SESAME STREET

سسمی بنه راغلاست

مهرباني ورځ ساتي

ایا پوهېدئ چې موږ ټول زبرځواک لرو؟
دا د مهربانۍ ځواک دی!
راځئ وګورو چې د سسمي ستریت ملګري خپل
زبرځواک څه ډول کاروي.

خجور خپله خوله د مهربانه کلیمو د ویلو لپاره کاروي.

هغه د المو ستاینه کوي.

د خجور په مهربانه خبرو المو مسکی کېږي. کله چې المو مسکی کېږي، نو خجور هم ورسره مسکی کېږي! مسکا د هغه زړه‌ځواک نور هم پیاوړی کوي.

دا د مهربانی
ځواک دی!

سجاد خپل غوږونه د اورېدو لپاره کاروي.
هغه د بسيمه يوې خندوونکې کيسې ته غوږ نيسي.

هغه منتظر پاتې کېږي تر څو د خبرو کولو
نوبت يې را ورسېږي.
کله چې موږ خپلو ملګرو ته غوږ نيسو هغوی
له موږ سره د مينې احساس کوي.

دا د مهربانۍ
ځواک دی!

بسيمه خپله پوزه د داسې شيانو
د بويولو لپاره کاروي چې هغې
ته د خوښۍ احساس ورکوي.

بسيمه خپل د خوښۍ عطرونو
څخه څه له سجاد سره شريکوي.
اوس سجاد هم د خوښۍ احساس کوي.

دا د مهربانۍ
ځواک دی!

روېا خپلې سترګې د دې لپاره کاروي تر
څو وګوري چې نور څومره مهربانه دي.

هغهويني چې مهرباني څنګه د دې لامل کېږي تر څو
خلک د خپلو ځانونو په اړه ښه احساس وکړي.

رویا د نورو نظرونه ترلاسه کوي چې پوه شي څه
ډول کولای شي مهربانه اوسي.

کله چې هغه له نورو سره مرسته کوي تر څو
د خپلو ځانونو په اړه ښه احساس وکړي، هغه
د خپل ځان په اړه هم ښه احساس کوي!

المو له خپلو لاسونو څخه له طبيعت
سره د مرستي لپاره کار اخلي.

مهرباني له نباتاتو او زموږ له سياري
سره مرسته کوي.

دا د مهربانی
ځواک دی!

المو او د هغه کورنۍ له يو بل سره په
كور كې مرسته كوي.
المو له خپلې مور او پلار سره د خوراكي
توكو په ايښودلو كې مرسته كوي.

هغه ويني چې والدين يې ډېر د خوښۍ احساس كوي،
نو دى هم ورسره خوشحاله كېږي.

دا د مهربانۍ
ځواک دی!

تاسو کولای شئ یو اتل شئ!

تاسو د مهربانۍ ځواک لرئ.

تاسو کولای شئ ورځ وساتئ.

تاسو به نن څنګه مهربانه یاست؟
یوه د مهربانۍ خبره وکړئ.
له کورنۍ او ملګرو سره یې شریک کړئ.
یوه ملګري ته غوږ ونیسئ.
د مرستې لاس وغځوئ.
په خپل شا و خوا کې د مهربانۍ په عملونو پسې وګرځئ.

زما د مهربانۍ زبرځواکونه

1 څنګه کولای شم پر خپلې کورنۍ مهربانه اوسم؟

زه کولای شم . . .

....

....

2 څنګه کولای شم پر خپلو ملګرو مهربانه اوسم؟

زه کولای شم . . .

....

....

3 څنګه کولای شم پر دې سیارې مهربانه اوسم؟

زه کولای شم . . .

....

....

SESAME STREET

سسمی ښه راغلاست

د یو بل خیال ساتل

إنتاج

SESAME WORKSHOP

بالتعاون مع

The LEGO Foundation

©/TM 2020 Sesame Workshop. All Rights Reserved.