وشككردنەوەی قژ دوای شوشتن

جاران باو بوو کە رۆژانە، یان دوو رۆژ جارێك قژت بشۆیت، بەڵام ئەمە کاریگەریی لەسەر هەڵوەرین و لاوازبوونی تاڵە مووەکانی قژ هەبوو، کە ئەو حاڵەتانەش بە هۆی زوو وشك نەکردنەوەی قژەوە دەردەکەوتن، ئێستا ئاساییە رۆژانە قژت بشۆیت، بە مەرجێك دەستبەجێ دوای شوشتنەکە وشکی بکەیتەوە، تا پارێزگاری لە نەرمونیانیی قژت بکەیت و رێگە نەدەیت بە تەڕی بمێنێتەوە، دوای خۆشتن پێویستە راستەوخۆ قژت وشك بکەیتەوە، کە وشك بووەوە وازی لێ بهێنە تا ماوەیەك، ئەنجا کرێمی تایبەت لە رەگی قژت و دواتر لە ناو لەپی دەستت بدە، پاشان دەتوانیت ئوتووی بکەی. هەوڵبدە پاشان بیکەیتە کەزی، یان دەستە دەستەی بچووك، ئەگەر بەشەوان خۆت شوشت، پێویستە قژت وشك بکەیتەوە پاشان بنوویت، دەتوانی دوای وشككردنەوە کرێم و زەیتی قژ بۆ نەرمکردنەوەی قژت بەکار بهێنیت، کە ئەوەش پێویستە لە رەگەکانەوە دەست پێ بکەیت، پاشان خاوی بکەیتەوە، یان بیبەستیت.

شێوازی برۆ لەگەڵ شێوەی روخسار

گرنگە شێوازی برۆت لەگەڵ شێوەی رووخسارت نزیك و هاوشێوە بن، هەندێ جار بە هۆی هەڵە دانانی شێوازەکانی برۆ کە لەگەڵ شێوەی رووخساردا یەك ناگرنەوە، نەشیاوی لە جوانی دەم و چاوت دروست دەبێت، بەمەش هەر چەند ماکیاژ و جوانکاری بکەیت، سوودی نابێت. بۆیە دەبێت ئەو جۆرە شێوازەی برۆ هەڵبژیریت کە لەگەڵ رووخسارت گونجاوە، بۆ ئەوانەی شێوەی رووخساریان لە شێوەی دڵە، پێویستە برۆکانیان درێژ بن کە لە سەرەتای ناوەوەی برۆوە هەندێ کەوانە بێت، ئەوانەی رووخساریان چوارگۆشەیە پێویستە برۆیان کەوانە یان بازنەیی بێت، واتە پێچەوانەی شێوەی رووخساریان، ئەوانەش رووخساریان بازنەییە، پێویستە برۆیان ئاسایی بێت، واتە نیمچە کەوانە و بەڵام پڕ و ئەستوور بێت، ئەوانەی رووخساریان شێوەی ئەڵماس یان درێژی وەرگرتووە، دەکرێت برۆیان کەوانە بێت بەڵام لە ناوەڕاستەوە کەوانەکە زیاتر پێچ بکاتەوە، بۆ ئەوانەش شێوەی رووخساریان وەك هێلکە وایە، دەبێت برۆیان بە شێوەی کەوانەی تیژ بێت تا رووخساریان درێژتر نیشان بدات.

کراسی بۆنە و یادەکان

بۆنەکان لەم ماوەیەدا زۆر دەبن و خانمانیش بۆ هەڵبژاردنی کراسەکانیان دوودڵ دەبن، بە جۆرێك کە ڕەنگە نەتوانن جلێکی جوان هەڵبژێرن، تا لە بۆنەکاندا وەك شازادەیەك دەربکەون، بۆیە پێویستە کراسێکی ناوازە و نایاب دەستنیشان بکەن، تا لەگەڵ شێوە و جوانییاندا گونجاو بێت. لە مۆدی ئێستادا گرنگی بە مۆدی کۆن دراوە، کە زیاتر کراسەکانی سالآنی شەستەکان باون، مۆدی دووەمیش کراسی تەسك لە سەرەوە و لە خوارەوەش کراوە بێت، بە قۆڵی درێژ و بوونی فەتحەیەك لە تەنیشتەکان، هەروەها لە قوماشێکی ڕەق بێت کە بوەستێت و بە جەستەدا شۆڕ نەبێتەوە، مۆدی کراسی شەستەکان، بریتیی بوون لە کراسی تەسك بە پشتێنێکی پان و کراوە و بریقەدار لەگەڵ ملپێچێکی تەنك لە سەر شانەکان، بەڵام باوترین مۆدی کراسی بۆنەکان، ئەو شێوازەیە کە لە سەرەوە بە نەخش و نیگار چێ کراوە و لە بەشی خوارەوەش کراوە و سادەیە.

