

۷ کارنیل، بزرگترین شبکه موفقیت ایرانیان می باشد، که افرادی زیادی توانسته اند با آن به موفقیت برسند، فاطمه رتبه ۱۱ کنکور کارشناسی، محمد حسین رتبه ۶۸ کنکور کارشناسی، سپیده رتبه ۳ کنکور ارشد، مریم و همسرش راه اندازی تولیدی مانتو، امیر راه اندازی فروشگاه اینترنتی، کیوان پیوستن به تیم تراکتور سازی تبریز، میلاد پیوستن به تیم صبا، مهسا تحصیل در ایتالیا، و.... این موارد گوشه از افرادی بودند که با کارنیل به موفقیت رسیده اند، شما هم می توانید موفقیت خود را با کارنیل شروع کنید.

برای پیوستن به تیم کارنیلی های موفق روی لینک زیر کلیک کنید.

www.karnil.com

همچنین برای ورود به کانال تلگرام کارنیل روی لینک زیر کلیک کنید.

<https://telegram.me/karnil>

رازهایی برای زندگی....

دانستنیهای تغذیه...

نکاتی دانستنی درموردخوراکی ها:

اقلام ذیل بدلیل افزودن موادشیمیایی که بسیارسمی وخطرناک هستندباعث ایجادغلظت وفشارخون،مولدچاقی شکم،مانع رشداطفال ونوجوانان،ضایعکننده پوست وموافزاینده قندوچربی واوره خون،تخریب کننده کبد،یبوست زا،عامل سکنه مغزی وقلبی،عقیمی وناباروری،پوکی استخوان،بیماری دستگاه گوارش (ودرمجموع باعث خون فاسدمیشوند

گروه اول:اغذیه فوق العاده مضر(به هیچ عنوان استفاده نشود)

۱. روغن نباتی

۵. گوشت گاو وگوساله ۹. سوسیس وکالباس

۲. روغن مایع ۶. سیگار ۱۰. موز

۳. کره گیاهی ۷. سس مایونز ۱۱. پیتزا و همبرگر

۴. نوشابه ۸. ماکارونی ۱۲. پفک

گروه دوم اغذیه مضر(حتی المقدور مصرف نشود) ۱. قندوشکر ۲. لبنیات پاستوریزه ۳. گوشت مرغ(ماشینی) ۴. شیرینی قنادیها

۵. آدامس وچیپس ۶. شکلات وکاکائو ۷. بیسکونیت ها و آبنباتها ۸. نان فانتزی(باگت)

۹. تخم مرغ(ماشینی) ۱۰. سرکه و آبغوره شیمیایی (کارخانه ای) ۱۱. آبلیمو و رب شیمیایی(کارخانه ای) ۱۲. بستنی کارخانه ای

۱۳. کشک و آمیوه شیمیایی(کارخانه ای) ۱۴. کنسرو و کمپوت های کارخانه ای ۱۵. نان سفید(لواش، بربری و تافتان) ۱۶. چای پررنگ

این اقلام موجب تصفیه خون، شادابی پوست و مو، تقویت اعصاب، رفع چاقی و چربی خون، سلامتی کبد کلیه و قلب، محکم شدن مغز، استخوان و افزایش رشد جسمی و ذهنی اطفال و نوجوانان، سلامت معده و افزایش مقاومت بدن در مجموع رفع اخلاط فاسد و تولید خون صالح و سلامت جسم و روح می شود:

1. روغن حیوانی

2. ماءالشعیر و دوغ

3. کره حیوانی

4. خرما و کشمش بجای قند

5. عسل و نبات بجای شکر

6. گوشت گوسفند و ماهی

7. نان سیوس دار (سنگک و نان جو)

8. میوه و سبزی تازه، پیاز و سیر خام

9. زیتون و روغن زیتون همراه غذا و سالاد

10. خاکشیر و گلاب و عسل (هرچه بیشتر)

11. شیر سرد و آلوی خیس کرده قبل از خواب

12. نان و پنیر و گردو (شبها) یک شب در میان

13. سماق همراه تمام غذاها

14. اناریارپ انار همراه همه غذاها

15. آب زرشک روزی دو لیوان

16. کاهو و سکنجبین

17. شیره انگور

18. سیاه دانه (نصف قاشق چایخوری بجوید)

19. سرکه و آبغوره طبیعی (خانگی) همراه تمام غذاها

20. لیموترش تازه همراه تمام غذاها

21. لابیات محلی (بشرط بهداشتی بودن)

22. گل بنفشه دم کردنی

23. عناب (جوشانده)

24. قبل از خواب یک قطعه پنیر به دندان بمالید

✎ نوشته شده توسط 2:0 در زمان سید احسان حجتیان

پیشنهاد شما

جمعه، 4 آذر، 1384

*نکته:

بسیاری از کارهای جزئی که برای خانمها اهمیت ویژه ای دارد برای آقایان چندان قابل درک نیست چون گمان می کنند این کارهای جزئی در مقابل کارهای بزرگی که برای همسرشان انجام می دهند اهمیتی ندارد غافل از این نکته که همین جزئیات معجزاتی شگفت انگیز در بهبود روابط عاشقانه دارند.

