إشراف/ ابتسام العسيري

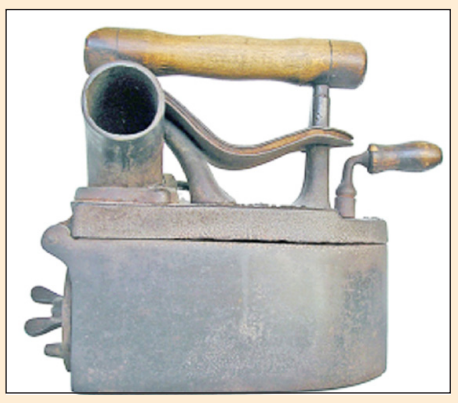
تاريخ المكواة يجذب الزائرين على الساحل الألماني

سواء أكانت مكواة صينية على شكل مقلاة، أو مكواة مصرية تعمل بالقدم، فإنه قبل قرون من تشغيل الآلات بالكهرباء، عرف الآسيويون والعرب والأوروبيون شيئا أو اثنين بشأن كي الملابس.

وعرضت تشكيلة غريبة من نحو 3000 مكواة استخدمت على مدار أربعة عقود، في متجر سابق جرى تحويله في بلدة ألمانية مطلة على ساحل بحر البلطيق.

وأقدم المعروضات هي مكواة صينية على شكل مقلاة، وكانت مستخدمة قبل 400 عام مضت لكي الحرير .كما أنه من بين المعروضات مكواة أميركية مثبتة في حقيبة سفر تعود لعام 1900، حيث كانت المكواة تثبت آنذاك في الحقيبة للاستخدام خلال السفر .

والمجموعة المعروضة في بلدة تسينوفيتس في جزيرة يوزدوم السياحية الراقية، مملوكة لزابينه وهيلمر ليمان، وبدآ في جمعها قبل 28 عاماً مضت عندما كانا مسافرين إلى آسيا .



واكتشف الزوجان، وهما باحثان في علم الحشرات، في متجر للخردة مكواة قديمة تعمل بالضغط مزودة بمدخنة، وأصبحا منذ ذلك الحين شغوفين إلى الآن

بجمع مزيد من آلات الكي القديمة. وآلات الكي ليست هدايا خفيفة الوزن، إلا أن الزوجان أصرا على اصطحابها معهما لدى عودتهما إلى ألمانيا .

وتقول زابينه ليمان لم نتعاف أبداً من هذا الهوس.

وعرض نحو 90 % من آلات الكي التي جمعاها وبينها آلة كي مصرية طويلة وثقيلة مصنوعة من الحديد وتعمل باستخدام القدم لكي السجاد.

وتزن 28 كيلوغراماً، وهذه الآلة لا يستخدمها إلا الرجال فقط.

(10) أفكار ذهبية للصفاء الذهني

"الصفاء الذهني يزيدك جمالا" .. حقيقة أثبتها العلم وينعكس ذلك على الجسم بشكل عام والبشرة بشكل خاص؛ فهناك عدد من السلوكيات في مجابهة الضغوط اليومية والوصول إلى الصفاء الذهني الذي يشحن النفس بالقدرة على المواصلة مع اقل قدر من الآثار السلبية التي تتركها ضغوط الحياة على الفرد .. تتمثل في :

1 - لا شيء: لا تفعل شيئا لمدة خمسين دقيقة في اليوم بل اقض هذه المدة في تأمل أهدافك لكي تحدد أيها يستحق منك أن تكمله وأيها لا يستحق.

2 - - مواجهة الحقيقة: اختار اللحظة المناسبة لتواجه نفسك بالحقائق لتساعدك على كشف ما تخفيه عن نفسك وعن الآخرين.

3 - الرغبة: حدد واكتشف على الأقل واحدة من رغباتك القريبة جدا إلى قلبك وتعلم كيف تحفز نفسك على تحقيق هذه الرغبة.

4 - الإبداع: تعلم طريقة جديدة في حياتك تساعدك في الوصول إلى تحقيق أهدافك

5 - المخاطرة: لا تخف المخاطرة؛ فتعلم أن تخاطر وتتقدم خطوة نحو هدف قد لا ترى كل أبعاده. فالمخاطرة أمر يحفز الهمة ويجعل للأشياء مذاقا خاصا.

6 - تعلم أن تعطي نفسك مكافأة عن كل عمل تنجزه بصورة جيدة أو عن مخاطرة نجحت في تخطيها ولا تتوان عن مكافأة نفسك.

7 - اللعب: أعط نفسك فرصة لتلعب بحق وكن مخلصا في اللعب عقليا وجسديا.

8 - الضحك: فهو أهم ما يخفف من التوترات والضغوط ولتحقيق التوازن النفسي ولتحمل الآلام الجسمية حاول أن تضحك وان تسعى إلى خلق الظروف التي تساعد على ذل.

