

؟مپنک ی فرعم ار نامدوخ تردقپ و راډگریثات، دروخرب نیلوا رد روطچ

؟مپنک ی فرعم ار نامدوخ تردقپ و راډگریثات، دروخرب نیلوا رد روطچ: هلاقم عوضوم
وئس تلاقم راکدوخ راشنتا و شراگنځ ځنمشوه هناماس زا یراک

هعلاطم ی بیرقت نامز: 7 تاملک دادعت هقیقډ: 1440 یور دیا، دروخرب نیلوا رد ندوب راډگریثات یرب هلاقم یدیلک هصلاخ هملک اب مینا ۳۰ زا رتمک رد ار ناتدوخ تسای فاک. لهعف نداد شوگ و، دیفم و رصنخم ملاک، زاب ندب نابز: دینک زکرمته یدیلک روحم هس موخن هک دیشاب هتشاد دای هب. دیزاسب هانتسود ییاضف، یعیبط یدنخبل و یمشچ سامت ظفح اب و دینک ی فرعم فافش ی تلامج زاب/ن تسب یرب کیلک) هلاقم بلطم عماجت سرهف. دوشی راگندام بطاخم ن هذ رد، ناتپاهفرح ی اوتمخ هزادنا هب امش نابز ار نامدوخ، ندز فرح زا لبق روطچ؛ ندب نابز ۲۰؟ مپنک ی فرعم ار نامدوخ تردقپ و راډگریثات، دروخرب نیلوا رد روطچ ۱۰ (ندرک رد چ یار یاهش لاج ۵۰ ی فرعم یاهدركیور مسیلقم لودج ۴۰؟ مپنک ی فرح یراتخاس هچ اب ی فرعم ییلاط لومرف ۳۰؟ مپنک ی فرعم ی فرعم رد ار دوخ سفز هب دامتعا هنوگچ ۷۰ بطاخم ن هذ رد یراگندام یرب یرگهزوک توف ۶۰ هنان ندرود یاههار و ی فرعم مهم یراک هسلج کی دراو هدمآ شیب للاح ات؟ مپنک ی فرعم ار نامدوخ تردقپ و راډگریثات، دروخرب نیلوا رد روطچ؟ مپنک ظفح مدوخ رتهب شاکیا: «دییوگب ناتدوخ اب، هتبعص ندش مامت زا دعب و دیوش انشآ دیدج ی حرف اب هانتسود عماجت کی رد ای دیوش ای مدیچیپ تاعلاطا یلک دیا، نامیاهی یاناوت تابثا و ندش مدید یرب مپنکی م روصت هابتشا هب ام زا یلیخ؟ «مدوب هدرک ی فرعم ار هچ» هب مکنآ زا شیب دروخرب نیلوا رد ندوب راډگریثات هک تسایا تبعقاو اما. مپهدب بطاخم دروخ هب ار قارطمطرپ نیوانع دراد یگتسب امش «ندوب روطچ» هب، دشاب هتشاد طبر امش «ندوب یسک.

زا ی نندامدایه و مکحم، تبثم ی نهذ ریوصت کی، هواس ځنفرته ځنچ تیاعر اب دیناوتی هک تسای یلاط مطقن نامه نی، عقاو رد مدنرب گرب، ناتدوخ تسرد ی فرعم، دوری م شیب ت عرس اب زیچ همه هک زورما یایند رد. دینک کح ل بالقم فرط ن هذ رد ناتدوخ دیوش نندام دای هب و دیشاب هتشاد ن تفرگ یرب ی فرح، مهم یاهرارق ی ت ایهانتسود، یراک یاهعماج رد دیهلوخی مرگا. تسامش، رتعیسو ار دوخ ی نوگزاو مریاد ات دیزالدنیب هنامرتخم ی باو جرضاح و ی ملاک شوه ش یازفا یاهکینکته ب ی هاگن مپنکی داهنشیپ دیشاب هتشاد تسد مد ار بسانم تاملک هشیمه و هدرک.

یلهفرح یایند رد اما. مپشاب ن تورف دح زا شیب ای میورب هیشاح ی مک دروخرب نیلوا رد میراد تداء، ی ناریا گنهرف رد ام زا یرایسب، هک تسای تراهم، دیهد ناشن ار دوخت یوه، ل ماک سفنه بامتعا اب للاح نیع رد و ربکت ندوب روطچ مکنیا. تسلاط اعقاو نامز دهدی م ربیغت ار امش ی صخش ی ت و یراک ریسم.

؟مپنک ی فرعم ار نامدوخ، ندز فرح زا لبق روطچ؛ ندب نابز

نیرتیو امش ندب نابز عقاو رد. ځنکی م ل بالقم فرط هب مایپ لاسرا هب عورش امش ندب، دیروایی نابز هب ار هملک نیلوا مکنیا زا لبق هاگادوخان بطاخم، دینکی م زاب زیم یور ل یاسو ای شوگ اب مادم ای تسای هلتفا ناتپاهه ناش ی تقو. تسامش تبصخش و (اهنآ ندرک یردبرض یاج هب) اهتسد ن تشاذگ زاب، ن داتسیا فاص. دیتسین ل ثاق ی شرزا تاقلام نیای یرب امش ځنکی م ساسحا ځنسر فی م مرگ و تلاصا، تردق سنج زا ی مایپ، جیلیم دنخبل کی.

