

سووک ۽ وانينڊگ لڻ م ۽ ئار ۽ شى کڻ م ۽ لڻ ۽ تي. نووسين: ه ۽ من ئ ميني

ئار ۽ شى کڻ م ۽ لڻ ۽ تي يان کڻ شى کڻ م ۽ لڻ ۽ تي (social problem) پڻاسي زري بڻ ڪراو، بڻام بڻ زرينڊ لڻ سڻر ۽ وڻ کڻ کڻ کاتڻ باب ۽ تڻ کڻ بڻ ۽ کڻ بڻ بڻ ۽ ديارڊ. ۽ وڻ ۽ چڻ ندين پڻاسي بڻ ڪراو. بڻام يڻ کڻ لڻ پڻاسي باو ۽ کان ۽ وڻ ۽ کڻ ديارڊ کڻ يان کڻ شى هڻ تا چڻ نڻ بڻ ۽ وڻ وڻ ۽ خڻ کڻ ۽ زڻ لڻ خڻ دڻ گڻ. بڻ وڻ؛ ۽ گا لڻ شار ۽ کي دوو سڻ ملو ۽ نڻ لڻ سا ۽ کڻ دڻ هڻ زار کڻ سڻ کڻ بڪات، وڻ ئار ۽ شى نابيندر ۽ وڻ بڻام ۽ گا هڻر ۽ وڻ دڻ هڻ زار کڻ سڻ لڻ شار ۽ کي سڻ هڻ زار کڻ سڻ ۽ چڻ بڪن، ۽ وڻ دڻ ريڊ ۽ خات کڻ کڻ شى يڻ دڻ گڻ ۽ داي. يان بڻ وڻ لڻ پڻ ۽ کي خو ۽ نڻ ۽ ۳۰ کڻ سڻ ۽ گا ۳ خو ۽ نڻ لڻ وان ۽ کان ۽ خو ۽ نڻ ۽ دڻ بڪون، ۽ سا يڻ وڻ بڻام ۽ گا دڻ کڻ سڻ بڪون ۽ وڻ ديار ۽ کڻ شى يڻ هڻ تا ۽ کڻ يڻ وڻ جا کڻ شى کڻ ۽ نڻ لڻ؛ خو ۽ نڻ بڻ زماني دڻ وڻ تا يڻ زماني نڻ ۽ وڻ سڻ رڊ سڻ، کڻ مڪاري؛ خو ۽ نڻ لڻ، مام ۽ ستايان، خو ۽ نڻ بڻ ما ۽ کان يان؛ چاو ۽ وان ۽ کان ۽ کڻ م ۽ گا، باري ۽ يان، با ۽ تڻ کان ۽ خو ۽ نڻ وڻ نا پڻ يو ۽ نڻ ديدار بوونيان بڻ پڻ ويستي ۽ کان ۽ سڻ رڊ م يان ناوچي ۽ يان ۽ خو ۽ نڻ لڻ، گير ۽ دڻ بوون وڻ خو ۽ نڻ لڻ ۽ نڻ لڻ ۽ کڻ م ۽ لڻ تي ۽ کان، پڻ داگري لڻ خو ۽ نڻ يڻ هڻ نڻ وڻ وڻ هڻر وان ۽ داني مام ۽ ستا وڻ لڻ بڻ رڪردن، نڻ بووني ۽ ابواردن وڻ خڻ شڪري لڻ خو ۽ نڻ دڻ، دوو پڻ ۽ بوون ۽ وڻ با ۽ تڻ کان وڻ بڻ. هڻرو ۽ تر لڻ کڻ شى کڻ م ۽ لڻ تي ۽ دڻ با ۽ تڻ کي دڻ کڻ زڻ گرينگ ۽ وڻ ۽ وڻ يڻ کڻ کڻ شى لڻ دڻ وڻ تا کڻ کڻ وڻ پڻ کڻ ۽ وڻ بڻام کڻ سڻ کان لڻ سڻ تادا واد ۽ زان هڻر بڻ خڻ يان گير ۽ دڻ ۽ وڻ دڻ رڊن، بڻام دواي ۽ دڻ رڊ ۽ وڻ ۽ وڻ کڻ شى بڻ شڪي بڻ رچاوي کڻ م ۽ گا يڻ. بڻ ميناک؛ لڻ هڻ ۽ وڻ ساني ۽ ابووريدا، ۽ بڻ لڻ خو ۽ رڊ م ۽ نڻ سڻ خواني خڻ کي بڻ تا يڻ چين وڻ تو ۽ تڻ کان ۽ هڻ زاري کڻ م ۽ گا لڻ کزي دڻ دات وڻ گا پار وڻ پڻ رار بڻ ما ۽ يڻ کي هڻ زار لڻ سا ۽ دڻ دوو سڻ جار گڻ شتي سوور وڻ يان ماسي دڻ کي، ۽ وڻ ۽ وڻ سا هڻر جار ۽ کيشي بڻ ناڪ ۽ وڻ جا سڻ تا کڻ سڻ وڻ دڻ زان ۽ کڻ ماسي هڻر لڻ خڻ تي وڻ دواتر بڻ دڻ رڊ ۽ وڻ کڻ بڻ شڪي زڻ لڻ؛ خزم، کڻ سووکار، هاو ۽ هاوکار، هاو شاري وڻ هاو نيشتماني گير ۽ دڻ ۽ وڻ دڻ رڊن وڻ ۽ وڻ تڻ نيا

