عينك .. عينك

الفرق بين الصورتين واضح لنا..
فما الاختلافات الخمسة بنظرك وبأسرع وقت؟

الكلمات المتقاطعة

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

أفقياً:

1 ـ الأثقال ـ شعور، 2 ـ سارق ـ متشابهان ـ قمح (معكوسة)، 3 ـ عكس آمر ـ عكس وضيع، 4 ـ تمييز (معكوسة) ـ مصيبة (معكوسة)، 5 ـ جزيرة كويتية، 6 ـ ظالم ـ متشابهة، 7 ـ عطف، 8 ـ ممثلة مصرية راحلة، 9 ـ قاذف ـ اكتشاف الأعماق (معكوسة)، 10 ـ محتارتان.

عمودياً:

1 ـ مغني سفينة الغوص ـ سعادة، 2 ـ لقطع الرؤوس (معكوسة) ـ متشابهة، 3 ـ جهرا (مبعثرة) ـ قادت (معكوسة)، 4 ـ فاصل ـ أدور (معكوسة) ـ نهر أوروبي (معكوسة)، 5 ـ سبا، 6 ـ أعبر ـ مخلص من القيد (معكوسة)، 7 ـ علم مؤنث ـ للنصب (معكوسة)، 8 ـ علم مذكر ـ علقم، 9 ـ عكس عبد ـ يضجر (معكوسة) ـ ثار، 10 ـ شتائم ـ من الأطراف ـ مادة قاتلة.

كلمة السر

ص	س	ب	ر	ق	د	ي	ع	و	ح
ف	ح	ب	د	و	ر	ج	ص	ب	ج
ا	ا	ج	م	ي	ل	هـ	ب	ح	ن
ء	ب	ح	ل	ي	م	د	ح	ا	ا
و	ر	ء	ق	ز	ة	ب	ج	ر	ح
ع	ا	ا	ي	هـ	ا	ك	ل	أ	ئ
د	ق	ن	ح	و	ي	ر	ي	ر	ط
د	ن	س	ر	ر	ح	م	ص	ي	ا
ج	م	ل	ش	ر	ا	ع	أ	ج	ش
و	س	د	و	د	ع	ط	ر	س	ر

من الطيور من 3 أحرف

جناح	شراع	سحاب	بحار	سناء	وعد
بدور	زهور	سدود	سر	جميل	
صفاء	أريج	عطر	أصيل	جهد	
وجد	صبح	رحيق	حليم	حياة	
شاطئ	منقار	وعيد	مركب	برق	

ثبت علمياً

الجلوس على الأرض أفضل

أثبتت البحوث العلمية أن الجلوس على الأرض يعمل على ثني المفصل حتى النهاية، وإلى أن تصل الركبة الى الصدر، له فائدة صحية، مثل الجلسة المفضلة لتناول الطعام، حيث تثنى احدى الرجلين بشكل كامل، والأخرى بشكل جزئي، او الجلسة الشهيرة التي تسمى «التربيعة»، حيث تنفرج الرجلان فقد ثبت بالتحليل الميكانيكي لهذه الحركات والأوضاع ان مفصل الورك يمكث في أوضاع مختلفة عدة ساعات. اي ان كل جزئية من جزئيات رأس عظمة الفخذ تلامس كل جزئية من جزئيات الفقرة، وهذا الدوران ينتج عنه ما يلي: أولا: استمرار تحرك السائل المغذي للمفصل وإمكان وصوله ـ بالتالي ـ إلى جميع أجزاء الغضاريف التي تغطي عظام المفصل. ثانيا: استمرارية ليونة المفصل مع تقدم العمر. ولإثبات النتيجة الاولى درس فريق من الأطباء المتخصصين في ميكانيكية مفاصل هذه الحركات، ودور السائل اللزج في إطعام الغضروف وتغذيته، وتوصلوا الى نتيجة حاسمة، هي ان لهذه الحركات والأوضاع دورا كبيرا في المحافظة على حيوية الغضروف المغطي للمفصل. أما النتيجة الثانية، فكان إثباتها من خلال دراسة قدرة الإنسان العربي المسن على تحريك مفصل الورك، والتي خلصت الى نتيجة انها تفوق كثيرا قدرة الإنسان الغربي، ولكنها تتشابه ـ الى حد كبير ـ مع ما وجده احد الباحثين ـ في هونغ كونغ ـ عند الصينيين. وقد ثبت أيضا ان العادات العربية الأصيلة في الجلوس على الأرض، وأداء الفروض الدينية كالصلاة للمسلم، تساعد على ندرة حدوث تلف مفصل الورك، وان ابتعاد الأجيال الشابة عن عادة الجلوس على الأرض واستبدالها بالجلوس على المقاعد ساعات طويلة، وعدم مزاولتها للحركة بصورة كافية، واعتمادها على استخدام السيارات في تنقلاتها ـ حتى لمسافات محدودة ـ قد أضر بليونة مفصل الورك وعظامه.

