



كبت المشاعر يجعل المرء أكثر عدائية

المشاركين بالدراسة أن يقبوا مستيقظين 24 ساعة قبل أن يشاهدوا مشاهد من فيلمين مختلفين، فيما سمح للجزء الآخر بالنوم. وبعدها طلب من البعض مشاهدة الفيلمين من دون إبداء أية ردة فعل، وسمح للجزء الآخر بالتفاعل، فتبين أن من حرموا النوم لم يتفاعلوا بطريقة مختلفة عما أخذوا قسطا من الراحة، فيما ظهر الفارق بين من منعوا من التعبير عن مشاعرهم ومن سمح لهم بذلك. وقال الباحث المسؤول عن الدراسة ارثر ماركمان إن «البحث أظهر أن الأشخاص قد يصبحون أكثر عدائية بعد كبت مشاعرهم».

واشنطن / متابعات : أظهرت دراسة أميركية جديدة أن كبت الشخص لمشاعره يجعله عدائيا أكثر، بينما التعب لا يؤثر على ذلك. ووجد الباحثون الذين أجروا الدراسة في جامعة «تكساس» بمدينة أوستن الأميركية أن من أجبروا على كبت مشاعرهم وعدم إظهار أية ردة فعل بشأن مشاهد فيلم مثير للاشمئزاز، كانوا أكثر عدائية ممن سمح لهم بإظهار اشمئزازهم. كما تبين أن التعب لا يؤثر على ردود فعل الأشخاص، فقد طلب الباحثون من بعض



قراءات لك

كم بالغة سعادة الحجر
يستكع وحده في الطرق
بلا ضجر
فلا يهيمه العمل
ولا بالمطالبات يضيق
الأمل
وثوبه البني ألبسه إياه
الدهر الذي من فوقه
عبر
وهو كاشمس بكل حرية
يلمع وحده أو مع البقية
محققا وجوده

إيميلي ديكنسون

القرآن الكريم



سياحة

لستر أو ليدستر هي إحدى مدن وسط إنجلترا. تعتبر أكبر مدن شرق وسط إنجلترا تقع ضمن محافظة ليدسترشير وهي اليوم تدار بشكل مستقل ، تقع لستر على نهر السور على طرف الغاية الوندنية الإنجليزية. يبلغ عدد سكانها حوالي 285 ألفاً، و 441 ألفاً مع ضواحيها تحتل المركز العاشر من حيث عدد السكان في إنجلترا والمركز 13 في المملكة المتحدة والمركز الـ 96 في أوروبا. تعتبر من أقدم المدن الإنجليزية وقد أوجدها الرومان. تقع على الطريق السريع الواصل بين لندن وشمال إنجلترا . تبعد لستر 170 كم شمال لندن وهي في موقع مميز من وسط إنجلترا حيث أنها قريبة جدا من مدينة بيمينغهام ثاني مدن إنجلترا ومدينة كوفنتري ووتونينغهام وبربي وشيفيلد وليدن. أيضا المدينة مرتبطة بشبكة قطارات حديثة تصل ما بينها وبين لندن والمدن الأخرى من حولها. تعتبر لستر اليوم من أهم المراكز التجارية والصناعية وكذلك التعليمية في وسط إنجلترا بشكل خاص والمملكة المتحدة بشكل عام. تشتهر بصناعة المنسوجات الغزائية والملابس والأحذية والمصنوعات الالكترونية والهندسية والمطبوعات والبلاستيك. تعتبر لستر إحدى أقدم مدن إنجلترا حيث بناها الرومان

5					
	8		6		7
1				9	3
	1	2			5
	6		7		9
8					4
	3	5			1
	4		3		6
					8

سودوكو لعبة بواسطة مصفوفة 9x9، مقسمة بدورها إلى مصفوفات صغيرة 3x3 تدعى (المناطق).
- عند بداية اللعبة سوف تكون بعض خلايا المصفوفة محتوية على أرقام.
- الهدف من لعبة سودوكو هو أن تقوم بوضع الأرقام من 1 إلى 9 في الخانات الخالية (رقم واحد في كل خانة).

4	5	8	2	9	6	7	1	3
1	9	7	4	3	5	8	2	6
2	3	6	7	1	8	4	5	9
5	8	1	3	7	4	9	6	2
6	7	2	8	5	9	1	3	4
9	4	3	6	2	1	5	8	7
7	6	5	9	8	3	2	4	1
3	1	9	5	4	2	6	7	8
8	2	4	1	6	7	3	9	5



١٢ ١١ ١٠ ٩ ٨ ٧ ٦ ٥ ٤ ٣ ٢ ١

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

حل العدد الماضي

كلمات متقاطعة

أفقياً:
1- أطول كلمة في القرآن الكريم وتوجد في سورة الحجر.
2- من أسماء اليوم الآخر - وز.
3- من الفواكه المذكورة في القرآن الكريم - صحراء عربية.
4- ستم - حماية.
5- ضمير منفصل - أسد - للنداء - يابسة.
6- تقوى - أحرف متشابهة.
7- من جبال صنعاء - عدد انجليزي.
8- شهر ميلادي - الشواطئ.
9- بيت الأسد - والد (معكوسة) - هد.
10- كفاء - مدينة عراقية.
11- الصحراء - مطر.
12- السورة التي ورد فيها اسم الصنم بعل - محادثة.
عمودياً:
1- من بنات النبي صلى الله عليه وسلم - بلد خليجي.
2- للتعريف - بلد عربي - حرف أبجدي.
3- من أسماء النار - من الفصول الأربعة - سارق.
4- معجم - إحدى القارات.
5- يرصدان - حرف جر (معكوسة).

الفرق بين الحب والزواج

واحد ماشى مع خطيبته وآخر انسجم فقالها : عارفة ايش هو الحب وايش الزواج؟
قالت له : لا.
قال لها : الحب مثل النجوم الجميلة التي في السماء.
قالت له : طب والجواز؟
قالها : هذه الحفرة التي سنقع فيها ونحن ننظر للنجوم.



سبعينية في أولى ابتدائي

التحقت أم لديها أربعة عشر من الأبناء بالمدرسة الابتدائية في جزيرة مدغشقر بالمحيط الهندي لتعلم القراءة، والكتابة، والحساب. ونقلت صحيفة «لو إكسبريس دو مدغشقر» عن ابيستر رافونياريسوا (73 عاماً) القول: «منذ سنواتي الأولى وأنا يتيمة ولم يكن لدى العائلة ما يكفي من المال لإرسالني للمدرسة.. الآن أود على الأقل معرفة القراءة وكتابة اسمي والتوقيع على الوثائق».

