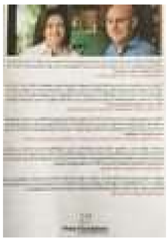
ناساندنی کتێب: **بژاردەی دووەم**



هەڵۆ بەرزنجەیی ٢٠٢٠/٣/١١

بژاردەی دووەم

بەرەنگاربوونەوەی لێقەومان، بنیاتنانی خۆگونجاندن، دۆزینەوەی دڵخۆشی

نووسینی شێریڵ ساندبێرگ و ئادەم گرانت............ لە ئینگلیزییەوە : محمەد حەمەساڵح تۆفیق

لە بڵاوکراوەکانی هیوا فاوندەیشن .... چاپی یەکەم:٢٠١٩ .... ٢٥٩ لاپەڕە

" ئەم کتێبە لەبارەی توانا و گیانی مرۆڤانەوە دەدوێت بۆ کۆششکردن.ئێمە بەدوای ئەو هەنگاوانەدا دەگەڕێین کە خەڵک دەتوانن بینێن،چ بۆ یارمەتیدانی خۆیان، یان بۆ خەڵکانی تر. هەروەها کنە و پشکنین لە سایکۆلۆجیای ئاساییبوونەوە و تەحەداکانی بەدەستهێنانەوەی متمانە و دووبارە گێڕانەوەی خۆشی و ئاسوودەیی دەکەین... هەروەها مشتومڕ لەسەر ئەو بوارانە دەکەین کە دەبنە هۆی دروستکردنی کۆمەڵگە،کۆمپانیای خۆگونجێن و منداڵانی بەهێز پەروەردە دەکەن و دووبارە خۆشەویستی دەچێننەوە".ل٢٤

کاروانی ژیانی مرۆڤ هەمیشە بە ڕاستە شەقامێکی تەخت و بێ کۆسپدا ناڕوات. بەشێکی زۆری ڕێگاکەی پێکهاتووە لە هەوراز و نشێو و لۆقە و پێچاوپێچ. بەواتایەکی دیکە دنیا، بە حەز و خواست و پرۆگرامی پێشوەختی نەخشە بۆکێشراو ناچێت بەڕێوە. گرفت و ناخۆشی و تەنگانە و پێشهاتی جۆراوجۆر دیاردەی دانەبڕاوی چارەنووسی ژیانی هەر تاکێکە. زۆر گرفت هەن، چارەسەریان بە هەر جۆرە ئامڕازێک بێت بە سانایی دەکرێت. مرۆڤیش بۆیە سەروەر و باڵادەستی ئەم گەردوونەیە، چونکە توانای هۆش و بیرکردنەوە و زاڵبوونی هەیە، بەسەر دەورووبەروو و چارەسەری کێشەکان دا.

ئەم یاسا بەڵگەنەویستە، لەوە بەدەر نییە،کە کێشە دەروونییەکان و ئەوانەی وەک شەپۆلێکی قورس و گران لەسەر دڵ و هەناو هەڵدەکەن و قرچەی لێ هەڵدەستێنن، جەستە هەلا هەلا دەکەن و تونا و وزە دەگووشتن و بیرکردنەوە بەرەو وشک بوون و دەبەن و هیوا و ئاسۆی ژیان تەڵخ و ڕەش دەکەن، زامێکی دەروونی قووڵی بەئازارن، مرۆڤ کلۆڵ و بەستەزمان دەکەن. ئەم بوونەوەرە بۆ ئەوەی بەرەو ڕوویان بێتەوە، پێویستی بە خۆڕاگریی و بەربەرەکانییەکی زۆر هەیە. هەندەک جارانیش بە تەنها لە عۆدە نایەت و بۆ ئەوەی لەژێر باری سەختی دەرد و ئازارەکان دا ڕاست بێتەوە،ناچاری کۆمەک و هاوکاریی ئەوانی دیکە دەبێت.