به تڼه له دښت ؤواندا نيه و زړه جار له دږووي دسټا تي
 تاكه كه سكه كان دايه و پكههات يي و كهشه كه هټاو ساني ټابووريه، كه
 ټټر به ټټر دسټا تي كهيني ؤواني كه كم كرده ټټو و ؤټو و ش
 كاريگري خسته ټټه سره خواردن و جري خواردن و له پاشانيس
 ټټه ندروستيان، له بهرووي زړه شتي پويستيان به له شي ناگات، جا ؤو
 كات دزانن كه كهشه كه بهرينتر له كهشه يي كي تاكه كه سي. به ؤووي
 باب ټكه و ديارد يي كه به كهشه پناسه بكرهت، د به هټندك كه س،
 سازي و دام زراوه و كه مټ كاري له سره بكن هټا و كه ټاره شه
 پناسه بكرهت. د نا ؤگا ؤو كار نه كرهت بهي هټي ؤو ديارد يي
 و كهشه هټه شپهت به مټ له بهر ؤووي كاري له سره نه كراوه و كه كهشه
 و ټاره شه پناسه نه كراوه و له لاي خټه كي زړه ټاساي بوو. به وټه
 زړه داري دږه به گايي تي هټا پنهجا شه سټ سا له و پشه شيش له گټه
 ؤووي زړه به زقي هټه بوو و زريني كه نه گاي پده ټه يي و، به مټ
 له لاي زړه كه له خټه كي و كه كهشه پناسه نه كراوو و له لايان ټاساي
 بوو و دواي ؤو كه كه سانهك و دام زراوه گټه كه هاتن كاريان له سره
 كرد، جا ؤو كات و كه كهشه بيندرا و كار به بنه به كرهتي كه ا. ؤو
 له باب ټه ديارد يي ژن به ژنه و گټوره بچووكيش له گټه ؤووي به
 ټاسټي دږه كي گټوره بوون، به مټ له لايان زريني خټه كي و
 ټه نانټ قوربانپه كانيش و شته كي ټاساي بوون و و كه ديارد
 نه د بيندران و هټا هټندك كه س و سازي و كه كهشه زقيان كرهني و و
 كار به دږه كوږدن و به كهشه كرهني كرا و كه ؤو دياردان ش و كه
 ديارد يي دږه به گايي تي گټه ټه كي و ټه لږي و بهر و خاش به بوون
 هټه گاوي نا. جا ؤگا كه سانهك يان دام زراوه و سازي په كان بيان هټه
 كهشه يي كه له كه مټ گاي كه دا پناسه بكن و له لاي كه مټ گاي و كه كهشه
 بناسه نن و ټاره شه كه مټ يي تپه كان و به كهشه كرهني ديارد يي كه به
 كه مټ گاي و دښته يشتوو و كارب دښتاني كه مټ گاي بوون بكنه و
 پويسته ؤو چه ند ټه يني له بهر چاو بگرن؛

