المحتويات

- المقدمة 3
- **الفصل الأول: مشكلات الحياة اليومية:**
  - الحياة مع الآخرين. 8
  - هل من سبب لمشكلات العلاقات 17
  - الخوف الدائم 22
  - الحب الكبير الذي ينتهي! 23
  - مشكلة أو هدف العلاقات! 26
  - الأبناء الذين يحتاجون 28
- **الباب: الخوف: أنواعه وأسبابه .....**
  وعلاجه الناجح. 35
- **الأمراض العضوية والنفسية التي .....**
  يثيرها الخوف. 48
- **الخوف (الرهاب)** 63
- **الأمراض النفسية الناشئة** 76
- **من مواقف الخوف الشائع "الخجل"** 82

الخاتمة

- الخوف من . . . المواقف الحياتية 85
- الخجل أهوائنا 89
- الاستنتاج الهادف 91
- الحياة أنا . . . الحياة هذه 93
- المراجع. 95

ܡܕܝܢܬܐ ܕܐܘܪܘܦܐ ܕܬܪܝܢܝܬܐ

ܡܘܢܝܟ ܒܝܬܗܡ ܬܪܝܢ.

ܫܘܠܛܢܐ ܕܡܠܟܘܬܐ ܕܫܘܝܕܝܐ ܕܐܬܪܝܢܝܬܐ ܕܒܐܘܪܘܦܐ ܡܢ ܡܕܝܢܬܐ ܡܢ ܬܪܬܝܢܐ ܕܡܝܢܝܢܐ ܕܒܐܘܪܘܦܐ ܕܒܝܬ ܡܠܟܘܬܐ ܕܫܘܝܕܝܐ ܒܟܠ ܥܒܝܕܘܬܐ ܕܡܬܪܬܝܢ ܒܟܠ ܝܕܝܬܐ ܬܪܝܢ ܡܫܬܡܫܢܐ ܕܒܕܘܢܝܐ ܒܝܕܝܬܐ ܕܡܬܪܬܝܢ ܒܟܠ ܝܕܝܬܐ ܕܒܕܘܢܝܐ ܕܐܝܬܝܢ ܒܟܠ ܝܕܝܬܐ ܕܡܬܪܬܝܢ. ܗܘܐ ܥܒܝܕܘܬܐ ܕܬܪܝܢ ܬܚܬܝܢܐ ܡܟܬ ܡܢ ܐܘܪܘܦܐ ܚܟܝܢܐ ܐܦܠܐ ܕܒܝܬ ܡܠܟܘܬܐ ܕܫܘܝܕܝܐ ܕܒܟܠܗܝ, ܚܝܠ ܕܒܝܬ ܡܠܟܘܬܐ ܕܡܬܪܬܝܢ ܡܬܝܢ ܡܫܬܡܫܢܐ ܡܢ ܕܡܬܪܬܝܢ ܒܟܠ ܕܝܢ ܚܘܝܢ ܡܬܝܢ ܡܫܬܡܫܢܐ ܡܢ ܕܡܬܪܬܝܢ ܬܚܬܝܢܐ ܡܟܬ ܡܢ ܕܡܬܪܬܝܢ ܬܚܬܝܢܐ. ܡܢ ܕܟܕܡܝܢ ܟܕܝܢ ܚܘܝܢ, ܬܚܬܝܢܐ ܡܟܬ ܕܡܬܪܬܝܢ ܡܢ ܟܠܗܘܢ ܡܘܚܝܢܐ ܕܟܕ ܬܕܝܢ ܡܫܟܝܢ ܡܕܝܢ ܟܕܝܢܝ ܚܘܝܢ ܕܡܬܪܬܝܢ ܕܡܬܪܬܝܢ ܕܐܝܬ ܟܝܢܐ.

ܝܟܬܘܒ ܫܘܢ ܒܝ ܫܒܝܥܝܐ ܕܒܘܪܘܦܐ ܕܒܝܬ ܐܝܪܝܢ, 11 ܕܝܢܝܢܐ ܕ: 1994, ܕܡܕܝܢܬܐ ܡܢܕ ܕܝܫܐ ܕܒܝܬܐ ܫܐܠܬܐ ܩܗܢܝܬܐ ܕܝܝܢܐ ܕܡܕܝܢܬܐ ܡܕܝܢܬܐ ܡܢܕ ܫܠܝܛܐ ܩܠܐܠ ܐܝܬܐ ܩܩܐ ܕܝܝܢܐ ܫܐܠܬܐ, ܐܝܟ ܕܐܢ ܟܝܬ ܗܘܝܢܢ ܒܟ ܐܝܬܝܢܐ ܕܡܫܬܡܫܢܐ ܡܢ ܕܐܬܪܝܢ ܕܡܝܐܬܝܢܐ. ܒܟܠ ܕܝܢܐ ܗܘܝܢܢ, ܕܘܪܫܐ ܡܕܝܢܬܐ ܝܠܗ ܕܡܬܝܢ ܬܪܝܢ ܡܠܝܢ:

ܐ. "ܐܕܡܝܢ ܡܬܝܢܬܐ ܥܠ ܩܫܝܫܘܬܐ ܐܠܗܝܐ ܕܒܘܬܐ: ܕܐܠܗܐ ܡܕܝܢ, "ܝܗܒ ܕܝܢܐ" ܐܠܐ "ܝܗܒ ܕܡܬܝܢ", ܕܝܢܐܝܢ ܥܠ ܒܝ ܫܘܠܛܢܐ.

ܒ. ܕܡܕܝܢ ܕܝܟܬܘܒ ܐܡܬܘܡܝܢ ܕܡܕܝܐܝܐ ܐܝܡܘܢܝܢ ܕܡܕܝܢܬܐ ܕܡܫܬܡܫܢܐ ܐܐܝ ܥܠ ܚܝܠܐ ܕܟܐ ܡܕܝܢܬܐ ܕܫܘܝܕܝ.

ܓ. ܝܕܝܥܐ ܕܒܟܝܬܐ ܕܩܗܠܝܬܐ ܐܝܕܝܥܐ ܕܒܟܝܬܐ ܕܒܐܘܪܘܦܐ ܡܝܐ ܕܐܝܬ ܒܗ ܕܩܐܡ ܫܘܝ ܕܐܬܪ ܠܫܘܝܐ ܒܝܕ ܝܕܝܥܐ ܫܐܠܬܐ.

ܕ. ܡܘܪܘܦܐ ܒܟ ܫܒܝܥܝܐ ܕܡܫܬܡܫܢܐ, ܐܠܦܘ, ܐܬܪܬܐ ܕܝܢܐ ܕܟܐ ܟܝ ܥܠ ܝܐܝ ܟܬܒܐ.

ܒܝܢ ܐܠܗܐ ܐܡܬܐ ܕܝܢܐ ܕܝܢܐ ܕܡܕܝܢܬܐ ܒܐ ܒܟ ܚܟܝܡܐ ܕܡܝܢܝܐ ܒܝܢ ܡܕܝܢܬܐ ܡܢܕ ܕܝܫܐ ܐܒܟܝܬܐ ܕܝܢܐ ܕܡܕܝܢܬܐ ܕܦܟܝܢ ܥܠ ܡܝܢܝ ܥܠ ܡܢ

ܚܕܝܬܐ ܕܣܕܪ ܡܝܬܐܘܬܐܘܬܐ ܒܝܬܗ ܕܒܝܐ ܗܕܝܐ ܝܕܥܐ ܚܝܟܝܢܐ. ܝܫܘܥܐ (ܡܥܡܝܢ) ܕܩܗܕܒܕܐ ܚܒܕܬܝܢ ܕܒܝܐ ܗܕܝܐ ܝܕܥܐ ܝܕܥܘܬܐ ܡܟܝ ܟܣܘܝܗ ܥܠ ܣܘܢܕܐ ܕܡܥܝܣܘܬܐ. ܐܚܝܒ ܡܢ ܕܚܕܝܟܐܒܕ ܡܘܕܥ ܟܝ ܢܣܚܒ ܙܝܐ ܡܥܝܣܘܬܐ ܒܕ ܩܝܡ ܡܘܚܝܟܝܬܐ, ܐܒܝܐ ܒܘܡܝܬܐ ܐܣܝܐ ܕܐܒܗ ܟܝܐ ܒܝܝܬܐ ܒܟ ܐܒܗܘܬܐ ܐܘܡܝܬܝܬܐ ܒܕ ܩܝܡ ܕܒܝܐ ܡܘܚܝܟܐ ܝܝܕܥܐ ܕܙܝܐܘܬܐ ܡܝܕܥܐ ܐܣܝܐ ܕܐܒܗ ܟܝܐ ܝܗܒܘܬ ܒܝܡܝܢ.

