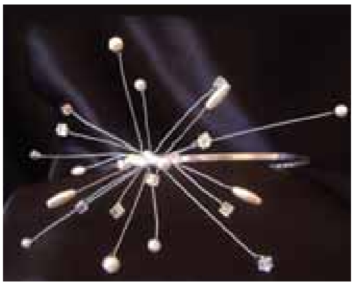


ئێکسسواری (تاج) بۆ خانمان

تاج یەکێکە لەو ئێکسسوارە نا سەرەکیانەی بۆ کاتی پۆشنی جلی بووک بەکار دێت و کە یارمەتی قژ دەدات بۆ ئەوەی رازاوەتر بێت.
کاتێك خانمێك تاجێکی لەسەر دەبێت شێوەی قژ و سەری جوانییەکی جیاوازی لەوەی کە بەبێ تاج بێت..
ئێکسسواری تاج مەرج نییە تەنیا لە بۆنە و شوێنە گشتییەکان بەکاربێت، بەڵکو دەکرێت بۆ کاتی ئاسایی بەکار دێت وەك دانشتنێکی بە کۆمەڵ، یان شوێنێکی گشتی وەك سەیران یان ئاهەنگ، ئەمەش دەبێتە هۆی دەرخستنی زیاتری جوانی قژ. تاج تا چەند ناسك و باریك و بچووك بێت زیاتر جوانی پێوە دیار دەبێت، چونکە شێوەی گونجاندنی لەگەڵ شێوەی سەر رێکدەکەوێت.
لەگەڵ ئەوەشدا تاج گرنگییەکی دیکەی هەیە ئەویش ئەوەیە، چۆنیەتی پۆشینی لەگەڵ ئەو مۆدە قژەی دایدەنێت، چونکە تاج لەگەڵ ئەم تەسریحە قژە دەبێت کاتێك لە پێشەوەی سەرح دەکرێت یان لەگەڵ قژەکە لەگەڵ سەر سەرح دەکرێت. هەروەها گرنگیەکی دیکە تاج لە رەنگەکەیەتی، چونکە دەبێت لەگەڵ رەنگی قژ بگونجێت ئەو رەنگانەی بۆ تاج بەکار هێنراون : رەنگی ئەڵماسی – شین – زەردی کاڵ – یان ئەو رەنگانەی بریقەیان پێوە دیارە.

چۆنیەتی درووستکردنی دەسکەگوڵ لە گەڵای دار

خانمی جوان دەتوانێت دەست رەنگینی خۆت دەربخەیت کاتێك دەتوانیت بە رێگەیەکی سادەوە کاری دەستکاری بکەیت لە ماڵەکەت بۆ ئەوەی شتێکی جوان درووست بکەیت، ئەمەش دەبێتە هۆیەك بۆ ئەوەی کارە جوانەکانی خۆت هەردەم لە بەرچاو بێت، لەگەڵ ئەوەشدا هێمایە دەست رەنگینیت نیشان دەدات.
لێرەدا باسی چۆنیەتی درووست کردنی دەستە گوڵێك لە پەلك یان لە گەڵای دار و بار دەکەین. ئەمەش بە رێگەیەکی ئاسان دەکرێت تەنیا هەوڵدانێکی دەوێت ئەویش بەم شێوەیە : سەرەتا کۆمەڵە گەڵایەکی دار بهێنە، ئەم گەڵایانە دەتوانیت کاری لەسەر بکەیت بۆ ئەوەی دەسکە گوڵێکی جوان درووست بکەیت : گەڵای ترێ – هەنجیر – یان ئەو دارانەی کەوا گەڵاکانیان پەڕی هەیە واتە لێوارەکانی کەم و زیادی هەیە.
چۆنیەتی درووست کردن
- سەرەتا گەڵایەك بهێنە و لە ناوەوەی خۆی بینووشتێنەوە تاوەکو بچووك دەبێت.
- دواتر گەڵایەکی دیکەش بهێنە و ئەوەی نووشتاندۆتەوە بیخەرە ناو ئەم گەڵایەی دووەم، لە ناوەڕاستی دابنێ..
- پاشان گەڵا دووەمەکە بە پێچەوانەوە بنووشتێنەوە بۆ ئەوەی ببێتە شێوەی گوڵ وەکو لە وێنەکەدا دەبینن..
- دواتر کە گەڵای دووەمت نووشتاندەوە لە خوارەوەی گەڵای یەکەم بیبەستە، وەکو ئەوە بێت کە گەڵای دووەم گەڵای یەکەمی داپوشیبێت.
- لە خوارەوەی گەڵای یەکەم، گەڵای دووەم ببەستە بە داوێکی بچووك، بەم رێگەیە شێوەی گوڵێکی وەك خونچە یان گوڵی تازە پێگەیشتووت بۆ دەردەچێت، بەم شێوەیە چەندین گوڵی دیکە درووست بکە و پاشان بیکە بە دەسکە گوڵێك..

پشتێن وەک ئێکسسواری جلوبەرگ

چەندین مۆدەی جوانی پشتێن هەیە، بەڵام هەر یەکە شێوازێکی تایبەتی و جۆرە تایبەتمەندییەکی خۆی هەیە،پشتێن لە کاتێکدا جوانییەکــەی دەردەکەوێت، کە لەگەڵ ئەو پۆشـاکە بگونجێ کە دەیپۆشـێت. لە مۆدەی ئێســتادا مۆدەیەکی تازەی پشتێن دەرکەوتووە.

