نووسەری : ڕیجینالد وایلد

خاوەنی نووسراوانی "تەندروستی و نەخۆشی و زانستی خۆناسین" و

"خوداناسین لە چاوی زانستی خۆناسینەوە" وهی تر

کوردی نووسی : شاکر فتاح

- دەتەوێ خۆت بناسیت ؟
- دەتەوێ لە ژیانی ڕۆژانەتدا کەڵك لە زانستی خۆناسین وەربگریت ؟
- دەتەوێ بزانیت هۆشی شارراوە چۆن دەکەوێتە گەڕ ؟
- بەپەرۆشەوەیە ژیانێکی خۆشی وا ڕابوێرێت کە شایانی خۆت بێ ؟
- بەتەنگەوەیت کە سایەتییەکی ناوازە بۆ خۆت بهێنیتە بوون ؟
- ئەگەر ئەمانەت دەوێ ئەم نووسراوە ، تا دەتوانیت بخوێنەرەوە .

پێشەکی !

بێگومان هەموومان حەز بەوە دەکەین کە کامەرانترو ئازاترو پایە بڵندترمان لێبێت. زانستی خۆناسین، لە توانایی‌دا هەیە بمانخاتە سەر ئەو ڕێگایەی کە بمانگەیێنێ بەو ئامانجانەمان.

کەسایەتی لە شەوو ڕۆژێکدا دروست نابێ‌و لەدایك نابێ.

کەواتە بۆئەمەی دەروونێکی شایستە بۆ خۆمان بهێنیتە بەرهەم، پێویستە خاوەن ئارام‌و نیازێکی بەهێز بین. چونکە زانستی دەروونی، خۆیشی لە توانایی‌دا نیە کە بەکەڵکی پیاوێك بێت، سەرساردی یان بێکارەیی بەسەریدا زاڵبوویێت.

بەڵام ئەگەر ئێمە لەوانە بین کە هەرگیز وەڕس نابن‌و کۆڵ نادەن‌و تا پێیان بکرێ تاقیکردنەوەکانیان دووبارە بکەنەوە، بێگومان کەڵکێکی زۆر لە دۆزراوەکانی زانستی دەروونیی ئەم چەرخە وەردەگرن. ئەم زانستانە لە باریدا هەیە بمانخاتە سەر ڕێی ڕاست. دەیشتوانێ ئەم دەستکردە گرانەمان فێربکات، دەستکردی دەروونی بایەخدارو بەنرخ. هەروەها دەیشتوانێ لە ژیانی سەرلێشێواوی رزگارمان بکات. ئەوەی زانستی خۆناسین لەباریدا هەیە بیکات، تێکۆشاوم لەم نووسراوە

بچکۆلەیەدا پیشانی بدەم.

ئەوە کردەوەیەکی گەورەو دڵکێشکەرە، کە بیەوێ دەروونێك دابمەزرێنێ‌و کەسایەتییەك دروستبکات لەسەر زەویدا هیچ فرمانێك لەوە ناوازەتر نیە ! . . هیچ شتێکیش لەوە بەکەڵك‌و فەرتر نیە ! . . چونکە کەس نیە بتوانێ دەروونت لێ داگیربکات. بوێ هەیە سامانت لەدەست بچێ، بەهۆی مردن یاخود دوورکەوتنەوە، دۆستەکانت لەدەست دەربچێ. بۆی هەیە کە بەدوای ناوبانگك‌دا بگەڕێیت، خۆیت لێ بشارێتەوە، تەنانەت تەندروستیش هەتاسەر بۆت نەمێنێتەوە.

لە ڕاستی‌دا. ئامانە هەموویان. تا ئەندازەیەکی گەروە، ڕۆژگارو کارەساتی ژیان کاریان تێ دەکەن.

بەڵام هەرکامێك لە ئێمە بگریت، دەتوانێت دەروونێك پەروەردەبکات هیچ کارەساتێکی ڕۆژگاریش نیە کە بتوانێ ئەم دەروونەمان لێ جیابکاتەوە. دەروون تەنیا سامانێکە کە بە کەس داگیرناکرێت. لە توانایشماندا هەیە کە تا سەرەومەرگك خەمی بخۆین‌و پەروەردەیبکەین‌و گەشەی پێ بکەین :

هەر ئەمەندەیش نیە. بەڵکو ئەم ڕەنج‌و تەقەللایە کە بۆ بەرهەمهێنانی دەروونێکی شایستە بە مرۆڤ، بەخت‌دەکرێن، لەبارياندا هەیە کە ژیان تا دوایی بە ڕازاوەیی‌و ناوازەییەوە بپارێزن. هەتاکو ئێمە لەو کۆڕی خەباتەدا بین، لە وەڕس‌بوون و گێژەو وێژی‌و هەناسەساردی لە ژیان، بەدوور دەبین.

لە دوو هەزارو چەند سەد ساڵێك لەمەو پێشەوە، لە یۆنانستانی کۆن‌دا، ٤سوکرات] چەند ووشەیەکی بەدەمدا هاتووە، ئەوپەڕی ژیری‌و پەندو ئامۆژگاریی مرۆڤایەتی‌ی تێدا پیشانداوە :

«نامەوێ هیچ بکەم ئەوە نەبێ، کە بە گەورەو. بچووکتانەوە بتانگێڕم بە جیهان‌دا، بۆئەمەی بیخەمە مێشکتانەوە کە لەپێش ئەمەی بیر لە لەشتان‌و سامانتان بکەنەوە. خەمی گیانتان بخۆن کە بیگەێننە ئەوپەڕی بڵندی».

لەپاش سێ سەد ساڵ، پیاوێکی گەورەتر لە ٤سوکرات]، ئەم پرسەی لە هاوتەمەنەکانی خۆی کرد :

«مرۆڤ چی بۆدە مێتەوە، ئەگەر بۆی هەڵکەوت هەموو جیهانی دەستبکەوێ، بەڵام دەروونی بدۆڕێنێ ؟»

دەستوورەکانی دەروون، لە شەڕو ئاشتی‌دا وەك یەکن. کاروباری دەمدەمی نایانگۆڕێ. هەر ئەوەندە هەیە کە شەڕ، زۆرتر پێویستی بە هەندێ کردەوە هەیە کە لەم نووسراوەدا پێشنیاز کراون، وەك : ئازایەتی‌و، مەندی‌و، بەرگەگرتن‌و، چاوپۆشین‌و، یارهەتی‌و گەمەی بڵندو کردەوەی تر . . .

بەو ڕێگایانەی پیشانمان داون، ئەگەر بۆ کاتی ئاشتی پەسندبن، بێگومان بۆ کاتی شەڕۆ پەسندترو بایەخدارترن. چ لە کاتی شەڕدا، چ لە کاتی ئاشتی‌دا، ئێمە دەبێ بۆ ئەوە تێبکۆشین کە کەسایەتیمان ڕۆژبەڕۆژ بڵندبوونەوەدا بێ. ئەمە فرمانێکی سەرشانمانە، بە رامبەر خۆمان، پێش ئەمەی بێتە فرمانێك بەرامبەر کەسانی تر. جا ئەگەر ئەم نووسراوە بچکۆڵەیە، بتوانێ یارمەتیی ئەو خوێندەوارانەی خۆی بدات، کە ڕەنج دەدەن بۆ ژینێکی بڵندترو بەکەڵك‌تر، خاوەنەکەی پاداشێکی وای دەست‌دەکەوێ کە لە بەشی خۆی زۆرتر بێ.

زانستی خۆناسین
« کۆنو نوێی »

(١)

زانستی خۆناسین ، زانستێکی زۆر کۆنە ، لەگەڵ ئەمەیشدا بە زانستێکی زۆر نوێیش دادەنرێ . ئەو ، لە لایەکەوە ، ئەوەندەی مرۆڤ کۆنە . لە لایەکی تریشەوە ، نوێیە وەك تازەیی رادیۆ ، یاخود ئەو فرۆکانەی کە لە کاتێك‌دا چوار سەد میل دەبرن ئەویش لەبەر ئەوەیە ، کە زانستی خۆناسین ، بریتی‌یە لە لێکۆڵینەوەی هۆش . ئەمەیشەوە تیٚدەگەین ، کە زانستی خۆناسین ، بریتی‌یە لە تێکۆشینێك بۆ چوونە ئەودیو لەشی مرۆڤەوە ، بۆئەمەی لە هەندێ شت تیٚبگەین ، وەك : بیرو ئارەزووو خرۆش‌و بیرەوەری‌و هەست .

