مۆدەی ئەڵقە و ئەنگوستیلەی قاش گەورەیە

کچان هەمیشە خولیای ئێکسسوارەکانن، کاتێك سەردانی شوێنەکانی نمایش و فرۆشتنی خشڵەکان دەکەن، ئەگەر بە کاتژمێر بمێننەوە لەلایان ئاساییە، یەکێك لە سەرنجڕاکێشترین ئێکسسوارەکان، ئەڵقە و ئەنگوستیلەی دەستە، ئەو ئێکسسوارە جوانی دەستەکان زیاتر ڕازاوەتر دەکات، تەنانەت هەندێ جار ئەوەندەی سەیری ئێکسسوارەکان دەکرێت، جوانی دەستەکان دەشاردرێتەوە. ئاماندە تۆماس، دیزاینەری کریستاڵ و ئێکسسوارەکانە دەڵێ: گرنگە کچان بایەخ بە ئەنگوستیلە ناسك و باریکەکان بدەن، ئەگەر هیچ نەبێت دوو ڕۆژ جارێك ئەنگوستیلەکانیان بگۆڕن، هەروەها دەڵێ: بۆ ئافرەتانیش پێویستە ئەڵقەیەکی نایاب هەڵبژێرن، چونکە ئەوان وەك کچان ناتوانن زوو زوو بیگۆڕن، ئێستا مۆدی ئەڵقە و ئەنگوستیلەی سەر گەورەیە، واتە ئەو بەشەی دەکەوێتە سەرەوە، لە قاشی گەورە و کریستاڵ و بەردن، لە بارەی ڕەنگیشەوە ئەماندە دەڵێ: واچاکە لە زۆربەی ڕەنگەکانت هەبێت، تا بتوانیت بە ئاسانی لەگەڵ ڕەنگی جل وبەرگ و ئێکسسوارەکانی دیکە و ماکیاژت شیکیان بکەیت.

چۆن خۆت لە ڕەشبینییەوە بۆ گەشبینی ڕزگار دەکەیت؟

هەموومان هەست بە ناخۆشی و ماندووبوونی و هیلاکی ژیانی ڕۆژانەمان دەکەین، ئەو هیلاکییە کار دەکاتە سەر تەندروستی بە گشتی و جوانی ڕوخسار و جەستە بەتایبەتی، جوانی و گەشانەوەی شێوە و جەستە لایەنێکی گرنگە بەلای ئافرەتانەوە، بۆیە ئەگەر دەتەوێت لە ڕەشبینییەوە بۆ گەشبینی دەرباز بیت، دەتوانی ئەو هەنگاوانە بگریتەبەر:

هەوڵبدە لە دوودڵی و خەمخواردن دوور بکەویتەوە، ئەوەش بە خۆ خەریککردن بە گوێگرتن لە میوزیك و سەیرکردنی تەلەفزیۆن و خوێندنەوەی بابەت و کتێب، دەرچوون لە ماڵ و دانیشتن و کۆبوونەوە لەگەڵ هاوڕێیان و دەستەخوشکەکانت، ماوە ماوە وەرزش بکە ئەگەر تەنانەت لە ماڵەوە یارییەکانی یۆگا و زومباش بێ، کە دەتوانیت لە ئینتەرنێتەوە فێریان بیت. چارەسەرکردنی کێشە و گرفتەکانت، ئەگەر تەنیا نەتتوانی هەوڵبدە لەگەڵ کەسانی دیکە بەشداری چارەسەری کێشەکانت بکەن، خواردنێکی تەندروست بخۆ، زیان بە پێستت مەگەیەنە بە ماوەنەوەی زۆر لەبەردەم تیشکی خۆر و شوێنی گەرم، پشوودانیش لە بیر مەکە و خەویشت باش بکە.

