

## البكاء يخلص النساء من الضغوط العصبية

14 أكتوبر / مآجيات :

توصلت دراسة طبية حديثة إلى أن الدموع تعتبر سر ارتفاع أعمار النساء عن الرجال، فهذه الدموع ليست رمزا للحزن ولا الفرح لكنها ظاهرة صحية لأنها تساعد على خروج الطاقة المكبوتة فتقلل الضغوط العصبية ومن ثم يطول العمر، وبالتالي فالنساء أوفر حظا.

كما يؤكد علماء الطب النفسي أن البكاء ينقذ امرأة العصر الحديث من الضغط العصبي الذي تعانیه وهي تواجه مشاكل الحياة اليومية بعد خروجها للعمل، ويرى أطباء العيون أن الدموع تغسل العيون وتفرغ الشحنات السامة التي تحدثها التوترات العصبية والعاطفية والانفعالات المتعددة التي تمر بها بصفة دائمة، فالدموع تحتوي على نسبة من السموم تخرج من الجسم عن طريق البكاء ما يؤدي إلى خلو الجسم منها.

وأشار آرثر فرونك العالم الأمريكي إلى أن حبس الدموع يعني التسمم البطيء، وذلك لأن الدموع تخرج المواد السامة

من الجسم، وبما أن المرأة لها استعداد فطري للبكاء أكثر من الرجل فإنها تعيش عمرا أطول منه بعد أن تتخلص من نسبة السموم التي تخرج عن طريق البكاء، لذلك ينصح العالم الأمريكي المرأة ألا تحاول كبت دموعها ولا تؤجل البكاء عند مواجهة أي مشكلة تواجهها.

كما أوضح الدكتور احمد عبد الهادي اختصاصي طب العيون أن الدموع عبارة عن محلول فسيولوجي كغسول للعين يغسلها ويرطبها في نفس الوقت وهي تتساوى في إفرازها عند البنات والولد حتى سن 12 سنة أي بداية البلوغ وبعدها تبدأ أعراض الأنوثة والرجولة تظهر على الجنسين فتتغير النسبة.

وأضاف عبد الهادي أن النساء يبكين بمعدل أربعة أضعاف الرجال وهو ليس دليلا على أنهن عاطفيات وذوات مشاعر حساسة، ولكن بسبب ارتفاع هرمون اللينين أو كما نسميه هرمون «البرولاكتين» الذي يزيد من إفراز السائل الدمعي لديهن.



## أسنانك

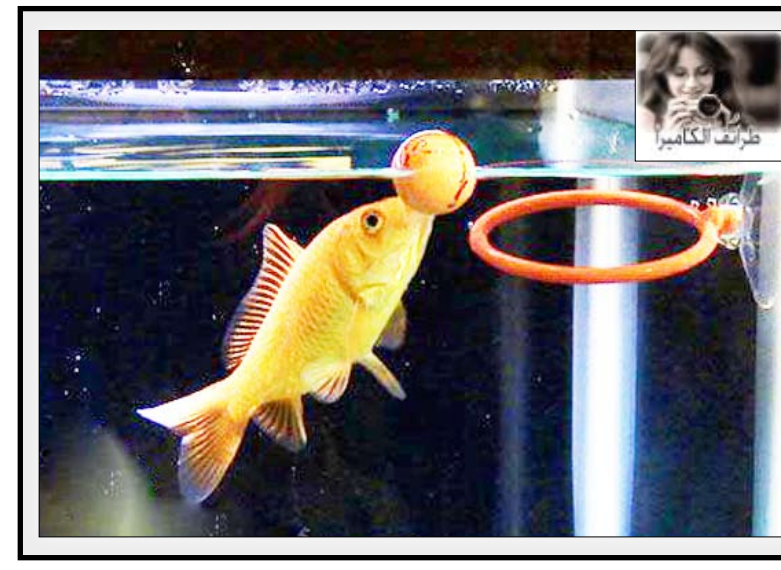
## تضيء غرقتك!

