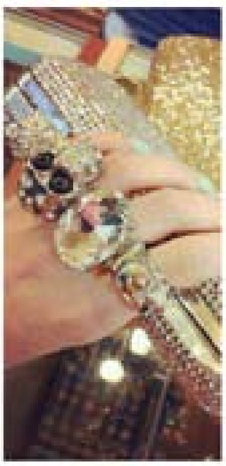
ستایلێکی ناسکی جلی کوردی

شـــێوازە جیاجیاکانـــی جلوبەرگـــی کـــوردی، وایکـــردووە کە داواکارییەکی زۆری لەســـەر بێ، چونکە هەر شـــێوە و دیزانێکی لە تازەگەری و مۆدەی نوێـــدا دەردەکەوێت، ئەمەش بەهۆی ئەو دوورین و ئامادەکارییەی لە دیزاین و ســـتایلەکانی جلی کوردیدا بەدی دەکرێن، سەرەڕای ئەوەی کە جلی کوردی ستایلێکی کۆنی هەیە، بەڵام لەگەڵ هەر جلێکدا ئەو ســـتایلە زیندوو دەکرێتەوە و شێوازێکی تازەی بۆ دەبێ، شێوەی جلی کۆنی کوردەواری جلێکی فراوان و گەورە بوو، ئەمەش بەهۆی ستایلی ئەو کاتە و کە لەگەڵ داب و نەریتی کۆنی کوردەواری دەشیا، بەڵام لە سەردەمی ئێستادا، جلوبەرگ بەرەو تەســـك بوون و کورت بوونەوە دەچێ، ئەمەش وەك ستایلی سەردەمە، بۆیە لە بواری جلوبەرگی کوردیشدا ئەو لایەنە بە ســـەرکەوتوویی دەبینرێ و شـــێوازێکی جوان و شایستەی لێ دەرکەوتووە، لەو کاتەی جلوبەرگی کوردی لە ســـتایلی تەســـك و بۆدی دروست کراوە، باوێکی زۆری لەسەرە و خانمان داوای دەکەن، بەمەش هۆکارێکی تازەی لە جوانی جلوبەرگی کوردەواری دروست کردووە و، هاوشـــێوەی مۆدە کۆنەکـــە، بایەخێکی زۆری پێدەدرێ لەلایەن کچان و خانمانی کوردەوە، ئەو جلەش بەم شـــێوەیە دروست کراوە، کە کراسێکی جەستەگر و بۆدی، لە ناوقەدا باریك دەبێتەوە و دواتریش لە خوارەوە فراوان دەبێ، لەگەڵ هەڵگرتنی قۆڵەکان و دروست کردنی دەسماڵ و فەقیانە.

ئێکسسوار بۆ دەستی کچانی تازە پێگەیشتوو



جانتای دەست هەڵدەبژێریت؟

هەر جۆرە ئێکســـوارێك بایەخێکی تایبـــەت و نەرمی هەیە، تەنانەت جیاوازییەکانی لەگەڵ جلوبەرگدا دیارە و بەهای خۆی دەنوێنێ لە جوانکاریدا، خانمان کاتێك جانتای دەســـتیان لە شان نابێ یان لەلایان نەبێ، هەســـت بە ونبوونی شـــتێك دەکەن، کە جگە لەوەی جەنتای دەســـت کەرەستەیەکە بۆ هەڵگرتنی شت و مەك و ئێکسسواری دیکە، هەروەها بەشێکی جوانی دەنەخشێنێ، جانتای دەست لە جوانترین دیمەنەکانی کە دەبێ بچووك و ناسك بـــێ، ئەوەش وادەکات هێمایەکی پایەبەرزی هەبێ و لە بەرهەمە جوانەکانـــدا بێ، زیاتریش کاتێك لە شـــوێن و بۆنە فەرمییەکان وەك ئاهەنـــگ یان بۆنەی تایبەت، لەو شـــوێنانەدا گرنگی ئەو ئێکسسوارە بایەخی زیاتری پێدەدرێ و بەمەش شێوازێك لە بواری جوانکاری بەدی دەکەین، یەکێك لـــە گونجاندنی جانتا لەگەڵ جلوبەرگ گرنگییەکی ئەوتۆی هەیە، لەم ڕێگەیەشـــدا دەتوانین بە ڕەنگ یان شێوازی جانتا و جلەکە گونجاوترین مۆدە ببەخشین، بۆیە هەر شێوازێك لەو گونجاندنە ئەنجامێکی گەورەی دەبێ لە بواری جوانکاریدا، بەمـــەش دەتوانین بوارێکی جوانکاری بەدی بکەیـــن لە کاتی هەڵگرتنی جانتای دەســـت و بە تایبەت کاتێك لەگەڵ جلوبەرگێکدا شیاو و گونجاو دەبن.