بە چەند هەنگاوێک قژت درێژ بکە

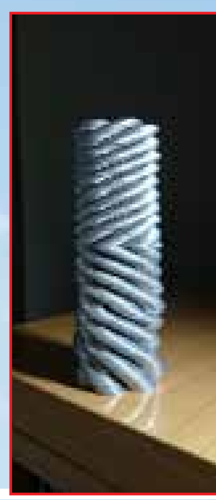
زۆربەی خانمان خوازیاری ئەوەن کە قژیان درێژ بێت، هەندێکیش لە درێژی قژیان بێزارن و زوو زوو دەیبڕن، بۆ ئەوانەی قژیان بێ هێزە و درەنگ درێژ دەبێ، ڕەنگە هەوڵی زۆر بدەن تا قژیان لە ماوەیەکی کەمدا درێژ بێت، هەروەك ئافرەتانی ئیسپانیا، بە ستایلی قژ درێژی ناسراون و هەمیشە توانیویانە پارێزگاری لە جوانی و ڕازاوەیی قژیان بکەن. تەنانەت هەندێ جار قژی درێژ نیعمەتێکە و زیاتر جوانت دەکات، ئەوکاتانە قژ درێژ دەبێت، کە لە ڕێگەی خواردنەوە جەستە کانزای سوودبەخش بە ڕەگی مووەکان دەدات وەك: پرۆتین و کریاتین، کاتێك ئەوانەی پێنەگات ئیدی بێهێز و لاواز و تەنك دەبێت، هەروەها زوو هەڵدەوەرێت، بۆ ئەوانەی حەز دەکەن قژیان درێژ بێت، دەتوانن لە ڕێگەی بەکارهێنانی ڕۆنی زەیتوون و ڕۆنی گوێزی هیندی، لە قژیان بدەن بە مەرجێك بگاتە ڕەگی مووەکان، ئەو کاتە کاریگەری لەسەر درێژبوونی قژیان دەبێت، هەروەها دەتوانن لە ڕێگەی بەکارهێنانی گیراوەیەك قژیان درێژ بکەن کە بەم شێوەیە: کەوچکێك ڕۆنی گوێزی هیندی و ڕۆنی سرکە بهێنە، لەگەڵ هەندێك گەڵای کاری تێکەڵی یەکتریان بکە، پاشان بۆ ماوەی پێنج خولەك بیخەرە سەر ئاگرێکی کز، دواتر بهێڵەوە تا سارد دەبێتەوە و دواتر هەندێك سپێنەی هێلکە بخەرە سەر گیراوەکە و بە جوانی تێکەڵ دەکرێت، ئەو گیراوەیە لە ڕەگی قژ تا کۆتایی تەلەکان دەدرێت بۆ ماوەی نیو کاتژمێر، دواتر وشك دەکرێتەوە و دەشۆردرێت.

ماکیاژی پرتەقاڵی بۆ وەرزی پاییز

ماکیاژ ڕۆڵی لە جوانکردن و شاردنەوەی هەندێ لە گرفتەکانی پێست هەیە، وەك وردە خاڵ و چاڵ و کونی بچووك و پەڵە، بەڵام ناکرێت ماکیاژ بکرێتە ڕێگەیەکی سەرەکی بۆ ڕازاندنەوە، دەکرێ وەك هەنگاوێکی لاوەکی بۆ جوانکردن و ڕازاندنەوە، لەگەڵ گۆڕینی وەرزەکان، شێوە و مۆدی ماکیاژیش بگۆڕدرێت، وەرزی پاییز چەندین مۆدی جیاواز لە جل و بەرگ و ماکیاژ و ئێکسسوار لەگەڵ خۆی دەهێنێت، بەڵام پێویستە خانمان بزانن کام ماکیاژ لەگەڵ کەش و هەوای ئەو وەرزە گونجاوە و جێگەی بایەخ دەبێت، گۆڤاری (نیو بیوتی)ی تایبەت بە ئافرەتان ئاماژەی بە یەك جۆرە ماکیاژ داوە و بە مۆدی سەرەکی ماکیاژی داناوە، ئەویش ماکیاژی پرتەقاڵییە بۆ وەرزی پاییز، کە ڕەنگی پرتەقاڵی ببێتە ڕەنگی پشت چاو و لێو، بەهۆی ئەوەی ڕەنگێکی زەقە و لە دوور و نزیك دیار دەبێت، بۆ ئەو مەبەستە پسپۆڕانی ماکیاژ پێیان باشە کە بکرێتە ڕەنگی سەرەکی ماکیاژ لەو وەرزەدا. هەروەها لە بارەی نمرەی ڕەنگەکانەوە ئاماژە دەکەن و دەڵێن: مەرج نییە ڕەنگە پرتەقاڵیەکە تەنیا تۆخ بێت، بەڵکو دەتوانن نمرەکانی زیاد و کەم بکرێت بەمەش تۆخی و کاڵی ڕەنگەکە بەپێی خواست و حەزی کەسەکە دەگۆڕێت.

