

XEERARKA

LACAGTA

Richard Tembler

XEERARKA

LACAGTA

Sida Loo Kasbado Iyo

Sida Keydsado Iyo

Sida Loo sii Koriyo

Cabdiijibaar Axmed Cabdiraxmaan

Waxaa lagu daabacay

Madbacada Jaabir Printing

Isgoyska Bar Ubax – Mogadishu - Somalia

Tel & WhatsApp : +252 61 9 867747

ISBN 978-91-85945-36-8

© Copyright 2024 Jaabir Publishers. Xuquuqda Buugga
way dhowrantahay

Magaca Buugga: XEERARKA LACAGTA

Qoraagga:- Richard Tembler

Tarjumidda:- Cabdijibaar Axmed Cabdiraxmaan

Daabacaaddii 1aad:- 2025

Madbacadda:- Jaabir Printing

Tusmada Buugga

Hordhac.....	10
--------------	----

QEYBTA 1AAD : U FIKIRADDA QAAB HODDANNIMO

1. Qof Kastaa Wuu Taajiri Karaa—Waxa Aad U Baahan Tahay Oo Kaliya In Aad Is Dabaqdo.....	14
2. Go’aanso Waxa Aad Ku Qeexi Laheyd Hanti	16
3. Yoolalkaada Dhigo.....	18
4. Ka Dhig Khorshahaaga Mid Kugu Eg	20
5. Dadka Intiisa Badan Aad Bay Uga Caajisan Yihiin Inay Hodan Noqdaan..	22
6. Hel Xaqiiqda Dhabta Ah	24
7. Faham Waxa Aad Ka Aaminsan Tahay Lacagta Iyo Meesha Aad Ka Maqashay	26
8. Faham In Hantidu Tahay Cawaaqib, Ee Aanay Ahayn Abaal-Marin	29
9. Go'aanso Waxa Aad Lacagta U Rabto	31
10. Faham In Lacagtu Lacag Dhaliso	34
11. Xisaab Isku Dardarka Lacagta Kuu Soo Noqonaysa	36
12. Haddii Aad Lacagta U Aragto Xal, Waxaad Arki Doontaa Iyadoo Noqotay Dhibaatada	38
13. Waxaad Samayn Kartaa Lacag Badan, Waxaad Ku Raaxaysan Kartaa Shaqadaada, Waadna Seexan Kartaa Habeenada	40
14. Qof Xun Ha Noqonin Si Aad Lacag U Samayso	42
15. Lacagta Iyo Farxadda - Faham Xiriirkooda.....	45
16. Ogow Farqiga U Dhexeeya Sicirka Iyo Qiimaha.....	47
17. Ogow Sida Ay U Fakaraan Dadka Hodanka Ah.....	49
18. Ha Ka Masayrin Waxa Ay Dadka Kale Haystaan.....	51
19. Inaad Adiga Is Maamusho Ayaa Ka Adag Inaad Lacagtaada Maamusho ..	53

QEYBTA 2AAD : NOQOSHADA HODAN

20. Waa Inaad Ogaato Meesha Aad Joogtaa Ka Hor Intaanad Bilaabay	56
--	----

21.	Waa Inaad Lahaato Qorshe.....	59
22.	Xakamee Dhaqaalahaaga	61
23.	Shirkadaha Caymiska Way Bixiyaan Lacag, Balse Sida Ay U Badan Tahay Qofka La Siinayo Adiga Maaha.....	63
24.	Kaliya Inaad U Ekaato Qof Hodan Ah Oo Keliya Ayaad Hodan Ku Noqon Kartaa.....	66
25.	Si Aad Lacag U Tabacdo Saadaalin Samey (Maya, Tani Maaha Khamaar) .	68
26.	Go'aanso Hab-Dhaqankaaga Ku Aadan Khatarta Qaadashada	70
27.	Intaad Riski Qaadan Lahayd Raadi Waddo Kale Oo Beddel Noqon Karta .	73
28.	Haddii Aadan Qof Ku Kalsoonayn, Ha La Ganacsanin	75
29.	Marnaba Lagama Weynaado In Hodan La Noqdo.....	77
30.	Bilow Inaad Wax Keydsato Inta Aad Dhallinyarada Tahay (Ama Bar Carruurtaada Xeerkaan Haddii Aad Adiga Ka Daahday).....	80
31.	Faham In Baahidaada Maaliyadeed Ay Isbadasho Marxalado Kala Duwan Oo Noloshada Ah.....	83
32.	Waa Inaad Si Adag U Shaqeysaa Si Aad U Noqoto Taajir In Ku Filan Inaad Dib Dambe Si Adag Ugu Shaqeynin.....	85
33.	Baro Fanka Gorgortanka	88
34.	Baro Fanka Heshiiska	90
35.	Ganacsiyada Yaryar Kaama Dhigi Doono Hodan Laakin Waxay Kaa Dhigi Doonaan Qof Darxumo Hayso	92
36.	Hantida Dhabta Ahi Waxaa Laga Sameeyaa Heshiisyo La Galo Ma Laga Sameeyo Mushaar La Qaato	94
37.	Faham In U Shaqaynta Dad Kale Aanay Qasab Kaaga Dhigi Doonin Hodan - Balse Way Dhici Kartaa.....	96
38.	Ha Ku Lumin Wakhtiga Dib-U-Dhigista- Si Degdeg Ah U Qaado Go'aamada Lacageed	99
39.	U Shaqee Sidii Adigoon U Baahnayn Lacagta.....	101
40.	Kharash Garee In Ka Yar Inta Aad Kasbato.....	103
41.	Lacag Ha Amaahanan - Ilaa Adiga Dhab Ahaantii Aad Ku Qasban Tahay	105

42.	Tixgeli Isu-Geynta Deymaha	108
43.	Baro Xirfad Oo Waxay Dib Kuugu Soo Celin Doontaa In Badan.....	110
44.	Mudnaanta Sii Inaad Bixiso Deymaha Iyo Waxyaabaha Aad Soo Amaahato	112
45.	Ha Ku Mashquulin Inaad Kasbato Nolol Maalmeed.....	114
46.	Kaydso Lacag Yar-Yar - Mise?.....	116
47.	Ha Kiraysan; Iibso	118
48.	Faham Waxa Dhab Ahaantii Maalgashigu Ka Dhigan Yahay	120
49.	Dhis Xoogaa Raasumaal Ah; Markaa Si Caqli Gal Ah U Maal Gasha	122
50.	Faham In Hantida Ma Guurtida, Mustaqbalka Fog, Aysan Ka Badineynin Saamiyada	124
51.	Baro Fanka Xirfada Iibinta	126
52.	U Arag Nafsadaada Sida Ay Dadka Kale Kuu Arkaan	128
53.	Ha Rumaysan Inaad Mar Walba Guulaysan Karto.....	130
54.	Gacantaada Haku Dooranin Saamiyada Haddii Aanad Garanayn Waxaad Samaynayso	132
55.	Fahmo Sida Suuqa Saamiyada Dhabta U Shaqeeyo	134
56.	Kaliya Iibso Saamiyada (Ama Wax Kasta) Oo Aad Fahmi Karto	137
57.	Isticmaal Madaxaaga	139
58.	Si Walba, U Isticmaal Dadka Xirfada U Leh Maalgashiga (Laakiin Yaanay Ku Isticmaalin Adiga).....	141
59.	Haddii Aad Doonayso Inaad Hesho Talo Dhaqaale, Lacag Ku Bixi.....	144
60.	Ha Fara-Faraynin	146
61.	Ka Fikir Waqtiga Fog.....	148
62.	Hel Wakhti Go'an Maalin Walba Si Aad Uga Shaqeeyso Istaraatiijiyada Hantidaada.....	150
63.	Taxadar U Yeelo Tafaasiisha Yar-Yar	152
64.	Abuur Meel Dakhli Cusub Kaa Soo Gali Karo	154
65.	Baro Inaad Ciyaarto "Maxaa Dhacaya Haddii?"	156
66.	Xakamee Dareenka Lacag-Bixin	158

67.	Ha Ka Jawaabin Xayaysiisyada Ballan Qaadaa Qorshayaasha Degdega Ah Ee Qananimada Lagu Gaarayo - Adiga Ma Noqon Doontid Kan Dhaqsahaas Badan Ku Taajiraya	160
68.	Ma Jiraan Sirar	163
69.	Kaliya Ha Akhriyin Buuggan—Shaqo Qabo	165

QEYBTA 3AAD : QAABKA LOO SII KORDHIYO

70.	Si Joogto Ah U Samee Hubinta Caafimaadka Dhaqaale	169
71.	Raadi La Taliyaal Dhaqaale	171
72.	Raac Dareenkaaga	174
73.	Dib Ha Uga Jiifanin	176
74.	U Hel Qof Kuu Sameeya Waxyaabaha Aadan Awoodin In Aad Sameysato	178
75.	Baro Naftaada—Kali, Shuraako, Ama Ciyaaryahan Kooweed	180
76.	Raadi Fursadaha Qarsoon	182
77.	Ha Isku Dayin Inaad Si Degdeg Ah U Taajirto	185
78.	Had Iyo Jeer Weydii Danta Ugu Jirta Iyaga	187
79.	Ka Dhig Lacagtaada Mid Kuu Shaqaysa	189
80.	Ogow Goorta Laga Talabaxo Maalgashiga	191
81.	Garowso Hababkaada Kuu Goonida	193
82.	Ogow Sababta Ay Tahay Inaad U Barato Akhrinta Xaashida Isu Dheelitirka-Iyo Sida Aad U Aqrin Lahay	195
83.	Waa Inaad Hal Tilaabo Ka Horeysaa Canshuur Uruuriyahaaga	198
84.	Baro Sida Looga Dhigto Hantidaadu Mid Kuu Shaqeysa	200
85.	Weligaa Ha Rumaysan Inaad Kaliya Mudan Tahay Waxa Mushaar Ahaan Lagugu Siinayo	202
86.	Ha Raacin Jidka Dadka Kale Ay Qaadaan	204
87.	Ku Iibso Tayada	207

QEYBTA 4AAD : QAABKA LOOGU SII NAGAADO

88.	Iska Aqri Qoraaladda Farta Yar-Yar	209
-----	--	-----

89.	Haa Kharash Gareynin Ka Hor Inta Aadan Helin	211
90.	Lacag Dhinac U Dhig Aad Ugu Talagashay Gabowgaada	213
91.	Lacag Dhinac U Dhig Aad Ugu Talagashay Waqtiyada Adag.....	216
92.	Sidee Loo Dukaameystaa	218
93.	Waligaa Ha Ka Deynsanin Lacag Asxaabta Ama Qoyskaada (Balse Waad U Ogolaan Kartaa Inay Maalgashtaan)	220
94.	Ha Iska Dhiibin Hanti.....	222
95.	Ogow Goorta Ay Tahay Inaad Nasato	224
96.	U Adeegso Hantidaada Si Xikmad Leh.....	228
97.	Waligaa Lacag Ha Deyminin Asxaabta Ama Qoyska Ilaa Aad Diyaar U Tahay Inaad Cafiso Mooyaane	230
98.	Ha Amaahinin, Ee Qaado Hanti.....	232
99.	Run Ahaantii, Hore Uma Sii Qaadan Kartid	235
100.	Ogow Goorta/Sida Loo Dhaho Maya/ Haa	237

Hordhac

Waxaa jirta odhaah dhahaysa "Lacag kaliya ayay ka fikirnaan." Lagama yaabo inay taas run noqoto dabcan, marka loo eego in aysan jirin qof ka fikiro lacagta lafteeda (haddii aysan aheen dadka shillinka aruuriya). Sababta aan dhammaanteen u raadinno oo aan u rabno oo aan si adag ugu ilaalinno lacagta waa anaga oo fiirinayna waxa aan ku samayn karno lacagtaas.

