



# مندالی میزنو چاره سهری

زۆر که رهت، ئەمانه دەبنه هۆی ئەوهی، تۆرە بیئت، یان قسه بگلمیئت،  
وده می گۆنه کات، کاتی واش ههیه منداله که سه رشیت، ویاخی ده کات،  
وسه ریچ ده بیئت، وورکن ده بیئت، وقابو قاچاخ ده شکمیئت،  
وبه ره لهستی کهسانی ده وروبهری ده کات، به لکو تیاندا هه لده که ویت، له  
دووا روژدا دزوو دروژنیش ده بن، زیانی میز به خودا کردنی مندال، ئەوه شه  
که لهشی منداله که خۆی ده سوئیته وه، ههست به برژانه وهی پیسته که ی  
ده کات، ئەگەر جله کانی تۆزیک زبرین، پیسته که ی داده مالمیئت، ونازاری  
ده گاتی.

ئەجا که هات، و میز به خودا کردنی مندال، ئەم هه موو زیانه ماددی،  
وله شی، وده روونیانه ی هه بیئت، پیوسته له سه رمان زوو به ده ست و، بردی به  
شیوه یه کی زانستیانه، هوکانی بدۆزینه وه، چاره سه ریان بکه ین.  
پیوسته ئەوه شه بزانی، چاره سه ری راستی، ئەم گیروگره فانه به هه ره شه،  
وگوره شه کردن، وچورنوکه، ودارکاری، وفه لاقه کردن، وشکاندن، وته ریق  
کردنه وه، وناوهراندن، ناکریت، وه کو هیندی که س باوه ریان وایه، به لکو

مندالی میزن ئەو منداله به، که میز راناگریت، تا ده یگه به نه ناوده ست یان  
سه ر [قه عده] میز به خودا ده کات، میزنی وا هه یه به شه وو روژ، وه کو به ک  
گیانی خۆی ته ر ده کات، هه شبانه ته نها به شه وان، هه شبانه ته نها به روژ میز  
به خودا ده کات.

له وه ی نه بیئت، زیانی میز به خودا کردنی مندال - به تایبه تی به شه وان -  
ته نها ئەوه بیئت جیگه ی نوسته که ی خۆی ته رکات، و جله کانی پیس بکات،  
ویسخه وه کانی پرزیت، وزوو بدریت، وژوره که ی، و نیو جۆلانیکه ی یان  
پیشکه که ی، بوئی ناخوشیان لی بیئت، و دایکی یان دایه نه که ی به جل  
گۆرین، وشۆردنه وه، ماندو بکات، به لکو مندالی میزن، هه ست به  
که سه ری، وپه شیوی ده رووینیش ده کات، هه میشه شه رمنه، وهه ست به  
ته ریق، وهه ست به لی نرخی، ونزمی، خۆی ده کات، ترسنوکه، وله سزای  
دایکی، وباوکی ده ترسیئت، وله خوته، وپۆله ی کهسانی ده ور، وپشتی  
ده ترسیئت.

ئەمانه هه مویان ده بنه هۆی ئەوه ی که گۆشه گیر بیئت، و تیکه لاوی  
مندالانی دیکه نه کات، له چالاکی یه کانیاندا، ودوره په ریز بوه ستیئت.

رینگه‌ی زانستی، و پروه‌ده‌ی ده‌کرت، و ه‌کو له‌مه‌ودوا باسیان ده‌که‌ین.

