



الفشار يمنح الاستقرار النفسي والعضوي

إلى أن تناول الفشار يحفز خلايا المخ على إنتاج مادة السيروتونين المسؤولة عن الحفاظ على التوازن العصبي والنفسي للإنسان والتي تعد من أهم الموصلات العصبية اللازمة لتنبيه خلايا المخ .
وأضاف أن ذلك يؤدي إلى زيادة اليقظة والحواس دون حدوث أي ارتفاع في ضغط الدم أو زيادة دقات القلب ليتفوق الفشار في هذا المجال على الكافيين الموجود في القهوة .

القاهرة / مناجيات :
قالت دراسة حديثة أجراها المركز القومي المصري للبحوث أن الفشار المصنوع من حبوب الذرة يحفظ التوازن النفسي والعضوي للإنسان ويتفوق كذلك على القهوة في تنبيه المخ ويوجب الإحساس بالسعادة والبهجة دون أية آثار جانبية.
وأشار الدكتور فوزي الشوبكي أستاذ التغذية بالمركز في الدراسة التي نشرتها مجلة العلم في عددها الجديد

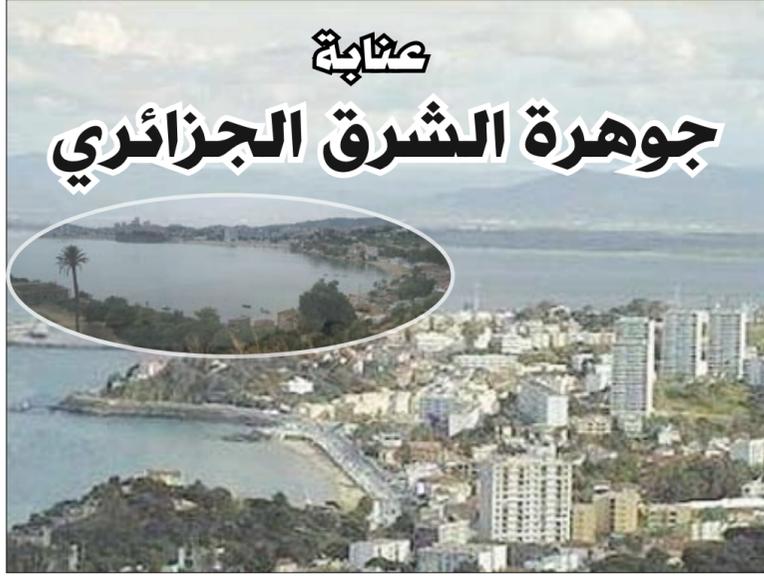


كوريا تطالب دعماً مالياً من اليابان

وفي العام الماضي وقعت كوريا الشمالية صفقة مع شركاء الحوار والولايات المتحدة والصين واليابان إضافة إلى روسيا كوسيلة للتخلي عن برنامجها النووي مقابل حوافز سياسية ومليون طن من معونات الوقود.
وجاءت نصف المعونة من النفط الثقيل والبقية لمنشآت الطاقة بما يعادل 500.000 الف طن من الزيت الثقيل وممازالت اليابان محافظة على موقفها بوقف تقديم المعونات الاقتصادية ما لم يتم التوصل لحل النزاعات بخصوص المواطنين اليابانيين المختطفين لدى كوريا الشمالية في عامي 1970 و 1980. وصرحت كوريا الشمالية في السابق أنها تعتبر موضوع المختطفين مائلاً.