ئەم مۆدە پشــتێنە پان و گەورەوەیە چونکە پشتێنی شێوە گەورە بە ڕەنگێکی جوانــەوە دەردەکەوێت، ئەمەش کاتێك لەگەڵ جلی زســتانە یان ئەو جلانە دەپۆشرێت لە دوو بەش پێکدێت. جوانترین شێوەی پشتێن دەردەکەوێت بەتایبەت لەگەڵ پۆشینی (تەنوورە).

ئەم پشتێنە دەکەوێتە سەر تەنوورە و بەشێکی تەنوورە دەشارێتەوە. پشــتێن تایبەتمەنی دەبێت ئەگەر بێت و لەگەڵ تەنوورە و کۆلۆن بپۆشرێت، هەروەها شێوە گەورەی پشتێن کاریگەری دەبێت لەسەر ئەوەی مۆدەکەت ڕازاوەتر بکات. شتێکی گرنگ هەیە لە پشتێن ئەوەیش: ڕەنگی پشــتێنە ! لەم لایەنە ئــاگاداری هەڵبژاردنی ڕەنگی پشــتێن ببە، چونکە هەندێك ڕەنگی سەرەکی بۆ پشتێن هەیــە، وەك : ڕەش – قاوەیی – ڕەنگی ڕەساســی بە بریقە – سپی . کاتێك پشتێن جوانییەکەی لەدەست دەدات کە ڕەنگەکەی ناشایستە بێت.

لەیموون بۆ جوانکردنی پێستی دەمو چاو

پێستی دەم و چاو بەهۆی ئەوەی زۆر ناسکە تووشی چەندین گرفت دەبێت، کاتێك بەر هەر کارێگەرییەکی دەرەوە ببێتەوە وەك ســاردی و گەرمی، بۆیە تووشی گرفت و نەخۆشی لێوە دەبێت. ئەمەش دەبێتە هۆیەك بۆ شــێواندنی جوانیت. ئەو گرفتانەی تووشی پێستی دەمو چاو دەبن بریتین لەوانە : وشــك بوون – لۆچ گرتن – خاڵی ڕەش – قڵیشتبردن – پەڵە..

ئەم گرفتانە چارەسەریان ناکرێت بە هۆی کەرستەی ماکیاژ یان کاتێك دەشــاردرێتەوە. بەڵکو ڕێگەیەکی ســادە هەیە بۆ چارەسەرکردنی ئەم گرفتانەی سەرەوە. ئەمەش لە ڕێگەی بەکارهێنانی (ئاوی لەیموون)!

چۆنیەتی سوود وەرگرتن لە ئاوی لەیموون :

- ئاوی لەیموون بهێنە یان بە ڕێگەی ئامادەکراوە، یان لەیموون بهێنە و ئاوەکەی بگرە..

- ئەو جێگەیەی تووشــی هەر گرفتێك بووە لە دەم و چاوت وەك ئەو گرفتانەی سەرەوە، سەرەتا جوان پاکی بکەرەوە بە پارچە قوماشێکی پاك یان بە پەمۆ..

- پەمۆیەکی خاوێن بهێنە و بیخەرە ناو ئاوی لەیموونەکە و بە نەرمی لەســەر ئەو شوێنەی دابنێ کە تووشــی گرفتەکە بووە، وەك خاڵی ڕەش، یان پەڵە..

- ئــەم کارە ئەنجامبدە پێش خەوتن، دواتر دەســتکاری مەکە تاوەکو بەیانی لێبگەڕێ..

- کە بەیانی هەڵســای لەخەو، ئەو شــوێنە بە ئاوێکی سارد بشۆ، هەفتانە جارێك ئەم کارە دووبارە بکەرەوە بزانە چ ئەنجامێکی چاکی دەبێت بۆ پێستی دەم و چاوت.

شاجوانی (هەوا، ئاو و ئاگر) دەستنیشان دەکرێت

لەلاتان سـەیر نەبێت کە جوانی تایبەت بکرێت بە شتێك یان تایبەت بکرێت بە لایەنێك، بەتایبەت جوانی مرۆڤ پابەند بێت بە جوانی سرووشـتەوە. ئەمەش وەك نموونەیەك بۆ ئەم لایەنە کاتێك شاجوانانی جیهان خۆیان هەڵدەبژێرن بۆ ئەوەی نازناوی شاجوانی جیهان بەدەست بهێنن. بەڵام چەند نازناوێکی دیکە دەرکەوتووە ئەویش شاجوانەکانی (هەوا — ئاو — ئاگر).
ئەمە هێمایەکە بۆ ڕێزگرتن لە سـێ شتی سەرەکی سرووشت یان ژیان، کاتێك شاجوانانی جیهان کۆدەبنەوە بۆ ئەوەی نازناو بەدەست بهێنن کە نزیکەی (٨٩) شاجوان بەشداریان کردبوو. لەم پێشبڕکێیە (٣) شاجوان دەست نیشان کران بۆ ئەوەی ببنە بە شـاجوانی ئاو و ئاگر و هەوا، لەم پێشـبڕکێیە شاجوانی وڵاتی هیندسـتان بە شـاجوانی (هەوا) دەسـت نیشانکرا، هەروەها شـاجوانی وڵاتی فەنزویلا وەك شـاجوانی (ئاو)، شاجوانی (ئاگر)یش نازناوی شاجوانی وڵاتی ئیسپانیا بوو.
ئـەم نازناوانەش بۆ ئەوە دانـراوە خەڵکانی جیهان ئاگاداری ژینگەی جیهان بن و لە لایەنەکانی سرووشت نزیك ببنەوە!

سەیرترین مۆبایل لە شێوەی کاتژمێری دەست

جیهانی تەکنۆلۆژیا ڕۆژانە شـتی سەیر و پێشکەوتوو، بەرهەم دەهێنێ تا گەیشـتۆتە ئەو ڕادەی شـتی وا بچووك درووسـت بـکات لە ناو جەستەی مرۆڤەوە بچێنرێت. لێرەدا باسی جۆرە مۆبالێك دەکەین کە بە جوانترین شێوە درووست کراوە.
شـێوەی سەیری ئەم مۆبایلە ئەوەیە کـە وەك کاتژمێری دەسـتە و لە دەسـت دەبەسترێت، ئەمەش لەلایەن کۆمپانیـای (ترتیـل وایرلـس) درووسـتکراوە و مۆبایلەکەش ناوی (800-twp) بە سیسـتەمێکی پێشـکەوتو درووست کراوە، لەگەڵ ئەوەی شاشـەکەی بـە لەمس کار دەکات، چەندیـن شـتی دیکەی لە خۆگرتـووە، وەك تەلەفزیۆن بە شاشەیەکی ڕەنگاورەنگەوە، دەتوانیت وەڵامی تەلەفـۆن بدەیتەوە بەهۆی گوێگرێکـی بچووکـەوە کە لەناو گوێچکەتـەوە دایدەنێت. نرخی ئەم مۆبایلە لە بازاڕەکانی جیهان دەگاتە (500) دۆلاری ئەمەریکـی هەر چەندە لەوانەیە بەم نرخە نەفرۆشرێت چونکە نرخێکی بەرزە بۆ مۆبایل!

لێخووڕینی ئۆتۆمبێل لەسەر دوو تایەوە!

ئەو دیمەنەی دەیبینن ئۆتۆمبێلێکە بە دوو تایەوە دەڕوات، یان لەسەر لا دەڕوات بەبێ ئەوەی بکەوێت! کاتێك پیاوێکی سویدی خاوەنی ئەم بەهرەیە دەبێت کە بتوانێت ئوتۆمبێل بە دوو تایەوە لێبخووڕێت، داوای لێدەکەن کە نمایشـێکی تایبـەت بکات و بۆ ئەوەی ببێتە خاوەن نازناوێك بۆ ئەم بەهرە سـەیرەی کە هەیەتی. پیاوەکە ناوی (گۆرلان ئیلاسن)ە و ئێستا تەمەنی ساڵە..
دوای ئەوەی لە بەردەم کۆمەڵە کەسـێك و بە ئامادەبوونی ڕۆژنامەنووسان و چاوی کامێراوە توانی ماوەیەکی سەیر تۆمار بکات بە لێخووڕینی ئوتۆمبێل بە دوو تایەوە و ماوەکە گەیشتە (١٠٠) مەتر، ئەمەش بەهرەیەکی سەیرە و تا ئێستاش کەس ئەم کارە سەیرەی ئەنجام نەداوە. گۆرلان لە منداڵیەوە شوفێرێکی چاك بووە و حەزی بەم کارانە کردووە. ئەم نازناوەشـی بە ئوتۆمبێلی جۆری ڤاڵڤۆ تۆمار کرد کە ئوتۆمبێلەکە مۆدێل کۆنە بۆ ئەوەی نەڵێن بە ئوتۆمبێلی پێشکەوتوو ئەم کارە دەکات!

پشیلەیەک بە دوو سەر و جەستەیەک

چەندین گیاندار بە شێوەیەکی سەیرەو دێنە بوونەوە، ئەمەش بەهۆی بوونی گرفت لە نێو کرۆمۆسۆمات و جینات زوو دەدات کاتێك لە سکی دایکن بۆیە دەبنە جێگەی سەرسوڕمانی مرۆڤ پاش لەدایکبونیان ئەم پشـــیلەیە لە ویلایەتی ئەریزۆنای ئەمەریکی بووە، جیاوازیەکی تـــەواوی هەیە لەگەڵ پشیلەی ئاسایی، چونکە ئەم پشیلەیە خاوەن دوو سەرە لە جەستەیکدا، واتە جەستەیەك بە دوو سەرەوەیە. خاوەنی ئەم پشـــیلەیە ئافرەتێکـــە دەڵێت : کاتێك بینیم ئەم پشیلە بچووکە بووە جێگەی سەرسوڕمانم چونکە شتی وام نەبینیـــوە. ئێســـتا تەمەنی ئەم پشیلەیە (٧) مانگە و بە شێوەیەکی سرووشتی دەژییێت و تەنیا شیر دەخۆن بە هەر دوو سەرە پشیلەکەوە. ئەوەی سەیر بێت ئەم دوو سەرە لە چاوێکدا بەشدارن واتە چاویان تێکەڵە و ئەمەش هیچ کاریگەری بۆ هەردوو ســـەرە پشـــیلەکە نییە و خاوەن یەك هەست و بیرکردنەوەن!

کچێکی (١٥) ساڵە تەنیا پەتاتە دەخوات!

زانیومانە هەندێـــك مرۆڤ هەیە حەزی بە خواردنێکە یـــان هەیە حەز بە جـــۆرە خواردنێك ناکات و نایخوات، بەڵام کچێکی وڵاتی بەریتانیـــا تەنیا جۆرە خواردنێك دەخـــوات ئەویش کێکی پەتاتەیە (چیپســـی پەتاتە). کاتێك لە تەمەنی (٥) ســـاڵییەوە شـــیری خواردووە و دواتر تەنیا کێکی پەتاتەی خواردووە..
ئەم کچە ئێســـتا تەمەنی (١٥) ســـاڵە و ناوی (فای کامبڵ)ە، بەم شـــێوەیە گەورە بـــووە و توانیەتی تەنیا بە پەتاتـــە ببێتە ئەم کچە جوانـــەی ئەمڕۆ، چەندین پشـــکنینی بۆ کـــراوە، بەڵام تەنیا حـــەزی بەم جۆرە خواردنەیـــە و دڵی هیچ شـــتێکی دیکـــە نابات. هەر خواردنێکی دیکە بخوات دەبێتە هۆی نەخۆش کەوتنی گـــەدەی قبوڵی ناکات. وەکو دەیبینن وەك پەتاتە زەردە و ڕەنگی پەتاتەی گرتووە. ســـێ ژەمی ئەم کچە هەر پەتاتە خواردنە لەگەڵ ئەوەشـــدا خواردنەوە گازیەکان وەك (کۆلا و پیپسی) زۆر دەخواتەوە !

ئەم پیاوە فرۆکەیەک بە ددانەکانی ڕادەکێشێت!

دوای ئەوەی پیاوێکی وڵاتی چین متمانەی بە خۆی دەبێت کە دەتوانێت فرۆکە تەنیا بە ددانەکانی رابکێشێت، داوا دەکات نمایشێکی بۆ بکەن بۆیە داواکاریەکەی بۆ جێبەجێ دەکەن و ئەم پیاوە ناوی (زهانگ شاوتشیۆنگ)ە وتەمەنی (٤٥) ساڵە.. کاتێك نمایشەکەی بۆ دەکەن کەس لە ئامادەبووان باوەڕ ناکات کە ئەم پیاوە لەم تەمەنە گەورەیە بتوانێت فرۆکەیەك بە ددان رابکێشێت. کێشی فرۆکەکە (400) کیلۆگرام بوو و لە شوێنێکی راستایی دانرابوو، ئەم نمایشە لە شاری (تشاینگتان) ئەنجامدرا و ماوەی راکێشانی فرۆکە بۆ (١٠) مەتر بوو بەڵام بە شێوەیەکی زۆر هێواشەوە. وەکو لە وێنەکەدا دەبینن کە چۆن ئەم کۆمەڵە خەڵکە سەیری شێوەی راکێشانی فرۆکەکە دەکەن لەلایەن ئەم پیاوە بەتەمەنەوە. ئەم پیاوە بووە یەکێك لە مرۆڤە خاوەن هێزەکانی وڵاتی جیهان لە راکێشانی کەرستە یان شتی گەورە.

فیڵێکی سەیر بۆ نەچوونە قوتابخانە!

کاتێك منداڵ بە بیرۆکەی خۆی بیر لە هەندێك شتی سەیر دەکاتەوە دەبێتە هۆی ئەوەی کارێکی سەمەرە بکات، ئەمەش کاری ئەم منداڵە مەکسیکییەیە کە حەزی بە قوتابخانە نابێت و دەیەوێت خۆی لە وانەوە دوور بکاتەوە. بۆیە فیڵێك دەدۆزێتەوە کە نەچێتە قوتابخانە..

فیڵەکەی بریتی بوو لەوەی خۆی بە سیسەمی ژووری نووستن ببەستێتەوە و بۆ بەیانیەکەی بەم فیڵەوە نەچێتە قوتابخانە. ئەمەش لە شاری (گوادا لوپێ) لە ویلایەتی نویبۆیە کە دەکەوێتە باکووری مەکسیك. منداڵەکە ناوی (ساندرا بلاتیوس)ە و دەستی راستەی بە ماددەی سیکۆتینەوە بە سیستەمەکە وەنابوو، بۆ بەیانیەکەی مامۆستاکانی سەردانی دەکەن کە منداڵەکە لە بەشە ناوخۆیی قوتابخانەکەی دەبێت. بەرگری شارستانی ئەم شوێنە دێت و منداڵەکە رزگار دەکەن. بەڵام فێڵەکەی سەری گرت و توانی ئەم رۆژە لە ماڵ بێت چونکە دوای دەوامی قوتابخانە تیمی فریاگوزاری دەگاتە لای منداڵەکە. بە هیوای قوتابییەکانی خۆمان ئەم کارانە نەکەن!

حەمامێکی سەیر لە شیکۆڵاتە !

بۆ ئەوانەی حەز بە خواردنی شیکۆڵاتە دەکەن، یان هەیە شەیدای ئەم خواردنیە ئەگەر لەلای بێت لەوانەیە خۆی تێدا بشوات بۆ ئەوەی تامی لێ ببینێت. ئەمە بیرۆکەی ئەم نمایشە سەیرەیە کە لە شاری تۆکیۆی وڵاتی ژاپۆن ئەنجامدراوە بۆ شیکۆڵاتە.

بیرۆکەکە بریتی بوو لە حەمامێك لە شیکۆڵاتە، ئەمەش بۆ ئەوانەی حەز بەخواردنی دەکەن کە تیایدا بە جەستەیانەوە بێت یان خۆیان لەناودا بشۆن. نزیکەی (١) تەن شیکۆڵاتەی شل دادەنرێت لە گەرماوێکی بچووکدا بۆ ئەوەی جێگەی چەند کەسێك ببێتەوە کە حەز بەم کارە دەکەن. بۆیە بەم شێوەیە گەرماوێك یان حەمامێك لە شیکۆڵاتە ئامادە دەکرێت و ئەو کەسانە بانگ دەکرێت کە داوایان کردبوو و بڕی (500) دۆلاریان داوە بۆ هەر کەسێك کە بەشدار بێت لەم حەمامە. وەکو لە وێنەکەدا دەبینن کە چۆن جەستەیان بە شیکۆڵاتەیە و بەڵام شتێك هەبوو لەم حەمامە کە نەدەبوایە کەس شیکۆڵاتە بخوات چونکە ئەگەر بیخۆن ئەوە تەواو دەبێت.

ئاهەنگی بووک و زاوا لە ژێر ئاو!

یەكێك لە كارە سەیرو سەمەرەكانی جیهان كە بۆ وەرگرتنی نازناو و شتی سەیر، چەندین كەس كاری وا دەكەن بۆ ئەوەی بتوانن ئەو هیوا و ئاواتەی لە دڵیانە جێبەجێی بكەن. وەك ئەم كوڕ و كچەی هەردووكیـــان حەزیـــان بە ژێر دەریا، یان ژێر ئـــاو كردووە. بۆیە بڕیاریان داوە كەوا ئاهەنگی هاوسەریەتیان لە ژێر ئاوەوە بێت. ئـــەم بـــووك و زاوایە لە وڵاتـــی كەنەدا دەژییـــن و ناوی زاوا (ئەلێكس)ە و ناوی بووكەش (میسینا)یە، ئەو ئاواتەیان جێبەجێ بوو بۆیە لە ژێر ئاوێكەوە بە یارمەتی ئۆكســـجینەوە بۆ ماوەی (١) كاتژمێر ماونەوە و ئەمەش وەك كارێكی ســـەیر و ئاواتێكی تایبەتـــی. وەك لە وێنەكەدا دەبینن كە چۆن لە كاتی وێنەگرتنن و كاكی وێنەگریش بەخۆی و كامێرا و ئۆكســـجینەكەی وەستاوە تاوەكو وێنە بگرێت.

پەیكەرێكی سەیری (بینەزیر بۆتۆ)!

دوای ئـــەوەی خانمە گەورەی وڵاتی پاكســـتان (بەنەزیر بۆتۆ) بە دەســـتێكی تیرۆرەوە دەكوژرێت، كە بووە مایەی دڵتەنگی گشـــت خەڵكانی جیهان. بەتایبەت لە وڵاتی هیندستان كە تازیەی گشتیان بۆ دانابوو. بۆیە لەلایەن هونەرمەندێكی هیندی بە ناوی (سودرشان باتنیك) كە پەیكەر تاشێكی گەورەی ئەم وڵاتەیە توانی شتێكی سەیر بۆ ئەم خانمە بكات..

كارە ســـەیرەكەی ئەم هونەرمەندە بریتی بوو لە پەیكەرێك لە خۆڵی ســـەر دەریا كە شێوەی (بینەزیر)ی لە خۆوە گرتبوو و بە شێوەیەكی زۆر جوان توانی شـــێوەی ئەم خانمە درووست بكات. ئەمەش لە سەر رووباری دەریای (بووری) كە دەكەوێتە شـــاری (بوبنسوار) ئەویش دەكەوێتە پارچەی ئۆریســـا كە لە باشووری هیندستانە. پەیكەرەكە قەبارەكەی گەورەبوو دروستكردنی ماوەی (٨)ڕۆژی خایاند، لەگەڵ ئەوەشـــدا لە ڕۆژێكی تایبەت ڕێوڕەسمی كرانەوەی لەلایەن كۆمەڵە خەڵكێكی زۆرەوە بوو ئەمەش وەك ڕێزلێنان لەم خانمە گەورەیە.

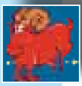
ئاگاداری دزینی ئەڵقەكانتان بن!

لە وڵاتی كەنەدا لە درەنگانێكی شـــەودا كاتێك پیاوێكی تەمەن (٢٩) ساڵ دەگەڕێتە نەخۆشخانە بەهۆی ئـــەوەی پەنجەیەكی بە شێوەیەكی خراپەوە بریندار بووە. ئەمـــەش بە هـــۆی ئەڵقەیەكی زێڕەوە كە نزیكەی (١٠) ســـاڵە لـــە پەنجەیەتی، ئـــەم پیاوە لەم شـــەوەدا دەگەڕێتەوە بۆ ماڵ لە ڕێگادا تووشـــی (٣) دز دەبێت كە دەیانەوێـــت هەرچی پێیەتی لێ بدزن..

كاتێك سێ دزەكە ئەم ئەڵقەیە لە پەنجەی دەبینـــن و هەوڵ دەدەن كەوا ئەڵقەكەی بـــدزن، چونكە ئەڵقەكە ساڵانێكە لە پەنجەیەتی و بەشێوەیەكی زەحمەتەوە دەردەچێت، بۆیـــە دزەكان هێز بەكاردەهێنن بۆ ئەوەی ئەڵقەكە لە پەنجەی پیاوەكە بكەنەوە تا ئەو كاتـــەی پیاوە لە هۆش خۆی دەچێت و پەنجەی بەم شـــێوەیەی لێدێت، چونكە بەهێزەوە ئەڵقەكەیان ڕاكێشاوە و دەرنەهاتووە بەم شێوەیە ئەم پەنجەیە دەگاتە ئەم ڕێژە بریندار بوونە و كە ئێسقانی پەنجەی پیاوەكە بە ئاسانی دەردەكەوێت.بەڵام نەیانتوانی ئەڵقەكە ببەن چونكە لە ترسی ئەوەی وەیانزانی پیاوەكە مرد بۆیە وازیان هێنا !

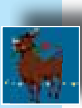
كەلـووەكـان

كاوڕ ٣/٢١ - ٤/١٩



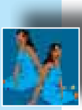
لە ڕێگەیەكی دیكەوە لە خۆشەویستت نزیك ببەوە و بزانە ئەو هەستانەی ڕاستەقینەیە و متمانەت هەبێت بە هەستەكانت. لەلایەن كەسێكەوە چەند قسەیەكی توندت پێدەگات بەڵام دەبێت لەگەڵیدا بگونجێت، ئەوەی بۆت گەڕاوەتەوە لێی مەترسە و گرنگی بە كارە تایبەتیەكانت بدە. كارێكی گرنگت پێدەسپێردرێت و بۆیە لێی دوودڵ مەبە، چەند گرفتێكت بۆ پەیدا دەبێت، گرنگی بە ئەركەكانی خۆت بدە.

گا ٤/٢٠ - ٥/٢٠



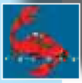
كارێكی چاكت ئەنجامداوە كە هەڵە سۆزدارییەكانت چارەسەر كرد، ئەمەش بۆ داهاتووی تۆ و ئەو كەسە باشتر دەبێت، كاتەكانت دیاری بكە ئەم ماوەیە متمانەت بە خۆت نەماوە تاوەكو لە داهاتووت باش بیت، ئەمەش چاك نییە بۆت كە وا بیر بكەیتەوە، مەترسە لە داهاتوو چەند كارێكی تایبەتی خۆت لە بیرچووە بتوانە زیرەكانە بجولێیتەوە چونكە چاودێریت لەسەرە.

دووانە ٥/٢١ - ٦/٢٠



كاتێك كارێك دەكەیت بیری لێبكەرەوە ڕاستگۆییت ئەنجامەكانی بۆت دیاركەوتووە و بە شێوەیەكی باش بۆت گەڕاوەتەوە، بواری پەیوەندییەكانت بەرەو باشی چووە و ڕێگەیەكی چاكت گرتووە لە گرنگیدانت بە بوارە تایبەتیەكانت، ئەو ئاواتەی لە دڵتە بۆت جێبەجی دەبێت و لە ماوەیەكی نزیكدا كەسێكی تازە دەناسیت..

قرژاڵ ٦/٢١ - ٧/٢٢

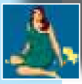


گرنگی بەدوا هەنگاوەكانت بدە و مەهێڵە ڕێگەكانت لێوە بزر بێت، بواری سۆزداریت بەرەو باشبوون دەچێت و جێگەیەكی چاكت گرتووە لە بواری كەسایەتیت مەهێڵە كەسانی تر لە ژیانت بشدار بن و كارەكانت لێتێكبدەن، گەورەییت پێوە دیاربێت و نهێنییەكانت بۆ كەس باس مەكە، لەگەڵ كەسانی ماڵەوەت بەرەو گەشتێكی بچووك دەچن و بۆت خۆش دەبێت..

شێر ٣/٢٣ - ٨/٢٢

تۆش بزانە كە ئەو كەسە دەیەوێت یارمەتیت بدات، لە ململانێ نێوان خۆت و هاوڕێكانت دوور بكەوە شێوازێكی باشت گرتووە لە كەسایەتیت، كە لەگەڵ كەسێكی نزیكت گرفتت دەبێت. ڕێگەیەكی سادەت هەبێت بۆ ئەوەی لەدڵەوە لەخۆشەویستت بگەیت و ماوەیەكی زۆرە هەستەكانت جێگیر نییە لە كاتێكی چاكدا ئەو كەسە كارەكانت بۆ جێبەجێ دەكات.

گوڵەگەنم ٨/٢٣ - ٩/٢٢



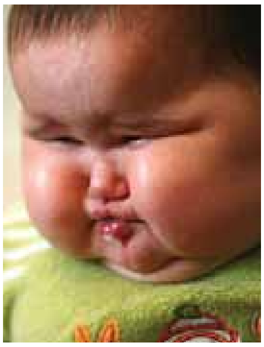
ئەوەی هەست دەكەیت بەرامبەر ئەو كەسە نابێتە هۆی ئەوەی بتەوێت تاوانباری بكەیت كە چی لەتۆ دەوێت، بۆ ئەوانەی هەستت بۆیان كراوەتەوە دەیانەوێت لێت نزیكتر بن بەڵام چاكترە ئاگاداری خۆت بیت، كەسێك ڕقی لێتە و دەیەوێت كێشەت بۆ دروست بكات، لە بواری كارەكانت كاری باش دەكەیت، بەڵام ماوەیەكە تووشی دڵتەنگی بویت، هەست بە گەورەیی خۆت بكە كە باش دەبێت..

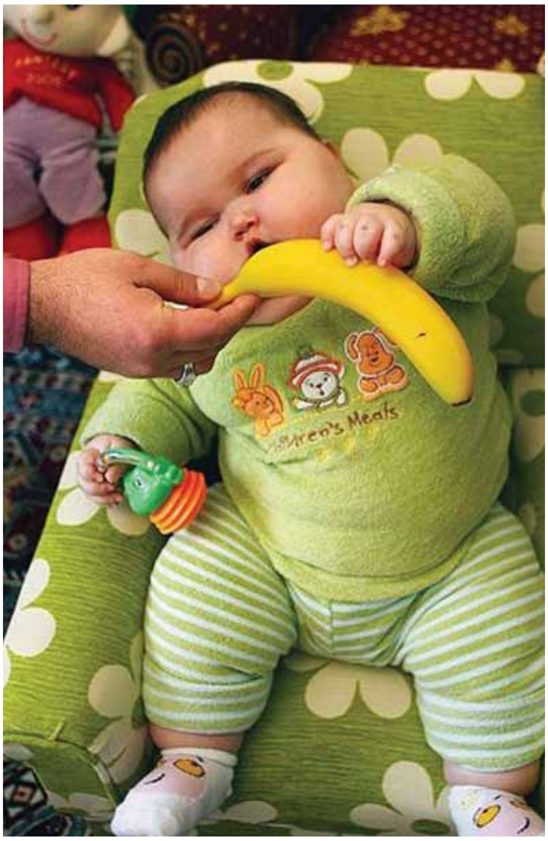
باڵندەیەک بۆ قازە مل چەماوەکە دۆزرایەوە!

