

# نہینین دیارده و رہفتارین جفاکی

فہ کولہ ری جفاکی

عبدالجبار عبدالرحمن



بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

لَا يَسْتَوِي أَصْحَابُ النَّارِ وَأَصْحَابُ الْجَنَّةِ أَصْحَابُ  
الْجَنَّةِ هُمُ الْفَائِزُونَ

لَوْ أَنْزَلْنَا هَذَا الْقُرْآنَ عَلَى جَبَلٍ لَرَأَيْتَهُ خَاشِعًا مُتَصَدِّعًا  
مِّنْ خَشْيَةِ اللَّهِ وَتِلْكَ الْأَمْثَالُ نَضْرِبُهَا لِلنَّاسِ لَعَلَّهُمْ  
يَتَفَكَّرُونَ

سورة الحشر (٢٠-٢١)



# ديارى بۆ.....

دايكوبايىن من

مامۇستايىن من يىن هيژا

هه قىزىن و زارۇيىن من

هه مى هه قالىن من و خوانده قانىين هيژا



## سوپاسى بۇ.....

د. عارف حىتو رېفەبەرى گىشتى يى چاقدىرى و گەشەپىدانا جىاكى ل  
هەولپىرى، ژبۇ پىداچوونا وى ژلايى نافەرۇكا پەرتووكى فە، گەلەك ھزر و  
بوچوونىن فى پەرتووكى لدويف رېنمايىن وى ھاتىنە گوھورين. و ھندەك  
بوچوون ژى وەك خو ماينە.

بو نقيسەر محسن عبدالرحمن ژبەر پىداچوونا زمانى ژلايى وى فە  
ھاتىەكرن.

بو ھەر ھەفالىەكى ھارىكاريا من كرىبىت.





# ناشەرۆك

- پيشهكى..... ۱۳
- دەرگههئى ئىككى:**..... ۱۷
- گوهورىنئىن جفاكى نه بساناھينه..... ۱۹
- كارتىكرنا ئه نفالئ لسهر جفاكى كوردى..... ۲۳
- پىكھاتىين رهوشه نىبرى..... ۳۱
- پشته فانىا جفاكى و تورا جفاكى..... ۳۷
- تهخا نافنجى جفاكى هه فسهنگ دكهت..... ۴۵
- گهندهلى و كارتىكرنا وئ لسهر جفاكى..... ۵۳
- هشىار بن سزايئىن جفاكى گه لهك دژوارن!..... ۵۷
- دەرگههئى دووئى:**..... ۶۱
- دياردا كاركرنا زارۆكان لسهر جادان..... ۶۳
- زارۆكئىن مه چهوا دهئى خو دبورىنن..... ۶۷
- مافئى زارۆكى..... ۷۱
- هوكارئىن ترسناك و زارۆك به ردهف فارىبوون و تاوانئى..... ۷۳
- كارتىكرنا دايكوبابان لسهر زارۆك و سنئىلان..... ۷۹
- دەرگههئى سىئى:**..... ۸۳
- رهوشا سنئىلئ كورد..... ۸۵
- هندهك ئارىشه يئىن گهنجان يئىن گرنگ..... ۹۱
- توره بوونا سنئىلان و چاره سهرى..... ۹۷
- پهروه ردهكرنا سنئىلان دچاخئ نوكه دا..... ۱۰۱
- پهروه ردهكرنا سنئىلئ داهئنه ر..... ۱۰۵
- چهز، شىان، دمه رفهت..... ۱۰۷
- دەرگههئى چوارئى:**..... ۱۰۹
- چهوا هه فژىن به يئنه هه لبزارتن؟..... ۱۱۱
- هه فژىنى ل قوناغا زانكوئى..... ۱۱۵
- ژ بو هزركرنه كا كوئىر تر..... ۱۱۹

- ۱۲۳ ..... نھینین کھسایه تیا بهیز.....
- ۱۲۷ ..... ھهژده خالین سھرکهفتنی.....
- ۱۲۹ ..... دا مضای ژ وان کھسان بکھن ئهفین ل دهرقهی وهلاتی دزفرن!.....
- ۱۳۳ ..... ئهه چهوا رهفتاری دگهل ئاریشهییئ سکسی بکهن؟.....
- ۱۳۵ ..... رهوشه نیریا سکسی و کوشتنا ژنان.....
- ۱۳۷ ..... **دهرگههی پینجی؟**.....
- ۱۳۹ ..... گرنگیا دانوستاندنی دنافبهرا ههفرینان دا.....
- ۱۴۳ ..... ئهگهرین پهیدا بوونا ئاریشهیا دنافبهرا ههفرینان دا.....
- ۱۴۷ ..... خیانهت دنیقبهرا ژن ومیران دا.....
- ۱۵۱ ..... میری دوو ژنان د نافبهرا ئهرك ومافان دا.....
- ۱۵۵ ..... بهردان دیاردهکا مهترسیداره دناف جفاکی دا.....
- ۱۶۱ ..... خیزانیئ ژبهر ئیکچووی.....
- ۱۶۵ ..... هندهک ژدهمی خو بو خیزانی تهرخان بکه.....
- ۱۶۹ ..... ریکین گهورینا بهایی کھسوکی.....
- ۱۷۳ ..... **دهرگههی شهشی؟**.....
- ۱۷۵ ..... جهی ژنی دناف جفاکی دا.....
- ۱۸۱ ..... کی خو ل ئاریشهیی بیژنان دکهت خودان.....
- ۱۸۵ ..... دههمه نیسی.....
- ۱۸۹ ..... دابی یه ژنهکا بی کول وخهه.....
- ۱۹۳ ..... بو ژنیئ ب میر هشیاربن نههینه خاپاندن.....
- ۱۹۷ ..... کی دبیت قوربانئ ئهفینی کور یان کج؟.....
- ۲۰۱ ..... **دهرگههی ههفتی؟**.....
- ۲۰۳ ..... چارهسهر کرنا ئاریشهییئ دجفاکی.....
- ۲۰۹ ..... ئاریشهییئ خیزانی بهردهوامن و چارهسهر کرنا وان بسانهی نینه.....
- ۲۱۳ ..... کھسی ههژی لهجی ههژی.....
- ۲۱۷ ..... گرنگیا بودجا خیزانی.....
- ۲۲۱ ..... ههفالی زیندانی.....
- ۲۲۵ ..... چاکسازیا زیندانان یان زیدهبوونا تیرووی.....
- ۲۲۹ ..... **زارافین کوردی**.....
- ۲۳۷ ..... **ژیدهر:**.....

## پيشه‌کي

گوهورينين جفاکي شوين تبليين خو لسهر جفاکي دهيلن چ نهف گوهورين  
نهريني يان نهريني بن ، گوهورين لسهر جفاکي دهينه کرن و پاشي لسهر  
خيڙاني و پاشي لسهر کهسي و بهروفاڙي، نهفه بابتهکي گرنگه د جفاکاناسي دا  
و جفاکاناس گهلهک خو لي دکهنه خودان.

گهندهلي کهستهکي رزيه دورماندوري خو درزينت بابتهک ژ پهرتووکي  
لسهر رهوشا گهندهلي يه دا خواندهفان لسهر مهترسيا وي هشيار بيت و بسفکي  
بهري خو نهدهتي.

مروفا دناف خيڙاني دا دژيت، نهندامين خيڙاني کارتیکرن لي مروفي دکهن و  
خيڙان دزفريت بو ناف تهخا جفاکي ههر تهخهکا جفاکي کارتیکرنا خو لسهر  
خيڙاني ههيه، گوهورينا خيڙاني ژ تهخهکي بو تهخهکا دي گوهورينا لسهر  
نهندامين خيڙاني دکهت، ژ بهر گرنگيا في بابتهتي مه ب دريڙي د پهرتووکا خو  
دا بهحس کريه... داکو مروفا پتر د شروفهکرنا جفاکي دا شارهزا بيت.

نهم حهز دکهين خيڙاني مه، و مللهتي رهوشهنيير بيت، رهوشهنييري نه  
بتي وهگرنتا باوهرنامي يه، بهلي ب هندهک هوکاريين دي فه گریدايينه کو ديار  
دبيت د پهرتووکا مه دا.

نهنفال ژ هوکاريين نيکانهيه کارتیکرن لسهر مللهتي مه، تهخا جفاکي و  
خيڙاني و نهندامين جفاکي کري، دا بشيوهکي دروست دفي پروسيسي بگههين  
بابتهک لسهر نهنفالي هاتيه نقيسين، کيمه بهلي بتي گریدانهکه ب گوهورينا  
جفاکي فه.

بابهتین جفاکي نه وهک ياسين زانستي نه بهلکو ريژهي يه، دبيت ل هندهک  
دهفهره دروست بيت و ل هندهک دهفهرين دي ب زيان بيت. بابتهتین في

پەرتووکی مروف دىت مفاى ژى وەرگريت، چونکه ئەفە فەررېزا سەربورپن منە و دگەل ھندەك ژېدەرپن زانستى بەلى تو نەشپى بگەى ياسا و ھەمى خەلك لىبەر سىبەرا وى بچيت.

**ئارېشەپپن جفاكى:** ھەر تىشتەكى بەرامبەر پېشكەفتنا جفاكى دراوہستيت، دىبىتە ئاستەنگ درىكا پېشكەفتنى دا.

### خاسلەتپن ئارېشەپپن جفاكى:

ئارېشەپپن جفاكى د پېكشە گرېداينە، و د رېژەينە، ژبەر گەلەك ئەگەران پەيدادىن، ئارېشەپپن جفاكى دژېكجودانە ژ رەوشەكى بۆ رەوشا دى، ئارېشە دناقتىكرنە و تىك ئالزىنە، مروف نەشپت زويكا گرېك و گولولكىن وان ژېكشە كەت.

### ئەگەرپن ئارېشەپپن جفاكى:

ئەگەرپن ئارېشەپپن جفاكى گەلەكن و دژېكجودانە ژبەرتىكچوون و قارىبوونا جفاكى، دەرکەفتنا ھندەك پېشەر و بەھايپن نوى د ناف جفاكى دا ھەفركى پەيدا دكەت، ژبەر ھەقدژيا بەھايپن جفاكى يپن نوى دگەل يپن كەفن و گوھورپن د بەھايپن جفاكى دا پەيدا دىن، لاوازيبوونا پەيوەندىپن جفاكى د ناقبەرا ئەندامپن خىزانى دا، جفاك دىمىنت ب ھىفيا دەزگەھىن فەرمى فە ژ بۆ چاقدىرىى و رۆلى وژدانى كىم دىبىت، نمونە پۆلىس ل جھى وژدانى كو چاقدىرىەكا نە فەرمى يە، جوداھى دگوھورپنا جفاكى و رەوشەنبىرى دا ژبەر گوھورپن ب لەز ژلايى رەوشەنبىرى و جفاكى.. جفاك ژبەر ئىك دچىت ئارېشە بۆ زارۆك، سنىلە و گەنج و خىزانان پەيدا دىن.<sup>(۱)</sup>

وہك مە ديار كرى ئارېشەپپن جفاكى د پېكشە گرېداينە، خواندەفان دى ل گەلەك جھان بىنت يان ھەست كەت ئەف ھزرە دوبارەيە، ئەو بۆ خو ھەر

---

(۱) رىم الزرىقى من الانترنت.

بابهتهك سهربخویا خو ههیه، بهلی ل هندهك خالان دگههن ئیك، نموونه دبیت ئاریشهییڻ ژن و میړان وهك ئاریشهییڻ بهردانی بن یان خیانهتا ههفرینی ئەفد بابته گهلهك پیكفه گریډاینه.

من ههولدايه بابتهیڻ نیزيك ئیك ل دهرگهههکی کومکهم و من دهستکاری تیدا کریه، کو بابته سی چار جاران من ژ فی دهرگههی بو دهرگههی دی فهگوهاستیه، داکو بشیم دهرگههان ژیکجودا کهم و خواندهفان پتر مفای ژی وهرگرت.

پهرتووک بهرهمی پینج سالانه و من زحهته پیقه دیتیه ههتا بقی رهنگی دهرجوی و من ههولدايه مفای ژ سهبورین خو وهرگرم، چ بهرههه بی کیماسی نابن، ههر کیماسیهك ههبیت داخووا لیبورینی ژ خواندهفانیڻ هیژا دکهه، هیفی دکهه ئەفه بو من بخیر بهیت نقیسیڻ.

نقیسینا پهرتووکهکی نه تشتهکی ب ساناهیهه و تایبهته د واری جفاکی دا چونکو رۆژانه هزرین مروفی دهینه گوهورین، بابتههکی دی ئەفرۆ نقیسم سوبه ئەز ب خو دگهل بوچوونا خو نابم، ژبهه هندئ هزر بهردوام د گوهورینی دایه، چونکو جفاک زی د گوهو رینی دایه.



# دەرگه‌هی ئیکی

## راوه‌ستیانه‌ک ل سه‌ر چه‌ند باب‌ه‌تین جفاکی

- گوهورینین جفاکی نه‌ بسانا‌هینه
- کارتیکرنا ئه‌نفالی لسه‌ر جفاکی کوردی
- پیکه‌اتیین ره‌وشه‌نبیری
- پشته‌فانیا جفاکی و تورا جفاکی
- ته‌خا نافنجی جفاکی هه‌فسه‌نگ دکه‌ت
- گه‌نده‌لی و کارتیکرنا وی لسه‌ر جفاکی
- هشیار بن سزایین جفاکی دژوارن!





## گوهورینن جفاکی نه بساناھینه

گوهورینا جفاکی؛- مەرەم ژێ جفاک ژ قوناغەکی بۆ قوناغا دی دەیتە گوهورین، ئەف گوهورین یان لدویف نەخشەکی دارشتی یە، کو دبێژنی گوهورینا ب نەخش، کو باشیا خۆ ل سەر جفاکی ھەبە، یان ژێ ئەف گوهورین پەیدا دبیت و چ نەخش بۆ نەھاتینە دانان، بیگومان ئەفی مەترسیا خۆ ھەبە، و مرۆف نزانن دێ چ رویدەت.

پشتی سەرھلانا سالا ۱۹۹۱ کوردستان کەتە دقوناغەکا دی یا ژیانێ دا، ئەوژی قوناغا فەگوھاستنی یە. و روژ بۆ روژی گوهورین پەیدا بوون، ل فێری مەرەم ژێ گوهورینین باش و خراب، کارتیکرن ل سەر جفاکی کوردی و تاییبەت ل سەر خیزانا کوردی ھاتکرن. ئەگەر ژێ دزقن بۆ ھەلبزارتن حوکمەتا نوێ ل سالا ۱۹۹۲، شەری نافخوی و شەری پەکەکی و دوربێچا نابوووری ل سەر گەلی کوردستانی، و ھەبوونا ریکخراوین بیانی، و بلند و نزمبوونا بەھایی دولاری و کارتیکرنا حوکمەتا ئییراقتی ل سەر گەلی کوردستانی و قوناغا ناشتیبوونی، ئەفی ژێ ماوہیەکی فەکیشا، و فەبوونا دەرگەھی کوردستانی دگەل ئەوورپا و دەولەتین روژنفا، گەلەک تشتین نوێ ھات وەرگرتن. فان ھەمی ھوکاران کارتیکرن ل سەر کەسایەتیا کوردی کرن.

ئەگەر ئەم بەری خۆ بدەین جفاکی کوردی بتاییبەت پشتی شەری رزگارکرنا ئییراقتی، و پشکداربوونا کوردان ب ئیک ھیز د حوکمەتا ئییراقتی دا شیا گوهورینین بەرچا فەکەتن. (بەلی ئەف گوهورین بەھرا پتر ماددینە وەک ئافاکرنا شوفا و پشکەفتنا تەکنولوژی، بەلی ژلایی (معنوی) فە گەلەک لاوازن، (و تاکێ مە نەشیا گوهورینین باش دژیانا خۆدا پەیدا کەت) ئەف گوتنە ئەز دبێژم سەر بنیاتی بیردووزا زانایی جفاکی (ولیم ئوگرن) (۱۸۸۶-۱۹۵۹) ئەوا دبێژتی فالاتیا

شارستانی (الفجوة الحضارية)<sup>(۱)</sup> راسته جفاک هات هشیارکرن و تایبەت لسهەر مافی ئافرهتی، بەلّ گەلەک ئاریشه پەیدابوون، چونکو ئافرهت د مافیئ خۆ ناگەهیت و دقیت ئەم پتر ئافرهتی لدور مافیئ وئ رهوشەنیرکەن.

سالیئ نوتا گەلەک ئافرهت سهرا ناموسی ژلایئ کەسوکاریئ وان فه دهاتنه کوشتن، نها ئەف دیاردا کریت، بەرهف کیمبوونی یه بەلّ بەرامبەر ریژا بەردانی زۆر بوویه. ئەگەرین گوهورینئ دناف جفاکی مه‌دا دزقرن بو چەند خالەکان:-

۱- هوکاريئ دیموگرافی (سکانی) هندهک جه تیر مروفن و هندهک کیم مروفن، ئەفی ژئ کارتیکرنا خۆ لسهەر جفاکی ههیه. بههرا پتر ل باژیران نه و گوند چول کرینه.

۲- هوکاريئ تەکنولوژی- وهک پەیدابوونا پێشه‌سازی و ئەفه کارتیکرنی لسهەر جورئ خیزانی دکەت، گوهورین ژ خیزانا مەزن بو خیزانا بچویک. و نوکه خەلکی مه‌ هەز دکەن کیم زارۆک هەبن.

۳- هوکاريئ هزری- پەیدابوونا هزرمەندان د هەمی بیافیئ ژیانئ دا، کو کارتیکرنی لسهەر جفاکی دکەن.

۴- هوکاريئ رامیاری- وهک شکەستنا هندهک سیسته‌میین سیاسی، هاتنا سیسته‌میین نوی، ژبن چوونا شورشا. گوهورینا پارتین سیاسی و مملانا سیاسی ئەفه هەمی کارتیکرنی ل جفاکی دکەت.

۵- هوکاريئ گەهاندنی (الاتصال) دەمی جفاک یئ گرتی بیت، گوهورین دکیمن، بەلّ دەمی جفاک یئ فەکری بیت دگەل جفاکین دی گوهورین پترن و بلەزترن. هەر تشتئ دناف جفاکی دا رویدەت جبهان پئ ناگەهداره.

۶- هوکاريئ جوگرافی- بیگومان ئەف وهلاتین دکەفن سهەر ده‌ریا و جهین گەشتوگوزاری د جوودانه ژ وهلاتین دکەفن جهین بیابان، وهلاتین دکەفن جهین زهنگین و ئیستراتیژی جوودانه ژ وهلاتین دکەفن جهین هه‌زار و چ گرنگیا خو نه‌بیت. نموونه، کوردستان دکەفیتە سهەر رویبارئ دیجله و میسر دکەفیتە سهەر کەنالی سویس.

---

(۱) انشطار المصطلح الاجتماعي، د معن خلیل عمر ۱۹۹۰ جامعة بغداد.

## ئاستەنگىن گوھورنى

۱- ھندەك كەس ھەز ناكەن خۇ بگوھورن:-

ژبەر ترس ژ گوھورنى، خو ب تىشى كەفن فە دگرن، و ھزر دكەن، دەمى گوھورنى دى ئاريشە بۇ پەيدا بن، يانژى باوھرى بگوھورنى نىنە، ژبەر ئاستى وان يى رەوشەنبىرى يى لاواز، پرنسىپىن جفاكى ئەفەين لسەر ھاتىنە پەرودەدەكرن و مەزن بووين.

۲- بەرھنگارىا گوھورنى:-

ھندەك كەس بەرھەنگارىا گوھورنى دكەن، چونكە پەيدا بوونا گوھورنى نە دىبەرژەوندا وان دايە، بتايبەت ئەگەر گوھورنى كارتىكرن ل جەي وى دناق جفاكى دا بكەت. ئەف كەسىن پىزانىن چارچوق كرى ھەبن، بەرھنگارىا گوھورنى نە، و ھەول نادەن خۇ پىشىپىن، ھەر گوھورنىنەكا پەيدا بوو ب دژى دراوھستىن، و خەلك ژ فان كەسان ترسن ژبەر دەستھەلاتا وان يا سىياسى يان دەستھەلاتا جفاكى و ئاينى، و ئەم ژبىر نەكەين خەلكى مە لسەر ترسى مەزن بووينە و پى ھاتىنە فرشكرن. ئاغا و دەر بەگ گەلەك بەرھنگارىا گوھورنى دكەن، چونكە رۇلى وان يى سەرەكى يە، دگەل حوكمەتى كار دكەن، ھەكە ھندەك ھزر ھەبن كو رۇلى وان كىم كەن دى ھەولەدن فان ھزران ژى بن گور بكەن.

۳- رىفەبرنا كارى لسەر سىستەمەكى كەفن:-

گوھورنى دقى سىستەمى دا ناھىتكرن، دقئيت ياسا بەين گوھورنى داکو سىستەم بەيت گوھورنى، ياسا گوھورنى ژ كارپن گەلەك ب زحمەتە، و دەم پىدقئيت ھەتا بەيتە گوھورنى. گوھورنى دقئيت لسەر ئاستى پەرلەمانى بن. بىگومان سىستەمى بەرى ۳۰ سالان دگەل ژيانا ئەقرو نا گونجىت، سىستەم گوھورنى ياسا پى دقئيت، گەلەك ھەولدان دەپنەكرن، گەلەك ھزرپن نوى دەپن پىش و ئەف ھزرە دباشن، بەلى ج ياسا بۇ ناھىن دانان كا چەوا كار بكەن نمونە ژى جفاتا پارىزگەھى ھەتا نوکە رۇلى وى بەرچاق نىنە.

#### ٤- روتینی کارگیری و دستهلالاتا مهلبندی یا رههای:-

ئهفه ئاریشه مهزنه، ههکه مرؤفی چارچوفهک ههبیت و نهشیت ژ فی چارچوفی دهکهفیت و خو بگوهوریت، لثیره گوهورین دی یا چارچوفکری بیت نمونه لسهر ههمی دهزگایین مه سهنته رگه ری (المرکزیه) تیدا ههیه و مرؤف دناف فی سیسته می دا دهیت خهندقاندن، هندی ته بقیت پیش بکهفی دی ئاستهنگ بوته پهیدا بن، لدهف مه ههمی تشت ریقه بهره، بهلی پشکین لژیر وی کار دکهن رؤل و وان یی لاوازه و نهشین گوهورینا بکهن چونکه گهلهک ئاستهنگ دکهفنه دریکیدا.... بههرا پتر کارین گرنگ ب فهشارتی دهینو کرن شفافیته دکاریدا نینه....

٥- دهمی جفاک یی فهدهر بیت و پهپوهندی دگهل جفاکین دی نهبن، ههروهسا پیکهاتا جفاکی نهوهک ههف بیت، گهلهک توخم و نهژاد و هزری و ئاینی و کولتوری دناف جفاکی دا ههبن.

#### ٦- گوهورین سیسته می دا ب زحمهتن:-

ل بیاقین جودا جودا مه سیسته می کاری ههنه و گهلهک حهز ناکهن ئهف سیسته مه بهیته گوهورین، تایبهت ئهفین لسهر فی سیسته می مهزن بووین و سیسته می مه هاتیه وهرگرتن ژ سیسته می ئیراقی و چ زهلالی دکاری وان دا نینه، ههر گافا کهسهکی بیانی بهیت یان بقیت گوهورینی بکهت، دی ب دژواری بهرامبهر وی راوهستن و دی چارچوفه کهن، و دی وی دهن لایهکی داکو نهشیت رؤل خو بگیریته. نمونه ئهفه چهنده دقین رؤل رابهرا ن بهینن پیشچاف د ههیکه لی پهروهردی دا، بهلی جهی خو ناکهت و رابهرا ن رؤل خو دروست نه گیرایه. ژبهر کو دگرنگیا کاری رابهری نهگههشتیه.

خهلکی ئیراقی و کوردستانی ل هیقیا رۆژهکا باش بوون، و پشتی ههرافتنا حوکه مهتا دکاتاتوریهتا ئیراقی گوهورین نه ل ئاستی پیدفی بوون، ژبهر کو دهولهتین ههفسوی مایتیکرن رهوشا ئیراقی دا دکرن، وهک ئیران و سوریا و بنافی جیهادی گهلهک هیزین ئیسلامی کهتن دناف ئیراقی دا و کارین تیرۆرست نهنجامدان، حوکه مهتا ئیراقی و حوکه مهتا ههریما کوردستانی بهرامبهر فان کارین تیرۆرست رابوون، بهلی فان کریاران رهوشا پیشیخستنا ئیراقی پاش ئیخست.

## کارتیکرنا ئەنفالی ل سەر جفاکی کوردی

کارهساتا ئەنفالی نە کارهکی ژ نشکهکیفە بوو، بەلکو کارهک بوو هاته ئەنجامدان ل دویف نەخشهکی ریک و پیک دا ب زویترین دەم شورەشا مللەتی کورد بهیته شکاندن و هەرفاندن. مللەتی کورد یی نافدارە ب هەفگرتنی، و خیزان پیکفە دژیت و زەلام سەرورەیا وی دکەت و رۆلی ژنی و زارۆکی لدویف یی زەلامی دایە، ئەگەر خیزانی سەرورەیی خو ژ دەست دا ئانکو ئەو خیزان هاته هەرفاندن، هەر ژبەر فی چەندی ئەنفالی چەندی نیشین جفاکی پەیداکرن مینا هەژاری، بی کاری، گەروکی، و فاریببون.

ئەف چەندە هەمی بوونە ئەگەرین تیکچوونا جفاکی ب شیوهکی گشتی و ژ دەستدانا پایەداریا جفاکی (المكانة الاجتماعية)... دوژمنین کوردان یا زانی و پی چیبووی ب سەری مللەتی کورد ئینا، زەلام ژناف خیزانا هەلبژارتن و زیندی بن ئاخکرن، چونکە دزانن کو ئەو رەگەزین کارینە، سەمیانین خیزانانە، پێشمەرگەهین شورەشانە و پاریزەریت وەلاتینە، ئافرەت زی خو ب زەلامی خو دگریت ئەفە ژلای مروفایەتیفە، ژلای ئابووری فە دوژمنی هەولدا ب ریکا ژ نافیرنا ژیدەرین خواری و خراپکرن گوندان و سوتنا دەرامەتی و نەهیلا ناژەلی کارتیکرنی لسەر خەلکی بکەن.

مللەت هەمی ل کومەلگەها کومکرن دا زالبوون لسەر یا ب ساناهی بیت و زەمین بهیته خوشکرن، کو نەخوشیین جفاکی و دەروونی دنافا پەیدا ببن، بتایبەت ئەگەر مەرچین ساخلەمی نەبن، و ب هەمی شیواز و ریکان زیان گەهاندە خەلکی مە، وەکی هەبوونا سیخور و نوکەران دنافا کومەلگەهاندا و کوشتن و گرتنا کەسین وەلاتپەرور و دلسۆز و هەولدانا کارین نەرەوا دگەل خیزانین بی سەمیان.

ئەنفال پېلەكا مەزن بوو، ب مللەتئ كورد كەتى و يا بئ وینەبوو، و بئئ پېلئ كورد ل رۇژھەلات و رۇژئافا بەلاقبوون، و ئەوین ماین ژى بوونە دوو پارچە ھندەك ل ژېر ژيانا چادرگەھان ل ئىران و تورکيا و يېن دى ل كومهلگەھيئ تايبەت دا مان وەك ديل و بەنى دناف ئاخا ئىراقئ دا، و ھندى رۇيم توند و دژوارتر ئى دەھات دوزا كوردى ل جیھانئ پتر رووھن و ئاشكەرادبوو، و پتر بەرەف دەولەتبوونئ قە دجوو.

ھەر دقئ بابەتى دا، ئەنفال بو ئەگەرئ پەيدا بوونا رېژەكا زورا خىزانين بئ سەميان و ئەركئ خودانكرن و دابىنكرنا پېدقئيت ژيانا فان كەسان يا بەرزەبوو تا حوكەمەتا ھەرئما كوردستانئ ئى بويە خودان و خانى بو ئافاكرن و ژبن كرى و ئافاھيئ مېرى قورتال كرن وەك ئەوین بو شەھيد و بئ كەسان ھاتينە ئافاكرن، ئەنفالئ كارتىكرنەكا مەزن لسەر پاشە رۇژا مللەتئ مە كر، چونكە ئەوین ژيئ (۱۵-۵۰) ساليئ ھاتنە بەرزەكرن و پشئى ۱۴-۱۵ سالان ژ نوى زارۇكئین ھندەك خىزانا كەفتنە بەر كارى و گەلەك جارن دېئژن ۸۲ ھزار كەس ھاتنە بەرزەكرن، ئى ئەگەر ئەف ژمارا مرؤفان يا ساخ با دا نوکە بنە چەند كەس، بەلئ ھەمى دەما ھەزا دوژمىنيئ كوردا ئەو بوو رېژا مللەتئ كورد بەرامبەر مللەتیی دى كيم كەت.

و ژلايئ دەروونى قە، ئەنفالئ ترسەكا مەزن ئىخستىيە سەر دلئ گەلئ كورد، و تانوكە گەلەك كەسا باوهرى ب خو نينە، ھندى يا ب چاقئن خو ديتى و مشەختبوونا مليونى لسەر ھلدانئ، ئەنجامئ ترسا ئەنفالئ بوو، و كارتىكرنا ھەرە مەزن لسەر دانعەمرا كر، چونكە كورئن وان يېن گەنج ل بەر چاقا بەرزەبوون و ئەو ب خو ژكارى كەفتن و خانەنشینی مان، ژبلى رویدانين دلتهزین ئەوین ل دەروبهرى وى رویدای پیرەميرەك دېئژت (ل كەلھا نزاركى يا سەربازى سيخورين دوژمنى كورەكئ شيت ب شيوھكى وھيئ ھوفاھە ئەشكەنجەدا تا من ھەزكرى ئەز بمرم و فان ديمەنان نەبىنم). لەو پېدقئبە ئەف پیرە نە ئينە ژبىكرن، چونكە ژيدەرئ پېزانينانە و ب نەمانا وان ئەف گەنجينا پېزانينان دئ بەرزە بيت، مخابن ھەتا نوکە كيم قەكولينين جفاكى ھاتينە ئەنجامدان ب شيوھكى

رېځخستى، ههولدان هاتينه كرن و كهس پى رابوينه و ل فى داويى سهنهريى  
 نهنفالان فهبوويه و گرنكى دايه بابهتېن نهنفالان، ب راستى ژيدهرين بيانى  
 هه نه لى نههاتينه وهرگيران يان نهكهتينه دبازارى دا.  
 بابهتې نهنفالان گهلهكى بهرفرههه و فهكولهرك نهشيت ههمى لايهنان  
 وهرگريت لهو فهره ليژنه بهينه پيكتينان و پشتهفانيا نابوورى ژيره ههبيت دا  
 مافى بابهتى بدهنى.

### كارتېكرنا نهنفالى لسهر زاروكى

نهنفالى كارتېكرنهكا بى سنوور لسهر زاروكى كورد كر، چونكه زاروك ژيهر  
 نازكى و سادها خو پتر ب ديمهن و رهفتارين هوفانه دهيتته نيشان، لهو نهو  
 هيرش و ب سهرداگرتينين ل كوردستانى رويدايين، زاروك نئخسته بن ترس و  
 نيگهرانيى و ژمارهكا زور ژ زاروكان توشى هنگافتنيين دهررونى (صدمات نفسية)  
 بوون، و گهلهك ب زحمهته نهف رويدانه ژ بيرا وى دهركهفن، فهكولينين زانستى  
 خويا دكهن كو نهگهر زاروك ل گهل دايكوبابان بژيت دى پتر باوهرى لدهف پهيدا  
 بيت و دى ريژا نئشين دهررونى لدهف يا كيم بيت.

پشتى نهنفالان ب پينج سالان (د. عبدالباقي احمد) ژ زانكوي (ئوپسالا يا  
 سويدى) فهكولينهكا دهررونى لسهر فهمايپن زاروكين نهنفالكرى ل كهمپين  
 بجركى و كهلار نهنجامدا و ژى ديار بوو كو ريژا ۸۷٪ ژ زاروكين كورد بى توشى  
 هنگافتنيين دهررونى بووين.<sup>(۱)</sup>

### كارتېكرنا نهنفالى لسهر نافرتهى

نهنفالى بارى نافرتهى بى جفاكى، نابوورى و دهررونى گرانتر ليكر، و نهچار  
 بوو ب كارى ناقمالي و ژ دهرفهى مال ژى بكهت، نهفه ژى بارگرانيهكا مهزن بو  
 كو ژن پتر ژ رولهكى بگيريت (رول دايكى و رول بابى) ژبلى كاودانين وى يپن

(۱) نهف محازهه ژلايى د. عبدالباقي احمد فه هاتيه گوتن ل سالا ۲۰۰۱ ل نهخوشخانا نازادى.

دەروونی یین تیکچووی و نالوز ژ ئەگەری توشی بوونا وی دگەل کارین توند و درندانە، وەك كوشتن و ئەشكەنجەدانا كەسوكارین وان لێبەر چافان ل كەلها نزارکی و سەلامیی و چەندین جەین دن، بو نموونه ل قەسابخانا گوندی کوریمی ۲۸ كەس هاتنە گولەبارانكرن ل بەر چافین ژن و زارۆكان و گەف ل وان ژن و زارۆكان ژى هاتنە كرن، ژنەك دبیژت (چافی من لی بوو دەمی گریداین، گەلەك زەلام بوون، هەقزینی من تیى من، كورى من، من بتنى كورى خو ددیت، ژیی وی ژ ۱۴ سالان كیمتر بوو، لی ژبەر لیبورینا گشتی كورى من بەردا و هەمیین دی كوشتن).

پشتی مانا فی هژمارا زۆرا خەلكی كورد ل كەمپان، ژن نەچار بوون كارەکی بو خیزانا خو بکەن، لقیڕی رۆلی خەلكی هەولێرا پایتەخت و كورد پەرودەر نەهیتە ژبیركرن و ئەف كاری وان ئەنجامدای ناهیتە پيشان و ژبیر كرن.

گەلەك ژن چ ژ چارەنقیسی هەقزینی خو نزانن و ماینە هەلاویستی و یین توشی ئیشین دەروونی بووین، دەمی دەاتن ئەشكەنجدان یان دەمی بەرهفانی ژ كەسو کارین خوڤكرن، و تانوكە ئەو ئەنفالبوی و ژیانەكا تەحل دا دژین، چونكە بی سەمیانیا وان ئەگەرەکی دی یە ژ ئەگەرین نەخوشیی و زیدەباری قەیرانا ئابووری و دارایی، ئەنفال دی مینت خالەكا رەش ب نافچافین دوژمنان قە هەتا هەتای و گونەبارین وان هەمی لسەر دنیا یی دی گەهن سزایی خو یی عادیلانە، ژ وان علی كیمیایی كو هاتیە سیدارەدان ئەفە ژى قەربوكرنەكا معنەوییه بو خیزانیین شەهید و ئەنفالكریان.

## هەوین ئەنفالی و لیبورینا گشتی

ل رۆژا شەشی هەیفە نەه سالا ۱۹۸۸ ئی بریارا لیبورینەكا گشتی ژلایی رژیما بەعسا گور ب گور قە هات دان، پشتی مەزنتین كارەستا مروڤایەتی دەرەهقی مللەتی كورد دا ئەنجامدای، و هەمی هیژین جیهانی و دەولەتین عەرەبی خو بی دەنگكرن، حوكەمەتا ئیراقي پشتی بریارا راوستاندنا شەری دگەل ئیرانی



لهشكهرى خو ژ بهروكښ شهرى فهكښا، دهست ب نهفلالنكر و ب ههشت قوناغان يا نيكى ژ گهريان دهستپيكر و قوناغا دوماهيكي لدهفهره بههدينان، چهكى قهدهغهرى هات بكارنينان و دهفهره گهريان ژ ههمى دهفهره پتر زيان فى كت، ژ بهر وان نهذزاني نهفه چيه و چ نامادهى بو نهبو و دويشرا دهفهره كوږه، بهس كوږه باشر بو ژ بهركو هندهك نامادهكارى هاتكرن.

دهمى بهحسى كيميابارانى دهيتكرن بتنى ههلهبجه دهپته بيرا مه ژ بهر كو ژمارهكا زور گيانى خو ژ دهست دا، بهس ل دهفهره بههدينان ههشت جه هاتن كيميابارنكرن و ل گوندى تويكا چارده پيشمهركهه شهيد بوون، لگوندى وهرميلى، برجيني، هيسى و نيكماى، زيوه نيژيك لقا نيك، سيارى، نهف گوندي نيزيك نهتريش، و كيميابارنى كارتپيكرن ل گوندي دهووبهر ژى كر، لدهفهره دولا باليسان پتر ژ دوسهده كهسان هاتن كوشتن ژبلى برينداران و نوكه نافين وان لسره كهفالهكى هاتينه نفيسن، قهده و پرتين توپا ژى لوپرى كومكرينه، نيزيك سكرى دوكان ل سليمانى ل گوندى گوپ تهپه ژمارهكا زور هاتن كوشتن، و نوكه لوپرى پهيكهركه دانايه و ههر سال بيرهاتنا وان قهدهگيرن و گورين وان ههمى لفى گوندى نه، ههروهسا لگوندى شيخ و سانان ل سليمانى.

بابهتى سهمونين ژههركرى كارهكى دى يى درندهيه دمى حوكهمهتا ئيراقى ب ههماههنگى دگهل حوكهمهتا توركيه چهند جار، سهمونين ژهركرى دانه خهلكى، ههتا خهلكى نهدويران نانى بخون و چهند كهسان گيانى خو ژ دهست دا. دوژمن ههر دوژمنه رهنكى وى چهوا بيت، نهگهر نهوه دوژمنين نيك ژى بن، دمى بهحسى كوردا دهپت كرن، ناريشيت خو ژبير دكهن و دژى كوردا رادوهستن.

ل بهحركى پتر ژ دوو هزار زاروكان لژير كارتپيكرنا نهنفالى گيانى گيانى خو ژ دهستدا، نهگهرى كيميابارانى و برسى و ترسى و ههمى جورين نهخوشيان دپتن. ههتا نوكه هندهك بريندارن نهشين چارهسهر يا خو بكن.

بۇ نقيسنا فى بابەتى ئەز مفتحەلا دىمىنم، چونكە نزانم ژ كىرى دەستپىبكەم  
 چەوا بدوماھىك بىنم، ئەنفال گونەھەكە چ جار ناھىت ژبىركرن، بەھسى ھندى  
 بكەم مروّف پازدە ھەتا شازدە سالان چافەرى ئىكى بىت و دوماھىك دەرکەت  
 ھاتىنە بن ئاخ كرن يان فان خىزانان بەھىي نەدانان، و گور نىنن، پىنچ شەمبا  
 سەردانا گورىن كەسوكارىن خو بکەن دا ھەدارا وان بەھت. بەھسى ھندى بکەم  
 بو وان زەلامىن زاروك نەبن ژ ئەگەرى كىمبارانى يان وان دايكىن نەشىن شىرى  
 بدەن زاروكىن خو، بەھسى وان بوويكان بکەم يىن ھىش خەنا بووكانىي ب  
 دەستان فە و شادى ب ژيانا خو نەدىتى، بەھسى وان دايكان بکەم يىن كورىن وان  
 لىبەر چافان ب بلوكا ھاتىن كوشتن و دىقرە وان مېشكى خو ژ دەست داي، يان وان  
 كەسان ھەتا نوکە د حالەتەكى دەروونى يى دژوار دا، يان بەھسى وان كەسا بکەم  
 يى دەستدرىژى لسەر ھاتى كرن، ژبەر كو دوژمن چ جار دلوفانىي ب مروّفى  
 نابەت، ھەر تىشتى بھىت دى دگەل مروّفى كەت.

دا ئەم ژبابەتئ خو دوير نەكەفن ئەوژى لىبورىنەكا گشتى يە، بەلئ ھىن  
 دزانن چ رويدا پىشتى فى لىبورىنى، راستە گەلەك كەس قورتال بوون، بەلئ فەلە  
 و ئىزدى بخىزان فە ھاتن بەرزەكرن، خىزانەكا فەلە پىكاھاتىبوو ژ چاردە كەسا  
 ھەمى ھەتا نوکە بەرزەنە، ب سەدەھا خىزان ژ فەلە و ئىزدىان بەرزەكرن و گوتن  
 ھون نە كوردن و ئەف لىبورىنە بەس بو كوردانە، بەلئ ئەم ژبىر نەكەين ھەر  
 لىبەركى ژى ئەف كەسىن وان فىايىن پىشتى لىبورنى ژى ھاتن گرتن و سىدارەدان،  
 ئەفە يە لىبورىنا وان.. دەمى بەھسى ئەنفالان دەھىتكرن دلئ مروّفى د چرمىسىت،  
 بەلئ داستانا خواكوركى دەمى دەھىت بىرا مروّفى، جارەكا دى دلئ مروّفى گەش  
 دكەت، دەما شەرى بەرەفانىي دەھتكرن ب سەپەرشتيا سەرۆكى ھىژا مسعود  
 بارزانى، زىانين مەزن يىن لەشكەرى ب دوژمنى كەتن و ل بىرا منە، دەمى  
 سەرۆكى ھىژا ھندەك شروفەكرنپن سىاسى دان تەمام وەك وى دەرکەفت دەمى  
 گوتى (ھوكەمەتا ئىراقى يا كەتى دىن بارى قەران فە و پارە ژ گەلەك دەولەتا

قەرکرینه، و نزانیت دئ چهوا فان قهرا دعت، داکو ژ فی ئاریشی قورتال بیت،  
ژ بهر هندی دئ ئاریشهیهکا مهزنتر کهت) پشتی دوو سالان کیمر دهولهتا کویتی  
داگیر کر، نهفا ب ههمی شیانیخو هاریکاریا ئیراقی دکر دزی ئیرانی و گوھین  
خو دگرتن دهمی کورد دهاتن نهنفالکرن. مهزنان یا گوتی (ئهگهر کرمی داری ژ  
داری نهبیت چ جارا زهوالا داری نینه) لدهمی نهنفال بدوماهیک هاتین ئیک ژ  
سهکردین ئیراقی دبیژت (ئهگهر هیزین چهتا دگهل مه نهبان، موستهحیل بوو  
ئه م شیاباین فی کاری نهنجام بدهین، ژ بهرکو چهتا ههمی شکهفت و نهال باش  
دزانی ل دهقهری شههرهزابون)



## پیکھاتین رهوشه نیری

گهلهك جاران ئەم دى بیژن فلان كەس رهوشه نیره، ئەرى رهوشه نیری چیه؟  
پیشه رین وى چنه؟ ئەرى جوداهى دناقبه را جفاكهكى بو یى دى دا ههیه؟ ئەرى  
رهوشه نیریا مه پیدفى ب گوهورینى یه؟ ئەرى پیکهاتین رهوشه نیری چنه؟ بو  
زانینا فان پرسیاران دفت مرؤف فهكولینان بکهت.

**پیناسهك بو رهوشه نیری**:- هه می ریکین ژیانى نه ئەقین دبن ریهه بو  
هزروکارین مه، ئەف تشته لدهف مه ب سروشتى دهیته ل قهلهمدان، بهلى  
دابونه ریت ژ کومه لگههكى بو یى دى دژیکجودانه.

رهوشه نیری ب دەمی دهیته گوهورین، رهوشه نیریا ئەفرؤ ئەم تیدا دژین یا  
ژ رهوشه نیریا بهری ۲۰ سالان جودایه. رهوشه نیری ژ وهلاتهكى بو یى دى  
ژیکجودایه. دناف ئیک جفاکدا رهوشه نیری ژیکجودا هه نه، ئەفه بو سروشتى  
دهفهرى، ئاستى رهوشه نیری ئایین، و باوه رین وان دزقریت.

ئهگه ره مه بقیت ببنه فهكوله رین باش، یا باشه ئەم بزانین گوهورینین  
جفاكى بوچی پهیدا دبن؟ ئەم وهك فهكوله رى خالى بو پیشكهتتا تهكنولوژی  
دزقرینن و نموونه لسهر فى چهندى موبایلن، ئەرى د ماوى فان پینج سالاندا  
موبایل چهنه گوهورین دناف جفاكى مه دا پهیدا کرینه. دەمی تهله فزیون هاتیه  
چیکرن فهكوله ران دیار کر، کو پتر ژ پینجی گوهورینان دناف جفاكى دا پهیدا  
بووینه، رهوشه نیر تاما ژیانى دته مه، و چارچوفاكهكى ژیانى بو مه پهیدا  
دکهت. رهوشه نیری گهلهك یا بهرفرههه، چونکه ژلاى مرؤفان فه دهیته  
نافراندن داکو هاریکاریا ئیک بکهن. جفاکین جودا جودا ژ کاودانین جودا جودا  
هاتینه. چ پى نهفت رهوشه نیری رهنگفه دانا فان کاودانابه دى یا جودا جودا  
بیت.

ئەگەر ئەم رەفتار پېن سىروشتى و نەسىروشتى ژېكجودا كەين، دى بېنېن كو  
هەر مۇقە فەن رەفتاران ژېكجودا دكەت. دېت رەفتارەك يا سىروشتى نەبېت  
لەدەق مە يا سىروشتى بېت دناق جفاكەكى دېدا، نەمۇنە لىسەر فى چەندى، دناق  
جفاكى ھندى دا چىل ب تىتەكى پىرۆز دەيت نىاسىن، بەل دناق جفاكى كوردى  
دا وئ ئەق پىرۆزىە نېنە.

گەلەك جارەن ئەم بەھسى رەوشەنېرى دكەين، بەل دقېت ئەم بزەنېن كا  
پېكەتېن رەوشەنېرى چەنە. ئەو ب خۇ لىسەر چەند پېكا دراوەستېت:-

۱- بىروباوەر (المعتادات):- ئەقە ھەست و ھزرىن گەلەك بەر بەلاقن لىسەر  
سىروشتى ژىانى و ل دۇر ماندورى مە. و چارچوقەكى گىشتى بۇ مە لىسەر  
تىگەھشتەن مە بۇقى جېھانى چىدكەت، ئىك ژ بىروباوەرېن ژىانا مۇقەپەتېن  
قوربانىيە.

۲- بەھا (القيم):- مەرەم ژى ھز لىسەر شىوېن رەفتار پېن دروست بەپنەكرن،  
نەمۇنە ئەم چەوا رەفتار پېن خۇ بكەين، ئەگەر ئەم ئىكى ب ئىشىنېن، ئەقە ژ  
بەپنە نەباشن

بە راستىكە ژ پېكەتېن جفاكى، زانستى جفاكى گەلەك گرنگىيى بقى خالى  
دەدەت و بتىبەت بۇ قەكولېنېن مۇقەپەتېن

۳- عەدەت (Norms):- ئەو شىوہنە پېن كو ئەم ژ رەفتارا ھز دكەين، ئەوېن  
رۇزانە ئەم بچە دئېن. عەدەت مە بشىوہكى ئاشكەرا فېردكەن، كا ئەم  
دەھلويستېن رۇزانەدا چەوا كاردكەين، ئەق كار پېن ئەم دكەين ژلايەكىقە  
دباشن و خەلك يى ژى رازىيە، مەرەم ژى ئەوہ كار دروستن پېن كو ژلايى  
كومەكا مۇقەفەن قە دەپنە ئەنجامدان داکو سەرۆكاتىكە زالبوونەك ژ بۇ  
پەيداكرا رەفتار پېن گونجايى دناق جفاكى دا ھەبېت.

ئەو رەفتار پېن نەمۇنەپېن ژلايى جفاكىقە دەپنە دەستىشانكرن، دقېت كەس  
لدويفېچن داکو مزگىنیا باشى وەرگرن و ژ كار پېن خراب دوېر بکەفن ئەفان  
پېشەر پېن جفاكى رازىنە، و ئەق ئىكاتىا جفاكى بەپز دئىخت، زانايېن جفاكى فەن  
پېشەرەن بۇ رېكېن فلکلورى، داب و نەرىت و ياسا دزفرىن.

ئەف پېفەرېن جفاكى دەينە بكارئىنان و دگەل ھزرېن كومه لى دگونجن، ئەف پېفەرە رەفتارېن دروستېن مروفى دئىنتە پېش، ھەر ھندەك جفاكان پېفەرېن خۇ يېن تايبەت ھەنە و ھەمى ئەندامېن جفاكى دقان خاسىەتاندا د پشكدارن، دبىت دوو جفاك د دەمەكى دا پېفەرېن ژىكجودا بكاربېنن، جفاكاناس (تونيز و سمنر) دبېژن:- رەفتارېن جفاكى دوەكەف نېنن و رەنگفەدانا وان ژى يا جودايە كارېن نەجفاكى ب كارېن جفاكى دەينە گوھورېن، ئەوژى برىكا ياسايى و رىكېن جفاكېن تايبەت، وەك نموونە دەما جفاك ژوى كەسى رازى نەببىت.

۴- مېژوو، داستان، ئەفسانە، چىرۆك، ھەنەك:- گەلەك جاران مروفى رەوشەنېر برىكا چىرۆكى فىر دبىت. و چىرۆكا نموونەيى يا پېكھاتىە ژ: مروفېن باش و نەگونەھكار و خرابيا ناكەن و خەلكى ژ نارىشەيان قورتال دكەن و بەرامبەر ھندەك كەسېن توند دراوھستن، ھندەك جاران ئەف چىرۆكە ددروستن، جار ژى مروفى نزانىت، جار ژى دروستىەك سادە تىدا ھەيە. ھىزا چىرۆكى دوپرى دا ديار دبىت كا كەنگى ھاتىە گوتن، و چەوا ھاتىە گوتن، و كا چەند كارتىكرنا خۇ ھەيە؟

۵- قارەمان:- نافى وان كەسانە ئەفېن دناف جفاكى دا رولەكى بەرچاف ھەى و رەفتارېن وان د دروست و نموونەيى نە، ئەف كەسېن قارەمان دبنە ھىما بو جفاكى خۇ وخەلك پى شانازىيى دبن.

۶- ئاھەنگ و ئايردەيېن (طقوس) ئاينى:- ئەفە ھندەك كرىارن دوبارە دەينە كرن. دەندەك كاودانىن تايبەتدا، رامانەك خۇياكرى ھەيە، وەك جەژنېن ئاينى، ئايردەيېن مرنى و بەھى و فەشارتنى، ئاھەنگېن ژنئىنانى، دەزگرىي، زارۆكبوون و سونتەكرنى.

ئەگەر مروفى دناف جفاكەكى دا بژىت و ئاكنجىبوونا رامىارى ھەببىت، دى بىتە ئەگەرى رەوشەنېركرنا خەلكى و بەرؤفاژى ئەگەر مروفى دناف جفاكەكى دا بژىت و رەوشا وى يا سىاسى نە يا ئاسايى بىت، خەلكى وى دى ژلايى رەوشەنېرى فە گەلەكى لاواز بىت.

ئەگەر مروف دناڧ جفاكەكى دا بېت ئاستى ئابوورىيى ۋى يى بھيز بېت، خەلك دى باشترين ژېدەرېن پېزانېنان كومكەن، ۋ دى گرنكى بېخاندنى ھېتەدان. بەلى ئەگەر رەوشا ئابوورى يا لاواز بېت، خەلك دى ھەولەت بەس يى زك تېر بېت، ۋ ھزرا خۇ ناكەت، ئەگەر ھزر زى بكەت پېچېنابېت ژېدەرېن گرنك ل خۇ كومكەت، ۋ رۇژ بۇ رۇژى دى ئاستى رەوشەنبېرى بەرھف لاوازيى ڧە جېت. تېكەلىي دگەل جفاكېن پېشكەفتى بكەت، برىكا كەسىن بېانى ئەۋېن بھېن ۋ دەرڧەتەك ھەى كو مروف دگەل باخڧىت ۋ ھزرا وان ۋەرگرىت، يان زى دەرڧەتەكا باشتر ھەبېت كو مروف سەردانا وان جفاكان بكەت، ئەۋېن ئەم ب سەدھا سالان ھېلاين، ئەگەر جفاك يى ڧەكرى بېت، دى يى رەوشەنبېر بېت ۋ بەرۇڧاژى جفاكېن گرتى.

جورى ۋى جفاكى ئەم تېدا دژېن دى كارتېكرنى لسەرئاستى رەوشەنبېرى كەت، ئەگەر مروف دناڧ جفاكەكى چاندنى دا بژېت مروف پتر پېدڧى ب مروفان دبېت ۋ خېزان دى يا مەزن بېت، ئاستى رەوشەنبېرى دى يى لاواز بېت، بەلى دناڧ جفاكەكى پېشەسازى دا، مروف دى پېدڧى ب كېم مروفان بېت، ژن ۋ زەلام دى كاركەن، خېزان دى يا بچوېك بېت، ۋ ئاستى رەوشەنبېرى زى دى باشتر بېت.

### تېگەھى خەلكى بۇ ڧى دياردى چېه؟

دناڧ جفاكېن پېشكەفتى دا ئەگەر كچ گەھشتە ژېى پېگەھشتنى ۋ ھەر يا كچېن مابېت، ھەڧالېن ۋى يېن كچ دى ترانا پى كەن ۋ دى ب چاڧەكى نزم بەرى خۇ دەنى، ۋ دى بېژن تو نەيا سكسى يى كو تولاز لدوېڧ تە بھېن، دناڧ جفاكى رۇژھەلاتى ۋ (جفاكېن گرتى) دا دڧېت كچ ھەتا شوى دكەت كچېنیا خۇ بپارېزت.

### ★ ئەھ ڧشتېن درېكا رەوشەنبېرى دا دراۋەستن:-

۱- بەرژھەندىا تايبەت.

۲- نەزانېنا خەلكى.



۲- ئاستى سىستەمى جفاكى د چ رهوشدايه.

۴- قەدەغەكەرن ژلايى دەستەهلاتى فە، رىكى ل رهوشەنبىريا خەلكى دگرىت، تىشتى وان دقئىت لژىر ھىندەك چارچوقان دكەن و خەلك لدويىف فان ھىزا دچن، و دقئىت خەلك لدويىف ھىزا دەستەهلاتى بىت.

۵- جوداكرنا راستىيى ژ نەراستىيى ئەفە ژى لدويىف ھەزا دەستەهلاتى يە، و كەس نەشىت خو ژ ھىزىن قالبدای ئەويىن جفاك بو پەيدا كەت رىزگار بكەت، ئەف خالە سىستەمى قەدەغەكەرنى و چارچوفەكەرنى پەيدا كەن!!

### ★ ژىبىرنا بىروباوھىران و چىكرنا ھىندەك بىروباوھىرئىن نوى:

۱- مروف گومانى بىختە دىروباوھىران دا. و مېشكى خو بو باوھىرئىن نوى قەكەت. دقئىت وى شىان ھەبن ھىزىن نوى وەرگرىت، پاشى دقئىت خو ژى خلاس كەى و دگەل ھىندى ھىندەك بىروباوھىرئىن نوى ژى بو پەيدا كەى، پاشى دقئىت وى باوھىرئىن بىقان ھىزا ھەبىت دئەنجامدا دى ناسنامەكا نوى بو پەيدا بىت.

۲- دقئىت خو ژ ھىزىن كەفن قورتال كەت، و باوھىرئىن ب ھىندەك ھىزىن نوى بىنت و مېشكى خو بو ھىزىن نوى قەكەت، دقئىت ھىزا خو بكەت كو ھىندەك ھىزىن گومانكرى ھەنە و دقئىت خو ژى قورتال كەت، ھىندەك ھىز ھەنە بەلى گەلەك باوھىرئىن پى نىنە، دەست ب باوھىرئىنانى بھىندەك ھىزان، كو باوھىرئىن كوىر بىقان ھىزان ھەبىت. ھىزىن نوى پەيدا بن و ھىزىن كەفن بەيىنە ژىبىرنا و ئەفە ژى ب شەش قوناغان:

ھىزو بىروباوھىر چ دكەفن بن يان نوى، دقئىت ئەو باوھىرئىن ب ھىزىن نوى بىنت، لقيىرە دى بىتە ئەگەرى پەيدا بوونا ناسنامەكا نوى، ئەفى چەندى شىان پى دقئىن كو بشىت گومانى دھىزىن خو يىن كەفن دا بىنت، دا ھىندەك ھىزىن نوى وەرگرىت ئەفە ھەمى دقئىت رەفتارىن وى بگۆھورىن.

