

پالەوانى من تۆيت

چۆن مىدالان دەتوانن
رووبەرووى كۆڧىد-۱۹ بىنەوہ!



IASC
Inter-Agency Standing Committee

ئامادەکردنى "تۆپالەوانى منىت"

ئەم كىتەپ پىروژمەك بوو كە لە لاين گروپى پرسىپىكراوى سەر بە لىژنەى ھەمىشەى ھاوبەشى ئازانسەكان بۆ تەندروستى ھزرى و پالېستى دەروونى و كۆمەلايەتى لە بارى لەناكادا (IASC MHPSS GR) ئامادەكرا. چەندىن شارەزاي جىھانى و ناوچەى و ناوچىي ئازانسە بەشدارەكانى (MHPSS GR) (IASC) و ھەروەھا دايكان و باوكان و بەخىوكاران و مامۇستايان و مندالانى ۱۰۴ و لاى جىھان لە سازکردنى ئەم پىروژمەدا بەشدار بوون. راپرسىيەكى جىھانى بە زمانەكانى ەمرەى و ئىنگلىزى و ئىتالى و فرەنسى و ئىسپانى بۆ ھەلسەنگاندنى تەندروستى ھزرى مندالان و پىداوئىستىيە دەروونى و كۆمەلايەتەيەكانى لە ماوەى قەبرىانى كۆفەد-۱۹ دا بۆلاوكرايەو. بە سوود وەرگرتن لە ئەنجامى ئەم روويەو، چارچۆمەك بۆ ئەم كەشە و بابەتەنە دانرا كە پىويستە لە چىرۆكەكەدا وەلام بەرىنەو. كىتەپكە لە رىگەى گىرانەوەى چىرۆكەو بۆ مندالان لە چەند و لاىك كە بەركەوتووى كۆفەد-۱۹ بوون، بۆلاوكرايەو. لە دوايىدا، رابۆچوونى مندالان و دايكان و باوكان و بەخىوكاران بۆ پىداچوونەو و تازەكردنەوەى چىرۆكەكە بەكار ھىران.

زىاتر لە ۱,۷۰۰ مندال و دايك و باوك و بەخىوكار و مامۇستا لە سەرتاسەرى جىھانەو، كاتى خۆيان تەرخانكرد بۆ ئەوەى باسى ئەومەن بۆ بەكەن كە چۆن مامەلەيان لەگەل كۆفەد-۱۹ دا كەدووە. سوپاسىكى بى پايان بۆ ئەم مندالانە، دايك و باوكيان، بەخىوكاران و مامۇستاكانيان كە بەشدارىيان لە راپرسىيەكانماندا كەرد و كاريگەرييان لەسەر ئەم چىرۆكە دانا. ئەم چىرۆكە ھى مندالانى جىھانە، لە خۆيانەو بۆ خۆيان.

لىژنەى (IASC MHPSS GR) بۆ نووسىنى دەق و نەخشاندنى ئەم كىتەپ، سوپاس و پىزانىنى خۆى ئاراستەى ھىلين پاتوك دەكات.

ئەم بۆلاوكراوئە بە مۆلەتى (-Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlikeCreative Commons Attribution-) (nc-sa/3.0/igo) بۆلاوكراوئەو. بە پىي مەرجەكانى ئەم مۆلەتە بىت، دەتوانىت بۆ مەبەستى دوور لە بازىرگاني، دووبارە ئەم كارە بەرھەم بەيئەتەو ياخود وەرىبگىرىت، يانىش دايبرىزىتەو، بە مەرجىك كە بە شىوازى دروست و شىاو، ئامازە بە ناوى سەرچاوە سەرمەكەيەكە درابىت.

پیشہ کی

"پالہوانی من توتیت" کتبیکہ بۆ ئہو مندالانہی کہ لہ سہرتاسہری جیہاندا، پەتای کۆفید ۱۹ کاریگەریی لەسەر داناون. کتیبی "پالہوانی من توتیت" پیویستە لەلایەن دایک و باوک یاخود بەختیوکاری مندال، یانیش مامۆستاوہ بۆ مندالیک یان گرووپیکی بچووک لە مندالان بخوینریتەوہ. بە باش نازانریت کہ مندالان بە شێوہیەکی سەر بەخۆ و بە بۆ سەر پەڕشتی دایباب یان بەختیوکار یان مامۆستا ئەم کتیبە بخویننەوہ. رێبەریکی تەواو کەر بە ناوی "کردار بۆ پالہوانان" دواتر بلۆدەکریتەوہ کہ پالیشت دەبیت بۆ چارەسەر کردنی ئہو بابەت و کێشانەہی کہ پەییوستن بە قایرۆسی کۆفید ۱۹؛ بە تاییەتتریش، ھاوکاریی مندالان دەکات کہ ھەست و سۆزیان کۆنترۆل بکەن و ھەروەھا چەند چالاکییەکیشی بۆ مندالان تیدا دەبیت کہ بە گۆیرەہی کتیبەکە ئەنجامدەدرین .

