إعداد: مريم بن نخي

اسألوا الأنباء

حسين سليمان
بعد الإجهاد العقلي، هل من المستحسن الركون الى السكون والخلود الى الراحة؟

دلت التجارب التي أجريت حديثا على ان الإجهاد العقلي الحقيقي قلما يحدث، وان الإجهاد الذي يحدث لا يتناول نشاطنا العقلي بل نواحي الاهتمام، إن الأمر حقا ليس إجهادا ولكنه ملل.
قد تعود الى المنزل وأنت تشعر بأنك مجهد العقل، ولكن لو انت تناولت رواية مثيرة مثلا لشعرت على الفور بالنشاط يدب في أوصالك، على انه لا شك في وجود ضرب من الإجهاد، ولكنه ليس إجهادا عقليا، إنه إجهاد جسماني ناشئ من السموم التي تتراكم في الجسم ومن الإجهاد العضلي. وليس العلاج ان تركن الى السكون وتخلد الى الراحة، بل عليك ان تغير من العمل العقلي، فالعقل الذي لا يُشغل بشيء لا تتحسن حاله ولكنه يتعطل ويفتر.

أقوال وحكم

«لسان الجاهل.. مفتاح حتفه»

أمثال كويتية

«إن كان سيدك مثل سيدي غني»

أورده النوري بلفظه.

«أوى دقّة تبي لها شاهد»

أوى: لفظ يقال كصيغة للتعظيم.
ويروى ان بحارا عمل على احدى السفن، فلاحظ بحارتها ان احدى أذنيه مقطوعة، فسألوه عن السبب. فقال: كنت أعمل عند أحد أصحاب المزارع، فأرسلني هذا الى ناحية من الصحراء فشاهدت رجلا وقد هاجمه أسد، بيد ان الرجل تمكن طرحه أرضا وقتله، ثم قام عنه وقال: «أوى دقة تبي لها شاهد». وكنت أنا قد اختفيت خلال صراعه مع الأسد، وبقيت في مكاني أراقب الرجل، غير انه لم يلبث قليلا حتى سقط ومات، فلما عدت أدراجي اخبرت مولاي بما حدث، فقال لي: لماذا لم تقل له «أنا الشاهد» وقطع أذني عقابا لي.

«جار نجار قبقاب بنت الباشا»

أورده الزيد بصيغة:«جار نجار قبقاب بنت الملك» وفي العراق: «ابن النعلجي النعل بابوج العروس» النعلجي: الذي يصنع النعلجات في كعوب الأحذية وأسفلها.
والنعلجة: قطعة حديدية صغيرة تلصق بأسفل الحذاء فتحمي نعله من الاحتكاك بالأرض وبذلك لا يخرق بسرعة.
النعل: الذي نعل. بابوج: حذاء يغلب استعماله في الأوساط النسائية. واللفظة من الفارسية (پاي پوشي) أي غطاء الرجل.
ويضرب للشخص الذي يتحمل أتفه الوسائل والأسباب لإثبات صلة له أو نسب بأناس آخرين. ويروى للمثل قصة هي ان رجلا شوهد في حفل، وكان يرقص بين القوم رقصا ظاهر الطرب والانتشار، بحيث لفت ذلك إليه أنظار أهل العريس الذين ظنوا ان هذا الراقص المرح من ذوي قربى عروسهم. وكذلك ذهب أهل العروس الى انه من أقارب الزوج. ولما سئل عن درجة قرباه بالقوم قال هذه العبارة التي صارت مثلا يضرب في التهكم بمثل هذه الروابط المنتحلة. ويقال أيضا: «تتباهى الكرعة بشعر أختها» وفي فلسطين: «مثل الأقرع يتباهى بشعرات ابن خالته» و«مالك بتمشي وبيدك جرس، قال له انسيب انسيبنا شاري فرس». وفي مصر: «القرعة تتباهى بشعر بنت اختها» «قالوا للبغل من أبوك، قال خالي الحصان». ذكره النوري بصيغة: «خاله الحصان» وقال انه يروى ايضا بلفظ:

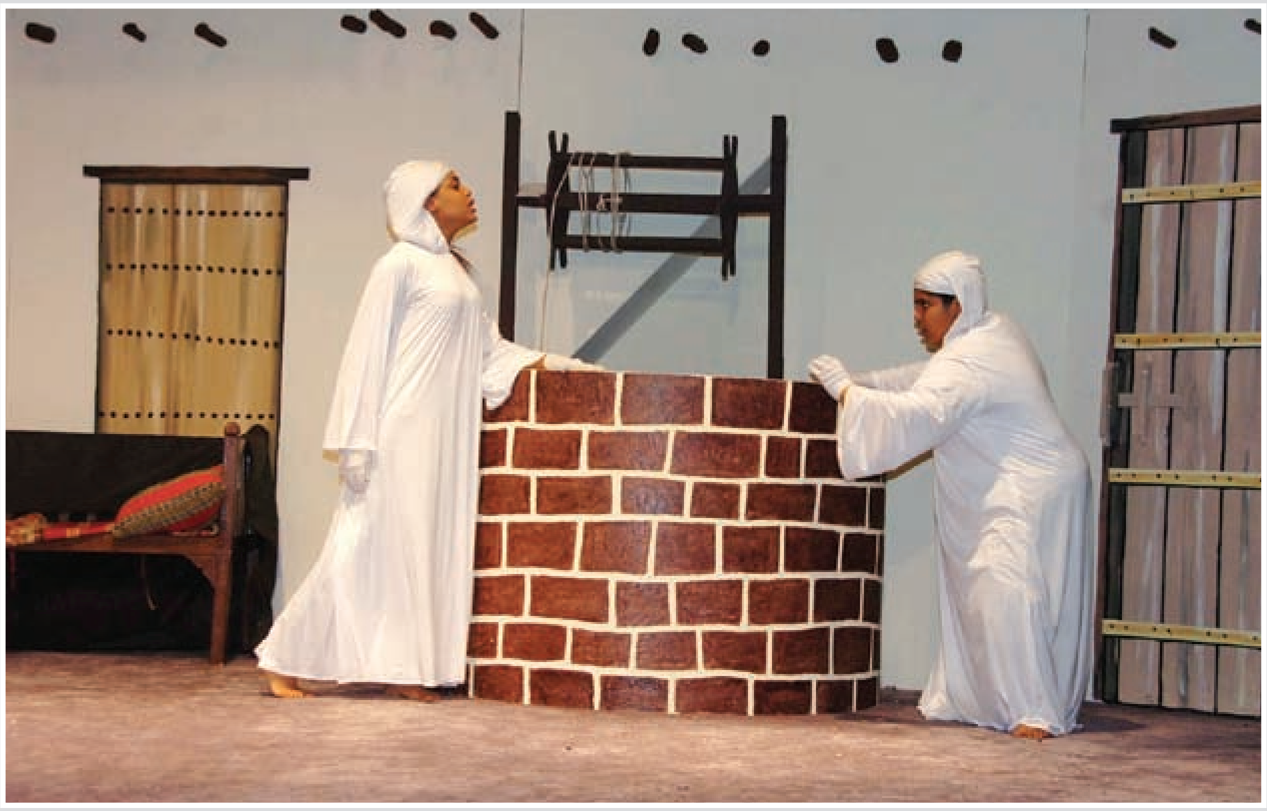
«قالوا للبغل من ابوك، قال خالي الحصان»

