

سحر الكيمياء

اقرأ في هذا العدد

الغرور الزائف

علهُ غير

حادث نساء

المحفرات الى عماد الخير

كيف تنمي ثقافتك بنفسك

تساقط الشعر أسبابه ؟ وعلاجه ؟

تصدر عن كلية التربية للبنات - قسم الكيمياء

حكاية الموم

قال لقمان موص ابنه: يا بني من حمل ما لا يطيق عجز، ومن أعجب بنفسه هلك، ومن تكبر على الناس ذل، ومن لم يشاور ندم، ومن جالس العلماء علم، ومن قل كلامه دامت عافيته.

لا بأس في أن تعلق
عربتك بالنجمة،
ولكن احفظ
بقدميك على الأرض



كادر العمل

هدية أحمد البدراي
رجم عبد اللهيب
إنصاف عبد الإله الزبيدي

تصميم

م.م. إيمان هشام

شيوخ العدد

أعراف أحمد / كلية التربية

رؤيا موفق / كلية التربية

أفراح سالم / كلية العلوم

هاجر إسماعيل / كلية الزراعة

زهراء سليمان / كلية التربية للبنات



كلمة العدد .. قيم الحياة الحقيقية

ليست قيم الحياة الحقيقية تلك التي يمكن أن تقاس بالمال .. صحيح أنه من الخير أن يكون لنا مال، والكثير من الأشياء يمكن أن يشتريها المال ولكن من الخير أن نتوقف قليلاً مرة بعد مرة ونتأكد من أننا لم نفقد الأشياء التي لا يمكن أن يشتريها المال!!..

فالقيمة الحقيقية تكمن في الكينونة لا في الظاهري من الأشياء، وفي عمل بعض الخير، يوماً بعد يوم لا في أن نحلم بأشياء عظيمة نعملها شيئاً فشيئاً..

اننا لشديدوا الاهتمام بالحقائق في هذا العصر، وبتنا لا مبالين بالقيم، والمبادئ، والآداب. وأن المصالح المادية تخنق القيم والمبادئ.

القيمة الحقيقية لا توجد في المجد والقوة فالتبجح بالأنساب، وكل ما أعطاه الجمال والمال، تنتظر جميعاً الساعة التي لا بد منها..

وأخيراً تذكر بأن ممرات الحياة جميعها لا تؤدي إلا إلى القبر فاحذر!!

رئيس التحرير

هديل أحمد

مريم عباس

معاني كلمات

أغلى كلمة هي .. الأم
أبهج كلمة هي .. النجاح
أقرب كلمة هي .. الآن
أقبح كلمة هي .. الخطأ
أجمل كلمة هي .. التوبة
أصعب كلمة هي .. الكمال
أحلى كلمة هي .. السلام
آخر كلمة هي .. الموت

أسرع كلمة هي .. الوقت
أقرب كلمة هي .. الواقع
أفضل كلمة هي .. المساواة
أعف كلمة هي .. العاطفة
أحسن كلمة هي .. الوفاء
أقسى كلمة هي .. القسوة
أدوم كلمة هي .. الذكرى

أعظم كلمة هي .. الله
أعمق كلمة هي .. النفس
أطول كلمة هي .. الأبدية
أقوى كلمة هي .. الحق
أوسع كلمة هي .. الصدق
أرق كلمة هي .. الحب
أعز كلمة هي .. الأمل

الكيمياء من اللعبة السحرية الى الحقيقة العلمية

ريم حيد الهبي

لكيمياء دور كبير في عالم السحر والشعوذة، إذ أنه هناك الكثير من الحيل التي تقوم على هذا العلم الواسع، علم الكيمياء.. وستتطرق لشرح بعض الحيل السحرية التي استعملها السحرة والمشعوذين:

