ئەو هۆکارانەی پوتەکەت ناشایستە دەکەن

وەك خانمێك جوانیی جلوبەرگ و پێڵاو و خشڵەکانت بەندە بە هەڵبژاردنتەوە کە چۆن بتوانیت کەرەستەکانت هەڵبژێریت و لە چ مارکە و جۆرێك بن، هەروەها هەندێ جار بە هەڵە هەڵبژاردنی کەرەستەکان تەنانەت ئەگەر لە مارکەی باش و بەناوبانگیش بن، جوانیی خۆیان نابەخشن و بە ناشایستەیی دەکەونە بەرچاو. بۆ نموونە ئەو جۆرە هەڵبژاردنانەی کە پووتەکانت ناشایستە دەکەن، بریتین لە، یەکەم: بوونی نەخش و نیگار لەسەر پووت، بەتایبەت ئەگەر زۆر زەق بێت، ئەوا پووتەکەت منداڵانە و ناشایستە دەردەکەوێت. هۆکاری دووەم: ئەگەر پووتەکەت هیچ خشڵێکی پێوە نەبێت، واتە سادە و ساکار بێت، ئەوکات ئەویش دیمەنێکی سەرنجڕاکێشی نابێت. هۆکاری سێیەم: ڕەنگی پووت، هەندێ جار ڕەنگی زەق بۆ پووت هەڵدەبژێردرێت، ئەوەش پێچەوانەی ڕێسای ئاسایی هەڵبژاردنی پووتە کە پێویستە لە ڕەنگی ڕەش و قاوەیی بێت، لەکاتێکدا کە ڕەنگەکانی دیکە هێندە سەرنجڕاکێش نین.

جیاوازییەکانی هەست و خۆشەویستی لە نێوان هەردوو ڕەگەزدا

هەست و خۆشەویستی کاریگەریی لەسەر جوانی هەیە، چونکە کاتێك مرۆڤ لە کەشێکی خۆشەویستیدا دەژی، هەست بە ئارامی و دڵخۆشی دەکات و بەمەش جوانییەکەی گەشاوەتر دەبێت، هەست لە نێوان هەردوو ڕەگەزدا ڕێژەی جیاوازە و بەپێی کەسەکە و ڕەگەزەکەی دەگۆڕێت، هەندێ جار خانمان لە مەبەست و هەستی خۆشەویست و هاوسەرەکانیان تێناگەن ئاخۆ چەند و چۆنە. لێرەدا هەندێ جیاوازیی نێوان هەردوو ڕەگەز دەخەینەڕوو: سەرەتا خانمان پێویستە بزانن کە پیاوان زیاتر هەست بە خۆشەویستی دەکەن و خێراتر بڕیاری لەسەر دەدەن، بەڵام ئافرەتان دوای متمانە و تێگەیشتن بڕیار دەدەن، لە سەرەتای دەستپێشخەریدا هەمیشە پیاوان بۆ دەربڕینی خۆشەویستی و هەست دەستپێشخەرن، بەڵام وەك گوتنی وشەی هەست و خۆشەویستی ئەوا ئافرەتان زیاتر باسی دەکەن، ئافرەتان پێیانەوە دیار نییە کە کەوتوونەتە ناو دنیای خۆشەویستی، کەچی پیاوان هەر زوو لە جووڵە و کرداری ڕۆژانەیاندا دەردەکەوێت، بۆیە هەمیشە ئاگاداری باری هەست و خۆشەویستیی کەسی بەرامبەرت بە و لەو بوارەدا فەرامۆشی مەکە، تا کەشێکی دڵخۆشت هەبێت و جوانیت هەردەم گەشاوە بێت.

