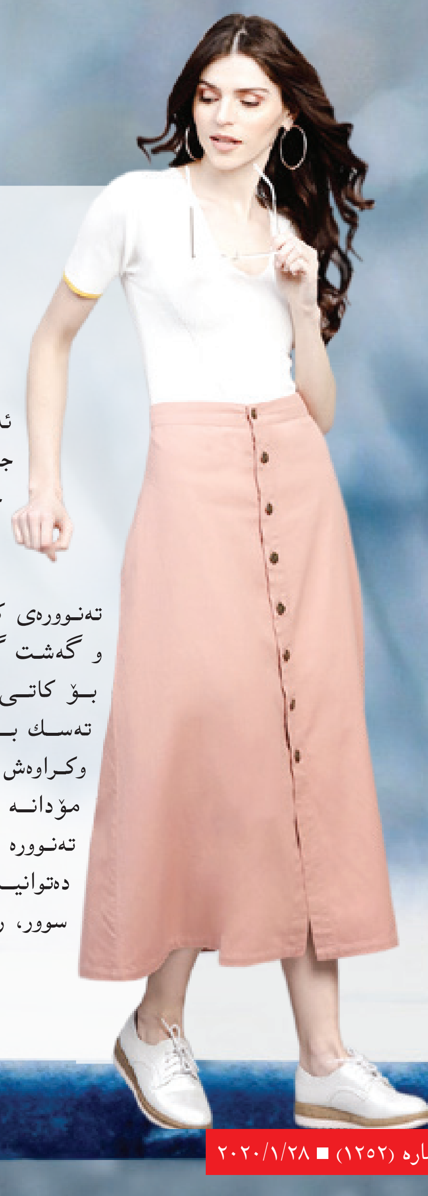
شێوازی شیككردنی جانتا و پێڵاو

جانتا و پێڵاو دوو كەرەستەی پێویست و سەرەكین و چەندە شێوازیان شیك و ڕازاوە بێت، هێندە زیاتر مۆدێكی ڕازاوەت دەست دەكەوێت، كاتێك ناتوانیت لە ڕێگەی جلەكانەوە مۆدێكی شیكت دەست بكەوێت، خۆ دەتوانی لە گونجاندنی ڕەنگ و شێوازی نێوان پێڵاو و جانتادا مۆدێكی شیك دەستەبەر بكەیت، بەهۆی ئەوەی پێڵاوەكان گوزارشت لە بەشی خوارەوەی جەستە دەكەن، ئەو دوو ئێكسسوارە كاریگەرییان لەسەر جوانكاری هەیە، هەروەها جانتاكانیش دەستەكان ڕازاوەتر و جوانتر دەكەن، بەمەش دەتوانین گونجاندنێك لە نێوان جانتا و پێڵاوەكاندا دروست بكەین. بۆ ئەم وەرزە جانتای ڕەنگاوڕەنگ و شێوە گەورە باوە، تەنانەت بوونی جانتای پێست و قوماش مۆدەكە زیاتر شایستەتر دەكات، لەم چەند وێنانەوە توانراوە لە شێوەی ڕەنگ و جوانیی ستایلەكان و نەخشەكانی نێوان هەردوو كەرەستەدا گونجادنی نێوان پێڵاو و جانتا دروست بكرێ.

تەنوورەی درێژ و ئەستوور بۆ زستان



بەشێكی زۆری ئافرەتان هەوادار و خوازیاری تەنوورەن، ئەویش بەهۆی ئەوەی پۆشاكێكی فەرمییە و هەندێ جاریش وەك مۆدە دەپۆشرێت، تەنوورە هەمیشە جوانی بە جەستە دەبەخشێت، چونكە پانتۆڵەكان شێوەی جەستە بچووك دەكەنەوە. مۆدەكانی سكێرت كە چەندین شێوەی جۆراوجۆرن بۆ وەرزی زستان، بریتین لە: تەنوورەی كورت كە لەگەڵ پووت دەپۆشرێت و بۆ دەرچوون و گەشت گونجاوە، تەنوورەی درێژ لەگەڵ پێڵاوی فلات بۆ كاتی دەوام و زانكۆ دەبێت، هەروەها تەنوورەی تەسك بۆ بۆنە و ئاهەنگەكان، تەنوورەی بەرین وكراوەش بۆ كاتی بازاڕكردن و ماڵەوە دەپۆشرێت، ئە و مۆدانە چەندین شێوازی جۆراوجۆرن و ئافرەتان بە پۆشینی تەنوورە مۆدێكی نایاب دەستەبەر دەكەن، لە بارەی ڕەنگەوە، دەتوانیت ڕەنگی تۆخ بۆ تەنوورە هەڵبژێریت، لەوانە: سوور، ڕەش، زەرد و سەوز.

