آشپزی

سالاد ذرت با لبو

جعفری خرد شده را در ظرفی کم عمق بریزید. ذرت پخته شده را روی جعفری به شکل گل در آورید.
لبو خرد شده را در کنار ذرت و در کنار لبه ظرف بچینید. بعد پیازچه خرد شده.
را به شکل های مختلف روی جعفری بچینید. می توان با هماهنگی رنگ ها (سبز، زرد، قرمز و سفید) تزئینات زیبایی انجام داد.
(منظور رنگ مواد اولیه) روغن زیتون، فلفل سیاه، نمک و آب لیمو را با هم مخلوط کرده و روی سالاد بریزید.

آش خیارچنبر

مواد لازم :
خیار چنبر ۱ کیلو
سیر ۱ بوته
نعنا خشک ۲ قاشق غذاخوری
کشک ۱ لیوان
عدس ۲۰۰ گرم
بلغور گندم ۱۵۰ گرم
پیاز ۳ عدد
نان خشک ۲ قاشق غذاخوری
گوشت ۲۰۰ گرم
نمک و فلفل به مقدار لازم

طرز تهیه :
عدس را از چند ساعت قبل خیس کنید سپس عدس و بلغور گندم را بهمراه ۳ لیوان اب درون قابلمه بریزید و بپزید.
گوشت را چند تکه کنید و با ۱ عدد پیاز خرد شده تفت دهید سپس ۳ لیوان اب بریزید و بگذارید گوشت بپزد، وقتی آب گوشت به ۱/۳ کاهش یافت می توانید عدس و بلغور پخته شده را به گوشت اضافه کنید.
خیار چمبرها را پوست بگیرید و نصف کنید سپس تخم های خیار را خارج کنید، خیارها را مانند کرفس حلقه ای خرد کنید، درون ماهیتابه مقداری روغن بریزید سپس خیارهای خرد شده را کمی تفت دهید تا نرم شوند (له نشوند).
۲ عدد پیاز و سیرها را خرد کنید و در روغن با مقداری نمک و فلفل تفت دهید تا طلایی شوند، نعنا خشک را نیز جداگانه در مقداری روغن حدود ۱ دقیقه تفت دهید و کناری بگذارید.
خیارهای تفت داده، نصف سیر داغ و نصف پیاز داغ را به قابلمه آش اضافه کنید، پس از اینکه مواد پخته شدند و آش جا افتاد می توانید نمک، فلفل و کشک را اضافه نمائید، ۵ دقیقه صبر کنید سپس آش را از روی حرارت بردارید.
آش را در ظرف بکشید و روی ان را با نصف باقی مانده سیر داغ و پیاز داغ، کشک و نعنا داغ تزئین کنید.

ترشی گرما

مواد لازم :
پیازداغ ۳ قاشق سوپخوری
گوشت ۳۰۰ گرم، خورشی
آلوچه ۱۵ عدد
لوبیا چشم بلبلی یک دوم پیمانه
محلول زعفران ۱ قاشق چایخوری

طرز تهیه :
گوشت را در پیازداغ تفت داده تا آب آن کشیده شود، سپس ۲ پیمانه آب اضافه کنید تا نیم پز شود. لوبیا را که ۲ ساعت قبل خیسانده اید و آلوچه خورشی را اضافه کرده و خورش را بپزید تا جا بیفتد. در آخرمحلول زعفران را اضافه کنید.
ترشی گرما از غذاهای محلی اردبیل است. در ادامه این مطلب میتوانید طرز تهیه ترشی گرما را مشاهده کنید

آش میوه

مواد لازم:
پیاز نیم کیلو
عدس یک لیوان
نخود یک لیوان
لوبیا چیتی یک لیوان
آلبالو (تازه یا خشک) ۵۰ گرم
ذغال اخته ۵۰ گرم
زردآلو ۴ عدد
آلو بخارا (زرد) ۵۰ گرم
رشته آشی ۲۰۰ گرم
رب گوجه یک قاشق غذا خوری
گوشت چرخ کرده ۱۵۰ گرم
روغن، نمک، فلفل، زردچوبه، نعنا خشک

