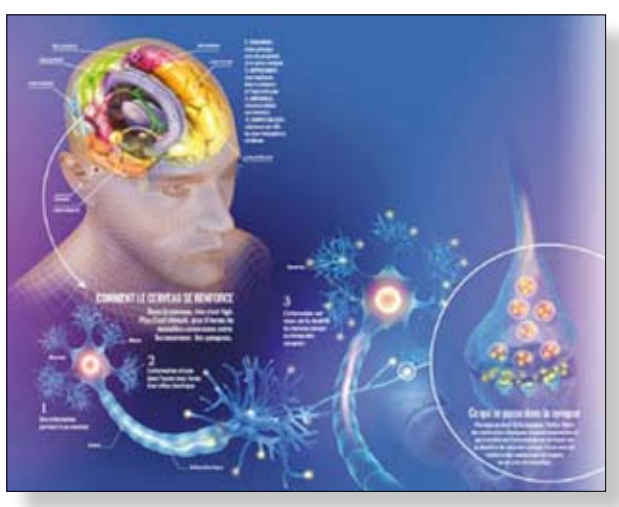


الحمية الغذائية تدفع بخلايا الدماغ لأكل نفسها

واشنطن / متابعات :

وجدت دراسة جديدة أن بعض الخلايا الدماغية تبدأ "بأكل" أجزاء من نفسها لدى حرمانها من الغذاء أثناء إتباع حمية غذائية.

وذكرت صحيفة "لوس انجلوس تايمز" الأمريكية أن الباحثين بجامعة "البرت اينشتاين" اكتشفوا ما أسموه بأكل بعض الخلايا الدماغية لنفسها عند الفئران، في عملية يرجّح أنها تحصل بأدمغتنا أيضاً لوجود عمليات أيض كثيرة متشابهة جداً بين البشر والفئران.

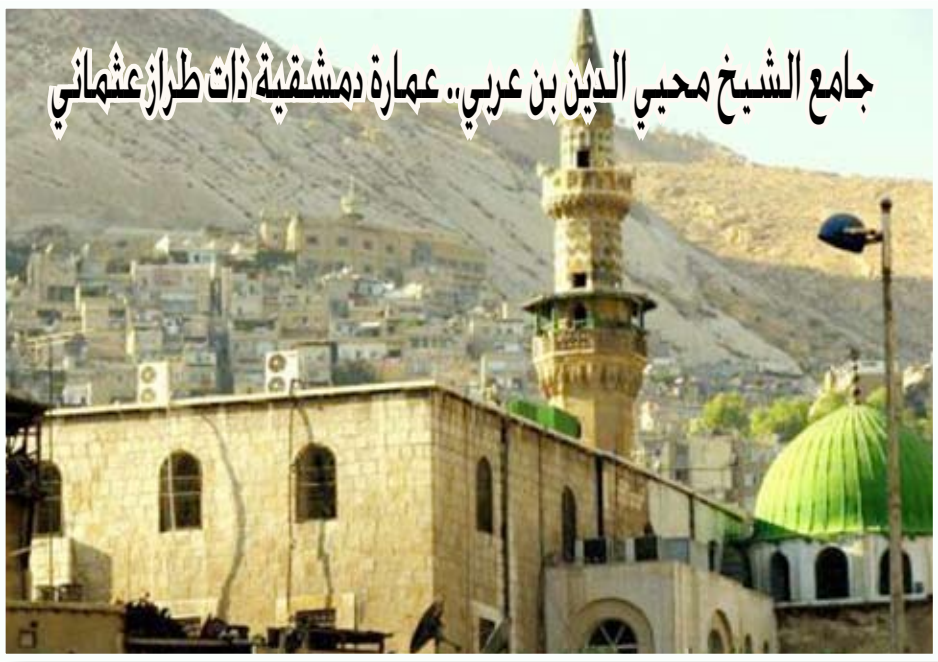
وقال الباحثون إن خلايا الدماغ الموجودة بمنطقة «الهيبوثالامس» المسؤولة عن ضبط الشهية، "ترتب" داخلها عبر أكل بقايا تتجمع مع الوقت فيها.