Maya, dabcan lacag kuuma iibin karto jacayl iyo farxad. Inkasta oo ay kuu iibin karto in wanaagsan oo raaxo ah – iyadoo noloshaada ka saari karta waxyaabo badan oo aadan ku farxad galinin. Laakiin waxaad ku iibsan kartaa waxyaabo kale oo badan. Sannadihii na dhaafay waxaan soo helay tobanka shay ee ay dadku u badan yihiin inay rabaan inay lacagtooda ku bixiyaan:

1. **Amni:** Guri aad adigu leedahay iyo lacag kugu filan oo kuugu jirta bangi si uu kuugu taageero habka aad u rabto, iyadoo intaas lagu daray xoogaa gacanta aad kuugu jirto ~~oo~~ ^{ad} ku ~~la~~ ^{ka} xaaladaha degdega ah, iyo lacag hawlgab oo weyn oo kuu balan qaada shaqo ka fadhiisasho raaxo leh.
2. **Daganaan:** Guri diiran oo waasac ah, baabuur weyn, qof nadiifiya ama gaagaabiya cawska ama dharka dhaqda ama ka taxadara carruurta, iyo daryeel caafimaad oo tayo wanaagsan leh, oo aad heleyso mar kasta oo aad rabto.
3. **Raaxo:** Fasaxyada qaaska ah, cabitaanada wanaagsan, cuntooyinka makhaayadaha heerka sare, dharka qaaliga ah, kuraasta ugu fiican ee dhacdooyinka isboortiga ama show ama wax kasta oo aad ku raaxaysato.
4. **Dhaqdhaqaaq badan:** Kuraasta tareenada ee heerka koowaad iyo tigidhada diyaarada, safarrada maraakiibta dalxiiska, baabuur-wade kuu kaxeeya meel kasta oo aad aduunka ka joogto.
5. **Mansab:** Martiqaadyada sharafta leh, la kulanka dadka

muhiimka ah iyo isku-imaadyada gaarka ah, iyo helida ixtiraamka dadka kale.

6. **Saamayn:** inaad deeq-bixisid oo lacag badan aad sadaqayso, waxaad kuu suurtagalin kartaa in ra'yigaaga iyo rabitaannadaada la dhagaysto oo si dhab ah loo qaatay.
7. **Xorriyadda:** inaad ku tiirsanayn qof aad u shaqayso, madax kaa sareysa, ka baqin deyn lagugu qabsado, aysan jirin macaamiil lacagtooda aad ku tiirsan tahay. Adoon u noqonin jadwallo, ama saacad. Ogaanshaha inaad culays ku noqon doonin carruurtaada.
8. **Waqti firaaqo:** Waqti aad ku sameyso waxyaabaha aad rabto, aado meeshaad rabto, la kulanto qofka aad rabto, marka aad rabto.
9. **Caannimo:** Inaad awood u yeelatid inaad si joogto ah oo deeqsinimo leh u maaweeliso asxaabtaada, dadka aad taqaanno, iyo dadka kaa ag-dhow waxay u samaysaa yaabab noloshaada bulsho.
10. **Samafal:** Inaad awoodo inaad samayso tabarucaad joogto ah oo la taaban karo waxay ku siinaysaa ku qanacsanaanta caawinta dadka, taageerada ururada, iyo hore u socoshada fikradaha aad aaminsan tahay.

Waxay iigu muuqataa liis macquul ah. Marka haddii aad jeclaan lahayd in badan oo ah dhammaan waxyaabahan ama qaarkood, waxaad u baahan tahay inaad ogaato sida loo soo saaro ama loo tabco hanti weyn - taas oo macnaheedu tahay inaad u baahan tahay inaad ogaato waxa ay tahay waxa kala sooca maalqabeennada iyo kuwa aan maalqabeennada ahayn. Sidaa darteed, waxa aad u baahan tahay inaad ogaato waa mabaadi'da, iyo dabeecadaha ay leeyihiin hantiilayaasha, oo aadan adiga laheyn (wali). Qaar ka mid ah waxaad ogaan doontaa inaad ogtahay, laakiin aadan laheyn ama aanad sameynin. tani dhab ahaantii maaha wax adag; kaliya waxay tahay faham ka dibna samayn ama ku dhaqan (hirgalin). Waxaan

diraasad ku sameeyay dad badan oo hodan ah, waxaana ii cad in ay jiraan qaar ka mid ah mabaadi' aasaasi u ah oo ay raacaan ku dhawaad dhammaantood. Inta badan Xeerarka buugan waxay u badan yihiin mabaadi'daas. Waxaa kaloo jira mabaadi'da qaar oo maalqabeenada qaar ay ku dhaartaan, laakiin dhammaantood maaha. Waxa aan ku daray qaar ka mid ah sidoo kale qaab qiyaas wanaagsan, waxaa laga yaabaa inaad adiguna ka mid tahay dadka ay xeeladdaas u shaqayso.

Amniga, Daganaanta, raaxada, dhaqdhaqaaqa badan, Mansabka, saamaynta, xoriyada, wakhtiga firaaqada, caannimada, samafalka — intaasi waa dhammaan waxa dadka qaarkiis ay ka fikiraan. Waxaa laga yaabaa inaysan wax walba u ahayn; Waxaa laga yaabaa inaysan xitaa dammaanad qaadin nolol farxad leh, laakiin waxay yihiin aasaas wanaagsan oo lagu dhisi karo farxad.

Waxaan isku dayay inaan buuggan ku xardho Xeerarka ugu muhiimsan ee kaa caawin kara inaad gaadho tobankan shay. Dhammaantood xeerarkaas waxa loo maleenayaa sida inay ku saabsan yihiin lacag ururin, dabcan dareen ahaan way ku saabsan yihiin, laakiin niyad ahaan waxay ku saabsan yihiin lacag si loogu dan gaadho. Macnaheedu waa in tobankaas dan lagu gaadho.

Dabcan anigu ma sheeganayo in boqolkan ama wax ka badan Xeerarkan ay yihiin macnaha kaliya ee lagu gaari karo danahan. Waxaa laga yaabaa inaad la kulanto kuwa kale oo aad u aragto inay ku caawinayaan. Haddii ay sidaa tahay, fadlan xor u noqo inaad nala wadaagto iyaga.

QEYBTA 1-AAD

U FIKIRADDA QAAB HODDANNIMO

Lacagtu waa fikrad. Dhab ahaantii ma arki kartid mana taaban kartid (ilaa inaad gacanta ku haysatid bir dahab ah mooyaane). Waxa kaliya oo soo dhaweyn kara waa shahaadooyinka saamiyada ama jeegaga. waa waraaqo, haa, laakiin waa warqado yaryar oo awood weyn wata.

Fikradda lacagtu waxaa noola socda waxyaabo badan oo badan. Waxaan leenahay aaminsanaan soo jireen ah ooo ah in lacagtu ay wanaagsan tahay ama ay xun tahay iyo in rabitaankeedu ay wanaagsan tahay ama ay xun tahay. In la jeclaado ay wanaagsan tahay ama xun tahay. In la kharash gareeyo ay wanaagsan tahay ama xun tahay.

Waxa aan ku soo jeedin doonaa Xeerarka ugu horreeya waa in laga yaabee, laga yaabee, sida aan uga fikirno hantida ayaa laga yaabaa inay naga celiso inaan tabacno hanti. Haddii, qalbiga, uu aaminsanahay (xita si miyir la'aan ah) in lacagtu ay tahay shay xun oo lahaanshaha wax badan iyo wax badan oo iyada ka mid ah runtii ay tahay shay aad u xun, markaa waxaa laga yaabaa inaan wiiqno dadaalkeena, annagoon ogeyn, si aan u helno wax badan.

Waxaan sidoo kale kuu soo jeedin doonaa inaad eegto inta aad diyaar u tahay inaad lacag samayso. Waa sida isboortiga oo kale -mar kasta oo aad u tababarato, ayaa aad ugu fiicnaan doontaa. Sidoo kale lacag ma samayn kartid adigoo caajis badan. Waa inaad gelisaa xoogaa shaqo ah.

Sidoo kale waa inaad si qoto dheer u ogaataa waxa aad rabto, sababta aad u rabto, sida aad u malaynayso inaad u heli doonto, waxaad ku samayn doonto ka dib markaad hesho - wax sidaas oo kale ah. Qofna ma odhan tani way fududaan doontaa....

XEERKA 1-AAD

QOF KASTAA WUU TAAJIRI KARAA – WAXA AAD U BAAHAN TAHAY OO KALIYA IN AAD IS DABAQDO

Waxyaabaha ay ku quruxda badan tahay lacagta ayaa ah in aysan run ahaantii takoor aqoonin. Ma danayso midabkaaga ama jinsiyada aad tahay, heerka aad tahay, waxa waalidkaa sameeyay, ama xataa cidda aad u malaynayso inaad tahay. Maalin kasta waxay kuu furtaa baal cusub oo nadiif ah sidaa datrteed wax walba oo aad shalay samaysay, maanta mar kale ayay kuu bilaabmaysaa, waxaadna heli doontaa xuquuq iyo fursad la mid ah inta dadka kale oo kale oo aad ku qaadato inta aad rabto. Waxa kaliya ee dib kuu celin kara waa naftaada iyo khuraafaadka aad lacagta ka aaminsan tahay (fiiri xeerka 7aad).

Hantida aduunka, qof waliba inta uu qaato ayuu leeyahay. Maxaa kale oo macno samayn kara? Ma jirto qaab ay lacagtu ku ogaan karto cidda gacanta ku haysa, shahaadooyinkooda, himilooyinka ay leeyihiin, ama heerka bulsho oo ay ka tirsan yihiin. Lacagtu ma laha dhego ama indho ama dareen toona. Waa mid aan dhaq-dhaqaaqi karin, aan noolayn, aan la taaban karin. Wax faham ah ma laha. Waxay halkaas u taalaa oo kaliya in la isticmaalo oo la kharash gareeyo, la xafidto ama la maalgeliyo, la isku dagaalo, la isku sasabto, laguna shaqeeyo. Ma taqaano takoor, sidaa darteed ma xukumi karto inaad iyada "mudan tahay."

Waxaan daawaday dad aad u badan oo taajiriin ah, hal shay oo ay dhamaantood ka siman yihiin ayaa ah in aanay waxba ka sineyn-marka laga reebo dhammaan inay ku dheelaan Xeerar, dabcan. dadka hodanka ah waa koox dad ah oo kala duwan. Waxay u kala duwan yihiin mid shaydaan ah ilaa mid fiican, mid caqli leh ilaa mid nacas cad ah, mid mudan hantida ilaa mid aan istaahilin. Laakiin mid kasta oo iyaga ka mid ah ayaa kor u istaagay oo yidhi, "Haa, fadlan, waxaan rabaa qaar ka mid ah hantidan." Saboolkana waa kuwa leh, "Maya

mahadsanid, aniga ma aha, anigu ma istaahilo. Uma qalmo. Waan awoodi karaynin. ma ahayn.”

Taasi waa waxa uu buuggani ku saabsan yahay, isaga oo weeraraayo aragtidaada ku aadan lacagta iyo hantida. Dhammaanteen waxaan u qaadanaa in dadka saboolka ah ay sabool yihiin sababtuna ay tahay duruufaha, asalkooda, korriintooda. Laakin haddii aad awood u leedahay inaad iibsato buug sidan oo kale ah oo aad ku noolaato adduunkan ammaan is barbardhig iyo daganaan, markaa adiguna waxaad leedahay awood aad ku noqon karto hodan. Way adkaan kartaa. Waqti ayay qaadan kartaa laakiin waa wax la samayn karo. Taasina waa Xeerka 1aad -qof kastaa wuxuu noqon karaa hodan, kaliya waa inaad adigu is dabaqdaa. Dhammaan Xeerarka kale waxay ku saabsan yihiin is dabaqidaas.

Waxaad leedahay xuquuq iyo fursad la mid ah tan
qof kasta oo kale oo aad ku qaadan karto inta aad
rabto.

XEERKA 2-AAD

GO'AANSO WAXA AAD KU QEEXI LAHEYD HANTI

Haddaba, waa maxay, adiga ahaan, hanti? Tani waa mid aad u baahan tahay inaad hore uga sii fariisato oo aad horay uga sii shaqeyso haddii aad doonayso inaad hanti hesho. U fiirsashadaydu waxay tahay in dadka hodanka ah ay si aan kala go' lahayn uga shaqeeyeen tan. Waxay si sax ah u garanayaan waxa iyaga ahaan, hantidu la macno tahay.