شێواندنی جوانی و ناسکیی روخسار

چەندین هۆکار هەن کە پێستی روخسار نەشیاو و ناشرین دەکەن، لەوانە گرنگینەدان و فەرامۆشکردن و دڵەڕاوکێ و بێزاری و کەرەستەکانی ماکیاژ، بەڵام ئەوەی لە هەموویان زیاتر کاریگەریی هەیە، کەرەستەکانی ماکیاژە. بەهۆی ئەوەی کەرەستەکانی ماکیاژ راستەوخۆ کاریگەری لەسەر بەشی دەرەوەی پێست دادەنێن، بەم چەشنە کاریگەرییەکەیان خێرا دەبێت، وەك پەڵەی رەش و وردە خاڵ و چاڵی بچووك لە نێو پێستی روخسار، کە هۆکارەکەی بەکارهێنانی کەرەستەکانی ماکیاژە و مانەوەی ماکیاژ و تێکەڵبوونی پێکهاتەی کەرەستەکانی ماکیاژە لەگەڵ پێست، بۆیە پێویستە ئاگاداری چەند زیانێکی کەرەستەکانی ماکیاژ بیت، وەك: بەرواری کۆتایی بەکارهێنانی کەرەستەکانی ماکیاژ و پێکهاتەی کەرەستەکە، کە ئایا لەگەڵ پێستت کە وشك، یان چەورە دەگونجێت، لە بەکارهێنانی پۆدرە دوور بکەوە کە کون و وردە چاڵەکانی پێست پڕ دەکاتەوە، چونکە دواتر دەرهێنانیان ئەستەمە، بەر لە نووستن روخسارت جوان بشۆ و هەمیشەش بە ئاوی شلەتێن دەم و چاوت بشۆ.

پەنیری مۆدێرن

لە بەرزاییەکانی چیای هیمالایا، جۆرە پەنیرێك هەیە بەناوی پەنیری (شۆربی) کە لە وڵاتی نیپاڵ دروست دەکرێت و بە قورسترین و گرانترین پەنیر دادەنرێت و تام و بۆنێکی خۆشی هەیە، ئەو جۆرە پەنیرە بە جۆرێك دروست کراوە کە بۆ ماوەی (٢٠) ساڵ دەمێنێتەوە و تێك ناچێت، تامێکی جیاوازی هەیە و تامی دەچێتەوە سەر شلك(فراولە) و دەتواندرێت بۆ گشت شوێنێك ببردرێت، تەنانەت ئەگەر شوێنەکە گەرمیش بێت ئەوا کاریگەریی لەسەر تێکچوونی پەنیرەکە نابێت. هەر کیلۆیەك لەم پەنیرە نرخەکەی (٦٧٠) دۆلارە، هەروەها ماددەیەکی تێکراوە بۆنەکەی جیاوازە لە پەنیری سادە، بەم چەشنە گیاندارانی زیانبەخشی وەك مشك و مشەخۆر لێی دوور دەکەونەوە.

زمانی فیکە لە جیاتی قسەکردن

کوش دیلی، واتە زمانی چۆلەکە، ئەو زمانەیە کە خەڵکی گوندێکی دوورەپەرێز لە چیاکانی باکووری تورکیا هەندێ جار لەبری ئاخاوتن بەکاری دەهێنن. لەو گوندە ئەوانەی کە لە دوورن و دەنگیان بە یەکتر ناگات، بە فیکە قسە لەگەڵ یەك دەکەن، ئەو جۆرە زمانە کە زمانی فیکەیە بە گۆڕانکاری لە ئاوازی فیکەکە، بەر لە (٤٠٠) ساڵ لەلایەن ناوچەی (چانەکچی) بەکارهێنراوە و تا ئێستاش لەسەر هەمان شێوازی کۆن بۆ ئاگادارکردنەوە و لێکتێگەیشتن بەکاری دەهێنن، ئەو وەك قسەکردن بۆ هەموو حاڵەتێك بەکار نایەت، بەڵکو زیاتر بۆ هاتنی حاڵەتێکی ترسناك، یان مردنی کەسێك، یان هاتنی میوان بەکاردەهێنرێت.

بچووکترین خانوو

کوەی هاوس، واتە خانووی بچووك، یەکێکە لەو جۆرە خانووانەی کە لە کەمترین رووبەر دروست دەکرێ، بەهۆی نەبوونی زەویی پێویست و هەروەها گرانیی نرخی زەوی لە شوێنە دیارەکانی شارە بەناوبانگەکانی جیهان، خەڵك کەمترین رووبەر دەکڕن و دەیکەین بە خانوو، لە وڵاتی بەریتانیا ئەوانەی پێویستیان بەو شوێنەیە کە خانوویان لەوێ بێت، بچووکترین رووبەر تەرخان کراوە، بەتایبەت بۆ ئەوانەی کە بە تەنیان دەژین، ئەو جۆرە خانووانە دروست دەکەن، ئەو خانووانە جێگەی دوو کەسی تێدا دەبێتەوە، بەهۆی ئەوەی لە دوو نهۆم دروست دەکرێن، رووبەرەکانیان تەنیا دوو مەتر چوارگۆشەیە، ئەو جۆرە بیرۆکەیە زیاتر لە سەدەی رابردوودا هەبووە، بەڵام ئێستا لەلایەن کەسێکی عەقار بە ناوی رۆبێرت جۆنیس پەرە بەو جۆرە خانووە بچووکانە دراوە و داواکاریی زۆریشی لەسەرە.