وبالنتيجة يتم إفراز بعض الأحماض الذهنية، ما يتسبب بارتفاع في البتيد المرتبط بالشعور بالجوع.

ويعد هذا الخبر سيئاً بالنسبة لمتبعي الأنظمة الغذائية الهادفة لتخفيض الوزن، لأنه يشير إلى أن تخفيف الأكل يجعلهم يجوعون أكثر.

معالم

جامع الشيخ محيي الدين بن عربي.. عمارة دمشقية ذات طراز عثماني



جامع الشيخ محيي الدين بن عربي ويعرف أيضا بجامع الخنكار أو جامع السليمي يقع في مدينة دمشق عاصمة الجمهورية العربية السورية، في منطقة الصالحية في حي الشيخ محي الدين، على ضفاف نهر يزيد، في منطقة تعرف باسم أبوجرش .

جاءت تسمية الجامع باسم الشيخ محيي الدين بن عربي نسبة إلى الشيخ المتصوف الكبير الإمام أبو بكر محيي الدين محمد بن علي بن محمد بن عربي بن أحمد بن عبد الله الحاتمي الطائي الأندلسي، الذي يقبع جثمانه في مبنى ضريح الشيخ محيي الدين وهو معروف بعدة أسماء.

وكان الجامع في الأصل بناء صغيرا فيه منبر ومحراب وضريح للشيخ محيي الدين ولدى وصول السلطان العثماني سليم الأول إلى مدينة دمشق ولأهمية الجامع أمر السلطان بترميمه وإعادة بنائه في عام 1518م.

ويُحكى أن السلطان بادر إلى بناء الجامع بعد أن رأى الشيخ محيي الدين في منامه حيث طلب منه الشيخ أن يبني له مقاما فوق ضريحه، حيث تم إسناد مهمة تصميم الجامع الجديد لمصمم المهندس العثماني شهاب الدين بن العطار .

وكان للجامع باب حجري كتب عليه: (الحمد لله) وأمر بإنشائه الإمام الأعظم ملك العرب والعجم السلطان سليم بن السلطان بايزيد بإشارة محمد بدرخان، وتم بناء الجامع سنة 923م .

ويتألف الجامع من صحن كبير منسق على الطراز العثماني ومرصوف بالرخام الملون والحجر الأبيض والأصفر وفيه بركة صغيرة على الطراز الدمشقي، ورواق كبير مرفوع على أربع قناطر في الجهة الجنوبية من الصحن، أما في الجهة الجنوبية فيقع الحرم المسجدي الذي يقوم على خمس قناطر وأربع أعمدة جيء بها من عمارة نائب الشام جان بلاط وفوق القناطر الأربع خمس قناطر أصغر حجما، والجامع محرابه خشبي وقبته مكسوة بالقيشاني وله مئذنة، وتزين جدران الجامع الكثير من اللوحات البلاطية منها ما هو ذو طراز دمشقي عثماني ومنها ما هو ذو طراز دمشقي مملوكي.

وتم تزويد الجامع قديما بناعورة {سواقي مائية} ذات بكرات، ما زالت قائمة حتى اليوم سميت بناعورة الشيخ محيي الدين كانت مهمتها رفع مياه نهر يزيد وهي من الابتكارات والآثار الإسلامية المهمة ، كما يوجد بجانب الجامع "تكية سليمانية" كانت تزود الفقراء بالطعام والشراب.

وتولد القصائد..

الرقص على الرمال
تغامر من أجل
لحظة عشق،
وتكابد من أجل
لحظة حرية،
تراوغ تسافر تقامر
كي تنال شمسا وبحارا
تتخطى خطوطاً حمراء
تنفجر أملا وشوقا
لميلاد قصيدة

بدل رفو

شر الناس هو ذلك الذي بفسوقه يضر نفسه والناس.

أرسطو

عمى

قال الفنان لزوجته كلما تطلعت في المرآة، وجدت نفسي مثل القمر.. فهل تسمين هذا غرورا؟.

فأجابته: لا أنا أسميه عمى.

