

## القبيلة تنشط الذاكرة

الذي أجروه على مجموعتين من البالغين أظهر أن الأشخاص الذين أخذوا القبولة كان نشاطهم الذهني أقوى من نشاط نظرائهم الذين واصلوا أعمالهم كالمعتاد خلال النهار.

وقال باحث مشارك في الدراسة ، إن الدراسة «تثبت للمرة الأولى أن النوم خلال النهار يساعد الذاكرة على عدم النسيان»، مشيراً إلى «أن القبولة التي تدوم لحوالي 90 دقيقة في اليوم تمنح الدماغ الحصانة ضد النسيان وتنشط الذاكرة».

قال باحثون إن القبولة قد تساعد على تنشيط الذاكرة، وهي مفيدة خاصة للذين يحاولون اكتساب أكثر من مهارة في وقت واحد.

ووجدت الدراسة، إن قضاء قبولة مدتها 90 دقيقة بين محاولة اكتساب مهارة وأخرى قد ينشط الذاكرة قليلاً في المساء ويزداد نشاطها بشكل ملحوظ في صباح اليوم التالي.

وقال الباحثون إن النوم يساعد على تذكر المعلومات التي يكون الدماغ قد اختزنها خلال اليوم، مشيرين إلى أن البحث



## حدث في مثل هذا اليوم

- 1982م: أنتجت أنجلترا أول سيارة بمحرك نفاث سرعتها 1040 كيلو متر في الساعة
- 1960م: بناء السد العالي
- 1920م: قيام عصبة الأمم المتحدة كتنظيم دولي بعد الحرب العالمية الأولى من أجل تجنب الحروب والكوارث الناتجة عنها، وقد تضمن في النصوص التي أصبحت سارية المفعول بتاريخ 1920 وجوب صيانة السلم العالمي والتزام الدول باللجوء إلى الطرق السلمية لحل نزاعاتها، وتوقيع العقاب على الدول المعتدية.
- 1919م: استسلام الحامية العثمانية في المدينة المنورة للقوات السعودية . تعتبر هذه الخطوة هي بداية نهاية حكم الاسرة الهاشمية في الحجاز و بداية عهد الدولة السعودية الحديثة .
- 1845م: مولد رتجن مكنشف الأشعة السينية في مدينة لينب بألمانيا.
- 1787م: مولد لوى داجير مخترع الكاميرا.
- 1749م: إكتشاف إدوارد جنر اللقاح وقد أفلح في تطوير أساليب التطعيم كإجراء وقائي ضد الجدري.
- 1578م: مولد وليام هارفي مكنشف الدورة الدموية.

## أقوال

## مأثورة

هناك دائماً ركن غبي في عقل أكثر الناس حكمة وذكاء

أرسطو

وبعد رحلة كفاح قضى منها عامين يصارع المرض أسلم الروح في 23 حزيران (يونيه) سنة 1976م ، وترك شعراً كثيراً وقصائد متأثرة لم تجد بعد من يجمعها وينشرها .

من أبرز دواوينه لبالي الهرم ، أغنيات على النيل ، ومن قصصه: عودي إلى البيت وداعاً أيها الليل .

ومن أقاصيصه: كنا خطايا . في فندق الله . خاطفة من الله . كلام الناس . وترجم رواية ممنجواي العجوز والبحر .

وكان صالحاً من جماعة أبوللو ، وكان له رأي في الشعر الجديد قال عنه إنه ليس شعراً وليس جديداً ، مما أغضب عليه أنصار هذا النوع ممن يطلقون على أنفسهم الشعراء الجدد . وفي خلال السنوات الثلاث الأخيرة من عمره انتهالت عليه الخصومات من كل حذب وصوب بسب كتاباته السياسية ، ولكنه كان صادقا مع نفسه في كل ما يكتب . وكانت له مقولة مشهورة «إني أتكسب من الصحافة لأنفق على الشعر» .

لدى سنة 1912م ، بمدينته الزقازيق حيث كان يعمل والده المهندس كمال الدين جودت، وتلقى دراسته الابتدائية بمدرسة مصر الجديدة الابتدائية بالقاهرة، ودراسة الثانوية بالدراسة الثانوية بالمنصورة، وحصل على البكالوريوس ثم الماجستير في العلوم السياسية.

