ڕەنگی سپی هێمای جوانی و ناسكی بۆ خانمان

ڕەنگی سپی ئەو ڕەنگەیە هێمایەكە بۆ ناسكی و جوانی مێینەی خانمان دەردەخات، ئەمەش بەهۆی ئـــەوەی ڕەنگێكی كراوەیە و تایبەتمەندی خۆی هەیە. لە مۆدەوە شـــێوەیەكی تازەی مـــۆدە پەیدا بووە، ئەویش پۆشینی جلی وەرزی ڕابردوو بۆ وەرزی ئێستا، یاخود تێكەڵكردنی جلی وەرزەكان. بۆ نموونە : پۆشینی مۆدەی تەنوورە هاوین بۆ وەرزی زستان بەڵام بەجیاوازی جۆری قوماشـــەكە ئەمەش بۆ پاراســـتن لە ساردی زســـتان. وەك ئەم جۆرە دەســـتە مۆدەیە كە لە ڕەنگی ســـپی نەخشی نەخشێنراوە..

ئەم مۆدەیە بۆ شـــوێنی تایبەت ئامادەكراوە وەك ئاهەنگ لە شـــوێنی داخراو و یاخود بۆ سەردان و یان ئەو شوێنانەی گەرم دەبێت، هەروەها ئەم دەستە مۆدەیە لەگەڵ جلی زستان دەپۆشرێت وەك : قەمسەڵە، جاكێت، قاپووت. مۆدەی وەك ئەم جۆرە مۆدەیە بۆ زستانەی ئەم ساڵ بۆ كاتێكی تایبەت ئامادەكراوە و بۆیە وەك پێویســـتییەكی خانمان لەم كاتانەی لە شوێنێك دەبن كە ناكرێت جلی زستانە بپۆشی چونكە دەبێتە هۆی گەرم بوونـــی لەش و دواتر ڕژانی ئارەقە ئەمەش بە پێچەوانەی جوانی تۆیە، بۆیە دەتوانیت سوود لەم مۆدەیە وەربگریت و لەكاتی پێویست بیپۆشیت!

چۆن كاتشۆب لە ماڵەكەت دروست دەكەیت

ســـەرەتا بابزانین كاتشۆب چییە، كاتشـــۆب وەك دۆشاوی تەماتەیە و لـــەلای خۆمان پێیدەڵێن (صاص) ئەمەش وەك خواردنێكی ســـووك بۆ خۆشكردنی خواردنی دیكە بەكاردێت وەك : مەعكەرۆنی، هەمبەرگر، برنج. هەروەها لەگەڵ چەندین خواردنی دیكە. بەم شـــێوەیە دروســـت دەكرێت...

◆ كەرستەكان
- (٤) كوب دۆشاوی تەماتە + (٢) تەماتە
- (٤) پارچە سیری بچووك
- (١)كەوچك خوێ + كەوچكێكی بچووك بیبەری ڕەش
- (١) كەوچك شەكر + كەوچكێك ئاردی سفر
- نیو كوب ئاو

◆ ڕێگەی دروستكردن
- ســـەرەتا سیرەكە بهێنە و سووری بكەرەوە لەسەر ئاگرێكی نزم. دواتر دۆشـــاوی تەماتەكەی لەسەر بكە تاوەكو تەواو تێكەڵی یەكتر دەبێت.

- پاشان خوێ و بیبەرە ڕەشەكەی لەسەر بكە بۆ ئەوەی تامی خۆش بێت. دواتر شەكرەكەی لەسەر بكە و ئەمەش بە هێواشی بۆ ئەوەی شەكرەكە تێكەڵ ببێت، لەم كاتە دەبێتە شلەیەكی سوور.
- لەلایەكی دیكەوە ئاردە سفرەكە و ئاوەكە تێكەڵی یەكتر بكـــە بۆ ئەوەی وەك هەویرێكـــی نەرمی لێوە دەربچێت. لـــەم كاتە تەماتەكـــە ورد دەكەین و لەگەڵ هەویرەكەی تێكەڵ دەكەین..
- لەكۆتاییشـــدا شلە سوورەكە دەخرێتە ســـەر هەویرە نەرمەكە و تێكەڵ دەكرێـــت بەهۆی تێكەڵكردنی بە كەوچكێك، دواتر ســـاردی بكەرەوە و ئەوكاتە ئامادە دەبێت بۆ خواردن..

گرنگیدانت بە پێڵاو بۆ زیاتر جوانیت

خانمی جوان، گشت ئەو پۆشاك و ئێکسسوارانەی دەپۆشیت تایبەتمەندی خۆی هەیە و لەبەرچاوی مۆدەوە بە گرنگییەوە سەیر دەکرێت، یەکێك لەم تایبەتمەندیانەی پێویستی بە گرنگیدانە ئەویش (پێڵاو)ە!