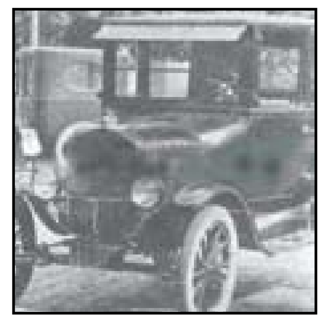
بایەخدان بە بواری ئێکسسوارەکان، هەمیشە کاردانەوەی خۆی دەبێ لەلایەن خانمان و گرنگییەکی ئەوتۆی پێدەدرێ، لە کاتێکدا پێویستە ئەو بوارە لەو وەرزەدا گرنگی زیاتری پێبدرێ، چونکە لە وەرزی هاویندا شێوازەکان دەردەکەون و زیاتریش ءئێکسسوارەکان پشکی شێریان بەر دەکەوێ و لە بەرانبەر بەشەکانی دیکەی جوانیدا، بۆیە ئەو جۆرە ئێکسسوارانە بەپێی تەمەنی خانمان گۆڕانکارییان بەسەردا دێ، هەر مۆدەیەك جوانی و ئاوێتە و گوزارشت لە تەمەنی ئەو کەسە دەکات کە دەیپۆشێ، لێرەدا ئەوکچانەی تازە پێدەگەن، پێویستە لەگەڵ تەمەنەکانی دیکەدا جیابن، چونکە ناگونجێت کاتێك کچێکی تازە پێگەیشتوو ئێکسسوارێکی خانمێکی (٢٥) ساڵان بپۆشێ، هەر یەکە بەپێی تەمەنی خۆی گرنگی بەو بوارە دەدەن و ئێکسسوارێك هەڵدەبژێرین، لە بواری جوانکاریشدا ئەو لایەنەیان پەراوێز نەخستووە و بایەخیان پێداوە، وەك ئەو چەند ئێکسسوارەی لە دەستی کچانی تازە پێگەیشتوو دەخرێن و کە گوزارشت لە جیهانێکی پڕ خۆشەویستی و هەست و سۆز دەکات و دیمەنێکی سەرنجڕاکێش و جوانیشی هەیە.

جلی هاوینە بۆ کیژۆڵان

دنیای منداڵ دنیایەکی جیاوازەو پڕە لەنهێنی و جوانی و پاکی، بۆیە لە جل و بەرگ و پۆشاك و جونکاریشدا بەشێوەیەکی جیاواز بەدیار دەکەوێت و لە ئێستادا مۆدەکانی جلی منداڵ بایەخی زیاتری پێدەدرێت و ئارەزوومەندانی بواری جل و بەرگ و ئێکسسوارات شان بە شانی بایەخدان بە تەمەنەکانیتر بایەخ بەمنداڵیش دەدەن، بەشێوەیەك دیزاینەرانی جل و بەرگ لە هەر وەرزو نمایشێکدا کۆمەڵێك مۆدەی جل و بەرگی جوانی تەنسیقکراو نمایشدەکەن، بۆ ئەم وەرزەی هاوین ئەم ستایلە جلە شێوازی جوانی جل و بەرگە بۆ کیژۆڵان بەشێوەیەك کە نزیکیی و لێکچوونێك کراوە لە نێوان ڕەنگەکان، ئەمە لە کاتێدا بەشێوەیەك دروستکراوەو ڕێکخراوە کە جەستەی منداڵەکە دەپارێزێت لەبەر ئەوەی تیشکی رۆژ لە هاویندا بەهێزەو پشتی منداڵ لەبەر ناسکی توانای بەرگەگرتنی کەمە بەڵام ئەو شێوەیە وا ڕێکخراوە کە کڵاوی لەگەڵ بێت بۆ پارێزگای لە تیشکی رۆژ لەگەڵ ئەوەشدا وا دروستکراوە لەگەڵ تەنکی جلەکە لەشی منداڵەکە زۆر بەر رۆژ نەکەوێت و دیار نەبێت.

