پانتۆڵی گوڵدار

ساڵانێکە جینز، مۆد و جلی سەرەکی زۆربەی کچان و خانمان بوو، کە هەندێ جاریش کچان لێی بێزار دەبوون بەتایبەت لە وەرزی هاویندا، چونکە جینز جلێکی گەرمە و گەرماش دەکێشێ، ئێستا ئەو مۆدە نەماوە و جێگرەوەیەکی بەهێزی بۆ پەیدا بووە، کە ئەویش پانتۆڵی قوماشی گوڵدارە. وێڕای ئەوەی جلێکی خۆش و فەڕاحە، جوانیشدا نایابە، خانمانیش چیدی ئازار ناچێژن لەدەست تەسك و تۆڵی جینزەوە، لەمەودوا وەرزی گەرما و هەتاوی بەتین روومان تێدەکات، ئیدی بە جلی تەنك و فراوانەوە نەبێت، ناحەوێنەوە، بۆیە واچاکە روو لەو جلانە بکەین کە زیاتر لە قوماشن، چونکە ئەوانەی دیکە ئەستوور و بەتینن، هەر بۆیە گەرماش زیاتر دەکێشن، خانمانیش دەتوانن ئەو پانتۆڵە قوماشە گوڵدارە لەبەر بکەن، کە لەگەڵ زۆربەی جل و بەرگدا دەگونجێ و شیاوە، لەو جلە لەبەر بکە، ئینجا دەزانی کە چەندە جوانە و لەبەرکردنیشی خۆشە، بەتایبەت ئەو شێوازانەی کە گوڵدارن.

قژدێڵەی شێوەی گوڵ بۆ کچان

ئەو خانمانەی زیاتر گرنگی بە خۆیان دەدەن، دەشێ ئاوا هەست بکەن کە کارامەیی و دەستڕەنگینی لە هەموو ئەو هەنگاوانەیە کە ئەنجامی دەدەن. واتە لە بیری مەکە کاتێك خۆت شیك و رێك دەبیت و منداڵ و ماڵەکەت شپرزە بێت، ئەو کاتە هیچ کەس بە کارامەت نازانێت، هەر بۆیە هەموو ئەوانە پێویستە جێگەی گرنگیت بن، بەتایبەت رازاندنەوە و جوانکردنی منداڵە چاوگەشەکانت. چەندە پێت خۆش دەبێ کاتێك یەکێك دەڵێت: چۆن ئاوا منداڵەکانت جوان و خنجیلانەیان دەکەی؟! دەبێ زوو زوو چاودێریی منداڵەکانت بکەی. بەتایبەت کچەکانت، چونکە کچ زێتر پێویستی بە

سەرینەکانی ماڵەکەت بە گوڵ و گوڵزار ڕازاوە بکە

لە دیکۆری ماڵەکەت، واباشە هەمیشە جێی دەستت دیار بێت، لەگەڵ هەموو کەرەستەکان هاوڕێ و خۆشەویست بە، ڕۆژانە لەگەڵیان بدوێ و پاك و خاوێنییان ڕابگرە، چونکە ئەوانە رووکەشیی بیرۆکەی تۆن و گوزارشت لە کارە جوانەکانت دەکەن. بۆیە تا چەند دیکۆری ماڵەکەت جوان و ڕێك بێ، ئەوەندە زیاتر پێت دەڵێن: ماڵەکەت دڵگیر و خۆشە. یەکێك لەوانەی دیکۆری ماڵت هەردەم خنجیلانە دەکات، تاخمی کەرەستەکانن، بەتایبەت ئەوانەی بەرچاون و دیارن، وەك تاقمی قەنەفە و ئەو کەرەستانەی لەسەریان دادەنرێن، زیاتر لەسەر تاقمی قەنەفە سەرین هەیە، کە هەم بۆ جوانی و هەم بۆ حەسانەوە لە ژێربالْ دادەنرێن. گرنگە نەخش و شێوازێکی جوان لەسەر سەرینەکانت هەبێ، زیاتریش نەخشی گوڵ و گوڵزار هەبێ، چونکە دیمەنێکی نایابە لە جوانی ماڵەکەتدا، وەك ئەوەی کۆمەڵێك گوڵ لە ژوورەوە هەبن، کەچی لە ڕاستیشدا نەخشن لەسەر سەرینەکانی سەر قەنەفە و شوێنی دیکەی دانانی سەرین، دەشتوانی سەرینەکانت سادە و ساکار بێ.