بەهۆی ئەوەی پێڵاو شوێنێکی دیاری هەیە لەکاتی پۆشینی جلوبەرگ، بەتایبەت ئەو جلانەی کە پێویستیان بەو جۆرە پێڵاوە هەیە کە لەگەڵیەوە بگونجێت، وەك : (تەنوورە، جینزی خوارەوە تەسك). بۆ ئەوەی بە جوانی پێڵاوەکانتەوە زیاتر جوانتر بیت لەم چەند خاڵە ئاگادارببە :

- هەردەم پێڵاوەکانت بە پاکی و خاوێنی رابگرە و رۆژانە پاکی بکەرەوە لەوکاتەی لەماڵ دەردەچیت و دەگەڕێیتەوە..
- ئاگاداری (پاژنەبەرزییە) ببە کاتێك چاك نابێت و یان لەناکاوێك دەشکێت، بۆیە چاکترە چاودێری بکەیت پێش ئەوەی لە پێی بکەیت..

لەم جۆرە پێڵاوە دووربکەرەوە کە دەنگی لێوەدەردەچێت لەکاتی رۆیشتن، ئەمەش چونکە خانمی جوان بە هێمنی و جوانییەوە هەنگاو دەنێت..

- بتوانە چەند جۆرە پێڵاوێکت هەبێت، پێڵاوت هەبێت لەم رەنگانەی کە لەگەڵ گشت جلوبەرگێك دەگونجێت، وەك : رەنگی (رەش، قاوەیی، سپی..)!
— لەکاتی پیس بوونی پێڵاوەکانت لەبەردەم چاوی خەڵکەوە پاکی مەکەرەوە و بەڵکو لە شوێنێکی تایبەت و بە نهێنی پاکی بکەرەوە..
— ئاگاداری ژوورەوەی پێڵاوەکەت ببە و ئەمەش بۆ ئەوەی نەبێتە هۆی پەیدابوونی بۆنی ناخۆش و یان کەوتنی شتێك لەناو پێڵاوەکەت.

قەنەفە وەک کەرستەی سەرەکی ماڵ

قەنەفە لەماڵ وەك کەرستەی پێشوازی دەناسرێت، ئەمەش چونکە شوێنێکی بەرچاوی هەیە لەگەڵ ئەوەی هەستی پێدەکرێت کاتێك دەبێتە جێگەی دانیشتن. دوو شێوەی سەرەکی دانانی قەنەفە هەیە یەکێکیان قەنەفە لە ناوەڕاستی ژوور دابنرێت، ئەوەی دووەمیان لە نزیك دیواری ژوور دادەنرێت..

گرنگترین شێواز لە دانانی قەنەفە دەبێت لەگەڵ رەنگی ژوورەکە یان لەگەڵ رەنگی بەرماڵ یان زەوی ژوورەکە بگونجێت، هەروەها شتێکی دیکەش هەیە لە قەنەفە، ئەویش دانانی ئێکسسواری تایبەت بە قەنەفەکەیە، ئەم ئێکسسوارانەش بریتییە لە : (سەرنینگا، گوڵدان، پارچە قوماشێك بۆ سەر قەنەفە کاتێك لەسەری دانانیشرێت.

ئەم ئێکسسوارانە رۆڵی تایبەتی دەبینن لە جوانکردنی شێوازی قەنەفە چونکە دانانی قەنەفە بە شێوەیەکی سادە جاونی تەواوی دەرناکەوێت.

سەبارەت بە رەنگەوە ئەوەی شێوەی قەنەفە دیاری دەکات لە رەنگەکەیەتی، چونکە بەرچاوە و ئەم رەنگانە بەکاربهێنە کە رەنگی داخراوە و تۆخن وەك : قاوەیی، رەش و سپی، شەکەری، زەردی کاڵ.
ئەم رەنگانە دەبێتەهۆی پێدانی هەستێکی ناسك بە کەرستەی ماڵ بەتایبەت بۆ رەنگی قەنەفە کە شوێنێکی بەرچاوی هەیە لەماڵدا.
هەروەها رۆژانە ئاگاداری پاککردنەوەی قەنەفەکانی ماڵەکەت ببە، بۆئەوەی لە پاکی و جوانییەوە نزیك بێت.

خواردنی (١٠٣) هەمبەرگر لە ماوەی (٨) خوولەكدا!

دەزانن ساڵانە پێشبڕكێی جامی خواردنی هەمبەرگر هەیە! ئەمەو پێشبڕكێیەكە بۆ ئەوانەی تووشی كەم خواردنە بوونە یان بۆ ئەوەی وەكو پێشبڕكێیەك بۆ خۆشی ئەنجام دەدرێت. ئەمەش لە شاری (شاتانۆگا) لە ویلایەتی تینسیی ئەمەریكی ساز دەكرێت. لەم پێشبڕكێیە كۆمەڵە هەمبەرگرێك دادەنرێت بۆ ئەوانەی پێشبڕكێ دەكەن و لەماوەیەكی دیاریكراوە كە (٨) خوولەكە ئەوەندەی دەتوانن بیخۆن.

