

بـێ هیوامه به

DONT BE A DISAPPOINT

BY
Hfiwa abdulgahar



ئاماده کردن هیوا عبدالقهار

سالی نو سین ۲۰۲۱

ژماره‌ی چاپ ۰

ژماره‌ی لاپاره‌ی ۹۸

شیواز به‌ره‌و پیشچون و ئامۆژگاری

دیزاین و به‌رگ هیوا عبدالقهار

کتێبی بێ هیوامه‌به



بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

..... پێشه‌کی

هیوا خوازین خوینهری ئهم کتێبه‌و هه‌موکه‌سانی تریش
هیچ کات بێ هیوابون به‌ژیانی خۆیا نه‌وه نه‌بین هه‌میشه له‌لوتکه‌ی
سه‌رکه‌وتندا بن وه‌ سپاسی دایک و باوکی خوشه‌ویستم ده‌که‌م
که‌منیان پێگه‌یانده‌وه و گه‌یانده‌وه میانه به‌م شوینه‌ی یستا که‌هه‌م و
تێیدام داوای لی‌بوردن ده‌که‌م له‌هه‌ر هه‌له‌یه‌ک له‌نوسین و یاخود
ناوه‌رۆکی کتێبه‌که‌دا له‌به‌ر ئه‌وه‌ی ئهم کتێبه‌ به‌ کیه‌وێردی مۆبایله‌وه
نوسراوه‌ته نه‌وه‌ک ئامێری چاپ و شته‌کانی هاوشیوه‌ی
وه هیوادارم بتوانم سویدیکی لی‌وه‌ بگه‌ینم به‌ خوینه‌رانی



دهست پێکه

هه‌موومان ده‌زانين له‌م جه‌نجاليه‌ی ژيان ناخۆشی و نه‌هامه‌تی و مان‌دوبونه‌ی که له‌ژيان‌دا روبروی مرۆقه‌کان ده‌بێ‌ته‌وه متمانه به‌خۆبون و بێ هیوامه به‌بون کارێکی ئاسان نیه ئیراده‌یه‌کی به‌هێز و توانا‌یه‌کی زۆری ده‌وێ‌ت له‌م کتێبه‌دا باس له‌ بیرکردنه‌وه‌یه‌کی ئهرێنی ده‌که‌ین له‌چه‌ند باب‌ه‌تی جی‌ادا و بۆ‌تان ده‌خه‌یه‌ینه‌ روو که چۆن **بیرکردنه‌وه** **نهرینه‌کان** له‌میش‌کمان بوه‌ست‌تین و چۆن هۆکاری **بیرکردنه‌وه** **نهرینه‌کانمان** و چۆن هه‌ول‌ده‌ین زالبین به‌سه‌ر ئه‌و **بیرکردنه‌وه** **روخینه‌رانیه‌ی** له‌میش‌کمان دا ئه‌خ‌ولێته‌وه باس‌کردن له‌ چه‌ندین هۆکار و کاریه‌گه‌ریه‌کانی بێ هیوابون و متمانه له‌ده‌ست دان له‌هه‌م‌م‌وی گرینگ‌تر **چۆن** **بێ هیوامه به‌بون و هه‌نگاو بنێین بۆ سه‌ره‌که‌وتن** سه‌ر‌ارای ئه‌م هه‌مو ناخۆشیه‌ لێ‌رده‌ا له‌م کتێبه‌ باس له‌ هۆکاری بێ هیوابون ئه‌که‌ین و باسی چاره‌سه‌رو کاره‌ پێویسته‌کان ده‌که‌ین بۆ ئه‌وه‌ی هیوامه له‌ده‌ست نه‌ده‌ین و به‌هێزبین و بتوانین روبروی سه‌خته‌کان ببینه‌وه.

بیرکردنهوه نه‌رینه‌کانت بگۆره دهست به هه‌نگاوێکی نوێی ژیان بکه!

هه‌موو م‌ر‌و‌ق‌ئ‌یک له‌س‌ور‌ش‌ت‌دا و له‌گ‌ه‌ل له‌دا‌ی‌ک ب‌و‌نی
به‌به‌ه‌ی‌زی و به‌یه‌ک‌سانی له‌له‌ ئه‌ق‌لی‌ه‌ته‌وه له‌دا‌ی‌ک ده‌ب‌یت و
له‌دا‌ی‌ له‌دا‌ی‌ک ب‌و‌نی‌ه‌وه ک‌اری‌گ‌ه‌ر کۆمه‌ل‌گا و خ‌ی‌زان و
ن‌ی‌ش‌ت‌ی‌مان ه‌ی‌تر ده‌که‌و‌ی‌ته‌ سه‌ری له‌ه‌ه‌ب‌و‌نی ه‌ی‌وا و گ‌ه‌ی‌شت‌ن
به‌ ئ‌ا‌و‌اته‌ک‌انی به‌لام ئ‌ه‌وه‌ی گ‌ر‌ی‌نگ‌تر ی‌انه بیر‌کردنه‌وه و
ئ‌ه‌ق‌لی‌ه‌تی تاکه‌که‌سیه که خ‌ا‌وه‌ن بیر‌کردنه‌وه و قه‌ن‌اعه‌تی‌کی
به‌ه‌ی‌ز ب‌یت و ه‌ی‌چ ق‌سه‌و ناخ‌وش‌یه‌ک نه‌ت‌وان‌ی ه‌ی‌واو و
م‌ت‌مانه به‌خ‌و ب‌و‌ن‌ت دا‌به‌ز‌ی‌ن‌یت که هه‌موو کۆمه‌ل‌گ‌ایه‌ک
خ‌ا‌وه‌ن که‌سان‌ی‌کی نه‌ر‌ی‌نی و ه‌ی‌وا رو‌خ‌ی‌ن‌ه‌رن به‌لام له‌سه‌ر
ی‌مه پ‌ی‌و‌ی‌سته که گ‌و‌ی به‌ق‌سه‌کان نه‌ده‌ی‌ن و سه‌ی‌ری د‌لی
خ‌ۆ‌مان ب‌که‌ی‌ن و هه‌نگ‌او ب‌ن‌ی‌ی‌ن به‌ره‌و سه‌ره‌که‌وت‌ن
ئ‌ه‌گ‌ه‌ر بیر‌کردنه‌وه نه‌ر‌ی‌نه‌کان له‌م‌ی‌ش‌ک‌مان دا نه‌م‌ی‌ن‌یت ق‌سه
ب‌ی ه‌ی‌وا که‌ره‌کان ئ‌ه‌وت‌وان‌ایه‌یان له‌ل‌ای‌ان ت‌ۆ‌وه پ‌ی نه‌در‌یت
که ب‌بن به‌ر‌ی‌گ‌ه‌ر له‌ ه‌ی‌واو خ‌ه‌ونه‌کان‌ت ئ‌ه‌وه گ‌ه‌ی‌شت‌ن
به‌خ‌ه‌ونه‌کان‌ت ش‌تی‌کی ز‌ۆر س‌اده‌و سا‌کاره که‌م‌یک ئ‌یراده و
ه‌ی‌ز و م‌ت‌مانه به‌خ‌ۆ‌ب‌و‌نی ده‌و‌یت که هه‌موو م‌ر‌و‌ق‌ئ‌یک ئ‌ه‌گ‌ه‌ر
که‌م‌یک ه‌ی‌ز بداته به‌ر خ‌ۆی ئ‌ه‌ت‌وان‌یت ه‌ه‌ی‌ب‌یت

پيويسته دهست بکهيټ به ههنگاو هکاني سهرکهوتن
و بهر هو پيش بردني ژيانټ بريک جار مروڤ لهو وه
هيچ هيوايهک نابيني که هيچ شتيکي نوي لهخويه وه
نابينيټ و ههمان شيوه ي سالهکاني رابردو و لهههمان
بازنهو شوين خو ي دهبيني تهو لهو هس پهيوهسته
بهوهنگاو انه ي که ناويهتي له بهر هو پيش بردني ژياني
ناکريټ تو

دارری ک لهره گ ی پرته ق ال بچینی ت و
چ اوهری بی بهرهم ی خورم ا بکهی ت
ژیانیش وایه ناکریت تو:

له هه نځايي ژيان وهستاييت وچاوه ريي شتي باستر بکهيت !

وهكهسانىك هۆكارى وهستانيان لهم باز نهيهى ژيان ئهوهيه
كه پييان وايه كاتىكى گونجاو نيه بۆ نانى ههنگاوى گهيشتن
به هياواو خهونهكانيان كاتيان زۆره
لهكاتىكى تهردا دهست به ههنگاو نان ئهكهن
كه ئهوهش دهبيته هۆى بى هياو تر بون ئهوانهى خاوهن
چهندهها هۆكارن بۆ دلخۆشبوون و سهركهوتن بهلام كات
بهفياو دهدهن و خۆيان دوا دهخهن بهلام رهنگه له
چركهيهكا ههموو شتىك بگۆریت بۆيه ئهوهى پيوسته
ئهنجامى بدهى بۆ خووت و ژيانىت دواى
مهخه بير كردنهوان بگۆره و بيان كه به بير كردنهوهى
ئهرينى و هياوا لهميشكتا دروست بكه ههنگاوى
بۆبنى كس ناتوانى ئاسن لهناو ببات بهلام ئهوه ژهنگهى كه
خۆى دروستى دهكات دهتوانىت بهههمان شيوه
كس ناتوانىت تۆ ويران بكات و ژيانىت تىك بدات
بهلام ريگا و شىوازى بير كردنهوت دهتوانىت

بیرکردنه‌وت به‌هه‌یز بکه و

به بێ ده‌نگی هه‌ولبده بـۆ ئاماژه‌کانـت
دواتر سه‌رکه‌وته‌که‌ت خۆی هاوار نه‌کات

ئه‌وه‌ی بـیـری لـی ده‌که‌یه‌وه، په‌نگ دانه‌وه‌ی ده‌بیـت
له‌سه‌ر کرداره‌کان هه‌ر کرداریکیش که به‌رده‌وام ئه‌نجامی
ده‌ده‌ی ده‌بیـته **خوو** ئه‌وه‌ی **خوو**ی پـیـوه ده‌گریـت
(**چ خراپ بێ یان باش**) ده‌بیـته کاریکی پـۆتـینی ژیاـنت جا
ئه‌گه‌ر بیرکردنه‌وه‌کانـت بگۆریـت بـیـان که‌ی به
بیرکردنه‌وه‌ی ئه‌یـنی و باش شـته‌ناخۆش و رۆژه
ره‌شه‌کانی ژیاـنت له‌به‌ر چاوت بسـریته‌وه ئه‌وه **خوو** به‌وه‌وه
ئه‌گریـت که شکـست و ناخۆشی نه‌بیـته هـۆی دارماـن و
بـی هیوا بـونت له‌داهاتـوش دا.....

کاریگه‌ری کۆمه‌لگا له‌سه‌ر تاک بۆ متمانه به‌خۆبون...

کاریگه‌ریه‌کی لاوه‌کی هه‌یه له‌ده‌رون و که‌شی تاکی هه‌مو که‌سیکا که تۆ له‌نیو کۆملگایه‌کی هۆشیار و تیگه‌شتوو بیت که ریچکه و ریریره‌ویکی تایبته به‌ژیان کردن په‌یره و بکه‌ن وه تیگه‌شتووبن له‌گفتوو گۆداو قسه‌کانیان روخینه‌ر و که‌مه‌ر شکی‌ن نه‌بیت وه‌ک کۆمه‌لگا پاش که‌وتوه‌کان که هیچ که‌سیک گرینگه‌ی به هیواو خه‌ونه‌کانی نادات و هه‌مویان له‌پیناو هیچدا ده‌ژین ئه‌وه ده‌بیته هۆی یارمه‌تی ده‌ریک و پالده‌ریکی باش بۆ تاکی کۆمه‌لگا له‌کاتی بئ هیوا بون و هه‌ست کردن به‌نارمه‌تی به‌لام که له‌م کۆمه‌لگا پاشکه‌وتوانه‌ی که کوردستان و عیراقیش ده‌گریته‌وه خاوه‌ن خه‌لکانیکن که ده‌بینن که‌سیک یان هاوریه‌ک یان دۆستیک له‌که‌سانی خۆی له‌بئ هیوایه‌کی زۆردایه و متمانه‌ی له‌ده‌ست ده‌واوه له‌بری ئه‌وه‌ی ده‌ستی هاوکاری بۆ درێژبکه‌ن و به‌قسه‌و یارمه‌تی‌ه‌کانیان هه‌ولده‌ن که‌میک هیواو متمانه‌ی له‌دلا برویننه‌وه

ئهو خهريكي قسهی روخي نهرن كه پيی ئهـلـيـن؟

تۆ بۆ وايت

چۆن دهبيت وابيت

بۆ چي ههول نادهيت بۆ خۆت چاناکهيت

بهلام لهراستيدا ئهم قسانه هيچ سوديكي نيه بۆ تاكيك كه له دۆخی
بێ هیوایی و متمانهیی دابیت لهبهر ئهوهی مروڤ کاتیک بێ هیوا
دهبیـت خوـشی ههست بهلاوازی و كهمی خوـی دهکات خوـشی
دهزانیت كه پيويسته باش بیـت و پيويسته وانهبیت بهلام
پيويستی به دهستیکی راستهقینهیه که دهستی بگریـت و لهپشتی بیـت
له ساته ناخۆشهکان و ئهو روداو و شتانهی که بهسهـری هاتوه و
بۆته هۆی بێ هیوایی لهبیری بباتهوه مهگهر لهبیریش ناچـی
دهتوانی لهگهلی بیت و ههولـدات کاتی بۆ ئهوه نههیلـیتـهوه که بیر
لهم شتانه بکاتهوه و لهگهلی بیت تا دهکهویتـه سهـر ههنگاو ریگای
راستی خوـی بهلام لهکۆمهـلگای یـمه دا لهبری هاوکاری قسهی
بريقهدار و بیـمانا دهکهن که هيچ سوديکی نابـی بۆ.....

هۆکاری زیاد بونی بیرکردنهوهی نهرینی وبی هیوا بون له میشکماندا.

هۆکاری زیاد بونی بیرکردنهوه نهرینهکان له میشکمان دا
دهبیته هۆی بی هیوا بون که دهست دهگری بهسهر تهواوی
سروشهی ژياندا وا له بیننهکانت دهکات که ژيانی خوت
بهژیانیکی خراپ ببینیت ههست بکهی لهبنچینهدا لاوازیت
و کهمتیری لهمرۆقهکانی تری سههرزهوی ئهم بارودوخه
لهههگی میشکی خودی تاک دروست دهبیت و گهلا دهگریت
پیویسته تاک خۆی بوهستیت له ئاودان و خزمهت کردنی
ئهو درهخته لهمیشکهیهوه تاکوو بیرکردنهوه نهرینهکانی
زالبیت بهسهر بیرکردنهوه نهرینهکانی ههر مرۆقییک
ژیانی خۆی بالبهسته به شتییک یان بهشییک له ناخوشیهکان
بکات ئهوه درهختیکی گهورهی بیرکردنهوه له نهرینهکان
له میشکیدا دهروینیت

ههموو مروفئیک له ژیانى روژانى سهختى که بهدم
گریانهوه خهوتبیت و بهیانى به چاویکی سوری پر له دلۆپه
خوینى خهبربونهوه لهژیانى دا ههبووه وه بیگومان ههموو
مروفئیکیش روژانى خـوش که له بیرکردنهوه لهم
روژه خوشهى تـیدا تیپهریوه بهورده بـزه و پیکهننهوه
خهوتوه و چاوى داخستوه بهیانى بهکەشیکی ئارام و دلێکی
ئاسودهوه لهخهوه ههلساوه لهژیانى دا ههبووه

سروشتى مروفهکان وایه

زۆر جار وشهیهک دهبیته هـوى ئهـو شهوهى که وات
لیدهکات بهیانى بهچاوى پرله دلۆپه خوینى گریان خهبرت
بیتهوه و وه ههر وشهیهکیش دهتوانیت ئهـو بهیانى
خهبربونهوهت بـۆ دروست بکات که بهکەشیکی خوشهوه
خهبرت ئهـبیتهوه و بهدلێکی ئاسوده و دهمیکی
به خهندهوه خهوتبیتیت