باڵەخانە لەسەر لوتکەی گاشە بەرد

لە وڵاتی جۆرجیا و لە گوندی (کاشتکهی) خانوویەك لەسەر گاشەبەردێك دروستکراوە کە رووبەرەکەی دەگاتە (١٥٠) مەتر دووجا، بەرزیی ئەو گاشەبەردەش کە یەکپارچەیە دەگاتە (٤٠) مەتر، ساڵی (١٩٤٠) دەست بە دروستکردنی ئەو باڵخانەیە کراوە، دواتر بەهۆی ترس لە کەوتنی بەردەکە، لە ساڵی (١٩٤٤) شوێنەکە چۆل کراوە، ئەوەی لێرەدا زیاتر جێگای سەرنجە ئەوەیە کە رۆژێکیان بەندکراوێك لە بەندینخانە رادەکات و بۆ ماوەی (١٧) ساڵ لەو شوێنە دەمێنێتەوە، بەبێ ئەوەی کەس هەستی پێ بکات، توانیویەتی باڵەخانە چاك بکاتەوە و بیکاتە شوێنی نیشتەجێبوونی خۆی. ئەو گاشە بەردە بە پلیکانە و بە گوریس رێگای سەرکەوتنی هەیە، ئەو پیاوەش کە لە زیندان رایکردووە ناوی (ناسك)ە و ساڵانێکە لەو شوێنە دەژی، تەنیا هەفتەی دوو جار دێتە خوارەوە و رۆژەکانی دیکەی لەو شوێنە بەرزە بەسەر دەبات.

شەڕی بووک و خەسوو لە کۆشکی شاهانەی بەریتانیا

رەنگە وا هەست بکەین شەڕی بووك و خەسوو تەنیا لەلای کەسانی ئاسایی هەیە، کەچی دواجار ئەو شەڕە گەیشتە کۆشکی شاهانەی بەریتانیا، دوای ئەوەی کچە ناوداری ئەمریکی (مێگان مێرکل) شووی بە شازادە (هاری) کرد، چەند مانگێکی نەبرد، مێگان بێزاریی خۆی لە دەست خەسووی کە شاژن ئەلیزابێتە، دەربڕی، داوای لە هاوسەری کرد کە کۆشك و ماڵەکە بەجێ بهێڵن و ژیانێکی ئاسایی بەسەر ببنە، مێگان دەڵێ: «بێزاریم لەوە بوو، کە دەبووایە بەپێی رێنمایی هەڵسم و دانیشم، تەنانەت خواردن و خەویشم دەبووایە وەك شاژن و لەسەر خواستی ئەو بێت، کە ئەوەش ببووە جێگەی نیگەرانی و تەنانەت بێزاریم لەو ژیانەی کە خەونی هەموو کچێکە، بۆیە لەگەڵ (هاری)ی هاوسەرم کۆشك و هەموو شتێکمان جێهێشت، تەنیا بۆ ئەوەی بە خۆشی و ئازادی بژیم.

