

حياتنا في هذه القصة

في يوم من الأيام كان هناك رجل مسافر في رحلة مع زوجته وأولاده، وفي الطريق قابل شخصا واقفا على الطريق فسأله من أنت؟

قال: أنا المال
فسأل الرجل زوجته وأولاده، هل ندعه يركب معنا؟ فقالوا جميعا: نعم بالطبع فبالمال يمكننا أن نفعل أي شيء وأن نمتلك أي شيء نريده.

فركب معهم المال، وسارت السيارة حتى قابل شخصا آخر. فسأله الأب: من أنت؟

فقال: أنا السلطة والمنصب.

فسأل الأب زوجته وأولاده، هل ندعه يركب معنا؟ فأجابوا جميعا بصوت واحد: نعم بالطبع، فبالسلطة والمنصب نستطيع أن نفعل أي شيء، وأن نمتلك أي شيء نريده، فركب معهم السلطة والمنصب وسارت السيارة تكمل رحلتها وهكذا قابل أشخاص كثيرين بكل شهوات وملذات ومتع الدنيا حتى قابلوا شخصا فسأله الأب: من أنت؟

قال: أنا الدين.

فقال الأب والزوجة والأولاد في صوت واحد: ليس هذا وقتك، نحن نريد الدنيا ومتاعها والدين سيحرمنا منها وسيقيدنا سنتعب في الالتزام بتعاليمه وحلال وحرام وصلاة وحجاب وصيام، وسيشقى ذلك علينا، ولكن من الممكن أن نرجع إليك بعد أن نستمتع بالدنيا وما فيها، فتركوه وسارت السيارة تكمل رحلتها.

وفجأة وجدوا على الطريق نقطة تفتيش وكلمة قف ووجدوا رجلا يشير للأب إن ينزل ويترك السيارة.

فقال الرجل للأب: انتهت الرحلة بالنسبة لك وعليك أن تنزل وتذهب معي فوجم الأب في ذهول ولم ينطق.

فقال له الرجل: أنا افتش عن الدين.. هل معك الدين؟

فقال الأب: لا لقد تركته على بعد مسافة قليلة فدعني أرجع وأتي به.

فقال له الرجل: إنك لا تستطيع فعل هذا فالرحلة انتهت والرجوع مستحيل. فقال الأب: ولكنني معي في السيارة

المال والسلطة والمنصب والزوجة والأولاد، و... و... و... فقاطعه الرجل: إنهم لن يغفوا عنك من الله شيئا وستترك كل هذا وما كان لينفكك إلا الدين الذي تركته في الطريق.

فسأله الأب: من أنت؟

قال الرجل: أنا الموت الذي كنت غافلاً عنه ولم تعمل حسابك.

ونظر الأب للسيارة فوجد زوجته تقود السيارة بدلا منه وبدأت السيارة تتحرك لتكمل رحلتها وفيها الأولاد والمال والسلطة ولم ينزل معه أحد.

كيف تسيطر على مرض السكر؟



إبقاء جلوكوز دمك في مستوى قريب من المستويات الطبيعية قدر الإمكان يمكن أن يساعد على منع تعقيدات مرض السكر. لكن كيف تبدأ؟ تقدم جمعية مرض السكر الأمريكية هذه الاقتراحات:

* قم بالتغيرات بشكل تدريجي، بدلا من محاولة القيام بكل شيء فوراً. ابدأ بتغيير شيء واحد، مثلاً فحص نسبة السكر في الدم بشكل منتظم.

* الق نظرة صادقة على كيفية تعاملك مع مرض السكر، هل تنكر مرضك، هل تحاول التعايش مع المرض بإيجابية؟ تعامل مع الحالات النفسية المرافقة لأي مرض مثل الغضب أو الكآبة.

* كن واقفياً حول ما يمكن أن تنجزه، وتفهم أنك لا تستطيع امتلاك سكر الدم المثالي دائماً. مع التمرين، يمكنك أن تتعلم إدارة جرعات الأنسولين الصحيحة للحالات المختلفة.

* إذا أصبحت متطلبات المرض أكثر من قدرتك، اسمح لنفسك بأخذ استراحة صغيرة من الروتين الجديد، ثم أبدأ ثانية بأسرع ما يمكن.

الحلبة تعزز خصوبة الرجال



توصلت دراسة بجامعة (Queensland) إلى أن مستخلص الحلبة يعزز الصحة الإنجابية لدى الرجال ويساعد في الحفاظ على مستويات التستوستيرون الطبيعية.

