قاوە به‌ هێلکه‌

قاوە یەکێکە لەو خۆراکە بە جۆش و بە سوودەی کە خۆشەویستی هەمووانە، لە هاوین و زستاندا نۆش دەکرێت، قاوە وەك لە ناوەکەیدا هاتووە ڕەنگی قاوەییە، کۆفی لەگەڵ چەندین ماددەی دیکەی وەك نسکافیێ و شیر و نەستەلە تێکەڵ دەکرێت، یان بە سادەیی نۆش دەکرێت، لە شاری هانۆی پایتەختی ڤێتنام جۆرە قاوەیەك بەرهەم هاتووە کە لە قاوەی ئاسایی ناچێت، بەهۆی ئەوەی ڕەنگی سپییە، ئەو جۆرە قاوەیە هێڵکەی تێ دەکرێت، بەمەش جگە لەوەی ڕەنگی قاوەکە سپی دەێت، هەروەها تامێکی دیکەی دەبێت، قاوەی بە هێلکە ئامادەکراو جۆرێکی تازەی قاوەیە، کە بۆ یەکەمجار لە چێشتخانەی (دین) لە وڵاتی ڤێتنام پێشکەش کرا، ئەوەی سەیرە هێلکە بە خاوی دەکرێتە ناو قاوەکە و پاشان نۆش دەکرێت.

درێژترین پیتزا بە دیاری

بەهۆی ئەو ئاگرە گەورەیەی کە لە وڵاتی ئوستراڵیا کەوتەوە، کە بووە هۆی سووتانی بەشێکی زۆری دارستانەکانی ئەو وڵاتە، تیمەکانی ئاگرکوژێنەوە بەردەوام لە هەوڵی کۆنترۆڵکردنی ئاگرەکەدا بوون، دوای ئەوەی توانییان ئاگرەکە بکوژێننەوە، چێشتخانەیەکی ئیتاڵی لەو وڵاتە وەك پاداشتێك بۆ کاری تیمەکانی ئاگرکوژێنەوە بە دانانی هەویری پیتزا و پاشان کەرەستەکانی دیکە، هەروەها گرانترین جۆرە پەنیر کە پەنیری موتزارێلایە لەسەر تەواوی پیتزایەکە دانراوە درێژترین پیتزایان لە سەر شەقامی گشتیدا بە درێژایی چێشتخانەکە (١٠٣ مەتر) بە ناوی (بیلیگرینی) بۆ ئامادەکردن، ماوەی دروستکردنی ئەو پیتزا درێژە زیاتر لە (٥) کاتژمێری خایاند و (٤٠٠٠) پارچە پیتزای لێ دروست کرا، لە کۆتاییدا پێشکەش بە ئەندامانی تیمی ئاگرکوژێنەوەی شاری سیدنی کرا.

