

باۋى ستايىلەكانى ئىكسسوارى زىۋە

ماۋە ماۋە چەندىن مۇدى ئىكسسوارەكان دەردەكەون و دواتر نامىنن، بەلام زىۋە ھەمىشە لە لوتكەدايە، چونكە ئىكسسوارىكى ناسك و سەرنجراكىشە و لە نرخیشدا ئەۋەندە تېچوۋى ناۋىت، سالى پېشوو مۇدى ئىكسسوارى باغەو پلاستىك بوون، ھەندىكىش لە ئىكسسوارە ئاسن و مزەكان بوۋە مۇدى سەردەم، بەلام ماۋەى ئەو ستايىلانە لە سالى تازەدا خۇيان نەگرت، لە تازەترىن بانگەشە و رېكلام لەۋلاتانى (ئىسپانىا و پورتوگال و فەرەنسا)، چەندىن نامىشى ناۋازە بۇ ئىكسسوارى زىۋە كراۋتەۋەو مۇدە تازەكانى ئەو جۇرە ئىكسسوارەكان تىيادا نامىش كروۋە. رەنگى زىۋە تەنبا سىلغەر، يان رەسالى نىبە، بەلكو ھەندى لە ئىكسسوارى زىۋە، بە رەنگىكى دىكە بۇيە كراۋە، بەمەش لە رەنگى خۇى دور دەيىت و رەنگىكى دىكەى دەيىت، مەبەست لەۋەدا گونجانى ئەو ئىكسسوارەبە لەگەل جەل و رەنگى قۇ و ستايلدا، ھەر لە سەرەتاي سالى تازەۋە، خانمان لە ئىكسسوارە ئاسنەكان دوركەۋتوۋنەتەۋە و گرنىگىيان بە ئىكسسوارى زىۋە داۋە، دەتوانى زۇربەى ئىكسسوارەكانت لەۋ مۇدە ناۋازە يىت، بەتايبەت ملوانكە بۇ رۇژانى دەۋام و سەر كار و بازن بۇ زانكۇ و مال و دەسبەندىش بۇ دەرچوون و پاشەسەرىش بۇ بۇنە و ئاھەنگەكان لەسەر دەكرىن.



رېنمايەكان بۇ ن

سەرنجراكىش بوون و نەرم و جوانى پېست، گرنىگىرئىن سىفاتى نافرەتتىكى كارامەيە، گرنىگ نىبە تەمەنت لە نەۋجەۋانىبە، يان لە سەرۋى (۲۰) سالى تا دەگاتە (۵۰) سال، چونكە گرنىگىدان بە پېست تا داۋا ھەناسەت پېۋىستە، بۇ ئەۋانەش كە تەمەنىان زۇرە، ئىدى پېۋىستىيان وشك و لاۋاز دەيىت، ھەرۋەھا توشى چرچ و لۇچى دەيىت، تا ئاگادارى پېستىت يىت، ئەۋەندە زىباتر جوانتر و ناۋازەتر دەردەكەۋىت. ئەو ھەنگاۋانەى كە ھەمىشە ۋەك نەرىتتىكى رۇژانە پېۋىستە پەيرەۋىيان بەكەيت، كە شوۋشتن و پاكردنەۋى پېستە لە ماكىاژ بەر لە نوۋستىن، بەكارھىتئانى كرىم و نەرمكردنەۋە و دژە خۇر و دژە ھەۋاى ساردە، ھەرۋەھا پاك راگرتن و ئاگاداربوون لە پېسى و دووركەۋتەنەۋە لەۋ

