



## ذكاء حسان

وقع حسان أحد المزارعين في بئر مياه عميقة ولكنها جافة، واجهش الحيوان بالبيك الشدي من الألم من أثر السقوط واستمر هكذا لعدة ساعات كان المزارع خلالها يبحث الموقف ويفكر كيف سيستعيد الحصان.

لم يستغرق الأمر طويلاً كي يقنع نفسه بأن الحصان قد أصبح عجوزاً وأن كلفة استخراجه تقترب من كلفة شراء حصان آخر، هذا إلى جانب أن البئر جافة منذ زمن طويل وتحتاج إلى ردمها بأي شكل.

وهكذا، نادى المزارع جيرانه وطلب منهم مساعدته في ردم البئر كي يحل مشكلتين في آن واحد، التخلص من البئر الجاف ودفن الحصان وبدأ الجميع بالمعاول والمغارف في جمع الأتربة والنفايات والقائما في البئر بادي الأمر.

أدرك الحصان حقيقة ما يجري حيث أخذ في الصهيل بصوت عال يملؤه الألم وطلب النجدة، وبعد قليل من الوقت اندهش الجميع لانقطاع صوت الحصان فجأة، وبعد قليل، نظر المزارع إلى داخل البئر وقد صعق لما رآه.

فقد وجد الحصان مشغولاً بهز ظهره! كلما سقطت عليه الأتربة فيرميها بدوره على الأرض ويرتفع هو بمقدار درجة واحدة لأعلى وهكذا استمر الحال، الكلل يلقي الأوساخ إلى داخل البئر فتقع على ظهر الحصان فيهب ظهره فتسقط على الأرض حيث يرتفع شيئاً فشيئاً إلى أعلى.

وبعد الفترة اللازمة لملء البئر، اقترب الحصان من سطح الأرض حيث قفز قفزة بسيطة وصل بها إلى سطح الأرض بسلا. وبالمثل، كن كهذا الحصان وتعلم منه أن تلقي بهموك العالقة وراء ظهرك.



## البصل والثوم قاتلان للبكتيريا

الرشح إضافة إلى كونه منشطاً يساعد في تسريع عملية الشفاء، لذا يمكنك تناول نصف بصلة يوميا ويجب أن تؤكل فوراً بعد التقطيع ونينة مع العلم أن البصل المطبوخ مفيد أيضاً.

ويشير الخبراء إلى أن البصل الأحمر يجعل الجسم أكثر دفئا وينشط الدورة الدموية، كما أن الدموع الناتجة عن تقطيعه تخلص الجسم من السموم، كما أنه يمنع الإصابة بالسرطان، و تناوله بشكل منتظم يزيد من نشاط الدورة الدموية ويرخي العضلات، كما أنه يقلل من معدلات الكوليسترول بعد تناول الوجبات الكبيرة، ويمكن الحصول منه على المضاد الحيوي الطبيعي بتناوله في صورته النيئة.



توصي الكاتبة الانجليزية والمسئولة عن مكتب المواليد - شيليا كتنسجر - بضرورة تناول الحوامل للثوم والبصل ابتداء من الشهر الثالث من الحمل نظراً لما لهما من مميزات وفوائد لقتل أنواع البكتيريا الضارة بالجسم.

وتؤكد الدراسات الطبية أن البصل مضاد حيوي قوي ويتمتع بخصائص كفيلة بتخلص الجسم من الحمى والنزلات وأعراض

## (الشيبسي) يسبب السرطان

وأشارت الدراسة إلى أن مادة "الأكريلاميد" تتكون عند تحمير أو شي المواد الغذائية التي تحتوي على النشويات عند درجات حرارة عالية. وأن الكيلو جرام الواحد يحتوي على 418 ملليجراماً من مادة "الأكريلاميد".

وتنصح الدراسة بتناول البطاطس التي تحتوي على دهون أقل وبالأولى يزيد استهلاك البالغين على كيس واحد منها أسبوعياً، وأما الأطفال فوق عشر سنوات فلا يجب أن يزيد استهلاكهم على كيس واحد كل أسبوعين وأما من هم تحت سن العاشرة فيجب ألا يتناولوا الشيبسي إطلاقاً.

الشيبسي منتج يشقه كيثار والصغار بلا استثناء؛ لكن أظهر تقرير حديث للوكالة الأوروبية أن شرائح البطاطس المعروفة عالمياً باسم "الشيبسي" تحتوي على مواد تسبب السرطان، إضافة إلى احتوائها على كميات مهولة من الدهون.

ونقلت صحيفة "الأهرام" عن صحيفة "ملادا فرونتا" التشيكية التي نشرت التقرير أن الباحثين فحصوا 18 عينة من أكياس البطاطس التي تباع في الأسواق الأوروبية وثبت لهم أن هذه الرقائق تتضمن كمية كبيرة من مادة "الأكريلاميد" التي تسبب السرطان.