## پروسیسا گوھۆرینی:

۱۱

- ۱- ھەز دكەت خوۆ ژ ھندەك بیروباوھران قورتال كەت.
- ۲- گومان لسەر فان ھزرا ھەيە، دەمى نزانیت ئەف تىتھە یى دروستە یان یى شاشە.
- ۳- دقیت ئەو فان ھەردوو تىستان ب جوداھى شروفھە كەت، كا جوداھى ل كىرى ھەيە، دا شیان ھەبن وى ژىكجودا كەت.
- ۴- دقیت ھندەك كاران برىكا پشكنینا ئەنجامدەت، دابۆ وى خوۆیا بیت كو ئەفھە شاشیە.
- ۵- دقیت تو ھزرىن نوى بو بدەيە شروفھەكرن، و بتنى لایەنى ئەرىنى بدەيە پىشچاق و لایەنى نەرىنى بدیە رەخەكى و بو خوۆیا نەكەى، نموونە ئەز دشىم جگاره كىشانى بەيلىم!
- ۶- ئەگەر ئەف كارە تە ئەنجامدا، دى ئارىشەك بو تە دروست بیت، باشە رەنگھەدانا خىزانا تە دى يا چەوا بیت؟

با

- ژ باوهرىي بو گومانى: دقیت ئەم جوداھىي دناقبەرا باوهرىي و گومانى دا بزانین. دقیت ئەم دباوهرىي و پىكھاتىن وى نەخەبتىن و ژىكھە نەكەين نموونە: وى گومان د رەنگان دا ھەى، دقیت تو رەشى و سىي بو ژىكجودا كەى.
- گوھۆرىنا پىكھاتيا ژ گومانى بو ھزرىن نوى دقیت، ھندەك پشكنین لسەر ھزرىن نوى و كەفن بەينە كرن.

## پشته‌فانیا جفاکی و تورا جفاکی

### پیشه‌کی:

پیناسا پشته‌فانیا جفاکی، تیورین بقی واری فه دگری‌دای، ئەم چه‌وا بو خو مفای ژ فی پشته‌فانیی وەرگرین؟ کی پشته‌فانیی دناف جفاکی مه‌دا پیشکیش دکەت؟ پشته‌فانیا جفاکی بو هەمی کەسان هەیه؟ چ جورئ پشته‌فانیی مروّف پیدفی دبیت؟ ئەرئ ئەفه بتنی بەسه؟

تشتی باش ل ئیرافی یان ل وەلاتین روژەلات هەی، تەفنی جفاکی و پشته‌فانیا جفاکی یە. تیگهه ژ جفاکەکی بو یی دی ژیکجودانە، دناف جفاکین ئەفریقی دا ئەگەر ئیکی گوھ ل دەنگان دبیت، ئانکو کەسەک پیرۆزه و پشته‌فانیا وی زیده دبیت و خەلک پتر حەز ژیدکەت. دناف جفاکین روژئافادا ئەف دیارده مەرەم ژئ ئەفی کەسی ئیشین دەروونی هەنە، پیدفی چارەسەریی یە، و هاریکاری و پشته‌فانیا جفاکی دفتت.

گەلەک جاران جورئ جلکی بو مروّفی پشته‌فانیی پەیدا دکەت، تاییەت ئەگەر ئەو جفاک گرنگی بەدت جلکی، بلا نەیی مروّفی ژئ بیت، مروّف گەلەک جاران رەفتارین خو دگوهوریت لدویف بەرژووەندین خو، ئەم ژ بجویکاتیا خو فیرووینە کو کەسی دەولەمەند یان ریهسپی پشته‌فانیا جفاکی هەیه دناف جفاکی دا و زحمەتە ئەم فی بگوهورین. هەر کەسەکی بهایی خو هەیه دناف جفاکی دا، هەندەک کەسان بهایی وی پترە ژ کەسی دی، ئەف خالە ب درافی جهی وی دناف جفاکی دا، و رەوشت، ب گەلەک تشتین دی فه دگری‌داینە.

### پشته‌فانیا جفاکی چیه:-

ئەو پشته‌فانییە یا (تاک) بریکا خیزانی، کومەلی، ئاینی، هەفالان، جهی کاری، هەفالین قوتابخانی، و جهین گشتی بو خو ژ جفاکی وەرگریت.

پشتهفانیا جفاکی بۇ ھەمی کەسان وەك ھەف نینە، ئەفە دراوہستیت لسەر ساخلەتین مروّفی یین کەسایەتی، ھندەك جاران ھندەك پالپشتی بۇ مروّفی ھندەك پشتهفانیا دی پەیدا دکەت، نموونە ئەگەر بەرھەمی سترانیبژەکی ھات کرین دی پشتهفانیا وی کەت بەرھەمی خوّ زویتر بەھینتە خواری، ئەف پشتهفانی جار کیم دبیت و دەمی زیدە دبیت، دبیتە ئەگەرئ ئافاکرن و بەھیزکرنا کومەلی، چاککرنا ناسناما کومەل و کەسان، و مروّفی ژ قەیرانان دیاریزت، ھەرەوسا ساخلەمیا مروّفی زی دیاریزیت، و بەرەف باشتر دبەت، باشکرنا دەرفەتین ژیانئ بۇ کەسان پەیدا دکەت.

### جورین پشتهفانیئ:-

ئامیری:- دەمی ھندەك چالاکیان مروّف نیشا ھندەك کەسان دەت و دبیت خودان سەربور، یان فییری ھندەك ئامیران بکەت ژیانا خوّ پی بەتە سەری نموونە فییری درواری بکەن یان کومبیوتەری. یان ئەف ھاریکاری یا ب لەشی فە گریدای بیت، نموونە فییرکە ی جورەکی وەرزشئ وەك بوکسانی یان ھەر جورەکی دی بیت.

پیزانیئ:- دەمی مروّف ھاریکاریا ئیکی دکەت بریکا پیزانیئا، نموونە بچیت باژیرەکی مروّف ریکی نیشا بدەت، یان تافیکنەك ھەبیت مروّف پیزانیئا بۇ کوم کەت. یان ھاریکاری لسەر چەوانیا چارەسەرکرنا ئاریشەیان. سوژداری:- بریکا خیزان و ھەفالان ھندەك پەیوہندیان بۇ چیکەت، و بریکا فان پەیوہندیا دی پشتهفانیەکا باش وەرگریت، تاییبەت بۇ کەسین خەموکی لدەف ھە یان ھەر یئ فەدەر.

### تەفنی جفاکی:-

تەفنەکە ژ پەیوہندیان پیکدھیّت، و کومەك ھەفالان دگەل ئیک بەھینە گریدان، پەیوہندیین ئافاکەر (structural relationship) ھەبن. ئەف تەفنە

پتر دواړی د پروونی دا دهیت بکارئینان، بو زانینا په یوه نډیان دنافه را که سان دا. نه هغه ته فنه ژ لایې که سه کی ل گونده کی نه رویژې هاتیه بکارئینان و په یوه نډیېن جفاکی ب تورا ماسیا وصف (سالوخت) کریه.

### بوچی نه م پشته فانی جفاکی و ته فنی جفاکی بخوینن؟

فه کولینه ک دی دبیژیت: کو ته فنی جفاکی بو جارا نیکی ژ لایې دکتوره کی ل ولایه تا کالیفورنیا ل نه مریکا هات نه جامدان، نه فی دکتوری فه کولینه ک کر کا ج جوداهی هه یه دنافه را که سی ب هه فزین، و که سین به ردا و یین زگورد، ده می دکه فن ژیر قهیرانیېن پروونی، و ناشکه را بوو نه هغه که سین دبن قهیرانان فه دزین پتر توشی نیشا دلی دبن، مرو فین ب هه فزین ریژا وان گه له ک باشتره و کیتر توشی ناریشه یین پروونی و قهیرانان دبن ژ که سین زگورد. ته فنی جفاکی چ لاواز یان بهیز، کاریگر یان نه، نیزیک یان دویر و خراب یان باش هه می کارتی کرنا خو لسه ر که سی و خیزانی و جفاکی هه یه.

پشته فانی جفاکی بو مرو فی پتر هه یه نه گه ر مرو ف کارکته، مرو فین بی کار پشته فانی وان کی م دبیت، به رو فاژ دده می مرو ف لژیر قهیرانان دژیت، هه روه سا مرو ف هاریکاری ژ وان که سان و هردگریت، نه فین ساحله تیېن وان نیزیک مرو فی ژلایې ره وشه نبیری فه، نه گه ر نه م د ته فنی جفاکی گه هشتن، دی هاریکاریا مه که ت نه م چه و دانوستانیدیېن کاریگر بکه ن. تیگه هشتا په یوه نډیېن جفاکی دی سه ربورا بو مه په یدا که ت، چه و خه لک دی ژ خزمه تیېن مه رازی بیت.

### پشته فانی جفاکی و ساحله میا میشکی (mental health)

فه کولینان بو مه خو یاکریه: ناستی قهیرانا بلندتره ده می تاک هه ست ب فه دهر بوونی دکهن، و تی دگه هیت کو پشته فانی وی یا لاوازه، لاوازی پشته فانی جفاکی به ری مه ده ت زیده بوونا مه ترسیا ناریشه یین ساحله میا میشکی- ژبلی قهیرانا. پشته فانی جفاکی ره فترین ساحله می ل ده ف مرو فی خورت دکهن.

پشته‌فانیا جفاکی زیده‌بوونا وهک هه‌فییای ژیانئ و هه‌فگرتنئ لدهف مروؤفی پهیدا دکهت. کارتیکرنا ته‌فئنئ جفاکی ژیده‌رین جفاکی خورت دکهت، وهک خواندن، پهیداکرنا کاری، ساخله‌می، چاقدانا جفاکی.

### ته‌فئنئ جفاکی دئ فان خالان بو مه پهیدا کهت:-

هه‌فالینی، ئەمانهت، که‌هیبوون (الفة)، ده‌رفهت بو سهریورا، فیربوون، هه‌ست ب ناسناما خو یا که‌سایه‌تی بکهت، هه‌ست ب هه‌بوونا که‌سایه‌تی دکهت، هاریکاریین پراکتیک، به‌ئی جوداهی هه‌یه دنه‌فبه‌را هاریکاریا مروؤف دبیت و مه‌بست ب هاریکاریئ. هه‌روه‌سا ده‌مئ پشته‌فانیا جفاکی یا به‌یز بیت، دئ ریژا خو‌کوشتنئ کیم بیت و به‌روفاژ ئەگه‌ر یا لاواز بیت دئ ریژا خو‌کوشتنئ زور دبیت.

دناف جفاکین کومه‌لداردا (المجتمع الجمعی) ئەف ریژه کیمه چونکه هه‌ر که‌سه‌ک یئ دی دپاریژیت، به‌روفاژی ئەف جفاکین تاک ریژا خو کوشتنئ زوره چونکه هه‌ر که‌سه‌ک به‌رپرسه ژ ژیانا خو و ئاریشین بو پهیدا دبن، و دفیت ئەو چاره‌سه‌رکه‌ت.

### هه‌فگرتنا جفاکی (التماسك الاجتماعي)

هه‌فگرتن بقان تستان فه‌ گریدایه ناسناما کومئ (هویه المجموعه)، به‌ایین جفاکی، مروؤف چاقدیریا خو بکهت، رازیبون لسه‌ر ناسناما نه‌ته‌وه‌ی و جفاکی، نازادی، کیماسیا نازادیئ، دربرینا هه‌ستا تاکه که‌سی و فه‌گری بیت دگه‌ل کارتیکرینیین نوی.

### سه‌رمایه‌داریا جفاکی (social capital)

ته‌فئنئ جفاکی به‌ایین ئابووری و جفاکی هه‌نه. فایده‌کئ دیار کری ژبه‌ر دزیت ده‌مئ پیزانیینئ ئالوگور (متبادل) و دباوه‌رکری بن، و ته‌فنه‌کئ هه‌فیشک هه‌بن. سه‌رمایه‌داریا جفاکی بو مه بها پهیدا دکهت ژبو باشکرنا په‌یوه‌ندیان بو جفاکی بشیوه‌کی گشتی.

## ئەرى پشتهفانىا جفاكى ھەردەم تىشتەكى باشە؟

پشتهفانىا جفاكى و زالبوونا جفاكى لسەر گەلەك تىشتان ھەمى دەما باش نىنە، ھندەك جورى ھارىكارىي ھندەك كەسىن بىتى ب سانھى بخو پەيدا دكەن، دبىت گریدانا وان يان پشتهفانى لسەر بىناتى ترسى، نەچارىي، ئەركى، نەبوونا شونگرى، بەرژەوھندىان ھاتبە ئافاكرن، ئەفە لسەر دەمى رژیما بەعس يا خويا بوو. دەمى پشتهفانى بو دكتاتورى دەھات كرن تەفنى جفاكى يى گرتى دبىت يى تايبەتە، قەدغەپە، ئاستەنگە درىكا گوھورینن باشدا نمونە دەمى نەھیلن كچ قەستا خواندىن بکەت. يان جفاكى خیلەكى نەشیت ژبن كارتیكرنا ئاغا و بەگان دەرکەفیت، دەمى پشتهفانىا جفاكى دەیتكرن لسەر كرىارین شاش ھىنگى خرابىا وى پترە، نمونە ئەگەر كچ ھات كرىتكرن پىشى ھىنگى كچى بكوژن و جفاك پشتهفانى فى برىارى بيت و بلا زورى ژى ل كچى ھاتبە كرن يان ھاتبەتە خاپاندن، ئەف جورە پشتهفانى يا شاشە يان دەمى مروّف پشتهفانىا زورداران دكەت.

## تەفنى جفاكى

تەفنىن رەسن- پىشبینىن رەفتارا د ئاشكەرا بن، و تىگەھشتن دگەل ئىك ھەبىت  
تەفنىن ھەلبژارتى-؛ دايكوباب و زاروك، تەفنى پىشەپىا ھەبىت مەرەم ژى تەفنى خىزانى دگەل مروّفىن پىشەپى وەك دكتورى دەروونى، ماموستا، فەكولەرى جفاكى.

ئەم دى چەوا ھەفسەنگى ئىخن دناقبەرا پىشبینىا و داخوازین تەفنىن ژىكجودا؟

تەفنى جفاكى يى ب بزاف و لقینە، ب گریئە، زحمەتە مروّف تباى (تعمیم) كەت، كەسایەتە ژى دەردكەفن، مروّف دىت دانوستاندنى دگەل بکەت، لسەر بىناتى سەربورا دەیت ئافاكرن.

ئەم ب چ رۇك تەفنى جفاكى بخوينن

- شروڤه كرن لسەر ئاستى مەزن

چەوا تاك پشكدارىي دگهل جفاكى دكهن؟

لدمى شەهيانا؟ تەفليھەبوون دگهل كومەلگەھين دیندار؟ كاركرن؟ ل  
فیربوونى؟

دبیت ساخلەتین تەفنى جفاكى بو مە پەسن كەت، بەلى ئەفە دى مە فیر  
كەت، كو ئەم ب زانن يەكسانیا هەى دقان تەفنىن جفاكى دا.

- شروڤه كرن لسەر ئاستى نورمال

جورى پەيوەندیان چەوانە دناق تەفنى جفاكى دا، لسەر بنیاتی دروستە يان  
شاشە.

دبیت لسەر بنیاتی هەمى جفاكى بیت نەبەس تاكى.

- شروڤه كرن ئاستى هویر

تەركیز لسەر وى هەقالینیا بەیز دەیتە كرن

ئەف پشەفانیە چەوا دەیت وەرگرتن ژلايى خەلكى فە.

تورا كەسەكى دیار كرى، كەسین گرنگ نیشا مەدەت دژیانى دا، پەسنا ئیگویا

هەر كەسەكى دكەت د تورا جفاكى دا. ئەم دشین برىكا فى خواندنا ئاستین جودا

بو كەسین جودا ئەنجامدەن.

ئافاهیى تورا جفاكى

قەبارە:- چەند كەس دناق تورا جفاكیا كەسى دانە.

ئەندامەيەتى:- چ جورە دابەشكرنا مروڤان تیدایە نموونە خیزان، يان پيشهیی،

دناقدا دیارە.



چرى (الكثافة) چەند كەس دناڧ تەڧنى جفاكى دا ئىك دوو ناسدكەن؟ ھەروەسا  
ھىز و كويراتيا پەيوەندىي دناڧبەرا ئەندامىن تەڧنى جفاكى دا.  
دوودلى (التردد) چەند جارا ئەڧ كەس ئىك دوو دبىنن؟

## Stigma شەرمزارى (وصمة عار)

مەرەم ژى دەما ھەلوپىستى مرؤڧى ب شىوھكى بەيىز يى ھەڧدژ بىت بەرامبەر  
جفاكى و خەلك ژ مرؤڧى نە رازى بىت، خەلك بشىوھكى گشتى دژى مرؤڧى نە،  
ھزىپن گەلەك كىم ژ جفاكى دگەل ھەلوپىستى مرؤڧى نە.

جفاكناس (كوفمان) جفاكى گونەھبار دكەت، كو گەلەك جارا دبىت ئەگەرى  
پەيدابوونا ئارىشەيان، نموونە گەلەك جاران گەلەك كەس كارىن خو يىن خراب  
دەيلن، بەلى جفاك ھەر ب چاڧەكى كرېت سەحكەنى، و دبىنن ئەڧ كريارا وى  
كرى پنىەكا فەھىتى يە ب ناڧ چاڧانڧە و ھندى دەھىت نەشېت خو ژ لومىن  
جفاكى قورتال كەت، ژبەر ھندى جارەكادى دزڧرېت جېھانا خو داکو تولا خو ژ  
جفاكى فەكەت. پىڧەمبەرى مە محمد سلاڧىت خوڊى لسەر بن دفەرموودەكا  
خودا دبېژت (وى كەسى سەد مرؤڧ كوشتىن ھەرە جھى خو بگوهۆرە چونكە  
جھەك خرابە و ھەرە جھەك باشتر).

ئەڧ كەسىن خەلك ب چاڧى نزم بەرى خو دەتى، قەرەچ، مەى فەخور، ئەڧى  
شازى جنسى، دەھمەن پىس، تریاتو، درەوین، قومارچى، گونەھكار، گەلەك جارا  
ئەڧ كەسى ستىگما ھەى دەھىت گوهۆرىن بو گەرۆك، تاوانبار، مرؤڧ دشىت گەلەك  
جاران برىكا ياساى ھندەك رەڧتارا قەدەغە كەت، بەس برىكا ياساى مرؤڧ  
نەشېت ھزرا بگوهۆرىت. ئەم ھەول دەن ھندەك ياسا بگوهۆرىن دا ئەم ھندەك  
دلا بگوهۆرىن، ئىك ژ ساخلەتېن باش ئەم بکەين، وەرگرتنە (قبول) دەمى  
گەنجەك ژ زىندانى دەردكەڧىت و ھەر لسەر چ تاوان بىت، دڧىت خىزان ب  
چاڧەكى دلوقانىي بەرى خو بدەتى، مرؤڧ خو بکەت ھەڧالى وى كەسى، ھندەك  
چالاکيا ڧىرکەت، ئەم ڧى كەسى بزڧرىنن ناڧ جفاكى داکو ب شىوھكى دروست  
بژىت. و ئارمانجا مە ئەم ساخلەتېن خراب ل دەڧ بگوهۆرىن بو باشىيى. ئەم  
ھەول بدەن ڧى كەسى بکەينە كەسەكى سرۆشتى، بەرى ل زىندانى دەردكەڧىت  
يان ھەر كارەك كرىبىت، بلا نەكەتبىت زىندانى.



## ته خا ناښجی جفاکی هه ښهنگ دکهت

دهمې مروږف بو جارا نیکې هه ښناسینې دگهل نیکې بکهت، دې هندک تشتان بهرچاږ وهرگریت، ل دستپیکې دې رهگهز خویا بیت (نیره یان می) ل دویفرا، ژى (ته مهن)، نه ژاد، رهنګې پیستی، چهوا د ناخفیت، ب چ رهنګ رهفتاری دکهت، نه گهر هات نه هف کس یې په ککهفتی بیت، دې پتر دمیشکی مروږفی دا مینت.

نه نجامې دابه شکرنا فان مروږفان بو نمونه گهنج، پیر، پیست سپی، په ککهفتی، مروږف دې هزرا خو کت، نه ری چهوا مروږف رهفتاری دگهل فان کهسان بکهت؟ نه ری مروږف چهز ژ فان کهسان دکهت یان نه؟ نه هف هه می دابه شکرنه دمینه دمیشکی مروږفی دا، نه هف ته خین جفاکی کارتیکرنې لسهر رهفتارا مروږفی دکهن، نمونه نه گهر مه لایې گوندی یان ماموستا هات، هه می کس پیشفه رادبن، به لې نه گهر هه ژاره ک هات، دې رهفتار ب رهنګه کی دی بیت و دبیت ترانه وحنه کا پی بکهن.

ته خین جفاکی بشیوه کی بهرچاږ دناږ هه می جفاکاندا په یدا دبن، نه گهرین وئ ژى ل دهمې بهرې ونوکه، بو شوره شین نایینی، و نه ته وهی وگوهورینن نابووری دزفرن. نه و پروسیسا خه لکی دکهت ته خین جفاکین ژیکجودا دبیزنی جوداهین جفاکی، مه رهم ژى بشیوین ژیکجودا دانوستاندن دگهل خه لکی دهیته کرن و لدویف نه و ته خا وی باوهری پی هه ی. یا گرنګه نه م دیار کهین کو نه هف ته خین هه ژلایې جفاکی فه بو پاراستنا بهر ژه ونډیا هندک کهسان دهیته چی کرن نمونه دناږ جفاکین پیشکهفتی دا رهنګې پیستی پتر گرنګیا خو لسهر که سایه تیا مروږفی هه یه، ژ رهنګې چافی یان پرچی. نه م ب شیوین ژیکجودا دانوستاندنی ل گهل خه لکی دکهین، لدویف نه و ته خا تیدا دزیت، نه هف جوداهى یه ژى بو هندک خالان دزفریت، وهک ژى، جیندهر، نه ژاد، په ککهفتی.

رامانا وئ نه وه نه وه که هفی بو هندک کهسان یاخوشه و پی شاد دبن، چونکه مفای ژى وهر دگرن، و بهرام بهر هنده کین دی بو نه خوشه و بیزار دبن، چونکه

زيان فئ دكهفیت و ئەفه ئەنجامئ ئافاهيئ جفاكى يه (البناء الاجتماعي) و جوداهى دناقبهرا واندا. تهخ راماڤ زى ئەو ريكه نهوهكههفئ بهيتته ريگخستن دهندهك تهخاندا، نموونه تهخين جفاكى، سيستهمئ دهرهبهگئ، تائيفئ، و كوله. ههبوونا سيئ تهخان دناف جفاكى دا تشتهكئ جوانه، و تهرازيا جفاكى (التوازن الاجتماعي) دپاريزيت، د جفاكئ ياسايى دا تهخا نافنجى زوره، و تهخا ههزار و دهولهمهئد كيمه، ئەگهه ر ئەم بيئ بهرئ خو بدەين مروققين ساويلكه و بليمهت (عبقري) دناف جفاكى دا دكئمن، و تهخا نافنجى پتره... پشتى سهرهلدانئ دياردهكا دناف جفاكى مهدا پهيدا دبیت ئەوژى رۆژ بو رۆژئ تهخا نافنجى يا كيئم دبیت، و تهخا ههزار يا زور دبیت، و بهرامبهه تهخهكا كيئم يا دهولهمهئد دبیت. و گاغا تهخا نافنجى دناف جفاكى دا كيئم بو مهترسيا خو ههيه، ئەوژى زوربهى تهخا نافنجى پاشفه دزفريت بو تهخا ههزاران، ل فيره چاف پئنهرابوون يان هههه ئەگهههكى دئ، خهك دئ توشى فاربوونئ و دزى و كارين نهههوا بيت، بتئئ ژ بو پهيداكرنا پاريهكئ نانى... يان دئ شورشهك دزه دهستههلاتئ هيتته كرن.

ئەف زهنگينيا نوكه ئەم دبیین ئەگهه دزفريت بو سئ تشتين سهرهكى، ئيك: ئەف پاره بريكين نهياسايى دهيت كومكرن، و ريكا گهندهليئ. دوو: گهلهك دهست مچاندينه و هاريكاريا خهلكى ناكهن و تايبهت دكرين و فروتنئ دا بو تهخا ههزار سئ: چ دويقچوون لسهر بازاری نينه، مروققين زهنگين ب كهيفا خو تشتى دفرۆشن و بي وژدانئ تيدا ههيه، ئەف هوکاره دئ بنه ئەگهههري پتر زهنگين بوونا وان و لسهر كيستئ ههزاران.

ئەگهه ئەم بيژين تهخ وهك تهخين چلي ئيك د سهر ئيكي دايه، لغيره تهخين مروققان زى ئيك لسهر ئيكي دايه، ئەهري ئەم دئ چهوا زانين كيش تهخ ژ كيش تهخي بلندتره، فهكولهريئ جفاكى پيشنياركرينه كو سئ ئەلهمهنت (عناصر) ههنه، چ كت يان كوم دبنه بنياتئ تهخين جفاكى:

۱- هيزه- ئەوه شيانين هندهك كهسان ژ يين هندهك كهسين دئ پتره، و ههزين خو بجه دئين بئ كهسئ لبهه چاف وهركرن يان هزههكئ بو بكهه، ههه

چاره‌کا ته هیژ هه‌بیت لقیڤره مه‌ره‌م هیژا ده‌سته‌لاتی یان هیژا ئاینی جفاکی  
یه دی ته دراف هه‌بیت، و هه‌ر جارا ته دراف هه‌بیت دی ته هیژ هه‌بیت، ئانکو  
هه‌ردوو خال پیکفه‌ه گریداینه.

۲- **جوداهیپن ئابووری**:- ئەوه هندهک کهس ده‌وله‌مه‌نترن ژ که‌سپن دی ئەف پاره  
دی هاریکاریا وان کهت د ژیانه‌کی دا بژین، جودا ژ ژیانا ته‌خا هه‌ژار و  
به‌لنگازان. دشین کارتیکرنی لسه‌ر ره‌فتارین که‌سپن به‌رامبه‌ر بکه‌ن، نموونه  
ریقه‌به‌ری کومپانیی یه دهما ده‌یت پیدفیه هه‌می پيشقه رابن یان چافی  
هه‌میا لده‌فی وی بیت کا دی چ بیژت.

۳- **الوجهاء الاجتماعیین (ریه‌ه سپین ماقویلین جفاکی)**:- بنیات هه‌ر جفاکه‌کی  
ریه‌سپی و ماقویلین وه‌ندهک جاران ئەف که‌سه جفاکی ئالوز دکه‌ن، ده‌می  
نه‌هیلن یاسا دناف دام و ده‌زگه‌هین ده‌وله‌تی دا جهی خو بگریت، ئەف خاله  
دناف هندهک جفاکاندا به‌یتره ژ هنده‌کین دی، تایه‌ت لگوندان پتر رۆلی خو  
هه‌یه، چونکه به‌هرا پتر تشت گریداینه ب سه‌ربورانفه، مرؤفین مه‌زن وریه  
سپی پتر سه‌ربور هه‌نه، ب فان سه‌ربورا دبن خودان پاره و بریار، دهما پاره و  
بریار هه‌بیت وی هیژ ژ یه‌ه‌ی.

مه‌ دیار کر کو گه‌له‌ک ژ مه‌ دجودانه ژ خه‌لکین دی، و خه‌لک بوویه ته‌خ ته‌خ  
ئەفه ژی کارتیکرنی لسه‌ر جفاکی دکه‌ت، مرؤف هه‌ست دکه‌ت وه‌که‌ه‌فی نینه.  
ئه‌گه‌ر ئەم ژ بو‌چوونه‌کا که‌سوکى وه‌رگرن (ماکس فییر) ل چه‌رخى نوزدی  
دبیژت (به‌ختی ژیان) و مه‌ره‌م ژى باش و خرابیین خه‌لکی کارتیکرنی ل وان  
دکه‌ت کو کارین باش و خراب دناف جفاکیدا بکه‌ن. یان به‌ختی ژیانى مرؤفی  
چه‌ند ده‌رفه‌تین باش هه‌نه، و چه‌ند دشی‌ت فان ده‌رفه‌تا ژ ده‌ستخو نه‌ده‌ت، ئەف  
ده‌رفه‌ته‌ه دگریداینه و کا دزفریت بو کیش ته‌خا جفاکی، مه‌رج نینه کو که‌سه‌ک  
ژ ته‌خا ده‌وله‌مه‌ندان بیت و زارۆکین وی باشترین نمره‌ه بده‌ست فه‌ بینن و دژیانا  
خو یا ره‌وشه‌نبیری دا ب سه‌رکه‌فن.

## په یوه ندى دناقبه را ته خ و جودا هی و به ختی ژيانی دا

نه ف هه رسی زاراف ژیکجودا نینن، به لکو بو نیک ته مامکهرن نمونه دناف کومه لگه هی بریتانی دا سیسته می ته خین جفاکی و بو ماوه کی دریژ هه بوو، به لی جودا هی بنیاتی وی نه ژاد و ژبی و جیندهر و په ککه فتی و نه فه رویدمت دگهل ته خین جفاکی.

پتریا فه کوله ران فه کولینین وان به ری لسهر ته خین جفاکی بوون، هه تا نوکه کارتیکر نه ک زور لسهر ژیارا مه کریه، فه کوله ر ب شیوه کی مه زن لسهر شیوازیین جودابوونی هشیار بوینه، نمونه ههر ته خه کا جفاکی خه لک هه ردوو ره گه زان، ژ ژیین ژیکجودا نه ژادیین ژیکجودا و سه ربوریین ژیک دپار هه نه. ژن به هرا پتر دناف ده زگه هاندا کار دکه ت، کاری ساده به لکو زه لام به هرا پتر بکاری کارگیری رادبن، خه لکی نه فریقیا و ناسیا و به نگلادیش وی کاری نه انجامدهن کریا وان کیمه، مرو فین گهنج ویی د ژیی پتر ژ (۵۵) سالان به هرا پتر دبیکارن.

### ★ گرنگیا ته خین جفاکی

ته خین جفاکی دی مینن نیک ژ شیوازیین سه ره کیی جودابوونا جفاکی ل وهلاتی بریتانیا، هه تا نوکه خه لک دهیت ژیکجوداکرن، لدویف نه و درافی وی هه ی، جهی وی دناف جفاکی دا، ره فتار شیوازیین ژیانی، زوربه ی خه لکی دگهل هندینه کو ته خین جفاکی گرنگیا خو نه مایه وه ک به ری. و هنده ک جاران ته خین جفاکی فه کری نه و مرو ف دشییت بجیت دناف ته خه کا بلن دتردا نه گهر شیان هه بن، ته خین جفاکی دگرنگن دناف جفاکی دا، چونکه ته خا هه ژار شیانیین کاری هه نه، و ته خا دهوله مه ند پاره هه یه، به لی شیانیین وان یین کاری کی مترن ژ هه ژاران، تایبه ت نه گهر کاری ب زه فله کا فه گریدای بیت، لقی ره مقا دی گه هیت هه ردوو لایه نان، ده می کاری پیکفه نه انجامدهن، و ههر ته خه ک ساخله تین خو هه نه، ژلایه کی دیفه ته خا زه نگین و دهوله مه ند دی هاریکاریا ته خا هه ژار که ت.

## ★ کارتیکرنا تهخین جفاکی

- زارۆکین تهخا ههژار و پاله و شارهزا نه، سێ جاران پتر توشی مرنی دبن ژ زارۆکین دایکوبابین وان کارین باش ههین، کچ دناف تهخین ههژاران دا پتر توشی دایکبوونا بێ شویکرن دبن. دایک دناف تهخین جفاکی یین نزم ل ژیهکی زوی ب زارۆک دکهفن.
- تهخا ههژار سێ جاران پتر ژ تهخا نافنجی توشی ئیشین کوژهک دبن و شهش جار پتر توشی کولبوونا گههان و روماتیزمی دبن.
- ههفژینی و ژیارا خیزانی دناف تهخا ههژاردا، ههز دکهت ل ژیی زوی زارۆک ههبن، و پهروهردهکرنا وان بو زارۆیان جودایه ژ تهخا نافنجی.
- بلندترین تهخ دناف جفاکی دا، داهاتی یی وان ژ یی ههمیان باشتره.
- هیربوون؛ دوو ژ سێ زارۆکان کورین دهولهمهند وهک دختور ئهوین باگراوهندهک پيشهیی ههی ئهنجامین باش دهین، بهی ژ تهخا ههژاران ئیک ژ پینج کهسان دشیته جههکی باش وهرگرن، تهخا نافنجی کولیزین یاسایی وهردگرن.
- مرن؛ نهف کهسین خودان پيشه ژیی وان وهک تیکرا ههفت سالان پتره ژ کهسین پاله.
- نهگهر تهخین جفاکی گهلهک ژیک دویر بن، کارتیکرنا خو ههیه و تایبهت نهگهر پهیهوندی دناقههرا واندا لاواز بن، بهی نهگهر ههفسهنگی دناقههرا ههرسی تهخان ههبيت و هاریکاربن دگهل ههف دی ئاریشیهین خیزانی و جفاکی کیم بن.

## پیشانا تهخین جفاکی

دهمی فهکولهراڤه کولینین خو ئهنجامداین دفا جوداهیا تهخین جفاکی ب پیشن، پیدفی ریکین ساده و ئاشکهرا بوون، فهکولهر گههشتن وی ئهنجامی کو

ساناهیترین ریځ کاره یان پېشه یه بو دابه شکرنا خه لکی لسهر ته خین جفاکی،  
ئه فی ژی چهند ئه گهرین خو هه بوون، پیرانین لسهر پېشه ب ساناهی نه مروف  
دشیته بلهز ب دستخو بیخت، به ئی پېشه گریدایه ب کومه کا خالین گرنګ ویین  
ژیکجودا وهک:-

۱- داها تی یی که سوکی

۲- ناستی خواندنی.

۳- جوړی جلکا و ئه فیه گریدایه ب کاری و ناستی خواندنی فه.

۴- به ها و جوړین رهفتاران و رهنګفه دانا خواندنی

۵- مروف دهیت ریژکرن (ranking) ژی ژلای خه لکی فه، چهوا ئه فه هه می خاله  
پیکفه ته خا جفاکی ژیکجودا دکهن.

دناف جفاکی مه دا ئه م دکارن جفاکی یان خه لکی ب پیفن، کا ژ ته خا ئاغا و  
به گا یه یان ژ ته خا هه ژار و به لنگازیه و لقی دوماهیکی ته خا سیاسی و بازرګانا  
ژی هه یه.

## هندهک خالین گرنګ

\* دناف هه می جفاکاندا هندهک ریځ هه نه خه لک وی دکهت ته خ.

\* شیواژین سه ره کیین ژیکجودا بوونا ژی، جیندر، نه ژاد، په که که فتی ئه فه  
دراوه ستیت لسهر جوړی جفاکی یی ئه وه تیدا دژین.

\* بههرا پتر کومه لین مروقان هه نه بو ته خین ژیکجودا، و هه ر ته خه ک  
ناسته کی هیژی دت وی که سی، وهک وهرګرتنا پاره ی، و جهی وی دناف  
جفاکیدا.

\* نمونه لسهر ته خین جفاکی سیسته می دهر به گی، تائفه، ته خین جفاکی.

\* هندهک جفاک هه نه لفقین د ته خی دا لسهر شیانین که سی دراوه ستیت، و  
فه کوله ر دبیژنی جفاکین فه کری یان سیسته م لسهر بنیات ی به ره هه منینانی  
(انجازی).



★ فهكولهر دبېژن جفاكېن گريتي بو وان جفاكان نهفېن ههكه خودئ كەس دا  
نەشېت ژ بيافئ تەخا خو دەرکەفیت. ئەفه دناف جفاكئ ھندی دا ھەپه  
نەشېت ژ تەخا نزم بلند بیت بو تەخا براھما، ھەرودسا دناف ئاینئ ئیزدیاندا  
نەشېت ژ تەخا فەقیر بو تەخا پیر.

لھینا جفاکی (الحراك الاجتماعي) ئەف زاراف دەیت بکارئینان بو لھین ژ  
تەخەکا بلند بو تەخەکا نزم یان بەرؤفاژ و دبېژنە فئ لھینا ستوینی و دبیت  
ئەف لھین یا ناسوی ژی بیت ژ تەخەکئ بو تەخەکا دی ل ھەمان ناست وەك  
فائیمەقام بەیتە فەگواستن بو جھەکی دی و ھەر وی کاری بکەت.

ئەنجامین ژیکجودابوون یان تەخین جفاکی ئەوہ خەلکئ گەلەك دەرفەت  
ھەنە دژیانئ دا. ژیکجودابوون د دەرفەتادا دەیت نیاسین بەختئ ژیانئ دناف  
جفاکی دا.



# گەندەلی و کارتیکرنا وی لسهر جفاکی

دقی بابەتی دا دی هەولدهین گەندەلیی پیناسە کەین، ئەگەرین وی، شیوازیین وی، و کارتیکرنا وی لسهر جفاکی، دگەل ریکین چارهسەریی دیار کەین. بقی ریکین ئەم هەولدهین رهوشەنبیریەکی لسهر فی دیاردا ب مەترسی لدهف خواندەفانی پەیداکەین، داکو خەلکی مە ئەفی کریارا شاش لسهر خو قەبول نەکەت، پشتی کو دزانیت، گەندەلی ئاستەنگە دریکا پیشکەفتنا جفاکیدا و ئەگەرەکی سەرەکی یە بو هەلوهشیانا دەولەت و ئیمپراتوریەتا.

گەلەک رهوشەنبیران لسهر فی بابەتی نفیسی یە و هەولداپە جەفتین وی ژ بنی بێرن، چونکە ئەندامەک رزی یە دناف جفاکی دا. ل ئیراقی پشتی شەری کەندافی یی ئیکین رویدای گەلەک گەندەلی پەیدا بوو

بتایبەت پشتی پالین مسری هاتینە ئیراقی، و ل دامودەزگەهاندا کارکەین، هەرەوسا ئەف دیارده خورتر ل هات دەمی سزایین ئابووری ژلایین نەتەویپین ئیکگرتی فە (UN) لسهر ئیراقی هاتیه سپاندن.

ئەگەرین گەندەلیی دزقرن بو لایەنیین سیاسی و ئابووری و ستراتیزی یا شاش ژلایین دەولەتی فە، دەمی موچی کارمەندی حوکمەتی تیرا پیدفییین وی یین سەرەکی نەکەت.

ژبەر فان ئەگەران ل هەمی دەزگا بەرتیل پەیدا بوون هەر ژ روخسەتا لەشکەری، هەتا دەرمانان هەمی تشت دەهاتە فروتن. و پشتی سال ۲۰۰۲ ئیراق کەتە د لیستین دەولەتین پیشکەفتی دا بو گەندەلیی لدویف هژمارین ئەژانسین (وکالات) وەلاتین هەفگرتی. گەندەلی گەلەک تەوران ب خو فە دگرت وەک ئابووری، جفاکی، یاسایی، و ئابینی و هەر کەسەک یان زانستەک بەرنگەکی تیدگەهیت و شروقه دکەت.

## پیناسا گەندەلی: -

مەرەم ژى رزىنە، تىشەك برزىت، ژ رەوشەكا ساخلەم بۆ رەوشەكا نەساخ، بەھايىن خۆ يىن دروست نامىن، كارەكى نەرەوايە داكو بەرژەوندەك تايبەت ب دەستبىخت، پلەيا خۆ بكارىنەت بو مفايىن كەسوكى، پاشگوھ ھافىتەنا ياسايى داكو ھندەك پارە لسەر كىستى كەسان و جفاكى بدەست بکەفن.

## شيوازىن گەندەلى: -

وھى مە گوتى ئەفە بابەتەكى گەلەك ب چەقە و يى تىك ئالزى يە، ب گەلەك رەنگان دەھىت پيش.

۱- دزوكى (الاختلاس): ئەو دەمى مروف ھندەك پارە يان كەل و پەلان وەرچەپ كەت برىكىن خاروفىچ، كارتىكرنا فى لسەر مەزنىا فى كارى رادبىت و كا چەند جار ئەف كار ئەنجامدايە. ئەف كارە يى ب مەترسى يە، تايبەت ئەگەر سەرىن بلند دناف جفاكى دا فەگريت. ژبەر كو ئەف كەس دشىن كرىارىن خۆ بەرزەكەن، مەترسىا فى ئەف كەسە ھەلبىزارتى (نخبە) نە بو تەخىن دى.

۲- بەرتىل: ئەفە ل مەرتبا دووى دەھىت ب شىوى وى يى سادە، ئەو دەمى مروف ھندەك مفاى وەردگريت بەرامبەر كارى مروف ئەنجام دەت، مەترسىا فى نەبەس ئابوورى يە، بەلكو پتر جفاكى يە، بەلافبوونا فى ئىشى نەبەس رىفەبەرن و بەلكو دگەھىت جھىن نزم، وەك پرسگەھ و چايچى و پولىس..... ھتد. ئەفە كىشەكا مەزەنە تايبەت دەمى خەلك ب بىنەت، كو ئەفە كرىارەكا سرۆشتى يە، ژبەركو كارەكى رۆزانەيە، و ياسا زى نەشىت ب رۆلى خۆ رابىت.

۳- جودا كارى وجوداھى (تفرقة): مەترسىا فى كىمترە بەلى ئارىشە ئەو دەمى جودا كاريى كەت لسەر بنىاتى عەشیرەت، ئايىن، بنەمال، دى دلرەشىى دناقبەرا واندا پەيدا كەت. نموونە ل دەمى دامەزراندنى كەسوكارىن خۆ.

۴- كارگىريا خراب كاريى خۆ پاشگوھ ب ھافىزىت: ئەم دشىن بىژىن ئەف گەندەلى نە ب مەرەمە، بەلى گەندەلى يە، ژبەركو زىان ب خەلكى دكەفن. نموونە دەمى كارمەند لدەمى خو نەھىت يان كەس حازر بن خۆ ب تەلەفونى فە مژوبل دكەت و كاريى خەلكى ب رىفە نەبىت. يان عەشیرەتا خۆ ب دامەزرىنەت بلا خودان شىان ژى نەبن..

## جورین به لاقبوونا گه ندهلیی

جورئ ئیکئ بشیوازهکئ بهر فرده، خهک قهبول دکهت، ئهفه ل وهلاتین پاشقه مای پهیدا دبیت، سیسته می دکتاتوری، خه لکئ نهرهوشه نبر.  
جورئ دووئ ریژهیی:- ئهفه ل وهلاتین دیموکراسی ههیه، ریژا وی کیمه خه لکئ وی رهوشه نبره، سیسته می وان بهرامبه ر فان رهوشا دراوه ستیت.

## ئه گهرین به لاقبوونی

- ۱- ئه گهرین ئابووری و رهوشا خه لکی خرابه، مووچه ل دویف رهوشا بازاری نینه.
- ۲- ده می بهایین جفاکی دهینه گوهورین بتنی هزارا وی خو وهک یی زهنگین لی بکهت، ژبه ر مه زناهی و شانازی کرنئ.
- ۳- چافدیری و دیشچوون ژلایئ حوکمه تی فه یا لاوازه، ئه گهر هه بیت زی، ئه فه که سین بقی کاری رادبن دئ هندهک پارا وه رگرن و دئ رازی بن وشاشیا ئاشکه را ناکهن.
- ۴- راگه هاندنی روئی خو دناشکرا کرنا حاله تاندا نینه، به لکو بتنی په سنا دهسته لاتی دکهت.
- ۵- ده می ده زگایین جفاکی یین سفیل روئی خو نه بینن بو نه هیلان و کی مکرنا گه نده لیی یان دشین بیژین سه ربخویا خو نه بیت.

## ئه نجام و شینوارین گه نده لیی لسه ر جفاکی

گه نده لیی گه لهک شینوارین خراب هه نه باراپتر دئابووری نه، به لی لایه نی جفاکی کی متر نینه، ژ گرنگترین نه نجام:-  
۱- پاره دئ بی رمان هیته مه زاختن، ژیده ریپ پارا دئ بو که سان هین بکارئینان، ل جهی بهر ژه ون دیا گشتی، خزمهت ب شیوه کی گشتی دئ ب رهنگه کی لاواز بو خه لکی هینه پیشکیش کرن، و خه لک دئ ژ دهسته لاتی نه رازی بیت.

- ۲- پیشکەفتنا ئابووری دئی بەرھەف لاوازیی چیت و ژبەر کو کیمەکا مروّفان دئی کونترۆلی لسهر پارئی خەلکی کەن و پارەکی زۆرە، لقیڤرە دئی کارتیکرنی لسهر پروژین گشتی کەت، کارتیکرنی لسهر (العرض والطلب) دکەت دناف بازاری دا.
- ۳- رهوشا خەلکی ژلایئ زیاری فە دئی لاواز بیت، ژبەر پارەکی گەلەک دئی چیت دبەرکا کیمەکاندا، ئەوان پارا ب ریکین دروست نامەزیخن، ژیدەرین پارا دئی کیم بن و گەشەپیدان دئی لاواز بیت.
- ۴- دەولەتین دی باوهری ب مروّفی و دەولەتا مروّفی نامینت، دەمی دبینن گەندەلی یا هەی، مروّف نەشیت گەشی بیخت ئابووری خۆ.
- ۵- کارین دەولەتی دئی د لاواز بن، ژبەر کو گەندەلی د دناف دەزگەهین وئ دا بەلافە، و خەلک دئی ل وان ریکا گەریت خۆ ب زوترین دەم زەنگین کەت، دئی گرنگی ب تشتین نیگەتیف هیتەدان.

### چارەسەریا فی دیاردی

- ۱- رهوشەنبیر کرنا خەلکی کو پتر حەز دەولەتی بکەن لجهی هوزی و بنەمالی.
- ۲- ئەم فیرکرنی دناف خەلکی خۆ دا پەیدا کەین، داکو مروّفین زانا جهین هەژی بگرن.
- ۳- رایا گشتی پەیدا کەن کو گەندەلیی قەبول نەکەن بریکا راگەھاندنی.
- ۴- گەشەپیدانا ئابووری دناف جفاکی دا پەیدا کەین و بیکاریی نەهیلن.
- ۵- پتر ئەم پرنسیپین دیموکراسی دناف خەلکی خۆ دا پەیرەو کەن.
- ۶- یاسا روئی خۆ بگیریت و کەسین خەمسار بەینە سزادان لدویف شاشیین وان.
- ۷- مووچین خەلکی باش کەن داکو هزرا خۆ دگەندەلی دا نەکەن.
- ۸- نیحتکار و کەیسلیکرن دناف بازاریدا نەهیلن. (\*)

---

(\*) دلیل مفهوم القانون والفساد، نامادە کرن ژلایئ ریکخراوا هاریکارفە .

## هشيار بن سزايين جفاكي گهلهك دژوارن!

مخابن گهلهك كور و كچين مه، يان ژن و ميړ دئ كرياتا نهجامدن بي كو هزرهكا كوير و دوير بكن، و دهمي دكهفن ناريشي ب دژواري ژ لايي جفاكي فه دهينه سزادان، و چ دلوفايني پي نابن ژبلي سزايين ياسايي.

ئهز نزانم چهوا كهسهك ويړهكي يي دعت خو و قهستا نفينا ژنهكا ب ميړ دكعت، يان چهوا ژن وي ريكي بو كهسهكي بياني خوش دكعت، و دهرگههي مالا خو بو فه دكعت كو سهر بهست بهيته ژور، ئهري ئه و نزانن دئ نهجام چ بن، لسهر ژيانا وي جارا ئيكي لسهر وي ژني جارا دووي، لسهر (سمهتا) خيزانا ميړي وي ژني و ههمي كهسوكارا ئه و دئ چهوا رازي بن بفي كرياتي، رهنگقه دان دئ يا ب چ رهنك بيت پافژكرنا نامووسي دناف جفاكي مه دا و جفاكين روژه لاتا نافين ب كوشتني يه.

مهزن دبيژن ئه گهر ته بفيته لدهف ژنهكا ب ميړ بنقي دفيته دهبانجا ته دبن باليفكيدا بيت، مهردم زي ل ههر دهمي تو هاتي ناشكهر اكرن و ته دهرفته رهفي نهبيت يان تو دئ وان كوژي يان ئه و دئ ته كوژن، و چهند كهس بويينه قوربانيني فان جوړه كرياتان.

گهلهك جارا بفي رهنكي رويدان پهبدا بووينه، زهلام ب شهر چووينه و ژن رهفي يه، يان ههر دوو پيگفه هاتينه كوشتن، ههر چهوا بيت ژن و زهلام ههر دوو دهينه سزادان، دهمي ژن يان زهلام كور يان كچ ژ في كارساتي قورتال دبن، ژ مرنئ قورتال دبن، بهلي روژانه دمرن ژ بهر ناخفتنين خهلكي بهحسي وان ب خرابي دهيته كرن، ئه و كريات دبيته خالهكا رهش ب نافچاقان فه، ههر ئه و كهس

لژیړ سیبهره ترسی دژین و نزانن کهنکی دی هینه کوشتن، چونکه بهردهوام  
ژلایی کس و کاران فه گهف لی دهینه کرن.

خالا دی یا ژ همی گرنګتر نهو کو نهو ژن یان نهو کچ نهشیت دگهل  
کهسوکارین خو بژین، ژ همی کهسوکاران دویر دکهفیت، نهفه زی بارګرانیهکا  
دی یه و گفاشتنهکا دهروونی لسهر دکهت و دی نهچار بیت دملا شیخهکی،  
ناغایهکی یان کهسهکی مهزن دا بژیت، لویری ب کاری خدامی رادبن، گهلهک  
جارا دستریژی لسهر دهیته کرن ژ لایی زیرهفان و خولامین وی کهسی فه، یان  
دهما ژمال درهفن دکهفن بیسین هندهک کهسین بی وژدان.

فهکولهکا جفاکی دبیزت: "نهګر کچ یان ژن کهفته کولانا سی سعهت  
بهسن فاریبوی بیت." تشتی نهز فیربوویم دهما رهګهزی می بتنی ما دگهل  
رهګهزی نیړ دهیته کریتکرن و بتایبته نهګر شهف ب سهر دهات، چ  
دترومیلی دا، ل هوتیلهکی یان دناف باغچهکی دا، هر جهی هه بیت و نهفه بتنی  
نینه بهلکو نهو کهس دکهت معزومات و ههفالین خو زی داخواز دکهت... بقی  
رهنگی نهو روژانه دهیته کوشتن...

نهف کور و کچین ناریشه بو پهیدا دبن چهز دکهن ناریشهین وان زویکا  
چارهسهر بن، بهلی نهف جوره ناریشه تایبته ب ناموسی فه دګریدای گهلهک  
فه دکیشن، کور دهیت زیندانکرن و کچ دبیت قوربان، کور یان زهلام رازی نابیت  
مارکته، ناریشه نهوه نهګر کور یان زهلامی کچ یان ژنا بیژن دهست فهدا چهز  
ناکته مارکته، چونکه دی بیژت نهوا خو بدهست منقه بهردای دی خو بدهست  
کهسهکی دی ژی فه بهردهت...

مه گوت ناریشه دریژ دبیت ههتا مروّف ههردوو بنهمالا رازی کهت، هندهک  
جارا نهف ناریشه ب درافی چارهسهر دبن و حهقی کریتی و وردګرن یان  
مایتیکرنا کهسانین ریه سپی و ماقویل. نهګر کور و کچ چهز ژ نیک بکهن و  
کچ هات کریتکرن پاشی لی ماریکهن تشتهکی باشه، بهلی نهګر نهف کچ هات  
(اغتصاب) کرن نانکو خورتی لی هات کرن، نهګر لی هات مارکرن نهفه وی  
خهلات وهرګرت ل جهی سزای وهرګریت نهفی کچی نهف زهلام نهفیت ل پیش



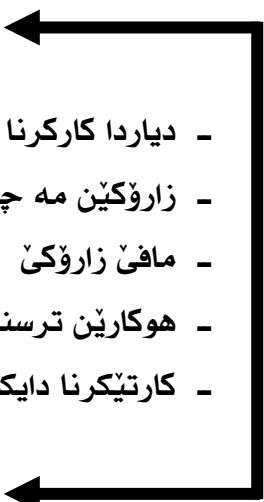
چاڤان درندهيه، و بهردهوام دئ هيتە (اغتصاب) کرن، دڤيت لئ نههيتە مارکرن... بهلکو کچ شوی ب وی کهسی بکهت یئ چه ز ئی دکهت.

ئهز دئ زفرم و بیژم، ئهگهر ژن ریکی نهدهت زهلامی، زهلام نهشیت قهستا مالا وی بکهت کیم نهبن، دڤيت ژن لبهه خۆ راوهستیت و خیانهتی ل زهلامی خۆ نهکهت نه ب لهشی خۆ یان مالی خۆ... دڤيت زهلام ژي چاڤین ژنا خۆ تیر کهت داکو چاڤین وی ل جادی نهمین، چونکه ئهگهر زهلام ما ب دویف ژنان فه و ههڤزینا خۆ پاشگوو هافییت، بقی رهنگی ژنا وی دئ ب دویف خهلی کهڤیت.

هندهك جارن دخوازت ژبهه کاری زهلام ۱۵ روژان یان پتر ل مال نهبیت، دڤيت لڤیره دهه زهلام دزڤریت مال دناڤ خیزانا خۆدا روینت خواری، لڤیره گرنگه ئهڤ جوهره زهلام زوی بزفرن مال ههتا درهنگ نهمین ل کولانا و گرنگی ب خیزانا خۆ بدهن، گهلهك جارا ژن خۆ گوری زاروکا دکهت دڤيت زهلام خورتیی نهکهت دا ئاریشه پهیدا نهبن.



# دەرگەھى دوى

- 
- دياردا كاركرنا زارۇكان ل سەر جادان
  - زارۇكىن مه چەوا دەمى خۇ دبورينن
  - مافى زارۇكى
  - هوكارين ترسناك و زارۇك بەرهف قاريبوون و تاوانى
  - كارتىكرنا دايكوبابان ل سەر زارۇك و سنيلان



## دياردا كاركرنا زارۇكان لسەر جادا

ھەر سال ل ئىكى ھەيڧا شەش ئاھەنگىن سترانان ب ھەلكەفتا رۇزا جىھانى يا زارۇكان دەيىن گىران، و چەند ديارىەك لسەر چەند زارۇكەكان دەيىن بەلاڧكرن، و پىشانگەھەكا كەڧالان دەيىتە ڧەكرن. مخابن زارۇك يىن دبوينە قوربانىيىن ڧان دياردان و ھندەك كەس ب ئاڧكا زارۇكان نانئى خۇ دخۇن. ئەگەر ئەم بگەرن ل كولانكىن باژيرئ مە يان ھەر باژيرەكى كوردستانئ دئ ب سەدەھان زارۇكان بىنن لسەر جادان تىشى دڧروشن، و چەندھا زارۇك دىن قوربانىيىن رويدانىيىن ترومبىلان دەمئ ل ترافىك لايتان كاردكەن. و سەدەھا زارۇك لسەر جادان خازوكيىن دكەن يان ب كارئ بوياغكرنا پىلاڧان رادىن، و ئەو مادىيىن ژەھراوى كارتىكرنى لسەر دكەن، ژبلى ھندئ ئەڧ زارۇك ڧىرى كارىن نەرەوا وەك دزى و درەوان دىن و خورتى لئ دەيىتكرن ژلايئ مەزنان ڧە. دئ بىنئ ل چلى ھاڧىنئ بو دەمژمىرئىن درىژ كار دكەت كارتىكرنى لسەر گەشەكرنا وى دكەت، چونكە گەلەك دوەستىت و تىر نانڧىت، زارۇك پىدڧى ھندەك دەمى يە بىھنا خۇ ڧەدەت، و ئەرى جەيىن پەيوەندىدار چەند شىايىنە ڧان دياردا دناڧ باژيركىن كوردستانئ دا كىم كەن؟، ئەرى مە چەند بەرھەڧى كرىە بو دياردىن پاشەرۇژى دناڧ مەدا پەيدابن؟

ھەتا نوکە چقاكى مە يى باشە گەلەك دياردە يى دناڧ جقاكىن پىشكەفتى دا لدەڧ مە نىنن. ئەرى ئەم چەند خۇ بەرھەڧ دكەن بو ڧان جورە دياردان؟  
لقىرە ئەم پىدڧى ياسايىن نوى نە و ياسا رۇژ ب رۇژ ھزر تىدا بەيىتكرن، دا تىشى باشتر بو پەيدا بىت، گەلەك جارن ئەم دياردا دىبىنن و نزانىن ئەم چ بکەين، چونكە چ ياسا و دەستەلات لدەڧ مەنىنە. ل ئەڧ جەيىن زارۇك يان سنيل لئ كاردكەن ئەرك و ماف بەيىتە دياركرن، لسەر كەڧالەكى و بەيىتە ھەلاويستن و ھندەك ياسا سبارەت كارئ زارۇك و سنيلان دەرکەڧن.

