گەشەی ئاگایی: نەخشەی ڕێگا

Awareness Growth Manifesto: The Roadmap

دروشم: خۆت بە، بژی

Introduction | پێشەکی 🌌 3

تێگەیشتن لە گەشتەکە 3

🚫 ئەو کەسانەی ئەم ڕێگایەیان بۆ گونجاو نییە 6

✨ بەها باڵاکانی گەشەی ئاگایی 10

Our Ultimate Goals | ئامانجە باڵاکانمان ⛰️ 13

Our Journey Tools | ئامرازەکانی گەشتەکەمان 🛠️ 15

Intellectual Sources | سەرچاوە ڕووناکبیرییەکانمان 📚 16

بەستراوەکانی گەشەی ئاگایی 18

پێشەکی | Introduction

خێزانی گەشەی ئاگایی پلاتفۆرمێکە بۆ گەشتێکی بەکۆمەڵ بەرەو قووڵاییەکانی بوون.

ئامانجمان تەنها "مانەوە" نییە لە ژیان، بەڵکو دەمانەوێت مانا بدەین بە ساتەکانمان.

ئەم کەناڵەماڵی ئەو ڕۆحانەیە کە دەیانەوێت لە زنجیری "کۆپیبوون" و لاساییکردنەوە ڕزگاریان بێت؛ بۆ ئەوانەیە کە دەیانەوێت ڕەسەنایەتی و کەسایەتیی سەربەخۆی خۆیان هەبێت و ببنە "ئەسڵ"، تا بتوانن ئەزموونێکی ڕاستەقینە لە ژیان پێشکەش بکەن.

گەشەی ئاگایی

تێگەیشتن لە گەشتەکە

من و ڕێڕەوی گەشانەوە: پەیماننامەی نوێبوونەوە، ئەمە بۆ بیر خستنەوە بۆ ئەوەی چانجاڵی دونیا وکاری ڕۆژانە لامان نەدەن لە سەر ڕێگا، بۆیە باشترە سەرەتا ڕۆژانە دواتر هەفتانە بخوێنرێتەوە وباشترە بکرێتە تێڕامان بە میوزکێکی ئارامە گوێ بیستی ببی:

(ڕێڕەوی گەشانەوە لە ژیانی مندا، تەنها گەشتێکی ئاسایی نییە، بەڵکو پرۆسەیداهێنان و نەخشاندنی ڕێگایەکە کە تێیدا هاوسەنگیی ناوەوەم و ئۆقرەیی ڕۆحم دەبنە کەرەستەی سەرەکی. من لێرەم تا عافییەت بۆ جەستەم بگەڕێنمەوە و ئەو هێزە شاراوانەی لە ناخمدان بیانهەژێنم. هەموو هەنگاوێکی من، هەنگاوێکی هۆشیارانەیە کە کوالێتی ژیانم لە

هەموو ئاستەکاندا بەرز دەکاتەوە. بۆ نموونە، کاتێک من لە "سات"دا ئامادە دەبم، وەک ئەوە وایە چێژ لە تامی چایەک وەربگرم بەبێ ئەوەی مێشکم لە جەنجاڵی داهاتوودا بێت. من ژینگەی دەوروبەرم ڕێک دەخەم چونکە دەزانم ئاشتیی دەرەوە ڕەنگدانەوەی ئارامیی ناوەوەیە. من ئێستا ڕێگە بە خۆم دەدەم کە لە ناو ئەم ڕێڕەوەی گەشانەوەیەدا بژیم).

بە ئەو شێوەیە ئێمە ئەم ئایەتە جێ بەجێ دەکەین (وَمَنْ أَحْيَاهَا فَكَأَنَّمَا أَحْيَا النَّاسَ جَمِيعًا) ولە هەموو کەسێ وەبەرتر کە زیندوی بکەینەوە ئەوە خۆمانین بە ڕزگار کردنی لە ژەنگی ئیگۆ وتەپ وتۆزۆ ماتریکس وشەیتان. وبیر دێتەوە کە مەولانا رۆمی دەفەمێت: تۆ دڵۆپەیەک نیت لە زەریایەکدا بەڵکو تۆ هەموو زەریای لە دڵۆپێکدا.

