تۆ کێیت

گەشە پێدانی مرۆیی

ئامادەکردنی:
مەجید عەبدوالڕەحمان خۆشناو

هەولێر
٢٠٢١

تۆ کێیت

گەشە پێدانی مرۆیی

ناوی کتێب: تۆ کێیت گەشە پێدانی مرۆیی
ئامادەکردنی: مەجید عەبدوالڕەحمان خۆشناو
نەخشەسازی بەرگ و ناوەڕۆک: عوسمان پیرداود
تیراژ: دانە
چاپخانە:
ژمارەی سپاردن: ساڵی ٢٠٢١

تۆ كێیت

گەشە پێدانی مرۆیی

ئامادەكردنی:

مەجید عەبدوالڕەحمان خۆشناو

هەولێر

٢٠٢١

ئەم بەرهەمە پێشکەشە بە:

١ـ ئـەو شـۆڕە سـوارانەی لـە بـواری گەشـە پێدانـی مرۆیـی شـەویان خسـتۆتە سـەر ڕۆژ و بێوچـان تێدەکۆشـن بۆئـەوەی خزمەتێـک لـە هـەر بوارێـک بێـت پێشکەشـی مرۆڤایەتـی بکـەن،

٢ـ ئەوانـەش کـە گەورەتریـن خزمەتیـان لـەو بـوارەدا پێشکەشـی مرۆڤایەتـی کـردووە،

٣ـ ئـەو مامۆسـتاو لیـدەرە بەڕێزانـەی کـە لەسـەر دەسـتی ئـەوان ئاشـنا بـووم بـە بـواری گەشـەپێدانی مرۆیـی، پـاش ئـەوەی سـاڵانێکە هـەر بـە ئـەدەب و بابەتـی ئەدەبـی خەریـک بـووم و بەردەوامـم،

٤ـ بەهەمووخۆشەویسـتانم کـە یارمەتییـان داوم بـۆ لەدایـک بوونـی ئـەو بەرهەمـە،

لە جیاتی پێشەکی

ناوەڕۆکی ئەم کتابە ململانێی مرۆڤە لەگەڵ مەحاڵ، ئەو مرۆڤەی کە هەردەم تێکۆشاوە بۆ لە ناو بردنی هەموو ئەو کۆسپ وتەگەرە و ئاستەنگانەی کە هاتۆنەتە سەرڕێگای، وانەیەکیشە بۆ هەموومان کە بە باوەڕ و متمانەیەکی پۆلایین هەردەم بەرەنگاری ناسۆریەکانی ژیانمان ببینەوە، زۆر چیرۆکی سەرکەوتن و شکەستی کەسە سەرکەوتووەکانی جیهانی لە خۆ گرتووە، کە چۆن توانیویانە سەرکەوتن بە دەست بهێنن و شکەستەکانیشیان بگۆڕن بۆ سەرکەوتن، پەندوئامۆژگاری و وتە ی بە نرخ و قسەی نەستەقی زۆرزانا و بیرمەند و ڕۆشنفکری جیهانی لە خۆگرتووە، چەند بەسەرهاتی خۆم یان دەور و بەرم خستۆتە ناوی، هەمووی تاقیکردنەوەیە بۆهەموومان کە چۆن بەرەنگاری ئەو ژیانە جەنجاڵە پڕکێشمە کێشە ببینەوە و نائومێدی نەهێڵین، بابەتەکان تایبەتن بە: زانست، زانیاری، کەسێتی، باوەڕ و متمانە بە خۆبوون، بڕیاردان، خەون و ئاوات، پلان و ئامانج، سەرکەوتنەکان و شکەستەکان.

تۆکێیت؟

یەکەمجار بزانە تۆ کێیت؟ پاشان هەر بەو شێوەیەی کەهەیت خۆت پێ قبولبێت، چونکە ڕا لەخۆبوون بەشێکە لە خۆ نرخاندن، کەواتە هەر دەبێ خودی خۆتت پێپەسند بێت، خۆتت وەک هەیت پێ قبولبێت و بەهای خۆت و ئەزموون و بیرۆکەکان و تاقیکردنەوەکانت بزانیت، خۆت خۆش بوێت، ڕەنگت، دەنگت، بەژن و باڵات، دایک و باوک و ڕەچەڵەکت، ناوی خۆت پێ پەسند و قبولبێت، ئەگەر ئەوانە نەبوو ئەوە لاوازی لە خۆ نرخاندندا دێتە کایەوە، بیر لە کەسێتی ڕابردووت مەکەوە چۆن بووی؟ چۆن ژیای؟ کوڕی کێی؟ بنەماڵەت چییە و کێیە؟ بیری داهاتووش مەکەوە ڕەنگە پێی نەگەی، تەنها بۆ ئەمڕۆ بژی، ڕابردووم گرنگ نییەکە چۆن بووم، داهاتووم گرنگە کە چۆن دروستی دەکەم، ڕابردووی (ئەڵماس) خەڵووز بووە بەڵام بووە بەو ئەڵماسەی کە هەیە، کەس پێی ناڵێ خەڵووز.

لە بنە دارێک هەزاران دەنکە شقارتە دروست دەکرێت، دەنکە شقارتەیەکیش دەتوانێ هەزاران دار لە دارستان بسووتێنێ،

(**سوکرات**) دەڵێ: (نابێ بژی تا بخۆی، دەبێ بخۆی تا بژی)

(**لۆک**) دەڵێ: (ڕابردووت لە بیر بێت، پلانت بۆ داهاتوو هەبێت،بەڵام بۆ ئەمڕۆ بژی، چونکە دوێنێ ڕۆیشت، بەیانیش ڕەنگە نەیەت)

زانست و زانیاری و فێربوون

فێربوون و گەشە کردنی بەردەوام دووکلیلی سەرەکین بۆ ژیانێکی کامەران، هەرئەوەندەی لە یەکێک لە بوارەکان بگەیتە ئاستێکی دیایکراوی کارامەیی زۆرئاسانە بەبێ ماندووبوون بەرەو پێشەوە هەنگاو بنێیت بۆ ئەوەی دەستکەوتێکی کەمێک باشتر لەوەی پێشوو بەدەست بێنیت، بەلام کاتێک سەبارەت بە هێزی فێربوونی بەردەوام

بە پەرۆش بیت وهەوڵی بەدەست هێنانی زانست و زانیاری لە هەمووبوارەکانی ژیان بدەی، زۆر بە خێرایی گۆڕانکاری لە ژیان و لە کارەکانت ڕوو دەدات،

لەشا (**سولەیمانی**) دانایان پرسی: لە (سامان و زانیاری کامیان هەڵدەبژێری؟ گوتی زانیاری)

جیاوازیمان لەگەڵ نەتەوە پێشکەوتووەکان تەنها زنست و زانیارییە، خوای گەورە کەسی لە کەس هۆشمە ند تر و کەسیشی لە کەس گەورەتر نەکردووە (انا خلقناکم من ذکر وانثا وجعلناکم شعوبا وقبائل لتتعارفوا)، هەبوونی پارە و سامانیش هەموو شتێک نییە بەڵکو پێویستە زانینیشی لەگەل بێت.

نموونە: مامۆستایەک هەمووتوانای خۆی بۆ فێربوونی خەلکی تەرخان کردبوو، ڕۆژێک لە کاتی وانە وتنەوە خێزانەکەی داوای ئاردی کرد، مامۆستا هیچی نەبوو، پارەشی نەبوو، بۆیە بەردەوام بوو لە سەر وانەکەی بەلام بیر و هۆشی هەرلای ئاردەکە بوو نەیزانی چ بکات، لەناکاو بیرۆکەیەکی بە مێشکی داهات، هەقە منیش وەک (حەمە) ی دوکاندار لە دوکانەکی کار بکەم، چیم لە زانست و خوێندنە ئێستا نانم نییە لە مالەوە، زانست چی بۆ من کردووە؟ بۆ واز لە مامۆستایەتی و زانست نەهێنم، ئەگەر حەمە لەگەڵم بگۆڕیتەوە ئەوە من مەمنوون دەبم، هەرلە ناو پۆل بیری دەکردەوە من خوێندوومە بەڵام ئەو پارەی هەیە و نەخوێندەوارە، پاشان هەرلەو خەیاڵە لەناو پۆل و قوتابییەکان وەک شێت هاواری کرد: نا نایگۆڕمەوە، نایگۆڕمەوە، زانیاری و پایەی کۆمەڵایەتی و هەژاری خۆم ناگۆڕمەوە بە نەزانی و سامانی حەمەی دوکاندار و نەخوێندەوار، ئەو پارە و پولە هەر پیرۆزی ئەو بی.

(**جۆن کروسای**) دەڵێ: (فێربوون عەقلیەتێکە تێدەگات، گوێیەکە دەبیستێ، پاڵنەرێکە بەرەو ئاراستەیەکی دروست)

زانا و فەیلەسوفان چۆن لەگەڵ خەڵکی هەڵدەکەن؟

فەیلەسوف و زانایەک هەبوو وەڵامی هەموو پرسیارێکی دەدایەوە، ڕۆژێک گەنجێک بڕیاریدا ئەو زانایە تووشی هەڵە بکات، گەنجەکە بێچووە چۆلەکەیەکی گرت و چوو بۆ لای زاناکەو پرسی: مامەی فەیلەسوف و زانا ئەم بێچووە باڵندەی ناو دەستم زیندووە یان مردووە؟ فەیلەسوف وەڵامی دایەوە: ڕۆڵە ئەگەر بڵێم زیندووە دەستت بە توندی دەگوشی و بێچووە باڵندەکە دەکوژی، ئەگەر بڵێم مردووە دەستت دەکەیتەوە و بێچووەکە دەفڕێ، لە ڕاستیدا وەڵامەکەی لای خۆتە تۆ چۆنت دەوێ ئاوایە، هیوا و ئاواتەکانم لە ناو مێشکمە و لەناو دەستمە دەتوانم بیکوژم و دەتوانم بشیفرێنمە بەرزایی. (کتێبخانەی ماڵەوەت باخچەی تۆیە، دەم دەمە جوانی بکە و ڕێکی بخە) (د. **ئیبراهیم فەقێ**)

زانا وفەیلە سوفێکی تر کە زانایەکی جیولوجی عراقی بوو زۆر بە زانین و پسپۆریەکەی خۆی دەنازی، وایدەزانی لەو دونیایە هەمووشتێک دەزانی، ڕۆژێک بۆ لێکۆلینەوەیەک دەیەویست لە ڕووباری (حیللە) بپەڕێتەوە، بەلەمێکی بە کرێ گرت، کابرایەکی سەر بە عەگاڵ لێیدەخوڕی گوتی: بۆ دەچییە ئەو بەر کارت چییە؟ فەیلەسوف بۆ ئەوەی خۆی بناسێنێ کە زانایە و فەیلەسوفە گوتی: من فەیلەسوفی جیولوجیم بۆ چەند لێکۆڵینەوەیەک دەچم، عەگاڵ بەسەرنەیزانی باسی چی دەکا گوتی زۆر باشە، ئەوجارە زانا گوتی: من جیولوجیم انت تعرف جیولوجی شنو)؟ عەگاڵ بە سەر گوتی: (لا واللە)، زاناکە گوتی: (انت نصف حیاتک بلاش)، ئەبو عەگاڵ زۆر پەست بوو بەو قسەیە لە دلی خۆی گوتی: دەردت لەگیانم، گەیشتە قولایی ڕووبارەکە گوتی: کاتیەتی (استاز انت تعرف سبحولوجی)؟ واتە مەلەوانی دەزانی؟ زانا گوتی (لا واللە)، گوتی: (انت کل حیاتک بلاش) لەو قولاییە بەلەمەکەی

وەرگێڕاو فەیلەسوفی خنکاند و بەخۆشی بە مەلەوانی پەڕییەوە، ئەو زانایە وایزانی کە لە بوارێک زانا بوو لە هەموو بوارەکان زانا و سەرکەوتووە، هەر کارێک کە دەتەوێ بیکەی کوپەکەت خالی بکەوە، وایدابنێ کە هیچ نازانی (لە دوێنێوە فێر بە، بۆ ئەمڕۆ بژی، هیوات بە بەیانی هەبێت)

(ئەشتاینن) دەڵێ: (گرنگترین شت ئەوەیە لە پرسیارکردن مەوەستە، نابێ شەرم بکەی لە پرسیار، تا لە ژیانداى قوتابی، دەبێ سوود لە هەموو کەسێک وەربگری بەپرسیا و ڕاوێژ لەگەڵیان)

(**ناپلیۆن**) هێل) دەڵێت: دەبێ لە بواری کارەکەتاندا زانیاری و پسپۆری پێویستتان لەبەردەست دابێ، کۆکردنەوەی مال و سامان پێویستی بە هێزهەیە و هێزیش لە زانست و پسپۆری ڕێکخراوەوە بەرهەم دێت، بەڵام ئەو زانستە پێویست ناکات لە چوارچێوەی مێشکی ئەو کەسەدا جێگیر کرابێت کە دەیەوێت بە ئامانجێک بگات، لەمەوە بۆمان ڕوون دەبێتەوە ئەو کەسانەی ئارەزووی کۆکردنەوەی ماڵوسامانیان هەیە بەڵام زانستی پسپۆرییان نییە نابێ هیوا بڕاو بن، دەبێ ئەوە بزانین هەندێ جارکەسەکان بە دەست گرێی خۆ بە کەم زانینەوە دەناڵێنن، لە بیرمان نەچێت (**تۆماس ئەدیسۆن**)تەنها سێ مانگ چوو بووە قوتابخانە، ئەو خوێندەوار نەبوو، بەڵام لە هەژاریدا نەمرد، (**هینری فۆرد**) شەش ساڵ چوەتە قوتابخانە بەڵام بوو بە دەوڵەمەندترین پیاوی دونیا وکۆمپانیای (فۆرد)ی دانا.

(د، **ئیبراهیم فەقێ**) دەڵێ: (ژێر ئەوەیە زیان بە قازانج بگۆڕێت، نەزان ئەوەیە کێشەیەک بکاتە دووان)

هەردەم ئامادەی وەرگرتنی زانیاری بە: پێدەچێت خالی لاوازت ئامادەگی وەرگرتنی زانیاری بێت، زۆر جار تاکە شتێک کە دەتگەڕێنێتەوە دواوە لە بە جێگەیاندنی ئەرکەکانت، بوونی بڕێکی

کـەم بێت لـە زانسـت و زانیـاری، ئەگـەر خولێکـی تـەواو وەربگریـت، گوێبیسـتی بەرنامـە دەنگییـەکان ببیـت، پەڕتووکـە ڕاسـتو گونجـاوەکان بخوێنیتــەوە، ئــەوە لــە کاری ڕۆژانــەت ســەرکەوتوودەبیت.
چۆن کەسێتیت دروست دەکەی؟
١- کردار و ڕەفتار و هەڵسوکەوتت چاکو جوان بێت.
٢- زمانت ڕەوان و گفتو گۆت شیرین بێت.
٣- شۆخی و پۆشتە یی.
٤- چاک پێشوازی و جوان بەڕێکردن و ڕووخۆش بە.
٥- ڕوو لە زانیاری بکە و هیوا و ئاوات بەرز بە.
٦- هەستان بە خزمەت و ئەرکی کۆمەڵایەتی.
٧- گونجان لەگەڵ خەڵک و دەوروبەر.
٨- ڕاستگۆیی و ئاشکرایی.
٩،- نەهێشتنی شەرم وهەست بە کەمی.
١٠- توانای سەرپەرشتی و کار بە ڕێوە بردن.
١١- پەیڕەو کردنی ڕەوشتی بەرز و بیر و باوەڕی بەرز.

(تـا ئـەو کاتـەی تـۆ بـە هـۆی بـۆ چوونـی ئەوانیترسـەبارەت بـە خـۆت نیگـەران بیـت، واتـە تـۆ موڵکـی ئەوانیـت، تەنیـا کاتێـک لـە دەرەوەی کەسایەتی خۆت بە ڕەزامەندی نەبوو، ئەو کاتـە دەبیتـە خاوەنی خۆت، نووسـەری ئەمریکـی (**نیـل دۆنالـد ویلـش**)

وێنـەی کەسـێتی خۆمـان ئەو هۆکارەیە کە بە هۆیـەوە لـە بەرامبـەر جیهانـی دەرەوە گوزارشـت لـە خۆمـان دەکەین، هەندێک کەس بۆچونێکی بەهێزو ئەرێنی لـە بـارەی حەقیقەتـی خۆیـان هەیـە، ئـەو بـۆ چوونـە بـۆ ئەوانـی تریش دەگوازنـەوە بێ ئـەوەی خۆیـان هەسـتی پێبکـەن کەسـی بەرامبەریـان سـەرسـام دەکـەن، کاتێـک خەڵـک لـە کۆڕەکانیـان ئامـادە

دەبن هەست بە ئاسۆیەکی فراوان دەکەن و هەست بە هێزێک دەکەن لە ناخیاندا جوولە دەکات.

کەسایەتی کارێزما:

دەکرێت وێنە جوان وسەرنج ڕاکێشەکە بە دەست بێنین، ئاسان نییە ببینە کەسێک خاوەنی ئەو کارێزماییە بێت کە گەرەکمانە، بەڵام بابەتەکە بە پابەند بوون و ئارەزووی بە هێز دەست پێدەکات، بۆ ئەوەی ڕەفتارێکی سۆزدارو گەشبین و ئەرێنی بە دەست بێنین، پرسیارەکە لێرەدا ئەوەیە: کێ دەبێت کەسی کاریزما بێت؟

١- بەرێوە بەری کۆمپانیا، دەبێ کەسێکی کارێزما و خاوەن توانا و خاوەن بڕیار و دەسەڵات بێت و کرێکار و سەرۆک بەشەکانی خۆش بوێت و هاوکار و یارمەتی دەرو تەواو کەری یەکتربن. یابانییەکان بەڕێوەبەر و یاریدەدەر و کرێکا ڕو خزمەتکار هەمووپێکەوە لە هۆڵی نانخواردن دادەنیشن و پێکەوە یەک جۆر خواردن دەخۆن،

٢- بەڕێوەبەری قوتابخانە دەبێ کەسێکی کارێزما و لێهاتوو و بە توانابێت، توانای بەڕێوەبردنی قوتابخانە و دەستەی مامۆستایان و ستافی قوتابخانەی هەبێت، ڕێزی هەموویان بگرێت، بەڵام واش نەرمو نیان نەبێت کە مامۆستا و قوتابی گوێڕایەڵی نەبن. (کارکردن لە کارگە و قوتابخانە و دامەزراوەکانی ترجیاوازی هەرەگەورە لە نێوان کەسی ئاسایی و کەسێکی سەرنجڕاکێش و خاوەن کارێزما دیاری دەکات)، (**نورمان ڤنسنت بێل**).

هێزی کەسی: لەو شوێنەی کە باوەڕ بە خۆبوون یا دڵنیایی بوونی نییە ئازایەتیش بوونی نییە، باوەڕ بە خۆبوون شتێکە کە بە هۆیەوە دەروازەی دەستکەوتە کەسییەکان دەکرێتەوە، پێش ٢٠٠٠ساڵ

بەرلە ئێستا (ئەرستۆ) گوتوویەتی:

(دڵخۆشی دۆخێکە، شتێک نییە کە بە شوێن کەوتنی ڕاستەوخۆ بە دەست بێت، بەڵکو لە ئەنجامی بەشداریکردنمان لە چالاکییە ئامانجدارەکانەوە بەدەست دێت)

ڕێژەیەکی لە ڕادەبەدەری باوەڕ بەخۆبوون بەدەست ناهێنین بە خۆزگە خواستن بەڵکو بە دانان و بە دەست هێنانی ئامانج و دەستکەوتە هەمیشەییەکان بەدەستی دەهێنین،

(بە بە کەسێکی کارامەتر و زیاتر باوەڕت بە خۆت هەبێت)

(تۆ ئەوە نیت کە بیری لێ دەکەیتەوە، بەڵکو ئەوەیت کە بیری پێدەکەیتەوە)

بیرۆکەکانت ژیانت دروست دەکەن، بە تایبەت ئەو بیرۆکانەی کە پەیوەندییان بە باوەڕ و متمانە بە خۆ بوونتەوە هەیە)،

(بە هەرشێوەیەک بیر بکەیتەوە هەمان شت لە ژیانتدا ئەزموون دەکەیت، چی بچێنی ئەوە ئەدوریەوە)

(ئامانجی ناڕوون ئەنجامی ناڕوون بەرهەم دەهێنێت، ئامانجی ڕوون ئەنجامی ڕوونیان دەبێت)

خۆشەویستی خود:

(**ئالان کۆبن**) بە ڕێوە بەری جێبەجێکاری ئەمریکی دەڵێت: کلیلی پەرەپێدانی ڕێزگرتنی خود بریتییە لە ورد بوونەوە لە سەرکەوتن و دەست کەوتەکانی ڕابردوومان و ڕێز گرتن لە خودی خۆمان، بە هۆی ئەو کارە چاکانەی کە کردوومانن، زۆر ئاسانە بیر لە شکستەکانمان بکەینەوە، ئەو کات ئەوانی تریش شکستەکان بە ڕووماندا زەق دەکەنەوە، بەڵام ئەگەر کاتەکانمان لەبیر کردنەوە لەسەرکەوتنەکانمان بەڕێ بکەین متمانەمان بەخۆمان زیاتردەبێت،

(هەمیشـە مـەرج نییـە کەسـی بـە هێزتـرو خێراترلـە ململانێـی ژیانـدا سـەرکەوێت، زوو بێت یا درەنگ ئەو کەسە سـەردەکەوێت کە متمانەی بـە خـۆی و بـە سـەرکەوتن هەیـە)

با خۆمان بین:

لـە زۆربـەی هـەرە زۆری کاتەکانـدا زیاترلـەوەی بۆچوونـی خۆمـان سـەبارەت بـە خـودی خۆمـان لا گرنـگ بێـت بـە بـۆ چوونـی ئەوانـی ترسـەرقاڵ دەبیـن.

نووسـەرو ئاییننـاس (**ولیـەم بیکـەر**) خوێنەرانـی ئـاگادار دەکاتـەوە و دەڵـێ:

(بۆچوونـی ئەوانـی ترسـەبارەت بـە خۆتـان سـەرقاڵتان نـەکات، لەوانەیـە ئـەوان بەرزتـان بکەنـەوە و بـە کەمتـان بزانـن تـا ئـەو کاتـەی بەهـای ڕاسـتەقینەی ئێوەیـان بۆ دەردەکەوێت) بـە شـێوەیەکی بنەڕەتـی سـەرکەوتنی ئێوە لـە سـەر بۆ چوونـی خۆتان دەوەستێت سـەبارەت بە خـودی خۆتـان، تەنانـەت ئەگـەر هیـچ کەسـیش بـاوەڕی بـە ئێوە نەبێت دەتوانن سـەرکەوتن بـە دەسـت بێنن، بەڵام ئەگـەر باوەڕتـان بـە خۆتـان نەبێـت هەرگیـز سـەرکەوتن بەدەسـت ناهێنـن،

(ئەو کەسـە سـەربەسـت نییە کە گەورەی خودی خۆی نەبێت)،فەیلەسـوفی یونانی (**ئەبیکتۆس**)

)ئیبراهیم فەقێ (دەڵێ:

لەیەکێـک لـە کۆنگرەکانـدا لـە قاهیـرە زەلامێـک هاتـە لام تەمەنـی ٧٠ سـاڵ بـوو پێـی گوتـم: لـە مێـژە بەهیـوام دکتـۆرا بـە دەسـتبێنم لـە هـەر بوارێـک بێـت، بـەڵام وەک سـەیر دەکـەم تەمەنـم گەورەیـە و کەلکـی خوێندنـم نەمـاوە، پێـم وت تەمەنـت چەنـدە؟ گوتـی ٧٠سـاڵ، چەنـد ساڵت پێویسـتە بۆ بـە دەسـت هێنانـی دکتـۆرا؟ گوتـی چـوار سـاڵ، ئـەی تـۆ لـە

دوای چوار ساڵیتر تەمەنت دەبێتە چەند؟ گوتی ٧٤سال، ئەی ئەگەر دکتۆرا بخوێنی تەمەنت دەبێتە چەند سال؟ گوتی هەر٧٤سال، منیش گوتم کەواتە بخوێنە بۆ دکتۆرا، لەپاش چەند سالێک دیمەوە گوتی: د، ئیبراهیم دکتۆرام وەرگرت، ئەوەیە کەسانی متمانە بە خۆ بوو بۆ ئامانجەکەی هەوڵیدا کە حەزی لێیەتی لە کۆتاییدا پێیگەیشت.
(بێدەنگی نیشانەی ڕازیبوونە بە هەژاری، ئەگەر ڕازی نەبم بە هەژاری و نەبوونی دەبێ دەست هەڵبڕم، دەنگ هەڵبڕم، بە متمانە و باوەڕ بە خۆ بوونەوە هەستمە سەرپێ و هەوڵ بدەم)

باوەرومتمانە:

با بڕوامان بە خۆمان هەبێت: پێویستە بڕوایەکی پۆڵایینمان بە خۆمان هەبێت و چاوەڕێی ستایشی بەڕێوە بەر یا گەورەی خۆمان نەکەین، چونکە ئەوان بەردەوام ڕەخنەمان لێ دەگرن، بەڵام بایەخ بە دەستکەوتەکانمان نادەن، کەچی ئێمە بە متمانە و باوەڕ بە خۆبوون کاری خۆمان ئەنجام دەدەین.

نموونەیەک لە متمانە و خۆراگری:(**بنیامین فرانکلین**) بە نموونەی بەرزی خۆڕاگری و متمانە بە خۆبوون دادەنرێ، کاتی لە (فیلاد لیفیا) دەستی بە پرۆژەی چاپکردن کرد، نوسینگەکەی و ژووری کارکردنی و ژووری خەوتنی خۆی لەژوورێکی بچووکدا کردن بە یەک، زانیاری بۆهات کە خاوەنی چاپخانەیەکی ترلە شارەکەیدا بڕیاری داوە ڕکابەری بکات و پرۆژەکەی لە بار ببات، (فرانکلین) بانگێشتی ژوورەکەی خۆی کرد و پارچە نانێکی ڕەقی پیشاندا کە پاشماوەی ژەمی ئێوارەی بوو وتی: ئەگەر تۆ دەتوانی بە کەمتر لەوە بژی کە من دەتوانم، واتە تۆ ناتوانی بە برسێتی من لە ناو ببەیت و ڕکابەری من بکەیت، (فرنکلین) لە جیاتی نیگەران بی لە ڕکابەرەکەی، بڕیاری

د ا هەموو هەوڵێک بدات بۆ سەر خستنی پرۆژەکەی.
لە وانەیە دەسەلاتت بە سەر ئەو ڕووداوانە نەبێت کە بە سەرتدا دێن، بەڵام دەتوانیت ڕووبەڕوویان ببیتەوە و لاوازت نەکەن) (**میکایل ئەنجیلۆ**)

وشەی ناتوانم لە مێشکت دەرکە:

تا ئەو دەمەی وشەی ناتوانم لە فەرهەنگی خۆتدا نەسڕیتەوە، ناتوانیت سەرکەوتووبیت، هەتا هەست بکەی مرۆڤێکی لاوازی، ناتوانی ببیە مرۆڤێکی بە هێزو سەرکەڕتوو، دەرگاکانی ئومێد بە ڕووی ئەو کەسانەدا داخراون کە دەست لە هەوڵدان هەڵدەگرن، ئەو کەسەی کە هەموو چەکەکانی خۆی خستۆتە لاوە و دەنالێنێ و دەڵێ ناتوانم، بە من ناکرێ، بەد شەنسم، ئەوە بە خۆی دەرگای ئومێدی لە سەر خۆی داخستووە و متمانەی سفر بووە.

ئەگەر (**کۆپەرنیکۆس**) و(**گالیلۆ**) ئەو کاتەی کە بە شێت تۆمەتبارکران دەستیان لە هەنگاوەکانی خۆیان هەڵگرتبا دونیای ئێستا لە بارێکی تردەبوو، چەند زانستی ئەمڕۆ لەسەر بنەمای تیۆری ئەوان، واتە خڕبوونی زەوی و خولانەوەی بە دەوری خۆردا بونیاتنراوە. (کۆپەرنیکۆس) سالی ١٥٤٣سەلماندی کە خۆر چەقی تەنە ئاسمانییەکانە و زەوی بە دەوریدا دەسوڕێتەوە، (گالیلۆ) هێزی کێشکردنی زەوی دۆزییەوە.

ئەگەر (**کۆلۆمبس**) باوەڕو متمانەی خۆی لە دەست دابا کە سەرانسەری ئەوروپا خستیانە بەرتوانج و گالتەپێکردنەوە، کێ ئەمریکای وەک کیشوەر پێدەزانی.
ئەگەر باوەڕو متمانەی (گراهام بێل) نەبوایە کە لەو کات هەموو بە شێت لە قەلەمیاندا، کێ تەلەفۆن ومۆبایلی دەبوو؟

ئەگەر باوەڕ و متمانەی پۆلایینی (**ئەدیسۆن**) نەبوایە کە (٩٩٩٩) تاقیکردنەوەی لەسەر گلۆپێکی کارەبایی کرد تا سەرکەوت، ئێستا هەر لەبەر چرا و فانۆس و قەندیل دەبووین.

تۆ کێی؟

یەکەم جار بزانە تۆ کێیت؟ پاشان هەر بەو شێوەی کە هەیت خۆت پێ قبوڵ بێت، چونکە ڕا لە خۆبوون بەشێکە لە خۆ نرخاندن، کەواتە هەر دەبێ خودی خۆتت پێ پەسند بێت.

خۆ نرخاندن لەم سێ خاڵە پێک دێت:

١- خۆ قبوڵکردن: خۆتت وەک هەیت پێ قبوڵ بێت.

٢- خۆ نرخاندن: بەهای خۆت و ئەزموونەکانت، بیرۆکەکانت تاقیکردنەوەکانت،بزانیت.

٣- خۆشەویستی خود: خۆت خۆش بوێت، خۆت پێ پەسند بێت، ڕەنگت، دەنگت، بەژنوبالات، دایک و باوک و ڕەچەڵەکت، ناوی خۆت، هەموو ئەوانەت پێ پەسند و قبول بێت، ئەگەر ئەوانە نەبوو، ئەوە لاوازی لەبە دیهێنانی خودیدا، لاوازی لە خۆنرخاندندا دێتە کایەوە، زۆرجار دەبینین کەسێک ئەندامێکی لەشی بە زگماک ناتەواوە بەڵام زۆر وشیارو زرنگە) جیما لابیزانی) بەخۆی کەم ئەندامە، بەڵام (١٢٠٠) کەم ئەندامی وەک خۆی بەڕێوە دەبات، ئەم خۆ پەسندکردنە و خۆ نرخاندنە بەرە و پێشت دەبات. (نابێ بژی تا بخۆی، دە بێ بخۆی تا بژی) (**سوکرات**)

بیر لە ڕابردووت مەکەرەوە، چۆن بوی، چۆن ژیای، کوڕی کێی، بنەماڵەت چییە و کێیە؟ بیری داهاتووش مەکەوە ڕەنگە پێی نەگەی، تەنها بۆ ئەمڕۆ بژی، ڕابردووم کرنگ نییە کەچۆن بووم،داهاتووم گرنگە کەچۆن دروستی دەکەم (ڕابردووی ئەڵماس خەڵووز بووە

بەڵام بوو بە ئەڵماس، کەس پێی ناڵێ خەڵووز)
تۆ دەتوانی ژیانی زۆر کەس لە خێزان و دەور و بەرت بگۆڕی وە دەتوانی ژیانی خێزان و دەور و بەرت تێکبدەی. (لە بنە دارێک هەزاران دەنکە شقارتە دروست دەکرێت، دەنکە شقارتەیەکیش دەتوانێ هەزاران دار لە دارستان بسوتێنێت)
(چەرچل) دەڵێ: (لە بەرهەڵستی مەترسن، کۆلارە کاتێک بەرز دەبێتەوە کە ڕووبە ڕووی هەوایەکی پێچەوانە دەبێتەوە، دەبێ وەک کۆلارە ڕووبەڕووی هەوا و ڕەشەبا ببینەوە بۆ ئەوەی بەرز بفڕین و بگەین بە لوتکەی هیوا و ئامانجەکانمان (ڕابردووت لە بیر بێت، پلانت بۆ داهاتوو هەبێت، بەڵام بۆ ئەمڕۆ بژی، چونکە دوێنێ ڕۆیشت، بەیانیش ڕەنگە هەرنەیەت) **(جۆن لۆک)**

باوەڕو متمانە:

(ئەوانەی بە باوەڕومتمانە بیر دەکەنەوە و هەنگاو دەنێن لە نێو لافاوەکانی ژیاندا نقوم نابن) **(ئۆرایون سویت مارتن)**
وا بیر بکەوە کە فەرماندە و ڕێوانی کەشتی ژیانت بەخۆتی، هەوڵ بدە کەشتی وجودی خۆت بگەیەنێتە کەناری ئارامی و سەفا و سەرکەوتن و بەختەوەری.
(ت، کارتەر) دەڵێ: (دایکان و باوکان و پەروەردەکاران لە جیاتی ئەوەی منداڵەکان ناچار بکەن کە هەمیشە گوێڕایەڵ و مل کەچ بن، لێگەڕێن با منداڵەکانتان ڕێگای بەڕێوەبردنی کار و باری خۆیان بە هۆی هزر و بیر و بۆچوونی خۆیان فێربن)
متمانە دایکی سەرکەوتنە: کەسی خاوەن توانا و باوەڕ، ئەو کەسەیە کە متمانەی بە تواناکانی خۆی هەیە، ڕێگای سەرکەوتن تەنها لە بەردەم کەسانی خاوەن بڕیار کراوەیە.

(**ئیمرسۆن**) دەڵێ: (ئەگەری سەرکەوتنی ئەو کەسەی کە بە ورە و متمانەیەکی زۆرەوە هەوڵدەدات بۆ گەیشتن بە ئەستێران زیاترە لەو کەسەی بۆ گەیشتنەوە بە ماڵی خۆی بە خاو و خلیچی)

(**ئیبراهیم فەقێ**) لە کتابی (متمانە بە خۆ بوون) دەلێ:

یەکێک لەو کەسانەی کە کاریان لە ژیانی مندا کردووە پیاوێکە ناوی (رۆبەرت شۆرل)ە ئەم پیاوە شوێنێکی درووست کرد ناوی (کریستاڵ کاتیدرال)ە، ئەم شوێنە لە نیویۆرکە، سەر وەختێک ئەم پیاوە ویستی دەست بە کار بێت کەسێکی شارەزاو پسپۆر لە کارو باری بیناسازی پێی وت: ئەم باڵەخانەیە ١٥٠ملیۆن دۆلاری تێدەچێت، (رۆبەرت) وتی: من خاوەنی دۆلارێک نیم لەو برە پارەیە، ئینجا فەرهەنگێکی لە گیرفانی دەرهێنا و بە پیاوەکەی وت: وشەی ئەستەم (مستحیل) لەو فەرهەنگە بۆ من بدۆزەوە، کابرا ناو فەرهەنگەکە زۆر گەرا بەلام ئەو وشەیەی نەدۆزییەوە (شۆرل) وتی: ٢٥ ساڵە وشەی مستحیل لەفەرهنگی مندا سڕاوەتەوە، لای من شتێک نییە بە ناوی مستحیل، ئەوە تۆی ئەو مستحیلە دەهێنییە گۆرێ و دەور و خولی پێدەدەیت، ئەگەربڕیا ڕبدەیت و بیربکەیتەوە و دەست بە کاربی، ئەو دەمە هیچ ئەستەمێک لە گۆڕێدا نامێنێت.

(ئەو پیاوەی دەیەوێت چیایەک لە شوێنێک بۆ شوێنێکی تر بگوازێتەوە، لە بەردە بچووکەکانەوە دەست پێدەکات) (**ئەنشتاین**)

نموونە: (مارلین هاملتۆن)مامۆستا بوو جارێکیش بە شا جوان هەلبژێردرا ئێستا لە بازرگانە سەرکەوتووەکانی شاری (فێرسنۆ) یە لە ولایەتی فلۆریدا، لە تەمەنی ٢٩ ساڵی بە فرۆکەی (گلایزەر) دەفڕی خۆی بە شاخێک داداو لاقەکانی ئیفلیج بوون، کەوتە سەرکورسی چەرخەدار، دەیگوت: وەک زیندانێک وایە جوولەکانم سنووردار دەکات، بیری لە حالەتی خۆی کردەوە و نەخشەی باشتری بۆ دروستکردنی

کورسی چەرخەدار دانا و پەرەی پێدا، بە هاوکاری دوو لە هاوڕێکانی کۆمپانیایەکیان بە ناوی (نەخشەکانی جولانەوە) دامەزراند، ئەو ئێستا ملیۆنێرە و شۆڕشێکی لە پیشەسازی کورسی کەمئەندامان بە دیهێنا. (مرۆڤی خاوەن باوەڕو متمانە وئیرادە، باوەڕی بە شکست نییە و نایخاتە ناو فەرهەنگی خۆی)

لاوێک لە ئەمریکا:

١، لەتەمەنی ٢١ساڵی لە بازرگانی شکستی هێنا.

٢، لە تەمەنی ٢٢ساڵی لە هەڵبژاردنی پەرلەمان سەرنەکەوت.

٣، لە تەمەنی ٢٤ ساڵی دیسان لە بازرگانی شکستی هێنا.

٤، لە تەمەنی ٢٦ ساڵی هاوسەرەکەی لە دەستدا.

٥، لە تەمەنی ٢٧ ساڵی تووشی تەنگژەی دەروونی بوو.

٦، لە تەمەنی ٣٤ ساڵی لە کێبڕکێی گۆنگرێس سەرنەکەوت.

٧، لە تەمەنی ٤٥ ساڵی لە سیناتوری شکستی هێنا و دەرنەچوو.

٨، لە تەمەنی ٤٧ ساڵی بۆ جێگری سەرۆک کۆمارسەرنەکەوت.

٩، لە تەمەنی ٥٢ ساڵی بوو بە سەرۆکی ئەمریکا.

ئەو کەسە ٣١ ساڵ هەوڵیدا تا گەیشتە ئامانج، ئەگەر ئەو ڕووداوانەی بە شکست دانابا و کۆڵی دابا نە دەبووە سەرۆک کۆمار، ئەو کەسە (**ئەبراهام لنکۆڵن**) بوو، یەکەم سەرۆک بوو بڕیاریدا جیاوازی باکوور و باشوور، واتە ڕەش پێست و سپی پێست نەمێنێ ، هەر زۆر نزیک بوو لە سەر ئەو بڕیارە گیانی لە سەر دابنێ، بەڵام جێبەجێیکرد.

وره دانە بەر نەخۆش باشترین چارەسەرە: هێزی باوەڕ و متمانە و نەڕوخانی دەروونی نەخۆش زۆر لە داوو دەرمان و چارەسەری پزیشکی گرنکترە.

کچە پورێکم ساڵانی هەشتا زۆر نەخۆش بوو، ماڵو منالی هەبوو، مێردەکەی فیراری سەربازی بوو نەیدەتوانی بیباتە هەولێر یا بەغدا

بۆ لای پزیشک، ماڵی لە شەقڵاوە بوو، خەزووری بردیە هەولێر بۆ لای دکتۆر لەوێ ڕەوانەی موصڵیان کرد، دکتۆری موصڵ ناردیە بەغدا بۆ لای دکتۆر (**زهیر البحرانی**) لە شارع مەغرب بوو، دکتۆر پاش پشکنین نامەیەک بۆ دکتۆرەکەی موصڵ دەنووسێ و لەبەر دڵنەوایش چەند دەنکە حەبێکی دەداتێ، خەزورەکەی دەیهێنێتەوە لای دکتۆرەکەی موصڵ و نامەکەشی دەداتێ، ئەویش خەزووری جیا دەکاتەوە و پێی دەڵێ: ئەوە کچتە؟ نەخێر بووکمە، دکتۆر دەڵێ مامە ئەوە هیچ هیوایەکی ژیانی نەماوە ئەمڕۆ یەکشەممەیە زۆر بژی چوار ڕۆژی ترە، ڕۆژی هەینی پرسەی بۆ دابنێ(**مام عەزیز**)ی خەزوری زۆر پیاوێکی بە ورە و خۆ ڕاگر بوو، بە دکتۆر دەلێ: ئەتو خودای؟ ڕوحی نەخۆش و مردن و ژیانی بە دەست تۆیە؟ دکتۆر دەڵێ نەخێر، بە دەستی خودایە من چیم؟ ئەی کە ڕوح و مردنی بە دەستی ئێوە نییە چۆن بڕیار لە سەر مردن و ژیانی دەدەن، بریا ئەو پارەیەم لەدەستی ئێوە نەکردبا، گەڕایەوە لای نەخۆشەکە و گوتی: کچم دکتۆر دەڵێ: تەندروستیت زۆر باشە دەتوانی بڕۆیەوە ماڵەوە، هێنایەوە شەقلاوە بەماڵەوەی گوت: دکتۆر دەڵێن چوار ڕۆژی تر دەمرێ، بەڵام خوا دەزانی ڕوح بە دەستی دکتۆران نییە، بەڵام با بە خۆی و مێردی نەزانن من پێم گوتووە دکتۆر هەموو دەڵێن زۆر باشە، ئێوەش پێی بڵێن زۆر باشی ڕەنگت خۆش بووە، ورەی بەرز بکەنەوە، مێردی لەگەڵ ئێمە کاری نەجاڕی خانوومان دەکرد بەیانی من پێم وت: ئەتو خێزانت نەخۆشە ئەمڕۆ مەیێ بۆ ئیش، گوتی: نا تەندروستی زۆر باشە بەیانی پێکەوە نانمان خوارد، چووین بۆ سەر ئیش چار ڕۆژ ڕۆیی هەینی هات ئەو ئافرەتە هەر تەندروستی باشتر دەبوو، شەممە ڕۆیی، یەکشەممە ڕۆیی، مانگ ڕۆیی ڕۆژ بە ڕۆژباشتر دەبوو، سال ڕۆیی ئافرەت لە جاران تەندروست تر بوو، چەند منداڵی

تری بوون، پاش چەند ساڵێک مێردەکەی کەوتە بن تەرەکتۆر و مرد، منداڵەکان لە ملی ئەو ئافرەتە مانەوە بەخێوی کردن، گەورەی کردن، شەهادەی‌بەرزیان بە دەست هێنا، کچە پورەکەشم ئێستا لە ژیان ماوە و خاوەنی چەند بووک و زاوایە و تەندروستی لە تەندروستی من باشترە.

(**ونستۆن چەرچل**) دەڵێ: (لێگەرێ چی دەڵێن با بڵێن، بەلام باشترین ڕێگای ساغلەمی ئەوەیە کە هەرگیز خۆمان بە نەخۆش نەزانین، زۆربەی نەخۆشیەکانی ئێمە و خەڵکی بێچارە لە دکتۆرەکان و لە بیر کردنەوەی خودی خۆمانەوە توشمان دەبێت)

(باوەڕو متمانەت بە خۆت هەبی، بەردەوام هەوڵبدە، سەردەکەوی)

ئەوانەی سامانیان بە میرات بۆ ماوەتەوە لە جیهان لە ٥ ٪ ن، لەسەدا ٩٣٪ ی لە خاڵی سفرەوە دەستیان پێکردووە و سەرکەوتووبوون کە ڕۆژێک لە ڕۆژان خاوەنی هیچ نەبوون، (**بێل گێتس**)، (**جیسی بنی**)، (**هێلی سەعید**) **لە یەمەن**، (**لیت هۆندا**) **لە یابان**، (**هینری فۆرد**).

(**هینری فۆرد**) لەگەشتی ژیانی بۆ سەرکەوتن حەوت جار بە چۆکدا هاتووە و هەرجارەی پێنج ساڵی خایاندووە، قەرزێکی زۆریشی لە سەربووە، بەلام نا ئومێد نەبووە و ماندوونەبووە، وەڕس نەبووە، لەجاران بە گوڕتر تواناکانی خستۆتەوە گەڕ و تەپ و تۆزی شکستی لە خۆی دوور کردۆتەوە، (ببە بە کەسێکی کارامە و زیاتر باوەڕت بە خۆت هەبێت)

پەرە بە باوەڕ بە خۆبوون دەدەین بۆ ئەوەی چارەسەری ئامانجە مەزنەکان بکەین بە بەکار هێنانی وزەکانمان بۆ بە دیهێنانی ئامانجە بچووکەکان، کاتێک بەرە و پێش دەچین باوەڕ بە خۆ بوونمان بونیاد دەنێین، باوەڕ بە خۆ بوونی ڕاستی لە خۆزگە خواستنی ئەرێنی یان ئومێد خواستنی ئەرێنی یان بیر کردنەوەی ئەرێنیانە نایەت، بەڵکو لە

زانینی ئەرێنییەوە دێت.
(باوەڕ بە خۆبوون دۆخێکی هزرییە، هەڵوێستە، وەک هەڵوێستێکیش لە ڕاستییەکان گرنگترە)
(**ئەرستۆ**) لە کتێبە بە ناو بانگەکەیدا بە ناوی (ڕەوشتەکانی نیکۆ ماکیان) دەڵێت:

ئامانجی هاوبەشی مرۆڤەکان ئەوەیە کە دڵخۆش بن، تا هەست بکەین باشتر و زیاتر باوەڕمان بە خۆمانە ئەوا دڵ خۆشتردەبین و زیاتر چالاک دەبین لە هەرشتێکدا کە ئەنجامی دەدەین.
(یاسای باوەڕ کورتەیەکی گرنگی یاسای هۆکارو دەرەنجامە) کە دەڵێت:

(باوەڕەکانت دەبن بە ڕاستییەکانت ، باوەڕ بەو شتە ناکەیت کە دەیبینی، بەڵکو ئەو شتە دەبینیت کە باوەڕت پێیەتی، (**ولیەم جێمس**) لە زانکۆی هارڤەرت دەڵێت (باوەڕ ڕاستییە تەواوەکە دروست دەکات). لە ئینجیلدا دەڵێت: (بەگوێرەی باوەڕەکەت ئەو شتە بۆت ڕوودەدات کە باوەڕت پێیەتی)

لە سەر بنەمای باوەڕەکانی ناوەوەت لە جیهانی دەرەوەتدا هەڵسووکەوت دەکەیت، یەکێک لە خاڵەکانی وەرچەرخانی باوەڕ بە خۆبوون ئەوەیە کە بزانیت توانا و هێزێکی زۆرت هەیە و دەتوانیت هەر شتێک بە دەست بێنیت کە دەتەوێت. (**بۆکەر، تی، واشنتن**) دەڵێت:

(فێر بووم کە سەرکەوتن بەو ئاستە نا پیورێت کە تاک لە ژیانیدا پێیدەگات، بەڵکو بە زاڵبونییەتی بەسەر ئەو کۆسپ وتەگەرە و ئاستەنگانەی لە هەوڵی سەرکەوتنیدا دێنە ڕێی)

پەرە بە هێز و تواناکانت بدە:

هەمووممان لەگەڵ هەستی خۆ بە کەم زانین و خۆ بە باش نەزانیندا گەورە دەبین، متمانەی خودی و باوەڕ بە خۆ بوونمان بە ئاسانی تێک دەشکێنین، پێویستە بۆ ماوەیەکی درێژ کار لە سەر خودی خۆمان بکەین بۆ ئەوەی خۆمان بونیاد بنێینەوە و چاک بە هێز ببینەوە بە تایبەتی لەو بوارانەی کە هەڵەیان تێدا دەکەین.

(دراکەر) دەڵێت:

(ئامانجی کار کردن بریتییە لە زیادکردنی هێز و تواناکان و بێ بایەخ کردن و کەمکردنەوەی لاوازییەکان) **(ناپلیۆن هێل)** دەڵێ: (بەردەوامی بۆ تایبەتمەندی مرۆڤ وەک کاربۆنە بۆ پۆڵا)

بەرلەوەی مرۆڤ لە ژیان سەرکەوتن بە دەست بێنێت دڵنیایە لەوەی کە تووشی چەندین کەوتن وشکستی کاتی دەبێت، کاتێک شکست زاڵ دەبێت بەسەر مرۆڤدا ئەوا ئاسانترین و ژیرانەترین شتێک کە ئەنجامی بدات واز هێنانە کە زۆرترین کەسانێک ئەنجامی دەدەن. لە ڕاستیدا بەردەوامیت پێوانەی باوەڕو متمانە بەخۆ بوونت و تواناکانتە بۆ سەرکەوتن، ئەگەر باوەڕی تەواوت بە هێزو تواناکانت هەبێت لە بەردەوامی و درێژەدانت بە کارەکەت لە کۆتایی سەردەکەوی و دەیبەیتەوە و هیچ شتێک ناتوانێت ڕاتبگریت و بتوەستێنێت.

(مارک توین) دەڵێ: (ئەو موعجیزەیە یا خود هێزەی وا لە هەندێک کەس دەکات لە کارەکانیان و لە بوارەکانیاندا بناسرێن و ئاستی بەرز پێشکەش بکەن و خۆ ڕاگربن، ئەو ڕوحییەتەی سوور بوون و بوێرییەیە کە هەیانە)

یاسای باشبوونی لەسەرخۆ کلیلەکەتە بۆ داهاتوویەکی بێسنووری سەرکەوتن لە بواری سامان و باوەڕ بە خۆ بوون، گرنگ نییە لە کوێوە دەست پێدەکەین، ئەوەی گرنگە بۆ کوێ دەڕۆین،

(**ڕۆزڤەلت**) دەڵێت:
(ئەو شتە بکە کە دەتوانی بیکەیت بەو شتەی کە هەتە، لەو شوێنەی کە تیایدایت)

ئاگاداری ئەوە بن هەموو ئەو کەسانەی کەلە ژیانیاندا سەرکەوتنیان بە دەست هێناوە، لەوانەیە لە دەسپێکی کارەکانیاندا تووشی سەختی و دژواری بووبن، لە وانەیە ناچار بن دەست بۆ هەوڵی جارِسکەری ببەن، دەبێ کێشە و گرفتەکان چارەسەر بکەن تا بە مەبەستەکان بگەن.

(یەکەم هەنگاوی سەرکەوتن لەتەنگانە و ساتە ناخۆشەکانەوە سەرچاوە دەگرێ)

(**جان بانیان**) پارچە ئەدەبییە ئاینییە کەی (پێشکەوتنی زیارەتکار)ی کاتێک نووسی کە بە تاوانی بیرو ڕای ئایینی سزا درابوو و لە بەندیخانە بوو.

(**ئۆ هێزی**) کاتی زانی خاوەن مێشکێکی زۆر تیژە لە گرتووخانەی شاری کۆلۆمبسی ئۆهایۆدا بوو، ئەو ناچار بوو لە توانای وێنا کردنی خۆی سوود وەربگرێت،لەجیاتی خۆی بە تاوانبارێکی چارەڕەش بزانێ خۆی بە نووسەرێکی گەورە زانی (بەمەبەستی کار سوود لە کاتەکانتان وەربگرن، چونکە کار بەهای سەرکەوتنە)

(**چارلس دیکنز**) یەکەمین تراژیدیای خۆشەویستی لە ژیانی زۆر کاری لێکرد، ئەو تاڵی و ناخۆشی و ئەو ئەوینە بە ناخیدا ڕۆیشتە خوارەوە، بەڵام ئەو ڕووداوە بووبە هۆی پەیدا بوونی یەکێ لە گەورەترین نووسەرانی جیهان بە هۆی کاریگەری ئەو کارەساتەوە (دیڤید کاپرفیلد)ی نووسی، ئەوسا کەوتە نووسینی بابەت گەلێکی دیکە،

(**هێلین کیلێر**) چەند ڕۆژ پاش لە دایک بوونی کەڕو لاڵ بوو، سەرەڕای

ئەو هەموو نەهامەتیانەی کە بە سەری هات، خۆی لە دەستەی کەسە سەرکەوتووەکان بینییەوە و سەلماندی ئەگەر کەسێ خۆی بە دۆڕاو نەزانێ هیچ کاتێک لە ڕیزی دۆڕاواندا هەژمارناکرێ،

(**بتهۆڤن**) کەڕ بوو، (**میلتۆن**) کوێر بوو، بەڵام ناوی ئەوانە تا دونیا دونیایە بەسەر زارانەوە دەمێنێتەوە، چونکە ئەوانە لە مێشکیان ئاواتی گەورەیان هەبوو تا بە ئامانجەکانیان گەیشتن (

ئاگاداری ئەوە بن بۆ بە دەست هێنانی سەرکەوتن و خۆشگوزەرانی پێویستمان بە هەوڵ و تێکۆشانێک هەیە زیاتر بێ لە قایل بوون بە هەژاری و نەداری، چەندمان لە ژیاندا بوێت و چاوەڕوانی چەند بین بەو ئەندازەیەمان دەست دەکەوێت.

- ئەگەر خۆت بە دۆڕاو بزانیت دەدۆڕێیت، ئەگەر خۆت بە سەرکەوتوو بزانی سەردەکەوی.
- ئەگەر ئارەزووی سەرکەوتنت هەیە بەڵام وا بیر دەکەیتەوە کە توانای ئەو کارەت نییە، دەی هەرگیز سەرناکەوی.
- سەرکەوتن پەیوەندی ڕاستەو خۆی بە ویست و ئیرادەی مرۆڤەوە هەیە، هەمووشتێک پەیوەستە بە مێشکتانەوە
- ئەگەر خۆت بە کەسێکی بێ توانا و هیچ لەبارنەبوو دەزانی، دەی ئەوە تۆ کەسێکی بێتوانا و هیچ لەبار نەبووی، بۆ سەرکەوتن دەبێ تەوژمو گوڕ و تینتان هەبێ.
- بۆ سەرکەوتن و بە دەست هێنانی خەڵاتەکە دەبێ زۆر دڵنیا بن لە خۆتان
- مەرج نییە هەردەم بەهێزترینەکان و خێراترینەکان سەربکەون، ئەو کەسە سەرکەوتووە کەبڕوای وایە سەردەکەوێت

(چیت دەوێ هەموو شتێک هی تۆیە، هەموورێگاکان لە بەر دەمتدا کراوەن، ڕووناکی ڕاستی بۆ تۆ دەدرەوشێتەوە، کەوابوو مەوەستە

و مەپرسە، بەئاسوودەیی بۆپێشەوە بڕۆ) **(ئۆرایزن سویت مارتن)** ئایا دەتانەوێ لەژێر پاڵەپەستۆکانی هەژاریدا دەربازتان بێ، بیر لە خێر و بێر و گەشە و فراوانی بکەنەوە و بە هێزێکی تەواوەوە ئەو بیرە لە مێشکی خۆتاندا جێگیر بکەن، وە ک چۆن پشکوتنی خونچە و بوونی بە گوڵ مسۆگەرە، دەربازبوونی ئێوەش لە ژێر باری هەژاری و نەداریدا سەد لە سەد بە دیدێت، دەبێ لاوان فێر بکرێن کە ئەو شتانەی دڵخوازی خۆیانە بە مافێکی سروشتی و خۆڕسکی خۆیان بزانن و بە توانا و ئیرادەیەکی بە هێز و دروستەوە بە دوای بە دیهێنانی ئەو تایبەتمەندی و ئارەزوو و دڵخوازیانەی خۆیانەوە بن، بەڵام ئەگەر دانیشن وهیچ هەوڵێک نەدەن و خۆیان ڕادەستی نائومێدی و شکست بکەن، ئەوە دەڕوخێن و ژیان و کەسایەتییان کاول و وێران دەبێت.

(وینستۆن چەرچل) دەڵێ: (لە بەرهەڵستی و ڕووبەڕووبوونەوە مەترسن، کۆلارە لەو کاتە باش بەرز دەبێتەوە کە ڕووبەڕووی هەوایەکی پێچەوانە دەبێتەوە ، دەبێ وەک کۆلارە ڕوو بە ڕووی هەوا و ڕەشەبا ببینەوە، بۆ ئەوەی بەرز بفڕین و بگەین بە لوتکەی هیوا و ئامانجەکانمان)

(ئەنشتاین) دەڵێ: (کار کردن لەسەدا یەکی هاندانە، سەدا نەوەد و نۆی هەوڵدانە)، با ئامانجەکەم سەدا نەوەد و نۆ بێت و سەدا یەک دڵخۆش بم بە هاندان.

(ئەبراهام لنکۆلن) دەڵێ: (من سنوورم نییە بۆ بردنەوە، بەڵکو سنوورم هەیە تا ڕاست و دروست بم، من سنوورم نییە بۆ سەرکەوتنم، بەڵام من سنوورم هەیە تا بە دڵسۆزی بژیم، بردنەوە و سەرکەوتن ئامانجە، بە ئامانج دەتوانم بەردەوام بم لە هەوڵ و پێشکەوتن، نەبوونی ئامانج نەمانی هیواو خۆری ژیانە)

با لێت بپرسم:

ـ کاتی ئەوە نەهاتووە بزانیت تۆ کێی؟

ـ ئایاکاتی ئەوە نەهاتووە توانا بێ سنوورەکانی خۆت بزانیت؟

ـ ئایا کاتی ئەوە نەهاتووە دەست هەڵگریت لە گومان بەرامبەر تواناکانت؟

ـ ئایا کاتی ئەوە نەهاتووە واز لە سکاڵاو کومەککردن و ڕەخنە بێنیت؟

ـ ئایا کاتی ئەوە نەهاتووە بزانیت چۆن مامەڵە لەگەڵ دزانی خەونەکانت دەکەیت؟

ـ ئایا کاتی ئەوە نەهاتووە بەو ترسەی نێو چاوەکانت بڵێیت ئیتر بەسە و لێگەرێ با ئامانجەکانم بەدی بێنم؟

ـ بەڵێن بە خوای خۆت بدە کە پەی بە تواناکانی خۆت بەریت،

ئایا کاتی ئەوە نەهاتووە نرخی ئەو ئەڵماسەی ناو دەستەکانت بزانیت؟

ـ ئایا کاتی ئەوە نەهاتووە ئایندەی خۆت دابڕێژیت؟

هەر ئێستا، کاتی ئەوە هاتووە تواناکانت ڕاچڵەکێنیت، داهاتوویەک دروست بکەیت، کاتێ برێکی سەیارە دادەگری سەیارەکە کار دەکات بەڵام لە جێی خۆی ناجولێت ، زۆرێک لە خەلک برێکی وەستانی ئەقڵی خۆیان داگرتووە، ئەقڵیان وەستاوە لە ئاستی بیرکردنەوە و توانا و پێشکەوتن و پەرەسەندن.

(جەرەس جەرەس نیە تاکو لێی نەدەیت) (گۆرانی گۆرانی نییە تاکو نەیڵێیت)(خۆشەویستی خۆشەویستی نیە تاکو نەیبەخشیت)

من باشترینم: (کاسیۆس کلای) پێش ئەوەی شەڕ لەگەل **(سانی لیپۆل)** بکات وشەی وای بە ڕۆژنامە نووسان گوتبوو پێی پێدەکەنین، پاش سەرکەوتنی سەرنجی هەموو جیهانی بۆ لای خۆی ڕاکێشا و ناوی لە خۆی نا (محمد علی کلای) کە بە دروشمی (من باشترینم) لە جیهان ناسرا بوو.

(**ئیبراهیـم فەقێ**) دەڵێ: لـە گەڕانم بـە وڵاتانـدا بۆم دەرکـەوت مرۆڤـەکان سێ جۆرن:

١. لـە دونیا دەژی بـەلام نازانێ چی ئەوێت، ئامانجێکی نیـە تـا بیگاتێ، هەمـوو ئامانجێکـی ئەوەیـە خـواردن و خواردنـەوەی پێویسـتی دەسـکەوێت، گازندەشـی لـە بەرامبـەر ناخۆشـیەکانی ژیـان نییـە.

٢. ئەزانێ چی دەوێت بـەلام نازانێت چۆن بیگاتێ، ئەیەوێت خۆشی و بەختـەوەری و ئامانـج بـەرەو ڕووی بێت و بەدەست بیگرێت، ئـەم جۆرەیـان لـە جۆری یەکـەم بـاری قورستر ئەبێت.

٣. مەبەسـتەکەی ئەزانـێ، ئەشـزانێ چۆنـی بگاتـێ، بـەلام بـڕوای بـە تواناکانـی نییـە، لـە سـەرەتاوە دەسـتپێدەکات بـەڵام زۆر گرنگی پێ نـادات، کتێب ئەکڕێت بـەلام نایخوێنێتـەوە، ئەمـە بـەردەوام ناتوانـێ هەنگاوی سـەرکەوتوو بنێ، دەست پێدەکات بـەلام تـەواوی نـاکات، ئـەم جۆرەیـان لـە هـەردوو جۆرەکـەی تـر بـاری سەرشـانی قورسـترە.

ئیـرادە: شـێوەیەکە لـە شـێوەکانی بـاوەڕ، ئیرادە واتـا بڕیـاردان لەسـەر ئەنجامدانـی کارێـک و نیشـانەیەک، بـاوەڕ بـوون بـە تواناکانـی خـۆت بـۆ ئەنجامدانـی ئـەو کارە، بـاوەڕ بـوون بـە سـەرکەوتن گەیشـتنە بـە سـەرکەوتن ،جورئـەت و بوێـری بنەمایەکـی سـەرەکی بـاوەڕە، کەسـێک بەرامبەر کارێک بەخۆی دەڵێ: (دەبێ ئەنجامی بدەم) ،(دەتوانم ئەنجامی بدەم) ،(بڕیـارم داوە ئەنجامی بدەم) ئـەوەش نـەک هـەر جورئـەتی خـۆی زیاد دەکات بەڵکو هێزی نێگەتیڤیش زیاد دەکات، دەتوانین سـەختترین کارەکان بـە ئیرادەیەکـی ئەرێنـی ئەنجـام بدەیـن، خـوای گـەورە هیـچ کەسـی لـە بەختـەوەری و سـەرکەوتن بێبـەش نەکـردووە، دامـاوی و دەستەوەسـتانی ئێمـە زادەی هـزری خـودی خۆمانە،ئـەو موگناتیسـەی ئامانـج بـۆ خـۆی ڕادەکێشـێ مێشـکی خـودی مرۆڤـە.

(**سـایرۆس فێلـد**) سـەرمایە گوزارێکی ئەمریکی بـوو کـە یەکەمین کێبڵـی

تەلگرافی ژێر دەریایی نێوان ئەمریکا و ئەوروپای دامەزراند، دواى ئەوەی ١٢ ساڵ بۆ ڕاکێشانی کێبڵی ژێر دەریایی ڕەنجی بێهودەی کێشا، ئەگەر گوێی بدابایە ئەو نامەیەی کە لە بنەماڵەکەیەوە بۆی هاتبوو تیایدا نووسرابوو (هەموو سامانەکەت لە دەست چوو لە برسان دەمری) ئەگەر وازی لە نەخشەی خۆی هێنابا چ ئامانجێکی بە دەست دەهێنا؟

چۆن متمانەی کەسانی تر بەدەست بێنین:

(**مایکل برۆمبێرگ**) بەرپرسی شاری نیویورک لە کۆمپانیای (سالمۆن برازەرز) دەرکرابوو لە جیاتی ئەوەی خەم دایبگرێت و هەست بە شکست بکات، پەرەی بە جۆرێکی تازەی سیستەمی کۆمپیتەری بازاڕی دراوەکان دا و زۆر بە خێرایی کۆمپانیایەکی تایبەت بەخۆی کردەوە و سیستەمی شیکردنەوەی بازاڕی دراوی تایبەت بە خۆی کاراکرد، بەشێکی زۆری کۆمپانیای (رویتەرز) ی کڕیەوە و بەو شێوە بوو بە ملیاردێر، پاشان بە دوای ڕووبەڕووبوونەوەیەکی تازەدا دەگەڕا بڕیاری دا و هەوڵیدا ببێتە بەرپرسی نیویورک، زۆر سەرکەوتووانە ئامانجەکەی بەدیهێنا، زۆربەی خەڵکی وای دادەنێن

ڕۆژێک لە ڕۆژان (بلومبێرگ) خۆی بۆ سەرۆکی ولاتە یەکگرتووەکانی ئەمریکا دەپالێوێت، چونکە خاوەن ئەقڵێکی گەشە سەندووی ڕاستەقینەیە، من سەرسامم بە بوێری و دید و باوەڕ و متمانەی (مایکل بلومبێرگ)

(**پۆل برایانت**) دەڵێ: کاتێک هەڵەیەک دەکەم تەنیا سێ شت هەیە کە پێویستە بیانکەم: (دانی پێدابنێم، لێیەوە فێر بم، دووبارەی نەکەمەوە) پەرەپێدانی توانا و کارامەیی و باوەڕ بە خۆبوون کە پێکەوە دێن، لە ڕاستیدا بە شیکردنەوەی توانای خودی و بە ئاگابوون لە هەستی

خودی دەستپێدەکەن.
(**سوكرات**) دەڵێ (سەرەتای هەموو ژیری و تێگەیشتنێک لەو وشتانەدایە: (تۆ خۆت بناسە، لە شیکردنەوەی خۆتدا بۆ دیاری کردنی ئەوەی کە بە ئەنجامدانی دەبێت بە شتێکی نمونەیی)

سەرەتا ئەم پرسیارانە لە خۆت بکە:

١- چ بەهرە و کارامەیی و توانایەکی سروشتیت هەیە؟
٢- ئەو شتە چی بوو کە لە تواناتدا بوو بە ئاسانی و بە باشی ئەنجامی بدەیت لە ڕابردوودا کە خەلکانی تر پێیان سەخت بووە؟
٣- چ بابەتێک لە قوتابخانە و چ بەشێکی کارەکەت بەشێوازێکی سروشتی سەرنجی ڕاکێشاویت و حەزت لێی بووە؟
٤- چ شتێکت زۆر حەز لێبوو ئەنجامی بدەیت لە تەمەنی حەوت بۆ چواردە ساڵیدا؟ پرسیار لە دایکت بکە؟ ئەوە پێشبینییە بۆ ئەو کارەی کە دەتەوێت ئەنجامی بدەیت.
٥- چ بەشێکی کارەکەت زۆر حەز لێیە ئەنجامی بدەیت و وا دەردەکەوێ کە بە باشی ئەنجامی دەدەیت؟
٦- چ کار و چالاکییەک زۆر دڵخۆشت دەکات، وزەت پێدەدات پڕت دەکات لە پەرۆشی و لە کاتی ئەنجامدانیدا بیرت لای کات نامێنێت؟

(**گیڤارا دەڵێ**): ئەوە لە بیربکە کە ناتوانی بەدەستی بێنی، ئەوەش بەدەست بێنە کە ناتوانی لە بیری بکەی).

(**لیت هۆندا**) لە ژاپۆن: ئەوەی تەنگژە و کارەساتە بەسەر ئەو پیاوەدا هاتووە، کاتێ منال بوو خەونی دەبینی کە گەورە بوو ببێتە کەسێکی گەورە، ئێستا خاوەنی گەورەترین کۆمپانیای (هۆندای) ئۆتۆمبێلە، لەو ڕۆژاندا (تویوتا) سەرکەوتنێکی باشی بەخۆیەوە بینیبوو، ئەویش لە زانکۆدا دەیخوێند، پێشنیارێکی پێشکەش کرد کە ماتۆڕێک دروست بکات و دانەیەکی دروست کرد ئەویش بە

دڵیان نەبوو وازی لە خوێندنیش نە هێنا و لە هەوڵی دروستکردنی ماتۆریش بەردەوام بوو دانەیەکی تری دروست کرد سەرەنجام لێی وەرگیرا، بەڵام حکومەتی ژاپۆنی ڕەتیکردەوە، لە خوێندن و هەوڵدانی بەردەوام بوو، هەرچۆنێک بوو کارگەیەکیان بۆ دامەزراند ئەویش لە جەنگی جیهانی دووەم خاپوور کرا، پاش چوار ساڵ کارگەیەکی تری دروست کرد ئەویش زەمین لەرزە لێی دا و خاپوور بوو، ئەو هەر بەردەوام بوو لە دروست کردنی ماتۆرەکانی، داواکاریەکی زۆر ڕووی تێکرد، لە یەک هەفتەدا (٢٨) داواکاری ماتۆڕی هەبوو، پاشان هەوڵی داهێنانەکەی بەسەر کۆمپانیا ژاپۆنیەکاندا بڵاوەی کرد، سەرەنجام یەکەمین مۆتۆڕسکیلی لە جیهان هێنایە کایەوە، باشترین خەڵاتی ئیمپراتۆری یابانی لەسەر وەرگرت، دوای ئەمە دەستبەکار بوو لە دروست کردنی ئۆتۆمبێلی (هۆندا) کە لە سەرانسەری جیهاندا بڵاو بوەوە و ئاواتەکەی هاتە دی.

(ئەمەش هێزی متمانە بە خۆ بوون وهێزی سەرکەوتنە)

ژاپۆنیەکان بە سێ وشەی سەرەکی گرەویان بردۆتەوە:

١- سڵاو و هەواڵ پرسین.

٢- سوپاس کردن.

٣- بەردەوام بەرەو باشتر بوون.

منیش وشەیەکم زیاد کرد ئەویش نەرمی ومیانڕەوی بەردەوام

ئیبراهیم فەقێ

دیسان(**ئیبراهیم فەقێ**) دەڵێ: چاوپێکەوتنم لەگەڵ(٣٠) کەسایەتی سەرکەوتوودا سازکرد هەر یەکێکیان لەوی تر نایابتر و دەگمەن تر بوون، سەرەنجام هەموویان ئەو سێ سەخڵەتەیان تێدا بوو:

١- بڕوا بە خۆبوون.

٢- ئەندێشەی ئاشکرا.

٣. ئازایەتی بێسنوور.
لەسەر دیوارێک لە واشنتۆن بە خەتێکی ئەستوور ئەو وشانە هەڵکۆڵراوە:
(ئازادی بە خۆڕایی نییە) (ئەگەر بتەوێت ئەو جۆرە ژیانەی دەتەوێت بژیت، ئەو ڕێگایەی خۆت دەتەوێت دیاری بکەی بۆ ژیانت ، تێبگە لەوەی نرخەکەی زۆرە وە بە ئاسانی بە دەست نایەت)، (بۆب پرۆکنەر)

بونیادنانی متمانە بە خۆ بوون:

بۆ دروست کردن و پتەو کردنی متمانە و بونیادنانی چەند خاڵێک هەیە:
١. قبوڵکردنی خود: پێویستە وەک مرۆڤ خۆت قبوڵ بێت، ئەوەش بە متمانە بە خۆبوون و ڕێزگرتنی خود بە شێوەیەکی ئەرێنی کاریگەر دەبن.
٢. ڕێزگرتنی خود: کلیلی پەرەپێدانی ڕێزگرتنی خود بریتییە لە وردبوونەوە لەسەرکەوتن و دەستکەوتەکانی ڕابردوومان، ئەگەر کاتەکانمان لە بیرکردنەوە لە سەرکەوتنەکانمان بەڕێبکەین، متمانەمان بە خۆمان زیاتر دەبێت،
زۆر گرنگە لیستێک لە سەرکەوتنەکانمان لە ژیانی ڕابردوومان تیایدا تۆماربکەین وە دەسکەوت و ڕەفتارەکانی خۆمان تۆماربکەین کە شانازی پێوە دەکەین.
٣. خود گوفتاری ئەرێنی: ئامرازێکە بۆ گێڕانەوەی ئەو تاکە شتەی کە ئێمە بە شێوەیەکی ڕەها دەسەڵاتمان بەسەریدا هەیە، ئەویش بیرکردنەوەی ئێمەیە بەو خود گوفتاریە بە هۆی بەڵگەکانی خاڵی پێشتر پشت ڕاست دەکەینەوە،

٤. ئەنجامدانی سەرکێشیەکان: دەتوانین لە ڕێگەی ئەنجامدانی سەرکێشیەکانەوە متمانە بە خۆبوونمان بونیاد بنێین , هەندێک لە مرۆڤەکان هەمیشە خۆیان لە سەرکێشیەکان بەدووردەگرن، زۆر بە ئاگاداری و ترسەوە ژیان بە ڕێدەکەن، ئەو کەسانە دەرفەتەکان بە هەڵ نازانن و کارێک ئەنجام نادەن ئەگەری شکستی هەبێت. (**ناپلیۆن**) دەڵێت: (من لە ژیانمدا یەک دۆست و یەک دوژمن زیاترم نەبووە ئەویش خۆم بوومە، لە ژیاندا کەس ناتوانێت یارمەتی ئێمە بدات و بمانگەیەنێتە لوتکە جگە لە خۆمان)

پێشبینی کردنی باشتر: هیچ نەریتێک لەوە باشتر نییە کە ئێمە ئاراستەیەکی پڕ لە هیوا بگرینە بەر، هەروەها باوەڕمان وا بێت کە کارەکان بە شێوەیەکی دروست بەڕێوە دەچن و ئێمە شکست ناخۆین و سەردەکەوین، هیچ گرنگ نییە هەوڵ بۆچی دەدەین و خەریکە چی دەکەین، گرنگ ئەوەیە سەبارەت بە کارەکەمان هەمیشە بە ئاراستەی گەشبینیەکی پڕ لە هیوا بمێنینەوە.

بونیادنانی ڕێزگرتنی خود: ئەو کەسانەی ئاستێکی بەرزیان بۆ ڕێزگرتنی خودی خۆیان هەیە باوەڕیان بەوە هەیە کە زۆربەی ئەو کارانەی ئەنجامی دەدەن ئەگەری سەرکەوتنیان زیاترە لە شکستخواردن، ڕێزگرتن لە خود زۆر گرنگە بۆ هاندانی کەسەکان تاوەکو بە گوڕ و تینێکی زیاتر کاربکەن و سەرکەوتن بەدەست بێنن، ڕێزگرتن لە خود شایستەی ئەوەیە کات و ماندووبوونی تایبەتی بۆ تەرخان بکرێت.
(**واڵت دیزنی**) دەڵێ: هەر چەند زیاتر خۆت خۆشبوێت کەمتر شوێنکەوتەی ئەوانی تر دەبێت، ئەوەش وادەکات کەسایەتیەکی تایبەت

بە خۆت هەبێت.

بوێری لە بڕیار دان: (**ناپلیۆن هێل**)دەڵێت: مرۆڤی خاوەن ئامانج پێویستی بە بوێرییە لە بڕیار دان، دە مت داخە و چاو و گوێت بکەوە، ئەو بڕیارە گەورانەی شیرازەی شارستانیەتیان داڕشتووە بە خۆخستنە مەترسی و سەرکێشی و بوێری هاتونەتە کایەوە، لە زۆربەیاندا بابەتی مردن و ژیان لە ئارادا بووە.

- بڕیاری (**لنکۆڵن**) لە ڕاگەیاندنی یەکسانی بەرامبەری و یەکسانی ڕەگەزی لە بار و دۆخێکدا ڕویدا کە (لنکۆلن) دەیزانی ئەگەری ئەوە هەیە بە هەزاران کەس لە دۆستان و لایەنگرە سیاسیەکانی لە دژی ڕاپەڕن.
- بڕیاری (**سوقرات**) بۆ خواردنەوەی جامی ژەهرەکە لە بڕی ڕێککەوتن لە سەر ئەو باوەڕەی کە هەیبوو، کارێکی ئازایانە و بوێرانە بوو، خەڵاتی سەربەستی و بیرو ڕا دەربڕین و ئازادی قسە کردنی پێشکەش بەو کەسانە کرد کە هێشتا لە دایک نەبووینە
- **بڕیاری سەربەخۆیی ئەمریکا:** بڕیاری ئەو پیاوە ئازاو بەجەرگانەی بڕیاری سەربەخۆیی ئەمریکایان واژوو کرد و گیانی خۆیان خستە پاڵ واژووەکانیان تا سەربەستی و ئازادییان بۆ ئەمریکا بە دەست هێنا.

(گیڤارا) دەڵێ: (ئەوە لە بیر بکە کە ناتوانی بە دەستی بێنی، ئەوەش بەدەست بێنە کە ناتوانی لە بیری بکەی) بەرپرسیارێتی هەر ڕووداوێک بگرە ئەستۆ (زۆر جار گوێمان لێدەبێت کە دەڵێ تۆ وا بکە من بەرپرسیارێتی هەڵدەگرم)

دیارە کەسەکە لە سەرکەوتنی خۆی بێگومانە بۆیە لێپرسراوێتی هەڵدەگری و بە باوەڕو متمانەیەکی زۆرەوە دەیخاتە ئەستۆی خۆی. (**ئەدیسۆن**) ٩٩٩٩جار هەوڵی دا گلۆپێکی کارەبایی دروست بکات، بەڵام

نەیتوانی، کەسێک لێی پرسی: دەتەوێت بۆ دە هەزارەمین جار شکست بخۆی؟ وەڵامی دایەوە: ئەو کارەی دەمەوێ بیکەم خۆم بەرپرسیارێتی هەڵدەگرم، من شکستم نەخواردووە، بەڵکو ڕێگایەکم دۆزیوەتەوەکە بە دروست کردنی گلۆپێکی کارەبایی کۆتایی نایەت، من دە هەزار وانەم وەرگرت لەو بوارە، چونکە هەر شکستێک وانەیەکە بۆ کەسی سەرکەوتوو.

(ماسیم مەدەرێ بەڵکو فێرە ماسی گرتنم بکە) ، (کەسی دۆڕاووشکست خواردوو داوای ماسی دەکا، کەسی براوە و سەرکەوتوو داوای فێر بوونی ماسی گرتن دەکات)

بیرو باوەڕی تایبەت بە خود: ئەمە بە هێز ترین جۆری بیرو باوەڕەکانە، چۆنیەتی بیر وباوەڕ بە خود لە وانەیە هێزو توانات پێ ببەخشێت و یارمەتیدەرت بێت و بەرەو پێشت بەرێت بۆ گەیشتن بە ئامانجەکانت، یان دەبێتە هۆی هەراسان کردن و دوور خستنەوەت لە ئامانجەکانت.

هەندێ بیرو باوەڕی سلبی لە سەر خود وەک: من هیچ نیم، من شایەنی سەرکەوتن نیم، ئەگەر دەوڵەمەند بم ئەوە تەنها دەبم و هەموو هاوڕێکانم لە دەست دەدەم، ئەگەر واز لە جگەرە کێشان بێنم ئەوە کێشم زیاد دەکات، من ناتوانم سەیارە خێرا لێبخوڕم چونکە ترسناکە، هەرکات هەڵسا بم بە کارێکی نوێ شکستم هێناوە و سەر نەکەوتووم.

هەندێ بیرو باوەڕی ئیجابی و بە هێز لە سەر خود وەک: من بە هێزم، تە ندروستیم باشە، من متمانەم بە توانای خۆم هەیە سەردەکەوم، من دایک و باوک و خێزانێکی زۆر باشم هەیە ، بیرو باوەڕ بە خود هێز و توانای زۆرە، ئەگەر هەستی بە گۆڕینی ئەوا دەبیتە کەسێکی جیاواز، هەموو ژیانت گۆڕانی بە سەردا دێت.

(**ئیبراهیم فەقێ**) لە کتابی هێزی بڕیار دان لە مرۆڤدا دەڵێ:
هەموو کات وا بژی کە دوا ساتەکانی ژیانتە، بە بڕواوە بژی، بە هیواوە بژی، بە خۆشەویستییەوە بژی، بە تێکۆشانەوە بژی، ڕێزو بەهای ژیان بزانە، (ئەوەی هەستی پێدەکەیت و باوەڕت پێی هەیە، عەقڵی مرۆڤ دەتوانێ جێبە جێی بکات.

هێزو کاریگەری باوەڕ

چۆن بیر و باوەڕی کەسێک دەبێتە هۆکاری سەرەکی بۆ سەرکەوتن و تەندروستییەکی تەواو ئاسوودەیی، یان شکست و نەخۆشی.

نمونەی یەکەم: پیاوێک ووتی باپیرەم تەمەنی (٧٣) ساڵە هێشتا لە سواربوونی بالاڕەو (مصعد) ترسی هەیە، ئەو بە ئەزموونێکی ناخۆشدا تێپەر بووە تەمەنی (٨) ساڵ بووە لە ناو بالاڕەو بووە، لەناکاو لە کارکەوتووە، پێنج کاتژمێرێک لەناوی بەند بووە، بەدرێژایی ئەو کاتژمێرە هەر گریاوە بۆیە لەورۆژەوە لە بالاڕەو دەترسێ و لە سوار بوونی خۆی دەپارێزێت.

نمونەی دووەم: کەسێک زۆر لە سەگ ترساوە لە بەر ئەوەی جارێکیان لە تەمەنی پێنج ساڵی سەگ پەلاماری داوە و دووجار برینداری کردووە و بە پەلە بردراوە بۆ نەخۆشخانە، لەو ڕۆژە ناوێرێت لە شوێنێک بێت کە سەگی لێبێت.

نموونەی سێیەم: خانمێک دەڵێ: زۆر ڕقم لە پشیلەیە و لەو شوێنە دوور دەکەومەوە کە پشیلەی لێبێ، سەردانی هاورێ نزیکەکانیشم ناکەم کە پشیلەیان هەبێت، ئەو ڕقەم کاریگەری لە سەر منداڵەکانیشم هەیە، ئەو بیرو باوەڕانە هۆکاری سلبی هەبووە لە سەر دەروونی ئەوانە، دەشبێ هۆکاری ئیجابیشی هەبێت بۆ سەرکەوتن، ئەوەش چەند نموونەیەکن وە هۆکارن بۆ جێبەجێکرنی

ئامانجەکان لە ژیان:

١. **تۆماس ئەدیسۆن**)(٩٩٩٩) تاقیکرنەوەی ئەنجامدا پێش ئەوەی بگاتە سەرکەوتن لە داهێنانی گلۆپی کارەبایی، خەلکی پێکەنینیان پێدەهات لە گەڵ ئەمەشدا شکستەکانی لە هەوڵدان ڕاینەگرت و نائومێد نەبوو، لە هەموو هەوڵە شکست خواردووەکانیدا هانی ئەدا زیاتر بەرەو پێش بڕوات.

٢- **واڵت دیزنی** کە ڕۆیشتەوە بۆ لای خێزانەکەی وێنەیەکی کاریکاتێری مشکی بچووکی هەڵگرتبوو، بە خێزانەکەی وت: (ئێمە لە مشکەوە سەروەت و سامانێکی زۆر بە دەست دەهێنین)، خێزانەکەی گوتی: هیوادارم ئەم قسەیەت لای کەسێکی دیکە نەکردبێت، بەڵام بیرو باوەڕی (دیزنی) بە سەرکەوتن، وایلێکرد بەردەوام بێت لە خەونەکانیو متمانەی وابوو کە دەبێت بە کەسایەتییەکی گەورەی (میکی ماوس) و شاری دیزنی، لەڕێگای بە دەست هێنانی خەون و ئاواتەکانی ڕووبە ڕووی چەندەها ڕێگر هاتووە و زیاتر لە جارێک مایە پووچ بووە، بەڵام بە هێزی بیرو باوەڕی توانی سەرکەوتن بە دەست بێنێت (بیرو باوەڕ گەورەترین چێوەیە بۆ ڕەفتار، کاتێک بیرو باوەڕمان بە هێز بوو ئەوا ڕەفتارمان هاوتای ئەو بیرو باوەڕەیە)

٣. (**محمد عەلی کلای**) ئەو هەمیشە دەیگوت (من بەهێزترین و گەورەترین بۆکسێنم) بە هۆی بەهێزی ئەو بیر و باوەڕ و متمانەی بە خۆیو تواناکانی، توانی بگات بە بەرزترین پلە لە یاری بۆکسێندا و باشترین یاریزانی سەردەمەکەی و دەڵێ: بۆ ئەوەی ببیت بە پاڵەوان پێویستە متمانەو بیرو باوەڕت وا بێت کە باشترینی، ئەگەر باشترین نەبووی وا خۆت دەرخە و هەڵسو کەوت بکە خۆت کە باشترینی) ئەو ویستەی (محمد عەلی) وا

دەكات كە ئێمە تێبگەین و پێویستە بڕوایەكی بە هێزمان بە خۆمان هەبێت و پاشان ئەوەی دەمانەوێت بیكەین.

چیرۆكی دكتۆر (**زەكی عوسمان**)

لە مانگی ٢ی ١٩٥٢لە گوندی (الرزيقات) مەڵبەندی ئەرمنت لە پارێزگای (قنا) لە ولاتی میسر منالێكی نائاسایی هاتە دونیاوە، باوكی كابرایەكی سادەی دیندار بوو، چوار براو سێ خوشكی هەبوون، لە دوای تێپەڕینی دوو ساڵ بە سەر لە دایك بوونی ئەم منالە تووشی تایەكی بە تین بوو كە تووشی ئیفلیجی منالێنی كرد، چاوەكانی لە دەستدا، هەموو كارو پیشەی خێزانەكەی گەڕان و هەوڵدان بوو بە دوای چارەسەری منالەكەیانپ، پزیشكەكان گەیشتنە ئەو بڕوایەی هیچ چارەیەكیان پێ نییە بۆ ئەو منالە، خێزانەكەی زۆر دڵگران بوون بە قسەی پزیشكەكان، بەڵام ورەیان بەرنەدا و بڕیاریاندا بیخەنە بەر خوێندن، دوای تێپەڕینی ساڵێك بە هۆی كاری باوكیانەوە ئەو خێزانە گواستیانەوە بۆ ناوچەی (منشيت الصدر) بردیان بۆ لای مامۆستایەكی خزمیان وانەی لە بەركردنی قورئانی دەوتەوە، تا وای لێهات منالەكە هەموو قورئانی لە بەركرد ن، فێری ماناو گەورەیی قورئان بوو، هەموو پەیوەندییەكی بە دەور و بەرەوە پچراند، وەكو بەندییەك لە ماڵەوە مایەوە تاكو تەمەنی گەیشتە(١٦)ساڵان بەبێ ئەوەی بچێتە هیچ خوێندنگەیەك یان دامەزراوەیەكی فێركاری، لەو ماوەیە تەنها خەریكی لەبەر كردنی قورئان بوو، ڕادیۆ هاوڕێی هەمیشەیی بوو، بە درێژایی ئەو چەند ساڵەی وەك بەندییەك لە ماڵی باوكیدا لە ڕادیۆوە فێری ڕۆشنبیری و سیاسەت و ئابووری و پەروەردەو چەندین زانیاری تر بوو، بەڵام لە بارەی خەونەكانی ئایا خەونی هەبوو؟ كەسێكی ئیفلیج و كوێر دەبێ خەونی چی هەبێت؟ ئاواتە خواز بوو وەك دكتۆر(تەها حوسێن) ببیتە نووسەر، ئاواتە خواز بوو ببیتە وتار

بێژ و ئیمام و واعز، لە ڕادیۆ فێری ئینگلیزی بوو، لە تەمەنی(١٦) سالیدا لە پۆلی یەکەمی ناوەندی پەیمانگای (عوسمان ماهیر) بەبێ ئەوەی قۆناغی سەرەتایی بخوێنێت، سەرکەوتنێکی گەورەی بە دەست هێنا، پاشان پەیوەندی کرد بە پەیمانگای دوا ناوەندی قاهیرە، لە وێش چوار سالی خوێند، بۆ قوتابخانە دەچوو، یا بە کۆڵ دەیان برد، یا بە سنگە خشکێ دەڕۆیشت، لە دواناوەندی پێیان گوت: کەوتووە، بە خەندەوە پێشوازی لەم هەواڵە کرد، بەڵام بۆیان کرد بە سوپرایز و پێیان گوت دەرچووە، پاش دوا ناوەندی پەیوەندیکرد بە کۆلیژی زمان و وەرگێڕانەوە، بەلام بۆ چوونی گۆڕا و پەیوەندی کرد بە کۆلیژی ئوسولی دینییەوە و دوو بڕوانامەی لیسانسی وەرگرت، لە سالی(١٩٨٣) لە وەزارەتی ئەوقاف دامەزرا، بۆ ماوەی (٧)ساڵ لەوێ مایەوە، لەسالی ١٩٨٦ماستەری وەرگرت، پاشان لە زانکۆ کرایە مامۆستای یاریدەدەر لە کۆلیژی بانگخوازی، لەو ماوەی سالی ١٩٨٥ دکتۆرای بە دەست هێنا بە پلەی زۆر باشە و مەرتەبەی شەڕەفی یەکەم، پاشان بوو بە قسە کەری ڕادیۆییو لە پلەدا بەرز بووەوە تا بوو بە سەرۆکی بەشی ڕۆشنبیری ئیسلامی لە کۆلیژ، (٢٤) دانراوی هەیە لە بواری بانگەواز و تەفسیر و ڕۆشنبیری و کۆمەڵایەتی، سەرپەرشتی (١٧) نامەی دکتۆرای کردووە، ئەو پیاوە ئیفلیج و نابینایە توانی هەموو هیوا و ئاواتەکانی بە هەوڵدان و تێکۆشان بکاتە ئامانج و بە دەستیان بێنیت، هەموو سلبیاتەکانی گۆڕی بۆ هێزو ئەزموون و تاقیکرنەوە، ئەو کەسە دکتۆر(زە کی عوسمان بوو)

(ئەوەی درکی پێدەکەیت و باوەڕت پێی هەیە ئەقلی مرۆڤ دەتوانێت جێبەجێی بکات)

شەش جۆر مرۆڤ لە دونیادا دەژی:

١- جۆرێک لە دونیادا دەژی نازانێت چی دەوێت، نازانێت مەبەستەکانی

چین، هەموو مەبەست و مەراقێکی خواردن و خواردنەوەی هەبێت بە پێی پێویست هیچ گلەییەک لە سەختی ژیانەکەی ناکات،

٢- دەزانێت چی دەوێت، بەڵام نازانێت چۆن پێی بگات، چاوەڕوانە یەکێک بێت و بیداتە دەستی، ئەمەش جۆرێکە لەو کەسانەی لە جۆری یەکەم داماوتر و نەگبەتترە.

٣- جۆرێکی دیکە ئامانجەکە دەزانێت، هۆکاری پێگەیشتنەکەش دەزانێت، بەڵام متمانەی بەخۆی نیە، هەنگاو دەنێت و تەواوی ناکات، پەرتووک دەکڕێت نایخوێنێتەوە.

٤- ئەزانێت چیدەوێت، ئەزانێت چۆن پێی بگات، متمانەشی بەخۆی هەیە، بەڵام لەژێر کاریگەری کەسانی تردایە، هەر چییەک بەدەست دێنێت لەبەر خەلکی دەیروخێنێت، بڕوا بە بیرو بۆچوونەکانی خۆی ناکات، دوو دڵ و ڕارایە،

٥- ئەزانێت چیدەوێت، ئەزانێت چۆن پێیبگات، متمانەی بەخۆی هەیە، لەژێر کاریگەری هیچ کەسیشدا نییە، لە دەسکەوتە ماددی و کردارییەکانیدا سەرکەوتووە، بەڵام دوای بەدەست هێنانی سەرکەوتن تووشی خاوبوونەوە و سستی دەبێت، بیرۆکەی داهێنانەکەی پشتگوێ دەخات و پەیوەندییەکانی بە سەرکەوتنەوە دەپچڕێت، دەگاتە لوتکە بەڵام مەشق و ڕاهێنان لەبیر دەکات، دەسکەوتە مادیەکەی لە گۆر دەنێت، شاڵاوی پەرێشانی بەرۆکی دەگرێت.

٦- ئامانجەکەی دەزانێت، هۆکاری بەدەست هێنانەکەشی، بڕوای بەوە هەیە کە خوای گەورە هەر چییەکی پێدەبەخشێت، گوێ لە بیر و باوەڕی جیاواز دەگرێت، هەڵیان دەسەنگێنێت، سوودیان لێوەردەگرێت، لاواز نییە، لەبەردەم پێشهات و کارەسات و ڕوداوەکانیدا بەخشندەیە، سەرکەوتن لە دوای سەرکەوتن مسۆگەر دەکات، لە هیچ ئاستێک وچان نادات، لە گرووپی شەشەم بن

چونکە خوای گەورە لە چارەی هیچ کەسێکی نەنووسیوە کە دۆڕاو و دەستەوەستان بێت.

تواناکانت بێسنوورن:

هەژاری لە مرۆڤدا هەژاری توانا و بەهرە و بژێوی نییە، بەڵکو کەمی هەژاری لە ورە و ڕەوشتدایە، کەمی متمانە و باوەڕ، کەمی ئیرادە، بەڵام ئەو بەهرەی خوای گەورە پێتی بەخشیوە سنووریکی نییە شتێکیش لە گۆڕێ نییە ناوی مەحاڵ بێت، ماهیەتی کارەکانت بەندن بە سروشتی خۆتەوە و گەشبینی و ڕەشبینی لە ناخی خودی خۆتەوە دەردەچن.

(**ئیلیا ئەبو مازی**) شاعیری ناوداری عەرەب وتویژ لەگەڵ یەکێک لە ڕەشبینیەکان دەکات، ڕەشبینیەکە دەڵێت: گەشبینی و دلخۆشی هیچ سوودێکیان نییە چونکە مرۆڤ سەرەنجامی مردنە، شاعیر دەڵێت: ڕەشبینی و ماتەمینی بەخشەری هیچ خێر و چاکەیەک نین بۆ مرۆڤ، بەڵام خەندەو پێکەنین و ڕووخۆشی لە چاکی و خێری مرۆڤ کەمناکاتەوە.

هەر چەند نێوانی ئێمە و مردن بستێک بێت، با بە خەندەوە بێت چونکە پێدەچێت دوایین خەندەبێت، ناخی مرۆڤ سەرچاوەی شادمانی و نیگەرانییە، خێر و خۆشی و ماتەمینی تەنها ماڵوێرانییە، ئیتر مرۆڤ بۆچی سکاڵا و گلەیی لە دەست کەم توانایی و بێ ورەیی بکات.

- بۆچی قایل دەبیت بە کێشی زۆری لەشت؟
- قورسایی دەخەیتە سەر قاچ و پشت و ئەژنۆکانت.
- بۆچی لە هەڵسوکەت کردنت لەگەڵ خەڵک چالاک نابیت
- بۆچی هەمیشە نیگەران و گرژ و مۆنیت بۆ گەشبین نابیت.
- بۆچی هەمیشە کارەکان بە ئاسان ناگریت و لەسەر خۆت قورسیان

دەکەیت.

- بۆچی هەمیشە هەست بە شکست و دۆڕان دەکەیت؟ خۆ براوەکان هیچیان لە تۆ زیاتر نییە.
- بۆچی ژیانت خۆشناکەیت،؟

هێزی سیانی تۆ دەکرێت بە سێ بەش:

- پابەندبوون: زانینی مەبەست و گەیشتن پێی.
- ڕێکخستن: دەسبەکاربوون لە جێبەجێکردن و بەردەوامی لە ڕۆیشتنی ئەو ڕێگەیەی نەخشەت بۆ کێشاوە :
- سوور بوون: بوێری و زاڵبوون و سووربوون لەسەر گەیشتن بە ئامانجەکە و هیچ ئاستەنگێک، هەنگاوەکانت پێ لەق ناکات.

(**ئیبراهیم فەقێ**) دەڵێت:

خەونەکانی ژیانمان وەک فیلمەکانە، پێناسەمان بۆ فیلم سەرەتا و کۆتاییەکی هەیە ، سەرەتای ئەم فیلمە خەونەکانە، ئینجا بەربەرەکانێی ژیان، ئینجا بەدیهێنانی خەون.

خاتوو (نعمت) مامۆستای یەکێک لە دایەنگەکان بوو، مامۆستەیەکی لێهاتوو و شارەزا بوو، دۆسیەی هەموو منداڵەکانی دەخوێندەوە، لە نێوانیاندا منالێکی چاپوک و چالاکی بە دڵ بوو بە ناوی (کەریم)، بەلام ئەم منالە کێشەی خێزانی هەبوو، ئەویش دوای مردنی دایکی ئاستی زیرەکیەکەی بە شێوەیەکی بەرچاو دابەزی، بۆیە خاتو نعمت بڕیاری دا کەمتەرخەمی لە کەریم نەکات چونکە دووچاری نەخۆشی دەروونی بووە بە پێی پشکنینە پزیشیەکیەکان، جەژن هاتو هەموو منالەکان بە دیارییەوە چون بۆ لای خاتوو نعمت لە گەڵ کەریم، هەموویان گاڵتەیان بە دیاریەکەی کەریم ئەکرد، کە هەندێک بازنی ژەنگاوی بوو، بەلام خاتو نعمت کردیە دەستەکانی و زۆریش سوپاسی کرد بۆ ئەو دیارییە، کەریم زۆر دڵخۆش بوو پێی وت زۆر سوپاست دەکەم

خاتو نعمت چونكە بۆنی دایكمت بیر هێنامەوە، دەستەكانی تۆ لە دەستەكانی دایكم دەچن، لەو ڕۆژەوە خاتو نعمت بڕیاری دا هاوكاری هەموو منداڵان بكات كە گرفت و كێشەیان هەیە، كەریم گەیشتە قۆناغی سەرەتایی نمرەكانی ٩٠٪ بوون، خاتو نعمت كاغەزێكی لە ماڵەوە دۆزیەوە نووسرابوو: خاتو نعمت نازانم چۆن سوپاست بكەم تۆ بڕوات پێكردم، ئەگەر تۆ نەبویتایە تواناكانم مردبوون تۆ باشترین خاتوونی منیت، لە ناوەندی دا نمرەكانی ٩٠٪ بە سەرەوە بوون لە دوا ناوەندی هەمان نامە، كە لە زانكۆی پزیشكی وەرگیرا هەمان نامەی ناردەوە، دوای تەواوكردن كچێكی مارە كردوو و هەمان نامەی ناردەوە، ئەمجارەیان ویستی سەفەر بكات بۆ شارێكی دوور بۆی نووسی: زەماوەند ناكەم بە بێ تۆ چونكە من دایك و باوكم نییە، كورسیەكەی دایكم نادەم بە كەس جگە لە تۆ، لە دوایین ساتی ڕۆیشتنی دا، خاتو نعمت چوو بۆ فرۆكە خانە و هەمان بازنی لە دەستیدا بوون، كەریم هەستاو بەرەو پیری چوو پێی وت: خاتون گیان هەرچیەك بلێم هێشتا هەر كەمە، ناتوانم ئەوەی لە ناخمدایە بۆتۆی ئازیزی دەربڕم تۆ گەورەترین مامۆستای ژیانی من بویت، بە ئەژنۆكانی چەمیەوە لە ئامێزی گرت و وتی: كوڕی خۆم دەبێت من سوپاسی تۆ بكەم چونكە تۆ مانای خۆشەویستیت فێر كردم، تۆ یوسفی خەونەكانی، بۆ هیچ كەسێك باسیان مەكە، با كەس بەدییان نەهێنێت دەست بەكار بە، خۆت دوا مەخە، پێش ناكەویت، ئەوەی كە پێشڕەوی ناكات لە كاروان جێدەمێنێت و قەت پێی ناگات، گەر خاوەنی خەون نەبێ بۆ هەمیشە هەر ماندووە تا ماوە ئەبێ هەر ڕاكات.

