

Jadwalka: Heerka Waxbarashada Nololsha: Da'
kasta Xigasho: drfantasticsworld.com
Befantastictoday.com Waxaa sameeyay:
Dr. Fantastic Drfantastic@Befantsdtictoday.com
Priscah Magwegwe (
Pris)brilliantvisions2020@gmail.com

Noqo Fantastik Manhajkan waxa uu daboolayaa
saddexda ballan ee naxariista oo ah saldhigga Fantastic-
ka Falsafadda.

Kuwani waa tilmaamo loogu talagalay fasalka 1 ee 3.
Fasal kastaa waxa uu ka doodi doonaa muhiimadda
ballan-qaad kasta oo uu tusaaleyaal ka bixin doono.

Mid ka mid ah walxaha ka dhigaya Be Fantastic
Philosophy mid soo jiidasho leh waa
kelmadda Fantastic. Waa kelmad aad u xoog badan oo
qof kastaa ku raacsan yahay in ereyadu muhiim yihiin.

Fantastic waa mid ka mid ah ereyada ugu wanaagsan
ee jira. Waxaa lagu qeexaa mid aan la qiyaasi karin oo
weyn oo qurux badan. Waxay faafisaa Tamar,
Wanaagsanaan, Naxariis iyo Jacayl marka la hadlo ama
la maqlo.

Waxay kaa dhigaysaa inaad dhoola cadayso markaad tidhaahdo waxay sii daynaysaa endorphins, serotonin iyo dopamine ee maskaxdaada kuwaas oo sii daaya Stress. Cadaadiska oo yaraada waxaadna noolaanaysaa waqti dheer. Saynisku wuxuu leeyahay dhoola cadeynta 5 daqiiqo qosol saacad Erayada Muhiim. Waa kuwan waxa aan ku dhiirigelinaynoqofkasta inuu sheego maalin kasta:

- a. Maalin fantastik ah
- b. Waxaad u egtahay Fantastic
- c. Waxaad qabatay shaqo Fantastic ah
- d. Waxaan ahay cajiib

Ardeydaadu waa inay ogaadaan inay tahay fal Naxariis leh in la yidhaahdo Fantastic.

Si loo furo fasalka waxaanu soo jeedinaynaa in ka dib markaad u sheegto kelmadda Fantastic aad ka codsato inay ku celiyaan saddex odhaahood ka dib, si xamaasad leh. Waxaan sidoo kale kugula talineynaa inaad ku xirto fasalka kan, waxaan ugu yeernaa wacitaanka Dibad-baxa Fantastic.

Waxaad dhahdaa, **“class ku celi dabadayda”** (Dalkaaga) waa FANTASTIC Hadda dheh, WAXAAN NAHAY FANTASTIC Hadda waxaad tidhaahdaa, “Tilmaan deriskaaga adigoo eegaya indhahooda oo dheh” WAAD FATAATIHIIN Hadda dheh **“Waxaan ahay FANTASTIC”**

Waydii siday dareemayaan. Waxaad mar kale sharxi kartaa neuro Unugyada fariimaha ee hadda la sii daayay. Waxaan kaa codsaneynaa in ay hadda la baxaan warqad iyo qalin oo ay qoraan ballanqaadka ugu horreeya ee naxariista, wixii su’aalo ah oo ay qabaan iyo ereyo aysan fahmin.

U sharax in tani ay tahay ballanqaadka ugu muhiimsan nolosha. Weydii inay qoraan Ballanqaadka #1 NAFTAADA U NOQO Hadda ku wareeg qolka oo weydii ilmo kasta waxa ay iyaga ula jeedaan. Intaa ka dib waxaad dulmartaa qodobadan oo aad si faahfaahsan u sharaxday iyo tusaalayaal nololeed.

1.Aqbal sidaad tahay. Dadka timaha leh waxay rabaan timo toosan, timo toosan waxay rabaan timo qalloocan. Dhalinyaradu waxay rabaan Si ay u weynaadaan, dadka waayeelka ah waxay rabaan inay mar kale noqdaan dhallinyaro.

2.) Had iyo jeer noqo qof togan Fikirka togan waxa uu muujiyaa ficilo togan.

3.) Dabar goynta diidmada. Ha u malayn xumaan ama la xidhiidhin dadka xun, waa kansar.

4.) Ku kalsoonow go'aamadaada.

Maalin kasta waxaad go'aansataa inaad u leexato bidix ama a Midigta u leexo, ogow leexashaad kasta oo aad sameyso waa leexashada saxda ah. Markaad rumaysato in markooda saxan yahay waxaad helaysaa kalsoonida go'aankaaga, kalsoonidaadu waxay ku timaadaa guusha nolosha, guushu waxay ku timaadaa farxad.