لەوەدا هیچ گومان نیە ، کە مرۆڤ هەر لە سەرەتای پەیدابوونیەوە ئەم سەر زەوی‌یەدا ، تا ئەندازەیەکی گەورە ، دەروونی بووە .

چونکە هۆش — پەسندی ناکات ، کە تا ماوەیەکی درێژ مابێتەوەو تیٚنەکۆشابێ ، لە خۆی‌و ئەو کەسانەی لەناویاندا ژیاوە ، تیٚنەگات .

ئەو کابرایە بۆچ وای‌کرد ؟ ئەی بۆچ وای نەکرد ؟ سەبارەت بە چی‌یە ئەم پیاوە لە هیچ رووێکەوە لەو پیاوە ناکات ؟ من بۆچی ئەم فرمانە دەبینم ، کەچی هەمووده‌م وام دەوێ فرمانێکی تر بکەم ؟

ئەم پرسەو هەزاران پرسی تر ، دەبێ لە سەرەتای مرۆڤایەتی‌یەوە هاتبنە مێشکی مرۆڤەوە . جا چونکە ئەم پرسیارانەیان لە خۆیان کردووەو تێکۆشاون وەرامیان بۆ بدۆزنەوە ، ئەو مرۆڤانە بە (زانستی دەروون) — خواز دادەنرێن . ئەڵێ ، ئەوانە لە زانستی دەروونیان دەکۆڵی‌یەوە ، پێش لەمەی کە گوێیان لە زانستی دەروون بووبێ .

ئەم پرسیارانە کە لە سەرەتادا ، کاڵ‌و نەکوڵیو دەردەکەوتن ، چەشنی هەموو پرسیارێکی مرۆڤایەتی کە تازە دەست‌پیٚ‌دەکات ، زۆری پیٚ‌نەچوو ، وورده وورده ، چوونە شێوەیەکی رووناك‌ترو دیاری‌کراوترەوە .

تەنانەت لە کاتی (ئەرەستوو)یشەوە ، کە لە یۆنانستانی کۆن‌دا دەژیا لە ناوەند ساڵەکانی (٣٨٤ پ . ز و ٣٢٢ پ .ز)دا ، زانستی خۆناسین وای لیٚ هاتبوو کە بە بابەتێك لە بابەتەکانی لێکۆڵراوەی تەواو دابنرێ . لەوسایشەوە تا ئێستا راستی پەرستەکان بیر لەوە دەکەنەوە کە هۆش چی‌یەو چۆن فرمان دەبینێ ؟ .

بەڵام زانستی خۆناسینی باو ، کە هەندێ پیٚ‌ی دەڵێن زانستی خۆناسینی نوێ ، تەمەنی لە (٥٥) ساڵ تێپەڕ ناکات ، چونکە لە نزیك ساڵی ١٨٩٠ دا دامەزرا .

بۆئەمەی جیاوازیی ناوەند زانستی خۆناسینی کۆنو زانستی خۆناسینی نوێ تیٚبگەین ، پێویستە بێتەوە بیرمان کە تا پەنجا ساڵیش لەمەوپێش ، زانستی خۆناسین بریتی‌بوو لە بابەتێك لەو بابەتانەی کە راستی پەرستەکان خۆیان پێوە خەریك‌دەکرد . واتا لەسەر کورسی‌یەوە لیٚ‌ی دەکۆڵرایەوە .

ئەویش بەو جۆرە بوو ، کە خاوەن بیرەکان لەناو کورسی‌یەکانیاندا نوقوم‌دەبوون ، بۆئەوەی باش ووردبینەوە لە کارو فرمانی هۆش‌و رەووشتی هۆش ، تا ئەوی بۆیان دەدۆزرایەوە بینووسن ، ئەو تێکۆشانەیان بۆ ئەمەبوو کە (دەستوورەکانی هۆش) دابرێژن .

ئەم لێکۆڵینەوە ، وورده ، پچرەپچرە ، کە مرۆڤ لە هۆشی خۆی‌دا دەیکا ، پیٚ‌ی دەڵێن : (لیٚ‌ووردبوونەوەی دەروونی) .

پێشینان ، لەم رێگایەوە رۆیشتن لە دۆزینەوەی چەند راستی‌یەکی بەنرخ‌دا سەرکەوتن .

بەڵام زانستی خۆناسینی نوێ ، لەو کاتەوە دەستی‌پیٚ‌کرد کە رۆشنبیرەکان دەستیان‌کرد بە وازلیٚ‌هێنانی لێکۆڵینەوەی سەر کوسی ، پاش ئەمەی بۆیان دەرکەوت کە زانستی خۆناسین تا لەسەر ئەم پێرەوی‌یە کۆنە بڕوات ، هیوا ناکرێ زۆر پێش‌بکەوێ .

گوتیان : « ئەگەر تۆ بتەوێ لێکۆڵینەوە بکەیت لە فرمانی ئەندامانی لەشی مرۆڤ‌دا ، ناچیتە سەر کورسی‌یەکی گەرم‌و نەرم‌و هیچی تر نەکەیت . بەڵکو دەچیتە جێگایەکی تاقی‌کردنەوە ، یاخود ژوورێکی نەشتەرکاری‌یەوە . دیسانەوە ، ئەگەر بتەوێ لێکۆڵینەوە بکەیت لە گەوهەرەکانی کیمیادا ، ناچیت ، تەنیا دەست‌بکەیت بە بیرلیٚ کردنەوەیەکی وورد . بەڵکو دەست‌دەکەیت بە بەکارهێنانی لوولەکانی تاقی‌کردنەوەو تەرازووەکان‌و بابەتەکانی تر . کەواتە لە لێکۆڵینەوەی « زانستی خۆناسین » یشدا ، بۆچ ئەم جۆرە لێکۆڵینەوە زانستی‌یانە بەکارنەهێنین ، کە لەسەر بنچینەی تاقی‌کردنەوە دامەزراون ؟

جا لەو کاتەدا بوو کە زانستی خۆناسینی نوێ لەدایك‌بوو . لەم کۆڕەدا ، دوو ناوی گەورە دەردەکەوون‌و دەدرەوشێنەوە ، کە تا سەر ئەوەمان بیردەخەنەوە کە چۆن لە رێچکەی راستی پەرستی‌و زانستی خۆناسینی کۆن لایان‌داوە . یەکێکیان ناوی (ویلهلم ماکس ووندیت)ە کە لە ئەڵمانیادا دەرکەوتووە . ئەوی تریشیان ناوی (وولیەم جیمس)ە کە لە ئەمەریکادا دەرکەوتووە .

لە ساڵەکانی دوایی سەدەی نۆزدەهەم‌دا ، (ووندیت) ، یەکەم شوێنی تاقی‌کردنەوەی دەروونی لە ئەڵمانیادا دامەزراند ، کە تاقانە بوو لە هەموو جیهاندا . پاش ئەو (وولیەم جێمس)یش لە ئەمەریکادا (شوێن تاقی‌کردنەوە)یەکی دەروونی تری دامەزراند . ئیتر لێرەوە بوو ، کە زانستی خۆناسینی نوێی تاقی‌کراوە ، رێگای بۆ رۆشن‌بووەوە .

