەمی خۆی ئەدات، بۆیە ئەم هەلەم قۆستەوە تا بەڕاستی سوپاسی ئەو ئامۆژگاری‌یە بەنرخانەتان بکەم. چونکە بەڕاستی تۆ بویت ڕێگای بەکەڵک‌و دروستی ژیانت پیشانی من دا).

شعوری شاراوەی مرۆڤ پڕ لە عەقڵ‌و ژیری‌یەو ڕێگای دروست‌و نادروست لێک جیا دەکاتەوە، هەرگیز جەدەل‌و دەمەقاڵێ ناکات. بۆ نموونە: هەرگیز بە تۆ ناڵێت: (نابێ ئەم پەیامە بەمن بسپێریت!) کاتێک هەر سەلبیات ئەڵێیت یان هاوارو ناڵە دەکەیت (من ناتوانم ئەم کارە جێ بە جێ بکەم)یان (پیر بووم‌و لە دەستی من دەرچوە)، (توانای ئەم ئیشەم نیە) یان

(من هەر لەسەرەتاوە بێ شانس بووم) یان (واسطەو پشتیوانێکم نیە) ویژدانتان لەم جۆرە پەیامانە پڕو کەلەڕێژ دەکەن و ئەویش کاردانەوەی گونجاو پیشان دەدات... لەڕاستیدا ئەوە خۆتانن لەبەرامبەر خۆشبەختیدا بەربەست و بەرهەڵست دروست دەکەن، بێ چارەیی و نەداری و نەتوانایی و لاوازی بەرەو خۆتان ڕادەکێشن.

کاتێ کە خۆتان بەدەستی خۆتان بەربەست لەڕێی خۆتاندا دروست دەکەن، ویژدانی ئاگاتان پڕ لە باوەڕی سەلبی ئەکەن...

لەئەنجامدا ئینکاری ژیری و هۆشتان کە لە ویژدانی شاراوەتاندایە ئەبن. بە دەستەواژەیەکی تر دانی پیا دەنێن کە توانای چارەی گرفتتان نیەو خۆتان بەکەم ئەزانن. ئالێرەوەیە توشی جۆرەها گرفتی جەستەیی و ڕۆحی ئەبن و ئاسایش لە دەرونتاندا بار دەکات.

سەرجەم سەلبیات لەخۆت دور بخەرەوەو، ڕۆژانە چەند جار بە خۆت تەلقین بکە کە (بۆ ئەوەی بە ئارەزوەکانم بگەم

ئەبێت یارمەتی لە هۆشم وەرگرم، ئەو خۆی دەبێتە ڕێنمویم. من دەزانم هۆش‌و ژیریم هەر ئێستا وەڵامی گونجاو ئەدەنەوە بە من، ئەو شتەی کە بەشوێنیدا عەودالْم بۆم ئامادە دەکات، هەموو شتێ بەگوێرەی دڵم دەبێت).

باشە ئەگەر ئێستا ئەوە بەخۆت تەڵقین بکەیت: (نەخێر من تازە کارم تەواوەو لەمەداگیانم بەسەلامەتی دەرناکەم، ڕێگاچارەیەک بۆ ئەم گرفتە نیە).

دڵنیا بن کە شعوری شاراوەتان هیچ کاردانەوەیەکی ئیجابی پیشان نادات‌و، کاردانەوەکان ساردو سەلبی دەبن. ئەگەر وەڵامی دروستت لە ئەو ئەوێت کۆشش بکەن کۆمەکی لێ وەرگرن‌و لە هاوکاری ئەو کەڵک وەرگرن... ویژدانی شاراوەی ئێوە پێ بە پێی خۆتان دێتە مەیدانەوە.

لەسەرەتاوە دەزگای سوڕی خوێن‌و هەناسە دانتان ڕێک‌و هاوسەنگ دەکات. بۆ نمونە: ئەگەر پەنجەتان بڕا پێشنیار دەکات کە هەنگاوی پێویست دەربارەی دەرمانکردنی هەڵگرن چونکە هەمیشە ئارەزوی ژیان‌و بەردەوامی ئەو

ئەکاتو، لە نەمانو فەوتان خۆی لادەدات، لەسەر ئەوە دەروات تا ئێوە لە گەستنی ڕۆژگارو بەڵاو گرفت بپارێزێت. شعوری شاراوەشتان ویستی تایبەتی خۆی هەیە، بەڵام بەم حاڵەشەوە ڕێزو پیرۆزیی خاوەن ماڵ دەپارێزێت، تەنها قاڵبی ئەندێشەکانو وێناندنە زیهنییەکانی ئێوە لەخۆیدا تۆمار دەکات.

کاتێ کە سەرقاڵی دۆزینەوەی ڕێگاچارەیەکیت بۆ مەسەلەیەکی تایبەت؛ شعوری شاراوە وەڵامی پێویستی لەلایە، بەڵام ئارامو خۆگرتن لەخۆی پیشان دەدات تا شعوری ئاگای خۆتان وەڵامێکی گونجاوو نەخشەی پێویست دارێژیت... کاتێ کە دەڵێیت: (من باوەڕ ناکەم بتوانم لەم گرفتە خۆم دەرباز بکەم، بە تەواوی شڵەژاوو پەرێشان بووم، عەقڵم بڕی هیچ ناکات. لەم حاڵەدا هەموو نیەتو مەبەستەکانی خۆت بەتاڵ دەکەیتەوەو هەرگیز بە ئاواتو ئارەزووەکانی خۆت ناگەیت).

کەواتە لەسەرتاوە جۆشو خرۆشی دەرون لەخۆت دوورخەیتەوەو ئارامیو هێوری بە مێشکت بدە و لەشت لە

کشان‌و کشانەوە بوستێنەو بەڕاستی ئەم خاڵە قبوڵ بکەیت:
(ویژدانی شاراوەم هەر وەڵامێک کە نیازم پێیەتی بۆمی ئامادە دەکات. خۆی وڵامم دەداتەوە. من دەزانم کە هۆشی و زیرەکی و شعروی ناوەوەم ڕێگاچارەی هەموو گرفتەکانی من دەزانێت‌و، بەپێی پێویست وەڵام دەخاتە بەردەستم. باوەڕی قوڵی من گەورەیی‌و شکۆی ڕۆحم دەردەخات‌و منی لێ بەهرەمەند دەکات).

کورتەی بابەتەکە:

١- فیکرو بیری خۆش بخەرە مێشکتەوە تاخێرو خۆشیت دەست کەوێت: ئەگەر ڕەشبینی لەدڵتا بێت جگە لەڕۆژڕەشی بەهرەیەکی ترنابینیت. ژیانی هەرکەسێک بەرهەمی ئەندێشەی خۆیەتی.

٢- شعوری شاراوە لەگەڵتانا باس‌و دەمەقاڵی ناکات. هەرشتێک کەزەمیری ئاگا پێی ئیلقا بکات هەرئەوە وەرئەگرێت. ئەگەر بڵێیت من توانای فلان شتم نیە. لەوانەیە ئەم

وتەیە ڕاست بێت بەڵام هەرگیز سەلبی نەڵێیت. بیرێکی باشتر هەڵبژێرەو بیسپێرە بەزیهنت وەکو (لەداهاتودا ئەوە ئەکرم).

٣- هەمووکەس توانای هەڵبژاردنی هەیە. کەواتە سەلامەتیو شادی هەلبژێرە. ئەتوانی دۆست یان دوژمن هەڵبژێریت. لەگەڵ خەڵکدا سازگارو پەیوەستو سەر ڕاستو ڕوکراوە بە، بەرهەمەکەی ببینە ئەمە باشترین ڕێگایە بۆفراوان کردنو بەهێزکردنی کەسایەتی.

٤- ویژدانی ئاگا پاسەوانی بوونی مرۆڤە. یەکەمین ئەرکی ئەو پارێزگاری کردنی شعوری نائاگایە لەبەرانبەر باوەری نادروستەوە. بەردەوام گەشبین بە. گەورەترین هێزی ئادەمیزاد توانایی هەڵبژاردنە. خۆشبەختیو کامەرانی هەڵبژێرە.

٥- ڕادەربڕین ئیلقائاتی خەڵک هیچ کاریگەریەکی لەسەر تۆ نابێت. تاکە هۆکاری هێزی دەرونی تۆ ئەندێشەو دروشمی ژیانی تۆیە. تۆ ئەتوانیت قسەی خەڵکی بەهیچ تەماشاکەیتو بە سودی خۆت هەڵسوکەوت بکەیت. مرۆڤ خاوەنی هێزی هەڵبژاردن وکاردانەوەیە.

Scanned with CamScanner

٦ـ هۆشیاری گوفتەکانی خۆت بیت. هەر وشەیەکی بێهودە کەبەزمانتدا دێت ئەبێتە هۆی کاردانەوەی هاوچەشن لەتۆدا، هەگیز واژەی سەلبی بەزمانتدا نەهێنیت: (من شکست ئەخۆم و، شوێن و ئیشەکەم لەدەست دەچێت، تەنانەت توانای دانی کرێخانوشم نیە). ویژدانی نائاگاتان سۆعبەت ناناسێت... ئیرادەی هەرچی بکەن بۆتان ئامادە دەکات.

٧ـ لەبنەڕەتدا ڕۆحی مرۆڤ و هیچ جۆرە هێزێکی سروشتی دەرونی ئەو لەگەڵ خراپەو شەڕدا دۆستایەتییان نیە. بۆ دروست بوونی پەیوەندی لەگەڵ خەڵکدا داوای یارمەتی لەهێزی دەرونیت بکە.

٨ـ ترس لەدڵی خۆتدا دەرکەو بەخۆت تەلقین بکە: (من بەهێزی دەرونی خۆم توانای ئەنجامدانی هەموو کارێکم هەیە).

٩ـ بەچاوێکی کراوە تەماشای ڕاستیە نەمرەکان و بنەمای ژیان بکەو ترس و نەفامی و خورافات لەخۆت دورخەرەوەو، مۆلەت نەدەیت لەجیاتی تۆ بیربکەنەوەو بڕیار بدەن.

١٠ـ تۆفەرماندەی ڕۆحی ویژدانی نائاگای خۆتو فەرمانڕەوای چارەنوسی خۆتیت. دیسان ئەیڵێمەوە کەهێزی هەڵبژاردن لەتۆدا بەهێزە. کەواتە ژیان و عیشق و خۆشەویستی و ئومێد هەڵبژێرە.

١١ـ ئەو شتەی کەویژدانی ئاگاتان وەک ڕاستیەک قبوڵی ئەکات ڕەوانەی ویژدانی بێ ئاگای ئەکاتو لەوێ هەڵی دەگرێت. کەواتە چاکەو دروستکاریو گەشبینی بەزیهنت بسپێرەو لەدرۆو کینەو شەڕو خراپەکاری خۆت بپارێزە.