Waxaan leeyahay saaxiib hodan ah oo deeqsinimo badan leh oo dhahaya in uu waa hore ogaa markii uu bilaabayay ganacsiga inuu isu maleyn doono inuu wax isagu ku filan sameeyay markii uusan ku noolayn lacagtii uu urursaday (taas oo aan u bixin karno hantidiisa) . Xataa maaha marka uu ku noolaado lacagta dulsaarka ee hantidiisa. Maya, wuxuu isu haysan lahaa inuu maalqabeen yahay markuu ku noolaado lacagta dulsaarka ku ah lacagta dulsaarka hantidiisa. Waxay iigu muuqataa aniga mid wanaagsan.

Hadda, saaxiibkani wuu garanayaa inta lacag dul-saar ay samaynayso lacagta dul-saarka ku ah hantidiisa, xataa saacaddiiba inta ay sameysay. Sidaa darteed haddii aan dhammaanteen u baxno cunto fiidkii wuxuu garanayaa (a) inta cuntadu ku kacayso iyo (b) inta uu sameeyay intuu cuntada cunayay. Waxa uu leeyahay in inta (b) ay ka badan tahay (a), inuu faraxsan yahay asiga.

Tani waxay dhigaysaa qeexida hanti meel aad u sareysa sida aad u maleynayso. Waxaa laga yaabaa inaad rabin inaad sidan sare ugu qaado. Taasina waa fiican tahay dabcan. Hadanna, waxay tahay inaad lambar u dajisaa adiga. Waagii hore qof kastaa wuxuu rabay inuu noqdo milyaneer. Taasi waa mid fudud in la xukumo haddii aad halkaas gaartid iyo haddii kale. Maanta waxaa jira dad badan oo haysta guryo ka qiimo badan intaas oo aan isku haysan in ay yihiin dad hodan ah oo aan weli si buuxda u helin in ay u rajeeyaan naftooda bilyaneerada.

Qeexitaankeyga, marka la barbardhigo, waa inaan haysto wax ku filan si aanan uga welwelin inaan haysto wax igu filan. waa imisa? Marna ma garanayo. Had iyo jeer waxay u muuqataa inay jiraan wax badan oo laga walwalo-iyoo wax yar oo soo gala. Laakiin sida dhabta ah, waxaan dareemayaa inaan ahaa "qof raaxo ku nool" tan iyo markii aan bilaabay u tirinta lacagta kumanaan halkii aan u tiring lahaa doolar doolar. Waxaan ku ogaan karaa kunka ugu dhow inta aan haysto, inta aan u baahanahay iyo inta aan kharash gareyn karo.

Dadka qaarkiis, werwer la'aantu waxay la macno tahay in ay helaan in ku filan si ay u bixiyaan wixii degdeg ah ee ku soo baxa qoyskaaga ama gurigaaga. Haddaba sidee u qeexi lahayd? Marka la eego tirada baabuurta aad leedahayaa? shaqaalaa? Lacag caddaan ah oo bangiga kuu taalaa? Qiimaha gurigaaga joogaa? Inta ay dhantahay lacagaha maalgashigaadaa? Dabcan, ma jiraan jawaab sax ah ama khalad ah, laakiin waxaan dareemayaa in ilaa aad ka shaqaynayso midaan inaadan akhriin sii wadin. Haddi aynaan lahayn bartilmaameed, ma qaadan karno hadaf. Haddii aannaan lahayn meel loo socdo, kama bixi karno guriga ama waan iska wareegi doonaa muddo saacado ah. Haddii aynaan lahayn qeexitaan, sidee ayaan ula socon karnaa ama u xukumi karnaa guusha? Haddii aynaan tan samayn, sidee ku ogaan doontaa in buuggani uu adiga ku caawiyay?

Haddii aynaan lahayn qeexitaan, sidee ayaan ula socon karnaa ama u xukumi karnaa guusha? Haddii aynaan tan samayn, sidee ku ogaan doontaa in buuggani uu adiga ku caawiyay?

XEERKA 3-AAD

YOOLALKAADA DHIGO

Adiga oo qeexaya waxa aad ula jeedo Hanti, waxaad hadda leedahay meel aad u socoto. Dejinta ujeedooyinkaagu waa samaynta jadwal si aad u gaadho meeshaas. Way fududahay. Haddii aad ogtahay inaad baabuur u kaxaynayso meel gaar ah, waxay macno samaynaysaa inaad ogaato.

- Waqtigee ayaad guriga ka baxaysaa
- Waqtiga aad filayso inaad tagi doonto
- Jidkee ayaad mari doontaa
- Waxaad samayn doonto markaad halkaas tagto

Taajirnimadu waa si la mid. Waxaad u baahan doontaa inaad horay u sii ogaato waxa aad hanti u taqaano, sidaad damacsan tahay inaad halkaas u gaadho, muddada aad filayso inay kugu qaadata, iyo waxa aad awoodi doonto inaad ku samayso ama aad rabto inaad lacagtaada ku samayso marka aad hesho.

Haddaba, markaad qeexday waxa ay hantidu adiga kuu tahay, miyaad hadda arki kartaa muhimadda ay leedahay dejinta hadafkaaga? Ka fakar sidaad ku talo jirto inaad taajir u noqoto iyo inta ay kugu qaadanayso, kadibna deji yoolkaaga. Waxay noqon kartaa mid fudud: "Waxaan noqon doonaa milyaneer marka aan gaaro afartan sano, waxaanan hanti ku sameyn doonaa inaan maamulo shirkadda horumarisa dhulalka."

Taasi way fududahay. Hagaag aniga ayay ii ahayd taas sababtoo ah waxaan kaliya ku siinayay tusaale. Adiga waxaan is leeyahay waxay kugu noqon doontaa mid aad u adag. sababta oo ah ma aadan ka fikirin tan hadda ka hor. waxaan kugu dhiirrinayaa inaad go'aansato waxa iyo goorta iyo sida. Waa haddii aad sidoo kale rabto in aad maalqabeen noqoto. Oo waxaan u malaynayaa inaad rabto ama maanad akhriyi laheen ilaa hadda. Adigay kuu wanaagsan tahay.

Hadda deji ujeedadaada. waan ku sugi karaa

Horay maa ka soo noqotay? Sidee wax u dhaceen? Hadafkaagu waa inuu noqdaa mid waaqici ah, daacad ah, oo la gaadhi karo. waaqici ah waxaan ula jeedaa in dejinta ujeedo ah in la noqdo qofka ugu qanisan adduunka ay dhici karto, laakiin ma dhacayso, ma aha mid waaqici ah.

Daacad kaa ah waxay la macno tahay inaad naftaada u run sheegto oo aad dejiso yool aad la noolaan karto oo aad la shaqayn karto. In aad naftaada been u sheegto waxa ay la macno tahay in ay fashilmi doonto. Inaad been u sheegta dadka kale waxay la macno tahay inay fashilmi doontaa.

la gaari karo? Haa-taas iyada xataa, sidoo kale. Haddii aadan waxba ka aqaanin dhulalka oo aadan xiisayneynin inaad barato, oo aadan haysanin raasamaal ama aadan heli karin deyn, markaas sameynta yool ah hormarinta iyo dhismada dhulalka ma ahan mid waaqici ah, daacad ah, ama la gaari karo.

Ma ku faraxsan tahay waxa aad heysato? Wacan oo wanaagsan. Haddii kale, mar kale isku day oo aynu dhaqaaqno; waxaan rabnaa inaan ku dhaqaajino oo ku socodsiiino sida ugu dhaqsiiyaha badan.

Waa inaad hore usii ogtahay maxaad hanti u taqaanaa, sida aad jeceshahay in aad iyada ku gaartid, iyo inta aad filanayso inay kugu qaadata.

XEERKA 4-AAD

KA DHIG KHORSHAHAAGA MID KUGU EG

Hadda oo aad gashay safar cusub, jiho cusub, waxaa mudan inaad khorshahaaga ku haysato koofiyaddaada hoosteeda. Waxaa laga yaabaa inay timaado wakhti aad u baahan doonto inaad kala tashato waxa aad samaynayso hagayaasha dhaqaale (eeg Xeerka 71) laakiin wakhtigan xaadirka ah ha baahin waxaad samaynayso. Waxaa jira dhowr sababood oo tan:

- Fikradaha dadka kale waxay badanaa noqon karaan kuwo xun, taasina way ku niyad jabin kartaa.
- Haddii qof kastaa khorshahan raaco, waxaa laga yaabaa in fursaddaada yaraato.
- Looma baahna inaad bixiso dhammaan fikradahaaga ugu fiican.
- In dad kale ka wada hadlaan ganacsigaaga marna adiga kuuma wanaagsana.
- Ma jeclaan laheen in lagu arko qof wacdi badan ama isku deya inuu dadka ka dhaadhiciyo hab fikirkiisa.
- Ma jiro qof kale oo doonaya inuu ogaado waxaad ku sugan tahay - haddii ay ku weydiiyaan sida aad tahay, ugu jawaab "Fiican" oo fudud halkii aad ka bixin lahayd sharraxaad dheer oo ah waxaad samaynayso.
- Way fiican tahay inaad sir leedahay - waxay ku siinaysaa diirrannaan, dhuux, dareen dhal-dhalaal.

Haddii aad baahiso waxa aad samaynayso, waxa hareerahaaga joogi doona dad kaa masayri doona oo si walba u samayn doona wax walba oo ku niyad jebin kara. Maxaa yeelay, waad macasalaamaynaysaa si haddii loo fiiriyo. Waxaad ku dhahaysaa in qofkii hore, qaab

nololeedkii hore, aanu ku qanacsaneyn hadda kadib oo aad u baxayso raadinta qaab nololeed ka wanaagsan. Dabcan, way ka xumaan doonaan middaas. Markaa khorshahaaga koofiyadaada hoosteeda hakuugu jirto. Taasi wax kharash ah kaama rabto ama kaagama baahna inaad wax samayso.

Tani ha noqoto sir noo qarsan. Sii wad wax-barashada iyo ku dhaqanka Xeerarka, kaliya ha u sheegin qof walba—si kasta oo aad ugu malaynayso inay ka faa'iidayaan karaan akhrinta buuggan. Dabcan, Koobi u qaad.

Waxa xiisaha leh ayaa ah in xitaa haddii aad qof walba u sheegto, uma badna inay wax ka qabtaan. Dadka intooda badan waxay doorbidaan inay daawadaan telefishinka intii ay naftooda ka soo bixin lahaayeen godka faqriga. Waan kaa fekerayaa oo keliya markaan ku dhahayo khorshahaaga koofiyadda hoosteeda hakuugu jiro. Qof kasta oo qaata diin nooc ee doonto ha ahaatee waa inuu ilaaliyo dibnahiisa oo uu ka adkaado. Dadku runtii aad bay u neceb yihiin in la wacdiyo, loo khudbeeyo, lagu dhiirigaliyo inay ka fikiraan qaab nololeedkooda, ama loo sheego in waxa ay samaynayaan aanay ku filnayn. Barwaaqo inaad heshaa waa mid ka mid ah waxyaabaha ay tahay inaad si gaar ah, oo qarsoodi ah, oo gooni ah u sameyso. Ma aha in ay jiraan wax khalad ah, kaliya in ay kalinimadu sida ugu fiican tahay.

Hadda waxaad soo socday safar cusub, jido cusub,
waxaa laga yaabaa inay muhiim in aad koofiskaaga
hoos yihiin.

XEERKA 5-AAD

DADKA INTIISA BADAN AAD BAY UGA CAAJISAN YIHIIN INAY HODAN NOQDAAN

Waa inaad goor hore kacdaa, aad u shaqaysaa maalinta oo dhan, oo aad sariirta tagtaa adigoo weli ka shaqaynaya ujeedooyinkaada. Haa, lacagtu waxay mararka qaarkood ka baxdaa geedaha - ama way u muuqataa siddaas. Haa, dadku waxay ku guulaystaan bakhtiyaanasiibka, abaal-marinta weyn. Dadku waxay dhaxal lama filaan ah ka helaan qaraabadooda muddo dheer la waysanaa. Haa, dadku waxay si lama filaan ah u helaan magac iyo maal meel aanay waxba ka raadin. Laakiin Adiga ma kugu dhacayso. Dabcan, waxay u badan tahay in aanay intaas dhici doonin. Haddii hadafka aad dejisatay ay tahay Ku guulaysiga bakhtiyaanasiibka oo kadibna aad rabto inaad ku noolaato raaxo wixii ka dambeeya, Markaas ha sii akhriyin. Buugan isku laab oo bax oo iibso tigidhada bakhtiyaanasiibka. Haddi hadafkaagu yahay mid waaqici ah se akhri.