جوانییە، تا لە نێو منداڵە هاوڕێیەکانی بە جوانترین شێوە دەربکەوێ. ئەوەی بۆ کچە خنجیلانەکەت پێویستە، پاك و خاوێن بێت و جلێکی پۆشتەی لەبەر بێت، هەروەها لە بیری مەکە پرچی بە جوانترین شێوە دابهێنە و چاکتریشە بۆی ببەستی، جا ئەوەش بە قردێلەیەك کارەکەت جوانتر دەکات، قردێلەی شێوەی گوڵ جوانترین ئێکسسوارە بۆ پرچی کچە وردیلەکان.

ژنی سەرۆک وەزیران حەزی به ئۆتۆمبێل شۆرینه

مردنی به تەمەنترین کەسی جیهان

جیرترورد ویفر له تەمەنی ١١٦ ساڵ کۆچی دوایی کرد.

جیرترورد ویفر ساڵی ١٨٩٨ له ویلایەتی تیکساس له خێزانێکی هەژار لەدایکبوو. باوکی ویڤەر جووتیار بوو، خۆیشی له ماڵێکدا خزمەتکار بوو، دوای ئەوەی خانەنشـین کـرا، لەگەڵ داپیرەی دەژیا، تا ساڵی ٢٠٠٩ پێش ئەوەی بچێته ناو خانەیساڵمەندان. ئەو خاتوونه دوای مردنی یابانییەك به ناوی (میسـاو ئو كاوا)، نازناوی بەتەمەنترین کەسی له سەر زەوی بەدەستهێنا، هەفتەی رابردوو تەمەنی بووه ١١٧ سـاڵ و داواشـی له بـاراك ئۆباما کردبوو ئامادەی ئاهەنگی رۆژی لەدایکبوونی بێت. بەڵام قەدەر دەرفەتی نەدا ئەو خەونەی بێته دی و کۆچی دوایی کرد.

مەنگۆلێک دەفڕێت

گەورە پەرلەمانتاری شانشینی بەریتانیا و سەرۆك وەزیرانی ئێرلەندای باکوور (سیمۆن دانزۆك)، وێڕای ئەوەی دەسەڵاتێکی گەورەی لەو وڵاتە هەیە، کەچی هاوسەرەکەی ڕۆژانە خزمەتی خەڵك دەکات. هاوسەری سەرۆك وەزیران ناوی (کارین)ـە و خۆی بە کەسێکی سادە و ساکار دەزانێت و بە هاوبەشی لەگەڵ تیمی ئاگرکوژێنەوەی شاری مانشیستەری بەریتانی، ئۆتۆمبێلی خەڵك بە خۆڕایی دەشۆن، لە بەرامبەردا داوای لە خەڵك کردووە بەشداری کۆکردنەوەی پارە بکەن و داهاتەکەشی بۆ چاککردنەوە و نۆژەنکردنەوەی باڵەخانەی یاری بۆکسێنی ئەو شارە بێت کە تووشی ئاگرکەوتنەوە ببوو. سەرەڕای ئەوەی کە سەرۆك وەزیران بەم کارەی هاوسەرەکەی دڵگران بووە، کەچی کارین ئەوەشی نەشاردۆتەوە، کە ئەو وڵاتەکەی لە هاوسەرەکەی خۆشتر دەوێ، هەروەها داواشی کردووە کە بکرێتە ئەندام پەرلەمانی وڵاتەکەی و لە ئێستاوە دەڵێت: تەنیا وێنەی سێلفی دەگرین و ئۆتۆمبێل دەشۆین!

