

# Sesotho – Sesotho

## Ho ka Etsahalang...

Ke John Shortell

Tokelo ea Copyright © 2004 ho isa 20 21



Ena ke pale e tla u makatsa mme e kanna ea ba ea u thatafalletsa ho amohela se hlileng se etsahetseng. Haeba u ba 'nile ba e le " mohlolo o kang " ketsahalo u ithata , kapa bile bopaki ho e mong , hona joale u tseba ha u mong le e ' s la ho lokile ho bua ka eona. Bongata ba mehlolo ena ea etsahala mme batho baa e lahla ka lebaka la boits'oaro ba ba ba potileng. Ke ne ke hlohonolofalitsoe ka mme ea lumelang mehlolo mme a e matlafatsa kahare ho nna.

Sena isn ' sa t feela pale, ho ' s monyetla oa hore u ithute hore ntho efe kapa efe e khonehang bophelong ba hao. Ka pale ena ke tla bua ka seo ke ithutileng sona le hore na ho tlile joang hore ke tsebe ho ithakisa le ho nts'etsapele litsebo tsena , tseo ke lumelang hore kaofela re na le tsona.

Ha kea nahana feela hore na ho hloka hahle eng , leha ke le qalong ea bophelo ba ka ke ne ke ts'epa seo ke se tsebang ka intuitively mme ha ke le lilemo li 28 ke ile ka qala ho ikoetlisa ka mafolofolo , ho ikoetlisa le ho nts'etsapele litsebo tsena ho fihlela pale ena e ne e sa khonehe feela , empa mohlomong, mohlomong, ebile e ke keng ea qojoa . Morero oa ka ke ho u bontša hore u ka ithuta mahlale ana le ho etsa phetoho bophelong ba hau ho sa tsotelehe maemo ao u iphumanang u le ho ona .

Haeba u na le tjantjello ea ho fumana taolo ea bophelo ba hau le maemo a hau joale bala ho ea pele 'me u ikopanye le nna hore le rona re ka qala ts'ebetso ho uena. Haeba u se u ntse u le taolong ea ntho e ngoe le e ngoe 'me e tsamaea hantle ho uena u tla tšoana le nna. Ke ne ke sa batle letho le joalo ka seo ke se fang mona , hobane ke ne ke se ke atlehile mme ke ne ke ntse ke etsa mehlolo e menyenyanane bophelong ba ka. Seo ke ile ka hlokomela e le hore seo ho neng ho e filwe ho 'na ha ke ne ke 28 etsa D ke habonolo ho ruta ba bang ho se etsa hantle seo ke se etsang. Boholo ba bophelo ba ka ke ne ke bua ka sena ho ba bang mme ba ne ba se sebakeng seo ba amohelang kapa ho utloisisa seo ke neng ke se arolelana. Mohlomong le uena. Ho ba bang ba rona, thuto ea rona ke ho ba betere ha re arolelana le ba bang seo re seng re ntse re se tseba. Bakeng sa ba bang ba ho ithuta leseli lena ke ntho ea mantlha .

Leha e ka ba eng ho uena kea u tiisetse hore ho na le bohlokoa mona ho uena leha e le hore feela u ka qhekella lintho tseo re neng re nahana hore li ke ke tsa khonahala ehlile li ka ba teng ebile li ka ba teng ...

Ho lokile pale ke hore ke ile ka robala lebiling la koloi ea ka mme ka thulana le hlooho ea pole mme mantsiboeng ao ke ile ka qetella ke le ka lefapheng la tlhokomelo ea bakuli ba kulang mme basebetsi ba bongaka ba ne ba sa lebella hore ke phele bosiu. Letsatsing le hlhlamang o

ile a batla ho ntša matšoafu a ka a 1.5 le litho tse ling tsa mmele .... Matsatsi a 2.5 hamorao ke ile ka tsoa sepetelele ntle le ho buuo.

Kahoo... ..

Ho ka etsahala'ng ha... ..

- Ke tseba sepheo sa ka
- Ke itšepa ho fihlela moo ke ikemiselitseng ho latela takatso ea ka le lipelo tsa ka 'me ke ananela mamello le khothatso ea ka

Bophelo pele ho kotsi ea koloi

Bakeng sa bophelo bohle ba ka ke ne ke tseba hore ke tla be ke thusa batho ho itšepa le ho tseba kahare ho bona. Ke qalile khoebo ho ruta batho hore na ba tsoa kae, ba ea kae le hore na hobaneng ba le mona, ba itlhalosa moeeng. Ke ne ke ntse ke ruta karolo ena ho tloha ka 1987 .

Sebakeng sa ho holisa khoebo ena ea moea ke ile ka kheloso mme ka qala khoebo e ngoe . Ha khoebo ea ka e ne e hola 'me e tsoa kannete ke hobane ke ne ke tsepamisitse maikutlo ho thusa batho ba nang le bophelo bo botle ha ke ntse ke sebetsa ka mafolofolo ho bophelo ba ka. Ke ne ke noa li-supplements tse matla haholo 'me ke arolelana le motho e mong le e mong liphetho tsa ka (tse kanna tsa ba ka lebaka la litlatsetso tsena) .

Ke ka mor'a hore ke qale ho noa li-supplements tsena moo lintho li neng li bonahala li qala ho fetoha 'meleng oa ka. Ke ithutile khale ha motho e mong a noa li-supplement mme ba sa bone phapang efe kapa efe ebe litlatsetso li kanna tsa se ke tsa lekana litlhoko tsa motho eo. Ho shebella batho lulang phetoho, 'me le bone ba hlahang ho boele bophelo ba bona le ho lahla ding tsa ba bohloko, e le hore ba ne ba tla ho amohela feela, o ne a susumetsang haholo bakeng sa ka. Ke qetile boholo ba bophelo ba ka ke opeloa mme ho ne ho se motho ea khonang ho hlalosa linnete tse bonolo, tseo ha ke li kenya tšebetsong, li entseng phapang e kholo bophelong ba ka. Ke ka nako eo moo ke ileng ka tsepamisa maikutlo haholo ho thuseng ea kileng a batla thuso.

Ke iketselitse tšepiso ea hore ha lekeno la ka la masalla le tsoang khoebong ena ea bophelo bo botle le fihla ho \$ 5000 ka khoeli ke tla khutlela ho thusa batho ho utloisisa moea le leeto la bophelo. Lekeno la ka le ile la tsoela pele ho hola ho feta \$ 10,000 ka khoeli mme ke ne ke lebetse tšepiso ea ka. Sepheo sa ka kaofela e ne e le ho hlahisa chelete e ngata. Ka tsela e itseng ke ile ka qala ho mamela batho ba haufi le nna bao sepheo sa bona e neng e le chelete. Ke ne ke sa hlokomele hore ke lahlehile bakeng sa seo **ke** neng **ke** batla ho se etsa **ka** bophelo ba ka.

Ke hangata hakae ho etsahalang hore seo lipelo tsa rona li se lilelang, re se behe ho fihlela ntho e 'ngoe e etsahetse. Bakeng sa batho ba bangata kajeno, hangata sena se amana le chelete.

Ke nakong eo... ..

Kotsi ea koloi 29 Phuptjane 2003

Ke ne ke tsamaisa kampong ea boetapele bakeng sa baetapele khoebong ea rona ea bophelo bo botle mafelong a beke eo mahaeng. E mong le e mong o ne a khathetse 'me a leba hae motšhare oa mantsiboea ka Sontaha.

Ke tlohile hoo e ka bang ka 4 thapama kaha ke ne ke e-na le kopano tseleng ea ho ea hae bakeng sa lijo tsa mantsiboea le bareki ba bang. Lynette (eo e neng e le mosali oa ka ka nako eo ), Helen (ausi oa ka) le ba bang ba ile ba tsitlella hore ke tsamaee le motho ea tla lula le nna. Ke ne ke hlakile hore ke tlo tsamaea ke le mong.

Ke ile ka tloha ke thabile haholo ke mosebetsi oo re o entseng mafelong a beke. Mafelo-beke a ne a bua ka ho thusa batho ho ba le boikarabello bakeng sa katleho ea bona le ho hlokomela hore ba na le taolo holim'a litholoana bophelong ba bona.

Ke fihlile toropong hoo e ka bang hora ho nka leeto la lihora tse tharo mme ke ne ke ikutloa ke khathetse haholo ebile ke otsela. Ka lehlakoreng le leng la toropo ena ke ile ka khaleha ke le lebiling. Ho bonahala eka ho ne ho na le motho ea neng a latela 'me ba re ke qalile ho loha, empa a lula lehlakoreng la ka la tsela, mme le eena a qala ho fokotsa lebelo.

Koloi ea ka e ile ea kheloha tsela ka sephethe-phethe se tlang mme ha ke thula foro ka lehlakoreng le leng la mokotlana oa moea o ile oa phahama mme ka tsoha. Ha mekotla ea moea e kenya koloi e tlala phofu e tsoeu kahoo ha ke bone letho. Ke ne ke sitoa ho tseba hore na hobaneng ke sa bone letho.

Hobane ke ne ke sa bone letho ho hang, ke ne ke sa tsebe hore na ke tsamaisa koloi kae mme ka thula kutu pela lemati la ka le letona, ka leba ka ho le letshehadi mme ka mora moo ka thula pente ka hare ho yona (mmila ) 'me mabili a mabeli a ka pele a phatloha. Joale ke ile ka otlala poso ea heke ka lehlakoreng la ka le letona 'me ka fetela ka ho le letšehali. Ke ile ka utloa koloi e tsamaea lehlakoreng la lehlaka le lehlole le theohelang tlase. Ena e ne e le metsi a tebileng a "V". Ke ne ke le botlaaseng ba metsi a lebang haufi le eona.