کڵاوی خووری بۆ جوانی و پاراستنی قژت

سەرمای زستانی ئەمساڵ جیاوازە و کەشوهەواش بەردەوام لە گۆڕانکاریدایە، ئەوانەی زیاتر ڕۆژانەی ژیانیان لە دەرەوەن و کارەکانیان لە کەشی سارددایە، لەگەڵ ئەوەی جوانپۆشن، بەڵام سەر و قژیان هەمیشە لە دەرەوە دەبێت، بۆیە دەکرێت ئەو بەشەش بە پۆشینی کڵاوێك داپۆشرێت تا قژ لە کاریگەریی سەرما بە دوور بێت، ئەوەی زیاتر باوە لە وەرزی سەرمادا بریتییە لە: کڵاوی خووری و پەموو کە نەرم و گەرمن و کێشیان هێندە نییە کە بێزارت بکەن، ئەو ڕەنگانەی بۆ کڵاو دانراون، زیاتر ڕەش و سوور و سەوزن، کە هەر سێ ڕەنگ لە وەرزی زستاندا سەرنجڕاکێش و ناسکن، تۆش هەوڵبدە کڵاوەکەت قوماش، یان خووری بێت، چونکە کڵاوی چەرم ساردە و گەرمت نابێتەوە.

کاریکاتێر

ئەم کاریکاتێرە باس لە ڕەوشی برسی و لێقەوماوان دەکات، لەو کاتەی دەستەڵاتدارەکان خواردن و سامان لە خەڵك زەوت دەکەن و ئەوانیش لە بەردەمیاندا وەستاون و چاوەڕێی خواردن دەکەن.

شووتی خنجیلانە !

ناوی زانستیی ئەو شووتییە بچووکە (Pepquino melon)ە و تیرەکەی دەگاتە تەنیا دوو سانتیمەتر، هەروەها درێژیشی سێ سانتیمەترە، ناوەوشی لە جیاتی ئەوەی کە سوور بێت، ماددەیەکی سەوزی شێوەی گۆشتی و پڕ لە ئاوی تێدایە، لە کاتی خواردنیشدا خرمەی دێت، چونکە وەك شووشتیی ئاسایی نەرم نییە، ئەو جۆرە شووتییە لە دارستانە سرووشتی و خۆڕسکەکانی باشووری ئەمریکا دۆزراوەتەوە، دواتر لەلایەن ئەندازیارانی کشتوکاڵەوە لە ڕێگەی تێکەڵکردنی توێکڵ و بەروبوومەکانی کشتوکاڵیدا پەرەیان بەو جۆرە شووشتییە داوە، چونکە خواستی زۆری لە سەرە.

بیرکردنەوە و فەلسەفە

سەرەتای فەلسەفە

بۆ ئەوەی قسە لەسەر سەرەتای سەرهەڵدانی فەلسەفەی سەرەتایی و نوێ بکەین، دەبێت باس لەو شتانە بکەین کە هەن و سەرەقەڵەمی پێدابهێنین، هەروەها لەبارەی ژیانی کۆمەڵێك لە خواوەندەکانەوە بدوێین کە ڕۆڵ و کاریگەریی زۆریان لەسەر ژیان هەبووە و بە درێژایی سەدان ساڵ لە نەوەیەکەوە بۆ نەوەیەکی دی باسی خوداکانیان دەماودەم گێڕاوەتەوە.

لە یۆناندا خوداکان ناویان (زیۆس و ئەپۆلۆن و هیرا و ئەسینا و دیۆنیسۆس و ئەسکلیپۆس و هیراکلس و هیفایستۆس) بووە، کە ئەمانە بەشێکی کەمی خوداکانی ئەو سەردەمەی یۆنانییەکان بوون و ناوی چەندین خودای دیکەش هەبوون، نزیکەی حەوت سەد ساڵ پێش لە دایکبوونی مەسیح زۆرینەی ئەفسانەکانی یۆنان لە لایەن «هۆمەر و هێسیۆد»ەوە نووسراونەتەوە، ئەمەش حاڵەتێکی تەواو نوێی خولقاند و هەر خێرا پاش نووسینەوەی ئەفسانەکان بواری گفتوگۆکردن لەسەریان بەرکەماڵ بوو. فەیلەسووفە سەرەتاییەکانی یۆنان ڕەخنەیان لە باسە خوداییەکانی «هۆمێر « دەگرت و دەیانگوت: «خوداکان تا رادەیەکی زۆر لە مرۆڤ دەچن و وەك مرۆڤیش جێگەی باوەڕ نین»، بۆ یەکەمین جاریش گوتیان لەوانەیە ئەفسانەکان تەنیا مەزەندەکردنی خەڵك بن و هیچی دی.