طرز تهیه:
نخود و لوبیا را قبلاً خیس کنید. (ترجیحا از یک روز قبل)
یک عدد از نیم کیلو پیاز را خرد کنید و با حبوبات ذکر شده (عدس، نخود و لوبیا) بگذارید کاملاً بپزد.
سپس میوه ها (آلبالو، ذغال اخته، زردآلو، آلوبخارا) را اضافه کنید.یک عدد از نیم کیلو پیاز را رنده می کنیم.
گوشت را با پیاز رنده شده + نمک، فلفل، زردچوبه + مقداری نعنا خشک به صورت کوفته قلقلی در می آوریم. (بدون روغن) و داخل حبوبات و میوه های پخته شده می ریزیم.
بعد از پختن حبوبات و میوه ها و گوشت، رشته آشی را اضافه می کنیم و یک قاشق رب گوجه را که قبلاً در کمی آب گرم رقیق کرده ایم اضافه می کنیم.
تهیه پیاز داغ: باقی پیازها را خرد و سرخ می کنیم. تا به رنگ طلایی در آید.
تهیه نعنا داغ: باقی مانده نعناء خشک شده را در روغن می ریزیم و روی اجاق تفت می دهیم.
زمانی که رشته آشی پخت؛ غذا حاضر است.

بامیه مرغ

مواد لازم :
۱ عددسینه مرغ
۱ پیمانه تره
۲ عددتخم مرغ
۲ عددنان باگت
به میزان لازم آرد سوخاری
۱ فنجان شیر

طرز تهیه:

راهکار تعامل با شوهر کم حرف ؛

مردها با این دلایل سکوت می‌کنند

یکی از شکایت های تکراری بسیاری از زنان از زندگی مشترکشان، کم حرف بودن شوهرشان می باشد. آنان مدعی اند زندگی در کنار یک مرد کم حرف سبب می شود در منزل حس تنهایی کنند، و هرچه سعی می کنند نمی تواند همسرشان را وادار به صحبت کردن بکنند.

* وجود بحث های دائمی

کدورت و بحث های دائمی بین زوجین سبب می شود که آن ها به مرور زمان کم حرف شوند و تنها برای برطرف کردن نیاز چند کلمه حرف بزنند. به عنوان مثال چنانچه مردی پس از زندگی با همسر خویش، پی به اشتباه انتخابش ببرد کم حرف می شود و تمایلی به حرف زدن ندارد.

* تفاوت زنان و مردان

از نظر زیستی خانم‌ها در حرف زدن و کلا رابطه کلامی، بهتر از آقایان عمل می کنند و بخاطر نقش هایشان در منزل و محیط اطرافشان این خصوصیت در آنها تقویت می شود. برعکس مردان از بچگی یاد می گیرند نباید زیاد در خصوص احساسشان حرف بزنند.

* طرز نگرش

به طور کلی مرد ها کل نگر هستند. مردی که تنها کلیات یک مسئله را دیده است چیز زیادی برای حرف زدن ندارد و حرف های خود را کوتاه و خلاصه می کند.

* شیوه ی ارتباطی

مردها تنها جهت برقراری رابطه صحبت می کنند و از حرف زدن برای خالی کردن احساسات استفاده نمی کنند. به همین علت گاه گاهی متهم به خونسردی و سنگ دل بودن می شوند.

* اختلافات زن و شوهری

ممکن است وجود بعضی از اختلافات در ناخودآگاه مردان تأثیر بگذارد و سبب کم حرفی آنها بشود. به عنوان مثال مردی که چند وقتی است با همسرش اختلاف دارد، علاقه اش برای حرف زدن با او کم می شود.

* مشکلات شغلی

یکی دیگر از علل رایج کم حرفی، کم حوصلگی، بداخلاقی و حتی بی‌میلی های عاطفی در مردان، ریشه در مسئله شغل آنها دارد. بی کاری، نارضایتی شغلی، نداشتن امنیت شغلی و اضطراب تعدیل و اخراج شدن، بی مهارتی و ورشکستگی مالی، مشکل با شریک و در مجموع نگرانی دایم در باب شغل که انرژی مضاعفی از آنها می گیرد، میتواند سبب کم حرفی و در خود فرو رفتن و گوشه گیری شود.