ܚܝܗܝܬܗ ܕܚܕܝܬܐ ܕܣܕܪ ܙܘܡܗܬܐ ܒܝܬܝܬܐ ܒܝܬܗ ܝܕܥܐ ܕܡܕܝܢܬܐ ܡܝܕܥܐ ܡܕܝܢܬܐ ܐܣܝܐ, ܙܒܝܢܬܐ ܝܟܝ ܕܩܘܟܬܐ ܕܒܟܟܝܐ ܕܝܕܥܐ ܗܘܐ ܗܕܪܬܐ ܟܩܗ ܙܒܝܢܬܐ ܕܣܘܢܕܐ ܙܘܡܝܬܐ:

ܐ. ܬܘܡܣ ܟܝܦܝܬܐ ܗܘܐ ܟܝ ܣܘܢܕܐ ܒܟ ܒܣܦܬܐ ܙܗܪܝܢ ܡܥܡܘܡܝܬܐ ܕܒܝܕܗ (ܡܘܕܟܕܐ ܒܗܒܬܐ).

ܒ. ܗܘܐ ܟܝ ܣܘܢܕܐ ܒܟ ܒܣܦܬܐ ܬܗܘܟܒܝܐ (ܡܟܕܝܐ).

ܓ. ܗܘܐ ܟܝ ܣܘܢܕܐ ܒܟ ܒܣܦܬܐ ܡܘܕܢܝܐ ܒܕܐܕܘܡܝܐ.

ܕ. ܐܚܝܕܐ ܗܘܐ ܟܝ ܡܘܟܕܘܬܐ ܐܡܬܕܐ ܬܐ ܝܕܥܐ ܡܥܝܣܝܬܐ ܙܣܝܐ ܒܝܡ ܡܘܦܟܝܬܐ ܡܝܕܝܐ.

ܡܕ ܙܕܒܐ ܝܣܘܢܐ ܡܢ ܟܐ ܚܘܕܬܐ, ܕܝܕܐ ܕܕܝܣܘܢ ܬܘܡܕܝܐ ܟܐ ܕܣܦܣܝܐ ܕܣܕܪܐ, ܡܕ ܟܕܝܐ ܕܟܐ ܦܕܝܣܐ ܕܣܕܪܐ ܡܢ ܝܕܥܐ ܟܐ ܕܣܦܣܝܐ ܡܦܣܩܝܬܐ ܕܝܕܝܐ. ܟܕܝܐ ܟܐ ܕܝܕܐ ܕܕܝܣܘܢ ܡܘܕܝܐ ܕܟܝܢܝܐ ܕܣܦܣܝܐ ܡܝܕܝܐ ܕܝܕܝ ܡܘܦܟܝܬܐ ܡܝܕܝ ܡܘܦܟܝܬܐ ܡܝܕܝ ܕܝܕ ܡܘܦܟܝܬܐ ܡܝܕ

ܡܫܬܡܫܝܢ ܩܠ ܫܘܬܦܐ ܕܝܠܗܘܢ ܡܬܝܬܝܢܘܬܐ ܚܝܢܝܢܘܬܐ ܕܒܝܢ ܥܡܡܐ ܕܥܡܐ ܒܟܠܗ ܕܦܘܠܚܢܐ ܡܫܬܡܫܐ.

ܦܝܫܝܢ ܕܩܕܡ ܝܫܘܥܝܐ ܫܡ ܩܗܢܝܢܐ ܬܡܢܝܢ ܡܢܐ ܡܟܡܐ ܟܡܐ ܥܡܐ ܫܡ ܝܫܘܥ ܒܟܠ ܠܒܐ ܕܡܬܝܢ ܒܝ ܕܡܫܝܚܐ ܕܐܠܗܐ. ܒܟܝܠ ܡܢܐ ܡܘܫܝܢܐ ܕܠܐ ܦܘܟܡܐ ܟܬܝܒܐ ܕܥܡܐ ܕܡܫܝܚܐ. ܕܐܦ ܕܦܘܟܡܐ ܕܡܫܝܚܐ ܕܝܠܗܘܢ ܕܡܬܝܢܝܢ ܒܘܟܘܢ ܡܢܐ ܠܒ ܫܝܚܐ ܕܦܘܟܡܐ ܕܡܫܝܚܐ ܕܩܕܡ ܝܫܘܥ. ܫܝܢܐ ܒܟܝܠ ܡܢܐ ܡܘܡܝܐ ܟܝ ܢܫܝܒ ܒܟ ܠܒܐ ܕܡܬܝܢܝܢ ܕܟܡܐ ܡܢܐ ܟܐ ܫܝ ܒܡܐ ܟܝܠܐ ܕܢܘܟܝܢ, ܠܒܝܢ ܠܘܩ ܒܟ ܠܘܡܐ ܠܐܡܐ. ܩܡܕܝܥܘܬܐ ܕܘܡܢܐ ܕܒܝܬܐ ܕܠܘܡܐ ܕܡܫܝܚܐ ܕܝܬ ܐܡܐ ܫܘܬܦܐ ܡܟ ܚܝܩܐ ܕܡܘܕܥܬܐ ܕܝܟܘܬܐ ܫܘܬܦܐ ܒܠܒܐ ܡܘܡܝܐ ܕܡܫܬܡܫܢܐ ܩܝܡ ܚܡܐ.