وہرگیرانہ کان



گرووپی پرسپیکراوہکە ھەر خۆی ھەماھەنگی دەکات بۆ وەرگیران بۆ زمانەکانی عەرەبی ، چینی ، فەرەنسی ، پرووسی ، ئیسپانی . بۆ ھەماھەنگی و ریکخستنی وەرگیران بۆ زمانەکانی دیکە، لە رینگەہی ئیمەیلی (mhpss.refgroup@gmail.com) -موہ، پەییوندی بە گرووپی پرسپیکراوی IASC بۆ تەندروستی ھزری و پالیشتی کۆمەلایەتی و دەروونی (MHPSS)-موہ بکە. گشت وەرگیرانە تەواو کراوہکان لە ویبسایتی گرووپی پرسپیکراوہی سەر بە IASC دا دادەنرین.

ئەگەر (بە شێوہیەکی سەر بەخۆ) ئەم بەر ھەمە وەر دەگیریت، یا خود ئەم کارە دووبارە دادەریژیتەوہ، تکایە ڕمچاوی ئەم خالانە بکە :

- مافی ئەوەت نییە هیچ لۆگۆیەکی خۆت یان لۆگۆی دەزگایەکی کۆمەکبەخش لەسەر بەر ھەمەکە دا بنییت.
- لەحالی ئەتە دەرشتنەوہی کارمەدا (بۆ نمونە گۆرینی دەق یان وێنە) رینگە بە بەکار ھێنانی لۆگۆی IASC نادریت؛ لە کاتی بەکار ھێنانی ئەم بەر ھەمەدا، پیویستە هیچ نامازمیک بەوہ نەدریت کہ IASC ، کاری ریکخراویک یان بەر ھەمیک یان لایەنیک تاییەتی خزمەتگوزاریی پشتراستدەکاتەوہ.
- پیویستە ھەمان مۆلەت یان مۆلەتیک ھاوئاستی Creative Commons بۆ کاری وەرگیران یان دەرشتنەوہکەت وەرگیریت . مۆلەتی ھاوبەش CC BY-NC-SA 4.0 یاخود 3.0 پێشنیاز کراوہ . ئەمەش لیستی مۆلەتە گونجاوہکانە: <https://creativecommons.org/share-your-work/licensing-considerations/compatible-licenses>
- پیویستە ئەم روونکردنەوہی لەو زمانەدا کہ وەرگیرانی بۆ دەکەیت زیاد بکەیت: ئەم وەرگیرانە/ئەم دەرشتنەوہیە لە لایەن IASC (لیژنەہی ھاوبەشی نازانسەکان) موہ بەر ھەم نەھینراوہ. ھەروەھا IASC بەر پەرس نییە لە ناوەرۆک و راستی و دروستی ئەم وەرگیرانە/دەرشتنەوہیە. وەشانی سەرەکی (ئۆرجینال) ی ئینگلیزی "IASC" پالہوانی من توتیت : چۆن مندالان دەتوانن ڕووبەرۆی کۆفید- ۹۱ ببینە! " بە رێپێدان CC BY-NC-SA 3.0 IGO ، دەبیتە نوسخە دروست و پشتراستکراوہی ئەم بەر ھەمە.
- ئەم چیرۆکە، لە لایەن ئەم کۆمەلە خۆبەخشەوہ وەرگیر دراوہتە سەر زمانی کوردی (شێمزاری سۆرانی): " سۆزە حسین، رایات خان احمد، بریار ابراھیم، رۆژگار مصطفی، ژیار بەختیار، دانا عمر، ئاونگ احمد، راسان م. باقی"

دایکی سارا پالھوانی سارایه، چونکه باشترین دایک و زاناترین کەسی جیھانه. بەلام تەنانەت ئەویش نەیدەتوانی چارەسەریک بۆ قایرۆسی کۆرۆنا بدۆزیتەوه.