سودوكو

سودوكو تلعب 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 نقوم بوضع الأرقام من 1 إلى 9 في الخانات الخالية (رقم واحد في كل خانة).

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

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

عجائب وغرائب

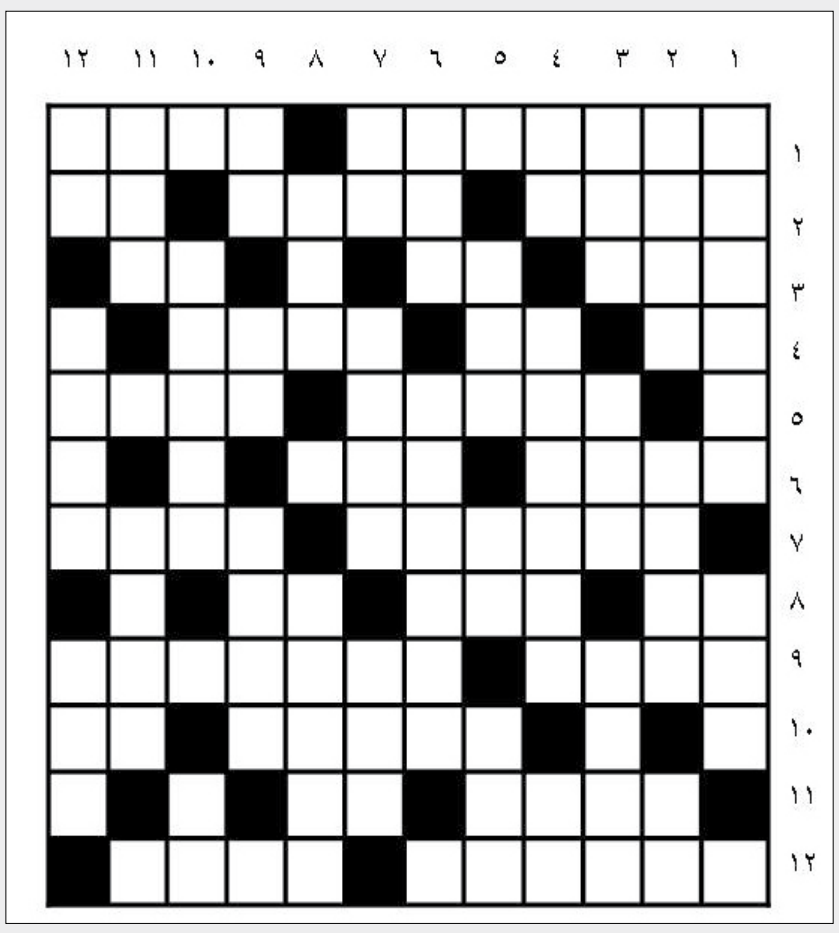
(100) دجاجة تسبب أزمة مرور في اتلانتا

اضطرت سلطات مدينة اتلانتا عاصمة ولاية جورجيا الأمريكية إلى إغلاق قسم من طريق سريع يربط بين الولاية وولاية أخرى، مدة 45 دقيقة لالتقاط قرابة 100 دجاجة فرت من شاحنة اصطدمت بشاحنة أخرى.

ونقلت صحيفة " اتلانتا جورنال كونستيتيوشن" الأمريكية، عن كيث تارنر الذي كان يقود شاحنة مليئة بالمنتجات المنزلية، أن الأمطار تسببت بانقلاب شاحنته التي اصطدمت بشاحنة لنقل الدجاج لتجد الطيور الباب مشرعا لها للفرار والانتشار على الطريق السريع.

وقالت السلطات إن قسما من الطريق أغلق لمدة 45 دقيقة، لتعمل مع صاحب شاحنة الدجاج على التقاط قرابة 100 دجاجة انتشرت بسرعة على الطريق، وكانت الشاحنة محملة بـ 4 آلاف دجاجة استطاع فقط 100 منها الفرار.