Dadka intiisa badan aad bay uga caajisan yihiin inay hodan noqdaan. Waxaa laga yaabaa inay sheeg-shegaan inay rabaan inay noqdaan, laakiin ma rabaan. Waxaa laga yaabaa inay iibsadaan tigidh bakhtiyaanasiib ah inay bixiyaan tilmaanta aan daacadda ka aheyn ee ah inay doonayaan inay hodan noqdaan, laakiin diyaar uma aha inay shaqa galaan. Uma diyaarsana inay wax u huraan, wax bartaan, diraaseeyaan, dabada ka dhididaan, dedaalaan, oo ay ka dhigaan diirada noloshooda.

Qaar badan oo iyaga ka mid ah-ma aha adiga- waxay aaminsan yihiin haddii aad sidaas samayso inaad si uun xumaan ugu wasakhaysan tahay (Eeg Xeerka 7aad). Laakiin miyay caadi tahay in aad si adag u shaqeyso si aad lacag u samayso? Ma wax mudan baa in la raboodo? Waxay kuxirantahay sababta iyo waxaad ku samayn doonto ayaan filayaa.

Dadka intooda badan ma rabaan inay qabtaan shaqada. Haa, waxay rabaan lacagta laakiin waa haddii ay ku timaado qaab gadis ah, nasiib, ama fursad ay ku helaan. Markaa waa OK. Markaas oo aan lagu wasakheeynin dhidid iyo shaqo iyo xamaasad iyo feejignaana.

Waxaan u maleynayaa haddii aad eegto qof hodan ah oo ku filan inuu noqdo qof lagu daydo - Bill Gates, Richard Branson, Warren Buffett, Simon Cowell, James Dyson, Petr Kellner* - waxaad ogaan doontaa hal shay oo kaliya oo ay wadaagaan ... waxay ka shaqeeyaan ilaa ay dabada ka dhidideen. Waxa laga yaabaa inay lacagtooda ka sameeyaan kombayutarada, iibka, ganacsiga, warshadaha filimada, nadiifinta, heesaha, idaacadaha, IWM. Laakiin hal shay oo ay dhamaantood wadaagaan ayaa ah awooda in ay maalin gudaheed ku qabteen inta badankeena ay bishii qabtaan.

Taasina waa arrinta cajiibka ah ee hantida ay leedahay - way iska taal-taalaa waxayna sugaysaa qof sheegata (xusuuso Xeerka 1aad). Kuwa sheeganaya waa kuwa goor hore kaca, dadaala, saacadahana geliya.

Adiguna waa inaad sidoo kale sidaas sameysaa. Kooxdayda kuma jiraan cajiislowyaal ama kuwa bilaash wax ku rabaan. Waxaan rabaa dad shaqo adag, heeganaan, diiradda in la saaro waxa la qabanayo, hami, lacag-sameeyayaasha. Iyadoo dareen xiiso leh dabcan.

Dadka badana aad ayay uga caajisan yihiin inay
hodaan noqdaan. Waxa laga yaabaa inay
yidhaahdaan waxay rabaan inay noqdaan, laakiin
ma aha.

XEERKA 6-AAD

HEL XAQIIQDA DHABTA AH

Waxaa la yaab leh inta qof ee iska indhatirta waxa cad. Gaar ahaan dadka saboolka ah. Maya, anigu cuqdad ma qabo; Waxaan leeyahay tani waa qayb ka mid ah sababta ay u saboolsan yihiin. * Dadka qaar ayaa aad uga cawda inaysan heysan in ku filan, waxay sameeystaan cudur-daaryo badan, waxaa laga yaabaa inay shaqeeyaan, laakiin maaha kuwo si adag u shaqeeya ama maahan kuwo u shaqeeya si sax ah. Haddana waxay rajeyneyaan in dhibaatooyinkooda ay si fudud u dhaafaan.

Bal qiyaas maxaa dhici doona? Ma dhaafayaan dhibaatooyinkaas. Waxay u badan tahay inay ka sii daraan dhibaatooyinkaas. Haddii aad dhibtoonayso dhaqaale ahaan oo aad is weydiinayso sida aad u sameyn laheyd lacag - wax badan ama wax yar - waxyaalaha adiga ku khuseeya, waxaad u baahan tahay inaad qaado tallaabooyin wanaagsan. Sababtoo ah waxaan kuu ballan qaadayaa in marka laga reebo inaad ku guuleysato bakhtiyaanasiibka mooyaane, waxba ma is beddelaayaan inaad adiga badasho mooyee.

Markaa fadhiiso oo si hufan uga fakar waxa aad u sameyn karto si aad u kordhiso hantidaada. Ka dibna samee. Wax kale kaama soo bixin doonaan godka dhaqaale xumada. Noqo qof waaqici ah – adigoo is weydiinaya meesha aad u socoto, waxaad kharashgaraynayso, waxaad kaydsanayso, iyo waxaad samayn karto si aad naftaada u dejiso waddo cusub oo barwaaqaysan.

Tani waxay khusaysaa lacag kaydsashada sidoo kale. Haddii aad rabto \$50,000 shan sano gudahood, ma kugu filna inaad meel dhigto labaatan doolar bishii. Waxaad nasiib yeelan doontaa haddii ay kuu gaarto kun doolar lacagtaas. Haddii aad rabto inaad kaydsato lacag gaar ah, waxaad u baahan tahay inaad si sax ah uga shaqeyso inta aad u baahan tahay inaad kaydiso usbuucii ama bishii si aad hadafkaada u gaadho. Haddii aanay xisaabta is keenaynin, madaxaaga ha ku aasin

ciidda oo ha niyad jabin. Ka shaqee sidii aad wax badan u keydsan lahayd, ama ugu dib dhigi lahayd wakhtigaaga kama dambaysta ah.

Haddii aad ogtahay in aad leedahay caadooyin lacag-xumo ah, markaas waajah iyaga. Haddii aad had iyo jeer ku qarash gareyso \$ 100 bishii inaad cabto, qalab gadato, kabo iibsato, wax kasta, markaa ma fiicna inaad iska dhigto inaad sameynin sidaas markaad dajinayso qorshayaashaada maaliyadeed. Haddii aad ogtahay inaad ku dhibtoonayso inaad wax keydsato, macno ma sameynayso inaad iska dhigto qof si lama filaan ah u kaydsan karo \$100 bishii, bil kasta.

Waan ogahay inay fududahay in la iska indha tiro dhibaatooyinka iyo niyad-jabyada, laakiin haddii aad taas samayso waligaa ma heli doontid hodannimo. Haddii ay dhab kaa tahay inaad lacag sameyso, waa inaad bilowdaa inaad hesho geesinimada si aad uga hortagto caqabadaha maaliyadeed ee noloshaada oo aad wax ka qabato iyaga.

Waxba isbedeli maayaan ilaa aanad samayn.

XEERKA 7-AAD

FAHAM WAXA AAD KA AAMINSAN TAHAY LACAGTA IYO MEESHA AAD KA MAQASHAY

Dhammaanteen waxaan soo maqleynay khuraafaad lacageed ilaa yaraanteena. Inta uga badan waxaan ka maqalnaa waalidiinteena ama waxaan ka garowsanaa qaabka ay noo koriyaan. Waxaan ilaa hadda maqli karaa hooyaday oo leh, "shillin la kaydsaday waa shillin la kasbaday," ilaa maantadanna weli ma garanayo waxa ay ula jeeday. Waxaa laga yaabaa inaan nasiib leeyahay. Khuraafaadyada aan lacagta ka maqlay waxay ku salaysan yihiin waxyaabo badan oo aan macno lahayn. Laakiin badideenna waxaan leenahay caqiidooyinka lacageed ee soo socda:

- Lacagtu waxay xidid u tahay xumaan kasta. *
- Lacagtu waa wasakh.
- Uma qalmo inaan hodan noqdo.
- Lacag waxaa sameen kara uun qof hunguri badan iyo qof daacad-darran.
- Lacag meesha ay soo gasho musuqmaasuqna wuu soo gala.
- Waa inaad lacagta intaad heysato sheeg-sheegin —waligaa ha sheegin inta aad mushaar u qaadata, ama aad heysato, ama wax aad ku bixisay (haddii aanay ahayn gorgortan).
- Haddaad Hanti heysato ma noqon kartid "qof saafi ah."**
- Waxaad waysaa saaxiibbadaa haddii aad Hodan noqoto.
- Waa inaad aad u dadaashaa si adag si aad taajir u noqoto (eeg Xeerka 5aad).

- Farxadda iyo lacagtu waxay kaa dhigaan qof sariirta jiif ah oo liita.
- markasta oo ay saaidan waxa aad haysato, waxaa bata waxa aad rabto.
- Si uun bay u roon tahay inaad sabool ahaato.
- Ma ii qorna inaa taajir noqdo-haddii ay ii qornaan lahayd hadda ayaan ahaan lahaa.
- Ma ihi qofka saxda ah ee loogu talagalay taajirnimo.

Si degdeg ah dib ugu eeg. Hubi kuwa aad aaminsan tahay. Hubi kuwa aad maqashay. Hadda waa inaad xoogaa ka qabataa shaqadaas adag. Qor kuwa macnaha kuu leh. Ku dar kuwa aan ka tagay-waan ogahay waxaa jiri doona dhowr. Hadda ka fikir sababta aad u aaminsan tahay kuwa aad aaminsan tahay. Ma waxay yihiin kuwo aad si firfircoon uga fikirtay, uga faalootay, oo cilmi baadhis u hibaysay? Mise waa wax aad dhaxashay uun, ama lagaaga tagay, oo jidka aad ka soo qaaday?

Ka saar maskaxdaada wax kasta oo su'aal gelin kama aad aqbali karto inay yihiin wax aan jirin. Tuur wax kasta oo aan run ahayn. Oo jeex jeex mid kasta oo wadadaada hor joogsan karta, dib kuu celin kara, ama kaa joojin kara inaad lacag samayso.

Waxa ay tahay in kuu haraan waa waxna, waxba, warqad madhan. Hadda waxaad qoran kartaa caqiidooyin cusub sida

- Lacagtu waa wax caadi ah.
- In la rabo lacagta waa wax iska caadi ah.
- Waxaan noqonayaa qof maalqabeen ah.
- Waxaan diyaar u ahay inaan shaqada waqti geliyo.

Dadka taajiriinta ah ma aaminsana khuraafayadaas lacageed ee dhibka badan ee annagu dadka saboolka aan aaminsan nahay. Way iska nadiifiyeen ama waligoodba may haysan. Haddii aan anagana

iyaga iska nadiifinno, waxaan heysanaa fursad wanaagsan oo aan meeshaas ku gaari karno.

Ka saar maskaxdaada wax kasta oo su'aal gelin k ama
aad aqbali karto inay yihiin wax aan jirin.

XEERKA 8-AAD

FAHAM IN HANTIDU TAHAY CAWAAQIB, EE AANAY AHAYN ABAAL-MARIN

Haddii aad si adag u shaqeyso si aad lacag u samayso, waxaad fursad fiican u haysataa inaad hantiile noqoto. Waa inaad aqbashaa in hantidu ay tahay lacag lagugu siiyay fikirkaada xariifsan iyo shaqadaada adkayd. Markasta oo aad si adag u shaqeyso iyo si caqli leh, wax badan ayaad kasban doontaa. kuma siinayaan lacagta guddi baaraya inaad u qalanto iyo in kale, iyo haddii aad ku filneed in lagu siiyo. Balse waa cawaaqib toos ah.

Waxaan inta badan eegnaa qof lacag haysta kadibna waxaan sameeynaa dhammaan noocyada kala duwan ee qiimeynta si aan u eegno bal haddii ay u qalmaan. Dhammaanteen waan sameeyneynaa. Waxaan akhrinayay warbixin ku saabsan Calvin Ayre -buugyahankii internetka- kaas oo runtii aad hodan uga noqday inuu socodsiiyo bog onlayn "Online" oo la dhigto khamaarka si toos ah. Waxa uu lahaa in la eg 16 milyan oo macaamiil gudaha Maraykanka, Waaxda Caddaaladda ee Maraykanku aad uguma faraxsanayn arrintan oo waxay rabeen inay xidhaan isaga. Ayre ma aha muwaadin Maraykan ah mana dagana halkaas. Waxaad ka akhrisan kartaa wax walba oo ku saabsan isaga bogga www.Forbes.com (guriga dadka runtii hodanka ah). Haddii aysan ahayn boggaga shaashada kuu saaran, waa inaad ka dhigataa hadda. Waxaad inta u joogtaa inaad hodan noqoto, taasoo la macno ah inaad fahanto halka ay hantidu ka timaado.