جورهكى دى ههيه ئەو ژى ئەون ئەقېن بو ماوى دهمژمېرېن درېژ لېهر دكانان كار دكهن و مافى خو نزانن و بكرهكا كيم كاردكهن، ئەگەر مرؤقى وى بيت وهك برا يان باب يان هەر كهسهكى نېزىك تىشتهكى باشه، و ئەگەر بيانى بيت خرابيا خو ههيه ئەف زاروك باريت گران ههلدگرېت. بهرى چەند سالهكا دا بينى ل باژېرى دھوكى و تايبەت ل نهخوشخانا نازادى هندەك كهسان كار دكر، پتريا وان ئەو بوون ئەقېن قوتابخانه هيلالين و پارهكى كيم وەردگرت ژلايى قونتهرجى فه و بو دهمژمېرېن درېژ كاردكرن، ههروهسا ل باژيرفانيا دھوكى دابينيى هندەك زاروك يى كار دكهن، كارى گرانه و پارى وى ژى كيمه. نوكه هندەك كومپانى بقى كارى رادبن و پالى بيانى يه، راسته كارى وان گهلهك باشتره بهلى پارى وەردگرن گهلهك پتره.

پېدقېيه ئەم هندەك ياسايين نوى دهربىخن لسەر ئەف تىشتىن بو مه رويدەن، نوكه چەرخى جيهانگيرى يه و رۆژ ب رۆژ تىشتى نوى يى دهيت مهيدانى، باشه ئەف ياسا بهين گوهورين و گوهورين د سەردەم بن، داکو ئەم رهوشا زاروكان خوشكهن، ئەگەر رهوشا وان خوش بو زاروك ناچيت كار بکەت. جهين تايبەت بو زاروكان هەبن و چافديريا وان بهيت کرن، ئەگەر مرؤف بجيت تاخەكى باژيرين مه دى بينى زاروك لسەر جادى تهپا پى دكهن، چونكه چ جهين تايبەت نينن، مهخسهدا من نينه كو حوكمهتا مه چ نهكره حوكمهت يا گهلهك تىشتان دكەت، بهلى نابيت هەمى تىشت لسەر ملين حوكمهتى بن، دقيت كەرتى تايبەت هاريكار بيت و هاوهلاتى ژى ئەف تىشتى دهيتە دروستكرن ب پاريزت وهك ياريين زاروكان. مه گهلهك دەزگا ههنه وهك ريخراوين نهميرى، ئەفه دگهل ريخراوين دهولهتى وهك يونسييف و وهزارەتا كار و كاروبارين جفاكى دهستى خو بکهن تيكدا و كار كهن دا كارتېكرنا و يى باشتر بيت، و بشين رولى خو باشتر بگيرن، نه كهسى هاى ژ كارى يى دى نهبيت.

گهلهك تشت ژلایي حوكمهتې فه يي دهيتكرن وهك چيكرنا جهين ياريان  
دقيت سه رپه رشتيا فان جهان بهيتكرن، تشتي دهيت شكاندن يان ژ كار كهفتن  
بهين چاككرن و نويژهنكرن. و هم بهري خو بدن دهوله تين پيشكهفتي و مفاي  
ژ سه ربورين وان وهرگرن، هم لهزي د بريارا دان نهكهن بهلكو هم ب شيوهكي  
سروشتي بريارين دروست وهرگرين، پشتي فهكولين دهين نهنجامدانا هم  
به رهه مكي باش وهرگرن. نهفه ناخفتنا ماموستايي مني سويدي يه و نهز ژبير  
ناكم دهما دگوت: (نهگهر وه بقيت هون پيشبكهفن ژ زاروكان دهستپي بكن)





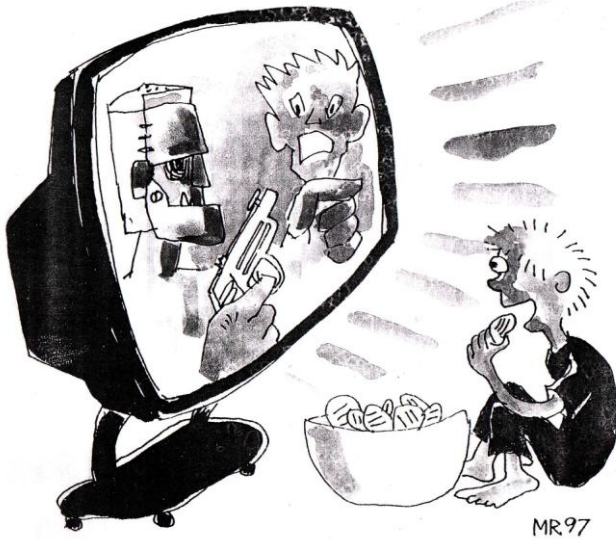
## زارۆكىن مه چهوا دەمى خۆ دبورين؟

رۆژانه زارۆك دمىن ئىتيم و سىوى، چ ب رويدانىن ترومبيلان، داىكوباب بدهستى تىرۆرستان دهين هنگافتن، يان ژبەر رهوشت و تىتال و ئاريشهيان بهين كوشتن، داىك نهشيت رولى خۆ بگيريت، دفان ههمى رهوشان دا زارۆك دبىت قوربان، ژبلى حالاتين بهردانى لغان سالال كوردستانى يابوويه ديارده، زارۆك دبىت چهكى شهري دنهقهبا داىكوبابان دا، و ههر ئيك بوخو دكيشت، ريك لىبەر زارۆكى بهرزهدبن، ئەگەر ئەم بهين كهسين گونەهبار، ژنين دهمەن پيس، و مروفيين توشى حالاتين دەررونى دبن، ههميان پيگمه سهربورين نهخوش ل زارۆكىنيا خۆ ههنه، و ژ خيزانين ههلوهشايى هاتينه، چ ئەف خيزان يا بهرداي بىت، بابى ژ دوو ژنان پتر ههبوونه و داىكى دوجاركى شويكرىه.

ههر سال دەمى ئەزمون خلاس دبن، و هافين دهيت پرسا زارۆكى ئەوه كا چهوا دەمى خۆ بورينم؟ پترىا وهلاتين جيهانى پروگرامين تايبهت ههنه، كو زارۆكىن وان دەمى خۆ پيد بورينن، و جهين تايبهت ژيره تهرخان دكهن، چ ژلايى وهرزشى، خواندى، رابوراندىن و ياريين زارۆكا، ههرسال ل بيرهوهريا ئيكى خهزيرانى گهلهك دوريشم بو پاراستنا مافى زارۆكى دهين بلند كرن، بهلى بجهينان يا كيمه.

حوكمهتا مه دهه هزار دىنار دابىن كرينه بو ههر زارۆكهكى، و بتنى بو چوار زارۆكان دهيت مهزاختن، ئەرى ئەف پاره گونجايه دگهل رهوشا بازارى، كو بتنى پليتا مهلفانگهه پينج هزار دىنارن بو ئيك جارى، ئەگەر ئەم بهين بهحسى دريم ستى باژيرى خهوانان بكهن، راستى باژيرى خهوانا يه چونكه خهونه بو زارۆكى ههژار ويرى بينت، ژبلى دەمى ل ريكلامين تهلفيونى دا.

ئەگەر ئەم بەھسنى جەھىن بېھنقەدانى بىكەين، ھەمى وەلاتا باخچىن مەزن چىدكەن بۇ بوراندنا دەمى قالا، باغچە ل باژىرى دھوكى دكىمن، ھەمى باژىر كرە ئافاھى، و پارچىن ئەردى و ھندەكا دوو جاركى و سىن جاركى وەرگرتن، و ھەندەكان مرن ژى ھەر پارچەك نەوەرگرتن، ئەگەر ئەم بەھىن ل سلیماننى پاركا ئازادى، ل ھەولپىرى پاركا شەھىد سامى عبدالرحمن ھەبە، ل دھوكى گەلىي دھوكى و پانوراما ئازادى ھەبە، ھىقىيا مە ئەو ھوكمەتا مە چاقى خۇ بدەت ھەمى جھا، سەبىرە باغچەيى زارۇكا يە دى بىنى مولىدى كارەبى دناڧ دايە، دگەل گلىشى مالان، ئەز نزانم كانى مافى زارۇكى.



## ئەتارى

زۆربەى زارۇكان دەمى خۇ لجهىن فىدو گىما دبورىنن، ئەفە نە خرابە ئەگەر يا رىكوپىك بىت، بەلى ئارىشە ئەو ھەمى جورىن زارۇكان كوم دبن، جگار كىش و دزىكەر گەلەك رەوشتىن خراب ژىك فىردبن، يا خەلكى ژى بەس پارە كومكرنە، ئەگەر تو بچى دژورژىن وانقە مەرچىن ساخلەمى نىنن ژبەر دوپكىلا جگاران و گەلەك ژوان لژىر ئەردن، ژ لايى دىقە چ سەربەرشتى لسەر فان جھا نىنە ژلايى پەرودەدى يان جەھىن پەيوەندى دار ب زارۇكان قە.

## كارى سەر جادان

پشتى قوتابخانه دەرگههين وان دهين گرتن ب شيوهكى پتر زاروك دكهفن سەر جادان و كاردكهن، و هەر زاروكهك ئەگهريپ خۆ يپن تايهت ههنه، هندهك ژ ههژارى كو پشتى مرنا بابى قوتابخانى بجه دهيلت و كار دكهت دا خيزانا خۆ خودان كهت، يان نارەزوو، چافليكرن، گهلهك جارا خيزان دى بيژت زاروكى (ئەگەر ته ژ هنده پارا كييمتر هينان نهزفره مال) زاروك دى نهچار بيت ئەگەر ژ وى پارهى كييمتر ئينان، نهويرت بزفرت مال يان دى دزيا كهت دا خيزانا خۆ رازى كهت.

## ياريكرن لسەر جادان

دناف تاخين مللى دا دى بينن چهند زاروك يپن كومبووين و لسەر جادى تهپا پيى دكهن، ئيك: مهترسيه لسەر ژيانا وان ژلايى ترومبيلانفه، دوو: ئيزعاجا شوفيران دكهن كو ريكى لى دگرن، سىي: ئيزعاجا خيزانا دكهن ب دهنكى خۆ يى بلند، يان هەر بيهنهكى تهپه دجيت دناف هوشاندا، د فان سالاندا گهلهك ياريگههين گرتى هاتينه فهكرن، بهلى نهوژى بوويه كارهكى بازارگانى و دهمژميرا وى زور گرانه.

## سهنتهريپ رهوشه نيبىرى

دهمى ئەم ديبيزن زاروك رمان ئەفى ژيى وى ژ ههژده سالان كييمتر، تشتى باش فان سالان گهلهك سهنتهريپ رهوشه نيبىرى هاتينه فهكرن، راسته كارى وان گهلهك جاران نه لدويپ حەزا زاروك و گهنجىپ مه يه، باشه ئەگەر ديفچوونا فان سهنتهران بهيت كرن، و چهوانيا باشكرنا كارى وان داکو خهلكى مه پتر مفاى وەرگرن، وهلاتى مه شيانين زاروك و گهنجىپ مه بيخته كارى، داکو ئەم دوپر كهفن ژ فاريبوونى.

ديفچوونا نفيسينگههين فيديو سيديا بهيتكرن، فلمين خراب نههينه بهلافكرن دا كارتيكرنى لسەر رهوشتى زاروكى مه نهكهن، چونكو نهوژى ههولدهن يا ديتى بجه بينن.



## مافی زارۆکی

مەرەم ژ فی بابەتی ئەم پتر مافی زارۆکی بینن پېشچاف، هەر سال ل رۆژا ٦/١ ناهەنگ دەین گریدان سەبارەت مافی زارۆکان و پېشانگەهەین تاییبەت دەین فەکرن. باشە ئەم پتر مافی زارۆکی دابین کەن نەکو بتنی درووشم بن، مخابن گەلەك جارن توندوتیژی دگەل زارۆکان دەیت بکارئینان و مافی وان دەیت پېشیلکرن. پتریا جار دی بینی زارۆک دەیت زربەهرکرن ژ ئەفینا دایکی، و خال و مام مایتیکرنی ل ژیاننا وی دکەن، ناهیلن سەرەدانا دایکا خۆ بکەت. ئەم دشین زارۆکی ژ ناف خیزانی دەرپیخن، بەئ زحمەتە ئەم هزرا خیزانا وی ژ میژگی وی دەرپیخن، گەلەك جارن زارۆکی کاریت گران پی دکەن و بو ماوین دریژ، ئەو ب خۆ نە لژیی کاری یە. پرسیار ئەو مافی زارۆکی وەك یی مەزنا یە؟

بەرسف نەخیر ژبەرکو زارۆک نەشیت مافی خۆ بپاریزت، و ژلای دی فە مافی خۆ نزانن. دقیت ریزگرتن بو زارۆکی هەبتن، ئەگەر زارۆکی تشتەك بقیت دقیت ئەم هزرین وی وەرگرن. بەری گرنگی ب زارۆکی نەدهات دان، بەلکو لسەر دەمی رومانى و گریگییان زارۆکین لاواز دانە گیانەوران، و ب خۆ زهوق ژیی چیدکرن و خەلك لی کوم دبوون کا چەوا شیر و پلنگ دی وان زارۆکان خون. پستی چەرخى هەژدی پتر گرنگی پی هات دان تاییبەت لسەر چەوانیا خودانکرنا وان و دانوستاندن ب شیوهکی راست و دروست دگەل بهیتکرن، راستە گەلەك هزرین نوی هاتن بەل هەر نە ل ناستی پیدی بوون.

زارۆک دەیت لیدان و زربەهر دبیت ژ فوتابخانئ دناف وەلاتین پاشکەفتی دا. و گەلەك جارن زیانین لەشی و دەرروونی لی پەیدا دبن، بەئ ل وەلاتین پېشکەفتی هەولەدن هەمی مافان بو دابین کەن. تاییبەت کیم ئەندام گەلەك مافین هەین و گەلەك جهان بو دروست دکەن و ئەو و زارۆکین ئاریشین خواندنی هەین

قوتابخانین تایبەت بو دەھین فەکر، دناڤ مللەتی مە دا ئەگەر زارۆکەک مر دی بیژن چینیە زارۆک بوو.

ل سالا ۱۹۸۹ ریکەفتنامە لسەر مافی زارۆکان هات کرن، و گەلەک خال هاتن شروفەکرن و مافی زارۆکان پیک دەهات ژ سیی پشکان و پارچا نیکی داکوکی لسەر مافی زارۆکان دەهات کرن وەک مافی مەدنی، سیاسی، ئابووری، جفاکی، و رەوشەنییری. هەر وەسا لسەر ژینگەها خیزانی، لایەنین ساخلەمی. هەر وەسا داکوکی کریه زارۆک بەیتە پاراستن ژ کەیسلیکرنی (استغلال).

پشکا دووی گریدایه ب ئەو بابەتین سەر ب نەتەوویین ئیگرتی فە.

پشکا سیی گریدایه ب لایەنیین یاسای و کارگیری فە.

ئەفە چەند ساله کوردستانا عیراقی پتر خو ل مافی زارۆکان کریه خودان، وەک هەولانا نەهیلانا نەخویندەقانیی و نەهیلانا لیدان ل قوتابخانان راستە ماموستا گەلەک پیفە ماندیوونە بەئ هەتا رادەکی باش فیگافی لیدان نەمایه. سال بو سال ئەم هەولدەین مافی زارۆکان پتر بەین دابین کرن.

سەرەرای هندی گەلەک جارن دناڤ هندی خیزانا دا زارۆک دەیت لیدان و پاشقەبرن، تایبەت ئەف خیزانین زارۆکین ئیتیم و سیوی خودان دکەن، پشتی مرنا بابی و شوپکرنا دایکی زارۆک نەچار دبیت، کو دگەل هندی مرۆفین خو بژیت. ئەو زارۆک لژیر سیبەرا وان دژیت. پشتی فی ریکەفتنامی گەلەک ریکەفتنامە هاتینه ئەنجامدان وەک پارستنا زارۆک و سنیلان ژ فاریبوونی ل سالا ۱۹۹۰. پارستنا زارۆکا ژ (استغلال الجنسی) ل سالا ۱۹۹۶. ریکەفتناما سالا ۱۹۹۹ بو پارستنا زارۆکان ژ کاری.\*

(\* من مفا ژ فی ژیدەری دینیە (حقوق الطفل) غسان خلیل بیروت ۲۰۰۳.

# ھوکارین ترسناک و زارۆک بەرەق ڤاریبوون و تاوانی

ھندەك ھوکار ھەنە بەری زارۆکی دەست ڤاریبوون و تاوانی و گرنگترین ھوکار ئەفەنە:

۱- کارتیکرنا ھەڤالان و ژینگەھی: بیگومان ھەڤالان کارتیکرنا کا ئیکسەر لاسەر زارۆکی ھەبە، چ ئەف زارۆکە خراب یان یی باش. بیژە من کیبە ھەڤالی تە دی بیژم تو کی، یان دیژن (مروڤ یی لاسەر دینی ھەڤالی خو) گەلەك جارن کارتیکرنا ھەڤالی پترە ژ کارتیکرنا دایکوبابا، پتریا جارن ھەڤال کارتیکرنی ل مروڤی دکەن. ھندەك جارن کەسەکی باش بکە دناڤ کومەکا خراب دا، ئەوژی دی خراب بیت، کیم جارن ئەف کەسی باش، ئەگەر خاسلەتین باش دەڤ ھەبن فی کومی دگوهۆریت و دبیت سەروکی وان.

۲- کریتکرن ژلای جنسی و لەشی ڤە: ئەف کریتکرن و خورتیە، کارتیکرنا ئیکجار زۆر دکەت لاسەر کەسایەتیا زارۆکی، ب تایبەت ئەگەر ئەف زارۆکە دژیەکی بچوک دابیت، و بو ماوەکی درێژ توشی کریتکرنی بیت، دی رەوشا وی گەلەك خرابتر لی ھی، و تایبەت ئەگەر ئەف کەسین وی کریت دکەن ھەر ئەو بن یی دپاریژن، ئەف جورە حالەت گەلەك ب گری نە چارەسەریا وان ب زحمەتە، چونکە رەوشەکا ئالوزە و زارۆک نەشی ت کەسی باش و خراب ژیکجودا کەت و نیژیکترین کەس بو کریتکریە.

۳- ژینگەھا نەھاریکار بو سەرکەفتنی: گەلەك جارن ئەم دی بینن کو زارۆک دناڤ کەمپا دا دژین، یان دناڤ خانینن ھوکمەتی وەك کەلھین لەشکەری و دی ب کوما زارۆک دگەل ھەڤ ژین، و گەلەك ئاریشە بو پەیدا دبن، ئەف جورە زارۆک یان گەنج توشی ڤاریبوونی دبن، وەك دزی، کارین سکسی، ژبەرکو ژینگەھ نە یا ھاریکارە، دبیت ئەف ژینگەھا یا نەخویندەڤان بیت، یان رەوشت و تیتالین شاش دناڤ دا ھەبن، تیگەھین وان بو ژیانن ب رەنگەکی دی بن.

۴- رەقىنا قوتابى ژ قوتابخانى ل ژيەكى بچويك:- قوتابخانه دەيت ھژمارتن مالا دووى بۇ زارۆكى، ئەگەر ماموستا نەھاريكار بيت، سيستەمى خواندنى يى لاواز بيت، زارۆك توشى ياريپيكرنى بيت ژلايى ھەفالان فە، يان تيکەليا ھەقالين خراب بکەت، ديفچوون نەبيت ژلايى دايکوبابان فە و ئەف زارۆکە دى ژ قوتابخانى رەقيت.

۵- ژينگەھەك نەھاريكار كو زارۆك ھەست ب ھيى و گەشبينى بکەت:- ئەف جورە ژينگەھ لەجى ھيىيى بيھيى بوونى بو زارۆكان پەيدا دکەت، و ھزريں رەشبين دکەت د سەرى دا، ئەف خالە ۋەل زارۆكى دکەت باۋەرى ب خۇ و بشيانين خۇ نەمينت و ھەولا گوھورينا خۇ نەکەت و ھەر بەرەف پاشقە بچيت.



۶- ب کارئینانا شاش بۇ تشتى:- گەلەك جاران دى بينى زارۆك تشتى خۇ شاش بکاردينت، ۋەك شکاندنا ياريان، يان گەنج شاش

موبايلى و ئەنترنيت و كومپيوتهرى بکاردينت، يان شاش بکارئینانا دەرمانان يان دەرمانين بى ھوشکەر... سواربوونا ماتورسکلى و ھەست ب مەترسى يى ناکەت. ئەف مەترسى پتر ل دەف دايک و بابان پەيدا دبت ۋەکو ل ويئەى ديار.

۷- پاشگوھ ھافيتن ژلايى خيزانى:- گەلەك جاران زارۆك دمالى دادھيت پاشگوھ ھافيتن، ژبەر زەلامى دوو ژن ھەنە و ژنەك دگەل زارۆكان پاشگوھ ھافيتيه،



يان دايك توشى ئىشىن دەرۋونى بوويە، گىرنگىي ب زارۋكان نادەت، يان دايكى ئاريشە دگەل بابى ھەنە نەشىت بابى، بەلى دشىت زارۋكىن وى پاشگوھ ب ھافىژت، ۋەك جورەكى تولقەكرنى.

۸- چىكرنا گرۋپەكى بۇ ئەنجامدانا كارى خراب:- ھەر كەسەك دەما دبىت ئەندام دقى گرۋپى دا بى سەرۋكى خۇ چ كاران ئەنجام نادەت، ئانكو وى چ كەساپەتيا خۇ نىنە، چ برىار نىنە، برىار ژ سەرى دەھىت دقىت ئەو بچھ بىنن، ھوسا ئەف زارۋك يان گەنج دبىت نامىرەك بدەستى وان چەوا وان دقىت ۋەسا دەن كارى.

۹- سەربورېن زارۋكى دگەل پاسايى:- دەمى زارۋك يان گەنج توشى فارىبوونى دبىت دگەھت دەستى پوليس و دادگەھى و توشى گەلەك دەردەسەريان دبىت و ژلايى فەكولىنى فە گەلەك سەربورېن نەخوش بۇ پەيدا دبن، دەما دگەھت دەھولا زىندانى دا گەلەك كەس ھەنە فان سنىلان (ئىستغلال) دكەن، ۋەك ژى ستاندنا پارى وى يان خوارنەك بۇ بەھت ژى دستىنن، توشى گەلەك كارېن كرىت دبىت، و سەرەدەرىەكا زۆر خراب دگەل دا دەھت كرن، ئەف كەس ژى گرۋپەكە دناف زىندانى دا ب فەشارتى كار دكەن، يان ئەگەر ئاشكەرا ژى بىت، ھەر رۆلى خۇ ھەيە.

۱۰- جفاكى خەمسار من شولە پى يە:- گەلەك جارن دى بىنى ھەر كەسەك دى بىژت ما من شولەپى يە، ئەو نەكارى منە، ئەو نەئاريشەيا منە، ئەف جورە ئاخفتن گەلەك خرابن و كارتىكرنى لسەر ئافاھىي جفاكى دكەن چ زارۋك، گەنج، يان پىر بن، مەرەم ژى كەسى گوھورېن بۇ نەخەمە، گەلەك گوتىنېن مەزنان لسەر فى ھەنە (بلا سەد سەر بچن دكولافەكى دا) (ئەگەر جىھان بىت دەريا نادەت گوزەكا وىرا) مەخسەد ژى چ رویدەت بۇ نەخەمە.....

۱۱- دەمى زارۋك بتنى دژىت:- تايبەت ئەف زارۋكىن گەلەك توشى ئاريشەيان دبن، توشى جورەك خەموكىي دبن، ھەز دكەن ژيانا خۇ بتنى بورىنن، بى ھەفالن ئەف جورە زارۋك پتر دەمەترسىي دانە.

۱۲- خىزانان ژبەر ئىكچووى:- گەلەك جارن خىزان ژبەر ئىكچىت، چ ئەگەر بەردان بىت و يان ژىكفەبوون، فرە ژنى دخىزانى دا، يان زەلام دوو جاركى

ژنئىنايە و ژن دوو جارگى شويكريە، دقان ھەمى حالاتاندا دناف بەرا ژن و مېرادا زارۆك دبىت قوربان، يان ھەقژين ھەردەم ب شەر دچن كارتىكرنەك خراب دكەت لسەر رەوشا زارۆكان، ئەگەر زارۆك دگەل داىكوبابان بژين، كارتىكرن خرابترە، ئەگەر زارۆك دگەل لايەنەكى بتنى ژيان چ باب يان داىك، زارۆك دبىت قوربانى ھەقركيا ژن و مېران، يان زارۆك بژين پشتى داىكوباب لسەر كىشەيىن ناموسى ھاتين كوشتن، ئەف زارۆكە ھەر ھەست بگونەھى و شەرمى دكەت، و خرابترە ئەگەر بزانت نە ژ بابى خو ىە، لقيرە جفاك سەردەريەكا خراب دگەل دا دكەن، دەمى دبىژنى (خودى دزانىت تو كورى كىي) ھون زارۆكين فلان كەسى نە، (ھون ژى دى وەك داىكوبابىن خو بن) بقى رەنگى تەحنا ئاراستە دكەن، قىجا دى ھەست كەت كو خالەكا رەش ب ناف چافا فەيە، ژبەر ھندى دى ھەولەت تولا خو ل جفاكى فەكەت و دى بيتە گونبەرەكى ب نافودەنگ، ئەگەر ئەم بەيىن ئەف كەسپن فاريبووى و تاوانبار وەرگرن پترىا وان ژ خيزانىن ژ بەر ئىكچوى ھاتينە.

۱۳- دقېت زارۆك كاركەت: زارۆك دەما كار دكەت چافى وى پتر فەدبن، زيرەكتى لى دەيت، دشىت ل پاشەرۆژى بەرپرسیاتيا خو وەرگرت، چونكە دزانىت چەوا بوخو پارا كومكەت. بەلى ژلايى دىقە كارتىكرن لسەر گەشەيا وى يا لەشى و دەروونى دكەت، خورتى گەلەك لى دەيت كرن، فيرى گەلەك كارين خراب دبىت، دژينگەھەكا خراب دا دژيت، ب زارۆكىنى ژ بەر كارى قوتابخانى دەيت، ژبەر كو دەما ديت بو خودان پارە نەشيت بى پارە بژيت، پاشەرۆژا وى يا خواندنى تىكدچت.

۱۴- دراڤى مەزاختنى يى كىمە: ئەفە پەيدا دبىت ئەفین بەيقيا ئىك ژيدەرى ژيانى فە، وەك مووچە چ پرۆژە نينن، پترىا خيزانىن ھەزار گەلەك زارۆك ھەنە، نەخويندەفانن، زور ئيش لى ھەنە بى چارەسەرى، نەشيت پىدقپين زارۆكان دابىن كەن، نەشپن، خوارنا باش پەيدا كەن، دەرنىخستنا خيزانى بو سەيران و جھين دلشەكەر يا كىمە، ئەفە ھەمى بارى زارۆكى گران دكەن ژلايەكى فە و ژلايى دىقە گەلەك شەر و شيق دنافبەرا ھەقژينان دا پەيدا

دبن، دوماھییَ یان بہردان چيَ دبیت، یان ژیکفہدبن، یان ژی توشی  
توندوتیژی دبن، و ئەف ھەمی خال کارتیکرنیَ لسەر ئافاھییَ جفاکی دکەن.  
ژبەر ھندیَ لسەر دەولەتیَ پیدفیه سیاسەتەکا جفاکی یا کاری ھەکیم بیت،  
بزانت دیَ چەوا فان ناریشان دەستنیشان کەت؟ ھەر ناریشەک دیَ کیش وەزارەت  
پیَ رابیت و فەکولین لسەر فان ھەمی دیاردان بەین کرن و مافی زاروکان بەیتە  
پاراستن، چونکە ئەون پاشەرۆزا گەلیَ مە.

**من مفا ژ برنامیَ الصدیق کویت سکوپ دیتیه.**



## كارتىكرنا دايكو بابا لسەر زارۇكان

بۇ بىر ياردانا ھەلبىز ئارتنا ھەقزىنى دايكوباب لژىر گەلەك ھۆكاران داخبار دىن،  
وھك ژىنگەھا تىدا دژىن، چ ئەف ژىنگەھ خىلەكى يان ھەقچەرخ بىت، كومەكا  
خىزانان دخانىەكى مەزن فە بژىن وھك، كەلھىن لەشكەرى، شوقە و خانىن جودا  
جودا، فان ھەمىيان ھەر ئىكى ب رەنگەكى كارتىكرنا خۇ ھەيە.

ئاستى ئابورى گەلەك كارتىكرنا خۇ ھەيە، دەمى خىزان يا ھەژار و بەلنگاز  
بىت دى زارۇك فوتابخانى ھىلن و لسەر جادان كار كەن، شەر و شىق دناف خىزانى  
دا پەيدا دىن، دايكوباب نەشىن پىدقېيىن خىزانى يىن سەرەكى دابىن كەن، دىبىتە  
ئەگەرى بەردانا ژنى و ھاتنا ژنابى يان زىبابى دخىزانى دا و سەدان دەردەسەرى  
پەيدا دىن، زارۇك دكەفەنە كولانا، گەلەك جاران دايك توشى ئىشىن دەروونى  
دىن، زەنگىنىي ژى ئارېشەيىن خۇ ھەنە، كورپىن زەنگىنان توشى گەلەك ئارېشەيان  
دىن وھك مەى فەخوارن، تىكەلىا ژنىيىن دەھمەن پىس، گەلەك ئارېشىن دى، وھك  
رويدانىن ترومبىلان.

رەوشا سىياسى يا نە ئارام كو دىبىتە ئەگەرى پەيدا بوونا ھەقركىي دناقبەرا  
خەلكى دا چ لسەر بىياتى پارتىياتى، نەتەوھى، ئاينى، ئەفە ژى دىبىتە ئەگەر كو  
كوشتن زور بىت و خەلك بەيىتە قىركىن، ئەفە بۇمە باش خۇيا بو دەمى ھەقركىيا  
مە دگەل ھوكمەتا ئىراقى، يان ھەقركىيا مە ب خۇ، لسەر ئاستى كوردستانى،  
چەند ئارېشە پەيدا بوون، زەلام ھاتنە كوشتن و ژن مانە بىژن و زارۇك مان بى  
سەمىيان، بەرقرار بوونا ئاشتىي دى ھارىكار بىت بو زقراندنا گەر ماتىي بو  
گىيانەكى لاواز، برۇژە دكەفن كارى، خەلك فەستا وەلاتى دكەت. بەرۇفاژى لدەمى  
ھەقركىيا لەشكەرى خەلك ژ رەوشا خراب درەفن، چۇنكە پارە دەيىتە مەزاختن بو  
بەروكىن شەرى، پرۇژە ھەمى دەيىن راوستان و گرانى پەيدا دىبىت، بتنى رىژەكا  
كىم مفادار دىن، كو دىبىزنى بازىرگانىن شەرى.

چەند ھەفرکی دناڤ جفاکی دا ھەبیت، دئی رەنگفەدانا خو لاسەر کەسایەتیا دایکوبابان کەت، چ ئەف ھەفرکی یا ئاینی، نەژادی، رەگەزی، نەتەوہی بیت.چەند رەوشا سیاسی یا باش بیت دویر ژ ھەفرکی یی و کومەلگەھ یی فەکری بیت، دئی رەوشا زاروکان یا باش بیت، ئەگەر مە پاشەرژا خو بقییت، دقیت ئەم گوھداریا زاروکان بکەین و مافی وان ب پاریزین، بەرؤفازی چەند ھەفرکی ھەبیت، رەوشا سیاسی یا مژەوی بیت زارووک و دایکوباب دئی درەوشەکا خراب دا ژین.

لقیرە من دقیت بەحسئ ھندەک جورین دایکوبابان بکەم کو کارتیکرن لاسەر رەوشا زاروکان ھەبیت:-

۱- بابی مەیفەخوړ:- ئەگەر باب یی مەیفخوړ بیت کارتیکرنەکا خراب لاسەر رەوشا خیزانی ھەبیت، دئی درەنگ زفریتە مال یان نا زفریت، دئی ل زاروکیڼ خو دەت، دئی توندوتیژی دگەل ھەفرینا خو ب کارئینت دەمی بەرەفانیی ژ زاروکان دکەت یان داخوازا مافی خو دکەت، ژلایەکی دی فە کارتیکرنی لاسەر خیزانی دکەت ژلایئ ئابووری و جفاکی فە.

۲- بابی قومارچی:- ئەفە ئاریشەک دیبە، کو زەلام توش دبیت و نەشیت دەست ژی بەردەت، بەردەوام ھندی درافی ھەبیت قوماری فە دەمەزخت، خیزانا خو پاشگوھ دەفایژت، زور بەی جارا قومارچی و مەیفخوړ کریدارن، وەک پشیکئی ھەر روژ زاروکیڼ وان دەفیدانە ژ فی تاخی بو یی دی ژ قەرداران درەفن. عەرەب دبیزن (چوار تشت مالا زەلامی دەھریڼ ژن، قمار، مەمی و نیچیر) قومار و مەمی وەک دوو زاروکیڼ جیمکن ھەر یی دگەل ئیک.

۳- بابی گونەھبار یان یی زیندانی:- دەمی باب دەیتە زیندانکرن و تاییبەت ئەگەر کارەکی نەرەوا ئەنجامدا بیت، دبیت خالەکا رەش ب ناڤ چافان فە و چافین بنەمالا وی کو ب ئینگلیزی دبیزنی ستیگما یان شەرمزاری و ھەردەم ئەف زارووک شەرم ژ خو دکەن ژلایەکی فە، و ژلایئ دیفە کەسوکار خو ل ئاریشا وان ناکەن خودان و کارتیکرن پتر لاسەر ھەبیت.

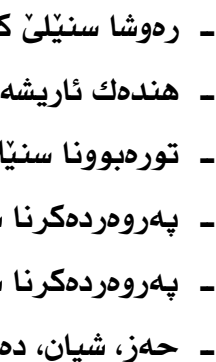
۴- دایکوبابیڼ توشی ئیشین دەروونی دین:- ئەفە ژی گەلەک کارتیکرنی ل زاروکان دکەن، ئەگەر دایکوباب خەموکی بن، دئی زارووک ژی خەموکی بن، ئەگەر نیگەرانی ھەبیت یان (الوسواس القہری) دبیت زاروکیڼ خو گریدەن،

- چونکه ژ زارۆكان ترسن دهرکهفین، نهکو ترومبیل بکوژیت یان بمرن، پاراستنهکا ئیکجار زۆر کو زارۆکان ژى توشى ئیشین دەرورنى دکهت.
- 5- بابی ههردهم نه ئامادهبووی دخیزانیدا؛- وهک کهسانین کاری چهکداری دکهن و بازرگان، زارۆک پهروهردا دروست ناوهرگرن، چونکه زحمهته دایک ب رۆئی بابی رابیت ویی دایى ژى ههرهسا باب ل دهرقهی وهلاتی بیت.
- 6- دایکا گهروک؛- گهلهک جورین دایکا ههنه گهروکن، زارۆکان ل مال بتنی دهیلن و پاشگوه فه دهافیژن، مالا وان ههردهم یا پیسه و یا بیسهروبهره، دبیت ههفزینی ب دل وان نههاتیه کرن، و زارۆک و مال و میر ل بهر د رهشن. لقان ههمی رهوشین مه دیارکرین چافدانهکا باش ههبت، ژلایى چافدیریا جفاکی و ههمی دهمزگههین پهیهوهندیدار و دقیت ئەفّ حالهتین نوی دهین دمهیدانیدا، یاسایین نوی بو دهرکهفن.
- 7- دایکا دههمه ن پیس؛- ئەفی کارتیکنهک خراب ههیه و تایبهت لسه رهگهزی می کو چاف ل دایکا خو بکهت و خرابیا وی لسه کوری کارین خو ب ریکا کوری نهجامدهت ژ بهر هندی مه گوئی بوویه ژن دگهل کوری یان کچی هاتیه کوشتن...





# دهرگه هئی سیی

- 
- رهوشا سنیلّی کورد
  - هندهک ئاریشه یین گه نجان یین گرنگ
  - توره بوونا سنیلان و چاره سهری
  - پهروه ده کرنا سنیلان د چاخّ نوکه دا
  - پهروه ده کرنا سنیلّی داهینه ر
  - چهز، شیان، دهرفهت



## رەۋشا سىنلى كورد

سىنلەيى:- ئەو قوناغە يا دكەفیتە دناقبەرا زارۆكىنىی و پىگەھشتنى دا، كور ل ژيى ۱۳ سالى و كچ ل ژيى ۱۲ سالى دبیت سنیل و ھەتا ژ ۱۸ سالى كىمتر. ئەفئ قوناغى گەلەك گوھورین لسەر ھزر و ھەستین سنیلی پەيدا دبن، دەستپىكا پەقینا شیانین مرؤفبنە، و ژلايى لەشى ژى فە گەلەك گوھورین لى پەيدا دبن، و ئەف گوھورین ژ رەگەزى نیر بوى مى دژىكجودانە.

لەھمی وەلاتین جیھانى مرؤف وەك ئىكن، چۆنكە خاسیەتین مرؤفایەتى وەك ھەفن، بەللى ھندەك ھۆكار ھەنە دبنە ئەگەرئ جوداھيى دناقبەرا جفاكان دا. ئەگەر ئەم بەھسى سنیلی ئەورۆپى بكەين، ژبەر كو ئەورۇپا ژ كیشوهرین پىشكەفتى یە، و بەھسى سنیلی ئەرەب ناكەين، چۆنكە كاودانین مە و ئەرەبان نيزيك ئىكن. گەلەك خالین جوداھيى ھەنە دناقبەرا سنیلی كورد و یى بیانى دا.

۱- سەربەستى:- سنیلی ئەورۆپى پتر نازاديا دەربرینى، كارى، خواندنى، وەغەرەئ ھەيە.

۲- دەمى سنیلی مە ژيارا سنیلی ئەورۆپى دبیت توشى خەموكى یى دبیت، ژبەر وئ خوشيا ئەو تىدا دژين، و گەلەك ھەولدن خو بگەھينن ئەورۇپا.

۳- سنیلی ئەورۆپى پتر باوهرى ب خو ھەيە، و خو دەھىلت بەھييا خو فە و ئەفە ژى دزفرت جورئ پەروردا وان وەرگرتى ژلايەكى فە، و ژینگەھى ئەو تىدا دژيت ژ لايى دىفە. ژبەر ھندى كەسايەتیهك بەيز ھەيە، و ئەف باوهرى ژلايى خيزان و جفاكى بو پەيدا دبیت..

۴- سنیلی ئەورۆپی ب تئشەکی سادە ژیارا خوۆ خوش دگەت و دەمی وی یی ریڭخستیه بوۆ کاری و لایەنی رابورانندی (ترفیهی). و ژ خوۆ دگرت هەمی کاران بگەت، چونکە ب هزرا وی کاری پافژ هەر کارەك بیت پیرۆزیا خوۆ هەیه.

۵- سیستەمی ئەو تیدا دژین هاریکارە بوۆ سنیلی کو سەرکەفتی بن بەرۆفاژی جفاکی مە، سیستەمەك كەفن و نەهاریکارە.

### هۆکارین کارتیکرنی لسەر سنیلی دگەن

گەلەك هۆکار هەنە کارتیکرنی لسەر ژیان سنیلی دگەن، و دبیت ژیارا وی سەرۆبن کەن، ئەف هۆکارە جارا ژیارا وی بەرهف باش دبەت و ئاستی وی بلند دگەت، جار زی ژوردا دئینتە خواری و بەرهف لاوازی دبەت.

۱- خیزان و کاودانین دەستپیکى: هەر پینج سالین دەستپیکى کارتیکرنەك مەزن لسەر کەسایەتیا زارۆکی هەیه، ئەفە هاتیه خوۆیا کرن ژلایى فەكولەرین جفاکی و دەروونی فە، و تایبەت زانا (سیگموند فروید) و ئەف رویدانین ل فان سالین دەستپیکى پەیدا دبن، کارتیکرنەك ئیکجار زۆر لسەر کەسایەتیا زارۆکی هەیه، مەرەم نینە ئەگەر ئەف پینج سال چوون ئەم نەشین چ کاری ئەنجامدەین بەلکو فان هەر پینج سالان گرنگیا خوۆ لسەر کەسایەتیا زارۆکی هەیه لقیڕە سی خال هەنە:

■ ئەگەر دایکوباب هەبن و زارۆک ژلایى وان فە بهیتە پاراستن، هەکە رویدان چپین زی کارتیکرنا وی کیمە چۆنکە، ئەف دایکو باب وەك مەرتالی نە بوۆ زارۆکی ژبەر هەبوونا روۆ وان یی کاریگەر بوۆ پاراستنی و زارۆک هەست ب ئەمانەتی دگەت.

■ ئەگەر دایکوباب مری بن، پاراستن ژلایى دایکو بابان فە نینە دەمی رویدان چپیدن، کارتیکرنا وی پترە و زارۆک توشی ئاریشی دبیت، پاراستن زی نینە، بەلی دبیت ئەف زارۆک هەوارا خوۆ بگەهینت هەندەك کەسوکارین خوۆ ژ لایى دایکی یان بابی فە.

▪ ئەگەر دايكوباب زارۆكى خۇ پاشگوھ باقىژن يان ليدانى دگهل بكاربينن، و پاراستن نينه مه بهست پاراستن نينه بهلكو ئەقى پاراستنى دكهن توندوتىژى دگهل زارۆكى ب كاردئينن، و كهس نينه زارۆك هه ورا خۇ بگه هينتى، ئەف مهرتالى مه ژى گوتى هاته شكاندن، هه كه مهرتال هات شكاندن هزر بكه ههر جوهره كى ئاريشى دناف خيزانى دا پهيدا بيت، هندهك جارن بابى كچا خۇ يا كرىتكرى و دهستدرىژيا سكسى يا دگهل كرى، ئەف نه خوشترين و ب زحمه ترين ئاريشه نه بو چاره سهركرنى، نه بتنى ل كوردستانى بهلكو ل ئەورۇپا ژى.

۲- **بنياتا زارۆكى يان پىكهاتى كه سايه تى**:- ئەگەر زارۆك ژلايى ساخله مى فه يى باش بيت و دى كارتىكرنهك باش هه بيت، به لى ئەگەر ههر يى نه ساخ و لاواز بيت دى كارتىكرنى لسهر كه سايه تيا وى و رهوشا خيزانا وى ژى كهت.

۳- **قوتابخانه**:- دهيت هژمارتن مالا دووى بو زارۆكى بيگومان قوتابخانى كارتىكرنا خۇ هه يه و تايبهت ئەگەر پهروه دهكا باش هه بيت، دى پتر ئەف كهس يى هشار بيت، قوتابخانى رۆله كى گرنك د ئافاكرنا كه سايه تيا زارۆكى دا هه يه، ئەگەر ماموستا يى سهركهفتى، پهيره وى (منه ج) خواندن يى گونجاي و هاريكاريا دايكو بابان هه بيت.

۴- **راگه هاندن**:- ئەف دهيت هژمارتن دهسته لاتا چوارى، ئەگەر راگه هاندن يا سهريخو بيت دى ئەنجامين باش هه بن، به لى راگه هاندن چارچوفه كرى گرۇقى جفاكى دكتاتوريه، كهس يان سنيل نه شيت داهينانى بكهت. راگه هاندنى كارتىكرنا ئيكجار زور هه يه لسهر كه سايه تيا سنيلي، ئەف دراوه ستيت لسهر جورى راگه هاندنى و ئاستى هشاريا خهلكى، راگه هاندن دروست دشيت چه زين گهنجان بجه بينت نمونه، وهك ريكا ستيرا يان من جياوازم و تو نمونه و گه لهك پروگرامين دى..

5- **دسته‌لالت و هیژین سیاسی**:- خرابترین سیستم باشزه ژ بی سیستمی، بهی هه‌بوونا گه‌له‌ك دسته‌لاتان هه‌بوونا شونگرین دی، چونكه هه‌می گاڤا مروّف دی به‌رهنگار بیت، هه‌فرکیا هیژین سیاسی کارتیکرنه‌ك نه‌ریتی لسهر كه‌سایه‌تیا سنیلی هه‌یه، بهی هاریکاریا هیژین سیاسی دی بن نه‌گه‌ری پیشكه‌فتنا جفاکی.

6- **بیروباوهرین سنیل باوهری پی دئینت**:- نه‌ف بیروباوهره نه‌گه‌ر پاشقه‌مای بن، دی بنه نه‌گه‌ری پاشقه‌مانا وی جفاکی و دی پاشقه‌فتی مینت، بهی نه‌گه‌ر نه‌ف بیروباوهر دقه‌گری بن و سنیلی میشكه‌کی فه‌گری هه‌بیت، دی بیته نه‌گه‌ری په‌یدا بوونا جفاكه‌کی پیشكه‌فتی.

### **هوکارین کارتیکرنی لسهر نا‌قاهیی خیزانی دگه‌ن**

1- **جوری په‌روم‌ده‌گرنی**:- نه‌فی کارتیکرنا خو لسهر كه‌سایه‌تیا سنیلی هه‌یه، سنیل دخیزانه‌کی دا بژیت په‌روم‌ده‌گرنی وی لسهر بنیاتی دیموکراسی بیت، دی فیری دیموکراسیه‌تی بیت. و دكتاتوری بیت دی بیت دكتاتور..

2- **دهمی سنیل پی فاله**:- نه‌گه‌ر دهمی وی ب دروستی نه‌هیت بكارئینان، دی تیکه‌لیا هه‌فالین خراب كه‌ت، و به‌ره‌ف فاریبوونی و تاوانی فه‌چیت، و دیفچونا فلمین شه‌را و سكسی، نه‌فه‌ف دی بنه نه‌گه‌ر كو زارۆكه‌کی شه‌ر كه‌ر په‌یدا بیت، یان ته‌حرشكرنا جنسی بكه‌ت و دی پتر هه‌زین وی ئاریین.

3- **نه‌گه‌ر دایكوباب توندوتیژی دگه‌ل زارۆکی بكاربینن**:- دی زارۆكه‌ك دوژمنكار یان فه‌كیشوك بیت و دی خو فه‌ده‌ر كه‌ت.

4- **دایكوباب خه‌مساریی د ژيانا زارۆکی دا بكه‌ن**:- كو زارۆکی خو پاشگوه‌ بافیژن نه‌ف زارۆكه‌کی دی توی لغان دایكوبابان فه‌كه‌ت و داخواز و فه‌رمانین وان جیبه‌جی ناكه‌ت و دی كارین خو پاشگوه‌ هافیژت.

- ۵- ئەگەر دخیزانى دا پېشەوا نەبن:- بەھرا پتر زارۆك و سنیل دىقچوون و چافلیكرنا ستیرین جیهانى دكەن چ دوارى وەرزشى، سینه مایى، ھونەریدا.
- ۶- دەمى گەلەك داکوكى لسەر لاپەننېن ئاينى بەھیتە كرن:- ھندەك جارا دبیتە ئەگەر ئەف سنیل ژ ئاينى كویشى بیت. بىنى كورى كەسەكى نافدارە و دیندارە بەلى نەئى دیندارە.
- ۷- پیدفیبین سنیلی پیت سەرەكى نەھینە تیركرن:- دى ھەولەت بەندەك ریکین دى تیركەت چ دروست یان شاش بن، و شاشین سنیلی ب گرانى لسەر دراوہستن و جاران بوویە ئەگەرى كوشتنا سنیلی، چ بدەستى خیزانا وى یان خیزانا ژنى یان كچى، یان ھاتیە زیندانكرن بۆ ماوہكى دریز.
- ۸- دایكوباب نەرازى بن لسەر جورەكى پەرورەدى:- ھەر ئىك بۆ خۆ زارۆكى بكیشت ئەف زارۆك دى د بەرزەبونەكى دا ژیت و دى كەسایەتیەك ھەقدژ و نەئارام بۆ پەیدا بیت و نزانن گوهى خۆ بدەت كى، دى دەھفركیا دا ژیت و نزانن كى دروستە و كى شاشە. ھەفركیا دایكوبابان لسەر جورى پەرورەدى دى كارتیکرنى لسەر زارۆكى كەت، چۆنكە دایكوباب بۆ سنیلی پشتهفانن.
- ۹- ریکین راگەھاندنى:- وەك سەتەلايت، موبایل، ئەنترنیت كارتیکرنەك زۆر ھەيە لسەر ژيارا سنیلی.
- ۱۰- بیکارى:- یان كار بكەت و پیدفیبین وى یین سەرەكى تیر نەكەت، كار كەت یان نە گەلەك گوھورین نینە، ژبەر ھندى سنیل ھەزا كارى نینە، بیکارى دناف ھەر جفاكەكى دا ئەردى قەلەوہ بۆ فاریبوونى و تاوانى.
- ۱۱- گەلەك دەزگەھ دەرکەتینە و ھەر دەزگایەكى رولى خۆ دناف جفاكى دا ھەيە، وەك دەزگایین خواندنى، لەشكەرى، ئابوورى، جفاكى، و گەشتوگوزار....
- دقیقەت دادى ھەبیت دەمى ھاریكارى بۆ فان دەزگەھا دەھینە كرن نە گرنكى بدن دەزگایەكى لسەر کیستى دەزگایەكى دى، بلا ھەمى دەزگا پېش بكەفن وەك

ئىك بەرەف پېشقە چوونى فە بچن، ئەگەر نە دى جفاك ژبەر ئىكچىت ھندەك  
لايەن دى پېشكەفن و يىن دى دى پاشقە مینن، حوكمەتا ئىراقى كەتە د ئەفى  
شاشىي دا دەمى گرنكى ب كەرتى لەشكەرى دا و دەزگايىن دى پاشگوھ ھافىت و  
دكەرتى لەشكەرى ئەفى گرنكى پىدا شكستن دىت.



## ھندەك ئارېشەين گەنجان يىن گرنگ

### ئىك :- نەبوونا نەخشكىشانى

ژ ئارېشەين سەرەكى كو گەنجى مە توش دىبىت، نەبوونا نەخشانانى يە بۇ رېشەبىرنا ژيانا خۇ و پىتر بەرى خۇ بدەت پاشەرۇژى كا پ چ رەنگ بژىت، لقىرە فەرە ئەم ھندەك تىرۇژكا بەردەينە لسە ر نەخشكىشانى و جورىن وى.

نەخشكىشان ئىك ژ ساخلەتتەين چەرخى نوپە، ئەفە نە بەس بۇ دەولەتان بەلكو ھەتا لسەر ئاستى خىزانى و كەسوكى، پەيام و ئارمانجىت خۇ ھەنە و دقىت بەين بجه ئىنان.

### جورىن نەخشكىشانى:-

- ۱- نەخشكىشان كومەلى:- ئەف جورە نەخش ھەمى لايەنەين جفاكى فەدگىت، چ ئەف لايەن (مادى بن يان معنوى). و مەرەم ژى دماوەكى دا كومەلگەھى بگوهورىن ژ قوناغەكى بۇ قوناغەكا باشتر.
- ۲- نەخشكىشان جفاكى:- ئەفە ب لايەنەين جفاكى فە گرېدايە، و ئاستى پەرورەدى بەرز دكەت، رەشتەين خراب بەيلىت و يىن باش لجهى وان بچىنت.
- ۳- نەخشكىشان ئابوورى:- مەرەم ژى رېكخستنا ئارمانجايە، وى مروقى بەرھەف كەت و سامانى بەمەزىخت ل نوکە و پاشەرۇژى ب باشترىن رىك لدويش ئارمانجىن مە.
- ۴- نەخشكىشان رەوشەنبىرى:- دانانا ھندەك دەزگايىن رەوشەنبىرى و خورتكرنا رولى وان دناف جفاكى دا، و لەھمى دەفەرەين ھەرىمى و بى جوداھى.

۵- نه خشکیشانا کارگپیری- پهیدا کرنا دمهرفهتا دناف جفاکی دا، و دیار کرنا لایه نیین بهیز و لاواز، شروفه کرنا ئاریشه و مهترسیا ئهقین دبنه ئاستهنگ دریکا ریقه برنا کاری دا.<sup>(۱)</sup>

## دوو:- بیکاری

ئهفی بابته گرنکیا خو ههیه، بو ئهف کهسین بیکار. بیکاری ئاکامین جفاکین خراب ههنه، و گریداینه ب:-

۱- داهاتی. کهسوکی

۲- جهی کهسی دناف جفاکی دا

۳- ریزگرتنا کهسایهتی

## پیشانا بیکاری

پیشانا بیکاری بزحمهته ژبه ر کو مه چ تومار نینن لسه کهسین کار دکهن، هنده کهس دانهک روژی کار دکهن، و هندهک روژی تهمام، گهلهک ژن و زاروک زی کار دکهن، گهلهک ههنه بهس راهینانا (تدریب) دکهن و گهلهکین دی نهخوشن، پیشهرین بیکاری جودانه ژ جفاکهکی بو جفاکی دی.

## کارتیکرنا بیکاری:-

### لسهر کهسی

- ۱- ژ دستدانا بهایی کهسایهتی چونکه خهک ب چافهکی کیم ریزگرتن بهری خو دهتی مهزن دبیزن (شولکه ری خو به خوشتقیی خهکی به).
- ۲- ههژاری یا گریدایه ب رهوشا ساخله میا خراب فه، چونکه دهمی نهخوش گهلهک درافی ل ساخله میا خو ه دمه زخیخت.

---

(۱) التخطيط الاجتماعي - د. عادل شکاره د. عبدالنعم حسن ۱۹۹۲ بغداد لاپه ره ۵۳.

## لسهر خیزانی

- ۱- هه‌زاری و په‌یدا‌بوونا ئاریشه‌یان و کارتیکرن لسهر زارۆکان د خیزانی دا.
- ۲- توندوتیژی د خیزانی دا رویده‌ت.

## لسهر جفاکی

- ۱- پاره ژلایی دهوله‌تی فه لسهر که‌سپن هه‌زار دهین مه‌زاختن، ئه‌فه کارتیکرنا خوه لسهر بودجا دهوله‌تی و گه‌شه‌پیدانا جفاکی دکه‌ت.
- ۲- ریژا ئاریشه‌یی جفاکی بلند دبن وه‌ک کارین نه‌ره‌وا و بیهوشکه‌ران.
- ۳- کارین دژی جفاکی و ئاستی تاوانی زیده‌ دبیت.<sup>(۱)</sup>

## سیی: - ئاریشه‌یی سکی

ئاریشه‌یی سکی ژ ئاریشه‌یی گرنگن دژیانا گه‌نجان دا، و گه‌له‌ک جارن کاکلکا ئاریشه‌یی یه، و ئاریشین دی ژ ی په‌یدا دبن. و جارن سکس به‌ری گه‌نجی ده‌ته تاوان و فاریبوونی. گه‌نج ل هه‌می جیهانی ب ئه‌قی ئاریشی فه دگری‌داینه، و هه‌ر جفاکه‌ک لدویف ره‌وشه‌نبیریا خو سه‌ره‌ده‌ریی دگه‌ل دکهن. سکس تشته‌کی سرۆستی یه دژیانا مرۆقی دا، و ئه‌گه‌ری به‌ردوام بوونا ژیان یه، به‌لی دفتی سکس دچارچوفه‌کی ری‌کخستی دا به‌یت بکارئینان یان دی ئاریشه‌ په‌یدا بن، نه‌بتنی سکس به‌لکو هه‌ر تشته‌کی نه‌ری‌کخستی ئه‌نجامین خو یین خراب هه‌نه. خه‌ک گه‌له‌ک ب لایه‌نیین سکی فه هاتیه‌ گری‌دان، بگره‌ ژ سائیتین ئه‌نترنیتی، گو‌فار و روژنامه، سه‌تلایت و فدیوا.

