جلوبەرگی گونجاو لەگەڵ لەش و لارت رێکبخە

خانمان لە هەموو وەرزێکدا، پێویســـتیان بەوەیە کە لەش و لارێکی رێــك و جوانیان هەبێ، تا لەبەرچاوی هەمووان وەك شــازادەیەك دەربکەون، رەنگە زۆربەی خانمانیش بە لەش و لاری خۆیانەوە رازی نەبــن و وێڕای ئەوەی کــە ریجیمێکی زۆریش دەکەن، بەڵام هەست ناکەن جەستەیان سەرنجڕاکێشە، ئەویش بە هۆی پۆشینی جلێکەوە، کە جەستەیان زیاتر نەشیاوتر دەکات، ئەوەش بە هەڵەکانی جوانکاری و جل پۆشین دادەنرێن، چونکە کاتێك جلێکی تــەواوت لەبەر بێت، ئەوکاتە جەســتەت بە جوانی و لەش و لارێکی ناســکەوە دەردەکەویت، بەم زانیاریانە بتوانە لە رێگەی جلەوە جەستەت جوان و ناسك بکەیت :

- بۆ ئەوانەی هەســت دەکەن قەڵەون و یان جەستەیان پڕە، هەوڵبدەن جلی ســەرەوەتان ســادە و بەبێ گیرفان و تەل بێ، چونکە ئەو بەشانە وادەکەن جەستەت زیاتر پانتر نیشان بدات، بۆ ئەوانەی لاوازن، دەتوانن جلێ بە گیرفان و پەڕ پەڕ لەبەر بکەن، کە کاریگەری بۆ ئەوان نابێت.

- ئەوانەی جەستەیان پڕە، چاکترە لە تەنوورە دوور بکەونەوە و هەمیشــە پانتــۆڵ لەبەر بکەن، بە تایبــەت پانتۆڵی جینز (کاوبۆی) کە ئەوەیان جەســتە دەگرێ و لاواز و رێکت نیشان دەدات، جار جارەش پانتۆڵی قوماشیش لەبەر بکە.

- ئەوانــەی باڵایان بەرزە، واچاکە جلی بــە نەخش لەبەر بکەن، تا بەرزی باڵایان بشــارێتەوە، بەڵام پێویستە نەخشەکانیش ئاسۆیی بــن، واتە پێچەوانەی درێژی باڵایان، بۆ ئەوانەش کە باڵای کورتە، دەبێ جلی بە نەخشی ســتوونی لەبەر بکەن، تا باڵایان بە درێژیی نیشان بدات.

- ئەگــەر زانیــت ئەو جلەی لەبــەری دەکەیــت، دووگمەکانی داناخرێت، باشــترە لە ژێرەوە جلێکی دیکە لەبەر بکەیت کە لەگەڵ بەشێکی دیکەی جلەکەدا هاوڕەنگ بێ، بۆ نموونە: ئەگەر ویستت چاکەتێــك لەبەر بکەیت، وا چاکــە بلووزەکەی ژێر چاکەتە لەگەڵ رەنگی جلی خوارەوە هاوڕەنگ بن.

- پشتێنی رەنگاوڕەنگ و جیاواز لە رەنگی جلەکەت، جەستەت بە کورتی و پڕی نیشان دەدات، یان ئەگەر پشتێنەکەت پان و گەورە بێت کاریگەری لەسەر شێوەی جەستەت دەکات، هەر بۆیە لەم کارە هەڵەیە دوور بکەوە و هەردەم پشتێنی هاوڕەنگ و باریك لە پشت بکە.

- کاتێك دەتەوێ دوو جل لەسەر یەکتر لەبەر بکەیت، وەك قەمیس لەسەر بەدی، یان بلووز لەسەر قەمیس، پێویستە رەنگەکانیان جیاواز بن، چونکە هاوڕەنگیان چ ســوودێکی بۆت نابێ، بۆیە هەوڵبدە لە رەنگدا جیــاواز بن، بەڵام جیاوازی رەنگەکانیشــیان زۆر نەبێ، بۆ نموونە : نابێ قەمیســەکەت لە رەنگی پەمەیــی و بلووزەکەت لە رەنگی رەساسی بێت !

- گرنگترین شــت ئەوەیە قیاســی جلەکەت با لە قیاسی لەش و لارت گەورەتــر نەبێــت و یان بە پێچەوانە تەســك و کورت بێت، لە هەردوولایەندا جەستەت دەشێوێت و جوانیت تێکدەدات.

