

شمع‌های معطر، عود و پارچه‌های آلبالویی

رازهای داشتن یک اتاق خواب رمانتیک



علی عباسی
aliabbasi@post.com

در طراحی یک اتاق خواب رمانتیک بهترین راه در نظر گرفتن روحیه و خواسته‌های خودتان است و با پیاده‌سازی آنها محیطی



آرام و رمانتیک را به دست خواهید آورد. شما می‌توانید با رعایت نکاتی که در این یادداشت به آنها اشاره شده یک اتاق خواب رمانتیک را برای خود به وجود آورید.

- به هیچ عنوان از نورهای درخشان و زنده استفاده نکنید.
- یک ظرف فشنگ محتوی شکلات‌های زیبا یا میوه‌های خوشرنگ و ریز مثل توت فرنگی روی میز توالنت زیبایی و آرامش خاصی به همراه دارد.
- روی میزهای کنار تخت یا روی میز توالنت شمع‌های معطر قرار دهید.
- از تخت‌های دارای سایبان استفاده کنید و حریرها و درپه‌های زیبا برای آن انتخاب کنید.
- یک اتاق خواب رمانتیک باید محل ساکنی باشد که به شما حتی اجازه شنیدن نفس‌های همسرتان را نیز بدهد پس هیچ گاه تلویزیون را در چنین اتاقی قرار ندهید و تا حد امکان از پرده‌های ضخیم و چندلایه استفاده کنید.
- موسیقی رمانتیک مناسب اتاق خواب رمانتیک است پس دستگاه سی دی خود را در دسترس قرار دهید.

- از پارچه‌های مخملی و حریر قرمزرنگ، آلبالویی یا رنگ‌هایی با مایه قرمز استفاده کنید.
- بر روی تخت کوسن‌های نرم و زیادی قرار دهید.

- می‌توانید از چراغ‌هایی با نور قرمز ملایم یا صورتی استفاده کنید.
- از عود و سایر چیزهای خوشبو استفاده کنید.

- می‌توانید عطر مورد علاقه خود را در صورت ملایم بودن روی تخت بپاشید.

عناصر یک اتاق خواب رمانتیک

ایجاد یک اتاق خواب راحت و رمانتیک به معنای کنار هم قرار دادن اجزا به صورتی است که هم شما و هم همسرتان احساس آرامش و راحتی کنید. بعضی از این اجزا عبارتند از رنگ، نور، مبلمان و دکور. برای ایجاد اتاق خواب رمانتیک به احساسات خود دقت کنید و ایده‌های مختلف را آزمایش کنید و به احساسات شریک خود به این تغییرات نیز توجه کنید.

رنگ

رنگ اثر عمیق و موثری بر ذهن شما دارد. یک اتاق خواب باید همواره فضایی آرامش‌بخش و راحت باشد که مکانی مناسب برای خواب و استراحت را فراهم آورد. هنگام طراحی رنگ یک اتاق خواب بهتر است از انتخاب رنگ‌های درخشان پرهیز کنیم چرا که ممکن است هنگام استراحت این رنگ‌ها آزاردهنده به نظر برسند اما چنانچه رنگ‌های زنده را بیشتر می‌پسندید سایه‌های مختلف رنگ آجری در کنار گرم‌های غنی و سیاه می‌تواند

انتخابی مناسب باشد.

اگر به دنبال اتاق خوابی با فضای گرم سنتی و اندکی تجملی هستید استفاده از رنگ‌های به کار رفته در صنایع دستی شرقی راه‌حلی مناسب برای دستیابی به چنین فضایی است.

رنگ‌های گرمی چون طلایی، نارنجی‌ها، قرمز‌های پرمایه و آجری‌های به کار رفته در طرح‌های سنتی شرقی عاملی مهم در ایجاد نمایی باشکوه و گرم در یک دکوراسیون هستند. علاوه بر به کارگیری این رنگ‌ها در فضای اتاق استفاده از پارچه‌های ابریشمی و کتان طرح‌دار، تابلوها و مجسمه‌های زینتی شرقی، پارچه‌های سوزن‌دوزی و قلمکار غنا و جذابیت این دکوراسیون را دوچندان می‌کند. برای نیل به موفقیت در ترکیب سطوح طرح‌دار گوناگون در چنین دکوراسیونی لازم است سطوحی ساده و روشن به منظور استراحت چشم در فضای اتاق در نظر گرفته شود که رنگ ساده و روشن روی دیوارهای اتاق می‌تواند این نقش را به خوبی ایفا کند.

همچنین آویزهای پارچهای در قسمت بالا و پشت تخت فضایی رمانتیک و خاص به اتاق می‌بخشد و می‌تواند تختخواب را بیش از پیش به کانون توجه در اتاق تبدیل کند. در مقابل دکوراسیون‌های سنتی دکوراسیون‌های تکررنگ قرار گرفته‌اند که با به کارگیری تنالینته‌های



مختلف یک رنگ فضایی آرام و یکنواخت را پدید می‌آورند.

رنگ‌های روشن نمایی آفتابی و پرنشاط و در همان حال ساده و آرامش‌بخش را در برابر دیدگان بیننده قرار می‌دهند. ترکیب رنگ‌های زرد و سبز از آنجا که سبز یکی از رنگ‌های مشتق شده از زرد است در فضای اتاق خواب بسیار موفق و مناسب خواهد بود اما باید به خاطر داشته باشیم که اگرچه غالب شدن رنگ سبز بر زرد در یک اتاق نشیمن بر جذابیت و زندگی در آن می‌افزاید اما در یک اتاق خواب اختصاص قسمت اعظم فضا به رنگ زرد سادگی و آرامشی را که لازمه یک اتاق خواب است به آن می‌بخشد حال آنکه غالب شدن رنگ سبز در اتاق خواب بیش از میزان لازم به فضا شور و انرژی می‌بخشد.

قرمز رنگ عاشقانه و رویایی است. استفاده از روختختی یا کوسن‌های قرمز در اتاق خواب به ایجاد محیط عاشقانه کمک می‌کند. البته اگر انسان عصبی‌مزاجی هستید از رنگ قرمز دوری کنید چون علاوه بر عشق، قرمز تحریک‌کننده عصبانیت نیز هست.

سبز و آبی، رنگ‌های خودمانی و آرامش‌بخشی هستند و در اتاق خواب ایجاد حس راحتی می‌کنند. سبز رنگ سنتی ازدواج و باروری است.

رنگ‌هایی که چندان مناسب یک اتاق خواب رمانتیک نیستند عبارتند از: سفید، خاکستری، صورتی و زرد. البته استفاده از آنها در بعضی وسایل موردی ندارد اما به عنوان رنگ اصلی ایده جالبی نیستند.

سفید و خاکستری

برطرف کردن لکه بستنی



برای برطرف کردن لکه بستنی شما باید ابتدا یک قاشق غذاخوری مایع ظرف‌شویی را با دو فنجان آب سرد مخلوط کنید. سپس با استفاده از یک پارچه تمیز محلول را آنقدر روی لکه بمالید تا پاک شود. تنها در این صورت میل شما تمیز خواهد شد.

انگل‌زدایی سبزیجات



توصیه می‌شود در یک ظرف آب، به ازای هر لیتر آن، بین دو تا چهار قطره مایع ظرف‌شویی بریزید. این کار باعث می‌شود تخم و کیست انگل‌ها لیز و لرج شود و به سطح آب بیایند. در این مرحله از شست‌وشو، شما باید آب روی سبزی را به آرامی تخلیه و سپس سبزی‌تان را از درون ظرف خارج کنید.

انجماد مواد غذایی



اگرچه انجماد مواد غذایی می‌تواند از فساد آنها جلوگیری کند، اما نگهداری مواد درون فریزر نیز سقف زمانی مشخصی دارد که از سه تا شش ماه بسته به نوع مواد متغیر است. اما در اکثر مواد بیش از شش ماه ماندگاری معقول نیست.

لکه چسب را بردارید



نگران لکه‌های چسب نباشید. ما یک راهکار برای شما داریم حالا می‌توانید برای از بین بردن لکه چسب، پارچهای را درون سرکه فرو برده و روی لکه بگذارید به‌طوری که کاملاً آن را بپوشاند. با این کار چسب سفتی خود را از دست می‌دهد و جدا می‌شود.

میتا سنجانی

میوه‌های خشک منبع غنی ویتامین‌های متفاوتی هستند

میوه خشک کنید



به‌رغم فواید میوه‌های خشک، متخصصان معتقدند مهم‌ترین وجه تمایز میوه‌های خشک‌شده با میوه‌های تازه، تبخیر آبی است که حاوی مقادیر قابل توجهی مواد مغذی است. البته میوه‌های خشک‌شده برای مصرف در شرایط خاص مانند تغییر فصل یا استفاده در ورزش‌هایی مانند کوهنوردی که امکان حمل وزن زیاد بار وجود ندارد، سودمند هستند. پزشکان توصیه می‌کنند در صورت امکان حداقل روزی دو لیوان میوه خردشده متنوع مصرف شود.اما در صورتی که این امکان وجود نداشته باشد، هر نصف لیوان میوه خشک شده، تقریباً با یک لیوان میوه تازه خردشده برابر است. برای مثال زردآلوی تازه از ۸۶ درصد آب و ۱۰۴ کالری انرژی تشکیل شده است. اما نیم‌لیوان زردآلوی خشک‌شده ۷۶ درصد آب و ۲۱۲ کالری انرژی دارد.

با توجه به افزایش کالری میوه‌های خشک‌شده، در صورتی که از رژیم لاغری پیروی می‌کنید، مصرف زیاد آنها توصیه نمی‌شود. پزشکان خاطرنشان می‌کنند که میوه‌های خشک باید در کنار میوه‌های تازه مصرف شوند و به هیچ‌وجه نمی‌توان میوه خشک را جایگزین میوه تازه کرد. لذا برای داشتن بدنی سالم و نیرومند، همیشه به مقدار کافی میوه تازه و خشک بخورید.

مغوی سله

سالاد گرم



در یک قابلمه آب‌جوش، سیب‌زمینی‌ها را که به صورت مکعب دو سانتیمتری خرد شده است به مدت ۱۰ تا ۱۲ دقیقه بجوشانید.

پنج دقیقه قبل از اینکه سیب‌زمینی‌ها پخته شوند، نخودفرنگی‌ها را اضافه کرده، بگذارید بجوشند. سیب‌زمینی و نخودفرنگی‌ها را ابتدا درون آبکش ریخته سپس آنها را همراه با کرفس خردشده درون کاسه مورد نظر برای سالاد بریزید. در یک کاسه کوچک، روغن زیتون و آب‌لیمو و نمک و فلفل را با هم مخلوط کنید.

سس آماده‌شده را روی سالاد ریخته و به آرامی هم بزنید.

جعفری خردشده را به سالاد اضافه کنید.

سالاد را گرم میل کنید.

مغوی دو

رولت لازانیا



پیاز را در روغن تفت بدهید تا طلایی شود. مرغ را نیز به آن بیفزایید. سس تند و سس گوجه‌فرنگی را درون تابه بریزید و قارچ، آویشن و در صورت نیاز مقدار کمی نمک به آن اضافه کنید و کنار بگذارید.

لازانیا را آماده کنید. وقتی ورقه‌های لازانیا نرم شدند، با احتیاط آنها را از درون آب جوش خارج کرده و آبکشی کنید. روی آنها کمی آب ولرم بگردید و روی پارچه تمیزی پهن کنید تا خشک شود. برای هر رولت چهار ورقه لازانیا را روی هم قرار دهید و بین لایه‌ها مایه گوشتی و پنیر پیتزا بریزید. سپس لازانیاه‌ا را از یک طرف بپیچید تا مثل رولت شود. رولت‌ها را درون ظرف آماده‌شده بچینید و روی آنها مقداری سس و پنیر رنده‌شده بریزید.

ظرف را به مدت ۱۰ الی ۱۵ دقیقه در فر بگذارید تا پنیر آن آب شود.



ملکه رنجبر

کیک‌تان سوخته، نگران نباشید

و درستی بود سعی کنید ظرفیت داشته باشید و از کسی که از شما نقد کرده تشکر کنید.

شما در را باز کنید

اگر کسی در خانه‌ش شما را زد یا مهمانی که از قبل قرار بود بیاید پشت در بود در هر شکل مرد خانه باید در را باز کند چون دور از ادب است که همسر شما در حضور شما برخیزد و در خانه را باز کند. پس شما در را باز کنید.

به طرف مقابل تان نگاه کنید

وقتی کسی با شما حرف می‌زند سعی کنید به او نگاه کنید نه آنکه حین حرف او سرتان را پایین بیندازید یا به این طرف و آن طرف نگاه کنید بلکه باید به طرف مقابل‌تان نگاه کنید. اگر شما به طرف مقابل‌تان نگاه نکنید او فکر می‌کند شما نسبت به حرف‌هایش بی‌تفاوت هستید و احترامی برایش قائل نیستید.

طعم دلچسب این ماهی از دست نرود.

برای این کار شما چاقو را می‌توانید در فریزر گذاشته یا در یک قالب یخ قرار دهید.

رنده برای کیک و نان

شما می‌توان استفاده‌های شایانی کرد اما امروز یک راه بکر را به شما پیشنهاد می‌دهم. شما می‌توانید از این پس نان و کیک‌هایی را که در خانه پخت می‌کنید در صورتی که سوخته باشند به وسیله رنده مورد استفاده قرار دهید، به این صورت که برای از بین بردن قسمت‌های سوخته از رنده ریز استفاده کنید.

از سیر هم استفاده کنید

اگر حشره‌های موذی در برنج شما وارد شدند برای آنکه از شرشان راحت شوید، می‌توانید از حبه‌های

سیراستفاده کنید.

شاید در ابتدا فکر کنید سیر بوی برنج را تغییر می‌دهد اما این طورنیست.

غیر از نابودی حشرات اگر هم بوهای نامطبوع دیگر بخواهند وارد برنج شوند آنها را جذب می‌کند.

سبزی خشک معطر

شما می‌توانید سبزی‌هایی را که برای خشک کردن آماده کردید به مدت ۲۴ ساعت در گلاب و هر اسانس معطر دیگر مورد نظرتان قرار دهید و بعد از ۲۴ ساعت برای خشک شدن کمی از آن اسانس معطر را کم کنید اما سبزی را با مقدار اندکی از آن اسانس در آفتاب بگذارید تا خشکمی‌شود

سبزی خشک شما حداکثر بعد از سه‌روز آماده‌است.