Aan u laabano Ayre. Waxa uu ku noqday qani sida lagu eedaynayo isaga oo ka faa'iidaysanaya daldaloolo sharciga Maraykanka ah, taas oo waxa lagu eedaynayo in uu sameeyay ka dhigaysa inay tahay sharci darro laakiin dalka ma joogo haddii uu wax dambi ah ka gali lahaa. Ma isagaan xukumnaa? Ma xukumayo aniga. Macluumaadkan ayaan daraaseeyaa si aan u arko haddii aan ka faa'iidaysan karo iyo

in kale. Waxa khaladka noqon kara waa khamaarka. Laakiin waxaan ka warhayaa in cawaaqibta shaqadiisa adag ay tahay lacag badan.

Waxa aan maalin dhawayd daawanayay barnaamij TV-ga ka socday oo ku saabsanaa nin gawaadhida u dhaqa dadka caanka ah ee maalqabeenada ah. Wuxuu ka qaadaa \$2,000 baabuurkasta ee uu dhaqo. Ogow, tan waxaa ku jirta dhalaalinta, Haddana lacagtiisu ma abaal-marinbaa mise cawaaqib? Uma maleynayo inuu u arki doono abaalmarin. Waa qiimaha uu u dejiyay, macaamiishuna way bixiyaan sababtoo ah waa nadiifiyaha baabuurta ugu fiican adduunka. Cawaaqibka fikradiisa ganacsi, xirfadiisa iyo dadaalkiisa ayaa noqotay in si fiican lacag loo siiyo.

Kuma siinayaan lacagta guddi baaraya inaad u
qalanto iyo in kale,

XEERKA 9-AAD

GO'AANSO WAXA AAD LACAGTA U RABTO

Tani waa qayb ka mid ah qeexidaada, dejinta habraac ujeedo. Ma jiraan jawaabo sax ah ama khaldan. Tusaale ahaan, samaynta hanti badan kadibna lagu-bixiyo dhammaan daroogada kookeynta waxay aniga ila tahay, wax nacasnimo ah in la sameeyo. Laakiin taasi waa shakhsi. Waxaa laga yaabaa inaad dhibaato ka qabto aniga inaan ku kharash gareeyo lacagtayda Châteauneuf du Pape. Dhammaanteen waxaan ku bixinnaa waxa aan isleenahay way na qancin doonaan, naga farxiyaan. Dhammaanteen waxaynu doorannaa waxa aan ku raaxeysano, mana aha aniga qof ka xukumi kara qof kale.

Haddaba maxaad u rabtaa inaad taajir u noqoto? Jawaabaha aad bixin doonto waxay kuu sheegi doonaan wax badan oo ku saabsan khuraafaadyada aad lacagta ka aaminsantahay ee qarsoon iyo sida dhabta ah ee aad lacagta u aragto.

Mararka qaarkood aad ayey u fududahay: Waxaan leennahay riyo waxaanan u baahanahay lacag si aan u xaqiijino. Riyadu ayaa horeysa. Ee Waa maxay riyadaadu?

Waxa laga yaabaa inaanay sidaa u fududayn, si walba oo ay tahay. Waxa aan waydiiyay qof aan isku dhow nahay sababta ay u doonaysay in ay maal badan u yeelato, natiijaduna waxa ay aheyd mid wax badan ii muujisay. Waxay sheegtay inay sidan ay tahay xaaladdu "ka sii wanaagsanaan laheyd" haddii ay carruurteeda wax ka badan intan siiso. Oo haddii ay siiyo caruurteeda wax badan, waxay joogi doonaan guriga in badan. haddii ay guriga in badan ku sii nagaadaanna, ma noqon doonto inay kaligeed la kulanto gabowga suurtagalka ah. Markaa asal ahaan waxay doonaysaa inay noqoto maalqabeen si ay iskaga ilaaliso kalinimada.

Nin kale oo aan aqaanay ayaa ii sheegay inuu doonayo inuu taajir noqdo si uu u helo waqti uu ku dalxiiso. Markii aan sii cadaadiyey

waxa ay u muuqatay in uu dalxiiskiisa ahaa nooca rabo "xornimada saa'idka ah" meelo uu ka noqon karo qof dhalinyar, xor ah, oo doob ah mar kale.

Lacagtu ma u tahay dadkan midkoodna jawaab? Bal Adiga makuu tahay?

Marka aad ogaato waxa aad u rabto hantida weyn, sidoo kale ka fakar habab kale oo aad ku dabooli karto baahiyahaaga: Waxaan horay u sheegay in aan doonayo in aan taajir noqdo si aan u bixiyo kharashka daryeelka caafimaadka xubin kasta oo qoyska ka tirsan oo u baahan kara. Waxaan maalgashan karaa qaar ka mid ah caymis caafimaad oo fudud si aan taas beddelkeeda u daboolo.

Tixgeli sidoo kale waxa aadan ugu baahnayn lacag badan. Waxaan jeclahay alaabtayda -baabuurta iyo doomaha -laakin waxaan ogaaday in maalgelintayda waxyaalahan oo kale aysan kor u qaadin maadaama dakhligaygu kor u kacay. Weli waxaan jeclahay baabuurta ciyaaraha ee raqiiska ah iyo doomahii hore kuwaas oo u baahan dayactir badan. Runtii ma u baahan tahay inta aad u malaynayso? Hadday sidaas tahay, way fiican tahay, waxaad u baahan tahay oo keliya inaad hubiso oo aad caddayso.

Haddaba waa maxay cudur daarkaagu? Maxaad lacag u rabtaa? Waxay noqon kartaa in aad ka xorowdo inaad shaqo u baahato, ama xataa ma noqon karto wax naftaada ku saabsan, balse sababtu tahay inaad taageerto sababaha aad aaminsan tahay. daji ajandahaaga, saaxiib, oo naftaada ku sin. Wax kasta oo aad qortona - waxaan kugula talinayaa inaad qorto; waxay ka dhigeysaa mid aad dhab uga dhigta. Waa layli faa'iido leh inaad dib u milicsato maalin maalmaha ka mid ah si aad u aragto haddii riyadaada iyo guulahaagu ay isku mid noqdeen.

Dhammaanteen waxaan ku bixinnaa waxa aan
isleenahay way na qancin doonaan, naga farxiyaan.

XEERKA 10-AAD

FAHAM IN LACAGTU LACAG DHALISO

Ma jirto run ka weyn tan - lacagtu lacag bay dhashaa. Waxay jeceshahay isku-dubbaridka. Si aamusan oo degdeg ah ayay u tarmaataa sida bakaylaha oo kale. Waxa ay door bidaa in ay ku kulmaan kooxo waaweyn. Lacagtu lacag bay samaysaa. Taajirku wuu taajiraa; saboolkana sabool ayuu sii noqdaa. Taasi waa nolosha. Haa, waa murugo. Laakiin waxay u muuqataa inay xaqiiq tahay. Hadda waanu ku dadaali karnaa nafteena oo wax ayaan ka qaban karnaa, ama waynu iska fadhiisan karnaa inagoo barooranayna oo qayb ka noqonayna dhibaataada. Doorashada, sida had iyo jeer ay tahay, adigaa iska leh.

Haddii aad rabto inaad wax ka qabato, markaas waxay iila muuqataa inay macno samaynayso inaad lacag nadiif ah oo aad lacagtaada u isticmaasho si caqli-gal ah si aad u caawiso kuwa idinka yar. Ama ku samee wax kasta oo aad doorato.

Markaad haysato xoogaa lacag ah waxaad la yaabi doontaa sida ugu dhakhsaha badan ee ay u kori doonto. Waxaan kugula talinayaa inaad fahanto oo aad barato fikradda lacagta dulsaarka ah ee laba jibaarmata “Compound Interest” sida ugu dhakhsaha badan ee suurtoogalka ah. Maya, anigu waxba kaaga sheegi maayo marka laga reebo inay muhiim tahay inaad wax ka ogaato oo aad ka dhigto tiir-dhexaadka dhismahaaga dhaqaale. Sababta aanan waxba kaaga sheegi doonin waa, marka hore, kani maaha buug caynkaas ah, Marka labaad, anigu kuuma qaban doono shaqada oo dhan adiga. Taasi aad bay kuugu fududahay oo cashar kama baran doontid. Middaan kuu sheegi karo waa in dadka hodanka ah ay gartaan fikradda lacagta dulsaarka ah ee laba jibaarmata, intayada kale ma garano.

Haddii aad kharash garayso dhammaan lacagta aad hesho, markaa Xeerkani kuuma shaqaynayo; weligaana kuuma suurtagali doonto lacagtaada inay kuu shaqeyso. Waa inaad lacag u qoondaysaa

ujeedada inay kuu taranto. Haddii aad oodo beer bakayle oo aad disho oo aad cuntid dhammaan bakaylahaagii, ma heleysid wax ka hadha oo kuu sii tarma. Iska ilow beerta bakaylaha - waxaad bilaabi doontaa beer lacag. Lacagtaadu way tarmi doontaa. Waxaad markaas dib u maalgelin kartaa qaar oo kharash-garayn kartaa qaar kale-laakin ma wada isticmaali kartid kuligeed, ama ma heli doontid bakayle kale. Fiiri, tani maaha wax saas u adag, laakiin waxaa yaab leh inta qof ee aan si fudud u fahmi karin. Laakiin hadda waad fahmaysaa. Waxaa lagu siiyay talada ugu fiican ee aan ku siin karo.

- Waxooga lacag ah meel u dhig ujeedooyin inay kuu tarmaan.
- Wax yar ka bax si aad u isticmaasho.
- Dib u geli inta badan si aad u dhisto kayd wanaagsan oo caafimaad qaba.
- Isku ekeysii qorshahaaga.

Lacag baa lacag dhasha.
Taajirku wuu sii taajiraa

XEERKA 11-AAD

XISAAB ISKU DARDARKA LACAGTA KUU SOO NOQONAYSA

Hadda *taasi* uma eka wax caajis ah soo ma ahan: "Xisaabi isku dardar lacagta kuu soo noqonaysa." Dabcan, ma aha inay middaas noqoto caajis. Xusuusnow, tani waxay la xiriirsan tahay go'aan ka gaarista haddii iyo goorta aad iibsanaayso gurigaas ama aad fasaxaas qaadanayso, marka aad awoodayso inaad iska dhaafto shaqada, inta aad uga tagi karto carruurtaada ama aad sadaqaysan karto, nooca baabuur ee aad wadan doonto Taasi maaha caajis. Jawaabta marka ay dhammaan intaan dhacayaan waxaa saameyn ku yeelan doona haddii aad xisaabisay lacagta isku dardar kuu soo noqonaysa.

Waad fahansantahay waxa "isku dardar" laga wado soo maahan, dabcan. Laakin ma xasuusataa inaad ka qayb dhigto inta uu joogo, kharashaadka, lacagaha kale, iyo cashuurta ka hor inta aanad go'aansan inaad maalgashi samayso iyo in kale? Dabcan xisaabtu kuma joojin karto, taasina way fiican tahay, haddii aadba ku salaysay go'aankaaga maalgashiga lacagta dhabta ah ee isku dardar, kuu soo noqonaysa, oo aadan ku dhicin dabinka ah kaliya in la eego cinwaanka weyn ee majaladda.

