INTERNATIONAL BESTSELLER

Sida la Isaga Joojiyo Walwalka loona Bilaabo Nolol Fiican

TIJAABOOYIN LA HUBIYEY OO
LOOGA GUULEYSAN KARO WALWALKA

Turjumiddi:
DR JAAMAC SAHAL

U GAAR AH ESOMA BOOKS

DALE CARNEGIE

HOW to STOP WORRYING and START LIVING

SIDA LA ISAGA JOOJIYO WALWALKA, LOONA BILAABO NOOLOL FIICAN.

HOW TO STOP WORRYING AND START LIVING.

Waxaa Turjumay: Dr Jaamac Sahal.

© copyright

Xuquuqda tarjumidda buuggaan waxaa iska leh Shirkadda Esomabooks. Lama daabacan karo, lama nuqul guurin karo, si kalena looma adeegsan karo ayada oo aan ogolaansho laga haysan Shirkadda Esomabooks.



Esomabooks waa shirkad ka shaqaysa in ay buugaagta aadka muhiimka u ah ee ku qoran afafka qalaad ay u rogto afka Soomaaliga. Sidoo kalena waxa ay shirkaddu ka shaqaysaa isku xirka qorayaasha iyo akhristayaasha qaab online ah.
Himillada ugu wayn ee shirkaddu waa kobcinta qoraalka iyo akhriska bulshada Soomaaliyeed.

Si aad u heshid buugaag kale oo waxtar leh, fadlan booqo bogga www.esomabooks.com™

Nagala soo xiriir:

Phone Number: +249902552006

Email: Esomabooks@gmail.com

TUSMADA.

Qaybta Koowaad: Xaqiiqooyinka Bud-dhigga u ah ee aad u Baahantahay in aad ka Ogaatid Walwalka.

Cutubka Koowaad: Ku noolow ``Nolol Maalintaas Ku Kooban``.
CUTUBKA 2aad – QAACIDDO CAJIIB AH OO LAGU XALLIYO WALWAL KASTA.
Cutubka saddexaad : Walwalku Waxa Uu Kuu Gaysan Karo.

Qaybta Labaad : Hababka Ugu Muhiimsan Ee Lagu Baaro Walwalka.

Cutubka 4aad- Sidee Loo Baaraa Oo Loo Xalliyaa Dhibaatooyinka.
Cutubka 5aad- Sida Loo Baaba`iyo Konton Boqolkiiba Walwalka Safar Ganacsiyeedka.

Qaybta Saddexaad: Sida Loo Baabi`iyo Walwalka Kahor Inta Uusan Adi Ku Baabi`in

Cutubka Lixaad: Sida Walwalka looga Ciriirsho Maskaxdaada.
Cutubka 7aad : Yaa Aan Cayayaanku Kaa Adkaanin.
Cutubka Siddeedaad: Xeer Kanshada(fursadda) Ka Saaraya, In Badan oo Walwalka Socdaalka ah.
Cutubka 9aad - U SAMIR WAXII AADAN KA FURSANAYN.

Cutubka 10aad: Walwalkaaga U Samee Xadka Khasaaradu Ku Joogsato.

Cutubka 11aad: Ha isku dayin in wax xash ah aad xashtid.

Qaybta Afaraad - Toddobo Waddo Oo Aad Ku Samaynsan-kartid Qaab-fikir Aad Ku Helaysid Xasillooni iyo Farxad.

Cutubka 12aad – Siddeed Erey Oo Noloshaada Beddali Kara.

Cutubka 13aad- Qaymaha Isla-simiddu ku fadhido.

Cutubka 14aad- Haddii Aad Sidaan Samaysid, Waligaa Kama Walwali Doontid Mahad-naq la`aan.

Cutubka 15aad- Hal Malyan Oo Doolar Ma Ku Doorsan (Beddelan) Lahayd Waxa Aad Haysato?

Cutubka 16aad- Hel Oo Ahoow Qofka Aad Tahay: Xasuusnoow Qof Adiga Ku Ah Ma Jiro Adduunkaan.

Cutubka 17ad : Haddii aad liin-dhanaan hesho, samayso cabitaan-liimeed.

Cutubka 18aad: Sidee La Isaga Daweeyaa Jirrooyinka Male-awaalka Ah 14 Maalmood Gudahood.

Qaybta Shanaad : Xeerka Dahabka Ah Ee Looga Adkaado Walwalka

Cutubka 19aad – Sida Aabbahay iyo Hooyadeey Ay Walwalka Uga Adkaadeen.

Qaybta Lixaad : Sida Looga Adkaado Ka-Walwalidda Eedaymaha.

Cutubka 20aad: Xasuusnoow Cidina Ey Bakhtiyey Ma Haraatido

Cutubka 21aad: HADDII AAD SIDAAN SAMAYSO, DHALIIL WAX KU YEELI DOONTA MA JIRI DOONTO.

Cutubka 22aad- Doqonimooyinkii Aan Sameeyey.

Qaybta 7aad- Lix Qaab Oo Looga Hortago Daalka Iyo Walwalka , Awooddaada Iyo Niyaddaadana Kor Loogu Qaado.

Cutubka 23aad: Sidee Maalin Walba U Kordhin Kartaa Awooddaada Shaqeed?

Cutubka 24aad: Maxaa Ku Daalin Kara?- Maxaa Aadse Ka Samayn Kartaa?

Cutubka 25aad: Sida Hooyo-Gurigu, Ay Daalka Isaga Ilaalin Karto- Ayna Muuqaal Dhalinyaro U Lahaan Karto.

Cutubka 26aad: Afar Dhaqan/Caadooyin-Shaqo Oo Wan-wanaagsan Kuwaas Oo Ka Hortagi Kara Daalka iyo Walwalka.

Cutubka 27aad: Sidee Looga Fogaadaa Wahsiga(Caajiska) Kugu Dhalinaya Daal, Walwal iyo Niyad-xumo.

Cutubka 28aad: Sidee La Isaga Ilaaliyaa Walwalka Hurdo La`aanta Ka Yimaada.

Qaybta Siddeedaad: Sidee Loo Helaa Shaqada Aad Ku Farxi Doontid Oo Aad Kuna Guulaysan Doontid.

Cutubka 29aad: Go`aanka Ugu Wayn Ee Safarka Nolosha.

Qaybta sagaalaad:Sida Loo Yareeyo Walwalkaaga Dhanka Dhaqaalaha

Cutubka 30aad: “Halka Boqolkiiba Toddobaatan Walwalku Ka Yimaado…”

Qaybta Tobnaad: “Sidii Aan Walwalka Uga Adkaaday” 32 qisooyin(dhacdooyin) oo dhab ah.

Lix dhibaato oo waa wayn ayaa halmar igu wada dhacay.

HORUDHAC.

Soddon sano kahor waxa aan ahaa mid kamid ah kuwa ugu farxadda yar dhalinyarada New York. Baabuurta xamuulka ah iibkooda ayaa aan ka shaqayn jiray. Aqoon uma lahayn sida baabuurtu u shaqayso, intaas kaliya ma ahee xataa ma doonayn in aan ogaado. Shaqadayda ayaa aan nacay. Noloshayda dhan ayaa aan nacay. Waxa aan nacay nolosha liidata ee aan ku noolahay, kunoolaansha qol wada baranbaro ah oo ku yaal Galbeedka magaalada New York, waddada Konton iyo lixaad. Xataa waxa aan xasuustaa subax aniga oo labisanaya aan damcay in aan soo qabsado mid kamid ah NEKATIIN (TAAYADA QOORTA) oo darbiga ii surnaa, koox baranbaro ah oo dul fuushanayd ayaa ka yaacday.

Waxa aan nacay cuntada maqaaxiyaha raqiiska ah, wasakhda badan ee ayaguna baranbarada leh.

Qolkayga ayaa aan imaadaa habeen kasta aniga oo madaxu ila xanuunayo niyad-jab, walwal iyo mucaaradnimo. Mucaarad waxa aan ku ahaa riyooyinkii waawaynaa ee aan lahaa xilligii aan iskoolka dhiganayay oo riyo iyo wax kama jiraan isubadaly. Waxaani ma nolol baa? Waxaani ma xiisahii iyo hammigii aan doonayaybaa? Noloshayda macnaheeda dhammi ma waxaa weeye in aan ku noolaado nolol aanan rabin, baranbarooyin in aan lanoolahay, cunto liidata in aan cuno iyo in aan wax rajo ah mustaqbalka kalahayn? Waxa aan muddo sugayay raaxada aan ka heli doono buugaagta aan qori doono balse meeday?.

Waxa aan ogaa in haddii aan shaqadaan katago in aan waxba iga khasaarayn balse aan gaari karo riyo kasta oo aan ku riyooday. Waxaa i hor yimid wabi, qofkasta oo dhalinyaro ahna horyimaada marka uu noloshiisa iyo maamulkeeda u banbaxo. Halkaa marka xaalkaas ciriiriga ah noloshaydu marayso ayaa aan go`aan qaatay, go`aankaas noloshayda isbadalkii ugu waynaa ee soo maray ayaa uu ahaa. Go`aankaas ayaa noloshayda ka dhigay soddon iyo shantii sano ee lasoo dhaafay mid raaxo iyo farxadi kabuuxdo.

Go`aankaygu sidatan ayaa uu ahaa: Shaqadaan aan necbaystay waa aan katagayaa, maaddaama aan afar sano macallinnimo kabaranayay kuleejada macalintinimada ee Warrensburg ee gobolka Missouri, waxa aan noqonayaa macallin dadka waawayn waxbara xilliga habeenkii ah. Xilliga maalinta ahna, si xorriyad ah ayaa aan buugaag u akhrisan karayaa, casharo, sheekooyin iyo buugaagna u diyaarin karayaa. Waxa aan doonayay ``In aan u noolaado in aan wax qoro, waxna u qoro si aan ugu noolaado``.

Maxaa aan bari doonaa dadkaan waawayn ee aan doonayo in aan habeenkii macallin u noqdo? Waxa aan dib u fiiriyey oo qaymeeyey aqoontaydii jaamacadda, waxaana ii soo baxday in aan aad ugu wanaagsanahay kahor-hadlidda dadka. Sababta oo ah awoodayda ah kahor-hadlidda bulshada ayaa ah awoodda baqdin iyo kalsooni xumo labadaba iga kaxaysay, geesinimo iyo isku kalsoonina i siisay.

Waxaa kale oo aan ogaaday in hogaamiyaha dhabta ah qofka noqon kara uu yahay qofka iskiis isutaagi kara oo ku hadli kara waxa uu rumaysanyahay.

Waxa aan shaqo ka codsaday jaamacadaha Columbia iyo New York shaqadaas oo ah in aan dadka baro ``Sida dadka looga hor hadlo ``. Labaduba waxa ay iisheegeen in ay isku filanyahiin oo aysan ii baahnayn.

Waa aan ka niyad jabay arintaasi markii hore, balse hadda waa aan ku faraxsanahay in aan shaqo kawaayay , maxaa yeelay waxa aan shaqo ka bilaabay Y.M.C.A oo ah iskoolo habeenkii la dhigto, ahna iskoolo shaqadoodu aad u adagtahay la igana doonayo in aan dadaal aad u badan sameeyo. Xujo wayn ayaa ay ahayd shaqadani. Dadka waawayn ee iskooladan imaanaya ma ahayn dad u imaanaya in ay shahaadooyin ama magacyo ka helaan iskooladaan, balse waxa ay ahaayeen dad u imaanayay doonista in ay xal u helaan dhibaatooyinka haystay. Waxa ay u imaanayeen in ay xal u helaan dhibaatada ah in ay shirarka ganacsi ay ka hadli karaan ayaga oo aan isku sheexin ama kursiga ka dhicin. Waa dad doonayay in ay macaamiishooda wax ka iibiyaan ayaga oo aan u baahnayn in ay cabbaar iska dabo wareegaan si ay u diyaariyaan waxii ay ku oran lahaayeen macmiilka. Waxa ay doonayeen in ay gaaraan xasillooni iyo isku kalsoonaan. Waxa ay doonayeen in ay ka hormaraan dhanka ganacsiga. Waxa ay doonayeen in ay dhaqaale saa`id ah u helaan qoysaskooda. Sidaas darteed waa dad lacag ku bixinaya in ay isbadal dhakhso ah gaaraan oo ay iskoolka wax ka bartaan, hadii aysan si dhakhso ah u arkin isbedel, waa dad doonaya in ay iska joojiyaan imaanshaha casharrada maaddaama lacagtaas ay billaha u bixiyaan ay tahay mid qoyskoodu baahi u qabo. Aniguna maaddaama mushaar aanan ku qaadanayn laakiin aan qaadanayay saami-boqoleey waxa aan soo saaro ku xiran, waa in aan si dhab ah u shaqeeyaa, waa hadii aan doonayo in aan cunto iyo nolol helo.

Waxa aan bilowgii dareemay in aan waxbarayo dad maskaxda ka curyaan ah balse kadib ayaa aan xaqiiqsaday in aan ku jiray tabab-bar wax u dhigma aysan jirin. Waxa aan ku khasbanaa in aan ardodayda dhiiro-galiyo, waxa aan ku khasbanaa in aan ku caawiyo xallinta dhibaatooyinka haysta.

Waa in aan xiisad kasta xiiso u yeelo si ay xiisadda dambe usoo xiiseeyaan.

Shaqo xiiso badan ayaa ay ahayd. Waa aan jeclaystay. Waxa aan aad ugu bogay sida ganacsadayaashaan ay si dhakhso leh u yeelanayeen isku-kalsoonaan, wax soosaarkooda iyo dhaqaalahooduna u kobcayay.

Ardayda fasalladu wax badan ayaa ay kabadanayeen intii aan rajaynayey anigu. Sagaal bilood gudaheed Y.M.C.A oo awal diidanaa in ay shan doolar habeenkii isiiyaan ayaa hadda ii ogolaaday sodon doolar habeenkii iyo gunno kale oo dheeraad ah.

Bilowgii kaliya waxa aan ka shaqaynayey baridda ardayda sida dadka looga hor hadlo, markii dambe waxa aan ogaaday in dadkaani u baahanyahiin in labaro sida saaxiibbo loo soo jiito dadkana saamayn loogu yeesho. Maadaama aanan heli karin buug kusaabsan arimahaan, waxa ay noqotay in aan anigu mid aan leeyahay aan qoro. Buug aan u qoray ma ahayn balse khibradda xiisadahaan iyo dadkaan aan lakulmayo ayaa aan ka qori jiray kana tixraacan jiray mawduucyadiisa. Buuggaas waxa aan u bixiyey ``SIDEE SAAXIIBBO LOO KASBADAA DADKANA SAAMAYN LOOGU YEESHAA``.

Maaddaama ay ku qornayd buug caadi ah oo anigu aan qalin gacantayda kula qoray iyo sidoo kale maaddaama afar buug oo kale oo aan anigu qoray ay jiraan kuwaas oo aan waligood lamaqlin, waligayba isma oran cid ayaa

kaa iibsan doonta. Hadda dabcan waxa aan ahay mid kamid ah qoraayada adduunka ugu caansan inta nool.

Sanado kale ayaa tagay kadib ayaa haddana aan xaqiiqsaday in ardaydaan dhibaato kale ay haysato maaddaama ay yahiin mulkiilayaal ganacsi, xisaabiyeyaal, ganacsadayaal, injineero cayn walba oo shaqooyinka sarsare iyo kuwo hooseba ah. Kuligood dhibaatooyin ayaa wada haysata. Waxaa kujiray dumar ganacsadayaal ah iyo kuwo hooyo-xaafadeed ah. Ayagana dhibaatooyin ayaa haystay. Waxaa ii caddaatay in aan u baahanay buug ku saabsan sida walwalka looga adkaado. Waxa aan aaday maktabadda ugu wayn magaalada New York ee ku taal Fifth Avenue iyo Forty-second street, waxa aan layaabay in labadaan maktabadoodba ay wax buug ah oo walwal soo hadal qaadaya ay kahayaan labaatan iyo labo buug oo kaliya. Layaabka kale ee aan kusoo arkay ayaa ahaa in maktabadahani ay hayeen boqol iyo sideetan iyo sagaal buug oo kahadlaysa gooryaanka. Waa sagaal jibbaar buugta kahadlaysay walwalka. Layaab, mayna ahayn?

Maadaama walwalku yahay mid kamid ah dhibaatooyinka ugu waawayn ee banii`aadamka soo wajaha, maysan kula ahayn in iskoolada iyo goobaha waxbarashada oo dhammi ay lahaadaan mowduuc looga hadlo `` Sida Walwalka La Isaga Joojiyo``?

Xataa haddii uu jiiro iskool mowduucaas looga hadlo ma aha mid aan waligay maqlay iskoolkaasi.

Taas maxaa ka dhashay? In kalabar dadka isbitaallada yaalla, ay u yaallaan arrimo isku-buuqsanaan iyo waxyaalo walwal ka dhashay.

Waa aan wada eegay labaatan iyo labadaas buug ee ka hadlaya walwalka ee yaalla maktabadaha New York, waxa aan sidoo kale soo iibsaday buug kasta

oo walwalka ka hadla oo aan heli karay haddana waa aan ka waayay wax aan ardadayda kabaro mowduucaan. Waxa aan go`aansaday in aan anigu mid qoro.

Toddobo sano kahor ayaa aan bilaabay diyaarinta buuggaan. Sidee u diyaariyey? Waxa aan akhriyey wax kasta oo qolyaha faylasoofyadu ay kadhaheen mowduucaan walwalka. Waxa aan sidoo kale akhriyey boqolaal taariikh-nololeed laga soo bilaabo taariikh-nololeedkii Confucius illaa iyo Churchill. Waxa aan sidoo kale waraystay dad badan oo adduunka caan ka ah oo ay kamidyahiin Jack Dempsey, General Omar Bradley, General Mark Clark, Henry Ford, Eleanor Roosevelt, iyo Darothy Dix. Laakiin intaasi bilowgii oo kaliya ayaa ay ahayd.

Intaas oodhan wax kale oo ka muhiimsan ayaa aan sameeyey. Waxa aan shan sano kashaqeeyey shaybaarka lagu baaro Sida **Walwalka Looga Adkaado**, shaybaarkaas oo aan fasalka dhexdiisa ku samaynayay. Illaa iyo inta aan ogahay waa shaybaarka kali ah ee caynkiisa ah ee ifkaan ka jira. Sidaan ayaa uu u shaqaynayay:

Ardayda waxa aan u dajinaynay qaanuunno ay raacaan si ay isaga joojiyaan walwalka kadibna waxa aan waydiinaynay waxa iska badalay marka ay isticmaalaan qaanuunnadaan. Qaar kalena ardayda ayaa noo sheegayay sidii ay walwaladii soo maray uga adkaadeen.

Khibradda aan taas ka helay waxa ay noqotay in aan dhihi karo: waxa aan dhagaystay dad ka hadlaya ``Sida Walwalka Looga Adkaado`` in kabadan inta uu dhagaystay qofkasta oo adduunka soomarray. Intaas waxaa dheer waxa aan akhristay boqolaal ka hadlaya mowduuca ah ``Sida Walwalka Looga Adkaado`` kuwaas oo qoraal ahaan la iigu soo diray kuwaas oo

kakala imaanayay in kabadan boqol iyo todobaatan magaalo oo Maraykanka iyo Kanada ah.

Sidaa darteed buuggani dhib la`aan kuma imaanin. Mana ahan waano iyo wacdi jaamacad lagasoo bartay. Balse waxa aan iskudayay in aan qoro wax dhakhso u shaqayn kara, kooban, oo haddana xog dhamaystiran ah kuwaas oo aan kadiyaariyey kumanaanka qof ee aan lakulmayay.
Hal wax ayaa dhab ah: Buuggani waa xaqiiqo. Gaws dambeedka waa aad gashan kartaa.

Waxa aan ku faraxsanahay in aadan buuggaan ka helaynin dad male-awaal ah sida nin hebel layiraahdo ama hebel iyo heblaayo kuwaas oo aan cidna garan karin. Marka laga reebo dhowr xabbo, buuggani dad dhab ah ayaa kuxusan iyo meelaha dadkaasi ay daganyahiin. Waa dhab dhammaantood. Waa wax qoran oo caddayn wada leh.

Faylasoofkii faransiiska ahaa ee Valery ayaa yiri ``Saynisku waa xogta waxyaalo la isku dayay oo lagu wada guulaystay``. Waa sida buuggaani uu yahay `` Waa xogta waddooyin lamaray oo guul lagu wada gaaray si nolosheenna walwalka dibadda looga saaro``. Laakiin aan digniin kusiiyo, buuggaan kuma arki doontid wax kugu cusub, waxa aad ku arkin waa waxyaalo aad wada taqaanay. Hadii ay saas tahayna aniga iyo adiga midkeenna uma baahna in wax cusub loosheego. Hore ayaa aynu u wada naqaanay in ku filan in aynu ku gaari karno nolol heer sare ah. Dhibta ina haysataayi ma aha ogaal la`aan balse waa ficil-la`aan. Ujeeddada buugaani waa laguu caddeeyo, laguu muujiyo, boorka lagaaga jafo iyo in sidoo kale dhabarka lagaa dharbaaxo(riixo) si aad ficil ula timaadid, qaanuunyadaana aad u raacdid.

Buuggaan uma aadan dooran in aad ogaatid sida loo qoray buuggaan. In aad wax qabatid ayaa aad doonaysaa. Waa hagaag, ina dhaqaaji. Fadlan akhri afartan iyo afarta bog ee ugu horreeya, haddii markii aad halkaas maraysid aadan dareemin in awood cusubi ay kusoo gashay oo aadan ku dhiiran joojinta walwalka haddaba markaas buuggaan qashinka isaga tuur. Wax faa`iido ah kuuma uu lahee.

DALE CARNEGIE.

Qaybta Koowaad: Xaqiiqooyinka Bud-dhigga u ah ee aad u Baahantahay in aad ka Ogaatid Walwalka.

Cutubka Koowaad: Ku noolow ``Nolol Maalintaas Ku Kooban``.

Xilligii guga 1871dii ayaa dhalinyarey buug kor u qaaday kadibna akhriyey labaatan iyo kow erey, kuwaas oo saamayn qotodheer ku sameeyey aayatiinkiisa.

Arday caafimaadka kabarta Montreal General Hospital ayaa aad uga walwalayay in uu imtixaanka kama dambaysta ah ku guulaysan doono iyo inkale, waxa uu kawalwalay waxa uu sameeyo, meesha uu aadi doono, sida uu shaqo u heli doono, sida uu u noolaan doono.

Labaatan iyo kowdaas erey ee uu akhriyay ayaa ardaygaan ka dhigta mid kamid ah dhakhaatiirta adduunka ugu caansan ee qarnigiisii. Waxa uu aasaasay isbitaalka adduunka dhan aadka caanka uga ah ee Johns Hopkins School of Medicine. Bare aad u caan ah ayaa uu ka noqday jaamacadda Oxford, waxaana la guddonsiiyey shahaado nooca ugu sarraysa ee jaamacadaasi caafimaad ku bixisay. Waxaa u istaagay oo sharfay boqorkii Ingiriiska. Markii uu dhintay labo buug oo mid walba yahay 1446 bog ayaa loo baahday si taariikh-nololeedkiisii loogu qoro.

Ardaygaas magaciisu waa Sir William Osier. Waakanaa labaatan iyo kowdii erey ee uu ka akhriyey buugga sanadkii 1871dii, waa ereyo uu qoray Thomas Carlyle. `` Ujeeddadeenna ugu wayni ma aha in aan eegano waxa

bidhaanta fog inooga muuqanaya, balse waa in aan wax ka samaynno waxa gacanteenna markaas kujira``.

Afartan iyo labo sano kadib, xilli gu`u ah ayaa Sir William Osier habeen lahadlay ardaydii dhiganaysay jaamacadda Yale. Waxa uu u sheegay ardaydii in ninka asaga oo kale ah ee afar jaamacadood bare heer sare ah ka ah sidoo kalena ah qoraaga buugaag badan laga filayo in uu leeyahay maskax ka sarraysa tan dadka kale. Waxa uu u caddeeyey in saaxiibadiis oodhammi ay wada yaqaaneen in maskaxdiisu tahay kuwa dadka caadiga ah oo kale.

Haddaba waa maxay sirtiisu? Waxa uu sheegay in ay tahay waxa uu ugu yeeray `` Maalintaas  in wax walba ku egyahiin`` Maxaa uu ula jeeday? Bilo kahor inta uusan khudbadda ardayda u jeedin ayaa Sir William markab ku maray badwaynta Atlaantikada, markabka noocaan ah waa mid kabtanku uu awoodo in uu baton(gujiye) riixo hal mar kadibna uu qayb-qayb ukala xirmayo markabku. ``Hadaba idhagaysta dhammaantiin`` waxaa yiri Sir William Osier `` Qofkasta oo idinka mid ah waxa uu u samaysanyahay si ka casrisan markabkaan. Waxa aan idinka doonayo waa in qofkasta oo idinka mid ah uu barto sida uu u maamuli lahaa isu maamuli lahaa uuna ku noolaado ``Nolol wax walba maalintaas ku egyahiin`` waa sida ugu haboon ee aad amni iyo xasillooni ku dareemi kartid. Riix boton oo dhagayso shanqarta xirmashada albaabada waxii ku dhaafay oodhan. Batoon kale riix si aad daah bir ah isaga xirtid mustaqbalka aan wali dhalanin ee berri. Kadib ayaa aad xasillooni iyo amni helaysaa. Iska xir waxii laga soo tagay, waxii tagay waa tageen hana israacaan. Iska xir shalay iyo waxii ay wadatay oodhan. Culayska berri, lagu daray culayskii shalay, labadaas culays oo aad maantay qaadid ayaa ah khaladka ugu wayn. Iska

xir waxii mustaqbal ah sida aad isaga xirtay waxii shalay ahaa. Mustaqbalku maanta weeye, wax berri ah majirto. Maalinta la rabo in uu qofku xoog saaro waa maanta. Tabarta oo kaa dhammaata, Maskaxda oo isku kaa buuqda, madaxu waxa uu xanuunaa ninka mustaqbalka ka walaaca. Iridaha ka xiro, madax-xanuunka wayn ee shalay iyo berri waa ku dhaafeen. Baro oo beero caadada ah `` In aad wax walba ay maalintaas ku koobnaadaan``.

Sir Osier hadalkaan ma waxa uu ula jeeday in aanan wax dadaal ah u samaynin mustaqbalkeenna? Dabcan maya. Laakiin waxa uu ula jeedaa in uu yiraahdo qaabka ugu wanaagsan ee birri loogu diyaar-garoobi karo waa in aan isugayno caqligeenna oodhan, xamaasadeenna oodhan, oo aan galinno shaqadeenna maanta gaarsiinnana heerka ugu sarreeya. Waa qaabka kaliya ee ugu wanaagsan ee aan berri ugu diyaar-garoobi karno.

Sir William waxa uu u sheegay ardayda in ay maalintooda ku bilaabaan ducada ah `` Rabbiyoow na sii rootigii(furunkii) maanta``

Ogsoonoow in ducadaas codsigeedu yahay rootiga maanta oo kali ah. Kama hadlayso waxii ka qaldanaa rootigii shalay, mana oronayso ``  Galleydii waayadaan waa naga abaaroowday oo ma bixin, abaarkale in ay noo timaadana waa laga yaaba, sidee cunto ku heli doonnaa  dayrta soo socota. Ama kasoo qaad shaqadayda haddii aan waayo, xaggee wax aan cuno u doonan doonnaa?``

Ducadaani waxa ay ku baraysaa in aad waydiisatid waxii aad maanta cuni lahayd oo kaliya. Cuntada maanta ayaa ah inta kaliya ee aad maantay cuni kartid.

Sanado kahor xigmadloow aan waxba haysan ayaa wadan qarfe ah oo noloshu dadka ku adagtahay iska dhex wareegayay. Maalin ayaa dad isugu soo urureen meel buur yar ah oo uu dul fadhiyey korkeed,kadib ayaa uu siiyey mid kamid ah khudbadihii taariikhda adduunka ugu caansanaa. Khudbadaan waxa ay kakoobantahay labaatan iyo lix eray kuwaas oo qarniyo badan dadku hadal hayeen illaa iyo maanta `` Berri haka fakarina, bari ayadu ha iska fakarto, maanta waxaa idinku filan dhibta maantay taagan``.

Dad badan ayaa hadalkaas diida. Berri haka fakarin. Laakiin ogoow ereyadaas sida dhowr boqol oo sano kahor loo isticmaali jiray looma isticmaalo maantay. Saddex boqol oo sano kahor ereyga fakar waxaa loo adeegsan jiray walwal. Haka walwalina berri.

Taas oo dhan macnaheedu waa kafakar berri, balse fakar caqliyeysan fakar, qorshe dagso una diyaar garoow berri. Laakiin haka walwalin berri.

Marka dagaalka lagu jiro, hogaamiyaasha ciidanku waxa ay ka fakaraan qorshayaasha berri balse kama ay walwalayn. ``Ciidan kii ugu fiicnaa oo qalab kii ugu fiicnaa wata ayaa aan leeyahay, waxa aana siiyey qorshe hawleedkii ugu sarreeyey, maxaa kale oo aan samayn karaa `` Waxaa yiri Ernest J. King oo ahaa hoggaanka ciidanka badda ee Maraykanka. `` ``.

Haddii markab la quusiyey, anigu masoo celin karo, haddii uu sii quusayana kama hor istaagi karo quusiddaas. Waqtigayga waxa aan u adeegsan karaa in aan ku xalliyo kahortagga midka soo socda intii aan waqtiga isaga qaadi lahaa waxii tagay``. ``Intaas waxaa dheer haddii waxyaalahaasi wareer igu hayn lahaayeen, maba aanan noolaadeen illaa iyo da`adaan``.

Haddii nabad ama dagaal lagu jiiro, farqiga ugu wayn ee u dhexeeya fakaridda wanaagsan iyo fakaridda xuni waa: Fakaridda wanaagsan qofku waxa uu kafakarin meesha dhibtu ka imaanin iyo saamaynta ay yeelan karto taasina waxa ay u keenin in uu qofku layimaado qorshe caqliyeysan oo waxtar leh; fakaridda xumi waxa ay qofka ku keenin cadaadis maskaxeed iyo in uu isku-buuqo.

Dhawaan waxaa sharaf ii ahayd in aan waraysi layeesho Arthur Hays Sulzberger, waa ninka daabaca mid kamid ah wargaysyada adduunka ugu caansan, waa wargayska New York Times. Mudane Sulzberb waxa uu iisheegay, in uqaadan waa ku dhacay markii dagaalkii labaad ee adduunku uu Yurub ka bilowday, aad ayaa uu mustaqbalka uga walaacay, illaa uu gaaray heer uu seexan waayay. Cabbaar markii uu joogaba sariirta ayaa uu kasoo boodaa, xaashi ayaa uu soo qabsadaa iyo rinjiga, muraayadda isku fiiriyaa, waxa uuna iskudayaa in uu sawirkiisa sameeyo. Waxba kama uusan aqoonin sawiraadda, laakiin waxbuu iska sawirayay si uu isu mashquuliyo oo isu ilowsiiyo shiddada jirta. Waa uu awoodi waayay in uu marnaba walwalka joojiyo oo uu xasilooni dareemo inaba haba yaraatee illaa uu markii dambe samaystay halkudheg uu ku celceliyo habeen iyo maalinba. Hal-kudheggaas ayaa oran HAL TALLAABO AYAA IGU FILAN;

Iftiin yar aan shito

Lugahayga aan dhaqaajiyo

Uma baahni in aan fogaan dheer arkayo

Halka tallaabo in aan arkayo ayaa igu filan

Islawaqtigaas inan dhalinyaro ah ayaa ku noolaa Yurub oo asaguna casharkaas oo kale baranayay. Magaciisu waa Ted Bengermino oo deggan 5716 Newholme Road Baltimore, Mary-land. Asaguna aad ayaa uu uga walaacayey tabab-barkiisa ciidanka Waxa uu yiri

``1945tii bishii afaraad  ayaa aan u walwalay illaa uu igu dhacay Xannuun dhakhaatiirtu ugu yeereen ``Spasmodic Transverse Colon`` (Xiidmo-soo-Kogid) waa cudur xanuun aad u badan leh. Haddii aan dagaalku dhakhso u dhammaan lahayn, dhabtii waa aan u dhiman lahaaba.

Si xadka ka baxsan ayaa aan u daalayay, waxa aan qaabilsanaa tirokoobka dadka dhintay, kuwa lala`ayahay, iyo kuwa isbitaalada lajiifiyo. Waxaa kale oo aan qaabilsanaa  in aan aruuriyo googo`yada maydadka oo dhan, kadibna aan aaso isla dagaalka dhexdiisa. Waxaa intaas ii dheerayd in aan soo aruuriyo alaabaha qof walba uu ka dhintay kadibna aan hubiyo in lagaarsiiyey dadkii ay ka dhasheen, ayaga ayaa ay alaabtaasi qaymo wayn ugu fadhidaaye. Waxa aan ka cabsanayay in aan khaladaad iyo ceebo waa-wayn aan gaysto. Aad ayaa aan uga walwalay in aan gudan doono waxaan oo shaqo ah oo dhan. Waxa aan ka walwalay in aan dib u arki doono wiilka kaliya ee aan dhalay ee lix iyo tobanka bilood jira, kaas oo aanan wali arkinba. Aad iyo aad ayaa aan u walwalay illaa dhowr iyo labaatan kiilo oo miisaan ah iga dhaceen mudo kooban. Qarracan ayaa aan gaaray illaa aan ku dhawaaday in aan waasho. Gacmahayga ayaa aan eegay, dhabtii lafo iyo maqaar kaliya ayaa laga arki karay. Waxa aan kasii qarracmay in anoo dhammaaday aan dadkaygi dib ugu laabto. Afka ayaa aan furtay sidii ilmahiina waa u ooyay illaa ilmaduba iska qulqulayso haddii aan kali noqdaba.

Maalin ayaa gabi ahaanba la waayay wax I aamusiya ama idajiya, illaa aan ka quustay in aan waligay dib dambe u ahaan doono banii`aadam caadi ah.

Waxaa la igeeyey xafiiska dhakhtarka ciidanka, dhakhtarkaas ayaa baaritaan igu sameeyey, kadib ayaa uu talo isiiyey, taladaas ayaa noloshayda gebi ahaanba bedddashay. Waxa uu ii sheegay in dhibkayga oo dhammi uu ka imaanayo maskaxdayda.

Waxa uu igu yiri ``Ted, waxa aan kaa doonayaa in aad u kafakrtid in noloshaadu tahay Saacad-ciideed(Waa dhalo ciid lagu shubo oo dhexda meel cariiri ah kuleh, ciida ayaa marba dhanka la hoos mariyo u gudubta ayada oo si ciriiri ah oo dabo-dheeraanaysa ku gudbaysa. Halkaas ayaa laga eegi jiray hadba inta ciid gudubtay iyo inta hartay, qiyaas saacadeedna looga dhigan jiray).

Waxa aad ogtahay in saacaddaasi ay ku jiraan kumanaan xabbo oo ciid ah, si kasta oo ay ahaataba kumanaankaas xabbo ugu dambayn waa ay wada gudbayaan, dhuunta yar ee dhexda ah ayaa ayna kawada gudbayaan. Waxkasta haddii aan samaynno aniga ama adigu ma samayn karno in xabbad ciid ah ka badan ay halmar gudubto. Aniga , adiga iyo qofkasta oo kale waxa aan nahay sida saacaddaas ciidda kasamaysan. Subaxii markii aynu soo toosno dhammaanteen hawlo tiro badan ayaa ina wada sugaya. Haddii aynaan isku dayin in aan kuligood isku mar samaynno ee aan midba mar samaynno ugu dambayntii sidaas ayaa ay noogu wada qabsoomayaan, dhuuntaas yar ee saacaddana uga wada gudbayaan. Haddii aynaan sidaas samaynin waa aan ku waalanaynaa, jimsigeenuna waa uu ku dhammaanayaa.

Xigmaddaas ayaa aan ku dhaqmayey illaa iyo maalintaas xasuusta leh ee dhakhtarku igu waaniyey. `Markiiba hal mir oo ciid ah, markiiba hal hawl ah` Waanadaas ayaa badbaadisay maskaxdayda iyo jimsigayga labadaba, illaa haddana ayada ayaa i caawisa. Hadda badeecadaha ayaa aan u hubiyaa shirkad ganacsi oo Baltimore ku taalla. Isla sidaas oo kale ayaa aan dhibaatooyin ganacsi i soo foodsaaraan, waxyaalo badan ayaa la iiga baahanayaa in aan hal maalin wada qabto, waqtiguna aad ayaa uu iigu yaraadaa. Badeeco ayaa sii dhammaanaysa, badeeco kale oo la soo dajin ayaa u baahan in la hubiyo, xafiisyo cusub ayaa lafurin ama laxirin. Halkii aan ku wareeri lahaa waxa aan xasuustaa taladii dhakhtarka ee ahayd ``Hal mir oo ciid ahi halmar hagudubto, hal hawl oo shaqo ahna halmar qabo``. Aniga oo ereyadaas ku celcelinaya markasta ayaa aan hawlahayga oodhan si waxtarnimo leh uwada qabtaa, aniga oo aan wax isku-buuqid iyo walaac ah aan marnaba dareemin.

Faallooyinka ugu yaabka badan ee nolosha maanta laga bixiyo waa in kalabar sariiraha isbitaalada loo kaydiyo in lajiifiiyo dadka isku-buuqay ama walaacsan. Waa dad uu ku habsaday culayskii shalay ee lasoo dhaafay iyo baqdin ay ka cabsanayaan berri. Haddana inta badan oo dadkaas ahi wa dad magaalada iska xaragoon lahaa, faraxsanaan lahaa, nolol dhamaystirana lahaan lahaa haddii ay maqli lahaayeen talooyinkii aha ``Berri haka walwalin`` iyo ``Maalintaas noloshaadu haku koobnaato``.

Aniga iyo adiga hadda qoraalkaan akhrinaya, waqtigii tagay waa wax inawada dhaafay, mustaqbalkuna waa wax aad u fog. Ma awoodno xataa hal ilbiriqsi oo waqtiyadaas kamid ah in aan hadda ka dhigno. Haddii aan sidaas isku dayno maskaxdeenna iyo jimsigeenna ayaa aan gaddoominaynaa. Haddaba aynu ku qanacno waqtiga kaliya ee aynu ku

noolnahay ama ku noolaan karno in uu hadda yahay. Waqtigeennu hadda ayaa uu ka bilowdaa illaa aan kaseexanayno. `` Qof kasta culayskiisa waa uu sidi karaa illaa habeenkii laga gaaro, qof walba waa in uu dedaalo, shaqo adagna la yimaado. Qofkasta waa noolaan karaa nolol macaan, deggan, naxariis leh oo nadiif ah illaa habeenka uu ka gaaro oo uu seexanayo. Maalintaasi waa dhammaatay. Nolosha macnaheeda dhanna waa intaas``. Waxaa sidaas qoray Robert Louis Stevenson.

E.K. Shields, oo deggan Court street, Saginaw, Michigan. Aad ayaa ay u qalbi jabtay illaa ay qarka u istaagtay in ay is disho haddii aysan baran lahayn in ay nolol maalmeedkeeda ku ekeyso illaa ay ka seexato. Waxa ay tiri `` Sanadkii 1937dii, ninkaygii ayaa dhintay, aad ayaa aan u qalbi jabay, waxnana mahaysan. Shaqadii aan horay uga shaqayn jiray ayaa aan dib u codsaday waana la ii ogolaaday. Waxa ay ahayd in aan buugaag kasoo iibiyo degmooyinka iyo iskoolada kabaxsan magaalooyinka waawayn. Gaarigaygii labo sano kahor ayaa aan iska iibiyey markii ninkaygu uu aad u xanuunsanaa. Laakiin awood ayaa aan u helay in aan wax isku xirxiro oo aan iibsado gaari lasoo isticmaalay kadibna waxa aan dib u bilaabay iibka buugaagta.

Waxa aan is iri in aan dib ushaqeeyo ayaa ii fiicnaan doonta oo iga caawin doonta qalbi-jabka aan dareemayo, laakiin kaligay in aan safrayo maalin kasta haddana kaligay aan wax cunayo ayaa iiga sii darnaatay dhibtii hore. Meelaha qaarkood buugaagta si fiican la iigama iibsanayn, waxaa igu adkaanaysay in aan dib isaga bixiyo lacagihii gaariga la iiga lahaa.

Xilligii guga ee 1938dii waxa aan ka shaqaynayay Versailles, Missouri. Iskooladu waa kuwo aad sabool u ah, waddooyinku waa kuwo baaba`san, kalinimadii ayaa aan adkaysan waayay. Aad ayaa aan u qalbi-jabay oo xataa

in aan isdilo ayaa aan ku fakaray. Guul dhinacna waa iga bidhaami wayday. Wax aan u noolaado ayaa aan garan waayay. Waa aan karahsaday in aan subax walba tooso oo nolosha foodsaarayo. Wax walba ayaa aan kawalwalayay oo ka cabsanayay: Waxa aan ka cabsanayay in aan gaariga lacagtiisa aan bixin waayo, kirada guriga in aan bixin waayo, lacag aan cunto ku gato aan waayo. Caafimaadkaygu in uu xumaado oo aan dhakhtarka iska bixin waayo ayaa aan ka walwalayay.
Waxa kaliya ee aan iskaga daayay in aan isdilo waxa ay ahayd, waxa aan ka cabsanayay in walaashay ay aad u muraaro dilaaci doonto iyo in kharash la igu aaso xataa aanan ka tagaynin.

Kadib subax ayaa aan oraah niyadayda kor uqaaday oo geesinimo I galisay ka akhriyey wargays. Waligay ma ilaawi doono abaalka aan u hayo oraahdaas aan akhriyey maalintaas. Oraahdu waxa ay ahayd ``Maalin kasta waa u nolol cusub qofka xikmadlowga ah`` Oraahdaas ayaa aan qoray kadibna ku dhagsaday muraayadda hore ee gaariga si aan xilli kasta u arki karayo markii aan gaariga kexeeyo. Waxaa ii muuqatay in aysan dhib badnayn in maalin kasta goonideeda loo noolaado. Waxa aan bartay in aan shalay wax ladhaho iska ilaawo, berri wax ladhahana aanan marnaba ka fakarin. Subax walba waxa aan dhahaa `` Maantay waa nolol cusub``

Si buuxda ayaa maalinkaas kadib uga adkaaday walwal oodhan, si buuxdana waa u noolahay waxii maalintaas kadambeeyey. Hadda aad ayaa aan u faraxsanahay, guulna ka gaaray noloshayda, xamaasad nololeed oo fiicanna waa igu jirtaa. Hadda waxa aan ogahay in aanan waligay cabsanin, wax walba oo nolosha isoo wajahaba. Waxa aan ogahay in aan mustaqbalka laga cabsan, waxa aan ogahay in maalinkasta goonideeda loo

noolaado iyo in `` Maalin kasta ay nolol cusub u tahay qofka  xigmadlowga ah``.

Farxad qofbaa gaara, qof kaligiis ah

Qof maanta maalintiisa in ay tahay og

Qof kalsooni ku oran karaya

``Berri-yeey xumaantii aad rabtid lahoow, anigu maanta ayaa aan joogaa``.

Waxyaalaha ugu dhibta badan ee dabciga banii`aadamka kamid ah ayaa ah in dadku noloshooda dhabta ah ay meel iska dhigaan. Dhammaanteen waxa aan ku riyoonaynaa raaxada aan ka heli doono beero iyo ubaxyo circa kasoo wada lusha markii aan samaysanno, halkii aan ku raaxaysan lahayn ubaxyada daaqadeenna banaankeeda ka muuqanaya.

Maxay tahay doqonimada noocaaas ah?

Stephen Leacock ayaa yiri ``Maysan layaab ahayn wadiiqo nololeedka yar ee layiraahdo ANIGA. Ilmaha yari waxa uu oronayaa ` Markii aan wiil wayn noqdo` Laakiin taasi waa maxay? Wiilka waynina waxa uu oronayaa `Markii aan waynaado, kadib markii uu waynaado ayaa uu oran `Markii aan guursado` Laakiin guur maxa kadambeeya? Fakarkiisii waxa uu isu beddalayaa `Markii aan shaqada ka fariisto` Kadib markii uu shaqada ka fariisto ayaa uu gadaal fiirinayaa asaga oo u jeeda raadkii noloshiisii tagtay

ayaa dabayli baabi`inaysaa raadkiina; waa ay dhaaftay noloshaasi waana ay tagtay. Nolosha gadaal ayaa aan ka ogaannaa waxa ay tahay, noloshu noolaanshaha waqtiga aad joogtid weeye, noloshu waxa ay kujirtaa daqiiqadaha iyo saacadaha maalin kasta ah.

Edward S. Evans ee reer Detroit ah, walwal ayaa uu u dhiman gaaray kahor intii uusan ogaanin `In noloshu kujirto daqiiqadaha maalin kasta ah`.

Waxa uu ahaa nin fakhri kusoo koray, lacagtii ugu horaysayna waxa uu ka bilaabay iibinta wargaysyada, kadibna in uu dukaan gado. Kadib asaga oo toddobo qof noloshooda dabira ayaa uu shaqo kahelay meel maktabad ah. Mushaarku aad ayaa uu u yaraa, laakiin waa uu ka cabsanayay in uu shaqadaas katago maaddaama dad badan ay ku tiirsanaayeen. Siddeed sano ayaa tagtay illaa uu ku dhiiraday in uu ganacsi uu leeyahy uu bilaabo. Konton iyo shan doolar oo uu soo daynsaday ayaa uu ganacsi ku bilaabay, ganacsigaasi labaatan iyo kow kun oo doolar ayaa uu u dhalay sanad gudahiis. Kadib ayaa ganacsigii halmar dhulka galay, saaxiib uu xoogaa lacag ah u dhiibtayna asagana dhaqaalahii ayaa ka burburay.

Intaas waxaa u dheerayd bangigii uu lacagta ku kaydsan jiray ayaa asna burburay oo khasaaro wayn galay. Kaliya dhaqaalihiisii ma burburin balse dayn dhan toban iyo lix kun oo doolar ayaa lagu yeeshay.

"Waa aan aamini waayay. Waa aan seexan waayay, waxba waa cuni waayay, cudur aan lagaranayn ayaa igu dhacay. Walwal, wax aan walwal ka ahayn ma ahayn cudurkaasi`. Maalin aniga oo waddada maraya ayaa aan dhacay oo aan suuxay. Mar dambe kor waa u istaagi waayay, sariir ayaa la isaaray illaa jimsigayga dhammi wada biyo galeen sidii aan sariir u saarnaa.

Meelihii biyuhu galeen oo dhan ayaa wada jirro noqday illaa dhinac kasta oo aan u seexdaba uu kaar igu noqday iyo xanuun sakaraad ah. Jimsigayga dhammi waa dhammaaday. Ugu dambayntii ayaa dhakhtarkii ii sheegay in adkaan doonto in aan labo toddobaad oo dambe aan sii noolaado. Waa aan qarracmay. Rajadaydii nololeed ayaa aan dib u liqay, sariirta ayaa aan dib isugu tuuray kadib waxa aan go`aansaday in aan dhimashada sugo. Hadda waa aan is dhiibay, wax wal ama halgan nololeed ah masamaynayo, waa yara degay kadib waaba aan gam`ay. Sidii ilmo dhashay ayaa aan u seexday. Qalbi-jabkii dhammaan ayaa iga tagay. Dib in aan wax u cuno ayaa aan bilaabay, miisaan ayaana ii bilaabmay in uu igu kordho.

Asbuucyo kadib, awood ayaa aan u yeeshay in aan ku dhaqaaqi karayo biraha dadka lugaha la`a. Lix asbuuc kadib caadi ayaa aan u soconayay. Sanadkii hore labaatan iyo kow kun ayaa aan ku shaqaynayay balse hadda waxa aan ku qanacsanahay in aan soddon doolar asbuucii ku shaqeeyo, Waxa aan helay shaqo ah in aan taakooyin u dhigo baabuurta maraakiibta marka lagu raro. Hadda cashar ayaa aan bartay. Walwal dambe maya, qamuunyo dambe masamayn doono. Waxii dhacay waa ay dhaceen, mustaqbalkayga u burburin mahayo.

Sanado gudaheed Edward asaga ayaa noqday maamulahii shirkadda oodhan. Shirkadiisii xataa markii uu dhintay kadib waxa ay ahayd shirkadaha ugu caansan magaalada New York. 1945tii markii uu dhintay Edward waxa uu ahaa mid kamid ah ganacsadayaasha ugu horreeya Maraykanka oodhan. Waligaa haddii aad dulmartay Greenland waxa aad ku arkaysaa Evans field oo lagu sharfay mudane Edward.

Muhiimadda sheekadu waa tan: Edward S. Evans waligiis hormarkaan ganacsi ma gaareen haddii uusan soo arag dhibka walwalka iyo haddii uusan barteen in uu maalin kasta goonideeda u noolaado.

Shan boqol oo sano kahor dhalashadii Nabi Ciise ayaa xigmadloowgii Heraclitus ee Giriigga ahaa ardadiisa u sheegay `` Wax walba waa is beddalaan aan ka ahayn qaanuunka isbeddalka, Biyaha wabiga, hal biyo isku mar ma taaban karaysid`` Biyuhu waa ay isbeddalayaan ilbiriqsi kasta, qofkuna waa isbeddalayaa ilbiriqsi kasta. Noloshu waa isbeddal aan joogsi lahayn. Waxa la hubo oo kali ah waa maanta. Maxaa u khasaarin quruxda nolosha maanta adiga oo xallinaya dhibaatooyin berri ah oo isbadalkaas aan joogsiga lahayn ku dhex jira iyo mustaqbal waxa ku jira cid kuu sheegi karta aysan jirin?

Roomaankii hore labo erey ayaa ay isticmaali jireen oo ah ``Carpe diem` oo ah `` Maalintaada ku raaxayso`` ama ``Maalinta qabo``. Maalinta qabo oo ka faa`iidayso.

Waa xikmadda uu isticmaalo Lowell Thomas oo aan dhawaan gurigiisa ku booqday , asbuuc waqti ahna aan laqaatay; Waxa aan arkay ereyo uu qoray oo uu darbigiisa ku dhagsaday si uu maalin kasta u arko.

Tani waa maalin Eebbe abuuray, waa in aan ku raaxaysanno oo ku faraxsanaano.

John Ruskin ayaa haysan jiray dhagax yar oo ay ku qorantahay ``Maanta`` maaddaama aanan anigu haysan dhagax miiska ii saaran, waxa aan haystaa gabay aan muraayadda gurigayga ku dhagsaday si aan u arko subax walba marka aan isku fiiriyo muraayadda. Gabayga waxaa sidoo kale haysan jiray

Sir William Osier, waxaana tiriyey ninkii caanka ahaan ee reer Hindiya ee la oran jiray Kalidasa. Waana sidatan.

Xalka illaa qorrax-dhaca.

Maalinta maanta ah eego

Noloshu waa maanta oo kali ah

Inta yar ee ay socoto

Ayaa dhab iyo xaqiiqdada koobta

Haddii ay korid noqoto

Hadday guul ahaato

Haddii yoolal la gaarin

Shalay waa riyo tagtay

Berri waa wirwir muuqda

Balse wanaag ku noolaanshaha maanta

Ayaa shalay farxad u yeesha

Berrina rajo wanaagsan ka yeesha

Haddaba maalintaan ilaasho

Ayadaa salaan kaaga baahan

Haddaba waxa ugu horreeya ee la doonayo in aad ka baratid walwalka waa : Haddii aad doonayso in aad noloshaada walwalka ka ilaaliso samee waxa Sir William Osier uu sameeyey.

1. Iska xir albaada waxii tagay iyo waxa soosocda labadaba. Maalintaas nolol ku kooban nooloow.

Iswadydii su`aalaha soosocda kadibna qor jawaabahooda.

1. Ma noloshayda hadda ah ayaa aan xoogga saaraa iyo sidii aan mustaqbal fiican u yeelan lahaa, mise waxa aan ku riyoodaa beero iyo ubaxyo circa iiga soo lulman doona?
2. Ma marmar ayaa aan waqtiga lajoogo aan xanaaq isku dhaafiyaa aniga oo qoomamaynaya khaladaadkii iyo waxyaalihii isoo maray xilligii lasoo dhaafay?
3. Subax walba ma toosaa aniga oo go`aansaday in aan maalintaas ka faa`iidaysto oo qabsado waxii aan awoodo oo dhan?
4. Noloshayda wax badan ma kobcin karaa aniga oo ku noolaanaya qaacidada ah ``Noolow nolol maalintaas ku eg``?
5. 5. Goorma ayaa aan qorshahaan bilaabayaa? Ma toddobaadka soo socda? Ma berri? Ma maantay

CUTUBKA 2aad – QAACIDDO CAJIIB AH OO LAGU XALLIYO WALWAL KASTA.

Miyaa aadan rabteen waddo-fudud oo aad ku xallin kartid walwal kasta oo kusoo wajaho, hab aad haddeer bilaabi kartid intii aadan buuggaanba wax kale ka sii akhrin?

Haddaba aan kuu sheego qaabka uu isticmaali jiray Willis H. Carrier oo ah injineer caqli badan ahna madaxa Carrier Corporations, shirkad caan ah oo soo saarta mukayfyada oo ku taalla Syracuse New York. Waa mid kamid ah qaababka ugu fiican ee walwal lagu xalliyo. Asaga ayaa aan qaabkaan ka maqlay shakhsiyan mar aan kuwada qadaynayan Engineer`s Club ee magaalada New York.

Waxa uu yiri `` Aniga oo dhalinyaray ah, ayaa aan ka shaqo bilaabay Buffalo Forge shirkad la dhaho oo kutaal Buffalo, New York. Waxaa la iidhiibay in aan xirxiro qalab loogu talo galay in gaaska lagu nadiifiyo laguna fuliyo mashruuc qaadan doono malaayiin doolar oo lacag ah. Waa hab cusub oo halmar kali ah horay loo tijaabiyey. Xoogaa ayaa wax nadiifiyey qalabkii balse sidii laga rabay wax ku filan waa noqon waayay.

Waa aan u qaadan waayay guul-darrada aan la kulmay. Waxa ayba ila ahayd sidii in qof jugwayn madaxa iiga dhuftay, caloosha iyo uur kujirtaa bilowday in ay I holcaan oo dhaqdhaqaaqaan. Waayo ayaa aan walwalayay oo aan seexan waayay.

``Ugu dambayntii caqliga saliimka ah ayaa aan ku gartay in aan walwalkaani waxba itari doonin, kadib waxa aan helay waddo aan dhibaatooyinkayga ku xallin karo aniga oo aan wax walwal ah samaynin. Si fiican ayaa habkaasi iigu shaqeeyey. Habkaan ayaa aana illaa hadda isticmaalaa in soddon sano ka badan``.

Waa qaab fudud. Cidwalba ayaa isticmaali karta. Waa saddex tallaabo.

``Tallaabada koowaad: Xaaladda ayaa aan si fiican oo daacadnimo leh u darsaa , waxa aan darsaa waxa ugu xun ee igu dhici kara haddii aan ku guul-darraysto qalabkaan iyo hagaajintiisa. Cid I xiraysa majirto, cid I dilaysana majirto. Taasi xaqiiq ayaa ay ahayd.

Waxaa kale oo dhab ah in aan shaqadayda waayi karayo iyo in shirkaddu qalabkaan meesha ka saaraan oo ay khasaaran lacag dhan labaatan kun oo doollar.

Tallaabada labaad: Markii aan ogaaday waxa ugu xun ee dhici kara. Waxa aan nafsadayda kula heshiiyey in aan aqbalo oo kasoo qaado in waxii ugu xumaa ayba igu dhaceen. Waxa aan nafsadayda ku iri : Guuldarradani niyad-jab ayaa ay igu noqon, shaqadayda in aan ku waayana waa laga yaabaa, laakiin shaqo waa heli karaa maxaa dhib ah. Tan kale qolada shirkaddu waa ay ogyahiin in qalabkaani uu tijaabo ku jiro, haddii tijaabadii lagu guul-darraystay oo lacagtaas labaatanka kun ah ay

khasaaraan, waa ka samri karaan waa shirkad wayn. Lacagtaasna waxaa lagu qori karaa in ay tijaabada ku baxday.

Markii aan ogaaday waxa ugu xun ee igu dhici kara kadibna aan nafsadayda kula heshiiyay in aan aqbalo oo kasoo qaado in ay igu dhacday, hal wax oo aad muhiim u ah ayaa dhacay: Islamarkiiba istireex iyo xasillooni ayaa i gashay aanan in muddo ah dareemin.

`` Tallaabada saddexaad. Illaa iyo daqiiqadaas waxii ka dambeeyey, waxa aan awoodayda dhan aan galiyey sidii aan u xallin lahaa in aysan xaaladda ugu xun ee aan aqbalay aysan gaarin.

Intaas kadib ayaa aan billaabay in aan ka fakaro qaabkii aan ku yarayn lahaa khasaaradaas labaatanka kun ah . Tijaabooyin dhowr ah ayaa aan qalabkii ku sameeyey, kadibna waxa aan ogaaday in haddii qalab kale oo shan kun oo doolar noqonaya aan galino, dhibtayada oo dhan in xalkeeda la gaarayo. Sidii ayaa aan samaynay, halkii aan labaatan kun ka khasaari lahaynna, shan iyo toban kun oo kale ayaa aan ka faa`iidnay.

Xaqiiq ahaan waligay awood uma heleen in aan xalkaan keeno haddii aan ku mashquuli lahaa in aan ka walwalayo waxii dhacay. Sababta oo ah walwalku waxa uu burburiyaa awoodda fakarka ee qofka. Markii aan walwalno, maskaxdu waxa ay bilowdaa in ay marba meel u boodo, oo ay adkaato in aad go`aan sax ah qaadatid. Laakiin marka aynu go`aansanno in aan aqbalno in waxa ugu xumi ay nagu dhaceen, markaas waxa aan meesha ka saaraynaa sawirashadii xumayd ee maskaxdeennu ku wareeraysay waxa aana awoodaynaa in aan si caqliyeysan oo deggan xal ugu helno dhibaatada aynu ka walwalayno.

``Dhacdadani waxa ay ahayd sannado badan kahor, si aad u fiican ayaa ay iigu shaqaysay illaa iyo haddana waa aan adeegsadaa taasna waxaa ka dhashay in noloshaydu tahay mid gebi ahaanba ka maran walwal iyo walaac oo dhan``.

Haddaba maxaa qaaciddada Willis H. Carrier ay dhab u noqonaysaa, qaymo waynna ugu fadhinaysaa? Sababta oo ah waxa ay caadka ka qaaddaa circa aan waxba ka arki wayno marka aynu walwalsannahay. Cagaha ayaa ay si fiican dhulka I noogu xajisaa, waxa aan ogaanaa halka aynu taaganahay. Haddii aynaan maskaxdeennu cago dhiganin, sidee ayaa aan si sax ah ugu fakari karaa?

Barafasoor William James oo ahaa aabbaha cilmi nafsiga, muddo soddon iyo siddeed sano ah ayaa uu hadda mootanyahay. Balse haddii uu maanta noolaan lahaa, waxaa hubaal ah in uu ansaxin lahaa qaaciddadaas aynu soo aragay. Sidee ku ogaaday? Sababta oo ah ardadiisa ayaa uu ku oran jiray `` Diyaar u ahoow in aad sideeda ku aqbashid.... Diyaar u ahoow in aad sideeda ku aqbashid, ``In aad waxa dhacay marka hore aqbashid ayaa ah tallaabada ugu horraysa ee dhibaato kasta aad kaga adkaan karti``.

Isla fikraddaas waxaa buuggiisa caanka ah ee Muhiimadda Nolosha ku caddeeyey Lin Yutang asaga oo yiri ``Xasilloonida dhabta ah ee maskaxeed waxa ay ka timaaddaa aqbaaladda waxa ugu xun in ay kugu dhaceen aad aqbashid, nafsad ahaanna waa qaab qofku culays wayn maskaxda uga dajin karo``.

Waa sax sidaasi! Nafsad ahaan waa qaab qofku culays wayn maskaxda uga dajin karo! Marka qofku aqbalo in waxa ugu xumi ay ku dhaceen, wax

intaas kasii dheer oo uu ka baqayo ma jiraan, taas macnaheedu waa intaas waxii kasoo hara oo uu ka badbaado waxa ay u noqon faa`iido.

``Markii aan aqbalay waxii ugu xumaa, islamarkiiba waxa aan dareemay xasillooni maskaxeed iyo istireex aan in muddo ah aanan dareemin. Illaa iyo waagaasna si fiican ayaa aan u fakari karaa``.

Macno ayaa ay samaynaysaa, sax? Saas oo ay tahay boqolaal dad ah ayaa noloshooda dabo-gaddoominaya ayaga oo xanaaqsan oo aqbali la`a dhibaatada soo gaartay, ayaga oo diiddan in ay wax ka qabtaan waxa soo gaaray, ayaga oo diiddan in ay iska badbaadiyaan dabo-gaddoonka nolooshada ku iman karaya haddii ay sii wadaan walwalidda. Halkii ay isku dayi lahaayeen in ay dib noloshooda u dhisaan, ayaa ay sii dhexgalaan dagaal kharaar oo ay lagalamayaan dhibaatadii soo martay ee ay u qaadan la`ayahiin kadib waxa ay ku dambeeyaan in uu ku dhaco cudur layiraahdo Melancholia (Cudur maskaxeed qofku jirro dareemayo markasta, isku buuqsanyahay, niyad-jabsanyahayna).

Ma doonaysaa tusaale qof kale oo isticmaalay qaaciddada cajiibka ah ee Willis Carrier iyo noloshiisa sida uu xal uga gaaray? Waa tahay waa tanaa tusaale kale, waa nin shirkadaha shidaalka ee New York katirsan oo arday ka ahaa fasalkayga.

``Waxaa la damcay in laaluush baad ah la iga qaado, waa rumaysan waayay in sidaan oo kale Maraykanka dhexdiisa ka dhici karto, waxa aan u haystay kaliya filimaanta in ay ka dhacdo balse dhabtii waa ay igu dhacday; Sidaan ayaa ay sheekadu u dhacday : Shirkadda shidaalka ee aan madaxa ka ahaa waxa ay lahayd baabuur badan oo kuwa xamuulka ah ee shidaalka qaada waxaana kala waday darawallo badan oo kaladuwan. Xilligaas sharciga

shidaalka iyo ganacsigiisu aad ayaa loo xaddidi jiray, waxaana nalaka hubin jiray macmiil kasta iyo shidaalka aan u shubayno inta uu le`egyahay. Ma ogayn anigu laakiin waxaa dhab ahayd in qaar kamid ah darawallada baabuurtu ay shidaal intii larabay ka yar ay u shubayeen macaamiisha qaarkood kadibna shidaalka soo hara ay ka iibsanayeen macaamiil ayaga u gooni ah.

Markii ugu horraysay ee aan ogaaday in ganacsiga sharci darrada noocaan ah ay samaynayaan darawalladu waxa ay ahayd markii nin sheeganaya in uu yahay kormeere dowladda ka socda uu iigu yimid xafiiskayga igana dalbaday in aan siiyo lacag laaluush baad ah. Waxa uu ii sheegay in uu caddaymo u hayo falalaka xun-xun ee darawalladayadu ku kacayaan, waxa uuna iigu hanjabay in uu caddaymahaas u gudbin doono maxkamadda haddii aanan iska laaluushin.

Waa aan ogaa in wax shakhsiyan igu gooni ah oo aan ka walwalo aysan jirin. Balse waxaa kale oo aan ogaa in sharciga dalku sheegayo in shirkad kasta ay masuul ka tahay ficillada shaqaaleheeda. Intaas waxaa dheer oo aan ogaa haddii arintaani ay maxkamadda gaarto kadibna lagu soo qoro wargaysyada, ay ceeb u keenayso ganacsigayga ay magacaka dili doonto. Aniguna waxa aan ahaa nin ku faana ganacsigiisa oo aabbahay bilaabay labaatan iyo afar sano ka hor.

``Aad ayaa aan u walwalay, waana aan jirraday! Waxba waa aan cuni waayay oo waa aan seexan waayay saddex habeen iyo maalmahood. Waxa aan bilaabay in aan iska dabo wareego si waalli ah. Ma bixiyaa lacagta shanta kun ah ee ninkaani I waydiisanayo mise waxii aad samayn kartid samee ayaa aan ku dhahaa, waxii uu doonaba ha sameeyee? Labadoodaba waa aan kala dooran waayay, qarracan ayaa ayna igu noqotay.

``Habeen Axad ah ayaa waxaa dhacday in aan la soo baxay qoraalladii Dale Carnegie ee ku saabsanaa sida walwalka la isaga joojiyo, waa qoraalladii aan ku qaatay xiisadihii aan dhigan jiray. Waxa aan helay sheekada Willlis Carrier ee oronaysa `` Marka hore aqbal oo kasoo qaad in waxii ugu xumaa ay kugu dhaceen``. Kadib waxa aan is waydiiyey : Waa maxay waxa ugu xun ee ku soo gaari kara haddii aad ninkaan lacagta u diidid kadibna uu caddaymahiisa u gudbiyo maxkamadda degmada?

Jawaabta ii soo baxday waxa ay noqotay : Ganacsigaygu in uu baaba`o. Xabsi ku aan gali mayo. Waxa kaliya ee igu dhici karaya waa magac-xumada bulshada iga soo gaaraysa`.

Kadib ayaa aan naftayda kula hadlay: `Waayahay, ganacsigaygii waa baaba`ay. Taas waa aan aqbalay. Kadib maxaa dhacaya?`

``Haddii ganacsigaygu baaba`o, waxa ay noqonaysaa in aan shaqo doon noqdo. Taasina wax xun ma aha oo shirkado badan oo shidaalka ka ganacsada ayaa aan aqaannaa kuwaas oo si wanaagsan ii soo dhawaynaya, shaqana ii siinaya..... Waxa aan bilaabay in aan yara degganaan dareemo. Walwalkii habeennada aan ka seexan waayay ayaa iga qaadmay. Xasillooni ayaa i soo gashay... Waxaa layaab ii ahayd in aan si fiican u fakari karayo hadda.

Hadda si cad ayaa aan u awoodi karaa in aan wajaho tallaabada saddexaad. Haddii aan bilaabay in aan xalka u fakaro, islamarkiiba daaqad ayaa ii furantay. Haddii aan arintaan u sheego qareenkayga, waxa ay u dhowdhay in uu waddo aanan anigu aqoonin uu garanayo xalna u helo arintaan I wareerisay. Islamarkiiba waxa aan go`aansaday in aan subaxa horeba la

kulmo qareenkayga arintana uga warramo. Kadib sariirta ayaa aan tagay waxa aana u seexday sidii ilmo dhashay.

Maxaa ay arintii ku dhammaatay? Hagaag. Subaxiiba waxa aan u tagay qareenkii, arintii ayaa aana uga waramay. Markii aan hadalkii u dhameeyeyba waxaa layaab igu noqotay in uu qareenkii igu yiraahdo ``Ninkaan waa tuug bilahaan oo dhan ayaa la sheegay in uu shirkadaha ku wareegayay asaga oo sheeganaya in uu yahay nin dowladda u shaqeeya booliska ayaana raadinaya``. Neef ayaa iga soo boodday markii aan hadalkii maqlayba ee aan xaqiiqsaday in aan iska badbaadshay in aan shan kun oo doolar siiyo nin tuug ah.

Khibraddaan ayaa cashar abid ah I bartay. Hadda markii ay I soo wajahdo wax dhib ah oo walwal igu abuuraysa, waxa aan isla markiiba bilaabaa isticmaalka qaaciddada cajiibka ah ee Willis H. Carrier.

Isla xilligaas uu Willis Carrier ka walwalayay qalabka nadiifinta shidaalka ayaa dhanka kale magaalada Broken Bow, ee gobolka Nebraska waxaa asna dardaaran ku jiray nin magaciisa layiraahdo Earl P. Haney oo xiidmahiisu wada boogag noqdeen. Saddex dhakhtar oo ugu sarreeya dalka ayaa isku raacay in uusan wax daawo ah lahayn cudurkiisu. Waxa ay u sheegeen cuntooyinka larabo in uu iska ilaaliyo, waxa ay usheegeen in uu walwalka iska ilaaliyo iyo in uu isku dajiyo in uu markasta degganaan dareemayo. Waxa kale oo ay u sheegeen in uu dardaarmo.

Boogahaan mar hore ayaa ay Earl P. Haney ku khasbeen in uu iskaga tago shaqo aad u sarraysa oo uu haystay. Hadda wax u haray oo kale oo uu ka walwalaba ma jiraan aan ka ahayn in uu dhimasho liidata uu sugo.

Kaidib ayaa uu go`aan gaaray : Go`aan aad u dhif ah balse cajiib ah. ``Maaddaama wax yar oo waqti ah ay noloshayda ka harsantahay, waa in aan sida ugu wanaagsan u noolaadaa. Waligeey waxa aan doonayay in aan dunida dhan maro inta aanan dhiman. Haddii ay mar uun dhici karto in aan sidaas sameeyo, waa in ay xilligaan noqotaa`` Kadib ayaa uu tikid(jidmariye) iibsaday.

Dhakhaatiirtii oo dhan ayaa layaabay. Waxa ay ku dhaheen `` Waa aan kuu digaynaa, haddii aad safarkaas gashid, badda ayaa qabrigaagu noqon doonaa``.

``Maya waligeed ayaa aysan sidaas dhici doonin. Qoyskayga waxa aan ka ballan qaaday in aan ku dhiman doono halkaan, guriga agtiisana la igu aasi doono halkii dadkayagii kale ku aasanyahiin. Sidaas darteed waxa aan qaadanayaa santuukha maydadka ayaa uu ugu warceliyey.

Santuukha maydadka ayaa uu iibsaday, markabka ayaa uu saartay kadibna waxa uu qoladii markabka u sheegay in haddii uu dhinto ay tallaagad ku kaydiyaan maydkiisa kadibna ay dib ugu geeyaan qoyskiisa marka safarka laga laabto. Markabkii ayaa uu raacay asaga oo xamaasadaysan kuna heesaya hadalladii Omar.

Inta aad nooshahay nooloow

Inta aadan dhimman nooloow

Inta aan ciidda lagu galin

Ee ciido la isu kaa saarsaarin

Safarkaygii kama aanan dhigin mid xaddidan, waxii aan doono ayaa aan cabbay, waxii aan doono ayaa aan cunay, cunto kasta oo dal kasta ah ayaa

aan cunay, kuwo xataa la igu yiri waa hubaal in ay ku dilayaan haddii aad cuntid. Waa aan ku raaxaystay safarkaas si aanan waligay i soo marin. Waxa aan dhexmarnay dabaylo iyo duufaanno ba`an oo haddii aan sidii walwalkii hore ku jiri lahaa aanba dhiman lahaa. Laakiin waxaan oo dhammi xiiso ayaa ay ii ahaayeen.

Cayaaro ayaa aan cayaaray, heeso ayaa aan qaaday, saaxiibbo ayaa aan la kulmay, soojeeday illaa xilli dambe. Markii aan gaarnay Shiinaha iyo Hindiya, waxa aan xaqiiqsaday shiddooyinkii ganacsi ee aan kawalwalayay markii aan wadanka joogay, waxa ay noqonayaan nimco marka loo barbar dhigo fakhriga iyo gaajada ka jira dalalkaas. Waa joogsaday walwalkaygii macno-darrada ku fadhiyey xasillooni ayaa aana dareemay. Markii aan Maraykan dib ugu soo laabtay, afartan kiilo wax ka badan ayaa igu darsamay. Xataa waaba ilaaway in boogo calooshayda ku yaaleen. Waligay si ka wanaagsan sidaas horay uma dareemin. Santuukhii dib ayaa aan uga gaday qoladii aan ka soo iibsaday shaqadaydii iyo ganacsigaygii ayaa aana dib ugu laabtay. Intii ka dambaysay xataa hal maalin waligay ma jirran``.

Marka uu sidaan samaynayo, Earl P. Haney waligiis xataa ma uusan maqal William H Carrier iyo qaabkiisa looga adkaado walwalka. Laakiin mar dambe oo aan la kulmay ayaa uu ii sheegay in uu xaqiiqsanyahay in asaguna isla qaabkaas uu isticmaalayay asaga oo yiri `` Waxa aan nafsadayda heshiis kula galay in aan aqbalo in ay igu dhacday waxii ugu xumaa ee xaaladdaas ka imaan kartay, arintayda dhimasho ayaa ay ahayd waxa ugu xun. Kadib ayaa aan bilaabay in aan ku raaxaysto waqtiga yar ee ii haray, haddii aan walwalka sii wadi lahaa markii aan markabka fuulay, shaki la`aan waxaa ah in santuukhaas maykayga oo kujira la igu soo celin lahaa. Laakiin waa aan is dajiyey, waa aan iska ilaaway dhibtii oodhan,

degganaantaan aan maskaxdayda ku sameeyey ayaa dhabtii awood dheeraad ah ii yeeshay naftaydana badbaado u samaysay.(Earl P. Haney hadda waxa uu degganyahay 52 Wedgemere Ave, Winchester Mass.)

Haddaba haddii Willis H Carrier uu badbaadiyey labaatan kun oo doollar, Ganacsadahii reer New yorkna uu iska badbaadiyey laaluulshkii baadda ahaa, Earl P. Haney na uu naftiisa badbaadiyey ayaga oo dhammaantood adeegsanaya qaaciddadaan, miyaa aadan u malaynayn in ay xal u noqon karto dhibaatooyinka ina haysta? Miyaa aadan u malaynayn in ay xataa dhibaatooyinkaaga qaarkood ay xallin karto?

Qaanuunka labaad waa: Haddii aad walwal dareentid, isticmaal qaaciddada cajiibka ah ee Willis H. Carrier adiga oo samaynaya saddexdaan waxyaabood:

1. Is waydii `` Waa maxay waxa ugu xun ee igu dhici kara?
2. U diyaar-garoow in aad aqbashid
3. Markaas si daggan u dhexgal sidii aad wax uga qaban lahayd kahortagga in waxa ugu xumi aysan kugu dhicin.

Cutubka saddexaad : Walwalku Waxa Uu Kuu Gaysan Karo.

Ganacsadayaasha aan aqoonin sida walwalka loola dagaallamo, dhalinyaronimo ayaa ay ku dhintaan.

-Dr Alexis Carrel.

Waqti yar ka hor ayaa habeen fiidki darisku gambaleelka gurigayga igu soo garaaceen ayaga oo iisheegaya in aan qoyskayga ka tallaalo cudur markaas dalka soogalay. Waxa uu dariskaygu ka mid ahaa kumanaan qof oo iskaa wax u qabso ku shaqaynayay, ayaga oo albaabada magaalada New York oodhan garaacayay dadkana u sheegayay in ay is tallaalaan. Dad wada argagaxsan ayaa safaf dhaadheer soogalayay si loo wada tallaalo. Xarumaha talaalku kaliya isbitaallada kama furnayn ee xataa xarumahii dab-damiska, saldhigyadii booliska, iyo xataa warashado dhismayaashood, ayaa dadka lagu tallaalayey. Kumanaan dhakhaatiir iyo kalkaaliyeyaal ah ayaa heegan ku jiray oo shaqaynayay habeen iyo maalinba. Waxaan oodhan maxaa kiciyey? Siddeed qof ayaa la sheegay in ay magaalada New York uu

cudurkaani ku dhacay, labo qof oo kamid ah siddeedaas ayaana dhimatay. Labo qof ayaa ka dhintay magaalo siddeed malyan ku nooshahay.

Soddon iyo toddobo sano ayaa aan degganahay magaaladan New York waligayna ma arag wax albaabka igu soo garaaca oo iiga digaya cudurka walwalka la yiraahdo kaas oo soddon iyo todobadaas sano gaystay dhibaato tobon kun oo jeer ka badan kan cudurka maanta la iska tallaalayo uu gaysan karo.

Waligay albaabka la iguma soo garaacin oo la iigama digin in tobon qof oo kasta oo ah dadka Maraykan mid ka mid ah uu ku dhicidoono isku-buuqid maskaxeed ayada oo keenayso walwal iyo walaac. Sidaas darteed ayaa aan cutubkaan u qorayaa si aan albaabkaaga u garaaco oo digniin kuu siiyo.

Dr Alexis Carrel oo ah shaqsi billado lagu siiyey caafimaadka ayaa yiri `` Ganacsadayaasha aan aqoonin sida walwalka loola dagaallamo, dhalinyaronimo  ayaa ay ku dhintaan``. Ogoow hooyo-gurigu waa lamid, dhakhaatiirta xayawaanaadka ayaa ayaguna lamid ah iyo fuundiyaasha guryaha dhisa intaba.

Sanado kahor waxa aan Texas iyo New Mexico waqti kula qaatay Dr. O.F. Gober. Waxa aan dhexgalnay in aan ka hadalno arrimaha walwalka ku saabsan. Waxa uu igu yiri `` Toddobaatan boqolkiiba dadka dhakhaatiirta u imaanaya waa ay is daawayn karaan haddii ay maskaxdooda ka saaraan cabsida iyo walwalka ku jira. Ha u malaynin in aan ku leeyahay cudurradooda ayaa aan dhab ahayn. Waa jirrooyin dhab ah waxa ay qabaan dadkaani. Waa sida ilig ku kaaraya iyo xataa boqolaal jeer jirrooyin kasii xanuun badan. Inta badani waxa ay qabaan dheef-shiid-xumo, boog-

calooleedyo, jirrooyin wadnaha ah, hurdo la`aan, madax-xanuuno iyo xataa jeex-qalalyo.

``Cudurradaani waa kuwo dhab ah, waa aqaan waxa aan ka hadlayo`` Waxaa yiri Dr Gober waxa uuna sii raaciyey ``Anigu xataa labo iyo toban sano ayaa aan qabay boog-calooleed``.

``Cabsidu walwal ayaa ay dhalisaa. Walwalku cadaadis maskaxeed ayaa uu dhalinayaa taasina waxa ay saamaynaysaa dareen-wadayaasha calooshaada, calooshaaduna waxa ay soo daynaysaa dheecaanno xadka ka baxsan oo aashato ah taas ayaana keenaysa in calooshaada boogo ku samaysmaan``.

Dr Joseph F. Montague oo ah qoraaga buugga ``Nervous Stomach Trouble``(Dhibaatooyinka caloosha ee cadaadis-maskaxeedka ka imaanaya) isla sidaas oo kale ayaa uu ku sheegayaa waxa uuna yiri `` Boogaha calooshu kama dhashaan waxa aad cuntid ee waxa ay ka dhashaan waxa maskaxda kaa cunaya``.

Dr W.C. Alvarez ee Mayo Clinic ayaa yiri `` Boogaha calaooshu marna waa kacaan marna waa degaan ayaga oo ku xiran kicitaanka iyo daganaanshaha dareemadeenna``

Hadalkaas waxaa lagu caddeeyey daraasad lagu sameeyey isbitaalka Mayo Clinic laguna fuliyey shan iyo toban kun oo bukaan ah oo lahaa boog-calooleed.

Shantii qofba afar kamid ah ayaa aan lahayn wax muuqda oo keeni kara cudurkooda. Cabsi, walwal, nacayb, isla-qabwayni, iyo awood-darro in uu qofku aqbalo dhabta nolosha ka jirta ayaa ah waxa ugu waawayn ee

dadkaan cudurka u keenaya. Boog-calooleedka waa aad u dhiman kartaa sida lagu sheegay xog-gayska(magazine) Life magazine, hadda waa cudurka tobnaad ee ah waxa ugu badan ee dadku u dhintaan.

Waxa aan dhawaan xariir la sameeyey Dr Harold C Habein ee isbitaalka Mayo Clinic. Waxa uu khudbad ka jeediyay shirka sanadlaha ah ee dhakhaatiirta Maraykanka asaga oo sheegay in uu daraasad ku sameeyey 176 ganacsade oo dhammaantood isku celcelis ku dhintay da`ada 44 sano. Waxa uu ku warbixiyey saddex meelood oo meel in xooggaa ka badan ganacsatadaani waxa ay u dhinteen saddex cudur oo kaliya. Waa saddex cudur oo aad loogu yaqaan in ay ku dhacaan dadka walwalka iyo cabsida badan. Waa cudurrada wadnaha, boogaha habdhiska dheefshiidka iyo dhiig-kar. Bal u fiirso- saddex meelood oo meel ganacsatadeenii ayaa caafimaadkoodii kharibaya ayaga oo isu soo jiidaya cudurrada wadnaha, boogo dheefshiidkooda ku dhaca iyo dhiig-kar ayaga oo aan xataa afartan sano gaarin. Guushoodu qaymo daranaa. Qofku guul ma ku gaari karaa in uu dhaqaale samaynayo balse uu ku beddalanayo boog-calooleed iyo cudurro wadnahiisa ku dhaca?Maxaa qofku ka faa`iidayaa haddii uu adduunka dhan yeesho balse uu caafimaadkiisa ku waayo? Xataa haddii uu adduunka dhan yeesho, hal sariir ayaa uu halkii mar ku seexan karaa, saddex jeer ayaa uuna wax cuni karaa. Xataa kan godadka qoda intaas asba waa samayn karaa asaga oo waliba ka hurdo fiicnaanaya, cuntadiisana si ka fiican ugu raaxaysanaya. Xaqiiqdii waxa aan doorbidi lahaa in aan Alabaama beeraley ka ahaado intii aan caafimaadkayga ku waayi lahaa aniga oo isku dayaya in aan waddooyin tareenno iyo warshado sigaar aan yeesho.

Haddii aan sigaar soo hadal qaadnay, dhawaan milkiilahii warshadaha sigaarka ugu caansanaa, dhawaan ayaa wadnahu istgaay oo uu dhintay asaga oo dooxooyinka Kanada u aaday in uu ku soo dalxiiso. Dad badan ayaa uu cajab galiyey haddase lixdan iyo kow ayaa uu ku dhintay. Waxa ay u dhowdahay in uu sanado badan oo noloshiisa ah uu ku beddashay waxa loogu yeero ``guul ganacsi``.

Qiyaastayda milkiilaha warshadaan sigaarka iyo malaayiintiisa lacagta ahba ma dhamma kala bar guusha aabbahay oo beeraley Missouri ka ahaa, kaas oo siddeetan iyo sagaal ku dhintay asaga oo aan doolarna haysan.

Labada dhakhtar ee caanka ah ee Mayo ayaa sheegay in kalabar sariiraha isbitaalka ay buuxiyeen dad isku-buuqsanaan la jirran. Sidaas oo ay tahay markii daraasad lagu sameeyey maskaxda iyo neerfayaasha dadkaas dhimashadoodii kadib, waxaa la ogaaday in aysan waxba qabin oo ay caafimaad qabeen. Isku-buuqistooda waxaa keenayay waxtar-xumo, niyad-jab, cabsi, walwal, bakad, jab, quusasho. Plato ayaa yiri ``Khaladka ugu wayn ee dhakhaatiirtu sameeyaani waa in ay isku dayayaan in ay jimsiga daaweeyaan ayaga oo aan isku dayayn in ay maanka daaweeyaan; ay tahay in maanka iyo jimsigu isku mid yahiin oo aan kalagaar loo daawayn karaynin!``.

Labo kun iyo saddex boqol oo sano ayaa ay qolyaha caafimaadka ku qaadatay in ay arintaan fahmaan. Hadda ayaa aan bilownay qayb cusub oo caafimaadka ka mid ah oo la yiraahdo Psychosomatic medicine(Cilmi-nafsi ahaan in bukaanka loo daweeyo).- Waa caafimaad lagu daweeyo jimsiga iyo maanka labadaba. Waa xilli fiican in aan hadda qaybtaas caafimaad bilaabayno, caafimaad si buuxda adduunka uga xaaqay cudurro badan oo aad dadka dhib ugu hayay oo ay keenayeen jeermis(il-ma-

aragtooyin),cudurro sida halis u ah sida furuq, daacuun , kaduudiye iyo kuwo kale oo ka sii daran kuwaas oo malaayiin qof xaaqay, godadkoodiina la kulansiiyey. Balse cilmiga caafimaadka waxa uu ahaa mid aan awood u lahayn in uu laqabsado cudurrada jimsiga, caqliga iyo maskaxda ku dhacaya oo aysan jeermisyadu keeneen balse ay keeneen dareennada walwalka, cabsida, niyad-jabka , nacaybka iyo quusashada. Dhaawacyo ay dareemadaani gaysanayaan ayaa aad u kordhaya faafayana ayaga oo musiibooyin dhakhso leh gaysanaya.

Dhakhaatiirtu waxa ay sheegeen in mid kamid ah labaatankii qof ee Maraykan ahba uu qayb noloshiisa kamid ah ku qaadan doono xarumaha dadka maskaxda ka jirran. Dagaalkii labaad ee adduunka dhalinyaradii la damcay in dagaalka loo kaxaeeyo, lixdii qofba mid kamid ah, ayaa arin-maskaxiyan ah looga reebay kaxaysashadii.

Waalli maxaa keena? Cidina ma oga jawaabaha oo dhan. Balse in badan waxa ay aad ugu dhawdahay in waalli-dooda ay qayb ka ahayd cabsi iyo walwal. Qof argagaxsan oo dhibtoonaya, kaas oo aan la qabsan karaynin nolosha adag ee adduunka dhabtiisu tahay ayaa waxaa ka dhumaya xariirkii xaqiiqeed ee uu adduunka lalahaa , kadibna waxa uu isugu dabo guryoonayaa duni asaga u gooni ah oo riyo been ah ka samaysan, sidaas ayaana dhibtiisu ku xallismaysaa.

Hadda oo aan hadalkaan qorayo, miiskayga waxaa saaran buug uu qoray Dr Edward Podolsky, waxaana la yiraahdaa Jooji Walwalka oo Caafimaad Ku Nooloow. Waa kuwaan cinwaanno kamid ah cutubyada buuggiisa:

Waxa Walwalku Wadnaha u Gaysto.

Dhiig-karka Waxaa Huriya Walwalka.

Tufta(Roomatiisimada) Waxaa keeni Kara Walwal.

Calooshaada Caafimaadkeeda Dartiis Walwalka Iskaga Yaree.

Buug kale oo si fiican u iftiiminaya arintaan walwalka waa “Libaaxii Naftiisa Kasoo Horjeeday” oo uu qoray Dr Karl Menninger mid kamid ah dhakhaatiirta walaalalaha ahaa ee Mayo ee cilimi-nafsiga. Buugga Dr Menninger waa xog bixin aad u cajiibka oo kahadlaysa markii aad dareenno dhibaato kuu gaysan aad u ogaalatid in ay noloshaada u taliyaan. Haddii aad doonaysid in aad joojisid in aad nafsaddaada dhibtid, fadlan buggaas hel oo akhriso. Asxaabtaada sii. Afar doolar oo kaliya ayaa uu ku fadhiyaa, waana maalgashi kan ugu qaalisan oo aad nolol ku samayn kartid.

Walwalku dadka kan ugu dagganaanshaha badan ayaa uu cudur ku ridi karaa.