سیٚیەم ناوی گەورەیش ، کە پێویستە بیر بخرێتەوە لە کاتی

لێدووان‌دا لەبابەت زانستی خۆناسینی نوێ‌وە ، (سیگمۆند فرۆید)ە لە دانیشتووانی شاری (ڤیانا) ، کە لە دەرگای پزیشکایەتی‌یەوە چووە ناو پەرستگای دەروونی‌یەوە . لە ساڵی ۱۸۹۰ دا پسپۆرێکی تازە پێگەیشتووبوو لە دەماردا ، ئەیکۆڵی‌یەوە لە کەلوپەلی دەمارداو لە چۆنێتی‌ی فرمانکردنی دەماردا ، ئەم لێکۆڵینەوەیە ، زوو بەزوو گەیاندی‌یە ئەنجامێك ، پوختەکەی ئەوەبوو کە کەلوپەلی دەمار ، رەنگە بەهۆی هۆشەوە کاری تێ بکرێ . هێشتا سەدەی نۆزدەهەم نەبرابووەوە ، (فرۆید) دەستی‌کرد بە بلاۆکردنەوەی نووسراوەکانی کە لەبابەت (هۆشی شارراوە) و (شی‌کردنەوەی دەروون)ەوە دەدوران ، کە بەهۆی ئەوەوە لەدایك‌بوونی کارەساتێکی گەورەی تر لە کارەساتەکانی زانستی خۆناسینی نوێ ، رووی‌دا .

زانستی‌ی دەروونی‌ی نوێ ، لە پەنجا ساڵەکەی دوایی‌دا ، توانی چەند هەنگاوێکی ئازایانە بنێ . چەند شوێنێکی تاقی‌کردنەوەی دەروونی لە گەلێك زانستگادا کرانەوە لە ئەورووپاو ئەمەریکاو رۆژهەلاّتی دووردا ، لە چین‌و ژاپۆنیادا .

ئەم زانستی خۆناسینی نوێ‌یە ، ئیمرۆ ، کاردەکاتە ژیانی مرۆڤایەتی ، لە زۆر لاوە . چیرۆك‌و چیرۆکی لاسایی‌یەکانمانی رەنگاورەنگ کردووە ، پەروەردەکردنی نوێی ئاراستەکردووە ، هەروەها هوروژمیشی بردۆتە ناو خانووی پزیشکایەتی‌یەوە .

لێکۆڵینەوەکانی زانستی خۆناسین ، گەلێك ستوونی رۆژنامەو گۆڤارەکانی پڕکردۆتەوە ، بە هەزاران نووسراو لەسەر بابەتەکانی زانستی خۆناسین ، بە گەلێك زمان‌و ، نووسراونەتەوە . زۆر لە گیروگرفتەکانی مرۆڤایەتی‌ی رۆشن‌کردۆتەوە . یارمەتی‌ی زۆر کەسانیشی داوە کە لە خۆیان‌و لە کەسانی تریش باش‌تر تێبگەن .

لە بەشەکانی تری ئەم نووسراوە بچووکەدا ، تێ‌دەکۆشین هەندێ لە دۆزراوەکانی ناوازەی ئەم زانستە ، بە رۆشنی پیشان بدەین . ئەم دۆزراوانە ، زۆرتر بە کەڵکی پیاوو ژنی ئاسایی دێن ، ئەو کەسانەی کە لە ژیانی رۆژانەیاندا بەدوای ئامۆژگاری‌و رێ پیشان‌دان‌و پشتوانی‌دا دەگەڕێن .

پوختەی گوتراو

۱ – زانستی خۆناسین ئەوەندەی مرۆڤ کۆنە . چونکە ئەو تێکۆشینە دەنوێنێ کە ئامانجی تێگەیشتنی هۆشە ، هۆشی مرۆڤەکە خۆی‌و هۆشی هاوخوێنەکانی .

۲ – زانستی خۆناسین ، تا چەند سەد ساڵێکیش لە شێوەی لێووردبوونەوەی دەروونی‌دا خۆی پیشان دا ، بریتی‌بوو لە لقێکی راستی‌پەرستی .

۳ – زانستی خۆناسینی نوێ ، خۆی بۆ ئەوە دەکوتێ کە دەروون لە رێگای تاقی‌کردنەوەو کردەوەوە لێکۆڵینەوەی تێدا بکات . جێ‌ی تاقی‌کردنەوەو کەلوپەلی دەروونی بەکاردەهێنێ . لێووردبوونەوەی دەروونی تەنیا بەشێکی بچووکە لە پێڕەوی‌یەکەی‌دا .

٤ – زانستی دەروونی‌ی نوێ ، ئیمرۆ ، لە پەروەردەکردنی منداڵ‌و پزیشکایەتی‌و ژمارەیەکی زۆر لە زانستەکانی تردا بەکاردەهێنرێ . رۆشنایی‌یەکی بەهێزیشی داوە بەسەر رەووشتی مرۆڤ‌و هاندەرانی ئەو رەووشتەدا .

تا چ ئەندازەیەك زیندوویت ؟

(۲)

ژیانی هۆش سێ رووی هەیە : زانیاری‌و دەروون‌و ویستن ، ئێمە لەم بەشەدا لەبابەت رووی زانیاری ژیانی هۆشەوە دەدەوێین .

زاناکانی دەروون ، مەبەستیان لەم واژە ، ئەو واتایەی نیە کە ناسراوە . زۆرتر مەبەسیان لە « ووریایی » یە . ئەویش لەبەر ئەوەیە کە لە هەر دەمێکدا ، ئاوڕ بدەینەوە بەم لاو بەو لای خۆماندا ، دەبینین شتومەك‌و کاروبار ، چروپڕ کۆبوونەتەوە . ئەوانەیش ووریایی‌و سەرنج‌دانیان دەوێ لێمان .

دیارە نووستوو یاخود بێ‌هۆش ، زۆر ئاگایان لە خۆیان نیە . هەزارو یەك شت ببینن لە کۆڕی‌دا ، یاخود ببیەن یان سەرنجی لێ بدەن ، باکیان نیەو خۆیانی پێوە خەریك ناکەن . ئەوانەی گێژو وێژشن ، تێکڕا ، بە بەشێکی زۆر کەمی ژیانەوە نەبێ خۆیان خەریك‌ناکەن . لەوەیشدا هیچ گومان نیە کە بەشی کەسێکی ئاسایی لەوانە هەموویان ، زۆرترە لە بەشی کەسێکی گێژوویژ . لەگەڵ ئەوەیشدا تەنیا ئاگای لە بەشێکی زۆر کەمی ژیان هەیە ، لەو شتانەی کە پێویستە سەرنجیان لێ بدرێ‌و ووریان‌و ، خوێن لە دەماریاندایە ، پڕ بەپڕی جامەکەیان ، لە دەستی ژیان مەی وەردەگرن‌و دەینۆشن . ژیانی ئەو جۆرە کەسانە ، پڕپیتترە ، جیهانی ئەوانە دەوڵەمەندترە . ئەوانە ، تا ئەوپەڕی توانایی‌یان ، خۆشی لە ژیانێکی تازەو ناوازە دەبینن .

ئێمەیش پێویستە ئەوە بزانین کە جیهان بۆ هەموو لایەك هەر ئەو جیهانەیە . هەر ئەو جیهانەیە کە بۆ نوستوو و ، گێژوویژی نازیرەك‌و ، مرۆڤی ئاسایی‌و ، بلیمەت‌و هەڵکەوتووی تێ‌گەیشتوو لە واتای ژیان ، وەك یەك خۆی دەردەخات .

جیهان نیە کە دەگۆڕێ . بەڵکو ئەو کەسانەن کە هەریەکە با جۆرێك سەیری جیهان دەکەن‌و تێ‌ی‌دەگەن . . جا لێرەوە ئەم راستی‌یا گرنگە دەروونی‌یەمان بۆ دەردەکەوێ :

«جیهانی ئێمه بەو چەشنە دەبێ کە خۆمان دوروستی دەکەین. ئەویش بەندە بە دەوڵەمەندیی هوش و کارگوزاریی هۆشەوە. ئێمە ئەوە دەبینین کە لە توانایماندا هەیە ببینین».

زوربەی ئێمە، لە توانیی‌یدا هەیە، زۆرتر ببێتە خاوەنی زیرەکی و کارگوزاری. خەرێك بە خۆت تاقی بکەرەوە.