Scanned with CamScanner

هێزی بیرکردنەوە

زنجیرەی یەکەم و دووهەم

نوسینی:

جۆزیف مورفی

وەرگێڕانی لە فارسی یەوە:

قادر دەرەشیشی

Scanned with CamScanner

▣ ناسنامە

* ناوی کتێب : هێزی بیرکردنەوە
* نوسینی : جۆزیف مۆرفی
* وەرگێڕانی لە فارسی‌یەوە : قادر دەرەشیشی
* پیت چن : ئاشنا «سنە»
* تیراژ : ٢٠٠٠ دانە
* ژمارەی سپاردن : (١٢٩)
* چاپی دووهەم : (٢٠٠٥)

Scanned with CamScanner

پێرست (٢)

بەشی سێهەم

هێزی نەبڕاوەی هەستی دەروون ٨٩
پەرتوکی ژیان ٩٤
هەرکەسێك بەرهەمی بیری خۆی دەدورێتەوە ٩٦
چاودێری کردنی لەش لەلایەن زەمیرەوە ١٠٢
زەمیری دەرمانکەر.................. ١٠٦
کورتەی ئەو خاڵانەی کە ئەبێت بەئەندێشە بسپێررێت .. ١١١

بەشی چوارەم

دەروون دەرمانی لەچەرخەکۆنەکاندا ١١٤
بیردۆزی جۆراو جۆر دەربارەی تەڵقین ١٢٥
بیرۆکەکانی پاراسیلز ١٢٧
ئەزمونەکانی برنهایم.................. ١٢٩
کورتە خاڵە بەکەڵك و گرنگەکان............ ١٣٣
بابەتەکان:............................ ١٣٥
تێبینی:.............................. ١٣٦

Scanned with CamScanner

بەشی سێهەم

هێزی خەبڕاوەی هەستی دەروون

هەستی دەروونی (الشعور الباطن) خاوەنی هێزێکی سەر سوڕهێنەرە و بەسەرچاوەی ئیلهام و هۆی سەرەکی ڕێنیشاندەر ئەژمێرێت لەژیاندا و ناوەکان و ڕووداوەکان و شوێنەکان بۆ ئەو دەر دەخات، و هۆش و حافیزە دروست دەکات، سەرەڕای ئەوەش کۆئەندامی خولی خوێن و هەناسەدان و هەرس و هەموو کارەکانی بایولوجی ئەخاتە ژێر چاودێرییەوە. کاتێک پارویەک خۆراک دەخوێن، هەستی دەرونیتانە ئەیگۆڕێت بۆ ماسولکەو خوێن و ئێسقان و

چنراوەکانی تری لەش. بەواتایەکی جوانتر هەستی دەروونە کۆنترۆڵی دەستهاتە ژیانیەکان و ئەرکەکانی لەش ئەکات و وەڵامی هەموو داواکاریەکان پەیدا ئەکات.

هەستی دەروونی مرۆڤ خەوتن و پشوودان ناناسێت، بەردەوام بەچاوی کراوە چاودێری ئەکات و یەك تۆز لەچالاکی ناوەستێت، کەواتە چاکتر وایە پێش لەخەوتن ڕاسپێرییە پێویستەکانی پێ بدرێت تا ئەرکەکانی خۆی بەباشی جێ بەجێ بکات، ئەوکاتە سەر سوڕهێنەر سەرنجت ڕادەکێشێت و هێزە سەربەست کراوەکان بەرئەنجامێکی دڵخوازتان بۆ بەدەست ئەهێنن، و دڵنیا ئەبیت کە هەستی تۆ سەرچاوەی نەبڕاوەی هێز و هۆشی تۆیە و دە تبەستێت بەهێزە بەسنورە نەمرەکانی بوونەوەرەوە،[1] ئەو هێزەی کەچەرخ و

١ـ خوای گەورە لەسورەتی (شمس)داکەباسی خۆر و مانگ و شەوو مرۆڤەکان دەکات سوێند بەهەریەکەیان دەخوات و بەوکەسەی کەهەڵیان دەسوڕێنێ هەر لەومیانەیشدا سوێند بەنەفسی ئادەمیزاد دەخوات و بەو کەسەی کەرێکی خستوون و پێکی هێناون.

فەلەکی دونیا و ڕۆژگار هەڵئەسوڕێنێت و جوڵەی ئەستێرە کان و هەسارە کان و خۆرە کان و خڕکە کانی ئاسمان ڕێک دەخات و خۆرە کان دا ئەگیرسێنێت.

هەست و زەمیری تۆ بەهێلانەی ئیلهام و ئامانج و ئارەزووە بەرزە کانی ئێوە ئەژمێرێت. شکسپیر هەر لەڕێی ئەو هەست و زەمیرەوە بو پەی برد بەڕۆحیات و توانای هاو چەرخە کـانی خۆی و پسپۆڕانە ڕێکی خستن و بەشێوەی شاکـارێکی نـەمر پێشکەشی کرد بەجیهانی هونەر.

پەیکەر تاشی یـۆنانی «فـید یـاس» لەمـەڕ مـەڕ و بـرونز و (برنجە) چەند شاکارێکی سەرسوڕهێنەری بەدی هێناوە، ئەو دوو هونەر مەندەی هەستی دەروونـی «رافـائل و بـتهون» ی ڕێنمویی کرد بۆ بەدی هێنانی شوێنەواری کەم وێنە و نەمر.

یەکێک لەنەشتەرگەرانی مرۆڤ دۆست بەناوی دوکـتۆر «ئیدیل» Esdaille کەلە ساڵە کانی ١٨٤٣ ـ ١٨٤٦ لەبەنغالدا ئیشی دەکرد سەدان کاری نەشتەرگەری بەبێ کەڵک وەرگرتن لەهۆکاری بێهۆش کردن کەهێشتا دانەهێنرابو ئەنجامدا. بـەم

کارانەی هەموو جیهانی سەرسام کرد. سەر سوڕمان لەوەدابوو ئەم نەشتەرگەریانە کەهەندێکیان برینی دەست و قاچ و گرێ ی شیر پەنجەی یان نەشتەری مێشک و گوێچکە و چاوو هیتر بوو بەهۆی بێ‌هۆشکردنی مێشکەوە جێ بەجێ ئەکرا. لەوەیش سەر سوڕهێنەرتر ئەوەبوو کەڕێژەی زیان و خراپە کردن بەدو یان سێ لەسەدیش نەئەگەیشت. ئەو نەخۆشانەی کەئەخرانە ژێر نەشتەرگەرییەوە هەستیان بەهیچ ژانێک نەئەکرد وەهیچ نەخۆشیەک لەژێر نەشتەرگەریدا نەئەمرد.

دوتۆر «ئیدیل» پێش لەدەست پێکردنی نەشتەرگەری نەخۆشەکانی خویی بەکەڵک وەرگرتن لە (هیپنیۆتیزم) تەڵقین ئەکردکە نەژان هەست پێ ئەکەن و نەتووشی هەوکردنیش دێن نەتووشی زیانی لام لایی و لاوەکی‌تری نەشتەرگەرییەکەیش ئەبن.ئەبێت لەیادمان نەچێت کە ئەم جەرەیانانە ساڵەهاپێش لەداهێنەکان و دۆزینەکانی «لوئەی پستۆر و جوزیف لیتر» بوە. لەوزەمانەدا هێشتا مەڵبەندی گەشەی بەکتریا و هۆکارەکانی هەوکردن وگەنین لەئەنجامی (ئیسترلیزە) نەکردن واتا

(تعقیم)[1] نەکردنی ئامێرەکانی نەشتەرگەری و نەش و نمای میکرۆب ڕوون نەبوبویەوە. یەکێك لەهۆکارەکانی دوکتور ئیدیل و توش نەبونیان بە هەوکردن و گەنین ئەگەڕێتەوە بۆ ئەو تەڵقینەکە نەخۆشەکانی خستۆتە ژێر کاریگەری وێ وە زەمینەی فیکری ئیجابی بۆ وەرگرتن و قوبوڵ کردنی پەیامەکانی خۆی ئامادە کردوە.

لەمانەش سەرسوڕهێنەرتر ئەوەیە چۆن چۆنی دوکتورێکی نەشتەرگەری نزیکەی سەد و نیوێك لەمەوپێش ئاگادار بووە لەتوانا و کارایی زەمیری نائاگایی. ئەم مەسەلەیە خوێنەر والێ ناکات کە ڕۆبچێت لەئەندێشەی ئەو بونە سەر سوڕهێنەرەی دەرونی خۆی و بەهرە بگرێت لێ‌ی بو لەبەرەو پێش بوونی ژیانیدا؟ چاوێکی‌تر بخشێنێتەوە بەتواناکانیدا: توانای دەرەکی بینایی و بیستن و ئامادەیی سەربەست کردنی مرۆڤ لەهەموو کۆت و بەندێك بەتایبەتی ژان و شڵەژان و ئازادی ڕۆحی و

١ـ تعقیم: قەڵاچۆکردنی هەموو بەکتریایە کە وە داخستنی ناوەندی قەڵاچۆکراو لەسەر هەموو جۆرە بەکتریایەك.

لەشی و ئامادەکردنی مرۆڤ بۆ دۆزینەوەی ڕێگا چارەی گرفتەکان و دژوارییەکان[١]، سەرجەمی ئەم ئیمکاناتەو زۆرێکی‌تر ئێوە ئاگادار ئەکاتەوە لەهێزی دەروونی موعجیزە گەرێک کە لە دەروونی خۆتاندا هەیەکە چۆن ئەبێتە هۆی بەرز بونەوەی هۆش و فیراسەت تان لەکاتی دروست بوونی قەیران و دژوارییەکانی ژیاندا تا بتوانیت ڕێگا چارەیەک بدۆزیتەوە خۆت لەو تەنگیە دەرباز بکەیت.

پەرتوکی ژیان

بیرو باوەڕ و بۆچون و بیردۆزەکانی ژیانی خۆت هەرچی هەن با بین لەسەر ڕوی زەمیری خۆت هەڵی کۆڵە. ڕۆژگارێک دێتە پێشەوە کەلە دیاردەکانیان بەئەندازەی پێویست توێشوو بگرین. ئەوشتەی کەلەسەر لە وحەی زیهنت ئەینوسیت

١ـ خوای گەورە لە سورەتی (الانبیاء) داباس لەورەبەرزی و بێ ئومێد نەبوونی پێغەمبەر دەکات لەئاست ئەو هەموو ئێش و ژانەدا (وایوب اذا نادى ربه اني مسني الضر وانت ارحم الراحمين).

ڕۆژگارێک سەوز ئەبێت و بەرهەمی خۆی ئەدات.

هەرکەس لەژیاندا دوولایەنی هەیە، عەینی و زیهنی یان دیار و نادیار یان ئەندێشە و دارێژ راو. بیرۆکەکانی مرۆڤ بەهۆی مێشکەوە کە ئەندامی وجدان و ئاگا و عەقلانی هەر مرۆڤێکە وەر ئەگیرێت، کاتێک زەمیری ئاگا و عەینی کەسێک بەتەواوی ئەندێشەیەکی وەر ئەگرێت و ڕەوانەی ئەکات بۆ قولایی زەمیری خۆی، تا بەپێی پێویست شێوەی خۆی وەرگرێت و لەەل و مۆڵەتی دڵخوازدا بەشێوەی ئەزموون خۆی دەرخات.