كوڕە گەنجێكی ئەمەریكی بەناوی (جۆی شیزنۆت) توانی پلەی یەكەم وەربگرێت و ئەمەش بە ئەنجامی (١٠٣) هەمبەرگری خوارد لە ماوەی (٨) خوولەكەكە، كاتێك لێدەپرسن چۆن سەركەوتنت هێنا، ئەویش دەڵێت : تەنیا دەمەوێ هەندێك بخەوم و ناتوانم قسە بكەم ! خەڵاتی ئەم پێشبڕكێیە بریتییە لە میدالیای زێڕین لەگەڵ بڕی (١٠٠٠٠) دە هەزار دۆلار، كە بە جۆی بەخشرا. هەروەها پلەی دووەم بۆ (بۆب شۆدت)بوو كە توانی (٩٥) هەمبەرگر بخوات، هەروەها خەڵاتی سێیەم بۆ (بات بیرتلی) بوو كە ئەویش توانی (٩٤) هەمبەرگر بخوات لە ماوەی (٨) خوولەكە دیاری كراوەكە.

قژی كچان دەكرێتە فڵچەی وێنەكێشان و نووسین

لەم جیهانە بیرۆكەی سەیر دەبینرێتەوە! ئەمەش بۆ دەستكەوتنی نازناو و بابەتی سەیروسەمەرە، زیاتر ئەم ڕووداوانە لە وڵاتی چین دەردەكەوێت ئەمەش بەهۆی زۆری ڕێژەی دانیشتوان كە دەگەنە زیاتر لە (ملیار)ێك. لە نمایشێكی سەیر و بەچاوی خەڵكدا بیرۆكەی كەسێك هاتە كاری ئەنجامدان، ئەم بیرۆكەیەش ئەوە بوو كە چۆن بتوانن سەری مرۆڤ بكرێت بە فڵچەی وێنەكێشان و نووسین! واتا لەجیاتی ئەوەی فڵچە بەكاربهێنرێت، لەم ڕێگەوە قژی مرۆڤ دەكرێتە فڵچە! ئەمەش بیرۆكەی وێنەكێشێكی چینییە بەناوی (سای هین)ە و لەپێش چاوی خەڵك سەری كچێكی كردە فڵچەی وێنەكێشان و دەیخستە ناو سەتڵی بۆیە و دواتر وێنە و نووسینی پێوە ئەنجام دەدا. ئەمەش بە یارمەتی كەسێكی دیكەوە كە قاچەكانی كچەكەی گرتبوو، وێنەكێشەكەش جەستەی كچەكەی گرتبوو و بیرۆكەكانی دەكردە وێنە و نووسین. وەكو دەبینن چۆن دەموچاوی كچەكە بە بۆیە بووە و كەچی بەم كارەی ڕازییە كە قژی بكرێتە فڵچەی نووسین!

بەهێزترین پیاو ناتوانێت پاس رابکێشێت!

دوای ئـــەوەی ئەو پیـــاوەی کە توانی فڕۆکەیەك رابکێشـــێت بە گوێچکەی، بۆیە کەســـێکی دیکە ویســـتی بەختی خۆی تاقیبکاتەوە لە راکێشانی کەرستەی قوڕس، بەڵام کەسی دووەم نەیتوانی کارەکەی بە ئەنجام بگەیەنێت و نازناوێك تۆمار بکات. (مانجێت ســـینگ) ئەم پیاوە بەهێزە بەریتانیییە بە بەهێزترین پیاوی ئینگلتەرا دادەنرێت، ویســـتی (پاس)ێك رابکێشـــێت بە گوێچکەکانی، کاتێك خۆی ئامادە دەکات و بۆ ئەوەی پاسەکە رابکێشـــێت، کەچی ئەم هێزەی نابێت تاوەکو پاسەکە رابکێشێت بۆیە سەرناکەوێت..

ئەمەش بەهۆی ئەوەی دوای سەرنەکەوتنی کارەکە، (سینگ) دەڵێت : پێشتر بەم گوێچکانەم پاسم راکێشاوە و بەڵام ئەوەی بینیم پێچەوانە بوو لەگەڵ پێشـــوو، چونکە نەمتوانی هێزم بسەپێنم و تاوەکو پاســـەکە رابکێشم، توانیم پاســـەکە هەندێك بجووڵێنمەوە بەڵام دوایی هێزم کەوت و نەمتوانی هەوڵی دیکە بدەم!

گۆی زەوییەکەی (هیتلەر) بە (١٠٠٠٠٠) دۆلار فرۆشرا

هەمووومان (هیتلەر) دەناســـین و دەزانین چ جۆرە کەسایەتییەك بووە لە بواری ســـەرکردایەتی و جەنگدا، هیتلەر لەســـەردەمی خۆی (گـــۆی زەوی) تایبەتی خۆی هەبـــوو، رۆژانە بیری دەکـــردەوە و لە هەنگاوەکانی دابوو کە رۆژێك دادێت ئەم گۆی زەوییە بخاتە ژێر دەستی خۆی، کە چۆن بە نموونەی بچووکەوە لە ژێر دەستییەتی!