شێتەکان بە کەسانی پیرۆز دادەنرێن

ئەوانەی باری دەروونییان بە هەر هۆکارێك تێکچوویێت، یان ڕەوشی ژیان وای لێکردبن کە بە شێت ناو ببردرێن، جگە لەوەی ئەوانە لە بارێکی دەروونیی جیاوازدان، هەروەها سەرچاوەی خۆشی و پێکەنین و قسە خۆشیی خەڵکانی دیکەن، شێتەکان بەردەوام لە نێو کۆمەڵگە و لە شوێنە گشتییەکاندا هەن و بە کەسانی خۆشەویست ناو دەبردرێن و لەلایەن خەڵکەوە هاوکاری دەکرێن، چەندین نموونە هەن، لەوانەش هەیاسە شێت، کە بە ئەسڵ هەولێرییە و کوورەچی بووە و سەرۆکێ شێتان بوو، وەك سەرگوزەشتەیەکیش یەکێك لە خزمەکانی خۆی دەڵێت کە شەوێك هەیاس خۆی هاویشتبووە ناو گۆمێك بۆمەلەوانی و جنۆکە دەستیان لێ وەشاندووە بۆیە شێت بوو، هاوکات جەردیسە شێت، هەبوو کە بەردەوام لەدەوروبەری مزگەوتی مەحمود عەلاف بوو، واتە نیزیك پارێزگاری هەولێری ئێستا، پیرداوە شێت، شێتی ناسراوی قەڵات، حەسەنە شێت کە بەردەوام لە ئیسکان بوو، حەسەن پەنجاو پێنج، کە هەمیشە حەزی دەکرد لە دەرگای ماڵان بدات و رابکات، حەمیدە شێت کە بە بەغیرەتترین شێت دادەنرێت و زۆر ئازا بوو، هاوکات حەمەدەمینە شێت برای حەمیدە شێت، جومعە شێت لە نزیك نەخۆشخانەی هەولێری فێرکاری دەژیا و تەنیا بە جووڵە خەڵکی دەترساند، عەمۆ جەلیل فەراش و بەردەست بوو لە فەرمانگەی مەعمەل مافوور، مەمەدە شێت لە گەڕەکی خانەقا و بیرێژیان بوو و بەردەوام لە بەردەم مزگەوتی مەلا مەحمود کە لیکی دەمی ڕانەدەوەستا و بەردەوام سەتڵێکی بوو و دەرۆزەی دەکرد، تەحسینە قوولی کە دانیشتووی گەڕەکی خانەقای بوو حەزی بە خڕکردنەوەی گوش و تەنەکەو قۆدی بوو! کەسێکی زۆر غەریب و بێ زەر بوو و دەگوترا لە ترسی عەسکەری خۆی شێت کردووە، بەرخۆکە یان بەخۆکە لە ئەسڵداناوی (بەکر بەگ) بوو خەڵکی گوندی شیرێی ناوچەی خۆشناوەتی بوو، بەڵام بە زۆری لە سیتاقان دەگەڕا و دەسوڕایەوە، شێتێکی قسە خۆشبوو ناوی هەمووشێتەکانی هەولێری دەزانی و ئەگەر دەفلست بدایە پێی یەکسەر تەسبیحەکەی دەردەهێناو دنکەکانی دەژمارد و هەردانەو ناوی شێتێکی دەگوت، دارا شێت یەکێکی دیکە لە شێتەکان بوو کە خێل بوو و بەژنێکی لاواز و پرچێکی درێژی هەبوو، دەگوترا دوژمنداربوو بۆیە خۆی شێت کردبوو، شاکرە شێت ئەویش کەسێکی بێ زەرەر و لە ڕادەبەدەر غەریب بوو، یاهوو دەروێش نەجمەددین ئەویش خەڵکی کورانی عەنکاوە بوو بەردەوام دەف و شمشێرێکی لە دەستبوو بە دەف لێدانەوە زیکری دەخوێند، ئەکرەمە شێت پیاوێکی درێژی شەرواڵ کورت بوو، کەسێکی بوو، لەبەرەخۆیەوە پرتە پرتی دەکرد و بەپێ دەهات و دەچوو، مام ئەکرەمی شەرواڵ لەچۆك کە لە ترافیکی ئیسکان نزیك هۆڵی میدیا دەرۆزەی دەکرد، دواهەمین کەس لەو شێتانە ئافرەتێك بوو بە ناوی (کەسك و سۆر) کە پیرەژنێك بوو جلکی ڕەنگاوڕەنگی لەبەر دەکرد.

نووسینگە و ئۆفیسە سەرنجڕاکێشەکان لە جیهان

شوێنی کارکردن لە نووسینگە و ئۆفیسەکانی کۆمپانیای گۆگڵ، بە جوانترین و خۆشترین شوێن لە جیهاندا دادەنرێن، تەنانەت بە جۆرێکە کە لە هیچ شوێنێکی دیکە ئەو کەشە خۆشە نییە، ئەگەر نووسینگەی لەندەنی کۆمپانیای گۆگڵ وەك نموونەیەك وەربگرین، شوێنەکەی تەسك نییە و بەڵکو (٣٠٠) مەتر درێژە، زیاتر لە (٧) هەزار فەرمانبەر و کارگوزار لەو شوێنە کاردەکەن کە لە (١١) نهۆم پێکدێت و بڕی یەك ملیار دۆلاری تێچووە، جگە لەوەی شوێنی کارکردنە، هەروەها مەلەوانگە و شوێنی یاریکردن و چێشتخانە و نووستنیشی بۆ دابین کراوە، تا فەرمانبەر و کارگوزارەکان پێویستیان بە دەرەوەی ئەو شوێنە نەبێت و لە خۆشیی ئەو هەموو لایەنانەوە کارەکانیان جوانتر و ڕێکتر بەڕێوە ببەن.

