



Talooyin ku saabsan sida carruurta caafimaad ugu lahaadaan guriga



BARASHADA FEEJIGNAANTA LOO MARO SOCOD

Maanta ardaygaagu wuxu wax ka bartay tababar feejignaan oo loo yaqaano “U-fiirsashada Socodka.” Feejignaan macnaheedu waa adiga oo u fiirsada oo garta waxa ka dhacaya gudahaaga iyo dibaddaada—sida waxyaabo ad arkaysid, maqlaysid ama ad dareemaysid—adiga oo aan go’aamin inay fiican yihiin ama xun yihiin. Intii lagu jiray u-fiirsashada socodka waxa annu u fiirsanay wixii annu aragnay, maqalnay, ka fikirnay ee annu dareenay. Ka-dibna waa annu ka baarandegnay (ka hadalnay). Barashada sida loogu fiirsado waxyaabaha ka jira agagaarkaaga iyo waxa ka dhacaya gudahaaga waa farsamo feejignaan oo muhiim ah oo dhammaan dadka ah da’ kasta ka caawin karta inay sii farxaan oo yeeshaan caafimaad intii hore ka badan. Haddii ad feejigan tahay, waxay sii yaraanayaa inaad aad u xanaaqdid ama murugootid waxana ay u badan tahay inaad deganaatid oo faraxsanaatid.

FIRFIRCOONIDA GURIGA

Qayb kale oo muhiim ah oo ka tirsan feejignaan waa mahadnaqa.. Mahadnaqu marna waa dareen (wax dhaca iyada oo aan lagu talogalin) marna waa dhaqan (wax ad ujeedo u sameysid). Wax-ka-beddel lagu sameeyay U-fiirsashada Socodka oo ad ku tijaabin kartid guriga waa Socod Mahadnaq. Raadi meel ku taalla xaafaddaada oo ad ku dareemaysid ammaan iyo raaxo marka ad ku socsocotid. Idinka oo wada jira qoys ahaan, kaliya ku dhex socda aagga adiga oo tilmaamaya waxyaabaha ad ka mahadnaqaysid. Waxa tan ka mid noqon kara dad, meelo, dabeecadda, ur, sanqadho, idinka midba midka kale...wax kasta oo ku fikiri karta! Haddii ay gargaar leedahay, ku xujee qof kasta oo ka tirsan qoyskaaga inay arkaan oo si cod dheer ah uga mahadnaqaan ugu yaraan shan wax.

NOLOL FIRFIRCOON OO CAAFIMAAD LEH

Cunista Leh Feejignaan

Waxa jira siyaabo badan oo kala duwan oo loogu tababarto feejignaan, waxana ku jira tababar la yidhaahdo cunista leh feejignaan. Cunista leh feejignaan waxay kaa gargaari kartaa inaad lahaatid miisaan caafimaad leh, kaa gargaari kartaa dheefshiidka iyo inaad nafistid.

Si ad ugu tababaratid cunista leh feejignaan, ku bilaw inaad isa siisid dhawr daqiiqadood oo ad ku fiirisid waxa ad cunaysid. U fiirso midabada, sameyska iyo urta. Ka-dib, in yar oo ah cuntada afka gasho oo ku hay afkaaga adiga oo aan calaajin muddo ah dhawr sekan. U fiirso sida u yahay dhadhanka cuntada iyo sida ad afkaaga uga dareemaysid sameyskeeda.

