

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 بپهرین. 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 پرسیار 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.

