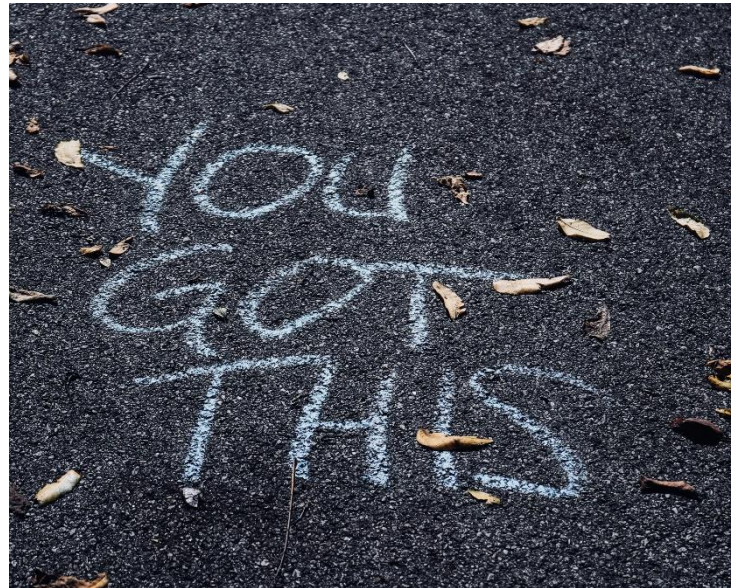


ABRIIL 2023

Hore ugu Soco Kalsoonida

Adduunyada oo ah meel anaga si joogto ah nagula soo weeraro waxyaabo badan oo kala duwan, oo inta badan ka soo horjeeda, heerarka bulshada, way adag tahay in kalsoonida la dhiso. Waxaa naga buuxa fikrado ah sida aan u ekaan lahayn ama sida aan u dhaqmi lahayn, wayna fududahay in nafteena iyo qiimaha dareenkeena aan lumino. Bishan, waxaan dhex geli doonaa waxa ay tahay kalsooni iyo sida loo bilaabo dhismaha.



Waa maxay faraqa u dhexeeya?

Waxaa jira erayo badan oo xamaasad ah oo sabbaynaya hareeraha wada sheekaysiga kuwaas oo diiradda saaraya kalsoonida. Dadka qaar baa laga yaabaa inay jahawareeraan qaarna waxay u eekaan karaan wax la mid ah kan soo socda. Waxaa laga yaabaa inaad is wayddiiso, "Waa maxay farqiga u dhexeeya dhammaan ereyadan iyo sidee ayaa mid kastaa muhiim u yahay?" Hoosta, waxaannu idinku faahfaahin doonaa qaar ka mid ah ereyada muhiimka ah in la ogaado marka aad ka shaqaynayso dhisidda kalsoonidaada.

Isku-filaanshiyo Waxa loola jeedaa aaminsanaantaada in aad hawlo gaar ah ku gudan karto adiga oo aanad ka niyad jabin.

Tusaale: Haddii aad aaminsan tahay inaad karti u leedahay inaad kariso casho ama dhamaystirto mashruuc, waxay u badan tahay inaad leedahay isku-kalsoonaan sare oo ku saabsan in hawlahaas aad qaban karto, haddii aadan aaminsanayn inaad adigu karti u leedahay, waxaad u badan tahay inaad leedahay waxtarka naftada.

Isku kalsoonida: waa erey aad u ballaadhan oo qeexaya heer gaar ah oo lagu kalsoon yahay kartida qofka. Tani waxay noqon kartaa mid wanaagsan ama aan wanaagsanayn.

Tusaale ahaan: marka aad ku tababarato si sax cunto u karin, waxaad dhihi kartaa "Waan ku kalsoonahay in aan dhadhankan ka dhigi karo mid wanaagsan" ama "Waxaan ku kalsoonahay in tani aysan dhadhamin doonin." Heerka kalsoonida waxaa laga yaabaa inay ku saleysan tahay waayo-aragnimadii hore ee guusha ama guuldarada.

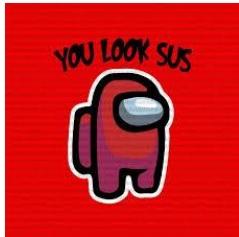
Isku-kalsoonaanta: Waxa loola jeedaa aaminsanaanta qiimahaaga guud.

