Rajabeelka Maansayahanka: Marxalad Nafsaani ah

Aw Saahil

2025

Rajabeelka Maansayahanka: Marxalad Nafsaani ah

"Ninka ugu il dheer baa

Dadka ugu ayaan daran

Waxaan lala arkayn baa

Isaguun u muuqda."

–Cismaan A. Askari, hees

Gogoldhig

Sooyaalka guunka ah ee Soomaalida, inta la ogyahay, maansayahanku wuxuu bulshada mar walba ku dhex lahaa kaalin-sharafeed aan la dafiri karin. Wuxuu ahaa afhayeenka beesha: iyo nin ka maansooda jabka iyo guusha reerkiisa isla markana u heellan col iyo nabad, la balweeya ama la baroordiiqa, waxaana maansayahanka looga fadhiyi jiray guubaabada tolka, xifaalada reeraha kale, ammaanta geela, gabdhaha, gammaanka, iyo wixii la halmaala.

Markii la soo gaaray bartamihii qarnigii 20aad duruufihii nolosha reeraha jaangoynayay ayaa isbeddel laxaad leh ku yimid. Waxaa dhashay dawlad casri ah oo kaalintiii beeleed ka horraysiisay danta qaranka, taasoo keentay in hanka maansayahanku ka tallaabo xuduudda iyo wacaalka beeshiisa, wuxuuna noqday cod qarameed/qawmiyadeed oo haybta guud ee Soomaalinimada tiir u ah, ummaddiisa la duuban, oo ka gabya dhibaatooyinka guud ee ku gadaaman dadka iyo dawladnimada sida; nintooxsiga, kutagrifalka hantida ummadda, kana gilgilasha wax walboo waxa ummad lagu yahay wax u dhimaya. Ugu dambayn wuxuu cagacageeyay inuu dirka Afrikaannimada iyo quruumaha kale codkiisa ku biiriyo, kuna halqabsado "Hoheey Afrikaay Huruddooy" taasina waxay ahayd dhalashada maansahayanno qawmiyiin ah.

Qoraalkani kama warramayo abla'ablaynta suugaanta, cuddoonnimadeeda ama suugaanyahanka laftiisa, ujeedkiisuna ma aha cidda uu maansahayanku wax u curinayo ama mawduuca hal-abuurkiisu daarran yahay, balse wuxuu lafagguraayaa xaalad nafsaani ah oo guud ahaan hal-abuurrada Soomaaliyeed ka dhex dillaacday.

Waxaa jira marxalad ay hal-abuurradeennu gaaraan oo rejabeel ah. Marxaladdan shakhsiyaadka hal-abuurka ahi waxay ka niyadjabaan bulshadii ay waayaha badan hagisteeda iyo hanuuninteeda u heellannaayeem, kolkaas bay ciil iyo cuqdad la daalaadhacaan ama isla noloshii silloonayd ee ay dhaliilayeen dib ugu soo gurtaan oo ay dadkood dhinac ka raacaan. Ogoobey, rajabeelka ama quustana waxaa ugu wacan bulshadoodan aan hanka iyo hore-u-kaca lahayn ee dawgii habboonaa ee nolosha ka habaawday.

Kaalinta Hal-abuurrada

Abwaan Hadraawi, isagoo ku qeexaya maansadiisii Hal-abuur waxtarka iyo nuxurka hal-abuurka iyo sida uu nolosha iyo jiritaanka aadanaha ugu adeego, wuxuu carrababaayaa in hal-abuurku yahay saldhig nolosha lagu haaneediyo, tiir lagu dhidbo quruxda, dheellitirnaanta iyo qaabsamaanta nololeed ee basharka. Hadraawi wuxuu na tusayaa in hal-abuurku yahay qalab lagu saxartiro hiddaha iyo dhaqanka, laguna saadaaliyo himilooyinka ummadeed. Hal-abuurku sidiisaba ma aha, cunsur lagu madadaasho oo qura, ee waa toosh lagu iftiimiyo siiyaalka iyo sooyaalka labadaba, sidoo kale waa lafdhabarta nolosha iyo hanti ruuxi ah.

Maansadu waxay si miiggan u sharraxaysaa in hal-abuurku yahay ilays la magansado iyo gaadiid jiritaanka nolosha loogu sahan dayo. Sidoo kale maansadu waxay tilmaamaysaa inuu hal-abuurku yahay majare lagu hago bulshada, lagu sugo jiritaanka iyo karaamada aadanaha, laguna nooleeyo damiirka dadweynaha.

"Waxa lagu habeeyaa,

Hiddahaad ku dhaqantiyo

Himiliyo ujeeddo,

Waxa lagu hayaanshaa

Hagar li'i dadkaagoo,

Waxa loogu hiishaa

Lama-hure dhulkaagoo,

Haqab-beelka noloshaa

Horta lagu yagleelaa."

