خانمان بۆ پێشوازی لە مانگی ڕەمەزان خۆیان ئامادە دەکەن

ئافرەتان بە شێوەیەکی گشتی ئافرەتان لە هەموو قۆناغ و هەلومەرجێکدا لە بەرپێکردنی ژیانی ڕۆژانە و تێپەڕاندنی سەختییەکانی ژیاندا پشکی شێریان بەرکەوتووە، بەڵام کۆڵنەدەرانە هەوڵیان داوە بەسەر هەموو ئاستەنگەکاندا زاڵ بن و هاوسەنگییەك لە نێوان کاری دەرەوە و ناوماڵ و خێزانداری و پەروەردەی منداڵ ڕابگرن. لە بۆنە ئایینی و نەتەوەییەکانیش ئەرکی سەرشانیان گەلێك قورستر دەبێت. لە ئێستاشدا کە لە مانگی ڕەمەزان نزیك دەبینەوە، بۆ پێشوازی لەم مانگە پیرۆزە ئامادەکاریی تەواو دەکەن. بەشداربووانی ئەم ڕاپۆرتەی گۆڤاری گوڵان، لە دیدی جیاوازەوە خوێندنەوە بۆ بابەتەکە دەکەن.

■ گوڵان: کۆمەڵایەتی

■ **ئێمەی ئافرەت کە هاوسەر و دایک و خوشکین، زۆربەی زۆری ئەو گەورەییەی کە خزمەتکردنە، کەوتۆتە سەرشانمان و پێویستە زۆر بە جوانی و بە بەرنامەڕێژییەکی ورد میوانداریی ئەو مانگە پیرۆزە بگرینە ئەستۆ**

سەرەتا فەزیلە شۆڕش بەرپرسی ئۆفیسی یەکێتی ئافرەتانی کوردستان لە ئەورووپا، هێما بۆ ئەوە دەکات کە لە وڵاتانی ئەورووپی مانگی ڕەمەزان تایبەتمەندی خۆی هەیە، بەتایبەتی کە هەندێك لە وڵاتان خۆرهەڵات و خۆرئاوابوونیان گەلێك درێژە و ڕۆژووانی موسڵمان ناچار دەبێت «زیاتر لە ٢٠ کاتژمێر بەڕۆژوو بێت.» ئەوەش دەخاتەڕوو کە لە مانگی ڕەمەزان کاری فەرمانبەران وەك خۆی بەردەوام دەبێت و کەم ناکرێتەوە و موسڵمانان دەبێت لە سەدا سەد کارەکانیشیان بەڕێوە ببەن، بێ ئەوەی بەڕۆژووبوونیان کاریگەری لەسەرکاریان هەبێ. هاوکات دەڵێت: «زۆربەی ئافرەتانی موسڵمان لە وڵاتانی ئەورووپا بەڕۆژووەدە بن، ئەگەرچی بە هۆی درەنگی ئیفتار و تەراویح شەوێکی زۆر کورتیان دەبێت و بەیانییەکەی زوو هەڵدەستن و منداڵەکانیان بۆ قوتابخانە بەرێ دەکەن و خۆشیان دەچنە سەر کارەکەیان، کە ماوەی ٨ کاتژمێر کار دەکەن و زۆرجار شوێنی کارەکانیشیان دوورە و چەند کاتژمێرێك ناچارن لە ڕێگەدا بن، ئەوەش زۆر ماندووتریان دەکات. پاش گەڕانەوەشیان ئیشوکاری ماڵەوە و ئامادەکردنی ئیفتار کاتێکی زۆری دەوێت، کات بۆ خەوتن و حەسانەوە زۆر کەمە، بەڵام لەبەر باوەڕیان بەم مانگە پیرۆزە هەموو مانگەکە بەڕۆژوو دەبن، بێ ئەوەی کەمتەرخەمی لە

