بیرۆکەکان بۆ تازەکردنەوەی دیکۆری ماڵەکەت

هەموو شێوازێکی دیکۆری ماڵ، بۆ ماوەیەك دەمێنێت و دواتر کۆتاییان دێت، ئەگەر لە رووی داراییەوە لە تواناتدا نەبوو دیکۆرەکە نوێ بکەیتەوە، دەتوانیت شێوازێکی دیکە هەڵبژێریت، یان گۆڕانکاری لە دیکۆرەکەت بکەیت، بەبێ ئەوەی هەست بکەیت کە دیکۆری پێشووە، ئەمەش بە چەند بیرۆکەیەك کە لە خوارەوە ئاماژەیان پێدەکەین:

- ئەو کەرەستەو کەلوپەلانەی کە کارت پێیان نییە، یان هەست دەکەیت چ گرنگ نین، دەتوانی لایان بدەیت تا شوێنەکە بۆ دیکۆرەکەت زیاتر بکرێتەوە، ئەوکاتە هەست بە گۆڕانکاری دەکەیت.
- کەرەستەو کەلوپەلە دووبارەکان ساغ بکەوە، واتە ناکرێت لەدیکۆری ماڵدا، دوو یان سێ کەرەستەو کەلوپەلی هاوشێوە هەبن، چونکە دەبێتە تێکدانی دیکۆرەکە.
- گۆڕینی رەنگ و نەخشی دیوارەکان، گۆڕانکاری گەورە لە دیکۆرەکەت دەکەن، تۆش هەوڵی گۆڕین و تازە کردنەوەیان بۆ بدە.
- دەتوانی سوود لە کەرەستەکانی پێشووت وەربگریت، کە وەك دیکۆرێکی کلاسیك بەکاریان بهێنێت، وەك: مێز و تاخم کورسی و وێنە و کاتژمێرەکانی پێشوو.

- ئێکسسوارو کەرەستەکانی هەڵواسراوی سەر دیوار و دانراوی سەر مێز و بەشەکانی دیکەش ماڵەکەت بە جوانی و رێکی هەڵبژێرە، تەنانەت جار جارەش گۆڕانکاری لە شوێنەکانیان بکەیت، دیکۆرێکی دیکەت بۆت دەڕەخسێنێت.
- رووناکی و گلۆپ و کەرەستەی بریقەدار لەنێو دیکۆری ماڵدا گرنگیی خۆیان هەن، تادەتوانی با دیکۆرت رووناك بێت، چونکە ئەگەر تاریك بن، تەنانەت ئەگەر دیکۆرەکەشت جوان و شایستە بن، ئەوەندە بە جوانی دەرناکەون.
- جارجارە هەوڵبدە بۆیە لە دیکۆر و دیوارەکانی ماڵەکەت بدەیت، تەنانەت بۆیەکردنەوەی کەرەستەو کەلوپەلەکانیش دیکۆرێکی تازەت بۆ دەردەکەوێت.

گەشبینی و سادەیی زیاتر جوانترت دەكەن

جوانیت بەندە بە چەند سێكتەرێكەوە، هەر تەنیا ئەوە نییە جلێكی جوان و ماكیاژێكی پڕ ڕەنگ بكەیت، بەڵكو چەندین هۆكاری دیكەش هەن كاریگەری ڕاستەوخۆیان لەسەر جوانیت هەن، یەكێك لەو هۆكارە كاریگەرانە شێوازی ژیانی تایبەتی و ڕەفتاركردن و بیركردنەوەتە، چونكە هەموو ئەوانە جەستە و دەروون زیاتر فەراهەم دەكەن و بەمەش كاریگەری بۆ دەرەوە دەبێت و جوانتر دەبیت، ئەوانەی خوارەوە كۆمەڵێك هەنگاون و پەیڕەویان بكە تا جوانتر و گەشاوەتر بیت:

