خۆکوژی...

دیاردەك جیهانی یە، یان، ئاتافەك کوردستانی یە؟

■ د.ناشتی عەبدلحەکیم

خەلەکا ئێکێ

خۆکوژی هەولدانەکە دهێنە کرن ژلایێ کەسەکی ڤە ژبۆ ب دوومایی ئینانا ژیانا خۆ ب دەستێن خۆ.

یانژی دژواریەکە ل شوینا مرۆڤ دژی کەسەکی ب کار بینیت و ببینە بکوژ، دژی خۆ ب کار دئینیت و دبینە خۆکوژ.

دبیت ئەو هەولدان ئەنجامێ وێ یێ سەرکەڤتی بیت و مرۆڤ گیانێ خۆژ دەست بدەت. دبیت ژی سەرنەکەڤیت و ئەو کەس ب ئنێ برینداربیت.

ئەو رێکێت دهێنە ب کار ئینان ژبۆ ب جە ئینانا ڤێ مەرەمێ گەلەکن.

ل کەسێت مێ پتریا خۆکوژیێ دهێنە رویدان ب ئاگری یان ڤەخوارنا ژهەرەکێ یان ب وەرگرتنا قورچێت زێدە ژ دەرمانەکی. کەسێت نێر دژوارترن د ڤی واریدا. لەوما پتریا وان چەکەکی ب کار دئینن وەك گوللە، ئامیرێت ئیژ، خۆخەندقاندن، خۆژ جهەك بلند هاڤێتن، دئەنجامدا ریژەیا مرنێ ل هەولدانێت خۆکوژیێ دال نێران پترن ژ مێیان.

هەولدانێت خۆکوژتنێ هندەك جاران د سڤکن ژبەر کو مەرەما قوربانی نە مرنە، بەلکو مەرەما وێ ژیانە و هەوارەکە بو کەس و کارێت وێ، یان ئەو کەسێت ل رەخ و دورێت وێ دژین پترهای ژێ هەبیت و پوینە پێ بکەن و ئاریشەیێت وێ چارەبکەن!!.

ئەگەرێت خۆکوژیێ:

١- خەمگینی (ئیکتیئاب) و دل ژ دونیایێ رەشبوون.

٢- هەستکرن ب زڤێری و بێ هیڤی بوونێ (یان بێ رێ مانێ).

٣- تیتالیت پاشڤەمایی و نەگونجایی دگەل ژیانا هەڤدەم دناڤ جڤاکی دا. بۆ نموونە شێوازێ جەژ ژێ کرنێ و ژنثینانێ و شویکرنێ و بەردانێ و ستەمکاریا زەلامی (چ مێر یان باب یان برا) د مالێ دا.

٤- ڤەقەتیان ژ جڤاکێ خۆ ژبەر هندەك هزر و بیرێت تایبەت.

٥- بێ کارمان و هەستکرن ب تەڕلانیێ (مرۆڤ خۆ بێ بها دبینیت).

٦- نەساخی و پێشئێلیت مەژی و دەروونی وەك شیزۆفرینیا (دێ ل هەژمارەکا دی ژ کۆڤارا سیلاڤ ب تێر و تەسەل ل سەر بابەتی شیزۆفرینیا پەیڤین).

٧- تووشبوونا مرۆڤی ب هندەك نەساخیێت کوژەك وەك پەنجەشێرێ یان ئێدزێ.