Waa kan tusaale, Ka soo qaad inaad iibsata guri aad u rabto kireys. Haddii ay kugu kacayso, waxaad dhahdaa, \$100,000 oo aad ku kireysato \$10,000 sannadkii, waxaa laga yaabaa inaad u maleyso inay taasi u muuqato mid aad u wanaagsan. Laakin joogso—maxaad ku xisaabisay ka hor inta aanad go'aan gaadhin? Hagaag, waxaa jira kharashka amaahda guriga, dabcan. Iyo caymiska. Iyo Kharashka wakiilka kiraynta. Waxaa laga yaabaa in xilliyo gurigu banaan yahay inta u dhaxaysa laba kiraystayaal. Oh, iyo cashuurta dakhliga kiraynta. Bal eeg? Ma dhahayo iibsashada-si loo kireysto marnaba uma qalmato, laakiin waa inaad xisaabisaa isku dardar lacagta kuu

soo noqonaysa ka hor intaadan go'aansanin haddii tani ay adiga kuu tahay dhaqaaq wanaagsan.

Sida iska cad waxaa sidoo kale jira kobaca raasumaal ee suurtoogalka ah ee hantida ma guurtada in la tixgeliyo, laakiin taasi lama dammaanad qaadi karayo marka laga reebo laga yaabee mudada fog. Hubaal haddii aad u baahan tahay inaad iska iibiso guriga shan ama xitaa toban sano wakhti ah, ma xisaabsan kartid kobac dhaqaale oo weyn, qiimaha xitaa hoos ayuu u dhici karayaa.

Markaa xisaabso. Ma aha mid adag, laakiin waxay kaaga baahan tahay inaad ka fikirto oo aad hubiso inaad waxba iloobin - gaar ahaan canshuurta laga yaabo inaad ugu dambeyntii bixiso wax kasta oo lacag ah oo aad sameysay.

Tani waxay la xiriirsan tahay go'aan ka gaarista haddii iyo goorta aad iibsanayso gurigaas ama aad fasaxaas qaadanayso

XEERKA 12-AAD

HADDII AAD LACAGTA U ARAGTO XAL, WAXAAD ARKI DOONTAA IYADOO NOQOTAY DHIBAATADA

Lahaanshaha lacag kama dhigayso dhammaan cilaaqaadyadaada inay si habsami leh u socdaan – ugu yaraan waqtiga fog. Kaama ilaalinayso cudur-waxa laga yaabaa inay ku iibiso daryeel caafimaad midka ugu fiican dhacdada ka dib, laakiin kuma ilaalinayso. Waxaa laga yaabaa inay kuu iibiso cunto wanaagsan, laakiin kala bar dadka hodanka adduunka ayaa leh rikoor caafimaad oo aad u liita inkastoo ay haystaan dhammaan lacagta ay ku quudin karaan naftooda.

mar walba oo aad lacagta u aragto inay tahay xal, waxaa sii badanaysaa fursadda aad kaga fogaan karto gebi ahaanba muhiimadda. Lacagtu waxba ma qabato.

Waan ogahay, waan ogahay. Waxaad ku fikiri kartaa, "Haddii kaliya aan haysan lahaa xaddi lacageed oo intaas la eg, waxaan xallin lahaa dhibaatadan haysata noloshayda." Waxaan u maleynayaa inaad garowsan doonto in lacagta ay abuuri doonto dhibaatooyin badan oo badan marka ay kusoo gasho. Lacagtu kaama dhigi doonto mid aad u faraxsan, dhuuban, ama aad caan ugu dhax ah dadka wanaagsan. Lacagtu ma keento xasillooni maskaxeed oo waarta. Waxaa jira dad badan oo taajir ah, buuran, aan faraxsanayn oo aan lahayn saaxiibo dhab ah. Waxay ila tahay in aan u baahannahay in aan marka hore raadino dawada dhibaheena ka dibna aan helno hab lagu maalgeliyo daawadaas. Lacagtu maaha, waligeedna ma noqon doonto, daawadu. Waa kaliya saliid ooliyada kushuneetada. Ma aha mishiinka.

Waxa laga yaabaa inay ku iibiso daryeel caafimaad
midka ugu fiican dhacdada ka dib, laakiin kuma
ilaalinayso.

XEERKA 13-AAD

WAXAAD SAMAYN KARTAA LACAG BADAN, WAXAAD KU RAAXAYSAN KARTAA SHAQADAADA, WAADNA SEEXAN KARTAA HABEENADA

Dad badan ayaa haysta hal ama in badan -ama dhammaan — fikradahan:

- Lacag samayntu waxaa barbar socda inaad noqoto arxan-laawe, wax-is-daba-marin, akhlaaq xumo, hunguri weyni.
- Si aad u samayso xoogaa kaash ah waa inaad iibisaa ruuxdaada, awoowayaashaa, iyo mabaadiidaada.
- hodannimadaadu waxay ka dhigan tahay inay ku dambayso xanuuno wadnaha ah, hurdo la'aan, iyo xanuunada kale ee la xiriira walbahaarka.
- Si aad lacag u samayso waa inaad isku beddeshaa dadka hura qoyskooda, akhlaaqdooda, iyo farxaddooda iyo dhammaan si ay u caabudaan hantida.

Dabcan, waxay noqon kartaa sidaas oo kale, laakiin maaha inay noqoto. Dhab ahaantii, waa inaysan noqon. Taasi waa quruxda ay leedahay lacagta. Haddii ay sidaas noqoto, markaa waxaad samaynaysaa qalad weyn. ma fahmi kartaa, lacagtu si xor ah ayaa loo heli karaa - oo qof kasta ayaa heli kara (sida aan kusoo aragnay Xeerka 1aad) – adiga oo runtii u baahnayn inaad si adag isugu daydo, ama wax badan u beddesho. dad fiican oo badan oo iska caadi ah ayaa lacag sameeya – lacag badan.

Waxaad samayn kartaa lacag, ku raaxaysan kartaa shaqadaada, oo waad seexan kartaa habeenkii. Kaliya waa inaad go'aansatid in taasi ay tahay waxa aad sameyn doonto – wax walba oo dhaca. Ka dibna ku dhagnow inaad fuliso.

Xusuusnow, haddii aad bilowdo inaad hurdi wayso ama ay yaraato inaad ku raaxaysato waxaad samaynayso, markaa waxaad u baahan tahay inaad si dhab ah isugu laabato naftaada. Ku laabo bilawga buugga, oo xusuusnow macnaha dhabta ah ee hodannimada aad u taqaanid.

Waxaan xusuustaa filim kartoon ah oo ku saabsan qol ka mkiid ah qolalka shirarka guddiyada shirkad oo ay ku jiraan maamulayaasha oo u eg bisado buurbuuran. Gabar yar ayaa madaxa ku soo furaysa albaabka oo tiri, "Lacagtu ma kuu iibin karto dhoola cadeyn naxariis leh." maamulayaashii dhammaantood waxay daqiiqad u muuqdeen, kuwa ceeboobay. Dabadeed guddoomiyihii ayaa qayliyay oo yiri, "Halkan ka tag, cunug yaheey, yaa doonaya dhoola cadeynta balaayo?" kuwii kale dhamaantood waxay u muuqdeen kuwo nafisay oo shirkoodii dib ugu laabtay.

Hagaag, aniga mid ka mid ah waxaan jeclaan lahaa dhoola cadeynta xittaa haddii ay la macno tahay in aan lumiyo lacag yar. Waxaan rabaa inaan seexo habeenno oo aan ku raaxaysto shaqadayda oo aan lacag sameeyo. Laakin ma dhimi doono mabaadi'da, waqti aad u yar ayaan la qaataa qoyskayga ama carruurtayda, dayacaya inaan fadhiisto qorraxda marmar, maalin fasax ah. Ka werweri maayo shaqo ama lacag mar aan seexo, lacag ay igu kiciso wax badan oo aan luminayo dareenkayga kaftan ama aan u baahdo inaan madadalo. Kuwaan ku dhaartay. Waxaana suurto gal ah - i rumeey, waxaan aqaanay oo aan arkay maalqabeeno ku filan si ay u ogaadaan in tani run tahay - si aad lacag u samayso oo aad nolol u hesho, si aad u noqoto mid anshax iyo taajir ah, si aad u hesho wax badan oo aad noqoto qof aad u fiican. Waa suurto gal. Waxay u muuqataa mararka qaarkood inaysan ahayn. Dhammaan qayb ka mid ah been-abuurka lacagtayada khuraafaadka.

Tani waxay la xiriirsan tahay go'aan ka gaarista haddii ama goorta aad iibsanaayso gurigaas ama aad fasaxaas qaadanayso

XEERKA 14-AAD

QOF XUN HA NOQONIN SI AAD LACAG U SAMAYSO

Waxaan ka helay qoraalka hadafka Google ee ah “Ha noqon qof xun”. Malaha waa xarfo lasoo gaagaabiyay sidaas oo ay tahay hadana waan ka helay. Haddii ay tahay inaad been sheegto, khiyaanto, xado, wax is daba mariso, hurdo la’aan kugu dhacdo, wax qariso, aad sharciga jebiso si kasta oo ay tahay ba, uga weecato xeerarka ama guud ahaan aad u dhaqanto si xun si aad lacag u sameyso, haday ha sameynin, uma qalanto.

Haddii lacag kasbashada ama hodannimada ay kaa joojinayso madadaalo - ama aad qof xun noqonayso runtii wax faa’iido ma lahaanayso - markaa wax macno ah ma leh inaad lacag sameyso. Haddii aadan ku raaxaysanaynin caqabada ah in aad lacag ku samayso hab wanaagsan, markaa waxaa kuu fiican inaad sameeso wax ka duwan.

Waxaan aqaanay dambiile weyn mar. Waxa uu ii sheegay in aanay ahayn wax lagu raaxaysto in la jabiyo shuruucda maadaama, dhab ahaantii, ay ahayd in uu noqdo mid aad uga hoggaansama sharciga in ka badan dadka kale. Isagu ma halis gelin karin in uu booliisku isku soo jeediyo hadduu xawaaraha baabuurka kor u qaadi lahaa; Ma aadi jirin habeenka waqtigiisa dambe xafladaha dhaca waa intaas oo ay dhacdo in booliiska loo yeero; ma qaadan karin baabuur dhalaalaya oo indhaha dadka ku soo jeedinaya; ma ku noolaan karin hab-nololeed wanaagsan haddii ay dhacdo in indhaha bulshada wada qabtaan.

Laakiin waxaa jira wax ka badan in lagu noolaado nolol nadiif ah oo aan ahayn in baabuurka xawaare loo wado ama xaflado la aado. Inaad ku noolaato Nolol aad lacagtaada ku samayso qaab wanaagsan waxay kuu ogolaanaysaa inaad habeenaddii seexato. Waxaad fiirin kartaa indhaha carruurtaada – adigana waad ku fiirin kartaa naftaada

muraayad – adigoo aadan dambi dareemin, iyada oo leh gunno dheeraad ah oo ah dareemidda dareen-wanaagsan. Wax lacag ah ma iibin karto intaas.

Haddii ay tahay inaad u baahato inaad noqoto mid shar ku sameeya lacagta, waxay la macno tahay inaad guuldareysatay; wadada aad ka weecatay. Waxay ka dhigan tahay inaad awoodi weysay inaad si sax ah u sameyso lacagta. Waxay ka dhigan tahay inaad xoqanayso foostada meesha u hoosaysa. Waxay la macno tahay inaad awoodin inaad keento fikrad sax ah oo cusub. Waxay la macno tahay inaad caajislow tahay, quusatay, aadan halabuur lahayn, agtaadana lagu caajisaayo.

Waxaan la imaan karaa tusaalooyin badan oo ku saabsan dad caan ah ee maalqabeenna ah oo lacagtooda ka sameeyay qaab xun. Haa, waa hodan waa run, laakiin indhahooda fiiri ee ii sheeg maxaad halkaas ka aragtaa? Ma doonaysaa in aad yeelato muuqaalkaas -soo jeed-habeenka-oo dhan ee warwarka leh? Ma doonaysaa nooca nolo lee ah in aad boodo ama aad naxdo marka albaabka gambaleelkiisa soo-yeero? Ma doonaysaa noocda xiriir ee la dhaho "cidna kuma aaminayso"? Mise waxaad jeclaan lahayd inaad daganaato oo aad ogtahay inaad ku samaysay lacagtaada si sharci ah, daacad ah, cadaalad ah? Runtii waa wax iska fudud, miyaanay ahayn?

Ilaa iyo inta aad kasban karto hantidaada adigoon dadka qiyaamin, naxariis darnaanin ama sameynin caddaalad darro, sharciga jebin ama aadan qalloocin sharciyada, waxaad noqon doontaa mid fiican. Waxa kaliya ee aad u baahan tahay waa inaad dib isugu noqod deg-deg ah oo joogto ah, ka warhaynta waxa adiga-iyo lacagtaadu-samaynayso.