- واز لەو كارانە بێنە كە ئەوەندە پێوەیان خەریكیت و ئەنجامەكانیشیان بە هەڵە بۆت دەگەڕێننەوەو ئەمەش مانای بێزاری و بێتاقەتیت دەدات، بۆیە بۆ كاتێكی دیكەیان دوابخە.
- ئەو كەسانی بێزارت دەكەن و بۆنەتە مایەی ئەزەیتدانت، هەوڵدە لە خۆتیان دوور بكەیتەوە و تەنیا نزیكی ئەو كەسانە بە كە هاوسۆز و بەرژەوەندی یەكترتان مەبەستە.
- بیر لە ڕابردووی ناخۆش مەكەرەوە، ئەوەی ڕۆیشت با بۆ ڕابردوو بێت، گرنگە لە ئێستاوە كار بۆ داهاتووت بكەیت، هەنگاوەكانیش بە بەرنامە داڕێژی ئەنجام بدە.
- متمانەت بە خۆت بێت و مەهێڵە شكستەكان بەسەرتدا زاڵ بن، ئەوەی ڕوودەدەن بە سادەیی وەریان بگرە و بیر لە هەنگاوی پاشان بكەرەوە.
- هەمیشە مەهێڵە تەنیا بیت، تەنیا ئەو كاتانە نەبێت كە پێویستت بە پشووە، چونكە تەنیا بوون وادەكات زۆر بیر بكەیتەوە و ئەمەش دەبێتە هۆی بێزاری و خەمۆكیت.
- گرنگی بە خۆت بدە و جلی شایستە و كاتەكانت دیاری بكە، هەمیشە گەشبین بە، تەنانەت ئەگەر كێشە و ناكۆكیشت هەبوون، بە كێشەیەكی كاتی وەریانبگرە.
- هەروەها هەوڵدە خۆت لە تووڕە بوون و هەڵچوون بە دوور بگریت، با هەردەم دڵ و دەروونت ئارام بیت، هاوكاری و هاوسۆزی كەسانی دیكەش بە.

جوانی و نەرم و نیانی دەست و قاچ

جوانی و ناسكی پێستی دەست و قاچ، چی لە گرنگی جوانی پێستی ڕووخسار كەمتر نییە، ئەوەندەی پێستی ڕووخسار لەبەرچاوانە، ئەوەندەش دەستەكانت دیارن، هەر بۆیە تا چەند ناسك و ڕازاوەتر بن، مانای نەرم و نیانی دەستەكانت دەگەیەنن، تەنانەت دەستەكانت هەمیشە لە نێو كار و ئەركدا بەر هەموو شلە و كردارێك دەبنەوە، ئەوەش كاریگەری خراپی لەسەر پێستی دەست و قاچت دەبێت، وێڕای ئەوەی لەگەڵ بەسەرچوونی تەمەنیش قلێشە و چرچ و لۆچی پێستی دەستیش دەردەكەون. چەندین ڕێگا و گیراوە و نەشتەرگەری هەن تا دەستەكانت زیاتر نەرمتر و ناسكتر بكەن، بەڵام هەندێكیان گرانبەها و تێچوویان زۆرە، چاكترە سادەترین ڕێگەبگریتە بەر و بە دەستەكانی خۆتەوە ئەنجامیان بدەیت، سادەترین ڕێگەش لەلایەن گۆڤاری (وۆمن هێلز ماج)، ڕوون كراوەتەوە، كە گیراوەیەكی سرووشتی و سادەیە و كاریگەری باشی لە جوانتركردنی پێستی دەست و قاچت دەبێت، ئەو گیراوەیەش بریتییە لە : كەوچێك شەكر و بڕێك دەرمان چای دارچین و كەوچكێك ڕۆنی زەیتوون)، هەر سێ كەرەستەكە تێكەڵ یەكتر بكە، تا دەبێتە هەویر، پاشان لە دەستت و قاچت بدە، بۆ ماوەی (١٥) خولەك بهێڵەوە و تا پێستی دەستت، پێكهاتەی ماددەكان وەردەگرێت و پاشان بە ئاوی شلەتێن دەست و قاچت بشۆ، وا باشە هەفتانە (٣) جار ئەو هەنگاوە دووبارە بكەیتەوە و دوای ماوەیەك ئەنجامێكی سەرنجڕاكێش لە جوانی و ناسكی دەست و قاچت دەبینیت.