لهکاتیکدا که ئهشکریت لهو رۆژهی که به چاوی پر
 لهگریانهوه خهبرت بوتهوه ئهم رۆژهی لهدواوه بیست
 که بهدلێکی ئاسودهوه خهبرت دهبیتهوه لهبهر ئهوهی ژیان
 کتیبیکی نوسراو نیه که تو خهریکی نوسینهوهی بیت
 بهلکوو لاپهرهیهکی سپیه و توی که رۆژهکانت و وشهکانی
 تیدا دهنوسیت دهتوانیت رۆژه ناخوشهکانت به قهلهمیکی
 سور هوه رهنگ بکهی تیدا بو ئهوهی له دواي ئهوهی
 کهتیدهپهرن و لهبیرت ئهچیتهوه و بیان بینیت و بیرت
 بکهویتهوه کهم ئهم ساتانهت تیپهراندوه و بههیزت بکات
 بو ههنگاوی داهاتوت و بتکات به خاوهن بروابهخوبونی
 زیاتر وه بیرت بیت ههر شتیک که بشکیت دهتوانریت
 چاک بیتهوه ههر ئازاریک که ئیستا دهیچیژی دهتوانریت
 چارهسهری و کوتایی بیت گرنگ نییه شهو دنیا تاریک
 دهبیست رۆژ دیسانهوه بهدهر دهکهویتهوه

هەرگیز نابیته کهسێکی بویر ئهگەر ئازار نهبینی هەرگیز
فیری هیچ نابیت ئهگەر هیچ کات ههلهت نهکردبی هەرگیز
سهرکهوتوو نابیی ئهگەر روبهرووی کهوتنهکان نهبیتهو

ئهو هی پیناسه ی بههیزیمان دهکات ئهوهیه کاتییک
لههر دۆخیکدا کهوتین دوباره ههلسینهوه سهر پیکانمان و
ههولدهین به بویری و پر ووزهوه بهرامبهر زهمهتیهکان
بوهستین له وهرزی پایز گهلاکان دهوهرن بهلام
بههار بهدوایدا دیت و رۆحی گهلا مردووکان دهگهریتهوه

هر ئازاریک وانهیهکت فیر دهکات وه هر وانهیهکیش
کهسایهتیهکی باشتر له تو دروست دهکات بهشییک
لهمرۆقهکان کاتییک کهسیک دهبینن لهڕیچکهی سهرکهوتنه
و ههنگاوی گهرهی ناوه لهژیانیا و سهرکهوتوو بهوه
دهیانهویت بههمان ریگای ئهودا برۆنهوه که ئهوه زۆر جار
دهبیته هو ی نارمهتی و بی هیواییهکی یهکجار زۆر

که کاتییک شکستی تیدا ئههینن و ئههین یمه باشترین
 رڭامان ههلبژارد و بهکارمان هینا سهرکهوتو
 نهبوین واز له ههولدان ئههینن بو گهیشتن به هیواو
 خهونهکانیان و بێ هیوا ئهبن له ئاواتهکانیان پێویسته
 تێبگهین پڕویشتن بههمان پڕیگای ئهو کهسهی سهرکهوتوو
 بوه مهرج نیه تۆش تیدا سهرکهوتووبیی له ژيانی خۆت
 بژی و خۆت بهراورد مهکه تۆ له ژینگهیهکدا دهژییت
 جیاوز له خهڵکی تر ئهمه واته تۆ له چوارچێوهیهکی
 تایبته بهخۆت دهتوانی بچوڵییت و ههنگاو بنیی بهگویرهی
 جیاوازی خیزانی و دارایی و کۆمهلایهتی دهبی تۆ به واقع
 بیر بکهیتهوه چی پێویسته بیکهی تا له ئامانجهکهت نزیک
 بکهویتهوه کاتییک دهزانی چوون ههنگاو دهنیی بو
 سهرکهوتن و دهزانی چ ئاستانگیهک دیته پڕیت و ههولی
 چارهسهری دهدهیت ئهوکات تۆ دهتوانی سهرکهوتوو بپی

هه‌ندیک کات مرو‌ف نزیك ده‌بیت له‌گه‌شتن به‌ خه‌ونه‌کانی
 یان به‌ ئامانجی‌ک که ده‌می‌که هه‌ولی بـو‌ ده‌دات و
 چهند سالی له‌تەمه‌نی دا بو‌ خزمه‌تی و هه‌ول‌دان بو‌ گه‌شتن
 به‌م ئامانجه‌ ته‌رخان کردوه به‌لام له‌کو‌تایی دا هه‌موو شتی‌ک
 ئه‌گۆری‌ت و ئامانجه‌که‌ی ناپی‌کی‌ت و توشی بـی هی‌وا‌یه‌کی
 یه‌کجار زو‌ر ده‌بیت ئه‌وکات بیر‌کردنه‌وه نه‌رینه‌کانی لق
 ئه‌گرن به‌سه‌ر می‌ش‌کیه‌وه ئه‌م چهند ساله‌ ته‌مه‌نه‌ی بو‌ ئه‌م
 کاره‌ی ته‌رخان کرد ده‌ست ده‌گری به‌سه‌ر ته‌واوی ته‌مه‌نی
 و وه‌ک گه‌لا ئه‌یه‌وه‌رینه‌ی پ‌یویسته‌ ئا‌گه‌داری بریاره‌کان و
 بیر‌کردنه‌وه کانت بیت بریار له‌سه‌ر دا‌هاتووت نه‌ده‌یت
 به‌ رو‌داوه‌کانی را‌بردوو تو‌ زی‌اتر فی‌ر ده‌بی ده‌توانی
 ب‌گۆری‌یت به‌رده‌وام و باش‌تر ده‌بیت به‌ بیر‌کردنه‌وه له‌وه‌ی
 که ئه‌م ته‌مه‌نه‌ی ماوته بو‌ ئامانجی‌ تر به‌کار به‌ینن

هیچ کهسیکی سهر کهوتوو بهبی ئهوهی توشی شکست
هاتبیت نهیتوانیوه سهر کهوتوو بیت

بیرت بیت کاتیك دهر گایهك به روتهوه دادهخریت یهکیکی تر
دهبیتهوه بهلام ئیمه زور جار به پهشیمانیهوه سهیری دهرگا
داخراوهکه دهکهین بویه نابینین که یهکیکیتر بۆمان کراوتهوه

ئهوش بێ هیوایی و زالبونی بیرکردنهوهی نهڕینی ئهوه
دهرگا داخراوه میشتکت پردهکا لهبیرکردنهوهی شکست
هینانن وادهکات بترسی له تاقی کردنهوهی ههولیکی نوێ و
دوباره دهست پیکردنهوه لهسهرهتا لهوهی که له ههوللی
پیشتردا چهند سالی تهمهنت خست ته گهری
و سودی بۆت نهبوو.

گهر شتێک کۆتایی هات به‌جی بهێله!

به‌رده‌وام گولێکی م‌ردوو ئ‌او مه‌ده له هه‌موو کاتێک‌دا
هی‌وایه‌کی ت‌ر هه‌یه ب‌و ئ‌هوهی ئ‌اراس‌ته‌ت ب‌کات به‌ره‌و
باش‌ترین ش‌ت که‌شایسته‌ی ت‌ویه به‌لام ب‌یرت ب‌ی ئ‌ه‌گه‌ر ت‌و
له‌شوینی خ‌وت بو‌هسته‌یت ه‌یچ ش‌تێک له‌ژیا‌ندا به‌ره‌و پ‌یشه‌وه
ناچ‌یت ب‌ویه دو‌باره گ‌ول ب‌گه‌ره‌وه ه‌هول ب‌ده ب‌و
ده‌س‌پێک‌ردنه‌وهی هه‌نگاوی نو‌ی و گه‌یش‌ت به‌خه‌ونه‌کان‌ت
هه‌ن‌دیک ک‌ات وا هه‌س‌ت ده‌که‌ی که ئ‌ه‌و که‌سه‌انه‌ی له
ده‌ورو به‌رت‌ه‌وه‌ن و سه‌رکه‌وت‌ون و له‌نی‌و خه‌ونه‌کان و
هی‌واکانیان ئ‌ه‌ژین له‌س‌روش‌ندا له‌گه‌ل له‌دایک ب‌ون ب‌ی که‌مو
ک‌ور‌تی له‌دایک ب‌ونه و ه‌یچ ئ‌اس‌ته‌نگی و ناخ‌وش‌یه‌ک
نه‌هات‌وته ری‌گیان به‌لام

*هیچ که‌سه‌ک به‌ سه‌رکه‌وت‌ویی له‌دایک نه‌بو‌وه

*هیچ که‌سێک به‌ د‌ل‌خ‌وش‌ی له‌دایک نه‌بو‌وه

*هیچ که‌سی به‌ س‌تر‌یس و به‌خت ره‌شی له‌دایک نه‌بو‌وه

هه‌موومان له هه‌مان خاڵ ده‌ست پێ‌ده‌که‌ین کامه ئاره‌زوو و
هه‌ول‌دانی زیاتری‌ت بو سهر‌که‌وتن ئه‌و ده‌گات به‌ لوتکه
ئه‌وه‌ی ئێستا تێ‌داین به‌هۆی بیر و باوه‌ر و ئه‌و ژینگه‌یه
که‌چۆن خۆمان له‌گه‌ڵی ده‌گونجێنین

ناکری‌ت تۆ له‌شوینی خۆت وه‌ستابیت و بای‌ت که‌ ژیانم
له‌بهره‌تدا خراپ ره‌گی هه‌ل‌داوه و مه‌گه‌ر خۆی به‌ره‌و باشی
بگۆری‌ت ئه‌گینا باش نابیت و به‌م شیوه‌یه به‌رده‌وام ئه‌بیت

به‌بێ بونی کردار هیچ شتێک له‌ ژیا‌نتدا ناگۆری‌ت
چاوه‌روان مه‌به‌ له‌خۆرا ژیا‌نت بگۆری‌ت چونکه‌ تا تۆ
نه‌گۆری‌ی ئه‌وا هیچ شتێک ناگۆری‌ت پێ‌ویسته‌ هۆش‌یاری
خودی‌ت به‌کار‌بێنی‌ت و خۆت بگونجینی‌ت له‌گه‌ڵ ئه‌و
ژینگه‌یه‌ی که‌ تێ‌دای چونه‌ ئه‌گه‌ر بیر و باوه‌رت به‌ره‌و
باش‌تر بگۆری‌ی ئه‌وا کار‌دانه‌وه و ره‌فتاره‌کان‌ت ده‌گۆرین و
کێشه‌کان به‌ره‌و چاره‌سه‌ر ئاراسته‌ ده‌که‌یت له‌ هه‌ول‌دان بو
سهر‌که‌وتن مه‌وه‌سته‌ ته‌رکیز بکه‌ سه‌ر ئامانه‌که‌ت

ئهو كهسانه‌ی براره‌ن و شانازیان پێوه‌ده‌کری ئه‌وانه‌ن که
 هەرگیز ده‌ست به‌رداری خۆیان و ئامانجه‌کانیان نابن
 سه‌ره‌رای بوونی سه‌ختیش وه‌ ده‌ست به‌رداری بووه‌کانیش
 ئه‌وانه‌ن که براره‌ن نابن خۆت هه‌لیبژیره‌ که‌میان بی تاکه‌
 شت که ده‌توه‌ستینی له‌ کردار بیرکردنه‌وه‌ و خه‌یال و ترسه‌
 دروست‌کراره‌کانی خۆته‌ به‌لام تۆ لاواز نیی گهر واش
 هه‌ست بکه‌ی هه‌ر خۆتی ده‌توانی هه‌لسیته‌وه‌ و ده‌ست
 پێکه‌یته‌وه‌ خۆت ئازاد بکه‌یت له‌ زیندانی بیرکردنه‌وه‌ و
 زۆر دانیشتن و خه‌یال کردن ئه‌وه‌ تۆی ده‌توانی
 که‌سایه‌تیه‌کی باشتر له‌وه‌ی خۆت دروست بکه‌یت ره‌نگه‌ له‌
 ناوه‌راستی هه‌وله‌کانته‌دا هه‌ست به‌ناوهرحه‌تیه‌ک و بێ
 هیواییه‌کی زۆر بکه‌یت به‌لام له‌هه‌ر دۆخیکی بێ هیوا بون
 له‌ شوێنیک بوه‌سته‌ و چاره‌کانته‌ دابخه‌ و به‌ قسه‌یه‌کی که‌مه‌
 ره‌ق له‌میشکته‌وه‌ به‌خۆت بلی که‌ هه‌موو ئه‌وشتانه‌ی رویان
 دا تێپه‌رین و دوباره‌ چاره‌کانته‌ بکه‌ره‌وه‌ و وه‌ک ئه‌وه‌ی
 یه‌ک ساتی له‌دایک بونت بێ و دوباره‌ له‌دایک ببیته‌وه‌
 له‌سه‌رتاوه‌ ده‌ست به‌هه‌نگاوه‌کانی سه‌رکه‌وتن بنێوه‌ و تا
 کۆتا خالی سه‌رکه‌وتن ده‌سه‌رداری ئامانجه‌که‌ت مه‌به‌

بیرت بێت ئەگەر هەول دانت بۆ شتێک ئەنجامی ویستراوی
نەبوو ئەو پێویست بوو بە جۆریکیتر هەول بدە و دەبێتە
ئەزمونی زیاتر بۆ جاریکی تر نەوێک شکست و کەوتن و
تێکشکانی تۆ

بەلام بزانه ...

گەوهترین شکست هەول نەدانه

شکست جی هیشتنی شتەکانە بۆ قەدەر

شکست هینانەوێ بیانۆیە بۆ ئەوێ نەیکە

شکست دواخستنی کاری ئەوێ بۆ کاتیکی تر

شکست دروستکردنی ترسیکە کە بوونی نیە لە راستیدا

شکست خۆ بەراوردردنە بەخەڵک

شکست ئەوێ بەهۆی وەک کەسێکی تر بێی و خۆت لەبیربکەیت

بیرت بێتو هاتیتە دنیا بۆ ئەوێ مەبەستی خۆت بدۆزیهوه لە ژيان
خەونت هەبێ و هەولێ بۆ بدەیت نەک هەر دابنیشیت سەیری تیقی
بکە و هەر لۆمە ی خۆت بکە بەبێ ئامانج

تۆ ئەگەر ئامانجیکت ههیه و بهراستی دتهوئ بهدهستی بئینی
 ئەوا ریگهیهک دهووزیتهوه بهلام گهر بترسیت و ههول نهدهی
 ئەوکات بههانهیهک دهووزیتهوه تا بهدهست نئیت

هەرگیز لهنیوهی ریگاگان بئ هیوامه به بلئیت هیچ شتیکی
 رون نیه ئەسته مه به خهون و هیواکانم بگهم یتر ههنگاو
 نان سودیکی نیه زۆربهی ئەو کهسانهی که شکست
 خواردوو و ناگه نه مه بهسته کانیان ئەوانن که نازانن چهنده
 له سه رکهوتن نـزیکن لـه و کاتهی ههول دهن بـو
 مه بهسته کانیان بۆیه واز دینن و خهونه کانیان وهک خهیاڵیک
 بهجیده هیلن من تۆ و کهسمان داهاتوو نابینن، بهلام پئویسته
 پروات بهوه ههبی هه ههول و ههنگاوهک که بهریکی
 دهینی متمانهت بهخۆت زیاتر دهبی و نزیکت دهخاتهوه له
 سه رکهوتن و لهزهتی ژیان

پئویسته تۆ پروات بهخۆت ههبی و

له ههولدان نهوهستیت..

زۆر جار که‌سیک دێت و هه‌موو هێز و متمانە و
 یراده‌ت له‌و دا ده‌بینیت‌ه‌وه‌ دواتر ده‌روات و ده‌بیته‌ یادگاری
 هێز و یراده‌ت ده‌هرینیت!