درێژترین و کورتترین کراسی بووک

دروست کردنی ئەو بەرهەم و جلانەی کە ناوازەن و جیاوازن لە جلی ئاسایی، بۆتە نەریتێك کە بە مەبەستی بانگەشە و دەرخستنی کاڵای تازە بەکاردەهێنرێت. مارکەی (مایلك سینسۆ) ئامادەیی خۆیان نیشانداوە کە درێژترین جلی بووك دروست بکەن، هەندێك لەو جلانەش خەڵکی گوندێکی پێویستە تا کراسەکە هەڵبگیرێت و بەر زەوی نەکەوێت، یەکێك لەو بەرهەمانەی بەم دواییە دروست کراوە کراسێکی بووکە کە (٣٠) مەتر درێژە، هەروەها کورترینیشیان بریتییە لە کراسێکی بووك کە تەنیا (٣) مەتر درێژە و زۆربەی کراسەکە بە نەخش و دیزاینی کریستاڵی مارکەی سوارسۆڤسکی چێنراوە، ئەو جۆرە کراسە لە ماڵی نمایشی (لویس فلیتۆن) نمایش کراوە، بۆ ئەوانەی کە خوازیارن جلێکی درێژی بووك بۆ ڕۆژی ئاهەنگ و زەماوەندەکەیان بپۆشن، ئەو جۆرە کراسە ئێستا لە وڵاتی ئیمارات دەست دەکەوێت.

بنەماڵەی (٦) پەنجەکان

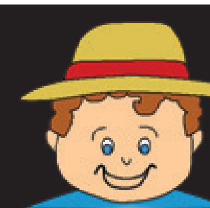
لە وڵاتی بەرازیل خانەوادەیەك هەن کە لە (٢٣) کەس پێك دێن، هەموو ئەندامانی ئەو خێزانە لە دەستەکانیاندا پەنجەیەکی زیادەیان هەیە، سەرۆکی ئەو خێزانە ناوی (دا سێلڤایە)ە، ئەو نەك هەر تەنیا لە دەستەکانیانیدا بەڵکو ژمارەی پەنجەی پێیەکانیشی زیاترە لە پەنجەی پێی کەسێکی ئاسایی. ئەوەی سەیرە ئەندامانی ئەو خێزانە زۆربەیان لە بوارە جیاجیاکانی ژیاندا سەرکەوتوون وەك: یەکێکیان لە پیانۆ ژەنین ئاست و بەهرەیەکی بەرزی هەیە، یەکێکی دیکەیان لە یاریی تۆپی پێدا بۆتە گۆڵچی، یەکێکی دیکەشیان لە خواردندروستکردندا خاوەن بەهرەیەکی ناوازەیە، حاڵەتی پەنجەی زیادە لە زانستدا بە دیاردەی (Polydactyly) دەناسرێت.

کاریکاتێر

ئەم کاریکاتێرە باس لە بەفیڕۆدانی کات و پارە دەکات، هەروەها ئاماژەیەکیشە بۆ بەسەرچوونی تەمەنی مرۆڤ و بێئاگابوون لە سەروەت و سامان و تەمەن.

خەوی ملیۆنێر

چیرۆکی ژیانی ئافرەتێکە کە نووسەر و ئەکادیمیستی فەرەنسایی ناودار (فرانسواز بیتانکۆرت مایرز)یە، کە بۆتە میراتگری دایکی ئەویش (لیلیان بیتانکۆرت)ە، دایکی ئەو ئافرەتە خاوەنی مارکەی جوانکاریی (Bettencourt)، ئەو ئافرەتە تەمەنی (٦٤) ساڵە و دایکی لە تەمەنی (٩٤)ساڵیدا کۆچی دوایی کرد، کە داهاتی کۆمپانیا و سەرمایەکەی (٢٩) ملیۆن یۆرۆیە، واتا (٤٥) ملیۆن دۆلار، باوکی ئەو ئافرەتە ناوی (جان ڤیکتۆر مێرز)ە، دوای مردنی باوکی و نەبوونی هیچ خوشك و برایەکی دیکە، تەواوی سەرمایەکە بۆ ئەو ئافرەتە مایەوە، بەجۆرێك کاتێکدا کە کاری میراتییەکەی بۆ دانراوە، ئەو لە خەودا بووە.