Janaraal Grant ayaa arrintaan ogaaday maalmahii ugu dambeeyey ee dagaalkii sokeeye ee Maraykanka. Qisadiisu sidaan ayaa ay ku dhacday: Grant ayaa hareerayn ku hayay Richmond muddo sagaal bilood ah. Ciidanka janaraalka kale ee Lee waa ay daaleen, caqdeen, gaajoodeen. Hormo hormo ayaa ay bilaabeen in ay uga goostaan ciidanka. Qaar kale teendhooyinka ayaa ay isugu imaanayeen ayaga oo qaar ducaysanayaan, qaar ooyayaan qaar kalena waasheen oo waxyaalo aan jirin u muuqanayaan. Kadib ayaa ciidamadaan Lee, dab qabadsiiyeen kaydkii warshadahii suufka iyo tubaakada iyo sidoo kale kaydkii hubka kadibna magaaladii isaga baxeen xilli habeennimo ah ayada oo cirka iyo dhulkii uuro is qabatay. Grant oo aad ugu heellan ka adkaanshaha Lee ayaa ciidamada isku-dhafka ah labada dhinac iyo gadaalba ka fariisiyey

magaalada Richmond halka Sheridan iyo fardoolaydiisii ay dhanka hore ka fadhiyeen.

Grant oo aan si fiican indhaha wax uga arki la`a, madax xanuun saa`id ahna dareemaya ayaa ciidamadii ka yara haray oo ku leexday guri beer ku dhexyaalla si uu habeenkaas ugu nasto. Waxa uu yiri ``Biyo qandac ah ayaa aan cagaha gashtay, geedana madaxa ayaa aan saartay si madax-xanuunku iiga ba`o``.

Subaxdii haddii la gaaray waaba buskooday. Waxa uu ku buskooday ma ahayn dhirtii iyo biyahii balse waxa ay ahayd nin faras la ordaya oo u yimid una keenay warqad ka socota janaraal Lee oo ay ku xusantahay IN UU IS DHIIBAYO.

``Markii warqadda la ii keenayay wali madaxa waa la iga hayay, balse markii aan arkay waxa ku qoran warqadda islamarkiiba waa buskooday`` Sidaas waxaa yiri janaraal Grant.

Dabcan waxa jirrada u keenayay waxa ay ahaayeen walwalka, cadaadis-maskaxeedka, iyo dareenka uu dareemayay. Isla markiiba waa uu buskooday isla daqiiqadii dareennadii xumaa ay ka guureen oo ugu beddalmeen kalsooni, yool-gaarid iyo guul.

Toddobaatan sano kadib ayaa Henry Morgenthau Jr oo ahaa xoghaynta dhaqaalaha ee madaxwayne Franklin D. Roosevelt waxa uu ogaaday in walwalku madax- xanuun iyo dawakhaad u keeni karo. Waxa uu sheegay in uu si xad-dhaaf ah u walwalay markii madaxwaynahu si uu u kordhiyo sicirka qamadiga dartiis uu u iibsaday 4,400,000 baaldi oo qamadi ah hal maalin gudaheed. Waxa uu yiri ``Waa aan dawakhay markii hawshaan lagu

gudo jiray, xaafadda ayaa aan aaday kadib sariir iska dul aalay muddo labo saacadood ah``.

Haddii aan doonayo in aan ogaado waxa walwalku dadka u gaysan karo, uma baahni in aan maktabadda ama dhakhtar aado ee waxa aan eegi karaa bannaanka daaqadayda aniga oo ka arki kara guri ay degganyahiin dad isku-buuqay maskax ahaan, iyo guri kale oo ninkii degganna walwal dartiis ay sonkori ku dhacday. Marka suuqu uu hoos u dhaco ayaa sonkorta dhiiggooduna kor u kacdaa.

Markii Montaigne xigmadloowgii faransiiska ah loo doortay guddoomiyaha magaaladiisii ee Bordeaux waxa uu dadkiisii ku yiri `` Arimahiina gacmahayga ayaa aan ku qaadayaa balse beerkayga iyo sambo-badayda ku qaadan mayo``.

Nin dariskayga ah dhibtii suuqa ka jirtay ayaa uu dhiiggiisa ku shubay illaa uu ku dhawaaday in uu u dhinto.

Walwalku gaari-curyaan ayaa uu ku dul dhigi karaa intii uu Tuf iyo Roomatiisimo kugu rido. Dr Russell l. Cecil ee jaamacadda Cornell University waa dhakhtar caan ku ah cudurka Roomatiisama iyo Tufta. Waa kuwaan afarta cudur ee ugu badan ee uu sheegay in ay keenaan tufta.

1. Burburka guurka.
2. Dhaqaale baaba`a iyo
3. Kalinimo iyo walwal.
4. Niyad-jab dabo dheeraaday.

Dhabtii afartaan cudur kali ah kuma eka waxa tufta keena. Waxaa jira noocyo badan oo kala duwan oo tuf ah oo ay keenayaan waxyaalo badan oo

kala duwan. Balse aan kuugu celiyee, afartaan cudur ayaa ah waxa ugu badan ee cudurka tufta keena sida Dr Russel sheegay. Tusaale aan ku siiyo: Nin saaxiibkay ah ayaa xilligii dhaqaale burburku ku yimid Maraykanka ayaa shirkadiisii shidaalka halmar xirmatay, bangigii caymiskuna iska xiray. Xaaskiisii markii ay maqashay arrintii, isla-markiiba waxaa ku soo booday cudurka tufta, daawo kasta iyo cunto kasta oo lasiiyeyna waa ba`i waayay cudurkeedii illaa dhaqaalahii dib ugu soo kacay.

Walwalku xataa ilkaha ayaa uu suus galiyaa. Dr William I.L.McGonigle ayaa arintaan ka hor caddeeyey Midowga Dhakhaatiirta Ilkaha Ee Maraykanka asaga oo leh ``Dareennada xun-xun sida kuwa cabsida, walwalka iyo cabashada, waxa ay khalkhal ku ridaan macdanta jimsiga gaar ahaan maaddada Kaalsiyamka waxaana taas kadhasha in ilkaha qofka ay suus yeeshaan``. Dr McGonigle waxa uu sheegay bukaan ilkahiisu ay aad u wanaagsanaan jireen illaa xaaskiisii ay halmar jirratay . Saddex toddobaad oo uu ninkaasi xaaskiisa isbitaalka la joogay, sagaal ilkood ayaa uu suus iyo daloolo ku yeeshay, kullina waxaa keenay walwalka.

Waligaa ma aragtay qof uu qanjirka Thyroidka loo yaan ee dhuunta kuyaalla uu xad-dhaaf u shaqaynayo oo dheecaan badan soo daynayo(Dadka dhuunta burada ku yeesha intooda badani waa cudurkaan waxa ay qabaan). Dadkaas haddii aad aragtid marka qanjirku uu kacsanyahay : Waa jaraynayaan, waa gariiraan, waxa ay u egyahiin sidii qof argagaxsan oo dhimasho ka cabsanaya sidaasna waxaa keenaya shaqada qanjirkani qabto.

Qanjirkaan Thyroidka ee dhuunta ku yaalla ayaa u taliya xawaaraha shaqada jimsiga qofka oodhan. Markii uu kacsanyahay waxaa imaanaysa in uu wadne-garaac saa`id ah uu keeno, jimsiga dhan ayaa si xawli ah ku

shaqaynaya sida foorno halmar daboolladii laga wada qaaday. Haddii aan qofkaas daawo ama qalliin aan lagula dagdagin, dhibbanahaasi waa uu dhimanayaa, asaga ayaa jimsigiisa gubaya oo dilaya.

Waqti yar kahor ayaa aan Philadelphia isu raacnay saaxiib cudurkaas qaba. Dhakhtar caan ah oo cudurkaan soddon iyo siddeed sano daawaynayay ayaa aan u tagnay. Mataqaan tallooyin noocee ah ayaa darbiyada ugu dhagsanaa ayadoo alwaaxyo waawayn lagu qoray oo si qof walba arki karo loogu qoray, intaas waxaa dheer in lagu dhajiyey qaybta dhakhtarka lagu sugo. Waa aan soo minguuriyey oo warqad ayaa aan kusoo dulqoray markii aan sugaynay waana tan sidaan ayaa ay u qornayd:

Istireexid iyo Madadaalo.

Qaabka ugu wanaagsan ee loogu istireexo looguna madadaasho waa , diin caafimaad qabta, hurdo, heeso iyo qosol.

Alle aamin, baro in aad si wanaagsan u seexatid

Jecloow heeso wanaagsan, eegna dhinaca wanaagsan ee nolosha

Caafimaadka iyo farxaddu ayaga ayaa markaas ku soo doonanaya.

Su`aasha ugu horraysa ee dhakhtarku saaxiibkay waydiiyey waxa ay ahayd : Darreen noocee ah ayaa kugu dhaliyey xaaladdaan? Saaxiibkay digniin ayaa dhakhtarku siiyey oo ah haddii uusan iska joojin walwalka, in cudurkiisu ka sii darayo sida : In wadnahiisu jirrado, boog-calooleed yeesho, sonkor ku dhacdo. ``Cudurradaan oodhan waa ilmo-adeer, ilmo-adeer koowaad``. Dabcan waa ilmo-adeer, kulligood waa cudurrada walwalka ka dhasha.

Markii aan waraysi ka qaaday Merle Oberon, waxa ay iisheegtay in ay diido oo ka fogaato in ay walwasho, sababta oo ah walwalku waxa uu burburinayaa hantideeda ugu wayn ee ay filimanta ku jisho- kaas oo ah quruxdeeda.

Markii ugu horreysay ee aan soo dhexgalay jilaanimada, aad ayaa aan u walwalay. Walaac iyo baqdin ayaa igu jiray. Markaas ayaa aan ka imid wadanka Hindiya, cidna kama aqoonin magaaladaan London oo ah halka aan shaqadaan ka raadinayay. Filin-soosaarayaal dhowr ah ayaa aan la kulmay balse midkoodna ima caawin, lacagtii yarayd ee aan haystayna waa iga dhammaatay. Labo toddobaad xilli ah ayaa biyo iyo buskud wax aan ka ahayn aanan ku noolayn. Waa aan baahnaa balse ma walwalyn. Waa aan isla hadlay ``Malaha doqon ayaa aad tahay. Malaha waligaaba jilaayad ma noqon doontid, wax waayo aragnimo ah malihid, waligaa filin ma aadan jilin, maxaa tayo leedahay oo aan ka ahayn waji qurxan?

Murraayadda ayaa aan isku eegay, waxaa iimuuqday dhaawaca uu walwalku ii gaysanayay, waxaa ii muuqday wajigayga oo daliigo kaduudmasho ah yeelanaya, argagaxa wajigayga ka muuqda ayaa aan arkay. Kadib mar labaad ayaa aan isla hadlay aniga oo oranaya `` Waa in aad sida ugu dhakhsaha badan arintaan u joojisid, walwal kuma jiri kartid, waxa kaliya ee aad haysatid waa wajigaaga qurxan asagiina walwalka ayaa kaa sii baabi`inaya. Waa in aad joojisid walwalka``.

Dhawr waxyaabood ayaa duqoobin kara, qayiri kara oo burburin kara quruxda wajiga dumarka. Walwalku muuqaalkaaga ayaa uu qayirin, labadaada qal ayaa uu dibadda u soo saarayaa, wajigaaga ayuu daliigo u samaynayaa. Raad abid ah ayaa uu ku reebin wajigaaga. Timahaaga ayaa cirro yeelanaya iyo xataa marmarka qaarkood in timaha dhammi kaa soo

daataan. Dhalaalka ayaa uu kharibaa, waxa finiinic iyo nabro ah oo dhan ayaa uu wajiga ku samaynayaa.

Cudurrada wadnahu waa waxa koowaad ee dadku u dhintaan Maraykanka dhexdiisa. Dagaalkii labaad ee adduunka dhowr boqol oo kun oo nin ayaa ku dhintay goobahii dagaalka, laakiin isla xilligaas dagaalka lagu jiray labo malyan oo kale oo shacab ah iyo hal malyan oo kale oo ciidamada ah ayaa u dhintay cudurrada wadnaha oo ay keenaysay walwalka iyo cadaadis-maskaxeed dadkaas wada hayay. Haa Cudurradda wadnahu waa waxa uu Dr Alexis Carrel u dhahayay `` Ganacsadayaasha aan aqoonin sida walwalka loola dagaalamo, dhalinyaronimo  ayaa ay ku dhintaan``.

Dadka madowga ah iyo indho-yartuba malaha cudurradaan wadnaha ee caddaanka u badan sababta oo ah degganaan ayaa ay ku aqbalaan wax walba. Dhakhaatiirta ayaa wadne-xanuun u dhinta labaatan jibbaar inta beeraleydu u dhintaan. Sababta oo ah dhakhaatiirtu waxa ay ku noolyahiin nolol cadaadis badan, khasaarada noloshaasna waa ay helaan.

``Alle waa uu kaa cafin karaa dambiyadda aad gashay, laakiin maskaxdaadu marnaba kuma cafinayso``.

Waatan xaqiiqo kale oo layaab ah: Dadka isdila ayaa in badan ka badan dadka u dhinta shanta cudur ee ugu dilaasan Maraykanka.

Sabab? Jawaabta ugu wayni waa ``WALWAL``.

Markii qabqablayaashii dagaalka ee shiinuhu ay doonayaan in ay ciqaabaan maxaabiista dagaalka, lugaha iyo gacmaha ayaa ay inta ka xiraan ayaa ay korkooda suri jireen weel wayn oo ay biyo ka buuxiyeen balse da`itaan(tifqid) samaynaya, habeen iyo maalinba dhibaya illaa marka

dambe biyahaas sida jogtada ah madaxa uga soo da`aya maxaabiista uu la noqdo sida dubbe lala dhacayo oo kale ugu dambaynna waa ay ku waalan jireen. Ciqaabaha noocaan ah waxaa ayaguna waayadii dambe samayn jiray kooxihii Spanish ka iyo sidoo kale ciidamadii Hitler ee wadanka Jarmalka.

Walwalku waa sida dhibicdaas sida joogtada ah madaxa qofka ugusoo da`aysa, da`iddaas joogtada ahna waxa ay qofka gaarsiin heer uu ku waasho.

Markii aan inan yar ahaa, in aan baqdin darteed u dhinto ayaa aan ku dhawaaday kadib markii aan dhagaysto barnaamijka axadda ee kaniisadda kabaxaya kaas oo aad uga warami jaray cadaab ba`an iyo dhibaatooyinka dhimashada kadib ah. Laakiin waligiis ma uusan ka hadlin xanuunka ka imaan kara wawlwalka joogtada ah. Tusaale : Haddii aad tahay qof si joogto ah u walwala muddo bandanna sidaas kuwada waxaa ugu dambayn kugu dhici kara mid kamid ah xanuunada adduunka ugu daran oo ah Angina Pectoris(Xanuun kuyimaada marka xididdada wadnaha ay xirmadaan oo wadnahuu dhiig ku filan waayo).

Haddii xanuunkaasi ku asiibo, kaar ayaa aad la qaylin lahayd. Waxa aad bilaabi lahayd in aad dhahdo ``Alla haddii kani i dhaafo, waa dambe waligay, abidkay ma walwali doono``. (Haddii aad u qabto in aan ka badbadinayo, dhakhtar warayso).

In aad noolaatid ma jeceshahay? In aad cimri dheer yeelatid oo noloshaada ku raaxaysatid soo ma doonaysid? Sidaan ayaa aad u samayn kartaa: Waxa aan kuu soo qaadayaa oraahdii Dr Alexis Carrel, waxa uu yiri: ``Kuwa xasillooni iyo deggenaan lahaan kara ayaga oo ku dhexjira qaylada saa`idka

ah ee magaalooyinka casriga ah, kuwaasi waa kuwo difaac xooggan ka haysta cudurrada cadaadis-maskaxeedka ka yimaada.

Xasillooni iyo deggenaan maskaxeed ma lahaan kartaa adiga oo ku dhexjira qaylada saa`idka ah ee magaalooyinka waawayn? Haddii aad qof caadi ah aad tahay, dabcan ``HAA`` waa aad samayn kartaa sidaas. Inteenna badani waa aan ka xoog-badannahay sida aynu isu malaynayno. Kayd hoosaad aynu waligeen taaban ayaa aynu leennahay. Sida Thoreau ku sheegay buuggiisa Walden:

Anigu ma ogi dhiiro-galin ka wayn awoodda aan la is waydiin ee uu qofku u leeyahay in uu noloshiisa kobcin karo haddii uu dadaal kutalo-gal ah la yimaado. Haddii qofku si kalsooni leh ugu dhaqaaqo waddada gaarista riyooyinkiisa uuna isku dayo in uu gaaro nolosha uu doonayo in uu ku noolaado waa hubaal in uu guushaas si lama filaan ah ku gaari doono``.

Hubaal dadka buuggaan akhrinaya intooda badani waxa ay leeyahiin awood doonitaan mid le`eg midda Olga K. Jarvey ay leedahay. Waxa ay deggantahay Box 892, Coeur d`Alene, Idaho. Waxa ay ogaatay xaaladaha marka ay ugu darantahay in ay awooddo in ay ka adkaato walwalka. Waxa aan saa`id u aaminsahay in aniga iyo adiguba haddii aan adeegsanno xaqiiqooyinka horay buugga loogu soo xusay in innaguna aynu awooddaas oo kale yeelan doono. Waa tan sheekada Olga K. Jarvey : ``Siddeed iyo bar sano kahor waxaa la iigu dardaar-wariyey in aan si tartiib ah oo xanuun badan ugu dhimman doono cudurka kansarka. Dhakhaatiirtii maskaxda ee dalka dhan ugu caansanaa ayaa xaqiijiyey arintaas. Qarka ayaa aan taagnaa. Dhalinyaro ayaa aan wali ahaa, mana doonayn in aan dhinto. Quusasho aniga oo taagan ayaa aan Dr Kellogg wacay kadibna aan ku dul ooyay. Si deggan wax iiguma sheegin ee waa uu igu qayliyey asaga oo igu leh `` Olga,

miyaadan wax awood ah lahayn? Dhab ahaantii waa aad dhimanaysaa haddii aad oohintaan sii waddid. Haa waxii ugu xumaa ayaa kugu dhacay. Xaqiiqda waa in aad wajahdid. Jooji walwalka kadib orod si uun kayeel oo wax iskuday in aad samaysid``. Halkaas markii ay marayso xaaladdu ayaa aan dhaartay, dhaar markii aan dhaaranayey ciddiyahaygu ay maqaarkayga ka dhex duseen, dhaar xangulaha iyo dhabarkayga ay la gariireen. Waxa aan ku dhaartay in aanan waligay dambe aanan walwalin, waligay dambena aanan ooyin, wax kasta oo jiranna aan maskaxdayda ka xaliyo. Waa aan guulaysan! Waa aan noolaanayaa.

Shucaaca caadiga ah ee kansarka saa`idka ah lagu daweeyo waa radium 10 ½ daqiiqadood oo soddon maalmood lawado. Aniga waxaa la I siinayay 14 ½ daqiiqo muddo 49 maalmood ah. Waloow lafahaygii ay maqaarka kasoo dhex baxeen sida qarar buuro qarfe a ku dul yaalla iyo waloow xataa lugahaygii sabarad oo kale noqdeen, xataa halmar ma ooyin! Waa aan dhoolocaddaynayay. Haa runtii waa aan isku khasbayay in aan dhoolocaddeeyo.

Doqon ma ahi oo ma rumaysni in dhoolocaddayn kali ah ay daawayn karto kansarkayga, balse waa aan aaminsahay farxadda maskaxda lagu abuuro in ay jimsiga ka caawiso in uu cudurrada la dagaalamo. Si kastaba ha noqotee, waxa aan la kulmay mid kamid ah mucjisooyinka ka daawaysmashada cudurka kansarka. Waligay intii ka dambaysay wax iga caafimaad badan ma arag. Aad ayaa aan ugu mahadcelinayaa ereyadaas xoogga iyo dagaalka I galiyey ee Dr McCaffery ``Xaqiiqda waa in aad wajahdid, Iska jooji walwalka oo orod wax samee``.

Cutubkaan waxa aan kusoo gabo-gabaynayaa in aan ku celiyo ereyadii bilowga cutubka ee Dr Alexis Carrel ee ahaa `` Ganacsadayaasha aan

aqoonin sida walwalka loola dagaalamo, dhalinyaronimo ayaa ay ku dhintaan``.

Dr Carrel ma adiga ayaa uu kaa hadlayay?

Waa noqon kartaa.

Soo koobidda Nuxurka Qaybta Koowaad

Qaanuunka 1aad: Haddii aad doonaysid in aad walwal ka dheeraatid, qaado talada Sir William Osier ee ah : ``Nolol maalintaas ku kooban noolow``. Haku wareerin mustaqbalka. Maalin kasta ayada kaliya u nooloow illaa aad ka seexanaysid.

Qaanuunka 2aad: Marka soo socota ee dhibaato kusoo wajahdo, isticmaal qaacidadii cajiibka ahayd ee Willis H. Carrier:

a) Iswaydii ``Waa maxay waxa ugu xun ee igu dhici karaya haddii aan dhibtaan xalin waayo?``
b) Maskaxdaada u diyaari in ay aqbasho haddii waxa ugu xun ay ku dhacaan.
c) Kadib si deggan iskugu day in aad u xalisid dhibtii aad mar hore maskax ahaan u aqbashay si aysan u dhicin.

Qaanuunka 3aad Nafsaddaada xasuusi khasaaraha aan lasoo koobi karin ee walwalku caafimaadkaaga u gaysanayo.
``Ganacsadayaasha aan aqoonin sida walwalka loola dagaalamo, dhalinyaronimo  ayaa ay ku dhintaan``.

Qaybta Labaad : Hababka Ugu Muhiimsan Ee Lagu Baaro Walwalka.

Cutubka 4aad- Sidee Loo Baaraa Oo Loo Xalliyaa Dhibaatooyinka.

Waxa aan haystaa lix nin oo daacad iigu adeegga

(Wax walba oo aan aqaan ayaga ayaa I baray):

Magacyadoodu waa **Maxay** iyo **Sabab** iyo **Goorma**

Iyo **Sidee** iyo **Halkee** iyo **Qofkee.**

-Rudyard Kipling.

Qaacidada cajiibka ah ee qaybta koowaad ee Willis H. Carrier, cutubka labaad kujirta, ma ay xallin kartaa dhibaatada ku haysta? Haddii jawaabtu

maya tahay, haddaba maxaa xal noqonaya? Markaas waa in aan isku dayno in aan si kale u xallino oo ah in aan baranno saddexda tallabo ee darsidda iyo baaridda dhibaatada. Saddexda tallaabo waa:

1. Dhabta(Xaqiiqada) ogoow.
2. Darsid ku same xaqiiqadaas
3. Go`aan gaar kadibna go`aankaagaas ku dhaqaaq.

Wax dhab ah ma ay tahay? Haa, waxaa adeegsan jiray oo dadka bari jiray Aristotle. Aniga iyo adiguna waa in aan adeegsannaa haddii aan doonayno in aan xal ka gaarno dhibaatooyinka ina haysta ee dhibaataynta nagu haya, habeen iyo maalin kastana waqtigeenna ka dhigaya mid ciqaab ah.

Aynu ku bilowno qodobka koowaad: Xaqiiqada raadi oo ogoow dhabta jirta. Maxaa ay muhiimad u leedahay in dhabta la ogaado? Sababta oo ah illaa aan dhabta shidada ina haysata aynaan soo ogaan, awood uma yeelan karno in aan si caqliyeysan wax u xalinno. Xaqiiqda oo aynaan ogaanin la`aanteed waxa kaliya ee aan samayn karno waa in aan iska dabo wareegno annaga oo wareersan. Fikirkayga miyaa? Maya ee waa fikirka Herbert E Hawkes, oo ahaa madaxa jaamacadda Columbia muddo labaatan sano ah. Waxa uu caawiyey in ka badan labo boqol oo kun oo ardo ah in ay xalliyaan dhibaatooyin haystay waxa uuna ii sheegay ``. Isku dhex-yaacnsanaata arrimaha ayaa ah waxa ugu wayn ee walwalka keena``. Sidaan ayaa uu u sii sharxay ``Kalabar walwalka adduunka ka jira waxaa keenaya dad doonaya in ay go`aan gaaraan kahor inta aysan gaarin ogaansho xog ku filan oo ay go`aan ku gaari karaan``. Tusaale `` Haddii aniga ay jirto dhibaato igu soo fool leh saddexda galabnimo maalinta talaadada, wax go`aan ah xataa in aan ka sii gaaro waa diidaa illaa tallaadada saddexda galabnimo la gaaro. Inta ka horaysana waxa aan xoogga saaraa in aan waxii

xog ah oo ku saabsan oodhan aan soo aruuriyo. Kama walwalo, dhibtaasina kaar iguma qabato, wax hurdo la`aan ahna iguma dhacdo. Kaliya waxa aan xoogga saaraa helidda xogtaas. Markii talaadadu ay timaadana, haddii aan xogtii oodhan soo helay, dhibaatadu markaas ayadaaba is xallisa.

Waxa aan maamule Hawkes waydiiyey in taas macnaheedu yahay in walwal oo dhan uu meel iska saaray. Waxa uu yiri ``Haa, waxa aan malaynayaa in si daacad ah u dhihi karo aniga gebi ahaanba walwal waa aan ka dheerahay. Waxa aan ogaaday haddii qofku waqtigiisa galiyo in uu xaqiiqada xogta dhibaatadaas ku saabsan uu soo helo, waddo ayaa u caddaanaysa, walwalkiisuna hawada ayaa uu raacayaa marka xaqiiqda iyo aqoonsiga dhibaatadaas ay timaado``.

Aan taas ku celiyo `` Haddii qofku waqtigiisa galiyo in uu xogta xaqiiqada ah ee dhibaatadaas ku saabsan uu soo helo, waddo ayaa u caddaanaysa, walwalkiisuna hawada ayaa uu raacayaa marka xaqiiqda iyo aqoonsiga dhibaatadaas ay timaaddo``.

Laakiin inteenna badani maxaa aan samaynaa mataqaan? Xaqiiqda raadinteedaba iskuma dhibno.

Thomas Edison ayaa yiri asaga oo si dhab ah u hadlaya :Dadku waxa ay diyaar uyahiin in ay wax walba oo shaqo ah sameeyaan si ay uga fogaadaan culayska fakariddu leedahay. In ay fakaraan ayaa dhib ku ah, waxa ayna ka doorbidayaan culays kasta iyo hawl kasta oo kale ee aan ka ahayn maskax ka shaqaysiinta ama in maanka culays la saaro

Waa sida uu sheegay Andre Maurois oo yiri ``Wax walba oo rabitaanadeenna la heshiis ah, dhab ayaa aan u qaadannaa,  wax walba oo kasoo horjeedana waa aynu ka hor imaannaa``.

Ma wax lala yaabaa marka, in ay nagu adkaato in aan dhibaatooyinkeenna xal u helno? Maysan sidaas oo kale u dhib badnaateen haddii aan xalinayno xisaab fasalka labaad ah haddii aynu ku doodno in labo lagu daray labo ay le`egtaay shan? Saas oo ay tahay ayaa adduunka ay ka buuxaan dad noloshooda cariiri galinaya ayaga oo ku adkaysanaya in labo lagu daray labo ay le`egtahay shan ama shan boqol.

Haddaba maxaa aynu ka yeeli karnaa? Waa in aan dareenkeenna iyo marka aynu fakarayno kala saarnaa waana in aan sida Hawkes inoo sheegay samaynaa oo marka hore xog dhamaystiran raadinnaa inta aynaan isku dayin in aan dhibaatadaas xal ka gaarno.

Taasi hawl fudud ma aha marka aad walwalsantahay. Markii aynu walwal ku jirno, dareemadeennu cirka ayaa ay marayaan. Laakiin waa kuwaanaa labo talo fikir oo aan u arko in ay ku caawinayaan marka aad doonaysid in aad dhibta meel iska dhigtid si aad xaqiiqada dhibtaas ku saabsan u raadisid:

1. Markii aan xogtaas raadinayo, waxa aan iska dhigaa sidii in aan qof kale xogta u aruurinayo. Taas ayaa iga caawisa in aan dhinac ka eego caddaymaha xaqiiqdaas aniga oo deggan. Taas ayaa iga caawisa in aan dareenkayga meesha ka saaro oo dhabta ka fakari karo.
2. Markii aan aruurinayo xogta dhibaatadaas i haysa, waxa aan iska dhigaa sidii in aan ahay qareen u diyaar garoobaya la doodista kasoo horjeedahiisa. Si kale haddii aan u dhaho, waxa aan isku dayaa in aan

helo dhammaan xogta aniga iga soo horjeedda, dhammaan waxii xog ah oo dhaawacaya doonistayda, dhammaan waxii xog ah oo aanan jeclaysteen in la iga horkeeno.

Intaa kadib ayaa aan qalinka u qaataa in aan qoro xogta labada dhinacba, xogta aniga igu saabsan iyo midda iga soo horjeedaba. Inta badan waxa aan ogaadaa in xaqiiqadu labadaan dhexdooda ay tahay.

Hadalka meesha aan uga socdo waa: Aniga iyo Adiga iyo Einstein iyo xataa Maxkamadda Sare ee Maraykanka, midkoodna ma awoodo in uu go`aanka ugu saxsan gaaro haddii uusan helin xog ku filan. Thomas Edison markii uu dhimanayay, waxa uu haystay labo kun iyo shan boqol oo buugnootyo(Buug-gacmeed) ah oo ay kuwada qornaayeen xogta dhibaatooyinkiisii.

Haddaba qaanuunka koowaad ee xallinta dhibaatooyinka waa: Xogta rasmiga ah hel. Aynu raacno talada Hawkes: Yaynaan isku dayin in aan wax dhib ah aynu xallino innaga oo aan xog dhamaystiran haysan.

Waloow xogta adduunka taal oodhan aysan ina anfacayn haddii aynaan darsin oo ka fiirsan xogta.

Waxa aan khibrad qaali ah ku ogaaday in xaqiiqooyinka darsiddoodu dhib yartahay marka ay qorantahay. Sidii Charles Kettering yiri ``Dhibaato si fiican looga xog-bixiyey waa dhibaato kalabar mar hore xalismatay``.

Waxaan oodhan aan ku tusiyo sida ay dhab ahaan u shaqeeyaan. Maadaama Shiinaysku yiraahdaan hal sawir ayaa toban kun oo erey u

dhigma, aan ku tusiyo sawirka uu nin ku muujiyey ficilka waxaan oodhan.

Aynu soo qaadano arinta Galen Litchfield, nin aan sanado badan aqaannay, mid kamid ah ganacsatada Maraykanka ee Bariga fog, waliba ganacsatada heerka ugu sarreeya nin ah. Lichtfield, Shiinaha ayaa uu joogay 1942dii markii Jabaaniisku ay soo weerareen magaalada Shanghai. Waatanaa sidii uu iiga sheekeeyey mar uu marti iigu ahaa gurigayga.

Wax yar kadibba markii Jabaanayasku ay qabsadeen dekedda Pearl Harbour ee Maraykanka, islamarkiiba waxa ay soo galeen magaalada Shanghai. Waxa aan maamule ka ahaa Asia Life Insurance Company oo Shanghai ku taalla. Waxa ay ii soo magacaabeen nin janamada ciidanka ka mid ah si aan ugu wareejiyo masuuliyadda hantidada shirkadda oodhan. Xaaladdu meesha ay maraysay markaas wax waddo kale ah ma haysan aan ka ahayn in aan la shaqeeyo oo sameeyo sida la iga doonayo ama haddii kale----hadii kale waa dhimasho cad.

Sidii la igu amray ayaa aan bilabay in aan sameeyo, sababta oo ah waddo kale iima furna. Laakiin hal qol oo kaydka kamid ah ayaa waxaa ku jiray lacag dhan 750,000 oo doolar taas oo aan ka qariyey. Waxa aan uga qariyey sababta oo ah waxaa lacagtaas lahayd shirkaddayada qaybteeda Hong Kong, mana ka mid ahayn hantidayada Shanghai. Waa isugu wada mid ee, waxa aan ka cabsaday in xaalladu xumaan doonto haddii ay ogaadaan. Waana ogaadeen.

``xafiiska waa aan kamaqnaa markii ay ogaadeen, balse madaxa xisaabaadka ayaa joogay. Asaga ayaa ii sheegay oo yiri `` Markii uu

jananku ogaaday arrintii aad samaysay waa uu carooday, waa uu dhaartay waana uu caytamay, waxa uuna kugu tilmaamay dhagarloow tuug ah waliba``.

Waa aan aqaanay sharciga ciidamada Jabaanayska, xabsi ayaa la igu tuurayaa.

Xabsiyadooda waa aan aqaannaa. Dad asxaabtayda ah ayaa lagu xiray. Qaarna waaba ku dhinteen toban bari markii lagu jirdilayay si war looga soo saaro.

Maxaa aan sameeyey? Warkii waa aan maqlay. Waxaa larabay in aan qarracmo oo argagaxo. Balse waa aan argagixi lahaa haddii aanan aqoon lahayn qaab sax ah oo dhibaatooyinka loo xalliyo. Muddo sanado ah markasta oo aan walwal lakulmaba, waxa aan samayn jiray in aan qoro labo waydiimood oo ku saabsan walwalkaas i haysta?

1. Maxaa aan ka walwalayaa?
2. Maxaa aan yeeli karaa?

Waaggii hore aniga oo aan qorin ayaa aan is waydiin jiray. Balse kadib ayaa aan ogaaday in qorista kadib ay si fiican wax iigu kala caddaadaan.

Galabkii axadda ayaa aan qalin qaatay kadibna qoray su`aasha ah: Maxaa aan ka walwalayaa?

Waxa aan ka walwalayaa in xabsi berri la igu tuuro.

Kadib ayaa aan qoray su`aashii labaad?

Maxaa aan ka yeeli karaa arintaan?

Saacado ayaa aan fakarayay oo aan qoraay afar waddo oo ii furan oo kala ah:

1. Waa aan isku dayi karaa in aan jananka sida wax u dhaceen u sheego, balse Ingiriis kuma uu hadlo, tarjumaankiisana waxaa laga yaabaa in uu wax isdaba mariyo. Taasina waa dhimasho haddii uu xaasid aad ah yahay haddii kalena xabsi ayaa la i galinayaa.
2. Waa aan isku dayi karaa in aan fakado. Taasi macquul noqon mayso. Meel kasta waa ay iga raadinayaan. Waa la isoo qabanayaa waana la idilayaa markaas.
3. Gurigaan iska joogi karaa aniga oo aan xafiiskaba aadin. Taasi shaki ayaa ay dhalin, askar ayaana la iisoo dirin, taasina waxa ay keenin aniga oo aan erey la iga dhagaysan in xabsiga la igu tuuro.
4. Xafiiskaygaan iska tegi karaa maalinta Isniinta ee birri ah. Haddii aan sidaas sameeyo waxaa dhici karta in jananku uu aad u mashquulsanyahay oo uu iskdaba illaawo waxii aan sameeyey. Xataa haddii uu xasuusto, waa uu dagay oo i dhibi mahayo. Xataa haddii uu I dhibsado, waxa aan haystaa fursad ah in aan wax u faahfaahiyo. Markaas in aan xafiiska berri iska xaadiriyo oo aan iska dhigo in aanan waxba ogayn ayaa waxaa iiga muuqday labo fursadood oo aan xabsiga kaga badbaadi karo.
5. Islamarkiiba markii aan sidaas ku fakaray oo go`aankaas afaraad aan gaaray waa aan qaboobay, istireex iyo degganaan ayaa aan dareemay.

Subaxii xafiiska ayaa aan iska xaadiriyey. Janankiina waxba ima oran, lix toddobaad kadibna dalka Jabaan ayaa uu aaday oo dhibtiisii oo dhanba waa iga tagtay.

Sidii aan awalba kuu sheegayba, xaqiiqiyan subaxaas axadda ah ee aan fariistay kadibna aan qoray dhibaatooyinka I haystay iyo waddooyinka aan qaadi karay ayaa noloshayda wax badan ka beddashay. Haddii aanan sidaas sameeyeen walaac ayaa iga badan lahaa Axadda oodhan, habeenkaasna ma seexdeen. Subaxa isniintana xafiiska waxa aan latagi lahaa waji dhibaato iyo walwal kamuuqdo, taas kaliya ayaana tuhun galin lahayd jananka, kuna dhiiro-galin lahayd in uu ficil igula kaco.

Khibradda ayaa I bartay, waqtiba waqtiga kasii dambeeya iyo sida go`aannada loo qaato.

In uu qofku uusan go`aan gaari waayo, oo iska dabo wareego asaga oo walwalsan, taas ayaa dadku ku waashaan noloshana ciqaab dadka uga dhigta. Waxa aan ogaaday in boqolkiiba konton walwalku baaba`o marka qofku go`aan cad uu qaato, afartanka ku xigana waxa uu baaba`aa marka aan go`aankaas ku dhaqaaqo.

Sidaa darteed sagaashan boqolkiiba walwalkayga oo dhan afartaan tallaabo ayaa aan ku baabi`iyaa.

1. In aan qoro waxa aan ka walwalayo.
2. In aan qoro waxa aan ka yeelayo
3. In aan go`aansado waxii aan yeeli lahaa
4. In aan ku dhaqaaqo oo fuliyo go`aankaas

Galen Litchfiel hadda waa madaxa qaybta Bariga Fog ee Eeshiya(Aasiya) ee shirkadda Starr, Park and Freeman, Inc., III John Street, New York.

Dhabtii mar hore ayaa aan iri Galen Litchfield waa mid kamid ah ganacsatada Maraykanka ah kuwa ugu qiimaha wayn ee Aasiya; waxa uuna

ii qirtay in guushiisa ugu wayn uu ay ku timid qaabkaan uu wax u darso kadibna go`aan uga qaato.

Waa maxay sababta xeeladdiisu u tahay mid aad waxtar u leh? Sababta oo ah waa mid waxtar leh oo adag oo toos u wajahaysa bu`uda dhibaatada. Intaas waxaa dheer, waxaa xoojinaya qodobka saddexaad oo aan laga adkaan karaynin. In aad waxuun ka yeeshid dhibta jirta.

Haddii aan wax ficil ah lagu darin, afartaan qodob waxba ma ay tarayaan, tabarta ayaa ayna qofka ka dhammaynayaan.

William James ayaa yiri ``Markii aad go`aan gaartid, amarkana ku bixisid in la fuliyo, wax dan ah(Daryeel) ha iska saarin kasii fakarkiisa kuna mashquul maxsuulka kasoo bixi doona``. Arrintaan markii laga hadlo, William James shaki la`aan waxa uu isticmaalay ereyga ``Daryeel`` waxa uu ula jeedaa wax walwal ah``. Waxa uu ula jeedaa markii aad go`aan gaartid adiga oo xogta aad haysatid ku salaynaya, ku dhaqaaq ficilka. Ha labo-labayn. Ha yasin walwalka ku sii hayn doona adiga oo dib uga noqonaya tallaabooyinkaagii.

Mar ayaa aan waydiiyey Waite Phillips oo ah mid kamid ah ragga ugu cadcad ee shirkadaha shidaalka sida uu go`aannada u gaaro. `` Waxa aan ogaaday in markii aad dhibaatada ka sii fakartid oo illaa iyo heer ay gaarto fakariddaasi, in ay wareer iyo walwal abuurayso`` Waxaa aad marka dambe gaaraysaa heer sii baaritaan iyo ka sii fakarid dambe ay ku dhaawici karto.Waxa aad gaaraysaa mar aad u baahantahay in aad go`aan qaadatid oo aadan dib dambe gadaal u eegin.

Maxaa aad ugu dhaqmi wayday xeeladda Litchfield oo ugu eegi wayday mid ka mid ah dhibaatooyinka ku haysta?

Waa sidaan:

Waydiinta koowaad: Maxaa aan ka walwalayaa?(Fadlan ka jawaab su`aashaan, hoosna ku qor waliba).

Waydiinta labaad: Maxaa aan ka yeeli karaa? (Fadlan qor jawaabta)

Waydiinta saddexaad: Sidaan ayaa aan yeelayaa (Fadlan qor go`aankaaga)

Waydiinta afaraad: G`aankaan goorma ayaa aan ku dhaqaaqayaa?

Cutubka 5aad- Sida Loo Baaba`iyo Konton Boqolkiiba Walwalka Safar Ganacsiyeedka.

Haddii aad ganacsade tahay, hadda waxa ay u dhowdahay in aad is leedahay``Cinwaanka cutubkani waa wax liita. Sagaal iyo Toban sano ayaa aan ganacsi ku soo jiray, dhab ahaanna haddii cidi taqaan jawaabtaan waa aniga qofkaasi. Fikradda ah in qof doonayo in uu I barro sida loo baabi`iyo walwalka safar-ganacsiyeedka waa wax nacasnimo ah.

Dhab ahaan aniguba sidaas oo kale ayaa aan dareemi lahaa haddii sanado kahor aan cinwaankaan arki lahaa. Wax badan ayaa uu balanqaadayaa, waana wax jaban.

Aynu daacad ahaanno: Laga yaabee in aanan kaa caawin in boqolkiiba konton ay baaba`ado walwalkaa. Markii ladarsay cid aan adiga ahayn oo sidaas kuu samayn karta majirto balse waxa aan kaa caawin karaa in aan ku tuso sida dad kale ay u sameeyeen kadibna aan adiga kuu daayo waxii aad samayn lahayd.

Laga yaabee in aad xasuusatid in boggii 25aad ee buugga aan ku soo xusnay hadalkii Dr Alexis Carrel ee ahaa ``Ganacsadayaasha aan aqoonin sida walwalka loola dagaallamo, dhalinyaronimo  ayaa ay ku dhintaan``.

Maaddaama walwalku halista intaas le`eg uu leeyahay, miyaa aadan ku qanacdeen haddii aan kaa caawin karo baabi`intiisa xataa boqolkiiba toban ha le`ekaatee? Haa? ... Waa tahay! Waxa aan ku tusayaa sida nin madax-ganacsiyeed ah uu u baabi`iyey boqolkiiba konton ma ahee boqolkiiba todobaatan iyo shan waqtigii kaga bixi jiray shirarka ayaga oo isku dayaya in ay dhibaatooyin xalliyaan.

Intaas waxaa dheer, kuuma aan sheegayo sheeko ku saabsan hebel Mr Jones ama Mr X la yiraahdo, dhihina ma ahayo nin aan Ohio ku aqaannay, sheekooyin khayaali ah oo aadan dabogali karin. Waa sheeko ku dhacday qof dhab ah, Leon Shimkin, waa nin qayb leh, maamule guudna ka ah mid kamid ah madbacadaha Maraykanka ugu wayn Simon and Schuster, Rockefeller Centre, New York 20, New York.

Waa tan khibraddii Leon Shimkin oo ereyadiisii ku qoran:

Shan iyo toban sano muddo ah ayaa aan maalin kasta kalabarkeed ku khasaarinayay in aan shirar qabanno, dhibaatooyin ka niqaashno, sidaan miyaa samaynaa mise sidaas? Cadaadis-maskaxeed ayaa dareennaa, kuraastaa marba dhinac isugu wareejinaa, gurigaa dhex socsoconnaa, dood

baa dhalata waana iska dabo war-wareegnaa. Markii habeenka la gaaro, aad ayaaba u daallanahay.

Sidaas in aan ku wadi doono noloshayda inta kadhimman ayaa aan rajaynayay. Tan labaad maba u qabin in qaab ka dhibyar oo lasamayn karo in uu jiro. Haddii aan cidi ii sheegteen in uu jiro qaab aan saddex meelood oo labo waqtigaygaas ah aan ku yarayn karayo, waligay sidaas ayaa aan ku jiri lahaa. Qorshe ayaa aan kadib hindisay. Qorshahaas ayaa aana isticmaalayay siddeedii sano ee u dambaysay. Waxtar ayaa ay u yeeshay shaqadaydii, caafimaadkaygii iyo faraxaddaydiiba.

Maysan indho-sarcaad kuula muuqan?. Laakiin indho-sarcaadkaba markii aad ogaatid xeeladda ku jirta waxa uu kuu noqon wax fudud.

Waa tan sirtaasi: Ugu horrayn waa aan joojiyay habkii hore ee ahaa in aan dadka ila shaqeeya waydiiyo mid walba iyo qaybtiisu waxa ay qabatay iyo waxa caqabad ku noqday, kadibna ay sheekadu isugu soo ururi jirtay maxaa aan hadda samaynaa? Tan labaad, Qaanuun cusub ayaa aan sameeyey kaas oo oronaya qof walba oo doonaya in uu shirka kasoo qayb galo waa in uu marka hore soo diyaarsado xog ka jawaabaysa afartaan su`aalood:

Su`aasha koowaad: Waa maxay dhibaatadu?

(Waagii hore saacad iyo labo ayaa aan shirka ku dhex jiri jirnay annaga oo ku wareersan in aan ogaanno meesha dhibtu ka jirto. Waa wada kululaan jirnay kadibna dhididi jirnay annaga oo ka doodayna ogaanshaha meesha dhibtu ka jirto annaga oo aan marnaba isku hawlin in aan qorno waxa dhibta xaqiiqada ah ay tahay.

Suaasha labaad: Maxaa dhibta keenaya?

(Markii aan dib u eego shaqadayda, waxa aan ka qarracmaa waqtigii tirada badnaa ee aan shirka ku jiri jirnay annaga oo aan isku dayin in aan u gudubno salka dhibtaasi ka soo burqanayso.)

Su`aasha saddexaad: Maxaa xal maan-gal ah?

(Waagii hore, qof ayaa aragti xal ah soo jeedinaya kadib ayaa qof kale kala doodi jiray. Waa la isku kululaanayaa, kadib mawduuca dhan ayaa laga leexanayaa shirkuna waxa uu ku dhammaan ayada oo aan cidina qorin xalkii aan kula dagaalami lahayn dhibaatada.)

Su`aasha 4aad : Xalkee haysaa?

Shirka ayaa aan ku jiri jirnay annaga oo saacado badan ka walwalayna dhibaatada jirta oo maanta dhan iska dabo wareegayna, annaga oo aan marnaba ka fakarin waddooyinka kala duwan ee xal u noqon kara dhibaatada oo aan marnaba dhahaynin anigu xalkaan ayaa aan hayaa.)

Hadda dadka ila shaqeeyaayi waa dhif in ay dhib ii soo gudbiyaan. Sabab? Sababta oo ah waxa ay ogyahiin haddii ay dhib jirta soo bandhigayaan, waa in ay wadato jawaabta afarta su`aalood ee ku saabsanaanaya dhibaatadaas. Intooda bandanna haddii ay helaan jawaabaha su`aalahaas ku saabsanaaanaya dhibaatada markaas ayagaaba xalka halkaas ka helaya. Xataa kuwa u sii baahda in laga wada tashto, waqti saddex meelood oo hal meel ah ayaa ay qaadanayaan.

Xilli aad u yar ayaa kaga baxa kooxda Simon iyo Schuster xallinta dhibaatooyinka ganacsi ee soo food saara, iyo in laga hadlo arrimahaas. Ficil ka badan kii hore ayaana hadda lagaliyaa xallinta dhibaatooyinkaas.

Saaxiibkay,Frank Bettger, oo ah mulkiilaha mid ka mid ah shirkadaha caymiska ee Maraykanka ugu waawayn ayaa ii sheegay in asaga oo qaabka aan soo sheegnay isticmaalaya in uu yarayn kali ah ku samayn ka walwalidda ganacsigiisa balse uu labo jibbaaray dhaqaalahiisa.

Waxa uu yiri Frank Bettger ``Sannado kahor markii aan Maraykanka ka bilaabay iibka caymiska, waxaa iga buuxay niyad aan la soo koobi karinin iyo jacayl aan u qabo shaqadayda. Kadib arrin ayaa dhacday. Waa aan niyad jabay, waxa aan ku dhawaaday in aan shaqadayda ka quusto oo aan iska joojiyo. Waxa aan u malaynayaa in aan joojin lahaa shaqadayda haddii aysan aragtidaani igu soo dhicin subax sabti ah aniga oo meel fadhiya oo isku dayaya in aan ogaado salka ay dhibaatadu ka imaanayso.

1. Waxa aan is waydiiyey `Maxaa dhacay?. Dhibtu waxa ay noqotay in aanan jawaabo fiican ka helayn wicitaannada dadka aan wacayo ee aan doonayo in aan ka dhaadhacsiiyo iibsashada caymiska shirkadaydu bixiso. Hadalka intiisa hore waa isla fahmaynaa aniga iyo macmiilka aan wacayo balse marka ay timaado in macmiilkaasi uu go`aan qaato oo iga aqbalo iibsashada ayaa macmiilku oranayaa ``Hagaag, waa aan kasoo fakarayaa, Mudane Berrger. Bal markale ha inoo ahaato` Wicitaannada dambe ee aan macaamiishaan dib u raadinayo ayaa wareer iyo walwalka ugu badan aan kala kulmayay.
2. Waxa aan is waydiiyey xalka macquulka noqon kara? Laakiin si aan jawaabtaas u helo waxa ay noqotay in aan daraasad sameeyo. Waxa aan dib u eegay xogtii aan kaydiyey sanadkii lasoo dhaafay oo dhan.

Wax cajiib ah ayaa aan halkaas ka ogaaday! Waxa aan halkaas ka dhex ogaaday in boqolkiiba todobaatan dadka iga aqbalay iibsashada caymiska ay aqbaleen wada hadalkii ugu horreeyey! Iyo in labaatan

iyo saddex boqolkiiba ay dhacday wadahadalkii labaad! Iyo boqolkiiba todobo kaliya ay dhacday wadahadalladii intaas ka dambeeyey. Waxaa kale oo aan ogaaday in aan kalabar maalintayda aan ku khasaarinayay wicitaannadaas saddexaad iyo kasii badan kuwaas oo waqtiga ugu badan iga khasaarinayay.

3. Waa maxay xalku? Jawaabtu waa iska caddahay. Waa aan joojiyey dhammaan wicitaanadii ka dambeeyey mar labaadka, waqtigaas ii soo noqdayna waxa aan galiyey in aan macaamiil cusub ku wacdo. Jawaab aan innaba caadi ahayn ayaa halkaas iiga soo baxday. Waqti kooban gudahiis, labo jibbaar ayuu kobcay dhaqaalahaygii.

Sidii aan sheegayba frank Bettger hadda waa mid kamid ah ragga aadka ugu caanka ah iibka caymiska.Waxa uu ka mid yahay shirkadda Fidelity Mutual of Philadelphia. Laakiin qarka ayaa uu u taagnaa in uu is-dhiibo. In uu guuldarro qirto ayaa uu doonayay illaa uu billaabay in uu darso wadada uu guushiisa ku kobcin karayo.

Su`aalahaan ganacsigaaga ma u isticmaali kartaa? Boqolkiiba konton ayaa ay yaraynayaan walwalka ganacsigaaga. Waa ku waan su`aalahaasi mar labaad:

1. Dhibta jirtaayi waa maxay?
2. Maxaa dhibta keenaya?
3. Intee waddo oo xal ah ayaa laheli karaa?
4. Maxaa xal ah oo aad adigu soo jeedinaysaa?

Soo koobidda Nuxurka Qaybta labaad

Qaanuunka Koowaad: Xogta dhabta ah hel. Xasuusnoow hadalkii Hawkes ee jaamacadda Columbia `` Kalabar walwalka adduunka ka jira waxaa keenaya dad doonaya in ay go`aan gaaraan kahor inta aysan gaarin ogaansho xog  ku filan oo ay go`aan ku gaari karaan``

Qaanuunka 2aad: Kadib marka aad xogta oo dhan aad diyaarisid, go`aan markaas gaar.

Qaanuunka 3aad : Marka aad go`aanka gaartid , ku mashquul sidii aad u fulin lahayd iskana saar waxii walwal ah oo dhan.

Qaanuunka 4aad: Haddii adiga ama dadka kula shaqeeya mid kamid ahi uu kawalwalo dhibaato jirta, qor oo ka jawaab su`aalaha soo socda:

a. Waa maxay dhibtu?
b. Maxaa dhibta keenaya?
c. Maxaa xal noqon kara?
d. Waa maxay xalka ugu fiican?

<u>Sagaal talo, oo ah sida ugu fiican ee aad buuggaan uga faa`iidaysan kartid.</u>

1. Haddii aad doonaysid in aad buuggaan ka faa`iidaysatid, waxaa jira hal wax oo aan la dhaafi karin oo lagaaga baahanyahay, hal aasaas oo aan dhammad lahayn kaas oo ka muhiimsan qaanuunada oodhan. Illaa aad ka yeelatid aasaaskaas lagaaga baahanyahay, kumanaan qaanuun oo sida loo daraaseeyo dhibaatada ahi kuma anfacayaan. Balse haddii aad hantidaas aasaaaska ah aad la timaadid cajiibnimo oodhan ayaa aad la kulmaysaa adiga oo aan sii akhriyin buuggaan oodhan.

Waa maxay waxa cajiibka ah ee la isaga baahanyahay? Waa middaan: Himmad saa`id ah oo aad u haysid in aad wax baratid, go`aan adag oo ah in aad walwalka iska joojisid.

Sidee ku heli kartaa rabidda intaas le`eg? Waa in aad si joogto ah isu-xasuusisid muhiimadda qaanuunadaani ay leeyahiin. Maskaxdaada ka sawiro sida ku guulaysashada qaanuunadaani ay noloshaada uga dhigi karaan mid qani ah oo farxad leh. Ku celceli mar kasta ``Xasiloonida

maskaxdayda, farxadayda, caafimaadkayga iyo dhaqaalahayga xataa waxa ay ku xiranyahiin in aan ku dhaqmo runta buuggan lagu sheegay ee daa`imka ah , iska cad ee haddana soo-jireenkana ah.

2. Cutub kasta hal mar boobsiis ku dulmar adiga oo isha la raacaya kaliya. Kadibna ku bood cutubka ku xiga. Laakiin sidaas ha samayn, waa haddii aadan madadaalo u akhriyayn buugga. Balse haddii aad u akhrinaysay si aad walwalka isaga joojisid oo aad nolol fiican ugu noolaatid, hadaba dib ugu noqo oo dib u akhri cutub kasta si dhammaystiran. Mustaqbal ahaan sidaas ayaa kuu faa`iido badan kuuna waqti yaraanaysa.
3. Akhriska adiga oo wada hakasho same oo ka fakar waxa aad akhrinayso. Is waydii goorma iyo qaabkee ayaa aad ugu dhaqmi kartaa qodobkaas. Akhrinta noocaas oo kale ah ayaa aad uga faa`iido badan intii aad orod ku dulmari lahayd sidii bahal ugaar cayrsanaya oo kale.
4. Qalin ama kalooraati soo diyaarso markasta; markii aad dul timaadid qodob aad kuu anfacaya, xariijin ku samee, xidigo ku dul sawiro ama hoosta ka xariiqo. Qaabka noocaas ahi waxa uu kaa kaalmayn in aad si dhib yar u dulmari kartid meelaha ugu mudan buugga.
5. Waxa aan aqaan nin shirkad caymis, shan iyo toban sano maamule ka ahaa. Bilkastana dib ayaa uu u akhriyaa heshiisyada caymiska oodhan. Haa bil kasta dib ayaa uu u akhriyaa. Sabab? Sababta oo ah waxa uu ogyahay in qaabka kaliya ee xirfaddiisu ku wanaagsanaan karto ay tahay in uu ku celcelinayo oo dib wax u akhrinayo markasta.

Haddaba haddii aad doonaysid in aad gaartid faa`iidada dhabta ah ee buuggaan, ha umalayn hal mar oo aad orod ku dulmartay in ay ku anfici

doonto. Markii aad si buuxda u akhrisid kadib, bil kasta dib u akhri. Miiskaaga shaqada kor saaro oo akhri maalin kasta. Milicsi ku samee marar badan. Ogsoonoow sidaan in aad samayso waa wax aad is bari kartid, haddii aad sidaas ku celcelinta ahna ku socotid marka dambe si fiican ayaa ay ugu kaydsamin maskaxdaada. Qaab kale majiro.

6. Bernard Shaw ayaa mar yiri `` Haddii aad qof waxbartid, waxbarashadaas kuma jiri doonto``. Waa uu saxsanaa. Waxbarashadu waa ficil la joogteeyo. Waa in aad ku dhaqantid waxa aad baratay. Sidaa darteed haddii aad doonaysid in aad si fiican u baratid qaanuunada buuggaan ku qoran, ku dhaqan qaanuunnaadaas. Markasta adeegso. Haddii aadan sidaas samaynin waa aad ilaawi doontaa. Aqoonta la isticmaalo, taas kaliya ayaa maskaxda ku raagta.

Markasta in aad qaanuunnadaan ku dhaqantid waa ay kugu adkaanaysaa. Waa ogahay, aniga buuggaan qoray ayaa ay xataa igu adag yahiin. Sidaa darteed marka aad buuggaan akhrinaysid xasuusnoow, xog kali ah ma aha in aad helaysid. Waxa aad ku jirtaa isku-day samaysasho caadooyin cusub. Haa, waxa aad isku dayaysaa nooc cusub oo noolaansho ah. Taasina waqti ayaa ay qaadan, adkaysasho iyo ku dhaqan joogto ahna waa ay u baahantahay.

Tixraac ka dhigo boggaga buugga markasta. Buug-gacmeed aad ku shaqaysid oo walwalka aad kula dirirtid kadhigo; markii walwal ku soo wajahaba ha isku dhexyaacin. Ha samaynin sida dabiiciga ah ee isku day in aad diid. Waa sida khaldan markasta.

Balse waxa aad samaysaa in aad dib u fiirisid buugga, dib u dheehatid meelahii aad hoosta ka xariiqatay. Kadibna isku day qaababka cusub ee buugga ku yaal deedna daawo cajiibnimada waxyaalaha dhaci doona.

7. Xaaskaaga hal shiliin u ballanqaad markasta oo ay kugu qabato adiga oo qaanuunnada ka leexday. Ayada ayaa waddada toosan ku saari doontee.
8. Fadlan eeg bogagga 193-4 ee buuggaan kana akhri sida nimankii bangiyada Wall street lahaa ee H.P.Howell iyo Ben Franklin ay u saxi jireen khaladaadkooda. Maa aad isku daydid in aad khidaddooda isticmaashid oo ku dhaqantid? Haddii aad sidaas samaysid, labo wax ayaa ka soo baxaya:

Koowaad: Waxa aad dhex galaysaa hab-waxbarasho oo xiiso leh wax goyn karaana aysan jirin.

Labaad: Waxa aad ogaanaysaa in awooddaada ah in aad iska joojisid walwalka oo nolol fiican ku noolaatid ay si dhakhso badan u korayso.

9. Qorid-maalmeed buug ah hayso(diary) kaas oo aad ku kaydisid guulahaaga aad ka gaaraysid raacidda qaanuunnadaan. Si gooni ah u qor. Magacyo u samee, taariikh u yeel, jawaabta ka soo baxdana qor. In aad xogtaas oo kale kaydisid waa ay ku niyad-kicinaysaa si aad dadaal kasii badan u sii samaysid. Iyo sida ay cajiib u ahaan doonaan qoraaladaan markii aad sanado kadib dib u akhrisid.

ISKU-SOO DUUBID

1. Himmad fog oo saa`id ah waa in aad u haysid ku dhaqanka qaanuunadaan iyo ka adkaanshaha walwalka.
2. Cutub kasta labo jeer akhri ka hor inta aadan u gudbin cutubka ku xiga.
3. Markii aad akhrinaysid, marar badan hakad samee oo is waydii sida aad qaanuun kasta ugu dhaqmi kartid.
4. Hoosta ka xariiq fikrad kasta oo muhiim ah.
5. Dib u fiiri buuggaan bil kasta.
6. Fursad kasta oo kus oo marta ku dhaqan qaanuunnadaan. U isticmaal kan buug-gacmeed ahaan kugu caawiya ka adkaanshaha walwalka.
7. Cayaar xiiso leh ka dhig adiga oo qof kale u ogolaanaya in aad lacag ku siisid mar kasta oo qofkaasi kugu qabto adiga oo xeerarka jabinaya.
8. Eeg horumarka aad samaynaysid muddo labo toddobaad oo kasta ah. Is waydii waxii gefaf ah oo aad geysatay, waxii horumar ah iyo casharrada aad mustaqbalka u diyaarsatay.
9. Qoraal maalmeed ku dul samee buugga, adiga oo ku muujinaya qaanuun walba iyo marka aad bilowday.

Qaybta Saddexaad: Sida Loo Baabi`iyo Walwalka Kahor Inta Uusan Adi Ku Baabi`in

Cutubka Lixaad: Sida Walwalka looga Ciriirsho Maskaxdaada.

Waligay ma illoobo sannado ka hor habeen I soo maray, markii Marion J. Douglas oo arday ka ahaa mid kamid ah xiisadahayga (Ma adeegsan magaciisii dhabta ahaa, maxaa yeelay asaga ayaa iga codsaday in

aan qariyo). Balse waa tan sheekadiisii iyo sidii uu noogu sheegay. Waxa uu nooga sheekeeyey sida dhibaato u asiibtay qoyskiisa, mar kali ah ma ahee labo jeer. Waxaa markii ugu horraysay ka dhintay gabadhoodii oo shan sano jirta, ilmo ay aad u jeclaayeen. Asaga iyo xaaskiisu waxa ay u maleeyeen in aysan u dulqaadan doonin dhimashada inantooda yar. Balse waxa uu yiri ``Eebbe ayaa toban bilood kadib na siiyey gabar kale balse shan maalmood kadib ayaa ay aydana dhimatay.``

Labadaan murugo oo isku darsamay aad ayaa ay nooga xoog bateen. Waa u dulqaadan waayay. Waa seexan waayay, waxba waa cuni waayay haba yaraatee, waa ladi waayay, waa nasan waayay. In aan gariiro ayaa aan bilaabay oo kalsooni dhan iga tagto.Ugu dambayn dhakhtar ayaa aan aaday. Mid ayaa kaniini hurdo igula taliyey, mid kalana in aan dalxiiso. Labada talaba waa isku dayay, midnana ima anficin. Waxa aan dareemay in labo birood la iskula kay qabtay, markastana la isku sii dhawaynayo labada birood. Cadaadiska murugadu igu keenaysay ma dareemi kartid haddii aysan naxdin wayn oo aad la qalashid aysan ku soo marin, markaas waa aad fahmi kartaa.

Balse Eebbe mahaddiis, waxaa ii haray hal wiil oo afar sano jir ah. Asaga ayaa dhibaatadii I haysatay xal u keenay. Galab aniga oo meel murugo la fadhiya ayaa uu I waydiiyey ``Aabbe ma aad dooni ii samaysid?``. Dhabtii doon samaynteed ima haynin, balse inankii yaraa ayaa ku sii adkaystay in aan doon u sameeyo illaa aan ka yeelay.

Doontaas yar ee uu ku cayaaro samaynteedii saddex saacadood ayaa ay iga qaadatay. Markii aan dhammeeyey ayaa aan xaqiiqsaday in saddexdaas saacadood ee aan doonta samaynayay ay ahaayeen waqtiga kaliya ee aan istireex iyo walwal la`aan aan dareemay muddo bilo lasoo dhaafay ah.

``Ogaanshahaas aan wax ogaaday ayaa dhibkii iga yara fayday oo ii sahashay in aan si saaxi ah u fakaro muddo bilo ah. Waxa aan ogaaday in ay adagtahay adiga oo mashquul ah in aad walwalashid. Arintaydaan, dhisiddii doonta ayaa seerihii walwalka iga saartay. Kadib waxa aan go`aansaday in aan is-mashquuliyo markasta.

Habeen labaad, guriga ayaa aan qolba mar gala aniga oo eegaya wax u baahan in la hagaajiyo sida khaanadaha buugta, jaranjarooyinka, daaqadaha, daahyada, qataarrada, biyo galinta IWM. Waxaa layaab noqotay in muddo labo asbuuc ah aan helay 242 shay oo u baahnaa in la hagaajiyo.

Labadii sano ee lasoo dhaafay, intoodii badnayd alaabahaas waa aan hagaajiyey. Intaas waxaa ii dheer, noloshaydii waxa aan ka buuxiyey ficillo xiiso leh oo laab-kicin igu samaynaya. Labo habeen toddobaadkiiba ayaa aan ka qaybgalaa xiisadaha aqoon-iswaydaarsiga dadka waawayn ee magaalada New York. Waxaa kale oo aan ka qayb qaataa iskaa-wax-uqabsada magaalada aan ka soo jeedo, haddana waxa aan ahay madaxa guddiga dugsiga magaaladayda. Shirar badan ayaa aan ka qayb galaa. Lacag ayaa aan u aruuriyaa Bisha Cas iyo ururo kale. Aad ayaa aan isu-mashquuliyey illaa aan waqti aan ku walwalaba waayay.

Walwal waqti looma hayo! Wa sidii uu yiri Winston Churchill markii uu siddeed iyo toban saaac oo shaqo ah uu qabanayay xilligii uu dagaalka kujiray. Markii la waydiiyey in shaqadaan tirada badan ay walwal ku hayso waxa uu kujawaabay ``Aad ayaa aan u mashquulsanahay. Walwal waqti umaba hayo``.

Charles Kettering sidaas oo kale ayaa uu samaynayay markii uu hindisayay qalabka baaburta daara marka furaha lagaliyo. Mudane Kettering illaa uu ka dhintay waxa uu ahaa madaxwayne ku-xigeenka General Motors Research Co`operation(Isbahaysiga Cilmi-baarista Baabuurta). Laakiin waagaas uu hindisaadda waday, aad ayaa uu sabool u ahaa, qolka cawska beerta lagu kaydiyo ayaa u ahaa xarunta uu ku shaqeeyo. Alaabta uu u baahanyahay waxa uu ka iibsan jiray lacag kun iyo shan boqol oo doolar ah oo islaantiisu macalintinimo ka soo shaqaysatay. Kadib lacag shan boqol oo kale ah ayaa uu soo daynsaday. Xaaskiisa ayaa aan waydiiyey haddii ay walwali jirtay xilligaas. Waxa ay iigu jawaabtay ``Haa, waa aan walwalay illaa aan ka seexan waayi jiray; laakiin Mudane Kattering asagu maya. Shaqadiisa ayaa uu kaga mashquuli jiray walwalka dhan``.

Saynisyahankii waynaa, Pasteur ayaa yiri ``Xasilloonida maskaxdu waxa ay taallaa maktabadaha iyo shaybaarrada(cilmi-barista)``. Waa maxay sababta xasilloonidu halkaas ugu jirto? Sababta oo ah nimanka maktabadaha iyo shaybaarradu shaqooyinkooda ayaa ay aad ugu mashquulsanyahiin, walwalna maba arkayaan. Dadka cilmi baarista sameeya waa dhif in ay isku-buuqsanaan maskaxeed yeeshaan. Walwalka waqti uma helaan.

Waa maxay sababta is-mashquulintu ay walwalka booska uga saari karto? Maxaa yeelay sharciga aasaaska u ah cilmi-nafsiga iyo qaabka ay u shaqayso maskaxda banii`aadamka ayaa ah: Innaba haba yaraatee suurtogal uma aha banii`aadamka , si kasta ha u maskax badnaado in uu hal wax ka badan isku mar ka fakaro. Ima aaminaysid? Waa yahay, aynu iskudaygaan samauno.

Ka soo qaad in aad gadaal isu tiirisid, indhaha isku qabatid, kadibna aad iskumar ka fakartid Taallada Xorriyadda ee Maraykanka iyo qorshahaaga aad berri leedahay. (Hagaag, isku day)

Waa aad ogaatay soo ma aha, in aad hal wax kaliya aad xoogga saari kartid balse aadan marnaba labadoodaba wada saari karin?. Hagaag, sidaas oo kale weeye marka laga hadlayo dareennada qofka. Xamaasad iyo niyad kacsanaan wax aan samaynayno aynu u hayno iyo iskuma dari karno in walwal dhanka kale uu naga haysto. Mid kamid ah labada dareen ayaa kan kale booska ka saaraya. Waa middaas tan u sahlaysay dhakhaatiirta ciidamada in ay wacadaro ka muujiyeen xilliyadii dagaalada. Marka raggu dagaalka ka soo noqdaan ayaga oo la gariiraya waxyaalahii ay soo arkeen(Psychoneurotic), Dhakhaatiirtu waxa ay u qorayeen ``In la mashquuliyo``.

Daqiiqad kasta oo ay soo jeedaan ciidankaani, waxaa lagu mashquulinayay in waxyaalo kala duwan qabanayaan sida kalluumaysi, ugaarsi, kubbad cayaarid, sawirro galis, beero samayn, iyo qoob-ka-ciyaar. Waqtiba looma siin ay dib u faagaan dhacdooyinkii xumaa ee soo maray.

``Shaqo-daaweed`` waa erey ay hadda isticmaalaan qolyaha cilmi-nafsiga loona qoro daawo ahaan oo kale. Wax cusub laakiin ma aha. Dhakhaatiirtii Giriigga ayaa isticmaali jiray kumanaan sano kahor.

Quakerska ayaa sidaas oo kale Philadelphia ku isticmaalayay xilligii Ben Franklin. Nin u tagay 1774tii ayaa ka qarracmay markii uu arkay dadkii waalnaa oo lagu shaqaynayo. Waxa uu u maleeyey in masaakiinta laga faa`iidaysanayo oo lagu xammaalanayo, illaa markii dambe Quarkerskii u

sharxeen in ay ogaadeen in bukaannadaani ay wanaagsanaanayaan markii mashquul laga dhigo kadib. Maskax dajin ayaa ay u ahayd shaqadaani.

Dhakhaatiirta Dhimirka oo dhan ayaa ku sheegaya shaqada lagu mashquulo ay tahay xanuun baabi`iyaha ugu wanaagsan ee la siin karo maskaxda jirran.  Henru W. Longfellow ayaa sidaas ogaaday markii xaaskiisa oo da`a yari ay ka dhimatay. Xaaskiisa shumac ay shidday ayaa dharkeedii qabsaday kadibna gurigii oo dhan ayaa ku gubtay. Longfellow qayladeeda ayaa uu maqlay waana uu isku dayay in uu gaaro oo uu badbaadiyo balse gubashadii darteed ayaa ay u dhimatay. In muddo ah ayaa xasuustaasi ciqaab ku ahayd illaa uu ku dhawaaday in uu u waasho balse nasiib wanaag saddex carruur ah ayaa ka sugayay in uu daryeelo.Halkii uu murugo ku mashquuli lahaa Longfellow, waxa uu ku mashquulay in uu carruurtii aabbe iyo hooyo u noqdo. Banaanka ayaa uu u kaxeeyaa, sheekooyin ayaa uu uga sheekeeyaa, waa uu la cayaaraa, waana uu ku dhex-qarsoomay la joogistooda, sida uu ku sheegay gabaygiisa The Children`s Hour(Waqtigii Carruurta). Sidoo kale waxa uu tarjumay buggaagta Dante, shaqooyinkaan dhan oo la isugeeyey ayaa mashquul saa`id ah ka dhigay illaa uu waqti uu ku walwalaba waayay, xasillooni maskaxeedna uu dib ugu helay. Waa sidii Tennyson markii saaxiibkiisii ugu qaalisanaa Arthur Hallam uu ka dhintay ayaa uu yiri ``Waa in aan naftayda ficillo ku mashquuliyo intii aan quus gali lahaa``.

Inteenna badani shaqada ayaa aan ku mashquulnaa, mashquul kalena ma xasuusan karno. Laakiin saacadaha shaqada ka dambeeyaa, waa saacadahaas kuwa halista nagu haya. Shaqada kadib markii aynu nasan lahayn ee istireex iyo farxad dareemi lahayn waa markaas marka sharka

walwalku na soo weeraro. Waa markaa marka aynu iswaydiino in nolosheennu dhinacna u socoto, in aan god ku jirno iyo inkale, in maamulaheennu hadalkii uu maanta nagu yiri uu wax kale ula dan lahaa, iyo in bidaar ina galayso iyo inkale.

Marka aynaan mashquulka ahayn, maskaxdeennu waxa ay ku dhawaataa heer ay marato oo aan waxba ku jirin. Arday kasta oo cilmiga Fiisigiska barta ayaa og in ``Abuurku uusan marnaanta ogolayn`` Meel maran waxaa ugu dhaw waa gudaha laambadaha iftiinka, haddii aad ayagana aad jabiso isla markiiba hawo ayaa galaysa gudahooda.

Sidaas oo kale ayaa maskaxdu aysan marna u marnaanayn. Maxaa ka buuxaya markasta? Dareenno. Sabab? Sababta oo ah walwalka , cabsida, nacaybka, masayrka waa waxii waagii hore ee dadku dooxooyinka ku noolaayeen aadka ugu badnaa. Waa dareenno aad u xoog badan oo halmar maskaxdeenna ka saaraya xasilloonida iyo istireexa.

James L. Mursell, oo barafasoor ka ah Teacher`s College, Columbia, ayaa si fiican tooshka ugu ifinaya arintaan asaga oo yiri ``Walwalku marka uu si fiican kuu diir-diiran karo ma aha xilliga aad wax qabanaysid ee aad mashquulka tahay, xilliga ugu darani waa marka shaqo maalmeedkaagu dhammaado, sawirashada-maskaxdaadu markaas oo kale ayaa ay dibadbax samaysaa ayada oo soo bandhigaysa wax kasta oo liita oo ku soo maray, iyo in ay waynayso khalad kasta oo yar ah oo aad samaysay. Markaas oo kale maskaxdaadu waa sida matoor shaqaynaya asaga oo aan wax culays ah saarnayn. Xawli ayaa ay ku soconaysaa, ayada oo kuugu hanjabaysa in ay gubayso wax kasta oo aysan u dulqaadan karin iyo xataa in ayadu is gubi doonto. Daawaada walwalkaasi waa in aad markasta maskaxda ku mashquulisid in ay wax wanaagsan samaynayo``.

Balse uma baahnid in aad jaamacad uga soo baxdid si aad sidaan oo kale u samaysid. Markii dagaalladii lagu jiray, waxa aan la kulmay dad xaas ah Chicago deggan taas oo iiga sheekaysay sida ay ku heshay in ``Daawada walwalku ay tahay in aad wax ku mashquulsantahay markasta``. Aniga oo safar ah oo ka imid New York una socda Missouri ayaa aan jidka isla sii marnay (Cafwan in aanan magaceedii xasuusan karinin, ma jecli tusaale aan magac iyo meesha uu daganyahay aan wadan in aan sheego).

Lamaanahaani waxa ay ii sheegeen in wiilkoodu uu ciidanka ku biiray maalintii ka dambaysay weerarkii dekedda Pearl Harbour. Islaanta ayaa ii sheegtay in ay aad uga walwashay wiilkeeda illaa ay ku dhawaatay in caafimaad-darro ku dhacdo. Halkee ku suganyahay? Ma nabad qabaa? Mise waa uu dagaalamayaa? Ma dhaawacmi doonaa? Mala dili doonaa?

Markii aan waydiiyey sida ay walwalka uga adkaatay, waxa ay tiri ``Waa aan is-mashquulin jiray`` Waxa ay tiri `` Ugu horrayn waxa aan iska fasaxay gabadhii shaqaalaha ahayd kadibna waxa aan isku dayay in aan ku mashquulo hawlaha guriga. Balse intaas iguma filnaanin, sababta oo ah shaqada xaafadda dhan aniga oo aan ka fakarayn ayaa aan qaban karay, sidaas darteed walwalkaygii waa sii socday. Waxa aan xaqiiqsaday in aan u baahnahay shaqo cusub oo I mashquulin karta maskax ahaan iyo jimsi ahaanba, kadibna waxa aan helay shaqo ah dukaan-gadis.

``Taas ayaa I caawisay`` ayaa ay tiri. Waxa aan isla markiiba dhex galay mowjado shaqo ah: macaamiil ayaa meel kasta yaacaya, I waydiinaya qaymayaal, cabirro, midabyada kala duwan ee alaabta, wax kaleba kama fakari karo aan shaqadayda ka ahayn; markii habeenka lagaarana, wax kale oo aan ka fakari karo malaha aan ka ahayn daalka badan ee luguhu ila xanuunayaan. Islamarkiiba markii aan casheeyo, sariirta ayaa aan ku

dhacaa islamarkiibana waa aan gam`aa in aan suuxay camal. Awood iyo waqti aan ku walwalo midna ma haysto.

Waxa ay ogaatay waxii John Coper Powys uu ka lahaa Habka loo ilaawo murugada markii uu ka hadlayay`` Degenaansho iyo xasillooni gooni ah, degenaansho maskaxeed oo gooni ah oo qotodheer, nooc farxad kabuubiso ah, kuwaas ayaa dajiya maskaxda dadka iyo xayawaanka markii ay ku wareeraan hawlo tiro badan oo soo food saaray``.

Layaab badanaa arintaasi! Osa Johnson, oo adduunka sahmiye dumar tan adduunka ugu caansan ah ayaa dhawaan ii sheegtay sida ay walwalka iyo murugada isaga saartay. Waa aad akhrin-kartaa sheeko-nololeedkeeda, waxaa la dhahaa I married adventure (Waxa aan guursaday Xiiso). Haddii qof dumar ahi ay abid xiisaha guursatay, waa ayada. Martin Johnson ayaa ay is guursadeen markii ay jirtay lix iyo toban sano, kadibna cagaha ayaa ay dhulka ka qaadeen oo waxa ay bilaabeen dalxiis. Waxa ay gaareen Chanute, Kansas , kadibna u jahaysteen dooxada Borneo. Muddo labaatan iyo shan sano ah ayaa lamaanahaan reer Kansas adduunka dhan ay mareen ayaga oo filimaan ka samaynaya duur-joogta Afrika iyo Aasiya(Eeshiya). Ayaga oo Maraykanka ku soo laabtay muddo sagaal sano kahor ah oo soo bandhigaya muuqaalladii ay soo sameeyeen ayaa ay diyaarad ka qaateen Denver ayaga oo ku ku jahaysan dhanka xeebaha. Diyaaraddii buur ayaa ay ku dhacday. Martin Johnson waa uu dhintay islamarkiiba. Dhakhaatiirtii waxa ay Osa u sheegeen in ay waligeed sariir dul-jiifi doonto. Laakiin ma aysan aqoon Osa Johnson. Saddex bilood kadib kursi-curyaan ayaa ay fuushanayd, xiisado ayaa ayna siinaysay daawadayaal aad u tiro badan. Xaqiiqdii xilligaas boqolaal daawadayaal ah ayaa ay xiisado siisay ayada oo kursi-curyaankeedii saaran. Markii aan waydiiyey sababta ay u

samaynaysayna waxa ay ii sheegtay `` Waxa aan u samaynayaa si aanan waqti aan ku walwalo u helin.``

Osa waxa ay ayadu iskeed daaha uga qaaday , runtii uu Tennyson qarni kahor ku heesayay markii uu lahaa `` Waa in aan naftayda waxqabasho ku mashquuliyaa, si aanan u quusan``.

Byrd oo ahaa taliye ciidan-badeed ayaa asna arrintaan ogaaday markii uu kaligiis shan bilood ku noolaa cariish yar oo ku dhex xirmay buuraha barafka wada ah ee cirifka koonfureed ee adduunka. Cirifka koonfureed waa buuro wada baraf ah oo ay ku jirto sirta adduunka ugu da`ada wayn, waa buuro baraf ah oo ku fadhiya dhul kawayn qaaradaha Ameerika iyo Yurub oo la isku daray. Taliye Byrd kaligiis ayaa shan bilood halkaas ku noolaa. Wax noole kale ah habayaraatee maleh dhul dhan boqolaal kiilow-mitir. Qabowgu waa xad-dhaaf heer marka uu neefsado uu maqli karayo codka kabaxaya neeftiisa oo barafoobaysa asaga oo u jeeda. Buuggiisa layiraahdo Alone(Kali Ah), waxa uu ku sheegay in uu shantaas bilood ku jiray mugdi qarracan iyo wareer ah. Habeenka iyo maalintu isku si ayaa ay u madawyahiin. Waa in uu is mashquuliyaa si uusan ugu waalan.

Habeenkii inta aanan faynuuska iska damin waxa aan samaytay caado aan walwalka berri ah iskaga ilaaliyo. Inta aanan seexan ee faynuuska damin, si aan walwalka isaga ilaliyo ayaa aan qorsheeyaa berri iyo saacad kasta iyo waxa aan qaban doono.
Cajiib ayaa ay ahayd, sidaas ayaa aan waqtiga isku dhaafin jiray. Waxa aan ka helay awood xad-dhaaf ah oo aan naftayda ku maamuli karo. Shaqadaas la`aanteed, waqtigayga dhan waxa uu ahaan lahaa mid bilaa ujeeddo ah, ujeeddo la`aanna waa uu iska dhammaan lahaa, waxa uuna ku dhammaan lahaa burbur.

Erayada u dambeeya si fiican u xasuuso ``
``Ujeeddo la`aanna waa uu iska dhammaan lahaa, waxa uuna ku dhammaan lahaa burbur``.

Haddii aniga iyo adiga midkeen walwalo, aynu isticmaalno qaabkaas da`ada wayn si aan daawo uga helno.
Waxa aan aqaannay nin ganacsade reer New York ka ah kaas oo ladagaalamay cayayaanka maskaxda cuna asaga oo mashquulka iska badiyey illaa uu waqtiba u waayay walwal iyo walaac. Magaciisa waxaa la yiraahdaa Tremper Longman, xafiiskiisuna waxa uu ku yaallaa 40 Wall Street. Ardodayda ayaa uu ka mid ahaa, sheeko xiiso leh ayaa uu nooga sheegay sida uu walwlka uga adkaaday, sheeko cajiib ah ayaa ay ahayd illaa aan markii dambe ka codsaday in uu ila casheeyo xiisadaha kadib. Makhaayad ayaa fariisannay illa saq-dhexena ku gaarnay, annaga oo kawada munaaqashoonayna khibradda soo martay. Waatan sidii uu iigu sheegay sheekadiisa. `` Sideed iyo toban sano kahor walwal ayaa iga batay illaa hurdo la`aani igu dhacday. Cadaadis ayaa aan dareemay, xanaaq ayaa igu abuurmay, waxa aan gaaray heer aan gariiro. Waxa aan ku dhawaaday in aan waasho.

``Sabab ayaa jirtay keenaysay in aan walwalo. Dhaqaalaha ayaa aan u qaabilsanaa shirkadda Crown fruit and Extract Company, 418 West Broadway, New York. Lacag hal malyan oo doollar barkeed ah ayaa aan ku maalgalinnay khudaar. Labaatan sano ayaa aan khudaartaan ka iibinaynay warshadda jaalatada. Hal mar ayaa iibkayagii joogsaday sababta oo ah washadihii jallaatada ee nagu xirnaa sida National Dair iyo Borden`s, dhaqaalahooda ayaa kobcay, dhaqaale kaydsina waa ay galeen taasina waxa ay keentay khudaartii in ay cid kale ka soo iibsanayaan.

Kali ah markaas dhibtu ma ahayn in aan hal malyan barkeed oo lacag ah aan galinnay khudaarta haddana aanan suuq u hayn balse intaas waxaa dheeraa heshiis sanad dhan ah ayaa aan galnay kaas oo ah in aan hal malyan oo lacag ah ku bixin doonno iibsashada khudaarta kale ee loo baahan doono. Waxaa intaas saddexeeyey lacag saddex boqol iyo konton kun ah ayaa aan bangi kasoo daymanay. Awood uma aanan haynin aan lacagtaas dib ugu bixinno. Intaas oodhan aniga ayaa ka walwalayay.

Waxa aan markiiba ku orday Watsonville, California halka warshadayadu ku taallay, waxa aana isku dayay in aan ka dhaadhiciyo in xaaladdii isbeddashay aanna ku wajahannahay khasaaro. Waa iga diideen in ay rumaystaan, eeddii oo dhanna qolodayada New York ayaa ay na saareen iyo in aanan aqoonin sida wax loo suuq geeyo.

Maalmo haddii aan la doodayay, ugu dambayntii waa iga yeeleen in ay joojiyaan cabbayta khudaartaan cusub iyo in ay u iib geeyaan suuqa caadiga ah ee khudaarta. Taas ayaa dhibaatodayadii intii badnayd xallisay. Intaas kadib in walwalku iga joogsado ayaa ay ahayd balse waa joojin waayay. Walwalku waa caado, caadadaas ayaa aana yeeshay.

Markii aan New York ku laabtay, wax walba in aan ka walwalo ayaa aan bilaabay, khudaarta Talyaaniga nooga imaanaysa ayaa aan ka walwalayaa , tan Hawai ka imaanaysa, iyo kuwa kaleba. Cadaadis ayaa aan dareemayay iyo in aan gariiro, waa seexan waayay, iyo sidii aan awalba iri “waxa aan ku dhawaa in aan waasho”.

``Quus markii aan marayo ayaa aan hab cusub bilaabay, habkaas ayaa hurdo la`aantii iga ba`ashay, walwalkiina iga joojiyey. Mashquul ayaa aan iska dhigay. Awal toddobo saacadood ayaa aan shaqayn jiray hadda shan

iyo toban illaa lix iyo toban ayaa aan u beddashay. Subaxii siddeeda illa iyo habeen bar ayaa aan xafiiskayga ku gaaraa. Shaqooyin cusub iyo masuuliyad dheeraad ah ayaa aan isasaaray. Marka aan habeenkii xaafadda tago, daal ba`an ayaa aan dareemayaa, markii aan sariirta tagaba horay ayaa aan ka gam`aa.

Saddex bilood ayaa aan sidaas kuwaday. Waa aan iska joojiyey caadadii walwalka ahayd, kadib waxa aan ku laabtay shaqadaydii todobada saacadood ahayd. Siddeed iyo toban sano kahor ayaa ay sidaas igu dhacday waa dambena ma aanan walwalin.

Goerge Bernard Shaw waa uu saxsanaa. Waa uu soo koobay markii uu yiri ``Murugaba waxaa keena marka nasashada aad isku waydiisid in aad faraxsantahay iyo inkale`` Sidaas darteed haba ka fakarin, shaqee markasta. Dhiiggaagu waa uu dhaqaaqayaa, maskaxdaaduna waa mashquulin islamarkaasna wanaaggaas aad samayn oo dhammi asagaa walwalka meesha ka saaraya. Is mashquuli. Waa daawada adduunka ugu qaalisan uguna qaymaha jaban.

Si aad walwalka uga adkaatid, sidaan same:

Xeerka 1aad: Is-mashquuli. `` Waa in aan naftaadaa waxqabasho ku mashquulisaa, si aanan u quusan``.

Cutubka 7aad : Yaa Aan Cayayaanku Kaa Adkaanin.

Waa tan sheeko cajiib ah oo ay u dhawdahay in aan noloshayda dhan xasuusan doono.Waxaa iiga sheekeeyey Robert Moore oo deggan 14 highland Avenue, Maplewood, New Jersey.

``Casharkii ugu waynaa ee noloshayda waxa aan bartay bishii saddexaad ee sanadkii 1945tii. Waxa aan ku bartay markii 276 taako aan hoos u quusnay biyaha badwaynta u dhaxaysa Hindiya iyo Shiinaha . Waxa aan kamid ahaa siddeetan nin oo saarnaa gujiskii Baya S.S318. Waxa aan (Raadaarka) ku aragnay gujis waynaaday oo Jabaanaysku leeyahiin oo nagu soo food haya. Waa aan quusnay oo hoos u sii degnay waana uu naga gudbay. Waxyar kadib waxa aan ka war helnay asagii oo naga koreeya oo duqaymo nagu

bilaabay iyo kaayaga oo aad u yaraa aana u babac dhigi karaynin gujiskooda iyo asagii oo cillad keenay. Waxa uu nagu bilaabay gantaallo aad u awood wayn oo mid walba awoodo in uu haadaan ka furo gujiska aan wadanno.

Walwal iyo cabsi halkii u dambaysay ayaa aan gaarnay. Gujiskiina habeen iyo maalinba waxa uu nala dul istaagay gantaallo iyo duqayn.

