

خٚ تٚ نٚ ، پرسٚ کی فٚ مینیسٚ ! .

شٚرین ءٚ بدوٚا

“خٚ تٚ نٚ کردن” یٚ کٚک لٚ کٚ نترین ٚوٚ سمٚ باوکایٚ تیٚ
بٚ ماوٚ یٚ کانٚ کٚ لٚ هٚ ندٚک شوٚنی جیهاندا دایک و باوکان لٚ سٚر
مندٚاٚ کانیان ئٚ نجامی دٚدن، ئٚم نٚ ریتٚ پٚویستی بٚ ئٚ نجامدانی
نٚشتٚرگٚریٚ کی پزیشکیٚ کٚ بریتیٚ لٚ بٚین و شواندنی بٚ شک
لٚ ئٚ ندامی زاوژی دٚر کی مندٚا لٚ یٚ کٚم ٚٚٚکانی تٚم نیدایان
پٚش تٚم نی هٚرزٚکاری، جٚر کٚ لٚ زابوون، کٚ کٚسان کی خاوٚن
دٚسٚات و کاریگٚری لٚ سٚر لاواز ترٚکان، بٚ کاری دٚهنن.
ئٚم کردٚو یٚ لٚ زٚر کٚ لٚ وٚاتانی ٚٚٚهٚاتانی ناوٚاست و ئٚ فریقا
و بٚ شک لٚ ئاسیا و ئوسترالیادا بٚاوٚ، زٚربٚی هٚکارٚکانی
پانٚرٚ ئایینی و خٚٚٚکی یان کٚمٚا یٚ تیٚ بٚ ماوٚ یٚ کان و بٚ
دٚگمٚ نیش هٚکاری تٚ ندروستی، مندٚاٚانی هٚردوو ٚٚگٚز بٚ شوٚی
جیاواز و بٚ پلٚی جٚراوٚر دوو چاری خٚ تٚ نٚ کردن دٚبن.

سٚرچاوٚی خٚ تٚ نٚ کردن و هٚکارٚکانی:

سٚرچاوٚکان ئاماژٚ بٚوٚ دٚکن کٚ کٚ نترین بٚٚگٚی متمانٚ پٚکراو لٚ
میسری کٚ نٚوٚ هٚاتووٚ، و تا ئٚمٚٚش ژمارٚ یٚ کی کٚم لٚ هٚزٚ
ٚٚٚکان لٚ ئٚ فریقا و ئوسترالیا هٚن کٚ خٚ تٚ نٚ کردن وٚک بٚ شک
لٚ نٚ ریتٚ خٚٚٚکیٚ کانیان ئٚ نجام دٚدن، چٚ ندین تیٚری هٚ یٚ
سٚٚبارت بٚ سٚرچاوٚی ئٚو داب و نٚ ریتٚ، لٚوانٚ قوربانیدانی
ئایینی یان وٚک ٚوٚ سمٚ کی تٚپٚٚین بٚ تٚمٚنی باٚغ بوون.
خٚ تٚ نٚ کردنی پیاوان بٚ یٚ کٚک لٚ ٚوٚ سمٚ ئایینیٚ بٚ هٚزٚکانی
“ئایینٚ ئیبراهیمٚکان” دادٚ نرت، لٚم ئاییناندا، و زانراوٚ کٚ
سٚرچاوٚ کٚی دٚگٚٚٚتٚوٚ بٚ ئٚو پٚیمانٚی کٚ ئیبراهیم لٚگٚٚ “خودا”
(پٚیمانی خٚ تٚ نٚ کردن) وٚک هٚمای گٚوٚ ایٚی هٚ تاهٚ تایی
بٚ ستوویٚ تی، ئاماژٚ بٚوٚ دٚدرت کٚ ئیبراهیم لٚ تٚمٚنی هٚشتا
ساٚیدا خٚی خٚ تٚ نٚ کردووٚ، بٚ بٚ چوونی هٚ ندٚک لٚ توٚٚٚران
خٚ تٚ نٚ کردن وٚک ئامرازٚک بٚ جیاکردنٚوٚ و بٚ هٚزکردنی پاتریارکی
جولٚ کٚ لٚ بٚرامبٚر بٚ پاتریارکی یٚ نانی لٚو سٚردٚمدا
بٚ کارهٚنراوٚ، پاشان نٚوٚ یٚک لٚ دوا یٚ کٚکان، بٚردٚوام بوون لٚ
پٚ یٚ وکردنی خٚ تٚ نٚ کردن وٚک پراکتیزٚ یٚک کٚ بٚ توندی لٚ لایٚن
“پٚغٚ مٚرٚ کانٚوٚ” پٚشنیارکراووٚ، جٚگای سٚرنجٚ کٚ خٚ تٚ نٚ کردن لٚ
ئیسلامدا وٚک بٚ شک لٚ خووی پاکوخواوٚنی پٚشنیار کراوٚ، هاوشٚوٚی