—*Hal-abuur*

James Baldwin (1924-1987) qoraagii codkarka ahaa ee xaqa bulshada la haybsooco si ba'an ugu diriray ayaa isaguna qabay aragtidan xariirta ah tu ka ag dhow. Baldwin marka aragtidiisa la dhuuxo hal-abuurku ama si guud macnaha faneed wuxuu uga dhignaa qalab badbaadada nolosha lagamamaarmaan u ah, runta lagu caddeeyo, akhlaaqda bulshada lagu xoojiyo masiirkeedana lagu iftiimiyo.

James Baldwin oo qoraallo suugaaneed iyo khudbado badan kaga faallooday kaalinta dadka hal-abuurka ahi ku leeyahihiin nolosha bulshada wuxuu sheegay in ay bulshada u iftiimiyaan toobiyaha ay ku aroorayaan si uusan hayaankoodu hadafkiisa uga gedmin. Waxa kale oo uu tilmaamay in maansanayahannada oo uu uga jeedo hal-abuurrada ay yihiin cidda kaliya ee u war haysa xaqiiqada bulshada isagoo carrabka ku adkaynaya inaan askariga, wadaadka iyo horjoogayaashu aysan ogaan karin wax uurkeenna jiifa.

Barnaamijkii qubanaha ahaa ee xaq-udirirkii haybsooca lagu waraysanayay ee *"Negro and American promise"* 1963-dii mar si gaar ah Baldwin loogu soo casuumay buu qodobkaas hoos usii xulayaa wuxuuna leeyahay: "Kaalinta hal-abuurku waxay la mid tahay kaalinta mucaashaqa. Haddii aan ku caashaqsanahay, waa inaan ku tusiyaa waxyaabaha aadan dhaadanayn." Baldwin wuxuu hawraartan ku sharraxayaa inay hal-abuurradu xil ka saaran yahay inay daaha ka faydaan runta qaraar, loollanka qofeed iyo ka bulsheed. Sida innoo muuqata aragtiyaha qoraagu waxay fanka(art) u qeexayaan sidii inuu yahay hawl akhlaaqeed iyo nafhur sida jacaylka.

Abbaarta Maansayahanka

Haddii aan dib u milicsanno aragtiyihii Saykoolojiga ee Jungian-ka qodobbada uu sida gudaha ballaaran uga warramay nolosheennana aadka u saameeya kuwooda ugu xulsan waxaa ka mid ahaa *Shadow/Harka.* Harka wuxuu ku macnaynayaa qayb ka mid ah miyirbeelka oo xambaarsan sifaadka nafteenna ee aan inkirnno misana isdiidsiinno. Harku waa "Dhinaca madow" ee shakhsiyaddeenna, waxaa soo hoos galaya xanaaqa, quuriwaaga, hunguriweyniga, fulaynimada iyo weliba kartida aan kusoo ababnay ee aan ku qarinno kuna cabburinno dhinacaas madow innagoo ka jirna in la ogaado, sida caadiga ahna dabeecadahaas haddii uusan qofku wajihin waxay isu rogaan unugga uu baaba'a qofku ka billowdo.

Aragtidaas Harka marka loo raro heer bulsho, waxaa uu Jung ugu yeeray: "Collective Shadow/ Har wadareed" oo iyaguna ah tilmaamo taban oo ku suntan miyir la'aan oo ay kooxi–sida dhaqan, diin, qabiil, ummad iyo qaran– ka biyadiiddo inay qirato ama lagu ogaado, isla tabtii heerka qofeedna marka bulshadu Harkaas Madow iska indhatirto waxay ka dhigan tahay inay halaq halis badan naasnuujinayso.

Haddaba hal-abuurradu waa darka kaliya ee u qalab qaata inay bulshada ka badbaadiyaan halaqaas oo nolol macno leh iyo guryasamo u horseedaan, maxaa wacay, mar walba oo tilmaamahaas tabani sii laxaadsadaan waxaa fogaada in bulshadaas hormar lagu soo dabbaalo. Bulshadu waxay noqotaa mid ka indha la' burburkeeda oo kusoo noqnoqota meertada rabshada, kalaqaybsanaanta iyo qalalaasaha, waxaa ku bata munaafaqada iyo darjiirka, waxaana gaariwaa' noqda hormar lagu tanaado sababtuna waa in bulshadu xaqiiqadeeda inkirsan tahay.

Ka bulsho ahaan, dabaceedaha fooshaxun ee sida weyn u koray markii aan dhinaceenna mugdiga ah iska indhasaabnay, waxaa ugu waaweyn: Qabiilaysiga, haybsooca, dulmiga, diidmada mas'uuliy-

adda, qiraal la'aanta wadareed iyo arrin kastoo ay adagtahay in dhuuxayaga laga sifeeyo. Waa astaamo qotodheer oo ku suntan miyir la'aanta guud ee ummaddan, waana ubucda uu maansayahanku had iyo jeer abbaaro.