Tani waa dhimashadaadii, tani waa dhimashadaadii ayaa aan bilaabay in aan ku wardinayo. Babisooyinkii dhammaan ayaa ka damay gujiskayagii waxa uuna bilaabay in uu hoos u dagayo sidaas oo ay tahay qarqaryo ayaa aan la joogi kari waayay iyo in aan gariirayo. Shan iyo toban saacadood ayaa gantaalladaasi nagu socdeen balse aniga waxa ay ila ahayd wax ka badan shan iyo toban malyan oo sano. Noloshaydii oodhan ayaa xasuus ahaan ii soo hormartay.

Waxaa xasuustayda soogalay wax kasta oo xumaan ah oo aan sameeyey, wax kasta oo yar oo aan ka walwalay. Bangi ayaa aan ka shaqaynayay kahor inta aanan ciidamada ku biirin. Waxa aan ka walwali jiray saacadaha badan ee aan shaqayn jiray, mushaarka yarka ahaa, in aanan gaari cusub heli karin, in aanan xaaskayga dhar fiican u gadi karin. Waxa aan soo xasuustay sida aan maamulahayga u necbaan jiray, iyo qayladiisii iyo canaantiisii. Waxa aan soo xasuustay murankii macno-darrada ahaa ee aan xaaskayga marka aan habeenkii guriga imaado aan kala doodi jiray waxyaalo aad u yaryar. Waxa aan aad uga walwali jiray daqar yar oo wajiga iiga yaal kaas oo shil gaari iga soo gaaray.

``Walwalkoodu waynan badnaayaa waxaan oodhan! Balse hadda sida ay iila yaryahiin markii duqaymaha kor nooga imaani I tustay in aan dhimasho u dhawahay. Halkaas markii aan ku sugnahay iyo xaaladdaas

ayaa aan ballan ku qaaday haddii aan dib dambe qoraxda u arko iyo xidigaha, in aanan waligay dambe walwali doonin. Waligay dambe, Waligay dambe, Waligay dambe. Qaabka loo noolaado ayaa aan shan iyo tobankaas saacadood ee aan gujiska saarnayn ayaa aan ku bartay , cashar aanan waligay buugaag kabaran iyo afartii sano ee jaamacadda Syracuse aan ku soo qaatay.

Adduunka dhibaatooyin waawayn ayaa aan u dulqaadannaa kadibna waxyaalo xunxun ah ayaa ina saaameeya. Tusaale; Samuel Peps, ayaa buuggii nolol maamleedkiisa ku sheegay markii uu daawanayay Sir Harry Vane oo madaxa laga goynayo magaalada London. Harry oo qoor-gooyo u xiran kama uusan cabanayn in madaxa laga goynayo balse waxa uu ka cabanayay in aan qoorgooyuhu ka-soobaxda surka uga taalla uusan ku baegin nabarka uu rabo in uu ku dhufto.

Taas oo kale ayaa ay ahayd waxii uu Taliye Byrd uu ogaaday markii ay ku sugnaayeen buuraha barafka ee qaaradda Antaraaktiko. Waxa uu ogaaday ayada oo qabowgaas iyo mugdigaas dhan lagu jiro ayaa raggu aysan ka cabanayn dhibka ay ku hayso, balse ay ka cabanayeen waxyaalo yaryar oo lamid ah kasoobaxda surka oo kale. Cidina kama cabanayn khatarta, nolol adayga, iyo qabowga siddeetanka heer-kul eber ka hooseeyey. Laakiin waxaa dhacaysay in ragga qaar kamid ah ay hadalka iska ilaalinayeen ayaga oo mid walba ka shakisanyahay in uu tabartiisa qofka kale u gudbinayo; Waxaa jiray qof kale oo asna aan cuntada cunin illaa uu meel aan cidina arki karin uu tago kadibna cuntada labaatan iyo sideed jeer ruugi jiray kahor inta uusan liqin.

``meeshaas oo kale marka dadku joogaan, waxyaalaha aadka u yaryar ee kuwaas aan soo sheegnay oo kale ah ayaa qofka dadka ugu deggan ka dhigi

kara mid waalan``. Adiguna waxa aad arkaysaa waxyaalo yaryar ah oo dadka guurkooda waalaya, adduunka wadne-xanuunkiisana kalabar waxyaalahaasi in ay abuurayaan.

Ugu yaraan sidaas waxaa qaba Joseph Sabath oo garsoore u noqday in kabadan afartan kun oo qof oo is-qaba. Waxa uu yiri ``Waxyaalo yaryar ayaa masuul ka ah dhibaatada farxad la`aaneed ee ka taagan kumanaan dadka isqaba ah``. Franka S. Hogan oo qareen ka ah magaalada New York ayaa oronaya ``Kalabar dambiyada maxkamadaha lagu qaado waxa ay ka soo askumaan waxyaalo aad u yaryar. Istusnimo yar, dood yar oo la is-dhaafsaday, cay yar oo la soo xasuusto, erey liidid ah, ficil edeb-darro ah, waa waxyaalaha keena dagaalka iyo dilkaba.

Dad dhif ah ayaa xaasidnimo iyo khaldanaan u gaysta falal dambiyeedka. Dhaawacyo yaryar ayaa ay ku yahiin isku-qanacsanaanteenna, dareemis sharaf dhac yar ayaa keenaya kalabar wadne xanuunka adduunka ka jira``.

Eleanor Roosevelt markii ay guursatay, maalmo ayaa ay walwalaysay sababta oo ah shaqaalaheedu cunto fiican ma aysan karinayn.`` Laakiin haddii sidaas hadda igu dhici lahayd, garbaha ayaa inta aan nuuxiyo ayaa aan iska ilaawi lahaa`` Sidaas waxaa tiri Eleanor Roosevelt. Si fiican. Waa sida garraad sarrayntu ku jirto. Xataa waxaa la sheegaa in Catherine The Great, waa qoftii kaligeed-taliska ka ahayd Ruushka muddo soddon sano kabadan, ay iska qosli jirtay marka shaqaaluhu cuntada uu kharibo.

Aniga iyo xaaskayga ayaa nin saaxiibkay ah casho martiqaad ah noogu sameeyey gurigiisa magaalada Chicago ku yaal. Markii shaqaalihii uu cuntadii noo keenay ayaa khalad yar uu sameeyey. Anigu maba dareemin, xataa haddii aan dareemi lahaana wax dhib ah iguma hayseen. Laakiin

saaxiibkay xaaskiisa ayaa aragtay kadibna islamarkiiba waxa ay ku booday shaqaalahii ayada oo leh ``John, bal eeg waxa aad samaysay! Waligaa cunto karinta ma baratid miyaa``.

Kadib ayaa ay annaga nala hadashay oo tiri ``Markasta sidaas ayaa uu gefaf u gaystaa. Asaga ayaa aan isku dayayn in uu wax hagaajiyo``. Dhabtii anigu in aan rooti qallalan waddooyinka ku cuno ayaa aan ka door bidi lahaa in aan cuntadeedaan sida fiican loo karshay cuno aniga oo canaanteeda maqlaya.

Dhacdadaas kadib, Xaaskayga iyo aniga ayaa saaxiib gurigayaga ku marti qaadnay. Kahor intii aysan noo imaanin, ayaa xaaskaygu ogaatay in af-mariska noo yaalla uu hal mir oo kali ah yahay, balse maro miiseedku ay afar tahay.

Waa dambe ayaa ay iiga sheekaysay, waxa ay tiri `` Jikada ayaa aan ku orday, waxa aan ogaaday in saddexdii kale, dharkii la dhaqayay lagu daray loona qaaday dhar-dhaqaha. Martidii iridka ayaa ay taaganyahiin. Waqti ma haysto. Ilmo ayaa iga imaan gaartay! Waxa kaliya ee maskaxdayda ku soo dhacay waxa ay ahayd `Maxaa gefkaan yari uu habeenkaaga dhan kaaga xumayn?` Kadib waxa aan is waydiiyey sababta aan ugu ogolaanayo anigu in waxaan yari uu habeenkayga iga xumeeyo iyo raynrayntayda? Cashadii ayaa aan iska bilaabanay aniga oo si wanaagsan dareemaya. Waxa aan doorbiday in martidu ii maleeyaan xaas yara jil-jilicsan intii ay ii malayn lahaayeen qof kul-kulul oo dabeecad xun. Si kasta oo ay ahaataba waxa aan ku dedaalay in aan is dajiyo oo aanan waxba ka walwalin haba yaraatee. Xaqiiqdiina cidiba ma dareemin af-mariskii maqnaa``.

Waxaa jira oraah caan ah oo oranaysa : De minimis non curat lex- ``Qaanuunku, waxyaalaha yaryar ma tixgaliyo`` Dagaalyahankuna waa sidaas oo kale, waa in uusan tixgalin waxyaalaha yaryar , waa haddii uu doonayo xasillooni maskaxeed.

In badan oo waqtigeenna ah si aan waxyaalaha yaryari aysan inoo dhibin waa in aan beddalnaa waynaysada aynu ku haynay waxyaalahaas yaryar , oo indhaheenna ku aragnaa yaraanta waxyaalahaasi leeyahiin iyo sidoo kale in aynu arki karno qaab kale oo aan xataa waxaas yar ugu raaxaysan karno.

Saaxiibkay Homer Croy, qoraaga buugga ``THEY HAD TO SEE PARIS`` iyo buuggaag kale oo badan, ayaa tusaale fiican ka bixinaya sida taas aan soo sheegnay loo samayn karo. Buugga markii uu qorayay ayaa waxaa aad u dhibi jiray shanqarta matoor shirkadeed oo ka ag dhawaa guri cusub oo uu ka dagay magaalada New York. Qiica iyo gariirka ka imaanaya matoorkaas ayaa uu adkaysan waayay oo aad ugu mashquulaa markasta oo uu doono in uu wax qoraba.

Waxa uu yiri`` Intaas kadib ayaa aan saaxiibbo u raacay dalxiis bannaanka magaalada ah. Waxa aan maqlay shanqarta ka baxaysa hilibka dabka lagu solayo kadibna waxa aan is waydiiyey sida shanqartaani ugu egtahay shanqartii aan maqli jiray markii aan gurigayga joogay. Markii aan dib gurigaygii ugu soo laabtay ayaa aan isla hadlay oo iri `Codka hilibka solmayay waxa uu ahaa mid aan ku raaxaysanayo balse codka matoorka ii dhaw waa mid aan aad u dhibsado, waa aan seexan aniga oo aan wax walwal iyo shiddo ah aysan I galinayn codka matoorkaan. Sidii ayaa aana sameeyey. Maalmihii hore waa aan dareemeyey in matoorku daaranyahay

waana seexan karay, maalmo kadib waaba aan ilaaway in uu shidan yahay iyo inkale.

Disraeli ayaa laga sheegay ``Noloshu aad ayaa ay ugu yartahay in aad wax yar noqotid``. ``Erayadaas uu Disraeli yiri ayaa aad ii caawiyey marar badan oo nolol adag ay I soomartay. Sidaas waxaa yiri Andre Maurius. Marar badan ayaa aan nafsadeenna u ogolaanaa in waxyaalo yaryar ay naga caraysiiyaan, waa in aan iskaga tagno oo aan iska illowno. Dunidaan ayaa aan joognaa, muddo badanna ma aha inta aynu joogayno, saacado badan oo aynaan soo celin karin ayaa nagu dhaafa innaga oo murugo ku fooggan(mashquulsan), waxaas aynu ka murugoonayno sanad kadib innaga iyo cid kale oo xasuusan midna ma jiri doonto. Waa lawada illaawayaa. Sidaas yaynaan samaynine aynu nolosheenna ku mashquulinno in aan samaynaynno ficillo wax-ku-ool inoo ah, aynu wanaag dareenno, aynu si heer-sare ah u fakarno, aynu jacayl dhab ah muujinno, adaygga noloshana aynu u dulqaadanno. Noloshu aad ayaa ay ugu yartahay in aad waxyar noqotid.

Xataa dadka tusaalaha laga dhigto sida Rudyard Kipling ayaa marmar illaawa in Noloshu aad ugu yartahay in aad wax yar noqotid`` Maxaa kasoo baxay? Waxaa kasoo baxay in asaga iyo seedigiis ay dagaallameen, dagaalkii ugu caansanaa ee garsoorka adduunka soo maray. Dagaalkii Vermont, adduunka dhan ayaa ka sheekeeyey illa heer buug laga qoray la dhaho : Rudyard Kipling's Vermont Feud (Dooddii Rudyard Kipling ee Vermont).

Sheekadu sidaan ayaa ay u dhacday: Rudyard ayaa guursaday Caroline Balestier oo ka soo jeedda gobolka Vermont ee waqooyiga Maraykanka. Guri qurxan ayaa uu ka dhistay magaalada Brattleboro ee gobolkaas

Vermont, halkaas ayaa uu dagay si uu ugu noolaado noloshiisa inta ka dhimman. Seedigiis Beatty Balestier ayaa ay noqdeen saaxiibbo. Waa ay isla shaqayn jireen, waana ay wada cayaari jireen.

Kipling ayaa kadib Balestier dhul ka iibsaday waxa ayna isku afgarteen in Balestier uu beertaas ka gurto cawska. Maalin ayaa Balsetier u yimid Kipling oo beertiisii ubaxyo ku beeraya. Dhiigga ayaa ku karay . Kipling asaguna waa uu xanaaqay. Afla-gaadho ayaa la isku dhaamiyey.

Maalmo kadib, Kipling oo baaskiil wata, ayaa seedigiis fardo ku soo kiciyey kuna khasbay in uu baaskiilkii waddada kala baxo oo qarar la tafo. Kipling waa ninkii qoray oraahdii ahayd `` Haddii aad is celinkartid marka cid waliba aysan iscelin karin oo adiga lagu eedeynayo.....`` Ninkaasi waa uu is celin waayay waxa uuna ku dhaartay in uu xiri doono Balestier. Is maxkamadayn caan baxday ayaa halkaas ka bilaabatay. Wariyeyaashii magaalooyinka waawayn oo dhan ayaa magaaladii yarayd ku qulqulay. Warkii ayaa dunida dhan ku faafay. Waxba ma xallismin. Doodaani waxa ay dhashay in Kipling iyo xaaskiisii ay ka guuraan gurigoodi ay jeclaayeen ayna dib dambe ugu soo noqon. Waxaas oo dhan waxa ay ka kacday xoogaa caws ah iyo meeshii lagu beeri lahaa oo ninkii lahaa wax kale ku beertay.

Pericles ayaa yiri afar iyo labaatan qarni kahor `` Ragoow, aynu iska dayno in aan waxyaalo yaryar dul fadhino oo ku doodayno``. Dhabtii sidaas ayaa aynu samaynaa.

Waa tan mid kamid ah sheekooyin kuwa ugu xiiso badan. Dr Harry Emerson Fosdick ayaa sheegaya. Waa sheeko ku saabsan dagaallo dooxada ka dhacay oo ay dooxadu qaarna ku guulaysatay qaarna ku guul-darraysatay.

Buuraha gobolka Colorado ugu dheer, soo foorarkooda ayaa waxaa ku yaallay saddex geed oo aad u qaro waynaa. Qolyaha Juquraafiga ayaa sheega in ay geedahaasi meeshaas ku yaalleen muddo dhan afar boqol oo sano. Waxaa la sheegaa in geedahaasi ay madaxa keeneen markii Colombus uu helay Maraykanka, sidoo kalena ay soo yara baxeen markii reer Yurubka Plymouth soo dageen. Noloshaas dheer oo ay soo mareen geedahaasi waxaa la sheegaa in biriq ay ku dhacday illaa iyo afar iyo toban jeer, baraf iyo duufaanno aan la koobi karinna ay ka soo gudbeen muddadaas dheer. Waxaas oo dhan geedahaasi waa u soo dulqaateen. Balse ugu dambayntii koox cayayaan ah ayaa soo weeraray geedihii, dhulkana la simay. Cayayaankii geedaha jiridda ayaa ay ka cuneen illaa ay awooddii dhexe ee geedka ay burburiyeen. Geedahaas waawayn ee qallali waayay, biriq iyo duufaantuna waxba ka dhimi waayeen, ugu dambayntii waxaa ku baxay oo burburiyey cayayaan aad u yaryar oo farta iyo suulka qofka ku baaba`aya.

Sanado kahor ayaa aniga iyo Charles Seifred waxa aan dalxiis ku maraynay dhul-dalxiiseedka Teton National Park ee ku yaal Wyoming. Rag kale oo saaxiibadiis ah ayaa nala socday. Waxa aan dhammaanteen u soconay in aan soo booqanno gurigii John D. Rockefeller oo dhul-dalxiiseedkaas ku dhex yaallay. Laakiin aniga ayaa waddadii ka leedxay oo hal saac ka dambeeyey gaadiidkii kale. Seifred ayaa hayay furaha iridda hore ee laga soo galo, sidaas darteed bannaankaas dhirta badan ee kulaylka iyo kaneecada miiran ah ayaa uu igu sugayey muddo hal saac oodhan ah. Kaneecada halkaas joogtay dhabtii dadka kan ugu deggan ayaa ay waalli ku abuuri kartay. Balse waxba waa ka qaadi waayeen Charles seifred. Intii uu I sugayay, geed baxar-saaf ah ayaa uu laan ka jabsaday kadibna firimbi(foori) ka samaystay. Markii aan u nimid ma umalaynaysaa in

kanneecadu dhib ku haysay? Maya, firimbigiisa ayaa uu ku cayaarayay. Firimbigaas xasuus ahaan ayaa aan u kaydsaday aan ku xasuusan nin waxyaalaha yaryar meel iska saaray.

Si aad u burburiso caadada walwalka , sidaan samee:

Xeerka labaad: Yaynaan nafsaddeenna u ogolaan in waxyaalo yaryari ay naga caraysiiyaan. Waa in aynaan qaymo u yeelin oo aan iska illownaa. ``Xasuusnoow ``Noloshu aad ayaa ay ugu yartahay in aad wax yar noqotid``.

Cutubka Siddeedaad: Xeer Kanshada(fursadda) Ka Saaraya, In Badan oo Walwalka Socdaalka ah.

Markii aan yaraa, waxa aan ku koray dhul beeereed Missouri ku yaalla; maalin aniga oo hooyaday beerta miro kala gurayaa ayaa aan ooyay. Hooyo ayaa I waydiisay: ``Dale, maxaa kaa oohinayaa?`` Waxa aan hadal-boohineed ku iri ``Waxa aan ka cabsanayaa in anoo nool la I aaso``.

Walwal ayaa aan lahaa karaar-dhaaf ah. Markii onkod yeero waxa aan ka baqi jiray in hillacu uu idilo. Marka abaartu timaaddo waxa aan ka baqi jiray in aan cunto wayno. Waxa aan ka baqi jiray in aan cadaabta galo kadib markii aan dhinto. Waxa aan ka baqi jiray in wiil iga wayn oo la yiraahdo Sam White uu dhagaha iga goyn doono, waa sidii uu iigu hanjabay`e. Gabdhuhu in ay igu qoslaan ayaa aan ka cabsan jiray haddii aan salaamo. Waxa aan ka cabsan jiray in gabdhaha dhan iga diidaan in aan guursado.

Waxa aan ka walwali jiray waxa aan xaaskayga ku oran doono markii aan is-guursanno. Waxaas iyo kabadanba walwal ayaa ay igu hayeen.

Markii aan sii waynaadaba waxa aan sii ogaadaa in sagaashan iyo sagaal boqolkiiba waxyaalaha aan ka walwalayay aysan waligoodba dhicinin.

Tusaale , sidii aan awalba sheegay, waxa aan ka cabsan jiray in hillacu I dilo; laakiin hadda waxa aan ogahay in fursadda ah in hillac uu I dilo sanad gudahiis ay dhantahay “qof kamid ah saddex boqol iyo kontonkii qofba”. (Markii loo tixraaco xogta waaxda amniga guud ee dalka).

Fursadda ah in aniga oo nool la I aasana waa wax aad uga sii yar: Ma suuraysan karo in tobankii malyan oo qofba, hal ka mid ah xataa asaga oo nool la aaso; saas oo ay tahay mar ayaa aan u ooyay baqdin aan taas ka baqayo.

Siddeedii qofba mid ayaa kansar u dhimman kara. Haddii aan wax ka walwalayo in aan taas ka walwalo ayaa ay ahayd intii aan hillaac ka walwalayay ama aniga oo nool in la i aaso.

Xaqiiqo ahaan waxa aan sidoo kale ka hadlayey walwalka dhalinta iyo dadka waawaynba. Balse waxa dadkeenna waawayn ay ka hadlaan waa waxyaalo sida kuwaas u yaryar. Aniga iyo adigu boqolkiiba sagaashan walwalkeenna waa aynu tirtiri karnaa haddii aynu ku salayno qaanuunka la yiraahdo isku-celceliska.

Shirkadda caymiska ee adduunka ugu caansan Lloyd`s of London, malaayiin doolar ayaa ay ka sameeyaan walwalka dadku qabaan waxyaalo ay dhif tahay in ay dhacaan. Lloyd`s of London waxa ay dadka kula sharad dhigtaan in waxyaabaha ay dadku ka walwalayaan aysan waligeed dhici

doonin. Si kasta oo ay tahayba ayagu sharad uguma yeeraan. Waxa ay ugu yeeraan caymis. Laakiin dhabtii waa sharad dhigasho marka loo eego qaanuunka isku celceliska. Shirkadaani labo boqol oo sano ayaa ay shaqaynaysay, waana sii shaqayn doontaa kontonka qarni ee soo socda illaa dabciga aadanahu uu isbeddalo. Waxa ay dadka caymis uga gadaan kabo, maraakiib iyo waxyaalo kale oo masiibooyinka loogutalo galay(waxyaalaha dadku u baahdaan marka dhulgariir, daadad iwm ay dhacaan), masiibooyinka oo dhab ahaan aan u dhicin sida dadku u maleeyaan in ay u dhici karaan.

Haddii aynu masiibooyinka eegno oo waliba ku eegno qaanuunka celceliska, waa aynu la yaabaynaa dhabta aynu ogaanayno. Tusaale: Haddii aan ogahay in shanta sano ee soo socota aan ku khasbanahay in aan ka qaybqaato dagaal aad u adag sida dagaalkii Gettysburg, waa aan argagaxayaa. Waxii caymiska nolosha ee aan ka soo sheekaynay oo dhan waa aan iibsan lahaa. Dardaaran ayaa aan samayn lahaa, arimahayga dhanna waa aan kala habayn lahaa. Waxa aan oran lahaa ``Dabcan, anigu noolaan mayo haddii aan dagaalkaas ka qayb qaato, sidaas darteed waa in aan sanadaha ka haray aan ka faa`iidaystaa.`` Xaqiiqduna waa: Markii loo eego qaanuunka celceliska , in aad dagaalkaas Gettysberg ka qaybgashid iyo in aad dhimasho ka badbaadid “da`ada u dhaxaysa  konton illaa konton iyo shan sano markii aad jirtid”, waa halis isku mid ah. Hadalkayga waxa aan ula jeedaa: Marka nabadda lagu jiro, dadka kunkii qofba ka dhinta ee u dhexeeya da`ada konton illaa iyo konton iyo shan, waxa ay u dhigmaan dadka ku dhintay dagaalkii Gettysberg oo le`ekaa 163kun oo askari oo dagaalkaas gashay.

Waxa aan cutubyo buugga ka mid ah ku qoray guriga James Simpson ee Num-Ti-Gah, ee ku yaalla Bow Lake ee buuraha Rocky Mountains ee dalka Kanada. Halkaas aniga jooga xilli xagaa ah ayaa aan la kulay Herbet H. Salinger iyo Xaaskiisa oo deggan 2298 Pacific Avenue, San Francisco. Xaaska mudane Salinger, waa qof xasillooni iyo degenaani ka muuqato, waxa ay iila ekaatay qof aan waligeed walwalin. Goor fiid ah ayaa aan waydiiyey haddii ay waligeed walwal la kulantay. Walwal la kulantay aa? Noloshaydaba walwal ayaa rogay kahor intii aanan baran sida looga adkaado. Kow iyo toban sano ayaa aan ku noolaa ciqaab gacan kusamays ah. Waxa aan aan ahaa qof xanaaq badan oo dabci kulul. Cadaadis-maskaxeed argagax ah ayaa aan ku noolaa. Baska(bus) ayaa aan toddobaad walba ka raaci jiray San Mateo si aan San- Francesco uga soo adeegto. Balse aniga oo adeeganaya ayaa aan xataa walwali jiray. Armaa feeradii(kaawiyaddii) oo korontada ku jirta aan ka soo tagay. Amaa gurigii dab qabsaday. Amaa jaariyaddii gurigii iyo carruurtiiba ka carartay. Amaa ciyaalkii ayaga oo baaskiillo bannaanka ku wadanaya baabuur jiiraan. Aniga oo adeeganaya ayaa aan adkaysan waayaa walwalka, oo dhididaa, oo barfaa, kadibna gurigii u cararaa si aan u hubsado in wax walba caadi yahiin. Si kastaba ha ahaatee guurgaygii koowaad masiibo ayaa uu ku dhammaaday.

``Ninkayga labaad waa qareen deggan, waa nin wax darsa oo aan waxba ka walwalin. Markii aan walwalo oo cadaadis dareemo ayaa uu igu yiraahdaa`Isdaji. Bal aynu kafakarno…. Maxa aad ka walwalaysa? Bal aynu ku eegno qaanuunka celceliska oo ogaanno in ay u dhowdahay in ay dhacday iyo inkale.

``Tusaale , waxa aan xasuustaa annaga oo safar ka ah Albuquerque, New Mexico oo ku sii jeedna Carlsbad Caverns, waddo dhooqo bandanna ku safrayna ayaa roob duufaano wata nagu yimid.

``Gaarigii waxa uu bilaabay in uu leexleexanayo oo wadada hadba dhinac uga baxayo. Waxa aan rumaysnaa in gaarigu waddada nagala bixi doono oo uu hogagga waddada dhinaceeda ah uu nagula dhici doono, balse ninkayga ayaa igu celceliyey `Tartiib ayaa aan gaariga u wadaa, wax halis ahi dhaci mayso. Xataa haddii gaarigu waddada ka baxo, oo godadkaas geeska ku yaalla aynu ku dhacno, qaanuunka celceliska waxa ina kama soo gaarayaan.` Waa I dajiyaa, kalsoonina I galiyaa.

Waa kale xilli xagaa ah ayaa aan dalxiis u aadnay Touquin Valley ee Canadian Rockies. Habeen ayaa aan tafnay buuro dhererkoodu dhanyahay toddobo kun oo tallaabo, kadib ayaa duufaan nagu timid oo ku dhawaatay in ay teendhooyinka nagala wada tagto. Teendhoooyinka xargo ayaa ku xirxirnaa, tiirarna waa loo qoday oo dhulkaa lagu dhajiyey. Korka sare ee teendhada ayaa ruxmanaysay, oo gariiraysay, oo shanqar badan bixinaysay. Daqiiqad kasta waxaa ii muuqanaysay teendhada oo fuqday kadibna circa isku shareertay. Waa aan argagaxsanaa balse ninkayga ayaa igu celcelinayay `Fiiri gacaliso, waxa aan ku soconnaa talada dhulyaqaannada Brewster`s. Waa dad yaqaanna waxa ay samaynayaan. Lixdan sano ayaa ay meeshaan teendhooyin ku dhajinayeen. Teendhadaani meeshaan ayaa ay sanado ku dhegganayd, walina kama aysan fuqin, qaanuunka celceliskana caawa kaga ay fuqi mayso, xataa haddii ay fuqdana, teendho kale ayaa aan u guuri karnaa. Is-daji…….. Waa aan xasilay oo dagay kadibna hurdo aad u macaan seexday.

``Sanado kahor ayaa jirro carruurta yaryar curyaaminaysa, ka dilaacday gobolka California. Waagii hore waa aan walwali jiray. Balse ninkayga ayaa I baray in aan is dajiyo. Waxii taxaddar ah oo dhan waa samaynay; carruurtayada dugsiyada, meelaha dadka badan iyo shaneemooyinka intaba waa aan ka ilaalinnay. Markii aan latashannay waaxda talogalyada caafimaadka waxa aan ogaanay xilligi ugu xumaa ee cudurkaan oo kale uu dalka ka dillaacay in 1835 qof cudurkaasi ku dhacay California oodhan. Tirada inta badan cudurkaan oo kale ku dhacana in ay tahay labo illaa saddex boqol oo kun. Waa tiro dhib badan dabcan, balse si kasta oo ay tahayba waxaa noo muuqatay annaga oo eegayna qaanuunka celceliska in fursadda ah in ilmahayaga midkood uu cudurkaasi ku dhaco uu yahay wax aad iyo aad u yar.

Oraahda ah ``Qaanuunka celceliska, ma dhici doonto`` oraahdaas ayaa burburisay sagaashan boqolkiiba walwalkaygii, waxa ayna oraahdaasi noloshaydii ka dhigtay mid qurux badan labaatankii sano ee la soo dhaafay iyo mid deggenaan ka sarraysa heerkii aan malayn karay oodhan leh.

General Goerge Crook ayaa ku sheegay buugga taariikh-nololeedkiisa ah ee asagu uu iska qoray ``Inta badan ee walwalka iyo farxad la`aanta dadka Native Indianska la yiraahdo, waxa uu ka imaanayay wax ayagu ay suuraysanayeen ee dhabta kama imaanayn``.

Markii aan dib u eego tobannaankii gu` ee u dambeeyey noloshayda, waxaa ii muuqda in walwalku yahay halka dhibtayda oo dhammi ay ka imaanayso. Jim Grant ayaa ii sheegay in uu khibrad ahaan ku soo arkay waxaan oo dhan. Waa mulkiilaha shirkadda James A. Grant Distributing Company ee ku taalla 204 Franklin Street New York City. Waxa uu halkii marba dalbaaa toban illaa iyo shan iyo toban gaari oo liin bambeelmo iyo cinab ah. Waxa

uu ii sheegay in uu nafsaddiisa ku ciqaabi jiray fikiro khalkhal galinaya sida: Armaa gaarigu gaddoomaa? Armaa khudaartaydu dhulka ku qubataa? Armaa buundadu la go`odaa baabuurta xamuulka ii sida? Dabcan khudaartaydu caymis ayaa ay ku jirtay oo waa la ii magdhabayaa haddii ay buundadu la dunto, balse waxa aan ka cabsaday haddii aan xilliga loogu talo galay aan ku gudbin waayo, in aan iibsadayaashayda joogtada waayo. Walwalkii ayaa iga batay illaa aan boogo caloosha ku yeeshay, kadibna aan dhakhtar u tagay. Dhakhtarkii waxa uu ii sheegay in aan waxba iga qaldanayn oo aan caafimaad qabo aan ka ahayn

maskaxdayda kacsan ee isku buuqsan. ``Iftiin ayaa ii bidhaamay markaas waxa aan bilaabay in aan is waydiiyo: Bal dib u eeg Jim Granti-yoow, labaatankii sano ee la soo dhaafay intee gaari oo khudaar ah ayaa aad soo rartay? Warcelinta ii soo baxday ayaa noqotay labaatan iyo shan kun oo gaari.` kadib ayaa aan is-waydiiyey :`Imisa ka mid ah ayaa gaddoomay?` Jawaabtu waxa ay noqotay `Laga yaabee in ay shan ahaayeen`. Kadib ayaa aan isku iri : `Mid kamid ah labaatan iyo shan kun, Macnaheeda mataqaan ayaa aan iswaydiiyey? Waa saami dhan shantii kunba hal mid oo ka mid ah ayaa gaddoontay! Ereyo kale haddii aan ku sheego, qaanuunka celceliska waxa ay ku noqon in fursadda ah in gaari iga gaddoomo ` ay tahay shantii kun ee gaariba hal xabo oo kamid ah. Hadaba maxaa aan ka walwalayaa?

Kadib ayaa aan haddana is iri: `Ka soo qaad in buundo ay duntay!` Kadib ayaa aan is waydiiyey: `Intee gaari oo kuu raran ayaa buundo la gaddoontay?` Jawaabtii waxa ay noqotay -`Midna` Kadib ayaa aan isku iri `Miyaa aysan nacasnimo ahayn in aad ka walwashid in buundo aan waligeed duminin ay gaarigaaga la dumi doonto, kadibna walwalkaasi uu

calooshaada boogag ku dhaliyo iyo gaddoomis gaari oo dhan hal xabo shantii kun oo gaariba!.

Markii aan sidaas u eegay, nacasnimo ayaa aan dareemay. Kadib ayaa aan go`aansaday in qaanuunka celcelisku uu hawsha walwalka ii qaabilsanaado, waa dambena walwal dartiis calooshaydu boogag uma yeelan!``.

Markii Al Smith uu ahaa gudoomiyaha New York, Marka uu lidkiisa uga war celinayo weerarada ay ku soo qaadaan waxa aan maqli jiray asaga oo adeegsada erayada ah ``Bal aynu sooyaalka dib u eegno.....Bal aynu sooyaalka dib u eegno.`` kadibna xaqiiqooyinka ka jira ayaa uu ka warbixin jiray.

Marka soo socota ee aniga ama adigu aynu walwal bilowno, aynu adeegsanno habka Al Smith oo aynu sooyaalka dib u raacno, kadib ka baarno in waxyaaabahaan oo kale ay ina soo mareen iyo sidii ay u dhaceen, bal in arintaasi yarayso walwalkeenna. Waa tabtii uu Frederick J Mahlstedt uu sameeyey markii uu ka cabsaday in uu dhinto. Waa tan sheekadiisii iyo sidii uu noogu sheegay.

``Bilowgii bishii lixaad ee sanadkii 1944tii, waxa aan ka mid ahaa ciidanka unugta 999^{tt} signal Service Company. Waxa aan dhufays ka qodannay xeebta Omaha. Markii aan eegay godadka yaryar ee dhufayska ahaa waxa ay iila ekaadeen godadka caadiga ah ee maydka lagu aaso. Markii aan dhexgalo ee aan seexo damcana waxaa ii muuqata in aan duug(qabri) dhex jiifo. Waa xasili waayay, waxa aan iskula hadlay`Malaha kani waa qabrigaagii`. Markii ciidamada circa ee Jarmalku ay duqayn nagu bilaabeen xilli habeen bar ah, argagaxii ayaa iga tiro batay. Saddexdii

habeen ee u horraysay waa seexan kari waayay. Habeenkii afaraad waxa aanba ku dhawaaday in aan isku-dhex-yaaco maskax ahaan.. Waxa aan xaqiiqsaday haddii aanan arintaan waxba ka samaynin in aan waalan doono. Kadib waxa aan bilaabay in aan is xasuusiyo in aan meeshaan shan habeen ku sugnahay, walina aan noolahay, qofkastana uu wali noolyahay aan ka ahayn labo nin oo dhaawacmay. Labadaas nina waxa ay ku dhaawacmeen fuuqii ka soo duulay hubkii lagu ridayay diyaaradahii Jarmalka. Waxa aan go`aansaday in aan walwalka iska joojiyo oo qabto wax waxtar ii leh. Kadib waxa aan bilaabay in aan alwaaxyo korka sare kaga dhiso godka aniga dhufayska ii ahaa si aysan fuuqyadaasi korka iiga soo dhicin. Haddii aan ka fakaray dhulka baaxadda leh ee ciidamadu wada fadhiyaan, waxa aan nafsadayda u sheegay in fursadda ah in aan dhinto oo waliba dhufayskaas aan ku dhex dhinto ay tahay kaliya in si toos ah la iigu yimaado oo la ii toogto.Waxa kale oo ii soo baxay in toos la ii toogto ay tahay wax ka yar hal qof oo kunkii qof ka mid ahba. Habeenno badan markii aan sidaan u fakaray aana arkay in aanan wali dhimmanin, waa aan xasilay kadibna waa aan seexday ayada oo xataa duqaymo cirka ahi ay dhacayeen.

Ciidamada Badda ee Maraykanka ayaa adeegsada celceliskaan si ay niyadda ugu dhisaan ciidankooda. Mid kamid ah ciidamadaas ayaa ii sheegay markii asaga iyo saaxiibadiis loo dhiibay markab caynka shidaalka qaada ah kadibna uu walwalkii ka tiro batay. Waxa ay rumaysnaayeen haddii madfac lala haleelo markabkaas shidaalku ka buuxo ay ayaga dhammi adduunka dib dambe u arki doonin.

Balse Ciidamada Baddu waa ay yaqaaneen howshaan; Sidaa darteed waxa ay ciidamada cusub wax ugu tusaaleeyeen qaanuunka celceliska ayaga oo u

sheegay in boqolkii markab ee nooca shidaalka ah ee haddana madfac lala helo, lixdan boqolkiiba ay badda iska dul sabeeyaan, afartanka soo hara ee quusana ay boqolkiiba shan in ka yari ay ku quusaan muddo toban daqiiqo ka yar. Taas macnaheedu waa in markasta la helayo waqti markbaka looga fakan karo inta uusan quusin ka hor iyo in sidoo kale ay aad u yaraanayso dhaawaca ka iman kara dhibtaas. Taasi niyadda ma noo dajisay? ``Xogtaan cusub ee qaanuunka celceliska ku salaysani waa ay I niyad dajisay, walwalkiina waa iga saartay. Sidaas waxaa yiri Clyde W. Maas, 1969 Wall Street, St. Paul, Minsesota- waa ninka sheekadaan ii sheegay. ``Kooxdii oo dhan ayaa degganaan dareentay. Waxa aan ogaannay in aan fursad haysanno; taasina marka lagu eego qaanuunka celceliska, ma aannu dhimman doonno.

Si aad u burburisid walwalka inta uusan ku burburin waa kan Qaanuunka saddexaad.

``Aynu taariikhda dib u raacno`` Aynu is waydiinno: ``Waa maxay fursadda aan haysto, marka loo eego qaanuunka celceliska, in waxa aan ka walwalayo ay igu dhici doonaan?

Cutubka 9aad - U SAMIR WAXII AADAN KA FURSANAYN.

Aniga o yar ayaa aan maalin saaxiibaday kula cayaaray guri duqoobay oo aan muddo la dagin oo ku yaallay Missouri. Aniga oo guriga jaranjaradiisa tafaya ayaa gacanta waxaa iga jeexay qodob(musmaar).

Oohintii ayaa iga dhammaatay, waxa aan hubay in aa dhiman doono. Balse gacantii markii ay ii buskootay kadib, waligeey dambe xataa il-biriqsi kama walwalin gacantii. Maxaa aan sameeyey? Waxa aan aqbalay waxa aan laga fursanaynin.

Hadda waxaa dhacda in intaas oo bilood ay gudubto aniga oo aan xataa halmar xasuusan in gacantayda bidix ay leedahay saddex farood iyo suul kali ah.

Sannado ka hor waxa aan la kulmay nin ku shaqaynaya wiishashka xamuulka dallaca oo ka shaqaynayay dhexbartanka magaalada new York. Waxa aan garawsaday in gacantiisu ay cumaam-cumta ka go`antahay. Waxa aan waydiiyey haddii gacantaas ka go`ani ay wax dhib ah ku hayso. Waxa uu yiri ``Maya, maya, waa adagtahay in aan xataa xasuusto. Kali ah xaas ayaa aanan lahayn oo markii aan u baahdo in aan wax tolo ayaa ay dhib igu qabataa``.

Waa layaab sida aan islamarkiiba arrin u ogolaanno marka aynu ognahay in aynaan ka fursanayn wax kale oo aan samayn karnaana aysan jirin aan ka ahayn in aan liqno oo iska ilowno waxii dhacay.

Waxa aan markasta ka fakaraa qoraal ku qornaa kaniisad duqowday oo burburtay oo ku taalla dalka Holland. Waxaa ku qornaa ``Waa sidaas, si kale ma ay noqon karto``.

Aniga iyo adiga marka aynu nolosha dhex soconayno, waxa aynu la kulmi doonna arrimo aynaan ku farxi doonin, kuwaas oo aan sidaas ay yahiin marnaba laga beddali karin. Si kale marnaba ma noqon karaan. Markaas dookh ayaa aynu haysanna. In aan sidaas ay ku dhacday ku ogolaanno oo aan la qabsanno ama in aan nafteenna ku kharibno diidid iyo ogolaansho la`aan waxa dhacay, taas oo ku dambayn doonta in aan ku waalano haddii aynu sii wadno.

Waa tan talo bare ka mid ah murtiilayaasha aan anigu jeclahay, William James. Waxa uu yiri `` Waa in aad diyaar u tahay in aad sideedaas ku

aqbashid, In aad aqbashid in waxa dhacay ay dhaceen waa tallaabada ugu horraysa ee aad kaga adkaan kartid caqabadaha ka imaan kara ayaan-darrada kugu timaadda``. Elizabeth Connley, oo deggan 2840 NE 49th Avenue, Portland, Oregon ayaa arrintaan si dhib badan ku ogaatay. Waa tan warqad ay ii soo qortay dhawaan. ``Maalintii loo dabaaldagayay guulahii dagaalkii adduunka, ayaa waxaa ila soo xariiray qolyaha ciidamada ee xog-siinta qoysaska ciidanka qaabilsan. Waxa ay ii sheegeen in wiilkii aan eedada u ahaa- oo aan aad u jeclaa, la la`yahay. Muddo yar kadib haddana waa igu soo warcesheen ayaga oo ii sheegaya in uu dhintay.

``Murugo ayaa aan wajiga dhulka dhigtay. Daqiiqaddaas ka hor nolol wanaagsan ayaa aan ku jiray. Shaqo aan jeclahay ayaa aan haystay, inankaan aan eedada u ahay ayaa aan korin jiray. Waxa uu ii matalayay wax walba oo wanaag iyo dhalinyarinimo ah. Waxaa ii sawirmatay in mirtii aan beeray ay mardhoow miro soo saari doonto.

Kadib ayaa warkaani ii yimid. Dunidaydii oo dhan ayaa isku darsantay. Waxaa ii soo baxday in wax aan u noolaado aysan ii harin. Shaqadii ayaa aan iska dayacay, saaxiibkaday ayaa aan dayacay, Wax walbana waa aan dayacay. Qamuunyo iyo murugo ayaa iga buuxsantay. Waa maxay sababta wiilkaygii aan jeclaa uu iiga dhintay? Waa maxay sababta inankaan yar ee wanaagsan ee haddana noloshu ku cusubtahay loo dilayo? Murugadaydii waa xad-dhaaftay illaa aan go`aansaday in aan shaqada isaga tago oo aan iska tago meel aan ilmadayda iyo murugadayda ku qarin karaayo.

``Xafiiskayga ayaa aan alaabtayda ka guranayay si aan uga tago, markii aan arkay warqad inanka aan eedada u ahay uu ii soo qoray hadda kahor markii aniga hooyaday ay dhimmatay. Waxaa ku qoran `` Dabcan dhammaanteed ayeeyo waa aynu tabi doonnaa, gaar ahaanna adiga, balse waa aan ogahay

in aad u dulqaadan doontid. Murtidaada ayaa awooddaas ku siin doonta.Waligay ma aan ilaawi doono quruxda ay leedahay runtii aad i bari jirtay. Meel kasta iyo fogaan kasta oo aan kuu jiraba waligay waxa aan xasuusnaan doonaa in aad I bartay `In aan dhoollo caddeeyo oo aan sidii ninkii u qaato wax walba oo igu yimaada``.

``Waa aan akhriyey oo dib u akhriyey warqaddaas. Waxa ay ila ahayd sidii in uu dhinacayga taaganyahay oo uu ila hadlayo. Waxa ay iila ekayd in uu I leeyahay:`Maa aad adigu hadda samaysid waxii aad i bari jirtay in aan sameeyo? Ka gudub wax kasta oo dhacaba. Dhoollo-caddayn ku qari murugadaada, kana gudub".

``Markaas ayaa aan shaqadaydii dib u bilaabay, xaraarnimadii iyo murugadiina waa iska daaya. Waxa aan markasta iskula hadlaa: `Waa ay dhacday. Mana beddali karo. Balse waxa aan awoodaa in aan ka sii socdo, waana samayn doonaa sidaas uu ii sheegay. `Maskaxdaydii iyo awooddaydii dhammaydba waxa aan iskugu geeyey shaqadayda. Dadkii askarta kale ka dhinteen ayaa aan bilaabay in aan warqado u qoro. Aqoon-iswaydaarsiga dadka waawayn ayaa aan ku darsamay habeenkii xilliga ah si aan wax uga kororsado, asxaab cusubna aan u yeesho. Waa adagtahay in aan rumaysto is-beddalka igu yimid. Waa aan iska joojiyey in aan ka walwalo wax laga soo tagay oo aan soo noqon doonin. Hadda maalin kasta raynrayn ayaa aan ku noolaadaa, waa sida uu inankaygu doonayay in aan sameeyo. Nolosha ayaa aan heshiis la galay. Dhacdada igu dhacdayna waa aan ogolaaday. Hadda noloshaydu, maanta ayaa ay ugu fiicantahay oo ugu mug-wayntahay.

Elizabeth Connley, waxa ay baratay wax dhammaanteed aynu dhawaanahaan ama waaga fog aynu wada baran doonno, taas oo ah

ogoloow oo la qabso waxa aadan ka fursan karin`` Waa sidaas, si kalena ma ay noqon karto``. Kaasi cashar fudud ma aha. Xataa boqorrada ayaa ku khasbanaa in ay sidaas xasuusnaadaan. Boqor George V erayadaan ayaa u surnaa darbiga maktbadiisa ku taallay qasriga Buckingham: Waxaa ku qornaa `` I bar in aanan dayaxa iyo caano qubtay midkoodna u ooyin``. Isla aragtidaas waxaa muujiyey Schopenhauer asaga oo yiri ``In aad diyaar u tahay is-casilaad(is dhiibid) waa qaabka ugu fiican ee nolosha lagu dhexmaro``.

Waxaa iska cad, in dhibaatooyinka kaliya aysan ahayn waxa ina farxad ama murugo galinaya, balse ay tahay qaabka aynu uga fal-celinno waxa ina ku dhacay.

Dhammaanteen waa u dulqaadan karnaa masiibooyinka iyo dhibaatooyinka dhan waana aynu ka guulaysan karnaa haddii ay khasab tahay. Waa laga yaabaa in aynaan rumaysnayn in aynu awoodno, balse waxa aan leenahay kayd layaab leh oo awood ah taas oo aynu dhib kasta kaga gudbi karno haddii aynu adeegsanno awooddaas. Waa aynu ka awood badannahay sida aynu isu malaynayno.

Booth Tarkington ayaa markasta dhihi jiray: ``Dhib kasta waa u dulqaadan karaa aan ka ahayn indho la`aan. Taas waligay uma dulqaadan karo.``

Maalin dambe asaga oo lixdameeyo sano maraya, ayaa Tarkington uu subax eegay roogga guriga dhexyaallay. Midabyadii ayaa ceeryaamo ka yeeshay. Farshaxankii ku dul sawirnaana waa uu arki waayay. Dhakhtarka indhaha ayaa uu u tagay. Dhabtii jirtay ayaa loo sheegay. Araggiisa ayaa sii baaba`ayay. Il ayaa wax yar ka shaqaynaysay, tan labaadna waa ku dabo jirtay. Waxii uu ka baqi jiray ayaa ku yimid.

Sidee Tarkington u wajahay “musiibooyinka tan ugu wayn?” Ma waxa uu yiri “Waa tan! Tani waa dhammaadka noloshayda?” Maya, layaabkiisa, qosol qosol ayaa uu dareemay. In uu kaftan ka dhigto ayaa uu bilaabay. Waxa uu dhihi jiray “dhibco sabbaynaya ayaa i dhibay, indhahayga ayaa ay dhex dabaashaan kadibna aragtida iga jaraan”. Saas oo ay tahay marka dhibcahaas kuwa ugu waawayni u muuqdaan ayaa uu dhihi jiray “Wa ku salaamay awoowaha dhibcaha oo dhan! Bal eega halka uu saakay u jarmaado yahay!”.

Sidee dhibaato uga adkaan kartaa shaqsi caynkaas oo kale ah? Jawaabta waa: Ma dhici karto in dhibaato qofkaas oo kale ay ka adkaato. Markii aragtidii oo dhammi ay ka baaba`aday Tarkington waxa uu yiri ``Indho la`aanta igu dhacday waa aan u samri karaa, sida dhib kasta oo dhacda loogu samro. Xataa haddii aan shanta dareemaba iga hallaabaan waxa aan ogahay in aan wali ku noolaan karo maskaxdayda dhexdeeda. Caqliga ayaa aan wax ka aragnaa, caqliga ayaa aan ka noolnahay, ama aynu ogaanno ama yaynaan ogaannine``.

Rajo uu ka qabay in araggu u soo noqdo Tarkington, waxa uu maray toban iyo labo qalliin sanad gudaheed. Waxa uu u baahnaa in kabuubiso lagu duro. Miyaa uu ka cabtay? Waxa uu ogaa in uu ku khasbanaa in lagu duro. Waxa uu ogaa in uusan ka baxsan karaynin, sidaas darteed qaabka ugu wanaagsan ee uu xanuunkiisa ku yarayn karo waa in uu si mahadsani leh uu ku qaato.Waa uu diiday in qol gooni u ah la jiifiyo, bukaanka kale ayaa uuna dhex joogay ee ayaguna dhibaatadu haysato. In uu niyadda u dhiso ayaa uu isku dayayay. Markii dib loogu celinayay qalliimo kale asaga oo waliba soo jeeda markaan oo kawar haya wax walba oo lagu samaynayo, waxa uu isku dayayay in uu is xasuusiyo nasiib-badnidiisa asaga oo leh

``Cajiibsanaa, cajiibsanaa aqoonta saynisku meesha uu hadda marin iyo xirfadda ah in qalliin lagu samaynayo wax aad u hawl badan sida isha aadaanaha oo kale!.

Dadka intiisa badani waa ay waalan lahaayeen haddii ay mari lahaayeen waxaas oo qalliin ah oo dhan iyo indho la`aanba. Balse Tarkington waxa uu yiri “Waayo-aragnimadaan wax ka fiican badan oo aan ku doorsan lahaa maba jirto”. Ogolaansho waxii ku dhaca ayaa uu ka bartay. Waxa uu ka bartay in dulqaadkiisa wax ka adkaan kara aysan noloshu u keeni karinin. Waxa uu bartay arintii John Miltn uu ogaaday oo ahayd “Dhibtu ma aha in aad indho beeshid, waxaa dhib ah in aadan u dulqaadan karin indho-beelidda kugu dhacda”.

Haddii aad cabatid ama darbiyada garaacdid oo aad sii xaraaraatid waxba taasi kama beddalayso waxii dhacay ee aan laga fursan karaynin. Balse annaga ayaa is beddali doonna marka dambe. Anaa og. Aniga ayaa isku dayay.

Aniga ayaa isku dayay in aan aqbali waayo arrin igu dhacday oo aanan waxba laga qaban karaynin haddii ay dhacday. Nacas ayaa aan iska dhigay waana aan ka cabtay oo ka hor imid. Habeenadaydii ayaa aan hurdo la`aan u keenay. Ugu dambayntii, markii aan sanad sidaas ku jiray, waa ku khasbanaaday in aan aqbalo waana xaqiiqsaday in aanan waxba ka beddali karaynin.

Labo iyo toban sano ayaa aan lo` ka shaqaynayay, waligayna ma arag neef lo` ah oo ka xanaaqsan in daaqii roob la`aani ku dhacday ama baraf baabi`iyey ama dibigii oo mid kale ka raacay. Xayawaanaadku waa ay wajahaan habeenno, duufaanno iyo gaajo intaba balse si deggan ayaa ay ku

wajahaan. Sidaas darteed waligood iskuma buuqaan maskax ahaan, boog-calooleedna kama soo baxdo, waligoodna ma waashaan.

Uma aan qareemayo in aan dhib kasta u jilbo joogsanno oo sideeda ku ogolaanno. Taasi waa is-hallaagis cad. Illaa iyo inta fursad arrintaas looga badbaadi karo ay jirto waa in aan dagaalaannaa! Balse marka garaadka suubbani(caqliga saliimka ahi) ina tusiyo in aan wajahnay wax aynaan waxba ka qaban karin, si kalena aan marnaba noqon kari doonin, markaas si aynaan u waalan, yaynaan meel kale waxba ka raadin ee aynu aqbalno in waxaasi ay inagu dhaceen.

Madaxii jaamacadda Columbia ayaa ii sheegay erayadaan oo uu hal-ku-dheg ka dhigtay:

Jirro kasta oo jirta
Daawo ayaa ay leedahay ama ma laha
Haddii ay leedahay, raadso
Haddii aysan lahaynna, faraha ka qaad

Markii aan buuggaan qorayay waxa aan waraysi la yeeshay ganacsadayaal waawayn oo tiro badan, waxa aan ogaaday in dhammantood ay u samraan waxyaalaha aan laga fursan karin dhicitaankooda sidaa darteedna noloshoodu waa walwal la`aan. Haddii aysan sidaas sameeyeen, cadaadiska ayaa baabi`in lahaa. Tusaalayaal aan ku siiyo:

J.C.Penney oo ah mulkiilaha Peny stores oo dalka dhan ku baahsan, waxa uu ii sheegay: `` Wax walwal ah iguma qabateen haddii waxa aan haysto oodhan ay iga baaba`aan maxaa yeelay waxa aan ogahay in aanan waxba ka helayn walwalka. Shaqada inta ugu badan ee aan awoodo ayaa aan qabtaa inta kalena Eebbe ayaa aan u daayaa``.

Henry Ford ayaa si taas la mid ah asaguna ii sheegay. ``Markii arrimaha aan xallin waayo, ayagu in ay isxaliyaan ayaa aan u daayaa``. K.T Keller oo ah madaxa Chrysler Corporation markii aan waydiiyey sida uu walwalka isaga ilaaliyo waxa uu iisheegay: ``Marka arrin adagi igu timaaddo, haddii aan wax ka qaban karo waa aan ka qabtaa, haddii aanan ka qaban karayna faraha ayaa aan ka qaadaa. Waligay aayaha kama aan walwalo maxaa yeelay waxa aan ogahay in aysan jirinin cid og mustaqbalka iyo waxa dhaci doona. Waxyaalo badan ayaa saameeya mustaqbalka! Qofna iima sheegi karo waxa kallifaya waxa dhici doona. Maxaa aan marka uga walwalayaa? ``K.T.Keller waa uu isku qajilin haddii aad ku tilmaantid xigmadloow. Waa ganacsade caadi ah sidaas oo ay tahay waxa uu dul joogsaday murtidii uu Epictetus barayay Roomaanka qarnigii sagaal iyo tobnaad. Epictetus waxa uu yiri ``Hal qaab ayaa farxaddu ku timaaddaa taasina waa in aan iska joojino in aan ka walwalno waxyaabaha awooddeenna ka baxsan``.

Jillaayaddii caanka ahayd ee Sarah Bernhardt oo loo yaqaannay Sarah-dii heersarradda ahayd ayaa tusaale fiican u noqon karta qof yaqaanna sida saxda ah ee loola dhaqmo waxyaalaha aan laga fursan karin. Qarni barkiis ayaa ay ayada oo boqorod ka ah masraxyada ay adduunka qaaradahiisa oodhan isaga gudbaysay. Markii ay todobaatan jirsatay ayaa dhaqaalaheedii oo dhan ka baaba`ay. Dhakhtarkeedii ayaa u sheegay in lugteedu u baahan doonto in la gooyo. Ayada oo dalxiisaysa badwaynta Atlaantikada ayaa ay ku kuftay sagxadda markabka kadib dhaawac daran ayaa soo gaaray lugteeda kadibna jirro ayaa ku abuurantay lugtii oo dhan illaa ay gaartay heer ay lagama maarmaan noqotay in lugteeda dhan lagooyo.

Dhakhtarku aad ayaa uu uga cabsanayay in uu u sheego in lugteedu u baahantahay in la gooyo. Sarah waa ay adagtahay in lagu dhaho lugtaadu in

la gooyo ayaa ay u baahantahay. Waxa uu ka baqayay in argagax ku dhaco balse waa uu qaldanaa. Halmar ayaa ay jalleecday kadibna waxa ay ku tiri`` Haddii ay saas tahay, haddaba waa ay tahay ka hadal ma leh waa in la sameeyo``.

Markii loo sii waday saalada qalliinka ayaa ay aragtay wiilkeeda oo ooyaya. Waa ay u gacan haadisay ayada oo ku oranaysa waliba si farxad leh ``Ha tagin. Hadda dhow ayaa aan soo noqon doonaaye``.

Intii saallada qalliinka loo sii waday ayaa ay akhrisay hadal ka mid ah oraah-masraxeedyadeedii. Qof ayaa waydiiyey haddii ay u akhrinayso si ay isugu dajiso. Waxa ay tiri ``Maya. Waxa aan u akhrin dhakhaatiirta iyo kalkaaliyeyaasha, ayaga ayaa hawl culays ah qabanaya.``

Qalliinkii kadib Sarah toddobo sano oo dambe ayaa ay adduunka mushaaxaysay dadkana ka farxinaysay.

Markii aynu joojinno la-dagaalanka waxyaabaha aynaan waxba ka qaban karaynin, culays ayaa aan iska dajinnaa taas ayaana inoo ogolaata in aan nolol hodan ah ku noolaanno.

Ma jiro qof nool oo xag-awoodeed iyo xag dareemeedba la dagaalmi kara waxyaaba aan cidina joojin karaynin oo haddana nolol caadi ah ku noolaan kara. Midkood waa in aad dooratid. Waa ama in aad hadba dhinac ula janjeersatid waxyaalahaan aadan adigu maamulin ee kaa sarreeya, ama waa in aad isku daydid in aad iska caabisid oo aad burburtid.

Taas aniga ayaa ku arkay beer aan lahaa oo Missouri ku taallay. Dhir badan ayaa aan beertay. Ugu horrayntii si dhakhso leh ayaa ay u baxeen kadib ayaa roobab baraf wata u yimaadeen kadibna laan walba iyo caleen walbaba

baraf iska tiro batay korka ka fuulay. Halkii ay geedahaani isa soo yara qalloocin lahaayeen oo barafka iska daadin lahaayeen ayaa ay isku dayeen in ay iska caabbiyaan oo culayska u dulqaataan ugu dambayntiina waa ay u burbureen culayska dartiis. Geedahaasi ma aysan baran murtida ay adgeesadaan dhirta dooxooyinka ee waqooyiga. Boqolaal kiilowmitir ayaa aan ku socdaalay dooxooyinka cagaarka badan ee Kanada, waligayna ma aanan arag dhirtaas oo barafka culayskiisa u burburtay. Dhirtaani waa ay yaqaanaan sida barafka la iskugu jilciyo oo la isugu janjeeriyo iyo sida loola dhaqmo waxyaalahaan aysan maamulkooda ayagu lahayn.

Mataqaannaa sababta shaagaga(Taayirada) gaarigaagu ay ugu dulqaadan karaan ciqaabta waddada lagula dul soconayo? Waagii hore waxaa la isku dayay in la sameeyo shaagag waddada iska caabin kara. Waa dildilaaceen shaagtaasi. Kadib waxaa la sameeyey shaagag u dulqaadanaya waddada iyo dhibteeda. Shaagagaasi waa kuwo u dulqaadankara. Aniga iyo adiguba muddo dheer ayaa aan ku raaxaysanaynaa sinnaanta waddada nolosha haddii aynu baranno sida loogu dulqaato kurtumada waddada rafka ah ee noloshu leedahay.

Maxaa dhacaya haddii aynu iska caabinno dhibta nolosha oo aynaan u dulqaadan? Maxaa dhacaya haddii aynaan sida dhirtaas aynaan la qalloocsamin culayska nolosha? Jawaabtu waa mid dhibyar. Carqalado-gudeed oo badan ayaa aynu nafteenna ku abuuraynaa. Waa aynu walwalaynaa, cadaadis maskaxeed ayaa innagu imaanaya, waa aynu dhaawacmaynaa kadibna waa aynu waalanaynaa.

Haddii aynu sidaas ku sii jirno oo aynu isku dayno in aan iska caabinno cadaadiska nolosha, waxa aynu gali doonna duni riyooyinkeenna ka samaysan oo layiraahdo “waalli”.

Markii dagaalladii lagu jiray, malaayiin askar ah ayaa ku khasbanaa in ay ogolaadaan waxa ku dhacay ama ay nafsaddooda dhaawacaan. Si aan taas u fahanno, William H. Casselius, oo deggan 7126 76th street Glendale; New York ayaa inooga sheekayn. Waatan sheekadiisii mudatay in billad lagu siiyo, taas oo uu noogu sheegay mid ka mid ah xiisadahaygii aan dadka waawayn wax ku bari jiray.

``Waxyar kadib markii aan ku darsamay Ciidamada Ilaallada Xeebaha, waxaa la igu wareejiyey mid ka mid meelaha ugu halista badan badwaynta Atlaantikada. Waxaa kormeere la iiga dhigay ilaalada qaraxyada. Bal sawiro! Ninkii buskud iibiyeha ahaan jiray ayaa loo diray in uu noqdo ilaallada qaraxyada! In aad dul istaagtid kumanaan kiilo oo walxaha qarxa ah, waa mid aragagax kali ah ay shubmayaan dhuuxa ninkasta. Labo maalmood kali ah tabab-bar ah ayaa la I siiyey intaasina argagax ayaa ay ii sii kordhisay. Waligay ma ilaawi doono shaqadaydaas ugu horraysay. Maalin qaboow, ceeryaamo iyo iftiin-yarina ah ayaa amar la I siiyey oo aan ka dhaqaaqay Caven Point , Bayonne, new Jersey.

Waxaa la igu daray shan nin oo xammaali ah oo xoogag badan balse aan waxba ka aqoon qaraxyo iyo waxyaalaha ay yahiin. Waxa ay gurayeen culaysyo wada qarax ah oo halkii xabbo oo kasta ay markabka dhan baabi`in karto. Qaraxyadaan mid walba waxaa ku xirnaa labo fiilo. Waxa aan iskula hadlayay haddii labadaas fiilo midkood siibato ama go`odo! Waa argagaxay, waa gariiray. Afkaa I qalalay, lowyadaa culayskayga hayn waayay, Wadnahaygu marba dhinac ayaa uu u boodayay. Balse kama carari karinin, taasi waxa ay noqon lahayd cidlayn shaqadaydii ah. Waxa aan iskaga jeedaa nimanka sida baqdin la`aanta ah miinooyinka u gurya. Markabku daqiiqad kasta ayaa uu qarxi karaa. Markii aan saacad ku jiray

argagaxsanaantaas, ayaa aan bilaabay in aan adeegsado garaadkayga dhabta ah. Nafsadayda ayaa aan si fiican ula hadlay aniga oo oronaya ``Eeg, haddii qarax dhaco, maxaa kaa galay! Waligaa ayaa aadan ogaanayn waxa ka imaan karaya! Waaba qaab dhib yar oo lagu dhimman karo. Waa qaab waxbadanna ka fiican in aad kansar u dhimatid. Nacas ha iska dhigin. Waligaa in aad noolaatid ma rajayn kartid! Waa in aad shaqadaan qabatid ama haddii kale lagu toogto. Taas kaleba ma aadan jeclaan lahayn.

Saacado ayaa aan sidaas iskula hadlayay, kadib ayaa aan bilaabay in aan xasillayo. Ugu dambayntii, walwalkii waa iga ba`ay, cabsidiina waa iga dhammaatay markii aan aqbalay waxa aanan ka carari karaynin.

``Waligay ma ilaawi doono casharkaas. Hadda markasta oo aan doono in aan wax ka walwalo, waliba wax aanan waxba ka beddali karaynin, garbaha ayaa aan inta nuuxiyo dhahaa : `Iska illoow. `Xattaa buskud-gade sidaas waa samayn karayaa.

Waa uu guulaystay! Aynu u sacabinno buskud-gadaha ninka ahaa ee Pinafore.

Faylasoofkii Socrates, dadka magaaladiisa Athens ka soo jeeda oo ka masayrsan shakhsiyaddiisa ayaa eedeymo ku soo oogay markii dambena waxaa lagu xukumay in la dilo. Nin la xirnaa asaga ayaa koob sun ku jirto u keenay Socrates kadibna ku yiri ``Isku day in aad si dhib yari ah ugu dulqaadatid waxa aadan waxba ka qaban karaynin`` Socrates sidii ayaa uu yeelay.

``Isku day in aad si dhib yari ah ugu dulqaadatid waxa aadan waxba ka qaban karaynin`` ereyadaan markii la yiri waxaa kasoo wareegay labo kun iyo afar boqol oo sano(399 sano kahor dhalashadii Nebi Ciise CS). Balse

ereyadaas adduunka maantay ee walwalka badan ayaa looga baahi badanyahay kii hore. ``Isku day in aad si dhib yari ah ugu dulqaadatid waxa aadan waxba  ka qaban karaynin``

Siddeedii sano ee la soo dhaafay waxa aan akhriyey buug kasta iyo xog-gays(magazine) kasta oo ka hadlaya walwalka iyo sida loola dhaqmo. Ma jeclaan lahayd in aad ogaatid talada ugu wanaagsan ee aan ka helay akhrintaas oodhan? Waatanaa ayada oo lagu soo koobay labaatan iyo todobo erey, waa ereyo u qalma in aad gurigaaga ku dhajisid meel aad si fiican maalin kasta uga arki kartid. Waa duco uu qoray Dr Reinhold Niebuhr oo bare ka ah diinta masiixiyadda. Union Theological Seminary, Broadway iyo 120th Street, New York.

Rabbiyoow I sii xasillooni aan ugu samro waxyaalaha aanan awooddayda ahayn, I sii geesinimo aan ku bedddalo waxyaalaha aan beddali karayo; iyo murti aan labadaan waxyaalood ku kala garan karo.

Si aad uga adkaato caadada walwalka inta uusan kaa adkaanin, qaanuunka 4aad waa:

U samir waxa aan awooddaada ku jirin

Cutubka 10aad: Walwalkaaga U Samee Xadka Khasaaradu Ku Joogsato.

Ma jeclaan lahayd in aad ogaatid sida lacag looga sameeyo Suuqa Kala-iibsiga Maalgelinta shirkadaha?(Stock Exchange Market) Hagaag, sidaas oo kale waxaa jeclaan lahaa malaayiin dad ah oo kale, haddii aan jawaabta aqaananna buuggaani qaymo sarreeya ayaa uu ku gadmi lahaa. Si kasta oo ay ahaataba waxaa jira hal aragti oo ay adeegsadaan qolyaha guusha ka gaaray ka ganacsiga suuqaas. Sheekadaan waxaa ii sheegay Charles Roberts, la-taliye dhanka maalgashiga ah oo deggan 17th East 42nd Street, New York. Waxa uu ku bilaabay:

``New York ayaa aan imid aniga oo ka imid Texas. Waxa aan watay labaatan kun oo doolar oo saaxiibaday I soo siiyeen si aan ugu daro suuqa

maalgashiga shirkadaha. Waxa aan I suqabay in aan aqaanno ganacsigaan iyo arimihiisa laakiin hal shillin ah waa ii hari waayey, lacagtii dhammayd waa iga khasaartay. Dhabtii meelaha qaarkood waa aan ku faa`iiday laakiin ugu dambayn waxii oodhan waa aan ku khasaaray.

Dhib wayn iguma haynin in lacagtaydu ay kkhasaarto balse waxa aan aad uga walaacay khasaaridda lacag saaxiibadeey ay leeyahiin inkasta oo ay wada awoodi karaan ka samridda lacag intaas le`eg. Aad ayaa aan uga baqay in aan hor tago saaxiibadeey khasaarahaan wayn kadib, balse waxaa layaabkayga noqotay in aysan ka samrid kali ah aysan samaynin balse ay I tuseen niyad-wanaag heerkii ugu sarreeyey.

``Waxa aan ogaa in aan ku jiray ganacsi shul ama shal ah aniga oo markasta ka duulaya aragtida aan dadka kale ka maqlo. Sidii H.I Phillips uu ii sheegay waxa aan ku jiray ganacsi dhago-dhagayn ku socda asaga dhan.

``Waxa aan bilaabay in aan dib uga fakaro gefafkaygii kadibna waxa aan go`aansaday inta aanan suuqa dib ugu laaban in aan ogaado waxwalba oo suuqa iyo sida uu u shaqeeyo ah. Kadib waxa aan bartay oo la saaxiibay mid kamid ah dadka ugu badiya sida looga faa`iido ganacsiyada la galayo: Waxaa ninkaas la yiraahdaa Burton S. Catles. Waxa aan aaminsanaa in aan wax wayn ka faa`iidi karayo sababta oo ah muddo ayaa uu ku dhexjiray in uu sanadba sanadka ka dambeeya uu ka sii guul badnaanayey. Waxaa kale oo aan ogaa in shaqada intaas lacag iyo hantidaasi aysan ku imaanin hal fursad ama nasiib soomaray.

Dhawr waydiimood ayaa uu iga waydiiyey qaabkii aan horay ugu soo ganacsaday kadibna waxa uu ii sheegay talo aan illaa iyo maantay aan aaminsanahay in ay tahay qodobka ugu mudan ganacsiga oo dhan, waxa uu

yiri : ` Anigu isla-markiiba waxa aan ganacsi kasta u sameeyaa wax la yiraahdo XADKA JOOJINTA KHASAARIDDA. Haddii aan alaab iibsado oo aan ka bixiyo konton doolar, waxa aan ku xiraa xadka joojinta khasaaridda marka ay hoos u dhacdo oo ay gaarto afartan iyo shan. Taas macnaheedu waa haddii suuqu hoos u dhaco oo shan dhibcood dhaqaalahaygu hoos u dhaco, in uu si iskiis ah uu isu maamulayo(Automatic) ayaa badeecaddaasi uga gadmaysaa cidkale anigana halkaas ayaa khasaarahaygii ku joogsanayaa.

Waxa uu barehaas wayni hadalkiisii ku sii daray ``Haddii aad si ka fiirsasho leh aad u samaysid ganacsigaagaas faa`iidooyinkaagu waa ay toban, labaatan ama konton jibbarmayaan. Khasaaraha ku jiraa xadka joojinta khasaaraha waa, boqolkiiba konton joojintaadasi ma saxsana oo waxaa dhacda in markii aad kala baxdid lacagtaadaas uu ganacsigii dib u soo kaco oo faa`iido tiro badan gaaro balse wali faa`iido badan ayaa aad kasamayn qaabkaas joojinta ah``.

``Qaanuunkii ayaa aan joogtaystay in aan ku dhaqmo, illaa iyo waagaasna waa aan ku dhaqmaa. Faa`iido badan ayaa ay aniga iyo macaamiishaydaba noo soo saartaa``.

``Waayo kadib waxa aan xaqiiqsaday in qaanuunka xadka joojinta khasaaridda aan sidoo kale meelo kalena aan u isticmaali karo oo aanan ku koobin suuqa kaliy ah. Waxa aan bilaabay in aan xadka joojinta khasaaridda u sameeyo buuq iyo niyad-xumo kasta oo isoo food saarta. Si layaab ah ayaa ay u shaqaysay``.

``Tusaale, waxa aan lahaa saaxiib aan marka aan ku ballanno in aan wada qadayno soo daaha, inta badanna qaadan jiray kalabar waqtigii qadada oo

dhan. Ugu dambayntii waxa aan u sheegay qaanuunkayga ah xadka joojinta khasaaridda waxa aana ku iri `Bill, aniga xadka joojinta khasaaridaydu waa toban daqiiqo. Haddii aadan tobankaas daqiiqo ku imaan oo wax ka badan aad ka sii daahdo, qadodeennaas booska ayaa ay ka baxaysaa, anigu waa aan kaa tagay``.

Nin cajiib ah dheh! Sidee u jeclaan lahaa in aan caqligaas oo kale lahaa sannado ka hor, in aan xadka khasaare joojinta aan lahaan lahaa oo u adeegsan lahaa dulqaad-xumidayda, xanaaqayga, walwal iyo walaacayga. Maxaa aan u lahaan caqliga ah in aan qiyaaso xaalad kasta oo iigu hanjabta in ay burburinayso xasilloonida maskaxdayda oo aan isku iraahdo `` Eeeg, Dale Carnegie, xaaladdaan iska-dabowareeg iyo ka walwalid ku filan waa ay kugu samaysay``? ..... Maxaa aan sidaas u samayn waayay?

Laakiin waa in aan naftayda siiyaa ammaanid yar oo ay ku mudatay xaallad hadda ka hor I soo martay. Xaallad adag ayaa ay ahayd, dhib ayaa ay noloshaydii gashay markii aan arkay riyooyinkaygii, qorsheyaashaydii mustaqbalka iyo shaqadii aan sannadaha qabanayay oo halmar dhammaantood hawada ku baaba`ay. Waxa ay ku dhacday sidatan.

Markii aan soddonkii dhaafay ayaa waxa aan go`aansaday in aan qoro buug sheekooyin ah. Waxa aan doonayay in aan noqon doono Frank Norriskii labaad ama Jack London ama Thomas Hardy. Aad ayaa aan ugu go`odoonsanaa, labo sano ayaa aan Yurub joogay oo aan nolol raqiis ah ku noolaa si aan dhawr doolar markasta ugu kaydiyo lacagta daabacaadda. Labo sano ayaa aan qorayay buug aniga ii ahaa kan ugu cajiibsan buug oo dhan. Waxa aan u bixiyey Blizzard(Dabayl xooggan oo baraf wadata).

Markii aan u dhiibay wakiilkii aan rumaysnaa in uu ii suuq gayn doono waxa uu ii sheegay in uu yahay buug aan wax-qaymo ah habayaraatee aan ku fadhiyin. Waxa wadnahu ila istaagay markii uu iigu daray in aanan wax hibo ah ama xirfad ah aanan u lahayn qoridda sheekooyinka. Aniga oo wareersan ayaa aan xafiiskiisa ka baxay. Haddii uu ul madaxa iiga dhufan lahaa iigama dawakh badnaateen kan markaas aan dareemayay. Aad ayaa aan u wareeray. Waxa aan xaqiiqsaday in aan taaganahay isgoys waddooyinka noloshu isku dhaafaan aana u baahanahay in aan go`aansado dhankii aan u dhaqaaqi lahaa.

Maxaa aan sameeyaa? Waddadee qaadaa? Toddobaadyo ayaa ay igu qaadatay illaa aan dawakhaaddii ka soo noqonayay. Waqtigaas ma aanan maqal oraahda ah `Xadka joojinta khasaaridda`. Laakiin hadda markii aan dib u eego waxaa ii muuqata in aan sidaas sameeyey.

Labo sano ayaa aan dhididkaygii galiyey qoridda sheekadaas. Tijaabo fiican ayaa ay ii noqotay waana isaga dhaqaaqay. Dib ayaa aan shaqadaydii macallintinimada ahayd ugu laabtay kadibna waxa aan bilaabay qoridda taariikh-nololeedyo iyo buugaag aan sheekooyin ahayn, buugaag uu midkaan aad hadda akhrinaysid uu ka mid yahay.

Hadda waa aan ku faraxsanahay in aan go`aankaas qaatay? Farxid? Markasta oo aan soo xasuustaba waxaa I qabata in aan waddada dhexdeeda boodboodo farxad darteed. Hadda waxa aan dhab ahaan aanan waligay ka calaacalin in aanan noqonin Thomas Hardygii labaad.

Cutubka 11aad: Ha isku dayin in wax xash ah aad xashtid.

Hadda marka aan qoraalkaan samaynayo, daaqadayda ayaa aan eegi karaa, waxaana ii muuqanaya raad ka Dinosaur(Xayawaan aad u qaro waynaa oo waayadii hore noolaa), raadkaan waxa uu ka samaysanyahay dhoobo iyo dhagaxaan la isku sameeyey, waxa aan kasoo ii bsaday Peabody Museum of Yale University. Qoraal ayaa la socday oranaya in raadkaan la sameeyey 180 malyan oo sano kahor. Xataa dadka kan ugu doqonsani kuma riyoodo in uu dib ugu laabto 180 malyan oo sano kahor si uu wax uga beddalo raadkaas. Haddaba miyaa aysan ka sii nacasnimo badnayn in aan walwalno maxaa yeelay uma laaban karno waxna kama beddali karno 180 ilbiriqsi kahor saas oo ay tahay in badan oo innaga mid ah ayaa arintaas samaynaya oo ka walwalaya. Wax waa aynu ka beddali karnaa saamaynta

ay nagu yeelan dhacdadii dhacday 180 ilbiriqsi kahor balse waxba kama aynu beddali karno dhacdadaas.

Hal qaab ayaa aan wax kaga beddali karnaa waxii dhacay ee ina dhaafay; waa in aan si deggan u baarnaa khaladaadkeennii tagay, wax ka baranaa, sidoo kalena iska ilownaa.

Waa aan ogahay in sidaasi qummantahay; balse geesinimadaas iyo garaadkaas waligay ma aan lahaa? Si aan taas uga warceliyo, aan kuu sheego dhacdo layaab ah oo I soo martay sanado kahor. Waxaa dhacday in aan lacag ka badan saddex boqol oo kun, ay farahayga ka siibatay aniga oo aan shillinna ka faa`iidin. Sidaan ayaa ay ku dhacday. Waxa aan bilaabay mashruuc ah ballaarinta xarumahayga waxbaridda dadka waawayn, xafiisyo cusub ayaa aan furay, lacag badanna waxa aan galiyey xayaysiin iyo in aan iskaga raaxaysto. Aad ayaa aan u mashquul badnaa heer aan gaaray in aan waqti u heli karin in aan dhaqaalaha dib u eego. Waxa aan aad u sahladay in aan u baahanahay in aan helo maamule ganacsi yaqaan ah oo maskax badan si uu iigaga warhayo dhaqaalaha iga baxaya.
Ugu dambayn sanad kadib ayaa aan la kulmay run aan wareer iyo argagax kaqaaday. Waxa aan xaqiiqsaday halkii aan dad badan qaadanaynay haddana wax faa`iido ah kama aanan helin. Intaas markii aan ogaaday kadib, waxa ay ahayd in aan labo waxyaalood sameeyo. Tan koowaad in aan u fakaro sidii Goerge Washington Carver, saynisyahankii madoowga ahaa uu sameeyey markii afartan kun oo uu noloshiisii oodhan aruurinayay uu ku waayay bangi ay u taallay oo kacay. Markii la waydiiyey in dhaqaale baaba` uu ku yimid waxa uu ku warceliyey ``Haa, waa aan maqlay``- kadibna macalinnimadiisii ayaa uu sii watay. Khasaarahaas dhan maskaxdiisa waa uu ka tirtiray illaa uu gaaray in uusan soo xasuusaninba.

Waxa labaadna waa kan: Waxa ay ahayd in aan darsid ku sameeyo khaladaadkaygii kadibna cashar abid ah aan ka barto.

Laakiin dhab haddii aan u hadlo labadaas midkoodna ma aanan samaynin. Balse waxa aan sameeyey in aan walwal dhexdabaasho. Bilo ayaa aan wareersanaa. Hurdo la`aan iyo cunid la`aan ayaa igu dhacday. Halkii aan cashar ka baran lahaa gefkaan wayn, isla sidii ayaa aan sameeyey mar labaad balse ka yar intii hore.

Waa igu yaxyax in aan qiranayo nacasnimadaan oodhan; balse waa hore ayaa waxa aan ogaaday ``In ay dhibyartahay in aad labaatan qof bartid waxa laga rabay in ay sameeyaan, halkii aad adigu ka mid ahaan lahayd labaatankaas oo aad waxa aad barin aad samayn lahayd``.

Maxaa aan aad u rabi lahaa in aan arday ka ahaan lahaa Dugsiga Sare ee Goerge Washington ee magaalada New York iyo in uu bare ii ahaan lahaa Mudane Brandwine. Brandwine waa baraha Allen Saunders oo deggan Woodycres Avenue, Bronx, New York! Waana ninka sheekadaan iiga sheekeeyey. Waxa uuna yiri:

Mr Sanders waxa uu ii sheegay in macallinkiisa maaddada fayo-dhawrka Brandwine uu baray mid kamid ah casharrada adduunka ugu qaalisan ee uu bartay. Waxa uu yiri`` Waxa aan ahaa kuray balse walwal badan, waa aan wareeri jiray walaac dartiis aan ka walaacsanahay gefafkii I soomaray. Haddii aan imtixaan galayo, faraha iyo ciddiyaha ayaa aan qanqaniini jiray cabsi aan ka qabo in aan imtixaanka ku dhaco. Markasta waxa aan ka walwali jiray waxyaalaha aan soo khalday aniga oo jeclaysanaya in aan si ka duwan sidaas aan u samayn lahaa; aniga oo ka fakaraya waxyaalahii aan iri oo jeclaysanaya in aan si ka duwan oo ka fiican u oran lahaa.

Subax ayaa aan lahayn xiisad uu na siinayay Mr Brandwine. Dhalo caano ah ayaa uu saaray qarna miiska. Dhammaanteen layaab ayaa aan la fadhinnaa annaga oo I swaydiinayna waxa isaga xiran caanaha iyo maaddada fayo-dhawrka.

Halmar ayaa Mr Brandwine dhaladii caanaha ahayd qashinka ku dhex tuuray ayada oo ku dhex burburtay kadibna waxa uu ku qayliyey `Ha u ooyin caano qubtay!`

``Kadibna dhammaantaya ayaa uu na tusay daasaddii qashinka iyo dhaladii caanaha ahayd ee uu buburiyey. Waxa uu yiri `Si fiican u fiiriya, dhammaantiin waxa aan doonayaa in aad casharkaan si fiican u xasuusataan noloshiinna inta ka dhimman. Caanahaasi waa tageen, waa ku dhaafeen. Wareer kasta iyo timo-isjiid kasta ma soo celi karayo. Ka taxadarid iyo ka hortag yar ah, caanahaas waa la badbaadin karay. Balse hadda waqtigaasi waa ina dhaafay, waa aan ka dib dhacnay in aan sidaas samayno, kaliya waxa aan samayn karnaa in aan qorno waxii dhacay kadibna aynu ka gudubno oo u gudubno waxa ku xiga.

``Bandhiggaas yar ee macalinku sameeyey maskaxdayda si fiican ayaa ay ugu raagtay muddo kadib xataa markii aan ilaaway Geometry iyo Latin kii uu na barayay. Xaqiiqdii cilmi dhab ah ayaa aan ka bartay oo ka badan waxii aan afarta sano ee dugsiga ah aan ku bartay. Waxa ay I bartay in aanan caano qubtay u ooyin, balse aan iska illaawo gebi ahaanba, mar haddii ay qubteen oo dareereen waa ku daayeen.``

Dadka in badan ayaa ka qaylin ku celcelinta maahmaahda macnahu ka dhumay ee ``Ha u ooyin caano qubtay.`` Waa ogahay in uu yahay hadal in badan lagu soo celceliyo, dadka dhanna yaqaannaan, haddana uuba

nacnacna noqday. Waa ogahay in aad kumanaan jeer maqashay. Balse waxaa kale oo aan ogahay in maahmaahyadaas mararka badan lagu celceliyey ay ku jirto nuxurka murtidii nolosha dhan oo la miiray. Waa mid ka soo baxday khibrad dhab ah oo banii`aadamku soo mareen jiilalkuna isku soo wada gudbiyeen. Haddii aad akhrin lahayd wax walba oo macallimiintii adduunka dhammi ay ka qoreen walwalka, marna ma aadan aragteen wax ka saldhigsan ama ka qotodheer maahmaahyadaas inta badan lagu celceliyey ee oranaysa ``Ha isku dayin in aad ka gudubto buundo(bridge) aadan wali soo gaarin`` iyo ``Ha u ooyin caano qubtay.``Haddii aynu adgeesan lahayn labadaas maahmaahood oo kali ah oo aan ku celcelin lahayn, buuggaan oo dhanba uma aynaan baahnaanneen. Dhabtii haddii aynu ku dhaqmi lahayn maahmaahyada intooda badan, nolol heersarre ah ayaa aynu ku wada noolaan lahayn. Si kastaba ha ahaatee aqoontu awood ma aha haddii aan la adeegsan; ujeeddada buuggaanna ma aha in wax cusub aad ka baratid balse waa in lagu xasuusiyo waxyaalaha aad horay u soo baratay, iyo in lagu riixo oo lagu niyad kicyo si aad wax u qabsatid.

Waxa aan aad markasta aad ugu bogaa dadka lamid ah Fred Fuller Shed oo hibo u lahaa in run waa hore la yiri uu sawirasho ahaan dadka u tusiyo. Waxa uu tifaftire ka ahaa Philadelphia Bulletin waxa uuna khudbad u jeedinayay ardo qalin beddalanaysay, waxa uuna waydiiyey ``imisa idinka mid ah ayaa waligood alwaax kala jarjaray? Gacmaha taaga bal. ``Inta badani waa ay sameeyeen. Kadib waxa uu waydiiyey: Imisa idinka mid ah ayaa xashka alwaaxda sii kala jarjaray? Cidina gacanta ma taagin.

Waxa uu yiri `` Dabcan xash alwaaxeed masii kala jarjari kartid inta aad miinshaar qaadatid, sababta oo ah mar hore ayaaba ay kala jarjaranyahiin !

Sidaas waxaa lamid ah waxii las oo dhaafay. Markii aad kawalwashid wax laga soo tagay oo lasoo dhaafay, dhabtii xash ayaa aad rabtaa in aad xashtid.``

Markii Connie Mack oo baseball ka cayaari jiray uu siddeetan iyo kow gaaray ayaa waxa aan waydiiyey haddii uu waligiis ka walwalay cayaarihii ay ku guuldarraysteen.

``Haa waa aan ka walwali jiray, balse doqonimadaas waa hore ayaa aan ogaaday. Waxa aan ogaaday in aanan waxba ka helayn. Xash ma aad xashi kartid.

Xashkaas ma xashi kartid, badarna biyo qubtay kuma shiidi kartid balse wajigaaga ayaa aad kaduudmasho ku abuuri kartaa calooshaadana boogo.

Jack Dempsey (Feeryahan caan ah) ayaa aan la kulmay waxa uuna iiga warramay guul darradii uu kala kulmay Gene Tunney in ay madax-xanuun ku ahayd isla waynidiisii.Waxa uu yiri `` Aniga oo dagaalka dhexda kaga jira ayaa aan isla markiiba xaqiiqsaday in aan duqoobay. .... Wareeggii tobnaad wali waa aan dagaalamayay balse waa aan noolaa oo kali ah. Wajiga ayaa I bararsanaa nabrana lahaa, indhahaygu waa isku dhagi rabeen.... Waxaa ku xigtay in aan arko garsooraha oo kor u taagaya gacanta Gene Tunney, halkaas ayaa ugu dambaysay ahaanshahaygii feer yahankii adduunka. Aniga oo luudaya ayaa aan daawadayaasha sii dhex maray oo tagay qolkii nasashada. Markii aan sii dhexmarayay dadkaas, qaarkood gacanta in ay I qabtaan ayaa ay isku dayayeen, qaarkoodna waa ooyayeen.

“Sanad kadib ayaa aan dib u dirirnay aniga iyo Tunney balse waxba taasi ma soo kordhin. Dhib ayaa ay igu noqotay in aan ka walwalo guul-darradaas isoo martay balse waa aan isla hadlay: `Ma aan doonayo in aan

waqti laga soo gudbay aan noolaado, ma doonayo in aan caano qubtay aan u ooyo. Waxa aan ka dhigayaa nabar xoog leh oo igu dhacay balse u ogolaan mayo in uu nabarkaasi dhinac igu tuuro.``.