کاریکاتێر

ئەم کاریکاتێرە باس لە گرنگیی کتێب دەکات، کە بە زانست و زانیاری مێشک ئاو دەدات و، ئەوە دەخاتە ڕوو کەخوێندنەوەی کتێب یەکێکە لایەنە گرنگەکانی ژیان.

بیرکردنەوە و فەلسەفە

چەمکی هۆرم

نووسەری فەڕەنسی «مارسێل پرۆست»لە ڕۆمانی گەڕان بەدوای کاتی لەدەستچوودا دەڵێت، هۆرم ئەو حاڵەتەیە کە کەسێك دەخەوێت و لە خەویدا خەوێکی دیکە دەبینێت، ئەم خەوە دەتوانین وەك خەوێکی پیرۆز، یا خەوێکی دەگمەن لێی تێبگەین، بە واتای دۆخێکی نەخوازراو و دەگمەن دێت، دەکرێت بە شێوەیەکی تراژیدی وێنای بکەین، هەر بۆیە باس لە ساتێکی هەستیار دەکات کە لە یادەوەریی هەر کەسێکدا دەمێنێتەوە، بۆیە مرۆڤی خەوتوو ڕشتەی کاتەکان و ساڵەکان و گەردوونی وەك زنجیرە بە دەوری خۆیدا دەبینێت، بەشێوەیەك کە لە خەو رادەبێ و بە خۆڕسك سەیرێکیان دەکا و لە چرکەیەکدا دەتوانێت شوێنی خۆی لەسەر زەمین و کاتێك کە ساتی بێداریی ئەو تێپەڕیوە بدۆزێتەوە و هەستی پێ بکات. ئەمەش وامان لێ دەکات کە بیر بکەینەوە و لەوە تێبگەین کە ئەم ژیانەی بۆی دەژین خەیاڵە، بۆیە ئاوا زوو تێدەپەڕێت و دەڕوات و هیلاکی کردووین، یان هەر خۆی ئەم ژیانە دووجار لە خەیاڵ دەچێت.

نوکتە

پیاوێك لە خەو ڕادەپەڕێت و لەو کاتە هاوسەرەکەی لەلای دەبێت و دەڵێ: چی بووە؟ پیاوەکەش دەڵێ: لە خەودا ژنم هێنابوو، ژنەکەشی دەڵێت: هەر ئێستا دەبێ بخەویتەوە و بچیت ژنەکە تەڵاق بدەیت.

کاوڕ ٣/٢١ - ٤/١٩

ماوەیەکە خۆت فەرامۆش کردووە و گرنگی بە ژیانی خۆت نادەیت، بایەخ بە کارەکانت بدە، ئەم ماوەیە لەپەیوەندیی سۆزداریدا بەخت یاوەرت نابێت، پێویستە لەم کاتانەدا ئارام بگرییت و بڕیاری هەڵە نەدەیت، هەوڵ بدە دووبارە کارەکانت ڕێك بخەیتەوە و پلانی نوێ دابنێ.

گا ٤/٢٠ - ٥/٢٠

هەمیشە بە کەسێکی ناوازە دانراویت، پارێزگاری لە کەسایەتی و هەست و سۆزی خۆت بکە و مەهێڵە ڕێگەت لێ بگرن، شێوازی هەڵسوکەوتت لەگەڵ ئەندامانی خێزانەکەت بگۆڕە و خۆت لە کێشەی کەسانی دیکە بە دوور بگرە، با تووشی گرفتی گەورە نەبیت.

جمک ٥/٢١ - ٦/٢٠

پێویستە لەکاتی بوونی کێشە وگرفتدا بەهێز بیت و دڵەڕاوکێ نەکەیت، بەڵکو بەرەنگاری کێشەکانت ببەرەوە، هەوڵبدە بە باشی مامەڵە لەگەڵ هاوڕێکانتدا بکەیت، تا گرفتە لاوەکییەکان کاریگەری نەکەنە سەر باری سۆزداریت، ئەم ماوەیە زیاتر ئاگاداری هەڵسوکەوتت بە.