ئەلیساش ئاشقە!

ئەلیسای کچە دەنگ خۆش و شۆخ و شەنگی لوبنانی، کە زۆربەی کچان و کوڕان ئاشق دەکات، خۆیشی کەوتە داوی خۆشەویستییەوە. ئەلیسا لە یەکێك لە چاوپێکەوتنەکانی بەم دواییەیدا، بە ڕاشکاوی بە بەرچاوی زۆربەی خەڵکەوە گوتی: من ئێستا لە ناو خۆشەویستیدا دەژیم و ئەویندارى کەسێکم، ناشزانم چۆن و کەی ڕوویدا، تەنیا ئەوە دەزانم کە ئەو کەسەم خۆشدەوێ و لێرەوە پێی دەڵێم: تۆم خۆشدەوێ! ئەو قسەیەش لەو کاتە بوو کە ڕووی لە زوومی کامێراکان کرد و وشەکانیشی پڕ بە سۆزەوە دەگوت، تا ئێستاش لەلایەن زۆربەی ڕۆژنامەنووسان و جەماوەرەکەی پرسیاری لێدەکرێت ئاخۆ خۆشەویستەکەی کێیە؟ کەچی ئەلیسا ئامادە نییە ئاشکرای بکات، وادیارە دەیەوێ لە کاتی خۆی ئاشکرای بکات.

ولیەم لۆرنس لە تەمەنی یەك ساڵیدا تووشی نەخۆشی گێلی مەنگۆلی بوو. بەڵام ئەو نەخۆشییە نەیتوانی بەر بە پێشکەوتنەکانی بگرێت، چونکە ئیلان لۆرنس باوکە بە ڕەگەز ئەمریکییەکەی کە خاوەن خێزانێکی پێنج کەسی بوو، بە هۆی نەخۆشییەکەی ولیەم لە چاو براکانی زیاتر بایەخی پێدا و تایبەتمەندییەکەی لەبەر چاو گرت و وایکرد ئەو کوڕە مەنگولەی ببێتە فڕۆکەوان.

کاوڕ ٣/٢١ - ٤/١٩

ئەوە ماوەیە کارێکی زۆرت ئەنجام داوە، بۆیە پێویستیت بە پشوویەکی درێژ هەیە، کاتەکانیشت دیاری بکە و ڕێگە بەو کەسانە مەدە کە نیازی خراپیان بەرامبەرت هەیە و پشتگوێیان بخە، بەو پێچ و پەنایە ناگەنە هیچ شتێك، ئەو ئاواتەی لە دڵتە لەم ماوەیە بۆت دەبێت.

قرژاڵ ٦/٢١ - ٧/٢٢

ڕێگەیەکی قورست هەڵبژاردووە لە ڕەفتارکردنت لەگەڵ کەسانی دەوروبەرت، هەمیشە لەسەر مافی خۆت بێدەنگ مەبە، چونکە دواتر زەرەرت پێدەگات، کاتێك پێویستیت بە کارێکە، سەرەتا بیری لێ بکەوە و ئینجا هەوڵی خۆتی بۆ بدە.

تەرازوو ٩/٢٣ - ١٠/٢٢

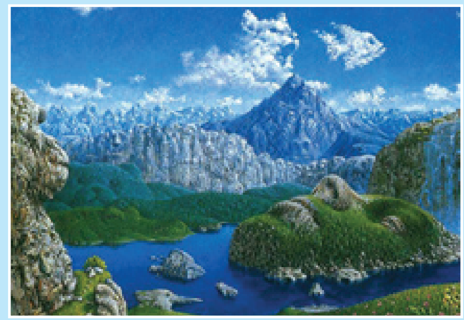
نیازت ئەوەندە پاکە، بە هەموو کەسێك بڕوا دەکەیت، ڕەنگە ئەو بڕوا زۆرەت کێشەت بۆت دروست بکات، چونکە کەسانێکیش هەن ڕێز لە متمانەت ناگرن. هەروەها کارێکت بۆ کەسێك کرد، پاشان باسی مەکەوە، چونکە ئەو کەسە لەلای گرنگ نامێنێت.