ل به‌رازیل ملیون و نیف کاری ده‌همن پیسی دکهن. هنده‌ک باند و ره‌شه‌ک (عصابه) ده‌رکه‌تینه هه‌ر سال نی‌زیک (۲۰۰) هزار ژن دکه‌فن توریت وان، و ده‌ین فریکرن بو ده‌وله‌تین روژئا‌فا و تایبه‌ت ئه‌لمانیا. ل ئه‌میریکا هه‌ر شه‌س چرکا ئیک ده‌یت کری‌تکر، و ژ یی هنده‌کا ژ ۱۳ سالا کیمتره. ل ئه‌لمانیا ۲۰,۰۰۰ حاله‌ت هاتینه‌ تومار کرن ل سالا ۱۹۹۵ی. ل فرنسا ۴۰٪ ژ زارۆکان ژ ده‌رفه‌ی ژیان

---

(۱) Sociology Alive- Stephen Moore 2001 page 311.

هەفژینییی پەیدا دبن. ئەف ئاریشهیپن ئەم دبیزن ل هەمی وەلاتان و ل کوردستانی ژى هەنە، بەلئ تشت لدهف مه ناهیتە تومارکرن، ئەگەر بهیتە تومارکرن یا لاوازه و مه ژمیریاری (داتا) نینن، ژبەر لایه نیپن عەشیری، ئەگەر بهین تومار کرن ژى ب زحمەتە بکەفن دەستی مروفی.<sup>(۱)</sup>

### چوار:- نەبوونا باوهری

ژۆر بەی هزر فنان دبینن، باوهری ژ ئەگەرین سەرەکی یه بو سەرکەفتنی. لقی دەمی سەرکەفتن نە باوهری فە گریدایه، بەلکو دووریاتی (تملق)، مروفکانی و گەلەك خالین دی یی دبنه ئەگەرئ سەرکەفتنی، ئەف جورە سەرکەفتن نە راستەقینیه. ومروفی زیرەك دژایهتیا وی دهیت کرن.

گەلەك كەس میژوو وان رهش بوو، بەلئ دزانن چەوا بو خو سپی كەن و خو دگەهینن بەرپرسا و جهی پی خو دکەن، دی بیژن بەرئ ئەم ریکخستین نهینی بوون، ئەگەر رهوشا مه كوردا باش نەبا هەتا ئەفرۆ دا بدویف كوردا فەبن و خەلكی بو خو چەمینن. ئەف كەسین هوسا خو لسەر سەری خەلكی مەزن دكەن و دبیزن ئەف بەرهمی خەباتا مەیه. دبیت كورئ هەژارەکی دی گەلەك خوینت و دی نمریت باش ئینت كورئ ئاغای و یی خودان دەستەهلات دی كورسیکی وەرگرت و یی بواستە ل فوتابخانئ سەرکەفتی.

ئەگەر یاسا هەبیت مافی كەسی بەرزە نابیت. كیم كەس بو خو نەخش دانایه و دی لدویف نەخشی خو بریقه چیت و سەرکەفتنی ب دەست فەئینت. پيشقه چوونا جفاكین مروفايهتی پەیدا بو ژ هەفرکی و هەر كەسەك هەولدهت ژ هەفالی خو زیرەكتره بیت، مروفین زیرەك سەرکەفتنی دئینن لسەر ملین كەسین تەمبەل و دەما ئەگەرین سەرکەفتنی بجه دئینن. ئەف تشتی مه گوتی دبنه ئەگەر گەنجی مه باوهری ب خو نەمینت<sup>(۲)</sup> و هندهك كەسین تەنبەل بەلئ د شارەزا سەرکەفتنی ل بەر ملین مروفین زیرەك دئینن.

(۱) مقالات في مشكلات الشباب - عبدالسلام مدني - ۳، ۲۰۰۲.

(۲) خوارق اللاشعور او اسرار الشخصية الناجحة/د. علي الوردی □ ۱۹۹۶ لندن لاپەرە . ۱۰۹

## پېنچ :- دەمی قالا

مەرهم ژى كانى كەس دەمی چ كار نەبن چەوا دەمی خو دبورينت؟. ھندەك كەس دەمی خو دبورينن و زەوقى ژى چىدكەن نەبەس ژيانا وى يا روژانە بيت روتين نموونە وەرزشى بكتە و ھندەك چالاكيين جفاكى بكتە ھەفركى يان ھاريكارى دناڤدا ھەبيت.<sup>(۱)</sup>

## شەش :- بريارى بده و پەشيمان نەبە

ژ ھەستين خو يين دروست نەترسە، بەرى تو بو ھەڤالان بيژى، بريارا خو بده و پەشيمان نەبە، ئەفا تو ھەستيدكى بيژە دى پتر كەيفخوش بى، ھەستين خو دروست ديار كە و زيڊەروويى (مبالغى) تيدا نەكە. وەرگرتنا بريارى ژ تشتين ب زحمەتە د ژيانا مروقى دا و تاببەت ژيانا گەنجان، ژ بەر كو پاشەرؤژا مروقى لسەر فان برياران دەيت ئافاكرن، وەرگرتنا بريارين شاش دى مروقى بەرھە كارەساتى بەت و ھەتا ئەف بريارە يا بجويك ژى بيت. دقيت بريارين مروقى بلەز نەبن، و بريارا ل دەمی گونجاي بده دا ژيانا تە ئالوز نەكەت. دەمی تو بريارى دەى تو بەر پرسى بەرامبەر خو و خەلكى، دقيت تو بەرھەڤ بى ھەمى ئەنجاما بى ترس و دوو دلى وەرگرى. شيان لسەر وەرگرتنا بريارا سەرگەفتنە د ژيانى دا، گەشبينى تاجا سەرگەفتنى يە، ئەگەر تو جارەكى داکەفتى، جارەكا دى پيکولى بکە، ھندەك ھەنە نەويڤن برياران بدهن، چونكە كەسايەتيةك لاواز ھەيە، دقيت كەسايەتيا خو بهيژ بيخن.<sup>(۲)</sup>

## حەفت :- ھەفرکيا باب و کوران

ژيانا مروقى ژ دەستپيكي ھەتا دوماھيكي ھەفركى يە، ھەفركى دگەل جفاكى، دگەل دابونەريتان، دناڤبەرا باب و کوران دا، لقي سەدى ھەفرکيا کور و

(۱) Sociological Terms and Nations - Dr.Asim Ismail Dr.Sattam khalaf 1989 - موصل. □

(۲) القضايا المعاصرة عند الرجل والمرأة - مهدي عبيد - ۱۹۸۳ - لاڤەرە ۷۱.

باب گهلهك پيش چافبوييه، ژبهر پيشكهفتنا تهكنولوژى و زانستى. كور و باب وهك دوو بهراباين (جبل) ژيکجودا، دوو هزرين ژيکجودا ههنه، تايبته نهگهر باب خو د كهفلوژانكى خو دا ب پاريزت و كور چ بو بورى بابى خو نه دانت و بهرچاڤ وهرنه گريت.

فهكولهر گههشتن وى راستى كو جوداهى دنافهرا باب و كوران ژ نهگهرى ژينگهه و ميژوويى دزفريت. باب ميژوو و ژينگهها خو يا تايبته ههبوو، كور زى ژينگهه و ميژوويا خو ههيه، نهف خاله كارتىكرنى لسهر بيروبوچوونا دكته ژلايهكى فه، و جورى سهردهرى ژلايى دى فه. ژبهر هندى دهم و ژينگهه شوين تيلين خو لسهر كهساياهتيا مروفي دهيلت. (نيمام على) خودى ژى رازى بيت دبيت (كورى) خو لدويش وى پهروهردى نهراكه يا تو لسهر مهزن بوى، چونكه نهو يى د دهمهكى دا دژيت جودايه ژ دهمى تو تيدا ژياى).<sup>(1)</sup>

---

(1) هندىك نهخوشى و گرفتى دهروونى و كومهلایهتى-كهريم شهريف قهرهچه تانى ۱۹۹۹ لاپهره ۸۰ ههولير.

## توره بوونا سنیلان و چاره سهری

هوریس دبیژت: (توره بوون دیناتییه) ئەفین درهنگ ژ قوتابخانی زفری، ژ چافان دیار بو یا توره یه، دایکا وی دوودل بوو، چۆنکه ل دەمی گونجای نه زفری و نه دزانی ل کیری بوو، پینگا ئیکی ههول دا کچا خو ئارام کهت. پاشی ههول دا بزانت چ رویدایه، داکو بزانت چهوا ئاریشا وی چاره سهر کهت. دەستیکی چایهک دگهل هندهک شریناهیی بو کچا خو ئینا، ما چافه ری کچ دەست ب ناخفتنی بکهت. بو دیار بو کو ماموستا وی ل قوتابخانی سزادایه و سزایی وی ده رگه ل گرتیه، ئەوژی وهک دینا ل هاتییه چۆنکه ههست ب زۆرداری دکر.

### هندهک تشتان دفتیه ئەم بهرچاف و مرگین.

سنیل گهلهک جارن توره دبن و تایبته کچ، دبیت ههفال یاریا ب پرچا وی دکهن، ناخفتنی وی فه دگوهیژن، نوکتا لسه ر دبیزن، دهیت لیدان ب دهستی ماموستایان، هزر دکهت مرؤف دئاریشه یین وان ناگههن. توره بوون تشتهکی سرؤشتی یه لدهف هه می کهسان ههیه، به ل ریژا وی یا جوودایه ژ کهسهکی بو یی دی. هندهک ههلو یست وهل مرؤفی دکهن، مرؤف توره دبیت، تایبته ئەگه ر خه مین خو داعو یرت.

دبیت توره بوون ههستهکی خرابکه ر بیت، ئەگه ر زیانی ل کهس و په یوهندیان بکهت. و دبیت ههستهکی ئافاکه ر بیت، ئەگه ر بو کارین باش بهیت ب کارئینان، نمونه مرؤف توره بیت کو پتر بخوینت ژ بهر هه فالین خو داکو نه مرهکا پتر ژ وی وه رگرت. بریارا بدهت هه فالین باش بو خو ب هه لبریت، یان دانوستاندنا خو دگهل دایکو بابان خوشکهت، یان باشتر گوهدانا ماموستای بکهت، باشه ئەگه ر مرؤف ریکی بدهت سنیلی بهرامبه ر مرؤفی ههستین خو یین دروست ده ربیرت.

## سى تىشتىن گىرنگ

- ۱- مروف د تورەبوونا سىلى بگەھىت.
- ۲- ھارىكاريا سىلى بھىتكرن، چەوا تورەبوونا خۇ كىم كەت.
- ۳- ھارىكاريا ۋى بگە تورەبوونا خۇ بگەت تىشتەك باش و بەرھەمدار.  
باشە مروف خۇ دانىت جھى ۋى كەسى، سىل ھەست بگەت مروف د ۋى  
دگەھىت، بۇ ديار كەى تە دقئىت ھارىكاريا وان بگەى، ب رىكا فان پەيفان.  
★ ديارە تويى تورە بووى و شاشيەك ھەيە؟  
★ ئەز ھەست دكەم تىشتەك يى تە تورە دكەت، تو دشىى بۇ من بىژى؟  
★ چەند ئەز دگەل تە دئاخقم ھەست دكەم شاشيەك ھەيە، تو دشىى بۇ من  
بىژى؟  
★ تىشتەك ھەيە تە تورە دكەت، كا جارى روينە خوارى بۇ من بىژە....  
ئەگەر سىلى گوت ئەز يى تورە مە...  
● ديارە تو يى تورەى چ رويدايە!  
● ئەز دزانم تو تورەى، ئەز ھەست دكەم، كا ھەمى تىشتى خۇ بۇ من بىژە...  
● دى باخقە.  
دەمى دەست ب ئاخفتنى كر، ھەولبدە بزانه ئەگەرى تورە بوونى، چ جورە  
ھەست لدەق پەيدا دبىت، ھەولده راستگوى ب ئاخقە.  
★ بو من بىژە.  
★ بەرى خۇ بدى ئەز لقىرى مە ژ بەر تە، چ چىبويە؟  
تە باوهرى ب من ھەيە، تو بۇ من بىژى؟  
من نەقئىت ئەز مايى خۇ ل تە بگەم، بتنى من دقئىت بزائم چ رويدايە تو  
دشى بۇ من بىژى؟  
دەمى تە بقئىت تورەبوونا ۋى بدەى لايەكى، لايەنيىن باش دەستنيشان كە،  
ھەولده تورەبوونا ۋى گرئدە ب جارين بەرى قە و چەوا شيا بسەر بگەقئىت.



بو ته بېژم نهز لوما ژ تهناکه، من زی نهو کور نهفیت، لفره دفتیت تو  
تشتهکی بکهی، بهس ب مهرجهکی خرابی پهیدا نهبیت.

دهمی نهز توره دبم، نهز وهدکه م.

بهری خو بدی، نه م دی توره بوونی کهین پارچه پارچه، نه گهر چیه؟ و بو  
فی نه گهری نه م چبکهین؟

باشه تو بو من ب ناخفی دهمی تو توره دبى، ته دفتیت تو چ بکهی، بهلکی  
نهز بشیم هاریکاریا ته بکه م.

دوماهیکی نه گهر مرؤف دگهل سنیلی د توره بوونی گهشت، نه م دیشین  
هاریکاریا وی بکهین بو تشتهکی باش.

باشه نه م چ بکهین دا نهف توره بوون دوباره نهبیت. چ تشت پتر دگهل ته  
دگونجت.

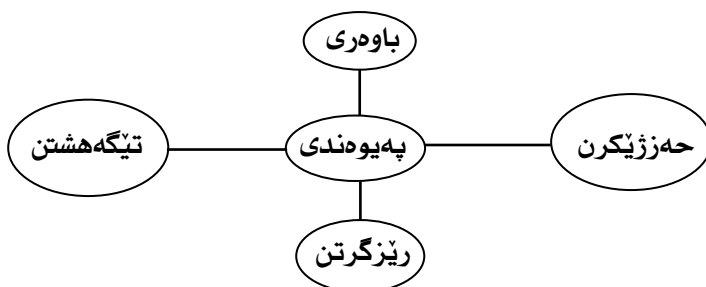
نه گهر خوشکاته توره بوو، دی چهوا سهره دهری دگهل کهی ودی چهوا شیره تا  
لی کهی؟

لیرا ته یه ته رۆژه کی کهسه ک توره کری، ته چ کر؟ و بوچی؟

ههستا وی چهوا بوو بهرامبه ر ته؟ تو دی جارها دی وه کهی؟

دهمی مرؤفی بفتیت خو ژ توره بوونی خلاس کهت، بهرهم زویکا ناهیت،  
بهلکو دم پیدفتیت.

دفتیت نه م جوړه کی په یوهندیان بکهین لسهر بنیاتی چه ژژیکرن، باوه ری و  
تیگه هشتی و ریژگرتنی.



### باش نینه مرؤف بیژت:-

ئەز نزانم بۆچی تو تورەبووی. بوجی تو ژ قەستا تورە دبی. تو زارۆکی. بوجی تە خوۆ نە پاراستی یە. ئەم دئ پاشی ئاخفین نوکە من کارئ هەی. ئەرئ تە چ دقئت، ما تو خوۆ ژ ئاریشا نادەی پاش. من تورە نەکە ئەز ب کارئ خوۆفە مژویلەم. دقئت تو خوۆ بگری. ئەرئ تو ل کیفە یی. دگەل من تورە نەبە. ئەگەر ئەز ل جھئ تە بام من بوۆ وی نەدھیلا. تو مرؤفەکی بی مەژیی.

### باشە مرؤف بیژت:-

ئەز لۆما ژ تە ناکەم، کا هەستا خوۆ بوۆ من بیژە، ئەز د تە دگەهم، دئ با خقە، بلا تە باوەری ب من هەبیت، من دقئت هاریکاریا تە ب کەم، تو د شیئ بو من بیژی، ئەز دزانم تە ئاریشەیهک هەیه.<sup>(۱)</sup>

---

(۱) کیف تقولها للمراهقين، ریتشارد هیمان، ۲۰۰۳ سعودیة لایەرە ۲۰.

## پەروەردە کرنا سنیلان دچاخى نوکەدا

رۆژ ب رۆژ تىشتى نوى يى ديار دبیت، تەکنولوژيا نوکە بى دەستوویری شيايه بچیت دههمى مالان دا، ئەفى کارتیكرنهك مهزن كریه و تايبهت لسەر رهوشتى زاروك و سنیلان، ئەف زاروك و سنيله دههفرکیهكى دا دژین، ژلايهكى فه يى شیرهت و راسپاردا ژ دایكو بابان ومردگرن، و ژلايى دى داخبار دبیت ب هیزا جفاكى ژلايى ئولى و هوزى فه، و فى کارتیكرنهك ئیکجار زور ههیه. دەرگههى تەکنولوژيا نوى، وهك شلقافهك هات دناف جفاكى مه دا بى مه هندەك ئامادهكارى بو كرن، ئەفى شلقافى کارتیكرنهك زور كریه لسەر تهخا سنيله و گهنجان، ژلايهكى ديشه جفاكى مه ب جفاكىن پيشكهفتى فه دهیت گریدان ب ریکا چوونا خهلكى مه بو ژ دهرقه و زفرین وهلاتى خو ب هندەك هزرین نوى، و گهلهك ئاریشه پهیدا کرینه، ئەگەر ئەم دویر نهچن ل سال ۲۰۰۶ گهلهك کلیپ هاتن وینهکرن و بهلافکرن بریکا موبایللى کوکارین نهرهوا لسەر هاتبوون تومارکرن، و ئاریشین جفاكى ژى ژى پهیدابوون و گهلهك کەس بوونه قوربانین قان دیاردان.

ئاریشهیا مهزن یا دایكو بابان، ئەم چهوا زاروكى خو پەروەردەکەن؟ ئەم بیژن دى بهرامبەر جیهانگیرى راوهستن ئەم نهشین، چونکه تو بیژى سهتهلايى ناکرم دا زاروكین خو ب پاریزم و تىشتى شاش نهبینن، دى هەر بینن چ ل مالا ههفسوویا (جیرانا) یان گازینو..... تو بیژى موبایللى بو کورى خو ناکرم دى ریک ههبن پهیوهندیا بکهت، تو بیژى موبایللى بو کچى ناکرم هندەك دى بو کرن، نوکە زوربهى کەسان وایرلیس ههیه و دشیئ ل مال ئەنترنیت ههبیئت. تو بیژى ئەز ناھیلیم کورى من بچیت سوریا یان بهغدا دى ژنن دههمەن پیس ب دەست کەفن، جیهانا نوکە ب ساناهیه کەفتیه، ئەرى چ بهیتهکرن داکو مروفى زاروك ههبن و ل پاشهروژى گوهدار بن. مروف هیژەكى دگیانى وی دا پهیداکەت، بهرگریى ژى بکهت و بقان ریکا-.

**ئېك:- گوهداربهك باش بۇ ھزروبېرېن سنېلە و گەنجان.**

دناف خېزانى دا بهېلە زارۇكىن تە ھەستېن خو ب دەربرېت ب شېوھكى دروست، و تايبەت ل قوناغا سنېلى و گەنجاتى يى دا و مروّف وەك ھەفال دگەل بژىت، بزانه دى چەوا سەرەدەرىي دگەل كەى ھەز چ ھەيە كەرب ژ چ فەدېن.

**دوو:- دابەشكرنا رۇلا بشېوھكى ئاشكرا**

بلا ھەركەسەك دخېزانى دا ھەست ب رۇلى خو بگەت، داکو جھى خو دناف خېزانى دا بزانت و ھەول نەدە رۇلى وى بكوژى يان ھەست بگەت يى بى رۇلە، چونكە دى ھەركەت جھى خو دناف خېزانى دا نېنە، باش مروّف ھزربېن خېزانى وەرگريت، لىسەر بربارىي گرنك وەك ژئىنان و شوپكرن. داکو ئەو كەسىن دخېزانى دا ھەست ب ھەبوونا خو بگەن.

**سىي:- پەرومردەكرن بربىكا چىرۇكى**

باشە مروّف چىرۇكا بو زارۇكىن خو بېژت و باشتىن چىرۇك بو خېزانىن ئولدار چىرۇكىت پېغەمبەرانە و ھەر پېغەمبەرهكى دژيانا خو دا سەربورېن نەخوش و ئارىشە دېتىنە و مروّف ھەولدەت زارۇك ب خو وانە و سەربورا ژى وەرگرت، يانژى ئەو چىرۇكىن باش و مقادرا يان ھەر جورەكى چىرۇكى كو ل گورەيى ھزرا تە دمقادار بن. دھزرا مندا باشە ھەمى سنېل و گەنج چىرۇكا يوسف پېغەمبەر و زولىخايى ب زانن و كا ھەلوپىستى وى چەوا بو دەما داخووازا وى كرى و زولىخايى گوتى (وَرَاوَدْتُهُ الَّتِي هُوَ فِي بَيْتِهَا عَنْ نَفْسِهِ وَعَلَقَتْ الْأَبْوَابَ وَقَالَتْ هَيْت لَكَ قَالَ مَعَاذَ اللَّهِ إِنَّهُ رَبِّي أَحْسَنَ مَثْوَايَ إِنَّهُ لَا يُفْلِحُ الظَّالِمُونَ) سوره يوسف(۲۳) ئەز بوتە نامادەمە، و بەرسقا وى (قَالَ رَبِّ السَّجُنُ أَحَبُّ إِلَيَّ مِمَّا يَدْعُونَنِي إِلَيْهِ وَإِلَّا تَصْرَفْنِي عَنِّي كَيْدَهُنَّ أَصْبُ إِلَيْهِنَّ وَأَكُن مِّنَ الْجَاهِلِينَ) سوره يوسف(۳۳) داکو بشېن بو خو ھندەك ھىژى ژ پېغەمبەرى وەرگريت و خو ژ كارېن كرىت بدەت پاش و دوپر بېخن. دبېت ھندەك پرسىار كەن ئەفە ئازاديا كەسوكى يە ئەو راست دبېژن، بەلى ئەو راستيا ئىدىزى و نەخوشىيىن ترسناك بو مروّفى پەيدا دگەن دقېت باش مروّف ھزرا خو تېدا بگەت.

## چوار:- په پيدا كړنا وژداني ل دمه زاروكي

مروء هه ولدهت وژداني ل دمه زاروكي په پيدا كهت، نهو ب خو كارين خراب نه نجام نه دهت و نه ه وژدانه ژ باوهريي بيت، نه گهر نه ه وژدان په پيدا بوو كارين خراب نه نجام نادهت، به لي نه گهر ترسي ژ دهوروبه را بكهت، نه گهر ترس نه ما نهو دي كاريان خراب نه نجام دهت. نه گهر مه زن بو دي فان كاريان كهت، چونكه وي دهمي ژ بابي ناترست. ژ بهر هندي باشه زاروك يان حه ز يان ري زي ل مروفي بگرت چ گاغا نه ه هردوو تشت نه مان، هه ر تشتي بفي ت دي كهت، دفي ت مروء زاروكي تي بگه هينت كو شه رم تشته كي باشه دسنور دا و هه ر كه سي شه رمي به افين د خه ما چ نينه وه ك پيغه مبه ري مه سلاف لسه ر بن د فه رموده كي دا دبيژت (اذا لم تستحي فاصنع ما شئت) صدق رسول الله رواه البخاري.

## پينج:- گرېدان بريكا مالي ن خودي

گرتن ريك مالا خودي و به رده و امبوون لسه ر په رستن چونكه هندي په رسته مروفي ژ خرابي ي دپاريژت، خوداي مه زن د فه رموت بسم الله الرحمن الرحيم (اتل ما اوجي اليك من الكتاب واقم الصلاة ان الصلاة تنهي عن الفحشاء والمنكر ولذكر الله اكبر والله يعلم ما تصنعون) سوره العنكبوت (٤٥) نه گهر مروء نفيزا ژ دل بو خودي بكهت، نيك خودي دي مروفي پاريزت و دوو مروء حه ز ناكهت كاري خراب بكهت چونكه، روژي دي پينج جارا نفيزي كه ي، به لي نه گهر مروفي ديت نفيز كارتيكري ل مروفي ناكهت، دفي ت مروء ل خو بزفرت، دا گيجي نيمانا خو بلند كهت چونكه يي لاواز بووي دفي ت نه ه گيچ هيزبووني لدهه پيدا كه ن بريكا زيده كړنا په رستنا خودي..... ناي ن گرنه بو هه ر ته خه كا بيت يان هه ر نوله كي هه بيت.

## شه ش:- ياساين ناشكرا

دفي ت دماي دا هنده ك ياساين ناشكرا هه بن، دكو خيزان لسه ر ب ريفه بچيت، هه ر خيزانه كي ياسا و سنورين خو هه نه، نه موونه نابيت كه س درهنكي شه ه بزفرت مال، بچويك ري زي ل مه زنان بگرن و مه زن ب چافي دلوفانيي به ري خو بده ته بچويكان، يان هه ر كه سه ك دخيزاني دا سنوره ك هه يه بو مه زاختنا پارهي.

## حهفت: ديفچوونا زاروكان

پيدفيه مروّف ديفچوونا زاروڪى خو بكهت، نهگهر فوتابى بن ل فوتابخانى، و يان كاركه ربن ل جهى كارى، و مروّف ههفالىن وى ناسكهت و ههر قوناغهكى هزرا هندهك ئاريشا بكهت و تايهت ل ژيى سنيلى يى و مروّف يى هشير بيت و دانوستاندهكا نهرم و ئارام دگهل بكاربينت، دوير ژ توند و تيژيى، نه م نابيژن بلا سزا نهبيت، زاروڪ بلا ب ترست كو سزا يى ههى، بهلى سزا دقيت لدويّف شاشيا وى بيت و سزا نههيت گيروكرن و بزانت بوچى هات سزادان، دا جارهكا دى دوباره نهكهت، مهردم ژيى فيربوونه نه سزادانه.



پيدفيى دهمى زاروڪ تشتهكى دهينته مال دايك يان باب پرسيار ژى بكهن نهفه ته شكيفه ئينايه وهك لفى وپنهى ديار داکو زاروڪ فيرى دهست دريژ نهبيت.

## پەرۋەردەكرنا سنىلەيى داھىنەر

قوناغا سنىلەيى قوناغەك ھەستدار و تىر ئارېشەيە، مرۇف نزانىت چەوا سەرەدەريى دگەلدا بىكەت، چۈنكە نە زلامە و نە زارۇك بەلكو يى د قوناغەكا گوھورىنى دا، زۆربەى دايكو باب و ماموستا و دادوك و قەكولەرىن چقاكى و دەروونى بقى قوناغى قە دوەستن، بەلى ھندەك خالىن ھەين ئەگەر لدوف سنىلى پەيدابوون، دى ھەفگرتنەكا بەيز ھەبىت.

۱- لەشەكى ساخلەم:- داكو سنىلى لەشەكى ساخلەم ھەبىت دقېت وەرزشەكا رىكوپىك بىكەت، و ئەف جورى وەرزشى خىزان دگەل ھارىكاربىت جورەكى باش بۇ بەلبىزىرن، و دگەل سىستەمى خوارنى يى گونجاي بىت، خىزان ھەولەت سنىلى ژ رەفتارىن شاش بىدەت پاش وەك گەلەك خوارن و قەلەوبوون.

۲- گەشېن:- سنىل دەمى ژيانا وى لژىر قەيرانا بىت، پتر توشى ئارېشەيان دىبىت و نزانىت چەوا ئارېشەيىن خۇ چارەسەر كەت، خىزان ھەولەت ئەقى سنىلى نامادەكەت ھەتا قەيران ژى ھەبن، بەلى ئەف قەيرانە ھىقىيىن وى بلند دكەن و ھەر يى ب ئومىدە و ژ ئارېشا نارەقىت.

۳- نەخشدانان بۇ پاشەرۇژى:- ئىكە ژ ساخلەتىن باش لدەف سنىلى نەخشەكى باش بۇ ژيانا خۇ دارىژت و دەمى خۇ رىكبىخت و ب باشترىن شىواز بورىنت دا بىت مفاكى باش بگەھىنت خۇ و خىزانا خۇ و ھەر وەلاتەك، چقاكەك، خىزانەك، يان كەسەك ئەگەر نەخشە نەبن ژيان وان دى يا ئالوزبىت.

۴- گونجاندىك باش:- مرۇف دژيانا خۇ دا گەلەك جارا توشى ھەلوپىستىن نەخوش وەك تورەبوون، ھەولدانىن خۇكوشتنى ژ دەستدانا تىشەگى گىرنگ وەك پارە، خوشەويستى، بلا سنىلە ب شىوەكى باش سەرەدەريى بىكەت و خۇ

دگهل وان رهوشا ب باشتريڻ ريځ بگونجښت، نهوژى بريځا داخوازيكرن ژ ههفال و خيزان و كهسوكاران كو پشتهفانيا وى بكن، چونكه مروّف بتنى نهشيټ ناريشهيا خو چارهسهركت.

۵- زالبوون لسهر رهفتاريڻ خو؛- دى بينى گهلهك كهس و تايهت سنيل نهشيټ لسهر رهفتاريڻ خو زال بيت، چونكه سهربوو نين و توشى ناريشهيا نهبوويه هر ناريشهيا ساده بو پهيدا بيت و دى بينى دى توره بيت و ناريشهيا دى بو خيزان و ههفال و كهسوكاران دروستكهت، و ناريشه دى بو پهيدا بن و پاشى دى دوماهيكى پشهيمان بيت.

۶- نهپى فهدر؛- دهمى سنيل توشى ناريشهيا دبيت ههولدهت خو فهدر كهت و ناريشهيا وى كويرتر و نالوزتر ليدهيت، سنيل سهركهفتى پهيوهنديڼ بهيز ههنه دگهل دهوروبهران و دزانيټ چهوا دى پهيوهنديڼ خو پاريزيت و ههفركيى دگهل خهلكى ناكهت.

۷- سهربورپڻ باش دگهل خيزانى؛- زوربهى سنيلهيا ناريشه دگهل مال ههنه، چ دگهل خوشك و برا يان دگهل دايكو بابان، باشه سهربورپڻ مروفي دگهل خيزانى دباش بن، تايهت نهگهر خيزانى دوچار ههفريني تيدا ههبيت وهك ژنباب يان زرباب يان زهلامى دوو ژن ههن. نهف جوره خيزان ناريشهياڼ وان پترن و تهفنى وان يى نالوزتره.

۸- شيانپڻ جفاكى يپڻ بلند ههبن؛- ههمى كهسان شيانپڻ بلندنين بهس هندهك سنيل ههردهم چافى وان لى يه تشتى نوى ب داهينن و نهف جوره سنيل شيانپڻ نهفراندنى يپڻ ههبن، ههروهسا زوى ب سهر شاشيا ههلديت، و دشيت رهخنا ئافاكه بكهت.<sup>(۱)</sup>

---

(۱) ماريانا سيدربلاډ، كورسپڻ ريځخراوا دياكونيا سويدي، دهوك، ۲۰۰۰.



## حهز، شيان، دهرهفت

هەر مروّقهك، خيزانهك، كومهلەك هەز دكەت پيش بكهفیت، بهلئ پيشكهفتنى مهرچين خو ههنه، و مهرچين سهرەكى بو هەر كارەكى بهيت ئهنگامدان ههز، مروّق، خيزان، كومهل ب ههزا خو كارئ ئهنگام دەت، داکو پيش بكهفیت. ئەگەر کار نه لدويف ههزئ بيت ئاکام و ئهنگامين خراب لدويف ههنه وهك مهزن دبيژن (شولئ نه ژ دل، وهك دينئ بئ ئاقل).

دناق جفاکئ مهذا زۆربهی جارن مروّق نه لدويف ههزا خو کار دكەت، نموونه دەمئ ل کوليزئ دهيت وهرگرتن پيشهري وهرگرتنئ بتنى نمرهنه، و گهلهك جارا نمره نه تشتهکئ دروسته و مروّق دبیت قوربانئ فان نمره. دئ هئ وهرگرتن ل کوليزهکئ نه لدويف ههزا مروّقى ئەف ژئ ئاريشه نينه، بهلئ ئاريشا ههره مهزن پاشهروژا مروّقى لسهر قئ کوليزئ دراوهستيت، دفتت تو دقئ واری دا کاربکهی ته بفتت يان نه.

خالا دی يا ههره گرنگ مروّق خودان شيان بيت، کو وی کاری بريقه ببن، نموونه دەمئ تو بچی کوليزا پزيشکی دفتت ته شيان ههبن و نمرين باش وهرگری، ته شيان ههبن تهحملا خوینئ و بريندارا و رویدانين دلتهزين بکهی، و کوره بوونا رهنگان (عمی الالوان) ته نهبيت. ئەگەر مه بفتت بينه خودان دهولت دفتت مه بنياتئ دهولتئ ههبيت، داکو ئەم خو لسهر پين خو بگرين، ئەم بکارين گهئ خو بريکهکا جوانتر بريقه بن، نه خهلك بيژت (رهحمهت ل کفن دزی) يا گرنگ نينه بهس تو هزر کهی چهوا بئ دهولت، بهلکو هزر کهی ئەگەر بوويه دهولت دئ چکهی؟

گهلهکا خهونا وان ئەو بو سهدام نهमित، هزر نهدر يئ لدويف بيت دئ چهوا بيت. دابيژن بهس سهدام بچيت گرنگ نينه بهس سهدام بچيت يا گرنگ ئەوه نيك باشر پشتی وی بهيت.

خالا دوماهیئ دهرفته گرنکه و باشه مروؤف ژ دستخو نهکەت، نهگەر ئەم بهری خۆ بدەن شورەشیئ کوردی ماھولکین خیانەتی هەرافتینە، دەرڤەتا خۆ ژ دەستدایە.

دەمی مروؤف بچیت رافا ماسیا جارا ماسیگر دی کویسەلەکی گرت یان کیفزالیە دی گوشتی شوکا وی خۆت ب وان چەنگالین دریز بی ئەو بکەڤیت شوکی، بەلی ماسیگر هەر دەرڤەت یا هەمی دبیت ل روژەکا دی ماسیەکی مەزن بگریت، گەلەک جارا دەرڤەت بو مللەتی کورد هاتینە، بەلی ئەڤ دەرڤەت بو خۆ ئیستغلال نەکریە و هاتینە خاپاندن ژلایئ داگیرکەرەن ڤە.

بیرا من دەیت گەلەک قوتابی خودان شیان بوون، حەزەک زۆر هەبوو بو قوتابخانئ، بەلی دەرڤەت ژ دەستدا، کەتن زیندانین رژیمی و نەشیان قوتابخانا خۆ بدوماهیەک بینن.

ل سالیئ بوری هەر ژ سالیئ شیستا هەتا نوتا مللەتی کورد حەز و شیان هەبوون پێش بکەڤیت، بەلی دەرڤەت نەبوو. دەولەتین بهیز پشتهفانیا وی نەدکر، لەوما ل مەزنترین هەوا جینوسایدئ (قەرکرنئ یان کوشتنا بکوم) دژی کوردان وژدانا جیهانی هەژاند، هەمی دەولەتین ئیسلامی، و عەرەبی بی دەنگ مان دابیژی بی گوھن، پستی شەری رزگارکرن ئیراقئ مە ئەڤ هەرسی مەرج هەنە (شیان، حەز، دەرڤەت) بوچی ئەم ژی پێشناکەڤین وەک مللەتین جیهانی.

هەندەک دبیزن ئەم پاشڤە ماینە، چونکە ئەم برەوشت و تیتالانڤە دگریداینە، یان ب ئاینی ڤە ئەز دبیزم وان ژاپون، کوریا گەلەک ب رەوشت و تیتالانڤە دگریداینە، مالیزیا و ئەندونیسیا ب ئاینی ڤە دگریداینە، بەلی زۆر پێشکەڤتینە بەلکو هەندەک خالین دی هەنە ئەوژی نەهیلانا نەخویندەفانیئ، گەندەلیا کارگیری، و کارکرن ژ دل، حەزژیکرن وەلاتی، هەمی کەس پیکمە دەست هافیژن کاری، داکو مللەت پێش بکەڤیت. بوچی هەتا هیئک ژ ئیرانی و تورکیا بهین، و باجان سورک ژ سوریا بهیت بوچی ئەم نافریکەن، مە هەمی تشت یین هەین. مللەتی مە باشترە حەزا پێشکەڤتین هەبیت و شیانا پەیدا کەت، ل بەر دەرڤەتی راوستیت هەرگافا هات ژ دەستخۆ نەدەت.

# دەرگه‌هی چواری

- چه‌وا هه‌فژین بهینه هه‌لبژارتن؟
- هه‌فژینی ل قوناغا زانکوی
- ژ بو هزرکرنه‌کا کوپرت
- نه‌ینیین که‌سایه‌تیا بهیز
- هه‌ژده خالین سه‌رکه‌فتنی
- دا مفای ژ وان که‌سان بکه‌ن ئەفین ل دەرڤه‌ی وه‌لاتی دزفرن!
- ئەم چه‌وا ره‌فتاری دگه‌ل ئاریشه‌یین سکسی بکه‌ن؟
- ره‌وشه‌نبیریا سکسی و کوشتنا ژنان



## چه‌وا هه‌فژین بهینه هه‌لبژارتن؟

### ده‌ستپیکێ بوجی گه‌نج ژ ژنئینانی دره‌فیت؟

تا نها دناف جفاکێ مه‌دا هه‌می مه‌زاختیی ژنئینانی دکه‌فنه ستوی گه‌نجی و خیزانا وی، و ئه‌فێ گه‌له‌ک دراف پێ دفتیت، له‌ورای دکه‌فیته ژێر بارگرانی و فشارا قه‌ران، ژ به‌ر هندێ گه‌نج به‌ره‌ف دره‌فه‌ی وه‌لاتی کوچ دکه‌ت.

روژ ب روژ بهایێ تشتی یێ گران دبیت و هه‌می تشت قه‌یرانه، کاره‌ب، پانزین، و سوتهمه‌نی، ئه‌فێ کارتیکرنه‌کا خراب لسه‌ر ره‌وشا گه‌نجی کریه. ل هه‌می وه‌لاتان به‌لانس هه‌یه دناقه‌را مووچان و بهایێ بازاری دا، به‌ئێ ل وه‌لاتی مه‌ فێ خالی به‌رچا‌ف وه‌رناگرن.

ئه‌گه‌ر گه‌نجی زانی شوفا وی حازره و کچ باری وی گران ناکه‌ت، کی ژ خوشیی دره‌فیت، دبیت هنده‌ک گه‌نج چه‌ز که‌ن پتر سه‌ربه‌ست بن و هه‌ر روژه‌کێ ده‌زگره‌ک هه‌بیت، هنده‌ک نزانن چه‌وا هه‌فژینا خو به‌ه‌لبژیرن، ئاسته‌نگین ژنئینانی زۆرن وه‌ک ئاسته‌نگین خیزانی، کور دێ مینت بیژن، مال ناهیلن یێن بجویکتر ژنی بینن یان کچا مه‌زن شوی نه‌کریه، ناهیلن کچین بجویکتر شوپکه‌ن. جاره‌کێ زه‌لامه‌کی پرسیارا زانایه‌کی کر و گوتی (کوری من ژیی وی دوو هه‌یفه ئه‌ز چه‌وا په‌روه‌رده‌که‌م؟)

زانای به‌رسفا وی دا گوت (تو گه‌له‌ک دره‌نگ هاتی و ته‌ پسپار ژ من کر!)  
وی گوتی بوجی؟

زانای به‌رسف دا گوت (دفتیت ته‌ ده‌ستپیکێ پرسیارا دایکا کوری کربا، کا دفیا یا چه‌وا بیت!)

ئه‌ف زه‌لام تیگه‌هشت ژ مه‌بستا زانای. گه‌له‌ک گرنگه‌ مرو‌ف هزریت خو گه‌له‌ک ب نژنیت و ب هه‌ریفت، هه‌تا مرو‌ف دگه‌هیت نارمانجه‌کا راست و دروست، ئه‌ری

كيش كچ دى بكيړ من هيټ، لقيړه دقيټ مروّف خو ناس كهت، داکو بزانت دى  
كيش كچ بكيړ مروفي هيټ.

ئەرى دى كيش خيزان بكيړ خيزانا مروفي هيټ، دقيټ مروّف خيزانا و  
بنه مالا و عەشيرا خو هەروەسا ناييني خو باش ناس كهت، داکو مروّف هەفزينه كا  
باش ب هەلبزيرت.

دەما مروّف هەفزينه كى دەهلبزيرت دقيټ مروّف فان خالا لېەر چاڤ وەرگرت:-

۱- لايەنى سۆزدارى ئەز دى شيم حەز فى كەسى كەم، ئەو كەس دى حەز من  
كهت، يان دقيټ بەس دەمى خو دگەل من ب بورينت و هندەك مەرەمىن دى  
هەنە.

۲- لايەنى ميسكى بكار بينم ئەف كچه، خيزانا وى، و بنه مالا وى دى گونجاي بن  
دگەل من و خيزانا من، ئەگەر نه دى چ رویدەت!

۳- مروّف هزروبيرين خيزانا خو وەرگرت، چونكه هزرا وان ژى پيدقييه، و دەمى  
دايكوباب نەرازی بن، مروّف پتر ديفچوونى لسەر وى كەسى بكەت.

## هەلبزارتنا هەفزينى

گەلەك جارن ژيانا هەفزينى پەيدا دبیت، و هەلبزارتنا خيزانى يە، نەيا كور  
و كچانە، هندەك جارن كور و كچان بوچوونا خو هەيە، مە دقيټ يان نە،  
هندەك جارن ئەف بوچوون نينه و خورتى دەيت بكارئينان، وەك پيگوهوركاني،  
كچەك بچووك بدەنە پيرەميړەكى ژ هەر ئەگەرەكى هەبیت، چ ئابوورى، يان بەر  
خوين.

ئيك:- هەلبزارتن ژلايى كورى بيت و نە ب دلى خيزانا وى بيت، دەمى ئاريشە بو  
كورى پەيدا دبن، خيزان خو ل ئاريشەيا وى ناكەت خودان، گەلەك جارن  
كور بتنى نەشيت بەرامبەر ئاريشەيى راوہستيت، ئەگەر خيزانا وى دگەل  
نەبيت.

دوو:- هەلبزارتن ژلايى كچى بيت و نە ب دلى خيزانا وى بيت، دەمى ئاريشە بو  
كچى پەيدا دبن خيزان خو ل ئاريشەيا وى ناكەت خودان، گەلەك جارن كچ

بتنى نەشىت بەرامبەر ئارېشەيېن خەسو و خەزوېرا راوھستىت، ئەگەر خېزانا وى دگەل نەبىت. زۆربەى جاران كچ دەھتە قوتان و خېزانا زەلامى وى تەحنا لى ددەن، نەمۇنە جارەكى كچەكى بى خېزانا خۇ شوېكر زەلامى وى ب دەستى مالا بابى وى ھات كوشتن فېجا فى زنى نەشيا بزفرت مال و نەشیا ل مالا خەزوېرى بمىنت، چونكە ئەو بو ئەگەرى كوشتنا كورى وان.

سىي- ھەلبىزرتن ژلايى خېزانا كورى بيت و نە ب دى وى بيت، وى دەمى دى ئارېشەيا بو زنا خۇ پەيدا كەت يان دى ژنەكى ب سەر ئىنت، يان دى بو خۇ دەزگرا گرت.

جوار- ھەلبىزرتن ژلايى خېزانا كچى بيت و نە ب دى وى بيت، وى دەمى كچ دى ئارېشا بو زەلامى خۇ پەيدا كەت، و لېبەر ناروېنت و ھەر دى يا زىز بيت، دبىت دومھىكا وى بەردان، يان كوشتن يان خىانەتا ھەقزىنى پەيدا بيت. و دەمى ئەھ ئارېشە پەيدا دىن خېزانا كچى دى خۇ ل ئارېشا وى كەن خودان، برىكا جارەكا دى خورتى لى كەن داکو دگەل خېزانا خۇ بمىنت.

پېنج- ئەگەر ھەمى لايەن د رازى بن دەما ئارېشە پەيدا دىن ھەمى لايەن ھەولەن ئارېشى چارەسەر كەن، بەلى دەما ھندەك لايەن نەرازى بن، ھەولەن ئارېشا چىكەن ل جھى چارەسەر كەن... ژبەر كو زۆربەى جاران ئارېشە دناقبەرا ژن و مىران دا پەيدا دىن، و ئەگەرى سەرەكى مايتىكرنا ھەردوو خېزانا نە.

## ساخلەتېن ھەقزىنان

۱- ھەزۇڭكرن و رېزگرتن- دناقبەرا ژن و مىران دا ھەبىت، ئەھ ھەزۇڭكرن نە لسەر بنىاتى بەرژەوھەندىا بيت، بەلكو لسەر بنىاتى فېان و خوشەوېستى بيت.

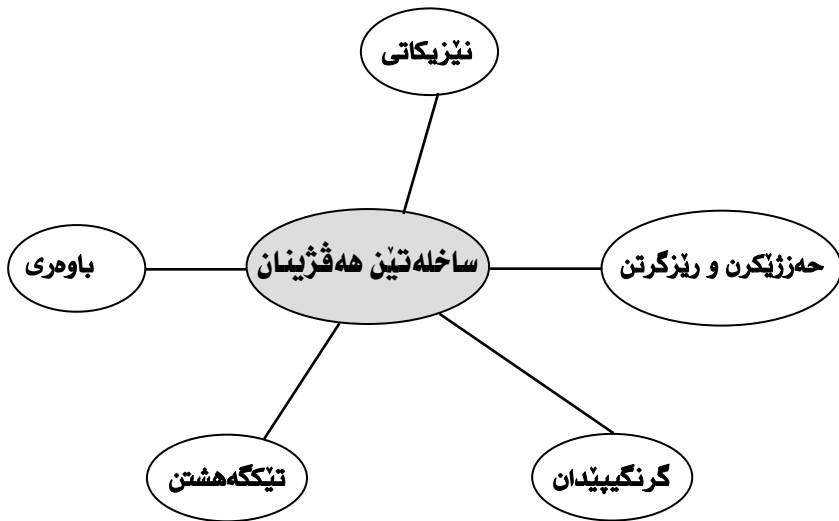
۲- گرنكېپېدان- ھەردوو لايەن گرنكى ب ئىكدوو بدەن، پاشگوھ ھافىتېن نەبىت.

۳- تىككەھشتن- ئەھە دى بيتە ئەگەر ئارېشەيېن وان چارەسەرىن، گرنگ نىنە دگەل ئىك رىككەفتى بن بلا جوداھى ھەبىت، بەلى دقېت رىز ل ھزىن جودا

بهیته کرن و دئیك بگههن. دفتیت تیگههشتن دنهقهبا ژن و میړان دا هه بیت، کا دئی ژيانا وان چهوا بیت نهگهر هات دقوناغا زانکویئ دا بیت، داکو چ رخ نه بن قوربان. مروؤف ل زانکویئ بیت خودان ههفژین ژيانهکا نهخوشه، تایبته نهگهر رهوشا مروؤفی یا نابووری لاواز بیت.

۴- نیژیکاتی: گهلهك گرنگه نیژیکاتی هه بیت دنافهرا ههفژینان دا، چ نهف نیژیکاتی ژلایئ ژئ، ئاستئ رهوشه نیبری، نابووری، جوانی، بنه مال، هزری، ژلایئ لهشی نیژیک ئیک بن، بدریژی و بهژن و بالئ نهگهر نهف خال هه بن دئی دهلیفین بهردانی کیم بن، بهروفاژی نهگهر دویراتی هه بیت چ ژلایئ ژئ فه، یان رهوشه نیبری، یان خیزانی یان نابووری دئی گهلهك ئاریشه یا پهیدا کته.

۵- باوهری: باوهری تشتهکی سه رهکی یه، ههردهما باوهری نهما، ئاریشه پهیدا دبن و ژن و میړ دگهل ئیک ب گومانن، و دیفچوونا ئیک دکهن و ژيانا وان دبیت دوزخ، نموونه روژانه زهلام سهحکته کا چ ژمارین بیانی لسهر موبایلا ههفژینا وی نینن، یان ژن ل ترومبیللا زهلامی بگهرت داکو دافهکا پرچا ژنهکی بینت یان کلینسهکا ب مکیاچ.





## ههڙينى ل قوناغا زانكويى

ئەف بابەتە گرنگە و دبیت گەلەك كەس بېرسن. ئەرى ئەز كەنگى هەڙينى خۆ ب هەلبېزىرم، ڤيگافى يان پاشى؟ ئەرى ئەز ئىكا زەنگين ب هەلبېزىرم يان هەزار؟ خواندەفان يان نەخويندەفان؟ مروفا خۆ يان بيانى؟ ژ من مەزنتر يان بچويكتز؟ جوان يان كرئت؟ ئەز لدويڤ مېشكى خۆ بچم يان بريكا سۆزدارى و ئەڤينى؟ هەڙينى ب ئەڤينى يان خۆ بگرم هەتا رزق دەيت؟ هەلبېزاتنا من بيت، يان خيزانا من؟ و گەلەك پرسيارين دى خۆ لسەرى مروڤى دا دەهلاڤيژن.

ئەرى ھزرين مروڤى دەين گوهورين پشتى دەرچوونى؟ ئەگەر هەڙينى ل قوناغا زانكويى دى چەوا كاروبارين خۆ بريڤە بت؟ ئەرى حوكمەت ھاريكارە بو ڤى تەخى؟ ئەرى ماموستايى زانكويى چەوا سەرەدەريا قوتابىي ب هەڙين دكەن؟

دەمى مروڤ بريارا خۆ ددەت، كو دى بيت خودان هەڙين، دوودلى يەك مەزن بو مروڤى پەيدا دبیت، ئەڤە تشتەكى سروشتيە، ئەگەر دزقرن ھندى كو مروڤى بريارەك گرنك دژيانا خۆ دا يا داى و ئەڤ بريارە يا چارەنڤيسە، و مروڤ دى چت دقوناغەكەكا دى يا ژيانى دا.

دبیت بو ھندەك كەسان ژيانا هەڙينى ب وان ببیت ھاندەرەك و ژيانا وان بەرەڤ باشى بەت، و دكارى خۆ دا خورتز ئى بهين و ئەنجامين باش بدەستڤە بينن. بەلى دبیت ژيانا هەڙينى كارتىكرنەكا نەرينى دژيانا واندا بکەت و نەشين خواندنا خۆ بدوماھيك بينن، ئەڤ كەسى دەستپىكى دچت ركەھا زيرين دا ھەزدكەت زويكا بنفت، دبیت سەعت نەھ نەبورينت ئەڤە دى كارتىكرنى لسەر ئاستى خواندنى كەت، و دبیت دگەل خيزانى ئاريشە بو پەيدا بن.

هزرهكا دى هه يه كو كور يان كچ د سالا دوماهيكي دا بچن د ركه ها زيرين دا، چونكه زانكو بوويه تشتهكى سرؤشتى بو و خرابه ل سالا ئيكي بهه فزئين بكهفن، ژبهركو دماوى چوار سالان دا دبیت ههلبزارتنا وى يا باستر بيت، و ههفال (اى) خو بگوهوريت.

ئهگهر هه فزئينى ههبيت ژى باشه ههولدن لئى قوناغى زاروك نهبن، چونكه ئهف جوره خيزان بهيشيا هندهك كهسين دى فهنه، تو زاروكان پهيدا كهى خرابتره.

ئه م ژ بير نهكهن كو جوداهى ههيه دناقبهرا كهسان دا، لبرما منه مه ههفالهك ههبو ل بولا دووى نافنجى ب هه فزئين كهفت و نوكه ماموستايه و دبیت هندهك ل قوناغا شهشى نامادهى خواندنا خو هيلايه!

و هندهك جارن ژبه روهشت و تيالين مه و تاببهت كچى دى دهن شوى و دى بيژن ناريشه نينه بلا خواندنا خو ژى بيته سهري، بهلى پشتى شويكرنى خيزانا ميى يان مير ب خو دى هه فزينا خو ژ خواندنئ قه دغه كهت ئهف ديارده يا زوره و ژن دبیت قوربان.

كچ ههنه مهرجا بو خو دانن و ژيانا خو ئالوز دكهن، ئهگهر دهرهفتهك باش بو هات بلا ژ دهست نهدهت دا پشتى هينگى پهشيمان نهبيت؟

پتريا كهسان دژيانا خودا چارهكى دبن خودان هه فزئين، كي مهك نهبن دوو جار يان سى جار داوهتا خو بكهن، چ ئهگهرئ مرنا لايهكى، بهردان يان بيت خودانى دوو ژنان، بهلى ل هه مى جارن داوهت داوهتا ئيكي يه، ههتا ژلايى جفاكى ژى فه بو ژنئينانا دووى هند بزوهوق نينه يان دهمى بيژن شوى دكهت، ئه م دشين بيژن بدزى فه شوى دكهت، و هندهك جارن مافى كچى دهيت خوارن ژلايى ياسايى فه نموونه، دى ژيى كچى مهزن كهن ههتا بهيت مارهكرن، ئه فه ژى گونه ههكه دهرهقهى كچى دا دهيت كرن.

بهزرا من ژيى گونجاي بو شويكرنا كچى ژ بيست سالى بوريت باستره، پاش بريارا شويكرنا خو بدهت، چونكه ل گورهى زانستى نابيت ژ ههژده ساليى كي متر بيت، ژلايهكى فه زيانيت خو ههنه و ژلايى دى فه دى پتريا پيگه هشتى بيت، و

بريارا وى دى يا دجهى خو دا بيت، بهلى نهگەر كچ يا بچويك بيت بريارا وى يا دروست نابيت و دى ب هزروبيرين دهوروبهرا و لايهنى سۆزدارى داخبار بيت. ئيشهكا دى ههيه گهنجان دگریت ئەو ژى گىروكرنه و ئەف ئيشه هەردوو رەگەزان دگریت، نموونه دى بيژت ئەز دى خو گرم هەتا خواندنا خو بدوماهيك دئينم، يان كارەك بدەست من دكەفیت، دبم خودان ترومبيل، ئەفە بيگومان دى وى كەسى پىركەن و دبیت شەمەندەفرا ژيى وان بهيلىت، پاشى دى پەشيمان بن و پەشيمانى فايده ناكەت.<sup>(۱)</sup>

---

(۱) گوڤارا الفرح يا كويتى ژماره ۷۰ ل سال ۲۰۰۲ .



## ژ بو هزرکړنه کا کویرتر

نهری نهم چهوا هزرا خو کویرتر بکهین؟ نهری هزرکړنا کویر مفا تیدا ههپه؟ نهری ههمی کس هزرا کویر د تشتی دا دکهن؟ نهگهر مه هزرا خو کویر کر، دی نهجامین باش ههبن؟

گهلهک کس هزرا خو نادهن کاری و ساده هزردهکن. نهگهر مروّف هزرا خو د وان خالان دا بکهت نهفین ژيانا مروّفی خوش دکهن، و مروّف ساخلم دبیت د جهی وان خالان دا یین مروّفی نهساخ دکهن و ناریشهیان بو مروّفی پهیدا دکهن، و مروّف هزرا خو د وان خالان دا بکهت یین ناریشهیی چاره دکهن، جهی هزرکړن د وان خالان دا یین ناریشهیان پهیدا دکهن.

بهری چهند روژهکا نهز دگهل هندهک ههفالا بووم و نیک ژوان ببوو ریقهبه، ههمیا پیکفه گوتی خیر ژ کاری خو بینی، من گوهلې بوو ژلایهکی فه نیکی گوت (خهلهک خیری ژ ته ببینن، نه بهس تو خیری ژی بینی) من دهزرا خو دا گوت نهفهپه هزرکړنا کویر، نهری تو هندهک جاران چوویی ناف بازارى دی بینی هندهک شوقیر گهلهک خراب ترومبیلې دهاژون و ته لومهى وان کریه، یان بهروفاژ ته هندهک جاران دیتیه هندهک کس ل نیفا جادی دچن بی هزرکهن ریك ل خهلی گرتیه.

ته هندهک جاران هزرا خو کریه دهمی تو قوتابی و ماموستای تو رهزیل کری یان نمره ژی ته برین یان جوداهى دکر، و نوکه تو ماموستای نهف خال هه ل هزرا تهنه یان تو ژى هه لسه وى ریباژى دچی. گهلهک جاران مروّف هزر دکهت، چهوا باژیری خو پاقر کت، نهری ته هزرا خو کریه چهوا تو پیس نهکی.