هه‌ندیک جار مرو‌ف له‌ سروشتی ئاسایی و ژیان و کار و
 هه‌نگاه‌ه‌کانیه‌که‌تی و به‌ره‌و سه‌رکه‌وتن هه‌نگاو ده‌نی‌ت به‌لام
 له‌ناکاو که‌سیکی نه‌ناسراو دێته‌ ژیانیه‌وه‌ به‌ره‌و باشتربونی
 ئه‌بات ئه‌وه‌ش به‌ه‌وێ چه‌ند خاڵیه‌که‌وه‌ که‌ ئه‌و که‌سه‌
 کارده‌کاته‌ سه‌ر تیکه‌ل بون به‌ ده‌رونی که‌سه‌که‌ و داگیر
 کردنی هه‌سته‌ بێ هیواکه‌ره‌کان‌ت که‌ ده‌بیته‌ نه‌ه‌یشتنه‌وه‌ی
 جیگا بو‌و خاله‌ نه‌رینه‌کان له‌میشکی تاکدا و هه‌ستکردن
 به‌وه‌ی که‌ له‌ هه‌مان شیوازی بیرکردنه‌وه‌ی تو‌ دایه‌ ده‌توانی
 له‌هه‌نگاه‌ه‌کانی ژیان‌ت یارمه‌تی ده‌رت بێت و ه‌ جو‌ره‌
 گو‌فتاریکی لێ‌وه‌ ئه‌بینیت که‌ له‌وانی تر نه‌بینراوه‌ وه‌ک
 ئه‌وه‌ی قسه‌کانی هه‌مان ئه‌و قسه‌نه‌ بی‌ت له‌دلی تو‌دا به‌نده‌ و له‌
 ده‌می ئه‌ودا دێته‌ ده‌ره‌وه‌ هه‌موو شتیکی خو‌ت له‌ودا
 ئه‌بینیت‌ه‌وه‌ له‌گه‌لی دلخو‌ش ئه‌بیت

دوا به دوای ناسینی ئهو ههست به باش بونیـک و
 ئاسودهیهکی بـی پایهن دهکهیت که له ناخهوه ههـلـدهـقولـیت و
 رهگ دهـگرـیـ بـۆ گهرانهوهی هیوا و به هیـزـبـونی متمانه و
 ههنگاو نانی باشتر لهژيانداو وه دروست کردنی شاریکی
 گهرهه له خهـیـال لهـمـیشـکـدا که رۆژهـکان بهـدایـکی
 ئاسوده و خهـیـالـیکی پر له هیـواوه ههنگاو ئهـنـیـت
 بهـلام لهـناـکاـو ههـمـوو شـتـیک ئهـگـۆـرـیت ئهـوـیش بهـهـوی
 نهـمان و رۆشـتـنی ئهـوـکـهـسهی که ههـمـوو ئهـو شـتـانهـت تـیـدا
 بینیهوه لهژياندا جابه ههـر هۆکارـیک بـیت که کۆتایـی هاتـنی
 تهـمهـنی بـیت یاخود ناچار بون و یاخود گۆرانی لهـخـۆـرا و
 دهر کهوتنی روی راستهـقـینهی یاخود ههـر هۆکارـیکی تر
 بهـلام لهـم کاتهـدا پـیـویـسته بزانیـت و بیر کردنهوهت رۆشـهـن
 بکهـیت وابکهـیت تـیـگهـیت ژیان لهـسهـر هـیـچ کهس
 ناوهـسـتـیت کهوایه بـۆـچی دلخۆشـی و هیواکانـت و
 ههنگاو هـکانـی گهـیشـتن به خهـونهـکانـت لهـسهـر کهسـیک
 بوهستیتیت که بیر لهتۆ ناکاتهوه یاخود بۆته رابردوو ؟

زوریکمان نازیزیکمان ههیه تههمنی کوتهایی هاته بهلام
بیرت بیت ئهم خاک و زهویهی که یستاتو لهسهری
ئهژیت روژیک دیت ئهبت بهیبانییک وهیچ کهسیکی
لهسهر نامینتهوه نه ئهو کهسه و نه کهسیکی تر و نه توش
لهم دونیا بهم کهسانه شاد ئهبتتهوه که لهدهستت داوون و له
جیهانیکی بی کوتهایی و بی نازار رهنکه ئهو کهسهی کهتو
لهدهستت داییت لهم دونیا له کوچیهکی بههشتت دا
چاوهریی دیداری توبکات بوچی تو لهم دونیاایدا
روژهکانت بو کهسیک که دانیای دیداری نهراوهت لهگهلی
دهبت دهسبهرداری هیواو خونهکانت دهبت لهکاتیکدا
دلناییت لهوهی که روژیک دیت ئهو دهووزیتتهوه بیربکهوه
مهگر ئهو تو ببینیت دلخوش نابی بهوهی تو لهم دونیا
بو بیتیه کهسیکی سهرکهوتوو و بههیوا و خونهکانت
گهشتبیت یان لهوهی که تو ببینیت به حالیکی پeshiوهوه و
دلیکی روحیکی ماندوو که ههموو تههمنی لهشیندا و له بی
هیوایی و له گیروده کردنی ئهقلی به بیرکردنهوهی نهیننی
و بی هیوا بردوته سهر

ده‌ست بگره به شه‌مه‌نده‌فهری ژيانه‌وه و بـیرت بـیت تـۆ لـییدا
 سه‌ر نشـینیت و نه‌وانی تـریش سه‌ر نشـینن هه‌ر که‌سه‌وه
 له‌جـیگایه‌کا داده‌به‌زیـت به‌لام دواتر له‌کۆبـونه‌وه‌یه‌کی جیهانی
 که هیچ که‌سـێک نا‌توانی نه‌یه‌ت و لـییرابکات به‌دیداری شاد
 ده‌بیته‌وه نه‌وه‌ک ئه‌م شه‌مه‌نده‌فهره کۆتا دیداری تـۆ و نه‌وه
 بـیت ژیانیش وایه بـۆ نه‌وه که‌سانه‌ی که ئازیزیکیان له‌ده‌ست
 داوه نه‌وه له‌شوینه‌که‌ی خـۆی دابه‌زیوه نا‌کرێ تـۆ له‌به‌ر نه‌وه
 له‌خـیرایـی شه‌مه‌نده‌فهره که خـۆت هه‌لـده‌یته خـواره‌وه مه‌گه‌ر
 وایـیت به‌دیداریشی شاد بیته‌وه به‌ شیوه‌یه‌کی باش نابـیت و تـۆ
 حالـت باش نابـیت دیداریکی شیرن نابـیت که تـۆ به‌ده‌ست و
 قاچی شکاوه‌وه و به‌بـێ هۆشی بـۆی بجـیت له‌سه‌ر نه‌وه
 پـیگه‌یه‌ت دا دانیشـه‌وه به‌رده‌وام به‌ له‌ژیان کـردن کـاتی
 هه‌مـوان یه‌ت بـۆ دابه‌زیـن هه‌ر کـاتیش دابه‌زیـت
 گه‌شتوی به‌دیداری دابه‌زیوه‌کانی تر

وه هه‌ندیک جار ئەوکەسانەى که ئەو هیواو متمانەى ژيانتى له‌چاودا ئەبىنیت به‌ئى هیچ هۆکارىک ده‌گۆریت ئەمه‌يان به‌شىک خەلک پێى ئەلین گۆرانە به‌لام له‌هەقیقه‌تدا دەرکه‌وتنى روى راسته‌قینه‌یه‌تى هه‌ندیک مروّف له‌سه‌ره‌تای ناسینياندا به‌شيوه‌یه‌ک خۆيان دەرده‌خەن که بلییت باشتەرىن که‌سه‌کانى دونیا بن به‌لام له‌ناخ و دله‌وه‌ خاوه‌ن رواله‌تیکى باش نین و ئەوه‌ى نیشانى ده‌وه‌ن ته‌نیا نمایشیکى شانۆییه‌ وه‌ ئەگەر روژیک هیوا و خه‌یاله‌كانت له‌چاوى ئەم مروّفانه‌ بى‌نیوه‌ و لیّت دورکه‌وتونه‌ته‌وه‌ پێویسته‌ سوپاسى خودابكه‌یت که ئاگه‌دارى تۆیه‌و له‌كه‌سانى خراپ دورت ئەکاته‌وه‌

هه‌روه‌ک خودای گه‌وره‌ له‌قورعانى پیرۆزدا ده‌فه‌رمویت

وَعَسَىٰ أَنْ تَكْرَهُوا شَيْئًا وَهُوَ خَيْرٌ لَّكُمْ

وَعَسَىٰ أَنْ تُحِبُّوا شَيْئًا وَهُوَ شَرٌّ لَّكُمْ

"له‌وانه‌یه‌ شتیكتان لا ناخۆش بیّت، که‌چی خیر له‌وه‌دا بیّت

"له‌وانه‌یه‌ شتیكتان پێ خۆش بیّت، که‌چی شه‌ر له‌وه‌دا بیّت"

خودا روی راستهقینهی ئهوکهسهی نیشان داوایت و خیری
 پیهویه بۆتۆ بویه پیویسته بیرکردنهوه نهزینیهکانت لهسه
 ئهمه بگۆریت و بیرلهوه بکهیتهوه سوپاسی خودا بکهیت
 که روی راستهقینهی نیشان داوایت و یارمهتی داوایت بۆ
 دورکهوتنهوه لهکهسیکی لهمشیهویه خراپ نهوهک
 لهدهاتوو بۆت بیت به کیشو نارمهتی لهدوائی تیپهرون
 کاتی زیاتر و گیرۆدهبوننی زیاتربه کهسیکی لهم شیویه
 خراپ که ئهگهر ئهژیانت مابهیهوه رهنهگه توشی ههلهی
 کردبایتایه و کاتی ناخۆشتری زیاتری لهژیانت دروست
 کردبایه خودا زوتر روی نیشان داوایت و لیتی
 دورخستۆتهوه پیویسته دلخۆش بیت و سپاسی خودا بکهی.

خۆت خۆش بویت و به بههیزی و متمانهوه لهخۆت بروانه؟!?

گرینگی بهخۆت بده و خۆت خۆش بویت هیچ کهس ناتوانی ئهوشتانه بو ژيانته بکات کهخۆت ئهنجامی دهدهی ئهگەر تۆ لهشوینی خۆت وهستابیتی و هیچ شتیک نهکهی بو بهرهو پێش چونی ژيانته ئهوه بێگمان ناگهی به ئاوات و خهونهکانت و تهواو بێ هیوا دهبیته لهم گۆی زهویی و گهردونهداهیچ کهسیک وهک خۆت لیت تیناگا پێویسته زۆر جار دانیشته و لهگهڵ خۆتا گفتووگۆبکهی باسی ئهوشتانه بکهی کهپێویسته بیکهیت و نهته کردوه و گلهیی لهوه لهخۆت بکهی که بوچی تا یستا لیره وهستاویت نهوهک بچیت بو خهڵکی باس بکهی من ئاوام و خراپم چونکه بیرته بێته هیچ کهسێک وهک خۆت ناتوانی لیت تێگات و کهمو کورتیهکانت ببینیت وه هیچ کهسیکیش ناتوانی بهم شیوهیه یارمهتیت بدا که خۆت دهتوانی خۆت مامۆستای خۆتبه و ههولده شتی نوێ تاقی بکهوه

کیشه چیه؟

باله سهرتادا شکست بـئـیت وانه لهشکه ستاکن فـئـئـهـبـیت هیچ
مروفتیک له سهر زهوی نیه ههموو ژيانی بردبـئـته سهر و
توشی هیچ شکستیک نه بـوـبـئـت و توشی نارحه تی نه بـوـبـئـت

تۆ شایه نی یهوهیت که خۆت خوش بویت

شایه نی یهوهیت که بزانیست که تواناکانست
چیه و ده توانیست که چی نیشانی دونیا بدهیت بـئـ
یهوهی خۆت بهراورد بکهیت به خه لکی

شایه نی یهوهیت که باوهرت بهوه هه بـئـی که
تـوـش چهنـد تایبه تمهنـد دیه کی خۆتـت ههیه که
دهتره وشـئـئـته وه به بـئـی پشت بهستن بهوهی که له گهـل
کـئـیت و له گهـل کـئـی قسه ده کهیت

شایه نی یهوهیت که ببیت به باشترین
هاوړی خۆت نهک ببیت به خراپترین دوژمن

شایه‌نی ئه‌وه‌یه‌یت که نرخ و به‌های خۆت
بزانی‌ت و دوور که‌ویت‌ه‌وه له‌وانه‌ی که ئه‌م به‌هایه‌ی تۆ
نابین‌ن ته‌نانه‌ت گهر که‌س ئه‌مه‌ی پێ نه‌گوتبێتیت و
که گرینگیت به‌لام

شایه‌نی ئه‌وه‌یه‌یت که باوهرت به‌وه هه‌بێت که
تۆ که‌سیکی گرینگیت

نابێت خۆزگه به ژيانى هیچ که‌س بخوازین هه‌میشه به‌و
جووره بێرده‌که‌مه‌وه له‌ژيانى هه‌مواندا به پهنه‌ی کۆمه‌ل
گه‌لێ شت هه‌یه و ئێمه نایزانین ئه‌شێ من له‌و ژيانه‌ی
ئه‌واندا بوومه‌یه به‌رگه‌م نه‌گرتایه یا هه‌لبه‌ت ژيانى خۆم
شایه‌نتره به‌خۆم ئێنسان تا ته‌مه‌نی به‌ره‌و زی‌ده‌تر بچێ
کام‌تر ئه‌بێت له‌وانه‌یه هه‌موان له ته‌مه‌نیکدا به‌و قۆناغه
تێپه‌رینن که خۆزگه به یه‌کدی بخوازن

خۆتت خۆش بویت ئهه ژيانه بچکۆلانهیهی
 خۆتت خۆشبویت ئهه شتانهی ههته خۆشت بویت لهکۆتایدا
 تۆ شایهنی ژيانی خۆتی نهک ژيانی کهسیکیتر هیچ
 مرقییک لهسروشندا وهک یهک نیه رهنگه ئهه بارودۆخهه
 کۆمهلهگهه خیزانهی کهسیکی تر تێیدا پێگهشتوه تۆ نهت
 بویت رهنگه ئهه لهشوینی تۆبوایه نهیتوانیبوایه بگات بهه
 شوینهی کهتۆشی لێیه بۆیه

خۆت به هیچ کهسیکهوه بهراورد مهکه وابییربکهوه تۆ
 بههیزترینی خۆت باشتترینی دهتوانی باشتريش بیت

خۆتت خۆش بویت زۆر شت ماوه بیکهیت لهگهه خۆتا تۆ
 هیچ بهر بهستتیک نیه بتوهستتینی لهم شتانهی کهماوه لهگهه
 خۆتا بیکهیت ئهوانهی که ههه و دهبینرین و ههستتیا
 پێدهکهی تهنیا بههانهن تهنیا ههستهنه رێنیهکانی مێشکه و
 تهنیا بیرکردنهوه لاوهزاکانی خۆته که تۆی لهچاوهروانی و
 بیهیواییدا وهستاندوه

ههنگاو بنی ههنگاو نان هیچ کات شکت نیه

ئهسله شکتیش شکست نیه!

شکت وانهیه بۆ ههولدانی داهاتوو

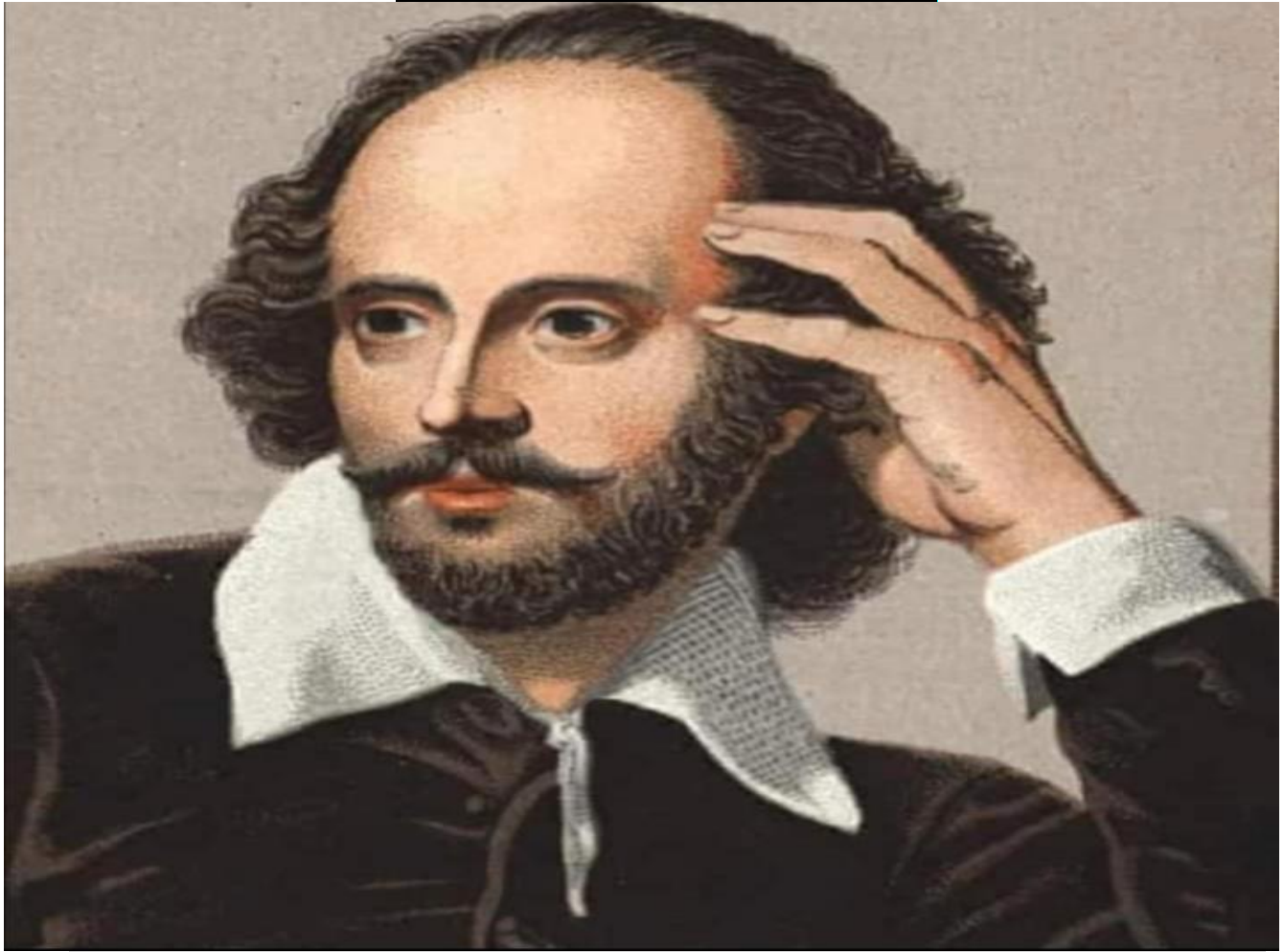
هیچ سههرکهوتنیکیش بهی شکت نابیت سههرکه

وشه ی سههرکهوتن وشه ی کهوتنی تیایه!