زێڕ و زێڕینگەری لە کوردستان

زێڕ ئەو خشڵەیە کە حەز و ئاواتی زۆربەی ئافرەتانە و وەك کەرەستەیەکی جوانکاری بۆ ڕازاندنەوە بەکاری دەهێنن، هاوکات وەك کانزایەکی گرانبەهاش جێگەی بایەخ و گرنگیپێدانی هەمووانە، بۆیە لە هەموو شارێك ناوچەیەك، یان شوێنێکی گشتیی تایبەت بۆ کڕین و فرۆشتن و چاککردنی زێڕ تەرخان دەکرێت، لە کوردستان و لە شاری هەولێر، بەشێکی زۆری دووکانەکانی قەیسەری تایبەتن بە زێڕ، زێڕی کوردستان زیاتر لە تورکیا و وڵاتانی کەنداو هاوردە دەکرێن، سەرەتا زێڕی شکاو دەکڕدرێت، یان هاوردە دەکرێت، پاشان بە ئامێر و بەهۆی گەرمکردن دەتوێندرێتەوە و دواتر دەکرێت بە قاڵب، یان ئەو شێوە و نەخشەی کە دەمانەوێت. خواستی خەڵك زیاتر لەسەر زێڕی خەلیجییە، کە یەکێکە لە جوانترین جۆرەکانی زێڕ، ئێستا بە دوو جۆر زێڕ لە قاڵب دەدرێ و دروست دەکرێت، یەکێکیان بە دەستە، کە ماوەیەکی زۆری دەوێت، ڕێگەی دووەمیش بەهۆی کارگەی پێشکەوتووە و لە ماوەیەکی کەمدا ئامادە دەکرێت. ئامێرە مۆدێرنەکانی ئێستا پێیان دەگوترێت (هەلاشە) کە جوانترین کاری چاککردنەوەی زێڕ دەکەن، ئەوەی پێی دەگوترێت (دەستحەق) ئەو کارەیە کە زێڕی شکاوی پێ دەکرێت بە قاڵب و پاشان نەخش و نیگاری بۆ دەکرێت، یان زێڕی دەستکرد دەهێندرێت و دەتوێندرێتەوە و پاشان دەکرێتە نەخش و شێوازی دیکە. نرخی زێڕ جێگیرە و بەندە بە ڕەوشی ژیانی گشتی و باری ئاسایشەوە، لە کاتی بوونی شەڕدا، زێڕ هەرزان دەبێت و لە کەشی ئاشتی و خۆشیدا نرخەکەی بەرز دەبێتەوە، کە کێشی لە (١٩) مسقاڵەوە تا (٤٠٠)ـە، وەك دەگوترێت زێڕ کەرەستەیەکە بۆ ڕۆژی تەنگانە هەڵدەگیرێت، یان بۆ جوانکاری بەکاردەهێنرێت.

نمایشکاری جل وبەرگ لە فرۆکەخانە

نمایشەکانی جلوبەرگ زیاتر لەسەر ستەیجەکان ئەنجام دەدرێن، بەڵام هەندێکیان لە شوێنی جیا ئامادە دەکرێن تا زۆرترین خەڵك ئامادەی بن، دواجار وەك بیرۆکەیەکی سەرنجڕاکێش، نمایشی جلوبەرگ لەلایەن سەرپەرشتیار (جێسیکا مین ئان) کە نمایشکارێکی جلوبەرگە لە فڕۆکەخانەی (جۆن ئێف کێنیدی) لە شاری نیۆریۆکی ئەمریکا ئەنجام درا، کە بەبۆنەی یادی دامەزراندنی بەرهەمەکانی جێسیکا مین ئانە کە ماوەی (٢٥) ساڵە لە بواری جوانکاری و مۆدە کارەکانی ئەنجام دەدات، کچە نمایشەکارەکانی جێسیکا لە بەردەم فڕۆکە زەبەلاحەکانی بۆینگ ٤٠٠ و ٧٦٧ بە لەشولار و جلە جوانەکانیانەوە خۆیان نمایش دەکرد، نمایشەکە بە بەشداریی ٢٥ نمایشکار ئەنجامدرا، کە وەك ساڵیادی بۆنەی نمایشکارییەکە بوو.