سىپى رەنگى جلى شاھانەى خانمانە

ئەگەر چەندىن دەستە جلىشت ھەيىت، يىگومان پىۋىستت بە پارچەيەكى سىپى دەيىت، چونكە جلى سىپى بە ستايىل و جلى شاھانە ناسراۋە، ھەندى جارىش بەيى جلىكى سىپى مۇدى جلكەت نەشياۋ و نارېك دەيىت، ھەندى لە ئافرەتانىش زياتر ھەز بە پۇشىنى جلى سىپى دەكەن، يان بەشىكى جلكانىان رەنگى سىپى تىدايە، جلى سىپى ھىندە جوانە، بەلام پىسبونى ئاسانە و ئەۋەش كىشەيەكە دوۋچارى ھەموو خانمان دەيىتەۋە. بەلام بەم ھەنگاۋانە دەتوانى جلى سىپى لە پىسبون پىپارېتت:

كاتېك جلى سىپت لەبەرە، ھەۋلېدە خۇت پىپارېتت و لە شوئىنى پىس دانەنىشىت، يان ئاگادارى جلكەت بە، كاتېك نىيازت وايە لە شوئىنىك بوەستىت، ھەرۋەھا لە كاتى ناندېن و خواردن، دەستەسرى چىشتخانە، يان كلېنىكس لەسەر كۇش و بەرۇكت دابنى. لەلايەكى دىكەۋە ئەگەر خواردىكى رەنگدارت نۇش كرد، دەستىكت بخە ژېر گەردتەۋە. باشترە لەگەل جلى سىپى، پوتى درېئ لەپىنى بکەيت تا لە دەرۋە جلكەت پىپارېتت، بەتايىبەت ئەگەر پانتۇلىكى سىپت پۇشېبوو. چاكتەرە جلى سىپى بۇ شوئىنى فەرمى و پۇنە و يادەكان پىۋىشىت، چونكە ئەو شوئىنانە پاكى و لە پىسبون بەدوور دەيىت. كاتېك بەدى و بلووزى سىپت لەبەر دەيىت، چاكتىكىش لەبەر بکە، تا جلكەت ھەردەم پاك بىت، ھەرۋەھا قەلەمى پەلە و شامپۇيەكى بچووكى پاككردنەۋە ھەمىشە لەنىو جەتتاكەتدا بىت بۇ ئەو كاتانەى كە جلكە سىپىبەكەت پىس دەيىت، بتوانى پاكى بکەيتەۋە.



ھەرم و نىيانى پىستت

ھۆكارانەى دەبنە ھۆى تىكدان و شىۋاندنى جوانى پىستت، كە زياتر ئەوانەن: ئەوانەى تا تەمەنىكى زۇر توۋشى زىپكە و پەلە و ئاسەۋارى بەركەۋتن و كارەسات بوون، پىۋىستە چارەسەريان بکەيت، بەمەش پىۋىستت بە سەردانى پىشكى پىست دەيىت، ھەرۋەھا رۇژانە لە كاتى دەرچوون، دەم و چاۋت پاك رابگەرە ھەردوۋ كرىمى دژە ھەتاۋ و سەرماش بەكاربەيىنە و ھەۋلېدە پلەى كرىمەكەت كەمتر نەيىت لە (۳۰) نمرە، رۇژانەى تەپكردنى پىستت لەبىر مەكە، تا لە ماددە ئۆكسىد كراۋەكان بەدوور بىت، ھەرۋەھا بتوانە خەۋىكى باشت ھەيىت و چونكە كەمخەۋى دەيىتە ھۆى تىكچوونى پىستت.

شاجوانى ئەختەبووت!

دەكات، ھەرۋەھا شېۋەي سەرنجراكىش و جوانە، وئىنەكانى لەلايەن وئىنەگرى فەرەنسى (گابرىئەل باراسىۋ) گىراۋەو خەلاتى جوانترىن ئەختەبووتى پى دراۋە. دواى ئەۋەي پېشېرېكېيەكى گەرە بۇ (۴۵۰۰) وئىنەگرى لە (۶۷) ۆلات كرايەۋە، تا جوانترىن ئەختەبووت بدۆزنەۋەو وئىنەى جوانىشى بگرن، دواچار لە نىۋ ھەموو وئىنەكان، خەلاتى شاجوانى بەو ئەختەبووتە درا كە لە نىۋ لىۋارەكانى زەرباى ھىندى لەلايەن ئەو وئىنەگرە فەرەنسىيەۋە دۆزراۋتەۋە و وئىنەى گىراۋە.