5. Jeclow naftaada. Hadii aanad naftaada jeclayn sidee baad filan kartaa Kuwa kale si ay kuu jecel yihiin, dhammaanteen waxaan u baahanahay jacayl.

6.) Waxaad ka hor imanaysaa.

Waxaan jeclahay in aan isticmaalo sheekadan.

Markaad ku duulayso diyaarad oo maaskarada ogsijiinta ay hoos u dhacdo xaalad degdeg ah awgeed rakaabka waxaa la farayaa inay marka hore xidhaan maaskarada, ka dibna ku caawiyaan dadka kale wajigooda.

Ma ka farxin kartid dadka kale inaad faraxsan tahay mooyaane, adigaa ka horreeya.

7.) Fikirkaada naftada ayaa ah ka kaliya ee wax ku ool ah. Ra'yiga qof walba ee adiga kugu saabsan ayaa ajande u leh iyaga. Waa inaad waligaa ka xishoon, xishoodku waxay la macno tahay inaad danayso waxa ay dadka kale kaa qabaan.

8.) Ha noqon cuqdad. Eexda waxaa lagu qeexaa sida: Ra'yi hore loo qaatay Taas oo aan ku salaysnayn sabab ama waayo-aragnimo dhab ah. Ma aha sifo caqli badan.

9.) Gacan qaad, laab dadka kale oo eeg indhaha.

Waxaan nahay makhluuq bulsho, waxaan u baahanahay inaan yeelano xiriir jireed iyo mid shucuureed. Isku-dubbaridu waa fal raxmad oo run ah, gacan-ku-taaga salaanta cajiibka ah iyo isha la-qabsiga lama huraanka u ah weyn Isgaarsiinta.

10.) Albaabada u fur shisheeyaha. Waxaa laga yaabaa in dadka qaar aysan ku mahadin laakiin waa qof naxariis badan oo waqti ku qaata inuu dadka kale caawiyo.

11. U oggolow dadka inay galaan taraafikada marka aad baabuur wadid. Dadka intooda badan waxay samayn doonaan oo keliya wax naxariis leh haddii ay ogaadaan in abaalgudkoodu yahay. Waa kan tusaale weyn.

Waxaad u socotaa wareysi shaqo, waa inaad ku jirtaa wakhtiga, socodka qof midigtaada ah ayaa raba in lagu sii daayo, adigu ma samaynayso taas oo adiga iyo qofka kaleba ku dareensiinaysa xumaan.

Wareysiga qofka ku wareysanaya waa darawalka aadan u naxariisan. Is weydii sida uu adiga kugu dareemo. Haddaad ogaan lahayd inuu isaga yahay hubaal waad heli lahaydHa soo galo maadaama laga yaabo in abaalgudkii aad samaysay.

Hadda, sida qof naxariis badan oo og in baabuurku galo taraafikada kaliya waxay kuu daaheysaa shan ilbiriqsi oo keliya inaad u ogolaato qofka inuu soo galo, waxaad dareemeysaa wanaag sida ay sameynayaan. Hadda waxaad gaadhay waraysiga, maxaad u malaynaysaa in qofkaasi hadda kaa haysto? Naxariistu wax badan bay leedahay Abaal-marin, had iyo jeer ma aragno horteenaa.

12.) Ha cunin noocyada dabar-go'aya. Dadku waxay cunaan makhluuqa aan mar hore jiilalka soo socdaa ku raaxaysan karin. Kumanaan nooc ayaa dhintaan sanad walba.

13.) Ha iibsano alaabo ka samaysan noocyadaas. Waxay u dilaan maroodiyaasha dahabka maroodiga ah iyo qurxinta xafiisyada. Way dilaan Xayawaanku maqaarkooda, waxay burburiyaan geedaha qalaad ee naadirka ah ee alaabta alwaaxyada. Isweydii waa noocaan.

14.) Ku celceli ficilo naxariis leh. Waxay qaadataa wakhti iyo tamar inaad u naxariisato shisheeyaha ama aad qashinka ka qaado laakiin waxaad arki doontaa dareenka Fantastic ee ay ku siin doonto.

15.) Ku deeq wakhtigaaga. Waqti yar u qaado dadka kale xitaa daqiiqado yar ayaa isbedel sameyn kara.

16.) La wadaag. La wadaagida waxa aad haysato dadka kale waa Fantastic, waxay noqon kartaa wakhtigaaga, wax aadan u baahnayn, lacag qof baahan.

17.) Dhagayso kuwa kale. Waxaa jirta odhaah ah a Caqligu wuu maqlaa. Markaad qof si dhab ah udhagaysato waa fal naxariis badan.

18.) Erayga aad tidhaahdo waa arrin.