بۆ زانیاریت

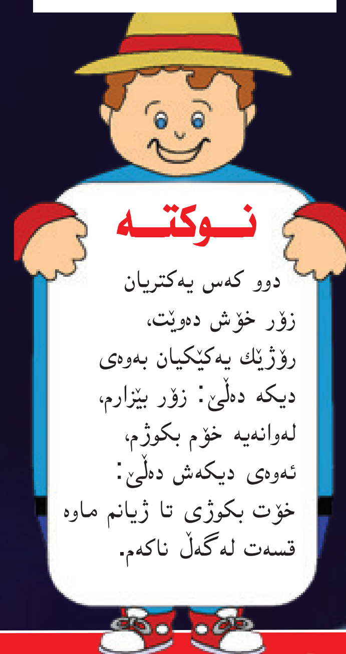
کلیلی نەمری

ئەگەر مرۆڤ نهێنیی نەمری و مانەوە بدۆزێتەوە، ئەوە دەبێتە شێرپەنجە بۆ لاشەی زەوی. لە ساڵی ١٩٦٧ بۆ یەکەمجار لاشەی مردوویەکیان خستە ناو نایترۆجینی شلەوە، کە لە پلەی گەرمیی ٧٠ پلە ژێر سفرەوەیە، ئەویش لاشەی جەیمس بێدفۆرد بوو، کە بەهۆی شێرپەنجەی گورچیلەوە و پاشان تەشەنەکردنی بۆ سییەکانی کۆچی دوایی کرد، ئەم کارەش لەسەر داوای کەسوکارەکەی بوو، بۆ پاراستنی لاشەکەی. زانایان پاش پشکنین بۆ تەرمەکەی گوتیان: «لاشەکەی وەك خۆی ماوە و تێك نەچووە».

پاراستنی لاشەی مردووەکان دەکرێت لەسەر داوای کەسوکاری مردووەکە بێت، بۆ مانەوەی لاشەی کەسەکە، یان بۆ چاندنەوەی ئەندامەکانی لەشی مردووەکە بۆ کەسێکی زیندوو ئەگەرهاتوو پێویستی پێی بێت، لە ئێستادا چوار کۆمپانیا کە سێیان ئەمریکین و دانەیەکیان ڕووسییە، هەڵدەستن بە پاراستنی لاشەی مردووەکان بە پارەیەکی خەیاڵی، هەندێکجار ئەم کۆمپانیایانە ناچاربوون بە ناشتنی لاشەی مردووەکان، لەبەرامبەر دابیننەکردنی ئەو پارەیەی لە کەسوکاری مردووەکە داوای دەکەن، ئەو چوار کۆمپانیایە لە ئێستادا خەریکی پاراستنی لاشەی زیاتر لە ٥٠٠ کەسن، ڤالێریا ئودالۆڤا کە بەڕێوەبەری کۆمپانیا ڕووسییەکەیە دەڵێت: «نەمری دەستکەوتێکی بەنرخە بۆ نەوەکانی ڕابردوو و ئێستا و داهاتوو».

کاریکاتێر

یەکێک لە کاریکاتێرە بەهێزەکانی ئەم سەردەمە، باس لەوە دەکات کە کەسانێك هەن، بۆ گەڕان بە داوی عەیب و عاری خەڵکدا، چاویان وەك دووربین بەکار دەهێنن.



کاوڕ ٣/٢١ - ٤/١٩

ماوەیەکە لەگەڵ کەسانی دەوروبەرت بە جوانی ڕەفتار دەکەیت و تێگەیشتنی باشت هەیە، هەوڵبدە پارێزگاری لە دەستکەوت و پێداویستییەکانی ژیانت بکەیت، هەندێ لە کێشەکانی پێشووت بە زووترین کات چارەسەر دەبن، لەگەڵ کەسێکدا ژیانت خۆشە و هەوڵبدە لە دەستی نەدەیت.

گا ٤/٢٠ - ٥/٢٠

بەردەوامیت لەم شێوازەی ئێستای ژیانت بەرەو هەنگاوی باشترت دەبات، لادان و دەستوەردان لە ژیانی کەسێکی دیکە، بە بێ ئەوەی خۆی ئاگادار بێت، بە خراپە بۆت دەگەڕێتەوە، گۆڕانکاریی ورد لە هەستەکانتدا بکە و لەگەڵ کەسی خۆشەویستدا هەمیشە بە یەکەوە بن.

جمک ٥/٢١ - ٦/٢٠

کەسێك گرنگیی زۆرت پێ دەدات و تۆش ماوەیەك ڕێگەی بدە، بزانە نیازی چییە، دواتر خۆت لەگەڵی یەکلابکەرەوە، کۆنترۆڵی هەستەکانت بکە و بە باشی بیر بکەرەوە، نەوەك دوای هەستێکی کاتی بکەویت، لە نیگەرانی و دوودڵی و ڕاڕایی دووربکەوە.

