



رڼا به وي، اميد به وي



- د ماشوم، د هغوی د مور او پلار او د هغوی د ملاتړي تر منځ د باور رامنځته کول
- د شریک غم تجربه کول
- د مهمو نیتو پیژندلو لپاره مثبت لاره ولری

شمعې کولی شي د ماشوم لپاره د حیرانتیا او تودوخې احساس الهام کړي، او د خوشحاله او سوله ایزو وختونو یادونه وکړي. دا شمعې د آرامۍ لازمي غوړویو یادگار بوی لري. هرکله چې تاسو شمعې وکاروئ، مهرباني وکړئ په دې پوه شئ چې ماشوم هر وخت چیرته دی، او ډاډ ترلاسه کړئ چې دوی یې نه لمس کوی او نه ورسره لوبې کوي. دا سرحدونه مهم دي، او تاسو غواړئ چې دوی خوندي احساس کړي. الهامي جمله ”رڼا به وي، امید به وي“ په کیف کې د هوایی برید په جریان کې د یوې ځوانې میرمنې لخوا په سنگر کې وړاندیز شوی وه.



موږ درې لارې وړاندیز کوو چې تاسو کولی شئ شمع وکاروئ:

د یوې غونډې پیل کول



د شمعي د څراغ کارول کولی شي چې وښای تاسو به یو ځای ځانگړي وخت تیر کړئ، د وسایلو سپړل د اوزار کټ څخه. کله چې عادي ورځنۍ ژوند ډیر ګډوډ وي، ماشومان ورځنۍ حدود غواړي ځکه چې دا د دوی سره د خونديتوب احساس کولو کې مرسته کوي. په ورته ډول دوی کولی شي د دوی له ویرې سره د مخ کیدو مفکوره ومومي. ستاسو د تودوخې بنودل او حدونو ته یو څه قوي چلند د ماشوم لپاره خورا ډاډمن کیدی شي.

د یوځای کیدو لپاره یو خاموش، شخصي ځای ومومئ. په منظم وخت او ځای کې ترتیب کول او تړل کیدای شي په ماشوم کې د باور او ثبات احساس سره مرسته وکړي. وړاندوینه مهمه ده کله چې ستاسو ژوند د کنټرول څخه بهر احساس کوي. که دوی ځوان وي او انګلیسي لا تر اوسه د دوی لپاره اسانه نه وي چې تګ راتګ وکړي، دوی ممکن د مور یا پلار یا لوی ورور سره ناست وي.

- ماشوم ته تشریح کړئ چې هرکله چې شمع روښانه شي، دا د دوی وخت دی چې تاسو او / یا د دوی کورنۍ سره وي، ناست وي، فکر وکړي او خبرې وکړي که دوی وغواړي. دوی ممکن په پیل کې یوازې د څو دقیقو اداره کولو توان ولري، او د ستونزمن خبرو اترو پیل کولو دمخه باور رامینځته کولو ته اړتیا لري - ځینې وختونه تاسو کولی شئ هلته په خاموشۍ سره ناست و اوسی، او دا سمه ده. دا ممکن سم احساس وکړي چې یوځای فعالیت ترسره کړئ کله چې شمع روښانه شي، لکه رنګ کول یا لوبه کول.

ماشوم ته ډاډ ورکړئ چې دوی کولی شي شمعي وغورځوي ترڅو تاسو ته وښيي کله چې دوی غواړي دا وخت یوځای پای ته ورسوي. کله چې یو باوري اړیکه جوړه شي، تاسو ممکن د دې وخت څخه ځینې په بکس کې د نورو محصولاتو سپړلو لپاره وکاروئ.





رڼا به وي، اميد به وي

د کورنۍ د شمعي د څراغونو مراسم



دا یو خورا ځانګړی شی دی چې یوځای یې ترسره کړئ او د ټولو بنکیلو کسانو لپاره خورا احساساتي کیدی شي.

د شمعي د روښانولو ګډ دود او د یوځای په یادولو کې بدلون کولی شي د کورنۍ واحد سره مرسته وکړي. د کوربه کورنۍ غړي هم کولی شي په دې مراسمو کې ګډون وکړي او خلک په خپل ژوند کې یاد کړي. موږ ډیری وختونه د دې په اړه انګیرنې کوو چې خلک په کورنۍ کې څنګه احساس کوي - 'امیلیا داسې نه ښکاري'؛ 'کریستوفر یوازې د لوبو سره علاقه لري او هیڅکله د خپل پلار په اړه خبرې نه کوي'؛ 'موږ یوازې موږ ته هر وخت وايي'، او داسې نور. دا مراسم کولی شي په ټولیز ډول درناوي او ګټور لید وړاندې کړي، او کیدای شي د آرامۍ مراسم شي، یا د یو ځل په توګه، یا شاید د میاشتې ژمنې په توګه. موږ ځینې کورنۍ پیژنو چېرې چې کوچني ماشومان هره اونۍ د دې غوښتنه کوي، مګر دا به په لومړي سر کې د ډیرو لپاره خورا شدید وي.