بـیـنی نـینـک و بـیـنی مووی سم و پاککردن و ی بنبا و ئمـش
نگ بـهـی کـمـی ئاوی خـ شوشند و بوبـت لـ بیابانـکاندا لـ و
زـمانـدا .

زـرـک لـ ئایندـکانی تر هـ و سـتـکی بـلایـن یان دژ بـ خـتـنـ
دـگـرنـبـر، بـ نموونـ ئایینی بودا و هیندـسی خـتـنـکردنی
ناپزیشکی هان نادـن، ئایینی هیندـسی پـی وایـ جـستـ لـلایـن
“خودای گـور” و دـروستـکـراو و کـس مافی گـیـنی نیـ مـگـر بـ
ئیرادی ئ و کـسـی کـ گـانـکاریـکـی بـسـردا دـت .

مـترسیـ تـندروستیـکان و “سودـکانـی” :

لـ استیدا (کـمـمـی پزیشکانی نـشتـرگـری مندایانی بـریتانیا)
نامـاژ بـ و دـکـات کـ زـر دـگـمـنـ کـ خـتـنـکردن لـ ووی
پزیشکیـ و پـویست بـت . تـها چـند حاـتـکی پزیشکی ژمـردراو
هـن کـ پـویستیان بـ خـتـنـکردنی نـر هـیـ، وک دووبارـ بوونـ و
هـکردنی ناوـیـ، یان لکاندنی شانـکان کـ لـوانـیـ بـتـ هـی
گیرانی بـشـکی یان تـواوـتی بـری میـز . لـ حاـتـی دیکـدا ،
کـخـراوی تـندروستی جیهانی بـ پشتـبـستن بـ هـندک لـکـینـ و
پـشـناری ئ و دـکـات کـ “خـتـنـکردن بـ پیاوان وک “بـشـک لـ
بـرنامـیـکی گشتگیر بـ کـمـکردن و ی مـترسی تووشبوون بـ هـندک
جـری هـکردنی سـکـسی وک ئایدز لـ هـندک وـاتی ئـفریقـادا
لـ بـرچاو بـگیرـتـ، بـمـام ئـم گوايـ “سوود” لـ ئـقـ
پزیشکیـکاندا جـی گـفتـوگـیـ و وک کـارـکی پزیشکی خـپارـزی لـ
سـرانسـری جیهاندا نـسـلمـنـراو .

جگـ لـ مـترسیـ تـندروستیـ زانراوـکانی وک هـوکـردن ،
خوـنـبـرـبوون ، نـزـکی، شـوانـدن و کاریگـری لـسـر چـژی سـکـسی
دـرئـنجامی پـرـسـی خـتـنـکردن، چ بـ کچان بـت یان کوـان، حاـتـیش
هـیـ کـ نگـ خـتـنـکردن گونجاو نـبـت وک نـخـشـیـکانی خوـن
مـیـن، یان بـ مندایـ پـشوخت لـدایک بوو کـ کـرپـکان هـشتا
پـویستیان بـ چاودـری پزیشکی هـیـ لـ نـخـشانـ، و یان شـواوی
زگماگی .