جۆلانێ لەسەر لــــــــــێواری جیهان

لەوە خۆشتر نییە لە کەشێکی فێنك و کەشێکی خۆشدا لەسەر جۆلانەیەك بیت و هێواش هێواش بێیت و بچیت، کە تەزوو بە هەموو هەست و جەستەت دەهێنێت، ئەی ئەگەر لە شوێنێك بیت کە بەرزترین لوتکە چیا بێت یان پێت بگوترێت ئێرە لێواری جیهانە، ئاخۆ دەتوانی لەو شوێنەدا جۆلانی بکەیت، ئەوەی دەیبینن بە ترسناکترین جۆلانێ دادەنرێت، چونکە لەسەر بەرزایی (٧٨) مەترەوە دانراوە، ئەو ماڵە بچووکە بریتییە لە یەکەی چاودێری بوومەلەرزەی (لاکازا دێل ئاربۆل- Casa del Arbol)ە، دەکەوێتە دانیشتگەی (بانۆس) لە وڵاتی ئیکوادۆر، لەم شوێنەدا شوێنی گرگان هەیە بە ناوی (تۆنگور هاوا)یە، دۆڵەکەی بەردەم ئەو ماڵە ئەوەندە بەرزە بە لێواری کۆتایی جیهان دادەنرێت، جۆلانێکەش لە دارێکەوە بەستراوەتەوە و کاتێك بەرەو پێشەوە دەچیت، وادەزانیت بە ئاسماندا دەفڕیت و زۆربەی ئەوانەی لەم شوێنەدا جۆلانی دەکەن، لەگەڵ هەر جوولەیەك مەرگیان دێتە پێش چاو، لەوەی نەوەك گوریسی جۆلانێکە بپچڕێت.

نمایشی باڵندەی خۆماڵی ڕەنگاوڕەنگ

وشترمرخ و عەلەشیش و مریشك و کەڵەشێرمان بە ڕەنگی ئاسایی خۆیان بینیوە، هەر یەکە ڕەنگێکی دیاری کراوی هەیە، تەنیا مریشك و کەڵەشێر نەبێت کە ڕەنگیان لە نێوان سوور و سپی و ڕەشە، جار جارەش ڕەنگاوڕەنگ دەردەکەون، واتە پەڕەمووچیان زیاتر لە ڕەنگێکە، بەڵام ئەگەر سەردانی کێڵگەکەی (بیل جۆزی) بکەیت، کە دەکەوێتە شاری (گیلفۆردی لە ویلایەتی کۆنتیتیکتی ئەمریکی)، هەموو عەلەشیش و نەعامەکانی تووشی سەرسوڕمانت دەکەن، بەهۆی ئەوەی زۆربەی باڵندەکانی ئەو کێڵگەیە ڕەنگاوڕەنگن، واتە عەلەشیش دەکەوێتە بەرچاوت بە ڕەنگی پرتەقاڵی و سەوز و زەرد و وەنەوشەیی و شین و هتد...ئەوەش مایەی سەرسوڕمانی هەموو ئەوانە دەبێتە کە سەردانی کێڵگەکە دەکەن، خاوەن کێڵگەکە ماوەی (٦) ساڵە ئەو نمایشە دەکاتەوە، سەرەتای ئەو بیرۆکەیە لە ساڵی (١٩٤٠) دەرکەوتووە، کە بە هێنانی وشترمرخ و پەری لە شوێنێکدا، تا سەرنجی خەڵك بێت و سەردانی بکەن، بەڵام ئەمجارەیان عەلەشیشی ڕەنگاوڕەنگ لەو کێڵگەیەدا سەرنجی هەموانی ڕاکێشا، خاوەنی کێڵگەکەش هیچ زانیارییەکی لەسەر ئەو باڵندە ڕەنگاوڕەنگانە نەدا، وەك ئەوەی نهێنی خێزانییە و تایبەتە.