دەروازەی باسەکە بە ناسینی کچ و کوڕێک دەست پێدەکات و دوایی هاوسەرگیریی دەکەن و دەبنە خاوەنی دوو منداڵ. پاش ١١ ساڵ پێکەوە ژیان لەناکاو ژنەکە دەکەوێ بەسەر کۆستی مێردەکەیدا. ئیدی ژنە دەچێتە دۆخێکی ئاڵۆز و دژوارەوە و سەری دنیای لێ دێتەوە یەک. بە ناچاری و هەناسەساردی و خەمباری شان دەداتە بەر لرفەی شەپۆلە بێ ڕوحمەکانی ڕۆژگار. خەمی خۆی لەبیر دەچێتەوە و خەمی منداڵەکانی دەبێتە سەرباری خەمەکان و هەروەک خۆی دەڵێ بەدیوێکدا: " **پێی زەحمەتە هەواڵی مردنی باوکیان بداتە منداڵەکانی**" و بەدیوە گەورەکەشدا، لە پەڕۆشی ئەوەدا گێنگڵ دەخوا،کە "**جارێکی تر منداڵەکانی نەگەڕێنەوە دۆخی ئاسایی ژیان**". بەڵام ژنە (شێریڵ) لە ماوەیەکی کورتدا،دوای ئەوەی چیرۆک و بەسەرهاتی دەیان ژنی تری کۆست کەوتوو و خەمبار و لێقەوماو دەبیستێ و دەخوێنێتەوە،وره دەداتە خۆی و دەیەوێ گورجوگۆڵانە و زوو ڕاست بێتەوە بەڕووی ئەم نارەحەتییەدا وئیلهام وەردەگرێ لە: "**شاعیران و فەیلەسووفان و زانایان وایان فێریان کردووین،کە ژیانمان تا سەر هەمیشە لەیەک ئاستدا نابێت**".

هەر لەسەرەتاوە تا کۆتایی پاڵەوانی باسەکان بە گشتی ژنان/ دایکانی لێقەوماو و کۆسکەوتوو و ماندوی دەستی ژیان و گورزخواردووی دەستی قەدەری بێڕوحمانەی قورس. دایکانێک دوای مردن و لەدەستدانی هاوسەریان بە کۆشێ منداڵەوە دەکەونە گۆڕەپانی جەنجاڵ و سەختی ژیانەوە. ئەم باس و بەسەرهاتانە پێم وایە هەبوونی لە سەرتاسەری کوردستاندا،شتێکی نامۆ نییە و ڕەنگە خێزان و گەڕەکێک نەبێت ئەم دیاردەیەی نەبێ. باوک شەهید دەبێت، لەسێدارە دەرێ و کۆمەڵێ منداڵ لەدواییدا بەسەر ژنەکەدا جێ دەمێنێ. برا لە سێدارە دەدرێ دایک و کۆمەڵێ خوشک لە کۆمەڵگەی باوکسالاریدا تەنیا دەمێننەوە. ئەم کۆپلە شیعرەی مامۆستا شێرکۆ بێکەس پێناسەیەکی جوانی ئەم دۆخەیە.

چاوی زستان، بێ وەنەوزە،پێڵووی ئارامی لێک نانێ... شەستە باران،هەزار بەهار، نادا بە کوڵی گـــریانێ

شەوی تاریک، وەها چۆکی لەسەر سنگی شار داداوە... لە سەیوانی، هەر ماڵێکدا، دار ئـــەرخەوانێ ڕواوە

چیرۆکەکانی نێو کۆمەڵگەی کوردەواری هەموو دەیانزانین و لێی تێدەگەین. ئەوانەشی لێرەدا ئاماژەیان پێ کراوە، زیاتر هی کەسانێکی کۆست کەوتوون و خەفەت و داخ و نائومێدی هێندەی مشتێک لەسەر دڵ و دەروونیان پەپکەی کردووە و هەموو ئاسۆ گەشەکانی ژیانی لێ گرتوون. بەڵام نەبەزیون و کۆڵنەدەرانە لە زەریای ژیاندا سەوڵ لێدەدەن.

ئاخر واقیعی ژیانی ئەوروپا، وەک کۆمەڵگەی پیشەسازی و مۆدێرنە و شاری گەورە و کاری سەخت و کۆتوبەندی گرێبەستەکانی کاردن، لە مێژە پەلوپۆی مرۆڤی ئەم دەڤەرەی بەستوو و تا ڕادەی پڕووکاندن شەکەتی کردووە. مرۆ زۆرجار ناچاربووە، بەتەنیا ڕووبەڕووی سەختی ژیان بێتەوە، هەربۆیە دیاردەی هاوسەگیریی و منداڵ خستنەوە کز و سستە و ڕێژەکەی زۆر نزمە. تاک و ڕێکخراو و دەوڵەتە ڕۆژئاوایی و مۆدێرنەکان بەوە ناسراون، بۆ هەر کار و بەرنامە و پرۆژەیەکیان لە هەر ئاستێکدا بێت، ١ـ ٣ پلان و بژاردەیان هەس. ئەمەش وای کردووە ئامادەکاریی پێشوەخت بۆ گەلێ ئەگەری کراوە بکەن و لەمەشدا گەلێ سەرکەوتوون. کەواتە ئەوە نهێنی سەرکەوتنی مرۆڤەکانە،کە دەبێت ئەو میکانیزم و خەسڵەتەی ئامادەکارییەی پێشوەخت بۆ ڕووبەڕووبوونەوەی ئەگەرە جۆراوجۆرەکان ئامادە بکاکەن و حازربەدەستی بکەن و بپارێزن، تا بتوانن بەرەنگاری چرکەساتەکانی لێقەومان ببنەوە.