Haddii aadan ku raaxaysanaynin caqabada ah in aad
lacag ku samayso hab wanaagsan, markaa waxaa kuu
fiican inaad sameyso wax ka duwan.

XEERKA 15-AAD

LACAGTA IYO FARXADDA - FAHAM XIRIIRKOODA

Waxaa jira waxyaabo badan oo na murugayn karo – inaan weyno lammaane, in laga dhigo qof aan muhiim ahayn, xanuusano. Iyo kuwo kale. Way yax yihiin wax la xidhiidha lacagta, kasbashadeeda ama kharashgareynteeda.

Xusuusnow:

- Lacag aad u yar waxay kaa dhigi kartaa qof murugaysan.
- Lacag badanna way kaa dhigi karta qof murugaysan.
- Waxyaabo badan ayaa kaa dhigi kara qof murugaysan.
- La'aanta waxyaabo kugu filan waxay kaa dhigi kartaa qof murugaysan.

Waxaan u maleynayaa waxa ay tahay inaan si fiican u ogaano maalinta laadba waa in lacagta iyo farxaddu aysan ahayn wax isla xiriira. *Lacagtu ma iibiso farxad*. Tani waa khalad caadi ah oo ay dadku galaan. Ma noqon doonto mid aad adiga gasho. Waxaad noqon kartaa faqiir faraxsan. Waxaad noqon kartaa hantiile faraxsan. Waxaad sidoo kale noqon kartaa faqiir ama hantiile oo waad murugaysnaan kartaa.

Haddii aad raadinayso maal si aad u faraxdo, waad niyad jabi doontaa. Haddii aad raadinayso lacag si ay kaaga dhigto mid awood leh / da' yar / soo jiidasho leh / muhiim dadka u ah / xiiso leh / qof wanaagsan / wax kasta, waad niyad jabi doontaa. Waan ka xumahay laakiin lacagtu kuwaas ma qabato. Madaxaaga ayaa laga yaabaa inuu is yiraahdo. dadka kale madaxooda waa laga yaabaa inay iska dhaan. Laakiin xaqiiqdii maaha sidaas. Waxaas oo dhan waxaad ku noqon kartaa adigoo lacag haysta waa run. Ma aha lacagta waxa sameeya. Lacagtu waa placebo “waa wax dawo inay yihiin loo maleeyo, balse dhakhaatiirta u isticmaalaan inay bukaan ku shaki bixiyaan ama ku

tijaabiyaan, taas oo aan qofka wax u dhibaynin ama u soo kordhinaynin”, ma aha daawo.

Dhammaanteen waan aragnay kuwa ku guulaysta bakhtiyaanasiibka ee iibsada guriga weyn kadibna dareemaya murugada sababtoo ah waxay ka soo tageen dhammaan waxay saaxiibo lahaayeen.

Laakiin ma samayn doono mid ka mid ah khaladaadkan sababtoo ah waxaan ku dhaqmi doonaa Xeerkan si taxadar leh oo waan fahmi doonaa xiriirka ka dhexeeya lacagta iyo farxadda. Ah, laakiin waxaan maqlayaa inaad I waydiinayso, waa maxay Xeerkan dhab ahaantii? Maxaan sameeyaa? Jawaab: Ma jiraan wax aan ka ahayn inaad wax badan ka sugin lacag oo ha iibsana alaabo adoo rajo ka qabo inay kaa farxin doonaan -ma ku farxad galin doonaan. Marka ay sameynayeen gaariga BMW-ga cusub ama wax kasta oo aad damacdo, looma dhisin inay kaa farxiyaan. Sidaa darteed marka ugu horraysa ee aad ku fadhiisato ama aad iibsato oo aad dareento dareen cajiib ah - mana diidani in dadku dareemaan dareen fiican markay wax weyn iibsadaan—dareenkaas kuma jiro shayga aad iibsatay. Dareenkaas wuxuu ahaa gudahaaga mid ku jira mar walba. Waxaas oo dhami markaan soo sheegno, lacagtu waxay samayn kartaa inay kaa fogayso farxad la'aan badan. Ma awoodo inay intaas dhaafto.

Lacagtu waa placebo “waa wax dawo inay yihiin loo maleeyo, balse dhakhaatiirta u isticmaalaan inay bukaan ku shaki bixiyaan ama ku tijaabiyaan, taas oo aan qofka wax u dhibaynin ama u soo kordhinaynin”, ma aha daawo.

XEERKA 16-AAD

OGOW FARQIGA U DHEXEYYA SICIRKA IYO QIIMAHA

Mar waxaan weyddiistay soddoggayga farxadda leh inuu ii sharaxo waxa ku saabsan khamriga. Ma ogtahay, dhalo qiimaheedu yahay \$100 ee makhaayadda ugu sareysa runtii ma ka fiicnaan kartaa labaatan jeer isla dhalada oo aad ka heli karto \$ 15 dukaanka xaafadda?

Jawaabtiisu waxay ahayd mid xiiso leh. Waxa uu sheegay in aanad kharashka khamriga kaligiis aadan bixinaynin. Waxa aad bixinayso waa jawiga, adeegga, goobta, khibradda kabalyeeriyaga khamriga, la joogga wanaagsan, marada miiska ee qaaliga ah, heerka iyo qaddarinta, qaabka iyo istaylka, dhaqanka, cuntada iyo kalsoonida, qoyaanka iyo kaydka, martida kula caweyneysa ee saaxiibada ah iyo sheekada macaan.

Khamrigu waa mid aan khusayn sheegada oo taasi waa muhiimada. Waxaan u maleyneynaa inaan ognahay sicirka shay. Laakiin qiimahiisu wuxuu noqon karaa mid ka badan intaas oo dhan.

Waxaan haystaa baabuur Mercedes duug ah. (Waan jeclahay Merce laakiin diyaar uma ihi inaan iibsado mid cusub oo aan lumiyo qiima dhacaas.) Wax badan kama bixin. qofna ma bixiso, sida ay dadku uga baqaan haddii ay dhacdo inay halaabaan, si caddaalad haddi loo hadlo waxay ku kacayaan qarash badan si loo sameeyo halawshahaas, laakiin waxaad u baahan tahay inaad xasuusato sababta inay si fiican u sameeyeen, ayaa keenta in ay marar dhif ah ay halaabaan. Waxaa i soo booqday saaxiib aan leeyahay oo watay baabuur cusub oo uu markaas soo iibsaday. Gaadhi casri ah, shay yar oo u ekaa dayax gacmeed yar. Waxa uu eegay Mercedes-gaygii hore, ee rafaadsanaa, dhoobaysan oo uu dhahay, "Waad dhaqan tahay!" Waxa aan isku dayay in aan u sharaxo in aanay sidaasi ahayn arintu oo ay u badantahay in uu ugu yaraan shan jeer ku bixiyay wixii aan anigu ku

bixiyay balse ma aanu rumeysan. Waxa uu arkay Mercedes-ga oo wuxuu go'aansaday in qiimihiisu uu aad uga badan yahay sicirkiisa - taasi oo ah waxa dhab ahaan looga bixiyay. Waxaan maalintaas ka bartay meeshaas in sicirka aan la mid ahayn qiimaha la aaminsan yahay.

Xusuusnow sidoo kale in shay uu u qalmo oo keliya waxa dadka kale ay rabaan inay ku bixiyaan. Buugga catalogue-ga ee qiimayaasha ayaa laga yaabaa inuu yiraahdo qiimaha rinjigu waa \$1,000 laakiin taasi waxay noqon kartaa run, keliya haddii qof uu diyaar u yahay inuu bixiyo lacagtaas. Cashar muhiim waaye oo mudan in la barto. Sicirka shay aad ayuu uga yaraan karaa qiimahiisa dhabta ah, marka loo fiiriyo adiga ama qof kaleba. Ama waa uu ka badan karaa.

Haddii aad rabto inaad noqoto mid hodan ah – runtii waan rajeynayaa inaad noqoto, haddii aad ka shaqeysiiso Xeerarka buuggan oo aad si taxadar leh uga shaqeeyso - markaas waxaa habboon in la barto farqiga u dhexeeya sicirka iyo qiimaha.

Waxaan u maleyneynaa inaan ognahay sicirka shay.
Laakiin qiimahiisu wuxuu noqon karaa mid ka badan
intaas oo dhan.

XEERKA 17-AAD

OGOW SIDA AY U FAKARAAN DADKA HODANKA AH

Waxaa jira tijaabo fudud oo lagu ogaan karo in qof uu aaqirka noqon doono hodan - ama haddii uu hore u yahay. Waxa kaliya oo ay tahay inaad sameyso waa inaad fiiriso qofka wargeyska uu jecel yahay inuu akhriyo, gaar ahaan haddii ay tahay mid ka mid ah wargeysyada Axadaha soo baxa ee waaweyn:

- U fiirso jariirada ay doortaan.
- U fiirso qaybaha ay doortaan inay akhriyaan.
- U fiirso qaybaha ay ka tagaan.
- Fiir u yeelo sida ay u kal hormariyaan qaybaha ay doorteen.

Tani adigaba waxa ay kuu tahay tijaabo. Bal u fiirso qodobadan kor ku xusan oo qoraal maskaxeed ka samee waxaad samayso. Maal-qabeenada - kuwa si badheedh ah u doortay inay maalqabeenno noqdaan maaha kuwa ku guulaystay bakhtiyaanasiibka ama dhaxalka ku helay hantida (Bakhtiyaa-nasiibka Eebe Ayaan u aqaanaa) ama kuwa ka guursaday cid hodan ah- si aan kala go' lahayn ayay.

- U doortaan jariiradaha waaqaca ka hadla.
- U doortaan qeybaha jariirada ee waaqaca ka hadla.
- Uga tagaan qaybaha "khiyaaliga" ah.
- U hormariyaan qeybaha jariirada ee ka hadla lacagta/ganacsiga.

Haddii ay dhab kaa tahay inaad maalqabeen noqoto, waa inaad barataa sida dadka hodanka ah u fikiraan. Tani waxay ka dhigan tahay inaad barato "mucaaradka" -in kasta oo aad waqti dhow ka mid noqon doonto iyaga. Waxaad u baahan tahay inaad taqaan lajjada iyo luqadda, meesha ay wax ku cunaan oo ay ku nool yihiin, sida ay u shaqeeyaan oo ay u nastaan, sida ay u maalgashadaan una

kaydsadaan. Marka la soo koobo, waxaad u baahan tahay inaad lacagta barato haddii aad doonayso inaad barwaaqadaada koradho. Isku day inaad la hadasho dadka maalqabeenka ah.

Weydii su'aalo. Noqo qof u ooman haraad garashada iyo aqoonta. akhriso waraysiyada laga qaaday dadka hodanka ah iyo taariikh-nololeedyadoodu waxay noqon karaan kuwo ay ka buuxaan aragtiyo.

Waxa kale oo laga yaabaa inaad ka faa'iidaydso buugaag ganacsi iyo maaliyadeed oo si wanaagsan loo qoray. Midna kugula talin maayo maadaama aanan aqoon qaabkaaga wax-akhris- raadso kuwa kugu habboon. Sidoo kale, maxaad u geli la' dahay bogagga dhaqaale ee jariiradaha internetka si aad ula socoto horumarkii ugu dambeeyay ee suuqaqa lacagta? Noqo qof la socda wararkii ugu dambeeyay.

Laakiin maxaa dhacaya haddii waxaas oo dhan ay xoogaa kugu culusyihiin? Haddii, aniga oo kale, aad jeceshahay qeybaha jariirada ee ka hadla xanta sida aad u jeceshahay qeybaha dhaqaalaha, markaas adiga, aniga oo kale, waxa laga yaabaa inaad noqon doonin mid aad iyo aad hodan u ah. Waan noqon karnaa hodan weli - waxaana laga yaabaa inaan ku helno nolosheena madadaalo badan, sidoo kale. Aan isku helno Barwaaqo iyo madadaalo — aniga way ila fiican tahay intaan. Waxaan qabaa inay tahay inaan si dhab ah ugu xamaasadowo lacagta haddii aan wax badan ka rabno. Waa inaan noolaano oo aan neefsano oo aan seexannaa annagoo ka fikirayna lacagta (haa, iyadoo maskaxda lagu hayo Xeerka 13aad). Waa inaan si adag wax uga barannaa Jaamacadda Hoddannimada haddii aan rabno inaan ka qalin-jabinno.