چۆن خشڵ و ئێکسسوار هەڵدەبژێریت

کاتێــك خانمان بەرەو شــوێنێك دەچن، لەو کاتەوە نیگەران و سەرلێشــێواو دەبن لــە هەڵبژاردنی چ جۆرە جلێك یان کەرەســتەیەك لە ئێکسسوارەکان، تا جوان و رەنگین بن، هەر بۆیە تووشی هەڵە دەبن کە لەوانەیە خشلێکی ئاهەنگ و زەماوەند بۆشــوێنی دەوام لەبەر بکەن، یان ئێکســـوارێکی گرنگ بۆ شوێنێکی گرنگ بپۆشن، دواتریش لەلایەن هاوڕێکانیانەوە تووشی رەخنە و گلەیی دەبنەوە، ئەو ئێکسسوار و کەرەستەیان لەبەر کردووە، کە بۆ ئەو شوێنە ناگونجێت، بۆیە باشترە ئافرەتان بەر لەوەی بچنە شوێنێك یان بۆنە و ئاهەنگێك، ئاستی شوێن و بۆنەکە بزانن و هەروەها بشــزانن چ جۆرە خشــل و ئێکسسوارێك بۆ ئەو شوێن و کاتە لەبەر خۆیانەوە دەکەن، لێرەوە ئاشنایان بە :

- خشــڵی پلاستیك و لاســتیك: بە ئێکسسواری سادە ناسراون، بۆ زانکۆ و دەرچوون و بازاڕ کردن و شــوێنی گشتی لەبەر دەکرێن، ئەگەریش ئەو ئێکســـوارانە ونیش بن، شتێکی گرنگ نابێت و ئاسایی دەبێت.

- ئێکسسواری زیوو و رەساس: بەشێکی دیکەی ئێکسسوارن، کە جوان و شایستەن، بۆ شوێنی کار و دەوام دەپۆشرێن، تەنانەت ئێکسسوارێکی زەق نییە و جێگەی سەرەنج نین، هەروەها بۆ بۆنە و یادەکانیش جوانن ئەگەر لەگەڵ جلی کوردی لەبەر بکرێن.

- خشــلی زێڕ و لولەیی: یەکێکە لەو ئێکســـوارانەی کە بۆ بۆنــەی تایبەت و زەماوەند و یادەکانی لە دایك بوون و دەرچوون لەبەر دەکرێن، دەتوانی لەگەڵ جلەکەتدا رێکیان بخەیت.

- خشلی ئەڵماس: واچاکە بۆ بۆنەی شەوانە و شوێنی رووناك وەك هۆڵ و شوێنی داخراو لەبەر بکرێت، چونکە دەبێتە هۆی رەنگدانەوەی تیشکەکان و بەمەش سەرنجڕاکێش تر دەبێت.

- ئێکســـواری بەردی و خشــڵی دار: دەتوانی ئەو جۆرە ئێکسسوارانە لەماڵدا لەبەر بکەیت، کە کاریگەری لەســەر پێســت نییە و ئازاری نادات، هەروەها دەتوانی بۆ کاتی دەوام و زانکۆش لەبەریان بکەیت.

ئەو کارانەی جوانیت دەشێوێنن !

چەندین هەنگاو و کاری جۆراوجۆر هەن، کە خانمان بێ ئاگان لێی و لە خۆیانەوە ئەو کارانە دەکەن و ناشزانن خۆیان هۆکاری ئەو فاکتەرانەن کە دەبێتە هۆی تێکچوونی جوانیان، لێرەوە ئەو هەڵە و هەنگاوە خراپانە بزانە کە کاریگەریان لەسەر جوانیت هەیە:

- دەست لێدانی رووخسار و دەم و چاو، زۆربەی خانمان لە خۆیانەوە خولیای ئەوەن کە دەست لە رووخساریان بدەن، کەچی ناشزانن کە ئەوە هۆکارێکە بۆ تووشبوونی پێستی رووخسار بە چەندین نەخۆشی، بە تایبەت ئەو کاتەی کە دەستیان پیس دەبێ و ئاگاداریش نین دەست لە لێو و روومەت و چاویان دەدەن و پاشانیش دەبێتە پەڵە و زیپکە و وردە خاڵ و گرێ.