قرژاڵ ٦/٢١ - ٧/٢٢

ڕێگەی داهاتووت سەخت و دژوار دەبێت، بۆیە لە ئێستاوە خۆتی بۆ ئامادە بکە، بڕیاری دروست بدە و ئەوەندەش خۆت بە بێدەسەڵات مەزانە، گرفتەکانی ژیانت لای هەموو کەس باس مەکە و پشت بە خۆت ببەستە. باری داراییت بەرەو باشتر دەچێت.

شێر ٧/٢٣ - ٨/٢٢

ئەرکی خۆت بە کەسانی دیکە مەسپێرە، ئەوەی دەیکەیت جێگەی شانازییە بۆ خۆت و کەسانی دەوروبەرت، ئاگاداری ئەندامانی خێزانەکەت بە و یارمەتییان بدە، خەریکی ڕێکخستنەوەی کارەکانت بەء ئەرکە دواخراوەکانت جێبەجێ بکە، ئایندەت بەرەو ڕووناکی دەچێت.

گوڵەگەنم ٨/٢٣ - ٩/٢٢

بۆ مامەڵەکردن لەگەڵ کەسانی دەوروبەرت ڕێگەیەکی دیکە هەڵبژێرە، کەسێك دژایەتیت دەکات و نییەتی باش نییە، بۆیە ئاگادار بە، ئەوەندە بیر لە پارە و سامان مەکەرەوە، گرنگی بە خۆشەویستەکەت بدە و بێزاری بەرامبەری دەرمەبڕە، پێویستە بە هیواوە لە ژیان بڕوانیت.

بەهرەی وێنەکێشان لەسەر خواردن

ئەو خاتوونە خەڵکی وڵاتی لیتوانیایە و ناوی (ئیمیلیا زاوی)یە و بەهرەیەکی تایبەتی هەیە کە لەسەر خواردن وێنە دەکێشێت، هەروەها کەسێکی دیکەش لە وڵاتی ڤەنزەویلا هەیە بە ناوی (جۆلیتا ڤاتیکوت) کە هەمان ئەو کارە دەکات، تا ئێستا دوو نمایشگای بۆ کارەکانی کردۆتەوە، لە هەر یەکێکیان نزیکەی (٢٥) جۆرە خواردنی بە وێنەی نەخشێندراو و رازاوەی ئامادە کرد، بە جۆرێك کە دەتواندرێت وێنەکانیش لەگەڵ خواردنەکە بخورێت، چونکە پێکهاتەی پەیکەر و وێنەکان لە خودی خواردنەکەوە دروست کراون. خواردنەکانیش زیاتر لە (ماکارۆنی، کێك، شکۆلاتە، میوە و سەوزە) دروست دەکات، چونکە تەنیا ئەو جۆرە خواردنانە بۆ کاری پەیکەری و وێنەکێشان لەسەریان دەشێن.

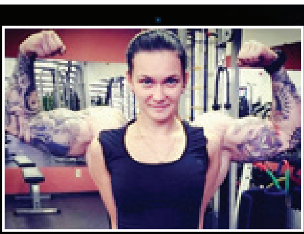
پوختەی فیلم

شوێنی بێدەنگ - A Quiet Place

فیلمێکی ترایلەر و نهێنییە، باس لە خێزانێك دەکات کە ڕووبەڕووی تیرۆریستان دەبنەوە، بەڵام پێویستە دەنگ نەکەن و کەسیش ئاگادار نەکەنەوە، دواتر دەزانن کە کێشە و گرفتەکان لە ڕێگای دەنگەوە نین، بەڵکو لە نێو خۆڵ و زەوی ماڵەکەیاندا بۆیان دێن، فیلمەکە لە هیندستان تۆمار کراوە، لە دەرهێنانی (جۆن کارسینسکی)یە، ئەو فیلمە دوای ئەوەی لە بەشی یەکەمدا جەماوەرێکی زۆری هەبوو، ئەمەشیان بەشی دووهەمیەتی، کە لە نواندنی جۆن کارسینسکی و سیلیلیان مۆرفی و ئیمێلی بلۆنتە.