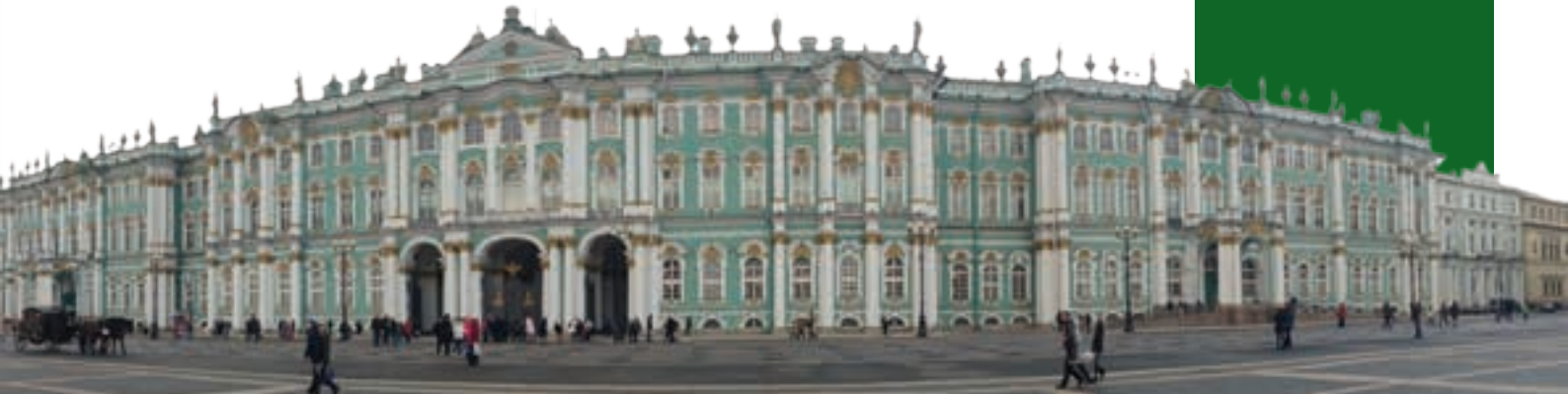
نازناۋى شاجوانى، بە كەسېك دەدرېت كە لە نىۋ كۆمەلگەى خۇيدا شېۋەيەكى ناۋازەو جوان و سەرنجراكىشى ھەبېت، مەرج نىيە تەنيا ئەو بوارە بۇ مرۇف بېت، بەلكو لەم چەند سالەى دوايىدا، بۇ گياندارانىش كراۋتەۋە، دواچار سەيرترىن پېشېرېكى شاجوانى دەركەوت، ئەۋىش دەستنىشانكردنى جوانترىن ئەختەبووت بوو، كە نازناۋى شاجوانى بەدەست ھىنا. ئەۋەى لە وئىنەكەدا ديارە ناۋى (ئەختەبووتى سەماكەرە)، جگە لەۋەى سەما



قان دىك و بىكاسۆ لەو موزەخانەدا بەدى دەكرېن، ئەو موزەخانەيە بە موزەخانەى دايك دادەنرېت و چەندىن لقيشى لە ۆلاتانى ھۆلەندا و بەرىتانيا و لاس فيگاسى ئەمريكى و شارى فيراراي ئىتاليا ھەيە، ميژۋوى كردنەۋەى بۇ سالى (۱۸۰۲) دەگەرېتەۋە لەلايەن قەيسەرى روىسى (نىكۆلاى يەكەم)، لە (۵) بالەخانە پېكدېت و (۳۵۰) ھۆلى تىدايە، سالانە نىكەى (۳ تا ۴) مليون كەس سەردانى ئەو شوئىنە دەكەن، ژمارەى ناسەۋارەكان برىتېن لە (۱۵) ھەزار تابلۆ و (۱۲) ھەزار پەيكەر و (۶۰۰) پارچەى ناسەۋارى كۆن.