جاران مروّف دى نافي ئىكى نەخوش ئىنت، ئەرى ئەگەر ئىك نافي مروّفى نەخوش بىنت، چەند نەخوشى وەسا بۇ وى ژى نەخوشە، يان كومەكا ھەفّالان دى ئىكى كەن پىترانكى خۇ تو ھزر كەى، ئەفّە توبى دا تەحملى كەى يان نە. ئەگەر تو ل دەزگايەكى بى، كارى خەلكى برىقە نەبى تە ھزركرىە چەند نەخوشە، و ئەگەر تو ئىك ژوان كەسان بى ئەفّىن راوستاى دى ھەلوپىستى تە چ بىت بەرامبەر وى كەسى فەرمانبەر، يان بەرؤفّاژ ئەگەر تو فەرمانبەر بى چوار يان پىنج بەيّن ھنداڧ سەرى تە راوستن و دنيا گەرمە و كارەب نىنە، ئەرى ئەفّ كارمەند تورە نابىت.

جاران ھندەك كەس ھەنە دى ياريا ب ھەستىن ھندەكان كەن دى بۇ ديار كەن كو دگەل ئەفّىندارن، ئەو ب خۇ چ راستى بو نىنە، ئەرى خوشە ئىك مروّفى دتورا خۇ ب ئالىنت بۇ ھندەك ئەگەرەن و پاشى بەلپىت مروّف بەس بنالپت. نمونە جارەكى كچەكى داخواز ژ ھەفّالەكى من كر و گوت (ئەز ھەز دكەم تو من بخوازى) و پشتى ئەفّ كور چووى خواستى، كچى خۇ گەھاند كور خالەتى خۇ و گوتى (ئەگەر تو من نەخوازى ئەز دى شوى كەم) بتنى ئەفّ كارە كر، دا كور خالەتى خۇ بقى كارى رابىت، بلا رەخى دى ب سوژت بوو وى نەخەمە.

گەلەك جاران مروّف دەفّاىژت مروّفىن بەرپرس كو د خرابن ئەرى تە ھزرا خۇ كرىە بارى وان چەند گرانە، ئەو د چ رەوش دانە، ئەرى ھەمى تىشت بدەستى وانە و گەلەك جاران مروّفى ھەژار ھارىكارە، كو ئەو خراب بىت؟ ئەرى بەس دەولەمەند و بەرپرس د خرابن يان تەخا ھەژار ژى ھندەك جاران خرابە.

جارەكى من قيا فەكولپنەكى ل دھوكى لسەر ئەوان گەنج و سنىلان ئەفّىن ھندەك كار دژى ياساى ئەنجامداين بكەم ئىكى گوت (دى بۇچى فەكولپنى كەى، بەس زارؤكپن ھەژارانە) بەلى ئەفّ ھزر خەلەتە چونكە زانايى جفاكى سززلاند دىبىژت (زارؤكپن دەولەمەندان ژى فان كاران ئەنجامدەن، بەس دبىت ھندەك جاران ب ھوكمى پارەى يان نياسىنى خۇ ژ زىندانى دوپر كەن)

ئەگەر مەرۇف پولیس بیت و بقیّت دزەکی بگریت، دفیّت مەرۇف بەزرا دزی لی  
بگەریت، ئەری دزی دفیّت چەوا برەفیّت، یان ئەگەر مەرۇفی بقیّت ماسیا بگریت،  
دفیّت مەرۇف ھزر کەت ماسی ھەژ کیش جورئ کرمان دکەت، نە ئەز ھەز چ  
جوری ماسیان دکەم داگوشتی وی بخۆم.  
دوماھیکا ئاخفتنا خۆ دبیزم ئەگەر مەبقیّت ئەم گوھۆرینان پەیدا کەن،  
دفیّت مە ھزرکرنا بەرۇفاژ ھەبیت نەبەس گوھۆرینا بەرپرسان بەلکو گوھۆرینا  
سیستەمی کاری و ھەمی چین و تەخان دناف جفاکی دا.





## نھینن کەسایەتیا بەیز

سەربوری نەخوش کەسایەتیا مروۆی ئافادکەت و بەیز دئیخت. بەلئ ئەف کەسین نازدارکری دەین خودانکرن تاما تەحلی یا ژیانئ نەدیتی یە و کەسایەتیا وان نەهاتیە سەفاکرن و کیماسی تیدایە.

دژیانا مروۆی دا گەلەك تشتین هاتینە چارچوۆ کرن، و هەر تشتەكئ نە لدویف هزرا مروۆی بیت، مروۆ دئ رەتکەت، چ دروست بیت یان شاش، یا دروست مروۆ دیفچوونئ لسەر بکەت. نموونە ئەگەر کەسەکی موبایل نەدیتبیت تو بیژی ئەف کارە ب موبایلئ (مسجل، دەمژمیر، رۆژمیر، کامیرە) دەیتە کرن، ئەو قەد باوەر ناکەت. هەر تشتئ مروۆی نەدیتی ل دەف مروۆی بیانیه، نموونە ل باژیری لندن سە دئ مروۆی کورە گیریت و هەمی دەزگەها دزانت و ل جادی ل جهئ ترافیك لایت دەرباز دبیت و دەمئ گلوب سور بوۆ دراوەستیت.

هەر مروۆفەکی چارچوۆفەك بو میشکی وی هەیه و هەر تشتئ ژ فی چارچوۆی دەرکەفت باوەر ناکەت، تشتئ هەی ئیکی سەدا سەد باوەری پی هەیه، و هەر وی دەمی ئیک دی، ئیکجار باوەری پی نائینت، ئەفە دمینت لسەر وی چارچوۆی ئەو کەس بەریخوۆ دەتی، نموونە ئەگەر گلاسەکی ئافی یئ بنیقی بیت بیژە ئیکی گەشبین تو چ دبینی، دئ بیژت نیفەك ئافە و بیژە کەسەكئ رەشبین دئ بیژت نیفەك یا ئالەیه.

ئەگەر مروۆ ئیکی رازی کەت ب وان هزرا یین مروۆی باوەری پی هەی، دقیت مروۆ چارچوۆی هزرا وی بگوهوریت، پاشی بەری خوۆ بدە دئ لدویف تەهیت و گوهدانا تەکەت، ئەفان تشتان ئەز دبیزم نەمەرەم ئەو هەمی کەس ژمن رازی بن، چونکە ئەگەر جووری هزرکرنا وی نەوەك یا من بیت، هندی ئەز بو بیژم یا ژ خوویه، گەلەك دبیزن ئەگەر مروۆ حەز کەت مروۆ دئ پیشکەفیت، خوۆ ب

دوستینه دى بهرهمى خوى نەز دبیژم نە، نەبەس هوکارین کەسوکى نە مروڤى پېشددنځخت، بەلکو هوکارین جفاکى ژى گەلەك رولهكى مەزن هەیه. نەز د بیژم مە ئەف جورین مروڤان هەنە. ئاخفتنا من نەبەس بو کوردستانى بەلکول گەلەك دەفەرین جیهانى.

۱- مروڤین کار دکەن و دخون.

۲- مروڤین کار دکەن و کیم بهرهمى خو دخون.

۳- کارمى کیم دکەن و گەلەكى دخون.

۴- کیم دکەن و کیم دخون.

لسەر جورى ئىكى هندەك كەس هەنە خو دوستین و بهرهمى وى ژى دخون، هندەك ژى هەنە گەلەك خو دوستین بهرهمى وان هندەك كەسین دى دخون، وەك ئاغا و دەرەبەگ و كەتخوار، و جورى دى ئاغا و دەرەبەگ و بەرپرسن کیم کار دکەن و گەلەكى دخون، جورەك ژى هەیه تەمبلن نە دکەن، و مرادا وان خوارنەكا باشە وەك ساتیرا ل کولانا دگەرن.

نەز نەشیم هەمى كەسى رازى كەم، بەلکو یى دڤیت ئەو ب خو دى رازى بیت، بەلى ئەف رازى نەبیت نەز نەشیم بو وى چبكم، دناڤ جفاكى مەدا مروڤ دکەفت ئاریشهكى ئەوژى لدمى قوتابخانى هەمى تشت نموونه یه، بەلى دەما تو دهى ژيانا روژانه دا دى بىنى گەلەك ژىك دویره و بهروفاژى وى یه ئەوا تە خواندى. گەلەك جارن مروڤ خو دوستینت دى بىنت یى دویره ژ ئارمانجا خو، و هندەك جارن مروڤى هاز چونینە و یى راوەستای و ئارمانج بو مروڤى هات بەردەست، مەتەلەك كەفن هەیه دبیژت (با لدویڤ دى گەمیقانى ناهیت).

گەلەك جارن دى هەولدى ژيانا خو هەمى نەخشكى بدروستى كارى خو بكەى، دوماهيكى دى بىنى تول ژيانا خو نە سەرکەفتى، و هندەك كەسا باوەرى ب دەرڤەتى یا هەى، دى بىنى گەلەك كاردكەن پېشناكەڤیت، ئىكى دى كارناكەت دى پېشكەڤیت، و ئەف هەڤال دى بیژت نەز بى نەسىم و دى گازندا ژ بەختى خو كەت و دى بیژت نەز بەخت رەشم.

ئەگەر تو بى بەرى خۇ بەدى بەخت نىنە، بەلكو ھندەك ھزرىن ھەين دبنە ئەگەر مروّف كەسايەتيا خۇ دا بسەر بکەفیت. جار دى بىنى دوو كەس گەلەك كار دكەن، بەلى ئىك ژ وان كار دكەت و ھزرىن خۇ بكار دئىنت بو پيشكەفتنى، بەلى يى دى ناکەت دى بىنى سەرکەفت و يى بەرى خۇ ژرىکا سەرکەفتنى دا پاش.

گەلەك جارائن ئەگەرین سەرکەفتنى دزقرن ھەستين مروّفى يى بەرز، دقیت ھندەك جاران مروّف خۇ بوەستينت و ھندەك جاران خۇ تەمبەل كەت، و مروّفى زيرەك دقیت فان دەما ژىك فافيركەت، و بزانت كەنگى كار كەت و كيش دەمى بېھنا خۇ فەدت.

ھۆكارين ئابوورى و سياسى ژى رولى خۇ ھەيە بو سەرکەفتنا كەسايەتى، ئەگەر گيندەلى ھەبىت داھىنان دەھت كوشتن و شيانين كەسان بدروستى نامينن پيشچاف و ھيز بدروستى ناھيت بكارئينان، كەسانين سەرکەفتى دكىمن، ئەگەر ھەمى كەس سەرکەفت پاشى پيشكەفتن نامينت و مروّف دى دەك مېشا ھنگفینى لى ھيت ودى كارى خۇ باش كەت، بەلى پيشكەفتن تيدا نينە.

ئەم بەحسى وى سەرکەفتنى ناکەن ئەفین برىكا (واستى) دچن درامانا دروست دا ئەفە نەمروّفين سەرکەفتينە. سەرکەفتن ئەوہ يا كەس و جفاك مفای ژى وەردگرت. سەرکەفتن ئەوہ يا رۇژانە تىشتەكى لسەر شارستانىھەتا مروّفى زیدەدكەت.

ژلايى زانستى فە خۇيا بوويە ئەف كەسین سەرکەفتى، ئەون يى دشين مفای ژ دەروونى مروّفى وەرگرن. نموونە بەرى چەندەكى ئەز ل مالەكى بووم خودانى مالى گوت ئەم چوونە بەر دزا، دەھتن دزیا ھنارا من گوت (ھەفال دقیت ئەم ژ دزا دزترين و ژ وان ب ئاقلترین) مەرەم ژى مروّف ھزرا بەرامبەر بکەت داکو بگەھت ئارمانجا خۇ.

على الوردى فەكولەرى جفاكى يى ئىراقى ب نافودەنگ، فەكولين لسەر كەسايەتيا خەلكى ئىراقى كرینە، و ئىك ژ خەسلەتین كەسايەتيا ئىراقى دورياتى د كەسايەتیی دا (ازدواج الشخصیة) مەرەم ژى مروّف ھندەك رەفتارا ئەنجامدەت بى ھەست پى بکەت، ئەو دبیژت ئەفە پەيدا دبیت ژ ئەگەرى ژيارا مروّفى لژیر

دوو سیستمین ههقدژ ژلایئ بهایی (القیم) فه، چونکه هه جارەکی دئ ب سیستمەکی داخبار بیت.

خالهکا دی لدهف کەسی ئیراقی ههیه دببژت ناوازهیا جفاکی (التناشز الاجتماعي) و ئەفه دزفریت بو گوهورینت بلهز و کارتیکرنئ ل هندەک پشکین ئافاهیی جفاکی (البناء الاجتماعي) دکەت، و لەندەک لایان ناکەت، یان گوهورین دەندەک لا دا بلهزتره ژ لایه‌نین دی. وەردی ئەفی خالی دزفرینت بو چەند ئەگەرەکان:-

- ١- تاك گەلەك داخوازان ژ حکومەتی دکەت، بی هەست ب ئەرکین خو بکەت.
- ٢- زیده‌بوونا ژمارا قوتابخانا و دەرجوويا و حوکمەت نکارت هەمیا بەت کاری.
- ٣- داخباربوونا گەنجان ب راگەهانندی، تاییبەت بو هەلبژارتنا هەفزینی.
- ٤- زەلامیت ئابنی نەشیاینه بدروستی دفان گوهورینان بگەهن و بەرچاف وەرگرن. نوکە ئەف تشتە ل کوردستانی خو یا دبیت، گەلەک یاسا و قانون یی دەر دکەفن و دژی رهوش و تیتالین جفاکی نه، گوهورینین جفاکی ل کوردستانی یین بووینه موشەک هندی بلهز یی پەیدا دبن و تاییبەت ئامیرین راگەهانندی.<sup>(١)</sup>

---

(١) (خوارق اللاشعور) فه کولەری جفاکی د. علی الوردی.

## ههژده خالین سه رکهفتنی

- ۱- ههفتزییکا دروست بوخو ههلبزیره ۹۰٪ ژيانا ته دی بخوشی بیت.
- ۲- ئهوی کاری بکه یی بدلی ته، ئهفه دهمی ته دی پاریزت و دی بی مروقهك بههرمه‌ند (مه‌هوب).
- ۳- هاری ههفالین خو بکه، پتر ژ ئهوا ئه و هزر کهن ب زهوق.
- ۴- ببه مروقهك باش خهلك چافل ته بکهن.
- ۵- ل خهلكی ببوره دهمی ئه و شاش دین.
- ۶- بلا ته دلکی مهزن و بهرفره هه‌بیت، ل خهلكی ببوره دهمی ئه و شاش دین.
- ۷- مروقهکی خزمه‌تکار و مهرد به.
- ۹- پاری خو بپاریزه نه یی ده‌ستبه‌ردای به ئه‌گهر مووچی ته گه‌لهك زی بیت.
- ۱۰- دانوستاندنن دگهل خهلكی بکه کا ته چه‌وا دقیت خهلك دگهل ته بکهت.
- ۱۱- خه‌له‌تین خو ب خو بکه باشکرن.
- ۱۲- د که‌یفخوشیی بگه‌هه نه لسه‌ر بنیاتی پاره‌ی و هی‌زی، به‌لکو لسه‌ر بنیاتی هه‌فالینی و ری‌زگرتنا خه‌لکی دی.
- ۱۴- مروقهکی وه‌فادار و ده‌مه‌ن پاقر به.
- ۱۵- مروقهکی ده‌مه‌ن پاقر به.
- ۱۶- لومه‌ی خه‌لکی نه‌که، ئه‌گهر به‌رپرسایه‌تی بو ته هات وهرگره، هه‌می که‌سان وه‌ك هه‌ف بیینه.
- ۱۷- ئه‌گهر تو به‌ری خو بده‌ی ژيانا خو یا بوری بلا هی‌زه‌کی بو ته په‌یدا که‌ت.
- ۱۸- گه‌له‌ك چافی خو بده وان یی حه ژ ته دکه‌ن.



## دا مفای ژ وان که سان بکهین ئهئین ل دهرقهی وهلاتی دزقرن!

ئهف کهسین ژ دهرقهی وهلاتی دزقرن پاخلین وان پرن ژ سهربورین نوی،  
لقیره جوداهی ههیه دناقبهرا کهسهکی بو یی دی. کهسین دهرچووی و لقیره  
خواندهفان و لدرقهی وهلاتی پیشیخستن ئیخستی دخواندن و سهربورین خودا،  
ئهو دی پتر شیت مللهتی مه پیشیخت، گهلهک دهولت پیشکهفتینه پشتی  
خهلیکی وی ژ مشهختبونوی زقری ژ دهولتین عهربی میسر گهلهک بو خو وفا ژ  
وان کهسان وهرگریه و ههروهسا ئهفغانستان.

حسن ئیبراهیم تشتی جوان دنقیست بریکا چیرۆکی و رومانئ بهرههمین وی  
وهک (دوزهخا سپی و ههلو ئهوروپا)، دفان ههردوو پهرتوکین خودا رهوشا  
ئهوروپا بو مروقی دیار دکهت.

دچیرۆکا بریار ل لاپهره ۱۱ دپهرتوکا فاریبوونا حهزان دا نقیسهر بهحسی دوو  
کهسان دکهت بریارئ دهن بزقرن ناف ئاخوا وهلاتی ئهف پارچهک ژ دانوستاندنا  
وان.

- من بریار دا ب زقرمه وهلاتی
- دهفل ههفالئ وی بهش بوو، رهنگی وی ئیکسهر هاته گوهورین.....!
- ئهري من بریارا خو ژ دل دایه، ئهز یی کاری خو دکهم بو وی چهندی...
- تو دزانئ ئهفه بریارا من زی یه؟ لی تو ژ من ب دل تری... من نهشیا هوسا  
ناشکهرا بیژم.
- نهو ئهه خودانی ناسناما دکتورایی ب کومپیوتهری نه و مه باشترین پیزانیین  
یی لسه کومپیوتهری ههین، لسهرانسهري وهلاتی کهسی شیانین مه نین،  
ئهز باوهرم دی مه دانن سهر سهری خو!

- مه نهقیّت مه دانن سهر سهری خو، دا ئەم نه کهفن....! بلا بتنی بهیلن ئەم وان تشتی مه خواندین و ئەم دزانن بو هندهک خویندکاران بیژن...
- ئەفە دەستی من ددهستی تەدا، دا بزقن...!
- پشتی زفرینی
- من بریار دا بیمه پولیس....!
- ما دی چ ل ناسنامین خو کم؟ ههکه ئەز نهشیم بچویکین خو خودان بکه م؟!
- ته نهگوت؟ بریارا ته چ بوو؟!
- دنیا بهر ب پیشکهفتنی یه، پیدفی گوهورینی یه، دقیت یی نهزان جهی خو بدهت یی زانا.....!
- تو بوکی دبیزی؟ هشیار به کەسی گوھ لی نهبیت! هلو دەستی بچویکین خو بگره دا بزقن جهی ئەم ژئ هاتین....
- ب راستی ئەف بریار ب مرنا منه لی دقیت ئەز بدهم...!<sup>(۱)</sup>
- ئەف پارچه ژ چیرۆکا بریار، بهحسی رهوشا دوو کهسان دکەت ژ ئەوروپا زفرینه، نوکه ب هزاران گەنج زفرین ناف ناخا وهلاتی، ئەگەر ئەم شیانیین وان نەدن کاری و گرنگییی نەدەنی دویر نینه ئەوژی ب زقن، و هندهک کەس زفرینه ژئ، چونکه نهشیانه خو دگەل رهوشا کوردستانی بگونجین.
- ئەف گەنجین ژ دەرڤه‌ی وهلاتی دزقن، بهری بریارئ بدهت دقیت فان خالا بهرچاڤ وەرگرت:-
- پرسیارا کەسوکارین خو بکەت لسەر رهوشا کوردستانی، ئەگەر شیان هەبن بزقنرت دەمەکی دریز ژ سیی هەتا شەش هەیفایا بمینت ل کوردستانی، داگو بدروستی رهوشا کوردستانی بزانت، بوخو کارەکی پەیدا کەت، ئەگەر نهشیت مافی پەنابەری یی نهبیت یان ئەگەر زقری نهشیت بزقنرت ئەوروپا ب ریکا تەلهفونی پرسیارا رهوشا فیری بکەت، بتنی گوھی وی ل راگەهانندی نهبیت، یان هندهک کەس ل ئەوروپا بو وی وهلاتی بکەن شاما شرین، بزانه بهری تو بریارا خو بدهی تو سەر بهستی، به لی ئەگەر ته بریار دا تو بهرپرسی ژ بریارا خو.

(۱) فاریبونا حەزان، حەسەن ئیبراهیم، کورتە چیرۆک.



دوو جورپڼ كسان هه نه نيك لويړئ خانى، كار، مافى پنهابه ريبى هه يه، دبیت چ ئاریشه نه بن، دهمى دزفرت نه گهر ماوه كى كورت ما دسیت جاره كا دى بزفرت، نه گهر ناسناما خو و پاسه پورتى نه فروشیت يان ژلايى دهولتتى فه ژ كار نه ئيخن. جورهك دى هه يه چ تشت نينه، بتنى لسهر پارين سوسياى دژين، پارى خو هممبى ل دويش كچان دمه زيخت، دهمى دزفرت ئا خا وهلاتى دهستهك فالو و نيك چ تيدا نه، و پارى سوسياى ژى نينه و نه شيت بزفرت، چونكه نه و ماف نينه، دى جاره كا دى هه ولدهت ب ريكيڼ نه ياسايى سنورا ب به زينت و قهستا نه وروپا ب كهت.

مهن دبيزن (دهنگى داهولى ژ دويرفه خوشه)، بهلكى هندهك كس دهمى گوهلى دبن، نانكو هزر دكهن نه وروپا هه مى خوشى يه، و كوردستان هه مى نه خوشى يه وهسا نينه، ههر جهه كى باش و خرابين خو هه نه خوشى و نه خوشين خو هه نه، تشتى ل نه وروپا ژ هه مى يى نه خوشتر نه وه غه ريبه كا كوژه كه و مروف نه شيت دهست ژ كه سوكارين خو به ردهت.

نه گهر ته بقت ل كوردستانى بژى، دقت تو قوربانى بدى، ب ته حملكرنا نه خوشيت وى، به لى مروف ژ بير نه كهت مروف وهلاتى خو ئا فا دكهت، چهند مروف ل نه وروپا كار كهت مروف وهلاتين وان ئا فا دكهت.

نهف كه سين گهنج ژ نه وروپا دزفرن و پاره كى باش بو خو كومكرى و رهوشا مالا وان باش، پشتى هاتنى بو خو ب كارهك ديتى بوويه خودان هه فزين، رهوشا وان باشتره ژ وان كسان نه فين هاتين كو ماوه كى دريژ ل نه وروپا ماینه و زراؤكين وان ل ويري مهن بووينه، گهلهك ئاریشه بو پهيدا دبن، نهف مروفى ل نه وروپا مهن بووى زحه ته دگهل رهوشا مه دا بژيت، جودايه ژ كه سه كى ماوه كى ل نه وروپا ژ يابيت.



## ئەم چەوا رەفتارى دگەل ئاريشەيىن سكسى بگەين؟!

مرؤف دژيانا خو دا گەلەك جاران توشى ئاريشەيىن سكسى دببىت و تايبەت دنافبەرا ژن و ميراندا. نموونه هندەك جاران زەلام ئەگەرە كو زاروك نەبن دقيت ئەف نەينى دنافبەرا ژن و ميراندا بن، و نەهين ناشكەرا كرن. خودايى مەزن دبيژت: (الله ملك السموات والأرض يخلق ما يشاء يهب لمن يشاء إناثاً ويهب لمن يشاء الذكور، أو يزوجهم ذكرانا وإناثاً ويجعل من يشاء عقيماً إنه عليم قدير) سورة الشورى: ٤٩، ٥٠.

هندەك جاران نەزوكى (عقم) چارەسەريا خو ھەيە و هندەك جورا چارەسەرى نينە، دقيت ژن و مير ديفچوونا خو بگەن و باشترە ئەگەر بەرى ژيانا ھەفژينى پشكنين بو بەين كرن.

ئەف ئاريشە هندەك جاران بريكا نوژدارى دەيت چارەسەركرن و جار ژى نە، و گەلەك جاران مە گوھلى بوويە هندەك دى سەردانا نوژدارى كەن نوژدارى دى بيژت (وہ چ ئاريشە نينە).

دقيت ژن و ميران رەوشەنبيريەكا سكسى ھەببىت، دەمى ئاريشە ھەبن دويچوونا خو بگەن، گەلەك جاران زەلامى ئاريشەكا سكسى ھەيە، بەئى بو خەلكى ديار ناكەت و هندەك جاران ئەف ئاريشە ژيانا وان بدوماھيك دئيت، چونكە دەمى ئاريشە ھەى نەشين ديار كەن و ئەگەر ديار كەن ژى دى بريكەكا دى ديار كەن نموونه دى ھيجەتا ل ئيك گرن.

هندەك جاران زەلامى شيانيىن كرياتا سكسى نينن دبيژنى (العجز الجنسى) يان ژنكى سارى يا سكسى يا ھەى كو دبيژنى (البرود الجنسى) ئەفى ژى ئەگەرپن خو ھەنە و كارتىكرنى ل ھەردوو لايان دكەت، پيدفى يە ھەردوو لاي سەردانا تايبەتمەندەكى بگەن ژ بو چارەسەركرنى.

بهري چهند سالهكا ژنهكي ميړي وي ل زينداني بوو، نهگهر خورتيا سكسي لكورهكي كر بوو. ل گهلهك جهان دا بيژت زهلامې من نهف كاره يي نهنجامداي و دا هافيژتي بغي رهنكي ناريشا وي دگهل زهلامې پتر د نالزي، نهز ل باورهي مه نهگهر زهلام ل زينداني دهركهت دي ناريشه دگهل في ژني ههبن. ژن دي زاروكان و دگهل ميري ژ دهرست دهرت، هندي مروف بشيت نهينيځن خيزاني پاريزيت. هندهك ژن يان ميړ ههنه دي بهحسي خو بو خهلكي كهن كا ب شهفي چ ل ناف نفيني رويدهت و نهفه تشتهكي شاشه دفتت نههيت بهحسرن بهس نهگهر بو حالهتين پيدفي نهبيت. و نهگهر هات نيكي پرسيار ژ مروفي كر دفتت بهرسفا مروفي ل دويف پرسيار بيت نه زيدهرتر.

هندهك جاران ژني ناريشهيني دگهل زهلامې ههين يان ژ خيزانا تيدا دژيت، دي بيت نهگهر ناهيلت زهلام ل نقينا وي بنفيت زهلامې ناريشهك ههيه دگهل خيزاني و دي ناريشهيا وي كهت دوو قات و ژلايي ديغه ژن بو خو ژي دبن گفاشتهكا دهرروني دژيت.

ههرهوسا ل كريارا سكسي دفتت ههردوو لاي تيړ بن، چونكه هندهك جاران لايهك دي كههيت خوشيا جنسي لايي دي نهگههشتيه، دفتت ههردو لا بهگههن، گهلهك كهس ههنه ههتا نوكه كريارا وان يا سكسي نه يا دروسته و ريكيځن دروست نزان باشه نهگهر پهرتوكان بخوينن دا پتر رهوشهنبير بن، گهلهك ههنه ياريا دي كهن بهري كريارا سكسي، بهلي نزانن چهند نهف يارپه گرنغن، پشتي هينگي ژي زوربهه ژن و ميران في ياريي پاشگوه دهافيژن.

نهگهر ژن يان ميړ جارهكي خيانهت ل لايي دي كر، باشه نهبيژت، نهو ددلي خودا برياري بدهت في كاري نهنجام نهدهت، چونكه ههر روژهك دي هيت بهيت ناشكهره كرن. نهگهر خيانهت هاتكرن و لايي دي پي زاني بلا سهكهت رهوشا وي نهگهر ههزدهكته بهردهوام بيت لسهر في كاري، دفتت مروف بهرامبهر راوستيت بريارهكا توند لسهر بدهت و بابهتي ب دوماهيك بينت، بهلي نهگهر مروفي ديت پهشيمنانه دفتت في كاري نهنجام نهدهت دفتت مروف دهرههتي بدهتي كو خو ژ في گونهه قورتال كهت. و هاريكاري وي بكهت و نيشا بدهت چهوا خو ژ ناريشي قورتال كهت.

## رهوشه نېريا سکسی و کوشتنا ژنان

دناف جفاکي مه دا وهک هه می جفاکين روژهلالات، جفاکهک گرتیه، سيگوشهک پيروژ ههيه، دقيت بهحس لسهر نههيت کرن، نهف سيگوشه پيکهاتيه ژ ناين و سکس و دهستهلاتي دقيت کهس بهحسي فان نهکهت. ههروهک دبيژن (ميرا بکوژن و ژنان برهفين بهلي تيلن حکومهتي نهقهتينن) دناف جفاکي مه دا سکس وهک تشتهکي سهيره، و خهلکي مه رهوشه نېريا سکسی لدهف يا لاوازه، ژ بهر في لاوازي ناريشه پهيدا دبن.

دناف جفاکي مه دا دوو تشت دهين کرن، نيک بلا رهوشه نېريا سکسی ههبيت، ژلايي ديي هاوکيشي فه بوچي ژن دهين کوشتن، ب هزرا من باشه نهگهر رهوشه نېريا سکسی دناف گهنجي مه دا ههبيت، ب مهرجهکي نهف کهسين بقی کاری رادبن گهلهک رهوشه نېريا بن، دفي بيافي دا، بهلکو بهروفاژ پاراستنا گهجان بيت، چ کور يان کچ، ژ مهترسين تيکهلبوونا سکسی و تايبهت لفي چهرخي دوماهيکي نهف نيشين کوژهک دهرکهفتينه، و چارهسهرکرنا وان گهلهک ب زحمهته، وهک (نيلز).

(سلمان کوفلي) دهوزانهکا خودا يا پيکهاتي ب دوو ديرو دبيژت (نهز ناترسم چهند دوژمني مه يي بهيز بيت، بهلي نهز ترسم نهگهر کيوهليهکا دهفدای هات دناف جفاکي مه دا) مهرما وي لفيره کيوهليا دهفدای مهترسيا وي گهلهکه و تايبهت لسهر تهخا گهجان کو کاریگهترين تهخه دناف جفاکي دا، مخابن نوکه گهنجين مه ب ژنان و مهیي فهخوارني فه موژيلبوونه، هزرا نهتهوهی و نافاکرنا جفاکي نارمانجا وان نينه، هه می گهنج وهسا نين، بهلي گهلهک يي بهرهف في ريکي دجن، دویر نينه نهف ژنين نهره ب دهين ناف مه دا ژ هندهک لايان پالداي بن، مللهت هندي خودان رهوشت بيت، خو لسهر پين خو دگريت.

دبيت هندهک کهس بيژن نهفه سهربهستيه، دقيت مروفي يي سهربهست بيت، راسته مروفي يي سهربهست بيت، سهربهستی رامانا و يي نهوه نهز سهربهستيا

ئىككى دى تىك نەدەم، ئەگەر ئەم بەيىن سەحكەين، ئىك ئىك ئەگەر ئىن سەرەكى بۇ بەردانى ھەبوونا ئارىشى دناقبەرا ژن و مىران دا، مەى فەخوارن و ودرەنگ زفرين بۇ مال و پاشگوھ ھافىتتا ھەقزىنى يە، دەمى ئەف كەس ب مەى فە موژيل دبىت، ھەوجەيىن خىزانا خۇ دابىن ناكەت، ب دروستى نەشپىت خىزان و زارۇكىن خۇ پەرورەدەكەت.

گەلەك جاران ژن دەيت كوشتن ژبەر نەبوونا رەوشەنبىريا سكى، يان لەزى ل برىارىن خۇ دكەن، بى تشت بدروستى بەيىن پەسندكرن و تايبەت ژلايى لىژنا پزىشكى فە، نموونە ل ھندەك كەسان ژ رەگەزى مى پەردا كچىنى جورى مەتاتى يە ل شەفا ئىكى ناھىت دراندن و نابىت ئەف كچ بەيتە گونەھكاركرن، ھەرەسا ھندەك حالات ھەنە كچ كچىنيا خۇ ژ دەست دەت ژ بەر كەتنى يان ھەر ئەگەرەكا دى، دقپت ھەر ئىكسەر ئەف كچ بۇ نەخوشخانى بەيتە رەوانەكرن و پشكىن بۇ بەيىن كرن، ئەگەر ديار بۇ ژبەر رويدانا ترومبىلى ئەف كەتتە بۇ پەيدا بوويە، پىدقپىيە نوژدارى تايبەتمەند كاغەزى بدەت وى كچى، و ل دەمى شوپكرنى ئەو كەسى دخوازت، بەيتە ئاگەھداركرن.

باشە پشكىن بۇ زەلام و ژنان بەيىن كرن بەرى داوۋتا خۇ بكەن، كا فان كەسان شىان ھەنە بنە خودان زارۇك، گەلەك زەلام ھەنە زارۇك نابن و ئەگەر ژ زەلامى يە، و نابىژت ئەگەر ژ منە و دى ژنەكا دى ئىنت، و بەختى وى ژى دى رەش كەت.

تشتەكى دى دناف مللەتى مەدا پەيدا بىت، ئەگەر ژن بزانت كو زەلام تىكەليا ژنپن دەھمەن پىس دكەت و نەھىلت خۇ نىزىك كەت، ئەگەر پشكىنەكى لدەف نوژدارى نەكەت، ئەفە كىماسيا وى يە، ژبەر كو ئەگەر ئەف زەلام ئىدز ھەبىت، دى فى ئىدزى فەگوھىژت بۇ ژنى، ژ دەف ژنى دى ھىت فەگوھاستن بۇ زارۇكى دزكى ژنى دا. ھوكمەتا مە ل وان كەسان ھشيار بىت ئەفپن ژ دەرفە دەپن و پشكىن بۇ بەيىن چىكرن، داکو ئەم خۇ بپارىژن ژ ئىشپن ترسناك، دبىت ئەفە كارەكى ب زەحمەت بىت، يان تشتەكى دى، دەمى ئىك دەيت كچەكى لقرى دخوازت ئەف پشكىن بۇ بەيىنە دروستكرن بۇ سلامەتيا ئەفى كچى ب دىتتا من ئەفە رەوشەنبىريا سكى يە.

# دەرگه‌هی پینجی

- گرنگیا دانوستاندنی دنافبه‌را هه‌فژینان دا
- نه‌گهرین په‌یدا‌بوونا ئاریشه‌یا دنافبه‌را هه‌فژینان دا
- خیانه‌ت دنافبه‌را ژن و می‌ران دا
- می‌ری دوو ژنان دنافبه‌را ئه‌رک و مافان دا
- به‌ردان دیارده‌کا مه‌ترسیداره دنافه‌جقاک‌ی دا
- خیزانیین ژبه‌ر ئیکچووی
- هنده‌ک ژ ده‌می خو بو خیزانی ته‌رخان بکه
- ریکین گوهورینا به‌ایی کوسوکی

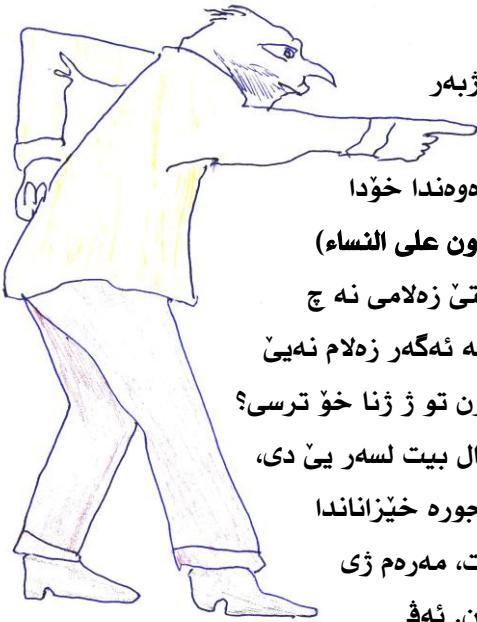




# گرنگیا دانوستاندنی دناڤهرا په ژبناندا

شپووازی دانوستاندنی دناڤهرا پتریا خیزاناندا بقی رهنګیه:-

۱- شپووازی دکتاتوری:- رامن ژیی ئهوه رهخهك ههولدهت زال بیت لسه ر لایئ دی، و یاسایین خو ب سهپینت، و ئهګه ر ګوهدارى نههاتكرن سزا دئ یئ دژوار بیت، بهرامبهر لایئ دی تهپهسهره و كهسایهتیهك لاواز یا ههئ. و دهنگئ خو دناڤ خیزانئ دا نینه، و ههر جار ب ناخفتنئ دهیت پاشقهبرن و رهزلیكرن.



پتریا خیزانین مه بقی رهنګی نه، ژبه ر

لایه نین عشرهنگه رى، ئایینی

هندهك كهس لایه نین ئایینی دبه ر ژه وندا خو دا

شروقه دكهن نمونه (الرجال فوامون على النساء)

وهسا تیدګه هیت هه مئ تشت بدهستئ زهلامئ نه چ

بو ژنئ نینه، ژلایئ عشرهنگه رى فه ئهګه ر زهلام نه یئ

زال بیت، شهرمه هه تا ګه لهك دبیزن تو ژرنا خو ترسى؟

هه فزینی نه کونترولكرنه یان كى زال بیت لسه ر یئ دئ،

بهلكو هه فبه نديه كا پیرۆزه. دقان جوره خیزاناندا

ئاریشه ب ئاریشه یئ چاره سهر دبیت، مه رهم ژئ

ئاریشه یئ ب توندوتیژئ چاره دكهن. ئه ف

چاره سهرئ وهختئ یه و دهمه كئ دریزر نافه كیشن.

۲- شپووازی هه فپه یشینئ:- ئه ف شپووازه دناڤ جقاكئ مه دا ګه لهك كیمه، ئه وه دهمئ

ئاریشه پهیدا دبیت، هه فپه یشین یا ههئ، هه تا دګه هن چاره كئ بریکه كا

دروست، دبیت ژن ژبه ر زهلامئ دانت یان می ر و مه رج نینه ژبه ر ئیکدانان

(تنازل) ژ کیش لای بیټ. ژبهړ ئیکدانان چ شهرم تیدا نینه و کهسایه تیا مروقی کیم ناکهت، بهلکو مروق ب شاشیا خو دحه سیت. و نهفه تشته کی باشه مروقی شیان هه بن بیژت نه ز شاشم. یان داخوزا لیبورینی دکه م، نه گهر دایکوباب شیوازی وان نهفه بیټ زاروک زی دی بقی ریکی داخبار بن و دی جیبه جیکه ن. نهفه جوره ژن و میر باوهری دناقبهرا واندا هه په، تشتی ل ئیکدوو نافه شیړن، نهینی دناقبهرا واندا کیم و ههر کهسه ک کهسایه تیا بهرامبهری خو دزانت، بهلی ل هنده ک خیزانا من یا دیتی میر ل نهاله کی و ژن ل نهاله کا دی دژیت، و کهس چ ژیی دی نزانیت ژبهړکو نه بدلی ئیکن. و خانی کافله ک نهینیانه، باشه نه گهر هه می تشت بریکا رازیونئی بهین شروفه کرن.

۳- شیوازی تیکه ل:- نهفه شیوازی یی هه دی دبیت نه گهری وی جوداهیا ئاستی رهوشه نبیری و ژیی دناقبهرا ژن و میراندا بیټ نموونه زهلام لسه ر شیوازی دیموکراسی بن و ژن دیکتاتوری یان بهرؤفاژ. نهفه جوره کهس د هه فرکیه کی دادژین و زاروکین وان بهرزه دبن دناق دوو جورین په روهردی دا. پتریا جاران ژن و میر دئیک ناگه ن و نه گهر شیان پینج سالا پیکفه بورینن ئیحتمالا بهردانی دی کیم بن، نهفه پینج سال دهستیپیکا ژیانی نه و دبن خودان زاروک و گهله ک جاران نهفه زاروک وی په یوه ندی بهیز دئیخن و جار ژن یان میر خو قوربانی زاروکان دکهت داکو زاروکین وی دهر به دهر نه بن و ته حملا لایه نی دی دکهت.

۴- شیوازی پاش گوها فیتنی:- ژن یان میر لای دی ئیکجار پشتگو ه دکهت، تایبهت نه گهر چه ژزی نه کهت یان په یوه ندی هه بیټ، نهفه گهله ک جاران یا هه دهمی زهلام دبیت خودان دوو ژن، یان ژنی ب خورتی بدن شوی. بدیتنا من بهردان هنده ک جاران بو خیزانی چاره سه ریه، دقیت نه م ب چافه کی نزم نه بهر یخودین ژنا بهردای یان میری ژن بهردای. بهلکو وان زی ئاریشا خو هه بوو بوچی نه ز یان ههر کهسه ک بهردوام د دوزه خه کی دا بژیت.

دهمی من ئەف بابەت نقیسی ئەز گەهشتم فی خالی و ئەز راوہستیام وی شەفی ناگەھداریک بو من هات کو مالەکی ئاریشەبەک خیزانی هەبە. ئەز لدویف داخوازا وان ل ویژی حازربووم، من دیت گەلەک هەفسووی ل وان کوم بووینە. کور و باب بەهەفرا چووینە و ئاریشە مەزن بوویە و قیز قیزا ژنانە. دەمی ئەز بژوور کەتیم ئەز چ ژ رهوشا وان نزانم، ئەز مام بیدەنگ بەس ژ گوهدارا مام، داکو بابەتی بدروستی بزائەم، وی دەمی من دیت ئیکی دگەل وان دناخفیت دگوتە کوری (بەس هزرین خو ل باشییت بابی خو بکە)، پشتی ئەو ب دوماهیەک هاتین ئەز جودا جودا دگەل کوری و بابی ئاخفتم و من ئاریشەیا وان بدوماهیەک ئینا، ئاریشەیا کوری و بابی لسەر برایی بچویک بوو، من گوت (ئەف کورە دەمی ئاریشەیی دکەت هون مایی خو تینەکن، بەس بو من فریکەن و ئەز دی چارەسەریا وی کەم) بو زانین ئەف پتر ژ سی هەیفە ئەز دیفچوونا ئاریشەیا وی دکەم. گەلەک گوهورین لی پەیدا بووینە و بەرەف باشی چووینە، نوکە ل بەر دکانەکی کار دکەت.

ئاریشەیا فی خیزانی ئەوہ دانوستاندن دناقبەرا ئەندامین خیزانی دا گەلەک لاوازن، دفت ئەف دانوستاندن بەین بەیز کرن.

ئەنجامین دوماهیکی ئەز دبیزم دفت ژن و میر شیان هەبن پیکفە سەعەتەکی روینن، ئاریشەیین خو گەنگەشە بکەن هەتا بگەن چارەسەریەکی، دبیت ھندەک جارەن مرؤف نەگەھیت چارەیی مرؤف کەسەکی ئاقلدار دگەل خو دا پشکدار کەت، وەک لایەنی سیی بی پشتا ئیکی بگرت یان ئاگری هەر خوش کەت و قورما کوم کەت، بەلکو کەسەکی دادوەر بیت دناقبەرا واندا تاییبەت ئەگەر ئەف کەس خودان سەربور بیت یان خودان سەربورەکا زانستی بیت دواری جفاکی یان دەروونیدا.



## ئەگەر ئېن پەيدا بولسا ئارىشەيا دناقبەرا ھەقزىناندا

گەلەك ھۆكار ھەنە دېنە ئەگەرى ئارىشەيا دناقبەرا ھەقزىنان دا و ئەم دى  
بەحس ل خالىن سەرەكى كەين.

۱- لايەنپىن ئابوورى- زۆربەى جاران ھەقركيا ژن و ميران ژيەر لايەنپىن ئابوورى  
يە، چ ئەف خىزان يا ھەزار يان دەولەمەند بيت، بەل پتر ھەزاران دگريت  
چونكە درافى وان كېمە و نەشىن پىدافييىن خۆ يىن سەرەكى يىن ژيانى دابىن  
بكەن، ژيەر ھندەك ئارىشەيىن رويدەن، و گەنگەشە پەيدا دىن لسەر چەوانيا  
مەزاختنا درافى، ژ لايى ھەردوو ھەقزىنان قە. تموونە زەلام گەلەك پاران ل  
خۆ بمەزىخت، يان ژن خودان پارە بيت و رازى نەبىت پارا ل خىزانى و  
زاروكان بمەزىخت، ژبەر كو باوهرى پى نىنە و ھزر دكەت زەلام دقئىت پارەى  
بمەزىخت. و نەقئىت زەلام ھارىكاريا دايكوبابى خۆ بكەت. ئەگەر خىزانى  
گوھورين كەتى چ ژ ھەزاري بو دەولەمەندى يان بەرۇقاژ، گەلەك ئارىشەيىن  
خىزانى پەيدا دىن، ئەو كو دىيىژنى بزقينا جفاكى (الحراك الاجتماعى).

۲- رۇل پەرومردا خىزانى- ژبەر ژن و مېر ژ پەرومردىن ھەر ئىك ژ خىزانەكى  
ژىكجودا ھاتىنە، بچوپكاتيا وان وەك ھەف نىنە، ئەفە دبىت ئارىشە دناقبەرا  
وان دا، مروفى نازداركرى، نەتىگەھشتى نەشىت بدروستى ب رۇل خىزانى  
رابىت چ ژن يان مېر بيت.

۳- مايتىكرن ئەفە ئەگەرى سەرەككە بۇ ئارىشەيا و ژلايى ھندەك كەسىن دى و  
تايبەت خەسو و خەزوير و ھندەك جاران ژ لايى ھەقسوويان ژى قە دەپتە  
ئەنجامدان. گەلەك جاران تىي و ژن تىي مايى خۆ دخىزانى دا دكەن،  
ئارىشەيا خىزانى پتر لى دكەن و ئاگرى ئارىشى پتر گەش دكەن، و تايبەت  
ئەگەر رۇل زەلامى لاواز بيت.

۴- ژېك تېرېبوون:- ئەفە كاكلكا ئارېشەيى يە، دەمى زەلام گەلەك حەز ژنا خۆ نەكەت، زەلام ھەست نەكەت ژنا وى حەز ژى دكەت. نەبوونا حەز ژىكرنى ئەگەرى سەرەكېيە بو پەيدابونا ئارېشا و تايبەت بەردانى، چونكە بەردان دەستپېكى دناف نفىنى دا پەيدا دبېت.

۵- ھزروبېرېن ژېكجودا:- ھەفزېناتيا سەرکەفتى ئەو ھەكھەفى و نېزېكاتى دناقبەرا ژن و مېران دا ژلايى ژى و ئاستى رەوشەنېرى و ھزرو بېران فە ھەبېت، دەمى ھەكھەفى ھەبېت باشە ژبەر ئېكدانان ھەبېت ژ ھەردوو لايان فە، ئەگەر ژبەر ئېكدانان نەبېت دى ئارېشە پەيدا بن، باشە ئەگەر رازېبوون دناقبەرا ژن و مېران دا بھېتكرن. دگەل ئېك روېنن و جوان دگەل ئېك باخفن و بېدەنگ بلند بوون يان توره بوون بەرى دوبەرەكى پەيدا بېت.

۶- ئەگەر حەزېن وان ھەكھەف نەبن:- گەلەك جارن حەزېن ژن و مېران نەوھەكھەفن چ خوارن، يارى، لايەنى سېاسى بېت. لسەر خوارنى زەلام حەز سافارى بكەت و ژن ئېپراخا، زەلام جگاركېش بېت و ژن ژ دويكىلى برەفېت، زەلام گەلەك بنقىت و ژن خەو ھشك بېت. ئەگەرى سەرەكى دويراتيا ژىي وان و ئاستى رەوشەنېرى و جورى ھزركرنى، زەلام سەرەدانا كەسوكارېن خۆ بكەت و يى ژنى نە.

و جارن خەسلەتېن زەلامى و ژنى نەوھەكھەفن نمونە زەلام حەز دكەت ھەر ل مال بېت و ژن حەز دكەت بگەرېت، زەلام دى بېژت ژنا خۆ تو گەرەكى، ژن دى بېژت نەخېر تو بى نان و خوى و نەمرۇف شرىنى، سەرا كەسوكارېن خۆ نادى، و ئەفە ژى دبېتە ئەگەرى



ئارېشەيى.

۷- رەخنە ل ئېك گرتن:- ئەفە خالە ل سالىن دەستپېكى پەيدا دبېن ل ژيانا ھەفزېنىي، كارتېكرنى لسەر رەفتارېن ئېك دكەن، دى رەخنەكا دژوار كەت دى بھايى وى كېم كەت، نمونە زەلام دى بېژت تو يا گەرەكى و چافى خۆ

نادەى زارۆكان، ژن دى بېژت تو خەمسارى و تو لىبەر خو را ناچى. باشە ئەگەر ئەف شەرە لدەف زارۆكان نەهينەكرن.

۸- ئەگەر زەلام ھەردەم يى سەرخوش بىت و ل مال نامادە نەبىت، و ب يارىپىن قومارى فە موژويل بىت، خىانەتا ھەفژىنى دناقبەرا ھەردواندا پەيدا دبىت چ ژن يان مېر.... يان زەلام گەلەك رىكى بدەت ژنا خو و دىفچوونا وى نەكەت و خەلكى بىانى بەيتە مال ئەو بو خو ژى كىم بەيتە مال، گەلەك ژ مال دەرکەفیت يان زىدە گومان بر بىت.

ھەر وەسا لايەنن ساخلەمىي رۆلەكى گرنك ھەيە بو پەيداكرنا رحەتیی د خىزانى دا، ژ دەستدانا ساخلەمىي دى ئاريشەيا پەيدا كەت، تايبەت ئەگەر ژن نەساخ بو و بو ماوەكى درىژ زەلام دى شەپلت و كارين وى برىقە ناچن و دبىت زەلام ھەز كەت ژنەكا دى بىنت.<sup>(۱)</sup>

### ھندەك شىرەت بو ھەفژىنن گەنج

- ۱- ھەر كەسەك يان ھەفژىنەك كەسايەتيا خو يا تايبەت ھەيە، نابىت كەسايەتيا ئىكى د يا كەسى دى دا ب ھەلىيت.
- ۲- راستگو بە بەرامبەر خىزانا خو ژ لايى ئابوورى و دراقى فە.
- ۳- ئاريشەيپن خىزانا خو نەدەرئىخە چونكە دى ئاريشە مەزنىر لى ھىت.
- ۴- ھەزىن ھەفژىنا/ ھەفژىنى خو بزانە.
- ۵- ھندەك جارن پىكفە دەرکەفن سەيرانا يان سەردانىن خىزانى بكە.
- ۶- لدەمى خەلەتيا توره نەبە و لسەر رەفتارىن خو زال بە.
- ۷- پەيوەندىپن خو دگەل خىزانا ھەفژىنى خو بەيىز بىخە.
- ۸- خىزانا خو پەشكدار كە ژ بو وەرگرتنا برىارىن گرنگ..<sup>(۲)</sup>

(۱) اسرار السعادة الزوجية وأسباب النجاح والفشل - محمد محمود عبدالله لاپەرە ۵۸.

(۲) افضل الوصفات للسعادة للازواج والزوجات - عبدالرحمن بن علي ط ۲ - ۲۰۰۶ سعودية لاپەرە ۴۱.

## هونەری دانوستاندن دگەل هەقژینا

دانوستاندن دگەل هەقژینان ریکین خۆ هەنە، هەر ژن و میڕەک دشین ژيانا زارۆکین خۆ خوش کەن، ئەگەر هەندەک خال ل دەف پەیدا بوون، ئەگەر مروف زەوقی بەرامبەر بزانت، و حەز کەت وان رازی کەت.

۱- دویرکەفتن ژ هەقژینی بۆ ماوەکی کورت باشە، بەل ئەگەر درێژ بوو دئ بیت ماھولک و خیزانی هەریفت.

۲- دقیت مروف تبعەتی ئیک بزانت، دا بریکین دروست دانوستاندن دگەل هەف بکەت.

۳- هشیار بە رهخنا بەردوام نەگە، چ ئەفە رهخنە بچویک یان مەزن بیت.

۴- ئەقینا خۆ بۆ بەرامبەر دیار کە، هەر دەمی دەرفەت هەبیت. و هەستی خۆ ب دەربەرە بەرامبەر هەقژینا / هەقژینی خۆ نموونە (نەز ژ دل حەز ژتە دکەم). بەیاه هەقژینا تە تشتی دل خۆ دەربیخت و هزر و هەستین خۆ ب دەربیریت.

۵- باوەری بۆ چیکە تو ژ باوەری پئ بینە و نەهیلە مایتیکرنی د ژيانا وەدا بکەت..

۶- تو چەند گرنگی بۆ خۆ دئ، هەند گرنگی یئ ب هەقژینی خۆ ژ بدە.

۷- تو و هەقژینی خۆ هەندەک کاران ب هەفرا بکەن.<sup>(۱)</sup>

---

(۱) (۱۰۰۰) طریقه للسعادة الزوجية - بثينة السيد العراقي ط - ۲۰۰۲ سعودية لاپەرە



## خیانەت دنیقبەرا ژن و میران دا

ئەفە بابەتەك هەستدارە هەردوو لا پێ دەهرشن و پێ نەخوشە، ئاریشەییپن خیزانی و جفاکی پەیدا دكەت. ئەم نەشپن بپژن بەس ژن یان میر خیانەتی دكەت، هەر گافا ژنەك خیانەتا میری خۆ دكەت بەرامبەر زەلامەك یی خیانەتی ل خیزانا خۆ دكەت.

هەر ئاریشەیهك یان دیاردەیهك دناف جفاکی دا سەری خۆ هەلدەت ئەگەرین خۆ هەنە، و هەندەك ژ فان ئەگەرا دسەرەكینە و هەندەك ژى لاوكى نە (فرعی) ئەفیان ژ ئەگەرین سەرەكینە خیانەتی دناقبەرا ژن و میران دا نە. كومهلگە مەزن دبیت و دگەل كارتیكرنا راگەهانندی و تیکەلیا بی سنور شەرم كیم دبیت. هەندەك ریکین ژنئینانی دناف جفاکی مەدا، پالەرن بو فی دیاردی نموونە دەمی زوی دبن خودان هەفژین میشکی وان باش نەگەهشتیه، پێگوهۆرکانی لایەك یان ژى هەردوو لا دبنە قوربان، بریار یا خیزانی یە. دەمی زەلامی شیان نەبن، ژبەر كو یی پیره یان گەنجی بی شیانە، زەلام شەرم دكەت بەردەت و ژن شەرم دكەت بپژت، ل باژپرهکی كوردستانی زەلامەکی ژنا خۆ گونەهباركر، كو پەيوندی یپن دگەل ئیکی دی هەین، پاش چو دادگەهی ل ویری فی ژنی گوت ئەفە سەری حەفت سالانە ئەز كچم پستی ئەنجامین پشکینین دختوری دیتین ناخفتنا وی راست دەرکەفت.

باژپری دەوکی بەر ب گوهۆرینین بەلز و ترسناك دا دچیت، و دی گەلەك ئاریشا ل پشت خۆ دا دەپیت، و ئەم خۆ نامادە ناکین بو فی قوناغی. سال بو سالی ئاریشە یی زیدە دبن، ئەفە ئەون یی ئاشکەرا دبن، و چەند ئاریشە دەپن نماندن و کوشتن ب نەینی دەپن کرن، ئەف بەرهەقبوونا دەپت کرن نە ل ناستی

پېدفييه و دبیژن خه لکی نازادی یه و خه لکی مه دننازادی نه گه هشتیه، نازادی نه وه تویی نازادی هندی تو نازادیا نیکی دی تیک نه دهیی.

خیانه تا ژن میران گونه هه کا مه زنه دهیت نه نجامدان، چ ژلای میری یان ژنی و جورپن خو هه نه سقک وهك بهری خودان یان هندهك لئینین سکسی بکهت، ناخفتن، ناوهندی دهما بتنی دگهل نیک دروینن ناخفتنن تایبته بهلی جوری دژوار کریارا سکسی یه ب ههمی جورا فه.

خیانه تا ژن و میران گونه هه و فاریبوونه ژ ریکا دروست ل ناف گومه لگه هین روژنافا، دهما نیکی هه فزینی خو نه فیته دی بهر دته، دی چت نیک دی ماره کهت، گه لهك جارن خیانهت دهیت بکارئینان وهك تولقه کرنا لایه کی لسهر لایی دی نموونه نه گهر ژنی خیانهت ل میری خو گر هزر دکته، نه فه سه رکه فته یان توره بوونا خو بسهری دا شکاند.