- لێو گەستن و مژین، وەك خولیا و خووێك زۆربەی کچان لێوی خۆیان دەگەزن، هەندێکیش لە دوای ماکیاژ و بۆیەی لێو، لێوی خۆیان دەمژن و بە مەبەستی پەرت کردنی بۆیەکە، یان لێویان دەبەنە ژوورەوە، دواتریش رەنگە بڵێن ئاخۆ بۆ لێومان شەقی بردووە و یان وشك دەبێ، هۆکارەکەش ئەوەیە کە ئاوی دەمی بەردەکەوێ، ئاوی دەمیش رێژەیەکی زۆری ترشی تێدایە.

- وردە خاڵ و گرێ و خاڵ: یاری کردن بەو بەشەکانی پێست، کاریگەری خراپی هەیە لەسەر جوانیت، چونکە کاتێك دەتەوێت زیپکەیەکی بچووك بتەقێنیت، ئەوە دەرهاوێشتەی ناو زیپکەکە بەسەر پێستت پەرت دەبێ و بەڵکو لە جیاتی کەمتر ببێتەوە، تەنانەت زیاتر دەبێت.

- دەست لە پرچ دان، زۆربەی خانمان و ئافرەتان کاتێك داڵغەیەك لێدەدەن، یان بیر لە شتێك دەکەنەوە، دەستیان دەخەنە ناو پرچیان، هەندێ جاریش ئاگاداریش نین کە دەستیان بە هەر ماددەیەکە یان بە شتێکە، کە خراپە بۆ تەڵەمووەکانی پرچ، یان کاتێك دەستت لە نێو پرچت دەبێ، ئەو بەکتیریا و ڤایرۆسانەی دەستت دەچێتە رەگی مووەکانی پرچت و تووشی هەڵوەرینی دەکات.

- هێشتنەوەی ماکیاژ: هەڵەیەکی گەورەیە کاتێك تۆ خەوتوویت و ماکیاژیش بە دەم و چاوت ماوەتەوە، ئەوە هەنگاوێکی خێرایە بۆ تێکدانی پێستی روخسارت و زوو تووشی چرچ و لۆچی دەبێت، هەروەها خانەکانی پێستی رووخسار تووشی وشك بوون دەکات.

- کەرەستەکانی ماکیاژ: لە دوای هەر ماکیاژکردنێك، هەوڵبدە کەرەستەکانی ماکیاژت پاك بکەیتەوە و بە پیسی جێیان نەهێڵیت، هێشتەوەی ئەو ماددانە لەسەر کەرەستەکانی جوانکاری، دواتر دەبێتە کەرەستەیەکی دژە جوانی و کاریگەری لەسەر جوانیت دەکات.

نمایشی جلی شیکۆڵاتە!

نمایشی جلی شیکۆڵاتە وەك نمایشێکی ستاندارد و تایبەت کراوە، هەموو ساڵێك ئەو یادە دەکرێتەوە، وەك پەیامێك بۆ هەموو جیهان، تا گرنگی بە خواردنی شیکۆڵاتە بدەن، ئەو نمایشە، هەر تەنیا ئەوە نەبوو کە شیکۆڵاتە لەسەر سنی و لەسەر مێز دابنرێت، بەڵکو وەکو ساڵانی پێشوو کراوەتە جل و لەبەر کچە نمایشکارەکان کراوە، لە دواترین نمایشی شیکۆڵاتەکەدا کە لە شاری پاریسی فەرەنسا بەڕێوە چوو، کە جلەکان لە شیکۆڵاتە بە جۆرێك دروست کرابوون، بۆ ماوەیەك وەك جل نەرم بێت و دواتر ڕەق بێت، تا ببێتە خواردنی میوانان، جگە لەو جلانەش ورچێکی شیکۆڵاتەی (٦) مەتر بەرزیان دروست کردبوو، کە لەلایەن دیزاینەری فەڕەنسی (ریتشارد تۆرلینسکی) چێ کرابوو، جێگەی باسە لەبەر خۆشیی شیکۆڵاتەکەوە نزیکەی (٤٠٠) کچە نمایشکار بەشدارییان لەو نمایشەدا کرد.

گۆزە ١/٢٠ - ٢/١٨

پێویستە پێداچوونە بە کارەکانتدا بکەیت، چونکە ماوەیەکە هەرچی دەیکەیت لە داواجار بە شکست بۆت دەگەڕێتەوە. هەوڵبدە ژیانی خۆت فەرامۆش نەکەیت و بیر لە داهاتووت بکەیتەوە. هاوکاری کەسانی دیکە بکە تا ئەوانیش لە نیازپاکیت تێبگەن و لێت نزیکتر ببنەوە. کەسێکی زیرەکی و بایەخ بە هەموو شتێك دەدەیت.

