

قصة (المنعطف)

روي انه كان في إحدى الطرق في البرية "منعطف" حاد أو "لفة" تكثر فيه أو فيها الحوادث، خاصة خروج السيارات عن الطريق بسبب السرعة والغفلة والزواوية الحادة في الانعطاف.

وذات يوم صادف وجود رجل "ذكي" درس هذه الظاهرة وانقذت في ذهنه فكرة!!

ماذا لو أسست ورشة لتصليح السيارات!! ونفذ فكرته وخلال أيام تكسدت في ورشته السيارات العاطلة من جراء الحوادث، ولكن الناس من الجرحى يلزمهم مستشفى! والآخرين يحتاجون مطعماً!

و"قادة" السيارات وسائقوها يبحثون عن "مقهى" لا ترشاه فجاجين القهوة والشاي وقد يضطر البعض للمبيت، وعندما يكون بناء "فندق" في هذه "اللفة" الخطيرة أمراً "حياتياً".

وخلال مدة قصيرة في عمر الزمن ظهرت مدينة عجيبة.. كانت تنمو نمواً سريعاً. سكانها جميعاً ينظرون إلى "اللفة" نظرة فيها امتنان وقداسة واحترام.. يقول البعض: إنها منجم ذهب، ويقول الآخر بل بئر نفطي متدفق!

ويقول ثالث: كلاهما ذهب ولكن هذه المدينة تحتاج الآن إلى بلدية وإلى رئيس بلدية!!

الراوي لم يذكر كيف جاء رئيس بلدية "مدينة اللفة"، لكنه اختتم "روايته" بما يلي:

ذات يوم جاء موفد من قبل الحكومة وطرح فكرة تعديل "اللفة" لأنها خطر في طريق المسافرين والمهاجرين!! فما الذي حدث؟!

الذي حدث هو خروج مظاهرات صاحبة تندد بهذه "الفكرة" الخطيرة لأنها تقضي على مستقبل "المدينة" وتعرض "مؤسساتها" للخطر والبوار!

انه من المؤكد أن في طريق كل فرد أو مجتمع منعطف أو "لفة" ومن الضروري الانتباه إليها في الوقت المناسب قبل أن تظهر أو تستفحل حولها تكوينات وحينئذ لا يمكن إصلاح الوضع من دون ثمن.. ولعله سيكون ثمننا باهظاً جداً.



أيس كريم) يحمي الجهاز الهضمي



لا واشطن / مناجبات:
طور باحثون أمريكيون أيس كريم جديدا يوفر الحماية للجهاز الهضمي، وذلك عن طريق إضافة عدد من المواد الغذائية إليه.

وأشار باحثون من جامعة ميسوري الأمريكية إلى أن إضافة الألياف ومضادات الأكسدة وبكتيريا "البروبيوتيكس" التي تتواجد في بعض منتجات الألبان إلى الأيس كريم يمكن أن تحمي الجهاز الهضمي من الإصابة بالأمراض.

ويواجه الباحثون تحديات في تحقيق هذا الهدف يتمثل أبرزها في المحافظة على قوام ومدق مناسبين للأيس كريم، إذ إن أغلب المواد الغذائية السالفة الذكر ذات مذاق مر، ويتوجب إخفاؤها للجوهر إلى المنكهات القوية الطعم مثل الشوكولاتة، بالإضافة إلى ضرورة تحقيق عامل القبول النفسي لدى المستهلكين والذين قد يكونون مستائين من العيب بصنف غذائي يتمتعون في العادة بتناوله.

قشر البطيخ يعالج خمسة أمراض

دون توقف.
أما مرضى التهاب الكلى فتصنعهم الدراسة بتقطيع قشر البطيخ قطعاً صغيرة جداً ووضعها في الماء وتقليبها على النار حتى تتحول إلى عينة تحفظ في وعاء زجاجي محكم الإغلاق ويتناول منه المريض ملعقة واحدة على الريق لمدة لا تقل عن ثلاثة أسابيع.

وبالنسبة لمرضى الاحتباس البولي والاستسقاء والامساك فعليهم تقطيع قشر البطيخ قطعاً صغيرة ووضعها في الماء مع إضافة شرائح رفيقة من البندورة أو بياض بيضة واحدة بعد فصله عن الصفار وأثناء ذلك يتم تقليبها على النار مدة خمس دقائق ثم يشرب بارداً يومياً لمدة خمسة أسابيع.