لە وڵاتی بەریتانیا باخچەیەكی ئاژەڵان هەیە كاری ئەوەیە ئەم گیاندارانە بەخێو بكات كە شێوەیان سەیرە یان جیاوازن لە گیاندارانی ئاسایی، ئەمەش بۆ ئەوەی یارمەتی ئەم گیاندارانە بدەن بۆ ئەوەی لە ژیاندا بژین یان بۆ مەبەستی زاوزێ كردن و زیاد بوون بەردەوام بن.

لە ساڵی (٢٠٠١)ەكەوە باڵندەیەكی قازی كێوی لە ڕووسیاوە گەیشتە ئەم باخچەیە، ئەم باڵندەیە ملی ڕاست نییە وەك هەر گیاندارێكی مل درێژ، بەڵكو ملی لە ناوڕاستەوە چەماوەتەوە و ئەمەش دەبێتە شتێكی جیاواز لە باڵندەكانی دیكە. چەندین ساڵە هیچ گیاندارێگ یان باڵندەیەكی وەك خۆی لێوی نزیك نابێتەوە بۆ ئەوەی زاوزێ بكات. ئەم باڵندەیە ناوی (برینكلی)یە و رەگەزی نێرە. ئەمەو دوای هەوڵێكی زۆر لەلایەن ئەم باخچەیە بۆ ئەوەی باڵندەیەكی مێینە بدۆزنەوە تاوەكو لەگەڵ ئەم باڵندەیە زاوزێ بكات، لەم دواییە توانیان باڵندەیەك كە ڕێژەی بینینی چاوی تەواو نییە و بێ هێزە، بەم شێوەیە توانیان چارەسەرێك بۆ ئەم باڵندەیە بدۆزننەوە.

گەورەترین منداڵی جیهان!



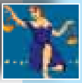


دوای ئەوەی گەورەترین منداڵ بە كێشی (٦) كیلۆگرام لە وڵاتی چین لە دایك بوو لە ساڵی (٢٠٠٧)، كە بە گەورەترین منداڵی جیهان دەستنیشانكرابوو. بەڵام ئەم نازناوە لە منداڵە چینییەكە سەندراوە و درا بە منداڵێك لە وڵاتی ئێران لە دایك بووە، ئەم منداڵە ئێستا بۆتە گەورەترین منداڵی جیهان و چونكە ئەم منداڵە كێشی زۆرترە.

تەمەنی ئێستای ئەم منداڵە تەنیا ساڵێكە ودرێژی دەگاتە (٦٠) سەنتیمەتر واتە زیاتر لە نیو مەتر دەبێت، هەروەها كێشی دەگاتە نزیكەی (٨) كیلۆگرام. بەمەش دەبێتە گەورەترین منداڵ لە ڕووی كێش و درێژییەوە. ئەم منداڵە ناوی (ئارین)ە و تا ئێستاش دایك و باوكی منداڵە كە هیچ نەخۆشیان لەم منداڵە بۆ دەرنەكەوتووە بۆ ئەوەی كە منداڵەكە بە نەخۆشییەوە گەیشتبێتە ئەم شێوە. منداڵەكەش تەندروستی باشە و ڕۆژانە بڕێكی زۆر خواردن دەخوات. بەمەش دەبێتە گەورەترین منداڵی جیهان.

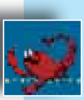
کەلـووەکـان

تەرازوو ٩/٢٣ - ١٠/٢٢



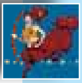
پێویستە لەسەر ئەو کەسەی نیازی دڵی تۆی هەیـە کاریگەرییەکانی کەم بکاتەوە و ڕێگەیەکی سـادەت پێبـدات تاوەکـو تێبگەیت، خۆت بە کاری کەسـی دیکە مەبەستەوە و ئەوەی بۆتی باس دەکەن ڕاست نییە، باوەر بە کەسێك مەکە، کە دەیەوێت باسی کەسێکی دیکە بکات لەلات، ئەم ماوەیە بەرەو چەند ناخۆشییەك ڕێگەت گرتووە و بۆ کاتێکی دیکە خۆت ئامادە بکە چونکە کەسێك دەیەوێت بێتە ناو ژیانت..

دووپشک ١٠/٢٣ - ١١/٢١



یارمەتیدانی کەسانی دیکە زیاتر پەیوەندیەکانت بەرەو باشی دەبات دەربـارەی ئەو کەسـە لێی دڵنیا مەبـە و بزانە مەبەسـتی چییە لـە داواکارییـە تایبەتییەکانت. زیاتریـش کراوەییت پێوە دیـارە و گرنگی بە هەسـتەکانت بدە، ڕێگـە بە کەس مەدە نهێنییەکانت ئاشـکرا بـکات، ڕێگەیەکی چاکت گرتووە لە کارەکانت.

کەوان ١١/٢٢ - ١٢/٢١

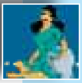


دڵی خۆشەویسـتت مەشـکێنە چونکە هەڵە دەکات وپەشـیمانە. ماوەیەکـە کاری چـاك ئەنجام دەدەیت، ئەمەش دەبێتە خۆشـی بۆت، لە بواری سۆزەوە لە کاتێکی ناخۆشـی، ئەمەش هـۆی نەگونجاندنتە لەگـەڵ ئەو کەسـەی لـە دڵتـە، بتوانە داهاتووت دیاری بکەیت و شێوازی ڕەفتارت بگۆڕە. وەکو کەسـی بەرامبـەرت ڕەفتار مەکە، چونکە تۆ زەرەر دەکەیت.