سارا لە دایکی پرسى: "کۆفید-۱۹ لە چى دەچیت؟"
دایکی گوتى: "کۆفید-۱۹، یان قایرۆسى کۆرۆنا، ئەوەندە بچووکە کە ئیمە ناتوانین ببینین. بەکۆکە و پژمینی کەسانی نەخۆش بۆلۆدەبیتەوه، یانیش کاتیک کە دەستیان بەر کەسانی دیکە و یانیش شتەکانی دەوروەریان دەکەوێت. کەسانی نەخۆش، تا و کۆکە و کیشەى هەناسەدانیان دەبیت."

سارا پرسى: "کەواتە ناتوانین دژی بۆهستینەوه چونکە نایبین؟"

دایکی سارا گوتى: "دەتوانین دژی بۆهستینەوه، بۆیە دەمەوێت تۆ پارێزراو بیت سارا! قایرۆسەکە تووشى هەموو کەسێک دەبیت و هەموو کەسێکیش دەتوانیت هاوکارمان بێت تا لەگەڵ قایرۆسەکەدا بجەنگین. منداڵان تاییەتن و ئەوانیش دەتوانن هاوکار بن. پێویستە تۆ لەبەر هەموومان بە تەندروستی و پارێزراوی بمێنیتەوه، دەمەوێت ببیتە پالھوانی من."



ئەو شەۋە سارا لەجىگاگەيدا پالکەوت و ھىچ ھەستى بەۋە نەدەکرد
 كە پالەوان بىت. بىزار ببوو. دەيوست بچىت بۇ خويندنگەكەى،
 بەلام داخرا بوو. دەيوست ھاوريكانى ببينىت بەلام ئەۋەش
 سەلامەت نەبوو. سارا دەيوست قايرۆسى كۆرۈنا چىتر جىهان
 نەترسىنىت. سارا بەخۆى گوت: "پالەوانەكان تواناى تايبەت و لە
 رادەبەدەريان ھەيە." چاوى داخست بۇ ئەۋەى بخەۋىت، ئەمجا
 لەخۆى پرسى: "ئەى من چىم ھەيە؟" لە ناكاو دەنگىكى نەرم، لە ناو
 تاريكىدا، ناوى چرپاند. ساراش چرپاندى: "كى لەۋىيە؟" دەنگەكە
 لىى پرسى: "چىت پئويستە بۇئەۋەى ببىت بە پالەوان، سارا؟" سارا
 گوتى: "من رىگايەكم دەۋىت بۇئەۋەى بە ھەموو مندالانى جىهان
 بلنم چۆن خۆيان بپارىزن تاۋەكوو ھەمووان بپارىزن."

دەنگەكە پرسى: "كەۋاتە تۆ دەتەۋىت من چى بىم؟"
 "شنىكم پئويستە كە تواناى فرىن و دەنگىكى بەرزى ھەبىت و

يارمەتيدەر بىت."
 بە وژەۋژىكەۋە، شنىكى سەرسامكەر چوۋە ناو تريفەى مانگەۋە..





سارا به ههناسه برکيوه گوتی: "تۆ چیت؟"
ئهو گوتی: "من ئاریۆم"

سارا گوتی: "هەرگیز پیشتەر ئاریۆم نهبیئوه"
ئاریۆ گوتی: "باشه، من هەر لهسهرمتاوه لیڤه بووم، من
لهناختهوه هاتووم."

سارا گوتی: "ئهگەر تۆم ههبیئت.. دواتر دهتوانم باسی قایروسی
کۆرؤنا بۆ ههموو مندالانی جیهان بکهیم! دهتوانم ببه به پالهبان!
بهلام ئاریۆ، له کاتیکیدا که قایروسی کۆرؤنا له دهورمانه، ئایا

سهلامهته ئهگەر گهشت بکهین؟"
ئاریۆ گوتی: "تهنها ئهگەر لهگهڵ مندا بیت سارا.. هیچ شتیکی

ناتوانیئت زیانت پییگهیهنیئت کاتیکی که بهیهکهوه بین."





جا سارا بازی دایه سهر پشتی ئاریۆ و پیکهوه له پهنجهره ی ژوور هکوه بهره ئاسمانی
تاریک بلند بوونهوه؛ رووهو ئهستیرهکان فرین و سلایان له مانگ کرد.

