

دراسة .. النوم الجيد يساعدك على الإبداع

وأشار الباحثون إلى أن الوصول إلى مرحلة «أر.إم» التي يمكن فيها رؤية الأحلام تزيد من القدرات الإبداعية للأشخاص، ويقدر العلماء مرحلة «أر.إم» خلال إجمالي فترة النوم لدى البالغين بنحو 25 في المئة. وأثبتت الدراسة أن المتطوعين الذين حصلوا على قسط من النوم العميق قبل الخضوع للاختبارات كانوا الأفضل في الإجابة على الأسئلة، ورجح الخبراء أن يكون الوصول إلى هذه المرحلة من النوم يساعد المخ في تنشيط بعض المعلومات الموجودة بالفعل في الذاكرة.

إبراهيم/متابعات:
أكدت دراسة حديثة أن النوم العميق والقدرة على الإبداع والوصول إلى مرحلة الأحلام من شأنه تخفيف الضغوط والمساعدة في تصفية الذهن. وطلب القائمون على الدراسة في جامعة كاليفورنيا من مجموعة من المتطوعين أداء بعض الاختبارات المرتبطة بالتفكير. وأكدوا أن المتطوعين يؤدون بشكل جيد في الاختبارات إذا حصلوا قبل ذلك على قسط وافر من النوم العميق «أر.إم» وليس مجرد الاسترخاء.



قصيدتان إلى ولدي علي

قمرى الحزين
البحر مات وغيبَتْ أمواجهُ
السوداء قلع السندبادُ
ولم يعد أنساؤه يتصايحون
مع النوارس والصدى المبحوح
عاد
والأفق كَهْفَةُ الرماذُ
فلمنْ تغني السحارحُ؟
والعشب فوق جبينه يطفو
وتطفو دنيوات
كانت لنا فيها، إذا غنى
المغني، ذكريات
غرقت جزيرتنا ومسا عاد
الغناء
الإيكاءُ
والفقراتُ
طارت، فيا قمرى الحزين
الكنز في المجرى دفين
في آخر البستان، تحت
شجيرة الليمون، خبأه هناك
السندبادُ
لكنه خاو، وما أن الرماذُ



عبد الوهاب البياتي



أقوال مأثورة

«العباقرة شهب كتب عليها
أن تحترق لإنارة عصورها»
نابليون بونا بورت

جحا.. وحقاؤه المفقود!!

في يوم الجمعة كان جحا قد خرج من المسجد ولم يجد إلا فردة حذاء واحدة ففعل على المنبر وقال: «أعيدوا إلي حذائي أو سوف أقفل مافله جدي أخافوا وأعادوا حذاءه إليه ثم سأله: «ماذا فعل جحك عندما ضاع حذاءه؟» قال: غضب واشترى حذاءً آخر.



كولورادو ولاية في الغرب الأمريكي

الالتهاب الرئوي أطاح بالاوليوجاريمما .. أول جاموسة مستنسخة علي قيد الحياة

حيوانات لكنها مازالت تحبو ولم تتطور، لأن ألبها لم تفهم بعد، وقد أعلن علماء في ولاية هاريانا الهندية عن استنساخ جاموس مستنسخة خلايا جذعية جنينية، وقد ولدت الجاموسة «جاريمما» كيلوجراماً في المعهد الوطني للأبحاث في مدينة كارنال في شمال الهند. وأكد العلماء أن الهند استنسخت أول جاموس في العالم في فبراير لكنه نفق جراء إصابته بالتهاب رئوي بعد أسبوع على ولادته وقد استخدمت في استنساخه نسخاً من أن جاموسية، وقد استنسخ العلماء «جاريمما» مستخدمين نسيجاً من جنين ومعدتين تقنية تسمح باختيار جنس الحيوان. وأكد سريفا ستافا أن الهند تملك أكبر قطع جاموس في العالم وأن الاستنساخ سيؤدي إلى تحسين النسل بين هذه الحيوانات.