Maansyahanku iskama maansoodo, ee waajib ayaa dira, dareen iyo damqasho isku sidkan ayaa shidaaliya. Wax uurka maansayahanka hurinaya ayaa jira iyo nabar hafeefanaya, Hadraawina waa kan Hal-abuur ku leh:

"Hal-abuurka nabar baa,

"Hollo" kugu yidhaahdoo…"

Gaarriyena si hufan u taabtay:

"Wallee qalabka maansada

Heesaha qumbuladda ah

Uma qubo dhugmo-la'aan."

– *Qasab Kuma Balweyn Karo (1978)*

Maansayahanku, waa runsheege aan gamban oo u darban baraarujinta dadka hurda ama xumaha walaaqanaya xaqiiqada ayuu kor u sheegaa, wuxuuna daliishadaa mahadhada tagtada oo uu mahuraanka timaaddada kaga qiyaas qaato. Xoriyadda, samaqaybsiga, iyo gobannimada ayuu maansayahanku u dumaa, wuxuuna ka dagaallamaa wax walboo lid ku ah nolosha suubban iyo dadnnimada ee keeni kara in Harka Madow ee bulshadu gaaro heerka xun uu hadda joogo mid kasii xun.

Sidaas aawadeedna, suugaantu waa dawada iyo dhaymada harka madow ee bulshada, si guud iyo si gaar ahba, waase haddii loo dhegraariciyo, la dhuuxo, laguna dhaqmo. Hase ahaatee, haddii codka iyo qayladhaanta abwaanka la ajiibi waayo waxay abwaanka ka dhigtaa ruux dhaawacan misana raba inuu bogsiiyo dhaawaca bulshada.

Bogsiiyaha Dhaawacan

"Ummadyahey dabuub gabay afkani dayni kari waaye

Dilaalkiisi baa iga batiyo dun u hadalkiiye

Mana daayo door walbaba waan darooryamiye

Dadna kuma baraarugihayee way kasii dariye." — *Axmed Shiikh Cali (Heellaale)*

Markaad si dhab ah u dhex maquurato suugaanta Soomaalida—si gaar ah maansada—waxaad garwaaqsanaysaa oo si cad kuu hor imaanaysa sida maansayahanku u dilan yahay, waa cod la dhayalsaday la dhegaysan waayay oo aan waxba dhaamin ruux waalan oo iska dhurmaya. Inuusan soojeedka iyo samasheegga ka caajisin iyo bulshadii uu toosinayay oo tubtii sillooneed kusii tukubaysa sidii habar cajuuso ah oo maqal iyo arag la', ayaa maansayahanka isugu biiray. Bal u fiirso saw hoog iyo ba' ma aha?! Gabyaagu dibnaha ma xiran karo oo waajib ayaa luraya, dadkuna falfalxumada iyo qaabdarrada samaha hanqaaraya ma daynayaan.

Abshir-Bacadle isagoo arrintaas aad uga xanuunsadaynna wuxuu ku cabbiray meeriskan quustu ka da'ayso: "*Kama quusto qeyr sheeg dadkuna igama qaataan."*

Cabdulle Raage Taraawiil oo isagu qarka u saaran inuu aamusana wuxuu niyadjabkiisa ku xardhay meeriskan caalwaagu ka muuqdo *"Maxaan gabayga ugu oomayaa ma aqbalaayaan e."*

Labaduba, waxay ka murugoonayaan bulshadan ay kor iyo hoos wax ugu sheegeen ee aan haddana ka hoos qaadin hadalkoodii, waxa dhaawacayaa waa inaysan ahayn rag dantooda gaarka ah u doodaya; hase ahaatee ay yihiin niman ka gubanaya damiirka xun iyo maanka gurracan ee dadkooda.

"Mar is idhi dadkaan amarku helay juuqba haw odhan,

Marna idhi wax laga aamusaa kuma agjoogaan."

–*Jaamac Kadiye*

Ereyadaas waxay kasoo burqanayaan gunta maan lababoglaynaya oo waxaa u muuqda ummad isdhigatay, oo xaalkeedu "Allow ur u bixi" yahay. Kadiye wuxuu ku tallamayaa inuu afka ka daboosho haddana xilkasnimadiisa iyo laxjecladiisa ayaan taas u saamaxayn. Tabtaas oo kale waa kii Xuseen Aw-Faarax inta Soomaalida ka daalay

murti damiirkooda hurda dharbaaxaysa welibana gardhigasho ah hor dhigay: Inay guriga ba'ay ka diga-rogan doonaan iyo inay caqlidarrada, silica, saxariirta iyo nolosha basarxumada ah iska dhabaqsan doonaan?