بیربکەرەوە لە یەکێك لە دۆستە خۆشەویستەکانت. چاوەکانی رەنگیان چۆنە؟

قژی سەری بە لای راستدا دەشکێنێتەوە، یان بەلای چەپدا؟ بەزۆری دەستەسرەکەی لە کام گیرفانیدا دادەنێ؟

مل‌پێچەکانی بە زۆری، رەنگیان چۆنە؟

ئەگەر توانیت ئەم پرسانە، بە ئاسانی وەرام بدەیتەوە، لە دانگی ئەو چینە دەژمێررێیت کە لە هەموو چینێك وریاترو پڕژینترن. بەڵام زۆر لە خوێندەوارانی ئەم نووسراوە، لە توانایی‌یاندا نیە ئەو وەرامە بدەنەوە. لە لایەکی تریشەوە، سەرنج بدە لە مرۆڤی خاوەن دڵخواست. چ جیهانێکی چرو پڕە جیهانەکەی، کاتێ کە شتێك یان کاروبارێك، پەیوەندیی دەبێت بە مەبەسەکەی، یاخود بە دڵخوازەکەیەوە!..

ئەو شاگردەی دڵی چوو بێت بە فرۆکدا دەتوانێ هەر لە دوورەوە، جوری فرۆکەکەت پێ بلێ.

ئەو پیاوەیش پەپوولەی هەموورەنگ کۆدەکاتەوە، لە راستیدا خۆی فرێدەداتە جیهانێکی پڕ سەرسورمان و ئارەزووەوە، کە دەرگاکانی، لە زوربەی ئێمە داخراون.

ئەمەیش راستی‌یەکی گرنگی ترە دەیڵێم: ئەو دوو خاوەن دڵخوازەو، هەموو ئەو کەسانەی کە بە گەرمی خەریکی فرمانی خۆیانن، بە کۆششێکی وریایانەی کەم، توانیویانە ئەم زانیاری‌یە دەست خۆیان بخەن. بێ‌ئەوەی بە قەمچی لە خۆیان بدەن، چوونەتە ناو جیهانێکی فراوانترەوە. لە راستیدا زانیاری‌یەکەیان، بەهۆی ئارەزوو و چەشەکردنەوە، دەستکەوتووە. کەواتە چاکترین رێگا بۆ کۆکردنەوەی زانیاری، یاخود شارەزابوون لە بابەتێکدا ئەوەیە: کە دڵت بخەیتە سەر ئەو بابەتە.

وریایی‌یەکەت بخەرە ژێر چنگی ئارەزووی دڵتەوە، بۆت دەردەکەوێ کە زانیاری‌یەکەت بە ئاسانتر دەستدەکەوێ.

دیارە وا چاکترە کە ئەو ئارەزووە سوورشتی بێ و نزیك بێ، بەڵام لە هەندێ جاردا، ئەندێشەیی و دوور نەبێ، نابێ.

ئەو شاگردەی کە بەزۆر فێری کردار (افعال)ی زمانی یۆنانی دەکرێ، کە دوورن لە ئەندازەی گشتی‌یەوە، بۆی دەردەکەوێ کە گرانە بۆی، بتوانێ خۆشی‌یەکی دەم و دەستی، لەو ووتەو واژە گران و گرێدارانە وەربگرێ.

بەڵام ئەگەر توانی شەنگ و شۆخی‌ی یۆنانستانی کۆن بهێنێتەوە بەرچاوی خوی و، ئەوەیش بهێنێتەوە یادی، کە ئەم زمانە، رۆژێك لە رۆژان، زمانی (سوکرات و، ئەفلاتوون و، ئەسکەندەر) بووە، گەرم و گوری‌یەکی نوێ دەچێتە خوێنیەوە بەرامبەر فرمانەکەی، کە بەهۆی ئەوەوە رەنج و تەقەلاکەی لا دەگۆررێ و دەبێتە ئارەزوو بەجێ‌هێنان و لەو تەنگ‌وچەلەمەیەیش کە تێدایەتی خۆشی وەردەگرێ. دەیشتوانێ پیشەی دوارۆژی خۆی بهێنێتە پێش‌چاوی خۆی و، شارەزابوون لە رێزمانی زمانی یۆنانی‌دا، بە هەنگاوێکی تازە دابنێ بۆ پێشکەوتنی لەو پیشەیەدا. جا لەم ئەنجامە دوورانەوە ئەو واتایانە دەست‌خۆی بخات، کە بیخەینە سەر ئەو بیرەی کە ئەو فرمانەی مامۆستاکانی بەزۆر داویانە بەسەریدا، فرمانێکی بەکەڵکی وایە، کە ئەوە هەڵدەگرێ خۆی تێدا ماندووبکات.

جا ئەم هۆیە دەستکرانە، هەرچۆنێك بن دەستوورەکە ئاسانە بۆ تێگەیشتن: کە ئەگەر بێتو بە گیانێکی پڕ ئارەزوو و خۆشەویستی‌یەوە دەست‌بکەین بە ژیان، ژیان بەلامانەوە: فراوانترو پڕپیت‌ترو بەنرخ‌تر دەبێ.

تەنانەت ئەو فرمانەیش کە گیان لە خۆی وەڕس‌دەکەن، دەتوانرێ بەم شێوەیە باریان سووك‌بکرێ..

لەبیرت نەچێت، هەرگیز، کە خۆتیت جیهانی خۆت دوروست‌دەکەیت. ئەو جیهانەیش کە تێیدا دەژیت هەر ئەو جیهانەیە کە خۆت بۆ خۆتت هەڵبژاردووە. گەلێك یاسا بڵاوبووەوە لەناو مرۆڤایەتی‌دا بە مەبەستی بڵندکردنەوەی خووی وریایی و ناسك‌کردنەوەی. چەند جورێك پێشنیازیش دانرا بۆ مەشق‌کردن بە بیرەوری، بۆئەمەی بەهێز بێ و قاڵ‌بێ. بەڵام زۆر لەو مەشقانە دەست‌کردن، دوورن لە سوروشتەوە. چاك هەر ئەوەیە کە مرۆڤ خووی خۆی لە رێگایەکی سوروشتی‌یەوە بەهێزبکات بەهۆی ئەو کەرەستانەیشەوە بیکات کە لەبەر دەستیایە.

ئەرێ تۆ شەرمن و دڵناسك و گوشگیری؟ وا دەست‌پێ‌بکە کە خەمخۆری‌یەکی تازەی مرۆڤایەتی بخۆیت. بام ئەم خەمخۆری‌یە تازەیەت، هەر بۆ مرۆڤایەتی بێت. تێ‌بگە لە شێوەی ژیانیان، لە بەرگ و پۆشەنی‌یان، لە جۆری گفتوگۆیان، لەو بابەتانەی کە حەزدەکەن لێ‌یان بدوێن، لەو رێگایانەی کە دەیانگرن بۆ چارەکردنی ئەم بابەت و ئەو بابەت. بەڵام ئەوانەت کە کرد، بەو چاوەوە سەیریان مەکە، کە رەش‌بین بی و تەنیا بۆ دۆزینەوەی هەڵەو نەنگی و کەم و کووری بگەرێی بەڵکو هەر بۆئەوەی کە خۆشی لە مرۆڤایەتی ببینی، بە

واتایەکی تر ، مرۆڤایەتی بکە بە بابەبابەتێکی خۆش بۆ خۆت ، دڵت پێ‌ی بکرێتەوە ، هەروەها چەند کەسانێکی نوێ‌یش بخەرە ریزی ئەو کەسانەی دەیانناسیت . دوور نیە ئەم فرمانە ، بۆ تو ببێتە مەشقێکی تاسوق‌و ناوازە ، کە بەهۆی ئەوەوە ، شەرمنی‌یەکەت لێ‌ی کەم‌بێتەوەو ، خۆیشت جوامێرترو لێ‌بوردەترت لێ بێ . چونکە لەراستی‌دا ، کەم کەسی وا هەیە ، کە بێ‌بەش بێت لەو رەووشت‌و کردەوانەی کە دڵی پیاو کێش‌بکات‌و خۆشەویستی‌ی تێ‌بخات .

