

و تابن توافق، ندوب ساسح ناویح

یساسح. تسین تابن رد لاح یا یلع، میوگی م ناویح رد هک یساسح نآلا، تسا تروص نی هب رگا
هک تسا نی ساسح نآ؟ تسیچ ساسح نآ. تسین تابن رد، میتفگی م ناویح یارب سالک رد هک
درادن ار نآ هایگ هک دراد سمخ ساوح و شوگ و مشچ.

طوبرم نآ (Parasympathetic) کی تاپم ساراپ هب، دنیبیم ار هبرگ شوم هک انعم نی هب ساسح
زا خنس ود ینعی. دوب روطنی مرطن هب. تسا شکیتاپم س یارب، دنکی م رارف هکنی. دوشیم
هداس قولخم کی رد لاعت م دنوادخ. هندنک تفایرد هندنک سح باصعا و یتکرح باصعا. دوب باصعا
!هدرک اپ هب یهآگ تسد و مد هچ

هیآپ کی و هینب کی ام؟ میهآوخم یزیچ هچ، دریگب تروص هدارالاب کرحت و سح دهآوخب رگا الاح
نآ رد هک یزیچ و یهآگ نآ یارب هک دوشیم روطچ، هیآپ نی؟ دیآیم رب یراک هچ هیآپ نی زا. میهآوخم
هدارالاب کرحتم ساسح هک یزیچ ره ایآ؟ دوشیم هدارالاب کرحتم ساسح روطچ؟ دوشیم هیآپ، تسه
هک یزیچ نآ دنیوگی م. تسا نی رب مه رشب عون زاکترا. دراد م نامگ هب؟ درادن ای دراد یهآگ، تسه
دشاب هتشاد بتارم تسا نکم ولو. درادن یهآگ شدوخ زا، تسا ناویح.

#4 ینی بزآب

... طسوت 12:58:46 2024 ربماتپس 12 هدش داجی

... طسوت 11:00:54 2025 هیروف 6 هدش یناسرزور هب