Lerōle la airbag le ne le se le theohile ho lekana hore ke bone palo ea motlakase e nyoloha ka pela ka... ka lebelo haholo. Ke lekile ho kheloha mme koloi ha ea ka ea arabela lebili la ho khanna hohang (ke ile ka fumana hamorao hore lithaere li felile).

Hang ha ke bona palo e nyoloha , bophelo ba ka bo ile ba khanya kapele ho mahlo a ka . Ke bone Lynette ( eo ka nako eo e neng e le mosali) le Amber (Morali ea lilemo li 3) le sepheo sa ka mme ka tseba hore ena e ne e se nako ea ka ea ho shoa.

Ke ile ka re ho mangeloi a ka ka matla

“Sena ha se sona, linako tsa ka ha li fele!”

Nakong eo ke buang sena, lebone le lesoeu le ile la kena ka koloing le tsoa kaholimo 'me la mpota-pota ka leqhubu' me la ntlama ka cocoko ea matla a ho itšireletsa. Ka nako e ts'oanang ke ile ka fuoa pono ea koloi e thula palo 'me ea tla ho phomola le' na ka eona ebe nna ke potela ka pele koloing le banna ba babeli ba thusang, e mong ka lehlakoreng laka. Joale KE NE KE TSEBA hore ke tla loka.

Ke ile ka phutholoha 'me ka inehela kotsing, ka ho tseba hore ke tla phela hantle. ***Ke ne ke sena tšabo ho hang mme ke ts'epa ka botlalo .***

Ke ile ka lula ke hlaphohetsoe nako eohle 'me ha koloi e phomola ke ne ke tseba hore kotsi ea ka sefubeng e ne e tebile empa ha ho mohla nkileng ka e lumella, leha e le ka motsotsoana feela, ho nahana hore ke tla shoa. Ke ile ka tšepa pono eo ke e fumaneng ho tsoa sehlopheng sa ka sa bathusi ba moea ba ka ba tlohang kotsing 'me ke phela hantle.

Koloi e ile ea thula palo (mapolesa a hakantsoe hore ke 85 km / hr) bohareng ba bokapele ba koloi mme ba phomola. Motho ea neng a ntatela o itse ke potlaketse palong. Kamoo ho bonahalang kateng sena se etsahala ha batho ba sa elelloe hore ba sutumelitse accelerator eseng brake.

Koloi e ile ea phomola 'me ka sokola ka matla ho kenya moea matšoafong a ka. Ho ne ho tšoana le ha ke fehloa moea (hamorao ke ile ka fumana hore matšoafong a ka a ne a tlala mali).

Ho ne ho se mali kae kapa kae. Ha e le hantle, khaola eo ke e fumaneng ho tsoa kotsing e ne e le ho itšeha hanyane letsohong la ka le letona le neng le tsoa mali a sente feela.

Banna ba babeli ba ile ba tla ba matha lehlakoreng laka la koloi mme ka hooa ka re koloi e cha (lerōle le tsoang moeeng la moea le shebahala joalo ka mosi) ba leka ho bula lemati la koloi mme ba lahleloa morao ka lebaka la maqhubu a motlakase.

Re fumane hore koloi e kentsoe motlakase ke beteri ea koloi.

Ke ne ke se ke khona ho hema hanyane.

Ke nkile gingerly ka nka chelete e ka bang \$ 700 eo ke neng ke e-na le eona ka har'a komporo le mohala oa ka oa thekeng.

Ba lekile makhetlo a mangata ho bula lemati ho fihlela ba bula lemati la bakhanni ka ho beha menoana ea bona kaholimo ho monyako moo e neng e kobehile ebe ba a hula. Nako eohle ha ba ne ba tšoere lemati ba ne ba ba le maqhubu a motlakase. Karolo e ngoe le e ngoe ka koloing e ne e thelletse. Koloi e ne e le khuts'oane haholo! Lemati la bakhanni le lona le ne le sentsoe ke kutu ea lengope.

Hang ha lemati le butsoe ba re o seke oa ama karolo efe kapa efe ea tšepo. Kahoo ke ile ka sotha ka hloko ho potoloha ka lisenthimithara ka lisenthimithara 'me ka tsoa ke le mong. Banna bana ba babeli ba ile ba nka letsoho ka leng 'me ba ntsamaisa ho ea pele koloing ha ke lula fatše. Sena se etsahetse joalo ka pono eo ke bileng le eona.

Ke ne ke tseba ka pelong ea ka hore haeba nka beha fatše ke tla shoa. Ke ne ke tseba hore ha nka lula ke lutse ke tla loka. Ke ile ka lula ka mangole holimo 'me matsoho a ka a tšoere sefuba' me hlooho ea ka e sekametse pele. Nako ea ha ke lula fatše ke ile ka qala ho kenya matla 'meleng oa ka' me ka bona kelellong ea ka ntho e ngoe le e ngoe e kahare e itokisa hantle ho feta pele. Motsotsoana o mong le o mong ke ne ke tsepamisitse maikutlo mosebetsing oa ho haha 'mele oa ka bocha.

Likoloi li ne li emisa hohle.

Li-airbags ha li na thuso likotsing tse ngata tsa ho thulana, hobane li sebetsa ka tšusumetso ea pele, eo boemong ba ka e neng e le sekoti eseng ha ke e hloka. Mokotla oa moea ka nako eo o ne o se na thuso ha ke thula palo (ehlile ho ne ho na le li-bolts tse neng li tsoa ka setering moo ke e otlileng teng).

E ne e le hora ea bohloko thapama ka Sontaha mariha, ho ntse ho na le khanya empa ho ne ho bata, ho koahetsoe ke moea o batang.

Batho ba ile ba tla ba matha.

Mosali e mong o ile a tla a khobile haufi le nna mme a re ke mooki. O ile a mpotsa lipotso tse 'maloa, tseo ke li hopolang a re ke lokile empa o utloile bohloko haholo mme ke na le bothata ba ho hema.

Motho e mong o ile a nkapesa "kobo ea sepakapaka" ho mpotlela mofuthu. Moea o batang o ne o foka mokokotlong oa ka.

Lynette o ne a tsamaea nako e ka etsang hora ka mor'a ka kahoo ke ile ka tseba hore ke hloka ho mo letsetsa. Ke ne ke tseba hape hore o ne a se mohaleng oa mehala. Ka koloing ea hae ho ne ho e-na le Amber, April (moralali oa bobeli) le ausi oa ka Helen ea neng a imme haholo ka mafahla.

Ke ile ka letsa 'me ka siea molaetsa,

“Dumela Moratuwa, ho o tsebisa feela hore ke bile le prang e nyane mme ba nkisa sepetlele ho ya hlahlojwa. Tsohle li lokile.”

Eaba ke letsetsa Michael motsoalle oa ka oa hlooho ea khomo ea neng a le kampong mme a lula toropong eo ke neng ke sa tsoa feta ho eona e neng e le metsotso e 10 feela ho tloha moo.

Ka letsa mme ka re,

“Michael Ke bile le kotsi e mpe ea koloi mme ke hloka thuso ea hau. Lynette o tla be a le mona haufinyane 'me ke u hloka mona ha a fihla mona, ke koetse koana le koana.”

Michael o ile a fihla sebakeng seo ka metsotso e ka bang 10

Ke kopile Michael ho batla banna ba babeli ba ileng ba ntša ka koloing kaha ke ne ke batla ho ba leboha. Michael o ile a kgutlela ho nna mme a re NOBODY o ne a lokela ho ama koloi hobane palo eo ke e otlileng e ne e nkile li-volts tse 66,000 le hore li-insulators li robehile le likhoele tse 3 li ne li khutsufatsa fatshe ka koloi. A re mang kapa mang ea amang koloi o kanna a shoa.

O ile a tsamaea har'a bongata mme a botsa motho e mong le e mong hore na oa tseba hore na bashanyana ba babeli ba ntšitseng ke bo mang. O ne a sa ba fumane mme batho ba re ha ho motho ea tlohileng sebakeng sa kotsi.

Mapolesa a ile a fihla 'me a mpotsa hore na ke le mong ka koloing. Ke ile ka iketsa "Che" Ke sa nahane ho hang hore na hobaneng ba mpotsa. Ba ile ba tsamaea mme ba khutla mme ba mpotsa hape hore na ke ne ke le mong ka koloing hape hape ka re "Che". Ba khutlile lekhetlo la boraro mme ba botsa ka ho tšoenyeha ho hoholo ka lentsoe la bona "na ho ne ho na le motho ka koloing le uena?". Ke ile ka hlokomela hore na hobaneng ba ne ba mpotsa ha ba ntse ba batla 'mele. Ke ile ka makala ha ke re Che 'me joale ka re "Che, ho ne ho se na motho ka koloing le' na".

Ambulense e fihlile.