Sidaas ayaa dhab ahaan Jack Daempsey sameeyey. Sidee? In uu nafsaddiisa marar badan ku celceliyo ``Waligay kama walwali doono wax la soo dhaafay``. Sidaas ayaa uu uga gudbay in uu ka walwalo waxii soo dhaafay waxa uuna isku dayay in uu qorshayaal cusub noloshiisa u samaysto. Waxa uu furtay maqaaxi uu u bixiyey Jack Dempsey oo ku taalla Broadway iyo Great Northern Hotel ee waddada 57aad magaalada New York. Waxa uu sameeyey feertamid uu abaalmarinno ku bixinayo iyo bandhigyo feertamid. Waxa uu aad isugu mashquuliyey in uu qabanayo waxyaalo wanwanaagsan illaa uu waqti iyo xiisaba u waayay in uu wax la soo dhaafay uu ka walwalo. Waxa uu yiri ``Waqtigayga tobankii sano ee la soo dhaafay ayaa wax badanna ka cajiibsana xilligii aan  ahaa feeryahanka adduunka oodhan.``

Markii aan in badan akhriyey taariikho iyo taariikh-nololeedyo, oo aan u fiirsaday dadka iyo carqaladaha sida ay ugu dulqaadanayeen, waxaa aad ii dhiirogaliya oo iga yaabiya dadka qaarkiis iyo awooddooda ah in ay walwalka iyo dhibaatooyinka soo maray ay iska illaawaan, ka gudbaan kadibna ay nolol fiican ku noolaadaan.

Waxa aan booqday xabsiga Sing Sing oo ah xabsiyada loogu ilaalada badanyahay magaalada New York. Waxaa iga yaabiyey in aan arko in maxaabiista ku xirani ay u muuqanayeen sida kuwa kale ee caadiga ah. Waxa aan ka waraystay Lewis E. Lawes waxa uuna ii sheegay in maxaabiistu marka ugu horraysa ay halkaan yimaadaan ay walwal iyo qamuunyo dareemaan. Bilo kadib, intooda badani waa dad caqli leh waxa

ayna isku dayaan in ay la qabsadaan waxa ku dhacay ayna si deggan u aqbalaan nolosha xabsiga.

Hadaba maxaa ilmada la isaga khasaarinayaa?Dabcan waa aynu dareemannaa dambiilenimada iyo nacasnimada aynu ku kacnay, haddii ay tahayna? Yaa aan sidaas samayn? Xataa Napoleon saddex meelood oo meel ayaa uu ku guuldarraystay dagaalladiisii kuwii ugu muhiimsanaa oodhan. Dabcan shiishkeennu kama badna kan Napoleon. Yaa og?

Si kasta oo ay ahaataba, boqor fardahiisa iyo ciidankiisa oo dhan oo la I sugeeyey, waxii la soo dhaafay ma ay hagaajin karaan. Sidaa darteed

Xasuusnoow qaanuunka 7aad: Xa isku dayin xashka in aad adigu xashtid.

Nuxurka qaybta saddexaad- Sidee loo burburiyaa walwalka kahor inta uusan adiga ku burburin?

Qaanuunka 1aad: Maskaxdaada ka ciriiri walwalka adiga oo waxkale ku mashquulinaya. Waxyaabo tiro badan in aad qabatid ayaa ah qaabka ugu habboon ee aad maskaxdaada u mashquulin kartid.

Qaanuunka 2aad: Haku wareerin waxyaalaha yaryarka ah. Ha u ogolaan waxyaalaha xun-xunka ah ee noloshu in ay farxaddaada burburiyaan.

Qaanuunka 3aad: Adeegso qaanuunka celceliska sii uu uga adkaado walwalka. Iswaydii waa maxay celceliska ay waxaasi ku dhici karaan? (boqlkiiba imisa)

Qaanuunka 4aad: Ku samir waxyaalaha aan awooddaada ku jirin. Haddii aad ogtahay waxkaqabashada ama wax ka beddallida hawli ay leedahay in

ay tahay mid awooddaada ka baxsan waxa aad iskula hadashaa ``Waa sidaas ay tahay, si kale manoqon karto.`` Iskana illoow.

Qaanuunka 5aad: Samayso Xadka Joojinta Khasaaridda. Go`aanso intee in leg ayaa uu uqalmaa in aad shaygaas ka walaacdid, hana ogolaan intaas in kabadan in aad ka walaacdid.

Qaanuunka 6aad: Waqtigii tagay asagu hala tago waxii dhacay oodhan. Yaynaan xash meel yaalla xashin

Qaybta Afaraad - Toddobo Waddo Oo Aad Ku Samaynsan-kartid Qaab-fikir Aad Ku Helaysid Xasillooni iyo Farxad.

Cutubka 12aad – Siddeed Erey Oo Noloshaada Beddali Kara.

Sanado kahor barnaamij idaacadeed ayaa su`aashaan la iga waydiiyey: ``Waa maxay casharka ugu wayn ee aad baratay?``

Waa dhibyarayd: Casharka ugu muhiimasan ee aan bartay waxa uu ahaa muhiimadda ay leedahay waxa qofku ka fakarayo. Haddi aan ogaan lahaa waxa aad ka fakarayso, waxa aan ogaan lahaa waxa aad tahay. Fikirkeenna ayaa inaka dhiga waxa aynu nahay. Qaab-fikirka caqligeenna ayaa ah qodobka qarsoon ee qeexi kara mustaqbalkeenna. Emerson ayaa yiri ``Shakhsigu waxa uu yahay waxa uu maalinta dhan ka fakaro`` Sidee wax kale u noqon kartaa?

Waxa aan hadda qirsanahay oo aan shaki iiga jirin in dhibta aniga iyo adiga ina haysata ay tahay doorashada waxa aynu ku fakari lahayn. Haddii aynu sidaas samayn karno waxa aynu saarnaanaynaa waddada ugu wanaagsan ee xallinta khilaafaadkeenna. Hogaamiyahii waynaa ee Boqortooyadii Roomaanka Marcus Aurelius ayaa siddeed erey ku soo koobay siddeed erey oo qeexi kara aayahaaga iyo sida uu noqon: ``Nolosheennu waa waxa fakarkeennu ka dhigo``.

Haa dabcan haddii aynu farxad ka fakarno, waa aan faraxsanaanaynaa. Haddii aynu xumaan ka fakarnana,xumaan ayaa aan dareemaynaa. Haddii aynu cabsi ka fakarno, cabsi ayaa aan ku jiraynaa. Haddii aan jirro ku fakarno, waa aan jirranaynaa. Haddii aynu guuldarro ku fakarno, waa aan guuldarraysanaynaa. ``Ma tihid waxa aad u malaynaysid in aad tahay, waxa aad tahay waxa aad ku fakartid``. Waxaa yiri Norman Vincent Peale.

Anigu ma waxa aan u qareemayaa hab-fikirka ah in dhib kasta farxad lagu qaabilo? Maya, ayaan-darro, noloshu sidaas oo dhan uma dhibyara. Balse waxa aan u qareemayaa in aan yeelanno qaab-fikir wanaagsan intii aynu ka yeelan lahayn qaab-fikir xun. Si kale haddii aan u dhaho, waa in dhibteennu ina khusayso oo aan ka fakarno balse aynaan ka walwalin. Maxaa farqi ah oo labadaan u dhexeeya khusaynta iyo walwalka? Aan ku tusiyo. Markasta oo aan dhexmaro waddooyinka cubbaysan ee magaalada New York, waa aan ka fiirsanayaa waxa aan samaynayo balse kama walwalayo. Ka fiirsashadu waa in aad ogsoontahay dhibaatada jirta, si deggenna aad tallaabo tallaabo u qaadaysid. Walwalku waa in aad waalli isaga dabowareegtid.

Qofku waa uu ka fakari karayaa dhibaatada haysata haddana waa toosnaan karaa asaga oo aan gebi-rogasho samaynayn. Asaga oo sidaas samaynaya

waxa aan arkay Lowell Thomas. Sharaf ayaa ay ii ahayd in aan mar la shaqeeyey Lowell Thomas. Filimaan badan ayaa uu ka sameeyey dagaalkii koowaad ee adduunka, dhulka Falastiin , Carabta kale, iyo Hindiya. Guul fiican ayaa uu ka gaaray dhanka muuq-qaadista, adduunka dhan ayaa uuna caan ka noqday.

Ayaan darro labo sano kadib wax lacag ah ma haysan, aniga ayaa la joogay oo xasuusta.

Waxa aan xasuustaa annaga oo cuntooyin jaban ka cunayna maqaaxiyaha raqiiska ah. Illowse lacagtaas ma aanan lahayn ee waxa aan ka daynsanay James McBey, farshaxamaystihii caanka ahaa. Waatan sheekadii: Illowse xilligaas oo Lowell dhaqaale xumo iyo dayn badani soo foodsaartay, waa ka fakarayay balse kama uusan walwalayn. Waxa uu ogaa haddii waxyaalaha ku dhacay ay hoos u dhigaan niyaddiisa oo uu u ekaado qof aan waxba haysan in uusan wax qaymo ah yeelan doonin oo xataa dadka yaqaannay uu la qaymo dhacayo. Subax walba ubax ayaa uu soo gadan jiray, shaatiga suran jiray kadibna xarragoon jiray waddada Oxford asaga oo madaxiisa kor utaagaya tallaabadiisana hagaajinaya. Wanaag ayaa uu ku fakari jiray. Fikiro geesinnimo leh waana uu u diidi jiray in guuldarradu ay ka adkaato. Asaga in la tixgalinayo ayaa u ahayd xeeladda ugu wayn ee uu ku tabab-bartay waana sida lagaa doonayo haddii aad doonaysid in aad heersare gaartid.

Qaab-fikirka maskaxdeenna ayaa saamayn wayn ku leh muuqaalkeenna dibadda. Cilmi-nafsi-yahankii waynaa J. A. Hadfield, ayaa si cajiib ah ugu muujiyey buuggiisa aadka u heer sarreeyey ee The Psychology of Power. Waxa uu yiri `` Saddex nin ayaa aan ka codsaday in ay ka qaybqaataan tijaabo ku saabsan tijaabinta awoodda maskaxdooda taas oo lagu cabbiray

dunamometer(qalab qofku uu gacanta ku qabto cabirana awoodda ugu badan ee gacantiisu samayn karto)

Waxa uu mid walba markiisa u dhiibay qalabkaa waxa uuna u sheegay in xooggiisa ugu badan uu isugu geeyo. Saddex mar oo kala duwan ayaa uu mid walba tijaabada mariyey.

Markii uu tijaabadii koowaad mariyey ayaga oo caadi ah oo soo wada jeeda, isku celcelis awooddoodii waxa ay noqotay 45kg (101ibs).

Markii uu mar labaad tijaabiyey ayaga oo uu daawo xoogga soo-jeedka ka yaraynaysa uu siiyey kadibna uu ka dhaadhiciyey in ay daciif yahiin, awooddoodii iskucelcelis waxa ay noqotay 13kg (29 lbs). Mid ka mid ah saddexdaan qof waxa uu ahaa feeryahan, waxa uu sheegay in markii loo sheegay in uu daciif yahay ay gacantiisu dareentay tabardarro badan illaa gacantiisu noqotay tan ilmaha oo kale.

Markii uu mar saddexaad uu tijaabiyey asaga oo daawadii ku celiyey balse markaan u sheegay in ay awood badanyahiin, hadda awooddoodu iskucelclis waxa ay noqotay 64kg(142ibs). Markii maskaxdooda laga dhaadhiciyey in ay awood badan leeyahiin, awooddooda dhabta ah ayaa kobocday ku dhawaad boqolkiiba shan-boqol.

Waa noocaas cajiibnimada awoodda qaab-fikirku keeni karo.

Si aan u muujiyo awoodda fakar-maskaxeedka qofka, aan kaaga sheekeeyo mid ka mid ah sheekooyinka ugu cajiibsan ee taariikhaha Maraykanka. Buug ayaa aan ka qori karaa sheekadeeda, balse aan soo gaabinno. Habeen aad u dhedo iyo qaboow badan, inyar kadib dhammaadkii Dagaalkii Qaboobaa, islaan diihaalsan oo hoyi la`aan ah oo iska wareegaysa ayaa

iridda ku soo garaacday Webster oo ah xaaska kabtan shaqada ka fariistay oo deggan Amesbury, Massachusetts.

Haddii ay albaabkii furtay Webster waxaa u muuqday qof aad u tabardaran oo ugu badnaan soddomeeye kiilo oo lafo iyo maqaar ah ka samaysan. Qofkaan qalaad oo layiraahdo Glover ayaa sheegatay in ay raadinayso meel ay ku fakari karto oo ay ku raadin karto xalka dhib aad u wayn oo habeen iyo maalinba haysta.

``Halkaan maa aad ila joogtidba?`` Webster ayaa ku tiri oo ugu dartay ``Kaligay ayaa aan gurigaan wayn ku ahay``

Glover gurigaas ayaa ay iska joogi lahayd haddii uusan iman lahayn inanka qaba gabadha Webster oo New York fasax uga yimid. Markii uu Gloves guriga ku arkay waa uu qayliyey asaga oo oronaya ``Qof isla-wareeg (Dowdar)ah gurigaan ma joogayo`` kadibna bannaanka ayaa uu guriga uga soo tuuray Glover. Roob aad u xoogbadan ayaa da`ayay. Daqiiqado ayaa ay dhextaagnayd roobkii ayada oo gariiraysa kadibna waddada horay u qaaday si ay gabbaad(guri) u raadsato.

Waatan qaybta ugu cajiibsan sheekada oodhan. Qofkaas isla-wareegga lagu tilmaamay ee Bill Ellis uu dibada guriga uga saaray ayaa u abuurnayd in ay saamayn wayn ku yeelato fakarka adduunka in ka badan qofkasta oo dumar ah oo adduunka soo maray. Waxaa hadda malaayiin dad ah ku xasuustaan in loo yaqaan Mary Eddy oo an aasaasaha Sayniska iyo Kristaannimada.

Illaa iyo waagaan dambe intii kahorraysay nolosha waxyar ayaa ay ka taqaanay waxaas yar oo ah jirro, murugo iyo dhibaato. Ninkeedii ugu horreeyey waa uu ka dhintay waxyar kadib markii ay is-guursadeenba. Kii labaad waa uu ka tagay oo waxa ay isla carareen islaan kale oo la qabay

waliba. Waa dambena waa uu iska dhintay. Hal ilmo ayaa ay dhashay asagana waxaa lagu khasbay in ay dad kale ku wareejiso markii uu jiray afar sano sababta oo ah wax awood ah iyo dhaqaale ah uma aysan haynin oo ay ku quudiso. Dib dambe meel uu kabaxay waa ay wayday wiilkeedaas muddo ka badan soddon sano.

Jirradeeda badan darteed Eddy waxa ay aad u danayn jirtay waxa loo yaqaan ``Sayniska Buskoobidda Maskaxdu Soo Jiidikarto``

Isbeddalka nolosheeda ee ugu wayn waxa uu ka dhacay Lynn, Massachutes. Maalin qaboow badan ayada oo soconaysa magaalada dhexdeeda ayaa ay siibatay, baraf ku dul dhacday kadibna waa ay miyirbeeshay. Dhabarka ayaa dhaawac ka gaaray heer qalal ay bilowday, xataa dhakhtarka ayaa u maleeyey in ay dhimman doonto. Haddii ay nasiib u hesho in ay noolaato waxa uu dhakhtarku dhihi lahaa ma ay socon doonto waligeed dambe.

Ayada oo dul saaran sariir loo malaynayo in ay ku dhiman doonto ayaa Eddy furtay kitaabka diinta masiixiyadda kadibna waxa ay akhrisay “Waxaa loo keenay nin aan awood lahayn oo sariir dul saaran, Nebi Ciise ayaa ku yiri ninkii sariirta saarnaa’ Wiilkaygiiyoow waa aan kuu duceeyey, dambiyadaada in lagaa cafiyo, istaag oo ka kac sariirta kadibna gurigaagii aad. Ninkii waa istaagay waana socday.”

Eereyadaas haddii ay akhrisayba waxbaa shaaca uga qaadmay, awood ayaa soo gashay, mawjad buskood ah ayaa soo gashay islamarkiiba meeshii ayaa ay ka kacday waana ay lugaysay.

Eddy waxa ay tiri ``Dhacdadaas I soomartay ayaa noqotay tufaax cirka iiga soo dhacay kadibna I tusiyey waddadii aan caafimaad ku heli lahaa dadka kalena ku caawin lahaa. Waxa aan ogaaday xaqiiqda ah in waxa dhan waxa

keenayay ay maskaxdayda ahayd sidoo kale wax walba ay saamayn ku leeyahiin maskaxda``.

Waa habka ay Mary Baker Eddy ku noqtay aasaasaha Christian Science(Sayniska Masiixiyadda) waa mad-hab adduunka aad ugu faafay oo masiixiyaddaas ah.

Waxa ay u dhawdahay in aad isleedahay ``Ninkaan Dale Carnegie ah waxa uu dadka soo galinayaa mad-habkaas masiixiyadda ka tirsan.`` Maya, waa aad ku gefsantahay. Anigu kama tirsani Christian Science. Laakiin markasta oo noloshaydu sii dheeraataba waxa aan aad u sii rumaysan xiriirka awoodeed ee uu leeyahay fakarka dadku.

Ogaansho aan ka helay soddon sano oo aan bare u ahaa dadka waawayn, waxa aan ogahay in rag iyo dumar badani ay ka adkaan karaan walwalka, cabsida iyo noocyo kale oo jirrooyin ah noloshoodana ay wax badan ka beddali karaan waa haddii ay beddalaan qaab-fikirkooda. Waa aan ogahay! Waa aan ogahay! Waa aan ogahay!. Waa aan arkay isbeddaladaas aan caadiga ahayn oo boqolaal jeer dhacay. Wax badan ayaa aan arkay illaa aan gaaray heer ah in aan hadda la yaabin markii aan arko.

Tusaale: Mid ka mid ah isbeddaladaan ayaa ku dhacday mid ka mid ah ardaydayda oo layiraahdo, Frank J. Whaley, deggan 1469 West Idaho Street, Saint, Paul Minnesota. Waa uu isku-buuqay maskax ahaan. Maxaa keenay? Walwal.

Frank Whaley ayaa ii sheegay: `` Wax walba ayaa aan ka walwalay. Caatonimadayda ayaa aan ka walwalay; timahaygu in ay sii dhammaanayaan ayaa aan ka walwalay; dhaqaale igu filan oo aan ku guursado in aanan heli doonin ayaa aan ka walwalay; aabbe fiican in aanan

noqon doonin ayaa aan ka walwalay; gabadha in aan guursado aan jeclahay, in aan waayo ayaa aan ka walwalay; sababta oo ah noloshaydu mid fiican ma ahayn. Dadku sida ay ii arkaan ayaa aan ka walwalay; Waa aan walwalay, xiidmahaa boogo ku yeeshay. Intaas kadib waa aan awoodi waayay in aan shaqeeyo. Shaqadaydii ayaa aan ka quustay. Cadaadis ayaa maskaxdayda ka buuxsamay illaa aan ka noqday digsi aan lahayn meel uumigu ka baxo. Cadaadiskii ayaa batay illaa uu gaaray in uu ku khasbanaado in uu sii daysmo oo uu furto. Haddii aysan waligaa kugu dhicin isku buuqid-maskaxeed , Eebbe kabari in aysan waligaa sidaasi kugu dhicin, Xanuun kaas ka badan, dhabtii ma jiro.

Heer waxa aan gaaray aanan xataa qoyskayaga la hadli karin. Maskaxdayda iyo fakaradayda waa aan xaddidi waayay. Cabsi ayaa iga buuxsantay. Shanqarta ugu yar ayaa aan ku xanaaqayay oo ku haadayay ciddii samaysa shanqarta. Qof walba ayaa aan ka fogaaday. Oohin ayaa aan iska sii daynayay aysan caddayn sababta aan u samaynayo.

``Maalin walba xanuun ayaa ay igu haysay. Waxa aan dareemay in cid walba I cidlaysay. In aan wabi isku tuuro oo dhinto ayaa aan doonay.

``Intii aan sidaas samayn lahaa, waxa aan go`aansaday in aan socdaal u baxo oo Florida aado aniga oo rajaynaya in hawo-beddalashadaas ay i caawin doonto. Markii aan tareenkii fuuli rabay ayaa aabbahay warqad ii dhiibay iina sheegay in aanan furin illaa aan Florida ka tago.Florida ayaa aan tagay xilliga ugu badan ee dalxiiska loo yimaado. Maaddaama aanan huteel kiraysan karin, qolyar oo geerish ku dhexyaalla ayaa aan kiraystay. In aan shaqo helo ayaa aan isku dayay balse waa aan waayay. Xeebta ayaa aan inta badan iska wareegaa. Florida ayaa noqotay mid iiga qarracan badan gurigii qoykayaga. Markaas ayaa aan furay xaashidii aabbe ii dhiibay.

Waxaa ku qoran: `Wiilkaygiiyoow 1500 mayl ayaa aad gurigii ka fogtahay, wax duwanaansho ahna ma dareemaysid, madareemaysaa? Waa aan ogaa in aadan dareemi dooni, maxaa yeelay waxa aad la tagtay hal wax oo dhibtaada dhan keenaya, waxaasina waa nafsaddaada. Wax muuqaalkaaga ama maankaaga ka xumi ma jiraan. Arrimaha kula soo darsay ma aha waxa dhinaca kuu ridaya balse waa sida aad uga fakartid arrimahaas. ``Sida qofku uu u fakaro, sidaas ayaa uu noqdaa``. Markii aad taas ogaatid, gurigiina ku soo noqo halkaan ayaa aad ku buskoonine.`

``Qoraalka aabbe waa iga sii xanaajiyey. Danqasho ayaa aan ka filayay ee shuruuc kama filanayn. Aad ayaa aan u xanaaqay illaa aan go`aansaday in aanan dib dambe qoykayagii ugu noqon. Habeenkaas aniga oo waddooyinka iska wareegaya ayaa aan arkay kaniisad, meelkale oo aan aado ma haysane waa aan iska dhex galay.Waxa aan ka maqlay oraah ah ``Qofka ruuxdiisa ka adkaada ayaa ka xoogbadan qofka magaalo dhan qabsada`. Hadalkaas aan wadaadka kaniisadda ka maqlay iyo qoraalkii aabbahay ayaa isku mid ii noqday. Caradii iyo waxii I hayay oo dhan ayaa iga mayrmay. Si caddiin ah ayaa aan hadda u fakari karayaa oo waliba caqliyeysan. Waa markii ugu horraysay ee aan noloshayda sidaas ookale u fakari karayo. Doqonnimada igu jirtay ayaa aan ogaaday. Hal mar ayaa waxaa ii bidhaamay nafsaddayda dhabta ah. Isbeddal-doon ayaa aan noqday, doonaya in uu adduunka dhanna beddalo.

Subaxii dambe ayaa aan alaabtaydii xirixirtay gurigiina u dhaqaaqay. Toddobaad kadib shaqadaydii ayaa aan dib ugu laabtay. Afar bilood kadib gabadhii aan ka baqayay in la iga qaado ayaa aan guursaday. Hadda waxa aan nahay qoys farxad kuwada nool oo shan carruur ah haysata. Eebbe ayaa wanaag igu mannaystay. Marka dhibtaani igu dhacayso, shaqaale siddeed

iyo toban qof ah ayaa aan horjooge u ahaa hadda maamule gooni ah ayaa aan u ahay warshad ay ka shaqeeyaan in kabadan afar boqol iyo konton qof. Noloshu hadda waa ii macaantahay waana ila dhantahay. Hadda waxa aan rumaysanahay in aan aqaanno macnaha dhabta ah ee nolosha. Markii xoogaa dhibaato ahi I soo foodsaarto(Sida qof walba marmar ku dhacda) nafsaddayda ayaa aan u sheegaa in aan diiradda dib ugu celiyo meeshii ay ii saarnayd waxwalbana markaas ayaa ay hagaagaan.

``Waxa aan hadda si daacad ah u oranayaa in aan aad ugu faraxsanahay in dhibaatada isku-buuqista ahi I soomartay, sababta oo ah dhibtaas darteed ayaa aan ku ogaaday awoodda fakarku ku leeyahay maanka iyo muuqaalkaba. Hadda waxa aan awoodaa in fakarkaygu ii shaqeeyo halkii uu iga gees shaqaynlahaa. Hadda waxaa ii muuqata in aabbahay uu saxsanaa markii uu igu lahaa waxa dibadda ka jira ma aha waxa dhibtaada keenaya ee waa waxa gudahaaga ku jira. Islamarkiiba markii aan ogaaday waa aan bogsaday walina buskood ayaa aan ku sugnahay``. Taasi waa waayo aragnimadii soo martay Frank J. Whaley.

Waxa aan aad u qirsanahay in xasilloonida maskaxdeenna iyo farxadda nolosheenaba aysan ku xirnayn halka aynu ku sugannahay, waxa aynu haysanno ama waxa aynu nahay balse ay kali ah ku xirantahay qaab-fikirka maankeenna. Waxyaalaha dibadda ka imaani wax aad u yar ayaa ay ka gaysan karaan. Tusaale: Aynu soo qaadanno qisada John Brown oo loo diyaariyey in loo daldalo eed lagu eedeeyey in uu qabsaday xaruntii hubka ee Harpers Ferry iyo sidoo kale in uu hurinayay dadka addoomada ah si ay u noqdaan liddi oo u dagaallamaan. Fardo ayaa lagu qaaday asaga iyo kafantiisii oo iswata. Askariga ilaallada ka ahaa ee geeskiisa fadhiyay waa uu argagaxsanaa waana walwalsanaa balse John Brown waa xasilloonaa oo

deggenaa. Buuraha waawayn ee Virginia ayaa uu marba dhinac ka daawanayay asaga oo dhahaya ``Qurux badanna buurahaani, waligay kansho(fursad) uma helin aan ku arko maanta kahor.``

Ama aynu soo qaadanno qisada kale ee Robert Falcon Scott iyo raggiisii la socoday- Waa ninkii Ingiriis ahaa ee ugu horreeyey ee gaaray Cirifka Koonfureed ee Adduunka. Soo-noqodkoodii waxa uu noqday socdaalkii ugu dhibta badna ee banii`aadam waligiis maro. Cuntadii ayaa ka dhammaatay, sidoo kalena shidaalkii ayaa ka dhammaaday. Waa soconkari waayeen maxaa yeelay dabayl baraf wadata ayaa joogtaysay kow iyo toban habeen iyo maalmahood, dabayl xooggeeda iyo qabowgeeda barafka buuraha dildillaac ugaysanaysay. Scott iyo asxaabtiisu waa ay ogaayeen in ay dhimmandoonaan; waxa ay awal wateen daroodagada nooca ugu xoogga badan ee looyaqaan Opium si haddii kadis yimaado ay u adeegsan karaan. Daroogo tirobadni inta ay ka qabtay qof waliba dili karta ayaga oo wada faraxsan oo riyo khayaali ah kuwada jira, riyo aysan waligood dambe ka tooseen. Balse taas waa ay diideen , ayaga oo heesaya ayaa ay wada dhinteen heeso farxad wada ah. Waxaa lagu ogaaday, in gacmahooda barafoobay ay kuwada jireen warqado heesahaasi ku qoranyahiin oo ay siddeed bilood kadib soo heleen dadkii raadinayay.

Haa haddii aynu maskaxdeenna ku xannaanayno aragtiyo deggenaan, geesinimo iyo wanaag leh, waa aan ku raaxaysan karnaa muuqaalka adduunak innaga oo kafan ku dhexjirna ama teendhooyinka kadhex heesayna oo gaajo usii dhimmanayna.

Milton ayaa saddex boqol oo sano kahor markii uu indho beelay sidaas oo kale ogaaday.

Maskaxda oo sideeda ah “Ayaa noloshaada dhibaato ka dhigi karta, dhibaatadana nolol ka keeni karta”.

Napoleon iyo Hellen Keller ayaa tusaale fiican u noqonkara hadalka Milton. Napoleon wax walba oo uu doonayay ayaa uu helay, awood, hodannimo , guul, saas oo ay tahay waxa uu yiri ``Waligeey lix maalmood oo isku xigta oo farxad ah ima soo marin``. Halka Hellen oo indho la`a, dhago la`a oo aan hadli karin ay tiri ``Nolosha in ay aad u qurux badantahay ayaa aan ogaaday.``

Haddii qarni barkiis oo aan soo noolaaday aan wax kabartay, waxa aan ka bartay ``In aysan jirin wax xasillooni kuu keeni kara aan ka ahayn nafsaddaada.``

Waxa qura ee aan isku dayayo in aan ku celiyo waa hadalkii uu Emerson ku soo gabogabeeyey maqaalkiisii ahaa ``Kalsoonida Nafta`` : ``Guul siyaasadeed, kiro kuu korotay, qof kaa jirranaa oo caafimaaday ama saaxiibkaagii maqnaa oo soo laabtay ama waxyaalo kale oo dibadda ka imaanaya haddii ay niyadaada kor u qaadayaan oo aad u malaysid in maalmahii wanaagsanaa kuu yimaadeen. Ha rumaysan sidaas. Waligeed sidaas ma noqonayso. Wax xasilloni kuu keeni kara oo nafsaddaada ka ahayn ma jirto.``

Epictetus, xigmadloowgii waynaa ayaa inooga digay in aan ka fakarno sidii aan aragtiyaha qalloocan maankeenna uga saari lahayn in ka badan intii aan ku dedaali lahayn in aan kansar iyo malax jimigeenna ka saari lahay.``

Epictetus hadalkaas sagaal iyo toban qarni kahor ayaa uu yiri laakiin aqoonta caafimaadka maanta jootga ayaa sidaas xoojinaysa. Dr G Canby Robinson ayaa caddeeyey in afar ka mid ah shantii qof ee la keeno

isbitaalka Johns Hopkins, ay qabaan arrin caafimaad-darro oo ay keeneen walwal iyo diiqo-maskaxeed. Waxa uu sheegay in xataa jirroonyinka caadiga ah ee ka muuqanaya dadkaan uu keenayo walwalkaasi.

Montaigne Faylasoofkii Fransiiska ahaa toddobo iyo tobankaan erey ayuu noloshiisa hal-ku-dheg uga dhigtay: `` Qofka waxa ku dhaca wax uma gaarssin karaan, sida fakarkiisa ku saabsan waxaas kud hacay ay wax u gaarsiin karto.`` Fakarkeenuna innaga ayaa uu inagu xiranyahay.

Maxa aan ula jeedaa? Ma indho-adayg waynaaday ayaa aan kula hor imaan karaa adiga oo dhibaatooyin ku qoor-gooyeen oo xididdadaada iyo neerfayaashu dibadda kuu soo baxeen? Ma indho-adaygaas ayaa aan inta kuula imaado kugu oran karaa in aad beddashid qaab-fikirka maankaaga? Haa. Sidaas ayaa aan dhabtii ula jeedaa! Intaa kali ahna ma ahee, sidii aad usamayn lahayd ayaa aan ku tusin. Dedaal yar ayaa ay u baahan kartaa balse sirtu waa ay fududahay.

William James oo aan waligiis looga saramarin aqoonta cilmi-nafsiga ayaa darsid sameeyey taas oo ah ``Ficilku waxa uu u muuqda in uu dareenka daba socdo, balse dhabtu waa in ficilka iyo dareenku ay wada socdaan; haddii aynu ficilka  oo umuuqda labadooda kan xoogga badan aynu maamulnana  dareenka ayaa aynu markaas maamuli  karnaa.``

Si kale haddii aynu u sheegno, William James waxa uu inoo sheegayaa in aynaan inta hal mar fakarkeenna beddalno aynaan dareenkeenna beddali karin. Balse ficilkeenna ayaa aynu dhakhso u beddali karnaa, ficilkaas beddalkiisuna waxa uu keenin in dareenkeennu dhakhso iskiis isugu beddalo.

Waxa uu yiri ``Si taasi u dhacdo, iskaa-wax-uqabsada farxadda lagu helaayi waa; haddii farxaddu ay kaa dhunto, si farxad leh u fariiso, kadibna u hadal oo iskadhig in aad farxad ku dhexjirtid.``

Xeeladdaasi ma dhibyaridaas ayaa ay ku shaqaynaysaa? Haa. Sida qalliinka isqurxinta ookale ayaa ay u shaqaysaa. Dhoollocaddayn dhab ah oo ballaaran oo daacad kaa ah samee, garbahaaga gadaal u celi; neef wayn qaado kadibna bilow in aad heestid. Haddii aadan heesi karin, foori samee. Haddii aadan fooryi karinna, hees ku gunuunuc . Islamarkiiba waxa aad ogaanaysaa waxa James William uu ka hadlayo oo ah in adiga oo iska dhigaya in aad faraxsantahay aadan murugo ku sii jiri karin ee aad isbedalaysid oo farxad ku soo galayso.

Tani waa mid ka mid ah xaqiiqaha yaryar ee nolosha layaab-yadeeda ka jira. Waxa aan aqaannaa islaan ku nool California oo aanan magaceeda sheegaynin. Haddii ay sirtaan ogaan lahayd, waxa ay awood u lahaan lahayd in ay hal mar dhibaatada haysata oo dhan ay labaatan iyo afar saacadood gudaheed isaga gudbiso. Waa islaan wayn oo laga dhintay- waa murugo taasi, waa aan qirsanahay balse ma ay isku daydaa in ay farxad is galiso? Maya; Haddii aad waydiisid sida ay tahay, Waxa ay ku oranaysa ``Waa aan fiicanahay``- balse muuqaalka wajigeeda iyo codkeeda ayaa ku oranaya ``Haddii aad ogaan lahayd dhibaatada I haysata``. Boqolaal dumar ah ayaa xaaladdeeda mid ka xun ku sugan. Ninkeeda dhaqaale fiican oo nolosheeda dhan ku filan ayaa uu uga dhintay, nin kale oo carruur uu dhalay korsada ayaa ay guursatay. Laakiin waligay ayada oo dhoollocaddaynaysa ma aanan arkin.

Waxa ay ka cabataa in wiilasha ninkeedu dhalay ay yahiin dad muudal(bakhayl) ah oo danaystayaal ah waloow ay ayadu ku soo biirtay

guriga ay carruurtaasi horay ugu noolaan jireen. Waxa ay ka cabataa in gabdhuhu aysan waligood hadiyad u keenin waloow ay lacagteeda si aad ah u kaydsato ayada oo ugu talogalaysa marka ay duqowdo. Dhaawac ayaa ay nolosheeda ku tahay iyo kan qoyskeedaan nasiib-darradu ku soo korortayba! Balse ma khasabbaa in ay sidaas ku jirto? Waa murugo laga xumaado- nolosheeda dhibaato inta ka beddasho,waa ay iska beddali kartaa ahaanshaha islaan aan farxad lahayn ayada oo isku beddali karta qof wanaagsan oo qoyska dhammi wada jecelyahiin-waa haddii ay doonayso in ay isbeddasho. Waxa kaliya ee ay u baahantahay oo dhammi waa isku day in ay iska dhigto qof faraxsan. Waa in ay muujiso jacayl yar ah intii ay waqtigeeda dhan ku khasaarin lahayd nolol xaraar oo aan farxadlahayn oo ay ayadu samaysatay.

Waxa aan aqaannaa nin jooga Indiana oo la dhaho H.J Englert oo deggan 1335 nth Street, Tell City, Indiana- ninkaasi wali waa uu noolyahay maanta, sababtuna ay tahay sirtaan in uu ogaaday. Toban sano ka hor ayaa Mr Engler ku dhacay cudurka Scarlet Fever kadibna markii uu ka buskooday ay kalyahiisii la jiradeen dhaawac jirradaasi ka samaysay. Dhakhtar cayn walba ah waa uu u tagay illowse kuwa dhakhtarnimada beenta ah sheegta balse waxba waa laga qaban waayay.

Waqti yar kadib, dhibkale ayaa ka dabo timid oo ah in dhiig-kar ku dhacay. Dhakhtar ayaa uu u tagay waxaana loo sheegay in dhiigiisu uu aad u kacsanyahay haddana uu marayo 214mm/hg. Waxaa loo sheegay in uu halis ku jiro fiicantahayna in uu hawlahiisa dhanna ka dardaarmo.

Waxa uu yiri ``Xaafadda ayaa aan tagay , dukumintiyadii , caymisyadii iyo hawlahaygii kale oo dhan ayaa aan isku hagaajiyey, qof walbana dadkii aan

wada shaqaynaynay waa aan ka cafis doonay kadibna meel ayaa aan iska fariistay aniga oo dhimasho murugo leh sugaya.``

Qof walba ayaa aan farxaddii ka qaaday. Xaaskayga iyo carruurtaba dhib ayaa ay igu ahaayeen, cadaadis-maskaxeed xun iyo murugo ayaana soo dul fuulay. Markii aan toddobaad murugadaas dhex galgalanayay ayaa aan isla hadlay: `Nacasnimo ayaa aad samaynaysaa! Xataa sanad dambe in aadan dhimman ayaa ay ubadantahay, maa aad sanadkaas farxad ku noolaatid?`

``Madaxaan kor u qaaday, dhoollocaddayn ayaa aan wajiga saartay, waxa aana bilaabay in aan iska dhigo in waxwalba ay ii hagaagsanyahiin. Markii hore dedaal ayaa ay iiga baahatay badan balse waa aan isku khasbay in aan farxad muujiyo; qoyskayga kaliya arintaasi macaawin ee anigana waa i caawisay.

``Waxa ugu horreeya ee aan ogaaday waxa uu noqday, waxa aan bilaabay in aan si wanaagsan dareemo oo lamid ah sidii aan iska dhig-dhigayay. Xaaladdu waa ay sii hagaagtay. Maantana bilo ayaa ka soo wareegtay xilligii la malaynayay in aan dhiman doono- kali ah ma dareemayo farxad, caafimaad iyo nolol, balse dhiigaygiina waa dagay oo waa iga ba`ay dhiig-karkii! Waxa aan hubaa hal wax: In dhakhtarka sida uu ii sheegay ay xaqiiqsami lahayd haddii aan ka sii fakari lahaa dhimasho iyo guuldarro. Balse waqti ayaa aan jimsigayga siiyey uu ku buskoonkaro, waxkalena kuma samaynin ee qaab-fikirka ayaa aan beddalay!``

Aan wax ku waydiiyee? Haddii wanaag iyo caafimaad-kufekerid, geesinimo iyo farxad iskayeel-yeelid, ay ninkaan noloshiisa badbaadin kartay, sabab maxaa ani iyo adiguba ugu dulqaadanaynaa daqiiqad ama ka badan oo madluunsanaan iyo niyad-jab ah? Maxaa aan nafteenna iyo dadka inagu

xeeranba farxadda uga qaadaynaa annaga oo farxad ku abuuri karna kaliya in aan iskadhigno?

Sanado kahor buug saamayn qotodheer oo raagtay igu sameeyey ayaa aan akhriyey. Waxaa buuggaas la yiraahdaa **As a Man Thinketh**, waxaa qoray James Lane Allen waanakan waxa ku qornaa qayb kamid ah:

``Qofku waxa uu ogaan doonaa in marka uu beddalo fakarkiisa ku saabsan walxaha iyo dadka kale in walxaha iyo dakuna ay is beddalayaan..... Qofku dhanka xun ha u beddalo fakarkiisa, waxa uu la yaabi doonaa is beddalka dhakhsaha leh ee ay u saamayso noloshiisa ku xeeran. Dadku ma soo jiitaan waxa ay doonayaan, balse waxa ay soo jiitaan waxa ay ayagu yahiin.... Awoodda dhabta ah ee qaabaysa nolosheenna waa nafsaddeenna. Waa nafteenna. Waxa qofku uu gaaro oo dhammi wanaag-rajayntiisa ayaa ay aad ugu xirantahay.... Qofka heerkiisu waa kici karaa, waa uu guulaysan karaa, waana heli karaa waxa uu doonayo waa haddii uu fakarkiisa kor u qaado. Kali ah waxa uu daciif, niyad-jab iyo murugo ku jiri karaa inta uu diidanyahay in uu wanaag-ku-fekero.``

_ _ _ _ _

[*] Fowler & Co. Ltd.

_ _ _ _ _

Kitaabka Masiixiyaddda waxaa ku qoran in Eebbe uu aadanaha awood u siiyey in uu dhulka maamulo. Waa hadiyad aad uwayn . Laakiin anigu ma doonayo boqortooyadaas xad-dhaafka ah . Waxa aan doonayo oodhammi waa awood in aan nafsaddayda maamuli karayo iyo fakaradayda; awood

aan maankayga iyo ruuxdayda ku xadidi karayo. Waxa ugu cajiibsanina waa in aan awooddaas heersare ka gaarikarayo, xilligii aan doono, kali ah aniga oo maamulaya ficiladayda kuwaas maamulidoona falcelinnada ka imaandoona.

Haddaba aynu xasuusanno ereyadaan William James: `` In badan oo ah waxa aynu dhib u arkayno…ayaa aynu ka dhigan karnaa socod-caawiye iyo tamar-siiye kali ah asaga oo qofku uu beddalayo qaab-fakarka gudaha maankiisa ku jira.``

Aynu farxaddeena u dagaalanno.

Aynu farxaddeenna u dagaalanno innaga oo raacayna barnaamij maalinle ah oo farxad iyo fikir-wanaag ku salaysan. Waa sidaan barnaamijku. Ciwaankiisu waa ``Maanta-darteed oo kali ah``. Barnaamijkaan aad ayaa aan u dareemay in uu yahay niyad-kiciye fiican sidaas darteed boqolaal nuqul ayaa aan ka sameeyey oo dadka uqaybiyey. Soddon iyo lixsano kahor ayaa waxaa qoray Sibyl F. Partridge. Haddii aniga iyo adigu aynu raacno, waa aan tirtiraynaa walwalkeenna oodhan sidoo kalena waxa aynu kordhinaynaa waxa Faransiisku ugu yeeraan la joie de vivre.

<u>Maanta-darteed oo kaliya</u>

1. Maanta-darteed oo kali ah ayaa aan faraxsanaan doonaa. Tani waxa ay xoojinaysaa hadalkii Abraham Lincoln ee ahaa `` Dadka intooda badani waxa ay u faraxsanaan karaan sida ay maskaxdooda ka dhigaan.`` Farxaddu ma aha wax dibadda ka timaadda ee waa wax gudaha qofka ka dhalata.
2. Maanta-darteed oo kali ah waxa aan nafsaddayda ka dhigayaa sida ay tahay, balse iskuma dayayo in aan iska dhigo sida aan jeclahay.

Qoyskayga , shaqadayda iyo ganacsigayga iyo nasiibkayguba sida ay yahiin ayaa aan u qaadanayaa, waxa aana isku dayayaa in aan sidaas ay noqdaan ku ogolaado.

3. Maanta-darteed oo kali ah jimsigayga waa aan hagaajinayaa. Waa aan jimicsanayaa, hagaajinayaa, nafaqaynayaa, dhib-ugaysan mahayo, mana dayacayo, si uu iigu noqdo qalab dhamaystiran oo leh qaymo lagu tartamo.
4. Maanta-darteed oo kali ah ayaa aan isku dayayaa in aan maskaxdayda xoojiyo. Wax waxtarlehna aan barto. Ka dhigi mahayo maskaxdayda mid iskeed iskaga dabo-wareegaysa oo waxii ay doonto ku fakaraysa. Waxa aan akhrinayaa wax ubaahanaya dedaal, fakar iyo diirad-saarid.
5. Maanta-darteed oo kali ah naftayda tabab-bar ayaa aan u samaynayaa: Qof ayaa aan wanaag u samaynayaa, waxaana ku dedaalayaa in aan cidina ogaanin. Waxaa kale oo aan samayn labo waxyaabood oo aanan jeclaysanayn samayntooda.
6. Maanta-darteed oo kali ah waxa aan noqonayaa qof fiican. Muuqaalkayga ugu qurxoon ayaa aan samaynin, sida ugu fiican ayaa aan u labisan, si deggan ayaa aan u hadlin, si edeb leh ayaa aan udhaqmin, si waasac ah ayaa aan dadka u ammaanin, cidna ma dhaliilayo, cidna khaladkooda iyo daldalooladooda raadin mahayo, cidnana in aan xukumo isku dayi mahayo.
7. Maanta-darteed oo kali ah waxa aan u noolaan maantay oo kali ah, oo aanan dhibaatooyinka dhan wada wajihin halmar. Waxyaalo badan ayaa aan labo iyo tobanka saac gudahooda ku samayn karayaa kuwaas oo haddii aanan samaynin nolosha dhan walwal igu hayn kara.

8. Maanta-darteed oo kali ah barnaamij ayaa aan samaysan. Waa aan qorin saacad walba iyo waxa aan ku samayn. Waa laga yaabaa sida saxda ah in aanan u raacin qorshahaas, balse waa ii dagsanaanayaa qorshahaasi. Labo rabsho ayaa qorshahaas dagsani iga baabi`in karayaa, kuwaas oo ah dagdag iyo go`aan-xumo.
9. Maanta-darteed oo kali ah, nus-saac ayaa aan kaligay meel ku nasan oo ku istireexin. Nuskaas saac marmar Eebbe ayaa aan ku fakrin iyo awooddiisa iyo si aan noloshayda dhankasta uga eego.
10. Maanta-darteed oo kali ah ma aan cabsan doono, gaar ahaan kama cabsandoono in aan farxad samaysto, quruxda nolosha in aan ku raaxaysto, jacayl ayaa aan muujin iyo in aan aamino in dadka aan jeclahay ay ayaguna i jecelyahiin.

Haddii aan doonayno in aan samaysanno qaab-fikir farxad iyo deggenaan –maskaxeed inoo keeni kara, raac qaanuunkaan koowaad:

U fakar oo udhaqan si farxad leh dhabtii farxad ayaa aad dareemi doontaaye.

Cutubka 13aad- Qaymaha Isla-simiddu ku fadhido.

Xilli habeen ah aniga oo socdaal ku maraya dhul-dalxiiseedka Yellowstone , ayaa aan meel wada fariisanay aniga iyo dad kale oo dalxiisayaal ah. Annaga oo meeshii fadhinna ayaa oorso(madax-kuti) jeexadii ka soo boodday oo shucaaca iftiinku qabtay, kadibna bilowday in aan boobto cunto meesha ay ku soo daadiyeey dad huteelada meesha kuyaalla degganaa. Mid kamid ah ilaallada dooxooyinka gaashaanle Martindale ayaa sharraxaad ku saabsan xayawaanka oorsada u bilaabay dadkii dalxiiseyaasha ahaa ee meesha joogay. Waxa uu noo sheegay oorsada caynkaan ahi ay ka adagtahay waxa xayawaan duurkaan ku nool oo dhan marka laga reebo lo`o gisida iyo cayn kale oo oorsadaan ka duwan oo looyaqaan Kadiak.; intaas waxaa dheer hal xayawaan oo aan anigu ogaaday in oorsadu u ogolaatay in uu cuntada la cuno habeenkaas, xayawaankaasi waa xoor-dubburka. Oorsadu waa ogayd in ay halmar oo ay jeeniga ku dhufato ay ku burburinkarto xoor-dubburka dhan balse maxaa ah sidaas u samayn wayday? Maxaa yeelay waxa ay ogayd in uusan laadka kala jeclaanaynin oo uu soo noqonayo markasta.

Sidaas ookale aniga ayaa ogaaday. Markii aan wiil yar ahaa, ayaa aan dhawr jeer dabin u dhigay xoor-xubburkaas beertayada dhexdeeda oo aan labo lugood ka jabiyey, markii aan waynaaday ayaa aan arkay xoor-

dubbur magaalada dhex maraya oo labo lugood ku soconaya waxa aan ogaaday in labada qaabba ay isugu midyahiin haddii ay labo ku socoto iyo haddii ay afar kusocotaba.

Marka aan cadawgeenna nacayb u qabno, awood ayaa aynu isku siinaynaa; awood ay hurdadeenna inaga qaadi karaan, rabitaanka cuntada ay inaga xumayn karaan, dhiigga ay nagu karin karaan, caafimaadkeenna ay dhaawici karaan, farxaddeenana ay burburin karaan. Cadawgeennu farxad ayaa ay la bood boodi lahaayeen haddii ay ogyahiin walwalka ay nagu hayaan , sida ay noo dhaawacayaan iyo sida ay inoola simanyahiin! Nacaybkeennu dhaawac uma gaysanayo, balse nacaybkeennu waqtigeenna dhan ayaa uu ciqaab iyo dhibaato u beddalayaa.

Yaa aad u malaynaysaa in uu hadalkaan yiri: ``Haddii danayste doonayo in uu kaa faa`iidaysto, iskaga fogoow, balse ha isku dayin in aad la ficiltantid oo adna ka faa`iidaysatid. Markii aad doonaysid in aad isla sintid, nafsaddaada ayaa dhaawaca ugu badan u gaysanaysaa. Hadalkaasi waxa uu u egyahay in uu yiri qof aad u murti badan. Balse waxa ayaga oo qoysas ku jira soo saaray booliiska Milwaukee.

Sidee isku-dayga in aad isla-sintin qofkale, uu kuu dhaawici karaa? Qaabab badan. Markii loo tixraaco xog-gayska Life Magazine, xataa caafimaadkaaga ayaa arintaasi burburin kartaa. ``Astaan-qofeed lagu garto dadka dhiig-karka qabaayi waa xanaaq, marka qofku xanaaq joogto ah yeesho, dhiig-kar joogto ah iyo jirrooyin wadnaha ah ayaa uu yeeshaa.`` xog-gayska ayaa sidaas xusay.

Haddaba eeg markii Nebi Ciise CS uu dhahayey ``Cadawgaaga jecloow``, hab-dhaqan wanaagsan kali ah ma uusan ku wacdinayn ee waxa uu sidoo kale ku wacdinayay caafimaadka qarnigaan 21aad. Markii uu oranayay `` "Maalin walba cafis samee", Waxa uu inoo sheegayay sidii aynu isaga ilaalin lahayn dhiig-karka, cudurrada wadnaha, boog-calooleedka iyo cudurro kale oo badan.

Qof asxaabtayda ka mid ah ayaa dhawaan wadnahu istaagay. Dhakhtarkii ayaa waxa uu u sheegay in ay sariirta iska dul jiifsato sidoo kalena ay iska ilaaliso wax xanaaq ah habayaraadee. Dhakhaatiirtu waxa ay ogyahiin in haddii wadnahaagu tabar daran yahay, xanaaq yar ah in uu ku dili karayo. Ku dili karayo miyaa aan iri? Xanaaq yar ah ayaa dilay nin maqaaxi ku lahaa Spokane, Washington dhowr sano ka hor.Warqad ayaa hadda I hortaalla uu ii soo diray Jerry Swartout oo ah madaxa booliska Spokane Washington waxaa ku oqoran ``Sanado kahor ,William Falkaber, oo ah nin lixdan iyo sideded jir ah oo lahaa maqaaxida caf6 oo kutaal Spokane Washington, waxa uu ku xanaaqay mid kamid ah cunto-kariyeyaasha u shaqeeya kaas oo ku dhago-adaygay in uu joojiyo in uu kafee markasta ku cabo saxannada. Mulkiilahaani aad ayaa uu u xanaaqay, bastoolad ayaa uu qaatay, cunto-kariyahii ayaa uu cayrsaday kadibna wadnaha ayaa istaagay asaga oo cayrsanaya bastooladiina gacanta ay ugu jirto.Qolyaha baara maydadka ayaa caddeeyey in uu u dhintay wadnaha oo istaagay dartiis.

Haddaba hadalkii ahaa ``Cadawgaaga jecloow``, waxa uu inoo sheegayaa in muuqaalkeenna ay arintaasi hagaajinayso.Waxa aan anigu aqaannaa, adiguna aad taqaannaa dumar badan oo wajigu duuduub wada noqday nacayb iyo xanaaq ka buuxa dartiis.

Quruxda adduunka taalla oo dhan, kalabar quruxdoodii ma soocelin karto sida cafis qalbiga ka imaan, naxariis iyo jacayl ay ugu soo celin karaan.

Nacaybku waxa uu xataa burburinayaa awoodda ah in aan cuntadeenna ku raaxaysanno. Cunto dhir kaliya ah oo jacayl la socdo ayaa ka fiican dibi la shiilay oo nacayb lagu cunay.

Miyeeysan cadawgeennu sacabbada farxad-darteed isugu garaaceen haddii ay ogyahiin in nacaybkoodu uu na daaliyey, madaxa na xanuujiyey, muuqaalkeennii naga baaba`shay, wadnaha naga qabtay, nolosheenniina dabcan nagu ciriiryayo!

Xataa haddii aynaan awoodi karin in aan cadawgeenna necbaanno, ugu yaraan aynu nafsaddeenna jeclaanno. Nafsaddeenna aynu aad ujeclaanno si aynaan cadawgeenaba ugu ogolaan in ay maamulaan farxaddeenna, caafimaadkeenna iyo muuqaalkeenna. Sidii Shakespeare uu yiri:

Foornadaada aad ha ugu kululayn cadawgaaga

Adiga ayaa si sahlan isugu gubi doona`e.

Tusaale, hadda aan hadalkaan qorayo waxaa I horyaalla waraaq aan ka helay George Rona oo deggan Fradegata`n 24, Uppsala, Sweden. George Rona sanado ayaa uu qareen ka ahaan jiray magaalada Vienna; balse dagaalkii labaad intii lagu jiray ayaa uu Sweden u soo qaxay. Wax dhaqaale ah ma haysan, shaqo ayaa uu aad ugu baahnaa. Maaddaama uu dhawr af yaqaanay, waxa uu maleeyey in uu shirkadaha alaabaha dhoofsada uu wax u kala tarjumo. Shirkadaha intooda badani waxa ay u

sheegeen in dagaalka jira darteed aysan shaqaale caynkaas ah aysan u baahnayn balse ay hayn doonaan xogtiisa oo haddii ay u baahdaan ay la soo xariiri doonaan. Balse nin dadkaas ka mid ah ayaa hadalkaan Rona u soo diray: ``Ma waxa aad u malaynaysaa in ganacsigaygu uusan ahayn mid dhab ah. Nacas ayaa tahay waana aad khaldantahay. Wax tarjumaan ah uma baahni. Xataa haddii aan u baahnaan lahaa adiga kuma doorteen maxaa yeelay xataa afka Swedeshka si fiican uma qori taqaanid. Warqadaadu waa wada qallooc miiran.``

Markii George Rona uu warqaddii akhriyey aad ayaa uu u xanaaqay. Maxaa uu ninkaani uga jeedaa afkaan ma qori kartid! Sabab, asagaba warqaddaan uu soo qoray waa wada khaladaad! George Rona waxa uu go`aansaday in uu warqad cay ah u buuxiyo ninkaan. Kadib ayaa uu hakiyey. Waa uu isla hadlay. ``U kaadi, ninkaan sidee ku ogaan karayaa in uusan sax sheegayn? Afkaan waa aan bartay balse ma aha afkaygii hooyo, laga yaabee in aan gefaf sameeyey oo aanan waxba ka ogayn haddana. Haddii uu saxsanyahay waa in aan dib u bartaa oo iska hagaajiyaa luuqadaan, waa haddii aan doonayo in aan shaqo helo. Ninkaani asxaan ayaa uu ii sameeyey waloow laga yaabo in uusan asxaan uga dan lahayn. Dhabta kali ah ee ah in uusan ereyo fiican isticmaalin macnaheedu ma aha in ay shakigayga meesha ka saarto. Haddaba xaashi ayaa aan u qorin waana uga mahadcelin waxa uu ii qabtay.``

George waa uu jeexjeexay warqaddii canaanta ahayd ee uu qorayay, mid kale ayaa uu qoray asaga oo oranaya `` Dhib ayaa ay kugu ahayd in aad warcelin i soo siisid adiga oo aan waliba shaqaale u baahnayn. Waa aan hubaa in aan shirkaddaada ku qaldamay. Ma aanan ogayn in aan khaladaad badan aan sameeyey. Waa aan ka xumahay waana aan isku yaxyaxsanahay.

Hadda waxa aan si dhab ah u bilaabayaa barashada afka Swedishka waana aan ku dedaalayaa in aan si sax ah u barto. Waa aan kaaga mahadcelinayaa in aad waddada tooska ah igu duwday.``

Maalmo-gudaheed George warqad warcelin ah ayaa uga timid ninkii asaga oo laga codsanayo in uu la kulmo oo uyimaado. George waa uu aaday, islamarkiina shaqo ayaa la siiyey. George Rona waxa uu ogaaday ``In jawaabta dabacsani ay carada baabi`iso``.

Waa laga yaabaa in aanan awliyo cadawgooda jeclaankarta ahayn, balse caafimaadkeenna iyo farxaddeenna dartood aynu ugu yaraan iska cafinno oo iska illowno. Waa garaad sarrayn la samayn karo. Confucius ayaa yiri ``In khalad lagugu tilmaamo ama lagu dhaco dhib ma aha haddii aadan markasta soo xasuusan.`` Mar ayaa aan wiilka janaraal Eisenhower uu dhalay waydiiyey haddii aabbahiis waligiis uu cid u xanaqaansanaan jiray. Waxa uu iigu warceliyey ``Maya, aabbahay waligiis waqtigiisa isagama dhumiyo dad uusan  jeclayn.``

Maahmaah ayaa oranaysa `Ninka aan xanaaqi karinin waa doqon, ninka aan xanaaqsanaan dooninse waa murtiile`.

Taasi waa xeeladdii William J. Gaynor, duqii hore ee New York. Qof waalan ayaa xabbad ku dhuftay. Asaga oo isbitaalka jiifa oo in uu noolaado u halgama ayaa uu yiri ``Habeen kasta wax walba iyo qof walba waa aan iska cafiyaa.`` Kaasi ma tusaale khayaali ah baa? Ma dabacsanaan badan iyo naxariis baa? Bal aynu katalo raadinno faylasoofkii Jarmalka ahaa ee Shopenhauer oo ah qoraaga Studies in Pessimism(Daraasaddii Xume-arke-nimada).

Nolosha waxa uu u arkaya macnodarro iyo isbiimayn xanuun-badan leh in ay tahay. Murugo ayaa ka muuqan jirtay markasta oo uu soconayo; quustaas oo dhan asaga oo ku dhexjira ayaa Shopenhauer oranayay ``Haddii ay suurtogal,  cidna in la necbaado ma aha.``

Hadda kahor ayaa aan su`aal waydiiyey Bernard Baruch , waa ninka lix madaxwayne oo kala ah Wilson, Harding, Coolidge, Hoover, Roosevelt, iyo Truman la-taliye us oo noqday- waxa aan waydiiyey haddii weerarrada cadawgiisu ay waligood dhib ku noqdeen. Waxa uu iigu warceliyey ``Cidina aniga ima bah-dili karto, cidina ima dhibi karto, aniga ayaa aan u ogolaanayn``.
Cidina inama bahdilikarto, cidina inama dhibi karto, haddii aynaan innagu u ogolaanin.

Dhagaxaanta iyo ulahu, lafahayga waa burburin karaan,

Balse erayadu marnaba ima waxyeelayn karaan.

``Taariikhda adduunka oo dhan, dadku waligood waxa ay ka haybaysan jireen dadka aan isku hawlin xaasidnimo in ay u qaadaan cadawgooda. Waxa aan marar badan tagay Jasper National Park ee Kanada aniga oo ku dhaygagaya buuraha galbeedka dhan ugu quruxda badan. Waxaa ku taal buur lagu sharfay in loogu magacdaro Edith Cavell oo ahayd kalkaaliso Ingiriisi ahayd, taas oo ay toogteen ciidamadii Jarmalka 12kii oktoobar 1915kii. Maxaa ay galabsatay? Waxa ay gurigeeda Belgium ku yaalla ku qarisay oo quudin jirtay oo dhayi jirtay ciidamo Faransiis iyo Ingiriis ah kadibna ay ku caawisay in ay Holland u fakadaan. Subaxaas la doonayo in la dilo ayaa shaqsigii diyaarin lahaa ugu soo galay xabsigii ay ku jirtay oo ku yaallay Brussels. Edith Cavell labo erey oo naxaas iyo dahab lagu dulqoray

markii dame ayaa ay tiri ``Waxa aan xaqiiqsaday i n wadaninimadu aysan igu filnayn. Waa in aanan nacayb iyo uur-xumo cidna waligay u qaadin.``

Afar sano kadib maydkeedii waa laga soo qaaday Belgium waxaana la keenay Ingiriiska , Xasuus ayaana loogu sameeyey Westminister Abbey. Maanta taallo dhagax-dahabeed ah oo loo sameeyey ayaa lagu arkin kasoo-horjeedka National Portrait Gallery ee London. Taalladaas waa mid ka mid ah kuwa Ingiriiska waligood ka taagnaan doona. ``Waxa aan xaqiiqsaday in wadani-nimadu aysan igu filnayn. Waa in nacayb iyo uur-xumo cidna aana waligay u qaadin.``

Qaab ka mid ah qaababka la isaga cafiyo oo la isaga illaawo cadawgaaga waa in aad ku mashquushid wax intaas oo dhan ka wayan. Markaas kadib cayda iyo cadawnimada aynu la kulkmayno waxba inaga dhimimayso waxa aana noqonaynaa kuwo wax walba oo aan nafsaddeenna ka ahayn hilmaansan. Aan tusaale u soo qaadanno sheeko cajiib ah oo ka dhacday Mississippi 1918dii. Jirdil ayaa ka dhici gaaray! Laurence Jones oo ahaa nin madow ah,oo ahaa macallin iyo wacdiye ayaa lagu waday in jirdil lagu sameeyo. Sanado kahor ayaa aan booqday dugsi uu Laurence Jones aasaasay. Dugsigu waa mid caan ah maantay balse sheekada aan doonayo in aan sheego waa mid muddo kahor dhacday. Waxa ay dhacday xilligii dagaalkii koowaad dhibtiisii lagu jiray. Xan ayaa la isla dhex maray in Jarmalku doonayaan in ay kiciyaan dadka madoowga ah si ay fallaago u noqdaan. Ninkaan la doonayay in la jirdilo waxa uu asna ahaa nin madoow ah, waxaana lagu eedeeyey in uu dadkaan madoowga ah kicinayay.
Koox niman ah oo caddaan ah ayaa kaniisad ag istaagay-waxa ayna maqleen Laurence Jones oo kor ugu dhawaaqaya khudbad uu kaniisadda ka bixinayay asaga oo dhahaya ``Noloshu waa loolan(dagaal) kaas oo la

doonayo in qofkasta oo madoow ahi uu hubkiisa qaato oo uu dagaallamo, si uu u noolaado una guulaysto.``

``Dagaallamo!`` ``Hubka qaato`` Waaba lagu yaacay Laurence iyo meeshii uu ka khudbaynayay. Kaniisaddii ayaa loogu galay Laurence, qoortaa xarig looga soo xiray kadibna in fiican ayaa waddada lagu dhex jiiday, xaabo ayaa la raseeyey dabna waa la shiday waxaaba loo diyaariyey in la gubo asaga oo dhanba balse qof dadkii ka mid ah ayaa qayliyey oo yiri : ``Bal aynu waxa ku qarsoon ka marinee  u kaadiya. Khudbee! Khudbee!``.

Laurence Jones oo xaabadii dhextaagan, dhuuntana ka ceeqsan ayaa badbaadin noloshiisa-darteed u hadlay sida wax udhaceenna sheegay. Waxa uu ka qalin beddashay jaamacadda Iowa 1907dii. Shakhsiyaddiisa iyo xirfaddiisii muusikada ayaa ardada iyo jaamacadda dhammi ku wada yaqaaneen oo caan ka dhigtay. Markii uu qalin beddashay nin huteel lahaa ayaa uu ka diiday in uu ganacsi u furo, sidoo kalena nin hodan ah ayaa uu ka diiday inuu muusikada ku maalgaliyo. Sabab? Sababta oo ah aragti fog oo xooggan ayaa uu lahaa. Markii uu akhriyey taariikh-nololeedkii Booker T. Washington, waxa uu go`aansaday in uu noloshiisa u huro sidii uu wax u bari lahaa dadka saboolka ah ee aqoon la`aanta ah ee dadkiisa ah. Waxa uu tagay meelaha dadka ugu aqoonta daran uu ku malaynayay, meel koonfurta ku taalla oo ah afartan kiilowmitor koonfurta magaalada Jackson ee gobolka Mississippi. Saacaddiisii ayaa uu rahaamad 1.65 doolar ah dhigtay, kadibna dugsi ku bilaabay meel bannaan ah oo kurtumo uu miisas uga dhigay ardaydii. Lawrence waxa uu nimankaan xanaaqsanaa uga warramay halganka uu u soo maray si uu wax u baro dadkaan aqoon la`aanta ahaa si uu ugu tabab-baro sidii ay u noqon lahaayeen beeraleey, farsamo-yaqaanno, cunto-kariyeyaal, IWM. Waxa uu uga sheekeeyey, nimankii

caddaanka ahaa ee ku caawiyey si uu u aasaaso iskoolka Pines Woods kuwaas oo ku caawiyey dhul, alwaax, doofaarro, lo`o iyo lacagba si uu ugu sii wado waxbariddiisa.

Mar dambe oo la waydiiyey Laurence Jones in uu nacayb u qaaday nimankii waddada ku jiiday ee ceejiyey ee doonay in ay gubaan, waxa uu ku jawaabay in uu aad ugu mashquulsanyahay sidii waxa uu doonayo ugu qabsoomi lahaayeen oo cid nacaybkeed uusan waqti uhelaynin. Waxa uu yiri ``Waqti uma hayo dood iyo shallaytan, cidinna iguma khasbi karto,' in aan aad hoos isugu dhigo si aan u necbaado.``

Markii Laurence uu si daacad ah oo qiiro leh u hadlay, ayaa kooxdii rabshada wadday soo dabceen. Ugu dambayntii nin rug-caddaa muddo soo jiray ah oo raggii ku jiray ayaa yiri: ``Waxa aan rumaysanahay in inankaani uu run sheegayo. Aniga ayaa aqaanna ragga caddaanka ah ee uu wada tiriyey. Shaqo fiican ayaa uu hayaa. Waa aynu u gafnay. Waa in aan caawinnaa intii aynu ka daldali lahayn. Ninkii koofiyaddiisii ayaa uu inta la baxay raggii la dhexmaray oo lacag konton iyo labo doolar ah uga soo aruuriyey. Waa nimanka doonayay in ay dilaan ninka dugsiga Piney Woods aasaasay. Waa ninka yiri : ``Waqti uma hayo dood iyo shallaytan, cidinana iguma khasbi karto in aan aad hoos isugu dhigo si aan u necbaado.``

Epictetus ayaa farta ku fiiqay sagaal iyo toban qarni kahor asaga oo ka hadlaya in waxa aynu gurannaa ay yahiin waxa aynu beerannay, noloshana waxa aynu gaysanno ayaa annagana nagu dhaca inta badan. Waxa uu yiri. ``Mustaqbalka fog, qof walba miraha gefafkiisa ayaa uu gurtaa. Ninka intaan xasuusta cidna uma ciilqabi doono, cidna uma xanaaqsanaan doono,cidna ma cambaarayn doono, cidna ma eedayn doono, cidna ma gardarraysan doono, cidnana ma necbaan doono.``

Dhabtii waxa ay udhawdahay in uusan jirin nin Lincoln looga nacayb badnaa, looga eedayn badnaa sooyaalka Maraykanka oodhan. Saas oo ay tahay sida uu xusayo Herndon oo taariikh-nololeedkiisa qoray waxa uu sheegay ``in uusan dadka ku qaymayn jirin kahelitaankiisa ama kahelid-la`aantiisa. Shaqo kasta oo la qabanayo waxa uu garawsanaa in dadka uusan jeclayn ay ayaguna si wanaagsan shaqada u qaban karaan.

Haddii qof asaga masabitay(nabsaday) ama qof lagu eedeeynayo in uu qof shakhsiyad xun leh yahay, haddana qofkaasi uu noqdo qofka ugu habboon ee u qalma boos-shaqeedka uu doonayo in uu magacaabo, Lincoln waa magacaabi jiray qofkaas sida qof saaxiibkiis ah uu ugu magacaabi lahaa oo kale. Waligay u malaynmayo in uu qof shaqo ka cayriyey nacayb uu u qabay ama uusan ka helin qofkaas.``

Lincoln waa la bahdilay, waana la aflagaadheeyey waliba dad uu xilal sare u magacaabay ayaa sidaas ku sameeyey oo ay ka mid yahiin McClellan, Seward, Stanton, iyo Chase. Sidaas oo ay tahay Lincoln waxa uu oranayay `` Qofna ma aha in lagu ammaano wax uu sameeyey ama lagu dhaleeceeyo wax uu sameeyey ama uusan samaynin, sababta oo ah dhammaanteen waxa aan nahay dad ay jaheeyaan xaaladaha, carqaladaha, deegaanka, aqoonta , dhaqannada iyo dhaxalsidaha, sidaas ayaa aannu ahaan doonnaa.``

Waxa ay udhawdahay in Lincoln uu saxsanaa. Haddii aniga iyo adiga iyo cadawgeenuba aynu ku sugnaan lahayn muuqaal, maskax iyo dareenno isku wada mid ah, nolosha sida ay inoo gashay ay ayagana sidaas ookale ay ugasho, isku si ayaa ayny u wada dhaqmi lahayn. Dabcan wax isku mid ah wax aan ka ahayn ma aynaan wada samaynayn. Sida Clarence Darrow uu dhihi jiray: ``In aad dhammaan taqaanid waa in aad dhammaan fahmi

kartid,taasina waxa ay meesha ka saarin in aad qof male-awaashid ama cambaaraysid`` Hadaba halkii aynu cadawgeenna ka necbaan lahayn aynu ka naxno ayaga, Rabbina ugu mahadcelino in ayaga oo kale aan nalaka dhigin. Halkii aynu cambaarayn iyo aar-goosi u diyaarsan lahayn cadawgeenna, aynu isku dayno in aynu fahanno, u naxariisano, caawinno, cafino,oo uducayno.

Waxa aan ku koray guriga kitaabka masiixiyadda laga akhriyo oo qaybo kamid ah lagu soo celceliyo habeenkasta kadibna ay waalidkay jilbo-joogsadaan kadibna ay wada ducaystaan. Wali waxa aan xasuustaa aabahay oo gurigayagii beerta ku dhexyaallay jooga oo ereyadaan ku celceliya markasta. ``Cadawgaaga jacayl u muuji, u ducee kuwa ku habaara, wanaaji cidda ku necbaata, una ducee kuwa ku dhiba ama kudila.``

Aabahay waxa uu ku dhaqmi jiray ereyadaas Nebi Ciise yiri; ereyadaasi xasillooni ayaa uu ka helay taas oo madaxda ugu sarraysa iyo boqoradu ay meel walba ka raadiyeen.

Si aan u yeelanno qaab-fikir xasillooni iyo farxad aynu ka helayno, xasuusnoow qaanuunka Labaad:

Yaynaan waligeen isku dayin in aan cadawgeenna la simanno oo waxa ay sameeyaan aynu samayno. Aynu samayno sida Eisenhower uu sameeyo: Yaynaan waqtigeenna isaga dhuminin dad aynaan ka helin(jeclayn) .

Cutubka 14aad- Haddii Aad Sidaan Samaysid, Waligaa Kama Walwali Doontid Mahad-naq la`aan.

Dhawaan ayaa aan la kulmay nin ganacsade ah oo ku nool Texas kaas oo xanaaq la gubanaya. Waxaa la ii sheegay in uu shan iyo toban daqiiqo gudaheed iiga sheekayn doono dhacdo ku dhacday. Sidii ayaa uu sameeyey. Dhacdada uu ka xanaaqsanyahay waxaa ka soo wareegatay kow iyo toban bilood balse wali waa uu ka gubanayaa. Waxkale kama sheekayn karo aan ka ahayn in uu toban kun oo doollar shaqaalahiisa habeenkii sanadka cusub ahayd uu siiyey, qiyaas ahaan saddex boqol oo doolar qof walba balse hal qof oo ka mid ah uusan waa mahadsantahay ku oran. ``Waa aan ka shallaayaa in aan siiyey`` ayaa uu yiri.

Confucius ayaa yiri ``Nin xanaaqsan sun ayaa ka buuxda.`` Ninkaan sun ayaa ka buuxday, runtiina waa aan ka naxay. Waa nin lixdan jir ah, qolyaha caymiska caafimaadkuna haddii ay caafimaadkiisa eegeen waxa ay ku qiyaaseen in afar iyo toban ilaa shan iyo toban sano oo dambe uu sii noolaan doono. Saas oo ay tahay hal sano oo waqtigaas ka mid ah ayaa uu ku khasaariyey xaraarnimo iyo niyad-jab uu ka qabo dhacdo laga soo tagay. Waa aan ka naxay runtii.

Inta uu xanaaq iyo qamuunyo dhex-galgalanayo, waxaa fiicnayd in uu is waydiiyo sababta loogu mahadcelin waayay. Laga yaabee in uu mushaarka kuyareeyey shaqaalaha islamarkaasna uu shaqada ku badiyey. Laga yaabee

in ay lacagtaas sanadka cusub ah aysan u arkin hadiyad, balse ay u arkaan in ay xaq u leeyahiin. Laga yaabee in uu ahaa qof dhaliil-raadin badan oo aan la hortagi karin sidaas darteedna ay cidina ku dhici wayday ama cidina aysan doonayn. Laga yaabee in ay isdhaheen lacagta inta badan canshuur ayaa ay u go`aysaa sidaas darteed ayaa la idiin siiyey.

Dhanka kale laga yaabee in shaqaaluhu ay ahaayeen danaystayaal, oo shakhsiyad iyo dhaqan-xun. Laga yaabee sidaan, laga yaabee sidaas. Intaas in ka sii badan anigu kaama badiyo. Balse waxa aan ogahay wax Dr Samuel Johnson ii sheegay: ``Mahad-naqu waa geed-mirood beerasho fiican ku baxa. Dadka xun-xun kama helaysid.``

Ninkaani aadaanaha iyo dhaqankooda midkoodna wax kama aqoonin.

Haddii aad qof noloshiisa badbaadisid, maka rajaynaysaa in uu kuu mahadceliyo? Lagaa yaabee- Balse Samuel Leibowitz, oo caan ku ahaa qareennimada dambiilayaasha kahor inta uusan garsoore maxkamadeed noqon, toddobaatan iyo siddeed nin ayaa uu ka badbaadiyey in koronto lagu dilo! Mataqaan inta qof hakatay oo ku tiri ‘waa mahadsantahay’ ama hadiyad u soo dhiibtay maalin dambe? Imisa? Qiyaas..... Waa aad saxantahay- waa midkoodna.

Nebi Ciise waxa uu hal galab gudaheed daaweeyey toban qof oo juudaan qabta. Balse ma taqaannaa inta qof ee u mahadcelisay? Hal mid. Markii uu asxaabtiisii waydiiyey meeye sagaalkii kale? Mar hore ayaa ay carareen ayaga oo aan mahad celinin. Hadaba aan ku waydiiyee maxaa aniga iyo adiga ama cidkale u doonaysaa in loo mahadceliyo?

Marka ay lacag tahay waxa aad bixisayna! Waa kasii rajoxuntahay. Charles Schwab waxa uu ii sheegay in uu lacag-haye bangi uu ka badbaadiyey

khayaano lacageed in lagu ogaado. Lacag-hayehaani lacagtii bangiga ayaa uu suuqa uga ganacsanayay. Schwab ayaa lacagtii ka dhimanaatay u buuxiyey si uu uga badbaadiyo in uu xabsi ku galo haddii lagu ogaado. Lacaghayehaasi ma mahadnaqay? Haa, intii xoogaa ahayd. Kadibna Schwab ayaa uu dib ugu soo jeensaday oo eedeeyey oo u gafay- waa ninkii xabsiga ka badbaadiyey!

Haddii mid kamid ah xigaaladaada aad siisid lacag hal malyan oo doolar ah, mahadnaq maka sugi lahayd? Andrew Carnegie ayaa sidaas sameeyey. Balse haddii Andrew Carnegie uu godka ka soo bixi waxyar kadib markii uu dhintay, waa uu yaabi lahaa markii uu arko qaraabada oo habaaraya! Sabab? Sababta oo ah Andrew 356 malyan ayaa uu sadaqo ahaan danta guud ugu bixiyey markii uu dhimanayay, qofkaanna hal malyan kaliya ayaa uu ka siiyey.

Waa sida dabciga banii`aadamku uu iska yahay. Markastaana waa sidaas oo iskama beddali doonaan. Haddaba maa aynu sideedaas ku aqbalno? Maa aan dhabta aragno sida Marcus Aurelius, mid ka mid ah dadkii ugu murtida badnaa ee waligood soo maray boqortooyadii Roomaanka. Buuggiisa nolol-maalmeedka ayaa uu ku qoray: ``Maanta waxa aan la kulmayaa dad hadal badan, oo danaysteyaal ah, islawayn, aan mahadnaq aqoonin. Balse taasi dhib iguma hayn doonto maxaa yeelay ma sawiran karo adduun aan dad noocaas ah lahayn.`` Taas ayaa macno samaynin, miyaa aysan ahayn? Haddii aniga iyo adigu aan mahadnaq raadinteed isaga dabo wareegno, oo is waydiinayno ciddee ku eedaynaa. Ma dabciga banii`aadamkaa sidaas ah mise innagaan aqoonnin? Yaynaan sugin mahadnaq. Haddii aynu xoogaa helno waa inaka farxin. Haddii aynu waynana, dhib ina kuma hayn doonto.

Waa kan waxa ugu horreeya ee aan doonayo in aan cutubkaan ku muujiyo. Dadka waa u dabiici in ay illaawaan mahadcelinta, haddaba haddii aynu u wareegayno in la inoo mahadceliyo, wadne xanuunno badan ayaa inagu soo socda.

Waxa aan aqaan islaan New York deggan oo markasta ka cabanaysa in ay kali tahay. Qaraabadeeda dhan ma doonayaan in ay u soo dhawaadaan-layaabna malaha. Haddii aad booqatid, waxa ay saacado kaaga sheekayn gabdhaha ay eeddada ut ahay iyo waxii ay u soo qabatay oo dhan markii ay yaryaraayeen. Waa ay quudinjirtay ayaga oo jadeeco iyo qaamo-qashiir(cuman-bacuuc) wada qaba iyo waliba xiiq-dheer. Sanado ayaa ay korinaysay, mid ka mid ah jaamacad ayaa ay ka bixisay, tan labaadna waa ay korinaysay illaa ay ka guursatay.

Gabdhahaani ma u yimaadaan eeddadood? Haa, hadda iyo horayba, waliba ayaga oo waajib u arka. Balse waa ay ka cabsadaan in ay soo booqdaan. Waxa ay ogyahiin haddii ay u tagaan in ay saacado fadhin doonaan ayaga oo eedaymo kali ah dhagaysanaya. Si xaraarnimo ah ayaa ay ula dhaqmaysaa, eedaynaysaa oo cuqdad la neef tuurtaa haddana.

Haddii aan loo imaanina, wadne-xanuun ayaa ay isku riddaa.

Wadne-xanuunkeedu ma dhab baa? Haa. Dhakhtarku waxa uu yiri wadanaheeda waxaa saamaynaya dareenkeeda, wadne-garaac xad-dhaaf ah ayaa ku dhacaya. Sidaas oo ay tahay dhakhaatiirtu waxa ay u sheegeen in aysan waxba u qaban karinin sababta oo ah dhibteeda ayada ayaa keenaysa.

Islaantaani waxa ay raadinayso waa jacayl iyo dhugmo in loo yeesho. Balse mahadnaq ayaa ay u taqaan. Waligeedna maheli doonto mahadnaq, iyo

jacayl midna sababta oo ah ayada ayaa dalbanaysa. In ay xoog ku leedahay ayaa ay uq abtaa.

Islaamo badan oo waxaa jira ayada lamid ah, dhammantood waxaa haya cudur ay ka qaadeen mahadnaq la`aan, cidlayn iyo kalinimo. Muddo ayaa ay sugayeen in la jeclaado; laakiin qaabka kali ah ee ay rajo in la jeclaado ah ku heli karaan waa in ay joojiyaan dalbashada oo ay bilaabaan in ay dadka kale jacayl u shubaan kadib ay rajeeyaan.

Tani ma aragti qalloocan oo aan dhab ahayn baa? Sidaas ma aha. Waa sida garaadka suubbani(caqliga saliimka) ahi qabo. Waa qaab fiican oo aniga iyo adiguba aynu farxad ku heli karno. Aniga ayaa og. Aniga ayaa ku arkay qoyskayga dhexdiisa. Hooyadeey iyo aabahay dadka kale in ay caawiyaan ayaa ay ku farxi jireen. Dad sabool ah oo dayntii ka badatay ayaa aannu ahayn. Sidaas annaga oo sabool u ah ayaa haddana waalidkay wali lacag ugu deeqi jireen xarunta agoomaha sanadkasta. Hooyaday iyo aabbahay waligood ma aysan booqan xaruntaas agoomaha sidaas darteedna waligood looma mahadcelin ayaa ay u dhawdahay aan ka ahayn qoraal ahaan. Balse mahadcelin wayn ayaa ay haysteen maxaa yeelay waxa ay ku faraxsanaayeen in ay carruurtaas yaryar caawinayaan ayaga oo aan abaalmarin ka rajaynayn.

Markii aan xaafadda ka tagay, lacag ayaa aan waalidka sanad kasta u soo diri jiray si ay naftooda wax ugu iibiyaan. Balse waa dhif ahayd in ay sidaas sameeyeen. Marka aan xaafadda imaado ayaa aabbe ii sheegaa in lacagtii ay dhuxul iyo cunto ugu gadeen islaan deriska ah oo laga dhintay oo carruur badan haysata taas oo aan haysan wax ay wax ku gadato. Maxaa ay ka heli jireen wax bixintaan? Farxadda laga helo in aad wax bixisid adiga oo aan sugaynin in wax kaaga soo noqdaan marnaba.

Waxa aan rumaysanahay in aabahay uu u qalmo qeexitaanka shaqsiga dhabta ah ee uu Aristotle ku qeexay in uu yahay nin u qalma in uu farxad haysto. Waxa uu yiri ``Ninka dhabta ahi waa uu  ku farxaa in uu dadka kale caawiyo, balse waa uu ka qajilaa in asaga cawimaad loo sameeyo, waa astaan sarrayn ah in aad cawimaad bixiso, balse waa astaan hoosayn ah haddii adiga lagu caawinayo.``

Waakan qodobka labaad ee aan doonayo in aan cutubkaan ku sheego: Haddii aynu farxad doonayno aynu iska dayno in aynu mahadnaq iyo mahadnaq la`aan kala raadinayno, waxbixinteennana aynu u bixino farxad aan waxbixintaas ka helayno darteed.

Waalidiintu kumanaan sano ayaa madaxu la xanuunaa caro ay uqabaan in carruurtoodu aysan u mahadcelin. King Lear ayaa ku calaacalay `` Ilma aan lahayn mahadnaq waxa uu ka dhaawac badanyahay qaniinyada masaska nooca ugu xun``.

Balse carruurtu sidee inoogu mahad celinayaan haddii aynaan barinnin? Mahadnaq la`aantu waa iska dabiici , sida cawska ayaa ay ubaxdaa. Mahadnaqu waa sida ubaxa, biyo badan , baxnaanin, falitaan, jacayl iyo ilaalo ayaa uu ubaahanyahay.

Haddii ilmaheennu ay yahiin kuwo aan mahadnaqin, yaa eeddaas iska leh? Laga yaabee innaga. Haddii aynaan waligeen u sheegin in dadka u mahadceliyaan, sidee uga sugnaa in ay inoo mahadceliyaan.

Waxa aan aqaannaa nin Chicaago ku nool oo sabab u heli kara in uu eedeeyo carruurta islaantiisu dhashay. Warshad kartoomada samaysa ayaa uu sidii addoonkii ugu shaqaynjiray, toddobaadkiina ugu badnaan afartan doolar ayaa uu heli jiray. Islaan laga dhintay ayaa uu guursaday, waxa ay ka

dhaadhicisay in uu lacag bangi ka daymo oo labadeeda wiil waxbarasho jaamacadeed looga bixiyo. Afartan doolar ayaa uu cuntada, kirada, shidaalka, dharka iyo waxbarashadaba ku bixiyaa. Afar sano ayaa uu sidaas kuw aday, sidii dameerkii u shaqaynayay, waligiisna uusan ka caban.

Wax mahadcelin ah ma ka helay? Maya; islaantii iyo carruurteedii ayaa waxii ood han sheegtay. Waligoodba uma aysan malaynin in adeerkoodaan uu yahay shakhsiga caawiyey uuna mudanyahay in loo mahadceliyo.

Eeddaas yaa leh? Wiilashaa? Haa: Balse hooyada ayaa sii eed badnaanaysa. Waxa ay u fakartay in ay ceeb ku tahay in wiilasheeda yaryar waajib iyo culays daymeed fuulo. Ma aysan doonayn. Wiilasheeda ma aysan doonayn in ay dayn wax ku bilaabaan. Balse waligeed kuma aysan fakarin in ay dhahdo : “Adeerkiin boqorsanaa, waxbarashadii oodhan asagaa idinka caawiyey” Waa waxa ugu yar ee ay samaynkartay.

Waxa ay uqabtay in ay wiilasheeda ka badbaadinayso amaah bangi, balse dhabtii waxa ay ku sii daynaysay nolol ay uqabaan in adduunku ku khasbanyahay in uu wax walba siiyo. Waxaa kale oo ayana fakar halis ah ahaan lahaa in mid kamid ah wiilashaani uu lacag amaahdo, bixinwaayo, hadhowna laxiro.

Waa in aan xasuusnaanaa in caruurteennu yahiin waxii aynu ka dhigno. Tusaale, habaryarteey Viola Alexander, oo deggan West Minnehala Parkway, Minneapolis waxa ay tusaale ifaya u tahay hooyooyinka oo dhan. Markii aan yaraa ayaa habaryar Viola waxa ay gurigeeda u qaadatay hooyadeed si ay u xannaanayso; Waxa ay sidoo kale keentay ninkeeda-hooyadiis. Indhaha ayaa aan hadda isku qaban karaa, kadibna waxaa ii muuqan kara labadaan islaamood oo waawayn oo dabka guriga habaryar

Viola ag fadhiya. Dhib ma ay ku hayeen? Haa in badan ayaa aan malayn. Balse waligeed kama dareemi karaysid. Waa ay jeclayad labadaba, dharka ayaa ay ka beddali jirtay, waa quudin jirtay, xasilloonina dareensiin jirtay. Intaas waxaa dheer habaryar Viola waxa ay haysatay lix carruur ah oo ay dhashay; balse waligeed uma arkaynin in shaqo billad mudan ay qabanayso, ama in abaalmarin lagu siiyo in ay duqyaashaas hayso.

Hadda meeday habaryar Viola? Hagaag, hadda ninkeedii labaatan sano ayaa uu mootanyahay, shan carruurteedii ah oo korayna waa ay haysataa, dhammaantood waxa ay isku cayrsadaan in mid walba ay gurigiisa kula noolaato! Carruurteedu aad ayaa ay ujecelyahiin; kama daalaan waligood. Ma mahadnaq xad-dhaaf ah baa? Maya ee waa jacayl sukullan. Carruurtaasi waxa ay ku koreen naxariisteeda faafaysa ee la dareemi karayo. Hadda ma layaab baa in ay dhanka kale xaaladdu isu beddashay oo ay ayagu jacaylkii muujinayaan?