موزەخانەكان، ھىچيان لە ناۋچە گەشتيارەيەكان كەمتر نىيە لە سەرنجراكىشانى گەشتياران و خەلكى بىيانى، چەند موزەخانەيەكى گەرە لە چەند ۆلاتىكى جىهان ھەن، كاتېك سەردانى دەكەيت سەرسام دەبېت بە كەرەستە و كەل و پەلەكانى لە موزەخانەكە دانراون، نەۋەك تەنيا ناسەۋارەكان، بەلكو خودى موزەخانەكە دەبېتە جىگەى سەرنجەت، ئەرمەتاج بە يەكېك لە گەرەترىن موزەخانەكانى جىهان دادەنرېت و دەكەۋىتە شارى سانت بىترسبۆرگ لە ۆلاتى روىسىا، زياتر لە (۳) مليون پارچە ناسەۋارى كۆنى تىدايە، تەنانەت بەرھەمەكانى لىۋناردۆ داقنشى و مايكل ئەنجىلو و

ئەرمەتاج گەرەترىن موزەخانەى جىهان



ياري جه ماوهرى شاخه وانى كلامبينگ

(كلامبينگ - Climbing)، ياريه كى به جوشه و ئىستا له زوربهى ناوهنده كانى مؤل و شوينه گشتيه كان دانرون، دريژى ئه و كلامبه (۲۰) مەتره له دار دروست كراوه. ميژووى ئه و ياريه، سهرهتا له سهركه و تنى شاخه وانه كانى سهر چيا و شاخه به رزه كانى جيهان سهر به لدا، كه زوربهى ئه وانهى نيازبان و ابوو بگه نه سهر لووتكهى چيا به ناوبانگه كانى جيهان وهك: چياى ئه فرست و هيمه لاي و روك، به كاربان دهينا. تا ماويهك ئه وه تهنيا له فيلمه كان، يان به رنامه ديكيؤ مينتاره كان ئه و شاخه وانه دهينران، به لام ئىستا ئه و كاره بؤته ياريه كى جه ماوهرى و ميللى، له كوردستانيش له زوربهى مؤل و باخچه و پاركه كان دانراوه، كه به رزيه كهى ديارى كراوه بؤ هه موو ته مه نيكه، ته نانه ت مندالائيش ده تانن سهر كه ون، ئه و پارچانهى ده ست و قاچى ده خرته سهر له ئاسن و پلاستيكي به تين دروست كراوه، هه روه ها ئه و كه سهى بيه وئ ئه و ياريه بكات، گورسيك يان پشتينيكي به ناوقه ده وه ده خرته و سهرى گوريسه كه له لاي پاسه وانيكى ياريه كه يه، تا له كاتى كارسات و به ربوونه وه رزگارى بكات، هه روه ها ئه و گوريسه بؤ ئه وانه به كه توانا و هيزبان ئه مينيت، پاسه وانه كه يارمه تيبان ده دات تا بتوانيت بگاته لوته كى ياريه كه، هه ندئ جاريش ئه و كاره پيچه وانه ده بيته وه كاتيك كه سه كه به هيزه و پاسه وانه كه رايده كيشيت تا به لوته كى ياريه كه نه گات، له خه لات و ديارى سهر كه و تنه كهى بيه شهى بكات.



فوتوگراف

ئەوانەي لە شوئنه ھەژارنشىنەکان ژيان بەسەر دەبنە و بەبەج خويئدن و قوتابخانەن، لە وئەكەدا مندائىك گاز لە سىمى دەوربەرى ناوچەى نىشتەجى دەدات، وەك ئەوھى بىھوئىت بىقرتىئىت و ئازاد بىت.