Ofisiri ea Ambulense e ile ea mpotsa lipotso tse ling. Eaba o etsa qeto ea hore ke hloka ho ea sepetlele se seholo toropong e haufi haholo

Liofisiri tsa ambulense li ile tsa leka ho mphoqa holim'a boto ea mokokotlo. Ba ne ba sutumetse 2 cms morao feela mme ke hoelehetse hore ke emise. Bohloko bo ne bo hlolla 'me ke ne ke tseba hore ba ke ke ba ntheola ka tsela eo ka lebaka la tsitsipano eohle' meleng oa ka. Eaba ba mpusetsa boemong bo lokileng hape.

Ke ne ke tlameha ho tsoara 'mele oa ka ka thata ho o sireletsa ka likhopo tse hlakileng tse robهيلeng. Ke ne ke tseba haeba ba ka ntheola ka tsela eo ba neng ba ikemiselitse hore ho tla etsahala ntho e mpe, e kanna ea fella ka lefu la ka.

Hlooho ea ka ke ile ka botsa mangeloi a ka "ke tla etsa joang?"

Mangeloi a ka a itse ke hloka ho tiea le ho nka taolo, mme ke ba joetse hore na ba etseng. Mangeloi a ka a re ho 'na, "pheta ho batho seo re u bolellang sona."

Kahoo ke phetsetse monna oa Ambulense ka tieo seo mangeloi a ka a neng a mpoella sona empa ke sa mo joetse hore na litaelo li tsoa kae,

“Sena ke seo re tlang ho se etsa, banna ba 'maloa ba tla tsoara boto ea mokokotlo e emeng ka thata mokokotlong oa ka' me butle-butle ba 'ne ba sutumetse ka thata le ho feta ho fihlela ke khona ho phomotsa mesifa eohle ea ka (e neng e tiile haholo ho ts'oara body together) 'me ke ne ke tla lumella boto hore e nke boima bohle ba ka. Ha ke ikutloa ke phutholohile 'me ke tlohetse mesifa ea ka, ka nako eo ke ne ke tla itšetleha ka botlalo ka board. Ebe ka lets'oao la ka o ka qala ho theola boto butle butle le ka thello hore ke se ke ka tiisa mesifa ea ka hape. Hang ha ke theoleloa tlase o ka nkenya ka lebaleng. Sena se tla nka metsotso e ka bang 15 ”

Ke ile ka ikopanya menahanong e le hore ke tlohele motsotsong ona ke tlameha ho tšepa banna bana le mangeloi a ka ka botlalo. Ke ne ke tseba hore ke beha bophelo ba ka matsohong a bona. Ba entse sena mme ka re ho qala ho ntheola le boto empa e tlameha ho ba boreleli ebile e liehe! Ho nkile nakoana. Hang ha ke theoloa, ke ile ka ba joetsa hore ba ntsamaise ka boto.

Ba entse sena mme ba mpalamisa ka teroli.

Ngaka ea bongaka ea bongaka e ile ea tla le 'na ka morao.

Ha a se a le kahare ho Ambulense o ile a re o tlo mpha morphine ka re "Che".

O ile a mpotsa a re, “ha u utloe bohloko?” Ke ile ka re, “bohloko boo u neng u ke ke ua bo nahana, bohloko bo sa kholoeng”.

“Joale hobaneng u sa batle morphine?” A botsa.

Ke ile ka araba "Bohloko ke bona feela ntho e etsang hore ke be lefatšeng. Ke kn dostupnost o Ho w Le ka pelong ea ka hore haeba ke ne ke morphine e le hore ke ne ke tla feela ho suthela theoha ho kena lefung la. Ke kn dostupnost o Ho w Le bohloko kea S boloka 'na motheo o tiileng le lefatšeng, ho boloka le' na hona joale ha e le hantle hore ke ne ke ntse ly ve 'mele oa nama ".

"Ke batla ho 'ba le eona" ha re fihla sepetlele mme ke tsebe ho utloa se etsahalang ho nna hore ke ba bolelle hantle se etsahalang ". . Ka ho bua sena ke ne ke ipeha bokamosong hore ke tla fihla sepetlele ke ntse ke phela 'me ke itokiselitse ho fana ka leseli la bohlokoa ho basebetsi. Ha ho mohla nkileng ka nahana ho shoa . Kahoo matsatsing a 'maloa a latelang ke ile ka lula ke bua ka bokamoso ba ka le se tla etsahala. Ena e ne e se khetho e etsoang ka hloko empa ka lebaka la tumelo ea ka e sa sisinyeheng ea hore ke tla phela.

{ha ke le ngoana ke ne ke tloaetse ho khopisa menoana ea ka ea maoto le ho utloisoa bohloko ke mofuta o joalo o bohloko oa bohloko. Ka letsatsi le leng ke ile ka botsa lengeloi la ka hore

na nka tlosa bohloko ba mofuta ona joang, lengeloi la ka la re "u ke ke ua felisa bohloko empa u ka bo amohela, u be ntho e le 'ngoe le bona, u hlokomele hore e na le mosebetsi." Kahoo ke ile ka ipotsa, sepheo sa bohloko ke eng? Ke ile ka hlokomela hore bohloko ke ho mpoella hore ho na le ho hong ho phoso mme sebaka seo sa mmele oa ka se hloka tlhokomelo. Kahoo ke ile ka botsa lengeloi la ka hape "Na bohloko ke sesupo sa sebaka se 'meleng oa ka se hlokang ho tsotelloa?" Karabo e bile "E".

Eaba ke botsa, "kahoo haeba ke lumela hore bohloko bo entse mosebetsi oa bona mme joale ke tseba hantle tlhokomelo eo sebaka seo se e hlokang mme ke qala ho nka bohato bo hlokahalang, ha ho sa na tlhoko ea bohloko?" karabo ea morao e ne e le "E".

Ke qalile ho ikoetlisetsa sena ke sa le ngoana, ke nahana hore ke ne ke se ke fetile lilemo tse 10 ka nako eo ke neng ke qoqa le Bahlokomeli ba ka ba Moea (mangeloi), mme seo ke ithutileng sona ka bohloko se ile sa sebetsa. Ke utloisisitse ka ho fetisetsa matla sebakeng se hlokang pholiso joalo ka ha ke utloisisa ka peo ea matsoho le hore na sena se matla hakae bakeng sa pholiso. Ke ne ke khona ho khama menoana ea ka ea maoto ebe ke amohela molaetsa oa bohloko hanghang ebe ke nka bohato bo ikemiselitseng

- 1) amohela molaetsa oa bohloko mme o o lebohe ka ho etsa mosebetsi oa ona,
- 2) matla a mocha sebakeng seo
- 3) phomola ka botlalo, lahla mohopolo o fe kapa o fe oa hore bohloko bo "utloisa bohloko" feela hobane bo romella molaetsa o seng o amohetsoe joale.
- 4) Bohloko bo ne bo tla fokotseha hanghang mme hangata bo fele ka ho felletseng. }

Monna oa Ambulense ea neng a le kahare le nna o itse leeto le ne le le boima ho fihla toropong e latelang mme ka re ho lokile.

Re tsamaile butle le ntle le mekhosi (re sa tsebe hantle ka mabone)

Ho palama ho ne ho lieha ebile ho le bohloko.

Ke ne ke utloa bohloko bo bong le bo bong mme motsamao o mong le o mong o ne o le bohloko haholo. Ke ile ka lula ke shebile hore na ke batla hore 'mele oa ka o be joang, o phetse hantle, o phetse hantle, o matla ebile o hantle. Ke ne ke bona mmele oa ka o folile ebile o felletse.

Nakoana kamora hore re qale ho ea sepetlele mohala oa ka o ile oa lla mme ka bona hore ke khetho ea ka eo ke neng ke ea ho eona ha ke ne ke hlaheloa ke kotsi. Ke itse ke tlameha ho nka mohala. Ke ne ke hloka ho mo tsebisa hore ha ke tle kaha eena le ba lelapa la hae ba ne ba lebelletse lijo tsa mantsiboea le 'na. O itse a ke ke a etsolla molala oa molala. Ha mohala o ntse o lla ke ile ka bua ka thata haholo hore ke e lokolle mme a re feela ha nka ts'episa hore nke ke ka sisinya hlooho. Ke ile ka re Ee 'me a e tlamolla. Ke nkile mohala mme ka re nke ke ka khona ho etsa kopano ea rona le hore ke tla tlameha ho hlophisa linako tse ling tsa libeke tse peli mme o tla loka. Ke ile ka kopa tsoarelo ka ba ka salisa hantle. Ke ne ke sa elelloe hore ke na le seo nka eang ho sona kaha ke ne *ke* hlakile hore ke tla fola ebe ke ba kopanong eo bekeng kapa ho feta.

Ke ile ka boela ka bua le Michael ka fono.

Ke fihlile sepetlele ka nako e le 'ngoe le Lynette le Amber. Mme Michael le eena o fihlile ka koloi ea hae.

Ha ke ntse ke phuthoa ka utloa motho oa ambulense e motona a bolella baoki ka nna, empa a se ke a tseba letho leo a le buang.

Re ne re le karolong ea maemo a tshanyetso.

Ba ne ba batla ho khaola liaparo tsa ka mme ka ba joetsa hore nke ke ka ba lumella hore ba khaole polo ea ka kaha hempe eo ke neng ke e apere e ne e le hempe ea bohlokoa haholo ho nna mme ke ne ke batla ho tsoela pele ke e apara. Ba hlalositse hore na ho tla ba boima hakae ho e tlosa mme ka re ho lokile joale ha re qaleng.

Ho ne ho nkutloisa bohloko haholo ha ke e tlosa kaha ke ne ke tlameha ho phahamisa matsoho le ho a sotha.