حيلة أشعال السكر من غير نار يأتي الكيمياء بطبق فيه سكر للمشاهدين، ويطلب منهم أن يذوقوا منه حتى يتأكدوا أنه سكر، ثم يشير الى الطبق بعضا في يده فيشتعل السكر ناراً ويتصاعد منه اللهب.. والسر في هذا (أن في الطبق جزيئين متساويين من السكر ومن مادة كلورات البوتاسيوم؛ وهي مادة بيضاء تشبه السكر) واما العصا التي استعملها الكيمياء، فمغموس طرفها في (حامض الكبريتيك) وعندما يشير بهذه العصا وتلمس المخلوط يتقد الطبق ناراً نتيجة التفاعل الكيمياء.. وأما عن مذاقته السكر للمشاهدين فيكون من الجانب الذي فيه سكر من الطبق ويكون ذلك بخفة اليد والسرعة.

تغيير الكيمياء لون وجهه من البياض الى السواد والسر الكامن وراء هذه اللعبة أن الكيمياء قبل أن يخرج الى المشاهدين يقوم بدهن وجهه بمادة (أكسيد البزموث) فتعطي هذه المادة للوجه رونقاً جميلاً، وهي مادة تستعملها بعض السيدات في الزينة، ثم يضع الكيمياء أمام المشاهدين اناء مليء بالماء، ثم يدعي انه يشم ذلك الماء، فيتحول وجهه من البياض الى السواد وذلك نتيجة التفاعل الكيمياء بين المادتين اللتين على الوجه وفي الاناء.

السائل والألوان المتعددة: يقوم الكيمياء بطبخ اوراق الكرب، ثم يأخذ ماء الذي أصبح لونه أحمرأ في هذه الحالة، وبعد أن تذهب حرارة الماء تماماً يجيء بثلاثة اوان، فيضع في أحدها قطرات قليلة من (الأمونيا) ويضع في الآخر قطرات من (حامض الكبريتيك) ويترك الثالث فارغاً.. عندها يقوم الكيمياء باضافة الكرب الى الاناء الفارغ فيبقى اللون ولا يتغير، وعند إضافة السائل الى الامونيا يتغير اللون الى الاخضر، وعند اضافته الى اناء حامض الكبريتيك يتغير اللون الى الاحمر وكل هذا يكون قد تم بفعل التفاعل الكيمياء

المياه الجافة — ميثا شهر

اخر ماتوصل اليه العلم هو اختراع المياه الجافة والتي هي عبارة عن (بودرة) تشبه السكر أو الدقيق، وإذا مسكت حفنة من هذه البودرة وعصرت باليد فإنها ستنزل بصورة قطرات ميته سائلة، والسؤال الآن هو كيف يتم ذلك؟

هذا شرح بسيط، ومختصر للتحضير، يتم التحضير بمزج (٥ غرام) من مادة السليكا وخطها مع (٩٥ غرام) من الماء وذلك تحت ظروف خاصة، ومن ثم تترك بضعة دقائق، وهنا سوف تحاط دقائق الماء بغلاف من السليكا لتأخذ شكل حبيبات جافة مثل حبيبات السكر والدقيق، لكنها في الحقيقة (في داخل الحبيبات) لا تزال مياه سائلة!! صاحب هذه الفكرة هو الاستاذ أندي كوبر من جامعة (ليفربول) في بريطانيا، الذي أثبت أيضاً أن امتصاص المياه الجافة لثاني أكسيد الكربون أكبر بثلاث مرات من المياه الطبيعية..



أضواء على حياتك

كيف تنمي ثقتك بنفسك

إيمان محمد أحمد

ما يجب أن تتجنبه وما يجب أن تهدف إليه..

إذا كنت خجولاً فضع نصب عينيك دائماً المقارنات التالية:

انظر كل يوم الى ما هو مدون في الجانب الايسر، ثم الى التدريبات الملانة المدونة على الجانب الايمن. وسوف يحتاج الامر الى مدة طويلة للحصول على نتائج، ولكنك اذا اردت أن تعالج ذاتك فأنتك ستجد هذه النقطة نافعة للغاية. إن ما ورد على الجانب الأيمن في الحقيقة يمثل الصفات المميزة للشخص المعتز الذي تريد أن تكونه، والذي سوف تكونه، إذا أخذت تدريباتك مأخذ الجد حقاً.