ئەندازیاری دانانی دراوی ئاسن

دانانی دراوی ئاسن، بە ستوونی، یان هەندێ جار لەسەر یەك كارێكی ئەستەمە و زۆربەمان ئەو هەوڵەمانداوە، كەچی كەس وەك ئەو پیاوە ژاپۆنییەی پێناكرێت، بەهرەمەندە لە دانانی دراوی ئاسنی هەر وڵاتێك بێت، ئەو پیاوە ناوی (تانی راینگ) و تەمەنی (٣٨) ساڵە، نمایش و كاری ناوازە بە هەڵواسین و لەسەر یەك دانانی دراوەكان دەكات، هەندێ لە حاڵەتی دانانی لەسەریەكی دراوی ئامادە كردووە، زۆربەی خەڵك بڕوایان پێنەدەكرد و پێیانوابوو نمایشەكانی بە فێڵ و ئامادەكراوە، بەڵام دواتر ئەو پیاوە كارەكەی راستەوخۆ و بە ڤیدیۆ بڵاوكردەوە تا ئەوانەی بڕوایان پێنەدەكرد، بۆیان بسەلمێنێت كاری دانانی دراوەكان راستییە و بەبێ فێڵە، هەندێ جار بۆ ئەوەی كارێكی ناوازە بكات، لایەكی دراوەكان دەكۆڵێت، یان پارچەیەكی لێ دەكاتەوەك تەنیا بۆ دانانی بناغەیەكە، دواتر لەسەر ئەو بناغەیەكە نمایشی خۆی دەكات، تا ئێستا (٥٢) نمایشی بۆ كارەكانی كردۆتەوە، بە یەكێك لە ئەندازیارانی دانانی دراو دادەنرێت، چونكە تا ئێستا كەس كاری لەم جۆرەی نەكردووە.



كۆكردنەوەی كەرەسە

كەسانێك هەن، خوویان بە كۆكردنەوەی كەرەستە و كەلوپەل هەیە، چ بۆ مەبەستی فرۆشتن و سوودێكی بەدەستهێنانی پارە و پوول، یان بۆ هەڵگرتنی ئەو كەرەستانە وەك كەرەستەیەكی یادگاری و گرانبەها تەنیا بۆ نمایش دەیهێڵنەوە، لە كوردستانیش ئافرەتێك حەزی كۆكردنەوەی كەرەستە و كەلوپەلی هەبووە كە ماوەی (٣٠) ئەوەندەی خانووێك شتی كۆ كردبۆوە، ئەو حاڵەتە لە وڵاتانی جیهانیش هەیە، بۆ نموونە: ئافرەتێك لە وڵاتی سەنگافوورە بە ناوی (جیان یانگ) نزیكەی (٦٠٠٠) بووكەشووشەی كۆكردۆتەوە، پیاوێكی فلیپینی ناوی (هۆبێرت چافێز)ە،