یەکەمین ئۆتۆمبێل لە هەولێر

زۆر جار هاتنی ئۆتۆمبێل بۆ کوردستان یان شاری هەولێر دەگێڕنەوە بۆ سەردەمێکی کۆن، کە زیاتریش وەك پێشبینییەك نیشانی دەدەن، بەڵام هەندێکیانیش سەرچاوەیەکی مێژوویی تۆمار دەکەن و دەبن بە مێژوویەکی



ڕاستەقینە، ئەوەی دەگێڕنەوەو دەڵێن : یەکەمین ئوتۆمبێل لەلایەن هێزە سەربازییەکانی بەریتانیا و ئەڵمانیا لە ساڵانی بەر لەهەڵگیرسانی جەنگی یەکەمی جیهان بۆ عێراق و کوردستان هێنراون، کەچی لەو کاتەدا ئەو ئوتۆمبێلانەی هاتوون، زیاتر سەربازی بوون، بەڵام یەکەمین ئوتۆمبێلی خەڵك یان مەدەنی هاتۆتە کوردستان، لە ساڵی (١٩١٥)دا بووە، ئەویش لەلایەن سەربازێکی ئەڵمانی هێناویەتی، جێگەی باسە ئەو ئوتۆمبێلە هاتۆتە سەر قەڵای هەولێر و لەویش خەڵکی هەولێر سەیریان کردووە و شتێکی جوانیش بووە، ئەو وێنەیەش ئەو ئوتۆمبێلەیە کاتێك لە هەولێر وێنەی گیراوە.

سەمەرەی کاریگەرییە هونەرییەکان

ئەکتەرەکانی بواری فیلم و سینەما، بە چەندین شێوەی جیا دەردەکەون کە لە شێوەی سرووشتیان بەدوورن و تەنانەت هەندێکیان بە ئەستەم دەناسرێنەوە، ئەمەش بەهۆی کۆمەڵێك ماکیاژ و کاریگەریی هونەری و بە هێز کە بەسەر ئەو ئەکتەرانە دەهێنن، لە هەندێك حاڵەتدا پێچەوانەی کارێکتەری خۆی دەبێ واتە ڕەنگە ئەکتەرەکە کەسێکی هێواش و لەسەرخۆ بێ، کەچی لە فیلمەکەدا بە کەسایەتی و ڕۆڵێکی توند و تاوانبار دەربکەوێ، یەکێك لە سەیرترین ئەو کاریگەری و گۆڕانکاریانەی کە بۆ ئەکتەرەکان کراوە، ئەویش کچە ئەکتەر (گوینت پاڵترۆ)یە و کە لە فیلمی (شالۆ هاڵ)دا بەشداری کردووە، شێوەی خۆی پێچەوانەیە لە فیلمەکەدا.

ئەڵقە و ئەن

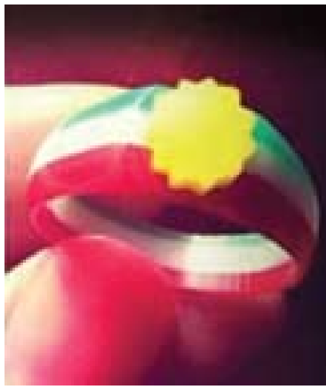
چەندە دیمەنێکی جوانە، ئەڵقەی هاوسەرگیری یان ئەنگوستیلە لە پەنجەی کچانی کورد بێ، لەوەش جوانتر ئەوەیە کاتێك ئەو ئەڵقە و ئەنگوستیلانە گوزارشت لە کوردستان یان ڕەنگەکانی ئاڵای کوردستان بکەن، لەلای زۆربەی نەتەوەکان یان خەڵکانی جیهان، ئاڵا و نەخشی وڵاتیان بە بچووککراوەیی لەسەر سینگیان دەدەن، وەك

پەیکەرە سەیرەکان!

پاسی (٥) نهۆمی!