وأشار الباحثون إلى تحسن جودة الصحة الإنجابية بنسبة (63-81%) للرجال الذين شملتهم الدراسة، ولاحظوا أيضاً أن مستخلص الحلبة يحسن الطاقة العامة بنسبة 82% ويحسن الشعور بالسعادة بنسبة 56%، ويمكن أن يساعد للحفاظ على مستويات هرمون التستوستيرون الطبيعية الصحية.

يوم (الطفش) بالماء في الأورجواي



تيريس الكامير

أمثال شعبية



احسب مالك وما عليك ووفى الدين اللي عليك.

أشبر وقيس قبل الغطيس.

اشتر العقار من وارث ملاقيه ولا تشتريه من مالك بانيه.

البضاعة البائرة تقول للتاجر استيني حتى يجي أعمى قلب يشتريني.

الحساب في الدفتر يجمع.

الفرص اكتساب تمر مر السحاب.

الهتك القائد عن لقط الحماض.

اللي يتاجر بمال غيره يفلس.

اللي يقول للجزار راعيني يقول له دكاني إيجاره كاويني.

بياع الحنا يفرح بكثرة الأعراس.

ترك التجارة تجارة.

تجرع الفصص حتى تنول الفرض.

جيت أتاجر في الكتان ماتت النسوان.

حسن السوق ولا حسن البضاعة.

قال له لا تبع رخيص قال له لا توصي حريم.

كل شيء بالنخمين إلا العقار بالثمين.

من باع بارك ومن اشترى استبارك.

جدة تتجرب حفيدها

أصبحت امرأة في 57 من العمر أكبر أم بديلة في بريطانيا بعدما أنجبت حفيدها إثر عملية تلقيح اصطناعي لبويضة ابنتها من زوجها. وأفادت صحيفة «ديلي تلغراف» البريطانية أن بامبلا باتليف من بلاكوود جنوب مقاطعة ويلز البريطانية أنجبت الطفل «جوزيف» بعد 4 محاولات تلقيح اصطناعي. وأضافت أن الأطباء لقحوا بويضات ابنتها نيكولا باجيت بمني زوجها ماثيو، وزرعوها داخل رحم الجدة. وقالت باتلر «كانت هذه أهم هدية يمكنني أن أقدمها إليها، ومن الرائع أن أراها أما الآن، وكان الأطباء مذهلين وطمانونا كثيراً ولحسن الحظ كان الحمل سهلاً وكانت اللحظة التي حملت فيها نيكولا ابنتها للمرة الأولى رائعة».

وقالت متحدثة باسم جمعية الأمهات البدليات في بريطانيا «لا نعلم بأي امرأة في عمر مماثل سبق وأن كانت أما بديلة».



فليمشط لحيته إلى الأسفل

أتى الحجاج بن يوسف الثقفي بصندوق مقل كان قد غنمه من كسرى. فأمر بالقل أن يكسر فكسر فإذا به صندوق آخر مغلق فقال الحجاج لمن في مجلسه: من يشتري مني هذا الصندوق بما فيه ولا أدري ما فيه؟ فتقدم عدد من الحاضرين في مزايده على الصندوق الذي رسا على أحدهم بمبلغ خمسة آلاف دينار وتقدم المشتري ليفتح الصندوق ويسعد بما فيه وإذا به رقعة مكتوب عليها (من أراد أن تطول لحيته فليمشطها إلى أسفل)!

طر فز



تري كل شيء، ومع ذلك ليست لها عيون ما هي؟ حل العدد الماضي: الظل

لحظة من أعطاك الحق..؟

هو صديق طفولتك ورفيق عمرك .. كاتم أسرارك وناصرك الأمين .. تستمع له طالما جاءت كلماته على هواك .. وحين يخالفك تنقلب عليه و تقول له في غرور من أعطاك الحق!



هذا اليوم في التاريخ



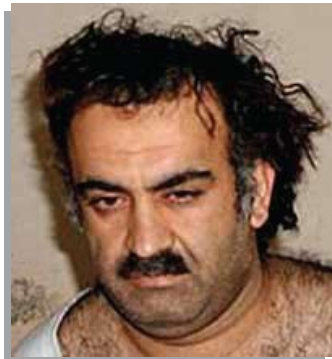
مارس 1



وفاة الشاعر والسياسي الإيطالي غابرييلي دانونزيو.