نه گهر دناف جفاکه کی دا بهردان بزحمت بیت، خیانهت دی هه بیت، گه لهك جارن دناف جفاکی مه دا نه گهر ژنهك هات بهردان خه لك هه زا خو نابنی، دبیت ناریشه ژ میری ژی بیت.

گه لهك جارن ژن دبیت قوریان و تحملا میری دکته دانه هیته بهردان، یان سه ری خیزانا خو نه چه مینت. نه ز ل فیری پشته فانیا بهردانی ناکم، چونکه هه رافتنا خیزانی یه. بهلی هندهك جارن بدیتنا من پدفييه ب تایبته بو وان ژن و میران نه فین ب نیكجاری سه ری نیک دوو نه فیته.

گه لهك جارن زهلام دبیت نه گهر کو خیانهت هه بیت دهما مافی ژنی دخوت، و گه لهك ژنی بیئشینت و پاشگوه بافیژت، مهی فه دخوت پاره ی ل زاروکین خو نامه زیخت. نه م دبینن گه لهك یین چووینه نه ورؤپا ب سالان ل ویری یین ماین، ژن بتنی و زاروک ژی بهیشیا وی فه. ل سالا بوری نهس پی ناگه هدار بووم، کو هندهك ژن بریکا دادگای خو ژ زهلامی خو دان بهردان، نه فه ماوهکی دریژ بو کابرا چووینه ژ دهر فهی وهلاتی و هه فزینا خو هیلایه.

جوره کی که سایه تی یی هه ی دبیزنی که سایه تیا (psychopath) نه فه جوره که سایه تی گه لهك جارن خیانهتی دکهن. کاری ژی په یوهندی بقی کریاری فه

ههیه، نموونه ژ وان ستران بیژ خودانین پیدقیپین ژنان ئەف جهین گەلەك تیکەلی  
هەه ی و تایبەت ئەگەر خەفارهتا شەقی ژ ی هەبیت.

هندەك جارەن ئەف كەسین ل زارۆكینیا وان خورتیا جنسی لی هاتی كرن، ئەو  
ژ ی خورتیی دكەن. هندەك جارەن گومان دناقبەرا ژن میران دا پەیدا دبیت، ئەفە  
تشتەکی سرۆشتی یە بەلی ژن یان میڕ دشیّت فی گومانئ بشکینت، بریکا  
راستیئ. گەلەك جار جوانی ژ ی دبیت ئەگەر ئاریشه پەیدا بیت، چ بو ژنی یان  
میړی.

مخابن هندەك جارەن زەلام ژنا خو دەت كارئ خراب، بەلی ئەز نزانم ئەفە دی  
بیتە (خيانة زوجية) چونكە هەردوو پی ئاگەهدارن، ژبەر هندی گەلەك جارەن  
ژن و میړ پیکفە هاتینە كوشتن.

## خو پاراستن

ئیکئ- رایا کورا کچان بهیت وەرگرتن ل دەمی ژيانا هەفژینیئ.  
دوو- خولین تایبەت بو وان گەنجان بهین فەكرن ئەفین تازه دچن رکهها  
زیریندا.

سیئ- ئەرك و ماف بو هەردوو لایان بهین شروقهكرن.  
چوار- دایكو باب زارۆكین خو لسه ر بنیاتهك دروست پەروەردەكەن.  
پینچ- نوپكرنا ئەفینیئ دناقبەرا ژن ومیران دا. نموونه هەفژین بو ئیک دیاریان  
بكرن.

شەش: فلمین باش بهینە هەلبزارتن و پشنیازان ل تەلفزیونی ئەم هەولدن  
گەنجئ خو دویر كەن ژ فلمین سكس و چاقدیری ل سەروكانئ، سیدیان  
بهینەكرن.

هەفت: خو دویر ئیخستن ژ هەر كریارهكئ بەرئ مرؤفی بدەت خیانهتی وەك  
(خلوه).

هەشت: هەفالینیا هەفالین باش بکەت.

نەه: ترسیان ژ خودئ ل ئاشكرا و نهینهیی (\*).

---

(\* الخيانة الزوجية / محمد حبيب الفندی / سوريا.



## میڙی دوو ژنان د ناقبهرا ئهرک و مافان دا

دیاردا فرهژن دناق گهلهک جفاکاندا ههیه، مینا جفاکین ئهفریکی و هندهک ویلایهتین ئهمریکی، جفاکی هندی، ئاینی ئیسلامی ژی ریگ دایه زهلامی پتر ژ ژنهکی ههبیت د ئیک دهمدا.

هندهک هوکار دبن ئهگهر دیاردا دوو ژنیی بهرهف زیدهبوونی بجیت، مینا شهرین بهردهوام و زهلام دهین کوشتن و کچین قهیره دمین و ریژا بیژنان زیده دبیت، و فرهژنی پهیدا دبیت، بو چارهسهرکرنا ئاریشهیین کچین قهیره و بیژنین جحیل..

زهلامی ماف ههیه پتر ژ ژنهکی ههبیت و تایبته دناق جفاکین گرتی و ئاینی دا، ژبهه کو نه ئاین و نه جفاک ریکی نادهت پهیوهندیین سکسی ژ دهرقهی ژینا ههفرینی و ئهگهر پهیداوون سزایهکی دژوار ددویشرایه، ژبلی ئاریشهیین ددویشرا دهین.

لقیره پرسیار ئهوه ئهروی ههمی کهسان مافی دوو ژنان ههیه؟

بهرسف نهخیر، ههمی کهسان مافی دوو ژنان نینه، ژبهه ئهف کهسی دوو ژن ههبن، دقیت پیدفیین ههردووکان ب دادوهری دابین کهت، ئهفه ژ لایهکی فه و ژلای پیغه جوداهی یی نهکهت دناقبهرا واندا، دبیاقی پیدفی و نفستنی دا.

ئهگهر پیدفیین وان دابین نهکهت ژلای دهرافی فه، دی ئهف ژن لژیر گفاشتنین ئابووری ژین، و دی گهروکیی کهن، و پارا ژ خهلکی خوازن، بقی ریکی دی ههست ب کیماسی کهت، و دبیت توشی کارین خراب ژی بیت، ژلای نفستن و نقینن فه بلا زهلام ههفسهنگی دناقبهرا واندا پهیدا ب کهت، نابیت ب چ رهنگان ژنهکی چ یا کریتر، مهزنتر، نهخویندهفانتر بهیلته ههلاویستی...

ئەگەر ژن ھات پاشگوھ ھافیتن ژلايى نقينى فە، ئەقى ژنى ژى مافى سكىسى ھەپە و مافەكى ياسايى يە و ئاسايە، ئەگەر ئەف ماف نەوەرگرت دویر نەبینه، توشى دەھمەن پيسى بیت، و زەلام گونەھکارە يان ئەم دشىن بیژن زەلام پشكدارە دقى گونەھى دا دگەل ژنى.

دەمى زەلام ژنا دووی دئینت ب راستى مەزنتین دربە ب ژنا ئىكى دکەفیت، ژ بەرکو ھەویاتی ژیارەکا نەخوشە. دوو ژن د زەلامەكى دا شریکن مروّف دزانت شریکاتی چەند نەخوشە، ئەگەر زەلام چەند باش بیت، ژن پیکناکەن، ئەگەر زەلام یی خراب بیت ئەفە بابەتەكى دیە، ل بىرا منە روژەكى ژنەكى گوت (بەس) من دقیت ھەویا من لبەر چاقى من نەبیت) و جارەكى زەلامەكى گوت (ئەگەر ئەز بیژم کیش ژنا خو گلاسەكى ئافى یا دی دى توره بیت، ئەگەر بیژم ھەر ئىك گلاسەك ئافى بینه، ئەز دى پى پەقم) ژنا ئىكى ھەست ب كیماسى دکەت، ھەست دکەت كیماسى ل وى ھەپە، لەوما ژنا دووی ھات، دەروونى وى دەیت شکاندن زۆربەى جاران رەوشا وى یا دەروونى تیکدچیت،

بدیتنا من ژنا دووی ھەست ب شانازی دکەت، چونکە لسەر ژنەکا دی چووپە و رەوشا وى یا دەروونى باشترە، ژبەر زۆربەى جاران میړ پتر گرنگى ددەت ژنا بچویك ژ بەرکو ژيى وى بچویکترە، و نازکترە وەك مەزن دبیزن (جەرى نوپە ئاف تەزى یە) ژلاپەكى دېفە ئەقى زەلامى ھندەك ئەگەر ھەبوون ھەتا كرى دوو ژن، زۆربەى جاران ژنا ئىكى ژلايى خیزانى فە ھاتیە ھەلبژارتن و زەلام دژپەكى زوى دا، ژنا دووی ئەو بو خو د ھەلبژیرت، گەلەك جاران ئارپشە پەیدا بووپنە دناقبەرا زەلامى و ژنا ئىكى دا.

دیاردا فرەژنیى بابەتەكى زۆر بەرفرەھە و ھەر ھندەك كەسان چیرۆكەكا تاییەت ھەپە، ھەمى وەك ھەف نینن و مروّف نەشیت ھەمیا ب ئىك دار ب ھازووت، ب شیوەكى گشتى ھندەك ئەگەر ھەنە زەلامى دوو ژن ھەبن:-

- ۱- ئەگەر ژنا ئىكى زارۆك نەبن (نەزوك بیت).
- ۲- ئەگەر ژنى ئیشین دوومدریژ ھەبن (الامراض المزمنة).
- ۳- ئەگەر ژنى شیان نەبن كارى مالى ب رېفە بیت، مال یا تیر میقان بیت.

۴- ل هندەك دەفەرا عەدەتە خەلكى دوو ژن ھەبن، وەك دەفەرا سەندیا و سورجیا و گەلەك عەشیرەتین دى.

۵- دەمى زەلام زەنگین دبیت و حەز دكەت دوو ژن ھەبن، یان ماركرنا ژنبرایى دا زارۆكین وى ئەكەفن كولانان.

لغان خالین لسهرى مه گوتین دادگهه ژى دگهل هندك ژ فان خالا په، كو زەلام ژنەكا دى ببیت، تاییبەت ھەر سیى خالین ل دەستپیکى و خالا پینجى ژى ئەگەر ژنا نیکى یا رازى ببیت.

ل دیاردا دوو ژنیى سهرى زەلامى دكەفیت دگىژاتیى دا و گەلەك جاران پەشیمان دبیت، ژبەر شەرین بەردەوام دناقبەرا ھەردوو ھەویان دا، بەلى ئەف شەر کیم دبن دەمى زەلام دەمریت یان ئەم دشین بیژن نامینن، ژبەر كو ھەردوگا سەرا زەلامى شەر دکر، و زەلام نەما شەر نەما، مەزن دبیزن (ھەویى ژبەر ھەویى خو جوانکر و ژنتیى ژ کەربین ژنتیى مالکر).

ھەتا فینگافى مه بهحسى فرەژنیى کریه، ئەگەر و کارتیکرن لسهر ژن و میرا و مه بهحسى زارۆکان نەکریه، بیگومان زارۆک ژى دبن قوربان دناقبەرا ئاریشەیین ژن و میران دا، خوشک و برا کەرب ژیکفەدبن، و دگهل ئیک ناخخن و ئاریشەیا وان دژوارتر لیدھیت دەمى بەلافکرنا میراتی.

ھندەك زەلام ژنەكى ب زارۆك فە زر بەھر دكەت، و مەزاختیى ھەیفانە نادەت ژنەكى ئەفە شاشیەكا مەزنە، لقیڕە یان زەلامى پى جینابیت، یان نەفیت پارى لى ب مەزیخت.

ئەف کەسین دوو ژنان دەیین و رەوشا وان یا ئابوورى باش و ھەر ژنەكى خانى و پارى خو یى تاییبەت ھەیه، و ژیک دویرن و زەلام جوداھیی دناقبەرا وان دا ناکەت، ئاریشەیین وان کیمترن، بەلى ئەگەر ھەردوو دخانیەكى فە بژین، و رەوشا وان یا ئابوورى خراب ببیت، گەلەك و قەرەشە و بگرە و فەکیش دناقبەرا وان دا پەیدا دبن.

زۆربەى جاران ھەوى سەرا زارۆكان لىك دكەفن، ئەفە بسەرڤە ھوسا ديار  
دكەت، بەلى راستيا وى سەرشويشتنە، چونكە سكس تىشتەكى گىرنگە دژيانا ھەموو  
كەسان دا.

پەرلەمانى كوردستانى زى ھندەك پىنگاڤ ھافىتتە، بدىتتا من دڤيا ھارىكاريا  
وان كەسان كىربان ئەڤىن دوو ژنان دەينن، تايبەت ئەڤىن خودان شىان، چونكە  
ئەم د قوناغەكى دانە گەلەك بىژن و كچىن قەيرە ھەنە، ئەم وەك قەكولەر نە  
دگەل دياردا فرەژنى نە ئەگەر كەسى شىان نەبن ژ بەر كو زارۆك دى بن قوربان  
و ھەردوو ژن دى رەزىل بن.



## بەردان دياردەكا مەترسیداره دناڤ جفاكى دا

يا خۆيايه كو بەردان دبیت ئەگەرئ هەرافتتا مللەتان، ئەگەر ئەم بەرئ خۆ  
بدەين سورە (الطلاق) ل قورئانا پیرۆزدا دەستپيكا وئ بەحسئ بەردانئ دكەت و  
دوماھيكا وئ بەحسئ هەرافتتا مللەتان دكەت.

يا ديارە كو خيزان كومه لگەھا پيكا دئيت، خيزانا بهيز جفاكين بهيز پەيدا  
دكەت، و خيزانا هەلوهشاي جفاكين هەلوهشاي پەيدا دكەت، زیدەباري  
كارتیکرنا بەردانئ لسەر دەروونی زەلامی و ژنی، و بەريخودانا خەلكی بۆ زەلام و  
ژنين بەردای، گەلەك ئاريشەيین مەزن بۆ كەسى و خيزانئ و جفاكى پەيدا  
دكەت، وھەتا يئ حەق ژى بیت. و كارتیکرنا وئ دئ يا پتر بیت ئەگەر زارۆك  
ھەين، دئ شەرەنيخ پەيدا بیت كا ئەڤ زارۆك دگەل كئ بژيت!

ھەر گريبەستەكا دەيتە دانان دەستپيكا و دوماھيا خۆ ھەيە، ژبلى گريبەستا  
ھەڤژيني نا نقيسن ھەتا كەنگى دئ دگەل ئيك مين، ئەگەر ئەم بەرئ خۆ  
بدەنى و تايبەت فان ھەرسئ ساليين بورى ريزا بەردانئ ب رەنگەكئ  
نەپيشبينكرى يا زيەدە دبیت، نە ب تنى دناڤ تەخا گەنجان دا بەلكو ھندەك ئەڤە  
بيست سالە پيگھە دژين، نوکە داخوازا بەردانئ دكەن، و بەردان ژى پەيدا بوويه،  
دادگەھ ب فان رەوشا ڤە حيبەتى دمينت، تشتئ دشتئ كيشەيین وان گيرو دكەت،  
بەلكو جارەك دى ل ئيكدودو بزفرن، بەلئ ويڤە ژكيشە دەيت، ھەر دلرەشى  
دناڤبەرا وان دا پەيدا دبیت، ئەڤ ريزە نەبەس ل دھوكئ بڤى رەنگى يە بەلكو ل  
ھەمى كوردستانئ و ئيراق ژى وەسانە.

دبیت هندەك بېژن ئەفە دیاردەكا باشە، گروڤەپە بو پېشكەفتنا مللەتی، و هندەك بینن كارەساتە لسەر ژن و میړان، هندەك حەز دكەن ئەفە دیاردە بیتە تئشەكی سرۆشتی، و هندەك دبیین كو ئەفە دیاردە دڤیٹ ب ئیكجار نەبیت. هەر دیاردەكا دناف جفاکی دا پەیدا دبیت، باشی و خرابیڤن خو هەنە، و زانایڤن جفاکی ژى لسەر فی دوو بوچوون هەنە، ئیك دبېژت باشترە ژن و میړا بهیڤنە بەردان لجهی روژانە وان دگەل ئیك ئاریشە هەبن، بوچوونا دووی دبېژت مانا زارۆیان دگەل دایكوبابان باشترە هەتا ئاریشە ژى هەبن، ژ ژیكفەبونى. بەزرا من ئەگەر كارەسەتڤن خرابتر پەیدابن، باشترە بەردان هەبیت، نمونە ئەگەر ژنەكی زەلامی خو نەڤیت، باشترە خو بدەت بەردان ژ چيكرنا پەيوەندیان دگەل زەلامەكى دى، ب دزيفه يان بەروڤاژ.

دەمی ژن و میړ پیک نەكەن، دبیت ئەگەری پەیدابوونا ئاریشەیان دنافبەرا هەردویان دا، پەیدابوونا پەيوەندیان ئەڤینی چ ژلایى زەلامی چ یى ژنى فە، زۆربەى جارن زەلامی ئەفە بیافە هەپە بو خو ژنەكا دى بینت، و ژنا ئیكى پاشگوھ باڤیژت، یان نەچار ب كەت ئەو داخووا بەردانى بکەت.

### ئەگەرین بەردانى:

۱- لاوازبوونا باوەرى و تیگەهشتنى دنافبەراژن ومیړان دا- زۆربەى حالەتڤن بەردانى ژنە تیگەهشتنى یە، ژن و میړ دگەل ئیك ب هیجەتن، سەرا ئاریشەپڤن بچووك ب شەر و قەرڤەشە دچن.

۲- خیانهتا هەڤزىنى- ئەفە ماھولەكی مەزنە و خیرانى ژ بنى دەهریڤت، چ ئەفە خیانەت ژلایى زەلامی، یان یى ژنى بیت، ئەگەر ژلایى ژنى بیت، گەلەك جارن دى هیتە بەردان، یان كوشتن، بەلئ ئەگەر ژلایى زەلامی فە بیت، ژن نەشیٹ چ بکەت زۆربەى جارن، ئەوژى دى هەولەت تولا خو لئ فەكەت و خیانهتا وی كەت، بەلئ ئەفە ناگونجیت لسەر هەمی ژنان ئانكو هەمی ژن وه ناکەن. هندەك جارن زیز دبن.

۳- مایتیکرن ژلایى كەسوكارىن هەردوو هەفژینا- گەلەك جارەن دى بىنى مایتیکرن پەيدا دبیت، دژيانا هەفژینان دا، چ ئەف مایتیکرنە ژلایى تى، خەسوى و خەزویران یان دشى فە بیت و ئەفە دبە ئەگەرى زیدەبوونا ناریشەیا بەردانى.

۴- گومان بەهفدوو- هەر دەمى ژن و مېر لېەر هەف راوەستیان و گومان ژ ئىك برن، ژيانا وان دبیتە دوزەخ و روژ ب روژ نەشېن دگەل ئىك بژین، ژنى و زەلامى باوەرى پىكناھىت.

۵- بارى ئابوورى- دەمى ژن و مېر پىكفە دژین، دناف مالا مەزن دا، و گەلەك ناریشە پەيدا دبەن، چ لېەر زارویان بن، چ لېەر كاری بن، زەلام نەشیت جوودا بیت، پارە نینە خانى بکرىت، دبیتە ئەگەرى بەردانى، یان زەلام دەولەمەند بیت و ژنەك دى بىنت و ژنا دوى خو بدەت بەردان، چونکە نەشیا تەحملا هەویى بکەت، یان زەلام بەردت ژبەر ناریشەپین بەردوام.

۶- تەکنولوژیا نوى- چەندین حالەتین خیانەتئ ئەگەرى وى موبایلە، موبایل شیاپە گەلەك ناریشەیان بو کور و کچین مە پەيدا بکەت و هەتا ژنېن ب مېر و زەلامین ب ژن، هەروەسا سەتەلايتى روئى وى کیمتر نینە، دپەيداكرنا ناریشەیان دا و تايبەت زنجیرین دوبلاژکرى، ئەگەر مروف دىچچوونا وان بکەت، زۆربەى فان زنجیرا (خیانە زوجیة) هەپە، ئەفە ژى ئەگەر ژن یان مېر ئەفئ ب تىشەكى ئاسایى بىنت.

۷- زەلامى قومارچى- یان مەپقەخور و پارا ل خیزانا خو نەمەزىخت، و ب دويف ژنان فە، هەروەسا ئەو زەلامى ژ خیزانا خو دویر دکەفیت بو ماوہیەكى دريژ، چ جو بیتە ژ دەرفەى وەلاتى یان هاتبەتە زیندانکرن و ژن نەشیت زارویان خودان کەت، و درافى بو پەيداکەت.

۸- زیزبوون- گەلەك جارەن ژن دى زیز بیت، و قەستا مالا بابى کەت، هندی ئەف ژن زیدەتر زیز بیت ناریشەیا وى ئالوزتر لیدھىت، ئىك ژ ئەگەرىن سەرەكى بو بەردانا ژنى زیزبوونە، بى ناریشەپەك مەزن هەبیت و قەستا مالا بابى خو بکەت، لقیەرە ژى مالا بابى روئى خراب بگيړن و نە هاریکاربن دگەل مالا

زەلامى ئارىشەيا وان دى ھەر بگىرىي كەفەيت، ھەرەوسا ئەگەر ژن زارۇكىن خۇ باش پەرەوردە نەكەت، گەلەك بقوتەيت، يان يا گەرەك بيت.

۹- ياساين پەرلەمانى؛ بۇ زحمەتكرنا فرەژنىي و داخوآزا و مافى ئافرەتى ژ ئالىي گەلەك رىكخراوانقە، ب تايبەت يىن ژنان كو ئافرەتى گەلەك پشەفانى بۇ خۇ دىتى يە، بوويە ئەگەر رىژا بەردانى بەرەف زىدەبوونى فە بجىت، چونكە دەما زەلامى بقىت ژنا دووى بينت و ژنا ئىكى رازى نەبوو، كو ژنا دووى بينت، زەلام دى ژنا ئىكى بەردەت دا بشىت ژنا دووى ماركەت.

### پشەتى بەردانى زارۇك دگەل كى بژىت؟

نوكة ل دادگەهان بەھرا پتر لدويف ھەزا زارۇكى دچن، كا دقەت دگەل كى بژىت، بەلى لقىرە ژى بى دادىەك ھەيە، چونكە ھەكو دەمەكى زارۇك دگەل لايەكى دژىت، ئەف لايە دى بەرامبەرى خۇ ھەمى يى رەش نىشا زارۇكى دەت، چ

ژن بيت يان مېر.



ژ ئەنتىر نىت ھاتىە بەلافكرن

ئەم دى چەند تىرۇژكا بەردىن لسەر رەوشا زارۇكان دەمى دگەل دايكى دژىن، زۇربەى زارۇكان دەمى دگەل دايكى دژىن، ژن دناف كومەلگەھى مەدا داھاتەكى باش نىنە، فان زارۇكان خودان كەت، ئەف دايكە دى نەچار بيت دەركەفت ژ دەرفەى مالى دا كار كەت، و زارۇكىن خۇ ب شىوەكى باش خودان كەت، بقى

رەنگى ئەف زارۇك دى توشى زىبەھربوونى بن و دى ھىن پاشگوھ ھافىتن، بەلى  
ژلايى سۆزدارى فە ئەف زارۇك دى تىر و رحەت بن، بەلى دى ھەر پىدقى بابى  
بن چونكە باب بۇ زارۇكى ھىمايى ھىزىي يە. بەلى دەما زارۇك دگەل زىبابى  
ئارىشەيەك گەلەك مەزەنە.

**ئەگەر زارۇك دگەل بابى بىزىت ئەف باب دى ژنەك دى ھىنت، زارۇك دى دگەل**  
ژىبابى ژىن، بىگومان ئەف زارۇك دى توشى توندوتىزى بن، چونكە باب گەلەك  
كىم دىناف خىزانى دايە، و دى توشى زىبەھربوونى بن ژلايى دايكى فە و ھەرەسا  
ژىباب دگەل وان دى يا خراب بيت. كورد دىبىژن (ئەگەر داى بۇ ژىباب باب دىبىت  
زىباب) لىقىرە زارۇك دى كەفن سەر جادان و دى توشى قارىبوونى بن، دومايكا  
وان چاكسازىيە ئەگەر ھەبىت. ئەگەر ژىباب يا باش بيت زارۇك ھەزى ناكەت  
چونكە ھەست دكەت جەي دايكا وى يا گرتى. و دى بىژىت ئەگەر وى شوى ب  
بابى من نەكربا دا دايكا من زىرت.

ئارىشەيىن دادگەھى و زارۇك دى كەفن دىن بگرە و فەكىشا دايكى و بابى و  
نزانىت دگەل كى بىزىت، دى ماومكى دگەل دايكى پاشى دگەل بابى و بىرارا وان  
دى مىنت لسەر زىرەكيا وان و پارىزەرى و كا گروقىن كى ب ھىزىترن دىبىت  
گەلەك جاران بەرژەوھىندىا دايكوبابا لسەر بەرژەوھىندىا زارۇكان بيت.

دوماھىيى من دىقەت بىژم بەردان دىاردەكە كارتىكرنا خو يا ئابوورى و جىقكى  
و دەروونى و ساخلىمى ھەيە، لسەر زەلامى و ژنى و زارۇيان و ھەتا بىنەمالا  
ھەردوو خىزانان و خەلك ب چاقەكى دى بەرى خو دەتى نەبىس كەسى بەرداى  
بەلكو خىزانىيىن وان ژى.



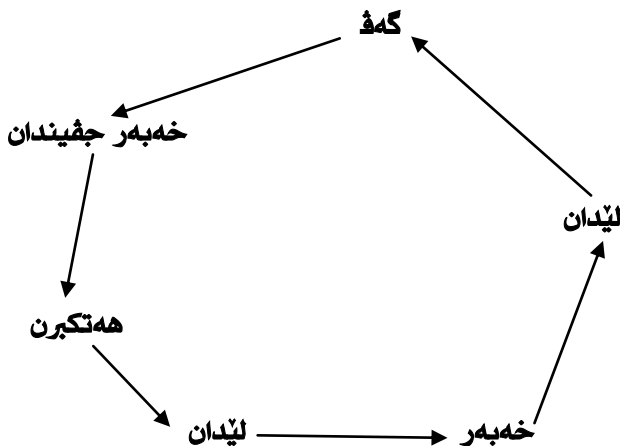
## خیزانین ژبهړ ئیکچووی

خیزانین ژبهړ ئیکچووی: مهړم ژئ نهو خیزانن نهوین رهوشا ژیارا وان نه یا سروستی و گهلهک ئاریشه ههنه دناقبهرا ئهندامین خیزانی دا و هندهک خاصیهت تییدا ههنه، د ژیکجودانه ژ خیزانین ساخلم....

### ساخلمتین خیزانین ژبهړ ئیکچووی

ئهگهر مه بقیت بزاین کیش خیزان ژبهړ ئیکچووی ینه دئ هندهک خاصیهتا پیشچاف کهین.

۱- تیگههشتن: تیگههشتن دناقبهرا ئهندامین خیزانین ژبهړ ئیکچووی دا نینه یان کیمه، بهلکو زمانئ تیگههشتنئ ههموو جفیندان، خهبر، گهف، ههتکرن، و لیدان و قوتانه و ژن و میړ بقی رهنگی نه و کارتیکرنا خو ل زاروکان ژی دکهن، و ههمی پیکهه دبازنهکی گرتی دا دزفرن.



۲- یاسایین ئاشکەرا: چ یاسایین ئاشکەرا نینن دناقبەرا ژن و میړ و زارۆکان دا، و ژيانا هەقزینی لسه‌ر بنیاتی نه‌قیانی یه‌ هاتیه‌ ئافاکرن، و هەزژی‌کرن نینه‌ دناقبەرا ژن و میړان دا، دبیت ئە‌قیینی ژلایه‌کی هە‌بیت، به‌ئێ ژ هە‌ردوو لایان نینه‌، نموونه‌ کچه‌کا جوان و جه‌حیل ل پیره‌می‌ره‌کی مه‌هرکه‌ن، پیره‌می‌ر دئێ هە‌زژی‌ کەت، به‌ئێ ئە‌ه‌ف کچه‌ هە‌زژی‌ ناکەت چونکه‌ یا هاتی فرۆتن، کچی‌ سه‌یران دقیت و پیره‌می‌ری ه‌زرا وی لسه‌ر تشته‌کی دیه‌.

۳- می‌ر ژ خیزانا خو‌ دره‌فیت: گە‌له‌ک جارن ئە‌گەر ژن نه‌ بدئێ زه‌لامی بیت، بتنی هە‌لبژارتن ژلایێ خیزانی فه‌ بیت، ئە‌ه‌ف زه‌لام دره‌فت و تاییه‌ت ئە‌ه‌ف کورین ژن برایی‌ن خو‌ مه‌هر دکەن، چونکه‌ ب ژیی بجوکتەن و ژن برا‌ژی نه‌ بدئێ یه‌، به‌لکو گفاشتن لسه‌ر هاتی‌نه‌ کرن ژلایێ خیزانا وی فه‌ دا زارۆکین وی پارین یان وی تاماهیا تشتی وی کریه‌، وه‌ک خانی و پارە و جوهره‌کی ژنئینانی یه‌ و کیم مه‌زاختی یه‌.

۴- می‌ر ل دمه‌رفه‌ی وه‌لاتی و ژن بتنی لئیره‌: ئە‌فه‌ ژێ دبیته‌ ئە‌گەر ئە‌ه‌ف خیزان ژبه‌ر ئیکبچت، و تاییه‌ت ئە‌گەر ماوه‌ درێژ بوو و زه‌لام نه‌هیت سه‌ردانا خیزانا خو‌ بکەت و به‌یته‌ پاشگوه‌ هاقیتن ژلایێ درافی فه‌.

۵- ئە‌ه‌ف خیزانی‌ن فره‌ژنی تیدا: ئە‌گەر ئە‌ه‌ف خیزان ژبه‌ر فره‌ژنیی ژنی پاشگوه‌ باقیژت و ژن ژلایێ سوژداری و جنسی نه‌هیته‌ تیرکرن، دئێ هە‌ولده‌ت ب ریکه‌کا دی خو‌ تیرکەت، و (خیانه‌ة زوجیه‌) په‌یدا دبیت، و ئە‌فه‌ ژێ دبیته‌ ئە‌گەر ژيانا وان پتر ئالوزبیت.

۶- دایکوباب دویفچوونا زارۆکین خو‌ نه‌که‌ن: دئێ بینی کور هات زیندانکرن و کچ هاته‌ کریتکرن، زۆربه‌ی فان خیزانا ژمارا ئە‌ندامین وی زۆره‌، و به‌ه‌را پتر نه‌خوینده‌فان، و ره‌وشا وان یا ئابووری لاوازه‌... و جارن دایکوباب هە‌ردوو کار دکەن دا زارۆکین خو‌ خودان که‌ن.

۷- دمه‌هرین پاشفه‌مای: هەر باژیره‌کی هنده‌ک دمه‌هر یان تاخ لی هه‌نه‌، ئە‌ه‌ف تاخه‌ ئە‌رده‌کی قه‌له‌وه‌ بو‌ فاریبوون و تاوانی چونکه‌ قه‌ره‌بالغه‌ و گە‌له‌ک خیزان پیکفه‌ دژین، ژبه‌ر هندی دیاردا دزیی و حیزیی په‌یدا دبیت، وه‌ک



کهلهه و خانین میری، شوقه و کهمپین لهشکه ری کو خیزان لی ناکنجی دبن و ههتا لهندهک باژیرن مهزن وهک ستهمبولی جه ههنه خهک لی دهیته شهلاندن و خهک زویکا نهویرت ل وان جهان بگهرت.

۸- باب پاره ی ل خیزانی نامه زینخت: ژبه ر هندی دایک ل کولانا دگهرت، چ یاسابین ئاشکه را دناف خیزانی دا نینن، هه ر ئیک بو خو دکیشت، باب مه ی فه خوره، قمارچی یه، ب دویف ژنان دکهفت، و خیزانا خو پاشگوه دهاقیژت، نموونه زهلامه کی پاره ل خیزانا خو نه مه زاخت و هه ر پاره قهردکرن، خودانین قهرا گوت نه م دی ژنا ته پیشفه بن، ژنی خو سوت ژ قه هرادا، باب ب دنیا یی کهفت ژبه ر قهرا، کور کهتن کولانا کهتن به ردهستی خه لکی.

۹- خیزانین ژبه ر ئیکچووی په یوهندی دگهل گرۆپین فاریبووی هه یه: جه ی به یئنه دانا که سین فاریبووی یه، قمار ل ویری دهیته کرن، پار ی دزی یی لویری ل خو لیکفه دکهن، و گه لهک جارن ژنی ددته کاری چ ژلای زهلامی یان برای یان که سو کارانفه، لقی ره هاوکیشا جفاکی هه یه، مه رهم ژنی بتنی کومکرنا پارا بو کارین خو یین نه ره وا. جار هکی نه ز چومه ماله کی خانیه کی بی سه روبه ر بتلین بیری ل ویری کوم، جیرانا وان گوت من (ژنا مالی ههتا نیفا شهقی لبه ر سیدی د لیزیت و باب مه شروبی فه دخوت و زاروک ئیخستینه کولانان).

۱۰- دناف فان خیزانان دا گه لهک هه فرکی هه یه دنافه را نه ندامین خیزانی و ل ئیک به یجه تن سهرا تشتی ساده ب شه ره دهف دچن وئاریشه په یدا دبن.

### چ بهیته کرن باشه؟

۱- ژن رازی نه بیت خورتی لی بهیترن هه ر ل دهستیپکا شوپکرنا وی دنگی خو بگه هینت جهه کی، کو ب خورتی نه هیته شوپکرن، چونکه نه گهر هه لبارتتا هه فزینی یا دروست بیت نوت ژ سه دی ۹۰٪ ئاریشه دی چاره سه ربن.

- ۲- ئەگەر ژن يا شوپىكرى بيت و خورتى لى بهيتكرن بلا رازى نهبيت، دهنكى خۇ بگههينت دادگههئى داکو ئارپشهيا وئ چارهسهرکهن، ئەگەر هات ژ کهسوکارىن ههرددوو لايان بيهيقي بوو.
- ۳- تيگههشتن ههبيت دناقبهرا ئەندامين خيزانى دا و تايهت ژن و مير، چونکه ئەو خوديکن بو زاروگين خۇ، تيگههشتن پهيدا دبیت بريکا دانوستاندنهکا نهرم و ئارام.
- ۴- مروفف ههولدهت ههر لسهر ئەعصابين خۇ زالبيت و خۇ توره نهکەت، تورهبوون دهستپيکا وئ ديناتييه و دوماهیکا وئ پهشيمانى يه.
- ۵- زهلام جوداهى نهکەت دناقبهرا ژنين خۇدا، ئەويين فرهژنى ههبيت، ههروهسا دناقبهرا زاروگاندا؟
- ۶- مروفف ههولدهت خۇ ژفان ههرددوو ئيشهپان قورتال کهت، کهرب وکين و تولقهکرن، و ل جهئ وئ مروفي گيانئ ليبورينئ ههبيت.
- ۷- ژن و مير دلوسوزى و باوهري بهرامبهر ئيك ههبيت و ب چ رهنگان خيانهتئ ل ئيك نهکەن.
- ۸- شيوازي پهروردئ دناقبهرا خيزانان دا لسهر بنياتئ ههزژيکرن و راستگويئ و ريژگرتنئ بيت، نهکو لسهر بنياتئ ترسئ و گهف و ليدانئ.<sup>(\*)</sup>

---

(\*) ئەۇ بابەت وەك سمينار ل قوتابخانا مالتا يا کچان هات پيشکيشکرن ههيفا ۵-۲۰۰۹.

## ھندەك ژ دەمى خۇ بو خىزانى تەرخان بگە

ھەر دەستپىكا ژيانى ژ پىكئىنانا خىزانى دروست بوويه. و مرۇف پىدقى درافى يە و دراف پىدقى كارىە و كار پىدقى دەمى يە. فيجا گەلەك جاران دى مرۇف توشى ئاريشەيان بيت و تايبەت ئەگەر نزانىت دەمى خۇ رىكبىخت. مرۇف د ژيانا خۇ دا دەمى خۇ بگەلەك جوران دبورىنت، ئەگەر تو پرسىيارا گەلەك كەسان بكى لسەر چەوانيا دەم بوراندنى، دى بىنى گەلەك جوداھى ھەيە. بارا پتر مرۇف دەمى خۇ دبورىنت بقان رەنگان:-

۱- بورينا دەمى بو كارى دا بو خۇ درافى كومكەت ژيانا خۇ يا رۇژانە بورىنت ھندەك ھەنە كارپن سەربەست دكەن، سپىدى دى دەرکەفن و ب شەف زفرن و ئەگەر ب شەف زفرى دى بىژت نەھين دورين من، ئەز يى حسابين خۇ دكەم و ئەگەر زارۇك نىزىكبوون دى توشى سزاي بن، پاشى دى بىژت بەيلن ئەز بو خۇ بنقم. و ھندەك دى ھەنە ھەر پازدە رۇژا جارەكى دزفرن مال و دەمى دمىن ل مال ژى يى ل كولانا چ ژ دەمى خۇ نادەن خىزانانا خۇ و دگەل روينن كا وان چ ئاريشە ھەنە.

۲- دەم بوراندن دگەل ھەفالان گەلەك زەلام ھەنە ھەتا ھەفت نىقىن شەفا دى مىنت ژ دەرڧە و خىزانانا خۇ پاشگوھ ھافىژت، دەمى خۇ دگەل يارىن بى مفا دبورىنت ۋەك دومىنە و پەركانى.

دبىت ئەف زەلام مەى فەخووت و ژن دى مىنت دناق زارۇكان دا و دى زڧرت ئەويى تورەيە، دبىت پەيوەندى دگەل ژنان ژى ھەبن. ژنى و زارۇكان زىپەھر دكەت ژ ئەفينا بابى. دبىت ھندەك فارىبوون لدەف ژنى ژى چ بن، تايبەت ئەگەر زانى ۋەك تولقەكرن، زارۇك ژى باش ناھينە پەروەردەكرن و دى بن ھەفالىن زىندانان.

۲- بورينا دەمى خۇل پەرستگەھا وەك مزگەفت يان دېر و جھېن ئاينى يا ب خواندنا كتيپين ئاينى يان نه ئاينى و هندەك زى دەمى خۇ بنقىسينى و كومپيوتهرى فە دبورينن، كومپيوتهر دەيت نياسكرن وەك ھەويا ژنى، گەلەك دەمى زەلامى دخوت.

۴- دفت مروف دەمى خۇ ريكبيخت دا كارى مروفى يى ب سەروبەر بيت، ئەگەر مروفى دەمى خۇ ريكخست پاشى دى زانت مروف چەند مقای ژى وەردگرت، نموونه هندەك دەمى مروفى بو ژنا مروفى دگەل باخفیت و ئاریشەيپت وى بزانيت، بەرى ئاریشە رویدەن ئەفە دى مروفى ژ ئاریشەيپن خيزانى پاريزت. هندەك دەم بو زاروڪين مروفى و ئاریشەيپن وان و كا ئاستى وان يى خواندنى چەوانە و دويفچوونا وان بکەت، ل كارى ل دەرفەى مال پرسيارا ھەقالين وى بکەت، مقای وى زاروڪ ھيت پاراستن ژ ئاریشەيا و فاريبوونى و ئاستى وى يى خواندنى دى بلند بيت.

۵- هندەك كەس گەلەك دەمى خۇ دەنە خەوى بەس دنفن، پيغەمبەر سلاق لى بن دېئزت (نقستنا سپيدى ھەژاريى پەيدا دکەت) مەرەم ژى سپيدى زوى مروف قەستا كارى بکەت.

۶- مروف وەرزشى بکەت دا دەمارين لەشى مروفى کارکەن و لەشى لەشەكى نەرم ھەبيت.

باشترين وەرزش ئەو ھە يا مروف سپيدەيا دکەت، دبیت هندەك پرسيار بکەن تو فان تستان بو مه دبيزى تو وەرزشى دکەى يا نه. بەلى ئەز ل دويف دەمى خۇ وەرزشى دکەم، بەس مروفى وەرزشقان تاما وەرزشى دزانن، وان ساخلەميەکا چەند باش ھەيە. وەرزش ھاريکارە بو پاراستن و چارەسەريا ئيشين دەروونى.

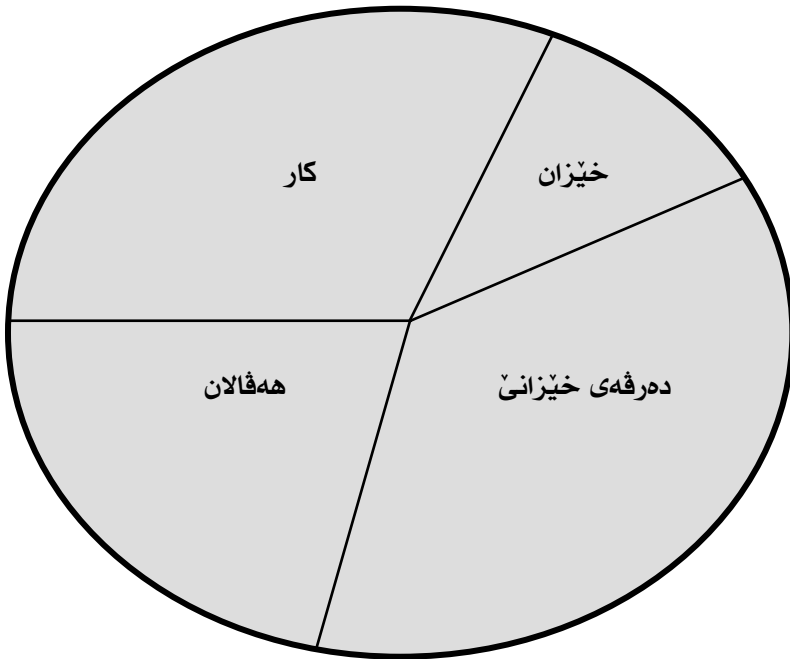
۷- مروف هندەك دەمى خۇ بورينت ژ بو رەوشەنبيرکرنى ئەو زى قەستا دەزگايپن رەوشەنبيرى بکەت و پەرتوگا تیکفەدەت و بخوينت دا پاشفە نەمينت.

۸- هندەك وەختى مروفى بو سەرەدانا چ ھەقال يان کەسوکار بيت داپەيوەندين مروفى بەيز کەفن.

۹- مروف ھندەك ماوەى بچت جھين گوزارى داکو رهوشا مروفى باشتړ لى بهيت و  
ئەف كەسین ل باژیران دژین ھندەك دەمى خو بچن گوندان ویرى بهین  
فرههتره.

ئەگەر دەم ژ مروفى بورى دى پەشیمان بیت، ھەولده دەمى بى مفا ژ تە  
نەچیت ب ریکا خولین تايبت، ھندەك كەس بەس دەمى خو لجهين بى مفا  
بۆرینت، وەك گازینوا و پیاسین سەر جادان.

ریزگرتن بو دەمى شارستانیته، ئەگەر تەبقيت پیش ب كەفى ریزی لدەمى  
بگره. ژبەر ژ ساخلەتین دەولەتین پیشکەفتى یه.





## رېكېن گوهوړينا بهايي كه سوکي

مرؤف دزيانا خو يا رۇژانهدا گهلهك جاران توشى ناريشا دبیت، و نهف ناريشه وه دكهن، مرؤف بهايي كهسايهتيا خو ژ دهستدته، گهلهك جاران دگههيت وى رادى مرؤف ههولدانا خو كوشتنى دكهن، چونكه مرؤف دبیت دناف جفاكى دا چ نينه، كهس چ بهاي نادته مرؤفى.

هندهك جاران مرؤف شاشيهكى دكته و نهو بتنى دزانت، بهس ههست ب شهرم و فهيت يى دكته، و كارتىكرنا فى كيমে، بهلى ئهگهر ناريشه يهك كر و دژى جفاكى و خهلك پى حهسيا، و خهلكى چ بها نهدا ناريشا مرؤفى ل وى دهمى گهلهك مهزنتره، و دقيت مرؤف دناف وى جفاكى دا نهمينت.

**گهلهك ئهگهر ههنه مرؤف ههست دكته مرؤفى بهايي خو نهمايه:-**

- ۱- ئهگهر جودايى ههبيت دنافبهرا ئهندامين خيزانى دا.
- ۲- ژ دهستدانا ههفال و وهلات و دايكوباب و رهوش و تيتال و هيمايين خو يين پيرؤز، نهفه گهلهك جاران ب سهري وان كهسان دهيت نهفين مشهخت دبن، ژبهر كو تشتى پيرؤز ل دهف وان دبیت فهيتى وتشتى شاش دهيت پيرؤزكرن، نهف خاله فى كهسى دگوهوريت، كو ههولدهت د كهفلوزانكى خو دا بمينت، و خو نهگوهوريت من ههفالهك ههبوو ل بریتانيا دژيا و گوت (من ههول دا نهز وهك خو بژيم و ههردهم بریتانى يا دگوت من دقيت تو خو بگوهورى من نهشيا خو بگوهورم ژبهر هندى ئهز زفریم كوردستانى) ههروهسا نهف كهسين جارهاك دى دزفرن وهلاتى خو ههست دكهن كو وان بهايي كهسايهتيا خو يا ژ دهستدای، ژ بهر وان گهلهك گوهورين ل زيانا خو پهيدا كرينه و نه ب دلى خهلكى وهلاتى وى يه، يان نهف بهايي وى ل وهلاتى مشهختبووى ههى ل وهلاتى خو نينه.

۲- ئەف كەسپن توشى كارپن ب شەرم دېن دناف جفاكى دا نمونە ل ناف جفاكى مەيى توشى ئارېشەيپن سكىسى و فارېبوون و تاوانى بېت.

ئەف كەسپن بەھايى خۇيى كەسوكى ژ دەستەن، باشە ئەگەر فان پېنگاڧا باڧيژن:-

۱- دوبارەكرنا نڧېسېنا مېژوويا ژيانا خۇ، وەرگرتنا رابردوويى خۇ ئەف رابردوويى ب سەرى ھاتى دڧيىت ژى رازى بېت، ئەگەر رازى ژى نەبېت نەشېت بگوهوڧرېت، ژبەر ھندى دڧيىت ژى رازى بېت، كارەكە وى كرىە، و ئەوہ ژ برىارپن خۇ بەرپرسە. بەلى دڧيىت وان خەلەتېين وى كرىن بو خۇ پېشچاڧكەت و بو خۇ گەلەك وانەيان ژى وەرگرت. لسەر باشيپن خۇ بەردەوام بېت و خرابيپن خۇ بگوهوڧرېت.

★ خۇ نە دانە دېن ھەمى كەساندا و تو ھزرەكى تو ژ ھەميان كېمىرى، نەخېر تو ژى كەسەكى و تە ژى كەسايەتيا خۇ ھەيە و تو ژى دشىى كارپن باش بكەى.

★ بېرئېنانا سەربورپن باش، ھەولده دگەل ھەڧالان بېرھاتنېن خۇ يپن باش بېنە بېرا خۇ، نمونە رۆژەكى كەسەكى مەزن وېنەك دگەل گرتيە، يان بو يە قارەمانى يانەكا وەرزشى يان ھاتىە خەلاتكرن ژلايى بەرپرسەكى مەزن ڧە. پىشتى مە بەحسى رابردووى كرى و دژيانا خۇ يا ئەڧرۇكە دا بژى، ھەولده بو چيكرنا ھندەك ئارمانجېن باش بو پاشەرۆژى. ئەم نەشېن رابردووى بگوهورن، بەلى ئەم دشىن باشترېن نەخش بو پاشەرۆژا خۇ دانن.

رېك بو گوهورېنا ھزرى (لڧىرە لېستەكا ھزرىن خۇ بنڧيسە و لسەر فان ھزران راوہستە ئەو ھزرىن خراب دناڧ لېستى دا بگوهورە بو باش يى)

۲- دەستنىشانكرنا وان خالا ئەڧيىن ھەست ب بەھايى كەسوكى لدەڧ مروڧى كېم دكەن، نمونە ئەف زەلامېن دھېن ئەشكەنجەدان و ئەف ژنېن دھېن كرىتكرن، ئەف رەوشە لدەمى شەر دناڧبەرا دوو مللەتان دا رويدەن. مروڧ خۇ ژ خالېن خراب بدەت پاش، چونكە پاراستن باشترە ژ چارەسەريى.



۳- هندەك جاران هندەك پيقەر ل دەف مروفى هەنە، بەلئ نە دروستن، دفتت مروف فان پيقەرا بگونجىنت. نمونە هەر كەسەكى سويند خوار ئەو راست دببىرت نەخىر دفتت ئەف پيقەر بهيت گوهورين ئەف كەس بهيت تاقىكرن كا راستگوپه يان نە. گەلەك جاران مروف بو خو هندەك هزاران دانت، بەلئ ئەف هزار نەدجھى خو دانه، دفتت مروف هزارا خو باش بكەت كا هزارين مروفى بەر ئاقلن يان نە، و مروف هزار نەكەت هەمى تشتين مروفى دروستن، و هزار نەكەت هەمى كەس دى حەز ژ مروفى كەن، يا باش تشتين خراب لسەر خو نەببىژە و ژيانا خو نەببىژە.

۴- فير بە چەوا پيدفئين خو داببن كەى، ب رىكا حەزژيكرنا خەلكى، بهايئ بەرامبەرى خو بزانه، و كەسەكى ترانەكەر و گيان سقك بە. (\*)

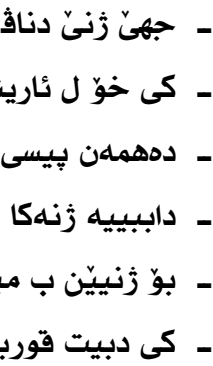
۵- هزارا خو د وان خالان دا بكە ئەفئين بهايين كەسوكى لدەف مروفى بلند دكەت.

---

(\*) رايالينا پوناماكى خوله كا دەررونى و جفاكى ژلايى دياكونيا سويدى - ۲۰۰۱ / دھوك



# دەرگه هی شه شی

- 
- جهی ژنی دناف جفاکی دا
  - کی خو ل ئاریشهییئ بیژنان دکهت خودان
  - دههمه ن پیسی
  - دابیییه ژنه کا بی کول و خه م
  - بو ژنیئ ب میړ هشیاربن نه هینه خاپاندن
  - کی دبیت قوربانئ ئەفینی کور یان کچ؟



## جهی ژنی دناډ جفاکی دا

ژن نه بهس نیفا جفاکی یه بهلکو زانکو یه رهفشت لبر دهستان دهردهفن و باورنما ژیانو وهردگرن، ههر جفاکی ژنی ب چهوسینیت نهو جفاک دی ژیانو گههینت پاشهروژا خو، و نهو جفاکی مافی ژنی دایو یی پیشکهفتی، ژن ستوینا جفاکی یه، و جفاک لسهر مللین وئ دراوهستیت.

مللهتی کورد ژ کهفندا ریژی ل ژنی دگریت، بهلی نهو ئاخفتنا من نه بو ههمی دهفرا و ههمی هوژایه، هندهک هوژ گهلهک ریژی ل ژنی دگرن و هندهک زی کیومتره.

نهگهر بهری خو بدهین جفاکین پاشفه مای، نیک ژ ساخلهتین وان ژن یا درهوشهکا خراب دا دژیت، نهام نا بیژین بتنی ژن و مافی وی نهگهرن، بهلکو نیک ژ خالین گرنگن دناډ جفاکین مدا تا نوکه ژن ب ژماری نیفا جفاکیه یان پتر، بهلی روئی وئ د پهروردی دا ههر نه ل ئاستی پیدفی یه. و سهرکهفتنا ژنی دفتیت خیزان یا هاریکار بیت، کچ چهندا زیرهک بیت نهگهر نههیلا پستی شهشی سهرهتای بهردهوامی بدت خواندنئ ما دی چهوا پیشکهفن.

رهوشا ژنی یا خراب کارتیکرنهکا ئیکسهه و نیگهتیف لسهر زهلامی و زاروکان دکهت. رزگارکنا ژنی ژ کهیسلیکرنئ (استغلال) کارهکی پیروژه، و دی کارتیکرنا وی یا باش و دیار بیت لسهر زاروکی و خیزانی.

ژن دهیت هژمارتن ژ تهخین گرنگ دناډا جفاکی دا، گهلهگ ریکخراو و دهزگهها خو لیکیه خودان چونکه ژن و زاروک ژ وان تهخانه نهفین نهشین پاراستنا خو بکهن و ژلای دیروکی فه هاتینه چهوساندن، هندهک خو دوهستینن داکو مافی ژنی وهرگرن، و یین دی ژنی نانئ خو ب ئافکا وان دخوون. فهره ژن یا شههزرا و بهرژهوهندیا خو بزانت.

## ئەگەر ئېن پاشگۆھ ھاقىتتا ئى.

ژ خالىن گىرنگ ئەوھ كو ئن ئەرك و مافىن خو نزانىت، چونكە نەخوئىندەفانە، ھەزژىكرنا كونترولكرنى ھەر ل دەستپىكا ئىنئىنانى ھەردوو رەگەز ھەولەن ئىك لسەر ئىكى زال بىت، ژبەر زەلام بەئز ترە زۆربەى جاران زەلام لسەر ئى زال دبىت، بەئ ئەگەر ئن ئى رۇئى خو بىنت تەخسىر ناكەت.

مللەتئ كورد ژ كەفن وەرە لئىر زۆردارىا دەولەتئ ھەفسوى يە، ھاوولەتئى كورد گەلەك زىان فئ كەتئنە بشىوھكى گشتى بەئ ئن بشىوھكى تايبەت، ئن ب گەلەك رەنگان بووئە قوربان وەك دوئرئىخستن ژ قوتابخانئ، پىگۆھووركائى، دانە شوىا زوى، ئن بەر خوئىن، رەفاندىن و گەلەك رەنگئىن دى.

بارەكى گران لسەر مللئ ئى يە، نەبەس ئىنانا زاروكان و تىركرنا ھەزا زەلامى يە، بەلكو پەروەردەكرنا بەربابەكى دكەت. پىشتى سەرھلدانى ئن يا رولئ خو باشتر دگىرئ، ئەم دبىنن ل گەلەك جەھان كاردكەت و ھەتا گەھشتىە ئاستئ پەرلەمانى و ئەفئ باشىا خو ھەيە، چونكە گەلەك ھىزا كارى ھاتبوو پاشگۆھ ھاقىتن، نوکە يا كەتى يە كارى و دا ئەف فالنجىيا دناف جفاكى دا نەمىنت. بەئ دگەل ھندئ دەرکەفتنا ئى بو كارى گەلەك ئارىشەيان بو خىزانئ پەيدا دكەت، تايبەت جفاكى مە ئلايئ داينگەھا فە لاوازه و فىجا زاروڪ دمىنت بەھىقا خەسوى و خەزوئىرى فە يان ئن كرئگرتى ئەف ئى رۇئى خو دروست نابىنن.

## چەند خالىن گىرنگ :-

ئىك گۆھوئىرنن جفاكى:- جفاكى كوردى پىشتى سەرھلدانى گەلەك گۆھوئىرن ئى پەيدا بووئىنە، مللەتئ كورد ب رەنگەكى گشتى قوناغەكا دى شەقاند پىشتى روخاندنا دكتاتورىەتئ، گەلەك كورد زقرىن ئاھا وەلاتئ ژ دەولەتئ ھەفسوى و كارتىكرنا مەزن ھەبووئە و تايبەت ئلايئ كوردئى ئىرانى ھاتئىن ژبەر دوو ئەگەران:-

۱- کوردی مه ئەفی ل ئیرانی بو ماوهکی درێژ مابووئه لویری و بدروستی کهلتور و رهوشهنبیریا وان یا وهگرتی و تایبته تهخا گهنج گهلهک ژ دایکوبووین ئیرانی نه.

۲- رێژهکا زۆر ژ ئیرانی زفرین ئەگهر تو بهراومرد کهی دگهل دهولهتین دی، راسته گهلهک کورد چووئه تورکیا بهی ماوهکی کورت مانه لویری و گهلهک دگهل رهوشهنبیریا تورکی تهفلیههف نهبوون.