درێژترین پاسترام لە جیهاندا

هەمیشە ئەڵمانیا پێشەنگی وڵاتانی گرتووە لە بواری پیشەسازی دروستكردنی ئۆتۆمبێل و پەرەپێدان بە داهێنان لە پێشكەوتن و بەرهەمی سەرنجڕاكێش، دواجار هەر تەنیا لە پێشكەوتنی نێو تەكنەلۆژیا و مەواسەفاتەكانی ئوتۆمبێل نەوەستا، بەڵكو ئێستا پێشكەوتووترین و درێژترین پاسی دروست كرد، ئەو جۆرە پاسە بە پاسترام ناسراوە،

خانووی پەلکەزێڕینە

ڕەنگ و بۆیە بەشێکی گرنگی ڕازاندنەوە و جوانکاری دیکۆری ناوەوە و دەرەوەی ماڵە، هەر کەسێك بە ئارەزووی خۆی بۆیەیەك بۆ ڕەنگکردنی خانووەکەی بەکاردەهێنێت، هەندێ جاریش نەخش و دیزاینی جۆراوجۆر لەگەڵ بۆیەکە تێکەڵ دەکرێت. ئەو خاتوونە لە شاری نیویۆرك دەستی بە کاری بۆیەکردن کردووە، کە لە منداڵییەوە خولیای ڕەنگکردنی کەرەستە و کەل و پەلەکان بووە، ناوی (کەیت وایس)ەو هەر خانووێك بە (٥٠٠) دۆلار بە جوانترین دیزاین و شێوە و نەخش و بۆیە، ڕەنگ دەکات و سەراپای دەڕازێنێتەوە، ئێستا بۆتە کەسێکی ناودار و لەلایەن سەرۆك و شای وڵاتان بانگهێشت دەکرێت، کاری بۆیەکردنی بۆ نەخشاندنی شێوەی شای بۆرما و دایکە تریزا و شای بەریتانیا کردووە، بەرهەمە ڕەنگەکانی لە ژێر ناوی (خانووی پەلکە زێڕینە) دەناسێنێت، هەنگاوی داهاتووی دروستکردنی گرووپێك، یان کۆمپانیایەکە بۆ بۆیە و ڕەنگکردن کە تایبەت بە خۆی بیکاتەوە.

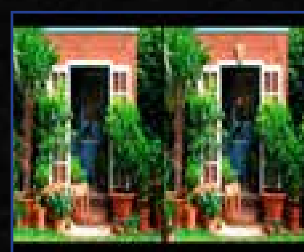
ـــــــــتە و کەلوپەل

خانووێکی پڕ لە شێوە و وێنەی سووپەرمانی کۆکردۆتەوە، کەسێکی دیکە لە وڵاتی وێلز، بەناوی (گلێن سکۆت)، وێنە و پەیکەرەکانی کارتۆنی سیمبسۆنی کۆکردۆتەوە، کەسێکی دیکە بە ناوی (جاك کۆپ) تەنیا ئامێری گیسکی کارەبایی هەڵگرتووە، (کریستیان داکێت) گەورەترین کۆگای کۆکردنەوەی کڵاوی پۆلیسی هەیە، (گۆ یۆی) لە وڵاتی چین، هەموو ئامێرەکانی کۆمپیوتەری IBMای هەیە، سەیرترینیان ئەو پیاوە ئیتاڵییەیە بە ناوی (لۆجی لێنێری) کە (٧٩) جۆرە بەردی رووبارێکی لە ماڵەکەیدا کۆکردۆتەوە.