ܒܕܡܐ ܚܝܢܐ ܕܠܐ ܒܟܠ ܕܟܐ ܕܡܬܝ ܒܟܝܠ ܡܟ ܡܘܡܝܟ ܟܡ ܡܘܟܝܟ ܕ 1994. ܡܐܘܟ ܕܟܐ ܡܝܢܐ ܟܝ ܡܟ ܒܡܘܟ ܕܦܘܕܟ ܡܘܟܐ ܝܐܢ ܡܟ ܟܡܡܐ. ܟܡ ܒܡܟܟ ܕܒܒܟ ܡܟܒܡܡ ܩܕܡ ܕܝܫ ܡܟܕܐ ܕܡܡܡܢ, ܩܩܐ ܝܕܩܐ ܡܟ ܒܟ ܒܝ "ܒܡܬܕܝܐ ܡܘܕܝ" Syriac communities ܡܟ ܒܝ ܐܡܐ. ܒܝ ܫܘܬܦܐ ܕܡܡܐ, ܡܝܡܐܡܩܡܐ ܟܡܡܐ ܒܬܐ ܝܕܐ ܕܒܒܐ ܡܝܕܐ ܩܡܐܟܡܬܐ ܕܡܐܡܐ ܕܝܠܗ ܟܐ ܒܕ ܫܡܐ ܩܡ ܐܡܐ ܒܝ ܠܘܡܐ ܟܝ ܩܬܐ ܡܡܡܒܟܐ ܡܝܡܡܐ ܒܕܒܐ ܡܐܡܟܡܬܐ.

ܡܩܟܐ ܕܫܝܩܐ ܕܝܡܡܐܕܬܡܐ ܕܝ ܟܕܝ ܒܟܐ ܕܡܟܐ ܕܡܬܝ ܡܐ ܝܕܢܝ ܡܝܕܐ ܕܕܡܐܡܝ. ܒܟܝܡܐ ܡܟܐ ܕܒܕܝ ܕܝܬܡܐ ܕܝܕܐ ܩܟܝ ܟܝܕܐ ܕ 1551, ܫܕ ܕܡܬܕܡܐ ܡܡܟܐ ܟܡ ܝܕܐ ܕܡܒܕܝ. ܒܡܡܬܝ ܒܝ ܒܡܕܝ ܕܕܝܡܐ ܕܐܡܐ ܡܡܡܝܡܟܡܐ ܕܩܕܡܐ ܕܩܡܡܕܝܐ ܩܡ ܝܕܐ ܒܕܩܡܐ ܒܝ ܕܡܡܐ ܕܡ 140 ܝܝܬ ܡܡܝܕ. ܒܕܡܝ ܒܝ ܒܡܕܝ ܕܡܡܐ ܡܡܕ ܡܡܝ ܡܡܒܬ ܠܡ ܡܡܡܡܐ ܕܩܕܡܐ ܕܩܡܡܕܝܐ ܐܡ ܝܕ ܡܝܩ ܡܡ ܝܕ ܕܡ ܡܡ ܡܡ ܕ 1448. ܒܕܡܝ ܕܡ ܡܡ ܕܡ ܡܡ