ما يجب أن تتجنبه

- ⊗ الاهتمام الشديد بالمسائل التافهة.
- ⊗ التصرف اعتباطاً.
- ⊗ الانفعال عند سماع أقل الأصوات.
- ⊗ شدة الاضطراب أو الشعور بالإساءة.
- ⊗ سرعة الغضب.
- ⊗ الانفعال بسهولة.
- ⊗ التحول السريع من السرور للانسحاق.
- ⊗ الحكم على الأشياء عن طريق القلب.
- ⊗ الجزع ونفاذ الصبر.
- ⊗ التباطؤ في البدء بالعمل.
- ⊗ محاولة عمل أشياء كثيرة في وقت واحد.
- ⊗ النظر الى عملك على انه واجب يتحتم عليك تأديته.
- ⊗ النظر الى الامور كلها نظرة سطحية.

ما يجب أن تفقدن اليه

- ⊗ الاهتمام الشديد بالمسائل الخطيرة فقط.
- ⊗ التصرف بعد التفكير الهادئ.
- ⊗ ضبط النفس في الظروف كلها.
- ⊗ إدراك انه من المحتمل ألا يقصد الآخر الاضرار بك.
- ⊗ ضبط النفس في الاوقات كلها.
- ⊗ الاتزان والهدوء دائماً.
- ⊗ الاحتفاظ بمزاج مقبول.
- ⊗ الحكم على الأشياء عن طريق العقل.
- ⊗ درب نفسك على السكينة والصبر.
- ⊗ إعمل في الوقت المناسب.
- ⊗ عالج الامور وانجزها الواحد بعد الآخر.
- ⊗ النظر الى عملك على انه مصدر للسرور.
- ⊗ ابحث دائماً عن الأسباب المستترة.

مكافحة الأرق

لمكافحة الأرق اليك مجموعة من الحلول الطبيعية:

خذ حماماً ساخناً، إشرب كأساً من الماء بعد وضع القليل من السكر فيه، اشرب كأساً من الحليب الفاتر وبإمكانك أن تضيف القليل من الفانيلا، أو عوداً من القرفة.



سبعة أشياء لا يجب ممارستها بعد الأكل

أبراهيم سالم

- 1- لا تشرب الشاي لأن أوراق الشاي تحتوي على نسبة عالية من الحمض. وهذه العادة ستؤثر على البروتين المتواجد في الأطعمة التي نستهلكها وتجعلها جافة و عسيرة الهضم.
- 2- لا تأكل الفواكه بعد الأكل مباشرة؛ إن أكل الفواكه مباشرة بعد الأكل يتسبب في انتفاخ البطن بالهواء. لذا يجب الحذر وأخذ الحيطه في عدم تناول الفواكه قبل مضي ساعة إلى ساعتين من الأكل أو قبل ساعة من الوجبة الغذائية.
- 3- لا ترخ حزام السرورال- لا ترخي حزام (مشد) السرورال بعد الأكل لأن ذلك يتسبب في التواء الأمعاء وتكسيروها.
- 4- لا تسبح بعد الأكل- إن السباحة بعد الأكل يسبب ارتفاع تدفق الدم لليدين، الأرجل وبالتالي سيقلل تدفق الدم في مناطق كثيرة من الجسم وبالأخص حول منطقة البطن وعليه سيضعف ذلك الجهاز الهضمي.
- 5- لا تمش - الكثير من الناس يعتقدون بجدوى المشي بعد الأكل مائة خطوة ستجعلك تعمر تسعة وتسعين عاما. في الحقيقة إن هذا غير صحيح. لأن المشي سيعطل الجهاز الهضمي من استخلاص الغذاء من الأطعمة التي أكلناها في التو.
- 6- لا تنم في الحال- إن النوم بعد الأكل مباشرة يعطل إكمال عملية هضم الطعام بشكل جيد. بالنتيجة سيؤدي الى ذلك الى عدوى معوية او التهاب معوي.
- 7- لا تدخن، تدخين سيجارة واحدة بعد الأكل تعادل تدخين عشر سجائر في الأوقات الأخرى لذلك نسبة الإصابة بالسرطان أكثر في حالة التدخين بعد الأكل مباشرة).