کاتێك هیتلەر خۆی دەکوژێت لە ساڵی ٤ی ئایار (١٩٤٥)، لەم شوێنەی کەوا خۆی کووشـــتووە ئەم گۆی زەوییە تایبەتییەی هیتلەر دەدۆزرێتەوە لەلایەن سەربازێکی ئەمەریکی بەناوی (جۆن باردمان)، کە تاوەکو ئێستا پاراستبووی لەلایەن خۆیەوە..

دوای (٦٠) ساڵ بەسەر تێپەڕبوونی مردنی هیتلەر، ئەم سەربازە کە ئێســـتا پیر بووە و هەڵسا بۆ فرۆشتنی ئەم گۆی زەوییەی هیتلەر لە نمایشـــێکی تایبەتدا لە شـــاری سان فرانسیسکۆی ئەمەریکـــی، نرخی فرۆشـــتنی گـــۆی زەوییەکە گەیشـــتە (١٠٠٠٠٠) ســـەد هەزار دۆلار، ئەمـــەش بۆ ئەوەی بە پارەی هیتلەرەوە بژیەت تاوەکو دەمرێت!

وێنەی (زەوی) ئاوابوون لەسەر مانگەوە!

بێگومان گشـــت مرۆڤێـــك ڕۆژانە هەڵاتـــن و ئاوابوونی خۆر دەبینێت! لەگەڵ ئەوەی دەبینین چۆن مانگ لێمان ون دەبێت و یان دەردەکەوێت. ســـەیر نەبێت لەلاتان ئێستا لەم وێنەیە دەتوانن ببینن کە چۆن (زەوی) ئاوادەبێت لەســـەر ئاســـتی مانگەوە. ئەمەش وێنەیەکی سەیرە بۆ ئەوەی مرۆڤ ئاگاداربێت لەوەی چۆن لەســـەر مانگەوە ببینرێت کەوا زەوی ئاوادەبێت یان پەیدا دەبێت.

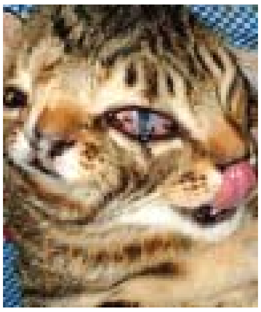
ئەم وێنەیە لەلایەن ئاژانســـی بۆشاییگەری ژاپۆنییەوە گیراوە و وێنەکە بریتییە لە چوار وێنە و هەر وێنەیەك لە شـــێوینێکی زەوییەوە گیراوە کە چۆن لەســـەر ئاســـتی مانگەوە ون دەبێت. ئەمـــەش بۆ جاری یەکەمە کەوا مـــرۆڤ ببینێت کاتێك زەوی ئاوادەبێت، ئەمەش بەهۆی ئەوەی زەوی و مانگ بە بەردەوامی لە چوارچێوەی خۆر دەسووڕێنەوە بۆ ئەوەی ڕۆژ و شەو درووست بێت ئەمەش یەکێکە لە کارە پیرۆزەکانی (خوا). واهەست بکەن لەم وێنەیە کە تۆ لەســـەر مانگی و ئەمەش زەوییە کاتێك لێت ئاوادەبێت، وەکو مانگە بەڵام ڕەنگی زەوی لەســـەر مانگەوە بە ڕەنگێکی شـــین خۆی نیشـــان دەدات کە ئەمەش ڕەنگی ئاوە چونکە سێ بەشی زەوی بریتییە لە ئاو!

دەزانن چۆن فڕۆکە دەشووردرێت؟!

کـــێ لە ئێمە بیـــری کردۆتەوە لەوەی فڕۆکـــە کاتێك پیس دەبێت بەهۆی پیسیەوە ئینجا چۆن پاك دەکرێتەوە! بێگومان دەزانین چۆن ئۆتۆمبێل دەشووردرێت و ئەمەش بەهۆی شۆرگا (غسل)ەوە دەبێت. بەڵام ئەگەر فڕۆکەیەك پیس بێت ئەویش بەم شێوەیە پاك دەکرێتەوە :

وەکو لـــە وێنەکاندا دەبینن بە چوار قۆناغ پاك دەکرێتەوە، ســـەرەتا لـــە هۆڵێکی گەورە دادەنرێت و ئەم هۆڵـــە داخراوە و ئەگەر ئاوی تێبکرێـــت، ئاوەکە ناچێتە دەرەوە و بەڵکـــو هەر دەمێنێت. ئەم هۆڵە پـــڕ دەکرێت لە (کەفاو) واتە گیراوەی ئـــاو و ماددەیەکی تایبەت بە شووشـــتنی فڕۆکە. دواتر فڕۆکـــە دەهێننە ئەم هۆڵە گەورەیە و دەوەستێنرێت تاوەکو سەرتاپای فڕۆکەکە بە کەفاوەکە دەبێت.