Haddaba aynu xasuusanno, si aan u korinno carruur mahadnaqa yaqaanna, waa in aynu innagu nahay dad mahadnaqa. Aynu xasuusanno carruurtaan yaryari dhagaha ayaa ay wax kabartaan, daawadaanna waxa aynu samaynayno. Si aynaan u muujin in aan yasaynno wax qof inoo sameeyey innaga oo carruurteenuna inala joogto, aynu joojino. Waligeen yaynaan oranin: `` Bal eeg afmarisyadaan , eeddo Sue ayaa inoo soo hadiyeysay. Ayada ayaa toshay. Wax lacag ah kagama baxin!`` faalladaas waxaa laga yaabaa in ay waxyar inoola muuqato, balse carruur ayaa ina dhagaysanaysa. Haddaba waxaa fiican in aynu dhahno: ``Bal eeg waqtiga tirada badan ee Sue ay galisay alaabtaan in ay inoo soo samayso! Miyaa aysan qof fiican ahayn? Aynu mahadcelin u qorno hadda`` Carruurteenuna

si aan ogaal lahayn ayaa ay u nuugayaan dabcigeennaas amaanta iyo mahadnaqa wata.

Si aad uga dheeraatid cuqdada iyo walwalka aad ka qabaysid in aan dadku kuu mahadnaqin, waa kan

Qaanuunka 3aad: A. Intii aad ka walwali lahayd in aan laguu mahadnaqin, mahadnaqba marka hore yaa aynaan suginba. Aynu xasuusanno in Nebi Ciise CS daaweeyey toban qof oo juudaan qaba haddana hal qof uu u mahadceliyey.

B. Anyu xasuusnaano in habka kali ah ee raynrayn lagu helo ay tahay in aadan naawilin wax mahadnaq ah, balse aad wax u bixisid si aad dadka kale uga farxisid.

C. Aynu xasuusnaanno in mahadnaqu yahay astaan la beerto; haddaba haddii aynu carruurteenna ka doonayno mahadnaq, waa in aynu u tabab-barnaa oo ku beernaa.

Cutubka 15aad- Hal Malyan Oo Doolar Ma Ku Doorsan(Beddelan) Lahayd Waxa Aad Haysato?

Harold Abbott waxa aan aqaannaa muddo sanado ah. Waxa uu ku noolyahay 820 South Madison Avenue, Webb City , Missouri. Maalin ayaa aan ku kulannay magaalada Kansas waxa uuna ii qaaday beertayda oo kutaal Belton, Missouri. Intii aan jidka ku sii jirnay, ayaa aan waydiiyey sida uu walwalka isaga ilaaliyo, waxa uuna ii sheegay sheeo dheer oo aanan waligeey illaawi doonin.

Waxa uu yiri `` Aad ayaa aan u walwali jiray, balse xilli gu` ah sanadkii 1934, aniga oo lugaynaya waddada West Dougherty ee magaalada Webb City ayaa aan arkay muuqaal hal mar baabi`iyey walwalkaygii. Waxa dhan toban il-biriqsi ayaa ay ku dhacday, balse tobankaas il-biriqsi gudahooda waxa aan ku bartay wax aanan toban gu` oo la soo dhaafay aanan ku baran. Muddo toban sano ah ayaa aan dukaan ku lahaa Webb City, lacag kali ah igama khasaarin xilligaas, ee amaah badan ayaa aan dhex dhumbaday taas oo toddobo sano igu qaadatay in aan dib ubixiyo. Markaas aan lugaynayo, shalay oo kale ayaa dukaankaygii xirmay markaasna waxa aan usocdaa bangiga Merchants and Miners si aan lacag ugasoo daynto oo aan Kansas ugu aado si aan shaqo uga helo.

Aniga oo si niyad-jab ah u soconaya, oo tabartii iyo rajadii oodhan iga dhammaatay ayaa aan arkay nin waddada soo haya oo aan lugo lahayn.

Waxa uu ku fadhiyaa alwaax ballaaran oo uu shaagag(taayirro) ku sameeyey. Asaga ayaa isku wadaya, labo jab oo alwaax ah ayaa uu gacmaha ku kala haystaa. Waxa aan ku soo beegmay asaga oo markaas waddada soo gooyey oo qarka waddada ka gudbaya una gudbaya dhinaca dadku maraan. Markii uu dhankayga u soo yara leexday, ayaa indhahayagu is qabteen. Dhoollocaddayn iyo bariido ayaa uu isugu kay daray. `Mudane arooryo wanaagsan. Waa subax wanaagsan, miyaa ayna ahayn?` Sidaas ayaa uu igu yiri asaga oo niyad ka muuqato.` Waa aan istaagay, cabbaar ayaa aan eegay, kadibna waxa aan dhabaystay hodannimada aan ku jiro. Labo lugood ayaa aan leeyahay, waa socon karayaa. Waa aan isku yaxyaxay niyad-xumada aan dareemayey. Waxa aan iskula hadlay haddii ninkaanba uu faraxsanyahay, niyad wanaagsanyahay kalsoonina ku jirto asaga oo aan lugo lahayn, dabcan aniguba waa aan faraxsanaan karaa aniga oo lugo leh. Niyad-dayda oo halmar kacday ayaa aan dareemay. Waxa aan awal rabay in aan bangiga boqol doolar ka daynto, balse hadda labo boqol ayaa aan waydiistay. Awal waxa aan doonayay in aan u sheego in aan Kansas ugu socdo si aan shaqo in aan ka helo isugu dayo balse hadda si kalsooni leh ayaa aan ku iri waxa aan u socdaa magaalada Kansas si aan shaqo uga helo. Amaahdii waa la isiiyey, shaqadiina waa aan helay.

Hadda ereyadaan ayaa guriga iigu dheggan, maalinkastana waa aan akhriyaa:

Waa aan niyad xumaa maxaa yeelay kabo ma haysan

Illaa aan waddada kula kulmay, nin aan cagaba lahayn

Eddie Rickenbacker ayaa aan waydiiyey casharkii ugu waynaa ee uu ka bartay markii asaga iyo raggii la socday ay labaatan bari huuri(laash) la

caariyey ay saarnaayeen, ayaga oo rajo la`aan badwaynta iska kor sabbaynayey. Waxa uu yiri " Casharkii ugu waynaa waxa uu ahaa, haddii biyo aad cabtid iyo cunto aad cuntid haysatid, xaq uma lihid in aad wax cabasho ah samaysid."

Wargayska Time, ayaa sheeko ka qoray nin sargaal ah oo dagaalkii Gaudalcanal ku dhaawacmay. Dhuunta ayaa xabbadi uga dhacday, toddobo jeer ayaana dhiig lagu shubay. Dhakhtarkiisii ayaa uu warqad u qoray oo waydiiyey ``Ma aan noolaan doonaa?`` Dhakhtarkii ayaa ugu jawaabay: ``Haa.`` Qoraal kale ayaa uu u qoray dhakhtarkii waxa uuna waydiiyey: "Ma hadli kari doonaa?`` Mar labaad ayaa dhakhtarkii ugu jawaabay haa. Kadib ayaa uu uqoray qoraal kale asaga oo kale: ``Haddaba, maxaa baas oo aan ka walwalayaa?"

Maa aad hakatid haddeer oo is waydiisid: ``Haddaba  maxaa baas oo aan ka walwalayaa?`` Waxa aad ogaanaysaa in wax u dhigma ama muhiimad u leh in laga walwalo in aysan ahayn waxa aad hadda ka walwalaysid.

Noloshu boqolkiiba sagaashan mid wanaagsan ayaa ay tahay, toban boqolkiiba ayaa xumaan ah, waxa aan u baahannahay oo dhammi waa in aan sagaashankaas ku mashquulnaa oo tobankaas iska illownaa. Balse haddii aynu doonayno walwal, niyad-xumo iyo boog-calooleed, waa in aynu ku mashquulnaa tobankaas xumaanta ah, iskana illownaa sagaashankaas wanaagsan. Ereyada "Fakar iyo Mahadsanid ayaa aad ku arkaysaa ayaga oo ku qoran kaniisado badan oo kuwa Ingiriiska ah. Ereyadaan waxa ay mudanyahiin in wadnaheenna lagu qoro: Fakar iyo Mahadsanid``. Ka fakar wanaagga aad haysatid oodhan, Eebbana ugu mahadceli galladaha(nimcooyinka) iyo deeqsiyada laguu galay.

Jonathan Swift waxa uu ahaa qoraaga Gulliver`s Travels oo ahaa mid ka mid dadka ugu xumaan arkidda badan ee suugaanyahannada Ingiriiska ka mid ah . Waxa uu xataa ka xumaa in uu dhashay sidaas darteed dhar madoow ayaa uu xiran jiray maalinta dhalashadiisa waxnana ma cuni jirin; saas oo ay tahay markii uu rajo gabo ninkaas xumaanta kaliya u muuqato, waxa uu ammaani jiray awoodda caafimaad ee farxaddu leedahay. Waxa uu oran jiray ``Dhakhaatiirta adduunka ugu waawayni waa Dr Cunto, Dr Aamus iyo Dr Farxad.``

Aniga iyo adiguba waa aynu heli karnaa in Dr Farxad uu inoo adeego saacad kasta haddii aynu ku mashquulno hodannimada aynu haysanno. Labadaada kalyood hal malyan oo doolar ma ku iibsan lahayd? Imisa ayaa aad siisan lahayd lugahaaga? Gacmahaaga? Maqalkaaga? Carruurtaada? Qoyskaaga? Isku dar hantidaadaas oodhan, waxa aad ogaanin in aadan ku iibsateen dahabkii ay rasaysteen Rockfeller, Ford iyo Morgan oo la isu geeyey.

Balse waxaas oodhan maka mahadnaqnaa? Maya inta badan. Waa sidii Schopenhaur yiri: ``Waa dhif in ay ka fakrno waxa aynu haysanno, balse inta badan waxa aynu ka fakrnaa waxa inaga maqan.`` Haa, dabciga ah ``In aan mar dhif ah ka fakarno waxa aynu haysanno balse markasta ka fakarayno waxa inaga maqan`` ayaa ah dhibta ugu wayn ee adduunka ka jirta. Waxa ay xaqiiqdii keentay dhibaato ka wayn tan dagaalladii iyo cudurradii adduunka soo maray oo dhan.

Dhibaatadaasi waa tan ka dhigtay John Palmer in uu ka tago ahaanshaha qof caadi ah oo isu beddalo calaacal miiran, noloshiisana kharribi gaaray. Waa aan ogahay maxaa yeelay asaga ayaa iiga sheekeeyey.

Mudane Palmer waxa uu ku noolyahay 30th 19th Avenue, Paterson, New York. Waxa uu yiri ``Wax yar kadib markii aan ciidamada ka soo laabtay ayaa aan ganacsi bilaabay. Wax walba si fiican ayaa ay iigu soconayeen. Kadib ayaa dhibaato timid. Badeecadii aan u baahnaa ayaa aan heli kari waayey. Waxa aan ka baqay in ganacsigaygu sidaas ku baaba`o. Walwalkii ayaa iga batay illaa ninkaygii caadiga ahaa aan isu beddalay calaacal soconaya. Maalin maalmaha ka mid ah ayaa  nin ciidannimo ku soo curyaamay oo aniga ii shaqeeya igu yiri: `Johnny, waxa aad mudantahay in aad isku yaxyaxdid. Waxa aad iska dhigaysaa in adiga kali ah adduunka dhan dhibaato ka haleeshay. Ka sooqaad in dukaankaagu muddo xirmo, maxaa dhacaya? Dib ayaa aad u furi kartaa marka arrimaahu isugu kaa toosaan. Waxa aad haysataa wax badan oo u baahan in aad ka mahadadisid. Saas oo ay tahay markasta waa aad gurxamaysaa. Maxaa aan ka jeclaan lahaa in aan leeyahay cago aan kabahaagaas aan ku gashto. Aniga I fiiri. Hal gacan ayaa aan leeyahay, wajigayga dhinac dhan ayaa xabad fujisay, saas oo ay tahay kama cabanayo. Haddii aadan gunuunaca iyo gurxanka aadan iska joojin, ganacsiga kali ah kuma waayayside caafimaadkaagana waa aad ku waawaysaa, gurigaaga iyo waliba asxaabtaada!`

``Faalladaas ayaa dhinac ii tuurtay. Waxa ay ii xaqiijisay wanaagga aan haysto badnaantiisa.  Markaas ayaa aan go`aansaday in aan is bddalo oo sidaydii hore ku laabto.``

Lucile blake oo aan saaxiibbo nahay, dhibaato darteed ayaa ay la gariiri jirtay illaa ay baratay in ay ku faraxdo waxa ay haysato halkii ay ka walwali lahayd waxa ka maqan.

Lucile waxa aan sanado ka hor isku baranay Jaamacadda Columbia halkaas oo aan ka wada baranaynay sida sheekooyinka loo qoro. Sagaal sano kahor, qarracankii nolosheeda ugu waynaa ayaa ku dhacay. Markaan Tucson Arizona ayaa ay ku nooshahay. Waa tan dhacdada ku dhacday.

Nolol caadi ah ayaa an kujiray: Muusikada ayaa aan ka baran jiray jaamacadda Arizona, xiisadana waxa aan ka dhigi jiray Deser Willow Ranch, khudbado ayaa aan bixin jiray. Xafladaha ayaa aan aadi jiray, fardaha ayaa aan fuuli jiray, qoob-ka-cayiraar samayn jiray, dhan walba nolosha waa ii hagaagsanayd. Xilli aroor ah ayaa aan dhulka ku dhacay. Wadnaha ayaa aan ka jirraday. Waxaa la ii qoray in aanan sanad sariirta ka kicin. Dhakhtarku iguma boorin in aan mar danbe awood yeelankaro.

``Sanad sariir jiifid aa?! In aan curyaamo ama dhintana laga yaabo! Cabsi ayaa i soo wajahday! Waxaan oodhan sababtee iigu dhacayaan? Maxaa aan ku galabsaday? Waa aan ooyay oo baroortay. Waa aan xaraaraaday oo cuqdadaysmay. Balse sidii dhakhtarku iis heegayba sariirta ayaa aan iska joogay. Nin isbitaalka daris igula ah oo la yiraahdo Rudolf ahna hoobal ayaa igu yiri: Waxa aad u malaynaysaa sanad aad sariir jiiftid in ay noloshaada dhibaato ku ahaan doonto? Sidaas ma ahaan doonto. Waqti aad ku fakartid oo nafsaddaada ku baratid ayaa aad heli doontaa. Ruuxdaada ayaa xoogsanaysa bilaha soo socda in kabadan intii ay waligeed xoogsan kartay.` Waa aan yara qaboobay, waxa aan isku dayay in aan indho hor leh wax ku eego.

Buuggaag dhiirogalin ah ayaa aan akhriyey. Maalin ayaa aan raadyaha ka maqlay weriye oranaya: ` Waxa aad soo bandhigi kartid waa waxa maskaxdaada ku jira oo kali ah` Waligeey waa aan maqlayay ereyo noocaas ah oo kale balse markaan si fiican ayaa ay ii dhexqaadeen waana igu

xididaysteen. Waxa aan go`aansaday in aan ku fakaro waxa aan doonayo noloshayda in ay ahaato oo kali ah: Fikirro farxad ah, kuwo caafimaad ah. Waxa aan isku khasbay in aan aroor walba kormaro oo xuso nimco walba oo aan haysto. In aanan Xanuun dareemayn. Gabadhayda yar ee aan jeclahay. Aragayga. Maqalkayga. Waqtiga aan wax akhriska u helay. Raadyaha codka wanaagsan. Cuntada wanaagsan. Asxaabtayda wanaagsan. Aad ayaa aan u faraxsanaa, waxana iga batay dadka I soo booqanayay illaa markii dambe dhakhtarkii uu qolkayga ogaysiin ku hor dhajiyey oranaysa `Halkii mar hal qof ha u galo` waqtiyo cayimanna uu u sameeyey dadkaas.

``Sagaal sano ayaa hadda ka soo wareegtay, hadda nolol buuxda oo firfircooni leh ayaa aan ku noolahay. Aad ayaa aan ugu qanacsanahay in aan sanad isbitaalka jiifay. Waxa uu ahaa sanadkii iigu qiimaha iyo faraxadda badnaa intii aan Arizona joogay. Caadada aan waagaas samaystay oo ah in aan galladaha tiriyo subax walba ayaa aan wali ku dhaqmaa. Waa mid ka mid ah waxyaalaha ugu qaalisan ee qofku yeelan karo. Waxa aan ka yaxyaxaa in aanan waligeey arintaas baranin illaa aan ka baqay in aan dhinto.``

Lucile Blake waxaa laga yaabaa in aysan ogayn in casharkaan oo kale uu bartay Dr Samuel Johnson labo boqol oo sano ka hor. ``Caadada ah in aad dhanka wanaagsan wax walba ka aragtid ayaa ka qaalisan kumanaan lacag ah oo sanad kasta lagu siiyo``. Sidaas waxaa yiri Dr Johnson.

Xasuusnoow ereyadaan sare cidda tiri ma aha cid ku caanbaxday in ay wanaagga markasta arkaan, balse waxaa yiri nin labaatan sano lagu yaqaanay cabsi, foorjaysnaan iyo gaajo, kadibna noqday mid ka mid ah qoraayaashaa ugu caansanaa qarnigiisaas.

Logan Pearsall Smith, xigmad badan ayaa uu dhowr erey ku soo aruuriyey asaga oo oranaya: ``Nolosha labo wax ayaa ujeeddo laga dhigtaa: Tan hore waa in aad heshid waxa aad doonaysid, tan labaadna waa in aad ku raaxaysatid marka aad heshid. Dadka xikmadda badan oo kali ah ayaa tan labaad gaari kara.``

Mataqaaannaa sida weel-dhaqista xataa looga dhigo wax aad ku raaxaysan kartid qabashadeeda? Haddii aad haa tiri akhri buug dhiiro-galiye cajiib ah oo la yiraahdo “I wanted to see”. Waxaa qortay Borghild Dahl.

Buuggaan waxaa qortay qof dumar ah oo nolosheeda kalabar indho la`aan ahayd. Waxa ay tiri `` Hal il ayaa aan wax ka arkay, halkaas ilna caad badan iyo lakabyo  ayaa korka ka saarnaa taas oo keentay in aan dalool yar oo bidixda isha kuyaalla aan wax ka arko. Buuggaagta waxa aan arki jiray kali ah marka aan indhaha ku dhajiyo oo aan halkaas ilna aan cadaadiska ugu badan ku sameeyo.``

Balse in ay ka murugooto waa ay diiday, iyo in ilmaha kale ii arkaan in aan ka duwanahay. Markii ay carruurta ahayd waxa ay doonaysay in ay cayaarto barobaraaley(cayaar xariijimo dhulka lagu sameeyo kadibna hal lug looga boodboodo) balse xariijimaha ma aysan arki karin. Sidaas darteed marka carruurtu kala tagaan ayaa ay ku soo laaban jirtay kadibna indhaha u dhawayn jitay xariijimaha si ay u aragto oo u calaamadsato. Waa ay xafidi jirtay dhammaan xariijimaha oodhan iyo sida ay ukala samaysanyahiin inta ciyaalku ka maqanyahiin. Islamarkiiba waxa ay noqotay qofka ciyaalka dhan ugu badiya. Guriga ayaa ay wax ku akhrisan jirtay, qoraal far waawayn lagu daabacay ayaa ay adeegsan jirtay, buuggana indhaha ayaa ay aad ugu dhawayn jirtay heer baalasha indhaheedu ay buugga taabanayaan

markasta. Labo jaamacadood ayaa ay ka qalinjabisay oo kala ah jaamacadda Minnesota iyo jaamacadda Colombia.

Waxa ay macalinnimo ka bilowday tuulada Twin Valley oo ku taal Minnesota illaa ay buuni(barofeesar) wayn ka noqotay jaamacadda Augustana College oo ku taalla Sioux falls, ee gobolka South Dakota.

1943dii markii ay konton iyo labo jirsatay ayaa mucjiso(ashqaraar) wanaagsan u timid: Qalliin ayaa indhaheeda looga sameeyey isbitaalka caanka ah ee MayoClinic. Hadda afartan jeer ka badan intii hore ayaa ay wax arki kartaa.

Duni cusub oo xiiso badan oo ay jeceshahay ayaa u furantay. Hadda waxa xataa xiiso u ah in ay jikada weelka dhaqdo markasta. Waxa ay tiri ``Waxa aan bilaabaa in aan la cayaaro xumbada saabuunta ee weelka aan dhaqayo. Gacanta ayaa aan dhexgaliyaa kadib kor usoo qaadaa xumbadaas, kadib kor u taaga oo qoraxda ku beegaa xumbadaas, waxaa ii muuqda midabyo qurux badan oo u eg qaanso-roobaad yar ah.``

Farxad badan ayaa ay ka heshaa aragtida xumbadaas iyo waxyaalaha la midka ah, buuggeedana waxa ay ku soo gabogabaysay ereyadaan ``Eebboow, aad ayaa aan kaaga mahadcelinayaa, aad ayaa aan kaaga mahadcelinayaa.`

Qiyaas in aad Eebbe u mahadcelinaysid weelal aad dhaqi kartid darteed iyo in xumbada qaanso-roobaadyo kaaga muuqan karayaan.

Aniga iyo adigu waa in aynu isku yaxyaxno. Nolosheenna dhan habeen iyo maalin waxa aan ku soo dhexjirnay duni qurux badan balse waa aynu arki la`ayn, waa na deeqi wayday farxadda adduunka taalla oodhan.

Haddii aynu doonayno in aan walwalka iska joojino oo nolol wacan bilowno.

Qaanuunka 4aad: Galladaha (Nimcooyinkaaga) tiri, dhibaatooyinka ha tirin!

Cutubka 16aad- Hel Oo Ahoow Qofka Aad Tahay: Xasuusnoow Qof Adiga Ku Ah Ma Jiro Adduunkaan.

Waxa aan hayaa xaashi ka timid Mrs. Edith Allred, oo deggan Mount Airy, North Carolina. Waxa ay tiri : ``Markii aan carruurta ahaa, waxa aan ahaa qof aad u qajilis badan. Waligeey waa aan cayilnaan jiray, daamankayguna waxa ay iga sii dhigi jireen in aan ka cayilanahay sida aan u muuqdo. Hooyo dhaqankii hore leh ayaa aan lahaa una qabta in aysan fiicnayn in aan dhar aad u qurux badan xirto. Waxa ay markasta igu oran jirtay: `Waasaca(ballaarka) ayaa xirasho habboon, marada dhuubani waa dillaaci doontaa`. Martiqaadyada in aan aado iima ogolaan jirin, waxyaalo kalena in aan waqtiga ku qaato ma ogolayn. Dugsiga marka aan joogo in aan carruurta kale bannaanka kula cayaaro ma ogalayan iyo wax cayaaro ah oo dhan. Si karaar-dhaaf ah ayaa aan u qajilsanaan jiray. Waxa aan dareemi jiray in aan carruurta kale ka duwanahay, cidina aysan marnaba iga heli karin.

``Markii aan waynaaday, waxa aan guursaday nin sanado badan iga wayn. Balse isma baddalin. Qoyska ninkaygu waxa ay ahaayeen dad farxad leh oo kalsooni ka muuqato markasta. Wax walba oo aan doonayay ayagaaba ah laakiin anigu ma ahi. Wax badan ayaa aan isku dayaa in aan ayaga oo kale noqdo balse waa aan awoodi waayaa. Wax walba oo ay isku dayeen si ay ii soo jiitaan, waxa ay keenaysay in aan isku sii ururo. Waxa aan noqday qof kulul oo dabci xun. Dadka dhan ayaa aan bilaabay in aan ka fogaado. Caro miiran ayaa aan noqday heer aan ka xanaaqo gambaleelka albaabka markii la garaaco! Guuldarro soconaysa ayaa aan noqday, waana ogaa; waxa aana

kabaqayay in ninkaygu ogaado. Si aan taasi u dhicin, markasta oo aan dadka la joogno waxa aan isku dayayay in aan iska dhigo qof furfuran oo bulshaawi ah waana iska badbadin jiray oo wax aanan ahayn ayaa aan isu ekeysiinjiray; kadibna maalmaha ka dambeeya oodhan ayaa aan ka xumaan jiray. Ugu dambayn waxa aan noqday mid farxad la`aan ah markasta, in aan sii noolaadana wax micno ah oo wayn waa ii samayn wayday. Waxa aan ku fakaray xataa in aan is dilo.``

Maxaa beddalay nolosha gabadhaan? Erey faallo ah.
``Erey faallo ah oo aan maqlay ayaa noloshayda dhan beddalay. Soddohday ayaa ka hadlaysay sida ay ilmaheedu u soo korisay waxa ayna tiri: `Wax walba oo dhaca, waxa aan markasta ku adkaynayay in ay shaqsiga ay yahiin ay ahaadaan ee aysan iska dhigin wax aysan ahayn.` `Shaqsiga ay yahiin ay ahaadaan` .... Faalladaas haddii aan maqlay ilbiriqsi gudahiis waxa aan xaqiiqsaday in dhibtayda oodhan aan anigu mas`uul ka ahay, maxaa yeelay waxa aan isku dayay in aan iska dhigo wax aanan ahayn.
``Maalin gudaheed ayaa aan isku beddalay, waxa aan bilaabay in shakhsiga aan ahay aan iska dhigo. Waxa aan bilaabay in aan shakhsiga aan ahay aan darso. Isku dayo in aan ogaado waxa aan ahay. Waxa awoodahayga ah aan barto. Waxyaalaha aan jeclahay sida midabada, dookha labiska iyo wax walba qaabka aan ka helo anigu ayaa aan isku dayay in aan ogaado oo sameeyo. Saaxiibbo ayaa aan raadiyey. Urur ayaa aan ku biiray waliba urur yar markii ugu horraysay. Balse waxa aan argagaxay markii khudbad la igu qoray. Haddana markasta oo aan hadlo kalsooni ayaa i sii galaysay. Xilli badan ayaa ay iga qaadatay balse maanta farxaddii ugu badnayd ee aan waligeey ku riyoon jiray ayaa aan dareemayaa. Carruurtayda oo aan hadda koriyo, markasta waxa aan baraa in qofku shakhsiga uu yahay

ahaado ee uusan iska dhigin wax uusan ahayn, waa casharkii aniga i soomaray. Wax walba oo dhaca shakhsiga aad tahay ahoow!``

Dhibaatadaan ah in qofku shakhsiga uu yahay uu ahaado waa ``Mid u da`a wayn sida adduunka jiritaankiisa, `` Sidaas waxaa yiri Dr. James Gordon Gilkey. Dhibtaan ah in qofku uu doonayo in uu cidkale iska dhigo waa meesha ay ka soo burqanayaan waalli badan, isku-buuqsanaan badan, iyo cuqdad badan. Angelo Patri ayaa saddex iyo toban buug iyo intaas oo kun oo xog-gayseed ka qoray mawduuca carruurta sida loo tabab-baro, waxa uuna oranayaa: ``  Ma jiro qof ka murugo badnaanaya oo ka dhib badnaanaya qofka iska dhiga wax uusan ahayn``.
Jamashada in aad noqotid wax aadan ahayn waa mid ku baahay Hollywood. Sam Wood oo ah jilayaasha ugu caansan Hollywoodka ayaa oranaya dhibaatada ugu wayn ee haysata jilaayaasha cusub waa dhibaatadaan. Waxa ay iska dhigayaan qof aysan ahayn. Dhammaantood waxa ay doonayaan in ay noqdaan nuqul ah Lana Turners ama Clark Gables. ``Dadku  mar hore ayaa ay haystaan jilahaas asagii oo dhab ah, adigu waa in aad ka duwanaatid ee aadan iska dhigin``.

Inta uusan agaasime ka noqon filimaanta ay ka midyahiin Good-bye, Mr Chips iyo For Whom The Bell Tolls. Sam Wood waxa uu sanado ka shaqaynayay ganacsiga iibka guryaha asaga oo baranayay sida wax loo iibiyo. Waxa uu rumaysanyahay in isla sidaas oo kale ay kajirto ganacsiga iyo filimaanta. Meelna ma gaaraysid intii aad cidkale iska dhig-dhigaysid. Baqbaqaaq(yabaqma) ma noqon kartid . ``Khibradda nolosha ayaa aan ka bartay, dadka ugu fudud in la noco waa dadka iska dhigdhiga cidkale oo aysan ahayn.``

Dhawaan ayaa aan waydiiyey Paul Boynton oo ah agaasimaha shirkadda shidaalka ee Socony-Vacuum gefka ugu wayn ee ay sameeyaan dadka shaqooyinka codsanaya. Waa khasab in uu yaqaan; Waxa uu waraysi ka qaaday dad kabadn lixdan kun oo qof oo shaqo doon ah dhammaan; waxa uuna qoray buug la yiraahdo “6 Ways To Get A Job” (Lix Hab Oo Shaqo Lagu Helo). Waxa uu iigu warceliyey : `` Gefka ugu wayn ee ay sameeyaan dadka shaqo doonka ah waa in ay iska dhig-dhigaan cid aysan ahayn. Halkii ay daacad ka noqon lahaayeen naftooda ayaa ay kuu sheegayaan jawaabo ay u malaynayaan in aad ka heli doontid.`` Balse wax shaqayn doonta ma aha sidaasi, sababta oo ah cidina ma jecla qof beenaale. Cidina ma rabto qof been-abuur ah.

Gabar uu dhalay nin kaari ah ayaa cashar adag oo nolosha ah kaligeed maraysay. Waxa ay ku taamaysay in ay fannaanad noqoto. balse wajigeeda ayaa dhibaato ku ahaa. Af wayn iyo ilko soo wada taagan ayaa ay lahayd. Markii ugu horraysay ee ay meel bulsho joogto ka hor heesto waxa ay isku dayaysay in ay bishinteeda sare hoos u soo celiso oo ilkaheeda ku qariso. Waxa ay doonaysay in ay iska dhigto qof soo jiidasho leh. Maxaa ka soo baxay? Waxa ay u ekaatay wax nacasnimo iyo maad ah. Guuldarro ayaa ay cagta saartay.

Nin dadkii daawanayay ka mid ah oo u bogay macaanida codkeeda ayaa la hadlay oo yiri ``Eeg, waa aan ku daawanayay, dhab ahaanna waa aqaan waxa aad isku dayaysay in aad qarisid. Ilkahaaga ayaa aad ka qajilsantahay. `` Gabadhii waa ay isku yaxyaxday, balse ninkii ayaa hadalkii ugu sii daray oo yiri : ``Maxaa dhib ah o ku jira? Maxaa dambi ah oo ay keenaysaa in aad

ilko dhaadheer leedahay? Ha qarinin! Afkaaga kala fur, daawadayaashaadu waa ay ka heli doonaan adiga iyo ilkahaagaba, waa haddii ay arkaan in aadan la xishoonayn. Intaas waxaa kuu dheer , ilkahaas aad isku dayaysid in aad qarisid ayaa hoodo kuu noqon karaya!``

Cass Daley taladii ayaa ay qaadatay waa ayna iska illowday ilkaheedii. Intaas waxii ka dambeeyey, waxa ay xoogga saartay shaqadeeda iyo taageerayaasheeda. Si fiican ayaa ay bilowday in ay afka u kala qaaddo oo si macaansi iyo ku raaxaysi leh u heesto illaa codkeedii uu caan ka noqday idaacadaha iyo filimaanta dhan. Dadka kale ayaa hadda isku dayaya in ay ayada iska dhigaan!

William James waxa uu ka hadlay niman uu sheegay in aysan waligood ogaanin shakhsiga dhabta ah ee ay yahiin iyo awooddooda, markii uusheegay in isku-celicelis dadku adeegsadaan boqolkiiba toban awood-maskaxeedkooda. Waxa uu yiri ``Markii loo eego awoodda aynu leenahay, kalabar dad soo jeeda ayaa nahay. Waxyar ayaa aan ka adeegsannaa maskaxdeenna iyo awooddeenna, aniga oo si dhab ah u sheegaya, banii`aadamku waxa uu ku noolyahay in wax badan kayar awooddiisa dhabta ah. Waxa uu leeyahay awoodo kala duwan oo uusan waligiis ku guulaysan adeegsigooda.
Aniga iyo adigaba awooddahaas ayaa aynu leenahay ee yaan hal ilbiriqsi walwal inooga khasaarin, maxaa yeelay dadka kale aniga iyo adigu lama mid ahin.

Adduunka wax ku cusub ayaa aad tahay. Waligiis illaa iyo bilowgii adduunka ma soomarin qofka adigu aad tahay; waligiisna ma soo mari doono qofka adigu aad tahay. Cilmiga cusub ee sayniska ka mid ah ee ka hadla hiddo-sidayaasha waxa uu xaqiijiyey in aadanahu ka samaysanyahay afartan iyo lix hiddo-side oo uu labadiisa waalid mid walba labaatan iyo saddex ka helayo. Lix iyo afartankaas waxaa ku kaydsan wax walba oo aad waalidkaa kadhaxlaysid. Waxaa ka buuxa awood qofku noloshiisa wax wayn uga beddali karayo.
Xataa markii labadaada waalid ay is-guursadeen oo isu tageen, fursadda ah in aad adigaan wax akhrinaya ku dhalatid oo qof jira noqotid waxa ay le`ekayd hal meel oo kamid ah saddex boqol oo bilyan. ! Haddii aan si kale u dhahno, xataa haddii saddex boqol oo bilyan oo walaalahaa ah ay jiri lahaayeen, mid walba kan kale waa ka duwanaan lahaa. Waxaan aan kuusheegayo oodhammi ma male-awaalbaa? Maya. Waa dhab saynis ku salaysan. Haddii aad doonaysid in aad wax badan aad kasii ogaatid, maktabadda aad, kana qaado buugga layiraahdo “You and Heredity”(Adiga iyo Hiddaha(Hidde-sidaha) oo uu qoray Amran Schienfield.

Waa aan qirsanahay waxa aan ka hadlayo oo cinwaankaan ku saabsan ka hadlaya sidii aad u noqon lahayd qofka aad tahay. Waa aqaan waxa aan ka hadlayo. Si dhab ah ayaa aan u soo arkay. Aan ku tusiyo: Markii ugu horraysay ee aan New York imid, aniga oo ka imid dhul-beereedka Missouri, waxa aan galay American Academy of Dramatic Arts oo lagu barto jilaanimada . Waxa aan doonayay in aan jilaa noqdo. Waxa aan ku fakarayay waxa aan u malaynayay in ay tahay fikrad aad u cajiib ah, wadiiqo yar oo guul lagu gaari karayo, aad u dhib yar, dhab ah, waana la yaabanaa waxa kumanaan qof oo himmad lihi ay aniga hortay u arki

waayeen. Fikirku waxa uu ahaa in aan darso oo daawado jilaayaasha caanka ahaa xilligaas sida John Drew, Walter Hampden, iyo Otis Skinner iyo sida ay u jilaan filimaanta. Kadibna mid walba habka ugu fiican ayaa aan ka qaadan, kadibna waxa aan isugaynayaa waxyaalahaas aan ka barbartay kadibna waxa aan noqonayaa jilaa soo caanbaxay. Maxaa nacasnimo igu jirtay! Sanado noloshayda ka mid ah ayaa aan ku dhuminayay in aan qof kale iska dhigdhigo illaa markii dambe maskaxdayda adayga badan ee reer Missouri ay ka dhaadhacday in aan nafsadayda iska dhigo oo kali ah oo aanan cidkale iska dhigdhigin.

Khibraddaas dhibta badan ayaa cashar waligiis ah in ay ibarto ahayd balse ma dhicin. Aniga ugu yaraan iguma dhicin. Wali nacasnimo ayaa aan ku jiray. Mar labaad in aan cashar kale qaato ayaa aan u baahday.

Sanado kadib ayaa aan bilaabay in aan qoro buug aan rumaysnaa in uu noqondoono buuggaagta ugu caansan ee laga barto “Sida dadka hortooda looga hadlo” oo aan ugu talo galay ganacsadayaasha. Wali isla fikraddii nacasnimada ahayd ayaa igu jirtay oo ahayd in aan buuggaag kala duwan xogag kala duwan ka soo aruursado kadibna ka dhigo buug xog oo dhan laga heli karayo. Kadib ayaa aan bilaabay in aan buuggaag badan soo aruursado oo mawduucaas ku saabsan muddo sanad ah ayaa aan fikradahooda aan buug aan leeyahay ku aruurinayay.

Mar labaad ayaa fikraddaani hoos ii dhigtay nacasnimana iga soo if-baxday;

Isku-qaskaan dadka fikiradooda ah ee aan qoray waxa uu noqday wax nuqul-guurin dhab ah ay ka muuqato oo haddana liita, kaas oo aan cidina xataa khasab ku akhrinayn. Sidaa darteed sanad shaqadii aan qabanayay oodhan ayaa aan qashinka ku tuuray, mar labaadna waa aan soo bilaabay.

Waxa aan iskula hadlay in aan markaan shakhsiga aan ahay iska dhigo aniga oo oranaya ``Waa in aan Dale Carnegie ahaado, oo gefafkiisa iyo tabaryaridiisa wata. Cid kale in aad noqotid suurto gal ma aha.`` Markaas ayaa aan joojiyey in aan dad kale oo la isu geeyey aan ahaado, shaatiga ayaa aan gacmaha u laabtay, kadibna waxa aan bilaabay waxii ugu horreeyey ee la iga rabay in aan qabto: Waxa an qoray buug ku saabsan "Sida Dadka Hortooda Looga Hadlo` waxa aana ka tixraacay waayo aragnimadaydii, darsiddii iyo xaqiiqooyinkii aniga i soo maray marka aan macallinka ahaa ee dadka hortooda ka hor hadli jiray. Waxa aan bartay casharkii uu Sir Walter Raleigh bartay markii uu lahaa `` Aniga ma qori karo buug u dhigma kuwii Shakespeare balse waxa aan qori karaa buug aniga iyo awooddayda ku salaysan.``

Qofka aad tahay ahoow. Qaado taladii uu Irving Berlin siiyey George Gershwin. Berlin markii uu la kulmay Gershwin, Berlin waxa uu ahaa nin caan ah laakiin Gershwin waxa uu ahaa inan yar oo halgan ku jira toddobaadkiina qaata mushaar ah soddon iyo shan doolar. Berlin ayaa u bogay xirfadda Gershwin, waxa uu u soo bandhigay in Gershwin uu noqdo xoghayahiisa uuna siiyo mushaar ah saddex-jibbaar lacagta uu hadda qaato, balse waxa uu kula taliyey "Shaqadaan aan kuu soo bandhigay ha yeelin, haddii aad yeeshid waxa aad noqon doontaa Berlinkii labaad. Balse haddii aad ku adkaysatid in aad qofka aad tahay aad ahaatid waxa aad noqon doontaa Gershwinkii Koowwad."

Gershwin waa uu dhagaystay digniintaas si tartiib-tartiib ahna waxa uu ku noqday mid kamid ah muusikaystayaasha Maraykanka ugu cadcad.

Charlie Chaplin, Will Rogers, Mary Margaret McBride, Gene Autry, iyo malaayin kale ayaa dhammaan wada bartay casharka aan cutubkaan ku

soo aruurinayo. Waxa ay dhammaan wax ku soo barteen waddadaan qalafsan.
Markii ugu horreysay ee Charlie Chaplin uu bilaabay jilitaanka filimaanta, isu-duwaha filimaantiisa ayaa ku adkaystay in Charlie uu iska dhig-dhigo majaajilayste caan ahaa oo Jarmal ahaa. Charlie meelna waa uu gaari waayay illaa uu go`aansaday in uu qofka uu yahay ahaado.
Bob Hope sidaas oo kale ayaa ku dhacday: Sanado ayaa uu dadka kale nuqul guurinayay illaa uu inta naftiisa kala dhambalay la soo baxay qofka uu yahay.
Markii Mary Margaret ay bilowday ka-hadlidda raadyaha, waxa ay isku dayday in ay iska dhigto majaajilayste reer Ireland ahaa waana ay ku guul-darraysatay.
Markii ay iska dhigtay waxa dhabta ah ee ay tahay, oo ah gabar reer Missouri ah kadib ayaa ay ka mid noqotay xidigaha idaacadaha New York.
Sidaas oo kale markii Gene Autry uu isku dayay in uu lahjadiisa reer Texaska ah uu iska beddalo oo iska dhigo in uu magaalo wayn ka yimid oo uu haddana sheegtay in uu New York ka soo jeedo, dadku maad ayaa ay ka dhigteen. Balse markii uu bilaabay in uu iska dhigo Cowboy(Kaabooy) dhab ah oo uu lahjaddiisii uu adeegsaday, adduunka dhan ayaa uu caan ka noqday.
Adduunka shakhsi ku cusub ayaa aad ku tahay. Waa in aad ku faraxdid taas. Waxa aad tahayna ka faa`iidayso. Waxa aad tahay oo kali ah ayaa aad ku heesi kartaa. Waxa aad tahay oo kali ah ayaa aad sawiri kartaa. Waa in aad ahaatid waxa khibradahaaga, deegaankaaga iyo dhaxalkaaguba ay kaa dhigeen.
Xumaan iyo wanaagba waa in aad beertaada yarta ah adigu beeratid. Waa in aad waxii aad taqaanid ku raaxaysatid adduunkaaga.

Sidii Emerson ku sheegay curiskiisii ku saabsanaa ``Isku-kalsoonaanta``: Waxaa yimaada heer qofka aqoontiisu ay tusiso oo uu qirto in xasadku uu jahli yahay, iska-yeel-yeelkuna uu is-dilid yahay; waa in qofku qaybtiisa uu ka qaato adduunka xumaan iyo wanaag waxii uu helaba; Waloow adduunka wanaag ka buuxo, haddana mirta badara ee nafaqada lihi iskama timaaddo haddii aan shaqo adag la galinin oo dhul fiican lagu beerin. Qofka awoodda ku jirtaayi waa mid adduunka ku cusub, asaga cid aan ahayn oo garan karta awoodda qofkana ma jirto, qofkuna kali ah waxa uu awooddiisa ogaadaa marka uu isku dayo adeegsigeeda.``
Qaabkaas waa qaabka Emerson u yiri, kanna waa sida gabyaa Douglas Malloch uu uyiri:

Haddii aadan buurta gaari karinin
Dooxadaada ku sugnoow
Balse ayada ku wanaagsanoow
Haddii aadan jeexo noqon karinin
Hal geed iska ahoow
Haddii aadan geed wayn noqon karinin
Geed yare iska ahoow
Balse geedyaraha kan ugu wanaagsan
Haddii aadan waddo wayn noqon
Wadiiqo yar iska ahoow
Balse wadiiqooyinka tan ugu wanaagsan ahoow
Haddii aynaan madax noqon karinin markaas
Aynu noqonno madax-raacayaal wanaagsan
Haddii aadan cadceed noqon karinin, xidig iska ahoow

Halbeegga guushu ma aha waynaanta ama yaraanta
Balse waa waxtarnimada waxa aad tahay

Si aan ufalanno qaab-feker xasillooni iyo xorriyad aan walwalka ka xoroowno keeni kara, waa kan habkii :
Qaanuunka 5aad: Dadka kale yeynaan iska-dhigdhigin. Aynu raadinno qofka aynu nahay, aynuna ahaanno qofka aynu nahay.

Cutubka 17ad : Haddii aad liin-dhanaan hesho, samayso cabitaan-liimeed.

Buuggaan intii aan qorayay ayaa aan maalin tagay jaamacadda Chicago waxa aana Robert Maynard Hutchins oo ah hormuudka jaamacadda waydiiyey sida uu walwalka iskaga ilaaliyo. Waxa uu iigu jawaabay: `` Waxa aan markasta isku dayaa in aan raaco talo uu i siiyey Julius Rosenwald oo ah madaxa shirkadda Sears, Roebuck and Company waxa uuna i yiri `` Haddii aad liin-dhanaan heshid , cabitaan liin ah ka samayso.``

Waa sida qofkasta oo garaad leh uu sameeyo. Balse doqonku kasoo-horjeedka taas ayaa uu sameeyaa. Haddii liin-dhanaani ku soo aadismato (xumaan ku dhacdo) waa uu quustaa asaga oo oranaya : ``Waa guul-darraystay, guuldarro ayaana aniga iiqoran. Fursaddi ima soo marin.`` Kadibna waxa uu dhexgalaa in uu ka xumaanayo adduunka dhan oo uu joogteeyo in uu naftiisa ka xumaanayo. Balse qofka caqliga badani marka xumaani ku dhacdo waxa uu oran: “Maxaa cashar ah oo aan ka baran karaa ayaan-darradaan? Sidee wax uga beddali karayaa? Sidee wanaag ugu beddali karayaa?

Markii noloshiisa oodhan uu darsayay dadka iyo awoodaha ku kaydsan ayaa Alfred Adler shaaca ka qaaday in astaamaha layaabka ah ee dadku leeyahay ay ka mid tahay “Awood in ay u leeyahiin in ay xumaan ay wanaag ka dhaliyaan.”

Waa tan sheekada islaan aan anigu garanayo oo sidaas samaysay. Magaceedu waa Thelma Thompson waxa ayna deggantahay 100 Morningside Drive, New York City. Waxa ay tiri “Markii dagaalladu dhacayeen, ninkaygu waxa uu ka shaqaynayay xero tabab-barka ciidanka ah

oo ku taalla lama-degaanka Mojave ee New Mexico.Halkaas ayaa aan aaday si aan agtiisa ugu noolaado. Aad ayaa aan u dhibsaday meeshaas. Aad ayaa aan u diidanaa joogisteeda. Murugo intaas le`eg waligay ma dareemin. Ninkaygu waxa uu u baxayay carbin ciidameed oo uu u aadayay lama-degaankaas. Teendhadaas yar ayaa kaligay la iiga tagayay. Qoraxdu waa mid aad u kulul. Cid aan la hadlo majoogaan aan ka ahayn Maksikaanays iyo Hindi-Ameerikaan, ayaguna wax ingiriis ah maba yaqaanaan haba yaraatee. Dabayl aan kala go` lahayn ayaa dhacaysa, cuntada aan cunayno, iyo hawada aan neefsanayno dhammaan ciid ayaa ka buuxda. Ciid, ciid, ciid. Meel walba ciid.

Maskiinnimo aad ah ayaa aan dareemay, aad ayaa aan uga xumaa nafsadayda, waalidkay ayaa aana xaashi u qoray. Waxa aan u sheegay in aan ka quustay joogitaanka meeshaas oo aan doonayo in aan dalkii dib ugu laabto. Waxa aan u sheegay in aanan daqiiqad dambe u dulqaadan karin. Waxa aan ka doorbidi lahaa in aan xabsi ku jiro! Aabbahay ayaa ii soo war celiyey, labo weerood(jumladood) ii soo qoray, labadaas weerood ayaa waligeey maskaxdayda ku jira , labadaas weerood ayaa noloshayda beddalay. Waxa uu yiri:

- Labo nin oo xabsi kujira ayaa bannaanka eegay
- Nin waxaa u muuqday boorka iyo buska dhulka , ninka kalena waxaa u muuqday xidigaha iyo cirka qurxan.

Labadaas weerood ayaa aan marar badan ku celceliyey akhrintooda. Waa aan isku yaxyaxay. Maskaxdayda ayaa aan dib uga fakarsiiyey, waxa aan go`aansaday in aan raadiyo dhanka wanaagsan ee xaaladdayda. Waxa aan go`aansaday in aan xidigaha eego.

``Dadkii dalka ku noolaa ayaa aan la saaxiibay, dhabtiina falcelintooda waa aan u bogay. Markii aan tusay in aan danaynayo dharsamayntooda iyo habka ay weelasha u sameeyaan, waxyaalo ay aad u jeclaayeen oo ay ka diidi jireen in ay dalxiiseyaasha ka gadaan ayaa ay hadiyado ahaan aniga ii siiyaan.

Waxa aan kala bartay noocyada kala duwan ee dhirta meeshaas ka baxda. Xayawaanka lama-degaanka ayaa aan kala bartay, qorrax dhaca lama-degaankana waa aan daawan jiray.

Is-beddalkaas cajiibka ah oo dhan maxaa keenay? Saxariha Mojave waa sidiisii oo isma beddalin. Dadku waa dadkii. Balse waa aniga waxa is beddalay. Aniga ayaa qaab-fekerkaygii beddalay. Sidaas haddii aan sameeyeyna, niyad-xumo aan dareemayay ayaa aan u beddalay farxad iyo dalxiiskii ugu macaanaa ee noloshayda. Waxaa aad ii xiiso iyo dhiiro galiyey dunidaan cusub ee aan helay. Aad ayaa aan uga helay illaa aan buug-sheekeed ka qoray oo aan u bixiyey “Bright Ramparts”(Dhufayskii Dhalaalayay) . Xabsigii aan anigu isku abuuray ayaa aan korkiisa eegay, kadibna xidigaha ayaa ii muuqday.”

Thelma Thompson waxa ay ogaatay xaqiiqa Giriigu dhawr kun oo sano ka hor ay dadka barayeen taas oo oranaysa: “Waxyaalaha ugu fiicani waa kuwa dhibta ugu badan laga maro.”

Harry Emerson Fosdick ayaa hadalkaas ku celiyey qarnigii labaatanaad asaga oo oranaya: “Farxadda dhabtaahi kama imaanayso waxa ku farxad galin kara odhan, ee waa waxa guul ku dareensiin karaya.” Haa waa dareenka guulaysashada ee qofku dareemayo in wax u qabsoomeen.

Hadda ka hor ayaa aan booqday nin beeraley ah oo Florida ku nool. Ninkaasi liin sun ah ayaa uu u beddalay mid la cabbi karayo. Markii ugu horraysay ee uu beerta yeeshay waa uu ka niyad jabsanaa. Waxa uu ahaa

dhul aad isugu dhexyaacsan oo aan waxna lagu beeran karinin, xoolana lagu dhaqan karinin. Wax ku yaalla maleh aan ka ahayn dhir gaagaab ah iyo masas. Kadib ayaa uu fakar keenay. Maqsarkaan haysta ayaa uu faa`iido u beddalayaa: masaskaan ayaa uu ku fakaray sidii uu uga faa`iidaysan lahaa. Cajiibnimada ninkaan, waxa uu bilaabay in uu shiilo hilibka maska oo uu dadka ka iibiyo. Mar aan safar ku marayay dhulkaas oo aan ku leexday waxa aan arkay in dalxiisayaal aad u badan oo gaaraya labaatan kun sanadkii ay booqdaan si ay hilibkaas uga iibsadaan. Ganacsigiisu aad ayaa uu u kobcayay. Waxa aan arkay suntii masaska laga shubay oo loo dhoofinayo shirkadaha daawooyinka si looga sameeyo sunta qaniinyada maska; Waxa aan arkay maqaarkii masaska oo loo iibgaynayo in laga sameeyo kabaha iyo boorsooyinka dumarka noocyada ugu quruxda badan. Waxa aan arkay hilibkii masaska oo la qasacadeeyey oo loo iib gaynayo iibsadayaal(macaamiil) adduunka oodhan ah.

Maadaama aan in badan ku dhexsafray Maraykanka waqtiyo badan oo kala duwan, waxaa sharaf ii ahayd in aan la kulmo dad badan oo rag iyo dumarba leh kuwaas oo muujiyey awooddooda ah in ay dhib haysatay ay dheef ka soo saari karayaan.

William Bolitho ayaa yiri : `` Waxa ugu muhiimsan nolosha ma aha in aad faa`iidadaada kordhin kartin.  Nacas kasta ayaa sidaas samayn kara. Waxa ugu muhiimsani waa in aad khasaarahaaga faa`iido u beddali kartid. Taas ayaa caqli u baahan; taas ayaana kala saarta ninka caqliga badan iyo kan kale.``

Bolitho hadaladaas waxa uu yiri kadib markii uu lugtiisii ku waayay shil gaari. Balse anigu waxa aan aqaan nin labadiisii lugoodba waayay haddana dhibtaas dheef u beddashay. Magaciisu waa Ben Fortson. Wiish huteel, ayaa aan ku kulannay, magaalada Atlanta ee Georgia. Markii aan wiishka soo galay, ayaa indhahaygu qabteen ninkaan farxaaniga ah labada lugoodna la`a ee gaadiid-curyaanka saaran. Markii dabakhii uu u socday la gaaray ayaa uu si xushmad leh iiga codsaday in aan dhinac uga banneeyo si uu gaadiid-curyaankiisu ugu mari karayo. Waxa uu igu yiri “Aad ayaa aan uga xumahay in aan ku dhibo”- Dhoolocaddayn laabtayda taabatay ayaa uu ku daray markii uu hadalka oranayay.

Markii aan qolkaygii gaaray, ayaa aan ka fakaray ninkaan curyaanka ah ee haddana farxadda badan. Kadib ayaa aan dib u raadiyey, waxa aana ka codsaday in uu iiga sheekeeyo sida wax ugu dhaceen.

Waxa uu igu yiri `` Sanadkii 1919kii ayaa ay ahayd markii arintaani igu dhacday. Aniga oo wadaya gaari aan beertayda ka soo raray, ayaa aan shil galay, gaarigii ayaa waddada igala baxay kadibna geed ila galay. Xangulaha ayaa dhaawac iga gaaray, lugahuna waa I qalaleen(naafoobeen)

“ labaatan iyo afar ayaa aan markaas jiray intii kadambaysayna hal tallaabo ah ma aanan qaadin.”

Labaatan iyo afar jir nolosha inta uga haray loo qoray in uu gaari-curyaan saarnaado! Waxa aan waydiiyey halka uu ka keenay geesinimada uu ugu samray dhibtaas oodhan. Waxa uu yiri: “Kuma aanan samrin.” Waa uu ka xanaaqay, waa uu diiday ogolaanshaha dhibta ku dhacday. Dhacdadaas ku-samirkeeda waa uu ka horyimid. Balse sanado markii ay gudbeen, waxa uu ogaaday in aan xanaaqiisu meelna gaarsiinayn. Waxa uu yiri “Ugu dambayn waxa aan dhabaystay in dadku ii naxariis badanyahiin oo iga naxayaan.

Anigana la iiga baahanyahay in aan sidaas ookale dadka u noqdo mid naxariis leh oo wanaagsan.”
Waxa aan waydiiyey haddii sanado kadib uu dareemayo in dhacdadaasi ay aad u xuntahay iyo inkale. Waxa uu iigu jawaabay ``Maya, hadda waaba aan ku faraxsanahay in dhibtaasi igu dhacday.`` Waxa uu ii sheegay in markii argagaxii iyo niyad-jabkii ka ba`ay kadib uu bilaabay in uu noolaado nolol ka duwan tii hore. Waxa uu bilaabay in uu wax akhriyo oo waliba jeclaado wax akhriska. Afar iyo toban sano gudaheed waxa uu ii sheegay in uu akhriyey ugu yaraan kun iyo afar boqol oo buug; buugtaasina ay noloshiisa il cusub u fureen, noloshiisana ay gaarsiiyeen heer uusan waligiis ka filaynin. Waxa ugu wayn ee uu helay waxa uu ku sheegay in uu yahay helitaanka waqti uu ku fakaro, adduunka qaymaha uu leeyahayna uu u muuqdo. Waxa uu xaqiiqsaday in inta badan waxyaalaha uu noloshiisa ku dedaali jiray helitaankooda aysan wax qaymo ah hadda ugu fadhiyin.”
Akhrintiisa darteed waxa uu bilaabay in uu daneeyo siyaasadda, waxa uu darsay waydiimaha dadwaynuhu waydiiyaan inta badan, khudbado badan ayaa uu jeediyey, dhammaanna waxa uu sameeyey asaga oo gaari-curyaankiisa saaran. Dad ayaa uu bartay, dadkuna waa ay barteen. Maanta Ben Fortson wali asaga oo gaari-curyaankii fuushan waxa uu yahay xog-hayaha maamul-goboleedka Georgia!

Soddon iyo shantii sano ee la soo dhaafay waxa aan ahaa bare dadka waawayn wax ku bara New York, waxa aana ogaaday in waxa ugu badan ee dadka waawayni ka walwalaan ay tahay in aysan jaamacado ka bixin. Waxa ay u qabaan in dhibatada ugu wayn ee haysataayi ay tahay in aysan jaamacad ka bixin. Waxa aan ogahay taasi in aysan khasab ahayn in ay iin(cillad) noqoto sababta oo ah waxa aan aqaannaa kumanaan dad

guulaystayaal ah oo aan waligood xataa iskool dhamaysan. Waxa aan marmar badan ardaydaan u sheegaa nin aan aqaan oo aan xataa dugsi ka bixinin. Saboolnimo daran ayaa uu ku koray. Aabihiis markii uu dhintay, saaxiibadiisii markii uu noolaa ayaa kafanta dhaqaalaheeda u aruuriyey. Aabihii markii uu dhintay kadib, ayaa hooyadiis bilowday in ay ka shaqayso warshad dalladaha samaysa, waxa ayna maalin kasta shaqayn jirtay toban saacadood, sidaas oo ay tahay shaqada qayb ayaa ay xaafadda la aadi jirtay oo ay illaa habeen barkii ku gaari jirtay.

Wiilka dhibaatooyinkaas ku koray waxa uu ka qaybgalay samaynta majaajilooyin kaniisadda laga samaynayay. Waxa uu dareemay in uu aad ugu fiicanyahay jilitaanka kadibna waxa uu go`aansaday in uu barto sida dadka hortooda looga hadlo. Sidaas ayaa uu siyaasadda ku galay. Markii uu gaaray da`ada soddonaad ayaa loo doortay golaha xeer-dajinta ee New York. Balse si aan maan-gal ahayn ayaa uusan ugu diyaarsanayn xilkaas. Waxa uu ii sheegay in xataa dhabtii uusan aqoonin waxa ay shaqadaasi ku saabsanayd oo dhan.
Waa uu la yaabay oo amakaag ku kudhacay markii loo doortay guddiga illaalada dooxooyinka(jeexooyinka) asaga oo aan xataa waligiis dooxo arkinin. Waxaa ka sii amakaag badnayd markii loo doortay in uu xubin ka noqdo Golaha Bangiyada asaga oo aan waligiisba xataa bangi adeegsan. Asaga naftiisa ayaa xataa ii sheegay in uu markasta rabayay in uu xilka ka dego(is casilo) haddii uusan ka yaxyaxayn in uu hooyadiis horteeda uu ku guuldarraysto. Asaga oo quusasho taagan ayaa uu go`aansaday in uu maalin kasta lix iyo toban saacadood oo ka mid ah uu wax akhriyo, jahligiisiina u u beddalo aqoon iyo iftiin. Intaas samaynteeda ayaa ka dhigtay in uu ka gudbo siyaasi gobolkiisa ah oo uu noqdo nin dalka dhan ku

baahsan. Waxa uu gaaray heer joornaalka New York Times ugu yeeraan ``Waddaniga loogu jecelyahay New York``.
Ninka aan ka sheekaynayay waa Al Smith.

Toban sano oo uu Al Smith dhexgalay in uu siyaasadda naftiisa baro, waxa uu noqday madaxda ugu sarraysa ee Maraykanka. Waxaa loo doortay gudoomiyaha New York afar jeer oo isku xigta, heer aan nin kale uusan waligiis gaarin. 1928dii waxa uu u tartamay in uu noqdo madaxwaynaha Maraykanka asaga oo ka socda xisbiga Dimiquraadiga. Lix jaamacadood oo waawayn oo ay ka midyahiin Harvard iyo Colombia ayaa shahaado sharaf guddoonsiiyey ninkaan aan waligiis dugsi dhiganin.
Al Smith asaga laftigiisa ayaa ii sheegay in waxaan oodhan aysan u qabsoomeen haddii uusan lix iyo toban saacadood maalin kasta wax akhriyeen, si dhimanaanshaha ku jira uu dheef uga dhaliyo.
Nietzche qaacidada uu u sameeyey qofka heerka sare ah waa ``Kali ah in uusan u dulqaadan culaysyada lagama maarmaanka ah balse uu sidoo kale jeclaado``.
In badan markii aan sii darso dad badan oo guulo gaaray, waxa aan sii ogaadaa oo yaqiinsadaa in in badan oo kamid ahi ay guul gaareen ayaga oo dhibaatooyin adag ay haysteen, balse culayskaasi uu ka dhigay qofka ay yahiin hadda iyo heerka ay gaareenba. : `` William James ayaa oranaya: "Itaal darrideenna ayaa si lama filaan ah u noqota mid ina caawisa."

Haa oo aad ayaa ay ugu dhawdahay in la dhaho, Milton awooddiisa gabay waxa ay ka dhalatay awood-darradiisii indho la`aanta ahayad sidoo kalena Beethoven muusikada ugu fiican in uu sameeyo, waxa uu ku gaaray dhego la`aanta.

Waxqabadkeedii cajiibka ahaa ee Helen Keller waxaa maangal ah in ay keeneen indho la`aanteeda iyo dhago la`aanteeda.
Haddii Tchaikovsky uusan niyad-jabin oo uusan ku dhawaan in uu is daldalo taas oo ka imaanaysay guurkiisii dhibaatada ku noqday, haddii aan noloshiisu qarracan aysan soo marin, waxa ay u dhawdahay in uusan awood u heleen in uu qoro gabayadiisii layaabka lahaa.
Haddii Dostoevsky iyo Tolstoy aysan noloshu silcin, waligood awood uma heleen in ay ay qoraan sheekooyinkooda aan gaboobin.

Maalinta Darwin uu Ingiriiska ku dhalanayo, ilmo kale ayaa asna ku dhashay cariish yar oo ku dhexyaalla duurka Kentucky. Asagana waxaa caawiyey jidgooyooyinkii hasytay. Magaciisu waa Abraham Lincoln. Haddii uu ka dhalan lahaa qoys sare, kana qalin beddalan lahaa jaamacadda Harvard, nolol guur fiican ahna uu ku noolaan lahaa, dhabtii waligiis ma uusan yeesheen awoodda uu ku yiri erayadiisii goob-dagaaleedkii Gettsberg, mana allifeen gabaygiisii uu kaga hadlay tartiinkiisii labaad ee doorashada. Sidoo kalena kama aysan hareen erayada aadka u quruxda badan ee oranaya “Xaasidnimo cidna ha u qaadin, kaalmadaadana cid walba u samee.”
Harry Emerson Fosdick ayaa buuggiisa “The Power to See It Through” ku oranaya; `` Waxaa jirta maahmaah dadka Iskaandinayfiyaanku(Scandinavian) adeegsadaan taas oo oranaysa “Dabaysha waqooyi ayaa abuurtay dagaalyahanadii caan baxay ee Vikings “.
Xaggee ka keenay fikirka ah in nolol xasillooni iyo farxad ah, oo aan lahayn wax dhib ah, istireexna lagu jiiro , ayaa dadka guul iyo wanaag gaarsiin karta? Dhabtii dadka nafsaddooda ka xun sidaas ayaa ay ahaanayaan xataa haddii barkimo ay dul jiifaan, balse sooyaalka markii la eego dadka dhabta

ah iyo farxaddu waa ay soo martay dad dhibaatooyin badan oo kala duwan lahaa, xumaan, wanaag, isku mid, balse waa markii dhammaantood ay xilalkooda ay guteen. Mar labaad ayaa aan kuugu celin. “Dabaysha waqooyi ayaa abuurtay dagaalyahanadii caan baxay ee Vikings”.
Kasoo qaad in aad aad niyad-jabtay illaa aad dareentay in aadan haysan wax rajo ah oo dhibta ku haysataayi ay dheef ku beddalmi karto. Haddaba labo sababood ayaa aan ku siinayaa kuwaas oo kuu caddaynaya sababta aad ugu baahantahay in aad mar kale isku daydid oo adan quusan.

Sababta koowaad: Waa aad ku guulaysan kartaa.

Sababta labaad: Xataa haddii aynaan guulaysan, kali ah isku-dayga aynu samaynay ee doonnay in aan naaquskeennii awood u beddalno ayaa keenaya in aan horay kali ah eegtid ee aadan dib u u jeensanin; fakaradahaagii xumaa ayaa kuwo wanaagsan kuugu beddalmayaan; tabar waxtar leh ayaa ku galaysa kadibna sidaas ayaa aad ku foogganaan(mashquulsanaan) illaa aad waqtiba u waydid in aad ku calaacashid ama ka walwashid waxii dhacay iyo waxii la soo dhaafay oodhan.
Hadda kahor Ole Bull oo ku caan ah qalabka muusikada ayaa bandhig ku samaynayay magaalada Paris, waxaa dhakhso u go`ay go`ay mid kamid ah afartii xarig ee qalabkii uu garaacayay ee violinka. Sidaas oo ay tahay ayaa Ole Bull sii waday xafladdii asaga oo adeegsanaya saddexdii soo hartay. “Noloshu sidaas ayay ku macaantahay, adiga oo bandhig samaynaya oo haddana xarig kaa go`ay balse aadan u joojin ee aad saddexda kale ku dhammaysid.”

Taasi ma aha nolol oo kali ah. Nolol waa ay ka badantahay. Waa guul nolosha laga gaaray.
Haddii aan awood u heli karayo waxa aan jeclaan lahaan in aan erayadaan William Bolitho ku qoro dhagax dahabeed kadibna aan suro dugsi kasta .
Ereyada oranaya
“ Waxa ugu muhiimsan nolosha ma aha in aad dheeftaada kordhin kartid. Nacas kasta ayaa sidaas samayn kara. Waxa ugu muhiimsani waa in aad khasaarahaaga dheef(faa`iido) u beddali kartid. Taas ayaa caqli u baahan; taas ayaana kala saarta ninka caqliga leh iyo doqonka.”
Haddaba si aan u yeelanno qaab-feker farxad iyo xasillooni inoo keeni karaya, aynu wax samayno;
Qaanuunka 6aad : Marka adiga oo gaajaysan aad liin-dhanaan heshid, cabitaan-liimeed ka samayso.

Cutubka 18aad: Sidee La Isaga Daweeyaa Jirrooyinka Male-awaalka Ah 14 Maalmood Gudahood.

Markii aan buuggaan qorayay ayaa aan go`aansaday in abaal-gud labo boqol oo doolar ah ku bixiyo sheekada ugu dhiirogalinta badan ee ku saabsan mawduuca ah “Sida Looga Adkaado Walwalka”.
Saddexda garsoore ee tartanka ayaa kala ahaa: Eddie Rickenbacker, oo ah madaxa Eastern Air Lines oo ah shirkad duulimaad; Dr Stewart W. McClelland oo ah madaxa jaamacadda Lincoln Memorial University; iyo H. V. Kaltenborn, oo saxafi ah.

Si kastaba ha ahaatee labo sheeko ayaa isku dhigmay oo garsoorayaashii kala saari waayeen. Sidaas darteed abaal-gudkii waa aan u kala qaybinay. Waa tan sheekada ugu horraysa ee labada sheeko. Waa C. R Burton oo u shaqeeya shirkadda Whizzer Motor Sales ee Missouri ku taalla. Waxa uu degganyahay 1067 Commercial Street, Springfield Missouri.

Waxa uu yiri “Hooyaday ayaa aan waayay markii aan jiray sagaal sano, sidoo kalena aabahay ayaa aan waayay markii aan labo iyo toban jirsaday. Aabbahay shil ayaa uu ku dhintay balse hooyaday waa ay iska dhaqaajisay, muddo sagaal iyo toban sano hadda laga joogo, dib dambe uma aanan arkin hooyaday. Sidaas oo kalena dib dambe uma aanan arkin labo gabdhood oo walaalahay ah oo hooyaday la tagtay. Xataa wax farriin ah kama aanan helin illaa ay toddobo sano ka soo wareegatay maqnaanshaheedii. Aabbahay asaga iyo iyo nin kale ayaa maqaaxi ka wada furtay magaalo yar oo Missouri ku taalla. Aabbahay asaga oo safar-shaqeed ku maqan ayaa ninkii meheradda la lahaa uu meheraddii iibsaday kadibna uu fakaday. Nin

saaxiibkiis ah ayaa aabbe u sheegay warkii, kadibna dhakhso ku gaar intii uu is lahaa, ayaa uu shil gaari galay sidaas ayaa uuna ku dhintay.
Labo eeddooyinkay ah oo da`a ah , jirroolayaalna ah, ayaa saddex kale oo walaalahay ah kala qaatay. Aniga iyo wiil iga yar ayaa na looga tagay meeshii, cidina nama rabin. Cabsi ayaa na gashay ah in agoon na loogu yeero ama sida agoonta naloo la dhaqmo. Baqdintayadii is lamarkiiba waa soo dhalaashay.
Muddo aan badnayn ayaa aan la noolaa qoys danyar ah oo magaalada degganaa. Waxyar kadib noloshii ayaa ku soo adkaatay qoyskii, aabbahii qoyska ayaa ka dhintay, intaa ka badanna waa awoodi waayeen in ay I koriyaan. Kadib mudane Loftin iyo xaaskiisa ayaa ii kaxaystay gurigooda oo dhowr iyo toban kiilomitir magaalada u jira. Loftin waa nin todobaatan jir ah oo jirro badan haddana sariir-yaal iska ah. Waxa uu ii sheegay in aan hoyigiisa ku noolaan karayo intii aan ka buuxinayo saddex shardi oo kala ah `In aanan been sheegin, in aanan waxba xadin, iyo in aan sameeyo waxii la ii diro`. Saddexdaas amar ayaa kitaab ii noqday. Si xagjirnimo ah ayaa aan u addeecaa xeerarkaas. Dugsi ayaa aan bilaabay balse carruurtii ayaa bilaabay in ay farta ku fiiqaan sankayga wayn, I dhibaan, agoon iigu yeeraan. Aad ayaa aan u dhibsanayay illaa aan ku dhawaado in aan la dagaalamo; balse waxa aan xasuusan jiray hadal uu ii sheegay mudane Loftin oo ahaa `Waligaa xasuusnoow, raganimada dhabta ah ninka leh waa ninka qof ladagaali raba isaga dhaqaajiya intii uu u istaagi lahaa oo la daagalami lahaa.` Dagaal la`aan ayaa aan ahaa illaa maalintii dambe uu mid carruurta ka mid ahi uu saalo soo qaaday kadibna wajiga iiga sayriyey. Si xun ayaa aan u garaacay ilmahaas. Carruur badan ayaa ila saaxiibay markaas, waxa ayna ii sheegeen in uu mutasytay anigana aan si fiican sameeyey.

Koofiyad cusub oo aan u bogay ayaa mudane Loftin ii soo gaday. Maalin dambe ayaa gabar koofiyadii iga daftay, biyo ka buuxisay kadibna ii sheegtay in ay biyaha uga buuxisay si maskaxdayda qolofta adagi saarantahay ee daangada ka samaysani ay u baahantahay koofiyaddaas qoyan si aysan daangadaasi u kala yaacin.`
Waligay dugsiga inta aan joogay ma aanan ooyin, balse guriga ayaa aan ku ooyi jiray. Maalin dambe ayaa Loftin xaaskiisu I siisay talo aad ii caawisay, cidkasta oo col igu ahaydna jaal iiga dhigtay. Waxa ay tiri: ` Ralph, carruurtu kuguma cayaarayaan agoonna kuuguma yeerayaan haddii ay dareemayaan in aad arimahooda danaynaysid oo ay arkaan in aad wax badan u qaban kartid.` Taladaas ayaa aan qaatay. Aad ayaa aan ugu dedaalay waxbarashadii; islamarkiibana aniga ayaa noqday qofka fasalka ugu sarreeya. Cidina xaasid iguma noqon sababta oo ah dhammaan waa aan caawinayay.
``Wiilal badan ayaa aan ka caawinayay casharradooda iyo layliyadooda. Casharro badan ayaa aan u qorayay ardo kala duwan. Mid kamid ah wiilasha, waxa uu ka xishoonayay in saaxiibadiis ogaadaan in aan anigu casharradiisa ka caawiyo sidaas darteed ayaa uu hooyadiis u sheegi jiray in uu ugaarsi u baxayo, kadibna aniga ayaa uu ii imaan jiray oo ka caawin jiray casharradiisa. Naqtiin ayaa aan kuwo kale oo badan siiyey, gabar ardada ka mid ahna xisaabta ayaa aan ka caawin jiray.

Geeri ayaa soo weerartay xaafadahayaga. Labo beeraleyda ka mid ahaa oo da`a ahaa ayaa dhintay islaan kalena ninkeedii ayaa ka tagay. Waxa aan noqday ninka kali ah ee afar qoys u shaqeeya. Islaamahaan oodhan ayaa aan kaligay u shaqeeyaa. Markii aan dugsiga u socdo iyo marka aan ka soo

laabanayo labadaba waa aan ku leexdaa, beeraha ayaa aan u jaraa, lo`oda ayaa aan u lisaa, xoolaha ood hanna waa aan u waraabiyaa una quudiyaa. Hadda waa la ii duceeyaa halkii wax la iga sheegi jiray. Qof walba ayaa jaal ila noqday. Dareenkooda dhabta ah waxa ay ii muujiyeen markii aan muddo kadib ciidamada ka soo laabtay oo tuuladii imid. In kabadan labo boqol oo beeralaydii ah iyo qoysaskoodii ayaa isugu kay soo aruuray. Dadka qaar ayaa meelo boqol kiilowmitir kabadan iiga yimid si ay ii soo dhaweeyaan maalintaas. Maaddaama aan ku mashquulsanaa, kuna faraxsanaa in aan dadka kale caawiyo, walwalkaygii waa yaraaday, wax agoon ama qariib iigu yeerayana ma aanan arkin muddo sanado ah."

Akhristoow aynu u sacabbino C.R. Burton ! Ninkaas yaqaanna sida dadka loo kasbado sidoo kalena yaqaanna sida walwalka la isaga ilaaliyo noloshana loogu raaxaysto.

Sidaas oo kale waxaa la mid ah Dr Frank Loope . Waxa uu degganyahay Seattle Washington. Curyaan ayaa uu ahaa labaatan iyo saddex sano. Stuart Whithouse ayaa ii sheegay in uu waraysi la yeeshay Dr Frank Loope waxa uuna ii sheegay in uusan waligiis arkin qof dadka dantooda ka shaqeeya sida Dr Frank oo kale ama qof nolosha wax badan qabta sidiisa oo kale."
Sidee ku dhici kartaa in ninkaan curyaanka ahi uu wax badan oo nolol ah qabto? Male samee labo fursadood ayaa aan ku siinine.
Ma dhaliil iyo cabasho ayaa uu sidaas ku gaaray? Maya..... ma murugo uu la galgashay asaga oo doonaya in cid walba ay asaga dhagaysato oo u adeegto? Maya.... Wali waa aad gefsantahay. Waxa uu ku gaaray in uu

halku-dheg kadhigtay kadhigtay erayadii wiilka boqorka ee Wales kaas oo yiri: ``Ich dien``-``Waa aan adeegayaa.``

Dr Frank waxa uu aruuriyey magacyada iyo meelaha ay deganyahiin dadka curyaamada ah oo dhan kadibna warqado farxad galinaya ayaa uu u diri jiray, asaguna sidaas ayaa uu farxad ku heli jiray. Waxa uu abuuray Ururka Waraaqo Isu-qoridda ee Curyaamada, sidaas ayaana dadkaasi farriimo isugu dir-diraan. Ugu dambayntiina waxa uu sameeyey urur dalka dhan ku baahay oo la magac baxay Bulshada Curyaamada. Asaga oo sariirtiisa jiifa ayaa uu qoray kun iyo afar boqol oo warqadood sanad gudahiis, kumanaan kalena idaacadaha iyo buugaagta ayaa uu ugu gudbiyaa fariimo farxad galinaya.

Waa maxay kala-duwanaanshaha u dhexeeya Dr loope iyo dad kale oo badan? waa kan: Dr Loope waxaa ka iftiimaya in uu yahay nin ujeeddo iyo waxqabad leh. Waxa uu ku faraxsanyahay in loo adeegsado fikrad ahaan taas in badan ka heer sarraysa haddii xooggiisa ahaan loo adeegsado halkii uu noqon lahaa sidii mudane Shaw uu sheegay oo ahayd: “Danaysteyaal yaryar oo ciilqab la jirran, adduunkana ku eedeyanaya in aan adduunku u go`doomin sidii uu ayaga u farxad galin lahaa oo kali ah.”

Waa tan oraah aan akhriyo oo dhakhtar dhimir uu qoro tii ugu cajiibsanayd. Oraahdaan waxaa yiri Alfred Adler. Oraahdaan ayaa uu ku oranjiray bukaankiisa qaba MELANCHOLIA(JIRRO ISKU-RIDIS) Afar iyo toban maalmood gudahood ayaa aad ku caafimaadin haddii aad taladaan raacdid. “Ka fakar sidii aad qof uga farxin lahayd maalin kasta.”

Oraahdaasi mid cajiib aad ah ayaa ay u muuqataa, waxa aan doonay in aan isku dayo in aan dhawr bog ku faahfaahiyo aniga oo faahfaahintaas ka soo xiganaya buugga Dr Adler ee la yiraahdo, “What Life Should Mean To You.”

(Waxa La Doonayo In Noloshu Kuu Tahay)(Haddaba buuggaan waa in aad akhrisid.)

Adler waxa uu buuggiisa ku yiri ``Melancholia(Bukaan iska-yeelid/Jirro Male-awaalsasho), waa caro iyo eedayn dadka kale loo qaado oo waliba dabo-dheeraata, taas oo ujeeddada laga leeyahay ay tahay in daryeel, damqasho iyo taageero dadka kale looga helo. Qofka noocaan ahi waxa ugu horreeya ee xasuustiisa kasoo baxaya waxa ay noqon hadal sidaan oo kale ah: `Waxa aan xasuustaa in aan doonayay in aan fadhiga ku jiifsado, waxa aan arkay walaalkay oo mar hore ku jiifa fadhigii. Waa aan ooyay si aad ah illaa uu iiga kacay fadhigii.`
“Dadkaani waxa ay doonayaan in ay aargudasho sameeyaan ayaga oo ku aargudanaya in ay is dilayaan, waxa ugu horreeya ee dhakhtarku isku dayayo waa in uu marmarsiiyo uu ku qanciyo u helo si aysan isu dilin. Aniga laftigayga ayaa isku daya in aan naftooda dajiyo aniga oo fikiro u soo jeedinaya, sida uu yahay sharciga ugu horreeya ee daawada lagu helo, “Waligaa ha samaynin wax aadan jeclaysanayn samayntooda.” Waxa uu u muuqdaa hadal caadi ah, balse waxa aan rumaysanahay in ay saldhig u tahay dhibaatada dadkaan haysata oodhan maxaa yeelay haddii uu awood u leeyahay in uu sameeyo waxkasta oo uu doonayo, yaa uu eedaynayaa haddaba? Maxaa uu aarsi ugu baahanayaa? Waxa aan ku dhahaa dadkaas `Haddii aad doonaysid in aad shineemada aadid ama dalxiis u baxdid, samee. Haddii adiga oo meel u socda oo jidka sii maraya aad nacdid aadista meeshaas, iskadaa oo ka joogso. Waa qaabka ugu wanaagsan ee qofku ku dhaqmi karayo. Qanacsanaan ayaa ay isla waynidiisa siinaysaa. Waa qof dadka iskula sarreeya, rabana in uu sameeyo waxii uu jeclaysto. Dhanka kale markii noloshiisa laga eego, in uu sameeyo waxa uu doonayo wali ma

aha waxa uu ku qanacsanyahay. Waxa uu ka helaa in uu dadka kale xukumo oo eedeeyo, haddii ay ku raacaan doonistiisa oo ayagana la qummanaato ma uu doonayo sidaas ee waxa uu doonin in qofka kale uusan ku raacin balse asagu ku khasbo, sidaas ayaa uu sarrayn ku dareemin. Xeerka caynkaan ah wax badan ayaa uu dajiyaa dadka caynkaan ah, waxa uuna ka hortagaa in ay is dilaan.
In badan ayaa bukaankaani iigu jawaabaan: 'Wax aan jeclahay maba jiraan.' Warcelin ayaa aan mar hore u diyaariyey tan ku aaddan maxaa yeelay horay ayaa aan in badan uga maqlay kuwo kale. 'Haddaba iska daa samaynta waxii aadan ka helin,' ayaa aan ku dhahaa. Marmar ayaa ay iigu warceliyaan: 'Waxa aan jeclahay in aan maanta dhan iska jiifo.' Waxa aan ogahay haddii aan u ogolaado in uu iska jiifo, waa uu iska joojin jiifiddaas. Waxaa kale oo aan ogahay haddii aan ka yara diidana waa uu igula doodayaa, sidaas darteed waa aan ku raacaa oo kali ah.

Haddaba waakan xeerka aan u sheego in ay raacaan. Waxa aan ku iraahdaa: "Afar iyo toban maalmood ayaa aad ku daawaysmaysaa haddii aad raacdid waxa aan kuu sheegayo. 'Isku day in aad ka fakartid sidii aad maalin kasta qof uga farxin lahayd.' Hadalkaas ayaga sidee ugu muuqdaa? Waxaa ka buuxa fakarka ah "Sidee qof walwal ugu abuuri karaa?' Jawaab fudud ayaa u soo baxaysaa. Qaar ayaa oranaya: 'Waa wax dhibyar in aan sidaas sameeyo, waligeey ayaa aan samaynayay.' Waligood ma aysan samaynin xaqiiq ahaan. Waxa aan u sheegaa in ay in badan ku fakaraan arrintaas . Ma ku fakarayaan. Waxa aan ku iraahdaa, waqtiga dhan ee aad soo jeedid, habeenka dhan ee aad seexan la`adahay, ka fakar sidii aad qof uga farxin lahayd, tallaabo wayn ayaa ay caafimaadkaaga u noqonaysaa.' Maalinta labaad marka ay ii soo laabtaan, waxa aan waydiiyaa: 'Ma ka

fakartay waxii aan kuu sheegay? Waxa ay iigu jawaabaan: ‘ Xalay markii aan sariirta tagay ayaa aan isla markiiba gam`ay.’ Hawshaan oo dhan waa in loogu sheego qaab degganaan ah, saaxiib lala yahay bukaankaas oo aan loo muujinayn in la amrayo ama laga sarreeyo.

Qaar kale waxa ay iigu warceliyaan : “Waligeey ayaa aanan sidaas samayn karin, sababta oo ah walwal ayaa aanan joojin karin.” Waxa aan ku iraahdaa: Ha joojin walwalka balse adiga oo walwalaya haddana waxa aad isku daydaa in aad ka fakartid sidii aad uga farxin lahayd cid kale. Waxa aan isku dayayaa in aan jeclaysiiyo dadka kale. Kuwo badan ayaa oranaya: ‘Maxaa aan dadka kale uga farxinayaa? Ayaguba iskuma dayayaan in ay iga farxiyaane.’ Waxa aan ugu jawaabaa, ‘Waa in aad caafimaadkaaga ka fakartid, dadka kale ayaga ayaa u dhibtoon doona falkaas ay gaysanayaan.’ Runtii aad ayaa ay dhif u tahay in aan arko bukaannadaan mid kamid ah oo oranaya : ‘Waa aan ka soo fakaray waxii aad ii soo bandhigtay.’
Dadaalkayga dhan waxa aan galinayaa in aan dadkaan jeclaysiiyo wax u qabashada bulshada. Waxa aan ogahay in jirradiisa dhammi ay ka imaanayso la shaqayn la`aan iyo ku xirnaan la`aan uu samaynayo, taas ayaana doonayaa in aan tusiyo. Marka ugu horraysa ee uu xiriir sinnaan iyo wadashaqayn ku salaysan uu la sameeyo dadka kale, xaqiiq ahaan islamarkaasba waa uu caafimaadayaa… Hawsha ugu wayn ee diin walba ay dadka kula taliso waa ‘Dariskaaga jecloow’… Qofka aan jeclayn dadka kale, asaga ayaa ah qofka dhibaatada ugu wayn soo gaarayso, nafsaddiisa ayaa uuna u gaysanayaa dhaawac waynaaday. Waa dadka noocaas ah waxa banii`aadamnimada oo dhan burburiya.
Waxa ugu muhiimsan ee qofkasta laga doonayo ama uu ammaanta ugu sarraysa ku gaari karayo waa in uu jaal wanaagsan u noqdo qofka la

shaqeeya, saaxiib dadka dhan la noqdo, lammaan dhab ahna uu xaaskiisa u noqdo.

Dr Adler waxa uu inoo soo jeedinayaa in aan camallo wan-wanaagsan samayno maalin kasta. Waa maxay camal wanaagsan? Camalka wanaagsan waa sida uu Nebi Muxamad ku qeexay ``Waa midka farxad ka muujiya wajiga dadka kale.``

Waa maxay sababta camalka wanaagsan ee maalinlaha ahi uu u keeni karo faa`iido badan? Sababta oo ah marka aad isku dayaysid in aad dadka kale ka farxisid waxa ay keenaysaa in aan joojinno in aan annagu isku mashquulno: Waana waxa keena walwalka , cabsida iyo jirr0oyinkaan male-awaalka ah.

Marwada William T. moon, oo ah maamulka dugsiga Moon Secretarial School kuna yaalla 521 Avenue, New York ayaa aan ka sheekayn donnaa. Isbeddalkeedu kuma imaanin in ay labo toddobaad oodhan waddo ku fakaridda sidii ay qof uga farxin lahayd si ay u caafimaado. Hal maalin gudaheed ayaa ay ka adkaatay jirradii haysay oodhan kadib markii ay ka fakartay sidii ay uga farxin lahayd labo agoon.
Sidaan ayaa ay ku dhacday: Waxa ay tiri ``Murugo iyo walwal ayaa i harqiyay. Sanado badan markii aan nolol farxad leh aan ninkayga kula noolaa ayaa ninkaygii iga dhintay. Markii dabaaldegga sanadka cusub soo dhawaaday, ayaa murugadii sii korortay. Waligay sanadka cusub uma dabaal dagin aniga oo kaligay ah, waana ka cabsaday in aan kaligay sanadkaan u dabaal dagayo. Saaxiibbo badan ayaa igu martiqaaday in aan ayaga waqtigaas la qaato balse xasillooni kuma aanan dareemayn. Waxa

aan dareensanaa in aan caajis ku dareemayo cid kasta oo aan la joogaba. Marka sanadka cusub soo dhawaadaba waxaa igu sii badanayay murugada. Dhabtii wax badan oo ubaahan in aan ka mahadnaqo ayaa aan haystay, dhammaanteenna waa aynu wada haysannaa wax aan ka mahadnaqno. Maalintii ka horraysay sanadka cusub ayaa xilli galab ah xafiiska shaqada ka tagay, waa aan iska lugeeyey ujeeddo la`aan aniga oo rajaynaya in aan xanuunka i haya sidaas ku baabi`iyo. Waddada dad aad uwada faraxsan ayaa ka buuxa taasina waxa ay i xasuusisay sanadihii farxadda lahaa ee isoo maray.

Waxa aan u dulqaadan waayay in aan aniga oo kaligay ah aan gurigaygii oo cidlo ah aan aado. Waa aan qarracmay. Wax aan sameeyo ayaa aan garan waayay. Ilmo ayaa aan kala joojin waayay. Markii aan saacad iska wareegayay ayaa aan soo gaaray meel basaska laga raaco. Waxa aan xasuustay in marmarka qaar aniga iyo ninkaygu aan bas iska raaci jirnay annaga oo aan meel gaar ah u soconnin, si aan isaga dalxiisno. Baskii ugu horreeyey oo soo istaagay ayaa aan iska raacay. Markii uu ka gudbay wabiga Hudson ee magaalada New York ee uu xoogaa sii socday ayaa aan maqlay ayada oo la leeyahay waa meeshii ugu dambaysay ee basku gaari lahaa. Waa aan ka dagtay aniga oo aan xataa aqoon meesha aan uga dagtay. Waa meel qurxan oo degganaan ka muuqato. Aniga oo sugaya bas soo mara oo aan dib ugu laabto ayaa aan arkay kaniisad si aad ah loo qurxiyey, kadibna waa aan galay. Intii aan gudaha quruxdiisa ku mashquulsanaa ayaa aan kuraastii ku fariistay. Waa aan gaajaysnaa, aadna waa aan u daalnaa sidaas darteed waaba aan gam`ay.