هل تعلم أن أول من انشأ مستشفى للأمراض العقلية هو الوليد بن عبد الملك.

هل تعلم أن أول من بنى السجون في الإسلام هو الإمام علي بن ابي طالب كرم الله وجهه.

يعد حامض السلسليك هو أحد الفينولات الذي يستخرج من شجرة الصفصاف ويحضر منه الأسبرين.

هل تعلم أن البابليين فرشوا الجنائن المعلقة بالرصاص لاحتجاز الماء كما أن المصريين القدماء استعملوا الرصاص في الزخرفة.

هل تعلم أن عدد ساعات النوم تتراوح عند الانسان البالغ ما بين 7-8 ساعة يومياً أي أننا نقضي أكثر من ثلث العمر في النوم فالإنسان الذي عاش 60 عام نام منها حوالي 20 عام.

هل تعلم
سحراً
صفاً سحر الله

هل تدرك أنك لا تتمتع بأي خصلة يمكن أن تكلفك غالبا كالغرور؟
أشك في أنك فكرت في الغرور على هذه الصورة من قبل، ولكن دعنا نقوم بعمل جرده لنرى ماذا فعل بك
غرورك؟!

الغرور منعك في أحيان كثيرة من التسليم أمام الآخرين بأنك أخطئت في موقفك أو في أعمالك. والغرور
منعك من الاعتراف لنفسك ببعض الضعف الذي فيك. والغرور جعلك تتكبر أو تستخف ببعض الأشخاص،
معتبرا نفسك أرفع منهم. والغرور جعلك ترغب في أن تكون أفضل لباسا من فلان، أو أغنى منه، والغرور
أنمى فيك نوعا من الاحساس الزائف بالقيم، وشعورا مفرطا بأهميتك الشخصية. والغرور ذو صلة وثيقة
بالانانية الفردية، وهو في اساس قناعات الكثير من المحبين. فالواحد منهم يشعر بالأهانة إذا لم يحظ
بالاهتمام المرغوب فيه من الطرف الأخر. ولا المراعاة لحقوق الآخرين ومشاعرهم. وعلى ذلك يكون
القول الشائع القديم ((الغرور يسبق السقوط)) صحيحاً الى أبعد الحدود فأولئك الذين لا يتعلمون كيف
يسيطرون على غرورهم يدفعون ثمن ذلك اختبارا مريرا..

ان الحياة لقصيرة مهما طالبت ولحظات غرورك ليست سوى قطرات ماء لا معنى لها في محيط الزمان
الكبير. وإذا كنت ميالا الى الغرور فدعني أحثك على التواضع، دعني أدعوك لحك كتفك بكتفي الفقير
الوديع، دعني أقترح عليك ابتلاع هذا الغرور والسيطرة عليه، دعني أقترح عليك لقاء اللذين أخطأت
بحقهم والتعويض لهم عما بدر منك، انزع من عقلك وضميرك الصورة الذهنية البغيضة، ولاحظ السمو
العباشر الذي سيطرا على روحك وتفكيرك، والسعادة التي ستشعر بها.