قد تغار عندما تسمع صديقك يمدح شخصاً غيرك ويقول له « يا أبو ضحكة منورة » ، ولكن لا تغضب فبإمكانك أن تحصل على ضحكة مضيئة بل ودائمة من خلال التكنولوجيا اليابانية الماكرة التي ستجعلك تخطف الأنظار بإبتسامتك الساحرة.

ووفقاً لصحيفة «دايلي ميل» البريطانية فقد نجح اليابانيون في اختراع وسيلة تضيء الفم والأسنان، فبمجرد أن تفتح فمك لتضحك أو تبتسم ينطلق ضوء شديد وقوى لدرجة يمكن معها إنارة غرفة مظلمة.

ليس هذا فحسب فمع الاختراع الجديد يمكنك أن تتحكم في لون الضوء الخارج من فمك سواء أحمر أو أخضر أو أصفر وهكذا، بالإضافة إلى خاصية الومضات الشهيرة التي تستخدم في زينة أعياد الميلاد.

ويتكون الاختراع الجديد من جهاز تحكم صغير لاسلكي مع وصلة مرتبطة بالفم للتشغيل، وتعتمد التقنية الجديدة على خاصية الـ «LED» فكل ما عليك هو أن تضغط على الزر لتبدأ بانوارا الألوان في فمك.

أذكي  
سمكة  
على الكرة  
الأرضيةأمثال  
شعبية

الباطل معه رجال والحق معه رجال .

الخير والبشر يتصارعان إلى يوم القيامة ، وقد قيل : دولة الباطل ساعة ودولة الحق إلى قيام الساعة .

اللي ما تعرفش أصله يدلك فعله .

فعل الإنسان يدل على أصله .

الأهل في الغربة وطن .

أي أن وجود أهلك معك ينسبك الغربة .

الصديق يجيء على الأكل .

يقال حين يحل أحد على قوم يجلسون إلى مائدة الطعام مصادفة وهي دعوة منهم له ليشاركهم طعامهم مشوبة بحسن الظن والثناء والمجاملة .

البعد جفاء .

يقال عن شخص ألقته سابقا ثم ابتعد عنك طويلا .

الناس بأوب وهو بأوب .

يقال في من يخوض في موضوع بعيد عن موضوع تداول الناس .

الناس داء الناس .

يقال حين تتفشى الفتن والقيل والقال بين الناس .

## حزر فزر

أشتره بمالي  
ولا أدخله داري؟

حل العدد الماضي : مرة واحدة لأنه بعدها يصبح 45 وليس 50

## حضور الجنازات «إلكترونيا»

كشفت صحيفة « نيويورك تايمز » الأمريكية أن ظاهرة حضور الجنازات «إلكترونيا» أصبحت دراجة بشكل واسع في أماكن مختلفة في العالم، فحضور جنازات المشاهير على شاشات التلفزيون كان أمرا اعتياديا قبل سنوات، غير أن بإمكان من يشاء اليوم حضور جنازات أقربهم وأصدقائهم عبر خدمة البث المباشر على الإنترنت ، فقد قامت العديد من شركات تطوير برامج الكمبيوتر بإطلاق تطبيقات تساعد أهل المتوفى على عرض جنازتهم أمام أولئك الذين لم يتمكنوا من حضورها، وحظي هذا النوع من التطبيقات بالكثير من الاهتمام خصوصا في فصل الشتاء، أي عند إغلاق الطرقات بسبب تراكم الثلوج، فيلجأ البعض إلى جهاز الكمبيوتر لتتبع الخطوات اللازمة لمشاهدة مراسم الجنازة.

## نوادير



## أين نجد هذه؟

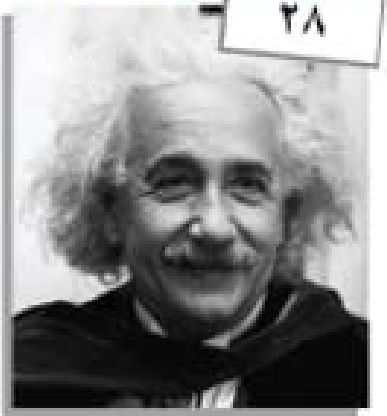
سئل أحد الفلاسفة: كيف تختار امرأتك فأجاب: لا أريدها جميلة، فيقطع فيها غيري. ولا قبيحة، فتشتمن منها نفسي. ولا طويلة، فأرفع لها هامتي. ولا قصيرة، فأطاطن لها رأسي. ولا سمينية، فتسد علي منافذ التنسيم. ولا هزيلة، فأحسبها خيالي. ولا بيضاء مثل الشمع. ولا سوداء مثل الشبغ. ولا جاهلة فلا تفهمني. ولا متعلمة فتجادلني. ولا غنية فتقول هذا مالي. ولا فقيرة فيشقي من بعدها ولدي.