واتە کۆکراوەی پاس و ترامە، درێژی ئەو پاسە دەگاتە (٣٣) مەتر، وەك ئەوەی (٣) پاس لەیەکتر کۆکرابێتەوەو بەیەکەوە بەسترابن، توانای ئەو پاسە بۆ هەڵگرتنی (٢٥٦) سەرنشێن دەبێت و دەتوانێت گەشتی ناوەوە و دەرەوەشی پێبکرێت، هەموو جۆرە پێداویستییەکی گەشتیاری تیایدا بەدی کراوە، لەوانە شوێنی خەوتن و پشوودان و یاریکردن و کات بەسەربردن، نرخی ئەو جۆرە پاسترامە دەگاتە (١٠) ملیۆن دۆلار، ڕەنگە لە داهاتوودا شوێنی پاس و ترام بگرێتەوە و ببێتە سەرنشینی گواستنەوە و گەشتکردن، ئەو پاسە بە کارەبا و سەرچاوەکانی وزە وەك بەنزین و گاز کاردەکات، دەبێتە یەکێك لە پێشکەوتووترین کەرەستەکانی گواستنەوە لە داهاتوودا.

پەند و وتە

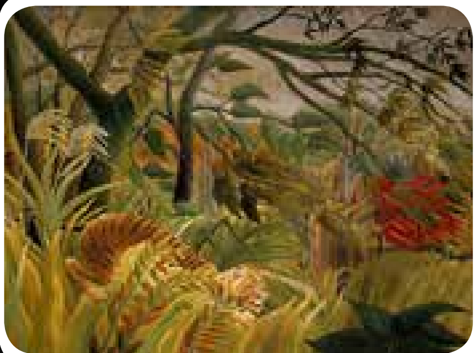
وەین دایەر، نووسەر و فەیلەسووفی ئەمریکی، لە ساڵی (١٩٤٠) لە شاری دیترۆیت، میشیگانی ئەمریکا لە دایك بووە و لە ساڵی (٢٠١٥) لە هاوای کۆچی دوایی کرووە، دەربارەی نرخ و پایەی خوودی خۆت دەڵێ: نرخ و پێگە و پایەی خۆت تەنیا لە یەك حاڵەتدا بەدی دەکەیت و بۆت دێت، ئەویش ئەو کاتەیە کە هەست بکەیت تۆ مرۆڤی و خاوەن پێگە و پایەی و نرخت هەیە.



جیاوازی وێنە

- لەم دوو وێنەیە چەند جیاوازییەك هەیە بیاندۆزەوە !

تابلۆ



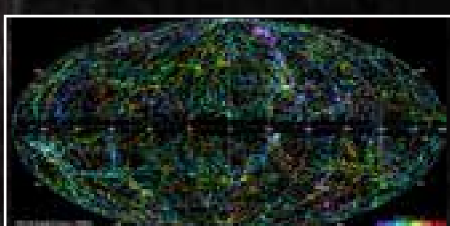
تابلۆیەکی سرووشتی وێنەکێشی فەرەنسی (هێنری جولیان فلێکس رۆسۆ)یە، کە لە ساڵی (١٨٤٤) لە شاری لاڤال لە فەڕەنسا لە دایکبووە، نازناوی (داونیار) بووە، ئەو وێنەیەی بە جوانترین تابلۆکانی دادەنرێت، کە باس لە پڵنگێك دەکات لە نێو دارستاندایە، وێنەکە زەیتییە و لە ساڵی (١٨٩١) کێشراوە، بە بەرزی (١٣٠) سەنتیمەتر و پانی (١٦٢) سەنتیمەتر، رۆسۆ لە ساڵی (١٩١٠) کۆچی دوایی کردووە.