سؤال العدد ؟

حل اللغز

العميل السري ٠٠٧
تلقى العميل السري ٠٠٧ رسالة
بالشفرة... هل يمكنك حلها؟
ان س ت ب س هـ أ س
ن ت س م ل س ا ح س ق

اجوبة العدد السابق

السؤال الاول - سورة الرحمن
السؤال الثاني - أولو العزم هم
نبي الله محمد، نبي الله ابراهيم، نبي
الله موسى، نبي الله عيسى، نبي الله
نوح (عليهم السلام)

اسلاميات

المحفزات الى عمل الخير
زهراء سليمان

س: هل علمت بهذا الحديث؟

ج: قال صلى الله عليه وسلم: (ما من يوم يصبح العباد فيه الا ملكان ينزلان، فيقول احدهما اللهم أعط منفقاً خلفاً، ويقول الآخر اللهم أعط ممسكاً تلفاً) -رواه مسلم-

س: هل تريد أن يصلي الله عليك؟

ج: قال صلى الله عليه وسلم: (من صلى علي صلاة صلى الله بها عليه عشرأ) -رواه مسلم-

س: هل تريد بيتاً في الجنة؟

ج: قال صلى الله عليه وسلم: (ما من عبد مسلم يصلي لله تعالى في اليوم ثنتي عشرة ركعة تطوعاً غير الفريضة إلا بنى الله له بيتاً في الجنة) -رواه مسلم-

س: هل سمعت بهذه الوصية؟

ج: عن أبي هريرة رضي الله عنه قال أوصاني خليلي صلى الله عليه وسلم: (بصيام ثلاث أيام كل شهر وركعتي الضحى وأن أوتر قبل أن أرقدا) -متفق عليه-

س: هل تريد أن لا ينقطع عملك الصالح بعد الموت؟

ج: بناء المساجد، حفر الآبار، تربية الولد الصالح، نشر العلم كطباعة الكتب ونشرها ونسخ الأشرطة وتوزيعها، ودعمها مادياً، يقول صلى الله عليه وسلم: ((إذا مات لانسان انقطع عمله إلا من ثلاث: إلا من صدقة جارية، أو علم ينتفع به، أو ولد صالح يدعو له)) -رواه مسلم-

س: هل تريد أن تستجاب دعوتك؟

ج: قال صلى الله عليه وسلم: (ما من عبد مسلم يدعو لأخيه بظهر الغيب إلا قال الملك ولك بمثل) -رواه مسلم-

س: هل تعرف ما هو أحب الكلام الى الله؟

ج: قال صلى الله عليه وسلم: (ألا أخبرك بأحب الكلام الى الله؟ إن أحب الكلام الى الله سبحانه الله وبمحمد) -رواه مسلم-

س: هل تريد أن تكون قريباً من ربك؟

ج: قال صلى الله عليه وسلم: (أقرب ما يكون العبد من ربه وهو ساجد فأكثروا الدعاء) -رواه مسلم-

س: هل تريد أن تغفر ذنوبك وإن كانت كثيرة؟

ج: قال صلى الله عليه وسلم: (من قال سبحان الله وبحمده في يوم مائة مرة، حطت خطاياها، وإن كانت مثل زبد البحر) -متفق عليه-

سبع حقائق

هاجر إسماعيل

قال لقمان الحكيم لابنه: الإيمان سبع حقائق، لكل حقيقة منها حقيقة، اليقين والمخافة والمعرفة والهدى والعمل والتفكير والورع، فحقيقة اليقين: الصبر، وحقيقة المخافة: الطاعة، وحقيقة المعرفة: الايمان، وحقيقة الهدى: البصيرة، وحقيقة العمل: النية، وحقيقة التفكير: الفطنة، وحقيقة الورع: العفاف.

دقائق ذهبية

((لا إله إلا الله، وحده لا شريك له، له الملك وله الحمد، وهو على كل شيء قدير))

من قالها ١٠٠ مرة في يوم، كانت له عدل عشر رقاب، وكتب له ١٠٠ حسنة ومحيت عنه ١٠٠ سيئة، وكانت له حرزاً من الشيطان في يومه ذلك حتى يمسي، ولم يأت أحد بأفضل مما جاء به إلا أحد عمل أكثر من ذلك.