زەمانی خۆی جۆرە ئوتۆمبێلێك هەبوو، زۆربەی خەڵك هاتوچۆی پێ دەکرد، پێیدەگوترا (پەست) لە ژمارەی داهاتووی گوڵاندا ئەو بابەتە بە تێر و تەسەلی دەبینن، بێگومان هەر یەکە لە ئێمە پاس و ئوتۆمبێلی گواستنەوەی خەڵکی بینیوە، لە پێشوودا کە بە(ئامانە) دەناسرا، کە گوزارشتنی لە (ئەمانە)ی گواستنەوە و گەیاندن دەکرد، پاسی گواستنەوەی خەڵك هەردەم لە یەك نهۆم بووە، کەچی وادیارە لە وڵاتی بەریتانیا نەوەك تەنیا بە یەك نهۆمی، بەڵکو بە (٥) نهۆمیش پێڕاناگەن، ئەو پاسە لە (٥) نهۆم پێکهاتووە و کۆمەڵێك خەڵك هەڵدەگرێ و دەگوازێتەوە، بەڵام ئەو جۆرە پاسە کێشەیەکی هەیە، کە ناتوانێ بە ژێر پرد و شوێنە نزمەکاندا بڕوات، ئەگەر ئەو پاسە لێرە بێ، لەبەر وایەری کارەبا و شتی هەڵواسراو، ناتوانێ بڕوات.

ـــــــگوستیله لە ڕەنگ و نەخشی ئاڵای کوردستان



هێمایەك بۆ خۆشەویستیان بەرانبەر وڵات و نیشتمانیان، وادیارە لەلای خۆمانیش ئەو پایە و خۆشەویستییە بۆ کوردستان هەیە و دەبێ زیاتریش بێ، چونکە ئاڵا و نەخش و وڵاتمان لە هەموو شتێك جوانتر و پایەدارترە، لە کوردستانیش ئەڵقە دروست کراوە لەسەر شێوەی نەخش و ڕەنگەکانی ئاڵای کوردستان، کە دیمەنێکی زۆر جوان و پڕ بایەخی هەیە، لەوەش جوانتر نابێ کاتێك ئەو ئەڵقە و ئەنگوستیلە لە نەخش و ڕەنگی ئاڵای کوردستان لە پەنجەی کچ و کوڕانی کورد ببینرێ.

پەیکەرتاشی، یەکێکە لە لق و پۆپی هونەردا، کە بوارێکی بە نرخەو کاریگەری و تایبەتمەندی خۆی هەیە، لەلای خۆمانیش گرنگییەکی تەواو بەو بوارە دراوە و تەنانەت لە چەندین شوێن و سەرشەقامەکاندا پەیکەری کۆن و نوێ دروست کراون، بەڵام یەکێك لە سەیرترین گرنگی پێدان بە پەیکەرتاشی، لە وڵاتی ئیسپانیایە، لەو وڵاتەدا خۆشەویستییەکی گەورەیان بۆ ئەو هونەرە هەیە، تەنانەت

هەر شەقامێکی ئەو وڵاتە بە پەیکەرێکدا ڕازێنراوەتەوە، زیاتریش پەیکەرەکانی ئەو وڵاتە لەسەر گیانداران و شتی سرووشتی و خواردنە، یان وەك ڕیکلامێك بۆ شوێنێك بەکاریدەهێنن، تەنانەت لە هەندێك شوێن لە جیاتی هەڵواسینی ڕیکلام و تابلۆکان، پەیکەریان بەکارهێناوە، وەك یەکێك لە پەیکەرەکان ڕیکلام بۆ دووکانێکی پیتزا خواردن دەکات.

جامی ماسیی کیشوەرەکان!