وظهرت عليه علامات النبوغ وبوارت موهبته الشعرية منذ كان طالباً بالمدرسة الثانوية، وتعرف إلى المنصورة على الشعراء علي محمود طه وإبراهيم ناجي والهمشري حيث تصادف إقامتهم فيها إما للعمل أو للدراسة في الفترة من سنة 1927م إلى سنة 1931م، وعاصر صالح ثورة 1919م ، وانفصل بها فصلاً وجدانه وألهمت روحه، فأحب مصر من كل قلبه.

وقرأ لكبار الكتاب: المغلوطي والقائد والمازني وسلامة موسى، كما قرأ لكبار الشعراء: أحمد شوقي، وحافظ إبراهيم والقائد، ولم يتأثر بشاعر مثلاً تأثر بأبيهم الشعراء أحمد شوقي.

يقام مرة واحدة كل عشرة أعوام. أما العاصمة ميونخ فلها جانبية خاصة متميزة وتقدم عروضاً متنوعة في حقول التعليم والثقافة، وتحفل بالعديد من الآثار، وتشتهر بإقامة أكبر الاحتفالات الشعبية في العالم أكتوبرفست، وإلى جانب ميونخ، ونورنبرغ تجذب بلدة روتنبورغ أوب در تاوير الزوار، لأنها كبلدة فرانكونية قديمة من عصر القيصري، ظلت منذ حرب الثلاثين عاماً داخل السور المحيط بها دون تغيير يذكر. أما مدينة الأسقف القديمة لريرة الخضراء .

شهير التسمية التاريخية الدولية الحرة إلى أن بافاريا جمهورية. وليست مملكة ، وتفتخر هذه الولاية الألمانية وسكانها البالغ عددهم ١٢.٣٢٠ مليون بتاريخهم العريق الذي يرجع إلى القرن السادس الميلادي.

ويرجع الفضل في الجانبية السياحية الكبيرة التي تتمتع بها بافاريا إلى التراث الحضاري الغني وطبيعتها الساحرة أيضاً: مثل جبال الألب، ومنطقة ما قبل الألب بحيراتها الساحرة، وغابة بافاريا وبها الحدائق الوطنية، ومنطقة الألب الفرانكونية، وجبال شبيسارت ، وغيرها الكثير من المناطق الطبيعية التي تجذب الزوار للاستمتاع بالطبيعة والاستجمام حيث تبلغ مساحتها ٢٠٥٩ كم<sup>٢</sup> تحولت الولاية من بلد زراعي الأصل إلى بلد صناعي وخدمي، يتميز بكفاءات علمية واقتصادية وتقنية من الدرجة الأولى في كافة الميادين المستقبلية.

وتضم الولاية ٢٦ جامعة ومعهداً فنياً عالياً، وثلاثة مراكز ضخمة للبحث العلمي، وأحد عشر فرعاً لمعهد ماكس- بلانك، وسبع مؤسسات لجمعية فراون- هورف، تشكل بنيتها التحتية ممتازة للبحث العلمي.

وتنطق بافاريا كل عام أكثر من ٥٠ مليون يورو لرعاية تراثها الحضاري، كالحفاظ على وتجديد المتاحف العديدة التي تشمل متحف بيناكويتك المعاصر والمسارح الثابتة وعددها ٣٣، والمكتشفة وعددها ٢٤، وكذلك الإنفاق على المهرجان الموسيقي ذي الأهمية العالمية الذي يقام في مدينة بايرويت، ومهرجان الموكب المبرع عن الأم السيد المسيح في أوبرا أوبراغراو، الذي

## شخصيات خالدة



صالح جودت شاعر النيل والنخيل

## علاقة

- في الغروب الهادئ،  
كان ثمة نبعٌ شاهداً  
على اقتراس الجبل  
الشمسَ الحنونة.  
نشج النبعُ،  
سألت شجرةً سرُّ نفسها:  
- ترى أين أرجوحة الريح؟  
قبَل العشبُ الأرضَ متحسراً،  
كان النبع الصامت يلحق الأرض بهدوء.  
بهدت الأرضُ، وكأنها تعقد حلقات الريح!  
رفعت السروة رأسها  
بدأ النبع يغلي في داخله والأرض تصرخ.