گەشەی ئاگایی

ڕێڕەوی گەشانەوە (مسار الازدهار) لە ژیانی مندا، واتە من خۆم ئەو ڕێگایە» دروست دەکەم کە هاوسەنگیی ناوەکی و سافیی و ڕوونی (الصفاء) تێدا کۆدەبێتەوە. من لێرەم بۆ ئەوەی عافییەت و تەندروستی بۆ جەستەم بەدەستبهێنمەوە، تاوەکو هێزە شاراوانەم (القوى الكامنة) بجوڵێنم بۆ بەدەستهێنانی ژیانێک کە لێوانلێوە لە ئازادی، خۆشەویستی و بەختەوەری.

هەموو هەنگاوێکی من لەم ڕێگایەدا هەنگاوێکی هۆشیارانەیە کە کوالێتی ژیانم لەسەر هەموو ئاستەکان بەرز دەکاتەوە. بۆ بەهێزکردنی ئەم ڕێڕەوە، من سوود لە سافیی مێشک و ئارامیی ناوەکی وەردەگرم، ئەمەش لەرێگەی دانیشتنی ڕۆژانە بۆ حەسانەوە (الاسترخاء) و تێڕامان (التأمل).

من فێری هۆشیاریی چرکەسات (الوعي اللحظي) دەبم، واتە ئامادەبوون لە ئێستادا و فێری خۆم دەکەم کە چۆن هەمیشە لە "سات"دا بم. ئەمەش بۆ ئەوەی بگەمە ئەزموونە هاندەرەکان و پشتگیریی پەیوەندییە پۆزەتیڤەکان بکەم؛ من هانی هەموو پەیوەندییەکی باش دەدەم و خۆشیی بۆ دەردەبڕم تاوەکو زیاتر ڕوو لە جیهانەکەم بکەن و بۆ لای خۆمیان ڕابکێشم.

من ئەم کارە دەکەم لەرێگەی خزمەتکردنی خۆم و ژینگەکەم، لە ڕێکخستن و خاوێنکردنەوە و تەرتیبکردن. من لەرەلەرەکانی (الترددات) ناوەوەم لە ڕێی بیرۆکە، نییەتەکان، هاوسەنگی و ئیلهامی دڵمەوە ڕێکدەخەم. من تەرکیز دەخەمە سەر گۆڕانکاریی ناوەکی و لە پشتگیریکردنی ئەم ڕێڕەوەدا ئامادەم.

بەمەش، من دەبمە هاوبەشی ئاشتیی ناوەکی، شادی، بەختەوەری و پەیوەندییە گونجاوەکان (المنسجمة). من هەست بە خۆشەویستییەکی ڕەها،

وەفرە (الوفرة)، دەستکەوت (الإنجاز) و هەستکردن بە نرخ و بەها دەکەم. من عافییەت لە هەموو ڕەهەندە جەستەیی، دەروونی و کۆمەڵایەتییەکانیدا دەژیم. ڕۆژ لە دوای ڕۆژ و سات لە دوای سات، دەبینم کوالیتی ژیانم بەرز دەبێتەوە. من و هاوڕێکانم، پێکەوە ئەم ڕێڕەوە بونیاد دەنێین، دەیپارێزین و تێیدا دەژین. من ئێستا ڕێگە بە خۆم دەدەم کە لە ناو ڕێڕەوی گەشانەوەدا بژیم.»