باوەڕ و متمانە بە خودا: مامۆستایەكی زانا بە باشی و خۆشی لەگەڵ خانەوادەكەیدا ژیانی بەسەر دەبرد، ژنێكی زۆر وەفادار و

دوو کوڕی هێژای هەبوو، ماوەیەک بە هۆی کارەکەی ناچار بوو چەند ڕۆژێک لە خێزانەکەی دوور بکەوێتەوە، لەو ماوەیەدا هەردوو کوڕەکەی لە ڕووداوی هاتوچۆدا لە دەست دا، دایکەکەیان لە تەنیایدا ئازاری لە دەست دانی مناڵەکانی چێشت، بەڵام لەبەر ئەوەی ژنێکی بەهیز بوو وە باوەڕ و متمانەی بە خودا هەبوو بە هێمنی و بوێری خۆڕاگری کرد، بەڵام چۆن دەیتوانی ئەم هەواڵە ترسناکە بە مێردەکەی ڕابگەیەنێت، مێردەکەشی بە ئەندازەی ئەو باوەڕدار بوو، بەڵام ئەویش پیشتر ماوەیەک بە هۆی نەخۆشی دڵەوە لە نەخۆشخانە کەوتبوو، هاوسەرەکەی دەترسا هەواڵی ئەم کارەساتە ببێتە هۆی مەرگی مێردەکەی، تەنیا کارێک کە ژنە دەیتوانی بیکات ئەوەبوو کە لە دەرگای خواوەند بپاڕێتەوە تاکو باشترین ڕێگای پیشان بدات، ئەو شەوەی بڕیار بوو مێردەکەی بگەڕێتەوە، دیسان نزای کرد لە ئەنجامدا نزاکەی هاتە جێو وەڵامێکی دەست کەوت، ڕۆژی دواتر مامۆستای زانا گەرایەوە بۆ ماڵ، هاوسەرەکەی لە باوەش گرت و پرسیاری مندالەکانی کرد، ژنە پێی وت نیگەرانی ئەوان مەبە و بڕۆ بۆ گەرماو و پشویەک بدە، دوای کەمێک دانیشتن نانی نیوەڕۆ بخۆن، ژنە چۆنیەتی سەفەرەکەی لێ پرسی و ئەویش باسی لوتفی خودای کرد و دیسان پرسیاری منداڵەکانی کرد، هاوسەرەکە بە شێوەیەکی سەیر گوتی نیگەرانی منداڵەکان مەبە دواتر باسیان لێوە دەکەین سەرەتا بۆ کێشەیەکی جدی پێویستم بە یارمەتی تۆیە بۆ چارەسەرکردن، مێردەکەی بە دڵە ڕاوکێوە چی ڕوویداوە؟ نائارام هاتیتە بەرچاوم، بڵێ بیر لە چی دەکەیتەوە، دڵنیام بە لوتفی خوا دەتوانین هەر کێشەیەک بەیەکەوە چارەسەربکەین، لەو ماوەیەی کە لە ماڵ نەبوویت دۆستێک هات بۆ مالمان و دوو خشلی زۆر گرانبەهای لای ئێمە جێهێشت تاکو بۆی هەڵگرین زۆر جوانن! تاکو

ئێستا شتی وا جوانم نەبینیوە، ئێستا دەیەوێ ئەمانەتەکەی بباتەوە بەڵام من نامەوێت بیدەمەوە و زۆر حەزم لێیە بۆ من بن، دەبێ چی بکەم تا نەیدەمەوە؟ لەو ڕەفتارەی تۆ تێناگەم تۆ هەرگیز ژنێکی بەڵێن شکێن نەبووی، ڕاستە بەڵام تا ئێستا خشلی وا جوانم نەبینیوە زۆر سەختە دەسبەرداریان بم، مامۆستا وتی: کەس شتێک لەدەست نادات کە هی خۆی نەبێت، هێشتنەوەی ئەم خشڵانە واتە دزینیان، دەیدەیتەوە بە خاوەنەکەی و دوایی یارمەتیت دەدەم لە بیری بکەیت، هەرئەمرۆ ئەو کارە دەکەین، تۆ چی بڵێیت وا دەکەین ئازیزەکەم، خشڵەکان دەگەڕێنینەوە، لە ڕاستیدا پێشتر وەرگیراونەتەوە، ئەم دوو خشلە گرانبەهایە کوڕەکانی ئێمە بوون خودا بە ئامانەت لای ئێمەی دانابوون، کاتێک تۆ لە سەفەر بووی وەریگرتنەوە، مامۆستای پیر بە مەسەلەکەی زانی، باوەشی لە ژنەکەی داو بەیەکەوە گریان، ئەو پەیامەکەی وەرگرتبوو لەو ڕۆژە بەدواوە هەوڵیاندا بەیەکەوە باری ئەو خەمە هەڵبگرن، ئەوەیە باوەڕ و متمانە بە خۆت و خودا.

(پاولۆ کۆیلۆ)

(مەرگ پێچی و خەمی جادەیە، مردن تەنیا ئەوەیە کە نابینرێت ،ئەگەر بۆ بەخت و دەرفەتێک کە ڕووتان تێدەکات ئامادە نەبن، ئەو دەرفەتە تەنها دەبێتە هۆی ئەوەی وەکو گەمژەیەک بێنە بەرچاو)

ژیان دەرفەتێکی زێڕینە

وێنای ئەوە بکەن کە لە بەرەبەیانێکی دلڕفێن لەناو شەقام ئوتۆمبێل لێدەخوڕی لە ناکاو دەبینی کە تیشکی خۆر لەشوێنێکەوە کە چاوەڕێی ناکەن بەشێوەی ڕاستەوخۆ لە چاوەکانتان دەدات و دەبێتە مایەی ئازاریان، سەرتان لەو ڕەوشە نائاساییە سوڕ دەمینێت و ئوتۆمبێلەکەتان لە قەراغ شەقام ڕادەگرن و دادەبەزن، دەست دەکەن بەگەڕان

چاویـان بـە خـەرمانێـک زێـڕ دەکەوێت کـە وەک خـۆر دەدرەوشـێتەوە، خاڵی بەرکەوتنی نائاسایی خۆر (٥٠٠) مەترێک دوورتر لە شـەقام لـە پـای درەختێـک چاوتـان بـە خـەرمانێـک زێـڕ دەکەوێت کـە وەک خـۆر دەدرەوشـێتەوە، تابلۆیـەک لـەو شـوێنە دەبینن کە لـە سـەری نووسـراوە (ئـەو خەرمانـەی زێـڕە هـی کەسـێکە کـە بیدۆزێتـەوە)، لـە کاتێکـدا بـە هـۆی جـۆش و خرۆشـەوە ئاڵـۆزکاون، هەمـوو زێڕەکـە دەگوازنـەوە نـاو ئوتۆمبێلەکەتـان، تایـەکان لەژێـر قورسـای ئـەو بـارە دەنیشـێت، پـاش ئـەوە دووبـارە دەسـتدەکەنەوە بـە لێخوریـن، کیلۆمەترێـک زیاتـر نەڕۆیشـتوون کـە جارێکـی تـر تووشـی خەرمانێکـی زێـڕ دەبـن، دووەم خەرمانـی زێریـش بەهاکـەی دەگاتـە چەندیـن ملیـۆن دۆلار و هەمـووی دەکرێـت ببێتـە مولکـی ئێـوە، بـەڵام ئوتۆمبێلەکەتـان جێـی یـەک دانـە پارچـە زێـڕی تـری نەمـاوە، ئێسـتا وابزانـن لەنزیـک ئێـوە تەلەفۆنێکـی گشتی هەیـە، هاوڕێیەکی زۆر خۆشەویستتان هەیە بەناوی چارلـی، ئایا ئێوە بە خوێن ساردی لەیەکەم دەرفەتدا تەلەفۆنی بۆ دەکەن و دەڵێن: چارلـی ئەگـەر کاتـت هەیـە و سـەرقاڵ نیـت وەرە بـۆ لام مـن لـە فـلان شـوێنم، یـان دەسـبەجێ دەڵێـن (چارلـی ئـاوت بـە دەسـتەوەیە دایبنـێ و بـە ئوتۆمبێلەکـەت خێـرا خـۆت بگەیەنـە مـن، ئێـرە پـڕ لـە زێـڕە، زێـڕ، زێـڕ، پاشـان تەلەفـۆن بـۆ براکـەت یـان هاورێیەکـی تـر دەکەیـت بـەڵام نایـەن بۆخۆیـان ئـەو زێـڕە ببـەن، ئـەوەش بەدبەختـی ئەوانـە پیشـان دەدات کە کارێکیان پیشـان دەدەیت بەڵام ناوێرن بیکـەن، یان ناتوانن و هەوەڵنـادەن بگەنـە ئاسـتی کەسـانی سـەرکەوتوو، لەژیانی ڕاستەقینەدا زۆر دەرفەتـی زێڕیـن بـۆ مـرۆڤ دێتـە پێـش نابـێ بەخـەم سـاردیەوە ئـەو دەرفەتانـە تێپـەڕن، بـا هێـزی جـۆش و تیـن شـەیدای ئـەو دەرفەتـە زێڕینەتـان بکات، هـەر ڕۆژێـک کـە لـە کیسـی بدەن زەرەرتـان کـردووە، دونیـا پڕە لـە دەرفەتـی زێڕین بـەڵام ئـەوەی گرنگە ئێمـە پێشـوازی لـەو دەرفەتانـە بکەیـن.

چەند باوەڕی پێچەوانەی (درۆین) کە دەبنە هۆی سەرکەوتن

١ـ شتێک بە ناوی شکست بوونی نییە، مرۆڤی سەرکەوتوو شکست ناخاتە ناو مێشکی خۆی، (سلڤستەر ستالۆنی) کە بە (**ڕامبۆ**) ناسراوە باشترین ئەکتەری ئەمریکی و جیهانی بوو، هەر کەس دەیبینی وایدەزانی کە یەکەم جار چویتە ستۆدیۆ پێیان گوتووە هەیکەلت زۆر باشو لە بارە بۆ فیلمسازی، بەڵام وانییە، ئەو کەسە بەوە سەرکەوتوو بوو کە وەڵامی (نا)یان دایەوە، پاش وەرگرتنی (١٠٠٠) وەلامی (نا) لەیەکەم فیلم وەکو کۆمبارس بەشداری کرد، سەردانی هەر ستۆدیۆیەکی دەکرد لە نیۆیۆرک بە (نا) وە ڵامی دەدرایەوە، بەڵام ئەو بەردەوام بوو لە هەزارو یەکەمین دەرگا سەرکەوتوو بوو، تۆ دەتوانی چەند جار گوێبیستی ئەو (نا) یە بیت؟ بیر بکەوە چەند جار ویستۆتە داوای شتێک بکەیت لە کەسێک بەڵام لە ترسی ئەو دوو پیتی (نا)یە پەشیمان بوویەوە، (نا) تەنها دوو پیتە، خەنجەر نییە بچیتە ناو جەستەی مرۆڤ، بیر کردنەوەیەکی زۆر گەمژانەیە چۆن لە ترسی وشەیەکی دوو پیتی دەست و پێیەکانی خۆت گرێ دەدەی، ئەوەش بزانە کە سەرکەوتن لەگەڵ وشەی (نا) لە دایک دەبی، چەند وشەی (نا)ت وەرگرت لە قازانجی تۆیە، ڕاهێنانێکە وزەی بەردەوامت پێدەبەخشێت و لە سەرکەوتن نزیکت دەکاتەوە.

٢ـ بەرپرسیارێتی هەر ڕووداوێک بگرە ئەستۆ: کەسە گەشبین و سەرکەوتووەکان گوڵەکان دەبینن نەک دڕکەکان، ڕەشبین و دۆڕاوەکان چاو دەبڕنە دڕکەکان.

(**جوبران خەلیل جوبران**) دەڵێ: (من بەرپرسیارێتی هەمووکارەکە هەڵدەگرم، من گەشبین و سەرکەوتووم، ئازاری دڕکەکان قبوڵدەکەم، ماندووبوون قبوڵدەکەم، زەرەرو زیان قبوڵدەکەم، هەرچی ڕوویدا من

لێی بەرپرسیارم، لەپێناو گەیشتن بە بە دەست هێنانی گوڵەکان).
٣- بۆ سوود وەرگرتن لە هەر کارێک زۆر مەچووە ناو وردەکارییەکانی، دەتوانن ڕەفتاری سەرکەوتوان وکردەوە کانیان بدۆزنەوە وهەمان کاری ئەوان ئەنجام بدەن، (**ئان لیندەرز**) دەڵێ: (ئەگەر داوام لێبکرێ مەزنترین ئامۆژکاری ئاراستەی هەموومرۆڤایەتی بکەم دەڵێم: زەحمەت و دژواری وەکو شتێکی ناچاری لە ژیاندا قبوڵ بکەن، سەرتان بەرز ڕابگرن، لە چاوەکانی نارەحەتی ڕابمێنن و بڵێن(من لە تۆ گەورەترم، تۆ ناتوانی شکست بە من بێنی، لە کاری بزنسی سەیری کەسە سەرکەوتووەکان بکە، ژیاننامەی ئەوان بخوێنەوە و بیانکە بە نموونەی بەرزی کاری خۆت، لە شکست مەترسە، ئەوانەش شکستیان هێناوە، بەڵام بەردەوام بوون و ورە و متمانەیان بەخۆیان و کارەکەیان بەرزبووە.
٤- گەورەترین سەرمایەتان ئەوانی تر بن: پێکهێنانی گروپێک بۆ هاوئاهەنگی و یەکتر تەواو کردن ڕێگەی سەرکەوتن تەخت دەکات، کۆمپانیا یابانییەکان کرێکار و بەڕێوە بەر لە یەک سالۆن نان دەخۆن، بە گروپ کار دەکەن، پرس و ڕاوێژ بە یەکتر دەکەن، ئەوەش مانای ئەوەیە کە مرۆڤ چەند زانا بێت ناتوانی لەگەل کۆی هەموو زانست و تواناکانی گروپێکی کارامە پێشبڕکێ بکات.
٥- کارکردن جۆرێکە لە حەسانەوە و پشوودان، (**بابلۆ بیکایۆ**) دەلێ: (لە کارکردندا دەحەسێمەوە، ئەوەی ماندووم دەکات بێکاری و چاو پێکەوتنی کەسانی ترە). (**مارک توین**) دەڵێ: (نهێنی سەرکەوتنمان لەوە دایە کارەکانمان بە بەشێک لە گەشت وگوزار دابنێین)، کەس نییە ڕقی لە کارێک بێت و سەرکەوتنی بە دەست هێنابێت، دەبێ لە مابەینی کارو خۆشەویستی بۆ کارەکە پەیوەندییەکی تۆکمە دروست بکەین.

٦ـ هیچ پێشکەوتنێکی بەردەوام بە بێکاری شێلگیرانە بە دەست نایەت: سەرکەوتووەکان بۆ سەرکەوتن سەرکێشی (مجازەفە)یان کردووە، هەوڵیان داوە و خۆیان هیلاک کردووە، پڕۆڤەیان کردووە، خاوەن ورە و ئیرادەی پۆڵایین بوینە تا سەرکەوتوون، ڕێگای سەرکەوتن وخۆشبەختی و دەوڵەمەندی وئاسوودەیی دڕک ڕێژە، هەزاران دڕکت لە پێ دەچەقێ تا دەگەیە سەرکەوتن، بەڵام گرنگ ئەوەیە ئامانجت بەرز بێت و بەردەوام بیت و متمانەت بە خۆت هەبیت و کۆڵنەدەیت، تا ئەو دەمەی وشەی (ناتوانم) لە فەرهەنگی زهنی خۆتدا نەسڕیوەتەوە ناتوانیت سەرکەوتووبی، تا ئەو کاتەی پێتوابێ کەسێکی لاوازی ناتوانی ببی بە مرۆڤێکی بە هێز، تا لە بەرامبەر نەهامەتی و چارە ڕەشییەکاندا سەر دابنوێنی، ناتوانی ببی بە کەسێکی بەختەوەر.

نموونەی ئەو وتانەش: (**سایرۆس فیڵد**) کێبڵی ژێر دەریایی ڕاکێشا، (**ڤۆلتۆن**) لێخورینی کەشتی بە وزەی هەلمی داهێنا) (**گراهام بێل**) تەلەفۆنی داهێنا، (**ساڤۆنا ڕۆلا**)قەشەیەکی ئیتالی ڕیفۆرمخوازو ڕێبەری ئاینی ئیتالی بوو، بەردی بناغەی ئاینزای (پرۆتستانت)ی داهێنا، ئەو کاتەی (لۆران) کەسەر بە بنەماڵەی مەدیسی بوو بەو پەڕی لاساری کەبە هۆی دەسەڵاتی ڕەهایەوە هەیبوو زوڵم و ستەم و بێداری دەرهەق بە خەڵک ئەنجام دەدا و هەموو سنورێکی بەزاندبوو، (ئەلیکسەندەری شەشەم) کە لە بنەماڵەی (بورژیا) بوو لە سەر تەختی پاپای ئەو دەم دانیشتبوو داکۆکی لە زوڵم وستەمکاری ومگێزخوازی دەکرد، (سافۆنا ڕۆی) کاتی ئەوەی بینی کە خەڵکی لە ژێر باری ستەم و زۆرداریدا دەناڵێنی، باوەڕی بەوە هێنا کە لە لایەن هێزێکی یەزدانییەوە ڕاسپێردراوە کە دادگەری کۆمەڵایەتی بهێنێتە ئاراوە بۆ ئەوەی بایەخێک بە دەسەڵاتی دوژمنانی و بێهێزی خۆی بدات هاتە

کۆڕی خەبات، بەو باوەڕومتمانەیەی بەسەرکەوتنی کۆتایی هەیبوو هیچ ئاستەنگێک نەیترساند و هەموو ئەو پارە و پولەی بۆ پەشیمان بوونەوەی هەڵیانڕشتە بەر پێی ڕەتیکردەوە سەرەنجام توانی ستەمکاری(مەدیسییەکان) تێک بشکێنێ وکلیسا بە زیندوویی خستیانە ناو ئاگرو سووتاندییان، بەڵام خەبات و تێکۆشانی پڕباوەڕی ئەو بوو بە یەکەمین بەردی بناغەی ئایینزای پرۆتستانت.

(ژان دارک) یەکێ لە کچە سادە و بێ زانیارییە دێهاتییەکان بوو ئەگەر ئەو باوەڕێکی زۆر قوڵی بە ئەرکی سەر شانی خۆی نەبا ئایا دەیتوانی ئەو هێزە مەزنە پێکبهێنی و وەک سەرکردەیەک ئەو هێزە هەزاران کەسییە لادێیە توند و تۆڵە و ئەو هەموو خەڵکە بە تەمەنە وەکو منداڵی بچووک پەروەردە بکات و ملکەچی خۆی بکات؟ ئەو باوەڕو متمانەیە توانا و دەسەڵاتی ئەوی چەندین جار بەرامبەرکردەوە و کار گەیشتە ئەو ڕادەیەی کە تەنانەت خودی پادشای فەرەنساش کەوتە ژێر فەرمان و ملکەچبوونی ئەو کچە لادێیە.

– کاتێک ئەمریکا دوو چاری جەنگی نێو خۆیی بوو، **(ئەبرهام لنکۆلن)** کە پیاوێکی ئاساییو بێ ناوبانگی چینی ڕەش و ڕووت بوو، سەردانی چەند سیاسەتمەدارێکی کرد و داوای لێکردن بۆ سەرۆکی کۆمار هەڵیبژێرن تا کۆتایی بەو شەڕو ناکۆکییە ناوخۆییانە بێنێ، تۆ تەنها بیر لەوە بکەوە پیاوێک کە لە کوخێکی ناو دارستان لە دایکبووە و لە خوێندن بێبەش بووە، بە چ باوە ڕ و متمانە و ئازایەتی و جورئەتەوە دەست بۆ ئەم هەنگاوە مەترسیدارە دەبات، بیری لێبکەوە ژەنەراڵ (گرانت) کە دە ساڵ بەر لە ئەمڕۆ کۆچی دوایی کرد تەنها دوکاندارێک بوو لە بەرامبەر (ئەبرهام لینکۆڵن) بەڵێنیدا کە ئامادەیە کۆتایی بەشەڕی ناوخۆ بێنێ و لە ژێر سایەی باوەڕە بە هێزەکەی خۆیەوە توندترین بەرگری و خۆڕاگریەکانی تێکشکاندن و

کۆتایی بە شەڕی نەگریسی ناوەخۆ هێنا، ئەگەر (لنکۆڵن) و(گرانت) بە هۆی پەلامارەکانی دژ بەرەکانیان ساردببانەوە و باوەڕ و متمانەی خۆیان لەدەست دابا، ئایا ئەمریکا ئەمڕۆ لە چ بارێکدابوو؟

(یابانییەکان خاوەنی ئەوشتە باش و چاکانەن): هەر کەسێکیان سێ جار بکەوێت و تووشی نووشووستی ببێت پێویستە لە سەری چوار جار هەڵبستێەوە، ئەگەر شەش جاریش بکەوێت پێویستە حەوت جار هەڵبستێتەوە، تا ئامانجی خۆی بەدیدەهێنێ.

لە پیاوێکی چینییان پرسی: (ئەگەر کێشەیەکی گەورەت هەبێت چی دەکەیت)؟ لە وەڵامدا وتی: گرنگ نییە تۆ بڵێی من چیم بە سەر دێت؟ بێگومان (گەر نەمکوژێت بە هێزم دەکات.

(**ئیبراهیم فەقێ**) لە کتابی (هێزی متمانە بە خۆ بوون) دەڵێ: دوو منداڵی جمکە (نانسی و نەرمین)مان ببوو و پارەم نەبوو خەرجی خانەوادەکەم بکەم، بڕیارم دا شەو و ڕۆژ کار بکەم بۆ گەیشتن بە و ئامانجە و بە و ژیانەی کە دەمەوێت، ئەوە بوو لە دوکانێکی بچکۆلانە چێشتخانەیەکی خنجیلانەم بە دیکرد، ئەزموون و شارەزاییەکی زۆرم لەو کارە هەبوو بۆیە دەست گیرۆییم کرد، لە ماوەیەکی کەمدا خاوەن دوکانەکە نیو ملیۆن دۆلاری قازانج کرد و پێی وتم: من نیوەی ئەو پارەت دەدەمێ بەرامبەر ئەوەی کارم لەگەڵدا بکەیت و ببیە هاوبەش و شەریکم، منیش پێم وت: نەخێر من بۆ ئیش کردن لە هوتێلدا خوێندوومە نەک بۆ کارکردن لە چێشتخانە، ئەوە بوو وازم لێ هێنا و ڕۆیشتم و بڕیارمدا بخوێنم، ئەوە بوو چوومە زانکۆی (کۆنکۆردیا)، خوێندن لەم زانکۆیە ڕۆژانە لە کاتژمێرچوار تا هەشت بوو، بەیانیش لە (هۆلیدەی ئان) کارم دەکرد، کورسی و مێزم هەڵدەگرت، شەوانیش پاسەوانیم ئەکرد، پێداگرانە بڕیارم داو فێری ئەوە بووم کە پێویستە خاوەنی لێهاتوویی و زانستگەلێکی هەمە جۆر بم، بۆ یە پێویستە

لـه سـەرم کۆمپیوتـەر بخوێنـم و چەنـد پیشـە و کارێکـی تـر فێرببـم، بیرم کردەوە تـا وەکو بۆ کارکردن ڕێم کەوتە کۆگایەک و گەیشتمە پۆسـتی یاریدەری بەڕێوەبـەر و پاشـان وازم لێهێنـان، ئەوجا چوومـە کۆمپانیایەکی تر ناوی (کارا) بوو، چووم بۆ لای بەڕێوە بەری گشتی، پێشـتر بڕیارم دابوو کـە لـە کارگێڕی بـاڵا کاربکـەم، کاتێک لـە یەکێک لە ئوتێلەکاندا گەیشتمە قۆناغێکی باش پێیان وتم: ئێمە زۆر سوپاست دەکەین، بەڵام نامانەوێت لامـان بیت، ئیدی چـووم بۆ لای پیاوێک ناوی (سـارتێز) بـوو پێـم وت: مـن دەمەوێت لـە کارگێڕی بـاڵا کار بکـەم جا دەڵێم شـوێنتان هەیە بۆ من؟ کابرا وتی نەخێر، پێم وت: سـوپاس بۆ تۆ، ڕۆیشتم بۆ ڕۆژی دواتر چوومـەوە بۆ لای وپێم وت: هیچ کارێکت لە کارگێڕی هەیە بۆ من؟ پێی وتم: ئەدی دوێنێ نەهاتی؟ بەڵێ هاتم، ئەدی دوێنێ پێم نەوتی کە ئێمە هیچ شوێن و کارێکمان بۆ تۆ نییە؟ گوتم بەڵکو کەسێک مردبێ یاخود کەسێک وازی هێنابێت لە کارەکەی؟ پێی وتم: کەس نەمردووە و کەسیش کارەکەی جێنەهێشتووە، ڕۆیشتم، بـۆ ڕۆژی سـێیەم چوومـەوە بـۆ لای هـەر نەبـوو بـۆ ڕۆژی چـوارەم چوومـەوە بۆ لای گوتی: ئـەوە هـەر تۆی؟ تۆ زۆر پەرۆشـو بـە چیرەی، منیش وتـم بەڵـێ وایـە، پێی وتـم قاوەیەکم بـۆ بێنـە، بەڵـێ بەگم، پێی وتم: پێدەزانیت و دەتوانیت تێ بکەیت؟ پێم وت: هەفتەیەک بێبەرامبەر تاقیم بکـەوە، پێی وتـم: نەخێر مانگێک تاقیت دەکەمـەوە، منیش وتـم: بێ بەرامبەریش، ئەوەبوو بەیانیانێکی زۆر زوو دەچوم بۆ سـەر کار و دواهەمیـن کەسـیش کارەکـەم جێدەهێشـت، شـەوورۆژ کارم دەکـرد، یەکێک بووم لە باشترین کرێکارەکان، ڕۆژێکیان یاریدەری ئەو پیاوە دەسـتی لـە کار هەڵگـرت ئیـدی مـن خـۆم بوومـە یاریـدەدەری بەڕێـوە بـەر، زیاتـر و زیاتـر ئیشـم دەکـرد بـە لێهاتوویـی و کارامەیـی خۆمـەوە ڕۆژانـە ئایدیا گـەل و بیرۆکـەی تـازەم دادەهێنـا و لـە مـاوەی کەمتر لـە

نۆ مانگدا بوومە بەڕێوەبەری گشتی ئەو شوێنە، ئەمەیە متمانە و باوەڕ بە خۆ بوون و بەردەوامی بەسەرشکستەکانت سەرت دەخات.
بەسەرهاتێکی ڕاستەقینە: کەسێک لە شەقامەکانی یۆنان خەریکی گەسک لێدان و کەنناسی بوو، ئەو کەسە پێشتر بەڕێوە بەر بوو ؛ ئیدی وڵاتەکەی ویستی سزای بدات بۆیە کردبووی بە کەنناس تا وەکو لە ڕێز و پایەی کەم بکاتەوە، بەڵام ئەویش بە ڕوویەکی خۆش و دەم بە خەندە دەڕۆیشت بە ڕێداو بەختەوەر بو و، شانازی بە خۆیەوە دەکرد کە شەقامەکان گسک دەدا تیڤییەکان لێیان پرسی: تۆ بۆچی ئەوها بەختیاریت؟ چۆن چۆنی سزات بدەین؟ لەبیرت نەچێت تۆ کەنناسی و کەنناسیش کارێکی ئابڕوو بەرە و مایەی شەرمە، ئەویش پێی وتن: نەخێر من گەسک لێنادەم بەڵکو وڵات لە بەکتریا و میکرۆب پاک دەکەمەوە تا وەکو هاونیشتمانیانی یۆنان لە نەخۆشی بپارێزم، ئەوە متمانە و خۆڕاگری ئەو پیاوە بوو کردیان بە بەرێوەبەر و کردییان بە کەنناس، بەڵام کۆڵی نەدا.
(**کالڤین کۆلیچ**) سەرۆکی ولایەتە یەکگرتووەکان هەموو ئەمانەی کورت کردۆتەوە کاتێک دەڵێت: (هیچ شتێک لە دونیادا ناتوانێت شوێنی بەردەوامی بگرێتەوە، بەهرە ناتوانێت شوێنی بگرێتەوە، هیچ شتێک هێندەی پیاوی سەرنەکەوتوی بەهرەدار زۆر نییە، بلیمەتی ناتوانێت جێگەی بگرێتەوە، بلیمەتی پاداشت نەکراو زۆر کات کەسێکی نموونەییە، فێر کردن ناتوانێت جێگەی بگرێتەوە، جیهان پڕیەتی لە ڕوناکبیری پشتگوێ خراو، (تەنها بەردەوامی و سووربوون بە هێزترینیانن)
(**چەرچل**) دەڵێت: (هەرگیز واز مەهێنە، هەرگیزاو هەرگیز واز مەهێنە)،
(**هینری فۆرد**) یەکێک بوو لەو کەسانەی لە تەمەنی ٤٠ساڵیدا مایە پوچ بوو، بەڵام بەردەوام بوو و چۆکی دانەدا تا بووە **یەکێک**

لـه دەوڵەمەندەکانی جیهـان، دەڵێت: (شکسـت هەڵێکی دیکەیـە بۆ ئـەوەی جارێکی دیکـە ژیرانـە تـر دەسـت پێبکەینـەوە)

(**د.جویـس دایـان**) دەڵێت (ئـەو کەسـەی کـە حـەز بـە سـەرکەوتن دەکات دەبێت فێر بێت کە شکسـت بەشێکی گرنگە لە پرۆسـەی سـەرکەوتن و گەیشـتن بـە لوتکـە)

(**ئەدیسـۆن**): بۆی دەرکـەوت کـە سـەرکەوتن یارییەکی ژمارەییـە، پشـت بـە هـەوڵـی زیرەکـی و یاسـای ئەگـەرەکان دەبەسـتێت، ئەگـەر بـە چەندین ڕێگای جیاواز چەندین شتی جیاواز تاقیبکەیتەوە، لـە هـەر تاقیکردنـەوە و شکسـتێکدا وانـە وەربگریـت و فێـر ببیـت ئـەوە بـە دڵنیاییـەوە سـەرکەوتوودەبیت.

(**ناپلیـۆن هێـل**) دەڵێـت: کاتێـک شکسـتت هێنـا ئـەوا وەک ئاماژەیـەک پەسـندی بکـە کـە پلانەکانـت ڕاسـت و دروسـت نیـن، پلانەکانـت دابرێـژەوەو جارێکـی دیکـە بـەرەو ئامانجـە مەزنەکانـت هەنـگاو بنـێ.

(**دیـل کارنگـی**) دەڵێت: (کەسـی سـەرکەوتوو سـوود لـە هەڵەکانـی وەردەگرێت و دیسـانەوە بە ڕێگایەکی جیاواز تـر هـەوڵ دەداتـەوە، خاڵی دەسـتپێک لە سـەرکەوتن بەسـەر ناخۆشـیو تەنگ و چەڵەمەکاندا زاڵبوونـە بـە سـەر تـرس لـە شکسـت تـا ئـەو خاڵـەی ئامـا دەیـت ئازایانـە بـە ئاراسـتەی خەونەکانـت بـەردەوام بیـت).

ئـەو سـەرکردانەی بیـر کردنـەوەی گەشـە سـەندوویان هەیـە پەنـد و وانـەی بـاش لـە شکسـتەکان وەردەگـرن، (تۆمـاس واتسـۆن) بەرێـوە بـەر و سـەرۆکی پێشـووی کۆمپانیـای (ئـای بـی ئێـم) بـوو، کارمەندێـک لـە کۆمپانیـا هەڵەیەکـی گـەورە دەکات کـە یـەک ملیـۆن دۆلار زەرەر بـە کۆمپانیـا دەکەوێـت، بـۆ نووسـینگەی (واتسـۆن) بانگهێشـتی دەکـەن، کارمەندەکـە دڵنیایـە کـە لێپێچینەوەیەکـی تونـدی لەگـەڵ دەکـەن و دەری دەکـەن، بەشـەرمەوە لـە نوسـینگە چـووە ژوورەوە و وتـی: بەڕێـز

(واتسۆن) من هەڵەیەکی گەورەم کردووە بەڵام سوچی منی تێدا نییە و ئامادەم هە ڕسزایەک وەربگرم، (واتسۆن) لە وەڵامدا وتی: گاڵتە دەکەی من یەک ملیۆن دۆلارم لە دەستداوە بۆ ئەوەی ئەو وانەیەت فێربکەم، دوای ئەوەی فێر بوویت چۆن دەستبەرداری تۆ دەبم، کارمەندەکە بە سەربەرزی ودڵخۆشی گەڕایەوە سەرکارەکەی.
خاوەن بیر کردنەوە گەشەسەندووەکان: خاوەنی چەند تایبەتمەندییەکن کە بووەتە هۆی گەشەسەندنیان لەوانە:
١. لە دەست کێشەکان ڕاناکەن، بەڵکو زیاتر بە لای چارەسەرکردنیان دا دەچن، هیچ کەسێک کامل نییە، ئەوان ئەو ئاراستەیە دەگرنە بەر.
٢. زیاتر لێبووردە بن، هەستی بێزاری و تۆڵە سەندنەوە و ڕقو تورەییان بەرامبەر ناحەزەکانیان نامێنێت و هەوڵدەدەن لە بیری بکەن و بە ڕێگای خۆیان هەنگاو دەنێن،
٣. ئازارەکانیان وەک حالەتێکی کاتی سەیر دەکەن و لە گەرمەی ئازارو سۆزدارییەکانیاندا لە ناخیان وا دەزانن کە ئەو ئازارەش کۆتایی دێت.
٤. هەوڵدەدەن لەو ئەزموونە پەند وەربگرن، ژیان ئەزموونە، خۆشی و ناخۆشی تێدایە، خاوەن عەقڵە گەشەسەندووەکان چێژ لە خۆشییەکانیان وەردەگرن.
٥. چاو دەبڕنە داهاتوو، بیر لە داهاتوویان دەکەنەوە بە هێمنی، بەڵام بە متمانەوە سەردەکەون و دووبارە ژیانی نوێیان دادەڕێژنەوە، لەبەرئەوەی لە ناخەوە باوەڕیان بە خۆیان هەیە، سەرکەوتنی گەورە کاڵای ئەو کەسانەیە کە لەو جیهانەدا خەون دەبینن، ئەوانەی ڕۆژانە هەنگاو بە هەنگاو کاردەکەن بۆ ئەوەی خەونە زێڕینەکانیان بۆ ڕاستییەکی ژیانی خۆیان بگۆڕن،

پێویستە سێبەری ڕەشی شکست نەهێڵین: کۆمەڵگاکەمان پێویستی بەوە هەیە لە شکست نەترسیت و بە ڕووداوێکی ئاسایی سەیری بکات، لە سەر هەر هەنگاوێکی سەرکەوتن لە هەرکارێک بەربەست و شکست هەیە، ئەگەر هەرکەسێک بەو جۆرە لە شکست تێبگات کە بەشێکی سروشتی و ئاسایی بە دیهێنانی ئامانجەکانە، ئەوە بەو خێرایی و ئاسانییە دەستبەرداری هەوڵەکانی نابێت و زیاتر تێدەکۆشێت بەرەو ئامانجە بەرزەکانی.

سوور بوون: لە کاتی هەوڵدان بۆ بەدیهێنانی خەونەکان لە دەستپێک و هەنگاوی یەکەم بوێری دەوێت، بە بڕوای من پێویستە لۆمەی سیستەمی فێرکردن بکەین کە فێری (سووربوون)ی نەکردووین، سووربوون هێزێکی گەورە و کاریگەرو سەرسوڕهێنەرە بۆ هەموو سەرکەوتنەکان، ئەگەر قوتابییان فێری ئەو وانەیە بکرێن و ئاشنای چۆنییەتی تێکۆشان ببن بۆ گەیشتن بە ئامانجەکانیان، ئەوە تەواوی ژیانیان باشتر دەبێت، هەرکاتێک سەیری ئاوێنە دەکەیت بە خۆت بڵێ (من کەسێکی پێداگرم) وا سەیری خۆت بکە کە هیچ کات پاشە کشە ناکەیت وملکەچ نابیت، سوور بە لەسەر ئەوەی هیچ بەربەستێک ڕێگریت لێناکات.

پەرەسەندنی کەسی: تۆ بەردەوام بیر لەو بیرۆکانە دەکەیتەوە کە دەگونجێت لەگەڵ جۆری ئەو کەسایەتییەی کە تۆ دەتەوێت، کەواتە تۆ بەردەوامی لە دروستکرنی خۆت، یاسایەکی بۆ ماوەییە بیرۆکەکانت دەبن بە ژیانی ڕاستیت، بەرەو پێش بردنی باوەڕ بە خۆ بوونی نەگۆڕ بەوەوە دەست پێدەکات کە کۆنترۆلی ڕێکو پێکو تەواوی بەشەکانی هزری بە ئاگاییت بکەیت، خۆت ڕابهێنە بە بیر کردنەوەی بەردەوام سەبارەت بەو شتانەی ئارەزوویان دەکەیت و بیرو هزرت لەو شتانە بە دوور بگرە کە لێیان دەترسیت.

چەند چیرۆکێکی سەرکەوتن: کۆچبەرێکی پاکستانی تەواو مایە پوچ بوو، لە سەر زەوییەکە نووستبوو، کەسێک هەوڵیدا یارمەتی بدات تاگوێ لە بەرنامە دەنگییەکانی (برایان تریسی) دەربارەی (هێزی باوەڕبە خۆبوون) و دانانی ئامانج بگری، دوای گوێگرتن ژیانی گۆڕاو چوار سال دواتر دووکاری بازرگانی دەستپێکرد کە بەهاکەی زیاتر لە یەک ملیۆن دۆلاربوو.

- ژنێک بە کاتێکی سەختی ژیانیدا تێدەپەڕی و کێشەی داراییو تەندروستی هەبوو، بڕیاریدا دەستەوەستان نەوەستێت و نەڕوخێت، هەندێ پلانی نوێی دانا بۆ چارەسەرکردنی کێشەکانی، لە ئەنجامدا لە دۆخە خراپەکەی ڕزگاری بوو و لە ماوەی ساڵێکدا پەیوەندی بە ڕێکخراوی تووشبوانی مادە هۆشبەرەکان کرد و وازی لە خواردنەوە هێناو لە ماوەی ساڵێکدا داهاتەکەی بە بڕی ١٠٠هەزاردۆلار زیادی کرد.

هۆکاری سەرنەکەوتن و بێ توانایی لە بڕیارداندا یەکێ لە گرنگترین هۆکاری سەرنەکەوتنە، ئەمرۆ و بەیانی کردن و خاوە خاو کردن دژی بڕیاردانە، دەبێ بڕیاری ڕاشکاوو خێرا بدەی لە کار، بڕیارەکەشت یەکلاکەرەوە بێت، یەکێ لە گرنگترین تایبەتمەندییەکانی (هنری فۆرد) بڕیاردانی ڕاشکاوو خێرا بوو، ئەو زۆر سوور بوو لە سەر بڕیارەکان،(ڕێگا مەدەن کەسانی تر دەست وەربدەن لە بڕیاری ئێوە، خۆتان خاوەنی مێشکی خۆتان بن و کەلکی لێوەر بگرن و خۆتان بڕیاربدەن) جاڵجاڵۆکە کاتێ ماڵەکەی کاول دەکرێت، ماڵێکی نوێ دروست دەکاتەوەو هەست بە نائومێدی و سەرگەردانی ناکات و دەستبەرداری دونیا نابێت و سکاڵا ناباتە لای جالجالۆکەکانی تر، بەڵکو دەستبەجێ تۆڕەکانی دەخاتە کار و ماڵێکی نوێ دروست دەکاتەوە، هەرچەند کاولبکرێ هەر دروستی دەکاتەوە، بەم جۆرە بەردەوامە

لـە ژیـان و نائومێد نابێت هـەردەم، دەسـتبە کارە و چالاکـە و مانـدوو نەناسـە تـا دەگاتـە مەبەسـتەکەی خۆی، کەواتـە دەبێ لـەو مێروانـە پەند و عیبـرەت وەرگریـن و بـەردەوام بیـن لـە هـەوڵ و تێکۆشـان و نائومێد نەبین، بڕیارێکی بوێرانـە بدەن و لێی پاشـگەز مەبنـەوە و دوودڵ مەبن، دڵنیـا بـن سـەرکەوتن بـە دەسـت دەهێنـن، وەک ئەوانـەی سـەرکەوتنیان بـە دەسـت هێنـاوە، گـوێ مـەدەرە بڕیـار و قسـەی هیـچ کـەس و هیـچ ڕێگـر و کۆسـپ و لەمپەرێـک نەتترسـێنێت.

(ئیبراهیم فەقێ) دەڵێ:

ڕۆژێکیـان ویسـتم یـاری تێنس بکـەم وسـەرکەوتووش بـم، هەندێک پێیـان دەگوتـم تـۆ شـێت بـووی؟ بڕیارێکـی یـەکلا کـەرەوەم دا کـە هەردەبێ سـەرکەوتن بەدەسـت بێنـم، بۆیـە سـەرکەوتم و بوومـە یەکـەم پاڵەوانی جیهانی لـە مپسـر، لـە مەشـق و متمانـە و بـاوەڕ بەخۆبوون فێر بـووم کـە بـە هیـچ شـێوەیەک گوێ نەدەمـە قسـەی خەڵکی، دایکم زۆری خۆشدەویسـتم، هەمیشـە ئامـۆژگاری دەکـردم، کاتـی چوومـە پەیمانگای گەشـت و گـوزار بـۆ کاروبـاری هوتێلـەکان بـە براکانمـی وت: کوڕینـە براکەتـان شـێت بـووە ڕۆژێـک دێـت دەبیتـە (گارسـۆن) و هیـچ کـەس پێـی ڕازی نابێـت و قـەت ناتوانـی ئافرەتێکی شـەریف بکاتـە هاوسـەری خـۆی، کاتێـک بوومـە بەڕێوە بـەر بـە براکانمـی وت: سـەیر کـەن براکەتان بلیمەتـە، کاتێـک وازم هێنـا لـە و کارە دیسـان بـە براکانمـی وتـەوە: لـە خـوا دەپاڕێمـەوە براکەتـان بخاتـەوە سـەر ڕێگـەی ڕاسـت دیسـان عەقڵی لـە دەسـتداوە، کاتێک لـە بەرنامەکانی تیڤی ئەیبینیم بـە براکانمی ئـەوت: کوڕینـە مـن نەمگـوت براکەتـان بلیمەتـە و لـە وێنـەی نییـە، دوور نییـە تـۆش کەسـێکی نزیکـت هانـت بـدات، یـان ڕێگریـت لێبـکات، بەهەرحـاڵ گرنگـە گوێـی پێنەدەیت، بـۆ خـۆت بیـر دەکەیتـەوە، مـەودای بیرکردنـەوە و خالـی تەرکیـزت لـە چەقـی کارەکەتدایـە، گـەر کەوتیـت، وچانێـک بگـرە،

گـەر کەوتیتـەوە وچانێکـی دیکـە بگـرە تاکـو خواسـتەکانت بەدیدێت، چینییـەکان دەڵێن: (ئەگەرهاتو کەوتیت هەوڵبدە لـە سـەر پشت بکەویت بۆ ئـەوەی چـاوت لـە سـەرەوە بێت و جارێکـی تـر سـەرپێ بکەویتـەوە. (**سکاولی شین**) دەڵێت: (بیر و هزرت لـە سـەر چی بێت، ئـەوەت دێتـە پێش لـە ژیـان)

– پیاوێک شـەوێک لـە ماڵێکی لادێیدا بـە سـەر دەبات و پەنجـەرەکانی ژوورەکـە نەدەکرانـەوە، نیوە شـەو هەسـتی بـە خنکان کرد و لـە تاریکیدا بـەرە و پەنجـەرەکـە ڕۆیشـت بـۆی نەکـراوە، بـە مسـت لـە شووشـەی پەنجـەرەی داو هەسـتیکرد هـەوای تـازە هاتۆتـە ژوورەوە و تاکـو بەیانی بـە ئاسـودەیی خـەوت، لەگـەڵ بەرەبەیـان بینـی شووشـەی کتێبخانـەی شـکاندووە و بـە درێژایـی شـەو پەنجـەرەکـە هـەر داخـراو بـووە، ئـەو تەنهـا بـە فکـری ئۆکسـجین، ئۆکسـجینی پێویسـتی بـە خـۆی گەیاندبوو.

بیـرو بـاوەڕی تێکـدەر: لاوێکی گوندی لە ماڵی هاوڕێکەی دەخەوێت، گۆشتی مەلی کێوی دەداتێ، لە کاتی نانخواردن لاوەکە پرسیار دەکات: (ئایا ئـەوە گۆشتی مەلی کێوییە)؟ خانـە خـوێ دەڵێت نـا، لاوە گوندییەکە ماڵئاوایی دەکات و درێـژە بـە گەشـتەکەی دەدات، پـاش ماوەیـەک ڕێـی دەکەوێتـەوە هەمـان ماڵی هاوڕێکەی، خانـە خوێ پرسـیاری لێدەکات: ئایا حەزلـە خواردنـی گۆشـتی مەلـی کێـوی دەکات؟ لاوە گوندییەکـە دەڵێت: ئـەم خواردنـە لـە لایـەن سیحربازی هۆزەکەمانـەوە بۆ من قەدەغەکراوە، خانەخوێ دەڵێت: ئـەو گۆشـتەی ماوەیـەک پێش ئێسـتا خواردت گۆشـتی مەلـی کێوی بـوو، لاوە گوندییەکـە تـرس و لـەرز دایدەگرێت و لـە ئاکامدا پـاش (٢٤) کاتژمێر دەمرێت.

چـۆن دەبـی بـە کەسـێکی شـاد و گەشـبین؟ کاتـی کارەسـات و نەهامەتی، کارو هەنگاوەکانتـان پەکیـان کەوتـووە و لـە ئاسـۆدا هیـچ ئومێدێـک و ڕووناکییـەک بـە دی ناکـەن، ئـەو کاتـە زۆر گرنگـە کـە خۆڕاگـر و ورە

بەرز و خاوەنی ئاکار و هەڵسوکەوتی دروست و بە هێز بن، توانای مرۆڤ لەو ساتە ناخۆشانەدا باشتر ئاشکرا دەبێ، (فرانک هیدریک) لە کتابی (هێزی ئیرادە)دەڵێت: بەر لە هەر شتێک ڕقو تورەیی، ئێرەیی بردن، نائومێدی، هەڵسوکەوتە خەم هێنەر و ناخۆشەکان لە مێشکی خۆتان دەربکەن و دووریان بخەنەوە، ئەمانە ئەهریمەنی ڕوحن، (مستەر ویگز) دەڵێ: (ڕەمزی شادی لەوە دایە کە لە ساتە ناخۆش وخەماوییەکاندا پێبکەنی و کەیف خۆشبی)

ترس

ترس گەورەترین دوژمنی ئێمەیە ترس هەستی پێشکەوتن ناهێڵێت و دەبێتە مایەی نەخۆشی و بەختەوەری پەکدەخات و دەبێتە ڕێگر لەبەردەم سەرکەوتن لە کارەکاندا هەروەها دوژمنی سەرسەختی بەختەوەرییە.

(د، هلکمپ) دەڵێ: (ترس یەکێکە لە نەخۆشییە هەرە زیانبەخش و بەربڵاوەکان بۆ مرۆڤ) کەسێک کە دێتە ناو کارێک ئەگەر گوتی یا وای لێکدایەوە کە تووشی زەرەر و زیانی گەورە دەبێت، ئەگەر سەرکەوتن و ئامانج و متمانە بە خۆ بوونەکە و ورەیەکی پۆلایینی نەخستە پێش ترسەکەی لە شکست، هەرگیز سەرناکەوێ، ئەگەر لە شەڕ ترسای ئەوە دەدۆڕێیت، ئەگەر لە بزنس ترسای ئەوە سەرناکەوی، ئەگەر بیرت لە ڕووداوو و بەسەرهاتی نەخوازراو کردەوە ئەوە (ئەوەت بەسەردێت)، ئەگەر لە نەخۆشی شەکرە ترسای و زۆر پارێزت کرد ئەوە زووتر تووش دەبی، ئەگەر هەموو ڕۆژ سەردانی پزیشک بکەی زۆر تر نەخۆش دەبی و تووشی نەخۆشی دەروونیش دەبی، زانایەک دەڵێ: ئەوەی زارۆیەک لە ناو ترس و هەرەسدا دەهێڵێتەوە و لە یاریکردن دووری دەخاتەوە و تەواو ئاوازەکانی کپ دەکات، نەک هەر

هەڵـەی کـردووە بەڵکـو تاوانـی ئەنجـام داوە، لـە نـاو کۆمەڵگای ئێمـە دا منـداڵ بـە لێـدان و تـرس و تۆقانـدن و هاتنـی ئەژدیهـا و دێـو و مـار و پشـیلە و سـەگ دەترسـێنن، لـە گەورەییـدا تـرس ڕەگـو ڕیشـەی لـە نـاو دڵـو دەروونیانـدا ڕەگ دادەکوتـێ و لـە هەمـوو شـتێک دەترسـن، بـۆ نموونـە: لـە ڕووداو، لـە نەخۆشـی، لـە هـەژاری، لـە مـردن، لـە کارەسـات و نەهامەتـی، لـە بەدبەختییەکانـی ژیـان، بـە داخـەوە ئەوانـەی ڕێنمایـی ژیانی ئێمـە دەکـەن لـە هەمـوو شـتێک دەمانترسـێنن وەک: دکتـۆر، مامۆسـتا، مـەلا، بەرێوەبـەر، هتـد،، بـۆ نموونـە مامۆسـتا بـە قوتابییەکانـی دەڵێـت: ئەگـەر نەخوێنـی سـەرناکەوی، ئەگـەر ڕسـتەکە ئاوەژوو بکاتـەوە و بڵـێ: ئەگـەر بخوێنـی سـەردەکەوی، چەنـد وزە بەخشـترە لـە ڕسـتە ی یەکـەم کـە لێوانلێـوە لـە نائومێدی و ڕەشـبینی، مەلایـەک لەسـەر مینبـەر دەڵـێ: ئاگـری جەهەننـەم وایـە و وایـە و وایـە، ئـەی ئەگەربڵێت بەهەشـت پـڕ حـورو قسـوروغیلمان و ویلـدان و بـاغ و باغاتـە، پڕئومێدتر و خۆشـترنییە لـەو ڕەشـبینییە.

چـۆن دەتوانیـن تـرس تێک بشکێنین: لە دەسـتپێکی هەر کارێک ترسـێک هەیـە، ئەویـش بـە بـەردەوام بـوون نامێنێـت، وەک ترسـانی مـرۆڤ لـە یەکـەم تەققـە لـە مەیدانـی شـەڕ، مـرۆڤ چەنـد ئـازا و بـە جـەرگ بێـت لـە یەکـەم تەققـە دڵـی دادەخورپـێ و ترسـێک دایدەگـرێ، بـەڵام کـە کەوتـە نـاو تەققـە تـا نەپێکـرێ هەربیریـش لـە مـردن و تـرس ناکاتـەوە.

پەندێکـی ئینگلیـزی هەیـە دەڵێـت (ئـەو زەبـرەی نەمکوژێـت بـە هێـزم دەکات) (ڕۆتـەر فـۆرد) دەڵێـت: (چارەسـەری تەمبەڵـی هەوڵـو تێکۆشـانە، چارەسـەری خـۆ پەرسـتی فیداکارییـە، چارەسـەری بێبـاوەڕی ملکـەچ کردنـە بـۆ یـەزدان، چارەسـەری تـرس ڕووبەڕووبوونەوەیـە لەگـەڵ شـتە ترسـێنەرەکان و تەماشـا کردنیـان، ئـەم کارە هێـزو ئیرادەیەکـی بـەرز و مەزنـی گەرەکـە، واتـە بـۆ هـەر هەڵەیـەک پێچەوانـەی هەڵبژێریـت،

شکست

هەموو کەسێک تووشی شکست دێت، لە شکست هێنان من تەنیا نیم، چونکە هەموان شکست دێنن، هەمووخەڵک لە سەرکەوتووترین کەس بپرسن ئایا تووشی شکست هاتووە؟ دڵنیا بن دوو وەڵامی لێوەردەگرن، یا زەردەخەنە، یا پێکەنینە، ڕەنگە وەڵامت بداتەوە لە بارەی کامە شکست بدوێم؟ گرنگ ئەوە نییە چۆن تووشی شکست دەبین، گرنگ ئەوەیە دوای شکست چی دەکەین؟ هەمووئەوانەی کە سەرکەوتنی گەورەیان بە دەست هێناوە، بە زۆری تامی شکستیان چەشتووە، کەسی سەرکەوتوو بێ شکست بوونی نییە، نموونەمان (ئەنشتاین وئەدیسۆنە)

(**ئەدیسۆن**) دەڵێ: (هەوڵە بە ئاوات نەگەیشتووەکانی خۆم بە شکست نازانم، هەر بێ مرادییەک هەنگاوێکە بۆ سەرکەوتن)

- دیسان (**ئەدیسۆن**) دەڵێ: (سەرکەوتن ١ ٪ ی بلیمەتی وتێکۆشانە)

(شکست گەورەترین مامۆستا و فێرکارە)

باشترین وانەکانی شکست:

- شکست وانەی خاکەڕاییمان فێر دەکات.
- فێرمان دەکات چاو بە کارەکانماندا بخشێنینەوە.
- فێرمان دەکات کە هەمیشە ناتوانین ئەوەی بمانەوێت هەمان بێت.
- وانەی توانای کەسایەتییمان پێدەڵێتەوە.
- فێری ئومێد و خۆڕاگری و ڕاست بوونەوەمان دەکات.

تۆبەڕێوەبەری ژیانی خۆتیت: تۆ بەڕێوەبەری ژیانی خۆتیت، سەرکردەی کار و پیشەکانی خۆتیت، بۆ خودی خۆت لە بازرگانیدایت، خاوەنی کارو پیشەیت، گرنگ نییە کێ چەکی پارەت بۆ واژۆ دەکات، هەرلە یەکەم ڕۆژ کە دەست بە کار دەبیت تاکو ئەو ڕۆژەی خانەنشین دەبیت، بۆ خۆت کار دەکەیت، ڕەنگە لە نووسینگە یا

خود کۆمپانیای کەسێکی دیکە کار بکەیت، بەڵام تۆ هەمیشە خاوەن کاریت، وەک بەڕێوە بەرێک و وەک سەرکردەیەکی کۆمپانیای خۆت خزمەتگوزارییەکانت لە بازاڕ بفرۆشە بە بەرزترین نرخ، بەتەواوی بەرپرسیاریت لە ناسینەوەی شێوازە بێهاوتاکەی فرۆشتنی خۆت، بنچینە و بناغەی پێکهێنانی باوەڕ بە خۆبوون بۆ تۆن، تا زیاتر بە ئاگا بیت لەوەی کە تۆ کێیت و بەڕاستی چیت لە ژیاندا دەوێت.

(**ناپلیۆن هێل**) دەڵێت: (بەردەوامی بۆ تایبەتمەندی مرۆڤ وەک کاربۆنە بۆ پۆڵا، بەرلەوەی مرۆڤ لە ژیان سەرکەوتن بە دەست بهێنێت، دڵنیابە لەوەی کە توشی چەندین کەوتن و شکستی کاتی دەبی)

کاتێک شکست زاڵدەبێت بە سەر مرۆڤدا ئاسانترین وژیرانەترین شتێک کە ئەنجامی بدات وازهێنانە، ئەمەش ئەوەیە کە زۆرترین مرۆڤەکان ئەنجامی دەدەن، لە ڕاستیدا بەردەوامبوون پێوانەی باوەڕ بە خۆ بوونت و تواناکانتە بۆ سەرکەوتن، ئەگەر بە تەواوی باوەڕت هەبێت کە ئەگەر بە بەردەوامییەکی تەواو و توانایەکی زۆرەوە درێژە بە کارەکانت بدەیت، ئەوا لە کۆتاییدا دەیبەیتەوە و سەرکەوتوو دەبیت و هیچ شتێک و کەسێک ناتوانێت ڕاتبگرێت و بتوەستێنێت، کاتێک ئەو باوەڕ بە خۆ بوونەت زیاد دەکات ئەوە دەبییە کەسێکی سەرکەوتوو لە بوارەکەتد ا.

(**بووکەر.تی.واشنتۆن**)دەڵێ: (فێر بووم کە سەرکەوتن بەو ئاستە ناپێورێت کە تاک لە ژیانیدا پێیدەگات، بەڵکو بە زاڵبوونییەتی بەسەر ئەو کۆسپ و ئاستەنگانەی لە هەوڵی سەرکەوتنیدا دێنە ڕێی.

باوەر بە خۆ بوون هەنگاو بە هەنگاو لەگەڵ بردنەوە، ڕێزی خودی، سەرکەوتن و دڵخۆشیدا پێکەوە دێن، لە هەرشتێکدا کە ئەنجامی دەدەیت، تا زیاتر باوەڕت بە خۆت هەبێت، زیاتر شتەکان تاقیدەکەیتەوە و بە پێی یاسا ڕێژەییەکان شتی زیاتر بە دەست دەهێنیت، تا زیاتر

باوەڕت بە خۆت هەبێت، کەمترنائومێدی و کۆسپ و بەربەستە کاتییەکان کارت لێدەکەن و ژیانێکی دوور و درێژی خۆش و پڕاو پڕ لە خود ڕازیبوون وسامان و خەڵاتت دەبێت، دەبێ بە دەست هێنانی ئامانجەکانت مەبەستی سەرەکیت بێت، یەکێک لە خاڵەکانی وەرچەرخانی باوەڕ بە خۆبوون ئەوەیە کە بزانیت توانا و هێزێکی زۆرت هەیە و دەتوانیت هەر شتێک بە دەست بهێنیت کە دەتەوێت. (ستادز تیر کیل) لە کتێبی (کارکردن) دەڵێت: (لە ٨٠٪) ی خەڵکی ئەمریکا هەست ناکەن کە تەواوی تواناکانیان لە کارەکانیاندا بە کار دەهێنن، ڕەنگە سەرقاڵبن، یان تا ڕادەیەک ڕازی بن، بەڵام ئەگەر زیاتر ورد بنەوە وا هەست دەکەن کە دەتوانن باشتر بن ئەگەرشوێن و دەرفەتی گونجاویان هەبێت، تۆش لە هەندێک کاتدا هەمان هەستت هەیە.

شوێن ئامانج و خەونەکانت بکەوە: یەکێک لە هونەرمەندە شێوەکارە مەزنەکان پیاوێک بوو بە ناوی (**پۆل گۆگان**) کە لە پاریس دەژیاو خێزاندار بوو، بۆ ماوەی چەند ساڵێک لە پۆستەخانە کاری دەکرد، لە ئێواران هەمیشە سەردانی ئەو قاوەخانەیەی دەکرد کە شێوەکارە پاریسییەکان لێی کۆ دەبوونەوە بۆ ناسینیان و پرسیار کردن لێیان، زۆر حەزی لە وێنەکێشان بوو، هەموو سەرنج و دیقەتی لەسەرئەو کارە بوو، تاکە شت بوو کە بیری لێدەکردەوە لەبەر هەبوونی خێزان و کاتێکی زۆر کارکردن لە وەزیفەکەی نەدەکرا خۆی بۆ تەرخان بکات، ڕۆژێک هەموانی سەرسامکرد کاتێک دەستی لە کارەکەی کێشایەوە و خێزانەکەی جێهێشت و ڕووی کردە دورگەی (تاهیتی) لەوێ دەستی بە وێنە کێشان کرد، هەرچەند لە سەرەتادا زۆر خراپ بوو بەڵام وردە وردە باشتر بوو، تواناکانی پەرەیان سەند و ئێستا تابلۆکانی نرخیان ملیۆنان دۆلار دەبێت، تابلۆکانی لە باشترین و بەناوبانگترین

مۆزەخانەکانی جیهاندا هەڵواسراون، بە باشترین و گرنگترین وێنە کێشەکانی سێ سەدەی ڕابردوو دادەنرێت، چونکە شوێن حەزو ئامانجەکەی کەوتو خەونەکانی بە هەوڵ وتێکۆشانی خۆی هێنایە دی، بە هێز کردنی بەرە بەرەی باوەڕبە خۆ بوون: ئایا حەز دە کەیت لە ماوەی چەند خولەکێکدا باوەڕ بە خۆبوونی بەردەوامت دەستکەوێ؟ هەموو ساڵێک بە هەزاران کەس لە ڕاکردنی بە کۆمەڵ(ماراسۆن) بەشداری دەکەن، ئەگەر ڕاهێنان نەکەن ناتوانن یەک میلیش ڕاکەن، بەرەبەرە ڕۆژی میلێک و دوو میل ڕادەکەن تا دەگەنە ئەو ئاستەی بەشداری ماراسۆن بکەن، لەبەر ئەوە بۆ گەیشتن و نزیک بوونەوە لە ئامانجەکەت تۆ دەبێت هەنگاو بە هەنگاو و قۆناغ بە قۆناغ کار بکەیت، بەرەبەرە دەبێ باوەڕ بە خۆبوون لە ناو خۆتدا گەشە پێبدەیت، هەرچەندی زیاتر پێش بکەویت بە شێوەیەکی زۆر سەیر باوەڕ بە خۆبوونت زیاتر دەبێت.

(پۆل مەکنا) لە کتابی (باوەڕبەخۆبوون) دەڵێ: (بە دڵۆپ دڵۆپ دەریایەک دروست دەبێت)

لە ساڵی ١٩٧٠دەروونناسی بەرەو بابەتی (جولانەوە و هەنگاو نان بەرەو باوەڕ بە خۆبوون ڕۆیشت) کۆرسەکانی پەرە پێدانی باوەڕ بە خۆ بوون گەشەکردنێکی بەر چاویان بە خۆیانەوە بینی، بە داخەوە زۆربەی خەڵکی لە بری ئەوەی بە شوێن ئەسڵی خۆیاندا بگەرێن، زیاتری دەشارنەوە، لە وانەیە ئەو کەسانەت بینی بێت کە بێباک و چاونەترسن، کۆمەڵێک هەیە بە بەردەوامی و لە ڕادەبەدەر باوەڕیان بە خۆیان هەیە و ناتوانن چاوەڕوانی ئەوە بن تا وەکو پێت بڵێن چەند هەیە و چەند دەتوانن، چونکە زۆر سەرکەوتوون، ئەم جۆرە خەڵکە باوەڕو متمانەیان بەخۆیان لەسەدا سەدە.

لە هەرشوێنێک هەڵسوکەوتێک یان ڕووبەڕوو بوونەوەیەکی

توندڕەوانە لە کەسانێک دەبینم، بە دیدی منەوە ئەو کەسانە ئاڵای سپییان هەڵکردووە و هیچ باوەڕیان بە خۆیان نییە و هەوڵیش نادەن بە دەستی بێنن، بەڵکو هەوڵدەدەن کەسانی تر لاواز بکەن.
(هوارد ئەشتابن) لەکتابی (باوەڕبەخۆبوون) دەڵێ:
(من هێشتا بەردەوام وا دەزانم بە شوێن سەلماندنی شتێکەوەم، خەڵکێکی زۆر هیوادارن شکست بخۆم، بەڵام من پێویستم بەوە هەیە تاوەکو بکەومە بەردەم ڕقی هەموو کەسێکەوە)
هێزی واقعی خۆت دەربخە: بۆ چەند ساتێک بوەستە و بیر بکەرەوە ژیانی تۆ بە ڕاستی چۆن دەبوو ئەگەر ئەوەندە لەگەڵ خۆت بەم شێوەیە سەختگیر نەبویتایە، بەم شێوەیەی ئێستا نەدەبوویت ئەگەر وەکو ئێستا نەبوویتایە، ئەی حاڵەت و بار و دۆخت چۆن دەبوو؟ جەستەی خۆت بەو شێوەیە لێبکە کە حەزی لێدەکەیت، دەسەڵات و ئاسایش لە پشتی چاوەکانتەوە هەست پێبکە، دەنگی تۆ چ جۆرە تۆنێکی هەبوو؟ چ جۆرە بیرۆکەیەکی پەیوەست بە خۆت و چ جۆرە سەرکەوتنێکت هەبوو؟ چیت بە خۆت دەوت؟
(**جۆرج بەرنادشۆ**) دەڵێ: (ئەوکەسانەی ناتوانن مێشکی خۆیان بگۆڕن، ناتوانن هیچ شتێکی دیکە بگۆڕن)
مێشکی تۆ وەک دەزگایەکی تایبەتە، پارچەی تایبەتی خۆی هەیە کە هاوکاریت دەکات تاوەکو شێوەی بیرکردنەوە و هەڵسوکەوتت ڕێک بخەیت، بەڵام مێشک لە حالەتی ئاساییدا نە سلبییە و نە ئیجابی، هەموو ئەو شتانەی کە داهێنەرانەن لەبواری، میوزیک، زانست و تەکنۆلۆژیا، بونیادنان، دروستکردن، سینەما، هەموو کاری داهێنەرانەی عەقل و زهنی مرۆڤن، لە ڕاستیدا ئەوەی ئەمرۆ دەیبینین هەموو پێشتر وەکو بیرۆکەیەک و خەیاڵێک بووە لە ناو عەقلی چەند کەسێکدا، زهن و عەقلی هوشیار و ئاگایی تۆ عەقلێکە کە چالاکانە

و هوشیارانە ڕۆژانە کاردەکات، توێژینەوە ئەوەی خستۆتە ڕوو کە زهنی هوشیار تەنها دەتوانیت ژمارەیەکی سنووردار لە بیرۆکەکان لە هەرکاتێکدا دەپارێزێت.

(**جۆهان دوریدا**) دەڵێ: (سەرەتا ئێمە عادەتەکانمان دروست دەکەین، پاشان عادەتەکان ئێمە دروستدەکەن)

بۆ دۆزینەوەی ڕێگەی خۆمان پێویستمان بە دەنگی دەروونی خۆمان هەیە، تەلقیناتی کاریگەر دەنێرین بۆ زهنی ناخود ئاگایی خۆمان، بۆ نموونە کاتێک دەست بە کارێک دەکەیت بە خۆت دەڵێیت: (من گرەو دەکەم زۆر بە چێژ بێت) یان (من ناتوانم ئەم کارە بکەم) یان بیردەکەیتەوە تۆ کێیت؟ یان(باشترە هیچ کارێک نەکەم) یان (توانای ئەم کارەم نییە)، چەند بە سوود دەبێت کە ڕستەی جوانی وەک (من دەبوو تەلەفۆنم بکردایە بۆ ئازاد، من لە بینینی ئەو زۆر خۆشحاڵ دەبم)، زۆرێک لە خەڵک بەردەوام کۆمەڵە پەیامێک دەنێرن بۆ مێشک و عەقڵیان کە پەیامی زۆر خراپن ئەو پەیامانە دەبنە هاندەرێکی گرنگ بۆ نەمانی باوەڕبە خۆ بوون و نەمانی متمانە بەبێ ئەوەی هەستی پێبکرێت.

(ئازادی ڕەها حالەتێک و بار و دۆخێکی زهنییە باشترین ڕێگا بۆ پاراستنی پەروەردەکردنییەتی لە ئارامیدا)،(ئالبیرهاربەرد)

لە شکست مەترسن و داوای مەکەن کاتێکی زۆر بۆ پاساو هێنانەوەی تەرخان بکەن، پەند لە شکستەکان وەرگرن و بڕۆنە سەر تەحەددای دواترشکست هێنان گرفت نییە ئەگەر شکست نەهێنن گەشە ناکەن، (لازارۆ) دەڵێ: (ئەو کەسەی متمانەی بە خۆیەتی، متمانەی کەسانی تریش بە دەست دەهێنێ، ئەگەر نەتوانم باوەڕ بە خۆم بێنم کە کارەکەم، یاداشتەکانم، باشن چۆن دەتوانم باوەڕ بە کەسانیتر بکەم، کەواتە پێویستە لە خۆمەوە دەست پێبکەم (من کەسێکم متمانەم بە

خۆم هەیە)

هەرچەندی بە وشەی باشترو تێرو تەسەڵترخۆت پاراو بکەیت و ڕێگە لە ڕەخنە گرتن بگریت لە خۆت و لە بری ئەو ڕەخنانە خۆت هانبدەیت، هەم بە هێزتر دەبیت و هەمیش زیاتر باوەڕت بە خۆت دەبێت، زۆرێک لەو کتێبانەی کە لە بارەی بنەمای ئیجابی و ئەندێشەی باوەڕ بە خۆبوونەوە بە سوودن، دەبێت بەردەوام بە کاربهێنرێن تا وەکو مێشک بە شێوەیەک بەرنامە ڕێژی بکرێت کە ئیجابیتر بیر بکاتەوە.

(**جۆرج هێربرت**) دەڵێ: (وشە و قسەی باش بەهایەکی زۆری هەیە و تێچوونێکی کەمڕاهاتن و دروستکردنی ئەو کارانەی کە ئەنجامیان هەیە:

چۆن کارێک ئەنجام بدەین و وای لێبکەین کە شایەنی جێبەجێکردن بێت؟

ئەم ڕاهێنانە پێش ئەوەی ئەنجامی بدەیت بە باشی بیخوێنەرەوە،

١- سەیری ئەو کەسە بکە کە باوەڕێکی بەهێزی بە خۆی هەبووە وسەرکەوتوو بووەو وای لە تۆ کردووە کە حەزت کردووە تۆش بەو شێوەیە سەرکەوتوو بیت،

٢- سەیری ئەو توانایە بکە کە حەز دەکەیت فێر بیت،

٣- ئێستا ئەو توانایە بە باشی چەندین جار دووبارە بکەرەوە، تەنانەت ئەگەرئەو کارانە بە هێواشیش ئەنجام بدەیت،

٤- ئێستا وا دابنێ کە چویتە ناو ئەو کەسەوە و لە دیدی ئەوەوە سەیر بکە، بە گوێکانی ئەوەوە ببیستە، هەست بکە بە و باوەڕ بەخۆبوونەی کە ئەو هەیەتی،

٥- ئێستا ئەو توانایەی کە فێربوویت پیشانی بدە و ئەو هەستەی کە فێربوویت تاقی بکەرەوە،

٦- ئەو کارە چەندین جار دووبارە بکەرەوە تا وەکو ئەو شوێنەی کە هەست بکەیت وەکو ئەوی و کۆپیکراوی لەسەرکەسایەتی ئەو، تۆش خاوەنی ئەو چۆنایەتی و بیرۆکە و ئەو حاڵەتە دەروونییانەی کە ئەو کەسە هەیەتی و بە ئاسانی دەتوانیت بگەی بەو ئامانجەی کە لە مێشکتدایە، بەڵام خاڵەکە ئەوەیە کە مۆدیلەکانی خۆت بە وردی هەڵبژێرە، ئەم ڕەوشە بە ڕاستی لێهاتوویی پێویستە.

(چارلس ئیف فۆڵد) دەڵێ: (باشترین مامۆستای مرۆڤ ژیانی خەڵکانی ترە) .

باوەڕ بە خۆبوون:

یاسای ئاڵتونی ئەوەیە کە (ئەگەر خۆت ڕابهێنی لە سەر هەر شتێک کە بتهەوێت، ئەوە ئەو شتە بەدەست دێت) بۆ ئەوە چوار بوار هەیە کە دەبێت ڕاهێنانی لە سەر بکەین تا بگۆڕێی بۆی:

١- وەک کەسێکی باوەڕ بەخۆ بوی تەواو قسە بکە.

٢- وێنەی ئیجابی و گەورە لە زهنی خۆتدا وێنا بکە.

٣- چالاکی جەستەیی خۆت لە حاڵەتی باوەڕ بە خۆ بووندا جێگیر بکە.

٤- ڕۆژانە یەکجار بە لایەنی کەمەوە خۆت بخەرە بەردەم مەترسییەوە.

هەر چەند زیاتر خۆمان ڕابهێنین لە سەر ئەو ڕاهێنانەی سەرەوە، زیاتر دەتوانین باوەڕ بە خۆ بوونی خۆمان بە دەست بهێنین، بە بار و دۆخی تازە و بە شێوەیەکی بێئاگایی باوەڕ بە خۆبوون بەدەست دەهێنیت، ئێستا لە بری فرمێسک ڕشتن، باوەڕ بە خۆت بکە، (هەمووشتێک بە ڕاهێنان لە سەری بە دەست دێت) (**بیلیێ**) ئەگەر تەنها لە سوچێک دابنیشیت و هەست بە باوەڕ بە خۆ بوون بکەیت بە هیچ شێوەیەک سەرناکەوی و ژیانت باش نابێت، بۆ

ئەوەی بە ڕاستی لە ژیانی خۆتدا جیاوازییەکی ئاشکرا دروست بکەیت، دەبێت کۆمەڵێک چالاکی و هاو ئاهەنگی هەمووڕۆژێک ئەنجام بدەیت، ئێستا ئەو کارە ئەنجام بدە، وادابنێ ئێستا لە سەردەمێکی ئایندە و لە کەمێک پێش کۆتایی هاتنی ژیانتدایت و هیچ کردارێکی پێویستت بۆ گۆڕانی ژیانت ئەنجام نەدا، چ هەستێکت هەیە؟ چ شتێک ئیلهامت پێدەبەخشێت، لە بارەی ئەوەی کە چ کارێک ئەنجام بدەی یا نەدەی؟ دووبارە بگەڕێوە بۆ سەردەمی ئایندەت، نزیک بە لە کۆتایی ژیانی خۆت بەڵام ئەمجارەیان تۆ هەموو ڕۆژێک کارت بۆ دروستکردنی ژیانی خوازراوی خۆت ئەنجامداوە، ئەم ئایندەیان چ جیاوازییەکی هەیە؟ چ هەستێکت هەیە؟ ژیان بەم ڕەوشە هاوکاریت دەکات و ئیلهامت پێدەبەخشێت.

(**جیم ڕیۆن**) دەڵێت: (وزە و جووڵەی تۆ دەبێتە هۆی دروستکردنی ئەنجامدانی کار و ڕاتدەهێنێت تا وەکو ئەو کارەی کە دەتەوێت ئەنجامی بدەیت)

سەرکەوتن: خەڵک ئامادەن کە پێت بڵێن هەرگیز سەرکەوتوو نابیت ئەگەر ئەمە نەکەیت و ئەوە نەکەیت، من گرەو دەکەم کە شتگەلی لەم جۆرەت بیستووە، تۆ بە هیچ ناگەیت لە ژیانت ئەگەر چۆک دانەدەیت و زیاتر کار نەکەیت، بچیتە زانکۆ لە تاقیکردنەوەکان دەربچیت کارێکت بە موچەیەکی باش هەبێت بە کارێکی گونجاو بگەیت، ئەم جۆرە شتانە بەڵام بوەستە، تۆ چۆن سەرکەوتن پێناسە دەکەیت؟ ئایا بە یەک ڕێچکەی باریک دەتباتە ئەوێ؟ دایک و باوک، مامۆستاکان، یان هاوڕێ خەمخۆرەکانت، ئەوانەی ئەم شتانەت پێدەڵێن پێیان وایە ئەوەی تۆ دەیخوازی لە ژیان خانوویەکی جوان، پارەیەکی زۆر، کارێکی شەرەفمەندانە، بەڵام تەنها ئەم کارانە تاکە ڕێگەن بۆ گەیشتن بەوئامانجانە؟ بە دڵنیاییەوە نەخێر، ئەمە ڕێگایەکە

بەڵام تاکە ڕێگا نییە، چەندین کەس زوو وازیان لە خوێندن هێناوە و گەیشتوشن بە سامان، تەنها ڕێگا بۆ سەرکەوتن ئەوەیە کە ئەو شتە بدۆزیتەوە کە لە ژیانت ئاسوودەییت پێدەبەخشێت، بەدەست هێنانی سەرکەوتن بە واتای هەوڵێکی زۆر و ئامانجێکی ڕوون دێت، بەڵام تەنها خۆت ئەتوانی بزانیت سەرنج ئەخەیتە سەر چی؟ کەواتە ڕێ بە کەس مەدە ڕێت نیشان بدات کە چی بکەیت بۆ گەیشتن بە سەرکەوتن، (سەرکەوتن ئەوەیە کە تۆ دەیڵێی)

تۆ ئەگەر هەمیشە چاوت لە سەر ئەوانی تر بێت پێڕاناگەی لەگەڵ ژیانی خۆت خۆت بگونجێنی و هەڵبکەی لەگەڵ ئەو شتانەی حەزت لێی نییە لە ژیانی خۆت، لە جێی ئەوەی خۆزگە بەوە بخوازیت کە ئەوان هەیانە، بۆچی هەندێک کات نادەیت بە بیرکردنەوە لەوەی چۆن بگەی بە وەی دڵت ئەیخوازێت بۆ خۆت، خەفەت خواردنی کەمتر، حەسرەت کێشانی کەمتر، ورە بەرزییەکی زیاتر، ئیترهیچ نامێنێتەوە بۆ خۆزگە خواستن.

(**خۆزگە بە کەسانی ترمەخوازە**) داهاتووت بە بڕوانامەی بەرز پەیوەست نییە، ئەوانە تەنها قەد بڕێکن بۆ ڕێگا و بەس، چونکە خەڵکانێکی زۆر ژیانێکی خۆش و سەرکەوتوویان هەیە کە ئەنجامی خراپیان لە قوتابخانە هەبووە، (**ئەنشتاین**) لە تاقیکردنەوەی وەرگرتنی زانکۆ کەوت، بەڵام لە داهێنان سەرکەوتووبوو، ئەمە بەڵگەیە بۆ ئەوەی زۆر ئەنجامی تاقیکردنەوە هەن کە هیچ لە بارەی تۆوە ناڵێن، من ناڵێم هەوڵ مەدە، بەڵام پیشەیەک هەڵبژێرە کە بڕوانامەی نەوێت تا زیاتر خۆت یەکلایی بکەیتەوە بۆ کارێک و نەترسی لە هەوڵ و تەقەلاکردن، دەتوانی شتی زیاتر ئەنجام بدەیت جا بە نمرەی باش بێت یان خراپ، تۆ دەتوانی شەهادە بە دەست بێنیت هەرکاتێک بتەوێت، پێنج یان بیست وپێنج ساڵ دواتربگەڕێوە بۆ زانکۆ، لە سەرەتاوە دەست

پێبکەوە و ئەوە بخوێنە کە دڵت دەیخوازێ، ئەگەرپێویستت بە شتێک بوو نەتتوانی بە دەستی بێنی ئەتوانی دواتر بگەرێیتەوە و پێیبگەیتە ئەوەی ئێستا بە کێشە وگرێی ئەبینی، لە چەند ساڵی داهاتوو ئەبینی کە هیچی تێدا نەبووە (تاقیکردنەوەکان کۆتایی دونیا نین) دایک و باوکتان بە کوێدا دەڕۆن، دەخوازن کە ئێوەش لە سەر هەمان ڕێڕەو بڕۆن، دایک و باوک هێشتا شتەکان وا دەبینن کە خۆیان دەیانەوێت و دەبێ ئێوەش لەگەڵیان ڕێبکەن، مانای ئەوەیە کە تۆ دەبێت گوێ لە دایک و باوکت بگریت، بەڵام مەترسە لە بڕیارەکانی خۆت بۆ ژیانت، دایک و باوکت باشترینییان بۆت کردووە بەڵام کە گەیشتییە تەمەنی پێگەیشتن لە سەرت نییە چیتر پەیڕەوی ڕێبازی ئەوان بیت، حەتمەن بە ڕێزەوە گوێیان لێبگرە، بەڵام ئێستا تۆ بەرپرسی لە خۆت، ئەوان زۆر جار لەسەرحەقن بەڵام هەمیشە نا، (چاوەڕێی ئەوە مەبە دایک و باوکت بێ کەموکوڕی بن)، هەموومان شکست و دەستکەوتی زۆرمان هاتۆتە ڕێ، خەڵکی خراپ مامەڵەیان لەگەڵ کردوین، بە خۆشییەک گەیشتوین لێیان تێکداوین، تا گەورە دەبین هەمان مامۆستامان هەیە، هاوڕێی خراپمان تووش دەبێت، دایک و باوکێکی ناحالیمان دەبێت، خوشک و برایەکی کەللە ڕەقمان هەن، هاوڕێی تەنگانەمان هەیە، هەموومان شتگەلی خراپ دێتە ڕێمان کە دەبێت لەگەڵیان هەڵکەین شتگەلی باشیش دێت دەبێ لەگەڵی ڕێکەین، هەرکە ژیانی سەربەخۆی خۆت دەستپێکرد ئیتر دەکەویتە سەرخۆت چ کەسێکی، بۆت نییە لۆمەی هیچ کەسێک بکەیت لە سەر هەر شتێک لە ژیانت کە بە دڵت نییە و بەو جۆرە نییە کە خۆت ویستووتە ئەمە نەهەڵەی دایک وباوکتە، نەقوتابخانە کەت، نە هیچ کەسێکی تر، تەنها خۆت ئەتوانی باقی ژیانت باشتر بکەیت، ئەگەر خۆت کارێک ئەنجام نەدەیت بۆ دەبێ ئەوانی تربۆت بکەن؟

(تۆ خۆت لە ژیانی خۆت بەرپرسی)

هەڵـە هەمیشـە خـراپ نییـە: (**ریچـارد تیمپـلار**) دەڵێ: لە سـاڵی بیسـتەکان زۆرێک لـە تەندروسـتکاران خەریکی لێکۆڵینـەوە بـوون لەسـەر ئەنفلۆنـزا، باپیرەم یەکێک بـوو لـەو کەسـانە، وەک زۆرێک لـەوان بێزار و بێتاقـەت ببـون لـەو وردە خۆلانـەی کـە بەکتریـای پـێ کۆدەکـردەوە لـە دەوری، لەگـەڵ ئـەو دەرمانـەی کـە بەکتریاکـەی پـێ تێکدەشـکاند، بێـزار ببـوو لـە وەی نەیدەتوانـی بەکتریاکـە کۆنتـرۆل بـکات وهیـچ پێشـکەوتنێکی بەرچـاوی نـەدی بـە خۆیـەوە، دەرمانەکانـی فرێدایـە ئـەو لاو جارێکـی تـر دەسـتی پێنەکـردەوە، زۆر لـە دکتۆرەکانـی تریـش وازیـان هێنـا لـە گـەڕان بـە دوای دەرمانەکـە، زانایـەک کـە نـاوی (**ئەلکسـەندەر فلیمنـگ**) بوو بـەوەی زانـی کـە بەکارهێنانـی وردە خۆڵـەکان هەڵـە نەبـووە، بەڵکو دۆزینەوەیەکـی مـەزن بـووە، لـە کاری لێکۆڵینـەوە دوور نەکەوتـەوە و لـە جیاتـی ئـەوە دەسـتی کـرد بـە گەشـەپێدانی دەرمانەکـە و نـاوی نـا (پەنسلین)، نـاوی (فلمنگ) تـا هەتایە کەوتـە نـاو کتێبەکانی مێژوو، بەڵام نـاوی باپیـرە گـەورەی مـن نەهێنـرا، ڕوانیـن و لێوردبوونـەوەی (فلمنگ) وایکـرد کـە فێـر ببیـت و ئەزمـوون وەربگریـت، کەچـی باپیـرەم بێـزار بـوو دەیگـوت: کارێکـی خراپـم کـردووە، هەمووکاتێـک شـایانی هەڵەیـن، هـەر ئـەو هەڵەیـە وادەکات فێرببیـن، خـۆ دوور گرتـن لێـی بیرۆکەیەکـی بـاش نییـە، چونکـە کەمتـر سـەرکەوتوو دەبیـت ئەگـەر هیـچ کێشـەیەک نەیەتـە ڕێـگات.

(**ئەنشـتاین**) دەڵێـت: (ئـەو کەسـەی هەرگیـز هەڵـەی نەکـردووە، هەرگیـز ڕێگـەی نوێـی تاقینەکردۆتـەوە) تـا هەڵـەی زیاتـر بکەیـن زیاتـر چێـژ لـە ژیـان دەبینیـن (هەڵـە دەکرێـت بـاش بێـت)

بڕیـار دان: هـەر بڕیارێـک بدەی پێویسـتە پاڵنەرێکـی بـە هێـز بدۆزیتـەوە لـە پشـتی بڕیارەکەتـەوە بوەسـتیت، نابێـت تەنهـا خۆزگـە بخوازیـت

پێویستە بە ڕاستی بتهەوێت، وا نەبێت بڕیارەکە کاتییە و دەگەڕێیتەوە سەری، هەندێک کەس دەبینن کە خزم و کەسە نزیکەکانی بەهۆی نەخۆشییەوە دەمرن، هۆیەکەشی جگەرە بووە، بەئاگا دێنەوە و وازی لێدەهێنن، ناتوانی ئەو شتەی هانت دەدات بکرێت، دەبێت هاندەر و پاڵنەری تایبەت بە خۆت بدۆزیتەوە، (ناتوانی خووەکانت بگۆڕیت هەتا خۆت نەتەوێت)

ڕێز گرتنی بە ساڵاچوان: ئێمە پێویستە ڕێزی هەموان بگرین، ئەگەر هۆکارمان بدەنێ ڕێزیان لێبگرین یان نا، ئەمە هەموان دەگرێتەوە پیر بێت، گەنج بێت، یان هەرتەمەنێک بێت، یان لە هەر ڕەگەز و بنەچەکەیەک بێت، ئەگەر تۆ بەو جۆرە مامەڵە بکەیت ئەوانی تریش بەڕێز و بە قسەی خۆش و بە ڕەوشتەوە مامەڵەت لەگەڵ دەکەن، ڕێزم لێبگرن لەبەر ئەوەی خۆمم، (ڕێزی هەموان بگرە بێ جیاوازی لە تەمەن)

چی دەکەیت گرنگترە لەوەی بۆ چی دەیکەیت: دەتوانی هەمووکات خەڵک بخەڵەتێنیت، لە ڕستیدا هەموو کاتێک دەتوانی هەندێک خەڵکی بە بەردەوامی بخەڵەتێنی، بەڵام کەسێک کە هەرگیز نابێت بیخەڵەتێنی ئەو کەسەش خۆتی، ڕەنگە لات ئاسان دیار بێت، بەڵام قورسترە لەوەی بیری لێدەکەیتەوە، هەندێک جار وا نیشان دەدەین کە کارگەلێک دەکەین لە بەر هەر هۆکارێک لە کاتێکدا هاندەری ئەو کارەمان شتێکی ترە، دەیشارینەوە لەبەر ئەوەی ڕەنگە هەست بە شەرمەزاری بکەین لە بەرامبەر ئامانجی ڕاستەقینەمان، نابێت قسە بۆ خۆت بکەیت تا باوەڕ بەو چیرۆکە دروستکراوەی خۆت نەکەیت کە تۆ لە سەرتە بزانی تۆ کێیت.

ڕابردووت لە پشتی خۆتەوە دابنێ:

لەوانەیە بە کاتی سەختدا تێپەڕیبی لە ژیانتدا، ڕەنگە بە سەردەمی

زۆرترسناک و خەمبار تێپەڕیبی، کاتێک گەورە بووی زۆرێک لە خەڵکی پێت دەڵێن: ناخۆشی و سەختییەکانی ڕابردووت بخەرە ناو سندوقێکەوە و سەری داخە، ناکرێت بیگۆڕیت، ئێستات گرنگە، پێویستە بەردەوام بیت لە ژیان، ئەوان خراپەیان بۆ تۆ ناوێت، تەنها دەیانەوێت یارمەتیت بدەن، پێیان وایە ئەگەر تۆ زۆر بیر لە ڕابردووت بکەیتەوە دەبێتە بەربەست بۆت، بۆیە ئەوان ئامۆژگاریت دەکەن، هەمووئەمانە بۆ ئەوەیە بزانیت کە هەر چەند شتەکان خراپ بن ئەوە ئەو شتانەن کە تۆیان کردووە بەو کەسە مەزنەی ئەمڕۆ، بۆیە پێویستە قایل بیت بەوەی کە ڕویداوە، هەرکە ڕابردووت قبوڵکرد، چیتر ناتوانی لە پشتی خۆتەوە جێی بهێڵی چونکە بەشێکە لە تۆ (پێش ئەوەی خەریکی ئێستات بیت، دەبێت قایل بیت بەوەی هەتبووە لە ڕابردوو (**(ریچارد تیمپلار)** دەڵێ: کەسێک لە دوای خوێندنەوەی نامەیەکی تایبەتی بۆ ناردم، وادیارە لە کتێبخانەی فرۆکەخانەیەک کتێبی یاساکانی ژیان دەبینێت و بڕیار دەدات بیکڕێت، بەڵام سرەیەکی دوور و درێژ گیراوە بۆ پارەدان لە ناکاو بڕیاردەدات بڕوات و پارەکە نەدات، پێشتر هەرگیز کاری وای نەکردووە و نازانێت چی وای لێکرد ئەم کارە بکات و یاسا بشکێنێت، بۆ چەند خولەکێک هەست بە تاوان دەکات و لەبیری خۆی دەباتەوە، لە فرۆکە دەست دەکات بە خوێندنەوەی، یەک دوو یاسا وای لێدەکات هەست بە تاوان بکات، لە یاسای سێ بە دواوە ئەو هەستەی لە ناخیدا زیاتر پەرە دەسێنێت، لە یاسای سی و سێ هەست بە شەرمەزاری دەکات و تێدەگات خۆی تووشی هەڵەیەکی گەورە کردووە، دەیتوانی خۆی ئارام بکاتەوە و لێی بگەڕێت هەروا بە ئاسانی بڕوات و بۆی ببێت، بەڵام هەست دەکات نابێت بە سەریدا بڕوات بۆیە بڕیار دەدات کە قەرەبووی بکاتەوە بەوەی لە دەستی بێت بیکات، نامەیەکی بۆ من نارد کە داوای لێبوردنی کردبوو ئەوەشی

ڕوون کردبوەوە کە دواتر چیکردووە، لێرەدا پێویستە ئەوە بڵێم (٥٠) دۆلاریشی لە جیاتی کتێبەکە ناردبوو پاشان سێ نوسخەی تری لە کتێبەکە کڕیبوو و پێشکەشی هاوڕێکانی کردبوو، هەر ئەو کاتەی کارەکەی کردبوو لە ناخی خۆیدا زانیبووی کە ئەوەی دەیکات هەڵەیە، هەستی ناخ و دڵی پێیان وتبوو کە هەڵەیە، دەنگێکی نزم لە ناخی هەوڵیدەدا بە ئاگای بێنێتەوە، بەڵام ئەو گوێی بۆ نەگرتبوو، کەواتە یاساکە ئەوەیە کە گوێ بۆ ئەو دەنگە هێواشەی ناخت بگریت، ئەگەر گوێ نەگرین پەشیمان دەبینەوە، ئەگەر یەکسەریش گوێی لێنەگریت دەبێت دوایی بگەڕێیتەوە و گوێی لێبگریت، وە قەرەبووی بکەیتەوە (گوێ لەو دەنگە بگرە کە لە ناختت دایە)

باوەڕ بکە تۆ باشترینی: هەر کەسێک لە کارەکەی لێهاتوو و سەرکەوتووبێت هەمیشە بە دوای لەوە باشتر و بەرزترە، ئەمە هۆکارێکە بۆ بەرە و پێشچوون و کارامەیی لە کاردا، تۆ دەبێت ئەوە قبوڵبکەیت کە کامل نیت، زۆر خراپە هەمیشە پەسنی خۆت بکەیت، (**بۆڵت**) هەردەم هەوڵدەدات لە چرکەش کەمبکاتەوە لە کاتی ڕاکردنەکەی، پێم وایە لە خوار دەی داوە بەخۆی، ئەمە مانای ئەوە نیە کە من لە متمانە بە خۆ بوون کەم بکەمەوە یان نەرێنی بم، تەنها ڕاستەقینە خوازییە، کەواتە بە هەموو واتایەک بەرز لە خۆت بڕوانە، بە خۆت بڵێ کە چەند باشیت، خاڵی ئەرێنی بدە بە خۆت تا ڕوانینێکی باشت هەبێت سەبارەت بە خۆت، خۆت بەرز بکە، بەڵام باوەڕ بە زیادەڕەوی مەکە لە وەسفی خۆت کە ڕاستیەکەت لێ ونبێت، چونکە ئەوە سەرکەوتن دەگۆڕێت بۆ شکست، (بەهای ڕاستەقینەی خۆت بزانە)

سبەینێ ڕۆژێکی ترە: دەزانی چەند لات ئاسانە کاتژمێرێک بە فیڕۆ بدەیت یان بەیانییەک بە فیڕۆ بدەیت و هیچ تێدا نەکەیت،

قورسە لە گەنجێتی باوەڕ بەمە بکەیت، بەڵام بەئاسانی ژیانت بە فیڕۆ دەڕوات، ئاگات لێبێت کاتەکانت بۆ کوێ دەڕوات چونکە ژیان بۆ ئەوێ دەڕوات، ژیان بە نرخە بە هەدەری نەدەی لە گەنجی، ئەوەی لای من گرنگە کە تۆ شتێک بکەیت بونیادی ژیانت بنێی و مانادار بیت، ژیان خێرا دەڕوات بە خۆشی و ناخۆشییەکانیەوە، بهێڵە لەگەڵ خۆی بتبات نەک لە تەکتا تێپەڕێ. (ڕۆژێکت چۆن بەسەر دەبەیت ژیانت بەو جۆرە بە سەر دەبەیت)

ژیان سەختە، ڕێساکەش بریتییە لە سوپاسکردنی خودا، ئەگەر ژیان هەمووی سادە و ئاسان بوایە، ئەوە تاقیکردنەوە و تێکۆشان و کۆششمان بۆی نەدەکرد، ئێمە گەورە نەدەبووین و فێرنەدەبووین و نەدەگۆڕاین، یانیش دەرفەتی ئەوەمان نەدەبوو بە سەر خۆماندا سەرکەوین، ئەگەر ژیان زنجیرەیەک ڕۆژی خۆش بوایە، ئەوە زۆر بێزار دەبووین، ئەگەر باران نەباریبایە ئەوە هیچ هەستێکی خۆشی و شادی نەدەبوو، ئەگەر بارانیش تەواو دەبوو دەچوین بۆ کەنار دەریا، ئەگەر ئەوە هەمووی ئاسان بوایە نە ماندەتوانی بەهێتربین، بۆیە سوپاس گوزار بە هەندێک جار ژیان پێویستی بە تێکۆشانە، لە بیرت بێت تەنها ماسییە مردووەکان لە تەوژمدا مەلە دەکەن، هەندێک جار ژیان زۆر سەخت و دژوارە، ئەبێت لەگەڵ تاڤگەکان، بەربەست و بەنداو و لافاوی بە خوڕ بجەنگین، بەڵام چارە نییە یان دەبێت مەلە بکەین یانیش تێدا دەچین، (ژیان) زنجیرەیەکە لە هەوڵ و تێکۆشان و هێمنی پێک دێت، ئێستا لە هەربار و دۆخێک دای، ئەم دۆخە دەگۆڕێت، بۆیە هێمن بە و تێبکۆشە، یان باران دەبارێت، یان سەرێک لە کەنار دەریا بدە، یان ماسی مردوو بە، یان سەلەمونێکی تەندروست، ئا ئەمەیە مەبەست لە ژیان،

(**ریچارد تیمپلەر**) دەڵێ: ژیان لە زنجیرەیەک هەوڵ و تێکۆشان و کپی

و هێمنی پێک دێت)

(مەترسە، سەرسام بە، دوودڵ مەبە، بێگومان بە) ئەمە لە جەنگاوەرانی (سامۆرای) سەدەی(١٧) سەرچاوە دەگرێت، ئەمانە ئەو چوار کلیلە بوون بۆ سەرکەوتن و کارامەیی لە بە کارهێنانی شمشێردا:

مەترسە: نابێت لەم ژیانە شتێک هەبێت کە تۆ لێی بترسی، ئەگەر شتێک لە ئارادایە، ئەوە دەبێت شتێک بکەیت بۆ ئەوەی بەسەر ئەو ترسەدا سەربکەویت.

سەرسام بە: ژیان پڕە لە سەرسامی و شتی کت و پڕ، ئەگەر بە مەلە کردن بڕۆی لە ناکاو شتێکی زەبەلاح دێتە بەر دەمت، بەلام ئەگەر بە وریایی سەیر بکەیت چەندبەڵگەیەک هەیە کە ئەو شتە ڕوودەدات، هیچ پێویست بە سەرسامی ناکات، نیوەی کات ئێمە لەخەو داین، بەخەبەر وەرەوە و هیچ شتێک ناتوانێت بە سەر تۆدا زاڵبێت.

دوودڵ مەبە: شتە نامۆکان پێوانە بکە و لەگەڵیان هەنگاو بنێ، ئەگەر هەنگاو بۆ دواوە بنێیت، ئەوە دەرفەتەکان لە دەست دەدەیت، ئەگەر زۆر بیر بکەیتەوە ئەوە هەرگیز هەنگاو بۆ پێشەوە نانێیت، کاتێ سەیری بژاردەکانمان کرد ئەوە بژاردەیەک یا بڕیارێک دروست دەکەین و پاشان بەرەو پیری دەڕۆین، نەبوونی دوودڵی، مانای ئەوەیە کە چاوەڕێی کەسانی دیکە ناکەین تا هاوکاریمان بکەن و بڕیارمان بۆ بدەن.

بێگومان بە: کاتێک کە بڕیارتدا لە بارەی شتێک، دووبارە بیری لێمەکەرەوە، لە بیرکردنەوە بوەستە و چێژی لێوەر بگرە، ئاسوودە بە و فەرامۆشی بکە، نیگەران مەبە، بەیانی خۆر هەڵدێتەوە، هیچ پێویست بە گومان ناکات لە ژیاندا، تەنیا باوەڕت بە خۆت هەبێت، لە خۆت دڵنیا بە، گومانت نەبێت کە ئاخۆ سەردەکەویت، دەستبە کار

بەو بە تەواوی متمانەت بە دادوەری خۆت هەبێت، ئەوەی پێویستە لەسەرت هوشیارانە بیر بکەیتەوە کەتۆ چی دەکەیت و پاشان ئامانجی بۆ بخوازیت، باشترین ئامانج ئەوەیە بە نهێنی ئاگادار بیت کە چی دەکەیت و جۆرێک لە هەڵسەنگاندنت هەبێت ئاخۆ لە چ ئاستێکدای؟ تەنها بە خۆت چاودێری کارکردنت بکە، ئامانجەکانت بونیاد بنێ، هیواکانت بە سادە و ڕوونی بەجێبهێنە، جەخت بکەرەوە باش نییە کە ئاخۆ چ بۆ تۆ باشترینە و پلە یەکە و چیش پلە دووە، (شکست خواردن باشە، بەڵام هیوا خواستن بۆ بە دەست هێنانی پلەی دوو باش نییە)،

ئامانج

ئامانج چییە؟

وێنەیەکی ڕوون و دیارە کە ئێمە یارمەتی دەدەین ڕووبدات، بۆ گەیشتن بە ئامانج دەبێ هەوڵ بدەین، سوود لە کات وەربگرین، خاوەن دیسپلین و ڕێک و پێکییەکی بە هێز بین، لە ١٠(کەس) بپرسن کە چ ئامانجێکتان هەیە، بەزۆری سێ وەڵام دەبیستین کە: بەختەوەربوون، دەوڵەمەندبوون، ناوبانگ دەرکردن، بەڵام ئەمانە ئامانج نین ئاواتن، لە نێوان ئاوات و ئامانج جیاوازییەکی زەق هەیە ،ئاوات خەونێکی نادیارە کە هیواداریـن بۆمان بێتە پێش، ئامانج بە دی هێنانی ئەو خەون و ئاواتەیە لە لایەن کەسەکانەوە.

خاڵە باشەکانی ئامانجدانان: زۆربەی کەسە سەرکەوتووەکان ئامانجی تۆکمەیان بۆ خۆیان داناوە و هەوڵی بە دەستهێنانیان داوە، بۆیە گەیشتوونەتە پلە و بەرزی و داهێنان و سەرکەوتن.

خاڵە باشەکان: پاڵنەر (دافع): ئامانجەکان ژێرخانی پاڵنەرن، ئامانجەکان هانمان دەدەن بۆ ئەوەی بجولێین و بەردەوامی بەو جولەیە بدەین.

- سەربەخۆیی: هەبوونی ئامانج یارمەتیمان دەدات تاکو سەرە داوی کاروباری ژیانمان بگرینە دەست، لە جیاتی ئەوەی بە شوێن خەڵکانێک بکەوین بەو ڕێگایەدا دەڕۆین کە خۆمان هەڵمان بژاردووە.
- ئاراستە: ئامانجەکانمان ڕامان دەکێشن و ئاراستەمان دەکەن کە بەرەو لایان بڕۆین.
- واتا: ئامانجەکان هەستێک لە ئامانج و مەبەستمان پێدەبەخشن، کاتێ بزانین کە چیمان دەوێت لەو کاتەدا ژیانبوون پڕ بایەختر دەبێت.
- شادی و چێژ: ئامانجەکان بە دژە ژەهری زۆر لە نەخۆشیە کۆمەڵایەتییەکان دەژمێردرێن، هەبوونی ئامانج شادی و چالاکی و گەشە و چێژ بە ژیان دەبەخشێ ئامانجەکانمان زیاتر لە هەر شتێک هۆکارێکن بە ئەوەی خواست و توانستە ماتبووەکان بە دەست بێنین.

ئامانجەکانتان بنووسن و دەست نیشانیان بکەن:

بۆ دروست کردنی بینایە، کاری بازرگانی، کۆبوونەوە، هاوسەرگیری، وەرزش، میوانداری، وانەوتنەوە، دەبێ بەرنامە دابنێین، بەڵام ئایا بۆ ژیانی خۆشمان بەرنامە دادەنێین؟

یەکێ لە باشترین ئەو سەرمایەگوزارییەی دەتوانن بیکەن ئەمەیە کە کەمێک دابنیشن، بیربکەنەوە، پێرستێک لە ئامانجەکانی خۆتان ئامادە بکەن، نووسینی ئامانجەکانی ژیان یەکەم هەنگاوە بۆگەیشتن بە خەونەکانت، کاتی گەیشتن بە ئامانج دیاری بکەن،

سوودی ئامانج چییە؟

- ئامانجەکان ئاراستە و مەبەستمان پێدەدەن.
- ئامانجەکان مانا بە ژیانمان دەبەخشن.