بیرەوەرەی‌یش هەر بەو جۆرەیە . سەری خۆت گێژمەکە بەو رێگا دەستکردانەوە کە بۆ بەهێزکردنی بیرەوەری بەکاردەهێنرێن . بیرەوەرێی خۆت لەو کەرەستانەدا بەکاربهێنە کە رۆژ بەرۆژ لە کارەساتی ژیانتدا دێنە بەردەمت . دوور نیە ، هاوری‌کانت ، جاروبار ، ناسیاوانی خۆیانت پێ بناسن . تێکۆشە ناوەکانیان لەبەر بکەیت . چونکە هیچ شتێك دڵی مرۆڤ وا خۆش ناکات ، کە بزانێ یەکێك بەرێکەوت نەبێ ، تووشی نەهاتووە ، لەگەڵ ئەوەیشدا کە لە دەمێکیشەوە بووە ئەو جارە دیویەتی ، کەچی لەم کۆبوونەوەی دوومەیان‌دا بە ناوی خۆیەوە ناوی دەهێنێ .

بەڵام کوا پیاو دەتوانێ هەموو ناوێك لەبەربکات ؟ وەرام ئەوەتا : کە (ناو)و (ناوبراو) کە مرۆڤەکەیە لێرەدا ، پێکەوە ببەستی‌و ، پچێك خۆشەویستی‌یش بۆ هەردوو لایان بخاتە دڵیەوە . بام بڵێین تۆ بووی بەناسیاوی کابرایەك ناوی (فەرهاد)[1] بوو ، وا دەرکەوت ، قژی زەرد ، چاوەکانی شین بوو ، وەك دانیشتووانی شارەکانی ئەوروپای ژووروو . وا تۆ کلیلێکی دەرگاکەت دەست‌کەوت . دیارە کە ئەوروپایی‌یەکان هونەرمەندو کارگوزارن وەك ئەو فەرهادەی کە کێوی بێستوونی بۆ دەزگیرانەکەی خۆی کۆڵیوەو تاشیوە . بەم رەنگە سەرنجدانێکی هۆشت بەم جۆرەی لێ‌هات : قژی زەردە ، چاوی شین ، چەشنی ئەوروپایی‌یە . . . کەواتە فەرهادە . . ئەگەر ئەم رێگایەت بە هەڵبەست هاتە پێش‌چاو ، ئاگات لێ‌بێ ، لە جێ‌یەکی تردا چۆن بیرەوەری‌یەکەت بەکاردەهێنی . دەبێ لە رێگای پێکەوەبەستن‌و بیرکەوتنەوە بەکاربهێنرێ . کە ئەم رێگایە زانراوو نەزانراو پێکەوە دەنووسێنێ . ئەمەیش ، لەو وێنەیەی پێشووە دەکات کە ناوی (فەرهاد)ی تێدا بوو . جا لەبەر ئەوەی بیرکەوتنەوە ئاسانەو ئاسایی‌یەو ، دووریشە لە زۆر لەخۆ کردنەوە ، بیرەوەری لە کۆرێکی ئاسایی‌دا گەشە دەکات . دوور نیە پەیوەندی‌یەکانی ناوەندیان پروپووچ بن ، بەڵام هەرچی چۆنێك بێ ، ئەنجامەکەی دورووست‌دەبێ .

کەم نین ئەو کەسانەی کە گوێت لێ‌یان دەبێت‌و سکاڵای خۆیان دەکەن بۆ تۆ ، لەدەست نەمانی بیرەوەری‌یان ، یاخود لەدەست بێ‌دەسەڵاتی‌یان لە نووچ‌گرتنی بیردا . ئەگەر ئەو بارە ، سەبارەت بەوە نەبێ کە پەستی‌یەکی راستەقینە پەیدا بووبێ لە شانەکانی مێشك‌دا (کە ئەمەیش کەم روودەدا) ، زوربەی سکاڵاکە لە یەکێك لەم دوو شتە پەیدادەبێ : یان ئەوەتا ئەو کەسە نەیتوانیوە بیرەوەریی خۆی پەروەردەبکات و گەشەی پێ بکات ، یاخود ئەوەتا دڵی کرمێ بووە لە دەسەڵاتی خوی لە بیرکردنەوەو نووچ‌گرتنی بیردا .

تەنانەت ماسولکەکانیش ، شل‌و شێواویان لێ دێ ، ئەگەر بەکارنەهێنرێن . زوری وایشمان تێدایە ، کە هێزەکانی هوشیان کەم بەکاردەهێنن . زۆر جاری وایش هەیە ، کە گوێمان لە زۆر کەس دەبێ ، هۆشی خویان تاوانباردەکەن و بەبێ کارەی تێ‌دەگەن . لە راستی‌دا هۆشەکانمان زورتر لە هاورێکانمان دەکەن : تێکرا ، ئەوەندەی پیایاندا رادەپەرمووین ، هەر ئەوەندە کاردەکەن ، ئەگەر هاتوو دڵ‌کرمێ بووین لە کارگوزاری‌یان ، ئەوانیش ناپاکیان لەگەڵ دەکەن‌و بەربەستی مەبەستمان دەکەن .

کە مرۆڤ لە نووچ‌گرتنی دەدوێن ، وەك لە فرمانێکی چاوبەستانەی ، کەم هەڵکەوتوو و ، بەگران دەست‌کەوتوو بدوێن وایە . زۆر لەو یاسایانەیش کە ناویان ناون (یاسای هۆش» ، هەر لەسەر ئەم بنچینە چرووکە دامەزرێنراون . لە راستی‌دا ، نووچ‌گرتنی هۆش ، لە هەموو شتێکی جیهانی پتر سوروشتی‌یە . هوش هەر بۆ ئەوە دانراوە کە نووچ بگری‌و بیری قووڵ بکاتەوە ، هەروەك وورگ بۆ ئەوە دانراوە خۆرشت بکا نۆش ، یان سی‌یەکان بۆ هەناسەدان دانراون .

نووچ‌گرتنی بیریش ، هەر بەوە پێك‌دێ کە بە سووك‌و ئاسانی بیر بخەیتە سەر شتێك‌و نووچی لەسەر بگریت تا چارەی بۆ دەدۆزیتەوە . چاکترین نووچ‌گرتنی بیر ئەمەیە .

ئەگینا ئەگەر پرسیاری نابەجێ بکەیت لە بارەی راستی ئەم فرمانەوە ، یان لە کاتی فرمانی نووچ‌گرتنەکەدا خۆت تاقی‌بکەیتەوە ، ئەوە بە نووچ‌گرتنی بیر نازمێرێ . چونکە ئەگەر ، لە کاتی نووچ‌گرتنی بیردا ، بەشێکی هۆشت سەرنج‌بداتە بەشەکەی تری ، هۆشت دەبێ بە دوو کەرتەوە . مەرجی نووچ‌گرتنی بیری راستەقینەیش ئەوەیە کە هەموو لایەکی هۆش پێکەوە بکەوێتە گەر ، ئەوەیش بەشێوەیەکی وا ئاسایی‌و سووك‌و ساکار بێت ، کە زۆرە ملێ‌ی تێدا نەبێ ، واتا ئەوەیش شتێك بێ وەك خواردن‌و هەناسەدان ، بە ئاسانی ، بێ گیروگرفت ، جێ‌بەجێ بێ . هۆشت تاوانبار مەکە . وەك هەیە پەسندی‌بکە ، هەروای دابنێ کە سوروشت ، کەل‌وپەلێکی وای پێ بەخشیوی کە بەتەواوەتی بۆ ئەو فرمانەی پێ‌ی سپێرراوە بسازێ . جا لە بیروباورێکی‌وا زیندووکەرەوەدا ، بێرە پێشەوەو دەستیش بدەرە گەشەپێ‌کردن‌و بەرهەم‌هێنانی هێزی بیرکرنەوەو نووچ‌گرتن لە بیردا ، ئەوەیش هەر بەوەبەندە کە بە هەموو ساکاری‌یەوە دەست‌بکەیت بە بیرکدنەوەو

نووچ‌گرتن له بیردا .

دواجار ، بام ئەم ڕاستی‌یەیش بڕیاربدەین : « هۆش ئەندازەی پیاوە» . ئێمە دەگەینە ئەو تەمەنەی کە هەست دەکەین پێ‌ی گەیشتووین . هەروەها لە کامەرانی‌یشدا : بەلامانەوە چەند بێ بەشمان ، ئەوەندە کامەران دەبین .