نەهەنگ ٢/١٩ - ٣/٢٠

بیرکردنەوەت بۆ داهاتووت زۆر جار تووشی دوودڵیت دەکات، پێویستە متمانەت بە خۆت بێت و کارەکانت پشتگوێ نەخەیت. لەگەڵ کەسێکدا بە بەردەوامی کێشەتان هەیە و نە تۆ و نە ئەویش هەوڵی چارەسەری نادەن، بۆیە تۆ دەستپێشخەری بکە و سەردانی بکە، کەسایەتیت جوانە و ڕێگە مەدە کەس کارەکانت بشێوێنیت.

کاوڕ ٣/٢١ - ٤/١٩

ئەو ڕازانەی لە دڵتە ڕەنگە لەم کاتەدا بۆت دەستەبەر نەبێت، پێویستە ئارام بگریت و بزانیت داهاتووت پرشنگدارە. لەگەڵ کەسێکی نزیکی خۆت بەردەوام لە دوای کاری جوانن، کەچی لە کۆتاییدا بە خراپە بۆتان دەگەڕێتەوە. چاکە لەگەڵ کەسێك بکە کە متمانەی پێیتە و کارەکانت بە هەند وەردەگرێت.

شێر ٧/٢٣ - ٨/٢٢

ئاراستەی ژیانت بەرەو گۆڕانکاری دەچێت و داهاتووشت زۆر گەش دەبێت، بەڵام پێویستە زیاتر متمانەت بە خۆت هەبێت و بە جوانی هەنگاو بنێیت. لەم کاتەدا پێویست ناکات کێشە و گرفتی لاوەکی بۆ خۆت دروست بکەیت.، دەبێ بە کارامەیی مامەڵە لەگەڵ دەوروبەرت بکەیت، بیر لە کارەکانت بکەوە و مەهێڵە کەسانی دیکە دەستکاری بکەن.

گوڵەگەنم ٨/٢٣ - ٩/٢٢

بەهۆی ناکۆکیی نێوان خۆت و کەسێکی نزیکت، زۆر بیر لە ئاشتبوونەوە دەکەیتەوە، بەڵام نابێت لە بەر ئەو خۆت فەرامۆش بکەیت. پێویستە هەردوو لا لەسەر قسەکانتان پەشیمان ببنەوە، ماوەیەکە بە جوانی کارەکانت بەڕێ دەکەیت، بەڵام هەست بە بێزاری دەکەیت، ڕەشبین مەبە.

تەرازوو ٩/٢٣ - ١٠/٢٢

هەر کاتێك بتەوێت بگەیتە ئەنجامی کارێك دەبێ هەوڵی بۆ بدەیت و کارەکانت بە جوانی ڕاپەڕێنیت. کارێك مەکە کە لە داهاتوودا پەشیمان ببیتەوە. نیازێکت لە دڵە و ماوەیەکە خەریکە بۆت دێتەدی، دووبارە هەوڵی بۆ بدەرەوە و ئەمجارەیان سەرکەوتوو دەبیت، کارێکی جوانت بۆ ئەو کەسە خۆشەویستەت کرد، جێگەی شانازییە.

تابلۆ

- سیمای ئافرەتێك، (لاسکابیلیاتا)

بەرهەمێکی نایابی گەورە وێنەکێشی هۆڵەندی (لیۆناردۆ دی سێر پیێرۆ داڤنشی)ی ئیتاڵییە، کە گوزارشت لە جوانی ڕووخسار و سەر و چاوی ئافرەت دەکات، ئەو وێنەیەشی کاتێك کێشاوە کە ژوانی ئێوارەی لەگەڵ ئافرەتێکدا(٢٠) ساڵی بەسەرداچووە و تا ئەو کاتەش سەر و سیمای ئەو ئافرەتەی لە بیر ماوە. لیۆناردۆ لە ساڵی (١٤٥٢) لە شاری ڤینسیای ئیتاڵیا لەدایك بووە، ئەو وێنەیەی لە ساڵی (١٥٠٨) کێشاوە، کە بە قەبارەی (٢١ لە ٢١) سەنتیمەترە، بە تابلۆیەکی زەیتی دادەنرێت و لە جۆری کانڤاسە، تا ئێستاش لەلایەن وێنەکێشانی ئەو سەردەمە بیر لە تێکەڵی ڕەنگەکانی تابلۆکە دەکرێتەوە کە ئاخۆ چۆن توانیویەتی هەست و سیمای ئافرەتان لە وێنەیەکی لەم جۆرە نیشان بدات، داڤنشی لە ساڵی (١٥٠٩) کۆچی دوایی کردووە.