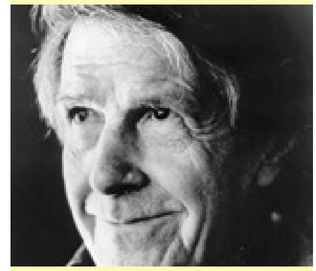
گوڵێک (٥) ساڵ جارێک دەکرێتەوە

وەك دەزانین هەموو جۆرە گوڵێك بۆ ماوەیەك خونچەیە و دواتر گەڵا و پەڕەکانی دەکرێنەوە و گوڵێکی جوانیان لێی دەردەچێ، زیاتر لە وەرزی بەهاران و هەندێکی دیکەش لە چوارەوەرزەی ساڵدا گەشە دەکەن و دەکرێنەوە، بەڵام ئەو گوڵە تەمبەڵە، هەر (٥) ساڵ جارێك دەکرێتەوە، واتە تا تەمەنی نەگاتە پێنج ساڵ، ناکرێتەوە، ناوی زانستی ئەو گوڵە (Amorphophallus titanium)یە، کورتکراوەشی (Titan arum)، دواجار لە ساڵی (٢٠١١) لە کۆلێژی (دارتماوت) لە ویلایەتی نیوهامبشەر لە ئەمریکا ڕوێندراوە، ئەمساڵیش زۆربەی قوتابیان و خەڵکی ئەو شوێنە لە چاوەڕوانی کرانەوەی پەڕەکانی بوون، کە لە ڕۆژی هەینی ڕابردوو لە تاقیگەی (ئیڤی لینگ) لەو زانکۆیە کرایەوە، ناوێکی دیکەشیان لەم گوڵە ناوە کە ئەویش (گوڵی مردووە)، وەك پێناسەیەك بۆ درەنگ کرانەوەی، درێژییەکەی (٧) پێ دەبێت و بۆنێکی ناخۆشیشی هەیە.