خالهکا دی یا گرنگ بهری سهرهلدانی چ ریکخراو و دهزگایین مهدی نهشیان بهین کوردستانی، چونکه ئیراقی ل وی دهمی ری نهدایی، دهزگایین راگههاندنی بتنی داهول بو رژیما بهعس دقوتان چ سهتهلایت، تلفزیونین بیانی نهبوون. ئەفی رۆی خو ههبوو، مللهتی کورد د قهوقهعهکی دا بژیت نزانن چ ل دهورو بهران رویدته. ئەف خاله من ئینان پیش داکو ئەم بزنانن پشتی سهرهلدانی ههمی تشت سهروبن بوون. گوهورینن بهلز پهیدابوون و فان گوهورینان گهلهک ئاریشه لدویف خو را هیلان.

دوو- **سیاسهتا جفاکی**:- ئەگهر ئەم هزرا خو بکهین ل سالین نوتان ب سهدان ژن هاتن گوله بارانکرن، گهلهک ژ وان ئەگهرین ئابووری بوون. بهی ئەگهر ئەم بین هزرا خو بکهین ئەفین پشتی شهری رزگارکنا ئیراقی هاتینه کوشتن و دهین کوشتن ئەگهر نه ئابووری نه، بهلکو بهندهک تشتین دی فه گریدایه. ئەف سیاسهتا دهات بکارئینان یا خهلهت دفتیت بهیت گوهورین تا نوکه گهلهک پینگاف هاتنیه هافیتن، بهی مه ههر باشتر دفتیت.

زانا یی فرهنسی دورکهایم دبیژت (ههر دهمی گوهورین دناف جفاکی دا پهیدا دین، ئەم دی خویکا وی دهن ب تاوانی) مههم ژی ئەف تاوان دی ههر ههین، بهی جهی مهترسیی ئەوه ئەگهر رێژه زۆر بوو، لقیره فهکولهر دترسن. فهکولهری جفاکی یی ئیراقی (علی الوردی) دبیژت (گهلهک کهس دبیژن ئەگهر تو چووی دناف وهلاتهکی دا بهس باشیا بو خو بگره و نهباشیا نهومرگره، ئەو نزانن ئەف تشت نه بدهستی مروفی یه، تو دی باشیا و دگهل هندی دی خالین نهدروست ژی وهگری).

ب هزرا من ئەم ھندەك تىشتىن دروست بۇ فان ژنان دابىن كەن، ل چارچوقى رەشت و تىالىن مە يىن دروست و ئەف تىتالىن شاش بەين گوھورين، ئەم پىنگاڧا دزى ئاينى نەھافىژين، چونكە دى ھىت رەتكرن ژلايى خەلكى قە، ئەم ھەولەن تىگەھشتەكا دروست دئاينى بگەھن، چونكە مخابن ھندەك زانا يىن ئاينى نزانن بدروستى خەلكى تىبگەھينن. ئىك ژ ئەگەرا دڧىت مروڧ زور بگەرت، داکو پتر ھزروبىرين خەلكى بزانيت و ئەگەر تە دەرڧەتا دەرکەڧتنى نەبىت، پرسىيار ژ خەلكى بگە ئەڧىن ژ دەرڧە دھىن، يان روژناما بخوينە و بەرى خو بدە كەنالىن جىھانى.

سى؛- كارى جڧاكى؛ لڧىرە پەيوەندىەك ھەبىت دناڧبەرا حكومەتى و دەزگايىن چاڧدىريا جڧاكى و خىزان و دايكوباب و زاروكان. گەلەك بەھسى ژنى دكەن چونكە نەشىت ماڧىن خو پارىزت. دڧىت چەند ياسيىن نوى بەين پىش و پىشتى ڧەكولىن بەين ئەنجامدان و ئەم ھىيار بن، داکو ئەم پەشىمان نەبىن. و ئەف كەسانىن كار دكەن بسپور بن دڧى وارى دا، دناڧا كوردستانى دا مە گەلەك ئارىشە ھەنە، ئەم ھندەك كەسان بەرھەڧكەن بى پارە كار كەن و تايبەت كارىن مروڧايەتى. ئەف ژنىن توندى دگەل دھىت بكارئىنان بەين پاراستن و چاڧدىرى يا وان وەك پىدڧى بەيت كرن. و ئەف ژنىن دزى ياسايى كار ئەنجامداين بەين بەرھەڧكرن. باشكرنا چاڧدىريا جڧاكى بو ھەمى تەخا تايبەت ژنان. رەوشەنبىركرنا ژنى برىكا ڧەكرنا خۇلان بو نەخويندەڧانان و ھەمى كچ بەرى وان بدەن قوتابخانان و خواندنا خو بدوماھىك بىنن، دگەل ڧەكرنا دايىنگەھا بو ژنىن كار دكەن.

### دڧىت ئەم ھندەك پىنگاڧان بەھافىژين؛

خواندن بو ھەمى ژنا ھەبىت ئەڧىن مەزن بويىن خوول بو بەين ڧەكرن. ياسايىن نوى بەين دەر لسەر پاراستنا ماڧى ژنى، زەلام دگەل ژنى يى ھەڧكار بىت و پىكڧە كاروانى ژيانى بەازون.



ههتا نوکه لکوردستانی مه هندهک پینگاڤ هافیتینه بهلی ههزاری و پاشقهمان  
گهلهک کارتیکرنا خویا ئاشکهرا کریه. خالا هه ره گرنگ لسه ر مللین ژنی  
دراوهستیت دفتیت نهو خو ب لقینت. ههروهسا لبهری کاریی لیکفه کری بو دناڤ  
بهرا ههردوو رهگهزان دا، بهلی نه م دبینن پشتی فی شورهشا تهکنولوژی نهفه یا  
کیم دبیت، وهک دهرکهفتنا جلسوو و گهلهک ئامیرین ناڤمالی دا.



## كى خۇل ئارېشەيىن بېژنان دكەت خودان

ئەف بابەتە دبېت بۇ ھندەك كەسان يى سەرەنج راکېش و بېانى بېت، بەلى يى ژيانا خۇ دگەل بېژنان دبورېنت يان بوراندىبېت، ئەفە بو وى بابەتەكى سروشتى يە.

ژيانا مرۇقى ھند خوشە دەمى ژن و مېر پېكفە دژېن، و نەخوشترېن ئارېشە بو ژنى دەمى زەلامى خۇ ژ دەستدەت، ئەگەر زەلام مر دى رەوشا وى تېكدچېت و خراب بېت.

ھەرۋەسا بۇ زەلامى ژى، و تايبەت ئەگەر ھەردوكا ژيانەكا خوش پېكفە بوراندىبېت. ئەگەرېن پەيدابوونا بېژنان و ئارېشەيىن وان.

۱- بەردان.

۲- مرنا مېرى.

۳- مشەختبونا مېرى و ژن بمېنت ھەلاويستى.

۴- ژېكفەبون. ژنا بېژن گەلەك گفاشتن دكەفن سەر چ ژلايى دەروونى، جفاكى، سكىسى، سۆزدارى، ساخلەمى، ئابوورى.... ئەم دى ھەولەدېن لسەر فان خالان باخقىن.

### ئېك :- ژلايى جفاكى فە

دەمى ژن دبېت بېژن خەلەك ھەمى دى بېژن نە ھەرى دى شوى كەت، و دى زارۇكېن خۇ ھېلت، و ژلايى جفاكى فە شەرەمە ئەگەر زويكا شوى كەت، و ھندەك جاران زارۇك ناهېلن داىكا وان شوى كەت و دبېن رېگر درېكا وى دا، د سەر ھندى را ئەفە مافەكى وى يى رەوايە. ژلايى جفاكى فە بېژن نەشېت زوى شوى بکەت بکېماتى دقېت ماۋەكى بمېنت ھەتا شوى دكەت، رەوشا زەلامى ژ فى لايى فە

باشتره ئەگەر ژنا وی مر. دەمی زهلام دمریت هەمی کەس ژلایئ خیزانا زهلامی  
 فه، دی خو کەن خودان ل خانی و ترومبیل و تشتی وی، و حەز دکەن ژن زویکا  
 رابیت، دا تشتی مای ل خو لیکفه کەن، دناف جفاکی مەدا کارئ ژنی یئ سەرەکی  
 ئینانا زارۆکایه، دەمی میڕ مر فیجا زارۆک نابن، ئانکو روئ ژنی هات گوهارتن.  
 دبیت گەلەک بیژن بۆچی ژن قەستا مالا بابی خو ناکەت؟

ئەز باوەرناکم رهوشا وی باشتر لی بهیت لبر دەستی ژن برا، و هەر دی هزر  
 کەت کو ئەندامەکی دویره ژ خیزانی نه کچا مالی یا جارایه. نهخویندەواریئ  
 رۆلەکی گرنک هەیه، کو ژن ئەرک و مافین خو بدروستی نزانیت، ژن دبیت  
 قوربانا قی دیاردی.

### دوو: ژ لایئ دەررونی فه

ژن دمینت بتنی و تنیاتی گەلەک نهخوشه، و دناف جفاکین مەدا ژن بی میڕ  
 ئاریشەیهکا مەزنه، نهوهک جفاکین رۆژئافایه میڕ نه تشتەکی گرنکه دژيانا ژنی  
 دا، و دشیئ بی زهلام بژیت. گەلەک جارن بیژنی زارۆک ژئ دەین ستانندن  
 تاییهت ئەگەر کچین گەنج هەبن داکو بو خو بدن شوی، خالەکا دی هەیه  
 خرابتره دەمی خیزانا زهلامی هەولەن دایک و زارۆکان ژیکفهکەن، نابیت ب چ  
 رەنگا دایکو زارۆک ژیکفهبن و ژیکدویر ب کەفن. ژبەر کو ئاکامین خو یین  
 خراب هەنه و زارۆک توشی زربەرهریا دایکی دبن، و کارتیکرنهکا ئیکجار لسەر  
 دایکی ژئ دکەت.

### سیئ: ژ لایئ سکسی فه

ژن دهیت زربەرهرکرن، چونکه سکس ژ دەرڤهئ ژيانا هەڤژینیئ ژلایئ  
 جفاکی و ناینی فه قەدغەیه، نهبەس قەدغەیه بەلکو هەر جارا ژنی پیل قی  
 هیلئ دانا ئەو ب خیزان فه دی توشی ئاریشەیان بن، نه جفاک و نه ئایین  
 دلوقانیئ پی نابەن.

### چوار:- ژ لايي سۆزدارى فه

ژن پيدى زهلامى يه و حەز دكەت هەردەم زهلام لدهف بيت، داکو هەست ب ئيمناهيى بکەت. دەما ژن زهلامى دەت بەرسينگى خو و دگفيشت هەمی ئاريشه لدهف کيم دبن، چونکه دزانت ئەف زهلام يى دگهل ئاريشيت وي و خەمين وي کيم دبن، و زهلام لايەنيى سۆزدارى لدهف ژنى تيردکەت. و هەر چ نەبيت مروف بشيت ژلايى سۆزدارى فه وي بوشايى بو داگرت.

### پينج :- ژلايى ئابوورى فه

دەمی ميّر دمرت رهوشا ئابوورى يا خيزانى لاواز دبیت، و ئاريشه يين جفاکى پەيدا دبن و رهوشا ساخلەمی لدهف بيژنى و زاروکين وي بەرهف خرابيى فه دجيت، دناف جفاکى مەدا بارا پتر ژن زربەرهرکريه ژ خواندنى، ژبەر هندى زۆربەى ژنان ب هيفيا زهلامى خو فهنه ژ لايى ئابوورى فه و سەريخويا خونينه.



مەزنترين ئاريشه بو ژنى پەيدادبن، ئەوه خيزانا ميړى پارا لى نامەزيخن، فيجا دى خازوكييى كەت و حوكمەت زى خو لى ناكەت خودان. رولى وي زى يى لاوازه دقى بيافى دا، ژن زى نەشيت دەرکەفيت، خەلك دى بەحسى وي كەن. ئەگەر شوى كەت دى بيژن مانى زاروكين خو هيلان و ب دويف ميړى كەت، و چ بى وژدانه.

بھزرا من يهكهمين جه خو ل ناريشين بيژنان بكهت خودان دهزگايين چافديريا جفاكي نه و تايهت فهكولهريين جفاكي و دهرووني و همي تهخ ئهفين كارين مروفايهتي دكهن، فهكولهريين جفاكي نهشين رولي خو دروست بگيرن ئهگهر وان دهستهلات نهبيت، ژ لايي حوكمهتي فه، دفتت فهكوله ر ب شيوهكي كاراير كاربكه، هيژ و بريارين خو ههبن و پيدافيه حوكمهت و همي دهزگا دگهل هاريكار بن، و ناريشهيين خهلكي چارهسهركهن، ئهگهر ناريشهيين وان چاره زي نهكهن ههر چ نهبيت بارئ وان بيچهك سقك كهين، ب كيماسي ناريشهيين وان بهين پيشچافكرن، براستي ئهف شهريين ئيك دويف ئيك ريژهيهكا زورا بيژنان بو مه پهيداكرينه.

### چ بهيت كرن باشه؟

- ۱- دفتت مالا زهلامي خو لي بكهت خودان و هندهك درافي بو ب مهزيخن بشيوهكي ريخخستي ئهگهر دشيان دابيت.
- ۲- بديتنا من ريخخراوين ژنان رولي خو نهگيرايه و ئه و ريخخراو ههولدهن رولي خو باشر بگيرن.
- ۳- دفتت دهزگهههك ههبيت خو ل ناريشهيين بيژنان بكهت خودان، و هشيراركرن بو بهيتكرن و مافي وان بو دهستنيشان كهن.
- ۴- سنترهك بو بيژنان بهيته فهكرن خو ل ناريشهيين وان بكهت خودان.
- ۵- ههروهسا (وصايه) ههبيت ژلايي قانوني فه بو زاروكان، و مافي وان نههيت بهرزهكرن.
- ۶- هشيراركرنا جفاكي لدهف ژنان يا كيمه، گهلهك پشتي مرنا زهلامي خو مافي خو نزانن، داخواز ناكهت، يان تنازلي دكهت، دفتت ئهف همي دهزگا پيگفه رولي خو بگيرن دهشيراركرنا قي تهخي دا.<sup>(۱)</sup>

---

(۱) من مفا ژ گوڤاره كا بهنگلاديشي كريبه بنافي (observer magazine) ۲۶/۷/۲۰۰۲.

## دههمەن پیسی

بابەتەکی نازک و مەترسیدارە، نقیسەر زویکا خوئی ناکەن خودان. قوربانیی وئ هەردوو رەگەزن. و بەهرا پتر ژنە ژبەر کو هەر ژن ژلای زەلامی فە دەیت کریتکرن، و زەلام خودانی دەستەلاتی یە، زۆر بەی جاران ژن بتنی خویکا وی دەت، و هندەک جارین دی بەرۆفاژە گەلەک کەس دی خویکا وی دەن، دی ل بەر دەست و پیان چن و ژن دی ژناف دەرکەفیت زرب وزوها.

### ئەگەرین دەهمەن پیسی

- گەلەک ئەگەر کوم دبن هەتا فی دیاردی پەیدا دکەن، ژ وان کەسوکی نە، و هندەک ژ ی ب خیزانی و جفاکی فە دگریداینە:-
- ۱- ئەگەر کەس یی لاواز بیت نکاریت ل سەر حەزین خو زال بیت، دی بیت ئەگەری فاریبوون و دەهمەن پیسی.
  - ۲- ئەگەر ژن یان میڕ مافی بەرامبەر بدروستی ئەنجام نەدەت ژلای زایندی (جنسی) فە.
  - ۳- ئەگەر خیزان زارۆکین خو تایبەت یین سنیل پاشگوھ بافیژت و باش پەرورده نەکەت.
  - ۴- ئەگەر جفاک یی فەگری و سەربەست بیت، و هەر کەسەک لدویف دی خو دەربرینا حەز و بوچوونین خو بکەت.
  - ۵- هەزاری ژ خالین گرنگە بو پەیدا کرنا دەهمەن پیسی، ئەف خالە بو مە باش خویا بو لدەمی دورپیچا نابووری و موجی خەلکی گەلەک یی کیم بوو.
  - ۶- ئەگەر ژن یان میڕ شیان نەبن و بەرامبەر دەر فەتا دەهمەن پیسی بو پەیدا بوو.

- ۷- هندەك جاران جوانيا ژن و ميړان دبیت نهگهړئ دههمەن پيسی و فاریبونو.
- ۸- ئەف کەسانین کەسایهتیهکا دژی جفاکی (psychopath) هەی و نهخوش ژلایئ دەرروونی و جفاکی فه، ئەف کەسین تیرورست ئەفان کاران ئەجامدەن، بی کو هەست ب گونەهئ یان شەرمئ بکەن، دەمئ کچان ژ زانکویئ درهفینن، کریت دکەن و پاشی دکوژن.
- ۹- ریکین راگەھاندنی وەك سینما، تەلەفزیون، فدیو سیدی و ستەلایت و ئینترنیت تاییبەت کەنالیئ بی پەردە.. ل فەکولینان دا خویا بوویە ئەف گەنجین گەلەك دیفچوونا فلمین سکسی دکەن، هەر ئەف گەنجە (تحرشی) ب کچان دکەن.
- ۱۰- جلك ئەف دەین بکارئینان ئیک ژ ئەگەرین سەرەکییە بو پەیدابوونا فی ئاریشەیی تاییبەت ئەگەر جلك ژنی نەپاریزت.
- ۱۱- خیزانین ژبەر ئیکچووی وەك بەردان ژیکفەبوون، ئەف کەسین دوو ژن و سی ژن هەین و خودان گەلەك زارۆك کو نەشین دویفچوونا وان بکەن.

## خو پاراستن

- ۱- هەر کەسەك سەر خو قەبول نەكەت ب کارەکی نەرەوا رابیت.
- ۲- خیزان زارۆکین خو یین سنیل چ کچ یان کور پاشگوو نەهافیژن و بشیوازەکی سەردەم پەرورەدە کەت.
- ۳- پەرورەدەکرنا خیزانی لسەر رەوشەنبیریا زایندی (جنسی). و مەترسیا فی کاری لسەر هەردوو رەگەزان بەیت دیار کرن.
- ۴- جفاک خو لسەر فان جوو رەبابەتان پتر هشیار کەت.
- ۵- رەوشا هەزاران باش کەن ژلایئ ئابووری فه. کاری بو پەیدا کەت و یین بی کار مووچە هەبیت ئەفە ژلایئ دەولەتی فه بەیتە دابینکرن.



## چاره سه ریا قی دیاردا ترسناک :-

- ۱- کور یان کچ ل ژیی گونجای ببن خودان هه فژین، و نه هیلن ب ناف سال بچن. دا لدهمی گونجای زارۆک هه بن و بشین خیزانه کی ئافا کهن.
- ۲- چافدیری و دویقچوون ل سنیل و گه نجان بهیت کرن ژلایی دایکوبابا فه، و نه هیلن درهنگ شهف بزفرن.
- ۳- ئهف ژن و زهلامین دهمه من پیس ئه گهرین وان بهین دیارکرن و چاره کی بو پهیدا کهن، گه له ک ژن یان میڕ خیزانا وان لسه ر بنیاتی خورتیی ئافا کریه.
- ۴- بهردان باشتره کو ژن یان میڕ دهمه من پیسی و خیانه تی ل هه فدوو بکهن.
- ۵- راگه هاندنه کا پاقر بهیت به رهه فکرن، دویقچوون لسه ر فلمین سینمای بهینکرن.



## دابییه ژنهکا بی کول و خه م

ژن ستوینا خیزانی یه، ژنا خوشتی نه گهر ته بقییت ژيانا ته یا نارام بیت، دقتی تو خو دویریخی ژ ههر خالهکا زهلامی ته پی توره دبیت. بو فی جاری من هزرا خو کر، ژن چ بکته داکو ژيانهکا ب خوشی و بهخته و مری دگهل هه قزینی خو ب بورینت، و دبیت هندهک جوداهی هه بن دناقبهرا بووکا نوی وژنا خودان زارووک.

ههر خیزانهکی جورهکی ناریشهیان هه یه، ناریشهیین مهزن، نافنجی و بچویک، هندهک خیزان سه رده مریهکا دروست دگهل ناریشهیان دکهن، و هندهک زی خه لهت. نهفه دراوستیت لسه ر سه ربور و ناستی رهوشه نیبری و کا چهوا دژيانا هه قزینی دگهن.

فی جاری من فیا هندهک تستان ل قه له مدهم دا ژن مفای زی و مرگرت، و بکارینت دژيانا خو یا روژانهدا و دا دویرکه فیت ژ ناریشهیین خیزانی، نه م نه سین خیزانهک بی ناریشه پهیدا کهین، به لکو خیزانهکا کیم ناریشه، چونکو ژيانا بی ناریشه دی یا بی تام بیت. ناریشه که سایه تا مروفی سه قا دکته، و مروف دزانت دی چهوا بهرامبه ر هه لویستین جوراوجور راوه ستیت. و نه گهر گه لهک ناریشه زی هه بن بزانت چهوا د ئیکدوو بگه هین.

### هه ولده فان خالان بجه بینه دا ببیه هه قزینهکا باش:-

۱- نه خوشترین تشت ژن و میر توش دبنی هه فرکیا بوویک و خه سویی یه. خه سوی بو بوویکی هیمای شه ری یه، ههر ل ده ستپیک میر دکه فیت دناقبهرا ناریشهیین ژنی و دایکی دا. هه ولده لهوما وان که سا نه که نه فین تو دگهل دزی، هندی بشی هه فرکیی کیم که و تایبهت دگهل فان که سان،

خەسوی، دش، ژن براء، و پاشی خەزویر و تی. ئەگەر تە دلی فان کری دی بشیوکی باش هەفژینی تە حەز تەکەت، ئەگەر خیزان یا مەزن بیت، بەلی یا بچویک هەر ل دەستیکی تو دلی زەلامی خو بکری، چەوا دی دی وی کری تشتی حەز ژی دکەت بو چیکە وەک خوارن، دگەل پەیفای وی ب نەری، نموونە ئەگەر گوت من فلان گەلەک دقیت! تو بیژە پا تو نزانى من چەند ئەو دقیت.

۲- دەمی زەلامی تە دزفريت مال زەوقی خو دگەل خوشکە، پی بگرنژە بیژی تو نە تیھنیی برسی، بەیلە بیھنا خو فەکەت. بلا زادى بخوت دەما تەزانى پی نارامە بووی، پاشی ئاریشەیا خو بو بیژە، چ ئەف ئاریشە دگەل خیزانا وی بیت یان دگەل زارۆکان بیت. هەولده جلکی جوان ل بەر خو بکە و دبەرخورا هەرە، دا چافی وی ژ جادی فەکی. جار جار یاریکەر بە دگەل هەفژینی خو.

۳- ئەگەر میھقان بو تە هاتن دلی خو دگەل وان فەکە و کەیفای خو پی بینە، تاییبەت ئەگەر مروفتین هەفژینی تە بن یان هەفالیی وی بن، ئەگەر هەر وی گافی تە جەرە دەف دگەل میری خو کربیت، ژ بیرکە ژبەر میھقانان. ئەفە دی وەلی کەت کەیفای زەلامی تەبیت.

۴- هەردەم هەولده پارا کیم ب مەزیخە، نموونە ئەگەر زەلامی تە پارە دا تە هەولده هەندەک ژ بەر بمینن ل سەری هەیفی زەلام دی بیژت بلا ئەو ژى بو تە بن، تو دشیی وی پارەى تشتەکی ناف مالی بو خو پی بکری.

۵- مالا تە بلا هەردەم یا پاقر بیت، هە ژ ماوەکی بو ماوی دی هەندەک گوھورینا پەیدا کە، هەردەم تو داخوزا زەلامی بکە، بو تشتی نافمالی، چونکە ژن باشتر دزانت. گەلەک دخوازا ژ زەلامی خو نەکە و بارى وی گران بکی، تاییبەت ئەگەر پی هەزار بیت. دقیت تو یا رازی بی و مروفی قەناعەت هەبیت و هەردەم بەری خو بدە تەخا لژیری نە بەرخو بدە تەخا ژووری یان تەخا ل سەری.

۶- دگەل زەلامی خو دریز نەکە، تاییبەت ئەگەر تە زانی پی توره یە ئەگەر تو بزانی تو سەد سەر سەد یا دروستی، چونکە مروفت دەمی توره دبیت میشکی

مرؤفی ب دروستی ناوهرگرت، بهیله ههتا توره بوونا وی دادهیّت، پاشی بو دیار که کو تشتی تو دبیژی یی دروسته. مهزن دبیژن (جرجر بن بر) ئەگەر مرؤف جرجری بکەت، باشی ناهیّت ریکا مرؤفی.

۷- نه ههمی جارن بیژره زهلامی خو بهلی بهلکو هندهك جارن نه دگهل هزرا وی به، ئەگەر ههر تشتی وی گوت ته گوت دروسته، ئەو دی هزرکەت تو یا نهزانی. تو زی هزرین خو بیژره بلا هزرا ته یا ساده بیت، دبیت ئەف هزره لدهف وی گهلهك یا گرنگ بیت.

۸- گهلهك ههستدار (حساس) نه به دگهل ههفژینی خو، چونکه گهلهك جارن دی دگهل ژنا و کچان بینی و دلپیس نه به دگهل ئەگەر ته چ گروقین بی گومان نه بن، دهما تو تشتهکی دبیژی دفیّت په یقین ته دروست بن.

۹- ئاریشهیا خو نهفه گوهره بو مالا بابی، ئەفه دی ته ژ سی ئاریشهیان قورتالکەت ئیک دی دلی مالابا خو کری و دی ههز ژ ته کهن، دوو دی دلی زهلامی تهگەش بیت و دی کهیف ب ته ئیت، سی ئاریشهیا ته ناهیته ئالوز کرن، چونکه دهمی ئاریشه دهیه فهگوهاستن ئەفه ته نهینین خیزانا خو ئاشکرا کرن.

بهیله زهلامی ته ههزین خو جیبهجی کەت و دگهل باش به، و هندهك ماوه ههنه ژن ههز نفینا زهلامی ناکەت و ئەفه تشتهکی سروشتی یه، و گریدایه بهندهك کاودانان فه، وهك ماوی پستی زاروک بوونی، ژن گهلهك دوهستیت و ههز نفینی ناکەت، ترست جارەکا دی ئافز ببیت.



## بو ژین ب میر هشیار بن نه هینه خپاندن!

نیمانهت دژيانا مروفي دا تشتهكي گرنکه، دفتت مروف نیمانهتی ب پاریزت،  
نهگه مروف نیمانهتی ب پاریزت، دی باوهری پهیدا بیت، نهگه باوهری پهیدا بو  
زلام دی پتر سهربهستی دت ژنی، نهگه پتر سهربهستی دای دی پتر مورتاح  
بیت، بهرؤفاژ نهگه نیمانهت نهما باوهری نامینت، نهگه باوهری نهما زلام دی  
لسه ژنی بگومان کهفت، نهگه بگومان کهفت دی دویفچوونی کهت، نهگه  
دویفچوون کر دی ژيانا وی نهخوش بیت، چونکه زلام دی وی ژ هندک مالا  
قهدهغه کهت، کو نابیت نهو سهردانا وان بکهت دی ژ هندک جهان قهدهغه  
کهت، دی موبایلی لسه قهدهغه کهت، نهو مروفین سهر وی دن دی ژنی قهدهغه  
کهت.

چ خیزان نینن ناریشه دناقبهرا واندا پهیدا نهبن، دمی ناریشه پهیدا دبن، چ  
نهگه ژن بیت یان زلام یان خوشک و برا یان دور و بهر وهک خهسوی و  
خهزویر و دش و تی ساریاتیهک دناقبهرا ژن و میران دا پهیدا دبیت، لقیره  
لسه ههفژینان دراوستیت نهو بو خو ناریشهیین خو چارهسهرکهن و نههیلن  
بکهفن سهر نیک و گهلهک یا خرابه مروف ژ ناریشهیی برهفتت دفتت مروف  
بهرامبهر ناریشی براوستیت و بهمی رهنگان چارهسهرکهت، نهوه بو خو گهلهک  
جاران ساریاتیهک دناقبهرا ژن و میران دا پهیدا دبیت، بی کو ناریشه ههبن،  
لقیره لسه ههردوو ههفژینان دراوستیت هندک گوهورینان دژيانا خو دا  
بکهن، چ جلك بن، یان خوارن، دهرکهفتن، گوهورینا ناقمالی، وهک دیکور یان  
بویاغ، نهف هه می خال هاریکارن زهوقی مروفی پتر فهبیت.

ناریشه‌یا ژ هه‌میان مه‌زنتر ئه‌وه دهمی هه‌فژین ئه‌فینیی نهدن هه‌فدوو،  
لغیره چ ژن یان زه‌لام دئی ل کهسه‌کی گه‌رت فی ئه‌فینیی لجه‌م بیت، دناف  
جفاکی مه‌دا، زه‌لام نازادتره، پتر دشیئ ئه‌فینیی نه‌نجامدهت و به‌رامبه‌ر نزانیت.  
ئه‌ف جوره زه‌لام دئی بو خو ل ژنه‌کا و هسا گه‌رن بکه‌فیت ته‌بکا وان.

ئه‌ف ژننن حه‌ز زه‌لامی خو نه‌که‌ن دکه‌فن ته‌بکا وان، ئه‌ف جوره زه‌لام ده‌ف  
حولی و نه‌زمان شرینن، دنیاپی لبه‌ر دکه‌ن شاما شرین، زوربه‌ی زه‌لامین حه‌ز  
ژننن بمیر دکه‌ن دکه‌فن ناریشه‌ییئ مه‌زن، چونکه نارمانجا زه‌لامی تیگرنا  
حه‌زین خو دگه‌ل ژنی یه، و پشتی خو ژیی تیگرده‌ت، فیر دبیت، رۆژانه دئی  
کاری وی ئه‌فه بیت، و نه‌گه‌ر ژنی خیانه‌ت ل میړی خو کر زه‌لام لبه‌ر دلی ره‌ش  
دبیت و چ پینه‌فیت، دی ب هیجه‌تا دگه‌ل زه‌لامی بیت دا به‌س ناریشه په‌یدا بن،  
و قه‌ستا دادگه‌هی بکه‌ت دا خو بده‌ت به‌ردان، ده‌ما ده‌یته به‌ردان، زه‌لام نابیژت  
(مندو که‌ری ته بچه‌ندوو) لغیره ژن دئی په‌شیمان بیت، چونکو زه‌لامی خو یی  
باش و زاروک و که‌سوکار ژ ده‌ستدان.

ئه‌گه‌ر ژن ل دهمی خیانه‌تی هات گرتن، ناریشه دئی ب گری که‌فیت، لغیره  
دوو جوړین زه‌لاما هه‌نه ئیک دئی بیژت ژنی خو نه‌ده به‌ردان، نه‌ز نه‌شیم ته  
مارکه‌م، یی دووی دبیزت خو به‌رده و ته شول پی نه‌بیت، هه‌ما دئی نه‌ختی ته  
ئینم دادگه‌هی، به‌ل دهمی ده‌یته به‌ردان زه‌لام خو ل ناکه‌ت خودان، چونکه نه‌و  
دلی خو دا دئی بیژت ئه‌فا بکیر زه‌لامی خو نه‌هاتی نه‌و دئی چه‌وا بکیر من هیئ،  
ئه‌فا خیانه‌ت ل میړی خو کریه مسوگه‌ره دئی خیانه‌تی ل من ژی که‌ت.

هه‌می که‌س باش یان خراب حه‌ز دکه‌ن ژنه‌کا پاک بینن، پرسیارا گه‌نجه‌کی ژ  
هه‌میان پویچتر بکه دئی خوشکا خو دئی کی نه‌گه‌ر شوی که‌ت، دئی بیژت کوره‌کی  
بنامووس، چونکو نه‌و دزانیت ئه‌ف کوری شه‌ریف دئی وی پاریزت.

دهمی خیانه‌ت په‌یدا دبیت، ناریشه بو سی مالان په‌یدا دبن؟



## ئەگەر ئۇن پىش زەلامى خۇ ھەز كەسەك دى كەت!

ژۇنا بىمىر و تايبەت ئەف ژۇنا زلامى وى ماوى درىژ ژ مال دوير دكەفیت، يان دوو ژن ھەبن و ئىكى پاشگوھ بافئىژیت، يان ھەزژى نەكەت چونكە نە بريارا وى يە، دوتماما وى بخورتى لى ماركرىه، ژنبرا وى يە ژ وى مەزنترە، ئەف ھەمى خال وە دكەن بو خۇ ل ئىكى بگەریت، مخابن مە گوت ژن ئەگەر خيانەتئى بکەت، چ لسەر مالى خۇ يان پارى زەلامى خۇ، لئىرە ئەف ژن خۇ دئىخت ئارېشەكا مەزن و نەشېت ژى قورتال بېت.

ئەف ژن دى زەلامى مېشانكەت چ شەفەكى يان دەھ شەفان، خىزان دى زانت، ئەگەر (متلبس) ھاتن گرتن، ئەفە ئەو كورە ھات كوشتن، يان زىندانكرن، ئارېشە بو مالا بوكى و زافاى دى پەيدا بېت، تايبەت ئەگەر ژن بھىتە كوشتن، و ئەگەر زەلام ھات كوشتن، دى جارەكا دى ئارېشە پەيدا بن، ئەگەر ژن ژ فى ئارېشەئى قورتال بوو، دى سىي بىنەمال بىنە دوژمىن وى.

ئۇلك- مالا بابى وى و كەسوكار چونكە وى سەرى ھەمىان چەماند.

دوو- مالا كورى يان زەلامى چونكو ئەو بو ئەگەر زەلامى وان بھىتە كوشتن يان زىندانكرن يان ھەتكا وى بچىت.

سىي- مالا خەزویری و تايبەت زەلامى وى كو نەشېت بەر كەسەكى سەرى خۇ راکەت، ھەتا وى نەكوژت.

دەمى فان جورە ئارېشەيان مرؤف چارەسەر دكەت گەلەك زەحمەتە و دەم پى دقئت ھەتا زەلامى ژنى و خەسووی و خەزىر رازى بن ژلايەكى فە و باب و براپىن وى ژلايى دېشە، كو جارەكا دى ئەف ژن بزقرىت ناف مالى. ئەف ژن ھەر دى ل ژىر گەفین كوشتنى بېت.

دوماھىكى دى بىژم بەھرا پتر ژنا نەخويندەوار و جوان دكەفت ئارېشەئى، ئارېشا مە ئەوہ ئەم ھەمى ھەزا خۇ دكەن ژنا جوان بىنن، ئەم ھەزا خۇ دەندى دا ناكەين، ئەم چەوا ژنا جوان بپاريزن.



## كى دىت قوربانى ئەئىنىي كور يان كچ؟

ژيانا ئەفرۆ و تايبەت پىشتى موبايىل كەفتىيە دناڧ جقاڭ مەدا، پەيوەندىيىن ئەئىنىي بساناھى كەفتىنە، موبايىلەكى ب كره بدەف دەزگرا خۆ بدزىقە، و ھەر دەما تەڧيا دگەل باخقە و ھەر دەما تەڧيا دگەل خۆ دەربىخە، يا ئامادەيە، دەستپىكا وئ كو پەيڧىن شرىن كو ھەنگڧىن لىبەر تەحلە، و ھىدى ھىدى دئ خۆ بەردەت دناڧ گيانئ وئ دا و ھەتا داڧىر دكەت.

ئەئىنىيا مەم و زىن و ڧەرھاد و شرىن و ڧارەمانىيىن بەرئ نەمايە، بەلكو دەم بوراندنە و زەلام يان كور ب تنئ كەيڧى بۆ خۆ ب لەشئ كچئ و ژنى دىبەت، بگرە ژ ژڧانى و پاشى راموسانا و ھەتا دچىتە تىلا بنى (نىر بازى) و كارئ سىكىسى دگەل دكەن، ئەڧە پىشتى دگەل خۆ دەر دئىخن ژ دەرڧەى باژىرى، و كچ دئ كچىنيا خۆ ژ دەستدەت، و ئەڧ كورە دئ ڧىر بىتى و نەشئ دگەل نەچىت و دئ وەك ئىخسىرەكى ددەستاندا بىت، مال و كەسوكار دئ ئى ھەرام بن، كارئ وئ دئ روندك باراندن و پەشئمانى بىت، بەئ ڧايدئ وئ ناكەت.

ئەڧ كچە يان ژنە كارئ خۆ بدزى ڧە ئەنجامدەت ژبەر سئ لاپەنا.

ئىك:- ئەو كەس گەڧا لىدكەت خۆ ئاشكەرا نەكەت.

دوو:- ئەو ترسىت ئەگەر خىزانئ زانى ئەو بەيئتە كوشتن.

سئ:- ئەڧ كەسە يئ ڧىر بوويئ و نەشئ ڧى كارى بەيئت نە كچ و نەكور و ھەتا

ئاشكەرا دىن، و ئەگەر ئاشكەرا بوو، ئھا لڧىرە ئارىشە دئ دەستپىكەت.

گهلهك جاران كور ژمالهكا زهنگين يان ماقويلن و كچا ژ تهخهكا ههژارن و نهوږن لبر سيهرا وان را بچين يان سكالايهكي دژي وان بنفيسن، ناريشه دهيت نخافتن، يان ب گوژمهكي پارهي رازي دكهن و كچ ناهيته ماركرن لفي مروفي چونكه پي رازي نابيت.

دهمي نهف نافرته كهفت دهستي پوليسا و خهلكي هميا زاني كو كچا فلان كهسي هاتيه كرښكرن و ژبر هندئ هاتيه زيندانكرن، نهگهر نهف كهسه بو خو كچي بخوازيت ناريشه سفك دببت ژلاي خيزاني و ياساي فه، چونكه ناريشه يه و دقيت بهيته چارهسهركرن، ب ههر چ رهنگي ههبيت دقيت ههر بدن شوي، زور جاران نهفي بكر رازي نابيت نهفي كچي بو خو بينت، چونكه سهيدا ژ خو شهرمه و ژ تهخهكا بلنده، لفيروي دي دوو ريك لبر مينن، يان زيندانكرن يان پارهكي بدت مالا كچي مافي كرښتيا وان.

گهلهك جاران نهگهر بكر نهيته گرتن خو بهرزه دكهن و دور دكهفيت ژ دهستي ياساي، يان ههتا دهيته گرتن دانپيداني ناكهن، دي مينت بتني بوچوونا كچي، ل دادگهي ژي ديدهفان و بهلگه پي دفين و ههر كهسهكي كاري سيكسي دكهن دوري ديدهفان دكهن، زوريه ي خهلكي مه يان بههرا پتر ژ گوندان هاتينه باژيران و رهوشهنبيريا وان يا گوندايه، لفيره مهخسهدا من نينه نهز ب چافهكي نزم بهري خو بدم رهوشهنبيريا گوندان، بهلي نهز بهري خو دم جوداهيا رهوشهنبيريا گوندان ژ رهوشهنبيريا باژيران، ژبره كو ل گوندا تيكهلي روي ب روي يه، روژانه نيك دوو دببنن، ههر كهسهكي كارهكي فاري بكهت ژلاي جفاكي فه دهيته سزادان بهري سزايي ژ جههكي دي وهردگريت.

هموو خيزان شهرم ژ خو دكهن و ب هموو رنگا ههولدهن نهفي كچي يان ژني بكوژن نهفا بكاري سيكسي رابووي، لفيره كهس نينه دژي زهلامی راوهستيت ناريشه ب دوماهيك دهيت ب كوشتنا ژني و مافي وي بهرزه دببت، كچ يان ژن بابتهتي ب سفكاتي وهردگرن، بهلي بشتي رويداني بهشيمان دبن و بهشيماني فايده ناكهن، خيزانا كچي گهلهك ژ خو شهرم دكهن چونكه دناف جفاكهكي خيلهكي دا نه دژين، دي ههولدهن في كچي لبر چافي خو نههيلن، فيجا چهوا

بیت زهلام پیرمیر بیت یان سهر ههوی بچیت، ئەفه ئاریشه یه، بهلئ  
چارهنفیسی وئ یه، چونکه جهئ وئ دناف جفاکی دا دهیته خواری روئی وی دناف  
جفاکی دا نهباشه، چونکه روئی لایهنئ جهئ جفاکی دیار دکهت.

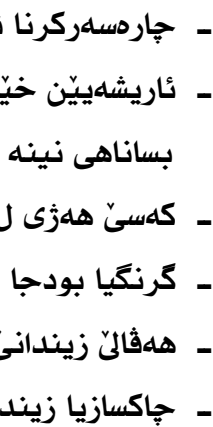
مه گوتی پشتی کچ دهیته کریتکرن نهگهر نیربازی بیت، ئەف ژ کچینی نا  
کهفیت و ئاریشا وئ سفکتره، بهلئ نهگهر کچینیا خو ژ دهستدا ئاریشهیهکا گهلهک  
مهزن بو خیزانئ پهیدا دبیت و ئاریشه گهلهک مهزنتره، نهگهر ئەف کچه ئافز  
بوو چونکه دئ توشی کوشتن و زنايي بهن و ئەفه ههردوو ژ ئاریشهیپن مهزنن  
دناف جفاکی دا و خهلهک سهر دهیته سزادان.

لقیره داخوازا من بو ههموو کور و کچان خو بستهه نهکهن، لسهر فان جووره  
بابهتان چونکه ههردوو رهخ دبنه قوربان، ئەفه چهند گهنج هاتن کوشتن و  
چهند هاتن زیندانکرن و چهندا ژنهک ئی مارکریه و نه ب دلئ وی، ئەز دوو  
حالهتا پئ ئاگههدار بووم، ئیک زهلام هاته کوشتن و ژن رهفی و ئاریشه بو  
خیزانا خو هیلان و دوو خیزان بونه خویندار، و حالهتا دی دهما کهسوکار بسهر  
ههلبوون ئیکسهر کوری خو کوشت، ئەو ژن ژی هاته بهردان، ژ ههردوو خیزانا و  
زهلامئ خو و زاروکان و کهسوکار و دایکوباب دویر کهفت.

ئهړئ نهگهر پهیوهندیهک خیزانا مروؤفی و کهسوکارپن مروؤفی ب ههرفینت  
و گیانئ مروؤفی بیخته دمهترسییدا ما باش نینه مروؤف باش هزرا خو تیدا  
بکهت، ما باشتر نینه مروؤف ب شیوهکی جوان شوی کهت یان ژنئ بینت و  
ههلبزارتن یا مروؤفی بیت و خیزانا مروؤفی سهرنهفراز بیت، و ههمی کهسوکارپن  
مروؤفی ل شههیانا مروؤفی ئامادهبن، مروؤف ژی خوش و شادیی ب ژيانا خو ب  
بورینت، بلا مروؤفی گوری چهزژیکرنا دره و مال خراب بکهت.



# دهرگه هی ههفتی

- 
- چارهسه رکرنا ئاریشهییڤن د جفاکی
  - ئاریشهییڤن خیزانی بهردهوامن و چارهسه رکرنا وان  
بسناهی نینه
  - کهسی ههژی ل جهی ههژی
  - گرنگیا بودجا خیزانی
  - ههقالی زیندانی
  - چاکسازیا زیندانان یان زیدبوونا تیروری



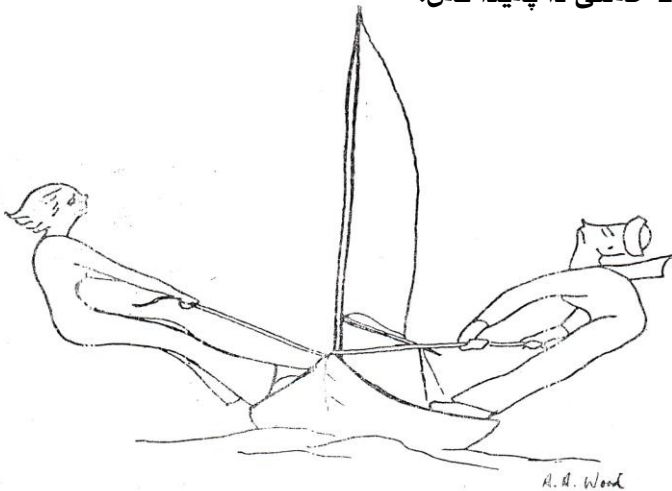


## چاره سهر کرنا ئاریشه یین جفاکی

ئاریشه ژ هندهک ئه گهرین ساده پهیدا دبن، هندی ئاریشه زویکا بهیت چاره سهر کرن، چاره سهریا وی یا ئاسانتره، بهروفاژ هندی کهفن بیت، ئاریشه دی ب گری کهفیت روژ بو روژی دی چاره سهر کرنا وی ب زحه متر بیت، ئاریشه ل دستپیکئی بساناھی یه و دمی ئاریشه ب گری دکهفت دبیته کیشه و چاره سهریا وی گهلهک دم و دراف پی دفت و بیهنفرهھی و ژ بهر ئیک دانان ژ ههردوو لایان پیدفیه.

دمی ئاریشه یین خیزانی پهیدا دبن و مروف نهشیت چاره سهرکهت، باش کهسهک خودان سهر بور و شارهزا د واری دهر وونی و جفاکی دا هاریکاریا مروفی بو چهوانیا سهردهریا ئاریشه یی بکهت. لقیه باشه ژن و میر ترازی کرنی دژیا نا خودا پهیدا کهن داکو پاپورا ژیا نی ب دروست ب ریقه بجیت.

دناف ژیا واری مه دا ژ میژه نینه کو دادگهه کهتی کاری و روی خو بگیرینت، ئاریشه بریکا ئاغا و ریه سپیان دهاتن چاره سهر کرن و ههتا نوکه زی هندهک ئاریشه یین خو ب عشیرکی چاره دکهن، بهلی ئه م دشین بیژین روژ بو روژی یا باشر لیدهیت. پیدفیه کهسانین جفاکی و یاسای روی خو بگیری و رهوشه نبریا یاسایی دناف خه لکی دا پهیدا کهن.



## ئېك:- پېناسهكرنا ئارېشهپى

گرېكهكا ب ئالوزه زويكا ناهيت فهكرن دناقبهرا دوو بنهملان يان ئوجاخان دا يان عهشيرهتان دا، ئەف گرېكه جفاكى بهرهف پاش دبېت و ئاستهنگان پهيدا دكهت و خهلكى وى نهرهحت دژيت و كارتېكرنى ل ههمى لايان دكهت و كهسپن بى گونه دبهر پيان دا دچن.

## دوو:- دياركرنا ئارېشهپى

دقېت مه شيان ههبن لسهر دياركرنا ئارېشهپى كا چ جوره، سوزدارى يه، خېزانى يه، دناف بهرا ژن و ميران دايه، كا چ جورى ئارېشهپى يه. ل قوناغا دووى دهستنيشانكرنا ئەگهريپن ئارېشهپى، ئەف ئەگهرا ئابوورى، جفاكى، راميارى، رهوشهنبيرى نه.

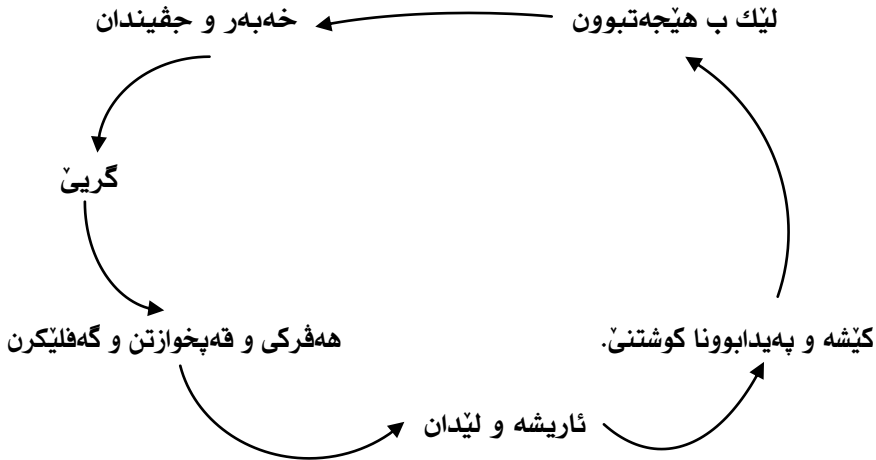
ئەم هوپير هزرا خو د چارهسهرپى دا بكهن و چارهسهرپهكا هوپيربين بهيته كرن، داکو ئەف ئارېشه چارهكا دن دوباره نهبېت.

دياركرنا ئارېشهپى برهنگهكى مژهوى ئانكو مه نزانى ئەگهري سهرهكى چيه، نموونه ژن بېژت زهلامى من يى خرابه، بهلى ئارېشهيا سهرهكى ب ئارېشهپهكا سكسى فه گرېدا بېت، و مروف لسهر توندوتېژى كار كهت و ئارېشهيا وى سكسى يه. دهستنيشانكرنا ئارېشهپى برهنگهكى مژهوى لقيره ئەم دى هزر كهن كو ئەف ژن دهيته ليدان، و زهلام زى فى چهندي بو مروفي ديار كهت، كو يى باشه دگهل ژنا خو. زوربهى جاران د ئارېشهپين خېزانى دا چارهسهريا بلهز يان ههر نزانى ئارېشهپى دهستنيشانكهت تايهت ئەف فهكولهريپن تازه كار دكهن، دكهفن فى ئارېشهپى چونكه ههر تشتى خودانى ئارېشهپى دبېژت ئەو باورهدكهت و شيانين باش لسهر شروفهكرنى نين، ژبهه هندى دى بينى ئارېشه دوباره دبېت و بشيوهكى خرابتر. فهكولهري زيرهك دشتى ئارېشى بدروستى بزانت و شروفهكرنهكا جفاكى دهتى و چارهسهر دكهت.

## سپى:- ئەگهريپن ئارېشهپان

ههفركيين كهفن چ تائفى، هوزهكى، دينى، نهتهوهى، نيقدهولهتى يان زېكجوداهيا هزرى بن.

## چوار:- قوناغین ئاریشه تیدا دبوریت



### پینچ:- شینوارین ئاریشهیی و کارتیکرنا وی لسهر جفاکی

ئاریشه گهشه پیدانا جفاکی پاشقه دهیلت و جفاک ودرار و پیشکەفتنی ناکەت، چونکه ب ئاریشهیی فه دموژیلن. بیکاریی دناف جفاکی دا پەیدا دکەت، چونکه گەلەك جارن ژ بەر ئاریشهیان مال دهینه بارکرن کار و قوتابخانه و گەلەك تشتین دی ژ دەستدەن. رهوشا ئیمناهی و کارگیری تیکدەت و وهك دەر بە دەری و بەرەلای و لایەنی جفاکی تیکدەجیت، هەژاری پەیدا دبیت و ئەگەرئ سەرەکی یه بو پەیدا بوونا نه خوشیا دناف خیزانان دا.

دقیت ئەم وهك بەرئ نەبن و ئەف تشتە لپیش چافی ریکخراوین مافی مرۆفی، و ریکخراوین جفاکی یین سقیل و راگەهاندنی بهین ئاشکەراکرن ب مەرجهکی مفا تیدا هەبیت، و لسهر خالیئ نیگەتیف راوستن کو جارەکا دی دوبارە نەبن.

## شەش: چارەسەری

دناف جفاکی مەدا روژانە ئاریشە دناف خیزانی دا رویدەن، خەلک ل جەیی ئاریشەیا خو بگەهینن دادگەهی، ژبەر گەلەك ئەگەران دئی قەستا كەسایەتیپین جفاکی كەن، چونكە دەمی ئاریشە بریكا دادگەهی دەینە چارەسەرکرن، ماوەکی دریز پیدقییت و گەلەك پاره دەیتە مەزاختن، هەمی تشت ناشکەرا دبن، نانکو هەمی خەلک دزانت ئەف ئاریشە پەیدابوو و چارەسەرکرنای دئی بزەحمەت بیت، مەرەم بزقرن دگەل ئیک تاییبەت بو ژن و میران. بەلی ژ لایی کەسین ریه سپی و ماقویل کیم پاره پی دقیت، ئاریشە ئەووە ماوەکی کورت دچت و ئەف ئاریشە دوبارە دبیت، ژبەر دەمی ئاریشە دەیتە چارەسەرکرن نە لسەر بنیاتەکی زانستی پی دروستە. هەندەك ئاریشە مروّف هزر دکەت دئی زویکا چارەسەربیت، بەلی گەلەك فەدکیشن و جار ژی بەروفاژی یه، خالا دی هاوکیشا جفاکی یه کارەك بەرامبەر کارەکی دەیت ئەنجامدان.

پتیا جارن لایەنەك دبیت قوربان، دەمی ئاریشە دەینە چارەسەرکرن یان پیکدەین بریكا ترسی، ترست کو ئاغا یان شیخ ئاریشەکی بو پەیدا کەن، یان شەرم دکەت کو فلان شیخ یان ئاغا هاتە مالا وی، و دقیت ئاخفتنا وی ل ئاخی نەدەت، لقیڕه بی دادیەك هەیه، چونکە ئەف کەس ترسن یان شەرم دکەن، پشتی ماوەکی کورت دئی جارەکا دی ئاریشە سەری خو هەلدەت، چونکە ئاریشە بدروستی نەهاتیه چارەسەرکرن، بەلی دەمی بریكا دادگەهی بیت چ رەخ یان لایەن نە شەرم دکەن و نە دترسن، دئی ب دروستی داخوازا مافی خو کەن و هەر کەسەکی ماف هەیه بو خو پاریزەری بگرت، داکو پارستنا کیشا وی بهیت کرن. لقیڕه ئاریشە دئی لسەر بنیاتەکی زانستی هیت چارەسەرکرن.

ئەگەر هات و خیزانی گەلەك ئاریشە پیکفە هەبن و ئەف ئاریشە بو ماوەکی دریز بن ژن و میر نەئامادەنە بو چارەسەرکرنای ئاریشی، و بریارین بلەز بهین وەرگرتن ژلایی فەکولەرین دەروونی یان جفاکی، ئەف جورە ئاریشە ب زحەمەتە بدوماهیک بهین و پەشیمانی بو فەکولەران پەیدا دبیت کو هەند لدویف چارەسەریا گەراین.

ئەگەر خىزانى ئاريشەيەك سادە ھەبىت، و ئەف ئاريشە بو دەمەكى كورت  
بىت، و خودانى ئاريشەيى ئامادەيە بو چارەسەر كرنى، و برىارپىن دروست بەيىن  
وەرگرتن ولەز لى نەھىتكرن، ئەف جورە ئاريشە بساناھى دەيىن چارەسەر كرن.  
دادگەھ رىكا دروستە و جەھى باوەرپىكرى يە بەلى خرابيا وى گەلەك دەمى  
دخوت و پارە دەھىتە مەزاختن و باشيا وى ئاريشە بەھرا پتر دوبارە نابن، بەلى ژ  
دەرڧەى دادگەھى برىكا كەسىن جفاكى و ماقويل باشيا وى كىم دەمى دخوت،  
بەلى مروڧ نە يى پشتراستە ژ چارەسەكرنا ئاريشەيى و بياڧ ھەيە ئاريشەيە  
دوبارە بىت. خودانى كىشى خۇسارەت (رازىبون لسەر بنىانى ترس و گەف يان  
شەرم) يان فايده.



## ناریشهییڻ خیزانی بهردهوامن و چارهسهرکرنا وان بساناھی نینه

روژا مروّف دهیت سهر دونیایی و چافین خو فهدکته، ناریشه و ناستهنگ دژيانا مروّفی دا پهیدا دبن، ههر دبوونا مروّفی دا، نهتشتهکی بساناھییه ههتا دوو گیان ژیکفه دبن، و هندی مروّف پتر تیدگههیت ناریشهییڻ مروّفی پتر لی دهین، ههر دقوناغا زاروکییی دا ناریشه پهیدا دبن و جوداهی ههیه ژ کهسهکی بو یی دی، ئەفه ژی لسهر گهلهک هۆکارا دراوستیت، ژ وان ههبوونا دایکوباب یان ژ دهستدانا وان، دایکوباب یین خودان شیان و زانا ل سه پهروره دکرنا زاروکان و دایبابین نهزان، رهوشا نابووری یا خیزانی، جهی خیزانی دناف جفاکی دا، رهوشا دهولهتی لایهنین جفاکی بگره ژ تیتال و بههایین جفاکی، ئەفه ههمی کارتیکنی لسهر ناریشهییڻ خیزانی دکهن.