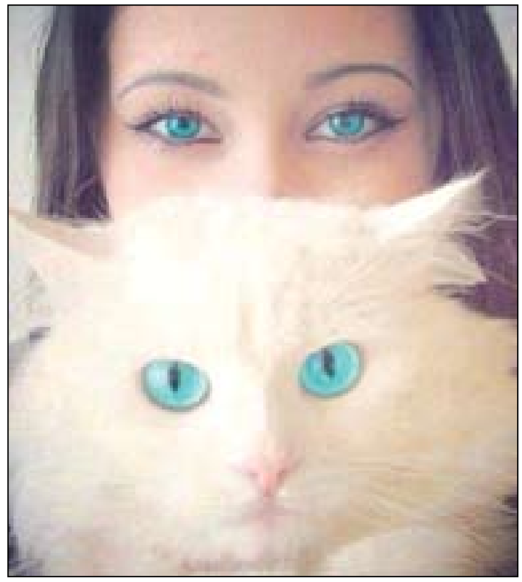
لە دوای کۆتایی هاتنی جامی کیشوەرەکان کە وڵاتی بەرازیل نازناوی پاڵەوانییەتەکەی بەدەست هێنا، وادیارە لە ژاپۆنیش جامێکی دیکەی تۆپی پێی کیشوەرەکان کراوەتەوە بۆ تۆپی پێ، کە ئەوجارەیان بۆ مرۆڤ نییە و تەنیا ماسی کیشوەرەکان یاریی دەکەن، ئەو جۆرە یارییە بۆ چەند ماسییەکی ڕاهێنراوە تاوەکو یاری تۆپی پێ بکەن و لەناو شوێنەکەی خۆیاندا وەك گۆڕەپانی یاریگای لێکراوە و جگە لەوەی ناوبژیوان و تۆپ و ستوون و گۆڵ هەیە، لە هەر کیشوەرێك ماسییان هێناوە و یاریان لەگەڵ یەکتر پێدەکەن و ئاخۆ بزانن کێ براوەی یاری تۆپی پێی کیشوەرەکانی ماسی دەبێ، ئەمەش دەبێتە جۆرێکی دیکەی یاری تۆپی پێ !

جلوبەرگ لە قژی مرۆڤ

بێگومان گوێمان لێ بووە کاتێك دەڵێن : ئەو جلە لە پێستی گیانداران دروست کراوە، یان لە خوری و تووکی گیاندارانە، جگە لەوەش بە نرخێکی گرانبەها دەستمان دەکەوێ، بە تایبەت کاتێك کە جلەکە ئۆرجیناڵ و تەواوی جلەکە لە پێست یان خووری گیانداران بێ، کۆمپانیایەکی بەریتانی بیرۆکەیەکی سەیر و جوانی بۆ دروست بووە، ئەویش سوود وەرگرتنە لە قژی مرۆڤ بۆ دروست کردنی جلوبەرگ، نەوەك پابەند بن بە پێست و خووریی گیانداران، بۆیە دەستیان کردووە بە دروست کردنی جلوبەرگی لەم جۆرە، کە لە قژی مرۆڤەوە دروست کرابێ، زیاتریش لە قژی ئەو کەسانە وەردەگرن کە قژیان درێژە و بەهێزە، هەروەها کەسێك دەتوانێ قژی خۆی ببڕێ و بیبات بۆ لای ئەو کۆمپانیایە، ئەوانیش جلێکی لەسەر دروست دەکەن بەپێی حەز و ئارەزووی خۆت، ئەو کۆمپانیایە ناوی (وەینگ)ە وهەر جلێکی بە (٣٨) وەرەقە دۆلار دەفرۆشێ.

چاوی خۆی و پشیلەکەی هاوڕەنگە!

ڕەنگی چـــاو، بەهایەکی سرووشـــتییە و چاوی هەر کەسـێك لە ڕەنگ و شـێوەیەکە، کاتێك ئـەو حاڵەتە دەکەوێتـــە بەر چاو کە کەسـێکی دیکە ڕەنگی چاوی وەك تۆیـــە و لەلات یان خۆشەویســـت دەبێ یان ئیرەیی پێدەبەی، ئەوەی سەیرە لەلایەن کچێکی وڵاتی هەنگاریا بە ناوی (ســیلیا) کە پشـــیلەیەکی هەیە، چاوی ئەو کچە و پشیلەکەی هاوشێوە و هاو ڕەنگە، بۆیە بەیەکەوە وێنەیان گرتووە ورەنگی هەریەکە هاوشێوەی یەکترە و لە ڕەنگی شینی ئاوییە.



وتـــە

- بەڕاســـتی شـــتێکی سەرســـوڕهێنەرە کاتێـــك دوو کەســـی نامـــۆ دەبن بـــە دوو باشـــترین هـــاوڕێ، بـــەڵام بەراستی ناخۆشـــە کاتێك دوو باشـــترین هاوڕێ دەبن بە دوو کەسی نامۆ!

زاخـــاوی مێشک

* وەڵامی ژمارەی پێشوو وشەی (ڕێبوار) بوو

بۆ زانینی ئاستی زیرەکیت، هەوڵبدە ئەنجامی ئەم شیکارە بدۆزیتەوە..