## جنون وغرائب من أنحاء العالم



طرائف الكافيار

## أمثال شعبية

أول الدهر بكرة .

المعنى أن على المرء أن يضرب صفحا عن الماضي بما فيه، وأن يعتبر حاضره أول دهره ليشرع في عمله بهمة وأمل، وبروي في الأثر عن أمير المؤمنين عمر بن عبد العزيز رضي الله عنه دعاؤه: " اللهم اجعل ما أنا صائر إليه أهم إلي مما أنا مدير عنه

الكسل تفرح بالغوى .

الكسل أي المرأة الكسلانة، والغوى: السحب والغيوم الخفيفة، والمعنى: أنها ستعفى من أداء العمل المنوط بها نظراً لحدوث الغيم والسحب الخفيفة، الأمر الذي يفرحها. ويقال للذي يتخلى ويتصل عن أداء واجبه لادنى سبب.

الساعي في الخير كفاعله .

المرشد للخير كفاعله الخير في الثواب والأجر، قال تعالى: (فمن يعمل مثقال ذرة خيراً يره) .

اليوم بأخيك بكرة بيك .

وهو يوافق المثل: ما أمسى في جارك أصبح في دارك. والنشر ما يقاوم يستفحل ويتعدى .

الناس مع النواجذ والجن وحدهم .

يقال لمن انعزل عن الناس، وابتعد عن مخالطة مجموعة منهم .

الحرق بالثوب والثوب واحد .

لعل مصيبة أحدهم تصيب سائرهم .

الجمل ما يبيرش .

تقال لمن أبقى على طبعه السيئ ولم يتغير ولم يعتدل كما قال المثل: من ولد ليرحف لم يستطع أن يطير .

ما هو الشيء الذي كلما أخذت منه كبر وكلمما وضعت فيه صغر؟



حل العدد الماضي: الظل

## علمني البكاء

تعلمت عندما أبكي أبحث عن زاوية لا يراني فيها أحد وأبكي وأخرج عبرتي ثم أمسح دموعي وأبتسم وأن أحنز كثيرا عندما أقول وداعا لأنه ربما يكون وداعا لا لقاء بعده .



## إضاءة

## السلطات الكندية تمنع ارتداء النظارات الشمسية

وضعت السلطات الكندية في عاصمة مقاطعة البرتا، لافتات تتضمن مطالبة السكان بالتخلي عن نظارة الشمس والقبعة عند دخول البنوك أو محال المجوهرات أو الصيدليات، ويقول مسؤول في الشرطة أن 95٪ من الأشخاص الذين يسطون على بنوك يرتدون قبعات تخفي الوجه بشكل كبير، وكللت هذه التجربة بالنجاح في ولاية ميسوري الأمريكية التي تتبع تعليمات مشابهة. وتراجت في الولاية معدلات السطو على البنوك منذ بدء المشروع عام 2002 بمقدار 47٪.

## نوادير



## سيف أبي حية النميري

قال ابن قتيبة: حدث جابر لأبي حية النميري قال: كان لأبي حية سيف ليس بينه وبين الخنثية فرق، وكان يسميه لعاب المنية قال: فأشرفت عليه ليلة وقد انتضاه وهو واقف على باب بيت في داره وقد سمع حسا وهو يقول: أيها المغتر بنا والمجترئ علينا، بنس والله ما أخترت لنفسك خير قليل وسيف صقيل، لعاب المنية الذي سمعت به، مشهورة ضربته لا تخاف نبوته، أخرج بالعفو عنك لا أدخل بالعقوبة عليك؛ إني والله إن أدع قبسا تملأ الفضاء خيلا ورجلا، يا سبحان الله ما أكثرها وأطيبها، ثم فتح الباب فإذا كلب قد خرج، فقال: الحمد لله الذي مسحك كلبا وكفاني حربا.

## هذا اليوم في التاريخ

- 1939 ● الولايات المتحدة تعلن الحياد في الحرب في أوروبا.
- 1990 ● الغزو العراقي للكويت: صدام حسين يدعو السعوديين والمصريين إلى التمرد على قادتهما.
- 1994 ● مؤتمر للام المتحدة في القاهرة حول السكان والتنمية يثير جدلا كبيرا في المواضيع التي طرحها ومن بينها الاجهاض والحرية الجنسية.
- 2002 ● نجاة الرئيس الافغاني حميد كرزاي من محاولة اغتيال في قندهار.
- 2005 ● تحطم طائرة ركاب بوينغ 737-200 تابعة لشركة الطيران الاندونيسية ماندالا في شمال سومطرة. 150 قتيلا.



1951 ● الملك طلال يعتلي عرش الاردن.