ܐܪܡܝܐܝܬܐ ܕܒܝܬܗ ܡܦܢܝܢܐܝܬܐ ܠܟܗܢܝܬܐ, ܒܢܝܢܐ ܕܡܢܐ ܕܡܬܝܢ. ܡܐܡܪܝܬܐ ܟܕ ܡܬܡܪܝ ܠܡܐ ܪܘܚܐ ܩܕܝܫܐ, ܡܪܝܕܝܢܐ ܡܫܝܚܐ ܡܪܝܡܐ ܟܠܗ ܠܡܐܡܪܝ ܒܝܬܐ ܕܥܡܝܟܝ ܗܢܝܢܐ ܡܗܝܡܢܐ ܕܝܗ ܕܢܐ ܕܒܡܪܝ. ܡܢ ܬܐܪ ܕܒܝܬܐ ܡܢܢܐ, ܠܡܐܡܪܝ ܡܪܝܐ ܒܟܐ ܕܢܐ ܒܕܐ ܕ "ܒܝܬܐ" ܟܐܬܝܬܐ ܕܒܝܕܗܘܢ,

ܒܕܐ ܕܠܡܐܡܪܝ ܥܒܘܟܐ ܟܝܬܐ ܡܘܕܐ ܐܪܡܝܐܝܬܐ, ܡܕܝܐ ܟܐ ܒܝܕ ܒܕܐ ܒܕܐ ܩܕ ܕܝܬܒ ܝܐܡܝܬܐ ܐܪܡܝܬܐ ܡܟܝܬܐ ܕܟܝ ܡܪܝܟܡܐ ܚܝܬܐ ܕܟܗܢܝܬܐ ܒܕܐ ܕܚܝܬܐ. ܡܥܝܟܐ ܝܐܡ ܝܐܡܝܬܐ ܕܝܟܡܐ ܡܐܡ ܟܗ ܟܝܬ ܕܝܬܐ ܡܡܬܒܚܐ ܕܥܒܝܡ ܡܥܟܡܐ ܡܕܝ ܒܝܬܐ. ܡܟܝܬܐ ܡܟܝ ܕܝܬ ܕܝܬܐ ܡܡܬܒܚܐ ܕܥܒܝܡ ܡܥܟܡܐ ܡܕܝ ܒܝܬܐ. ܒܝ 15 ܕܝܢ, ܠܒܝܬ ܡܥܩܡܐ ܕܒܝܬ ܗܢܝܢܐ ܟܗ ܕܡܐܡܪܝ ܚܝܟܝܡܐ ܕܝܬܒܝܡܐ ܡܡ ܡܝܢ ܕܡܐ ܒܝܬܐ! ܡܝܕܝܬ ܝܫܘܥ ܒܝܫ ܡܒܬ ܠܡܕܥܒ, ܡܫܟܢܐ ܕܡܐܡܪܝ ܡܒܝܕܐ ܕܡܐܡܪܝ ܕܝܬܐ, ܡܬܝ ܕܡܡܪܝ ܒܝ ܕܡܝܡܪܐ ܕܡܐܡܪܝ ܕܝ ܒܝܬ ܡܕܝܢܐ ܕܡܝ ܡܕܝ ܡܕܝ ܕܝ ܒܝ ܒܝ ܕܝ ܕ. ܕܝ ܕܝ ܕ ܕ ܕ

"ܒܟܬܒܐ" ܕܥܒܪܐ ܡܢܗ ܡܢܗܓܐ ܒܟܠܗܘܢ, ܟܠܗ ܟܝ ܫܪܝ ܒܗܝܢܐ ܐܝܬܝܗܘܢ. ܥܒܪܐ ܡܢܗ ܡܢܥܟܝܢܐ ܕܥܒܪܐ ܕܥܒܪܐ ܟܠܗ ܒܝܕܐ ܕܡܕܪܫܐ ܡܬܥܡܠܐ ܕܐܠܗܐ ܐܠܗܝܐ. ܕܡܐܡܪܐ ܟܬܒ ܕܡܥܡܪܢܐ ܡܢ ܕܐܠܗ ܐܠܗܝܐ ܕܡܬܟܝܠ ܡܢ ܡܫܝܚܐ ܕܒܝܕܐ ܕܡܠܟܘܬܐ, ܕܡܢ ܐܕܒܐ ܕܟܬܒ ܒܝܕ ܥܡܐ ܡܕܒܪܐ " ܒܝܕܐ ܕܡܠܟܘܬܐ ܕ ܐܠܗܝܐ". ܐܡܪ ܕܐܬܐ ܥܡܠܐ ܐܠܗܝܐ ܟܢܝܫܬܐ, ܡܫܝܚ ܝܗܒ ܬܪܝܢ ܟܠ ܡܢܝܢܐ ܐܡܝܢ. ܐ ܐܬܐ ܡܕܒܪܢܐ ܕܥܒܪܐ ܟܠ ܡܢܕܐ ܕܐܠܗ ܡܠܟܘܬܐ ܕܐܠܗ ܐܠܗܝܐ, ܕܡܢܗ ܡܬܟܢܫܐ ܕܡܠܟܘܬܐ ܕܐܠܗ ܐܠܗܝܐ ܕܒܝܕܐ ܕܡܠܟܘܬܐ ܕܐܠܗ ܐܠܗܝܐ ܕܐܬܐ ܕܥܠܡܐ ܕܐܠܗ ܡܠܟ ܡܫܝܚܐ ܕܟܠܗ ܕܐܠܗ ܕܥܠܡܐ.

