ژنێکی کورد باس لە دایکایەتی خۆی دەکات!

شیلان دلژێن، ژنێکی کوردەو لە وڵاتــی ســوید دا دەژی، وەک ڕۆژنامەوان کار دەکات، ئەو خۆی وەک مرۆڤ، ژن، دایک، کورد، پڕ مەراق، ڕۆژنامەوان، خەیاڵپەرست، چالاکڤان دەناسێنێ، لەوانەیە یەکەمین ژنی کورد بێت کە بەسەرهاتی لەدایک بوونی یەکەمین منداڵی خۆی بنووسێتەوەو ماڵپەڕێکی تایبەتی بۆ دروست بکات.

شیلان ڕۆژانە سەبارەت بە خۆی و منداڵەکەی ئەم بابەتەی ڕەوانە کردووە،

شیلان دەنووسێ:'من تەمەنم سی ساڵەو لە وڵاتی سوید لەگەڵ هاوسەرەکەم دەژیم کە ناوی میکایلە، کچێکمان هەیە بە ناوی **ژیندا**. بە بڕوای من ژیان بەبێ منداڵ نابێ. من لێرەدا باسی دەلالەکەی خۆم، ورچۆکەی خۆم، ژیندا دەکەم کە چۆن ڕەنگ بە ژیانمان دەدات'.

من لەو باوەڕەدام کە ئەمە یەکەمین جارە کە دایکێکی کورد (گەنج) سەرگوزشتەی لەدایکبوونی منداڵەکەی خۆی بە کوردی بنووسێتەوە و بیخاتە بەردەستی خوێنەران. من هیوادارم کە ئێوەش حەز لە وێب بلۆگی من بکەن کە تایبەت بە منداڵەکەم دروستم کردووە. هیوادارم کە دایکانی کورد (گەنجەکان) سوود لە ماڵپەڕەکەم وەربگرن.

لە کۆتایی مانگی هەشتی ساڵی ڕابردوو (2008) ورچۆکەی ئێمە، دەلالی ئێمە، ژیندا هاتە دنیا. بێگومان بۆ ئێمە شیرین وەک شەکر بوو. ئیدی ڕوگەی ژیانمان گۆڕا. من هەوڵ دەدەم هەنگاو بەهەنگاو ئەو گۆڕانە بنووسمەوە.

بەرلەوەی ژیندا لەدایک ببێ، هەڤاڵ و ناسیاوانی ئێمە هەوڵیاندا بەسەرمان بکەنەوە، هەندێک لەوان لە جیاتی ئەوەی کە دڵگەرممان بکەن و نەفرەت لەو کاتانە بکەن کە ئێمە بەبێ منداڵ بەڕێمان کردبوو، کەچی دەیانگوت هەر کات منداڵ هاتە ژیانەوە ئیدی ژیان کۆتا دەبێ و تامی نامێنێ، بەڵام من گوێم بەو قسانە نەدەدا، بەڵکو کە سەیری زگی خۆم دەکرد، خۆشحاڵ دەبووم، سەبارەت بە ورچۆکەی خۆم گەلێک خەیالی گەورەم دروست دەکرد.

دوو هەفتە بەر لە هاتنە دنیای ژیندا، ترسم لەلا پەیدا بوو، گەلۆ قسەی ئەو هەڤاڵانە ڕاست دەردەچن؟! ڕاستیەکەی ژیانی من بەرەو شێوەیەکی خراپ گۆڕا، چونکە تا ئەوکاتە من وا بیرم نەکردبۆوە ، بەڵام ئیتر هەستم کرد کە مرۆڤێکی دیکە لەنێو جەستەی مندایە و لەپێش هەر شتێک دایە، ئیتر منیش لەخۆم پرسی: ئایا من بۆ ئەمە ئامادەمە؟!