ـ ئامانجەكان ناچارمان دەكەن بجوڵێین.
ـ ئامانجەكان دەبنە هۆی ئەوەی كە ژیان جوانتر بێت.
ـ ئامانجەكان دەبنە هۆی ڕەزامەندی زیاتری ژیان.
ئامانجەكان ژیان باشتر دەكەن.

ڕیزبەندكردنی ئامانجەكان: فێركردن – داهات – كارو پیشە – وەرزش – گەشەی كەسی – ورە – سەفەر لە ناوەوەی وڵات – سەفەر لە دەرەوەی وڵات –فێربوون بەشێوەیەكی بەردەوام و ڕێك و پێك پێداچوونەوە لەسەر ئامانجەكانتان بكەن و چاویان پێدابخشێننەوە.
(مرۆڤی خاوەن ئامانجی دیاریكراو شكست ناخاتە ناو مێشكی خۆی)
لاوێك لە ئەمریكا:
لەتەمەنی ٢١ ساڵی شكستی لە بازرگانی هێنا.
لەتەمەنی ٢٢ ساڵی لە هەڵبژاردنی پەرلەمان سەرنەكەوت.
لە تەمەنی ٢٤ ساڵی دیسان لە بازرگانی شكستی هێنا.
لە تەمەنی ٢٦ ساڵی هاوسەرەكەی لە دەستدا.
لە تەمەنی ٢٧ ساڵی تووشی تەنگژەی دەروونی بوو.
لە تەمەنی ٣٤ ساڵی لە ڕكابەری كۆنگریس سەرنەكەوت.
لە تەمەنی ٤٥ ساڵی ویستی ببێتە سیناتۆر بەڵام نەبوو.
لە تەمەنی ٤٧ ساڵی لە جێگری سەرۆك كۆمار سەرنەكەوت.
لە تەمەنی ٥٢ ساڵی وەك سەرۆكی ئەمریكا هەڵبژێردرا.
ئەو لاوە ٣١ ساڵ هەولی بێوچانی دا تا گەیشتە ئامانجەكەی كە دەسەڵات بوو ئەو كەسەش (ئەبراهام لنكۆڵن) بوو، كە بڕیاری جیاوازی ڕەگەزی لە بەینی ڕەش و سپییەكان نەهێشت، زۆر لە دەسەڵاتداران بەرهەڵستیان كرد بەڵام ئەو بوێرانە ئەو بڕیارەی دا كە مافی یەكسانی هاوڵاتی بوو لە ئەمریكا.

چەند ڕێنماییەک بۆ دانانی ئامانج:

١. پێویستە ئامانجەکان ڕوون بن: پێویستە بە دەستەواژەیەکی ڕوون ئاماژە بۆ ئەوە بکەین کە ئێمە ئارەزووی بەدیهێنانی شتێکمان هەیە.

٢ پێویستە ئامانجەکان گونجاو بن: ئەگەر ئامانجە دانراوەکان لەو بابەتە نەبن کە بتوانین پێیان بگەین، دانانی ئەو ئامانجانە مانایەکی نابێت.

ئامانجی درێژ خایەن – ئامانجی مام ناوەند – ئامانجە کورت خایەنەکان

٣- پێویستە ئامانجەکان سروش بەخش بن: پێویستە ئامانج گەلێک دیاری بکەین کە هانمان بدات بەرەو پێشەوە بڕۆین و توانای زیاتری تێدا بەکاربێنین بۆ بەدیهێنانی.

٤. پێویستە ئامانج لەسەر کارکردن بونیاد نرا بێت: ئەگەر باس لەو کارانە نەکرابێت کە بۆ جێبەجێ کردنی ئامانجەکە پێویستە ئەنجام بدرێت، مانای ئەوەیە ئامانجەکە جگە لە خەون شتێکی تر نییە، دەبێ هەنگاو بە هەنگاو پێداویستییەکانی ئامانج جێبەجێ بکەین، ئەگەر ڕووبەڕووی بەرهەڵستی و بەربەست بوینەوە، نابێت ملکەچ بین و واز بێنین.

٥- پێویستە ئامانجەکە شیاوی پێوانە کردن بێت: هەندێک لە ئامانجەکان لە ڕووی داراییەوە پێوانە دەکرێن، ئامانجە سەرەکییەکە بۆ چەند بەشێک دابەش دەکەین و چەند خشتەیەکی کاتی بۆ بە ئەنجام گەیاندنی هەر بەشێک ئامادە دەکەین،

٦- پێویستە ئامانجەکە نووسراو بێت: نووسینەوەی ئامانجەکان دڵنیامان دەکاتەوە کە لە ناوجەنجاڵی ژیانی ڕۆژانەماندا ون نابن و فەرامۆش ناکرێن، ئامانجەکانت تۆمار بکە و ڕۆژانە چاوی پێدا

بخشـێنەوە و پرسـیارلە خـۆت بکـە (چیبکـەم تـا ئامانجەکـەم بـەدی بێنـم)؟

٧- پێویسـتە ئامانجەکـە شـیاوی دەسـکاری کـردن بێـت: زۆر جـار ئـەو ئامانجـەی دەستنیشـانمان کـردووە لـە وانەیـە واقعـی نەبێـت، یـان پەیوەنـدی بـە بازرگانییـەوە نەبێـت، دەتوانیـن بـە تێپەڕینـی کات و سـەردەمەکە بیگونجێنیـن، گۆڕینـی ئامانـج واتـە پێداچوونـەوە بـە ناخـی خـۆت، بـە خەونەکانـت، بـە ئـاوات و خـەون و بـۆ چوونەکانـت.

٨- پێویسـتی بـە بەدیهێنـان و کارکـردن هەیـە: هـەر کاتێـک ئامانجێکمـان بەدیهێنـا ئامانجێکـی تـر دەسـت نیشـان دەکەیـن بـۆ ئـەوەی ببنـە پاڵنەرێـک بـۆ تێکۆشـان و گەشـەکردن.

٩- پێویستە ئامانجەکەت بە هەموان ڕابگەیەنیت: کاتێک ئامانجەکەمان لای کەسـانی تـر باسـدەکەین ئـەوان لەبەدیهێنانـی دا یارمەتیمـان دەدەن، هـەر کاتێـک ورەمـان دابـەزی و ویسـتمان پاشەکشـە بکەیـن لـە ئامانجەکانمـان، ئـەوان هانمـان دەدەن بـۆ ئـەوەی بـەردەوام بیـن.

١٠- پێویسـتە پێداچوونـەوە بـە پێشـکەوتنەکانماندا بکەیـن و بـەردەوام بـە دواداچـوون بـۆ ئاسـتی بـە دیهێنانـی ئامانجەکانمـان بکەیـن و بـە سـەر بەربەسـتەکان زاڵبیـن و ئاسـتی بـەرەو پێـش چوونـی سـەرکەوتنەکانمان بزانیـن.

(**مەکسـیم گۆرکـیٚ**) دەڵـیٚ: (جیهـان وەک شـەوێکی تەنـگ و تاریکـە، هەمووکەسـێک دەبیٚ بەخـۆی چـرای خـۆی داگیرسـێنێت، ئـەو چرایـەش ئەقڵـە)

هەمیشـە بـەرەو باشـتر بڕۆن، یارمەتـی ئەوانـی تـر بـدەن بـۆ سـەرکەوتن، بـۆ ئـەوەی کەسـێکی سـەرکەوتووبین دەبیٚ ئامانجـی سـەرەکیمان گەشـە پێدانـی توانـا و کاریگـەری تیمەکەمـان و کارمەنـدە هاوپیشـەکانمان بێـت.

ئامانجی ژیان: ئەگەر پرسیار بکەین(ئامانجی ژیانی تۆ چییە)؟

ئایا فەلسەفەیەکی گشتگیرت بۆ ژیان هەیە، هۆکارێکی سەرەکیت هەیە کە لە پێناویدا هەموو بەیانییەک خەبەرت بێتەوە؟ یان تەنیا ئەوە ئەنجام دەدەین کە کەسانی تر داوات لێدەکەن؟ مایەی سەرسوڕمانە زۆربەی مرۆڤەکان ناتوانن بە ڕوونی گوزارش لە ئامانجەکانیان بکەن و هۆکاری بوونیان لە سەر ئەم هەسارەیە نازانن.

ئامانجەکانی ژیانی من:

* خێزانێکی بەختەوەر پێک بێنم.
* زنجیرەیەک پەیوەندی بە تینم لەگەڵ کەسانی تردا هەبێت.
* لەپێناو مرۆڤایەتیدا بەشدارییەکی کارا لە ژیاندا بکەم و جیهان بگۆڕم.
* زۆر ترین یارمەتی پێشکەش بە مرۆڤەکان بکەم.
* هاوڕێیەکی ناوازە بم.
* بە ئاستێکی بەرزی ڕوحانییەت بگەم.
* سەرکێشی زۆر ئەنجام بدەم.
* میراتێکی زۆر لە دوای خۆم جێبێڵم.
* چێژ لە هەموو ڕۆژو کاتەکانم وەر بگرم.

ئامانج: هەبوونی ئامانجی گەورە لە ژیان هێزت پێدەبەخشێت و هەموو بەیانییان خەبەرت دە کاتەوە، پەرۆشت دەکات، مانایەک بە هەبوونت دەدات لە ژیانت و دەوروبەرت.

- هەبوونی ئامانجی گەورە لە ژیانت کاریگەریت زیاتر دەکات، دیدو بەر چاوت ڕووندەکات و وات لێدەکات بزانی چیدەکەی و چۆن ئەنجامی دەدەی و دەبێتە هۆی ئەوەی چالاک و کاریگەر بیت و لە کارکردندا خاو نەبیت.
- هەبوونی ئامانجی گەورە لە ژیان دەبێتە هۆی گەشە کردنی هەوڵ

و تەقەللاکانت بۆ ئەوەی توانا شاراوەکانت دەرکەون، لە بازنەی تەمبەڵی دەتخاتە دەرەوە و هانت دەدات بۆ ئەوەی دوورتر بڕوانی.
(ئەنشتاین) دەڵێ: (ئەگەر دەتەوێت بە کامەرانی بژی، ژیانی خۆت بە کەسەکان و شتەکانەوە پەیوەست مەکە، بەڵکو بە ئامانجێکەوە پەیوەستی بکە)

ئامانجی هەفتانە ئەگەر نەزانی بۆ کوێ دەڕۆیت و کامە ڕێگا بەو شوێنەت دەگەیەنێت، هەنگاوی کوێرانە مەنێ ، لەبەر ئەوەی لە ماوەی تەنها سێ خولەکدا بە چاوێکی تر دەتوانی سەیری ژیانی خۆت بکەیت و بەرچاو ڕوونییەکی تەواو سەبارەت بە ئامانجەکانت بە دەست بێنیت.

پلانە سێ خولەکیەکان:

١ـ ڕوونی کەسایەتییە نموونەییەکەی خۆت، لە ماوەی ٣ خولەکدا بیر لە کەسایەتییە نموونەییەکەی خۆت بکەوە،

* جۆری ئەو کەسایەتییە چییە کە دەتەوێت لە خۆتدا هەبێت؟
* کەسایەتی نموونەیی تۆ چۆنە؟ تۆ کەسێکی پایەبەرزی؟
* بەتوانایی و ئارامی.
* ڕووحانی و ڕوو خۆشی؟ پێنج ئاکار بنووسە کە حەز دەکەیت لە خۆتدا هەبی.

٢- ڕوونی کەسایەتی هاوژینت، ئەگەر بە تەمای هاوسەرگیریت، سێ خولەک تەرخان بکە بۆ نووسینەوەی ئەو سیفەتانەی دەتەوێت لە هاوژینەکەتدا هەبێت، بەلای کەم پێنج ئاکار بنووسە، دڵنیات دەکەمەوە لە ماوەیەکی کەمدا کەسایەتی هاوژینەکەی خۆت بە تەواوی لا ڕوون دەبێت لە لایەنی ڕوخسارو ڕەفتار و ئەو بەهایانەی لە ژیانتدا پەیڕەویان دەکات،

٣- ڕوونی هاوڕێیەتی: لەڕاستیدا ئێمە وەک ئەو کەسانە دەبین کە

لە گەڵیاندا کاتەکانمان بەسەر دەبەین. ئەو پەندە دەڵێت: (لە پاڵ سەگەکاندا بخەویت، بەیانی لەگەڵ کێچەکان خەبەرت دەبێتەوە) ئەو کەسانەی لە دەورو بەری تۆدان، زیاتر لەوەی کەلە سەرەتادا پێشبینیت کردووە کاریگەرییان بە سەر تۆوە دەبێت، بەرە بەرە و بە شێوەیەکی نادیار، ڕەفتار و هەڵسوکەوتت وەک ڕەفتاری ئەوان دەبێت و کارەکانت لە سەر شێوازی بیر کردنەوەی وان ئەنجامدەدەیت بێئەوەی هەست پێبکەیت، لەبەر ئەوە پێویستە بە بایەخەوە هاوڕێکانت هەلبژێریت.

ئەگەر کاردەکەیت بۆ بەدیهێنانی ئامانجێکی سەرەکی و بەربەستێک هاتۆتە پێشت داوات لێدەکەم ئەم هەشت هەنگاوە بگرە بەر:

١. هەولەکانت دووبارە بکەوە: بۆ چەندین جار هەمان شت دووبارە بکەوە، بەڵام زۆربەی مرۆڤەکان ئەم کارە ناکەن، بەڵکو لە یەکەمین نیشانەی بەرهەڵستیدا پاشەکشە دەکەن و گۆشە گیر دەبن.

٢. سترتیژەکان بگۆرە: دوای چەندین جارهەمان ستراتیژ دووبارە دەکەیتەوە و ئەنجامی نابێت، ستراتیژەکەت بگۆڕە، سەرکەوتن ئەنجامدانی نەشتەرگەری مێشک نییە، بەردەوام بەو کۆڵ مەدە، متمانەت بە خۆت بێت سەردەکەوی.

٣. شوێن کەوتەی باشترین کەسەکان بە، زۆربەی مرۆڤەکان بەر لە تۆ بە درێژایی مێژوو دەرەنجامی هاوشێوەی تۆیان بە دەست هێناوە، بۆیە شوێنکەوتەی ئەوان بەو چاو لەوان بکە، لە ڕاستیدا تۆ تەنها پێویستت بە یەک بیرۆکە هەیە، ستراتیژێک بۆ ئەوەی شۆڕشێکی تەواو لە دەرەنجامەکان بەرپا بکەیت، ئەو بیرۆکە ناوازانەش ئەو کەسانەن کە لەو بوارەدا سەرکەوتنیان بە دەست هێناوە، سەربردە و ژیاننامەیان بخوێنەوە، ئەوانەی لە بوارەکەی تۆدا شارەزان لە ئامۆژگارییەکانیان پەند و عیبرەت وەربگرە.

٤- پارێـزگاری لـە هەسـتی ئەرێنـی بکـە: ژیـان یارییـە و جەنـگ نییـە، جیهـان یاریگایـە و ئـەو یاریزانـەی بە باشـی و بـە ورەیەکـی بـەرزو ئامانجێکـی گـە ورە یـاری تێـدا دەکات ئـەو کەسـە گـۆڵ دەکات و سـەرکەوتن بـۆ خـۆی و تیپەکـەی مسـۆگەردەکات.

٥- وێنـا کردنـی ویسـتی خـۆت: ئەوانـەی داهاتوویەکـی پرشـنگدار بـە دەسـت دەهێنـن تەنها بە ڕێکـەوت بـە دەسـت ناهێنن، بەڵکو ئـەوان وێنەیەکـی زۆر جوانـی ئـەو ژیانـە لەبـەر چـاوی خۆیـان دادەنێـن کـە ئـارەزووی دەکـەن پێیبگـەن.

٦- داوای یارمەتـی بکـە: هـەر یەکێـک لـە ئێمـە دەیەوێت خۆی ئامانجەکانی خـۆی بـەدی بێنێـت، بـەڵام بـە زۆری لـە چارەسـەری کێشـەکاندا (ئێمـە) لـە (مـن) بـە هێـز تـرو کاریگـەر تـرە، بۆیـە لـە کاتـی بوونـی هـەر کێشـەیەک پەیوەنـدی بـە کەسـانی تـرەوە بکـە یارمەتیت بـدەن.

حەسانەوە

حەسـانەوە: توێژینـەوەکان ئامـاژە بـۆ ئـەوە دەکـەن کـە مرۆڤـەکان لـە دوای سـاتێکی حەسـانەوە دا باشـتر ئەرکەکانیـان ئەنجـام دەدەن.

وەرزش لـە یـاد مەکـە: وەرزش کاریگـەری بەسـەر بەردەوامـی تـۆ لـە کاردا هەیـە، تەندروسـتی خـۆت لـە ژیانتـدا لـە پلـەی یەکـەم دابنـێ.

(شـەکەتی هەمومـان تەمبـەڵ دەکات)، ئەگـەر لە بەدیهێنانـی ئامانجەکانتدا بێئومێد بویت برۆ دەرەوە ڕابکـە، قورسـایی بـەرز بکـەوە، یۆگا بکە.

هەر جوڵانەوەیەک لە دانیشتن و تەمبەڵی و هیچ نەکردن باشترە

(ئیبراهیم فەقێ) دەڵێ:

(کاری بێ ئامانج کارەکەشت تیا ئەبات، ئامانجی بێکاریش ئامانجەکەت تێکدەشکێنێ)

خـاوەن پەیـام و ئامانـج بـە: هەندێـک بیانـوی ئەوەیـە (ئـەوەی خـوا

بدات ئەو باشە) بەو بۆنەیەوە نەخشەی نییە، گوێ بە دیاریکردنی ئامانجەکەی نادات، ڕاستە خوای گەورە هەر خێری لێدەوەشێتەوە، بەڵام فەرمانمان پێدەکات خاوەنی پەیام و ئامانجێک بین، (من ئەتوانم ئامانجەکەم بێنمە دی، متمانەم بە تواناکانم هەیە بۆ سەرکەوتن، من بەهێزم توانای بە دیهێنانم هەیە.

لە پێناوی ئامانج:

لە مێژووی وڵاتی یۆنانی کۆندا هاتووە، ڕێبوارێک لە ڕێدا تووشی پیاوێکی بە ساڵاچوو بوو، پرسی: چۆن دەتوانم بگەم بە لوتکەی (ئۆلۆمپیۆس)؟ پیاوی پیر بە ڕێکەوت (سوقرات) بوو، جوابی دایەوە (ئەگەر بەڕاستی دەتەوێت بچیت بۆ لوتکەی ئۆلۆمپیۆس، دەبێ دڵنیا بیت هەرهەنگاوێک کە دەیهاوێی لە پێناوی گەیشتن بە لوتکە بێت) واتە ئامانجی گەورەت گەیشتن بە لوتکە بێت ز

(ئەرکی ئێوە ئەوەیە کە پردێک لە نێوان شوێنی ئێستای خۆتان و ئەو ئامانجەی کە دەتانەوێت پێی بگەن، دروست بکەن)

(ئەرەل نایتینگل)

هێزی ئامانج: (**بروس لی**) بێگومان یەکێکە لە وەرزشوانانی مێژوو، پەی بە هونەر و گرنگی دەستنیشان کردنی ئامانج بردووە، (بروس لی) لە ١٩ی جەنیوەری(١٩٧٠) نامەیەکی بۆ خۆی نووسی، مۆری نهێنی لەسەر داو تێیدا نووسی بوو: (من تا کۆتایی ساڵی(١٩٨٠) دەبم بە ناسراوترین ئەستێرەی ڕۆژهەڵاتیی لە سینەمای ئەمریکی و١٠ ملیۆن دۆلار پارە بە دەست دێنم و لەبەرامبەر کامیراکانی سینەما لە باشترین ڕۆڵی خۆمدا دەر دەکەوم)، ئەو بەر لەوەی لە(٣٣) ساڵیدا بمرێت لە سێ فیلمدا ڕۆڵی بینی، کە ئەو فیلمانە ناوبانگ و خۆشەویستییەکی فراوانی بۆ (بروس لی) لە چوا ڕ گۆشەی جیهان بە دەست هێنا.

ئامانجەکانتان لەبەر چاوتان بێت

کاتێک ڕێکخراوی (ناسا) ی ئەمریکی دەیویست مرۆڤێک لە سەر ڕووی مانگ دابەزێنێت، وێنەیەکی زۆر گەورەی مانگی خستە شوێنی ئامادەکاری چالاکییەکە تاکو ئەندامانی ئەو چالاکییە هەموو ڕۆژ بە شێوەی بەردەوام سەیری بکەن، لەم بارودۆخەدا هەموان ئاگاداری ئامانجە کە بوون و توانیان دوو ساڵ زووتر لە وادەی خۆی بەوئامانجە بگەن، ئەگەر لە کاری بینینی ئامانجەکانتاندا تووشی کێشە دەبن، یارمەتی لە وێنە و هێماکان وەربگرن و تاکو زەینی هوشیارو نیوە هوشیاری ئێوە لە سەر ئامانجەکانتان چڕ بێتەوە، بۆ نمونە: ئەگەر یەکێک لە ئامانجەکانتان ئەوەیە ئوتومبێلێکی لیگززتان هەبێت لەگەل خۆتاندا کامیرایەک ببەنە پێشانگا و وێنەی ئوتومبێلێکی لیگزز بگرن و بە خۆتان لە سەر سوکانی دانیشن، با هەردەم وێنەکە لە پێش چاوتان بێت.

بە خەونێک دەست پێبکە: ئێمە بە خەون بینینی دوا ڕۆژ دەست پێدەکەین، لە خەوماندا زەنگین و دڵخۆشین و تەنانەت لەوانەیە ناوبانگیشمان هەبێت، زۆرینەی مرۆڤەکان خەون بە دواڕۆژێکی لەو جۆرە دەبینن، بەڵام لە زۆربەی حالەتەکاندا تەنها وەک خەون دەمێنێتەوە، کەسە سەرکەوتووەکانیش ئەو خەونانەیان هەبوون، بەڵام خەونەکانیان کردوون بە ئامانج و دواتریش بوون بە ڕاستەقینە.

(**ئەدیسۆن**) خەونی بە جیهانێکەوە دەبینی کە وزەی کارەبا تاریکی شەوەکانی ڕووناک بکاتەوە،ب

(بتهۆڤن) (خەونی بە ئاوازێکەوە دەبینی کە بە هۆیەوە گیانەکان بە ئاسماندا بفڕن

(**ئەلبەرت ئەنشتاین**) دەڵێت: (ئەگەر دەتەوێت بە کامەرانی بژیت، ژیانی خۆت بە شتە کان و کەسەکانەوە پەیوەست مەکە، بەڵکو بە

ئامانجێکەوە پەیوەستی بکە)

(**فریدریک دوگلاس**) کە بە کۆیلەیی لەسەدەی ١٩ لەدایک بوو بوو، ڕێگەی بە پێگەی کۆمەڵایەتی و ڕەگەزەکەی نەدا ببێتە کۆسپ لە بەردەم فێر بوونی خوێندنەوە و نووسین و لە کۆتاییدا سەرکردایەتی گەلەکەی کرد.

(**باراک ئۆباما**) لە سەدەی ٢١دا بەربەستی ڕەگەز پەرستی شکاند و بوو بە یەکەمین سەرۆکی ڕەشپێستی ئەمریکا.

گۆڕینی خەون بۆ ئامانج: بەداخەوە زۆربەی ئەوانەی خەون دەبینن، هەر لە خەوندا دەمێننەوە و خەونەکانیان وەک خۆی دەمێنێتەوە، بەڵام کاتێک خەونەکان بۆ ئامانج دەگۆڕێن، ئیتر لە خەیاڵەوە دەبن بە ڕاستەقینە،

(**دیل کارنگی**) دەڵێ: ئەگەر لە کارێکتان سەرکەوتوونەبوون کە ئارەزوویەکی زۆرتان بۆی هەبوو، بێهیوا مەبن و شکست قبول مەکەن، ڕێگایەکی تر تاقیبکەنەوە، تۆ زیاتر لە ڕێگایەکت لە بەر دەستدایە، گرنگ ئەوەیە ڕێگایەکی تر بدۆزیتەوە.

ئامانجەکانت پۆلین بکە: کاتێک ئامانجەکانت نووسی، بۆ چەند بەشێکی گرنگ و جیاوازی ژیانتدا دابەشیان بکە بۆ شەش دەستبەندی هەمیشەیی:

١. ئامانجە کەسی و خێزانییەکان.

٢. ئامانجە ماددی و داراییەکان.

٣. ئامانجە پەروەردەیی و پەرەپێدانە خودییەکان.

٤. ئامانجە ڕووحییەکان.

٥. ئامانجە توانستی و تەندروستییەکان.

٦. ئامانجە کۆمەڵگەیی و کۆمەڵایەتییەکان.

ئامانجەکانت ڕێک بخە: پاش ئەوەی هەموو ئامانجەکانت خستە

سەر لاپەڕە، ئەوا بە پێی گرنگیان ڕیزیان بکەو ئەو ئامانجە هەڵبژێرە کە لەوانی تر گرنگترە و لە سەرەوەی لیست دایبنێ.
بڕیار دان لەسەر سەرەکیترین ئامانجت یان ئامانجە ڕوونە مەزنەکەت خاڵی وەرچەرخانی شکۆداری کەسێتییە، ئامانجە ڕوونە مەزنەکەت تاکە ئامانجە کە دەبێتە جەختکرنەوەی سەرەکی بۆ هەموو ئامانج و چالاکییەکانی ترت.
پێوانە کردن و گرێدانی ئامانج پەیوەستە بە کاتەوە
ئامانجە گەورەکەت پێویستە پێوانە بکرێت: یاسایەکی سەرەکییە (هەر شتێک پێوانە بکرێت، بە ئەنجام دەگەیەنرێت)، ڕونی بکەرەوە و ڕادە و قەبارەی ئامانجەکەت دیاریبکە، هەروەها دەبێت بە پێی کات ئامانجە گەورەکەت بە ڕوونی سنووردار بکەیت، بەرواریکی بۆ دابنێی، ئەگەر ئامانجەکەت بۆ ماوەیەکی درێژە وەک دووساڵ یان سێ ساڵ، بیکە بە بە شی بچوکتر و بە ئامانجی بچوکتر، هەر ڕۆژێک بە دانیشتن لەگەل خۆت دەست پێبکە بە هێنانی پەڕاوەکەت و نووسینی ئامانجە سەرەکییەکانت لە دەمی ڕانەبردوودا، وشەی بە هێزو ڕوون بە کار بهێنە، (وەکو پەیدای دەکەم، بەدەستی دەهێنم، من هەم) بەڵام گرنگترین کارێک کە بیکەیت ئەوەیە هەر ڕۆژێک پێنج خولەک بۆ نووسین و نووسینەوەی ئامانجە گەورەکانت تەرخان بکەیت، بە بێ ئەوەی بگەڕێیتەوە بۆ ئەوەی کە دوێنێ چیت نووسیوە، نووسینەوەی ئامانجەکانت بە دەست پێی دەوترێت (چالاکی دانانی ئامانجەکانمان بە دەست)
ڕاهێنانە کردارییەکان:
١- ئەمڕۆ بڕیار بدە کە کتو مت چیت لە ژیان دەوێت، ئامانج دابنێ.
٢- لیستێکی ١٠ ئامانجی دابنێ کە حەزت لێیە بە ساڵێک یان زیاتر بەدەستی بهێنی.

٣. ئامانجەکانت لە دۆخی کەسی ئەرێنی و ڕانەبردوو دا بنووسە بۆ نمونە: دەتوانم بڕی یەک ملیۆن دۆلار لەم بەرواره پەیدا بکەم، لە دۆخی ڕانەبردوو و ئەرێنی و کەسیدا.
٤. بەرواری کۆتایی بۆ هەر یەک لە ئامانجەکانت دابنێ و بەرواری جیاوازیش بۆ هەر یەکێکیان دابنێ.
٥. لیستێکی هەموو ئەو شتانە دروست بکە کە پێویستە ئەنجامی بدەیت، بە پێی گرنگییان ڕێزیان بکە.
٦. پێداچوونەوە بە لیستەکەتدا بکە و بپرسە: ئەگەر گرنگیم پێبدرایە بۆ دەست خستنی هەر ئامانجێک لە ناو لیستەکەمدا لە ماوەی ٢٤ کاتژمێر، کام ئامانج کاریگەری زیاتری هەیە؟ ئامانجی ژمارە یەک، ئامانجە ڕوون و گەورەکەت لە سەرەوەی لاپەڕە نوێیەکەدا بنووسە.
٧. هەمووڕۆژێک وهەرحەوت ڕۆژەکەی حەفتە شتێک بۆ ئامانجە گەورەکەت بکە، بڕیار بدە کە بەردەوام بیت لە سەر ئەم ئامانجە، تاکو سەرکەوتوودەبیت، گرنگ نییە چەند سەختە یا چەند کاتی دەوێت بۆ پرۆسەی دانان و بە دەست هێنانی ئامانجی گەورە، باوەڕ بە خۆ بوونت لا دروست دەکات تا لە ژیاندا بیت ناوەستێنرێیت.

(برباراباک) دەرچووی بەشی ماف بوو لە کۆلیژی کۆلۆمبیا، هەرچەند کچێکی لاو بوو توانی لە بەشێک بخوێنێ کە تایبەت بوو بە پیاوان، بە سەرکەوتوویی بڕوانامەی زانستی لە ماف و لە کۆلیژی کۆلۆمبیا وەربگرێ بە دوای ئامانجەکەی کەوت، بەڵام پێکهێنانی خێزانیشی هاتە پێش، دوای ٩ سال هەستیکرد جارێکیتر ئامادەیی تازەی هەیە دەست بۆ یەکەمین ئامانجی ژیانی درێژبکات و چووە خوێندنی باڵا (ماجستێر) لە کۆلیژی بیل و لە مەیدانی لێکۆڵینەوە و

وانـه وتنـەوە و نووسـیندا شـارەزایی پەیداكـرد و لـە ڕێگای (كارێـك كـە هەمیشـە خۆشەویسـتی بـۆی هەبـوو) هەنـگاوی هەڵگـرت و بیـر و ڕاكانی خـۆی بـە هێزتـر كـرد و باشـتر فێربـوو، هـەردوو ئامانجی لەگەڵ یەك سـازاند و ئێسـتا بەڕێوەبـەری یـەك لـە بەنـاو بانگترین كۆلیژەكانی (مـاف)ە لـە ئەمریـكا، ئـەو بۆیـە سـەركەوتوو بـوو گەیشـتە ئامانـج، ئـەو دەیزانـی ئامانجـی چییـە، دەسـتبە كار بـوو ئەگـەر كارەكـەی ئەنجامـی نەبا دەیگۆڕی، ئەو توانی هاوسـەنگی لە ژیانیدا بەدیهێنێت، جیا لـەوەی بەڕێوەبـەری كۆلیژێكـی گرنگـە، ماڵـدارو دایـك و كابانیشـە.

(**كۆلۆنێـڵ سـاندرێس**) پیاوێكـی خانەنشـین بـوو تەنهـا كار كـە دەیزانـی (مریشـك سـووركردنەوە) بـوو، خـاوەن چێشـتخانەیەكی بچـووك بـوو، داهاتێكی وای نەبوو، كارەكـەی بـەرەو پوكانـەوە دەچوو، یەكەم موچەی خانەنشـینییەكەی وەرگـرت بیـری لـەوە كـردەوە كارەكـەی فـراوان بـكات و مریشـكی سـووركراوە بـە خواردنگـەكان بفرۆشـێت، لـەوەش شكسـتی هێنـا، سـەفەری زۆر وڵاتـی دەرەوەی كـرد شـەوانە لـە نـاو ئوتومبیلەكـەی دەنووسـت، لـە گەڕانیشـدا بـەردەوام بـوو هـەر ڕۆژە لـە دەرگایەكـی دەدا ئـەو (١٠٠٩) جـار وەڵامـی (نـا) ی وەرگرتـەوە تـا پەرجـوو (موعجیزەیەك) ڕوویـدا كەسـێك وەڵامـی بەڵێـی دایـەوە، چالاكـی (سـاندرس) دەسـتی پێكـرد، چەنـد كـەس لـە ئێـوە یڕیـاری لـەو شـێوەیەتان داوە و هەیـە؟ چەندتـان ئەوەنـدەی پیرەمێردێكـی قەڵـەو كـە جـل و بەرگێكـی سـپی پۆشـیوە، خاوەنـی تەندروسـتیەكی نالەبـارە ئەوخۆڕاگریەتـان هەیـە؟ (سـاندرس) بـوو بـە خاوەنـی سـامان لـە بـەر ئـەوەی توانـای ئـەوەی هەبـوو كارێكـی گـەورە و دیـار بـە ئەنجـام بگەیەنـێ، بـۆ گەیشـتن بـە ئامانـج و ورە و متمانـە و بیـرو باوەڕێكـی پۆڵایینـی هەبـوو.

(**سلڤسـتەر سـتالۆنی**) واتـە: (**رامبـۆ**) ی سـینەماكاردوای زیاتـر لـە هـەزار (نـا) نـە ڕووخـا و بـێ ئومێـد نەبـوو تـا وەڵامـی بەڵێـی وەرگـرت.

(**گراهــام بێـل**) دەڵێ: (کــە دەرگایــەک داخــرا چەندیــن دەرگای تــر دەکرێنــەوە، بــەڵا م ئێمــە هــەر ســەیری دەرگا داخراوەکــە دەکەیــن و ئاخــی بــۆ هەڵدەکێشــین)

(ئەگەر نەزانیت بۆ کوێ دەچیت، دڵنیابە بە هیچ جێیەکیش ناگەی)

ڕۆژێـک کەسـێک ئۆتۆمبیلەکـەی لـە کەنـاری شـەقام ڕاگـرت و لـە ڕێبوارێکی پرسـی: ببورن وا دیارە بزر بویمـە، دەکرێ ڕێگـەم پیشـان بدەن؟ ڕێبوارەکە بێگومـان، بەڵام دەتانـەوێ بۆ کوێ بڕۆن؟ شـوفێرەکە: نازانم، ڕێبوارەکە سـەرەتا دەبێ بڵێی بۆ کوێ دەتانـەوێ بچـن، تاوەکو مـن بتوانـم یارمەتیـت بـدەم.

(ئەگـەر ژیانـی ئێـوە ڕێبازێکـی نییـە لـە بـەر ئـەوە یـە کـە ئێـوە ڕێبازێکتـان بـۆ دیـاری نەکـردووە، ئەگـەر ژیانتـان بێدەسـکەوتە لەبـەر ئەوەیـە کـە نازانـن بـە دوای چیـدا دەگەڕێـن)، (**نیـل دۆناڵـد وارش**)

(ئەرکـی ئێـوە ئەوەیـە کـە یردێـک لـە نێـوان شـوێنی ئێسـتای خۆتـان و ئـەو ئامانجـەی کـە دەتانەوێـت پێـی بگـەن دروسـت بکـەن)، دەگێڕنـەوە دارتاشـێک لـە کاتـی دروسـتکردنی کورسـییەک کـە بـۆ یەکێـک لـە دادوەرەکان بوو، گرنگییەکی زۆری پێدەدا و توند و تۆڵی دەکرد، یەکێک پێـی وت: ئـەم هەمـوو وردبینـی وسـەرنجە بۆچـی؟ وتـی: بـۆ ئەوەیـە کـە ڕۆژێـک دەمەوێـت لەسـەری دابنیشـم، لـە ئاکامیشـدا وابـوو ئـەو دارتاشـە دوای ماوەیـەک دەسـتی کـرد بـە خوێندنـی زانسـتی مافپـەروەری و پـاش ماوەیـەک گەیشـتە پلـەی دادوەری و لەسـەر ئـەو کورسـییە دانیشـت.

(**ناپلیـۆن هێـل**) دەڵێـت: (ئـەوەی زەیـن وخەیاڵـی مـرۆڤ بتوانێـت وێنـای بـکات و بـاوەڕی پێبـکات، دەتوانێـت پێـی بـگات)

ژیانـی بـێ ئامانـج وەک ئـەوە وایـە کـە سـەفەرێکی بـێ مەبەسـت دەسـت پێبکەیـن، ئەگـەر نەزانـن بـەرەو کـوێ دەڕۆن ڕەنگـە نەگەنـە هیـچ شـوێنێک و لـەم بەینـەدا بـە هـەر جادەیەکـدا بـڕۆن جیـاوازی نییـە، ئێمـە لە

کۆمەڵگایەکدا دەژین کە بە ملیۆنان مرۆڤ سەرەڕای بوونی دەرفەتی گونجاو و باش بە هیچ شوێنێ ناگەن و لەگەڵ ئەوەشدا پێ دەچێ کە هۆیەکەشی نەزانن، بە داخەوە لە پۆلەکان سیستەمی خوێندنمان لە بارەی ئامانج و ئامانجدانان فێر نابین، سیستەمی خوێندنمان لە زۆر بواردا کەم و کورِی هەیە، ئامانجدانان یەکێ لەو بابەتانەیە کە دەبێ لە هەموو ڕەهەندەکانی خوێندنماندا بە هەند وەر بگیرێ، لە بیست ساڵی ڕابردوودا شاهێدی ئەوە بووم کە زۆربەی ئەو کەسانەی لە ژێر کاریگەری ئەو ئامانجانەی کە بۆ خۆیان دەستنیشانیان کردووە ژیانیان گۆڕاوە، هیوادارم ئەم بەشە گرنگە لە ژیان کە ئامانج و پلاندانانە، بۆ گەیشتن دەبێ گرنگی زیاتری پێبدرێت، (**دینیس وینتلی**) دەڵێ: (لە ڕاستیدا هیچ شتێکی سەر ڕووی زەوی ناتوانێت ڕێ لە کەسێک بگرێت کە ڕوانینی پۆزەتیف و ئامانجی دەستنیشان کراوی هەیە)

بەختەوەری ئامانجێکی بەرزە: ئەگەر پرسیار لە هەر کەسێک بکەیت کە ئاخۆ چییان دەوێت لە ژیاندا دەڵێن: تەنیا دڵخۆشبوون، هەمان شتیش ڕێی تێدەچیت ئەگەر پرسیار بکەیت چیتان بۆ منداڵەکانتان دەوێت، بەلامەوە گرنگ نییە کە ئاخۆ چی دەکەن لە پێناو دڵخۆش بوون، بەڵام باشترە کە خۆزگە بخوازی بۆ خۆت و منداڵەکانت کە بەختەوەر ببن و سەرکەوتووبن، بەختەوەری شتێکی خەیاڵییە، کات بەسەر بردنی زۆر لە بە دواداچوون شتێکی سوود مەند نابێت، بەختەوەری کۆتایی دڵتەنگی و کلۆڵی نییە، خەڵک پێیان وایە کە لە پشوەکاندا دڵخۆش دەبن، چونکە هەناسەیەک دەدەن و لە خەم و پەژارە دا ڕزگاریان دەبێت، لە ڕاستیشدا هەر وایە ئاوات خواستن بۆ بەختەوەری یەکێکە لە باشترینەکان، هەموو کاتێک پێویستە بەردەوام بیت لە هیوا خواستن، تەنانەت بۆ ئامانجی گەورەتر، لەجیاتی هیوا

خواستن بۆ دڵخۆش بوون، باشترە هیوا بۆ کامەرانی بخوازین لە ڕاستیدا بەختەوەری لە ئامانج بە نرخترە، چونکە دەمێنێتەوەو لە ناو ناچێت، (ریتشارد تیمپلەر) دەڵێت:

(بەختەوەری ئەوەیە کە تۆ هیوای بۆ دەخوازی، لە دوای ئەوەی کە خۆشی و شادی خامۆش بووە)

بۆ ئەوەی سەرکەوتنێکی گەورە لە ژیاندا بە دەست بێنی، مەرج نییە لە کەسانی تر پۆشتە تر بی، یان بەختێکی باشترت هەبێت، بەڵکو تەنیا پێویستە بیر کردنەوەیەکی ڕوون و ڕاستەقینەت بۆ ئامانجەکەت و چۆنییەتی بە دیهێنانی هەبێت، ڕاستییەکە ئەوەیە کە زۆرینەی مرۆڤەکان سەبارەت بە ئارەزووەکانی ژیانیان ڕوون و ڕاشکاوانە نین، بێگومان دەیانەوێت لە ژیاندا سەرکەوتن بە دەست بێنن و تەنانەت هەندێک جار پێداگری لە سەر ئەوە دەکەن، بەڵام کاتێک لە بارەی شێواز و چۆنییەتی ڕێگەی بە دەست هێنانی ئامانجەکەیان پرسیاریان لێدەکەین سەبارەت بە وردەکارییەکان زانیاری پێویستیان نییە،

کەسی ئاسایی ئامانجێکی ڕوونی نییە، زۆربەی کەسەکان تەنیا تاکێکی ئاسایی کۆمەڵگەن، هەندێک جار ڕوودەدات کەسانێک سەرەڕای ئەوەی لە ڕکابەرەکانیان ژیر تر نین، بەڵام سەبارەت بە ئارەزووەکانیان و ئەو شوێنەی دەیانەوێت پێی بگەن دیدێکی ڕوون و ئاشکرایان هەیە، ئەو جۆرە کەسانە لە گەمەی ژیاندا سەرکەوتن بە دەست دەهێنن.

ئەم خاڵانە جێبەجێبکە با ژیانت خۆشتر بێت:

لە پیشانگای کتێبی عەرەبی لە ئەستەمبۆڵ (**تارق سویدان**) بانگخوازی کوێتی بە ناو بانگ موحازەرەیەکی بە ناوو نیشانی (ئامۆژگاری بۆ خۆم ئەگەر تەمەنم گەڕایەوە) پێشکەشکرد کە چەندین خاڵی گرنگی بۆ خۆشکردنی ژیانی گەنجان خستە ڕوو سویدان گوتی: ئە م وانەیە لەسەر ئەو شتانەن کە ژیان فێری کردووم، لە

کتێب و ڕۆژنامەکان نییە، ئەمە دیارییەکە بۆ هەموو گەنجانی گەلانی خاوەن مێژوو کە دوای نووسین و بڵاوکرنەوەی زیاتر لە(١٠٠) کتێب و چاوپێکەوتن لەگەڵ زۆر زانا و ناودار پێی گەیشتووم، (سوێدان) ئامۆژگارییەکانی بەسەر حەوت تەوەر دابەشکردووە، هەر تەوەرێک چوار ئامۆژگاری لە خۆ دەگرێت لەگەڵ ئامۆژگارییەکی تایبەتی زێڕین:

تەوەری یەکەم: گەشت و وگەڕان و سەفەر،

١. پشوویەکی یەک ساڵی دوای تەواو کردنی قۆناغی زانکۆ، بۆ ئەوەی بە شێوەیەکی باشتر ژیانت بگۆڕیت چونکە بە پێی بۆ چوونەکان ٨٠٪ ی خەڵک لە بوارەکەی خۆیاندا کار ناکەن.

٢. ئەوەی وڵاتانی دیکە نەبینێت فێرنابێت، دەبێ گەشت بکەیت و سەردانی ولاتانی دیکە بکەیت بۆ ئەوەی گەورەیی دونیات بێتە پێش چاو.

٣. با مەبەستی گەشتەکەت و سەردانی وڵاتانی دیکە بۆ فێر بوون و ئاشنایی بێت.

٤. سەردانی ئەو وڵاتانەی ئایین جودا بکە بۆ ئەوەی لە ژیانت مامەڵە لەگەڵ هەموو مێشکێکدا بکەی.

تەوەری دووەم،خوێندنەوە:

١. خوێندنەوە بە شێوەیەکی میتۆدی، بۆ ئەوەی مرۆڤ میتۆدی بێت، دەبێ بەردەوام بخوێنیتەوە، نیوەی لە بوارە تایبەتییەکەی خۆت بێت، نیوەی تر بوارەکانی تر بۆ خۆ ڕۆشنبیر کردن و وەرگرتنی زانیاری خێرا بە تێگەشتنەوە و خوڕاهێنان لە سەری.

٢. خوێندنەوەی کتێبی تایبەت بە بیرەوەری کەسانی دیکە.

٣. خوێندنەوە لە سەر ئەو کەسانەی لەگەڵیان ڕێک ناکەویت.

تەوەری سێیەم: پلان

١. چاوەڕێی تەمەن گەورەیی مەکە، هەوڵبدە هەر لە تەمەنی قوتابخانە

پلان بۆ دوا ڕۆژت دابنێی.
٢. هەمیشە بیر لەوە بکەوە کە دەیزانیت قسە لە سەر بابەتێک مەکە کە نایزانی،
٣. بەپێی دید و بینینی خەڵکی تر کار مەکە.
٤. ئارامی و خۆڕاگری ئەنجامی باش و جوانی بە دوا دادێت.

تەوەری چوارەم، هەڵسو کەوتت بگۆڕە، خۆت بگۆڕە:

١. کاتت بە فیرۆ مەد ە.
٢. لە سەر کێشی مەترسە.
٣. ئەگەر سەرکێشیت کرد و سەرنەکەوتی، دووبارە دەست پێبکەوە شکەستەکەت بکە بە وانەی فێربوون،
٤. زۆر پرسیار بکە و ورد گوێبگرە، چونکە زانایان زۆر پرسیار دەکەن.

تەوەری پێنجەم، پەیوەندییەکان،

١. بەرگەی ئازار بگرن و باوەڕتان بە خۆتان هەبێت و مەڕوخێن.
٢. پەلە لە دروستکردنی پەیوەنییەکی هەتا هەتایی مەکە.
٣. پێویستیت بە ژمارەیەکی زۆری هاوڕێی نزیک نییە، تەنها پێویستیت بە پێنج هاوڕێیە، تەنها هاوڕێیەتی کەسە لێهاتوو تایبەت وجیاوازەکان بکە.

تەوەری شەشەم ، پلان بۆ پارە دابنێ:

١. هەوڵبدە دوای هەر سێ ساڵێک داهاتی مانگانەت بکە بە دوو ئەوەندە.
٢. هەوڵبدە دوای هەر پێنج ساڵێک موڵکەکانت بکە بە دوو ئەوەندە.
٣. خۆت ئامادە بکە بۆ کاتی خانە نشینیت.
٤. زوو دەست بە کۆکردنەوەی داهات بکە، باشترین کاتیش تەمەنی ٣٠ ساڵییە.

تەوەری حەفتەم، یاساکانی ژیان:

١ـ چاودێری خێزانەکەت بکە.

٢ـ پرەنسیپەکان لە بەرژەوەندییەکان گرنگترن.

٣ـ ئازادی مافێکی ڕەوای هەموو کەسێکە.

٤ـ میشکم بۆ فرۆشتن نییە، تا لە ژیان ماوی میشکت بە هیچ شێخ و زانا و حزبێک مەفرۆشە،

دوا ئامۆژگاری، ئامۆژگاری زێڕین:

هەمیشە لە بیرتان بێت کە تەمەن کورتە، ژیانیش کورتە، بەڵام ژیان جوانە، مەهێڵن کەس ژیانتان لێ ناخۆش و تەنگ بکات، لەوانەیە لە ژیاندا هەندێک ڕووداوی دڵتەنگی گرنگی تێدا بێت، بەڵام مانای ئەوە نیە کە ژیان هەمووی دڵتەنگییە، ڕێگە بە کەس مەدەن ژیانتان لێ ناخۆش بکەن.

ڕۆژنامەی، باس، ژمارە (٤٠٦) ١٣ی ٢٠١٨

(تا ئەو کاتەی تۆ بە هۆی بۆ چوونی ئەوانی تر سەبارەت بە خۆت نیگەران بیت، واتە تۆ مولکی ئەوانیت، مولکی خۆت نیت)

(کیسەڵ) قەڵایەکی زیندووە، زرێ بە هێزەکەی لە هەموو زەبرێک دەیپارێزێ، بەلام کاتێک دەیەوێت بە ڕێدا بڕوات، پێویستە سەر و ملی خۆی لە ناو زرێیەکە بێنیتە دەرەوە، ئەگەر بمانەوێت گەشە بکەین پێویستە سەرمان لەناو زرێیەکە دەر بێنین)

(ناتوانیت لە ڕێگەی بەرگی کتێبێکەوە بڕیار لەسەر ناوەڕۆکەکەی بدەیت)، بەڵام زۆر بە داخەوە زۆربەمان لە ڕێگەی بەرگی کەسەکانەوە بڕیاریان لە سەر دەدەین، تا ناخی کەسەکە نەخوێنینەوە، بڕیار لە سەردانی زۆر هەڵەیە،

(لەو کاتانەی خەندە ئەستەمە، با بە خەندە ڕوو لە یەکتری بکەین.

(**د یل**) **کارنجی**) چەند خالێکی زۆر گرنگ دیار دەکات بۆ سەرکەوتن

لە وانە:

- پێویستە لە پێناوی سەرکەوتن خۆمان هەڵسەنگێنین و پشت بە کەسانی تر نەبەستین، پێویستە لە هەر کاتێک سەرەتا هەڵسە نگا ندێک بۆ خودی خۆمان بکەین و دەبێ ئەو شتە دەستنیشان بکەین کە لە ژیاندا ئارەزووی دەکەین و ئامانجمانە دەبێ بەدی بهێنین.

ترس وتۆقین لە شکست خواردن و ترسان بە زیانی دارایی و ئەگەری شەرمەزاری ڕێگرن لە بەردەم زۆربەی کەسەکان کە نەتوانن ئەو شتانە بە دەست بێنن کە ئامانج و ئارەزوویانە.

- شانازی بە سەرکەوتنەکانی ڕابردوومان دەکەین و جێیان دەهێڵین و بیر لە و شتانە دەکەینەوە کە دەتوانین بە دەستیان بێنین.
- ڕێژەیەکی زۆر کەم لە مرۆڤەکان تواناکانی خۆیان دەزانن و بە دەگمەن بەرەو کار و پیشە پڕ لە داهاتەکان هەنگاو دەنێن، ئەگەر بە تواناکانیان ئاشنا بن لە وانەیە پۆستی گەورەتر و داهاتی زیاتر بە دەست بێنن.
- کەسانی سەرکەوتوو باوەڕێکی بەهێزیان بەوە هەیە کە پێویستە مرۆڤ پابەندی ئامانجەکانی خۆی بێت.
- هێزی زۆر گەورە لە پێداگریدایە، پێداگرییەکی بەردەوام و بە هێز هەموو پردەکان دەبڕێت و بەربەستەکان لادەدات، چەند قوربانی بدات لە کۆتاییدا بە ئامانجەکەی دەگات.

(**ناپلیۆن هێل**) دەڵێت: (سەرکەوتنی هەموو کەسە سەرکەوتووەکان بە هیوایەک دەستیپێکردووە، خەونێک بووە، بووە بە ئامانج، ئینجا پلانێکی کارو، دواتر بە دیهێنانی ئامانج)

یارمەتی ئەوانی تر بدەن بۆ سەرکەوتن: بۆ ئەوەی کەسێکی سەرکەوتووبین دەبێ ئامانجی سەرەکیمان گەشە پێدانی توانا و کاریگەری تیمەکەمان و کارمەندە هاوپیشەکانمان بێت، توانای

بەردەوام بوون بۆ ماەیەکی زۆر بەرە و گەیشتن بە ئامانج، کروکی ژیانێکی سەرکەوتووە.
بەڵام کۆمەڵگای ئێستا هەمیشە ڕێگای کورت و دەستکەوتی خێرا و چارەسەرە خێراکان پەسند دەکەن، (بۆ ئەوەی سەرکەوتنێکی گەورە لە ژیاندا بەدەست بێنیت، مەرج نییە لە کەسانی تر ژیرتر و پۆشتە تر بیت، یان بەختێکی باشترت هەبێت، بەڵکو تەنها پێویستە بیرکردنەوەیەکی ڕوون و ڕاستەقینەت بۆ ئامانجەکەت و چۆنییەتی بە دیهێنانی هەبێت.
(**سیمۆن ڕینۆلدز**) دەڵێ: (لەبەر نا ڕوونی ئامانجیان مرۆڤەکان شکست دە هێنن، زۆربەی کەسەکان تەنیا تاکێکی ئاسایی کۆمەڵگەن)
(**ناپلیۆن هێل**) دەلێ: (هەر کەسێک بیەوێت سەرکەوتن بە دەست بهێنێت دەبێ بەلەمەکان و پردەکانی دوای خۆی لەناوببات و بیان سوتێنێت و ڕێگاکانی پاشەکشێ کردن لەسەرخۆی بگرێت)
کاتێ لەشکری ئیسلام بە سەرۆکایەتی (**تاریق کوری زیاد**) لەشکری برد و ویستی بەرەو ئەوروپا بڕوات، لەگەروی (جبل تاریق) پەڕیەوە و گەیشتە کەنارەکانی ئەندەلوس لە ئیسپانیا، کەشتی و بەلەمەکانی هەموو سووتاندن و لەشکری کۆ کردەوە و گوتارە بەناو بانگەکەیدا کە دەڵێ:
(ایها الناس این المفر، البحر ورائکم، والعدو و امامکم و لیس لکم والله الا الصدق و الصبر و الدفاع و المثابره)، لێرەدا شەڕکەرەکانی ورەیان بەرز بوەوە و گەمارۆی شاری ئەندەلوسیاندا لە ئیسپانیا و بۆ یەکەم جار ئایینی ئیسلام گەیشتە ئەوروپا و لەشکرەکەی سەرکەوت بە هۆی ورە و متمانە و بیر و باوەڕ و پلانی سەرکردەکەیان، کە ڕێگای پاشەکشەی لە لەشکرەکەی گرت و ناچاری کردن ڕووبەڕووی دوژمن ببنەوە و سەرکەوتن بە دەست بێنن.

(**ئەدیسۆن**) ئامانجی گەورەی داگیرسانی کارەبا و ڕووناککردنەوەی جیهان بوو، زۆر هەوڵیدا تا سەرکەوتنی بەدەست هێنا.

(**برایانی ڕایت**) لە ئاواتی دروستکردنی باڵندەیەکی ئاسنیندا بوون تا بە ئاسماندا بفڕێت، ئاواتەکەیان کردە ئامانجی سەرەکی خۆیان و توانییان فڕۆکە دروست بکەن.

(مارکۆنی) ئامانجی گەورەی دروستکردنی سستەمی بێتەڵ بوو بە یارمەتی شەپۆلی هەوا، توانی شەپۆلە ڕادیۆییەکان بگوازێتەوە، ئەمڕۆ بەری ڕەنجی لە ڕادیۆ و تەلەفزیۆنەکان دەبینین، مەرج نیە ئەو ئاوات و ئامانەنجەی کە ئێوە هەتانە مسۆگەرجێبەجێ ببن، نە خۆتان بە لاوە بنێن ونە ئامانجی گێلانەش دانێنە پێش خۆتان.

گریمان بەرزی باڵای یەکێک ١٥٠ سم کەمترە، گێلانەیە کە بخوازێت ساڵی داهاتوو ببێتە قارەمانی یاری باسکبۆڵ یان بازدانی بەرزایی، گرنگ ئەوەیە وزەی خۆتان لەڕێگەی کاری بێسوود خەسار مەکەن. عاقڵانە بیربکەنەوە تێدەگەن ئامانجی بێ سنورتان لە پێشە، ئامانجی سنوردار ژیانیش سنوردار دەکات،

بۆیە لەدیاریکردنی ئامانجەکانتاندا تا دەگونجێ دوربین بن، دەبێ بڕیار بدەن چیتان دەوێت، ئەوەش تاکە ڕێگەیە بۆ گەیشتن بە ئامانج. بۆ ڕێکخستنی ئامانجەکانتان ئاگاداری ئەم (٥) خاڵە بنەڕەتیەی خوارەوە بن:

١- ئامانجت چییە؟ بەشێوەیەکی ئەرێنی باسی لێوەبکە، واتا ئەو شتە بڵێ کە دەتەوێت بەدیبێت، زۆرکەس بەزمان شتێک دەڵێن و لە دڵەوە حەزیان لەبەدیهێنانی ئەوشتە نییە.

٢- وردبینانە ئامانجەکەت دیاری بکە: ئامانجەکەت چۆنە؟ چۆن دیاری دەکەیت و هەستی پێدەکەیت؟ یارمەتی لە سەرجەم هەستەکانی خۆت وەربگرە تا ڕاڤەی ئامانجەکەتی پێ بکەیت، ئەوەش لەبیر

مەکە کە بۆ ئامانجەکەت ماوەیەکی دیاریکراو دابنێیت.

٣- لایەنەکانی کارەکە ڕوون بکەرەوە:

وای دابنێ کە بەئامانج بگەیت چۆن دێیتە بەرچاو؟ چ هەستێکت هەیە؟ چ دەبینی و دەبیستی؟ ئەگەر نەزانیت گەیشتن بە ئامانج چ واتایەکی هەیە لەوانە نیە پێی بگەن و واشی دابنێن کە شکستتان خواردووە.

٤- بەسەر خۆتدا زاڵ و پشت بە خۆ بەستوو بە، تۆیت ئامانج دیاری دەکەیت و دەیپارێزیت، نابێ بۆ ئەوەی تۆ بە ئامانج بگەیت مەرج بێت کەسی دیکە خۆی بگۆڕێت، بۆ ئەوەی خۆشبەخت بی دەبێ بۆ گەیشتن بە ئامانج خۆت خاوەن ڕۆڵ و سەرکێش بیت.

٥ - ئامانجت گونجاو و مایەی ڕەزامەندی دەورو بەربێت:

لێکەوتەی کردارەکانی ئایندەتان لەبیربگرن، دەبێ بەقازانجی خۆت و کەسانی دەورو بەر بێت، بۆ گەیشتن بەو ئامانجانەی کە جاران پێیان نەگەیشتوون، دەبێ ئەم کارانە بە پراکتیکی بە ئەنجام بگەیەنن:

- سەرجەم ئاوات و خەیاڵەکانتان کۆ بکەنەوە و بینوسنەوە بەو شێوەیەی ئارەزوو دەکەن، وایان دابنێن و ببینن، ئەوشتانەی دەتانەوێت بەشێک بێت لە ژیانتان بیان نووسنەوە، لەئامانج داناندا ئازاد بن، ئەو بیر و باوەڕانەی کۆت و بەندی دەست و پێ دەکەن لە بازنەیان فرێ بدەنە دەرەوە، لەکاتی ئەنجامدانیدا هەست بە تەنهایی و ئارامی بکەن، (یەکەم هەنگاو بۆ گەیشتن بە ئامانج، بوونی ئامانج خۆیەتی) بەو لیستانەدا بچنەوە کە بۆ گەیشتن بە ئامانجەکانتان نوسیوتانن پێیاندا بچنەوە وماوەیەک دیاری بکەن بۆپێ گەیشتنیان، شەش مانگ، ساڵێک، دووساڵ، پێنج، دە، بیست ساڵ، گرنگە بزانن لە چ ماوەیەکدا دەخوازن بە ئامانجەکان بگە

- لەناو ئامانجە گرنگەکانت بۆ ئەمساڵ چوارئامانج هەڵبژێرە: چوار لەو ئامانجانەی کە خۆتان زۆر پێیانەوە بەستراونەتەوە و لەهەموویان زیاتر بۆ تۆ ڕازیکەرن، هەرچواریان لەسەر کاغەز بنووسە، لەبەرچی گەیشتن بەو ئامانجانە پێویستە؟ خواستەکە بەڕوون و ئاشکرا و کورت و جەوهەری ڕابگەیەنە، بەخۆشت بڵێ لە کام جێگاوە دڵنیای کە بە ئامانجە دڵخوازەکەت دەگەیت؟ (جیم ڕۆن) دەڵێ: (ئەگەر هۆکاری تەواوتان هەبێ توانای هەر کارێکیشتان دەبێت) حەز بە کارکردن شتێکە، پابەند نەبوونی ئەنجامەکانی شتێکی دیکەیە، جیاوازی هەردوکیان لە هەبوونی هۆکارەکاندایە، (مرۆڤ بۆ ئەوە دروست نەبووە کە پەی بەژیان بەرێت، بەڵکو بۆ ئەوە دروست بووە کە بژی) (سانتا هانا)
- ئایا ئامانجەکانتان باش دیاری کردوون و لە هەستەکانتانەوە بە وردی دیارن؟ کاریگەری لایەنەکانیان دیارن؟ ئەگەر هاتوو پێیان نەگەیشتن چ هەستێکتان لا دروست دەبێت؟ وردبینانە تر دەرحەق بەوەی دەیبینن و دەیبیستن، هەروەها هەستی بەرکەوتن و هەستکردنتان چۆنە بیلێن؟ ئاگادار بن ئەنجامی کار لە ئەستۆی ئێوەیە، ئایا ئامانجەکان مایەی ڕەزامەندی خۆتان و کەسانی دیکەیە؟ ئەگەر هەر یەک لەم خەسڵەتانەی تێدا نییە بیانگۆڕن.
- بەرجەستە کردنی تواناکان و گەیشتنە ئامانجەکان لە دەسەڵاتی خۆتاندایە، لە سەرکاغەز بینووسنەوە، ئەگەر بە نیاز بن بینایەک دروست بکەن، بێگومان دەبێ کەرەستە و سەرمایە و هەموو ئامرازێکتان لەبەر دەستدا بێت و بزانن چیتان هەیە، ئەگەر بکرێ نەخشەیەک بۆ ژیانی ئایندەتان دروست بکەن و دابڕێژن.
- پاش ئەنجامدانی ئەم کارانە سەرنجتان لە سەر ئەو کاتانە چڕ بکەنەوە کە بە باشی لە توانای دیاریکراوی خۆتان سودتان

وەرگرتووە، سێ تا پێنج بابەتی ژیانتان بە بیر خۆتان بهێننەوە کە لە کارێکدا لێی سەرکەوتون بۆ نموونە: لە کاری بازرگانی، وەرزش، بابەتی ئابووری، پەیوەنییە مرۆیی و کۆمەڵایەتییەکان، هاوشێوەی ئەوانە بنووسنەوە.
- ئەم تایبەتمەندییانە بنووسنەوە کە دەبێ بۆ ئەوەی بە ئامانج بگەن

چ جۆرە کەسێتییەک بن؟

ئایا پێویستی زیاترتان بە ڕێک و پێکی و ڕێکخستن هەیە، یان پێویستە فێر بکرێن، ئایا دەبێ کاتی خۆتان بە باشی ڕێک بخەن؟
- پاشان لە چەند پەرەگرافێکدا ئەوە ڕاڤە بکەن، ئەو ئاستەنگانە چین بۆ ئەو کارانە لەبەر دەستتان زەق دەبنەوە، بیاننووسنەوە، یەک لە ڕێگە هەرە باشەکان بۆ زاڵبوون بە سەر سنوور و ئاستەنگەکان کە هەرخۆتان بۆ خۆتان بە دیتان هێناون، ناسینی وردی ئاستەنگەکانە، دەبێ خۆمان خاڵی بکەین لەو گرفت و ئاستەنگانەی لە خۆماندا هەن، ئایا توانای بەرنامە ڕێژیتان هەیە؟ ئایا نەخشەکان دەکێشیت و ناتوانی بیانکەیتە کردار؟ ئێستا دەزانین چیمان دەوێت؟ لەبەرچیمان دەوێت؟ چ کەس و شتێ هاوکارمان دەبیت؟

هەرچوار ئامانجەکە وەک کلیل وان، بخەنەوە بیرتان و بۆ هەر یەکێکیشیان لە دەست پێکدا هەنگاوەکان بە پێی بەرنامەیەک پێ بە پێ ڕێک بخەن، پرسیاریش لە خۆتان بکەن یەکەم هەنگاو چییە کە دەبێ بیهاوێژم؟ یان چ هۆکارێک وا دەکات نەهێڵێ ئەم هەنگاوە هەڵگرم؟ چۆن دەبێ ئەم گرفتانەی لە سەر یەکەم هەنگاوی منن لایانبەرم؟ نەخشەیەک کە دەیکێشن دەبێ بە شێوەیەک بێ کە هەر ئەمڕۆ هەنگاوی بۆ بهاوێژی.
- نموونەکان بدۆزنەوە، ناوی سێ تا پێنج کەس لەو کەسانە بنووسن

کـە لەگەڵیانـدا ڕووبـەڕوو بوونەتـەوە و بـە سـەرکەوتن گەیشـتوون و سـەرکەوتنەکانیان مەبەسـتی ئێوەشـن، بـە چەنـد وشـەیەکیش ڕەفتـار و تایبەتمەندییەکانیـان دیـاری بکـەن کـە بـوون بـە هـۆی سـەرکەوتنەکانیان، پاش ئەنجامدانـی ئـەم کارە چاوەکانتـان دابخـەن و پاشـان وا بیـر بکەنـەوە کـە هـەر یەکێـک لـەو کەسـانە دەیانەوێت پەندێکتـان پێبڵێـن کـە هەڵگـری ڕێوشـوێنی چۆنایەتـی بـە ئامانـج گەیشـتنتانە، ئەگـەر ئـەو کەسـانە ڕاسـتەو خـۆ قسـەیان لـە گەڵتانـدا بکردایـە چییـان بـە ئێـوە دەگـوت؟

- بوونی ئامانجی جۆراو جۆر باشـە، بەڵام لەمە باشـتر ئەوەیە کە دەرک بە ئامانجەکانتـان بکـەن، لـە بیـری ئێوەدا خاوەنـی چ چلۆنایەتییەکن و چ مانایـەک دەبەخشـن؟ ئێسـتا ڕۆژێکـی بـاش و خـۆش و خەیاڵـی لـە بیری خۆتاندا بەرجەسـتە بکـەن، لـە ڕۆژێکی وادا چ کەسـانێک لـە دەور و بەرتانـن؟ چ کارێـک ئەنجام دەدەن؟ ئـەو ڕۆژە چـۆن دەسـت پێـدەکات و بـۆ کام شـوێن دەڕۆن؟ وردە کارییەکانـی ئـەو ڕۆژە لەسـەر کاغـەز بنووسـنەوە.
- سـەرەنجام ژینگەیەکـی ژیانـی تـەواو لـە زەینتانـدا بسـازێنن، دەخـوازم سـەرنج بدەنـە چۆنیەتـی جێگـە و شـوێن وپێـی پشـتراست بـن، زەین و خەیاڵەکانتـان ئـازاد بکـەن و سـەرجەم خواسـتەکانتان لەبیـر بگـرن و سـنورێک وەک ئاسـتەنگ لەبـەر دەمتـان مەناسـن، هاوشـێوەی ژیانـی سـوڵتانێک بەرجەسـتە بکـەن.

چـۆن ئامانـج دەپێکـی لـە کاتێکـدا تـۆ تفەنـگ دەتەقێنـی و ئامانجەکـەش نابینی؟ سـەرکەوتووەکان دەزانن هەر سـەرکەوتنێک بەرهەمی بەشـێک لە تێکۆشـان و چالاکی ئەنجامدانـە، دیاریکردنی ئامانج و دەسـتکەوتەکانیش پێویسـتی بـە تێکۆشـان هەیـە، پیاوێک بە ناوی (**عەدنان محمد خاشـوقچی**) هەبـوو زۆر کـەس بـە دەوڵەمەندتریـن پیـاوی جیهانـی دەزانـی، چـۆن

بەم سەروەت و سامانە گەیشت؟ زۆر بە ئاسانی، نمونەی کەسانی وەک (راکفلەر فۆرگانی) کردە سەر مەشق، چاوی لە دەوڵەمەندە بەرزەکان کرد، سەرەتا هەرچی لەسەریان نووسرابوو خوێندیەوە، لە بیر و ڕاکانی کۆڵییەوە، پەیڕەوی شێوە ژیانی ئەوانی کرد، لە هەلو مەرجێکدا کە مرۆڤ با وەڕی نەدەکرد بە باوەڕ و بەردەوام بوون و متمانەیەکی بەرزەوە گەیشتە ئامانجەکەی.

خۆتان بەرنامە و ئامانج بۆ خۆتان دابڕێژن:

(**ئەنتۆنی ڕابینز**) دەڵێ: (جان گریندەر) فێری کردم کە باوەڕێک بە تەنها لە سەدا سەد نە کەنە پێوەر، دەنا ڕۆژێک بابەتێک دێتە بەردەممان کە لەگەڵ ئەم باوەڕە یەکناگرێتەوە، (بەرنامە ڕێژی عەسەبی) ئامرازێکی بە هێزە لە ڕێگەیەوە چۆنییەتی وەرگرتنی ئامانج و تێڕوانینی بەرجەستە بکەی، نموونە گەرایی شتێکی تازە نییە، نموونەگەرایی واتە شوێنکەوتەی سەرکەوتووان، هەر منداڵێک لە جیهاندا بە پەیڕەو کردن لە نموونەگەرایی دێتە سەر شانۆی ژیان. ئەگەر کەسێک کارێکی بەرزی ئەنجامدا دەستبەجێ بیرتان بۆ ئەوە بچێت (چۆن بەو ئەنجامە گەیشت)؟

خوازیارم هەمیشە بە دوای خۆشبەختیدا بڕۆن ز

(**ئەدمۆن سپێنەر**) دەڵێ:

(شادومانی یان خەمناکی، خۆشبەختی یان چەرمەسەری، سامانداری یان هەژاری، بەرهەمی زەینی خۆمانە)

ژیان وەک ڕووبارە لە ڕۆیشتن ناکەوێت، ئەگەر ڕێگەیەکی بۆ دیاری نەکەن گرفتاری شەپۆلەکانی دەبن، ئەگەر (تۆی) فکری و جەستەییەکانی گونجاو بۆ ئامانجەکانتان لە زەوی ژیانتاندا نەچێنن، تیایدا ئەو ڕوەکانە دەڕوێن کە سوودمان پێناگەیەنن، ئەگەر زەین و ڕوحیەتمان ڕێک نەخەین، دوور نییە دەور و بەرمان ڕوحیەتێکی نا پەسندمان

تێدا ڕێکبخات و ئەنجامەکانیش باش نەبن، کەسانی سەرکەوتوو، بە تواناترین بەڕێوەبەران، ڕاهێنەرانی وەرزشی، بە شێوەیەک ڕوحیەتی خۆیان و کەسانی تر بە هێز دەکەن کە دەبێتە هۆی تێکۆشان وهەوڵدانی بەردەوام لە پێناو گەیشتن بە ئامانج، لە وانەیە ناوی (میل فیشەر) تان گوێ لێ بوبێ، بە مەبەستی دۆزینەوەی خەزێنە ١٧ساڵ لە ژێر دەریا خەریکی پشکنین بوو، سەرەنجام شمشی زێترو زیوی بە بەهای(٤٠٠) ملیۆن دۆلاری دۆزییەوە، لە هاوکارەکانیان پرسی بوو: هێزی واز نەهێنانتان چی بوو؟ چۆن بێهیوا و دڵسارد نەبوونەوە و ئەم کارەتان درێژە پێدا، لە وەڵامدا گوتیان (میل فیشەر) دەیتوانی لە هەموو کەسەکاندا ورە و دڵگەرمی دروست بکات، فیشەر ڕۆژانە بە هاوڕێکانی دەگوت: ئەمڕۆ ڕۆژی ئەنجامە، لە کۆتایی ڕۆژەکەش دەیگوتەوە: بەیانی ڕۆژی ئەنجام دەبێت، ڕۆژانە ڕوحییەت و ورەی دەدایە ئێمە و خۆی، تاکو درێژە بە کارەکەمان بدەین، دوا جار سەرکەوتنی ئەم پیاوە یەک لە نموونەکانی (فۆرمۆلەی سەرکەوتنی کۆتاییە)، ئامانجەکەی خۆی دەزانی، دەستی بە کار کرد، لە ڕێگەی ڕاستەوە چوو، ئەگەرکاریگەر نەبوایە ڕێگەی تازەی دەدۆزییەوە، دوا جار سەرکەوت..

(سەرکەوتووەکان باوەڕیان بە تێکۆشانی نەپساوە هەیە)، پێیان وایە تێکۆشان هاوڕێی هەموو سەرکەوتنێکە، دەستکەوتی گەورە بە بێ هەوڵدانی بێ پسانەوە بە دەست نایەت، ئەوانەی لە بوارێکدا سەرکەوتون ئەوانە لە کەسانی دیکە باشتر، بە هێزتر، بە هۆشتر، خێراتر، نەبوون، بەڵام هێزی تێکۆشانی زیاتریان هەبووە.

(ئانا باڤلۆڤا) سەماکەری ڕووسی گوتبووی: (نهێنی سەرکەوتن لە ڕۆیشتنی بێ ڕاوەستاندایە بە دوای ئامانج)

ئامانج بناسن، شێوازی سەرکەوتنتان نموونەگەری بکەن، دەست بە

کردار بکەن، جلەوی کارەکان بکەن و بزانن بە چ ئەنجامێک گەیشتوون، شێوازەکانی کار بە بەردەوامی چاکبکەنەوە تاکو بە ئامانج دەگەن، کەسی خاوەن ورە و متمانە و ئامانجی بەرز دەڵێ: (بڕیارمداوە بە هەر نرخێک بێت سەربکەوم)، کە دەڵێ بە هەر نرخێک بێت زۆر گرنگە، ئەوە سەرکەوتووەکانن دەیانەوێت بە هەر نرخێک بێت سەربکەون، ئەوەش ئەو تایبەتمەندیانەیە کە ئەوان لە کەسانی دیکە جیا دەکاتەوە، هەنگاوی یەکەمی سەرکەوتن لەوەوە دەست پێدەکات هەبووەکانمان بهێنینە بەرچاو و لە بوونی بەهرە و دەستکەوتەکان بۆ گەیشتن بە ئامانجی گەورەتر سوود وەربگرین، لە هەر کاتێک و بۆهەر یەکەمان کۆمەڵە توانایەک ئامادەن بۆ باشتر کردنی ژیانمان و بۆ گەیشتن بە ئاواتە بەرزەکانمان، دەبێ لەمڕۆوە هەنگاو بهاوێژین تا بکەوینە سەر شا ڕێگەی سەرکەوتن.

(**شکسپیر**) دەڵێ: (ڕەوانترین زمان کردارە)، بۆیە هەر لەمڕۆوە بە زمانی ڕەوان و کرداری دەست پێبکە تا بە ئەنجامی ڕوونتر بگەیت، (بۆ مرۆڤی ژیرو تێگەیشتووهەموو ڕۆژێک سەرەتای ژیانێکی تازەیە) ئەم ڕستەیەم لە ڕۆژنامەیەک خوێندەوە و لێم کردەوە و خستمە گیرفانم، لەمەوە ئەو هونەرە فێربووم کە دوێنێ لە بیر بکەم، بۆداهاتوو نیگەران نەبم و هەموو بەیانییەک کە ڕۆژ دەبێتەوە بە خۆم بڵێم:

(ئەمڕۆ ڕۆژێکی تازە دەست پێدەکات)، بەم شێوەیە دەتوانی زاڵبی بە سەر ترس و تەنیایی و نیگەرانی، ئەمڕۆ بە گوڕ و تینێک و شەوقێکی ترەوە ژیانێکی خۆش بەڕێبکە، بەم جۆرە لە کارەکانت سەرکەوتوو دەبی و دڵنیا بە کە هەرگیز پێشهاتەکانی ژیان ناتترسێنێ و ڕێگەش بە نیگەرانی مەدە، هیچ باکێکت بە داهاتوو نەبێ، ڕازیبە بە هەرشێوەیەک بێت بۆ تەنها ڕۆژێک ژیان بەسەر بەرە، چونکە بۆ

مرۆڤی ژیر و هوشیار هەموو ڕۆژێک سەرەتای ژیانێکی تازەیە.
خۆشبەخت کێیە)؟ (ئەو کەسەیە کە ئەمڕۆ بە ڕۆژی خۆی بزانێت و بە خەیاڵێکی ئاسوودەوە هاوار بکات: (ئای سبەی، ئای سبەی، هەر چیت لە دەست دێ بیکە، دریخی مەکە، چونکە من ئەمڕۆم بە سەر برد)، ئەم هۆنراوەیە بەر لە دایک بوونی (**عیسا**) بە ٣٠ساڵ بە پێنووسی شاعیری ناوداری ڕۆمی (**هۆراس**) نووسراوە، یەکێک لە ئارەزووە کانی مرۆڤ ئەوەیە ناڕازین لە ئێستا و چاویان لە داهاتوویەکی نادیارە.

وەرن با گوێ بیستی وتەکانی (**لیکۆک**) بین: (سووڕی ژیان چەندە کورت و چەند سەرسوڕهێنەرە، مناڵ لە چاوەڕوانی گەورەبووندایە، کوڕی لاو ئارەزووی هەراش بوونە، ئەوەی کە هەراش بووە بە تەمای هاوسەرگیرییە، هەندێک هێشتا نازانن چ قۆناغێکیان لە پێش دایە.
(**هاری ئامرسۆن**) لە کتێبێکدا بە ناوی (توانای بە دیکردنی ڕاستی) دەڵێت:

- هەڵکردنی باکانی باکوورە کە دەبێتە هۆی جولەی کەشتییەکان.
- دەست لە هەوڵ و تێکۆشان هەڵمەگرە، لەبەر دوو هۆکارە کە هەرگیز ئەنجامی هەوڵدان سلبی نییە:

هۆکاری یەکەم: ئەگەری سەرکەوتن هەمیشە بوونی هەیە، کۆتایی نا ئومێدیەکان ئومێدە، کۆتایی شەوە تاریکەکان ڕۆژی ڕووناکە.
هۆکاری دووەم: ئەگەر هەوڵمانداو سەرکەوتوونەبووین، بە لایەنی کەم هیچ نەبێ لە ئەنجامی هەوڵەکانماندا سلبیاتەکانمان دەناسین و ئەگەری ڕووبەڕوو بوونەوەمان لەگەل سلبیاتێکی تر لە ناو بردووە. پەندێکی چینی دەڵێت: (هەمیشە بۆنی عەتر بە دەستی کەسێک دەمێنێتەوە کە گوڵێک پێشکەشی ئێمە دەکات)

نەرێتەکانی بە دیهێنانی ئامانج

کارێکت لە بەر دەستە و دەتەوێت بۆ هەمیشە کۆتایی پێ بێنیت، بەڵام وا دەر دەکەوێت هیچ پێشکەوتنێکی تێدا بەدی ناهێنیت، هەمیشە ملیۆنەها مرۆڤ هەن کە چەندان بیرۆکەیان هەیە، بەڵام وا دیارە جگە لەوەی ناتوانن تەواویان بکەن، لە بنەرەتدا لە جێبەجێکردنیاندا دەست بە کار نابن، ئەوەی لێرەدا پێویستە تەنها نەریتێکی سادەی ڕۆژانەیە، بۆ ئەوەی بە لایەنی کەم ڕۆژانە هەنگاوێک لەو ئامانجە نزیک ببیتەوە، هەر ئەوەندەی بکەویتە سەر ڕێڕەوەکە، بەرەو ئامانجەکە دەڕۆیت و تا ئاستێکی باش پەرۆشیت زیاتر دەبێت و دە توانیت ئاسانکاری زیاتر لە سەر بە دیهێنانی ئەو ئامانجە بکەیت.

لەبەرەو پێش نەچوونت لە بە دیهێنانی ئامانجەکەتدا دوو هۆکاری گرنگ هەیە:

١- هەستێکی نالەبارت بۆ کارکردن لەسەر ئەو ئامانجە لا دروست دەبێت، دەڵێی: ئەگەر ئەو ئامانجە بەدی بێنم جیاواز دەبێت و دەبێ بەرەو شارێکی تر بگوازمەوە، لەوانەیە هاوڕێکانم گاڵتەم پێبکەن،

٢- خشتەیەکی ڕۆژانەت بۆ کار کردن لە سەر ئەو ئامانجە ئامادە نەکردووە، بۆیە بەو کارانە خەریک دەبیت کە ڕۆژانە دێنە پێشت، ئینجا لە ناکاو هەست دەکەیت مانگێکی تر بەسەر چووە بێ ئەوەی هیچ هەنگاوێکت بەرەو ئامانجەکە نا بێت.

نەریتەکانی بە دەست هێنانی ئامانج

- ڕۆژانە سێ جار بێنە بەر چاوی خۆت کە ئامانجەکەت بەدیهاتووە.

لە شوێنێکی بەرچاو تۆماری بکە بۆ ئەوەی لە یادی نەکەیت.

ئامانجەکەت بۆ چەند هەنگاوێکی بچوکتر دابەش بکە.

بۆ هەر هەنگاوێک کاتێکی کۆتایی دەست نیشان بکە.

هەمووبەیانییەک پێش چوونە سەر کار لیستی ئامانجەکەت دیاری بکە.

لە خشتەی کاری ڕۆژانەدا کاتێک تەرخان بکە بۆ ئەوەی کار لە سەر ئامانجەکەت بکەیت.

پێویستە ئامانجەکەت بە گرنگ بزانیت و بە هیچ شێوەیەک ئەو کاتە فەرامۆش نەکەیت کە بۆ بەدیهێنانی تەرخانت کردووە، پێویست ناکات چەندین کاتژمێر کار لە سەر ئەو ئامانجە بکەیت، تەرخان کردنی نیو کاتژمێر ڕۆژانە کاریگەری خۆی دەبێت، بەڵام دڵنیا بە کە ئەو کاتە دەستنیشان کراوە پشت گوێ نەخەیت، تێبینی دەکەیت چۆن بەرەو پێشەوە دەرۆیت، پێویستە کارەکانت لە هەمان کاتدا ئەنجام بدەیت و بە دەور و بەرەکەت بڵێی کە ئەو نەریتە بۆ تۆ زۆر گرنگە و ناکرێت بیگۆڕیت و دەستکاری بکەیت.

پێویستە بەردەوام ئاوڕ لە ئامانجەکانتان بدەنەوە و لە کاتی پێویستدا هەڵسەنگاندنێکیان بۆ بکەن و لە هەموو ئەمانە گرنگتر بیریان لێبکەنەوە.

- ئامانجەکان ئاراستەو مەبەستمان پێدەدەن ئامانجەکان مانای ژیانمان پێدەبەخشن،
- ئامانجەکان ناچارمان دەکەن بجولێینە ئایا مانجەکان دەبنە هۆی ئەوەی ژیان جوانتر بێت
- ئامانجەکان ژیان جوانتر دەکەن.

(**دینیس ویتلی**) دەڵێت: ڕاستییەکەی هیچ شتێک لە سەر ڕووی زەوی ناتوانێت ڕێ لە کەسێک بگرێت کە ڕوانینی پۆزەتیف و ئامانجی دەست نیشان کراوی هەیە.

(کات ژیانە و ژیانیش بە نرخترە لە جەوهەری کانزاکان)

بۆ بەردەوام بوون لەسەر بەدیهێنانی ئامانجەکانت و سەرکەوتنت

دەبێ کات لات زۆر گرنگ بێت، زێڕ، پارە، قەرەبوو دەکرێنەوە بەڵام کات هەرگیز ناگەڕێتەوە، ئەو چرکەیەی لێت دەڕوات هیچ ئومێدێکی گەڕانەوەی نییە هەتا ڕۆژی قیامەت، زێڕ دەکڕێتەوە بەڵام کات ناکڕێتەوە.

بۆ سەرکەوتن هەردەم ئیجابیانە بیربکەرەوە هەردەم سەرکەوتن بۆ خۆت دابنێ، بیر لە شکست و دۆڕان مەکەوە،

حەزێکی ئاگرین: حەزی ئاگرین (**هیلیری ئەدمۆن**) ی خستە ئەوجەربەزەیی و بوێری و چاونەترسییەوە کە ترسناکترین بوێری لە ژیانیدا بە ئەنجام گەیاند ئەویش خلیسکان بوو بۆ سەر شاخی (ئیڤەریست) بەرزترین لوتکەی جیهان لە چیای هیمالایا، خەونی گەورەی ئەوە بوو ببێتە یەکەمین پیاوی جیهان و بەسەر بەرزترین شاخی جیهان خلیسکێنە بکات، کە بەرزاییەکەی ٢٩ هەزار پێیە، لە ساڵی ١٩٥٢ هەوڵێکی زۆری بۆ خستەگەڕ بەڵام کەوت و بە سەختی بریندار بوو، بۆ ماوەی مانگێک لە ژێر چاودێری چڕو پڕدا بوو، کاتی دەرچوونی لە نەخۆشخانە لێدوانێکی بۆ ئامادەبووان دا و مایکرۆفۆنەکەی گرتە دەستی چەپی و گۆچانەکەی خستە دەستی ڕاستی بە وردی لە وێنەکانی شاخی ئیڤەریستی ڕوانی و گوتی: شاخی ئیڤەریست جاری یەکەم تۆ منت بەزاند، بەڵام بەم زوانە هەر من بەسەرتدا سەردەکەوم، ساڵی ١٩٥٣(هیلیری ئەدمۆن) سەرکەوت بەسەر بەرزترین و گەورەترین شاخی جیهان، خەون و ئامانجەکەی هێنایە دی و ئاژانسەکانی هەواڵی جیهانی هەژاند و لە کۆنگرەیەکی ڕۆژنامەوانیدا گوتی: تاکە شتێک کە لەوانە بوو ڕێگرم بێت لە هێنانەدی ئامانجەکەم تەنها مردن بوو، ئەمەش ئەو حەزە ئاگرینەیە کە باسیدەکەین.

ئێستا با پرسیارێکت لێ بکەم: چ ئاواتێکت هەیە دەتەوێ لە ژیانتا بێتە دی؟ ئەگەر دەتەوێ بەڕاستی بێتە دی لێگەڕێ با بە خوێنتدا هاتووچۆ بکات، بەردەوام بیری لێ بکەرەوە، نەخشەی بۆ دابنێ،

بەردەوام بە لە هەوڵەکانت سارد مەبەوە فەرامۆشی مەکە.
- ئایا بڕیارت داوە بەرپرسیارێتی ژیانت وەربگریت؟
- ئایا بڕیاری ئەوەت داوە بەرپرسی بیرکردنەوەت بیت، بیرکردنەوەی سلبی بگۆری بۆ ئیجابی؟
- دەزانیت تۆ بەرپرسیاریت لە تەرکیزەکەت و جۆری هەستەکانت؟
- دەزانیت تەنها خودی تۆیە وەبەرهێنی ئەو ئەنجامەیە کە بۆت وەبەردێت نەک بارودۆخ و فاکتەرە دەرەکیەکان؟
- ئایا بڕیاری ئەوەت داوە بچیتە ژێر بەرپرسیارێتی تەواو و دوورە پەرێز بیت لە سێ دەردە کوشندەکەی، لۆمە، ڕەخنە، بەراورد؟ تەنها خودی تۆیە چارەنووس هەڵدەبژێرێت.
- ئایا بڕیاری ئەوەت داوە تواناکانت بە کرداری بەکاربێنیت و بچیتە ژێر باری هەر ئەنجامێکی وەبەرهاتوو؟

هەرچەند ژیانت پڕبێت لە نەهامەتی، بەڵام لەگەڵ چونە ژێرباری بەر پرسیارێتیەکانی ژیانت هەموو بیر و هۆش و توانات لە پێناو هێنانەدی ئامانجەکەتدا سەرقاڵ دەبن، بەمەش دەبیتە کەسێکی دەرون هاوسەنگ، بۆیە هەر ئێستا لەگەڵ مندا بڕیار بدە و بچۆرە ژێر بەرپرسیارەتیەوە، با ئێستا لێت بپرسم:

ئایا بەهای خۆت ئەزانیت؟ ئایا ئەزانیت کە پەروەردگار بە جوانترین شێوەی تۆی نەخشاندوە و هەموو گەردوونی بۆ دەستەبەر کردوویت؟

ئایا ئەزانیت توانایەکی لە ڕادەبەدەرت هەیە و ئەقڵت ١٥٠ ملیار ئەقڵی لەخۆگرتووە و خێراترە لە خێرای ڕووناکی و توانای هەڵگرتنی دوو ملیون زانیاری هەیە لە یەک چرکەدا؟

هەست کردنت بە تواناکانت و بەکاربردنیان بە ئیجابی ژیانت دەگۆڕنە کامەرانی، بۆیە پەی بەرە بەوەی بیری لێدەکەیتەوە و لە بەرژەوەندی

خۆت بەکاری بێنە.
(گۆڕانکاری ڕاستەقینە لە بیرکردنەوەی ڕاستەقینە سەرچاوە دەگرێت)

گەشەی مرۆیی:

گەشەی مرۆیی یەکێکە لە بابەتە بنەڕەتیەکانی دواکاری کۆمپانیا و دامەزراوەکانی ئەمرۆ کە داوا لە فەرمانبەرەکانی ئەکات، لەوانەیە فەرمانبەرێک خاوەنی بڕوانامەیەکی بەرز بێت لە زانکۆیەکی جیهانیدا بەڵام نەتوانێ وەک پێویست مامەڵە لەگەڵ خەڵکیدا بکات، ئەمەش دەبێتە هۆی دەرکردنی لە کارەکەی،
کۆمەڵێک هۆکار هەن بۆ بەکاربردنی گەشەی مرۆیی:

١- **خوێندنەوە:** گەشەی مرۆیی دەوڵەمەندە بە پەڕتووکی تایبەت لە هەموو بوارەکاندا، ئەگەر لە بیرکردنەوەی ئیجابیدا بێت، یان بە هێزکردنی بیر، یان تەرکیز، یان زاڵبوون بەسەر هەستە سلبیەکاندا و بەهێزکردنی ڕێژەی بەهای خۆیی و متمانە بەخۆبوون، لە هەموو بوارەکاندا بخوێنەوە لە بواری خۆتدا یا بوارەکانی تر،
٢ــ **کاسێتەکانی گوێگرتن:** گەر گوێگرتنت پێ باشترە لە خوێندنەوە وەک هەندێ کەس، ئەوا گوێڕایەڵی ئەو کاسێتانە بە لە بواری گەشە پێدانی مرۆیی، شوێنی گونجاویش ناو ماشێنەکەت وەک زانکۆیەکی گەڕۆکە بۆت.
٣- **کاسێتی بینین:** گەر سەیری نوسەرێک یا ڕاهێنەرێک بکەیت وا دەزانی بە ڕاستی لە گەڵیدایت، ئەو کەسانەی ژیانیان بەمجۆرە بەسەر دەبەن باشترە لە خوێندنەوە و گوێگرتن.
٤ــ **کۆڕوکۆبوونەوە:** دەکرێت لە کۆڕە جەماوەرییەکاندا بەشداری

بکەیت و تێکەڵاوی لەگەڵ ئەو کەسانە بکەیت کە گرنگی بە گەشەی مرۆیی دەدەن، (**ئیبراهیم فەقێ**) دەڵێ: (من خودی خۆم لە هەفتەیەکدا پێنج پەڕتووک دەخوێنمەوە و گوێ لە پێنج کاسێتی دەنگی دەگرم چ لە ناو ماشێن بێت یا لە ناو فڕۆکە لە کاتی سەفە ڕ کردنمدا، بەلای کەمەوە سەیری دوو کاسێتی ڤیدیۆیی دەکەم و دەچمە خولەکان و سیمیناریشم هەن)

٥- **بەرنامە مەشقییەکان:** ئەگەر بتەوێ سوودی زیاتر وەربگریت ئەوا بەرنامەکانی مەشق و ڕاهێنان زۆر گونجاون چونکە کاتەکانیان درێژ خایەنە، لەوانەیە ڕۆژێکی تەواوی پێ بچێت یان دوو ڕۆژ، باسەکانیش زۆر چڕو پڕن،

٦ **خولە بەتینەکان:** دوای ئەوەی بۆت دەرکەوت دەتەوێ زۆرترین سوود مەند بیت، ئەوە خولە چڕو پڕەکان باشترین شێوەن بۆت لەوانەیە پێنج ڕۆژ بخایەنن، ئەوەش دەرفەتێکە بۆ خۆ دەوڵەمەند کردن لە بواری خۆت.

دەنگە دەنگ و ژاوە ژاو لە هەموو کونجێکی ژیانمان هەیە، ئەو ژاوە ژاوەش دووجۆرن:

١- ژاوەژاوی دەرەکی: جیهانی دەرەوەی خۆمان پڕە لە دەنگی تەلەفۆن و ئاوازی مۆبایلی بێزارکەرو جۆرەها ئاژەل و ماشێن و ماتۆڕو مۆسیقا، کە هەندێ کەس ئەڵێی بۆ کەڕی لێدەدەن، دەنگ و هاواری خەڵک و هاوارکردنی بەققاڵ و هەواڵە سلبیەکانی دەزگاکانی ڕاگەیاندن کە دەبنە هۆی بێزارکردنی خەڵک، بۆیە هەمیشە مێشکو دەمارەکان لە حالەتی ماندووبوون وگرژبووندان.

٢- ژاوە ژاوی ناوەکی: مرۆڤ لە ڕۆژێکدا پێشوازی دەکات لە ٦٠ هەزار بیرۆکە، بێنە پێش چاوی خۆت ژاوە ژاوێکی بە تین لە ناخماندا دێت و دەچێت، زیاتر لەمەش لەگەڵ(خۆدوان) لە ناخەوە

به هەموو جۆرەکانی ویڕای ئەمەش ڕەخنە لە خۆگرتن لە ناخەوە هەست دەکەین لە خەڵکی (کەمترین)، لەگەڵ هەستکردن بە ترس و نائارامی، گەر سەیرێکی سروشت بکەین هەموو شتێک بۆ خۆی دەدویێ وگەشە دەکات بەبێ دەنگی.

- خۆر لە بێدەنگیدا هەڵدێت و لە بێدەنگیدا ئاوا دەبێت.
- مانگ لە بێدەنگیدا دەردەکەوێت و لە بێدەنگیدا خۆی حەشار دەدات، هەروەها دار و درەخت و گوڵ ز
- مێرووله لە بێدەنگییەکی چڕدا کاردەکات، جاڵجاڵۆکە لە بێدەنگییەکی تەواو دا ماڵ دروست دەکات.

بۆیە دەڵێن: بێدەنگی وخامۆشی لە بیرکردنەوەی ڕۆژانە بەشێکە لە ژیانت.

- بێدەنگی تواناکانت بە هێز دەکات و دەتکاتە بیرمەند و داهێنەر.
- بێدەنگی ماندووبوون کەمدەکاتەوە و یارمەتیت دەدات لە تووشبوون بە نەخۆشییە کان.
- بێدەنگی دەتگەیەنێتە ئارامی ناوەکی و بەهێزی هەست و سۆز.
- بێدەنگی یارمەتیت دەدات لە دۆزینەوەی ڕێگە چارەی کێشە قورسەکان.

بێدەنگی دەتگەیەنێتە باشترین بارودۆخی دەرونی و ئارامی زەین و جەستە.

- بێدەنگی دەتگەیەنێتە ئەوەی زیاتر بیر لە دەسەڵاتی پەروەردگار بکەیتەوە.

لەمڕۆوە دەستبە کار بە ئەگەر بۆ پێنج خولەکیش بوو، پاشان کەهەستت بە چێژ کرد زیاتری بکە،
پەی بە زانیارییەکانی خۆت ببە، تواناکانت بە کار بێنە، وشەی (ناتوانم) لە مێشکتدا بسڕەوە، سەردەکەوی،

لاوێکی مەغربی بە ناوی (**عـادل**) لـە زانکۆ بوو پێویستی بە کۆمپیۆتەر بـوو، دەچـووە سـەنتەری کافـیێ نێـت بـۆ فێربـوون، پاشـان داوای لـە هەندێک قوتابی کرد هاوکاری بکەن، ئەوانیش هاوکارییانکرد و ئێستا خاوەنی مەڵبەندێکی فێرکاری کۆمپیوتـەرە، پاشان هات بۆ چاوپێکەوتنم پێـی وتـم: دەمـەوێ ببمـە ڕاهێنـەری گەشـە پێدانـی مرۆیـی، بـە ڕاسـتی کەسێکی سـەرکەوتوو بـوو ئێسـتا یاریدەدەری خـودی خۆمـە.
(بڕوا بە خۆت بکە، ئامانجەکەت دیاری بکە، بەرەو باشتر هەنگاوەکانت هەڵگرە، متمانـەت بـە خـودا و بـە خۆت هەبێت سـەردەکەوی)
ـ کوڕێکـی ژاپۆنـی، دەسـتی ڕاسـتی لـە ڕووداوێکدا لـە چوارسـاڵی لـە دەسـت دابـوو، باوکـی بردبـووی بـۆ یەکێـک لـە پەرسـتگاکانی چیـن و بـە یەکێـک لـە پسـپۆڕەکانی چینـی وتبـوو: مـن ئامـادەم هەرچییەکـت بـوێ دەتدەمـێ بـە مەرجـێ کوڕەکـەم بخەیتـە ژێـر چاودێـری خـۆت، ڕاهێنەرەکـە پێـی گـوت: کورەکـەم حـەزت لـە چ یارییەکـە؟ کوڕەکـە (جـۆدۆ)، بـەڵام جـۆدۆ پێویسـتی بـە دوو دەسـت هەیـە، منیـش یـەک دەسـتم هەیـە، ڕاهێنەرەکـە وتـی: ئەزانـم پێویستی بە دوو دەسـتە بـەڵام مـن ڕێگایەکت فێر دەکـەم پێی دەوترێت (بابانیاک)، بـەڵام دەبێت تۆ بە چاکی بیگریت، پـاش ماوەیـەک کوڕەکـە زۆر بلیمـەت بـوو لـە بابانیـاک، دوای دوو سـاڵ ڕاهێنەرەکـە بـە کوڕەکـەی گـوت: حـەز دەکـەی بچیتـە پاڵەوانییـەکان؟ کـوڕە کـە وتـی: چـۆن دەتوانـم بـە دەسـتێک ئـەم کارە بکـەم؟ ڕاهێنەرەکـە وتـی: تاقـی بکـەرەوە، ترسـت نەبێـت، کوڕەکـە لـە یارییەکاندا دابەزی و لـە زۆرێـک لـە پاڵەوانەکانـی بـردەوە. ڕاهێنەرەکـە پێـی وت: دەبـێ بـەردەوام بیت، لـەوە بـە دواوە لـە هەمـوو یارییەکانـدا سـەرکەوتنی بـە دەسـت هێنـا.
(**سـکاولی شـین**) دەڵـێ: (هیـچ مرۆڤێـک نادۆڕێـت ئەگـەر مرۆڤێکـی تـر ئـەوی بـە سـەرکەوتوو دابنـێ)

وریا بە لە (من) ی سلبی، هەرگیز مەڵێ من دۆڕاوم، من مات و مەلولم، من بیرکردنەوەم لاوازە، چونکە ناتباتە ناو بیرکردنەوەی ئیجابی.

لە ڕابردوو مەژی ئایا قایلیت لەگەڵ شوفێرێک سوار بیت سەیری دواوە بکات و سەیارە لێبخوڕیت؟ بە دڵنیاییەوە نەخێر، چونکە خۆ دەکێشێت بە شتێکدا و تووشی کارەسات دەبێت، بەو جۆرەش سەیری ڕابردوو کردن و بۆ دواوە گەڕانەوە هەستی ماتی و مەلولیت تێدا دەبزوێنێت، چونکە لە ڕابردوودا سەرکەوتن نابینیەوە تەنها لە ئەزموونی ڕابردوو پەند وەردەگری.

ژاپۆنییەکان لە سەر چوار وشە دەژین، لە وانەیە ئەمە گرنگ ترین کاریگەری بێت لە پێشکەوتنیان لە کارو لە پیشەسازیدا:

١ بەیانیت باش، چۆنیت، ئەمە لایەنی ئەخلاقییە.

٢. سوپاس، ئاراستە کردنی ستایش دووبارە ئەمەش بەهای ئەخلاقییە.

٣. چاکی بەردەوام، ئەمڕۆت با لە دوێنێ باشتر بێت، سبەینێت با لە ئەمڕۆ باشتر بێت.

٤. نەرم ونیانی، بەم ڕەوشتە دەتوانیت خەڵکی فێر بکەیت و ڕێگەی چەوتی بۆ ڕاست بکەیتەوە.

یەکێک لە کۆمپانیاکان، خاوەنەکەی بەر لەوەی کارمەندێک دامەزرێنێت نانخواردنێکی بۆ ساز دەکات، داوای هێلکەی بۆ دەکات، ئەگەر هاتوو ئەو کەسە خوێی کرد بە هێلکەوە ئەوە ڕەفزی دەداتێ ودانامەزرێنێت، چونکە ئەو کەسە تامی هێلکەی نەکردو تاقی نەکردۆتەوە، ئەمەش لای خاوەنی کۆمپانیاکە ئەوە دەگەیەنێت گەر کاری پێ بسپێردرێت بەبێ تاقیکردنەوە ئەنجامی دەدات، ئەمەش بە ئاسانی مانای نەرم و نیانیمان ئەدات بە دەستەوە.