بنابراین تا دلایل ذکر شده، معلوم و حل و فصل نشود عارضه های آن پا برجاست؛ البته ناگفته نماند تغییر شرایط این مردان در بیشتر مواقع کار سختی نیست گاه شخصی که دچار نارضایتی شغلی است با تغییر دیدگاه(شناخت درمانی) به سازگاری بیشتر و بهتری با شغل خویش میرسد و یا با افزایش مهارت های حرفه ای خود مانع ورشکستگی وترک شغل خویش می شود.

* اختلال های روحی و جسمی

هنگامی که مرد حرف نمیزند و مانند یک مجسمه در یک گوشه منزل خشک شده است، باید بوجود بعضی بیماریها در وی شک کرد.
اختلال های روحی مثل افسردگی، اضطراب و...، بطور موثری باعث فاصله گرفتن مرد از خانواده و کم حرفی وی می شود. همچنین مشکلات عدیده جنسی، مثل کم خونی شدید، کم کاری و یا پرکاری تیروئید، ضعف و خستگی مداوم، هم میتواند علت کم حرفی مردان باشد.

* زن خانواده، شنونده خوبی نیست

بهتر است در این باره نگاهی به قبل بکنید. چنانچه در رابطه با همسرتان، شنونده خوبی نبوده اید، بطورحتم وی هم از هم صحبتی با شما سرد شده است. شما با خوب گوش دادن ، به آسانی ذهن همسرتان را می خوانید.
منظور ما سکوت مطلق دربرابر حرف های مرد نیست.
بلکه شما باید در ادامه صحبت های او، با وی هماهنگ شده و با ایجاد احساس صمیمیت و هم دردی، نشان دهید که او را درک می کنید.
در پایان هم باید به زبان خودتان، مجموع حرف های او را خلاصه نموده و برداشت خویش را بیان کنید.
در این صورت مشاهده می کنید که وی رغبت بیشتری برای حرف زدن نشان می دهید و از تعامل با شما لذت می برد.

– راه های برخورد با کم حرفی مردان

* زمان مناسبی را برای گفتگو انتخاب کنید

این مسأله بسیار مهم است. شما امکان دارد که بسیار علاقمند باشید که پس از برگشت از کار، با شوهرتان حرف بزنید ، ولی وی در آن موقع به ارامش احتیاج دارد. پس بهترین راه این است که بعدا گفتگو کنید.
با توجه به سلیقه مخاطب خویش و علائق وی، گفتگو را شروع کنید. شما بعنوان شروع کننده صحبت، می بایست اشتیاق وی را به هم صحبتی برانگیزید و بدون این که باعث رنجش و یا کسالت وی شوید، گفتگو را ادامه دهید.
تفاوت روانی مرد و زن را بپذیرید. مردان دوست ندارند مورد سوال همسرشان قرار بگیرند، از این جهت منتظر باشید وی خودش چنانچه صلاح دید ، مطالبی از اتفاق های بیرون را بازگو کند.

* پرسیدن از جزییات

هنگامی که میخواهید با همسرتان حرف بزنید از وی پرسش های کلی نپرسید. پرسش های کلی پاسخ های کوتاه از سوی مردان بهمراه دارد. پرسش های ریز سوال کنید تا وی هم با جزییات بیش تری پاسخ دهد.

* علایق شوهرتان را بشناسید

به طور کلی میتوان گفت که فضای فکری و موضوعات بحث و گفتگو ، بین آقایان و خانم‌ها مختلف است. در جلسات زوج درمانی یا جلسات اموزشی برای زوجین، بسیار شنیده می شود که خانم‌ها از این گله می کنند که« شوهرم حرفی برای گفتن با من ندارد ولی به مردها که میرسد صحبتش تمامی ندارد».
علت این مسئله این است که موضوع های مورد علاقه خانم‌ها با موضوعات مورد علاقه مردها در بحث ها مختلف است. معمولاً مردها به بحث کردن در مورد سیاست، اقتصاد، طرح های مالی، سرمایه گذاری و همچنین حرف از موفقیت دیگر مردها علاقمند هستند، موضوعاتی که شدیداً حوصله خانم‌ها را سر می برد!
در عوض بعضی خانم‌ها حرف از ارتباطات انسانی را به هر چیزی ترجیح میدهند ، به عنوان مثال اینکه نوه خواهرشوهرش با مردی ازدواج کرده است که به لحاظ ظاهری به هم نمی خورند و اینکه قرار است عروسی اش در فلان تالار برپا شود و .... موضوعی که چنانچه با یک مرد در باره آن صحبت شود احتمالاً تا پایان بحث به ذهنش فشار می آورد که خانمش از چه کسی صحبت می کند. بنابراین اگر میخواهید با همسرتان حرفی برای گفتن داشته باشید، تلاش کنید بفهمید به چه موضوع‌هایی علاقمند است.