قرژاڵ ٦/٢١ - ٧/٢٢

کێشەکان روو لە زیادبوون دەکەن و تۆش نیگەرانیت پێوە دیارە، کارێك مەکە کە ببێتە مایەی پەشیمان بوونەوەت، ئەوەی ئێستادا لە ژیانتدا روو دەدات، ئەنجامی هەوڵەکانی پێشووتە، بۆیە دەبێت بەردەوام بیت و ڕێگا مەدە کەسانێك یاری بە ژیان و هەستەکانت بکەن.

شێر ٧/٢٣ - ٨/٢٢

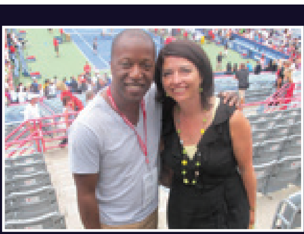
ئەم ماوەیە بە کاتێکی ناخۆشدا تێپەڕ دەبیت، بۆیە پێویستە زیاتر دەستکراوە بیت و چاکتر کار بکەیت، هەندێ لە گرفتەکان بە ئاسایی وەربگرە، تا لە داهاتوودا نەبنە کێشەی گەورە بۆت، کەسانی دەوروبەرت بە هەڵە لێت تێگەیشتوون، بۆیە دەبێ لە ڕەفتارەکانتدا سادە و ساکار بیت.

گوڵەگەنم ٨/٢٣ - ٩/٢٢

دوچاری چەند ڕووبەڕووبوونەوەیەك دەبیتەوە کە بە ڕێککەوت روو دەدەن، نابێت متمانەت لە دەست بدەیت و تواناکانی خۆت فەرامۆش بکەیت، چەندین گرفتی جۆراوجۆر لە ژیانت هەن، پێویستە وەك خۆت بیر بکەیتەوە و لە تەمەنی خۆتتدا بژیت.

پەند و وتە

کلێر بۆت لوس، نووسەری ئەمریکی و سیاسەتوان و باڵوێز، لە ساڵی ١٩٠٣ لە نیویۆرك لە دایکبووە و لە ساڵی ١٩٨٧ لە واشنتۆن کۆچی دوایی کردووە، دەربارەی پیاو و ئافرەت دەڵێ: «کاتێ پیاوێك هەڵەیەك دەکات، تەنیا دەگوترێت ئەو پیاوە خراپە، بەڵام کاتێك ئافرەتێك هەڵە دەکات گشتاندنی بۆ دەکرێت و دەڵێن ئافرەتان خراپن.



فێڵکاریی وێنە

لەم وێنەیەدا سێ کەس هەن، بە یەکەوە وێنەیەکی خێزانییان گرتووە و تەنیا دوو کەسیان دەرکەوتوون، هەوڵبدە لە ماوەی (١٠) چرکەدا کەسی سێیەم بدۆزیتەوە.

پوختەی فیلم

پیاوی ون - The Invisible Man

فیلمێکی ترس و مایسترییە، باس لە ژیانی گەنجێك دەکات، کە کە کاری زانستە و دەیەوێت دوای هەوڵی خۆکوشتن هێزەکانی بەکاربهێنێت بۆ ئەوەی شێوە و جەستەی ون بکات، بۆ ئەوەی ئەزیەتی خۆشەویستە کۆنەکەی بدات، لەو کاتەی خۆشەویستەکەی بە پۆلیس دەڵێت کە کەسێکی شاراوە هەیە و بێزاری دەکات، ئەوانیش باوەڕی پێ ناکەن، ئەویش بە ناچاری شەڕی لەگەڵ دەکات، تا لە ناوی دەبات، ماوەی فیلمەکە دوو کاتژمێر و پێنج خولەکە، لە وڵاتی فەڕەنسا وێنەی گیراوە و لە دەرهێنانی (لیاە وانێل) و لە نواندنی (ئەلیزابیت موس و ئۆلیڤەر جاکسۆن و ستۆرم ڕەید)ـە.

