

لهش و ته ندروستی



بیهن - هه لکیشان و بهردان

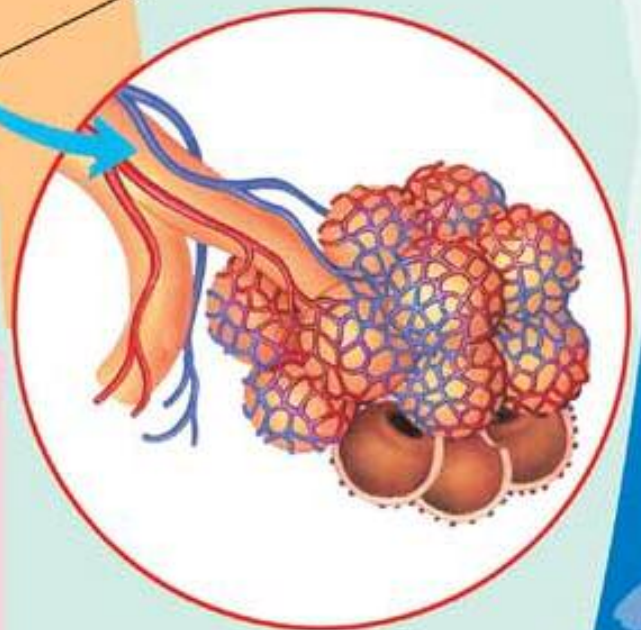
لهشی مه، ژ بو کو بزیت، بیویستی ب خوارن و هه خوارنی ههیه. لی ژ وان پتر بیویستی ب نوکسجینی ههیه. نوکسجین د نافه بای دا ههیه و ب ریکا بیهنه لکیشانی دجیته د نافه سیهن مه دا. پاشی دجیته د نافه خوینی دا و خوین ل هه می لهشی مه دگیرینیت.

نهم بای ب ریکا دفتنی و دهقی هه لکیشین.

با دجیته د گهورین دا. پاشی د بوریسا بای را درباس دییت.

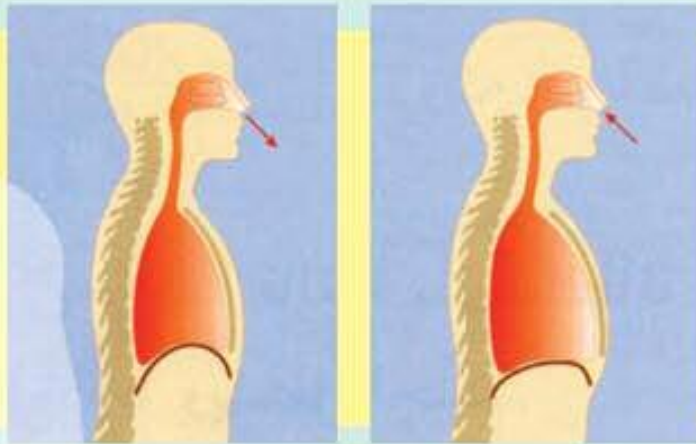
ب ریکا بوریسا بای. با دجیته د سیهن مه دا.

ژ سیهن مه درباسی خوینی دیست و د نافه هه می لهشی مه دا به لاقه دییت.



شانه یین لهشی مه بهردهوام پیدقی ب نوکسجینی ههیه. ژ بهر هندی نهم بهردهوام بیهن خۆ هه لکیشین و بهرددهین. د ههر دهقیقه یه کی دا، نهم نیژیکی (۱۵) جاران بیهن خۆ هه لکیشین و بهرددهین. ب هه مان ریکی نهو بایی مه هه لکیشای دهر دکه فیهته فه دهما نهم بیهن خۆ بهرددهین.





با و دهنگ

ژ بو کو نهم بشيین باخفين مه پيويستی ب بای ههيه.

نهو باين ژ سيهين مه دهردهگهفیت و دگهوريا مه را دهرباس دبیت، ژيهين دهنگی دلهرزینیت و ژ لهرزينا وان دهنگ دهردهگهفیت. نهو دهنگ ب لقينا نهزمانی و لیقان دبیته گوئن و ناخفتن.



چه نه با چهينه د سيهين مه |ه؟

بينهنا خو کوور هه لکيشه، پاشی بهرده د بقدانکهکی دا. هينگی دئ بينی کا چهند با دچيته د سيهين ته دا.

نوکسجين نهتهنی د ناف بای دا ههيه، نهو د ناف نافئ ژي دا ههيه.

ماسی ب ريکا پهرماسيکان نوکسجينا چهليایی د ناف نافئ دا هه لکيشن.

نهم مروف نهشيين نوکسجينا د ناف نافئ دا هه لکيشين ژ بهر هندئ نهگهر نهم بنناف ببين بو ماوهيهکی دريژ دئ خه ندفين.

ماسی ژي نهشيين نوکسجينا د ناف بای دا هه لکيشن، ژ بهر هندئ دهما ژ نافئ دهردهگهفن دمرن.



کهنی، کوخک، بيهنزک، باوشک ژ جورين بينن - هه لکيشان و بهردانی نه.