دەتوانین لە لای «زەینۆفانیس»ی فەیلەسووف نموونەی یەکەمین ڕەخنە ببینین کە لە ئەفسانە گیرا، ئەم فەیلەسووفە لە دەوروبەری ساڵی «٥٧٠»ی پێش زایین ژیاوە و گوتوویەتی کە خەڵکی خودایان لەسەر وێنەی خۆیان دروست کرووە، هەروەها پێیان وایە خوداکان هەروەك ئێمە لەدایك دەبن و وەك ئێمەش خاوەنی لەش و جلوبەرگ و زمانن، هەروەها گوتوویەتی: ئەگەر ئەسپ و گا و شێریش توانای وێنەکێشانیان هەبوایە، ئەوا ئەوانیش وێنەی خودایان لەسەر شێوەی ئەسپ و گا و شێر دەکێشا.» (زنجینەکان) لەو بڕوایەدا بوون کە خوداکان ڕەش بن و لووتیان کۆڵ بێت. هاوکات «تراکەرەکان» وا مەزەندەیان دەکرد کە شین بێت و قژیان زەرد بێت.

نوکتە

جارێکیان دزێك دەچێتە ماڵی تەمبەڵێك، دوای ئەوەی دزەکە شتەکانی دەبات و دەیەوێت بڕوات، خاوەن ماڵە تەمبەڵەکە دەڵێ: توخوا لە دوای خۆت دەرگاکەش دابخە.

کاوڕ ٣/٢١ - ٤/١٩

دڵگرانیت پێوە دیارە، بەڵام نابێت کاریگەری بخاتە سەر ژیانی ڕۆژانەت، بۆیە کەسێکی گەشبین بە و لەگەڵ کەسانی دەوروبەرت نەرمی بنوێنە، واپێویست دەکات، ئەو کێشەیەی ئێستات بە بێدەنگی چارەسەر بکەیت، چونکە ناحەزت زۆرە و هەوڵ دەدەن کێشەکەت ئاڵۆزتر بکەن، ئەم ماوەیە کەمێك ماندوو دەردەکەویت.

گا ٤/٢٠ - ٥/٢٠

بە هۆی کەسێکەوە زۆر هەنگاوی گرنگت لە دەست داوە، بۆیە تا ماوەیەك فەرامۆشی بکە و هەوڵی خۆت بدە بۆ ئەوەی ماوەی داهاتووت سەخت نەبێت، لەگەڵ کەسێك کێشەتان هەیە، بەڵام چارەسەر دەبێت، ئەو کەسەی کە هەڵویستی بەرامبەرت خراپە، خۆی پەشیمان دەبێتەوە، تەنیا کەمێك ددان بەخۆتدا بگرە.

جمك ٥/٢١ - ٦/٢٠

کەسێکی ژیر و دانایت، بەڵام زۆرجار بەخت یاوەرت نییە، هەندێك جار هەڵە دەکەیت و دواتر پەشیمان دەبیتەوە، بێ هیوا مەبە. ماوەیەکە لەگەڵ کەسێك کێشەی سۆزداریتان هەیە، نابێت دەستەوەستان بمێنیت ء هەوڵی بنبڕکردنی گرفتەکان نەدەیت، بەڵکو لایەنی بەرامبەرت لە ڕاستییەکان تێبگەینە، بەمەش ویژدانت ئاسوودە دەکەیت.

قرژاڵ ٦/٢١ - ٧/٢٢

هەرکارێك هەنگاوی بۆ دەنێت دەبێتە سەرچاوەیەك بۆ داهاتووت، ڕێگە مەدە کەسانێك بۆ بەرژەوەندیی خۆیان بەکارت بهێنن، بەرامبەر کەسانی دەوروبەرت لە ڕووبەڕووبوونەوەی هەندێ هەڵوێستت مەترسە، بەڵکو پێویستە هەموان لە ڕاستییەکان تێبگەیەنیت و بیسەلمێنیت کە توانای پشتبەخۆبەستنت هەیە، لە ڕابردوو دوور بکەوەرەوە و بۆ داهاتوو بژی.