قابل توجه والدین جوان ؛

رفتار در دوران کودکی که نشان دهنده کمک خواستن است

کودکان مانند بزرگسالان، فراز و نشیب های خاص خود را دارند. آنها می توانند بسیار حساس باشند و به دلیل مسائل یادگیری یا محیط خانوادگی آنها احساس اضطراب کنند. علاوه بر این، عدم توجه می تواند پرخاشگری و بیش فعالی در کودکان را برانگیزد. در ابتدا شناخت این رفتارها مهم است و باید سعی در رفع این رفتارها داشته باشیم. ما در این مقاله اطلاعاتی درباره شایع ترین رفتارهای نادرست در کودکان را جمع آوری کرده ایم که می تواند به شما در درک بهتر آن رفتارها کمک کند.

۱– کودک شما پرخاشگری میکند و شما را گاز میگیرد:

پرخاشگری در کودکان نوپا را می توان با پیشرفت مغز آنها مرتبط دانست. ساده بگوییم، اگر کودکتان پرخاشگری کرده و شما را گاز میگیرد به این دلیل است که مغز کودک شما در مرحله ساختار یافتن و به دست آوردن مهارت استدلال و تفکر منطقی است.
گاز گرفتن و پرخاشگری بازتاب منفی از شیوه و سبک تربیت شما نیست. آنها ممکن است یک اسباب بازی را به سر شما پرتاب کنند ، در حالی که شما سعی می کنید آنها را ببوسید. کودکان نوپا ظرفیت کافی مغزی برای کنترل خود ندارند.

* بهترین روش برای واکنش به پرخاشگری کودکان:

از عصبانی شدن، فریاد زدن و یا خجالت دادن کودک اجتناب کنید. حواس کودک را از این کار پرت کنید و بعد کارهای مناسبی که کودک انجام داده را الگو قرار دهید و از کودک بخواهید که آنها را انجام دهد.

۲. کودکتان نوسانات خلقی دارد:

گاهی کودکان با یک چیز کوچک اشک و فریاد سر میدهد با اینکه در نظر شما اتفاق خاصی رخ نداده مثلا به جای لیوان آبی شما به او لیوان صورتی داده اید. دلیل اینکه کودک گاها مضطرب و ناآرام میشود و نوسانت خلقی نشان میدهد این است که به مرور احساسات کودک رشد کرده و پیچیده میشود اما بعضی وقت ها کودکان توانایی هماهنگی با این تغییرات را ندارند و هر اتفاقی برای آنها بسیار ناامیدکننده است و برای آنها مانند پایان جهان احساس می شود.

* بهترین روش برای واکنش با نوسانات خلقی کودکان:

خونسرد باشید و به آنها اجازه دهید تا ناامیدی خود را ابراز کنند، اما در عین حال به آنها نشان دهید که اشکالی ندارد و در واقع با آنها هم دردی کنید. به آنها روشهای مثبتی نشان دهید تا احساسات خود را رها کنید.

۳–کودک شما از انجام یک سری از کارها امتناع می کند.

اگر کودک شما کفش خود را پرتاب می کند، از لباس پوشیدن خودداری می کند، یا کوله پشتی خود را نمی بندد و یا بر روی صندلی کودک در داخل خودرو نمی نشیند ممکن است به معنای این باشد که خسته است و میخواهد راحت و مدتی استراحت کند.

* بهترین روش برای واکنش با لجبازی کودکان:

نیازی نیست که کودکان را با خود به همه جا ببرید و یا در کلاس های مختلف شرکت کند این کارها میتواند باعث عکس العمل های غیرمنتظره از سمت کودک شود.