"*Soomaali Dhooylaay*

Hore maw soconnaa

Masesaba Xumaantiyo

Silicaad ku noolaan!"

–Soomaali Dhooylaay, hees

Sadarro kooban uga gayoon maynno meerisyada suugaaneed ee sawiraya in codka maansayahanku dhiigbax yahay, isaguna murugo la ildaran yahay, haddana uu weli u hanqal taagayo inuu murtidiisa iyo hal-abuurkiisa wax uun haba yaraadeene ku dabiibo isaguna isku bogsiiyo, maxaa yeelay, maansayahanku sidiisaba waa bogsiiyaha dhaawacan (wounded healer):

"Muxuu yahay maansayahanku? Waa nin aan faraxsanayn oo caloolxumo laabtiisa ku qarinaya, laakiin ay bushimihiisu u qaabaysan yihiin in ay kolka taaha iyo oohintu soo dhaafaan u dhawaaqaan sida muusig macaan." – Soren Kierkegaard.

Sababaha Rajabeelka Maansayahanka

"Leecaanta Soomaalibaa, luri calooshay."

— Sayid Maxamed

Soomaalida waxaa lagu naanaysay ummad gabay, sida la weriyayna waxaas sidaas ku sifeeyay dhulmareenkii Biritishka ahaa ee Sir Richard Burton. Sidoo kale afmaalkii Polishka ahaa ee B. W. Andrzejewski oo macallin "Guush" ku caan ahaa, islamarkaana suugaan-afeedda Soomaalida in badan wax ka dersay caalamkana baray isaguna wuxuu ka marqaati kacay hodontinimada suugaaneed ee bulshada Soomaalida. Dhanka kale, cid walba oo lafaggurka suugaanta iyo macaansigeeda u dhabbagashaynna way garan kartaa in aan dhitada maansadeenna iyo dhadhansiga farshaxanka dhismaheeda laga dhargi karin.

Waxaa intaas wehliya in la isla qirsan yahay in majaalka kaliya ee Soomaalidu ku faani karto dhaxaldhaqameed iyo jiritaan ahaanba inuu suugaanta yahay, waana hubanti inay tahay mid ka mid ah maaddooyinka ugu mudan ee bulshadan laga dersi karo si loo fahmo dhismaheeda, dhaqankeeda iyo tagtada iyo taaganteedaba.

Haddana iyadoo taasi jirto, sida aan muhiimadda iyo muunadda maansada isula qirsannahay, iyo sida aan dhegaysigeeda ugu mammannahay in la mid ah qofka tirinayaa dareenkiisa iyo abbaartiisa uma fiirsanno, sidoo kalena ma dhaadi karnno culayska uu isi saarayo si uu tix dux iyo ashqaraar leh waaqacana ku qotonta u allifo, kusii darsoo kuma waano qaadanno oo halkii uu inoogu dardaar-wariyay ayaan kaga dareernaa.

Si kastaba ha ahaatee, waxaa jira saddex qodob oo xasaasi isna biirsaday kuwaas oo maansayahan kasta oo waxtarka iyo waxkubiirinta ummadan xil gaar ah iska saaray ku riday quus iyo hungo daran oo ay qaarkood kasoo waaqsan waayeen. Saddexdaas qodob ayaan si si kooban qaybaha soo socda ugu lafagguri doonnaa.

1 Codka La Dhayalsaday

Sida aan soo xusnay maansayahannada Soomaalida codkooda dheg looma dhigo iyaguna waxsheeg iyo waanada ma daayaan. Run ahaantii, waxay ahayd xilkasnimo iyo door lama-illaawaan oo uu maansayahanka Soomaalida ee ka soo dhalaalay u qalmay in ay mahad iyo maammuus bulshadu ku hagoogto, hase ahaatee sidii ay noogu liseen looguma hambayn, waxaana taas lidkeeda abaal looga dhigay in dhegaha laga awto. Abwaan Gaarriye oo dhaqankaas aad ugu fiirsaday magaca "Aasi-og"-na Soomaalida u bixiyay wuxuu si kaftandhable ah u yiri: "Kolleyba marka aan dhinto waa la i karaamayn doonaaye, inta aan noolahay qaar ha la i sii amaahiyo, imminkay karaamayntu waxtar ii leedahaye–*Ifkan kaaga baahnahay/inyaroo aqoonsiya."*

Qofka waxaa la abaaliyaa marka la garawsan yahay kaalinta uu kaga jiro jiritaaankeenna iyo muhiimadda waxgalkiisa, laakiin ka warran haddii aan la fahmin amaba loo dhug yeelan; in la qiro ama la aqoonsado ha joogtee?