که خۆر ههڵهات، سارا و ئاریۆ له بیابانێکی جوان و دلگیردا له لای ههرمه‌کانهوه نیشتهوه. لهوێ کۆمه‌لیکی کهمی مندال گهمه‌یان ده‌کرد؛ منداله‌کان له خوشیان هه‌اریان کرد و ده‌ستیان بۆ راوه‌شاندن.

یه‌کێک له کورمه‌کان گوتی: "به‌خێرین، من ناوم 'سه‌لیم'ه‌. ئیوه‌ لێره چیده‌که‌ن؟ ببوورن ئیمه ناتوانین زیاتر لێتان نزیک ببینه‌وه، پێویسته هیچ نه‌بێت مه‌تریک لێتانه‌وه دوور بین!"

سارا وه‌لامی دایه‌وه: "ئیمه‌ش بۆیه‌ لێره‌ین! من ناوم 'سارا'یه‌ و ئهمه‌ش 'ئاریۆ'یه‌. ئایا ده‌ترانی که مندالان ده‌توانن دره‌وسی وه‌اورێ و دایک و باوک و دایره‌ و باپیره‌کانیان له‌ قایره‌وسی کۆرۆنا بپاریزن؟ پێویسته هه‌موومان.."

سه‌لیم به‌ زه‌رده‌خه‌نه‌یه‌که‌وه گوتی: "ده‌ستمان به‌ ئاو و سابوون بشۆین! ده‌زانین سارا. هه‌روه‌ها ئه‌گه‌ر نه‌خۆش بووین، به‌ قۆلماندا ده‌کۆکین و ده‌م و لووتمان داده‌پۆشین- له‌ جیاتی ته‌وقه‌کردنیش، له‌ دوورمه‌ ده‌ست راده‌وه‌شێنین و سلا ده‌که‌ین. هه‌ولده‌هین له‌ ژوورمه‌ به‌مێنینه‌وه، به‌لام ئیمه‌ له‌ شاریکی زۆر قه‌ربه‌لغ ده‌ژین.. هه‌موو که‌سیک له‌ ماله‌وه نامێنینه‌وه"

ئاریۆ گوتی: "همم.. ره‌نگه‌ من بتوانم هاوکار بم. ئه‌وان ناتوانن قایره‌وسی کۆرۆنا ببینن.. به‌لام خۆ من ده‌بینن! وهره‌ سه‌رکه‌وه، به‌لام له‌سه‌ر هه‌ردوولای باله‌کانم دانیشن- هه‌ر لایه‌کی باله‌کانم به‌ لای که‌مه‌وه مه‌تریک له‌ یه‌کترمه‌وه دوورن!"



ئاریۆ، سەلیم و سارای لەسەر هەردوو
بالەکانی هەلگرتبوو، پێکەوه بەرمو
ئاسمان فرین. بەسەر شارەکەدا دەفری
و دەستی بە نەرهەر و گۆرانی کرد!
سەلیم بە هاوارمەوه بە منداڵەکانی
ناو شەقامەکانی گوت: "برۆن بە
خیزانەکانتان بڵێن ئەگەر ئێمە لە
ژوورمەوه بین پارێزراوترین! دەتوانین
بە مانەومەمان لە مالهۆه، باشتەر ئاگامان
لە یەکتەر بێت!"

خەڵک سەریان لەو شتە سوورما که
دیتبوویان. دەستیان بۆ راومشاندن و قایل
بوون بەوهی که بچنەوه مالهکانیان.



ئاریۆ بەرمو بەرزایی ئاسمان
 فری. سەلیم لە خوشییان هاواری
 کرد. لەم بەرزاییەدا، لە ناو
 هەمۆرەکاندا، فرۆکەپێک بە
 تەنیشتیاندا فری و سەرنشینەکان
 بە ترسەوه سەیریان کردن.

سەلیم گوتی: "بەم زووانە
 پێویستە کاتێک خەڵک چێتر
 گەشت نەکەن؛ هیچ نەبێت بۆ
 ئیست. وا سنووری نیوان ولاتان
 دادەخزێن و دەبێت هەموومان
 لەگەڵ نازیزانماندا لە شوینی
 خۆمان بمینینەوه."

سارا گوتی: "هەستە کەم زۆر شت گۆراون.
 هەندێک جار ئەم شتە دەمترسینیت."