- په فرش یا د میز په شاوخوا کې په یوه دایروي شکل کښینی او یو کس وهڅوی چې شمعي روښانه کړي، ووايست چې څوک یې په یاد ساتل غواړي او یو شی چې دوی یې له لاسه ورکوي. دا ممکن وي چې یو څوک غواړي نورو ته یو عکس یا یو توکي وښيي چې دوی ته د دوی غوره شوي شخص یادونه کوي. ماشومان وهڅوی چې د شمعي د روښانولو مراسمو څخه مخکې عکس واخلي ترڅو د شمعي په روښانه کولو سره یو آرام او ځانګړی فضا وساتي.

- روښانه شمع په احتیاط سره بل کس ته وسپارئ او دوی وهڅوی چې ورته کار وکړي. دا ممکن وي چې ځینې په ساده ډول غواړي د یو کس نوم ووايي، د مثال په توګه، 'زه دا زما د ملګري زیلدا لپاره روښانه کوم'. دا مهمه ده چې هیڅوک د خبرو کولو لپاره د فشار لاندې احساس ونکړي - دوی یوازې په مراسمو کې په حاضریدو سره ښکیل دي.



- وروسته له هغه چې وروستی کس شمعي ونيوله، دوی د دایرې په منځ کې د شمعي سوځول پریږدي. دا دیته ته اشاره کوي چې اوس یوځای د سندري یا میوزیک د اوریدو وخت دی. دا د کوټي تیاره کولو وخت هم نښه کوي. لکه څنګه چې میوزیک تیریري، څراغونه وتړئ او د شمعي څراغ ته اجازه ورکړئ چې د میوزیک غږولو پرمهال هر ډول احساساتو ته ځای ورکړي. مختلفو ماشومانو ته اجازه ورکړئ چې د موسیقۍ د بلولو (چلنولو)، په مرکز کې د شمعي ایښودل، د پردې تړل او د څراغونو د بندولو مسؤلیت ولري، ترڅو دوی په احتیاط سره د دې مراسمو په ترسره کولو کې برخه واخلي.



- ځينې وختونه لکه څنگه چې ميوزيک غږيږي او د تياره محرميت د ورک شوي خلکو ، څارويو او ځايونو له غم سره اړيکې ته اجازه ورکوي ، تاسو ممکن يو نرمه ژړا واورئ. دلاس کاغذي دسمال ډبې ولرئ که څه هم د مراسمو په جريان کې کاغذي دسمال ته رسيدل دومره ستونزمن ندي.
- د پای نښه کولو لپاره، تاسو کولی شئ د يوځای څخه خوند اخيستلو لپاره يو څه چمتو کړئ - يو ځانگړی درملنه او يو فلم، يا که ماشوم وغواړي چې بخار پريږدي، شايد گړندي تگ يا بهر لوبې وکړي.

مهمې نيتې



ممکن ډيری ځانگړي شيبې وي کله چې کورنۍ وغواړي خپله شمع روښانه کړي - مهمې ورځې کله چې تاسو غواړئ ولمانځئ پداسې حال کې چې د ميز شاوخوا ورک شوي کسانو ته پام وکړئ.

کله چې کورنۍ لومړی راشي، هڅه وکړئ د نيتو يو کيلنټر جوړ کړئ چې کيدای شي د پيژندلو لپاره مهم وي - د زيږون او کليزې، د بيلگې په توگه - او همدارنگه هغه نيتې چې "بايد" پيښې شوي وي، لکه د کورنۍ واده يا جشن. دا نيتې د شمعي په مراسمو سره ولمانځئ ترڅو دوی بې نښې ولاړ نشي.

همدارنگه د جشن هغه شخصي شيبې شامل کړئ کوم چې ماشومانو غوښتل چې د خپلې کورنۍ سره يې شريک کړي، د بيلگې په توگه، د فوټبال ټيم لپاره غوره کول يا د بنوونځي څخه بڼه راپور ترلاسه کول. د شمعي روښانه کول کولی شي په دې پوهيدو کې مرسته وکړي چې د دوی کورنۍ د دوی په لاسته راوړنو وياړي - يا به ويد.

زموږ ځانگړي کورنۍ نيتې

- د مور د زيږون ورځ - د جون 15 مه
- د پلار د زيږون ورځ - د جولای 6 مه (140)
- په فارم کې د نيکه سره يوه اونۍ - اگست
- د ټام او چيلسي واده (زما د تره زوی) - د اکتوبر دريمه
- زما د زيږون ورځ - د نومبر پنځمه
- هغه ورځ چې نيا تير کال مړه شوه - د دسمبر 23 مه