

# MAFÊ CESTEYA XWE

Mafê teye bi dirêjîya jiyana xwe bixwe ser ceste û bedena xwe biryarê bidî. Heta ew dema ku jiyana hevbeş jî te pêk anîbe.

Mafê te bixweye biryar bidî kê dikare dest li cesteya te bidet.  
Mafê te bixweye biryar bidî, çeva û li kudera cesteya te dikaribe dest bê lêdan.

Tu kesekê mafê wê yekê nine tedaxula jiyana te bike û azara te bide bi dest lêdan bi cesteya te.

BO MÎNAK TU KESEKÊ MAFÊ WÎ TUNEYE BI AWAYÊ ŞAŞ DESTÊ XWE BIDE GENC AN ZAROKEKÊ.  
GER DEMA KESEK DEST LI TE DIDE TU SEH BI NEXWEŞIYÊ DIKÎ Û ACIZ TIBÎ Û DIBÊJE TE NABE BÊJÎ  
KESEKÊ, LI WÊ BARÊDA GEL KESEK MEZIN BIAXIV KU CÎHÊ BAWERIYA TE BE.  
DEST LÊDAYÎN TUÇAR NABE TIŞTEK NEPEÎ BE.