گەشتکردنی وڵاتان بە پایسکل

پایسکل ئەو کەرەستەیەیە کە بۆ گواستنەوە و وەرزشکردن بەکار دێ، لە ئێستادا وەك کەرەستەیەك بۆ سەرکێشی لە گەشتکردنیشدا کاری پێ دەکرێت، ئافرەتێکی خەڵکی تونس کە ناوی (سارە حابە)یە، توانی بە پایسکل لە ماوەی (٥٣) ڕۆژدا و لە گەشتێکدا لە تونسەوە بگاتە سعودیە، سارە لە تێکچوونی پایسکلەکەی دەترسا کە نەوەك تووشی شکست بێت و نەتوانێت چاکی بکاتەوە، بەڵام بە یارمەتی دوو پیاوی تونسی توانییان خەونەکەی بەدی بهێنن، بە جۆرێك کە لە ڕێگادا لەگەڵیدا بوون، تا لە کێشە و گرفتەکان ئاگاداری بن، سەرەتا لەکاتی بەڕێکەوتنی دوای (١٥) ڕۆژ تووشی سەرما و ئەنفلەوەنزا بوو لەگەڵ گەیشتنی بە وڵاتی میسر سەرەتا گومانی نەخۆشیی کۆرۆنەیان لێ کرد، بەڵام دوای پشکنین هیچیان بۆ دەرنەکەوت و دوای میسر چووە ناو وڵاتی سعودیە.

گۆزە ١/٢٠ - ٢/١٨

ماوەیەکە زۆر بیر دەکەیتەوە و خەیاڵ و مێشکت ماندوون، ئێستا کاتی ئەوەیە ئەو کارانەت جێبەجێ بکەیت کە ماوەیەکە ڕاتگرتوون، ئاگاداربە لەگەڵ کەسێکدا ناکۆکیی پێشووت زیندوو نەبێتەوە، بۆیە ئارام بە و لەخۆتەوە بڕیار مەدە، سەرەتا بزانە ئەو چ هەنگاوێك دەهاوێژێت.

نەهەنگ ٢/١٩ - ٣/٢٠

ئێستا کاتێکی گونجاوە کە چاو بە پەیوەندییەکانتدا بخشێنیتەوە، تا بزانیت کامەی بۆت باشە و کامەش لەگەڵت ناکۆکە، بیرۆکەکانت گەورە و پڕبایەخن، بەڵام کەسانی دەوروبەرت بە گرنگی نازانن، دوورکەوتنەوەت لە کەسە دڵسۆز و نزیکەکانت، دەبنە کێشە و ناخۆشی بۆت.

شایان ٩/٢٣ - ١٠/٢٢

هەوڵەکانت لە جێگەی خۆیاندا گرنگن، بەڵام کەسانێك ڕێگری لە کارەکانت دەکەن، بۆیە نابێت دەستەوەستان بیت، لە هەوڵەکانت بەردەوام بە و ژیانی ئێستای خۆت بە هیچ شتێك مەگۆڕەوە، مەهێڵە کاردانەوەی کێشەکانت کاریگەری لەسەر ڕەفتارەکانت دابنێن.

دووپشک ١٠/٢٣ - ١١/٢١

کارو باری ژیانت بە دڵی خۆت نین، بەڵکو پێچەوانە دەڕۆن، وا هەست دەکەیت کەسانێك دژایەتیت دەکەن، بەڵام لە ڕاستیدا وانییە و ئەوان تەنیا پێشبڕکێی کارەکانت دەکەن، وا هەست دەکەیت کە کەسانێك دەیانەوێت کۆنتڕۆڵت بکەن، بۆیە دەبێ ڕێگەیان بدەی تا هەستیان بزانیت.

کەوان ١١/٢٢ - ١٢/٢١

دەتەوێت هەنگاوەکانت بە زوویی جێبەجێ بن و ئەنجامەکانیشت بە باشی بۆت بگەڕێتەوە، بەبێ ئارامگرتن ئەوە شتێکی ئەستەمە، بۆیە پێویستە هێمنیی خۆت بپارێزیت و لە هەوڵەکانت بەردەوام بیت، تا بیرکردنەوە تازەکانت بۆ ژیانت جێگەی خۆیان بگرن و سەرکەوتوو بیت.

گیسک ١٢/٢٢ - ١/١٩

هەست و دەروونت ئارام بکە و مەهێڵە شێوازی ژیانت بگۆڕێت، کەسانێك لەگەڵت باشن و نیازی باشەی تۆیان هەیە، ڕێگەیەکی دروستت گرتووەتەبەر لە مامەڵەکردنت لەگەڵ کەسانی دەوروبەرت، بەردەوام لە گۆڕانکاری تەواودایت و خۆت بۆ پێشهاتی نوێ ئامادە بە.