بۆ زانیاریت

تیرە و تەمەنی گەردوون

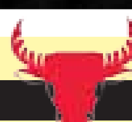
خێرای رووناکی یەکێکە لە گرنگترین تایبەتمەندیە سەرەکیەکانی گەردوون، بەچەندان شێوە بەکاردێت، لە پێوانی مەودا و پەیوەندی نێوان هەسارەکان و هەژمارە ماتماتیکیە هەمەجۆرەکان. خێرایی رووناکی لە بۆشاییدا دەگاتە ٢٩٩٧٩٢ کیلۆمەتر لە چرکەیەکدا کە ئەمەش خێراییەکی نەگۆڕە، ئەگەر وانابێت بنەماکانی فیزیایی هاوچەرخ هەرەس دێنن، بۆیە بنەما گشتیەکە دەڵێت: «هیچ شتێك نیە لە گەردوون خێراتربێت لە رووناکی» بەڵام هەندێك سەرلێشێوان روودەدات، کاتێك دەبینین تیرەی گەردوون یەکسان نیە بە تەمەنی کە زیاتر لە ١٣,٨ ملیار ساڵی رووناکییە، لەگەڵ ئەوەی هەندێك لە خەملاندنەکان ئاماژە بەوە دەکەن کە کەمێك گەورەتریشە، بەجۆرێك تیرەی گەردوونی بینراو زیاترە لە ٩٣ ملیار ساڵی رووناکی، ئەوە تەنیا ئەو مەودایەیە کە توانیومانە بیبینین بەهۆی تێلسکۆبەکانمانەو، دەشێت ئەو بەشەشی کە نەمانبینیوە تا ناکۆتا بکشێت. باشە چۆن دەکرێت تیرەی گەردوونی بینراو ٩٣ ملیار ساڵی رووناکی بێت لە کاتێکیدا تەمەنی ١٣,٨ ملیار ساڵی رووناکییە.

ئیسحاق نیوتن بە یەکێك لە بلیمەتترین مرۆڤەکان دادەنرێت لە مێژوودا، سەرەڕای پەرەدانی بە تەواکاری و داتاشراوە، بە یەکەم زاناش دادەنرێت کە بە راستی لە پێکهاتەی رووناکی گەیشتووە و چیش روودەدات لەکاتی شیکردنەوە پێکهاتەکانی رووناکی. توێژینەوەکانی نیوتن دەریخست کە کاتێك رووناکی بە ئاوێزەیەکدا تێدەپەڕێت، ئەو رەنگە سپییەی رووناکی کە لە خۆر و ئەستێرەکانی دیکەوە دێت، شیتەڵ دەبێت بۆ چەند رەنگێك. کاتێك ئەو رەنگانەی لە ئاوێزەکەوە دەستمان کەوتووە بەکاری دێنین بۆ توخمەکان، دەتوانین بەهۆیەوە پێکهاتە و پلەی گەرمی و هەتا پلەی گۆڕانی تەنەکانیش بزانین. پێیوایە قەبارەی گەردوون یەکسانە بە تەمەنی (لەگەڵ رەچاوکردنی ئەو مەودایەیی داگیری دەکات)، هەڵەی یەکەمی ئەم ئەگەرەش لە یەکەم ساتی تەقینەوە مەزنەکەوە دەست پێدەکات. وەك دەبینین کاتێك گەردوون هاتە بوون پێش نزیکەی ١٣,٧٥ ملیار ساڵی رووناکی، شوێنکات خێراتر لە خێرایی رووناکی بووە، ئەو ماوەیەش پێی دەگوترێت (گەورەبوونی گەردوونی) و ئەو شتانە لێکدەداتەوە کە لە قەبارەی گەردوون زیاترە.



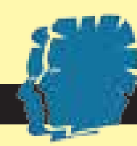
٣/٢١ - ٤/١٩ کاوڕ

هەستەکانت لە نێو ناختدا بپارێزە، چونکە ئێستا کەم کەس هەن جێگەی متمانەن کە هەستەکانت بۆیان باس بکەی، ئەو کارەی لە رابردوو کردت، بە خراپە بۆت هاتەوە، چونکە کەسی بەرامبەرت نیازی پاك نەبوو، کەسایەتیت بەهێزە و ژیرانە بیر دەکەیتەوە.



٤/٢٠ - ٥/٢٠ گا

ساڵانێکە خەون بەو ئاواتەت دەبینی کە ئێستا ۆت رەخساوە، بۆیە مەهێڵە کەس لێت تێکبدات دووبارە هەوڵی خۆت بدە بۆی، ماوەیەکە ێگەیەکی جوانت گرتووە لە هەڵسوکەوتت لەگەڵ کەسانی دەوروبەر، بۆیە دەبێ زیاتر لێیان نزیکتر بیت.