کاتێک ژیندا هاتە دنیا هیچ یەک لەو ترسانەی کە بیرم لێدەکردنەوە، وانەبوو، هەرچەندە کە گەلێک جاران بەهۆی ئەوەوە خواردنم لێ تێک چووە. من نەمدەزانی کە ئاشتکردنەوەی منداڵ ئاسان نیە. من لە سی ساڵی خۆمدا هەستم بە شەست ساڵی دەکرد.

بە کورتی و کرمانجی دەڵێم کە لەو ڕۆژانەی دوایی هاوین، ژیانی من زۆر گۆڕا، تا ئەوکاتە نەمدەزانیٰ کە مرۆڤ دەتوانێ تا ئەو ئەندازەیە یەکێکی خۆش بوێ! خۆشەویستی من بۆ ئەو هەرگیز کۆتا نەبوو، بەڵام ئێستا بەباشی لەوە تێگەیشتووم. پێکەنینی ژیندا زۆربەی جاران بۆ من بەسە و هەموو شتێکە. ئەو هێزو توانا بە جەستەی من دەدات. کاتێک ئەو لەتەنیشت منەوە درێژ دەبێ و حەیران حەیران سەیری من دەکات و پێدەکەنێ، من هەموو گرفت و بارە گرانەکانی خۆم لەبیر دەکەم.

هەرچەندە کە منداڵبوون شتێکی زۆر دڵخۆشکەرە، بەڵام هەندێک شتی خراپیش هەیە، بەتایبەتی لە سەرەتادا، چونکە مرۆڤ هەست بە ماندووبوون دەکات، هۆرمۆنی مرۆڤ دەردەبن و وەک ئەوەی کە جەستەی مرۆڤ شکا بێ. من بۆخۆم لەو ژیانە دابووم، من هەندێک جار بەو شێوەیەبووم، بەڵام کچی پورم کەوەک خوشکم وایە، لەگۆڤارێکدا چەند تێبینی بۆ دایکان بینی بوو، کە ئەمانەن:

1- ئەگەر خەمگینی، هەستەکانی خۆت لەگەڵ هەڤاڵ و هاوسەرەکەت باس بکە، دەبێ بۆ خۆتان کێشەو گرفتەکانتان چارەسەر بکەن.

2- نەخشەو پلانی گەورە دامەڕێژە، نەخشەی ڕۆژانە دابنێ.

3- مەترسە، بۆ نموونە ئەگەر ماڵەکەت پاک نەبوو، مەیکە بە گرفتێکی گەورە، چونکە لەگەڵ منداڵەکەت لە پاکی گرنگترە.

4- داوای هاوکاری لە دەوروبەرەکەت بکە، بۆ نموونە بەڵکو هەڤاڵ یان خزمێکت بتوانن بێن و لەکاری ڕۆژانەدا (ماڵ پاک کردنەوەو جل شووشتندا) هاوکاریت بکەن.

5- ئەو هەفتانەی کە خۆت ئارەزووت لێ نیە، سەردانی کەس مەکەو هەوڵ بدە میوانیشت نەیەن.

6- ئەگەر میوانی ناوەخت و لە ناکاویش هات، ئەگەر کارت هەبوو، شەرم مەکە و داوایان لێ بکە خۆیان خواردن دروست بکەن.

من ئەو ڕێنوێنیانەم وەرگرتووە، بەڵام زەحمەتە هەردوو خاڵی دوایی، واتە خاڵی 5 و 6 دەکار بکەم، من چۆن دەتوانم بە هەڤاڵ و خزمەکانی خۆم بڵێم کە ئەو هەفتەیە سەردانم مەکەن و مەیەنە ماڵەکەم! یان چۆن دەتوانم پێیان بڵێم خۆتان خواردن ئامادە بکەن!

لە ژیانمدا شتی هەرە گرنگ یەکسانیە، کاتێک ژیندامان نەبوو، من دەمگوت دەبێ من و هاوسەرەکەم وەکهەڤ بژین، بەڵام ئێستا بۆم ئاشکرابووە کە گەلەک جاران خۆم وەک قوربانی سیستەمێکی پاتریارکی دەبینم و نەفرەتی لێدەکەم.