1981 ● انور السادات يقبل البابا شنودة الثالث بعد اتهامه بتحريض الاقباط على "العصيان".

الحمل	الثور	الجوزاء	السرطان	الأسد	العذراء
3/21 إلى 4/19	4/20 إلى 5/20	5/21 إلى 6/21	6/22 إلى 7/22	7/23 إلى 8/22	8/23 إلى 9/22
تستعيد نشاطك وتوضح الأمور وتميل إلى اتخاذ قرار أو حسم مسألة عالقة كما تسهل عليك مواجهة الأمر الواقع سوف تتلقى المساعدة والدعم كما تبدو مساعيك ناجحة وتحصل على القرض أو التسهيلات المطلوبة كمر المحاوله، أنها بداية مرحلة جديدة.	حاذر من مشاكل وصدامات وصجر قد تتركك بعض النقاشات هذا الفوران العاطفي قد يدفعك إلى ارتكاب هفوات تندم عليها، أو يولد صراعا مع بعض المقربين، وحيرة بالنسبة إلى بعض المشاعر.	قد تحصل على سلفة أو دين مصرفي مهم أو تنطلق بمفاوضات وتخطط لاجتماعات وتناقش ميزانية جديدة مع المعنيين. أعلم أن الصلاتك هذه تجد ثمارها قريبا. أما إذا أردت البدء بمشروع، فافعل ذلك الآن وأبدا بالتخطيط لإستراتيجية جديدة.	تخوض تجارب دقيقة، وقد تتسرع بكلام وتلام عليه أو تستقيل من موقع أو تتجه نحو جديد أو تختار في خيارات متعددة، وتخضع لتأثيرات واعتبارات خارجية عن إرادتك. رغم هذا الجو تأثير وتناضل وتحدي الأقدار، مستعينا بجاذبيتك المميزة.	وظف جميع طاقاتك لتقوية المعنويات العاطفية والأسس والصالح المهنية يوم جيد لإقامة الاتصالات والسير والتوقيع تتحدث عن عقود عن تجدد وانقلابات في حياتك وذلك على الأصدعة الشخصية والمهني كما تعزز العلاقات العاطفية. تبدو سعيدا برفقة من تحب.	يدعوك الفلك إلى الهدوء وعدم إثارة المشاكل قد تلعب مخيلتك دورا سلبيًا في تعزيز الهواجس فتلقى الاتهامات جزافا وتضخم الأمور متطلبا أو متطرفا في مواقفك ما يدفع بعلاقتك إلى الخطر.
9/23 إلى 10/22	10/23 إلى 11/21	11/22 إلى 12/21	12/22 إلى 1/19	1/20 إلى 2/18	2/19 إلى 3/20
الميزان	العقرب	القوس	الجدي	الدلو	الحوت
عليك بالحذر الشديد يوم مريك يهدد بنتائج أزمة ماضية بدأت إياك أن تصطدم بالشرك أو تتسبب بمشكلة متفاقمة معه، عالج الأمور بالطرارة والروتينية بمسؤولية كبيرة لا تؤجل عملا وسارع إلى لتلطيف الأجواء تقاديا لتأزم الأوضاع ركز على أهدافك وأمالك.	قد تشعر بزيادة إضافية في الطاقة وفي الثقة بالذات، استخدم هذا الزخم الزائد في إنجاز المهام الصعبة بالبيت وحوله وأحرص على الاستئارة بصيحة الشركاء.	تطلع على معلومات جديدة ومهمة أو حقائق كانت غائبة عنك كذلك يلائم هذا اليوم البدء بعمل جديد أو البحث عن منزل أو مكان إقامة آخر أو السفر أو المغامرات البعيدة.	تشعر أنك سعيد وانك حاصل على ما تريد تشكر السماء في هذا اليوم المناسب لإعادة إحياء الاتصالات والمفاوضات، كما سيحالفك الحظ وتتلقى عرضا مغربا أو تزاد أرباحك لأسباب متعددة وطارئ.	يحمل إليك هذا اليوم تناقضات وحيرة وغربة عن محيطك تعيش يوما ساخنا وحذرا جدا يجعلك تتأرجح بين التخلي والواجبات انه من أسوأ أيام الشهر وربما تتعرض خلاله لمضايقات واتهامات وظلم.	تتحرك في كل الاتجاهات وتسوي أوضاعا شخصية تطرا تسابق الزمن وتتسرع الخطى تقاديا لأية أزمة وتفرح لوقوف صديق أو قريب إلى جانبك حسن صورتك ولا تنق وحيدا، تحمل هذه الفترة أوقات مشوقة من الأجواء السحرية واللقاءات المهمة والمفاجآت السعيدة أو نظرة مختلفة إلى المستقبل وارتباطا رسميا فيكون القلب في عيد متناغما دافئا.

## مخلك اليوم

كذب المنجمون ولو صدقوا