ئەم چوارگۆشانە بەپیت پڕ بکەرەوە کە لەکۆتایی ناوێکت بۆ دەردەچێت بتوانە لەماوەی (٥) خولەکدا ناوەکە بدۆزیتەوە، ئەمەش وەك سوود وەرگرتن لەم ئاسانکاریانەی خوارەوە:

ئاسانکاری

- پیتی خانەکانی (١+٢+٣) کۆ بکەیتەوە بە مانای (شوێنێکە خەڵك لێیدەژی و پێچەوانەی گوندە)
- پیتی خانەکانی (٥+٦+٧) کۆ بکەیتەوە بە مانای (شتێکە لە خوری دروست دەکرێ و کۆ دەکرێتەوە)
- پیتی خانەکانی (١+٤+٣) کۆبکەیتەوە بە مانای (پێچەوانەی ئاشتی)
- پیتی خانەکانی (٥+٢+١)کۆ بکەیتەوە بە مانای (پێچەوانەی خراپ)

کاوڕ ٣/٢١ - ٤/١٩

هیچ کاتێك بیر لەوە نەکەیتـــەوە کەئەگەر دان بە هەڵەکانتدا بنێیت ئەوا لـــە ڕێزو حورمەتت کـــەم دەبێتەوە، بەڵکو دەبێتە هۆی ڕاست بوونەوەت و خۆشی و شادی دڵت داگیر دەکات.

گا ٤/٢٠ - ٥/٢٠

هەر چەنـــدە باری داراییت خراپە بەڵام زۆر ناخایەنێت دەرگایەکت لەبەردەمـــدا دەکرێتـــەوە کـــە دەبێتە هۆی ئاســـوودەیی و ژیانت لا شیرین دەکات.

دووانە ٥/٢١ - ٦/٢٠

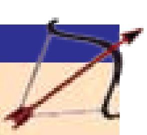
وا پێویســـت دەکات ئەو کێشـــەیەی ئێستات بە بێ دەنگی چارەسەر بکەیت، چونکـــە ناحـــەزت زۆرەو هـــەوڵ دەدەن کێشەکەت ئاڵۆزتر بکەن، هەر لەم ماوەیەدا کەمێك ماندوو دەردەکەویت.

تەرازوو ٩/٢٣ - ١٠/٢٢

ئـــەو دنیایە تەنیا ڕۆژێك و دووان نییـــە، ڕۆژێك هەر دێت ئەو کەســـەی کە هەڵوێســـتی بەرامبەرت خراپە، پەشـــیمان بێتەوە، کەمێك دان بەخۆتا بگرە.

دووپشک ١٠/٢٣ - ١١/٢١

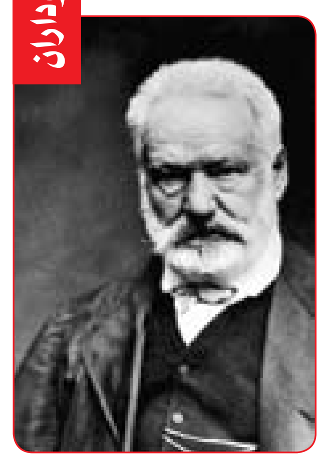
پێویســـتە دڵـــی خۆشەویســـترین کـــەس لەخۆت نەشکێنی، چونکە ئەو کەســـە زۆر هەڵوێستی چاکـــی هەبووە بەرامبـــەر بەتۆ، زۆر ئاگاداری تەندروستیت بە.



کەوان ١١/٢٢ - ١٢/٢١

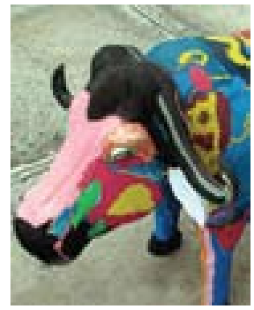
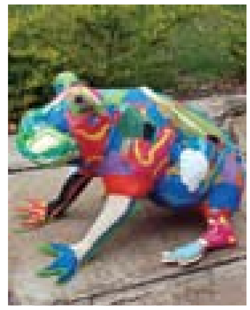
ئەگەر ئەو کارەی وا بیری لێدەکەیتەوە کە ئاسانەو سەردەکەویت تیایدا ئەوا بەهەڵـــەدا چوویت، واز لـــەم کارەت بێنە ئەگینا شکســـت دەهێنیت.