۴– اگر کودکتان شیطنت های زیادی میکند:

وقتی کودک شما نمی خواهد آرام بگیرد، سعی می کند دعوا کند یا تمام مدت در اطراف شما میدوید، و از در و دیوار آویزان میشود به این دلیل است که میخواهند فعالیت بدنی انجام دهند و انرژی خود را تخلیه کنند و یا با بچه های دیگر ارتباط برقرار کنند.

* بهترین روش برای واکنش با شیطنت های کودکان:

برنامه کودکان خود را بررسی کنید. شاید آنها وقت آزاد زیادی داشته باشند و نمی دانند انرژی خود را کجا تخلیه کنند. سعی کنید بعضی از زمان های بازی کودکانتان را با بچه های دیگر هماهنگ کنید.

۵– کودکتان اسباب بازی ها را بیرون می اندازد و می شکند.

کودک شما ممکن است اسباب بازی های خود را بشکند، با آنها تهاجمی بازی کند و یا حتی یک ماشین یا عروسک جدید را نادیده بگیرد. این می تواند نشان دهنده این باشد که آنها از ماندن در خانه خسته شده اند و میخواهند فعالیت دیگری انجام دهند.

* بهترین روش برای واکنش رفتارهای تهاجمی کودکان:

سعی کنید فعالیتهای مختلفی را به کودکتان پیشنهاد کنید، اما به آنها برای انجام آن فعالیت فشار نیاورید. به عنوان مثال ، شما حتی می توانید خودتان ان فعالیت را انجام دهید اگر بچه شما واقعاً می خواهد در آن شرکت کند ، به شما ملحق می شوند.

۶– کودک شما به همه چیز نه می گوید:

کودکان می توانند از خوردن غذای خود امتناع ورزند، دندانهای خود را مسواک نمی زند یا لباس خواب خود را نمی پوشد و آنها در هیچ زمینه ای همکاری نمیکنند. این نوع رفتارها ممکن است نشانه این باشد که فرزند شما می خواهد در واقع کنترل امور را دست خودش بگیرید.

* بهترین روش برای واکنش به امتناع کردن کودکان:

در این شرایط درخواست تان را به صورت دو یا چند گزینه ای مطرح کنید به عنوان مثال می توانید به جای اینکه بگویید غذا بخور، بگویید داخل آشپزخانه غذا میخوری یا داخل اتاق؟

۷– کودک به شما دروغ می گوید:

کودکان می توانند برخی چیزها را دروغ یا مبالغه کنند ، اما اگر این اتفاق بیش از حد رخ دهد، نباید آن را نادیده بگیرید. این ممکن است به این دلیل باشد که از چیزی می ترسند احتمالا از واکنش شما وحشت دارند

* بهترین روش برای واکنش دروغ گفتن کودکان:

اول: به روی کودک در مورد دروغ گفتن شان نیاورید.
دوم: سعی کنید دلیل دروغ گفتن کودک را پیدا کنید.
سوم: بیشتر از رفتارهای مثبت آنها قدردانی کنید.

۸– کودکتان دیگران را میزند:

اگر کودکتان، دیگران را می زند، در صورتی که زیر ۵ سال باشد به این دلیل است که هنوز مهارتهای ارتباطی را یاد نگرفته است و اگر بالای ۵ سال باشد به دلیل عصابنیت و ترس است. همچنین، شیوه رفتار والدین می تواند بر این واکنش ها تأثیر بگذارد.

* بهترین روش برای واکنش به کتک زدن کودکان:

– رفتار مناسب را به کودک آموزش دهید
– الگوی خوبی باشید
– محتوای فیلم، بازی، داستان و ... کودکانتان را بررسی کنید. در قصه ها و نمایش های شما و اطرافیان نباید از خشم و کتک کاری استفاده شود.
– به کودک کمک کنید احساسات خود را بیان کند
– به نیازهای عطفی او توجه کنید