"Tixa culusoo tan kasii cuddoon, waxaa curiyay Dhoodaane

Cuqdad ugu siyaadday niyadu kaga cajiimoow e

Iyo weliba ciilkaambi uu sii cuskado mooye

Cid ka qaadata muusan helin gala codkiisuye

Dhaaxuu caloolxumo mutoo soo calaacalay e

Catow iyo waqii muusan dayn inuu cabaadaaye

Caqli kama hagrane duulkaanan cidi wax deeqsiin."

Isla suugaanta ayaa daliil noogu filan inaan codka maansayahanka la maqal, taasna uu ku muto culays, caloolxumo iyo isciilkaambis.

Meersiyada sare waxay ku jiraan maansadii "*Caynbacayn*" ee uu curiyay abwaan Heellaale oo ah mid ka mid ah tixaha ay sadar kastaa oo ku jira muujinayaan cawaaqibxumada iyo quusta ka dhalatay inaan codka maansayahanka qawmiga ah dhag jalaq loo siin.

Heellaale, wuxuu si qoto dheer uga marqaati kacayaa sida Dhoodaan oo macallinkiisi ahaa uu ugu daalay la hadalka iyo toosinta bulshada, hase ahaatee "Cid ka qaadata muusan helin gala codkiisuye," waxaa kale oo uu noo tilmaamayaa waxa ka dhashay in aan codkiisii la maqal "maadaama uusan caqli ka hagran" ee uu wax walba si cad u bayaamiyay. Ma jirto si ka habboon ama ka culus oo loo tilmaami lahaa Dhoodaan iyo dhibta uu mutay markii uu cid wax ka guntaysa waayay, sida meeriskani usoo bandhigay: "Catow iyo waqii muusan dayn inuu cabaadaaye."

Meersiyadan soo socda waa goosan ka mid ah maansada *"Dibadwareeg"* ee uu Nageeye Cali Khaliif 2021-dii curiyay islamarkaana aan filayo inay tahay halka uu kasoo dhiraandhiriyay magaca uu sito buuggiisa xusuusqorka ah. Hadii maansadaas la dhuuxo waxaa laga dhadhansanayaa sidii Nageeye uu bulshada kor iyo hoos ula hadlay, iyo sidii ay u dhayalsadeen oo ay ugu soo hambaabireenkolkii uu argagixisada u habeen-guday. Hadda iyo markaasba cidna iskama warsan oo la isma wayddiin "Nageeye, maxaa ku sababay inuu argagixisada ku biiro?" Dabcan waa la is waydiiyay laakiin inta suugaantiisa muraayadaha saykooloji ah ku akhrisay waa ay kooban tahay.

Dhagihii daboollaa markaan; daawo kala qaustay,

Soomaalida damiir iyo markii; fahamba loo diiday,

Dildillaacan sii fiday markaan; gooha damin waayay,

Markii uu dadaalkaan wadiyo; samihi duugoobay,

Dacwad iyo Islaamnimo markay; hoos u dayi wayday,

Dooddiyo warkaygiyo markaan; gabayadii daayay,

Dirir iyo col mooyee markay; hadal ka soo daashay,

Anigiyo duruufaha markay; dani walaalaysay,

Waxaan 'duurka' awgeed u galay; waa daliil adage.

Marka uu leeyahay, "*Waxaan 'duurka' awgeed u galay; waa daliil adage,"* waan garan karnaa oo wax kale ma aha daliilkaas adag ee uu Nageege farta ky fiiqayo waa isla inta ku cad meerisyada ka horreeya baydkan, se dadkii u fiirsan lahaa ee faaqadi lahaa ayaa doorkeedii gabay.

Inkastoo suugaanyahannada aan kasoo warrannay iyo Nageeye wadaagaan quusta, hiifka iyo haaraanka joogtada ah—sida uu qabo M.M. Warfaa, oo qoraal ku lafagguray saykoolojiyadda iyo aragtida Nageeye— haddana wuxuu muujinayaa inay jiraan arrimo gaar ah oo ka soocaya maansayahannada kale kuwaasoo u baahan in saykoloji ahaan aad loogu fiirsado.

Sidaas darteed, Warfaa wuxuu carrababaayaa in Nageeye [...] si habila'aan ah "dogmatic" u qaatay dulucda gabayadiisa uuna doonayo inuusan ku ekaanin doorkii waacidka ee gabayaaga, si ka duwanna uu raadinayo in uu gabaygiisu daab u noqdo aragti daynaamig ah oo waaqaca ka jirta.

Haddaan si kale u dhaho waxa uu iska jirayaa waa inuu si macnaawi ah u dhinto oo uu jidkii abwaannadii qowmiga ahaa ay mareen maro laguna xasuusto maanso hiif ah, cagsigase maaddaama uusan ka jirin geyiga kacaan waddaniyadeed oo maansadiisa ka duula, waxa ay taasi ku abuurtay inuu maaxdumo."