ـ **نەخشە و بەها:** لە یەکێک لە بەڕێوبەرە گەورەکانم پرسی: ئایا

ئـەو ئامانجانـەی ئەتـەوێ بێنـە دی نوسـیوتن؟
ئەزانی چۆن دێنە دی و زاڵبیت بە سەر کارەسات و پێشهاتەکانیدا؟
وەڵامی دامەوە وتی: تا ئێستا شتی وام نەکردووە.
کۆمەڵێک پرسیارم خستە بەردەمی لەوانە:
ئایا سەفەرت کردووە؟ لە وەڵامدا وتی: بەڵێ زۆریش.
ئایا سەفەرێکت کردووە نەزانیت بۆ کوێ ئەچیت؟ هەرگیز.
قـەت لـە کتوپـڕدا خـۆت کـردووە بـە فڕۆکـە خانـەدا لـەوێ بڕیـار بـدەی؟ هەرگیـز.
قەت سـەفەرت کـردووە بـەڵام ئوتێلێکت لـەو شـوێنە ئامـادە نەکردبێت؟ هەرگیـز.
قەت سەفەرت کردووە بۆ شوێنێک و هۆکارەکەی نەزانیت؟ هەرگیز.
پێـم وت کەواتـە نەخشـە بـۆ ئـەم گەشـتە کورتـە بکێشـە، کـە هۆکارەکانـی ئەودیـو ڕاسـتەکانت زانـی بـۆ بەدیهێنانـی ئامانجـەکان، ئـەوا ئـارەزوت زیاتـر ئەبێـت لـە بەدیهێنانـی دا زیاتـر جەخـت ئەکەیتـەوە لـە زاڵبـوون بەسـەر ئاسـتەنگیەکاندا، هـەر بـە نوسـینی ئامانجەکانـت و دانانـی نەخشـەکەت، دەسـبەجێ هەسـتی متمانەکـە دەکەیـن بـە شـێوەیەکی گـەورە، بـە جۆرێـک زیـاد دەکات زاڵدەبێ بەسـەر ژیانتـدا، ئامانجەکانـت بـۆ مسـۆگەر دەکات، ئـەم متمانەیـە پاڵـت پێـوە دەنێـت بـۆ زیاتـر بـەرەو پێشـچوون و بەرزبوونـەوە، پاشـان ئامادەت دەکات بـۆ مسـۆگەر کردنـی دەرەنجامـی بێوێنـە و قەشـەنگ.
ئـەوی بـڕواو متمانـەی بەخـۆی هەبـێ، هیـچ بوونەوەرێـک ناتوانێـت بیوەسـتێنێت یـان ڕوی وەرگێڕێـت لـە قیبلـەی ئـەو سـەرکەوتنەی ڕووی تێکـردووە، زۆر بەهێـز تـرە لـە هەوڵـی وەسـتاندنەکەی یـان لەمپـەڕی سـەر ڕێگەکـەی
(**ئەرخەمیـدس**) دەڵێـت: (پێگـەی خۆمـم بـۆ دیـاری بکـە بـە ڕێکـی، تـا

هەموو گۆی زەویت بۆ بجولێنم)
بەسەر خۆتدا زاڵبە: گەر هاتوو مرۆڤ خاوەنی بەرنامەیەکی تێر و تەسەل و تەواو هاوسەنگ بوو بۆ مسۆگەر کردنی ئامانجەکانی لە لایەنە هەمەڕەنگەکانی ژیانیدا، هەست دەکات زۆر زاڵە بەسەر ژیان و ئایندەدا و دەبێتە خاوەنی هێزێک بۆ ئەوەی هەستێت بە دەسپێشخەری لە هەموو کار و بارەکانی ژیانی ئەو هێزەی بە دەستی هێناوە، ئەو کەسەی نەخشەی بۆ ژیانی داڕشتووە گەلێک مەزنە، پاشان یارمەتی دەدات بۆ سەرکەوتن بەسەر ئاستەنگە جۆراو جۆرەکاندا و زیاتر توانای هەیە ئەو دیو شتەکان ببینێت، دیدی بۆ مەبەستەکەی بڕێکی زیاتری بۆ ئەڕەخسێنێت لە ورە و تۆکمەیی لە ڕووبەڕ و بوونەوەی ئاستەنگ و لەمپەرەکانی ژیان و وای لێدەکات چێژێک لە ئاستەنگەکان وەردەگرێت، ئەو کاتە (چەند جوانە ئەو ژیانەی کە خەڵکی لەسەر مەحاڵ بوونی کۆکن) (**ئەرستۆ**) دەڵێت: (هیوا مەخوازە ، بڕیار بدە) ڕۆژێک لەگەڵ هاوڕێکەم لە هۆلی پێشوازی فڕۆکەخانە دانیشتبووین، پیاوێک دوو جانتای سووکی بە دەستەوەبوو لە چاوەڕوانی خێزانەکەی وەستا بوو، سەرەتا کوڕە شەش ساڵانەکەی گرتە باوەش و گوتی: کوڕم زۆر خۆشحاڵم کە دەتبینم، زۆرم بیرکردبووی، کوڕەکەی بە نەرمی: منیش هەروەها باوکە، پاشان پیاوە چاوی بڕیە ناوچاوی کوڕە گەورەکەی و گرتیە باوەشی و گوتی: ئیتر بۆخۆت بویت بە پیاو (زاک) تۆم زۆر خۆشدەوێت، کچۆڵەیەکی یەک ساڵانە لە باوەشی دایکی بوو ئەویشی لە باوەشی دایکی وەرگرت و دەم و چاوی ماچ باران کرد و کچە سەری لەسەر ملی باوکی دانا، پاشان کچەکەی دایە باوەشی کوڕە گەورەکەی و ووتی من باشترینەکەیانم بۆ دوایی هەڵگرتووە، دوورو درێژترین و عاشقانەترین ماچی لە هاوسەرەکەی کرد، کە تاکو ئێستا نەمبینیبوو، چاوی خستە ناو چاوی ژنەکەی

بۆ ماوەیەکی درێژ و بە هێمنی گوتی: تۆم زۆر خۆشدەوێت و لەباوەشی گرتەوە و دەستیان لە ناودەستی یەکتربوو، ئەوان منیان خستە بیری تازە بووک و زاواکانەوە بۆ ماوەیەک گێژبووم لەو نمایشە سەرسورهێنەرە و عەشقە بێ خەوشە، لە پیاوەکەم پرسی: ماوەی چەند ساڵە هاوسەرگیریتان کردووە؟ بێ ئەوەی چاوی لەسەر ڕوخساری ژنەکەی هەڵگرێت ووتی: (چواردە ساڵە)، باشە ئەی لە کەیەوە لە یەکتر دوورن؟ کابرا لە وەڵامی مندا ووتی: (دوو ڕۆژی ڕەبەق)، بە شڵەژانەوە ووتم دوو ڕۆژ وامزانی لانی کەم چەند هەفتەیەک لە خانەوادەکەی دووربووە، ووتم هیوادارم ژیانی هاوسەری منیش دوای دوانزە ساڵ وەها جۆش و خرۆشی هەبێت، لە پڕ کابرا وازی لە پێکەنین هێنا ڕاستەوخۆ سەیری ناوچاوەکانمی کرد و بە نیگایەکی بە تین هەموو دڵ و دەروونمی سووتاند شتێکی بە من وت کە دوای ئەوە بووم بە مرۆڤێکی تر ئەو بە منی گوت (هاوڕێ گیان هیوا مەخوازە بڕیار بدە) دواتربە پێکەنینەوە دەستەکانمی جولاند و ووتی لە پەنای خودا دابیت، بەم قسەیە ئەو و خانەوادەکەی گەڕانەوە بۆ ماڵ.

(عاشق بوون چەندە ئاسانە بەڵام عاشق مانەوە تا بلێیت دژوارە)، **(باڕبارا دی ئەنجلێس)**

(ئەگەر دەتانەوێت لە ژیاندا سەرکەوتووبن، دەبێ دەستبەکاربن، چەند خێراتر دەستبە کار بن باشترە)

(مەسعود لەعلی) دەڵێ:

بۆ پیشاندانی هێزی کردەوە لە سیمینارەکانم وەرەقەیەکی ١٠٠دۆلاریم لە ناو دیستم گرت و پرسیم، کێ ئەم ١٠٠دۆلارەی دەوێت؟ کەم و زۆر هەموو ئامادەبوانی کۆڕەکە دەستیان بەرز کردەوە و بە گەرمی هاواریان دەکرد، بیدە بە من، بیدە بە من، بەڵام من لە شوێنی خۆم

وەستابووم و وەرەقەکەش هەر لە ناو دەستم بوو، چاوەڕوان بووم کەسێک بازبداو لە دەستمی دەر بێنێ، لە ئەنجامدا کەسێک بازیدا و لە دەستمی دەرهێنا و بە هۆی ئەو هەوڵەی ١٠٠ دۆلاری دەستکەوت، لە ئامادەبوانم پرسی: ئەو کەسە چیکرد کە جیاواز بێ لەگەڵ ئێوە؟ وەڵام: ئەو لەجێی خۆی بەرز بووەوە و هەوڵیدا و کاری پێویستی ئەنجامدا و بە پارەکە گەیشت.

(**جان کانفیلد**) دەڵێ: (دەست بەکار بن، خێراتر بن، زوو تر دەگەن بە پارە و داهات)

(**دیل کارنگی**) دەڵێت: (مرۆڤ پەڕە کاغەزێک نییە کە ئاوی ڕووبار بۆ هەر شوێنێک ویستی بیبات، بەڵکو مرۆڤ مەلەوانێکی لێهاتووە کە دەتوانێت بە دوو دەستی ئیرادە و دەستبەکاربوون لە دەریای بێکۆتایی ژیاندا بۆ هەر شوێنێک ویستی مەلە بکات)

ژیرانە ڕەفتار بکەن: هەرکات بەرە و ئامانج و ئایدیاکانتان کەوتنە جولە، ڕەفتارێکی ژیرانەتان کردووە، ئەم جولەیە بە ئەندازەی خەیاڵەکان یان بەهرەی ژیری ئێوە ئەنجام دەدرێت، (ئەو کەسانەی لە قوتابخانە نمرەی کەم بە دەست دەهێنن زیاتر لەو کەسانەی کە بڕوانامەی بەرزیان هەیە دەرامەت بە دەست دەهێنن، ئەو کەسانە وزەی خۆیان تەرخان دەکەن بۆ ئەنجامدانی ئەو چالاکییانەی کە لە ئامانجە گرنگەکانی ژیان نزیکیان دەکاتەوە)، (**برایان تریسی**)

دەوترێت لە دوا ساڵەکانی تەمەنیدا لە (**ئیسحاق نیوتن**) پرسیار کرا کە چۆن توانی ئەم هەموو خزمەتە بە دونیای زانست بکات؟ لە وەڵامدا گوتی: بە تەرکیز کردن لەسەر ئامانجەکەم و بیرنەکردنەوە لە شکست و باوەڕ ومتمانە بە کارەکەم.

(بە بێ پلانی و بێ بەرنامەیی، ڕۆژانی تەمەن بە خۆڕایی بە سەر دەچن)

یەکێک چووە لای گوێز فرۆشێک وتی: دەکرێ هەموو گوێزەکانی خۆت بە خۆڕایی بدەی بە من؟ گوێز فرۆش بە سەرسوڕمانەوە سەیری کرد و هیچی نەوت، دووبارە پرسی: دەکرێ یەک کیلۆ گوێزم بە خۆڕایی بدەیتێ؟ دیسان گوێز فرۆش بێدەنگی هەڵبژارد، کەوابوو تکا دەکەم یەک گوێزم بە خۆڕایی بدەیتێ، ئەوەندە پێداگریکرد، تاگوێزێکی لێ ستاند، دەکرێ دانەیەکی تریشم بدەیێ؟ بە زۆر یەکی تریشی لێ سەند، دەکرێت داوای گوێزێکی تر بکەم؟ گوێز فرۆش ویستی لێی بدات کابرا وتی: کەسێک دەڵێ هەموو ژیانتم بدەرێ، بە هیچ نرخێک ئەو کارە ناکەی، بەڵام ڕۆژەکانی ژیانت بێ گوێ پێدان یەک یەک لە دەست دەدەیت، کە سەیر دەکەیت هەمووتەمەنت لە کیس چووە.

سوود وەرگرتن لە کات

- بە مەبەستی کار سوود لە کاتەکانتان وەربگرن، کار بەهای سەرکەوتنە .
- بە مەبەستی بیرکردنەوە سوود لە کاتەکانتان وەربگرن، چونکە بیرکردنەوە سەرچاوەی هێزە،
- بە مەبەستی پشوو سوود لە کاتەکانتان وەربگرن، چونکە پشوو ڕەمزی بە لاوی مانەوەیە،
- بە مەبەستی خوێندنەوە سوود لە کاتەکانتان وەربگرن، چونکە خوێندنەوە سەرچاوەی ژیانە،
- بە مەبەستی دۆستایەتی سوود لە کات وەربگرن، چونکە دۆستایەتی سیحری خۆشبەختییە،
- بە مەبەستی خۆشەویستی سوود لە کات وەربگرن، چونکە خۆشەویستی چێژی ژیانە،

- به مەستی پێکەنین سوود لە کات وەربگرن، چونکە پێکەنین مۆسیقا و ئاهەنگی ڕووحە. (لۆتارجی سیۆرت)

ئاگاداری ئەوە بن بۆ بە دەست هێنانی سەرکەوتن و خۆشگوزەرانی پێویستمان بە هەوڵ و تێکۆشانێک هەیە زیاتر لە قایل بوون بە هەژاری و نەداری، چەنمان لە ژیاندا بوێت و چاوەڕوانی چەند بین بەو ئەندازەیەمان دەستدەکەوێت لە ژیاندا،

چارلز دیکنز، تراژیدیای یەکەمین خۆشەویستی ژیانی، زۆر کاری لێکرد و ئەم تاڵی و ناخۆشی و ئەو ئەوینە بە ناخیدا ڕۆیشتە خوارەوە، بەڵام ئەم ڕووداوە بوو بە هۆی پەیدا بوونی یەکێک لە گەورەترین نووسەرانی جیهان، بە هۆی کاریگەری ئەم کارە ساتەوە (دیڤید کاپرڤیلد) ی نووسی، ئەوسا کەوتە نووسینی بابەتگەلێکی دیکە تا خوێنەرانی بخاتە دەریایەکی باشترەوە.

(هێلین کێلێر) چەند ڕۆژ پاش لە دایکبوونی کەڕ و لاڵ بوو، بەڵام سەرەڕای ئەو گرفتەی خۆی لە دەستەی کەسە سەرکەتووەکان بینییەوە، (هێلین) سەلماندی ئەگەر کەسێک خۆی بە دۆڕاو نەزانێ، هیچ کاتێک لە ڕیزی دۆڕاواندا ئەژمار ناکرێ.

(ڕابێرت بۆرنز) نەخوێندەوار بوو لە هەژاریدا دەژیا، زۆربەی کاتەکانی خۆی بە خواردنەوە و سەرخۆشییەوە دەگوزەراند، بەڵام توانی دونیایەکی چاکتر بخولقێنێ چونکە بەهرەی شیعری هەبوو بەم شێوەیە دڕکێکی هەڵکێشا و گوڵێکی سووری لە جێی چاند.

(بتهۆڤن) کەڕو لاڵبوو، میلتۆن کوێر بوو، بەڵام ناوی ئەوانە هەتا دونیا دونیایە بە سەر زارانەوە دەمێنێتەوە، چونکە ئەوانە ئاواتی گەورەیان لە مێشکیان هەبوو، پاشان بە ئاواتەکانیان گەیشتن.

بنەمای تەلقین دان:

- خۆت بە دۆڕاو بزانیت دەدۆڕێیت.

- ئەگەر خۆت بە سەرکەوتوو بزانی سەردەکەوی.
- ئەگەر ئارەزووی سەرکەوتنت هەیە، بەڵام وا بیر دەکەیتەوە کە توانات نییە، دەی هەرگیز سەرناکەوی.
- ئەگەر وا بیر بکەیتەوە سەرناکەوی، دڵنیا بە سەر ناکەوی.
- بزانن سەرکەوتن پەیوەندی ڕاستە و خۆی لەگەڵ ویست و ئیرادەی مرۆڤ و مێشکی مرۆڤەوە هەیە.
- ئەگەر خۆت بە کەسێکی بێ تواناو هیچ لە بار نەبوو بزانی، دەی تۆ کەسێکی هیچ لە بار نەبووی.
- بۆ سەرکەوتن دەبێ تەوژم و گوڕ و تینتان هەبێ.
- بۆ سە ڕکەوتن و بە دەست هێنانی خەڵاتەکە دەبێ زۆر دڵنیا بن لە خۆتان ،مەرج نییە هەردەم بە هێز و خێراکان سەربکەون، سەرکەوتوو ئەو کەسەیە کە بڕوای وایە سەردەکەوێ،

(ناپلیۆن هێل)

ئایا هۆشیاری گەشە دەکات: گەشە بە مانای گۆڕانی پۆزەتیف دێت، ئایا منی ترسنۆک هێدی هێدی خۆم لە بن هەژموونی ترس دەرباز دەکەم؟ ئایا ترس بە تێپەڕینی کات بزر دەبێت؟ ترس لە چی؟ لەوەی نەبیت بە هیچ، لە دەسەڵات، لە هاوژین، لە مردن، لە تاریکی، لە فەشەل هێنان، لە سەرنەکەوتن، ئەگەر ترسمان لە شتێک ڕەویەوە لە شتێکی دیکە یەخەمان دەگرێت،

خۆشەویستی چییە؟ دەتوانیت کەسێکت خۆش بوێت بە بێ وابەستەیی و بەد گومانی؟ کە وابەستەیی و دڵ پیسی حازر بوون، خۆشەویستی بزرە، وەک چۆن ڕقو خۆشەویستی پێکەوە هەڵناکەن، کە ترسیش ئامادە بوو، خۆشەویستی بار دەکات، ئایا خۆشەویستی لە ژیانتدا هەیە؟ ئاخر ژیان بە بێ خۆشەویستی لە کوێرەوەری بەو لاوە هیچی تر نییە، لە مێژە مرۆڤ ترس و چێژ و ئازاری تاقیکردۆتەوە بەڵام

هێشتا نەیتوانیوە سنووری ئەو سێکوچکەیە ببەزێنێت، چاودێریکەر و چاودێریکراو یەکێکن، ئەوە تۆی خەمناکیت، لە هەوێنی خەمەکەت دەکۆڵێتەوە و هەوڵدەدەیت لە دەستی ڕزگارت ببێت، مرۆڤ تورە و توند و تیژ و چاوچنۆک و دڕندەیە، خۆی دانی پیا بنێ باشترە نەک نکوڵی لێبکات، تۆ و ترس دوان نین یەکێکن، تۆ و خەم دوان نین یەکێکن، ئەوە تۆی لە هەوێنی ترس و خەمی خۆت دەکۆڵێتەوە، بۆ ئەوەی گۆڕانت بە سەردابێت خۆت ڕاستییەکان بدۆزەوە، خۆت بینەرو بینراو بە، ئەگەر خۆشەویستی لە ئارا دا بێت نە بینەر دەمێنێت نە بینراو، هەرخۆشەویستی دەمێنێتەوە

(ڕۆژنامەی باس)(**حەمە سەعید حەسەن**)

مرۆڤ ئازادە: مرۆڤ بۆ تێگەیشتن لە خودی خۆی پێویستی بە ڕێنوێنی و کۆمەکی هیچ دەسەلاتێک نییە، دەبێ خۆی وەلامەکان بدۆزێتەوەو پشت بە کەلەپوور نەبەستێت، ئاخۆ دەتوانین بە تاقی تەنیا بە دوای وەلامەکاندا بگەڕێین و هەست و نەستمان لە ترس دەرباز بکەین؟ دەترسین لە کارەکەمان دەر بکرێین، لە ڕاو بۆچوونی خەڵک دەترسین، لەتەنیایی، لە بێ مانایی ژیان، لە مەرگ و نادیاریش دەترسین، ئێمە وا ڕاهاتووین هەرکە ترس پەیدا بوو لە دەستی هەڵبێین هەرچەندە دەبێت بەرەنگاری ببینەوە، ئێمە لە ڕابردوو دەترسین، نەوەک هەڵەیەکمان کردبێ و لە سەری سزا بدرێین، ترس لە ڕابردوو ترسە لە شتێک کە ڕوویداوە، ترس لە داهاتوو ترسە لە شتێک کە دەشێت ڕووبدات، ئێمە بیر دەکەینەوە بۆیە دەترسین، بیرلە ڕووداوە ناخۆشەکان دەکەینەوە و دەترسین نەوەک ڕووبدەنەوە، کەواتە ترس بە هۆی (یادگە)وە هەیە ئەوە فکرە ئەمڕۆ و دوێنێ و سبەینێ دروست دەکات، ئەوە فکرە کارێک دەکات کە ترس هەمیشە ئامادە بێت، چونکە فکر سەرچاوەی ترسە، چاوەڕێی ئەوە لە من مەکە فێرت بکەم چۆن

ترس چارەسەردەکرێت، خۆت بەرەو ڕووی ئەو ببەوە، ئاخر تۆ کە برسی بیت بەوە تێر نابیت من بێم باسی خواردنت بۆ بکەم، بەڵکو دەبێت نان بخۆیت، (رۆژنامەی باس) **(حەمە سەعید حەسەن)**

ڕەشبینی: ڕێک خاڵی بەرامبەری گەشبینییە، دەکرێ بگوترێ چۆکدادان بۆ ئەو باوەڕەیە کە ژیان و جیهان و مرۆڤ لە شیرازەترین دۆخی خۆیاندان، لەو ڕوانگەوە ڕەشبینی ڕەهەندێکە مرۆڤ گەرەکیەتی خۆی تێدا بدۆڕێنێت، ڕەشبینی بە گشتی شێوە ڕوانینێکی نەزۆک و داخراوە کە ئامانجێکی ماقوڵ و لۆژیکی بۆ هیچ کەیسێک بە دەستەوە نادات، کەسی ڕەشبین بەو باوەڕە گەیشتووە کە دەرەقەتی ژیان نایە و وزەی ڕووبەڕوو بوونەوەشی لەگەڵ عەقلانیەتە دارماوەکەشی نییە، هەر بۆیە تا دەتوانی ڕق لە ڕابردوو هەڵدەگرێ و دەیخاتە سەر داهاتوو، مادام لە جیهان بیننینیەکدا ڕێگا بۆ دەربازبوون بەدیدەکرێ، ناکرێ بگوترێ ئەو جیهانبینییە لە سەر ڕەشبینی بونیادنراوە لە بارەی مێژوو، چونکە ڕەشبینی خاوەن پیشە و ڕابردوویەکی لە مێژینەیە، **ڕۆژنامەی ڕووداو**ـ ژمارە ٥٣٨ لە ٢٠١٩/١/١٤

(ئیبراهیم فەقێ) دەڵێ:

(بڕوات بە تواناکانت هەبێت، پلان بۆ بیرۆکەکانت دابرێژە، پێشبینی سەرکەوتن بکە، بیخەرە بواری کارەوە و پشت بە خودای گەورە ببەستە)

مەهێڵ شکست بە سەرتاندا زاڵبێت: هەندێک خەڵک تەنها بەیەک تاقیکرنەوە نائومێد دەبن و وا دەزانن کە ئەو کارە دەبێت بە مایەی خەم و ئازار، یان بۆ نموونە لەگەڵ کەسێکدا پەیوەندی عاشقانە دروست دەکەن، بەڵام ئەو کەسەی کە بە ڕاستی خۆشیان دەوێت جێی دەهێڵن (عەشق واتە غەم وئازار)، گرنگ نییە چی ڕوودەدات، ئەوەی لە زەینی ئێوەدا تۆمار دەبێت هەمان شتە کە خۆتان هەڵیدەبژێرن

و ئێوە ناچار نین لە ژێر ئەزموونە تاڵەکانی ڕابردوو بمێننەوە، هەر عەشقێک ئاکامەکەی ئازار نییە، کە وابوو هەماهەنگی نەرێنی سنووردار بکەن، چونکە بە پێچەوانەوە مێشکی ئێوە خۆی لە هەر تاقیکردنەوەیەک دەپارێزێت و ئێوەدەبن بە بەرپرسیاری نەگەیشتن بە ئامانجە سەرەکییەکانتان.

(**ئەنتۆنی ڕابینز**)دەڵێ: (ئاوات وخەون و خۆزگە هیچ نین، ئەگەر نەیانکەین بە ئامانج)

ئەو کەسەی زۆر پێی سەرسامیت چ خەسڵەتێک یان تایبەتمەندییەکی ئەو کەسەت زۆر لا گرنگە؟ کاتێک سەیری کەسانی دەور و بەرت دەکەیت کە پێیان سەرسامیت، ئایا بە چ شتێکیان سەرسامیت؟ چ تایبەتمەندییەکی ئەو کەسانەت پێ گرنگە؟ بەهاکانی ئەو کەسە چییە؟ ئەو بەهایانەی لەو کەسەی دەبینی کامەیان لەگەڵ کەسایەتی تۆ دەگونجێن؟ بۆ نموونە بەهای ڕاستگۆیی، تۆ دەبینی ئەو کەسە کە نموونەی بەرزی تۆیە لەگەل خۆی و کارەکەی و دەور و بەرەکەی ڕاستگۆیە، تۆش پێویستە بە ڕاستگۆیانە وەک ئەو ژیان بکەیت، نابێ بەهای ڕاستگۆییەکەت بۆ خاتری کار و پارە، یان پەیوەنییەک کەم بکەیتەوە، بەها ڕاستیەکان تەنها لە کردارەکانتدا دەردەکەون، ئاوات یان دەستکەوت و خۆزگە مەخوازە بەڵکو کاری بۆبکە. (سیمۆن ڕینۆڵدز) دەڵێ: (زۆربەمان بە خاڵە بە هێزەکانی خۆمان ئاشنا نین، کاتێکمان تەرخان نەکردووە بۆ هەڵسەنگاندنی کارامەییەکانی خۆمان، ئاشنا نین بە بەهرەکانی خۆمان، لەبیر مەکە یەکەمین نهێنی گەورەیی لە ناسینی خۆتدایە)

پارە خزمەتکارە، تۆ سەرداریت : زۆر وریا بە هاوکێشەکە پێچەوانە نەبێتەوە، ئەوانەی بە ئاسانی پارە پەیدا دەکەن، یان کاری تریاک دەکەن، یان لە ڕێگان بۆ چوونە بەندیخانە، ئەگەرهێشتا

نەگەیشتبنە ئەوی،
سەرکەوتنی دارایی هەمیشە پێویستی بە دووهۆکار هەیە (ڕەنجدان و کاری بەردەوام)
(پارە بۆ ئەوە نییە لەماڵەوە دابنرێ، بەڵکو پێویستە بەردەوام ئالوگۆڕی پێبکرێت)
ئایا ئەو پارەیەی کە بە دەستی دەهێنیت پارێزگاری لێدەکەیت، یان لە ماڵەوە خەزنی دەکەی؟
لە ساڵی(١٩٢٣) لە ئوتێلی (ئید وتەر بیج) هەشت سەرمایەداری گەورەی جیهان چاویان بە یەک کەوت، ئەم هەشت پیاوە کۆنترۆلی پارەیەکی زۆر زیاتر لە حکومەتی ئەمریکایان دەکرد لەو کاتدا:
١ **چارل شوارپ**، سەرۆکی گەورەترین کۆمپانیای پۆڵا.
٢- هۆوارهۆپسۆن، سەرۆکی گەورەترین کۆمپانیای گاز.
٣- **ئارسەر کەتن**، مەزنترین ئالۆگۆڕی گەنم.
٤- **ڕیچارد ویتنی**، سەرۆکی بازاڕی بۆرسەی نیویورک.
٥- **ئەلبیرت فۆل**، ئەندامێکی کابینەی سەرۆکایەتی.
- **جیسی لیفەرمۆر**، مەزنترین کەسی وۆل ستریت.
٧- **ئیفان کروکەر**، سەرۆکی بانکی چارەسەری جیهانی.
٨- **لیۆن فریزەر**، سیناتۆری ئەمریکا.
هەموویان پسپۆری پارە کۆکردنەوە و پەیداکردن بوون، بەڵام هیچ یەکێک لەوانە فێری ئەوە نەببوون کە چۆن ژیانێکی دەوڵەمەندانە بژین کە مافی خۆیان بوو، پاش ٢٥ساڵ بزانە چییان بە سەر هات:
(چارلس شوارپ) بۆ ماوەی پێنج ساڵ لە سەر قەرز کردنی پارە دەژیا پێش ئەوەی بە ئیفلاسی بمرێت،
(هۆوار هۆپسن) شێت بوو.
(ئارسەر کەتن) بە ئیفلاسی لە دەرەوەی وڵات مرد.

(ریچارد دویتنی) نێردرا بۆ بەندیخانەی چاکسازی سینگ سینگ.
(ئەلبیرت فول) عەفو کرا لە بەندیخانە بۆ ئەوەی لەماڵەوە بمرێت.
(ئیڤان کرۆکەر) خۆی کوشت.
(لیۆن فریزەر) ئەویش خۆی کوشت.
دیارە ئەو هەشت سەرمایەدارە لە سەر خولگەی خۆیان خزاون و نەیانزانیوە کار بەو سەرمایە بکەن و ئالوێردەی پێ بکەن، بۆیە بەو دەردی سەرییە چوون.
(**بۆب بۆکنەر**) دەڵێ: پەرداخێکی زیوی ڕە ساسیم لە سەر ڕەفە داناوە هەر کاتێک ئەڕۆمە ماڵەوە پارە وردەکانی ناو گیرفانم ئەخەمە ناوی، هەرکات پەرداخەکە پڕبوو ئەیبەخشم بە یەکێک لە منداڵەکانم، یان یەکێک لە دوو ئامۆزا گەنجەکانم، بە پەرۆشەوە چاوەڕوانی نۆرەی خۆیان دەکەن، بەڵام کە کوپەکە پڕ بوو پارەکەی ناوی هیچ بەهایەکی نییە لەبەر ئەوەی لەناو پەرداخەکە هەڵگیراوە و کاری سوود بەخشی پێناکرێت، هەر کات کوپەکە پڕبوو تەسلیمی یەکێک دەکرێت ئەو کاتە پارەکە بەهاو نرخی خۆی دەبێت.
دوو ڕێگا هەیە بۆ بەدەست هێنانی پارە ١ـ خەلک لە ئیش ٢ـ پارە لە ئیش.
(**ئیبراهیم فەقێ**) دەڵێ:
یەکێک لەوکەسانەی کە کاریان لە ژیانی من کردووە پیاوێکە بە ناوی (رۆبیرت شۆرل)، ئەم پیاوە شوێنێکی دروستکرد ناوی (کریستال کاتدرایە) ئەم شوێنە لە نیویۆرکە، سەر وەختێک کە ئەو پیاوە ویستی دەست بەکار بێت کەسێکی شارەزا و پسپۆر لە بواری بیناسازی پێی وت: ئەو باڵەخانەیە (١٥٠) ملیۆن دۆلاری تێدەچێت، (رۆبیرت) گوتی من خاوەنی یەک تاکە دۆلارنیم لەو پارەیە، ئینجا فەرهەنگێکی لە باخەڵی دەرهێنا و دایە پیاوەکە و پێی وت: وشەی

ئەستەمم لە ناو ئەو فەرهەنگە بۆ بدۆزەرەوە، کابرا زۆر گەڕا ئەو وشەیەی نەدۆزییەوە، (شۆرل) گوتی: ٢٥ سالە وشەی ئەستەم لە ناو فەرهەنگی من ڕەشکراوەتەوە، شتێک نییە لە دونیادا ناوی ئەستەم بێت (ئەوە تۆیت کە ئەستەم دەهێنیتە گۆڕێ و دەورو خولی پێدەکەیت)، ئەگەر بڕیار بدەیت و بیر بکەیتەوە و دەست بەکار بی ئەو دەمە هیچ ئەستەمێک نامێنێت.

ژیانی بێ ئاگایی: ئەو ژیانەیە مرۆڤ بێئاگا دەژی، بێئاگا لە دەروونی خۆی، لە تەندروستی خۆی، ناخوێنێتەوە، بەرەو پێش ناچێت، هاوڕێکانی لە دەست دەدات، پەیوەندی بە کەسەوە ناکات، کەسیش گرنگی بەو نادات، دەبێ هەر یەکێکمان کەسێتی خۆی بناسێت بۆ ئەوەی گۆڕانکاری بکات لە هەڵسوو کەوتی، ئایا تۆ کەسێکی دڵسۆزیت؟ یان سەرکردەیت؟ یان لێکۆڵەری، یان ڕابەر؟

(**ئیبراهیم فەقێ**) دەڵێ: پێویستە دەفتەرێکت هەبێت دەستکەوتە هەمیشەییەکانی تێدا تۆمار بکەیت، هەروەها سەرکەوتنەکانت، ئەم دەفتەرە دەتوانێت ورەت بداتێ لە کاتە سەختەکاندا، هەمیشە بیرت بە لای ئەوەدا بەرە کە تۆ لە ڕابردوو چەندین سەرکەوتنت بە دەست هێناوە، توانای جارێکی تر بەرخودانت هەیە بۆ سەرکەوتنی دووەم و سێیەم.

ترس دوات دەخات: ترس گەورەترین دوژمنی مرۆڤایەتی بووە و دەشبێت، گەورەترین دوژمنی باوەڕ بە خۆ بوونیش بووە، ترس کارمان لەسەر دەکات بۆ تێکدان و لاوازکردنی باشترین نیازەکانمان و گەورەترین ئاواتەکانمان، هەستی گەورەبوون ئەوەیە کە خۆت تەرخان بکەیت بۆ بەرەو پێشچوونی کۆتایی نەهاتووی بەردەوام، هەر ئێستا بڕیار بدە بۆخۆ تەرخانکردن بۆ پرۆسەیەکی هەتا هەتایی و بەرەوپێشبردنی پسپۆریەکەتو کەسی خۆت.

سێ یاسای سادە ژیان دەگۆڕن:

١- لەسەدا سێی داهاتەکەت لە خۆتدا بەرهەم بهێنەرەوە، ئەو بەشە لە بەرەو پێش بردن و لێکۆڵینەوەی کەسیدا لە باشکردنی کارامەیی و تواناکانتدا بە کار بهێنە بۆ ئەوەی باشتربیت لە ئەنجامدانی گرنگترین ئەو کارانەی کە پێویستە تیایاندا باش و سەرکەوتووبیت.

٢- بۆ ماوەی کاتژمێرێک یان زیاتر لە بوارەکەتدا بخوێنەرەوە، شتە گرنگەکان دیاری بکە، تێبینییە گرنگەکان بنووسە، بۆ ئەوەی بتوانی بە شێوەیەکی ئاسایی و بەردەوام پێدا بچیتەوە.

٣- تەکنیکی سادە ئەوەیە بخوێنیتەوە، دەست نیشانی خاڵە گرنگەکان بکەیت و بیانخەیتە دەفتەرێکی تێبینی، دواتر کورتکراوەی گرنگترین بیرۆکەکانی ناو کتێبەکەت لەبەر دەستدا دەبێت.

(**فرانکلین ڕۆزفەلت**) دەڵێ: (تاکە شت کە پێویستە لێی بترسین خودی ترسە)

ترس و دڵەڕاوکێ لە ئامانجەکانت دوورت دەخاتەوە:

- دڵە ڕاوکێ و ترس، بیر کردنەوە و توانای داهێنان لە ناو دەبەن.
- کارکردن هیچ کاتێ مرۆڤ لە نێو نابات، بەڵام ترس و دڵەڕاوکێ زۆر کەسی لە ناو بردووە.
- ئەنجامدانی کارەکانمان بۆ ئێمە زیانبەخش نییە، بەڵکو ترسی ئەنجامدانی کارە زیانمان پێدەگەیەنێت.

چەند ڕێگایەک بۆ کەمکردنەوەی ترس و دڵەڕاوکێ:

١- بڕیاردان: کاتێ ڕووبەڕووی هەر گرفتێک دەبینەوە، پێویست ناکات بەردەوام بیری لێبکەینەوە بەڵکو دەبێ بە یەکجاری و بە متمانە ڕووبەڕووی ببینەوە و بڕیارێکی لە سەر بدەین و دەست بە بڕیارەکەمانەوە بگرین.

٢- دەست نیشان بکەین لە کوێوە بیرکردنەوە کۆتایی دێت و دڵە

ڕاوکێ دەست پێدەکات، چونکە دڵەڕاوکێ ڕوخێنەرە،

٣- ئەگەردەسەڵاتمان هەبوو کێشەیەک چارەسەربکەین کە نیگەرانی کردووین، پێویستەهەرهەنگاوێک لە تواناکانماندا هەیە بگرینە بەر بۆ ئەوەی بەسەر کێشەکە دا زاڵبین تا چیتر نیگەرانمان نەکات

٥- بایەخ بە کارەکانی خۆمان بدەین: ئەگەر بایەخ بە کاری خۆمان بدەین و تەنیا ئەگەر داوامان لێبکرێت ئامۆژگاری کەسانی تر بکەین، نیگەرانیمان لەو بابەتە زۆر کەمتر دەبن.

٦- پێویستە هیچ ڕق و کینەمان نەبێت: ئەگەر بمانەوێت بەرەو پێش بڕۆین پێویستە هونەری لێبوردنو لە بیر کردن فێر بین، ژیان زۆر کورتە و ئەوە ناهێنێت لە شتە بێ نرخەکاندا بە فیڕۆیان بدەین، بۆیە پێویستە ناخۆشی و دڵە ڕاوکێ لە بیر بکەین، لێبوردە بین، بەرەو پێشەوە بڕۆین.

٧- بڕوامان بە خۆمان هەبێت: دەبێ بڕوایەکی پۆڵاییمان هەبێت، چاوەڕێی ستایشی بەڕێوەبەر یا گەورەی خۆمان نەکەین، چونکە ئەوان بەردەوام ڕەخنەمان لێدەگرن، بەڵام بایەخ بە دەستکەوتەکانمان نادەن، کەچی ئێمە بە متمانە و باوەڕ بەخۆبوون کاری خۆمان ئەنجام دەدەین.

٨- واز لە ئێرەیی (حەسوودی) بێنن: زیاتر لە هاوپیشەکانمان کار دەکەین کە چی لە جیاتی ئێمە پلەیان بەرز دەکرێتەوە، کۆمپانیای ئێمە بە حال خەرجی و داهاتی بەرامبەر یەکن کە چی ئێرەیی بە هاوڕێ و دراوسێکەمان دەبەین کە سەیارەکەی تازەتر و گران بەهاترە، ئیتر نیگەرانیمان زیاتر دەکات، پێویستە فێر بین بە بەشی خۆمان ڕازی بین، شوکر بین بە ڕزقی خۆمان.

٩- فێر ببین شتە ناچارییەکان قبوڵ بکەین: خودایە ئارامیمان پێببەخشە بۆ ئەوەی بتوانین بەو شتانە ڕازی بین کە ناگۆڕێن، خودایە

یارمەتیم بدە بوێر بم بۆ گۆڕینی ئەو شتانەی لە تواناما هەیە، خودایە داناییم پێببەخشە بۆ ئەوەی لە جیاوازییەکان تێبگەم.

١٠- زیاتر لە تواناکانی خۆمان نەگرینە ئەستۆ: زۆرینەمان زیاتر لە تواناکانی خۆمان دەگرینە ئەستۆ، پێویستە تواناکانی خۆمان بزانین، زیاد لە کاری خۆمان پێویست ناکات کاری زیاتر بگرینە ئەستۆ.

١١- بەردەوام عەقلمان بەکار بخەین: پێویستە بەردەوام عە قلمان بە کاری ئەرێنی و بە سوود هکان خەریک بکەین، وەک خوێندنەوەی کتێب، گوێگرتن لە مۆسیقا، یا بیرکردنەوە و سەرقاڵبوون بە پرۆژەیەکی کۆمەڵایەتی، یا چێژ وەرگرتن لە خۆشییەکانی ژیان.

١٢- خۆمان لە ئەرک نەدزینەوە: ئەگەر لە سەرەتادا کارە سەختەکان ئەنجام بدەین، پەرۆشیمان بۆ کارە چێژ بەخشەکان زۆر زیاتر دەبێت.

١٣- لە هەڵەکانمان فێر ببین و وانەی لێوەر بگرین: هەموومان هەڵە دەکەین، ئەگەر بمانەوێت پێشکەوین پێویستە چاونەترس بین، ئەگەری دۆڕانیش بەشێکی سەرەکی هەموئەرکێکە لە ژیان.

سەرکەوتووەکان لە هەر بڕیارێکیاندا سەرکێشییەک (مجازفە) ئەنجام دەدەن، بەڵام بە پلاندانان و شیکردنەوەی ورد لەئەگەری ڕوودان یان لێکەوتەکانی کەم دەکەنەوە، (هیچ گوڵێک بێ دڕک نییە (**ئالان لاکین**) دەڵێ: (هیچ شتێک بە ناوی کەمی کات بوونی نییە، هەمووومان دەرفەتی تەواومان هەیە کە هەر کارێکمان بوێت ئەنجامی بدەین).

لەبارەی کات براوەکان و دۆڕاوەکان بۆچوونی جیاوازیان هەیە لەو (٨٦) کاتژمێرەی لە هەفتەیەک لە بەر دەستیان دایە، هەمووومان ئەو کاتەمان لەبەر دەستدایە کە پێویستمان پێیەتی، سوود وەرگرتن لە

کات، لێهاتویی و لێزانینە، کات نەگۆڕاوە ئێمەین کە گۆڕاوین، هەمیشە کاتی پێویستمان هەیە بە مەرجێک سوودی لێوەربگرین.

(**هێلین کیلەر**) خانمە نووسەری ئەمریکی کە کەڕ و لاڵ بوو دەڵێت: (بەختەوەری ڕوخساری دیاری باوەڕە، تا باوەڕ و ئومێد نەبێ، ناتوانی هیچ کارێک ئەنجام بدەیت)

(**و، ساندریس**) دەڵێ:

(بۆ ڕێگرتن لە نەخۆشییە سەختەکان وچارەسەرکردنیان، شادی یەکێکە لە فاکتەرە گرنگەکان)

سەرکەوتن

سێ ڕێگا بۆ سەرکەوتن:

١- بەمێشکی کراوە بیر بکەنەوە: گرفتی زۆربەی گەنجەکان و نووسەرانمان ئەوەیە کە چوار پیت یا کتابێکیان خوێندەوە یان بڵاو کردەوە، ئەوە بوون بە پسپۆر و فەیلەسوف، بەو وێنانە مێشکیان دادەخرێت و شتی تر وەرناگرن، ئەمەش خراپترین هەڵەیە کە دەکرێ لە ژیان، هەر چەند زانا بی وا حیساب بکە هیچ نازانی و هەردەم بە دوای زانین و زانیاری نوێدا بگەڕێ.

٢- بۆ خۆتان بیر بکەنەوە: یەکێ لە بەناو بانگترین نووسینەکانی (**رالف والد ئیمرسۆن**) وتارێکە لە ژێر ناوی (پشت بە خۆ بەستن)، لێرە بە توندی ئامۆژگاریمان دەکات کە بەسەرهزری خۆماندا زاڵبین، ئەو ساڵی ١٨٤٠ دەیگوت: زۆربەی خەڵک بیر و بۆچوونی خەڵکانی تر پەیڕەو دەکەن، کە ئەو کارەش دەکەن حەق و مافی خۆیان لە ناو دەبەن،

٣- بونیاد نەرانە بیر بکەنەوە: کەسی سەرکەوتوو وا بیر ناکاتەوە کە لە ژیان سەرکەوتوو دەبێ، بەڵکو باوەڕی وایە کە دەتوانێ و دەبێ سەرکەوتوو بێ.

(**هال ئۆربەن**) لە کتابی (گەورەترین وانەکانی ژیان) دەڵێ:
(مێشکی مرۆڤ بە کۆمپیوتەر بەراورد کراوە کە زانیاری بە سوود و ڕاستیان پێدرا باش ئیش دەکەن)
توانای هزرە شادی بەخشەکان: وەک چۆن خۆر تاریکی ڕاو دەنێت، کەسانی شاد و ڕوو خۆشیش خەم و خەفەت و ئێش و ژان و خەیالاتی دڵی خەلکی تر دەرەوێننەوە.
دە ساڵ بەر لە ئێستا جووتیارێکی خەڵکی (ئالاباما) لە کاتی زەوی کێڵاندا تووشی خوێن بەربوونێکی توند بوو، ئەوەندەی خوێن لە بەر ڕۆیشت کە دکتۆر لە مانەوەی بێ ئومێد بوو، کابرای جووتیار بە دکتۆرەکەی گوت: کە ئەو هێشتا خۆی بۆ مردن ئامادە نەکردووە و لە ناو نوێنەکەیدا بەو پەڕی شادومانییەوە دەستی بە گاڵتەو گەپ و پێکەنین کرد، ئەو پێکەنین و گاڵتە و گەپە بۆ ماوەیەکی زۆر بەردەوام بوون، جووتیارەکە وردە وردە هێزێکی وە بەر هاتەوە و سەرەنجام لە ناو نوێن هەستایەوە و وەکو جاران بووەوە بە کەسێکی ساغ وسەلامەت، ئەو ئێستاش بە برادەرەکانی خۆی دەڵێ: ئەگەر پێکەنین و گاڵتە و گەپم نەکردبایە بە مسۆگەری مردبووم،
(**ئیلاڤیلیڕڤیلکاکس**) دەڵێ: (لەسەر شەپۆڵە تاریکەکاندا خۆری زێڕین وە دەست دێنی، ئاهو ناڵە مەکەن، ژیان دەریایەکی پڕ پێل و تۆفانە کە هەر کاتێک بۆی هەیە لەگەل شەپۆڵەکانی ڕووبەڕووبییەوە، شەپۆڵەکان شەقکەن و بپەڕنەوە، لە سەر پێی خۆتان بوەستن، هەڵبەز و دابەزی جێبهێڵن، لە کارێکی تردا هەتاوێکی زێڕین دەبینن، باس لە بەختەوەرییەکان بکەن، دونیا بە ڕادەیەک تژی دەرد و خەفەتە کە پێویستیان بە هێشتنەوەی خەمەکانتان نییە، هیچ ڕێگایەک سەر لە بەر سەخت و پڕ هەڵەمووت نییە، لە لایەنە دروست و ڕووناکەکان بنوارن، ڕوحتان بە هۆی کاری بەردەوام و دەرد و نیگەرانی ماندووە،

بۆ پشوودان بە دوای شتە دروست و ڕووناکەکاندا بگەڕێن)

هزرو تێڕوانینی نەرێنی لە مێشکتان بسڕنەوە:

بۆ گەیشتن بە هەر ئامانجێک هزرو تێروانینی نەرێنی وەکو: بەد شانس، داماوی، بێتوانایی، ئەوبابەتانە لە مێشکی خۆتان وەدەرنێن، هیچ چەشنە لاوازییەکی مادییو مۆرالی مەدەنە پاڵ خۆتان و دڵە ڕاوکێی سەرنەکەوتن لە دڵی خۆتان بخەنە دەر، هەرگیز پێتان وانەبێ کە ناتوانن وەکو کەسانی مەزن کار بکەن، هەر بە پلە و پایەی بچووک ڕازی مەبن، گومان و ڕاڕایی کە وەکو مارێکی ڕەش و ترسناک هەڕەشە لە گیان و ژیانتان دەکات لە ناو ببەن، هەرگیز قسە لە سەر هەژاری و بەدبەختی خۆتان مەکەن، ئەو پرسە بەسەر خۆتاندا تەلقین مەکەن و لە ناختاندا مەیچێنن و لەو بارەیەوە شتێک مەنووسن، ئەوە دێوەزمەیەکە دەبێ لە ژیانی خۆتاندا ئاسەواری ببڕنەوە و بسڕنەوە، ئێوە هاتوونەتە ئەم جیهانە بۆ ئەوەی بە بەختەوەری و شادومانی و سەرکەوتنەوە تیایدا بژین، بە پێداگری و دڵنیاییەوە ڕاببگەیەنن کە یەزدان هیچ کەسی لە سەرچاوەکانی بەختەوەری و سەرکەوتن بێبەش نەکردووە، داماوی و دەستەوەستانی ئێمە زادەی بیر و هزری خودی خۆمانە، باوەڕتان بەوە هەبێ کە لە دواجار هەر باوەڕ و متمانە و ڕاستی سەردەکەوێت، کاتێ بیرتان ڕووە و ئامانجەکانتان خستە گەڕ دەبێ بە شێوەیەک بێ کە هەموو دەور و بەرتان باسی سەرکەوتنتان بکات.

(**ئاگسن پرۆکنی**) دەڵێ: (دەبێ دڵەراوکێ و نیگەرانی بە تەواوی لە فەرهەنگی خۆمان وەدەر نێین چونکە وشەی نیگەرانی ئەو شتەمان دێنێتەوە یاد کە پێویستە لە ژیانماندا وەدەریان بنێین)

هێزی خەیاڵ

ئەوانەی گەورەترین خزمەتیان بە مرۆڤایەتی کردووە کەسانێکن

کە شتگەلی باشتر لەوەی لە سەردەمەکەی خۆیاندا هەبووە لە نێو مێشک و زهنیاندا خولاوەتەوە و دواتر هاتۆتە سەر ئەوەی ئەو خەیاڵ و خولیایەی خۆیان بخەنە بەر تاقیکردنەوە و بیکەنە ڕاستەقینە،

(**مورس**) لە خەیاڵی خۆیدا ئامێرێکی گەیاندنی وێناکرد، کە پێشکەوتووتربێ لە پۆستە و گەیاندن و نامەبەری، لە ئەنجامدا (تەلەگراف) ی پێشکەش بە مرۆڤایەتی کرد،(**گراهام بێڵ**) کەوتە خەیاڵی داهێنانی ئامێرێکی پێشکەوتووترلە تەلەگراف و (تەلەفۆن) ی داهێنا.

(**فیلد**) لە خەیاڵی خۆیدا ئامرازێکی گەیاندنی دەریایی وێناکرد کە پێشکەوتوتربوو لە کەشتی، لە ژێر ڕۆشنایی ئەو خەیاڵەی ئەو بوو کە ئەمڕۆکە کیشوەرەکان بەهۆی کێبڵی دەریاییەوە بە یەکەوە پەیوەستن.

(**مارکۆنی**) بیرۆکەی ئامێرێکی پێشکەوتوتری لە هەموو ئامێرو ئامرازە گەیاندنیەکانی تری سەردەمی خۆی کەوتە سەر و تەلەگرامی(بێسیمی) داهێناو بە هۆی ئەو دەزگایەوە گەشتیارێک دەیتوانی لە ناوەراستی ئۆقیانووسەوە بە تەلەگرافە بێسیمەکەی لە ناو کەشتییەوە بە برادەرەکەی ڕابگەیەنێ کە لە بەندەردا چاوەڕوانی بکات.

(خەیاڵ پێشەنگ و ئیلهام بەخشی هەموو شتێکە)

مرۆڤی ئاییندە بە کامل بوون دەگا:

ئەو کاتەی هەست دەکەن بە دەرککردنی زانست و زانیاری و نزیکبوونەوە، گشت نهێنییەکان خۆیان ئاشکرا دەبن، زانین و ئازاد بوون ئامانجی هەموو کەسێکە، لەو سەردەمە ڕووناکەی ئێمە دا کەسانێکی زۆر بە هەستی کامل بوون دەگەن، ئەو کەسەی کە لە هەموو کارێکدا یەزدان بەدیدەکا و شادی گوڕ و تینی یەزدان لە بوونی خۆیدا هەست پێدەکات، ئەو کەسە کە ڕەمزی بوون و نەبوونی بۆ ئاشکرابووە، بوونەوەرەکان بە پیرۆز دادەنێ، ئەو کەسەی باوەڕێکی

تۆکمەی بە گەورەیی خودای پەروەردگار و مەزن و بە دیهێنەری گشت پێویستییەکانمان هەیە، گومانی تێدا نییە کەسێکی سوود مەند دەبێ بۆ هەموان، بێ متمانەیی و ڕا ڕاییو ناسەقامگیری بەربەستێک لەبەردەم سەرکەوتنی مرۆڤ دروست دەکەن، پێویستە بە باوەڕێکی پتەو دڵنیا بین لەوەی کە هەر یەکێک لە ئێمە مانان گەردیلەیەکین لە گەردیلەکانی داهێنەر و هەڵسوڕێنەری هەموو گەردوون، هیچ هێزێک لە توانایدا نییە ڕێگر بێ لە بەردەم چوونمان بەرەو کاملبوون، بۆیە هەر هەنگاوێک کە هەڵی دێنین لە سەرکەوتن نزیکمان دەکاتەوە و دەتوانین کاری پڕ بەرهەم و مەزن ئەنجام بدەین.

(یۆکاندی) دەڵێ: (گەورەترین نیشانەی ئیرادەی بە هێز، بوونی سەقامگیری و ئارامییە) هەڵچوون کارێکی ئاسانە، ئەگەر جڵەوی ئەسپێکی سەرکەش بەرەڵا بکەی ئەو ئەسپە دەتگلێنێ، ئەوە لە دەستی هەموو کەسێک دێت، بەڵام بە هێز ئەو کەسەیە کە بتوانێ ئەسپی سەرکەش ڕابگرێ و جلەوی بۆ شل نەکات چونکە کۆنترۆلکردنی ڕق و دەمارگیری و تووڕەیی زۆر ئەستەمتر و سەختترە لە بەرەڵا و ئازاد کردنی، ڕق و تورەیی هێزی نزمە، ئارامی نیشانەی هێزی بەرزە)

(ئارایسن سویت ماردن) لە کتابی (سەرکەوتنی بیر) دەڵێ:

(ا باوەڕمان بە تواناکانی خۆمان هەبێت، چۆن باوەڕمان بە یەزدان هەیە، ڕوحی تۆ پارچەیەکە لەو (تاکە) مەزنە، ئەو هێزەی لە تۆدا هەیە وەکو دەریایەکی فراوان قوڵ و بێ پایانە، ڕوحت لە نێو بێدەنگیدا لە دورگەکانی ئەلماس وە گەڕ بخە، ئەو دورگانە بدۆزەرەوە و سودیان لێوەربگرە، بەڵام بۆ ئەوەی ڕادەستی بایەکان نەبیت، سوکانی ئیرادە بخەرە کار، ئەگەر باوەڕت بە داهێنان و بە خۆت هەبوو هیچ کەس ناتوانی سنوور بۆ تواناکانت دابنێ، مەزنترین سەرکەوتن بۆ تۆ دەبێ، بۆ پێشەوە، بۆ پێشەوە)

کۆشکی خەونەکانت بونیاد بنێ: ئەگەر ئاواتت ئەوەیە لە خانوویەکی جوانتر ژیان بکەیت بڕۆ دەرەوە سەیری ئەو خانوانەی کۆڵان بکە کە خوازیاریت ژیانیان تیادا بکەیت، بە دەوری ماڵەکەتدا پیاسە بکە و خەیاڵ بکە لە وێدا دەژیت لەوکاتەدا هیچ دوودڵ مەبە لەوەی کە ئەستەمە، یا خود نرخەکان زۆر بەرزن، کاری سەرەکیت ئەوەیە کە وێنەیەکی گشتگیر بە دەست بێنیت، لەو گۆڤارانە بکڕە کە چەندین وێنەی جوانی خانوو کۆشکی تێدایە، پەیڕەوی یاسای سەرنجدان بکە بۆ ئەوەی وا لە هزر و هۆشت بکەیت بەو شتانە بگات کە بەردەوام دەتەوێت، هەروەها خەیاڵی ئەوە بکە کە کتو مت چی هەستێکت دەبووئەگەرپێشتر ئامانجەکەت بهێنابوایە، خەیاڵ بکە چ هەستێکی پڕ شانازی و دڵخۆشییە کە دەرەنجامی هەوڵ و تێکۆشانت دەبینی کە کردووتە بۆ بە دەست هێنانی ئامانجەکانت.

(**رۆجێر ستویاک**) دەڵێت: (باوەڕ بە خۆ بوون لە خۆوە دروست نابێت، دەرەنجامی چەندین کاتژمێر، ڕۆژ، هەفتە و ساڵی کاری بەردەوام و خۆ تەرخان کردنە)

بوێری گرنگە

ئەگەر دەتەوێت دڵخۆش بیت و باوەڕت بە خۆت هەبێت، ئەوا لەگەڵ ڕاستگۆیی بوێریش گرنگترین خەسڵەتە کە دەتوانیت هەتبێت، ئەگەر ڕاستگۆیی واتای ڕاستگۆیی بێت لەگەڵ خۆت، ئەوا بوێری واتای هەبوونی هێزێکی هزری زۆرە بۆ ئەوەی شوێن دڵت بکەویت بەرەو ئەو شوێنەی کە دەتبات. بوێری واتە هەبوونی هێزێکی وەها کە هەموو بیر کردنەوەکانی تر وەلا بنێت بۆ ئەوەی بە ڕاستی بمێنیتەوە.

(**چەرچل**) دەڵێت: (بوێری بە گرنگترین وباشترین ئاکار دادەنرێت کە هەموو ئاکارەکانی تر پشتی پێدەبەستن)

سەرکەوتن کات و خۆڕاگری و بەردەوامی پێویستە:

لێکۆڵینەوەکان دەریان خستووە کە سەرکەوتنی گەورە پێویستی بە چەند هەزار کاتژمێر لێکۆڵینەوە و ڕاهێنان هەیە، کەسانێک کە لە ماوەیەکی کورتدا سەرکەوتوو دەبن زۆر دەگمەنن.

(مالکۆلم گلاودێل) لە کتێبە پڕ فرۆشەکەیدا بەناوی (نموونەییەکان) لە ساڵی(٢٠١١) لێکۆڵینەوە چڕەکەی باسکردووە کە دەریدەخات زۆربەی کات چەند ساڵێک دەخایەنێت بۆ کەسێک تا ببێت بە کەسێکی نایاب لە بوارەکەیدا، بە گوێرەی (گلاودێل) لێهاتوویی لە هەر بوارێکدا پێویستی بە دە هەزار کاتژمێر یان حەوت ساڵ لە کاری سەخت یان پێویستی بە هەردووکیان دەبێت.

با نەوەکانت ناوت بزانن:

(ستیف هارڤی) لە کتابی (بازبدە) دەڵێ:

کوڕێکی لاو بۆ سەردانی داپیرەی چوو بۆ نەخۆشخانە، ئەو زۆر نەخۆش بوو، کاتێک لاوەکە گەیشتە نەخۆشخانە بۆی دەرکەوت کە داپیری خەریکە دەمرێت، دەستی کرد بە گریان، داپیری وتی: ئازیزم من ئامادەم ئەم جیهانە جێبهێڵم کوڕەکە وتی: داپیرە تۆ هیچت نییە و باش دەبیت، داپیرەی وتی: ئازیزم من لەم نەخۆشخانەیە بە ساغی ناچمە دەرەوە، ئێستا کاتی مردنمە، ویستی بڕوات داپیری پرسی: دەزانیت باپیرە گەورەت ناوی چی بوو؟ گوتی نەخێر، دەزانیت بۆچی؟ نەخێر، داپیرە گوتی: لەبەر ئەوەی ئەو هیچ شتێکی بۆ بە جێ نەهێشتوویت، تۆ پێش ئەوەی ئەم جیهانە بەجێبهێڵیت دەمەوێت بە جۆرێک بژیت منداڵی نەوەکانیشت ناوت بزانن.

ژیانت دیارییەکی تایبەتە بۆ ماوەیەکی دیاریکراو پێت دراوە، هەندێ کات دەبێت واز بهێنیت لە ترس و بە باوەڕ بە خۆ بوونەوە

لەو کەندەڵانە بێتە دەرەوە، تەنها ئەو کاتە دەتوانیت لە شەققەی باڵ بدەیت، کاتێک تووشی تەنگانەیەک دەبیت، نابێت بە گلەیی کردن کات بە فیڕۆ بدەیت و لە خودا بپرسیت: بۆچی من؟ ڕێگە مەدە داخستنی دەرگایەک وات لێبکات دەرگای تر تاقی نەکەیتەوە.

(**ستیف هارڤی**) دەڵێت: (ئەو دەرگایانەی کە خودا بۆت دەکاتەوە، گوزەر کردن بە ناویدا سەخت نین، ئازایەتیت هەبێت بۆ ڕۆیشتن بە نێو ئەو دەرگایەی کە خودا بە تایبەتی بۆ تۆی دەکاتەوە، ئامادە بە، باز بدە، تەنانەت ئەگەر نەشزانیت لە کوێدا دەنیشیتەوە، تەنها ئەو کاتە دەتوانیت لە شەققەی باڵبدەیت، مەهێڵە یەک شت ببێتە هۆی ئەوەی باوەڕ نەکەیت هەڵی زیاترت هەیە)

ژیان زنجیرەیەکە لە نوشوستی، بەڵام دەگونجێت هەر نوشوستییەک دەرفەتێک بێت و بتخاتە شوێنێکەوە تا بەهرەکەت بدۆزیتەوە، نوشوستییەکان کاتین، هیچ ڕوحێکی زیندوو نییە پێویست نەکا بگەڕێتەوە بۆ ئاست و پلەی جارانی، پاش ئەوەی لە ڕاڕەوی ژیانی لادەدرێت، ڕەنگە پێویست بکات زیاتر لە جارێک، دووجار، دەجار، هەوڵی گەڕانەوە بدەیت، لە گەشتی ژیانتدا پێویستە باوەڕت وابێت کە ئەو پلانەی خودا بۆتی هەیە گەورەترە لە هەر پلانێک کە تا ئێستا توانیوتە دایبڕێژیت، بەڵام بۆ گەیشتن پێی، دەبێت بە ڕێگایەکی پڕ تەنگ و چەڵەمە و دەردەسەری دا بڕۆیت، هەندێ جار ژیان ناخۆش دەبێت، بریاری نا دروست دەدەیت، شکست دەخۆیت، هیوا لە دەست دەدەیت و ڕەنگە بتەوێت کۆڵبدەیت، (بەڵام ئەگەر باز بدەیت و متمانەت هەبێت کە خودا یارمەتیت دەدات، شت نییە نەتوانیت بە دەستی بهێنیت) (**ستیف هارڤی**)

کاتێک ژیان دەتدا بە زەویدا، وەک شکست لێی مەڕوانە، ئەو کەوتنە، ئەو ئەزموونە زیادەیە کە ئێستاهەتە تا ئەزموونت زیاتر بێت ژیانت زیاتر لە برەو دا دەبێت و دەتوانیت بە سەر دەرفەتی

گەورەتـر و مەترسـیدارتردا زاڵ ببیت و پاداشـتی مـەزن بـە دەسـت بهێنیت، ئەزموونی بە نرخ بەهـای خۆی هەیـە، ژیان بـە خۆڕایی هیچ شـتێکت فێر نـاکات، دەبێت بەهاکـەی بدەیـت، تـا شکسـتەکە گەورەتـر بێت نرخەکـەی زیاتـر دەبێت، تـۆ کرِیوتـە، هـی تۆیـە، ئێسـتا دەتوانیت سـوودی لـێ وەر بگریت و لێیـەوە فێر ببیت، هیچ هەڵەیـەک هەتـا مردن مایـە پوچـت نـاکات، شکسـت کۆتایی ژیـان نییـە، شکسـت ئەزموونێکـە و پێشـتر بـە کۆتـا گەیشـتووە، تەنهـا کەوتۆتـە سـەر ئـەوەی تـۆ چـۆن ڕەفتـاری لەگـەڵ دەکەیت، شکسـت دەرفەتێکـە تـا خـۆت بناسـیت و پێـی بگەیـت، لەهـەر شکسـتێک وانەیـەک فێـر ببـە، سـات بـە سـاتی تەمەنـت وانـە گەلێکیـان تێدایـە و دەبێـت لێیانـەوە فێرببیت، ئەگـەر ڕێگـە بدەیت شکسـت و تەنگانـە تێکـت بشـکێنێت، ئـەوا لەنـاو شکسـتدا نقـوم دەبیت و پەلەقـاژە دەکەیـت، ژیـان لـە ١٠٪ی ڕووداوەکانـی لـە خـۆ گرتـووە و٩٠٪ی پەیوەسـتە بـە شـێوازی مامەڵەکـردن و ڕەفتارەکانـی تـۆوە.

(خـودا بـە هەمـوو کـەم وکوڕیەکانـەوە قبوڵـت دەکات، لەسـەر ڕێگاکـەت بـەردەوام بـە، بـە تێپەڕبوونـی کات خـودا ژیانـت دەگۆڕێت، خـودا هەمووهەڵـە و شکسـتەکانت لـە پریاسـکەیەک دەنێت و لایان دەبات **(سـتیف هارفـی)**

تەنگ وچەڵەمـەکان لـە ئاوێنـە بچوکەکـەی ناوەڕاسـتی ئوتۆمبیلەکـەت دابنـێ و فەرامۆشـیان بکـە، جامـی پێشـەوەی ئوتومبیلەکـەت گەورەیـە، ئاوێنـەی ناوەڕاسـتیش بچووکـە، هۆکارەکـەی ئەوەیـە: تـۆ ناتوانیت بـۆ پێشـەوە بئاژویت و سـەیری ئاوێنـەی ناوەڕاسـت بکـەی، ئەگـەر وا بکـەی تووشـی پێکدادان دەبیت، جامـە گەورەکـە بـۆ خەونـە گەورەکانـت بـە کار بهێنـە تـا ژیانـت بـەرە و پێـش ببەیـت، **(سـتیفن هارفـی)**

جیـاوازی نێـوان کەسـە سـەرکەوتووەکان و خەڵکـی تـر: جیـاوازی ئەوەیە کـە تـا چەنـد بـە ڕاسـتی و بـە دڵ گەرمـی باوەڕیـان بـە خەونەکانیانـە، بـەو

خەون و بیرۆکە سەیرانە ڕۆژێک بە ناو بانگ دەبیت، زەنگین دەبیت، لە هاوینە هەوارێکدا دەبی بە خاوەنی ڤیللەیەک، دەتوانی بژێوی بۆ نەوەکانت دابین بکەیت، کەلەپورێک بۆخۆت پێکەوە بنێیت، دەبیت بە باشترین قوتابی پۆلەکەت، دەبیت بە بەڕێوەبەری کۆمپانیایەک، بهێنە پێش چاوت ودەستیان لێ هەڵمەگرە، باوەڕت بەوە هەبێت کە لە خەیاڵتدا دەیبینیت، ئەو شتەی بەردەوام لە خەونتدا بێت بە دی دێت، بەڵام پێویستە باز بدەیت، لە ژیاندا شتە مەزنەکان بەردەست نین و بە ئاسانی نادۆزرێنەوە، کاتێک دەیاندۆزیتەوە بە ئاسانی بە دەستیان ناهێنیت، ئەڵماسەکان لە سەر زەوی نەڕژاون، مرواریییەکان لە سەرگژو گیا دانەنراون و چاوەڕێی تۆبن، ئەلماسەکان لە ناو جەرگەی زەوی دەدۆزرێنەوە، مرواریییەکان لە قوڵایی دەریادان، ئەگەر شتی زیاترت لە ژیان دەوێت ناتوانیت بە بێ کۆشش و ڕەنجکێشان بە دەستی بهێنیت، ئەگەر چەندین میل زەوی هەڵنەکۆلیت و کاری سەخت و ماندووکەر ئەنجام نەدەیت، هەرگیز نەوت نادۆزرێتەوە، هیچ شتێک کتو پڕ بە دەست نایەت، ئەگەر هەوڵ نەدەیت بە دەستی ناهێنیت، هەرگیز سەرکەوتنی ڕاستەقینە سەخت نییە بەڵام دەبێت هەندێک کارو هەوڵی بۆ بدەیت، ئەگەر هەوڵ نەدەیت سەرکەوتوو نابیت، متمانەم پێ بکە شایەنی ئەوەیە هەوڵی بۆ بدەیت.
(**براون جاکسۆن**) دەڵێ: (کاتێک تووشی شکست بوویت بە ڕوویەکی گەش باوەشی بۆ بکەوە)

دەست بکە بە ژیان

(**ستیڤن هارڤی**) دەڵێت: شەوێک لە شاری (میمفس) لە یانەیەکی شەوانە بەرنامەیەکی هزلی (قۆشمە چێتی) م نمایش دەکرد، خانمێکی شۆخ و شەنگ و دڵڕفێن هاتە ژوورەوە، هێندە سەرنجراکێش بوو ئەو

نوکتەیەم لە بیر چووەوە کە خەریک بووم دەمگێڕایەوە، ئەو ساتەی کە چاوم پێی کەوت زانیم کەسێکی تایبەتە، بە دەست ئاماژەم بۆ کرد و گوتم: ببورە دەزانم تۆ من ناناسیت، بەڵام بڕیارمدا ڕۆژێک هاوسەرگیریت لەگەڵ بکەم، پێکەنی گوتی: تۆ من ناناسیت؟ ئەو کاردانەوە خێرایەم زۆر بە دڵ بوو دەستبەجێ بۆم دەرکەوت بە ڕاستی هاوسەرگیری لەگەڵ دەکەم، ئەو ئافرەتە ناوی (**مار جوری**) بوو، دوو شەو دواتر لە نمایشێکی دیکەی خۆمدا بینیمەوە و لەگەڵی دانیشتم، ئەوەی سەرنجی ڕاکێشام ژیری و تێگەیشتوویەکەی بوو، زەردەخەنە و پێکەنینەکەی چووە دڵمەوە و بوینە هاوڕێ و پاشان بوو بە دایکی منداڵەکانم، ئەوەیە هێزی بڕیاردان،
(**براون جاکسۆن**) لە کتابی (ئامۆژگارییە بچووکەکانی ژیان) دەڵێ(بوێر بە، تەنانەت ئەگەر واش نەبی، وا خۆت نیشان بدە کە بوێری، کەس ناتوانێت جیاوازی نێوانیان دەست نیشان بکات)

ڕێز گرتنی ئەوانی دیکە و پەسند کردنیان: هەندێ کەس هەوڵ دەدەن خەڵکانی تر بگۆڕن و بەو شێوەیەیان لێبکەن کە خۆیان دەیانەوێت، ئەوانە دواتر تووشی بێ ئومێدییەکی زۆر دەبن، چونکە هەموومرۆڤێک کۆمەڵێک بەها و بیر و باوەڕ و توانای تایبەت بە خۆی هەیە کە توانای ئەوەی پێدەبەخشن بە شێوازێکی دیایکراو ڕەفتار بکەن، تووڕە مەبە کاتێک ناتوانیت کەسانی دیکە بگۆڕیت بەو شێوەیەی کە خۆت دەتەوێت، چونکە لە ڕاستیدا تۆ بە ئاسانی ناتوانیت خۆشت بەو شێوەیە بگۆڕیت کە خۆت دەتەوێت.
(من ناتوانم وەک ئەو بکەم، بەڵام پێزانین و ڕێزم هەیە بۆی) (عادل شاسواری)

ـ لە پشت هەر ڕەفتارێک چەند نیازێکی باش هەیە: ئەگەر لە دزێک بپرسیت بۆ چی دزی دەکەیت؟ ڕەنگە وەڵامەکەی ئەوە بێت بڵێت:

دەمەوێت بژێوی خانەوادەکەم دابین بکەم، یان بۆ ئەوەی ئوتومبیلێک بکڕم، یان بۆ ئەوەی ئاستی گوزەرانی خۆم بەرز بکەمەوە، لێرەدا بۆت دەردەکەوێت کە نیازەکانی باش بوون، بەڵام بە هۆی ڕەفتارە خراپەکەوە خراوەتە زیندانەوە، بۆیە پێویستە تۆ وەک پەیڕەوکەرێکی ئەندازەی دەروونی هەمیشە ڕەفتارەکانی کەسێک لە نیازەکانی جیا بکەیتەوە چونکە ڕەفتاری کەسێک خودی کەسەکە نییە.

دیاریکردنی ئامانج: پێویستە سەرەتا ئامانجەکەت بە وردی دیاری بکەیت و ئارەزوویەکی ڕاستەقینەشت هەبێت بۆ گەیشتن بەو ئامانجە، ڕێگای خێراتر و زانستی شێوازی (لاساییکردنەوەیە)، دەبێت ئەو کەسە بدۆزیتەوە کە هەمان ئامانجی هەبووە و توانیویەتی بە سەرکەوتوویی پێیبگات، پاشان لاسایی شێوازەکەی بکەیتەوە و هەنگاوەکانی ئەو دووبارە بکەیتەوە تا هەمان ئەو ئامانجانەت دەست بکەوێت کە ئەو پێیان گەیشتووە، (ئەگەر هەر مرۆڤێک توانای بە سەر هەر شتێک دا بشکێت ئەوە دەکرێت هەر مرۆڤێکی دیکەش ئەوشتە بێت و بیکات.

مرۆڤ مافی هەڵبژاردنی هەیە : **(براون جاکسۆن)** دەلێ: هەموو کەس سەرپشکە لەوەی کە شادومان، ئازاد، خۆشبەخت و سەرکەوتووبێت یان نا، چارەنووسی هیچ کەسێکیان پێشوەختە دیاری نەکردووە، ئەگەر وا بوایە ئەوە ئێمە بە هیچ جۆرێ مافی ڕەخنەگرتن و ستایش و پیاهەڵدانمان نەدەبوو، چونکە ئەو کاتە تەنیا ئەرکێک کە لە سەرمان دەمایەوە ئەوە بوو کە وەکو شانۆکارەکانی سەر سەکۆی شانۆ ئەو ڕۆڵە بگێڕین کە بۆیان دیاری کردووین، هەڵبەت هەموو کەسێ دەتوانی ڕۆڵی خۆی بە باشی بگێڕێت بە مەرجێ لە هەموو حاڵەتەکاندا لە یاد نەکرێن، ئەوەش بزانن کە بە ویست ومیهرەبانی ئەو نەبێت هیچ کەسێ ناتوانێ هیچ کارێ بکات، (چاوەڕوانی ئەوە مەبە ژیان هەمیشە لە سەر پاژنەیەکی باشدا بۆت بسوڕێ.

(**ئەنتۆنــی ڕابینــز**) لـە کتابـی (هەنـگاوی بچـووک بـەرەو سـەرکەوتنی مـەزن) دەڵـێ:

هەنگاوی سادە و بوێرانەی پیاوێک مایەی بێدارکردنەوەی وپژدانی نەتەوەیەک بوو، کاتێ کە (**سام لال بود**) یەکێ بوو لە خزمەتچییەکانی کەشتی (ماریانا لویزا) گیانی خۆی بۆ تۆمارکردنی فیلمی (بریندار بوونی دۆلفینەکان) بە هۆی ڕاوە ماسییەوە خستە مەترسییەوە، ساڵی (١٩٩١) گەورەترین کارخانەی بەرهەم هێنانی لە قوتونانی ماسی و ڕایگەیاند چیتر ئەو ماسییانەی بە تۆڕ ڕاو کراون لە قوتوو نانرێن، دوای چەند کاتژمێرێک کارخانەی دیکەش ئەم هەواڵەیان ڕاگەیاند، ئەگەر چی ئەم ململانێیە هێشتا بەردەوامە، بەڵام هەوڵی ئەم پیاوە بێگومان مایەی ڕزگار کردنی گیانی هەزاران دۆلفین و هاوسەنگی ئیکۆ سستەم بوو، (ئێوە بە کەمێ داهێنان و بوێری دەتوانن چ هەنگاوێک بۆ گۆڕینی ژیانی کەسانی تر و تەنانەت خەڵکی دونیا بنێن)، بۆ یەکلاییکردنەوەی کێشەکان دەبێت پەی بەو ڕاستییە ببەین کە بەرئەنجامی کارەکانمان لە پلانی بچوکەوە سەر هەڵدەدەن کە ئێمە وەک تاک، خێزان، کۆمەڵگا، نەتەوە، یان جۆری مرۆڤ دایدەنێین، ڕێگا گەورەکان سەرەتا بە هەنگاوی بچوک و لاوەکی دادەڕۆن بەڵام هەمیشە کەسانێک هەڵدەکەون هەنگاوەکانیان گۆڕانکاری گەورەی جیهانی بە دوای خۆیاندادەهێنن، (زالبوون بەسەر کێشەکان) داوەک دەرچوونتانە لە تاقیکردەوەیەکی قورس کە کەسایەتی ئێوە پێک دەهێنێت. ڕەنگە پێت وابێت (**دایکە تریزا**) هەر بە پاڵەوانی لە دایک بوو، بەڵام ئەو لە بەشێکی تا ڕادەیەک ئەشراف نشیندا ڕاهیبەیەک بوو، ڕۆژێک ڕێی دەکەوێتە شوێنێکی هەژارنشینەکان، شەوێک دەنگی گریانی ژنێکی بیست لەسە ڕە مەرگدا بوو، ئەو بۆ هاوکاریکردنی چوو بۆ لای تەواوی نەخۆشخانەکان گەڕا بۆ چارەسەرکردنی بەڵام

سەرەنجام ئەو لە ئامێزی دایکە تریزادا مرد، ژیانی ئەو گۆڕا، ئەو لە ساتێکدا بەڵێنی بە مەلەکوتی چارەنووس دا کە نەهێڵێت هیچ کەسێک لە نزیک ئەوەوە بە بێ ڕێز و عەشق لە دونیا دەربچێت، (هەتا زیندوون بژین) هەموو کارێک ئەزموون بکەن، گرنگی بە خۆتان و هاوڕێکانتان بدەن، سەر گەرمیتان هەبێت و کاری سەیر و سەمەرە ئەنجام بدەن، بڕۆنە دەرەوە بگەڕێن، بە هەر شێوەیەک بێت ناچارن ژیان بکەن، هەوڵبدەن چێژ لە کاتەکانتان و ساتەکانتان ببینن، پەند لە هەڵەکانتان وەربگرن، هۆکاری کێشەکانتان بدۆزنەوە و چارەسەریان بکەن، هەوڵ مەدەن کامل بن، بەڵکو نموونەیەکی تەواو عەیاری مرۆڤێک بن.

(**ئەنتۆنی ڕابینز**) دەڵێ: (بە دوای پاڵەواندا مەگەڕێن، بەڵکو ببنە یەکێ لەو پاڵەوانانە)

(خۆشەوبستی لێهاتووییە ، هەندێ کەس هەن خۆشەویستی دەخەنە دڵی کەسانی ترەوە)

(ئیمات فاکس) دەڵێ: (ئەگەر بەشی خۆت خۆشەویستی بکەیت، ئەوە دەبیتە بە هێزترین مرۆڤی ئەم دونیایە)

هەر لە میانەی خۆشەویستییەوە کەسەکان بە قایلی کاردەکەن و لە کارەکانیاندا شارەزا و کارامە دەبن، درەختەکانی خۆشەویستی لە چوار دەوری خۆت بڕوێنە، ئەمڕۆ درەختێک بڕوێنە، بەیانی لە سێبەرەکەیدا دەنویت، هەرچی بە سەربردنی ژیانە لە ناو کێشە و ناخۆشیدا، ئەوە ترس لە ناخی مرۆڤەکاندا دەچێنێت، ترسیش وەها لە مرۆڤەکان دەکات بە لەرزیوی و دوودڵی کارەکانیان بکەن و بەوەش دەکەونە هەڵەوە.

(هۆراس) دەڵێ: (هەرکەسێک لە ترسدا ژیان بە سەر ببات هەرگیز ئازاد نابێت)

ئەگەر دەتەوێت هاوریێ بۆ خۆت دروست بکەیت، دەستی هاوڕێکانت بگرە و لەگەڵ خۆت بیانبە بەرەو قەڵای سەرکەوتنەکانت، بەوەش خۆت لە ئێرەییەکان دەپارێزیت و خۆشەویستییان بە دەست دەهێنیت، ڕاوچی هەمیشە لە ژینگە و کەش و هەوای شوێنی ڕاوکردنەکەی دەکۆڵێتەوە و کاتی شیاو هەڵدەبژێرێت بۆ ڕاوکردن، جۆری ئەو ڕاوە دیاریدەکات کە دەیەوێت، چەشەی شیاو هەڵدەبژێرێت.

(**عائشە زاهر**) لە کتابی (لاتکن ضد نفسک) دەڵێ:

چەشەی ماسی بریتییە لە کرم کە ماسی حەزی لێیەتی، خۆ ئەگەر کرم لای ئێمە قێزەونە، بەڵام بۆ ڕاو کردنی ماسییەکی بە لەززەت بە کاری دەهێنین، مەبەست لەو نموونەیە مامەڵە لەگەڵ کەسانی دیکە لە میانەی ئەو شتانەوە بکەین کە ئەوان حەزیان لێیەتی نەک ئەو شتانەی خۆمان حەزمان لێیەتی، ئەگەر چی ئەو کارە ئازار بەخش و مایەی قێزیش بێت.

(پەیام و خەون و ئامانج)

ئەو کەسەی پەیام و خەون و ئامانجی هەیە وەک کاپتنێکە سەرکردایەتی کەشتیەک دەکات و کاڵا لە نێوان وڵاتاندا دەگوازێتەوە، بەندەرە باشەکان و بەندەرە خراپەکان شارەزایە، شوێنی چەتە دەرياييەكان دەزانێت و دەشزانێت کەی زریان و ڕەشەبا هەڵدەکات و چۆن بەرەو ڕوویان دەبێتەوە، هەروەها دەزانێت چۆن دەریاوانەکان بەڕێوەببات و لە کاتی پێویستدا پەیوەندیان پێوە بکات، بەو جۆرە ئەو کەسە لە ئاراستە و ئامانجەکانیدا بەرچاوی ڕۆشنە، بەڵام ئەوەی پەیام و ئامانجی نییە نازانێ کەشتییەکەی ڕوپکردۆتە کوێ، هیچیش لە بارەی چەتە دەرياييەكانەوە نازانێ لە کەش و هەوا نەزانە، لە بەڕێوەبردنی کەشتییەکان کۆڵەوارە، کەواتە ئەو کەسەی پەیام و خەونی نییە هەمیشە لە بەردەم هەڕەشەی هەژانی کۆمەڵایەتی و کارەساتی دارایی و پشێوی دەروونیدایە.

خـــــەون:

ئـەوە بزانـە کـە خـەون لـە ئامانجـە سـتراتیژییەکانتە، واتـە ئامانجـە دوورەکانت، ئـەو شـتەی کـە نەخشـە و پلانـی بـۆ دادەنێیت کـە سـبەینێ بیکەیـن، یـان لـە مـاوەی ئـەو هەفتەیـەدا بیکەیـن ئـەوە ئامانجـی کـورت هاوێژە ئـەوەی نەخشـە و پلانـی بـۆ دادەنێیت بـۆ ئـەوەی چەنـد مانگـی داهاتـوو یـان سـاڵی داهاتـوو بیکەیت ئـەوە ئامانجـی مـام ناوەندییـە، ئـەو شـتەی نەخشـە و پلانـی بـۆ دادەنێیت بـۆ ئـەوەی ٢ تـا ٥ یـان ١٠ سـاڵی تـر بیکەیـت ئـەوە ئامانجـی دوورە یـان سـتراتیژییە، ئامانجـە دوورەکان ڕۆحـن، ئامانجـە کورتـەکان دەسـتکەوتەکانیان کەمتـرە لـەوەی کـە پلانیـان بـۆ داناوە، بـەڵام نەخشـە و پلانـی درێـژ خایـەن دەسـتکەوتەکانیان زیاتـر دەبێت لـەوەی نەخشـە و پلانیـان بـۆ دانـاوە، واتـە پلانـی کـورت و مـام ناوەنـد ٪٥٠ ی ئامانجەکـەت دێنێتـە دی، بـەڵام پلانـی درێژخایـەن ٪١٢٠ -١٥٠ ی ئامانجەکـەت دەپێکێت.

دە ڕێگەی پراکتیکی دڵنیا بۆ بە کێشکردنی ئەوەی دەتەوێت:

١- فێـری ژیانـی خـۆش ببـە: خەڵـک بەشـێوەیەکی ئۆتۆماتیکـی ئـەو شـتانە بـە کێش دەکـەن کـە دڵیـان دەیەوێت، بـەڵام زۆر جـار ئـەوەی دەتەوێت شـتێکی بـاش نییـە چونکـە زۆربـەی خەڵـک نازانن باشـیەکان لـە ژیانـدا چیـن، بۆیـە پێویسـتە سـەرەتا ژیانێکـی بـاش دەسـت نیشـان بکەیـت و بزانیـت چـی دەگەیەنێت، فێـری هونەرەکانـی ژیـان بـە، بـۆ ئـەوەی لـەو ڕێـگا فراوانانـەی بەردەمتـدا بزانیـت چیـت دەوێـت، ئـەو کەسـە وا دەزانێـت دنیـا یـان ژیانێکـە بـە دڵـی دۆسـت یـان مردنێکـە دوژمـن پەسـت دەکات، ئـەو کەسـە بـەردەوام یـان لـە مەینەتیدا دەژی، یـان دەمرێـت، کەواتـە دنیـا بـە بـێ هەبوونـی ڕێگـەی جـۆراو جـۆر و تەنگەبـەری و خـەم و مەینەتیەکـی بـەردەوام و هەبوونـی ڕێگـە جـۆراو جۆرەکانـی فـراوان دەبێـت.

٢. لە نێو ڕێگە باشەکاندا ڕێگەی خۆت هەڵبژێرە: ڕێگەی زۆر و جۆراو جۆر بۆ مرۆڤ و بۆ زەوی و بۆ گەردوون فەراهەمکراوە، دەتوانین باشترینی ئەو ڕێگا ڕەخساوانە هەڵبژێرین، خەڵکانی سەرکەوتوو و بەختەوەر دەتوانن باشترین ڕێگای ڕەخساو هەڵبژێرن، فێر ببە بە خۆت ڕێگاکان دروست بکەیت و بدۆزیتەوە و دواتر یەکیان هەڵبژێرە، هەرگیز مەبە قوربانی واقیع و هەڵ و مەرج و یەک ڕێگا، یان ڕێگای کەم، لێبگەڕێ با ڕێگا باشەکان لە بەردەمتدا کراوەبن و زۆر بن و تۆش لە نێوانیانیاندا باشترینیان هەڵبژێرە.

٣. بە وردی ئەو شتە دیاری بکە کە دەتەوێت، پێویستە ڕێک ئامانجەکەت دیاری بکەیت، هەرگیز وشەی نامەوێت بەکار مەهێنە، بۆ نمونە مەڵێ نامەوێت تووشی دڵە ڕاوکێ بم، یان نامەوێت هەژار بم، ئەو شتە بڵێ کە دەتەویت ئامانجی گەورە و نا ڕوون دیاری مەکە، بۆ نمونە: کەسایەتییەکی باش بەو شتەکان وورد بکەرەوە و بڵێ دەمەوێت لە شرۆڤەی ڕەهەندەکاندا ببمە کەسێکی پرۆفیشناڵ.

٤. ڕاوێژ بە خەڵک بکە و لێ ڕابمێنە: ئامۆژگاریت دەکەین لێڕامان و ڕاوێژت هەبێت، بە بەردەوامی توێژینەوەی باش ئەنجام بدە، بۆ گەیشتن بە ئامانجەکەت لە خۆت بپرسە بەو کارە چ شتێک لە دەست دەدەم؟ کێ ڕەنگە زیان بکات ئەگەر ئەوەم بەدی هێنا؟ ئەگەر وەڵامت لا دروست نەبوو ڕاوێژ لەگەڵ ناخی خۆت بکە، ئەگەر نەگەیشتییە قەناعەت ڕاوێژ بەو کەسانە بکە کە متمانەیان پێدەکەیت، هەرگیز ڕاوێژ بە کەسانی فاشل و شکست خواردوو و ڕەشبین مەکە، دواتر لەسەر بنەمای توێژینەوە و لێڕامان و ڕاوێژکرنەکە بڕیار بدە.

٥. بینینی لوتکەی گەیشتن بە ئامانجەکەت دیاری بکە: دوای دیاریکرنی

ئامانجەکەت و بینینی ئەو ئامانجە، وێنەکەی دیاری بکە، بۆ نمونە: ئەگەر بڕوانامەی زانکۆت دەوێت بڕوانامەیەک دروست بکە و بە دیواری ژوورەکەت هەڵیواسە، پێویستە پێش ڕوودانی شتەکە وێنەکەی ببینیت، جلی زانکۆ لەبەر بکە و کڵاو بخە سەرت و وادابنێ کە ڕاگری کۆلێژ بڕوانامەکەت پێدەبەخشێ و چەپڵەرێزانە و پیرۆزباییە، ئەوە بەرنامە ڕێژییە و کاراکردنی یاسای کێش کردنە.

٦- مەشقی یاسای بە کێشکردن جێبەجێ بکە: ڕاهێنانی ٢١- ١٤بکە، واتە ٢١ جار بۆ ماوەی ١٤ ڕۆژ ڕستەیەکی جەختکردنەوە دەست نیشان بکە بۆ بە کێش کردنی ئامانجەکەت، لەسەر نموونەی (من ئێستا دەرچووی زانکۆم لە زانستی کۆمپیتەر) هەر چەند قوتابی، بەڵام ئامانجەکەت با بۆ ئیستا بێت نەک ئاینده، یان ڕابردوو، پێویستە ئامانجەکەت ئەرێنی بێت و نەرێنی تێدا نەبێت، وەک (نامەوێ بەبێ بڕوانامە ژیان بەسەر بەرم) یان (لەمەودوا تەمبەڵی ناکەم لە بەدەست هێنانی بڕوانامەی زانکۆدا) ڕەنگە کاردانەوەکەت نێگەتیڤانە بێت وەک بڕوا ناکەم یان مەحاڵە، ڕەنگیشە بێلایەنانە بێت وەک دەی خوایە یان ئەگەر خوا بیەوێ، ڕەنگیشە ئەرێنی و پۆزەتیفانە بێت وەک بە دڵنیایەوە یان ئەبێ ببێ، ئەم مەشقە ٢١ ١٤ تەنها یەک جار تەواو بکە، چونکە دووبارە کردنەوەی ئەم مەشقە بەڵگەیە لەسەر ڕاڕایی و دوودڵی، کەسیش لەو مەشقە ئاگادار مەکەرەوە هەتا تەواوی دەکەیت، بە نهێنی بیهێڵەوە بۆ ئەوەی متمانە لە دەست نەدەی.

٧- نزا بکەو مەسەلەکە لە یاد بکە: ئەو شتە بڵێ کە دەتەوێت وەک خوایە سەرکەوتن و بڕوانامەم لە زانستی کۆمپیتەردا بۆ فەراهەم بکە، متمانەت بە گیرا بوونی نزاکەت لای پەروەردگار هەبێ کە

دێتـە دی و پاشـان مەسـەلەکە لەبیر خـۆت ببـەرەوە، بیرکردنـەوەی زۆرت لـە بەدیهێنانـی داواکـەت بەڵگەیـە لەسـەر هەبوونـی گومـان، بـەڵام لارییـەک نییە لـە بینینی سـەرکەوتنەکەت بە بەردەوامی، چونکە تەنها ئـەوە ئامانجەکـەت بە کێش دەکات و بەرنامەڕێژییەکـەت تۆکمە دەکات، بـە گومـان مەبـە چونکـە لـە فەرمـوودەی پێغەمیـەردا هاتووە (ادعـوا اللـه وانتـم موقنـون بالاجابـە) واتـە داوا لـە خـودا بکـەن و متمانەتـان بـەوە هەبێت کـە نزاکەتـان گیـرا دەبێت.

٨- پلانێکـی کار بـۆ خـۆت دابنـێ: یاسـای بـە کێشـکردن تەنهـا کاری ئەوەیـە کـە دەرفەتەکانـت بـۆ بـە کێـش دەکاتـن، بـەڵام کاری ئـەو نییە ئاواتەکانت بهێنیتـە دی، وریای ئـەم خاڵە بە، هەرچی تا ئێستا کردووتـە جەختکردنـەوە بووە لـە سـەر بە کێشکردنی دەرفـەت بۆ لای خـۆت بـە مەبەسـتی بەدیهێنانـی ئـەو شـتەی کەدەتەوێت، بـەڵام هیچیش ڕوویـنـەداوە، کەواتـە بـەر لـە هەمـوو شـتێک دەبێت پلانێکی دروسـتت هەبێـت بـۆ ئـەوەی کاتـت بـە فیـڕۆ نەچێـت و ڕێگەکـەت ڕوون بێـت.

٩- بەرنامـەی جێبەجێکردن و بە دواداچـوون بۆ خۆت دابنـێ: پیاوێکی جوولەکـەی ئاییـن پـەروەر لـە بەریتانیـا هەمـوو ڕۆژێـک لـە خـودا دەپاڕایـەوە کـە پلیتێکـی بەختـی بـۆ دەربچێـت، تـا شـەش مانـگ بـەردەوام داوای دەکـرد، تـا ڕۆژێـک دەنگێـک لـە ئاسمانەوە هـات و پێـی وت: پلیتـت کڕیـوە؟ نەخێـر، تـۆ جـارێ بـڕۆ پلیتەکـە بکـڕە، زۆر کـەس هـەن داوای شـت دەکـەن، بـەڵام خۆیـان هیـچ شـتێک ناکـەن بـۆ بەدەسـت هێنانـی ئـەو شـتەی داوای دەکـەن، ئـەوان چاوەڕوانـن لـە ئاسـمانەوە بۆیـان بنێردرێتـە خـوارەوە.

- پیاوێکـی زۆر ئاییـن پـەروەر لـە گوندێـک هەبـوو، ڕۆژێـک لافاوێـک هەڵـدەکات هەمـوو گوندەکانـی دەوروبـەری ئـەوان دادەپۆشـێت، زەنگی

وریـا کردنـەوە دەگاتـە گوندەکـەی ئـەوان بـۆ ئـەوەی چۆلـی بکـەن، خەڵکەکە هەمـوو دەردەچـن تەنها ئەو پیاوە نەبێت و دەڵێت: مـن نـاڕۆم خـودا دەمپارێـزێ، خەڵـک زۆر تکاو ڕەجـای لێدەکـەن هـەر دەڵـێ خـودا دەمپارێـزێ، ئـاو بـەرز دەبێتـەوە بـۆ نهۆمـی دووەمـی ماڵەکـەی، تیمـی فریاکەوتـن بـە بەلـەم دێـن داوای لێدەکـەن لـە گەڵیـان بێـت تـا ڕزگاری بکـەن، ئـەو هـەر دەڵێـت خـودا دەمپارێزێـت، ئـاو هـەر بـەرز دەبێتـەوە دەچێتـە سـەر بانـی سـەرەوە، هەلیکۆپتـەر دێت بـەدوای خەڵکـی دەگـەڕێ بـۆ ڕزگارکـردن، داوای لێدەکـەن دەسـت بـەو گوریسـە بگـری شـۆڕی دەکەینـەوە، هـەر مل ناداو دەڵێت خـودا دەمپارێزێت، ئـاو بـەرز دەبێتەوە و دەچێتـە نـاو دەمـی، ئەوسـا هـاوار بـۆ خـوا دەکات خودایـە بگـەرە فریـام و بمپارێـزە، دەنگێـک لـە ئاسمانەوە دێت دەڵێت: (ئـەرێ زەنگـی وریـا کردنـەوە، ئوتومبێل، بەلـەم، فرۆکـە) هەموومـان نـە نـارد بـۆ ڕزگار کردنت و پاراستنت؟ چۆن چۆنـی دەتەوێت خـودا بتپارێزێت و ڕزگارت بـکات، تـۆ دەسـت بکـە بـە جێبەجێکردنـی پلانـی خـۆت بـۆ گەیشـتن بـەو شـتەی دەتەوێت، بەرنامەیەکی ورد و تۆکمـە بـۆ خـۆت دانـێ و ڕێگەیـەک دابنـێ بـۆ بـە دواداچوونـی، خـوداش بـە هاناتـەوە دێـت و سـەرکەوتوت دەکات، خـودا دەڵـێ: (لەتـۆ حەرەکـەت لـە منیش بەرەکـەت)

پـلان بـۆ دوای ئـەوەش دابڕێـژە: زیرەکـی لـە وە دایـە ئاسـۆ بـە دی بکەیت، لـە کۆتاییـەوە دەسـت پێبکـە، لـە مێشـکی خۆتدا پلانـی پێشـوەخت و پلان بۆ دوای ئامانجەکـەت دابنـێ، پرسـیار لـە خـۆت بکـە ئەگـەر ئـەو ئامانجـەم بـە دی هـات چ شـتێکی

گرنگـم بـۆ مەیسـەر دەکات؟ ئـەی دوای ئـەو؟ بـە خـۆت وەڵامـی خـۆت بدەرەوە، پاشـان ئـەو وەڵامانـە بکـە بـە داوایەکـی دیاریکراو و لوتکەیەکی ڕۆشـن و پلانێکـی تۆکمـە، فێـری نەخشـە ڕێـژی تاکـە کەسـی سـتراتیژی ببە.

عەقڵی سەرکەوتوو چییە؟ بریتییە لە حالەتێکی پرۆفێکت کە تیایدا عەقڵ کار دەکات و کەشێک دەرەخسێنێت کە پشتیوانی لە بیر کردنەوە و ڕەفتاری سەرکەوتوانە دەکات و کارایان دەکات، هەروەها هانی بیر وباوەڕە پۆزەتیفەکان دەداتو چالاکیان دەکات وهانیان دەدات بە سەر نیگەتیفەکان و متمانە بەخۆ نەکردن و ترس و شەرمدا زالدەبێ.

هەشت وشەکەی عەقلی سەرکەوتوو:

١- ڕوونی: سەرەتا پێویستمان بە ڕوونی دی دو ئامانجەکانمان هەیە، پێویستە ئەو شتانە دیاریکراو بن، بۆ ئەوەی بە سوود و پراکتیکی بن، ئەوسا جەخت دەکەینە سەر کۆمەڵێک ئامانج و مەبەستی ڕوون و ئاشکرا،، ئەگەر نەزانین بەرەو کوێ دەچین، یان دەمانەوێت چ ئامانجێک بپێکین هیچ سەرکەوتنێک لە ئارادا نابێت.

٢ – پابەند بوون (التزام): دەبێت وا بەستەی ئامانج و مەبەستەکانمان بین و لەو وابەستەیە لا نەدەین، هەروەها ئامادەبین هەرکارێک بکەین و گوێ نەدەین بەو ئاستەنگانەی دێنە ڕێمان لە کاتی ڕۆیشتن بەرەو ئامانجەکانمان.

٣- ڕێگاکان: لە گەشتی سەر ڕێگای سەرکەوتندا پێویستە کۆمەڵێک ڕێگای شیاو هەبن لە بیر و باوەڕ و لێکدانەوە و شێوازەکانماندا و لە ستراتیژ و ڕەفتارەکانماندا، ئەو ڕێگایانەی دەیان گرینە بەر لە هەر هەنگاوێکدا بریتین لە بەرە و پێشوە چوونی یەکلاکەرەوە لە هەوڵ و چالاکییەکاندا.

٤- ڕاستکردنەوە: هیچ شتێک لە دونیادا پرۆفێکت نییە، لە سەر ڕێگای گەیشتن بە ئامانجەکانمان، پێویستمان بە چەندین ڕێککردنەوە هەیە هەر کاتێک ڕێگامان لێ چەواشە بێت، پێویستە

ئەو وانانەی لە ئەزموونی واقیعی ژیانەوە وەری دەگرین، پەندیان لێوەربگرین بۆ چاککردنی ڕەفتارمان و لێکدانەوەکانمان و هەندێک جار هەڵوێستەکانمان.

٥- کەسێتی: عەقلی سەرکەوتوو پێویستی بە بەردەوامی هەیە لە گەشەکردن لە هەموو بوارە شیاوەکاندا بە تایبەتیش بوارەکانی کەسێتیدا، ئەمە ئەوە دەردەخات کە ئێمە کێین و دەبین بە چی؟ چونکە مرۆڤایەتی و هێزی ئێمە لە کەسایەتیمانەوە سەرچاوە دەگرن و بە بێ ئەو کەسایەتییە هیچ هەست و سۆزێکمان نامێنێت.