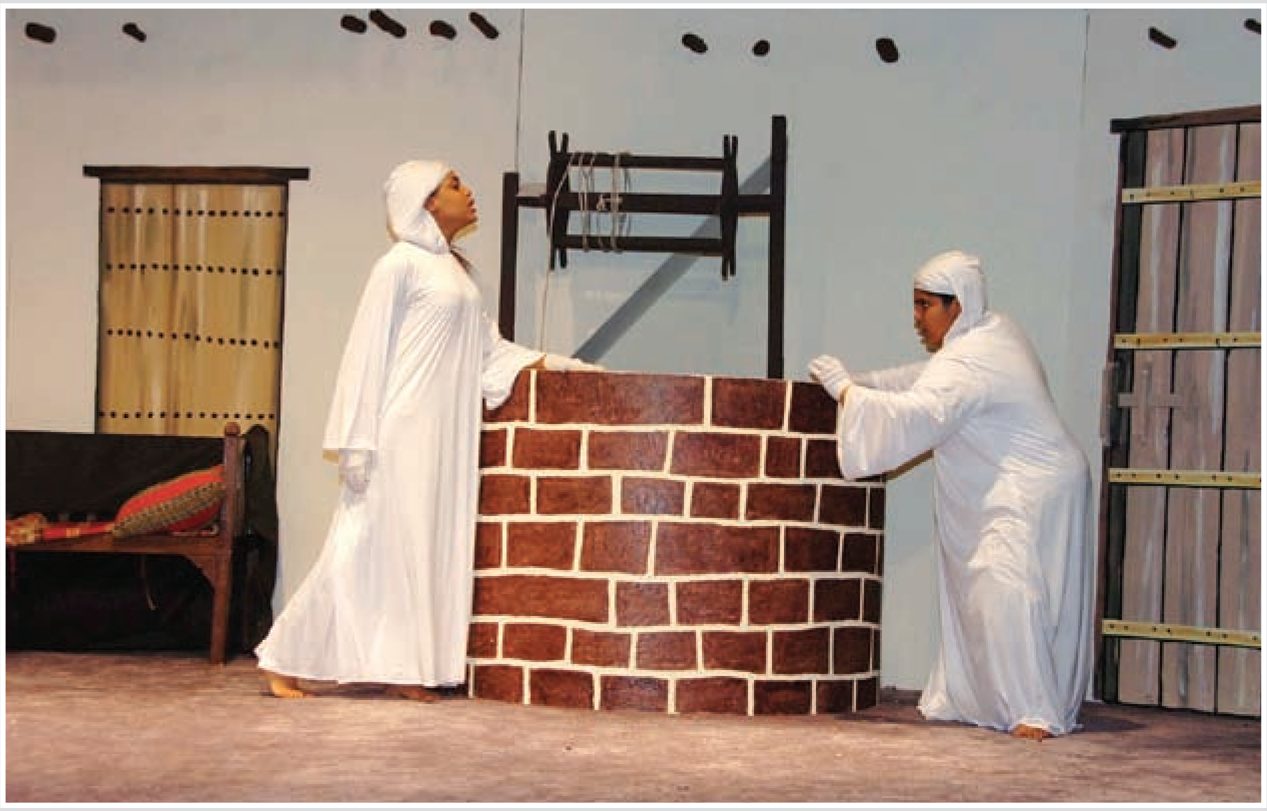
ويضرب لوضيع النسب من جهة ابيه يفخر بأمه. وفي العراق: «طفر حصانك على حماري سمى البغل خالي» و«البغل كالوا له منو ابوك، قال خالي الحصان» و«كالوا: للبغل منو أبوك؟ كال: الحصان خالي». ويروى أيضا: و«سألوا البغل منو أبوك؟ كال: خالي الحصان» و«نشدوا البغل منو ابوك؟ كال خالي الحصان» و«تتباهى البغلة بأخو امها» و«البغل يكول خالي الحصان» و«قالوا للبغل منو أبوك؟ قال خالي لحصان» «خالوا الحصان».
ويقال جوابا لمن قيل له من ابوه؟ وقريب منه يقال ايضا: «الصخل يتباهى بلية الطلي» لية الطلي: إلية الحمل. «تتباهى العنز بلية الخروف».
وفي سورية: «قالوا للبغل من أبوك قال الحصان خالي» «قالوا للبغل منو أبوك قال خالي الحصان». وفي لبنان: «قالوا للبغل: من أبوك قال: انا خالي الحصان» «قالوا للبغل: مين بيك؟ قال: الحصان خالي». وفي مصر: «أبوك مين؟ قال خالي شعيب» «أسأله عن أبوه يقول لي خالي شعيب»
ويضرب للمخلط يجيب عن غير المسؤول عنه. و«قالوا للبغل مين أبوك؟ قال: الفرس خالي». وفي تونس: «قالوا للبغل: اشكون بوك؟ قال: خالي الحصان» و«البغل يقول للحصان يا خالي» و«اتنفخت النعجة بلية البركوس» البركوس: الكبش الكبير.
وأورده الميداني بصيغة: «قيل للبغل من ابوك، قال الفرس خالي». ويضرب للمخلط.