گیسک ١٢/٢٢ - ١/١٩

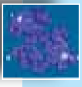
دەستبەرداری هەنگاوەکانت مەبە لەسەر ئەو کێشە بچووکەی بۆیان ناویتەوە، هەست بە بێزاری مەکە و لە دڵەوە گرنگی بەو کەسە بدە کە دەیەوێت خۆشـیت بۆ درووست بـکات هێز و تواناکانـت بپارێزە، چونکە ئەم ماوەیە تووشـی کارێکی سەخت دەبیت، ئەوەندەش هێمنیـت پێوە دیارە کەوا لەسەر هەنگاوەکانت بە هێواشی بڕۆیت،

گۆزە ١/٢٠ - ٢/١٨



ئەو کەسـەی لە دڵتە بـەم دواییە لەگەڵت خـراپ بووە، بۆیە چاوەڕێ بکە کە پەشیمان ببێتەوە و تکای لێ مەکە کە باش بێـت بۆت.لە بواری کارەکانـی ماڵەوە خۆت پشـتگوێ مەخە و شـێوازی چارەسـەت بۆ گرفتەکانت بگۆڕە، داهاتووت باش دەبێت. بۆ کاتێکی دیکە ئامادە ببە چونکە ڕووبەڕووی کەسـێك دەبیتەوە کە دەیەوێت هەسـتەکانت بزانێـت، لە ڕێگەیەك هەواڵی خۆشەویستت دەزانی.

نەهەنگ ٢/١٩ - ٣/٢٠



ڕێگەیەکـی سـادە هەڵبژێـرە تاوەکو گرنگـی بـەکارە تایبەتیەکانت بدەیت ئەمـەش هۆکارێکە بـۆ گونجاندنت لەگـەڵ کەسـانی دەوروبـەر ئەوەندە دەمارگیر مەبە و هەسـت بە پێویستی کەسی دیکە بکە، ئەو ئەنجامانەی بۆت گەڕاوەتەوە لێیان دڵتەنگ مەبە و، بۆیە داواکاری لەکەس مەکە و پابەندبە بە کارەکانی خۆت و ئەو کەسـەش تۆی زۆر لە دڵە، لە دوودڵی دوور بە. لەگەڵ ئەو کەسە ڕێکبکەون بۆ ئەنجامدانی پەیوەندی نێوانتان.

ئیوان گەردی iwan_gardi@hotmail.com

پێنج جووڵە هەیە پیاو دەتوانێ بەهۆیانەوە خۆشەویستی هاوسەرەکەی زیاد بکا

١- دەست بخە ناو دەستی هاوسەرەکەت لەکاتی بۆنەو ئاهەنگ یاخود هەر کاتێکیدیکە، چونکە ئەو کات هاوسەرەکەت هەست بە ئارامی دەکا.
٢- هەوڵدە ئەو تاڵە پرچانەی کە بەرچاوی هاوسـەرەکەت دادەپۆشـن بە دەسـتەکانت لایان بەریت ، چونکە ئەم کارە دەبێتە قۆناغێك هاوسەرەکەت هەست دەکا کە تۆ گرنگی پێدەدەی.
٣- بەپەنجەکانت ئەو فرمێسکانە بسـڕەوە کە بەچاوی هاوسەرەکەتدا دێنە خوارەوە، لەوکاتەدا هاوسەرەکەت هەست بە خۆشەویستییەکی بێ سنوور دەکا.
٤- پێی بڵێ خۆشـمدەوێیت، ئەگەر هاوسـەرەکەت لەکاتی توڕەبوونیش دابوو،بەمکارە تۆ دەتوانی کۆنترۆڵی بیرو هۆشی بکەیت ئەویش پێت دەڵێ: منیش تۆم خۆشدەوێ.
٥- دەستەکانی ماچ بکە چونکە ئەم دەستانەی هاوسەرەکەت دوو نیعمەتی خودایین، پێی بڵێ: تۆ سوپاسـی خودا بکە کـە ئەم دوو خەڵاتەی بەتۆ بەخشیوە ئەو کات هاوسەرەکەت هەست دەکات کە ئەو کەسێکی زۆر نایەبە لە دڵی تۆو هیچ ڕکابەرێکی نیە .

ئایا دەتوانی بە ٣ خولەك جیاوازییەکان بدۆزیتەوە

بۆ زاخاوی مێشک

بۆ زانینی ئاستی زیرەکیت، هەوڵبدە ئەنجامی ئەم شێوە شیکارە بدۆزیتەوە..

ئەم چوارگۆشانە بە پیت پڕ بکەرەوە کە لە کۆتایی ناوێکت بۆ دەردەچێت بتوانە لە ماوەی (٥) خولەکدا ناوەکە بدۆزیتەوە، ئەمەش وەك سوود وەرگرتن لەم ئاسانکاریانەی خوارەوە:

ئاسانکاری

- پیتی خانەکانی (٦+٢+٣) کۆ بکەیتەوە بە مانای (گیاندارێك دێت گوێ درێژە)
- پیتی (١+٥+٦) کۆ بکەیتەوە بە مانای (یەکێکە لە سوپەر مارکێتەکانی شاری هەولێر)
- پیتی (٦+٢+٥) کۆبکەیتەوە بە مانای (گیاندارێك کە دەنگێکی خۆشی هەیە)
- پیتی (٦+٥+٤+٢+١) کۆ بکەیتەوە بە مانای (کۆمپانیایەکی مۆبایل)!

ئامادەکردنی : شاتان مستەفا

* وەڵامی ژمارەی پێشووووشەی (شەتڵاوە) بوو