٦- جێگیری: عەقلی سەرکەوتوو دان بەو ڕاستییانە دا دەنێت کە هەوڵی تۆکمە و نەگۆڕە دوا جار بە ئاکام دەگات، تاکە جیاوازی نێوان خەڵکانی مامناوەندی و خەڵکانی سەرکەوتوو بریتییە لە ٥٪ ی کردە نەگۆڕەکان.

٧- نەرم و نیانی: ڕەنگە کەسانێک بە لایانەوە سەیر بێت، بەڵام نەرم و نیانی زۆر پێویستە بۆ سەرکەوتن، ئەرک و فەرمانەکانمان وەک مرۆڤ ئەوەمان لێدەخوازن کە ڕێز لە خەڵکانی تر بگرین، بە بێ ئەوەی چاوەڕوانی هیچ بەرامبەرێکیان لێبکەین، لە ڕاستیدا ئێمە ئەوە دەچنینەوە کە خۆمان بەخشیوە.

٨- متمانە: پێویستە متمانەمان بە خۆمان و بە تواناکانمان هەبێت، دەبێت بزانین کە دەتوانین چ بکەین و چ شتێکیش ناتوانین بیکەین، توانای متمانە بزوێنەری عەقلی سەرکەوتووە، چونکە ئەو توانایە ڕێگاکانی پەیوەندیکردن بە کەسانی دیکەوە دەخولقێنێت لە ڕێگەی توخمەکانی ئەقڵەوە، بۆ ئەنجامدانی هەر ئەرک و چالاکییەک.

چۆن ئەتوانی بە توانایەکی کەم بەرهەمێکی زۆر بە دەست بێنیت؟

هۆکارەکانی سەرکەوتن و ناو بانگ پەیداکردن و بڵاوبوونەوە و

بازاڕگەرمی و برەو سەندنیان بێگومان دەگەڕێتەوە بۆ کەسێک یان چەند کەسێکی ژیر و دانا و دارای هێز و توانا و خاوەنی بیر و سەلیقەیەکی کەم وێنە کە بە ئاشکرا، یان لە پشت پەردەوە نەخشە کێشی و پلان دانان ئەدەن و وردبینانە هەموولایەن و دیوی کارەکان تاوتوێ دەکەن و ئەیخەنە بەرباس و لێکۆڵینەوە، ئەوانە پێش زەمەن دەکەون یان لە گەڵی دەڕۆن، ئەوانە سیمای کۆمپانیاکانی بازرگانی و کارگەکانی پیشەسازی و بانک و دامەزراوە گشتی و حیزبییەکانی ئەوروپا و ڕۆژاوایە.

وتەی هەندێ لە پیشەنگەکان:

(**هینری فۆرد**) دەڵێت: (خاوەن ئیش کرێ و پارە نادات، چونکە خاوەن ئیش هەر خەریکی یاری کردنە لەگەڵ پارە، بەرهەم هێنەر خۆی کرێ ئەدات)

(**جاک ویلشی**) سەرۆکی کۆمپانیای (جەنەراڵ ئیلکتریک) دەڵێت: هەتا خۆمان نەخەینە پرۆسەی فێربوونەوە چ لە ناوەوە یان لە دەرەوەی کۆمپانیا، بەرهەمی چاکمان هەرگیز دەست ناکەوێت)

(**سۆن تزۆ**) ڕاهیبی چینی ناسراو لە کتێبی (هونەری جەنگ)دەڵێ:
(خۆت و دوژمنەکەت بناسە، لە سەدان شەریشدا بیت تووشی زیان نابیت) (**صلاح الراشد**)

(بینما غزت امریکا الفضاء، احتلت یابان الارض)

خوێندنەوە لە سەر جدییەت و کاری بەردەوام بەرنامە ڕێژی و پلاندانانی ورد و دووربینانەی دەوێت، ژاپۆنییەکان بۆ سڕینەوەی ئاسەواری جەنگ و وێرانکاری وڵاتەکەیان لە لایەک، بۆ تۆڵە سەندنەوە لە ئەمریکا و بردنەوەی جەنگ لە جۆرێکی تر، ئەویش جەنگی تەکنۆلۆژیا و ئابووری و پیشەسازییە کە ئێستا بە ئاشکرا

هەستی پێدەکرێت کە تا چ ڕادەیەک لە م هەنگاوانەیاندا سەرکەوتوون، پاش ٥٠ ساڵ لە کۆتایی هاتنی جەنگی جیهانی دووەم و وێرانکردنی دوو شاری گەورەی ژاپۆن بە چەکی ئەتۆمی و چۆکدادانی ژاپۆن و خۆ بە دەستەوە دانیان لە بەرامبەر ئەمریکا دا کە ئێستا وەکو پاڵەوانێکی بە هێز و خاوەن دارایی و ئابووری و چەکی پیشەسازی و ئەلکترۆنی ورد هاتۆتە گۆڕەپانەکەوە و لە هەندێ بواردا تەنگی بە وڵاتە گەورەکانی دونیا هەڵچنیوە، ئەمە و نموونەی ئەلمانیاش لەم بارەیەوە زانراو و ڕوون و ئاشکرایە، گرنگیدان بە کەسانی بلیمەت و پسپۆر و دابینکردنی ژیانێکی کامەڕان و مسۆگەر، هاوکات لەگەل دابینکردنی هەموو جۆرە زانیاری و پێویستییەک بۆ ڕاپەڕاندنی ئیش و کارەکانیان، نەخشەکێشی ورد و بە دواداچوونی خێرا و بەردەوام لە گرنگترین سیماکانی کارگێڕی و سیاسەتی سەردەمە، چونکە ئەو جۆرە کەسانەن کە ڕەوڕەوەی مێژوو دەگۆڕن، بونیادنەری شارستانییەتیشن، خۆ وڵاتێکی گەورەی وەکو ئەمریکا کە نزیکەی ٣٠٠ ملیۆن کەسی تێدادەژی و تاکە زلهێزی جیهانە، لە سایەی عەولەمە و سیستەمی نوێی جیهاندا بە هەوڵ و شانو بازوی (تلیاک خۆر و شەرواڵ پیس و پیاوکوژ و موراهیق و بێ ئیش و کارەکان) ئەم زەعامەتەی دەست نەکەوتووە، بەڵکو بە هەوڵ و نەخشەکێشی چەند هەزار کەسێکی پسپۆر و لێهاتوو لە بوارەکانی سیاسەت و سەربازی و دارایی و کارگێڕی و زانست و تەکنۆلۆژیادا ئەم زەعامەتە و پاوانخوازییەیان بە سەر جیهان بە دەست هێناوە، هەر بۆیە ئێستا کۆچی عەقلە ناوازەکان بۆ ئەو وڵاتانە و ڕێزلێگرتنیان و دابینکردنی هەموو جۆرە پێویستییەکیان بەشێکە لەو نەخشە پاوانخوازیەی لەلایەک و بێبەش کردنی وڵاتانی تر لە کەسایەتی فکری و سیاسی و زانستی و ئیداری خۆیان، تاکو ئەوان هەر پێشبکەون و ئەوانی تر بە پاشکەوتوویی بمێننەوە.

گرنگترین سێ لێهاتوویی تاکە کەسی بۆ ئەوەی سەرکەوتووبێت:

١. ڕەفتار و هەڵوێستی باش بەرامبەر بە مەسەلەکان بە شێوەیەکی گشتی: ئاشکرایە مرۆڤ دەتوانێت پسپۆری و شارەزایی نوێ وەربگرێت و فێر ببێت، بەڵام گۆرینی ڕەفتار یان هەڵوێستی کەسێکی ژیر و کامل بوو بەرامبەر بە هەر مەسەلەیەک کارێکی دژوارە، ئەمە کاتێکی زۆری دەوێت.

٢. گەشبینی: ئەگەر کەسێکی گەشبین بیت ئەوە بە ئاسانی دەتوانیت ئامانجەکانت لە ژیاندا بە دی بهێنیت، چونکە گەشبینەکان یان کەسە پۆزەتیڤەکان هەمیشە مەیلی ئەوەیان هەیە سوود لە هەڵەکانیان وەربگرن و شکست بکەن بە ڕێگەیەک بەرەو سەرکەوتن.

٣ دیسپلین (بەرزەفتی): ئەم لێهاتووییە کەسانی خاوەن دەسکەوتی مەزن لە کەسانی خاوەن دەسکەوتی بچووک جیا دەکاتەوە، هەر ئەوەش ڕاستگۆییت لە کارەکەتدا و لە ژیانی کۆمەڵایەتیدا پێدەبەخشێت، لە پاڵ ئەو سێ لێهاتووییە چەندانی تریش هەن کە گرنگن لە وانە: داهێنان، هەبوونی کاریگەری، وردی و پەرۆشی، هاوکاری. (د،صلاح الراشد) (نهێنی سەرکەوتن).

حەوت کلیلی سەرکەوتن

ئەو حەوت کلیلە کە پێویستە ڕۆژانە لە یادتان نەچێت کە لە ماڵ دەچنە دەرەوە ئەو کلیلانەتان لەگەڵ بێ تا بتوانن هەموو ڕۆژێک سەرکەوتن بە دەست بهێنن.

١. زەردەخەنە کلیلی دڵانە: بۆ هەموو ئەو کەسانە زەردەخەنە بکە کە پێیان دەگەیت و کار و باریان لەگەڵ دەکەیت، بۆچی؟ چونکە دڵی ئەو بە دەست دەهێنیت و هیچیشت لە دەست ناچێت، چونکە زەردەخەنە بەلاشە، پەندێکی چینی دەڵێ: (ئەو پیاوەی دەم بە

خەندە نییە نابێت فرۆشگا بکاتەوە.

٢. قسەت خۆش بێت: قسە چەکێکی دوو سەرەیە، بۆیە بۆ خۆتی بەکار بهێنە تا دژت نەوەستێتەوە، پێش ئەوەی قسە بکەی بزانە چی دەڵێیت؟ قسەت دانایانە و ئامۆژگاری باش بن، قرەش مەکە و خۆت لە قسەی زبر و پەستکەر بە دوور بگرە، وشەی جوان دڵ و دەروون دەکاتە دیلی خۆی)

٣. لەسەرخۆیی و پەلە نەکردن: لە سەر خۆیی و پەلە نەکردن و هێمنی دەرفەتێکت بۆ دەرەخسێنێ کە ڕەنگە لە دەستت بچێت، بۆیە پێش هەموو بڕیارێک بیربکەرەوە، بیربکەرەوە، بیر بکەرەوە، هەر کەسێک پشت بە خوا ببەستێت، خوا نائومێدی ناکات و دەبێتە پشتیوانی.

٤. ڕاستگۆیی: ئاکارێکی جوانە و درۆش خیانەتە لە خود پێش کەسانی تر، ڕاستگۆیی فریادرەس و ڕێبازی پێغەمبەران و پیاو چاکانە و ناوونیشانی متمانە و لێهاتووییە، ڕاستگۆیی بەڵگەی هێز و کامل بوونی عەقل و بیر و ئاکارە،

٥. دڵسۆزی: لە قسە و کردەوەدا بەختەوەری و ڕەزامەندیت بۆ دەهێنێت، دڵ ئاسوودە دەکات و دڵخۆشی دەهێنێت، فێڵکردن نەخۆشییەکی ناوخۆییە و ئازاری دڵ و جەستە دەدات و لە بەرامبەریشدا دڵسۆزی ڕەزامەندی خودا و بەندەکانی بە دەست دەهێنێت.

٦. سووربوون: سوور بوون لە سەر هەر کارێک هیچ جێگرەوەیەکی نییە، چونکە دەسکەوت بەستراوەتەوە بە دەسکەوتەوە، بەختەوەریش هەر بەستراوەتەوە بە دەسکەوتەوە، سوور بوون یەکێکە لە گرنگترین واتاکانی بەختەوەری، ڕۆژانە دەڵێن ڕێگای هەزار میل بە هەنگاوێک دەست پێدەکات، خۆ ئەگەر هەنگاوی یەکەم نەگرینە بەر ڕێگاکەت دەست پێناکات، ئامانجەکەشت نایەتە

دی، ٧ـئەندامێکی کارا و پۆزەتیف و کاریگەر بە: لە بەر ئەوەی تۆ بەشێک لەم دونیایە و ئەم نیشتمانە و ئەم گەڕەکە و خێزانەیت، ئەگەر کاریگەریت پۆزەتیف نەبێت و کارا و چالاک نەبی لە ڕێگەی ئەو قسە و کردەوانەی کە پێشکە شیان دەکەیت، ئەی بۆچی لەو دونیایە دایت؟ ئایا بۆ خۆت هەڵبژاردووە کە یەکسان بیت بە هیچ؟ ئایا هەر بۆ ئەوە دەژیت کە بخۆیت؟ هەر دەبێت پەیامێکی پیرۆزت هەبێت کە لە پێناویدا بژیت و لە ڕێگایەوە خۆت بدۆزیتەوە،

بە دیهێنانی ئامانج و دیاریکردنی:

بەبێ دیاری کردنی ئامانج هیچ کەسێک نازانێت بۆ کوێ دەچێت و چۆن ئاراستەی خۆی دیاریدەکات باشترین شێوازیش بۆ بە دیهێنانی ئامانج شێوازی (pacer) کە پوختەکەی ئەمەیە:

١ـ پۆزەتیف: ماناکەی ئەوەیە ئامانجەکە بە شێوەیەکی پۆزەتیفانە دابڕێژیت، وەک بە دەست هێنانی قازانجێکی ١٠٠ دیناری لە مانگێکدا، نەک بڵێی بە ساڵێک ببم بە ملیۆنێر، بۆ ئەوەی ئامانجەکەت لە تواناتدا بێت کە بە دەستی دەهێنی، نەک تووشی دڵەڕاوکێ ببی و لە ئامانجەکەت دوور بکەویەوە.

٢ـ دەسکەوت: واتە پێویستە شتێک هەبێت بپێکریت و قابیلی پێوانە کردن بێت، نابێت بڵێیت دەمەوێت بە هێز بم یان متمانەم بە خۆم هەبێت چونکە ئەوانە ناپێورێن، پێویستە بە هێز و بڕوا ئاشنا بیت و بزانیت بیانکەی بە شتگەلێک کە بپێورێت.

٣ـ ناوەرۆک: مەبەستی لێی ناوەرۆک و وردەکارییەکانی ئەو شتەیە کە دەتەوێت لە ڕێگەی دەنگ و هەستی پێویستەوە،

٤ـ ژینگە: مەبەست ئەوەیە دواتر بە شەرعیەتی ئەو مەسەلەیەدا بچیتەوە بۆ خۆت، ئایا ئەوە کاریگەری نابێت لە سەر پەیوەندیت

بە خوداکەتەوە، بە کەسی ترەوە، بە خودی خۆتەوە، کاریگەریشی بەسەر کەسانی ترەوە نابێت؟

٥. سەرچاوەکان: واتە بیر لەو سەرچاوانە بکەرەوە و بیان ژمێرە کە ئێستا و ئاییندە پێویستت پێیان دەبێت بۆ گەیشتن بە ئامانجەکەت.

درۆیەکی گەورە ناوی هەڵ و مەرجە: هەل و مەرج یان دەرفەت بۆ هەمووما‌ن دەرەخسێ، کەسی دانا و ژی ڕو دلێر ئەوەیە بیقۆزێتەوە و لە قازانجی خۆی بە کاری بهێنێ.

- هەندێک جار وەهمێک بەسەرتدا زاڵ دەبێت کە گوایا گەیشتویتە ڕێگایەکی داخراو.
- پاشە کشە مەکە و مەگەڕێوە دواوە.
- بە دەستی خۆت لە دەرگا بدە.
- ڕەنگە دەرگەوانەکە کەڕ بێت و هیچ نەبیستێت، جارێکی تر لە دەرگا بدەرەوە.
- ڕەنگە کلیل بە دەستەکە چووبێتە بازاڕو هێشتا نەگەڕابێتەوە.
- بۆ جاری سێیەم و دەیەم لە دەرگاکە بدەرەوە.
- پاشان هەوڵ بدە بە هێواشی پاڵێکی پێوە بنێ، پاشان بە قایمی لێی بدەرەوە، هەموو دەرگایەکی داخراو هەر دەبێ بکرێتەوە، دان بە خۆتدا بگرە و بێ ئومێد مەبە.
- ئەوە بزانە کە هەر یەکێک لە ئێمە سەدان جار تووشی دەرگای داخراو بوین و بێئومێد نەبووین، ئەگەریش بێ ئومێد بووین ئەوا هەرلەبەردەرگاکاندا دەمێنینەوەوە.
- ئەگەر هەستتکرد خەریکە ون دەبیت بە دوای خۆتدا بگەڕێ ، ئەوسا بۆت دەردەکەوێت کە هەیت و ماویت.
- مادام بڕوات بە خودا و بە خۆت هەیە مەحالە ون بیت.

لە سەرتدا مێشکێک هەیە کە شکست دەکات بە سەرکەوتن و دۆڕان

دەکات بە بردنەوە.

- دونیا تۆمەتبار مەکە بەوەی گوایا زوڵمی لێت کردووە.
- تۆ بەو تۆمەتە زوڵم لە دونیا دەکەی.
- واش مەزانە نزیکترین هاوڕێکانت ئەوانەن کە لە پشتەوە خەنجەرت لێدەدەن.
- ڕەنگە ئەوان بێتاوان بن لەو تۆمەتانەی تۆ بۆیان هەڵدەبەستی.
- ڕەنگە تۆ بۆ خۆت خەنجەرت لە پشتی خۆت دابێت بە کەمتەرخەمیەکەت، یان بە گاڵتە جاڕییەکەت، یان بە بێ ئارامییەکەت، یان بۆ دڵت، یان بۆ سەرشێتیت، یان کەللە ڕەقیت، یان بە نەتوانینت و بەرگە نەگرتنت.
- زوڵم لە خەنجەرەکە مەکە، بەڵکو پێویستە بزانیت کە سەرەتا کێ پشتی سووڕاندووە بۆ خەنجەرەکە.
- کە تۆ لە بەهاری تەمەندایت وا مەزانە لە پاییزی تەمەندایت.
- ڕوحت پڕ بکە لە هیوا، ئومێد بۆ سبەینێ بێئومێدی لە دڵەکاندا ناهێڵێت، دژواری و ناڕەحەتی و ئاستەنگەکانیشت لە بەر چاو لا دەبات.
- یەک میل لە دیدی بێ ئومێدێکدا هەزار میلە، لە دیدی گەشبینێک دا چەند مەترێکە، بێ ئومێد هەمان دووری بە کاتێکی زیاتر دەبڕێت، چونکە ئاوڕ بۆ دواوە دەداتەوە.
- گەشبین ئەو دوورییە بە کاتێکی کەمتر دەبڕێت، چونکە بۆ سبەینێ دەڕوانێت.
- ئەوانەی لە کاتی ڕێکردندا سەریان بۆ دواوە دەسوڕێنن هەرگیز ناگەن.
- ئەگەر دونیا ڕووی گرژ کرد بە ڕووتدا، تۆ ڕووت گرژ مەکە بۆی، زەردەخەنە تاقیبکەرەوە.

- ژیان پێویستی بە ڕێکرنە لەو پەڕی جدییەت وپێداگرییەوە.
- چەند زولممان لە خۆمانکرد کاتێک شکستەکانمان خستە سەر شانی هەڵ و مەرجەکانی ژیان، سکاڵامان لە سەختییەکەی کرد.
- ئەو هەڵ و مەرجانە تەنها ڕێ لە کەسی لاواز دەگرن، بەڵام کەسی بە هێز ملیان بۆ نادات و ڕێگەی خۆی تەواو دەکات، بە بێ گوێدانە ئەو درۆ گەورەیە کە ناوی (هەل و مەرجە)
(واز لە وشەی خۆزگە بێنە و دەست بکە بە وتنی وەها دەکەم)

جامەکەت بەتاڵ بکەرەوە:

گەر چویە هەر خول و وانە و کۆڕ و کۆبوونەوەکاندا، هەر چەند زانا بی هەر چەند زانیاریت هەبێ، زانیاری خۆت لە ماڵەوە بە جێ بهێڵە، جامەکەت خاڵی بکە و برۆ سەر لە نوێ پڕی بکەوە لەو زانیاری و زانستەی لەو کۆڕ و وانانە وەریدەگری کە ئەو ڕاهێنەرە یان وانە بێژە یان مامۆستایە کە لەوێ وانە دەڵێتەوە، چونکە بێگومان شتێک هەر هەیە کە تۆ نەیزانی، ئەگەر لە ئاهەنگێک دابووی یەک فنجان قاوەت بە دەستەوە بوو کەمێکت لێ خواردبووەوە، ساقیەکە هات یان قاوەچیەکە هات یەک دۆلکە شەربەتی پێیە، ئایا حەز دەکەیت کەمێکت بۆ بکاتە ناو فنجانی قاوەکەوە؟ نەخێر، ڕەنگە پێویست بکات فنجانەکەت بە تەواوی بگۆڕیت.

ڕێبازی تازە بۆ پێکانی نیشانە: قارەمانی کاریکاتێر (چارلی براون) ڕۆژێک ئارەزووی تیر هاوێژی دەکات، دەست دەکات بە کار کردن لە تیر هاوێشتندا، کەوانەکە دەگرێتە دەستی و بە باشی ڕایدەکێشێت و تیرەکە دەهاوێژێ، دوایی دەچێتە ئەو شوێنەی تیرەکەی تێچەقیوە و ئەو خاڵە بە چەق دادەنێت و بازنەیەک بە دەوریدا دەکێشێت و

هەدەفەکـەی دیـاری دەکات، هاوڕێکـەی کـە هەواڵـی ئـەو کردەوەیـەی زانی سەرسام دەبێ و دەڵێ: بەو جۆرە نیشانە دانانرێ، سەرەتا دەبێ نیشـانەکەت دیـاری بکەیـت ئەوسـا تیرەکـە بهاوێژیـت، چارلـی وەڵامـی دەداتـەوە: دەزانـم بـەڵام ئەگـەر وەکـو مـن بکەیـت هەرگیـز هەدەفەکـەت لـە دەسـت نادەیـت،

ڕاوێـژکاری کارگێـری: شـوانێک لـە کەنـاری ڕێگەیەکـدا مەڕەکانـی دەلەوەڕانـد، لـەو کاتـەدا جیـب شـروگیەک لێـی نزیـک دەبێتـەوە، شـوفێرێکی کراس بریۆتی، پێڵاوی جەبەروتی لە پێ دەبێ، چاویلکەی ڕەشی پان و بۆینباخی بریقەداری لە بەر دەبێت، هـاوار بۆ شـوانەکە دەکات: ئەگەر بزانم لە ڕانە مەڕەکەتدا چەند سەر مەڕ هەیە یەکێکیانم ئەدەیتێ؟ شـوانەکە سـەیری کابرا دەکات و بە بەڵێ وەڵا می دەداتـەوە، گەنجـە شـوفێرەکە تەلەفۆنەکـەی لـە کۆمپیوتەرەکـەی دەبەسـتێت و دەچێتـە نـاو سـایتی ناسـا، بە بەکارهێنانی، جی، پی، ئێس، شـوێنەکەی پشکنی بە داتا پێس و لۆگاریتم پڕی کرد، دێتەوە بۆ لای شوانەکە و دەڵـێ: ١٥٨٦ دانـە مـەڕن، شـوانەکە دەڵـێ ڕاسـتە هـەروەک پەیمـان بـوو دەتوانی مەڕێک هەڵگری، گەنجەکە مەڕەکەی دەخاتـە پشتی جیبەکـەوە، شـوانەکە بە گەنجەکە دەڵێت: ئەگـەر منیش بزانـم تۆ چ کارەی مەڕەکـەم دەدەیتـەوە؟ کابـرا زۆر بـە دڵنیایـی دەڵـێ: بەڵـێ، شـوانەکە دەڵـێ: تـۆ ڕاوێژکارێکی کارگێڕیت، گەنجەکە بە سەرسامییەوە چۆن زانیت؟ زۆر ئاسـانە:

یەکەم: بێ ئەوەی بانگ بکرێیت هاتیتە ئێرە.

دووەم: بـۆ بـە مـن وتنـی ژمارەیـەک کـە خـۆم دەمزانـی مەڕێکـت لـێ سـەندم.

سـێیەم: لـە هیـچ شـتێکی کـە دەیکەیـت تێناگـەی، لەجیاتـی مەڕەکـە سـەگەکەت فڕێداوەتـە نـاو جیبەکـە.

(**جۆزێف سوگارمان**) دەڵێت: (لە ناو هەرگرفتێکدا کۆمەڵە دەرفەتێکی بە نرخ و شاراوە هەیە، دەرفەتگەلێک کە بە تەواوی توانـاوە لە گەورەیی گرفتەکان کەم دەکەنەوە، بزوێنەرترین و وروژێنەرترین ڕووداوی سەرکەوتن ئەو کەسانە خولقاندوویانە وهێناویانەتە ئاراوە کە گرفتاریو کێشەکانیان باش ناسیوەتەو ەو گۆڕیویانەتە چانس و دەرفەت)،

(بی سی فۆربێس) دەڵێت: (چاوەڕێ مەکەن چانس لە دەرگای ماڵەکانتان بدات، ئەگەر ئارەزووتان لێیە برۆنە ماڵی چانس و دەرفەت و لە دەرگاکەی بدەن ئەو لە وێیە)

(**تۆرگینێڤ**) دەڵێ: (سەردەمەکەمان سەردەمێکە کە لە ژیانی کۆمەڵایەتیوتاکە کەسیشدا هاوسەنگی لاسەنگە، هەرمرۆڤە و دەیەوێ بگاتە شوێنێ تێپەڕبوونی کات، لە وانەیە سەرکەوتووبێت، بەڵام لەبەر نەتوانینی پێکهێنانی هاوسەنگی لە نێوان ئیش و خێزانەکەیدا، لە لایەکەوە شتێک بە دەست دەهێنێ لەو لاوە شتێکی تر لە دەست دەدات.

ڕۆماننووس و نووسەری شانۆ (ئیڤان تورگینێف) ١٨١٨ـ ١٨٨٣ ، دەڵێ:

(هەموو زیرەکی و بەهرە و ناوبانگ و بەرهەمەکانم فیدای ئافرەتێک دەکەم کە چاوەڕوانی هاتنەوە و نەهاتنەوەی من دەکا و مەراق و خەمم بۆ دەخوات)

ئەو خواستەی کەسایەتیت دیاری دەکات:

نووسەرێک دەڵێ: خواستی چی دەکەن بیڵێن، با ئاگادارتان بکەمەوە ئێوە چین:

دەنکێک گەنمتان دەوێت ئێوە تەیرێکی پاسارین

- بکتان دەوێت ئێوە گورگن -
- سەرفرازیتان دەوێت ئێوە قارەمانێکن -
لە(**میکایل ئەنجیلۆ ـ١٤٧٥ـ ١٥٦٤**) ی ئیتالی پەیکەر تاش و ئەندازیار و شاعیریان پرسیوە کە چۆن دەتوانی ئەوەندە پەیکەری زیندوو دروست بکەی؟ وەڵامی ئەوە بوو: کاتێ سەیری ئەو بارستە مەڕمەڕە دەکەم کە لە بەر دەمم دایە، پەیکەرەکەی ناوی دەبینم نەک بەردەکە، هەموو ئەو کارانەی کردوومە بریتییە لە داتاشینی ئەو پارچە بەردانەی کە پەیکەرەکەی زیندانی کردووە.
(**ئۆراسیۆن سویت**) دەڵێ: (چانس و دەرفەت لە هەموو شوێنێکی دەور و بەری ئێوەدا دەسوڕێنەوە کەسی وردبینی دەوێت کە ئەوانە بینیت و سوودیان لێوەربگرێت.
(بەدوای دەرفەتەکاندا بۆ شارە دوورەکان بەڕێ مەکەون و بە سەر کێوی کێشەکاندا سەرمەکەون، لە دەور و بەری خۆتان ڕابمێنن، هەندێ کات باشترین دەرفەتەکان لەبەر دەستی ئێوەدایە)
(**فرانس باگۆن**) دەڵێ: مرۆڤی تێگەیشتوو دەرفەت و چانسەکان دەخولقێنێت نەک ئەوەی لە چاوەڕێکردنیاندا دابنیشێت)

داهێنان لە نێوان دۆست و دوژمندا: (داهێنان) واتە دروستکردنی (شت) لە مەحال، بەڵام مرۆڤ توانای هەیە مەحال دروست بکاتن، ئەوەشی چاوی لێدەکات جەخت دەکاتەوە لەوەی کە ئەو مرۆڤە مەزنە.
- ئێوارە بوو چۆلەکەیەک کە سەرما زۆری بۆ هێنا بوو، خۆیدا بە شووشەی پەنجەرەیەکدا و بەربووەوە، سەرما بە جۆرێک کاری تێکردبوو لە پەل و پۆی خستبوو، نە توانای فڕین و نە هێزی هەڵسانەوەی مابوو، هێندەی نەبرد مانگایەک هات لە ئاستی چۆلەکەکە

وەستا و تەپڵە ڕیخێکی پێدا کرد، تەپڵە ڕیخە گەرم و گوڕەکە کارێکی کرد چۆلەکەکە دوای تاویَ گەرم بووەوە و کەوتەوە جریوە جریو، بەڵام نایتوانی لە ناو ڕیخەکە بێتە دەرەوە، پشیلەیەک هات چۆلەکەکەی بینی و هەستی کرد کە ناتوانیَ خۆی لە ناو تەپڵە ڕیخەکە دەرباز بکات و بفڕێت، سووک و ئاسان لە ناو ڕیخەکە دەری هێنا و خواردی، (لە بیرت نەچیَ ئەوەی کە دەتخاتە ناو پیساییەوە مەرج نییە دوژمنت بیَ، ئەوەشی لە ناو پیسایی دەرت دەهێنیَ مەرج نییە دۆستت بێت)

کیَ ئەڵیَ تۆ بەختەوەر نیت؟

هەمووئەو بەخششانەی خوای گەورە پێی داویت بیژمێرە و یەکە یەکە بیاننووسەوە، ئەو کات دەبینیت کە زۆر لە ڕابردوو بەختەوەرتری، ئەو بەخششانە نابینین کە خودای پەروەردگار بۆی دابین کردووین، ئێمە تەنها ناخۆشیەکان دەبینین و لۆمە و گازاندەشی لە سەر دەکەین، لێت دەپرسم: چەند کەس بە پیادە دەڕۆن تۆش سەیارەت هەیە؟ چەند کەس لە تاراوگە و دوور لە کەس و کاریان دەنوون تۆش لە ناو خێزان و ماڵ و منداڵەکانت دەخۆیت و دەنویت؟ چەند کەس ئارەزووی ئەوە دەکەن کە خوێندەوار بن تۆش خاوەنی بڕوانامەی؟ چەند کەس بێکارن تۆش خاوەنی کاریت؟ چەند،چەند،چەند،چەندان و چەندانی تر، کەواتە پێویستە گەشبینانە بۆ ژیان بڕوانین، گەشبینی بە دەست دەهێنرێت خۆڕسک نییە، گەشبینی تواناکانی مرۆڤ چەند بارە دەکاتەوە و زیاتر بە هێزی دەکات بۆ بەدیهێنانی ئامانجەکانی.

سەرکەوتن (جۆن دی هێس) دەڵیَ:

ئەسپێکی پێشبڕکیَ کە هەر کیلۆمەترێک تەنها چەند چرکەیەک خێرا تر ڕادەکات، بایەخی زیاترە لە دوو بەرامبەری ئەسپەکانی تری هاوشێوەی، هەمان ئەو چەند چرکە کەمە لە خێرایی نرخی کۆتایی

دیاریدەکات،

لە ژیاندا کۆمەڵێک سەرکەوتون بەڵام چۆن؟ ئەوان توانای خۆڕاگری بەرامبەر کێشەکان و وەستان لە بەرامبەر نەگەیشتن بە مەبەستییان هەیە، سەدەمین شکستیش ئەوان لە درێژە پێدانی ئامانجەکانیان ناوەستێنێت ئەوان دەزانن کە خەزێنە ئاڵتونیەکانی سەرکەوتن لە تەنیشت دیوارە ئەستوورە بەردینەکانەوەن، لێی ئەدەن و ئەیشکێنن و دەگەڕێن بە دوایدا، لە هیلاکی و شکست ناترسن.

(دێڤید جۆزێف) دەڵێ: (هیچ سەرکەوتنێکی مەیدانی وبەرجەستە بەبێ سەرفکردنی کاتی پێویست بە دەست نایەت)

دەرفەت یان چانس:

(هێنری کایسەر) دەڵێ: (بۆ دەرفەت و چانس سنوورێک نییە، زۆربەی ئێمە تەنها بەشێکی بچووک دەبینین لەوەی کە وێنا دەکرێت، چانس و دەرفەتەکان بە موشاهەدەی توانا و کەرەستەکان و لێبڕانی ئێمەیە و بە کارکردن لە سەر ئەم توانا و کەرە ستانە دێنە وجود، وەرن هەردەم لە یادمان بێت کە دەرفەتەکان هەمیشە هەن، ئەوە ئێمەین کە دەبێت ئەوانە ببینین و سوودیان لێوەر بگرین، کێشەکان و مەسەلەکان لە ڕاستیدا کۆمەڵە چانس و دەرفەتێکن لە بەرگی کاردا)

(باسیل والش) دەڵێت: (ئێمە نە هێزی زیاتر نە توانای زیاتر نە دەرفەتی زیاتر و ئاڵتونی ترمان ئەوێت بۆ بە دەست هێنانی، بەڵکو پێویستە ئەوەی کە هەمانە سوودی لێوەر بگرین)

دەوڵەمەنترین نووسەرانی دونیا:

داهاتی بەرهەمەکانیان لە ساڵێکدا:

١ـ **(جیمز پیتەرسۆن)** بە هەفتا ملیۆن دۆلارەوە لەسەرووی خشتەکەدا لە ڕیزی ئەو ١٠ نووسەرە خوا پێداوەی دونیایە کە گۆڤاری فۆریس بڵاوی کردۆتەوە، ئەو نووسەرە ئەمریکییەی

خولقێنەری ڕۆمانگەلێکی پڕ لە دڵەخورپەی وەک: (ئەو کاتەی باو بۆڕان هەڵبکات)، (هەینییە بێفەڕەکە)، (زنجیرە چیرۆکەکانی ئەلیکس گراس) لەسەرووی ئەو لیستە دایە، لەبەرئەوەی بەرهەمەکانی لە ساڵێک بایی ٧٠ ملیۆن دۆلارفرۆشراوە.

٢- دادە (**ستەنفی میر**) نووسەری ئەمریکایی بایی ٤٠ملیۆن دۆلار لە کتێبەکانی فرۆشراوە و بوەتە دووەمی ئەو لیستە، خاتوو (میر) زیاتر بە هۆی خولقاندنی چوار بەرهەمی ئەڤیندارانە(خوێنمژەکان و کازیوە)، (مانگی نوێ)، (مانگیران)، (ئەنگوستی بەیانی) ناوبانگی دەرکردووە.

٢- (**ستیۆن کینگ**) نووسەری ئەمریکایی بایی ٣٤ ملیۆن دۆلار لە بەرهەمەکانی فرۆشتووە.

٢- (**دانیال ستیل**) ئەو نووسەرە ئەمریکاییەی ڕۆمانەکانی هەموویان خۆشەویستی دەکەن، بایی ٣٢ملیۆن دۆلاری لێ فرۆشراوە.

٤. (**کەی ڤۆڵت**) خەلکی بەریتانیایە و خولقێنەری بەرهەم گەلێکی پڕ لە دڵەڕاوکێ و مێژوویییە، بایی ٢٠ ملیۆن دۆلار لە بەرهەمەکانی فرۆشراوە، لە بەرهەمەکانی (چاوەکانی دوپشک)،(کابرایەک لە شەقامەکانی بیتەر بۆرگ)، (ئەستووندەکانی زەوی)

٥- (**دینیکی کۆنترز**) ی ئەمریکی لە یەک ساڵدا بایی ١٨ ملیۆن دۆلار لە بەرهەمەکانی فرۆشراوە.

٦- . (**چینت ئیفانۆفیچ**) ی ئەمریکی بایی ١٦ملیۆن دۆلار لە بەرهەمەکانی فرۆشراوە.

٧- (**جان کریشان**) ی ئەمریکی بایی ١٥ ملیۆن دۆلار لەبەرهەمەکانی فرۆشراوە.

٨- (**نیکۆلاس سسبارکس**) ی ئەمریکی بایی ١٤ ملیۆن دۆلار لە بەرهەمەکانی فرۆشراوە.

٩- ـ **جـەی کـەی ڕۆلینـگ**) ی بەریتانـی بایـی ١٠ ملیـۆن دۆلارلـە
بەرهەمەکانـی فرۆشـراوە.

(ژیان بریتییە لە خۆ ئامادە کردن بۆ دوای مردن، کار و کاسبی و تام و چێژ بە حەلالی، خۆ دانا و زیرەک کردن، دوا ئەمە هیچی تر نییە)

ژیـان خۆشـی و ناخۆشـییە: لە سـەردەمی (**ئەفلاتـۆن**) پیاوێ گەڕیدەی چەنـدان شـوێن بـوو بۆ وەرگرتنـی وەڵامـی پرسـیاری ژیـان، تـا ئـەوە بـوو سـەریکرد بە ماڵـی ئەفلاتۆنـدا ئەویـش قۆڵـی گـرت و بردییـە ماڵـی هەژارێکـی نـەداری پەڕپـوت و داوای وەلامـی ژیانـی لێکرد؟ هەژارەکـەش کەوتـە پێناسـاندنی ژیانـی، لـە چاویلکـەی تەمەنـی پـڕ لـە چەرمەسـەری و کۆڵـە مەرگـی و نەبوونـی خۆیـەوە کـە مەملەکەتـی وشـەکانی ئـاڵای گرفـت و ڕەشـبینییان هەڵکردبـوو گوتـی: ئـەوە ژیانـە، پاشـان ئەفلاتـۆن بردییـە لای بۆرژوایەکـی زەبـەلاح و لەوێـش هەمـان پرسـیار سـفرە و خوانـی پـێ ڕازایـەوە، سـەرمایەداربە شـانازییەوە کەوتـە تامدانـەوەی ژیانـی پـڕ لـە کەیـف و خۆشـی ژیـان و سـەفا و ڕابـواردن، کـە خوانـی پرسـیار بـە خۆشـکردنی شـەربەتی خۆشـی ژیـان بـە زیـاد کـرا، ئەفلاتـۆن و گەڕیدە ئەوییـان بـە جێهێشـت، پاشـان ئەفلاتـۆن قۆڵـی گەڕیدەی بـەردا و لێی پرسـی: ئێسـتا ئەزانـی ژیان چییە؟ پیاوەکـە ئەبلـەق و حەپەسـاوما نازانـم، نازانـم، ئەفڵاتـۆن بـە کورتـی وتـی: ژیـان لای هەژارەکـە ناخۆشـی و نەبوونـی و نەدارییـە، لـە لای دەوڵەمەندەکـەش خۆشـی و شـادی و ڕابواردنـە، کەواتـە (ژیـان خۆشـی و ناخۆشـییە)، ژیـان گریـان و پێکەنینـە، نەخۆشـی و کەوتنـە، هەسـتانەوە و سـەرکەوتنە، لـە دایـک بـوون و مردنـە، مانـەوە و ڕۆیشـتنە، ژیـان مۆمێکـە گڕەکـەی خۆشەویسـتییە و ڕوناکییەکـەی هیوایـە، دەنگـی دەرگایـە، نـا زەنگـی بەختەوەرییـە.

لـە ئەمسـتردامی پایتەختـی هۆلەنـدا ئیمامـی مزگەوتێـک بـە کوڕەکـەی وت: بـا ئەمـڕۆ نەچیـن بـۆ دابەشـکردنی کتابـی (ڕێگایـەک بـەرەو بەهەشـت)

باران زۆر دەبارێت، کوڕەکە بابە گیان بەڵام لەم بارانە زۆرە دا مرۆڤی زۆر هەیە کە بۆ دۆزەخ دەڕۆن، دەبێت بڕۆین، بابە کتێبەکان بدە بە من خۆم دابەشیان دەکەم، باوکی کتێبەکانی پێداو منالەکە ڕۆیشتە دەرەوە کتابەکانی بەسەر خەڵکی بڵاو کردەوە دوای دوو کاتژمێر تەنها یەک کتێبی ما بوو، چووە بەر دەرگای ماڵێک، تەق، تەق لە دەرگایدا چەند جارێک بەڵام وەڵام نەبوو، زەنگی لێدا وەڵام نەبوو، ویستی بڕوات بینی دەرگا کرایەوە پیرەژنێک بوو زۆر دڵتەنگ دیاربوو وتی: ڕۆڵە چیت دەوێت؟ پووریێ هاتووم تا کتابی ڕێگەیەک بەرەو بەهەشتت بدەمێ کە باسی خوای گەورە و بەندایەتی و بەختەوەری ڕاستەقینە دەکات، پیرە ژنەکە کتابەکەی وەرگرت و زۆر سوپاسی منداڵەکەی کرد و منداڵەکە ڕۆیشت، دوای هەفتەیەک کاتی وتاری ڕۆژی هەینی تەواو بوو پیرەژنەکە هاتە لای مەلا و پێی گوت: من یەکەم جارە دێمە مزگەوت، هەینی پێشوو من موسڵمان نەبووم، ماوەیەکی زۆرە مێردەکەم مردووە و کەس نەدەهات بۆ لام زۆر بێزار ببووم، هیوام نەمابوو ویستم خۆم بکوژم، پەتێکم هەڵواسی بە پانکەی ژوورەکەمان لە قاتی سەرەوەی ماڵەکەمان و ویستم خۆم بخنکێنم، بەڵام لەو کاتەدا گوێم لە تەقەی دەرگا بوو دەرگام کردەوە دیم منداڵێکی ڕووخۆشی جوان بوو کتێبێکی پێدام بە ناوی ڕێگایەک بەرە و بەهەشت، کاتێک خوێندمەوە هەموو دڵ تەنگییەکەم گۆڕا بە فرمێسکی خۆشی، خودام ناسی وزۆر هەستێکی خۆش بوو، ئێستا بەختەوەرم لەو کاتەدا مزگەوتەکە پڕ بوو لە دەنگی گریان و تەکبیر لێدان و الله اکبر، ئیمامەکەش بە چاوی پڕ فرمێسکەوە بەرەو منداڵەکەی هات و نێو چەوانی ماچ کرد.

یەکەمجار کە گوێم لە وشەی خۆشەویستی بوو لە پیرەژنێکم پرسی: مانای خۆشەویستی چییە؟ وەڵامی دامەوە و وتی: یەکەمجار

کە گوێم لەم وشەیە بوو، منداڵبووم، باوکم ماچیکردم و پێمی وت: خۆشم دەوێی، وتم خۆشەویستی میهرەبانییە، دڵنیاییە، باوەشێکی گەرمە، کاتێک بالق بووم و عەقڵم پێگەیشت نامەیەکم بینی لە ژێر دەرگای ماڵەکەمان کوڕی جیرانەکەمان ناردبووی لە دوای ناوی من و ناوەرۆکەکەی نووسیبوو (خۆشم دەوێی)، وتم خۆشەویستی جورئەتە، شێتییە، کاتێک کوڕی جیرانەکەم منی مارەکرد، یەکەم وشە پێی وتم: (خۆشم دەوێی) وتم: خۆشەویستی دەسەڵاتە، ئیشکردنە، ئامانجە و ئیرادەیە، شوم کرد و لە ڕۆژی دووەمی زەواجم پیاوەکەم ماچێکی لە سەرم کرد و پێی وتم: (خۆشم دەوێی)، وتم خۆشەویستی پەرۆشییە، خەمخواردنە، میهرەبانییە، ساڵێک تێپەڕی یەکەم منداڵمان بوو من ماندوو بووم لەسەر قەرەوێلەکەم ڕاکشا بووم پیاوەکەم هاتە لام و دەستی گرتم و پێی وتم: (خۆشم دەوێی)، وتم: خۆشەویستی سوپاسکردنە، ڕێز گرتنە، بەزەییە، دڵسۆزیی، دوای تێپەڕبوونی تەمەنی گەنجێتی و دەرکەوتنی موی سپی لە سەرم هەروەها ژنهێنانی منداڵەکان، پیاوەکەم بە زەردەخەنەوە سەیری قژمی کرد پێی وتم: (خۆشم دەوێی) وتم: خۆشەویستی بەخشندەییە، دڵسۆزییە تەمەنمان درێژ بوو پیر بووین هەموو جارێک پیاوە خۆشەویستەکە پێم دەڵێ: (خۆشم دەوێی)، دەڵێم خۆشەویستی وەفایە، باوەڕپێکردنە، سۆز و ئەمەکە، بەخشندەییە، (ئەمەیە خۆشەویستی بە بچوکی دەست پێدەکات و بەرە بەرە گەورە دەبێت، خۆشەویستی دوورە لەو تاوانانەی کە بە ناوی ئەوەوەوەدەکرێن) **(صلاح الراشد)**

ئۆباماو هاوسەرەکەی لە چێشتخانە دا: ڕۆژێکیان ئۆبامای سەرۆک کۆماری ئەمریکا و هاوسەرەکەی بڕیار دەدەن بۆ نان خواردنی ئێوارە ڕوو لە چێشتخانەیەکی مامناوەند بکەن، ئێوارە دەچنە چێشتخانەکە و

بەڕێزەوە پێشوازییان لێدەکرێت، دوای ماوەیەک خاوەنی چێشتخانەکە داوای ڕوخسەت لە ئۆباما دەکات و دەڵێت دەمەوێت بە تەنیا لەگەڵ خانم بدوێم هەندێ قسە بکەین، ئەویش ڕەزامەندی دەردەبڕێت، دواتر هاوسەرەکەی دەگەڕێتەوە ئۆباما لێی دەپرسێت چی بوو ئەو پیاوە بۆ هێندە موشتاق بوو لەگەڵت بدوێ؟ ئەویش گووتی: هەر هێندە هەستی خۆی بۆ دەربڕیم کە لە سەردەمی لاویدا ئاشقی من بووە، ئۆباما ووتی: ئەگەر شوت پێ بکردایە ئێستا دەبوویە خاوەنی چێشتخانە، هاوسەرەکەی گووتی نا ئەگەر شووم پێ بکردایە ئێستا سەرۆک کۆمار بوو.

لەگەڵ ئافرەتێکدا هاوسەرگیری بکە ئەگەر پیاو بووایە دەتکردە باشترین و نزیکترین هاوڕێی خۆت (صلاح الراشد)

هەموو شتێک پارە نییە کردەوەی چاک و چاکە کردن و پیاوەتی لەگەڵ خەڵک زۆر لە پارە گرنگترە،

ڕۆژێکیان جوتیارێکی چینی هات بۆ لای ئەم سەرتاشە تا قژی بتاشێت، کاتێک تەواو بوو جوتیارەکە بە سەرتاشەکەی گووت: چەندە؟ سەرتاشەکە ووتی هیچ ناکات، جوتیارەکە بۆ؟ سەرتاشەکە ووتی چونکە من بە سەرتاشینی خەڵک دەمەوێت سوودێک بە کۆمەڵگا بگەیەنم، جوتیارەکە سوپاسی کرد، بۆ بەیانی سەرتاش چووە دوکان دیتی ٣ ئینجانە گوڵی لە پێش دوکان دانرابوو نامەیەکیشی لەسەر بوو لێی نووسرا بوو سوپاس، سەرتاش زانی ئەوە جوتیارەکەیە بۆی ناردووە.

شوێن کامیان دەکەویت، خۆت یەکلای بکەوە و بڕیار بدە شوێن کامیان دەکەویت:

پارە، دەڵێت: بە دەستم بێنە، گشت شتێک لە یاد بکە.

کات، دەڵێت: شوێنم بکەوە، گشت شتێک لە یاد بکە.

ئاینده، دەڵێت: هەوڵم بۆ بدە، گشت شتێک لە یاد بکە.
خودا دەفەرموێت تەنها منت لە یاد بێت گشت شتێکت پێ دەبەخشم.
ڕابردوو لە بیر بکە: پیاوێکی زیرەک لە ناو کۆمەڵێک کەس دانیشتبوو نوکتەیەکی گێڕایەوە هەمووان پێکەنین دوای چەند ساتێک هەمان نوکتەی دووبارە کردەوە، بەڵام ئەمجارە چەند کەسێک پێکەنین، جارێکی تر نوکتەکەی گێڕایەوە چەند کەسێکی کەم پێکەنین، دواجار کە نوکتەکەی چەند بارە کردەوە کەس پێنەکەنی خەندەیەکی کرد و وتی: ئەگەر تۆ ناتوانی بۆ هەمان نوکتە چەند جارێک پێبکەنی کەوایە بۆچی بۆ نیگەرانییەک چەندان جار خەمبار دەبیت، ڕابردوو لە بیربکە و بەردەوام بە لەسەر پێشکەوتن.
ناشوکری: ژنێکی بە تەمەن نەوە سێ ساڵەکەی بەخێودەکرد، ڕۆژێک پێکەوە چوونە کەنار دەریا، کاتێ منداڵان بە زیخ و لمی کەنارەکە یارییان دەکرد، ژنەکە خەو بردییەوە، لەناکاو شەپۆلێکی بەهێز هات و منداڵەکەی لەگەڵ خۆی بردە ناو دەریا، کاتێ ژنەکە بێداربوویەوە لە بینینی ئەم دیمەنە مەترسیدارە خەریک بوو گیانی دەرچێت، ژنەکە چۆکی دادا و کەوتە دوعا و پاڕانەوە، خودایە ئەگەر نەوەکەم پێبدەیتەوە بەڵێنت پێ دەدەم پاشماوەی تەمەنم لە ڕەزامەندی تۆ تەرخان دەکەم و خۆ بەخشانە لە نەخۆشخانەکان کار دەکەم، دەستگرۆیی هەژاران دەکەم تەنها ئەو کارانە دەکەم کە مایەی ڕەزامەندی تۆ بێت، لەناکاو شەپۆلێکی بەهێز هات و منداڵەکەی هێنایەوە کەنارەکە و کەوتە بەردەمی ژنەکە، ژنەکە لە ڕوخساری نەوەکەی ووردبویەوە بینی هێشتا هەناسە دەدات و نەمردووە، ژنەکە بە پەلە سەری بۆ ئاسمان هەڵبڕی و وتی: نەوەکەم کڵاوێکی لە سەربوو ئەی کڵاوەکەی کوا؟
ئامانجی مەزن، هەژینی مەزن (تۆنی ڕاینیز)/ تەنها مەحاڵ مەحاڵە

(**تۆنـی ڕابینـز**) لـە کتابی (تەنها مەحاڵ مەحاڵـە) دەڵێت: زۆر کـەس پێم دەڵێن تۆنی ئـەو هەمـوو وزەیـە لـە کوێوە دێنیت؟ بـە گـوڕ و تینێکـەوە کار دەکەیت سـەیر نابێت هێندە سـەرکەوتوو بیت، من ناتوانم وەک تۆ بزۆک بـم، جۆشـێکی ئەوتۆ لـە مندا بوونـی نییـە، پێموایـە تەمبەڵـم، من هەمیشـە لـە وەڵامـدا دەڵێم: تۆ تەمبـەڵ نیت، تەنها ئامانجەکـەت بچوکـە، هەژیـن و بزاڤـی مـن لـە ئامانجەکانـی ژیانمەوەیـە، بەیانیـان کـە بێـدار دەبمـەوە تەنانـەت ئەگـەر بـە هـۆی کـەم خەویـەوە مانـدوو بـم کەچـی خۆم بە پڕ بزاڤ دەزانم چونکە خواستەکانم گەلێک و ڕوژێنـەرن، بە ئیلهامی ئـەم ئامانجانـەم هێزی خۆم بەکار دەبـەم، هـەر چییـەک لـە ژێر ڕکێفـی دەسـەڵاتمدایە لێـی بەهرەمەنـدم، ئێـوەش دەتوانـن بـەڵام ئەگـەر ئامانجی بچوکتـان هەبێت هەستگەلێکی بـەم جۆرە لـە ئێوەدا نابزوێت، یەکەمین هەنگاو ئەوەیـە ئامانجی گەورەتر، ئیلهام بەخشتر، بە جۆشتر و سـەر هەژێنترتـان هەبێت، ئەگـەر بـەردەوام تـۆوی خـوازراو لـە باخـی بیرکردنەوەتاندا نەچێنن ئـەوا گژ و گیـای بێسـود خۆڕسکە و چاندنیان پێویسـتی بـە هیـچ هەوڵێک نییـە،

بـە مسـکیان گـوت: عەیبێکـت هەیـە لەگـەڵ هـەر کەسـێک دانیشـیت عەتـرو بۆنـی خۆتـی بـە سـەردا پەخش دەکەیت، وتـی: هەرچەنـد سـەیر ناکەم لـە کوێدا دانیشـتوم، من سـەیری ئـەوە دەکـەم کـە مـن کێم، باش بوونـی خـود، وابەسـتەی باشـبوونی کەسـانی تـر مەکـە، خراپـی خـود بەهـۆی خـراپ بوونـی کەسـانی تـرەوە ئاراسـتە مەکـە، لەبـەر ئـەوەی خۆت هـەر چۆنێکیت، خەڵکیت خۆش بوێت، نـەک لەبەر ئـەوەی خەڵکی هـەر چۆنێکـن، هـەر چەنـد بەهێـز تـر بیت لـە جیاتـی ئـەوەی بکەوێتـە ژێر کارییگەرییـەوە، کاریگـەری دادەنێیت. (**مەسـعود لـەعلـی**) لـە کتابـی (هاتوینـە دونیـا تـا دونیـا بگـۆڕیـن)

لاسایی کردنەوە جۆرێکی خۆکوژیە:

بۆقێکی بچووک باسی میزەلانێکی بۆ بۆقێکی گەورە دەکرد، بۆقە پیرەکە گوتی: منیش دەتوانم هەمان ئەندازە خۆم گەورە بکەم، سەیرم بکە: فوی کردە خۆی تا گەورە بوو، پرسی بەم جۆرە بوو؟ بۆقی بچووک وتی: زۆر لەمەی ئێستای تۆ گەورەتر بوو، بۆقی پیر زیاتر خۆی فودا وتی: لەمەش گەورەتر بوو؟ بۆقی بچووک وتی: زۆر لەمە گەورەتر بوو، دووبارە بۆقی پیر هەناسەیەکی قوڵی هەڵکێشا و زیاتر فوی کردە خۆی گەورەترو گەورەتر بوو پاشان بە بۆقە بچوکەکەی وت: من دڵنیام لەوە گەورەتر نەبوو، بەڵام لە پڕ بۆقی پیر کە فوی زۆر کردبووە خۆی تەقی. **(مەسعود لەعلی)**

چڕبوونەوە لە بیرکردنەوە: (بن هۆگان) گۆڵف بازی مەزن، خۆی بۆ وەشاندنی زەبرێکی هەستیارو نایاب ئامادەکرد، لە ناکاو دەنگی لوورەی بێزارکەری شەمەندەفەر لە دوورەوە دەبیسترا، دوای ئەوەی هۆگان تۆپەکەی بە زەبرێک ڕەوانەی کونەکە کرد، لێیان پرسی: ئایا ئەو دەنگە ناسازەی شەمەندەفەرەکە هەستی بڵاوە پێنەکردیت؟ هۆگان وتی: کامە دەنگ؟ ژیان کت و مت وەک یاری گۆڵفە، چڕبوونەوە لەسەر ئامانج و گوێنەدان بە هەر شتێک کە هەستەکامان ئاڵۆز بکات هۆکاری بردنەوەمانە دەنگی ناسازی شەمەندەفەر ڕەخنەی خەڵکییە، هەرگیز بوار مەدەن هەرا و هۆریای نائومێدی، ڕەخنەگرانی چاوچنۆک و ڕکابەر و ناحەزان، بتانخاتە ژێر کاریگەرییەوە بە جۆرێک جڵەوی خۆتان لە دەست بدەن، جڵەو گیری و چڕبوونەوە بناغەی کارتێکرنە **(مەسعود لەعلی)**

سەربازی نیشتیمان: ساڵی ١٩٦٠ هێزەکانی ئەڵمانیای نازی، وڵاتی دانیمارکیان داگیر کرد بە فەرمانی سەرکردەکانی نازی ئاڵای وڵاتی

ئەڵمانیا بە سەر کۆشکی پاشایەتی دانیمارک دەشەکایەوە، پاشای دانیمارک بە فەرماندەی ئەڵمانەکانی گوت: ئەگەر تا پێش نیوەڕۆ ئەو ئاڵایە دانەگرن، ئەوا فرمان دەکەم سەربازێکی دانیمارکی ئاڵاکە بێنێتە خوارەوە، فەرماندە وتی: ئێمە ئەو سەربازە دەکەینە قوربانی گوللەیەک، پاشا وتی: بزانە ئەو سەربازە خودی من دەبێت، چەند خولەکێک دواتر، ئەڵمانەکان ئاڵاکەی خۆیان داگرت، ئێوە دەتوانن بە دەربڕینی ئامادەیی خۆتان بۆ گیان بەخت کردن بۆ ئامانج و بیرو باوەڕەکەتان باڵاترین پلەی کاریگەربوون نمایش بکەن.

(**عەنتار نەیشاپووری**) دەڵێت: (پیاو نییە هەر کەسێ گیانی خۆی بەخت نەکات)

ئەو کەسە بە کە دەتەوێت: ئەمڕۆ ئەو کەسە بە کە لە ڕاستیدا ئارەزووی ئەکەیت، زاڵبە بە سەر تواناکانی خۆتدا بۆ گەیشتن بە خواستە پڕ سۆزەکانت، وەها بە خۆشەویستییەوە کار بکە کە هیچ شتێک نەبێت بۆ شەرمەزاریت، هەر ئەمڕۆ لێوان لێو بن لە بەخشین، کێ ئەزانێ بەیانی چی لە ڕێگەدایە، ژیان کورتە، لە ڕابردوودا مەمێنەرەوە، نیگەرانی داهاتووش مەبە، تەنها ڕۆژێک ساتەکانت بە هیوا و ئومێد و تامەزرۆییەوە بەرە و ڕێژگەی نوێ و سپی ببە، لە تاریکیدا بە دوای چیدا وێڵی؟ بۆچی بە دوای ڕوناکیدا ناگەڕێیت.

(بە لایەنی کەمەوە تەنها ڕۆژێک ئەو کەسە بە کە خەونتە) (مەسعود لەعلی، لەشەپۆلەوە تا لوتکە)

بزنی خۆت بکوژە: موریدێک و مورشیدێکی ژیر لە سەفەر دابوون، شەوێک ڕێیان کەوتە بیابان، تروسکاییەک دیاربوو کە چوون دیتیان ژنێک لەگەڵ منداڵەکانی لە ژێر خێمەیەکی پەڕپوتدا دەژین، شەو مێوانی بوون ئەویش شیری ئەو تاکە بزنەی پێدان کە هەیبوو، ڕۆژی دواتر بەیانی سوپاسی ژنەکەیان کرد و ڕۆیشتن، لە ڕێگە

دا موریدەکە هەر بیری لەو ژنە دەکردەوە کە ئەبێ چۆن بژی بە شیری ئەو تاکە بزنە بە خۆیی ومنالەکانی، موریدەکە بابەتەکەی بە مورشیدەکە گوت، مورشیدی ژیر وتی: ئەگەر دەتەوێت یارمەتییان بدەیت بگەڕێوە بزنەکەیان بکوژە، موریدەکە لە سەرەتادا سەری سوڕما، بەڵام لەبەرئەوەی باوەڕی بە مورشیدەکەی خۆی هەبوو هیچی نەوت، شەو گەڕایەوە و لە تاریکیدا بزنەکەی کوشت و لەوێ دوورکەوتەوە، سالانێک تێپەڕی و مورید هێشتا بیری لەو مەسەلەیە دەکردەوە، ڕۆژێکیان مورید و مورشیدەکە چوونە ناو شارێکەوە کە لە ڕووی بازرگانی کانگای ئەو ناوچەیە بوو، چوونە سۆراخی بازرگانی گەورەی شار و خەڵکی بەرەو کۆشکێکی ناو شارەکە ڕێنماییان کردن، خاوەنی کۆشکەکە ژنێک بوو کە بە جلی ڕازاوە و دەست و پەیوەندی زۆرەوە وەکو عادەتی خۆی پێشوازی‌یەکی گەرمی کردن و فەرمانی دا کە جلی تازە و پشوودانی پێویستیان بۆ دابین بکەن، ئەوان دوای پشوودان چوونە لای ژنەکە تا وەکو لە بارەی ڕازەکانی سەرکەوتنییەوە پرسیاری لێبکەن، لەبەرئەوەی ژنەکە زانی کە ئەوان مورید و مورشیدی ژیرن، قبوڵیکرد باسی خۆیان بۆ بکات، پێش سالانێک مێردەکەم مرد، لەگەڵ منالەکانم تاکە بزنێکم هەبوو ژیانم پێ دەبردە سەر، بەیانییەک لە خەو هەڵسان دیتم بزنەکە مردووە و هیچیشم نییە، سەرەتا زۆر دڵتەنگ بووم، بەڵام پاش ماوەیەک ناچاربووین بۆ بەڕێوەبردنی ژیان هەریەکە کارێک بکەین، زۆر سەخت بوو بەڵام پەیتا پەیتا منالەکانم هەریەک لە کاری خۆی سەرکەوتنی بەدەست هێنا، کوڕی گەورەم زەوییەکی کشتوکاڵی ئامادە و گەورەی لەم نزیکانە دۆزییەوە، ئەوی تر کانزایەکی گران بەهای دۆزییەوە و ئەوی تر دەستیکرد بە مامەڵە لەگەڵ هۆزەکانی تر لەو دەور و بەرە، پاش ماوەیەک بەو سامانە شارێکمان دروستکرد و

ئێستا لەگەڵ یەکتری دا دەژین، موریدەکە پەی بە مەسەلەکە برد و لە خۆشیانا چاوەکانی پڕ بوون لە فرمێسک، هەر یەکەمان بزنێکمان هەیە کەبە هۆی پشت پێبەستنییەوە بووەتە تەگەرەیەک بۆ ڕێگری کردن لە گەشەکردنمانو گەیشتن بە سەرکەوتن و پێگەی باشتر بیکەینە قوربانی، هەموو کەس لە ژیانیدا ناوچەی ئارامی هەیە، ئەم ئیمکانات و ئاستی ژیانە نزمترین ئاستە، بەلام زۆربەمان بەو ناوچە ئارامە یان بزنەکەی ناو چیرۆکەکەی پیرەژن ڕازین، چونکە ئارامی و ئاسوودەیی لەگەڵدایە، لە لایەکی تر و لە دەرەوەی ناوچەی ئارامدا ژیان پڕە لە بەسەرهات و دەرفەتەکان و لە هەمان کاتدا ناخۆشی و مەترسی جیا جیاش هەن کە لە بۆسەی مرۆڤدان، کەشتی لە بەندەردا بایی پێویست لە ئاسایشدایە، بەڵام کەشتی بۆ بەندەر دروست نەکراوە کە تەنها لێی بوەستێ، دەبێ بچێتە قوڵایی دەریاکان و تووشی مەترسی لافاو و نەهەنگ و قرشە دەریاییەکان ببێتەوە، گەشە کردن و تەقەڵا و ژیانی ڕاستەقینە لە دەست پێکردنی سەرکێشییەکان و قبوڵکردنی مەترسییەکاندایە، بۆ ئەوەی بچێتە ڕیزی خولقێنەرانی چارەنووس دەبێ لە ناوچەی ئارامی ژیان بێیتە دەرەوە.
(**مەسعود لەعلی**) دەڵێ: (درەوشاوەترین تاج کە خەڵک لەسەری دەنێن، لەناو ئاگری کورەکاندا دروستکراوە)

مەرگی هێواش: مردنت بە هێواشی دەست پێدەکات ئەگەر سەفەر نەکەیت، ئەگەر کتێب نەخوێنیتەوە، ئەگەر گوێ لە دەنگەکانی ژیان نەگریت، ئەگەر ڕێز لە خۆت نەنێیت، مردن بە هێواشی دەستپێدەکات کاتێک باوەڕ بە خۆ بوونت لە خۆتدا دەکوژیت، کاتێک ناهێڵیت ئەوانی تر یارمەتیت بدەن، مردنت بە هێواشی دەستپێدەکات ئەگەر بۆ دڵنیایی لە نا دڵنیاییدا سەرکێشی نەکەیت، ئەگەر سۆراغی خەونەکان

نەکەیت، ئەگەر ڕێگە بە خۆت نەدەیت لانی کەم یەکجار لە هەموو ژیانتدا پراگماتیک نەبیت، (**پابلۆ نیرۆدا، شاعیری شیلی**)

قەناعەت: پێوەری شوکرو سوپاسگوزاری خوای میهربان قەناعەت ودەست پێوەگرتن و ڕازیبوون و منەت زانینی نیعمەت بەخشە، (مێرولە) لە پێناوی توند و تیژی بۆ ڕۆزی و لە ئەنجامی لاوازی قەناعەتەکەیەوە ژێر پێی ڕێبواران دەکەوێت و دەپلیشێتەوە، لە کاتێکدا چەند دەنکە گەنمێک سەر و زیادە بۆ ساڵێکی، بەڵام قەناعەتی نییە ئەگەر بتوانێت هەزاران دەنکە گەنم بۆ ئەو ساڵەی کۆدەکاتەوە، تا لەو پێناوەدا تیا دەچێت، بەڵام هەنگ کە مێروییەکی قەناعەتکاری تەواوە وەک ئەو نییە، چونکە قەناعەتەکەی هێندە بەرزە و باڵدەگرێت و لە سەرووی ئاستی سەری خەڵکییەوە دەفڕێت و بە دوای ڕۆزیدا دەگەڕێت، ئیتر بەو چەشنە قەناعەت بە ڕۆزییەکەی خۆی دەکات و بە فەرمانی خوای گەورە ش چاکەمان لەگەڵ دەنوێنێت و هەنگوینێکی پوخت و بێگەرد دەکاتە دیاری دەستی و پێشکەشی مرۆڤی دەکات.

مرۆڤەکان هەموو کاتێک خۆزگەیان هەیە:

دەوڵەمەند خۆزگە خۆشبەختی بە پارە دەبوو هەتا هەمووی بکڕم.

هەژار خۆزگە دەوڵەمەند ئەبووم و خۆش ئەژیام.

پیر خۆزگە ڕۆژێک گەنج ئەبوومەوە.

گەنج خۆزگەم بە منداڵ هیچ ناکات و بەرپرسیار نییە.

منداڵ خۆزگە باوکە من گەورە دەبووم.

زیندوو خۆزگە ئەمردم و لەو ژیانە ڕزگارم دەبوو.

مردوو خۆزگە زیندوو دەبوومەوە تا ئەوەی لە دەستم چووە بە دەستی بهێنمەوە. مرۆڤ کەی فێری ئەوە دەبیت قایل بیت بەو ژیانەی کە هەیەتی.

گەلی مردوو:

لە ساڵی (١٩٦٦) کە مزگەوتی (ئەقصا) لە سەر دەستی جولەکان سوتێنرا (**جۆڵدا مائیر**) سەرۆک وەزیرانی ئیسرائیلی ئەو کات دەڵێت: (ئەمن ئەمشەو تا بەیانی نەنووستم لە ترسی ئەوەی کە موسڵمانان لە هەموو لایەکەوە هێرش بکەنە سەر ئیسرائیل، بەڵام کە بەیانی هەستام هیچ ڕووینەدابوو ئەو کاتە زانیم کە ئەمانە میللەتێکی نووستوون، چییان پێناکریێ، چیمان بوێت لەگەڵیان دەکەین.

(**ج.ر.ئان**) دەڵێت: (کاتێک باوەڕەکانمان دەگۆڕین، هەڵبژاردنەکانیشمان دەگۆڕین، ئەو هەڵبژاردنانەی کە باشترن، دەستکەوتی باشتریشیان بە دواوە دێت) ، لە ولاتی ژاپۆن پیاوێکی ملیۆنێر دەژیا، لە بەرئازاری چاوی خەوی لێنەدەکەوت، ئەو بۆ چارەسەرکردنی ئازاری چاوی جۆرەها حەب و دەرزی بەکار هێنا بوو، بەڵام بێ ئەنجام بوو، پاش ڕاوێژی لەگەڵ پزیشکان و پسپۆرانی جیا جیا، چارەسەری خۆی لای ڕاهیبێکی پیرۆز و ناسراو بینییەوە، چووە لای ڕاهیبەکە و ئەویش دوای پشکنین پێی وت: بۆ ماوەیەک جگە لە ڕەنگی سەوز نەڕوانێتە هیچ ڕەنگی تر، ئەو دوای گەڕانەوەی لای ڕاهیبەکە فەرمانی بە هەموو دەست و پەیوەنەکانی کرد کە شووشەی ڕەنگ سەوز بکرن ، هەموو ناو ماڵەکە بکەنە ڕەنگی سەوز، هەروەها کەل و پەل و مۆبیلیاتی ناو ماڵەکەی، تا گەیشتە ئوتومبێل و جلی ئەندامانی خێزان و خزمەتکارەکان و هەرچی بەر چاوی کەوت سەوزیکرد، هەڵبەت ئازاری چاویشی چاکبووەوە، پیاوە ملیۆنێرەکە بۆ سوپاسکردنی ڕاهیبەکە بانگێشتی ماڵەوەی کرد، ڕاهیبەکە جلی پورتەقاڵی لەبەر بوو ئەویش کردییە سەوز و لە ملیۆنێرەکەی پرسی: ئاخۆ ئازاری چاوی چاک بووە؟ ئەویش سوپاسیکرد و وتی: بەڵێ ئەمە گرانترین چارەسەرێک بووە کە تا ئێستا هەبووە، ڕاهیبەکە بە سەر سوڕمانەوە بە ملیۆنێرەکەی

گـوت: بـه پێچەوانـەوە ئەمـە هەرزانتریـن شـێوازە تاکـو ئێسـتا ڕێگـەم پێـداوە، ئەونـدە بـەس بـوو کـە چاویلکەیـەک بکـڕی کـە شووشـەکەی ی سـەوز بێت، ئـەو خەرجییانـە هیـچ پێویسـت نەبـوون.

(**مەسـعود لەعلـی**) دەڵـێ: (گۆڕینـی دونیـا کارێکـی گەمژانەیـە، بـەڵام گۆڕینی تێڕوانین و بیر کردنەوەت هەرزانترین و کاریگەرترین شێوازە، ئاسـانگیرانە بیـر بکـەرەوە، ئاسـوودە بژی)

خۆ سـازدان بـۆ سـەرکەوتن: یەکێـک لـە یاریزانانـی بیسـبۆڵ کـە پێدەچوو بـاوەڕی زۆر بـەرز بێـت، پێـش پێشـبرکێکە وتـی: (حەتمـەن تیمەکـەی ئێمـە دەیباتـەوە چونکـە ئیرادەمـان وایـە و ئاسـتی بـاوەڕ بەخـۆ بوونمـان زۆر بـەرزە بۆیـە پێشـبڕکێکە دەبەینـەوە)، ڕاهێنەرەکـەی بـەو قسـەیە سـەرزەنشـتیکرد وتـی: (خـۆت فریـو مـەدە هەبوونـی متمانـە و ئیـرادە بـۆ بردنـەوەی پێشـبڕکێکە گرنگـە، بـەڵام بـە بـێ سـاز و ئامادەیـی ئیـرادەی بردنـەوە هیـچ نرخێکـی نییـە)

(**سـێر ولیـەم ئۆسـلەر**) دەڵێـت: (باشـترین ئامادەبـوون بـۆ سـبەی ئەنجامدانـی کارەکانـی ئەمڕۆیـە بـە شـێوەیەکی ڕ ێـک و پێـک و نایـاب)

چەند نموونەیەک بۆ ناسین و بەدەست هێنانی پارە:

- خـۆم دەبـم، وەک خـۆم بیـر دەکەمـەوە نـەک وەک ئەوانـی تـر، ئەگـەر من بـە گۆرانییـەک کەوتمـە گریـان و بـە گۆرانیەکیش دڵخـۆش بووم ئـەوا مـن خـۆم نیـم، کەوتوومەتـە ژێـر کاریگـەری ئـەو گۆرانییـە، ئەگـەر بمـەوێ دەوڵەمەنـد و پـارەدار بـم، وەک دەوڵەمەنـدەکان بیـر ناکەمـەوە بەڵکـو لـەوان باشـتر بیـر دەکەمـەوە و باشـتر هەوڵـدەدەم.
- مرۆڤـی ڕەشـبین وەک ئـەوە وایـە چاویلکەیەکـی ڕەشـی لـە چـاو بێـت، هەمـوو شـتێک بـە ڕەشـی دەبینێـت، چاویلکـە ڕەشـەکەم دادەنێـم و گەشـبینانە دەڕوانمـە هەمـوو شـتێک، چونکـە بـە دەسـت هێنانـی پـارە پێویسـتی بـە کەسـی گەشـبینە.

- هەرگیز نالێم ئەو هەموو ماندووبوون و ڕاکردنە بە دوای پارە بۆ چییە؟ یان بڵێم هەر دەمرین و یەک دینار لەگەڵ خۆمان نابەین، نەخێر بینیومانە کەسانێک هەبوون و هەن کە پارەیەکی گەلێک زۆریان لەگەڵ خۆیان بردووە و دەشییبەن، ئەویش بەو چاکە و خێرەی کە بە هۆی ئەو پارەیەوە بۆ خۆیان کردویانە و دەیکەن.

قەشە و جووتیار: قەشەیەک خەریکی لێخوڕینی ئۆتومبێل بوو، کێڵگەیەکی زۆر جوانی بینی، ئۆتومبیلەکەی ڕاگرت و سەرقاڵی تەماشاکردنی ئەو کێڵگە جوانە بوو، جووتیارەکە کە خەریکی لێخوڕینی تراکتۆر بوو بینی کە قەشەیەک لەوێ وەستاوە، جووتیارەکە هاتە لای و بەخێر هاتنی لێکرد، قەشەکە پێی وت: خواوەند کێڵگەیەکی جوانی پێبەخشیویت دەبێ سوپاسگوزار بیت، جووتیارەکە وتی بەڵێ، خوا کێڵگەیەکی جوانی پێم بەخشییوە و من سوپاسی دەکەم بەلام دەبوایە تۆ ئەو کاتە ئەو کێڵگەیە ببینیت کە لە دەستی خودا دابوو، خوا زەویمان دەداتێ، هێز بە قۆڵەکانمان دەبەخشێ و بیر و هۆشمان دەداتێ تا ئاوەدانی بکەینەوە، خولقێنەرانی چارەنووس قۆڵیان هەڵدەکەن وجوانترین کێڵگە لەم نیعمەتە بۆ خۆیان دروست دەکەن، بەلام قبولکەرانی چارەنووس تەنیا دەڕواننە زەوی وشک و خەفەت دەخۆن و لەو هەموو نا داد پەروەرییە سکالایانە.

(**ڤینس ئابنە**) دەڵێ: (تێڕوانین بە تەنیا بەس نییە، دەبێ هاوشان بێت لەگەڵ کرداردا، وەکو چۆن ڕوانین لە پلیکانەکان بەس نییە، دەبێ بەسەریاندا سەرکەویت بۆ سەرەوە)

خۆت لە کاری خەلکی ترهەڵمەقورتێنە: لە کافتریای فرۆکەخانەدا کەسێک هەبوو لە دوای هەموو خەڵکەوە جگەرەی دەکێشا، کەسێکی دیکە بەرەو لای چوو پێی وت: ببورن بەرێز ڕۆژانە چەند جگەرە دەکێشن؟ مەبەستت چییە؟ مەبەستم ئەگەر پارەی ئەو جگەرانە

کۆ بکەیتەوە لەگەڵ ئەو پارەیەی لە ڕێی چارەسەر و پزیشکدا خەرجی دەکەن ئێستا ئەم فڕۆکەیەی لێرەیە هی تۆ بوو، باشە تۆ جگەرەکێشی؟ نەخێر، فرۆکەت هەیە؟ نەخێر، بە هەرحاڵ سوپاس بۆ ئامۆژگارییەکەت بەڵام بزانە ئەو فڕۆکەیەی ئاماژەت پێکرد، فرۆکەی منە.

(**مەسعود لەعلی**) دەڵێ: (وە ک خۆیان بە خەڵک قایل بن تەنانەت ئەگەر بە لاتانەوە سەخت بێت دەرک بە ڕەفتار و بیر و باوەڕیان بکەن)

پەیژەی سەرکەوتن بە پلەیە:

پلەی یەکەم: خۆناسین و خۆ باوەڕی، خۆتان بناسن، بزانن ئێوە کێن، واناکانتان بدۆزنەوە، خۆ باوەڕبن، بڕوا بە توانا و دەسەڵاتی خۆتان بکەن و بڵێن من بە توانام، پشت بە خۆتان ببەستن، هەرچیتان بوێت لە خۆتانی بخوازن، تەنها خۆتانن چارەنووسی خۆتان دیاری دەکەن.

پلەی دووەم: هەبوونی ئامانج لە بۆ دیاریکردنی ئاراستە لە ڕێڕەوی ژیاندا پێویستە، کاتێ ئامانجی مەزنمان لەبەردەمدا دەبێت، دەبێت کەمترین گومان لە ناخماندا نەبێت، ئامانجەکانت بە ڕوونی و ئاشکرایی بنووسە، کاتی پێویست بۆ مسۆگەرکردنیان تەرخان بکە، دەبێت ئامانج لەگەڵ باوەڕتاندا گونجاو بێت، جۆش و خرۆشتان تێدا بەدی بێنێت، بە دواداچوون بۆ ئامانجەکاندا بکەن، ڕۆژانە پێداچوونەوەی بۆ بکەن، هەمیشە ئامانجەکانتان لە پێش چاوتان بێت و لێتان نزیک بێت.

پلەی سێیەم: بەرنامە: بریتییە لە دیاریکردنی ئامانجی هەنوکەیی کە مخابن لە ئاستی ئامانجی درێژ خایەندایە، بۆ دانانی بەرنامەی کارا

و سوود بەخش، دەبێت هەموو ڕاستییە پەیوەنیدارەکان ڕوومال بکرێت، جۆری کار بۆ کردنی دەبێت ئەنجام بدرێت، ڕەوشی ئەنجام، کات و شوێن، سەرچاوەی پێویستی بۆ دەستەبەر بکرێت.

پلەی چوارەم: کا ڕو هەوڵی هوشیارانە: کەسانی سەرکەوتوو کەسانی کارا و بە هەوڵن، هەرچەند هەوڵی زیاتر بدەین و هەوڵ و کۆشش بنوێنین بە هەمان ئەندازە لە سەرکەوتن نزیک دەبینەوە، هەرچەند بەهێزترو باشتر کاربکەیت باشتر دەژیت، بۆیە دەبێت لە بزاڤدا بیت، بزاڤ هۆکاری گەشە و متمانە بە خۆ بوونە، ڕاستە و خۆ دەست بەکار بە، هەنگاوی بۆ هەڵگرە، چونکە هەنگاوەکانت ترس و دڵە ڕاوکێ لە ناو دەبات، کارەکان لە ڕێگەی بیرکردنەوە و هۆشەوە ئەنجام بدە، هەمیشە بە دوای باشترین و گونجاوترین ڕێگا بکەوە.

پلەی پێنجەم: بەردەوام بوون، خۆڕاگری، لە خۆبوردن، دەبێ لە بەجێگەیاندنی ئامانجەکانت بەردەوام بیت و پێداگری بکەیت، ببنە خاوەنی ئیرادەیەکی پۆڵایین، هەرگیز لە هەوڵ و کۆشش ماندوو مەبن، ئارام بگرن، نەهێڵن ئاستەنگ و لەمپەرەکان نائومێدتان بکەن، پەند لە گرفت و کێشەکان وەرگرن لە هەرهەڵەیەک فێری ئەزموونێک ببن، لە خۆ بوردە بن، لە مسۆگەرکردنی ئامانجەکاندا دەمارگیری مەنوێنن، لە یەک ڕێگەدا مەچەقن، بە دوای کۆتا ئامانجدا قەتیس مەبن، ئامادەیی لە خۆبوردنتان هەبێت، لە پێداچوونەوەی داهێنان و نوێکاری درێخی مەکەن، ڕێگا چارەی ئاسان و کرداری تاقیبکەنەوە، کاتی ئارامی و بەردەوامی و لە خۆبوردن لە خۆتان دەنوێنن، بەختەوەری دەدۆزنەوە و تامی سەرکەوتنەکان دەچێژن.

پلەی شەشەم: ئەنجامگیری: لە کاتێکدا پلەکانی پێشووتان تێپەراند، ئەنجامی خوازراو دێتە دی، تەنانەت ئەگەر ئەنجامەکەشتان بە

دڵنەبێت، هەر هەلو مەرجێک وەکو دوو دیوی دیوارێکە، لە ڕاستیدا شکست پردێکە بەرە و سەرکەوتنی ڕاستەقینە، دوو پرسیار لە خۆتان بکەن:
١- هەڵەی کارەکە لە کوێدا بوو؟
٢- ڕێگە چارەی نوێ لە کوێوە دەست پێدەکات؟ (**مەسعود لەعلی**) دەڵێ: (سەرلەنوێ بە دیهێنەرانە هەنگاو هەڵگرن) هەڵسەنگاندنی ئامانج: هۆکاری سەرکەوتنی (دۆناڵد ترامپ) و دەوڵەمەندبوونی ئەوەبوو: هەڵسەنگاندنی بۆکارەکانی دەکرد ، ئەو لە هەڵسەنگاندنی هەر موڵکێک کە لە ڕووی ئابوورییەوە پڕ سوود دەردەکەوت، لە خۆی دەپرسی: خراپترین کارەسات چییە؟ ئایا من توانای بە گژدا چوونەوەم هەیە؟ لە مامەڵەکەدا دەست بە کاردەبوو، وەختی ترامپ ڕووبەڕووی دابەزینی نرخەکان بویەوە، خۆی بە براوە دەزانی و بیری دەکردەوە کە بێئاگا بووە لە کردنی پرسیاری خراپترین حالەت، بزانن ئەو پرسیارانەی دەیکەن چارەنووستانت دیاری ناکا ت بەڵکو ئەو پرسیارانەش کە نایکەن لەو نێوانەدا ڕۆڵیان هەیە، (ئەلبیرت ئەنشتاین) دەڵێ: گرنگ ئەمەیە هەمیشە پرسیاربکەین، لاپرسی بیانوی تایبەتی هەیە، کاتێ مرۆڤ لە نهێنییەکانی ئەبەدییەت و پێکهاتەی ئاڵۆزی ڕاستییەکان بیردەکاتەوە، لە سەرسامیدا نوقم دەبێت، هێندە بەسە هەموو ڕۆژێک دەرک بە گۆشەیەکی بچوکی ئەم نهێنیانە بکەین لەم لاپرسینە پیرۆزە بە دوور دەبن، بەکێشەکان پێبکەنن، پیاوێکی گەنج کە دەیەویست ڕێگای مەعنەویەت بگرێتە بەر، چوو بۆ لای مامۆستایەکی ژیر، مامۆستا پێی وت: تاوەکو ساڵێک پارە بدە بە هەر کەسێک کە جوێنت پێدەدات، تاکو ساڵێک هەر کەسێک جوێنی بە گەنجەکە دەدا ئەو پارەی دەدایێ، کۆتایی ساڵەکە چووەوە لای مامۆستا تا وەکو

هەنگاوی دواتری فێربکات، مامۆستا وتی: بچۆ بۆ شار خواردنم بۆ بکڕە، هەرکە کابرا ڕۆیشت مامۆستا خۆی کردە دەرۆزەکەر و چووە دەروازەی شار، گەنجەکە گەیشت، مامۆستا دەستیکرد بە قسەی ناشیرین و جوێندان، گەنجەکە بە دەرۆزەکەرەکەی وت: زۆر باشە ناچاربووم ساڵێک پارە بدەمە هەر کەسێک کە جوێنم پێدەدات، بەڵام ئێستا دەتوانم بە بەلاش گوێم لە جوێن بێت، بێ ئەوەی عانەیەک بدەم، مامۆستا کاتێک گوێی لە قسەکانی گەنجەکە بوو ڕووی خۆی پیشانداووتی: (ئامادەی بۆ هەنگاوی دواتر، چونکە فێر بوویت بەرامبەر کێشەکان پێبکەنیت.

(**لیۆ ناردۆ دافنشی**) دەڵێت: (هەموو کێشەکان لە بەرامبەر بڕیاری لێبڕانەوەی من چۆک دادەدات، کێشەکان ناتوانن شکەستم پێ بێنن.

عاشقی پارە و سامان بن و داوای بکەن: مەرجی بنەرەتی بۆ شتێک عاشق بوونە بەو شتە، ئەگەرسەبارەت بە ئامانجی لە بەر چاو گرتووتان هەستێکی باشتان نە بێت، بە ئاسانی بەو ئامانجە ناگەن، بە گشتی ئەم بنەمایە سەبارەت بە بەدەست هێنانی پارە و سامان دروستە، بۆ نموونە کەسانێک کە دەڵێن چلکی دەستە یان ماڵ و سامان هۆی دەردەسەرییە، ئەو مرۆڤانە بەو بیرانەوە ناتوانن دەوڵەمەند ببن، پەندێکی پێشینانی بیانی دەڵێت: ئێوە هەر شێک بە خراپ بزانن لە دەستی دەدەن، ئەم بنەمایە بە بیرتان دەهێنێتەوە کە مەرجی گەیشتن بە ئامانجێک عاشق بوونە بەو شتە، ئەگەر دەتانەوێت دەوڵەمەند بن دەبێت بە پارە عاشق بن، سەیری جۆرەکانی پارە بکەن و قسەیان لەگەڵ بکەن و بڵێن: ئەی پارەکان بە دەستتان دەهێنین ئێمە عاشقی ئێوەین.

(**ناپلیۆن**) دەڵێ: (ئەگەرگیرفانم پڕ بێت هاوڕێم زۆرە)

چەند وتە و ئامۆژگارییەک بۆ بە دەست هێنانی پارە و سامان:

- خۆزگە ناخوازم بەڵکو هەوڵی بۆ دەدەم، نالێم بریا و خۆزگە دەوڵەمەند و پارەدار بوومایە، بەڵکو هەڵدەستمە سەر پێ و هەوڵدەدەم، بە قسە و دەنگ و هاوار خۆزگە ناخوازم، بەڵکو بە کردار و هەوڵەکانم خۆزگە دەخوازم، بە قسە بێو بە ویستن بێ هەمووومان ١٠٠ دەفتەر دۆلارمان دەوێت بەڵام کوا هەنگاوێکمان ناوە بۆ وەدەست هێنانی دۆلارێک.

- دەبێ گەشبین بین، هیوا خواز و خۆڕاگر بین، ئەگەر ڕووناکیمان بوێ دەبێ ئارام بگرین تا تاریکی شەو تێدەپەڕێ، ئەگەر بەهاری خۆش و سەوزمان بوێ، دەبێ خۆڕاگربین و سەرما و سۆڵەی زستان تێپەڕێنین، ئەگەر خۆشی و پارە و سامان و دەوڵەمەندیمان بوێ دەبێ ئارامگربین، خۆڕاگربین تا هەژاری و نەبوونی تێدەپەڕێنین.

(**مۆریس مۆتەر لینگ**) دەڵێ: ئەگەر لە یەکەم هەنگاو سەرکەوتنمان بە دەست هێنابا، ئیتر هەوڵ وکۆشش هیچ نرخ و بەها و مانایەکی نەدەبوو، ئەگەر پارە و سامانیش وا بە ئاسانی دەست کەوتبا، هیچ نرخ و خۆشی و چێژێکی وای نەدەبوو بۆم.

- تەنانەت لە ناو زەرەر و زیان و شکستەکانیشدا چەندین سوود هەیە، بەڵام ئەوە زیرەکەکانن کە هەستی پێدەکەن، لە ناو مۆریس مۆتەر لنگ شکستدا فێربوون هەیە، ئەزموون و پەند وەرگرتن هەیە، کەسێک دەدۆڕێ، کەسێکی تر دەباتەوە، کەواتە لە شکست و زەرەرمەند بوونی کەسانی تر، من سوود و قازانجم پێدەگات.

- پیاوێکی دەوڵەمەندی خاوەن ٣٠٠ دەفتەر دۆلار ڕۆژێک ئیزرائیل هاتە لای پێی گوت کاتی ڕوح کێشانتە، دەوڵەمەندەکە دەڵێ: تەنها سێ ڕۆژ مۆڵەتم بدە ١٠٠دەفتەر دۆلارت دەدەمێ، ئیزرائیل گوتی

نابێت، ئەمجارە گوتی ٢٠٠ دەفتەر دۆلار تەنها دوو ڕۆژ، بەڵام قبولی ناکات، پیاوەکە دەڵێ: هەر٣٠٠ دەفتەر دۆلارەکە ببە تەنها یەک ڕۆژ مۆڵەتم بدێ، هەر قبوڵی ناکات، دەڵێ باشە: تەنها ڕێگەم بدە وەسیەت و پەیامێک ئاراستەی هەموو مرۆڤایەتی بکەم، دەڵێ فەرمووو، دەوڵەمەندەکە دەڵێ: ئەی مرۆڤایەتی نرخ و بەهای تەمەنتان بزانن، نرخی چرکە ساتەکانی ژیانتان بزانن، کاری چاک بکەن، دەستکەوتی چاک بە دەست بێنن، ئەو کاتەی هەتانە بەلاش لە دەستی مەدەن، من ویستم یەک ڕۆژی تەمەنم بە ٣٠٠ دەفتەر دۆلار بکڕمەوە بەڵام نەمتوانی، هەرگیز کاتەکانتان بە خۆڕایی و بە پارە مەفرۆشن چونکە ناتوانن بە هەر نرخێک یەک چرکەسات بکڕنەوە.

(**لیو بۆسکیلیا**) دەڵێ: (لە سەدا نەوەدی ئەو شتانەی کەلێی دەترسین هەرگیز ڕوونادەن، من دەترسم بەڵام ترسنۆکیش نیم، ترسەکەم نابێتە هۆی وەستانم لە ڕۆیشتنم بەرە و ئامانجەکەم، پیاوی ئازا ئەگەر ترسی نەبێ ئاوا بە ئازایەتی و لێهاتووی ناگا و ئاواش بە ئازایەتی نامێنێتەوە)، زۆر پەلە پەل ناکەم، لە شتە بچوکەکانەوە دەست پێدەکەم، پەندێکی چینی دەڵێ: (ئەو پیاوەی بیەوێ چیایەک بگوازێتەوە لە شوێنێکەوە بۆ شوێنێکی تر، لە گواستنەوەی بەردە بچوکەکانەوە دەست پێدەکات)

(**وینستۆن چەرچل**) دەڵێ: (لە بەرهەلستی مەترسن، کۆلارە کاتێک باش بەرز دەبێتەوە کە ڕووبەڕووی هەوایەکی پێچەوانە دەبێتەوە) ئەمجارە دەبی وەک کۆلارە ڕووبە ڕووی هەوا و ڕەشەبا ببمەوە بۆ ئەوەی بەرز بفڕم و بگەم بە لوتکەی هیواو ئامانجەکانم.

(**ئەنشتاین**) دەڵێ: (کەشتی لە کەنار دەریا هەردەم سەلامەتە، بەڵام ئایا کەشتی بۆ ئەوە دروستکراوە هەر لە کەنار دەریا بێت)، من

ئەگەر هیچ کارێک نەکەم، هیچ تووشی شکست و زەرەریش نابم، بەلام ئایا ئەو کاتە هیچ دانایی و حیکمەتێک هەیە لە هەبوونی من کە بە بێ کار دابنیشم.

(**خەلیل جوبران**) دەڵێ: (کەسە گەشبین وسەرکەوتووەکان گوڵەکان دەبینن نەک دڕکەکانی، ڕەشبین و دۆڕاوەکانیش چاو دەبڕنە دڕکەکان بێئاگا لە گوڵەکان، من گەشبین و سەرکەوتووم، ئازاری دڕکەکان قبوڵدەکەم، ماندوو بوون قبوڵدەکەم، لەپێناو گەیشتن و بەدەست هێنانی گوڵە جوانەکان هەرئامانجێکم گوڵێکە، کە ئاودان و ئاگاداربوونی پێویستە، دواتر پێدەگا و بۆن و جوانییەکەی دڵخۆشم دەکا و خۆشبەختم دەکا)

(**فریدریک نیتشە**) دەڵێ: (هیچ سەرکەوتوویەک باوەڕی بە ڕێکەوت و چانس نییە، من ڕێکەوت و چانس دروست دەکەم نەوەک چاوەڕێی بکەم، منی مرۆڤ خاوەنی هە لبژاردنم، خاوەنی بریارم، دروستکارو داهێنەری ژیانی خۆمم، ئەگەر بمەوێ)

پیاوی هیچ: ئێمە بۆ ئەوە هاتوینە سەر دونیا کە خۆمان بسەلمێنین و بە دەست بە تاڵی نەگەرێینەوە، ئامانج و هیوایەکمان هەبێ لە پێناویدا هەوڵبدەین و تێبکۆشین، نەک وەک پیاوە ڕەشبینەکە بین کە گوتی دونیا هیچ نییە، من هیچ کار ناکەم، هیچ ئامانجم نییە، هیچ ناخۆم، هیچ ناخەوم، هیچ ناجولێم، ئەوەبوو پاش مردنی لە کێلی گۆڕەکەیان نووسی: (ئەو گۆرە هیچی تێدا نییە، گۆڕی کابرایەک بووکە ناوی هیچ بوو)

(**ولیەم جێمس**) دەلێ: (مێشکی ئێمە وەک داینەمۆیەکی هەزار ڤۆڵتییە، بە داخەوە زۆربەمان تەنها بۆ یەک گلۆپی بچوک سوودی لێوەردەگرین، بە مێشکی خۆم هەموو هیواو ئاواتەکانم دادەگیرسێنم، چونکە مێشکی من هەروەک موەلیدەیەکی هەزار ڤۆڵتییە)، مرۆڤی وا

هەیە دەچێتە ئەو پەڕی دونیا بۆ بە دەست هێنانی پارە، مرۆڤی واش هەیە لەماڵەوە ناچێتە دەر و پارەی بۆ دێتە ماڵەوە، جا مەرج نییە ئەوەندە دوور بڕۆم بۆ ئەوەی دەوڵەمەند و زەنگین بم، بۆدۆزینەوەی زێڕ ناچم بۆ بیابانی ئەفریقیا بەڵکو ئەقل و مێشکێکی زێڕینم هەیە، ئەگەر باوەڕم هەبێ و بیر بکەمەوە و هەوڵبدەم هەرچییەکم بوێ بە دەستی دێنم،

- (**چارلی چاپلن**) دەڵێ: (لەم جیهانە شوێنی تەواو بۆ هەموان هەیە، لە جیاتی ئەوەی لە شوێنی کەسێ دانیشی شوێنێک بۆ خۆت بدۆزەرەوە، ئیش و کار و پارەش ئەوەندە زۆرە مەرج نییە من بچم کاری یەکێکی تر بکەم، هەر وەکو ئەو و لە بەرامبەر ئەو، وا باشترە کاری تایبەت بە خۆم هەبێ)

- دەڵێن: (بێدەنگی نیشانەی ڕازیبوونە) ئاواش وەستان و هەوڵنەدان نیشانەی ڕازیبوونە بە هەژاری، ئەگەر ڕازی نەبم بە هەژاری دەبێ دەست هەڵبرم، دەنگ هەڵبرم، بە متمانە و باوەڕەوە هەڵسمە سەرپێ و هەوڵبدەم،

- **گەنجت دەوێ ڕەنجت دەوێ**: ئەمە یاسای گەردوونە ئەگەرگەنجینەت دەوێ گەنجینە ڕەنجی لە تۆ دەوێت، لەم جیهانەدا هیچ شتێک بە ناوی بەلاش و بە خۆڕایی نییە، ئەگەر شتەکە بێ خاوەنیش بێت، خودی شتەکە نرخی خۆی هەیە، نرخەکەی ماندوو بوونی منە بۆ ئەو شتە، کە هەقەکەم پێدا ئینجا بە دەستی دێنم، جا هەوڵدان و ماندووبوون بۆ هەر ئامانجێک نرخ و ڕێز دانانە بۆ ئەو ئامانجە.

- (گەڵا خۆی لە دار بێزار بووە، پایز دەکاتە بیانوی هەڵوەرینی) ئێمەش زۆر جار کە زەرەر دەکەین و هەوڵەکانمان سەرکەوتوونابێ بۆ دەوڵەمەند بوون، هەزار و یەک بیانوو دێنینەوە زستانە و سەرمایە، هاوینە و گەرمایە، بازار نەمایە، هتد.

- یاسای گەردوون وایە، کە کەوتم ئینجا هەڵدەستمەوە، کە زەرەرم کرد ئینجا قازانج دەکەم، واتە نابێ لە کێشە و کەوتن و زەرەرکردنەکانم بترسم، چونکە هەبوون و دروست بوونی کێشە دەسپێکی چارە بۆ دۆزینەوە و چارەسەر کردنییەتی، لە دوای زستان بەهاری شادی و ڕەنگینە، لە دوای کەوتن هەڵسانەوەیە، لە دوای زەرەر و زیان سوود و قازانجە،

- پەروەردگار دەفەرموێ: (لە تۆ حەرەکەت لە منیش بەرەکەت) واتە لە سەر تۆ ئەوەیە کە هەوڵبدەی خوداش پێت دەدات، (**عومەری کوری خەتاب**) دەڵێ: (دامەنیشە هەردوعا بکەی و بپاڕێیتەوە، چونکە باش دەزانی لە ئاسمانەوە تەنیا باران دەباری نەک زێڕ و زیو)، خودا بەوانە دەدات کە دوعا دەکەن و هەوڵدەدەن و لە حەرەکەدانە.

- بیر کردنەوەی ڕوخێنەر: (ئەمشەو لە ماڵەکەی تۆدا دزێک هەیە)، ئەو بکوژی مرۆڤەکان نییە، بەڵکو بکوژی خەونەکانە، بکوژی دەسکەوتەمان و هەموو هۆکارەکانی سەرکەوتنە، بکوژەکە شاراوەیە بەلام ئاکار و کردەوەکانی لە هەموو شوێنێکدا دیار و بەرچاون، لە شوێنی کار، لە پەیوەنییە کەسییەکان، لە تەندروستی مرۆڤەکان، هەرەها بێگومان لەناو عەقلی مرۆڤەکانیشدا، ئەو بکوژە بیرکردنەوەی ڕوخێنەرە، لەو باوەڕەدا نیم هیچ شتێک بە ئەندازەی بیرکردنەوەی ڕوخێنەر زیان بە ژیانی سەرکەوتن بگەیەنێت، لە هەموولایەنەکانی ژیان کاریگەری نەرێنی دروست دەکات، هۆکاری زیادبوونی کاریگەری ئەو نەرێتە دەگەڕێتەوە بۆ ئەوەی کە ژمارەیەکی کەم لە مرۆڤەکان هەست بە هێز و توانای ئەو بکوژە دەکەن، زۆربەمان وەک پێویست بایەخ بە شێوازی بیر کرنەوەی خۆمان نادەین.

(**تۆماس ئەدیسۆن**) دەڵێ: (چۆن ئیسفەنج ئاو ڕادەکێشێت، ئێوەش هزرو بۆ چوونە چاکەکان ڕابکێشن و لە خزمەت ئامانجەکانتاندا

دایـان بنێـن).
(**تۆمـاس كارلایـل**) فەیلەسوفی ناودار سـەردەمێک گوتی: (با لێگەڕێین تا هەموان لـە ئاست توانستەکانی خۆیاندا پێش بکەون)، ئەمە جوانترین پێناسـەیە بـۆ سـەرکەوتنن، ئێمـە کاتێـک سـەرکەوتووین کـە بەرزێتـی ئـەو شـتەی لـە دەروونماندایە دەستەبەر بکەین، کاتێک سـەرکەوتووین کـە باشـترینەکانی وجودمـان پێشـکەش بکەیـن، تەنیا کارێـک کـە دەبێ بیکەیـن ئەوەیـە کـە لـە هـەر ئاسـتێکی ئەزموونـدا لـە باشـترین ئاسـتی توانامەنـدی خۆمانـدا بیـن، ئەمـە کارێکـە کـە کەسـانی سـەرکەوتوو لـە هەنـدێ لـە گرنگتریـن لایەنەکانی ژیانـی خۆیانـدا ئەنجامـی دەدەن.