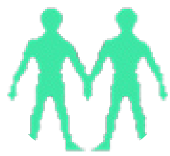
گیسک ١٢/٢٢ - ١/١٩

هەوڵبدە کارەکانت بە جوانی بەڕێ بکەیت، چونکە ماوەیەکە زۆر شتت لە دەست داوە، لەو کاتەی ئەو کەسەت ناسیوە، زۆر کێشەی بۆت دروستکردووە و هەوڵبدە بۆ ماوەیەك لێی دوور بکەویتەوە. خۆشی چاوەڕێتە و ڕووت تێدەکات.

فێڵکاریی چاو

- لەم وێنەیەدا، کۆمەڵێك ڕوخساری جۆراوجۆر هەن، هەوڵبدە دەستنیشانیان بکەیت



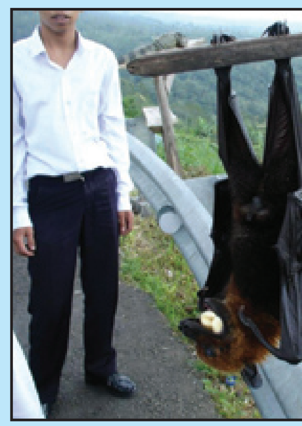


دووانە ٥/٢١ - ٦/٢٠

ماوەیەکە بیرۆکەیەکەت لە مێشکە کە ژیانت بگۆڕیت، ئێستا کاتی هاتووە و دەست بە هەنگاوەکان بکە، چونکە تا کاتت بڕوات کارەکەت قورستر دەبێت. کەسێك بە نهێنی چاودێریت دەکات و دەیەوێ لە دڵت نزیك بێت، تۆش هەستی پێدەکەیت.

گوڵەگەنم ٨/٢٣ - ٩/٢٢

هەمیشە بیر لە داهاتووت بکەوە و ڕابردوو لە بیر بکە، ڕێگەیەکی دروستت هەڵبژاردووە لە ڕەفتارکردنت لەگەڵ کەسانی دەوروبەرت، بەمەش لەلایان خۆشەویستر دەبێت. بڕوات بە خۆت هەبێت لە داهاتووی نزیك زۆر سەرکەوتوو دەبیت.



گەورەترین شەمشەمەکوێرە ڕاو کرا

هەندێ لە شەمشەمەکوێرەکان ترسناکن و زیانیان بۆ سەر مرۆڤ هەیە، بەتایبەت ئەوانەی شێوەیان لە شەمشەمەکوێرەی ئاسایی گەورەترە، وەك ئەوەی لە وڵاتی فلیپین ڕاو کراوە، کە درێژی باڵەکانی دەگاتە نزیکەی (٢) مەتر، بەڵام ئەم جۆرەیان سەوزە و میوە دەخوات، ئەگەر زۆر برسی بێت، ئینجا گۆشتی گیانداران دەخوات، دوای ئەوەی بە چەندین تیری بەهێز لێیان داوە ئینجا کوژراوە.

تابـــــلۆ

-تابلۆی (خانمان)-

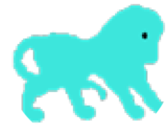
بەرهەمێکی نایابی وێنەکێشی نەمساوی (ئێرنێست ڕۆدۆلف)ـە، کە لە ساڵی (١٨٥٤) لە دایکبووە و ئەو وێنەیەی لە ساڵی ١٨٩٥ کێشاوە، دوای ئەوەی ئەو وێنەکێشە لە نەمسا دەچێتە فەرەنسا دەژی، دواتر دەچێتە وڵاتی تورکیا و لەوێ ئەو وێنەیە دەکێشێت، کە باس لە خانمان دەکات و بە جوانترین بەرهەمەکانی ئەو وێنەکێشە دادەنرێ. ئێرنێست لە ساڵی (١٩٣٢) کۆچی دوایی کردووە.