من كتاب: ثبت علميا ـ محمد كامل عبدالصمد

صانعو التاريخ

اخناتون (أمنحوتب الرابع القرن 14 ق.م.) ـ ملك مصري (حوالي 1375 ـ حوالي 1358 ق.م)

عُرف أمنحوتب الرابع، من السلالة الثامنة عشرة، بلقب «الثائر الديني» لأنه صرف معظم وقته في قلب النظام الديني السائد في مملكته، ولكي يحطم سيطرة كبار الكهنة على الحكومة، أدخل عبارة جديدة يعبد فيها اتباعها أتون، الإله الشمس. ولكي يدلل لرعاياه على انه يتقبل هذه العبادة الجديدة، بدّل اسمه الى اخناتون، ومعناه «أتون راض»، وبنى عاصمة جديدة تقوم موضعها اليوم مدينة تل العمارنة. ويعتقد ان اخناتون هو اول من أوجد في مصر الإدارة المدنية ـ اي دوائر الحكومة كلها، باستثناء الجيش، وقد خلفه في الملك صهره الشاب توت عنخ آمون.

سوبيلوليوماس (القرن 14 ق.م) ـ ملك حثّي (حوالي 1380 ـ حوالي 1346 ق.م)

هذا الملك الحثّي العظيم أعاد تشييد العاصمة الامبراطورية الحثية حاتوساس، وحصّنها. ثم قاد جيشا الى خارج حدود بلاده، وتقدم نحو سورية، فاحتلها. وفي أواخر سني حكمه، كانت امبراطوريته تمتد من غربي تركيا حتى بيت المقدس. وكان من القوة بحيث كان سائر الملوك يلجأون اليه للتحكيم فيما بينهم من خلافات. وقد توفي بالطاعون حوالي السنة 1346 ق.م.

رمسيس الثاني (القرن 13 ق.م) ـ ملك مصري (حوالي 1290 ـ 1220 ق.م)

لعل رمسيس الثاني هو أشهر فراعنة مصر. فإذا كان الأمر كذلك، فإن معظم شهرته تعود الى الثقة الكبرى التي كانت له في نفسه، وإلى حماسته للدعاية الشخصية. خاض معركة كبرى ضد الإمبراطورية الحثّية في قادش، بسورية، في حوالي السنة 1288، وادّعى الانتصار فيها، مع انها كانت انتصارا للحثيين أكثر منها له. وفي مفاوضات الصلح التي أعقبت ذلك في حوالي السنة 1272 قبل الميلاد، حافظ الحثيون على إمبراطوريتهم. بعد ذلك قضى رمسيس معظم سني حكمه في زرع مصر بالمعابد الضخمة، وسائر المشاريع العمرانية العامة. من ذلك الإضافات الرئيسية على معبدي الكرنك والأقصر، والمعبد المنحوت في الصخر، في أبوسنبل.

من كتاب: صانعو التاريخ ـ سمير شيخاني

اعرف شخصيتك

للمراسلة

للتواصل معنا عبر هذه الصفحة
أرسلوا تعليقاتكم على البريد الإلكتروني

archive@alanba.com.kw
فاكس 22272830

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

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

المستوى المتوسط

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

المستوى المتقدم

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

الحل

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

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

حل عينك .. عينك

حل كلمة السر

عبدالمحسن المير

حل اعرف الشخصية

حجل

حل الكلمات المتقاطعة

أفقياً:
1 ـ الأثقال ـ شعور، 2 ـ سارق ـ متشابهان ـ قمح (معكوسة)، 3 ـ عكس آمر ـ عكس وضيع، 4 ـ تمييز (معكوسة) ـ مصيبة (معكوسة)، 5 ـ جزيرة كويتية، 6 ـ ظالم ـ متشابهة، 7 ـ عطف، 8 ـ ممثلة مصرية راحلة، 9 ـ قاذف ـ اكتشاف الأعماق (معكوسة)، 10 ـ محتارتان.

عمودياً:
1 ـ مغني سفينة الغوص ـ سعادة، 2 ـ لقطع الرؤوس (معكوسة) ـ متشابهة، 3 ـ جهرا (مبعثرة) ـ قادت (معكوسة)، 4 ـ فاصل ـ أدور (معكوسة) ـ نهر أوروبي (معكوسة)، 5 ـ سبا، 6 ـ أعبر ـ مخلص من القيد (معكوسة)، 7 ـ علم مؤنث ـ للنصب (معكوسة)، 8 ـ علم مذكر ـ علقم، 9 ـ عكس عبد ـ يضجر (معكوسة) ـ ثار، 10 ـ شتائم ـ من الأطراف ـ مادة قاتلة.