

ههست

با

که مایه تی کردن

*
بیترب زنیسیس *

ههست به که مایه تی کردن .
بهره تی هه موو نالۆژیکی
دهروونی به . له یواله ته کانی ئهم
دیاردیه : ترسو و گۆشه گیری و
به دگومانی و دوو دلی به . نه گهر
منالیک کتۆل بووو تووشی ئهم
نه خۆشی به هات ، هه میسه له
هه موو شتیکی ژیر بهره ده ترسی .
نیش و فرمان ناگریته دهست ،
به شداری له بهرپر سیاریتی
ناکات ، نه گهر هاتوو له زیانی دا
سهرنه که ویت ، ئوبالی تاوانه که
ده خاته سهر نهستی خه لکی
تره وه . ههر له بهر نه میسه ،
ست و بیزاره ، دهروونی پر له
غم و بهزاره به ، به دبهخت و گیانی
شه ژاوه له نه ندازه به در
ههستیاره . ههر فکه بهک له لایه ن
خه لکی تره وه کرا ، وان نه زانی
نه بیان مه بهست بووه . ههر له بهر
نه مایه هاوگونجان و هوگری ده بیت
له ناو کومه که ی دا .

با بزانی ههست به که مایه تی کردن
له لای مندا لدا چۆن بهیدا ده بی ؟

کانی که منال خۆی له گهل
دایکی و باوکی دا بهراورد ده کات ،
خۆی به لاوازی و بچوکی به وه دیته
به رچاو له بهر نه وه ی نه وان به هیزو
گه وره ن ، پشتیان پچ ده بهستی
له دایین کردنی پتویسته کانی
سروشتی . لای وایه هه رده م ده بی
به ندی یان بی ، نازانی به توانای
خۆی و پشت بهستن به خۆ به وه
گه وره ده بی . نه مانه هه موویان وا
له مناله که ده که ن که ههست به
که می بکات . له بهر نه مایه
لا سایی یان ده کاته وه و خۆی
هه لده قوو رتی تی له کارو فرمانیان
ههروه کو بلتی : « منیش ده مووی
گه وره بی » .

که واته ههست به که مایه تی کردن
له لای منالی ساوادا ههستیکی
خۆرسکه . ئهم ههستهش زیاتر
بهرد دهستی نه گهر ماوه ی
سهر بهستی نه درتی . ههروه ها نه م
ههسته به بهره وام ده بی له لایه ن
منالیک نه گهر که موکوری له
له شی دا هه بیت ، وه کو : « کیتی و
شه لی ، چاو چه پ و خیل . زمان
لال بی » ... هتد ، باخود
ناریکیه که له له شی دا هه بیت ،
وه کو : « که ته بی ، لاوازی ، دریتی
یان کورتی » .

زۆر جار پهروهان به چاوی
سووک و نرم ته ماشای مندا ل
ده که ن و بههره ی که م نه که نه وه .
ره خه له نیش و کارو فرمانی
ده گرن ، هانی ناده ن بۆ پرۆسیسی
داهیتانو لیکۆلینه وه ، بۆ نمونه :
منالیک وینه بهک بکیشی و پیشانی
باوکی بدا ، باوک به پی بۆ چوونی
خۆی ، کاره که ی هه لده سه رگیتی و
به چاوی خۆ به وه ته مسای ده کات
نهک به چاوی مناله که وه . نه ویش
تووشی دل تهنگی ده بیت . له مهش
خرابتر نه وه به ره خه له منال

بگيری له پيش خه لکی تر دا .
ههروه کو قوتابی به که هه که بکات و
مامۆستاش ره خه ی ناراسته بکات و
له توانای بیری به وه که هم بکاته وه
نه مانه هه مووی دهروونی منال
ده چوو زیننه وه .

ده شی زیری قوتابی به که هاوتابی
زیری منالانی له خو گهوره تر بئ
بئ گومان نه منال له ناتوانی
نالوو یلیان له گه لدا بکات . ده شی
تووشی ناخوشی بئ و به رامبه ریان
هه ست به که مایه تی بکات . هه
نه مناله ش هاو گونجانی نه ده بیت
له گه ل منالانی هاوته مهنی خو ی ،
چونکه له وان زیر تره ، له نه جامدا
مناله که هه ست به که مایه تی
ده کات .

نه گه ر قوتابی به که له وانه کانی دا
دوا بکه وی خرایه پۆلیک گشت
قوتابیانی به ته مهن له و بچوو کتر
بوون ، نه وی نه و مناله هه ست به
که م پایه و بئ به ره ره بی ده کات و
باوه ری به خو ی که م ده بئ . نه گه ر
مامۆستا و قوتابیانی گالته ی بئ بکه ن و
به چاری سوو که وه ته ماشای بکه ن ،
نه وه نه م هه مو و وروژانه له نا و
دل و دهروونی کپ ده بئ و کار له
باشه روژی ده کات . دیسان
هه ره شه کردن له منال و توندو تیژی
بۆ مه به ستی گوئی رایه لی ده بیتنه
هوی هه ست کردن به که م پایه و
به هره . تر سنۆکو گو شه گیر
ده بئ .