شێر ٧/٢٣ - ٨/٢٢

ماوەیەکە بەهۆی سەرقاڵییەوە بێزاریت پێوە دیارە، ئەرکی خۆت بە کەسانی دیکە مەسپێرە و تەنانەت نهێنیەکانیشت لەلای کەس مەدرکێنە، لەو پرۆژەیەی کە بۆ دوارۆژ بیرت لێ کردۆتەوە، تەنیا پێویستە دەست بە جێبەجێکردنی بکەیت، ئەوەی دیکە خۆی بە ئاسانی جێبەجێ دەبێت، کەڵك لە توانا و بەهرەکانت وەربگرە و نائومێد مەبە.

گوڵەگەنم ٨/٢٣ - ٩/٢٢

گۆڕانکاری لە ژیاندا پێویستە و دەبێ کاری لەسەر بکەیت، چونکە گۆڕانکارییەکان وات لێ دەکەن کە لە ڕووبەڕووبوونەوە نەترسی، ئەو ماوەیە لەگەڵ کەسێك هاوهەڵوێست دەبن، پێویست بەم هەموو گومانە ناکات ء دوودڵیش مەبە و خۆتی لێ نزیك بکەرەوە، پێویستە بۆ گەیشتن بە ئامانج پشت بە کەسی متمانەدار ببەستیت.

پوختەی فیلم

خاتوونی ڕەش - Black Widow

فیلمێکی فەنتازیا و سەرکێشییە، باس لە خاتوونێك دەکات کە ناوی (ئەکا ناتاشا ڕۆمانۆڤا)یە و لەگەڵ هاوسەرەکەی لە هەواڵگریی ڕووسیا کار دەکات، دواتر لەلایەن هەواڵگریی ئەمریکاوە کار و چالاکییەکانی دەوەستێندرێت، تا ئەو کاتەی لە شاری نیویۆرك دەست بە چالاکییەکانی دەکاتەوە، فیلمەکە لە وڵاتی ئیتاڵیا وێنەی گیراوە، لە دەرهێنانی کەیت شۆرتلاند و نواندنی (سکارلێت جۆهانسن، فلۆرینس فۆگ، دەیڤید هاربۆر، میشیل وەیز، ڕۆبێرت داونی)یە.

هاوسەرگیری و زەماوەند لە ناو تابوتدا

هەروەك دەزانین ئاهەنگی هاوسەرگیری لە هۆڵ و شوێنی تایبەتدا ئەنجام دەدرێ، تا ئامادەبووان بتوانن کەشێکی خۆش لە زەماوەندەکەدا بەسەر ببەن، بەڵام لە وڵاتی تایلەند پێچەوانەی ئەو بیر و باوەڕەیە و جۆرە ئاهەنگێکی هاوسەرگیرییان هەیە، کە لە ناو تابوتی مردووەکاندا ئەنجامی دەدەن، لە شاری بانکۆکی پایتەختی ئەو وڵاتە سەیرترین ڕێوڕەسمی ئاهەنگگێڕان کرایەوە، کە بووك و زاوا لە ناو تابوتدا بوون، بە مانای ئەوەی لە ڕۆژی هاوسەرییەوە تا مردن لەگەڵ یەکتر بەردەوام دەبن، وەکو لە وێنەکاندا دەبینین لەبری ڕەنگی سپی بۆ بووك ڕەنگی پەمەییان داناوە، بە مانای ئەوەی ژیانی هاوسەری مەرج نییە بە سپی دەست پێ بکات، دەکرێ لە ناو تابوتێکدا دەست پێ بکات و تا ناو تابوت بەردەوام بێت.

پەند و وتە

ڤیکتۆر ماری هۆگۆ، نووسەری فەرەنسی و ڕۆماننووس، لە شاری باسانکۆن لە فەرەنسا لەدایکبووە و لە ساڵی ١٨٨٥ لە پاریس کۆچی دوایی کردووە، دەربارەی هەست و خۆشەویستی بۆ نیشتمان دەڵێت: «ئەوانەی دایك و باوکیان نەماوە، با خۆیان ڕابهێنن کە هەست و خۆشەویستی لە نیشتمانیان وەربگرن، چونکە هەردەم دەمێنێت.