🚫 ئەو کەسانەی ئەم ڕێگایەیان بۆ گونجاو نییە

Who This Path is Not For

ئەم خێزانە باوەشی بۆ هەمووان کراوەیە، بەڵام تەنها ئەوانە دەتوانن تێیدا هەنگاو بنێن کە ئامادەی "گۆڕانکاری" بن. ئەگەر ئەم خاڵانەت تێدایە، ڕەنگە ئەم پلاتفۆرمە کاتی تۆ بکوژێت:

١. دیلەکانی بنکەی هەرەمی ماسلۆ (Bottom of Maslow's Hierarchy):

ئەوانەی تەنها لە خەمی پێداویستییە سەرەتاییە مادییەکاندان (خواردن، خەوتن، ئاسایشی دارایی) و هێشتا ئارەزوویەکیان بۆ "مانا" و "قووڵایی" و "خۆناسین" تێدا

دروست نەبووە. ئاگایی بەرەو لوتکەی هەرەمەکەیە؛ ئەگەر عەوداڵی مانا نیت، ئەم ڕێگایە بۆتۆ قورس دەبێت.

٢. پشکنەرانی ناسنامە نەک مانا:

ئەوانەی لە جیاتی ئەوەی ببیستن و چێژ لە ئەزموونەکە وەربگرن، تەنها خەمی ئەوەیانە "ئەمانە کێن؟" و "سەر بە کوێن؟". ئەوانەی دەیانەوێت پەیامەکە بخەنە ناو "سندوق" و قاڵبێکی دیاریکراوەوە نەک تێگەیشتن لە خودی ناوەڕۆکەکە.

٣. بێ ئامانجەکان (Goal-less):

ئەوانەی هیچکام لە ئامانجەکانی "گەشەی ئاگایی" (وەک شادی، ڕەسەنایەتی، یان سەروەری ڕۆح) مەبەستیان نییە. ئەوانەی تەنها بۆ کاتبەسەربردن و وەک دیزاینێکی جوان سەیری بابەتەکان دەکەن نەک وەک پڕۆژەیەک بۆ ژیان.

٤. ڕێبوارانی سێبەر (ترس لە تەنهایی):

ئەوانەی دەترسن و ناوێرن بە ڕێگایەکدا بڕۆن مەگەر ئەوەی ببێتە "حەشامات" و لافاوێکی زۆر خەڵکی تێدا بێت. ئاگایی پێویستی بە بوێریی هەنگاونان هەیە، تەنانەت ئەگەر لە سەرەتادا هەست بکەیت بە تەنهاییت.

٥. مەرامە سیاسی و کاتییەکان:

گەشەی ئاگایی

ئەوانەی دەیانەوێت ئەم ڕێگایە وەک ئامرازێک یان پەیژەیەک بەکاربهێنن بۆ گەیشتن بە مەرامی تر، وەک کورسی پەرلەمان، پۆستی حزبی، یان ناوبانگی کاتی. ئەم ڕێگایە تەنها بۆ ئەو ئامانجانە گونجاوە کە لە "نامیلکەکەدا" نووسراون.

٦. ئەوانەی وا دەزانن گەیشتوونەتە کۆتایی:

ئەوانەی حەزی دۆزینەوە (Discovery) و جێژی سەرکێشیی (Adventure) مەعریفییان تێدا مردووە. ئەوانەی حەوسەڵەی گەڕان و حەزی فزووڵیان نەماوە و وا دەزانن هەموو شتێک دەزانن و ژیان هەر ئەمەیە کە ئێستا دەیژێن.

٧. خاوەنانی ڕاستی ڕەها و هێڵە سوورەکان:

ئەوانەی هێڵی سووریان زۆرە و وا دەزانن ڕاستی تەنها لای ئەوانە. ئەوانەی خاوەن بیرکردنەوەی "سەلەفی" یان "حزبی گشتگیرن" و نایانەوێت ببیستن. ئەوانەی پێش ئەوەی قسە بکەیت، "لەیبڵ" و ناونیشانێکت بۆ دەدۆزنەوە و بڕیاری پێشوەختەت لەسەر دەدەن بۆ ئەوەی تەنها ئیسراحەت بکەن.

٨. قوربانییە هەمیشەییەکان (Victim Mentality):

ئەوانەی هەمیشە خەتای کێشەکانیان دەخەنە ئەستۆی گەردوون، خەڵک، یان حکومەت و ئامادە نین بەرپرسیارێتیی واقیعی خۆیان هەڵبگرن. گەشەی ئاگایی پێویستی بەوەیە "بەرپرسی یەکەم" بیت لە ژیانی خۆت.