لەپێشتر ئاماژەم بەوەکرد کەهەستی دەروون «شعورالباطن» تاقەتی چەنەبازی و موجادەلەی نی‌یە. هەرچیەکی پێبدەیت قبوڵی ئەکات و بەشێوەی حوکمێکی بڕاوە لای خۆی تۆماری ئەکات. هەر لەبەرئەوەیە هیچ کەس تاکۆتایی تەمەن واتە: بەرئەنجامی لێکۆڵینەوەی زەمیری ئاگاتان وەر ئەگرێت. ساتێک لە نووسین و هەڵکۆڵین لەسەر پەڕەی دڵ ناوەستێت، وەبیرۆکەکانی بۆ ئەو ئەزمونە بەدی دێن. لێکۆڵەری

بەناوبانگی ئەمەریکایی بەناوی «راڵف ئاڵدۆ ئەمیرسون» لەم بارەیەوە بەم شێوەیە ڕای خۆی دەر دەبڕێت:

«مرۆڤ بونەوەرێکە بە درێژایی ڕۆژ ساتێک لەبیرکردنەوە ناوەستێت»

هەرکەسێک بەرهەمی بیری خۆی دەدورێتەوە

«ویلیام جیمز» باوکی دەروون ناسی ئەمەریکی باوەڕی وایە ئەو هێزەی کە هەموو بونەوەر ئەبزوێنێت هەر ئەو هێزەیە کە لەدەروونی هەر کەسێکدا خۆی حەشارداوە وەهەر ئەو زەمیری شاراوەیشە پەیوەست ئەبێت لەگەڵ دەریای بێ‌سنووری هۆش و ژیرییەوە و لەئەو سەرچاوەی بێ‌سنووری قانونی ژیان خۆراک وەرئەگرێت.

بوونی ئەم هەموو ستەم و سەراسیمە و بەدبەختی و داماویە سەرچاوەکەی پەی نەبردنی پەیوەندی دروستی مرۆڤە لەنێوان ویژدانی ئاگا و نائاگای خۆیدا و نەناسینی کردەوە و توانایەتی. ئەگەر ئەم دوانە واتا ویژدانی ئاگا و نائاگا بەشێوەیەک پێکەوە

هەما هەنگ بن و هاوکاری بکەن خاوەنەکەیان لەچالاکی و ئومێد و تەندروستی و گەشبینی تێر و پاراو ئەکەن.

ئەوشتەی کە لەزەمیری تۆدا شێوەی کێشراوە و ڕۆژگارێک لەژیانتا ئاسەواری دەرئەکەوێت، ئەو ڕاستیەیە کەموسا و عیسا و داود و زەردەشت و (ئالتۆتسۆ ALO - Tsea) ئاماژەیان بۆ کردوە[١].

ئەوشتەی کەزیهنی مرۆڤ وەک ڕاستیەک وەری ئەگرێت و لەهەل و مەرج و ڕووداوی تایبەتیدا ئەگەری دەرکەوتن پەیدا ئەکات بو جێبەجێبوونی ئەم مەسەلە ئەبێت ڕەفتار و عەواتف هەما هەنگ بن. ئێرە دەستووری کار و کاردانەوە لەهەموو سروشتدا بەڕوونی ئەبینین، ئەگەر لەنێوانی ئەم دووانەدا هاودەنگی و هەماهەنگی دروست ببێت تەعادل و هاوسەنگیش بەدی دێت. بەواتایەکی جوانتر لەنێوانی ئەوەی

١ـ دوا پێغەمبەریش (محمد) درود و سڵاوی خوای لێبێت ئاماژەی بۆ ئەم ڕاستیە کردوە تفاءلوا بالخیر تـجدوە» وە ئەم حەدیسە قودسیەش دەفەرموێت: «انا عند ظنّ عبدي بي».

دەبدەیت و ئەوەی وەری دەگریت ئەبێت هاوسەنگی و هەماهەنگی هەبێت، ناکامی و شکستەکانی مرۆڤ هەڵقوڵاوی ئارەزووی سەرکوتکراوو تێر نەکراوە.

ئەگەر ڕێگا بدەن بەبیرکردنەوەی سەلبی لەهەر لایەکەوە خۆی بکات بەناو فیکرو مێشکتاندا ئەبێتە هۆی دروست بوونی هەست و عەواتفی وێرانکەر و بەشێوەیەک لەمەلاسی سەرهەڵداندا ئەبێت. ئەم جۆرە وروژانە سەلبیانە زۆربەی کات خۆیان لەشێوەی برینی (قرجە)ی کۆئەندامی هەرس «گەدە و ڕیخۆڵە و ئەندامەکانی تر» وەلەناڕەحەتی دڵ وفشاری خوێن و جۆرەهاشڵەژان و نائارامی خۆیان دەرئەخەن، راستی لەکاتێکدا لەئاوا حاڵێکدا چ بیرێک ئەدات لەمێشکت چۆن هەستێک بۆ دروست ئەبێت؟ وەڵامی ڕاستەقینە ئاوایە کەهەموو بەشەکانی وجودتان وەڵام ئەداتەوە و ئەو بیرەی تیا ئەخوێنرێتەوە. حاڵەتی لەش و تەندروستیتان و حاڵەتی ئابووریتان و دۆست و هاوڕێکانتان و جێگای کۆمەڵایەتیتان، هەمووی بەرهەم و کاردانەوەی زهنیاتێکە کە خۆتان دروستان

کردوە، وەواتای ئەو شتەیە کە لەزەمیری شاراوەتانا ڕەنگی داوەتەوە، لەتەواوی قۆناغەکانی ژیانتاندا سەر هەڵئەدات.

ئێمە بە قبوڵکردنی بیری سەلبی و وێرانکەر ژیانی خۆمانمان لەدەست داوە. بەدرێژایی تەمەنی خۆت توشی توڕەیی شێت ئاسا بوویت؟[1] یان بێهودە گیرۆدەی ترس و حەسودی و هەستی تۆڵە سەندن بوویت؟ ئەمانە هەموو بیرو ئەفکارێکی ژەهراوین کەلەسەر خۆو پلە بەپلە دزە ئەکەنە ناو زەمیری تۆ وە و ژاراوی ئەکەن مرۆڤ بەئەندێشەی ژەهراوییەوە نەهاتۆتە دونیا. ڕێگا چارەش پاراو کردنی زەمیرە بەئەندێشەی پاک و ڕوون و دەرپەڕاندنی ئەو ئەندێشە ناپاکانەی کەتیا هێلانەیان کردوە. بەهەر ئەندازەیەک سەرکەوتوبیت لەدەرکردنی ئەو ئەندێشانەدا بەو ئەندازەیەش ئەتوانیت ڕابووردوی نالەباری خۆت فڕێ بدەیتە زەمبیلەی فەرامۆشی.

١ـ خوای گەورە داوا لە پێغەمبەر دەکات کەبەسەرهاتی کورەکانی ئادەم بۆ ئومەتەکەی بگێڕیتەوە کە چۆن تووشی دەردی حەسەد هاتووە و بەو هۆیەوە براکەی خۆی دەکوژێت. بەوکارە یەکەم خوێن ڕێژی لەسەر زەوی ئەنجام درا.

چەند ساڵ لەمە و پێش من (جوزیف) تـوشی گـلاندنێکی شێرپەنجە بووم. دوکتۆرەکان ئـومێدیان بـڕی بـوو. ڕۆژێک قەشەیەک هات بۆ سەردانم و هەستی بەپەژارەو نیگەرانی من کرد کاتژمێرێکی لەباخەڵیا دەرهێنا و ووتی:

سەیری ئەم کاتژمێرە کە وەستایەک کـە دروسـتی کـردوە لەکاتی پێویستیشدا ئەتوانێت چاکی کاتەوە».

ئەوەی هێنایە یادم کە هۆشی شاراوەی من (زەمیر) وەکـو ئەو سەعات سازە وایە هەروەکو لەداڕشتن و دروستکردنی لەش و ڕۆحی ئێمەدا ڕۆڵی هەبو خۆیشی ئەتوانێت عەیبەکانی چارەسەربکات. تەنها شتێک کە ئێمە بیکەین ئەوەیە کە داوای لێبکەین سەلامەتی و تەندروستی تەواومان بۆ بگێڕێتەوە[١].

من تەمرینات و مەشقی ڕۆژانەمم بەم شێوە تەڵقیناتە دەست پێکرد:

«سەرجەمی ئەندامەکـانی لەشـم هـۆش و زەمـیرم پـێکی

١ـ وەک پـێغەمبەر ﷺ لە نـزای ئـێوارانـدا دەیـفەرموو: (ئەی پـەروەردگارم لەش سـاغ و تـەندروستیم بـاش کـەیت و چاوو گوێم سەلامەت کەیت).

هێناوە. ئێستا خۆی ئەزانێت چۆن شیفام بۆ دروست بکات.
وەعەقڵ و ژیری ئەوە کە ئەندام ئاساکان و چنراوەکان و
ماسولکەکان و رەگ و ئێسقانم پێک دێنێت. ئەو بەخششە
خواییە دەرمانکەرەکە لەوجوی مندا هەیە هەر بەشێکی لە
وجـودی مـن سـەرلەنوێ دای ئـەرێژێتەوە و جارێکی تر
تەندروستی و سەلامەتی بۆ من ئەگێڕێتەوە. لەتوانای هۆشی
دروست کەرەم ئاگادارم و ئومێدم پێ بەستووە».

ڕۆژانە سێ جار بەدەنگی بەرزو دانە دانە ئەم وشانەم
دوبارەئەکردەوە و سەرئەنجام لەپاش سێ مانگ ئاسەواری
بەرهەمی موعجیزە ئاسای ئەوەم دی کە لەڕێ پێستم هیچ
شوێنەوارێکی گرێکە نەما.

بەوشێوەیە بینیتان بەتێرکردنی زەمیر لەئیلقائاتی ئیجابی و
سەلامەت بەخش و پەیامی پڕلە ئومێد وگەش بینی خرابترین
گلاندی نەخۆشی لەناوبردو یەکێک لەموعیجزەکانی تەڵقینم
بەچاوبینی.

چاودێری کردنی لەش لەلایەن زەمیرەوە

لەوکاتە داکەلەناو نوێندا خۆت مت کردوە یان لەشیرینی خەودایت، زەمیرت بەشێوەیکی ماندونەناسانە و هۆشیار و بێدار چاودێری تەواوی ئەرکەکانی ژیانی لەشی تۆ ئەکات (ئەویش بەبێ یارمەتی زەمیری ئاگا). بۆ نموونە کاتێک خەوتویت دڵی تۆ بەشێوەیەکی بەردەوام ڕێک و پێک لەسەر چالاکی و لێدانی خۆی بەردەوامە، سیەکانت سرەوتن و پشوودان ناناسن بە هەناسەدان و دانەوەی هەوای پاک وەر ئەگرن و هەوای پیس دەرئەکەن. وەهەروەها کۆئەندامی هەوای پاک وەر ئەگرن و هەوای پیس دەرئەکەن. وەهەروەها کۆئەندامی هەرس و گورچیلەکانت و باقی ئەندامەکانی تر. بەکورتی سەرجەم ئەرکەکان و جوڵە و کردارە پڕنهێنی و ئاڵۆزەکانی لەش ئەخاتە ژێر چاودێرییەوە.