شمس المغيب

سنة الجبورية



قد تشرق الشمس يوما من المغيب، قد تغرق في أمواج البحار احزاننا، تذهب ولا تفكر في المنيب، قد تسمو أحلامنا تشعل لنا في الفضاء لهيب آمالنا غاياتنا في الاعالي تنادي.. هل من مجيب؟ هل لي بسؤال يا أمة المصطفى الحبيب، أين العروة والسلام؟ أين الامان ليلبس ثوبا من حديد؟ أين ابطال الامس لينهضوا من جديد؟ فنحن ننتظر الارادة... والارادة تنتظر الامل، والامل لن يأتي إلا من قلب سعيد، فمن أين نأتي به.. وكل منا يعد نفسه في الدنيا غريب! قد تشرق الشمس يوما في المغيب، ويغيب نداء صوتي راحلا بلا منيب، ولكن قد تشرق الشمس يوما فمتى سيأتي إلينا المجيب؟؟؟

جمانة فواد

أقوال ثمينة

- 1- لا تثقل نفسك بالكرهية.. فهي أثقل مما تتصور.
- 2- الضربات القوية تهشم الزجاج لكنها تصقل الحديد.
- 3- اخبر صديقك كذبة فإن كتمها اخبره حقيقة.
- 4- عاتب صديقك سرا وامدحه علنا.
- 5- لا يصل الناس الى حديقة النجاح دون ان يمروا بمحطات التعب والفشل واليأس، وصاحب الارادة القوية لا يطيل الوقوف في هذه المحطات.
- 6- انسان بدون هدف كسفينة بدون دفة كلاهما سوف ينتهي به الامر على الصخور.
- 7- تعامل مع الآخرين كما ترغب أن يعاملوك.

علّه خير

رؤيا موفق



يحكى أن في قديم الزمان كان هناك ملك شاب صغير ليس له خبرة في الحياة وكان له وزير شيخ حكيم مجرب عاش طويلاً وعرف كثيراً.

في يوم من الأيام هاجم الأعداء حدود البلاد فحصل التوتّر والخوف في نفوس جميع الحاشية فالتقى الوزير ملكه وقال: علّه خير يا سيدي فالإنسان لو صبر على المصيبة لكان خيراً له. فقد الملك أعصابه ورد مؤكداً إن المصائب مصائب ولا خير فيها.. مرت الأيام وزال خطر الأعداء عن المملكة.. وفي صباح أحد الأيام جلس الأمير لتناول الإفطار، وما لبث حتى جرح أصبعه بالسكين بدون أي قصد.. قال الوزير: علّه خير يا مولاي سأستدعي الطبيب حالا. فثار الك على وزيره وسنم من قوله هذا ومن أعصابه الباردة قائلاً له: ما الخير في جرح أصبع مولايك أيها الخائن؟ فطلب زجه في السجن. بعد مدة من الزمن حل الربيع فخرج الملك للصيد في الغابة فلم

يلبث أن ظل طريقه حتى قبضوا عليه جماعة من قطاع الطرق فقرروا تقديم الملك تضحية ملكية وذبحه أمام صنمهم فلما خلعوا ثياب الأسير وجدوا أصبعه مقطوعاً ففكوا وثاقه وأطلقوا سراحه لأن التضحية يجب أن تكون سالمة من الجروح فعاد الملك إلى بلاده غير مصدق نجاته وادرك أن الصبر على المصائب قد يخفي وراءه الخير الكثير فأطلق سراح وزيره واعتذر منه بعد أن سأله ما كان الخير في سجنه له؟ فرد الوزير قائلاً: لا تأسف أيها الملك لأنك عندما سجننتني قلت في نفسي (علّه خير) وقد كان الخير في ذلك يا مولاي لأنني لو كنت معك لذبحوني بدلاً منك!!!

خذ العبرة

استدعى أمير أحد الحكماء وأعطاه شاة وأمره أن يذبحها، ويأتيه بأخبث ما فيها. فذبحها وأتاه (بقلبها ولسانها)، ثم أعطاه شاة أخرى وأمره أن يذبحها ويأتيه بأطيب ما فيها، فذبحها وأتاه (بقلبها ولسانها). فسأله عن ذلك فقال: يا سيدي ليس هناك أخبث من القلب واللسان إن خبثاً ولا أطيب منهما إذا طابا.