مندائىكى كچ لە ھىندستان

ئەو وئەبىھە لەلايەن تىمىكى وئەگرتن و بەسەرپرەشتى وئەگر (پاستۆر تىرلۆك) گىراو، باس لە نەھامەتى ژيانى مندائانى ولاتى ھىندستان دەكات،



پەند و وتە

تۆماس پەين، نووسەر و كەسايەتى سىياسى ئىنگلىز و ئەمىرىكى، ھەرۇھا فەلسوف و بىردۆزەرى سىياسەت سالى (۱۷۳۷) لە شارى تىتفۆرد لە بەرىتانىا لەدايكبوو لە سالى (۱۸۰۹) لە گرېنويچ كۆچى داوى كردوو، دەربارى گفئوگۆ دەلى: گفئوگۆ لەگەل كەسانىك بەكارھىنانى عەقل و مەنتق رەتدەكەنەو، ھەرۇھا بە فەلسەفەيەكى لاھوتى و لەسەر بنەماى رقى بىردەكەنەو، وەكو ئەو وایە كە دەرمائىك بە مردوويىك بەدەيت، تا چاك بىتەو.



گا
كارىك مەكە كەسانى دىكە نىگەران بكات. ئەو ماويە ھەلەپەكت كرد، خويشت زۆر جار بىرت دىتەو و لى پەشيمانى، پىراىكانت لە جى خويەتى و قسەى كەسانى دىكە وەربگرە و متمانەت بە خوت ھەب، نەركىكت لەسەر شانە و بە جوانى جىبەجىنى بگە، كەسكى زىرەكىت لە كارەكانت و نارام بگرە.

كاور
ھەموو كارەكانت بەيەكەو نەنجام مەدە، چونكە دەبىتە ھۆى شىوان و سەرئەكەوتت لە زۆرەيان، بىنوست ناكات بىر لە رابردو بەكەبەتە، چونكە ئەوانە رويشتن و بىنوستە داھاتووى خوت داين بكىت، كەسكى زىركت بارمەتەت دەدات و ھەستىكى پاكى پوت ھەب، فەرامۆشى مەكە و گرنگى بى، بىنار مەبە لە ژيان.

گولەكەنم
پىراى بەپەلە تووشى كىشەو گرفتت دەكات، ماويەكە بىر كەنەوت سەخت بوو و وادەزانى لە كارەكانت شكت دەھىت، كارىك مەكە كە لە سەرئارە دوودلى لە نەنجامەكانى، توائوتە مامەلەكردنت لەگەل كەسانى دەوربەر جىگىر بكىت، ئەوھش بە تىگەشتن لە كەسانى دىكە و رىزى بەرامبەرەكانت بوو.

شىر
ئەگەر ناتوانى كارىك جىبەجى بكىت، رەزامەند مەبە لەسەر نەوئى كە دەتوانى بىكەت، ئەو ماويە بەرو گرفتىك رىگەت كرتوو كە بىزارى كىردوى، ھەولى چارسەرى لەلای كەسكى نرىك و خۆشەويستى خوتە، ھەرلەدە داواى ھاوكارى لىبەكەت، كارىگەرى كەسانى دىكەت بەسەرەو ديارە و نىگەرانى داھاتووت مەبە.

قراڭ
بىزارىت پتو ديارە و مەھىلە كەسانى دىكە ھەستى پىكەن، ئەو كارى نىستات سەر كەوتو دەب، و گرنگى پىندە، ماويەكى دوودلى لە كارەكانت، ھەمىشە ھەولى ئەو لايەنە بدە كە دلخۆشت دەكات، زياتر گرنگى بە كەسكى خۆشەويست دەدەت، ھەنگاوكانت بۆ داھاتو لە بىر مەكە.

جەك
كەسكى زىركت ھەلەپەكى گەورە بەرامبەرت كرد و اىكرد متمانە لەسەرى نەمىننت، دووبارە ھەلەدە لى تىگەبەت و كىشەكان چارسەر بگەن، كەسايەت جىگىرە و ھەولمەدە بىگۆرىت، كانى نىستات زۆر گرنگە پوت و لەدەست خوتى مەدە، كارىكان پى راسپاردەوى بە جوانى جىبەجى بگە.