نگـ هـندک پرسیار لـباری “سودـکانـی” خـتـنـکردن بـ
باشترکردنی توانای مندایـبوون، یان کاریگـری لـسـر چـژی سـکـسی
بکـن، وـمـام کـ ئ و یـ کـ هیچ بـگـیـک نیـ کـ خـتـنـکردن، یان
نـکردنی، کاریگـری نـرـنی یان ئـرـنی لـسـر مندایـبوون هـبـت،
هـروـها بـ گشتی باوـ ناکـرت کـ خـتـنـکردن دـوری لـ سـر چـژی
سـکـسی پیاوان یان ژنـکان هـبـت .

هـندک لـ لایـنـگرانی خـتـنـکردن بانگـشـی ئ و دـکـن کـ هاوشـوـی

پرسای دهره نانی ددانی علق و یخ کویر، یان لوز تین،
 بام جیاوازی کئو و ی ک ئم ئندامان تها کاتک د ب درن
 ک کشی تندرستیان ب دروست بت، کوات زروور تی بینی
 ئندامی زاوژ، یان بشکی، چیه ب ملیان کس ئگر کشی
 زخشیان ب دروست نکات؟

وټک ئاماژېمان پېدا، بې دگمښت هکاري تېندروستی هېي بې
خېتېنېکردنې کوښان، بېبېام ئووي پېي دېوترېت خېتېنېکردنې کچان
تاوانېکې تېواوې بېرامبېر بې کچ وې بې هېچ شېوېک و بې هېچ
بېانوويېک ناتوانېت پاساوي بې بهېنرېتېوې، هېچ حاېېتېکې پزېشکې
نېيې کې پېويستی بې ئېنجامداني ئېو توندوتېژيې بېت لېسېر هېر
کچېک يان ژنېک لې هېر قېناغېکې ژيانېندا. سېرېېاي قېدېغېکردنې
ياسايې لې زېرېک لې وېاتان، هېشتا ئېم داب و نېرېتې بې شېوېکې
سېستېماتېک لې ناوچېکاني ئېفرېقا و ئاسيا و ئېژھېېاتي ناوېېاستدا
بېېېوېدېچېت. خېتېنېکردن بې بې ويستی کچېکې ئېنجام دېدرېت و
يېکېکې لې سېخترېن جېرېکاني توندوتېژي دژي ژنان و نېک هېر
پېشېلکړدنې مافې مرېيېکانيان، بېېکو شکاندنېان لې ووي جېستېيې
و دېروونيېوې. هېکارېکاني ئېم کارې جگې لې بېروباوېي دژي ژني
کېنېپرستېان و تېوانېنې هېېېکان سېبارېت بې تېندروستی و
ئېفسانې سېبارېت بې ئووي پېي دېوترېت "پاکېزېي" و "ئامادېکردنې
ژنان بې هاوسېرگېري" و زېادکړدنې چېژي سېکسي پياوان، هېچي تر
نېيې. لې هېندېک کېمېگادا بېرېکې هېي کې گوايې زې پېويستی بې
بېين هېي و هېروېها ئېو ژنانېي خېتېنې نېکراون، تېندروست نېن،
يان پېسن يان شاپېني باپېخ پېدان نېن.

ما فی مندا □ یان ما فی دایک و یاوک!