Ke ne ke robehile likhopo le sternum e robehileng 'me ke ntse ke sena meriana ea bohloko.

Amber le Lynette ba kena mme Amber o nkile letsoho la ka mme a mpotsa "Ntate o tla phela hantle?"

Ka nako ena motho e mong le e mong o ile a ema 'me ha khutsa haholo ha ba ntse ba emetse karabo ea ka.

Ke ile ka hetla hlooho 'me ka mo sheba ka mahlong ka re ke supile baoki le lingaka kaofela tse ntikologileng "o bona batho bana kaofela ba matha hohle?" "Ee" Amber a araba.

Ba matha hohle hobane hona joale ha ba hlokomele hore ke tla loka! ”

O ne o utlwa phini e wela ka phapusing eo ya tshohanyetso. Ha ho motho ea tsamaileng kapa ea buileng letho mohlomong metsotsoana e 15.

Amber o ile a bososela 'me a phutholoha' me ra tsoela pele ho tsoarana ka matsoho.

Ke ne ke sa natla *leka* ho bua hantle 'me ka natla sebelisa dithekeniki joaloka bua mabapi le' na ka nakong e tlang, empa ena ke se ileng sa etsahala, meqoqo ho fetisisa 'me menahano ea Ke ne ke le mothating oa ho' na ho ba ea ka nakong e tlang ho etsa ho hong ka motho e mong. Ha kea ka ka hlokomela sena ho fihlela lilemo tse 'maloa hamorao, hore ke sona seo ke neng ke se entse.

Ke entse mosebetsi o mongata ho aha boits'oaro ba ka ba kahare ho bua ka mokhoa o matlafatsang le o nepahetseng ka maemo ao ke iphumaneng ke le ho ona.

Ha kea ka ka lumella ho se tsotelle ho kenang tlhokomelong ea ka. Ke ne ke ikemiselitse ho tlisa bohle ba mpota-potileng "ke kamoo sena se tlang ho bapala". Ke ile ka utloa tšehetso e kholo moeeng 'me ka utloa boteng ba meea bo mpota-potile. Ke ile ka ikutloa ke hlaka ebile ke hlakile ka pono ea ka. Tšabo e ne e le sieo ka botlalo. Ke ile ka tsoela pele ho ts'epa hore tsohle li tla loka.

Ke lumela hore seo ke se entseng se ka khonahala ho motho e mong le e mong hore na o lumela ho Molimo, Jesu, Buddha, Mohammad, Moea kapa mang kapa mang kapa mang. Haele hantle ke botebo ba kamano le Molimo oa hau, kapa uena, bo etsang hore ho khonehe eng kapa eng eo o e nahanang.

Sena se ka etsahala feela ha o lumelletse hore o be tlokotsing mme o itumelle ho ithata ntle le mabaka. Sena se hlile se hloka ho hong, haholo-holo sebete.

E hloka ho tlohella khanyetso eohle.

{Ha ke hana ke hlile ke shebile nthong eo ke e hanang.

Se tlang ho nna se khahlola ka lebaka mme ha ke tsebe hore lebaka ke lefe nako e ngata. Ha ke hanela ntho e 'ngoe ka nako eo ke emisa ho e bona. Ntho ena eo ke e hanang ke karolo ea motheo e ntumellang ho aha bokamoso ba ka Holimo ho eona. Ha ke sa e lumelle bophelong



ba ka joale bophelo ba ka bo kena molemong oa ho ts'ara mme seo ke se hanang se lula se hlaha.

Ke ntse ke eelloa hore ke ntse ke hohela boiphihlelo bo tla nthusa ho hola ho ba motho eo ke hlokang ho ba teng ka nako e 'ngoe bokamosong ba ka, motho eo o tla khona ho sebetsana le maemo a kamoso ao uena ea leng mona le ha joale o sa a itokisetsang.

Ke hangata hakae re fihlang sebakeng se itseng bophelong ba rona ebe re ipolella "Boiphihlelo boo ke bileng le bona nakong e fetileng bo nthusitse hore ke itokisetse ketsahalo e latelang bophelong ba ka". Ha ke amohela liphihlelo tse hohelang bophelong ba ka ka nako eo ke tsamaea bophelong ka bolokolohi le boiketlo mme ke qetella ke le sebakeng se nepahetseng ka nako e nepahetseng.

Ka linako tse ling re hana lebaka leo BA BANG ba re fang lona ho etsa ho hong, hangata hobane e le lebaka la bona, mme ho ba tsoela molemo eseng rona. Ha ke sheba, 'me ehlile ke tla fumana, lebaka la ka la ho ba le boiphihlelo bo itseng, joale ke amohela boiphihlelo mme ke khaotse ho hana.

Ka linako tse ling kea hana hobane ha ke hlake hantle ka sepheo sa ka se seholo mme sena se tsoana le ho sutumetsoa lefifing ha ke sa bone letho mme ke sa tsebe se ka pela ka. Nahana ka eona... ha ke sa tsebe se ka pela ka joale ke tla batla ho tsamaea butle haholo empa haeba ke tseba se ka pela ka mme ho lefifi joale ke tla khona ho hatela pele ka boits'epo.

Ha ke nahana ka boiphihlelo boo ke bileng le bona boo ke bo sebelitseng ka matla mme kea ipotsa "ke eng e ntokiselitseng motsotso ona?" ka nako eo ke tla ba le litšusumetso tse tla nthusa ho utloisisa, ho bona, ho tseba le ho utloa hore na boiphihlelo bona ba nakong e fetileng bo ile ba ntokisetsa boiphihlelo boo ke bo nahanang jwang.

Ke ntse ke ruta litaba tsena ka mashome a ' maloa a lilemo' me ke sebelitse ho *phela ka tsona* . }

Ke ile ka robala mono nakoana ke tsoere Ambers ka letsoho mme ke bua le Lynette.

Ka nako e 'ngoe ke ne ke khannoa ka koloi ka lehlakoreng le leng la kamore ea maemo a tsohanyetso mme ke ne ke e-na le baoki ba babeli ba neng ba eme holima ka e mong ka lehlakoreng le leng la teroli. Ba ne ba buisana 'me e mong a re o na le bothata ba ho ima. Ke ne ke mametse mme ke re "Nka o thusa ka seo!" Ka bobeli ba bona ba ne ba maketse! Ke hlalositse hore ke aba lihlahisoa tse hlolang tsa bophelo bo botle le lihlahisoa tse ntle tsa tlhokomelo ea motho tse ka mo thusang. Ke hlalositse hore tsena ke lihlahisoa tse fepang 'mele oa ka hona joale ho o thusa ho ikaha bocha le hore tsena ha se lihlahisoa tse tloaelehileng. Ke hlalositse bohlokoa ba ho tlosa chefo 'meleng oa hae le ho emisa ho kenya tse ling. Ke hlalositse hore lihlahisoa tse ngata tsa tlhokomelo ea motho li ka ba le metsoako e ka bang kotsi ho tsona. Ke boetse ke hlalositse hore lijo tsa rona ha li na phepo e lekanang le eo li kileng tsa ba le eona.

Ke hlalositse hore banyalani ba bangata ba imme ka katleho kamora ho qala lihlahisoa tsena mme banyalani bao ba nahana hore ekaba lihlahisoa tse entseng phapang. Kahoo ke ile ka mo fa nomoro ea ka ea mohala mme ka mo khotaletsa hore a ntetsetse matsatsi a seng makae mme ke mo hlophisetse sehlahisoa seo. Ke entse sena joalo ka ha eka ke paqame teroli feela ke itokiselitse ho khutlela hae. O ile a nka nomoro ea ka empa a se ke a ntetsetsa....

Ba entse scan ea katse le li-x-ray tse ngata. Ke ntse ke tsitlallela ho se morphine ho fihlela x-ray e felile.

Eaba ba etsa li-x-ray le katse kaofela hape, ha ke tsebe hore na hobaneng.

Ke hopola nakong ea pele ea x-ray ke nahana ka bohloko mme ke loanela ho lula ke hlahohetsoe. Ha ba mpoella hore ba tlameha ho li etsa hape ke hopola ke phomotse mme ke e amohela feela kahoo ke kena sebakeng sa Zen. Ha ke hopole ho hongata ka li-x-ray tsa pele empa ke hopola katse ea bobeli ea katse le li-x-ray hantle.

Khaitsetsi ea ka Helen o ile a kena 'me a bua, joalo ka Michael empa hobane e ne e le kamore ea maemo a tšohanyetso ba ne ba lumella motho a le mong ho kena ka nako ntle le Amber mme ba lumella Lynette ho kena le eena.

Ke buile ka lintho tse ngata, ha ke hopole hantle ntle le hore ke netefalitse hore moqoqo o bua ka lintho tse tloaelehileng tsa letsatsi le letsatsi, HA HO letho ka kotsi kapa boemo ba ka.

Kamehla ke ne ke hlakile ebile ke ikemiselitse hore na e tla bapala joang.

E ne e se e le bosiu haholo, ke nahana hore e ne e se e le har'a khitla, ha ke ne ke phuthoa ka Setsing sa Tlhokomelo e Khethehileng, mothating ona ke nahana hore ke ne ke amohela morphine kaha ke sa hopole bohloko.