فێڵکاریی وێنە

لەم وێنەیەدا فیلێك بەدی دەکرێت کە قاچەکانی سرووشتی نین، هەست دەکەیت یەکێك لە قاچەکانی زیادە، هەوڵبدە لە ماوەی (٣٠) چرکە فێڵکاریی وێنەیەکە بزانیت.

گۆزە ١/٢٠ - ٢/١٨

بڕیاری بە پەلە مەدە و ئارام بگرە، ماوەی داهاتووت بەرە و خۆشی دەچێت و لەگەڵ کەسێکدا زیاتر ئاشنای یەکتر دەبن، سادەیی ء ساکاریت ئاکار و ڕەوشتی جوانتر کردوویت، لەلای کەسوکاریشت شیرینتر و خۆشەویستتر بوویت، بەڵام خۆت وا هەست دەکەیت کەسانێك ئەم هەڵسوکەوتانەت بەهەڵە لێك دەدەنەوە، ئەوە تەنیاهەڵە لێکدانەوەی خۆتە.

نەهەنگ ٢/١٩ - ٣/٢٠

کەسایەتیت لەگەڵ ڕەفتارەکانتدا گونجاوە، بەڵام کاتێك تووڕە دەبیت، پێویستە هێمنیی خۆت بپارێزی، هەرچەندە زۆربەی کەسانی خاوەنی ئەم بورجە بە ئاسانی تووڕە نابن، بەڵام کە فشارێکی نارەوایان لەسەر دروست ببێت، تووڕەبوونەکەیان بە ڕێژەیەکی زۆرە، بۆیە باشترین ڕێگا ئەوەیە خۆیان بە کێشەی کەسانی دیکەوە سەرقاڵ نەکەن.

شایان ٩/٢٣ - ١٠/٢٢

لە ڕابردوودا چەندین هەلت بۆ ڕەخساوە و لە دەست خۆتت داون، لە ئێستادا هەلی دیکەت بۆ دێتەپێش، بۆیە دەبێت بە جددی کار بۆ ئامانجەکانت بکەیت، ماوەیەکە لە کەسێك نزیکت بەگومانیت و وا هەست دەکەیت کە شتت لێ دەشارێتەوە، لەبیرت نەچێت تۆش زۆر شتت لەو شاردۆتەوە، بۆیە بەر لە هەر شتێك پێویستە متمانەی خۆت بەدەست بهێنیتەوە .

دووپشک ١٠/٢٣ - ١١/٢١

لەم ماوەیەدا ڕەنگە کێشە و گرفت لە نێوان دوو کەسی نزیکتدا دروست ببێت، پێویستە ڕۆڵی چارەسەر ببینیت و مەهێڵە لێك دوور بکەونەوە، دڵی دۆستەکەت مەڕەنجێنە و گرنگیی پێ بدە، چونکە ئەو تۆی زۆر خۆش دەوێ، ئەم ماوەیە سەرقاڵی تووشی ماندووبوون ء بێزاریت دەکات، ئاگاداری تەندروستیی خۆت بە.

کەوان ١١/٢٢ - ١٢/٢١

هەندێ جار لە کارەکاندا سەرکەوتوو نابیت و دەبێتە هۆی زۆر بیرکردنەوە و دڵتەنگی، وا چاکترە ڕێگەی ژیانت بگریت و لە هەوڵەکانت بەردەوام بیت، ئەم ماوەیە زۆر گرنگی بە ژیانی کۆمەڵایەتیت بدە، هەروەها ئاوات ء ئامانجەکانت فەرامۆش مەکە، ڕەنگە بەهۆی ناڕۆشنیی ئاکامەکان کەمێك دڵتەنگ بیت، بەڵام نابێت هیوابڕاو بیت.

گیسک ١٢/٢٢ - ١/١٩

بۆ مامەڵەکردن لەگەڵ کەسانی دەوروبەر و نزیکەکانت ڕێگەیەکی سادە بگرەبەر، ئەرکی خۆت بە ڕێکی جێبەجێ بکە و مەهێڵە کەسانی دیکە خۆیان لە کارەکانت هەڵقولتێنن، ئەوەی لە ئێستادا گرنگە کاری لەسەر بکەیت، تەنیا گرنگیدانە بە ئایندەی خۆت. بەرگری لە کەسایەتیی خۆت بکە و تواناکانت دەربخە و مەهێڵە کەسانێك بێزارت بکەن.