۱- هستیاری کردنی که مٚگا: لٚ سٚر تادا که سٚک یا که سٚ گٚ لٚک لٚ سٚر که شٚ یٚک یا دیارد یٚک هستیاری دروست بکن، هستیان لٚ مٚ دٚخ که ببزوٚنن و بٚ زٚ فکردن و مٚ ترسیدار دٚ رخستنی دیارد که ئٚ و دٚخ دٚ خسهٚنن. بٚ وٚنٚ لٚ مٚر که شٚی ژینگٚ؛ بٚ ینی دارستانٚ کان، دٚ سترٚژی بٚ سٚر پاوان و لٚ وٚ گٚ گشتیٚ کان، لٚ دانی بٚ نداوٚ کان، چاٚ اولٚ دانی زٚر، دروستکردنی ئٚ و هستیاری بٚ نٚو ماٚ باخٚ، تٚ کدانی زٚ ویٚ وٚ رزٚریٚ کان و دابٚ شکردنیان بٚ تٚختٚ زٚ وی بچووک بچووک بٚ شوٚنی ماٚ باخ و ماٚی دووٚم و ... کاریگٚری نٚ رٚنیان لٚ سٚر؛ که چی دانیشنوان و چٚ بوونی هستیاری شوٚن، که مٚ بارین، لافاوٚ کان، جمگٚ و بوونی زٚ وی، وشکٚ سازی و که مٚاوی، که مکردن و

وشکبوونی ئاوی کانی و سەرچاوی و چاڵاواکان، چوونە سەری پلە
گەرمی، ئاگرکەوتنەکان و ... زەق بکەن.

۲- زەقکردنەوی ئەستەقینەبوونی دیاردەکە: دەبە ئوو تەخ بکەت و
کەشەکان ئەستەقین و هەر خەون و خەیاڵ نین و بە کردە و لە
ئەستەقینەدا ۱۰۰ دەدەن و لە گەشە، ئوو شەبە بە گەشە پەشان دەدرەن.
بە وێنە لە مەشە کەشە ژینگەیی بە ئاشکرا ئوو پەشان بەدرەت کە لە
ماوی چەند سالی ئەبردوودا چەندە دارستان و لەرەوار لە نەو براو
و بە زەوی و زەری و نەشەبوون و ... داگیر کراو و ئوو شەبە چەند
کاریگەری نەدرەنی لە سەر ژینگە و بوونە وەرەکانی داناو.

۳- نالەکی دیاردەکە لە گەشە بەهەکانی مەرەقایەتی و بەهەکانی
کەمەگە: وا بە خەشە بکەت و کە ئوو لە گەشە بەهە مەقەکان
یا بەهەگەلی ئوان نایەت و بەکنەگەت و بە وێنە لە مەشە
خەکوژی ئوو ۱۰۰ دەکرەت و کە ئوو لە گەشە باوەشی گەشی و بە
تایبەت مەرەقی باوەردار و بەوامەندی کەمەگە کوردی نایەت و.
هەر وەها بە وێنە دەکارین لە مەشە خووەرتەبوون بە دەکەل و کەمەسە
سەکەر و خواردن و بەزەکان بە هەموو چەشنەکانی و گەشە توێژ و
تاکەکانی کەمەگە ۱۰۰ بوون بکەن و کە ئوو دژی هەموو بەهەکانی
مەرەقایەتی، نەتەوی و ئایینی ئوو نیشتمانە و بەدەر لە ئاکار و
ئوشتی مەرەقا نەبە.

۴- دەرخستنی ئارەشە وەک کەشەیی گەشی: دەبە ۱۰۰ بوون بکەت و ئوو
ئارەشە بە هەر تاکە کەسەیی و گەشی، لە مەر و بەدوێن کەشە
کەبە. بە وێنە ۱۰۰ بوون بکەت و کە کەشە کەچ لە شارەکی بچووکدا
تەنیا پەییوێندی بە ویستی کەسە و نە و چەندین هەکاری و دەدرن
و ئەکەشەر هەن و بە میناک لە ناوچە بەکەدا؛ بەکاری، نەبوونی
هەمنایەتی و تەنە، نەبوونی پەداویستی کانی ژیان، و شەسە،
تەنگ پەهەچەران، داگیرکاری، نەبوونی ئەزادی تاکەسە و
کەمەبەتەکان، خەشەبەوی نەم، دەستە وەردان لە ژیاڵی تاکەسەدا،
دواوەکە نەبوون، سەر بەخەنەبوون لە بەیارداندا و ... هەکاری
و دەدرن. لە و لاشە و هەکارگەلی ئەکەشەر لە شوێنی مەبەست وەک؛
ئازادی، کار، خەشەبەوی بەش، هەبوونی پەداویستی کانی و دابینبوونی
چاوەوانی کانی، هەمنایەتی و ئەسایش و ... وادەکەن کە کەسە کەچ
بکات.