Tusaale ahaan: "Waxaan ahay qof wanaagsan" ama oraahyada tooska ee ku saabsan ayaa laga yaabaa inay qaybtan hoos timaado.

Kobcinta Caqiidada iyo Qiimaha Muhiimka ah

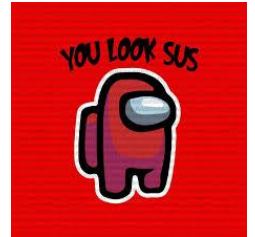
Hadda oo aan si fiican u fahamnay ereyada, waxaa laga yaabaa inaad rabto inaad ogaato sidaad naftaada ugu horumarin lahayd dhinacyadan. Waxaa jira laba meelood oo laga yaabo in mid ka mid ah diiradda saaro si ay u caawiyaan dhisidda dareenka guud ee nafta iyo helitaanka yoolalka; waa Caqiido iyo Qiimo. Hoos waxaa ah talaabooyin aad qaadi karto:

- Si tartiib ah u fidi aaggaaga raaxada. Ka hadli mayno isbeddelo waaweyn oo ba'an, laakiin adiga oo isticmaalaya tillaabooyin yar yar meelaha waxa laga yaabaa inaad ka fogaato. Wada hadal bilaw, isku day cunto cusub, ama booqo meherad yar oo aanad waligaa tagin.
- Isku day muuqaal cusub. Dharka aan xirano waxa uu saamayn karaa sida ay dadka kale inoo arkaan laakiin waxa kale oo ay saamayn kartaa sida aynu nafteena u aragno. Dusha wax ku dareensiya inaad maalintaada aad gacanta ku dhigayso.
- Hagaajin booskaaga. Sida laga soo xigtay daraasad ay samaysay Jaamacadda Gobolka Ohio, joogitaanka wanaagsan wuxuu kordhiyaa kalsoonidaada fikradahaaga.



Dareen Iska Shakin

Weligaa ma dareemaysaa inaad qof kasta ku khiyaanayso inaad rumaysato inaad ogtahay waxaad samaynayso? Miyaad dareentaa inaad ka baqayso inaad wax sheegto ama samayso, ka dibna qof kastaa wuxuu ogaan doonaa inaad tahay khiyaanoole ah? Kaasi



waadareen iska shakin, waana dareen ay dadka intooda badan qabaan mar uun noloshooda. Halkan waxaa ku qoran dhowr siyaabood oo yar oo lagula dagaallamo dareenka iska shakiga:

- Waxay u eekaan kartaa cabsi, laakiin haddii aad su'aal qabto, weydii! Waxaa laga yaabaa inaad la yaabto sida dadka yar ay u fikiraan ama sida ay u taageersan yihiin jawaabta aad hesho.
- Qiimee waxa aad filayso. Kaamilonimadu inta badan waxay la socotaa dareenka iska shakiga. Isweydii, qof booskayga jooga ma loo malaynayaa inuu khabiir ku yahay dhammaan hawlaha iyo mawduucyadan? Miyaan naftayda u xaqsoorayaa?
- La wadaag shakigaaga dadka asxaabtaada ah ee aad ku kalsoon tahay. Qofka khibrad dheeraad ah leh ayaa laga yaabaa inuu awoodo inuu la wadaago sida ay kalsoonida u heleen muddo ka dib, ama waxay muujin karaan inay weli ka shakiyaan naftooda!
- Ku celceli naftaada naxariista. Isku day in aad diirimaad iyo isfahmiso naftada marka aad halgamayso, si la mid ah sida aad u samayn lahayd saaxiib qaali ah. U oggolow naftaada inaad aqoonsato oo aad la kulanto shucuurtan caadiga ah ee adag adigoon iska riixin ama ku dhex jirin gelin muddo dheer.
- Is xasuusi in mar kasta oo aad wax ku dhaqanto, aad si fiican u heli doonto. Taasi waxay u socotaa wax walba laga bilaabo hawlaha adag ee shaqada ilaa u naxariisashada naftaada.

Xusuusnow, qof kastaa wuxuu dareemaa iska-shakiga mararka qaarkood, laakiin adiga ayay kugu xiran tahay inaad go'aansato tallaabooyinka marka xigta aad qaadi doonto.