فېلكارى وىنە

- لەم وىنەيەدا دوو كەس لە ژورۇنكىدان، ھەردووانىيان ھەمان شېۋە و قەبارەيان ھەيە، ھەولبىدە بزائە فېلكارىيى وىنەكە چۈن كراۋە و وىنەكەش چۈن گىراۋە.



كارىكاتىر

- ئەم كارىكاتىر، باس لە گرنكى و پىئوسىتى ئاۋ دەكات، كە پىئوسىتە ھەر دۇيىكى ئاۋ ۋەك ئەلماس و زىر قەدرى بگىرىت، ھەرۋەھا پەيامىكە بۇ ئەۋەي ئەگەر رۇژنىك ئاۋ كەم بو، دۇپە ئاۋنىك ئەۋەندە بە نىرخ دەيىت كە دەستىنەكەۋىت.

مىشكىكى پىانۇ و ئورگژەن



دوای ئەۋەي ئافرىتىكى ئەمىرىكى بەناۋى (سىنۇن مايرس) مىشكىكى ژىرى دەيىت، كە ماۋەيەكى زۇرە خاۋەندارى دەكات و بە برواي خۇي مىشكىكى زىرەكەۋ لاسايى زۇرەيى كارەكان دەكاتەۋە، لە دواترىن قىدىۋىكانى كە وىنەي مىشكەكەي گرتوۋە، بە ئورگى سروۋى نىشمانى ئەمىرىكى دەژەنىت، ئەم مىشكە ناۋى (جاكۇيە، كە ئەم سروۋدە لە سالى (۱۹۱۰) گوتراۋە مىۋىزىكى گۇرانىيەكە لە ئورگ لىدەدەرىت و مىشكەكەش بە دەنۋىكى دوگمەكانى ئورگەكە دادەگىرىت و لەسەر نۆتى گۇرانىيەكە دەپرات تا تەۋاۋ دەيىت.

بۇ زانىارىت

مىندالى بلورى!

زۇرەمان ناۋى (مىندالى بلورى) يىمان بىستوۋە، بەلام بە كەمى دەزانىن چىيە و چۈنە، (مىندالى بلورى) زاراۋەيەكى بلاۋە سەبارەت بە كىدارى پىتاندىن (Fertilization) لە دەرەۋى جەستە (IVF)، ئەمەش رىگەيەكى تەكنەلۇژى يارمەتيدەرە بۇ دروستكردن و بەرھەمەيتىنانى كە ناسراۋە بە (ART)، بەشۋەيەكى پوخت و ئاسان ھىلكە لەگەل سىيۋمەكەدا لە شوئىكى تايەتتى تىكەل دەكرىن تا پىتاندىن رووبىدات، پاشان لە قۇناغەكانى سەرەتايىدا كۇرپەكە دەگوزارىتەۋە تا لەناۋ رەحمى ئافرىتەكەدا بچىندىر.

ئەم كىدارە لە پىنج ھەنگاۋى سەرەكى پىكىدىت، پىدانى دەرمانى تايەت بە ئافرىتەكە تا زياتر لە ھىلكەيەك بەرھەمەيتىت، چاۋدىرى قەبارى ھىلكەكەي دەكرىت لە رىگەي تەكنەلۇژىا و ئامىرى سەرۋى دەنگەۋە (Ultrasound)، كۇكرىنەۋى ئەم ھىلكەنە لە رىگەي ئەشتەرگەرىيەكى سادەۋە كە لە رىگەي ئامىرى سەرۋى دەنگەۋە دەكرىت، ۋەرگرتنى نىمۋنەيەك لە سىيۋمى پىاۋەكە. سىيۋمەكانى پىاۋەكە تىكەل دەكرىت لەگەل ھىلكەي ئافرىتەكە تا پىتاندىن رووبىدات. پاش روۋدانى پىتاندىن لە ساۋى ۳ - ۵ رۇژ ئەۋا ئەم

كۇرپەيە دەگوزارىتەۋە بۇ مىندالدىنى ئافرىتەكە كە برىتتە لە شوئى چاندى.