ـ کەسـانی سـەرکەوتوو ژیـان بـەو شـێوەیەی کـە هەیـە بـە هەمـوو گیـر و گرفتـەکان و هەمـوو بەرەنگارییـەکان (تحديات)ەوە قبوڵدەکـەن، سـەرکەوتووەکان خۆیـان لەگـەڵ ژیـان دەگونجێنن و گازندەی لێناکـەن و هەسـت بـە بەرپرسـیارێتی دەکـەن، سـەرکۆنەی ناکـەن و بیانـوو نادۆزنـەوە.
ـ کەسـانی سـەرکەوتوو هەڵسـو کەوتـی ئەرێنـی لەگـەڵ ژیانـدا دەکـەن، ئـەوان ئامـادەی چاکـە و چۆنییەتییـە خوازراوەکانـی ئەوانـی تـرن و زۆربـەی جـار زۆریـان پێدەچـێ تـا دەیاندۆزنـەوە، بـۆ کەسـانی سـەرکەوتوو ژیـان کۆمەڵێک دەرفەتـی گونجـاو و توانـای بـە سـوودە.
ـ کەسانی سـەرکەوتوو پەیوەندی باش دروست دەکەن، ئەوان گرنگی بـە هەسـت و پێویسـتییەکانی ئەوانـی تـردەدەن، ئـەوان ڕەچـاوی خەڵـک دەکـەن، بـە تێبینیـن، بـە ئەدەبـن، ئـەوان دەتوانـن گەشـە بـە باشـترینەکانی خەڵـک بـدەن.
ـ کەسانی سـەرکەوتوو لـە ژیانی خۆیاندا بـە دوای ئامانج و مەبەسـتێکدا وێڵـن، دەزانـن کـە بـەرە و کـوێ هەنـگاو دەنێـن، ئامانجەکانیـان بـە کردەوە دەپێکن و بـە دوای ئامانجی زیاتر دەگەڕێن، پێشـوازی لـە

بەرنگاری و ململانێکانی ژیان دەکەن و چێژیان لێوەر دەگرن.

- کەسانی سەرکەوتوو حەزێکی توندیان بۆ فێربوون هەیە، فێربوون لەبارەی ژیان، لە بارەی جیهان و لە بارەی خۆیانەوە، بۆ ئەوان فێربوون لەززەت بەخشە، ئەرک نییە، ئەوان بەردەوام بە فێر بوونی بابەتی نوێ ژیانیان شیرین تر و خۆشتر دەکەن.
- ئەوان کردەوە خوازن، کارەکان ئەنجام دەدەن، چونکە لە کاری زۆر ناترسن و کاتیان بە فیڕۆ نادەن، بە شێوەیەکی کارامە سوود لە کاتی خۆیان وەردەگرن، هیلاک و ماندوو نابن،
- کەسانی سەرکەوتوو لە هەلسوکەوت و لە ڕەفتاریاندا پێوەرەکان بەرز ڕادەگرن، ئەوان دەزانن کە ڕاستگۆیی لایەنێکی گرنگی کەسایەتی و ڕەوشتی مرۆڤی باشە، ئەوان لە ژیانی تایبەتی و گشتی خۆیاندا بە دوای ڕاستیدا دەگەڕێن،
- کەسانی سەرکەوتوو لە جیاوازی نێوان هەبوون و ژیان تێدەگەن و لەم بەینەدا هەمیشە ژیان هەڵدەبژێرن، ئەوان زۆرترین سوود لە ژیانی خۆیان وەردەگرن، ئەوان چی بچێنن دروێنەشی دەکەن، ئەوان بە مانا ڕاستەقینەکەی سوود لە ژیان وەردەگرن.

(**جان گاردنەر**) دەڵێ: (توانامەندی داهێنان و گەشەی ئێمە وەکو کۆمەڵگایەک بەندە بە توانا و قەبارەی ئێمەوە بۆ گەشە کردن و پەرە پێدانی بەهرەکانمان) ژیان هەیشە بەو شێوەیەی ئێمە دەمانەوێت ناسوڕێت، ئەگەر دەمانتوانی بە ڕێگای خۆماندا بڕۆین کارەکە ئاسانتر دەبوو، هەستمان بە ویژدانێکی ئاسوودەتر و زیاتر دەکرد و چێژ و ڕابواردنێکی زیاتریشمان دەبوو، هیچ ئێش و ئازارێکمان بۆ بەجێ نەدەما، ناچار نەبووین کار بکەین، ناچار بە مردنیش نەدەبووین، هەمیشە شاد و دڵخۆش دەبووین، بە لام جێی داخە ژیان هەمیشە وانییە، لە جیاتی ئەوە لەگەڵ واقعەکان ڕووبە ڕوو دەبینەوە، بەلام

واقعیەتیش مامۆستایەکی گەورەیە هەر چەند ئەم فێربوونە بە زۆری هێواش و دەرد ناکە، بەڵام ئەمانە بەشێکن لە پڕ بایەخترین وانەکانی ژیان.

(جیهان خۆی بۆ شادکردنمان تەرخان ناکات)

(بودا) ٢٥٠٠ساڵ لە مەوبەر بابەتێکی نووسی کە بە (چوار حەقیقەتی شەریف) ناوبانگی دەرکرد گرنگترینیان دەڵێ: (ژیان تێکەڵە بە ئێش و ئازار) ، سێ وشەی دەسپێکی کتێبە بە ناو بانگەکەی دکتۆر(سکات پەک) بەناوی (ڕێگای کەم گوزەر) کە بەرچاو دەکەوێ ئەمەیە (ژیان سەختە)، ئەمەیان بە گەورەترین واقعیەکانی جیهان ناودەبات، کاتێ دان بەو ڕاستییەدا بنێین کە ژیان سەختە، دەست بە گەشەکردن دەکەین، بەرەبەرە پەی بە وە دەبەین کە هەر کێشەیەک خۆی دەرفەتێکی باشە و بەرەبەرە تەحەدییەکانی ژیان قبوڵ دەکەین (لە جیاتی ئەوەی ئازاری دەروونی خۆم بدەم و خەم بخۆم لە سەر هەڵە و شکستەکانم، وا باشترە لێیانەوە ئەزموونێک وەربگرم و فێربم، هەوڵ بدەم دووبارەی نەکەمەوە و پەندی لێوەربگرم.

فڕینی مرۆڤ: سالانێک پێش ئێستا قەشەیەکی گەورە میوانی بەڕێوەبەری قوتابخانەیەکی بچووکی ئایینی بوو لە کەنارەکانی ڕۆژئاوای ویلایەتە یەکگرتووەکان، بەڕێوەبەری قوتابخانەکە هەموو قوتابییەکانی بۆ خوانی ئێوارە بانگهێشت کرد تاکو لە خزمەتی ئەو قەشەیەدابن و سوود لە زانست و ئەزموونەکانی وەربگرن، قەشە گوتی: لەبەر ئەوەی مرۆڤ تا ئەو جێیەی پێیکراوە دەستی بە هەموو دۆزینەوە و داهێنانێک ڕاگەیشتووە، وێناکردنی ڕەوشی هەزارەی سێیەم زۆریش کاریگەر نییە، بەڵام بەڕێوەبەرەکە وێرای ڕەتکردنەوەی بۆ چوونەکانی قەشە، بەو پەڕی ڕێزەوە وتی: (مرۆڤ تازە چووەتە ناو قۆناغی زێڕینی دۆزینەوە و داهێنانە نوێیەکان، لە ماوەی کەمتر

لە پەنجا ساڵی داهاتوو مرۆڤ دەتوانێت بفڕێت)، قەشە قا قا پێکەنی و بە سەرسامییەوە هاواریکرد (قسەی پوچە) هاوڕێم، ئەگەر ئیرادەی خوا لە سەر فڕینی مرۆڤ بوایە دووباڵی پێدەبەخشی، خواوەند فڕینی تەنها بۆ باڵندەکان و فریشتەکان داناوە، ناوی بەڕێوەبەرەکە (ڕایت) بوو، دوو کوڕی هەبوو بە ناوەکانی (**ویلبەر و ئۆریوەل**) کە یەکەم فڕۆکەیان داهێنا، باوەڕە گەورەکان مرۆڤی گەورە دروستدەکەن، گەورەیی مرۆڤ گەورەیی فکری ئەوە، ئاسمانی ژیان لەبەر دەمی ئێمەدا ئاوەڵا کراوە، ئێمە بە بەرزایی بیر و هۆشمان دەفڕین، ئەوەی پشکی ئێمە لەم گەردوونە دیاریدەکات خەیاڵ و بەرزە فڕیەکانمانە نەک چارەنووس.

(**مەسعود لەعلی**) لە کتابی (بە بەرزایی هزرت باڵ دەگریت) دەڵێت: (من وەک هەڵۆیەک وام ئەگەر بزانم (باڵی ئەقڵ و باڵی هێزم) لە سەدا چەند پتەوو و بە هێزە، ئەو کات دەشزانم تا چ ئاستێک بەرز دەفڕم)

ڕازیبوون بە کەم: (**ئۆراب کنکۆ**) دەڵێت: (یەک ڕۆژی تەنیا زیاتر یەکسانە بە چیایەکی ئاڵتون، ئەگەر ڕقت لە مردنە، ئەوا لەسەرتە ژیانت خۆشبوێت) تاکە شتێ کە هەیە و ڕاستەقینەیە، ڕۆژەکەمانە، ژیانمان بریتیە لەو ڕۆژەی کە تێیداین، نە دوێنێ و نە بەیانین، ئەمە دیارییەکی پیرۆزە، ئەگەر دەستە وەستان بووین لە بەرامبەر باش قۆستنەوەی کاتی ئێستامان، ئەوا لە ئایندەی گریمانەییدا بگەین، تەنها گرنگ نییە کاتمان هەبێت، گرنگ جۆر و باش قۆستنەوەیەتی، ئەگەر حەزت لێیە ئەمڕۆ ئەو کارە بکەیت ئەوا لە دوای چوان مەچوو، هەموو ئەوەی ئێستا دەیکەیت ئامادەت دەکات بۆ ئایندە، بارەکەش و ئەرکی سەر شانت تەنیا کەڵەکە دەبێت.

(خەڵک بە دوای کاتدا دەگەڕێن، کاتێکیش دەیدۆزنەوە بە خۆڕایی دەیکوژن)

کاراترین ڕێگەی هەڵگرتنی بەرپرسیاریتی قۆستنەوەی هەموو خولەکێکە، ئەو کارانەی دەتوانیت بیانکەیت هەوڵبدە خۆت بیانکەی، هەموو ڕۆژێکت بە سوپاسگوزاری خودا دەست پێبکە، گرنگ نییە ڕۆژەکەت جوان بێت یان نا، گرنگ ئەوەیە چ کارێکت کردووە؟
(**کۆنفوشیوس**) دەڵێ: (هێشتا ئەوەی ڕۆیی نەڕۆییوە، هەتا ئەو ساتەی کارێک نەکەیت)

(دەتوانیت بیرۆکەی تایبەت بە خۆت دروست بکەیت و بەرجەستەی بکەیت) هەموو ڕۆژێک کاتژمێر دوای کاتژمێر جیهانی خۆت لە بیرۆکەکانت بونیات بنێ، چونکە دەتوانیت تەندروستی باش و ژیانێکی سەرکەوتوو و بەختەوەر بە دەست بێنی بە هۆی بیرۆکە و بیرو باوەڕ و ئەو هەڵوێستانەی لە ستۆدیۆی خەیاڵت دووبارەیان دەکەیتەوە، چونکە بە بێ وێناکردن بیرۆکەکانت بە هیچ ئاراستەیەکدا ناڕۆن، دەتوانیت داهێنان لە هەموو بیرۆکەکانی ناو مێشکت بکەیت، هەتا ئەم بیرۆکانەش بە هێز بن ئەوا دەرفەتی گەیشتن بە ئامانجیان زیاتر دەبێت، بەم شێوەیە دەتوانیت وێنەی نموونەیی خۆت بەرجەستە بکەیت، کەسێکی گەرمو گوڕ و لەش ولارجوان و تەندروستی.

دەتوانیت بڕیار بدەیت، ئەوەی دەتەوێت هەڵیبژێریت، ئەم بیرۆکەیە لە تۆدا هەیە.

(ژیانی ئێمە بە لە دایک بوون دەست پێناکات، بەڵکو بە (گۆڕان) دەست پێدەکات)

قەدری زێڕ لای زێڕنگەرە: تۆپی باسکە لە دەستی مندا (١٩)دۆلار دەهێنێ، تۆپی باسکە لە دەست (مایکل جۆردن) (٣٣) ملیۆن دۆلار دەهێنێ، تۆپەکە گرنگ نییە، ئەوەی گرنگە لە دەستی کێدا بێت.

- تۆپی سەرزەوی لە دەستی مندا(٦) دۆلار دەهێنێ، بەڵام لە دەست (ڕافایل نادال)(٥) ملیۆن دۆلار دەهێنێ، گرنگ ئەوەیە تۆپەکە لە دەستی کێدا بێت.

- ڕاکێتی تێنس لە دەستی مندا بێسوودە، بەڵام لە دەستی (ئەندرێ ئەگاسی) ملیۆنان دۆلار دەهێنێت،،
ڕاکێتەکە گرنگ نییە گرنگ ئەوەیە ڕاکێتەکە لە دەستی کێدا بێت.
- گۆچان لە دەستی مندا ڕەنگە بتوانێت سەگەکان دوور بخاتەوە، گۆچان لە دەستی حەزرەتی (موسا) دا دەریایەکی گەورەی پێ شەق دەکرێ، گرنگ ئەوەیە لە دەستی کێدا بێت.
- تیرو کەوان لە دەستی مندا یاری منداڵانەیە، بەڵام لە دەستی حەزرەتی(داود) چەکێکی بەهێزە
گرنگ ئەوەیە لە دەستی کێدا بێت.
- دوو ماسی و پێنج پارچە نان لای ئێمە دەبێتە دوو لەفەی ماسی، بەڵام لە لای حەزرەتی (عیسا) هەزاران کەسی پێ تێردەکرد، گرنگ ئەوەیە لە دەیستی کێدا بێت.
کەواتە دڵتەنگی، نیگەرانی، ترس، ئومێد، خەونەکان و خێزان و نزیکەکانت بە خوا بسپێرە، چونکە پەیوەندیدارە بەوەی لە دەستی کێدا بێت.
(هەمیشە پشت بە کەسێک ببەستە کە پشتی بە کەس نەبەستبێت، ئەو کەسەش خودایە و کەسی ترنییە، فەرمانبەرێک کاتێک فەرمانی دەرکردنی لە کارەکەی لە لایەن بەڕێوەبەرەکەیەوە پێ ڕاگەیەنرا، هەناسەیەکی قوڵی هەکێشا و بە ڕێزەوە پێی وت: (ڕ ەنگە تۆ لە من بەرز تر بیت، بەڵام من خودایەکم هەیە کە دەسەڵاتی بێکۆتایە، ئەزانم تا ئەو نەیەوێت من دەرناکرێم و تۆش ناتوانیت هیچ بکەیت) ، بەڕێزەوە لە ژووری بەڕێوەبەر چووە دەرەوە، بە خەیاڵێکی ئاسوودەوە ئەو شەوەی لەگەڵ خێزانەکەیدا بە ئاهەنگ و خۆشی بردە سەر، هەمیشە لە چاوەکانیدا لە ڕازو نیازدا بوو لەگەڵ خودا و هەڵسووکەوتی نموونەیەک بوو لە پەرستش، لە بارودۆخە ئاڵۆز و ناهەموارەکاندا

ئارام و لەسەر خۆ بوو، هەمیشە دوور بوو لە نائومێدی و ڕەشبینی، لە ڕوانگەی ئەرێنیانەوە دەیڕوانییە بابەتەکان و لە شەپۆلی ڕەشبینی خەڵکی خەونی سەوز و جوانی بونیاد دەنان، بەیانی بێ گوێدانە ئەوەی کە ڕوویدابوو ڕۆیشت بۆ سەرکارەکەی، پشت ئەستوور و بە متمانە و دڵنیابوو لە چارەسەری کێشەکەی ئومێدی دوو هێندە ببوو، چووە شوێنی کارەکەی و بە ئارامی بەرە و ژووری بەڕێوەبەر کەوتە ڕێ، داوای لە سکرتێرەکەی کرد بیباتە ژوورەوە، بەڵام سکرتێر گوتی لەوێ نییە، سەر لەبەیانی ئەمڕۆ فەرمانی گواستنەوەی دەرچووە بۆ ناوچەیەکی تر و فەرمانی تۆش پووچەڵ کراوەتەوە.

(لەسەر هەموو نەهامەتییەکانەوە، خودایەک هەیە کە وجودی ئەو، قەرەبووی تەواوی نەدارییەکانە)

ڕوانین لە ئامانج: لە ڕۆژێکی بەفراویدا بەڕێوەبەرێکی قوتابخانەیەک هەمووخوێندکارەکانی بانگ دەکات و بە هەمووان دەڵێت: کێ دەتوانێت لەم بەری حەوشە وە تا ئەو بەری حەوشەکە لە سەر هێڵێکی ڕاست بجولێت، پێدەچوو کارێکی ئاسان بێت و هەمووان دەیانتوانی ئەم کارە ئەنجام بدەن، بەڵام لە کۆتاییدا تەنها یەک کەس مایەوە کە لەسەر هێڵێکی ڕاست جوولابوو، خوێندکارەکانی تر بە شێوەیەکی ناڕێک جوولابوون، هۆکاری سەرکەوتنی ئەو خوێندکارە ئەوە بوو کە درەختێکی لەو بەری حەوشەکە بە نیشان کردبوو، ئەو تەنها تەماشای ئەو درەختەی دەکرد و سەیری بەر پێی خۆی و کۆسپەکانی بەردەمی نەدەکرد، بەڵام ئەوانی تر سەیری بەرپێی خۆیان کردبوو کاتێک ڕێکەوتی کۆسپێکیان کردبوو لایان دابوو، کاتێک کە هەموو تەرکیزی خۆت لە سەر ئامانجێک دادەنێیت هیچ ڕێگر و کێشەیەک نابێتە هۆی ئەوەی کە بوەستیت یان ڕێگاکەت بگۆڕیت، دەبێ تەرکیز بکەیە سەر ئەو ئامانجەی کە مەبەستتە.

(**مەسعود لەعلی**) دەڵێ: (شانسی سەرکەوتنی تۆ لە ژیاندا بەبێ هەبوونی ئامانج بە ئەندازەی تاکێکی نابینایە کە لە ژوورێکی تاریک ولە شەوێکی تاریکدا بە دوای پشیلەیەکی ڕە شدا دەگەڕێیت کە هەر لەوێ نییە)،

گەڕان بە دوای ئامانج: توێژینەوەکان دەڵێن: لە سەرانسەری دونیادا تەنیا دوو گیانلەبەر میکانیزمی سۆراخکردنی ئامانجیان لە ئاگاییدا هەیە کە یەکیان مرۆڤە و ئەوی تر کۆتریماڵییە، کۆترێکی ماڵی بگرە و بیخەرە ناو پیکابێکەوە کە هیچ جۆرە دەرچەیەکی بۆ دەرەوە نەبێت، نزیکەی هەزار کیلۆ مەتر لە هێلانەکەی دووری بخەرەوە، سەری سندوقەکە بکەوە، ئەبینی کۆترەکە لە شەققەی باڵئەدات و پاش چەند جارێک سووڕانەوە لەو ناوە، ڕێک بە ئاقارێکی دروست بەرەو ماڵ ئەبێتەوە، مێشکی تۆش چەند میکانیزمێکی هەیە لەم ڕووەوە، کاتێک ئامانجێک لە ئاگاییدا بەرنامە ڕێژ دەکەیت لەرینەوەکان و تیشکدانەوەکانی مێشکت دەستبەجێ، تاکەکان، بارودۆخ و هەلومەرجەکان، دەرفەتە گونجاوەکان، بۆ بە کردار کردنی ئەو ئامانجە بەرەو لاتان ڕادەکێشێت، بە پێچەوانەوە هەرکاتێک ئامانجگەلێکی ڕۆشنت نەبێ یا بەرنامەت نەبێ بۆ بە کردار کردنی ئەو ئامانجە، ئەم میکانبزمە بێ سوود لە مێشکتاندا دەمینێتەوە.

(**برایان تریسی**) دەڵێت: (سەرکەوتن واتە ئامانج، هەر شتێکی تر کە هەیە لاوەکیو زێدەگۆییە)

ژ، **وەکو ژیان**: (**مەسعود لەعلی**) دەڵێ: (سەرەتا دەمردم بۆ ئەوەی ئامادەیی تەواو بکەم و دەستبکەم بە خوێندنی زانکۆ، دوایی دەمردم بۆ ئەوەی خوێندنی زانکۆم تەواو بێت و دەست بە ئیش بکەم، دوایی دەمردم بۆ ئەوەی هاوسەرگیری بکەم و منالم ببێت، دوایی دەمردم بۆ ئەوەی منالەکان گەورە ببن و بچنە قوتابخانە و من بتوانم

بگەڕێمەوە سەر ئیش، دوایی دەمردم بۆ ئەوەی خانەنشین ببم، ئێستا کاتی مردنم هاتووە لە پڕ تێگەیشتم کە بیرم چووە بژیم)

دەنگدانەوەی ژیا ن: کوڕێک و باوکێک لە چیایەک بوون، لە ناکاو قاچی کوڕەکە بەر بەردێک کەوت و بەر بووەوە و هاواری کرد (ئایی)، دەنگێک لە دوورەوە هات (ئایی)، کوڕەکە بە سەر سوڕمانەوە هاواریکرد (کێیت)؟ وەڵامەکە ئەمە بوو (کێیت)؟ کوڕەکە هاواری کرد (ترسنۆک)، وەڵامەکە ئەمە بوو (ترسنۆک)، کوڕەکە سەری سوڕما لە باوکی پرسی: ئەوە چییە؟ باوکەکە بزەیەکی کرد و گوتی: کوڕم سەیرکە پاشان بە دەنگێکی بەرز هاواریکرد(تۆ قارە مانیت)، کوڕەکە زیاتر سەری سوڕما، باوکی بۆی ڕوونکردەوە (خەڵکی دەڵێن ئەمە دەنگدانەوەی شاخە، بەڵام لە ڕاستیدا ئەمە دەنگ دانەوەی ژیانە)، هەر شتێک کە بیڵێت و ئەنجامی بدەیت، ژیان هەر ئەوەت وەڵام دەداتەوە ئەگەر عەشقت بوێت ئەوا عەشقی زیاتر لە دڵدا دێتە کایەوە، ئەگەر بە دوای سەرکەوتندا وێڵ بیت ئەوا بە دەستی دەهێنیت، (هەرچییەکت دەوێت ژیان هەرئەوەت پێدەبەخشیت)

(**سستیڤان کۆفی**) لە یاسای داچاندن دەڵێ: (ئێمە داچێنراوەکانی خۆمان درووێنە دەکەین نە کەمتر نە زیاتر)

ئازاد بوون لە ڕابردوو: ڕۆژێک گەنجێک دەچێتە لای عارفی گەورەی شارەکەیان تا وەکو مامۆستا بیکاتە قوتابی خۆی، گەنجەکە وتی: مامۆستا من هەرچییەکی هەمبوو فرۆشتم و پارەکەییم بە سەر هەژاراندا دابەشکرد، تەنیا ئەوەندەم پێ مابوو تا بتوانم بێمە ئێرە، ئەکرێ ڕێگای ڕزگاریم پیشان بدەیت؟ مامۆستا داوای لێکرد ئەو شتە کەمانەی کە ماویەتی بیفرۆشیت و لە شار برێک گۆشت بکڕیت، لە گەڕانەوەیدا گۆشتەکە لە جەستەی هەڵسویت، گەنجەکە ئەوەی داوای لێکرابوو کردی لە ڕێگەی گەڕانەوە دا، سەگەکان و ئەو ئاژەڵانەی

گۆشتخۆر بوون هێرشیان کردەسەر، کاتێک گەنجەکە گەڕایەوە جەستەی برینداروو جلە دڕاوەکانی پیشانی مامۆستا داو وتی: (من گەڕامەوە) عارفەکە وتی: (ئەو کەسانەی کە ڕێگای نوێ دەست پێدەکەن، بەڵام دەیانەوێ تۆزقاڵێک لە ژیانی پێشوویان هەر بمێنێ، ڕابردوویان ئازاریان دەدات)

(**مەسعود لەعلی**) دەڵێت: (سەختییەکان بەهای زانستییان هەیە، ئەو بارودۆخانەن کە فێرخوازی باش هەرگیز لە دەستیان نادات)

جیاوازی لە هەوڵدایە: (**مەهاتما غاندی**) هەموو تەمەنی خۆی تێکۆشا تا سەرکەوتوو بوو لەوەی هیندستان لە ژێر چنگی بەریتانیا دەربێنی، کاتێک وتیان ئەو یەکێکە لە گەورەترین ئەو کەسایەتییانەی کە تا وەکو ئێستا لە مێژووی جیهان دەرکەوتووە، لە وەڵامدا وتی: من شتێکی تازەم لا نییە تا فێری دونیای بکەم، (ڕاستی و ناتەندروستی) بە ئەندازەی شاخەکان دیار و بەرزن، تاکە کارێک من کردوومە هەوڵ بووە بۆ دانانی ئەو دوو پرەنسیپە لە بەرزترین شوێنی خۆیاندا، لە کاتی ئەو هەولانەمدا زۆر هەڵەم کردووە و لە هەڵەکانی خۆم زۆر وانە فێربووم، ئەوانەی کە باوەڕیان بەم ڕاستییە سادەیە هەیە تەنیا ئەو کاتە دەتوانن برەویان پێبدەن کە لە سەر ئەو بنەمایانە دەژین، بە تەواوی باوەڕم وایە کە هەر ژنێک یان پیاوێک دەتوانێت ئەوەی کە من ئەنجامداوە بیکات ئەگەر هەمان هەوڵ بخاتە گەڕ و هەمان ئومێد و ئیمان و باوەڕ لە خۆیدا گەشە پێبدات.

(برایان تریسی) دەڵێت: (بۆ گەیشتن بە ئامانج دەبێ لە سنوورەکان تێپەڕیت، دەبێ لە توانای خۆت بەهێزتربیت)

بەرنامە ڕێژی و ئەولەویەت بەندی: ئەگەر بتەوێت لەگەڵ یەکێک لە هاوڕێکانتدا پەیوەنییەکی تەلەفۆنی بۆ وەر بگری ئەوە حەتمەن دەبێ ژمارەکە وەربگریت، بەڵام ئەگەر هەر ژمارەیەک لەو ژمارە تەلەفۆنانە

هەڵـە بکەیت، تەنانـەت ئەگـەر زۆر وشیار و زیرەک وبـە هێزیش بیت ناتوانیت تەلەفۆن بکەیت، یاساکانی سـەرکەوتنیش هـەر بـەم شێوەیەیە، بـۆ گەیشـتن بـە ئامانـج دەبـێ زنجیرەیـەک پرەنسـیپی جێگیـر و دیـار بگرینە بەر و ئەگەر جیاوازییەک لە ئەولەویەتەکاندا بێتە کایەوە، یان یەکێک لـە قۆناغـە کان لاببرێت، ئـەوە ناگەیتـە ئامانجی خـوازراو.

(**برایـان تریسـی**) دەڵێت: (بەرنامەیـەک لـە سـادەترین شـێوەی خۆیدا پێرستێکە لە هەموو ئەو چالاکیانەی کە دەبێ بپرژێتە سەریان تاوەکو بگەیتـە ئامانجی خۆت).

ئیمانـت بـە ئامانجەکانـت هەبێت: ئامانجە کەسییەکان هـی تۆن، ئەمانـە ئـەو شـتانەن کـە خـۆت دەتەوێـن، نـەک ئـەو شـتانەی کـە ئەوانیتـر بـۆ تۆیـان دەوێ، کلیلـی ژیـان بـە خۆشـی، ڕێزگرتنـە لـە ئارەزووەکانـت، تەنانـەت ئەگـەر ئەوانی تـر بـە سـووک سـەیریان بکـەن، مەهێڵـە بێباکی و کورتبینی ئەوانیتر ئامانجی ژیانت بخەنـە ژێر کاریگـەری خۆیانـەوە، ئـەو ڕەفتـارو هەنگاوانـەی لـە دژی ئـارەزووەکان و باوەڕەکانـت قبـوڵ مەکە، لەگەڵ خۆتدا سـەر ڕاستبە، بە تۆکمەیی بوەسـتە و خەونەکانت دوا مەخـە، (برایـان تریسـی)

لـە ژیانـدا شـتێکی خـۆش هەیـە: ئەگـەر شـتە مامناوەنـدەکان قبوڵنەکەیت، زۆربـەی کات باشـترینەکانت بە نسیب ئەبن، هەمیشـە وەکو شـاخەوانێک بـە کـە دەیـەوێ بۆ گەیشـتن بە لوتکە چەندەها جار دەچیتە نـاو دۆڵ، ئایا بـە چوونـە خـوارەوە شکسـت دێنیت؟ نـا، ئـەو بـەردەوام چـاوی لـە ترۆپکـە و دۆڵیش بەشـێکە لـەو ڕێگایـەی کـە دەبـێ بیگریتـە بـەر بـۆ گەیشـتن بـە لوتکـە، ئـا یـا شـاخەوان دەیتوانـی بـە بـێ هاتنـە خـوارەوە بـۆ دۆڵ بگاتـە لوتکە؟ نەخێر، ئەگـەر بڕیار وایە بگەینە لوتکە دەبێ چیبکەین؟ ئایا دەبێ نیگەرانی ڕۆیشـتن بین بۆ نـاو دۆڵ و کات لـە دەست بدەین؟ نا، هـەرکاتێک کە دەمانـەوێ خێراتر سـەرکەوتووبین

دەبێ خێرایی شکستی خۆمان دووبەرامبەر بکەین، سەرکەوتن لەو دیوی دیواری شکستدایە، (حافزی شیرازی) دەڵێ: (ڕێگەی هیممەتم ڕووە و تروسکایی بکەرەوە ئەی باڵندەی قودس کە درێژە ڕێگای مەقسەدە و من تازە ڕێبوارم)

من دەتوانم: (**ناپلیۆن هێل**) نووسەری کتێبی (بیر بکەرەوەو دەوڵەمەند ببە) دەڵێ:

جارێکیان لە کەسێکی بەشداربووی سیمینارێکی خۆم پرسی: (بە شێوەیەکی ناوەند کەسەکان بۆ گەیشتن بە ئامانجەکانی خۆیان چەند جار هەوڵدەدەن)؟ ئەگەر سەرکەوتوو نەبوون پاشەکشە دەکەن؟ کابرا لە وەڵامدا وتی: (کەمتر لە جارێک)، زۆربەی خەڵکی پێش ئەوەی لە بنەڕەتەوە شتێک تاقیبکەنەوە پاشەکشەی لێدەکەن، وێڕای ئەوەی کە دەیانەوێ ژیانێکی باشتریان هەبێت دەستبەجێ بە گوزارشتی (ناتوانم) دەوەستن،، گرنگتر ین کار بۆ گەیشتن بە سەرکەوتن بڵێ: (هەر شتێک بمەوێ دەتوانم تیایدا سەرکەوتووبم، گرنگترین دەربڕین بۆ بە کردارکردن (دەتوانمە)

(**برایان تریسی**)دەڵێ: (کەسێک دەیەوێت سەرکەوتووبێت دەبێ فێربێت کە چۆن بجەنگیت، ململانێ بکات، زەحمەت بکێشیت، بەسەرکۆسپەکان سەرکەوێت)

دەبێ بە ئاڵتون بنووسرێتەوە:

(**لیس گیبلین**) دەڵێ: هەبوونی باشترین بیرۆکەی جیهان بە کەڵکی تۆ نایەت، مەگەر ئەوەی کە بیخەیتە کار، لە پێشدا پلان دابنێ، ئەو کاتەی حەزرەتی (نوح) دەستیکرد بە دروستکردنی کەشتیەکەی خۆی، هیچ نیشانەیەکی باران بارین نەبوو، تەنیا یەکجار دەتوانیت بانگەشەی ئەوە بکەیت کە غافلگیر بوویت دوای ئەوە تەنیا دەتوانیت بڵێیت کە ئامادە نەبوویت،

(**ویلبس، ئار، ویتنی**) دەڵێ: (هەندێک لە مرۆڤەکان هەزارپاساویان هەیە بۆ ئەوەی ئەو کارە ئەنجام نەدەن کە دەیانەوێ، لە کاتێکدا ئەو شتەی کە پێویستیانە بۆ ئەنجامدانی کارەکە تەنیا یەک هۆکارە ئەویش ئەوەیە کە بۆچی دەتوانن)؟

(**جۆن ماکسویل**) دەڵێ: (ئامادەیی دەتوانێ بە مانای جیاوازی نێوان بردنەوەو دۆڕان بێت، شکست واتە پاشەکشە لە هەوڵدان)

(**ئەلبیرت مۆبەرت**) دە لێ: (کەسێک کە شیری دەوێت نابێ لە ناوەڕاستی کێڵگە لە سەر کورسی دابنیشێت وهیوای ئەوەی هەبێ مانگایەک بەرەو ڕووی بێت و شیری بداتێ)

(**بروس سپرینگستن**) دەڵێ: (کاتێک دێت کە دەبێ کۆتایی بە چاوەڕوانی خۆت بێنیت بۆ بوون بە و کەسەی کە دەتەوێ و ژیانی ئەو کەسە دەست پێبکەیت کە دەتەوێ ببیت)

(**سیداگارت گلن بالارۆ**) دەڵێ: (من بەو پیاوەی ناو ئاوێنەکە دەست پێدەکەم، داوای لێدەکەم شێوازەکەی بگۆڕێت، دەربڕینێکی لەمە ڕوونتر نییە، ئەگەر دەتەوێ دونیا بکەیتە شوێنێکی باشتر، سەیرێکی خۆت بکە و دوایی ئەو گۆڕانە ئەنجام بدە کە پێویستە)

(خۆت ڕابهێنیت لە سەر هەر شتێک، دەبیتە ئەو شتە)

(لە ڕووبەڕووبوونەوەی نێوان جۆگەلە و تاشە بەرددا تەوژمی ئاو هەمیشە سەرکەوتووە، نەک بە هۆی هێزی ئاو، بەڵکو بە هۆی پایەداری و بەردەوامییەکەی)

هەندێک لە مرۆڤەکان خۆیان لە دەستە پاچەیی ڕادەهێنن بۆ نمونە خستنە ڕووی بابەتێک یان بڕیاردان بۆ بینینی کەسێک بە شێوەیەکی خۆبەخۆ دەترسن، تەنانەت لە وانەشە بەردەوام بیر لە و مەسەلەیە بکەنەوە کە مرۆڤێکن باوەڕیان بە خۆیان نییە، لە بەرامبەردا مرۆڤی زۆر سەرکەوتووهەیە لەو بارو دۆخانەی کە پێویستیان بە ترسی زۆر

هەیە، بە هۆی لێبڕاوی وهەوڵدانی بێ ماندووبونیانە لە کارەکانیاندا، هەمیشە ڕاهێنانیان کردووە لە سەر ئەوەی هەرکارێک بیانەوێت دەتوانن سەرکەوتنی تێدا بە دەست بهێنن، هەوڵدان و کارکردنی زۆر بوەتە نەرێت و خوو لە لایاندا، ئەوانە هەمیشە هەست بە ئارامی و دڵنیاییدەکەن، تۆش دەتوانیت بەم شێوەیە بیت.

(**ئەرستۆ**) دەڵێ: (ئێمە ئەو شتەین کە ئەنجامی دەدەین، لەبەر ئەوە نایاب بوون تەنها نمایشێک نییە، بەڵکو ڕاهاتن و خوو گرتنە بەو شتەوە کە بەردەوام ئەنجامی دەدەین)

ئایا هەرگیز سەیری کەسێکی سەرکەوتووت کردووە کاتێک لە شوێنێکدا دەردەکەوێت؟ یان ئارەزووی ئەوەت نەکردووە کە خۆزگە وەکو ئەو بویتایە، بە باوەڕبەخۆبوون و گەشبینی ودڵنیاییو داهێنان، بەرپرسیار بوون، یاریچییەکی باش، فرۆشیارێکی باش، ئەو توانایانەن کە بە ئاسانی فێریان دەبیت و دەتوانیت لە ڕێگەی ئەوانەوە بگەیتە پلەکانی لێهاتوویی و سەرکەوتن، تۆ دەتوانیت هەر توانایەک کە کەسێکی دیکە لە چاو تۆ زیاتر فێری بووە تۆش فێری بیت.

(**چارلس. ئیج. فۆلدەر**) دەڵێ: (باشترین مامۆستای مرۆڤ ژیانی خەڵکانی گەورە و سەرکەوتووە)

ئامانجەکانت بە ڕاستی دەبێت بە ڕادەی پێویست ئەوندە گەورە بن کە لە سەر جێکە لە خەوەکەت ڕاتپەڕێنێت، تاوەکو هەست بکەیت کە وزەی پێویستت هەیە بۆ ژیان زۆر بە کەمی ئامانجێک بە گەورە دادەنرێت، تۆ پێویستت بە ئامانجی گەورە هەیە، ئامانجێک کە خانەکانی لەشت ئاگرین بکات و ببێتە هۆی ئەوەی کە هەستییەوە و دەست بە کار بیت، ئیدی هەموو کارێک لە ژیانتدا دەتوانیت ئەنجامی بدەیت.

(**دۆنالد ترامپ**) دەڵێت: (تۆ ڕۆژانە ٥٠هەزار بیرۆکە بە مێشکتدا دەگوزەرێت)

(**ئەڕستۆ**) دەڵێ: (پیاوێک بوونی هەیە کە بە شوێن ئامانجەکانی بگەڕێت، ژیانی ئەو کاتێک مانای دەبێت کە بڕواتە دەرەوە و بۆ گەیشتن بە ئامانجەکانی هەوڵ و کۆشش بدات ئەم بیرۆکانە بگۆڕیت بۆ بیرکردنەوەی گەورە)

خەونەکانت پەرە پێبدە: ئەگەر دەتەوێ دەسکەوتی گەورە و مەزن بە دەست بێنی دەبێ خەونێکی گەورە و مەزنت هەبێت، ئەگەر تا ئێستا خەونەکەت دیاری نەکردووە، ئەوا بیر کردنەوەت چڕ بکەوە تا بتوانی بیدۆزیتەوە، ئەگەر بینیت هزر و بیرت دەگەڕێتەوە سەر بیرکردنەوە لە شتێک، یان کارێک، ئەمە ڕەنگە یارمەتیت بدات خەونەکەت لەم کارەدا بدۆزیتەوە، هەرکە خەونە کەت دۆزییەوە هەنگاو بەرەو پێشەوە هەڵبنێ بێ دوودڵی و ڕاڕایی.

(**ساچل بیدچ**) دەڵێ: (هەرگیز ئاوڕ لە دواوە نەدەیتەوە چونکە ڕەنگە شتێ هەبێ لە دواوەشوێنت کەوتبێ)

(**ڤینس لۆمباردی**) دەڵێ: (چێژ لە داهێنان دایە، نەوەک پارێزگاریکردن لەوەی بەدەست هاتووە)

خاوەنداریتی داهێنان گەنجینەیەکی لە نرخ نەهاتووە، جا پیشەکەت هەر چییەک بێت،

(**مۆزر ویلمان**) نووسەری کتێبی (پێنج ڕووەکەی بلیمەتی) دەڵێ: (داهێنان بە نرخترین شتە کە بتوانی پێشکەشی کارەکە تو کۆمپانیاکەت بکەیت) چونکە گرنگترین شت لەو کارانەی کە ڕایدەپەڕێنێت، یا لەو ڕۆڵانەی کە دەیانگێڕی، لە نازناوەکەت وپیشەکەت و دەسکەوتەکانت بیرۆکەکانتە، ئەگەر تۆ بەو ڕادەیەی خۆت دەتەوێت داهێنەر نەبوویت ئەوا لە تواناتدایە چۆنیەتی و شێوازی بگۆڕی)

داهێنەر نا ڕوونی قبوڵدەکات: (**هنری لویس منگن**) ی نووسەر دەڵێت: (کەسی گەمژە ئەو کەسەیە کە بەردەوام هەست بە یەقین

دەکات، ئەو کەسەی یەقینیشی هەیە بەردەوام هەست بەوە دەکات گەمژەیە) داهێنەران هەست ناکەن پێویستیان بەوە بێت شکو گومان بە یەقین ببڕن، ئەوان هەموو کون و کەلەبەرەکانی ژیان دەبینن، بەردەوامیش دۆزینەوەی ئەو کەلێنانە دڵخۆشیان دەکات و خەیاڵیان بۆ پڕ کردنەوەیان بە کار دەبەن.

داهێنەران چێژ لە شتە باوەکان وەردەگرن: داهێنان لە سروشتی خۆیدا و دوور لەو ڕێچکەیەی خەلکی دەیگرنە بەر، دۆزینەوە و دەرچوونە لە شتە باوەکان.

(کینگمان برۆستەری دیبلومات) کە ماوەیەکی زۆر سەرۆکی زانکۆی (بیل) بوو دەڵێ: جۆرە پەیوەندییەک لە نێوان داهێنان و گێلی هەیە، بۆیە پێویستە لەسەرمان گێلییەکان بە سنگی فراوانەوە وەربگرین، بۆ ئەوەی توانای داهێنان کردن لە خۆت و کەسانی تر بەهێز بکەیت ئامادەی بەرگەگرتنی هەندێ سەیر و سەمەرەیی بە.

داهێنەران لە شکست ناترسن: بیرکردنەوەی داهێنەرانە توانستی ئەوەی دەوێ لە شکست هێنان نەترسی، لەبەر ئەوەی داهێنان یەکسانە بە شکست هێنان، ڕەنگە ئەم قسەیە تووشی سەرسوڕمانت بکات بەڵام ڕاستییە.

(چارلز فرانکل) جەخت لەوە دەکاتەوە و دەڵێ:

(دڵەڕاوکێ داواکراوێکی سەرەکییە لە داهێنانی هزری و هونەری)، داهینان ئەوە دەخوازێ مرۆڤ ئامادەیی ئەوەی تیابێ بە گەمژە دەربکەوێ، ڕەنگە مرۆڤ گوزارشت لە بیر و بۆچونێک بکات کە پێچەوانەی بیر و بۆچوونی باو بێ و باش دەزانێ کە ئەو بیر و بۆچوونە ڕووبەڕووی ڕەخنەی توندی دەکاتەوە، داهێنان لەگەڵ کوالیتی ژیانی مرۆڤ بالا دەبێ.

(جۆن سی ماکویڵ) دەڵێ:

پێنج سوودی باش هەن کە بیرکردنەوەی داهێنەرانە پێشکەش دەکەن:
١ بیرکردنەوەی داهێنەرانە بەهای شتەکان زیاتر دەکات.
٢ بیرکردنەوەی داهێنەرانە پەرەدەسێنێ.
٣- بیرکردنەوەی داهێنەرانە خەڵکی بۆ خۆت و بیرۆکەکانت بەکێش دەکات.
٤- بیرکردنەوەی داهێنەرانە یارمەتیت دەدات زانیاری زیاتر بە دەست بهێنیت.
٥- بیرکردنەوەی داهێنەرانە ئاڵەنگاری بارودۆخی حازر دەکات.

پرسیارێ دروست بکە و بیر کردنەوەیەکی داهێنەرانە بیر بکەوە:

تا مەودایەکی دوور توانای داهێنان کردن خۆی ئاراستەکردنی پرسیاری دروست دەبینێتەوە.

(**ئەنتۆنی گای**) ڕاهێنەری کارگێڕی کار دەڵێ: (ئەقلی نا داهێنەر دەتوانێ وەڵامی هەڵە بدۆزێتەوە، بەڵام هەرچی ئەقلی داهێنەرانەیە دەتوانێ پرسیاری هەڵە دەست نیشان بکات، پرسیاری نا دروست بیرمەندەکان دەگەیەنێتەوە سەر ڕێچکە کۆنەکان، یان وایان لێدەکات بڕوا بهێنن بەوەی بیر کردنەوە هەرگیز بە کارێکی زەرور و پێویست دانانرێت)

پلانێک بۆ ژیانت دابنێ: تێبینی ئەوە بکە بەرە بەرە خەڵکێکی زۆر هەوڵدەدەن ڕۆژ بە ڕۆژ پلان دابنێن بۆ ژیانیان، ئەوان بەیانیان لە خەو هەڵدەستن و لیستێک بە کارە ڕۆژانەییەکان و دەست دەکەن بە جێبەجێکردنی، بگرە کەسانێک هەن لە بنەڕەتدا پلان بۆ ژیانیان دادەنێن، ژمارەی ئەو کەسانە کەمن کەهەفتانە پلان بۆ ژیانیان دادەنێن، هەفتانە ڕۆژمێرەکانیان دەپشکنن و مەوعیدەکانیان بەسەر دەکەنەوە و بە ئامانجەکانیاندا دەچنەوە، دوای ئەوەی دەست بەکار دەبن، ئەوان عادەتەن لە زۆربەی هاوڕێکانیان سەرکەوتووتردەبن کە

ڕۆژانە پلان بۆ ژیانیان دادەنێن، بەڵام پێویستە هەوڵبدەین بۆ زیاتر لە هەفتەیەک پلان دابنێین.

ڕۆماننووسی ئیسپانی (**میکایل دی سێرفانتس**)دەڵێ: (مرۆڤی ئامادەسازو خاوەن پلان وەکو ئەوەیە نیوەی جەنگەکەی کردبێ) بیرکردنەوەی ستراتیژی لە کرۆکیدا زیاتر نییە لە پلانێکی زۆر کاراو کاریگەر، بیرکردنەوەی ستراتیژی بابەتگەلی ئاڵۆز و ئامانجی دوور مەودا دەگرێتە خۆ، ڕوبەڕووبوونەوەیان ئاسان نییە و بۆ بەش بەشی بچووک دابەشیان دەکات تا بتوانی مامەلەیا ن لەگەڵ بکات.

(هەموو شتێک ئاسانترو سادەتر دەبێ کاتی پلانی بۆ دادەرێژرێت)

جەنەرال (**جۆرج ئیس باتۆن**) دەڵێ:

(جەنەرالی سەرکەوتوو ئەو جەنەڕالەیە کە پلانێک دادەنێت لەگەڵ بار و دۆخدا بگونجێت، بەڵام هەرگیز هەوڵی ئەوە نادەن بار و دۆخێک دروستبکەن لەگەڵ پلانەکانیان بگونجێ)

(**ولیەم فیوز**) نووسەری کتێبی (گەورەیی ژیان) دەڵێ:

(دەبێ گرفتەکان بەر لە چارەسەرکردنیان بە ڕوونی دیاری بکرێن)، خەڵکێکی زۆر بە خێرایی بەرەو چارەسەرەکان دەڕۆن، هەموو گریمانەکان لە بازنەی پرسیارەکان دابنێ و زانیاریەکان کۆبکەوە، دۆزینەوەی هەڵوێست وئامانجە ڕاستەقینەکان بەشێکی هەرە گرنگی جەنگی تۆیە، کاتێ ئاریشە ڕاستەقینەکەت دیارکرد، بە ئاسانی دەگەیتە چارەسەر کردنی ئەم ئاریشەیە.

(**ئۆڵان هندریکس**) دەڵێ:

(بیرکردنەوەی ستراتیژی لە گەرماوکردن دەچێ، دەبێ بەردەوام دووبارەی بکەیتەوە)

ئاریشە گەورەکان پێویستیان بەوە هەیە کاتێکی دوور و درێ ژبە بیرکردنەوەی ستراتیژی بەسەر ببەیت،

(**تین پۆست**) لەو پەری لۆژیکی دابوو کە گوتی: (ئەگەر تۆ ئارەزووت لە ئامادە سازی نەکرد، ئەوا ئارەزووت بۆ سەرکەوتن هیچ بەهایەکی نییە)، ئەگەر تۆ ویستت ببیتە بیرمەندێکی ستراتیژی کارامە و لێهاتوو، ئەوا پێویستە لە سەربیرکردنەوەی ستراتیژی بەردەوام بیت، هەشتا ساڵ لەمەوبەر (**جوزیف جاکۆبەر**) بەرپرسی بە بازارکردن پێشنیازی ئەوەی کرد کە کۆمپانیاکەیان دەتوانێ قاوە بەر لە (جەژنی لێخۆشبوون) بفرۆشێ ئەگەر حاخامەکان لە ڕێزی خواردنەوە ڕێپێدراوەکان دابنێن، بە ڕاستیش لە ساڵی ١٩٢٣ وە قاوەی کۆمپانیای (ماکسوێل هاوس) بە خواردنەوە ڕێپێدراوەکان دانرا کە دەتوانرێ لە جەژنی لێخۆشبوون بخورێتەوە ، (دوای ئەوە جاکۆبز) پێشنیازی ئەوەی کرد ئەگەر (نامیلکەکانی هاجادا) بڵاوبکرێنەوە فرۆشیان زیاتر دەبێ، لەوساوە نامیلکە چاپدەکەن و قاوە دەفرۆشن لە جەژنی لێخۆشبوون، ئەمە ڕوودەدات کاتێک باڵەکانی بیرکردنەوەی ستراتیژی دەکەیتەوە تا بەرز بفڕی.

(**سام ئیوینگ**) دەڵێت (هیچ شتێک لەوە تەریق کەرەوەتر نییە، سەیری کەسێک بکەیت کارێک ئەنجام بدات کە تۆ پێشتر پێت گوتووە موستەحیلە بتوانی ئەنجامی بدەیت)، ئەو کەسانەی کە بیر لە ئەگەرە ڕێ تێچوەکان دەکەنەوە دەتوانن ئەو ئەرکانە جێبەجێ بکەن کە ئەستەم و ڕێ تێنەچوو دیار بوون، لەبەر ئەوەی ئەوان بڕوایان بەوە هەیە هەموو شتێک چارەسەری هەیە، (بیرکردنەوە لە ئەگەرەکان ئیلهامی خەونی گەورە و مەزنت پێدەبەخشێ.

پیشەی تۆ هەر چییەک بێت بیرکردنەوە لە ئەگەرەکان یارمەتیت دەدات لەوەی ئاسۆکانت فراوان بکەی، ئیلهامی خەونی گەورەشت پێدەبەخشێ.

پرۆفیسۆر(**دیڤید جێ شوارتز**) وایدەبینێ کە ئەوانەی بەرز دەڕوانن

بلیمەتـن لـە ئەفراندنـی دیدگایەکـی ئایندەیـی ئەرێنیانـە و وێناکردنێکـی گەشبینانە لە زەینی خۆیان و زەینی کەسانی تر)، ئەگەر تۆ پڕاکتیزەی بیرکردنـەوە لـە ئەگـەرەکان بکەیـت، خەونەکانـت بـە خێرایـی گەشـە دەکەن و بە هێز دەبن، لەبەر ئەوەش بڕوات بەوە هەیە کە توانستی بەدیهێنانی شتە ئەستەمەکانبوونیان هەیە و دەتوانی بەدەستی بهێنیت، ئەوە وات لێدەکات بۆ بەدیهێنانیـان ئامادەبیت.

(**رۆدی جولیانـی**) پارێـزگاری شـاری نیویـۆرک بـوو، لـە دیارتریـن و مەزنتریـن ئـەو کەسـانەی کـە پەیڕەویـان لـە بیرکردنـەوە لـە ئەگـەرە ڕێتێچـووەکان کردبێـت، ئـەو پارێـزگاری شـاری نیویـۆرک بـوو کـە لـە سـاڵی ٢٠٠١ لـە کاتژمێـرە یەکەمەکانـی دوای کارەسـاتی تاوەرەکانـی سـەنتەری بازرگانـی جیهانـی گوزارشـتی لـەو بێسـەروبەری و فەوزایـە نەکرد کە بەسـەر شـارەکەیدا هات بەڵکو دڵنیایی خستە دەروونی هەموو ئەو کەسـانەی دەیانبینی و گوێیان لـە قسـەکانی دەبوو، (جولیانی) دواتر باسـی لـە تیژبینی نیگای خۆیکرد دەربارەی ئـەم ڕووداوە و گوتـی: (مـن هەسـتم بەشـانازی و فەخردەکرد بـە هـەر کەسـێکی لـە نـاو شـەقامەکان دەمبینـی ئـەوان فەوزایـان پێـوە دیـار نەبـوو بەڵکـو لـە بارێکـی دەروونـی زۆر ترسـاوو سـەرلێ شـێواوی دابـوون،، وامبینـی ئـەوان پێویسـتیان بـەوە هەیـە چەنـد وشـەیەکی ڕاستگۆیانە لـە مـن ببیسـتن کـە گوزارشـت لـە بیـرو بـۆ چوونـی خـۆم بکـەم دەربـارەی ئـەو سـتراتیژەی دەیگرینـە بـەر، مـن هەوڵـم دا بیـرو هۆشـم کۆنتـرۆڵ بکـەم و بیـرم لـە نموونەیەکـی هاوشـێوەی (چەرچـل) کـردەوە کـە ئێمـە پێویسـتمان بـە دووبـارە پتەوکردنـەوەی ورەی ڕۆڵەکانمانـە، نمونەیەکـی باشـترم لـە (چەرچـل) و گەلـی لەنـدەن نەدۆزییـەوە کـە چـۆن لـە دەسـتپێکی هێرشـەکانی ئەلمانیـا بـۆ سـەر بەریتانیـا لـە سـاڵی ١٩٤٠ توانییـان پارێـزگاری لـە ورەی خۆیـان بکـەن و بەرگـەی ئـەو بۆردومانـە بەردەوامـەی سـەریان

بگرن، بیرۆکە بە هێمنی وئاسوودەیی دەروونیان سەردەکەوێ، دوای تێپەربوونی شازدە کاتژمێر ئەم بەسەر بەرکەوتنی دوو فرۆکەکە بە دوو تاوەرەکەی سەنتەری بازرگانی جیهانی، کاتێ (جولیانی) دوای کاتژمێر دوو و نیوی بەیانی گەڕایەوە شوققەکەی بۆ ئەوەی کەمێک پشوو بدات، لەبری نووستن کتێبی (سەربردەکانی چەرچل) ی لە نووسینی ((**رووی جینگینز**)ی خوێندەوە، زانی چۆن (**چەرچل**) لە کاتی جەنگی جیهانی دووەم یارمەتی گەلی خۆیدا تا ئاسۆی نوێ لە ئایندەی خۆیاندا ببینن و بەرو پێشەوە هەنگاو هەڵبێنن، (چەرچل) ئیلهامی بەخشییە (جولیانی) و دوای شەش دەیە چاوی لێکرد و هەمان شتی لەگەل گەلی خۆی ئەنجامدا کە چەرچل لەگەڵ گەڵی بەریتانیا کردبووی ، قسەی شارەزایان بە هەند وەربگرە، کەسانی خاوەن بیرکردنەوە لە ئەگەرەکان هەرشتێک ڕەتدەکەنەوە کە بە مەحال لە قەلەم بدرێ.

(**فێرنەر مۆ براون**) پێشەنگی پیشەسازی ڕۆکێتەکان دەڵێ:

(فێر بوومە وشەی مەحال بە وریاییەکی زۆرەوە بە کار بهێنم)

(**ناپلیۆن**) یش گوتوویەتی: (لە فەرهەنگی مندا وشەی مەحال بوونی نییە) بەڵام ئەگەر هەستت بەوە کرد لە سەرتە ئامۆژگاری لە یەکێک لە پسپۆرەکان وەربگریت، ئەوا ئەم وشانەی (**جۆن ئەندرۆ هۆڵمز**) لە گوێبگرە کە دەڵێ: (وریا بە نەکەی بە یەکێک لە گەنجەکان بڵێ ئەو شتە مەحالە، ڕەنگە چارەنووس وا بکات پاش ماوەیەک کەسێک بێتە پێشەوە مانای مەحال نەزانی و ئەو شتە ئەنجام بدات) ئەگەر ویستت شتێک بە دەست بهێنیت بوار بە خۆت بدە بڕوا بەوە بهێنیت کە بە دەست هێنانی ڕێی تێدەچێ، جا بیرو بۆ چوونی شارەزاکان هەرچییەک بێت، (بیرکردنەوە نرخ و بەها دەداتە ئەزموونە نوێیەکان)، کەسی ئەزموونداد هەردەم کە سێکی سەرکەوتووە چونکە زۆر

شـەونخوونی کـردووە.

شـانۆنامەنووس (**ولیـەم شکسـپیر**) دەڵـێ: (ئەزمـوون وەک گەوهـەر وایە دەبێ هەرواش بێت، لەبەر ئەوەی هەردەم بە نرخ و تێچوویەکی زۆر بەرز وەدەست دێت)، لەگەڵ ئەوەشدا تەنها ئەزمـوون نـرخ نابەخشـێتە ژیـان، چونکـە مـەرج نییـە ئەزموونەکـە خـۆی لـە خۆیدا بـە نـرخ و بەهـا بێـت، بەڵکـو بەهـا لـەو چاوەڕوانیەیـە کـە خەڵکـی لـە ئەزموونەکانیـان بـە دەسـتی دەهێنـن، بـە گوزارشـتێکی دیکـە، بیرکردنـەوەی تێڕامانـی، ئەزمـوون بـۆ چاوەڕوانـی دەگۆڕێـت.

(**مـارک تویـن**) دەڵـێ: (لـە سـەرمان پێویسـتە مکوڕبیـن لـە وەرگرتنـی هـەر زانسـتێک کـە هەبێـت لـە هەرئەزموونێـک، وەکـو ئـەو پشـیلەیەش نەبیـن کـە جارێـک لەسـەر ئاگردانێکـی گـەرم دانیشـت، جارێکـی دیکـە لـە سـەر هیـچ ئاگردانێـک دانەنیشـتەوە، ئـەوە کارێکـی باشـە بـەڵام ئـەو لـە سـەر هیـچ ئاگردانێـک دانەنیشـتەوە تەنانـەت ئەوانەشـی کـە سـارد بـوون)

ئەزمـوون ئـەو کاتـە بـە نـرخ و بەهـا دەبێـت کـە سـوودت پـێ دەبەخشـێ، یاخـود ئامادەمـان دەکات بـۆ ئەزموونگەلێکـی دیکـە، بیرکردنـەوەو تێڕامانیـش لـە مـەدا یارمەتیمـان دەدات.

چەند بیرۆکەی زێڕین:

هەموو شتێک بە بیرۆکەیەک دەست پێدە کات.

(رالف ئیمرسۆن) دەڵێ: (ژیان کۆمەڵێ بیرۆکەن کە بە درێژایی ڕۆژ بە خەیاڵی مرۆڤدا ڕەت دەبن ڕەت دەبن)

- بیرۆکەکانمـان ناسـنامەمان دیـاری دەکـەن، ناسنامەکەشـمان ڕەفتـار و کردەوەکانمـان دیـاری دەکـەن،

(جـۆن لـۆک) دەڵـێ (کار و کردەوەکانـی پیـاوەکان باشـترین ئامـاژەن بـۆ بیرۆکەکانیـان)،

ـ بیرۆکەکانمـان چارەنووسـمان دیاریدەکەن،چارەنووسیشـمان ئـەو میراتـە دیاریـدەکات کەلـەدوای خۆمـان بـە جێـی دەهێڵیـن.

(**جێمس ئالین**) دەڵێ: تۆ ئەمڕۆ کە لەو شـوێنەیت، بیرۆکەکانت تۆیان گەیاندۆتـە ئـەوێ، بەیانیـش لـەو شـوێنە دەبیـت کـە بیرۆکەکانـت دەتبەنـە ئـەوێ.

ـ ئەو کەسـانەی دەگەنـە لوتکـە، بـە شـێوەیەکی جیـاواز لـە کەسـانی تـر بیـر دەکەنـەوە.

(**ولیـەم ئارسـەر وارد**) دەڵێ: هیـچ شـتێک وەکو بیرکردنـەوەی سـنووردار دەسـتکەوتەکان دیاریکـراو نـاکات، هیـچ شـتێکیش وەکـو بیرکردنـەوەی بێ سـنوور گەشـەو نما بـە توانسـتەکانت نـاکات،،

* دەتوانیـن شـێوازی بیرکردنـەوەی خۆمـان بگـۆڕین، (پۆلسـی پەیامبـەر) دەڵێ: (هەرچییەکی حەقە، هەرچییەکی مەزنە، هەرچییەکی دادپەروەرییە، هەرچییەکی پاکـە، هەرچییەکی شـادی و دل دڵخۆشـکەرە، هـەر چییەکی لـە نـاوەوە باشـەیە، هەرچییەکی سیفەتی باشـە، جا ئەگـەر مـەدحیش بێ بیری لێبکەنـەوە)، خـود بـوون و بـە خـود بـوون:

ـ ئاو، هەمووشتەکان دەگۆڕ ێت جگە لە خۆی.

ـ با، هەموو شتەکان دەجولێنێت جگە لە خۆی.

ـ ئاگر، هەموو شتەکان دەسوتێنێت جگە لە خۆی.

ـ خـاک، هەمـوو شـتێک لەگـەڵ خـۆی یەکسـان دەکات جگـە لـە خـۆی ، وەهایـە نهێنـی خـود بـوون و بـە خـود بـوون

(**کامینگـز**) دەڵـێ: (خـودی خـود بـوون دونیایەکـە هەمـوان هەوڵـدەدەن شـەوو ڕۆژ لـە خـودی خۆیـان کەسـێکی تـر دروسـت بکـەن، بەواتـای سـەختترین ڕوو بـە ڕوو بوونەوەیـە، ڕووبـە ڕوو بوونەوەیـەک کـە هەموومرۆڤێک توانـای ڕووبـە ڕوو بوونـەوە و درێژە پێدانی تـا کۆتایی ژیـان هەیـە)

واتـای ژیـان: ڕۆژێک پیاوێکی دانا لە فریشتەیەک دەپرسێت: (واتای ژیان چییە)؟ فریشتەکە وەڵامی دەداتەوە:
(ژیان خۆی لە خۆیدا واتایەکی نییە، ژیان هەلێکە بۆ دروست کردنی واتا)، دانای قوڵبین (جۆنیوان) لە بارەی ژیانەوە دەڵێ: (ژیان لێوانلێوە لە زیندوویەتی، بەشێک بە لە ژیان، ژیان تێکەڵە بە هەوڵدان، بەو دەست پێبکە، ژیان هاوڕێیە لەگەڵ خەم، دەردێکی لێ کەم بکەوە، ژیان هاوڕێیە لەگەڵ شادی، هەستی پێبکە، لێی تێبگە و دابەشی بکە، ژیان پەیوەستە بە ئامانجی زۆر، هەوڵبدە بە بەرزترینیان بگەیت، ژیان بۆمەنزلگەیەک دەگەڕێت و تۆ دۆزەرەوەی بە.
(دیل کارنگی) دەڵێ: (بۆ ژیان بیر بکەنەوە بەڵام خەم مەخۆن)
ڕکابەرەکـەی ئێـوە: (جـان ماکسـوێل) دەڵێ: دوژمنێکم هەبوو لێبڕاوانە هەوڵم دەدا دەمامک لە سەر ڕوخساری لا بدەم، بۆ هەر شوێنێک دەچووم بە دوای سێبەرەکەم دەکەوت، پلانەکانمی تێکدەدا، ئامانجەکانمی بە نەزۆکی دەهێشتەوە، دەبووە بەربەستی ڕێگاکەم، کاتێک بۆ ئامانجێکی مەزن هەوڵم دەدا پێم پێدەکەنی و دەیگوت نابێت، شەوێکیان خستمە داوو گرتم، دەمامکەکەم لادا، کەسەیری ڕوخسارم کرد (خۆم) بینی.
هێزە دەروونییەکان ئازاد بکەن: (سۆمەرست مۆم) نووسەری بە ناو بانگی بەریتانی چیرۆکێکی لە بارەی دەرگاوانەکەی کلیسای (سەنت پیتەر) ی لەندەن هەیە کە سەرنج ڕاکێشە، پیاوێکی هەژار لە ڕووی ناچاریەوە بە پاشەکەوتە کەمەکەی خۆی هەستا بە کردنەوەی دوکانێکی بچوکی جگەرە فرۆشتن و دوای باشتربوونی باری داراییەکەی، دوکانێکی تر دەکرێت و لە ئەنجامدا دوکانە بچووکەکانی گۆڕان بۆ زنجیرە فرۆشگای فرۆشتنی توتن، ڕۆژێک سەرۆکی ئەو بانکەی کە ئەو پیاوە حیسابەکانی خۆی لەوێ هەڵدەگرت پێی گوت:

تۆ بە نەخوێندەواری خۆت بە شوێنێکی باش گەیاندووە، نازانم ئەگەر خوێندەواریت هەبوایە ئێستا دەبووی بە چی؟ پیاوەکە وەڵامی دایەوە (لە کلیسای سەنت پیتەری لەندەن دەرگاوان دە بووم)، لە ناخی هەر مرۆڤێک دونیایەک لە مەزنی و جوانی شاردراوەتەوە کە چاوەڕێی دەرکەوتنە و ئەم مرۆڤە نازانێت کە فەلسەفەی ژیان شتێک نییە جگە لە ڕەنگدانەوە و ئەزموونکردنی سەرچاوەکانی ناخی، (ئەریک فرۆم) دەڵێ: (بە توانایەکی تایبەتەوە ئەرکی سەرەکی مرۆڤ لە ژیاندا هەوڵدانە بۆ لە دایک بوونەوەی دووبارەی خۆی، بۆ ئەوەی تواناکانی ناخی خۆی بپشکوێنێت.

(**ئەندرێ میتۆس**) لە وتەیەکی جواندا دەڵێت:

(هەموو شتێک لە خەونێکەوە دەست پێدەکات، پشتیوانی خەونەکانی خۆتان بن)

(**بێڵ گێتس**) و شاگرد: رۆژێک دوای نانخواردن (بیل گیتس) خاوەنی گەورەترین کۆمپانیای مایکرۆسۆفت و وۆردی جیهان پێنج دۆلارییەکی وەک پاداشت دایە شاگردی ڕیستۆرانەکە، شاگردەکە دڵگران بوو، (بیل گیتس) بە دڵگرانییەکەی زانی: چی ڕوویداوە؟ شاگردەکە گوتی: من سەرم سوڕما لەبەر ئەوەی لە مێزەکەی تەنیشتتەوە کچەکەتان پەنجا دۆلاری وەک پاداشت پێدام، لە کاتێکدا ئێوە باوکی ئەون و دەوڵەمەنترین کەسی سەر زەوین، تەنها پێنج دۆلارم وەک پاداشت پێدەدەی؟ (بیل گیتس) زەردەخەنەیەکی کردو وەڵامێکی واتاداری دایەوە وتی: (ئەو کچی دەوڵەمەنترین پیاوی سەرزەوییە، بەڵام من کوڕی دارتاشێکی سادەم)، هیچ کات ڕابردووت لە بیرمەکە (ڕابردووت باشترین مامۆستای تۆیە)

کێشەکان شیرین بکە: جارێکیان فەیلەسوفێکی دانا گوتی: تەنها بەربەستی (داڵ) لە فڕینی خێراو ئاسماندا هەوایە، هەڵبەت ئەگەر

هەوا بوونی نەبێت ئەم باڵندە بە فیزە ناتوانێت لە بۆشاییدا بفڕێت، یەکسەر دەکەوێتە سەر زەوی و ناتوانێت بفڕێت، هەر ئەو توخمەی کە لە بەرامبەر فڕیندا بەرگری دروست دەکات، هۆکارێکە کە دەبێتە هۆی فڕین، بەربەستی سەرەکی کە ماتۆڕی بەلەم دەبێت بەسەریدا سەرکەوێت ئاوی دەورو پشتی پەڕەکانە، لەگەل ئەمەشدا ئەگەر ئەم بەرگرییە نەبوایە بەلەمەکە هەرگیز نەدە جولا، ئەم یاسایەی کەدەڵێت ئەگەری سەرکەوتن ئامادە دەکەن لە ژیانی مرۆڤدا ڕاست دەردەچێت، ژیانی خالی لە بەربەست و کێشەکان، هەموو ئەگەر و تواناکان یەکسان دەکات بە سفر، بە نەهێشتنی کێشەکان و شکستەکان ژیان کێشمە کێشی خۆی لە دەستدەدات، لە باشووری ولایەتە یەکگرتووەکانی ئەمریکا کاتێک کە لۆکە هەموو شتێک بوو بۆ خەڵک، جۆرێک ئەسپێ لە مەکسیکەوە بۆ ولایەتە یەکگرتووەکان چوو هەموو کێڵگەکانی لۆکەی لە ناو برد، جوتیاران ناچاربوون بەرویوومی جۆرا و جۆری وەک سۆیا و پستە بچێنن، ئەوان فێر بوون سوود لە زەویەکانیان وەربگرن و ڕانە بەراز و مریشکی لێ بەخێو بکەن، لە ئەنجامدا خۆشگوزەرا نتربوون لە چاو ئەو کاتەی کە تەنها لۆکەیان دەچاند، دانیشتوانی (ئەنتەر پرایز)ی ئالاباماى ئەمریکا زۆر خۆشحالبوون لەوەی کە ڕوویدا و پەیکەرێکیان بۆ (ئەسپێ)یە کە دروستکرد، ئەوان لە سیستەمی یەک جۆربەرهەمی ڕوویانکردە کشتوکاڵی جۆراو جۆر، دەوڵەمەندتر بوون، نووسراوی سەرپەیکەرەکە ئەمە بوو (بە مەبەستی ڕێز لێنانی ئەسپێ و ئەوەی لە پێناوی خۆشگوزەرانی جووتیاراندا کردی)، لەبیرتان نەچێت کە زۆر خەڵکی دیار بەسەر کێشەکانی ژیانیاندا سەرکەوتون، بۆ نموونە (لوی باستۆر) کە نیوە ئیفلیج بوو هەموو ساتێک ئەگەری جەلتەی مێشکی هەبوو، ڕووی نەخۆشییەکانی ڕەشکرد، (**فرانسیس پارکمان**) مێژوونووسی ئەمریکی

لە بەشێکی زۆری ژیانیدا بەڕادەیەک نەخۆش بوو کە نەیدەتوانی بۆ ماوەی پێنج خولەک لە سەر یەک ئیش بکات، بارودۆخی بیناییەکەی ئەوەندە خراپ بوو کە جگە لە چەند وشەیەکی گەورەی ناشیرین نەیدەتوانی هیچ بنووسێت، بەڵام بیرمەندانە قۆناغێکی مەزنی بیست بەرگی مێژووی نووسییەوە، کەسێک دووچاری سووتاوییەکی زۆر بووبووەوە پزیشکەکان گوتبوویان هەرگیز ناتوانێت لە سەر پێیەکانی بڕوات، ئەو کەسە (**گۆلن کانینگهام**) بوو کە لە ساڵی ١٩٣٤ژمارەی پێوانەیی٢٥٠٠مەتری لە ڕاکردنی جیهانی بە ناوی خۆیەوە تۆمارکرد، کەسێک بە گێل و دەبەنگ ناویان ئەبرد و نازناوی نەخوێندەواریان لێنا بوو، ئەو کەسە بوو بە (ئەلبیرت ئەنشتاین) کە دەڵێت: (هەڵ لە ناخی دژوارییەکاندا شاردراوەتەوە)

(**دالی پارتۆن**) دەڵێ: (بە بۆچوونی من ئەگەر پەلکە زێڕینەتان دەوێت، دەبێ سەرەتا بارانتان بوێت)

دەمەوێت خۆم بم: لە باخچەی شێتخانەیەک پیاسەم دەکرد لاوێکم بینی سەرقالی خوێندنەوەی فەلسەفە بوو، سروشت و سەلامەتی هەڵس وکەوتەکەی هیچ گومانێکی لەگەڵ نەخۆشەکانی تردا نەبوو، لە تەنیشتیەوە دانیشتم و پرسیم: (لێرەدا چی دەکەیت)؟ بە سەرسوڕمانەوە سەیریکردم، بەڵام کە بینی لە پزیشکەکانی ئەوێ نیم، وەڵامی دامەوە، (زۆر سادە باوکم پارێزەرێکی پلەیەک بوو دەیویست درێژە بە ڕێگاکەی ئەو بدەم)، (مامم کە کۆمپانیایەکی گەورەی هەیە پەیڕەوی نمونەکەی ئەو بکەم)، (دایکم حەزیدەکرد وێنەیەک بم لە باوکی خۆشەویستی)، خوشکەکەم بەردەوام مێردەکەی وەک نموونەی پیاوێکی سەرکەوتوو باس دەکرد، براکەم هەوڵی دەدا بە شێوەیەک پەروەردەم بکات کە وەک خۆی ببمە وەرزشوانێکی نایاب، لە بارەی مامۆستاکانم لە قوتابخانە دا(مامۆستای پیانۆ و مامۆستای زمانی

ئینگلیزیشم) هەروابوو، هەموویان بڕوایان وابوو باشترین نموونەن، هیچ کامیان وەک مرۆڤ سەیری منیان نەدەکرد، هەربۆیە بڕیارم دا خۆم لە نەخۆشخانەیەکدا بخەوێنم (لێرەدا هیچ نەبێ دەتوانم خۆم بم)

(**فریدریک پیرلەز**) دەڵێ: (شێت دەڵێت: من ئەبراهام لنکۆڵنم، کەسی تووڕە دەڵێت: خۆزگە من ئەبرهام لنکۆڵن دەبووم، مرۆڤی تەندروست دەڵێ: من منم وتۆتۆیت)

(**زیگ زیگلەر**) دەڵێت: (لە هەر بارودۆخێکدا خۆتان مەدۆڕێنن و دوو داوی هیوا و بڕوا بەرمەدەن.

(**ڤیکتۆرهۆگۆ**) دەڵێ: (بێ هیوا و ئامانج، هەزاران ئاسمانی فراوان دینارێک ناهێنێ)

(**جان ماکسویل**) دەڵێ: (مرۆڤێک دەتوانێ چل ڕۆژ بێ خواردن و چوار ڕۆژ بێئاو و چوار خولەک بێ هەوا بژی، بەڵام تەنها چوار چرکە بێ هیوا بە زیندوویی دەمێنێتەوە)

بڕوات بە خۆت بێت: زۆر کەس (**ڤاڵتەر هانت**) ناناسن، لەگەڵ ئەوەدا یەکێکە لە بلیمەتە گەورەکانی ئەمریکا ئەو زۆر داهێنانی کرد وەک (پێنووسی سۆفت) (تفەنگ) (مەکینەی بەرگدروون) زۆر شتی تر، بەڵام (ڤاڵتەر هانت) بەم هەموو داهێنانەوە بێ ئەوەی دینارێک پارەی دەسکەوێت و ناوێک بۆ خۆی جێبهێڵێت لە ساڵی ١٧٩٦ ی زاینی کۆچی دوایی کرد ئەو خاڵێکی لاوازی هەبوو کە بوە هۆی لە ناوچوونی، ئەویش نەبوونی بڕواو متمانە بوو بەخۆی و بیرۆکەکانی، بە بڕواوە هەنگاو لە ڕێیەک هەڵبگرە، لە منەوە ببیستە، نوێژێک مەکە گومانی تێدا بێت.

پاڵنەری ئەرێنی یان نەرێنی: دوو برا هەبوون یەکیان هۆگری مادەی هۆشبەر بوو بەردەوام خێزانەکەی ئازار دەدا، ئەوی تریان لە پیشەکەی زۆر سەرکەوتوو بوو، ڕێزێکی تایبەتی لە کۆمەڵگا هەبوو،

خێزانەکـەی زۆر بەختەوەربـوون، لـە کەسـی یەکەمیـان پرسـی بۆچـی وا هۆگـری مـادەی هۆشـبەر بوویـت و خێزانەکـەت ئـازار دەدەیـت؟ گوتـی: باوکـم هۆگـری مـادەی هۆشـبەر بـوو خێزانەکەشـی ئـازار دەدا، ئێوە چاوەڕوانـی چـی لـە مـن دەکـەن؟ (مـن هـەر ئـەوەم کـە ئـەو بـوو)،،، لـە بـرای دوەمیـان پرسـی (چ شـتێک بوەتـە هـۆی ئـەوەی تـۆ ژیانێکـی خۆشـت هەبێـت و سـەرکەوتوو بیـت پاڵنـەری تـۆ چییـە؟ گوتـی: کـە منـاڵ بـووم باوکـم هۆگـری مـادەی هۆشـبەر بـوو هەمـوو ئـەو هەڵانـەی کـە دەیکـرد دەمبینیـن مـن وانـەم لـی وەرگـرت و زەینـی خـۆم گـۆڕی و بـە بارودۆخەکـە ڕازی نەبـووم، هـەردوو بـرا پاڵنـەری بەهێزیـان لـە یـەک سـەرچاوە هەبـوو، بـەڵام یەکێکیـان بـە شـێوەی ئەرێنـی یەکێکیـان بـە شـێوەی نەرێنـی.

(**چەرچڵ**) دەڵێ: (بێ پاڵنـەر و تامەزرۆیی هەمـوو باشیەکانی تـر واتـای خۆیـان لـە دەسـت دەدەن)

(**ناپلیۆن**)دەڵـێ: (خاڵـی دەسـپێکی هەمـوو دەسـکەوتێک پاڵنـەر و تامەزرۆییـە)

ژیـان مامۆستایەکی گەورەیـە: ژیان مامۆسـتایەکی گەورەیـە و وامان فێر دەکات کـە لـە هیـچ پەرتووکێکـدا نیـن و لـە هیـچ زانکۆیەکـدا ناخوێندرێـن و ناوترێنـەوە، ئەوانـەی پشـتیان بـە پەڕتـووک و نووسـراوەکان بەسـت لـە خۆیـان بایـی بـوون و لەوانـە گەورەکانـی ژیـان بێبەش بـوون و زۆر زیانیـان بینـی، ژیـان فێـرت دەکات کـە پەلـە مەکـە، فێـرت دەکات ئـەو شـتانەی کـە دەتەوێـت کاتێـک پێیـان دەگەیـت دەبینـی ئەوەنـدەش گرینـگ نەبـوون.

(**ئاغلنتـا نـاخ**) دەڵێ: (ژیـــان پێشـبرکێ نییـە، ژیـان سـەفەرێکە و تـۆ ئـەو ڕێبـوارەی کـە لـە هـەر هەنگاوێکـدا ئـاوازی خۆشـی ساتەکان بەردەوامـە بـە هەناسـەدان لـە نـاو هـەرای ڕابـردوودا و نیگەرانـی ڕۆژانـی ئاینـدە

کـە هێشـتا نەهاتـوون، مەهێڵـە ژیـان لـە نێـوان پەنجەکانتـەوە بکەوێتـە خـوارەوە و بـە ئاسانی بـە فیـڕۆ بـڕوات، دەسـت لـە خەونەکانت بەرمـەدە کـە بێ ئـەوان ژیان هیـچ ئومێدێکی تێدا نییـە، بێ ئومێدیش، ژیـان هیـچ نەوایەکـی نییـە)
(هەندێـک لـە کتێبـەکان چیرۆکمـان بـۆ دەگێڕنـەوە تـا خەومـان لێبکەوێـت و هەندێکـی تـر چیـرۆک دەڵێـن تـا بـە ئـاگا بێینـەوە)

خـــۆت بە

هەرگیـز ڕێگـە مـەدە خـودی ڕاسـتەقینەت لـە پێنـاو بـە دەسـت هێنانـی ڕەزامەنـدی ئەوانیتـردا ون ببیـت، هەمیشـە خـۆت بـە، وەک ئـەوەی کـە هەیـت، یەکەمیـن هەنـگاو بـۆ گەیشـتن بـە خاڵێکـی تـر ئەوەیـە کـە نەتەوێـت لـەو جێگایـەدا بمێنیتـەوە کـە ڕاوەسـتاویت، ئەگـەر ئێـوە بتانەوێـت کـە تەنهـا کارێـک بـە ئەنجـام بگەیەنـن کـە ئاسـان بێـت، ژیـان سـەخت دەبێـت، بـەڵام ئەگـەر بتانەوێـت کارێـک ئەنجـام بدەن کـە قـورس بێـت، ئـەوا ژیـان ئاسـان دەبێـت، (ژیـان) کتێبێکـی جـوان و پـڕ لـە ڕووداوە، هیـچ کاتێـک بـە هـۆی یەکێـک لـە لاپەڕەکانیـەوە لـە خـۆتـی دوور مەخـەرەوە، ئاسـمان موڵکـی یەکێکـە کـە پەنجەرەکـەی بـە ڕوویـدا کرابێتـەوە، هەرکەسـێک لـە ڕێڕەوی ژیانیـدا بـە دوای ڕۆشـنایی ڕاسـتەقینە دا بگەڕێـت، خـواوەند ئـەو نوقمـی ڕەحمەتـی خـۆی دەکات، چێـژی ژیـان هـی کەسـێک نییـە کـە لەگـەڵ مرۆڤێکـی ڕاسـتگۆدا ژیـان دەباتـە سـەر، بەڵکـو ئارامـی دونیـا بەشـی یەکێکـە کـە بـە ویژدانێکـی ڕاسـتەوە دەژیـت، خـواوەند بـۆ میوانـی دڵێـک دێـت کـە جێگـەی بـۆ ئـەو زاتـە هەبێـت تێیـدا، ئـەو کەسـەی کـە ڕێگای شـەڕو خراپـە نەناسـێت ناتوانێـت لـە ڕێگای خێـر و چاکـەدا هەنـگاوی مـەزن و بـە هێـز بهاوێژێـت.
چ کەسـێک تـۆی دروسـت کـردووە: قەشـە نوێیەکـەی گونـد هاتـە نـاو بۆنـە

ئاینیەکەوە کە بۆ یەکتر ناسین سازدرابوو، دایک خەریک بوو کچە بچووکەکەی کە ناوی (ئیما) بوو فێردەکرد، ئەگەر وتی ناوت چییە؟ بڵێ ئیماجین، ئەگەر وتی تەمەنت چەندە؟ بڵێ: هەشت ساڵم، ئەگەر وتی کێ تۆی دروست کردووە؟ بڵێ خوای گەورە منی دروست کردووە، قەشەکە هەرلەگەڵ هاتنە ژوورەوەیدا کڵاوەکەی سەری لابرد و بەرەو لای ئیمای بچکۆڵە هات و دەستی بەسەریدا هێنا و پرسی کچە بچکۆڵە ناوت چییە؟ ئیماجی باشە تەمەنت چەندە؟ هەشت ساڵم، ئێ زۆر چاکە باشە ئیما کێ تۆی دروست کردووە؟ کچەکە چەند چرکەیەک وەستاو لە دواییدا وەڵامی دایەوە: دایکم ناوی ئەو کەسەی پێوتم بەڵام لە بیرم چووە قەرز وەرگرتن لە خەڵکی بۆ فێربوونی ڕێچکە و داب و نەریتەکان، هیچ کات نابێتە هۆی زانیاری و بە ئاگایی تۆ، تەنها زیاتر و زیاتر دەبێتە هۆی گاڵتە پێکردنی تۆ، ئەمە ڕێگای عارفانە نییە، (**جۆن ماکسۆن**) دەڵێ:
(دانایی بە قەرز وەرناگیرێت، ناکڕدرێت، دوا ناکەوێت، بەڵکودەبێ لە ناخی مرۆڤەوە هەڵبقوڵێتە سەرەوە)

مشکێکی ترسنۆک: لە سەردەمانی کۆندا مشکێک لە هیندستان بە شێوەیەکی ترسناک لە پشیلە دەترسا، جادووکەرێک بەزەیی بە حالی مشکەکەدا هاتەوە و مشکەکەی گۆڕی کردییە پشیلە، مشکەکە وابیری دەکردەوە کە ئەگەر بە پشیلەیی بژی ئیتر ترسی نامێنێت، بەڵام سەرەنجامی دڵخۆشکەر نەبوو، چونکە کاتێک کە گۆڕدرا بە پشیلە لە سەگ دەترسا، جادووکەرەکە ئەمجارە بڕیاریدا بیگۆڕیت بۆ گورگ کە لە سەگ ئازاترە، لە کۆتایی مشکەکە بوو بە گورگ، ئەمجارە لە جیاتی خۆشحاڵی لە داڵە کەرخۆرەکان دەترسا، لە کۆتاییدا جادووکەرەکە بێزار بوو پێی وت: لە ناخی تۆدا دڵێکی ترسنۆک هەیە کە دەبێتە هۆی

ئەوەی کە هەمیشە شتێک بۆ ترسان بدۆزیتەوە، بزانە کە هەرچی ترسی خۆت گەورەتر و باوەڕ بە خۆبوونت زیاتر بکەیت، ئەوە ترسی تۆیە کە ڕۆژ بە ڕۆژ بچووک و بچووکتر دەبێتەوە، ئازایەتی و بوێری ئەوە نییە کە لە هیچ شتێک نەترسین ئازایەتی ئەوەیە کە هەرچەند بترسین لە ڕێگەی خۆمان نەگەڕێینەوە، پاڵەوانەکانیش دەترسن بەڵام. هەرگیز ورەیان بەرنادەن و بە ئازایەتییەکی تەواوو متمانەیەکی بەرز و بەبێ ماندووبوون لە ڕێگەی خۆیان بەردەدەبن (**ئەنتۆنی د، میلۆ**) دەڵێت: (ئەگەر پڵنگێکی دەشت بیت یان نەهەنگی دەریا، ئەگەر شێری ناو بێشە بیت یان گورگی بیابان، کاتێک دڵێکی پڕ ترس لە ناو سینەتدا لێدەدا چ سودێکی هەیە کە هەرچرکە و هەر دەمێک نەک یەک جار بەڵکو سەد جار مردن بێتە پێش چاوانت، بەڵام ئەگەر دڵێکی بێباک و نەترست هەیە، چ باکت هەیە ئەگەر پێستی مەڕیشت لە بەردابێت.

تەمەنی سەد ساڵە: یەکێک چووە لای پزیشک و داوای لێکرد کە سەیری بکات و بزانیت کە ئایا وەک باوکی سەد ساڵ تەمەن دەکا یان نا؟ پزیشک دوای لێڕوانین پرسی: تەمەنت چەندە؟ پیاوەکە پەنجا ساڵ، پزیشک حەزت لە سەفەرو گەڕان و وەرزش هەیە؟ پیاوەکە نەخێر بە هیچ شێوەیەک، پزیشک دەخوێنیتەوە؟ پیاوەکە نەخێر، پزیشک: ئایا هیچ بەرنامەیەکی فێربونی تایبەتتان هەیە بۆ داهاتوتان پیاوەکە نەخێر، پزیشک چ نەخشە و بەرنامەیەکت بۆ خۆت هەیە؟ پیاوەکە نەخێر، پزیشک بە تووڕەیی بە پیاوەکەی وت: کەواتە تەشریف بەرن و هەرئەمڕۆ بمرن تەمەنێکی سەدساڵەت بۆچی دەوێت.

(چەند) تەمەنکردن بۆ ئێمە گرنگترە لە (چۆن) ژیان بەسەر بردن)

(ئێمە وێنەیەکی ڕونمان بۆ داهاتوومان پێنییە، تەنها یەک شتمان دەوێت زیندوو بمێنین)

باش بوون: هەمیشە دەسکەوت لەبیرۆکەیەکەوە بەرهەم دێت کە تۆ باوەڕت بە ڕاست بوونی هەبێت، نەک لە ڕووی هەوڵێکەوە کە بە بۆنەی بەدەست هێنانی ئەنجامەوە دێتە کایەوە، بەڵکو لەوە بە ئاگای کە ئەنجامت لە پێشەوە بە دەست هێناوە، (نیل دۆناڵد والش) دەڵێ: (ئەگەر لە ئێستادا شتێکت لە ژیاندا هەیە و بڕیارت لە سەر داوە کە تاقیبکەیتەوە ئەوا (ئارەزومەکەبەڵکوهەڵیبژێرە)

راستگۆیی هەڵبژێرە: پیاوێک دانیشتبوو خەریک بوو ڕۆژنامەی دەخوێندەوە لە ناکاودا ژنەکەی تاوەیەکی کوتا بەسەریدا، پیاوەکە وتی: بۆچی ئەم کارەت کرد؟ ژنەکە وەڵامی دایەوە: لەبەر ئەوەی لە گیرفانی پانتۆڵەکەتدا پارچە کاغەزێک هەبوو ناوی (جینی) لە سەر نووسرابوو کە ناوی کچێکە، پیاوەکە گوتی: هەفتەی پێشوو کاتێک کە بۆ تەماشای پێشبڕکێی ئەسپسواری چوو بووم ئەسپەکەی کە لە سەری گرەوم کردبوو ناوی (جینی) بوو، ژنەکە داوای لێبوردنی لێکرد و ڕۆیشت، سێ ڕۆژ دواتر پیاوەکە تەماشای تلفزیۆنی دەکرد ژنەکە قاپلەمەیەکی گەورەتری کێشا بە سەریدا لە هۆش خۆی چوو، کە بەهۆش خۆی هاتەوە پرسی ئەم جارە بۆ؟ ژنەکە چونکە ئەسپەکە تەلەفۆنی کرد،

(**ئەبرهام مازلۆ**) دەڵێت: (ڕاستگۆیی دەتوانێت هەموو شتەکان خێرا بکات، ڕاستگۆیی هەتا ڕۆڵی دەرمانیشی دەبێت و چارەسەرەکان خێراتر دەکات)

پەندێکی ڕووسی هەیە دەڵێت: (لە زۆنگاوی درۆدا جگە لە ماسییە مردووەکان، هیچێکی تر پەیدا نابێت)

(**جاکسۆن براون**) دەڵێ: (بەشێوەیەک ژیان بەرنە سەر کە کاتێک منداڵەکانتان دەکەونە بیری ڕاستگۆیی و میهرەبانییەوە، ئێوە بهێننەوە بەرچاوی خۆیان.

قوتابخانە لە کوێیە: خێزانێک تازە نیشتەجێبوون لە شارێکدا، ڕۆژێک بەیانی درەنگ بە خەبەر هاتن، بۆیە کچە حەوت ساڵەکەیان نەیتوانی بە پاس بگاتە قوتابخانە، هەرچەند شار ترافیکێکی زۆری هەبوو باوکی وتی: کچەکەم ئەگەر بتوانیٚ ڕێم نیشان بدەی من بە ئوتومبێلی خۆم دەتگەیێنم، سواری ئوتومبیلەکە بوون و کچە خەریکی ڕێنمایی پێدانی باوکی بوو، لە دوای بیست خولەک گەیشتنە قوتابخانە، کە بە وردی سەیریان کرد قوتابخانە تەنها چوار کۆڵان لە ماڵەکەیان دوورە، باوک کەمێک نارەحەت بوو لە کچەکەی پرسی: (کە قوتابخانەکەت ئەوەندە نزیکە بۆچی منت بەم ڕێگا دوورەدا برد؟ کچەکە: ئەمە ڕێگەیەکە کە پاسەکە دەیبڕێت، من هەر ڕێگای پاسەکە پێدەزانم.

(ئەگەر دەتەوێت سەرکەوتووبیت، دەبیٚ بزانیت بۆ کویٚ دەچی و چۆن دەتەوێت بگەیتە مەنزل، دەبیٚ تەواوی ڕێگاکان بناسیت و باشترین و کورتترین ڕێگا هەڵبژێری)

(**جیم ڕان**) فەیلەسوفی گەورە دەڵیٚ:

(بۆگەیشتن بە لوتکەی چیا، سەرەتا یەکەم هەنگاو خواستەکانت بخەرە ناو کۆڵە پشتەکەتەوە)

- لە لوتکەی هەموو سەرکەوتنێکدا شتێکی شاراوە هەیە ئەویش شەهامەتی دەست پێکردنە.
- باشترینی مرۆڤەکان کەسێکە تەنها و تەنها وەک خۆی بێت.

گۆڕانی باری دەروونی: (ڕام داس) نووسەری بە ناو بانگی ئەمریکی لەلای مامۆستا مەعنەویەکەی لە هیند (نیم کارۆلی بابا) وانەی مەعنەوی دەخوێند، ڕۆژێک کە گەڕایەوە زۆر حەبی دەروونی لە ئەمریکا لەگەڵ خۆی هێنابوو (**تیم بابا**) کە بەم شتەی زانی زۆر لێی توورە بوو کەوتە دەمەقاڵی لەگەڵی و داوای لێکرد هەموو حەبەکانی بداتیٚ، (ڕام داس) بە نا بە دڵی حەبەکانی خستە دەستی مامۆستاکەی،

(نیم بابا) هەمووحەبەکانی بە یەکجار لەبەرچاوی ئەو قوتدا و هیچ کاردانەوەیەکی نەبوو گوتی: ئەگەر زۆرترت لایە بمدێ تا بیانخۆم، ڕۆڵە چاکبوونی باری دەروونی خۆت بە دەستی خۆتە، بە حەب و دەرمان چاک نابی.

هەروەک (**مەولەوی**) دەڵێ: تەماشا مەکە، ئێستە ئەوەی جێگەی تەماشا بێت تەنها تۆیت، هەرچی هەیە لەم جیهانە بە نهێنی و ئاشکرایی و سەرگەردانییەوە هەرخۆتی، لە دەرەوە مەگەڕێ بۆ دەرمانی خەمەکانت، کە دەوا ودەرمانی خەمەکانت تەنها خۆتی.

ژیان: ژیانی ئێوە وەک کتێبێک وایە، لاپەڕەی ناوونیشان ناوی ئێوەیە، پێشەکی کتێبەکە ناساندنی ئێوەیە بە دونیا، لاپەڕەکانی هەواڵی ڕۆژانەی تێکۆشان وهەوڵدان، چێژ و بێتاقەتی ئێوە دەبێت، هەموو ڕۆژێک بیرو بۆچوون و کارەکانتان لە کتێبی ژیانتاندا تۆماردەکرێت، هەرکاتژمێرێک کورتە مێژوویەک دێتە کایەوە کە دەبێت بۆهەمیشە بمێنێتەوە، ڕۆژێک دێت کە وشەی کۆتای لەسەر کتێبی ژیاناتن دەنوسرێت، کەواتە کارێک بکە کە لە بارەی کتێبی ژیانتەوەبڵێن (کورتە مێژوویەکە لە ئامانجی بالاخزمەتی بێ کەم وکورتی، کاروکردەوەی بڵند) (**گرۆزێل کیزر**)

(**ڤیجێی ئیسواران**) دەڵێ:

(نرخی مرۆڤەکان بە ژمارەی خزمەتکارەکانیەوە نییە، بەڵکو بە ژمارەی ئەو مرڤانەی کە ئەو خزمەتیان دەکات)

کاتژمێری پاندۆڵدار: سەعاتچیەک سەرقاڵی چاککردنەوەی سەعاتێکی پاندۆڵدار بوو لەو پەڕی نا باوەڕیدا سەعاتەکە قسەی لەگەڵ دەکات: (کاکە تکایە من بە تەنها بەجێبهێڵە، ئەم کارەش چاکەی تۆ دەبێت بەرامبەر من، بیربکەرەوە دەبێ من ڕۆژانە و شەوانە شەست جار لە دەقیقەیەکدا (تیک تیک) بکەم، شەست دەقیقە لە یەک سەعاتدا،

٢٤ سەعات لە شەوو ڕۆژێکدا، ٣٦٥ ڕۆژ لەیەک ساڵداو ملیۆنان تیک تیک، من هەرگیز ناتوانم خۆڕاگربم، سەعاتچیەکە وەڵامێکی عاقلانەی دایەوە: بیر لە داهاتوو مەکەرەوە، تەنها یەک تیک لەم ساتەدا لێبدە و دڵنیابە کە بە لێدانی هەرتیکێکت لە ماوەی تەمەنتدا چێژ وەردەگری، ئەمە ڕێک ئەو کارە بوو کە پاندۆڵەکە بڕیاریدا بە ئەنجامی بگەیەنێت، ئەو هێشتاش شادومانانە تیک تیک لێدەدات.

(**مەولەوی**) دەڵێ: (لە ئێستادا بژی، بیرت لای بەیانی نەبێت)

(**جیراڵد پمبالسکی**) کاتی ئێستای بە ئارام زانیوە و دەڵێ: (ئارامی واتە ڕاستەو خۆ تەماشاکردنی ساتی ئێستا وهەمووئەو شتانەی بۆ شادبوون لە زەمانی ئێستا دا بە ئەنجامی دەگەیەنی)

(**خواجە عبداللە ی ئەنصاری**) لە بارەی کاتی ئێستاوە دەڵێت: (دوێنێ ڕۆیشت ناگەڕێتەوە، بەیانیش هێشتا نەهاتووە، ئیمڕۆبە فرسەت بزانە، ئەوەندە نابات لە بیری کەسدا نامێنێت)

(**سوهراب سوبهەری**) کاتی ئێستا بە جۆرێکی جوان دەردەبڕێت و دەڵێت: (ژیان تەڕبوونی بەردەوامە، مەلە کردنە لە حەوزەکەی ئێستادا)

ئێمە پێکەوە سەرکەوتوو دەبین:

(**بۆب باتلەر**) لە شەڕی ڤێتنامدا بەشداربوو، لە ڕووداوی تەقینەوەی مینێکدا پێیەکانی لە دەستدا، لە دوای جەنگ ئەو وەک پاڵەوانی جەنگی گەڕایەوە بۆ شارەکەی خۆی، پاش ٢٠ ساڵ لە ڕۆژێکی گەرمی هاویندا لە سەرکورسییە چەرخەدارەکەی لە گەراجیماڵەوە خەریکی کارکردن بوو گوێی لە هاواری ژنێک بوو لە دەرەوە، بە زەحمەت گەیشتە نزیکی دەنگەکە، کچێکی بچوکی دی کە لە ناو ئاوەکەدا خەریک بوو نقوم دەبوو، بەخۆی وت: دەبێ هەر چۆنێک بێت دەربازی بکەم، (پاتلەر) خۆی فڕێدایە ناو ئاوەکەو بە زەحمەت هێنایە دەرەوە، بەلام منداڵەکە هەناسەی نەدەدا، لێدانی دڵی نەبوو، (پاتلەر) دەسبەجێ

هەناسەدانی دەسکردی بۆ کرد، بە دایکی کچەکەی وت: نیگەران مەبە من لە جێی سیەکانی کاردەکەم، تا سەرکەوتوو دەبین، چەند ساتێک دواتر منداڵەکە کۆخەیەکی کردو هاتەوە هۆش و دەستی کرد بە گریان، دایکی کچە لە (باتلەری) پرسی: چۆن زانیت کە دۆخەکەی باش دەبێت؟ (باتلەر) وتی: کاتی لە جەنگی ڤیتنام پێیەکانم لە دەستدا کچۆڵەیەکی بچکۆڵەی ڤیتنامی وتی باش دەبیت، زیندوو دەمێنی من دەبمە پێیەکانت، پێکەوە سەرکەوتوو دەبین، منی بردەوە بۆ دێیەکەی خۆی و ڕزگاری کردم لە مردن، ئێستاش ئەم دەرفەتەم بۆ هاتۆتە پێش کە لوتفێک دەرحەق بە من دراوە بە جۆرێک لە جۆرەکان بیدەمەوە.

(**رۆزفەلت**)دەڵێت: (گرنگترین هۆکاری بەختەوەری بوون،ڕێوڕەسمی هاوڕێیەتییە لەگەڵ خەڵکیدا)

هێڵی تەلەفۆنی مێشکم بۆ ئارامی و سەلامەتی وعەشق و بەخشش هەمیشە ئازادە، کەواتە هەر کاتێک دوودڵی، دڵە خورپە و ترس ویستیان پەیوەندیم پێوە بکەن، بەردەوام گوێیان لە (توتە)ی مەشغولیم دەبێت و بە زوویی ژمارەکەم لە بیر دەکەن، (**ئادیت ئارمستونگ**)

(**فیدریکۆ فلینی**) دەڵێ: (کۆتاییەک نییە، سەرەتایەک نییە، ئەوەی کە هەیە ئاشوبی کۆتایی ژیانە)

چیرۆکێک لە (**نیوتن**) ەوە:

گوتراوەکە (ئیسحاق نیوتن) گەورەترین زانایە کە تا ئێستا ژیابێت، بە هۆی کارە سەرسوڕهێنەرەکانی ئەو لە بیرکاری و فیزیادا، ئەو سەردەمە پێشکەوتووەی هێنایە کایەوە، لە ساڵەکانی کۆتای تەمەنیدا پرسیاری لێکرا (چۆن توانی ئەو هەموو خزمەتە بکات بە دونیای زانست و زانیاری)؟ ئەو وەڵامی دایەوە: (بیرنەکردنەوە لە هەر شتێکی دی و تەنها تەرکیزکردن لەسەر ئامانجەکانم)، خۆت وا ڕابهێنە کە تەنیا

بیر لەوە بکەیتەوە کە دەتەوێت، خۆت بە دوور بگرە لە بیرکردنەوەی ئەو شتەی کە ناتەوێت، ئەوە سەفەری ئێوە بۆ ئەستێرەکان دەست پێدەکات.