9 - العلاقة مع الآخرين: شجع نفسك على الاتصال بالآخرين واجعلهم يشاركونك لحظات السرور والسعادة .

10 - العبادة: التلذذ بالعبادة اثناء ادائها واستشعارها مايرتقي بالنفس ويساعد على صفاء الذهن فاجعل من اوقات العبادة اوقاتاً للإستمتاع والإحساس بالتأمل.

معالم

تيوتيهواكان.. المدينة الأسطورية في خليج المكسيك

يوتيهواكان مدينة أثرية تقع بالقرب من خليج المكسيك في وسطها وتدعى أيضا تيوتيواكان وازدهرت بين عامي(200 م و750 م) تقريبا ، وتضم العديد من المباني هرمية الشكل لكنها مدرجة بسلالم ضخمة منها أهرام للشمس والقمر ومدافن وقصور ومساكن كثيرة.. وكانت الغاية من تشييدها أن تكون منازل يسكنها الناس، ويعتقد علماء الآثار أن المدينة كانت تضم ما يزيد على مائة ألف شخص.

تقول آخر الاكتشافات أن تاريخ المدينة ربما يبدأ لقرن أو اثنين قبل الميلاد وبدأت مثل رقعة شطرنج في بنايات على ارتفاع 2300 متر فوق مستوى سطح البحر ثم ازدهرت بالقصور والمساكن حتى وصلت لنحو 20 كم2، وأما أكبر أهراماتهم فهو هرم الشمس وحملوا أطنانا من التراب لتكوين هذا الهرم وهو في نفس مساحة هرم خوفو إلا أنه أقصر منه ويبلغ طوله 62 م.

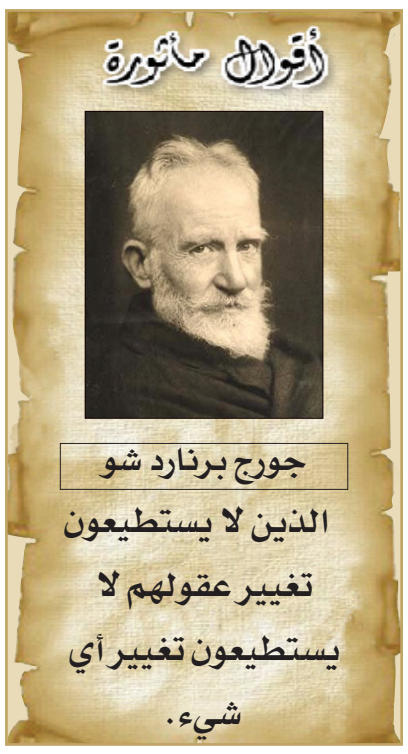
ويوجد على قمته معبد نجاة من أغلب الكوارث ، والزعم يرى أن بناءه كان على نقطة في الأفق حيث تغرب الشمس في الانقلاب الصيفي و كان اسم هرم الشمس مناسبا أكثر. وهناك هرم آخر وهو أقصر بنحو 40 مترا يعرف بهرم القمر ولا يوجد معبد عليه. وفي القرن الأول للميلاد تم بناء معبد لكيتزال كواتل(إله الريح) وتلالوك (إله المطر) وكلها أسماء أزتكية.

ويرى علماء الآثار أن هناك أحياء عاش فيها العمال والحرفيون، وفيها وجدوا أدوات وأسلحة صنعت من السبج (زجاج بركاني صلب أسود اللون) وكذلك عُثر على مصنوعات من التراب والذهب للطبقات الأعلى. أصبحت المدينة مركزا مزدهرا للدين والتجارة في القرنين الأول والثاني وفي وقت ما وصل سكانها إلى 150.000 نسمة وزُينت جدران المعابد والقصور برسوم وصور رائعة لآلهتهم وكذلك أقنعتهم والتي تم نحتها بالصخر وأحجار الفيروز والسبج وأصداف بلح البحر الحمراء وعروق اللؤلؤ.

أعدو خلف سراب

أن أرتقَ بك ما تهرّأ من
حلمي..
وأحيك من صوتكَ
جناحين
أخدشُ بحوافها أطرافَ
الغيم
أن أنحتَ من رائحةِ
حزنك
صنماً للخيبة
وتميمة للأوقاتِ
الضائعة
بين انتظارين
أن أعدو وأعدو..
ولا أجد أمامي إلا
السراب..
أية هزيمة تلك التي
تلازمني
كما ظلي.

لبنى ياسين



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).