Had iyo jeer ku dheh erayo wanaagsan. Erayadu waxay saameeyaan biyaha, waxaan nahay 70% biyo. Daraasada biyaha ee Kyoto waxay caddeeyeen in erayada adagi ay qalloociyaan unugyada biyaha iyo ereyada wanaagsani waxay muujinayaan qaabka quruxda badan ee Crystal.

Isticmaal fadlan, mahadsanid, waad soo dhawaynaysaa, waan ku jeclahay, laga yaabaa inaan ku caawiyo. Waxaan nahay bini'aadam, waana inaan u isticmaalnaa luqadda si naxariis leh.

Ku dhammee fasalka wacitaanka Dibadbaxa Fantastic (Dalkaaga) waa Fantastic Waxaan nahay Fantastic Waxaad tahay Fantastic Waxaan ahay Fantastic Xusuusin Ardaydu waa inay u qaybiyaan kooxo yaryar oo hal ama laba ah Fadlan noqo mid aad hal-abuur u leh qorshayaashaada toddobaadlaha iyo maalinlaha ah.

Si aad tan ugu guulaysato waxay ahayd inaad booqato drfantasticsworld.com Iyo drfantastic@befantastictoday.com oo ku qooyay macluumaadka fantastic ee aad halkaas ka heli karto. Fiidiyowiyadu waxay kaa caawin karaan inaad abuurto qorshooyin casharro cajiib ah qaarkoodna waxay ku siin doonaan fikrado ku saabsan safarrada waxbarashada. Soo jeedin hawleed dheeri ah.

Halxiraalaha Afrika ka samee iyaga oo ku sawiraya khariidadda kartoonaada oo ay u gooyaan 54 xabbo si ay mar kale halxiraalaha isu geeyaan oo ay u bartaan dalalka Afrika.

Maskaxda kaftan: weydii ardayda sababta ay ugu malaynayaan in aan ereyga ku hayno gudaha khariidadda Afrika? Afrika maxay matashaa? Ka samee halxiraalaha shaxda, ardaydu way dhigi karaan Halxiraalaha koox yar ama si gaar ah.

Samee kaadhahka flash-ka adigoo isticmaalaya ereyo ka mid ah saddexda ballan iyo wacitaanka fantastik ah ee Rally si ardaydu ay ugu shaqeeyaan kooxo kooxo ah oo kaadhka biligleynaya qofna waa inuu sheego jumlada oo dhan halka erayga kaadhku ka yimid.

E.G. Ballanqaadka 2aad Kaadhka tooska ah waxa uu odhanayaa “ khasaaray” markaas waa in qof yidhaahdo “ booc-boocsigu waa khasaaray “ Macallinku ku dar hawlo badan.

Carruurta waa inay sawiraan , rinjiyeeyaan oo abuuraaan dhammaan waxyaalihii lagu soo daray oo lagu sheegay sharraxaadda Falsafadda oo ay sameeyaan ama sawiraan xaaladaha saxda ah iyo kuwa xun oo ay ku jiraan naxariista , wasakhawga ,Cagajugleyn .

Qiimaynta : Fahamka. Daabac wax akhrinta oo ku saabsan Falsafadda una ogolow inay akhriyaan oo ka jawaabaan su'aalaha aad abuurtay.

Noqo mid cajiib ah curis / Qoraal / Gabay: Sii mawduucyo ama u ogolow inay mid ka fikiraan oo wax ka qoraan xitaa haddii ay tahay sheeko male-awaal ah.

Waxaan jecelnahay inaan helno qormooyinka iyo gabayada. Tartan malaha U naxariiso iyaga. Qayb kasta oo shaqo ah ayaa muhiim ah waxayna tusinaysaa ilmaha inuu wax ka fikiray. Xoojinta togan akways. Dhammaan carruurta way kala duwan yihiin oo si isku mid ah ayay muhiim u yihiin oo gaar bay u yihiin. Sida ballanqaadka nambarka labaad uu leeyahay, U naxariiso kuwa kale....

Ardeydu waxay samayn doonaan hubin higaada oo ay la socdaan dhammaan kelmadaha loo isticmaalo baaqa isu soo baxa iyo ballanqaadyada.

Fadlan ogow imtixaan ma nihin, laakiin iska hubi, kani waa fasalka naxariista, waxaanu baraynaa naxariis iyo ereyo wanaagsan tartan la'aan.

Qiimayntu waa inay noqotaa mid isku dhafan oo af iyo qoraal ah. Waa inay lahaadaan hubin fahamka halka baruhu ka qorayo weedho falsafada ah ama sababaha naxariista leh, cagajuglaynta, wasakhaynta iyo qashinka oo aan ka tagin meelo banaan ah oo ardaydu buuxin karaan.

