Viziunea tibetană asupra educației copiilor

Iată câteva sfaturi pentru educația unei persoane depline și autosuficiente care își respectă părinții. Tibetanii sunt un popor înțelept de la care putem învăța lucruri utile.

Reguli de bază în educația tibetană

Cel mai important este să nu existe umilire și pedeapsă fizică. Unicul motiv pentru care copiii sunt bătuți este că ei nu se pot apăra și nu pot răspunde.

Prima perioadă: până la 5 ani

Copilul este ca un rege, căruia nu i se interzice nimic, cel mult i se poate atrage atenția la altceva. Atunci când copilul face ceva periculos, părintele face o față speriată și emite un sunet tulburat. Copilul înțelege perfect un astfel de limbaj.

În această perioadă în copil se dezvoltă activitatea, curiozitatea și interesul pentru viață. El încă nu este capabil să formeze lanțuri logice mari. Spre exemplu dacă el sparge o vază scumpă, el nu-și dă seama că părinții au muncit mult pentru a o cumpăra, respectiv pedeapsa pentru asta el o va percepe pur ca pe un act agresiv nejustificat.

A doua perioadă: de la 5 la 10 ani

Copilul este ca un “sclav”. Lui i se dau sarcini și se cere insistent îndeplinirea lor, cu pedeapsă ulterioară în caz de neîndeplinire (fără violență fizică). În această perioadă se dezvoltă activ intelectul.

Copilul trebuie să învețe să înțeleagă și să prevadă reacția

oamenilor la faptele sale. Respectiv el va putea să evite situațiile negative și să creeze relații frumoase cu cei din jur. În această perioadă copilul trebuie să aibă parte de cât mai multe cunoștințe noi.

A treia perioadă: de la 10 la 15 ani

Comunicarea cu copilul trebuie să fie de la egal la egal. Consultați-vă cu el despre chestiunile importante, oferiți-i ocazia să ia decizii de sine stătătoare și încurajați-l să manifeste inițiativă.

Educația propriu-zisă se face cu atenție, voința părinților se explică, se sugerează, se sfătuiește. Dacă ceva nu vă place, arătați-i copilului urmările negative ale faptei sale, fără a-i interzice asta în mod direct.

Ultima perioadă: după 15 ani

Respectați-vă copilul, după 15 ani e târziu să începeți a-l educa. Tot ce puteți face este să culegeți roada pe care ați semănat-o.

Ce urmări poate avea nerespectarea acestor reguli?

● Suprimarea personalității copilului îi distruge dorința de activitate, interesul pentru viață și dezvoltarea intelectuală. Copilul se poate obișnui că forța brută și constrângerea sunt unicele instrumente funcționale.

● Dacă după 5 ani veți continua să îl răsfățați pe copil, riscați să creșteți un om infantil, incapabil să muncească de sine stătător și în general să aibă mișcări sufletești de valoare.

● Dacă după 10 ani veți continua să-l abordați pe copil ca pe un prunc, riscați să creșteți o persoană neîncrezută, dependentă și supusă oricăror influențe din exterior.

● Dacă nu îl veți respecta pe copil după 15 ani, el vă va

părăsi la prima ocazie, iar relația nu va mai putea fi restabilită vreodată.

Sursa: perfect-ask.com

---

9 Awesome Techniques That Will Make You a Skillful Driver

It isn’t difficult to drive a car. But if you make some efforts to improve your driving skills, you’ll be surprised at how comfortable you feel sitting in your favorite set of wheels.

Bright Side gathered 9 tips to make your driving safer and more satisfying.

9. Take a defensive driving course.

© depositphotos © depositphotos

Everyone can take additional courses in order to master their skills. Defensive driving courses are taken **not only by beginners but by experienced drivers as well**. There isn’t anything shameful in the desire to keep other drivers and yourself away from danger. Live and learn!

8. Brake with your left foot.



© depositphotos © depositphotos

Left-foot braking is a difficult technique that requires regular practice. It is usually used by auto racers, but this skill can help you in case of emergency. Using this technique, **you will be able to turn very quickly by keeping up the necessary engine speed, maintaining the same driving speed, and controlling oversteering at the same time**.

7. Move at the same speed as the other vehicles.



© depositphotos

Everybody learns this rule in driver education courses. But not all drivers follow it. **Driving at a speed that is lower or higher than the speed of other traffic is dangerous** as it can cause accidents. That’s why when choosing your speed, you should first take into account traffic density.

6. Keep your hands on the wheel at the proper position.



For years, driving instructors taught students to keep their hands on the steering wheel at the 10 and 2 positions (as on a clock). But in the last few years, instructors advise keeping your hands at either 9 and 3 or 8 and 4. This provides you with **better control when driving. It is also the most ergonomic position to hold your hands in for a long period**

of time.

5. Control understeering and oversteering.



© depositphotos © depositphotos

In cases of understeering, the front tires lose traction on the road surface while turning because of the speed of acceleration. In cases of oversteering, the same thing happens with the rear tires. If you're driving on a wet or icy road, don't accelerate too much. **Driving at a moderate speed will help you avoid most cases of understeering or oversteering.**

Attention: In cases of understeering or oversteering, never release the gas or brake pedals too quickly.

4. Park precisely.



© depositphotos

If you can parallel park perfectly, you won't be afraid of crowded parking lots. In addition, you will be more confident when driving a car in reverse. **Parking sensors (or parktronics) can help you a great deal. They can be useful in both forward and reverse movements.**

3. Use the handbrake to perform a handbrake turn.



© depositphotos

This technique, like left-foot braking, requires practice. Again, it can help you only in an emergency or if you have to perform **a sharp fast turn in winter**. But don’t do it on dry asphalt if you don’t want to expose the tires to premature wear.

2. Use heel-toe downshifting.



© depositphotos © depositphotos

The sense of this technique consists in shifting the transmission down from a higher gear to a lower one by hitting the gas pedal with your heel and braking with your toe at the same time. It reduces the time required for shifting gears, prevents the unloading of rear wheels, and allows fast and smooth downshifting before turning.

1. Adjust the mirrors to eliminate blind spots.



© depositphotos © depositphotos © depositphotos © depositphotos

If the side mirrors mostly reflect the flanks of your car, **it means that you are not making proper use of the whole reflecting surfaces.** In order to adjust the rearview mirrors properly, you should remember some simple positions:

- The driver-side mirror should reflect only a quarter of the car (a part of its rear wing).
- The passenger-side mirror, like the driver’s one, should reflect only the rear quarter of the car.

- The cabin’s rearview mirror should reflect the rear window right in the center of it.

Sursa: brightside.me

Cea mai bună salată de cartofi din lume

Timpi de preparare

- Timp de preparare: 15 min
- Timp de gatire: 15 min
- Gata in: 30 min

Ingrediente

- 1 kg și jumătate cartofi roșii
- 300 g maioneză
- 120 g smântână dulce
- 5 ouă fierte tocate
- 1 castravete murat tăiat cubulețe mici + 2 linguriță de zeamă
- 1 lingură muștar
- 1 lingură oțet alb
- 1/2 linguriță sare
- 1/2 lingurță zahăr
- 1/2 linguriță piper
- 2-3 tulpini de țelină tocate
- 1 ceapă roșie medie cubulețe
- 2 cepe verzi tocate (opțional)
- 1 ardei gras mic, tocat mărunt
- 1/2 ardei roșu tocat mărunt

Preparare

Cei din Nordul Europei obișnuiesc să consume această salată mai ales în timpul verii, la grătare. Și, din păcate, ei o cumpără gata făcută. Pentru că la noi nu prea se găsește și pentru că orice mâncare e mult, mult mai bună făcută în gospodăria proprie, vă arătăm cum facem noi cea mai bună salată de cartofi din lume. E cremoasă, plină de arome care se completează perfect și foarte ușor de făcut.

Pune la fiert cartofii roșii până se înmoaie ușor (între 8-15 minute trebuie să îi ții pe foc, deoarece fierb mai greu dacă sunt mai mari și mai rapid dacă sunt mai mici). Scurge-i de apă și dă-i la frigider.
Între timp, într-un vas mare amestecă maioneza cu smântâna dulce, muștarul, oțetul, castravetele murat tocat mărunt-mărunt (și cu cele 2 linguriță de zeamă de la el). Amestecă bine să combini aromele. Asezonează cu zahăr, sare și piper și amestecă bine.

Adaugă restul de ingrediente (fără cartofi, momentan) și amestecă iar.

Scoate cartofii din frigider și taie-i cubulețe. Adaugă cartofii peste restul de ingrediente, amestecând ușor ca să nu se sfarme cartofii.

Acoperă și dă la rece până la servire.

Salata aceasta de cartofi e cea mai bună servită a doua zi, deoarece au timp aromele să se împletească.

Sursa: retete.unica.ro

Onion bhaji – chifteluțe indiene cu ceapă

Ingrediente

- 1 ceapă galbenă
- 2 cepe roșii
- 2 căței de usturoi
- 1 vârf de linguriță praf de ghimbir
- 1/2 linguriță turmeric
- 1/2 linguriță pătrunjel uscat
- 1/2 linguriță boia picantă
- 100 g făină
- 1 vârf de linguriță bicarbonat
- 60-80 ml apă
- sare și piper după gust
- ulei

Preparare

Cel mai iubit aperitiv al indienilor este atât de ușor de făcut acasă! Extrem de aromat, crocant, ieftin și rapid! Perfect pentru cei care țin post și vegani, fără gluten… ce mai! De mâncat în cantități mari, pe nerăsuflate!

1. Taie ceapa fâșii (să arate ca niște mini-spaghete, mai exact) și amestec-o într-un bol cu făina, bicarbonatul și toate condimentele.
2. Adaugă o linguriță de ulei și 60 ml de apă, amestecă bine până când ceapa e bine acoperită de aluat. Dacă acesta nu s-a distribuit în mod egal, adaugă și restul de apă și amestecă.
3. Încinge ulei în tigaie. Când începe să sfârâie, adaugă din aluatul format câteva “chifteluțe“, având grijă să nu se lipească între ele, desigur.

4. Prăjește-le pe ambele părți până se rumenesc și scapă de excesul de ulei scoțându-le pe un șervețel de hârtie. *(Da, le poți face și la cuptor, în tavă, ca să fie mai sănătoase).*



Le poți servi cu un dressing de iaurt răcoros.

Sursa: retete.unica.ro

Cum să deblochezi rapid orice telefon. Un truc funcţional

100%!

Multora ni se întâmplă să instalăm o blocare grafică a telefonului cu sistem de operare Android, iar la scurt timp o uităm şi nu-l mai putem debloca. Ce-i de făcut în această situaţie? Nu vă îngrijoraţi, redacţia noastră are o soluţie!

Pentru început opriţi alimentarea telefonului.

După ce telefonul s-a deconectat, apăsaţi concomitent butonul de creştere a volumului, butonul de deconectare şi butonul “Acasă”.

Dacă telefonul dvs. nu are buton “Acasă”, apăsaţi în locul acestuia butonul de reducere a volumului. În acest fel telefonul dvs. va trece în regim de repornire.

Pe ecranul telefonului va apărea următorul meniu.

În cadrul acestuia vă puteţi deplasa în sus şi în jos cu ajutorul butoanelor de volum, iar confirmarea se face cu butonul de deconectare. Alegeţi opţiunea **wipe data/factory reset**, apoi alegeţi opţiunea “Yes”.

Acum restartați telefonul. Dacă pornirea merge foarte greu, nu vă îngrijoraţi, în asemenea cazuri asta se întâmplă destul de des.

Felicitări, aţi ocolit blocarea grafică!

De acum nu vă mai faceţi griji pentru consecinţele unei memorii slabe: problema blocării telefonului se rezolvă foarte uşor! Încercaţi această metodă şi veniţi cu un răspuns în comentarii!

Autor text: Perfect-ask.com

Sursa: perfect-ask.com

---

15 Unexpected Beauty Hacks You'll Wish You'd Known About Sooner

Looking beautiful is any lady's desire, but there seem to be issues you can't take care of yourself.

To counter that, **Bright Side** gathered several secrets that will save you a lot of time and money, while making you look gorgeous.

15. For beautiful hair

© depositphotos © depositphotos © depositphotos

If you have greasy hair, simple cooking salt or, even better,

sea salt is what you need. Add 2-3 tbsp to your favorite shampoo, and the roots of your hair will stay clean for longer.

14. For thick eyebrows and lashes



© depositphotos © depositphotos

Don’t throw out your old mascara bottle. Wash it, and use it to mix together some castor oil, vitamin E, and aloe vera juice. A mascara brush is perfect for applying the mix to your eyebrows and lashes. Do it every night for a month before going to bed.

13. For circles under the eyes



© depositphotos © depositphotos © depositphotos

If you like coffee, don’t dispose of spent coffee grounds – they can help keep your eyes fresh. Mix them in a 1:1 solution with coconut oil, and apply to the skin under your eyes for 15 minutes. Apply this mask 3-4 times a week.

12. For a healthy body



© depositphotos © depositphotos © depositphotos

It’s possible to make an anti-cellulite wrap even at home. Mix 2 tbsp of ground ginger, 5 tbsp of cosmetic clay, and 10 tbsp of warm water together. Apply the mix to the problem areas (belly, sides, hips, arms), and wrap them with plastic wrap. Leave it all like this for an hour, then unwrap yourself and

take a warm shower. Do this once a week.

11. For smooth legs



© depositphotos © depositphotos © depositphotos

Sugaring is considered one of the best depilation methods. It’s less painful, doesn’t irritate the skin, and disposes of ingrown or bristle-like hairs. Mix 1/4 of a glass of lemon juice, 2 glasses of sugar, and 1/4 of a glass of water together. Heat the mix on a low heat until it’s golden, cool it down, and apply it to your legs against the hair growth. Then sharply remove the paste.

10. For beautiful and strong nails



© depositphotos © depositphotos © depositphotos

A 1:1 mix of coconut oil and honey with a few drops of lavender oil is perfect for strengthening the nails. To make it more convenient, pour it into a used nail polish bottle.

9. For blackheads on your face



© depositphotos © depositphotos

If you’re tired of having blackheads on your nose or chin, make a simple mask: mix 1 tsp of warm water, 1 tbsp of flour, and 1 tsp of honey together. Dip a cotton pad or a piece of cloth into this mix, and apply it to the problem zone. Remove after 10-15 minutes.

8. For gorgeous armpits



© depositphotos © depositphotos

You can lighten the skin of your armpits with the help of compresses made of raw ground potatoes. Leave them there for half an hour.

7. For sunburn



© depositphotos © depositphotos

A baking soda solution will help to calm the skin down and get rid of the redness caused by sunburn. Apply the cool poultice to the painful area for 10-15 minutes.

6. For tender heels



© depositphotos

To make your heels always soft, use foot soaks: take 2 cups warm water, add 1/2 cup baking soda, and 1 cup vinegar. Soak your feet for 15-20 minutes, then dry with a towel and apply some nutritious cream.

5. For a clear complexion



© depositphotos © depositphotos © depositphotos

That famous black facial mask can also be made at home. Mix together 2 tbsp of ground-up activated charcoal and 1.5 tbsp

of gelatin dissolved in warm water. Heat in a microwave until it turns into jelly. Apply to your face for 30 minutes, then remove the mask.

4. For the whitest teeth



© depositphotos © depositphotos © depositphotos

Strawberries will help you gently whiten your teeth. Mix 1 tsp of grated berries with 1 tsp of baking soda, and use this paste instead of toothpaste twice a month.

3. For a fresh face all day long



© depositphotos © depositphotos © depositphotos

If you want your face to look fresh even at the end of the day, use a freshening facial spray. Prepare it by mixing together aloe gel (bought at a drugstore or made yourself) with purified water in a 1:3 ratio. Pour the mix into a spray bottle, and carry it with you wherever you go.

2. For a pleasant fragrance



© depositphotos © depositphotos

To keep your hair fragrant for the whole day, spray your perfume onto your hairbrush and brush your hair with it a few times.

1. Firming up your breasts



© shutterstock/Poznyakov © imgur

If you want to retain the shape of your breasts, rub Vaseline on them every night before going to bed. After two weeks you'll notice that the skin has become more elastic and moisturized, and is generally firmer.

Preview photo credit shutterstock, imgur

Sursa: brightside.me

---

12 Easy Ways to Know If Your Computer Is Being Hacked

Cyber attacks happen very often, and everyone is worried about the safety of their data. To prevent your passwords and other important data from being stolen, you have to pay attention to any changes on your computer.

Bright Side invites you to read this article to learn how to check if your computer has been hacked. If you find out that it was, we will tell you what to do.

12. The antivirus is switched off.



If you didn't turn off your antivirus but noticed that it's off, your computer is most likely hacked. It cannot turn off on its own. The first thing hackers do is shut down the

antivirus to get easy access to your files.

11. Passwords don’t work.



If you didn’t change your passwords but they stopped working all of a sudden and you can’t access your accounts, you should be alert – your computer is most likely hacked.

10. Your number of friends has grown.



If you notice that you suddenly have many more friends on your social networks who you don’t know and don’t remember adding, it means that your account has been hacked and is being used to send spam.

9. New icons appear on your dashboard.



© Pexels

When you launch your browser and notice new icons on your dashboard, this might be a sign of the infiltration of some dangerous code into your computer.

8. The cursor moves on its own.



© Stack Overflow

If you notice that your cursor is moving on its own and is highlighting something, your computer was definitely

hacked.

7. Your printer doesn’t work properly.



© Luigi Rosa/Flickr

Cyber attack signs influence not only the computer itself but also your printer. For example, when it refuses to print or when it prints out something you didn’t want it to.

6. You are forwarded to different websites.



© Depositphotos

If your browser keeps forwarding you to different websites, it’s time to be alert. The same goes for situations when you type something into a search engine and instead of Google pages, you go to another page you don’t know. If you see pop-up windows too often, it also signals a hack.

5. Files are deleted by someone else.



Your computer is definitely hacked if you notice that some of your programs or files were deleted without your knowledge.

4. Your personal data is on the internet, even though you didn’t put it there.



Check this using your search engine: look for information about yourself that you definitely didn’t put online. If you find it, your computer was hacked for stealing information.

3. You receive fake antivirus warnings.



© Valerio Lorenzoni/Wikimedia Commons

If you see antivirus warnings but they look different than usual, this is a clear sign of a hack. Another bad sign is if you have a new antivirus you didn’t install.

2. There’s unusual webcam behavior.



© Pexels

Check your webcam: if its indicator blinks on its own, reboot the computer and check if it blinks again in about 10 minutes. If it does, it means that your computer was hacked.

1. The computer works very slowly.



© Depositphotos

If the simplest operations take your computer a very long time to complete, and if you notice a significant drop in the speed of your internet connection, it might mean that somebody hacked your computer.

What you should do:

- Warn your friends and other people to whom you sent emails that your computer has been hacked. Tell them not to open messages from you and not to click on any links from you.
- Tell your bank about a possible leak of your personal data. Find out how to protect your money.
- Delete all unfamiliar programs and also those you can’t launch.
- Install a reliable antivirus, and scan your system. Some companies make trial versions.
- Change the passwords on all your accounts.
- If you still feel that the problem is not solved, ask a specialist.

Bonus: When you install a new antivirus



© Imgur

Preview photo credit HP

Sursa: brightside.me