أكدت دراسة صينية أن قشر البطيخ يتسم بفعالية كبيرة في علاج خمسة أمراض هي ارتفاع ضغط الدم المزمن والتهاب الكلى واحتباس البول والاستسقاء والامساك المزمن. وأشارت الدراسة التي أعدها معهد الطب الحيوي، إلى أنه تم استخلاص النتيجة بعد أبحاث وتجارب أجريت على مدار ثلاثة أعوام وشملت نحو تسعة ملايين مريض من الملقطعات الصينية الأسيدي والثلاثين. وتنصح الدراسة مرضى ارتفاع ضغط الدم بتجفيف قشر البطيخ ثم طحنه حتى يتحول إلى مسحوق يؤخذ منه عشرين جراماً ويقلب جيداً في الماء حتى يصل إلى درجة الغليان ثم يחסيه المريض يومياً لمدة لا تقل عن شهر.



واحدة بواحدة



لا تشككي لي أبكي لك
أي أن ما تشكوه من المحن هو عندي أتجرع منه يومياً .

لا تقل للجمال دور وعينه أكبر من عينك
تقال للراشد الذي يكبر وهو يتجاهل الأعراف ووقع في مأس .

لا تصيح وجنك ضاحكة
يقصد بالمثل ألا تتكلم بجانب من يراقبك وينقل حديثك .

لو فيه خير ما رماه الطير
يقال هذا المثل في الشيء غير المرغوب فيه .

من جهل شيء عاداه
بمعنى استنكره .
ما الفخر إلا لأهل العلم إنهم على الهدى لمن استهدى أدلاء .

مال الحارمين للظالمين
يقال في من كسب الحرام وأصابته مصائب قضت عليه ، أو لمن حرم نفسه من حقه .

من تباهت بنفسها ماتت نفاس
المعنى أن الغرور أقصر الطرق إلى الفشل .

ما هو في الدست تطلعه المعلقة
الدست هو القدر ، والمعنى أن ما وجد لابد أن يظهر ويصل إلى الناس .

التكافل ومساعدة الفقراء

علموني أنني ابن شعب متكافل مترحم رسولنا أوصانا بالجار حتى ظنوا أنه سيورثه .. وأننا شعب غني نتبرع لكل فقراء العالم .

اكتشفت أن من بيننا عائلة مع 7 أطفال يعيشون مشتتين بالشوارع في سيارة لعدم تمكنهم من استئجار غرفة تؤويهم.



مسابقة إسبانية لاختيار البطل القومي في نوم القيلولة

تجرى مسابقة في مدريد لاختيار البطل القومي في نوم القيلولة يتم فيها توزيع أفضل نائم في إسبانيا، وتحسب نقاط المشاركين في المسابقة والذين يزيد عددهم على 360 متسابقاً من خلال أربعة أشكال للتقييم هي طول فترة النوم وأفضل وضع للنوم وأكثر ملابس القيلولة لفتاً للأنظار وأعلى شخص.

وتجرى مسابقة النوم في مدخل أحد مراكز التسوق الكبيرة وهو ما يمثل عبئاً ثقيلاً على المتسابقين في ظل الضوضاء الكثيرة والصخب جراء كثرة العارة والفضوليين حيث على المتسابق أن يلزم الهدوء وألا يستسلم لهذه الضوضاء.

نوادر

الأعشى عند كسرى
سمع كسرى الأعشى يتغنى بهذا البيت :
أرقت وما هذا السهاد المؤرق وما بي من سقم ولا بي تعشق
فقال كسرى : ما يقول هذا العربي ؟
قالوا يتغنى .
قال : بماذا ؟
قالوا : زعم أنه سهر من غير مرض ولا عشق
قال : إذا فهو لص .

أشتريه

حزر فزر
بمالي ولا أدخله دارني ؟
حل العدد الماضي : السيارة

هذا اليوم في التاريخ

١٩٧٣ - استئناف العلاقات الدبلوماسية المقطوعة منذ ١٩٦٧ بين مصر والولايات المتحدة.

١٩٩١ - قمة حلب شمالي الأطلنسي تعمر استراتيجياً جديدة تجعل الهدف سياسياً أكثر منه عسكرياً.

٢٠٠٢ - سكان جبل طارق يرفضون في استفتاء تقاسم السيادة على هذه المنطقة بين إسبانيا وبريطانيا.

٢٠٠٣ - أزمة العراق الحكومية التركية تنطفي عن عشرونها نظراً لغوات في العراق.

٢٠٠٤ - رئيس الوزراء العراقي اياد علاوي يعلن حال الطوارئ لمدة ستين يوماً في جميع مناطق العراق باستثناء كردستان تمهيداً لإجراء الانتخابات المقررة في يناير ٢٠٠٥.

٧ - وفاة فرانكلين روزفلت لولاية رئاسية رابعة للمرة الأولى في الولايات المتحدة.

١٩٤٤ - رئيس الحكومة زين العابدين بن علي يقضي الرئيس الحبيب بورقيبة في تونس.

١٩٨٧ - رئيس الحكومة زين العابدين بن علي يقضي الرئيس الحبيب بورقيبة في تونس.