ئێمە لەو جیهانەدا دەژین کە هۆشمان دورووستی‌کردووەو هیچی تر . هەرچەند زیندوێتی‌یەکەمان بەهێزتر بێ ، زورترمان چنگ‌دەکەوێ لە ژیان . هەرچەند ئاگری ئارەزوومان بلێسە بسێنێ ، ئەوەندە هێزی وورپایی‌مان روشن‌ترو پرشنگ‌دارتر دەبێ ، هەروەها جیهانەکەمان پرپیت‌ترو فراوان‌تر دەبێ . هەرگیز ناشێ جیهان بێتە بارێکی گران‌و فرمانێکی سەخت‌و ناخۆش بۆ ئەوانەی خاوەن هۆشێکی تەواو وورپابن . بە هەزاران کارەسات‌و تاقی‌کردنەوەی ڕەنگاورەنگ‌و پڕفەر خۆیان بۆ تۆ ئامادەکردووە ، چاوەڕوانی ئەوەن بیاندۆزیتەوەو تێ‌یان بگەیت . ئەوانە نزیکن لە بەردەستان . کە وای لێ‌هات ، بڕیاربدە وورپابیتەوەو بژیت .

ئاسوی ژیانت فراوان‌بکە ، بەدوای شتدا بگەرێ ، ئاگات لە خۆت بێ ، فێر بە . زانیاری‌ی هەموورەنگ دەست خۆت بخە .

چونکە هەموو کلیلێکی زانیاری هۆشت فراوانتر دەکات ، خۆیشت فراوانتر دەبیت .

ئەم ژیانەی کە ەسەری پیاوی لێ سووردەمێنێ ، بە چاوی بەستراوەوە گوێ‌ی گران‌و ، هۆشی گێژو وێژەوە بەلای‌دا تێ‌مەپەڕە . هۆشت بخەرەکار . هۆش بۆ ئەوە دورووست‌کراوە ، کە بەکاربهێنرێ . پشتی پێ ببەستە . چونکە ئەگەر پشتت پێ‌بەست ، بۆت دەردەکەوێ ، کە هۆشت شایستەی پشت‌پێ‌بەستنە . وورپابەرەوە . هەموو جیهان لە بەردەستت‌دایە چاوەڕوانیت‌دەکات .

ڕەنگە پرس‌بکەیت ، پاداشت چی دەبێ ؟ پاداشەکەت هەر ئەوەندەیە کە تۆ گەشەدەکەیت . گەشەدەکەیت لە ژیری‌و زانیاری‌و تاقی‌کردنەوەی ژیان‌دا . هەر ئەوەندەیە کە تۆ لە جیهانێکی خۆشترو فراوانتردا دەژیت .

ئەوە هەر هۆشە کە چاکەو خراپە دورووست‌دەکات هەر ئەویشە کە کامەران‌و هەناسەساردو ، دەوڵەمەندو هەژار لە مرۆڤ دورووست‌دەکات .

پوختەی گوتراو

١ - هەموو کەسێ جیهانی خۆی دورووست‌دەکات « جیهانی ئێمە» ئەو جیهانەیە کە هۆشمان پەسەندی دەکات .

٢ - ئارەزوو کلیلێکی زێڕینە بۆ فێربوون‌و بیر کەوتنەوەو شتی وا . دەیشتوانین ئارەزوو زیندووبکەینەوە لە خۆمان‌دا .

ئەگەر لەئارادا نەبوو ، ئەویش لە ڕێگای هێنانە پێش‌چاوەوە . واتا چاکەو سەرکەوتووی دوارۆژی خۆمان ، بام دووریش بێ بهێنینە پێش چاومان .

٣ - بیرکردنەوەی قوولْ ، کردەوەیەکی سوروشتی‌یە بە مەشق‌کردن گەشەدەکات . هۆش کە پشتی پێ بەستراو باوەڕی پێ‌کرا چاکەی لێ‌ی دەوەشێتەوە .

٤ - هۆشمان ئەندازەی ڕاستەقینەی نرخی پیاوەتیمانە لە زانیاری‌و وورپابوونەوەو ئارەزووماندا هەر گەشەکردنێك رووبدات ، ئەوەندە کەسایەتیمان گەشەدەکات .

هەستەکانت چۆن ئاراستەدەکەیت ؟

(٣)

وەك لەوەپێش لێ‌ی دووایْن دەروون رووی دووەمی ژیانی هۆشە . ئێمە هەر تەنیا بیرکردنەوەمان نیە ، هەست‌پێ‌کردنیشمان هەیە . ئاخۆ زانستی خۆناسینی باو ، لەبابەت جیهانی دەروونەوە ، چی دەتوانێ بڵێ ؟

لەپێش هەموو شتێکدا پێمان دەڵێ : « دەروون بریتی‌یە لە هێزێك پاڵ بە ژیانەوە دەنێت» . دەروون بۆ کەسایەتی‌ی مرۆڤ ، وەك بەنزین بۆ ئۆتۆمبیل ، یاخود هەڵم بۆ شەمەندەفەر وایە .

هەروەك ، کەس ، نەژیاوە بە ژیری‌و زرنگی‌یەوە ، بێ‌ئەمەی زیرەکی‌ی خۆی بخاتە کار ، هەروەها ، کەسیش ، نەژیاوە بە هێزو پێتەوە ، بێ ئەمەی سۆزی خۆی بخاتەکار .

لە هەندێ کۆمەڵ‌دا ، ڕەووشتێك هەیە : سۆز بە چاوێکی سووکەوە سەیردەکەن‌و ، پلاریشی تێ دەگرن . لە هەندێ کۆمەڵی تریشدا ، مەشق کۆمەڵایەتی بۆ ئەوە دەچێ کە بەربەستی دەروون بکرێ‌و ، نەهێڵرێ بە هیچ کلۆجێك دەربخرێ ، بەڵکو جاری وا هەیە ، مرۆڤ دەخاتە سەر ئەوەی . کە بەزۆر ، خۆی بە پیاوێکی مەندو زرنگ پیشان‌بدات . بێ هاوتایی ، لەم ئاینەدا ، ئەوەیە : ، کە هەر کارەساتێك لە ژیان‌دا هاتە پێشت ، بەپێ‌ی ئەو ڕەووشتە پوختەیەی سەرەوە بەرامبەری بکەیت .

ئەم بیروباورانە ، لەناوەرۆکیاندا ، کەمەکێ ڕاستی هەیە ، ئەویش ئەوەتا کە وورووژانی سۆز ، نە پەسەندە ، نە بەکەڵك دێ .

سۆزی وورووژاوی وا ، کە سەرکێشی مان لێ بکاو مل نەنێ بۆ فرمانی خۆی ، هێزێکی پڕسامە ، بەکەڵکمان نایەت بۆ ڕاپەڕاندنی فرمانی چاکی ژیرانە . لەبەر ئەوە شتێکی زور نابەجێ‌یە ، کە جڵەوی دەمارەکانت لە دەستت دەربچێ . تۆ ، بەوە ، هەر ، بەڵگە نادەیت