2003

اعتقال خالد الشيخ الذي يشتهه بأنه مدير اعتداءات الحادي عشر من ايلول/سبتمبر 2001 في الولايات المتحدة



- 1907 • مرسوم ملكي يلغي الزواج المدني في اسبانيا.
- 1960 • زلزال يدمر مدينة اغادير في المغرب: عشرة آلاف قتيل.
- 1992 • السعودية تدخل اول اصلاح في نظامها السياسي منذ 1932 باقامة مجلس للشورى واصدار "قانون اساسي" للمملكة.
- 1992 • استفتاء في مونتينيغرو يقرر بقاءها في الاتحاد اليوغوسلافي.
- 1993 • حرب البوسنة: الجيش الاميركي يبدأ بالقاء مواد غذائية وادوية من الطائرات لمساعدة سكان شرق البوسنة.

AFP

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
تكبر مسؤولياتك في هذا اليوم الدقيق لا تشتت أفكارك تخوض تجربة مهمة تمتحن قدراتك، ولا تعرض علاقتك للخطر اطلب النصيحة والدعم، حاذر من مواجهة عاطفية أو زوجية قد تنشأ مشكلة شراكة أيضا ويصعب عليك التفاهم مع الجو السائد.	تبتسم لك الأقدار وتشعر بأن شيئاً ما يتغير في حياتك نحو الأفضل، تنظر للأمور من منظور إيجابي ومختلف تميل إلى تحديد الموقع تناقش بجرأة وعزيمة وتعتمد على المنطق والبراهين وهذا الأسلوب الجديد يمنحك ثقة الآخرين ويطلق العنان لإرادتك الحرة.	يشير اليوم إلى ضرورة تصحيح بعض الحسابات الخاطئة. ربما عليك أن تسدد ديوناً أو تدفع رسوماً أو تحدد برنامجاً مالياً ما في هذا الوقت. فلا تتأخر. لا تتذمر ولا تقبل أي عرض قبل أن تدرسه جيداً.	استرح ولا تستعجل أمراً لا تصاب بخيبة أمل، تجنب الجدال وإثارة الخلافات. تتلقى جواباً أو تحصل على تأكيد أو دعم باذر ولا تتفق ساكناً انه يوم مهم جداً. ابتعد عن المغامرة كلياً طباعك متقلبة تأثير العداوية والنفور.	يوم متطلب لا يحمل أي تطور لا تقم نفسك في مجالات دقيقة كن هادئاً وموضوعياً في تنظيم الأمور لا تؤجل ولا تماطل ولا تستخف أو تهمل أي موضوع. تسلط الأضواء على جميع تصرفاتك لكنك تتفقد إلى سرعة الخاطر والحيوية.	تتهيأ أياماً من الصراعات أو مراوحة المكان. تعزز حياتك الشخصية أيضاً فتخرج إلى الضوء مليئاً بالثقة. إنه يوم مميز تشير عليك بافتتاح شيء جديد، إذ أن الهموم ستختفي رويدا رويدا.
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
حاذر القطيعة والخلافات الحادة انه يوم سلبي وممتحن جداً قد تعلق خلاله بسبب وعكة صحية أو وضع عائلي صعب، تكثر المسؤوليات وتشتد. اطلب النصيحة والمساعدة لا تهمل الواجبات كما يجب عليك التأقلم مع كثافة الضغوط.	نهاية شهر واعد تسطر فيه نجاحا أكيدا كذلك قد تتسلط الأضواء على أوضاعك العائلية والمنزلية تعرف حركة كبيرة في هذا المجال وربما لقاءات مع من تحب أو قد تحدث تغييرات في مكان إقامتك.	عليك تقديم الدعم والاستشارة لأحبائك عندما يطلبونها منك. قدم لهم كل ما بوسعك ولا تظهر كشخص متعال. حاول أن تتحلى بالكرم والعطاء. إن هذا اليوم ناجح فقم بأعمال خيرة تترك صداها عند الكثير من الناس فتكون محط الانتظار.	يحملك هذا اليوم على الانفتاح وعلى التواصل مع الآخرين وعلى القيام بواجبات اجتماعية ومهنية تنجح في طرح موضوع حساس وتقدم عملاً مهماً إذا عالجت مشكلة شراكة فحاول أن توضح النقاط وان لا تترك سؤ التفاهم يسود.	لا تسرع في الإعلان عن موافقة على مشروع ولا تقدم على اتخاذ أي خطوة مصيرية فالوقت غير مناسب. انتبه من تراجع صحي قد يلم بك أو بعائلتك. انه يوم هادئ ومليء بخيبات الأمل.	أنت نجم في محيطك، تملك المؤهلات والقدرة على التغيير. تتمتع بشخصية قوية ولافتة للانتظار. لكن حاذر الحوادث من أي نوع كانت وتجنب إثارة التحديات والاستنزافات بأقوال وأفعال حادة.