زۆر جاران خۆم وەک ژنێکی خورت دەبینم، بەڵام لەنێو ماڵدا هەندێک جار وانیە، بەهۆی ئەوەی کە من بەرپرسیاریێتی ماڵم لە ئەستۆدایە، بوومەتە بەڕێوەبەری پرۆژەی ماڵەکەمان، لەکاتێکدا کە بۆ کارێکی ئاوەها خەڵک هەزارن کرۆن مووچە وەردەگرن!

بۆ نموونە، هەندێک جار من و هاوسەرەکەم نازانین کە پێداویستی ژیندا ماوە یان نا؟، یان کەنگێ دوایین جار شیری خواردووە؟! من دەزانم کەی دوایین جار فڕنەکەمان پاک کردۆتەوە، من لەدایک بوونی خێزانەکەمان و هەڤاڵەکانم لەبیرە، هەروەها ئەوانەی هەڤاڵی میکێ (هاوسەرەکەشم) لەبیرە، ئەم لیستە دەتوانێ زۆر دێژ بێ، بەڵام گەلۆ ئەمە بۆ وایە؟!

هەڵبەت هەوڵدان بۆ فێرکردنی زمان کارێکی ئاسان نیە، بەڵام دەبێ دایک و باوک هەوڵ بدەن منداڵەکەیان فێری زمانی خۆیان بکەن، بۆ نموونە من لەگەڵ **ژیندا** بە کوردی قسە دەکەم و باوکیشی بە سویدی. بۆ من ئەمەیان زۆر گرنگ و ئاواتە، بەڵام بۆ هەندێک کەس وانیە، بەتایبەتیش بۆ ئەو مرۆڤانەی کە لەنێو کۆمەڵی دوو زمانی دا گەورە نەبوونە، لەوانەیە پێیانوابێ کە هەوڵدان بۆ فێربوونی دوو زمان یان زیاتر سەری منداڵەکەیان دەئێشێ و لێی تێکەڵ دەبێ، بەڵام لێکۆڵینەوەکان تەواو پێچەوانە پێشان دەدەن.

ڕاستیەکەی ئێمەی کورد، لانی کەم دوو زمان دەزانین، کوردانی دەرەوەی وڵات زۆرجاران چەندین زمان دەزانن، چونکە ئێمەی کورد، کوردی هەروەها تورکی، عەرەبی و فارسی دەزانین، کە دەچینە ئەوڕوپا زمانی ئەو وڵاتەش فێر دەبین. من بۆ خۆم وام، کوردی، تورکی و سویدی دەزانم، هەروەها ئینگلیزی و ئیسپانیش دەزانم، چونکە لەو وڵاتانەدا ژیاوم.

ژیندای ئێمەش دەبێتە پڕ زمانی، واتە چەند زمانێک فێر دەبێ، ئەمەش دەوڵەمەندییە. ڕاستیەکەی ئەو لێکۆڵینەوانەی کە ئەنجام دراون، هیچ کاتێک پڕ زمانی، واتە زۆر زمان زانین بە کێشە نابینن، من نیازم وایە کە ژیندا چوو بۆ فێرگە دەبێ بەشداری لە پەروەردەی کوردیدا بکات، واتە زمانی کوردیش بخوێنێ، چونکە لە سوید ئەو دەرفەتە ڕەخساوە، بە هەزاران منداڵی کورد بەشداری لە پەروەردەی کوردیدا دەکەن.

لاوان و ئایدز، ڕۆژهەڵاتی کوردستان وەک نموونە

ئایدز هەم وەک وشەو هەم وەک نەخۆشی، ئەمرۆکە بووەتە مۆتەکەیەک و ناوێکی ناسراو کە وردە وردە کۆمەڵگە بەرەو هەڵدێری نەمان وفەوتان دەبات. ئایدز وەک بەڵایەکیماڵوێرانکەر وایە کە هەمو زانستە بەشەرییەکانی ئەم سەردەمە نەیانتوانیەوە چارەسەری بکەن، بەڵام بەرگرتن بە ئایدز لە دەستی هەر تاکێکدایەو مرۆڤ دەتوانێ خۆی لە توشبوون بەو نەخۆشینە بپارێزێ.