من كتاب الأمثال الكويتية المقارنة لـ أحمد البشر الرومي

عينك .. عينك

الفرق بين الصورتين واضح لنا فما هي الاختلافات السبعة بنظرك وبأسرع وقت





الكلمات المتقاطعة

الحل أسفل الصفحة

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1										■
2					■					
3				■						■
4		■				■			■	
5						■		■		
6			■	■						
7					■					
8					■	■				
9	■	■					■	■	■	
10							■			

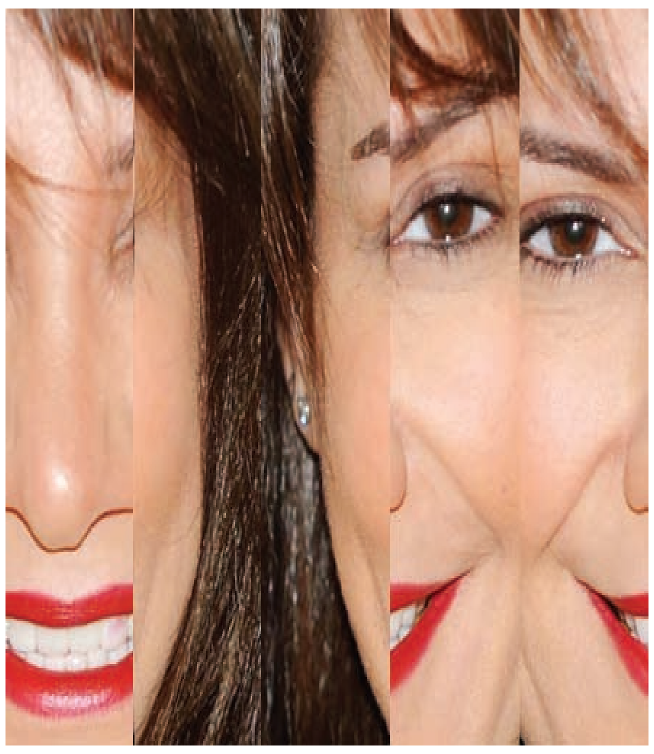
أفقياً:

1 ـ ممثل مصري مشهور
2 ـ علم مؤنث ـ السمر
3 ـ حرف هجاء (معكوسة) ـ الأزل
4 ـ ينظر ـ فقد صوته
5 ـ قوامهما ـ مرض صدري
6 ـ للحزم ـ أهل النقد
7 ـ مزدهر ـ من القوارض (معكوسة)
8 ـ عكس يتعب ـ أرأف (معكوسة)
9 ـ شديد العتمة
10 ـ الأرق ـ أحد التوابع الفلكية

عمودياً:

1 ـ ممثل كوميدي عربي راحل
2 ـ تعب ـ خراب
3 ـ مرتفع ـ طبقة غبار (معكوسة)
4 ـ متشابهان ـ علقم (معكوسة) ـ حجر طاحونته
5 ـ متشابهة ـ للنفي
6 ـ حجاب ـ للنصب ـ حاجز
7 ـ مذيعة لبنانية
8 ـ يعوم ـ جرح
9 ـ علم مذكر ـ ماشي
10 ـ الكراسات