هه‌ندێك باس له مافی دایك و باوكه‌كان به پراكتیزه‌كردنی ئه‌وه‌وه‌سم ئاینیه‌كانیان ده‌كه‌ن و به‌گومان ئه‌مه‌ش با به‌ته‌كه‌ی تایبه‌تی كه‌سه‌كانه‌، به‌هم ده‌به‌ت ئه‌وه‌ش بزانین كه ئه‌وه‌ی به‌په‌ی یاسای نه‌ه‌وه‌وه‌تی و كه مافی مره‌فه قبوڵكراوه ئه‌وه‌یه كه مافی تاكه‌ك به ئازادی باوه‌ له‌سه‌روو مافی تاكه‌كه‌ی دیکه‌وه به سه‌لامه‌تی جه‌سته‌یی نیه‌. دایك و باوك ئازادن له په‌ناوی بیروباوه‌هه‌كانیان ئه‌گه‌ر بیان به‌وه‌ت خه‌یان بکه‌نه قوربانی، به‌هم به‌یاری به‌ینی‌وه‌ی به‌شه‌ك له جه‌سته‌ی منداڵه‌كانیان ده‌به‌ت به ئه‌زامه‌ندی ئازاد و هه‌به‌ه‌زاردنی هه‌شیاری منداڵه‌كان به‌ت، ئه‌ویش به دوا‌ی گه‌یشتن به ته‌مه‌نه‌كه‌ی دیاریكراو كه به‌توانه‌ت به هه‌شیاری و ته‌گه‌یشتنه‌كه‌ی ته‌واوه‌وه به‌یاره‌كان به‌دات. هه‌روه‌ها ئه‌مه‌ په‌شتگیری له مافی منداڵ ده‌كه‌ت به ئازادی باوه‌هه و به‌م شه‌وه‌یه‌ په‌روه‌رده‌كردنی نه‌وه‌یه‌ك مه‌سه‌له‌گه‌ر ده‌كه‌ت كه په‌رکردنه‌وه‌ی دروستی هه‌به‌ت

که توانای به یاردان و هه گرتنی د رئه نجامه کانی خه یان هه بهت. د بینین ئم نه شته رگه رییه، له زه ربیه حاهه تکه کاند، چ به نه ر بهت یان م، به دافیه کی غه یه پزیشکی د کرهت و نه وانیه نه شته رگه رییه که نه نجام د ده ن زه رجار که سانه کن که په گه و به وانامیه ئایینه یان، که مایه تیایان هه یه نه که به وانامیه پزیشکی. له هیچ کام له م نه جی فیه رکاری زانکه پزیشکیه کاند، فیه رکاری د رباریه خه ته نه کردن با به ته که نیه، هه ر وک چن فیه حسی پاکیزه یی و په رده ی که نه و نه شته رگه رییه کانی ئم به ناو په رده یه ناخو نه رته له زانکه کاند. به م پزیشک و کارم نه دی ته ندروستی هه یه که له که رته تایبته د ئم به کار نه نجام د ده ن، چونکه قازانه کی باشیان به دروست د کهت، به و په یه یه ئم به کارانه له ناو پاکه جی خزمه تگوزاریه کانی ته ندروستی گشتیده به رده ست نیه. هه روه ها، نا نه شنی پزیشکی- یاسایی و لاواری نه نمایه پیشه یی له م باره یه و، دایک و باوک که کان دوو چاری نه استغال کردن د کهت له لایه نه هه نه که له په شکه شکارانه تا اده یه که نه کنه خراو له خزمه تگوزاریه کانی خه ته نه کردن. به م شه و یه نه نگه ئم پزیشکانه به ئاگاداری یان نا ئاگایانه به شرداری بکه نه له چاوپه شیکردن و دره ژدان به و په شملکاریانه به دژی مندا نه، به گومان پزیشکانه ش خه یان به شه کن له که م نه گاه و هه گری به رکه که باو که کن که تیا یدایه.

وک د زانرته، خه باتکاری به ناوبانگ نه وال نه لسه عداوی (خه یه له مندا یده یه که که له قوربانیه خه ته نه کردن بوو) که ته که دژی خه ته نه کردن و ستایه و و داوای له پزیشکانه میسر کرد که زانیاری هه یه باوی ناو که م نه گاه استبه که نه و، له کاره که یه د رکه و تووشی سه رکو تکردن بوو.

له واته تانی نه ژناو ادا، سه ر نه ای نه یدیه اکانیان سه بارته به مافی مره ف و مافی مندا نه و خزمه تگوزاری چاودیه ری دایکان و مندا نه، دامه زراو ته ندروستیه که به گشته له به یار کانی خه ته نه کردندا ته د خول نا که نه و به یار که به دایک و باوک جه ده نه، و به م جه ره مافی بیرو باو یه کولتووری و ئایینه دایک و باوک له په ش مافی مندا نه که و به سه لام ته جه ستیه د ده نه رته، نه ویش به له به رچا و گرتنی هه ستیاری نه ژیه یه کولتووری، و له ترسی ته م ته بار کردن به دونه نایه ته له گه نه ئم ئاینه یان نه و باو نه.