ههروه ها قوتابی به که دیمهنی
دهروه وی ناریک بئ و خه ره جی
روژانه ی که م بئ ، وه یا زیان نامه ی
خه تزانه که ی به بئ ، کار ده که نه
سه مناله که و له ژیر باری هه ست
به که مایه تی کردن ده ر ناچئ .

بۆ نه وه ی منال هه ست به
که مایه تی کردن نه کات ، پیوسته
ره چاری نه م چهنه خالانه ی

خواره وه بین :

۱ - ریز له که سیتی منال
بگرین و دان به توان و کارامه به کانی
بنیین .

۲ - هانی منال بده بئ بۆ نه وه ی
پشت به خو یه وه بهه ستی ، یاخود
هانی بده بئ بۆ نه وه ی هه لبسی به و
کارانه ی که له توانای دا هه به و
ده توانی بیان کات و فیری بکه بئ
چۆن خزمه تی خو ی بکات .
له م باره به وه « بریستۆن » ی
بزیشک ده لئ : « له شی مرۆف به
خواره مهنی باش نه شو نما ده کات .
ههروه ها دهروونی شی نه شو نما
ده کات به تاقی کردنه وه و
نواندن دا » .

۳ - ده رفه تی منال بدری به
ناره زووی خو ی چالاکیه کانی
بنوینئ و یاری بکات ، وه به بئ
ترس . گه ر وان هه بئ ، تووشی
نه شکه نه چو نازار ده بیت . له م
باره وه « رو سو » ده لئ « نه کار
منال روژی سه د جار بکه ویتته سه ر
زه وی ، نه مه باشه بۆی چونکه فیر
ده بئ چۆن هه لبستی و رابکات . . .
به سه ره به ستی به که ی دلنیا به . .
گو ی نادات به م نه شکه نه چه ی که
تووشی ده بیت » . ههروه ها
بزیشک « عبدالعزیز القوصی »
ده لئ : « نه م نه شکه نه چه ی تووشی
منال ده بیت له میانی تاقی . . .
وه کانی و پشکنین و یاری ده بئ
کورت ده خایئئ ، چو
نه شکه نه چه ی دهروون به ره ده وام
ده بئ و تا دوا روژی زیانی
هاوسه ره تی » .

۴ - نه گه ر منالیک که موکوری
له له شدا هه بوو ، نه بئ نامۆزگاری
پهروه ران ساده و ساکار بیت ،
نه سوژی له نه ندازه به ده ر بۆی
بنوینئ . وه نابئ به ر تیر و توانج
بکه وی .

۵ - له کاتی ریکه ستنی
بۆ له کاندای ، نه بئ « بیره توانا » و
ته مهنی قوتابیانی ره چاو بکریت تا
هاو گونجان و هۆگری هه بیت .

۶ - نابئ وانه ی تایه تی ته نها
له باره ی چار ناچاری بدری به
قوتابی ، به لکو نه بئ بۆ سه ره به ستی
بیری هان بدری . رو سو نه لئ :
« نه و وانانه ی قوتابی فیریان نه بئ ،
گه ر پیوه ماندوو بئ ، نه وه هه رگیز
له بیری ناچنه وه و له وه ی که به کیک
بۆی ، اقه بکات ، زیاتر له میتشکی دا
ده چه سپئ .

۷ - نه گه ر هه
به که مایه تی کردن له لای منال دا
به ره چاو که وت ، نه بئ زوو به زووی
چاره سه ری بکه ن . . نه مه ش به
کو لینه وه ی هۆبه کانی و
چاره سه ره کردنی به وه ده بئ
مانه وه ی له هیمنا به تی و دلنیا بی و
شادی و خو شی دا بیت ، بۆ نه وه ی
منال هه ست به خاموشی و
شانازی به وه بکات که وا سه ره به سته
له خه تزانه که یدا و هه میسه ریزی لئ
ده بئ و هانی ده دن بۆ نه وه ی له
ژبانیدا سه ره بکه ویت .

سه رچاوه کانی نه م باسه :

۱ - علم النفس فی حیانتنا
الیومیة . . سه ر شیخانی

۲ - اسس الصحة النفسية -
الدکتور عبدالعزیز القوصی .

۳ - روسو وآراؤه فی التریبة
والتعلیم - محمد عطیة الابراشی

۴ - گو فاری « به بیان » . . ژماره
۵۴ مایس ی ۱۹۷۹