ئەم نەخۆشیە تایبەت بە وڵاتێک و ناوچەیەکی دیاری کراونیە کە دانیشتوانی ئەوشوێنە تەنیا لەبەردەم مەترسیدابن، ئایدز لە هەمو شوێنێکی ئەم دنیا پان وبەرینەدا تەشەنەی کردوە و گیرۆدەبوونیش لەهەمو دونیادا هەیە، تەنیا جیاوازی لەوەدایە لەهەندێک ناوچە کەمتر و لەهەندێک وڵات زۆرتر بینراوە، هەندێک لە وڵاتەکان بەرنامەی زانستییانەیان بۆ دارشتوەو خەمی گیرۆدەبوان دەخۆن و هەوڵی بەرگرتنیان داوە بۆیە لە وڵاتەکەیاندا ڕێژەی گیرۆدەبوان بەو ڤایروسە کەمە یان زۆر بە شێنەیی زیاد دەکات یان بەربەست کراوە، بەڵام لەهەندێک وڵاتی تر لەوانە لە ئێرانی ژێر دەسەڵاتی کۆماری ئیسلامیدا بە تایبەتی کە ژیان و گیان و مافی مرۆڤ لای بەڕێوەبرانی وەک پووش وایە هەر دەم ڕوو لە زیاد بوونەو ڕۆژانە جیاواز لەوەی قوربانی دەخاتەوە بەڵکو گیرۆدە بوانیشی زیاد دەبن.

کەم بایەخ بوونی ژیانی مرۆڤەکان لای بەڕێوەبرانی ڕژیم، بایەخ نەدان بە ئەرزشە ئینسانیەکان و گوێنەدان بە خواستی لاوان کەشو هەوایەکی لە ئێران و کوردستانەکەیدا خولقاندوە کە لاوان بە جیاتی گەشەکردن، گیرۆدەی نەخۆشی ئایدز وبەلا ماڵوێرانکەرەکانی تر دەبن، ئەمرۆکە ئایدز بوەتە گرفتێکی کۆمەڵایەتی ولەئاستی تاکێکی گیرۆدەدا تێپەڕی کردوە بۆیە دەبێت بەردەوام ئەم بابەتە لەبەر باس و لێکۆڵینەوەدابێت و توێژینەوەی لەسەر بکرێت. ئایدز لە هەر توێژێک زیاتر سەرو کەلەی لەگەل توێژی لاودا هەیە کورد وتەنی لاو **هەرزە کارە** و لەڕێگەی لاوانەوە هەم پەرە دەسێنێت و هەم دەکرێت بەربەست بکرێت.

بۆ بەرگرتن بە پەرەسەندنی ئەو نەخۆشینە ڕێگە چارەیەکی گونجاو ئەوەیە کە دەوڵەت، لاوان لەناوەندی سەرنجی خۆیدا دابنێت. بۆ بەرگرتن بە گیرۆدە بوون و پەرەسەندنی ئایدز کۆمەڵێک پرسیار دێتە ئاراوە. ئایا لاوان زانیاری پێویست بۆ پاراستنی خۆیان لە بەرانبەر مەترسی گیرۆدەبوون بە ڤایروسی HIV بە دەست دێنن؟ ئایا منداڵان و کۆرپە ساواکان لە بەرانبەر ئەو نەخۆشیەدا پارێزراون؟ ئایا ئەو منداڵانەیش کە بەهۆی ئەو نەخۆشیەوە هەتیو کەوتون لە ناوەندگەلی پڕ لە خۆشەویستی وموحیبەت دا گەورە دەبن؟

ئەوانەو کۆمەڵێک پرسیاریتر، پرسیار گەلێکن کە دەبێت کار بەدەستان وڵام دەرەوەی بن. دیارە ئەرکی هەر مرۆڤێکی دڵسۆزی ئینساندۆستە کە هەوڵی خۆی بخاتە گەڕ بۆ ئەوەی جیلێکی تر ژیانیان بە هۆی گیرۆدە بوون بەو دیاردە ماڵوێرانکەرەوە نابوود نەبێت.

لاوان لە پێوەندی بە نەخۆشی ئایداز دو تایبەتمەندی زۆر گرینگیان هەیە، **یەکەم** ئەوەیە کە ئەم توێژە زیاتر لەهەر توێژێک لەبەر دەم مەترسی گیرۆدەبوون بەو نەخۆشیەدان، **دووهەم** توێژی لاو باشترین توێژە بۆ بەر بەرەکانێ لەگەل ئەو نەخۆشیەدا.

بە پێی ئەو ئامارانەی کە بڵاو کراونەتەوە نزیک بە 11 ملیۆن مرۆڤ لە جیهان دابە ئایدز گیرۆدە بون، لەو ڕێژەیە 8 ملیۆن نەفەری لە توێژی لاوی 15 تا 24 ساڵانن، بەراورد کراوە کە ڕۆژانە نزیک بە 6000 گەنج بەو نەخۆشیە گیرۆدە دەبن، ئەمە لە کاتێکدا یە کە ڕەنگە ڕێژە کە لەوە زۆر زیاتر بێت، بەڵام گیرۆدەبوان هێشتا بە خۆیان نە زانیوە یان پێیان نە زاندراوە، لاوانی ئەم سەردەمە بونەتە میراتگری نەخۆشییێکی فەوتێنەر کە ئەو نەخۆشیە دەتوانێت، نە تەنیا تاکی لاو بەڵکو دایک وباب و خوشکو براو دۆست و ئازیزانیان گیرۆدە بکات و ژیانیان بەرەو فەوتان ببات.

سەرەڕای ئەوەی کە زیاتر لە دو دەیەیە ئەم نەخۆشیە سەری هەڵداوە، هێشتا بەشێکی زۆر لەلاوانی کۆمەڵگەکەمان شارەزایی و زانیاری ئەوتۆیان لە سەر پێوەندیە جنسیەکان و شێوازی گیرۆدەبون لەو ڕێگەیەوە نیەو سەرچاوەیەکی بارهێنان لەو پێوەندیەدا لەبەر دەستیاندا نیە، گەرچی زۆربەی لاوان ناوی ئایدزیان بیستوە، بەڵام بەشی هەرە زۆریان نازانن کە ئەم نەخۆشیە چۆنییە و لە چ ڕێگە گەلێکەوە پەرە دەستێنێت، نەبوونی کەرەسەی تایبەت و پێویست بۆ بەرگری لەبەر دەستیاندا و نەبوونی زانیاری بەکەڵک و هەروەها نەبوونی پشتگرییێک بونەتە هۆگارگەلێک کەلاوی کۆمەڵگەی ئێمە زۆرتر لەمەترسی گیرۆدە بووندابن.

لەو ڕێگەیانەی کە مرۆڤ گیرۆدەی ڤایروسی HIV/AIDS دەکات، دەکرێت بە چەند نموونە وەک پێوەندی سێکس، وەشاندنی دەرزی، کەڵک وەرگرتن لە خوێنی گیرۆدەبو، ئاماژە بکرێت.

بە داخەوە هەر سێ فاکتەرەکە کاریگەری زۆریان هەیە بۆ پەرەسەندنی ئەو نەخۆشیەو گیرۆدەکردنی لاوان، لاوێک کە بە هەر هۆیەک نەیتوانیوە حەزو ئاواتە جنسیەکانی دابمرکێنێتەوە یان ژیانی هاوبەش پێکبێنێت، دەست دەکات بە کڕین وفرۆشتنی لەشی یان پێوەندی جنسی بە بێ پارە، کە بۆ پێوەندیە سێکسەکانیشیان هیچ ئامرازێکی بەکەڵک لەبەر دەستیاندا نیەو ئەمە ڕێگەیەکە کە لاوان زۆر زوو گیرۆدە دەکات لەبەر ئەوەی زۆر جاران لەهەوڵی دابین کردنی خواستە جنسیەکەیدایە نەک پاراستنی تەندروستی، لەم کاتەدا لاو بۆی گرینگ نیە لەگەل کێ سێکسی دەبێت یان شارەزایی لە سەر نەخۆشیەکە نیە و ڕەنگە زانیاریشی بۆ بەرگری لە گیرۆدەبوون کەم یان هەر نەی بێت، کە ئاکامی ئەو جۆرە سێکسانە دەتوانێت لاوێکی گیرۆدە بوو بە نەخۆشی ئایدز پێکبێنێت. لە لایەکی تریشەوە لاوان بە هەر هۆیەک، ژمارەیەکی زۆریان بە مادە سڕکەرەکانەوە گیرۆدەبون کەبەردەوام لەڕێگەی دەرزی وەشاندنەوە خەریکی بەکارهێنانی ئەو مادەیانەن، ئەم ئەدەرزیانەیش هیچ بوارێکی تەندروستیان تێدا ڕەچاو ناکرێت چونکە جاری واهەیە کە بە یەک دەرزی چەند کەس مادەی سڕکەر لەخۆیان دەدەن و ئەم حاڵەتەیش هەمو جۆرە ڤایرۆس و میکرۆبێک بە ئاسانی لە مرۆڤەوە بۆ مرۆڤی تر دەگوێزێتەوە ، بۆیە لەم ڕێگەیەشەوە کۆمەڵێکی زۆر لە لاوان گیرۆدەی ئەم نەخۆشیە دەبن، ڕێگەی سێهەم کەڵک وەرگرتن لە خوێن، لەبەر ئەوەی کەڵک وەرگرتن لە خوێنی کەسانیتر لە ناوەندە پزیشکییەکاندا بەڕێوە دەچێت ئەم ڕێگەیە مەترسی کەمترە، بەڵام جاری وایش هەیەو هەبوە کە لەرووی کەمتەرخەمی یان بە ئانقەست خوێنی کەسی گیرۆدە بوو لە لەشی کەسی تر کراوەو بەو جۆرەیش مرۆڤێکی تر تێوە تلاوە.

دەبێت بۆ بەر گرتن لە گیرۆدەبونی کۆمەڵگەبە گشتی و لاوان بە تایبەتی بە ڤایرۆسی ئایدز گەلاڵەی ڕێکوپێک و گرینگ دابڕژرێت وبەڕێوە بچێت، لە دارشتن وبەڕێوەبردنی ئەو گەلاڵانەدا دەبێت لاوان بەشداری بدرێن ودەوری سەرەکی بگێڕن.

دەبێت هەل ومەرجی دابین کردنی حەزو ئاواتەکانی لاوان برەخسێندرێت و لاو بە خوێندن، وەرزش، هونەر و بەرنامەی بەکەڵکی ترەوە سەر قاڵ بکرێت تا کاتی لاوێتی تێپەر دەکات، **هەمیشە بەر گرتن مومکینتر بوە لە چارەسەرکردن**، بۆیە زۆر گرینگە بایەخ بە بەرگرتن بدرێت تا چارە سەر کردن.

ئیبراهیم کۆنە پۆشی

ماوەتی

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com

Directory:	C:\Users\barzamer\Desktop\222 Word
Template:	C:\Users\barzamer\AppData\Roaming\Microsoft\Templates\Normal.dot
Title:	
Subject:	
Author:	Azad
Keywords:	
Comments:	
Creation Date:	2009-02-13 19:58:00
Change Number:	2
Last Saved On:	2009-02-13 19:58:00
Last Saved By:	barzamer
Total Editing Time:	0 Minutes
Last Printed On:	2009-02-14 12:24:00

As of Last Complete Printing
Number of Pages: 1
Number of Words: 4 (approx.)
Number of Characters: 24 (approx.)

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com