واته هیچ سههرکهوتنیک نیه که کهوتنی تیا نه بیت!

ههروهها بۆ سههرکهوتنه گهورهکانی ژیان پێویسته خۆت
ههولدهی ههنگاو بنییت چاوهریی هیچ کهسێک مه به
دهستت بگرییت و یارمهتیت بدا بۆ سههرکهوتنهکانت
چونکه خۆت باشترینی خۆتی له شکست مهترسهو به
شکست بێ هیوامه به ههنگاو بنی بۆ سههرکهوتن بێ
چاوهروان بونی هیچ کهسێک بۆ یارمهتی دانت

شکسیر دهلیت



من ههمیشه هست به دل خوشی دهکهم دهزانن بو ..؟
چاوهروانی هیچ شتیک له هیچ کهسیک ناکهم چاوهروانی ههمیشه
به ئازاره ژیان کورته ژیان خۆت خوش بویت دلخوشه
بهردوام زمردهخنه بکه تنهها بوخۆت بژی پیش ئهوهی
قسه بکهی گوئیگره پیش ئهوهی بنوسی بیرکهنهوه پیش ئهوهی
سهرفی بکهیت پهیدای بکه پیش ئهوهی بیاریتهوه بهخشنده به
پیشئهوهی ئازارت ههبت هست بکه پیش ئهوهی رقت ههبت
خۆشهویستیت ههبت پیش واز هینان ههولده پیش مردن بژیت!

بیرت بی‌ت هیچ که‌سیک له‌پریکا ناگات به‌لوتکه‌ی سه‌رکه‌وتن!

هیچ که‌سیک له‌پریکا ناگات به‌لوتکه‌ی سه‌رکه‌وتن و کاتی
زۆر و تـاقیکردنه‌وی زۆر ده‌بیـنـن تـاکوو ده‌گهن
به‌سه‌رکه‌وتن به‌لام ئه‌وانه‌ی ده‌گهن به‌سه‌رکه‌وتن ئه‌وانه‌ن
که به‌هێزه‌کان ئه‌وانه‌ن که ناخۆشی و نه‌هامه‌تیه‌کانی
ریگاکیان نایان وه‌ستینی‌ت له‌ریگا کردن به‌ره‌و سه‌رکه‌وتن
ئه‌وانه‌ن که له‌گه‌ل یه‌که‌م شکست ده‌سه‌به‌رداری ئامانه‌که‌و
ریگا که نابن و دوباره‌ ده‌ست به‌ریگا کردن ده‌که‌نه‌وه
بیریانه‌ که تـو به‌ ئوتـومبـیله‌وه ریگا بکه‌ی و شوینیکت
مه‌به‌ستی‌ت که‌بـۆی بچیت و له‌ناکاو سه‌یربکه‌ی ریگایه‌کی
هه‌له‌ت گرتـۆته به‌رو ده‌گه‌رییـته‌وه و له‌ریگا راسته‌که‌دا
ریگه‌ ده‌گریته به‌ر نه‌وه‌ک ئاخۆ بوه‌ستن و سه‌یرکه‌ن یاخود
بگه‌ریـنه‌وه ئه‌و شوینه‌ی لـیـوه هاتن و بلـین یـمه
ئهم ریگایه‌ نازانین

ئەوانەى كە به‌هێزه‌كانن و ده‌گهن به‌شـووینى مه‌به‌ست و
 خه‌ون و هیوا كانیان ناترسن له‌شكته‌ و و دوباره‌بونه‌وشى
 شكسته‌ شیتانه‌ رێگا ده‌گرنه‌ به‌ر و تاكوو نه‌گهن به‌شوینى
 مه‌به‌ست ناوه‌ستن ئاخۆ كه‌سانێك هه‌یه‌ له‌ژياندا زۆر به‌
 ئەسته‌م و ماندوو بونیك و رهنجیكى زۆر هه‌و گه‌یشتون به‌و
 لوتكه‌وه‌ى كه‌ بیهێزه‌كان له‌خوار هه‌و سه‌هیری ده‌كهن و
 وه‌ستاون ئەلێن سه‌هیری ئەمه‌ بكهن له‌كوێ دایه‌ و چه‌ند
 سه‌ركه‌وتوه‌ و چه‌ند به‌هێزه‌ رهنه‌گه‌ ئەوانه‌ى نایناسن و
 ئاگاداری زهنجه‌كه‌ى نه‌بن بلین ئەمه‌ ده‌بیته‌ هۆكارێكى
 هه‌بیته‌ كه‌ یمه‌ نیمان هه‌نگه‌ به‌شتیكى تر هه‌و گه‌شتیته‌ به‌م
 لوتكه‌یه‌ به‌ولام له‌راسه‌تیدا ئەو شته‌ى كه‌ ئەوان نیانه‌ ته‌نیا
 ئەوه‌یه‌ كه‌ پێی ده‌لێن هیوا و هێز و متمانه‌ به‌خۆبون ..

مروقي شكت خواردو و هميشه بههانهي هميه بو
شكستهكاني ترس و دلخراوي هميه بو ههنگاوهكاني
تيروانيي خراپي هميه بو نهوانه ي سه سه كهوتون و له
لوتكه ي متمانه و خهونهكانيان دان

ئەگەر دوو كەس بەيەكەۋە رېڭا _____ كەن
بۇ گەيشتن بەدورگەيەك كە ھەزاران كىلومەتر لايانەۋە
دورە و ھەردو كەس _____ كە لەتەنیش _____ ت يەكەۋە
دەست بە رۆيشتن بىكەن...

کھسیکیان کھسیکی به متمانہو به ھیز و بویر و به ھیوا بیت

کەسەکەى تریان کەسیکی بی هیوا و بی متمانه بیت

هەردوکیان ریگا بکەن بۆگەیشتن بەدورگەکه لەریگا
 لەشوینیدا که لەسەر ریگایە بۆ گەیشتن بەدورگەکه
 پردێک بێت بەپیشیانەوه که لەژێری دۆلیکی تاریکی
 بیکۆتا هەبێ و لە دارێکی رزیوی کۆنەوه دروست کرابێت
 و بە گوریسیکەوه بەسترابێتەوه لە تەنیشتهکانیەوه

هەردوکیان رینگا ئەگر نه بهر کهدهگهن به پرده رزیوه که

کەسە بێ هیواو بێ متمانه که له گهل یه کهم قاچ کردنه سەر
 داره رزیوه که کانی پینگه کانی پرده که ئەبێت پینگه
 یه کهمی پرده که بهر ئەبێت تهوه و ئەکهوێته دۆله کهوه که ئەوه
 ئەبێت خودکارانه ئەوه ئەچێت به مێش کیدا که گهیشتن
 به دور که مهالهو هیچ رینگایه که نیه بو ئەوهی پێی بگات
 و ئەلێت ئەمه له توانای مندا نیه و بێ هیوا ئەبێت له گهیشتن
 بهو ئامانجهی که بو هاتوه به لام کەسە به هیواو متمانه
 به خوێه که کهده گات به پرده که ئەبێت داره کانی رزیون
 خوێ ئەگرێت به گوری سهکانی ته نیش تهکانیهو ههنگاو
 ههنگاو لێیدا ئەپهرێتهوه جا که مروقه بێ هیوایه که له شوینی
 خوێ ئەوه ستیت و ئەبێتیت یان ئەبێتیت که کهسه کهی تر
 گهیشته به دور که ئەلێت؟

ئەمه شتیکی راستی نیه؟

ئەوه شتیکی هیه کهمن نیمه !

رهنگه به فرۆكه له پردهكه پهريیتهوه!

رهنگه لهو بهرهوه هاتبێتن و دهستیان گرتبێت و یارمهتیا دابن!

بهلام له راستیدا وانیه ئهوهی ئهو نهیبوهو ئهوهی تر ههیبوه
تهنیا متمانه بهخوبون و بێ هیوانه بونه.....!

هیچ مرقۆشیک به بێ ماندوو بون ئهرک کێشان ناگات
بهمه بهسست و ئامانج و خهونهکانی ژیاڤ پۆیستی به
خهراگریه پۆیستی به بهبهره
پۆیستی به نهترسانه له ههنگاوهکان پۆیست ناکا بترسیت
و قهلهک بیت لهوهی بیکهیت بو سهرکهوتنت چونکه
بهراستی ئهوانه شکست خوار دووترین کهسهکانی جیهانن
که لهشوینی خۆیان وهستاون و هیچ کاریک ناکهن بو
سهرکهوتن نهوهک ئهوانهی لهو کارانهی دهییکهن بو
سهرکهوتن شکست دهییکهن و چهند جاریک
ههولهکانین ئهنجامی نابیت

تۆ پئویسته ههمو کات بجهنگیت لهگهل چاره نوسی خۆتدا
چاره نوس ئهورۇژانهن که یستا تۆ تئیدایت ههستهو ههولده
شتی نۆی بکه شتی نۆی فیربه قهدهرت باشتر بکه
چاره نوست بگۆره ناکریت تۆ له شوینی خۆت وهستابیت و
گلهیی لهخودا بکهبت که چاره نوستی بهشیوهیهکی خراپ
داناوه لهراستیدا چاره نوسی یستاو داهااتوو لهژیڕ دهستی
خۆت دایه تهنیا رابردوو نهییت که تئیهریوه
رابردوش بکه بهرۆمانیک بۆ ژیانیت بۆ ههولهکانی
داهااتوت بۆ سهركهوتن بهجۆریک..!

روداوه ناخۆشهکانی ناو رۆمانهکه بین بههیز بۆت

روداوهخۆشهکانی بین به هیوا و متمانه

ههلهکانی بین بهوانه بۆت

هیچ کەسێک نازانی خودا چەنێکی تەمەن بوو داناوە بوو ژیان
 کردن بوو یە هەرگیز بێرلەوێ مەکوێ بلێیت ئەو پێویستە
 بیکەم لەداهاتودا و پێویستە وازبێنم لەوەستەن و ئەم بێ
 هیواییە لەبەر ئەوەی ئەمە کوششتنی کاتە لەخۆت و وە بە
 تێپەربونی کات وای لێدیت کە بلێیت یتر شتێک نەماوە بوو
 ئەوەی بیکەم هەستە و هەنگاو بێی یستە باشترین کاتە بوو
 ئەوەی دەست بەسەرکەوتنەکانت بکە و هیوای ژیانێکی
 نوێ لە چارەنوشت بنیاد بنییت و یستە و
 داهاتوشت باشتر بکەیت.....

.....پشووێک.....

ژیان سادیه

لهخۆتی ئالۆز مهکه بههيو او سادهييهوه بژی!

هموو مروفییک ژیان و کار و شتانیکی تایبەت بهخۆی
 ههیه ههچ دوو مروفییک نیه لهژیاندا ههموو خولهکانی
 ژیانیهان وهک یهک بوییت و لهیهک چوار چیهی ژیان
 کردن خولابیتهوه تو تهركیز بخه سهر سروشتی ژیان
 خۆت که ئهوهی تو چۆنه و دهتوانی چیهکیهت بو
 باشتربونی و دهتوانی تاکوئی بیهیت رهنگه ژیان تو وهک
 ئهوه نهییت که خهونی پیدهیهیت و ههموشتیکت
 پینهبهخشیته بهلام ههندیک شت ههیه لهژیاندا ژیان پیت
 نات بهخشی دهبی خۆت بهدهستی بیینی

بۆنمونه ژیانیهکی ساده و ئالۆزنهکردنی بارودۆخهکانی
 ژیان لهخۆمان تو ئهگر ههزار بیت یان دهولههههه نهخۆش
 بیت یان تهندروست ماندوو بیت یان نا خهفهت باربیت
 یان مورتاح دلتهنگ بیت یان دلخۆش

كهسانى وهك تۆو لهتۆ خراپتر هه

لهههر ئاستىك لهم ئاستانه دابویت

سهیری ئاستى خوارهوهی خۆت بکه نهك سهروه تۆ

سهیر بکه جوجهلهكه له باخىك دابى

لهباخهكهدا 50 دانه گهنم ههیت 30 دانه لهم گهنمانه

لهسهر دارىك بیت لهباخهكه كهتوانای گهشتى پى نهیت

و 20 دانهشى له گوشهیهكى ترى باخهكاكهوتیت

مهگر جوجهلهكه به هوى ئهوهی گهنمى سهردارهكه

زۆرتـرهو خوشـتره ههمیشه بهردهوام بیت لهسهیرکردنى

دارهكه و دهستى پینهگات و ئهوهی خواروه لهبیربكات

ئهوه بیگومان لهبرسان ئهمریت!

مروڤیش ههندىك جار بههوى خۆپهرستى و چاوچنۆكى

یان رازى نهبون بهوبهشهى كههیهتى وای لى بهسهردیت

كه ئهم شتانهی كه ههشیهتى لهدهست دهات

ههتاوه کوو شتیکیش دهست نهکهویت قهدری نازانیست
 زۆریک له یمه کهمنال بوین ههزمان به یاریهک بوو
 دواتر بوو به پاسکیلیک دواتر موبایلێک دواتر ماتۆری
 هیتەر بهلام له دواى به دهسهکت کهوتنی ئهوشتهی که
 ویستومانه و پێی گهشتوین قهدری نازانین و بیر له شتی
 گهرهتر دهکهینهوه جا ههه ئهه یاریه ی منالیه که سهههتا
 ههزمان بهبونی کردوه دهبیست بهخانو سههیاره یان
 ههه چیهکی ترمهههه نه نهیا شتیکی مادی بێ رهنگه
 شتیکی سهروشتی ژیان بێ...