پەندی ناوداران



- ڤیکتۆر هۆگۆ دەربارەی ژیان دەڵێ :

لە ژیانمدا لەوە پەشیمان نەبووم کە بۆچی نەم گوت، بەڵام زۆرجار لەوە پەشیمان بووم کە بۆچی گوتم.

یاریی منداڵان لە کۆنە پێڵاو

ئەوانەی بەهرەمەندن، دەتوانن کاری جوان و سەیر ئەنجام بدەن، هەر کەسێك بەهرەیەی هەبێ، بێگومان ئەنجامێك لە کارەکانی بەدی دەکرێ، هاووڵاتییەکی وڵاتی نیجێریا بە ناوی (سیا لیۆن)، جگە لەوەی کەسێکی هەژارە، بەڵام گەیشتە ئەو کارەی ئەوەی لە بیرۆکەی دابوو، ئەویش دروست کردنی وێنە و یاری جوانە لە کۆنە پێڵاو، ئەوەی سەیرە ئەو یارییانە دروست دەکات و بە خۆڕایی بە منداڵانی دەبەخشێ.

■ ڕۆژێکیان باوکێك بە کوڕەکەی دەڵێ : کوڕم هیچ شتێك لە ژیاندا مەحاڵ نییە، کوڕەکەش مەعجونێکی ددان دەهێنێ و دەیڕژێنێ و بە باوکی دەڵێ : ئەگەر مەحاڵ نییە، مەعجوونەکە تێبکەوە ناوی !

■ یەکێك لە شوێنێکی بەرز دەکەوێت و سەری دەشکێ و دەچێتە لای دکتۆر، دکتۆریش دوای پشکنین دەڵێ ئەوە دەبێ بدوورێتەوە تاوەکو چاك بێتەوە، ئەویش گوتی : بە چەند ئەو کارەم بۆ دەکەیت، دکتۆریش گوتی : (٢) وەرەقە، ئەویش پارەکەی پێ زۆر بوو، گوتی : ئەی بە چەند بۆم بزمارڕێژ دەکەیت !

یاری پیت ریزکردن

هەوڵبدە ئەو پیتانەی ناو بازنەکان ڕێکبخەی ناوی زنجیرە درامایەکی کوردیت بۆ دەردەچێت :

ه ز م م ن ی و

وەڵامی ژمارەی پێشوو : فرمێسك

قرژاڵ ٦/٢١ - ٧/٢٢

لەبواری سۆزدارییەوە ڕەنگە گۆڕانکارییەك بەکتوپڕی لەبیروڕاکانت ڕووبدات، بەڵام پێویستە لەسەرت بەژیرییەوە بڕیار بدەیت نەك بە هەڕەمەکی.

شێر ٧/٢٣ - ٨/٢٢

ئیمڕۆ کێشەکانت بەرەو نەمان دەچن و کەمێك هێور و لەسەر خۆ دەبیتەوە، هەروەها هەوڵ دەدەیت پەیوەندییەکانت بگێڕیتەوە دۆخی پێشوو.

گوڵەگەنم ٨/٢٣ - ٩/٢٢

ئەمڕۆ لەوانەیە گرفتێك یەخەت بگرێت و تووشی نائومێدی و دڵەڕاوکێت بکات، بۆیە ئاگاداری خۆت بەو هەرگیز هێمنی لەدەست نەدەیت.

گیسک ١٢/٢٢ - ١/١٩

ئەوەندە خەم و خەفەت مەخۆو بەزەییت بەخۆتا نەیەتەوە، چونکە زۆر کەسی دیکە هەیە زۆر لەتۆ زیاتر لەژێر باری سەختی ژیاندا دەژی، باری سۆزداریت کەمێك ساردی تێدەکەوێت.

گۆزە ١/٢٠ - ٢/١٨

باشتر وایە کەس لەخۆت نەڕەنجێنی، چونکە تۆ ئێستا بەکاتێکی زۆر ناسك و دژواردا تێدەپەڕیت، هەوڵی زیاتر بدە بۆ گەیشتن بە خۆشەویستەکەت.

نەهەنگ ٢/١٩ - ٣/٢٠

باری تەندروستیت بەرەو باشتر دەڕوات، بیرکردنەوە یەخەی گرتووی، ئەوەندە بیر لەخۆشەویستەکەت مەکەوە ڕۆژێك هەر دێت پێی بگەی.