پاشـــان دەهێنرێتە دەرەوە و بەهۆی ئامێرێکـــەوە ئاوی پێدادەکرێت و ئەمەش بـــۆ لابردنی کەفاوەکە، دواتر فڕۆکەکـــە ئیش پێدەکرێت و بەهۆی پانکەکانییەوە ئەوە وشـــك دەبێتەوە و یان بەهۆی پانکەیەکی گـــەورەوە هەوای لێدەدرێت. هەنگاوی کۆتایی لەلایەن مرۆڤەوە پاك دەکرێتەوە بەتایبەت پەنجەرەکانی و جامی پێشـــەوەی فڕۆکەکە. لە زۆربەی فڕۆکەخانەکانی جیهان هەفتانە جارێك فڕۆکە دەشووردرێت بەم شێوەیەی سەرەوە!



پشیلەیەکی (٢) سەرو مێشک بە (١) جەستە!

لەگەڵ ئەوەی دەڵێن پشـــیلە خاوەن (٧) رووحە و بەڵام ئەم زەمانە شـــتێکی دیکەش بۆ پشـــیلە زیاد بووە، ئەویش ئەوەیە خاوەن (٢) ســـەر و (١) جەستە یان لە جەســـتەیەکدا. وەکو ئەم پشیلەیەی لە ویلایەتی ئەریزۆنای ئەمەریکی بووە بە دوو ســـەر و دوو مێشکەوە تەنیا لە جەستەیەك!

خاوەنی ئەم پشیلەیە ئافرەتێکی ئەمەریکییە و زۆر خۆشحاڵە بەوەی بۆتە خاوەنی پشـــیلەیەکی لەم شـــێوە و ماوەیەکی زۆرە خەریکی دۆزینەوەی چارەســـەرە بۆ ئەوەی نەشـــتەرگەری بۆ ئەنجام بدات و لەم شـــێوەیە رزگاری بکات. لەگەڵ ئەوەی خاوەن دوو مێشك و سەرە، بەڵام بەیەك شێوە و جووڵە دەجووڵێتەوە، هەروەها ئەوەی سەیر بێت لەم پشـــیلەیە کەوا مێشکی لای راستەی کۆنترۆڵی جەستەی دەکات بۆ خواردن و جووڵانەوە، کەچی مێشـــکەکەی دیکەش خاوەن رووحێکە بەڵام ناتوانێت کار بکات بۆ ئەوەی بجووڵێتەوە.

تەمەنی ئێســـتای ئەم پشـــیلەیە (٧) مانگە و تەندرووستییەکی باشـــی هەیە و تەنیا شیر دەخوات لەگەڵ گۆشتی ماسی، لەلایەن پســـپۆرێکی تایبەتەوە بڕیاری داوە کەوا نەشتەرگەری بۆ بکات و بەڵام ئەگەر لەکاتی نەشـــتەرگەرییەکە مرد یان شـــتێکی لێهات، نابێت خاوەنەکەی گلەیی بکات..

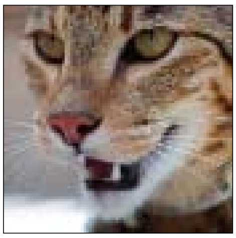
خواردنی بۆقی (٦) دەست و قاچ!

لە شـــاری (جوانزهۆ)ی چینی بۆ ئەوەی لە چێشـــتخانەکان خزمەتێکی چاکی ئەو کەسانە بکەن کە سەردانی چێشتخانەکان دەکەن بۆ خـــواردن، بەتایبەت ئەوانەی بـــە رێژەیەکی زۆرەوە ســـەردانیان دەکـــەن، ئەم چێشـــتخانانە تایبەتە بە گۆشـــتی گیانداری ئاوی و وشکایی وەك : ماسی، بۆق، ..!

ئێمە لێرەدا مەبەستمان لە گۆشتی بۆقە، بەتایبەت ئەو بۆقانەی کە (٦) دەســـت و قاچیان هەیە، چونکە لـــەلای چینییەکان تەنیا لەگۆشتی بۆق حەزیان لە دەست و قاچەکانییەتی، بۆیە ئەوانەی کە زۆر ســـەردانی ئەم چێشـــتخانانە دەکەن ئەم جۆرە بۆقانەیان بۆ پێشکەش دەکرێت کە (٦) دەست و قاچیان هەیە، لەگەڵ ئەوەی بۆق لە وڵاتی چین زۆربەیان بە (٦) دەســـت و قاچن. ئەمەش وەك خاوەن چێشتخانەکە دەڵێت : دەمانەوێت بە هەموو شـــێوەیەك دڵی ئەو کەســـانە خۆش بکەین کە سەردانی ئێمە دەکەن بۆ ئەوەی ژەمێکی بەتامیان پێببەخشـــین، لەگەڵ ئەوەی رێزی ئەوانەش دەگرێن کە داوای گۆشتی بۆق دەکەن، چونکە گۆشـــتی بۆق ســـوودێکی گەورەی هەیە بۆ مرۆڤ و وەك دەرمانـــی چەندین نەخۆشـــییە بۆ ئەوانەی هەســـت بە نەخۆشی دەکەن..