Carruurta waxaa la waydiin doonaa inay qoraan ama sheegaan wacitaanka Dabad-baxa Fantastic ama Saddexda ballan ee qiimayn ahaan.

Aqoonta caddaynta: waa in ardayda la baro in marka dadku isu naxariistaan ay cimri dheer yihiin. Dhoola cadeyntu waxay ku kordhisaa nolosha. Marka dadku cagajugleeyo ma naxariistaan.

Marka aynu qashinka iyo wasakhaynta samayno waxaynu waxyeelo u gaysanaynaa meeraha iyo deegaankeena iyo taas Sidoo kale way ina dhibaysaa oo nolosheena way adagtahay.

Aqoonta habraaca: Ardaydu waa inay u baxaan safarro waxbarasho si ay u arkaan meelaha wasakhaysan iyo kuwa aan wasakhayn. Waxay ogaan doonaan wasakhowga iyo qashinka marka ay wareegayaan. Waxay ogaan doonaan waxa ay tahay cagajuglaynta iyo naxariis darada waxayna awood u yeelan doonaan inay ku aqoonsadaan nolol maalmeedkooda.

Iyo waayo aragnimada. Waxay abuuri doonaan, sawiri doonaan, heesi doonaan oo rinjiyi doonaan dhammaan xaaladaha waxa ay baranayaan.

Aqoonta Qorshaha: Wasaaquhu waxay dhaawac u geystaan meereheena. Naxariis la'aantu adiga iyo kuwa kaleba way ka farxisaa. Cagajuglayntu waxay u socotaa kuwa khasaaray iyo dadka aan naxariista lahayn mana aha mid qabow.

Walaac / Faallo / Qodobo Muhiim ah:

Waxaan ka walaacsanahay luqadda ay ardaydu isticmaali doonaan. Sharaxaada waxaa lagu samayn karaa luqadooda laakiin dhammaan kelmadaha lagu qeexi karo Ingiriisi sida uu qabo qaamuuska Ingiriisiga.

Wacitaanka Dibadbaxa Fantastic iyo saddexda ballan Waa in lagu celiyaa Ingiriisi.

Waxaan ka walaacsanahay habka loo qabto wacitaanka Dibadbaxa Fantastic. Waa in ay jiraan wax qabad iyo luqad jireed, ardayduna waa in ay istaagaan.

Macallimiinta fadlan ka fikir ficillada Fantastic. Dhab ahaantii waa inay is-horfadhiyaan oo ay midba midka kale isha ku eegaan marka Waxay yiraahdeen waxaad tahay FANTASTIC Ficilku waa u muhiim kooxaha da'da yar sababtoo ah tani waxay caawin doontaa falsafada inay ku dhegto maskaxdooda.

Waa inay noqotaa ballan-qaad nololeed oo hore loo socdo, waa mustaqbalkeenna. La noqo hal-abuur leh ardayda waaweyn iyo dadka waaweyn NB. Manhajkan wuu shaqeeyaa Qof walba.

Macallimiintu waxay hirgeliyaan hawlo aad u adag oo loogu talagalay dhalinyarada qaangaarka ah ama ardayda dugsiga sare

Ma u baahan tahay caawimo? Fadlan la xiriir Dr.

Fantastic +12137 889109 ama naftayda Pris

brilliantvisions2020@gmail.com waan kuu joognaa

adiga.

Isku xirka: Macalimiinta Waa in ay abuuraan jawi ay carruurtu awood u yeelan karaan in ay ku milmaan oo ay la xidhiidhaan Falsafaddan.

E.G.

- 1.) U safar xeebta ama webiga iwm halkaas oo ardaydu ay ku ogaan karaan wasakhawga oo ay tallaabo ka qaadaan.
- 2.) Safar ku aado goobaha warshadaha si loo ogaado wasakhawga iyo Talaabo qaado.
- 3.) Eeg hareeraha waddooyinkaaga, aqoonso wasakhda oo tallaabo qaad.
- 4.) Guriga, dib u isticmaal oo kaydi wax kasta iyo wax kasta. Aqoonso alaabta aad isticmaali karto wax ka yar iwm. Naxariistu waa luqadda ay maqlaan dhegooluhu, indhoolayaashana ay arkaan. Mark Twain.

NB. Halkan tallaabo ka qaad waxa loola jeedaa faafi Falsafadda meel kasta oo aad tagto, Ku qayli Dibad-baxa Fantastik ah Ku wac safarradaada waxbarasho oo koox ahaan u soo qaado qashinka.

Qalabka : Shaxda , biinanka , funaanadaha, bacaha dugsigu , dhalooyinka biyaha iyo ereyga afka (Erayada Muhiimka ah)