E mong oa metsoalle ea likhaitsetsi tsa ka e ne e le mooki phapusing ea tlhokomelo e kholo sepetleleng sena mme o ile a joetsa ausi oaka kamora libeke hore ngaka e buoang e boleletse mooki ea ntlhokomelang hore a mphe hantle hobane ke tlil'o shoa bosiu bo itseng...

Ba ile ba nkisa holim'a bethe e bonolo ea moea mme Ngaka e ile ea mpha ente ea morphine ka kotloloho holim'a sternum. O itse "Sena se tla u thusa ho robala".

Ke ile ka re ho eena, "Nke ke ka robala, ke na le mosebetsi o mongata haholo oo ke lokelang ho o etsa". O ile a ncheba ka mokhoa o makatsang, mme a botsa "o bolelang?" Ka araba "Ke na le 'mele oo nka o ahang bocha !!"

Ke ne ke lula ke kenya matla 'meleng oa ka likarolong tsohle tse hlokang pholiso. Ke ile ka tsepamisa maikutlo mme ka nahana hore litho tsa kahare li ahaha le ho ba "tse tloaelehileng". Ke entse sena khafetsa, bosiu bohle. Ha ho mohla nkileng ka robala ke robetse... ke phathahane haholo.

Lynette, Amber, Mmesa, Helen le Michael kaofela ba ile ba kena ka thoko ho tla robala hantle. Ke entse taba ea hore ke tla ba bona hoseng, ke boloka moqoqo ka bona le hore na ba lula kae. Ba ne ba se ba iphetse motele 'me ba se ba jele lijo tsa mantsiboea. Ke ile ka re robala hantle 'me ka etsa polelo ea ho ba bolella hore kea ba rata le hore ke tla loka. Ke ne ke batla ho ba tiisetse hore ba seke ba tšoenyeha kaha KE NE KE TSEBA hore ke tla loka.

Ke buisane le mooki qetellong ea bethe, ha ke hopole meqoqo. (a ka hopola).

Ka nako e 'ngoe ke ile ka re ke hloka ho ntša metsi. O ile a mpha botlolo mme ho sa tsotelehe hore na ke lekile ka thata hakae nke ke ka e rota ha ke paqame . O itse ha ke sa khone ho e laola ba tla kenya catheter. Ke itse HA HO TSELA e neng e tla etsahala!

Ke lekile nako e fetang hora ho ntša ka lebokoseng empa ka se khone. Ke ne ke sa ntša metsi ho tloha nakong ea lijo tsa mots'eare ka Sontaha, lihora tse fetang 15 pejana.

Ka ntan'o ba le mohopolo oa ho ema 'me wee. Ke ile ka botsa mooki "Na o ka nthusa ho tsoha betheng?" mme a botsa "bakeng sa eng?" Ke ile ka re "ke tla ema 'me ke ntše" me a re "ha ho na tsela eo ke u lumellang hore u eme!"

Ka re, "Ke eme ka maoto, ekaba u ka nthusa hore ke tsohe betheng kapa ke etse joalo ke le mong!"

Eaba o nthusa mme ho nkile metsotso e ka bang 5 ho nkemisa.

Ha ke le moo ke ne ke eme lefifing le sekaalo ke tšoere setuloana sa marotholi ka letsoho la ka le letšehali ke ntša metsi ka hara botlolo eo mooki a neng a ntšoaretse eona.

Ke ile ka e tlatsa 'me ea qala ho khaphatseha fatše. O ile a re "ema 'me ke tla fumana botlolo e' ngoe" ke itse "ha ho na tsela eo ke emisang ka eona, ha ke tsebe hore na ke tla khona ho etsa sena neng". Ke ne ke sa batle ho emisa ho phalla. Botlolo e ile ea tsoela pele ho phalla hohle fatše.

Mooki o ile a qala ho tšeha mme a re "Ha ke so bone motho a tlatsa e 'ngoe ea tsena! Ke nahana hore ke tla tlameha ho e bala! "

Ke ile ka tšeha ke le mong ka hore ho tšeha nakong ena e ne e se khetho. Ho tšeha hoo ke neng ke na le hona kahare ho ne ho le bohlokoa ho nna.

Ho nkile metsotso e meng e 5 ho nkhutlisa betheng. 'Na le mooki re ile ra qala ho qoqa haholoanyane' me ke mo hopola a botsa hore na ke etsa eng eo ke hlokang ho e falimehela. Ke hlalositse hore na hobaneng ke sa robale le mosebetsi oo ke o etsang.

Ka ho khetheha ke ne ke tsamaisa matla ho potoloha le 'mele oa ka, ke bona' mele oa ka o khanya ka leseli le khanyang mme ke tlatsa libaka life kapa life tse hlokang leseli kapa tse neng li sa phatsime joaloka tse ling.

Ke kamoo ke e entseng kateng.

Ke ile ka sheba bokahohleng 'me ka nahana hore matsoho a ka a otlolla bokahohleng joalo ka ha ke ntse ke bokella bokahohle hore bo nkope. Ho etsa sena ho ne ho matlafatsa matla, hoo e neng e ntse e koaela matsoho a ka khafetsa kahoo e mong le e mong a ne a fiela ke ne ke nahana ka bongata ba matla ana ka hona ke ne ke tseba hore ho na le HO FETA ho feta kamoo ke neng ke ho hloka. Ke ne ke nahana hore e tla fihla hloohong ea hlooho ea ka phaeneng (moqhaka) ebe e e tsamaisa ho potoloha le 'mele oa ka ho ea moo ke utloang e hlokahala. Ke e bone e sebelisa liqubu tsa limatlafatsi tse ngata, tseo 'mele oa ka o neng o li bolokile libakeng tse fapaneng' meleng oa ka, ho tsoa mefuteng e metle eo ke neng ke ntse ke e noa. Ka lilemo tse 'maloa batho ba ne ba tloetse ho re ho nna "Hobaneng o noa li-supplement tse ngata hakana?" mme ke ne ke tloetse ho bososela ebe ke re "Hobane ke khona". Nako le nako ha ke ne ke botsoa ke ne ke itšepa ebe ke lula ke li nka. E bile feela kamora kotsi eo moo ke ileng ka hlokomela bohlokoa ba ho noa litlatsetso bakeng sa thibelo le haeba ho ka ba le likotsi. Batho ba bangata ba haelloa ke limatlafatsi kahoo ba le maemong a tšohanyetso ha 'mele ea bona e hloka lintho tse tala hanghang bakeng sa mosebetsi oa ho lokisa,' mele o hloka ho tsoa kae kae moo o sa o nkeng o le bohlokoa. Ke lumela hore ena ke karolo ea bohlokoa ea ho pholoha ha ka .

Ka nako e 'ngoe bosiu ke ne ke theha funnel e kholo ebe ke kopa mangeloi a ka hore a mphe matla ana ebe ba a romela tlase. Ka tsela ena ke ne ke qeta nako e ngata ba nahana hore 'mele oa ka tsosolosa le ho etsa tsohle tse mesebetsi ea ka ea ka nakong e tlang hore ke nahana hore ke' na batla ho etsa.

Ke ile ka nka leeto ho pholletsa le Himalaya ho la Nepal lilemong tsa bo-1980 'me ka e rata haholo' me ka mehla ke ne ke batla ho khutlela morao. Ho tloha ha Amber a hlaha ke ntse ke mo bontša li-slide tsa leeto mme ke bua ka hore na ho tla ba monate ha re e etsa hammoho ha a le lilemo tse ka bang 20 mme ke lilemo tse ka bang mashome a tšeletseng. Kamehla ke ne ke tseba hore ke tla hloka ho ba mocha pelong ho etsa sena le ho ba le mmele o matla o phetseng hantle. Boholo ba bophelo ba ka esale ke kula kapa ke opeloa ke mokokotlo o mobe haholo kapa hlooho e bohloko joalo-joalo Ke bone ona e le monyetla oa ka oa ho aha 'mele oa ka betere ho feta kamoo o neng o le kateng. (Ha ho mohla nkileng ka bua ka "pele *ho kotsi* " pejana feela bophelong ba ka ..)

Bosiung boo ka phapusing ea batho ba kulang haholo e ne e le ntho eo ke tsepamisitseng maikutlo ho feta tsohle le e telele ka ho fetisisa eo nkileng ka tsepamisa maikutlo ho eona.

Hoseng ka le hlahlamang ngaka e buoang ea thoracic e ile ea fihla ho eena mme e na le batho ba bangata (Lingaka) le eena , ba ka bang 12 . Ke nahana hore ba ne ba maketse hore ebe ke ntse ke phela.

O ile a ema qetellong ea bethe ea ka mme a sheba chate ea ka. O ile a ncheba 'me a re "u na le likotsi tse mpe haholo" .

Ke ile ka mo hetla mme ka re "Na ho joalo...." Ke ne ke hlakile hore ha ke amohele motheo oa polelo ea hae.

O ile a araba: "Ke tla lokela ho nka ho tsoa e mong le halofo ea matšoafu 's le spleen hao. Ha ke sebetsa ke tla khona ho lekola hore na ho hloka hore ke etse eng kapa eng. "

Ke ile ka sheba 'me ka mo supa eaba ke re "Ke uena ngaka e buoang ea thoracic hantle?"

O ile a araba "Ee"

Hape ha ke mo supa ka monoana ka mor'a moo ke ile ka mo toba "hantle, mosebetsi oa hau ke ho mpoella seo ke hlokang ho se etsa ho netefatsa hore seo ha se etsahale". Ha ke ile ka re 'na ke ile ka o ile a bua ho ea ka ho intša ebe morao ka lebaka la hae bakeng sa ba bang kaofela ea polelo ena.