سێ ساڵە هەمان جل لەبەر دەکات

هەموو کچان و خانمان، حەز بە گۆڕینی جلەکانیان دەکەن، تەنانەت لە ڕۆژ و شەوێکدا، ناتوانن هەمان جلیان لەبەر بێ، بەتایبەت لە ڕۆژانی چوونە سەر کار و دەوامی ڕۆژانەیان، بۆ هەمیشە جلەکانیان دەگۆڕن، ئەم نەریتە لەلایەن پیاوان کەمترە و زیاتر لەلایەن ئافرەتان گرنگی پێدەدرێ، کەچی ئەو کچە ئەمریکییە وەك هەموو کچێك نییە، بەڵکو بۆ ماوەی سێ ساڵە هەمان ئەو جلە لەبەر دەکات و هەموو ڕۆژێکیش دووبارەی دەکاتەوە، جلەکەشی بریتییە لە قەمیسی سپی و پانتۆڵی ڕەش و چاکێتیش ئەگەر سەرما بێت، ئەو کچە ناوی (ماتیلدا کال)ـە و بەڕێوەبەری نەخشەسازییە لە ئاژانسی (ساتشی) بۆ داهێنان و ڕێکلام، ئەوەی سەیرە کە (١٥٠) کراسی سپی هەیە لەگەڵ (١٠٠) پانتۆڵی ڕەش، کە ڕۆژانە دەیانگۆڕیت و بەڵام لە هەمان ڕەنگن.

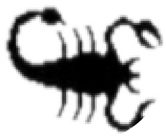
گا ٤/٢٠ - ٥/٢٠

ئەنجامی ئەو هەڵانەی پێشووت ئێستا وەریاندەگریتەوە، بۆیە دەبێ چاوکراوە بیت لە ئاست گرفتەکانت و ئامۆژگاری ئەو کەسانە وەربگرە کە نیازێکی پاکیان بەرامبەرت هەیە، هەوڵبدە لێیان تێبگەیت و لە داهاتووت دوودڵ مەبە.



شێر ٧/٢٣ - ٨/٢٢

ماوەیەکە کەسێك ڕێگری لە کارەکانت دەکات و پێیوایە تۆ کەسی شیاو نیت، هەر بۆیە پێویستیت بەوەیە کە بەرگری لە کارەکانت بکەیت و مەهێڵە کەس بێتە ناو ژیانی تایبەتیت، بیرکردنەوە بەر لە کارکردنت جێگەی سەرکەوتننتە.



دووپشک ١٠/٢٣ - ١١/٢١

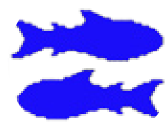
وێڕای ئەوەی ئەو کێشانەی ڕابردووت چارەسەر کرد، ئامادە بە بۆ چەند گرفتێکی دیکە کە لەو ماوەیە بۆت دروست دەبێت، چونکە کەسێك لە پشت ئەو کارانەوە دەیەوێ ژیانت تێکبدات، بەڵام سەرناکەوێت و نیگەران مەبە.

گۆزە ١/٢٠ - ٢/١٨

نهێنییەکانت با زیاتر لەلای خۆت بن، ئەگەرچی کەسانێك هەن جێگەی متمانە و باوەڕن، بەڵام ڕەنگە لە هەندێ کاتدا متمانەت لە دەست بدەن و باسی هەموو شتێك بکەن. ئەو کارەی ئێستات پشتگوێ مەخە لە داهاتوو سەرکەوتنی دەبێت.

کەوان ١١/٢٢ - ١٢/٢١

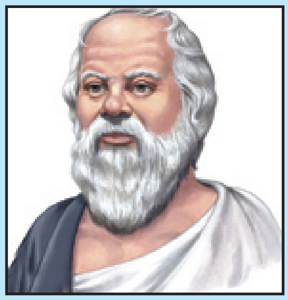
کاتێك هەنگاوێك بەرەو ئامانجەکەت هەڵدەگریت، لێی پەشیمان مەبەوە و بەردەوام بە، چونکە هەموو هەنگاوەکان پێویستییان بە بەردەوامی هەیە. هەر کاتێك دڵت تەنگ بوو، بیر لە کارە جوانیەکانت بکەوە و ناخۆشییەکانیش بەلاوە بنێ، ماوەیەکە دڵت خۆش نییە و هەستت جێگیر نییە.



نەهەنگ ٢/١٩ - ٣/٢٠

توانیوتە جێگەی متمانەی هەمووان بە دەست بهێنیت، ئەمەش وای کردووە کەسایەتیت بەرز بێت. بەڵام جار جار ئاوڕێك لە ئەزموونەکانی ڕابردووت بدەوە، ڕەنگە سەرکەوتنی باشتری بۆت ببێت، چونکە نابێت هەردەم هەوڵبدەی و کارەکانت سەرنەگرێت.

پەند و وتە!



- سوقراتی فەیلەسووف لە بارەی ڕۆشنبیریی ئافرەت دەڵێت:
کاتێك پیاوێك ڕۆشنبیر دەبێ و ڕۆشنبیری بڵاو دەکاتەوە، تەنیا سوودی بۆ خۆی دەبێ، بەڵام کاتێك ئافرەتێك ڕۆشنبیر دەبێ، هەموو خێزان و دەوروبەرەکەشی ڕۆشنبیر دەکات.

جۆرج بۆش حەزی بە پایسکلە

جۆرج دەبلیو بۆشی سەرۆکی پێشووی ویلایەتە یەکگرتووەکانی ئەمریکا، لە تازەترین دەرکەوتنی لە نێو خەڵکدا بەم دواییە بەشداری لە پێشبڕکێی پایسکلسواری کراوفۆردی کرد کە لە شاری تیکساسی ئەمریکی ئەنجام درا. بۆش لە پێشووشدا حەزی بە یاری گۆڵف و پایسکلسواری بوو، کە زۆربەی جار لە گۆڕەپانی کۆشکی سپی یاری گۆڵفی دەکرد، یان پایسکلی لێدەخوڕی، بەم دواییەش لەگەڵ چەند هاوڕێیەکی و بە یادی جاران، بەشداری لەم پێشبڕکێیە کرد، کەچی ئەنجامێکی زۆر خراپ و پلەی (٤٣)یەمی بە دەست هێنا، لە کاتی پێشبڕکێیەدا خۆی گوتبووی: ئەوەی لەگەڵ پایسکل هاوڕێ بێت، هەردەم خاوەن تەندروستییەکی باش و دروست دەبێت، منیش پیر بووم و هەردەم هێزم تێدا ماوە.

مانای خەون

- زێڕ و زەوەند -

زۆر جار خەونی وا دەبینین کە هەڵدەستین، حەزمان دەکرد خەونەکە ڕاستی بووایە، چونکە لە خەوەکە زێڕ و زەوەندێکی زۆرمان دۆزیوەتەوە، بەڵام ڕەنگە زۆربەشمان نەزانین کە زێڕ لە خەودا مانای باش و خراپی هەیە، ئەگەر لە خەودا زێڕێکی زۆرت دۆزییەوە و هیچ ماندووبوونت پێوە نەبینی، ئەوە مانای ئەوەیە تووشی کارێك دەبیت و سامانێکی زۆرت دەڕوات، یان ئەگەر زێڕ لە خەودا بۆت هات، مانای تووشی نەخۆشی دەبیت، ئەگەریش لە خەودا زێڕ ون بکەی، یان لێت بدزن، مانای دەستکەوت و سامانت بۆ دەبێت.