“Markii aan indhaha kala qaaday, meel aan joogo waa aan garan waayay. Waa aan naxay. Waxa aan hortayda ku arkay labo ilmood oo taagan. Mid

kamid ah labada gabdhood ayaa farta igu soo taagaysay ayada oo leh yaa meesha keenay? Markii aan toosay waa ay iga baqeen ayaguna. Waxa aan u sheegay in aanan wax dhib ah u gaysanayn oo aysan iga baqin. Dacdarro aad ah ayaa ka muuqatay. Waxa aan waydiiyey halka ay waalidkood jiraan? Waxa ay iigu warceliyeen “Wax waalid ah ma aan lihin” Waa labo agoomood oo aniga xaaladdayda mid wax badanna ka liidata ku sugan. Waa aan isku yaxyaxay, lana yaabay waxa aan ka walwalsanaa iyo sida ay ayagu ku suganyahiin. Waa aan kexeeyey, cabitaanno ayaa aan u gaday, macmacaanno iyo hadiyadana waa ugaday. Kalinnimadaydii halmar ayaa ay meesha kabaxday. Labadaan agoon ayaa farxad dhab ah iyo in aan dhibtaydii illaawo i siiyey muddo bilo ah markii ugu horraysay.
Markii aan waraystay waxa aan dareemay nasiib wanaagayga. Rabbi ayaa aan uga mahadceliyey in aan carruurnimadaydii oodhan la qaatay waalid i jecel oo ii naxariisanaya. Labadaan agoon wax ka badan inta aan u qabtay ayaa ay ayagu ii qabteen. Dhacdadaas ayaa i bartay in ay lagama maarmaan tahay in aad dadka kale ka farxisid si adigu aad farxad u heshid. Waxa aan ogaaday in farxadu tahay wax la isku darrto. Haddii aad bixisid, adiguna waa aad helaysaa. Haddii aan cid kale caawiyey oo naxariis u muujiyey, waxa aan awood u helay in aan ka adkaado walwalka, murugada iyo ka-xumaanshada nafsaddayda aan ka xumaa, waxa aana dareemay qofnimo dhab ah. Qof cusub ayaa aan noqday oo maalintaas kali ah kuma ekayne illaa iyo waagaas waa aan ahay.”

Dadka caynkaan sameeyey buuggaag ayaa aan ka buuxin karaa sheekooyinkooda. Tusaale aan u soo qaadanno sheekada Margaret Tayler Yates, oo ah mid ka mid ah dumarka ugu caansan ciidamada badda ee Maraykanka.

Yates, waa qoraa buuggaagta sheekooyinka ah, balse sheekooyinkeeda cajiibka ah ee ay alifto marnaba ma gaari karayaan sheekada dhabta ah ee ayada soo martay subaxii Jabaanaysku soo weerareen dekkada ciidanka ee Pearl Harbour ee Maraykanka. Yates sanad muddo ah ma aysan kicinin: wadnaha ayaa ay ka jiranayd. Afar iyo labaatanka saac, labaatan iyo labo ka mid ah ayaa ay sariirta dul jiiftaa. Fogaanta ugu badan ee ay socoto waa in ay bannaanka mar dhif ah u baxdo si qoraxdu ugu dhacdo. Xataa markaas kalkaallisooyinka ayaa garab qabta. Ayada ayaa ii sheegtay in nolosheeda inta ka dhimman ay u malaynaysay in ay sidaas ahaan doonto. “Waligay nolol caadi ah ma aanan arkeen haddii aan maalintaas Jabaanaysku aysan weerar nagu soo qaadin oo aysan fadhiga iga kicinin.” ayaa ay tiri.
Waxa ay tiri ``Markii sidaas ay dhacday, wareer iyo hoog ayaa ay noqotay. Duqayn cirka ah ayaa gurigayga ku ag dhacday, xooggiisa dartiis sariirta ayaa aan ka dhacay. Gaadiidka ciidanka ayaa guryaha ciidamada aaday si xaasaska iyo carruurta ciidanka looga soo guro oo hal meel la isugu keeno. Qolyaha Bisha Cas ayaa wacayay dadka ay ku malaynayeen in guryahooda meelo ka bannaanyahiin si dadka guryahu ka baaba`een loogu keeno. Waxa ay ogaayeen in gurigaygu uu taleefoon leeyahay sidaas darteed gurigayga ayaa ay ka dhigteen xarun laga waco dhammaan qoysaska ciidamada sidoo kale anigana waxaa la ii xilsaaray in aan diiwaangaliyo oo kaydiyo xogta qoysaskaan iyo meelaha ay ku suganyahiin. Ciidamada dhammi aniga ayaa ay i soo wacayeen si aan u siiyo xogta meelaha qoysaskoodu ku suganyahiin.
“Islamarkiiba waxa aan ogaaday in ninkaygu uu nabad ku suganyahay sidaas darteed waxa aan bilaabay in aan u qalbi dajiyo xaasaska nimankooda aan ka warhayn in ay badbaadeen iyo inkale. Waxa aan

bilaabay in aan u tacsiyeeyo xaasaska nimankoodii ay dagaalka ku dhinteen- aad ayaa ayna u badnaayeen.

“Markii ugu horraysay, fadhiga ayaa aan dadka ku wac-wacayay. Kadib in aan fadhiisto ayaa aan bilaabay. Ugu dambayntii mashquulkii ayaa iga batay heer aan illaaway xanuunkaygii oo aan sariirtii inta ka kacay aan miis iyo kursi la aaday taleefoonkii. Caawinta dadkaas iga liita, ayaa i ilowsiisay dhibtii aniga i haysatay oodhan, maalintaas kadibna dib dambe sariirta uma dul jiifsan aan ka ahayn xilliyada hurdada aan seexanayo.
Hadda waxa aan xaqiiqsanahay in haddii aysan Jabaanaysku soo weerari lahayn dekaddaas Pearl Harbour sariirtaas in aan dul jiifi lahaa illaa iyo dhimashadayda. Sariirta ayaa aan la qabsan rabay. Markasta in aan iska jiifo ayaa aan u badnaa, aniga oo aan ka warhayn ayaa aan waayi rabay awoodda dib u soo noqoshada ee aan samayn karay.
``Weerarka Pearl Harbour waxa uu ahaa mid ka mid ah khasaarayaashii ugu waawaynaa ee Maraykanka soo gaaray, balse inta aniga I quseysa, weerarkaasi waxa uu ahaa waxii ugu wanaagsanaa ee noloshayda i soo mara. Dhibaatada argagaxa leh ayaa i siisay awood aanan waligay ku riyoonin. Dhugmadii aan nafsadayda u hayay ee aan isku mashquulsanaa ayaa aan illaaway oo dadka kale ayaa aan ku mashquulay. Waxa ay ii noqotay wax wayn, oo waxtar leh , muhiimad aad uwayna u ah noloshayda. Hadda waqti aan nafsadayda uga fakaro ama uga walwalo maba haysto.

Saddex meelood oo meel, dadka ku sii yaacaya dhakhaatiirta dhimirka iyo neerfaha dhab ahaantii daawo iyo caafimaad ayaa ay heli lahaayeen haddii ay samayn lahaayeen sida Margaret Yates samaysay: In aan ku mashquulsantahay in aad dadka kale caawinaysid. Ma fikirkaygaa sidaa si?

Maya . Waa sida uu sheegayo Carl Jung. Haddii cidi aqoon ku hadlaysana, asaga ayaa ugu dhow. Waxa uuyiri: “Saddex meelood oo labo bukaankaygii waa ay jirranyahiin wax muuqda oo hayana ma jiraan, waxa haya oo dhabta ahi waa dareen la`aan iyo marnaansho ay noloshooda ka dareemayaan.” Si kale haddii loo dhaho, gawaarida ayaa ay u gacan haadinayaan, gawaarida nolosha oodhanna waa ay wada dhaafayaan markaas ayaa ay dhakhaatiirta ku yaacayaan ayaga oo ka cabanaya noloshooda murugada, macno-darrada iyo qaymo la`aanta ah. Haddii gaarigii ka tagay, meel cirif ah ayaa ay taaganyahiin ayaga oo cid walba eedaynaya aan nafsadooda ka ahayn, adduunkana ku eedeeynaya in uu fulin waayey rabitaanadoodii danaystenimada ku salaysnaa.

Waxaa laga yaabaa in aad hadda is leedahay: “ Anigu sheekooyinkaan uma bogin. Aniguba waa danayn karayaa in aan dhawr agoon ah xannaaneeyo; haddii aan Pearl Harbour joogi lahaana, waxaa xaqiiq ah in aan sida Margaret samaysay oo kale in aan samayn lahaa. Balse arrintaydu waa mid sidaas ka duwan. Waxa aan ku noolahay nolol xiiso daran. Shaqo caajis ah oo siddeed saacadood ah maalin kasta ayaa aan ka shaqeeyaa . Wax xiiso leh marnaba ima soo maraan. Sidee u xiisayn karayaa in aan dadka kale caawiyo? Maxaa ayse tahay sababta aan dadka kale u caawinayo? Maxaa aanse ka dheefayaa?

Waydiin qumman weeye. Waxa aan isku dayayaa in aan kaaga jawaabo. Si kasta oo u ay xiiso yartahay noloshaadu, maalin kasta dad ayaa aad la kulantaa. Maxaa aad u samaysaa dadkaas? Ma ku dhaygagtaa oo kali ah mise waxa aad isku daydaa in aad ogaatid in ay cawimaad u baahanyahiin? Ka warran xammaaliga alaabtaada guriga kuugu keena, tusaale aynu ka

dhigno. Waxaa dhacda in uu fogaan aad u badan soo socday si alaabtaada uu guriga kuugu soo gaarsiiyo; waligaa ma isku dhibtay in aad is waydiisid halka uu ku noolyahay, ama arrintka xaaskiisa iyo carruurtiisu ku suganyahiin? Marnaba ma waydiisaa in lugahiisu ay daaleen, ama xiiso-yari uu ku dareemo shaqadiisa?
Ka warran kan khudaarta gadaya, ama wargaysyada wareejiya, ama dhalaaliyaha kabaha kuu dhalaalinaya? Dadkaani ayaguba waa aadane-dhibaatooyin ayaa ay la qarxi rabaan, riyooyin iyo himmado ayaa ay leeyahiin. Sidoo kalena waxa ay aad u raadinayaan in ay fursad u helaan cid ay la wadaagaan oo u sheegaan. Balse adigu ma u ogolaataa in ay kula wadaagaan? Ma u muujisaa diirnixid, laab-xaarnaan iyo danayn aad ayaga iyo noloshooda u haysid? Ujeeddada hadalkaygu waa kaas. Uma baahnid in aad noqotid maalqabeenka ama madaxa ugu sarreeya adduunka si aad dadka u caawisid. Berri aroortii ayaa aad bilaabi kartaa adiga oo ka bilaabaya dadka kuugu dhaw ee aad la kulantid.

Haddaba waydiinta ku xigta waa : Maxaa aad ka dheefaysaa? Raynrayn iyo kalsooni ka wayn tii aad horay u dareemaysay iyo sidoo kale haybad aad ku helaysid ayaa aad ka dheefin! Aristotle qaab-fikirka caynkan ah waxa uu ugu yeeray “Danaystenimada Garraad-sarraynta Ah”. Zoroaster waxa uu yiri: `` Waajib ma aha in aad dadka kale wanaag u qabanaysid. Balse waa farxad kordhinaysa fayada iyo raynrayntaada.`` Benjamin Franklin ayaa asaguna ereyo fudud ku soo koobay oo yiri : ``Marka aad dadka kale wanaag u samaynaysid, wanaagga ugu badan naftaada ayaa uu soo gaarayaa(ayaa aad u samaynaysaa).``
In aad dadka kale ka fakartid, walwal kali ah kaama ilaalinayso; sidoo kalena asxaab iyo farxad badan labadaba waa lagu helaa. Sidee? Hagaag,

Aniga ayaa hadda kahor waydiiyey William Lyon Phelps oo buuni(barafasoor) ka ah jaamacadda Yale, sida uu arrintaan u sameeyey; sidaan ayaa uuna iigu jawaabay:
“Waligey huteel(jiif-iibiye) ama timojare uma tagin ama meel wax kama iibsan aniga oo aan hadal wanaagsan ku oranin. Waxa aan ku iraahdaa hadal dareensiinaya in ay banii`aadam yahiin ee aysan ahayn qalab meesha la keenay. Dukaan haddii aan galo waxa aan ammaanaa ama hadal wanaagsan ku iraahdaa qofka gadaya. Timojaraha waxa aan waydiiyaa in uu ku daalay taagnaanta maanatay oodhan ahayd. Waxa aan waydiiyaa sida uu timojare ku noqday ama waxa aan waydiiyaa inta timood ee uu jaray. Waxa aan kadib ka caawiyaa in aan la falanqeeyo. Waxa aan ogaaday marka aad dadka u muujisid in aan danaynaysid arrimahooda in ay wanaag dareemaan.
Inta badan xammaali haddii uu alaab ii qaado, waa aan gacan qaadaa(salaamaa). Tamar iyo farxad uu maalinta dhan ku sii shaqayn karayo ayaa uu ka sii qaadaa.

Maalin xagaa bartankiis ah oo qoraxdu aad u kulushahay ayaa aan maqaaxi soo hor istaagay. Gaadiid aad u tiro badan ayaa dhooban oo cunto wada sugaya, addeegga maqaaxiduna waa daahayaa.
Markii cuntadaydii la ii keenay ayaa aan adeegahii ku iri: ‘ Dadka jikada saacaddaas noogu jira ee kulaylkaas cuntada karinaya, dhabtii dhib wayn ayaa haysata.’ Adeegahii qaylo ayaa uu bilaabay. Markii hore waxa aanba u maleeyey in uu xanaaqay. Waxa uu yiri. ‘Waa Eebbe mahadiis , dadka markasta waa noo yimaadaan ayaga oo cuntada ka cabanaya, ayaga oo ka cabanaya in lagala daahay, ayaga oo kulaylka ka caban, ayaga oo qaymaha ka caban. Sagaal iyo toban sano ayaa aan dhaliishooda dhagaysanayay,

adiga ayaana dhabtii ah qofkii ugu horreeyey ee damqasho u muujiyey cunto-kariyeyaasha kulaylkaas iyo qoraxdaas cuntada ku karinaya. Waxa aan Eebbe ka baryayaa in dad adiga oo kale ah oo badan uu ka dhigo dadka meesha imaanaya oodhan.'

"Adeeguhu waxa uu u qaadan waayay in aan ka fakarayay oo ka damqanayay dadka saacaddaas kulaylkaas cunto ku karinaya iyo aan u arkayay in ay banii`aadam yahiin ee aysan qalab ahayn.
Barafasoorku waxa uu yiri "Waxa dadku u wada baahanyahiin waa dhugmo yar oo banii`aadamnimo ah oo la siiyo. Marka aan arko qof waddada maraya oo ey qurxan wata, inta badan faallo wanaagsan ayaa aan uga sheegaa eygiisa. Marka aan ka dhaqaaqo haddii aan dib u jalleeco waxa aan markasta arkaa qofkii uu eygiisii u bogsan oo soo dhawaynaya. Ammaantaydii ayaa kordhisay ammaantiisii uu awal u hayay eygiisa.

Ma u malaynaysaa nin wareegaya asaga oo xammaaliyada salaamaya, damqashana u muujinaya cunto-kariyeyaasha maqaayadaha, dadkana u amaanaya xayawaanaadka ay rabbaayad ahaanta u wataan. Ma u malaynaysaa ninka noocaas ah in uu u baahanayo dhakhtar dhimir? Ma u malaynaysid, Sax? Dabcan maya. Maahmaah Shiinays ah ayaa oranaysa: ``Qofkasta oo ubax ku siiya, ogoow xoogaa caraf ah ayaa markasta gacantiisa ku harta qofkaas.``

Sheekadaas Billy Phleps in aad u sheegtid kaagama baahna. Mar hore ayaa uu yaqaannay. Sidaas ayaa uu ku dhaqmi jiray.

Haddii aad nin tahay, sheekadaan soo socota isaga gudub. Xiiso kuuma ay yeelan doonto. Waxa ay ka hadlin, sida gabar aan farxad lahayni u soo jiidatay niman badan, nimankaasina dhammaan uga codsadeen guur. Gabadha sidaas samaysay hadda waa ayeeyo. Sanado kahor ayaa aan habeen ku hoyday gurigeeda oo ayada iyo ninkeedu kuwada noolyahiin. Magaaladaas ayaa aan tabab-bar ka bixinayay; maalintii dambe ayaa ay gaari igu qaadday si ay ii gaarsiiso meel toddobaatan kiilow-mitir u jirtay oo ahayd meel tareennada New York soo aadaya laga raaco.

Waxa aanu ka sheekaysanay sida saaxiibbo loo kasbado, waxa ay igu tiri:`` Carnegie, waxa aan kuu sheegayaa wax aanan waligay qof kale u sheegin-xataa ninkayga aanan u sheegin. "(Aan kuu sheegee sheekadaan xiiso badan kuu yeelan mayso awal ayaa aan horay kuugu soo sheegay.) Dhibtii carruurnimadaydii iyo gabarnimadydiiba i haysatay waxa ay ahayd saboolnimo. Waligaya uma aanan noolaan karin sida gabdhaha kale ee bulshada aan la noolnahay u noolyahiin.
Dharkaygu ma tayo fiicnayn markasta. Waa iga yaryaraan jireen , dhar laga baxay ayaa ayna noqon jireen maadaama aan muddo wadan jiran. Bah-dil iyo yaxyax ayaa aan dareemi jiray illaa aan ooyo markii aan seexanayo.

Yaxyax iyo isku qajilsanan dartiis ayaa aan keenay aragti ah in wiilkii aan la sheekaystaba aan ka waraysto waxyaalaha soo maray noloshiisa, aragtiyahiisa iyo qorshayaashiisa aayaha dame, aniga oo u diidaya in uu ku mashquulo dharkayga duruufta iyo duugnimadu ka muuqata.
Jawaabahiisa ma ahayn waxa aan xiisaynayo balse waxa aan aad ugu dedaalayay in uusan marnaba eegin dharkayga fakhrigu ka muuqdo. Kadib wax layaab leh ayaa dhacay: markii aan dhagaysanayo warka dhalintaani ii

akhrinayaan waxa aan dareemay in xiisahayga in aan ogaado xogtooda uu kobcayay. Heer waxa aan gaaray marka aan dhagaysanayo aan illaawo dharkayga iyo sida uu u ekaa. Waxaa taas ka sii cajiibsanayd: maaddaama aan noqday in aan xiiseeyo dhagaysiga dhalintaan marka ay hadlayaan, waxa aan u noqday dhiirogalin in ay sii wadaan hadalkooda oo aan wax badan ka ogaado shakhsiyaddooda. Farxad ayaa ay bilaabaan in ay ka dareemaan la joogayga, muddo yar kadibna waxa aan noqday gabar bulshada dhalinta ah caan ka ah. Muddo kooban gudahood saddex wiil ayaa guur iga codsaday.``
(Gabdhoow: wakaas qaabka wiilasha loo soo jiito.)

Dreiser ayaa oranaya: “Haddii aad doonaysid in aad dadka kale wanaag u samaysid, ugu dhakhso. Noloshu waa waddo aad halmar ka gudbaysid. Sidaa darteed waxii same-fal ah ama naxariis ah ee aad dadka kale u samaynaysid ha kala daahin, waddadaan nolosha mar dambe kuma aad kulmi doontaane.”

Sidaa darteed haddii aad doonaysid in aad walwalka ka adkaatid oo aad xasillooni iyo degganaan yeelatid sidaan samee:

Qaanuunka 7ad: Naftaada ku illoow in aad dadka kale wanaag u qabanaysid. Maalin kasta samee fal wanaagsan kaas oo qofka kale ka farxinaya.

Nuxurka Qaybta 4aad- **Toddobo Waddo Oo Aad Ku Samaynsan-kartid Qaab-fikir Aad Ku Helaysid Xasillooni iyo Farxad.**

Qaanuunka 1aad: Aynu maskaxdeenna ka buuxinno fikiro nabad, geesinnimo iyo rajo ah, Ogoow “Nolosheennu waa sida fakaradeennu ka dhigaan.”

Qaanuunka 2aad: Yaa aynaan marnaba isku dayin in aan cadawgeenna inta ay gaystaan aynu u gaysanno, haddii aynu sidaas samayno, innaga ayaa dhaawac isu gaysanayna in ka badan inta aynu u gaysan karno cadawgaas. Aynu samayno sida uu sameeyo Eisenhower: Yaynaan waligeen waqtiga isaga khasaarinin ka fakaridda cid aynaan ka helin.
Qaanuunka 3aad:
A. Intii aynu ka walwali lahayn mahadcelin la`aan la inahu sameeyay, yaynaan marka horeba cidna ka rajayn in ay inoo mahadceliyaan.
B. Tan labaad: Yaynaan farxaddeenna ku xirin garawshiinyaha iyo mahadnaqa dadka kale balse aynu caawinno dadka kale si aynu farxad u dareenno.
C. Aynu xasuusnaano in mahadcalintu tahay wax la barto; aynu ilmaheenna barno marka hore si ay marka dambe inoogu mahadceliyaan.

Qaanuunka 4aad: Nimcooyinkaaga tiri, dhibaatooyinka ha tirinin.

Qaanuunka 5aad: Yaynaan cid aynaan ahayn iska yeel-yeelin. Aynu nafsaddeenna dhabta ah ogaanno, ogoow ``Xasadku waa jahli`` sidoo kalena ``Iska yeel-yeelku waa is-dilid``.

Qaanuunka 6aad: Marka adiga oo baahan ay noloshu liin-dhanaan ku siiso, ha ooyin ee ka samayso cabitaan-liineed.

Qaanuunka 7aad: Aynu farxad la`aanteenna ku illowno in aan dadka kale farxad u samaynayno. ``Marka aad dadka kale u wanaagsantahay, nafsaddaada ayaa aad wanaagga ugu badan u qabataa.``

Qaybta Shanaad : Xeerka Dahabka Ah Ee Looga Adkaado Walwalka.

Cutubka 19aad – Sida Aabbahay iyo Hooyadeey Ay Walwalka Uga Adkaadeen.

Sida aan horay u soo sheegay, waxa aan ku dhashay kuna barbaaray dhul-beereed Missouri ku yaalla.
Sida beeraleeyda waagaas joogtay oo dhan haysatay, noloshu dadka waa ku adkayd. Hooyadeey bare ayaa ay ahayd, halka aabbahayna uu beer shaqaale ka ahaan jiray asaga oo labo iyo toban doollar bishii qaadanaya.

Hooyadeey dhar kali ah nooma aysan toli jirin ee sidoo kale saabuunta dharkaas lagu dhaqana ayada ayaa samayn jirtay.
Waa dhif ah ayaa aanu lacag caddaan ah heli jirnay oo ah markii aannu iibinno xoolo taas oo dhacda sanadkiiba mar. Ukun iyo subag ayaa aan sayladda(suuqa) gayn jirnay si aan u soo iibsanno bur, sonkor iyo shaah. Markii aan labo iyo toban jirka ahaa, sanadka dhan xataa konton santi wax le`eg oo lacag ah ma heli jirin. Waxa aan xasuustaa maalin loo dabaaldagayay maalinta xorriyadda ayaa aabbbahay i siiyey lacag dhan toban santi, waxa ay ila ahayd in hodannimo oo dhan aan maalintaas helay. Kiilowmitir iyo bar ayaa aan lugayn jiray si aan wax uga barto dugsi asaga dhan hal qol ah. Lug ayaa aan dugsiga ku aadi jiray xataa marka qabowgu uu marayo labaatan iyo siddeed heer in uu ka hooseeyo eber. Waligay ma aanan yeelan kabo cagahayga si fiican qabowga uga ilaalin karaya. Xilligaas barafka ah ee qabowga badan, cagahaygu markasta waa qoyi jireen waana barfi jireen qabowga jira dartiis. Waligayba umaba qabin in ay jiraan kabo cagahaaga qalayl iyo qandac ka dhigi karaya.

Waalidkay lix iyo toban saacadood ayaa ay shaqayn jireen sidaas oo ay tahay wali dayn ayaa naga buuxi jirtay. Xasuustayda waxaa ku dheer daadka wabiga 102 loo yaqaan oo beertayadii waxii badar iyo caws ahaaba baabi`inaya. Lix kamid ah toddobo sano oo isku xigta ayaa daadku markasta beerta naga baabi`inayay. Sanadba sanadka ka sii dambeeyey xoolahayagii daacuun ayaa laynayay waana wada aasaynay. Indhaha ayaa aan hadda isku qaban karayaa waxaana ii uri karaya sanuuntii xoolahayagii aan raqdoodii gubaynay.

Sanad waxaa jiray aan wax daad ah imaanin. Bal ayaa aan beeranay, lo`na waa aan soo iibinnay, balkii ayaa aan ka dharjinnay lo`dii waana cayilinnay. Kadib markii aan sayladda gaynay oo lo`dii iibinnay, kharashkii galay iyo dheeftii waxa ay is-dheeraadeen kaliya soddon doolar. Soddon doolar ayaa aan sanad dhan faa`iidnay.

Wax kasta oo aan samaynaba waa aan ku khasaaraynay. Waxa aan xasuustaa aabbahay oo baqal soo iibsaday, saddex sano ayaa uu quudiyey haddana markii dambe ee uu gaday waxa ay ku gadmatay qaymo ka yar intii saddex sano kahor laga soo bixiyey.

Toban sano oo shaqo adag iyo dhabar-jab aan marnay, kali ah dhaqaale xumo naguma dhicin ee dayn ayaa sidoo kale na harqisay. Beertayadu caymis ayaa ay ku jirtay. Si kasta oo aan u shaqaynay, haddana lacagtii dulsaarta ahayd ee bangiga waa aan bixin waynay. Bangiga caymiska u sameeyey beertayada, aabbahay si xun ayaa ay cay iyo af-lagaadho ugu sameeyeen. Waxa ayba ugu hanjabeen in ay beerta dhan ka qaadi doonaan.

Aabbahay markaas waa afartan iyo toddobo jir. Soddon sano oo uu dhabarjabayay, hadda wax aan cay iyo dayn ka ahayn ma haysto. Dhib intii ugu badnayd ayaa saaran. Waa uu walwalay. Caafimaadkiisii ayaa xumaaday. Cuntadii ayaa uu ka go`ay oo uu cuni waayay, halkii uu awal maalinta dhan uu beerta ka shaqayn jiray, daawo rabitaanka cuntada usoo celisa in uu cuno maalinta dhan ayaa ay noqotay. Maqaar kali ah ayaa uu noqday. Dhakhtarkii hooyaday waxa uu ku yiri waxa uu u badanyahay in uusan lix bilood xataa noolaanin. Aabbahay walwalkiisu waxa uu gaaray heer uu damacsanyahay in uu is dilo. Waxa aan xasuustaa hooyaday oo marka aabbe uu beerta aado si uu xoolaha caws u siiyo, waxyar haddii uu ku daaho waa ay ka daba tagi jirtay ayada oo markasta ka baqda in ay u tagto asaga oo is-daldalay. Maalin dambe asaga oo ka soo socda Maryville halkaas oo qoladii bangiga ee uu u tagay ay ugu hanjabeen in ay caymiska ka joojin doonaan, waxa uu dul istaagay buundo dulmarta wabiga 102, faraskii ayaa uu ka dagtay, cabbaar ayaa uuna meeshaas taagnaa asaga oo iskula hadlaya in uu iska tuuro buundada iyo inkale.

Waa dambe ayaa uu ii sheegay in sababta kali ah ee uu isu dili waayay ay ahayd aaminaadda hooyaday aaminsanayd in haddii Eebbe la jeclaado, oo lagu kalsoonaado in wax walba hagaagayaan. Hooyo waa ay qummanayd. Wax walba ugu dambayntii waa ay hagaageen. Aabbahay afartan iyo labo sano oo dambe ayaa uu farxad ku noolaa, waxa uuna dhintay sanadkii 1941dii asaga oo siddeetan iyo sagaal jir ah.

Muddadaas uu halganka iyo wadne-xanuunka ku jiray aabbahay, hooyadeey waligeed ma aysan walwalin. Dhibteeda dhan Eebbe ayaa ay u sheegan jirtay.

Habeen kasta inta aanan seexan ayaa hooyaday duco kitaabka masiixiyadda ku qoran noo akhrin jirtay dhammantaya waa aan jilbo joogsan jirnay annaga oo ducaysanayna.

William James oo ah barre wayn ee jaamacadda Harvard ayaa yiri: “Hubaal, daawada ugu wanaagsan ee walwalku waa rumaysashada.”

Uma baahnid in aad Harvard tagtid si aad intaas adiguna u soo ogaatid. Hooyadayba beerteeda Missouri ayaa ay ku dhex ogaatay. Daad, dayn iyo dhibaatooyin kale midkoodna hooyaday farxaddeeda faafaysa waa ay ka qaadi waayeen.

Hooyaday waxa ay ila jeclayd in aan noqdo dadka diinta aadka ugu dheggan. Waxa aan mar ku fakaray in aan noqdo dadka diinta faafiya ee dalalka kale u socdaala. Kadib jaamacad ayaa aan ka aaday, tartiibna sanadba sanadka ka dambeeyey waa aan is beddalayay. Waxa aan bartay cilmiga Bayolojiga, Sayniska Filosofiga, iyo Isbarbardhigga Diimaha. Waxa aan akhriyey buuggaag ka hadlaysay sida loo qoray kitaabka masiixiyadda. Waxa aan bilaabay in aan asalka waxa ku qoran is waydiiyo. Wax badan ayaa tuhun iga galay waxa wadaaddada masiixiyaddu ay dadka tuulooyinka u sheegaan. Waa aan qarracmay. Sidii Walt Whitman yiri ``Waxa aan dareemayaa waydiimo xasaasi ah oo igu I qasqasaya aniga oo dhan.`` wax aan rumaysto ayaa aan garan waayay. Ujeeddo la`aan ayaa ay noloshaydii ila noqotay. Waa aan iska joojiyey in aan wax caabudayo. Kasoo-horjeede ayaa aan noqday.

Waxa aan rumaystay in nolosha dhan tahay ujeeddo la`aan aan qorshe lahayn. Waxaa ii soo baxday in banii`aadamku aysan ka duwanayn xayawaanaadkii kumanaanka sano kahor dabar go`ay sida Dinasourka. Waxa aan aaminay in banii`aadamkuna maalin maalmaha ka mid ah sida xayawaankaas uu u dabar go`i doono. Waxa aan bartay in saynisku sheegayo in qoraxdu ay sii qaboobayso waligeed, marka ay gaarto in boqolkiiba toban uu hoos udhaco heer-kulkeedu ay baabi`i doonto dhammaan nolosha dhulka ka jirta. Waxa aan bilaabay in aan ku jeesjeeso in waxa adduunka saaran oodhan ay jirto cid abuurtay. Waxa aan aaminsanaa in balaayiin xiddigo iyo meerayaal iyo qoraxyo iyo dayaxyo ay dhammaantood abuurtay awood aan la aqoon. Lagaba yaabee in aan la abuurin ee ay waligood jireen. Laga yaabee in ay waligood jireen.

Hadda ma waxa aan qiranayaa in aan dhammaan jawaabahaas aqaanno? Maya. Cid sharxi karaysa sirta adduunku ku dhisanyahay ma noola. Innaga dhan sir badan oo aan la aqoon ayaa inagu meeraysan. Sida jimsigaagu u shaqeeyo waa sir qarsoon. Korontada gurigaagu waa la mid. Ubaxuba waa la mid, cawska cagaaran ee kuu muuqan asaguba waa lamid. Charles F. Kettering, cabqarigii Xarunta Aqoon-baarista Ee Gaadiidka, jaamacadda Antioch ayaa uu siin jiray lacag soddon kun oo dollar ah sanad kasta si ay u soo helaan sababta cawsku uu la cagaaran yahay. Waxa uu caddeeyey in haddii aynu ogaan karno sababta geedku uu iftiinka cadceedda, biyo iyo naqas uu isku daray uga samaysan karo cunno uu quudanayo, ilbaxnimada dhan ayaa aan beddali kari lahayn.

Xataa matoorka gaarigaaga ayaa ah sir qotodheer. Xarunta Cilmibaarista Ee Baabuurta sanado badan iyo lacag malaayiin ah ayaa ay ku bixiyeen si ay

u ogaadeen qaabka koronto yar gaarigu dab uga dhalin karto kadibna matoor dhan ugu daarmayo gaariga dhanna uu sidaas ku soconayo. Walina jawaabtaas mahayaan.

Xaqiiqda ah in aynaan aqoon sida jimsigeenna, korontada ama gaarigu u shaqeeyaan ina kama hor istaagayso in aan ka faa`iidaysanno adeegsigooda. Dhabta ah in aan ogayn sirta dhabta ah ee ay ku shaqeeyaan ducada iyo diintu igama hor istaagayso in aan ku raaxaysto farxadda iyo nolosha buuxda ee diintu ii samaynayso.

In fiican ayaa aan diinta dib ugu laabtay. Dib ugu laabtay si toos ah uma oran karo balse waxa aan dhihi karaa, horay ayaa aan ugu sii tallaabsaday aragti cusub oo ku saabsan diinta. Wax xiisayn ah uma hayo in aan baaro kala-duwanaanshaha ay leeyahiin kaniisadahu. Balse waxa aan danaynayaa waxa aan ka faa`iidi karayo diinta, sida aan u xiisaynayo waxa korontada , cuntada ama biyuhu i siin karayaan. Waxa ay iga caawiyaan in aan nolol farxad, dhammaystirnaan iyo hodannimo ku dheehantahay aan ku noolaado. Diintu hal wax oo kale ayaa ay ii qabataa. Qaymo nafeed oo gudahah ah ayaa ay i siisaa. Waxa aan ka helayaa sidii uu u sheegay William James `` farxad cusub oo nolosha ah.. nolol dheeraad ah... nolol ka ballaaran, ka farxad badan kana qanacsanaan badan tii hore.`` waxa aan ka helaa iimaan , rajo iyo dhiiranaan. Waxa ay iga baabi`isaa cadaadis-maskaxeedka, argagaxa, cabsida, iyo walwalka. Noloshayda ayaa ay ujeeddo iyo waddo u samaysaa. Farxaddayda ayaa ay kobcisaa. Caafimaad sarreeya ayaa aan ka helaa. Nafsaddayda in aan u sameeyo ``haro-biyeed yar ah oo lama-degaanka nolosha ku dhex taalla`` ayaa ay iga iga caawisaa.``

Francis Bacon waa uu saxsanaa markii uu saddex boqol oo sano kahor uu oranayay: `` Aqoon Filosof oo yar ahi waxa ay qofka gaarsiisaa diin la`aan; balse Filosofi qotodheeri qofka diinta ayaa ay dhexgalisaa si fiican waliba.``

Waxa aan xasuustaa waayahi ay dadku ku doodi jireen iska-hor imaadka ka dhexeeya diinta iyo sayniska. Balse taasi hadda ma jirto. Sayniska aqoonta dhimirka waxyaalaha ugu dambeeyey ee la ogaanayo waa in ay dadka barayaan waxa diimuhu dadka barayeen. Sababta oo ah qolyaha dhimirka daawaysaayi waxa ay ogaadeen in durraansi(duco) iyo rumaysnaan dhab ah ay baabi`inayaan walwlaka, walaaca, iyo cabsidaba kuwaas oo keena kalabar cudurrada jira adduunka. Waxa ay ogyahiin sidii uu yiri mid ka mid ah hoggaanka cilmigaan oo lagu magacaabo Dr A. A. Brill in uu yiri : `` Qof diinta si dhab ah u haysta, ma yeesho isku-buuqsanaan maskaxeed.``

Haddii aysan diintu ahayn wax dhab ah, haddaba noloshu waa macno-darro. Waa dheeldheel dhib badan.

Waxa aan waraysi ka qaaday Henry Ford waxyar ka hor inta uusan dhimmanin. Waxa aan malaynayay in ay ka muuqan doonaan cadaadiskii iyo waxyeelooyinkii ka soo gaaray samayntii iyo dhisiddii mid ka mid ah ganacsiyada adduunka ugu wayn. Waa aan la yaabay markii aan arkay xasilloonida iyo degganaanshaha ka muuqda asaga oo toddobaatan iyo siddeed jir ah. Markii aan waydiiyey haddii uu waligiis walwalay waxa uu iigu jawabay: “Maya. Waxa aan rumaysanahay in Eebbe uu maamulayo arimahayga sidaas darteedna aan aniga talo la iiga baahnayn. Haddii Eebbe arrimahaas maamulayo, waxa aan rumaysanahay in wax waliba ay wanaag ku dhammaanayaan. Haddaba maxaa aan ka walwalaa”

Maanta dhakhaatiirtii dhimirka ayaa waano la wareegaya. Ma aha in ay dadka ka wacdinayaan dhibta nolosha kadib ah balse waxa ay ka waaninayaan dhibta adduunkaan ee walwalku keenayo. Ciqaabta boogaha caloosha, wadne-istaagga, isku-buuqista iyo waalida. Tusaale ku fahansiinaya waxa dhakhaatiirtaani kahadlayaan akhri buugga The Return to Religion, oo uu qoray Dr. henry C Link.

Qaybta Lixaad : Sida Looga Adkaado Ka-Walwalidda Eedaymaha.

Cutubka 21aad: HADDII AAD SIDAAN SAMAYSO, DHALIIL WAX KU YEELI DOONTA MA JIRI DOONTO.

Waxa aan waraysi ka qaaday janaraal sare Smedley Butler. Ma xasuusan kartaa? Janaraalkii ugu dagaalyahansanaa taariikhda Maraykanka.

Waxa uu ii sheegay in markii uu yaraa uu aad u doonayay in uu caan noqdo, iyo in qof walba uu asaga u bogsanyahay. Waagaas dhaliisha tan ugu yar ayaa dadka dhaawici jirtay. Waxa uu ii sheegay in soddonkii sano ee uu ciidanka badda ka mid ahaa uu ad-adkaan qofeed ka dhaxlay. Waxa uu yiri "Waa la i xaarxaarin jiray, waa la i caayi jiray, waxaa la igu sheegi jiray in aan ey, mas , xoor-dubbur iyo waxyaabo kamid ah ahay. Madaxda ciidanka ayaa I caayi jiray. Erey kasta oo aan afkayga ka soo bixi karinin ayaa la igu sheegay. Dhib ma igu haysay waxaas oo cay ah? Maya. Hadda markii aan maqlo cid wax iga sheegaysa, xataa ma eego si aan u arko cidda wax iga sheegaysa."

Waxaa dhihi karnaa Butler ma ahayn nin kala jecel dhaliisha; balse waxa aan kuu hubaa; inteenna badan qodxaha yaryar ayaa aan isku fogaynaa, illaa ay si fiican inoo dhaawici karayaan. Sanado ka hor waxa aan xasuustaa wariye kasocda New York Sun ayaa ka soo qaybgalay xiisad ka mid ah kuwa aan dhigo kadibna waxa uu hadal cambaarayn ah ka qoray aniga iyo shaqadaydiiba. Miyaa aan ka gubtay? Cay ani la ii gaystay ayaa

aan u qaatay. Waxa aan wacay Gill Hodges oo ah madaxa wargayska waxa aan ka doonay in uu soo saaro qodob kale oo kaga hadlayo dhabta.

Hadda waa aan isku qajilaa markii aan soo xasuusto sida aan u dhaqmay. Waxa aan xaqiiqsaday in kalabar iyo ka badan dadka wrgayska iibsaday aysan arkinba qodobkaa igu saabsanaa. Kalabarka akhriyeyna ay u arkayeen nabsasho dambilaawe lagu samaynayay. Kalabar kuwa u bogay oo ku diganayay wax ka sheegaygana ay ilaaween labo toddobaad gudaheed.

Waxa aan ogaaday in aysan dadku ka fakarayn aniga iyo adiga iyo waxa aynu samaynay midnaba. Naftooda ayaa ay kafakarayaan quraacda ka hor, quraacda kadib iyo xataa marka ay habeen barkii ay seexan rabaan. Madax Xanuun yar oo ayaga haysta ayaa uga wayn dhimashadaada oodhan.

Xataa haddii aniga iyo adiga been la inaga sheego, la inagu maadsado, la ina dhagro, dhabarka la inaga toogto ama la ina kala iibsado oo sidaas ay nagu sameeyaan saaxiibadeenna inoogu dhow, waa in aynaan xumaan iyo niyad-jab midna ina taaban.

Waxaa kale oo aan ogaaday in aanan dadka ka joojin karin dhaliisha ay ii gaysanayaan, balse hal wax oo muhiim ah ayaa aan samaynkaraa, waxa aan kala dooran karaa in dhaliishoodaa caddaalad darrada ah ay saamayn igu yeelan doonto iyo in kale.
Aan caddeeyo hadalkaas; ulama jeedo in aan ku leeyahay dhaliisha oodhan is illowsii. Sidaas hadalkaygu waa ka fogyahay. Waxa aan ka hadlayaa waa in aad is illowsiisid dhaliisha aan dhabta ahayn. Eleanor Roosevelt ayaa aan waydiiyey sida ay dhaliisha ugu dulqaadan jirtay, Allah ayaana og in ay

dhaliil badan lakulmi jirtay.(Qoraaga buuggiisa sidaas ayaa ay ugu qorantahay oo ereyga Allah ayaa uu adeegsaday) Hubaal waxa ay u dhawdahay in ay lahayd saaxiibbo wanaagsan iyo cadaw xun ah labadaba in ka badan xaas kasta oo madaxweyne Maraykan uu yeeshay. Waxa ay ii sheegtay in markii ay yarayd ay aad u xishood badnayd, aad uga baqi jirtay waxa dadku ka sheegaan. Aad ayaa ay dhaliisha uga baqi jirtay. Maalin ayaa ay Theodre Roosevelt walaashiis waydiisatay talo, waxa ay ku tiri “Waxa aan doonayaa in waxaas iyo waxaas iyo waxaas aan sameeyo balse waxa an a cabsanayaa in wax la iga sheego.”

Theodre Roosevelt walaashiis ayaa intii ay indhaheeda toos ugu eegtay ku tiri: “Waligaa haka cabsan waxa dadku ku oranayaan haddii aad ogtahay in waxa aad samaynaysid uu yahay wax toosan.” Eleanor waxa ay ii sheegtay in taladaas yar ee la siiyey ay buur adag ku noqotay markii ay noqotay oorida madaxwaynaha. Waxa ay ii sheegtay in qaabka ugu fiican ee dhaliisha la isaga ilaaliyo ay tahay. “Waxa aad ogtahay in ay saxsanyahiin samee, markasta waa lagu dhaliilin. Haddii aad samaysidna waxbaa lagaa sheegin, haddii aadan samaynna waxbaa lagaa sheegin.” Waa taladii ay i siisay.

Markii Mathew C. brush uu ahaa madaxa shirkadda American International Corporation ayaa aan waydiiyey haddii dhaliishu ay dhibto iyo in kale; waxa uu iigu jawaabay “Haa, waa I dhibi jirtay waayadii hore. Waxa aan aad u raadin jiray in shaqaalaha oo dhammi ay ii arkaan qof dhammaystiran. Haddii aysan sidaas u arkin, waa aan ka walwali jiray. Qof iga yara carooday ayaa aan isku dayayaa in aan qanciyo oo ka farxiyo; balse islamarkaas aan qofkaas heshiiska la sameeyaba waxa aan arkayay in aan

qofkale ka xanaajinayo. Haddana qofkaas kale markii aan isku dayo in aan la heshiiyo , waxa aan arkayay in aan dhowr kale oo nacnaclayaal ah aan isku kiciyey. Ugu dambayn waxa aan ogaaday in markasta oo aan isku dayo in aan cid dajiyo oo aan isku dayo in aan dhayo dhaawacyada dareenkooda si aysan dadkaasi ii dhaliilin, waxa aan sii kordhinayay cadawgayga. Kadib waxa aan isku iri “Haddii aad dadka kale ka madax taagnaatid(ka sarraysid), waa lagu dhaliilin markasta. Haddaba la qabso dhaliisha. ‘Taas ayaa aad ii caawisay. Illaa iyo maalintaas waxa aan xeer ka dhigtay, in inta ugu badan ee tabartayda ah aan sameeyo kadibna aan dalladayda la kala baxo si roobka dhaliishu uu geesaha uga kala qubto intii uu aniga korkayga iiga quban lahaa.”

Deems Taylor asagu ninkaas hore xoogaa ayaa uu sii dheeraa: Asagu roobka dhaliisha dallad la`aan ayaa uu dhex socon jiray, asaga oo eed kasta ku qosla. Asaga oo idaacadda barnaamij ka jeedinaya oo nasasho yar lagu jiro ayaa qof dumar ahi farriin u soo qortay ayada oo ku sheegtay in uu yahay “Beenloow, khaa`inul-wadan, Halaq(mas), Doqon ah.”

Toddobaadkii ku xigay ayaa Taylor xaashidii idaacadda ka akhriyey dadka dhan oo dhagaysanaya. Buuggiisa la yiraahdo ‘Of Men & Music’ ayaa uu ku sheegin in maalmo kadib uu farriin ka helay isla qofkii dumarka ahaa ayada oo wali ku tilmaamaysa in uu beenaale, khaa`inul-wadan, mas, doqon ah uu yahay. Waxa uu yiri “Hal wax ayaa aan ka shakiyey, kaas oo ah, in aysan barnaamijka idaacadda aysan kala jeclayn.” In aynaan u bogin ninka noocaas oo kale ah suurogal ma aha. Waa in aynu u bognaa xasilloonida, deggenaanta iyo kaftankiisa.

Charles Schwab mar uu khudbad u jeedinayay ardada Princeton waxa uu qirtay in casharradii ugu wanaagsanaa noloshii uu ka bartay nin Jarmal ah oo da`a ah, kaas oo ka shaqayn jiray warshadii Schwab ee biraha.

Ninkaan Jarmalka ah, shaqaale kale ayaa ay is qabteen, si aad ahna waa loo wada dooday. Kadib ayaa ay wabiga ku tureen. Schwab ayaa oranaya "Markii ninkaani xafiiskayga iigu yimid asaga oo qoyan oo wada dhooqana ah, waxa aan waydiiyey falcelintii uu nimankaas ku sameeyey markii ay wabiga ku tureen, waxa uu ku jawaabay: 'Waa aan iska qoslay."
Schwab waxa uu sheegay in uu hadalkaas ah "Iskaga qoslay" uu ka dhigtay hal-kudheg.
Hal-ku-dheggaasi waxa uu aad u sii fiicanyahay marka ay jirto eedayn aan sax ahayn. Qofkii kuu jawaabo adiguna waa aad u jawaabi kartaa, balse qofkii intii aad wax ka sheegtid kugu qosla, maxaa aad ka samayn?

Lincoln dagaal-sokeeye ayaa ku dhammaan lahaa haddii uusan baranin nacasmino in ay tahay in uu ka jawaab celiyo eedayn kasta oo waxshinimo ah. Waxa uu yiri: "Haddii aan isku dayo in aan akhriyo, waxyarna ka jawaabo, dagaallada la igu hayo oodhan waa ay xirmayaan. Waxa aan isku dayin in aan sida ugu wanaagsan ee aan awoodo aan wax ku wado, illaa aan dhammaadka ka gaarayo. Haddii ugu dambayntii aan sidii saxda ahayd gaaro, waxkasta oo la iga sheegay wax macno ah ma samaynayaan. Haddii dhammadka ay noqoto in aan gefay, markaas toban qof oo mid walba ku dhaaran in aan saxsanaa ayaa iman taasina wax macno ah ayadna keeni mayso."

Markii aniga iyo adigaba la inagu sameeyo eedayn aan sax ahayn, aynu xasuusanno qaanuunka 2aad:
Inta awooddaada ah dedaal samee, dalladaada kala fidso, roobka dhaliisha ah geesaha hakaaga kala dagto.

Cutubka 22aad- Doqonimooyinkii Aan Sameeyey.

Waxa aan leeyahay khaanad gooni ah oo aan u bixiyey ‘Doqonimooyinkii Aan Sameeyey’. Waxa aan ku guraa xog ah waxyaalaha nacasnimada ah ee aan gefka nafsaddayda ugu haystay. Marmar ayaa aan xasuus-qorkaas u akhriyaa xoghayntayda, balse marmar waa kuwo aad u khaas ah, ama aad u doqonimo ah, illaa aan ka qajilo in aan cid kale la wadaago.

Wali waxa aan xasuusan karaa eedaymihii la igu sameeyey, kuwaas oo aan khaanaddaas ku guray muddo shan iyo toban sano ah kahor. Haddii aan si dhab ah kuligood u wada galin lahaa khaanaddaas, hadda waxa aan hayn lahaa qolal dhan oo ay ka buuxaan doqonimooyinkaas aan sameeyey. Waxa aan si dhab ah u xaqiijin lahaa hadalkuu King Saul oranayay labaatan qarni kahor: “Nacasnimo badan ayaa aan sameeyey, khaladaadkayguna waa karaar dhaafeen(xad dhaafeen).”

Markii aan khaanaddaas furo oo aan dib u akhriyo waxyaabahii dhaliisha ahaa ee aan ku qoray, in badan ayaa ay iga caawiyaan adaygga nolosha ee aan la soo darsayo: Waa qaabka uu Dale Carnegie uu wax u maamulo.

Dadka kale ayaa aan dhibtayda dhan ku dhaliili jiray, balse markasta oo aan sii waynaado caqligayguna sii kobco, waxa aan xaqiiqsadaa in anigu leeyahay dhaliilaha wax walba oo igu dhacay. In badan oo dadka ah ayaa sidaas ogaaday. Napoleon oo ka khudbaynaya St Helena ayaa yiri “Aniga oo aan cid kale ila socon ayaa aan ku dhaliilayaa dhicitaanka awooddaydii. Aniga ayaa isku ahaa cadawga ugu wayn- aniga ayaa burburiye isku ahaa.”

Aan idiin sheego nin aan garanayo in uu bare wayn ku ahaa maamulka iyo qaymaynta naftiisa. Magaciisu waa H. P. Howell. Markii geeridiisa la maqlay 31dii bishii 7aad 1944dii, suuqa Wall Street qarracan ayaa ay ku noqotay sababta oo ah hogaamiye ayaa uu ka ahaa dhaqaalaha Maraykanka.

Waxbarasho yar ayaa uu lahaa, magaalooyin yaryar ayaa uu dukaan gade ka soo noqday, kadib waxa uu noqday maamulka koontada ee warshaddii biraha Maraykanka, intaas waxii ka dambeeyey awooddiisa iyo heerkiisuba waa sii kobcayeen.

Markii aan waydiiyey qaabka uu guusha ku gaaray waxa uu iigu jawaabay :”Waxa aan sanado badan lahaa buug aan ku qoro ballamaha aan maalin kasta leeyahay. Qoyskaygu iguma tashtaan habeenka Axadda ah, waxa ay ogyahiin in aan habeenkaas aan gaar uga dhigay in aan naftayda dib baaritaan ugu sameeyo qaymeeyana shaqadayda iyo toddobaadkaas la soo dhaafay sida ay ahayd. Cashada kadib meel ayaa aan fariistaa, buuggayga ayaa aan la kala baxaaa, waxa aan eegaa waraysiyadii, shirarkii iyo kulamadii aan toddobaadkaas soo sameeyey. Waxa aan is waydiiyaa: ‘Maxaa khaladaad ah oo aan toddobadaas gaystay?’ ‘Maxaa aan si sax ah u qabtay, qaabkeese u sii hagaajin karaa?’ Maxaa aan ka baran karaa waxii i soo maray?’ Marmar waxaa dhacda in xogta toddobaadkaas aysan i farxad galinin. Marmarna waa aan u qaadan waayaa foolxumada waxyaabaha aan ku kacay. Markasta marka ka sii dambaysa waxyaabahaan foolxumada ah ee aan ku kacayay waa ay yaraanayeen. Qaabkaan aan naftayda dib ugu

eegayo, waa aan sii waday sanadba sanadka ka dambeeyey, wax kasta oo la sameeyana qaabkaas ayaa faa`iidada ugu badan aan ka helay."

Laga yaabee in Howell uu fakarka ka qaatay Ben Franklin. Kali ah, Franklin asagu Axadda lama sugi jirin`e habeen kasta ayaa uu sidaas samayn jiray. Waxa uu ogaaday toban iyo saddex khalad. Saddex ka mid ah waa kuwaan: Waqti dhumin, wax aan macno lahayn oo laga walaaco, dood iyo lid ku noqoshada dadka. Waxa uu ogaaday in haddii uusan saddexdaan meesha ka saarin, uusan wax guul ah gaari doonin. Waxa uu bilaabay in uu mid walba toddobaad uu ku dedaalo in uu soo af jaro, xogna waa uu ka kaydiiyaa maalin kasta iyo guusha uu ka gaaro qodobkaas. Toddobaadka ku xiga mid kale ayaa uu doortaa, joogtana ula dagaallamaa maalintaas oo dhan. Sidaas ayaa uu ku celcelinayay muddo labo sano ka badan.

Layaab ma laha oo waa waxa ka dhigay in uu noqdo mid ka mid ah dadka loogu jecelyahay, looguna ku-dayasho badanyahay dadka Maraykanka oodhan. Elbert Hubbard ayaa yiri: " Qofkasta shan daqiiqo ayaa uu maalin kasta doqon noqdaa. Murtidu waa in aysan shantaas daqiiqo kaala badan."

Qofka maangaabka ah waxyar oo eed ah ayaa ka xanaajisa, balse qofka garraadka sareeya wax buu ka bartaa dadka dhaleeceeya, kuwa xaarxaariya iyo kuwa waddada ku qabsada. Walt Whitman ayaa hadalkaas sidaan isugu aadiyey:"Ma waxa kali ah ee aad wax ka baratay dadka kuu bogsan, kuwa kuu danqada iyo kuwa waddada kuu banneeya? Miyaa aadan waxba ka baran dadka ku diiday, kuwa iska kaa fogeeyey, iyo kuwa waddada kugu cariiryey?

Halkii aan cid kale ka sugi lahayn in ay innaga ama shaqadeenna ay dhaliilaan, innagu aynu taas kaga dheerayno. Aynu ogaano oo dabiibno cilladaheenna kahor inta aan cadawgeennu ogaanin.

Ka soo qaad qof ayaa kugu caayay in aad “si aad ah aad doqon u tahay”- maxaa aad samayn lahayd? Ma xanaaqi lahayd? Ma aad baa uga guban lahayd? Waa tan sidii Lincoln sameeyey: Edward M. Stanton, oo Lincoln u ahaa xoghayntiisa dhanka dagaalka ayaa Lincoln ku sheegay in uu “Aad doqon u yahay”. Stanton waxa uu ka gubanayay in Lincoln uu hawlahiisa ka soo dhexgalay asaga oo doonayay in uu ku qanciyo siyaasi danayste ah. Lincoln kadib maxaa uu sameeyey? Markii loo sheegay oraahdii Stanton yiri waxa uu Lincoln ku jawaabay asaga oo waliba deggan: “Haddii Stanton uu sheegay in aan doqon ahay, haddaba waa aan ahay doqon, markasta waa uu u badanyahay in uu saxsanyahay. Waa in aan dib isu-eegis isku sameeyo.

Lincoln waxa uu u tagay Stanton. Stanton ayaa Lincoln ka dhaadhiciyey in go`aankiisu qalloocanyahay iyo in uu faraha isaga uga qaado. Lincoln waa uu soo dhaweeyey dhaliishaas markii uu ogaaday in ay daacad tahay, aqoon ku salaysantahay, ayna ka muuqato in qofkani dhab ahaan u doonayo in uu caawiyo.

Aniga iyo adiguba waa in aan dhaliilaha noocaas ah aynu soo dhawayno, suurtogal ma aha in aynu rajayno in afartii jeerba aynu saddex ka mid ah saxannahay. Einstein oo ah maskaxda ugu caqliga badan ee nool ayaa qirtay in sagaashan iyo sagaal boqolkiiba uu khalad ku gabogabeeyo cilmi baaristiisa.

La Rochefoucauld ayaa yiri: “Waxa cadawgeennu innaga sheego ayaa runta uga dhaw waxa aynu innagu nafteenna ka rumaysannahay.”

Waxa aan ogahay in oraahdaasi saxsanaan karto; sidaas oo ay tahay, marka qof uu i dhaliilo, naftayda dib uma baaro, islamarkiiba waa soo boodaa aniga oo is difaacaya aniga oo aan xataa wax fikir ah ka haysan dhaliisha la iga sheegi doono waxa ay tahay. Waa aan iska niyad jabaa markasta oo aan sidaas sameeyo. Dhammaanteen waa ka niyad-xumaannaa dhaliisha, waana ku laab-qaboobaannaa ammaanta, innaga oo aan marnaba eegin dhaliisha iyo ammaanta midka saxsan.

Ma nihin dad caqliga wax ku saleeya markasta. Waxa aan nahay dad markasta dareenkooda wax ku saleeya iyo rabitaankooda. Caqligeennu waa sida laash(huuri) badwayn, fog oo mugdi ah lagu dhex sii daayay. Inteenna badan fikrad fiican ayaa aynu ka haysannaa shaqsiga wanaagsan ee aynu nahay maanta. Balse afartan sano kadib, waxaa dhacda in aan dib aan soo eegno kadibna ku qosolno shaqsiga aynu hadda nahay.

William Allen White ayaa dib u eegay noloshiisii kadibna qeexaya waxa uu ahaa konton sano ka hor asaga oo kusheegay “ Madaxyaro, nacas ah, oo xanaaq badan, aad isaga fakara oo dhaliisha ka gubta” Labaatan sano kadib waxaa laga yaabaa in aniga iyo adiguba aynu ereyadaas adeegsan doonno innaga oo qeexayna qofka aynu maanta nahay. Laga yaabee. Yaa og!

Cutubyadii hore, waxa aan ka soo hadlay waxa aad samayn lahayd markii dhaliil aan sax hayn lagu dhaliilo. Balse hadda aragti ka duwan ayaa aan

hayaa: Markii aad xanaaqi rabtay, ayada oo ay keenayso in lagu dhaliilay adiga oo u arka in dhaliishaasi ay qaldantahay, maa aad u kaadisid oo dhahdid: “ U kaadi… waa aan ka fogahay in garaadkaygu mid dhammaystiran yahay. Haddii Eisntein uu qirtay in uu sagaashan iyo sagaal boqolkiiba uu khaldanyahay, aniguna ugu yaraan boqolkiiba siddeetan ayaa aan khaldanahay. Laga yaabee in aan mutaystay dhaliishaan. Haddii ay sax tahay, waa in aan u mahadceliyo qofkaas, waana in aan isku dayo in aan wax ka qabto.”

Shirkadda Ford waxa ay aad u raadinaysay in ay ogaato waxa ka qaldan ayada , maamulkeeda, iyo shaqooyinkeedaba illaa ay dhawaan afti ka qaadeen shaqaalaha ayaga oo ka codsaday in ay shirkadda dhaliilaan.

Waxa aan aqaannaa nin horay uga ganacsan jiray saabuunta, waxa uu codsan jiray in la dhaliilo. Markii ugu horreysay ee uu bilaabay iibka saabuunta ee shirkadda Colgate, dalabaadku aad ayaa ay u yaraayeen. Waxa uu ka cabsaday in uu shaqadiisa waayo.

Maadaama uu ogaa in qaymaha iyo qaayaha saabuuunta aysan waxba ka qaldanayn, waxaa u muuqday in asagu uu yahay dhibta. Marka uu ku guuldarraysto in uu qof ka dhaadhiciyo iibsiga badeecadiisa, waa uu iska dabo wareegi jiray asaga oo ka fakaraya waxa qaldamay. Ma hadalkiisa ayaa aan caddayn? Ma dhiironaanta ayaa ka maqan? Marmar iibsadaha ayaa uu ku laaban jiray asaga oo oranaya: “Kuuguma soo laaban in aan wax kaa iibiyo . Waxa aan kuugu imid in aad talo iyo dhaliil aad igu caawisid. Ma ii sheegi kartaa waxa iga qaldanaa markii aan isku dayayay in aan wax kaa

iibiyo daqiiqado kahor? Wax badan in aad iga badisid ayaa dhacda. Fadlan dhaliishayda ii sheeg. Daacadna ii noqo oo ha igala xishoon nabarrada.” Sidaas ayaa uu ku helay asxaab iyo talooyin badan.
Halkee ku danbeeyey ayaa aad u malayn? Maanta waa madaxa shirkadda saabuunta Colgate-Palmolive-Peet oo ah shirkadda ugu wayn adduunka oo saabuunta soo saarta. Magaciisu waa E. H . Little. Sanadkii la soo dhaafay dhawr qof oo kali ah ayaa ka mushaar batay Maraykanka oodhan.

Dadnimo dhab ah ayaa ay u baahantahay in aad samaysid sida H. P. Howell, Ben Franklin iyo E. H. Little ay sameeyeen. Hadda oo aan cidna kuu jeedin maa aad muraayadda isku eegtid kadibna is waydiisid in aad dadkaas kamid noqon kartid iyo in kale.

Si aad uga fogaatid walwalka dhaliilaha laga qaado, waa kan qaanuunka 3aad:
Aynu kaydino xogta waxyaabaha nacasnimada ah ee aynu samaynno. Maadaama aynaan rajayn karin in aan markasta saxsanaano, aynu samayno sida E. H. Little uu sameeyey oo ah: Aynu dadka waydiisanno dhaliil , daacad ah, ina caawin karta oo waxtaraysa.

Nuxurka Qaybta Lixaad- Sidee Looga Fogaadaa Walwalka Eedayntu Keento.

Qaanuunka 1aad: Dhaliil aan sax ahayn waa ammaan qarsoon. Macnaheedu waa masayr iyo xasad qarsoon oo laguu hayo. Xasuusnoow, ey bakhtiyey cidina ma laaddo.

Qaanuunka 2aad: Dedaalkaaga ugu badan samee kadibna dalladaada kala fidso una daa roobka dhaliishu dhinacyada in uu ka dagto.

Qaanuunka 3aad: Aynu aruurino xogta waxyaalaha nacasnimada ah ee aynu samayno, kadibna aynu nafsaddeenna ku eedayno. Maadaama aynaan markasta saxsanaan karinin aynu ku dayano E.H . Little: Aynu codsanno in si daacad ah, waxtar leh oo ina caawinaysa la inoo dhaliilo.

Qaybta 7aad- Lix Qaab Oo Looga Hortago Daalka Iyo Walwalka , Awooddaada Iyo Niyaddaadana Kor Loogu Qaado.

Cutubka 23: Sidee Maalin Walba U Kordhin Kartaa Awooddaada Shaqeed?

Maxaa aan buug sida wawalka looga hortago ka hadlin aan uga sheekaynayaa sida daal looga hortago? Waa wax fudud in aad fahantid: Sababta oo ah daalka ayaa walwal dhaliya, ama ugu yaraan qofka ka dhiga mid daalka u nugul.

Arday kasta oo caafimaadka barta ayaa kuu sheegin in daalku uu yareeyo awoodda iska-caabineed ee qofku iskaga caabin karo hargabyada iyo boqolaal cudurrada kale ah, dhakhtar dhimir oo kastana waxa uu kuu sheegin in daalku uu hoos u dhigo awoodda iska caabineed ee qofku u leeyahay cabsida, walwalka iyo dareennada kale. Sidaa darteed daalka oo aad ka hortagtid, waxa ay ka hortagi kartaa walwalka.

Ma waxa aan iri “ka hortagi kartaa”? Sidaasi waa marka aan fududeeyey. Dr Edmund Jacobson sidaas waa uu ka sii adkaynayaa. Dr Jacobson labo buug ayaa uu ka qoray Nasashada(Istireexidda)(Relaxation): Progressive Relaxation iyo You Must Relax`, Sidoo kale maaddaama uu yahay aqoon-baare uuna ka yahay jaamacadda Chicago, sanado badan ayaa uu baaris ku samaynayay in nasashada loo isticmaalo daawo ahaan.
Waxa uu shaaciyey in isku-buuqsanaan maskaxeed oo kasta ay baaba`ayso haddii qofku nasasho sameeyo. Hadalkaasi waxa uu ku oranaya: Walwal ma sii soconayo haddii aad istireexdid.

Si haddaba walwalka iyo daalkaba looga hortago, qaanuunka koowaadi waa: Naso in badan. Naso inta aadan daalin kahor.

Maxaa sidaasi muhiim u tahay? Sababta oo ah daalku si layaab leh ayaa uu u dhakhso badanyahay. Ciidamada Maraykanku waxa ay ogaadeen in xataa askariga dhalinyarada ah ee sanadaha badan tabab-barka ku jiray uu awood badanyahay siina shaqayn karayo haddii saacad kasta toban daqiiqo la nasiyo, culayskana laga dajiyo. Sidaa darteed hadda sidaas in ay sameeyaan ayaa lagu khasbaa. Wadnaha qofku waxa uu u caqli badanyahay sida ciidamadaas Maraykanka oo kale. Wadnahaagu, dhiig booyadaha buuxin kara ayaa uu maalintii tufaa(bumbeeyaa). Labaatan iyo afartii saac waxa uu qabtaa shaqo dhan in labaatan tan oo culays ah la saaro buur dhakadeed Shaqada intaas le`eg ayaa uu maalin kasta qabtaa muddo toddobaatan ama sagaashan sano ah. Sidee ugu dulqaadan karaa wadnuhu?
Dr. Walter B. Cannon ee jaamacadda Harvard ayaa faahfaahinaya. Waxa uu yiri: “Dadka intooda badani waxa ay rumaysanyahiin in wadnahu markasta shaqaynayo. Dhabtii waxaa jira xilli nasasho halkii mar oo uu garaacmaba. Markii lagu qiyaaso in uu daqiiqadii toddobaatan iyo labo saacadood uu garaacmo, labaatan iyo afarta saac sagaal kamid ah ayaa wadnahu shaqeeyey, shan iyo toban ka mid ahna waa uu nastay.”

Markii lagu gudo jiray dagaalkii labaad ee adduunka, Winston Churchill oo todobaatan jir marayay, lix iyo toban saacadood ayaa uu maalin kasta shaqaynayay asaga oo hagaya boqortooyada Ingiriiska iyo arrimaha dagaalka oodhan. Heer la yaab leh ah dheh. Maxa ay ahayd sirtiisu? Illaa iyo duhur ku dhawaadka sariirtiisa ayaa uu ku dul shaqayn jiray asaga oo

wargaysyo akhrin, amarro bixinaya, wicitaanno samaynaya iyo sidoo kale shirar qabanaya. Qado kadib, saacad ayaa uu seexan jiray.
Fiidkii labo saacadood oo kale ayaa uu seexan jiray cashada kahor. Daalka ma uusan daawaynayn ee waa uu ka hortagayay. Maadaama uu si joogto ah u nasanayay, awood uu ku shaqeeyo iyo firfircooni ayaa uu helayay, waxa uuna shaqayn jiray illaa saqda dhexe.

John D. Rockefeller labo waxyaabood oo cajiib ah ayaa uu sameeyey. Hantida adduunka ugu badan ayaa uu yeeshay, tan labaad sagaashan iyo siddeed sano ayaa uu gaaray. Sidee ku awooday? Tan ugu wayni waa: waxaa loo abuuray in uu da`daas gaaro. Tan labaadi waa: duhur walba xafiiskiisa ayaa uu xoogaa seexan jiray. Fadhiga ayaa uu dul jiifsan jiray, xataa madaxwaynahu ma soo waci karinin intaas uu hurdo.

Daniel W. Josselyn ayaa buuggiisa cajiibka ah ee ‘Why Be Tired’ ku sheegay: “Nasashadu ma aha in aadan waxba qabanayn. Nasashada waa dib-u-hagaajin. Awood aad u badan oo dayac-tirid ah ayaa ku jirrta nasashada, xataa shan daqiiqo oo aad indhaha isku qabsatid ayaa daal dhan kaa bi`in karta! Connie Mack oo da`a ku gaaray kubbada baseball ka ayaa ii sheegay in haddii uusan duhurkii xoogaa seexan in galabkaas waxyar uu ku daalayo cayaarista. Balse haddii uu xoogaa indhaha isku qabsado inta duhurka ah cayaarta dhan uu si fiican u dhamaysan karayo.

Eleanor Roosevelt ayaa aan waydiiyey sida ay ugu dulqaadan kartay shaqada tirade badan ee ay qabanaysay labo iyo tobankii sano ee ay Aqalka Cad Ee Maraykanka joogtay. Waxa ay ii sheegtay in kahor inta aysan dadka

hor imaanin ama khudbad jeedinin ay kursi ama fadhi dul fariisan jirtay kadibna muddo labaatan daqiiqo dhan ay indhaha isku qabsan jirtay.

Henry Ford ayaa aan dabaal-deggii sanadkiisii siddeetanaad waraystay. Waa aan la yaabay sida firfircoonida badani uga muuqato oo uu dhalinyaro ugu egyahay. Haddii aan waydiiyey sida ay ku dhacday waxa uu igu yiri: " Waligay ma istaagsanaado aniga oo fariisan karaya, aniga oo jiifsan karayana ma aan fadhiyo."

Jack Chertock oo ah isu-duwe filimaan oo caan ka ah Hollywoodka ayaa aan taladaas anigu siiyey. Asaga oo aad u daalan oo daawo kasta adeegsada ayaa uu ii yimid kadib ayaa aan kula taliyey in uu indho-gaduudsi(xoogaa seexasho) marmar sameeyo.

Markii aan labo sano kadib aan arkay oo aan waydiiyey waxa uu iigu jawaabay: "Mucjiso ayaa dhacday, waa sida dhakhtarkii igu yiri markii uu arkay is beddalkayga. Kursi ayaa aan ku soo fariisan jiray aniga oo istoosinaya maanta dhan markii shirarka aan ku jirno. Hadda fadhiga ayaa aan isku kala bixiyaa annaga oo shirka ku jirna. Labaatan sano sidaas si ka fiican ima soo marin. Intii hore labo saac oo ku dheeri ah ayaa aan shaqeeyaa, haddana ma daalo"

Haddii aadan duhurkaas aadan yara seexan, fiidkii cashada ka hor ayaa aad iskala bixin kartaa. Haddii aad fiidkaas saacad seexatid oo aad hadhowna lix saacadood oo kale hurudid ayada ayaa ka fiican siddeed saacadood oo isku bixis ah oo aad seexatid.

Qofka shaqo gacmeedka qabanaya, wax badan ayaa uu qaban karayaa haddii uu yara nasto marar badan. Frederick Taylor ayaa cilmibaaris ku sameeyey arintaas. Waxa uu u fiirsaday shaqaalaha shirkadda biraha ee Bethleham Steel Company. Waxa uu arkay in nin kasta uu qaadayo culays dhan labo iyo toban kun oo kiilo oo bir ah maalin kasta, hadhowna ay aad u daalanyahiin markii duhurkii la gaaro. Waxa uu baarid ku sameeyey waxyaalaha daalka u keeni karayay oodhan, kadibna waxa uu sheegay in shaqaalahaani ay afartan iyo toddobo kun oo kiilo uu qof walba maalintii qadi karayo! Waxa uu sheegay in qof walba uu qabankarayo shaqo afar jibbaar ku ah shaqada uu hadda qabto waliba asaga oo aan daalayn. Balse waxa uu u baahday in uu xaqiijiyo.

Taylor nin shaqaalaha kamid ah oo Schmidt layiraahdo ayaa uu baaritaan ku sameeyey. Saacad ayaa uu u qabtaa, kadibna u sheegaa in uu shaqada bilaabo, cabbaar marka uu wado ayaa uu u sheegaa in uu fariisto, yara nasto oo haddana bilaabo oo shaqeeyo, sidaasna uu ku wado shaqada.

Maxaa kadib qabsoomay? Schmidt afartan iyo toddobo kiilo oo culays ah ayaa uu qaaday hal maalin gudaheed asaga oo aan daalin halka ragga kale ay qaadeen toban iyo labo iyo bar. Saddexdii sano ee daraasaddu socotay, Schmidt sidaas ayaa uu ku shaqeeyey asaga oo aan marnaba daalin. Schmidt awood ayaa uu u lahaa in uu intaas oo shaqo ah uu qabto sababta oo ah markasta inta uusan daalin ayaa uu nasanayay. 26 daqiiqo ayuu saacad kasta ka shaqeeyey, 34 daqiiqana waa uu nasanayay. Inta uu nasanayay ayaa ka badnayd inta uu shaqaynayay haddana saas oo ay tahay afar jibbaar shaqada dadka kale ayaa uu qabanayay! Tani ma war ku-tiri-kuteen ah baa? Maya, waa aad raadin kartaa xogta ah cilmibaarista

Frederick sameeyey (Principle of Scientific Management by Frederick Winslow Taylow).

Aan ku celiyo hadalkaas: Samee sida ciidamadu sameeyaan. Marar badan naso. Sida wadnahaagu u shaqeeyo oo kale u shaqee- naso inta aadan daalin kahor, waxaa kordhaysa awooddaada shaqeed.

Cutubka 24aad: Maxaa Ku Daalin Kara?- Maxaa Aadse Ka Samayn Kartaa?

Waxa aan kuusheegayaa xaqiiqo layaab leh: Shaqo-maskaxeed kali ah kuma daali kartid. Wax aan caqli gal ahayn ayaa ay kuula muuqataa. Balse sanado kahor ayaa saynisyahanadu isku dayeen in ay ogaadeen shaqo intee le`eg ayaa maskaxda qofku qaban kartaa kahor inta aysan gaarin heer "Awood shaqeedkeedu yaraado", waa waxa saynisku ugu yeero daal. Waxaa saynisyahanadaan layaab ku noqotay in dhiigga maskaxda aadaya uusan marnaba tusayn wax daal ah ama yaraan ah! Haddii aad dhiig ka qaadid xididada qof shaqaynaya waxaa dhiiggaas lagu arkin ``sunta daalka`` wax la yiraahdo. Balse haddii dhiiggaas laga qaado maskaxda ugu shaqada badan adduunka sida tan Einstein, wax sunta daalka ah maskaxdaas kuma arkaysid.

Sidaas darteed haddii laga hadlayo maskaxda qofka, ma muujiso wax daal ah si kasta oo uu u dheeraado waqti shaqeedka qofka. Marnaba maskaxdu ma daasho. Haddaba dadku maxaa ay la daalaan?

Qolyaha dhimirka ayaa sheega in daalka ugu badani uu ka yimaado caqliga iyo qaab-fekerka qofka. J. A. Hadfield oo ah qoraaga buugga 'The Psychology of Power' ahna dhakhtar dhimirka caan ku ah ayaa buuggiisa ku oranaya: "Daalka aynu dareenno intiisa badan waxa uu ka yimaadaa dhimirka qofka; dhabtii daal dhab ah oo jimsiga ka imaanaya waa dhif."

Dr. A. A. Brill oo asna dhakhtar kale oo dhimirka ku caan ah ayaa intaas ka sii badiyey asaga oo oranaya "Boqolkiiba boqol daalka dadka fadhiga ku

shaqeeya ee haddana caafimaadka qaba, daalkoodu waa maskixiyan, macnaheeduna waa dareenkooda iyo sida uu yahay ayaa uu ku xiranyahay daalkoodu”

Haddaba dareenno caynkee ah ayaa daalin karaya qofka fadhiga ku shaqeeya? Faraxadda miyaa? Ma qanaacadaa? Maya! Midkoodna ma aha! Caajis, niyad-xumo, dareemid in aan abaal loo haynin, macno-darro, degdeg, cabsi, walwal, waxyaalahaan ayaa ah waxa daaliya qofka fadhiga ku shaqaynaya, waa waxyaalaha qofka keena in uu u nuglaado in hargabku kudhaco, in waxtarkiisu hoos u dhaco, waa waxa ugu badan ee dadka madax-xanuunka ku rida. Haa, daal ayaa waxyaalahaani inagu dhalin karayaan maxaa yeelay dareennada aynu dareemayno ayaa jimsiga cadaadis muuqda iyo culays ku samaynaya.

Shaqo adag oo kali ah waa adagtahay in ay qofka u keento daal aan hurdada iyo nasashadu aysan ka bi`in karaynin. Walwalka , cadaadiska, iyo kacsanaanta dareenka qofku waa saddexda waxyaalood ee ugu badan ee daalka keena.

Akhriskaaga halmar haki oo eeg naftaada. Hadda oo aad wax akhrinaysid, wajigaaga kaduud miyaa ku jira? Ma isku-cadaadin ayaa indhahaagu wax ku arkayaan? Kursigaaga si istireex ah ma ugu fadhidaa? Mise garbahaagaa kor u taagaysaa? Wajigaagu ma kaduudsanyahay? Haddii sida boombale maryo ka samaysan uusan jirkaagu u balaqsanayn, maskaxdaada ayaa cadaadis ku samayn doontaa iyo waliba jimsigaaga kale oo dhan. Maskaxdana cadaadis ayaa aad ku haysaa, murqahana daal ayaa aad ku abuuraysaa.

Maxaa aan cadaadiska noocaan ah ee aan loo baahnayn aynu jimsigeenna ugu samaynaynaa? Josselyn ayaa oranaya: “Waxa aan dhib wayn u arkaa in adduunka dhammi rumaysanyahay in shaqada badani u baahantahay dedaal badan, haddii kale aysan waxba qabsoomayn.” Sidaa darteed waa aynu waji kaduudnaa. Garbaha ayaa aynu taagnaa. Murqaha dhan ayaa aan xoog iyo cadaadis gelinnaa kuwaas oo aan maskaxda waxba ka caawin shaqadeeda.

Maxaa lagu daawayn karaa daal maskaxeedkaas? Naso! Naso! Naso! Baro in aad nasatid adiga oo shaqaynaya.
Ma dhib yartahay? Maya. Waa in aad dhaqan aad noloshaada dhan oo waday aad dib u beddashid. Balse waa u qalmataa in aad sidaas samaysid,waa arrin noloshaada dhan wax ka beddali karta. William James ayaa curiskiisa la yiraahdo “Kitaabka Nasashada” : Dadkaan Maraykanka ee cadaadis-maskaxeedka badan dareemaya, nacasnimadu hayso, neefsan la`a qaarkood, xanuunku kamuuqdo markasta, dhibtooda waxaa keenaya caado ayaa ay ka dhigteen sidaas, wax kalena ma aha.” Cadaadis-maskaxeedku waa caado. Deggenaantuna waa caado. Caadooyinka xun-xuni waa wax la baabi`in karo, caadooyin wanaagsanna waa lagu baddalan karayaa.

Sidee loo nastaa? Ma maskaxdaa laga bilaabaa? Ma maankaa laga bilaabaa? Maya midkoodna maya. Jimsigaaga ka biloow marka hore.

Bal aan isku dayno. Si aan kuu tusiyo sida loo sameeyo, aynu indhaha ka bilowno marka hore. Sadaradaan akhri si fiican, markii aad dhamaysidna, gadaal isku tiiri, indhaha isku qabso, adiga oo indhaha isku haya waxa aad

dhahdaa: “Iskadaa. Iskadaa. Cadaadis ha isa saarin, wajigaaga ha kaduudin. Iskadaa . Iskadaa .” Sidaas ku celceli muddo daqiiqad ah adiga oo tartiib-tartiib u oronaya…

Miyaa aadan dareemin in ilbiriqsiyo kadib aad dareentay in indhahaagu ay ku adeecayaan? Miyaa aadan dareemin in aad mooddid in gacan lagaaga tiray cadaadiskii indhahaaga saarnaa. Hagaag, layaab ayaa ay u muuqataa, daqiiqaddaas ayaa aad ku tijaabisay furaha sirta ku jirta nasashada. Hadda sidaas oo kale ayaa aad murqaha, surka, garbaha iyo jimsiga kale oodhan ku samayn kartaa. Balse intaas oodhan waxa ugu muhiimsani waa indhaha. Dr Edmund Jacobson ee jaamacadda Chicago ayaa oranaya haddii aad dhammaan murqaha indhahaaga aad nasniino ku samayn kartid, dhibtaada dhan waa aad illaawi kartaa! Sababta indhahu muhiimka u yahiini waa indhahu afar meelood oo meel tamarta maskaxdu adeegsato ayaga ayaa adeegsada. Waa sababta keenta in dadka oo aragtidoodu fiicantahay ay haddana cadaadis iyo culays indhaha ka dareemaan.
Vicki Baum oo ku caan baxday qoridda sheekooyinka ayaa oranaysaa in markii ay carruurta ahayd ay la kulantay nin da`a ah kaas oo baray casharkii ugu waynaa ee nolosheedii oodhan ay baratay. Waa ay kuftay, lowyada iyo cumaanmcumaha ayaa dhaawacyo ka soo gaareen. Nin da`a ah ayaa dhulka ka soo kiciyey, boorkii ayaa uu ka jafay kadibna waxa uu ku yiri “Sababta dakharradu kuu soo gaareen waa in aadan aqoon sida la isu dabciyo(istireexo). Waa in aad isugu laabmi kartid sida sigisyaanta(iskaalsada)(sharabaadyada), isugu jajabi kartid sida sharabaad duqoobay. Ina keen aniga ayaa ku tusin sida loo sameeyee.”

Ninkaas da`ada ah ayaa Vicki Baum iyo carruurta kaleba baray sida dhulka loogu dhaco adiga oo aan dakhramin, sida inta la boodo la isu gadgadiyo. Markastana waa uu ku adkayn jiray: “Markasta iska dhig in aad tahay sigisyaantaas duqowday ee isku jajabi karta. Kadib ayaa aad debacsanaan dareemi kartaa.

Arrin kasta ayaa aad ku dhex nasan kartaa. Kali ah dedaal ha u galin in aad nasatid. Nasashadu waa cadaadis iyo dadaal aad nasasho u galaysid aysan jirin. Nasashadu waa cadaadis la`aan iyo dedaal in aadan u galin in aad nasatid. Deggenaan ku fakar oo is daji. Ku fakar in aad nasisid indhahaaga, wajigaaga, adiga oo oranaya: “Iskadaa… Ha is dhibin…Iskadaa … Iskadaa… Ha is dhibin… oo naso, isdaji).” Dareen xorriyadda ilmaha dhashay oo kale. Galli-Curci ayaa sidaas samayn jirtay. Waxa ay ahayd dadka ugu cod dheer dumarka heesa. Helen Jopson ayaa ii sheegtay in ay arki jirtay Galli-Curci oo inta aysan bandhig samaynin kahor kursi ku fariisata, jimsigeeda dhanna nasin jirtay. Waa qaab aad u fiican oo ka yarayn karaya in ay cadaadis ama baqdin gasho inta aysan masraxa fuulin; sidoo kalena daalka ayaa qaabkaasi ka ilaalin jiray.
Waa kuwaan shan waxyaalood oo aad ka baran kartid sida loo nasto(la isu dajiyo).

1. Akhri mid kamid ah buuggaagta ugu fiican ee maaddadaan ka hadla: Release From Nervous Tension, oo uu qoray Dr David Harold Fink.
2. Naso(isdaji) xataa adiga oo ku jira arrimo qalaad. Jimsigaaga ka dhig mid sida sharabaadka u balaqsan. Sharabaad ayaa aan miiska saartaa si aan ugu xasuusto in aan is dajiyo. Haddii aadan sharabaad helin, bisad hel. Waligaa bisad hurudda kor ma u qaadday? Sida

xaashi qoyday ayaa ay isugu laablaabmataa. Qolyaha Yogada(nooc jimicsi ah) bara ayaa dhaha haddii aad doonaysid in aad baratid habka loo nasto(la isu dajiyo), darsid ku samee bisadda. Waligey ma aanan arkin bisad daallan, bisad isku-buuqsan ama bisad hurdo la`aan, walwalal ama boog-calooleed leh. Dhabtii dhibaatooyinkaan oo dhan waa aad ka dheeraan kartaa haddii aad baratid in aad u istireexdid sida bisadda.

3. Qaab aad istireex ku dareemaysid ku shaqee markasta. Xasuusnoow in cadaadiska jimsiga saaran uu murqaha iyo maskaxdaba daalinayo.
4. Marar badan oo maalinta kamid ah dib isu eeg adigaoo iswaydiinaya: “Shaqadayda ma aniga ayaa isku culaysinaya mise maya? Ma qayb jimsigayga kamid ah oo aanan u baahnayn ayaa aan culays shaqo saarayaa?” tan ayaa kaa caawinaysa yeelashada caado aad ku istireexdid.
5. Tijaabo isku samee dhammaadka maalin kasta adiga oo iswaydiinaya: “Daal intee le`eg ayaa aan dareemayaa? Haddii aan daalanahay, sababtu waa in ay noqotaa qaabka aan u shaqeeyey iyo cadaadis maskaxeedka aan isasaaray. Daniel W. Josselyn ayaa oranaya: “Wax-qabsoomiddayda maalin kasta ah kuma qaymeeyo daalka aan dareemayo badnaantiisa balse waxa aan ku qaymeeyaa daal la`aanta aan dareemayo.” Waxa uu ku sii daray: “Markii aan dareemo in aan daallanahay ama aan dareemo in neerfuhu I kacsanyahiin, waxa aan shaki la`aan ogahay in maalintaasi tayo iyo tiro ahaanba ay liidatay.” Haddii ganacsade kasta uu casharkaan baran lahaa u dhimashada cudurrada iyo dhiig-karkuba aad ayaa ay u yaraan lahaayeen. Isbitaallada dhimirka iyo xabaalahuna kama buuxsameen dad walwal iyo daal waalay ama laayay.

Cutubka 25aad: Sida Hooyo-Gurigu, Ay Daalka Isaga Ilaalin Karto- Ayna Muuqaal Dhalinyaro U Lahaan Karto.

Mid saaxiibaday ka mid ah ayaa dhawaan u duulayay Boston si uu shir caafimaad oo aad u wayn uga qayb galo. Caafimaad? Haa waa caafimaad. Sanadkii mar ayaa shirkaani ka dhacaa xarun daawo oo Boston ku taalla, bukaanka ka soo qaybgala inta aan loo ogolaan ayaa la mariyaa baaritaan maskaxeed(dhimir). Waloow loogu yeero xiisad ku saabsan cilmi-nafsiga haddana dhabtii waxaa yimaada oo xiisadda la siinin waa dad walwal dartiis la xanuunsan. Inta ugu badan ee dadkaan walwalku dhibta ku hayo waa hooyo-guri.

Sidee ku bilowday xiisadda caynkaan ahi? Hagaag, 1930kii Dr Joseph H. Pratt oo ka mid ahaa ardaydii Sir William Osier ayaa ogaaday in dadka ugu badan ee xarunta caafimaadka daawada u soo doonanayay in wax ka khaldan caafimaad ahaan aysan jirinin haba yaraatee. Haddana sidaas oo ay tahay astaamo ay cudurro caadi ah leeyahiin ayaa ka muuqanaya.

Islaan ka mid ah dadkaasi gacmaha ayaa ay tuf ka curyaamisay illaa ay gaartay heer aysan adeegsan karin gacmaha oo dhan.
Mid kale sakaraad ayaa ay la galgalanaysay ayada oo ay ka muuqanayaan astaamaha kansarka caloosha. Qaar kale dhabarka, madaxa, daal joogto ah, jir-xanuun IWM ayaa ay lahaayeen. Dhabtii waa ay dareemayeen xanuunnadaan oodhan. Balse baaritaannadii ugu badnaa ayaa la mariyey waxaana lagu xaqiijiyey in aysan wax xanuun ah aysan qabin haba yaraatee. Dhakhaatiirtii hore intooda badani waxa ay u sheegi lahaayeen in jirradooda oo dhammi ay tahay mid maskaxiyan ah.