نەھەنگ

ھەر كاتىك ئاكرى لەسەر بىر كىرەنەۋەيەك ھەنگاۋ بىنىت، پىئوسىتە بىر كىرەنەۋەت بەك بەكىت و بەرەۋ تانمانجەكانت رىگە بگىرىت، سەرەتاي كارەكانت بە جوانى دەستىيىكە دىنپا بە لە نەنجامەكەي، ھەر ھەنگاۋنىك دەيى نامانجى لە پىشت بىت، بۇ ئەۋەي بە رىگەيەكى دروست بۇيان بچىت، شىۋازى كارگىرنت گونجاۋە دەستكارى مەكە.



گۈزە

بىرۋا بە ھەنگاۋنىك مەكە كە لە سەرەتارە خۇت دورەل بىۋى لە نەنجاماندى، مىمانەت بە خۇت بىت، ئەركەكانت بەرەۋ قورسى رىگە دەگىن، بىرارىنك مەدە دواتر كىشەت بۇت دروست بىكات، كەسپك لە دىلە و دەتەۋى لىنى نىزىك بىيىتەۋە، پىئوسىتە گىرنگى زياترى پىدبىت، تا ئەۋىش ھەست بە ناخت بىكات.



گىسك

كانتىك كىشەبەكت دەيى، ھەردەم كەسپكى دىكە تارانبار دەكەيت، رەنگە زۇر جارىش لە نەنجامى ھەلى خۇتەۋە بىت، ئەم بىرارىي ئىستا داۋتە، كارىكى چاكەۋ لەسەرى بەردەۋام بە، ھەندىك لە جىبەجىكردىنى كارەكانت بە ھىنۋاشى ھەنگاۋ دەيىت، بەلام بەم جۇرە سەرگەۋىتى زياترە لە خىزىۋوتت.



كەۋان

ئەۋ كاتەي پىئوسىتت بە بىر كىرەنەۋەيە، با ئەم رۇژانە نەيى كە دىلت تەنگەۋ بىزارى، لەم كاتە پلانى كارەكانت دابىنچ، كە دىلت خۇشە و لە ھەستىكى خۇشدايت، ئارەزۋ دەكەيت كە لەگەل كەسپىكا بىت، ھەولبىدە داۋاي لى بىكەيت، مەھىلە كارىگەرى كەسانى دىكە بەسەرەتەۋە بىت و لەسەر بىرى خۇت رىگە بگىرە.



دوۋپىشك

رىنگاۋى ژيان قورسە و پىئوسىتت بە ھەنگاۋى زياترە، چىركە كانتىك بىرۋەكەكانت بەرەۋ ناراستەيەكى چاك دەپۇن، لەلايەكى دىكەۋە توشى شىكىنىك دەيىتەۋە، مەرۋوخى و بەردەۋام بە، كەسپكى خۇشەۋىستت لەگەل باشە و تۇش ھەستەكانى فەرامۇش مەكە، خۇتان لەگەل يەكتر بگىرەنچىن و ژىرەنە بىر لە داھاتوۋت دەكەيتەۋە.



شايدان

شىۋازى رەفتارت پىئوسىتى بە گۇرانىكارى ھەيە، چىركە بەھۋى ئەۋەدە كەسانىكى زۇرت لە خۇت زوپىر كىردوۋ، بۇ ھەر نامانجىكت دەيى سەرەتا پلانى بۇ دابىنىت، بەر پالاتاش دەگەيتە سەرگەۋىتەكانت، بىر لە داھاتوۋت بىكەۋە كە بەرەۋ باشى دەچى. رەشىين مەبە لە ھەنگاۋەكانت، ماۋەيەكە دورەلپىت پىۋە دىبارە.