كلمات متقاطعة



أفقيا:

1. أسرة حكمت في زبيد اليمن للفترة 818م – 1000م أسسها محمد بن عبد الله بن زياد أهم أمرائها وآخرهم المولى حسين بن سلامة، قضى عليهم بنو نجاح – أول العنب .
2. سهل – ولد الناقة – حرف جر .
3. مدينة فرنسية – أبو الأب – إله .
4. مادة قاتلة – والد – من أسماء السيف .
5. آثار جامعة بوذية في الهند جنوبي بيهار اندثرت في القرن 12 – فريد .
6. المرتفع العالي – خاصتكم .
7. بلد آسيوي – وضوح .
8. حرف جر – نرشد – حرف انجليزي .
9. مطربة جزائرية – بلد أوروبي .
10. لاعب كرة قدم ايطالي – حرف انجليزي.
11. أحرف مكررة – حرف موسيقي .
12. لعبة من ألعاب الدفاع عن النفس واسمها مشتق من اللغة اليابانية وتعني المرونة والفن ابتكرها الياباني جيجور كانو سنة1882م – من المعادن.

عموديا :

1. شجرة تاريخية في بعض مناطق سويسرا وايطاليا الشمالية – من البقوليات.
2. هواء عليل – جزيل – للتعريف .
3. وادي في جهنم – آلة موسيقية – من الطيور التي لا تطير .
4. مكبس – أشد من القتل – للتخيير .
5. من مشتقات الحليب – كفء – أحد أبناء يعقوب عليه السلام .
6. من أيام الاسبوع – علامات .
7. حرف موسيقي – والٍ – عتاب .
8. من مخلوقات الله – من مشتقات البترول.
9. طليق – حرف نصب – دولة في أمريكا الجنوبية.
10. خليط الأبيض والأسود – للنفي .
11. خوف – احدى القارات .
12. حرف جر – بيت الأسد – ولد الكلب.

حل العدد الماضي

معروضات بوذية باكستانية في الولايات المتحدة

نيويورك /14 أكتوبر / رويترز

يفتتح معرض لاعمال نحتية بوذية نادرة وأعمال من الذهب والبرونز في متحف المجتمع الاسيوي أمس الثلاثاء بعد رحلة طويلة ومضنية من باكستان.

وكثير من هذه الاعمال لم يعرض من قبل في الولايات المتحدة وجاءت من منطقة جاندهاران الباكستانية الثرية تاريخيا.

وكان من المقرر في البداية عرض هذه الاعمال في مارس اذار لكن حواجز طرق ومشكلات متعلقة بالتأشيرة الامريكية لمسؤولين باكستانيين يرافقون هذه الاعمال وقانونا باكستانيا جديدا كلها عوامل عطلت افتتاح المتحف حتى الشهر الجاري.

وقالت ميليسا تشيو مديرة متحف المجتمع الاسيوي "عملية جلب المعروضات في حد ذاتها كانت حدثا كبيرا... داخل الساحة السياسية واجهت الولايات المتحدة وباكستان تحديات على مدى الستة أشهر أو السنة المنصرمة. من الواضح ان كوننا منظمة غير حكومية كان له أثر واسع."

وأغلب الاعمال في هذا المعرض الذي يستمر ثلاثة أشهر تحت عنوان " تراث باكستان البوذي.. فنون جاندهاران" مقترضة من المتحف الوطني في كراتشي ومتحف لاهور.

وانتعش الفن البوذي بشمال غرب باكستان بين القرنين الثاني والرابع في منطقة قرب بيشاور في وقتنا الراهن.

وقالت تشيو" كانت ثقافة مبكرة. كانت ثقافة بوذية وكانت واحدة من أولى المناسبات التي نرى فيها بوذا ممثلا بهذه الطريقة الرمزية."

من ابرز الاعمال في المتحف عمل نحتي اسمه (رؤية لجنة بوذا) من القرن الرابع وتمثال مجنح لافروديت وقد استندت الى عمود من القرن الاول.

تصوير وتعليق / علي الدرب:

يشكو سكان عمارة الأمل في شارع الشهيد مدرم المعلا من طفح المجاري الدائم في بنايتهم إضافة إلى تراكم القمامة الملاصق لمساكنهم وما يسببه هذا الوضع من مضار صحية إضافة إلى المضايقة والإزعاج الدائم.. فأين الجهات المختصة؟