کۆمەڵگە ڕۆژهەڵاتییەکان کە هێشتا گەشەی پێویستی ژیانی پیشەسازی و تەکنەلۆژیا و مۆدێرنەیان تێنەپەڕاندووە، لەگەڵ ئەوەشدا پەیوەندییە مرۆییەکان لێرەش وردە وردە بەرەو کاڵبوونەوە و خاوبوونەوە دەچن.

لەلایەکی دیکەوە دنیای ئەمڕۆ بۆخۆی بۆتە، شانۆگەرییەکی تراژیدیایی بێ بڕانەوەیە و سیخناخە بە شەڕ و کارەسات و کوشتن و مەرگی بەردەوامی ئازیزان و لەدەستدانی کەسە خۆشەویستەکان. بەم جۆرە زەمینەی لەبار لە ئاردایە،بۆ خەمبار بوونی مرۆڤە هەست ناسک و دەروون پاکەکان. ئیدی بۆ بەربەستکردنی داڕمانی هەموو بەها جوانەکانی کۆمەڵگەی مرۆڤایەتی، مرۆڤەکان پێویستیان بە پێداویستی و ئامراز و هۆکارەکان هەیە لە لایەک وەک کەرەسەی ماددی و لەلایەکی ترەوە دڵ و دەروونێکی بەهێز و ویست و خواستێکی پۆڵایین و گیان و ڕۆحێکی لێک نزیک بوونەوە و هاوکاری یەکتر کردن و خۆشەویستی و بەهانا چوونی یەکترەوە. بنۆڕە، مرۆ گەورەکان،کە کوڕی ژان و ئازارە قورسەکان بوون، لە ژیانەوە فێربوون ڕێگای سەخت بۆ خۆیان و کەسانی تر تەخت بکەن.

کتێبەکە"بژاردەی دووەم" پڕە لە بەسەرهات و سەرگورشتەی جۆراوجۆر و وانەی گرنگ و بۆچوونی زانستانەی پزیشک و دەروونناس و کۆمەڵناسەکان. هاوکات نموونەی زیندووی لە کولتوور و فەرهەنگی گەلانەوە هەڵگۆزیوە. لە کارەساتە مرۆییەکانی ڕۆژگاری مێژوو و هاوچەرخەوە باسگەلێکمان دەخاتە بەرچاو بۆ بەرچاو ڕوونی وفێربوون و بەرزکردنەوە باوەڕبەخۆبوون. ئەوەتا دەڵێ:"**فەرهەنگی ئەمریکی وای سەپاندووە کە لە وەڵامی چۆنیت؟دا تەنها وشەی ،باش، بەس نییە... بەڵکو پێویستە ،،زۆر زۆر باش،،مان هەبێت"**. یاخود گەر خەونی دی **"خەونی ئەمەریکی"** ببینە. ئەمەش بۆ خۆی کردنەوە پەنجەرەیەکی نوێ لەبەردەم بیرکردنەوەمان دا، کە چۆن و چەند گەشبین بین و باوەڕ پتەو هەڵسوکەوت بکەین و پەرچە کردارمان بۆ کردارەکان چۆن بێت.

ساتێ مرۆ دەکەوێتە تەنگانەوە، تەنانەت داڕشتنی ڕستەیەک و دەربڕینی وشەیەکیش بۆ خۆی ئاماژەیە بە هیواگەشی یاخود هیوابڕاوی بە ژیان. نووسەر دەنووسێ: **" من هەمیشە هەست بە ترس دەکەم"** ئەو دوای باوەڕ بەخۆبوون و ڕابوونەکەی دەیکاتە**" من هەندێ کات هەست بە ترس دەکەم"**. لەم هەڵسانەوە و وەرچەخانەدا ،وەک سەرەتا و پرنسیپ هەر دەبێت پشت بەخۆت ببەستی، ئاخر وەک دەڵێن: گەر خەڵکی تر سەرت بۆ بخوڕێنێ، ئازارەکەت بەتەواوی ناشکێ. ئیدی ئەو بوونەوەرەی ناوی مرۆڤە،بە حەتمی لە کاروانی ژیانیدا ڕووبەڕووی کۆسپ و کۆست و کێشە و دەردیسەری دەبێتەوە، دەبێ بچێتە ناو سەنگەرێکەوە، بە ڕووی لێقەوماندا بەرەنگاری بکات و لەگەڵ سەختی و نالەباری هەڵکەوتوو و بارودۆخدا خۆی بگونجێنێ و بۆ ڕزگار بوون لە کارەسات و نەهامەتی و کوێرەوەرییەکان. هەوڵی گەیشتە ترۆپکی دڵخۆشی و شادی بدات. ئەمەش ئەو هاوکێشەیە، کە پاڵەوانی سەر شانۆکەی ژیان هەر مرۆڤە و مرۆڤ و کردە کۆمەڵایەتی و داهێنانە سەرسووڕهێنەرەکانی. لێرەشدا ئەرک و پێداویستی سەر شانی هەر تاکێکی تەندروست و سوودبەخشی کۆمەڵگەیە، باوەڕ بەخۆبوون لە خۆیدا بخوڵقێنێ و گیانی هاوکاری کردنی ئەوی تر لە خۆیدا ساز بدات و بکاتە پرنسیپ. ئەوجا بەم دوو چەکەوە و پێکڕا، دەرەتانی بەرەنگاربوونەوەی هەڕەشە و کارەساتە دەرەکی و دڵتەزێنەکانمان پێ جێبەجێ دەبێت.

هەر تاکێکی کۆمەڵگەش بە بازنەیەکی پەیوەندی گرێ دراوە، کە لە چەقی بازنەکەوە دەست پێدەکات. دایک و باوک بە منداڵەکانیانەوە و دایک و باوکی خۆیان و برا و خوشک و پاشان خزم و ئەوجا هاوڕێ و دۆستانەوە. ڕاگرتنی پەیوەندی لەم ڕووبەرەشدا، خۆشنوودی و جوانییەکی زیاتر بە ژیانمان دەبەخشێ . ئەوەش لەکەس شاراوە نییە، بۆ ئەوەی تێگەیشتنێکی کامڵ یاخود نیوە کامڵمان بۆ ژیان هەبێت، گەرەکە ئەزموونداری بکەین و لە ئەزموون و تاقیکردنەوەی سەرکەوتووانەی ئەوانی

تریشەوە فێر بین. هەروەک س. کێرکگاردی فەیلەسووف دەڵێ:**" ژیان تەنها بە درەنگ وەختەوە دەتوانیت لێی تێبگەیت،بەڵام دەبێت پێشوەختە بزانیت چۆن دەژیت"**. کەواتە بڕوانە چەند هونەرە مرۆ بتوانێ ڕۆژگارە ناخۆش و دڵتەنگییەکانی ژیان بگۆڕێ بە شادمانی و هیواگەشی. ئەم کارەش هەر بە مرۆڤ دەکرێ.

لە وڵاتە پێشکەوتووەکانی جیهاندا، بە هەزاران جۆری میتۆد بۆ لێکۆڵینەوەی لە سەر تراوما و دەردە دەروونی و کێشە کەسییەکان کراون و هەن. بودجەی زەبەلاحیشیان بۆ تەرخان کراوە، هەر بۆ نموونە لەوڵاتی بەریتانیا وەزارەتێکی تایبەت بۆ کێشەی **(تەنیایی)** مرۆڤەکان دامەزرێندراوە. چونکە ئەم دیاردەی تەنیاییە هەڕەشەیەکی زەقە لەسەر مرۆڤی سیستەم و کۆمەڵگە پێشکەوتووەکان. شکست و تێکشکان و سەرنەکەوتون و نەگەیشتن بە ئاوات لە قۆناغێکدا، دەبێت ببنە مایەی فێربوون و سوود لێوەرگرتن و وانەی سوودبەخش بۆ ئایندەیەکی بێ شکست و دۆڕاندن و هەڵاتن...