خوینه‌ری هیژا! باش وایه پیش هه‌موشتیک بزاین میز به‌خودا کردن، تا ج‌تمه‌نیک به‌رواله‌تیک‌ی سروشتی داده‌نرت، و نه‌خوشتی نی‌یه؟ له‌ راستیدا زوربه‌ی زوری مندالان، تا تمه‌نیان ده‌گاته [۱۵] یه‌ک سال و نیوی نیو حیگه‌ی خویمان تهرده‌که‌ن، و میز به‌خویاندا ده‌که‌ن، له‌بهر نه‌وه دایکی کوردی مندالی خوئی له‌بیشکه‌دا ده‌پچیته‌وه، و بلویر به‌کارده‌هینیت، و ه‌کو بزیره‌وینک، بو‌میزی منداله‌که‌ی، که مندال له‌تمه‌نی [۱۵] تیپه‌ری، بهره‌ رادیت له‌سهر میزلدان گرتن، میز به‌خودانه کردن، به‌جوریک ماوه‌ی ووشکی جله‌کافی کاتی وا‌هه‌یه ده‌گاته (۲) کات ژمیر، نه‌میش له‌بهر نه‌وه‌یه میزلدانی بهره‌ بهره‌گه‌شه ده‌کات، و ده‌گات یان بابلین! ده‌گه‌نیت نه‌ک له‌بهر نه‌وه‌ییت رابه‌نرت له‌سهر خوگرتن، له‌وه‌ی نه‌ییت هه‌موو مندالیک له‌ بهره‌سندنه‌دا، و ه‌کو یه‌ک واین، به‌لکو له‌م باره‌یه‌وه مندالان جیاوازی یان هه‌یه. نه‌م جیاوازی به‌ش ده‌گه‌ریته‌وه، بو‌قه‌واره‌ی میزلدان، یان گه‌ینی ه‌ش. یان نه‌و ژنگه‌ده‌روونی به‌ی که‌تیلدا ده‌ژی.

له‌بهرنه‌وه، مندال هه‌یه، ده‌توانیت له‌تمه‌نی دوو سالدیدا میزلدانی خوئی بگرته‌وه، هه‌شیانه به‌سی سالی، و هه‌شیانه به‌چوار سالی، له‌گه‌ل نه‌وه‌شدا، تیکرانی نه‌و تمه‌نه‌ی که‌مندال ده‌توانیت، تیلدا، میزلدانی خوئی بگرته‌وه [۱۵] یه‌ک سال و نیوی به‌، تیکرانی نه‌و تمه‌نه‌ی که‌مندال ده‌توانیت به‌شه‌وو روژ به‌شیوه‌به‌کی سروشتی تیلدا میزی خوئی بگرته‌وه [۳-۴] سالی به‌. نه‌گه‌ر هات، و مندال له‌م تمه‌نه‌ تیپه‌ری، و هه‌ر خوئی تهر ده‌کرد، مانای وایه، هه‌یه‌کی خراب هه‌یه بو‌نه‌مه، پیوسته‌ بو‌ی بگه‌رین، و ییدوزینه‌وه، و چاره‌سهری بکه‌ین، نه‌گینا لئی ده‌یینه‌وه، و نه‌خوشتی دیکه‌ په‌یدا ده‌کات، نه‌وکاته چاره‌سهری گرانتر، و قورستر ده‌ییت.

### هوکانی خوته‌رکردنی مندال

پیش نه‌وه‌ی بچینه نیو‌باسه‌که‌وه، پیوسته بلین مندالی میزن کاتیک که‌میز به‌خویدا ده‌کات، به‌ده‌ستی خوئی نی‌یه، نه‌ویش حه‌ز ده‌کات: به‌لکو تاوات ده‌خوازیت، که‌نه‌م رواله‌ته‌ی نه‌ییت و ه‌کو مندالانی دیکه‌ی ئاسایی ییت، لای که‌سانی ده‌ورو به‌ری خوشه‌ ویست ییت، نه‌بجا له‌ بهره‌مه پیوست ناکات گالته‌ی پی‌بکه‌ین، و له‌بهر چاوی میوان، و پاره‌و بیشکینین، به‌لکو



، پیوسته هوکانی نه‌گه‌یشتن، و بی‌هیژ کردنی ماسوولکه‌کافی میزنی بدوزینه‌وه، نه‌و هویانه‌ش ده‌کرتن به‌چهند به‌شینکه‌وه:—

به‌که‌م: هوله‌شی‌یه‌کان:

نه‌و هوله‌شی‌یه‌کانی ماسوولکه‌کافی میزلدانی مندال لاوازه‌که‌ن. وای لیده‌که‌ن که‌توانای به‌سهر راگیرکردنی میزدا نه‌ییت نه‌مانه‌ن: که‌م خوینی، به‌دخویراکی، شیواوی کونه‌ندامی ده‌مار، به‌ده‌ه‌رسی. قه‌بزی، تووش بوونی شه‌که‌ره، که‌م فیتامینی، هه‌وکردنی ئالوو، بوونی کرمی ریخوله، نه‌خوشتی به‌کافی گورچیله، و میزه‌رو... هتد... پیوسته له‌سهر که‌س... و کارای مندالی میزن، به‌تایبه‌تی نه‌و منداله‌ی که‌له‌تمه‌نی (۴) سالان تیپه‌ری ییت، زور به‌ده‌ست و بردی نیشانی نوشدار [یزیشک] ی‌بدن. بو‌نه‌وه‌ی به‌ رینگه‌ی زانستی یانه‌ نه‌خوشتی به‌له‌شی‌یه‌که‌ی بدوزینه‌وه. و چاره‌سهری بکت. وله‌میزی رزگاری بگات.

## دووه م: هو دهرروونی په کانا

گرنګترین نهو هوپانه ی که مندال مینن ده کهن، و پپیان دهرروونریت، هو ی دهرروونی نه مانه ن:

دلهر او کئی دهرروونی، که مندال په شیو ده کات، تووشی شه ونخونی ده کات، و خهوی دهرزینیت، و تووشی په ژاره ی ده کات، و که کاتیک نوست خهونی هه له شه و په له شه ده بینیت، که خهبری بووه، ده بینیت، میزی به خویدا کردوه.

هروه ها ترسوتکی، له تاریکی، له باوک، له دایک، له ماموستا، له پولیس، له دز، له شیتان، له جنوکه، له دیو، له مردن. کاتی وا هه به مندال بو به میز به خویدا ده کات، چونکه برابه ک، یان خوشکیکی بچوکی بووه، و ده ترسیت نه وپله، و پایه ی لای دایکی هه ی تی، لئی داگیر بکات، له بهر نهو هیندیک مندال هه ن، ده گهریته وه، و خویان مندال ده کهنه وه، و ممه که ده مژنه وه، هیندیکیان میز به خویاندا ده کهن، چونکه نه مانه رواله تی مندالین، کاتی واهه به که مندال خوشه و بستیکي دهرمیت، وه ک باوکی، یان دایکی ده بینین، ده گهریته وه به دواوه، خوی مندال ده کاته وه، و میز به خویدا ده کات.

هیندیک له زاناکان ده لئین: نه نا نه مانه مندال ناگیرنه دواوه، به لکو جاری وا هه به، هو به کی دهرروونی ژینگه ییش، یارمه تی ده دات، نهو هو به ش لیم شیوانانه دا دهرده که ویت: ووره نرمی، باوهر به خو نه بوون، هه ست به تاپلام نه کردن، دکور مه للاک جه رجیس له چهنه لیکولینه وه به کدا نه م راستی په ی سه لماندوه، واتای وایه: که هه ره شه کردن له مندال، هه ست به نارام نه کردن، باوهر به خونه بوون، خوشه و بست، و دابه خ، په نا، له کیس چون، نه بنه هو ی نه وه ی مندال بگپرنه وه بو خووه کانی مندالی ی، و میز به خویدا کردن.

سیه م: که س و کار: گونا هی که س و کاری مندال له وه دایه، که کاتیک زانیان منداله که یان، گه ییشته ته تمه تی راهینان، بوچوونه ثاده ست، میز گرتنه وه، رای ناهین، نه م کاره یان پشت گوی ده خه ن، و که مته رخه می تیداده کهن، نه م ش یان له بهر نه وه یه، که خویان تمه لی تیدا ده کهن، یان به لایانه وه گرنګ تی په، و ده لئین: که خوی گه وره بوو، چاک ده بینیت، تیر به لایانه وه قورس و، گرانه، که شه وان، چهنه که ره تیک منداله که یان له خه و هه لستین، و بیه نه پیش ناو.