دروستکردن و سپیکردنەوەی کڵاش

کڵاش پێڵاوێکی کوردی ڕەسەنە و مێژووی هەژمار ناکرێت و بە کەرەستەیەکی بەسوود و جوانی کوردەواری دادەنرێت، چەندین جۆر کڵاش هەن، بەڵام جۆرە باشترینەکانیان زیاتر باون و خەڵك داوای دەکەن، هەندێك دەڵێن بەر لە سەردەمی زەردەشتی کڵاوشی بەکارهێناوە، مێژووی کۆنە و دەگەڕێتەوە بۆ پێش زایین، لە مانگی ٥ تا مانگی ١٠ کڵاش لە پێ دەکرێت، ڕەنگی کڵاش بەهۆی ئەوەی سپییە، زوو زوو ڕەنگەکەی لە دەست دەدات و بۆر و ڕەش دەبێت، بۆیە پێویستی بە سپی کردنەوە هەیە. وەستای کڵاش، زۆر هیلاك و ماندوو دەبێت تا کڵاشێك دروست دەکات، تەنانەت ماوەی (٥) ڕۆژی دەوێ و دەبێت زیاتر لە وەستایەك کاری لەسەر بکات، کە هەر یەکە کاری خۆی دەکات وەك یەکێکیان پەڕۆکە دەگرێت و ئەوەی دیکەش ژێرەکەی و نیو ژێرەکەی، دەوری کڵاشەکە و سەرەوەشی تەواو دەکرێت. زیاتر ئافرەت دەیچنێت، کاری دروستکردنی ژێرەکەی قورسترە لە بەشی سەرەوە، بە گشتی کڵاش لە دوو بەش پێکدێت، بەشی یەکەمی ژێرەیە کە لە پەڕۆی خام دروست دەکرێت و بەشی دووەمیشی سەرە کە لە دەزوویەکی ئەستوور کە لە لۆکە دروست دەکرێت، پێدەگوترێت پەرگ، بە (٥) قۆناغ دروست دەکرێت، سەرەتا پێکەنە و دواتر کڵاش دروستی دەکات و پەرگمە، پاشان چنین کە دەور دەکرێت و پاشان ساراچن دەکرێت، لە کۆتایی کڵاشەکە تەواو دەبێت و ئامادە دەبێت. جاران و ئێستاش سپی کردنەوەی کڵاش بە ماددەیەکە پێدەگوترێت (مشکی)، ئەو مشکییە لە سووتاندن و ئاگردانی پاشماوەی ئاژەڵ وەك (قشپل)، دەمێنێتەوە، تۆزێکی ڕەشە و دوای ئەوەی کڵاشی بۆر یان پیس دەهێنرێت و پاك دەکرێتەوە، بە مەرجێك دەبێت هەندێك تەڕ بێت، پاشان مشکی پێدادەکرێت یان دەخرێتە ناو مشکی، تەنیا بەشی سەرەوەی سپی دەکرێتەوە، پاشان دەهێڵدرێتەوە و دواتر کڵاشەکە دادەوەشێنرێت، هەندێ لە وەستاکانیش تەباشیر و دەرمانی تازەیان بۆ سپی کردنەوەی کڵاش بەکاردەهێنن، بەڵام هیچیان ئەوەندی مشکی جوانتر و سپیتری ناکات.

پەند و وتە



- نووسەر و فەیلەسووفی ئەمریکی (جۆن کەیج) ساڵی (١٩١٢) لەدایکبووە و لەساڵی (١٩٩٢) کۆچی دوایی کردووە، دەربارەی بیرکردنەوە و هزری کۆن و تازە گوتوویەتی: سەیرم بەو خەڵکە دێت، کە زۆربەیان لە بیرکردنەوەو هزری تازە دەترسن، من بەپێچەوانەوە لە بیرکردنەوەی کۆن و ئەو کەسانە دەترسم کە بیریان لە ڕابردووە و ئێستا و داهاتوو نەکردووەتەوە.

کاریکاتێر

- لەم کاریکاتێرەدا باس لە کەسانی ڕۆشنبیر و بیرمەند دەکرێت، کە مێشک و عەقڵیان وەك کتێبێکی کراوە وایە، هەوڵیش دەدەن کەسانی دیکە و منداڵانیش فێرە خوێندنەوە و کتێب بکەن.

دارستانی ئۆتۆمبێلە کۆنەکان

ڕەنگە هەندێ جار ئەو پرسیارە بە مێشکماندا بێت، ئاخۆ ئەو ئۆتۆمبێلە کۆنەکانەی لەکار دەکەون، یان فڕێ دەدرێن، چییان بەسەر دێت؟ ئەگەرچی زۆربەیان بەرەو کارگەکانی دووبارە دروستکردنەوە دەنێرن، بەڵام هەست و سۆزی پێشبڕکێوانی فۆرمولا وەن (مایکل فرۆلیش)، ڕێگەی نەداوە ئۆتۆمبێلە کۆنەکانی شارەکەی تێکبشکێندرێن، هەربۆیە هەرچی ئۆتۆمبێلەو بەرچاوی کەوتووە، بە هەر نرخێك بێت دەستی کەوتوون و داراستانی شاری دۆسلدۆرفی ئەڵمانی کردۆتە نیشینگە و شوێنی ئەو ئۆتۆمبێلانە و لە ساڵی (١٩٨٤)وە ئەو کارە دەکات و تا ئێستا ١٥٠ ئۆتۆمبێلی لەو دارستانەدا داناوە، کە وەك نمایشێك وایە و خەڵکیش سەردانی دەکەن.