بۆ زانیاریت

- بەنج

هێنە بەرچاوت کە بەنج نەبێت و نەشتەرگەریشت بۆ بکەن، هەرچی ئازاری گیانە بە چاوی خۆت دەبینیت، دەگوترێ: لە پێشوودا بۆ نەشتەرگەری شتێکی قورسیان لەسەری نەخۆش دەدا، تا لە هۆش خۆی دەچوو، پاشان نەشتەرگەییان بۆ دەکرد، زۆر جاریش

دوو وێنەکێشی ژاپۆنی داهێنان دەکەن

کایۆکی و لۆکا، ئەو دوو هونەرمەندە وێنەکێشەن، کە بە بەرهەمەکانیان زۆربەی خەڵکی جیهانیان سەرسام کردووە، ماوە ماوە بەرهەمێك ئامادە دەکەن و نیشانی دەدەن، کە بینەرانی سەرلێشێواو دەکەن، کاتێك تەماشای بەرهەمەکانیان دەکەن. ئەو دوو وێنەکێشە لە وڵاتی ژاپۆن دەژین، لە دواترین بەرهەمەکانیاندا، وێنەی کچێکیان کێشاوە، کە زۆربەی بە دەست کراوە و دواتر خراوەتە ژێر پرۆگرامەکانی کۆمپیوتەر، ئەوەی سەیرە ئەوەیە کە کەس نازانێ ئەو وێنەیە بە دەست دروست کراوە، تەنانەت هەر کەسێ بیبینێت، وادەزانێ ئەو وێنەیە راستەقینەیە و بە کامێرە گیراوە، چونکە زۆر بە جوانی رووخسار و رەنگەکانیان تێکەڵاوی یەکتر کردووە، ئەو وێنەیە نرخی (٥٠) هەزار دۆلاریان لەسەر داناوە.

گا ٤/٢٠ - ٥/٢٠

هەر کاتێك دەگەیتە کۆتایی کارێك وادەزانی کە سەرکەتوو نەبوویت، بەڵام مانای ئەوە نییە کە ئیدی وازی لێبهێنیت و بەردەوام نەبیت، بۆیە دەبێ دووبارە هەوڵی بۆ بدەیتەوە. کە بڕیارێك دەدەیت پەشیمان مەبەوە، تەنیا لەو کاتانە نەبێ کە سەرکەوتوو نابیت، لەگەڵ کەسێکی نزیکتدا زۆر تەبان و دڵتان یەکە.

دووانە ٥/٢١ - ٦/٢٠

ماوەی داهاتووت بەرەو ئاڵۆزی و تەنگی دەچێ، بیر لە داهاتووی خۆت بکەوە و واز لە رابردوو بهێنە، چونکە کارەکانی داهاتووت گرنگترن. شێوازت هەندێك گرژی پێوە دیارە، پێویستە لەگەڵ کەسانی دەوروبەرت بە نەرمی رەفتار بکەیت و کارەکانیشت مەدە دەست کەسانێك کە دەزانی ناتوانن بۆت جێبەجێ بکەن.

قرژاڵ ٦/٢١ - ٧/٢٢

بیرکردنەوەت لەگەڵ کەسانی دەوروبەرت جیاوازە، هەر بۆیە تووشی کێشە و گرفت دەبیتەوە. پێویست ناکات گرژی لەگەڵ کەسانی دیکە دروست بکەیت، هەندێك لە بیروبۆچوونەکانت هەڵەن و دەبێ خۆت بگونجێنیت، کەسێکی سەرکەتووی لە کارەکانت و دەبێ بە وریایی زیاتریشەوە مامەڵە لەگەڵ دەوروبەرت بکەیت.

دووپشک ١٠/٢٣ - ١١/٢١

کاتێك تورە و بێزاریت هیچ بڕیارێك مەدە، چونکە لەو کاتە هەرچی بڵێی بڕیارێکی هەڵەیە، دواتریش تووشی پەشیمان بوونەوە دەبیت، کەسایەتیت جوانە و کەسێکی لێهاتووی، بەڵام کەسێك کێشەت بۆت دروست دەکات و مەهێڵە کاریگەری بخاتە سەر ژیانت، ماوەیەکە دوودڵیت پێوە دیارە و پێویستە زیاتر متمانەت بە خۆت هەبێت.