خەمگینی یان خەمۆکی بوون پالدەرێ ئێکێ یە ژبۆ هزرکرنا و پاشی ب جە ئینانا بزاڤا خۆکوژیێ. مرۆڤێ خەمۆکی جاران دگەهیتە قووناغەکا ب ترس ژ نەساخیا خۆ و بۆ وی باوەری دروست دبیت کو نە ب تنێ مان و نەمانێت وی وەك ئێکن، بەلکو مرن دبیتە ئێکەمین رێك ل بەر سینگێ وی ژ بۆ رزگاربوونا وی ژ هەمی گرێك و ئاستەنگ و ئالوزیان. لەوا ژی دێ بریارا مرنا خۆ دەت.گەلەك گێنگەشە هاتینە کرن دەربارەی ڤێ پسیارێ: ئەرێ مرۆڤێ خۆکوژ کەسەکێ ئازا و عەگیدە یان یێ نەویرەك و ترس ترسوکە؟؟ چاوا بیت خۆکوژتن نە رێکا راست و دروستە ژبۆ چارەکرنا ئاریشەیان و چ جار نەبوویە دەرمانێ چ نەخۆشیان. ب هاریکاریا هندەك کەسێت زانا و دلسوز زۆربەی جاران ئاریشەیا مرۆڤێ گرفتار ب سانەهی دهێتە لادان.

نیشانێت خەمگینیێ:

* تەنگەزاری و زڤێری و دلتەنگی و گەمشوێیی (گێلی و کورە فەهمی).
* نەساخ وەکی تەرمێ ل بن مژمژێ لێ دهێت (بێ هاریکاری و دەستگرتن نکاریت بژیت).
* هار و حێج بوون.
* بێزار بوون ژ هەمی بزاڤێت روژانە.
* خۆ دویرکرن ژ هەمی کۆمێت مرۆڤان و ب تنێ مان (گەلەك جاران ژی دگەل خۆ ئاخڤتن).
* هەلگرتنا خەمێت دژواریت بەردەوام (دێ بێژی چیایەك هەمی گاڤان ل سەر پشتا وی یە).
* بێ هیڤی بوون و نەمانا باوەریێ ب چ تشتان یان چ کەسان.
* بێ هەدار مان و نەئارام بوون.
* لاوازبوونا هزرکرنێ و بیر هاتنێ.
* گەلەك گلەیی ل خۆ کرن و رەخنە ل خۆ گرتن (هەردەم خۆ وەك گونەهبار دبینیت).
* هەست کرن ب تەڕلانی و بێ بها بوونێ.
* گوهرینا تیتالیت خوارنێ: کێم خوارن یان پڕ خوارن.

* بێ خەوی یان خەو ڤەهەرمین.
* هەستکرن ب وەستیانا لەشی و مەژی و بێ هێز و ڤەژەن بوون.
* هەستکرن ب ئێش و ژانان ل هەمی پارچێت لەشی، نەخاسم ل سەری (ژانەسەر).

ل پرانیا جاران چەند نیشانەکێت نە ئاسایی ل سەر ئەو کەسێ نیازا خۆکوژیێ هەبیت دیار دبن بەری بزاڤێ بکەت خۆ بکوژیت. پێدڤییە ئەم هەمی دهشیار بین هەردەمێ ئەڤ نیشانە ل کەسەکی دیار بوون ب زووترین دەم و ب رژدی و ژدل ل چارەکێ بگەرین بەری ئاتافەك روی بدەت. نموونە ل سەر وان نیشانان ئەڤە نە: گوهرینا کەسایەتیا مرۆڤەکی ژ نشکاڤە (ژ مرۆڤەك ترانەکەر و ئاخڤتن خۆش بوو مرۆڤەك پوسیدە و بوغومی و ناڤچاڤ گرێ) دلسار بوون ژ خۆشیێت ژیانێ، توندی و دژواری نەخاسم ل مرۆڤێت نەرم و مل پەحن، تێ وەراندن ل بریاران (تەهەور) بێ خەو بوون، نەمانا بیرا خوارنێ و کێمبوونا سەنگا لەشی، رەقی د رەفتارێ دا دگەل کەسێت دەور و بەر، ب هەروەدانا کەلوپەلێت تایبەتێت خۆ بۆ خەلکی، هەستکرنا مرۆڤی ب گونەهێ یان خرپانێ و دسەردا چوونێ، ب ئاشکرایی دیارکرنا مەرەما خۆکوژیێ بۆ کەسێت نێزیك.