سەروەتمەندی: پیاوێکی هەژار چوە ماڵی پیاوێکی دەوڵەمەند و داوای پارچەیەک نانی لێکرد، پیاوە دەوڵەمەندەکە وتی: (ئێمە نانمان لە ماڵدا نییە)، کەواتە تکایە کەمێک لە خواردنی شەوی ڕابردووم بدەری، هیچێک نەماوەتەوە هەمووومان خواردووە، کەواتە هەندێک ئاوم بدەری بیخۆمەوە، ئاویش نەماوە، هەندەک پارەم بدەری، من ئێستا هیچ پارەم پێ نییە، هەژارەکە گوتی (باشە کە ئێستا هیچتان نییە ئێوە دەتوانن بێن لەگەڵ من تا پێکەوە سواڵ بکەین)

دەوڵەمەندی یەکێک، پەیوەندی بە هەبوونەکانی ئەوەوە نییە، بەڵکو ئەندازەی سەروەتەکەی ئەو بە ڕادەی ئەو شتانە دەپێورێت کە دەیبەخشێت.

(**کیم. وو. چونگ**) ی ژیر و تێگەیشتوو لەو بارەیەوە دەڵێت: کەسێک کە سەروەتێکی زۆری کۆکردۆتەوە و نازانێت کە چۆن سوود بە خەڵک بگەیەنێت بە هۆیەوە بە توانا نییە بەڵکو هەژارە)

(**ئەندرۆ کانگی**) دەڵێت: ژیانی مرۆڤی سەروەتمەند دەبێ دوو دەورەی هەبێت: دەورەی خوێندنی سەروەت و دەورەی دابەشکردنی، چ دەوڵەمەند بێ، چ هەژار بێ، سەروەتی بە بێ چۆنیەتی چێژوەرگرتن وەک ئەوەیە کە کەسێکی نابینا هەوڵبدات کە تیشکێکی نورانی کۆ بکاتەوە.

ئومێدەوار بە هاوری: پەیامنێرێک لە پیاوێکی سەد ساڵەی پرسی: ئێستا بەم پارەی کە بڕەکەی هەزار مارکە، شارەوانی بەهۆی یادی سەد ساڵەی لە دایک بوونت داویەتی بە تۆ ئەتەوێت چی پێبکەیت؟ پیرەمێرد لە وەڵامدا

وتـی: (هەڵـی دەگـرم بـۆ ڕۆژەکانـی پیریـم) وردبینێکـی جوانبێـژ لـە دوای بیسـتنی وەڵامـی پیرەمێـرد دەڵێـت: ئەگـەر بـە بینینـی پەلکـە زێرینـە دەوەسـتی و وڕ دەبیـت بـە تەماشـاکردنی جوانیەکەیـدا بزانـە کـە هێشـتا ئومێـدەواری، ئەگـەر جوانـی ڕەنگەکانـی گوڵێکـی بچـووک هەسـت پێدەکەیت، بزانـە کـە هێشـتا ئومێدەواری , ئەگـەر وشـەی ئومێد هێشـتا واتـای خـۆی لـەلای تـۆ لـە دەسـت نـەداوە و بیـری لێدەکەیتـەوە، کەواتـە بزانـە کـە هێشـتا ئومێـدەواری وجـودت لێـوان لێـوە لـە جوانـی، تاوانبارترین خەڵـک کەسـانێکن کـە ڕوحێکـی بێ ئومێدیان هەیـە ئومێدت هەبێـت بـە ژیـان.

(**ئارتـۆ کواسـتر**) دەڵێ: (بـەو دەرمانـی ڕوحیە و هەڵبژاردنی کە بەدەسـتی دەهێنیـت ژیانتـان پڕ ئومێد بکەن)

(**ناپلیـۆن بۆناپارتیـش**) دەڵـێ: (مردنـی ڕاسـتەقینە بـۆ مـرۆڤ مردنـی ئومێـد و هیوایـە، ئەگـەر ئومێـد هەبێـت هـەر چـوار وەرز بەهـارە)

خودا دەبێت بیەوێت:

دوو سـواڵکەر لـە پاڵ کۆشـکێکدا خەریکـی سـواڵکردن بوون، هـەر کاتێک کـە پاشـا دەهاتـە دەرەوە لـە کۆشـک، سـواڵکەرێک ماسـتاو چـی بـوو دەیـوت (پادشـا دەبێـت بیەوێت)، بـەڵام سـواڵکەرەکەی تـر دەیـوت (خـودا دەبێـت بیەوێـت)، پادشـا هەمـوو ڕۆژێـک گوێـی لـەم قسـانە دەبـوو و گوێی پێنـەدەدا تـا ڕۆژێـک بـە وەزیرەکـەی گـوت: دوو مریشـکی بـرژاو بهێنـە، هەنـدەک ئاڵتـوون بخـەرە نـاو یەکێکیـان و بیـدە بـەو سـواڵکەرەی کـە دەڵێت پادشـا دەبێت بیەوێت، با ئـەوەی تـر بزانێ کـە ئێمـە چ هێزێکمـان هەیـە، وەزیرەکـە قسـەکانی پادشـای جێبەجێ کـرد، سـواڵکەرەکەی تـر دوو سـکەی ئاڵتوونـی پەیـدا کردبـوو بـەڵام ماسـتاو چییەکـە هیچـی پەیدا نەکردبوو، کـە مریشـکە برژاوەکان گەیشـتە دەسـتیان سـواڵکەری ماسـتاوچی بـەوی تـری وت، وەرە ئـەو مریشکەشـیان تـۆ ببیـەرەوە،

منداڵت زۆره با تێر مریشک بخۆن بەڵام دووسکەکەت بده به من، چونکه من ژنەکەم داوای سکەی کردووه نەک مریشک، سواڵکەری بێ فیزیش که بیری ماڵ و منداڵی کردەوه قبووڵی کرد، بەیانی پاشا له کۆشک هاته دەرەوه لەگەڵ وەزیرەکەیدا بەڵام گوێی له هەمان دەنگ بوو، (پادشا دەبێت بیەوێت) پاشا بانگیکرد که بەسەرهاتەکەی بۆ گێڕایەوه، سەیری سواڵکەری کرد و گوتی(ئەی نەفام خودا دەبێت بیەوێت)

(**خواجه عبداللەی ئەنصاری**) دەڵێ:

(خودایه هەتا سۆزومیهرەبانی تۆ هەبێت هەموومیهروسۆزەکانیتر به تاڵه)

ئیمانت به خۆت هەبێت: ئاساره هونەرییەکانی (**میکایل ئەنجیلۆ**) له سەرەتای کاری هونەریدا لەلایەن هاوچەرخەکان و ڕەخنەگرانی هونەرییەوه لەو زەمانەدا به نەبینراو دانرا، بەڵام ئەو ئیمانی هەبوو به کارەکانی خۆی، هەر بەو هۆیەوه بڕیاریدا بۆ ڕووبەڕووبوونەوەی ڕەخنەگران کارێک ئەنجام بدات، لەو کات ڕەخنەگران وهاوچەرخەکانی هۆگربوون به هەڵکۆڵینی ئاسەواره کۆنەکان و دۆزینەوەی شته کۆن و پڕ بایەخەکانی ژێر خاک (ئەنجیلۆ) بەرهەمێک له بەرهەمەکانی هونەری خۆی له شوێنێکدا که دەیانویست هەڵیکۆڵن شاردەوه و نیشانەیەکی لێدانا، که لێکۆڵەران دۆزییانەوه زۆرسەرنجی ڕاکێشان و به پارچه شوێنەوارێکی زۆر به بایەخ و گرنبەهایان دانا، دەوڵەمەنێکی ئەو سەردەم دێوانەی بوو بوو ئاماده بوو بڕێکی زۆر له بەرامبەری بدات، (مایکل ئەنجیلۆ) له فێڵەکەی خۆی ئاگاداری کردنەوه، ڕەخنه گرانی هونەری مات و حەیران مان، لەدوای ئەوه بوو که (ئەنجیلۆ) یان بۆ ئەنجامدانی کاره هونەریه گرنگەکان هەڵبژارد.

(**کیم وو چۆنگ**) به تەماشایەکی قوڵەوه دەڵێت:

(ژیـان دەرگاکانـی خـۆی بـە ڕووی یەکێکدا دەکاتـەوە کـە بـڕوای بـە خـۆی هەبێـت، ئەوانـەی کـە بڕوایان هەیـە ژیـان بـە وزە و هێـزەوە بـۆ جەنـگان داوادەکـەن)
(**دێڤیـد شـوارتز**) دەڵـێ: (ئەگـەر لـە ناخـی دڵـەوە بـە سـەرکەوتنی خـۆت بـاوەڕت هەیـە، بـە دڵنیاییـەوە سـەرکەوتوو دەبـی)
(**نیکـۆس کازانتزاکـی** (: کاتێـک کـە ناتوانیـن ڕاسـتییەکان بگـۆڕیـن، دەبێـت چاوانێـک بگـۆڕیـن کـە ڕاسـتییەکان دەبینێـت)
گـۆشـەی دیـد: قوتابیەکـی زانکـۆ بـۆ خـۆشـحال کردنـی باوکـی چـووە وەرزش ومەیـدان بـۆ ڕاکردنـی خێـرا، باوکـی لـە سـەردەمی خۆیـدا ڕاکەرێکـی باشـبوو، بـەڵام کوڕەکـەی لـە پاڵەوانێتـی و ئازایـی باوکـی هیچـی بـە میـرات پێنەگەیشـتبوو، لـە یەکەمیـن پێشـبڕکێی دوو نەفەریـدا کـەوا بڕیاربووئـەم قوتابییـە لەگـەڵ ڕاکـەری یـەک میلـی زانکـۆدا کێبڕکـێ بکات، ئەنجامەکەشـی ئاشـکرابوو کـە ئـەو شکسـتی دەخـوارد، قوتابیەکـە بۆئـەوەی باوکـی نائومێـد نەبێـت، نامەیەکـی بـۆ خێزانەکـەی نووسـی کـە دەڵـێ: (دەزانـم کـە لـە بیسـتنی ئـەم هەواڵـە خۆشـیبەختە خۆشـحال دەبیـت، مـن لەگـەل (**بیـل ولیامـز**) باشـترین ڕاکـەری یـەک میلـی زانکـۆ پێشـبڕکێم کـرد، ئـەو لـە پێـش نەفـەری ئاخیـر گەیشـتە هێلـی کۆتایـی و مـن دوای نەفـەری یەکـەم.
(ریچـارد تیمپلـەر) دەڵـێ: (هەندێـک کات تەماشـاکردنی بابەتێـک لـە دیدێکـی جیـاوازەوە بایەخـدارە)
(**هاڕونـە ڕەشـید و بالـول**): ڕۆژێـک هاڕونەڕەشـید لـە کۆشـکەکەی خۆیـدا دانیشـتبوو لەگـەڵ بالـول پێـی وت: (ئـەی بالـول حـەز دەکـەی وەک مـن ببیتـە پاشـا)؟ (بالـول) تەماشـایەکی کـرد و گوتـی: نەخێـر ، (هاڕونـە ڕەشـید) سـەری سـوڕما لـە وەڵامەکـەی وتـی: دەتوانـی هـۆی ئـەوەم بـۆ ڕوون بکەیتـەوە؟ بالـول گوتـی: لـە دونیـادا پاشـا زۆرە بـەڵام (بالـول) نـا.

(**ئارتـۆر ئیسکۆ فیـوز**) دەڵـێ: (ئێمـە سـێ لەسـەرچوارمان لـە ڕەسـەنی بوونـی خۆمـان لـە دەسـت دەدەیـن، بـۆ ئـەوەی وەک خەڵکمـان لێبێـت) (**مـەلا نەسرەدین**) کەیف خۆشانە لە ژێر لێوەوە کەوتبووە ورتە ورت لەگـەڵ خـۆی، هاوڕێکـەی لێـی پرسـی: ئـەم هەمـوو کەیـف خۆشـییە بـۆ چییـە؟ مـەلا گوتـی: ئـەو کـەڕە نەفامـە هەرکاتێـک مـن دەبینـێ بـۆ سـڵاو کـردن دەسـتی بـە توندی بـە پشـتی منـدا دەکێشـێت، منیش ئەمـڕۆ دارێکی باڕوتـم لـە ژێـر چاکەتەکەمـدا شـاردۆتەوە بـۆ ئـەوەی هەرکاتێـک کێشـای بـە پشـتمدا دەسـتی بتەقێت (یارمەتـی و زیـان گەیانـدن بـە ئەوانـی دی، بـە بـێ ئـەوەی یارمەتـی خـۆت بـدەی یـان زیـان بکەیـت نەگونجـاوە)

کاری دروست کامەیە؟

ڕۆژێـک یەکێـک لـە قوتابییەکانـی (**پیتـەر نوسپنسکی**) لـەوی پرسـی: لـە کوێـوە بزانـم چ کارێـک دروسـتە و دەبێـت بـە ئەنجامـی بگەیەنـم؟ وەڵامـی دایـەوە (ئەگەرئامانجەکـەی خـۆتـم پـێ بڵێـی، دەتوانـم پێـت بڵێـم کـە کـام کـارە دروسـتە و دەبێـت بـە ئەنجامـی بگەیەنـی) تەنهـا ڕێیـەک بـۆ ئـەوەی بـۆت ڕوون بێتـەوە کـە چ کارێـک دروسـتە یـان نـا دروسـتە ئەوەیـە کـە سـەرەتا ئامانجەکانتـان دیـاری بکـەن.

ـ دوو کرێـکار خەریکـی کارکـردن بـوون، یەکیـان زەوی هەڵدەکەنـد ئەویتریـان پـڕی دەکـردەوە، ڕێبوارێـک لـە وێ تێپـەڕی لێـی پرسـین: بـۆچی کاری بێهـودە ئەنجـام دەدەن؟ کرێکارێـک لـە پرسـیاری ڕێبوارەکـە نارەحـەت بـوو گوتـی: ئێمـە کاری بـێ سـوود ئەنجـام نادەیـن، ئێمـە سـێ کەسـین یەکێـک زەوی هەڵدەکەنـێ، دووەم بۆڕییـەکان دادەنـێ، سـێیەمیش پڕیدەکاتـەوە، ئەمـڕۆ نەفـەری دووەم نەخۆشـە و نەهاتـووە بـۆ کـار، بـەڵام ئێمـە کاری خۆمـان ئەنجـام دەدەیـن، (تەنهـا ئۆتۆمبێـل بـۆ چـاک ئەنجامدانـی کارەکانـی پێویسـتی بـە فێربـوون نییـە)، هەتـا کرێکـارە سـادەکانیش پێویسـتیان بـە کەمێـک فێرکـردن هەیـە کـە دەبێـت

لـە کۆمەڵـەی دەسـتپێکردنی ئەوانـە دا گرنگـی پێبدرێـت.
ڕەشبینی پێچەوانە بن:
(**دەبلیـو کلیمنـت ئیسـتۆن مۆلتـی**) کارەکـەی بـە ڕۆژنامـە فرۆشـتن لـە شیکاگۆ لە تەمەنی ١٢سـاڵی دەسـتپێکرد، ئـەو توانی کۆمپانیای بیمـەی ئەمریکا بونیاد بنێت، لە کۆتاییدا لـە تەمەنـی ١٠٠سـاڵیدا وەفاتیکرد، ئـەو ئیلهـام بەخشـێکی گـەورە بـوو بۆ ملیۆنەهـا کـەس، ئـەو بـەوە ناسـرابوو کـە (ڕەشـبینێکی پێچەوانەیـە)، ڕەشـبین کەسـێکە وابیردەکاتـەوە کـە خەڵـک لـە دژی ئـەو پیلان دەگێڕن، بـەڵام ڕەشبینی پێچەوانـە کەسێکە وا بیردەکاتـەوە کـە هەمـوو دونیا دەسـتیان خسـتۆتە نـاو دەسـتی یـەک تـا ئـەو بگەیەننـە سـەرکەوتن، کەسـێک بـەم شـێوەیە بیردەکاتـەوە کـە هـەر ڕووداوێـک کـە ڕوو دەدات بەشـێکە لەبەرنامەیەکی گـەورە کـە بـە سـەرکەوتنی ئـەو کۆتایی دێ، لـە دەروونـی هەربابەتێکدا هەڵێکـی لـە بـار دەدۆزێتـەوە کـە سـودێک بەئێـوە دەگەنێـت،
(**نورمـن وینسـنت پیـل**) دەڵـێ: (کاتێـک خواوەنـد دەیەوێـت خەڵاتێـک بـۆ ئێوە بنێرێت، ئـەوا دەیخاتـە نـاو بابەتێکـەوە، هەرچەند بابەتەکە گەورەتر بێت، خەڵاتەکـەش گەورەتـر دەبێـت)
(**ئەلبیـرت ئەنشـتاین**) دەڵێـت: (دەرفـەت لـە دڵـی سـەختییەکاندا شـاردراوەتەوە)
ئەگـەر وا هەسـتبکەیت کـە دۆراوی ئـەوە دۆڕاوی، ئەگـەر واهەسـت بکەیت کە بە هێز نیت، ئەوا بە هێزیت نامێنێت، ئەگـەر حـەز دەکەیت بـراوە بیـت، بـەڵام ئـەو هەسـتەت هەبێـت کـە ناتوانیـت، ئاشـکرایە کـە براوە نابیت، شـەڕی ژیـان هەمیشـە بـە قازانجی لایەنـی بـە هێزتـر یان خاوەنـی خێرایـی زیاتـر نییـە.
(**ئارنۆڵـد پالمـەر**) دەڵـێ: (درەنـگ یـا زووکەسـێک براوەیـە کـەوا هەسـتدەکات دەتوانێـت بـراوە بێـت)

گەمـەی چارەنـووس: گا کێویەکی تینـوو چـووە سـەر جۆگەڵـە ئاوێـک و دوای ئـاو خـواردن وێنـەی خـۆی لـە ئاوەکـەدا بینـی، کاتێـک شـاخە گەورەکانی خۆی بینی فیزی کرد، بەڵام لە پێیە باریک و ناشیرنەکانی ناڕازیبـوو، لەنـاکاو شـێرێکی لـێ پەیدابـوو، گا کێویەکـە هـەڵات و بـە ئاسـانی لـە شـێرەکە دوورکەوتـەوە، چونکـە توانـای گای کێویەکـە لـە پێیەکانی ئەو دایە و هێزی شێر لە دڵیدایە، تا لە چۆڵەوانی و دەشت ڕایدەکرد بـە ئاسـانی لـە شـێرەکە دوورکەوتـەوە، بـەڵام کـە گەیشـتە دارستانێکی چڕ و پڕ شاخەکانی لە دار و درەختـەکان ئالان و نەیتوانی زیاتـر ڕابکات، بەداخـەوە پێیەکانـم کـەوا بیرمدەکـردەوە هـۆی بچوکی و کەمـی منە بـەڵام هـۆی پاراسـتنی مـن بـوو، ئـەو شـاخەی کـە هـۆی دڵنیایی مـن بـوو بـووە هـۆی لـە نـاو چوونـی مـن، زۆربـەی کات ئێمـە لـە مەترسـیداین، ئـەو دۆسـتانەی کـە متمانەمـان پێنەکـردووە و لـە وەفـاداری ئـەوان گومانمـان هەیـە، دەبنـە پارێـزەری ئێمـە، لـە کاتێکدا ئەوانـەی متمانـەی تەواومـان پێکـردووە، ئێمـە دەدەنـە دەسـت دوژمـن، پەندێکی ڕوژهەڵاتـی هەیـە دەڵـێ:

(دوژمنی دانا لە دۆستی نەزان باشترە)

(چارلـی چاپلـن) دەڵـێ: (لـە دوژمنـی خـۆت یەکجـار بترسـە، بـەڵام لـە دۆسـتی خـۆت هـەزار جـار)

یەکەمینـەکان: چەنـد سـاڵ لـە مەوپێـش لـە هەواڵەکانـی شاشـەی تیڤـی بـڵاو کرایـەوە کـە ٣٠٠نەهەنـگ بـە شـێوەیەکی لـە نـاکاو مـردن، نەهەنگـەکان بـە دوای ماسـییە سـەردینەکان کەوتبـوون، کاتێکیـان زانـی لـە کەنداوێکدا گیریـان خـواردووە، پسـپۆڕان ڕایـان وابـووە کـە ماسـییە بچووکـەکان نەهەنگەکانیـان هەڵخەڵەتانـدووە و بوونەتـە هـۆی مردنیـان، ئـەوان بـە شـوێن کەوتنی ماسـییە بچووکـەکان و بـە هـەدەر دانـی هێزێکی زۆر لـە ڕێـگای گەیشـتن بـە ئامانجێکـی بێبایـەخ و کەوتنـە تەنگـژەی

مردنـەوە، زۆربـەی شـتە بچووکـەکان لـە ژیـان ئێمـە دەخەنەهەڵـەوە و سـەرمان لێدەشـێوێنن.

(**رۆبـەرت جـی میکـن**) دەڵێ: (هـۆکاری ئـەوەی کـە زۆربـەی کات ناگەینـە ئامانجـە سـەرەکییەکانمان ئەوەیـە کـە کاتەکانمـان لـە شـتە بێبایـەخ و لاوەکییـەکان بـە فیـڕۆ دەدەیـن)

یاسای پاریتۆ یان یاسای ٢٠ ـ٨٠

ئەو یاسـایە دەڵێت ٢٠٪ ی شتە سـەرەکییەکانی ئێوە ٨٠٪ی تواناکانتـان پێکدەهێنێت بە مەرجێک کات، وزە، پارەو هێزی مرۆیی خۆت خەرجی ئەو ٢٠٪ە بکەیت، نموونەکانی بنچینـەی پاریتۆ: کات: ٢٠٪ی کاتـی ئێمـە ٨٠٪ی ئەنجامـی دەبێـت، بەرهـەم: ٢٠٪ بەرهـەم ٨٠٪ی قازانـج دەدات، خوێدنـەوە: ٢٠٪ ی کتێب هەڵگری ٨٠٪ی ناوەرۆکە، پیشـە: ٢٠٪ی ئیشـی ئێمـە ٨٠٪ی ڕازیبوونمـان دەسـتە بـەر دەکات.

(**جـۆن ماکسـویل**) دەڵێت (کاتێک ئـەو شـتانەی کـە چەنـد پلـە لـە دواتـرن بۆمـان لـە شـتە سـەرەکییەکان زۆرتریـن کاتـی ئێمـە بگرێـت، کێشـەی گـەورە دروسـت دەکات)

هەڵـەو دەرفـەت: لـە یەکێک لـە ڕیسـتۆرانتەکان لەبناری کێوەکانـی سکۆتلاند دەسـتەیەک لـە ماسیگرلە دەوری یـەک کۆبوونـەوە و خـەریکی خواردنـەوەی قاوە و دەمەتەقێ بوون، ڕێک لـەو ساتەی کە یەکێک لـە ماسـیگرەکان بـە دەسـتی نیشـانەی قەبـارەی ئـەو ماسـییەی باسـدەکرد، گارسـۆن لە پشـتی تێدەپەڕی ئەویش دەسـتی بەرزکردەوە و ڕایوەشـاند، قاوەی گارسـۆنی بە دیوارە سـپیەکەی ڕیسـتۆرانتەکە دادا و قاوەی ڕەش بە دیوارە سـپیەکەوە دەهاتـە خـوارەوە، گارسـۆن ویسـتی ڕەشـاییەکە لا ببـا بە پەڕۆیـەک، بەڵام لەکە ڕەشـەکە لا نەدەچوو، لـەو کاتـەوە پیاوێک لـە پشـتی مێزێـک هەڵسـایەوە و بـەرەو لەکـە ڕەشـەکە چـوو، قەڵەمێکـی لە مۆم دروسـتکراوی لـە گیرفانـی دەرهێنا و هەمـوو واقیان وڕ مابوو

دەستیکرد بە کێشانی وێنەیەک لەسەر لەکە ڕەشەکە، پاش چەند چرکەیەک وێنەیەکی جوانی گا کێویەک بە شاخە بڵندەکانییەوە لە سەر دیوارەکە کێشا، هونەرمەندەکە (ئەدوین لیند سەر) بوو، کە لەو سەردەم یەکێک بوو لە وێنە کێشە بەناوبانگەکانی بواری گیانلەبەران لە ئینگلتەرا، هەر کەسێک لە ئێمە تووشی هەڵە و تاوان و کەم و کورتی دەبێت، بەڵام لە ژیاندا کەسانێک هەن کە هەڵەکان بەباوەشی کراوەوە قبولدەکەن و دەیگۆڕن و دەیکەنە دڵگیرو پەسند (شکست زیاترلە سەرکەوتن هەژێنترە)

(**راکفلەر**) دەڵێ: (کەسێک کە هەرگیز هەڵە ناکات، هەرگیز بە جێیەک ناگات)

پشیلەیەکی ڕاهێنراو: زۆر کەس وا دەردەکەون کە مرۆڤانێکی گەورەن، بەڵام هەر لەگەڵ گەیشتن بە چێژەکانی ژیان، دەکەونە شوێنیان وهەمووشتەکانی تر لە بیر دەکەن و ڕێز و باوەڕ و ئابروو سەروەری خۆیان لە بیر نامێنێت، ژنێک پشیلەکەی وا فێرکرد بوو تا نانی ئێوارە دەخوات ئەو جێگەی مۆمەکە بگرێت بە دەستەوە، پشیلە ئەم کارە بە باشی فێرببوو و جێگەی ڕەزامەندی ژنەکە بوو، هەرلە بەر ئەمە بڕیاریدا شەوێک هاوڕێکانی بۆ نانی ئێوارە بانگهێشت بکات بۆ ماڵەکەی خۆی تا هونەرمەندی پشیلەکەی خۆیان پیشانبدات، کاتێک کە مێزی نانخواردن ئامادەکرا، پشیلە پەڕییە سەر مێزەکە و شەمعەدانەکەی گرت بە دەستەوە، یەکێک لە هاوڕێکانی ژنەکە بۆ ئەوەی پشیلەکە لەم کارە بگێڕێتەوە کەمێک خواردنی خستە بەردەم پشیلەکە، بەڵام ئەو هیچ گرنگییەکی نەدا بە خواردنەکە، یەکێک لە میوانەکان پارچە گۆشتێکی فڕێدایە بەردەم پشیلەکە، بەڵام دیسان جوولەی نەکرد، سەرەنجام یەکێک لە میوانەکان پاکەتێکی خستە سەرمێزەکە و دەمەکەی کردەوە، مشکێکی زیندوو لە پاکەتەکە

دەرپەڕی، پشیلەکە شەمعەدانەکەی خست و کەوتە دوای مشکەکە.
(**شیری کارتەر ئیسکات**) دەڵێ: (مرۆڤی خاکی کەسێکە کە لە ناخی خۆیدا هەم خاوەنی باوەڕە و هەم بێفیزە و هەم سادەیە، هەروەها دەڵێت: ورە گەورەیی ساختە ناهێنێتە وجود، چونکە ئەگەر گەورەیی دروستکراو بێت، پێی ناگوترێت گەورەیی)
(**شکسپیر**) دەڵێ: (گەورەیی پەیژەیەکی گەورەو بڵندە)
سەرکەوتن لە خووە چاکەکانەوە سەرچاوەی گرتووە: ٩٥٪ ی ئەو کارانەی کە هەموو ڕۆژێک ئەنجامی دەدەیت سەرچاوەکەی خوو پێوە گرتنە بۆ شتەکان، مرۆڤە سەرکەوتووەکان ئەو کەسانەن کە سەرکەوتنیان لە خۆیاندا دروستکردووە، مرۆڤە سەرکەوتووەکان خووە چاکەکان دروستدەکەن، کارێک دەکەن کە ئەو خووانە لە سەر ڕەفتار و هەڵسوکەوتیان بڕیاردەر و فەرمانڕەوا بێت،
زانای تێگەیشتوو (ئید فۆرمان) دەڵێ: (شێوە گرتنی خووە چاکەکان ئەستەمە، بەڵام ژیان بەسەربردنیان لەگەڵ ئاسانە، لە لایەکی تر شێوە گرتن بە خووە خراپەکانەوە ئاسانە، بەڵام ژیان بردنە سەر لەگەڵیاندا ئەستەمە) وەرن با لەبیری نەکەین فیکر بنێژین کردار بچنینەوە، کردار بنێژین و خوو بچنینەوە، خوو بنێژین تا ژیری بچنینەوە، ژیری بنێژە تا چارەنووسی خۆت دەستنیشان بکەیت.
(**دیڤد هیوٚم**) دەڵێ: (ڕینوێنی ژیانی مرۆڤ عەقڵ نییە، بەڵکو خووەکانە)
ئازایەتی ژیان بردنە سەر: (**کالین ویلسۆن**) نووسەرێکی بەناوبانگە، وەسوەسەی خۆکوشتن لە شازدە ساڵییەوە هاتە مێشکیەوە، دەڵێ چوومە ناو ژووری تاقیگەی قوتابخانە و شوشەی ژەهرم هەڵگرت کە بیخۆمەوە، تەماشای شوشەکەم کرد بۆنم دەکرد لەو ساتەی کە پەرداخەکەم بەدەستەوە گرتبوو و بۆنی مەرگم تامدەکرد، لە بەرخۆمەوە گوتم: ئەگەر ئازایەتی خۆکوشتن هەبێت ئەی بۆ ئازایەتی

بەردەوامی ژیانم نەبێت، پەرداخەکەم فڕێ داو هاتمەوە ناو ژیان و سەرکەوتوو بووم.

(چارلز شواب) دەڵێ: (هێشتا کەسێکم نەدۆزیوەتەوە کە لە هەل و مەرجی ڕەخنەدا چاکتر لە هەڵ و مەرجی هاندان و پشتگیری کاربکات)

سەرگوزشتەیەک لە سوقراتەوە: **(سوقرات)** لە زینداندا چاوەڕێی حوکمی لە سێدارەدانی خۆی دەکرد، ڕۆژێک دەنگ و ئاوازی یەکێک لە زیندانییەکانی بیست کە گۆرانیەکی سەیری دەچڕی، سوقرات داوای لێکرد کە ئەو گۆرانیەش فێری ئەو بکات، زیندانیەکە لە سوقراتی پرسی: بۆ؟ گوتی: لەم کاتەدا دەتوانم بە زانینی شتێکی زیاترەوە بمرم، (مورید): بۆچی یەک هەفتە پێش لە مەرگت شتی تازە فێردەبیت؟ مامۆستا (ڕێک بەو هۆیەوە کە تۆ پەنجا ساڵ پێش لە مردن فێری دەبیت)

وەزیری دانا: پادشایەکی نەفام گوتی: زەوی ژێر پێیەکانم ئازار دەدات زۆر خەمبارم بۆیە فرمانم دا (تەواوی موڵکەکانم بە پێستی مانگا فەرش ڕێژ بکرێت) وەزیرە داناکە پێی وت: (ئەو هەموو پارەیە لە ئامادەکردنی پێستی مانگادا بۆ نەرمی پێی ئێوە چ پێویست دەکات کە تەواوی زەوی خودا فەرش ڕێژبکەیت؟ دوو پارچەی بچووک چەرم بکێشنە پێی خۆتان) بۆ هێنانەدی جیهانێکی بە بێ دەرد پێویست ناکات دونیا بگۆڕێت بەڵکو تەنها گۆڕینی دڵی خۆت بەسە.

با ئەهرام دروست بکەین: یەکێک لە ڕوکنەکانی سەرکەوتن ئەهرام دروست کردنە، لە ئەهرام سازی بۆ زیاترین بەهرە بردن لە خۆت دەتوانیت سوود وەرگریت.

(ئەرخەمیدس) فەیلەسوفی یۆنانی(ئەهرامێکی گەورە بە من بدەن و جێیەکی گونجاو بۆ من دابین بکەن تا دونیا بگۆڕم)

لەگەڵ خۆتدا ڕاستگۆ بە: (مامۆستای ئەفسانە ناسی لە بەرنامەیەکی

تیڤی باسی ڕووداوێکی کرد وتی: بۆ نانخواردن لە ڕیستۆرانتێک بووم، لەو کاتەدا خێزانێک لەوێبوون داوای خواردنیان کرد بوو، کە خواردنیان بۆ هێنان منداڵەکەیان ناڕازیبوو بەو خواردنە وتی: حەزم لەو خواردنە نییە، باوکی تووڕە بوو وتی: ئەگەر حەزیشت لێنەبێت هەردەبێت بیخۆیت، بەڵام منداڵەکە سووربوو لەسەر نەخواردنی، باوکی بە دەنگێکی بەرز وتی: (مانای چییە حەزت لێنیە من لە تەواوی تەمەنم ئەو کارانەم کردووە کە حەزم لێی نەبووە).

(**کەمپل**) دەڵێ: (زۆرێک خەڵک تەمەنیان بە ئەنجامدانی کارێک بەسەر دەبەن کە ئەوانیتردەیانەوێت، چونکە هەرگیز ئازایەتی ئەوەیان نەبووە کە کاری دڵخوازی خۆیان ئەنجام بدەن، دەبێت کارێک ئەنجام بدەن کە دڵتان هۆگریەتی، لە چ کارێک چێژ وەردەگرن ئەو کارە ئەنجام بدەن.

(**جۆن ماکسوێل**) دەڵێ: (باشترین کار ئەوەیە کە لە ئەنجامدانی چێژ وەربگرن)

(**لویس ئاسۆر**) یەکێکە لە لەپێشترین نووسەری هەموو سەردەمەکان کە کتێبەکانی پڕفرۆشترین بوون (٢٣٠) ملیۆن نوسخە لە کتێبەکانی لە سەرانسەری جیهاندا بە چاپ گەیشتووە و زیاتر لە سەد ناوونیشان دەگرێتەوە، هێشتاش لە چاپ دەدرێنەوە، کاتێک لە بارەی شێوەی نووسینی پرسیاریان لێیکرد: وەڵامی دایەوە، (تا بەلوعەی ئاو نەکرێتەوە ئاو ناڕژێت)

(**ناپلیۆن هێل**) دەڵێ: (زانست بەس نییە، دەبێت زانستی خۆت کار پێبکەیت)

(**ئەلبێرکامۆ**) دەڵێ: (لەپێش منەوە دەست مەکە بە جووڵە، من نابمە پەیڕەو، لە پشتی منەوە مەڕۆ، من ڕابەری ناکەم، تەنها لە پاڵمدا هەنگاو هەڵبنێ و هاوڕێم بە)

لە حەکیمێکیان پرسی: چۆن لە ساڵێکدا مرۆڤ دەتوانێت بەزۆرترین بەهرە دەوڵەمەند بێت؟ بەهۆی پابەند بوونی بە شتێکی بێبایەخ بێبەش دەبێ، هەمووی لە دەست دەدات، حەکیمی ژیر ئەم چیرۆکەی گێڕایەوە: ڕۆژێک پیاوێک چووە کێوێکی جادوویی تا خەزێنەیەکی ئەفسانەیی دەست بکەوێت، کە بەرەو دەرگای ئەشکەوتەکە ڕۆیشت لەناکاو دەرگا بەڕوویدا کرایەوە، بە شادومانی چووە ژوورەوە خەزێنەیەکی زۆری لێبوو، زۆر خۆشحال بوو، کیسەکانی پڕکرد لە ئاڵتون، سواری ئەسپەکەی بوو هاتە دەرەوە، لە ناکاو ئەو دارەی بە بیر هاتەوە کە هەمیشە لە دەستی بوو، بۆیە بە پەلە گەڕایەوە ناو ئەشکەوتەکە بەڵام دەرگای ئەشکەوتەکەی لەسەر داخراوە و بزر بوو، لە کلۆڵی خۆی، خۆی و ئاڵتونەکەی لە دەستدا.

- کاتێک چۆلەکەیەک لە دارستانێکدا هێلانە دروستدەکات، تەنها یەک لقی بچکۆڵە داگیر دەکات.

- کاتێک گایەکی تینوو لە ڕووبارێک ئاو دەخواتەوە، تەنها بە ئەندازەی سکی خۆی ئاو دەخواتەوە.

(**ئانتۆنی. د.میللۆ**) دەڵێ: (شتانێکی زۆرکۆ دەکەینەوە، هەرچەندە دڵەکانمان خاڵییە)

(**موجتەبای کاشانی**) دەڵێ: (لە هەر جێیەک عەشق هەبێت و جێگیر بێت، بە دڵنیاییەوە هەرچی شتە نەگونجاوەکانە دەبێتە گونجاو، نە عاشق بەو نە مەعشوق بە)

هەرگیز خۆت بە دەستەوە مەدە: دوو مێرد منداڵ لە قەراغی ڕێگەیەک پیاسەیان دەکرد، کەسێک دوودەبە شیری دانابوون بیانبا بۆ شار، منالەکان بەدزی کابرا دوو بۆقیان خستە ناو دەبە شیرەکانەوە، بۆقی یەکەم وتی: خودایە خۆ من قەت لە ناو شیر مەلەم نەکردووە، ناتوانم سەرقاپەکەش لابەم چونکە قورسە، ناتوانم خۆم دەرباز بکەم،

کاتێک لە شار سەری دەبەکەیان کردەوە بۆقێکی مردوو لە ناو شیرەکە بوو، بەڵام بۆقی دەبەی دووەم بە خۆی گوت: من ناتوانم سەری دەبەکە لابەم بەڵام دەتوانم مەلە بکەم، ئەو بەردەوام بوو لە مەلە کردن و متمانە بە ژیان، کاتی سەرقاپی دووەم لابرا، بۆقەکە بازێکی داو خۆی فڕێدایە دەرەوە و لە مردن ڕزگاری بوو.

(**وینستۆن چەرچل**) دەڵێت: (پیداگرو خۆڕاگرو نەمر بن، هەرگیز خۆ بە دەستەوە نەدەن)

پێشکەوتنی بێ سنوور: گەشتیارێک لە شارێکی بچووک لە بەرامبەر فرۆشگاکە لە تەنیشت پیرە پیاوێک دانیشت و لێی پرسی: هاوڕێ دەتوانی لە بارەی خاڵە سەرنجڕاکێشەکانی ئەم شارەوە قسەم بۆ بکەیت؟

پیرە پیاو سەیرێکی کردو گوتی: دەتوانیت لەم شارەوە دەست پێبکەیت و بگەیتە هەر شوێنێکی ئەم جیهانە کە دەتەوێت، ئەوە شتێکە کە لە بارەی هەموو شوێنێک ڕاستە، ئەوەی لە ژیاندا بە کوێ دەگەیت پەیوەندی بەوەوە نییە کە لە کوێوە دەست پێبکەیت، گرنگ ئەوەیە کە دەست پێبکەن، ئەگەر دەست پێبکەن دەگەنە هەمووشوێنێک کە مەبەستتانە.

(**جان ماکسویل**) دەڵێ: (کەس ناتوانێت بڵێت هەتا کوێ بەرەو پێشەوە دەچن)

لە مێروولەکان فێرببن: ژیانی مێروولەکان پڕیەتی لە نهێنی، با لە چەند نموونەیەک بیریان لێبکەینەوە:

- مێروولەکان زۆر هەوڵدەرن، بە دوای ڕێگا جۆرا و جۆرەکاندا دەگەڕێن.
- بەسەر بەربەستەکاندا تێپەڕ ئەبن، هەرچەند گەورە یان مەترسیداربن.
- هەتا نەگەن بە ئامانجەکەیان دەست لە ڕۆیشتن هەڵناگرن، تەنانەت

لە هەورازەکانی ڕێگەدا بەردەبنەوە، بەڵام بەردەوام دەبن و زیاتر هەوڵدەدەن.

- پارێزگارییەوە دەجولێنەوە، یەکگرتوون، هیچ تاکێکیان بە تەنها لەگەڵ دوژمن شەڕ ناکات،
- ژیانێکی بە کۆمەڵیان هەیە و هیچ مێروولەیەک بە تەنها ناژیت.
- پێکەوەو لەگەڵ یەک وبە دابەشکرنی ئەرکی سەرسوڕهێنەر دەژین.
- گیانی دەست پێوەگرتنیان هەیە، هەرگیز ئازوقەی زستان ناخۆن وبەردەوام لە لانەکەیان خۆراکی چەندساڵی داهاتوویان ئامادە کردووە.
- بە هێزترین بوونەوەری سەر زەوین، زۆر کاردەکەن، دەتوانن چەندین هەندی کێشی خۆیان لەزەوی بەرز بکەنەوە، مێروولە بچووکەکان مرۆڤ فێری فەلسەفە و نهێنی ژیان دەکەن، وا لە مرۆڤ دەکەن کە هەردەم بە هیواوە بژی، پارێزگار بی، هۆگری ئاواتەکان بی، هەموو توانای بخاتە گەڕ بۆ سەرکەوتن، پێکەوە داهاتوو بونیاد بنێ، بەرژەوەندییەکانی کۆمەڵ بخاتە پێش بەرژەوەندییەکانی خۆی.

لە گۆڕەپانی بەغدا هەزار قامچیان لە عاشقێکدا لە دەست و پێ نەکەوت، پیاو چاکێک لەو حالەی پرسی: گوتی (خۆشەویستەکەم لەوێ ئامادەبوو، من بە هێزی بینینی ئەو دانم بە خۆداگرت)

(**مۆریس مۆتەرلینگ**) لە بارەی دان بەخۆدا گرتن دەڵێ: (مرۆڤ عاشقی ئەوە نابێت کە جوانە، بەڵکو ئەوەی عاشقی بووە لەبەر چاوی جوانە، چونکە عاشق گوڵە سوورەکان بێ دڕک دەبینێت)

حەوت وانە لە (**بێل گێتس**): بێل خاوەن و سەرۆکی مایکرۆسۆفتە، دەتوانین لە پەند و ئامۆژگارییەکانی سوود و ئەزموون وەربگرین.

- **وانەی یەکەم:** لە ژیاندا هەموو شتێک دادپەروەرانە نییە، باشتروایە

لەگەڵ ئەو ڕاستییە ڕابێن،

- **وانــەی دووەم:** دونیا گرنگی بە شکۆی ئێوە نادات، ئێوە دەبێت خۆتان بۆ بەدەست هێنانی تێبکۆشن،

- **وانـەی سێیەم:** ماندووبوونێک لەئاستی چاوەڕوانییەکانی خۆتان بۆ بە دەست هێنانی سەرکەوتنەکانی داهاتووتان بکێشن.

- **چـوارەم:** ئەگەر وا بیر دەکەنەوە کە مامۆستاکەتان زۆر شێلگیرە: ئەوە بە تەواوی لە هەڵەدان، چونکە مامۆستا پارێزراوی پیشەیی هەیە، دوای دامەزراندن لە کۆمپانیایەک ئەو کات دەزانن کە بەڕێوەبەرەکەتان زۆر شێلگیرترە لە مامۆستاکەتان.

- **پێنجـەم:** چێشت لێنان لە ڕیستۆرانت یان زۆر پیشەی سادە دژایەتی کەسایەتی و لە خۆبایی بونتان ناکەن، بەڵکو بە دەرفەتێک دادەنرێ بۆ داهاتووتان.

- **وانـەی شەشـەم:** ئەگەر لە کارەکەتاندا سەرکەوتوونین، لۆمەی دایک و باوک مەکەن، دەست لە پرتە و بۆڵە هەڵگرن و پەند لە هەڵەکانتان وەربگرن.

- **وانـەی حەوتـەم:** پێش لە دایکبوونی ئێوە، دایک و باوکیشتان لاوی چاک و گورج و گۆڵ بوون، وەک ئێستا کە ئێوە بیری لێدەکەنەوە بارگران نەبوون.

(یەکێک لە سەرمایەکانی ئێمە بیرۆکەی مرۆڤەکانە)

(**بێل گیتس**) دیسان دەڵێ: ئەگەر هەموو تەلارەکان و زەوی و کۆگاکان و هاردەکان و کەرستە گرانبەهاکانی ترمان لێ بستێنن، هیچ شتێک بۆ ئێمە ڕوونادات، چونکە بەهای ڕاستەقینەی کۆمپانیاکەی ئێمە پەیوەندی بە بیری مرۆڤەکانەوە هەیە و چی تر نییە.

هەنگاوێک بەرەو پێشەوە هەڵگرن: (شێخ ئەبوسەعید ئەبولخەیر) گەیشتە شاری (توس) خەڵکی تکایان لێکرد دانیشتنێکیان بۆ ساز بکات، ئەویش قبولیکرد، خەڵکی زۆر هاتبوون بە شێوەیەک کە شوێن نەدەبووەوە، گەنجێک هەستایەوە گوتی: (خودا لەو کەسە خۆشبێت کە لە شوێنی خۆی هەنگاوێک بێتە پێشەوە)، شێخ دەستی بۆ ئەو کەسە درێژکرد و گوتی: (ئەوەی من دەمەویست بیڵێم گوترا، لە شوێنی خۆتان مەوەستن هەنگاو بەرەو پێشەوە باوێن)، ئیتر هیچی تری نەوت و لەسەر مینبەرەکە دابەزی و دانیشتنەکە کۆتایی هات.

(جان ماکسویل) دەڵێت: (من بڕوام وایە سەرکەوتن کاتێک بەدەست دێت کە هەنگاوێک بچینە پێشەوە، واتە لەگەڵ پێشوازیکردن لە دژواری و سەختییەکان، دۆڕان بە بەشێک لە ژیانمان بزانین)

- پارێزگاری لە خەوشەکان: نەزانێک بە مەبەستی بەرهەڵستی و سوکایەتیپێکردن بە دانایەکی گوت: (بۆچی بۆنی ناخۆش لە دەمتەوە دێت)؟ داناکە گوتی: (ئەوەندە خەوشەکانی تۆم لە سنگمدا هەڵگرتووە، کاری کردۆتە سەر هەناسەم)
- **زەوی:** دووکەس لەسەر پارچە زەوییەک ناکۆکییان بوو، هەریەک دەیگوت (هی منە)، چوونە خزمەت پەیامبەر(عیسا) گوتی: زەوییەکە شتێکی تر دەڵێت، گوتیان چی دەڵێت؟ (دەڵێت هەردووکیان هی منن) هەژارێک لەگەڵ پاشایەک دیداریکرد، پاشا گوتی (داوای شتێکم لێبکە)؟ هەژارەکە گوتی: (من داوای هیچ لە بەندەی خودا ناکەم)، پاشا گوتی: ئەمە چۆن دەبێت؟ هەژارەکە گوتی: من دووبەندەم هەیە هەردووکیان خودای تۆن، یەکیان (هاندان) و ئەویتر (ئاواتی دوورودرێژە)
- **نەزانی:** دانایەک گوتی: (نابینایی باشترە لە نەزانی، چونکە نابینا لەوە دەترسێت بکەوێتە چاڵێکەوە، کەمترین ترسێک کە نەزان

هەیەتی ئەوەیە تیا بچیت)
هەتا بووم بە ئاو خۆم بە تراویلکە بینییەوە ، هەتا بووم بە دەریا خۆم بە بڵقی ئاو بینییەوە.
هەتا بە ئاگاهاتمەوە بێ ئاگایی خۆمم بینی ،هەتا هەستامەوە خۆم بە خەوتوویی بینییەوە.
(**جیم ڕان**) دەڵێ: (ئێوە ناتوانن هەلو مەرجەکان، وەرزەکان، ئاراستەی با، بگۆڕن، بەڵام دەتوانن خۆتان بگۆڕن و دڵەکانتان بگۆڕن و گەشە بکەن)
- **ڕزگارکردن:** پیاوێک بە مەلەکردن لە نێو شەپۆلە مەترسیدارەکانی دەریا گیانی خۆی خستە مەترسییەوە بۆ ئەوەی ژیانی کوڕێکی گەنج ڕزگاربکات، دوای ئەوەی گەنجەکە لە مردن ڕزگارییبوو بە پیاوەکەی گوت: سوپاست دەکەم کە ڕزگارت کردم، چۆن بتوانم قەرەبووی بکەمەوە؟ پیاوەکە سەیری چاوەکانی کوڕەکەی کردو گوتی: (کوڕم پێویست بە سوپاسکردن ناکات، تەنها کارێک بکە کە پیشانی بدات ژیانت نرخی ئەو ڕزگارکردنەی هەیە)
خۆت بڕیاربدە: ڕۆژێک مەلایەک لەگەڵ ژن و منداڵێکی بچووک بە ڕێدا دەڕۆیشتن کەرێکیان پێبوو، مەلا سواری پشتی کەرەکە ببوو ژن ومناڵەکە بە پیادە دەڕۆیشتن، چەند کەسێک کە مەلایان بەو شێوەیە بینی گوتیان: چەند عەیبە ئەو ژن ومناڵە بەستەزمانە بە پیادە دەڕۆن، مەلاش بەخۆی سواری کەرەکە بووە، مەلا لە گوێدرێژەکە دابەزی و ژنەکەی سواری کەرەکە کرد، گەیشتنە چەند کەسی تر کە دیتیان گوتیان: مەلا چۆن دەبی خۆت و ئەو مناڵە بەستەزمانە بە پیادە بڕۆن مەلاژنیش بە سواری دیارە زۆر لێی دەترسی؟ مەلا ئەوجارە مناڵەکەشی لەپشت مەلاژن سوار کرد خۆی بە پیادە دەڕۆیشت، گەیشتە چەند کەسێک، پەککو مەلا عیلمی خوات لە زگی دایە چۆن

تۆ بـه پیـاده دەڕۆی ژن و منالّیـش بـه سـواری؟ مـەلا ئـەو جـارە لـە ڕقی خەڵکی بەخۆشی سواری کەرەکەبوو، چەند کەسێکی تر، پەککو مامۆستا ویژدانتـان نییـە ئـەو بەسـتەزمانە خـۆی زمانـی نیـە قسـە بکا چۆن خێزانێک سواری سەر پشتی بوون؟ مەلا نەیزانی لەبەر قسەی خەڵکی چی بکات، چاوەڕێی پەسند کردنی کەسانی تر مەبن، خودی ڕاستەقینەتان دەبێت نهێنـی ژیانتـان بـۆ بدۆزێتـەوە.

(**کین کۆپل ڤۆیتز**) دەڵێ: (بەرزترین ژیرییەک کە دەتوانم پێتانی بناسێنم ئەوەیـە کـە هەرگیـز ڕێگـە نـەدەن کەسـانی تـر ئاسـۆکانتان پێبناسێنن، ئـەوەی مانـای بـە ئـاکام گەیشـتنە بۆتـان بیدۆزنـەوە و پاشـان نیگاکانـی تـێ ببـڕن) لـە ڕۆژبەنـدی جوانییـەوە: (**مـاری چاپیـان**) دەڵێت: (مرۆڤـی بەڕاسـتی داهێنـەر، کەسـێکە لـە شـتە نەویسـتراوەکان، شـتی ویسـتراو دابهێنێت) واتـا لـە خـەم و پەژارە، وروژان، لـە تاریکی ڕووناکی، لە شتە خراپەکان شتی باش دروست بکات، چەند باشـە چاویلکـەی ڕەشبینی لەسـەر چاومـان هەڵگرین و بـە نیگایەکی پڕ لـە هیوا و ئـاوات سـەیری چواردەورمـان بکەیـن و ببینیـن لـە دونیای چواردەورمـان شـتی جـوان و دڵگیـر کـەم نین، ئێمـە دەبێت سوپاسگوزاری خـودا بیـن چونکە نیگایەکی جـوان و دڵگیـری پێداویـن، لـە کاتێکدا کەسـانێک هـەن چاوەکانیـان بـە ڕووی جوانیەکانـی ژیانـدا داخسـتوە.

(**دیـل کارنگـی**) دەڵێت: (لـە بـری ئـەوەی لـە بەرامبەردوژمنەکانی خۆمـان ڕق ئەسـتوور بیـن، دەبێـت سوپاسـگوزاری خـودا بیـن کـە ژیانـی ئێمـەی وەکـو ئـەوان دروسـت نەکـردووە)

ژیانـی خـۆت لـە مـاوەی حەفـت ڕۆژدا بگـۆڕە: هەرچـی مـرۆڤ بیـری لێدەکاتـەوە هەیـە و هـەر ئەوەشـی دەبێـت: ئەگـەر تـۆ خـۆت چڕبکەیتـەوە لەسـەر هـەژاری و بەدبەختـی بەڕاسـتی لـە ژیانـدا زۆر زوو بـە دەسـتی دەهێنیـت، ئەگـەر لەسـەر سـامان خـۆت چڕبکەیتـەوە زیاتـر

بـه دەسـتی دەهێنـی، ئـەو کەسـانەی کـە لەسـەر مەسـەلە ئیجابییـەکان خۆیـان چڕدەکەنـەوە ئـەو مەسـەلانە خۆیـان ڕایدەکێشـێت و ئەوەشـی بە گەشبینی ناودەبرێت من باوەڕم وایە خۆم چانسی خۆم دروست بکەم، ئەمە هەمان ئەو مەسەلەیە کە لە ئینجیلدا ئاماژەی پێکراوە(**پۆل مەکنا**)

کاتێـک نهێنـی دەوڵەمەنـد بوونیـان لـە ملیاردێـری ناسـراو(**ئیج. ئـال. هانـت**) پرسـی ئـەم چـوار خاڵـەی خسـتە ڕوو:

١ـ بڕیار بدە ئەو شتەی کە بەراستی دەتەوێت چییە؟

٢ بڕیار بدە ئەو شتەی کە حەزی لێدەکەیت چۆن بەدەستی بهێنی.

٣ ـئەو شـتانەی زۆر پێویسـت بیانخـەرە پێشـەوە و دیاریـان بکـە بـۆ خـۆت.

٤ـ لە دەوروبەری ئەو شتانە دا بە.

بیرکردنـەوەت خاوەنـی وزەیەکـە کـە هـەم بەهێـزە و هەمیـش داهێنـەرە، هەندێـک خەڵـک شـتەکان بـەو شـێوەیە دەبینـن کـە هەیـە و دەپرسـن بۆچـی مـن ئـەو شـتانەی کـە هەرگیـز نەبـوون لـە خـەون و خەیاڵـم دا دەبینـم و دەپرسـم بۆچـی نـا؟

(**جۆرج برنادشۆ**)

(پارە، خۆشـحاڵی تـۆ): پارەی زیادە چ شـتێکت پێدەبەخشـێت کە پێشـتر نەتبـووە؟ وەڵامـی زۆر خەڵـک ئەوەیـە: خۆشـحاڵی، ئـازادی، ئاسـایش، ئارامـی یـان دەسـەڵات، هـەر چەنـدە خـودی پـارە سـەرچاوەی هەمـوو شـتێک نییـە،

بـەڵام هەریەکـە لـەم وشـانە بارودۆخێکـی عصبـی کیمیایـی لـە نـاو جەسـتە و مێشـکدا دروسـت دەکـەن، لێـرەدا دەر ئەنجامێکـی لۆژیکـی لـە بـارەی یاسـای هەوڵدانـی کاردانـەوە بوونـی هەیـە، ئەگـەر تـۆ شـتێک بەدەسـتبهێنی، بیربکـەرەوە خێراتریـن ڕێگـەی بەدەسـتهێنانی ئـەو شـتە

چییـە؟ هەمـوو پـارەکان لـە جیهانـدا خـەرج دەکریـن بـۆ بەسـەربردنی کاتـە خۆشـەکان.

سـەرکەوتن، پـارە، کات: یەکێکی دیکە لـە لایەنە بنەرەتیەکانی دیکەی ڕێکخسـتنی بەرنامـەی زهنـی ملیۆنێـرەکان جـوودا سـازی تواناییـە لـە بەدەسـت هێنانی پارە، لە پێویستی بەکارهێنانی کات بۆ ئەنجامدانی ئەو کارە، مامەڵەکردنی کات بۆ پـارە لـە بنەرەتـدا هۆشـیارییە لـە هـەژاری، لەبەر ئەوەیە کە تۆ هیچ کاتێک ملۆنێرێک نادۆزیتەوە کاتژمێرێک کار بـکات، ئەگـەر تـۆ دەتەوێـت سـامانێکی گـەورە پیکـەوە بنێیت پێویسـتە ئـەوەت لـە بیربێـت کـە دەبێـت توانـات زۆر بکـەی بـۆ بەدەسـت هێنانـی پـارە.

(پـارە یەکێکـە لـەو پاداشـتانەی کـە تـۆ بەدەسـتی دێنیـت تاوەکـو بەهایەکـی زیاتربەخشـیتە خەڵکانـی تـر)

کاریـــگەری: هەرچـی تـۆ جیـاوازی زیاترلـە ژیانـی خەڵکانـی دیکـە دا دروست بکەیت، پارەی زیاتر بەدەست دێنیت، بۆچی پزیشکەکان زیاتر لـە مامۆسـتاکان داهاتیـان هەیـە؟ چونکـە زۆرێـک لـە مرۆڤـەکان زیاتـر گرنگـی بـە تەندروسـتی خۆیـان دەدەن تاوەکـو خوێنـدن و فێربـوون، جیاوازی نێوان خەڵکی هـەژار و دەوڵمەند زۆر سـادەیە، خەڵکی هـەژار پارە خـەرج دەکـەن و پاشـان ئەگـەر شـتێک مایـەوە پاشـەکەوتی دەکـەن، خەڵکـی دەوڵەمەنـد پارەکـەی خۆیـان پاشـەکەوت دەکـەن پاشـان ئەگـەر شـتێک مایـەوە خەرجـی دەکـەن، (**جیـم ڕۆهـەن**)

ژاپۆنیەکان دەڵێن ئاگاداری سێ هێز بن:

(**هێـزی شمشـێر، هێـزی خشـڵ، هێـزی ئاوێنـە**) ، شمشـێر هێمایـە بـۆ هێـزی چـەک، ئەمریکا ترلیـۆن دۆلاری لـە چەکدا خـەرج کردووە، بـەو هۆیـە بـە هێزترین سـوپای دنیای هەیـە، خشـڵ هێمایـە بـۆ هێـزی پـارە، هەندێک ڕاستی هەیە لە و پەندە کە دەڵێت (یاسا ئاڵتوونیەکەت لەبیر

بێت) ئەوەی ئاڵتوونی هەبێت یاساکان دادەڕێژێت، ئاوێنە هێمایە بۆ هێزی خوود ناسین کە بە پێی ئەفسانە ژاپۆنیەکان لە هەموویان بەنرخترە.

خەریکی کاری خۆت بە:

لە ساڵی ١٩٧٤ **(ڕەی کرۆک)** دامەزرێنەری ماک دۆناڵد قسەی بۆ پۆلێک خوێندکاری ماستەر دەکرد لە زانکۆی تەکساس، کە وانەکە تەواو بوو خوێندکارەکان داوایان لێ کرد لەگەڵیان بەشداری بکات لەو سەفرەیە بۆ چوونە دەرەوە تایبەتیەکەیان، (رەی) پەسەندی کرد پاشان پرسیاری کرد (من لە چ بازرگانییەک دام)؟ هەمووان وایان زانی ڕادەبوێرێ، بۆیە هەموو پێکەنین کەس وەڵامی نەدایەوە، دووبارە (رەی) پرسیاری کردەوە هەموو دیسان پێکەنین وەڵام نەبوو لە کۆتاییدا کەسێکی ئازا هاواری کرد (رەی) کێ هەیە لەو دونیایەدا نەزانێت تۆ لە بازرگانی هەمبەرگەردای (رەی) قاقا پێکەنی و گووتی ڕێک دەمزانی کە ئەو وەڵامەتان هەیە، بەڵام بەڕێزان خانمان من لە بازرگانی هەمبەرگەردا نیم، بازرگانییەکەی من لە زەوی و زاردایە ڕاستە جەختی بازرگانییە سەرەکیەکەی من لەسەر فرۆشتنی هەمبەرگەرە، بەڵام هەردەم چاوی من لەسەر شوێنی هەریەکە لەو ماکدۆناڵدانەیە، خانوو بەرە و شوێنی فرۆشتن و کارکردن لێی گرنگترین هۆکاری سەرکەوتنە، ئەمڕۆ ماکدۆناڵد گەورەترین تاکە خاوەنی زەوی و زارە لە دونیادا، تەنانەت زەوییەکانی لە زەوی کلیسای کاسۆلیک زیاترە، (خەریکی کاروباری خۆتبە، پەلە قاژەی دارایی زۆرجار ڕاستەوخۆدەرەنجامی ئەو کەسانەیە کەهەموو ژیانیان کار بۆ کەسێکی تر دەکەن، زۆرێک لە خەڵکی خاوەنی هیچ نین لە کۆتای ساڵانی کارکردنیاندا)،

(رۆبەرت کیوساکی) لە کتابی باوکی دەوڵەمەند و باوکی هەژار)

دەڵێ:
کاتێک خۆم فێرە لێخوڕینی پایسکل دەکرد، کەوتنەخوارەوەم بەشێک بوو لە فێربوونی لێخورینی پایسکل، لە بیرمە کەوتن سوورتری دەکردم لە سەر فێر بوونی لێخوڕین، کەوتن و شکەست و دۆڕان ئیلهامم پێدەبەخشێ، چونکە دۆڕاوەکان کەوتن و دۆڕان تووشی شکستیان دەکات.
(**جۆن د، ڕۆکفێلەر**) دەڵێت: (هەمیشە هەوڵمداوە هەموو کارەساتێک بگۆڕم بۆ هەل) زۆر لە خەڵکی دەڵێن کە بەندەری (بیرل هاربەرد) هەڵەیەکی ئەمریکییەکان بوو، بەڵام من دەڵێم هەڵەی ژاپۆنییەکان بوو لە فیلمی (تۆرا، تۆرا) ئەدمیراڵێکی سەرخۆشی ژاپۆنی بە سەربازە کەیف سازەکانی دەڵێت: بەداخەوە ئێمە دێوێکی نووستوومان خەبەر کردەوە)، بەنداوی بیرلتان لە بیر بێت بوو بە هاوارێکی نەبڕاوە، یەکێک لە گەورەترین دۆڕانەکانی ئەمریکای گۆڕی بە هۆکارێک بۆ بردنەوە، ئەو تێکشکانە مەزنە هێزی بە ئەمریکا بەخشی و هەر زوو ئەمریکا بوو بە یەکەم هێزی جیهان.
شکست ئیلهامی براوەکانە، شکست دۆڕاوەکان تێکدەشکێنێ، ئەوە گەورەترین نهێنی براوەکانە، مەزنترین نهێنی براوەکان ئەو شکستەیە کە دەبێتە (نەترسان لە دۆڕان)، زۆربەی خەڵک هێندە لە لەدەستدانی پارە دەترسن کە بە هۆیەوە لە دەستی دەدەن، جیاوازییەکی گەورە هەیە لە نێوانی ڕق لە دۆڕان و ترسان لە دۆڕان، بۆئەوەی پێشکەویت دەبێ سەرەتا بە ناهاوسەنگی بڕۆیت، تەنها لەوە بڕوانە چۆن بە ڕۆیشتن پێشدەکەویت، (**تۆماس ئەدیسۆن**) هاوسەنگ نەکرابوو، بەڵکو هۆشی چڕ کردبووەوە.
(**بیل گێتس**) هاوسەنگ نەکرابوو، هۆشی چڕ کردبووەوە، (**دۆناڵد ترەمپ**) هۆشی چڕکردبووەوە، (**جۆرج بانتۆن**) تانکەکانی بە فراوانی

نەبردبوو، بەڵکو چڕی کردبوونەوە بە نێو خاڵە لاوازەکانی ڕیزی سوپای ئەلمانیدا بردنی، ئەگەر ئارەزوویەکت هەیە بۆ دەوڵەمەند بوون پێویستە هۆشت چڕبکەیتەوە، یەکەم پرسیار کە لە خۆت بکەیت ئەمەیە: چۆن وەڵامی شکست بدەمەوە.

(**کیوساکی**) دەڵێ: ڕۆژێک لە پیرۆ بووم لە کانگەرێکی ئاڵتونی ٤٥ ساڵەم پرسی: چۆن ئاوا متمانەی بە خۆیەتی دەربارەی دۆزینەوەی کانی ئاڵتون؟ وەڵامی دایەوە: (ئاڵتون لە هەموو شوێنێکە، زۆربەی خەڵک ڕانەهاتوون بیبینن)،

(دیل کارنگی) دەڵێ: (شێوەی بیرکردنەوەی تۆ سەبارەت بەو ڕووداوانەی بەرەنگاریاندەبێتەوە دەبێتە هۆی هێنانە کایەی هەڵچوونی دەروونی)، ڕەحەتی خەیاڵ و خۆشی لەژیاندا پەیوەندی بەم مەسەلەیەوە نییە کە شوێنی ئێمە کوێیە، یا سەروەت و سامانمان چەندە، بەڵکو پەیوەندی بە شێوازی بیرکردنەوە مانەوە هەیە، بە بیر هێنانەوەی ڕووداوی (**جان براون**) کە بە تاوانی ئاگر تێبەردانی جبەخانەکانی سوپای ئەمریکا و بزاڤی هەڵگەڕانەوە مەحکوم بە لە سێدارەدان بوو بوو، دەتوانێ کاریگەری هەبێت لە سەر شێوەی بیرکردنەوە لە خەیاڵی ئاسوودەی مرۆڤدا، (جان براون) لەوکاتەی بۆ شوێنی لە سێدارەدانیان دەبرد لە بەرامبەر جەللادەکاندا کە لە پشت سەرییەوە بوون بە توڕەیی ئەسپەکانیان تاو ئەدا، سەیری زنجیرە چیاکانی (بلۆریچ و ڤرجینیا) ی کردو وتی: (چەند ناوچەیەکی خۆشە، من تا ئێستا بوارم بۆ نەڕەخساوە تاکو بە وردی سەیریان بکەم) (**میلتۆن**) لە کاتێکدا بینایی لە دەستدابوو بە هۆیەوە دەینالاند، ئەم ڕاستییە کاریگەری کردە سەر فکری و لەم بارەیەوە وتی: (مێشکی مرۆڤ لە کاتی پێویستدا دەتوانێت بەهەشت بکاتە دۆزەخ و دۆزەخیش بکاتە بەهەشت).

(ناپلیۆن) کەخاوەنی توانای بێ ڕکابەری زەمانی خۆی بوو کە لە هیچەوە دەستیپێکرد بوو و، بە هەموو شتێک گەیشتبوو دەیگوت: (لە ژیانمداهێشتا شەش ڕۆژی خۆشم نەبینیوە و نەبووە)
(**هلن کیلەر**) کوێر و لاڵ بوو، ئەو ڕەزامەندی دەربارەی ژیان پیشاندەدا و دەیوت: (ژیان زۆر جوانترە لەوەی من بیرم لێدەکردەوە) هیچ کەسێک و هیچ شتێک جگە لە خۆت ناتوانێت خەیاڵی ئارام و ئاسوودەت بۆ دەستەبەر بکات)
(**ئەبراهام لنکۆڵن**) دەڵێ:
(تەنها بۆ ئەمڕۆ خۆشحاڵدەبم، تەنها بۆ ئەمڕۆ تێدەکۆشم، تەنها بۆ ئەمڕۆ لە بیری جەستەی خۆمدام، تەنها بۆ ئەمڕۆ تێدەکۆشم تا مێشکم پەروەردە بکەم، تەنها بۆ ئەمڕۆ دەروونم بە هێزدەکەم، تەنها بۆ ئەمڕۆلاریم نییە لە پەیوەندی لەگەڵ خەلک، تەنها بۆ ئەمڕۆ دەژیم تەنها بۆ ئەمڕۆ بەرنامەیەک بۆ سەرفکردنی کاتەکانم ڕێکدەخەم، تەنها بۆ ئەمڕۆ نیو کاتژمێر لە کاتمدا دەنێم بۆ ڕازو نیاز کردن لەگەڵ خواوەند، تەنها بۆ ئەمڕۆ ترس و لەرز لە خۆم دوور دەخەمەوە)
(**هاری ئامرسۆن**) دەڵێ:
شادی وکامەرانی زیاتر، دەسکەوتی ئاسانی و سادەیی و ساکاری نییە، بەڵکو دەسکەوتی زالبوون و سەرکەوتنە بەسەر دژواریدا، شادی و کامەرانی کاتێک بەرجەستە دەبێت و دەستدەکەوێت، کە زاڵ بێت بەسەر دژوارییەکانی لیمۆی ترشدا و بیگۆڕیت بە ئاو لیمۆیەکی بە تام و خوازراو.
(**دیل کارنگی**) دەڵێ: چەند ساڵێک لەوە و پێش لە فلۆریدا گوێم بۆ بەسەرهاتەکانی جووتیارێک ڕادێرا، کە هەنگاوی هەڵگرتبوو بۆ گۆڕینی دژواری، بە شادی و کامەرانی، توانیبووی لە لیمۆی ترش و فاسد و خراپ، ئاو لیمۆیەکی بە تام و خوازراو دروست بکات

ئـەم پیـاوە هـەر لـە ڕۆژی یەکەمیـەوە کـە پێـی خسـتە نـاو کێڵگەکـەی لـە فلۆریـدا بـە شـێوەیەک دووچـاری بێـزاری بـوو، کـە زۆری نەمابـوو بڕوات و نەگەڕێتـەوە، کێڵگەی ئەو زەوییەکی مردوو و بچوک بووهەتا بۆ شـوێنی بەرازیش گونجاو نەبوو، جگە لە چەند درەختێکی بەڕووی کورت و ژمارەیەکی زۆری ماری ژەهراوی ڕەنگ زەرد، شتێکی تری لێنەدەبینـرا ئـەم جووتیـارە لـە بەرامبـەر ئـەم ناکامییـەدا چۆکـی دانـەدا، بیـری کـردەوە دەتوانێـت لـەو مـارە ژەهراوییـە ڕەنـگ زەردانـە بەهـرە وەرگرێـت، هەرواشـبوو، ئـەو لـە سـەرەتادا بیـری لـە گۆشـتی مـارو لـە قوتونـان کـردەوە، دوای ئـەوە ژەهـری مـارە کوشـندەکانی دەگـرت، زۆری نەخایانـد سـاڵانە زیـاد لـە بیسـت هـەزار جیهانگـەڕ بـۆ دیـداری ئـەو کێڵگـە مـاراوییـە دەچـوون، تاقیگـە زانسـتییە گەورەکانـی جیهـان بـۆ بـە دەسـتهێنانی دەرمـان سـودێکی زۆریـان لـەم ژەهـرە وەرگـرت و لـە دروسـتکردنی دەرماندا بەکاریان هێنا و بـەم شـێوەیە کڕیارێکـی زۆری پەیداکـرد، جگـە لـە بەرهـەم هێنانـی گۆشـتی مـار، ژەهرەکەشـی بـە پـارە دەگۆڕییـەوە و پێستەکانیشـی بـە نرخێکـی گـران دەفرۆشـت، ئـەو جانتـاو پێـڵاوە ئافرەتانەیـەی کـە لـەم جـۆرە پێستەدروسـتکرابوون لـە کێڵگـەی ئـەم جووتیـارەدا بـە نرخێکـی گرانبەهـا بـەو خانمانـە دەفرۆشـان کـە شـتی گرانبەهایـان دەپۆشـی و پەسـندیان دەکـرد.

خۆت بدۆزەرەوە:

(ئیبراهیـم فەقـێ) دەڵـێ: خاتونێـک هاتـە لام وتـی: زۆر تووڕەبـووم بـە ڕادەیـەک مێردەکـەم وازی لێهێنـام و چـوو لـە ماڵـی دایکـی دەژیـا، مناڵەکانـم زۆر دەترسـان لێـم، هەسـتم بـە تەنهایی دەکـرد و دەترسـام لـە ونبوونـی هەمـوو ژیانـم و وتـی: زیاتـر لـە جارێـک بیـرم لـە خۆکوشـتن کـردەوە، بـەڵام سـوپاس بـۆ خـوا مـن بـاوەڕدارم و ئـەوەم نەکـرد، ڕۆژێـک

تۆم لە تیڤی بینی باست لە کۆنترۆلکردنی خود دەکرد بۆیە منیش بەرنامەکەم تۆمارکرد و ئامۆژگارییەکانم جێبەجێکرد کە پێت دابوین، بە تایبەت پەیوەست بوون بە خوداو ڕۆژو گرتن، پاشان بەکارهێنانی پەیوەستی دەروونی لەگەڵ هەناسەدانی قوڵ، بۆیە پێشکەوتنێکی بەرچاوم بینی لە ڕەفتارەکانمدا، ئێستا هاوسەرەکەم گەڕاوەتەوە بۆ لام و زۆر باشترم لەگەڵ منالەکانمدا و لە کارەکەشمدا، سوپاست دەکەم دکتۆر تۆ منت لە بزربوون ڕزگارکرد، (کەسی سەرکەوتوو بە دوای (هەل)ە کاندا دەگەڕێت، ئەگەر نەیدۆزییەوە ئەوا خۆی دروستی دەکات، کاتێکیش دەیدۆزێتەوە بە باشترین شێوە سوودی لێوەردەگرێت)

(ژاپۆنییەکان) بە چواربەهای سەرەکی دەژین کە ئەوە پشتیوانێکی بنچینەییان بووە لە بونیاد نانەوەی وڵاتەکەیان دوای شکستی جەنگی جیهانی دووەم توشیان هات: چواروشەکە:

١ـ کوانچیوا واتە سڵاوکردن، سڵاوت لێبێت.

٢ـ ئاریجاتوا واتە سوپاس .

٣ـ کایزین واتە باشبوونی بەردەوام .

٤ـ چاین چین واتە نەرمی نواندنی بەردەوام.

بەهای یەکەم: پەیوەست بە ئەخلاقەوە هانت دەدات لە سەر سڵاوکردن و بە خێرهێنانی خەڵک.

بەهای دووەم: هانت دەدات لەسەر سوپاسکردن وعرفان، ئەمەش هەرپەیوەستە بە ئەخزاڕۆواتە لاقەوە.

بەهای سێیەم: هانت دەدات لە سەر باشبوونی بەردەوام لە زەمەندا، واتە ڕۆژانە وابکە باشتر بیت لە پێشوو.

بەهای چوارەم: هانت دەدات لە سەر نەرمی موانێنی تەواوبەو مانایەی ئەگەر کارێکت کردو ئەو دەرەنجامەت دەستنەکەوت کە دەتەوێت،

شتێکی تر بکە تا ئامانجەکەت بە دی دێنیت.

(ئیبراهیم فەقێ) دەڵێ: (ڕۆژانە خۆت هەڵبسەنگێنە و کاربکە لەسەر باشکردنی ئەوەی پێویستتە بۆ باشکردن، لەمڕۆوە دەست پێبکە و پشت بە خوای گەورە ببەستە)

نموونەی ئەوانەی خۆیان بزرکردووە زۆرنە لەوانە:

(دالیدا) ئە وگۆرانیبێژە ئیتالییەی لە میسرگەورە بووە، هەموو خەونەکانی بەدیهێنا بەڵام هەمیشە نیگەرانو خەمۆکی بوو هەتا خۆی کوشت، لەپارچە کاغەزێکدا نووسیبوی (مانای ژیانم نەدۆزییەوە) **(مایکل جاکسۆن)** گۆرانیبێژی ئەمریکی کە هەمیشە بە دوای کامەرانیدا دەگەڕا، لە ڕاستیداخۆی ونکردبوو، ئە گەرخۆی بدۆزیبایەوە لەگەڵیشدا کامەرانیو ژیانی دەدۆزییەوە. **(فیس بریسلی)** گۆرانیبێژی بەناوبانگ کە بە هۆی ماددەی هۆشبەر مرد و خۆی نەدۆزییەوە.

دانایی لە ناو خۆتدایە: هەرچیت دەوێت ڕوو لە خوا بکە و داوای لێبکە، چونکە هەموو شتێکی بە دەستە، چاوت لە دەستی کەس نەبێت جگە لە خودا، چونکە خودا لە هەموو کەس نزیکترە بۆت، لە سورەی (البقرە) دەفەرموێت (ئەی **(موحەمەد)** ئەگەر لە تۆیان پرسی من لە کوێم؟ پێیان بڵێ: (من نزیکم لە ئێوە و وەڵامی داوای داواکاران دەدەمەوە ئەگەر داوام لێبکەن)

(حەسەن) تەمەنی پێنج ساڵ بوو خەونی بەوەوە دەبینی کە (فانۆسەکەی عەلائەدین) بدۆزێتەوە بۆئەوەی خەون و هیواکانی بەدیبێنێت، ئەو شەو و ڕۆژ خەونی دەبینی، ئەو بیرۆکەیە هەرگیز لێی جودا نەدەبوەوە و لای هەموو کەس باسی دەکرد، خەڵک گاڵتەیان پێدەکرد، بە شێتیان دادەنا، بەڵام حەسەن زیاتر سووربوو لەسەر خەونەکەی، لە قوتابخانە هەر باسیدەکرد تا ناویان لێنا (شێتی فانۆسەکەی عەلائەدین)، ڕۆژێک چیرۆکێکی منداڵانی خوێندەوە کە باسی ئافرەتێکی بەتەمەنی دەکرد کە

فانۆسێکی لە کەنار دەریا دۆزیوەتەوە و هەموو خەون و هیواکانی بۆ بەدیهێناوە، دەستیکرد بە گەڕان چەند ڕۆژ و مانگ لە کەنار دەریاکان دەڕۆیشت، ڕۆژ و مانگ و ساڵ تێپەرین، حەسەن گەورە بوو تەمەنی بوو بە هەشتا ساڵ بەڵام هەرماندوو بێزار نەبوو، لە بەرەبەیانی ڕۆژێکی جوان لە کەنار دەریا بوو لە ناو شەپۆڵەکاندا شتێکی دیت بە فانۆس دەچوو، خۆی هاویشتە ئاوەکە و دەریهێنا، فانۆسێک بوولە دڵی خۆی وتی: دواجاردۆزیمەوە دەستی لە فانۆسەکە خشاند دوکەڵێکی چڕی لێهاتە دەرەوە، بونەوەرێکی سەیری بینی بە دەنگێکی دلێردەیوت: (شبیک لبیک عبدک بین ایدیک) جنۆکەیەک بوو، (حەسەن) پرسیاری لێکرد: تۆ جنۆکەی فانۆسی؟ بەڵێ گەورەم، ئایا تۆ هیواو خەونەکانم بەدیدەهێنیت؟ بەڵێ بەڵام لە سنووری تواناکانم دا بێت، (حەسەن) مەبەستت چییە لە سنووری تواناکانم بێت؟ شەش شت هەیە ناتوانم بە دییان بێنم:

١ من ناتوانم وا لە خەڵک بکەم تۆیان خۆشبوێت،

٢ـ ناتوانم وات لێبکەم گەنج بیتەوە.

٣ـ ناتوانم قەدەر بگۆڕم.

٤ـ ناتوانم تەمەنت درێژ بکەمەوە.

٥ـ ناتوانم خۆشحاڵ و کامەرانت کەم.

٦ـ ناتوانم تەندروستیت پێببەخشم،

(حەسەن) بە سەرسامی وتی: ئەگەر هەمووئەمانە ناتوانی ئەی سودت چییە؟ ئەی تا ئێستا و بە درێژایی ژیانم لە کوێ بویت؟ بۆچی پێشتر نەهاتی بۆ لام؟ جنۆکە وتی لە وانەیە سوودم گەورە بێت یان بچوک، ئەوە لە سەر داوای خۆت دەوەستێت، سەبارەت بەوەی من تا ئێستا لە کوێبووم، من لە ناو تۆدا بووم، لە منالی دەتوت کەسێکی فاشیلم، وام لێکردی کە فاشیل بی لە سەر داوای خۆت

شکستت خوارد، شتت دەخوێندەوە دەتوت لە بیری دەکەم، لە سەر داوای خۆت وام لێکردی لە یادت بچێت، کە دەتوت هەست بە تەنهایی دەکەم لەسەر داوای خۆت وام لێکردی هەست بە تەنهایی بکەی، دەتوت ئارامگرنیم من وام لێکردی، دەتوت تورەم من واملێکردی لە سەرداوای خۆت، گەورەم دەبینی من بە درێژایی ژیانم لەگەڵ تۆ بووم و داواکاریەکانتم جێبەجێدەکرد، تۆ هەموو ژیانی خۆت بە فیرۆ دا لە گەڕان بە دوای منی جنۆکە بۆ ئەوەی خە ونەکانت بە دیبێنم، بەڵام تێبینی ئەوەت نەکرد کە خوای گەورە هەموو شتێکی لە دەستە و ئەو بەخشندە و میهرەبانە، ئەو هیواو ئاواتەکانت بە دیدەهێنێت، لەجیاتی ئەو تۆ ڕووت لە جنۆکەیەک کرد کە بێ فەرمانی خودا ناتوانێت هیچ شتێک بکات، گەورەم دانایی لە ناو خۆتدایە بەڵام هەستت پێنەکردووە، تۆ ڕووبکەرە خودا و پشت بەو ببەستە، دڵسۆز بە بۆی ئەو سەرکەوتوت دەکات و لە دونیا و دوا ڕۆژدا خۆشحاڵ و کامەرانت دەکات.

(**باسکاڵ**) دەڵێ: (دانایی لە ناو خۆتدایە بەڵام تێبینیت نەکردووە، بیرو هۆش بە نرخترین شتێکە کە مرۆڤ هەیەتی)

بێ ئومێد مەبە: (**د. جۆزێف مۆرفی**) دەڵێ: لە گەشتەکەمان لە ناو مزگەوتی ئەستەمبۆڵ بە کەسێکی تازە ئاشنا بووم، قسە و باسمانکرد، گوتم هەرگیز چاوەڕێ مەبن کە کەسێ بتوانێ یارمەتیتان بدات، ئەگەر لە بێشەلانێک ون بوون کەسێک هەیە ڕێنمایو ڕزگارتان بکات، بەڵام هەرگیز لە بەهاناوە هاتنی پەروەردگار بێ ئومێد مەبن، هاوڕێ تازەکە گوتی:

ڕاستدەکەی، چیرۆکی ژیانی خۆی بۆ گێڕامەوە گوتی: سەردەمی منداڵیم زۆر بە سەختی تێپەڕاندووە، زۆربەی کاتەکان برسی ونەخۆشبووم، لە ناو تەویلەیەکدا بە نەخۆشی دەژیام، ڕۆژێک

یەکێک لە ئیمانداره خزمەتکارانی مزگەوت کە وەزع و حالی منی بینی ئامۆژگاری کردم کە بێهیوا نەبم و ئومێدم بە میهرەبانی و بە تەنگەوە هاتنی خوای گەورەو پەروەردگار هەبێت، هەموو شەو و ڕۆژێک واخۆت دابنێ کە لە کۆلیژ دەخوێنی، ئەم بیرکردنەوەیە لە ناخ و هزری خۆتدا

بچەسپێنە، چەند مانگێک لە سەر ئەم ڕاهێنانە بەردەوام بووم، ڕۆژێک لە کەناری دەریا پیاسەم دەکرد کچێکم بینی کە لە ناو ئاو خەریکە بخنکێت، منیش ژیانی خۆم خستە مەترسییەوە و کچەکەم لە مردن ڕزگارکرد، کچەکە بە ڕێکەوت باوکی بالیۆزێکی گەورە بوو، کاتێ باوکی کچەکە بەم فیداکاریەی منی زانی، بڕیاریدا خزمەتێکی گەورەم پێشکەش بکات و لە سەر خەرجی خۆی ناردمییە بەریتانیا، تا زانکۆم تەواو کرد پاشان گەڕامەوە وڵات.

(هەمیشە پشت بە کەسێک ببە ستە کە پشتی بە کەس نەبەستبێت، ئەو کەسەش جگە لە خودا کەسی ترنییە)

کیمیا زانی بەناوبانگ (**جۆرج کارۆر**) لە جیاتی ئەوەی هەست بە بێدەسەڵاتی خۆی بکات، سەردەمی منداڵی و چەرمەسەری بە بیرخۆی بێنێتەوە، خۆی بە خوێندن و لێکۆڵینەوە خەریک کرد و ئەوەی ویستی بە دەستی هێنا، ئێستا گەورەترین نەشتەرکارە، ئەو دەڵێ: لە جەهەننەم لە دایک بووم، بەلام توانیم خۆی لێ ڕزگار بکەم، دایکم ژنێکی لەشفرۆش و گوناهکار بوو،هەرگیزباوکی خۆشم نەدیوە و نایناسم، لە گەنجیدا دز و شەقاوە بووم، لە شەڕ و پێکدادان لەسەر شەقامێک بریندار بووم، ڕۆیشتم بۆ لای نەشتەرگەرێک، تیماریکردم، سەیرەکە لەوە دایە ئەو پزیشکە ئەوەندە لەگەڵم ڕووخۆش و میهرەبان بوو، دەم و دەست بڕیارمدا وەک ئەو دکتۆرەم لێبێت، لە زهنەوە خۆم لە ناو جلی سپی نەشتەرگەریدا بینییەوە، لە خودا پاڕامەوە یارمەتیم

بدات، گۆڕانکارییەکی وام بەسەر هات چیتر نەمتوانی دزی بکەم، بە شەوق و زەوق و پێداگرییەوە خۆم بە خوێندن خەریک کرد، تا توانیم زەمالەیەک وەربگرم، یەکێ لە مامۆستاکانم ئەوەندە خۆشی دەویستم هەموو تێچووی خوێندنی کۆلیژی پزیشکیەکەمی خستە ئەستۆی خۆی و پێی وتم (ئەگەر تۆ ببیت بە پزیشک و نەشتەرگەرێکی باش ئەوە قەرزەکەی من دەدەیتەوە) خودا ئارەزووەکەی من و ئەوی بەدیهێنا. (**مەسعود لەعلی**) دەڵێ: (لەدوای نەهامەتییەکانەوە خودایەک هەیە کە هەبوونی قەرەبووی تەواوی نەدارییەکانە)

ئەگەرلە کۆشکێک لە دایک بین و منداڵی پادشایەک یان میراتگری خێزانێکی بە ناو بانگ و ڕێزداربین، هیچیان ناتوانن ببنە هۆکارێک بۆ ئەوەی ئێمە نەبین بە (**میلتۆن و شکسپیرو فیدیاس و بتهۆڤن**)

ـ (**لنکۆڵن**) لە ژیانی سیاسی خۆیدا بەرگەی شکستێکی زۆری گرت، بەڵام ئەو متمانەی بە خۆی هەبوو سەرکەوت بەسەر دژوارییەکان، ئەو لە دایک و باوکێکی نەخوێندەوار لە دایک ببوو، بە هەژاری و نەداری گەورەببوو، هەندێ جار بۆ بەشداریکردن لە سیمینارێکدا نزیکەی چل کیلۆمەتر بە پێ دەڕۆیشت، بەڵام هەرگیز ئامانجەکانی خۆی نەفرۆشتووە بە کێشە و گرفتەکان.

- (**بتهۆڤن**) کەڕو لاڵ بوو، بەلا م لە دەروون و ناخییەوە گوێی لە ئاوازەکانی مۆسیقا دەبوو.

(**لیۆناردۆ دافنشی**) نیگارکێشی بە ناوبانگ، دایکێکی دێهاتی و باوکێکی هەژاری هەبوو.

- (**ئەدیسۆن**)یان لە قوتابخانە وە دەرنا چونکە بە کەسێکی دوا کەوتوو یان لە قەلەمدابوو، بەڵام ئەوانە نەبوونە هۆی ئەوەی(ئەدیسۆن) بە داهێنانەکانی خۆی دونیا ڕووناک بکاتەوە، ئەنشتاین چەند جار لە قوتابخانە جیاجیاکان دەرکرا چونکە بە منداڵێکی بێ مێشک

و گێلیـان دەزانـی و لـە وانـە و بابەتـەکان تێنـاگات، بـەڵام ئەوانـە نەبوونـە ڕێگـر لەبـەردەم (**ئەنشـتاین**) کـە لـە ترۆپکـی ماتماتیـک و فیزیـای دونیـادا جێـی خـۆی نەگـری.

- (**نیوتـن**) کـوڕی جووتیارێکـی هـەژار بـوو، باوکـی هەرلـە سـەرەتای لـە دایکبوونـی کوڕەکـەی گیانـی لـە دەسـتدا، لەگـەڵ ئـەوەی (نیوتـن) سـەردەمێکی بەدەردەسـەری بەسـەر بـرد، کەچـی بـە پەنـا بـردن بـۆ هـۆش و ئـاوەزو پشـت ئەسـتووری خـۆی توانـی یاسـای(کاروکاردانەوە) بدۆزێتـەوە و هەمـوو دونیا بـە تازەگـەری و داهێنانەکانـی ئەستێرەناسـی خـۆی سەرسـام بـکات.
- (**میلتـۆن**) نابینـا بـوو کەچـی پەڕتووکـی (بەهەشـتی ونبـووەکان) ی نووسـی کـە یەکێکـە لـە شـاکارەکانی ئەدەبیاتـی دونیـا.

وانــە لــە منــداڵ وەربگــرە: عارفێکـی ویـژدان زینـدوو کـە پیشـەی مامۆسـتا بـوو وتـی: ڕۆژێـک بەهـۆی نەخۆشـی و کـەم تواناییـەوە بـە دانیشـتنەوە نوێـژم دەکـردن لـە پڕێکـدا قوتابییەکـەم هەڵەیەکـی کـرد، هەسـتامە سـەرپێ بۆ ئەوەی تەمبێی بکـەم، قوتابییەکە وتـی: (ئـەی شـێخ بۆ سـزادانی هەڵـەی منداڵێکی وەک مـن هەسـتایە سـەرپێ و پەرستشـی خـودای مـەزن بـە دانیشـتنەوە ئەنجام دەدەیت؟ شـەرمەزارو خەجالـەت بـووم بـەو بچوکییـەی خۆیـەوە وانەیەکـی زۆر گـەورەی لێوە فێربـووم.

(**د، علـی شـەریعەتی**) دەڵـێ: (ئەپاڕێمـەوە خۆزگـە خـودا ئـەو شـتانەت لـێ بسـێنێتەوە کـە خـودات لـێ ئەسـێنن)

ئومێـد: تاوانبارێکیـان بـۆ دۆزەخ ئەبـرد هـەر ئەوەسـتا بـۆ دواوە ئـاوڕی ئەدایـەوە، لەنـاکاو خـودا فەرمـووی بیبـەن بـۆ بەهەشـت فریشـتەکان بۆچـی؟ خـودا فەرمووی (ئـەو چەندین جار ئاوڕی دایـەوە ئومێدی بـە بەخشـین هەبـوو)

ئـەو دوو جانتایـەی کـە خـودا پێـی داوم: دوو جانتـا لـە دەسـتەکانم دایـە

کە خودا پێی بەخشیوم پێی وتم: (خەمەکانت بکە جانتا ڕەشەکە و خۆشیەکانت لە جانتا ئاڵتوونیەکە دابنێ) بە قسەی خودام کرد خەم و شادییەکانم خستە ئەو دوو جانتایەوە، جانتا ئاڵتوونیەکە ڕۆژ بە ڕۆژ قورستر ئەبوو و جانتا ڕەشەکە ڕۆژ بە ڕۆژ سوکتر ئەبوو، ڕۆژێک بۆ فزولی جانتا ڕەشەکەم کردەوە تا هۆکارەکەی بزانم، لەو پەڕی نا باوەڕیدا بینیم کە جانتاکە کونە و خەمەکانمی لیوە ئەڕژێت، بە سەرسووڕمانەوە ڕووم لە خوا کرد و وتم (خودایە بۆچی ئەو دوو جانتایەت دا بە من و بۆچی جانتا ڕەشەکە کونە)؟ خودا بە زەردەخەنەیەکی دڵگیرەوە وەڵامی دایەوە: ئەی بەندەی من، من جانتای ئالتوونیم پێدایت تاکو ساتە خۆشەکانی ژیانت بژمێریت، جانتایەکی ڕەشم پێدایت تاکو تاڵییەکانی ژیانت دوور فرێدەیت و هەمیشە لە شادییەکانتدا بژیت. ژیان پێویستی بە باوەڕە ئەویش لە ڕەگەزی ئومێد، ئەگەر دژواریت خستە بەر لێشاو، ئومێدێک لە ناخی دڵەوە پێت ئەڵێت هێشتا خودا هەیە، بەندەیەکی پیری مەیخانەم کە ئەو هەمیشە خاوەنی بەزەییە، ئەگەرنا بەزەیی شێخ و پیاو چاک جارێ هەیە و جارێ نییە.

بێباوەڕێک داوای لە حەزرەتی (**ئیبراهیم**) کرد خواردنی بداتێ ئیبراهیم وتی: ئەگەر باوەڕ بهێنیت میوانداریت دەکەم خواردنت پێدەدەم، بێباوەڕەکە ڕۆیشت، خودای گەورە و میهرەبان وەحی نارد (ئەی ئیبراهیم ئێمە حەفتا ساڵە بژێوی ژیان دەدەین بەمبێباوەرە چی ئەبوو ئەگەر تۆ ژە مێک خواردنت پێ بدابایە پرسیارت لە باوەڕی نەکردایە)، ئیبراهیم بە دوایبێباوەڕەکە ڕۆیشت هێنایەوە و خواردنی پێدا، بێباوەرەکە وتی (چی بوو کە لە قسەی خۆت پەشیمان بوویتەوە هاتی بە دوامدا و خوانت بۆ ئامادە کردم)؟ ئیبراهیم ڕووداوەکەی بۆ گێڕایەوە، بێباوەڕەکە وتی: ئەگەر خودای تۆ ئەوەندە بەخشندە

و میهرەبانـە ئاینـی خۆتـم بـۆ بـاس بکـە بـا بـاوەڕ بهێنـم بچمـە ڕێـزی ڕێنوێـن کەرانـەوە.

لەسـەر دەرگای میوانخانەکەی(**شێخ ئەبولحەسـەن خرقانی**) نووسـرا بـوو هـەر کـەس بێتـە ئـەم میوانخانەیە نانـی بدەن و پرسـیاری باوەری لێمەکـەن، ئـەوەی بـە گیـان لـە لای خـودا زینـدوو بێـت دەبێـت لـە لای ئەبو حەسـەن خـواردن بخـوات.

عەشـقی ڕاسـتەقینە: ئەمیـر بـە شـازادەی وت: (مـن ئەوینـداری تـۆم) شـازادە وتـی: خوشـکەکەم لـە مـن جوانترەکـە لـە پشـتتەوە وەسـتاوە، ئەمیـر ئاوڕیدایـەوە و بینـی کەسـی لێنییـە، شـازادە وتـی: (ئەوینـدار سـەیری کەسـی ترناکات)، خودایە بمانبەخشـە لە هەموو ئەو ساتانەی بایەخمـان بـە شـتی تـرداوە جگـە لـە تـۆ.

(یـەک سـات و یـەک کاتژمێـر دەسـتت لـێ بـەر نـادەم چونکـە تـۆی کارم، چونکـە تـۆی یـارم) (**مەولانـای ڕۆمـی**)

ملکـەچ مەبـە، بـێ هیـوا مەبـە: ملکـەچ مەبە دەرفـەت و گۆڕانکاری زۆر بەڕێـوەن، یارمەتـی ئـەو کەسـانە دەدەن کـە هیوایـان هەیـە، بـە ڕێـژەی یـەک بەرامبـەر سـەد، سـەرەڕای هەمـوو ئـەو شـتانەی کـە ڕوو دەدەن، تەنهـا ئەگـەر خۆڕاگربیت، ویسـتی خودایـی سـەرکەوتنێکی هەمیشـەیی ڕێکدەخـات، بۆیـە هیـچ کات ملکـەچ مەبـە، لەبـەر ئـەوەی ئـەو کەسـەی دانایـی زیاتـرە بوێرتـرە، بزانـە کـە توانـای خودایـی هەمـوو شـتەکان ڕێکدەخـات، لـە هەمـوو دروشـمەکان باشـتر و بە هێزتـر ئەوەیە (ملکەچ مەبـە، بـێ هیـوا مەبـە)

ملکەچـی شکسـت مەبـە: یەکێـک لـە سـیماکانی کەسـە سـەرکەوتووەکان ئـەوە نییـە کـە هەمیشـە سـەردەکەون، بەڵکوئەوەیـە لـە جیاتـی ئـەوەی نیگەرانـی تواناکانـی خۆیـان بـن، بـە تەکانێکـی زیاتـر ڕووبـەرووی شکسـتەکان دەبنـەوە، ئـەو کەسـانە ئەوانـەن کـە توانـای زاڵبوونیـان بـە

سـەر فشـارو دڵەڕاوکێدا هەیـە.
توانـای خۆڕاگـری: سیمای هـەر کەسێکە دەسکەوتێکی گـەورەی بـە دەسـت هێنابێـت، لـە وانەیـە ئەوانـە چەندیـن خاڵـی لاواز و لادانیـان هەبێت، بـەڵام بە ئاسانی ملکەچ نابن، سـەرکەوتن بە شـەو و ڕۆژێکدا بـەدی نایـەت.
(ستیف جۆبـز و ستیف ئوزنیـاک) بۆ ئـەوەی بتوانـن یەکـەم لاپتۆپـی سـەرکەوتوو لـە مارکـەی (ئەپل) دروست بکـەن، چەندین جار شکستیان هێنـا، بێگومـان لـە ئەگـەری سـەرنەکەوتنیان نیگـەران بـوون، بـەڵام نیگەرانییەکانیـان وەلانـا و هەوڵیانـدا بـە سـەر ئـەو گرفتانـە دا زاڵبـن کـە ڕووبەڕوویـان بوونـەوە.
(مایکل ئەنجیلـۆ) دەڵێ: (لەوانەیە دەسـەڵاتت بە سـەر ئـەو ڕووداوانـەدا نەبێـت کـە بـە سـەرتدا دێـن، بـەڵام دەتوانیـت بڕیـار بدەیـت و لاوازت نەکـەن)
زێـڕی ژیـان: خـاوەن کانێکـی زێـڕ لـە کۆلـۆرادۆ تونێلێکـی بـە درێژایـی یـەک میل هەڵکەند لـە شـوێنێک کـە پێیوابوو زێـڕی تێدایـە، بـڕی (١٠٠) هـەزار دۆلاری لـەو کارەدا خەرجکـرد، سـاڵ و نیوێـک تێپـەڕی هیچـی نەدۆزییـەوە زۆر بێ ئومێد بوو، کۆمپانیایەکی تر هەڵسـا بە هەڵکەندنی تەنیا یـەک یاردەی تـر لـە تونێلەکـە زێڕیـان دۆزییـەوە، کەواتـە لـە وانەیـە زێـڕی ژیانـی ئێمـە تەنیا یـەک یاردە لـە ئێمـەوە دووربێت.
(دیـل کارنگـی) دەڵێت: (ئەگـەر توانـای خـەوتنت نەبوو، لەجیاتـی پاڵکەوتـن و دڵەراوکێ هەڵسـەوە کارێک ئەنجامبدە، لەبـەر ئـەوەی دڵـە ڕاوکێ تـۆ لـە نـاو دەبـات نـەوەک خـەو زڕانـدن)
- باوەڕبـە خۆبـوون، دژە تەنێکـی نمونەییـە بـۆ تـرس، تـرس هەمیشـە پێشـبینی شکسـت دەکات، بـەڵام بـاوەڕ پێشـبینی سـەرکەوتن دەکات.
- پێویسـتە واز لـە نەرێتـی پێشـبینی کارەسـاتەکان بێنیـن کـە ئەگـەری

زۆر هەیە هەرگیز ڕوونەدەن، نیگەرانی و دڵە ڕاوکێ جگە لەوەی توانا و هێزی کارکردنمان لە ناو دەباتن ساڵانی تەمەنیشمان لێدەسێنێتەوە، ترسی هاتنە دی مەترسییەکانمان ئەگەری بەدیهاتنیان زیاتر دەکات، تەنها ئەگەر ڕووبەڕووی ببینەوە دەتوانین ترس لە نەرێتی بیرکردنەوەمان بسڕینەوە.