طوكيو / مناجيات :

أفاد مصدر دبلوماسي أمسي أن كوريا الشمالية تعتزم التقدم بطلب مساعدات مالية على اليابان بقيمة 40 مليون دولار أمريكي لبناء مرافق لإنتاج الغازات باستخدام أنثراسايت الفحم مقابل منطقة خالية من الأسلحة النووية.
وأضاف المصدر الدبلوماسي الكوري الجنوبي في تصريح لوكالة انباء كوريا الجنوبية (يونهاب) انه تم تقديم هذا الطلب خلال محادثات مشتركة رفيعة المستوى لقرية بانمونجيم في الخامس من يونيو الحالي كما طلبت بيونغ يانغ من الصين القيام بأعمال التشييد مضيفا بأنه لا توجد مشاكل فيما يتعلق ببناء مرافق لإنتاج الغازات من الأنثراسايت باستثناء الجانب الذي يتطلب عبناً



صداقة جوهرة الشرق الجزائري

كانت له علاقة مع امرأة ستكون خليلته لمدة 15 عاماً، وكان تعليمه في موضوع الفلسفة وعلم البيان، علم الإقناع والحطابة. بعد أن عمل في التدريس في نخاس وقرطاج انتقل عام 383 إلى روما لظنه أنها موطن خيرة علماء البيان. إلا أنه سرعان ما خاب ظنه من مباريس روما وعندما حان الموعد لتلاميذه أن يدفعوا ثمن أتعابه قام هؤلاء بالتهرب من ذلك. بعد أن قام أصدقائه الهانويون بتقديمه لوالى روما، الذي كان يبحث عن أستاذ لعلم البيان في جامعة ميلانو، تم تعيينه أستاذاً هناك واستلم منصبه في أواخر عام 384.
في ميلانو بدأت حياة أوغسطين بالتحول من خلال بخره عن معنى الحياة بدأ يتعد عن المانية منذ أن كان في قرطاج، خاصة بعد لقاء مخيب مع أحد أقطابها. وقد استمرت هذه التوجهات في ميلانو كما كان للقاءه بأمبروزيوس، أسقف ميلانو، أثراً كبيراً على هذا التحول. لقد أعجب أوغسطين بشخصية أمبروزيوس وبلاغته وتأثر من مواصلة فقر ترك المانية إلا أنه لم يعتقد المسيحية فوراً بل جرب عدة مذاهب وأصبح متحمساً للأفلاطونية المحدثة. بعد صيف 386، بعد قراءته سيرة القديس أنطونيوس الكبير وتأثر بها قرر اعتناق المسيحية، ترك علم البيان

أشجار

الفانوس

في يدي

الدرج في حلكته

الفانوس لا يبده العتمة

يؤجلها فقط!

يدفئها

تتمنطق الظلمة بي

أفزع عن عصافير تتطاير

كالرجوم

الفرع.. عصفور

يغرس كلالبه في اضلع

لو تأكد أنه

قوس ربابة!!

على شفتي حزني

دربي الذي في حلكته

بكي فانوس

والربابة أشتعلت

عصافيرا

والأشجار.....حزن!



الشاعر السوري / هاني جبوح

ومنصيه في جامعة ميلانو والدخول في سلك الكهنوت. ولاحقاً سفصل مسيرته الروحية في كتابه الاعترافات. فقام أميرزيوس بتعميده وتعميد ابنه في عام 387 في ميلانو. عام 388 عاد إلى أفريقيا وقد توثقت أمه وابنه في طريق العودة تاركين إياه دون عائلة.
بعد عودته إلى نخاس قام بتأسيس دير. عام 391 تمت تسميته كاهناً في إقليم هيبو (اليوم عنابة في الجزائر). أصبح واعظاً شهيراً (وقد تم حفظ أكثر من 350 موعظة تنسب إليه يعتقد أنها عام 396 تم تعيينه أسقفاً مساعداً في هيبو وفي أسقف هيبو حتى وفاته. ورغم تركه الدير إلا أنه تابع حياته الزاهدة في بيت الأسقفية. الأنظمة الرهبانية التي حدها في دير أهله أن يكون شفيع الكهنة.
توفي أوغسطين في 18 آب 430 في عمر 75 بينما كان الفاندال يحاصرون هيبو. إن أوغسطين شخصية مركزية في المسيحية وتاريخ الفكر الغربي على حد سواء، يعتبره المؤرخ توماس كاهيل أول شخص من العصور الوسطى وآخر شخص من العصر الكلاسيكي. تأثر فكره اللاهوتي والفلسفي بالرأفة والأفلاطونية والأفلاطونية المحدثة وخصوصاً فكر أفلاطون مؤلف التاسوعات