نمونه ای از این موارد:

1. به محض ورود به خانه پیش از هر کاری همسرتان را در آغوش بگیرید.

2. سؤالاتی در مورد کارهای روزمره ای که انجام داده بپرسید.
3. به حرفهایش با دقت گوش کنید (برای مدتی سعی کنید وقتی صحبت می کند هیچ کاری انجام ندهید)
4. علاوه بر مناسبتهای ویژه در مواقع دیگر نیز برای تنوع به اوشاخه گلی هدیه دهید.
5. از قیافه و ظاهرش تعریف و تمجید کنید.
6. وقتی ناراحت است به احساساتش احترام بگذارید.
7. وقتی خسته است به او پیشنهاد کمک دهید.
8. وقتی می خواهد دیرتر به منزل برود به او زنگ بزنید و خبر دهید.
9. وقتی می خواهد از خانه خارج شود از او سؤال کنید آیا چیزی لازم دارد یا خیر (اگر چیزی خواست فراموش نکنید).
10. روزی چهار بار او را در آغوش بگیرید.
11. از محل کارتان به او زنگ بزنید و حالش را جویا شوید و به او بگویند دوستش دارید.
12. دستکم روزی چند بار به او بگویند دوست دارم.
13. بدون آنکه با او نزدیکی کنید او را نوازش کنید و محبت خویش را ابراز نمایید.
14. در حضور دیگران محبت خود را به او نشان دهید.
15. وقتی دیر می کند یا تصمیم می گیرد لباسش را عوض کند او را درک کنید.

16. برای او بیشتر از فرزندان اهمیت قائل شوید.

17. بانوشتن نامه و سرودن اشعار عاشقانه اورابه و جدآورید.

18. از دستپختش تعریف کنید.

19. وقتی به حرفهایش گوش می دهید تماس چشمی خود را با او حفظ کنید.

20. سعی کنید برای خوابیدن در یک زمان باهم به رختخواب بروید.

21. باهم ورزش کنید حتی برای مدتی کوتاه.

22. وقتی آرایشگاه میرود و موهایش را کوتاه می کند و یا... از او تعریف کنید.

23. برای کارهایی که برای شما می کند از او تشکر کنید.

24. به لطیفه هایی که می گوید بخندید.

25. بدون همراه بردن بچه ها با او به تنهایی به پیاده روی بروید.

✎ نوشته شده توسط 1:51 در زمان سید احسان حجتیان

پیشنهاد شما

جمعه، 4 آذر، 1384

✎ نوشته شده توسط 1:44 در زمان سید احسان حجتیان

پیشنهاد شما

یکشنبه، 22 آبان، 1384

رازهایی برای زندگی....

*رازهایی درباره روشهای ارتباطی خانمها:

1. خانمها عاشق صحبت کردن هستند، زیرا صحبت کردن تولیدکننده ارتباط است.

2. خانمها با صدای بلند فکرمی کنند و با صدای بلند نیز احساس می کنند.

3. خانمها همواره با ذکر جزئیات همه چیز را بیان می کنند.

4. خانمها از صحبت کردن به عنوان روشی برای تخلیه تنشهای خود استفاده می کنند.

5. خانمها همیشه نگرانی و ناراحتی خود را بکمتر از آنچه هست نشان میدهند.

* ده عادت ارتباطی مردها که خانمها را عصبانی می کند:

1. مردهایی که همه چیز را نا واضح و در پس پرده ابهام باقی می گذارند (آقای اسرار آمیز).

2. مردهایی که از حرف زدن ظفره می روند (آقای لغزنده).

3. مردهایی که ساکت و عبوسند (آقای نامرئی).

4. مردهایی که خواسته ها و نیاز هایشان را به همسرشان نمی گویند (آقای مرموز).

5. مردهایی که احساسشان را فرومی خورند و یکبارہ منفجر می شوند (آقای آتشفشان).

6. مردهایی که وسط صحبت کردن و مذاکره اتاق جلسه را ترک می کنند (آقای فراری).

7. مردهایی که زیاد دستور می دهند (آقای فرمان فرما).

8. مردهایی که احساسات خانمها را مسخره می کنند (آقای نیش زن).

9. مردهایی که برای فرار کردن از چیزی ناخوشایند به دروغ متوسل می شوند (آقای مرغ).

10. مردهایی که سریعاً ناراحت شده و به دنبال آن فوراً از خود واکنش نشان می دهند (آقای ترقه).

*چه بگویند تا احساس محبوبیت به خانمتان بدهید:

1. دوستت دارم. 2. عاشقت هستم. 3. خیلی خوشحال هستم که تو رو پیدا کردم. 4. تو بهترین دوست من هستی. 5. تو تنها زن این دنیای هستی که می خواهم با او باشم. 6. هیچ زن دیگری مثل تو نیست. 7. نمی دونم بدون تو چیکار کنم. 8. نمی تونم زندگیمو بدون تو تصور کنم. 9. تو تحقق رویاهایم و اجابت دعاها می منی.

*چه بگویند تا احساس قدردانی به خانمتان بدهید:

1. تو خیلی برای من خوبی. 2. تو موجب می شوی من احساس خوشبختی بکنم. 3. برای یک کارهایی که برای من می کنی از تو سپاسگذارم. 4. خیلی خوشحالم میکنی که... (مورد خاصی را نام ببرید). 5. تو زندگی منو متحول کرده ای. 6. برای هر کار که می کنی از تو متشکرم. 7. برای... (موردی خاص) از تو متشکرم.

*چه بگویند تا احساس ارزشمند بودن به خانمتان بدهید:

1. امروز چطور بود. 2. بیاد برآره این موضوع باهم صحبت کنیم تا بتونیم باهم تصمیم بگیریم. 3. بیای برای... (موردی خاص) باهم برنامه ریزی کنیم. 4. درباره... (موردی خاص) چی فکری کنی. 5. آیا کمکی از من بر میاد. 6. چه خواسته ای از من داری.

*چه بگویند که قلب خانمتان را بروی خود باز کنید:

1. از اینکه همیشه نمی تونم همه نیازهای تو را برآورده کنم متاسفم و از تو عذرخواهی می کنم. 2. برای... (مورد خاص) از تو معذرت می خوام. 3. قول میدم که روی... (چیزی که قبلاً به خانمتان قول داده بودید) بیشتر کار کنم. 4. متشکرم که بامن و مشکلاتم می سازی. 5. متشکرم که بامن صبوری می دونم کنار او مدن بامن همیشه کار ساده ای نیست.

*چه بگویند که احساس عشق بازی و عمل همجنسی خانمتان را بالا ببرید:

1. تو واقعا برایم جذاب هستی. 2. تو رومی خوام. 3. هیگل و اندامت برای من خیلی خواستنی و مطلوبه. 4. دوست دارم بعد اباتو مهرورزی کنم. 5. نمی تونم تو رو ندیده بگیرم و بهت نزدیک نشم. 6. دلم برای تنگ شده. 7. بیاهم دیدگر را در آغوش بگیریم.

*رازهایی درباره خواسته های خانمها در بستر:

1. خانمها نیاز دارند ابتدا از ناحیه سرو قلب آماده شوند.
2. خانمها نیاز دارند تا از نگرانی و مزاحمت های متفرقه بدور باشند تا میل جنسی در آنها فعال شود.
3. خانمها نیاز دارند ابتدا اغوا شوند (بسیار قبل تر به او ثابت کنید او را می خواهید و برایتان جذاب است).
4. خانمها از عجله و شتابزدگی خوششان نمی آید.

*پانزده عامل سردمزاجی خانمها:

1. عدم آشنایی مرد به بدن زن.
2. خشونت بیش از حد بروی بدن زن.
3. کثیف کاری به هنگام عشق ورزی.
4. پانین بودن بهداشت شخصی مرد.
5. بیش از حد اهمیت دادن مرد به ظاهر قیافه و سرووضع زن.
6. مجبور کردن زن به معاشقه...
7. نگرانی بیش از حد مرد از توان و عملکرد جنسی خود.
8. عشق ورزی باتلویزیون روشن.

9. وقت کافی صرف نکردن برای پیش نوازش و تحریک زن.

10. دور شدن بلافاصله پس از عشق ورزی بلحاظ احساسی و عاطفی از زن.

11. عادت شخصی زشت داشتن مرد.

12. اشتغال ذهنی و وسواس گونه مرد به بدن خود.

13. عدم دادن معاشقه... به زن.

14. عدم خوش رفتاری مرد با دیگران.

15. نفرت مرد از وجود خانمها.

*پانزده عامل تحریک کننده خانمها:

1. باملایمت و آرامی عشق ورزی کردن.

2. در بسترنیز صحبت کردن با زن.

3. مهارت مرد در بوسیدن.

4. بانگاه کردن دوست داشتن و عشق ورزی را به زن رساندن.

5. به آرامی در آوردن لباس زن.

6. مهارت در تحریک زن بوسیله لمس کردن.

7. نوازش و لمس کردن موهای زن.

8. مردانی که از معاشقه... با همسرشان لذت می برند.

9. در بیرون اتاق خواب هم نشان دادن عشق و محبت.

10. دانستن چگونگی ارضاء بدن زن.

11. اغوا کردن جسمی زن.

12. آماده کردن بدن بلحاظ جسمی و فیزیکی قبل از عشق ورزی.

13. دادن احساس زیبای بودن به زن.

14. لذت بردن از ماساژ دادن بدن زن.

15. گرفتن دستان زن در دست و ناز و نوازش آن.

*نکته:

بسیاری از کارهای جزئی که برای خانمها اهمیت ویژه ای دارد برای آقایان چندان قابل درک نیست چون گمان می کنند این کارهای جزئی در مقابل کارهای بزرگی که برای همسرشان انجام می دهند اهمیتی ندارد غافل از این نکته که همین جزئیات معجزاتی شگفت انگیز در بهبود روابط عاشقانه دارند.

نمونه ای از این موارد:

1. به محض ورود به خانه پیش از هر کاری همسرتان رادراغوش بگیرید.
2. سؤالاتی در مورد کارهای روزمره ای که انجام داده بپرسید.
3. به حرفهایش با دقت گوش کنید (برای مدتی سعی کنید وقتی صحبت می کند هیچ کاری انجام ندهید)
4. علاوه بر مناسبتهای ویژه در مواقع دیگر نیز برای تنوع به اوشاخه گلی هدیه دهید.
5. از قیافه و ظاهرش تعریف و تمجید کنید.
6. وقتی ناراحت است به احساساتش احترام بگذارید.
7. وقتی خسته است به او پیشنهاد کمک دهید.
8. وقتی می خواهد دیرتر به منزل برود به او زنگ بزنید و خبر دهید.
9. وقتی می خواهد از خانه خارج شود از او سؤال کنید آیا چیزی لازم دارد یا خیر (اگر چیزی خواست فراموش نکنید).
10. روزی چهار بار او رادراغوش بگیرید.
11. از محل کارتتان به او زنگ بزنید و حالش را جویا شوید و به او بگویند دوستش دارید.
12. دستکم روزی چند بار به او بگویند دوست دارم.
13. بدون آنکه با او نزدیکی کنید او را نوازش کنید و محبت خویش را ابراز نمایید.

14. در حضور دیگران محبت خود را به او نشان دهید.

15. وقتی دیر می‌کنید تصمیم می‌گیرید لباسش را عوض کند و او را درک کنید.

16. برای او بیشتر از فرزندان اهمیت قائل شوید.

17. با نوشتن نامه و سرودن اشعار عاشقانه او را به وجد آورید.

18. از دستپختش تعریف کنید.

19. وقتی به حرفهایش گوش می‌دهید تماس چشمی خود را با او حفظ کنید.

20. سعی کنید برای خوابیدن در یک زمان با هم به رختخواب بروید.

21. با هم ورزش کنید حتی برای مدتی کوتاه.

22. وقتی آرایشگاه می‌رود و موهایش را کوتاه می‌کند و یا... از او تعریف کنید.

23. برای کارهایی که برای شما می‌کند از او تشکر کنید.

24. به لطفه‌هایی که می‌گوید بخندید.

25. بدون همراه بردن بچه‌ها با او به تنهایی به پیاده روی بروید.

✎ نوشته شده توسط 19:44 در زمان سید احسان حجتیان

پیشنهاد شما

شنبه، 21 آبان، 1384

گفتگو با خدا Interview With God

I dreamed I had an interview with god در رویاهایم دیدم که با خدا گفتگو میکنم

What surprises you most about human kind پرسیدم چه چیز بشر شمار ساخت متعجب میکند ؟

God answered...that they get with childhood خدا پاسخ داد (کودکی شان)

And then long to be اینکه آنها از کودکی شان خسته می شوند

Children again عجله دارند که بزرگ شوند

That they lose their وبعد دوباره پس از مدت‌ها آرزوی کنند که کودک باشند.

And then lose thir mone اینکه آنها سلامتی خود را از دست میدهند تا پول بدست آورند.

To restore their health وبعد پولشان را از دست میدهند تا دوباره سلامتی خود را بدست آورند

و حال را فراموش می کنند They forget the present

و بنابراین نه در حال زندگی می کنند نه در آینده
the future not Such that they live in neither
present

اینکه آنها به گونه ای زندگی می کنند که گویی هرگز نمی میرند
That they live as if

و به گونه ای می میرند که هرگز زندگی نکرده اند
They will never die and die as though they
have never lived

✎ نوشته شده توسط 21:48 در زمان سید احسان حجتیان



در کانال تلگرام کارنیل هر روز انگیزه خود را شارژ کنید 😊

<https://telegram.me/karnil>