Docda kale, Warfaa wuxuu tilmaamay inuu Nageeye isku mar noqonayo nin bulshada xalkeeda raba oo qawminnimo, Islaamnimo iyo Soomaalinimo raadinaya iyo nin xanuunkeeda doonaya oo u hamuun qaba inuu himiladiisa ku rumeeyo qoriga. Sidoo kale wuxuu kala dhigdhigayayaa waxyaabaha Nageeye ku riixay inuu gadoodo, wuxuuna innoo sheegayaa inuu ahaa nin dhayalsiga ama maqal la'aanta bulshada u arkay quursi kaddibn inta gadooday Jilib tegay si uu u helo dhaqdhaqaaq ay maansadiisu metesho oo waaqica ka dhex jira, [...] waxa uu raadinayaa in uu gabayadiisa waaqaca ku soo dabbaalo, sidee? Dabcan in maansadiisu ay metesho dhaqdhaqaaq waaqaca ka dhex muuqda uuna u isagu manhaj u noqdo ayaa ugu wacan gadoodka."

In la dhayalsaday codkiisa ayaa Nageeye dabka kulul ku ridday, bulshadana buunka ku yeerisay goor xeero iyo fandhaal kala dhaceen.

Si kastaba ha ahaatee, cawaaqibta ka dhalan karta dhayalsiga codka maansayahanka, oo marna isaga khatar ku ah marna bulshada halis ku ah, waa qodobka koowaad ee keeni kara in uu quus ama rajabeel gondaha la galo.

2–Beernugaylka Maansayahanka

"Culays iga tan waynbaa jiroo aan la caaridaye."— Heellaale

Maxamed D. Afrax, qoraalka uu ugu baroordiiqayay Saalax Xaashi Carab, wuxuu si kooban u iftiimiyay beernugaylka hal-abuurrada, culayska ka tanka weyn ee ay dusha iska saaraan iyo sida ay ula caariyaan, wuxuuna leeyahay: "Dadka hal-buurka ah dareenkoodu aad ayuu uga xasaasisan yahay kan dadka kale. Aad ayay ugu nugul yihiin saamaynta dhibaatada dalkooda iyo dadkooda. Waxay isa saaraan xil culayskiisu mararka qaar ka tan weyn yahay. Qalbijabka badan iyo culayska weyn ee maskaxda la saaraana waxay keenaan cimri-dedeg." —Afrax

Waxaan hawraarta Afrax ku eegaynaa fiirada lafaggurka-nafsadeed ee Freud (psychoanalytic theory) annagoo darsaynna natiijada ka dhalan karta caloolyowga joogtada ah iyo culaabta ay halabuurku maskaxdaooda ku jarribaan si ay xanuunkooda nafeed uga dhalaaliyaan wax la dheefsan karo.

"Dadka hal-abuurka ah dareenkoodu aad ayuu uga xasaasisan yahay kan dadka kale..." qofka hal-abuurka ah waxaa lagu tilmaamaa inay soohdinta ego-diisu liid yar tahay (Thin-ego boundary) taasoo la macne ah inuu aad ugu nugul yahay waxyaabaha dareenkiisa daari kara ee dibbadda ama gudihiisaba uga imaanaya. Wuxuu si xadkabax ah u nuugaa jirrada hareerihiisa faafsan oo waxa dadka ku wareegsan dhibaya iyo waxa kusoo fool-leh ayuu iskiis uga gadoodaa. Sidoo kale, Freud wuxuu sheegay in damiirka dadka halabuurku uu badanaa xooggan yahay kuna riixo inuu masuuliyad iska saaro dhibaatada dadka kale.

"Aad ayay ugu nugul yihiin saamaynta dhibaatada dalkooda iyo dadkooda," qodobkani wuxuu sharraxayaa sida ay hal-abuurradu culaabta umaddeed u hullaabtaan, iyagoo dalkaba u arkaya jeex jirkooda ka mid ah. Sidaas awgeed, marka dalku gilgilashaba qofka hal-abuurka ahi isna wuu gebidhacleeyaa wuxuuna dareemaa xanuun iyo laxaw gaar ah.

"Waxay isa saaraan xil culayskiisu mararka qaar ka tan weyn yahay," tani waxay muujinaysa "Neurotic Guilt" oo Freud ku qeexay dareen mas'uuliyadeedka gudeed ee ku aaddan "Hagaajinta" ama "samatabixinta" adduunka burbursan. Inkastoo maansayahanka ama qoraagu hubo inaysan maangal ahayn inuu qof walba badbaadiyo haddana damiirkiisa ayaa hurdada u diida, wuxuuna ku mintidaa soo dabbaalidda samaha isagoo isku sa-

baalinaya, “Madax muuqda iyo middi saawir ah midna lagama samro.”