٩. گەڕیدە تیۆرییەکان (Knowledge Collectors):

ئەوانەی تەنها دەیانەوێت زانیاری کۆبکەنەوە و کتێب بخوێننەوە، بەبێ ئەوەی یەک هەنگاوی پراکتیکی بنێن. ئەم ڕێگایە بۆ "ئەزموون کردنە" نەک تەنها بۆ پڕکردنی مێشک لە زانیاری بێ سوود.

✨ بەها باڵاکانی گەشەی ئاگایی

Core Values of Awareness Growth

١. ئازادی (Freedom):

ئازادیی هەڵبژاردن و ڕزگاربوون لە هەموو ئەو زنجیر و قاڵبە فیکری و کۆمەڵایەتییانەی کە ڕێگرن لە دەرکەوتنی جەوهەری ڕاستەقینەی مرۆڤ. ئازادی لای ئێمە، بەرپرسیارێتییە بەرانبەر بەو نەفخە ئیلاهییەی کە لە ناخماندایە.

"گەشەی ئاگایی" بە ئاستە، دەڕوات تا لوتکەی ئەم هەرەمەدایە (ئاستی ٥ وزیاتریش. ئەو کەسانەی هێشتا لە ئاستی ١ و ٢ گیریان خواردووە، هەموو وزەیان تەنها لەسەر مانەوەی جەستەیی و ترسی داراییە، بۆیە کاتیان نییە بۆ تێڕامان و قوڵبوونەوە، مەگەر ئەوەی بیانوێت لە ڕێگەی ئاگاییەوە ئاستەکانی تریش ڕێکبخەنەوە.

گەشەی ئاگایی

٢. ڕاستگۆیی لەگەڵ خود (Authenticity):

بوون بە "ئەسڵ" و نیشاندانی خودی ڕاستەقینە بێ هیچ پەردە و دەمامکێک. بەهایەک کە وامان لێدەکات لە جیاتی کۆپیکردنی کەسانی تر، بگەڕێینەوە سەر ڕەسەنایەتی و تاقانەیی خۆمان.

٣. لێبوردەیی و خۆشەویستی بێ مەرج (Unconditional Love):

قبوڵکردنی خۆمان و گەردوون و خەڵکانی تر بە هەموو جیاوازییەکانەوە. مامەڵەکردن لەگەڵ ژیان لە ڕێگەی وزەی خۆشەویستییەوە، نەک ترس و بڕیاردان (Judgment).

٤. بەردەوامی لە فێربوون (Continuous Growth):

ئێمە وا دەبینین کە ژیان قوتابخانەیەکی بێ کۆتاییە. گەشە و پەرەپێدان بەها گەورەکەیە؛ وەستان و چەقبەستوویی لای ئێمە بوونی نییە، چونکە ئاگایی هەموو ڕۆژێک لە نوێبوونەوەدایە.

٥. بەرپرسیارێتی (Personal Responsibility):

باوەڕبوون بەوەی کە هەر تاکێک خۆی "خوڵقێنەری واقیعی خۆیەتی". ئێمە لێرەین بۆ ئەوەی لە ڕۆڵی "قوربانی" بێینە دەرەوە و ببینە "سەرکردەی" ژیانی خۆمان.

٦. هاوسەنگی (Balance):

دروستکردنی پردێکی هاوسەنگ لە نێوان مادده و ڕۆح، بۆ نمونە لە نێوان زانستی کوانتەم و حیکمەتی عیرفان. ئێمە نە ماددەگەرای ڕەهایین و نە ڕۆحگەرای دابڕاو لە ژیان، بەڵکو دەمانەوێت لە هەردوو جیهانەکەدا بە باشترین شێوە بژین.