" یەک لە باشترین ڕێگاکان بۆ ئەوەی بە جوانی خۆمان ببینین،داواکردنە لە خەڵکی تر کە ئاوێنەیەکمان بۆ بەرز بکەنەوە". سا بنۆڕە کامە پەند لەم ڕستە زیندووەدا هەیە و چ پەیام و جوانییەکی تێدا حەشار دراوە. هەروەها چ بە مرۆڤ دەڵێ، هەروەک چۆن دەڵێن: یەکێ لە گۆڕەپانەکەدا یاری نەکا، نازانێ یاریزان بۆ هەڵە دەکات". مرۆ چەند داهێنەر و مەعلانیش بێت، هێشتا پێویستی بە سەرنج و تێبینی بەرامبەر/ هاوڕێ و دۆستەکەی هەیە،تا پێی بڵێ،ئەمە شێوە و شێواز و باش و خراپی و جوانی و ناشیرنێتی. نەشتەگەر و نووسەر ئاتوڵ گاوەندە دەڵێ:**" وەرزشکاران و گۆرانیبێژان، ڕاهێنەریان هەیە،ئاخۆ ئێوەش هەتانە؟"**. چ خۆش بوو هەر تاکێک ڕاهێنەر و ئامۆژگاریکەرێکی هەبوایە، بە گیان و هەستی مرۆڤدۆستی و نیشاندانی ڕێی ڕاست و فێرکردنی کردەوەی چاک، لەسەر سێکوچکەی زەردەشتی مەزن(بیری چاک و قسەی چاک و ڕەفتاری چاک) بهاتینایەتە گۆڕەپانی ژیانەوە. ئاخر هەموو پێویستمان بە زانینی زیاتر و پەروەردەی باشتر هەیە.

هەر کاتێ پێویستت بە باوەشێکی نەرم و مەجلیسێکی گەرم و چێژێکی خۆشی ژیان بوو، گەرەکت بوو پەڕۆیەک لە بەسەرهات و کوێرەوەرییەکانی ئەوانی دیکە دابدڕی و ئەزموونت دەوڵەمەند بکەیت، پەنا بۆ ئەم کتێبە و ئامۆژگارییەکانی بەرە، وەک گۆپاڵ و دارشەقێ تا بە هەورازەکانی ژیان هەڵگەڕێی و بە دۆڵ و نشێوەکاندا شۆڕبیتەوە و هەتا هەموو ڕێگا سەختەکانی ژیان بە هونەر و داهێنانی داهێنەرانەی خۆت نەرم و پێدەشت بکەیت. بە باوەڕی من هەقە هەموو کەسانی بواری پەروەردە و فێرکاری و دەروونناسی و ستراتیژی ئاشاییشی نەتەوەیی ئاگایان لەم باسوخواستانەی ناوەڕۆکی ئەم بەرهەمە بێت، چونکە کەموزۆر پەیوەندی ڕاستەوخۆی هەیە بە مرۆڤەکانی نیشتمانی داغانبووی ئێمەشەوە و چارەنووسە خەمناک و بەختەوەرییەکانیانەوە. ئاخر لە کوردستانی فرمێسک و خوێن، لە ئەنجامی شەڕی داسەپاوی داگیرکەران بەسەرماندا،(ئەنفال و هەڵەبجە و داعش و لە سێدارەدان و ڕاوەدوونانی ...هتد)،کوێرەوەری و کارەسات و گوناحەکانی دەستی خودی خۆشمان، ژمارەی بێوەژن و برا گەشمردە بوو، ئافرەتی لێقەوماو و تاکی بێدەرەتان هێندەی گەڵای دارەکانیان لێ هاتووە. برای وەرگێڕ لە دوا لاپەڕەکاندا بەکورتە نووسینێک باس لەوە دەکات بۆچی ئەم کتێبەی هەڵبژاردووە و کردووە بە کوردی ،کە دەبێتە تەواوکەری بۆچوونەکانی من لەم بووڕەدا.

ئەوجا پێش ماڵئاوایی جێی خۆیەتی دەستخۆشییەکی باش لە مامۆستا محەمەدی وەرگێڕی ئەم بەرهەمە نازدارە بکەم. هەم بۆ هەڵبژاردنی ئەم بەرهەمە ناوازەیە،کە ڕەنگە لە داهاتوویەکی نزیکدا زیاتر بایەخی دەرکەوێ و گەلێ کەس خۆی تێدا ببینێتەوە، هەمیش بۆ ئەو زمانە تەڕو پاراوە و سەلیقە وردەی لێرەدا بە خەرجی داوە... لەڕاستیشدا، پتر ئێرەیی دەبەم بەو حەوسەڵە و بیندرێژی و پشوودرێژییەی هەیبووە، لە وەرگێڕانی ئەم بابەتە نوییەدا بۆ کتێبخانەی کورد. دەستخۆش مامۆستای بەپەرۆشی وشە و ڕۆشنبیریی کوردی، بۆ ئەم دیارییە ژیکەڵەیەتان بۆ کتێبخانەی کوردی. ماندوو نەبن لە خزمەتکردن.

سەرنج: هەموو ئەو وشە و ڕستانەی خراونەتە نێو دوو"..." ەوە لە کتێبەکەوە وەرگیراون.