برای تاثیر مثبت ؛

بچه‌ها را با رفتارتان تربیت کنید

خانواده سالم و موفق معناهای متفاوتی می‌تواند داشته باشد. برخی والدین فکر می‌کنند اگر فرزندانشان از آنها حرف‌شنوی داشته باشند.
خانواده موفقی دارند و عده‌ای معتقدند دادن آزادی‌های زیاد به فرزندانشان باعث می‌شود خانواده موفق و شادی داشته باشند اما واقعا خوشبختی درون خود آدم‌هاست. اگر کودکی احساس کند به راحتی می‌تواند مشکلاتش را با والدینش در میان بگذارد، احساس خوشبختی خواهد کرد.
به نظر من تربیت دوجنبه دارد؛ یکی تربیت با حرف است و دیگری تربیت با عمل. در تربیت با حرف اولین نکته مهم، سعه‌صدر و تسلط بر اعصاب است و اینکه با مهربانی عمل کنیم. زور و قلدری کسی را به جایی نمی‌رساند. مساله دیگر، این است که نباید در تربیت فرزندانمان عجول و یکدنده باشیم زیرا بچه‌ها هم برای خودشان نظرها و روش‌هایی دارند. نباید به آنها سخت گرفت یا در مورد تمام اعمال آنها نظر داد، آن هم در مورد کودکان امروزی که بسیار باهوش و بادرایت هستند.
به‌نظر من، بهترین روش تربیتی، آن است که کنار بچه‌ها باشیم و به‌عنوان یک راهنما مسیر درست را به آنها نشان دهیم. تاثیر تربیت با عمل بسیار بیشتر از تربیت با حرف است. به عقیده من، حتی گاهی بد نیست بگذارید فرزندانتان خطا کنند زیرا به‌عنوان یک انسان حق تجربه کردن دارند. اگر از ابتدا معلم و راهنمای خوبی برای آنها باشید، قطعا کمتر در زندگی‌شان اشتباه خواهند کرد زیرا آینه روبروی آنها تصاویر حقیقی، مثبت و مستقیم را به آنها نشان داده است.

فال روزانه

فروردین
شاید خویشتن داری و میانه روی بهترین خصوصیت اخلاقی شما نباشد، اما امروز می‌تواند شما را از دردسرها دور نگه دارد. این سخن بدین معنی نیست که شما زندگی پرمخاطره‌ای دارید، بلکه فقط بدین معنی است که شما باید به تعهداتی که می‌دهید بیشتر توجه کنید. شما اگر بیشتر از توانتان مسئولیت قبول کنید، ممکن است همه چیز را خرابتر کنید. پس قبل از دادن جواب مثبت خوب فکر کنید.

اردیبهشت
قبول کردن مسئولیت‌های خیلی زیاد ابتدا ممکن است دیگران را تحت تاثیر قرار دهد، اما اگر شما نتوانید کارهایی که شروع کرده اید را تمام کنید همه چیز تغییر خواهد کرد. خوشبختانه شما هم اکنون می‌توانید وظایف خود را به کارهای کوچکتر تبدیل کرده و به صورت جداگانه روی هر کدام از آنها تمرکز کنید.
اگر چه یکسره کار کردن شما را خسته می‌کند، اما اگر همین الان مرحله به مرحله کارتان را انجام دهید بعدا راحت خواهید بود.

خرداد
امروز شما با بازیگوشی و شیطنت‌های خود دیگران را هم مجبور می‌کنید کارهای خود را نیمه کاره رها کنند. دوستان و همکارانتان فکر می‌کنند شما به اندازه کافی کار نکرده‌اید، اما شما خودتان عقیده دارید که بیشتر از وظیفه خود کار کرده‌اید.
اگر دیگران به خاطر عدم حضور همیشگی تان در محل کار بهتان ایراد گرفتند، اولین جوابتان این است که دوست دارید با آرامش کارهایتان را انجام دهید. اجازه ندهید این مشکلات باعث دعوا و مشاجره بین شما و همکارانتان شود.

تیر
شما امروز به راحتی دیگران را می‌رنجانید، چراکه امروز زیاد از اطرافیانتان ایراد می‌گیرید. شما هم امکانات را می‌بینید و هم می‌توانید موانع را ببینید. بنابراین ترکیب این دو به شما به شما توانایی داده به دیگران تذکر دهید امکاناتی که الان در اختیار دارند آنها را به اهدافشان نمی‌رساند. ولی زیاد بهشان سخت نگیرید؛ فقط تا جایی که می‌توانید راهنمایی شان کنید.