موەکانتان لەخەو و بێداریدا بەگەشەی خۆیان درێژە ئەدەن. زانایانی زیندەوەر ناسی ئەم خاڵەیان سەلماندوە کەلەش لەکاتی خەوتنیدا زیاتر لەکاتی بێداری عارەق و ژارەکانی ناوەوە

دەردەدات. تەنانەت بینایی و بیستن و باقی هەستەکانی تۆ لەکاتی خەوتندا دەست لەچالاکی هەڵناگرن، وەنموونەی لەبەرچاوی ئەمەیش ئەو ڕێگاچارانەن کەلێکۆڵەرەوانی جیهانی زانست لەجیهانی خەودا پێی گەیشتوون. جار جارێک ڕێ ئەوکەوێت کە تووشی قەیرانی دەمارگیری و شڵەژان و ترس و پەژارەبویت، لەم کاتەدا ویژدانی ئاگات سیستەم و ئاهەنگ و سروشتی دڵ و جوڵەی سیەکان و ئیشەکانی گەدەو ڕیخۆڵەکان تێک ئەدات، بەشێوەیەکی تر بڵێم قاڵبی ئەندێشەت کارە هاوسەنگ و هەما هەنگاکانی زەمیرت نارێک و سەراسیمە ئەکات.

کەواتە کاتێک لەبارەی فیکریەوە تووشی گرفت و نارەحەتی و شڵە ژان بویت، چاکترین کار ئەوەیە بەوپەڕی ئاسودەیی ڕابکێشیت، چەرخە خێرا و بین گرتوەکانی فیکرەت لەجوڵەی پڕجۆش و خرۆش و دێوانە بوت بوەستێنە. پاشان لەگەڵ زەمیرتدا بکەوەرەوە گفتوگۆ و داوای لێبکە ئارام و خوێن ساردیت بۆ بگێڕێتەوە.

ئەوکاتە لەوپەڕی شڵەژاندا ئەبینیت کەوجودو بونی دژوارت بەرەو ئارامی ئەگەڕێتەوە پاش کاتێکی کەم لەوهەموو جۆش و کوڵان و وروژانە ئاسەوا ڕێک نامێنێت. ئاگاداربیت لەگەڵ زەمیری خۆتا ئەبێت جددی و فەرماندانە گفتوگۆبکەیت تاگوێ لەفەرمانەکانت بگرێت و جێبەجێیان بکات. زەمیر رەغبەتی وایە هەمیشە ژیانتان لەگرفتی رۆژگار بپارێزێت و بەهەر نرخێک بووە تەندروستیتان بەردەوام بکات. هەرئەوە کەهانتان ئەدات بەحوکمی غەریزە منداڵەکانتان خۆش بوێت وەئەوانیش ئەو هەستە تاکۆتایی تەمەن بپارێزن.(١) ئەو هێزە (خارق العادە) یەکەئەگەر زەهرێکی کوشندەت خواردبێتەوە دەری ئەکاتە دەرەوە، چەندین جار بەدرێژای تەمەن ئەم کردارە دوبارەئەکاتەوە و بێ ئەوەی تۆ ئاگات لەم فیداکاریە مەزنە بێت.

١ـ خوای گەورە لەسورەتی (فرقان) دا دەربارەی سیفاتی ئیمانداران و بەزمانی حاڵی ئەوان دەفەرموێت: (پەروەردگارا هاوسەر و منداڵانێکمان پێببەخشە کە چاوو دڵمانی پێ ڕووناک ببێتەوە، وەبمانکە بەپێشەنگی بڕوا داران).

Scanned with CamScanner

یەکەمین شتێک کە پێویستە سەرنجی بدەیت و گرنگیەکی تایبەتی هەیە ئەوەیە کەزەمیر ساتێک لەچالاکی ناسرەوێت و شەو ڕۆژ لەکۆششی بێ وچاندایە، خەو و غەفڵەت نـاناسێت، وەستا و میعماری لەشی مـرۆڤە، بـەڵام کـەسانێکی زۆر کـەم ئاگایان لە ئەم چالاکیە شەوانە ڕۆژی و جموجوڵی بێدەن و ئارامی (زیهنی) خۆیانە هەیە. مرۆڤ زیاتر لەگـەڵ هـەست و زەمیری ئاگای خۆیدا سـەروکاری هـەیە نـەلەگـەڵ قـوڵایی زەمیری لەبیرکردوی خۆی. جا بۆیە پـێویستە خشت خشـتی ماڵی زەمیر بەشادی و چـالاکـی وگـەشبینی و ئـومێدەواری دابڕێژریت بەشێوەیەک جێگایەک نەمێنێتەوە بۆ ئەندێشەی بێ ئومێدی و غەماوی. ئامان ئەم جۆرە ئەندێشانە نـەنێرێت بـۆ زەمیری شاراوەت (ضمير الباطن)!

بزانە کە ئاو شێوەی ئەو لولەیـە وەرئـەگـرێت کـەبەناویدا تێپەڕئەبێت، هەروەهائەوشتەیش کەلە زاتی ئێوەدا هەیە بەپێی سروشتی ئەندێشەتان شێوە وەرئەگرێت و خۆی پیشان ئەدات، ئەو زەمیری تۆیە وکە بەپێی بەرهەمی ئـەندێشەت شـادی و

چالاکی و خۆش بەختی و گەشیبینی بەناو لولەی و جودتا ئەبات وەیان بەپێچەوانەوە. کەواتە بەچاوێکی دۆست و پشتیوان و هاو ڕێیەکی موعجیزە دورست کەری هەمیشە سەیری بکە و ئەو شتەی ئەتەوێت بەلولەی وجود تا بیگوزەرێنیت خۆت لەپێشیا دیاری بکە.

زەمیری دەرمانکەر

خاتو بیر «Bire» ژنێکی نابینابوو توانی بەموعجیزەی زەمیری بەتوانای خۆی بینایی بەدەست بهێنێتەوە و تائێستایش پەروەندە (ملف) ی پزیشکی ئەو لەبنکەی «لۆرد» لە فەرەنسا دا دانراوە و پزیشکەکانی پلە باڵای ئەوێ مۆری قبوڵیان لێداوە.

لەنۆڤەمبەری ١٩٥٥ دا، گۆڤاری «میک کاڵ» لەم بارەیەوە ئاوای نوسیبوو:

«چەندەها جار پزیشکانی پسپۆڕی چاو دوای پشکنینی ووردی چاوەکانی خاتوو (بیر) ئاشکرایان کرد کە (اعصاب)ی

چاوەکانی خراپ بووە و هەرگیز ئەگەری دروست بوونەوەی نیە، بەڵام بەشێوەیەکی سەر سورهێنەر یەک مانگ دوای پشکنینەکانی کوتوپڕ چاوەکانی خاتوو بیر ڕوون بۆنەوە، ئەم مەسەلەیە جەنجاڵیەکی فراوانی لەناو کۆمەڵگای پزیشکیدا دروست کردوە»(١).

زۆرێک باوەڕیان وابوو خاتوو بیر لەئەنجامی خواردنەوەی ئاوی کانزایی (معدنی) شیفا بەخشی ناوچەی

١- من خۆم کورێک و کچێک لەنزیکەوە ئەناسم لەوانەیە ناونیشانیان بدەن گلەییم لیٚچبکەن... کورەکە وەک لەشەوێکی تاریکدا کارەبا بکوژێتەوە ئاوا رەشایی بەسەر چاویدا هات و کوێربوو، پزیشکەکان وتیان: ئەمە نەخۆشیەکی ناسراوە و بەهیچ شێوەیەک چارەی ناکرێت. بەڵام ئێوارەیەکی رەمەزان خۆی و هاورێکانی دەست بەدوعا رویان کردە پەروەردگار و زۆر پارانەوە و هەر ئەوکاتە لەناو هاورێکانیدا خەو زۆری بۆهانی و خەوت و هاورێکانی بەجێیان هێشت کاتێ ئێوارە لەخەوهەستا هەردوو چاوی ساغ و بێعەیب دەیان بینی. کچەکەش یەک چاوی کوێر بوو چەند ساڵ بەسەریا تێپەری و چاوەکەی نیشت و پوکەیەوە و شوێنەکەی چاڵ بوو بەڵام بەیانیەک لەخەوهەستا ئەو چاوەکەی کەهەر نەمابوو هەروەک ئەو چاوەکەی دیکەش گەش و جوان دەرکەوت و ئەیبینی تا ئێستا هەردوکیان هەن و چاویان ساغە. (وەرگێر).

(لورد) شیفای دەست کەوتوە، بەڵام راستی مەسەلەکە ئەوهێزە شاراوەبوەکەلە زەمیری ئەودا حەشار درابوو ئەوی لە نابینایی رزگارکرد و جارێکی تر موعجیزەی هێزی دەروونی سەلماند. لەراستیدا خودی شیفادەر لەئەندێشەو دەروونی ئەودا قەراری گرتبوو، بۆیە لەپێشتر هەر بەو شێوەیە ئاماژەمان بەمەکرد کەباوەڕو ئیعتقاد ئەندێشەیەکە کەلە زەمیردا هەڵەگیرێت و ئەپارێزرێت و لەپاش ئەوەی قوبوڵکرا بەشێوەیەکی خۆ نەویست وەڵامی ئیجابی ئەداتەوە. مەسەلەی خاتوو (بیر پشتگیری ئەم راستیە ئەکات کەئەو بەئیمان و باوەڕ بەمەی کە لە (لۆرد) شیفای دەست ئەکەوێت بەرەو ئەو ناوچەیە رۆیشت و لەوێ هێزی شاراوەی شیفا بەخشی دەرونی ئەو بەتەواوی توانایەوە کەوتەکار و بینایی ئەوی بۆچاوەکانی گێڕایەوە. هێزیکی دەروونی توانی بێت شیفای ژنێکی کوێر بدات ئایا ناتوانێت دەمارێکی تێکچوو ڕێکبخاتەوە و ژیانی بکات بەبەردا؟ ئەمەش بەسراوە بە پلەی ئیمان و باوەڕی ئەوکەسەوە.

یەکێک لەدۆستەکانم سیەکانی تووشی شێرپەنجە بوبو

شێوەی دەرمانکردنی خۆیی بۆم نوسی بەم شیوەیە: «هەر ڕۆژ چەند جار ڕائەکشام و لەکاتێکدا لەباری ڕۆحی و لەشەوە خۆمم ئارام ئەکرد بەو شتانەی ئەکەوتمە گفتوگۆ لەگەڵ خۆمدا: لەژێر پێمەوە تا قولە پێم ساقی پێم هەست بەئارامی ئەکەم، پاشان چاوم لەخەو گەرم ئەبوو لەو حاڵەدا ئەم ڕاستیەم دەست ئەکەوت: بیری تەندروستی و لەش ساغی هەموو گیانم ئەگرێتەوە و هەموو زەمیرم پڕئەکاتەوە».

ئەم دۆستەم لەم نەخۆشیە کوشندەیە ڕزگاری بوو لەپاش ئەوە بەهەر کەس ئەگەیشت ئامۆژگاری ئەکرد کە جگە لەتەندروستی و چالاکی هیچ ئەندێشەیەکی تر نەسپێرێت بەزیهنی خۆی.