Dhawrka sadar ee aan lafaggurka-nafsadeed kusoo akhrinnay marka ay maansayahanka isku biirsadaan waxa ay ku sababi karaan niyadjab iyo dhimasho degdeg ah. Afraxna qodobkan wuu dhaadanaa si waadix ah ayuuna u bayaaniyay. “*Qalbijabka badan iyo culayska weyn ee maskaxda la saaraana waxay keenaan cimri-degdeg.*”

Saykoloji ahaan, culaabta maanka la saaro ee joogtada ah, cadaadiska badan ee murugada, doogta aan la dhayin, iyo dhaawaca akhlaaqeedba waxay horseedi karaan qulub (depression) walaac (anxiety) iyo weliba jaadadka kale ee xauunnada dhimirka. Jirka iyo maskaxdu makala baxsana, mar walboo culays ka tan weyn la saarana waa mar kastoo ay sii jilcaan. Haddaba go’doonka, iskubuuqa iyo qalalaasaha jiraaleed waxay maansayahanka ku riixi karaan inuu dooxyo jaan quustiisa iyo xanuunkiisa kula irkado tabta Nageeye.

3-Baraarug La’aanta Bulshada

“Naftu waxay dalbaysiyo wakhtigu kala dag weeyaane

Waxaad maalmo badan doonto oo kaa durkaa jira e

Duufaantu meeshaan la rabay daadki marin waaye

Daruuruhu dhankii ay jireen roob ka di’i waay.”—Heellaale

Meerisayadaas murugada xambaarsan, Heellaale wuxuu ku sifaynayaa inuusan gacan ku hayn misana sugayn wixii naftiisu u jeellaneed oo baraarugga dadkiisa ah. Sidaas darteed, inuu gabaahiir taagan yahay, dadkiisiina aan dhaqaaq iyo baraarug laga sugayn ayuu farta ku fiiqayaa. Sidoo kale, wuxuu u qaadan la’yahay sida uu halganka ugu heellan yahay iyo sida ay dadku uga dareen la’yihiin oo laba kala bariday kala warla’ ah.

Abwaanku wuxuu intaas dalbayaa waa baraarug, waxqabsi iyo ku dhaadashada qarannimada. Hase ahaatee weli dacal ilaa dacal waxaa banyaal ah inuusan weli jirin wax ifafaalo ah oo baraarug ummadeed lagu sheegi karo. Dhab ahaantiina, waa marag ma doonto in ay arrintaasi filanwaa’ iyo dhabarjab ku noqonayso cid kasta oo diihaal usoo u mudatay dadaal dheerna usoo gashay dalkan iyo dadkan dalambaabiga ah.

Hubantida bulshadu ku sugan tahay iyo hiraalka maansayahanka ayaa is qaban la’, bulshadu harkii madoobaa ayay qaayibtay, isbeddel, horumar iyo baraaro lagu taamaana hadda agteeda waa ka dhalanteed hal-abuurkuna dayn maayo heesaha.

“Mana daayo door walbaba waan darooryamiye

Dadna kuma baraarugihaye way kasii dariye,” ayuu mar kale Heellaale ku cataabayaa.

Kolka aad suugaanta sii eegtana waxaad garwaaqsanaysaa in arrintani tahay mid hal-abuurrada dhexdooda ku fidsan oo ay suugaanyahanno badan dareemeen si fiicanna uga maansoodeen. Laashin M. Gacal Xaayow, tusaale ahaan, waxa uu shirkii Carte ka tiriyay Guurow qotodheer, oo uu nuxurkiisu yahay isma lahayn ama uma maleyhayn kaasoo tilmaamaya in durdurradii uu beesha la damacsanaa iyo dalxunka geeddiga lagu furay hantaaqo ku noqdeen hididdiiladiisii habbooneed. Xaayow wuxuu si gaar ah u xusayaa inuusan marnaba haabka ku hayn in murtidii ay maaxanayeen isaga iyo hal-abuurradii dhiggiisa ahaa ay ku dambayn doonto “hal bacaad lagu lisay.”

“Murtidey ku maaweeliyaan maansahayaniintu

Waxaan meel kasoo qaad lahayn uma malayhayn.”

Mar kalena wuxuu isla guurowga ku leeyahay:

“Malabka isu mari baan lahaa kuna mataaney

Mindiyaha inay looshadaan kama malayhayne.”

Xaayow wuxuu sii dhab ah u taabanayaa halka sartu ka qurunsan tahay oo ah barta ay maansayahanka iyo bulshadu iska seegeen, oo wuxuu inoo sheegayaa in ay cir iyo dhul isu jiraan himilada maansayahanka u hillaacaysa iyo hubantida ay bulshadu ku hawl yaraysatay.