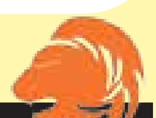


٥/٢١ - ٦/٢٠ جمک

کاتێك بیرۆکەکەیت هەیە، پێویست ناکات کەسانی دیکە پێی بزانن، ئەو کاتەی دەتەوێ کارێك بکەیت، هەوڵی خۆت بدەو داوای یارمەتی مەکە، ئەگەر کێشەیەکەت هەیە، لەسەرخۆ بە زووتر چارەسەر دەبێت، کاتێکی ناخۆشت بەڕێ کرد کاتی خۆشیت هاتووە.

٦/٢١ - ٧/٢٢ قرژاڵ

شایستەی ئەو جۆرە رەفتارە نیت کە ئەو کەسە بەرامبەرت دەیکات، چونکە ماوەیەکە پەیوەندییەکانت تێکچووە، وا باشە بۆ ماوەیەك لەو کەسە دوور بکەویتەوە، تا لێت تێدەگات و لە بیرکردنەوەت تێدەگات، رێگەی داهاتووت بەرەو باشی دەچێ.



٧/٢٣ - ٨/٢٢ شێر

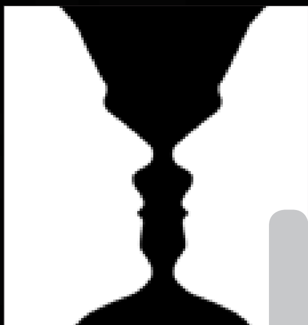
هەست بە بێ ئومێدی دەکەیت و لەگەڵ هەنگاوەکانت رێگەی چاکت گرتووە، هەموو کاتێك ناکرێ گلەیی لە کەسانی نزیکت بکەیت، بۆیە دەبێ خۆت کارەکانت جێبەجێ بکەیت و هەمیشە گەشبین بە، چونکە ساتە وەختێکی خۆش بۆ تۆ بەڕێوەیە.

٨/٢٣ - ٩/٢٢ گوڵەگەنم

ئەو کاتانەی زۆر بیر دەکەیتەوە، واباشە بیر لە داهاتووت بکەیتەوە، نەوەك رابردوو بهێنیتە بەرچاوت، چونکە بە هیچ ئەنجامێکت ناگەیەنێت. کەسێك دەیەوێت لێت نزیك بێت و نیازی باش نییە، بۆیە واچاکە رێگەی نەدەیت زیاتر نزیك ببێتەوە.

کاریکاتێر

کاریکاتێرێکە باس لە نا یەکسانی لە ژیانکردن دەکات، ئەوانەی لە ژیانێکی خۆشدا دەژین، بەرامبەر ئەوانەی لە هەژاری و ناخۆشی دەژین، کە نیوانیان بە سیم تەلبەند کراوە، کەچی هەموو مرۆڤێك خاوەن رۆحێکە.



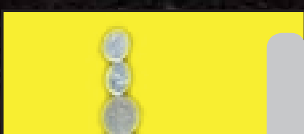
یاری وێنە

لەم وێنەیەدا، ئەگەر بە وردی سەیر بکەیت، دوو شێوەی وێنەکە دەردەکەون، یەکێکیان دوو کەسن لە نزیکی یەکتر، ئەگەر لە دووریش سەیر بکەی، وێنەی کاسێکە.