مرداد
امروز شما سرتان خیلی شلوغ است، ولی بیشتر ترجیح می‌دهید استراحت کنید. اولین حرکت و کشش شما به سوی تفریح و خوشی متمایل است، اما شما به صرافت می‌دانید که چیزهای وسوسه کننده به روش‌های گوناگون شما را در بوته آزمایش قرار می‌دهند! پس در برابر کودک درون شاد و خوشحال خود تسلیم نشوید؛ در عوض به سراغ کارهایتان که روی هم تلنبار شده بروید.

شهریور
شما در حال حاضر نمی‌توانید کنترلی بر روی پول خرج کردن خود داشته باشید، به خصوص وقتی که تصمیم می‌گیرید شیء خیلی لوکسی بخرید.
یک اثر هنری زیبا، ست جدیدی برای آشپزخانه و یا حتی یک وسیله جدید برای داخل ماشینتان، همه اینها چیزهایی خاصی هستند که به زندگی شما اضافه می‌شوند. اما خریدن این چیزها ممکن است تمام حساب شما را خالی کند. بنابراین قبل از خرید کردن حساب بانکی خود را چک کنید.

مهر
اگر امروز شما نسبت به قبل بی حوصله تر شده‌اید نگرانی به خود راه ندهید، برای اینکه این موضوع وقتی که ماه به نشانه شما بازمی‌گردد نمونه بارزی است. نسبت به احساس‌هایتان آگاهی داشته باشید، با وجود این اینگونه به نظر می‌رسد که شما نسبت به آنچه که در پیرامونتان اتفاق می‌افتد بی‌اهمیت هستید. ممکن است قادر نباشید حوادث بیرونی را اصلاح کنید، اما مطمئناً بر روی عکس العمل‌های خودتان کنترل کافی دارید.

آبان
اگرچه امروز رویاهای شما کاملا غیرواقعی هستند، ولی شما دوست ندارید ازشان دست بکشید. درحقیقت شما خیلی هیجان زده شده‌اید.
شما خودتان فکر می‌کنید که رویاهایتان کاملاً واضح و روشند، اما در حیقیت از تاثیراتی که دیگران بر شما گذاشته‌اند اطلاع ندارید. باوجود این هروقت که با طرفداران خود صحبت می‌کنید و نظر آنها را می‌پرسید حتما به حرفشان هم گوش بدهید.

آذر
امروز و چند روز آینده ژوپیتر سیاره بخت شما در مرکز قرار گرفته است و بهتان توصیه می‌کند که حواستان به اوضاع مالی تان باشد. اطرافیانتان به شما پیشنهاد می‌کنند که بدون هیچ دلیل خاصی خرید کنید، اما خود آنها هم بعداً می‌فهمند که اشتباه کرده‌اند. پس به خاطر اینکه در آینده نزدیک پیشمان نشوید سطح توقع خود را پایین بیاورید.

دی
شما امروز احساس می‌کنید که انرژی‌های مثبتان بازگشته‌اند، اما مطمئن نیستید که آیا این حس را باور کنید یا نه. شما حالا می‌توانید با رئیستان خیلی خوب برخورد کرده و اشتباهات گذشته تان را جبران کنید. نگران چیزهایی که از دست داده‌اید نباشید؛ فقط کاری را که فکر می‌کنید بهترین کار است را انجام دهید.

بهمن
شاید شما بخواهید برای دیدن همه جنبه های مشکل پیچیده‌ای که گرفتارش شده‌اید روش خود را تغییر دهید، اما این کار هم لزوما شما را به جواب نزدیک نمی‌کند. پیدا کردن یک راه حل به آن سادگی که شما می‌کردید نیست. بررسی کردن برنامه‌های پنهانی و پوشیده برای امروزتان کافی است.

اسفند
شما امروز فواید داشتن دوستانی که شما و شغلتان را حمایت می‌کنند را درک خواهید کرد. امروز وقتی یکی از همکاران بدون هیچ چشم داشتی کار خودش را ول می‌کند تا به شما کمک کند حسابی شگفت زده خواهید شد! به جای اینکه تظاهر کنید خودتان می‌توانید همه کارها را انجام دهید و به جای فاصله گرفتن از او با مهربانی و با لبخندی بر روی لب کمک او را قبول کنید.