بە ڕۆژ داینگە و باخچەی منداڵان و بە شەویش خانوو

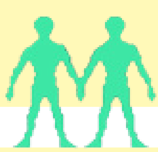
زۆربەی وڵاتانی جیهان، زیاتر گرنگی بە منداڵان و پیر و پەککەوتەکان دەدەن، تا ژیانێکی خۆش و کامەرانیان بۆ فەراهەم بکەن، بەتایبەت منداڵان، کە پێویستە لەکەشێکی هێمن و سرووشتیدا پەروەدە بکرێن و گەشە بکەن، تازەترین بڕیار لە وڵاتی ژاپۆن بۆ منداڵان ئەوەیە (پێویستە جوانترین و خۆشترین داینگە و باخچەی ساوایانیان بۆ دروست بکرێت)، بەهۆی نەبوونی شوێنی پێویست بە قوتابخانە و داینگەوە، کۆمپانیای (ماد – Mad)ی ژاپۆنی، جوانترین و بچووکترین داینگە و باخچەی ساوایانی بۆ منداڵان دروستکردووە، لەسەر ڕووبەری (٣٠٠) مەتر دووجا، هەروەها هەموو جۆرە یاری و کتێبخانە و شوێنی کات بەسەربردنی تیایدا دابین کراوە، ئەوەی سەیرە ئەو داینگە و باخچانە، لە ڕۆژدا بۆ منداڵان و شەوانیش دەدرێنەوە خاوەن خانووەکانیان، پێویستە ئەوانەی خانووەکانیان بکەن بە داینگە لەلایەن ئەو کۆمپانیایەوە بۆی دروست دەکرێت کە بە ڕۆژ ماڵەکەی جێبهێڵێت و شەوانیش بگەڕێتەوە.

کاوڕ

کەسێکی ژیر و بەتوانایت و خەمی داهاتووت نەبێت، چونکە ڕێگەی چارەکان بەئاسانی دەدۆزیتەوە، بڕیاری شایستەش دەدەیت. ماوەیەکی زۆرە چاوەڕوانی هاوکاریی کەسێك دەکەی، بەڵام دەبێت هەمیشە ئاگاداری پاراستنی ئەو پێوەندییانەی نێوان خۆت و کەسانی دەوروبەرت بیت.

گا

هەمیشە بیرکردنەوەی جوانت هەیەو کەسێکی شیاوی تا لە شوێنی گرنگدا کار بکەیت. هەستت بەرزە و زیرەکی، بۆیە بایەخی زیاتر بە ڕێکخستنی باری هەستت بدە، دەرفەتێکت دێتەپێش بۆ دەستکەوتنی بڕێك پارە، ماوەی داهاتووش لەبەرژەوەندیتدایە و باری دارایيت باشتر دەبێت.



جمک

کەسانێك بەرژەوەندی تۆیان دەوێت و تۆش لەگەڵ کەسانی دەوروبەرت هەمیشە گەشبین بە و خۆت دووربگرە لە ناکۆکی و بە دڵێکی فراوانەوە ڕەخنەی هاوڕێیکانت قبووڵ بکە کە بەرژەوەندی تۆیان مەبەستە. هەرچەندە زۆر ڕەخنەت ئاراستە دەکەن، بەڵام زۆربەی جار ڕەخنەکانیان لەشوێنی خۆیدان.

قرژاڵ

خەمەکانت گەورەن، بەڵام نابێت ئەوەندە خۆتی پێوە سەرقاڵ بکەیت. لەسەر ژیانی خۆت ڕێگە بگرە و خەمی لێی مەخۆ، زیاتر بایەخ بە چۆنیەتی خەرجکردنی پارە بدە، چونکە مەرج نییە بەردەوام بەو شێوەیە پارەت زۆر بێت و پێویستە بیر لەکاتی تەنگانەش بکەیتەوە. بۆ خۆشبەختی خۆت هەوڵ بدە و دڵی دەوروبەرت خۆش بکە.