تو یستاش چهندین شتت ههیه له ژیاندا که کهسانیک خهونی
 پێوه ئههینن مروقانییک ههه ژیان خویان ئهفرۆشن بو
 به دهسهت هینانی پارچه نانییک مروقانییک ههه له
 نههه مهتهکی ئهوه نههه زۆردان که ماردنیش بویان وهه
 ئازاری سههاتییک ژیان کردن نهه له سههه ئهه زهویه

تو ئه‌گەر خودا له‌شیکی ساخ و که‌شیکی ته‌ندروستی
 پێداویت بۆچی ژيان له‌خۆت ئالۆز ده‌که‌یت بۆچی واده‌که‌یت
 که‌له‌میشکتدا شتانیک دروست بێ که‌وات لێبکات له‌خۆبایی
 بیت و به‌رده‌وام بیر له‌شتی زیاتر بکه‌یته‌وه له‌وه‌ی که‌ خودا
 پێتبه‌خشیه‌وه ئه‌و ژيانه‌ی که‌تێیدایت خۆشت بویت و به‌ئومێد
 و هیواوه‌ لێت بروانه‌ و به‌سه‌اده‌یی تێپه‌ری‌نه‌ هه‌ول‌ده
 کاته‌کانه‌ت دابه‌ش بکه‌یت هه‌مووژیانه‌ت مه‌که‌ به
 چوارچێه‌یه‌ک و قه‌واعیه‌ی دیک که‌ له‌یه‌ک شـیـواز دا
 بخـوـلـێـته‌وه شـته‌ سه‌اده‌کان دابه‌ش به‌ژیانـه‌ت بـکه‌
 له‌وکاته‌نه‌که‌ی که‌ بێکاری و کاتی به‌تالت هه‌یه

وه‌رزش بکه‌ کتێب بخوێنه‌وه

پیا سه‌یه‌کی باخچه‌وپارکه‌کان نو سینیک بنوسه

وێنه‌یه‌ک بکێشه ..هیت

و به‌رده‌وام به‌ له‌سه‌ری تا ئه‌م به‌ه‌ره‌یه‌ وه‌رده‌گری‌ت و
 دواتر شتی نوێ تاقی بکه‌ره‌وه

ئەگەر تۆ هیچ کات نەدهی بهخۆت و ژیانیت بکهیت به
 بازنهیهکی خولاهه ئهوه بئگوومان ژیانیش کات نادات
 بهتۆشتی نویت پینابهخشیت وانهی نویت نیشان نادات
 ئهوکات ریگای ژیانیت لی ئالۆز ئهییست و دەرگای
 راستهقییهی سههرکهوتنهکانی خۆت لی ون ئهییست
 ساده بیربکهوه و ئالۆزیهکان دهربکه لهمیشک و دهرونتدا
 ههرشتیک و ههستیک وای کرد که وابیربکهیتهوه کهتۆ
 کات یان بارودۆخ یان ههرچیهکت باش نیه بۆ ئهوهی
 ژیانیکی ساده بژیت ئهوه لهمیشک و دلتدا یهمال و دهری
 بکه ههمو مروقئیک 20 خولهک کاتی بهتالی ههر ههیه
 لهژیانیدا مهگهر 20 خولهک بهس نیه بۆئهوهی شتیک
 سادهو نوئ تیکهل بهژیانیت بکهی ئهوهی که تۆی وهستاندوه
 تا ئهم شوینەش تهنیا رهش بینیی و بئ هیواییه و
 ماندویتییه و بیرکردنهوه ئالۆزهکانن

كهوادەكات لهوه تینهگهیت ژیانیت چۆن دابهش ئهبییت و
چۆن ئهروات و بهرهو كووی ئهچیییت و پئویستته
چی بۆبكهیت و چۆن باشتیری بكهیت و بهرهو پئیشی ببهیت

یسـتا مهگهر كـاتـی ئهوهـنـیه ههلسـیت و
شتی نووی پئیشكهش بهژیانیت بكهی

یان نهخیر؟!

هیشتا بیرکردنهوه ئالۆزهكانت زاله بهسهرتهوه

دهتوانی خۆت بریار بدهی

تۆسهیربكه منالهكان ژیانیکێ چهند سادەیان ههیه
كاتێك داوا له باوکیان ئهکهن یاریهکیان بوو بکرییت و
باوکیان رهنگه کهمێک درهنگتر لهداواکیان بووی بکرییت
بهلام ئهمـرـوژـهـی بووی دههییـتـهـوه لهخوشیدا تابهییانی
خهوناچیتته چاویهوه بهشیکیان شتتهنویییهکه لهتهنیشـت
خۆیانـهـوه ئهـخـوـیـنـن بوو ئهوهی بهیانیش ههر چاویان کردهوه
و ببینیت و دهست بهیاری کردن بکهن پئی

ههتا به بهچوک ترين شت دلخووش ئهبن بهچوکترین شت
 ئهگرين وه هيچ شتيکی ئالوزيان ليوه بهدی ناکهی لهبهر
 ئهوهی داوای شتيک ناکهن که بزنان بۆيان نابێ بۆ نا
 توش وهک منالیک بژی و ژيان لهخوتای ئالوز مهکه
 ئهوهی که ههته خووشت بوییت و ئهوهی که نیته لهبیریکه و
 بیری لیمهکهوه بیر لهوه مهکه ره وه که ئهمش تهت نیه مهگهر
 بێت و ههت بێت چی روده دات بیر کهوه تو خواوهنی ئهم
 شتهو ئهو جوهره ژيانهی و لهم ریگا و بهقهده ئهوه له توانات
 دایه ههنگاو بنی و بیر کردنه وهکات ئالوز مهکه



من دلیکی مردوم و روحیکی بی گیانم و تهنیا بهجسته نهژیم؟

من دلیکی مردوم و روحیکی بی گیانم و من دهمیکه مردم
من لهمنالیهوه مردوم من من...

ئهم وشانهی که بيمـانـترين وشـهـکانی جیهـانـن لهـدهـمی
بی هیواترین و بی متمانهترین مـرـوـقهـکانی سهـرـز هـوی دیتـه
وتـن راسـته هـنـدیـک جـار ژیاـن بهـجـۆرـیـک مـانـدوت نهـکا
که هـهـست بـکـهـی هـیچ شـتـیـکت نهـماوه یاخود هـهـمـوشـتـیـکت
لهـدهـست داوه و ناـتـوانی خـۆت بـنـیـاد بـنـیـیهـوه هـهـست دهـکـهـیت
تـۆ هـهـرگـیز نهـک هـهـر بـاش بـون هـهـر ناـتـوانیـت وهـک
مـرـوـقـیـکی ئاـسـایـشهـوه دهـست بهـژیاـن کـردـنهـوه بـکـهـیت

ههست دهكهیت كه له پیناو هیچدا نه ژیت

ههست دهكهیت كه هه رشتیك و هه ر ئامانجئك

ده تهوئیت به دهستی بئنی به دهست نایهت

ههست دهكهیت كاتهكانت له دهست داوه

ههست دهكهیت درهنگه بۆ ئهوهی دهست بهشتیك بكهی

ههست دهكهیت كهژیان هیچ شتیکی بهتۆ نه داوه

ههست دهكهیت كه هیچ ئامانجیكت نیه بۆژیان كردن

بهلام ئهمانه لهكوتایدا تهنیئا ههستتن نهك راستی

ههستهكان دهكرین ههلهبن حهقیقهت جیاوازه دهكری

شتهكان بگـۆرین بهلام پـیش شـتهكان پـیویسـته

بیرکردنهوهكانمان بگـۆرین لهبهر ئهوهی كه ههموو

ههستهكان لهبیرکردنهوهی خۆت دروست دهبییت....

مهگهر توو بیرکردنهوه ت بوشتهكان بکهیته رهشبینی و
 بیرلهخالهباشهکانی ژیان و بیرلهرۆژه جوانهکانی ژیان
 نهکهیتهوه ئهوکات هیچ شتێک نابێ هانت بدات
 بۆسهركهوتن تهواو رهش دهییت ههنگاوهكان لهپیش چاوت
 بهجۆریک که هیچ شتێک نابینیت جگه لهتس و لهروژه
 ناخۆشهكان و له خراپیهکانی ژیان خۆمهگهر ژیان کاتیه
 ههموكان گهشتیارین تیدا بۆچی وادهکهیت بهچهند سالیکی
 تهمن دهسبهرداری ههمو شتێک بیت و خۆت لهدهست
 بدهیت یمه ههمومان گهشتیارین و دهگهرینهوه بۆ دونیایکی
 تر کهوايه هیچ شتێک ناتوانی بت کوژیت و هەرگیزیش
 نابیته کهسیکی بێگیان تاکوو تهمننت و گهشتهکهت
 لهسهزهوی کۆتایی نهیت ئهوهی که ههیه تهنیاله بێ
 هیوایی و رهشبینی خۆتهوه روالهت دهگریت

سه‌یری ده‌ور و به‌ری خۆت بکه و ببینه هیچ که‌سیک نیه بێ
 کێشه و هیچ که‌سیک کامل نیه له‌هه‌موو خۆشی و
 پێداویسته‌یه‌کانی ژیه‌انه‌وه ئه‌گهر بێت هه‌موئه‌وانیش روژه
 ناخۆشه‌کان و ئه‌و شتانه‌ی که له‌ده‌ستیان داوه بکه‌ن به
 بیرکردنه‌وه‌یان و ره‌شه‌بینه‌یه‌یه‌که‌نه‌وه ئه‌وه ده‌که‌ون و
 توانای روشتن و ژیه‌ان کردانیان نامی‌نیت تۆش پێویسته‌ته
 خۆت بشاریته‌وه له‌ ناخۆشه‌کان و له‌ژێر سه‌یه‌ری هیواوه
 هه‌نگاو بنی‌ت و روژه‌کانت ناشرین و تال تر نه‌که‌ی
 به‌بیرکردنه‌وه له‌ شته‌ له‌ده‌ست چوه‌کان و ئه‌م قسه‌ بێمانایانه‌ی
 که‌ده‌وتر من هیچم نیه من مردم و من روحمیکی بێ
 گیانمه‌! له‌میش‌کتدا ده‌ربکه‌یت و به‌هێزی خۆت ببینیت و
 له‌وه بگه‌یت که هیچ شتیکی ناتوانی مرو‌ف بکوژی و
 به‌سریته‌وه مه‌گهر ته‌نیا ته‌واو بونی ته‌مه‌نی نه‌بیت

سههیریکی بـارـان بـارین بـکه
و ئاوازی هیوا له دلتا ببینییه تێیدا!

بارانیـک که دلۆپهـکانی له ههمـوو شوینیـکا دهـنگ ئهـداتهـوه
هیـوا بهـدل ئهـبهـخشـیـت کهـکهـشهـ خۆـلاویهـکان لائـهـبات و
بـوـنیـکی خـوـش و دیمهـنیـکی جـوان
بهـناخی زهـوی دهـبهـخشـیـت که ...

بهـشیـک لهـدلۆپهـکانی ئهـکهـونه سهـرروبار که دهـبیـته جوانتر بون و
فراوانتر بونی روباره که وه زیاتر دلخووش بون و به هیوابونی ماسیه کان
بهـشیـکی تر لهـدلۆپهـکانی ئهـکهـویـته سهـر گولهـکان ئهـکهـویـته
سهـر درمختهـکان که گهـشهـیان پـیـدهـکات و دهـیان گهـشهـییـتهـوه
و هـیـزیـان پـیـدهـت وه هیوایان پـیـدهـبخـشـیـت بهـجۆریـک که
بوـنی هیوا لهـدرمخت و گولهـکان دهـکهـیت دواـی باران بارین

ههـنـدیـکی تر لهـدلۆپهـرانهـکان ئهـکهـونه سهـرگۆری
مردوهـکان که دهـبیـته شـیـدار بونهـوهـی گۆرهـکهـی و دهـبیـته هـوی
دروست بـونی گـول و سهـوزهـیایی لهـسهـرگۆرهـکان و
بوـنیـکی خوـش بهـشوینهـکه ئهـبهـخشـیـت

بهشیکێ تر له دلوپه کانی ئەکەوێتە ئێو دلی ئاگرهوه و ساردی ئەکاتوه بهجۆریک که ئەم داره ی که گری گرتوه دواي نهمانی گره که ی به دلوپه بارانه کان هه دلوپه باران شوینه کهش تهه ئەکات و پاکی ئەکاتوه واته دهبیته هوی نهمانی ئاگر کهو نهمانی شوینه واری ئاگره کهش

هه ندیکێ تر له دلوپه بارانه کان ئەکەونه ئێو دهمه وه که تینوشکینه ره بۆ هه ژاره کان و دهرده بۆ دهرمانه کان

هه ندیکێ تر له دلوپه بارانه کان ئەکەوێتە سه هه ژاره کان که دهبیته هوی سرینه وه ی ئارهقی مانده و بیان دهبیته هوی لاچوونی تهپ و توژی کار کردنیان له سه ره و خساریان دهبیته هوی لادانی خوینی په نه ی برینداری ماندویان له کاتی کارکردن

هه ندیکێ تر له دلوپه بارانه کان دهکەوێتە چاله بچوکه کانی دارستانه کان که چۆله که کان له کاتی تیاویتی دا ئه یخۆ نه وه و تینوتیان پی ئەشکین

هەندیکى تر له دلوپه بارانهکان

ئەكەوێـ ته سـەر روخسـارى دلشـكاوێـك و
فرمێـسكهـكانى ئەشارێـتهـوه له قەلەبالخى

بەلـى بـاران بـارین تـاكهـ شـتهـ كه
بەیهـكسانى بەسەر هەموو شتێـكا دابەش ئەبـئـ

بـۆ هەموكهـسهـكان بـاران بـارین وانەى هـێـزه و وانەى بـئـ
هـیوانەـبـونە سـهـیرى دلوپه بارانهـكان بـكه پـیـمان دەلـئـن كه
هەمـوو شـتێـك كـاتیه و كۆتـایـى دـیـت بەهـیـزبـه
دلوپه بارانیـك كه ژـیـانى چەنـد سـاتـیـكى كەمە
هەر ئەوهـى كه له ناخى هەورەـكانـوه بـال ئەگرـیـت و
دەگات بەناخى زەوى له كۆتا سانیهى ژيانى دا

بە دەنگـیـكى كەمى ناسكهـوه دلوپ دلوپ پـیـمان ئەلـئـت بـئـ
هـیـوا مەبـن ژـیـانى مـرؤـقـیش كـاتیه هەرچەنـد بـژـیت و
هەرچـۆـن بـژـى لەكۆتـایـى دا دەگەرـیـتهـوه
ئەوشوینەى بۆى هاتوى

جا مهگەر واییت بوچی بیتاقت ئه بیت بوچی واده که ی ئه م
ژیانه کاتیه ت به شیوه یه کی ناریک و چیژ نه بینوو کوتایه
بیت به هیوابه به هیژبه به جوړیک که هیچ شتیک له سر
زهوی نه توانیت پشیتت بـ دات له زهوی به جوړیک که
ئو که سانه ی له ده ورت و ئه تناسن هیوا له تو بینن هیوا له تو
فیربن به جوړیک که هیژی تو له به هیوا بون گه وره تر بیت
له هه موو بی هیواییه کان که له ژياندا روبه ورت ده بیته وه

هه رباران بارینیشه

هه ر دلۆپه بارانه کانی دوا ی وه رزی هاوینه

که پیمان ده لیت هه رگیز به نارمه تی و ناخوشیه کی
زوریشه وه بی هیوامه به گه رما و ئاره قی ماندوت و ئازار
و گه رمی و هیژی ئازار هت هه رچه ند بیت روژیک کوتایه
دیت مهگه ر تو داریک بیت و گه لاکانت بوهرن
خو روژیک هه ر ئه رویته وه مهگه ر تو گولیک بیت و
لهگه رمای هاوینه دا سـ یس بیت ئاخو
بارانی زستان هه ر یه ت تابت گه شینیته وه

ناخۆشیهکانی تۆش هەرچه‌ندیک بێت و هەرچه‌ند بێت
خۆشی هەردی‌ت تا له‌بیرت به‌ری‌ته‌وه به‌لام پێویسته
له‌سه‌رتادا بیه‌ت به‌خاوه‌ن ده‌روونی‌ک و
بیرکردنه‌وه‌یه‌کی به‌هێز که توانای رووبه‌روو بوونه‌وه‌ی
ناخۆشی و کێشه‌کانی هه‌بێت بوون به‌خواه‌نی ده‌روونی‌کی
به‌هێز بریتیه‌ له‌ ئه‌نجامدانی ئه‌و شتانه‌ی که خه‌لکی تر له
باریکی ئاسایی نایانه‌وێ خۆیانی لێ‌ده‌ن و هه‌ولی بۆ ده‌ن

ئه‌و شتانه‌ی که‌سه‌ ده‌روون به‌هێزه‌کان ده‌یکه‌ن و نایکه‌ن

کات به‌فیرۆ نادهن بۆ گله‌یی کردن له‌ چاره‌ نووس و
کێشه‌کانیان هه‌میشه‌ رووبه‌رووی دۆخه‌کان ده‌هه‌ستن.

به‌ که‌وتنێک یان قسه‌ی ده‌رووبه‌ر واز ناهێنن له‌وه‌ی
مه‌به‌ستیان به‌چونکه‌ گه‌ر ده‌ته‌وێ که‌سی‌کی به‌هێز بێی ده‌بی
له‌هه‌و رێگایه‌ی شکسته‌ت هێنا به‌ده‌وام بی
تا خالی سه‌رکه‌وتن.

بهردهوام خۆیان بهرهو پێش دهبن له ههرموو پروویهکی
ژیانهوه کۆمه‌لایهتی، زانست و زانیاری، دارایی.

تهن‌دروستیان ده‌پاریزن چونکه هه‌ست به به‌رپس‌یارییه‌تی
ده‌کهن له ره‌فتارکردن و بیرکردنه‌وه و قسه‌کردنیان.