أحد أهم الشخصيات المؤثرة في المسيحية الغربية، تعتبر الكنيسة الكاثوليكية والأفلاطونية قديساً وأحد آباء الكنيسة البارزين.
يعتبره العديد من البروتستانت، وخاصة الكالفينيين أحد المنابع لتعاليم الإصلاح البروتستانتي حول النعمة والخلص، ويعتبره بعض الكنائس الأرثوذكسية مثل الكنيسة القبطية الأرثوذكسية قديساً بينما يعتبره البعض هرطقياً بسبب آرائه حول مسألة الألباناق.
ولد في شمال أفريقيا قبل مجيء الإسلام وهو ابن القديسة مونيكاً تلقى تعليمه في روما وتعمد في ميلانو. مؤلفاته - بما فيها الاعترافات التي تعتبر أول سيرة ذاتية في الغرب - لا تزال مقروءة في شتى أنحاء العالم.
يتحدث القديس أوغسطين من أصول أمازيغية على الأغلب، وعندما بلغ الحادية عشرة من عمره أرسلته أسرته إلى مدينتي قرطاج ومدينة نوميدية تقع 30 كلم جنوب نخاس. في عمر السابعة عشرة ذهب إلى قرطاج لإتمام دراسة علم البيان.
كانت أمه مونيكاً أمازيغية ومسيحية مؤمنة أما والده فكان وثنياً. رغم نشأته المسيحية إلا أن أوغسطين ترك الكنيسة ليتبع الديانة المانية خلافاً لأمه. في شبابه عاش أوغسطين حياة متعفة وفي قرطاج

شخصيات كألة



وغسطينوس

شخصية مركزية في المسيحية



الروس يقدمون الحليب شراباً لأبقارهم!

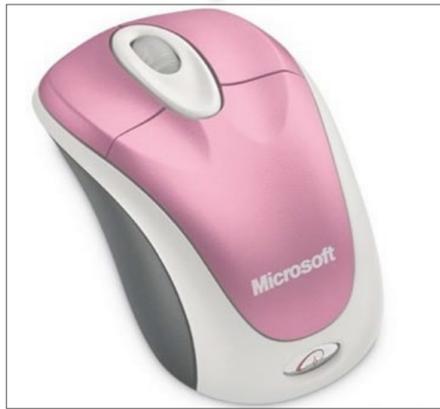


التي يتكبدونها من أجل زيادة انتاجها من هذا الحليب. أعرب بوتين عن دهشته ثم عن سخطه وغضبه حين علم أيضاً في الاجتماع الأخير للحكومة الروسية أن أسعار الحليب الذي يُقدم للماشية شراباً ويؤخذ به على المستهلك، في تزايد مستمر بسبب قوانين العرض والطلب، على حد قول وزير الزراعة اليكسي غورديف؟!
بعد انتشار ظاهرة استخدام المحاصيل الزراعية مصدراً من مصادر الطاقة ولجوء البعض في الدول النامية إلى تقديم الحبز لإشباع جوع الماشية والحيوانات، اكتشف فلاديمير بوتين، رئيس الحكومة الروسية، أن البعض في روسيا يقدم الحليب شراباً لقطعان الماشية رغم كل الجهد والتفقت



محمد حسين هيكل

العجلة الدوارة في فأرة الكمبيوتر ذات مهام متعددة



واشنطن / مناجيات :