پشتی مروّف دگههیت قوناغا گهنجینییی دی بو خو ل ههفژینهکی گهرت، و لدهمی دهزگریی گهلهک ناریشه پهیدا دبن، ئەو بو خو راستیا وی ئەوه مروّف دفی قوناغی دا باش ئیکدوو ناسکته، گهلهک جارن ههر لقی قوناغی ژیکفه بوینه، و هندهک ژی پتر دئیکدوو دگهن، دهمی ژنئینانی ژی هندهک جارن ناریشه پهیدا دبن، ههر قوناغهکا ژيانا مروّفی جورهکی ناریشی ههیه، دهما ههفژین زگورد بن ناریشهییڻ وان کیمرن دناف خیزانی دا، بهلی دهما دبن خودان زاروک ناریشهییڻ وان زیده دبن، لقیره جوداهییهکا دی ههیه ئەوژی ئەگهر خیزان یا مهزن بیت ناریشه ژ رهنگهکی دینه، بهلی خیزانا بچویک ناریشهییڻ وان کیمرن.

مرؤفین کەیفخوش و مرؤفین ب خەم دوو جوداھی دناڤبەرا واندا ھەبە:

مرؤفی کەیفخوش دزانت دئی چەوا سەرەدەریی دگەل ئاریشەیی کەت و لدویف داخووزیا ئاریشەیی، و بەری ھینگی پېشبینیا ئاریشەیی کریە و خو بەرھەف کریە، و ئاریشەیی نابینت تشتەکی مەزن و سەیر یان پئی فە ب شەپلت، و تشت لەبر بەرزە نابیت. ھەر کەسی پېشبینیا ئاریشەیان بکەت رەوشا وی گەلەک باشترە ژ وی کەسی یی پېشبینی نەکەت. ئەف کەسی پېشبینیا ئاریشەیان بکەت ھزرا وی تیژترە و پتر ھزرا خو دکەت، بەرؤفازی کەسی ب خەم نزانن دئی چەوا سەرەدەریی دگەل ئاریشەیی کەت و پېشبینیا ئاریشەیی نەکریە، دەمی ئاریشە پەیدا دبیت گەلەک پئقە دسەپلت و ریک لەبر بەرزە دبن. دناف خیزانی دا سی جورین ئاریشەیا ھەنە، دقیت مرؤف فان ھەرسی جورا ژیکجودا کەت و شروڤەکەت و بزانت ھەر جورەکی چەوا سەرەدەریی دگەل بکەت.

ئیک :- ئاریشە لسەر ئاستی زاروکا :-

دناف خیزانی دا گەلەک جارن دناڤبەرا خویشک و برا ئاریشە پەیدا دبن، بەلی پەیوھندیین دایکوبابا دگەل ئیک باشن، باشە ئەف دایکوباب ھشیار بن ئەف ئاریشە کارتیکرنی لسەر پەیوھندیین وان نەکەن، ئەوژی بریکا دایکوباب ھەر ئیک پشەفانیا ھندەکان بکەت، لڤیرە دئی ئاریشە فەگرت و دئی کارتیکرنی ل ژن و میرا کەت.

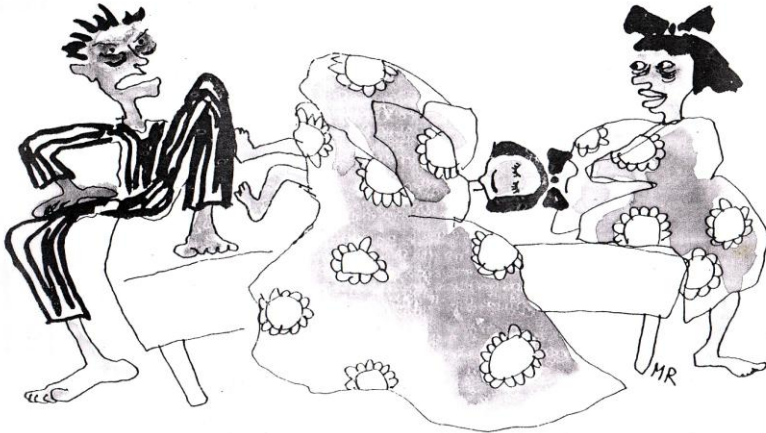


ئەگەر دوو زاروک دمالی دا سەر ئیک تشت شەری بکەن  
باشە مرؤف ئیک ژ وان ب تشتەکی دیڤە موژیل کەت.



## دوو :- ئاريشه لسەر ئاستى مەزنا :-

ئاريشه پەيدا دىن دىنابقبەرا ژن و مېرادا، ژبەر جوداھى دىنابقبەرا ژن و مېرادا چ لسەر ئاستى ژى، رەوشەنبىرى، تەخ، بنەمالى. باشە ئەگەر ژن و مېر دگەل زارۇكان پېڭقە روينن و ئاريشەيىن خۇ گەنگەشە كەن و گەلەك جارن دى ئەف زارۇك بنە ئەگەر كو ئاريشەيىن خۇ چارەسەر كەن. و باشە مرۇف نەھيىلت كەس مايتىكرنى دكارى مرۇفى دا بكتە و خىزانا مرۇفى تىكدەت، ژن و مېر ئاريشەيا خۇ نە فەگوھويژن بۇ مالا خەسوى وخەزويىرا.



ھندەك جارن دەما زارۇك دزورەكا تايبەت فە نەئفىت ئاريشەيا بو ھەفژينان باشترە ئەگەر جەئى زارۇكى يى تايبەت بيت.

## سىي ئاريشەيىن تىكەل :-

گەلەك جارن ئاريشە د تىكەلن دىنابقبەرا ئاريشەيىن مەزنان و ئاريشەيىن زارۇكان لقىرە ئاريشە گەلەك ب زەحمەتن، چونكە ئاريشە تىكەلە، و ھەر ئىك مايتىكرنى دكارى يى دى دا دكەت. ل ژيانا مرۇفى دى ھەر ئاريشە ھەبن، و ئەگەر ئاريشە نەبن ژيانا مرۇفى دى مەلەل كەفتىتى، باشە مرۇف مفاى ژ ئاريشەيىن خۇ بينت و كەسايەتيا خۇ پى بەيژ بيخت. دەمى ئاريشەيىن خىزانى پەيدا دىن و مرۇف چارەسەر كەت، باشە مرۇفەكى خودان سەربور ھارياكاريا مرۇفى بكتە، ژبو چەوانيا سەرەدەريا ئاريشەيى. و ئاريشا خۇ بگەھىنت كەسىن شارەزا د وارى دەررونى و جفاكى دا.

## هندك نمونه ژناريشه بين خيزاني



## كەسى ھەژى لجهى ھەژى

كەسى ھەژى ل جهى ھەژى ئىك ژ ساخلەتېن دولەتېن پېشكەفتى يە و بەرۇفاژى دولەتېن پاشقەماينە، كەسى نەھەژى بۆ جهى ھەژى. ئىشا ژ ھەمى كىباخر ئەو كەس نابېژت ئەفە نەكارى منە. من ئەفە پى چىنابىت، ھەرە دختورى بېژى من فلان ئىش ھەيە دى بېژت ساناھىيە، بېژە كابرانى ترومبېلا من ئەفە ئارىشە ھەيە، نابېژت نەكارى من. راستە ھندەك كەس گەلەك زىرەكن دھندەك واران دا، بەلى دھندەك وارىن دى دا دلاوازن.

زۆربەيا رېقەبەران دھىن ھەلبۇرتن لسەر بنىياتى حزبى يان كەسوكاران حەز و شيان دەورى خۆ نىنە، ئانكو پېقەر ژلايەكى بتنى دھىن بەر چاقكرن. و دەما دقېن كەسەكى وەك فەرمانبەر ل جھەكى وەرگرن نە لسەر بنىياتا شيانا دھىتە وەرگرتن، ۱- بەلكو لسەر بنىياتى مرۇفاكانى و پارااتايەتى يە. نموونە ئەگەر ھات ئىكى شيانېن باش ھەين، بەلى كراسى وى رەنگەكى دى يە يان بى لايەنە ناھىت وەرگرتن، ۲- يان دى ئاستەنگان درىكا ويدا پەيدا كەت. ئەفە ژى شاشىە و مللەتى پاشدئىخت.

دەمى ئىك ژ كولىژى دەرچوو دقيا د دوارى خۆ دا كار كەت، داکو بشىت داهىنانى بکەت، بەلى ئەگەر چو دوارەكى دوىرى كارى خۆ، بەزرا من بەس دى سەرى خۆ ھەژىنت وەك (كەرى دناف داوەتى دا چ نزانن) نموونە جارەكى كابرایەك ھاتبو بۆ تەلەفزیونى كارکەت، ئىكى گوت دقېت دەنگفەدان ھەبىت كا برا دىبېژت ئارىشە نىنە ھەرن بازارى دەنگفەدانى بکرن يان جارەكا دى بەرپرسەكى مەزن چو زانکویى لسەر دەمى رژیما گور بگور و پرسىارا قوتابىيەكى كر (وہ پېنج شەمبى چ ھەيە؟) بەرسفا قوتابى ئوفە (بېھنقەدان) پرسىار جارەكا دى كر ئەرى كىژ ماموستا بووہ ب ئوفى دھىت.

فيجا نهگەر كهسهك نهههژی چو جههکی مهزن، دبیژن کاری نه بسهر مروقی  
فه دزیه، پیغهمبهر سلاقییت خودی لسهر بن د فهرمودهکا خو دا دبیژت (نهگەر  
وه دیت كهسهك نهههژی چوو جههکی نه بسهرفه ویگافی خو لهیقا روژا  
قیامهتی بگره) مهرم ژئ نهف کاره هندئ ترسناکه پیغهمبهری کریه ژ نیشانی  
روژا قیامهتی. و نیشانهك دی گوتیه (نهگەر وه دیت شقان و گافان بوونه خودان  
نافاهیین بلند) و نیمام علی دبیژت (پاری زور ب دوو ریكا كوم دبیت ئیک  
حهرامی دوو قهلسی).

نهبهس نهف خاله ژ ساخلهتین دهولهتین پاشقهمایه بهلكو گهلهك خال ههنه:

ئیک:- گوهورین گهلهك یا کیمه، تو هزر دکی جفاک یی راوستایه.

دوو:- چ گرنگیی نادهن دهمی و بو خو مفای ژ دهمی ناوهرگرند و ریژی ژ  
لدهمی ناگرن.

سی:- هندهك پیفهرین ههین کاری، نمونه نهگەر ئیکی بقییت خواندنا بلند  
بخوینت، دی بیژن نمرا ته چهنده. بهزرا من نمره تشتهکی باشه، بهلی بلا  
ئهزموننهك ههبیته نهگەر دهرباس بوو، بلا وی ژی ماف ههبیته، دگهل هندئ  
چهند حهز ههیه. نمره نهبیته ئاستهنگ بو قوتابی.

چوار:- ریقهبهر ئاستی وی گهلهك لاوازه، نهفین دگهل وی کاردکهن، ئاستی وان  
گهلهك باشتره، ئهري نهگەر ئاستی ئیکی ژ مروقی بلندتر بیت دی چهوا ئه  
مروقی ههلسهنگینت.

پینچ:- ژلایی ئابووری فه دهولهت ههمی تشتی خو ژ دهولهتین دی دهینت، و  
پشتهفانیا داهاتی دهولهتی ناکهت وهك چاندن و پییشهسازی.

ئهف جوره کهس کارتیکرنهکا خراب لسهر جفاکی ههیه، چونکه ئیک نزانن  
کاری خو دروست نهنجامدن، دوو نافرانندی د کوژن چونکه نهزانن و یا ژ ههمی  
دل نیشت نه گوهدارن، وهك مهزن دبیژن (نهزانی نهگوهدار ئه ههوار و سهد  
ههوار). بهزرا من دقیته کهسانین رهوشهنبیر بیژن و ئهفان کهسا هوشدار کهن،  
بیژن ئهفه نهکاری تهیه. نهنجام ئهم دی بینن هیچ ریگخستهك دنافهرا وان دا

نینه کابرایهك دى هیئت جادی سبه كهت، پشتی چند رۆژا هندهك دى هیئ  
 سهروبین كهن، دا جهی بوریا یان خهتی تهلهفونی دروست كهن، نهو خهلك ب  
 سالا ما بوو ههتا جادا وان هاتی چیکرن، جارهكا دی د ل هیثیا فریئ گای بن؟  
 ل هندهك دمزگهان دى بینئ كهسهك هاته دامهزراندن، وهك ریقهبهه ئیك  
 نه تایبهتمهنده، یا دووی ئاستی خواندنئ ئانكو باوهرنامه یا نزمتره، یان  
 باوهرنامه هیه بهلئ پیژانین دکیمن. نهز دبینم سیستهمی ریكخراوا بهیئت  
 پهیرهوگرن، باشه، ئانكو ههه پوستهكى ههبیئت بهیئت راگههاندن و ههركهسهكى  
 ماف ههبیئت نافئ خو بنقیست، پاشی لیژنهك ههبیئت نهزمونك تایبهت ههبیئت  
 و باشرین كهس بهیئت ههلبژارتن، لسهه بنیاتی سهبورین باش و دگهل ئاستهكى  
 رهوشهنبیری یئ بهرز، بقئ ریکئ عهدره لکهسیئ زیرهك نابن و کهسیئ ههژی  
 دى چن جهین ههژی. و نهف پروسیسه شفافیهت ههبیئت ههمی تشت روهن بن بو  
 ههمی کهسان داکو مروف نهگهر جارهكى بسهر نهکهفت، دى هزارا خو دلاوازا خو  
 دا کهت ویئ لاوازیئ چارهسهه کهت، بو جارهكا دی و دى خو باشر ئامادهکهت.



## گرنگیا بودجا خیزانی

جفاکین روژهلات توشی ناریشهیان دبن، تایبەت خیزانین چ نهخشی درافی و ئابووری بو خو نه دانن. نهبوونا نهخشی ریکوپیک مروقی توشی ناریشهیان دکەت، و تایبەت بەریکا فاللا، دەمی مروقی پیدقی زور هەبن، ئەف پیدقیه نه ریکخستی بن، ژبەرکو خیزان نهشیته هەمی پیدقی بجه بینت، ئەندامین خیزانی نزانن داهاقی وان چەندە و چەند دەقیته مهزاختن، ژبلی ئەو کەسی ریشهبرنا مال ددهستدا. ژبەر هندی ئەو بەس داخواز دکەن و حەز دکەن ناخفتنا وان بجه بیت، چ داخوازی وان نههین رهتکرن، لقیره ئەگەر ریکخستن دمهزاختنی دا نهبن ناریشه دی پهیدا بن.

### بودجا خیزانی دناق جفاکی مه دا ب چ رهنگه :-

ئیک- بودجا خیزانی بدەستی زهلامی یه و مەرەم ژی رهگەزی نیره چ کور، باب، برا، و هەمی پاره ب دەستی وی نه، ئەندامین دی یین خیزانی چ رول نینه، هەمی تشتا بو خیزانی دکرت، لقیره زهلام گهلهک جورن هەنه خیزانا خو رهزیل دکەن، و داخوازی وان بجه نائینن، وی چهوا پاره دقیت ل خو دمهزیخت، ههیه زهلام خو دەیندار دکەت سی چوار کارا دکەت، دا خیزانا وی سهرفهراز بژیت و هەمی تشتی بو بجه دئینت.

دوو- جورهکی خیزانی ههیه، پاره ل دەستی ژنی دایه مەرەم ژی رهگەزی می یه، چ کچ خوشک، بویک، دایک، هەمی تشتی خیزانی دکرتیت، و بار هەمی لسهر ستویی ژنی یه، ئەفه ژی بارگرانیه بو وی، زهلام پارا تهسلیم ژنی دکەت ئەو پارا ل دویف کارین پیدقی دمهزیخت.

سيئې: جورهكى خيزانى ههيه گهلهك پارهى دمهزيخت، ههر نيقا ههيفى دینداره و لژير قهرا دژين و هزرا پاشهرؤژا خو ناکهن، بهرؤفاژ هندهك بودجهكا ريکخستى ههيه، مهزاختنا خو ل دويف درافى خو دکهن، و ههولدهن هندهك درافى خو راکهن، ئەف خيزان ئەم دشين بيژن چ جار ناکهفن ناريشهبيين درافى.



دقيت هههه ئەندامين خيزانى بودجا خيزانى ب زانن،داكو ل دويف داهاتى خيزانى پارىي خو بهمهزيخن،مهبستا من لقيره خيزانين ههژارن، چونكه ئەگهر ئەم بهحسى بودجا زهنگينا بکهن دقيت بابەت بشيوهكى دى بيت.

### بو خيزانى بهيت ديار کرن گو دوو جورين مهزاختيا ههنه:-

۱- مهزاختيين پيدفى گو مروف نهشيت بى فان پيدفيان بژيت، يان ئەگهر بژيت دى گهلهك کارتپكرنى ل مروفى كهت، نموونه خوارن، فهخوارن، كارهب، سوتهمهنى.

۲- مهزاختيين جوانكارى (كمالى) كهمالى نموونه تو دشى ب كارنهئينى و کارتپكرنا خو نينه، نموونه ماكياژ بو ژنى يان زهلام جگارا بكيشت، يان سهرى خو فير كهت. روژ بو روژ تشتى كهمالى دبيتە پيدفى، نموونه وهختهكى كارهب كهمالى بو، يان ترومبيل، يان موبایل بهلى نوکه يى دبيت پيدفى ژبهه رهندي دقيت ئەم دزيرهك بن.



## چ بهیتە کرن باشە:-

★ دڤیت مه دخیزانی دا (ئەولەویەت) هەبیت، گرنک گرنکتر، کا پارە بو ج بهیتە مهزاختن تشی فەر یان فەرتر، ئەگەر ئەندامین خیزانی ئەفە زانی دەما مهزن دبن زی دئی زانن چەوا کارین خو ب ریڤه بەن، و تایبەت دەمی دگەهن قوناغا هەڤزینی و پیدفی کەسی نابن.

★ رازیبوون دناڤهرا ژن و میران دا هەبیت کا چەوا پارئ خو ب مهزیخن، ئەگەر هەردوو خودان پارە بن، ئەف بەرپرسایهتیهک هاوبهشه دڤیت هەردوو بەشداربن، هەروەسا هزرین ژن و میران نیژیک ئیکبن.

★ پشکداری هەبیت دناڤهرا ژن و میران دا بو دەینانا بودجی، بریکا کومبونهکا خیزانی یا تایبەت، نابیت هەمی داخواز بهین رەتکرن، هەروەسا هەمی بزحمەتە بهینه بجه ئینان.

★ ل فان سالا گەلەک تشتی نوی دهیت بازاری، یان بریکا راگه‌هاندنی مروڤ سەر شاشین تەله‌فزیونی دبیت، و روژانه مودیلین نوی دهین، ئەگەر مروڤ ل دویش مودیلان بچت فیرا ناگهت، دڤیت تشتی مروڤی هەوجهیا مروڤی بڤه‌تینت، موبایلا ب ۴۰۰ دولاړا و یا ب ۵۰ دولاړا هەر دئی کارئ تە ب ریڤه چیت.

★ ئەم هشیار بن ژ تەبکین ناف بازاری، گەلەک تەبک هەنە مروڤ دکه‌فتی، ژ وان کیمکرن، چونکه گەلەک جارن مروڤ فان تشتان دکریت و دهزرا مروڤی دا نەبوو، دەمی مروڤ دچت بازاری بو خو لیسته‌کی چیکەت، من چ دڤیت، دەمی بچیت بەس وی تشتی بکریت، ئەگەر وه نەکەت، ل بازاری چافین مروڤی دچن گەلەک تشتان، دئی کری و تشتی تو پیدفی دئی مینت.

★ ئەگەر مه ئارمانجین ئاشکەرا هەبن، دئی گەلەک ئاریشه‌یین مه چاره سەربن، ئارمانجا مه کارین مه بریڤه بچن دویر ژ مودیلان، یان شەرم ژ خەلکی، ل وەلاتین ئەوروپی، خەلک جلیکی درپای دکەت بەرخو دا هەزار شەرم ژ خو نەکەن، مروڤ بو خو تشتی گرنک بکریت و یی جوانکاری گروکەت هەتا مروڤی پارە هەبن.

★ ئەم تىشى پېدفى گەنگەشى لسەر بکەن و يى جوانکاری گەنگەشه هەوجه نینه، دقیت دانوستاندن دناقبەرا ئەندامین خیزانی دا هەبن، چونکه ئەگەر (ئەولەویا) من خواندن بیت، دقیت ئەز تەنازی ژ جلکی جوان بکەم یان چوونا سەیرانان.

★ ئەگەر مه بقیت تەرازا خیزانا خو ب دانن، باشه ئەم دوو هەپشا مەزاختی خو بنقیسن، دا بزنان پارە ب چ ریك دەیت مەزاختن، دی ئەفه هاریکاریا مه کەت، ئەم بشیوهکی جوان بودجا خو دابەشکەن، ئەگەر نه دانانا بودجا خیزانی تىشتهکی بساناھی نینه، بەلکو سەربور پېدقین.<sup>(\*)</sup>

---

(\*) سمر سویدار فەکولەرا جفاکی ل قاهیرە وەرگرتیه، بریکا کەنالی الجزیره پروگرامی (حدیث الصباح).

## هه ئالی زیندانی

هەر کەسەکی ریبازەک تایبەت د ژيانا خو دا هەیه، و لدویف وی ریبازی دچیّت، چ ئەف ریبازە دروست یان خەلەت بیت، بەلّ لدەف وی ریکا وی گرتی یا پیرۆزە، و حەز دکەت مریدیّن خو هەبن و خەلک شانازی ب ریبازا وی بەت. هه ئالی زیندانی جورەکی مروّفانە حەز دکەن هەردەم ژيانا خو ل زیندانی ب بورینیت، ئەگەر دەمەکی ما لدەرفەهی زیندانی دی خەریب بیت، حەز دکەت جارەکا دی بزقرت زیندانی ئەف جورە کەسە دیاردەک لدەف هەیه دبیژنی (العودة الى الجريمة) ئانکو زفرین بو تاوانی ئەف جورە کەسە ریژا وان یا کیمە دناف جفاکی دا، نموونە کەسەک ل زیندانا دھوکی بوو و گەلەک جارەن هاتبو گرتن، لسهر گەلەک تاوانا تاوانین وی هەمی کومکرن ب (۲۷) سالا هات زیندانکرن پشستی بورینا سی سال و دەه رۆژا لیبورینا گشتی ژێ گرت و هاتە بەردان، ئەفی برادەری گوت: (رۆژەکی من گوتە شوپنیرەکی تورك ئەگەر ئەز ل تورکیا دزیا بکەم سزا چەندە؟ شوپنیری گوتی مەهکی یان دوو مەھا.. من گوت هەیفەکی ئەز تیر ل زیندانی نانفم) نوکە ئەف برادەرە ل هولندا دژیت و کوردستان بچە هیلایه، ئەف کەسین زفرین بو تاوانی گەلەک دزیرەکن و میشکەکی گەلەک تیژ هەیه، بەلّ فی میشکی بو گونەهکاری و تاوانی ب کاردینن، ئەو کارین کومەکا کەسان ئەنجامدەن یان کەسەک بتنی ئەگەر کومەکا کەسان ئەنجامدەن دبیژنی تاوانا ریكخستی (الجريمة المنظمة). بو ئەنجامدانا فان جورە کریاران، نەخشە دقیت بەینە دانان، ئەف نەخشە دانانە ماوەکی دریژ پی دقیت هەتا پیزانینا وەردگرن و ئەنجامدەن، دەم ژێ گرنگە بو فان جورە کەسان، هەولدن ل دەمەکی کریارا خو ئەنجامدەن، کو کەس وی هزری نەکەت. و ئەف کەسین فان کریارا دکەن ئامادەیی هەیه کوشتنی ژێ بکەن، ئەف جورە کەسە چەکی هەلدگرن، هەندەک ژێ بەس دزیی دکەن.

## هه‌فالین زیندانی دبنه دو جور:

۱- تنی جوره‌کی گونه‌هکاریا ئه‌نجامدهت نموونه دزی یان هر جوره‌کی گونه‌هکاری بیته و زانیین زانستی تاوانی دبیزن ئه‌ف جوره کهس چاکسازیا وان ب ساناهیهه چونکی بهس جوره‌کی تاوانی هه‌یه.

۲- هه‌می جورین گونه‌هکاریا ئه‌نجامدهن، بو نموونه دی کچی کریت کهت پاش دی کوژت، پاشی دی دزیا مالی کهت و زانا دبیزن، ئه‌ف جوره کهسه چاکسازیا وان ب زه‌حه‌ته. چونکه بزه‌حه‌ته ئاریشه‌یا وی ده‌یته ده‌ستنیشان کرن. سه‌بارته په‌شیمانی، هنده‌ک کهس لسه‌ر کارین ئه‌نجامداین په‌شیمان دبن و هه‌ست ب گونه‌هی دکهن، و هنده‌ک دی په‌شیمان نابن و تشتی بو خو ب شیوه‌کی به‌رئافل دروست دکهن. دبیت ئیک باش هزارا خو نه‌کهت کو بیژت ئه‌فه‌یی دروسته و بوچوونا وی راسته، و هه‌ست ب گونه‌هی ناکهت. پیدفی په ئه‌ف کهسه ده‌می دکه‌فته دزیندانی دا، به‌یته چاره‌کرن بریکا هنده‌ک به‌رنامین تایبه‌ت، کو فیری کاری بکه‌ن، دا ده‌می ژ زیندانی دهرده‌که‌فیت، ئه‌و وی کاری بکه‌ت، خو ژ کارین گونه‌هکاری بده‌ت پاش. ئه‌ف کهسین زفرینا تاوانی هه‌ین د فیلبازن، مه‌ردن، دشین گه‌له‌ک پارا ل خه‌لکی بمه‌زیخن ده‌می هه‌ی، زوی پاره‌یی بو خو خرغه‌ دکه‌ت و بریکین خه‌له‌ت دمه‌زیخت، و پاره خو دده‌ستاندا ناگریت. ده‌می ئه‌ف کهسه ژ زیندانی ده‌یته به‌ردان دقیت خیزان و جفاک سه‌رده‌ریه‌ک باش دگه‌ل دا بکه‌ن، ئه‌گه‌ر نه دی هزر کهت ئه‌ف کاری ئه‌نجامدای فه‌هیتی و شه‌رمزاری یه.

\* خولین ره‌وشه‌نبیری بو کهسین ژ زیندانی ده‌ین به‌ردان به‌ینه فه‌کرن، دا ئاستی وان یی ره‌وشه‌نبیری زیده‌بیت و باشیی و خرابیی ژیک فاقیرکه‌ن.

\* دیقچوونا زیندانی ب ریکا فه‌کوله‌رین جفاکی و دهروونی و کهسین تایبه‌تمه‌ند ئه‌فین ل زیندانی کار دکهن به‌یته کرن ده‌می دهرده‌که‌فن و ریکخوشکرنی بو په‌یدا کهن چاره‌کا دی بشیوازه‌کی ئاسان بزفرین دناف خیزانی و جفاکی دا....

★ ماموستاييڻ ئاينى ھەبن لايەنيڻ روحي لدهف زېدەكەن و ب ھيز بيخين.  
★ وانين ھونەرى بۆ بەينە فەكرن، چ ستران، موزيكە، يان شيوھكارى بيت،  
مرؤفى زىندانى پتر دشىت دىقچوونا كارى ھونەرى بكەت.  
ئەف خالە دى ھاريكار بن بۆ وان و دى دەمى وان يى دريژ كوژيت، چونكە  
رؤژا كەسى زىندانى نەوہك رؤژا كەسى نورمالە، رؤژا وى يا دريژە و دەم زويكا  
ناجيت.



# چاكسازيا زيندانيان يان زيده بونا تيرورى

نوکه ئىراق بوويه نارمانجا تيرورى و روژانه كارين تيوروستى لى دهين نهنجامدان، و سدهدهان كهس دبنه قوربانى و ب سهدان زاروك دمىنن ئىتيم و ژن دمىنن بيژن، ژبلى زيانىين مادى و دىروونى كو ترسى دئىخن دناخى خهلكى دا، ئەف شلقاڤا تيرورى جار دگههيت كوردستانى ژى دى سەر هندى را كو پاراستنهكا باش ههيه، لئى قوناغى پىدقيه يه گه لى مه گهلهك هشارى ههبيت، و نههيت دهستين چهپهل بگههن كوردستانى، هيزين پوليس و ئاسايش بتنى نه بهسه بو پاراستنا ههريمى، بهلكو دقيت هاريكاريا جهماورى ژى دگهل دا دبىت، دا ئەف كارين درنده نههين نهنجامدان دهمى مه بقت جهماور دگهل مهدا بىت، پىدقيه يه پهيوهندى بهيز دناڤهرا سهروكاتى و جهماورى دا ههبن، ئەگهر ئەف پهيوهنديه بهيز كهفتن، ئاريشهين جهماورى گهشتن بهردهستى سهروكاتى و سهروكاتى خو ل ئاريشهين وان كره خودان، ههروهسا خزمهتپن پىدقى هاتن دابىنكرن بو تهخين جفاكى و تايهت گهنگان، لئيره خهلك هاريكار نابىت دگهل دهزگههين تيرورى و ههه گافا مللهت بو ئيك دهست تيورر نهشيت مايى خو تىبكهت.

زانايين جفاكناس دبىژن (جفاك تاوانبار پهيدا كهت) راستى يا فى چهندى ئەوه ئەف كهسپن دهين زىندانكرن پىدقيه يه چاكسازيا وان بهيت كرن، دا دهمى ل زىندانى دهردهكفين يى نامادهبن دناڤ وى جفاكى دا بژىت و ئەگهر نه، ئەف كهسه هههزرهكهن گونههكاره، و كرىارا وى كرى خالهكا رهشه ب نافعافاڤه، لئيره دى ههولدمت تولا خو ل جفاكى فهكهن و ب ههه رهنگهكى ههبيت و باشتين ريك ريكخستن دگهل رىكخراوين تيوروستى ژ لايهكى دى تولا خو ل

جفاكى فەكەت و ژلايى دى چونكە جفاكى وى نادەت كارى دى پارەكى باش ب دەستخۆفە ئىخن. لڧىرە دڧىت ئەم ھشيار بن، ئەفا چوى ھات رويدان بەلى ئەگەر ئەم خۆ ھشيار نەكەين و مفاى ژى خەلەتییىن خۆ نەبیین دى ئەف كارە دو بارە بن. ل ھەمى ئول و رەوشت و تیتالان دا نابیت مروڧى كەسى بىگونەھ بكوژیت، و نابیت مروڧ جفاك و كومەلا گونەھبار و كافركەت، ھەمى تىشتى رەوشتى خۆ ھەيە، شەرى رەوشتى خۆ ھەيە، ل فلميىن بەرى ئەم دى بیین دوو ھوز ب ھزارەھا مروڧ ھەنە دى مروڧ ل مەيدانى كوم بن و شەرى كەن، ھەتا ئىك ئىكى بكوژت و ھەر لایەك دى چت كوشتى يان برينداريىن خۆ راکەت.

ئەم نەبیین كو دەزگايىن مە يىن ئەمنى كارەكى باش ناكەن، بەلكو ب شەف و روژ دەھشيارن، دڧىت ئەم زى دگەل وان ھشيار بن و ھەر چافەكى بکەنە دوو چاف و نەھيلن ئەف كارە بەيىن ئەنجامدان، چونكە ل پيشكەفتيتيرين وەلات كارى تيرورى دەھيت ئەنجامدان، وەك تەقىنا لندن و ۱۱ ئەيلول ل ئەمريكا و سعوديه و تركيا.

بەلى دڧىت ئەم ھاريكاربن ئەف كەسيىن گونەھكار بەيىن گرتن و ب ئاشكرای بەيىن سزادان، داکو بيت وانە بو كەسيىن دى ژى، ئەم ھەولەن ئەف كەسيىن گومان لەسر ھەى گەلەك نەھيلن دزيندانا فە، چونكە ئەگەر مە خەلك گەلەك ھيلا دزيندانا فە و بى ئەگەر يان چاكسازيا وان نەھات كرن، دى ئەف كەس بن ئامير بو ريكخراوين تيرورى و دى ھاريكاريا وان كەن، كو كاريىن تيرورى ئەنجامدەن. لڧىرە فەرە لەسر حكومەتى رەوشا خەلكى باش كەت ژلايى ئابوورى و خزمەتیین سەرەكى بو بیین پيشكيشكرن، بى كاريى دناڧ جفاكى دا كيمكەن و ئاريشەيىن خانى و ئاكنجیبونى ژى چارەسەرکەن.

ئەم ھەولەن پەيوەنديىن مە دباش بن داکو ئاريشە كيم بن، چونكە پەيوەنديىن خراب ئاريشەيان زيده دكەت، ئەگەر پەيوەندى دباش بن ئاريشە دى كيم بن و ريژا ھەڧگرتنى دى زيده بيت و خەلكى بيانى نەشيت بەيت دناڧ جفاكى مەدا و مايتكرنى دكارى مەدا بکەت.

كورسيىن تايبەت بو پوليسان فەكەن لەسر چەوانيا ليگەرانا تىشتى دناڧ ترومبيلان دا، و تيگەھشتنا كارى تايبەت، ئەف سەيىن ھاتين راھينانكرن لەسر



تەقەمەنیا و دقیت ئەف سە بەردوام بەین پشکنین، کا کارئ خو بدروستی  
ئەنجامدەن یا نە.

هەروەسا گەلەك خالا دناف باژیری ژى دا بەین دانان و پولیس دیشچوونا  
ترومببىلا و كەسان بکەن داكو باوەرى بو كەسین دوژمن چ نەبیت کارین درندە  
ئەنجامدەت.

راگەهانندن رولەكئ باش بگيرت بو هشیارکونا خەلکی لسەر مەترسیا کارین  
تیرووری، و هندەك پیزانین بەین گوتن بو خەلکی دا گەلئ مە پتر بەیت پاراستن و  
خوینا فی مللەتی بەس بەیت ریتن.



# زاراڤين كوردى

رامان ب عرهى

تيرمى كوردى

رامان ب عرقى

تيرمى كوردى

الامراض المزمنة

ئيشين دؤمدريژ

الانفال

ئهنفال

الاسطورة

ئهنسانه

البناء الاجتماعى

ئافاهيى جفاكى

اثارة

ئارهيئت-ئازراندن

حملات الانفال

ههويىن ئهنفالا

التماسك الاجتماعى

ههفگرتنا جفاكى

تماسك

ههفگرتن

حيران

ههفسوى

زوج

ههفزين

الشعور بالنقص

ههستكرن بكيماسيى

اهانة

ههتكبرن

تصفیت	نژنیت
العین	نہمیر
عقیم	نہزوک
عرق	نہژاد
العرق	نہژاد
متحیر	مفتہ لا
.....	متلبس
الخمر	مہی
درع	مہرتال
معول	ماہولک
جمعی	کولکہ تیف - کومہ لدار
عبد	کولہ
اغتصاب	کریتکرن
استغلال	کہ یسلیکرن
شخصیة ضد المجتمع	کہ سایہ تیا دزی جفاکی
الضحیة	قوربان
ازمة	قہیران

قاره‌مان	بطل
فهيتى و شه‌رمزارى	وصمة عار
فرشككرن	فطم
فره ژنى	تعدد زوجات
فه‌كيشوك	انسحابي
فه‌دەر	منعزل
فاريبوون	الانحراف
گومان	الشك
گوله‌بارنكرن	رمي بالرصاص
گفاشتن 'په‌ستان	الضغط
گرئ	عقد
گه‌نده‌لى	الفساد
گه‌نجينه	خزينة
گه‌ف	تهديد
چوارچوؤه	اطار
چه‌وسانندن	اضطهاد
چاكسازى	اصلاح

اٲار	شينوآر
موج	شلقاف - پيل
شجار	شهره نيخ
ختان	سونه تكرون
معوآة الفقراء	سوسيال
عاطفي	سوزدارى (دلىنى)
الراسمالىة الاءاماعىة	سه رمايه دارىا جفاكى
ابله	ساويلكه
البرود الجنسى	سارىا جنسى
الصحة العقلىة	ساخله ميا مئشكى
ترفيهي	رابورانءن
واقع	ژيوآر
اسير	ديل
ازءواج فى الشخصىة	ءوو روءىاآى ءكه سايه آىءىءا
البغاء	ءههمن پيس
آشخيص	ءهسآنىشانكرون
الاسرة المنهارة	خىزانين هه لوه شىاىى

الاسرة المفككة	خيزانين ژ بهرئيكچووى
ضريبة	خويك
مرآة	خوديك - ئاوينه
الكابة	خه موكى
سب او شتم	خه بهر , جقيندان
متسول	خاز خازوك
خداع	خاپاندىن
لعب-غزل	حه نهك
عولة	جيهانگيرى
الجنس	جيندهر
مكانة المرأة	جهى ژنى
المكانة الاجتماعية	جهى جفاكى
المجتمع الجمعي	جفاكين كومه لدار
المجتمع المفتوح	جفاكى فه كرى
المجتمع المغلق	جفاكى گرتى
مجتمع لامبالي	جفاكى خه مسار
محتويات الثقافة	پيكهاتين ره وشه نبيرى

المقياس	پيفهر
الدعم الاجتماعي	پشته فانيا جفاكى
علاقات بنائية	پهيوه نديين ئافا كهر
الاهمال	پاشگوه هافيتن
نظرية	تيور بيردوز
مفهوم	تيگهه
مصطلح	تيرم - زاراف
الشبكة الاجتماعية	تورا جفاكى
عناصر	توخم
الطبقة الاجتماعية	ته خا جفاكى
.....	بيمنهت كرن
المعتقدات	بيروباوهر
القيم الاجتماعية	بهايين جفاكى
الحراك الاجتماعي	بزفينا جفاكى
برجوازية	برژوازى
النخبة	بژاره
القيم	بهاها



بالعكس	بهروفاژ
اعتماد ثقة	باوهرى
اختلاس	دزيبين درافئ دهولتهئ
صلاحيات	دهستهلات
وصاية	راسپارده



## ژیدەر

### ژیدهرین انگلیزی

- 1- sociology alive. Stephen Moore ۲۰۰۱. □
- 2- sociological term and nations Dr.asim ismail Dr.sattam khalaf ۱۹۹۰. □
- 3- Organization culture. Pitman brown 1995 London □
- 4- Lucy Williams ،UK. Canterbury unviersity .2006 □
- 5- observer magazine 26\7\2002 □
- ۶- ماموستا نه ندریش ریخراوا دیاکونیا ۲۰۰۱.
- ۷- ماریانا سیدربلا، کورسین ریخراوا دیاکونیا سویدی، دهوک، ۲۰۰۰.

### ژیدهرین عربی

- ۱- معجم علم الاجتماع د. احسان محمد الحسن ۱۹۸۰.
- ۲- دلیل مفهوم القانون والفساد ناماده کرن ژلای ریخراوا هاریکارفه.
- ۳- کیف تقولها للمراهقين، ریتشارد هیمان، ۲۰۰۳ سعودیه لاپهره ۲۰.
- ۴- گوفارا الفرخ یا کویتی ژماره ۷۰ ل سال ۲۰۰۲.
- ۵- التخطيط الاجتماعي - د. عادل شکاره د. عبدالمنعم حسن ۱۹۹۲ لاپهره ۵۳.
- ۶- مقالات في مشكلات الشباب - عبدالسلام مدني - ۲۰۰۲، ۳.
- ۷- خوارق اللاشعور او اسرار الشخصية الناجحة / د. علي الوردی - ۱۹۹۶ لاپهره ۱۰۹.
- ۸- القضايا المعاصرة عند الرجل والمرأة - مهدي عبید - ۱۹۸۳ - لاپهره ۷۱.

- ٩- اسرار السعادة الزوجية وأسباب النجاح والفشل - محمد محمود عبدالله لاپه ره ٥٨.
- ١٠- افضل الصفات للسعادة الازواج والزوجات - عبدالرحمن بن علي ض ٢- ٢٠٠٦ لاپه ره ٤١.
- ١١- (١٠٠٠) طريقة للسعادة الزوجية- بثينة السيد العراقي ط ٢- ٢٠٠٢ لاپه ره ١٣.
- ١٢- من مفا ژ گوڤارا العلوم الاجتماعية كرية.
- ١٣- (حقوق الطفل) غسان خليل بيروت ٢٠٠٣.
- ١٤- رايالينا پوناماكى دهوك ريڤخراوا دياكونيا ٢٧/ ٣/ ٢٠٠١.
- ١٥- من مفا ژ سيدى جاسم المطوع ورطرية الاسرة في عام ٢٠٥٠.
- ١٦- سمر سويدار فهكوله را حفاكى ل قاهيره وهرگرتيه، بريكا كه نالى الجزيره پروگرامى (حديث الصباح)
- ١٧- انشطار المصطلح الاجتماعي د. معن خليل عمر جامعة بغداد ١٩٩٠.

## ژيڤه رين كوردى

- ١- هزر و ديتن د. عارف حيتو ٢٠٠٤ ژ وهشانين ئيكه تيا نقيسه رين كورد/دهوك.
- ٢- ئه نوار محمد، خوله كا دهروونى، ل سهنته رى دهوك يى چاره سه رى هاتيه گوتن ٢٠٠٠.
- ٣- محسن عبدالرحمن، فيان دمه كى ژاندار دا دهوك ٢٠٠٦ لاپه ره ٢٢.
- ٤- هنديك نه خوشى و گرفتى دهروونى و كومه لايه تى - كه ريم شه ريف قه ره چه تانى ١٩٩٩ لاپه ره ٨٠ هه و لير.
- ٥- حسن ابراهيم فاريبونا هه زان كورته چيروك.
- ٦- فرههنگا سپريز محمد امين دوسكى عربى كوردى ٢٠٠٨.

## كورتە ژيان...

- جبار عبدالرحمن قهار: (۱۹۷۰) ل گوندی تلاكرو هاتيه دونيايی و خواندنا خو یا سهرهتایی لگوندی بدوماهيك ئینایه. و یا نافنجی ل مهمی ئالان ب دوماهيك ئینایه ل سالا (۱۹۸۶). ل (۱۹۹۰) ل پشكا ویزهیی ل ئامادهیا شوعله خواندنا خو یا ئامادهیی بدوماهيك ئینایه.
- ۱۹۹۵ ل زانکویا (موصل) کولیژا ئاداب بهشی کومه لئاسی باوهرناما بکالوریوس وهرگرتیه. ههر قی سالی دهست ب کاری خوهر کریه ل چافدیریا جفاکی و نوکه بهپرسی پلان ویدیچوون ل ریقه بهریا چافدیریا کیم ئه ندامان .
- ۱۹۹۷ دهست ب نفیسنی کریه گهلهک روژنامه و گوفاارا بابه تین وی هه مبییز کرینه مینا گازی، گولان، نوبون، ئه قرو، نشتیمان چافدییر وار و متین و سولاف هتد..
- ل سالا ۱۹۹۸ فه کولینهک ئه نجام دایه ب هاریکاریا فه کولهرهرا جفاکی بییریخان فچل الدین ل سهر (اسباب تأخر الزواج فی مدینه دهوک).
- ل سالا ۲۰۰۰ پشکداری دگهل کومه کا فه کولهرهرا بو ئه نجام دانا فه کولینهکی ل سهر (العوامل التي تؤیر علی الغلاب والمعلمین) لژییر سهر په رشتیا ریكخراوا S.C.F یا بریتانی.
- ل سالا ۱۹۹۹-۲۰۰۱ فه کولینهک دگهل کومه کا فه کولهرهرا ل سهر (المشاكل السلوكیه والكفاوات لدى الايتام فی كوردستان العراق.. دراسه مقارنه) ل ژیر سهر په رشتیا د. عبد الباقي احمد، زانکویا ئوبسالا هاتیه ئه نجام دان.
- سالا ۱۹۹۹ ههتا ۲۰۰۱ باوهرنامه دوازی جفاکی ودهروونی دا ئینایه ل زانکویا ئومییا یا سویدی
- ل سالا ۲۰۰۲ - ۲۰۰۳ دگهل ریكخراوا (Un-Habitat) کار کریه وهك (Field monitor).

- ژ سال ۱۹۹۹ و ههتا ۲۰۰۶ ل (بهشی ساخلهمیا زاروکا) ل کولیژا پزیشکی ل دهوکی، کار کریه ئهفا هاتی فهگرن ب هاریکاریا زانکویا ئوپسالا یا سویدی.
- ل سال ۲۰۰۴ دگهل سهرژمیرا گشتی یا سنتهری ئهنفال کریه.
- ۲۰۰۶ باورنامه د کارگرن د بیافی جفاکی دا ل زانکویا کانتربری ل بریتانیا بدهست فه ئینایه
- ۲۰۰۷ بهرپرسی لاپهری گهنجان ل روژناما ئهفرو کار کریه
- ۲۰۰۷ فهکولیهنهک لسهر ژیارا گهنجان ل باژیروی دهوکی ئهجمادیه دگهل فهکولهرا دهرونی فیان مجید
- ۲۰۰۷-۲۰۱۰ وهک وانه بیژ دگهل ریخراوا AGERF دا کار کریه
- سال ۲۰۰۹-۲۰۱۰ باورنامهکا دی دوازی جفاکیدا ل زانکویا ئهرست سکوندا ل یا سویدی بدهست فه ئینایه
- بهشدار دگلهک سمینار وکونفراس خولاندا کریه. ل گهلهک کهنالین راگههاندی (رادیو - تلفزیون) میقان کریه.
- ژ بهرههمین چاپگری هیلینا زیرین - ۲۰۰۴
- خیزان و جفاک- ۲۰۰۶

وهشانين وهزارهاتا رهوشه نبيري و لاوان  
ريشه بهريا گشتي يا روژنامه فاني و چاپ و بهلافكرني  
ريشه بهريا چاپ و بهلافكرني - دهوك

ز	نافي پهتوكي	نفيسه	نرخ	ژمارا لاپهران	سال
۱-	بايولوژيا گهردي و خانهي	وهرگيران ژينگليزي: ديان جميل	۵۰۰۰	۱۷۰	۲۰۱۱
۲-	مايكروبايولوژي	وهرگيران ژينگليزي: ديان جميل	۵۰۰۰	۴۰۰	۲۰۱۱
۳-	رومان خوديكا ژيانيه - ج ۱	د. عارف حيتو	۵۰۰۰	۲۰۸	۲۰۱۱
۴-	شورشين جهماوهري تهروب	د. فاضل عمر	۴۰۰۰	۱۰۵	۲۰۱۱
۵-	روژني دهفي دئافاكرنا درامايا كورديدا	شفان قاسم	۵۰۰۰	۲۴۳	۲۰۱۱
۶-	تطور الاعلام الكوردي (۱۹۹۱-۲۰۰۳)	حسين صديق عقراوي	۵۰۰۰	۲۹۳	۲۰۱۱
۷-	الرواية التاريخية (دراسة في الادب الروائي محمد سليم سواري نموذجاً)	د. جمال خضير الجنابي	۵۰۰۰	۲۲۶	۲۰۱۱
۸-	تافكه ليكهريان ل روژناهيا پرا جينوتني	ته حسين نافشكي	۵۰۰۰	۱۵۲	۲۰۱۱
۹-	هن ثالين جفاكي كوردي دكولتوري گهليري دا	نزار محمد سعيد	۴۰۰۰	۱۴۳	۲۰۱۱
۱۰-	هيتري ماتيس (۱۸۶۹ - ۱۹۵۴)	فههمي بالابي	۴۰۰۰	۸۵	۲۰۱۱
۱۱-	شونوارين دهفهره دهوكي	عزت فندی	۵۰۰۰	۲۴۷	۲۰۱۱
۱۲-	ستراين عمههري عهفدي ژ كانيا جرافتي	هزرغان عبد الله	۴۰۰۰	۴۴۵	۲۰۱۱
۱۳-	فن و عمارة الكورد	رنا فتحي الأومري	۵۰۰۰	۳۱۶	۲۰۱۱
۱۴-	فهرهنگا زماني پهرتيا / كوردي - پهرتي	فاضل عمر	۴۰۰۰	۲۷۲	۲۰۱۱
۱۵-	بزافا شانووي (ل تاكري - ناميدي - زاخو / شانووا قورتاخانهيان ل دهوكي (۱۹۷۰ - ۱۹۹۰)	رفعت رجب جهمال	۴۰۰۰	۲۵۲	۲۰۱۱
۱۶-	Gotinên li ber mirinê	ديا جوان	۲۰۰۰	۴۰	۲۰۱۲

٢٠١٢	١٧٠	٥٠٠٠	موسە دەق تۆفی	سالین پەنابەری ژ ژیاننا نیسحان نوری پاشا	- ١٧
٢٠١٢	٢١٢	٤٠٠٠	یوسف صبری	ئالایی کوردستانی - فە کولینە ک دیروکی ل سەر ئالا د میژووا کوردستانی	- ١٨
٢٠١٢	٢٠٤	٣٠٠٠	دیا جوان	جارە ک ژ جارا (کورتو) چیرۆکین فلوکلوری	- ١٩
٢٠١٢	١٩٢	٤٠٠٠	شورشقان عادل احمد	زمانفانیا تیکستی	- ٢٠
٢٠١٢	١١٢	٤٠٠٠	دلبرین عبدالله علی	جودا کرنا کاری لیکدای ژ کاری خودان تەواو کەر و بەر کار	- ٢١
٢٠١٢	٢٥٨	٤٠٠٠	ارشد حیتو	داداییزم دەۆزانا نوینجوازا کوردیدا (١٩٨٥ - ٢٠٠٣)	- ٢٢
٢٠١٢	١٥٢	٣٠٠٠	ن. کۆبۆ ئایی و. شالیکی ئایی بیکیس	نیچرا کۆلان (شائۆیا ب هەفت وینەیان)	- ٢٣
٢٠١٢	١٤٨	٣٠٠٠	دیا جوان	ژ بو تە (هەلبەست)	- ٢٤
٢٠١٢	٢٥٥	٤٠٠٠	ر.ف. جاردین ت. کریم فندی	اللغة الكردية في منطقة بهدينان	- ٢٥
٢٠١٢	١٨٠	٤٠٠٠	هە کار عبد الکریم فندی	تیکه هە کئی یاسایی بو رۆژنامە فانیی	- ٢٦
٢٠١٢	١٨٦	٤٠٠٠	جمیل محمد مصطفی	دهوك في اواسط القرن الماضي	- ٢٧
٢٠١٢	١٣٢	٤٠٠٠	د. عبدالرحمن مزوری	بەهائی - شیخ تاها عبدالرحمن مایی - ژیان وی بەر هەمی وی	- ٢٨
٢٠١٢	٢٣٤	٤٠٠٠	ئارام یوسف ابراهیم	بنه مایین درامایی د چل حیکایه تین مه لا مه جودی بازیدیدا	- ٢٩
٢٠١٢	٣٦٠	٤٠٠٠	فرست طیب عبدالله برواری	میژوویا ئیکه تیا قوتابین کوردستانی دنا فیه را ئادارا ١٩٧٠ - نیسانا ١٩٩١ ی	- ٣٠
٢٠١٢	٢٠٠	٢٠٠٠	جۆن ئایکەن - و. هزرخان	دی چەوا ژ بو زارۆکان نقیسی	- ٣١
٢٠١٢	١٩٠	٣٠٠٠	حاجی رەمەزان ئەمین بیسی	جە گەر، چەند شیرە تین دەرونی ژ بو چەوانیا پەرۆدە کرنا زارۆکان	- ٣٢
٢٠١٢	١٤٢	٣٠٠٠	رمزی ئاکری	بابە تین سینە مایی و فوتوگرافی	- ٣٣



٢٠١٢	١٢٠	٢٠٠٠	صبريه صالح حسن	خيزانا بهخته وهر (ههژماره كا بابه تين جفا كينه بين گريدايي ب خيزان و جفاكي)	٣٤-
٢٠١٢	٥٧٢	٤٠٠٠	ورگيران ژ عه ره بي: داود مراد خديده	جون س گيست، ژيان ل ناؤه كوردان دا (ميژوويا ئيزديان)	٣٥-
٢٠١٢	٧٤	٢٠٠٠	ئيدگهر ئالان پۆي/و. كافين نه جيب	سه ره تين شيلو و ئاشوويي (ترجه)	٣٦-
٢٠١٢	٢١٦	٣٠٠٠	صديق حجي ولي	جون كونا گيره كين زماني كوردی	٣٧-
٢٠١٢	٤٣٦	٤٠٠٠	حسين سهديق	پهيوه ندي و گه هاندن د راگه هاندني دا	٣٨-
٢٠١٢	١٢٨	٣٠٠٠	باقی نازی	سته كهولي ته چ ديتيه بيژه؟	٣٩-
٢٠١٢	٣٨٨	٤٠٠٠	رجب جميل حبيب	ئاميدي (العمادية) ١٩٢١- ١٩٧٥ دراسة في التاريخ السياسي	٤٠-
٢٠١٢	٢٨٦	٤٠٠٠	عبد الكريم يحيى الزبياري	القصة الكردية القصيرة (قراءة مقارنة)	٤١-
٢٠١٢	٢٦٠	٤٠٠٠	و. ماجد محمد ويسی	زهنگيني هيزا	٤٢-
٢٠١٢	١٤٠	٣٠٠٠	مسعود ياسين چهلكی	زانسي جوانكاراي دهوزانا كورديدا (مهلاي جزيري - خاني وهك نمونه)	٤٣-
٢٠١٢	٤٠٠	٥٠٠٠	فاخر حدسن گولي	سهمكزي شكاك - ريپهري تدفيگه را رزگار بخوازا گهلي كورد	٤٤-
٢٠١٢	٤١٦	٤٠٠٠	ريزان شقان ئيسف	هيو مانيزم د هوزانا نو يا كوردی دا	٤٥-
٢٠١٢	٣٨٨	٥٠٠٠	جاسم عبد شلال	علماء قدموا الى الموصل من الکرد ومن كوردستان	٤٦-
٢٠١٢	٣١٦	٦٠٠٠	محمد صالح طيب- ريپهري جعفر	ميژوويا كوردستاني يا كهفن (كوژتیهك ل ميژوويا سياسي)	٤٧-
٢٠١٢	١٩٤	٣٠٠٠	مسعود خالد گولي	گهنجينه	٤٨-
٢٠١٢	٢٢٠	٤٠٠٠	باقی نازی	فرهنگا تيرمين ويزه يي	٤٩-
٢٠١٢	٢٤٤	٤٠٠٠	عبدالجبار عبدالرحمن	نه تين ديارده و ره فتارين جفاكي	٥٠-

وهشانين پروژين هه فېشك و هاريكاري بين  
 رېښه بهر يا گشتي يا راگه هاندني و چاپ و به لافكرني  
 رېښه بهر يا چاپ و به لافكرني - دهوك

ز	لايدن	نقيسه	نافي بهر نوکي	سال
١.	کوربه ندا سهردهم يا قوتابيان	به لافوکا سالانه	زمانی دا يکی	٢٠١٢
٢.	ئیکه تيا نقيسه رين کورد/دهوک	نه مين عه بدولقادر	تيور و ته کنيکين شرفه کرنا رومانی (تيور، گوشي نيروني، مونتاج، ديالوگ)	٢٠١٢
٣.	ئیکه تيا نقيسه رين کورد/دهوک	يونس احمد	رائحة الورد (قصص قصيرة)	٢٠١٢
٤.	ئیکه تيا نقيسه رين کورد/دهوک	حسب الله يحيى	الكتابه باحبر ال بيچ	٢٠١٢
٥.	ئیکه تيا نقيسه رين کورد/دهوک	ئدریس علی دیرگزنيکی	ئهو ستيرا ته فايی (ههلبهست)	٢٠١٢
٦.	ئیکه تيا نقيسه رين کورد/دهوک	محمد د علي ياسين	هه فوه غه ری باي	٢٠١٢
٧.	ئیکه تيا نقيسه رين کورد/دهوک	دهم هات ديره کی	Hest diaxivin (ههلبهست)	٢٠١٢
٨.	ئیکه تيا نقيسه رين کورد/دهوک	سهلمان شيخ مدهی	د عدشقا ته دا (هوزان)	٢٠١٢
٩.	ئیکه تيا نقيسه رين کورد/دهوک	فهیل محسن	دی رویاره کی که مه کلیل ژ بو فی ده رگه هی بی وهلات	٢٠١٢
١٠.	ئیکه تيا نقيسه رين کورد/دهوک	خالد حسين	رۆزه کی هو گۆت	٢٠١٢
١١.	کومه لا ههلبهستقائين گهنج	کومه لا ههلبهستقائين گهنج	داستانه کا ههلبه سارتي	٢٠١٢
١٢.	ريکخراوا سيما	پروفيسور د. ساير عه بدوللا زيباري	سيما ٢	٢٠١٢