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
حضورك الذهني وقدرتك على التكيف مع شتى المستجدات. تبدو مذهلة تسمح لك بالخروج من بعض الظروف الصعبة بمهارة. تحاصر المشاكل وتدعمك كواكب مجتمعة في برج صديق العزب، لكي تخفف من الصعوبات وتجعلك تدرك ما تريد .	دافع عن حقوقك ومكتسباتك ولا تعتقد أنك ملكت كل شيء وحققته الأهداف بدون تراجع فقد تضطر إلى الدفاع عن موقعك ومضاعفة الجهود للمحافظة عليها قد يداهمك المحتالون والسارقون وتقع ضحية عملية غش، إذ لم تكن حذراً.	يجب أن تكف عن التشبث بالرأي وان تناقش المواضيع الشائكة، بدون عداية. كن أكثر انفتاحاً على الآراء الجديدة ووجهات النظر المختلفة، كي تنهي اليوم بصورة مرحة وأكثر إيجابية، حتى يبادلك المحيط العائلي المودة ولكي تجد نفسك أكثر اطمئناناً وسط المحبين.	الكواكب مجتمعة تسهل أمامك الطريق، حتى ولو واجهتك مشاكل مالية أو مستحققات، فقد تجد الوسائل الجيدة للتعامل معها وتهديك سلامها شرط أن تلتزم بالقوانين وأن تتعامل باستقامة مع شتى الأمور المالية التي تبدو مسيطرة على اهتماماتك.	قد تشعر بالإرتباك، تمالك أعصابك وقدم أفضل ما لديك، ولا تلق اللوم على احد ولا تتذمر المسؤوليات ضاغطة وقد تقلق بشأن احد الوالدين أو ارتباط مهم، ابحث عن تحالفات قوية لا تبقى وحيداً باستماعك تحسين رصيدك الشعبي بين الأصحاب والزلاء وتحلى برحابة صدر كبيرة حتى تستوعب آراء الآخرين.	إياك أن تضخم الأمور ولا تحمل أهدأ الذنوب. كن شجاعاً وعالج الموضوع بهدوء. اتبع نصائح الفلك ولا تهمل صحتك، كما عليك تجنب إثارة المشاكل أو الذهاب في مغامرة خلال هذا اليوم تكون عواقبها وخيمة.
الميزان	العقرب	القوس	الجدي	الدلو	الحوت
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
تضطر أكثر من مرة اليوم إلى إجابة بعض المواضيع الشخصية بالاهتمام، ومعالجة الإزمات المتلاحقة وحماية حياتك العاطفية. حذر من عداية وإثارة غيرة والتصرف بخفة، لأن أي خطأ قد يوصلك إلى قطعة من أزيمة كبيرة في حياتك العاطفية.	تحدث الفلك عن تغييرات جذرية وانتقال إلى جديد وفترة مشوقة على الصعيد الاجتماعي يخفف وهجها قليلاً لكنها لا تتوقف عن إسعادك تعرف رابطاً عاطفياً مهما سواء تعلق الأمر بحب جديد أو بصداقة تنمو وسط تفاهم ومشاركة في الآراء والمعتقدات، أو تواطؤ فكري مع شخص تعجب به.	تعك السماء بانفراج وحظ أفضل كذلك يحمل إليك هذا اليوم في عجبته تطوراً على الصعيد الاجتماعي حيث تخضع لامتحان شخصي بعدد ربما نسبة شعبيتك أو استحقاقك لترؤس مجموعة ما.	من الأفضل ألا تقتحم هذا اليوم ومن الحكمة أن تكون محايداً حافظ على برودة أعصابك عند مناقشة المواضيع الحساسة والتي تتطلب دقة وتركيزاً كاملين. قد يكون الجو متشنجاً ويتوجب عليك الاعتراف بالأمر كي تعالج المستجدات بروية معتمدة.	التأثيرات الفلكية الضاغطة تسبب لك الإرهاق والتوتر الأمر الذي يجعل طباعك عداية جداً وتصبح سريع الغضب والانفعال كما تميل إلى السخرية والمباهاة بالنفس قد تتعرض لاستفزازات تثير نغمتك وما عليك سوى التحلي بالأصابع الباردة والبال الطويل.	لن تواجه في هذا اليوم منافساً قوياً ولن تتعثر مساعيك الدؤوبة. لذلك ثابر ولا تتوقف طويلاً عند المطبات. افتح قلبك أحياناً وعينيك أحياناً أخرى. كن ذكياً واطلب المساعدة قبل تازم الأمور. لا اعتقد أن الحظ سيخذلك هذه المرة، وقد يكون من المستحسن اللجوء إلى المرونة وتنشيط الحياة الاجتماعية.

حظك اليوم

كتبه الدكتور
وانوارها