دۆست و ناسراوێکی ترم کەبەتەواوی ئیفلیج بوبو وەهەرگیز توانای هەڵس و کەوتی نەمابوو، ئامۆژگاریم کرد ئەم ئەندێشەیە بخاتە زیهنی خۆیەوە کەگوایە چاک بۆتەوە و لەنوسینگەی کارەکەیدا دانیشتووە وەڵامی تەلەفۆنات ئەداتەوە و بەملا و بەولادا بەچالاکی دێت و ئەڕوات، بەکورتی بیری

سەلامەتی تەواوی لەزەمیریدا بڕوێنێت. ئەو بەتەواوی ئیمانی بەم خاڵە هەبوو کە ئەبێت ئەم باوەڕە بسپێرێت بەقوڵای زەمیری خۆی وەلەسەر ئەم بنەمایە کەوتە یاری کردن و بەجوانی و بەبێ کۆتایی لەسەر ئەم خاڵە ئیشی کرد. خۆی لەنوسینگەکەیدا ئەبینی و سەرگەرمی ئیش بوو. بەم شێوەیە ئەیویست زەمیری حاڵی بکات کە کاری ئیجابی چۆنە و چونکو خۆی ئەیزانی زەمیری وەک فیلمی وێنەگرتن وایە هەرچیەکی پێ بدرێت هەر ئەو لەخوێدا تۆمار دەکات.

چەند هەفتەیەک بەم شێوەیە تێپەڕی کرد، رۆژێک هاوسەر و نەخۆشەوانەکەی لەماڵ دەرچوبون و تەلەفۆنی ژوورەکەی زەنگی لێدا و هەر بەردەوام ئەزرنگایەوە و هیچ کەسیش نەبوو هەڵی بگرێت. ئەو دە«١٠»متر دووربوو لەتەلەفۆنەکەوە، ناچاربوو لەشوێنی خۆی ڕاپەڕی و خۆی گەیاند بەتەلەفونەکە. هێزی شاراوەی ناو زەمیری کاری خۆی کردبوو وەهێزی دەرمانگەری بوونی خۆیی سەلماند.

راستی مەسەلەکە ئەمەبوو کەلەزهنی ئەودا هۆکارێکی

ڕێگر خۆی دامەزراندبوو ڕێگای لەوە ئەگرت کەهێزی هیدایەت و جوڵەو ڕاکێشان بگات بەپێکانی، وەلە ئەنجامدا خۆی دانی پێدا ئەنا کەبەهیچ شێوەیەك توانای جوڵاندنی قاچەکانی نی یە. کاتێك سەرنجی خۆی لەتوخمی دەرمانکەری دەروونی خەست کردەوە ئەم هێزە توانی هۆکارە وێرانکەر و ڕێگرەکان لابدات و لەئەنجامدا قاچەکانی توانای رابووردوی خۆیان بەدەست هێنایەوە.

کورتەی ئەو خاڵانەی کە ئەبێت بەئەندێشە بسپێررێت

١- زەمیری مرۆڤ سەرجەمی کارە ژیانییەکانی لەش کۆنترۆڵ ئەکات و وەڵامی هەموو مەتەڵ و پرسیارێك ئەدۆزێتەوە.

٢- پێش لەخەوتن چاوێك بەقوڵایی زەمیری خۆتا بگێڕە و جارێکی تر باوەڕی خۆت بەهێزە موعجیزەییەکەی پتەو بکە.

٣- ئەو شتەی کەڕەوانەی قوڵایی زەمیرتی ئەکەیت بەشێوەی ئەزمون ئازمایش و ڕودا و لەئەندیشەتدا نەقش

ئەبەستێت. کەواتە ئاگاداری ئەو ئەندێشەو باوەڕانەبیت کەئەسپێرێت بەزیهنت و لەجۆری وێرانکەر و ڕەش ڕەوانەی زەمیرت نەکەیت.

٤- ئەسڵی کار و کاردانەوە لایەنێکی گشتی هەیە. ئەگەر ئەندێشە بەکار دابنێن کاردانەوەیەک وەڵامی ئۆتۆماتیکی ئەبێت لەبەرانبەر ئەندێشەوە: کەواتە هۆشیاری ئەندێشەتان بن!

٥- ئەگەر ڕێگا بدەن بەئەندێشەتان کەلە پشتی گرفت و ڕێگرەکانەوە لەشوێنی خۆی پێ بکوتێت بەزەویدا (راوح) بکات زەمیریشتان بەناچاری شوێن کەوتوی ئەو ئەبێت لەئەنجامدا خۆتان زیندان و ئەسیری ئەندێشەی ڕەش و بیری نەزۆک ئەکەن.

٦- ژیانی راستەقینە کاتێک لەوجودی ئێوەدا کەلە ڕێژ ئەبێت و لافاو ئەکات کەئێوە باوەڕتان بەم مەسەلەیە هەبێت: «من دڵنیام هێزی زەمیرم کە ئەو ئارەزووی لەمندا بزواندوە هەروەهابۆیشم ئەنجام ئەدات».

٧- ئێوە تواناتان هەیە ئەرکی ئەندامەکانی لەشی خۆتان وەک: کۆئەندامی هەرس، دڵ، هەناسەو... و بخەنە ژێر

کۆنترۆڵی خۆتانەوە بەو مەرجەی کەتەشویشی و نیگەرانی و غەم و ترس لەخۆت دوور خەیتەوە و زەمیری خۆت پڕلەشادی و تەندروستی و ئاسودەیی کەیت تا ئەرکەکانی ئەندام ئاسان کەن و بگەڕێنەوە سەرباری سروشتی خۆیان.

٨ـ ئەگەر ویژدانی ئاگای خۆتان تێربکەن لەئومێد و گەش بینی، زەمیری باتن و نائاگاتان وەفادارانە وەڵامی ئیجابی ئەداتەوە بەئەندێشەتان.(١)

٩ـ بەردەوام(٢) چاوەڕێی سەرئەنجامی خێروخۆشی هەرکارێک بە؛ تا بە سەر سوڕمانەوە شاهیدی کرانەوەی گرێ کوێرەی ژیانی خۆت بیت ئەوشتەی کەلە زیهنی خۆتدا ئەیوەشێنێت هەر ئەوەش ئەدرووێتەوە.

چارەسەری دەروونی لەچەرخەکانی رابردوودا

١ـ گۆڤاری (دانستانیها) هەواڵی مورتازێکی هیندی بڵاوکردەوە کە توانی هەموو ئەندامەکانی لەشی بخەوێنێت بۆ ماوەی چل ڕۆژ تەنانەت ڕێگەی دامۆمیایی بکەن و بیخەنە قەبرەوە و پاش چل ڕۆژ دەریان هێنایەوە هەموو ئەندامەکانی لەشی خستەوە کار.

٢ـ پێغەمبەر درود و سڵاوی خوای لێبێت دەفەرموێت: «تفاءلوا بالخير تجدوه».

بەشی چوارەم

دەروون دەرمانی لەچەرخە کۆنەکاندا

مرۆڤ هەر لەسەرەتاوە باوەڕی بەمە هەبووە کەهێزێکی دەرمان کەر لەوجودیا حەشار دراوە کە ئەتوانێت ئەرکە هەستیە ئاساییەکانی لەش کۆنترۆڵ بکات تەنانەت لەهەندێک هەل و مەرجیشدا ئەبێتە هۆی کەم کردنەوەی ژان و نەخۆشی.

مێژووی هەرشارستانیەتیەک ئەتوانێت نموونەیەکی زۆر لەم بارەیەوە بخاتە ڕوو لەچەرخەکانی سەرەتای مێژووی شارستانیەتی مرۆڤدا جادووگەران و ساحیران بوون کە بەکەڵک وەرگرتن لەهێزی دەروونی و ڕۆحی مرۆڤ

وەبەبەکارهێنانی نفوزی خۆیان، دەوروپشت و بنەماڵە و خێلیان خستۆتە ژێرکاریگەری خۆیان و گەیشتوون بەئامانجەکانی خۆیان، ئیتر سەلبی یان ئیجابی هێزی شیفادانی خۆی لەبتەکان یان لەپەروەردگارە ناسیوە[١]، بۆیە شێوەی دەرمانکردن لەسەرانسەری جیهاندا جیاوازبووە و جاروبار دەرمان و چارەکردن تەلەسم و سیحر و جادوو هاوڕێ لەگەڵ ویرد و دۆعادا.

بۆ نموونە لەچەرخەکۆنەکاندا کەپزیشکەکانی ئەو سەردەمە زۆربەیان مەزهەبی بوون نەخۆشیان بەشێوەی خەواندنی موگناتیسی (هیپۆنۆتیک) ئەخەواند و پێش خەوتنەکە تەڵقینیان ئەکرد بەنەخۆشەکەکە خواکان دێن بەهانایەوە و شیفای ئەدەن. هەوای ژوورەکەیان پڕئەکرد

١ـ وەک ئیبراهیم پێغەمبەر کاتێ بەباوک و قەومەکەی ووت ئەم بتانە هەموویان دوژمنن بەمن جگە لەخوای خاوەنم کە ئەو دروستی کردووم و ڕێ نیشاندەرمە هەر ئەوەکە خۆراکم پێ ئەبەخشێ و تێر ئاوم دەکات و کاتێ نەخۆش دەبم ئەو بەڕاستی شیفا بەخشمە.

لەبۆنی عود، میسک و عەنبەر و باقی گیا بۆن خۆشەکانی تر و جەوەکەی ئامادە ئەکرد بۆ قبوڵکردنی قسەکانی خۆی.

سەرسوڕمان لەوەدا بوو لەگەڵ ئەم جەوسازیەدا بەشێوەیەکی موعجیزە ئاسا نەخۆشەکە شیفای بۆ ئەهات ئێستا ئەزانین ئەم هەموو سەر سوڕهێنەرانە لەناو هێزی دەروونیدا بوون و کلیلی دەرگاکەیشی تەڵقینەکان بووە و هیچی تر.

بەعیبارەتێکی باشتر حەکیم و پزیشکی ئەو دەورانە لەبریتی زەمیر و دەروونی نەخۆشەکە ئەهاتنە مەیدانەوە بەخستنە ژێر کاریگەری هێزی تەخەیولی نەخۆشەکە و بە تەڵقین پێکردنی نەخۆشەکە لەشەڕی نەخۆشیەکە ڕزگاری ئەبوو.