خه ته نه کردن چه سپان دنی په اوسالاریه!

خه ته نه کردن، چ به که چان بهت یان کو نه، په شملکاریه کی قبو نه که راو و شه وان دنی جه ستیه نه سانه که (نه ر یان م) که هیچ نه اختیاره کی په نه دراو، و ئاگاداری د رئه نجامه کانی نه و د سته ر ژیه نیه که له لایه نه نزدیکترین که سه و به رامبه ری د کرته - دایک و باوک - به م

ئۆگەر لى نىزىكىۋە سىيرى پاينىر كانى بىكىن، دىبىنن كى چىن ئۆ و دىزگا كىمىلەيتىي كى پىداگر لى سىر بىردىۋامبىوونى خىتەن، لى بىن تىدا پىاوسالارى و دىسەلەتە پىاۋى چىسپاندوۋ.

خىتەن كىردى كۆلەن بى ووشە و تەبىرى پەزىتىف كى بىھەزىبون و مەتەنە بىخەبىوونى كۆكە بىرەز دىكەتەۋە باس دىكرەت، وەك "پاك و خاۋەنە" يان "ئامادەكارى بى قەناغى 'پىاۋى' ھەندەك چار ھاۋكات دىكرەت لىگە ۋەۋە سىمى بىدەھەنەنى دىستەۋەتەكى كۆكە، وەك خىتەن كىردى كەتەكى ئاينى يان شەكىلەم با بىتە... و شەۋاۋى جەستەپى و تەندروستى لى نابەتەۋە (جگە لى كارىگەرىيە دىروونىيە - بى ئاگا يان نائاگا - دىرەخاۋەنە كانى شەكەكە)، مەگەر موزاۋەفەتە ھەبەت. بىلەم لى ھەمان كەتە، نامانەۋەتە مەترسى و زىانەكانى نەشتەرگەرىيەكە بى سىر مەندەلەن كەم بىكىنەۋە.

بىلەم سەبارەت بى مەينەكان، خىتەنە بى ئامەنجى بىن و شەۋاندەنى ئەندامەك لى جەستەپى و مەسەگەركەردى تەك شەكانى كەمەلەپەتە و دىروونى كچەكە و مەلەكەچىوونى داھاتەۋىيە بى دىسەلەتە پىاۋ و سىستەمى كەمەلەپەتە زەبەلەپىاوسالارى لى كەتەكەدا كە ھەشتە گەنجە، ئەنجەم دىرەتە، وەك مەردەنى كچەكەپە، ئۆگەر نەبەتە ھەپە مەردەنى ئەستەقىنەپە.

كەۋاتە لى ۋەنگەپە يەكسەنەپەۋە، ھەروەك چەن خىتەنە كەردەنى كچەن پەرسەكى فەمىنەستەپە كە دەبەتە بىردەۋام بىن لى دىرەۋەستەۋەپە، بى ھەمان شەۋە دەبەتە خەبەتە بى ھەۋەشەندەۋە و ۋەگەرىكەردەن لى خىتەنە كەردەنى كۆلەنەش، نەك تەنەلە بىرە ئەۋەپە كارەكى تەندوتەپەپە و پەشەلەكارەپە مەفەكانە مەرفە و پەشەگەۋەستەنى مەفە مەندە بى سەلەمەتە جەستەپە و دىروونى و ئازادە باۋەپە، بىلەم ھەروەپەلە بىرە ئەۋەپە بىشەكە لى بىرەكەپە پىاوسالارى و بىھەزەكەردەنى سىستەمە پەتەرىكە لى جەھەنە ئەمەدە.

۲۰۲۴-۴-۲۶

شەرىن ۋەدەۋە