## الحياة فرص !

يقال أن الحظ يصيب من يتعرض له! كمسلمين، نعلم أن المسألة مسألة توفيق.. وهل يوفق إلا من عقد العزم وتحرك؟  
تأتيك الفرصة، وتحس في أعماقك أنها لك..  
ثم يبدأ عقلك في التفكير.. وتتردد.. وتحلل.. وتقول كيف وماذا..  
حينما تأتيك فرصة، قد لا تتكرر مرة أخرى..  
استغلها وتوكل على الله.. وإلا فأنك قد تندم انك خسرتها دون محاولة..



يناير	هذا اليوم في التاريخ
١٩١٢	تعيين الشيخ صباح الاحمد الصباح وزيرا للخارجية في الكويت.
١٩٥٦	ظهور القيس بريسلي على التلفزيون للمرة الاولى.
١٩٨٦	انفجار المركبة الفضائية الاميركية تشالنجر عند اطلاقها.
١٩٩١	حرب الخليج: صدام حسين يهدد في مقابلة مع شبكة سي ان ان بتزويد صواريخ سكود بيشحنات نووية وكيميائية وبيولوجية .
١٩٩٢	اتفاق اول مفاوضات متعددة الاطراف في اطار عملية السلام بين العرب واسرائيل في موسكو.
٢٠٠٣	الرئيس الاميركي جورج بوش يؤكد انه مستعد لمهاجمة العراق بدون تفويض من الكونغرس.



رئيس الوزراء الاسرائيلي ايهور باراك يقرر وقف المفاوضات مع الفلسطينيين تمهيدا للانتخابات التي رجحت الاستطلاعات تقدم المبعوث فيها

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
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
كن متأنيا في ما تقول وتفعل ولا تستعجل شيئا راجع عقودك وأنتبه للمفاوضات والتفاصيل كذلك تعيش اهتزازا على صعيد العلاقات مع المسؤولين والسلطات إذا كنت تتعاطى الشأن العام.	لا تحسم أمرا، من الأفضل أن تأخذ حذرك. تواجه عرقلة ومعارضة ، لا تلق اللوم على أحبائك ولا تتسرع بالانفعال. تجاوب مع المستجدات واهتم بشؤونك.	حافظ على تفائلك وثقتك فقد تعيش شكوكاً وهواجس في هذه الأثناء، فتعيد حساباتك وقد تغير اتجاهاتك. ربما تقدم على تغيير سريع في إستراتيجيتك وتحفظ عن تمويل مشروع.	تتصرف بجرأة وتشرق بجاذبية وتوسع جهادا لتقديم الأفضل وسوف يلاحظ الكثيرون هذا الاجتهاد الذي لن يضع سدى. تتمتع بالباط الذي سيدعمك ففسير خطوة إلى الامام وتنفذ رغباتك.	يتطلب منك اليوم هدوءاً وتروياً بعيداً عن التحديات العقيمة. قد تطرا أحداث خارجية تفاجئك وتسد أمامك الطريق. تشعر بالإحباط. كن مرنا ودبلوماسيا ولا تقع ضحية الجدل. طبايع متقلبة والغضب يتسبب لك بالمتاعب.	طبايع متقلبة وكلامك جارح قد تستاء من تصرف أحد أفراد العائلة، وقد تحزنك بعض التطورات فحاول إلا تتوقف عند هكذا لحظات لمدة طويلة لا تؤزم الوضع بل عالجه بهدوء بدون مواجهات ولا تسمح لأحد أن يستفزك.

## حظك اليوم

كلمة اليوم