جلی کاسواڵ بۆ وەرزی زستانی ئەمساڵ

بۆ ئەوەی بەیانیان رووخسارت گەش بێت

زۆربەی خانمان کە بەیانیان لە خەو هەڵدەستن، رووخسار و سەر و پرچیان شێواوە، هەر بۆیە ماوەیەکی دەوێت تا بێنەوە سەر باری ئاسایی خۆیان، هەندێکیش ماندووبوون و بێزاری و شپرزەیی بە رووخساریانەوە دەبینن، ئەو شێواوی و شپرزەییەی رووخساریش چەندین هۆکاری هەیە، لەوانە: مانەوەی ئاسەواری ماکیاژی شەوی پێشوو، یان گرنگی نەدانی پێویست بە پێستی روخسار، لێرەدا چەندین رێنمایی بۆ دەخەینەڕوو، تا هەر بەیانییەك لە خەو هەستای، رووخسارت گەش و جوان ببینی:

- لێکردنەوەی ماکیاژ، پێویستە هەموو خانمان بەر لە نووستن، تەواوی ماکیاژی ماوە بەسەر دەم و چاویان لێ بکەنەوە، ئەوەش وا چاکە بە پەموویەکی تەڕ بێت، تا ناو خانەکانی پێستیش لە ماکیاژ پاك ببێتەوە.

- پاککردنەوەی پێست، گرنگترین هەنگاوە ئەگەر بتەوێت بەیانیان هەردەم پێستت روون و گەش بێ، بۆ ئەو کارەش گیراوەی تایبەت بە پاککردنەوەی پێست هەیە، تۆش دەتوانیت یەکێك لەوانە بەکاربهێنی، یان شەوانە بەر لە نووستن، بە ئاوی شلەتێن پێستی دەم و چاوت بشۆ.

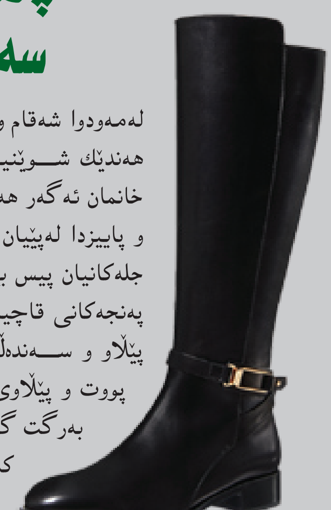
- لێکشاندنی پێست، واباشە ماوە ماوە بە پەنجە لێکخشاندنی پێستت بکەی، بە تایبەت پێستی دەم و چاو، کە ئەوەش بە پەنجەکانت دەتوانی ئەو کارە بکەی، کە بە ناوەندی پەنجەیەك و بە شێوەی بازنەیی پەنجەت بخولێنەوە بەسەر پێستی روخسارت، یان بە ئامێری تایبەت بە لێکشاندنی پێست.

- نەرمکردنی پێست: لێرەدا خانمان دەتوانن بە کرێمی تایبەت و تونەر لە پێستیان بدەن، تا بە جوانی نەرم بێتەوە، ئەو کارەش وا باشە بەیانیان زوو بکرێ، چونکە لەو کاتە پێست وشکە و پێویستی بە کرێمی تەڕ کردن دەبێت.

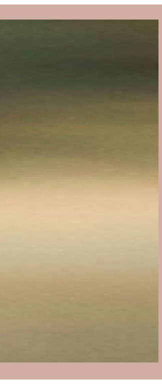
- کرێمی دەوروبەری چاو، واچاکە کرێمی دەوروبەری چاو لە دەوروبەری چاوەکانت بدەی، تا لە کاتی خەوتندا نەبێتە هۆی چرچ و لۆچ و دەرکەوتنی پەڵەی رەش.

هەر کەسێك بە پێی خواست و ویستی خۆی جل و بەرگ لەبەر دەکات، هەندێك حەزی بە جلی کورتە، هەندێك دەڵێن جلی درێژ جوانترە، ئەوانە چەندین بیر و ڕای جۆراوجۆرن کە لە نێوان خانمان باس و خواسی لێوە دەکرێ، بەڵام ئەوەی گرنگە ئەوەیە کە چ جۆرە جلێك لەبەر دەکەی، دەبی بزانی کامە جل لەگەڵ شێوەی لەش و لارت گونجاوە، دەبێ ئاگاداری ئەوەش بیت کە هەندێك لە جل هەن، بۆ تۆ نەکراوە و تۆش لەبەریان دەکەیت، کەواتە هەڵەکانت بزانە و جلی شیاو و بەپێی قەبارە و پێستی خۆت لەبەر بکە. جلی ئەو وەرزە زیاتر لە جلی گەرم دەچێ، هەندێکیش حەز بەو جۆرە جلانە ناکەن، کە زیاتر جلی قورسە و کچان و خانمان بێزار دەکات، بۆیە دەتوانی مۆدەی جلی کاسواڵ هەڵبژێری، کە ئەو جلە فراوان و خۆشە بۆ لەبەر کردن، هەروەها دیمەنی جوان و سەنگینە. ئەو جلە کاسواڵە پێکهاتووە لە کۆلۆن، یان ستریجێکی سادە، لەگەڵ چاکێتێك لەبەر دەکرێ، هەروەها ئەگەر بلووزێکی جوانیش لەگەڵ چاکێتەکە دابنیێ، لەبەرت ڕازاوەتر دەبێت.

پووت و پێڵاوی سەرما و سۆڵە



لەمەودوا شەقام و شوێنی ڕۆیشتن و پەڕینەوە پڕ ئاو دەبن، هەندێك شوێنیش بەهۆی زێرابەوە ئاویان لێ دەوەستێ، خانمان ئەگەر هەمان ئەو پێڵاوە لە پێ بکەن کە لە هاوین و پاییزدا لەپێیان دەکرد، تووشی گرفت دەبنەوە و لەوانەیە جلەکانیان پیس بێت، یان تووشی تەڕبوونی پێ و تەزینی پەنجەکانی قاچیان ببن، بۆیە خانمان دەبێ بیر لە گۆڕینی پێڵاو و سەندەڵەکانیان بکەنەوە، تا بیگۆڕن و بیکەن بە پووت و پێڵاوی زستانە، ئەگەر تۆ زۆربەی جل و بەرگت گۆڕیوە تا لەگەڵ وەرزی سەرما بگونجێ، کەوایە دەبێ بیریش لە پێڵاوت بکەیتەوە، لە وەرزی زستاندا زیاتر دوو جۆرە پێڵاو بۆ خانمان باو دەبێ، یەکەمیان پووتی درێژە، کە زیاتر لە پێست دروست دەکرێ، تا نزیکەی ژێر چۆك دەبێت، یان بەشێکی دیکەیان تا ناوەڕاستی قاچە، دووەم جۆریش پێڵاوی زستانەیە، کە پێڵاوی سادە و جۆرێکی دیکەشی لە قوماش و قەدیفە دروست دەکرێن، ئەوەی کۆتایی لە پێ کردنی خۆشە و شێوازیشی سەرنجڕاکێشە و دەکەوێتە بەر دڵان، ئەوانەش چەندین نموونەی پێڵاو و پووتی زستانەن، تۆش دەتوانی یەکێك لەو مۆدانە دەستنیشان بکەیت و دواتر بە دەستیان بهێنی و لەپێیان بکەیت تا وەك شازادەیەکی سەرما و سۆڵە دەربکەویت.



هەست و سۆزی مەیموون لە چەند وێنەیەکدا!

چەندین دیمەنی نەوازە و جوان، کە گوزارشت لە خۆشەویستی و هەســت و ســۆزی دایك و کۆرپەلە دەکات، لە وێنەکاندا دایکــە مەیموونێك لەگەڵ بێچووەکەی یــاری دەکات و لە باوەشی دەگرێ، بەرزی دەکاتەوە، پێکەوە بە پێکەنینەوە یاری دەکەن، ئەوەش جوانترین دیمەنە کە دەیسەلمێنێ ئاژەڵیش وەك مرۆڤ هەست و ســۆزیان هەیە، تەنیا ئەوە نەبێ کە زمانی قسەکردنیان نییە، وێنەکان بە جوانی ببینن و دەزانن کە هەست و ســۆزی ئەو مەیموونە بۆ بێچووکەی چۆنە و چەندە، ئەو وێنانە لەلایەن ئافرەتێکی وێنەگر بە ناوی (ماریانا کلارك) لە باخچەی ئاژەڵانی کرۆجەر لە باکووری ئەفریقیا گیراوە.

دوای (٦٢) سـ

وامەزانــن ئەوانەی عاشــق دەبن تەنیا بــۆ ماوەیەکە، ڕەنگە هەندێکیان تا ســەر ئەو هەســتەیان لەلا بمێنێــت و لە دڵیان بێــت، وەك ئەو پیاوە پیــرەی کە لە دوای ٦٢ ســاڵ ئینجا توانی بە خۆشەویســتەکەی بگات. (هاورد ئانیری) ئەو پیاوە تەمەن (٩٢) ســاڵەیە کە بەر لە (٦٢) ساڵ لەگەڵ (سەنتیا ریجسی) خۆشەویست بوون، بە چەند هۆکارێك کچەکە شووی کرد و پیاوەکەش هەر تەنیا مایەوە و بێ ئومێدیش نەبوو، بەڵام

جوانترین منداڵی دنیا

ماوە مــاوە جوانترین منداڵ دەستنیشــان دەکــەن و دەڵێن: ئــەوە جوانترین منداڵی جیهانە، (بووبی یە و بە بیونسێ) ناسراوە، ماوەیەکە فێرە ڕۆیشــتن بووە، ئەوەندە جوان و خنجیلانەیە، دڵت نایەت سەیری بکەی، ئێستا تەمەنی ســاڵێك و (٧) مانگە، لە ئێستاوە دایکی فێری ڕۆیشتن و جووڵەی شــاجوانانی دەکات، چونکــە بە بڕوای دایکی لە داهاتوودا کچەکەی شــاجوانی جیهانە، بووبی چاو گەش و ڕوومەت خڕ و سپی و ناسکە، ڕوومەتی وەك نەستەلە وایە لە نەرمی و ناسکی، تا ئێستا لە بەریتانیا بە جوانترین منداڵ دادەنرێ، بەمەش دەبێتە جوانترین منداڵی دنیا، چونکە تا ئێســتا ڕکابەری نییە.

سەیرترین باڵەخانەی شەش پاڵوویی

هەمیشــە لە بــواری ئەندازیــاری باڵەخانەدا، چەندین شــێوەی جوان و ســەیر دەبینین، بەڵام تا ئێســتا لە کوردستان باڵەخانەیەکی وا دروست نەکراوە کە جێگەی سەرنجی هەمووان بێت. ئەوەتا سەیرترین باڵەخانە لەسەر زنجیرە چیاکانی وڵاتی سلۆڤاکیا دروست کراوە، شــێوەی باڵەخانەکە لە شێوەی ئەندازەیی شەش پاڵوو وایە، لە شوێنێکی بەرز دروســت کراوە، ئەوەی جێگەی ســەیرە کە باڵەخانەکــە نەوەك بەم شــێوەیە، بەڵکو بە لاری دروست کراوە، واتە شەش پاڵوویەکی لارە، تەنانەت ئەگەر سەیری باڵەخانەکە بکەیت، دەڵێی: ئێستا دەکەوێت و بەردەبێتەوە، تا ئێســتا باڵەخانەی لەم جۆرە دروســت نەکراوە، ئەمەش یەکەمینە کە بەم شێوەیە بێت.

پرچ درێژترین کچ بەڕێوەیە

پرچی درێژ گوزارشـــت لە کەسێك دەکات کە ماندووە و بە دەســـت درێژی پرچی دەناڵێنێت، چونکە ئەوەی پرچی درێژ بێ، لە خزمەتکردنیدا هیلاك و ماندوو دەبێ، بەڵام لە هەمان کاتدا نازناوێکە بۆ ئەو کەسە، وادیـــارە پرچ درێژترین کـــچ بەڕێوەیە، ئەو کچە ناوی (کاتی وایت)ـە و شـــێوەی لە کارێکتەری کارتوونی (رابۆنزیل) دەچێت، تا ئێستا تەنیا (٣) جار قژی بڕیوە، ئەو کچە تەمەنی (١٢) ســـاڵە و درێژی پرچیشـــی دەگاتە مەترێك، هیچ کچێك لـــەو تەمەنەدا پرچی ئەوەندە درێژ نابـــێ، هەر بۆیە دایکی دەڵێت: پرچـــی کچەکەم بەهێزە و زوو درێژ دەبێت، ئەگەر بۆ ماوەیەکی دیکە ئـــاگاداری بم و نەیبڕم، ڕەنگە لە تەمەنی (٢٥) ســـاڵیدا بگاتە (٣) مەتر، کە ئەوەش درێژترین پـــرچ دەبێت لە داهاتوودا، پرچی (کاتی)، زەرد و جوان و خاوە و لە درێژیدا تا نزیکەی چۆکی دێت.

ـــــاڵ بەیەکگەیشتن !

دوای ئەو چەندین ساڵە دیســـان پیاوەکە داوای خۆشەویستی و هاوســـەری لە ئافرەتەکە کردەوە، کە ماوەیەکی زۆرە تەنیایە، پەیوەندی پێوە کردەوە تا بەیەك بگەن، لەو کاتەدا ئافرەتەکە بە دوودڵـــی و دڵەڕاوکێیەوە و دوای بیرکردنەوە بڕیاری دا دووبارە بچنـــەوە ناو هەوێنی خۆشەویســـتی جارانیان، ئەوەتا ئێســـتا لە دوای (٦٢) ســـاڵ لە جیابوونـــەوە و دوورکەوتنەوە بە یەك گەیشتن.

کاوڕ ٣/٢١ - ٤/١٩
ئەم ماوەیە بەپەلە بڕیار مەدە، لەبەر ئەوەی دۆخەکەت لەبار نییە، بۆ چارەسەرکردنی کێشەکانیشت داوای یارمەتی لەدەوروبەرکەت بکە و پێویست بەشەرم ناکات.

گا ٤/٢٠ - ٥/٢٠
دڵت خۆشە لەبەر ئەوەی جێی سەرنجی دەوروبەرتی، حەز دەکەیت بەردەوام ئاوا سەرنجڕاکێش بیت، لە هەنگاوەکانت دڵنیابە کەسەرکەوتن بەدەست دەهێنیت.

دووانە ٥/٢١ - ٦/٢٠
دوودڵ مەبە لەکارەکەت، چونکە ئاسانکاریت بۆ دەکرێت و ئەم دڵەڕاوکێیەت نامێنێت، ئەمڕۆ مەعنەویاتت بەرزتر دەبێت، باری کۆمەڵایەتیشت بەرەو پێش دەچێت.

قرژاڵ ٦/٢١ - ٧/٢٢
بەهۆی نەرم و نیانیت جێگەی خۆت لە دڵی کەسانی دەوروبەرت کردۆتەوە، بەڵام لەماوەی داهاتووتدا پێویستە زیاتر بایەخ بە باری تەندروستیت بدەی.

شێر ٧/٢٣ - ٨/٢٢
چەند هەنگاوێکی سەرکەوتووانە لە زۆربەی بوارەکاندا دەنێیت، کە دەتوانیت بەسەر هەموو ئەو پیلانانەی کە بۆت داڕێژراوە زاڵ بیت.

گوڵەگەنم ٨/٢٣ - ٩/٢٢
ئەوەندە بیر لە یادگارییەکان مەکەوە، چونکە هیچ لە ژیانی داهاتووت ناگۆڕێ، لە گفتوگۆیە هەستیارەکان خۆت دوورە پەرێز رابگرە.

منداڵانی خنجیلانە ببینە!

ئەوانــە وێنەی چەند منداڵێکی جوان و خنجیلانەن، پڕ بە دڵت حەز دەکەی تا ماوەیەکی زۆر ســەیریان بکەی، تەنانەت لێشیان بێزار نابیت، ئەوانە بچووک و جوان و سەرنجڕاکێشــن، ئەو وێنانە راســتین و لەلایــەن وێنەگرێکی کچ بە نــاوی (جوانا کۆلێنز) گیراوە، ئەو بیرۆکەیەش لەلایــەن ئەو خانمە دانراوە، کە کۆمەڵ منداڵێکی جوانی هێناوەتە ناو ســتۆدیۆ و لە چاوەڕوانیاندا بووە تا خەویان لێکەوتووە، ئیدی ئەویش بە چەندین گۆشــە و نیگای جیــاواز وێنەیانی گرتووە، تەنانەت وێنەکان وەك ئەوە دەردەکەوێت کە بە دەست کێشرابن، کەچی راستەقینەن.

مەترسیدارترین ئاهەنگی هاوسەری!

ئەگەر ســەیرێکی ئەو بــووك و زاوا چینییە بکەی، دەڵێی ئەوانە شــێتن و بــە فێڵی رۆژی ئاهەنگ و هاوســەری خۆیان لەســەر ئەو چیا بەرزە دەخەنــە خوارەوە، کەچی بــەلای خۆیانەوە وەك خۆشەویســتییەك بــۆ شــاخەوانی و ســەرکەوتنی سەر چیا، بە جلی بووك و زاوا بەسەر شــاخێکی بەرز کەوتوون، لە وێنەکەدا کــە خەڵك وێنەی ئەو بــووك و زاوایە گرتووە، ئەوانەی سەیری ئەو بووك و زاوایەیان دەکرد، لە ترســی ئەوەی نەوەك بکەون و ببنە قوربانی ئەو رۆژەیان، لە دڵەڕاوکێدا بوون.

مانای خەون

سەگ :

ســەگ لە خەودا واتە بینینی مرۆڤــی بێ بەها و خراپ، ئەوە ئەگەر ســەگەکە بــەرەو رووت بێت، یان پێــت بحەپێت، بەڵام ئەگەر ئەو ســەگە لەلات بێت و بەرگریت لێ بکات، مانای وایە کەســێك لە پشتتە و ئاگاداری تۆیە، ئەگەر سەگت هەبێت و سەگەکە راوت بۆت بکات، مانای ئەوەیە کە پارە و ســامانت دەست دەکەوێ، ئەگەر ســەگت هەبێت و هێرش بکاتە سەر کەســانی دیکە، مانای ئەوەیە کە کەسێك نیازی خراپی بەرامبەر بە تۆ هەیە، بەڵام سەرناکەوێت.

تەرازوو ٩/٢٣ - ١٠/٢٢
ئەرکە خێزانییەکان زۆربەی کاتەکانت دەبەن. لەپەیوەندی سۆزداری و خێزانیدا بە هێمنی بیربکەوە بەقەناعەتەوە بڕیار بدە.

دووپشک ١٠/٢٣ - ١١/٢١
دڵت لە رق و کینە پاك بکەرەوە. کەسایەتی تۆ لەگەڵ توندڕەوی ناگونجێت، خۆت کەسایەتیەکی نەرم و نیانی، گوڵی خۆشەویستی بە راستی و دڵسۆزی ئاو دەدرێت.

کەوان ١١/٢٢ - ١٢/٢١
دۆستێکی نزیکت پێویستی بە یارمەتی هەیە. بەرلەوەی داوای بکات تۆ دەرگای هاریکاری لێبکەوە داواکارییەکانی جێبەجێ بکە.

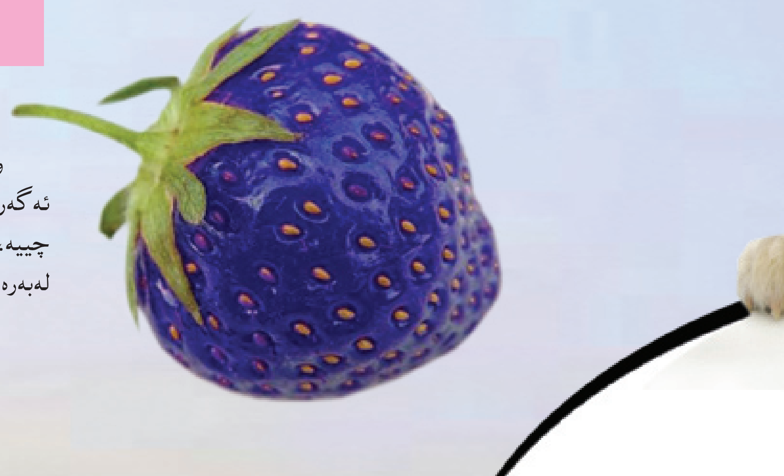
گیسک ١٢/٢٢ - ١/١٩
خۆشەویستەکەت تێبگەیەنە کەئەو بڕیارەی داوتە لێی پاشگەز نابیتەوە بەرژەوەندی هەموو لایەنەکانت تیایدا رەچاو کردووە. پەیوەندیت بە ئەندامانی خێزانەکەتەوە بەرەو باشی دەچێت.

گۆزە ١/٢٠ - ٢/١٨
ئەمڕۆ رۆژێکی باشە بۆ ئەوەی لە پرۆژەیەکی بازرگانی ببیتە هاوبەش. ئامۆژگاری لە کەسێکی بە ئەزموون وەربگرە و قسەی خۆشەویستانت لەلا گرنگ بێت.

نەهەنگ ٢/١٩ - ٣/٢٠
ماوەیەکە دوورەپەرێزیت و بوویتەتە خاوەن کەسایەتییەکی تەماوی، هەوڵبدە خۆت لە هاوڕێکانت نزیك بکەیتەوە، بەمەش مەترسی لەسەر ئایندەی ژیانت کەم دەبێتەوە.

فراولەی شینیش دەرکەوت !

هەموومان دەزانین رەنگی فراولە ستراوبێری سوورە، بەڵام ئەگەر رۆژێك فراولەیەکی شین هاتە بەردەمت سەرسام مەبە و مەپرسە ئەوە چییە و نۆشی بکە! لە هەوڵێك بۆ تێکنەچوونی فراولە لە پلەی ساردی و گەرمی، ئەویش بە کارهێنانی ماددەیەك لە جەستەی جۆرە ماسییەك کە لە زەریای هێمن دەژی، ئەو ماسیە هەردەم جەستەی سارده و گەرم نابێت، دوای هێنانی ماددەیەك لە جەستەی ماسییەکە و دواتر لە پێکهاتەی چاندنی فراولەیان دانا، لە ئەنجامدا رەنگی فراولەکە لە سوور بوو بە شین، وەك لە وێنەکاندا دەبینین کە چۆن رەنگی فراولە شینە نەوەك سوور.



وێنە بۆ زاخاوی مێشک

- ئەوەی دەیبینن (فیلادیمیر پۆتین)ی سەرۆك وەزیرانی رووسیایە، لە سەیرترین حاڵەتدا وێنەی گیراوە، ئەگەر بە وردی سەیری وێنەکە بکەن، دەزانن مەسەلە چییە، هەر لە جلەکەیدا دەزانرێت، چونکە جلێکی ئاسایی لەبەرە و لە شوێنێکە کە جێگەی نیگەرانی دەتگرێت!

پەند و وتە!

- کانت بۆ پەلە دەڵێ:
نابێ لە سێ شتدا پەلە بکەی: لە دایك بوون و هاوسەرگیری و مردن!