چاره م: گورج، وگولی، و یاری کردن: زور له و مندالانه ی، شه وان میز به خویاندا ده کهن، نهو مندالانه که به روژ زور چالا کن، و خویان به یاری، و گه موه، ماندوو ده کهن، که شه وان خه و تن خه به ریان نایته وه.

هیندی مندال هه ن، به ده سستی نه نقه ست، میز به خویاندا، ده کهن په کیلک له و به لگانه ش، له سر نه مه، نه وه یه، که هه ر نه وه نده دایکی جله کانی، گوری، جلی ووشکی له بهر کرد، دوا ی ماوه په کی زور کورت، میز به خویدا ده کات، و خوی تهر ده کات. هه رچهنه گورج، وگولی دانانریت به هو به کی خراپ بو میزی مندال، به لام مندالیک به ده سستی نه نقه ست، خوی تهر بکات پیوستی به لیکولینه وه په کی دهرروونی زور هه به.

## چاره سه رکردنی میزی مندال

خوینه ری به ریز: وه کو له پیشه وه ووتان، نه گهر تمه تی مندال له (۳) - ۴) سالی تیه ری کرد، و هه ر جینگه ی نوسته که ی تهر ده کرد، نهو پیوسته زوو به ده ست، و بردی، هو که ی بدوزر یته وه، و چاره سه ری بکرت، پیش هه موو شتیک، پیوسته نیشانی نوشدار (پزیشکی) تایه تی بدریت، هو که ی ده ست نیشان بکرت، چاره سه ری بکرت.

نه گهر چاره سه ری هو له شی په کانی منداله میزنه که کراو هه رچاک نه بوو، نهو کاته پیوسته باری دهرروونی چاک بکرت، نهویش به م خالانه ی خواره وه، ده بینت!

۱ - ژینگه په کی باش، و پرتارام، و دلنیایی، و ناسایشی، بو دروست بکرت، ناکوکی نیوان دایک و باوه کی نه هیلن.

۲ - به جوانی، و خوشه و بست، و سوزه وه، کرده وه ی له گه ل بکه ن.

۳ - وای لی بکه ن، که هه ست به نرخ، و پایه، و بوونی خوی بکات، نه ک به بهرچاو یوه، باوکه بلیت: خوزگه ژم نه هینا یه و مندالان نه بوایه، و نای ژبانی زوگرتیتی (ره به تی) چهنه خوش بوو. له لایه کی دیکه شه وه، دایکه بلیت: خوزگه شووم نه کردایه و هه ر به کچه عازه تی بمایه ته وه، و باوک، و دایکی به جی نه هیشتایه، و مندالم نه بوایه، چونکه مندال که گونی له م ناره زایی دهرپرینانه ده بینت، هه ست ده کات، که بوونی جینگه ی ره زامه ندی که س، و کاری تی په، و تووشی به شیوی دهرروونی ده بینت، تین ده گاته سه ر میز لدانی.

۴ - ناییت گالته به مندالی مینن بکرت، و سزای له شی بدریت، و به ند کرت،

۵ - پیوسته له کاتی دیاری کراودا شه وان له خه و بیدار بکریته وه و بریته سه ر پیش ناو، بو نه وه ی راییت.



- ۳ - نه يه لیت: ههست به که مسه ری (الشعور بالنقص) بکات.
- ۴ - نه گهر ترسۆك پيوسته چاره سه ری ترسه که ی بکهیت.
- ۵ - نه ئی تئی گه به نیت که گمیز کردن به خویدا، ده بیته گرفت له ریگه ی گه ران، و سه ران، هات، و چۆ کردنی ماله خزمان، له گهل باوك. و برو که سانی دیکه دا، چونکه که ههستی کرد به ری (محروم) ده بیته له و گه شت، ههول ده دات که نه ی هیلیت.
- ۶ - زه مه خوارده مه نی به کانی سه ر له ئیوارانی، به تایه تی زه مه کانی دو ی شیوانی، سوک بن، و به هارات، و شیرینه مه نی یان، ئیدا نه بیته. تاپیت ده کریت، ئیواران شیرو، و ناوی لی بگره وه.
- ۷ - ده بیته به شه وان یه کیك چاودیری نه وه ی بکات، و بزانیته. شه و ی چهنده رهت، و له چ کاترمیزیکدا میز ده کانه جیگا که ی، بو نه وه ی نه کاتانه دا له خه و خه به ری که نه وه، و بیه نه سه ر پش ئاو.
- نه بجا ده توانن خشته به ک، وه ک هم خشته به بکیشن، و نه و راستی یانه ی له سه ر تۆمار بکه ن، و شه وانی داها توو که لکی لی وه رگرن.