Timacadde, oo ahaa suugaanyahan aad uga

shaacbaxay inuu maansooyinkiisa ku hanuuniyo dadweynaha ayaa isaguna meerisyadan soo socda ku canaantay bulshadiisa dhoohanaanta lagu aafeeyay:

"Dul iyo hoosba waan ugu dhigay waa dix dhagaxeede

Anuunbaa damqanayee dhaguhu uma daloolaane

Dadkaan la hadlayaa baan lahayn dux iyo iimaane

Bal inay dalfoof tahay caqliga dooni laga saaray

Wixii hore usoo daashaday bay degashanaysaa!"

—*Cabdullaahi Suldaan Timacadde*

Halkaas waxaa ku dhan cabasho iyo culayskeed iyo in dadku weli hurdaan oo aysan digniinta iyo waxsheegga gabayaagu dhegahooda ku weecanayn, ayagoo ugu dambayn dalluuntii looga cabsanayay iyo dabinnadii ay maansayahanku uga digayeen shanshada ku ritay.

Macallin Gaarriye oo la ogaa sidii hagar li'ida ahayd ee uu suugaantiisu dulmiga, boobka hantida dadweynaha, dhiigmiiradka iyo dib u socodnimada uga dhiidhisay kolkii uu xaqiiqsaday wixii uu dadkan ka hor joogay muddada dheer iyo wixii uu ka qayladhaaminayay in ay intiiba dhex taagan yihiin oo ay iska walaaqanayaan wuxuu goostay inuu arligoodaba isaga hayaamo si uu indhaha uga daboosho foolxumadaas.

"Mar haddaad is dubateen

Aniguna danjire ahay

Wixii uu ka digay dhacay

Oo duudka laga jabay,

Intii aan ku digan laa

Beelahan dabsaarka ah

Ama ciil is dabi laa,

Dan baan mooday keligay

Inaan dibinta ruugoo

Dibaddaan u suudalay."

—*Dabataxan*

Baraarug la'aantaas baahsan ee bulshadu waxay keentaa in ay maansayahanku hungo iyo rajabeel la darsobjeer uu marka dambe inta aamus ciirsado dibinta ruugo, ama mararka qaar isla bulshadii uu waanada iyo wacdiga ku waday kusoo dhex noqdo isagoo naftiisa ku canaananaya: "Maxaan uga daalayaa duulkan?"

Arrintaasi ma aha mid maansayahanka ku kooban, balse waa mid si guud hal-abuurrada iyo indheergaradku la kulmaan. Waxaa tusaale noogu filan indheergaradka Soomaalida ee dadaal dheer iyo nafhur badan kaddib masuuliyad-wadareedkii dalaaqay ee mid walba taajka reerkiisa madaxa surtay una darban yahay danaha qabiilkiisa, halkii uu aayaha iyo danaha bulshada ku daali lahaa, tanina intay doorasho tahay waxaa ka badan intay falcelin nafsaani ah tahay.

Hase yeeshee, waxay u muuqataa inaan cidna su'aal iska waydiin arrinkan iyo arrimo kale oo la nuxur ah, oo sida ay u dhaceen iyo waxa keenay aan waxba la iska waydiin!

Gunaanad

Rajabeelka maansayahanku waa falcelin nafsaani ah, sidoo kale waa Miyir Qarracan "Tragic Consciousness" waaqic dareen leh oo musiibo ah kana dhasha kalatagsanaanta hiraalka maansayahanka iyo hubantida qaraar ee bulshada dul hoganaysa. Iswaydaarashadan ayaa ugu dambayn hulaaqisa cadaabgudeed aan ku ekayn maansahayanka, balse ah xaqiiqo ay la kulmaan guud ahaan mufakiriinta iyo hal-abuurradu, markay arkaan bulshadooda oo haadaan kusii dhacaysa haddana aan iyo dardaarankooda dheg u dhigayn.

Gunaanadka qormadan Rajabeelka Maansayahanka waxaa saldhig u ah: codkii la dhayalsaday, laabtiisa xuunshada ee lexjeclada iyo nafhurka faraysa; iyo baraarug la'aanta baahsan ee ay weli bulshadu la tiicayso. Docda kale halkani waa meesha ay ka billaabato geerida dadka hal-abuurka ahi; inta uu jirkoodu fayow yahay ayay maax-

dumaan oo niyadda ka dhintaan waa dambana ayagoo hungo iyo guda-burbur la waydoobay ayuu wedku ka adeeegtaa.

Tixraac

Suugaanta Kaynta—Cali Ileeye

Hilimada Maansadii Hore — Aw Jaamac Cumar Ciise

The Archetypes and the Collective Unconscious—Carl Jung

Creative writers and daydreaming—Sigmund Freud

Nageeye: Isdiiddada Mihnadda iyo Mandiqa

Nabadey Saalax Xaashi Carab (1955? —2010): Qudbi-Suugaaneed Kaloo Galbaday—Maxamed D. Afrax

Raad Reeb

www.@raad-reeb.com
info@raad-reeb.com

@raadreeb