لێرەدا شوێنی خۆیەتی ئاماژە بەم خاڵەبکەم کە لەهەموو خولەکانی مێژووی مرۆڤدا ئەم جۆرە دەرمانکەرانە لەناوەندی ڕەسەن دەرمانیدا کە پزیشکی ئەمڕۆ ئەیکات جێگایەکی تایبەتی بۆ دانەنراوە و تاوەکو ئێستاش عیلمی پزیشکی

بەچاوێکی گومانەوە سەیری ئەکەن[١] هەرچەندە دیانی پیا ئەنێن کەخزمەتێکی بەنرخی کردووە بەجیهانی مرۆڤایەتی. ئەم دەستەیە باوەڕیان وایە کە ئەبێت بەنەخۆش بباوەڕێنێت کەهێزێکی شاراوە لەدەروونی خۆیدا هەیە کە هەر ئەوە ئەتوانێت ئەو لەمەرگ و تیاچوون رزگار بکات، ئەگەر ئەو بەربەستە وێرانکەرە بشکێت هێزی دروستکەر و دەرمانکەر نەخۆشیەکە لەلەش و پەیکەری ئەودا دەرئەکاتە دەرەوە و سەلامەتی و تەندروستی بۆ ئەو ئەگێڕێتەوە، سەر سوڕهێنەرتر لەوە حەکیمەکان ئەو دەرمانانەی کە ئەیان نواندا زۆربەیان هیچ پەیوەندیەکیان بەنەخۆشیەکەوە نەبوو؛ بەڵکو هێزی بیر کردنەوەی هەست و ئەندێشەی تیژ ئەکردەوە و ئەبزواند، واتە لایەنی مێشکی هەبوو نە لایەنی لەشی. بەڵام هەر کەڵك وەرگرتن لەو دەرمانانە ئەبوویە هۆی گێڕانەوەی تەندروستی.

***

١- چونکە زانیاری پزیشکی زانیاریەکی تاقیگایی ماددی روویە کەواتە هەر زانیاریەك نەچێتە ژێر تاقیگاوە وەری ناگرێت ئەگەر ئاسەواریشی دیاربێت.

لەبەشکانی ڕابردوودا ئاماژەمان بەوە کرد کە قاڵب ڕێژی کردنی ئەندێشە لەزیهندا باوڕاندنیەتی بەزەمیر و چاندنیەتی لەباخچەی دڵدا کەگوایە بەدی هاتنی هەر ئاواتێکی ئێمە پەیوەندی سەد لەسەدی هەیە بەنەوعی بیرکردنەوەی ئێمەوە. وتمان کە هەر تۆوێک لەم کێڵگەدا دەچێنیت بەرهەمەکەی بەچاوی خۆت ئەبینیت. هەر لەبەرئەوەبوو ئاماژەم کرد بەداچاندنی تۆوی شادی و گەشبینی و ئاسوودەیی کە بەرهەمێکی پڕفەڕو بەرەکەتی ئەبێت.

بوونی باوەڕ یەکێک بوو لەو خاڵانەی کەبۆ چارەی نەخۆشی کەڵکی لێوەرئەگیرا لەم بارەیەوە نموونەیەک باس ئەکەم.

-داد وەر (ترد وارد) لەونامانەی کە دەربارەی عیلم و فیکر نووسیویەتی لەسەر ئەم خاڵە جەختی کردوە کەئیرادە میکانیزمی تایبەتی خۆی هەیە بەهۆی ئیمانەوە پشتیوانی لێ بکرێت و بەهێز بکرێت بەپێی پێویست لەکات و شوێنی دیاری کراودا ئاسەوار و بەرهەمی خۆی ئەدات. لەڕاستیدا

Scanned with CamScanner

ئەوە خۆمانین کە بەبیری ڕەشی خۆمان نەهامەتی و ئەشکەنجە و بێقەراری و تێکشکانی لەش و ڕۆحیمان خۆمان بۆ خۆمانی ئەسازێنین چونکە یاسا سادە و سروشتیەکانی ژێر پێئەکەین لەکاتێکدا توانامان نی‌یە بەشێوەیەکی دروست بنەما سروشتیەکان بخەینەکار ئەبێت زیانەکانیشی قبوڵ بکەین کەژان و نەداری و نەخۆشی و بەد بەختی و نائارامی و نائومێدیە، ئەویش بەرهەمی سەد لەسەدی نەزانی و غەفڵەت و ڕەشبینینە.

ئەمەیش ئەزانین کە تاگرفتێک پێک نەیەت ناکەوینە بیری ڕێگا چارە. ئەم کارەش کاتێک ئاسان ئەبێت کەلەهێزی دەرونی خۆمان داوای هانا و یارمەتیمان کردبێت.

کاتێک کەلەبن بەستدا گیرمانکرد، ئاسایی بیری سەلبی و ئیجابی هەردوکیان پێکەو دێنە ڕێت، ئەوکاتە ئەگەر بتوانیت بیری سەلبی وەک: ترس و نائومێدی و باوەڕ بەخۆنەبوون و هەست بەبێ کەسی کردن تا رومار بکەیت و بیری ئیجابی وەک خۆش بینی و ئومێد و باوەڕ بەخۆبوون جێ نشینی ئەوان بکەیت ئەوکاتە ئەگەیت بەڕێگا چارەی شیاو و گونجا و هەر

لەمپەر و گرفتێک لەسەر ڕێگادابێت لائەچێت.

***

لەزۆرێک لەجێگا پیرۆزەکاندا وەک کلیسا و مزگەوت، بەدرێژایی چەرخەکان لەم جۆرە ڕووداوانە هەزاران جار ڕووی داوە. من خۆم جارێ چوبوم بۆ (یابان) چومە پەرستگای «دیابوتسو». پەیکەری دیو ئاسایی (٤٢ پێ) ی بودام بینی کە زیارەتگای خەڵکی ئەویەو لاوو پیرو جیهان گەردەکان لەسەراسەری دونیاوە ئەهاتن بۆ دیدەنی و بەزرەکانیان پێشکەش ئەکرد. لەوێدا ئاگاداری ڕاز و نیازی کچێک بوم کەلەعالەمی ڕۆحیدا نوقم بوبو لەژێر لێوەوە دوعای ئەخوێند کچەکە دوو پرتەقاڵی لەبەرپێی پەیکەرەکە دانابوو چاو ساغەکەم دوعا و نزاکانی ئەو کچەی بۆم وەرگێڕا ووتی: ئەو کچە تا چەندێک لەمەوپێش دەنگ و زمانی نەبووە ماوەیەکی زۆر بەئومێد و باوەڕێکی پتەوەوە ئەهات بۆلای پەیکەری بودا و دەستی ئەکرد بەنزاکردن. لەڕاستیدا ڕاستیەکەی ئەوەیە کە خۆی توانی ئاگری ئومێد و باوەڕی

لەدەروونی خۆیدا تیژکات، وە زەمیری شاراوەی وەڵامی ئیجابی دایەوە تا لەئەنجامدا توانای قسەکردنی بەدەست هێنا، ئەوە هەر ئەو شتەیە کەکەناونراوە بە موعجیزە، ئەگینا کاکڵە و ناوەڕۆکی ئەو پەیکەرە تەنها بەردێکی بێسوود و بێزیانە و هیچی تر.

یەکێک لەخزمانی خۆم کەلەئوستراليا نەژیا تووشی سیل هات و کەوتە خەستە خانەوە و ڕۆژ بەڕۆژ حاڵی خراپتربوو، کوڕە گەنجەکەی کەلەئەوروپا بەهۆی ئاشناییەک کەهەیبوو لەسەر ڕۆحیەی باوکی چو بۆ ئوستراليا بۆ سەردانی باوکی و پارچەیەک دار و ئەنگوسیلەیەکی ئاسایی هێنا بۆ باوکی و چپانی بەگوێچکەیدا ووتی:

ئەمەم لەقەشەیەک بەبڕی ٥٠٠ دۆلار کڕیوە. قەشەکە ئەڵێت ئەم دارە پارچەیەکە لەو سەلیبەی کەمەسیحی پێوەئاوێزان کراوە ئەم ئەنگوسیلەیەش کراوە بەتەبەڕک و تائێستا گیانی هەزارانی لەمەرگ رزگار کردوە.

باوک هەردوکیانی وەرگرت و ماچی کرد و گوشی

بەخۆیدا، تاسبینێ ئەو ڕۆژە (تاکەی) بەریدا لەخۆیی جیا نەکردەوە. دکتۆرەکان پاش ماوەیەک بەحاڵەتێکی سەر سوڕهێنەر هەواڵیان داکەهیچ ئاسەوارێکی نەخۆشیەکە بەجێ نەماوە. لەمەیش سەر سورهێنەرتر ئەوەیە کەکوڕەکەی دانی پیا ناکەپارچە دارەکەی لەزەویدا هەڵگرتووەو ئەنگوسیلەکەیشی بەنرخێکی زۆر کەم کڕیوە لە کۆنە فرۆشێک.

ئێستا بەوەمان زانی کەئەو پارچە دارەو ئەنگوستیلەیە هیچ کارێکیان لەدەست نایە بەڵکو هێزی شاراوەی ئیمان کەلە قوڵایی زەمیری پیرە پیاوەکەدا حەشاردرابوو ئومێدی چارەو دەرمان بوونی لەئەو دا ڕاپەڕاند و نەخۆشیەکەی لەلەشی ئەودا دەرپەڕاند و تارومار کرد هەرگیز پیرەپیاوەکە لەم فێڵە ئاگادار نەکرا چونکە نەخۆشیەکە ئەگەڕایەوە سەری و لەناو غەم و پەژارەدا ئەمرد ئەو پیاو (١٥) ساڵ پاش ئەو نەخۆشیە بەسەلامەتی ژیا و پاشان لەتەمەنی (٨٩) ساڵیا گیانی بەخوا سپارد.

ئەواجارێکی تر ئەچینەوە بەسەر ئەو بابەتانەدا کەبنەما

سەرەکیەکانیمان خستە بەر تەفسیر و لێکۆڵینەوە:

ئەرك و کردەوە و ڕۆحیە، یان نەفسانیەکانی ئێمە ئاڵۆزییەکانی تایبەتی هەیە بەهەرحاڵ هەرکەسە خاوەنی دوو زەمیری بێدار و خەوتووە. زەمیری خەوتوو لەبارەی پلەبەندیەوە لەژێر زەمیری بێدار یا ویجدانی ئاگادا گیرساوەتەوە و هەمیشە پەیڕەو و شوێنکەوتووی هێزی تەڵقینە و بەتوندی ئەچێتە ژێرگاریگەری ئەوەوە، هەر ئەو زەمیرەچاودێری ڕەهاو تەواوی لەسەر ئەرك و کردەوە و دۆخ و مەرجەکان و هەستەکانی لەشی گرتۆتەگەردن.