(**دیل کارنگی**) دەڵێ: (لە کاتی ڕووداوەکان دەبێ بڕوامان بە تواناکانی خۆمان لەسەر چارەسەری کێشەکان هەبێت)

داوای یارمەتی لە کەسانی تر پێویستە: لە کۆتایی جەنگی جیهانی دووەمدا کۆمپانیای (فۆرد) تووشی کێشەیەکی زۆر گەورە بوو کە بریتی بوو لە گەڕانەوەی کۆمپانیا بۆ بەرهەم هێنانی ئۆتومبێلی مەدەنی، لە دوای ئەوەی بۆ چەندین ساڵ ئۆتومبێلی سەربازی بەرهەم هێنابوو، سەرۆکی کۆمپانیا (**هنری فۆردی دووەم**) هەستی بەوە کرد کە بۆ ئەوەی بە خێرایی و کاریگەرانە گەشە بکاتەوە، پێویستە گۆڕانکاری پیشەیی لە کارگێڕیدا بکات و لە کۆمپانیاکە بێتە دەرەوە، (فۆرد) دەیزانی کە کۆمەڵەیەک لە دە ئەفسەر پێک هاتبوون لە بەشی چاودێری ئامارەکانی هێزی ئاسمانی کاریان کردبوو، دامەزراوەیەکیان پێک هێنابوو بۆ ئەوەی ئەزموونە سەرکەوتووەکانیان لە بواری بازرگانیدا جێبەجێ بکەن، (فۆرد) ئەو ئەفسەرانەی لای خۆی دامەزراند، ئەو کۆمەڵەیە یارمەتی کۆمپانیا شکست خواردووەکەیاندا بۆ ئەوەی لە ڕێگەی داڕشتنەوەی پلانێکی تازەی ڕێکخستن و کارگێڕیدا شکۆی کۆمپانیا بگەڕێننەوە و داهاتێکی باشی بۆ مسۆگەر بکەن.

یەکێک لە ئەندامانی ئەو کۆمەڵەیە (**رۆبەرت ماکنمارا**) بوو کە بوو بە سەرۆکی کۆمپانیا، ئەوە یەکەم سەرۆک بوو لەدەرەوەی خانەوادەی (فۆرد) ببێت بە سەرۆکی کۆمپانیا، ئەوەش بووە هۆی ئەوەی کە لە کابینەی حکومەتی سەرۆک (**کنیدی**) ببێتە وەزیری بەرگری.

پیـره مێردێکـی دەسـت کـورت: پیـرە مێردێکـی دەسـتکورت لـەو پـەڕی هەژاریدا ژیانی بەسـەر دەبرد، ئەو بە دەرۆزەکردن خۆراکێکی ناچێزی بۆ ژنو منداڵەکانی دابین دەکرد، ڕۆژێکیان کە چوو بووە ئاش ئاشـەوان بڕێک گەنمی بۆ لـە نـاو دامێنی کراسـەکەی کـرد، لەکاتی گەڕانەوەیدا لـە بـارەی کێشـەکان لەگـەڵ خـودا کەوتـە قسـەکردنو داوای چارەسـەری دەکرد، چەند جارێک دەیوت: (ئەی واڵاکـەری گرێکوێرەکان ئاگادارمـان بـەو گرێیـەک لـە گرێیەکانـی ژیانمـان بکـەرەوە) لـە نـاکاو گرێـی دامێنـی کراسـەکەی کرایەوە و گەنمەکە ڕژا سـەر زەوی، هەژارەکە زۆر نیگەران بوو ڕوی کردە ئاسمان ووتی: من کـەی وتـم ئـەی یاوەری هێژا کە ئەم گرێیە بکـەرەوە و گەنمەکـە بڕێژە؟ کـە هیـچ لـە گرێیەکانت بۆ نەکردمەوە ئـەم گرێیـەت لـە پـای چـی کردەوە؟ (لـە ژیانـدا لـە سـێبەرەکان مەترسـن: لـە هـەر شـوێنێک کـە سـێبەر هەیـە ڕووناکیـش هـەر لـەو نزیکانەیـە)، پیـرە مێـرد دانیشـت تـا وەکـو دەنکـە گەنمـە ڕژاوەکانـی سـەر زەوی کـۆ بکاتـەوە، بـەڵام لەوپـەڕی سەرسـوڕماندا سـەیری کـرد گەنمـەکان ڕژاونەتـە سـەر کیسـەیەک ئاڵتـون، بۆیـە بـە چاکـە و ڕەحمەتـی خـوای زانی و بە شێوەیەکی خاکیانە کەوتـە کڕنۆش بـردن و داوای بەخشینی لـە خوداکرد.

(**مەولانـا**) دەفەرمـوێ: (تـۆ مەبینـە لـە ژێـر درەختێـک چـاڵ هەیـە، تـۆ مـن ببینـە کـە کلیلـی ڕێگات هەیـە)

بڕیـاردان بـۆ کار: کەوێـک لـە نـاو کێڵگەیەکـی گەنـم هێلانـەی کردبـوو، هەمیشـە نیگەرانـی ئـەوە بـوو ڕۆژێـک لـە ڕۆژان گەنمەکـە بدرونـەوە، هەمـوو ڕۆژ بـۆ پەیداکردنـی خـۆراک دەردەچـوو لـە هێلانەکـەی دوور دەکەوتـەوە، داوای لـە بێچووکانـی کـرد هـە سـتی خۆتـان ڕابگـرن کـە مرۆڤـەکان قسـە دەکـەن، ئێـوارە گەڕایـەوە بێچـووەکان وتیـان: خاوەنـی گەنم بە کوڕەکانی گوت: بە خەڵکی لادێ بڵێن بێن یارمەتیمان بدەن،

گوتی مەترسن کەس بە هانای نایەت، بێخەم بن، بەیانی خاوەنی گەنم هات بەڵام کەس لە خەڵکی لادێ نەهات، خاوەنی گەنم گوتی: بە ئامۆزا و خاڵۆزاکانتان بڵێن بەیانی گەنم دەدورین، ئێوارە بێچوەکان بۆ دایکیان گێڕایەوە، گوتی: بەیانیش هیچ نییە مەترسن، بەیانی کەس نەهات، خاوەن گەنم گوتی کوڕەکانم کەس یارمەتیمان نادات بەیانی خۆتان ئامادە بکەن بە خۆمان دەیدورین، ئێوارە بێچووەکان بۆ دایکیان گێڕایەوە گوتی: تەواو دەبێ ئەمشەو بڕۆین بەیانی دەیدورنەوە، چونکە کاتێک مرۆڤی چارەنووس خولقێن بە بێ چاوەڕێبوون بۆ هاوکاری بڕیاربدات کارێک بکات دەیکات.

(**مەسعود لەعلی**) دەڵێ: (ژیان پیادەکردنە، ئەوە شەکر نییە چای شیرین دەکات بەڵکو جولاندنی کەوچکی چا دەبێتە هۆی شیرینکردنی نەک شەکرەکە)

مەرگی هێواش: (**پابلۆ نیرۆدا**) شاعیری بەناو بانگی شیلی دەڵێ: (مردنت بە هێواشی دەستپێدەکات ئەگەرسەفەر نەکەیت، ئەگەر کتێب نەخوێنیتەوە، ئەگەر گوێ لە دەنگەکانی ژیان نەگریت، ئەگەر ڕێز لە خۆت نەنێیت، ئەگەر ببیتە کۆیلەی خۆت، ئەگەر هەمیشە بە ڕێگایەکی دووبارە بووەوەدا بڕۆیت، مردنت بە هێواشی دەستپێدەکات ئەگەربۆ دڵنیایی لە ناو دڵنیاییدا سەرکێشی نەکەیت، ئەگەر ڕێگە بە خۆت نەدەیت لانی کەم یەکجار لە هەموو ژیانتدا پراگماتیک بیت)

گەورە لە دایک نابێ بەڵکو دروست ئەبێ.

کۆچەرێک بە دوای زانیاری کۆکردنەوە لە دێهاتەکان دەگەڕا، میوانی پیرەمێردێک بوو کاتێک بە ناو دێیەکە دەگەڕان پرسیاریکرد: ئایا لە گوندەکەتاندا پیاوی گەورە و بە ناوبانگ هاتوونەتە دونیا؟ پیرەمێرد دوای بیرکردنەوە وەڵامی دایەوە: هاوڕێ (پیاوی گەورەو بە ناو بانگ لە دایک نابێ) لە گوندەکەی ئێمە تەنها منداڵ دێتە دونیا، واتە کەس

لە کاتی لە دایک دەبیٚ زانا و گەورە نییە، هەمووومان بە منداڵی لە دایک دەبین، گەورە و دانایی و ناوبانگ مرۆڤ بەخۆی دروستیدەکات و بەدەستی دەهێنێت)

(ئیپیکنتۆس) دەڵیٚ: (خۆت بڵیٚ دەتەوێت ببی بە چ مرۆڤێک، کەوایە هەر شتێک پێویستە بیکە بۆ ئەوەی ببیت بە وەی کە دەتەوێت)

تۆ وەک کتێبێکی سادە و لە سەر نەنووسراو هاتویتە دونیا، ئەبێت جلەوی چارەنووست بگریتە دەست، خۆت نەک کەسیتر، کیٚ ئەتوانێت ئەمە بکات و بۆچی ناچاریت چارەنووست بنووسیتەوە، دیاریکەری سەرەنجامت بە، تۆ بە (خود) ێکی ئامادە و دەقگرتووەوە نەهاتوویتە دونیا، وەک خۆت لە دایک بوویت و ئەتوانیت هەر وەک خۆت بمێنیتەوە، بەڵام ئەتوانیت گوڵ بیت و بپشکۆیت، ئەتوانیت درەخت بیت و پەل بهاوێژیت، ئەتوانیت لە هەمان کات دڕکیش بیت، ئەوە بە خۆت بڕیار دەدەی. (ئەنتۆنی ڕابینز) دەڵیٚ: (ئایا ئەمڕۆ ئەو ڕۆژە نییە کە بڕیار بدەن لە کۆتاییدا وەک مرۆڤێک نیشانی بدەن زۆر لەوە زیاترن کە تا ئێستا دەرکەوتوون)

تەنها ئامانج ببینە: مامۆستایەکی پیر و ئاقڵ لە کێڵگەیەکدا خەریکی فێرکردنی هونەری تیر و کەوان بوو بە دوو گەنج، لەو بەری کێڵگەوە نیشانەیەکی بچوک بە درەختێکەوە هەڵواسرابوو، گەنجی یەکەم تیرێکی لە ناو کەوانەکەی نا و نیشانەی لە ئامانجەکە گرت، مامۆستا لێی پرسی: چی دەبینی؟ گەنجەکە وتی: ئاسمان، هەور، درەخت، سروشت، مامۆستا وتی: (کەوانەکەت دانیٚ هێشتا ئامادە نیت)، گەنجی دووەم هاتە پێشەوە و ئامادە بوو بۆ تیروەشاندن، مامۆستا لێی پرسی: چی دەبینیت؟ گەنجەکە وتی: (تەنها ئامانجەکە دەبینم) مامۆستا وتی: کەواتە بیهاوێژە، تیرەکە ڕێک دای لە نیشانەکە و ئامانجەکەی پێکا، مامۆستای پیر وتی: (زۆر باش بوو، کاتێک تەنها ئامانج ئەبینن،

نیشـانە گرتنەکەتـان ڕاسـتدەبێت و تیرەکەتـان ئـەدات لـەو شـوێنەی ئەتانەوێت) (میشـێل دۆمێنتـی) دەڵـێ:

(بای هـاو ئاراسـتە بۆ کەشـتییەک کە دەزانێت بۆ کوێ دەچێت هیچ مانایەکی نییە)

ئەگـەر کەشـتییەک مەبەسـتێکی نەبێـت لـە دەریـادا هیـچ بایـەک لـە سـوودی نییـە، مرۆڤـی بێئامانـج وەک کەشـتی بێکەشـتیییەوانە، هـەر نەسیمێک هەڵبکات کەشتییەکە بۆ ئەو لایە دەبات کە دەیەوێت، ئەوە کەشـتییەوانە ڕەوت ئـەدات بـە کەشـتییەکە نـەک بـاکان، وەک چـۆن بـای گونجـاوی دەریایی ڕێنمایی کەشـتی دەکات بۆ کەنـاری ئـارام، دەروونـی ئێمـەش ڕێگـە گونجـاوەکان دیاریـدەکات لـە ژیانـدا و بـەرە و ئامانجـی خوازراومـان دەبـات.

چیرۆکی(**ئەلیس**) و پشیلەکەی: ئەلیس پشیلەیەکی ڕێنمایی کـەری هەیـە لـە کاتـی ڕۆیشـتن ئەگاتـە چـوار ڕیانێـک و نازانێـت لـە کام ڕێگا بـروات، (ئەلیـس) پرسـیار لـە پشـیلە ڕێنمایـی کەرەکـەی دەکات و دەڵێـت: پشـە جـوان ئەکرێـت پێـم بڵێیـت بـە کام ڕێدا بـرۆم؟ پشـیلەکە وەڵام ئەداتـەوە (بەسـتراوە بـەوەی حـەز بکەیـت بـۆ کـوێ بچیـت)؟ ئەلیـس ئەڵێـت: (زۆر گرنـگ نییـە بەلامـەوە بـۆ کـوێ بچـم پشـیلەکە: کەوایـە هیـچ جیاوازییەکـی نییـە بـە کام ڕێیـەوە بڕۆیت) حەقیقـەت لـەم چیرۆکـە زۆر جـوان لەسـەر زاری پشـیلەکە ڕوون ئەکرێتـەوە، ئەگـەر نەزانیـت بـۆ کـوێ دەچیـت، هـەر ڕێیـەک ئەمانباتـە ئـەو شـوێنەی کـە نازانیـت کوێیـە و ئیتـر جیـاوازی نییـە لـە کام ڕێیـەوە بڕۆیـن((**کیم، وو، چونـگ**) دەربـارەی ئامانـج بۆچوونێکـی سـەرنجراکێشـی هەیـە دەڵـێ: (مێـژوو هـی مرۆڤـە ئامانجدارەکانـە، تەنیـا ئـەو میللەتانـەی هـەوڵ ئـەدەن بیرۆکەکانیـان بکەنـە واقع ئەتوانن ڕەشـۆی مێژوویـان لەدەسـت دابێـت)

ئامانجەکانتـان ئەبێـت وەک ئـاو زوڵاڵ و بـە شـکۆو گـەورە بـن، ئەبێـت

بتوانن جیهان لە دڵتاندا جێ بکەنەوە و خەونەکانتان بە گەورەیی شکۆی ئاسمانەکان بن، مرۆڤی بێ ئامانج وەک کەسێکە هەوڵی خۆ کوشتنی دابێت.

دوای ئامانجی پوچ و بێ مانا مەکەون:

جووتیارێک سەگێکی هەبوو، هەمیشە لە تەنیشت جادە دا ئەنیشت و چاوەڕوانی هاتنی هۆیەکی گواستنەوە بوو کە بەوێدا ڕەت دەبوو، هەر ئەوەندەی دەرکەوتایە تا خوارەوەی جادەکە بە شوێنی دا ڕای ئەکرد هەوڵی ئەدا پێشی ئوتۆمبێلەکە بکەوێتەوە، ڕۆژێک دراوسێی جوتیارەکە لێی پرسی: وا بیر ئەکەیتەوە ڕۆژێک بێت سەگەکەت پێشی یەکێک لەو ئوتۆمبێلانە بکەوێتەوە؟ جوتیارەکە ئەم بابەتە گرنگ نییە، ئەوەی گرنگە ئەوەیە ئەگەر ڕۆژێک بە پێشی یەکیان کەوتەوە چی بە دەست دێنێت؟ جێی داخە زۆربەی مرۆڤەکان وەک سەگی جوتیارەکە بە شوێن ئامانجی پوچ و بێماناوەن و وەک ئەو ڕەفتار دەکەن.

(**سەید گوڵ محمدی**)دەڵێ: (بەر لە فڕین لە ناخی خۆتدابفڕە)

تۆ تەنیا ئاوێنەیەکی جەستەییت، ئەگینا یەک پارچە گیا نیت، ئەمە واتا خۆت بناسە کە خۆت ناسی هەمووان ئەناسیت، نهێنی هەردوو جیهان، مردوو و زیندووی ناوی، لە خۆت ببیستە کە خۆت وەرگێڕی هەموو ئەم حاڵ و بارانەیت.

(هەر کەسێک خۆی بناسێت، خوای خۆشی دەناسێت)

مرۆڤ ئەگەر بتوانێت زیاتر خۆی بناسێت، دەرد و دەرمانەکانی خۆشی ئەناسێت، (حەزرەتی عەلی) گلەیی ئەکات لە خۆ نەناسینی مرۆڤەکان و بێ توانایی مرۆڤ لە چارەسەری دەردەکانیاندا، هەر بۆ ئەمەی ئەگەڕێنێتەوە و ئەفەرموێت: (دەردەکانت لە ناخی خۆتدان بەڵام هەستی پێ ناکەیت و ئاگادار نیت، چارەسەریشت هەر لە ناخی

دەروونی خۆتدایە بەڵام دیسان هەستیان پێ ناکەیت و ئاگاداریان نیت، لە دیدگای حەزرەتی عەلییەوە هەموو جیهان لە دەروونی مرۆڤدایە بەڵام هەستی پێ ناکات وئاگادار نییە، مرۆڤ ئەتوانێت نهێنییەکانی جیهان بزانێت)
(**لویز هی**) ئەڵێت: (خۆمان ئەو گەنجینەیەین کە بۆی ئەگەڕێین)
(**ئارتور شوبنهاور**) فەیلەسوفی ئەڵمانی لە کۆڵاندا پیاسەی دەکرد، لە ناو باغێکدا دانیشت و سەیری گوڵەکانی دەکرد، یەکێک لە دانیشتوانی ناوچەکە ڕەفتاری فەیلەسووفەکەی بینی و پۆلیسی لێ ئاگادار کردەوە، چەند خولەکیک دواتر ئەفسەرێک لە (شوبنهاور) نزیک بوەوە و لێی پرسی (تۆ کێیت)؟ شوبنهاور قیافەی پۆلیسەکەی هەڵسەنگاند و ووتی (ئەگەر بتوانن یارمەتیم بدەن وەڵامی ئەم پرسیارە بدۆزمەوە تا کۆتای تەمەنم سوپاسگوزارتان ئەبم)
(**بیدل دیهلوی**) یش دەڵێت: (هەموو ئەوەی هەیە لە جیهاندا هەمووی لە ناخی خۆتدایە، لە دەرەوەی خۆت بۆچی بۆی دەگەڕێیت خۆناسین بە سەرمایەکی گەورە بزانە)
(ئیمامی عەلی) فەر موویەتی: (بە نرخترین قۆناغی خۆناسین داناییە)
(**فرانکلین**) دەڵێت: (سێ شت زۆر سەختن، پۆڵا، ئەڵماس، خۆناسین)
دانایەکی گەورە دەڵێت: (ئەو ئیمپراتۆڕەی خەوی لێ کەوتووە وا ئەزانێت سواڵکەرە – لەخەو هەستە)
مێیە ڕێویەک گاڵتەی بە مێیە شێرێک ئەکرد کە هەرگیز لە یەک دانە زیاتر نازێت، مێیە شێر وەڵامی دایەوە: ڕاستە تەنیا یەک جار دەزێم بەڵام شێرە.
(**ئەنتۆنی ڕابینز**) دەربارەی چۆنێتی ژیان بە داناییەوە دەڵێت: (ئەوەی گرنگە چۆنێتی ژیانە نەک تەمەنی درێژ و زۆر ژیان). حەکیمێک لە هەموو ڕووداوێک و لە هەموو بوارێکدا سوپاسگوزاری خوای

گەورەی دەکرد، ڕۆژێک زریان وتۆفانێکی زۆر بە هێز هەڵیکرد، حەکیمەکە سوپاسگوزار بوو، شوێنکەوتووەکانی سەریان سوڕما لەوەی سوپاسگوزاری مامۆستا لەم ڕۆژە ترسناکەدا چییە؟ حەکیمەکە ووتی (ئاهـ خودایە: ئەمرۆ ئاوو هەوا خراپە، بەڵام سوپاست دەکەم هەموو ڕۆژێک بەو شێوەیە نییە)

(**سەعدی شیرازی**) لە باسی سوپاسگوزاریدا زۆر وورد وجوان دەڵێ (ئامانەتباری خوای عزوجل کە پەرستنی ئەبێتە هۆی نزیک بوونەوەی و سوپاسی ئەبێتە هۆی زیادبوونی نیعمەت) (هەر هەناسەیەک هەڵئەمژی درێژە پێدەری ژیانە و هەر هەناسەیەکیشی ئەدەیتەوە ژێنەرەوە و خۆشی بەخشە، کەواتە لە هەر هەناسەیەکدا دوو نیعمەت هەیە و هەر یەکەیان پێویستی بە سوپاسێکە)

(**دانتی گابریل ڕوستیش**) دەڵێت: (ناخۆشترین سات بۆ کەسی مولحید ئەو کاتەیە کە بەڕاستی ئەیەوێت سوپاسگوزاری بکات، بەڵام نازانێت لە کێ)؟

کەم قسەی بێ جێ بکە: بە یەکێکیان وت کەم قسەی بێ جێ بکە و لە جیاتی ئەمە کەمێک ئامۆژگاریمان بکە، قبوڵیکرد ووتی: (کەسێکی گەورە بۆی گێڕامەوە کە دوو شت ئەبنە مایەی ڕزگاری و خۆشبەختی)، وتیان ئافەرین باشە بڵێ ئەو دوو شتە چین، وتی: (ئەو کەسەی بۆی گێڕامەوەیەکێک لەو دوانەی لە بیر چوو بوو)وتیان باشە دووەمیان بڵێ: وتی (دووەمیش من لە بیرم چووە)

(**ئەفلاتون**) دەڵێ: (نەزانی کەسێک بە دوو شتدا دەردەکەوێت یەکەم شتێک بڵێت و هەواڵێک بگێڕێتەوە بێ ئەوەی لێی پرسرابێ، دووەم زۆر بڵێی)

مامۆستای (**سوکرات**) ئەڵێت: (ئەگەر بێدەنگ بیت و خەڵک بە

قسـەت بينێـت، باشـترە لـەوەی قسـە بكەيـت و بێدەنگـت بكـەن)

خۆپەرسـتی: ئەسـپ و كەرێـك پێكـەوە سـەفەريان ئەكـرد، كەرەكـە بـە ئەسـپەكەی وت ئەگـەر حـەز ئەكـەی نەمـرم، كەمێـك لـە بارەكـەم هەڵگـرە، بـەڵام ئەسـپەكە گوێـی پـێ نـەدا، كەرەكـە نەيئەتوانـی بەرگـەی ئـەو بـارە قورسـە بگرێـت، دای بەزەويەكـەدا و گيانـی لـە دەسـت دا، ئـەو كاتـە خاوەنـی ئەسـپەكە هەمـوو بارەكـە و پێسـتی كەرەكـەی خستەسـەر پشـتی ئەسـپەكە، ئەسـپەكە لـە كاتێكـدا پشـتی چەميبـوەوە لـە ژێـر بارەكـەدا و ئەينالاند بـە خـۆی ئـەوت (داخەكـەم چ بـێ ئەقڵيەكـم كـرد، ئامـادە نەبـووم كەمێـك لـە بـاری كەرەكـە هەڵگـرم، ئێسـتا نـەك هـەر ناچـارم بارەكـەی هەڵگـرم بەڵكـو دەبێـت پێستەكەشـی هەڵگـرم)

(**زيـك زيـگلار**) دەڵێـت: لـە ئەندەنوسـيا درەختێـك هەيـە بـە نـاوی (بوپـاس) ئـەم درەختـە ژەهـر دەرئـەدات و ئەوەنـدە چروپـڕە هـەر گيايـەك لـە دەوروبەريـدا بڕوێـت لـە نـاوی ئەبـات، بەداخـەوە كەسـانێك هـەن وەك ئـەو درەختـەن، ئـەو كەسـانە خۆپەرسـتن، هەمـوو شـتێكيان بـۆ خۆيـان ئەوێـت، هيـچ پەيوەنديەكيـان بـە يارمەتـی كەسـانی تـرەوە نييـە، بـەڵام هەمـوان بـۆ سـوودی خۆيـان بـەكار ئەهێنـن.

- زۆر بـە كەمـی دراوسـێكەمان بـەو تـەرازوە ئەكێشـين كـە خۆمانـی پـێ ئەكێشـين.

- كاتێـك سـەركەوتوين كـە هاوڕێكانمـان ئەمانناسـن، كاتـی ناخۆشـيەكان ئـەوە ئێمـە ئـەوان ئەناسـين.

(**سيد گوڵ محمدی**) دەڵێ: (ياريكـەری ژيان بن نەك ياری پێكراو)

دزێـك پاڵتۆيەكـی گرانبەهـا و جوانـی دزی، كـە لـە باشـترين جـۆری مـاددەی خـاو دروسـتكرابوو، قۆپچەكانـی لـە زێـڕ و زيـو بـوون، لـە بازاڕەكـە بـە بازرگانێكـی فرۆشـت، كـە گەڕايـەوە لای هاوڕێكانـی پرسـيان بـە چەنـدت فرۆشـت؟ گوتـی بـە سـەد ليـرەی زيـو، هاوڕێكـەی: مەبەسـتت

ئەوەیە بۆ ئەو پاڵتۆ گرانبەهایە تەنها سەد لیرەی زیوت وەرگرتوە؟ دزەکە وتی: مەگەر ژمارە هەیە لە سەد زیاتر. (**زیک زیگلار**) دەڵێت: (مرۆڤ نابێت بە کەم ڕازی بێت، ئەی بەهەشت بۆ چییە)؟

پێداگری: گەورەیی و شکۆی مرۆییمان لەوەدا نییە هەرگیز شکست نەهێنین، بەڵکو گەورەیی لەوەدایە هەر کاتێک کەوتین، هەستینەوە و هەوڵبدەین سەرکەوین.

(**مریشکی مێرووڵە خۆر**) کە لە وڵاتی ئەرجەنتین هەیە، هێلانەکەی لە شێوەی تەندوور دروست دەکات، لەبەر ئەوە لەو وڵاتە بە (باڵندەی تەندوور) ناسراوە، چەند ساڵێک لەمەوبەر جوتێک لەم باڵندەیە لەسەر بینای بیرەوەری کە ڕەونەقی دابوو بە مەیدانی شارەکە، هێلانە تەندورەکەیان بە گوڵ و گەڵا دروستکرد، دواتر شارەوانی هێلانەکەیان خراپ کرد، ساڵی دواتر هەر ئەو دوو باڵندەیە لە هەمان شوێن هێلانەکەیان دروست کردەوە، ئەم جارەش لە لایەن شارەوانی ڕوخێنرایەوە، باڵندەکان بۆ ساڵی سێیەم هێلانەکەیان دروست کردەوە ئەمجارە خەڵکی شارەکە زۆریان هێنا بۆ خزمەتگوزارەکانی شارەوانی چیتر حەقیان نەبێت بەسەریانەوە.

(**فلورانس کرویک**) ئەڵێت: (براوە هیچ کاتێک خۆی نادات بە دەستەوە دۆڕاویش هیچ کاتێک سەرناکەوێت)لە بیرمان نەچێت (سەرکەوتن تەنیا پێویستی بە پێداگری و مکوڕیە، پیاوە سەرکەوتوەکان ناوەستن، ئەوان وەک هەموو کەسێکی تر هەڵە دەکەن، بەڵام پەند لە هەڵەکانیان وەردەگرن و بەردەوام دەبن لە هەوڵدانی زیاتر)

هەندێک کار هەیە تەنیا بە زیرەکی و لێهاتوویی ئەنجام نادرێن، هۆکاری پێداگری و بەرگە گرتن لەم بارەدا کارەکە ئەگەیەنێتە سەرکەوتن.

خۆکوژی: پیاوێک ماندوو ببوو لە کێشەکانی ژیان، بڕیاری خۆکوشتنیدا شەوێک نانێکی خستە ژێر باڵی و چوە دەرەوەی شار، کاتێک گەیشتە

لای هێڵی شەمەندەفەر، لەسەر هێڵەکە ڕاکشا، پیاوێکی پیر لەوێوە تێئەپەڕی، لە بینینی ئەم دیمەنە سەری سەرما و پرسی: (بۆچی لەسەر ئەو هێڵە خەوتویت)؟ پیاوەکە وەڵامی دایەوە وتی (ئەمەوێت خۆم بکوژم) پیاوە پیرەکە پرسی: (نانەکەت بۆ چییە)، پیاوەکە وەڵامی دایەوە: (بۆ ئەوەی تا شەمەندەفەرەکە دەگات نەمرم)، ئەگەر ئەتانەوێت سەرکەوتوبن ئامادەکاری بۆ بکەن، لەبەر ئەوەی ئەگەن بەوەی ئامادەکاریتان بۆ کردووە.

لە خۆ بایی مەبن: شێرێکی برسی لەناو دارستانێکدا کەمینی گرتبوو، لەناکاو ئاسکێک دەرپەڕی و شێرەکەش بەو پەڕی توانایەوە شوێنی کەوت و گرتی و کوشتی، دوای ئەوەی لە خواردنی بوویەوە بە لەخۆ باییەوە دەستی کرد بە نەڕاندن و هەر ماوە ماوە سەری بەرز ئەکردەوە و ئەینەڕاند، ڕاوچیەک لەو دەوروبەرەدا سەرقاڵی ڕاوکردن بوو، دەنگی شێرەکەی بیست و بە گوللەیەک لە جوڵەی خست.

(نیچە) دەڵێ: (سەرکەوتن بۆ کەسە پێگەیشتووەکان سەرەتای تیاچونە، لەخۆ باییبوون ئاسانترین ڕێگەیە بۆ لەناو بردنی سەربەرزی)

عەشق و ڕق: ((**چی پی واسوانی**) دەڵێ: (عەشق تەلیسکۆبە، ڕق میکرۆسکۆبە.

نیعمەتی خوایی: کاری پیاوێک پاککردنەوەی کەنار دەریا بوو، هەموو ڕۆژێک ڕێژەیەکی زۆری لە گوێچکە ماسی کۆ ئەکردەوە کە بۆنێکی زۆر ناخۆشیان لێدەهات، بەردەوام نەفرەتی لەو گوێچکە ماسیانە دەکرد لەبەر ئەوەی کارەکەیان نارەحەت بوو، ئەبوایە هەموو ڕۆژێک لەسەر یەک کۆیکردبانەوە، هەمیشە ئەو کارەی بە جنێودانەوە ئەنجامدەدا، ڕۆژێک یەکێک لە هاوڕێکانی پێشنیاری بۆ کرد خۆی لەشەڕی ئەم گوێچکە ماسییە بۆن ناخۆشانە ڕزگاربکات، ئەویش بە پێزانین و تاسەیەکی زۆرەوە پێشنیارەکەی قبوڵکرد، ساڵێک دواتر ئەو

دوو پیاوە یەکتریان لە شوێنێکدا بینییەوە، هاوڕێ دێرینەکەی بانگێشتی کرد بۆ ئەوەی بڕۆن بۆ بینینی کۆشکەکەی، کاتێک گەیشتەجێ پیاوە پاککەرەوەکە نەیئەتوانی باوەڕ بەو هەموو دەوڵەمەندییە بکات و لێی پرسی: چۆن توانیویەتی سەروەتێکی لەو شێوەیە بەدەست بێنێت، پیاوە دەوڵەمەندەکە وەڵامی دایەوە: (من ئەو دیارییەم قبوڵکرد کە خوا هەموو ڕۆژێک بە تۆی ئەداو قبوڵت نەدەکرد، ئەو گوێچکە ماسییە نەفرە تیانەی تۆ ڕقت لێیان بوو هەموویان پڕ بوون لە مرواری).

(**سەید گوڵ محەمەدی**) دەڵێ (زۆرینەکانی نیعمەت و دیارییەکانی خوا لە ناو ناڕەحەتی وئازارەکاندا شاراونەتەوە، ئەوە خۆمانین قەدری ئەو نیعمەتانەی خوا بە عەشقەوە پێمان ئەبەخشێت، نازانین)

(**سەید گوڵ محەمەدی**) دەڵێ: (پارچە بەردێک لە ڕێگەدا بۆ کەسە ناسەرکەوتووەکان ڕێگرە، بەڵام بۆ کەسە سەرکەوتووەکان نیشانە و هێمایە)

خۆشەویستی بۆ کار: ئەگەر کارێک لە ڕووی عەشق و خۆشەویستییەوە ئەنجامبدرێت دەرامەتیش بە شوێن خۆیدا دێنێت، ڕۆژێک لە فەرمانڕەوایەکیان پرسی: (خۆ تۆ چەند ساڵ لە مەوبەر پینەچی بوویت، چۆن گەیشتی بە فەرمانڕەوایی) لە وەڵامدا وتی: (لەبەر ئەوەی پینەچییەکی باشبووم و کاری خۆم بە عیشقەوە زۆر خۆشدەویست)

(**جوبڕان خەلیل جوبڕان**) دەڵێ: (ئەنجامدانی کار بە خۆشەویستی، واتە ئەوەی تۆیەک بچێنیت و بە چێژەوە بەرهەمەکەی بدوریتەوە)

تەمبەڵی: ((گاندی) دەڵێ: (تەمبەڵی لە هەر نەخۆشییەکی تر کوشندەتر و خراپترە)

ژن و مێردێک دوای ڕۆژێک کاری ناڕەحەت، ماندوو و بێتاقەت

ڕۆیشتنە ژووری خەوتن و لێی ڕاکشان، بەڵام لە بیریان چوو گڵۆپەکە بکوژێننەوە، ناشتوانن لەو ڕووناکییە بخەون، دوای دوو کاتژمێر ژنەکە بە مێردەکەی وت: ئازیزم وا باشە گڵۆپەکە بکوژێنیتەوە، من زۆر ماندووم ناتوانم گڵۆپەکە بکوژێنمەوە، مێردەکەی دەڵێ: دوو کاتژمێرە لە بیری ئەوە دام بەڵام نەمتوانی دەری ببڕم لەبەر تەمبەڵی.

(**دیل کارنگی**) دەڵێ: (ڕۆژی ڕەشی مرۆڤ لە نەزانینەوە نییە بەڵکو لە تەمبەڵییەوەیە)

بازرگانی بێ ویژدان: ساڵێک وشکە ساڵی داهات لە شارێک گەنم کەم بوویەوەوە، بازرگانێکی بێویژدان و گرانجان هەبوو، گەنمی زۆری هەبوو نانەواکان هاتن بۆ لای، بازرگانەکە وتی: (کیلۆی گەنم بە چەند ئەکڕن)؟ ئەوانیش نرخی ئەو ڕۆژەیان پێدا یەڵام بازرگانەکە وتی: (نا کەمێک زیاتر سەرکەون)، نرخەکەیان کەمێک سەرخست بەڵام گوتی نا زیاتر تا بە نرخێکی بەرز گەنمەکەی پێ فرۆشتن، زۆری نەبرد ئازارێک لە قاچی بازرگانەکە پەیدا بوو، چوو بۆلای پزیشک وتیان دەبێ قاچی ببڕنەوە، بازرگانەکە ڕازیبوو لە پاژنەی پێیدا ببڕنەوە، بەڵام پزیشکەکان ڕازی نەبوون وتیان دەبێ لە سەرتر بیبڕنەوە تا کۆتایی لە ڕانیان بڕیەوە، هەموو داراییەکەی بۆ چارەسەری بڕینی قاچەکەی خەرجکرد.

(هەر نیەتێکتان هەبێت وهەر کارێک ئەنجامی دەدەن دەست بە دەست ئەسوڕێتەوە و ڕێک ئەوەتان بەسەر دێت)

(**مەولەوی**) دەڵێت: (ئەم جیهانە وەک شاخ وایە و کارەکانیشمان وەک دەنگ، ئەو دەنگەی دەریدەبڕین بە هۆی دەنگدانەوە ئەگەڕێتەوە بۆ خۆمان)

ئومێد: کەسە سەرکەوتووەکان کاری زۆریان تاقیکردۆتەوە و سەرکەوتوو نەبوون، بەڵام نائومێد نەبوون، کاتێک کارێکی نوێ

دەکەین لە ناخی دڵەوە دەترسین، با پشت بە خوا ببەستین.
(**ئەدیسۆن**) لەو باوەڕەدایە (ئەگەر لە شوێنێک دا بەها بە مرۆڤ بدەن، لە وێدا گەشە دەکات و ئەگەر بەها بە ڕیسک بدرێت، داهێنان ڕوو دەدات)
دایک و باوکێک منداڵەکەیان بردبووە پارک، منداڵەکە خەریک بوو بەرەو دەریاچەکە دەڕۆیشت، باوکەکە ئەم دیمەنەی بینی هەوڵیدا ڕێگری لێبکات، دایکەکە ڕایکرد و بەردەمی پیاوەکەی گرت و وتی: بهێڵە بڕوات، منداڵەکە بەرەو پێشەوە ڕۆیشت، بەڵام نەچووە ناوئاوەکە و وەستا دڵی دایکەکە زۆر بە هێز لێی دەدا، بەڵام گەشەی مرۆڤ لە قبوڵکردنی مەترسیدایە،
(**ئورپیدۆس**) دەڵێ: (دەبێت بوێری وەک قسەکردن فێری منداڵ بکرێت).
چۆن بەسەرهات بۆمرۆڤ بە خێر دەکەوێتەوە: لە نەوەدەکان خەڵک ڕووی لە ئەوروپاکرد، سێ هاوڕێمان لە شەقڵاوە (**نەجات ئاغا و شێخ محەمەد عەبدولکەریم و جەعفەر شێخوەسانی**) خۆیان کۆکردەوە و بەرەو تورکیا ڕۆیشتن لەوێ لە لای (**شێخ تەهای مەلا حەسەنی**) بوون بۆ ئەوەی ڕەوانەی یۆنانیان بکات، ئەو ئێوارەیەی کە قرار بوو سواری کەشتی بن بۆ ناو دەریای ئیجە، پێیان وتن: شوێنی ئەوەندە کەسە نابێت، دەبێت هەندەک بۆ شەوی دواتر بڕۆن , ئەو برادەرانە زۆر نیگەران بوون بەڵام بە خێر گەڕایەوە بۆیان، ئەو کەشتییەی ئەو شەوە ڕۆیشت کەوتە ئاوی دەریای ئیجە و هەموو سەرنشینەکانی مردن، هەتا خێزانی (م،عوسمان خۆشناو) لەگەڵ چوار منالی نقومی دەریای ئیجە بوون.
(شاعیرێکی ئێرانی) دەڵێ: (خوا لە ڕووی حیکمەتەوە دەرگایەک دادەخات، بەڵام لە ڕووی ڕەحمەتەوە زۆر دەرگای تر دەکاتەوە)
(گەورەیەک) دەڵێ: (بڕیارەکانی خوا نهێنی ئامێزن، بەڵام هەمیشە لە

چاکەی ئێمەن)
تووڕە بوون: (حەکیمێک) دەڵێ: (تورەو ڕەق و توند مەبە، لە بەرئەوەی بناغەی سەد ساڵ هاوڕێیەتی لە ساتی تورەییدا وێران دەبێت، هەمیشە نەرم و نیان بە لەبەر ئەوەی بە نەرمی دەتوانیت شێری دڕندە ڕام بکەیت)
جوتیارێک ڕقی ڕێویەکی لە دڵدا هەڵگرتبوو لەبەر ئەوەی زیانی پێگەیانبوو، بۆیە تەڵەی داناو ڕێویەکەی گرت، ویستی تۆڵەیەکی پیسی لێبکاتەوە، هەندێک پووشی بە ڕۆن چەورکرد و بەستی بە دەمی ڕێویەکەوە و ئاگری تێبەردا، ڕێویەکەش ڕایکرد بە دەمی ئاگرەوە بۆ ناو گەنمەکەی جوتیارەکە کە وشک ببووئاگری تێبەردا، جوتیارەکە بە دوای ڕێویەکەدا ڕایدەکرد و هاواری بۆ لە ناو چوونی بەرهەمی تەمەنێک نارەحەتی خۆیدەکرد.
(**گاندی**) دەڵێ: (وەک چۆن گەرما ئەگەر کۆنترۆڵبکرێت ئەگۆڕێت بۆ وزە، تورەیش لە کاتی کۆنترۆڵکردنیدا ئەتوانرێت بگۆڕدرێت بۆ وزەیەک کە جیهان بخاتە لەرزە)
هەڵپە کار و چاو چنۆک مەبن: پیاوێکی هەژار ڕۆژێک دیتی هێلکەیەکی زێڕ لە هێلانەی قازەکەی دایە، سەرەتا وایزانی ئەم ماستە بێ موونییە، هێلکەکەی فڕێدا، بەڵام یەکسەر هەڵیگرتەوە و بە وردی سەیریکرد زێری پوخت بوو، باوەڕی نەدەکرد بەختێکی ئەوەندە باش لە دەرگای ژیانیداوە، بەڵام لەو پەڕی سەرسوڕماندا بەیانی دیسان بینی هێلکەیەکی تری زێڕی کردووە، ئەمە بووبوە پیشەی هەموو ڕۆژێکی قازەکە، لە کۆتاییدا جوتیارەکە دەوڵەمەند بوو، بەڵام سەرەڕای ئەو هەموو سامانەی کە بێ ماندووبوون بە دەستی کەوتبوو، هەڵپەکاری و چاوچنۆکی زیاتر بوو، لەبەر ئەمە بڕیاریدا قازەکەی بکوژێت و هەموو هێلکەکانی لە زگی دەربهێنێت،

بە کوشتنی قازەکە ڕۆژی خۆی ڕەشکرد، لەبەر ئەوەی کە زگی قازەکەی هەڵدڕی هیچ هێلکەیەکی تێدا نەبوو، بەلام پەشیمانی دادی نەدا چونکە قازەکەی کوشتبوو نانی خۆی بڕی.

(هەڵپە و چاو چنۆکی بۆ هەموو شتێک، لە دەستدانی هەموو شتێکە)

دوو دەریاچە: (**بڕۆس بارتۆن**) دەڵێ: لە کەناری ڕۆژئاوا دوو دەریاچە هەیە، یەکێکیان پاک و تازەیە ماسی تێدا مەلە دەکەن، کەنارەکەی سەوزە و دەور و بەرەکەی پڕە لە درەخت، ڕەگی ئەم درەختانە درێژ بوونەتەوە بۆ ناو ئاوەکە بۆ ئەوەی ئاو هەڵمژن، ڕووباری ئوردون و ئاوی پاکی شاخەکانی ئەو دەور و بەرە ئەڕژێتە ئەم دەریاچەیە، دەریاچەکە لە ژێر ڕۆشنایی خۆردا ئەدرەوشێتەوە، خەلک و ئاوەدانی لە نزیک ئەو دەریاچەیە هەیە، باڵندەکان لە دەوروبەریدا هێلانەیان دروست کردووە، ڕووباری ئوردون دەڕژێتە دەریاچەیەکی تریش، بەلام لەم دەریاچەیە دا ماسی ناژی، نە باڵندە لە دەور و بەریدا هێلانەیانکردووە نەگوڵ و گیاش هەیە، ئەم ڕووبارەی دەڕژێتە ئەم دەریاچەیەوە یەک ڕووبارە ئەویش ڕووباری ئوردونە، دەریاچەی یەکەم هەر دڵۆپێک دەڕژێتە ناویەوە دڵۆپێک دەردەدات، بەلام دەریاچەی دووەم هەموو ئەو ئاوەی وەریدەگرێت لە خۆیدا دەیهێڵێتەوە، دەریاچەی یەکەم لە خزمەتی کەسانی تردایە و بە زیندوویی ئەمێنێتەوە، دەریاچەی دووەم کە هەموو شتێک لە خۆیدا دەهێڵێتەوە وەستاوە و مردووە خێری بۆ کەس نییە.

(سەید گوڵ محەمەدی) دەڵێ:

(ئەزانی بۆ خوا دوودەستی پێداویت، من لەو باوەڕەدام ئەم کارە بێ حیکمەت نییە، دەستێک بۆ ئەوەی کاری خۆتی پێبکەیت، دەستەکەی تر بۆ ئەوەی دەستی کەسانی تری پێبگریت.

هەشت پێویستی مرۆڤ: ئەو هەشت ڕێگایە دەتکەن بە مرۆڤێکی سەرکەوتوو و سەرنجڕاکێش دوایان بکەوە، دڵنیا بە پەشیمان نابیتەوە:

١. پەرۆشی ئەوە بە ئەو شتانەی کە دەزانی بۆکەسانیتربگێڕیتەوە کە حەزیان لێیەتی.

٢. خۆت ماندوو بکە لە بیرکردنەوە و ناسینەوەی دەم و چاوو ناوەکان.

٣. ئەگەر خەڵک متمانەیان پێت بەخشی لە جێی ئەو متمانەیەبە وهیچ نهێنیەکیش کە لە وانت بیستووە مەیدرکێنە ، نەوەک زیانیان پێبگات.

٤. تا دەتوانیت لە قسە کردندا ڕاناوی (تۆ) بەکار بهێنە.

٥. گاڵتە بە کەسانی تر مەکە و پێیان ڕامەبوێرە.

٦ توانای وتنی قسەی شیاو لە کاتی پێویستدا پەیدا بکە.

٧. ئەگەر بۆت دەرکەوت هەڵەیت خۆت بدە بە دەستەوە لە سەری مەڕۆ، ڕاستکردنەوەی هەڵە ڕاشکاوانە دان پێدانانە.

٨. لە قسەکردن زیاتر گوێگربە، ئەدەبە گشتییەکان مەبەزێنە، لە پەلاماریشدا زیاتر زەردەخەنەت هەبێت، لەگەڵ خەلکانی تر زیاتر پێبکەنە.

زەردەخەنە و ڕووخۆشی: توێژینەوەکان دەریان خستووە کە تورەبوون و هەڵچوون ڕێژەی ئەو تەنانە کەمدەکەنەوە کە دژی نەخۆشی و میکرۆبەکانن، لە کاتێکدا پێکەنین و زەردەخەنە بە شێوەیەکی زۆر ڕێژەیان زیاد دەبێت.

(**وینستۆن چەرچل**) سەرۆکی ئینگلیز کە وڵاتەکەی لە مەترسی شکست هێنان دەربازکرد لە جەنگی جیهانی دووەمدا، لە چڕترین کاتی جەنگەکەدا لێی دەپرسن: (ئەو بەرپرسیارێتییەی لە سەر شانتە دلگرانت ناکات)؟ وەڵامەکەی چەرچل هەتا بلێی کاریگەر بوو دەڵێ: (ئەمەوێ دلگران بم بەڵام ناتوانم کاتی بۆ بدۆزمەوە کاتی دڵتەنگی

و تووڕەییم نییە)

ئاسوودەیی مێشک: ئاسودەیی مێشک لەبەر گرفتی کەم نییە، بەڵکو دەرەنجامی عەیب و عار دیتنەوەی کەمتر و بیانوو گرتنی کەمترە.

ماسیگرێک کە کاری ئەو ڕۆژەی تەواو کردبوو، لەناو بەلەمەکەیدا کە لە کەناری دەریا ڕایگرتبوو و دانیشتبوو، پیاوێکی دەوڵەمەند کە ڕاوچیەکەی بینی وا بێ ئیش و کار لێی دانیشتوە و سەرنجی خۆر ئاوابوون دەدات لێی پرسی: ئەوە بۆچی ماسی تر ڕاو ناکەیت؟ ماسیگر: بەشی ئەوڕۆم گرتووە ئێستاش وا هێمن دانیشتووم و چێژ و خۆشی لە دیمەنی خۆر نیشتن دەبینم، دەوڵەمەند: هێشتا زووە باشتر نییە هەندێ ماسی تریش بگریت؟ چی لەو هەندەی تر بکەم؟ بیفرۆشە و بە پارەکەی ماتۆڕێک بۆ بەلەمەکەت بکڕە و دوورتر بەرەو قوڵایی دەریا بڕۆ و ماسییەکی زۆرتر بگرە، ئەو کات دەتوانی تۆڕێکی نایلۆنیش بکڕیت و هێندە ماسی بگریت، تا توانای کڕینی بەلەمێکی تریشت هەبێت، دواتر هێندە ماسی ڕاو دەکەیت، دەبێتە خاوەنی کەشتی ڕاوە ماسی و سامانێکی زۆریش، ئەی دوای ئەوانە چی بکەم؟ ئەوسا دەتوانی بە دڵنیایەوە لێی دابنیشی و خۆشی لە ژیان ببینیت، ئەی ئەوە نییە حاڵی حازر ئەوە دەکەم، (ئاو تەنیا بڕوایە کە ماسی پێی دەژی)

(کۆمپیتەر): ئەو ئامێرەی ڕۆژێ ملیۆنان کەس لە بەرامبەری دادەنیشن بۆ وەرگرتنی زانیاری نوێ و ئاگادار بوون لە زانست و پێشکەوتن، بەڵام زۆر خەڵک هەیە وای تێگەیشتون کە بۆ کات بەسەر بردن ئەنتەرنێت دانراوە، هەندێک کەسیش لە ڕێگای ئەنتەرنێت بوونەتە ملیاردێر، نموونەمان ئەو حەفت گەنجەیە کە هیچیان تەمەنی لە ٣٠ ساڵی تێپەڕی نەکردووە کە بە هۆی ئەنتەرنێت بونە بە ملیۆنێر:

١. **مارک زوکربرگ:** لە تەمەنی ٢٣ ساڵی بووە خاوەنی کۆمپانیا و

دروستکەری ماڵپەری کۆمەڵایەتی، ئەم گەنجە چاوەڕوان دەکرێ شوێنی (**بیل گێتس**) بگرێتەوە سەروەتی (مارک) ٧٠٠ ملیۆن دۆلارە.

٢. **ئاندرۆ گوێر:** تەمەنی ٢٨ ساڵەودروستکەری ماڵپەڕی (ئیسکا ب رینی) یارییە ، ئەم ماڵپەڕە نۆ ملیۆن کەس بەکاری دەهێنن ، زیاتر لە ملیۆنێک بەشداربووی هەیە ، سەروەتی ١٢٠ملیۆن دۆلارە.

٣. **پلاک روس ودیڤید هییان:** هەردووکیان تەمەنیان بیست ساڵە، دروستکەری ماڵپەری (مۆزێلان) خاوەنی ١٢٠ ملیۆن دۆلارن.

٤. **شاد هۆرلی:** تەمەنی ٣٠ ساڵە بەشدارە لە دروست کردنی ماڵپەڕی (یوتوب) بەناوبانگ و خاوەنی ٨٥ ملیۆن دۆلارە.

٥ **ئەنجلیۆ سوێرا:** تەمەنی ٢٦ ساڵە و دامەزرێنەری تۆڕی کۆمەڵایەتی (ئارت دوینتی) هونەرییە تایبەتە بە کاری هونەرمەندان سەرمایەی ٧٥ ملیۆن دۆلارە.

٦. **مایکل مین:** تەمەنی ٢٦ ساڵە و دروستکەری یاری (کۆپ پۆپ) و لە ڕێگای ئەنتەرنێت بلاوی کردۆتەوە سەرمایەی ٦ ملیۆن دۆلارە.

٧. **ئەلکسەندەر لیڤین:** تەمەنی ٢٣ساڵە و دروستکەری ماڵپەڕە گەورەکەی (ئۆشاک ئیمێج)ە کە یەکێکە لە پێنج ماڵپەرە گەورەکەی جیهان کە تایبەتە بە وێنە، خاوەنی ٥٧ ملیۆن دۆلارە.

(پەرۆشی ئەوە بە کە هەر کارێکتکرد شتێک لە داهێنانی تێدابێت)

با لە (چا) وە ژیان پێناسە بکەین: پیاڵەیەک چای گەرمت لە پێشە شەکری تێدایە، بەڵام شەکرەکە تێکوەرنەدراوە، ئایا چایەکە شیرینە؟ ئایا تامی شەکری لێدێت؟ چاوەڕێکە بۆ ماوەیەک، تامی چایەکە بکە ئایا شیرین بووە؟ تەنها بەرە بەرە ساردبۆتەوە تا وای لێدێت نەخورێتەوە، د ەستت بەرز بکەوە و نزا لە خودا بکە: خودایە چایەکەم بۆ شیرین بکە، کەچی شیرین نابێت، کەواتە بۆ خۆت تێکی نادەی

بە کەوچکەوە و شیرینی بکەی؟ بەڵێ ئەوە ژیانە، پیاڵەیەک چای تاڵە، ئەو هێز و توانا و عەقڵەی خوا پێی بەخشیویت شەکرەکەیە، ئەو کەسەی جولە بە خودی خۆی نەدات، تامی شیرینی ناچێژێت، بە دوعا و نزا بۆت ناباریێ و ژیانت باشتر نابێت، ئەگەر کار و کردەوە و هەوڵ وتێکۆشانی لە گەڵدا نەبێت، دەست بە جولە و تێکۆشان بکە لە خودی خۆتەوە، کاربکە بۆگەیشتن بە سەرکەوتن، بۆ بەختەوەری و شادومانی بۆ ئەوەی ژیانت باشتر بێت.

نهێنی ژیانی شاژنەکانی جیهان:

لە مێژووی جیهان زۆر جار دەسەڵات کەوتۆتە دەست ژنان، کە ژیانیان پڕە لە نهێنی، لەوانە:

(فاندین): ئەو شاژنە فەرمانی دەرکرد سەرتاشەکەی بۆ ماوەی سێ ساڵ بەند بکرێت تاکو کەس نەزانێت موی سەری سپی بووە.

- **(ڤیکتۆریا)**: فەرمانی دەرکرد کە شەقامەکانی شاری (کوینز) ی ئینگلیزی بە ئاوی کولونیا بڕشێن، چونکە خۆی و (**ئەلبرس ئەلبرت**) سەردانی ئەوێ دەکەن لە ساڵی١٨٤٥.
- **(ئەلیزابێسی یەکەم)**: شاژنی بەریتانیا لە تەمەنی ٢٥ساڵی عەرشی بەریتانیای وەرگرت، ماوەی ٤٥ساڵ بە کچێتی مایەوە و هەموو خۆشەویستیەکەی بە وڵاتەکەی بەخشی، هەردەم دەیگوت(حەز دەکەم کچێکی سوالکەر بم، نەک شاژنێکی مێردکردوو.
- **(ئان بەرلین)**: هاوسەری شا هینری هەشتەم بەردەوام دەستەوانەی لەدەست دەکرد لە زستان وهاوین بۆ ئەوەی کەس نەبینێ کە شەش پەنجەی هەیە.

(کیلۆ باترا): دوای مردنی باوکی (**بەتلیمۆسی یازدەهەم**) هاتە سەرعەڕشی میسر لە سەر ڕاسپاردەی باوکی مێردی بە برا

بچووکی خۆیکرد (**بەتلیمۆسی سێزدەیەم**) دواتر مێردی بە گەورەترین پادشاکانی ئەوروپا (**یۆلیۆس قەیسەر**، ساڵی ٤٧ی پ، ز) و (**مارک ئەنتۆنیۆ**، ساڵی ٤١ی پێش زاین) کرد، کاتێک ویستبای شەهیەی خواردنی بکاتەوە سیری ئەخوارد.

(**کاترینی گەورە**): بەو شتە دڵخۆش دەبوو کە بەردەوام بنی پێیەکانی بخورێنن، لەگەڵ خواردنی بەیانی هەموو ڕۆژێک پێنج کوپ قاوەی دەخواردەوە.

(**ماری ترێزا**): ئیمپراتۆری نەمسا، بەختەوەرترین دایک بوو، دایکی شازدە کوڕ و کچ بوو کە تیایاندا دوو ئیمپراتۆر و سێ شاژن بوون.

(**لولیا بۆلینا**): هاوسەری قەیسەری (**کالیگۆلا**) بوو، هەر جلێکی لەبەرکردبا نرخەکەی ٢٠٠ هەزار دۆلارکەمتر نە بوو، نرخی ملوانکەکەشی ٣/٥ ملیۆن دۆلار بوو.

(**ئینزی کاسۆر**) یەکەم شاژنە بە مردوویی حوکمی گەلەکەی بکات، هاوسەری شاژنی (**بێداری یەکەم**) بوو کە شاژنی پورتوگال بوو.

(**دیزی کلاری**) کچی یەکێک لە گەورە بازرگانەکانی مارسیلیا بوو، مێردی بە سێ سەربازکرد کە دواترهەرسێیان بوون بە پاشا ئەوانیش: (**ناپلیۆن بۆناپارت، جۆزێف، برنادۆت کە بوو بە پاشای سوێد**)

- (**مارس ئۆجێس**) شاژنی ئەلمانیا بوو، هەردەم بە دانیشتن لە ناو گەرما و پێشوازی لە میوانە ڕەسمییەکان دەکرد.

- (**سەمیرامیس**) شاژنی ئاشوری بوو، سەرکردەی ئاشوری(**جنزۆ**) زۆری خۆشویست و لە دیمەشق دەسگیریکرد لە ساڵی ٨٠٠پ، ز، بە ڕێکەوت (**بننۆی**) پاشای ئاشووری چاوی پێکەوت کە گەنجێکی جوان و ژیر و بە هێزبوو، خۆشی ویست و لە خۆی مارەکرد، شەوێک (جنزۆ) بە دزی چووە ناو کۆشکی پاشایەتی (بننۆی) هەستی پێکرد،

به شەڕهاتن لەبەر تاریکی (سەمیرامیس) نەیزانی کێ سەرکەوتووە، وایزانی (جنزۆ) مێردەکەی کوشتووە، بۆیە هێرشیکردە سەرو ئەویشی کوشت دواتر دەرکەوت مێردە خۆشەویستەکەی کوشتووە.

شەش قۆناغی گۆڕان:

١- **قۆناغی ئۆبالْ خستنە ملی کەسانی تر**: لەم قۆناغەدا کەسەکە خۆی بە هۆکاری گرفتەکانی و بارودۆخەکەی نازانێت، هەموو ئازار و مەینەتییەکانی، یان بار و دۆخەکەی دەخاتە ئەستۆی دایکی کە سۆزی پێنەبەخشیوە، یان باوکی کە چەوساندویەتییەوە و کەسایەتی لاواز کردووە، یان مامی کە پارەکانی باوکی دزیوە، یان پوورزای کە چاوی لێداوە یان دوعای لێکردووە، یان کەسانی دەوروبەری، یان حکومەت، کە دەرفەتەکانی لە دەست دەرچواندووە، خەڵکی ئێمە زۆربەی ئەمڕۆ لەم قۆناغەدا دەژین.

٢- **قۆناغی تێگەیشتن**: ئەم قۆناغە قۆناغی دان پێدانانە، زانایانی کۆمەڵناسی دەڵێن: یەکەمین قۆناغی چارەسەرکردنی هەر گرفتێک دان پێدانانی ڕاستی بوونی گرفتەکەیە، ئەوەش شتێکی لۆژیکییە، چونکە ئەو کەسەی دان بە هەبوونی گرفتێکدا نەنێت هەرگیز بۆی چارەسەر نابێت، ئەو کەسەی تۆبە لە گوناهێک دەکات وەک ئەوەیە کە گوناهی نەکردبێت،

٣- **ئەمەش قۆناغی ڕاوێژکردن و پرسیارکردن و دواتر پلاندانانە**: ئەم قۆناغە زۆر گرنگە چونکە لەو قۆناغە ئاراستەکە دیاری دەکرێت، ئەمەش ئەوەیە کە لە هاوکێشەی بەدیهێنانی ئامانجدا باس کراوە.

٤- **قۆناغی جێبەجێ کردن**: ئەمیش قۆناغێکی گرنگە دەرەنجامەکان تیایدا دەردەکەون لە هاوکێشەی بەدیهێنانی ئامانجدا باس کراوە.

٥- قۆناغی تۆکمەکردن و پارێزگاری کردن، قۆناغی دڵنیا بوونە لە

دەست خستنی دەرەنجام و بەردەوامی سەرکەوتن یان چاودێری چاکبوونەوە تا گەیشتن بە کەناری ئارامی،

٦- **قۆناغی بنبڕکردنی گرفت:** یان دەستخستنی ئەوەی دەتەوێت و دڵنیابوون لەوەی هەرگیز ناگەڕێیتەوە بۆ قۆناغی پێشوو.

(**د. ستیڤن کاڤی**) لە کتێبی (حەوت خەونەکە) دەڵێت: کاتێک لە دەست پێکردندا کۆتاییەکە لە مێشکتداهەبێت، مانای بیرکردنەوە یان گومانی باش دەگەیەنێت)

ئۆباڵ خستنە ملی کەسانی دیکە و هەل و مەرج نیشانەی ئەوەیە لە ئێستادا هیچ ئومێدێک بەگۆڕان بوونی نییە،

(**ستیف هارڤی**) دەڵێت: (ژیان بێ کێشە و گرفت نییە)

هەرگیز پێت وانەبێت کە دەبێت ئەم ژیانە بە خۆشی و بە بێ بوونی هیچ کێشە و ناخۆشییەک بەسەر ببەیت، چونکە ئەوە شتێکی ئەستەمە، بەڵام ئەمە کاتی ئەوە نییە واز بهێنیت و دەست هەڵبگریت، ئەمە کاتی تێ گەیشتنە لەوەی خودا دەیەوێت بەهرەکەت دەربخات و بتگەیەنیت بە بەدیهێنانی ئامانجەکەت.

هیچ هێڵێکی ڕاست لە ژیاندا بوونی نییە: ژیان زنجیرەیەکە لە خۆشی و ناخۆشی کە بۆ گەیشتن بە لوتکە و بەدیهێنانی ئامانجەکانمان دەبێت بە هەردووکیاندا تێپەربین، ئەم جیهانە جوانەی خودا بە، درز، کەلێن، چەمانەوەی لوتکەی شاخەکانی، دۆڵەکانی، تاڤگەکانی، دەریاچە و ڕووبارەکانیەوە جوانە، ئەو شتانە بە شێوازە جیاوازەکانیانەوە جوانن و ئەم جیهانەشیان جوانتر کردوە هەمان جوانیش لە ژیاندا بوونی هەیە بە خۆشی و ناخۆشی و سەختی و سەرکەوتندا تێپەڕدەبین، پێویستە ناخۆشی و دژوارییەکانی ژیان تێپەرێنیت بۆ ئەوەی بگەیت بە خۆشیەکانی، پێویستە لەسەر شاخ و دۆڵەکان تێپەریت و دەریاچە و دۆڵەکانیش ببڕێت.

(**ستیف هارڤی**) دەڵێت (باوەڕ بە بێ هەوڵدان و کار بێ سوودە، ئایا چ سوودێکی هەیە ئەگەر کەسێک بلێت کە باوەڕی هەیە بەڵام هەوڵی بۆ نادات، ئایا ئەو باوەڕە هیچ سوودێکی پیدەگەیەنێت)؟

خەون چۆن دەبێتە واقیع: ئەگەر کەشتیەک مەبەستێکی نەبێت لە دەریادا، بایەک لە سوودی نییە، مرۆڤی بێ ئامانج وەک کەشتی بێ کەشتیەوانە، هەر نەسیمێک هەڵبکات کەشتیەکە بۆ ئەو لایە ئەبات کە ئەیەوێت، ئەوە کەشتیەوانە ڕەوت ئەدات بە کەشتیەکە نەک باکان، وەک چۆن بای گونجاوی دەریایی ڕێنمای کەشتی دەکات بۆ کەناری ئارام، دەروونی ئێمەش ڕێگە گونجاوەکان دیاری دەکات لە ژیاندا و بەرەو ئامانجی خوازراومان ئەبات.

(**سەید گوڵ محمدی**) دەڵێت (پارچە بەردێک لە ڕێگەدا بۆ کەسە نا سەرکەوتووەکان ڕێگر و بۆ سەرکەوتووەکانیش نیشانە و هێمایە)

هاوڕێیەتی ڕاستەقینە: ڕۆژگارێک پیاوێکی پیر ڕایگەیاند سەروەتەکەی لە نێوان هاوڕێکانیدا دابەش دەکات بە مەرجێک کە شایەنی هاوڕێیەتی بن، ساڵانێک تێپەری پیاوە پیرەکە لە زستانێکی پڕ بەفر و کرێوەدا دونیای بەجێهێشت، کۆتا داواکاری ئەوە بوو لە کاتژمێر چواری بەیانیدا بینێژن، ڕاست بوو ڕێژەیەکی زۆر لافی هاوڕێیەتیان بۆ لێ ئەدا، بەڵام تەنیا سێ پیاو و دوو ژن چواری بەیانی ئامادە بوون بۆ ناشتنی پیاوەکە، کاتێک وەسیەتنامەی پیاوە پیرەکەیان خوێندەوە دەرکەوت وەسیەتی کردووە سەروەتەکەی بەشێوەیەکی یەکسان لە نێوان ئەو کەسانەدا دابەش بکرێت کە لە بۆنەی ناشتنەکەی دا ئامادە بوون.

پەندێکی ئینگلیزی هەیە ئەڵێت (هاورێکانت ئەبێت وەک ئەو کتابانەی ئەیانخوێنیتەوە کەم و هەڵبژێردراو بن)

(**مە ولاناش**) دەفەرموێ: (ئەی دڵ لای کەسێک دانیشە ئاگاداری حالی

دڵت بێت، بچۆرە ژێر سێبەری درەختێک گوڵی تەڕ و تازەی هەبێت، لەم بازاڕی بۆنی خۆش فرۆشانەدا بە، وەک کەسانێکی بێڕکابەر بە هەموو لایەک مەسوڕێرەوە، بچۆرە دوکانی کەسێک کە لە دوکانەکەیدا شەکری هەیە)

گەورەیەک دەڵێت: (یەک ڕۆژ ژیانی ڕووناکی باشترە لە سەد ساڵ ژیانی تاریکی، یەک ڕۆژ ژیانی کەڵەشێری باشترە لە سەد ڕۆژ ژیانی مریشکی)

(**ئەندریە جید**) دەڵێت (هەر کەسێک ئەبێت ڕێگەی ژیانی خۆی بدۆزێتەوە و بە ڕێگای خۆیدا بڕوات نەک لە ڕێگەی ژیانی کەسێکی ترەوە)

ڕاوێژکار: دەروونناسێک لە ڕۆژنامەیەک بڵاویکردەوە: (ڕاوێژکاری ئەو ژنانەی لە مێردەکانیان ناڕازین) زۆرێک لە ژن ومێرد دوژمنەکان ئەچوون بۆ لای دەروونناسەکە بۆ ڕاوێژ، ڕۆژێک سکرتێرەکەی ژنێکی ناردە ژوورەوە، دەروونناسەکە سەری سوڕما کە دیتی هاوسەرەکەی خۆیەتی، هاوسەرەکەش حەیران مابوو کە ڕاوێژکارمێردی خۆیەتی، ژنەکە ویستی بڕوات، دەروونناسەکە وتی: بۆچی هاتوویت بۆ ئێرە؟ ئێرە شوێنی ئەو ژنانەیە کە ڕازی نین لە مێردەکانیان، مەگەرمن پارە و ئوتومبێل و ڤێلـلام بۆ دابین نەکردووی، هێشتا ڕازی نیت؟ ژنەکە وتی: (نا تۆ هیچ کاتێک چەپکە گوڵێکت بۆ نەکڕیوم و نەتوتووە خۆشم دەوێی)

(**جی پی وسوانی**) دەڵێت: (هاوسەرگیری ڕاستەقینە واتە هەموو ڕۆژێک عاشق بوونەوەی هەمان کەس)

ژیان هەڵئەبژێری یان مردن: (**مارتن گرەی**) لە ژیاننامەکەی تووشی شۆکت دەکات و دەڵێت: لە ساڵی ١٩٢٥لە وارشۆ لە دایک بووە، لە ١٤ساڵی لە لایەن نازییەکان ئەگیرێت، لە زیندان ئەیبەن بۆ

ئوردوگای مردن، بە زیرەکی و هەوڵدانی خۆی لە بەندیخانە ڕادەکات و بەشداری شۆڕشی خەڵکی وارشۆ دەکات، هەموو ئازیزەکانی دەکوژرێن بەڵام ئەو بەردەوام دەبێت لە شۆرش تا سەردەکەوێت، (مارتن) بڕیاریدابوو بە زیندوویی بمێنێتەوە تا پەیامی ئەو ئازیزانەی لە دەستی دابوون بگەیەنێت بە گوێی جیهان، دوایی ئەچێتە لای دایکی لە ئەمریکا، هاوسەری خەونەکانی دەدۆزێتەوە و چوار منداڵی دەبێ، پاشان لە شاری کانی باشووری فەرەنسا مولکێکی گەورە دەکڕێت و کۆشکی خۆشبەختی ئەکاتەوە، لە ئوکتۆبەری ۱۹۷۰(مارتن) هاوسەر و چوار منداڵەکەی بە کارەساتی ئاگر کەوتنەوە لە دەست ئەدات، ئەم کارەساتە کاریگەری لە سەر جەستە و دەروونی جێدەهێڵێت و خۆی لە نێوان دووڕیانێکدا دەبینێتەوە، مردن یان ژیان؟ ماوەیەک بیر ئەکاتەوە و(ژیان) هەڵئەبژێرێت لە جیاتی خۆبەدەستەوە دان ڕێکخراوێکی بە ناوی هاوسەرەکەی (دنیا گرەی) دائەمەزرێنێ بۆئەوانەی ڕووبەرڕووی کارەساتی سروشتی، یا ئاگر کەوتنەوە دە بنەوە، پاشان باسی ژیانی خۆی لە کتابێکدا بە ناوی (هەموو ئازیزانمەوە) دەنووسێتەوە کە ناوبانگێکی زۆری پەیاکرد، لە کۆتایی دەڵێ: (هەرگیز باوەڕم نەدەکرد وزەیەکی لەم شێوەیەم تێدایە کە سەرەڕای هەموو زامەکانم بتوانم لە ڕێگەکەم بەردەوام بم و تەنانەت ڕێگەی تازەش بدۆزمەوە.

(**ناپلیۆن**) دەڵێت: (من بۆ هەموو سەرکەوتنەکانم خۆم بە قەرزباری ئەو ئومێدانە دەزانم کە لە سەردەمی گەنجی لە دەروونمدا پەروەردەم کردبوون)

(**ویل دۆرانت**) دەڵێ: (وێڵ بوون لە دۆڵی ئومێد دا، باشترە لە نا ئومێدی)

ترس: (**فردەوسی**) دەڵێت: (هەرچی ترس هەیە لە دڵ دەربکەن، زەوی

بکەنە ڕووباری جەیحون لە خوێن) ، دوو هاوڕێ ڕکابەری یەکتریان ئەکرد (**دیڤد و بۆبی**) دیڤد بۆبی هاندا بۆ ئەوەی بە سەر تەختەیەکی ٣٠سانتیمەتر پان و شەش مەتر درێژدا بڕوات، (دیڤد) تەختەکەی خستە ناوەڕاستی ژوورەکە و ١٠ دۆلارییەکی لە کۆتایی تەختەکە دانا و داوای لە (بۆب) کرد درێژایی تەختەکە ببڕێت و پارەکە هەڵگرێت، بێگومان ئەو کارە بۆ (بۆب) وەک ئاو خواردنەوە بوو، توانی بە چاو تروکانێک بە سەر تەختەکە بپەڕێتەوە، دواتر (دیڤد) وتی: وا باشە ئەم تەختەیە لە نێوان سەربانی دوو باڵەخانەی ٢٠ نهۆمی دا دابنێین، من چەکێکی ١٠٠٠هەزار دۆلاری لە سەرێکی تەختەکە دا دادەنێم و بەردێکی ئەخەمە سەر بۆ ئەوەی با نەیبات، ئەگەر سەرکەوتوو بوویت، هەزار دۆلارەکە بۆ خۆت ئەبێت، بەڵام ئەگەر نەتتوانی و ناتەوێت ئەم کارە بکەیت ئەبێت ١٠٠دۆلارم بدەیتێ.

(**ئەمیل کوهو**) بە توانایەکی بە هێزەوە دەڵێت: (هیچ کاتێک ڕاوێژ بە ترس مەکەن، لەبەر ئەوەی ترس ڕوێژکارێک نییە ڕێگەی ڕاستتان نیشان بدات)

هەر کەسێک کە حەسوودە، هەرگیز نابێت ئاسوودە: ژن و مێردێک بۆ پشوو لە ویلایەتی (مین) ی ئەمریکا ڕۆیشتن بۆ بەندەر بۆ تەماشاکردنی ئەو بەلەمانەی لە ڕاوی ماسی قرژاڵ ئەهاتنەوە، یەکێک لە بەلەمەکان لە نزیکیانەوە لەنگەری گرت و بەلەمەوانەکان سەتڵە پڕ قرژاڵەکانیان لە بەلەمەکانیاندا هەڵڕشت، ژنەکە بە سەیر کردنی قرژاڵەکان شەوق گرتی، بۆی دەرکەوت هەر یەکێک لە قرژاڵەکان دەیەوێت بەسەر دیواری سەتڵەکەدا هەڵگەڕێ بەڵام قرژاڵەکانی تر بێ دواکەوتن ڕایئەکێشن و دووبارە ئەکەوێتەوە ناو سەتڵەکە، لێرەدا هەر قرژاڵێک ئەیتوانی بە ئاسانی لە سەتڵەکە بێتە دەرەوە بە مەرجێک قرژاڵەکانی تر ڕاینەکێشنەوە بۆ خوارەوە، پەندێکی سویدی دەڵێت

(بەخیلی تیر ئەوەشێنێت بۆ کەسانی تر و خۆی زامدار دەکات)
(**ناصر خوسرەوی**) دەڵێ: (حەسودی لە دڵ و دەرونتدا جێ مەکەرەوە لەبەر ئەوەی بە حەسوودی ناگەی بە هیچ)

باوەڕ چییە؟ : بۆ یاریکەرێکی مشتەکۆڵە: ئەوەیە دوای ئەوەی درا بە زەویدا هەوڵبدات دووبارە لە جێی خۆی هەستێتەوە، ـ بۆ پەرستارێک: ئەوەیە لەوپەڕی ماندوێتیدا بە یەکەمین هاواری نەخۆش بە زەردەخەنەوە لەسەر جێگەکەی ئامادە بێت، بۆ ڕاکەرێک: ئەوەیە کاتێک وزەی لە دەست دا دە مەتر زیاتر ڕابکات، بۆ سەربازێک: سەرکەوتنە بەسەر تەپۆڵکەیەکدا، بێ ئەوەی بزانێت لەو دیو تەپۆڵکەکەوە چی چاوەڕوانیەتی، بۆ کارمەندێک: وازهێنانە لە ئاسوودەیی و ئاسایشی خۆی بۆ ئەوەی کەسانی تر لە ئاسوودەیی و ڕاحەتدا بن، بۆ مامۆستایەک: لێکدانەوە و ڕوون کردنەوەی وانەکانە بۆ خوێندکارەکانی بە جۆرێک هەموویان وەک کوڕی خۆی سەیر بکات.

دەربارەی باوەڕ (**لیونار دۆنیومی**) ئەڵێت:
(لەوانەیە چالاکترین کەس نەبم، لەوانەیە بەرزترین یان بە هێزترینیان نەبم، لەوانەیە باشترین و زیرەکترین نەبم، بەڵام ئەتوانم خۆم بێنمە سەر ئەو باوەڕەی کە کارێک لە کەسانی تر باشتر ئەنجام بدەم، ئەم کارەش هونەری باوەڕ بە خۆبوونە)

خۆخاڵیکردنەوە: پرۆفیسۆرێک ماندووبونێکی زۆر و ڕێگایەکی دووری بڕی تا گەیشتە مامۆستایەک گوتی: (دەمەوێ بۆچونتان بزانم دەربارەی حەقیقەت) مامۆستا: دانیشن کەمێک پشوو بدەن چایتان بۆ ئامادە دەکەم، چای لە حەقیقەت گەورەترە، پرۆفیسۆرەکە باوەڕی نەدەکرد ئایا ئەم پیاوە شێتە؟ چای گرینگترە لە حەقیقەت؟ مامۆستا چای هێنا و پیالە و ژێر پیالەی دایە دەستی پرۆفیسۆرەکە و چای

بۆ تێکرد، پیاڵەکە پڕ بوو و چایەکە ڕژایە ناو ژێر پیاڵەکە بەڵام مامۆستا بەردەوام بوو لە تێکردنی چایەکە، پرۆفیسۆرەکە وتی: بەسە چی ئەکەیت؟ بۆچی هەروا بەردەوامی لەسەر چای تێکردن، پیاڵەکە پڕە و ئیتر شوێن نەماوە بۆ چایی؟ مامۆستا وتی ئەوەندەی سەرنج لە پیاڵەکە ئەدەیت سەرنج لە مێشکت بدە، مێشکت زۆر پڕە، کەل و پەلی کۆن و ڕزیوی زۆر تێدا ئەبینم، سەرەڕای ئەوەی دەتەوێت حەقیقەتیش بانگهێشت بکەیە ناوی؟ دەبێت بۆشاییەکی بچووک بۆ حەقیقەت دروست بکەیت بۆ ئەوەی شوێنی ببێتەوە لەناو مێشکت، یاسای خاڵی کردنەوە دەڵێت: ئەگەر ئەتانەوێت شتێک بێتە دەرونتانەوە، ئەبێت بۆشاییەکی بچوکی بۆ دابنێیت، زۆر کەس ئەوەندە مێشکیان پڕ کردووە ئیتر شوێنێک نەماوە شتێکی تر بتوانێت بێتە ناوی.

هەرگیز لە پەیمانی خۆت پەشیمان مەبەوە: پیاوێک کوڕی نەدەبوو، ڕۆیشتە پەرستگایەک و لە بەرامبەر خوادا ئەم پەیمانەی دا (خوایە ئەگەر کوڕێکم پێبدەیت، ئەوا ٥٠٠ لیرە لەسەرم نەزر بێت) دوعای پیاوەکە گیرا بوو، خوا کوڕێکی تەندروست و جوانی پێ بەخشی، پیاوەکە زۆر خۆشحاڵ بوو، بیری لە نەزرەکەش کردەوە و گوتی: زوو بێت یان درەنگ هەر ئەبێت نەزرەکەم بدەم، دەبێت پەیمانەکەم لەگەڵ خودا کە ٥٠٠ لیرەیە جێبەجێ بکەم، زۆر زوو باوەڕی گۆڕا و بەخۆی گوت: بۆ ٥٠٠ لیرە بدەم، بۆ خوا ٥٠٠ لیر ەو ٥٠ لیرە جیاوازی نییە، هەموو جیهان هی ئەوە، بۆیە تەنها ٥٠ لیرە دەدەم، ئەو جارە بیری کردەوە بۆ خودا ٥٠ لیرە و (٥) لیرە چ جیاوازیکی هەیە؟ ئەوجا بیری کردەوە بۆ خودا (٥) لیرەو پێنج پرتەقاڵ جیاوازی نییە، چووە لای دوکاندارێک بۆ پێنج پرتەقاڵ داوای دە لیرەی لێکرد، بڕیاریدا بڕوات ڕاستەوخۆ لەباخی پرتەقاڵەکە بیکڕێت، ماوەیەکی زۆر بە پێ ڕۆیشت تا گەیشتە باخی پرتەقاڵەکە، پێڵاوەکانی دڕان بۆیە

بڕیاری دا تەنها (٣) لیرە بدات، خاوەن باخەکە وتی ئەگەر پرتەقاڵی هەرزانت دەوێت ئەبێت بەخۆت لێی بکەیتەوە، پیاوەکە بەو پێشنیارە زۆر دڵخۆش بوو، چووە سەر دار پرتەقاڵێک چونکە کاری ئەو نەبوو لەسەر دارەکە کەوتە خوارەوە، لاقێکی لە دوو لاوە شکا، بۆیە بۆ چارەسەری لاقی ناچار بوو ٥٠٠ لیرەکە خەرج بکات.

(**سەید گوڵ محەمەدی**) دەڵێ: (زۆرێک فێربوون چۆن دەرامەتی باشیان هەبێت، بەڵام هەرگیز فێرنەبوون چۆن سەرفی بکەن یان چۆن باش بژین)

(**ئەدیسۆن**)یەکێک لەو کەسانە بوو کە کارەکەی خۆی خۆشدەویست لە شەو ڕۆژێکدا ١٦ کاتژمێرکاری دەکرد و لێکۆڵینەوەی دەکرد لە تاقیگەکەی، هەموو ١٦ سەعاتەکەی بۆ بەدوا داچوون و ئەنجامدانی تاقیکردنەوەی زانستییەوە بەسەر دەبرد، لێیان پرسی: ئایا ماندوو نابیت لەم هەموو کار کردنە؟ وتی: من ١٦ سەعات کارناکەم بەڵکو ١٦ سەعات لە گەشت و ڕابواردندام.

(**ستیفن، ڕ،کوفی**) لە کتابی (حەوت نەریتی کەسە سەرکەوتووەکان) دا دەڵێ:

١- دەست پێشخەر بە.
٢- لە گرنگترەوە دەست پێبکە پاشان گرنگ.
٣- لە کۆتاییەوە دەست پێبکە.
٤- بیر لە سوودی گشتی بکەوە.
٥- یەکەم جار هەوڵبدە لەوانی تر تێبگەی.
٦- هاوکاری ئەوانی تر بکە.
٧- پەیڕەوی بنەمای نوێکردنەوەی هاوسەنگی خۆتان بکەن، هەندێک کەس هەوڵدەدەن خەڵکانی دیکە بگۆڕن وبەو شێوەیان لێبکەن کە خۆیان دەیانەوێت ، ئەوانە دواتر تووشی بێئومێدییەکی زۆر دەبن،

چونکە هەموومرۆڤێک کۆمەڵێک بەها وبیرو باوەڕی خۆی هەیە کە توانای ئەوەی پێدەبەخشن بە شێوازێکی دیاریکراو ڕەفتار بکەن.

(**هنری فۆرد**) شەش جار تووشی ئیفلاسی هات پێش ئەوەی ئوتومبێلی فۆرد لە جیهاندا ناو بانگ دەربکات و سەرکەوتن تۆمار بکات، پێویستە بەردەوام وەک وانەی نوێ سەیری ئاستەنگەکانی ژیانت بکەیت کە فێریان دەبیت تا بتوانیت ئامانجەکانت بپێکیت.

ئەو پەندە ژاپۆنییەت لە یاد بێت کە دەڵێت: ئەگەر حەوت جار کەوتیت هەشتەم جار هەڵسەوە، ئەگەر هەشت جار کەوتیت نۆیەم جار هەڵسەوە، ئەگەر هەرچییەکیشت کردووە و تا ئێستا ئامانجەکانت بەدینەهاتوون، ئەوە کۆمەڵێک ئەزموونی زۆر باشت دەستکەوتووە کە لە ڕێگەیانەوە دواتر ئامانجەکەت بپێکیت، (خەڵک لە کاتێکی دیاریکراودا باشترین ڕێگا لە سنووری ئەو توانایەی لەو کاتەدا بۆیان لواوە دەگرنە بەر)

ئێمە هەموومان وەک مرۆڤ ئەقڵ و لەش و ڕوحمان هەیە، جا ئەگەر هەر مرۆڤێک توانای ئەوەی هەبێت هەر شتێک بکات لە هەر بوارێکدا بێت، ئەوە منیش و تۆش و هەر مرۆڤێکی دیکەش دەتوانین فێری ئەو شتە بین و تیایدا شارەزا بین و بە هەمان شێواز بیکەین و بگرە لەویش باشتر بیکەین، بەڵام ئەوە پشت بە دوو پرەنسیب دەبەستێت:

١- بە ڕاستی بتەوێت ئەو شتە بکەیت.

٢- فێر بیت چۆن بیکەیت.

(بەلای زۆرەوە ئەو کاتە سەرنجی ئەوە دەدەیت کە هەستێکی نیگەتیف دایگرتوویت، چونکە چوار چیوەی نیگەتیف بەرە و هیچ شوێنێکت نابات بێجگە لەسەر زەنشتکردنی کەسانی دیکە و خەفەت خواردن

نەبێت بۆ حالی خۆت)

عەقل و دانایی بە گەورە و بچووکی نییە: ڕۆژێکیان مندالانی قوتابخانەیەک بۆ گەشتێک چوونە دەرەوەی شار بە پاسەکەی قوتابخانە تونێلێک لە سەر ڕێگا بوو بەرزییەکەی سێ مەتر بوو، واتە تەنها ئەو سەیارانە دەتوانن لە ژێری بڕۆن کە بەرزییان سێ مەتر کەمترە، پاسەکەش سێ مەتری تەواوە، کەپاسەکە ڕۆیشتە ژێر تونێلەکە سەقفەکەی لە تونێلەکە دەخشا تا گیری خوارد و ڕاوەستا، شوفێرەکە هاتە خوارەوە و وتی: من زۆر جار لە ژێری ڕۆیشتووم هیچ کێشەیەکم نەبووە، یەکیان وتی: لەبەر ئەوەی پێش ماوەیەک چینێکی نوێی قیرتاو کراوە، بۆیە ناتوانی بڕۆیت، باشە چارە چییە؟ با بە سەیارەیەک ڕایکێشین، هەوڵیاندا بەلام پەتەکە پسا سوودی نەبوو، هەوڵیاندا ئوتومبێلێک بێنن و پالی بدەن بەلام گوتیان سوودی نییە، هەر لە دیاری بێچارە وەستابوون، قوتابییەک لە ناو پاسەکە دابەزی و وتی: من بیرۆکەیەکم هەیە، وتیان تۆ چی تا بیرۆکەت هەبێ؟ وتی گالتە بە بچووکیم مەکەن من دەتوانم دەربازتان بکەم، وتیان چۆن؟ وتی پار لە قوتابخانە وانەیەکمان خوێند بەناوی (چۆن لە دەرگا تەنگەکان تێدەپەڕی) بیرم دێ مامۆستامان وتی: ئەگەر ئێمە هەوا و نەفەسی لوت بەرزی و لە خۆبایی بوون و خۆپەرستی لە خۆمان داببڕین ئەو کاتە ڕوحەکانمان دەچنەوە باری ئاسایی خۆمان وەکو چۆن خوای گەورە دروستی کردووین و دەتوانین لە هەموو دەرگایەک بچینە ژوورەوە، باشە پێمان بلێ چۆن؟ وتی ئەگەر ئەو پەندە لە سەر پاسەکە جێبەجێ بکەین و هەوای تایەکانی کەمێک دابەزێنین، ئەو نزمتر دەبێ و ڕزگارمان دەبێت، هەموویان بەم بیرۆکەیە سەرسام بوون و بە قسەیان کرد و توانییان ڕزگاریان بێت.

قەناعەت و شوکرانەی خودا: پادشایەکی چینی ویستی پاداشتی

جوتیارێکی خۆی بداتەوە کە بە درێژایی ژیانی کاری بۆ کردبوو لە ناو کێڵگەکانی بە جوتیارەکەی وت: لە پاداشتی ئەو کارانەی بۆت کردووم دەمەوێت هەندێک زەویت پێ ببەخشم، برۆ هەتا چەند مەتر توانیت بڕۆیت ئەوەندەت پێ دەبەخشم، کابرای جوتیار زۆر کەیف خۆش بوو گوتی باشە، هەندێک ڕۆیشت گوتی ئەوەندە بەسە، دوایی بیری کردەوە نا با کەمێکی تر برۆم زیاتر وەردەگرم، زیاتر ڕۆیشت بەرە بەرە دەڕۆیشت و دەوەستا هەتا دوورکەوتەوە و ڕێی هەڵە کرد و ون بوو و نەهاتەوە، ئەگەر قەناعەتمان نەبێت کاتێک دەزانین خۆمان ون کردووە.

سەرچاوە و ژێدەرەکان:

١. تەنها مەحاڵ مەحاڵڵە مەسعود لەعلی: و، جەبار تەنیا
٢. دوای زێر مەکەوە، زێڕین بە مەسعود لەعلی: و،جەبار تەنیا
٣. هاتوینەتە دونیا تا دونیا بگۆڕین مەسعود لەعلی: و،جەبار تەنیا
٤)خۆر ڕۆژ دروست دەکات ئێمەش ڕۆژگار مەسعود لەعلی: و، بەرهەم ناودە شتی
٥. ژ، وەکو ژیان مەسعود لەعلی: و، بەرهەم ناودەشتی
٦. ژیان سەختە بەڵام من لەو سەختترم مەسعود لەعلی: و، جەبار تەنیا
٧ لە شەپۆڵەوە تا لوتکە مەسعود لەعلی: و،مهاباد حەسەن
٨ بەبەرزایی هزرت باڵدەگریت مەسعود لەعلی: و،سەردار حەسەن خالی
٩. هێزی بڕیاردان لە مرۆڤ د، ئیبراهیم فەقێ: و، د، محمدعومەر
١٠. پەندو ئامۆژگارییەکانی د،ئیبراهیم فەقێ: کۆکردنەوەی، کامل محمد
١١. نهێنییەکانی کەسێتی سەرکەوتوو د،ئیبراهیم فەقێ: و، محمد چیا
١٢. چۆن ئامانج وئارەزووەکانت بەدی دەهێنیت، د،ئیبراهیم فەقێ و، م، هلال صابر
١٣. هێزی متمانە بە خۆبوون د، ئیبراهیم فەقێ: و،کارزان عەزیز ٢٦٢
١٤) خۆت بە سەید گوڵ محمدی: و،هەتاو عەلی
١٥) یاریکەری ژیان بە نەک یاری پێکراو سەید گوڵ محمدی: و، بڕیار بەرگر
١٦)یاساکانی ژیان ڕیچارد تیمپلەر: و،ئەبو بەکر ئەحمەد خدر
١٧) ئەو یاسایانەی کە دەبێت بشکێنرێن ڕیچارد تیمپلەر: و، گەشبین محمد
١٨ڕ ڕێساکانی خۆشەویستی ڕیچارد تیمپلەر: و، ئەبو بەکر ئەحمەد خدر
١٩ باز بدە ستیف هارڤی: و، وریا عومەر
٢٠. سەرکەوتوانە بیر بکەرەوە، ستیف هارڤی: و، بەمۆ عبدالعزیز
سەرکەوتوانە ڕەفتار بکە
٢١ وەک خانمێک ڕەفتار بکە، ستیف هارڤی: و، بێخاڵ محمد

وەک پیاوێک بیر بکەرەوە،
٢٢. هەنگاو بنێ ستیف هارڤی: و، حەیدەر ئیبراهیم
٢٣. نهێنییەکانی مێشکی ملیۆنێر تی، هارڤ ئیکە: و.شەیما عبدالله علی
٢٤. زیرەک بە برایان ترێسی و، حەیدەر ئیبراهیم، کەلسوم عومەر
٢٥. هێزی باوەڕ بە خۆ بوون برایان ترێسی: و، حەیدەر ئیبراهیم، کەلسوم عومەر
٢٦. یاساکانی وتاربێژی برایان ترێسی و، سوهەیب سەعید
٢٧ دە هەنگاو بەرەو ژیانێکی باشتر دیل کارنگی: و، د، محمد عومەر
٢٨. واز لە دوو دڵی بێنە و دەست دیل کارنگی: و, م، شەریف حەمە ڕەشید بکە بە ژیان،
٢٩. بیربکەرەوە و دەوڵەمەند ببە ناپلیۆن هێل: و، ئومێد محمد هەڵەبجەیی
٣٠ هێزە شاراوەکاتی مرۆڤ د، جۆزێف مۆرفی: و، شەماڵ
٣١. ژیانی خۆت لە ماوەی حەفت ڕۆژدا بگۆڕە پۆل مەکنا
٣٢. باوەڕ بە خۆبوون بە شێوەیەکی کاریگەر، پۆل مەکنا: سەمیر حەسەن
٣٣. چیرۆکی مەنجەڵ و ملاک میخائیل ئیدە: و، زانا ورد بارانی
٣٤. تۆ بە دەوڵەمەندی لە دایک بویت، بۆب برۆکنەر: و، سامان کەریم
٣٥. هەنگاوی بچوک بەرەوسەرکەوتنی مەزن ئەنتۆنی ڕابینز: و، جەبار
٣٦. باوکی دەوڵەمەندو باوکی هەژار ڕوبێرت کیوساکی: و، سەنگەر عەبدولکەریم
٣٧. پلان بۆ ٥٠٠ سالی تر: کۆکردنەوەی عادل شاسواری
٣٨. برامان برایی، کیسەمان جیایی: سامان ماملێسی
٣٩. ملیۆنێری خێرا مارک فیشەر و، حەیدەر ئیبراهیم
٤٠. چۆن ڕێگای بەختەوەریم دۆزییەوە د، عەلی ڕەزا ئارمەندیا: و، ئەمین حەمە ڕەزا
٤١. ئامۆژگارییە بچوکەکانی ژیان براون جاکسۆن: و، فریاد بارزانی
٤٢. گەورەترین وانەکانی ژیان هال ئۆربەن: و، تەحسین بەهائەدین
٤٣. تیۆری ڕێکخراو ستیفن ڕۆبێنز: و، ئیسماعیل زارعی

٤٤. بۆچی مرۆڤەکان شکست دەهێنن سیمۆن ڕینۆلدزو، ئیبراهیم بەهائەدین
٤٥. پارەت دەوێ نووسینی: سالارهەولێری
٤٦. بەرەو خۆشبەختی ئەنتۆ نی ڕابینز حەسەن ئەحمەد مستەفا
٤٧. ڕەشبینی حەمە سەعید حەسەن ڕۆژنامەی ڕووداو ژ،٨٣٥ لە ١٤ی ١ی ٢٠١٩
٤٨. ئایا هۆشیاری گەشە دەکات ، حەمە سەعید حەسەن ڕۆژنامەی باس
٤٩. ئەو خالانە جێبەجێبکە با ژیانت خۆشتر بێت (نووسەری کوێتی، تارق سوێدان)
ڕۆژنامەی باس ژمارە ٤٠٦ لە١٣ی١١ی٢٠١٨
٥٠. هونەری بەختەوەری دەلای لاما و هاوارد سی کەتلەر
٥١. سەرکەوتنی بیر/ ئۆرایزن سویت مارتن/ و، سەید ڕێباز مستەفا

دوا وته:

نزیکەی سێ ساڵ بەر لە ئەمڕۆ لە ڕێگای چەند برادەرێکی خۆشەویستم کۆمپانیای(کیونێت)م ناسی، ئەو کۆمپانیایە یەکێکە لە بیست کۆمپانیا زەبەلاحەکەی جیهان، ئەو کۆمپانیایە هەر چەندە بزنس دەکات بەڵام ٧٠٪ گەشە پێدانی مرۆییە، ڕێکخراوێکی هەیە بە ناوی (ڕیتم) تایبەتە بە یارمەتیدانی لێقەوماو و کارەساتە سروشتییەکان و ڕووداوە نەخوازراوەکان،

خەڵکانێکی زۆر لە بواری بزنس بە داهاتی زەبەلاح گەیشتوون لەو کۆمپانیایە، بەڵام ئەوەی گرنگە لایەنی گەشەپێدانی مرۆییە کە توانیویەتی کادری بە توانا و پێشکەوتوو لەو بوارە پەروەردە بکات و خەڵکێکی زۆر هوشیاربکاتەوە لەوەی کە ژیان تەنها نووستن و خواردن نییە، بەڵکو هەوڵدانە بۆ گەیشتن بە ئامانجەکانت، هیچ یەک لە کەسانی سەرکەوتووخاوەن سەروەت و سامان لە ئاسمانەوە بۆیان نەباریوە بەڵکو هەوڵی بێ وچانیان داوە، شەونخونییان کردووە، هەزاران جار شکستیان خواردووە، مایەپوچ بوون، بەڵام لە هەوڵەکانیان بەردەوام بوون، شکستیان وەک وانەیەک و تاقیکردنەوەیەک وەرگرتووە بۆ گەیشتن بە خەون و ئاواتەکانیان تا سەرکەوتوون (فۆرد) پێنج جار مایە پوچ بوو هەرجارێک پێنج ساڵی خایاندووە تا هەڵساوەتەوە، (ئەدیسۆن)(٩٩٩٩) تاقیکردنەوەی لەسەر گڵۆپێکی کارەبایی کرد تا سەرکەوت و ڕووناکی هێنایە جیهان، هەموو شکستێک وانەیەکە بۆ مرۆڤ تا شتی زیاتر فێر ببێ، ئەویش بە باوەڕ و متمانەی بە هێز و هەوڵدان و بەردەوامی و کۆڵنەدان بە دەست دێ،

نووسەر لە چەند دێڕێکدا

* ناوم: مەجید عەبدولڕەحمان قادر خۆشناوە ناسراوم بە مامۆستا مەجید خۆشناو،
* لەساڵی ١٩٥٨ لەشارە جوان و سەرکەشەکەی شەقڵاوە لە سروشتی ئەو دیمەنە ڕەنگاو ڕەنگ و باغ و گولستانە چاوم پشکوتووە، لەساڵی ١٩٨٠ـ١٩٨٠ ئامۆژگای مامۆستایانم لە هەولێر تەواو کردووە، لە هەشتاکانەوە دەنووسم بەڵام تا پاش ڕاپەڕین بوارێکی وام بۆ نەڕەخسا لەو بوارە دەربکەوم لەبەر فیراری و سەربازی و دەربەدەری و پێشمەرگایەتی،
* لەساڵی ١٩٩٢ لەکۆنگرەی ڕاپەڕین بووم بە ئەندامی یەکێتی نووسەرانی کورد، کتابێکی چاپکراوم هەیە بە ناوی (خدری زیندە) کە کۆمەڵێک چیرۆکی فۆلکلۆری ناوچەی خۆشناوەتی لە خۆ گرتووە، لە زۆربەی گۆڤار و ڕۆژنامەکانی پاش ڕاپەڕین بابەتی ئەدەبی و ڕۆشنبیری و ڕەخنەییم بڵاو کردۆتەوە، ماوەیەکی زۆرە وەک مامۆستا لە قوتابخانەکانی سنووری شەقلاوە و ناو هەولێر وانەی زمان و ئەدەبی کوردی دەڵێمەوە، ئێستاش بەردەوامم لە مامۆستایەتی و خوێندنەوە و نووسین، دوو کتابی ترم ئامادەیە بۆ چاپ بەناوی:

١ـ (بە سەرهاتە ڕاستەقینەکانی خۆم و برادەران)

٢ (ڕۆمانێکە بەناوی (پینەدۆز)

پێرست

لە جیاتی پێشەکی	٧
تۆکێیت؟	٩
زانست و زانیاری و فێربوون	٩
کەسایەتی کارێزما:	١٤
باوەرومتمانە:	١٧
تۆ کێی؟	١٩
باوەڕو متمانە:	٢٠
چۆن متمانەی کەسانی تر بەدەست بێنین:	٣٢
بونیادنانی متمانە بە خۆ بوون:	٣٥
هێزو کاریگەری باوەڕ	٣٩
تواناکانت بێسنوورن:	٤٤
ژیان دەرفەتێکی زێرینە	٤٨
ترس	٦٣
شکست	٦٥
باوەڕ بە خۆبوون:	٧٢
(تۆ خۆت لە ژیانی خۆت بەرپرسی)	٧٦
ئامانج	٨٢
نەریتەکانی بە دیهێنانی ئامانج	١١٤
گەشەی مرۆیی:	١١٨
سوود وەرگرتن لە کات	١٢٧
بوێری گرنگە	١٤٤
حەوت کلیلی سەرکەوتن	١٦٣
چەند بیرۆکەی زێڕین:	٢١٩
خـــۆت بە	٢٢٧
خۆت بدۆزەرەوە:	٢٦٠
دوای ئامانجی پوچ و بێ مانا مەکەون:	٢٧٦
نهێنی ژیانی شاژنەکانی جیهان:	٢٩٠
شەش قۆناغی گۆڕان:	٢٩٢
سەرچاوە و ژێدەرەکان:	٣٠٤
دوا وتە:	٣٠٧
نووسەر لە چەند دێڕێکدا	٣٠٨

یەکەمجار بزانە تۆ کێیت؟ پاشان هەر بەو شێوەیەی کەهەیت خۆت پێ قبولبێت؟ چونکە ڕا لەخۆبوون بەشێکە لە خۆ نرخاندن، کەواتە هەر دەبێ خودی خۆتت پێپەسند بێت، خۆتت وەک هەیت پێ قبولبێت و بەهای خۆت و ئەزموون و بیرۆکەکان و تاقیکردنەوەکانت بزانیت، خۆت خۆش بوێت، ڕەنگت، دەنگت، بەژن و بالآت، دایک و باوک و ڕەچەڵەکت، ناوی خۆت پێ پەسند و قبولبێت. ئەگەر ئەوانە نەبوو ئەوە لاوازی لە خۆ نرخاندندا دێتە کایەوە. بیر لە کەسێتی ڕابردووت مەکەوە چۆن بووی؟ چۆن ژیای؟ کوڕی کێی؟ بنەماڵەت چییە و کێیە؟ بیری داهاتووش مەکەوە ڕەنگە پێی نەگەی، تەنها بۆ ئەمڕۆ بژی. ڕابردووم گرنگ نییەکە چۆن بووم، داهاتووم گرنگە کە چۆن دروستی دەکەم. ڕابردووی (ئەڵماس) خەڵووز بووە بەڵام بووە بەو ئەڵماسەی کە هەیە، کەس پێی نالێ خەڵووز. لە بنە دارێک هەزاران دەنکە شقارتە دروست دەکرێت، دەنکە شقارتەیەکیش دەتوانێ هەزاران دار لە دارستان بسووتێنێ.