ئەگەرێت جڤاکی ئێکجار دگرنگن د هەولێت خۆکوژیێ دا. پرانیا وان کەسێت هەولێ ددەن خۆ بکوژن رەهکا ڤارێبوونێ ژ مالباتا خۆ هەیە، رویدان وەك خەلەکێت زنجیرەکێ دهێنە پێشچاڤ: بەربەندکرنا مانا سنێلەی ل دەرڤەی مال هەتا درەنگی، ب جە نەئینانا هندەك داخوازێت وی، خەمساریا خێزانێ د مەزاختنێت وی دا، شەرەدەڤێت وی دگەل هەڤالان، سەرنەکەڤتن د خویندنێ دا، پەیوەندیێت بێ بنیات دگەل رەگەزێ دی، کەڤتنا کەسی د پشکەکا ناڤخۆیی دا، تێکچوونا رەوشا ئابوری یا مالباتێ، وەغەرکرنا کەسەکێ نێزیك نەخاسم بابێ کو دەستهەلاتا وی بەرێ بنیاتی د خۆراگریا خێزانێ دا (دەستهەلات ژی نە هەردەم نیشانا ستەمکاری و زۆرداریێ یە، بەلکو گەلەك جاران پالپشتی و پشتەڤانی و سۆزمەندی یە) هەلبەت هندەك جارێت دی دەستهەلاتا رەق و دژوار ئەوا چ ئەزمانان نەزانیت ژبلی لێ خۆرپینێ و لێ دانێ نەشێت یا دادڤان بیت و جهەکێ پیرۆز دناڤ دلێ خێزانێ دا بکەت. لەوما ئەو زاروبێت دناڤ ڤێ خێزانێ دا رادبن هەمان هزر دناڤ ناخێ وان دا دهێنە چاندن و دەمێ دگەهنە قووناغا سنێلەیی و پێ گەهشتنێ ب هەمان رەفتار رادبن.

ئەگەرێت جڤاکی کو کەسەکی پالدەدەن هزرا خۆ کوژتنێ بکەت و بریارا وێ بدەت گەلەکن، بو نموونە:

* ئالوز بوونا چیروکەکا ئەڤینیێ دناڤبەرا کچ و کوڕەکی دا ژبەر پەیدابوونا ئاستەنگ و رێگران درێکا هەردوو ئالان دا.
* کەڤتنا ژنەکێ دبن بارێ زۆرداری و تەپەسەریا بێ توخوبیا مێرەکی دا کو ژنا بێ دەستهەلات چ رێیان نەبینیت ژبلی مرنا خۆ.
* سەرنەکەڤتن د خویندنێ دا: خودان هەست ب شەرمزاری و ئاڤرویی نەمان و برینەکا کویر دکەت، نەخاسم دەمێ خێزان پشتا خۆ پێ گەرم دکەت و هەمی ئومێد و هیڤیێت خۆ ل سەر دادنیت.
* بێزار بوون ژ ژیانێ و نەمانا هەستکرنێ ب تاما وێ یا خۆش.
* شویشتنا مەژیێ مرۆڤی ژ لایێ تیرۆریستانڤە و پەیدابوونا باوەریەکا موکوم بۆ خۆکوژی کو خۆ کوژتن دێ دەرگەهێت بەهەشتێ ل بەر سینگێ وە ڤەکەت.

خۆکوژی و ئایین:

هەرسێ ئایینێت ئیبراهیمی (جوهی، کریستیان، موسلمان) خۆکوژی یا ماندەل و رسوا کری و نفرین ل وان کەسان کرینە ئەوێت خۆ دکوژن و گەف لێ هاتینە کرن کو دێ بێ بەهر بن ژ بەهەشتێ و جهێ وان دێ بیتە ئاگرێ دوزەخێ.