ئەمەش ئەزانین هێزی تەڵقین ئەتوانێت نیشانەکان و ئاسەواری نەخۆشییەك کەچارەسەر کراوە و پاك بووەتەوە جارێکیتر بگێڕێتەوە (لەحاڵەتی هینپۆز یان خەوی موگناتیسی) دا. بۆ نموونە لەم جۆرە حاڵانەدا نەخۆش نیشانەی تای لێوەدەر ئەکەوێت، دیمەنی پەڵە پەڵە سور ئەبێتەوە و دوایی لەرز ئەیگرێت، بەکورتی بەپێی ئەو تەڵقینەی کەوەری ئەگرێت تووشی ئەو نەخۆشیە تایبەتیە ئەبێت. یان ئەگەر وای

پەیام پێبدەیت کەگوایە ئیفلیج بووە و توانای ڕێگە ڕۆیشتنی نیە بێگومان وەک ئیفلیجێک گلۆڵە ئەبێت. یان ئەگەر فنجانێک ئاو لەژێر لووتیدا ڕابگیرێت و بڵێیت پڕیەتی لەئاڵەت و فلفل بۆنی کە، یەکسەر دەست ئەکات بەپژمین و!. ئایا ڕات دەربارەی ئەم شێوازە جیاوازانە چییە؟

یان ئەگەر کەسێک لە هەڵاڵەی گوڵ هەستیار بێت گوڵێکی پلاستیکی یان پەرداخێکی خاڵی لەبەر لووتیا ڕابگرێت و ئەو لەکاتێکدا لەحاڵەتی هینپۆتیزمدا بێت بڵێت ئەوە هەڵاڵەی گولە هەمان کاردانەوەی پیشان ئەدات کە لە بەرانبەر هەڵاڵەی گوڵدا پیشانی ئەدات. بەم شێوەیە ئاشکرا ئەبێت کەسەرچاوەی نەخۆشی ئاوا کەسانێک مێشکی و دەرونیەتی کەواتە دەرمان و چارەی ئەو هەر لەڕێگای مێشکەوە ئەبێت، بەتەواوی سەرجەمی هەموو ڕێگاکان بەستراوە بەقوڵایی زەمیرەوە کە لەزنجیرەی پێشوودا ئاماژەمان بۆ کرد.

وادابنێ یەکێک لەپەنجەکانت ئەبڕیت. سەرنجێکی ئەدەیت و ئەڵێیت (خۆی چاک ئەبێتەوە) ئەم چاک بونەوەیە

Scanned with CamScanner

بەسراوە بەقانونی سروشتیەوە یان قانونی زەمیری خەوتوە کەپاراستنی و جودیش (بونی مرۆڤ) بەوە وە بەسراوەیان باشتربڵێین کەبنەمای پاراستنی خۆیی (الصیانة الذاتیة) یەکێکە لەیەکەمین بنەماکانی سروشت و بەهێزترین غەریزەی هەرکەسێکە.

بیردۆزی جۆراو جۆر دەربارەی تەڵقین

لەمەسەلەی چارەسەری نەخۆشیدا بیردۆزەی جۆراو جۆر لەلایەن زانایان و پزیشکانەوە خراونەتە بەردەست وگومانی تێدا نی‌یەکەهەر خاوەن بیردۆزێك ڕای خۆی پێ‌دروست ترە و لەپێشترە، بەپێی ئەو نیشانە و ڕاستیانەی کەپشتیان پێ ئەبەستێت.

بۆنموونە (فرانز ئانتۆن میسمبر Franz Anton mesmber پزیشکی نەمساوی لەساڵەکانی (١٧٣٤ - ١٨١٥) کەلەپارسیدا ئەژیا بەدانانی موگناتیس لەسەر نەخۆشی نەخۆشەکە، چارەی نەخۆشەکانی خۆی ئەکرد یان بەووردە

شووشه و ورده ئاسن شێوەی چارەی خۆی جێبەجێ ئەكرد. لەپڕێكدا ئەو شێوە دەرمانیەی خستە لاوە ئیتر بەكەڵك وەرگرتن لە هیپنۆتیزم دەرمانی نەخۆشەكانی ئەكرد. ئێستا هەموو پزیشكان باوەڕیان وایە كەچارەكردنی ئەو هەموی لەسەر بنەمای تەڵقین بووە نەشتێكی تر.

ئێستا ئەمە سەلمێنراوە كەسەر جەمی دەرون ناسان و كەسانێك بەهەر شێوەیەك لەشێوەكانی سەرەوە كاریان لەگەڵ دەروون و دەرمانیدا هەیە و بەبەهرەوەرگرتن لەزەمیری شاراوە سەركەوتنیان بەدەست هێناوە، سەرئەنجامی هەرچارەسەركردنێك پەیوەندی تەواوی بەباری دەرونی دیاری كراوو ئیجابیەووە و باری مێشك و شێوەی ئەندێشە و باوەڕی كەسە نەخۆشەكە وەهەیە، ئەویش ئومێد و باوەڕی ئەخۆشەكەیە، بەكۆمەكی زەمیری شاراوەی هێزە خەوتوەكانی خەبەر ئەكاتەوە و بۆ ڕوبەڕوبونەوە و دەرپەڕاندنی نەخۆشی هێرشیان پێ ئەكرێت. كەواتە ئەوشتەی شیفا ئەبەخشێت هێزی زەمیری شاراوەیە لەناو نەفسانیاتی كەسە نەخۆشەكەدا. ئێستا

هەڵبژاردنی شێوەی بیردۆز وەستاوە لەسەر خۆتان. هەر ئەوباوەڕەئێوە چارەسەر ئەکات.

بیرۆکەکانی پاراسیلز

فیلب پاراسیلز پزیشک و کیمیاناسی سویسی لەساڵەکانی (١٤٩٢-١٥٤١) دا بە یەکێک لەحە کیمە لێزانەکانی چەرخی خۆی ئەناسرێت، ئەو لەبارەی ئیمان و تەڵقینەوە ئەوەندە بەناوبانگە کە هێشتا تازە دیارە واتە: تەڕوپاراوی خۆی لەدەست نەداوە، پاراسلز ئەڵێت: ئیمان و باوەڕی تۆ؛ دروست یان هەڵە هەرچی هەیە هەیە، بەرهەمەکەی وەرئەگرێت. ئەگەر شەیدای (ساین پیر) Saint Pierre بیت و باوەڕت پێی هەبێت، بزانە لەپەیکەرەکەی ئەو هەر ئەو شتەی کەلێ چاوەڕێ ئەکەیت بەدەست ئەهێنیت. هەرچەندە ئەم وتەیە لەسنور بەدەر و خورافات بکەوێتە پێش چاو بەڵام نابێت غافڵ بین کەباوەڕ بەری شیرین و تاڵی خۆی بەبەرهەم دێنێت و هەرچیت وەشاند هەرئەوە ئەدرەویتەوە.

فەیلەسوفی ئیتالیایی سەدەی شانزەهەم (پیترو پومپوناتسی) و زانای هاوچەرخی (پاراسیلز) ئەم بۆچونە بە جۆرێک ڕون ئەکەنەوە و دەڵێن: (ئێمە ئەتوانین زۆربەئاسانی ئاسەواری سەرسوڕهێنەری باوەڕ بەخۆ و هێزی بیرکردنەوە بەچاوی خۆمان ببینین. بەتایبەتی ئەگەر ئەم دووسیفەتە واتا (باوەڕ بەخۆبوون و هێزی بیرکردنەوە) (الثقة بالنفس و قوةالتخيل) لەناخی ئەوکەسەدا یەکسانبن).

ئایا ئەزانی ئەفسانەی ئەو نەخۆشانەی کەلە ئەنجامی ئیمان و باوەڕیان کوتوپڕ شیفایان بۆ هاتوە دروستکرا و پڕوپاگەندەنیە بەڵکو هەموکەس لەهەمو گۆشە و کەناری جیهاندا ڕۆژانە ئەم شتانە بەچاوی خۆی ئەبینێت. بەتایبەتی ئەگەر ئەم دوو سیفەتە باوەڕو هێزی بیرکردنەوە لەبەینی تاکەکان و ئەو تاکەی کەئەوان بەکار ئەهێنێت هاوبەش و یەکسان بێت. بەڵێ ئەوانە خۆیان مرڤانێکی پڕلەئیمان و باوەڕبوون هەر لەبەر ئەوەش بوەکرداری موعجیزە ڕویداوە، کەسانی فێڵباز و دەست بڕهاتون خانو مەرقەدیان بەسەر ئێسقانی ڕزیوو بێ سوود و

زیانی پیاوچاکانەوە دروست کردوە و گیرفانی خۆیانیا لەسەر پڕکردوە و نەخۆشیەکانیش بەهۆی هێزی باوەڕێک کەلەخۆیانا هەبووە بەیارمەتی زەمیری شاراوەیان ئۆرگانیزمی لەشیان کەوتوەتەکار و بەشێوەیەکی موعجیزە پاک بونەتەوە.

ئێستا ئەگەر کەسێک بەثاوی تەبەڕوکی فلان کانی یان گۆڕی فلان قەشە باوەڕی هەیە، دلنیابە باوەڕەکەی خۆی دێت بەهانایەوە و ئەو هێزە شاراوەی کەلەتوانایدابێ بێ‌سنور دێت بەهانایەوە و چاکی ئەکاتەوە.

ئەزمونەکانی برنهایم

هیپۆلین برنهاریم مامۆستای زانکۆی پزیشکی (نانسی) لەفەرەنسا لەساڵی (١٩١٠ ـ ١٩١٩) بابەتی دەرسی خۆی تایبەت کردبوو بە تەڵقین کردنی نەخۆش لەلایەن پزیشکەوە.

برنهاریم لەپەرتوکەکەی خۆیدا لەژێر ناونیشانی (تەڵقین دەرمانی) ڕونی ئەکاتەوە کەچۆن چۆنی یەکێک لەنەخۆشەکانی زبانی ئیفلیج بوبو هیچ دەرمانێکیان بۆچارەی

نەئەناسی بەڵام بەهێزی تەڵقین ئەم توانی چارەی بکات.

ڕۆژێکیان دکتۆری چارەسەری مژدەی پێدا کەئامێرێکی تازە داهێنراوی پەیدا کردوە کەئەتوانێت زمانی بخاتەوە کار. پاشان گەرمی پێویێک کەبەدەستیەوە بو خستیە ناو دەمیەوە. نەخۆشەکە وای زانی ئەوە ئەو ئامێرە تازە داهاتوەیە ئەوەندە خۆشحاڵ بو بێ ئیرادە هاواری لێ بەرزبویەوە:

- ئەتوانم زمانم بجوڵێنم

برنهاریم بەردەوام ئەبێت و ئەڵێت ڕوداوی شێوەی ئەمەیان لەنێوان زۆرێک لەنەخۆشەکانمدا هەبوو، ئەڵێت ڕۆژێک کچێک هات بۆ لام وای دەربڕی کە مانگێک لەوەو پێش توانای قسەکردنی لەدەست داوە. کچەکەم پیشانی زانستخوازەکان‌دا ووتم لەئاوا حاڵێکدا ڕاتەکاندنی کارەبایی و تەڵقین کار ساز ئەبێت، ئەوکاتە ناردم ئامێری تایبەتیان بۆ هێنام و بەستم بەزمانی کیژۆڵەکەوە و پێم ووت هەرچی ئەڵێم دوبارەی بکەروە. دەستم کرد بەوتنی پیتی (ئا.ب) ووشەی ماریا ئەویش بەبێ هیچ قورسییەک دوبارەی ئەکردەوە و

بەرەوانی کەوتە وتوویژ.

برنهاریم درێژەی پێ ئەدات: جێگای سەرنج بوو، من لەوماوەیەدا هیچ کەڵکێکم لەوئامێرانە وەرنەگرت بەڵکو تەنها پەنجەیەکم ئەخستە سەرزبانیان! برنهاریم لێرەدا ئاماژە بۆ هێزی ئیمان و ئومێدی نەخۆش ئەکات هەر ئەوانە بەهۆکاری شیفا دائەنێت و باوەڕی وایە هێزی تەڵقین لەسەر زەمیرکاری خۆی ئەکات و موعجیزە دروست ئەکات.

پرۆفسۆر (هودسون) Hudson لەپەرتوکی (بنەمای دیاردە دەرونیەکان) دا ئاوا ئەڵێت: «بەهێزی تەڵقین ئەتوانرێت خوێن بەربون و برین لەلەشی نەخۆشدا دروست بکرێت».

دکتۆر بور (Bourru) نەخۆشێکی خۆی هیپنۆتیزم کرد و پێ تەڵقین کرد:

-کاتژمێر چواری دوانیوەڕۆی ئەمڕۆ پاش ئەوەی لەم خەوە دەستکردە هەڵسای ئەچیتە سەر مێزی نوسینگەی ئیشەکەت ودەست لەسەر سنگ ئەوە ستیت و خوێن لە لوتت ئەڕژێت».

ڕێک لەسەر کاتژمێری دیاری کراودا پیاوەگەنجەکە هەموو

کردارەکانی جی بەجێ کرد و چەند دڵۆپە خوێنیش لەلوتی هات.

هەر هەمان پزیشکە تاقی کردنەوەیەکی تری کرد، بەقەڵەمێک لەسەر هەردووبازوی نەخۆش ناوی نەخۆشەکەی نوسی و پاشان بەهیپنۆتیزم کابرای خەواند و پێی تەڵقین کرد کەتۆ کاتژمێر ٥/٤ی ئەمڕۆ ئەخەویت و ئەو شوێنەی کەنوکی قەڵەمەکەی پیاخشاوە خوێنی لێ دێت وناوەکەی بەپیتی سوور ئەڕەنگێنرێت».

لەکاتژمێری دیاری کراودا پاش ئەوەی چەند دڵۆپە خوێن هات و سەرسوڕمان لەوەدابوو پاش چەند مانگ هەر دیار بوو.

ئەوانەی کەلەسەرەوە ڕیزمان کرد نموونەیەکە لەلایەنە سەلبیەکانی تەڵقین؛ کەواتە هەوساری دڵی خۆت نەدەیتە دەست کەس و تەنها گوێ لەئیلهامی خۆت بگرە.

کورتە خاڵە بەکەڵک و گرنگەکان

١- لەبیرتابێت دەرمانکردن و توانای شیفادان لەدەروونی خۆتدایە.

٢- لەیادی خۆتی نەبەیتەوە کەباوەڕ وەکو تۆوێک وایەکە لەزەوییەکدا ئەڕوێنرێت هەرکەسێک چی چاندبێت ئەوە دەدورێتەوە. کەواتە تۆوی ئومێد لە دڵدا بچێنە و بەشادی گەش بینی بەرهەمی بێنە و تامی بەرەکەی بچێژە.

٣- هەر بیرێک لەسەرتا بێت وەک باوەڕێک جێ‌بەجێ بوونی بەچاوی خۆت ئەبینیت (چ نوسینی پەرتوکێک یان پرۆژەی داهێنانێک یان بیرۆکەیەک بێت).

٤- کاتێک کەبۆ خەڵک دوعا و نزائەکەیت دڵنیابە ئەو حاڵە سەلبیانەی لەویژدانی بەرانبەر بەتۆ ئەتوێتەوە بەبێ‌ئاگاداری یەکتر.

٥- ئەوچارەسەریانەی کەهاوڕێن لەگەڵ حاڵەتی موعجیزە ئاسادا هەر ئەو باوەڕە دامەزراوەی خۆت و ئەو تەڵقینەیە کەزەمیر ئەخاتە ژێر کاریگەری خۆیەوە و هێزی شیفابەخشی

زانی خۆت ئازاد ئەکات.

٦- سەرچاوەی هەرنەخۆشیک ئەگەڕێتەوە بۆ ڕۆح و فیکری مرۆڤ. هەر گرفتێکی لەش سەرەتا لەڕۆحدا هێلانە ئەکات دوایی هێرش ئەهێنێت بۆ لەش.

٧- نیشانە و ئاسەواری هەر نەخۆشیەکی دەرمانکرا و ئەتوانرێت جارێکی‌تر بەتەڵقین هپنۆتیک زیندبکریتەوە و بهێنرێتە سۆ، ئەمەیش یەکێکی‌ترە لەسەر سوڕێنەرەکانی ئەندێشە.

٨- یەکێک لەبەدیهێنەرەکانی چارەسەر باوەڕەو یەکێک لە بەهێزترین شیفا دەردەکان زەمیری ئەوکەسە خۆیەتی.

٩- تەنانەت ئەگەر مەبەستی کەسەکە دروست یان نادروست بێت، هەر بەرهەمی خۆی ئەدات، زەمیری شاراوەی هەرەسێک ئەبێتە وەڵامدەرەوەی ئەندێشەکانی. ئەگەر ئەندێشەکانت بین بە باوەڕبۆت؛ هەمویان وەک خەوی سادق دێنەدی.

بابەتەکان:

- بیردۆزە جۆراو جۆرەکان دەربارەی تەڵقین
- بیرۆکەکانی پاراسلۆز
- ئەزمونەکانی برنهاریم
- کورتەی خاڵە گرنگەکان
- بەشی سێهەم
- هێزی نەبڕاوەی دەروون
- پەرتوکی ژیان
- چیت چاند ئەوە دەدوریتەوە
- چاودێری کردنی لەش لەلایەن ویژدانەوە
- ویژدانی دەرمانکەر
- کورتەی ئەو خاڵانەی کە پێویستە بسپێرڕێ بە دەروون
- دەروون و دەرمان لە چاخە کۆنەکاندا
- ئەزمونی جۆراو جۆر دەربارەی تەڵقین
- بیرۆکەکانی (پاراسڵز)
- ئەزمونەکانی (برنهایم)
- کورتەی خاڵە گرنگەکان

Scanned with CamScanner

ئەم پەرتووکە دوو گرفتی هەیە:

١- ئـەنجام نـادات بـەدەستەوە تـا نـزیکەی (١٠) بەشی نەخوێنیتەوە.

٢-بەشەکانی سەرەتایی هەریەکەیان باسێکەو سەرباسی تایبەتی خۆی هەیە، جا بۆیە هەرکەسێک زوو ماندوو بوو ئەگەڕێتە دواوەو ئەو بەهرەیەی دەست ناکەوێت.

جا بەڕاستی هەرکەس تاکۆتایی لەگەڵ کاروانەکەدا بێت بە چاوی خۆی گۆڕانکاری لەکەسایەتی خۆی‌دا ئەبینێت و باری لەشی سووک دەبێ‌و گرفتەکانی ژیان لەبەردەمیدا ئەتوێتەوەو ڕێگای بۆ چۆڵ ئەکەن... هیوادارم ماندوو نەبیت!.

تێبینی:

أ) زنجیرەی هێزی بیرکردنەوە (١٠) ئەڵقەیە بەکۆمەکی خوا یەک لەدوای یەک دەگاتە دەستان.

ب) لەبڵاوکراوەکانی: پەرتوکی (ئیرادە) ئێستا لەبازاڕدایە.

-بەرەو بەختەوەری!! بەرەو بەختەوەری! بەرەو بەختەوەری.

Scanned with CamScanner

(بەرەو بـەختەوەری) لە نـووسینی زانـای دەرونـناسی ئەمریکی (ئانتۆنی ڕابینز)ە.

هەنگاو بەهەنگاو بـەهێواشی و ئـارامـەوە... لەگـەڵا وەرە... ماندوو مەبە... نەگەڕێیتە دواوە... پلە بە پلە بەرەو بەختەوەری لەگەڵما سەرکەوە... تائەگەیتە ئاسۆی بەختەوەری.

(بـەرەو بـەختەوەری) لەنـووسینی زانـای بـەناوبانگی ئەمریکی (ئەنتۆنی ڕابینز) تا ئێستا بۆ شـەست زمـانی جـیاواز وەرگێڕدراوە، هەر لەفارسیدا لە ساڵی ١٩٩٢ تا ١٩٩٧ شانزە جار چاپ کراوەو تـیراژی دوا چـاپی (٦٠٠٠) دانـە بـووە، وەبەردەوام هەموو ساڵێک چەند جارێک چـاپ ئـەکـرێت بەژمارەی زیاترەوە... ئەم پـەرتووکە سـەرنجی دەرونـناسانی جیهانی راکێشاوە.

ئەم پەرتوکانەش چاوەڕێی شادبوونە بە دیدارتان

١ـ هێزی بیرکردنەوە زنجیرەی (٢) / جۆزێف مۆرفی

٢ـ دایکی یەک دەقیقە / سپنسر جانسۆن

Scanned with CamScanner

٣ـ بەرەو خۆشبەختی / ئانتۆنی رابینز

٤ـ هێزی ئیجابی بیرکردنەوە / جۆزێف مۆرفی

٥ـ مستەحیل مومکینە / جۆزێف مۆرفی

٦ـ زنجیرەی ناسنی خودی خۆ (معرفة الذات)/ دوروتی کروکیل بریگس

Scanned with CamScanner

ئایا وەڵامی ئەم پرسیارانە دەزانیت؟

- بۆچی فلان کەس شادەو بەورەیەو، ئەوی‌تر غەمگین و نائومێدە؟
- بۆچی فلان لە خۆشگوزەرانی و ئاسایشدایە و فلانیش دەستی لە هەموو شوێن کورتەو نانی بە ئاودا ناگات؟
- بۆچی ئەو ترسنۆك و شلەژاوەو کەچی هی‌تر بە شەهامەت و دڵ قایمەو پڕ لە ئومێدە؟
- بۆچی یەکێك لە ماڵی خۆیدا ژیانێکی ئاسودەو شیرینی هەیە، یەکێکی‌تر لە ناو کەلاوەی مەرگ و ماتەمینیدا کە بۆ خۆیی دروست کردوە تەمەن دەباتە سەر؟
- بۆچی هەندێك دەست دەدەنە هەر ئیشێك لەگەڵ سەرکەوتندا بەرەو ڕوو دەبنەوە، کەچی هەندێکی تر جگە لە شکستی هیچی‌تر بەشیان نیە؟
- بۆچی هەندێك بە قسەو گوفتاری خۆیان هێزی وتاری‌یان هەیەو گوێگران دەخەنە ژێر کاریگەری و ڕکێفی خۆیانەوە، بەڵام دەستەیەکی‌تر بێ بەهرەن لەم هێزە جادوییە؟
- بۆچی یەکێك لە ئیشەکانیدا داهێنەرەو دەست ڕەنگینە بەڵام کە سێکی‌تر لە هەموو تەمەنیدا ئیشێکی بە نرخ و دیاری پێشکەش ناکات؟
- بۆچی یەکێك لە شەڕی نەخۆشی چارەنەکراو دەرباز دەبێ، بەڵام کەسێکی‌تر بە درێژایی تەمەنی پێوەی دەتلێتەوە؟
- ئایا بۆ سەرجەمی ئەم پرسیارانە وەڵامی دروست و قایلکەرت پەیدا کردوە؟

ژمارەی سپاردن (١٢٩)

جۆزێف مۆرفی

Scanned with CamScanner