پوختەی فیلم

فیلمی IT

فیلمێکی ترسناکە و درامایە، باس لە حەوت سواڵکەر دەکات، کە دوچاری گەورەترین خەوبینین و نەهامەتی دەبنەوە، کە لەلایەن شەیتانەوە لە شێوەی ئەندازەکاندا بۆیان دادەنێتەوە و ئەوانیش ناتوانن بەرگەی بگرن، دواتر لەلایەن بەرگدرووکەوە لە بەردەم ئەهریمەنەکان دەوەستێت و چارەسەریان دەکات. ماوەی فیلمەکە دوو کاتژمێر و (١٥) خولەکە، بودجەی فیلمەکە (٣٥) ملیۆن دۆلار بووە و داهایشی (٦٠٤) ملیۆن دۆلارە، لە دەرهێنانی (ئەندریاس میسچێتیە)ە، وێنەی فیلمەکە لە وڵاتی سلۆڤاکیا گیراوە.



نوکــــتە

یەکێك بە باردەکەی گوت: بۆ وا کەچەڵ بووی و پرچت رووتاوەتەوە؟ ئەویش لە وەڵامدا گوتی: زەمانە وای لێکردووم. باردەکەشی گوتی: مادام وایە برۆ لای سەرتاشێکی دیکە سەرت بتراشە!

گۆزە ١/٢٠ - ٢/١٨

لەم کاتەدا واچاکە هەندێك پەلە نەکەیت لە کارەکانت، چونکە کاتێکی زۆرت لە پێشە تا هەنگاو بە هەنگاو کارەکانت بکەیت، هەندێك نەرمونیانی باشە بۆت، چونکە رەفتارت توندە لەگەڵ کەسانی دەوروبەرت، گەشبین بە بۆ داهاتووت.

نەهەنگ ٢/١٩ - ٣/٢٠

کاتێك دەتەوێ یارمەتی کەسێك بدەی، دەبێ بزانی پێویستی بە تۆیە، چونکە چاکەی لە خۆتەوە، بە خراپە بۆت دەگەڕێتەوە. ئەو کارانەی لەم ماوەیە ئەنجامی دەدەیت، جێگەی قبووڵە، هەردەم بیر لە داهاتوویەکی باش بۆ خۆت بکەوە، رابردووش لە بیر بکە.

شایان ٩/٢٣ - ١٠/٢٢

کاتێکی خۆشت بەسەر بردووە، دەبێ بزانی کە چ کاتێك هەنگاوەکانت جێبەجێ دەکەیت، ئەو کارەی رابردووت ئەنجامی نەبوو، چونکە کاتەکەی گونجاو نەبوو، ماوەی داهاتووت باشتر و پڕ لە خۆشی دەبێت و کاتی رەخنەگرتن نییە و دڵت گەش بێت.

دووپشک ١٠/٢٣ - ١١/٢١

رێگەیەکی جوانت هەڵبژاردووە لە چارەسەری کێشەکانت، هەر ماوەیەکە تا دەگەیتە ئەو ئەنجامەی مەبەستتە، کەسێکی هەستت ناسکە و کەسێکی نزیکیشت دەیەوێ هاوکاریت بکات، تەنیا چاکەی تۆی دەوێ و دەیەوێ یارمەتیت بدات، تۆش بە هەڵە لێ تێمەگە.

کەوان ١١/٢٢ - ١٢/٢١

کاتێك لە کارەکانت تێدەگەیت کە ئەنجامێکی باشت بە دەست دەگات، هەر بۆیە دەبێ بزانی چۆن لە داهاتووت دەڕوانیت و ئەوەی رابردوو بۆت بوو، کارێکی نەشیاو بوو، هەمیشە بیر لە داهاتوویەکی گەش بکەوە، چونکە سەرکەوتنت نزیکە.

گیسک ١٢/٢٢ - ١/١٩

ئەوەی ماوەیەکە بێزارت دەکات، پێویستە لێت تێبگات کە مەبەستی تۆ چییە، رێگەی ئەو کەسانە مەدە خەریکی کاری تۆ بن، چونکە هەنگاوەکانت بە جوانی جێبەجێ دەکەی و هەمیشە بیرکردنەوەت با بەرەو خۆشی بێت و لە رەشبینی دوور بکەوە.