٧. کاریگەریی ئەرێنی (Positive Impact):

ئاوەدانکردنەوەی سەر زەوی بە هەر شێوەیەک بێت. هەر گەشەیەکی ناوەکی دەبێت لە دەرەوەدا ڕەنگ بداتەوە، جا لە ڕێگەی وشەیەکی جوان، یارمەتیدانی کەسێک، یان بڵاوکردنەوەی وزەیەکی ئەرێنی بێت لە کۆمەڵگەدا.

🏔️ ئامانجە باڵاکانمان | Our Ultimate Goals

١. سیستەمی شادی (Joy System): ئێمە کار دەکەین بۆ گۆڕینی ڕەوتی ژیان بۆ سیستەمێکی پڕ لە وزە و خۆشی. ئامانجمان ئەوەیە هەموو ساتەکانمان بە شادییەکی ناوەکیی بەهێز ئاوێتە بکەین کە کاریگەرییەکانی لەسەر واقیعمان ڕەنگ بداتەوە. ستایڵی ژیان بە شادی ڕەنگ دەکەین، ئەگەر گرفت وخەفەت تەنها وەکو هەوری هاوینە.

٢. خوڵقاندنی واقیع (Reality Creation): سوودمەندبوون لە نوێترین زانستەکانی سەردەم و تەکنیکەکانی "گەردوونە هاوتەریبەکان". فێربوونی ئەوەی چۆن بە هێزی ئاگایی و گۆڕینی فریکوێنسییەکان، ئەو ژیانە بخوڵقێنین کە دەمانەوێت.

گەشەی ئاگایی

٣. خۆشەویستیی ڕەها (Absolute Love): گەیشتن بەو ئاستە باڵایەی کە هەموو هەست، جوڵە و سەکینەیەکمان (بێدەنگی و هێمنی) تەنها ڕەنگدانەوەی خۆشەویستی بێت. خۆشەویستی وەک وزەیەکی بزوێنەر بۆ پەیوەندییەکان و کارەکانمان.

٤. سەروەریی ڕۆح (Soul Sovereignty): چالاککردنی ڕۆح و گەڕاندنەوەی بۆ پێگە ڕەسەنەکەی خۆی. ئامانجمان ئەوەیە ڕۆح ببێتە سەرکردەی عەقڵ، جەستە و هەستەکان، تا مرۆڤ لە ناخەوە کۆنترۆڵی ژیانی خۆی بکات.

٥. گەڕانەوە بۆ ڕەسەنایەتی - خەلیفەی زەوی (Return to Authenticity):

تێگەیشتن لە پێگەی مرۆڤ وەک خەلیفەی خودا لەسەر زەوی. کارکردن بۆ ئاوەدانکردنەوەی جیهان و بەهرەمەندبوون لەو هێز و پێگەیەی کە بە مرۆڤ بەخشراوە بۆ ئاوەدان کردنەوەی سەر زەوی.

٦. پاراستنی تاکێتی و فەردانیەت (Uniqueness): هەریەک لە ئێمە جێپەنجەیەکی بێوێنەی لە گەردووندا هەیە. ئامانجمان پاراستنی ئەم جیاوازییەیە؛ ئێمە لێرەین بۆ ئەوەی ببینە وەشانی ڕەسەنی خۆمان و نەبینە سێبەر یان کۆپیی هیچ کەسێکی تر.

٧. شایستەیی و کاریگەری (Worthiness & Influence): دۆزینەوەی تواناکانی هەر تاکێک و بەرزکردنەوەی ئاستی "خۆ-شایستەزانی". ئامانجمان ئەوەیە مرۆڤ لە پەراوێزی ژیانەوە بگوێزینەوە بۆ جەرگەی ژیان، و لە گۆشەگیرییەوە بەرەو بوون بە کەسێکی کاریگەر و خاوەن دەستکەوت.