Batho bao a nang le bona kaofela ba ile ba hata morao.

O ile a ncheba ka metsotso e 'maloa, ka khutso, ke ne ke kopa mangeloi a ka ho netefatsa hore o fumana leseli leo a le hlokang, ebe o re ka khutso le ka khutso, "etsa hore baoki ba u bontše mokhoa oa ho khohlela o ts'ehelitseng' me ke batla o khohlela mali a mangata kamoo o ka khonang. Ke boetse ke batla hore o tsamaye o hema ka ho teba mme o kgohlela madi a mangata kamoo o ka kgonang. "

Ke itse "ho lokile".

O ile a tsamaea 'me' na le mooki re ile ra shebana feela.

Ke ne ke robehile sternum 'me ke robehile likhopo...

Mohopolo oa ho khohlela le ho hema ka botebo... ..

Ke robala moo hora ke bokella sebete sa ho tsoha le ho itsamaela.

Eaba ke re ho mooki hore ke hloka thuso ea hae ho tsoha betheng mme a re "Ha ke u lumelle hore u tsohe."

Ke ile ka re "The Doc e re ke hloka ho ema ebe ke tsamaea le ho hema ka botebo mme ke seo ke tlang ho se etsa".

O ile a tiisa ka matla hore "o ne a sa boelele hona joale"

Ke ile ka araba, "Kea e etsa hona joale 'me u ka nthusa ho tsoha kapa ka tsoha ke le mong."

O ne a bososela hanyane sefahlehong mme a nthusa. Ho nkile metsotso e ka bang 5 ho nthusa ho tsoha betheng le ho ema. Ho ne ho utloahala e le katleho e kholo ho ema moo. Ke ile ka tloha butle haholo. Mohato o le mong metsotsoana e meng le e meng e 5. Ke ile ka phefumoloha haholo mme ke hohlola mali joalo ka ha ke ne ke se ke entse makhetlo a 'maloa ha ke le liphateng. Nako le nako ha ke khohlela mali ke ne ke emisa. Eaba re khutlela morao hape. Ke ne ke fihletse litepisi tse ka bang 15 hole le bethe mme ke ile ka felisoa ka botlalo. Ke ne ke se na matla mme ke ile ka hetla mme ka se dumele hore bethe e bonahala e le hole ha kae. Ke tsamaisitse litepisi tse 15 ho khutlela betheng joalo ka ha ke ne ke sebelitse bosiu bo fetileng. Beha pono ea ka ho eona 'me u bone' mele oa ka o arabela. Ke ile ka khutlela likobong 'me ka robala moo ke hlaphoheloa.

'Mele oa ka o ne o fokola ka mokhoa o makatsang. Ke mathile li-marathone tse 'maloa bophelong ba ka mme mehato eo e leshome le metso e mehlano e ile ea nkhatatsa ho feta tse ling tsa marathone.

Kotsing mosifa o mong le o mong 'meleng oa ka o ne o feloa ke matla' me ho ne ho tsoana le ha ke le lesea ke tlameha ho aha matla a mesifa ka 'ngoe.

Ke ile ka tsoela pele ho sebetsa ke kenya matla 'meleng oa ka mme ke nahana hore' mele oa ka o aha bocha.

Mooki o ne a ntse a lutse qetellong ea bethe ea ka a nchebile joalokaha e mong a ne a entse bosiu bohle.

Kamora hora ke ile ka re ke se ke loketse ho e etsa kaofela hape. O nthusitse ka tsoa 'me ka tsamaea. Ke ile ka qetella ke entse lesapo le felletseng ka phapusing ea batho ba kulang haholo. Ke ile ka boela ka robala betheng ea ka ka botlalo.

Ha ke paqame moo mooki o ile a mpotsa, "na u hlokomela lehlohonolo leo u nang le lona?"

Ke ile ka mo araba ka re, "Ha ke nahane, mohlomong ke ka lebaka leo u mpotsang potso"

O itse, "Ho na le ntho eo re e bitsang lebelo la lefu bakeng sa likotsi tse itseng tsa koloi , sena se bolela hore bakeng sa lebelo leo mme kaholimo ho motho e mong le e mong ka koloing oa shoa . Bakeng sa ho thulana ha ntho e emeng (joalo ka palo) lebelo la lefu ke mashome a tšeletseng a km / hr. Bekeng ena re bile le batho ba babeli ba arohaneng ka mona ba bileng le kotsi e ts'oanang le ea hau, hlooho e thulane ka kotloloho palong. Ka bobeli ba ne ba etsa lik'hilomithara tse mashome a tšeletseng ka hora mme bobeli ba bona ba hlokahala, leha ho le joalo u ne u ntse u etsa 85 km / hr ebe u phela. U lehlohonolo. "

Ke ne ke tseba hore ha se lehlohonolo empa hape ke utloile hore ha a batle ho tseba hore na ke e entse joang. Ke ile ka robala moo 'me ka botsa mangeloi a ka hore "ho tla joang hore ebe ke pholohile' me ha ho joalo?"

Karabo e tsoang ho bona e ne e hlakile hape e bile "o kopile thuso"

Ke ile ka ba botsa hape, "ba bang ba entseng?"

Ba ile ba re "ba 's kaleja palo e nyolohang' me ba re" Oh na !! Ke tlo shoa! ' 'me baa shoa. "

Ke paqame moo ke nahana ka seo nakoana.

Ke ile ka nahana ka mosebetsi oohle oa nts'etsopele oo ke neng ke iketselitse oona lilemong tse mashome a fetileng le kamoo ke neng ke ikemiselitse ho fumana meeli ea ka (kapa ho hloka moeli ha ka) le kamoo ke ithutileng ho itšepa le seo ke neng ke se ikutloa. Ke ile ka nahana ka ha ke ntse ke hola hore na ke ne ke amehile hakae ka seo motho e mong le e mong a se nahanang ka nna, le hore na ke etsa ntho e "nepahetseng". Ke ile ka nahana ka lintho tse ngata. Ke ne ke tseba hore ha se lehlohonolo ...

Ke ile ka hetla morao bophelong ba ka mme ka hlokomela likhetho tseo ke li entseng ha motho e mong le e mong a mpoella hore ke se ke ka etsa ntho eo **ba** sa e rateng, empa ke ne ke tseba hore e **ntoketse** .

Lilemo tse 5 kamora kotsi eo ke ne ke ntse ke ikoetlisetsa khoebo ea ka bakeng sa batho ba ka bang 100 mme ka qala ho pheta pale ea nako eo ke eang ho qoela ka leholimo, mme bohareng ba thupelo ke ile ka lemoha ka tshohanyetso hore haeba ke ne ke sa ea ho qoela leholimong ke e kanna eaba o hlokahtse kotsing eo. Ke ile ka ema ka pele ho kamore ke bonahala ke sisinyehile mme ke ikutloa ke ananela matla le boikemisetsa ba ka ba ho etsa seo ke tsebang ka pelong ea ka hore se ntoketse. E re ke arolelane pale le uena...

Morao koana lilemong tsa bo-mashome a robeli (lilemo tse mashome a mabeli) Ke ne ke lula toropong e kholo naheng ea Victoria mme bosiueng bo bong ke ne ke shebile e 'ngoe ea lipontšo tsa mokhoa oa bophelo' me ho ne ho e-na le karolo ea ho qoela sepakapakeng sa Tandem moo o ileng oa itlama ho motho ea entseng makholo a likete tse 'maloa e le hore ba tsebe seo ba se etsang ebe o tlolela ka ntle ho sefofane se setle haholo ebe o putlama ho oela mahala lefatšeng. Ke ne ke lakatsa ho etsa diving ea leholimo ka lilemo tse ngata empa ke tseba hore haeba nka e etsa ke le mong nka shoa. Ke bile le maikutlo a mabe ka thapo e sa sebetseng le chute e sa buleheng. Kahoo ka tivingem sky diving ke ne ke sa hloke ho tšoenyeha ka seo kaha motho ea nang le boiphihlelo a ka sebetsana le boemo bofe kapa bofe.

Ke ile ka letsetsa seteishene sa TV hoseng ho hlahlamang mme ka fumana hore na ba tlolela kae. E ne e le kante ho Sydney . Ho ne ho lokile joalo ka ha ntate a ne a lula Sydney mme nka nyoloha ke ea lula le eena ebe ke alima koloi. Ke khethile sefofane, ka mo letsetsa 'me ka mo joetsa hore kea tla, (ke ne ke le bohlale ho se mo joetse hore na ke hobaneng ke tla).

Ke fihlile Sydney matsatsi a mane kamora hore ke bone lenaneo mme ka kalima koloi mme ka khanna lihora tse peli ho leba lebaleng la lifofane leo ba sebetsang ho lona.