ئاریۆ گوتی: "سارا، ئەم گۆرانکاریانە رەنگە ترس و سەرنیشیوان
 دروست بکەن. من کاتێک کە دەترسم، زۆر بە هیواشی هەناسە دەدەم-
 پاشان ئاگر لە هەناسەم دێتە دەر!"

ئاریۆ تۆپە ئاگریکی گەورەیی لە دەمیەوه هینایە دەر!

ئاریۆ پرسیاری لێکردن: "کاتێک هەست بە ترس دەکەن، چۆن ئارام
 دەبنەوه؟"



سارا گوتی: "حزدهکهم بیر له کهسیک بکههموه که وا دهکات
ههست بکههم سهلامهت و پاریزراوم."

سهلیم گوتی: "ههروه ها منیش، بیر له ههموو نهو کهسانه دهکههموه
که وام لیدهکهن ههست به پاریزراوی بکههم، وهک باپیرهم و داپیرهم.
بیریان دهکهم. ناتوانم باوهشیان پیدا بکههم چونکه رهنکه تووشی
قایروسی کورونایان بکههم. نیمه ههموو کوتایی ههفتهیهک نهوانمان
دهبینی، بهلام نیستا نا.. چونکه
دهبیت نهوان بیاریزین."

سارا له هاوړیکه ی پرسى: "دهتوانیت پهیوهندیان پتوه بکهیت؟"
سهلیم گوتی: "بهلی، نهیچون! نهوان ههموو رورژیک پهیوهندیم
پتوهدهکهن و منیش باسی ههموو نهو شتانهیان بو دهکهم که له
مالهوه دهیانکهین. نههمش وام لیدهکات ههستم باشتربیت و ههروه ها
نهوانیش ههستیکی باشتریان ههبیت."
ناریو گوتی: "ناساییه نهگهر نیمه بیرى نهو کهسانه بکهین که
خوشمان دهوین و نیستا ناتوانین بیانین، نهوه دهریدهخات که چهنده
گرنگیان پیدهدهین. باشه نهگهر پالهوانی دیکهش ببینن، ههستی
خوشرتان لا دروست نابیت؟"

ساراو سهلیم به دهنگی بهرز وهلامیان دایهوه: "بهلی به
خوشحالیهوه!"

ناریو گوتی: "زورباشه، ساشای هاوړیم هیژیکى له رادهربهدهرى
زور تاییهتی ههیه، بابروین!"



پاشان، له زهوی نزیك بوونهوه و له گوندیكي بچووك
نیشتنهوه. كچنك له دهر موهی مالكه یان خهریكي لیکردنهوهی
گول بوو. کاتیک ناریو و نهو مندلانهی بیني که له سهر باله کانی
بوون، دهستی به پیکه نین کرد.

کچه که هاواری کرد: "ناریو! ده بیت به لایه نی که موه مهو دی
مهتریک له نیوانماندا هه بیت، بویه باوه شیکت بو هه لده دم، چی
ده کهن لیره؟"

ناریو گوتی: "ساشا، ههستم بهو باوه شه کرد که بوت هه لدام.
پیم خو شه که ده توانین بهو شیوهیه لهر یگه ی وشه کانه موه، نهوه
نیشان بدهین که گرنگی به شته کان دده مین و کردار که مانمان
چین.

دهمویست هاوړیکانم نهو هیزه له راده به دهری تو ببینن!"

ساشا گوتی: "هیزی له راده به دهری من کامه یه؟"
ناریو گوتی: "لهو کاته وهی که نه دمی کی خیزانه که تان توشی
قایر سه که بووه، تو له مال هوه ده مینیت هوه تا له وه دلنیا بیت که
نه خوشی به که بو که سانی دیکه ناگوازیته وه."

ساشا گوتی: "به لئ، باو کم تووشی قایر سه که بووه وه له
ژووری خه وه که می ده مینیت هوه تا کو به ته وای چاک ده بیت هوه."



به لَام هیندش خراب نییه! ئیمه یاری دهکەین، چێشت لێدەنێین، له باخچهکه پێکەوه کات بهسەر دههین و خواردن دهخۆین. من و براکانم و هرزاش و سهما دهکەین. ههروهها کتێبیش دهخوینێهوه، بهم جوهرش دهتوانم له فێر بوون بهردهوام بم، چونکه بیری قوتابخانه دهکهم. لهسهر مادا مانهوه لهمالدا ههستیکی سهیری ههبوو، به لَام ئیستا ئاسایی بووتهوه و پراها تووین."