کاری ماڵ و دەرەوەی ماڵ بکەن. واتە ئافرەتانی موسڵمان لە مانگی رەمەزان زۆر هیلاك دەبن، ئەوەش توانا و ئازایەتی خانمان دەسەلمێنێ کە لەگەڵ هەموو بارودۆخێك خۆیان دەگونجێنن و تەمبەڵی ناکەن.» گوتیشی: «لە زۆربەی وڵاتانی ئەورووپا بە دەگمەن گوێت لە بانگی مزگەوت دەبێت، ئەمەش بە حوکمی ئەوەی لەم وڵاتانە ئایینی مەسیحی، ئایینی سەرەکییە و دەنگی بانگ بە دەنگێکی بەرز و بە مایکرفۆن دەر و جیرانی مزگەوت قبووڵی ناکات. ئاوابوونی خۆریش زۆرجار بە باشی نابیندرێت لەبەر بوونی هەور، بۆیە ئیفتارکردنی خەڵك بە زۆری لە سەر خشتەیەك دەبێت کە مزگەوتەکان دابەشی دەکەن، کە کاتی ئیمساك و ئیفتار و نوێژەکانی لێ نووسراوە، یان لە رێگای ئینتەرنێتەوە ئاگادار دەبن و رۆژوویان دە شکێنن.» باسی ئەوەشی کرد کە «رادیو و تەلەفزیۆنی وڵاتەکان بایەخ بەم مانگە دەدەن و ئەگەر بە شێوەیەکی کورتیش بێت، باس لە مانگی رەمەزان و بەڕۆژوو بوونی موسڵمانەکان و جەژنی رەمەزان دەکەن.»

سەرکار مەولوود، راگەیاندنکار و پێشکەشکاری بەرنامەی دین و ژین، سەبارەت بە هەمان پرس دەڵێت: «ئاشکرایە لە مانگی رەمەزانی پیرۆز هەموو پیاوێك دڵی بەوە خۆشە کە دایکی، یان خوشکی،

لە هەندێک وڵاتی ئەورووپی ماوەی خۆرهەڵات و خۆرئاوابوون گەلێک درێژە و رۆژووانی موسڵمان ناچار دەبێت زیاتر لە ٢٠ کاتژمێر بەڕۆژوو بێت