Nka eketsa ka hore ka nako ena ke ne ke na le mathata a mangata kamanong. Ke ne ke rata ngoanana enoa empa e ne e sa sebetse. Ke ne ke bala buka ea Richard Bach e bitsoang Bridge Across Forever. Buka ena e ne e bua ka mohopolo oa balekane ba moea le hore na re hlile reretsoe motho ea itseng. Karolo ea buka eo ke neng ke ntse ke e bala ka nako eo ke fihlang Sydney ke ha Richard a ne a sa khone ho sebetsana le kamano le molekane oa hae mme a nyoloha ka sefofane se nyane sa enjene . E ile ea soahlamana 'me chute ea se ke ea sebetsa. Boemo bona bo ne bo tšoana hantle le seo ke neng ke iphela sona. Ke ile ka ipotsa hore na ebe Moea o leka ho mpoella hore ke se ke ka latela hobane ke tla shoa pele ho nako ea ka. Ka pelong ea ka ke ne ke tseba hore ho bohlokoa ho e latela. Ke ne ke tseba hore ke batla ho hlola tšabo ea lefu. Ke ne ke tseba hore e bohlokoa. Ho nkile lilemo tse ling tse 20 hore ke utloisise bohlokoa ba eona. Kea tseba hape hore matsatsi ao a mabeli a Sydney a ile a mpha matla bophelong ba ka ho sutumetsa tšabo le ho se laoloe ke tse sa tsejoeng.

Ha ke fihla lebaleng la lifofane ho ne ho phathahane ka lifofane tse tsamaeang le batho ba potoloha hohle. E ne e le letsatsi le letle leru le lenyane haholo mme letsatsi le ne le chaba.

Ke ile ka ngolisa 'me ka lefa chelete ea ka. Ba hlalositse hore chelete e ne e sa busetsoe. Ba ile ba nkenya koetlisong 'me ba ntokanela.

Moea o ile oa nka 'me ka bolelloa hore ka holim'a lebelo le itseng la moea ba ke ke ba khona ho teba le ha ba ntse ba qoela ka mehla leholimong. Motšehare ha ke ntse ke emetse hore moea o fele, ke ile ka bala buka ea ka 'me ka shebella leholimo le leng ha le qoela' me ka etela ntloana makhetlo a mangata hoo ho neng ho se letho le setseng ho 'na...

Ke emetse letsatsi lohle ho tloha ka 10 hoseng ho fihlela ka shoalane . Ba ile ba kopa tsoarelo haholo mme ba re haeba ke khutla ka 5 hoseng hoseng moea o lula o le tlase ka nako eo ea hoseng mme ke tla khona ho tlola. Ke ile ka re ho lokile 'me ka tloha ka ea hae.

Ke ile ka fihla hae ka ja lijo tsa mantsiboea, ka bala buka ea ka bosiu bohle, ke ne ke batla ho tseba hore na Richard o hlokaetse. Ke ne ke leka ho bona hore na ho na le molaetsa o ka nkang buka eo. Pale ena e etsahetse pele ke ile ka ithuta mokhoa oa ho buisana ho joalo ho hlaka , ha ke se etsang hona joale , le mangeloi a ka / bathusi tsa moea.

Ke tsohile hoseng 'me ke ja lijo tsa hoseng hanyane ka ho tseba hore eng kapa eng e kenang ka nako ena e ntse e feta ka ho' na...

Ke fihlile lebaleng la lifofane ka 5 hoseng mme moea o ne o khutsitse. Bashemane ba ile ba makala ha ke hlaha. Ba ile ba re ha ho motho ea *kileng* a khutla letsatsing le hlahlamang. Ba ile ba nkisa ka sefofaneng 'me ka holimo ka bolelloa hore ke theohele poleiting e nyane ea tšepe e holim'a lebili. Poleiti e ne e lekana feela maoto a le mong le halofo. Ke ne ke leketlile bareng ea tšepe **ke tšohile haholo** . Ke ne ke hlile ke utloa eka ke tlolela lefung la ka.

Ke ne ke sa tlo hula mme haeba ke ne ke reretsoe ho shoela mona joale ho be joalo. Mohlankana ea tlameletsoeng ho nna o ile a hoeletsa "Tloha" mme ka lesa. Ka nako eo ke ile ka oela tsebong. Mahlo a ka a ne a butsoe empa ntho e ngoe le e ngoe e ne e le ntšo. Ke ne ke sa tsebe tikoloho ea ka hantle, kapa hore na ke hokae kapa hore na ho etsahalang. Empa ke ne ke utloa lentsoe hole hole. Lentswe le ne le hoeletsa ho nna hore ke kenye maoto a ka ha re ntse re tjheka. Molomo oa hae o ne o le pela tsebe ea ka empa ho utloahala eka o hole le 'maele. Kamora nakoana ke ile ka phahamisa maoto, ke sa tsebe hore na ho etsahalang kapa hobaneng. Ho ne ho utloahala eka ke toro le hore ke ne ke kobehela boemong ba lesea mme ke ne ke sa tsebe hore na ho etsahalang kapa hore na ke hokae. Ha ke ntse ke phahamisa maoto, re ile ra batalatsa ho tsoa ho ohla 'me a re ho' na "motsotsoana o mong hape ke ne ke tlo hula thapo".

Re ne re lokolohile ho oela fatše 'me ke ne ke tseba mothating ona ho ne *ho se* letho leo nka le etsang ka hona. Haeba ke ne ke tlo shoa ka nako ena nke ke ka e emisa. Kahoo ke ile ka etsa geto ea ho thabela leeto leo . **Ke ile ka amohela boemo ba ka.**

Ke ile ka qamaka 'me ka se kholoe hore na ho ne ho makatsa hakae ho ba le maikutlo a ho oa le ho potlaka.

Qetellong a hula thapo 'me ka ntša "whoopee" !!! . O itse ho nna "Bohle ba etsa seo". Re ile ra theohele 'me ra lula ka har'a selikalikoe se senyenyane. Bo-ralitaba ba bang kaofela ba leholimo ba ile ba tla ho 'na' me ba botsa "Na u e ratile?"

Ke ile ka araba ka ho re, "Ho joalo!"

Eaba ba re "Joale u tla e etsa hape?"

Ka araba "Che"

Bohle ba ile ba mpotsa,  
"Hobaneng ho se joalo?"  
Ke ile ka mo araba ka hore, "hajoale ke bile teng mme ke entse joalo!"

Phihlelo eo e ile ea nthusa hore ke tsebe ho lokolla tšabo ea ka ea lefu.

Khutlela sepetlele ka phapusing ea tlhokomelo e kholo.  
Motšehare ke ne ke ntse ke shebile haholo ho ipholisa.  
Lekhetlo la boraro ha ke tsoha ho tsamaea le ho hema ka matla ke ile ka tloha ho pota tlhokomelo e kholo. Nako le nako ha ke il'o tsamaea, mooki o ne a le haufi le nna a itokiselitse ho thusa ha ho hloka hahala. Ha ho mohla a kileng a ntšoara ha a tsamaea, ke nahana hore o ile a bona bohlokoa ba hore ke iketsetse.  
Lekhetlong lena la boraro o ile a re ho nna "O bona eng haufi le wena?"  
Ke ile ka araba "Batho ba bangata ba sa tsebeng letho"

Bakeng sa lihora tse 16 kapa ho feta moo ke neng ke le tlhokomelong e kholo ena e ne e le eona feela nako eo ke shebileng bakuli ba bang, e ne e se hore ke ba hlokomolohile ke hore ba ne ba le sieo tsebong ea ka kapa tlhokomelong ea ka.

Eaba o re "U nahana hore ke hobane'ng?"  
Ke ile ka phahamisetsa letsoho la ka ho eena, ka tsoa ka letsoho 'me ka re "Ha ke batle ho tseba, ke ikemiselitse ho fola!"

Eaba o re ho 'na "Ke letsetsa ngaka ea hao e buoang metsotso e meng le e meng e 15 mme ke mo joetsa hore ha o setho sa Lefapha la ka la Maiketsetso". Ka bososela mme ka dumellana le yena.

Lekhetlong lena ha ke tsamaea ke ile ka etsa likarolo tse peli tse felletseng tsa kamore e kholo. Nakong ea lirope tsa bobeli o ile a mpotsa "Na u ka thabela ho hlapa?"

Ke ile ka mo sheba mme ka re ke tla etsa joalo mme ke na le bonnete ba hore e tla nthusa hore ke ikutloe ke le betere mme ke ikutloe ke le monate hape ke khatholohile.

Ha ke khutlela likobong, o ile a re o tla ba nakoana ha ke ntse ke e lokisa kaofela le hore o tla tla ntata haufinyane. Joale o ne a ntlohela ke le mong. Pontšo e hlakileng ea hore o mpona ke hlaphoheloa (leha ke ne ke sa tsebe sena ka nako eo).  
Haloho ea hora hamorao o ile a khutla mme a nkuka. Ke ile ka tsoha ke ntse ke hloka thuso ea hae mme ra ea shaoareng.

O ile a ntumolla 'me a lula le' na ke hlobotse ka ho e 'ngoe ea litulo tse tšoeu tsa polasetiki mme a mpha shaoara e tšoereng ka letsoho mme a re o tla khutla haufinyane. Ke ne ke sitoa ho sisinya letho, seo nka se etsang ke ho lula moo ke leng maamong a tšoanang le ao a mpeileng. Ke ne ke sitoa ho tsamaisa metsi ho hang.

Ho ne ho bonahala eka o tsamaile nakoana ha a khutla mme a kokotela hlooho ea hae monyako. O ile a botsa hore na ke ntse ke etsa hantle eo ke ileng ka re ho joalo.