Waxay noqonee inaad kala doorato – lacag ama
dheeldheel

XEERKA 18-AAD

HA KA MASAYRIN WAXA AY DADKA KALE HAYSTAAN

Dhammaanteen waxaynu dejinaa ujeedooyinkayaga. Dhammaanteen waxaynu leenahay hammi shaqsiyeed. Dhammaanteen waxaan qabanaa inta shaqo ee aan diyaar u nahay inaan gelino ganacsigan hoddanimada lagu raadinaayo. Dhammaanteen waxaynu dejinay xad noo gaar ah oo aynu ognahay waxa aan diyaar u nahay in aan samayno iyo waxa aan diyaar u ahayn inaan samayno. Haddaba maxay tahay danta noogu jirto in laga masayro waxa qof kale haysto? Ma maseeraysid ilaa aad ogtahay waxa ajandahooda ahaa iyo waxa uu yahay. Ma maseyrid ilaa aad ogtahay xadka shaqo ay diyaarka u yihiin inay qabtaan si ay hodan u noqdaan. Ma maseereysid ilaa inaad ogtahay waxay diyaar u yihiin inay huraan.

Dabcan, waxaad ku eegi kartaa il xaasidnimo saddexda shay - bakhtiyaanasiibka, dhaxalka, guurka cid hodan ah (ama furiin!) - dhammaanteen waan samaynaa. Laakin lacagta la kasbado gabi ahaan waa shaqada qofka kasbaday. Hawsha way qabsadeen. Iyaga ayaa lahaa fikrada ganacsi. Waxay kacayeen waqti ka horeeya waqtiga aan kaceyno. Waxaa kaxeeynayay ama kicinayay waxa ay rabeen inay gaadhaan. In la xasdo iyaga waa macno darro; in iyaga wax laga barto ayaa ah mid aad uga qiimo badan.

Inaan ka wax barano waa hadiyadda ugu weyn ee ay ina siin karaan. Sida ugu fiican waxaad u baahan tahay qof kaala taliya dhanka dhaqaale. Qof aad u aragto in uu lacag badan sameeyay oo uu ku sameeyay dariiqa saxda ah — oo sharciga ah, si wanaagsan oo raaxo leh—kaas oo ku siin kara tibaax aan kugu soo dhici lahayn, qofkaas oo garabka hoostiisa ku gashta, kugu toosiya wadada saxda ah. Oo diida inuu wax lacag ah ku amaahiyo dabcan. Ma dhahayo waad weydiin lahayd.

Haddii aan la kulmo qof aad hodan u ah, waxaan isla markiiba isku dayaa inaan ka shaqeeyo sidii aan u ogaan qaabkii ay ku gaareen iyo haddii jidkaasi uu igu habboon yahay. Macluumaadkee baan heli karaa si ay iiga caawiyaan inaan gaaro heerkaas oo kale, anigoo maskaxda ku haya inaan kaliya doonayo inaan si sax ah u sameeyo lacagtaas - si sharci ah oo raaxo leh?

Waxaan u maleynayaa in boqolkiiba 90 helitaanka xeerarkaan oo saxan ay tahay qaabka kaliya ee lagu waajihi karo in hodan lagu noqdo qaab mucjiso leh - samee sida ay sameeyaan markaas waxaad noqon doontaa iyaga oo kale.

Waxaan haystaa hagahayga dhaqaale, kaas oo aan ka dhegaysto eray kasta marka ay timaado lacagta, isaga oo ku nool lacagta dulsaarka ku ah lacagta dulsaarka lacagtiisa - waana meesha aan u socdo.

U isticmaal dadka kale sida inay yihiin ilo dhiirigelin oo kale. Intaas ka sokow, xaasidnimadu maaha sifada Ciyaartoyga Xeerarka ku dhaqma - kaasi waa adiga hadda, haddaad ogtahay iyo haddii kaleba.

In la xasdo iyaga waa macno darro; in iyaga wax laga barto ayaa ah mid aad uga qiimo badan.

XEERKA 19-AAD

INAAD ADIGA IS MAAMUSHO AYAA KA ADAG INAAD LACAGTAADA MAAMUSHO

Haddaba sideed u taqaan naftaada? Si fiican maa u taqaanaa? Wax yar maa ka taqaanaa? Shucaac maa kaa saaran? Waxaan u maleynaa inaan naqaan nafteena ilaa aan go'aan ku gaarno inaan iska dhaafno sigaarka, ama dhimno miisaanka, ama jirkeena dhisno, ama hodan aan noqono. Kadibna waan garwaaqsannaa inaan caajis badan nahay, waxaan leenahay awood is-xakameyn oo yar, go'aan qaadasho xumo, waan dadaal yar nahay, si fudud Ayaan u niyad jabnaa.

Haddii aan rabo inaan ku galiyo baalashayda hoostooda oo aan kaa dhigo qof hodan ah, waxa ugu horreeya ee aan u baahanahay inaan ogaado waa: "Diyaar ma u tahay wax walba oo ay kugu qaadata si aad u noqoto qof hodan ah? Go'aan ma leedahay? Ma u shaqayn doontaa si adag? Ma ku dhegganaan doontaa go'aankaaga? Ma leedahay laf dhabar? adkeysii? wadno? Diirad aan kala joogsiga lahayn?" Waad aragtaa, haddii aadan intaas sameyn karin, waxay u badan tahay inaad guulaysan doonin. Iskuma dayayo inaan ku niyad jabiyo. Waxaan isku dayayaa in aan ku tuso in lacag samayntu ay tahay xirfad la baran karo - waa haddii uu qofku diyaar u yahay oo uu rabo inuu wax barto oo naftiisa ku dadaalo.

Haddii aad go'aansato inaad rabto inaad ku guulaysato Wimbledon-ka, waxaad u baahnaa lahayd inaad bilawdo ciyaarta tennis-ka markii aad shan jir ahayd, markaas oo aad ku guulaysanayso horyaalada da' yarta marka aad jirto afar iyo toban sano. Waxaa sidaas oo kale ah lacagta. Lagama filaayo in qof miisaankiisu culus yahay, da'diisa meel dhexaad tahay in uu si lama filaan ah u soo gaaro final-ka.

Markii aan ahaa arday da'yar oo halganka aan ku jiray, waxaan mar iska iibiyay buug qiimo leh si aan wax u cuno. Waxaan sameeyay doorasho toos ah oo u dhexeysay lahaanshaha shay kor u kacaysa

qiimihiisu, oo markaa suurtoagal ama iga dhigi kara qof taajir ah, iyo dhanka kale inaan hal waqti wax cuno. Ma aragtaa waxaan ula jeedo? Anigu, nuxurka warka, waxaan doortay-wakhtigaas si kastaba ha ahaatee-in aan noqdo qof sabool intii aan hodan noqon lahaa. Isla buuggii ayaan dhawaan ku arkay goob lagu iibiyo buugaagta, i rumayso, waxaan sameeyay doorasho xun maalintaas.

Oo waxa aan ogaaday waxay ahayd in dadka hodanka ah - marka ay bilaabayaan safarkooda- waxay leeyihiin dadaal aad u weyn oo waxay diyaar u yihiin inay hurraan waxyaabo badan. Way maareeyaan naftooda oo waxay iska dhaafaan abaal-marinada degdega ah ee dib-u-celin weyn yeelan kara muddada dheer. Is-xakamaynta iyo ku qanacsanaanta soo daahitaanka abaal-marinta ayaa ah farshaxan faa'iido leh oo la barto.

Waxa ugu horeeyo aan u baahanay inaan ogaado waa
“ma leedahay waxa ay kugu qaadanayso inaad
hodan noqoto?”

QEYBTA 2-AAD

NOQOSHADA HODAN

Waxaan galnay biyaha madow ee aan la garaneynin ee Qeybta 2aad. Halkani waa meesha dhabta ah ee aan u soconay. Halkani waa meesha aan ka bilaawayno waxyaabaha dhabta ah ee fallida u baahan. Halkani waa halka ay tahay inaad bilowdo inaad si fiican u eegto xaaladaada, lagaa rabo inaa xoogaa qorshayn la timaado oo aad wax qabato.

Noqoshada hodan waxa ay la macno tahay in aad naftaada daacad u noqoto oo aad diyaar u ahaato in aad wakhtigaaga iyo dadaalkaaga geliso raadinta barwaaqo ka weyn tan aad ku jirto. Qaar badan oo ka mid ah Xeerarku waa hab-dhaqanno, beddelidda hab-dhaqanna marna ma fududa. Xeerarka qaarkood waxay u ekaan doonaan kuwo si fudud u cajiib ah, laakiin Xeer kasta waa inaad naftaada waydiisaa:

"Waxaa laga yaabaa inaan horeba u garanayay tan - laakiin miyaan sameeyaa?" rabitaanka in wakhti la geliyo oo wax la qabto, wax la sameeyo, waa muhiim.

XEERKA 20-AAD

WAA INAAD OGAATO MEESHA AAD JOOGTAA KA HOR INTAANAD BILAABAY

Inta aynaan horay u socon waa in aan ogaanaa halka aan hadda joogno. Ama halka ay tahay inaad joogto. Markii Robinson Crusoe uu xeebta ku soo dagay ee uu ka soo dabaashay doontii ka burburay, waxa ugu horreeya ee uu sameeyo waxay ahayd in uu hubiyo keydka iyo qoryaha iyo rasaasta uu haysto. Markuu gartay intaas, ee uu qiimeeyay xaaladda ayuu hore u socod bilaabay.

Markaa waxaad soo gaari doontaa xeebta oo waxaad bilaabi doontaa noloshaada cusub. Waxa ugu horreeya ee ay tahay inaad sameeyso waa inaad xisaabiso keydkaada. Soo ogow waxa aad hore u heesatay, waxa la isticmaali karo, waxa la tuuri karo ama la dhimi karo, waxa lagugu leeyahay, waxa aad leedahay, maxay tahay hantida kuu soo hartay.

Waxaan kugu samayn doonaa xisaab xidh maaliyadeed oo dhamaystiran adiga iyo noloshaada. Haddii aanad garanayn meesha aad joogto ka hor inta aanad bilaabin, si dhab ah uma shaqayn kartid si aad u noqoto hodan. Waa nin caqli badan kan qalabkiisa isa soo hordhiga inta aanu shaqada bilaabin.

Waa in aan ogaanaa halka aan hadda joogno.

Waa kan liiska hubintaada. Waxa laga yaabaa inay u baahato wax ka badal ku habboon duruufahaaga gaarka ah. Ka bilow tirooyinka waaweyn si aad u hesho sawir halka aad hadda joogto guud ahaan:

Shayga	+	-
Guri Lacagta Bangiga kuu taal Lacagta keydka kuu ah Lacagta deyn Bangi kugu leeyahay Hanti sida Baabuur IWM. Shayyaal shaqsiyadeed sida Dahab IWM Lacagaha aad maalgashatay Deymaha kale		
HANTIDAADA GUUD AHAAN		

Hadda oo aad haysato sawir guud, waxaad u baahan tahay inaad eegto soo gelistaada lacageed ee caadiga ah iyo waxa ka baxa ee lacagta caddaanka ah bishii ama sannadle - waxaad dooran kartaa midka aad rabto, laakiin dhammaan tira koobka waa in la sameeyaa bil kasta ama sannadle.

Dhig mushaarkaaga halkan		
Shayga	-	Farqiga
Qarashka joogtada ah ee marwalba (sida: Caymisayada, biilasha, cuntada) Qarashka joogtada ah ee marmarka (sida: Dalxiisyada, Shopping-ka)		
GUUD AHAAN		

Tani waxaa laga yaabaa inaysan ku habboonayn duruufahaaga laakiin waxaan hubaa inaad fikrad ka heshay. Ha isku dayin inaad ka boodo layligan. Xitaa haddii xaaladdaada dhaqaale aysan ahayn mid aad u qurux badan, waxaa fiican inaad wajahdo xaqiiqda si aad u qaaddo tallaabo wanaagsan oo aad wax kaga qabato xaaladda.