ی فرعم نیمه زا ی شخب امش ندیشوپ سابل موخن، مه ی مسره میز یاهطیحم رد ی ت: نمک هراشا ی مهم هتکن هب تسای مزلا اجنیا

رد سابل هنادنمشوه باختنا اب روطچ دینادب دیراد تسود رگا. دنزیم فرح نارگید اب امش یادص زا لبق امش لپاتسا. تساهیلوا ناتراک هب یباسح دناوتی میسرهمین یاهرارق یارب زیاسروا کتک ندرک تسلماک یامنهار هلاقم، دیشخردب اهدروخرب نیلوا دیشاب هتشاد خنمفده و کیش، هتسارآرهاظ کیات دیایی.

کمینزب فرح یراتخاس هچ اب بیفرعم ییلاط لومرف

هدافتسا یاهلحرم هس و هداس لومرف کی زا تسایفاک. دیرادن ی نلاوط یاهی نارنخس هب یزاین، دیوش رهاظ تردقرب هکنیا یارب نم، ملاس» دییوگب، «متسه یاءنم، ملاس» دییوگب طقف هکنیا یاج هب. «درفه برصحنم یگژیو کی + یلعفشقن + مان»: دینک ثعاب یفرعم عون نیلوا. «دنناسرب بطاخم هب رتت حار ار ناشمایپ هنکی کمک اهدنرب هب اوتحم یبایرازاب هزوح رد و متسه یاءنم تسیچ ناتصصخت و دیراد یاهدوزفا شزرا هچ امش دنادب آروفل باقم فرط دوشی.

دینک هدافتسا کمیراڭگب تبثم ریثات نارگید یور دوخت بخص نحل اب روطچ زا ی تیعیقوم ره رد هنکی کمک امش هب نایی هوجن نیلوا هک دیشاب هتشاد دای هب. دینامب یقاب کیتامزیراک و رظن بخاص ی درف ناوئع هب بطاخم نهد رد هکلب، دیوش هدینش اهنت هن ات هنکی ملقنتم تاملک نتم زا رتیوق یمایپ، امش یادص گنھاآ و نحل هشیمه.

یفرعم یاهدرکیور مسیاقم لودج

خنم تردق یفرعم | فیعض یفرعم | یگژیو

فافش و عطاق | مارآ و دحرم | نایی نحل

بالذج و روحه جیت | یثنخ و لعفنم | ی ملاک زکرم

ببطاخم نامشچ رب زکرم | فارطا هب ماڭن | یمشچ طابتر

اهنآ ندز رود یاههار و یفرعم رد چیار یاهشلاچ

دنک یفرعم تردقرب یلیخ ار ناشدوخ رگا دنکی روصت اهی لیخ. تسا «ندشت واضق زا سرت»، ام یور ش بییشلاچ نیرتگرزب، نییی فییرظ توافقت؛ میشاب تسارور مه اب دییایی اما. دنسرب رظن هب یضار دوخ زا ای رورغم نارگید رظن رد تسا نکم «نآ هب و دیسانشی میبوخ هب ار دوخ یانلوت و شزرا، ماڭیاج امش ینعی سفنه بدامتعا. دراد دوجو «رورغ» و «سفنه بدامتعا گنز و میس یفطاء هطبار کی یاهه ناشن، بیفرعم نیرد رگا. دینییب دوخ زا رتن بییاپ ار نارگید ینعی رورغ اما، دیراڭگی مارتحا دارفا یارب ار دوخ یاهن ارگ یژرنا و دینک ینیشن بقع هنادنمشوه، دیدید لباقم فرط راتفر رد ار تفرگ مدیدان دیابن هک ییاهرطخ دیراد مڭن رتملاس و رتقیلا.

دننییب دنداد تسود نارگید دینکی م رکف هک یاهخسن هن؛ دیشاب دوخ هخسن نیرتهب دینک یعس، ی تایح میناؤت تفه نیلوا رد سپ.

ببطاخم نهد رد یراگدنام یارب یرگهزوک توف

نیمز هب ار پوت، زاب لاوس کی اب، دوخ هاتوک یفرعم زا عجب؟ دننام ناشرطاخ رد امش مان، هسلج ندش مامت زا دعب دیهلوخی میراک هزوح نیلوا دراو دش ثعاب یزیچ هچ»: دییوگب، دیسریپ هتسب تالاوس ای دینامب رظنم طقف هکنیا یاج هب. دیزاخیب اهنآ زا. دنزب فرح ش دوخ هرابرد بطاخم دوشی م ثعاب راک نیلوا. «تسا هدوب روطچ عوضوم نلاف دروم رد امش هبرجت» ای «؟ دیوشب

هدوب شخبت ډل راييسې امش اب وگتفگ ځنكي م ساسحا هاگآدوخان ،تسا «ش دوخ» هرابرد ن درك تبخص ق شاء ناسنا زغم هك اجنآ
تسا.