کێشی ئەم پشیلەیە (٣٢) کیلۆگرامە!

ئەوەی سەیر بێت لە جیهانی گیاندارانەوە دەرکەوتنی هەندێك گیاندارە کە بە شێوەیەکی سەیرەوە لەدایك دەبن و پەروەردە دەکرێن دەبن، یەکێك لەو گیاندارە سەیرانە ئەم پشیلەیە کە لەوڵاتی (چین)ە و بە گەورەترین پشیلەی جیهان دەناسرێت. ئەمەو ئەم پشیلەیە بەشێوەیەکی چاك بەخێوکراوە و باشترین خواردنی پێشکەش دەکرێت.



ئەم پشیلەیە کێشی دەگاتە (٣٢) کیلۆگرام و لەگەڵ ئەوەی خواردنی باش نەبێت ناخوات، هەروەها دەبێت دوای خواردن، قژی بۆ دابهێنن و لەگەڵ جێگەیەکی خۆشی هەبێت بۆ نووستن. بەم شێوەیە دەژیەت بۆیە گەیشتۆتە ئەم کێشە و بە گەورەترین پشیلە دادەنرێت لەجیهان، خاوەنەکەی کە ناوی (جۆن بی)یە و ئاگاداری ئەم پشیلەیە بووە هەر لە بچووکییەوە تا ئەوەی گەیشتۆتە ئێستا. وەکو لە وێنەکەیدا دەیبینن کە چۆن پاڵکەوتووە و دەنگی لە تێری دێت!

نوکتە

- پیاوێك تازە ببووە خاوەن مۆبایل، تەلەفۆنی بۆ کەسێك کرد کەسەکە مۆبایلەکەی داخرابوو، وەڵامی کۆنترۆڵ وەڵام دەداتەوە دەڵێ : (ئەم ژمارەی داوات کردووە داخراوە)!. پیاوەکەش دەڵێت : داوای لیبوردن دەکەم..
- شێتەك نینۆکی خۆی دەکرد و دەیخوارد، ڕۆژێك یەکێك لێی پرسی و پێی گوت بۆ نینۆکت دەخۆیت؟ شێتەکەش دەڵێت: ئەگەر نینۆکەکەم نەخۆم نایەتەوە!..

ڕۆیشتنی ئۆتۆمبێل لەسەر پەت!

ئەم خەڵکە لە جیهان وادیارە بێ ئیش و کاتێکی زۆریان لەبەردەستە، بۆ ئەوەی کاری سەیر ئەنجامبدەن، لە شاری کۆرلای چینی جۆرە پردێکی دەستکردیان دروستکرد لە تێلی ئاسنینی ئەمەش بۆ ئەوەی کارێکی سەیری لەسەر ئەنجام بدەن کە بتوانن ئۆتۆمبێلێك بەسەرییەوە تێبپەڕێنن. ئەم پیاوەی ئەم کارەی ئەنجامداوە ناوی (لی کۆزهو)یە، توانی لەسەر تێل یان پەتێکی ئاسنینی تێپەڕ بێت بە ئۆتۆمبێلێك بەم شێوەیە: سەرەتا دوو پەتی ئاسنینی کە درێژییەکەی (٢٠٠) مەتر بوو لە نێوان دوو شوێنی بەرز ئامادەکرد، هەروەها پەتەکان لە بەرزی (٢٠) مەتر بوو، ئۆتۆمبێلەکەی بە چوار پەت لەگەڵ پەتەکانەوە بەستەوە بۆ ئەوەی ئەگەر ڕووداوێك ڕووبدات لەسەر پەتەکە بمێنێتەوە. دوای ئەم هەنگاوانە توانی بە ئۆتۆمبێل بەسەر پەتەکانەوە تێپەڕ بێت و بە ماوەی (١٥) خولەك گەیشتە کۆتایی پەتەکان، ئەمەش وەك کارێکی سەیروسەمەرە و هەروەها بۆ ئەوەی ببێتە تاقیکردنەوەیەك بۆ دروستکردنی پرد بەم شێوەیە..

ئایا دەتوانیت لە ماوەی چەند خولەکێکدا جیاوازییەکان بدۆزیتەوە؟

گەورەترین پارچە پەنیر!