الشاعرة الكردية زيلا حسيني

## أغبياء يقومون بالتفجير

أراد أغبياء أن يقومون بتفجير مبني، فوضعا القنابل في الدور الأول وصعدوا إلى السطوح!!



## برنامج جديد يساعدك على كتابة النماذج

**RoboForm: Password Manager, Form Filler, Password Generator, Fill & Save Forms**

Put Your Passwords on Speed Dial

- Log in to websites automatically
- Save an unlimited number of passwords
- Fast and Amazingly Easy to Use

Get RoboForm Pro

RoboForm is the top-rated Password Manager and Web Form Filler that completely automates password entering and form filling.

RoboForm Pro

- Automizes your passwords and logs you in automatically
- Fills long registration and checkout forms with one click
- Encrypts your passwords to achieve complete security
- Generates random passwords that hackers cannot guess
- Checks, finishes, or fills passwords into any existing web sites
- Deletes keystrokes by not using keyboard to type passwords
- Back up your passwords. Comes them when convenient.

في كل مرة تدخل فيها إلى أحد المواقع على شبكة الانترنت خاصة المواقع التي تقدم خدمات مجانية سواء كانت هذه الخدمة تنزيل لبرامج تجريبية أو حتى تحميل أغنيك المفضلة فأنك تضطر كل مرة لكتابة بياناتك سواء اسمك أو بريدك الإلكتروني و اسم المستخدم الذي ستختره كذلك كلمة المرور .

ومن الممكن أن تضطر إلى ان تفصح عن سكرت و مكان ولادتك و بلدك الام بالإضافة إلى البلد التي تعيش فيها.

و في معظم الاحيان تشعر انت و أصدقائك من مستخدمي الشبكة بالضجر الشديد من تكرار تلك العملية والتي تسمى في لغة الأنترنيت ب ( ريجيستريشن ) حيث انها بمثابة مضيق للوقت في بعض الاحيان إضافة إلى انها عملية روتينية قد تصيبك بالملل و قد

تسبب في غلق النافذة و العزوف عن التسجيل فيه . لكنك من الآن فصاعدا لن تشعر بهذا الضجر مرة أخرى فقط يمكنك الاستعانة بخدمات roboform و روي فوروم ليس مساعده شخصي او سكرتري خاص لكنه برنامج يساعدك على تلافى هذا المشكله ف كل مرة تود التسجيل فيها في أحد المواقع الألكترونية .

حيث يقوم البرنامج بتخزين بياناتك التعريفية بناء لما تحدده له و من ثم استدائها في أي وقت عن طريق الضغط مرة أو عدة مرات في المكان المخصص بالبرنامج .

و البرنامج سهل التعامل حيث يوفر واجهات تعامل بلغات متعددة منها العربية . يمكنك تنزيل نسخة تجريبية من خلال الموقع التالي : [www.rob-form.com](http://www.rob-form.com)

## عجائب وغرائب

## لم يجد العروس يوم الزفاف . . فتزوج أختها



اضطرت أسرة بوسط نيبال لتزويج ابنتها الصغيرة لإنقاذ شرف الأسرة بعد أن هربت شقيقتها الكبرى في يوم زفافها حسبما ذكرت التقارير الإعلامية هناك.

وقالت صحيفة (أنايورا بوست) : إن العريس رام كومار دهال ١٩ عاماً كان قد وصل إلى حفل زفافه في معبد بمنطقة بانايا التي تبعد نحو ٣٠ كيلومتراً شرق كاتماندو ليجد أن خطيبته لخمس سنوات بارباتي دولال هربت دون أن تترك خيراً.

وخلت شقيقتها شاندراباتي ١٥ عاماً محلها، ونقلت الصحيفة عن والد العروس ويديي شاكرا بهادور دولال قوله : لقد طلبنا من ابنتنا الصغرى أن تتزوج الرجل لإنقاذ شرفنا.