ديربې لااب ار دوخ ىنفش ناد ،تبخص عورش زا لېرق امتح ،ديشورفې اي ديرخې ار ىيلاک ديهاوخي م لاثم ،ديتسه هلامعم لاح رد رگا.
؟مپنك تست لويې زيراو زا لېرق ار ىتاکن هچ ؛مودتسد ى شوگ ديرخ ىامنهار امتح ،ديربخې ليايوم ى شوگ ديراد حصق رگا لاثم ىارب
ديهيد ناشن ار دوخ رادقا احتبا نامه زا و دينيشنې مرکاذم زيم رس ل ماک طلست اب ات دينک رورم تقد اب ار.

باختنا ىتح اي ى نابزيم اب امش دروخرب هوحن هك ديشاب هتشاد داي هې ،دينک ىياريزې ه نائتسود ى نامهم کي رد تسا رارق رگا ،نينچمه
باذح هديا ۵ لثم ه ناقلاخ ىاهه ديا اب دينلوتي م لاثم .تسامش تيصوص و هقيلس زا ميقتسمريغ ى فرعم عون کي ش دوخ ،رسد
ديلائق ش زرا مه تايئزج ىارب هك ديهيد ناشن و دينک ه دزت فگش ار نانامهم ،رفنک تگني دوې رسد ن ييزت ىارب.

؟مپنك ظفح ى فرعم رد ار دوخ سفن هې دامتعا ه نوگچ

نيرمه ،سفن هې دامتعا تيوقت ىارب .ځنكي م ىنېشنېق ه اگآدوخان ،دروخرب نيلوا رد ىيورم کي اي تلاجخ ليلاد هې دارفا زا ىليخ
مليف ناتدوخ زا .دينک رارکت اسر ىاص اب ار دوخ ى لهينا ۳ ى فرعم نامه و ديتسياب هنيآ ىولج .ځنكي م هزجم ه ناخ رد ن درك
هنيداهن امش نهذ رد تلامج نآ ،دينک نيرمه رتشيې رحقچره .دينک حلاصا ار ناتيلاص ش زرا اي تسد ه فاضا تاكرح ات ديريبگې
درک ديهاوخ نايي ار اهن آن دروخ بآ ىتحار هې ،ىعقاو نامز رد و دنوشي م.

ار دوخ ىاپوتسد ىمک لوا ىاهدروخرب رد تسا ن کمم م ه ىله فرح نانارنخس ىتح .تسيز ل ماک س کچيه هك دينکن شومارف
هې و ديرځگې نآ زا ځنخې کي اب ،ديدرک ىهابنشا رگا .دينکي م تيريدم ار تاظحل نآ روطچ امش هك تسا نيا مهم .ځنک مگ
طابترا لک ،کچوک تايئزج دهدي من هزاجا هك ديتسه لااب سفن هې دامتعا اب و فطعنم ىناسنا امش ىنعين نيا .ديهيد ه مادا تبخص
دهد رارق عاعشلالتحت ار.

ل وادتم تلاوس

؟دشاب هاتوک امتح دياب ى فرعم ايآ

و مدش هتفرگ ش تقو ځنکن ساسحا بطاخم دوشي م ثعاب راک نيا .تسا هنيزگ نيرتهې ى لهينا ۳ ى فرعم ،دروخرب نيلوا رد ،هلب
دوش ظفح رتشيې ندينش ىارب ش ىواکجنک.

؟مپنك هچ مشاب هتشاد سرتسا رگا

ىاهت واضق ىور هن ،ديرانگې ناتفده و مايې ىور ار ناتزکرمه مامت دينک ىعس .ديشکې ىمکش قيمع سفن هس ،عورش زا لېرق
ناتدوخ هې تبسن نارگيد ىلامتحا.

؟دوشي هيصوت ى فرعم رد زنط زا هداغتسا ايآ

دينکن ىعس ،ديتسه ىمسر ىليخ رگا اما .دشاب ىلاء دنلوتي م هنامرتحم و ميلام ىليخ زنط کي ،تسا خوش اناز امش تيصوص رگا
ځنكي م هولج ىعونصم نوچ دينک ىزانط روز هې.

مینک ی ریگولاج ن دوب ی رارکت زا روطچ

هې ناتنی عقاو ه قلاء و دینکی م داجیا هک ی یاهش زرا ،اهدرواتسد ی ور ،«متسه س دنهم ن م» دننام ی اهشیلک تارابع ی اج هې دینک دیکات ،دیراد هک ی لغش.

ت ساچک راک نی یا ن یرمت ی ارب ناکم ن یرتهې

تلامج ن درک تسته ی ارب رتسې ن یرتهې ،اهه زاغم زا ن درک دیرخ نامز رد ی تحای ی شزومآ ی اهه اگراک ،ه ناتسود ی مسرریغ ی اهعمج دزیرې ناتسرت ات تسا ناتدوخ ی فرعم.