ئاریو گوتی: "ساشا، ههمیشه شتهکان و ئاسان نایه به دهستهوه. تو و چهند پێگایهک دهوژیتهوه تا کاتیکی خوش بهسهر بیهیت و لهگهڵ خێزان و ئازیزانتدا ههلبکهیت. ئهمهش وات لێدەهات بیت به پالەوانی من!"
سهلیم پرسى: "ساشا تو تا ئیستا لهگهڵ خێزانهکهتندا بهشهر هاتوویت؟"

ساشا وه لَامی دایهوه: "به لَامی ههندیک جار، به لَام پێویسته زور به سهبر بین و لێک تێیگهین، بهخیرایش دهبیت داوای لێبوردن بکهین، ئهمهش هێزیکی تایهت و لهرا دهبرێ راستهقینهیه، چونکه ههستی باشتتر بو خۆمان و دهوڕوبهرمان دههینیت. جگه لهو ههش، من ههندیک کات دههویت تهنها بم، گۆرانی بلێم و سهما بکهم، ههندیک جاریش لهگهڵ هاوڕیکانمدا قسه دهکهم..."
سارا له ئاریوی پرسى: "ئهێ ئهوه خهڵکانه چیه که لهمال دوورن یان هههرا خانوو یان نییه؟"
ئاریو گوتی: "سارا، پرسیاریکی جوان و بهجێیه، بابچین و بزانیین چۆنه."





مألئاواییان له ساشا کرد و دهستیان به گهشته که میان کرده. کاتیک
گهیشته سهر دوور گهیهک که له هر چوار لاه به ده ریا دهوره
در ابوو، ههوا گهر می کرد.

لەوێ کەمپێکی پر لە خەلکیان بینی.
کچێک لە دوورمەوە ئەوانی بینی و دەستی بۆ راوەشانندن.

بە دەنگێکی بەرز هاواری کرد و گوتی: "سلاو ئاریو، من زۆر
دەخۆشم بەوهی کە دووبارە دەتبینمەوه! ئێمە هەولەدەمین بە لایەنی
کەمەوه یەک مەتر لە یەکتەر دوور بوەستین، بۆیە من هەرلێرەوه
قسەت لەگەڵدا دەکەم. بەلام حەزدەکەم هاواریکانت بناسم! من ناوم
لەیلایە."

سارا بە دەنگێکی بەرز وەلامی دایەوه: "سلاو لەیلا! من سارام،
ئەمەش سەلیمە. وا دیارە ئێوه هەولەدەم خۆتان لە ڤایروسی
کۆرۆنا بپاریزن. چیتیش دەکەن بۆ خۆپاراستن؟"

لەیلا بە دەنگی بەرز وەلامی دایەوه: "دەستمان بە ئاو و سابون
دەشۆین!"

ئینجا سەلیم پرسى: "ئەى کاتێک دەکوکن، بە قۆلتان دەم ولووتتان
دادەپۆشن؟"

لەیلا بە دەنگی بەرز وەلامی دایەوه: "دەتوانیت نیشانمان بەدی
چۆن کە ئەوه بکەین؟"

سەلیمیش پێشانى دان و ڤیری کردن.

لەیلا گوتى: "هەموومان هەول دەدەین ئازا بین، بەلام شتێک منى
نیگەران کردووه، ئایا دەتوانم لەگەڵ ئێویدا باسیبکەم؟ بیستوووه
کەسێک نەخۆشکەوتوووه و مردوووه ئەمەش منى زۆر ترساندوووه.
ئایا ئەوه راستە کە دەکریت خەلک بە ڤایروسی کۆرۆنا بمرن؟"



ناریو ناخیکی قوولی هه لکیشا و له سه بهشه زه به لاهه که ی خوار هوه ی جهسته ی دانیشته.