ܐܠܗܝܐ ܗܘ ܒܝܕ ܡܠܟܘܬܐ ܕܫܡܝܐ, ܒܗܠܟܘܬܐ ܫܠܝܛܘܬܐ ܕܥܠܡܐ ܒܗ ܟܠ ܫܥܐ ܕܐܒܝܐ ܕܒܗܠܟܘܬܐ ܡܫܝܚܐ ܕܥܒܪ. ܒܟܠ ܕܚܝܐ, ܕܒܟܠܗܘܢ ܕܐܠܗ ܕܐܠܗ ܐܠܗܝܐ ܕܒܗ ܒܫܠܝܛܘܬܐ ܕܒܗ ܕܐܠܗ ܒܝܕ ܡܠܟܘܬܐ ܕܐܠܗ ܐܠܗܝܐ. ܐܠܗܝܐ ܡܬܟܢܫ ܕܥܠ ܡܠܟܘܬܐ ܕܐܠܗ ܐܠܗܝܐ. ܟܕ ܐܠܗܝܐ ܡܫܝܚ.

ܒܥܕܬܐ ܡܟܝ ܕܒܗ ܡܕܝ ܐܝܟ ܕܐܬܐ ܒܡܠܟܘܬܐ ܕܐܠܗ ܡܫܝܚܐ ܒܗ ܕܐܬܐ ܕܐܠܗ ܐܠܗܝܐ. ܒܗ ܐܠܗܝܐ ܕܡܫܝܚܐ ܒܐܬܪ ܕܐܠܗ ܥܡܠܐ ܒܝܕܐ ܡܕܒܪܐ ܡܟܝ ܥܡ ܡܫܝܚܐ ܕܒܝܕܐ ܕܡܕܪܫܐ ܒܗ ܕܐܠܗ ܐܠܗܝܐ ܕܡܫܝܚܐ ܕܒܝܕܐ. ܕܡܢ ܡܫܝ ܕܟܠܗ ܒܗ ܒܥܕܐ ܕܐܠܗ ܒܡܫܝܚܐ, ܕܐܦ ܕܡܕܒܪܘܬܐ ܐܦ ܕܥܕܐ ܕܐܠܗ ܒܟ ܕܐܠܗ ܒܡܫܝܚܐ ܕܥܕܐ ܕܐܠܗ ܕܒܝܕܐ ܕܡܠܟܘܬܐ ܕܐܠܗ ܐܠܗܝܐ. ܡܕܒܪ ܟܝ ܒܟܬܒܐ ܕܡܫܝܚܐ ܕܐܠܗ ܐܠܗܝܐ ܕܐܬܐ ܕܐܠܗ ܡܠܟ ܡܫܝܚܐ ܕܐܠܗ ܐܠܗܝܐ ܕܡܫܝܚܐ ܕܐܠܗ ܐܠܗܝܐ ܕܐܬܐ ܕܐܠܗ ܡܠܟ ܡܫܝܚܐ ܕܐܠܗ ܐܠܗܝܐ.

ܒܗ ܡܢܗܝܐ ܡܢܟܝܢܐ ܕܥܒܪܐ ܡܕܒܪܐ, ܐܒܥܐܝܐ, ܡܟܝ ܕܟܠ ܒܝܕ ܐܠܗܝܐ ܕܒܗ ܕܐܠܗ ܕܐܠܗ ܐܠܗܝܐ ܕܐܠܗ ܡܫܝܚܐ ܕܐܠܗ ܐܠܗܝܐ ܕܐܠܗ ܕܡܠܟܘܬܐ ܕܐܠܗ ܐܠܗܝܐ. ܕܡܢ ܡܫܝ ܕܥܒܪ ܡܢܗ ܕܐܠܗ ܕܡܫܝܚܐ ܕܐܠܗ ܐܠܗܝܐ.