أرفت عبد الكريم الحمادي

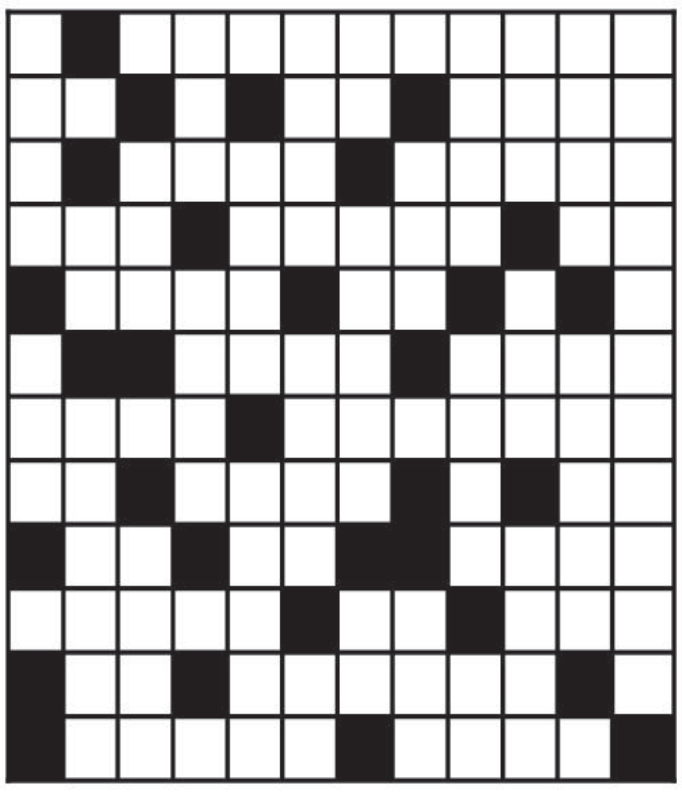
		6		4		8		
	7	4		5		3	6	
			4		6			
4	5	2				1	3	6
			1		5			
	2	9		7		6	1	
		1		8		9		

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

عزاء

واحد راح يعزي، وبالعزاء أتأثر كثير وهو طالع سأل أخو الميت : ما في أمل يرجع.

كلمات متقاطعة



أفقيا :

1 - عالم مغربي بالحديث والأدب والتاريخ ولي قضاء سبتة و غرناطة من آثاره ((الشفاء بتعريف حقوق المصطفى)) وهو تاريخ النبي صلى الله عليه وسلم و((مشارق الأنوار)) في الحديث .

2 - صوت القط - للنداء - أخو الأب .

3 - اهتمام - من الحيوانات البرمائية .

4 - حيوان قطبي (معكوسة) - بلد عربي - حرف أبجدي .

5 - للنفي - برهان .

6 - إحدى القارات - عبيد .

7 - بلد أفريقي عاصمته مونروفيا - أحرف متشابهة .

8 - وجنة - عوام - أداة جزم .

9 - تلميذ - مادة قاتلة - إله .

1. - أنجز - جواب - من أشهر أنهار فرنسا .

11 - من الرياحين - حرف جر .

12 - فنان تشكيلي - ختام .

عموديا :

1 - أحد الخلفاء الراشدين رضي الله عنهم .

2 - يعطي ميثاق - جمع سيدة .

3 - أحرف متشابهة - شك - مجلة خاصة بالمرأة صادرة عن مؤسسة 14 اكتوبر .

4 - قليل - عكس الذهاب - متشابهان .

5 - من جبال عدن - من الفنون التشكيلية .

6 - خاصتي - عاصمة أوروبية - في العروق .

7 - من يحكم بين الناس - مدينة تونسية - من العملات .

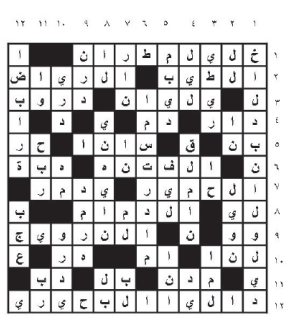
8 - اسم علم مذكر - وديعة .

9 - حرف أبجدي - تحصين .

10 - أسم علم مذكر - نظامي .

11 - للتعريف - من سور القرآن الكريم .

12 - من الطيور - أحد أبناء نوح عليه السلام .



حل العدد الماضي

عجائب وغرائب

عضة الإنسان أخطر من عضة الكلب!

أشارت دراسة إلى أن عضة الإنسان أخطر من عضة الكلب، حيث تبين أن فم الإنسان يحتوي على 190 نوعاً مختلفاً من الميكروبات والعضة الواحدة للضحية تعرضه لـ100 مليون ميكروب. وقالت أيضا أن 15 % على الأقل من العض البشري يسبب التهابات في الجروح الناشئة من الأسنان خاصة الأنياب وعند عدم استخدام المضادات الحيوية المناسبة، وأن 60 % من هذه العضات تحدث في منطقة الرأس والعنق و25 % في الصدر. وأوصت الدراسة بضرورة تنظيف الجرح الناتج عن العض البشري بالماء والصابون وتغطيته بقطعة من الشاش المعقم والتطعيم ضد التيتانوس.