بەدەستەوە کە لە توانایيتدا نەماوە زاڵ‌ببیت بەسەر دەروونتدا ، بەڵکو ئەویشت لیّ دقەومیّ کە ئیتر پیّت ناکریّ لە بەرامبەر کارەساتی ناخۆش‌دا ، بە جۆرێکی پەسەند خۆت ڕابگری . ئەگەر جڵەوی دەمارت لەدەست دەرچوو ، دەرونیشت لەدەست دەردەچیّ ، کە هەرگیز نابیّ لە دەستت دەربچیّ . ترسی یاخیبوویش ، کە زاڵ نەبووبین بەسەریدا ، هەر بەو ڕەنگەیە . ئەویش ڕیّگامان لیّ دەباتە بەست ، ناهێڵیّ هیچ فرمانێکی بەکەڵك ڕابپەڕێنین . ترس ، لەو کاتەنەدا کە دەگاتە ئەوپەڕی هێزی خۆی ، دەس‌و پێمان دەبەستیّ‌و ، لە جێگای خۆمان‌دا ووشکمان دەکات ، کە پێویستە ، لەبەر هەڕەشەی سەرگەردانی چارەی خۆمان بکەین . جا ئەم ڕاستی‌یەیە لەبابەت سۆزی بی‌ئەندازەوە ، کە هەندیّ لە ڕۆشنبیرانی خستۆتە سەر ئەوەی کە بڵێن : بۆ مرۆڤ وا چاکترە کە هەرگیز جڵەو بۆ سۆزی خۆی شل‌نەکات . ئەمەیە ، ئەو ڕازەی کە لەپشت ئایینی «نەرمی‌و شیرینی‌ی ڕەووشتە»ەوە خۆی شاردۆتەوە . هەر ئەمەیشە کە بۆمان دەردەخات چۆن هەندیّ کۆمەڵ ، بەلایانەوە ڕەوایە ، کە هەر سۆزێك ، ئەگەر دەربخریّ ، بە شتێکی ناپەسەند دەژمێریّ . بەڵام ئەمانە هەموویان ، لەوە دەکەن ، کە یەکێك هەندیّ زەهر بنۆشیّ ، بۆ ئەمەی لە نەخۆشی‌ی زەهرێکی پێشوو ڕزگاری ببێت . تۆ لەوە دڵنیا بە : لەوانەی کە توانیویانە بە شەنگ‌و شۆخی‌و هێزو هەرەتەوە بژین ، یاخود لەوانەی کە توانیویانە کردەوەی مەردانە ڕابپەڕێنن بۆ کەڵکی گشتی ، کە سێك نەبووە گەیشتبێتە مەبەسی خوی ، بی‌ئەمەی سۆزێکی قووڵی بەهێزی خۆی یارمەتی‌ی دابیّ . بەربەست‌کردنی سۆز ، ئەوە دەبەخشیّ ، کە دەرگا لەرووی گەورەترین هێز ، بۆ پێك‌هێنانی ژیانێکی پەسەندترو بڵندتر ، دابخریّ .

بۆ وێنە ، ئەوە بخەرەوە بیرت ، کە لە بەشی پێشوودا ، لە بارەی ئارەزووەوە قسەمان کرد .

ئارزوو ، تاقی‌کردنەوەی دەروونی‌یە . لە هەر کوێ‌یەك ئارەزوو پەیدابوو ، ئەو فرمانانەی کە لە پێشدا ڕقمان لی‌یان هەڵ‌دەساو ، بە پشم‌و قینەوە سەیرمان دەکردن ، وایان لیّ دیّ کە بە ئاسانی‌و سووکی‌یەوە ڕابپەڕێنرێن و پڕ بەدڵ خۆشیشمان بوێن .

دیسانەوە ئەوە بخەرەوە بیرت ، کە چۆن لە توانایی خۆشەویستی‌دا هەیە ، کەسایەتی‌ی مرۆڤ بگۆڕیّ . تەنانەت خاوەن خۆشەویستی‌یەکە وای لی‌دیّ ، هەروەك بەناو زەوی‌یەکی تازەدا بڕوات‌و بە هۆی جادووەوە ، جوانی‌یەکەی زۆرتر بووبیّ‌و بۆنە خۆشەکەی پتر لیّ هاتبیّ ، وای دێتە پێش . ئەمەیش بەڕاستی ڕوودەدا ، نەك بە درۆ .

بیرکەرەوە : چۆن نیشتمان‌پەروەری ، گەلێك پیاوی گەیاندۆتە ئەوپەڕی مەردایەتی‌و سنگ فراوانی ،کە لە توانایی مرۆڤ‌دا نیە بیهێنێتە پێش‌چاوی خۆی .

بیرکەرەوە : چۆن سۆزی ئایینی کڵپەدار پیاوان‌و ئافرەتانی کێش‌کرد بۆ خۆبەخت‌کردن لەپێناو بیروباوەڕیان‌دا .

نە پاشگەز بوونەوە لە ترسی ئازارو کوشتار ، نە شکایشن لەبەر دوژمنیان‌دا ، نە باکیشیان هەبوو لە کەس ! هەروەها ، لە لایەکی تریشەوە ، چۆن پاڵی بە هەندێکی ترەوە نا ، کە خۆیان بەخت‌بکەن لەپێناو بەزەیی پیاهاتن‌و دەست‌گیرۆیی‌ی بی‌ئەندازەدا ، بەرامبەر بە هەناسەساردان‌و بێچاران ، تەنانەت بەرامبەر بە خوێڕیی‌و نەنگەویستی هەموو جۆرە مرۆڤێك‌دا ! . .

تەنیا هەر بەهۆی سۆزی بڵندەوە ، ئێمە دەتوانین بگەینە سەر پۆپەی مرۆڤایەتی‌ی واوە ، کە بەبیرمان‌دا نەهاتووە بیانگەینیّ .

ئەوەیش هەر بەهۆی بیرکردنەوەیەکی لەسەرخۆوە پێك‌دێت . ئەو بیرە بە هێزەی کە لەسەر بچینەی هەستی قووڵ دابمەزریّ ، بۆ هەموو ژینێکی پەسەند پێویستە .

کەواتە ئەوەی پێویستە پێکی‌بهێنین ، بریتی‌یە لە شتێکی مام ناوەندی لە ناوەند دوو هێزی ئەم پەڕو ئەو پەڕدا . واتا مام‌ناوەندی‌یە لە ناوەند بەربەست‌کردنێکی تەواوی هەموو سۆزەکانمان‌و ، بەرەڵلا‌کردنی ئەو سۆزانەدا لە شێوەی سەربەستی‌ی شاخەئاگرینەو ، وورووژانەکانیدا . . پێویستە لەسەرمان ، سۆزەکانمان پەروەردەبکەین و بیانخەینە ژێر چنگمانەوە ، نەك سەرزەنشتیان بکەین‌و ڕیژگاویان‌بکەین . بە واتایەکی تر دەبیّ مەبەسمان ئەوەبیّ ، سۆزەکانمان بە زیرەکی‌یەوە ئاراستەبکەین . بۆ شتی باش‌و بەکەڵك .

پێویستە بە زیرەکی‌یەوە بیربکەینەوە ، فرمانیش بە سۆزەوە ڕابپەڕێنین . پوختەی ئەم قسەیەیش ئەوەیە ، کە دەبیّ بە بیرێکی پاکژو چاوێکی تیژەوە بڕیار بدەین لەسەر ئەو کردەوانەی بەجی‌هێنانیان پەسەندە لە ژیان‌دا ، هەروەها بڕیاربدەین لەسەر ئەو ئامانجانەی هەڵدەگرن خۆمانیان بۆ بکوێن . بۆئەمەی لەپێناو بەدی‌هێنانی ئەو ئاواتانەو ، بەجی‌هێنانی ئەو کردەوانەو ، گەیشتن بەو ئامانجانەیش‌دا ، هەرچیمان لەدەست دیّ ، لە هێزەکانی سۆزو دەروون کۆبکەینەوەو بەکاریشیان بهێنین .

« بیری ڕوون» ، و «هەستی قووڵ» ، دوو کەرەستەی ژیانێکی سەرکەوتوو و ، پڕ فەڕن .

ئەمەیش دەمانگەیێنیّ بە واتایەکی دوورتر . ئەوە دیارە کە هەندیّ سۆز هەیە لە هەندیّ سۆزی تر ، بەکەڵك‌ترە بۆ ژیان . بۆیەکا ژین بە خۆشەویستی‌یەوە چاکترە لە ژین بە پشم‌و لەرزەوە . ژین بەهیواو مەندی‌و چاوپۆشی‌یەوە چاءترە لە ژین بە هەناسەساردی‌و تووڕەو ترۆیی‌وو دڵتەنگی‌و گیری‌یەوە .

بەڵام ئاخۆ سۆزە باشەکانمان چۆن گەشە پی‌دەکەین ؟ سۆزە

خراپەکانمان چۆن لە رەگ‌و ریشەوە دەردەهێنین ؟ ئاخۆ ڕێگەیەك هەیە بۆ زاڵبوون بەسەر سۆزو هەستەکانماندا ؟

یاخود سۆز هەر لە خۆیەوە دەردەچێ ، پەیوەندیی نیە بەوەوە ، کە چۆن بیردەکەینەوە ، یان چی بە ئاوات دەخوازین ؟

لە سەرەتای دەست‌پێ‌کردنمانەوە ، بیرو باوەڕێك هەیە . پێویستە پیشانی بدەین : تۆ ناتوانیت ، بە بیرکردنەوە ، هیچ سۆزێك بکوژیت .