دلبي/متابعات:
الاستنساخ كما عرفه الأطباء هو الحصول على صورة طبق الأصل من النسخة الأصلية لأحد الحيوانات، عن طريق زرع خلية عادية في بويضة أفرغت من الكروموزوم، أي من الإرت الجنيني، بحيث تصبغ خلية قابلة للتكاثر عن طريق الانقسام الخليوي المعتاد، ثم ملؤها بخلية أخرى من كائن مكتمل النشو، تحمل صفاته الوراثية وزرعها في رحم أنثى بالغة.. لتأتي النتيجة جنيناً أو مولوداً مستنسخاً عن صاحب الخلية المزروعة. ومازالت تقنية الاستنساخ تحت التطوير لدرجة أنه لا يمكن محاولة إجرائها على البشر لخطورتها، لأن كل التجارب التي أجريت على الحيوانات قد فشلت أو أسفرت عن أجنة مشوهة، حتى استنساخ الأعضاء والأنسجة من الخلايا الجذعية بالأجنة فيه خطورة. ورغم أن تقنية الاستنساخ قد أجريت على عدة



شابة أمريكية تشق بطن صديقتها الحامل وتسرق جنينها

إواشنطن/متابعات:
تواجه شابة أمريكية تهمة قتل صديقتها الحامل في جريمة بشعة قامت خلالها بشق بطن صديقتها لسرقة جنينها والادعاء بأنه مولودها. وحسب شبكة «سي إن إن» الاخبارية الأمريكية تواجه المتهمة وتدعي كورينا روبرتس «27 عاماً» تهمة قتل سنغيني، التي كانت حاملاً في شهرها الأخير، كما قد تواجه تهمة قتل الجنين، في حال أثبت التشريح أنه كان على قيد الحياة عند انتزاعه من أمهات والدته القتيلة. وكانت فرق الإسعاف قد عثرت على سنغيني غارقة في بركة دماء في سكنها الجمعة وسط محاولات صديقتها لإنقاذها التي باءت بالفشل. وقال أحد رجال الإنقاذ: «في هذه اللحظة ليس في وسعنا الجرم بأسباب الوفاة وهل هي بسبب جروح في الراس أم جراء شق بطنها». وقال محققون إن روبرتس ادعت للأطباء في قسم الطوارئ بأن الطفل وليدها، إلا أن الأطباء أثبتوا كذب ادعائها.



لا داعي لصعود السلالم للوصول إلى البيت فهذه السيارة تفي بالغرض

12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12

كلمات متقاطعة

إعداد/ جمال ناصر شراء

أفقياً:

- رحالة طاف في أنحاء العالم استغرقت رحلاته الثلاث زهاء 29 سنة زار خلالها أفريقيا وبلاد العرب وأسيا والشرق الأقصى استقر في فأس له (تحفة النظار في غرائب الأمصار وعجائب الأسفار) امتاز بالدقة في الملاحظة والأمانة في الرواية - أداة حصر.
- شجاع - من الزهور العطرية - حرف عطف.
- من أنواع النباتات - كلمة تركية معناها العقاب أو الطائر الأسود.
- اتجاه جانبي - قط - غم.
- بلد أوروبي - للاستفهام.
- للتمني - أضواء - عدد انجليزي.
- أحرف متشابهة - يعالجان.
- سقي النبات - حرف انجليزي - من الأسلحة القديمة.
- من المهن - تقال للتضجر.
- ضمير المتكلم - عاصمة آسيوية - كف.
- عاصمة أوروبية - تشتهر الهند بزراعتها.
- أداة جزم - أقارب - خيال.

عمودياً:

- كنية الكلب - مدينة عراقية.
- مدخل - منطقة في آبين - رقد.



حدث الكاميرا



باختصار
صنعا السعودي

على الرغم من الظروف الاقتصادية الصعبة التي يعيشها مجتمعنا، والتي انكمست سلباً على الناحية الاجتماعية، إلا أننا نجد بعض الرجال الكبار في السن تصل بهم الأنانية حداً غير مقبول، بل ويستدعي الإنكار من كل شخص عاقل ومتمزن.

فندج هذا الرجل يجمع التقود ويكنزها، وبدلاً من أن يوسع على أفراد عائلته، أو يقوم بتزويج أولاده خصوصاً الكبار الذين وصلوا إلى سن الزواج، ويقعون في الانتظار نجده يذهب إلى الزواج من فتاة، تكون في أحيان كثيرة بسن أصغر من ابنه، بحجة أن أم الأولاد أصبحت كبيرة السن، وأنها كثيرة الأمراض ولا تستطيع الإيفاء بواجباتها نحوه، متناسياً أنها أفنت زهرة شبابها في خدمته وخدمة أولاده.

مثل هؤلاء نقول: اتقوا الله في سنابكم وأولادكم، ولا تحاولوا سرعة زمان غيركم أو استغلال ظروف بعض الأسر الفقيرة وسرقة بناتها الصغيرات، بمبرر الزواج، فهذه ليست إلا سرقة.