نوکتە

کەسێك یەکەمجاری دەبێت ئینتەرنێت بەکاربهێنیت و هێڵەکەشی هێواش دەبێت، لەوکاتەدا کە گوێ لە گۆرانیی دەگرێت بە هۆی هێواشیی هێڵەکەوە گۆرانییەکە چەندجارێك دەوەستێت و دەست پێ دەکاتەوزە، ئەویش لەبەر خۆیەوە دەڵێت: مادام گۆرانی نازانی و لەبەرت نییە بۆ گۆرانی دەڵێت.

کاوڕ ٣/٢١ - ٤/١٩

ئێستا کاتی ئەوەیە کە خۆت بڕیار لەسەر کارەکانت بدەیت و چاوەڕێی کەسی دیکە نەکەیت، ئەو کارەی لە رابردوو دەستت پێکرد دەبێتە هیوای داهاتوو، بە تایبەت ئەگەر دووبارە بیری لێ بکەیتەوە، ژیرانە مامەڵە لەگەڵ کارەکانت بکە و متمانەت بە خۆت هەبێت.

گا ٤/٢٠ - ٥/٢٠

ئەوەندە بیر هەڵەکانی رابردوو مەکەرەوە کە داهاتووت فەرامۆش بکەیت، پێویستە سوود لە تواناکانت وەربگریت و هەمیشە چاوەڕێ بیرۆکەی خۆت بکە و واز لە کەسانی دیکە بێنە، ماوەیەکە هەست بە دڵتەنگی دەکەیت، ئەمەش کاتییە و دەڕوات.

جمک ٥/٢١ - ٦/٢٠

رووبەڕووی ئاستەنگەکان ببەرەوە و مەهێڵە هەوڵکانت شکست بهێنن، هەمیشە پشت بە خۆت ببەستە و ئەرکەکانت بە کەسی دیکە مەسپێرە، ئێستاکاتێکی گونجاوە بۆ جێبەجێکردنی ئەو کارەی ماوەیەکە پلانت بۆ داناوە، لەم ماوەیەدا چاوەڕێی هەواڵی گرنك بە.

قرژاڵ ٦/٢١ - ٧/٢٢

ماوەیەکە لەگەڵ کەسێکدا نێوانتان باش نییە، نابێ بەو جۆرە بیر بکەیتەوە تەنیا خۆت لەسەر هەقیت، چونکە ڕەنگە هەڵەکە لەلایەن تۆوە بێت، کاتێك دەتەوێت کارێك ئەنجام بدەیت ئەوەندە بیری لێ مەکەرەوە. ماوەیەکە هەست بە نائارامی دەکەیت، ئەوەش کاتییە و تێپەڕ دەبێت.

شێر ٧/٢٣ - ٨/٢٢

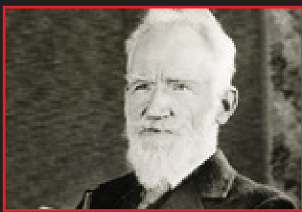
بیرۆکەکانت تارادەیەك باش لە جێی خۆیەتی و کونجاون، بەڵام ناکرێ بیر و رای کەسانی دیکە فەرامۆش بکەیت، ڕەنگە ئەوان بە هەڵە بیرت لێ بکەنەوە و بە کەسێکی لەخۆبایی بکەویتە بەر چاو، ئارامیی خۆت بپارێزە و ئەوەندەش تووڕە مەبە.

گوڵەگەنم ٨/٢٣ - ٩/٢٢

ئاگاداری ژیانی خۆت بە و تێکەڵی کێشەی کەسانی دیکە مەکە، نهێنییەکانت لای هیچ کەس باس مەکە، چونکە کاتێك نهێنی باس دەکەی دواتر بە خراپە بۆت دەگەڕێتەوە، لە هەڵبژاردنی کارەکاندا زیرەك و هۆشیار بە و مەهێڵە پلانەکانت تێك بچن.