تەنانەت ئەگەر دانیشیت جیڕ بکەیتەوە رەنجیش بدەیت بە زۆر لە هۆشی خۆتی بکەیتە دەرەوە ، بۆت ناچێتە سەر .

هەر کەسێ هاتبێت‌و ویستبێتی بەم جۆرە یەکێك لە سۆزە کڵپەدارەکان لە دڵی خۆی دەربپەڕێنی ، بێ‌گومان . لەم کۆڕەدا ، رەنجەڕۆیی‌ی خۆی بۆ دەرکەوتووە . نەء ! تۆ ناتوانیت ، بەهۆی هوروژمی راستەوراستەوە هیچ سۆزێك لەناوبەرێت ! . . بەڵام بێتو بە شیرینی لەگەڵیدا بجووڵێیتەوە وە بە پێچ‌و پەنا بۆی برۆیت ، دەتوانیت ئەو سۆزە لەناو بەریت ئەو سۆزە لە رەگ‌و ریشەوە دەربهێنی ، بە مەرجێ سۆزێکی بەر ئاوەژووی بەرامبەر بوەستێنی . لێرەدا دەتوانیت قسەکەی (وولیەم جێمس) بەکاربهێنیت ، کە ناوی ناوە « هێزی دەرپەڕێنەری سۆزێکی نوێ» ئەگەر ویستت لە هەر سۆزێکی ناخۆش رزگارت بێ ، سۆزێکی پێچەوانەی ئەو سۆزەی بەرامبەر دابنێ‌و گەشەی پێ بکە .

ئەگەر لەوانە بوویت ، کە دڵیان بەلای پشم‌و قیندا دەچێ ، خۆشەویستی لە دڵندا پەروەردەبکە ، ئەگەر ترسنۆکی دڵی داگیرکردبووی ، ئازایەتی لە دڵتدا بەهێزبکە .

بەڵام ، مرۆڤ ، چۆن دەتوانێ لە دەروونی‌دا ، سۆزێکی پەسەند گەشەپێبکات ؟

بۆ ئەمە دوو ڕێگا هەیە :

یەکەم : ڕێگای بیرکردنەوەی هەموو دەمی لەو سۆزەی کە حەزی لێ‌دەکرێ ، لەگەڵ دەرخستنی چاکەو فەرەکانیداو ، خۆ هێنانە پێش‌چاویش بە دەست‌کەوتنی ئەو سۆزەوە . بۆ ئەم مەبەسە ، نووسراوەکان یارمەتی زور دەدەن . بە خوێندنەوەی پاڵەوانەکان ، ئازایەتی‌ی مرۆڤ پتری لێ‌دێ . هەروەها تێکەڵی‌ی ئەو کەسانەیش کە خاوەنی ئەو جۆرە سۆزانەن ، کارمان لێ دەکات . ئەو جۆرە سۆزانەمان تێدا بەهێزدەکات . شت هینانە پێش‌چاویش هێزێکی کاریگەرە . ئارەزووکردنێکی زۆر بۆ ڕەووشتێك لە رەووشتەکان ، دەمانخاتە سەر ئەو ڕێگایەی کە بمانگەێنێ بەو رەووشتە . ئەگەر هاتوو مرۆڤ خۆی وا هێنانە پێش‌چاوی خۆی کە بە ئاوات گەیشتووەو ، خوی هێنایە پێش چاوی خوی چۆن پیاوێکی لێ دەردەچێ ئەگەر بەو ئاواتەی گەیشت ، ئەوانە هەموو . کردەوەیەکی هۆشی‌ی وان ، کە ئەو مرۆڤە ، زووبەزوو ، بەو ئاواتەی دەگەێنن . بەڵام ، ڕێگاکەی دووەم ، ڕێگایەکی کردەوەیی‌یە ، ئەویش بریتیی‌یە لەوە : کە بە جۆرێکی وا بجوڵێینەوە ، وەك ئەو رەووشتەمان گرتبێ بەراستی ، یان ئەو سۆزە خۆشەویستەمان لە دلپدا جی‌گیربووبێ ، وا بێ . ئەگەر لەمەودوا ، هەستت بە دڵتەنگی‌و خەفەتباری کرد ، چاوەڕوان بە ، کام کەست پێ‌گەیشت ، قسەیەکی دڵ زیندووکەرەوەی لەگەڵدا بکە . ئەو کەسە ،چ کارەیەك بێ ، بام بێ ، شیر فرۆش بێ ، یان نامە بەر ، یاخود هاوکارو فرمانت بێ ، لە هەموو کانی دڵتەوە ئەو قسە شیرینەی لەگەڵ‌دا بکە . دەستەکانت بشکێنەوە بەرەو دوادا ، سەرت بەرزکەروە ، بە زەردەخەنەیەکی جوانەوە ، ئەو قسە دڵ بووژێنەرەوەی لەگەڵ‌دا بکە . ڕەنگە زور سەرت سووڕبمێنێ ، کە هەست بە خۆت بکەیت ، سروەیەکی خۆشی‌ی نوێ هەر لەو کاتەدا ، بە گیانت دەگات . بەکورتی ، ئێمە دەتوانین ، تا ئەندازەیەکی گەورە ، بەهۆی بزواندنی لەشەوە ، ئەو سۆزانە ، هۆگری دڵمان بکەین . لە ڕێگەی لەشەوە ، ئەو سۆزەی حەزی لێ دەکەیت ، بینوێنە لەوەپاش بۆت دەردەکەوێ ، کە تۆ دەرگایەکت کردۆتەوە بۆ ئەو سۆزە ، دەتوانێ لێ‌یەوە بێتە ژووری . لەپێش دەمی کەسێکی تردا ، هەستێکی خۆت ، پیشان‌بدە ، بۆت دەردەکەوێ ، کە ئەو هەستە ، حەزێکە بەرەبەرە بچێتە ناو دەروونتەوە .

ئەمانە هیچیان ، لە جۆری «پێش بینی‌ی کورسی»ی ئاسوودە و ئاسان ناکەن . ئەمانە ، هەموو ، لە تاقی‌خانەی زانستی خۆناسین‌دا ، تاقی‌کراونەتەوە . ڕاستی‌و دوروستی ئەمانە ، جار لەدوای جار ، بە تاقی‌کردنەوەکانی پیاوو ئافرەتی ئاسایی‌یش ، هەر دەرکەوتووە .

جا بەهۆی ئەم ڕێچکانەوە ، کەسانێکی زۆر ، توانیویانە ، گێژو وێژی‌و ترسنۆکی‌و دڵ‌خراپی‌ی خۆیان دەربارەی هەمووان ، بگۆڕنەوە بە ووریایی‌و ئاوایی‌و دڵنیایی ، کە ژیان لەو ناوچەوانیان‌دا چریسکەبکات .

ماوەتەوە چەند قسەیەکی دوایی . هەر بیر نیە ، بەتەنیا کە ئێمە بکات بەوەی کە هەین . هەروەها ئەو هەستانەیشە کە لە کەسانی تر پتر سنگیانی ئاواکردۆتەوە . ژیان بەو سۆزانەوە کە پەسەندن ، کڕین‌و فرۆتنێکی بەسوودە . ئێمەیش لە توانایمان‌دا هەیە کە سۆزەکانی خۆمان هەڵبژێرین .

هەروەك دەتوانین ، جورێکی تایبەتی لە دۆستان پەروەردە بکەین بۆ خۆمان ، هەروەها دەیشتوانین جۆرە سۆزێکی تایبەتی بۆ خۆمان پەروەردەبکەین . ئیتر هەر ئەوەندەمان لەسەرە ، کە بزانین چۆن سۆزێك بۆ خۆمان هەڵ‌دەبژێرین ، بەو مەرجەی زیرەکی‌و خەمخۆری‌ی خۆیشمانی تێدا بەکاربهێنین .