Eaba o re "Ke na le baoki mona na ho nepahetse ha ba ka tla?"  
Ka pososelo e kholo sefahlehong sa ka ke ile ka botsa "mme ba batla ho bona eng?"  
O ile a araba ka ho tšeha haholo "Ba batla ho u bona u le shaoareng!"  
Ke ile ka tšeha ka re "Ke ne ke nahana joalo... ba tlise!"



Baoki ba bang kaofela ba ne ba petetsane ka phapusing ea ho hlapela ha ke ntse ke lutse ke hlobotse ke ts'oere rose rose. Mooki oa ka o ile a re "nako e telele hakae , d o Ho U nahana hore ena tlhokomelo matla unit trust e bile moo?"

Ka re "Ha ke tsebe, mohlomong lilemo tse 70 ke nahana joalo. "

O itse "ho joalo, 'me ke uena oa pele oa ho hlapa ka eona. Re ne re sa utloisise hore na hobaneng ba hlapa ka phapusing ea tlhokomelo e matla moo batho ba fuoang libate tsa seponche! "

Kaofela ha rona re ile ra tšeha.

Ba tsoelapele ho hlalosa hore na shaoara esale e sebelisoa joang e le phaposi ea polokelo kahoo ba tlameha ho e hlakola le ho e hloekisa.

Lynette le Amber ba ne ba nketela hangata motshehare.

Hoo e ka bang ka 4 mantsiboea ho hlophisehile ho ile ha tla 'me a mpalamisa ka setulo sa ka ka tlung ea tlhokomelo e matla' me a nkisa phapusing.

Kamora hore ke khanneloe ka lebili ho ea phapusing, Lynette le Amber ba ile ba nkisa lebiling la ho jella sepetlele ka koloi 'me kaofela ha rona ra ja lijong tsa mantsiboea hammoho mme ra qoqa ka lintho tse tloaelehileng.

Mantsiboeeng ao a Mantaha nka be ke ile ka rata ho robala empa ho ne ho na le mooki ea tsoang lihelong wateng ea ileng a fafatsa literei tsohle le limmete le linkho mme a tsamaea a hoelelitse bosiu bohle.

Ke ne ke itlotsa ka tranelate sefubeng sa ka tranelate e khethehileng haholo ea pholiso le ho noa li-supplement tse khethehileng tseo ke tloaetseng ho li nka letsatsi le letsatsi . Lynette o ne a ntliselitse tsona.

Ka Labobeli hoseng ba hlophisehileng ba ile ba tla 'me ba nkisa tlase ho x-ray hape' me ba nka li-x-ray tse ngata sefubeng eaba ba nkhanela betheng ea ka ka mabili hape.

Hora e ngoe le e ngoe mme ka linako tse ling khafetsa ke ne ke ea ho ea holimo le tlase liphasejeng ke ntse ke hema ka matla mme ke ntse ke khohlela mali a manyane. Ke ne ke ikemetse ebile ke tsamaea butle butle hanyane ho feta lebelo le tloaelehileng la ho tsamaea.

Ke ile ka ba le mehala e 'maloa le baeti ba' maloa. E mong oa baeti bana e ne e le mooki oa tlhokomelo e matla eo e neng e le motsoalle oa likhaitseli tsa ka.

Ha ke le wateng mooki o ile a kena ea neng a ithuta hore na ke eng se bakang likotsi likotsing tse mpe tsa koloi hore baetsi ba likoloi ba ka lokisa meralo ea likoloi ho fokotsa likotsi tsena.

O ile a botsa lipotso tse ngata

Potso e le 'ngoe e ne e le hore "na ho na le se neng se sitisa pono ea ka?"

Karabo ea ka e bile "E"

O ile a botsa "Hona e ne e le eng?"

Ka araba "Dintshi tsa ka!"

O e ngotse a sa hlokomele hore ke entse metlae mme a ntadimisa mme ka bona a ntse a ntlahloba. Eaba oa tšeha.

Eaba ke re "lerōle la" airbag "le nthibetse ho bona hore na nka tataisetsa koloi sebakeng se sireletsehileng"

Mooki le eena e ne e le moitlami. O buile le nna ka moo ho makatsang hore ebe ke a phela. Ha a ntse a buisana le 'na moenjiniere o ne a lekola koloi ea ka. Beke hamorao ha 'na le motsoalle oa ka Michael re ea ho sheba koloi mme re bokella lintho tse' maloa ho eona monna ea e bolokileng a botsa "ke batho ba bakae ba shoeleng ka ho eona?" Michael o re ha ho motho di e d, mme o shebile monna ea ileng a pholoha. O ile a tšoha 'me a re ho makatsa hakaakang hore ebe kea phela (kapa mantsoe a tšoanang)

Ka Laboraro hoseng ngaka e buoang e ile ea tla ho 'na' me ea ntša kharetene 'me ea sisinya hlooho ho tloha lehlakoreng le leng e re "Ha ke e-so bone ntho e tjena..."  
Mothating ona ke ile ka nahana, "mohlomong hona ho hobe ho feta seo esale ke itlohella hore ke se lemohe .."

O itse, "Ke ne ke sa khloe li-x-ray tseo ke li nkileng maobane hoo ke ileng ka letsetsa ngaka e holimo ea bongaka e tsoang Melbourne mme nna le eena re se re tsohile lihora tse 24 re ntse re phaphatha x-ray ho tloha ka Sontaha mantsiboea le maobane hoseng le o dumellane le hlalobisiso ya ka ya mantlha ya ho ntsha matswafo a le mong le halofo. O boetse o lumellana le phumano ea ka ea hajoale, hore joale u na le matšoafo a mabeli a macha a mocha ea sa kang a tsuba ”

Ke itse "ke lilemo li 43"  
A re, "Kea tseba..."

Ke ne ke thabile haholo... ke atlehile...

Ke ile ka botsa "ho etsahalang joale?"  
O ile a re, "U ka khutlela hae"  
Ke ile ka botsa "kapele hakae?"  
O ile a araba "kapele kamoo ho ka khonehang. Ke utloa o etsa dithekeniki folisa le hore featswan Ou ba hape noa a tlatsana le, 'me sena ka ho hlaka e sebetsa bakeng sa hao ' me u ka phela lapeng. "

Ha lift ea ka e fihla hora hamorao ho nkisa hae, ke ile ka tsoa sepetlele ke le ka tlung.

Nakong ea libeke tse peli tsa kotsi eo ke ne ke se ke khona ho ikotla sefuba joaloka Tarzan.  
Likhopo tsa ka tse robhileng le sternum e robhileng li ne li fola hantle.

Na e ne e ke ke ea ba ho makatsang haeba kaofela re ne re itšepa le mehopollo le khotatso eo re e fumanang?

Re itšepa hakae?

Ke a tseba ho theosa le dilemo ho tloha ka 1987 tumelo le tshepo eo ke nang le yona ho nna le seo ke kgonang ho se etsa , e eketsehile haholo. Sena ke haholo-holo ka lebaka la mosebetsi o tšoanang oo ke o arolelanang hona joale ka [www.enjoyinnerpeace.com.au](http://www.enjoyinnerpeace.com.au) Webosaeteng ena

ho na le lintho tse ngata tse u nolofalletsang ho ntšetsa pele kholo ea hau ea semoea ha o le hae kapa ka ho arolelana le batho ba bang ba nang le kelello leetong le le leng.

Haeba u lakatsa ho ithuta ho sebetsa le Baeta-pele ba hau ba Moea joalo ka John kapa u batla ho ithuta haholoanyane ka hore na u mang, u tsoa kae , u ea kae le hore na u phelela'ng , u ee h ke sebaka sa marang-rang sa [www.hohelloa.com.com.au](http://www.hohelloa.com.com.au)

Hang ha a le moo sebakeng sa hae sa marang-rang

Pele shebella video ea metsotso e 20 ho tab ea Pale ea Rona

Taba ea bobeli reka eBook.

Sa boraro o ka reka Lenaneo la Thuto ea Lapeng , leo o ka sebetsang ho lona o le mong , ka tlung ea hau

Taba ea bone ke ho ipehela puisano e le 'ngoe bakeng sa Boemo ba Thupelo moo o thehang / ntlafatsa mokhoa o hlakileng oa puisano le bathusi ba hau ba moea.

Ho latela hore na u batla ho phehella kholo ea hau ea moea ho na le lithuto tse fetang 600 tsa bomoea le lits'ebeletso tse ling tse ngata tse fumanehang.

[Lekola](http://www.enjoyinnerpeace.com.au) sebaka sa marang-rang [www.enjoyinnerpeace.com.au](http://www.enjoyinnerpeace.com.au) mme ke na le lipotso tseo u li botsang .

John o etela lefatše a ruta batho ho bua le Baeta-pele ba bona ba Moea, ho itšepa, ho fumana sepheo sa bophelo ba bona mme ba be le sebete sa ho e latela.

Haeba u lakatsa hore John a tle sebakeng sa heno ikopanye le eena kapa basebetsi ba hae ka sebaka sa marang-rang sa [www.enjoyinnerpeace.com.au](http://www.enjoyinnerpeace.com.au) .

Hape haeba u boetse ho na le tse buang bolacha ka Senyesemane le na le liphoso tse translati ka ho tswa ho tlhahiso English ena tlhahiso fetoletswe ka kōpo ofising ea ka tsebang hore na 'me haeba u ba thabela ho recheck phetolelo bakeng sa rona ka nako eo re tla thabela ho pele lentsoe tokomane tlhahiso bakeng sa uena ho hlophisa. Ke leboha esale pele ka ho re thusa ☺