کەوان ١١/٢٢ - ١٢/٢١

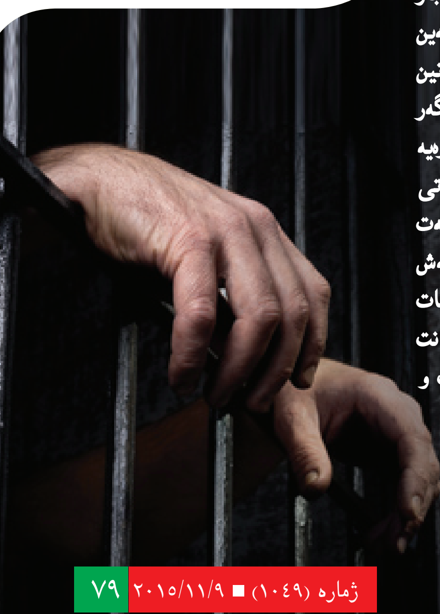
رەشبینیت پێوە دیارە و هەر ئەوەشە کاریگەری لەسەر کارەکانت کردووە و زۆربەی هەنگاوەکانتی پەك خستووە، بڕیاری داهاتووت با بەرەو پلانی دارێژراو بێت، هەر کارێکت لەم ماوەیە جێگەی بایەخە لەلای کەسێکی خاوەنکارت، بۆیە دەبێ ژیرانە مامەڵە بکەیت و ئەرکەکانت لە ئەستۆی خۆت بن.

گیسک ١٢/٢٢ - ١/١٩

کارەکانت بەرەو جێگیر بوون دەچێ، تۆش هەوڵی بەردەوام بدە تا دەگەیتە ئەنجامی ئاواتەکانت. بیرکردنەوەت جیاوازە لەگەڵ کەسێکی نزیکت، ناکۆکییەکان چارەسەر بکە و بە ئارامی رێگە بگرە. لەو کارەی ئێستادا سەرکەوتوو دەبیت و کەسێکی نزیکت پێویستی بە یارمەتی تۆیە و تۆش یارمەتی بدە.

ئەو کەسە هەڵنەدەستایەوە و دەمرد. دواتر مەی بەکارهێنرا تاوەکو کەسەکە هۆشی لەبەر خۆی نەمێنێت، بۆ یەکەمین جاریش کەسێکی ئەمریکی لە ساڵی (١٨٤٤) ماددەیەکی سڕکەری دۆزییەوە بە ناوی (ئەنیسیزیا)، کە کاتێك مرۆڤ بیخوات، یان بەر دەمارەکانی خوێنی بکەوێت، ئەو بەشەی لە مێشکدا کە هەستەوەری مرۆڤە بۆ ماوەیەك دەوەستێنێت و رایدەگرێت، ئەو پیاوە ناوی (هوارز وینز)ە کە دکتۆری ددان بووە، لەو کاتەی هاوسەرکەی منداڵی دەبێت، ئەویش هەندێك ماددەی کلۆلۆفۆرمی پێداوە و لە ئازاری منداڵبوونی کەم کردۆتەوە و دواتر پەرەی بەو بوارە داوە و تا ئێستاش وەك بەنجێکی سەرەکی بەر لە نەشتەرگەری بەکاردەهێندرێت.

ماناى خەون



- بەندیخانە:

چەندە ناخۆشە هیچ تاوانێکت نەکردبێ و بتخەنە بەندیخانە، ئەوە زۆرترین خەونە زۆر جار پێوەی نارەحەت دەبین و چەندەش هاوار دەکەین کە بێتاوانین، کەس گوێمان بۆ ناگرێت. با بزانین بەندیخانە وزیندان لە خەودا مانای چییە. ئەگەر لە خەودا بینیت لە بەندیخانەی، مانای ئەوەیە لەمەودوا تووشی نەخۆشی دەبیت، تا چەند حاڵەتی ناخۆشی ناو بەندیخانەکە زیاتر بێت، نەخۆشییەکەت قورستر و زیاتر دەبێت، ئەگەر لە بەندیخانەش دەرچووی، واتە لە کێشەیەکی گەورەی ئێستات رزگارت دەبێت، ئەگەر لە خەویشدا سزای زیندانت بۆ دەرچوو، مانای ئەوەیە تەمەنت درێژ دەبێت و لەگەڵ کەسانی خۆشەویستت زیاتر لەیەکتر نزیك دەبن، ئەگەر لە خەودا چاوت کردەوە لە زیندانیت، مانای ئەوەیە کێشەیەکت هەیە و چارەسەریشی قورس و دژوارە.