خەوننامە

- چەقۆ

چەقۆ لەخەودا نۆکەرو خزمەتکارەو کۆسپە لە بەردەم خاوەنەکەی، چەقۆکە چەند تیژ بێت، ئەو نۆکەرو خزمەتکارە ئەوەندە چالاك و بەتوانایە، ئا فرەت لەخەودا ببینێ چەقۆی پێیە، ئەوە کەسێکی خۆشدەوێت، چەقۆی سەرباز هێزو توانایە، چەقۆ لەخەودا بەڵگەیە، ئەو کەسەی چەقۆ لەخەودا ببینێ بە یارمەتی نۆکەرو خزمەتکارێك بەهێز دەبێت و پارەی دەست دەکەوێت، ئەو کەسەی لەخەودا چەقۆی بدرێتێ لە راستیدا سامان و باری دارایی باش دەبێت، ئەو کەسەی لەخەودا ببینێ چەقۆی بەدەستەوەیە، ئەو چەقۆیە بەڵگەی سەرکەوتنە بۆ ئەو کەسە، هەروەها ئەو کەسەی لەخەودا چەقۆی بدرێتێ، خێر و رزق و پارەی دەست دەکەوێت، ئەو کەسەی لە خەودا بەچەقۆ دەستی خۆی ببڕێت، شتێکی سەر سوڕهێنەر دەبینێت و بەلایەوە زۆر سەیر دەبێت، پیاو لەخەودا چەقۆیەك هەڵگرێت، واتە هاوسەرگیری دەکات.

بۆ زانیاریت

- سووراو

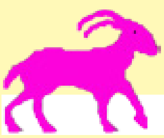
سووراوی لێو سەدان ماددەی کیمیایی تێدایەو هەندێکیان نامۆن و جێگەی باوەڕ نین. لەوانە هەندێ جۆری مێش و مەگەز بە هاڕاوی، بیبەری توون، بۆیاخ، مۆم، ئەمانەش بۆ ئەوەیە رەنگێکی جوان و درەوشاوە و جێگیر بە سووراوەکە بدات کاتێك دەدرێت لە لێوەکان. هەروەها لە دروستکردنی هەندێ جۆری سووراودا جۆرە کرمێك بەکار دێت، ئەویش کرمی ئەرخەوانی ناسراوە بە - Cochineal و کرمەکە وشك دەکرێتەوە، دەهاڕێت پاشان رەنگێکی سووری مەیلەو ئەرخەوانی جوان بەرهەمدێنێت، هەروەها دووەم ئۆکیسدی تیتانیۆمیش زیاددەکرێت بۆ بۆیەکان بۆ ئەوەی رەنگە سوورەکە کەمێك کاڵ بکاتەوە و بچێت بە لای رەنگی پەمەییدا. ئەمانەو تەنانەت مۆمی هەنگوینیش بەکاردێت کە ئەم جۆرە مۆمەش پێکهاتووە لە (٣٠٠) پێکهاتەی کیمیایی دیکە.

نەهەنگ

کەسێکی لێهاتووی و خاوەن بەهرە و بیرۆکەی جوانیت، بەڵام زۆر جار بەخت یاوەرت نییە. ئەو ماوەیە پێویستت بە هەنگاوێکە تا بە ئەنجامەکانت بگەیت، خەونەکانت زۆرن و لەژماردن نایەن بۆ گەیشتن پێیان دەبێت هەوڵی زیاتر بدەیت، ئەگەر بەو شێوەیەی ئێستا بەردەوام بیت، زۆر شتی گرنگت لە دەست دەچێت.