وەکو دروستکردنی هەر کەرستەیەکی سەیروسەمەرە، هەروەها بۆ ئەوەی شتێکی تازە بهێننە ناو جیهانی سەیروسەمەرەوە، لە وڵاتی رووسیا توانیان گەورەترین (قاڵب)ی پەنیر دروست بکەن! بۆیە لەم رێگەیەوە توانیان گەورەترین پارچە پەنیر دروست بکەن..

ئەمەو ئەم پارچە پەنیرە پانییەکەی دەگاتە (١٠٦) سەنتیمەتر واتە زیاتر لە مەترێك، هەروەها گەورەترین پارچە پەنیرە لە رووی کێش، کە کێشی (٧٢١) کیلۆگرام. ئەم پەنیرە لە کارگەیەکی دروستکردنی پەنیرەوە دروستکراوە و لەلایەن (٣) ئەندازیار و کرێکاری ئەم کارگەیە ئامادەکراوە و وەکو دەبینن ئەمە پارچە پەنیرێکی گەورەیە و سەرەتا ئامادەیان کردبوو بۆ ئەوەی نمایشێکی بۆ ئەنجام بدەن، بەڵام دواتر دابەشکرا بەسەر کرێکارەکانی کارگەکە وەکو دیارییەك، ئەمەش وەك هەنگاوی یەکەم بوو بۆ ئەوەی لە داهاتوو پەنیرێکی لەم شێوەیە بەڵام بە کێش و قەبارەیەکی گەورەترەوە دروست بکەن!

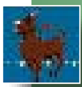
هاوشێوەی (کاکا) کوڕە گەنجێکی پاکستانییە

لە نێوان خەڵکدا گووتەیەك هەیە کە دەڵێت : هەر مرۆڤێك یان هەر کەسێك (٧) کەسی دیکەی هاوشێوەی خۆی هەیە ! بەڵام دەبێ ئەم گووتەیە راست بێت، چەند حاڵەتێك هەیە مرۆڤ بەیەکتر دەچن و لەوانە کاتێك دوو جمك دەبن یان دوو کەس شێوەیان دەچێتەوە سەر یەکتر. نموونە بۆ ئەم گووتەیە، هەموومان یاریزانی بەڕازیلی (کاکا) دەناسین کە ئێستا لە یانەی (میلانۆ)ی ئیتاڵی یاری دەکات، وادیارە کاکا هاوشێوەیەکی بۆ پەیدا بووە و شێوەی تەواو دەچێتەوە سەر شێوەی کاکا.. ئەم کوڕە گەنجەی هاوشێوەکەی لە وڵاتی پاکستان دژیەت و ناوی (ساما)یە و شێوەی دەچێتە سەر شێوەی کاکا و کە خۆی دەڵێت : کاتێك کاکا بەناوبانگ بوو لە بواری وەرزشەوە، هاورێکانم بە کاکا بانگیان دەکردم و بەڵکو لە زۆر شوێن دەیانگوت : ئەوە کاکایە! هەروەها زۆرجار پرسیارم لێکراوە کە من چی کاکا دەبم لە رووی خزمایەتییەوە!

کەلووەکان

کاوڕ ٣/٢١ - ٤/١٩

هەندێ کەس پشتت تێ دەکەن گوێ مەدەرێ و تێیبپەڕێنە. بەڵام بەگشتی هەست بەگۆڕانکارییەکی گەورە دەکەیت، هەوڵبدە زوو هەڵمەچوو،هەلی لێکگەیشتن و چارەسەری زۆر دەرەخسێ لەدەست خۆتی مەدە، دەتوانی ئامانجەکانت بەدی بێنی.نەرموونیان بە.



گا ٤/٢٠ - ٥/٢٠

هەست بەکەمێك دڵ توندی دەکەیت پێویستە بحەسێیتەوە، کەسێکی بەهەستی لەجوڵانەوە بەڵام بزانە چۆن رەفتار دەکەیت، گۆڕانکارییەکان لە بەرژەوەندی تۆدایە لەرووی ماددی و پیشەیی. پەیوەندیت لەگەڵ هاورێیەکەت تێك دەچێت بەڵام کار ناکاتە سەرپەیوەندییە خۆشەویستییەکەت. لەساڵی نوێ خۆزگەکانت دێنەدی.

دووانە ٥/٢١ - ٦/٢٠

لەم مانگە بەختت یاوەر دەبێت ماوەیەکی کەم نیگەران دەژیت لەنێوان شادی و غەمدا. چاوەڕوانی هەواڵی خۆش بە لەپەیوەندییە کۆمەلایەتی و سۆزدارییەکانتدا. واچاکە لەگەڵ بەرامبەرەکەت بکەویتە دانوستان چونکە ناتوانیت بەتەنها کارەکان ئەنجام بدەی. هێمن بەتوڕەیی لاوازت نەکات.