رێگا به فرمان سه‌پاندنی کهسانی تر نادات به ویستی
ئهووان رۆژه‌که‌ی به‌ری بکات هیچ که‌سیک له‌ناو ژيانی
که‌سیکی تر دا نا‌زیت وه ههر که‌سه‌وه ده‌کری خاوه‌ن خه‌ون و
بیرکردنه‌وه‌ی جیاواز بێت نه‌گهر تو به‌ویست و دلی
که‌سیک هه‌نگاوه‌کانت با‌ییت ئه‌وکات شتیک نیه به‌ناوی
ژیان تایبه‌ت به‌خۆت بێ و ژيانی تو هی خۆت و
له‌ده‌ستی خۆت نابێت.

ووزه‌یان سه‌رف نا‌کهن به‌ر‌ا‌بردو و شتیک که نا‌توانن
کو‌نترۆلی بکهن: ئهووان درک به‌و ر‌اس‌تیه‌ ده‌کهن بیرکردنه‌وه
له‌ ر‌ا‌بردو هیچ چاره‌نا‌کات جگه‌ له به‌فیرۆدانی
کات و ووزه.

بیرکردنهوهی پۆزهتیف و واقع

گهر دهتهوئ دهرونیکی بههیزت ههبی ئهوا خۆت رابهینه
چۆن زالبیت بهسهر بیرکردنهوه نهیینی و روخینهسهکان
ههركاتیک بیرت لهشتیک کردوه که روخینهسر و نهیینی
بوو ههستت کرد کهدهبیته هۆی ئهوهی لهههنگاوهکانی
سههرکهوتن بتوهستیینی ئهوه ئهجیت و خۆت بهشتیکهوه
سههرقال ئهکهی یان بهههرجۆریک کات نادهیته میشتکت بو
بیرکردنهوهی نهیینی

کهسانی بههیزیش ههستیان ههیه بهلام ئهوان
ههستیان کۆنترۆل دهکن لهپریگای سههرکهوتنیاندا دهزانن
چۆن چۆنی و چ کاتیک ههستهکانیان بهکاربهینن

ههمان ههله دووباره و دووباره ناکهنهوه که پیشتر
ئهجامیان دابوو له ههلهکانان سوود وهرئهگرن
و بهههنگاویکی نوێ دهست پیدهکهنهوه

کهسانی خاوهن دهر و نی به هیژ به دوای بیانو ناگه پرین
کاتی ک کارهکانیان ئه نجام ده دهن به رهو سه ره کهوتن و
له بهرام بهر دا له خالی سه ره کهوتن دهر و انن

دهر فته بو گوڕانکاری: دهر فته له کیس نادهن و و
بیر ده که نه وه گوڕانکاری و به رهو پیش چوون تییدا به شیکی
پیویستی ژیان و سه ره کهوتنه

کهسی دهر و ون به هیژ دلخۆش ده بن به سه ره کهوتنی
کهسانی تر و له ناخه وه پیرو زباییان لیده کهن هەرگیز ههز
به شکتی ئهوانی تر نه هه تا وه کوو ئه گه ییت و ئه وهی
سه ره کهوتوه گه ره ترین رکابه ری ییت بو
گه یشتن به هه مان ئامانج

هیچ مرقفیک له سروشتدا لاواز نییه بهلام ئهوهی مههستیتهی خوی دروستبکات و ههولی زۆرتزه ئهوا بههیز دهبییت ئهوه راهاتن و کۆنترۆلکردنی دهرونی خۆته بههوی تیروانینتهوه و ههموو کەس دهتوانی ببیته خاوهنی دهرونیکی بههیز بهلام ئایه تۆ دتهوییت ببیت یانا ئهمهیان لهدهستی خۆتدایه و کردار و رهفتار و ههنگاوهکانی خۆت دیاری دهکهن و پیت دهلین بهلی یان نهخیر ئهگر تۆ دهرونیکی بههیزت بوی دهبی متمناو هیوایهکی زۆرت ههبییت بهخۆت و بهقسهی رهشبینان نهروخییت و شکستییک و دوان پاشگهستت نهکاتهوه لهنانی ههنگاو بۆسه رکهوتن ههروهک ئهلبیرت ئهنیشتاین ئهلیت

ئهوانههی هەرگیز شکستیان نههیناوه لهدهستیان داوه گهورهتـرین ههـل بـوـ ئهوهی شـتـیـکی نـوـی تاقی بکه نهوه! تۆش دهتوانییت ببیت بهخاوهن دهرونیکی بههیز و شتی نوئی تاقی بکهیتهوه لهشکست نهترسیت ببییت بهوهی کهدهتهوی و ههنگاوهکانی ت ون نهکهییت دهتواایت زۆر لهو رووهوه زیاتر بکهیت کهخهـلک سهـیرت دهکا تهـنیا پـیویستت به بی هیوانهـبون و دهرونیکی بههیز و متمانه بهخۆبونیکی راستهقینه ههیه

فرخی کاتہ کانت بزانه....!

[illegible]

روژئیک دئیت ئهزانیت که ئهگهر ئهم کاته ناخوشانه
نهبونايه ئهوه نعت دهتوانی چئژ لهکاته خوشهکانیشیت ببینیت
ناکریئت ههموو تهمنی مـروڤ ههموو
کاتیک وهک یهک بیئت

هندیک کات پیویسته بیدهنگ بیت

هندئ کات پیویسته بگریت

هندئ جار پیویسته پیبکهنیت ئهگهر لهدهلهوش نهبیئت

هندیک کات پیویستت بهوهیه بهتهنیا دانیشیت

هندئ کات پیویستت بهکەسیکه گویت بؤ بگریت

هندئ کاتیش پیویستت بهکەششیک و

دهرونیکی ئارامه تییدا پشو بدهیت

هندیک کاتی تر پیویسته کار بکهیت و ماندوو بیت

هندیک کاتی تر پیویسته ههنگاو بؤ خهونهکانت بنئی

ههـندىـك كـاتى تـر پـیویسـته گرینگى

بهكهسانىك بدهى كهگرینگیت پیدهدهن

ههـندىـك كات پـیویسـته گوى بـگريت و بـیدهنگ بیت

ههـندىـك كاتى تـر بهـپـیچهوانهوه پـیویسـته بوهستیت له گوى

گرتن لهههـندىـك قسهى بـیـمانا و دوباره و هیوا شكین

كاتهكان زورن نهوهى گرینگه گرینگى بهكاتهكانى خومان
بدهین رىگه نهدهین ههموو كاتهكانمان بهشتانىك بهفیرو
بچیت كههیچ تیشكىك و هیج زانیارى و نوى بونهوهیهك
ناخهنه ژيانمانهوه كه یمه گهیشـتوینه سهـردهمىك و تـیـیدا
دهژین مهترسیدارترین سهـردهمه له پیشـكهوتنه بیسودهكان و
لهم تهكنهلوژیاىانهى كه كاتى مروف وهك روبار بهفیرو
ئهدات تو سهیربكه كاتىك بهدیار فلمىكى تیقیهوه یاخود
یاریهكى موبایل كهتهوه دائهـایشـتیت سهـیریكى سهـروهوى
خوت نهكهیت و كاژمیرهكه نهبینیت نهلىكى كاژمیر چهند
زوو رویشـتوه نهوه كهى بوه بهسهحات نهوهنده

نه‌خێر راسته‌ ژيان كورت بوو و روژه‌كان كورت بونه‌ته‌وه
 و زوو تێده‌پهرن و ته‌مه‌ن كورت بوو مرۆقه‌كان زوو
 هه‌لده‌وه‌رن به‌لام ئه‌وه‌ی گرینگه‌ كه‌ ئه‌وه‌نیه‌ كه‌تۆ چه‌نده
 ژیاویت دوا‌ی مردن ئه‌وه‌ی گرینگه‌ كه‌ چیت كرد كاته‌كانت
 چۆن تێپه‌رانده‌ سه‌ركه‌وتوو بویت له‌ بنیاد نانی ژیا‌نیه‌ی باش
 بو‌خۆت و ئه‌وانه‌شی له‌گه‌لتن یاخود نه‌خێر یان نه‌خێر
 كاته‌كانت به‌شتانه‌ی به‌فیرۆ دا كه‌جگه‌ له‌ لاواز كردن و
 خراپ‌کردنی ژیا‌نت هه‌چی شتی‌کی نو‌یی نه‌ه‌یناوه‌ته‌ ئاراوه

له‌كاتێ‌كه‌دا ده‌تخاته‌ حاله‌تێ‌كه‌وه‌ كه‌ هه‌ست به‌لاوازی و خراپی
 خۆت بکه‌یت به‌لام هه‌چ‌شتی‌کت بو‌ ناکریت ئه‌وه‌ش به‌ ه‌وی
 گیرۆده‌بون به‌ ته‌کنه‌لو‌ژی‌ای سه‌رده‌مه‌وه‌ ته‌نیا **ه‌ خوله‌کی** له
 شه‌وی‌که‌دا پێش خه‌وتن چاوه‌كانت دا‌بخه‌و به‌بیر‌کردنه‌وه‌یه‌کی
 ژیا‌نه‌ و به‌به‌هره‌که‌انی خه‌وته‌وه‌ بیه‌رکه‌ره‌وه
 ئه‌گه‌ر ته‌کنه‌لو‌ژیا نه‌بوا‌یه‌ ژیا‌نت چۆن ده‌بوو له‌کۆی ده‌بوی

تهکنهلۆژیا داھێنانیکی سەردەمیە که ئەگەر چی سودیکی
یەكجار زۆری به مرؤفایهتی و بهرەو پیش چونی سەردەم
گەیانەدو بەلام سەرمای ئهوش لهیستادا بههۆی زیاد
لهرا دەبەدر پیش کهوتن و گۆرانکاریهکان گەشتۆته
را دیهک که زیانهکانی لهسودهکانی زیاترن بۆ مرؤفایهتی

که کار دهکاته سەر لاواز بونی خالهکانی میشتک و دهبیته هۆی
توشبون به لهبیرچونهوه و بیرکۆری ههتا بهکار هێنانی
تهکنهلۆژیا زیاد لهپێویست بهتایبەت ینتەرنێت و ئهپه ئۆنلاینهکان
دهبیته هۆی بیرکردنهوهیهکی نهڕینی که شتانیکی خاته بهرچاوتهوه
کهزۆر لهوهی لهژیاندا ههیه زیاتر لهخۆی بهدی ئەکا

کوشتنی کاتهکان تهنیا تهکنهلۆژیا نیه!

زۆر شتی تر هەن که جیلی نوێ و خەلکی یستا خستویانه
ناو کاری روژانهیان و کاتهکانیان پێ ئەکوژن

وهكوو هه‌ندىك له‌شوینه گشتیه‌كان و كافتریا و مۆله‌كان
 و هه‌زاران شتى تر كه له ولاتان زۆر زیاتر گرینگى
 پێده‌دری‌ت له هه‌نگاو نان به‌رمو باشتر كردنى خو‌ی كه
 گیرۆده‌ بونه‌ پێى یاخود بیركردنه‌وه نه‌رینه‌كانى می‌ش‌كمان
 وامان لێ ئه‌كات و ابیربكه‌ینه‌وه یتر شتێك نه‌ماوه بۆ ئه‌وه‌ی
 ئه‌نجامی به‌ی‌ن ژيانى ی‌مه هه‌ر به‌م شتیه‌یه ئه‌بێ‌ت و
 ناگۆری‌ت كه به‌م به‌هانه تالانه هیوا له‌ژياندا ون ئه‌بێ‌ت و
 واده‌كات كه كاته‌كانمان ب‌ده‌ین به‌ده‌ست شته‌ كاته
 كوژه‌كان و چاوه‌ری‌ی روژێك بكه‌ین كه یتر شته‌كان
 دوباره نه‌بێ‌ته‌وه یاخود باشتر بێ‌ت به‌لام ئه‌م روژه هه‌رگیز
 نایه‌ت ئه‌گه‌ر تۆ به‌رده‌وام بیت له‌كات كوشتن كاته‌كانیش بێ
 سنور نین هه‌نگاو هه‌نگاو به‌رمو پیری و كو‌تای‌ت نزیک
 ده‌كاته‌وه كه ئه‌وكاته په‌ش‌یمانی له‌كات كوشتن
 هیچ سودێكى نابێ‌ت.

تەنيا بىر لەخۆت مەگەر ھو بەخشندەبە

يەككە لە سىفاتەكانى كەسانى سەر كەوتوو ئەو ھەتە تەنيا بىر لەخۆيان
 ناكەنەو و خۆويستەنە نارواننە ژيانەو ھەز بەسەر كەوتنى ھەموو
 ئەوانى تەرىش دەكەن مېھەبانن لەگەل كەسانى دەور و بەرەكەيان
 مېھەبانى وەك ئاودانەو ھى گولايكە لە روحي خۆتەو روایىت كە
 ھەمیشە مەروڤ بە مېھەبانى جوانتر و خوشەويستەر دەبىت ئەگەر
 تۆ گولايكە بىت و لەباخىكا بىت دىمەنىكى جوان ئەخەيتە
 شوینەكەو بەلام ئەگەر تۆ تەنيا بىر لەخۆت بەكەيتەو ئەوانى تەرت
 قبول نەبىت ئەو شەتەك نامىنى بەناوى باخ تەنيا گولايكە دەبىت
 ئەگەر چى گولايكە بىت لەنىو باخىكا زۆر جوانتر دەبىت بەخشندەبە
 لەكاتى ئەو ھى ئەوانى تەرىش پىويستەيان پىتە يارمەتەيان بەدە مەروڤ
 بەبەخشندەبى ھىچ شەتەك لەدەست نادات بەلكو زۆر شەت بەدەست
 دىنىت ھەول مەدە لەھەموو كاريك و لەھەموو شوینىكا تەنيا خۆت
 بالاسەتەبىت ئەوانى تەرىشەت خوشەبویت مەگەر وانەبىت ئەو
 لەرۆژىكا كەتۆ لەبى ھىوايى و تەنگانەبىت ھىچ كەسەك لەدەورى
 خۆت نابىننەتەو بەلام مەگەر بەخشندە و مېھەبان بىت ئەو
 ئەوانەى يارمەتەيت داو و مېھەبانى و روخسارى جوانى ناخى
 خۆت نیشان داو دەگەر ئەو سەر رىگات و ناىلەن
 بەتەنيا بىت لەبى ھىوايىدا

له‌کاته سه‌خت و ناخۆشه‌کاندا پشت به‌خودا به‌سته‌...!