ئینجا گوتی "بهائی، پالنه وانه بچو که کان، نه وه شتیکی سهیره، هه ندیک کهس کاتیکی تووشی فایرۆسه که دهبن هه ههست به نه خوشیه که ناکهن، به لام هه ندیک دیکه یان رهنکه خراب نه خوش بکهون و هه ندیکیشیان له وانه یه بمرن. له بهر نه وه پیویسته هه موومان زیاتر ئاگاداری کهسه به ته مه نه کان و نه که سانهش بین که نه خوشی دیکه یان هه یه، چونکه خرابتر نه خوش ده کهون. هه ندیک کات که زور دهنرسین، یان ههست به پاریزراو بوون ناکهین، ده توانین بو نه وه ی ئارام ببینه وه، له میشکه ماندا خه یالی شوینیکی پاریزراو بکهین. ئایا ئیوهش حه زده کهن نه م کاره له گه ل مندا تاقی بکه نه وه؟"

هه موویان گوتیان بهائی، ئینجا ناریو داوی لیکردن چاویان دابخه و خه یالی شوینیکی بکهن که تیدا هه سته کهن پاریزراون. پاشان پییگوتن: "ته نیا بیر له یادگار یه که یان کاتیکی بکه نه وه که تیدا هه سته کان کردوه سه لامهت و پاریزراون."

ئینجا لئی پرسین که ناخو له شوینه ی ناو خه یالیاندا، ده توانن چی ببینن، هه سته یان چونه یانیش ههست به چ بۆنیک ده کهن. نه وهشی پرسی که ناخو هه ی که سیکه تابهت هه یه که حه ز بکهن بو شوینه پاریزراو که یان بانگه یشتی بکهن و نه گه ر نه وه که سه یان لا بووایه، له شوینه به یه که وه باسی چییان ده کرد.

ناریو به مندا له کهانی گوت: "ئیه ده توانن هه ر کاتیکی هه سته کان به دلته نگه یان ترس کرد، بچه نه شوینه پاریزراوه ی ناو خه یالان؛ نه وه هه یه له راده بهر دهر و نه فسانه یه که تانه؛ ده سته کان نه وه هه یه به خه زان و هاوړیکانتان به خه ش. نه وه سته کان بیر بیت که ئیه بو من گرنگن، بو زور کهسی دیکهش گرنگن. نه وهش یار مه تیده ریکی دیکه تان ده ییت بو نه وه ی ههست به ئارامی و پاریزراوی بکهن."





لهيلا گوتى "ئىمه هموممان دوتوانين گرنكى به يهكترى بدهين."

ئاريو وه لامي دايهوه" نهوه راسته، لهيلا ؛ ئىمه دوتوانين دوتوانين گرنكى به يهكترى بدهين، جا له هر شويئيك بين. ئايا توش حمزدهكهيت له دوايين بهشى گهشتمهكهماندا، لهگهلمان بيبىت؟ "

لهيلا بريارى دا لهگهل ئاريو و هاورى تازهكانيدا گهشت بكات. ساراش بهوه خوشحال بوو كه لهيلا لهگهلياندا دهبيت، چونكه دهيزانى كه ئىمه ههندى كات پيوستمان به هاوكارى و پالپشتى يهكتر دهبيت. نهوان به هيمنى و بى قسهكردن دهستيان به فرين كرد، بهلام به بى قسهكردنیش، لهيلا هر دهيزانى كه هاورى نوييهكانى، نهويان زور به لاوه گرنكه.



چيا پر بهفرهكان به هيواشي بهديار كهوتن. ئاريو له
شاريكي بچووك نيشتموه. ههنديك منداڵ له لئواري
رووباريكدا يارييان دهکرد. يهكيكيان دهستی بۆ

رادمهوشاند و هاواری کرد: "ئاریو!"

ئاریو گوتی: "سلاوت لیبیت کیم" .. پاشان بهردهوام بوو:
"نازیزانم، دهمویست ئیوه به دیداری چهند هاورییهکم
بگهیهنم که تووشی کۆرۆنا بوون و چاکبوونهتموه."

سهلیم پرسى: "چۆن بوو؟"

کیم گوتی: "دهکۆکیم و ههنديک جار زۆر گهرم دادههاتم.
ههنديک روژيش ئيجگار ماندوو دهيووم و نهمدوهست
ياری بکهه. بهلام زۆر دهخهوتم و خيزانهکهه ناگايان
لیم بوو. ههنديک له دايک و باوک و بابیر و دابیری ناو
بنهمالهکهه مان ناچاربوون بچن بۆ نهخوشخانه.

پزیشک و پهرستارهكان لهگهلياندا زۆر ميههربان بوون؛
لهمالهوهش، خهڵکی کۆمهلگاکهه مان هاوکارييان کردین.
دواي چهند ههفتهيهکی کهه، ديسان شتهكان ئاسايی
بوونهوه."