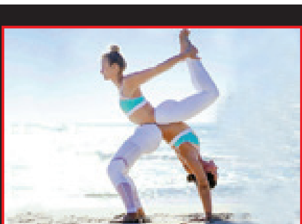
بیرکردنەوە و فەلسەفە

قێزەونترین تیرۆر لە مێژوودا کوشتنی «قەیسەر یولیوس» بوو بە چەقۆ، ئەو ساتەی کە قەیسەر تێیدا تیرۆرکرا بە سەختترین و دژوارترین سات دادەنرێت لە مێژوودا، چونکە هەموو ئەو کەسانەی کە قەیسەر متمانەی پێ دەکردن خیانەتیان لێ کرد و دەستیان لەگەڵ دوژمنەکانی قەیسەر تێکەڵکرد و پلانیان بۆ کوشتنی دارشت، لە کۆبونەوەیەکدا بڕیاریاندا هەریەکە و بەجیا چەقۆیەك لە قەیسەر بدات تا بیکوژن. دارشتی ئەم جۆرە پلانەش بۆ ئەوبوو کە هەموان بە لێدانی چەقۆیەك بەشداری لە کوشتنەکەدا بکەن و لەدوایدا هیچ کەسێك بەتەنیا پەنجەی تۆمەتی بۆ درێژ نەکرێت. ئەگەرچی لەساتی تیرۆرکردنەکەیدا قەیسەر ٢٣ چەقۆی لێدرا بوو، بەڵام لەگەڵ ئەوەشدا خۆی بەدەستەوە نەداو هەر لەسەر پێیەکانی وەستا و شەڕی لەگەڵ دەکردن، تا ئەوکاتەی قەیسەر»بروتوس»دەبینێت کە هاوڕێی تەمەنی و گیانی بەگیانی خۆی ببووە، بۆیە لەو ساتەدا بە لاشەیەکی پڕ لە برین و خوێناوییەوە بەرەو لای «بروتوس»ی هاوڕێی دەڕوات، بەو ئومێدەی کە ببێتە فریادڕەسی و لەو دۆخە ڕزگاری بکات، هەربۆیە بە دڵێکی پڕ لە ئومێدەوە دەستی لەسەر شانی هاوڕێکەی دادەنێت و بە چاوێکی پڕ لە تکا و ئارامییەوە سەیری دەکات، بەڵام ئەوەی چاوەڕوانی نەدەکرد روو دەدا و «بروتوس»ی هاوڕێشی وەکو ئەوانی دیکە چەقۆیەکی لێدەدات، دوای بینینی ئەم دیمەنە «قەیسەر یولیوس» دەڵێت: ئەی «بروتوس» تەنانەت تۆش خیانەتت لێ کردم، کەواتە با بمرێت قەیسەر، لەم ساتەدا قەیسەر تەسلیمبوونی خۆی ڕادەگەیەنێت و دەکەوێتە سەر زەوی.



پەند و وتە

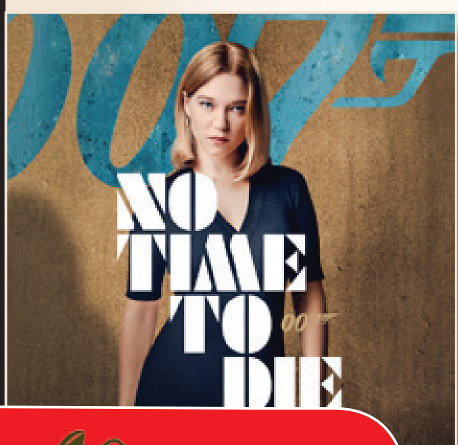
جۆرج بێرنارد شۆ، نووسەر و ڕەخنەگری شانۆیی ئیرلەندی، لە ساڵی ١٨٥٦ لە شاری دبلنی ئێرلەندا لە دایکبووە و لە ساڵی (١٩٥٠) لە بەریتانیا کۆچی دوایی کردووە، دەربارەی گفتوگۆ لەگەڵ دوو جۆرە کەس دەڵێ: هەمیشە خۆتان لە گفتوگۆکردن لەگەڵ دوو کەس بەدوور بگرن، کەسێك کە ئاشقە، هەروەها کەسێکیش کە دەمارگیرە، چونکە ئەوەی یەکەمیان دڵێکی کوێری هەیە، ئەوەی دووەمیش عەقڵێکی داخراوی هەیە.