گۆزە

ئەم ماوەیە بە ناخۆشترین کاتدا تێدەپەڕیت، بۆیە نابێت ماندوو بیت و بەردەوام بە لە کارەکانت. کەسێك یارمەتیت دەدات و تۆش هاوکاری بکە و راشکاوانە هەستی خۆتی بۆ ئاشکرا بکە، ئازاری خۆت و ئەو مەدە بە چاوەڕوانی، وا باشترە کاتێك بۆ بینینی یەکتر دیاری بکەن.



گیسک

کەسێکی سادە بە و بە گەشبینی بژی، مەهێڵە هەنگاوە سادەکان کاریگەرییان لەسەرت هەبێت، ئەوەی لێت نزیکە هەنگاوی زیاتری بۆ بهاوێژە، ئەوەندە لەخۆبایی مەبە کاتێك دەوروبەرەکەت بەباشی باست دەکەن، هێشتا هەندێك بواری گرنگی ژیان هەن وەك پێویست بایەخیان پێنادەیت.

کەوان

ماوەیەکە بیرۆکەی کاری جوانت بۆت دێت، بەڵام دوودڵی لە جێبەجێکردنیان. ئەو کاتەی پێویستت بە کەسێکە یارمەتی داوا بکە و دوودڵ مەبە، بڕوات بە خۆت بێت و پارێزگاری لە هەنگاوەکانت بکە و ژیانێکی سادە بژی، لاپەڕەیەکی نوێ لەژیانت بکەوە، ئەنجامەکەی باش دەبێت.

دووپشک

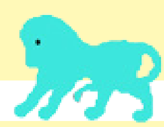
کەسانی نزیکت پێویستییان بەتۆیە، تۆش هاوکارییان بکە، چ بە قسە و چ بە یارمەتیدان بێت. کەسانێك چاودێریت دەکەن و دەیانەوێ کارێك بکەن بێزارت بکەن. ئێستا ژیانت گۆڕانکاری گەورەی بەسەردا هاتووە، ئەرکی سەرشانت زیاتر بووە و بەرپرسیاریت زیادی کردووە، بۆیە دەبێت تۆش هەوڵ بدەی سیستەمێکی نوێ پەیڕەو بکەی.

شایان

دڵت گەورە بێت بەرامبەر کێشە و گرفتەکانت، هەموو کەسێك ژیانی بە بەرزی و نزمیدا تێدەپەڕێت، ئەوەی هەتە پارێزگاری لێی بکە. چەند نهێنیەکی نوێ دەزانیت و ئیتر وەك جاران متمانە بە گشت هاوڕێکانت ناکەیت، کەسی بەرامبەر چاوەڕێت دەکات، تۆش چیتر دڵی مەشکێنە و کارێك بکە پێوەندی نێوانتان بەهێزتر بێت.

گوڵەگەنم

چاکەی کەسانی پێشوو لەبیر مەکە، ئەو ماوەیە هەنگاوەکانت بەرەو باشتر دەچن و تۆش ئارامیت بۆ دەگەڕێتەوە. زیاتر رێزی کەسانی دیکە بگرە. ماوەیەکی زۆرە چاوت بە هاوڕێکانت نەکەوتووە، لەکاتێکی نزیکدا دووبارە بە دیداری یەکتر شاد دەبنەوەو هاوڕێیەکی نزیکت دیارییەکی بەنرخت پێشکەش دەکات.



شێر

ماوەیەکە بێزاریت پێوە دیارەو دوودڵی لەهەنگاوەکانت، گرنگە بزانیت چۆن بیردەکەیتەوە، زۆربەی شتەکان وەك خۆیان دەبن، قسەی کەسانی دەوروبەرت زۆر کاریگەریت لەسەر دروست دەکەن، بەتایبەت کاتێك بەرژەوەندی تۆیان مەبەستە، تۆش ژیرانە رەفتاربکەو بەهەندیان وەربگرە.