قرژاڵ ٦/٢١ - ٧/٢٢

لەهەموو کارێك خۆت هەڵمەقورتێنە. ئاگاداری باری تەندروستیت بە.لەم مانگەدا هەلی بەدەستهێنانی برێك پارەت بۆدەڕەخسێ، ئەگەر بەنیازی پەیوەندییەکی رووکەشیت ئەوا وریابە. ئەم کاتانەت بەفیرۆ مەدە تا ساڵێك بەخۆشی کۆتایی پێ بهێنی.

شێر ٣/٢٣ - ٨/٢٢

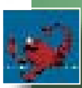
سەرەتایەکی نیگەران و ئەستەمت لەپێشە، بەڵام لەنیوەی دووەم بەرەو باشی دەڕوات. بۆپەیوەندی بەستن کاتێکی گونجاو هەڵبژێرە، خۆشبەختانە ئەوەی ویستت وادەرچوو، واز لە زێدەرۆیی بێنەو گرنگی بدە بەلایەنی سۆزو هەستت چونکە ساڵێکی پڕ لە خێروخۆشی چاوەڕوانتە.

گوڵەگەنم ٨/٢٣ - ٩/٢٢

چیرۆکی خۆشەویستییەکی نوێ دەست پێ دەکەیت، لەقەرەباڵغی دوور بکەرەوە. گەر بەشوێن رۆژێکی بەختەوەر دەگەرێی بۆخۆشەویستی ئەوا کاتی ئێواران هەڵبژێرە بۆ بڕیاردان. هەلی کاری باشت بۆدەڕەخسێ. کەسێکی دوودڵی وادەزانی هەموو کەسێك تۆی خۆشناوێ. لەبەردەم ساڵێکی نوێ دای دەتوانی لاپەڕەیەکی نوێ هە ڵدەیتەوە.

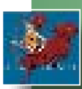
تەرازوو ٩/٢٣ - ١٠/٢٢

هەنگاوەکانت لەم مانگەدا چارەنووست دیاری دەکەن، هەست بەخەمێکی زۆر دەکەی، لەخۆڕا هیچ گرێبەستێك ئیمزا مەکە، شت گەورە مەکە بەڵکو هەوڵبدە هەنگاوەکانت لەسەرخۆ ئەنجام بدەی، واچاکە سەفەرێکی کورت بکەی، ساڵێکی دووروردرێژت لەبەردەمە بۆگۆڕانکاری.



دووپشک ١٠/٢٣ - ١١/٢١

ئامۆژگارییەکانی دەوروبەرت وەربگرە، هەندێك پەیوەندی سۆزداری نهێنی بەرێوەیە، هەوڵی زۆرت دەوێ بۆ رزگاربوون لەو خەمەی کەهەتە، تووشی هەندێ رەخنە دەبیت بەڵام هەوڵبدە رێگەی تر بدۆزیتەوە گەر هەستت بەلاوازی کرد.



کەوان ١١/٢٢ - ١٢/٢١

گەر بەنیازی پەیوەندی خۆشەویستی ئەنجام بدەی ئەوا لەسەری ساڵی نوێ دەست پێ بکە، خۆت لەکێشەی خەڵکی دوور بگرە، مەیلی غەم دات دەگرێ، وریا بە لە هەڵچوونی لەناکاوت، لە رێگەی مۆبایلەوە پەیوەندییەکی خۆشت بۆدێت دڵت پێ خۆش دەبێت.

گیسک ١٢/٢٢ - ١/١٩

بورجەکەت بۆ ساڵی نوێ مژدەی زۆری لایە، زیادەڕۆیی مەکە لەکرینی کەلوپەل، لەسەر ئاستی کەسێتی وگشتی هەست بەنەمانی فشار دەکەی بۆ ئەمەش دەبێت لەبیری خۆشەویستەکەت دابیت چونکە ئێستا پێویستی بەتۆیە، بەهیوای ساڵێکی پڕ لەخۆشی و شادی.

گۆزە ١/٢٠ - ٢/١٨

هەموو شتێك لەژیانت بەرەو باشی دەچێت، بەڵام پێویستە لەسەرخۆو زیرەك بیت لەئیشوکارەکانت. کات لەبەرژەوەندی تۆدانییە، تازووە فریای چارەسەری پەیوەندییە خۆشەویستییەکەت بە، کەسێکی دوور سەردانت دەکات، دووشەممە باشترین رۆژە خۆشی زۆرت بۆ دێنیێ.

نەهەنگ ٢/١٩ - ٣/٢٠

خۆت مەخەرە دەستی ئارەزووەکانت، هەڵبدە بەشێوەیەکی ئاشتیانە لەکێشەکانت بڕوانیت، لەم ماوەیە هەواڵێکت بۆ دێت پێی شادومان دەبیت، ساڵی نوێ ساڵێکی پڕ چالاکی و کامەرانی دەبێت بۆتۆ.وریابە لە هەنگاوەکانت بەم نزیکانە چاوت بەخۆشەویستەکەت شاد دەبیت.

ئیوان گەردی
iwan_gardi@hotmail.com