پەند و وتە

میگوێل دی سێرڤانتس، نووسەری ئیسپانی، لە ساڵی (١٥٤٧) لە شاری ئلکیلا دی هێرینس لە ئیسپانیا لەدایکبووە، لە ساڵی ١٦١٦ لە مەدریدی پایتەخت کۆچی دوایی کردووە، دەربارەی گاڵتەکردن دەڵێت: «ئەقڵی سەنگین، ناتوانێت بە هیچ شێوەیەك گاڵتە و گەپ قبوڵ بکات، بۆیە لەگەڵ کەسانێك گاڵتە مەکە، کە کەسانی جددی و ئەقڵ گەورەن.



فێڵکاریی وێنە

لەم وێنەیەدا کچێك هەیە، کە شێوەی ناسك و جەستەی نەرم و نیانە، کەچی بازووەکانی هێندەی یاریزانێکی لەشجوانی دەبێت، هەوڵبدە ڕاست و دروستی وێنەکە ئاشکرا بکەیت.

نەهەنگ ٢/١٩ - ٣/٢٠

کەسێکی لێهاتوو و بەتوانایت، بەڵام ڕێگەت نادەن کە کارەکانت بە باشی سەربگرێت، پێویستە بڕیار لە دەستە خۆت بێت، لە دڵەڕاوکێ بە دوور بە بۆ ئەوەی لە ژیانی پیشەییتدا سەرکەوتوو بیت، دەستکەوتێکی باش بەڕێوەیە سوودی لێ ببینە و بەفیڕۆی مەدە.

گۆزە ١/٢٠ - ٢/١٨

ئەرکێکی زۆرت لە سەرە و پێویستە زوو جێبەجێیان بکەیت، مەهێڵە کەسانێك بۆ بەرژەوەندیی خۆیان کارەکانت تێك بدەن، وشیار بە، ڕەنگە گۆڕانکارییەك لە شوێنی نیشتەجێبوونت، یان لە جۆری پیشەکەت ڕووبدات، لەگەڵ پێشهاتەکاندا زیرەکانە مامەڵە بکە.

گیسک ١٢/٢٢ - ١/١٩

زیاد لە پێویست خەم دەخۆیت، کاتێك گرفتێکت بۆ دێتە پێش هەست و سۆزیشت تێکەڵ دەکەیت، ئەوەش هەڵەیە، چونکە ئەگەر چارەسەری کێشە پیشەییەکانت بکەیت، بە ئاسانی دەتوانیت بە ئاواتەکانت بگەیت، بەم زووانە هەواڵێکی خۆشت پێ دەگات.

کەوان ١١/٢٢ - ١٢/٢١

ئەرکێکی قورست لەسەر شانە، بە هێمنی جێبەجێی بکە و بەرپرسیار بە لە قسەکانت، کەسێك لە جێگەی تۆ ڕەفتار دەکات و تۆش نیگەرانیت، کەسێکیش لە بواری کارەکەتدا دەیەوێت زیانت پێ بگەیەنێت، کاتی ئەوە هاتووە خۆت بڕیار لەسەر کارەکانت بدەیت.

دووپشک ١٠/٢٣ - ١١/٢١

ماوەیەکە کێشەیەك زۆر بێزارت دەکات و بە ئاسانی بۆت چارەسەر نابێت، داوای هاوکاری لە کەسێکی متمانەپێکراو بکە تا یارمەتیت بدات، بە ئارامی مامەڵە لەگەڵ ڕووداوەکان بکە و کەسانی دەوروبەرت مەتۆرێنە. سەرکێشیکردن لە ڕووبەڕووبوونەوەی مەترسییەکاندا زیانت پێ دەگەیەنێت.

شایان ٩/٢٣ - ١٠/٢٢

خەریکی ژیانی خۆت بە و مەهێڵە گرفتەکانت بە سەرتدا زاڵ بن، کەسێکیت خاوەن ڕەوشتێکی بەرزی و ئاگاداری خۆت بە، ئەوەی لە ناو دڵتدایە بۆ هەموو کەسێکی هەڵمەڕێژە، کاتێك لەگەڵ ئەندامانی خێزانەکەتدا دەدوێی زاراوەی جوانو شیرین هەڵبژێرە.