#### شه وه پا که کان

شه مه

یه کشه مه

دوو شه مه

سی شه مه

چوار شه مه

پنج شه مه

#### گرن گترین سه ر چاوه کان

- ۱ - فهمی، مصطفی - سایکولوجیة التعلیم - ط ۱ دار مصر للطباعة - القاهرة
- ۲ - دجلاس نوم - مشکلات الاطفال اليومية - ترجمة اسحق رمزی، ط ۵ دار المعارف ۱۹۸۲ - القاهرة.
- ۳ - رفعت، محمد - صحة الطفل - ط ۴ من منشورات دار المعرفة للطباعة والنشر ۱۹۸۰ - بیروت - لبنان
- ۴ - دكتور سبوك - مشاكل أباء في تربية الابناء - ط ۱، ۱۹۷۵، المؤسسة العربية للدراسات والنشر - بیروت.
- ۵ - جرجیس، ملاک - مشاكل اطفالنا النفسية، من منشورات مجلة روز اليوسف المصرية ۱۹۷۳
- ۶ - مجلة (بهروه رده و زانست) باللغة الكردية العدد الخاص بالمصطلحات المدرسية (۱۴) ۱۹۷۸
- ۷ - مصادر اخرى.

خوینه ری هیژا: باش وایه دایک و، باوك، که زانیان، منداله که یان توانای پهیدا، کردووه، خو ی بگریت، پهنگ به میزه که ی بکاته وه، ههول بدنه رای بیین، له سه ر نه مه، بو نه وه ی خو ی پیه بگریت، له کورده واریدا، دوای نه وه ی مندال له قنۆر که وه ده گو زریته وه، بو نیو بیشکه، تا ته مه نی ده گاته نیزیکه ی (۱) سالی، دایکی بو نه وه ی جیگای منداله که تهر نه بیته، شه وان بلو یز به کار ده هیئیت، وه کو میزه رو یه ک، بو زری لانکه که، به رو زیش، به لکو جار به جار یك به شه ویش، تا و ناتاو یك، منداله که ی ده خاته (سه ری)، بو نه وه ی رایته له کاتی تایه تیدا گمیز بکات، به لام نیسته به تایه تی له شاره کاند (قه عده) به کار ده هیئیت، بو نه مه به سه ته، و اتا له باتی مندال خسته (سه ری)، به راستی ته نه ها گه یینی ماسولکه کانی میز لدانی

مندال بهس نی یه بو نه وه ی که میز نه کات به خویدا، به لکو فیروون، و راهینانیش ده وری هه یه له م باره یه وه، نه بجا پیوسته له کاتی راهینانی منداله که دا، تیینی نه م خالانه، به ووردی بگریت:

۱ - منداله که راهینان، له پشت به خو به ستن، به لکو وای لی بکه ن که چاودیری مندالی له خو ی بچو کتریش بکات، وه کو بیشکه راژهنن، یان ژیر کردنه وه ی مندال به (شه قشه قه)، نه گهر مندالی بچو ک هه بوو له خیزانه که دا، له گهل نه مه شدا، نه بیته تا وای لی بگریت که نه ویش هاوکاری بکات، له لاردنی کۆسپه که ییدا.

۲ - پیوسته کۆسپه که ی به لاوه. بچو ک که یته وه، لاردنی ئاسان که ییت بو نه وه ی ووره ی به رزیته وه، و زال بیته به سه ریا.