Balse Dr Pratt waxa uu xaqiiqsaday in aysan dheef ku jirin in bukaankaan lagu qanciyo in ay guryahooda ku laabtaan oo is illowsiiyaan waxa haya oo dhan. Waxa uu ogaa in dumarkaan intooda badani aysan doonayn in ay jirradaan; haddii ay u dhibyaraan lahayd in ay iska illaawaan oo sidaas ku caafimaadayaan, waa ay samayn lahaayeen. Haddaba maxaa la samayn karaa?

Waxa uu fasal u sameeyey koox shakilayaal ah oo caafimaadkooda ka shakisan. Fasalkaasi cajiib ayaa uu noqday. Siddeed iyo tobankii sano ee la soo dhaafay kumanaan dad ah ayaa ku daawaysmay soo xaadiridda fasalka. Dadka qaarkood sanado ayaa ay si joogto ah u yimaadaan sidii in ay waajib diineed fulinayaan oo kale. Waxa aan la hadlay qof dumar ah oo sagaal sano oo la soo dhaafay aan hal mar ka maqnaanin imaanshaha goobtaas. Waxa ay sheegtay in markii ugu horraysay ee ay billowday imaanshaha meeshaan ay rumaysnayd in kalyaheeda mid ka mid ah ay guurguurto iyo in ay wadnaha jirro ka qabto. Walwal iyo cadaadis-maskaxeed badan ayaa ay dareentay heer ay marmar indhobeel ku dhacayay. Sidaas oo ay tahay maanta waa qof isku kalsoon oo farxad badan sidoo kalena aad u caafimaad badan . Afartan jir ayaa ay u egtahay sidaas oo ay tahay mid ka mid ah carruurta ay ayeeyada u tahay ayaa dhabta u saaran. Waxa ay tiri “Aad ayaa aan uga walwali jiray dhibaatooyinka qoyskayga, illaa aan gaaray heer aan jeclaysto in aan dhinto, balse halkaan ayaa aan ka bartay halista walwalka. Waxa aan bartay sida la isaga joojiyo. Hadda si daacad ah ayaa aan u oran karaa noloshaydu waa mid xasilloon.”

Dr Rose Hilferding, waa talobixiyaha fasalka, waxa ay tiri " Qaabka ugu wanaagsan ee walwalka lagu yarayn karayo waa in qofka walwalkiisa qofkale oo uu isku hallayn karo uu uga sheekeeyo. Waxa ay ku sii dartay "Marka bukaanku halkaan yimaadaan, dhibaatooyinkooda ayaa ay si faahfaahsan uga hadlaan illaa sida ay u wadaan uu walwalka dhanba maskaxdooda ka soo dhammaado. In kali qofku walwalo, walwalkaasna uu qarsado, waxa ay keentaa in qofku isku-buuqo. Dhammaanteen waa in aan dhibaatooyinkeenna dadka la wadaagnaa. Waa in aan waxii walwal nagu haya aan dadka u sheegnaa. Waa in qofku dareemo in adduunka ay ujoogaan dad dhagaysanaya oo fahmaya waxa uu ka walwalayo."

Caawiyahayga ayaa aragtay raysashada ay qof dumar ahi ka qaadday markii ay walwalkeedii oo dhan sheegtay. Dhibaato qoyska ah ayaa haysatay, markii ay hadalkii bilowday waxa ay ahayd wax isku ceeqsan oo is gashan ayada dhan. Kadib tartiib tartiib ayaa ay u kala baxday markii ay hadashay, waxa ay bilowday in ay xasillooni dareento. Dhammaadkii warbixinteeda markii ay maraysay waa ayba dhoolocaddaynaysay. Dhibteedii miyaa xallismatay? Maya, sidaas kuma xallismaynin dhibteedu. Waxa is beddalka keenay waxa ay ahayd la hadlidda ay dadka kale la hadlaysay, talooyinka la siinayay iyo danqashada loo muujinayay. Waxa is beddalka keenay waxa uu ahaa caafimaadka ku jiray erayada ka soo baxayay ee ay iska soo saaraysay.

Psycho-analysis waxa uu ku salaysanyahay awoodda buskood-siineed ee ku jira marka qofku hadalka ku jiray uu iska soo saaro.
Illaa iyo waagii Freud , cilmi baarayaashu waxa ay ogaadeen in bukaanka buskood ka dareemo iyo xasillooni haddii uu ka hadlo waxa laabtiisa kujira

oo uu sheego. Waa maxay sababtu? Malaha markii uu qofku ka hadlo dhibaatooyinkiisa, gudahiisa ayaa uu ka dareemaa culays ka dagaya. Cidina jawaabta saxda ah ma taqaan. Balse dadka dhan ayaa adeegsada ereyada “Iska tuf” ama “Laabta ka soo saar”.

Haddaba marka soo socota ee dhibaato ina haleesho, aynu raadino cid aynu uga warranno. Ugama jeedo in qofku dadka dhan ku wareego asaga oo ka cabanaya dhibaatooyinka haysta. Aynu raadsanno cid aynu isku hallayn karno, kadibna ballan la samaysanno qofkaas. Ha ahaado qaraabo qof ah, dhakhtar, qareen, wadaad IWM. Kadib qofkaas ku dheh: “ Talo ayaa aan kaaga baahanahay. Dhib ayaa I haysata, waxa aana kaa rajaynayaa in aad I dhagaysanaysid inta aan ka warramayo. Haddii aad awooddid talo iga sii. Laga yaabee in aad dhinac kale oo aan aniga ii muuqan aad wax ka arki kartid. Balse illowse haddii aadan I caawin karinin, ila fadhi iskana kay dhagayso inta aan ka hadlayo.”

Haddii cid daacad ah oo aad kala hadashid aad waydid, aniga ayaa kuu sheegin koox la yiraahdo `Kooxda Badbaadinta Nolosha`(Save-a-Life League.).

Waa koox ka duwan waxa kooxo jira oo dhan. Markii hore waxaa loo aasaasay in ay ka hortagaan oo isku dayaan in ay badbaadiyaan dadka doonaya in ay is dilaan. Laakiin sanado kadib, ururkii aragtidiisii waa fidiyey waxa ayna bilaabeen in ay talogalyo siiyaan dadka aan farxadda lahayn ama dhibaatada dareemaya. Waxa aan la sheekaystay Lona B. Bonnell oo waraysatay qayb ka mid ah dadka halkaan u yimaada in ay talogalyo ka helaan Kooxda Badbaadada. Waxa ay ii sheegtay in ay ku

faraxsantahay in ay caawiso haddii dadka buuggaan akhrisanaya ay warqadaha cabashadooda ay u soo diraan. Kooxda badbaadu waxa ay degganyahiin 505 Fifth Avenue, New York. Farriintaada iyo dhibaatooyinkaagaba si aad ah ayaa looga taxaddarin cid kalana loo gudbin ma hayo.
Dhabtii ani waxa aan kugula talin lahaa in cid aad ku kalsoontahay aad kala hadasho arrimaahaga, balse haddii aad waydid, maxaa aad ku diidin in aad la wadaagto kooxda badbaadada?

In waxa kugu jira aad iska saartid oo sheegtid, waa mid ka mid ah xeearka dadka lagu daweeyo ee Boston xarunteedaan laga adeegsado.
Balse waa kuwaan aragtiyo aad gurigaaga ku samaynkartid.

1. Samayso buug aad ugu talo gashay in aad ku qoratid waxyaalaha dhiiro-galinta ah. Waxa aad ku qorataa gabayada, ducooyinka, oraahyada adiga shakhsiyan ku saameeya, sidoo kalena ku niyad-kiciya. Haddaba markasta oo roob murugo ahi ku gusoo da`o, buugaaga la kala bax kana hel dallad aad roobkaas dhinacyada uga dajisid.
2. Ha ka fakarin dhimmanaanta dadka kale! Ogoow haddii ninkaagu malag ahaan lahaa, adiga kumaba guursadeen. Sax? Qof dumar ah oo dadka xiisadaha soo xaadira ka mid ah ayaa sheegtay in ninkeedu ka dhigi rabo in ay noqoto qof xaarxaaro badan, dhib badan oo waji kaduud ah. Kadib ayaa islaantaas su`aal la waydiiyey: “Maxaa aad samayn lahayd haddii ninkaagu dhinto?” Waa ay qarracantahay kadibna inta fariisatay bilowday in ay ka sheekayso wanaagga tirada badan ee ninkeedu leeyahay. Adigu akhristoow maa aad sidaas oo

kale isku daydid oo su`aashaas is waydiisid markasta oo aad dareentid in ninkaagu yahay kaligii talis ama gacan-geed!

3. Noqo mid danaysa ogaanshaha arrimaha dariskeeda! Islaan jirran oo kalinnimo badan dareemaysay ayaa loo sheegay in ay sheeko ka soo qorto qofka ugu horreeya ee ay la kulanto. Waxa ay bilowday in ay danayso in marba qof ay la hadasho oo ka waraysato noloshiisa. Maanta meelkasta oo ay joogto dadka ayaa ay doonaysaa in ay ogaato xaalkooda, waana qof faraxsan oo ku qanacsan nolosheeda.
4. Jadwal u daji shaqada berri aad qaban lahayd ka hor inta aadan seexan. Xiisadahaan waxaa lagu ogaaday in xaasas badan ay kadeed badan ka dareemaan shaqada guriga ee aan dhammaanayn iyo waxyaalaha kale ee ay u baahanyahiin in ay qabsadaan. waxa ay dareemaan in waqtigu uu ku cariiri yahay markasta. Si degdeggaan iyo walwalkaan uu uga ba`o, waxaa loo soo jeediyey in ay jadwal ah shaqadooda berry, ay sameeyaan habeen kasta inta aysan seexan. Maxaa is beddalay? Shaqo badan ayaa u qabsoontay, daalkii ayaa ka yaraaday, sharaf iyo waxqabad ayaa ay dareemeen, waqti ay ku nastaan iyo mid ay isku qurxiyaan intaba waa heleen.(Qof walba oo dumar ahi waa ay u baahantahay in ay nafteeda u hesho waqti ay ku qurxiso. Anigu waxa aan qiyaasin marka qofka dumarka ahi ay ogtahay in ay qurxantahay, waqti ay ku walwasho in badan ma hesho.)
5. Ugu dambayn-iska ilaali cadaadis-maskaxeedka iyo daalka. Naso! Naso! Wax ku cimri dadajin kara oo aan ka ahayn walwal iyo daal ma jiraan.

Adiga hooyo-guriga ah ayaa aan kula hadlin, waa in aad nasatid! Dheef wayn oo aad haysatid ayaa ah in markii aad doontid aad iskala bixin kartid! Sagxadda guriga ayaa aadna isku kala bixin kartaa. Waxaa layaab leh, sagxadda guriga in aad isku kala bixisid ayaa ka fiican in aad sariir moolle wada ah aad ku jiifsatid. Cadaadis badan ayaa ay keenin sagxaddu, taas ayaana dhabarkaaga u fiican.

Hagaag, kuwaani waa jimicsiyo aad guriga ku samayn kartid. Toddobaad isku day samee kadibna arag waxa iska beddala muuqaalkaaga iyo niyaddaadaba.

a. Sagxadda guriga jiifso markasta oo aad daashid. Si fiican isu kala jiid, inta ugu badan ee aad samayn kartid. Is-rog-rogid samee haddii aad doonaysid. maalinkasta labo jeer sidaas samee.
b. Indhaha isku qabso kadib dheh oraah barafasoor Johnson uu ku talinayo in aad tiraahdid. “Adduunku wa mid xasilloon oo uu Eebbe maamulayo, anigana maaddaama aan ahay abuurkii eebbe, eebbe ayaa i caawinya”
c. Haddii aadan waqti u helaynin ama aadan awoodi karin in aad sagxadda jiifsatid haddaba kursi ku dul samee. Kursi taag ah oo adag ayaa ku fiican. Toos u fariiso sida taalladii, gacmahaaga daji, calaacalahana bawdyahaaga kor saar.
d. Tartiib-tartiibfarahaaga iskugu soo koji, kadibna kala fur. Murqaha lugaha isku soo koji kadibna dabci, kadib dhabarka, kadib surka, kadib madaxa. Markasta ha ilaawin in aad oranaysid : “Iskadaa…Iskadaa”

e. Neerfayaashaada oodhan daji adiga oo si joogto ah u neefsanaya. Neef dheer maskasta qaado.
f. Ka fakar duuduubka iyo kaduudka wajigaaga oodhan ku yaalla. Dhammaantood duugis u samee. Sidaas haddii aad ku waddid waxaa dhacda in aadan u baahan aaditaanka xarumaha qurxinta dumarka.

Cutubka 26aad: Afar Dhaqan/Caadooyin-Shaqo Oo Wan-wanaagsan Kuwaas Oo Ka Hortagi Kara Daalka iyo Walwalka.

Caadada Koowaad: Miiskaaga Shaqada Ka Nadiifi Waxii Warqado Ama Dukuminti Ah oo Aan Hawsha Markaa Taagan La xariirin.

Roland L Williams madaxa shirkadda Chicago and Nowrth-western Railway, ayaa oranaya: “Qofka miiskiisa shaqada u saaranyahiin warqado tiro badan oo hawlo kala duwan ku saabsan, qofkaas waxaa la gudboon in uu warqadahaas oo dhan miiskiisa ka nadiifiyo aan ka ahayn kuwa ku saabsan hawsha markaas taagan. Waa tallaabada koowaad ee qofka ka dhigta mid waxtar leh.”

Haddii aad booqatid maktabadda koongareeska Maraykanka ee ku taalla magaalada Washington, D. C., waxa aad ku arkaysaa shan erey oo ku qoran korka sare ee saqafka gudaha maktabadda. Waa ereyo uu qoray gabyaagii Pope:

“Kala hormarintu waa qaanuunka koowaad ee adduunku ku dhisanyahay.”

Kala-hormarintu waa in ay ahaato qaanuunka koowaad ee ganacsiga. Balse ma tahay? Maya, isku celcelis nin kasta oo ganacsade ah waxa miiskiisa laga heli karaa waraaqo iyo dukumintiyo uusan toddobaadyo eegin. Dhabtii, ninka wargayska New Orleans u qaabilsan soo saarista ayaa ii sheegay in ay xoghayntiisu maalin xafiiskiisa kala hagaajisay kadibna ay ka heshay teeb muddo labo sano ah la la`aa!

Fiirinta kali ah aad fiiriso miis isku dhex yaacsan oo warqado badan oo aan laga jawaabin ka buuxaan iyo xogag iyo xasuus-qoro aan la eegin, fiirinta kali ah ee miiskaas ayaa qofka ku abuuri karta wareer, isku-buuqid iyo walwal intaba. Intaas waaba ka sii liidan kartaa xaaladdu. Soo xasuusashada joogtada ah ee aad soo xasuusatid malaayiin waxyaalood oo ku sugin samaytoodu iyo in aadan waqti u haynin, walwal iyo daal kali ah kuguma dhalinayso balse dhiig-kar, wadne-xanuun, iyo boog-calooleed intaba ayada ayaa kuugu filan.

Dr. John Stokes oo barafasoor ka ah jaamacadda Pennsylvania ayaa qoraal ciwaankiisu yahay Isku-buuqid maskaxeed oo ka dhalata jirrooyin dhab ah.(Functional Neurosis as Complication of Organic Disease) ka hor akhriyey Golaha Dhakhaariirta Maraykanka
Qoraalkaas, Dr. Stokes waxa uu ku taxay kow iyo toban waxyaabood oo uu ugu yeeray: “Waxyaabaha la eego marka la qaymaynayo xaaladda maskaxda bukaanka”. Waa kan waxa ugu horreeyey taxanahaas.

Dareemista waajib/hawl sugaysa. Waxyaalo aan dhammaanayn oo qabashadoodu qofka sugayso.

Balse sidee waxyaalo yaryar sida in aad miiskaaga kala nadiifisid iyo in aad go`aanno qaadatid kaaga caawin karaan ka dheeraanshaha dhiig-kar. Dareenka ah : “Waxyaalo aan dhammaanayn(tiro badan) oo qabashadoodu qofka sugayso ayaa loogu hormariyey. Dr William L. Sadler, oo ahaa dhakhtar dhimir oo caan ahaa , ayaa ka sheekeyey bukaan isticmaalay qaab fudud si uu uga dheeraado walwal iy isku

buuqid. Bukaankaasi waxa uu maamulo ka ahaa shirkad wayn oo Chicago ku taalla. Marka uu dhakhtarka usoo galayay, waa uu isku buuqsanaa, waana uu walwalsanaa. Waxa uu ogaa in uu isku buuqi doono haddii uusan cawimaad iyo talogalyo helin.

Dr. Sadler ayaa oranaya: “Ninkaan oo iiga xog bixinaya xaaladdiisa ayaa taleefoonkaygu soo dhacay. Isbitaalka ayaa la iga wacayay, intii aan dib dhigi lahaa wicitaankaas, ma samaynine isla markiiba go`aan ayaa aan qaatay waana aan la hadlay. Taleefoonkii markii aan iska dhigay ayaa uu haddana mar labaad soo dhacay. Haddii aan qabtay, waaba arin degdeg ah, haddana waqti kale ayaa aan siiyey oo waa aan la hadlay taleefoonkii. Haddana mar saddexaad ayaa qof kale naga soo dhexgalay wadahadalkii noo socday aniga iyo bukaankaan ii yimid. Markaan waa dhakhtar kale oo hawl caafimaad igala hadlaya , asagiina waa aan la hadlay oo waqti kale ayaa aan qaatay. Markii aan dhammaystay hadalladii oodhan ayaa aan u soo jeensaday bukaankii aniga oo ka raaligalinaya sugitaankiisa iyo waqtiga aan ka qaatay. Haddii aan dhankiisa soo eegay waaba uu dhoollacaddaynayaa. Wajigiisii waaba is beddalay.”

“Dhakhtar, waxba ha I raali galinin” bukaankii ayaa yiri. “Tobankii daqiiqo ee la soo dhaafay, waxa aan malaynayaa in aan dareemay waxa iga qaldan. Xafiiskaygii ayaa aan dib ugu laabanayaa, caadada sida aan hawlaha u qabtana waxbaan ka beddalayaa… Balse inta aanan ka bixin xafiiskaaga, ma kaa codsan karaa in aan khaanaddaada eego?”

Dr. Sadler ayaa khaanaddiisii u firay. Waaba maranyahiin. Bukaankii ayaa markaas waydiiyey “Ii sheeg, xaggee gaysay hawlaha ku sugin ee aadan wali dhammaynin?”

“Dhammeeyey!” Waxaa ku jawaabay Dr. Sadler.

“Fariimaha aadan wali ka jawaab celinna, xaggee galisay?” Bukaankii ayaa markale waydiiyey.

“Waa aan ka jawaab celiyey!” Dr Sadler ayaa ku jawaabay. Waxa uuna ugu daray “Qaanuunkaygu waa in farriin aanan ka jawaabin aanan meelna dhiginin.”

Lix toddobaad kadib , isla maamulahaas ayaa Dr. Sadler xafiiska shirkaddiisa ku martiqaaday. Waa uu is beddalay, sidoo kalena waxaa is beddalay xafiiskiisa. Khaanaddiisa ayaa uu furay si uu u tusiyo in wax hawl ah oo u taalla aysan jirin. Markaas ayaa uu yiri: “Lix asbuuc kahor, saddex khaanadood oo labo xafiis ku kala yaal ayaa hawlo i sugaya iiga buuxeen. Waligeey ma dhammeeyeen. Markii aan kula hadlay kadib ayaa aan halkaan ku soo laabtay kadibna aan soo qufay waxii hawl i sugayay oodhan.
Hadda hal miis ayaa aan ku shaqeeyaa, wax walbana sida ay usoo kala horreeyaan ayaa aan u kala qabtaa, buuro hawlo ah oo i sugayana oo hadda wax buuq iyo walwal igu furaya malaha. Waxa ugu cajiibsani waa in aan gebi ahaanba caafimaaday. Wax haba yaraatee hadda caafimaadkayga ka qaldan ma jiraan!”

Charles Evans Hughes, oo ahaa madaxa Maxkamadda Sare ee Maraykanka, ayaa oranaya: “ Dadku shaqo ka badatay darteed marnaba uma dhintaan, waxa ay u dhintaan beel-darayn iyo walwal.” Haa, beeldarayn ay tamarta kujirta ay dayacid iyo walwal kaga imaanaya shaqadooda aysan waligood dhammaynin.
Caadada 2aad : Wax Walba U Kala Hormari Sida Ay U Kala Muhiimsanyahiin.

Henry L. Dougherty oo ah aasaasaha shirkadda dalka dhan ku baahsan ee la magac baxday ‘Cities Service Company’ ayaa yiri: “ Mushaar kasta oo aan ku bixinayaba, labo tayo ayaa aan waligay la`ahay.

Labadaas tayo ee wax goyn karaya aysan jirinin waa: Kow:- Awoodda Fakaridda iyo tan labaad oo ah in wax walba sida ay u kala muhiimsanyahiin loo kala hormariyo.

Charles Luckman, waa inankii faromarnaanta ka bilaabay , labo iyo toban sano gudaheedna noqday madaxa shirkadda Pepsodent, waxa uu qaadanayay mushaar dhan boqol kun oo doolar sanadkii, sidaas oo ay tahay waxaa kale oo uu helayay malaayiin kale oo lacag ah. Waxa uu sheegay in guushiisu ku timid in uu yeeshay labada tayo ee Henry L. Dougherty uu waayay. Charles Luckman waxa uu yiri: “Illa iyo intii aan xasuusan karayo, subax walba shanta aroornimo ayaa aan toosaa(salaadda subax) sababta oo ah xilligaas si ka wanaagsan qof walba ayaa aan u fakari karayaa. Qorshayn fiican iyo kala hormarin sida ay u kala muhiimsanyahiin arriimahaygu ayaa aan xilligaas sameeyaa. Habeenkii ayaa uu qorsheeyaa qorshaha ganacsi ee uu berri fulin doono.

Haddii qorshahiisa wax ka dhimmanaadaan, subaxa soo socda ayaa uu ku kordhiyaa intaas baaqatay.

Waxa aan khibrad muddo ah ku ogaday in ay adagtahay in qofku markasta kala hormarin wax walba u sameeyo asaga oo muhiimadda ku salaynaya, balse waxaa kale oo aan ogahay in qorshe loo sameeyo oo loo kala hormariyo sida muhiimaddoodu tahay ay ka fiicantahay qarboqarbaynta iyo isku dhexyaaca.

Haddii George Bernard Shaw uusan yeesheen xeer adag oo ah in uu maalin kasta shan bog uu qoro, dhabtii kuma uusan guulaysteen in uu qoraa noqdo waxaana dhici lahayd in uu maqalhaye bangi iska ahaado. Qorshahiisa ahaa in uu shan bog qoro maalin kasta iyo ku adkaysashada qorshahiisaas uu ku adkaydsatay muddo sagaal sano ah, taas ayaa noloshiisa badbaadisay oo beddashay. Sagaal sano ayaa uu qalbi-jab iyo niyad xumo wax ku qorayay asaga oo dhaqaalo xumo darani hayso. Sagaalkaas sano waxaa soo gashay lacag dhan soddon doolar oo u dhiganta in uu maalin kasta hal santi shaqeeyey.

Caadada 3aad: Haddii dhibaato ku soo food saarto, go`aan qaado kali ah marka aad xog ku filan in aad go`aan ku qaadatid aad heshid.

H.P. Howell ayaa ii sheegay markii uu xubin ka ahaa guddiga maamulka warshadda biraha ee Maraykanka, in shirarka ay waqti badan qaadan jireen, dhibaatooyin badan iyo xaalado badanna laga warrami jiray, sidaas oo ay tahay go`ananno aad u yar la gaari jiray. Waxa ka soo baxay

taasi maxaa uu noqday?: in qof walba marka uu baxayo lagu raro intaan oo culays ah oo xogag la doonayo in uu soo darso oo ka soo fakaro.

Ugu dambayntii Howell ayaa gudigii ka dhaadhiciyey in ay isku dayaan in halkii marba ay hal dhib xalliyaan. Meel iska dhigid iyo dibdhigashaba waa dhammaadeen. Go`aanku waxa uu noqon karaa in xog dheeraad ah la codsado in la keeno; waxa uu noqon karaa in wax laga qabto dhibtaas, waxa uu noqon karaa in la go`aansado in faraha laga qaado dhibtaas. Balse markasta go`aan ayaa laga gaarayay dhibta taagan kahor inta aan loo gudbin dhibta ku xigta. Jawaabta kasoo baxday waxa ay noqotay mid xiiso leh oo lagu waano qaatay: arimihii waa wada xalismeen, jadwalka arimuhu waa martay, mardambena looma baahan in qof walba kartoomo xog ah gurigiisa la aado. Walwal dambe oo dhibaatooyin aan la xallin ka imaanaya ma jiraan.

Waa xeer fiican oo aan guddigaas kali ah waxtarayne, adiga iyo aniguba aan ka dheefaynno

Caadada 4aad: Baro in Aad Abaabushid, Wakiillo U Samaysatid, Kormeertidna Ganacsigaaga.

Ganacsadeyaal badan ayaa godkooda ayagu qodanaya ayaga oo wali dhalinyar sababta oo ah waligood ma bartaan in ay xilka ganacsigooda cidkale ku halleeyaan, waxa ay isku dayaan in ay wax walba ayagu sameeyaan. Maxaa taas ka dhashay? Wareer iyo in shaqadu ka tiro badato. Dagdag, walwal, baqdin iyo cadaadis maskaxeed ayaa ka tiro

badiyey. Waa aan aqaannaa, sababta oo ah aniga ayaa ay i soo martay dhibtaasi.
Waxaa kale oo aan aqaannaa dhibaatooyinka ka yimaada markii aad masuuliyaddaas cid aan ka soo bixi karin aad u dhiibatid. Si kasta oo ay dhib u tahayba waa in madaxa shirkaddu uu madaxa ku halleeyo dadka uu u xilsaartay si uusan u yeelan walwal, walaac iyo daal midnaba.

Qofka ganacsi waynaaday samaystay ee haddana aan cidna aamini karinin inta badan waxaa ku dhaca wadne-xanuun asaga oo kontonkii aan dhaafin, jirro-wadneed ay keentay walwal iyo walaac.

Cutubka 27aad: Sidee Looga Fogaadaa Wahsiga(Caajiska) Kugu Dhalinaya Daal, Walwal iyo Niyad-xumo.

Waxyaalaha ugu wayn ee daalka keena waa caajiska. Si aan taas kuu tusiyo, aan tusaale u soo qaadanno Alice gabar la yiraahdo oo adiga wax akhrinaya xaafaddaada deggan. Alice waa teeb-garaace. Alice xilli habeen ah ayaa ay xaafadda timid ayada oo aad u daallan. Madaxa ayaa xanuunaya. Dhabarkuna waa xanuunayaa. Daalka haya dartiis ma doonayso in ay cashayso balse sariirta ayaa ay isku tuurtay. Hooyadeed ayaa cashadii ku bariday in ay cunto. Waa ay soo kacday oo cuntadii ayaa ay soo dul fariisatay. Taleefoonkeeda ayaa soo dhacay. Lamaanaheedii ayaa soo wacay! Waxaa laga martiqaaday xaflad! Indhaha ayaa dayax noqday. Niyaddeedii ayaa kor u kacday. Qolkeeda ayaa ay orod ku gashay, waa labisatay kadibna waa ay baxday ayada oo aad u faraxsan. Habeenkii oodhan ayaa ay xafladdii ku maqnayd, waaberigii markii ay xaafadda timidna wax daal ah habayaraatee ma hayo. Dhabtii farxad ka tiro badatay darteed waaba ay gam`i wayday.

Dhab ahaan Alice siddeed saacadood ka hor ma ay daallanayd markii ay sariirta casho la`aan isku tuuraysay? Haa dhab ahaan waa ay daallanayd. Waa daallanayd sababta oo ah shaqadeeda ayaa ay ku soo caajistay, laga yaabee in nolosheedana ay xiiso yari ka dareemayso. Ogoow Malaayiin Alice ayaa jira. Aniga iyo adiguba waxaa laga yaabaa in aan ka mid nahay Alice yada adduunka ka jira.

Waxaa dhab ah in daalkaaga ugu badani uu ka yimaado maxkaxdaada ee uusan ka imaanin jimsigaaga. Sanado kahor Joseph E. Barmack oo

shahaado sare ka haysta maaddada cilmi-nafsiga, ayaa tijaabo caajiska ku saabsan ku sameeyey ardaydiisa. Dr Barmack koox arday ah ayaa uu doortay kadibna mariyey tijaabooyin uu hubay in ay ku caajisayaan. Maxaa ka soo baxay? Ardadii oo dhammi waa ay caajiseen, hurdo ayaa wada qabatay , madaxa iyo indhahu in ay xanuunayaan ayaa ay ka wada cabteen. Qaarkood xanaaq ayaa ku dhashay halka qaar kalena caloosha laga qabtay. Waxaan oodhan ma ayaga kaliya ayaa dareemayay? Maya dhiigooda ayaa xataa laga dareemi karayay is beddaladaan. Dhiigaga laga cabbiray iyo kuwo laga qaaday ayaa muujiyey in cadaadiska dhiigoodu uu hooseeyey iyo sidoo kale in isticmaalka hawada oksojiinta ee jimsigoodu uu aad u yaraaday, kadib markii caajisku ka ba`ayna shaqada jimsiga oo dhammi waa ay korortay.

Waa dhif in aynu daalno innaga oo qabanayna wax xiiso leh. Tusaale: Dhawaan ayaa aan dalxiis u aaday buuraha waawayn ee dalka Kanada kuwa ku teedsan wabiga Louise. Maalintii oodhan ayaa aan ku jiray kaluumaysi wabiga laga samaynayo, duurka in aan dhex qaadno oo maalinta dhan geedo laga hoos dusayo, dhir badan in aan ka dul tallaabsanayno iyo in geedo jidka ku soo dhacay aan ka wareejinayno ayaa aan galnay. Siddeed saacadood kadib oo aan sidaas ku jirnay ma u malaynaysaa in aan daallanaa? Maya. Sabab? Sababta oo ah farxad wayn ayaa aan dareemayay. Waxa aan dareemayay in wax badan ay ii qabsoomeen: Lix kalluun waawayn ah ayaa aan dabtay maalintaas. Laakiin ka soo qaad in maalinta bilowgeedii aan kalluumaysiga ku caajisi lahaa, maxaa aad u malayn inta kale in aan ka dareemi lahaa? Dhacsaal ayaa aan la noqon lahaa tafidda buurahaas dheerdheer ee toddobada kun ee taako kor u ah.

Xattaa hawlaha aadka u culus sida buuro tafidda, caajiska ayaa qofka daaliya in ka badan inta hawshaas tirada badan ay daalin karto. Tusaale: Mr. S. H.Kingman, ayaa iishegay sheeko masawir sax ah ka bixinaysa arintaas. 1943dii bishii toddobaad , Kingman waxa uu ka mid ahaa tabab-bareyaal ciidan oo dhammaantood da`a ahaan u dhexeeyey afartan iyo labo illaa konton iyo sagaal sano, waxa ayna tabab-barkaas siinayeen dhalinyaro ciidan ah oo dhammaantood markaas ay u dhammaatay lix bilood oo tabab-barka kumaandooska ah. Asaga iyo raggaan kale ee da`adiisa ah ayaa dhalinyaradaan ku hogaaminayay hawlgallo buuro-tafid ah, buuro wada baraf iyo qarar ah oo xargo lagu tafayo iyo biro yaryar oo kabaha iyo gacmaha ugu xirxiran. Waxa ay tafeen buuraha Michael`s Peak,Vice-President Peak iyo kuwo kale oo badan. Shan iyo toban saacadood oo buuro tafid ah kadib dhalinyaradaani aad ayaa ay u daalanaayeen.

Ma waxaa daalkooda keenayay murqahooda oo aan wali tabab-barki kumaandooska wali ku adkaanin? Nin tabab-barkaas soo maray haddii aad su`aashaas waydiisid, dhabtii waa uu ku qoslin caqli-yarida su`aashaada!
Maya, waxa ay ku daaleen waa caajis ay buuro tafidda ka qaadeen. Aad ayaa ay dhacsaal u wada noqdeen heer qaarkood ay casho la`aan ku wada gam`een. Balse tabab-barayaashii labada iyo saddexda jeer ka waynaa ayagu ma daaleen? Haa, balse dhacsaal ma aysan gaarin. Tabab-barayaashii waa ay casheeyeen kadibna saacado dambe ayaa ay iska soo jeedeen oo ka sheekeysteen maalintooda iyo sida ay ahayd. Waxa ay dhacsaal u noqon waayeen xiiso ayaa ay u qabeen hawlgalkaas.

Dr Edward Thorndike ee jaamacadda Colombia ayaa tijaabo cilmi-baaris ah ku samaynayay dhalinyaro, toddobaad ayaa uu soojeed ku gaarsiiyey asaga oo hadba wax xiiso leh oo hor leh ku mashquulinaya. Kadib ayaa Dr Thorndike qoray gabagabada daraasaddiisii asaga oo oranaya: “Caajisku waa waxa kali ah ee dadku shaqada u joojiyaan.”

Haddii aad shaqo maskaxda kali ah aad qabatid, waa ay adagtahay in shaqadaas aad ku daashid. Waa laga yaabaa in shaqada yar ay ku caajis galiso. Tusaale, xasuuso maalin marar badan shaqadaada lagaa dhexgalay. Wax farriimo ah kama aadan jawaabin. Wax ballamo ah ma aadan fulin maalintaas. Dhibaatooyin badan ayaa kugu soo furmay maalintaas. Wax walba waa hagaagi waayeen. Waxba ma aadan qaban maalintaas sidaas oo ay tahay adiga oo daallan ayaa aad xaafadda ku laabatay, waliba madaxu ku kala dhacsanyahay.

Maalintii ku xigtay wax walba sidii la rabay ayaa ay kuugu qabsoomeen. Afartan jibbaar ayaa aad qabatay intii shalay. Sidaas oo ay tahay adiga oo wali firfircoon oo aan wax daal ah lahayn ayaa aad hoygaagii ku laabatay. Dhacdadaas qof walba waa soo martaa. Anigana waa ay i soo martay.

Cashar halkaan kujiraayi waa: Daal-keenna waxa keena ma aha shaqada badan balse waa walwalka, niyad-xumada iyo walaaca.

Kerome Kern ayaa aan hadda qoraaladiisii akhrinayaa waxa uuna oranayaa: “Dadka waxaa ugu nasiib badan qofka wax uu xiiseeyo ka shaeeya.” Dadkaasi waa nasiib badanyahiin , sababta oo ah tabar badan ,

farxad, walwal yari iyo daal la`aan ayaa ay shaqadooda ku haystaan. Halka xiisahaagu ku jiro, halkaas ayaa tabartaaduna ku jirtaa. Xaas jacayl iyo naxariis leh in aad fogaan tiro badan la socotid ayaa ka daal yar in aad xaas dhib badan aad dhawr xaafadood la lugaysid.

Haddaba arintaas sidee uga faa`idaysan kartaa. Hagaag, aan kaaga sheekeeyo arrinta gabar teeb-garaace ah oo u shaqaysa shirkad shidaal oo ku taal Tulsa Oklahoma.  Bil kasta dhawr maalmood ayaa ay qabataa shaqada ugu caajiska badan. Waa shaqo xisaabeed tiro badan laguna caajisayo. Waxa ay go`aansatay in ay shaqadeeda xiiso u yeesho. Side? Maalin kasta waxa ay tartan u gashaa shaqadii ay shalay qabatay in kabadan ay qabato. Maalin walba waa ay tirisaa inta u qabsoontay, waa qortaa, berrina waxa ay ku dedaashaa in ay intaas wax dhaafsiiso. Maxaa uga soo baxay? Shaqada noocaas ah abidkeed intii shaqalaahaasi qabteen in ka badan ayaa ay qabatay. Maxaa ay ku helaysay, ma lacag? Maya… Waa mahadsantahay in lagu dhaho? Maya…. Dalacsiin? Maya…. Kali ah nafteeda in ay ka ilaaliso dhibaatada caajisku leeyahay. Kali ah shaqadaas ay sida fiican u qabatay, xiisahana u yeeshay, ayaa ay tabar badan, farxad badan iyo ku raaxaysi waqtigeeda firaaqada ahaa ka heshay. Sheekada gabadhaas waxa aan ku ogaaday, sababta oo ah aniga ayaa guursaday gabadhaas.

Waatan sheeko teeb-garaace kale taas oo shaqadeeda xiiso u yeeshay. Shaqadeeda ayaa ay dhibsan jirtay. Laakiin dib dambe sidaas uma samayso. Magaceedu waa Vallie G. Golden, waxa ay deggantahay 473 South Kenilworth Avenue, Elmhurst, Illinois. Waa tan sheekadeedii oo u qoran sidii ay iigu soo qortay.

“Waxa aan xafiis kaga wada shaqaynnaa afar qof oo teeb-garaacayaal ah, qof walbana waxa uu u xilsaaranyahay in uu dhawr qof u garaaco teebka. Maalin ayaa shaqadii aad u badatay, waqtigeediina ku dhammaan wayday. Maamulkii ayaa ku adkaystay in aan shaqada kadib xafiiska ku haro oo aan warqado laqoray dib u qoro mar labaad. Waxa aan bilaabay in aan diido. Waxa aan isku dayay in aan ku qanciyo in warqadahaani aysan u baahnayn in dib loo qoro ee ayaga saxitaanno lagu samayn karayo-hadalkii ayaa uu iga dhexgalay asaga oo ii sheegaya in haddii aan ka diido uu cidkale u xilsaaranayo qabashada shaqadaas. Aad ayaa aan u dhibsaday arintaas. Markii aan bilaabay ayaa isla markiiba waxaa maskaxdayda ku soo dhacday in ay jiraan dad badan oo raadinaya fursadda shaqeed ee aan haysto. Tan labaadna waa, in aan shaqadaan mushaar ku qaato. Intaas markii aan iskula hadlay ayaa aan degganaan dareemay. Kadib waxa aan go`aansaday in aan shaqadayda u qabto sidii in aan jeclahay qabashadeeda oo kale. Kadib ayaa aan wax cajiib ah ogaaday: haddii aan shaqadayda u qabto sidii in aan ka helo qabashadeeda oo kale, dhabtii shaqadaasi waa ay ila dhibyaraanaysaa waana u sii bogayaa qabashadeeda. Waxaa kale oo aan ogaaday in xataa xawaaraha aan ku shaqaynayo uu aad u kordhayay. Hadda waa adagtahay in shaqo aan leeyahay waqtigeeda ay dhaafto. Qaab-fikirkaan cusubna waxa uu iga dhigay shaqaale hawl-kar ah. Kadib markii maamulkii u baahday xoghayn, islamarkiiba aniga ayaa la ii doortay sababta oo ah waxa ay igu tilmaameen in shaqo dheeraad ah aan diyaar u ahay markasta, wax dhib ahna aysan igu haynin. Qaab-fikirkaas aan beddalay ayaa noloshayda dhan beddalay.

Ayada oo aan ka warhaynin ayaa Vallie Golden adeegsanaysay murtidii William James ee ahayd iska dhig “Sidii” in aad geesi tahay, geesi ayaa aad noqon; iska dhig “sidii” in aad faraxsantahay, waa aad faraxsanaan, IWM.

Iska dhig “sidii” in aad shaqadaada u bogsantahay, dhabtii waa aad u bogi doontaaye. Sidoo kalena daalkaaga, walwalka, walaaca iyo niyad-xumada intuba waa ay kaa yaraanayaan.

Sanado kahor, Harlan A. Howard ayaa gaaray go`aan noloshiisa dhan beddalay. Waxa uu go`aansaday in shaqo caajis ah uu ka dhigo mid xiiso badan. Dhabtii shaqadiisu caajis waa ay ahayd: weelal dhaqid, miisas tirtirid, qashin ka aruurin maqaaxi dugsi ku taal ayaa ay ahayd shaqadiisu halka carrurta kale ay kubbad cayaarayeen ama gabdho la sheekaysanayeen.Harlan shaqadiisa ayaa uu ka niyad xumaaday balse maaddaama uusan ka maarmin shaqadiisa waxa uu go`aansaday in uu baaritaan ku sameeyo jallaatada(icecream), sida loo sameeyo, waxyaalaha laga sameeyo, sababta qaarkood qaarka kale uga macaanyahiin.
Maaddooyinka laga sameeyo ayaa uu darsay, isla markiiba waxa uu ku soo baxay ardayga ugu badiya maaddooyinka walxahu ka samaysanyahiin.
Xiiso badan ayaa uu u qaaday cuntooyinka iyo maaddooyinka kujira illaa uu markii dambe ka galay jaamacadda Massachusetts State College uuna ku takhakhusay “Cilmiga Cuntada”. Markii shirkaddii Cocoa Exchange ee New York ay ardada u soo bandhigtay boqol doollar in uu helayo

qofkii sheega warqadda ugu fiican in lagu duubo shukulaatada ay sameeyaan, qiyaas cidda ku guulaysatay? Harlan Howard.

Markii ay ku adkaatay in uu shaqo fiican helo, gurigiisa ayaa uu ka furtay xarun maaddooyinka cuntooyinka ku jira lagu darso. Muddo yar kadib ayaa waxaa soo baxay xeer cusub oo amraya in la eego caanaha iyo bakteeriyada ku jirta kahor inta aysan shirkaduhu iibin. Islamarkiiba afar iyo toban shirkadood ayaa u xilsaartay in uu caanahaas bakteeriyadooda u eego. Islamarkiiba asaga ayaa shaqaalayaal u baahday.

Heerkee ayaa uu ku sugnaan doonaa labaatan iyo shan sano kadib? Hagaag, ragga wada shirkadaha cuntada ee ugu waawayn ayaa duqoobaya ama dhimanaya xilligaas, dadka beddali doonana waa inamada himmadda iyo dhiironaantu ka buuxdo oo Howard oo kale ah, halka inamadii uu weelka ka guri jiray ee iskoolkaasi ay shaqo la`aan ahaan doonaan kuwaas oo waliba dawladda eed u haysta markasta iyo in aysan dawladdu waxba beddalayn. Howard waligiis fursaddaas ma uusan heleen haddii uusan shaqadiisa xiiso u samaysteen.

Sanado kasii horreeyey taas aan soo sheegnay ayaa uu jiray nin asna shaqadiisa ku caajisay taas oo ahayd in uu boolal aruuriyo. Magaciisu waa Sam. Sam shaqadiisa in uu ka tago ayaa uu damacsanaa balse waxa uu ka cabsanayay in uusan shaqo kale helinin. Maaddaama uu shaqadiisa ku caajisay, Sam waxa uu go`aansaday inuu shaqadiisa xiiso u yeelo.

Haddaba waxa uu bilaabay in uu tartan la galo labo nin oo la shaqaynayay ayaa oo midkood qaabilsanaa in uu boolasha geesaha kasimo halka kan kalena qaabilsanaa hubinta cabirka saxda ah ee daloollada boolashu yeelanayaan. Labadaan ninba ayagu qalab ayaa ay adeegsaneyeen halka Sam shaqadiisu aysan qalab ku xirnayn ee uu gacanta ka qabanayo. Marmar ayaa ay shaqada kala beddashaan si ay ugu tartamaan qofkooda boolasha ugu badan samayn karaya. Horjoogaha shaqaalaha ayaa u bogay sida wanaagsan ee uu Sam u shaqaynayo, islamarkiiba shaqo tii sii hore ka wanaagsan ayaa uu u dallacsiiyey. Halkaas ayaa dallacsiimo tiro badan oo uu yeeshay ay ka bilowdeen. Soddon sano kadib ninkaas ayaa noqday madaxa shirkadda Baldwin Locomotive Works. Laakiin shaqo gacmeedkiisaas ayaa uu ku hari lahaa haddii uusan barteen in uu shaqadiisa xiiso u yeelo.

H.V. Kaltenborn- ayaa asna iiga sheekeeyey sida uu shaqadiisa caajiska ahayd uu xiiso ugu yeelay. Markii uu labaatan iyo labo jir ahaa ayaa uu socdaal kaga gudbay badwaynta Atlaantikada asaga oo u socda dalka Faransiiska, waxa uu ka dhex shaqaynayay dooni xoolaha dhoofisa, shaqadiisuna waxa ay ahayd in uu xoolahaas quudiyo oo waraabiyo inta uu doontaas safarka ku yahay.

Markii uu Faransiiska gaaray, dhaqaale xumo ayaa soo foodsaartay, heer uu cunto iibsan kari waayey. Kaamaradiisii ayaa uu rahaamad shan doolar ah dhigtay. Shaqo ayaa uu helay taas oo ah in uu iibiyo qalab la yiraahdo strepticon. Haddii aad afartan jir gaartay, waa aad xasuusan kartaa qalabkii labo sawir oo isku mid ah lagu eegi jiray kadibna hal sawir isu beddali jiray. Wax lala yaabo ayaa ay ahaan jirtay.

Haddaba Kaltenbon qalabkaas in uu iibiyo ayaa uu bilaabay magaalada Paris dhexdeeda asaga oo guri-guri u garaacaya albaabada, intaas waxaa dheerayd waxba afka faransiiska kama uusan aqoonin. Lacag shan kun oo dollar sanadkii ah ayaa uu shaqaysan jiray, waxa uuna noqday iibiyaha ugu dhaqaalaha badan magaalada Paris. Waxa uu iiga sheekeeyey sida uu tayadaas ku helay iyo in khibraddaas ka cajiibsanayd aqoon kasta oo uu jaamacadda Harvard ku soo qaatay. Kalsooni miyaa tayadaasi? Waxa uu ii sheegay in uu hadda awoodo in uu wax kasta dadka ka gado.

Dhacdadaas ayaa si fiican u fahansiisay nolosha dadkaas Faransiiska ah.

Sidee ku dhacday in uu awooddaas yeesho asaga oo aan xataa afka Faransiiska aqoonin? Hagaag, mulkiilaha qalabka uu gadayo ayaa ereyada uu ku hadlayo ee afka Faransiiska ah u qori jiray, kadibna waa uu xifdin jiray.
Marba albaab ayaa uu garaacaa, xaaska deggan markii ay albaabka ka furto ayaa uu akhrin jiray erayadii uu soo xafiday asaga oo ku dhawaaqiddiisa afka Faransiiska ah ay aad aad u liidato oo lagu qoslayo. Sawirrada ayaa uu u soo bixiyaa oo tusaa, marka su`aal la waydiiyana garbaha ayaa uu inta nuuxiyo ayaa uu ku yiraahdaa: “Ameerikaan… Ameerikaan.” Koofiyaddiisa ayaa uu bixiyaa deedna kadibna tusiyaa qoraal Faransiis sax ah ku qoran oo uu koofiyadda dhexdeeda galiyey. Hooyo-gurigaasi waa ay ku qososhaa qaabkaas, asgaguna waa la qoslaa kadibna sawirro kale ayaa uu tusiyaa. Kalternborn waxa uu iisheegay in shaqo aad u caajis badan ay ahayd shaqadiisu, kaliyana hal tayo ay ka

dambaysay guushiisa oo dhan taas oo ah: doonista uu doonayay in uu shaqadiisa xiiso u yeelo. Subax walba muraayadda ayaa hor istaagi jiray asaga oo naftiisa ku oranaya: “Kaltenborn, waa in aad shaqadaan si fiican u qabatid waa haddii aad doonaysid in aad cunto heshid, tan labaad haddii aad ku khasbantahay samaynteeda maxaa aad u jeclaan wayday samaynteeda?
Markasta oo albaab aad garaacdid, maa aad iska dhigtid in aad masrax fuushay dadkii ku daawanayayna ay yahiin cidda albaabka kaa furta. Haddaba maa aad masraxaaga xiiso u yeeshay?”

Mr. Kaltenborn waxa uu ii sheegay in isla-hadalka noocaan ah ee maalinkasta uu samaynayay uu bilaabay in uu jeclaado, faa`iido wayna uu ka sameeyey.

Markii aan waydiiyey mudane Kaltenborn haddii ay jirto talo uu siinayo dhalinta aadka u doonaya in ay guulaystaan waxa uu yiri: “Naftaada dabada ka riix maalin walba”. In badan ayaa aan ka hadalnaa muhiimadda uu lahaan karo in uu qofku jimicsado subixii si uu si fiican ugu tooso. Balse in badan waxa aan u baahi qabnaa waa in aan maskaxda jimicsi iyo firfircooni u samayno. Nafsaddaada hadal awood galinaya u sheeg subax walba.”

Aroor walba in aad naftaada hadal ku dhiirogalisid ma wax wanaagsanbaa? Haa, waana aasaaska cilmi-nafsigu ku dhisanyahay. “Nolosheennu waa sida fakarkeennu ka dhigo.” Ereyadaasi waa sidii loo yiri siddeed iyo toban qarni kahor oo uu u yiri Marcus Aurelius.

In aad maalin kasta naftaada la hadashid, waxa ay awood kuu siinin in naftaada aad ku tabab-bartid in ay geesinimo iyo farxad ku tallaabsato. Iyo in ay awood iyo xasillooni dareento. In aad naftaada kula hadashid waxyaabaha ay haysato, waxa ay keentaa in qofku farxad iyo baraaro dareemo.

In aad wanaag ku fakartid waxa ay keeni kartaa in aad shaqadaada jeclaatid. Maamulahaagu waxa uu doonayaa in aad shaqadaada xiisaynaysid sababta oo ah lacag badan ayaa soo gali karta markaas. Balse iska illoow waxa maamulahaagu doonayo. Kali ah ka fakar waxa xiisaynta shaqadaadu ay kuu soo kordhin karto. Xasuusnoow in ay labo jibbaari karto farxadda noloshaada, maaddaama maalin kasta ku dhawaad kalabar waqtigaaga aad shaqadaada ku qaadatid. Haddii aadan kalabarkaas aadan farxad ku jirin, dhabtii waa adkaanaysaa in aad farxad meel kale ka heshid. Xasuusnoow in aad shaqadaada jeclaatid walwalka waa ay kaa ilaalisaa sidoo kale mustaqbalka waxa aad ku heshaa dalacsiin iyo mushaar kordhin. Xataa haddii aadan dalacsiin ku helin, ugu yaraan daalka ayaa ay kaa yarayn, waqtigaaga firaaqada ahna si fiican ayaa aan ugu raaxaysan.

Cutubka 28aad: Sidee La Isaga Ilaaliyaa Walwalka Hurdo La`aanta Ka Yimaada.

Ma walwashaa haddii aadan si fiican u seexan? Haddaba waxaa kuu fiican in aad ogaatid Samuel Untermyer – oo ahaa qareen caan ahaa, in uusan waligiis hal habeen si fiican u seexan.

Sam markii uu dugsiga sare dhiganayay ayaa waxaa ku dhacay labo cudur oo ah neef iyo hurdo la`aan. Labadooda midna daawo waa u waayay, kadibna waxa uu go`aansaday in uu hurdo la`aantaas ka faa`iidaysto. Halkii uu marba dhinac isu rogrogi lahaa oo uu walwal madaxu la kala jabi lahaa, waxa uu bilaabay in markii uu hurdo la`aan dareemo uu tooso oo wax akhris sameeyo. Maxaa uu ka faa`iiday? Billad sharaf in uu fasalladiisa ku guulaystay, iyo in uu noqdo ardayga ugu fiican dugsigiisa.

Xataa markii uu qareennimo ku shaqo bilaabay wali hurdo la`aantii ayaa haysay. Balse kama uusan walwalin. “Waa ay iska hagaagi doontaa” sidaas ayaa uu oranayay. Asaga oo ay yartahay inta uu seexdo ayaa haddana caafimaadkiisu aad u sarreeyey, shaqo aad u tiro badanna uu qabanayay in ka badan qareemada da`adiisa ah. Waaba uu ka sii shaqo batay sababta oo ah, habeenkii markii ay hurdaan ayaa uu shaqayn jiray! Labaatan iyo kow sano markii uu marayay, Sam toddobaatan kun oo doolar ayaa uu sanadkii shaqaysanayay, islamarkiiba qareemadii dhalinta ahaa ayaa bilaabay in ay xafiiskiisa ku yaacaan si ay tabkiisa(xeeladdihiisa) uga bartaan. 1931dii waxa uu maamulayay arrin-

maxkamadeedkii ugu dhaqaalaha badnayd taariikhda: hal malyan oo doolar arrin ku fadhida.

Wali hurdo la`aan ayaa haysay- wax yar ayaa uu habeenka dhan ka seexan jiray, xilli aad u horreeyana waa uu toosi jiray asaga oo warqadihiisa iyo dukumintayidiisa diyaarsanaya. Marka subaxii qareemada kale shaqadooda bilaabayaan, asaga shaqadiisii kalabar ayaa mar hore u qabsoontay. Siddeetan iyo kow sano jir ayaa uu ku dhintay ninkaan waligiis hurdo dhab ah aan seexan: laakiin ogoow haddii uu ka argagaxi lahaa oo ku wareeri lahaa hurdo la`aantiisa, xaqiiqdii caafimaadkiisa ayaa uu ku cayaari lahaa.

Saddex meelood oo meel ayaa aan nolosheenna hurdo ku qaadannaa, sidaas oo ay tahay wali cid taqaan waxa hurdadu tahay ma jirto. Waxa aan ognahay oo kali ah waa in ay dhaqan inoo noqotay kaas oo qofka jimsigiisa dib isugu tol-tosha, balse wali ma naqaani inta saacadood ee saxda ah ee qofka ku filan. Xataa ma ogin in ay khasab nagu tahay in aan seexanno!

Dagaalkii koowaad ee adduunka askari u dhashay dalka Hungry oo lagu magacaabo Paul Kern ayaa xabbad madaxa uga dhacday. Dhaawacii waa uu ka badbaaday balse hurdadii ayaa ka guurtay. Wax walba oo dhakhaatiirtii ku sameeyeen, daawo kasta iyo daroogo kasta oo lagu dayayba, Paul waa gam`i waayay, xataa lulmo waa laga waayay.

Dhakhaatiirtii waxa ay isku raaceen in uusan wax badan sii noolaan doonin. Balse dhammaan in ay khaldanyahiin ayaa uu tusiyey. Waa

shaqaysan jiray, nolol caafimaad ahna waa uu ku nolaaday. Meel ayaa uu jiifsadaa, indhaha ayaa uu isku qabtaa kadibna waa uu nastaa, balse waligiis ma gam`in. Layaab caafimaad ayaa uu noqday.

Dadka qaar ayaa dadka kale kaga badan baahida hurdada. Toscanini ninka la yiraahdo, kali ah shan saacadood ayaa uu seexan jiray halka Calin Coolidge uu laba-jibbaarka taas seexan jiray. Coolidge, kow iyo toban saacadood ayaa uu labaatan iyo afar saac oo kasta ka seexan jiray. Toscanini noloshiisa shan meelood oo meel ayaa uu ka seexday halka Coolidge uu noloshiisa kalabar hurdo ku dhammaystay.

In aad hurdo-xumidaada ka walwashid waa wax ku dhaawacaya in ka badan inta hurdo la`aantu ku dhaawici karto. Tusaale, Mid kamid ah ardadayda- Ira Sandener oo deggan 173 Overpeck Avenue, Ridgefield Park, New Jersey hurdo la`aan ayaa ay la waalan gaartay.

Waxa ay tiri “Waxa aan dhabtii mooday in aan hurdo la`aanta u waalan doono. Dhibtu waxa ay ka bilaabatay in aan ahaa dadka hurdada culus. Saacadda toosisada ah xilliga aan ku xirto markasta waa aan ku toosi waayaa kadibna shaqada ayaa aan subax walba ka daahaa.
Walwal ayaa ay igu dhalisay, tan kalena maamulahayga ayaa digniin igu siiyey in aanan soo daahin. Waxa aan ogaa in haddii aan hurdada ku daaho mardambe, aan shaqadayda ku waayi doono.

“Saaxiibaday ayaa aan arrintii kala tashtay, mid ka mid ah ayaa igula taliyey in aan maskaxda si fiican u gashto saacadda iyo ku toosiddeeda

kahor inta aanan seexan. Ilaalinta shanqarta marka saacaddaas dhici doonto ayaaba iiga sii dartay oo aan ka seexan waayay. Subixii markii la gaaro, waaba aan jirranahay hurdo la`aan, daal iyo walwal dartiis. Marar ayaa aan xataa ku fakaray in aan daaqadda dabakha iska tuuro oo sidaa aan ku dhinto!

“Ugu dambayntii dhakhtar aan noloshayda dhan aqaanay ayaa aan u tagay. Waxa uu igu yiri : `Ira, anigu kuma caawin karayo. cid ku caawin kartana ma jirto sababta oo ah cudurkaan oo dhan adiga ayaa isku ridaya. Sariirtaada tag habeen kasta, haddii aad seexan waydidna iska illoow hurdo la`aantaas kugu dhacday. Naftaada ku dheh : “Ma kala jecli haddii aanan seexan iyo haddii kale. Dhib uma arko haddii aan caawa dhan sariirta iska jiifo ee aanan seexan gebi ahaanba.” Indhaha isku qabso kadibna dheh: “Haddii aan jiifo ee aanan xataa seexan, markasta nasasho waa aan helay.”

Sandner ayaa oranaysa: Sidaas ayaa aan sameeyey, labo asbuuc gudaheed indhaha ayaa aan hurdo kala hayn waayi jiray, hurdadaydii iyo nolol caadi ah ayaa iisoo noqotay.”

Ira waxa dilayay ma ahayn hurdo la`aanta ee waa walwalkeeda hurdo la`aanta ku saabsanaa.

Dr. Nathaniel Kleitman, oo buuni(barafasoor) ka ah jaamacadda Chicago, ayaa aqoon-baaris tii ugu badnayd ka sameeyey hurdada. Qofka ku dhaarta in uusan il is galinin xalay oodhan, saacado ayaa uu hurday qofkaasi asaga oo aan iska war haynin. Tusaale, dadka qarnigaan

ugu maskaxda badan nin ka mid ah oo la yiraahdo Herbert Spencer, guur la`aan ayaa uu noloshiisa ku dhammaystay, guri ayaa uu kaligiis degganaa, qof walbana waxa uu ku wareeriyey hurdo la`aan in ay hayso. Waxa uu xataa bilaabay in uu dhegaha cufays gashto si shanqarta uu isaga ilaaliyo. Waxaa dhacday in uu daroogo isticmaalay asaga oo hurdo ka raadinaya. Habeen ayaa asaga iyo Sayce ay huteel hal qol ka wada dageen. Subixii markii la gaaray ayaa Spencer bilaabay in uu sheeganayo in uusan xalay oodhan uusan il is galinin. Dhabtii Sayce ayuu ahaa qofka aan il isgalin, sababta oo ah habeenkii oodhan khuurada Spencer ayaa uu ka seexan waayay.

Waxa ugu horreeya ee loo baahanyahay si qofku habeenkii si fiican ugu seexdo waa in uu xasillooni dareemayo. Waa in aad fahantid in awood kaa sarraysaayi ay ku ilaalinayso illaa aad subaxii ka gaartid. Dr Thomas Hyslop ayaa hadal midkaas caddaynaya ka hor jeediyey Ururka Dhakhaatiirta Ee Dalka Ingiriiska asaga oo oranaya: “ Waxyaalaha hurdada keena waxa ugu wanaagsan ee aan anigu sanado adeegsanayay waa duco. Dadka ducada joogteeya, ee caado ka dhigta, waa in dadkaas loo tixgaliyo in ay yahiin kuwa dadka ugu xasilloonida badan.”

“Eebbe u daa, adiguna iska illoow.”

Balse haddii aadan ahayn dadka diinta aadka ugu xiran, aadna doonaysid wax walba in aad awooddaada ku qaymaysid, haddaba wax ka baro Dr Daid Harold Fink oo ah qoraaga “Release from Nervous Tension”, horrayna waa aan u soo xusay buuggaas, waa buugga kali ah ee akhrintana ku macaan, hurdo la`aantana daawo u haya.

Qaababka hurdo la`aanta la isaga daaweeyo waxaa ugu fiican in aad jimsigaaga daalisid sida in aad beertaada ka shaqaysid, dabaal samaysid, kubbad cayaartid ama wax kale oo ku daalin kara aad samaysid. Waa sida Theodore Dreiser uu sameeyey markii uu u dagaalamayay in uu qoraa noqdo asaga oo da`a yar, walwal hurdo la`aan ah ayaa uu qabay, kadib shaqo ayaa uu la bilaabay qolyaha waddooyinka dhisa ee New York, maalinta oodhan marka uu shaqeeyo ayaa uu fiidkii daal in uu la dhaco bilaabay.

Haddii aan is daalino, jimsiga ayaa innagu khasbin in aan gama`ano. Aniga ayaa taasi igu dhacday markii aniga oo saddex iyo toban jir ah aan aabbahay u raacay magaalada Saint Joe ee Missouri. Waligay maalintaas ma arag magaalo afar kun oo qof ka badan ku noolyahiin. Markii aan magaaladii tagay, waa magaalo lixdan kun oo qof ku noolyahiin, farxad ayaa aan la seexan waayay. Dabakhyo dhaadheer iyo gaadiid tiro badan ayaa aan arkay. Indhaha hadda haddii aan isku qabsado waa ii muuqan karaan baabuurtaas iyo qayladii ka baxaysay. Maalintaas farxadda iyo xiisaha noloshayda ugu badnayd markii ay dhammaatay ee aan soo laabanaynay ayaa aan tareen soo raacnay waxa aana kaga degnay meel xaafadda aad uga fog, in muddo ah markii aan lugaynay kadib ayaa aan xaafaddii gaaray. Maalmahaas oodhan daal ayaa aan la socon waayay, marmar aniga oo soconaya ayaa aan gam`ayay, marmarna faras aniga oo wadaya ayaa aan ku dul gam`ayay waxnana ima gaarin oo waa anigaan kula hadlaya.
Marka qofku daalo, ayada oo oo onkad, biriq iyo madaafiicba dhacayaan ayaa uu seexdaa. Dr Foster Kennedy,oo dhakhtar neerfaha ku takhakhusay ah, waxa uu sheegay in ciidamada Ingiriiska ee dagaalkii

koowaad ee adduunka sanaddii 1918dii, ayaa uu arkay in ciidamadu marka ay daalaan ay dagaalka dhexdiisa iska gam`ayeen sidii qof suuxsan oo kale. Waxa uu sheegay in markii uu indhahooda baalka ka qaaday ee uu eegay uu arkay in ay kor u jeedaan sida qofka hurda ay indhahiisu noqdaan. “Intaas kadib, markii hurdo la`aani igu dhacdo waxa aan bilaabi jiray in aan inta jiifsado oo indhaha isku qabto aan isku dayo in aan indhaha kor ku dhajiyo. Islamarkiiba hamaansi iyo hurdo aan dareemo ayaa aan bilaabi jiray.

Cid hurdo ay diiday in ay seexato darteed isu dishay lama arkin, cid sidaas samayn doontana ma jirto. Jimsigiisa ayaa qofka ku khasbaya in uu seexdo. Qofku cunto la`aan inta uu joogi karo, hurdo la`aan ma joogi karo.

Is-dilkaas ayaa aan ku soo xasustay hadal Dr Henry C. Link uu buuggiisa, “The Rediscovery of Man” ku sheegay. Dr. Link waa madaxa labaad ee Ururuka Dhakhaatiirta Cilmi-nafsiga waxa uuna waraystay dad badan oo walwal iyo niyad-jab dareemaya. Cutubka uu u bixiyey “Ka adkaanshaha cabsida iyo walwalka”, waxa uu kaga hadlayaa bukaan doonayay in uu isdilo. Dr Link waxa uu ogaa in haddii uu bukaankaan kala dodo isdilkiisa, in xaaladdu intaas ka sii xumaanayso, sidaas darteed waxa uu ku yiri: “Haddii aad markastaba doonaysid in aad isdishid, maa aad si geesinnimo leh oo aan horay loo arag isu dishid, maa aad orodid illaa iyo inta naftu kaa dhacayso.”

Sidii ayaa uu dhawr jeer isku dayay waana uu dhiman waayay, laakiin markasta waxa uu dareemay in uu ka soo fiicnaanayo. Habeenkii

saddexaad ayaa daalkii ka batay dartiis uu la soo jeedi waayay kadibna sidii jirid geed oo meel ku dhacday oo kale ayaa uu useexday.
Kadib waxa uu ku biiray cayaaryahannimada lagu barto, waxa uuna noqday cayaartooy. Hadda aad ayaa uu u fiicanyahay xaalkiisu, noloshana xiiso dhab ah ayaa uu u hayaa!

Haddaba si aad uga badbaadid walwalka hurdo la`aanta ka yimaada, waa kuwaan shan qaanuun:

1. Haddii aad gam`i waydid, samee sida Samuel Untermyer sameeyey. Toos oo shaqee ama wax akhri illaa aad ka gama`adid.
2. Ogoow qof hurdo la`aani ay dishay lama hayo. Ka walwalidda hurdo la`aanta ayaa ka dhaawac gaysasho badan hurdo la`aanta.
3. Ducayso.
4. Xasilli oo daji jimsigaaga. Akhri buugga : “Release from Nervous Tension.”
5. Jimicso. Jimsigaaga daali illaa aad soo jeedi waydid.

Nuxurka Qaybta Toddobaad Oo Kooban-Lix Waddo Oo Daalka Iyo Walwalka Looga Hortago Iyo Sida Tamartaada Iyo Niyadaada Loo Ilaalsado.

Qaanuunka 1aad : Naso Inta aadan daalin kahor.
Qaanuunka 2aad: Baro In Aad Shaqadaada Ku Istireexi Kartid.
Qaanuunka 3aad: Haddii Aad Xaas Tahay, Isadji Oo Naso Si Aad Caafimaadkaaga iyo Quruxdaada U Ilaalsatid.

Qaanuunka 4aad : Adeegso Afar-taan Caado Ee Wanwanaagsan.

a. Warqadaha dhammaan miiskaaga shaqada ka nadiifi aan ka ahayn kuwo hawshoodu markaas taagantahay.
b. Wax walba u kala hormari sida ay u kala muhiimsanyahiin.
c. Haddii dhib jirto, xalli dhibaataas markii aad xog ku filan oo aad go`aan ku qaadan kartid aad heshid kadib.
d. Baro in aad abaabul, wakiillo iyo kormeerayaal samaysatid.

Qaanuunka 5aad: Si aad daalka iyo walwalka uga hortagtid, shaqadaada xiiso u yeel.

Qaanuunka 6aad: Mar kale ayaa aan ku xasuusin in cid hurdo la`aani ay dishay aysan jirin ee ay walwalka tahay waxa dadka dhaawaca.

Qaybta Siddeedaad: Sidee Loo Helaa Shaqada Aad Ku Farxi Doontid Oo Aad Kuna Guulaysan Doontid.

Cutubka 29aad: Go`aanka Ugu Wayn Ee Safarka Nolosha.

(Cutubkaani waxa uu muhiim u yahay dhalinyarada ragga iyo dumarkaba leh ee aan wali helin shaqada ay jecelyahiin. Haddii aad qayb ka tahay dadkaan, cutubkaani saamayn aad u wayn ayaa uu ku yeelan noloshaada inta ka dhimman.)

Haddii aad siddeed iyo toban ka yartahay, dhawaan waxaa ku soo foodsaarin qaadashada labada go`aan ee noloshaada ugu muhiimsan-go`aanno si qotodheer u beddali doona maalmaha noloshaada oodhan: go`aannada saamaynta ugu wayn ku yeelan doona farxaddaada, dhaqaalahaaga, caafimaadkaaga; go`aanno ku dhisi doona ama ku burburin doona.

Waa maxay labadaan go`aan ee aadka u qarada wayn?

Tan koowaad: Qaabkee u kasban doontaa dhaqaalaha noloshaada aad ku dabbiri doontid? Ma beeraleey ayaa aad noqon, ma farriimo-qaade, ma daawo-gade, ma ilaalada-duurka, ma teeb-garaace, ma fardo-iibiye, ma macallin mise rootiga ayaa aad gadi doontaa?

Tan labaad: Yaa aad u dooran aabbaha/hooyada carruurtaada? Labadaan go`aanba waa bakhtiyaa-nasiib. Harry Emerson Fosdick ayaa buuggiisa, “The Power To See It Through”, ku yiri : “Wiil walba

khamaarid ayaa uu ku jiraa marka uu dooran xirfad-shaqeedkiisa. Waa in uu noloshiisa bakhtiyaa-nasiibkaas u dhigto."

Sidee ku khasaaridda bakhtiyaa-nasiibkaas u yarayn kartaa? Akhrinta wad; inta ugu fiican ee aan awoodno ayaa aan kuu sheegi doonaa. Ugu horrayn, isku day, haddii ay suurtogal tahay, in aad raadiso shaqo aad jeceshahay. Hadda kahor ayaa aan David M. Goodrich oo ah madaxa shirkadda Goodrich ee taayirada soo saarta waydiiyay waxa ugu horreeya ee keena guusha ganacsiga, waxa uu iigu jawaabay: "Shaqadaada in aad ku raaxaysan kartid". Haddii aad jeceshahay waxa aad ka shaqaysid, waxaa dhacda in aad saacado badan shaqaysid balse aad dareemasid in aadan wax shaqo ah aadan qaban. Cayaar oo kale in ay kula noqoto shaqadii aad qabatay."

Tusaale fiican waxaa ah Edison. Edison, wiilkii aan dugsigaba dhigan haddana nolosha adduunka dhan beddalay- Edison, waa ninkii dhex seexday oo ku dhex cuntayn jiray xaruntiisa shaqada lix iyo toban saacadood maalin kasta. "Waligay shaqo maalin dhan ah ma qaban, raaxo ayaa aan ku jiri jiray." Sidaa waxaa yiri Edison.

Layaab maleh in uu guul gaaray!

Charles Schwab ayaa aan ka maqlay: "Qofku wax walba oo xiiso aad ah uu u hayo waa uu ku guulaysan karayaa."

Balse sidee shaqo xiiso ugu hayn kartaa markii aadan wax fikir ahba aadan ka haysan shaqada aad jeceshahay nooca ay tahay?

Edna Kerr ayaa oranaysa: “ Khasaaraha ugu wayn ee aan aqaanno waxa ay haysataa dhalinyaro badan oo aan aqoonin shaqada ay jecelyahiin iyo nooca ay tahay. Waxa aan u malaynayaa in qof ka liita uusan jirin qofka shaqadiisa mushaar kali ah ka faa`iida.”
Kerr ayaa ka warbixinaysa in dhalinyaro badan shahaadooyin ula yimaadaan ayaga oo oranaya: “Shahaado Maamul iyo Maarayn ah ayaa aan jaamacad hebla ka haystaa. Wax shaqo ah noocii ay doontaba ha ahaatee ma ii haysaa?.” Ayagu nafsad ahanatooda ma yaqaanaan waxa ay qaban karayaan, ama waxa ay jeclaan lahaayeen in ay qabtaan.

Miyaa aysan layaab ahayn in aad aragto dad dhalinyaranimadoodii lahaa aragtiyo fogfog iyo caqliyo heer sarreeya oo markii ay afartan marayaan niyad-jab iyo isku-buuqid ku dhacdo? Dhabtii shaqo aad jeceshahay in aad hesho, xataa caafimaadkaaga ayaa ay muhiim u tahay.

Dr Raymond Pearl ayaa ka warbixinaya cilmi baaris uu la sameeyey shirkadaha caymiska waxa uuna ogaaday in dadka kuwa ugu cimriga dheeraada ay yahiin dadka shaqo ay jecelyahiin ka shaqeeya.
Waxa uu xoojinayaa hadalkii Thomas Carlyle ee ahaa: “ Nimco waxaa haysta qofka shaqo uu jecelyahay ka shaqeeya, qofkaasi nimco kale in uu raadiyo umaba baahna.”

Dhawaan ayaa aan waqti u helay in aan waraysto Paul W. Boyton oo madax u ah qaybta shaqaalaysiinta ee shirkadda shidaalka ee Socony Vacuum Oil Company. Labaatankii sano ee la soo dhaafay waxa uu waraysi ka qaaday dad ka badan toddobaatan iyo shan kun oo qof oo

dhammaan shaqo doon ah, waxa uuna qoray buug la yiraahdo “Lixda Waddo Ee Shaqo Lagu Helo”.waxa aan waydiiyey khaladka ugu wayn ee dadka shaqo doonka ahi ay sameeyaan? Waxa uu iigu jawaabay: “Ma yaqaanaan waxa ay doonayaan in ay qabtaan. Dadka maanta in badan ayaa qofku ka fakarin dharka uu iibsan doono si sanado badan oo soo socda uu ugu labisan karayo balse kama fakaraan shaqada ay dooranayaan taas oo dhabtii ah waxa aayahooda oo dhammi uu ku xiranyahay!”

Haddaba maxaa aad samayn kartaa? Waxa aad ka faa`idaysan kartaa dadka ka shaqeeya cilmi cusub oo la yiraahdo “Talo-bixinta Shaqooyinka”. Waa wax ku caawin kara, sidoo kalena ku burburin kara ayada oo ku xiran aqoonta iyo khibradda qofka talada ku siinaya. Waa cilmi cusub oo wali aad si fiican u cago dhiganin. Balse mustaqbalka wanaag badan ayaa uu soo wadaa.
Sidee uga faa`iidaysan kartaa cilmigaan? Waa haddii aad raadisid meesha kuugu dhoow ee aad ka heli kartid talo-bixiyeyaasha noocaas ah.

Talooyinka ay ku siinayaan waa talo soojeedinno, adiga ayaa wali lagaa doonayaa in aad go`aan qaadatid. Ogoow dadkaan talada ku siinin ma aha dad aan khaldami karaynin. Kuwo kala duwan haddii aad u tagtid, iskuma raacsanaanayaan markasta. Marmar waxa ay bixiyaan talooyin aad ku qoslin. Tusaale mid ardadayda ka mid ah waxa ay kula taliyeen in ay qoraa noqoto ayada oo ku salaynaysa in ay erey-bixinno badan taqaanay. Nacasnimo waynaa! Wax sidaas u fudud ma aha qoraanimadu.

Wax qoridda wanaagsani waa waxa sawirashada maskaxdaada iyo dareemadaada u gudbiya akhristaha- si aad taas u samaysidna, uma baahnid erey bixinno oo kali ah, balse waxa aad u baahantahay fikiro, khibrad, u go`doomis, tusaalayaal iyo himmad. Talo-bixiyahaasi gabadhaas hal wax ayaa uu u soo kordhiyey: in uu teeb-garaace faraxsan u beddalo sheeko-qore niyad-jabsan.

Waxa aan doonayo in aan caddeeyo waa in dadkaan talo-bixiyeyaasha ahi ay sida aniga iyo adiga oo kale ay yahiin dad khaldami karaya. Waxaa ayana habboon in aad dhawr kala duwan talo waydiisatid kadibna aad garaadkaaga suubban kaga dooratid kii aad ka jeclaatid.

Waa laga yaabaa in aad la yaabbantahay waxa aan cutub noocaan ah ugu soo daray buug walwalka ka hadlin. Balse layaab ma ahaanayso markii aad fahantid in walwal, shalaytan, niyad-jab fara-badani ay ka imaanayaan shaqada aynu ka niyad-jabsannahay ee aynu qabanno. Aabbahaa, dariskaaga ama maamulkaaga ka warayso.

Ma taqaanaa askariga ciidanka ku wareera ? Waa askariga awalba khaladka lagu soo galiyey! Kama hadlayo dhibaatada xilliga dagaalka marka lagu jiro, balse waxa aan ka hadlin askari ayada oo aan dagaal lagu jirin ku wareeray ciidanka. Dr William Meninger waxa uu qaabilsanaa qaybta dhimirka ee ciidanka xilligii dagaalkii adduunka waxa uu yiri: “Ciidanka ayaa aan wax badan ka barannay muhiimadda ay leedahay in qofka shaqada meesha ku haboon laga geeyo. U go`doomista iyo rabitaanka qofku shaqadaas u hayo ayaa muhiim aad ah. Haddii qofku uusan xiisaynayn shaqada, uu dareemayo in shaqo khaldan loo

diray, uu dareemayo in aan abaan-naq loo haynin, uu aaminsanyahay in awooddiisa meel khaldan lagu isticmaalayo, dhabtii qofka noocaas oo kale ah waxa uu ku dambeeyaa xarumaha dhimirka."

Sidaas oo kale dad badan ayaa warshadaha ku wareeraya. Haddii uu shaqadiisa ka niyad-jabo, ogoow ganacsigaas dhan ayaa uu burburin karayaa.

Tusaale aynu u soo qaadanno Phil Johnson. Phil Johnson aabahiis ayaa lahaa xarun dhar-dhaqis, kadibna wiilkiisa ayaa uu shaqo ka siiyey si uu ugala shaqaysto. Balse Phil waa uu necbaa shaqada noocaan ah sidaa darteedna waxa uu bilaabay in uu dhuukin iyo waqti dhumin ku wado shaqadii si looga daayo shaqadaas. Marmarka qaarkood waa uu iska maqnaan jiray. Aabihiis arintaasi aad ayaa ay u dhaawacday, waxaana yaxyax dadka hortiisa ah ku noqotay in wiilkiisu u egyahay mid aan deggenaan iyo himmad midna lahayn.

Maalin ayaa Phil Johnson aabbahiis u sheegay in uu doonayo in uu noqdo makaanig(baabuurta iwm hagaajiya). Aabbahiis waa ka qarracmay in wiilkiisu doonayo makaaniga wasakhda badan in uu noqdo. Phil waa uu dhexgalay hawshiisii. Xayrta iyo wasakhda ayaa uu maalinta dhan ku dhex jiraa. Shaqo wax badan ka dhib badan tii aabbahiis ayaa uu qabtaa. Saacado tiro badan ayaa uu asaga oo heesaya, marna foorinaya shaqeeyaa. Jaamacad injineernimo ah ayaa uu galay, matoorada iyo biraha ayaa uu bartay. 1941dii markii uu Phil dhintay, waxa uu ahaa madaxa shirkadda diyaaradaha(Boeing Aircraft Company) asaga ayaana sameeyey diyaaradihii guusha soo hoyiyey ee dagaalkii

labaad ee adduunka! Haddii uu dhar-dhaqistiisaas dhexjoogi lahaa maxaa dhici lahaa? Asaga iyo shaqadaasba waa baabi`i lahaayeen.

Xataa haddii aad qoyskaaga shaqooyinkoodii bilaabi doontid, waxa aan kugula talin lahaa in aadan dareemin in aad ku khasbantahay in aad qabatid shaqadaas sababta oo ah waalidkaa ayaa kula doonaya! Shaqo ha bilaabin haddii aadan adigu jeclayn! Laakiin ka fiirso oo si fiican u dhagayso talada waalidkaa. Labo jibbaar inta aad soo noolayd ayaa ay soo noolaayeen. Khibrad waxa ay leeyahiin nooca waqtiga badan ku timaaday. Balse ugu dambayta go`aankaaga adiga ayaa leh. Adiga weeye qofka shaqadiisa ku faraxsanaan doona ama ku niyad-jabsanaan doona.

Maaddaama aan wax badan ka soo hadlay, aan digniino ku siiyo ku saabsan doorashada shaqada nooca aad dooranaysid ah:

1. Akhri oo darsid ku samee shantaan waxyaabood ee aan soo jeedinayo ee ku saabsan ka talo qaadashada dadka talo-bixiyeyaasha ah.

Waa talooyin sax ah. Waxa aan kasoo xigtay barafasoor Harry Kitson oo khabiir ku ah talobixinta shaqooyinka ku habboon qof walba.

- A. “Ha u tagin qof walba oo ku dhaha qaab cajiib ah oo talo-bixin ah ayaa aan aqaannaa. Dadka noocaan ah qaar ayaa fooxiyeyaal iyo xidigo-tirisyo ah.”
- B. ha aadin qofkii ku dhaha tijaabo ayaa aan kaa qaadayaa si aan u arko nooca xirfadeed ee kugu habboon in aad baratid. Qofka noocaas ahi waxa uu burburin qaanuunka ah in talo-bixiyahu uu tixgaliyo jimsiga, bulshada, iyo dhaqaalaha qofka

uu talada siinayo. Waana in uu talo bixinta ku saleeyaa fursadaha shaqo ee qofkaas uu heli karayo.

- C. “ Raadi talo-bixiye leh xog iyo aqoon ku filan oo uu talo kugu siiyo.”
- D. “Talo-bixin buuxda waxa ay u baahataa in ka badan hal waraysi.”
- “Waligaa talo-bixintaas ha aqbalin in warqad ahaan laguugu soo gudbiyo ama warqado ahaan lagugu waraysto.”

Ka fogoow shaqooyin mar hore la buux dhaafiyey oo cid walba ay raadinayso! Kumanaan qaab oo kale oo aad shaqo ku heli kartid ayaa jira, balse dhalintu ma ay ogyahiin sidaas? Maya.

Waxaa dhacday in iskool ardada dhigata laga waraystay waxa ay doonayaan. Saddex meelood oo labo waxa ay doorteed shan shaqo oo kali ah ayada oo labaatan kun oo shaqo la helayo- gabdhahana afar meelood oo meel ayaa isku wax doortay.

Layaab ma aha in dhowr shaqo oo kali ah ay dadkii buux dhaafiyeen- layaab ma aha in xasillooni-darro, walwal, iyo niyad jab ay dadku kala wada kulmayaan shaqooyinkaan. Waxa aan kaaga digayaa in aad dhexgashid shaqooyinka la buux dhaafiyey sida barashada sharciga, wargaysyada, idaacadaha, filimaanta iwm.

(Ogoow qoraagu waxa uu ka hadlayay wadankiisa iyo xilliga uu joogay, adigu u fiirso oo ka fiirso shaqooyinka buuxdhaafka taagan ee dalka aad ku nooshahay iyo xilliga aad nooshahay…….) Dr.Jaamac Sahal

2. Ka fogoow shaqooyinka aad ogtahay in ay kugu adkaan doonto in aad nolol ka heshid. Tusaale, in aad dhahdo caymisyada ayaa aan iibinyaa. Sanad kasta kumanaan shaqo la`aan ay hayso ayaa bilaaba shaqada iibinta caymisyada ayaga oo aan ogayn waxa ay kala kulmi doonaan. Waa kan waxa ay ku dambeeyaan. Franklin Bettger oo ah rug-caddaa labaatan sano iibinayay caymisyada ayaa ka warbixinaya in sagaashan boqolkiiba dadka bilaaba shaqada ah iibinta caymisyada ay sanad gudahiis niyad-jab iyo qalbi-dilaac ku dambeeyaan kadibna ay iska daayaan shaqadaas. Tobankaas soo haray, mid ka mid ah ayaa iibinaya in le`eg inta sagaalka kale oo la isku daray ay iibiyaan. Aan si kale u dhaho: haddii aad shaqadaas bilowdid fursadda ah in aad iska joojisid oo ka niyad-jabtid shaqadaas sanad gudaheed ayaa ah toban boqolkiiba. Fursadda ah in aad dhaqaale toban kun oo doolar gaaraya aad ka samaysid sanad gudaheed waxa uu gaarayaa boqolkiiba hal. Xataa haddii aad adkaysatid oo sii joogtid, fursaddaada ah in aad dhaqaalaha noloshaada ka heli kartid ayaa ah boqolkiiba toban wax aan ka badnayn.
3. Asbuucyo ama bilo qaado- haddii aad u baahantahay si aad u ogaatid nooca shaqo ee aad jeceshahay ee aad doonaysid in aad noloshaada dhan ku bixisid! Sidee ku ogaan kartaa? Warayso dadka toban, labaatan iyo afartan sano ka shaqaynayay shaqadaas aad doonaysay.

Waraysiyadaani saamayn wayn ayaa ay ku yeelan doonaan mustaqbalkaaga. Taas aniga ayaa khibrad ahaan u soo arkay. Markii aan labaatan jirsaday ayaa aan talo-bixin waydiistay labo nin oo iga waynaa. Hadda markii aan dib u eego waxaa ii muuqata in labadaasi ay is beddal

wayn ku ahaayeen shaqadayda. Dhabtii , ma aan qiyaasi karayo dhibta aan dareemi lahaa maantay haddii aanan labadaas nin waraysannin.

Sidee talo-bixintaas oo kale ku heli kartaa? Si aan kuu tusiyo, kasoo qaad in aad doonaysid in aad baratid naqshadayta dhismayaasha. Inta aadan go`aankaas gaarin, muddo asbuucyo ah samee in aad waraysatid dadka shaqadaas ka shaqeeya ee magaaladaada iyo meelaha kuu dhaw. Taleefoonadooda raadi, warayso kulan iyo kulan la`aan labadaba kii aad heli kartid. Haddii aad doonaysid in aad la kulantid sidaan oo kale qoraal ugu dir: miyaa aadan fadlan asxaan ii samayn karin? Talo-siin ayaa aan kaaga baahanahay. Waxa aan ahay siddeed iyo toban jir, waxa aana ku fakarayaa in aan barto naqshad u dejinta dhismeyaasha. Inta aanan go`aan gaarin, talo in aan kaa dhagaysto ayaa aan u baahnaan lahaa.

Haddii xilliga xafiiska aad joogtid aad aad mashquul u tahay, aad ayaa aan ugu qanacsanaan lahaa in si sharaf leh aan gurigaaga kugula kulmo shaqada kadib.

Waydiimahaan ayaa aan jeclahay in aan ku waydiiyo:

a. Haddii aad noloshaada dib ugu soo noqon lahayd, shaqadaan ma dooran lahayd mar labaad?
b. Markii aad qaymayn igu samaysid kadib, waxa aan doonayaa in aad ii sheegtid in aan kuula ekahay qof ku guulaysan karaya shaqadaas.
c. Shaqadaani ma mid la buux dhaafiyey baa?

d. Haddii aan afar sano oo jaamacad ah u galo shaqadaas, ma igu adkaan doontaa in aan shaqo helo? Shaqo noocee ah ayaa aan ka bilaabi doonaa?
e. Haddii aan awood dhexdhexaad ah leeyahay, shanta sano ee ugu horraysa dhaqaale intee le`eg ayaa aan filan karayaa?
f. Waa maxay dheefaha iyo dhibaatooyinka shaqadaas?
g. Haddii aan wiilkaaga ahaan lahaa, shaqadaan ma igula talin lahayd?

Haddii aad xishood badantahay oo aad dhayalsanaysid in aad kaligaa u tagtid qofkaas, labadaan talo qaado:

Tan koowaad: qof da`adaada ah kaxayso. Labadiinu midba kan kale ayaa uu dhiirogalinayaa. Haddii aad waydid cid ku le`eg, aabbahaa ka codso in uu ku raaco.
Tan labaad: xasuusnoow talo waydiisashadaadu qofka kaa wayn waa ay ka farxisaa. Xasuusnoow dadka waawayni aad ayaa ay u jecelyahiin talosiinta dadka ka yaryar.

Haddii aad dhayalsanaysid warqad u qoristaas iyo ka codsashada ballan la yeelashada, toos xafiiskiisa u qaabil, kadibna u sheeg in aad ugu timid ka talo-qaadasho.

Kasoo qaad in aad shan qof u wacday talo-waydiisasho, kuligoodna ay wada mashquul yahiin, shan kale wac. Qaar dadkaas kamid ah ayaa kula kulmi doona, kuna siin doona talo noloshaada badbaadin karta.