یاخود هاوسەرەکەی سفرەیەکی شایستە و بە دڵی ئەو ئامادە بکات، چونکە بە درێژایی چەند کاتژمێرێك بەڕۆژوو بووە، بەڵام زۆربەیان بەبێ ئەوەی بیر لەوە بکەنەوە کە ئەو خاتوونە ئەگەر عوزری شەرعی نەبێ، وەك ئەو بەڕۆژوو بووە، خواردنەکەش ئامادە کردووە. بۆیە پێویستە لەسەر هەموو پیاوێك خۆیان لە توندوتیژی بە دوور بگرن، چونکە ئەم مانگە بۆ عیبادەتە، نەك بۆ دڵشکاندن و تێرکردنی حەز و ئارەزووەکان، خوای گەورە دەفەرموێت: «شَهْرُ رَمَضَانَ الَّذِي أُنزِلَ فِيهِ الْقُرْآنُ هُدًى لِّلنَّاسِ وَبَيِّنَاتٍ مِّنَ الْهُدَىٰ وَالْفُرْقَانِ ، فَمَن شَهِدَ مِنكُمُ الشَّهْرَ فَلْيَصُمْهُ، وَمَن كَانَ مَرِيضًا أَوْ عَلَىٰ سَفَرٍ فَعِدَّةٌ مِّنْ أَيَّامٍ أُخَرَ، يُرِيدُ اللَّهُ بِكُمُ الْيُسْرَ وَلَا يُرِيدُ بِكُمُ الْعُسْرَ وَلِتُكْمِلُوا الْعِدَّةَ وَلِتُكَبِّرُوا اللَّهَ عَلَىٰ مَا هَدَاكُمْ وَلَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ..» واتە مانگی رەمەزان (ئەو مانگەیە) کە قورئانی تیادا هاتۆتە خوارەوە، لەکاتێکدا ئەم قورئانە رێنموونی بەخشە بە خەڵکی و بەڵگەی زۆری تیادایە، لە رێنموونی و جیاکردنەوەی راست و ناراست و حەق و ناحەق، جا کەسێك لە ئێوە مانگی رەمەزانی بینی، یان هەواڵی بینینی پێدرا، دەبا ئەو مانگە بەڕۆژوو بێت، ئەوەش کە نەخۆش بێت، یان لە سەفەردا بێت، با لە رۆژانی تردا بەو ئەندازە بیگرێتەوە، چونکە خوا ئاسانکاری بۆ ئێوە دەوێت و نایەوێت (پەرستن و فەرزەکانتان) لەسەر قورس و گران بکات و بۆ ئەوەی ئەو ماوە دیاریکراوە، تەواو بکەن و خوا بە گەورە بگرن و سوپاسگوزاریشی بکەن لەسەر ئەوەی کە رێنمایی کردوون. ئەگەر بە وردی ئەم ئایەتە شی بکەینەوە، تێدەگەین کە دەبێت لەم مانگەدا هەموو توندوتیژییەکان لەناو بەرین و ببینە عەبدی خودا، نەك عەبدی خواردن، نابێ پیاوان بۆ ئامادەکردنی ژەمە خواردنەکان زۆر لە خێزانەکانیان بکەن، چونکە رەمەزان میوانی هەموو دڵەکانە. ئایا رەوایە لەم مانگە دڵی ناسکترین مرۆڤ بشکێنی بۆ حەزی خۆت؟ ئایا رەوایە دڵی مرۆڤێك بشکێنی کە خودا رێزی لێ ناوە؟ چونکە پەروەردگار هیچ کارێك وەرناگرێت، تاوەکو دڵسۆزانە و بەپێی پەیامەکەی ئەو نەبێت، کەواتە هەر لەئێستاوە نییەتت چاك بکە، خوای پەروەردگار دەفەرموێت: « یا أیها الذین آمنوا کتب علیکم الصیام کما کتب علی الذین من قبلکم لعلکم تتقون»، واتە: ئەی ئەو کەسانەی باوەڕتان هێناوە، رۆژووی رەمەزان لەسەرتان پێویست کراوە، هەر وەکو چۆن لەسەر گەلانی پێش ئێوە پێویست کرابوو، بۆ ئەوەی خواناسی و پارێزگاری بکەن. پێغەمبەری خوا (صلی الله علیه وسلم) دەفەرموێت: هەر کەسێك واز لە شایەتی درۆ و قسەی نەشیاو نەهێنێت، ئەوا پەروەردگار پێویستی بە کەسێك نییە کە تەنیا واز لە خواردن و خواردنەوە بهێنێت. (روایەتی بوخاری)، کەواتە لەگەڵ چوونە نێو رەمەزان با دڵت دوور بێت لە ژەنگی رق و کینە و سەرقاڵی خواپەرستی ببن، هەروەکو لەم فەرموودەدا هاتووە «قیل لرسول الله صلی الله علیه وسلم : أي الناس أفضل؟ قال: كل مخموم القلب، صدوق اللسان قالوا: صدوق اللسان نعرفه، فما مخموم القلب؟ قال: هو التقي النقي، لا إثم فيه ولا بغي، ولا غل، ولاحسد»، (صحیح إبن ماجه ٣٤١٦) واتە: پرسیار کرا لە پێغەمبەری خوا (صلی الله علیه وسلم) کێ باشترینی خەڵکە؟ پێغەمبەریش (صلی الله علیه وسلم) فەرمووی: هەموو دڵپاکێکی راستگۆ، هاوەڵانیش فەرموویان: ئێمە راستگۆ دەناسین، بەڵام (مخموم القلب) کێیە؟ پێغەمبەریش (صلی الله علیه وسلم) فەرمووی: ئەو دڵەیە کە لەخواترس و پاکە، تاوان و ستەم و رق و حەسوودی تیادا نییە، دەی پیاوانی بەڕێز و لەخواترس لەم مانگەدا دڵە جوانەکانی هاوسەر و و دایك و خوشکەکانتان مەڕەنجێنن و واز لە نارەحەتکردنیان بهێنن، با هەست بکەن ئەوانیش مرۆڤن و خاوەن پێگەی خۆیانن، نەك تەنیا چێشتلێنەر و ئامرازی حەزەکانتان بن .

سندوس حوسێن، چالاکی کۆمەڵی مەدەنی و دانیشتووی هەڵەبجەیە سەرەتا باسی ئەوە دەکات کە «خەریکە لە مانگی رەمەزانی پیرۆز نزیك دەبینەوە تەنیا چەند رۆژێکی ماوە بە

هەموو پیاوێک دەیەوێ دایکی، خوشکی، یاخود هاوسەرەکەی سفرەیەکی شایستە و بە دڵی ئەو ئامادە بکات، بەڵام زۆربەیان بیر لەوە ناکەنەوە کە ئەو خاتوونەش بەڕۆژوو بووە

نابێ پیاوان بۆ ئامادەکردنی ژەمە خواردنەکان زۆر لە خێزانەکانیان بکەن، چونکە رەمەزان میوانی هەموو دڵەکانە و دەبێت لەم مانگەدا هەموو توندوتیژییەکان لەناو بەرین و ببینە عەبدی خودا، نەک عەبدی خواردن

پیاوانی بەڕێز و لەخواترس لەم مانگەدا دڵە جوانەکانی هاوسەر و و دایک و خوشکەکانتان مەڕەنجێنن و واز لە نارەحەتکردنیان بهێنن، با هەست بکەن ئەوانیش مرۆڤن و خاوەن پێگەی خۆیانن، نەک تەنیا چێشتلێنەر و ئامرازی حەزەکانتان بن