اعرف شخصيتك



كلمة السر

ن	ا	ل	م	ح	ا	ر	ب	ا	ج
م	ا	ا	ن	د	م	ر	ك	ل	ي
هـ	ل	ل	ى	ن	ف	ي	ك	ن	ا
ب	غ	ر	ف	و	ر	ة	ن	ف	س
ة	ر	ض	ل	ظ	س	ع	ز	و	ت
ق	و	ا	ج	ب	ل	ا	ة	س	ر
ب	ب	م	ر	ح	ا	ن	د	ل	ا
ل	ص	ل	ا	ح	ل	ق	ا	ا	ح
ح	ا	ل	ش	ر	ق	ل	ع	م	ة
ف	ا	ل	ن	ي	ل	ا	س	ج	ب
ا	ل	و	ا	د	ي	ح	ي	س	ف
ر	ا	ي	د	ل	ا	د	ي	ع	ب

كلمة السر: روائي مصري من 9 أحرف

هبة
النيل
استراحة
المحارب
جمال
الشرق
الوادي
قبل
الغروب
صلاح
النفوس
سعادة
الرضا
فسيح
القناعة
كنز
لا
يفنى
كرم
مرح
ند
جبل
فل
سر
بعيد
الديار

للمراسلة

للتواصل معنا عبر هذه الصفحة أرسلوا تعليقاتكم على البريد الإلكتروني
archive@alanba.com.kw
فاكس
● 24831217

كيف تلعب؟ Sudoku

لهواة هذه التسلية المفيدة والممتعة، 3 ألعاب سودوكو من مستويات متعددة: عادي، متوسط، متقدم. ضع بكل بساطة الأرقام من 1 إلى 9 في كل مربع خال، وذلك حتى يحتوي كل عمود وخط أفقي وكل مربع صغير 3x3 على الأعداد من 1 إلى 9 مرة واحدة فقط.
يجب ألا يظهر أي رقم مرتين في أي عمود، أو خط أفقي، أو مربع صغير 3x3.

المستوى العادي

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

المستوى المتوسط

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

المستوى المتقدم

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

الحل

عادي

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

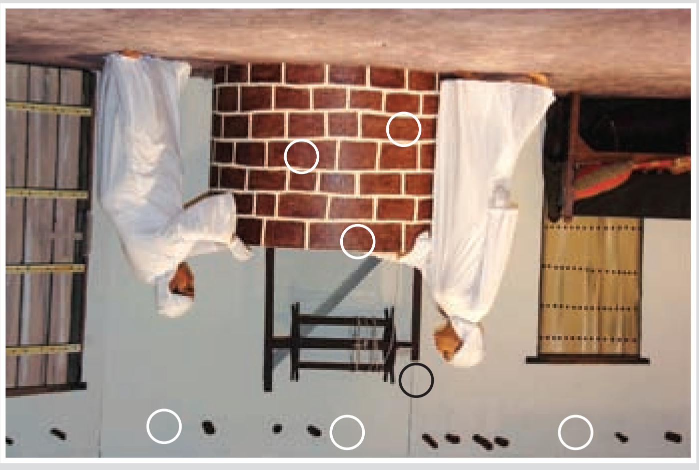
متوسط

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

متقدم

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

حل عينك .. عينك



حل الكلمات المتقاطعة

أفقياً:

1 ـ نور الشريف، 2 ـ هناء ـ السهر، 3 ـ باء (معكوسة) ـ الأبد، 4 ـ يرى ـ بح، 5 ـ قدهما ـ سل، 6 ـ لم ـ النقاد، 7 ـ عامر ـ فئران (معكوسة)، 8 ـ يريح ـ ارحم (معكوسة)، 9 ـ دامس، 10 ـ السهاد ـ قمر.

عمودياً:

1 ـ نهاد قلعي، 2 ـ ونى ـ دمار، 3 ـ رابيه ـ سديم (معكوسة)، 4 ـ اا ـ مر (معكوسة) ـ رحاه، 5 ـ ااا ـ ما، 6 ـ شال ـ لن ـ سد، 7 ـ رلا بهنام، 8 ـ يسبح ـ قرح، 9 ـ فهد ـ سائر، 10 ـ الدفاتر.

حل كلمة السر:
نجيب محفوظ

حل أعرف الشخصية:
هدى حسين