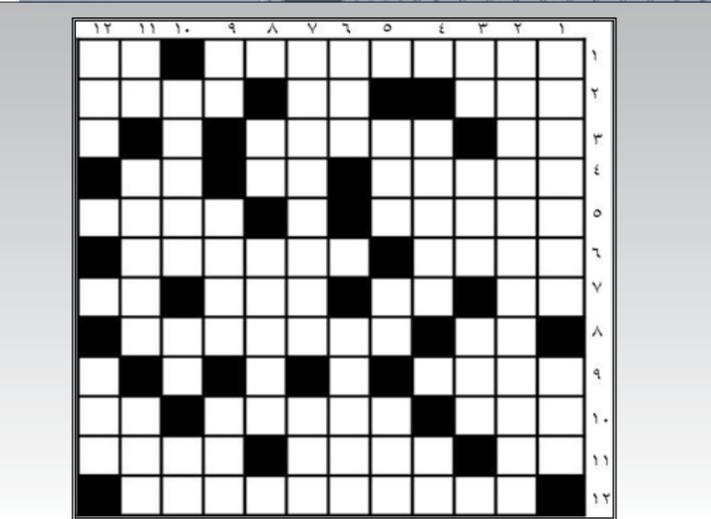


الوحيد الذي أقسم بالله بحياته في القرآن الكريم هو نبينا محمد صلى الله عليه وسلم، قال الله تعالى: (لَعَزَّكَ إِنَّهُمْ لَفِي سَكْرَتِهِمْ يَتَمَثَّوْنَ ) [الحجر: ٧٢]. يقول ابن عباس: ما خلق الله وما برأ نفساً أكرم على الله من محمد صلى الله عليه وسلم، وما سمعت الله أقسم بحياة أحد غيره.

قراوش شخصية حقيقية وليست خيالية كما يظن بعضهم، فقد كان وزيراً في مصر في عهد صلاح الدين الأيوبي واشتهر بالصرامة واسمه بهاء الدين الأسري، وكان وزيراً عادلاً فحنق عليه الصليبيون واستهزؤوا به، ثم توارث العوام هذا الاستهزاء عن جهل منهم حتى أصبح مثلاً يضرب للظلم على عكس الصحيح.

من أبرز مظاهر الاحتفال بشهر رمضان في بعض الدول العربية مدفع الإفطار، وهذه العادة كانت من غير قصد أو ترتيب. ففي سنة ٨٥٩هـ أهدى إلى الوالي (خوشقدم) مدفع قاهر بتجريبه، وصادفت التجربة موعد غروب الشمس في أول يوم من أيام رمضان، فظن الناس أن هذا إيدان لهم بالإفطار، وفي اليوم التالي توجه مشايخ الحارات إلى الوالي بهذا وأمر بإطلاق المدفع عند غروب الشمس كل يوم من أيام رمضان واستمر الحال على هذا المنوال حتى يومنا هذا.

## كلمات متقاطعة



- أفقياً :
- ١- من أجهزة الأمم المتحدة غايته السهر على الأمن والسلام في العالم يتألف من خمس عشرة دولة منها خمس دول لها حق النقض أو الفيتو وهي الولايات المتحدة ،الاتحاد السوفيتي ،بريطانيا ،فرنسا ،الصين - حرف انجليزي
  - ٢- من أودية بلاتنا - حرف عطف - اتجاه جانبي.
  - ٣- للتصني معكوسة - من أدوات النجار
  - ٤- من أنواع الصقور الجارحة - ارتفاع الجرح- متشابهان.
  - ٥- جمع لون - حشرة صغيرة
  - ٦- عاصمة أوروبية - أكلة.
  - ٧- ود - ثم - أداة حصر - عملة.
  - ٨- فك - أحد الكتب السماوية.
  - ٩- كبير أهل الأشوريين.
  - ١٠- كح - شهر ميلادي - بط.
  - ١١- حرف انجليزي - نقبض إصلاح - مدينة عراقية
  - ١٢- عام - ضعف.
- حل العدد الماضي