خزمەتی بگەینەوەو ببێتەوە میوانی ماڵەکانمان، مانگی پیرۆزی رەمەزانیش میوانە ئازیزو خۆشەویستەکەی ناو ماڵی رۆح و دڵمانە و ئەو مانگەیە کە بە هاتنی خۆشی و هێمنی و گەشبینی و ئارامی دەکاتە خەڵات بۆمان و دەبێتە هۆکارێك بۆ گەیشتنمان بە بەختەوەریی رۆحی و گیانی لە هەردوو دنیا.» هاوکات دەڵێت: «ئەم مانگە هاتنی زۆر جیاوازترە، بۆیە دەبیت ئامادەکارییەکی تایبەت و جیاوازتری بۆ ئەنجام بدەین، ئەویش بە خۆئامادەکردنیکی باش و ناوازە و گەورە، نەك تەنیا بە پڕکردنەوەی پێویستی ماددەو خۆراك، بەڵکو بە ئامادەگییەکی جەستەیی و هۆشی، هەتا بتوانین جێژ لە میوانی و میوانداریی ئەم مانگە پیرۆزە بگرین کە نێردراوی خودای تاقانەیە. بۆ ئەمەش ئێمەی ئافرەت کە هاوسەر و دایك و خوشکین، زۆربەی زۆری ئەو گەورەییەی کە خزمەتکردنە، کەوتۆتە سەرشانمان و پێویستە زۆر بە جوانی و بە بەرنامەڕێژییەکی ورد میوانداریی ئەو مانگە پیرۆزە بگرینە ئەستۆ.»

ئامادەکارییەکانیش لەم چەند خاڵەدا دەخاتەڕوو:

١- لەم مانگەدا پێویستە زۆر ئاگاداری لایەنی جەستەیی و تەندروستیی باشی خۆمان بین، تا بتوانین بە وزەیەکی زۆر باشەوە توانای یەك مانگ میوانداریکردنمان هەبێت، ئەمەش بە کەمکردنەوەی خواردن و خواردنەوە زیانبەخشەکان و لە بری ئەوە دەبێت خواردنی تەندروست و ئاوی زۆر خواردنەوە بکەینە پیشە.

٢- بۆ ئەوەی لە کاتی میوانداریيەکە مێشك و هۆشمان سەرقاڵ نەبێت بەکاری لاوەکی و هەموو ساتەکانمان لە حزوور ئەم مانگە پیرۆزە بین بە هۆشیاری، پێویستە ماڵەکەمان و شوێنی کارەکانمان بە پاکوخاوێنی رابگرین.

٣- پێویستە لەم مانگەدا زیاتر خۆمان و منداڵەکانمان لەسەر جوانیی هەڵسوکەوت و بەکارنەهێنانی وشەی زبر و نەشیاو رابهێنین و هەر تاکێکی خیزانەکانمان، ئەگەر کێشەو ناکۆکی لە نێوانیان هەبێت، پێك بێنەوە، چونکە هەرگیز جوان نییە، میوانە ئەزیزەکانمان پەرۆشی حاڵ و دۆخی ناکۆکیی نیهانمان بێت.

٤- وەرگرتنی زانستی تەواو بەرامبەر بەو میوانە ئازیزە کە مانگی رەمەزانەو ئامادەکاریی تەواو بۆ خوێندنی قورئانی پیرۆز و سروود و وێردەکان کە لەو مانگەدا بیژیێنینەوە و دڵەکانی خۆمان و میوانەکەشمانی پێ رازاوە و نەخشێنراو بکەین.

پێویستە لەم مانگەدا زیاتر خۆمان و منداڵەکانمان لەسەر جوانیی هەڵسوکەوت و بەکارنەهێنانی وشەی زبر و نەشیاو رابهێنین و هەر تاکێکی خیزانەکانمان، ئەگەر کێشەو ناکۆکی لە نێوانیان هەبێت، پێک بێنەوە

٥- وریای ئەوە بین کە ئەم مانگە پیرۆزە حەزی بە کەسانی چاوچنۆك و زیادەڕۆ و خاوەن خەرجیی زۆر نییە، بەلکو سفرەو خوانێکی رازاوەی سادە و خاوێن و حەڵاڵی دەوێت.

بە ئومیدم بگەینە خزمەت ئەم مانگە موبارەکە و بە بینینی ئەمساڵیش شاد ببینەوە و میوانداریمان لێ قبووڵ بفەرموێ.