بێگومان مرو‌ف هه‌ندێک کات توشی ناخۆشیه‌ک و
 بێزاریه‌کی یه‌کجار زۆر ده‌بێت یاخود غه‌مۆکی و لارییی له
 ژيان کردن لهم کاتانه‌دا چاره‌سه‌ر بو مرو‌ف نه‌ پزیشه‌که
 نه‌ ده‌رمان به‌لکوو چاسه‌ر ته‌نیا خودایه‌ و پشت به‌ستن
 به‌خودایه‌ هه‌روه‌ک خودای گه‌وره‌ ده‌فه‌رمو‌یت

{ إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا }

{له‌دوای هه‌موو ناخۆشیه‌ک خۆشی دێت}

خودا

* له بێ هیوایی دا هیوایه

* له دلتەنگیدا ئارامیه

* له تاریکیدا روناکیه

* له ماندویتی هیزه

* له بێ توانیدا وزهیه

به لای دنیابه هەركات پشتت به خودا بهستت
خۆت له بێ ئومێدیدا نابینیتهوه خۆت له بێ هیوایی و بێ
هیزی دا نابینیتهوه خۆت له نیو دلتەنگی دا نابینیتهوه
خودا باشترین رێ نیشاندهره بۆ ژيان ژيانکی که
ههزهران رێگای لار و خراپی تیایه

* خودا لهم جیهانه پر لهتاوانه فییری بهزهیمان دهکات
* خودا لهم دونیا پر له خراپیه فییری میهرهبانیمان دهکات
* خودا لهم رۇژگار هاره پـــــر لهدرؤ و دورویه
فییری راستگویی و دهسپاکیمان دهکات

* خودا لهم رۇژگار هاره سهخت و دژواره لهکوتایدا مژدهی
بهههشتی بئ سنور له جوانی و خوشی به بهندهکانی ئهدات

بهلی مهگهر تۆ بلی شتیک ههییّت لهم باشتر بؤ پشت پی
بهستن لهم سهردهمی نویدا و بهتاییهت دوای هاتنی
تهکنهلوژیا مروفهکان تهواو لهم پهروهردگار هاره میهرهبان و
پر له ئومیده دورکهوتونهتهوه بهدوای ههوهس و حهزه
دونیایهکانیان کهوتن تهنیا له کاتیکدا خودایان بیر
دهکهویتهوه که پئویستیان بیت ههرچی کاتهکانی تره غافلن
لهم ههموو ناز و نیعمهتهی خودا پیی بهخشیوین

هەرچی کاتیک که دلتەنگ دەبن و توشی کیشیهک ئهبن
پشت و هانا بوخودا دههینن بهلام خودا میهره‌بانه و دوباره
مه‌گهر کیشه‌کانیان چاره‌بکات دواپی باش‌بونهوه دوباره
ئه‌که‌ونهوه سه‌ر کوفرو کرداره خراپه‌کان و غافلیان
له‌خودا به‌لام ئه‌وانه‌ی که هه‌میشه له‌یاد و بی‌ری خودا دان
له‌کاته ناخوش و خۆشه‌کان

له‌کاته ناخۆشه‌کان

ده‌زانن که هه‌ر ناخۆشیهک به‌سه‌ریان بێت ویستی خودای
له‌سه‌ره و خیری پێوه‌یه وه له‌م دونیاش به‌پاداشت قهره‌بوو
ئه‌کرینه‌وه له‌سه‌ر ئارام گرتنه‌کانیان

له‌کاتی خۆشیشدا

خودا له‌یاد ناکهن و سپاسی ده‌کهن بو ئه‌و خۆشیانه و
ناز و نیعمه‌تانه‌ی پێیانی به‌خشیه‌و بئ گومان خوداش
ئه‌وکه‌سه‌انه‌ی خۆش ده‌ویست که له‌ هه‌مموو
بارودیخیدا ئه‌ویان له‌بیره و یادی ئه‌کهن

ئەگەر تۆش یستا دالتەنگ و غەمبار و بـئـ هیوا و بـئـ
 ئومیدیت ئەو پشەتت بەخوا بەهیز بـئـت لە یستاوہ زیاتر
 لەخودا نزیک بکەرەوہ پەیوەندیت لەگەل خودا نوێ
 بکەرەوہ رێگە مەدە ناخۆشی و خۆشیەکان کارت بکەنە
 سەر و بـئـنە نـئـوان پەیوەندیت لەگەل خودا ھەمیشە لەگەل
 خۆت و خودا راستەبە بەم شوێوہیە پشەت بەخودا بپەستە
 ئەوکات خوداش تۆی خۆش ئەوێت و بـئـ ئومیدت ناکا ئەو
 کەسانە ی بەشیوہیەکی راست پشەتیان بەخودا بەستوہ
 ھەرگیز بـئـ ئومید و بـئـ هیوا ناکرێن خواوہن دل و
 دەرونیکی گەرە و یرادەییەکی بەهیزن وەک شاخیک وان
 و ھیچ شتێک ناتوانی بیان روخینی بـئـگومان ئەوان
 خۆشەویستی پەرودگارن و کەسانی خودا ناس و
 میھرەبان و خواوہن رەوشت و قەناعەتیی بەهیزن..

ھەموو چەمانەوہیەکی مانایی کەوتن نیە

چەمانەوہ بۆ خودا گەرەترین سەرکەوتنە

ههلهکانی خۆت بدۆزەر مه و ههولی چاک کردنیان به

بێگومان هیچ مرۆفیک بێ ههله نیه هیچ مرۆفیک بێ
 کێشه نیه من و تۆ و تهواوی مرۆفهکان بهههله دا تێپهریوین
 و رهنگه یستاش له ههلهدابین و غافل بین لهچاکردنی و
 ههلهکه بوییت به بهشیکی لهکار و پیشهیهی رۆژانهمان
 مرۆفی ژیر نهوکهسه نیه کهههرگیز ههلهنهکات ههتا نهگهر
 گهرهتهرین پرۆفیسور و زانای جیهان بییت ههر
 ههلهدهکهییت و پێویستت به ریگاو سیستهمیکی
 ژیهانه کهسانیکی هههلهکانی خویان ئهبینن و ناتوانن
 چارهیهی بکهن کهسانیکی هههلهکانی درک بهههلهکانیان ناکهه
 ههله کردن گهرهتهرین مامۆستایه بۆ مرۆفه ژیرهکان که
 ههرکاتیکی وانهیهکی فێرکردیت ههرگیز لهبیرت ناچیتهوه
 و نهتوانی دوباره هههله نهکهیتهوه و لێیهوه فێربیت

هه‌ولبده ته‌ركيز بخه‌يته سه‌ر ژيانته و له خوله‌كه‌كانی
 رۆژانه‌ت هه‌له‌كان بـدۆزیته‌وه هه‌له‌كردن مه‌رج نـیه ته‌نـیا
 له‌گه‌ل كه‌سانێك بـی یان له‌قه‌سه‌كردن بـی یان له‌كاركردن
 بـیت هه‌له‌كردن ئاوی ده‌ریایه و مرۆفیش كه‌نار ده‌ریا
 له‌گه‌ل هه‌ر شه‌پۆلیكا ئاوی ده‌ریاكه به‌سه‌ر مرۆقه‌كه
 داده‌كه‌ویـت و نه‌روا ئه‌وه‌ش واته هه‌له‌یه‌ك یه‌ت و نه‌روا و
 دانه‌یه‌تر دـیت له‌هه‌له‌بچوك و گه‌وره‌كانه‌وه وه هـیچ
 هه‌له‌یه‌ك نـیه كه له‌ژياندا هه‌بـیت و به‌رده‌وام بـیت ته‌وه و
 توانای چاره‌سه‌ركردنت نه‌بـیت مه‌گه‌ر هه‌له‌كردنانیك نه‌بـیت
 كه له‌رابه‌ردودا كرابـیت و شه‌تیك نه‌مابـیت بـو راست
 كـردنه‌وه‌ی مه‌گه‌ر ئه‌ویشـیان تـی نه‌په‌ریـوه
 به‌لی كه‌واته ئه‌ویشیان پـیویستی به‌له‌بیركرنه له‌ده‌رونه‌وه

واته لهبیر کردنی ئهوهی که ئهم ههلهیهت کـردوه و ئهم شتته لهژیان لهدهست داوه یاخود لهکیس چوه یاخود غهمبار و ناشرین کردوه..هیت

بهلام ئهـمـاـا نهـخـیـر بهـیـچـهـوانـهـی لهـبـیـر کردنی کاریگری ههلهکه پێویستت به لهبیر نه کردنی وانهی ههلهکه ههیهو دوباره نه کردنهوهی گهورهترین سههرکهوتنته لیـرهـدا وتهیهکی گهوره زانیای فیزیـا و بیرکاری ئهلبیرت نهیشتاین دههینینهوه بهرچاو کهئهلیت

ئهوانهی هەرگیز ههلهیهیان نه کردوه لهدهستیان داوه
گهورهترین دهرهت بو ئهوهی شتیکی نوێ فیربن

کهشتیکی نوێ تاقی نهکهینهوه نابێ بترسین و دهبی بویر بین دهبی کهههلهمان کرد تییدا ههلهکه لهبیربکهین و وانهی لیـوهرگرین و به ئهقاییهتی دهرس دراو بهوانهی ههلهکه بهشیوازیکی باشتەر ههول بو سههرکهوتن بدهینهوه

به‌لام ئه‌گه‌ر بترسین له‌هه‌له‌ کردن هیچ کاریک ناکه‌ین بو
 باشتر کردن و به‌ره‌و پیش بردنی ژيانمان له‌به‌ر ترسی
 هه‌له‌ به‌لام بێ ئاگایا له‌وه‌ی که ئه‌وه‌ی ئه‌یکه‌ین وه‌ستانه‌ و
 دواکه‌وتنه‌ و گه‌وره‌ترین هه‌له‌ی ژيانانه‌ مه‌ترسه‌ له‌ هه‌له‌
 کردن له‌هیچ شتیکا پێویسته‌ بیزانین که هه‌له‌دکردن یه‌کێکه
 له‌ ئاسایی ترین و سروشتیتترین شته‌کانی ژيان به‌لام
 به‌داخه‌وه‌ له‌ هه‌ندیک شوێن کاتییک که‌سیک هه‌له‌ ده‌کات
 هه‌موان ده‌ست ده‌کهن به‌ وشه‌ی بێ هیوا که‌ر و گالته‌
 پێکردن و تـوانج دان لێی له‌به‌ری ئه‌وه‌ی ده‌ستی
 بگرن به‌لام یاسای زیرینی سه‌رکه‌وتن گوی نه‌دانه‌
 به‌قسه‌و بیرۆکه‌کانی خه‌لک هه‌موو مرو‌قییک ئه‌قلی هه‌یه‌و
 توانای بیرکردنه‌وه‌ی هه‌یه‌ له‌ژیانی خو‌ی وه‌ هه‌ریه‌یکمان
 جو‌رییک ژيانی بینیه‌وه‌ و به‌جو‌رییک ئه‌ژین کاتییک
 که‌سیک ئه‌لێت واز له‌ ئامانه‌که‌ت بێنه‌ و یستا له‌هه‌له‌
 دایه‌ت و دوباره‌ش هه‌ولی بو‌ بده‌یت هه‌له‌ ده‌که‌یت ئه‌وه‌
 ره‌نگه‌ خو‌ی تێیدا له‌هه‌له‌ بو‌بێت

و له‌ئاستا لهم شوینه‌ی سه‌رکه‌وتن و به‌ره‌و پیش چـون
 وه‌ستابیت به‌لام ئاخو تۆش له‌ ئاستی ئه‌ودایت نه‌خیر تۆ
 ده‌توانی باشتر بیت و باشتر هه‌ول به‌یت و باشتر فیربیت
 به‌لـی تۆش یستا نه‌گه‌ر له‌شوینیکی بی هیوام بونیت یاخود له‌
 نائومی‌دی ئامانج و کاریکی هه‌ناسه‌یه‌کی قول هه‌لم‌ژه و
 بیرکردنه‌وت به‌هیزتر بکه و ته‌رکیز بکه ئه‌و هه‌نگاوانه‌ی
 رابردو و ناوته تا گه‌شتویه ئه‌م شوینه و هه‌له‌که بدۆزه‌ره‌وه
 و دوباره له‌سه‌ره‌تاوه ده‌ست به‌ ئامانجه‌که‌ت بکه دلیای
 ئه‌مجاره هه‌له‌که ئه‌زانیت و ناکه‌ویت سه‌ر هه‌نگاوه هه‌له‌که
 و به‌ره‌و سه‌رکه‌وتن ری ئه‌که‌یت تۆ که ئه‌مه‌ت کرد وه‌ک
 شاخه‌وانیک وایت که له‌ شاریکی دوره‌وه هاته‌وه بو نیو
 ده‌شت چیاو دارستان و دۆله‌کان و ده‌یه‌ویت سه‌رکه‌ویت
 به‌سه‌ر گه‌وره‌ترین شاخی ئه‌م دارستانه‌ی که بو‌ی هاته‌وه
 سه‌ره‌تا زۆر بیرئه‌که‌اته‌وه و ریگ‌ایه‌ک ده‌سنیشان
 ئه‌کات دواتر به‌ په‌تیکه‌وه ده‌ست به‌ هه‌نگاو نان ئه‌نی

به‌شێك له‌چواری به‌رزایی شاخه‌كه ئه‌بریت و دلخۆش
 ئه‌بێت به‌دل خوشی و گه‌شبینیه‌وه به‌رده‌وام ئه‌بێت ئه‌گاته
 به‌شی دوو و سێ له‌ناكاو له‌کو‌تا به‌شدا ده‌بینیت شوینیک
 نیه که پێه‌کانی تێدا توند بکات و ده‌سته‌کانی لێی گیربکات
 تا بگات به‌ لوتکه‌ی شاخه به‌رزه‌که له‌خوار هوه که‌سانیک
 به‌هاوار و ده‌نگی به‌رز پێ ئه‌که‌نن ئه‌لێن نه‌مان وت ریگا
 نیه یمه تاقیمان کردۆته‌وه شتی وا نابێت به‌لام به‌شوین
 هه‌نگاوه‌کانی خۆیدا دی‌ته‌وه خوار هوه و بیر ده‌کاته‌وه و
 سه‌یری هه‌نگاوه‌کانی ئه‌کات ئه‌بینیت شوینی یه‌که‌م
 هه‌نگاوئ هه‌له بوه و له لایه‌کی تر هوه له‌ گوشه‌یه‌کی تر هوه
 ده‌ست ده‌کات به‌هه‌نگاو نان و ریگا کردن تێدا ئه‌گات به‌ و
 شوینه‌ی مه‌به‌ستیه‌تی و لوتکه‌ی و شاخه به‌رزه‌که.

دان بهخۆتا بگره لهکاته ناخۆشهکان!

کاته ناخۆشهکانیش وهک کاته خوشهنان بهشیکن لهسروشتی
ژیان پێویسته ئیمه ههم کاته ناخۆشهکان ههم کاته
خۆشهکانمان قبول بێت و بزانی چۆن مامهلهی لهگهڵدا
بکهین لهکاته خۆشهکاندا کاته ناخۆشهکانمان بیر نهچیی و
چێژی لێ ببینین وه لهکاته ناخۆشهکان ئارام ههبیته و
تێبگهین که سروشتی ژيان وایه کاتی ناخۆش و خوشیش
ههیه و ئهوه تهنیا ئیمه نین که له کات و ساتیکه ناخۆشهکان
تواناکی مـرۆڤ زۆر لهوه زیاتره که بهرگهی کاته
ناخۆشهکان نهگریته وه ژيان ههچ مـرۆڤیکیش ئهوهنده
کورت نیه که کاتی خوشی تێیدا نهبیته و ههمو ژيان
ناخۆشییه و خوشی نهدییهته ئهوه مـرۆڤانهی که لاوازن
ئهوانه که کاته ناخۆشهکانیان دهست دهگریته بهتهواوی
بون و ژيانیه ئهوه ئهمهش و ئهکات چێژ لهکاته
خۆشهکانیشیان نابین و وهک مـرۆڤیکه لاواز و بێ هیوا
دهرئهکهون

به‌لام له راستیدا هیچ مرقۆیک دا له سروشتدا لاواز و بێ
 هیواو بێ کاتی خۆش و ناخۆش نیه ژیان بو ههمومان
 یه‌کسانه و به ههمان شیوهیه ده‌وله‌مه‌ند بیت یان هه‌زار
 نه‌خۆش بیت یاخود ته‌ندروست یان هه‌رش یوازیکێ تر ئه‌وه
 گرینگ نیه ئه‌وه‌ی گرینگه ئه‌وه‌یه که‌دخو‌دا ههمومان
 ده‌بینیت و بایه ههموانیش دلخۆشی خستۆته ژیانمانه‌وه
 به‌لام ئه‌وه‌ی که‌دله‌وه گرینگ‌تره ئه‌وه‌یه که ئایه تۆ ده‌ته‌وێت
 چێژ له‌کاته خۆشه‌کانت ببینیت یاخود نه‌خێر ئه‌وه‌یان خۆت
 بریار ده‌ده‌ی به ئارام گرتن له‌کاته ناخۆشه‌کان و
 له‌بیرکردنی ئه‌و کاته ناخۆشانه‌ی رابردوش که‌تێپه‌ری‌ون
 له‌بهر ئه‌وه‌ی هه‌ندیک کات هه‌یه ئه‌گه‌ر مرۆف له‌بیری
 نه‌کات ئه‌وه کاته واله‌مرۆقه ده‌کات که خۆی و له‌بیرچێته‌وه
 و بکه‌وێته گۆشه‌یه‌کی ئازار و نارمه‌تی و بێ هیوا‌ییه‌وه
 که واته یمه خۆمان بریار ده‌ده‌ین که کاته ناخۆشه‌کان
 بکه‌ین به بنچینه‌ی ژیان و هه‌نگاوه‌کانمان یاخود کاته
 خۆشه‌کان و له‌بیرکردنی ئازار و کاته‌ناخۆشه‌کانی رابردوو

خۆشهویستی بههمومان ببهخشه ریز لههمومان بگره!