🛠️ ئامرازەکانی گەشتەکەمان | Our Journey Tools

بۆ گەیشتن بە ئامانجەکانمان، سوود لەم ئامرازە جۆراوجۆرانە وەردەگرین کە پردێک و هاوسەنگییەک دروست دەکەن لە نێوان مادده و ڕۆح:

- پەیوەندیی ڕۆحی (Internal Connection): بەهێزکردنی پەیوەندی ناوەکی لە ڕێگەی نوێژ، نزا، و تێڕامان (Meditation) بۆ گەیشتن بە خود و سەکینە و ئارامی.
- هونەر بە گشتی وبە تایبەت هۆنراوە وگۆرانی وفلیم.
- زانست و تەکنەلۆژیا (High-Tech Awareness): بەکارهێنانی ژیری دەستکرد (AI) و سوودوەرگرتن لە نوێترین دۆزینەوەکانی زانستی و بەتایبەت "فیزیای کوانتەم" بۆ تێگەیشتن لە چۆنیەتی کارکردنی گەردوون و واقیع.
- سۆشیاڵ میدیا (Digital Impact): بەکارهێنانی پلاتفۆرمەکان بۆ بڵاوکردنەوەی پۆست، ڤیدیۆ و لایڤی ڕاستەوخۆ، بە مەبەستی دروستکردنی هۆشیاریی گشتی.

گەشەی ئاگایی

- پەیوەندیی کۆمەڵایەتی (Community): ڕێکخستنی گەشتی گرووپی بۆ ناوخۆ و وڵاتانی دەرەوە و سەیرانی بەکۆمەڵ، بۆ گۆڕینەوەی وزە و ئەزموونی جیاواز.
- ڕاهێنانی مەیدانی (Practical Growth): ئەنجامدانی کۆرس و ڕاهێنانی پراکتیکی کە تەنها تیۆری نین، بەڵکو گۆڕانکاریی ڕاستەقینە لە ژیانی ڕۆژانەدا دروست دەکەن.

📚 سەرچاوە ڕووناکبیرییەکانمان | Intellectual Sources

ئێمە کەتەلۆگێکی سنووردارمان نییە کە تێیدا جێگیر بین، بەڵکو ئامانجەکانمان ڕێبەریمان دەکەن. لە هەر کانییەک دڵمان تینوێتی بشکێنێت، ئاوی لێ دەخۆینەوە. ئەمانەی خوارە وەکو نمونەی کانەی بۆ ئێمە:

- سەرچاوەی یەکەم: ئیلهامی ڕۆحی خۆت و پەیوەندییەکی ڕاستەوخۆ و بێناوبژیو لەگەڵ خودای گەورە.
- سەرچاوەی وەحی: پەرتووکە پیرۆزەکان وەکو قورئانی پیرۆز و فەرموودە ڕاستەکانی پێغەمبەر (د.خ).

- **حیکمەتی ڕۆژئاوا و زانستی سەرکەوتن: وانەکانی ناپلیۆن هیڵ، جیم ڕۆن، ئیکارت تۆڵی، واین دایر، فریدریك دۆتسۆن، هیستەر ئێکس و ڤادیم زیلاند.**
- **قوتابخانەی عیرفان و فیکری ئیسلامی: میراتی مەولانای ڕۆمی، شەمس، ئیبن عەرەبی، جونەیدی بەغدادی، عەبدولقادری گەیلانی، مەحوی، نالی، و سەعیدی نورسی.**
- **حیکمەتی ڕۆژهەڵات: فەلسەفە و ئەزموونەکانی یۆگاناندا و ئۆشۆ.**
- **بیرمەندانی هاوچەرخ: تێڕوانینەکانی د. عەبدولجەبار ڕوفاعی، د. سەڵاح ڕاشد، د. ئیهاب حەمارنە و د. ئەحمەد عیمارە.**

گەشەی ئاگایی

بەستراوەکانی گەشەی ئاگایی

🌐 WebSite: https://gashayagagi.uk

📢 Telegram: https://t.me/gashayagayi

📸 Instagram: https://www.instagram.com/gashayagayi

🎵 TikTok: https://www.tiktok.com/@gashayagayi

🎥 YouTube: https://www.youtube.com/@GashayAgayi

👥 Facebook: https://www.facebook.com/gashayAgayi