يەكەك لە مندا لىكەنى دىكە گوتى: "من ھاورىي 'كىم' م . ئەو كاتەش كە كىم تووشى كۆرۈنا بىو، ئىمە ھەر ھاورىيەتەن نەچرا - ھەرچەندە من نەمدەتوانى ئەو بىيىنم . ھىچ كات لە گرنگىدانم بە 'كىم' نەمستام و ئىستاش دىلخوشىن كە دەتوانىن دووبارە پىكەو يارى بىكەين!"

ئارىو گوتى: " ھەندىجار گرنگىرىن شت كە ۋەك ھاورى دەتوانىن بىكەين ئەمەيە كە يەكتىرى بپارىزىن، تەنەت ئەگەر ئەمە بەو مانايە بىت كە بۇ ماۋەيەك لە يەكتىر دورور بىكەينەو."



لهيلا گوتى: "دەتوانىن ئەم شتانه بۆ يەكتىرى ئەنجام بەدەين."

سەلىم گوتى: "رۆژنىك دىت كە دەتوانىن دىسان يارى بىكەينەو و ھەروەكو جاران، بىگەرپىنەو بۆ قوتابخانە."

ئىتەر كاتى ئەو بوو كە سارا بىگەرپىتەو بۆ مالىھە و مالىئاۋايى لە ھاورپىكانى بىكات. ئەوان پەيمانىيان بە يەكتىر دا كە ھەرگىز ئەو سەركىشىيە لە ياد نەكەن كە پىكەو ئەنجامىيان دابوو.

سارا دلتەنگ بوو بەو كە رەنگە بۆ ماوھەك يەكتىر نەبىنن. بەلام كە قسەكانى ھاورپىكەي كىم ي بىرى كەوتەو، ھەستى باشتىرى لە لا دروست بوو. تەنھا لەبەر ئەو كە ناتوانىت خەلك بىبىنىت، ئىتەر ماناي ئەو نىيە كە چىتەر خۆشت ناۋىن.



ئاریۆ ھەموویانی گەیاندمو ھە مآلەکانیان و
بەرلەمو ھە سارا جی بەیلت، چاوەری کرد
تاوەکوو خەوی لێکەوێت.

سارا پرساری کرد: "نایا دەتوانین ئەو ھە کە
ئەمرو کردمان، سەینیش دووبارە بکەینەو؟"
ئاریۆ گوتی: "نا سارا، ئیستا کاتی ئەو ھە
کە لەگەڵ خێزانەکتەدا بیت. چیرۆکەکەمانت
لەبیربیت. تۆ دەتوانیت بە دەست شۆشتن و
مانەوت لە مآلەو، پارێزگاری لە ئازیزانت
بکەیت. من ھەرگیز دوور نابم. ھەموو کات
دەتوانیت بچیت بۆ شوێنە پارێزراوەکە و
لەوێ لەگەڵما بیت."
سارا چرپاندی بە گوێی ئاریۆدا: "تۆ پآلەوانی
منیت."

ئاریۆ: "ھەروەھا تۆش پآلەوانی منیت، سارا.
تۆ پآلەوانیت، بۆ ھەموو ئەوانە کە تۆیان
خۆش دەوێت."



سارا خەوی لیکهوت و کاتیک روژی دواتر
 خەبەری بوو هە، ئاریۆ روشتیوو. بۆیه
 ئەمیش چوو شۆینە پارێزراو هکە تا قسە
 لەگەڵدا بکات و پاشان وینە هەموو ئەو
 شتە هە کێشا کە لە کاتی سەرکێشییەکیاندا
 بینیبوونی و فیریان ببوو. ئەمجا بە وینەکانەو
 رایکرد بۆ لای دایکی تا هەوالەکە ی پێنێت.

گوتی: "دایە، ئیمە هەموومان دەتوانین
 هاوکاری خەلک بکەین بۆ ئەو ی پارێزراو
 بن. من لە کاتی سەرکێشییەکیاندا پالەوانی
 زۆرم بینین!"

دایکی گوتی: "ئای سارا، تۆ راستەمەیت!
 پالەوانی زۆر هەن کە خەلک لە فایرۆسی
 کۆرۆنا دەپارێزن؛ بۆ نمونە دکتۆر و
 پەرستارە ناوێرەکان. بەلام تۆ ئەوەت بەبیر
 هێنامەو کە هەموومان، هەموو روژیک
 دەتوانین پالەوان بین؛ جا گەورەترین پالەوانی
 منیش تۆیت!"