ریزگرتن و خۆشهویستی دوو ئاداب و رهفتاری گهرهی مروڤایهتیه که ههمیشه مروڤ پێی بهرز دهییتوه و شیوهیهکی جوانتر و مردهگریی روخساری مروڤ ههرچۆن بێت کاتێک ریزی بهرامبهری گرت و بهخۆشهویستیوه گفتوگۆی کرد دهییته جوانترین مروڤ لهبهر چاوی بهرامبهرهکی وادهکات که بهرامبهرهکشی لهگهڵیدا بههمان شیوهی ئهو بهریز و خۆشهویستیوه بدویت ئهمه جگه لهوهی دهییته هۆی ههبنونی متمانهیهکی زۆر لهنیوانیان دا مروڤ ههندیک کات لهریز گرتن و خۆشهویستی زۆری بو بهرامبهر توشی ناخوشی و نارمهتی دهییتوه ههندیک کات ریزگرتنی زۆر لهبهرامبهر ههندیک له مروڤانی یستا واتهکات دلت بشکینن و ئازارت بدن یاخود شتیک بکهن که شایسته نهییت بهم ههموو ریزهوهی لیانت گرت

[illegible]

چاوه‌ری باشبونی له‌ناکاو و گۆرانی بارودۆخ مه‌که‌ خۆت بگۆری!

گۆران و باش بونی بارودۆخ و نائۆمی‌دی‌ه‌کان پێویستی به‌
کاته‌ و ئارام‌گرتن و هه‌ول‌دان هه‌یه‌ وه‌ پێویسته‌ بیرمان بێت
که‌ کارکردنی به‌رده‌وام ده‌توانی‌ت بارودۆخه‌کانمان بگۆری‌ت
ئهم گۆرانه‌ و کارکردنه‌ش له‌ناکاو به‌کاتیکی که‌م رونا‌دات
پێویستی به‌ هه‌ول و تیکۆشانه‌ و چاوه‌روانی و ئارام‌گرتنی
ده‌وی‌ت له‌سه‌ر بارودۆخه‌کان ئه‌گه‌ر خۆت ده‌ست به‌
گۆرانکاری بنچینه‌یی ژيان‌ت بکه‌ی خه‌ونی‌ک و ئامانجی‌ک
بۆ خۆت بنیاد بنی‌ت به‌که‌مه‌ هه‌ولیکیش بێت هه‌ول بده‌ی بۆ
ئوه‌ی سه‌رکه‌وتوبیت تییدا ئوه‌ تۆ به‌پێی کات و روژی‌ک
دی‌ت خۆت له‌سه‌ر که‌وتن ده‌بینیت ته‌وه‌ به‌لام مه‌گه‌ر له‌یه‌که‌م
روژی بنیاد نانی خه‌ونه‌که‌ت بته‌وی بگه‌ی پێی و بێ ئوه‌ی
هیچ کاریکی بۆ بکه‌یت ئوه‌ ره‌نگه‌ خه‌ونه‌که‌ت بۆ هه‌تا
هه‌تایه‌ بچیته‌ گۆر و له‌خه‌ونه‌وه‌ بگۆری‌ت بۆ خه‌یال

ئاخۆ ناکرێت تۆ له شوینی خۆت به قسه کردن ریگانی
 خهونهکان ت دهسینیشان بکهیت و کاریان بۆ نه کهیت
 مهگهر ئاوابییت ت ئهوه له ههر ریگایهک کۆمهلیی
 تاسه به هانه ده دۆزیتهوه بۆ ئهوهی پێیدا ریگانه کهی
 و ترسی سهر نه کهوتنت هه بییت هه لسه ریگایهکی بویرانه
 بگره بهر و دهست بکه به ههنگاو نان تییدا
 له کۆتاییدا هه ر سه هه ده کهویت ئهگهر بییت و
 نه کهی به ئامانج و هیواکان ت ئهوکاته تیش تۆ
 هه ر سه هه کهوتوی و شکست نه هیناوه له بهر ئهوهی
 تۆ بویر بویت و ریگا کهت گرتۆته بهر تۆ هه ولت داوه
 ئهگهر هه ر هه یج شتیکیش نه بی وانهیهک فیروبییت له
 هه ولدانه ههنگاویکی ژیا ن ت تاقی کردۆتۆتهوه ئهزمونیکت
 وه رگرتوه بۆ ههنگاوهکانی دا هاتوت به هیز بویته بۆ ساته
 سهختهکان و رۆژه پر له نائومیدییهکان

ئەوهی خۆت دەتوانی بۆخۆتی بکە ی کەسێکی تر ناتوانیت بۆتی بکات!

ئەوه خۆتیت دەتوانیت خۆت بگەینیت به لوتکه نهوهك
كەسێکی تر هەر مەروەفێك سەرقاله بەژیانی خوێهوه
ژیانیك كه لێراکردنی بەردەوام بەدوای خۆمانهوه هێچی تر
نیه ئەگەر تۆ خۆت بەرهو باشتر نەبەیت و چاوه‌ری
كەسێك بکە ی باشت بکات و سەرت بخات یان لەناومیدی
و بێ هیوایی دەرت بکا ئەوه هەرگیز خۆت له هەستی
ئاسودەیی نابینیتەوه باشترین دەست بۆئەوهی دەستت بگریت
بۆ هەنگاوه‌کانی ژيانیت خودایه نهوهك مەروەفەکان
مەروەفەکان ئەهلی گۆرانن و رۆشتنن بەشیکیان کاتین
بەشیکیان دوو رۆخسار و بەشیکیان مەبەست بەشیکیان
مەگەر کاریان پێت بێت و یارمەتیت بهن
بەشیکیان هەر تا ئەوکاته جوانن کە کاریان پێته

بۆیه هەرگیز پشت به کسهکان مههسته بۆ ئهوهی یارمهتی
 ده‌رت بن یان بن به‌جی‌گای ئومێد و هیوامه‌گەر و ابی‌ت
 خو‌ت له‌بـی هی‌وایی ده‌بینی‌ته‌وه روژی‌ک
 خو‌ت هه‌موو شتی‌کی خو‌تی ته‌نیا خو‌تی که ده‌توانی‌ت
 تا‌کو‌تایی له‌گه‌ل خو‌تا به‌باشی بمی‌نی‌ته‌وه ئه‌وه ته‌نیا خو‌تی که
 ده‌توانی به‌په‌روش بی‌ت بۆ بینینی ئه‌و ساتانه‌ی که
 له‌سه‌ر که‌وتن دای‌ت نه‌وه‌ک که‌سی‌کی تر که‌سانی‌ک هه‌ن
 له‌ کار و هه‌نگاوه‌کان‌ت له‌گه‌لتن و نیشان ئه‌ده‌ن که‌دو‌ستن و
 هه‌ول ده‌ده‌ن یارمه‌تی‌ت بـه‌ده‌ن به‌لام له‌ ناخدا هه‌ز به‌ که‌وتنی
 تۆ ده‌که‌ن باشه‌ چی ده‌بی‌ت ئه‌گەر تۆ که‌سی‌ک بی‌ت پشت
 به‌که‌سی‌کی و ابی‌تیت که و ابی‌ت و روی یه‌که‌می نیشان
 دابی‌ت ئه‌وه بی‌گومان توشی بی هی‌وایی و نارحه‌تی‌ه‌کی
 یه‌که‌جار زۆر ده‌بی‌ت بۆیه پشت به‌ستن به‌خو‌ت و خو‌دا
 که‌ارت ئاسـانده‌کات و به‌هی‌ـزهرت ده‌کـات
 ئاسوده ده‌بی‌ت له‌هه‌نگاوه‌کان‌ت

تهنیا پشت بهخۆت ببهسته تۆش مرۆقی و دهتوانی
 ههموکارێک بکەى کهپێویستبکا بۆخۆتى بکهیت ناکریت
 قسهو بۆچونى کهسیکی تر بکهیت به ریگای ژيانى
 ئەوکهسهى که بۆچونێک یان ریگایهکت پێ ئەلێت بۆ
 سهركهوتن سههتا سهیری خۆى بکه لهکویداى ئاخۆ
 سهركهوتوه بێگومان مرۆفانیـک هەن که ههزدهکهن
 بهسهركهوتویى بتيبن بۆ نمونه دایک رهنگیشه دهگمهنه
 کهسانیکی باش ههبن که بێنه ژيانتهوه بیانهوێ بهلای
 باشیهوه بت بهن بهلام پسپارهکه ئەوهیه ئایه دهکریـت پشت
 به ههموو کهسیک ببهستیت به بیانوی ئەم دهگمهنه باشانهوه
 نهخیر ناکریت ههركهسیک ریگاو باسی سهركهوتنى بۆت
 کرد یاخود دهسنیشان کردنى ههنگاویکی باش
 بیربکهوه لهقسهکانی ئەو خالهى له دل و بیـرى خۆتهوه
 پێت باش و راست بوو کارى پێکه ئەوهیتر وهک ئەوه بپینه
 نهت بیستبێ کهواته پشت بهخۆت ببهسته و کارى زیاتر بۆ
 بیرکردنهوهکانى خۆت بکه و گویش لهوانى تر بگره
 بهلام ریگا بۆ ئەوانى تر مهکه!

بۆ دهوور مهروانه و له یستادا بژی!

بۆدور مهروانه ئەمرۆ ئەویە کەتیییداین کێ ئەلیت بهیانی
 بونی دهبتیت مهگەر ناکریت تۆ لهشوینیک بوهستی یاخود
 کارێک بکە و کە یستات پێش نهخات و بلییت
 لهدهاتوو پێی پێش ئەکهوم یستات باش بکە بۆ ئەوهی
 بهدرونیکی ئارامو و ئومێدهوه کاربکە بۆ داهاتوش
 ئەگەر تۆ یستات خراپ بیت چۆن داهاتوو باش ئەبیت
 هەرچیهکت کردبێ هەر ههنگاوێکت بۆی بنیاد نابێ
 کێشهیهکی تێدا دروست دهبن ئەگەر
 لهبارودۆخی خراپدا نابیت ئەوکاتهی یستات باش کرد که
 تێیدايت ههنگاو ههنگاو بهرهو داهاتوو ئهرویت داهاتوو
 کهیه داهاتوش ههروهک روژانیکی یستان هیچی جیاوازی
 تێدا نیه تۆ ههیت خودا ههیه مروڤ و زهوی ههیه لهکوئایدا
 ژیان ههیه

ئهو هی پێویسته بوخت و ژیانیت یستایست بیکه تو یستایست
 دابایشته و بلایی شتانیکی ههیه له داهاتوو دا دهیان کهم رهنکه
 له داهاتوش ههسهرهت هه لکیشی و به هه ناسهیهکی ساردی نا
 ئومیدیهوه بلاییته خۆزکه له رابردوو دا شتانیکم بکردبایه
 کهواته بیهر له داهاتوو یهکی دور مه کهمهوه چونکه هیشته
 نه هاتوه دیار نیه که یهتیش یانا هیچ مروڤیکیش کتیبی
 چاره نویسی خۆی نه خویندیتهوه تا بزانیته له داهاتوو بهچی
 دهگات و روژگاری چی به سههر دیت دونیایه و به ههزار
 شیوه نه گۆریته رهنکه ئهوپلانهی که یستات بو وهستاندوه
 و کاری بو ده کهیت له داهاتوو سودی هه بی له گهڵ هاتنی
 داهاتوو و گۆرانی روژگار هیچ سودیکی نه بی مروڤی ژیر
 سود له هه موو دهقه کانی ژیانیه ده بینیت کاته کانی خوش
 دهوینیت و نرخیه ته مه ن ئه زانیته و ئه زانیته
 چوون یستایست برازی نیته هوه که تییه دا
 بگهیت به داهاتوش

لهكۆتایی دا ریگاكهمان كۆتایی دیت بیرمان نهچیت گهشتیارین!

لهكۆتایی دا ئهوهی گرینگه یمه لهوه بگهین كه هاتوینه ژیان
تهنیا بو ئهوه نههاتوین بژین بهلكوو بوئهووش بمرین بویه
ژیانیك كهكۆتاییهكهی مردن بی بی هیوایی و غهم خواردن
و رهشبینی چ سودیكى ههیه كه بهسهر خۆمانی بینین
كیشهی یمه ئهوهیه كه زۆری نهی خهلكه بی هیوا و
نائومی دهكانمان بیركردنهوهكى نهڕینی خراپیان بهسهر
میشکیان دا زال كردوه ژیانیان تیدا بهندی گوشهیهکی
خراپی و رهشی كردوه تۆ و من و دهوله مهند و ههژار
نهخۆش و ساخ ههمومان ریگای كۆتایمان مردنه و
دهگهرینهوه بۆلای ئهو زاتهی كه دروستی كردوین بۆتاقی
كردنهوه یمه ناردوه بو ئهم دونیایه ئهگهر تۆ ئهم تاقی
كردنهوه لهخۆت قورس بكهیت و رهش بینی و بی هیوایی
زال بکهی بهسهر ژیانتهار نهگه له كۆتاییدا ئهو دونیاش
بدۆرینی

ژیانیکی کاتی که یمه له سهردهمی کۆتاییهکان داین که
 یهکێک له نیشانه گهورهکانی روژی دوایی تههنوکورتیمان
 تههنیکی کورتی کاتی که ههمومان دهزانین لهتاقی
 کردنهوهین تێیدا ئایه ئهوه دهینی خۆت ئالودهی بهشیکی
 بکهی که ناخۆشی بوه یاخود خۆت جیرودهی شتیکی
 بکهیت و والهخۆت بکهیت که به نا ئومیدی و
 بێ هیواییهوه بژییت بێگومان نهخیر
 مهلی لهدهست خۆم نیه ناتوانم راسته ناتوانی چونکه خۆت
 ناتهوئ ئهخر تا تو ههول نهدهیت شتهکان ناگۆڕین تو
 خهریکی قسهی ناومید و گریان بیت بهدهم ژيانهوه ژیان
 ناوهستیت سهیری گریان و قسهکانی تو بکات ئهرواو جیت
 دیلی سالهکان بهنائومیدی تێدهپهرن سالیکی دووان و سییان
 لهکۆتایی دا تههنیک به ناومیدی ئهژییت بههیز به ههستهو
 ئهوهی پێویسته بۆژیانی خۆتی بکهی بهبێ هیواییهوه
 سهیری خۆت مهکه کهتهمهنت تێدهپهری

مهگهر بێ هیوایت ههرچه نـدیک بـیت ئهوه باشـتر نـیه
 کارێـک بـکهی بـۆ تـیـپـهـراندنی لهوهی دابنیشـت و رهخـنـه
 لهخـۆت و ژیان بـگـریـت ئهـو شـتـانـهـی مـیـشـکـت که توشـی
 دلتـهـنگـیـو نارمـحـتـیـت دهـکـن دهـریـان که ریـگـانی ژیان
 لهـمـیـشـکـهـوه دروسـتی دهـکـهـین وه هـهـر بارودۆخ یـان
 روداوێـکی ناخۆش لهـمـیـشـکـمان دا وهـک تاسـهـیهـکی سـهـر
 شـهـقهـمان وایه ئهـگـهـر تـۆ بهـهـوـی شـتـیـکهـوه وهـسـتاوـیت وهـک
 ئهـوه وایه ئۆتـۆمـبـیـلهـکهـت لهـبـهـردهـم تاسـهـکهـ وهـسـتاـندـبـیت
 ئهـگـهـر هـهـر بهـم شـیـوهـیه بهـردهـوام بـیـت جـگـه لهـکـات هـیـچ
 شـتـیـکی تر ناگۆرـیـت بـیـر ت بـیت که ناخۆشـی و نارمـحـتـیهـکانـت
 هـهـرچهـند بـیت و هـهـجۆرـیـک بـیت بهـپـشـت بهـسـتن بهـخـودا
 ئاسـانه تهـنـیا اسـانـیه بهـسـه بـۆ ئهـوهـی خـودا هـهـمـوو
 ناخۆشـیهـکانـمان له ناخۆشـیهـوه بـگۆرـیـت بهـرهـو خۆشـی ئهـمه
 جـگـه لهـوهـی بـیـر مـان بـیت که له کۆتـایـی هـاتـنی
 تـاقـیـکردنـهـوه که هـیـچ کـام لهـمـانه لهـگـهـل خۆمـان ناـبهـین نه
 دلتـهـنگـی نه بـی هیوایی و نه نائۆمـیدی نهـخۆزگـهـش

كهواته ژيان ت له سهر ههچ خۆزگه و ناخۆشى و نارمهتیه
و شتێك و كهسیكهوه مه بهستهوه به ناخۆشى هه مو ئهوانه
به سهرت یهت به خودای بسپیرهوه و به شۆیهیهکی به هیـ
ههولده بو ههنگاوهکانی ژیان ت لێر هه له تاقی کردنهوه که
به به هیـزی سهرکهوه لهویدا ناخۆشى بونی نیه سهرکهوتوو
ترین کهسهکانی ژیان ئهوانه که زۆترین ناخۆشى یاخود
غم م نارمهتیهکان بینیهوه و به به هیـری مـاونهتهوه و
تاقی کردنهوهی ژیانیهان به سهرکهوتیهی تێپهرا ندوه.

"کۆتایه ی"