فێڵکاریی وێنە

لەم وێنەیەدا دوو کچ هەن، بە شێوەیەك وەستاون کە جەستەیان لە یەکتر ئاڵاوە، هەوڵبدە لە ماوەی (١٠) چرکەدا ڕاستیی وێنەکە بزانیت.

پوختەی فیلم



کات نییە بۆ مردن - No Time to Die

فیلمێکی ئەکشن و سیخوڕییە، باس لە رزگارکردنی چەند زانایەك دەکات، کە لەلایەن تۆڕی جێمس بۆندەوە بۆ رزگارکردنی ئەو کۆمەڵە زانایە لە هەوڵدان، فیلمەکە بە بودجەی (٢٥٠) ملیۆن دۆلار لە وڵاتی ئەڵمانیا بەرهەم هێنراوە، کە لە دەرهێنانی کاری جۆجی فونکانگایە و لە نواندنی (دانێل کرێگ) کە ڕۆڵی جیمس بۆند دەبینێت، هەروەها رامی مەلیك و لیا سایدۆکسە.

نەهەنگ ٢/١٩ - ٣/٢٠

کارەکانت بە جوانی ڕێکخستووە، بەڵام پەیوەندییەکانت لەگەڵ کەسانی نزیکت لەو ئاستە نییە کە خۆت دەتەوێ، وا چاکترە لەگەڵیان نزیکتر بیتەوە، بەڵام ڕێگە مەدە کەس لەبری تۆ بڕیار بدات، خۆت ئەو کەسانە هەڵبژێرە کە دەتەوێ لە کارەکانتدا ڕۆڵیان هەبێت.

گۆزە ١/٢٠ - ٢/١٨

بۆئەوەی بەسەر کێشەکانتدا زاڵ بیت، پێویستە ئارام بگریت و بە هێواشی چارەسەر بۆ کێشەکانت بدۆزیتەوە، چونکە ماوەیەکە بیر و هەستت جێگیر نییە و شێوازی ڕەفتارت توندە، چاکترە ئارام بیت و سوود لە ئەزموونی کەسانی دیکە وەربگریت.

گیسک ١٢/٢٢ - ١/١٩

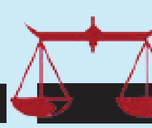
لە ئێستادا هەلسووکەوتت لەگەڵ کەسانی دەورووبەرت مایەی خۆشحاڵییە و کاتێکت پێویستە تا بیر و هۆشت زیاتر باشتر دەبێت، چونکە ئەو کێشەی رابردوو زۆر ماندووی کردی، پێویستت بە پشووە و دەبێ ئارامیت پێوە دیار بێت، تا پلانەکانت بە باشی بەڕێوە بچن.

کەوان ١١/٢٢ - ١٢/٢١

هەندێ جار بیر لە داهاتووت دەکەیتەوە و تووشی بێ ئومێدی دەبیت، بەڵام پێویستە ئەوەش بزانی کە هیچ کارێك بێ ماندووبوون ئەنجامی نابێت، لە رابردوودا ماوەیەکی ناخۆشت بەڕێ کرد، ئێستاش نۆرەی ئەوەیە دڵ خۆش بیت، ئەو کارەی ئێستات سەرکەوتنی بەدواوەیە.

دووپشک ١٠/٢٣ - ١١/٢١

ڕێگای داهاتووت چەندین هەوراز و نشێوی تێدا دەبێ، بەڵام دەبێ زیرەکانە هەنگاو هەڵبگریت و خۆت بەدەستەوە نەدەیت، هەمیشە دڵ خۆش و گەشبین بە، کاتێك بیر لە کارەکانت دەکەیتەوە وا باشترە کە لە ماندوو بوون و زەحمەت نەترسیت.



شایان ٩/٢٣ - ١٠/٢٢

ئەوەی لە رابردوو لە دەستت داوە بیری لێ مەکەرەوە و تەنیا پەندی لێ وەربگرە، چونکە دەبێ داهاتووت مسۆگەر بکەیت و هیوای خۆت بە داهاتوو ببەستیتەوە،، ئەوە بەهۆی ئەوەیە زۆر بیر دەکەیتەوە ماوەیەکە کارەکانت پشتگۆ خستووە، هەوڵبدە پلانەکانت جێبەجێ بکەیت.