

نامۆزگاری له دلّهوه

بو ئهوانه‌ی ره‌خنه له کهسانی تر ده گرن



نووسینی: ده‌لای لاما

وه‌رگێرانی: مه‌هاباد قه‌رده‌اغی

ئه‌گه‌ر که‌سیک ره‌خنه‌م لێ‌بگریت، هه‌تا ئه‌گه‌ر سوکایه‌تیشم پێ بکات، من له لای خۆمه‌وه وای داده‌نیم له ژێر بارودۆخیکدا روو ده‌دات و ئه‌وه‌که‌سه ئه‌مه به نیازی خراپه‌وه ناکات.

ئه‌گه‌ر بینیمان که‌سیک هه‌له‌یه‌ک ده‌کات، له‌گه‌ڵ ئه‌وه‌شدا پێی ده‌لێیت که ئه‌مه وایه، بێ مانایه و که‌مترین یارمه‌تی نادات. به‌لام ئه‌گه‌ر پێی بلێین ئه‌وه‌ی ئه‌و ده‌یکات ئه‌وه‌نده شیتانه نییه، به‌لام له پاشمله‌ی قسه‌ی پێ بلێین، ئه‌مه‌ش به هیچ شیوه‌یه‌ک باش نییه. پێویسته به‌و که‌سه ئه‌وه بلێین که به ته‌واوی هه‌ستی پێ ده‌که‌ین. پێویسته ئه‌وه روون بکه‌ینه‌وه که پێویسته روون بکریته‌وه. ده‌بێ ئه‌وه‌ی باشه له‌وه‌ی خراپه جوودای بکه‌ینه‌وه. ئه‌گه‌ر گومان ده‌که‌ین پێویسته له‌سه‌ر ئه‌وه بدوین. ئه‌گه‌ر هه‌ست ده‌که‌ین وشه‌کانمان زهر ده‌نوین، ده‌بێ به هه‌ر شیوه‌یه‌ک بێت ده‌ریان بپه‌ڕین. به‌م شیوه‌یه ئیمه روونی و گه‌رانه‌وه و گه‌فتوگۆی کراوه ده‌به‌ینه‌وه.

جاریکیان که‌سیک پێی گووتم: "به پێی ماو زیدۆنگ پێویسته مرۆف بویرێ بێر بکاته‌وه، بویرێ بیلێت و بویرێ ره‌فتاری پێ بکات." ئه‌مه راسته، ئیمه پێویسته بێر بکه‌ینه‌وه بو ئه‌وه‌ی بتوانین کار بکه‌ین و بو خۆمان خه‌ریک بین به شته‌کانه‌وه. ئه‌وه‌ش هه‌ر وایه که پێویسته ئازایه‌تی ئه‌وه‌مان هه‌بێت ئه‌وه‌ی که بێرمان لێ‌کردۆته‌وه بیلێین، ئه‌وه‌شی که گووتوو‌مانه ئه‌نجامی ده‌ین. ئه‌گه‌ر هیچ ئه‌نجام نه‌ده‌ین، پێشکه‌وتن روو نادات و هیچ هه‌له‌یه‌ک راست ناکریته‌وه. به‌لام ئه‌وه‌ش پێویسته مرۆف په‌رسیار له خۆی بکات، ئه‌وه‌ی بیری لێ‌ده‌کاته‌وه و ده‌یلێ و ده‌یکات، هیچ سوودیکی هه‌یه. ئه‌گه‌ر ئیمه به باشتترین نیازی ئه‌م جیهانه‌شه‌وه شتیک بلێین که که‌سیکی تر بریندار بکات، به بێ ئه‌وه‌ی هیچ سوودیکی پێ بگه‌یه‌نیت، ئایا ئه‌مه مانای وایه ئیمه که‌سیکی ته‌واو راسته‌وخوین! ره‌نگه ئه‌و که‌سه پێویستی به‌وه هه‌بووبێت گوێی له درۆیه‌کی سپی بێت!

له بودیزمی هینایانا، هه‌وت ره‌فتاری زمانی و جه‌سته‌یی نیگه‌تیف قه‌ده‌غه‌ن: مرۆفکوشتن، دزی، ئازاردان، درۆ، پێشداوه‌ری، وشه‌ی تووره و قسه‌ی پێچاوپێچ.

له بودیزمی ما‌ه‌ایانا، کوشتن ریگه‌پێدراوه و ته‌واو به پێویست ده‌زانریت له پێناوی گه‌شه‌ی ئه‌وانی تر و به بێباکی ئه‌نجام ده‌دریت.

هەرچۆنیک بئیت، من پیم وایه مرۆف به گشتی پېویسته راستی بئیت. تهنانهت ئهگهر ئهوهی که دهیلئیت ههست دهکریت توونده، بهلام پېویسته خو بپاریزین له رهخنهیهک که تیایدا سوکایهتی دهکریت به ههر کهسیک بئیت و بهههرجی شیوهیهک بئیت، ئهگهر ئهمه به نیازی باشهوه نهکهین و له تیروانینیکی نیگهتیقهوه سهرچاوهی گرتبئیت بو بینینی شتهکان، دهنه وشهکانی ئیمه دهبئته هوکاری ئازاریکی خورایی بو ئهوانهی که قسهیان لهگهڵ دهکهین. جگهلهوهش که خیرا کهشهکه وا لیدهکات که تهحهمول نهکریت و خوشمان لهناویدا ههست به ناخۆشی دهکهین.

...

تیبینی: له کتیبی "نامۆزگاری له دلهوه- پینومایی بو مرۆفی مۆدیرن" ی دهلای لاما وهرگیراوه که له لایهن هانس هوینگهت به سویدی کراوه و ئهم وهرگیرانه له سویدییهوهیه بو کوردی.