Xasuusnoow waxa aad samaynasyo waa labada go`aan ee noloshaada ugu wayn. Waxba ha ku degdegin, go`aan gaar markii aad xog kugu filan aad heshid kadib. Haddii kale noloshaada barkeed ayaa aad shalaayid ku jiri doontaa.

Haddii aad awoodid, qofka nuskaas saac ee talo bixinta ah lacag ku sii.

4. Iska illoow fikirka ah in qofku hal shaqo uu ku habboonyahay oo kali ah! Qof kastaayi shaqooyin kala duwan ayaa uu ku guulaysan karayaa, sidaas oo kale qof kasta shaqooyin badan ayaa uu ku guuldarraysan karayaa.

Aan tusaale nafsaddayda u soo qaato. Waxa aan aaminsanahay in shaqooyinkaan soo socda aan ku guulaysan lahaa, kuna raaxaysan lahaa qabashadooda. Waxa aan ula jeedaa shaqooyinka ah beerashada, barashada cilmiga beeraha iyo xoolaha, dhakhtarnimo, iibiye, xayaysiimaha, tifaftire, macallinnimo iyo dhiraynta duurka.

Dhanka kale waxa aan hubaa in shaqooyinkaan kale aanan wax farxad ah ka heleen, kuna guul-darraysan lahaa: maktabad, xisaabaad, injineernimo, huteel ama warshad maamulkeed, naqshadaha dhismaha, ganacsi, iyo boqolaal shaqooyin oo kale.

Qaybta sagaalaad- Sida Loo Yareeyo Walwalkaaga Dhanka Dhaqaalaha

Cutubka 30aad: "Halka Boqolkiiba Toddobaatan Walwalku Ka Yimaado..."

Haddii aan aqaanno sida loo xaliyo dhibaatooyinka dhaqaale ee dadka, halkaan uma fadhiyeen buug qoris ee madaxwaynaha ayaa aan gees fadhin lahaa. Laakiin hal wax oo aan samaynkarayo ayaa jirta: mawduucaan awood iyo aqoon aan u leeyahay ayaa aan sheegan karayaa. Talooyin waa aan kaa siin karaa, buugag iyo xog kale meelaha aad ka heli kartidna waa aan kuu tilmaami karayaa.

Cilmi baaris la sameeyey ayaa sheegin boqolkiiba toddobaatan walwalku uu ka yimaado dhanka dhaqaalaha. George Gallup ayaa sheegaya in cilmi baaris uu sameeyey uu ku ogaaday in dadka intooda badani aaminsanyahiin in haddii dhaqaalaha soo gala uu boqolkiiba toban kordho uu xallismi lahaa dhibkooda dhaqaale.

In badan dhab ayaa ay noqon kartaa arrintaasi, balse in badanna sidaas ma ahaanayso. Tusaale: Markii aan cutubkaan qorayay ayaa aan waraysi la yeeshay qof xeel-dheere ku ah miisaaniyad-dajinta oo la yiraahdo Elsie Stapleton. Sanado badan ayaa talo-bixiye dhanka dhaqaalaha u noqotay kumanaan qof, in badan oo walwal dhaqaale haystayna ay caawisay. Dad heerar kala duwan oo dhaqaale ah ku sugan ayaa ay caawisay. Waxaa dadkaas ku jiray xamaali dad ah oo sanadka dhan kun doolar shaqaysta iyo maamulayaan boqolaal kun sanadkii ay soo gasho. Waa kan sidii ay ii sheegtay: " lacag dheeraad ah dhabtii xal

uma ay noqonayso walwalka dadka intooda badan haysta. Waxa aan in badan arkay in kordhiddaas dhaqaale kali ah ay dadka u soo kordhiso kharashaadka laga rabo iyo kharashaadka ka baxa oo kordha oo kali ah, iyo madax-xanuun ku soo kordha.

"Maxaa keena dadka walwalkooda inta ugu badan? , ma aha dhaqaale xumo in ay hayso balse waxa aysan aqoon sida ay u kharash garayn lahaayeen dhaqaalaha soo galaya! [Waa aad yara diiday hadalkaas miyaa? Ogoow Stapleton waxa ay tiri "inta ugu badan"]

Akhristayaal badan ayaa is oranaya: "Waxa aan jeclaan lahaa in ninkaan Carnegie ah uu booskayga ku jiri lahaa oo kharashaadka la iga rabo iyo mushaarkayga uu isku haysan lahaa. Haddii uu sidaas yeeli lahaa waxa aan hubaa in uu hadalkiisaan wax ka beddali lahaa." Hagaag, aniga waa isoo mareen dhibaatooyin dhaqaale: toban saacadood oo dhabar jab ah ayaa aan maalin kasta ka shaqayn jiray beeraha Missouri - illaa riyadayda oo dhammi ay noqotay in aan maalin maalmaha kamid ah ka baxsado shaqada noocaan ah. Shaqadaas dhabar jabka ah saacaddii hal doolar kuma aanan qaadanayn, oo nus doolar kuma qaadanayn oo xataa toban santi kuma qaadanayn. Saacaddii shan santi oo kali ah ayaa aan ku qaadanayay.

Waa aan soo maray nolol ah in aad labaatan sano degganaatid guri aan qubays gudaha ku lahayn ama aan biyo-galin dhanba lahayn. Waa aan soo arkay in aan guri seexdo kaas oo qabowga gudahiisu uu toban iyo shan heer ka hooseeyo eber. Waa aan aqaan dareenka ah in aad fogaan dheer lugaysid oo cagaha biyo kaa galaan, kabahaaguna ay daldaloolo yeeshaan adiga oo isku dayaya in aad shilimaadka gaariga

badbaadsatid. Waa aan aqaan nolosha ah in aad maqaaxi inta tagtid, waxa ugu qaymo jaban aad ka dalbatid iyo in aad dharkaaga joodariga(firaashka) hoos gashatid si ay kuugu feeraysmaan(kaawiyadaysmaan) sababta oo ah ma awoodid in aad dhar-dhaqaha aad u gaysatid oo lacag la baxdid.

Waxaas oo dhib ah oo aan soo maray haddana lacagta ii baaqanaysay waxa ay ahayd wax aad u yar. Kuwaas iyo kuwo kale oo waayo aragnimo ah ayaa aan ku ogaaday haddii aniga iyo adiguba aynu doonayno in aan ka dheeraanno dayn iyo walwalkeed, waa in aynu samaynno sida shirkadaha gacansigu sameeyaan: waa in aan qorshe u samayno dhaqaalaha innaga baxaya, qorshahaasna aynu ku dhegganaano. Balse dadka intooda badani sidaas ma samaynayaan. Tusaale, saaxiibkay, Leon Shimkin, maamulaha madbacadda buuggaan daabacaysa, ayaa i tusiyey halka indho la`aanta dhaqaaleed ay dadka ka haysato.

Waxa uu ii sheegay nin xisaabiyenimadiisa ay aad ula yaabto shirkadda uu u shaqeeyo, sidaas oo ay tahay ay aad u adagtahay in uu dhaqaalahiisa maamulo!... Ninkaani, haddii maanta oo Jimce ah uu mushaarkiisa soo qaato oo uu magaalada dhex maro, meesha ugu horraysa ee uu la dhaco dharkeeda ayaa uu ku leexan waxa uuna ka soo bixin asaga oo aan wax dhaqaale ah wadanin haba yaraatee. Waligiisba kama fakaro biilasha, kirada iyo korontooyinka laga sugayo in uu bixiyo. Markaas in lacag jeebkiisa ku jirto oo kali ah ayaa la wayn asaga.

Sidaas oo ay tahay ninkaasi waa uu ogyahay in haddii shirkadda uu u shaqeeyo ay sidiisa oo kale u bixiso dhaqaalaheeda ay eber soo istaagayso oo isxirayso.

Halka lacagtaadu ay ku baxayso waa wax tixgalin wayn u baahan iyo ka fiirsasho, nafsaddaada ayaa aad ganacsi kula jirtaa! Adiga ayaa ayna ku khusaysaa waxa aad lacagtaada ku bixinaysid.

Balse waa maxay qaanuunada lagu maamulo lacagtaada? Sidee miisaaniyad iyo qorshe loo samaystaa? Waa ku waan kow iyo toban qodob(qaanuun).

Qaanuunka 1aad: Xaqiiqda dhan warqad ku wada qor.

Markii Arnol Bennett uu konton sano magaalada London ku noolaa asaga oo bilaabay in uu noqdo qoraa sheekooyin, sabool dhibaato badani haysato ayaa uu ahaa. Waxa uu bilaabay in uu qoro shilin kasta oo lacag ah iyo halka uu uga baxo. Ma waxa uu layaabanaa halka lacagtiisu aadayso? Maya. Waa uu ogaa, sababta oo ah wax naf leh oo lakala ilaawaba ma ahayn lacagtiisu. Fikraddii waa uu u bogay waana uu waday xataa markii uu hantiilaha noqdaya a dduunka dhanna uu caanka ka noqday ee uu dooni-dalxiis oo u gooni ah uu xataa yeeshay.

John D. Rockefeller, Sr., sidaas oo kale ayaa uu u qori jiray. Shilin kasta oo kabaxay waa uu aqoonsan jiray kahor inta uusan seexanin.

Aniga iyo adigaba waa aan u baahanahay in aan buug u samaysanno dhaqaalaha innaga baxaya. Inta ka hartay nolosheenna oo dhan miyaa loo baahanyahay? Maya, khasab ma aha. Xeel-dheerayaasha

misaaniyad-dejintu waxa ay ku taliyaan ugu yaraan in bisha ugu horraysa qofku qoro shilin kasta oo ka baxa, haddii ay suurtogal tahayna illaa saddex bilood la gaarsiiyo. Tani waxa ay ina siin qiyaas fiican oo ah halka lacagaheennu ay ku baxaan iyo sidoo kale in aan dajisan karno miisaaniyad kharashka innaga baxa ah.

Waxaa laga yaabaa in aad taqaanid halka lacagtaadu ay ku baxdo. Haddii aad sidaas tahay, waxa aad tahay qof-qofka dhifta ah ee kunkii qofba laga helo.

Stapleton waxa ay ii sheegtay in ay marmar badan dhacdo in ay saacado badan dadka la qaadato ayaga oo xog iyo xisaabaadyo uga warramaya si ay u wada qorto oo talo bixin uga siiso, marka dadkaasi arkaan jawaabta ka soo baxday xisaabaadkooda, waa ay qayliyaan: “Ma halkaas ayaa ah halka lacagtaydu ku baxdo?” Waa ku adkaataa in ay rumaystaan. Dadkaas ma aad ka mid tahay? Laga yaabee.

Qaanuunka labaad: Yeelo miisaaniyad lagu harqaamay cabbirka baahidaada.

Stapleton ayaa ii sheegtay in ay jirayso labo qoys oo guryo isku mid ah deggan, isku aag deggan, carruur isku mid ah leh, dhaqaale isku mid ahna soo galo haddana misaaniyaddoodu ay aad u kala duwantahay. Sabab? Sababta oo ah, dadku waa ay kala duwanyahiin. Miisaaniyaddu waa hawl-shaqsiyadeed, waa shaqo uu qofku asagu samaysto.

Fikirka miisaaniyad la yiraahdo, ma aha in uu nolosha kugu carriiryayo. Fikirku waxa uu ku salaysan yahay sidii aan alaab aynu ku xasili karno u heli lahayn- taas oo ah sidii aynu niyad xasilloon u heli lahayn iyo in aynu ka madax bannaanaano walwalka. Stapleton ayaa oranaysa “Dadka miisaaniyadooda ku noolaada, dadkaas ayaa ugu farxad badnaada nolosha.”

Sidee ku gaari kartaa farxaddaas?

Marka hore waxa aan iri, waa in aad taxane u samaysid kharashaadka lagaa rabo bil kasta oo dhan. Kadib talo-bixin raadso. Magaalooyinka waawayn oo dhan waxaa laga helaa kooxo talo-bixiyeyaal ah kuwaas oo aad ugu faraxsan in ay kaa talo siiyaan dhibaatooyinkaaga dhaqaale iyo sidoo kale in ay kula fariisiyaan miisaaniyadda kugu filan.

Qaanuunka 3aad: Baro in si xigmadaysan uu dhaqaalahaagu u baxo.

Tan waxa aan uga jeedaa: baro sida lacagtaada markasta aad ugu gadan kartid waxa ugu wanaagsan. Shirkadaha waawayn oo dhammi waxa ay leeyahiin dad wax u soo iibinta u qaabilsan. Qaymaha ugu macquulsan iyo shayga ugu wanaagsan in ay soo iibiyaan ayaa shaqadooda oo dhammi ay tahay. Adiguna maa aad sidaas oo kale samaysid oo markasta raadisid shayga ugu wanaagsan iyo waymaha ugu wanaagsan?

Qaanuunka 4aad: Ha isku wareerin dhaqaalahaaga kobciddiisa.

Stapleton waxa ay ii sheegtay in dhaqaalaha ay ugu necebtahay in qoysasku kala tashtaan sidii ay ku heli lahaayeen uu yahay dhaqalaalaha ah shan kun oo doolar sanadkii. Sabab? Sababta oo ah shan kun oo doolar ayaa ah inta ugu badan ee qoysaska Maraykanku ay doonayaan in ay joogto u helaan. Waxaa dhacda in ay sanado badan cadaadis iyo xannibaad isku hayeen qoyskaasi, kadib markii shan kun dhaqaalahoodu gaarana waxa ay bilaabaan in ay is ballaariyaan.(Xilliga qoraagu ka hadlin, lacagtaas shanta kun ah ayaa in badan oo ku filayd qosyka Maraykanka ah). Guryo cusub, dhar cusub, gawaari cusub iyo alaabo cusubba waa ay soo iibsadaan. Ma oga in khadka dhanka guduudka ah ay u tallaabayaan. Dhabtii farxaddoodu sidii hore waa ka yaraataa, sababta oo ah in ka badan intii ay liqi kareen ayaa ay cantuugeen.

Waxaa dabiici ah in aan dhammaanteen wax badan doonayno in aan helno. Balse mustaqbalka fog, xadididda baahiyahaaga ayaa farxad badan kuu keeni karta. Waa in aad xadiddid miisaaniyaddaada, haddii kale waxa aad xaddidi waayi doontaa farriimaha iyo dadka albaabkaaga soo istaagaya ee dhaqaalaha(daymaha) kugu leh.

Qaanuunka 5aad : Haddii ay baahu ku timaaddo, dayn qaado.

Haddii arrin degdeg ah kugu timaaddo oo ay lagama maarmaan noqoto in aad dayn qaadatid, sidaas samee. Balse aad uga fogoow intii awooddaada ah, kana dheeroow dayn-bixiyeyaasha. Waxba ha arkin xayaysiimahooda.

In badan oo wanaagsan ayaa ku jira balse intii awooddaada ah iska ilaali dayn-bixiyeyaasha.

Qaanuunka 6aad:
Caymis samayso. Anigu kuguma aan riixayo in wax walba aad caymis gashatid balse waxyaabaha kuugu wayn sida guriga, ganacsiga, gaariga iwm waa in ay markasta ay caymis kuu leeyahiin.

Qaanuunka 7aad:
Caymisyadaada-nololeed ha u ogolaan in caddaan ahaan loogu wareejiyo haddii aad xaaskaaga ka dhimmatid. Dooro in laguu galiyo hanti ayaga lacag joogto ah u soo saari karaysa oo ay dhaqaale joogto ah ay ka heli karayaan.

Qaanuunka 8aad: Ilmahaaga bar xilkasnimada dhaqaalahu u baahanyahay.
Waligay waxa aanan ilaawi nsheekada Stella Watson iyo sida ay gabadheeda yar u bartay qaymaha lacagta.

Jeeg (Cheque) u gooni ah ayaa ay gabadheeda oo sagaal jir ah bangiga uga keentay. Toddobaad walba waxa ay ku wareejisaa lacagta loo ogolyahay in ay adeegsato toddobaadkaas kadibna hooyadeed oo bangi u ah ayaa ay dhigataa lacagtaas. Toddobaadkaas inta lagu jiiro, marka gabadhaas yari u baahantahay shilin ama labo shilin, warqad(Jeeg) ah ayaa ay hooyadeed u qorataa, markii lacagtaas loo soo saarana waxa ay la socotaa lacagta ugu hartay bangigeeda. Gabadhii wax ay ka hesho kali ah arrintaasi uma noqon ee masuuliyadda lacagtu u baahantahay ayaa ay baratay.

Waa qaab aad u wanaagsan, dhabtiina haddii aad wiil ama gabar aad dhashay oo iskool dhiganaya uu jiro, qaabkaan in aad u tabab-bartid ayaa aan kugula talin lahaa.

Qaanuunka 9aad: Haddii ay lagama maarmaan noqoto, jikadaada dhaqaale dheeri ah ka samee.

Haddii markii aad miisaaniyaddaadii dajisay kadib aad aragtid in dhaqaluhu uusan kugu filnayn, labo wax midkood ayaa aad samayn kartaa: canaan, qaylo, walwal iyo cabasho ama qorshe aad dhaqaale dheeri ah aad ku heshid midkood ayaa aad samayn kartaa. Sidee? Sida ay samaysay Nellie Speer oo deggan, 37-0983rd Street, Jackson Heights New York. 1932dii ayaa ninkeedii dhintay, carruurteedu waa dad xaasas leh oo aan la degganayn, guri ayaa ay kaligeed ka soo hartay. Maalin dambe ayada oo jallaato meel dukaan ah ka iibsanaysa ayaa waxa ay dareentay in dukaanku uu sidoo kale gadayo doolshe(cake) aan aad u fiicnayn. Dukaanklahii ayaa ay waydiisay haddii uu doonayo in uu ka iibsado doolshe(cake) aad u fiican oo ay ayadu u soo samayso. Waxa uu ka dalbaday in ay labo xabbo oo eegmo ah ay u soo samayso. Waloow aan cunto kariye fiican ahaa haddana waligay shaqaale ayaa inta badan cuntada noo karin jiray. Islaan dariska ah ayaa aan ka codsaday in ay i tusto sida doolshaha loo sameeyo. Iibsadayaashii labadaas xabbo cunay aad ayaa ay ugu bogeen dhadhanka doolshahaas. Maalintii ku xigtay shan xabbo ayaa uu iga codsaday illaa heerka dalabkii uu gaaray in kabadan shan kun oo xabbo maalin kasta. Kumanaan doolar ayaa aan ka samaynayay sanad kasta aniga oo aysan jirin wax iga baxaya oo alaabada aan soo gadayo aan ka ahayn.”

Dalabkii Speers iyo doolshaheedii waxa uu gaaray heer ay gurigeeda ka rarto oo dukaan u furato, yeelatana labo gabdhood oo u shaqeeya ayada. Xilliyadii dagaalkii labaad ee adduunka waxa ay gaartay in saf dheer loo soo galo iibsashada cunto-guriga ay Speers samayso.

Waxa ay tiri: “Waligeey xilli aan ka farxad badnahay ima soo marin, maalin kasta labo iyo toban illaa afar iyo toban saacadood ayaa aan shaqeeyaa aniga oo aan wax daal ah haba yaraatee aan dareemin, sababta oo ah shaqo ahaanba uma arko waxa aan samaynayo. Waxa ay ii tahay nasasho oo kale. Dadka in aan ka farxinayo ayaa aan ku mashquulsanahay, anigu in aan walwalo wax waqti ahba uma aan helo.”

Markii aan Speers waydiiyey in dumarka kale ee magaalada ku nool ee iyaguna sida fiican u yaqaanna cunto karinta ay dhaqaale ka samayn karaan guryahooda, waxa ay iigu jawaabtay : “Haa hubaal, waa ay samayn karayaan!”

Ora Snyder ayaa sidaas oo kale ka waramaysa ayana. Waxa ay ku nooshahay magaalada Maywood ee Illinois, waa magaalo soddon kun oo qof ku noolyahiin. Sidaas oo ay tahay, gacansi toban santi ku kacaya ayaa ay jikadeeda ka dhex bilowday. Ninkeeda ayaa ka jiraday. Lacag ayaa ay u baahatay. Mana taqaanno si loo sameeyo lacag. Hooyo-guri ayaa ay waligeed ahayd. Ukunta inteeda cad iyo sonkor ayaa ay isku dartay kadibna nacnac ka samaysay. Kadib waa ay qaadday oo dugsi hortiis ayaa ay la istaagtaa kadibna ciyaalka ayaa ay ka iibisaa. “Lacag kale soo qaata, berrina halkaan ayaa aan idinku sugi doonaa aniga oo nacnacyadaan wada” ayaa ay

ku dhahdaa carruurta. Asbuucii ugu horreeyey, kali ah lacag kama aysan dheefin (faa`iidin) balse carruurta iyo nafteedaba farxad ayaa ay u soo jiidday. Waqti walwal ba waa ay wayday.

Hooyo-gurigaani waxa ay yeelatay himmad aad u sarraysa heer ay go`aansatay in ay laan ganacsi ay ka furato magaalada carriiriga (saxmadda) badan ee Chicago. Waxa ay la kulantay nin Talyaani ah oo loys waddada ku iibiya, waxa ayna u soo bandhigtay iibinta nacnaceeda. Waa uu ka ogolaaday, waana uu u bogay iibinta nacnaceedaas. Muddo kooban gudaheed faa`iido fiican ayaa uu asaga iyo Snyder ba u samaynayay. Afar sano kadib ayaa ay dukaankeedii ugu horreeyey ay Chicago ka furatay. Kali ah waxa uu ahaa mid siddeed tallaabo ballac ahaan ah. Nacnaca ayaa ay habeenkii samayn jirtay, maalintiina waa ay iibin jirtay.

Islaantii kalinnimada dareemaysay ee niyad-jabsanayd, warshad ayaa ay xaafaddeeda ka bilowday, hadda toban iyo toddobo xarumood ayaa ay leedahay, kuwaas oo shan iyo toban kamid ahi ay ku yaallaan magaalada Chicago.

Hadalka aan doonayo in aan muujiyo waa: Nellie Speer iyo Ora Snyder halkii ay walwal dhaqaale qabi lahaayeen, wax kaas ka wanaagsan ayaa ay ku beddasheen. qaab aad u yar ayaa ay ku bilaabeen in ay lacag ku sameeyaan, jikadooda dhexdeeda oo aan kiro, xayaysiin iyo shaqaale midna aan lahayn. Qaabka noocaan oo kale ah qof u fakaraya, waa adagtahay in walwal dhaqaale uu ka adkaado.

Hareerahaaga eeg. Dhabtii waxa aad ogaanin baahiyo badan oo aan la buuxin. Tusaale: haddii aad cunto-kariye fiican aad tahay, jikadaada dhexdeeda ayaa aad shaqo ka bilaabi kartaa adiga oo dadka baraya sida cuntada loo kariyo. Albaabada dariska in aad garaacdid ayaa aad ardayna ku soo heli kartaa.

Buuggaag ayaa laga qoray sida lacag loo sameeyo, xilliga aad firaaqada leedahay; maktabadda kuugu dhoow waydiiso buugaagtaas.
Fursado badan ayaa ragga iyo dumarkaba u bannaan. Laakiin aan digniin aan ku siiyo: haddii aadan hibo u lahayn wax iibinta, ha isku dayin in aad albaabada garaacdid oo dadka xaafadahooda wax kaga iibisid. Dadka intooda badani waa ay necbaystaan shaqadaas kadibna ku guuldarraystaan.

Qaanuunka 10ad: Waligaa ha khamaarin.

Waxa aan aad ula yaabaa dadka isku daya in ay lacag khamaar ah dhigtaan sida mashiinada(qalabyada) khamaarka ay uga guulaystaan. (qalabyada dadku lacagta galiyaan si haddii uu nasiib u helo uu lacag badan ugu helo lacagtiisa yar). Waxa aan aqaannaa nin leh mid ka mid ah qalabkaas, kaas oo lacag badan ka hela dadka doqomada ah ee isku dayaya in ay lacag kaga guulaystaan qalab mar hore loo sameeyey in aan cidinna lacag kaga guulaysan.

Waxaa kale oo aan aqaannaa nin kale oo leh meelaha khamaarka cayaaraha(lacag ayaa aad la bixin kadibna labo kooxood ama fardo iwm ayaa aad midkood taageerin, haddii kooxdaadu badiso lacag dheeri ah ayaa aad helin, haddii kalena waxba ma helaysid). Ninkaasi ardadayda ayaa uu

ka mid ahaa. Waxa uu ii sheegay in waxa uu ka yaqaanno tartmadaan oo dhan, uusan marnaba faraska dheerayn doona uusan sheegi karaynin. Sidaas oo ay tahay lix bilyan oo doolar ayaa sanadkii 1910 kii ku baxday khamaariddaas, waa lacag ah lix jibbaarka dhaqaalaha daynta ahayd ee qaranku galay. Ninkaan waxaa kale oo uu ii sheegay haddii uu jiro qof cadawgiis ah oo uu doonayo in uu burburiyo in aysan jirin wax uu ka jeclaan lahaa in qofkaas cadawgiisa ah uu khamaaridda baro. Markii aan waydiiyay dadka aqoonta u leh in ay ku guulaystaan waxa uu iigu jawaabay: “Adiga oo yaqaan oo birta lacagta samaysa haysta, ayaa aad wali khasaari doontaa.”

xataa haddii aad tahay qof aan dayn karaynin, ugu yaraan isku day in aad ogaatid meelaha guusha looga gaari karayo. Waxa aad akhrin karaysaa buug layiraahdo How To Figure The Odds oo uu qoray Oswald Jacoby. Waa nin aqoonyahay ah, khabiirna ku ah sida qalabyada khamaarku shaqeeyaan.

Qaanuunka 11aad: Haddii aynu xallin wayno dhibaatooyinkeenna dhaqaale, ugu yaraan aynu nafteenna wanaag u samayno oo iska joojiyino in aan ka niyad jabno wax aynaan waxba ka baddali karaynin.

Haddii aynaan dhaqaalaheenna waxba ka baddali karaynin, ugu yaraan qaab-fikirkeenna ayaa aynu wax ka baddali karaynaa. Xasuusnoow, dadka kaleba sidaas oo kale ayaa walwal dhaqaale u haystaa. Waxaa laga yaabaa in aynu ka walwalsannahay in ay aynu dariskeenna ka dhaqaalo xunnahay, laakiin dariskaasba waxa uu ka walwalsanyahay daris kale oo uusan la jaanqaadi karaynin, kaasina mid kasii sarreeya sidaas ayaa ayna ku socotaa.

Qaar kamid ah dadka adduunka ugu caansan ayaa dhibaatooyin dhaqaale lahaa. Madaxwaynayaasha Lincoln iyo Washington labaduba lacag ay soo daynsadeen ayaa ay ku aadeen xafladdii caleemo saarkooda.

Haddii aynaan heli karaynin waxa aynu haysanno, yaynaan waqtigeenna walwal iyo niyad-jab isaga luminin. Aynu nafsaddeenna u wanaagsanaano. Aynu xigmaddaan adeegsanno : “Haddii aad haysatid wax kuula muuqda in aysan kugu filnayn, ogoow waxa adduunka yaal oo dhan haddii aad heshid waa aad kasii daraysaa oo kaliya.”

Waxaa kale oo aad xasuusnaataa: Xataa haddii waxa Maraykan yaalla oodhammi ay meel kuugu xaraysanyahiin, saddex jeer ayaa aad cuntaynaysaa, hal sariir ka badanna halmar kuma seexan kartid.”

Si aynu u yarayno walwalkeenna dhaqaale, aynu raacno kow iyo tobankaan qaanuun:

1. Xaqiiqda dhan warqad ku qor.
2. Yeelo miisaaniyad lagu harqaamay cabirka baahidaada.
3. Baro in si caqliyeysan wax kaaga baxaan.
4. Ha isku wareerin kobcidda dhaqaalahaaga.
5. Try to build credit, in the event you must borrow.
6. Protect yourself against illness, fire, and emergency expenses.
7. Carruurtaada bar qaymaha lacagtu leedahay.
8. Haddii aad u baahatid, jikadaada dhaqaale dheeri ah ka samee.
9. Waligaa ha khamaarin.

10. Haddii xaaladdeenna dhaqaale ay isbaddali waydo, aynu fakarkeenna ku saabsan dhaqaalaha baddalno oo aynu iska joojino walwalka iyo niyad-xumada.

Qaybta Tobnaad- "Sidii Aan Walwalka Uga Adkaaday" 32 qisooyin(dhacdooyin) oo dhab ah.
Lix dhibaato oo waa wayn ayaa halmar igu wada dhacay.

Sheekadaan waxa aan ka qoray C. I. BLACKWOOD Milkiilaha, Blackwood-Davis Business College Oklahoma City, Oklahoma. 1943dii waxa aan moodayay in dhibtii adduunka taallay kalabarkeed aniga korka la ii saaray.

Afartan sano ayaa an ku noolaa nolol dhibaato ka maran, aan ka ahayn dhibaatooyinka yaryar ee waalidka iyo ganacsatadu marmar la kulmaan. Kuwaas yaryar waa aan arki jiray balse hadda lix waawayn oo isdaba jooga ayaa isku mar igu habsaday. In aan habeenka dhan sariirta galgasho marmarna rajaynayo in aanan ka soo toosin ayaa aan gaaray.

1. Iskoolkii aan lahaa ayaa dhaqaale xumo soo foodsaartay sababta oo ah wiilashii dhiganayay oo dhammi dagaallada ayaa ay aadeen, gabdhahiina waxa ay bilaabeen in ay shaqeeyaan oo kabaan booska raggoodii ka maqanyahay.
2. Inankaygii ayaa dagaalka loo kaxeeyey, sida waalidiinta kalena waxa aan kala sinnaa walwalka ay ilmahooda dagaalka uga qabaan in uu kaga dhinto.
3. Magaalada ayaa qorshe ah in gegi-diyaaradeed(airport) loo sameeyo wadday taasina waxa ay keentay in gurigaygii meeshii uu ku yaallay ay noqoto in la burburiyo. Waa aan ogahay in dhaqaale la igu siinayo haddana waxa la igu siinayo waa boqolkiiba toban qaymaha dhabta ah ee uu ku fadhiyo, taasina wax guri ah iima dhisi karayso. Dhibta

labaad oo jirtay ayaa ahayd in guryo la`aan saa`id ah ay jirtay taasina keenaysay in ay igu adkaato in aan guri kale qoyskayga u helo. Waxa aan ka walwalay xataa in qaymahaasi guri teendho ah uu noo goyn doono iyo inkale.

4. Ceelkii guriga iigu yaallay asagana waa uu guray, sababta oo ah bullaacad kanaaligeed ayaa agtayada laga qoday. Ceel kale in aan qodo waxa ay ku fariisan lacag shan boqol oo doollar dhan. Labo bilood ayaa aan baaldiyo(sakeello) biyaha ku soo dhurayey si aan ugu waraabiyo xoolaha ii joogay, kadib ayaa aan ka cabsaday in noloshayda dhan ay noqoto in aan sidaas u soo dhaaminayo biyahaas.
5. Meel in fiican u jirta iskoolkayga ayaa aan degganaa, waxa aana haystay gaari kaaraka gaarigayguna waxa uu ahaa heerka “Class B Petrol” nooca loo yaqaan: taas macnaheedu waa in aanan shaagag(cago) cusub iibsan karinin, waxa aan ka walwalay sida aan shaqada ku soo gaari doono haddii gaarigayga shaagtu ka qarxaan/xumaadaan.
6. Gabadhayda ayaa markaas dhammaysatay iskoolka, waxa ayna aad niyadda ugu haysay in ay jaamacad hesho, dhaqaalo aan kaga bixiyo ma aanan haysan sidaas darteed waxa aan ka walwalay in niyad-jab ku dhaco.

Xilli galab ah aniga oo xafiiskayga fadhiya oo walwalaya, ayaa aan go`aansaday in aan qoro waxa aan ka walaacin oo dhan. Anigu waxa aan isu haystaa in cid iga walwal badan aysan jirinin. Iskuma aanan dayin in aan la dagaallamo oo ka adkaado walwalkaan fadhiga iyo huradadaba ii diiday sababta oo ah waxa uu iila muuqday in uu yahay wax awooddaydaba ka sarreeya. Qoraal ayaa aan ka sameeyey dhammaantood. Bilo markii laga soo wareegay aniga oo iska illaaway qoraalkaas, ayaa maalin dambe aniga

oo waraaqo kala guraya aan arkay qoraalkii lixdaas dhibaato aan ku qoray. Waxaa ku qoran walwalladii aan u dhimman gaaray dhibtooda. Aniga oo xiisaynaya ayaa aan akhriyey. Waxaa dhacday in midkoodna lixdaan dhibaato aysan iguba dhicin.

Sidaan ayaa ay u dhaceen lixdii dhibaato:

1. Waxa aan ogaaday in walwalkaygii ku saabsanaa in iskoolku uu iska kay xiro uu ahaa mid macno-darro ah sababta oo ah dawladda ayaa bilowday in ay iskoollada dadka ganacsiga bara ay mushahaar ku siiso, iskoolkaygiina waxa uu noqday kuwa ugu horreeyay.
2. Wawalkii wiilkayga ku saabsanaa asagana waa baaba`ay sababta oo ah wiilkaygii asaga oo aan xagtin xataa gaarin ayaa uu soo noqday.
3. Walwalkii dhulka in la iga baaba`iyo ahaa asagana waa baaba`ay, sababta oo ah dhul ii dhaw ayaa la ogaaday in shidaal ku jiiro taasina waxa ay keentay in la joojiyo qorshahii gegida(airport).
4. Walwalkii ceelka asagana waxa uu ku dambeeyey, maadaama gurigaygii la ii daayay oo aan la burburin, lacagtii aan haystay ayaa aan ceel kale ku qotay oo ka qoto dheer.
5. Wawalkii shaagagta gaariga ayagana waa iska baaba`een sababta oo ah tartiib in aan u wado iyo in aad marar badan iska eego darteed, shaagtaasi sanado badan ayaa ay I hayeen.
6. Walwalkii gabadhayda iyo jaamacaddeeda ayadna waxaa dhacday in maalmo kahor intii aysan qalin jabin shaqo kale oo dheeraad ah oo mushaar fiican aan helay taasina ay gebi ahaanba iga kabtay gabadhayda jaamacaddeedii.

Waxa aan horay u maqli jiray dadka oo yiraahda: boqolkiiba sagaashan iyo sagaal waxa dadku ka walwalaan ama ka baqaan, waligeed ma dhacdo. Oraahdaasi macno badan iima samayn jiray illaa aan arkay qoraalkaan aan qoray iyo sida aysan u dhicin waxii aan ka seexan waayi jiray oodhan".

Hadda waa aan ku farxaa in aan in badan ka seexan waayay lixdaas dhibaato sababta oo ah cashar aanan waligay ilaawi doonin ayaa ay i bareen.waxa ay i bareen nacasnimada ay leedahay iyo dhibaatada ka timaadda in qofku ka walwalo wax aan wali dhicin, uusan hubinna in ay dhici doonaan iyo in kale.

Xasuusnoow: Maanta waa shalaydii aad ka walwali jirtay. Is waydii : SIDEE U OGAAN KARAYAA waxaan aan ka walwalayo in ay dhici doonaan?

Xaalad Kasta Oo Aan Ku Jiro Saacad Gudaheed Ayaa Aan Farxad La Qaylin Karayaa.

Roger W. Babson.

Dhaqaaleyahan caan ah, shirkadda Babson Park, Wellesley Hills, Massachusetts.

Markii aan walwal dareemo, saacad gudaheed ayaa aan is beddali karayaa aniga oo farxad la qaylinaya.

Maktabadda ayaa aan gala, indhaha ayaa aan isku qabtaa kadibna waxa aan u dhaqaaqaa qaybta ay saaranyahiin buuggaagta taariikhda, kadib aniga oo indhaha isku haya ayaa aan kala bixiyaa meel kamid ah buuggaas. Meel kasta oo ii soo baxada markii aan indhaha kala qaado waxa aan ka fahmaa in adduunka waligiis ay dhibaatooyin, dagaallo, fakhri iyo dhibaatooyinka

dadka haystayn. Saacad markii aan akhrinayo kadib ayaa aan xaqiiqsadaa in adduunka waligiis dhibaatadu ka jirtay, waligeedna ka jiri doonto laakiin tan hadda joogtaayi ay wax badan ka fiicantahay xaaladda dadku waagii hore ku jiri jireen. Taas ayaa igu dhalisa in aan waji ka duwan ka eego dhibaatooyinka I haysta.

Waa kan hab mudan in cutub dhan laga qoro. Taariikhda akhri! Arag dhibaatooyinka toban kun oo sano kahor jiray kadibna barbar dhib yaraanta dhibaatooyinka ku haysta.

Sida Aan Cuqdad-Nafsigii Isaga Baabi`iyey

Elmer Thomas

Xubin kamid ah Golaha Aqalka Sare.

Markii aan toban iyo shan sano aan jiray, waxa i kadeeday walwal, cabsi iyo qajilaad. Aad ayaa aan u dheeraa, sidii ushiina waa aan u dhuubnaa. Labo mitir ku dhawaad ayaa aan ahaa, miisaan ahaanna konton kiilo oo kali ah. Dherer kasta oo aan lahaa haddana wiilasha kale kulama tartami karinin cayaaraha kubbadda kolayga ama orodka. Qosol-qosol ayaa ay iga dhigan jireen ayaga oo farta igu fiiqaya marar badan.Aad ayaa walwal iyo qajilaad iiga bateen heer aan ka baqo in aan wax dad ah la kulmo. Asbuucyo ayaa soo wareegi jiray aniga oo aan cid aan waalidkayga ahayn aan la kulmin.

Guuldarro soconaysa ayaa aan ahaan lahaa haddii aan walwalkaas iyo cabsidaas u ogolaan lahaa in ay sii socoto. Saacad kasta iyo maalin kasta waxa aan ka walaaci jiray dhererkayga iyo dhuubnaatayda. Wax kale in aan ka fakaraba waa ay adkayd.
Cabsida iyo yaxyaxaygu waxa ay gaareen heer aanan qeexi karaynin. Hooyaday ayaa iga war haysay aniga iyo sida aan dareemo. Macallin dugsi ayaa ay ahayd, waxa ayna igu oran jirtya: “Wiilkaygiiyoow, waa in aad wax baratid, waa in aad maskaxdaada ku shaqaysatid sababta oo ah jimsigaagu waligiis sidaas ayaa uu ahaanin.”

Maaddaama waalidkaygu aysan awood u lahayn in ay kuleejada iga baxshaan, sidaas darteed waxa aan ku khasbanaa in aan anigu is-dabiro. Waa aan ugaarsan jiray xagaagii oodhan kadibna markii guga la gaaray ayaa aan iibiyey waxii aan hayay oo dhan, waxa ayna ii noqdeen lacag afar doollar ah. Afartii doollar waxa aan ku soo iibsaday labo neef oo ido ah. Waa aan naaxiyey labadii idood kadibna sanadkii dambe ayaa aan afartan doollar kala baxay. Lacagtaas ayaa aan ku aaday kuleejada Central Norman College oo ku taalla Danville, Indiana. Hal doollar iyo afartan santi ayaa aan toddobaadkii u bixiyaa cuntadayda iyo guriga aan degganahay. Waxa aan xiran jiray shaati boor-boor ah oo hooyaday ii toshay.(dhabtii boor-boorka waxa ay uga dhigtay waxa ay ahayd in aan wasakhdu ka muuqan). Waxa aan ku labisan jiray suud(suit) aabbahay lahaan jiry oo iga wayn, waxa ka sii waynaa kabaha aabbahay ee aan ayagana xiran jiray. Kabaha aabbahay markaas, laastiig loo xiran jiray oo ay lahaayeen xataa waa ka dhammaaday oo markasta oo aan cagta kor u qaadaba waxa ay ku dhawaanayeen in ay iga harayaan. Yaxyax ayaa aan ardada kale la raaci waayi jiray, kadibna qolkayga ayaa aan iska dhex fadhin jiray markasta,

balse waxbaan akhrisan jiray markasta. Himmadda iigu wayni waxa ay ahaan jirtay in aan mar uu dhar i le`eg oo aanan ka yaxyaxayn aan soo iibsado.

Intaas kadib, afar dhacdo oo waawayn ayaa noloshayda iyo walwalkeedii iyo cuqdad-nafsigiiba wax badan ka beddalay. Si kooban ayaa aan uga sheekayn:

Kow: Kuleejadaan markii aan siddeed toddobaad kali ah aan dhiganayay, imtixaan ayaa aan galay kadibna waxaa la i guddoonsiiyey shahaado macallinnimo oo heerka saddexaad ah si aan dugsiyada tuulooyinka wax uga bari karayo.
Dhabtii shahaadadaani lix bilood oo kali ah ayaa ay jiraysay balse ani kalsooni waynaatay ayaa ay nafsaddayda u ahayd. Waxa ay caddayn u ahayd in cidkale oo aan hooyaday ka ahayn oo kalsooni iyo rumaysnaan igu qabta ay jirto.

Labo: Dugsi tuulo ku yaalla oo la yiraahdo Happy Hallow ayaa macallinnimo ii qaatay, waxa ayna ii qoreen mushaar dhan labo doollar maalintii. Tani caddayn labaad oo dheeraad ah oo in aan qaymo leeyahay ah ayaa ay ii noqotay.

Saddex: Mushaarkii ugu horreeyey markii aan helay ayaa aan soo iibsaday dhar aanan xirashadooda in aan ku faano ma ahee aanan marnaba ka yaxyaxi doonin. Haddii maanta qof uu i siiyo lacag malyan gaaraysa, dhabtii sidii dharkaasi uu iiga farxiyey wax u dhigmi karaayi ma jiraan, waliba asaga oo aan dhowr doollar oo kali ah aan ka bixiyey.

Afar: Is beddalka dhabta ah ee noloshayda, ahna guushii ugu horraysay ee aan ka gaaray qajilaadda naftaydu qabtay waxaa keenay markii aan ka qaybgalay bandhig lagu qabanayay Bain-bidge, Indiana. Hooyaday ayaa igu khasabtay in aan ka qayb-galo tartan fagaare ka hadal ah oo sanad kasta bandhiggaas lagu qabto. Aniga fikirkaasi layaab ayaa uu igu ahaa. Hal qof in aan la hadlo ayaa aan ka qajilaa, halkaanna ummad dhan ayaa hortooda laga khudbaynin. Balse hooyaday ayaa si xad-dhaaf ah ii rumaysnayd, aadna ugu riyoonaysay in aan guulo waawayn noloshayda ka gaaro. Rumaysnaanteedaas ayaa aan tartankii ku galay. Waxa aan doortay mowduuc kii ugu dambayn lahaa in aan ka hadlo, kaas oo ku saabsan: "Xorriyadda ku saabsan Maraykanka." Dhabtii markii aan bilaabayay wax badan kama aanan fahansiisnayn, balse dhib ma lahayn oo dadka intooda badanba ma aysan fahansiisnayn.

Hadalkii aan khudbadda ka oran lahaa ayaa aan sidii biyahii u dareeriyey kadibna bilaabay in aan geed kasta iyo sac kasta aan boqolaal jeer u akhriyo. Aad ayaa aan u doonayay in hooyaday darteed aan guul fiican ka gaaro tartankaas, taas darteedna si qiiro leh ayaa aan u hadlay. Si kasta oo loo tartamayba, kaalintii koowaad ayaa la i guddoonsiiyey. Waa aan la yaabay waxii dhacay. Dadkii oodhan ayaa sacab iyo sawaxan la wada kacay. Wiilashii igu maadsan jiray iyo kuwii faraha igu taagi jiray oo dhan ayaa dhabarka iga wada taabtay ayaga oo igu leh: "Waa aan ogaa in aad samayn kartid, Elmer." Hooyaday hab ayaa ay i siisay kadibna waaba ay suuxday. Haddii aan noloshayda dib u eego, waxaa hubaal ah in is bedddalka maalintaas uu noloshayda beddalay. Wargaysyada magaalada oodhan ayaa qodobbo iga hadlaya ku soo saaray foodda hore ee wargaysyadooda,

dhammaantoodna ii wada faaliyey aayatiin fiican oo aan yeesho. Guushaas ayaa khariiddada i soo saartay, sharafna i siisay, intaas waxaa ka sii waynaa in ay aad kor ugu qaadday kalsoonidaydii illaa iyo boqol jibbaar. Waxa aan hubaa haddii aanan tartankaas ku guulaysteen in aanan maantay noqdeen xubin kamid ah Golaha Aqalka Sare. Aragtidayda ayaa ay guushaasi kor u qaadday, muuqa aan arki karo ayaa ay ballaarisay, waxa ay ii xaqiijisay awoodo aan lahaa oo aanan waligeey ku riyoonnin.
Waxaa intaas oo dhan iiga sii waynaa, guusha khudbadda ee sanadka qofka ku guulaysta waxaa la guddoonsiiyaa hal sano oo waxbarashadiisu lacag la`aan tahay.
Hadda aqoon dheeraad ah ayaa aan u gaajooday. Sidaas darteed 1896dii illaa 1900 waxa aan waqtigaygii u qaybiyey mid aan wax ku barto iyo mid aan dadka wax ku baro. Si aan jaamacadda De Pauw isaga bixiyo, adeege maqaaxiyeed ayaa aan noqday(Kabalyeeri), cawskaan jari jiray, maktabado ayaa aan ka shaqeeyey, beero ayaa aan ka shaqeeyey iyo waxyaalo kale oo badan.

1896dii, aniga oo sagaal iyo toban kali ah jira, labaatan iyo siddeed khudbadood ayaa aan sameeyey aniga oo dadka ku dhiirin in ay William Jennings Bryan ay u doortaan madax-u-waynaha Maraykanka. Dhiiranaan ayaa aan khudbadahaas ka qaaday taas ayaana igu dhalisay himmad ah in aan siyaasadda ku darsamo. Jaamacadda De Pauw ayaa aan galay aniga oo bilaabay qaybta sharciga iyo hadal-jeedinta, 1899kii jaamacaddayda aniga oo matalaya ayaa aan dood la galnay jaamacadda Butler, tartankaasna waxaa lagu qabtay Indianapolis. Aniga ayaa ku guulaystay tartankaas. Waxa aan tifaftire ka noqday wargaysyada The Mirage iyo The Palladium oo labaduba jaamacaddu sanadkiiba mar soo saarto.

Markii aan jaamacadda ka qalin jabiyey kadib waxa aan ka talo qaatay Horace Greeley waxa uuna igula taliyey in aan galbeedka dalka aanan aadin, waxa aan aaday koonfur-galbeed. Waxa aan aaday dhul cusub: Oklahoma. Markii Kiowa, Comanche, iyo Apache doorashooyinkooda loo ogolaanayay. Lawton, Oklahoma ayaa aan xafiiska sharciyada aan ka furtay. Saddex iyo toban sano ayaa aan ka tirsanaa Golaha Aqalka Sare ee gobolka Oklahoma. Afar sano oo kalena golaha Aqalka hoose ayaa aan ka tirsanaa. Konton jir markii aan noqday ayaa la ii doortay in aan ka mid noqdo golaha Aqalka Sare ee Maraykanka. Billad sharafyo badan ayaa la igu guddoonsiiyey xilal kala duwanna waa aan soo qabtay, heer degmo, heer gobal iyo heer wadan intaba leh.

Sheekadaan uma soo qaadan in aan ku faano ama waxqabadyadayda aan ka badbadiy o, taasna cid xiisaynaysa ma jirto.
Waxa aan rajaynayaa in ay kalsoonida iyo geesinimada u cusboonaysiin karto wiil sabool ah oo walwal, qajilaad iyo cuqdad-nafsi u qaba sidii aan anigu u qabi jiray markii aan kabihii iyo dharkii aabbahay xiranjiray. Rajadaas darteed ayaa aan sheekadaan u sheegayaa.

(Ogoow Elmer, waa ninkaas dharkiisa qajilaadda ka qabi jiray, waagii dambe waxaa loo aqoonsaday in uu ahaa ninka ugu labiska fiican golaha Aqalka Sare ee Maraykanka.)

Qaddarta Allah Ayaa Aan Ku Noolaa

R.V.C. Bodley

Waa nin ka soo jeeda Thomas Bodley, waa ninka aasaasay Maktabadda Bodlien. Qoraaga buugga Dabayshii Lama-degaanka (Wind In The Sahara) iyo buugga Rasuulka (The Messenger) iyo afar iyo toban buug oo kale.

1918kii, waxa aan ka dhaqaajiyey duni aan aqaanno waxaana aan u dhaqaaqay Waqooyi-Galbeed ee qaaradda Afrika, halkaas ayaa aana Carabtii degganayd kula noolaaday. Toddobo sano ayaa aan la noolaa, afkooda ayaa aan bartay. Dharka reer baadiyahaas ayaa aan xiran jiray, cuntadoodaan cuni jiray, qaabka ay u noolyahiinna waa aan la qabsaday taas oo aan labaatan qarni oo la soo dhaafay aan waxba iska beddalin. Ido ayaa aan yeeshay, gudaha teendhooyinka ee dhulka ah ayaa aana seexan jiray. Diintooda ayaa aan si fiican u bartay. Dhabtii, buug ayaa aan xataa ka qoray aan u bixiyey Rasuulka(The Messenger) Oo Muxamad NNKH ku saabsan.

Toddobadaas sano ee aan reer baadiyahaas Carbeed la noolaa, ayaa dhabtii ahayd intii noloshayda dhan ugu xasillooni iyo qanacsanaan badnayd.

Markii hore ayaa aan ku koray dhaqamo kala duwan: Waalidiin Ingiriis ah ayaa magaalada Paris igu dhalay; sagaal sano ayaa aan Faransiiska ku noolaa. Kadib kulliyadda ciidanka ee Royal Military College ayaa aan kaga baxay magaalada Sandhurst. Kadib lix sano ayaa aan taliye ciidanka Ingiriiska ka ahaa dalka Hindiya, halkaas oo aan dalxiisi jiray, ugaarsi u bixi jiray, buuraha Himalaya aan tafi jiray, sidoo kalena aan tabab-bar ku

qaadan jiray. Dagaalkii koowaad ee adduunka ayaa aan ka dagaallamay, haddii uu dhammaadayna magaalada Paris ayaa la ii diray si aan shirar amniga iyo ciidamada ka hadlayay aan uga qayb galo. Waa aan qarracmay oo aan niyad jabay waxii aan halkaas ku arkay.
Afar sano oo aan jiidda hore ka dagaallamayay, waxa aan u haystay in aan ilbaxnimo iyo horumar adduunku yeesho u dagaallamayno. Balse shirkaas nabadda waxa aan ku arkay siyaasiyiin ka shaqaynaya aasaaskii dagaal labaad sidii uu ku dhici lahaa.

Dagaal waa aan ku daalay, ciidan waa aan ka daalay, bulshada dhanna waa aan nacay. Markii ugu horreysay ayaa ay noqotay oo aan habeenno hurdo la`aan iyo walwal aan ku qaatay. Waxa aan ka walwalay waxa aan noloshayda ku samayn doono. Lloyd George ayaa igula taliyey in aan siyaasadda galo. Taladiisa in aan qaato ayaa aan ku fakarayay haddii aanan wax qariib ah la kulmeen, waxaas qariibka ah ayaa qaab-beddalay noloshayda oodhan, jiho toddobada sano oo soo socoto ahna u yeelay. Waxaas oodhan waxa uu ku yimid wadahal asaga dhan labo boqol oo ilbiriqi qaatay. Wada hadal aan la yeeshay Ted Lawrence oo loo yaqaan Lawrence gii Carbeed (Lawrence of Arabia). Asaga ayaa Carabta la noolaan jiray, anigana waxa uu igula taliyey in aan halkaas aado. Waa aan u bogay markii ugu horraysayba.

Si kasta oo ay tahayba in aan ciidamada ka tago ayaa iga go`nayd. Waxa aan go`aansaday in aan raaco talada Lawrence. Waa aan ku faraxsanahay in aan taladaas yeelay.Sidii ayaa aan sameeyey oo dhulkii carabta ayaa aan aaday.

Carabtu waa dad Islaam ah, waxa ay aaminsanyahiin Kitaab Qur`aan la yiraahdo oo Muxamad in lagu soo dajiyey ay aaminsanyahiin. Sidaas darteed haddii Qur`aanku yiraahdo “Eebbe ayaa dadka abuuray.” Sidaas ayaa ay ku rumaynayaan. Taas ayaa dhabtii keentay in ay nolosha si xasillan ku qaabilaan oo aysan wax xanaaq iyo walwal ah galinnin haddii dhibaato ku timaaddo. Waxa ay yaqaannaan in waxii la amray, la amray cid baddali karta oo aan Allah ahaynna aysan jirinin. Balse taas macnaheedu ma aha in haddii dhibaato ay ku timaaddo ay meel iska fariisanayaan oo aysan waxba samayn doonin. Si aan taas kuu fahansiiyo aan cabsi kaaga warramo, dabaylo holcaya iyo duufaanno aan soo arkay markii aan saxarahaas joogay. Cod iyo shanqar joogta ah ayaa ay saddex habeen iyo maalmahood wadi jirtay. Waa dabaylo aad u xoog badan, aad u cabsi badan, ciid ayaa ay lamadagaanka Sahara ee Africa ku yaalla ka qaadday, boqolaal kiilowmitir ayaa ay safrisay illaa ay markii dambe Faransiiska dooxada ku taalla ee Rhone ayaa ay ku sayrisay ciiddaas.
Kulaylka ka baxaya dabayshaas, timaha in ay iga gubayso ayaa aan moodi jiray. Dhuunta ayaa i asqowday. Indhaha ayaa I gubtay. Ilkaha ciid ayaa iga buuxsantay. Waxa aan dareemayay in aan foorno hor taaganahay oo kale. Waalli ayaa aan ku dhawaaday. Balse Carabtii ila joogtay wax cabasho ah haba yaraatee ma aysan lahayn. Garbaha ayaa ay nuuxiyeen ayaga oo oranaya: “Maktuub!”… waa qornayd.

Balse waxyar kadib haddii duufaantu dhammaatay, waa la shaqo galay. Baraarkii(dhasha idaha) oo dhan ayaa ay wada gawraceen sababta oo ah waxa ay ogaayeen in ay wada dhimman doonaan. Taas waxa ay u samaynayeen si idaha dhalay ee aan awoodda lahayn ay u badbaadiyaan. Intii soo hartay ayaa ay koonfurta u kaxaysteen, dhankaas oo biyahii ka

jireen. Waxa dhan dhib yari, degganaan iyo cabasho la`aan ayaa lagu sameeyey. Madaxii qabiilka ayaa yiri : “Xaaladdu aad uma xuma. Wax walba waa waayi karnay. Balse Allah mahaddiis, afartan boqolkiiba idaheennii waa ay noo badbaadeen, intaas ayaana noogu filan in aan ku bilowno nolol cusub.”

Waxa aan xasuustaa markale oo annaga oo saxaraha marayna oo gaari wadana uu gaarigii taayir(lug) naga qarxay. Wadihii waxa uu soo illaaway in uu shaag dheeri ah soo qaado. Anigu waa aan qarracmay, waa xanaaqay , waa qayliyey, kadibna Carabtii ayaa aan waydiiyey waxa la samayn doono. Waxa ay ii sheegeen in qaylada iyo caradu aysan midkoodna waxba taraynin aan ka ahayn in qofkaasi kululaado. Waxa ay ii sheegeen in shaagga qarxay ay ahayd qaddar Alle qoray, wax laga qaban karana aysan jirinin. Kadib waxa aan bilownay in aan gaarigii daawaha ku soconsiino. Cabbaar kadib ayaa gaarigii istaagay haddana, waxaana la ogaaday in shidaalkii ka dhammaaday. Madaxii kooxda ayaa isla markiiba lasoo booday in uu oranayo “Maktuub” waa wax qornaa, mar labaad intii darawalka lagu qaylin lahaa oo lagu canaanan lahaa shidaalka uu soo yareeyey ayaa qof walba degganaan iyo xasillooni iska galay. Illaa iyo meeshii aan u soconnay waa aan lugaynay annaga oo heesayna.

Toddobadaas sano ee aan Carabtaas la noolaa ayaa iga dhaadhicisay in buuq-maskaxeedka, waalida, khamri cabka badan ee Maraykan iyo Yurub ka jira ay keenayso nolosha orodka lagu wado ee aan ilbaxnimada ugu yeerno.

Intii aan dhulkaas ku noolaa, wax walwal ah ma aanan yeelan. Halkaas ayaa aan ka helay qanacsanaan iyo farxadda dhabta ah ee dad badan oo buuq iyo quusasho ku jira ay raadinayaan.

Dad badan ayaa laga yaabaa in aysan fikraddaas taageersanayn. Waa laga yaabaa in ay saxsanyahiin. Yaa og? Balse dhammaanteen waa in aynu arki karnaa sida qaddartu tahay wax inoogu qoran. Tusaale, haddii aanan saddexdaas daqiiqo ee duhurka ahayd ee 1919kii aanan wada hadal la yeesheen Lawrence, sanadaha ka dambeeyey oo dhan nolol wareersan ayaa aan ku jiri lahaa. Waxa aan dareemi karayaa sida dhacdooyinkaasi ay noloshayda u qaabeeyeen. Carabtu waxa ay u yaqaanaan Wax qoran, nasiib iyo doonista Allah. Adigu waxii aad doontid u aqood. Waa wax qariib kugu noqon karaya. Toddobo iyo toban sano kadib wali dhaqankaas ah in aan ku samro waxii igu dhaca ayaa aan ku dhaqmaa. Xikmaddaas ayaa xasillooni aan kumanaan kaniini i siin karaynin i siiyey.

Haddaba marka duufaanno iyo dabaylo kulayl badani ay nolosheenna cariiri galiyaan oo aynaan waxba ka qaban karaynin, waa in aynu ku samirno. Kadibna ka gudubno oo waxii inoo badbaaday aruursanno.

Shan Qaab Oo Aan Walwalka Ku Burburiyo.
Buuni(Barafasoor) William Lyon Phelps.

[Waxa aan wax yar kahor intii uusan dhimman nasiib u helay in aan waraysi layeesho Billy Phelps oo ahaa buuni wax ka dhigi jiray jaamacadda Yale. Waa kuwaan shan hab oo ah kuwii uu walwalka ku burburin jiray.]

1. Markii aan labaatan iyo afar jiray, ayaa aan indhaha halmar ka jirraday. Dhowr daqiiqo markii aan wax akhriyaba waxa aan dareemayay sidii in qodxo indhaha iiga jiraan, xataa markii aanan akhrinayn ee aan iftiin badan arko waa ay i xanuunayeen. Dhakhaatiirtii indhaha ee ugu fiicnayd New York ayaa aan u tagay, balse waxba waa la iga qaban waayay.

Galabkii haddii la gaarayba meel ayaa aan iska fariistay aniga oo argagaxsan. Waxa aan ka argagaxsanaa in aan sii wadi waayi doono macallinnimada oo ay noqoto in aan shaqo-gacmeed raadsado. Kadib wax layaab leh ayaa dhacay. Markii indhahaygu marayeen meeshii ugu danbaysay, xilli qaboobe ahna lagu jiiro, ayaa aan aqbalay codsi ardo qallin jabinaysay.

Xafladdu mid aad loo qurxiyey ayaa ay ahayd aadna u iftiin badan. indhaha ayaa aad ii xanuunay illaa aan ku khasbanaaday in aan hoos u jeensado xafladda dhan. Sidaas oo ay tahay, soddonkii daqiiqo ee aan khudbadda jeedinayay iftiinka toos ayaa aan u eegayay aniga oo aan hal ilbiriqsi aan ka milicsanayn wax Xanuun ahna aanan dareemayn. Kadib markii xafladdii ay dhammaatay ayaa indhahii in ay I xanuunaan dib u bilaabeen.

Kadib waxa aan ku fakaray haddii aan hal asbuuc oo dhan aan maskaxdayda wax kale ku mashquuliyo in aan buskoon doono. Dhabtii sidii ayaa ay noqotay oo waa aan buskooday.

Sidaas oo kale ayaa markale igu dhacday. Halmar ayaa lugta dhan isla kay xanuuntay, xanuunkaas oo raacaya neerfaha dheer ee lugta. Aniga oo sidaas ku jira ayaa la igu casuumay in aan xiisad bixiyo. Haddii aan hadalkii bilaabayba waxa aan dareemay fudayd iyo in aan furfurmayo. Cabbaar kadib toos ayaa aan u istaagay kadibna soc-socod bilaabay, muddo hal saac ahna waa aan roonaa.Markii xiisaddii dhammaatayba aniga oo xoogaa roon ayaa aan baxay. Xoogaa ayaa aan dareemay in aan roonahay balse cabbaar kadib ayaa haddana la igu soo noqday.

Khibradahaan ayaa I tusiyey muhiimadda qaab-fekerku nolosha u leeyahay. Waxa ay I bareen in nolosha lagu raaxaysto inta aad awoodi kartid. Hadda maalin kasta waxa aan u noolaadaa sidii in ay tahay maalintii iigu horreysay iyo sidii tii iigu dambaysay. Waa aan u bogsanahay nolosha dhan, qof walwallka dareemi karana ma jiro waa haddii uu u bogsanyahay noloshiisa. Shaqayda macallinimada ah waa aan jeclahay. Buug ayaa aan ka qoray macallinimada waxa aana u bixiyey Farxadda Macallinimada(The Excitement of Teaching). Macallinnimadu waligeey wax kabadan shaqo ayaa ay ii ahayd aniga. Wax aan jeclahay ayaa ay ii ahayd. Sida sawiraagu u jecelyahay in uu wax sawiro ama heesaagu u jecelyahay in uu heeso ayaa aan anna u jeclahay macallinimada.

Markii aan soo tooso, waxa aan ka fakaraa farxadda iyo waji wanaagga kooxda ardada ah ee ugu horreeya ee aan maantay wax bari doono.

Waxa aan markasta rumaysanahay in waxa ugu wayn ee guul lagu gaaro ay tahay xamaasad.

2. Waxa aan ogaaday in aan walwalka maskaxdayda ka cariirin karayo haddii aan buugaag akhrinayo. Markii aan sagaal iyo konton sano gaaray ayaa aan maskax ahaan isugu buuqay. Waxa aan bilaabay in aan akhriyo buugga uu qoray David Alec Wilson ee la yiraahdo Life of Carlyle. Waxa aan aaminsanahay in buuggaasi baxnaannada maskaxda qayb wayn ka yahay sababta oo ah waxa aan ku mashquulay akhrinta buugga illaa aan iska ilaaway waxii walwal ahaa oodhan.
3. Mar kale oo aan niyad-xumo dareemayay waxa aan isku khasbay in aan maalinta dhan waxqabasho ku mashquulsanaado. Shan illaa lix cayaarood oo waxyaalaha awoodda u baahan ah ayaa aan ciyaari jiray subax walba, qado kadibna markale ayaa aan ku noqon jiray. Waxa aan xaqiiqsaday in walwalku uu dhididka raacayay.
4. Horay ayaa aan u ogaaday in aan iska ilaaliyo nacasnimada ku jirta degdegga, boobsiiska, iyo cadaadis ku shaqaynta. Waxa aan adeegsan jiray murtidii Wilbur Cross ee ahayd : “Marmarka qaarkood, markii wax badan I sugayaan in aan sameeyo, meel ayaa aan saacad isaga nastaa aniga oo aan waxba qabanaynin.”
5. Waxaa kale oo aan ogaaday in samirka iyo waqtigu ay yahiin waxa dhibaatoonka xalliya. Waxa aan isku oran : “Labo bilood muddo maanta laga joogo, waxaa hubaal ah in aanan dhibaatadaan ka walwali doonin, haddaba maxaa aan hadda uga walwalayaa? Qaabka aan labo bilood kadib u fakari doono maa aan hadda sidaas u fakaro?

Haddii aynu soo koobno waa kuwaan shantii qodob ee buunigu(barafasoorku) sheegay:

1. Niyad iyo xamaasad ku nooloow. “maalin kasta waxa aan u noolaadaa sidii in ay tahay maalintii iigu horreysay iyo maalintii iigu dambaysay”
2. Buug xiiso leh akhri “Waxa aan bilaabay in aan akhriyo buugga uu qoray David Alec Wilson ee la yiraahdo Life of Carlyle… kadib waa aan ku mashquulay heer aan illaaway walwalkii oodhan.
3. Jimicsi iyo cayaaro samee “Markale oo aan niyad-xumo dareemayay waxa aan isku khasbay in aan maalinta dhan waxqabasho ku mashquulsanaado”.
4. Isdaji marka aad shaqaynaysid: “Horay ayaa aan u ogaaday in aan iska ilaaliyo nacasnimada ku jirta degdegga, boobsiiska, iyo cadaadis ku shaqaynta.”
5. “Waxa aan isku dayaa in dhibaatada aan muuqaalka ay leedahay ku eego. Waxa aan isku oran : “Labo bilood muddo maanta laga joogo, waxaa hubaal ah in aanan dhibaatadaan ka walwali doonin, haddaba maxaa aan hadda uga walwalayaa? Qaabka aan labo bilood kadib u fakari doono maa aan hadda sidaas u fakaro?”

Shalay Waa Aan Adkaystay. Maantana Waa Aan Adkaysan Karayaa

Dorothy Dix

Saboolnimo iyo jirro meeshii u dambaysay ayaa aan gaaray. Marka dadku I waydiiyaan sida aan dhibaatooyinka maantay aan uga gudbo waxa aan ugu jawaabaa: “Shalay waa aan adkaystay, maanatana waa aan adkaysan karayaa. Naftaydana uma ogolaado in ay ka fakarto waxa berri dhici doona.”

Waxa aan aqaannaa waxa ay yahiin, rabitaan, halgan, walwal iyo quusasho. Markasta awooddayda in ka badan in aan shaqeeyo ayaa aan ku khasbaa. Markii aan noloshayda dib u eego, waxaa ii muuqda goob-dagaal ay daadsanyahiin riyooyin wada dhintay, rajooyin baaba`ay, bidhaan-beeneedyo daadsan- goob aan waligay dhibaatooyin igula dagaalamayeen, kuwaas oo daqarro iyo dhaawacyo iiga tagay, kuwaas oo duqoobay oo naafoobay hadda.

Sidaas oo ay tahay naftayda xumaan ma dareensiiyo; wax tagay uma ilmeeyo, murugo tagtayna ma aan xasuusto; kama masayrsani dumarka waxa aan soo maray oodhan ayagu ka badbaaday. Waa aan soo dhaafay noloshaas. Waa wax jiri jiray oo kali ah. Nolosha illaa qasharka salka koobka ayaa aan ka cabbay. Dumarkaas ka badbaaday, ayagu korka sare ayaa ay kabadeen oo kali ah. Waxyaalo aysan waligood ogaanin ayaa aan ogahay. Waxyaalo ay ka indho la`yahiin ayaa aan arkaa. Qofka dumarka ah ee ilmada badani ay indhaheeda dhaqday weeye tan aragtida fiican yeelata. Jaamacadda dhibaatada ayaa aan ku soo bartay murtida ah in qof nolol dhibyar soo martay aysan meelna gaari karin. Waxa aan bartay in aan

maalin kasta sida ay tahay aan u qaato, oo aanan waligay ka walwalin dhibaato berri imaan doonta. Waxa dadka ka bajiya waa mustaqbalka mugdiga ah ee aan cidina arki karin waxa ku soo jira. Taas aniga ima hayso, sababta oo ah waxa aan khibradda nolosha ku soo ogaaday in marka waqtiga aan ka cabsanayo uu yimaado in sidoo kalena awoodda iyo xigmadda aan cabsidaas ku wajihi lahaana ay iman doonto. waxyaalaha yaryar oodhammi waligood ima dhibaan. Markii noloshaada dhammi ay burbur iyo qalbi-jab, qaymo kulama yeelan doonaan shaqaale illaaway in uu alaab meel ka qaado ama maraqii xoogaa ka mid ah balqiyey.

Waxaa kale oo aan bartay in aanan dadka aad isugu xirin, si aan wali u faraxsanaan karo ayada oo saaxiibkay uusan run iisheegayn ama qof aan isnaqaanno uu ixamanayo. Waxaa kale oo aan bartay in aan kaftan ka dhigo waxii igu dhaca, sababta oo ah waxaa jiray waxyaalo badan oo aan ooyi karayay dartood haddana aan qosli karayay. Markii qofka dumarka ahi ay dhibaatooyinkeeda ku qosli karto halkii ay ka calaacali lahayd, wax ka adkaan karaya ma jiraan markaas. Kama shallaytamo dhibaatooyinkii i soo maray, sababta oo ah ayaga dartood ayaa aan nolosha meel kasta ka gaaray. Waana u qalmeen dhibaatooyinkaasi in ay ahaadaan kuwo la soo maro.

Dorothy Dix walwalka waxa ay kaga adkaatay “In ay noolayd nolol maalintaas ku kooban oo aysan waxa soo socda aysan ka walwalin.”

Ma Aanan Malaynayn In Aan Qorrax-Soobaxa Arki Doonoo J.C. Penney

[1902/04/14 ayaa nin dhalinyaro oo shan boqol oo doollar lacag ka haysta balse malaayiin doolar in uu helo niyadda ku haya kabar yar ka furtay Kemmerer, Wyoming oo magaalo yar ah. Ninkaan iyo xaaskiisu waxa ay ku wada noolaayeen cariish yar oo ka dambeeya meesha ay ku ganacsanayaan. Santuukhyo dhammaaday iyo daasado ayaa ay kuraas iyo miisas ahaan u adeegsadeen.
Xaaskiisa oo ayaduna da`a yarayd, ilmaheeda inta ay buste yar ku duuduubatay ayaa ay hoos dhigatay kabarka si ay ninkeeda oo mcaamiil sugaya u caawiso. Maanta dukaamada adduunka ugu caansan ayaa ninkaas magaciisa loogu yeeraa: Dukaamada J.C.Penney ayaa loo yaqaan. Kun iyo lix boqol oo dukaan in ka badan ayaa Maraykan kali ah ku dhexyaalla. Dhawaan ayaa aan habeen wada cashaynay aniga iyo Mr Penney, waxa uuna iiga warramay dhacdadii noloshiisu soo martay.]

Sanado badan kahor ayaa ay i soo martay khibrad noocii ugu adkayd. Walwal badan iyo niyad-jab ayaa aan taagnaa. Walwalkaygu kama imaanayn shirkaddayda iyo ganacsigeeda. Ganacsigaasi si deggan oo hagaagsan ayaa uu u soconayay; balse aniga shakhsiyaddayda waxyaalo ku saabsan ayaa walwalka keenayay. 1929 ayaa waxaa dhacday in la igu eedeeyey waxyaalo aanan waxba kaga lug lahayn. Walwal ayaa kadeed igu noqday illaa aan seexan kari waayay kadibna waxaa igu dhacay xanuun maqaarka ah. Dhakhtar aan illaa iyo yaraantii aqaannay ayaa aan u tagay Dr Elmer Eggleston. Dr Elmer, sariir ayaa uu i saaray waxa uuna ii sheegay in aan aad u xanuunsanahay. Daawo ayaa uu ii qoray balse waxba ima

tarin. Waxa aan bilaabay in aan maalin kasta sii daciifayo. Niyad ahaan iyo jimsi ahaanba waxa aan bilaabay in aan sii daciifayo illaa aan quusasho gaaray, wax rajo ahna ay ii muuqan wayday haba yaraatee. Wax aan u sii noolaado ayaa aan garan waayay. Saaxiib aan adduunka ku leeyahay in uusan harsanayn ayaa aan u maleeyey, iyo in xataa qoyskaygii ay i naceen. Habeen ayaa Dr Eggleston daawo hurdo i siiyey, balse wax yar kadib ayaa daawadii iga baxday kadibna walwal iyo qarracan ayaa aan la soo toosay iyo in caawa nolosha iigu dambayn doonto. waxa aan bilaabay in aan dardaaran u qorayo xaaskayga iyo wiilkayga aniga oo u sheegaya in aanan subaxii gaari doonin.

Markii aan subaxii soo toosay, waa aan u qaadan waayay in aan wali noolahay.
Haddii aan qaybta hoose ee guriga u soo dagayba waxa aan maqlay cod bannaanka ka yeeraya. Waa aan raacay waxa aana tagay halka uu ka yeerayay oo ahayd kaniisad ii dhow. Waxaa dhegtayda ku dhacday: “Eebbe ayaa ku daryeeli doona.” Islamarkiiba waa aan qaboobay, ashqaraar ayaa aan la kulmay. Waxa aad mooddaa in mugdi la iga soo kaxeeyey oo iftiin la I keeno, in cadaab la iga soo saaray oo janno la i keenay. Awood Eebbe oo aanan waligay dareemin ayaa aan dareemay. Waxa aan xaqiiqsaday in aniga oo kali ah aan ahay cidda dhibta isu keenaysay. Maalintaas waxii ka dambeeyey walwal dambe isma aanan arkin. Maanta kow iyo toddobaatan ayaa aan jiraa, labaatankaas daqiiqo ee aan maalintaas hadalkaas dhagaystay ayaa noloshayda dhan beddashay.

Xarunta Jimicsiga Ayaa Aan Aadaa ama Buuro-tafid Ayaa Aan U Baxaa.

Rhodes Scholar Chairman, Xubin ka ah Guddiga Cayaaraha Ee new York, Guulayste Feeryahan Heer Caalami ah.

Markii walwalku iga bato ee aan bilaabo in aan iska dabo wareego, jimicsi fiican oo aan sameeyo ayaa dhabtii baabi`in kara walwalkasta oo aan dareemayo.
Xoogaa aan ordo ayaa ay noqon kartaa, ama xarunta feerka oo aan tago.

Markii jimsigaygu daalo, maskaxdaydana dhibaatooyinka waa ay ka nasataa.

Magaalada New York ee aan ka shaqeeyo ma rumaysni in cidina walwali karayso haddii ay tagaan xarumaha jimicsiga oo ay jimicsi ku mashquulaan.

Daawada ugu wanaagsan ee aan walwalka u hayo waa jimicsiga. Markii aad walwalsantahay, jimsiga ka shaqaysii in kabadan inta maskaxda aad ka shaqaysiin, dhabtii waa aad yaabi doontaa waxtarka wanaagsan ee ka soo bixi doona. Aniga qaabkaas ayaa ay iigu hagaagtaa, walwalku waa uu baxaa marka aan jimicsi sameeyo.

Waxa Aan Ahaa Mid Walwal Dilooday."

By

Jim Birdsall

C. F. Muller Company 180 Baldwin Avenue, Jersey City, New Jersey

Sagaal iyo toban sano kahor markii aan kulliyadda ciidamada ee Blacks-burg Virginia aan ku jiray, waxaa la ii yaqaanay KAN WALWALKU DILOODAY

In badan ayaa aan walwali jiray sidaas darteedna in badan ayaa aan jirran jiray. Jirradaydu waxa ay gaartay heer sariir gooni ah xarunta caafimaadka ciidanka aniga la ii gooni yeelay. Marka kalkaalisadu I aragtaba, inta ay orodo ayaa ay waxuun daawo ah ii keeni jirtay. Wax walba walwal ayaa ay igu hayeen. Marmar xataa waa aan garan waayi jiray waxa aan ka walwalayo. In kulliyadda darajooyinka imtixaanadayda hooseeya la iiga cayriyo, ayaa aan ka walwali jiray. Maaddada fiisigiska iyo kuwo kaleba waa aan ku dhacay. Caafimaadkayga ayaa walwal igu hayay, dheefshiid-xumo, hurdo la`aan. Dhaqaale xumo ayaa walwal igu haysay. Gabadha aan jeclahay ayaa wax aan hadiyad ugu gado aan la`aa, waxa aana ka baqayay in ay qof kale iga raacdo. Habeen iyo maalinba walwal iyo walaac ayaa aan dhexdabaalanayay. Quusasho aniga oo taagan ayaa aan dhibtaydii uga warramay barafasoor Duke Baird.

Shan iyo tobankaas daqiiqo ee aan la sheekaysanayay barafasoorka ayaa caafimaadka waxii ugu waynaa afar sano iska beddala ii sameeyey. Waxa uu igu yiri : “ waa in aad soo jeensatid oo xaqiiqda wajahdid. Haddii kalabar

waqtigaaga aad galisid in aad xal u raadisid dhibaatooyinkaaga, dhabtii waa aad xallin lahayd. Walwalku waa dareen aad u xun oo caado laga dhigto."

Waxa uu i siiyey saddex tallaabo oo aan walwalka ku burburiyo:

1. Hel dhibaatada dhabta ah ee walwalka kugu haysa.
2. Hel dhibaatadaas waxa keenaya.
3. Wax waxtaraya oo dhibaatadaas xallin karaya samee.

Waraysigaas kadib, qorshe waxtar leh ayaa aan sameeyey. Intii aan ka walwali lahaa ku dhicitaanka waxa aan iswaydiiyey maxaa keenaya in aan ku dhaco. Waxa aan ogaa in maskax xumo aan qabo aysan keenayn, balse waxa aan ogaaday in ku dhicitaankayga maaddadaas ay keenaysay xiiso aanan u qabin maaddadaas darteed. Waxaa ii muuqan waayay waxtarka ay maaddadaasi u yeelanayso xirfaddayda. Balse hadda waa aan beddalay qaab-fekerkayga. Waxa aan iskula hadlay: " Haddii aqoonyahannada kulliyaddu dhammaan u arkaan in ay muhiim ii tahay in aan maaddadaan barto, anigu sidee is-waydiin uga keeni karaa murtidooda?

Fiisigiskii ayaa aan dib u bilaabay in aan akhriyo, marakan imtixaanka kuma guulaysan oo kali ah balse halkii aan waqtigayga ku dhumin jiray in aan ka walwalo ayaa aan waqtigaas galiyey in aan saa`id u barto maaddadaas.

Walwalkii dhaqaalaha dhankiisa ahaa asna waxa aan ku xalliyey in aan bilaabay in aan cabitaanno ku iibiyo kulliyadda iyo in aan aabbahay lacag ka daynsado, taas oo aan dib ka siiyey.

Dhibtii jacaylkayga ayadna waxa aan ku xalliyey in aan gabadhii aan jeclaaday aan u gudbistay codsi guur oo ay iga ogolaatay, haddana ay tahay xaaskayga.

Hadda markii aan dib u eego, waxaa ii muuqda in dhibka I haya uu ahaa in aan ku wareersanaa ogaanshaha halka dhibtu ka jirto iyo waxa keenayay dhibtaas. Kadibna aan wajaho dhibaatadaas.

Jim Birdsall sida dhibta loo xalliyo ayaa uu bartay kadib markii uu adeegsaday murtidii cutubkii labaad ee ahayd “Sida loo baaro, loona xalliyo dhibta jirta.”

Nacaska Adduunka Ugu Wayn Ayaa Aan Ahaan Jiray.

Percy H. Whiting

Agaasimaha Shirkadda Dale Carnegie and Company Oo Ku Taal 50 East 42nd Street, New York, New York.
Cudurro kala duwan ayaa aan u dhintay marar oo kala duwan, in ka badan qofkasta oo nool ama dhintay.

Cudur aan jirin ka walwaliddaydu mid xad leh ma ahayn. Aabbahay ayaa lahaa xarun caafimaad, xaruntaas ayaa aana ku dhex koray. Dhakhaariirta iyo kalkaaliyayaasha ayaa aan maalin kasta la hadli jiray, sidaa darteedna waxa aan bartay magacyada iyo cudurrada ugu badan oo ugu khatarsan in kabadan inta dadka aan dhakhaatiirta ahayn ay baran karaan.
Kama walwali jirin cudurrada balse waa aanba dareemi jiray astaamaha cudurrada! Saacad ama labo saac ayaa aan cudur ka walwalayaa kadibna calaamadaha cudurkaas oo dhan ayaa aan iska helayaa. Waxa aan xasuustaa magaalada Great Barrington ee gobolka Massachusetts oo ah magaalada aan ku noolaa, ayaa waxaa ka dillaacay cudurka gawracatada loo yaqaan(diphtheria). Farmasiga aabbahay ayaa aan maalin kasta daawo ka iibinayay dad ka imaanayay xaafado laga jirran yahay. Kadib sharkii aan ka baqayay ayaa ii yimid: Gawracato ayaa igu dhacday, waa aan hubay in aan qabo. Sariir ayaa aan iska dul jiifsaday kadibna bilaabay in aan ka walwalo lahaanshaha astaamaha cudurkaas ee aan dareemayay.
Dhakhtar ayaa aan u tagay, haddii uu i fiiriyeyna waxa uu igu yiri : Haa, waa aad qabtaa." Intaas ayaa maskaxdaydii dajisay. Cudur marka uu igu dhaco, wax walwal ah iguma qaban jiray marnaba. Gurigii ayaa aan ku

laabtay, kadibna waa aan seexday. Subixii markii aan toosay, aad ayaa aan u caafimaad qabay.

Sanado badan oo aan naftayda dadka kale ka soocayay, dhugmo iyo beerjileecna aan dadka kaga helayay cudurradaas aan aaminayay, marar badan ayaa aan u dhintay in labada qal isku kay soo noqon waayaan iyo hydrophobia(biya ka cabsasho) igu dhaceen. Kadib waxaaba caado ii noqotay in aan la qabsado in aan qabo cudurrada qaaxada iyo kansarka.

Waagaas dhibaato ayaa ay igu ahaayeen balse hadda waa aan ku qoslaa. Dhabtii sanado badan ayaa aan ka cabsanayay in aan dhimasho qarkeed ku soconayo. Waxaa dhacaysay in markii aan doonayo in aan dhar soo iibsado, aan is waydiiyo: " Maxaa aan lacagtaan u khasaarin aniga oo og in aan nolol aan dharkaan ku sii xirto aanan lahaan doonin?"

Hadda waa aan ku faraxsanahay in aan hormarkayga ka warramo: toban sano oo la soo dhaafay, halmarna ma aanan dhimmanin.

Sidee u joojiyey walwalkaas? In aan maskaxdayda iyo waxyaalaha ay ku fakaraysaba aan ku qoslo. Markasta oo calaamad halis ah aan bilaabo in aan dareemo, waa aan isku qoslayay aniga oo qoslaya ayaa aan oranaya: " Eeg, labaatankii sano ee la soo dhaafay intaas oo cudur oo wada halis ah ayaa aad u dhimatay, walina dadka kuwa ugu caafimaad badan ayaa aad ku jirtaa. Shirkaddii caymiska haddeer ayaa ay caymis kale kuu ogolaatay, waxaan oodhammi ma waa aysan waqti kadib dhammaanayn, adiguna intii aad gees istaagtid aadan ku qoslayn nacasnimaada?"

Waxa aan ogaaday in aanan naftayda aan ku qoslo iyo in aan wawalo aanan halmar wada samayn karaynin. Intii ka dambaysay, waa aan isku qoslayay.

Casharka sheekadaani waa: naftaada aad ha ugu mashquulin. Isku day in aad ku qososhid walwaladaada nacasnimada ah, eegna in ay sidaas ku baxayaan.

Waligay Waxa Aan Ku Dedaalay In Isha dhaqaalahaygu Uusan Iga Xirmin.

Gene Autry, Fannaan aad Caan U Ahaa, Aadna Loo Jeclaa.

Waxa aan ogaaday in dhibaatooyinka oo dhammi ay qoyska iyo lacagta ka yimaadaan. Nasiib ayaa aan lahaa maaddaama aan guursaday gabar magaalo-yar ku kortay oo aan isku dhaqan ahayn, isku waxyaalana aan jecelnahay. Labadayaduba xeer dahabi ah ayaa aanu raaci jirtay, sidaas darteedna dhibaato-qoyseedkayagu waxa ay gaartay meesha ugu hoosaysa.

Walwalka dhaqaalaha dhankiisa ah, labo waxyaalood ayaa aan uga hortagay. Tan koowaad, waxa aan raacay qaanuun aad u sarreeya oo ah daacadnimo buuxda. Markii aan lacag daynsado, shilin kasta dib ayaa aan u bixin jiray. Waa yaryahiin wax daacad darrada ka walwal badan.

Tan labaad: markii aan shaqo cusub isku dayayo, shaqadii horrana ma sii daayo intii waqti ah. Xeeldheerayaasha dagaalka ayaa yiraahda tallaabada ugu horraysa ee dagaalku waa in saanaddaadu kuu furantahay. Waxa aan ogaaday in qaanuunkaas lagu dabaqi karayo nolosha dadka.Tusaale, intii aan Texas iyo Oklahoma ku sugnaa, fakhri ba`an ayaa aan arkay xilligaas

oo abaar ba`ani ay ka jirtay.  Quudka heliddiisa ayaa dhibaato loo mari jiray. Waxa aan xasuustaa aabbahay oo dhibaato ba`an ka maraya sidii uu noo quudin lahaa. Wax intaas ka waanagsan ayaa aan anigu doonayay waxa aan shaqo ka helay qolyaha waddooyinka tareennada dhisayay, shaqooyin kala duwan ayaa aan u qabtay, ugu dambayntiina waxa aan ku helayay lacag dhan $150 bishii. Waxa aan xaqiiqsaday in lacagtaas iyo shaqadaasba ay ku meel gaar yahiin sidaas darteedna aniga oo shaqo ka fiican raadinaya haddana aanan marnaba iska fasixin shaqadaan illaa aan shaqo rasmi ah ka helayo.

Tusaale, 1928dii ayaa habeen warqad nin aanan aqoonin ii so diray. Waxa uu ii sheegay in uu codkayga ka maqlay aniga oo idaacadda ka heesaya, sidaas darteedna uu igula talinayo in aan New York aado oo aan shaqo idaacadeed ama mid masrax aan ka raadsado. Si dabiiciga ahba, farxaddii ayaa iga tiro badatay; markii aan eegay cidda warqadda ku saxiixan: farxad ayaa aan la duuli gaaray, waa Will Rogers.

Intii aan halmar New York ku ordi lahaa, sagaal bilood ayaa aan arintii ka fakarayay. Ugu dambayntii waxa aan ku gabogabeeyey in aanan waxba iiga khasaarayn aadista New York, in aan wax ka faa`iido ma ahee. Kaararka shaqaalaha ee tareemada ayaa aan haystay sidaas darteedna, si lacag la`aan ah ayaa aan meeshii aan doono ugu raaci karaa tareemada. Waa aan dhex seexan karayaa, cuntana waa aan qaadan karayaa.

Waa aan dhaqaajiyey. Markii aan New York gaaray, guri qurxan ayaa aan shan doolar asbuucii ku degay, toban asbuucna magaalada ayaa aan dhex wareegayay aniga oo aan waxba helinin. Walwal ayaa aan u dhimman lahaa

haddii shaqadii hore aan iska fasaxi lahaa. Dib ayaa aan ugu laabtay shaqadaydii waddooyinka. Bilo ayaa aan soo shaqaystay, lacag ayaa aan soo aruursaday, kadibna New York ayaa aan dib ugu soo laabtay. Marakan waa ii hirgashay shaqadii. Maalin aniga oo istuudyoow(halka heesaha lagu duubo) hor fadhiya oo sugaya waraysi ay ila yeeshaan ayaa aan kabankii aan hastay ku qaaday hees. Waxaa si kedis ah ii maqlay Nat Schildkraut oo ahaa ninkii heesta lahaa. Aad ayaa uu ugu bogay in aan heestiisa qaadayo iyo in aan si wanaagsan u qaadayo. Waxa uu ii kexeeyey xarunta duubista kadibna wa aan duubay. Talooyin ayaa uu i siiyey waxa aana go`aansaday in kuwo aan leeyahay iyo codkayga anigu aan u dhashay aan ku duubo. Maalintaas waxii ka dambaysay noloshaydu waa ay hodantay dhan kasta waana aan ku guulaystay heesahii iyo noloshii kale ee aan doonayay intaba.

DHAMAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAD