قراءة نفسية لظاهرة الوحام لدى الحوامل

تتعرض الحوامل عموما لتغيرات جسدية وسيكولوجية كثيرة معظم أسبابها تنجم عن أثر شدة الحمل على جسد المرأة وتجربة الحمل على نفسيتها، وتعتبر ظاهرة الوحام التي تحصل لدى الكثير من النساء في الأشهر الأولى من الحمل من الظواهر المحيرة وذلك بسبب حصول تغيرات في الذوق والشهية تختلف من امرأة لأخرى وتكون بعضها معقدة وغريبة بحيث يصعب تفسيرها بتفسيرات طبية بحتة ولا بد من تحليلها من وجهة النظر النفسية.

وترى المدرسة التحليلية بالطب النفسي أن المرأة تكتمل بوضعية الحمل إذ أنها فجأة تمتلك بداخلها ما يميزها عن الرجل وتشعر بانقلاب موازين القوى لصالحها بعد أن كانت غير ذلك بسبب ما يسمى عقدة الخصاء لديها (حسب مدرسة التحليل النفسي دائما) وهذا بدوره يدفعها بشكل لاواع لديها لتبني وضعية الاكتمال والتميز هذه وتقوم بما يناسبها من فرض شروط وطلبات تبدو أحيانا تعجيزية على الرجل وكأن رغباتها ينبغي أن تتحقق بالحال وما على الرجل أن يأخذ وضعية المنفذ وأن لا يعصى هذه الأوامر.

وعينا هنا أن نميز بين هذه الظاهرة المعقدة والمركبة من ناحية وبين بعض الأعراض الجسمانية البسيطة التي تحصل لدى الحامل من إقياءات أو تغير في الشهية والتي تنجم عادة عن تبدلات الشوارد والحموض في جسد المرأة بسبب تفاعلات الجسد مع الجنين والتغيرات الهرمونية التي تحصل، فظاهرة الوحام تتميز في أنها غير ثابتة فقد تختلف من امرأة لأخرى لا بل قد تختلف في تظاهرها لدى المرأة الواحدة من حمل لآخر أو حتى من وقت لآخر في نفس الحمل ، كما أنها تختلف من ثقافة لأخرى فنراها نادرة في الثقافات الأوربية بينما تكثر في الثقافات الشرقية ومنها ثقافتنا العربية لدرجة أن الكثير من النوادر تروى عن حالات وصل بها الوحام إلى درجات تعجيزية كأن تشتهي امرأة بعض الفاكهة في غير موسمها وتلزم الرجل بعناء البحث عنها وعمل المستحيل لإحضارها خوفا من أن يحصل أي تشوه في الجنين ، كما أن الوحام يكثر في الشخصيات الهيستريائية الشديدة الحساسية والانفعال والتي تحتاج دائما للرعاية والاهتمام كما أنها تكثر في الحمل الأول للمرأة وتلاحظ بشدة حين يكون الحمل مرغوبا به بشدة من الأب أو أن يكون بعد فترة من العقم وعدم الإنجاب.

هل تعلم؟

جسم الانسان

- عندما تكون صغيراً يتكون جسمك من ٣٠٠ عظمة، ولكن كلما نموت، تتصل بعض من هذه العظام ببعضها البعض الى ان تصبح راشداً، عندها يصبح عدد عظامك ٢٠٦ عظمات فقط!
- الهياكل التي نراها في المختبرات لها لون ابيض لأنه اضيفت اليها مادة لتفتيح لون العظم. تختلف الوان الهيكل في الانسان الحي من البني الى اللون الزهري!
- الانسان الراشد الذي يزن جسمه نحو ٦٠ كغم، يبلغ وزن هيكله ٨,٥ كغم فقط!
- لو كان الهيكل مصنوعاً من الفولاذ بدلا من العظام لكان وزنه خمس مرات اثقل!
- اصغر العظام في الهيكل العظمي، هي عظمة "الركاب" الموجودة في الاذن، ويبلغ طولها نحو ٥ مم او ١/٤ انش. مع انها صغيرة فان لها مفاصل واعصابا واوعية دموية وبعض العضلات المتصلة بها، تماما كما في العظام الكبيرة!
- يحمي القفص الصدري الاعضاء الداخلية الحساسة. مع ذلك، فهو لين بما فيه الكفاية لمقاومة الصدمات وافساح المجال في حركات التنفس!
- يتألف القسم الاسفل من هيكل الجسم، من بداية الوركين الى رأس اصابع القدم من ٦٢ عظمة. كل هذه العظام مجتمعة تدعم وزن الجسم وانت واقف وتعمل معا لتستطيع السير او الركض من مكان الى آخر!
- الذراعان هما اكثر الاعضاء حركة، اذ باستطاعتك تحريكهما دائرة كاملة!
- تتألف الجمجمة من ٢٨ عظمة!
- يتألف العمود الفقري من ٣٣ فقرة!

تحذير للحوامل من الافراط في تناول الحديد

تحذر دراسة ايرانية النساء الحوامل ذوات الصحة الجيدة من الافراط في تناول المقويات التي تحوي الحديد اذ تقرنها بمشاكل في ضغط الدم.

ويصف الأطباء الحديد لمن يعاني من فقر الدم، لكن العديد من النساء تتناولن الحديد بمفرده او كمادة اضافية مع المكملات الغذائية المتعددة الفيتامينات.

وحددت الدراسة التي انجزتها جامعة ايرانية ونشرت في النشرة البريطانية لامراض النساء والولادة كمية الحديد التي لا يجب على النساء تجاوزها في ٣٠ ملغ يوميا.

تعاني العديد من النساء الحوامل من فقر الدم مما يؤدي الى الانجاب المبكر او ضعف وزن الرضيع، لكن تناول الحديد مضافا على شكل اقراص يساعد الجسم على زيادة انتاجه من الكريات الحمراء.

وتوصف جرعات اضافية من الحديد للنساء الحوامل في العديد من الدول.

وبدأت دراسة جامعة "تربيت مدرس" كمحاولة لمعرفة آثار تناول الحديد كاضافة على النساء اللاتي لهن نسبة عادية من الكريات الحمراء.

وشارك في الدراسة ٣٧٠ امرأة تناولن ١٥٠ ملغ من كبريتات الحديد يوميا، أي ما يعادل ٣٠ ملغ من الحديد، طوال مدة حملهن، كما تناول نفس العدد اقراصا "زائفة" لا تحتوي على حديد.

وكانت نسبة النساء اللاتي عانين من ارتفاع في ضغط الدم اكبر في المجموعة التي تناولت الحديد.

التبول اللا إرادي

يعتبر التبول اللاارادى أو ما يسمى التبول الليلى أحد الامراض الشائعة عند الاطفال وهو ما يسبب قلق كبير عند الابوين وحرج شديد عند الطفل

ويكتسب معظم الاطفال التحكم فى التبول بعد سن ثلاثة سنوات ويشكو ١٠ ٪ من الاطفال حتى سن ٦ سنوات من التبول اللاارادى ويشكو ٥٪ من الاطفال حتى سن ١٤ سنه ويكمن السبب الحقيقى فى ٥٠٪ من الحالات نتيجة تأخر تكوين الجهاز العصبى للمثانه ، ٣٠ ٪ نتيجة امراض عصبية ونفسية ، ٢٠٪ نتيجة امراض عضوية .

ويبدأ التدريب على التحكم فى التبول بعد أن يصل عمر الطفل الى عام ونصف ويتأثر الطفل بالحالة الاجتماعية والعلاقة بين الابوين ويتأثر ايضا فى حالة انجاب طفل بعدة مباشرة واعطاء الطفل الجديد الاهتمام ويبدا الطفل فى التبول على نفسة لشد انتباة الوالدين .

ويعتبر الخوف الشديد والقلق النفسى من أهم عوامل استمرار التبول الارادى . وتكون المضاعفات النفسية على الطفل اكثر من المضاعفات العضوية وخاصة فى سن دخول المدرسة . واحراجة بين اخواته واحراجة من الوالدين لذلك ينصح الأباء والامهات بعدم معاقبة الطفل بعد التبول اللاارادى لآن ذلك يسىء الحاله.

العلاج الفعلى

أولاً : عدم اعطاء الطفل كميات كبيرة من السوائل والشاى والمياه الغازية اثناء فتره المساء ماقبل النوم .

ثانيا : ملاحظة الطفل بعد النوم وايقاظة للتبول فى الحمام بعد ساعة ثم بعد ساعتين وذلك لتقليل كمية البول فى المثانه اثناء النوم

ثالثا : الادوية بواسطة الطبيب المختص وهى تمثل دور بسيط واحياناً تؤثر سلبياً حيث أن أغلبها يؤثر على وظائف الكلى لآنها توقف عمل الكلى أثناء النوم .

رابعاً : عمل توسيع لمجرى البول فى حالة وجود ضيق بواسطة قسطرة أو موسع معدنى يستعمل بواسطة الطبيب .

خامسا : عمل تحاليل طبية متكررة لمتابعة المريض واستبعاد أى مرض آخر مثل تحليل بول كامل أو أشعة على المسالك البولية

حدث في مثل هذا اليوم

- ١٩٩٧/٦/٥ : إفتتاح أول محطة للحد من تلوث النيل.
- ١٩٨٢/٦/٥ : غزو إسرائيل للبنان

لم يكن غزو "اسرائيل" للبنان عام ١٩٨٢ مجرد حملة عسكرية، بل جاء هذا الغزو ليقلب الاوضاع القائمة آنذاك المزيد

- ١٩٧٥/٦/٥ : إعادة افتتاح قناة السويس للملاحة البحرية الدولية بحضور السادات .
- ١٩٦٧/٦/٥ : بدء حرب الايام الست بين الدول العربية و اسرائيل انتهت بنكسة يونيو .

ستبقى نكسة ٥ يونيو ١٩٦٧ علامة فارقة في التاريخ العربي الحديث، بوصفها محطة الانكسار الأولى والقوية في المزيد

- ٥ يونيو ١٩٦٧: تبدأ بهجوم تشنه اسرائيل على المطارات العسكرية المصرية و السورية والأردنية تنتهى باحتلال اسرائيلالضفة الغربية و هضبة الجولان و قطاع غزة و صحراء سيناء

الجزائر و العراق و اليمن و السودان و الأردن تُعلن حالة الحرب مع إسرائيل.

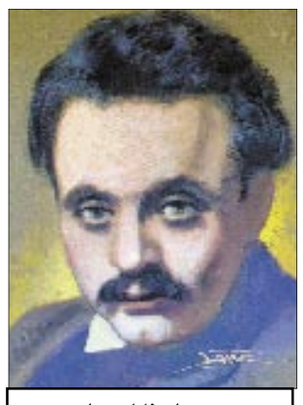
- ١٩٦٧/٦/٥ : الحرب العربية

فى مثل هذا اليوم بداية الحرب العربية الاسرائيلية الثالثة و التى شنتها اسرائيل على الدول العربية فى ٥ يونيو ١٩٦٧ و تمكنت عبرها من تحقيق انتصار عسكرى و استراتيجى و من احتلال المزيد من الاراضى العربية ومن ضمنها جميع اراضى فلسطين ففى الساعة ٨،٤٥ من صباح يوم ٥ يونيو بدات اسرائيل هجومها الجوى على القواعد الجوية المصرية و سيطرت على اجواء المنطقة الامر الذى سهل اندفاع القوات البرية الاسرائيلية فى سيناء و الضفة الغربيةو قادت القوات العربية معركة غير متكافئة ضد عدو يمتلك سيطرة جوية شبة مطلقة و اضطرت للانسحاب من موقعها بشكل ادى الى و قوع خسائر كبيرة فى صفوفها و توقف القتال فى ١٠ يونيو ١٩٦٧ م تنفيذا لقرار مجلس الامن بوقف اطلاق النار

- ١٨٢٧/٦/٥ : استيلاء الاتراك على اثينا باليونان والاكروبول
- ١٧٢٣/٦/٥ : مولد الاقتصادى الانجليزى ادم سميث صاحب كتاب رأس المال.

قرأت لك

ان العقل والهوى هما سكان دفة النفس وشراعها وهي سائرة في بحر العالم فإذا انكسر أو تمزق الشراع فإن سفينة النفس لا تستطيع أن تتابع سيرها،بل ترغم على ملاطمة الأمواج يمنة ويسرة حتى تقذف بكم إلى مكان أمين تحفظون به في وسط البحر . . . لأن العقل إذا استقل بالسلطان على الجسد قيّد أهواءه .ولكن الأهواء إذا لم يرافقها العقل كانت لهيباً يتأجج ليفني نفسه فاجعل نفسك تسمو بعقلك إلى مستوى أهوائك وليكن لك من عقلك دليل وقائد لأهوائك . . . وإذا جلستم في ظلال الحور الوارفة ، بين التلال الجميلة ، تشاطرون الحقول والمروج البعيدة سلامها وسكونها فقولوا حينئذ في قلوبكم : " إنّ الله يستريح في العقل " .وعندما تعصف العاصفة ، وتزعزع الرياح أصول الأشجار في الأحراج ، وتعلن الرعود والبروق عظمة السموات فقولوا حينئذ في أعماق قلوبكم متهيبين خاشعين : " إن الله يتحرك في الأهواء " . وما دمتم نسمةً من روح الله ، وورقة في حرجه ، فأنتم أيضاً يجب أن تستريحوا في العقل و تتحركوا في الأهواء .


جبران خليل جبران

شخصيات خالدة

ابن رشد عقل جبار

محمد بن أحمد بن رشد الأندلسي أبو الوليد "الحفيد" (٥٢٠- ٥٩٥ هـ= ١١٢٦-١١٩٨م)، المعروف بابن رشد، عالم عربي ولد في قرطبة بالاندلس، من أسرة عرفت بالعلم والجاه. وتوفي في مراكش. ان ابن رشد يعد في حقيقة الأمر ظاهرة علمية عربية متعددة التخصصات، فهو فقيه مالكي، وهو قاضي القضاة في زمانه، وهو ذاته طبيب نطاسي تفوق على أساتذته حتى ان أستاذه ابن زهر قال عنه: "ابن رشد أعظم طبيب بعد جالينوس"، وهو عينه فيلسوف عقلاني، وهو أيضا مترجم لأعمال أرسطو المرجعية للعرب والغرب فيما بعد، وهو أيضا فلكي ذي أعمال جليلة في المضمار، وهو نفسه المتكلم الذي تصدى لنقد المتكلمين باسم توافق المعقول والمنقول وعلى رأسهم الامام الغزالي.

عرفت عائلة ابن رشد بالمذهب المالكي، وجده ابو الوليد محمد (توفي ١١٢٦) كان كبير قضاة قرطبة تحت حكم المرابطين، وشغل والده ذات المنصب حتى مجيء الموحدين.بعد ابن رشد من أهم الفلاسفة العرب. دافع عن الفلسفة وصحح علماء وفلاسفة سابقين له كابن سينا والفارابي في فهم بعض نظريات أفلاطون وارسطو. درس الكلام والفقه والشعر والطب والرياضيات والفلك والفلسفة، قدمه ابن طفيل لأبي يعقوب خليفة الموحدين عام ١١٨٢م فعينه طبيبا له ثم قاضيا في قرطبة.

تولى ابن رشد منصب القضاء في اشبيلية، وأقبل على تفسير آثار أرسطو، تلبية لرغبة الخليفة الموحدي أبي يعقوب يوسف، وكان قد دخل في خدمته بواسطة الفيلسوف ابن الطفيل، ثم عاد إلى قرطبة حيث تولى منصب قاضي القضاة، وبعد ذلك بنحو عشر سنوات ألحق بالبلاط المراكشي كطبيب الخليفة الخاص.

لكن الحكمة والسياسة وعزوف الخليفة الجديد (أبو يوسف يعقوب المنصور ١١٨٤ - ١١٩٨) عن الفلاسفة، ناهيك عن دسائس الأعداء والحاقدين، جعل المنصور ينكب ابن رشد، قاضي القضاة وطبيبه الخاص، ويتهمه مع ثلة من مبغضيه بالكفر والضلال ثم يبعده إلى "أليسانه" (بلدة صغيرة بجانب قرطبة أغلبها من اليهود)، ولا يتورع عن حرق جميع مؤلفاته الفلسفية، وحظر الاشتغال بالفلسفة والعلوم جملة، ما عدا الطب، والفلك، والحساب.

كانت النيران تأكل عصارة عقل جبار وسخط اتهام الحاقدين بمروق الفيلسوف، وزيغه عن دروب الحق والهداية... كي يعود الخليفة بعدها فيرضى عن أبي الوليد ويلحقه ببلاطه، ولكن قطار العمر كان قد فات إثنيهما فتوفي ابن رشد والمنصور في السنة ذاتها (١١٩٨ للميلاد)، في مراكش.

من شروحاته وتلاخيصه لارسطو :

تلخيص وشرح كتاب ما بعد الطبيعة (الميتافيزياء).

تلخيص وشرح كتاب البرهان او الأورغنون.

شرح كتاب النفس.

شرح كتاب القياس.

تلخيص كتاب المقولات (قاطيغورياس).

تلخيص كتاب الاخلاق.

تلخيص كتاب السماع الطبيعي.

وله مقالات كثيرة ومنها:

مقالة في العقل.

مقالة في القياس.

مدن عربية عالمية

مملكة سبأ عبق التاريخ الانساني

حين تقف متأملا أمام تلك الشواهد من مملكة سبأ الصامدة صمود الابطال وسط الصحراء ، لابد أن تنعكس في نفسك رغبة شديدة للسفر عبرالخيال الى تلك الحضارة العظيمة و ذلك الانسان الذي أسسها .

وهذا ما دفع البروفسور الكندي جلانز مان ليقول عن محرم بلقيس أو معبد أوام كما يعرف بأنه قد يصبح أعجوبة الدنيا الثامنة متى ما أنتهت عملية البحث والتنقيب عنه .

ومحرم بلقيس هو احد شواهد مملكة سبأ التي تقع في منطقة مأرب الواقعة على بعد ١٧٠كم شرق العاصمة صنعاء والتي تعتبر عاصمة مملكة سبأ، مهد حضارة أمتدت عدة قرون .

فهي المرتكز الاساسي للحضارات اليمنية ، اذ اعتبر الحميريون امتدادا متكاملا لمملكة سبأ التي سادت في كامل منطقة جنوب الجزيرة العربية والبحر الاحمر حتى مناطق اريتيريا وأثيوبيا الشرقية في القرن الافريقي .

وقد جاء ذكرها في جميع الكتب المقدسة وهي ذلك النبأ العظيم في القرآن الكريم .

وبعد أن كانت هي التاريخ والحضارة والثقافة والمجد العربي في جنوب جزيرة العرب على مدى عشرات القرون ، الا أنها تحولت الى مجرد أساطير وحكايات تتواترها ألسنة الرواة ، فمثلا سد مأرب العظيم الذي كان واحد من بين ٨٠سدا في مملكة سبأ تحول بعد سيل العرم الى أسطورة باستثناء جزء بسيط من جداره الضخم الذي لا يزال منتصبا عند الضفة الغربية لوادي أرض الجنتين وأماسواه من معالم مملكة سبأ فقد طماها سيل العرم وزحفت عليها كثبان رمال الصحراء لتدفنها على أعماق مختلفة وحولتها الى مجرد أساطير يحالو الباحثون الاسنرشاد اليها من خلال ما وصلتهم من المخطوطات وبعض النقوش القديمة وبخاصة خلال القرنين التاسع عشروالعشرين .

عرش بلقيس

لم يشأ الزمان والا التاريخ أن يضل عرش بلقيس مجرد أساطير وهو الموقع الاثري الاشهر بين آثار اليمن ، وعرف بأعمدته الخمسة وسادسها عمود مكسور، كان حتى العام ١٩٨٨ينتصب وسط كثبان الرمال المحيطة به ، وكان اليمنيون يستخدمونها لرسم صورورموز وطنية مهمة للبلاد (وعندما بدأ التنقيب في عام ١٨٨٨لم يكن قد تبقى من عرش بلقيس سوى تل منخفض يرتفع عند الحقول المجاورة بحوالي ثلاثة أمتارويبرز في أعلاه صف من الاعمدة تنتشر حوله أحجار البلق المهدمة وبعض العناصر المعمارية المكسرة ، وخلال أربعة مواسم من أعمال الحفروالتنقيب تلتها عملية تثبيت وترميم المعالم بكل عناية ، فأصبح المعبد عرش بلقيس مهيأ لاستقبال الزواروالمفتوحا لعامة الناس .

محرم بلقيس أو معبد القمر

يزيد عمره عن ثلاثة آلاف سنة وهو معلم أثري مذهل يحيط بالكثير من أسرار عظمة مملكة سبأ وهو جزء مهم من التراث الانساني العالمي ويعتقد فريق التنقيب والحفر الاثاري أن هذا المعبد قد وجد خلال الفترة ١٢٠٠قبل الميلاد وحتى عام٥٥٠للميلاد .

معبد الشمس

هو معبد كان يحج اليه السبئيون في مواقيت محددة في السنة ويعرف باسم معبد القمروهذا المعبد ينتظرفرق التنقيب الاثرية أن تأتي اليه لتستكمل ما بدأته قبل نصف قرن.

السدود و جنتان عن يمين وشمال

كانت السدود التي شيدها السبئيون والمعابد أهم علامة بلوغ حضارتهم وأوجها وكان ذلك في القرن العاشرقبل الميلاد ، حيث بلغ ارتفاع سد مأرب ١٦م وعرضه ٦٠م وطوله ٦٢٠م وهذا يعني حسابيا أنه يمكن أن يروي ٩٦٠٠هكتار من الاراضي منها ٥٥٠٠ في السهل الجنوبي والباقي للسهل الشمالي .

كان يشار الى هذين السهلين في في النقوش السبئية مأرب والسهلان ٤١ويشيرالتعبير الدقيق في القرآن (جنتان عن يمين وشمال) الى وجود حدائق وكروم في هذين الواديين أو السهلين ، أصبحت المنطقة أكثر مناطق اليمن غنى وانتاج بفضل السدود ومياهها

لقد أثبت الباحثان ج. هوفلي والنمساوي غلاسرأن سد مأرب قد أوجد منذ زمن بعيد ، وتروي الوثائق المكتوبة بلغة حميرأن هذا السد قد جعل المنطقة في غاية الخصوبة والعطاء .

ولقد تم اصلاح هذا السد خلال القرنين الخامس والسادس للميلاد الا أن هذه الاصلاحات لم تمنع السد من الانهيار عام ٥٤٢م بسبب سيل العرم فهلكت كل البساتين والكروم والحدائق التي بقي السبئيون يرعونها لعدة قرون عن بكرة أبيها ، فعانى السبئيون من فترة ركود طويلة ولم تقم لهم قائمة بعدها ... وكانت هذه نهاية القوم التي بدأت مع انهيار السد.

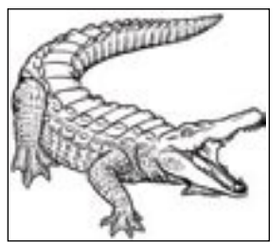
عجائب وغرائب

لماذا تعوى الذئاب ؟

إن للذئاب نظام إتصال معُقد للغاية .. والعواء هو أكثر ما عُرف عن الذئاب فى أصواتها وصيحاتها وحركاتها الجسدية .. فحين تعلن جماعة من الذئاب سيطرتها على منطقة متسعة الأرجاء يعوى أفرادها للإبقاء على الإتصال فى ما بينها خصوصاً فى رحلات الصيد الليلية .. ويعمل العواء على إبقاء الجماعات متباعدة وتزود الذئاب عن أراضيها بحمية وشراسة .. إلا أنها تحتاج إلى كامل قوتها فى صراعها من أجل البقاء لذا يؤثر العواء على القتال .. وهذه النزعة إلى التباعد بين أفراد الفصيلة الواحدة من الحيوانات هى التى تجعل الأسود تزأر والقردة على أنواعها تصيح أو تعوى .. ولا تعوى الذئاب حين يطلع القمر بل تميل إلى العواء عند أفوله .

أكبر كائن حى :

هو التمساح الأزرق ويصل وزنه إلى ١٥٠ طن ووزن لسانه فقط حوالى ٢,٥ طن – ووزن قلبه وكبده كل منهما ١/٢ طن ، وقد يصل طوله فى بعض الأحيان إلى ٣٣,٥٧ متر .



بأفراد المجموعة أو تحذير للمجموعات الأخرى بالإبتعاد عن موارد رزقها .

وتضرب بعض الغوريللا صدورها تعبيراً عن فرحها ونشوتها وفى حديقة الحيوان يمكننا مشاهدة غوريللا صغيرة تميل برأسها إلى الوراء وتضرب صدرها بإبتهاج ونشوة غامرين عندما تفوز على أحد منافسيها أمام أنثاها

اقوال مأثورة

الحسد اغبي الرذائل اطلاقا فانه لا يعود على صاحبه بأية فائدة.

أرنست هيجل

طرائف الكاميرا

إضحك.. تضحك الدنيا معك

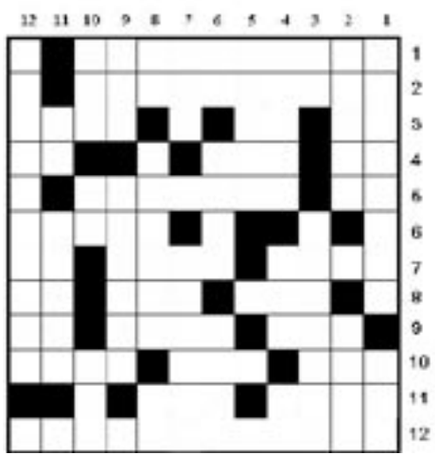
ضوضاء

القاضي : من سيقوم بأية ضوضاء في قاعة المحكمة سأخرجه في الحال.

المتهم بأعلى صوته : هيه هيه

كلمات متقاطعة

إعداد / أشواق صالح



أفقياً

١- أول رئيس للولايات المتحدة الأمريكية.
٢- أخف العناصر الكيميائية على الكرة الأرضية.
٣- خاصتي – ضمير منفصل – الفتاة الوحيدة في العالم التي تربط بين محيطين.
٤- بحر – ثلثا "عاصي" – متشابهان.
٥- خاصته – من أنهار العراق.
٦- اسم علم مذكر.
٧- منطقة يمنية – عالم – حرض.
٨- شك – نفي.
٩- حرف ابجدي – نوال "مبعثرة" – محافظة يمنية.
١٠- جدها في "يقراء" – لم يوفي بالعهد – حطمت.
١١- أسم لـ "١٨" من ملوك فرنسا – وزة.
١٢- لقب أطلق على الشاعر "بشارة عبدالله الخةري".

عمودياً

١- أول عالم استخدم "التلسكوب" – أداة حصر.
٢- عزيمة – مياه جارية غزيرة.
٣- قط "معكوسة" – إحدى القارات.
٤- الدنيا في اللغة الفارسية – من اعضاء الوجه – من الخضروات "معكوسة".
٥- أمانة.
٦- أحرف انجليزي – صوت القلم – كثير.
٧- حنين – عاصمة ولاية جورجيا الأمريكية.
٨- فقد عقله "معكوسة" – خد – للاستفهام.
٩- عطر – عاصمة البرتغال.
١٠- أحرف متشابهة – ضمير منفصل – قرص "مبعثرة".
١١- حرف جر – نشاهدها في المنام.
١٢- شاعر الرسول صلى الله عليه وسلم

حل العدد السابق