۵- مەژوویی بوونی دیاردەکە: دەبە ئاوا دە کەمەگە بەیەنەت کە
کەشە کە مەژوویی و لە مەژووەدەر نە و لە سەردەمەکی مەژوویدا
ئوو کەشە و بەی هەبە لە سەردەمە و دەخەتەدا کەشە نەبەت. بە
وێنە؛ ژن بە ژن، گەورە بە بچووک، مەرەکردنی سە بە گە، لەش
شەمەزاندنی مەبە و ... چەل سە لە مەوێر پە کەشە بوون، ئەستە بە

خشیو و نـماون یا زـر لـ کزبان داو. بـام ئـو کات قسـکردنی دایک و بابان لـ گـل زارـیان بـ زمانی نـتـوی سـردـست هـندـی ئـو پـهاویشـتوو نـبوو بـت و یا کـشی ژینگـ ئـگا هـش بوو بـت، هـندی ئـستا تـخ و مـترسیدار نـبوو.

۶- ئـی و بـگـری (changeable) بوونی دیاردـکان: دـ بـ ئـی یی بوون و بـگـی ئارـشـکـ دـر بـخـرت کـ لـ؛ هـموو شوـن و جـیـک، بـ گشت کـسـک، تـواوی توـئـکانی کـمـگا و کـووی یـک کاریگـری نیـ. بـ وـنـ هـا وـسانی ئا بووری بـ چینی سـرووی ئا بووری و چینی خواروی کـمـایـتی یـک نیـ، هـر چـنـد ئـنگـ هـر دووک زـرـرمـنـد و زیانـمـند بن، بـام زیانـمـندی سـرـکی هـزارـکان. لـ بـر ئـوی کـ چینی سـرووی یان کـسی ساماندار و دـوـمـمـند بوونـکی هـیـ وشتـکی لـ جـدا هـیـ و بـ پـ هـا وـسانی ئا بووری کـ بـهای سامان و شـتـ هـبووـکانی دـشـتـ سـرـ و ئـگا تـچووی دـشـتـ سـرـ داهاتیشی دـشـتـ سـرـ. بـام داهاتی هـزارـکـ بـ ئاستـمـتر دـشـتـ سـرـ و فریای هـا وـسان ناکـوت و ئـگا لـ بـردا بـین بـ دـ سا دـبوو بـ خا وـن خانوو، ئـستا ئـنگـ بـ بیست ساـیش نـبـتـ خا وـن چاوـ خانوو یـک.

۷- بـرـبـاوی دیاردـکـ: بـرـبـاوی و فرـ هـندی بابـتـکـ پـشان بدرـت، ئـوی کـ لـ بوار و بـستـنـکـدا ئارـشـکـ بـرتـسـک نـکـرت و بـ میناک؛ سـبارـت بـ بابـتی ماف و مافخوراوی هـر پـیوـندی بـ بوار ی ماف و یاساو نیـ، زانستـکانی وک؛ اـمـیاری، کـمـمـناسی، مـژوو و ... دـگـرتـو، دوا ی و ی ئـو دیاردـ کـمـایـتیـ بـشـکی زـری کـمـگای تـنیوـتـ و پـوی گیرـدن و کاریگـری نـرـنی لـ سـر ژیانـیان داناو و ئـگا وریا نـبین و کارـکـ نـکـین لـ دـسـاتی ئـمـدا نامـنـت.

۸- هـبوونی چارـسـر: خـک و کـمـگا دـنیا بـکـرتـو کـ وک کورد گووتـنی: خوا ئـگا دـردی داو، چارـسـر و دـرمانیشی داو، واتـ ئـگای دـرچوون و دـربازبوون لـو ئاـشـ و تـنگـژـیش هـیـ. هـر چـنـد دـبـت ئـو لـ بـر چاو بـگرین، ئـنگـ ئـمـ بتوانین کـشـکـ و بارستایی و ئـتـکـی کـم کـینـو، هـتا ئاستـک بـری پـ بـگرین، دـنا بـنـبـ کردن و لـبـرینـوی یـکـجاری و ئـگا چارـسـری یـکـلاکـرـو ئـستـمـ.

بـام لـ گـل هـموو ئـوانـش وک دـن؛ گـرمـن بـ پیاوی هـزار دوور، لـ گـل و ی زـر جار نووسـر، چاـکـفان و بیرمـنـد ئـو دـکات، زـر کـس تـقـی لـ بن سـری نایـ. بـ میناک؛ لـ بابـتی ئارـشـگـی ژینگـو لـ گـگـ و هـموو وردـکاری، و نـکردنـو و تـبینی دانـ کـچی بـشی زـری کـتـرـخـمـ. جا بـیـ دـبـ بـ ئـوی بـ