تستطيع العجلة الدوارة في فأرة الكمبيوتر أداء مهام كثيرة بخلاف تحريك صفحة الانترنت إلى أعلى أو أسفل في برنامج المتصفح. وتختلف مهام العجلة الدوارة في الفأرة باختلاف البرنامج حيث يمكن على سبيل المثال عند تشغيل برنامج إكسبلورر لتصفح الانترنت الضغط على مفتاح شيفت ثم تحريك العجلة الدوارة، وفي هذه الحالة يستطيع المتصفح العودة صفحة للوراء أو التحرك صفحة إلى الأمام حسب اتجاه دوران العجلة.
وعند استخدام برنامج وورد لمعالجة النصوص من شركة مايكروسوفت، يمكن الضغط على مفتاح تحكم ثم تحريك عجلة الفأرة لتكبير أو تصغير الصفحة.
وللاطلاع على وظائف العجلة الدوارة في كل برنامج، يتعين استعراض ملف المساعدة الملحق بالبرنامج.



عبد الكريم الرازحي

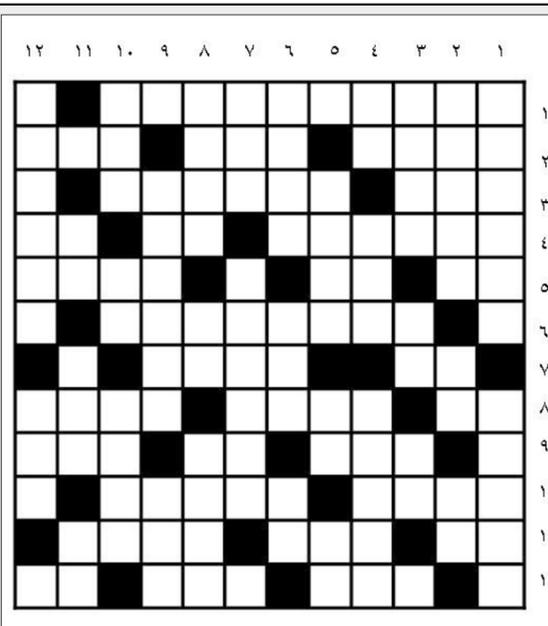
رازيات

ما شفت مسؤول يشبع الكل يهبط ويطلع حبوب منع القناعة والجوع مش راضي يطلع مزروع فيهم زراعه



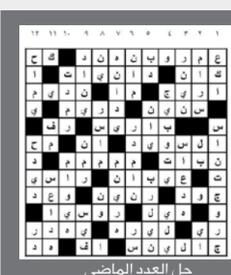
جرأة امرأة

المحامي : ما الذي أغراك كي تتزوج من هذه المرأة؟
السزوج: جرأتها و صراحتها.
المحامي : وما الذي يدعوك إلى الطلاق الآن؟
السزوج : جرأتها و صراحتها !!



مقاطعة

أفقا :
1_ القاضي العادل حكم بين عمر و اعرابي فحكم للاعرابي وحكم بين علي و يهودي فحكم لليهودي و له عمر بن الخطاب القضاء لقب بفاروق القضاة و الة اسماعيل عليه السلام - البقرة الجميلة
2_ العينين - وادي في جهنم
3_ الظبي الأبيض - لاعب كرة قدم انجليزي
سلسلة جبال بركانية في الشرق الأدنى تمتد
3_ غربي ايران بين بحيرة وان ومضيق هرمز -
للنداء القريب - خاصتي
4- قادم - للنداء - يتبع الليل
5- مضيق يقع بين البحر الأسود وبحر مرمره عند خليج القرن الذهبي
6- عمر - ولد التعلب
7_ كفاء - تام - برج معندي يشرف على باريس ارتفاعه 320م
8_ نبي ذكر اسمه في القرآن الكريم 43 مرة - حب -
9_ أحرف مكررة
10_ من أسماء النار - من الطيور
11 - الة - سهولة - صوت اليوم
12_ رقد - شك - الة



حل العدد الماضي

1- اسم فارسي الأصل يعني بنت البلد - شهر سرياني



اطول رجل في العالم