ترفيه



حادث نساء

اعراف احمد

ست نسوان عملوا حادث بسيارة.. كل واحدة اتصلت بزوجها وكانت رسود الازواج على النحو الآتي:

* اللبنانية: بعيد الشر عنك.. أنا هلا جاي عطريق.

* الفلسطيني: سلامة قلبك ياروح قلبي .. انا جاي ركد يا قلبي.

* الاماراتي: شنو امطلع الظهر.. طلعت روح ما وراج الا المصاييب، تغطي زين عن الريايبيل لئن اوصلوا!

* الاردني: الله لا يردك.. دبري حالت.

* السوري: اتيلي معك خمس نسوان؟! طيب ثواني بكون عندك!!

* المصري: يالهوي أوعي يكون حصل حاكة للعربية!

كلمات فكر، لادى طالبات قسم الكيمياء

السؤال

اليوم سعدنا

اتأخرنا

اتأخرنا

وي والله متنا جوع

- اليوم سعدنا

- وي عدنا اكوز والله ما عبالى ما درست

- بنات خلي نضرب المحاضرة اش راح يصير

- بنات ما لحقنا ندرس خلي اتأجل الامتحان، خلي نروح على استاذ احمد.

- شنو هاي معقولة هاي درجتي والله ظلموني اني جاوبت

- استاذ عفية طلعلنا قبل الوقت اشتركاكتنا على باب الصناعة اتأخرنا

- همزين اليوم طلعلنا من وقت من المحاضرة يالله خلي نروح عالمركز

الطلابي بسرعة والله متنا جوع

اتأجل الامتحان

عبالى ما درست
ما لحقنا ندرس

والله ظلموني اني جاوبت

اتأخرنا

خلي نروح عالمركز الطلابي

معقولة هاي درجتي

اتأجل الامتحان

اليوم سعدنا

المنحوس منحوس

هنا عوف

في قردين واحد حظه حلو والثاني حظه تعبان، منحوس طول عمره..

المهم كانوا قاعدين يسولفون قال اللي حظه حلو للمنحوس: شنو رأيك نروح مزرعة الهندي وناخذ موز؟

رد عليه المنحوس: أوكي

يوم راحوا، اللي حظه حلو طلع فوق ينزل الموز والمنحوس ينتظر تحت حتى ياخذ الموز المهم وبعد اشويه جا الهندي مسك اللي تحت وضربه ضرب، بعدين بقوا على هاي الحال ثلاثة ايام بس قرروا يروحون المرة الرابعة قال المنحوس للي حظه حلو: انت دائما فوق وانا اكون تحت وانا اللي انضرب هالمرة انا اطلع فوق وانت تكون تحت قال اللي حظه حلو: اوكي!

المهم اتفقوا ويوم راحوا شافهم الهندي ومعاه اثنين ولما وصل صوبهم قال لربعه جيبوا اللي فوق اللي تحت دائما اضربه!! منحوس

رايد تضحك.. اضحك معنا زينب خالد

😊 اثنين كذايين ديمشون الأول كال دتشاف ذاك الجبد. الثاني كله ابي، كله دتشاف

النمالتين اللي ديمشون عليه، الثاني كال ياهي اللي امفتحه لو اللي امغمضه !!



😊 عجوز دخلت محو امية بس بطلت ؟ خافت من التعيين بالقرى ؟ ؟

😊 واحد اخذ الدوا قبل وقته ؟ حتى يفاجي الجراثيم !

😊 آكو واحد كل ما يروح يلكه مجدي فكله حجي ما عندي خردة من ارجع انطيك فرجع من

المدرسة لكاه كالب ايره بالعكس كله ها حجي كله عزلت !!

😊 سأل الأرب المدرس: ماذا تتوقع نتيجة ولامي في الامتحان ؟ المدرس: هنا يتوقف على شطارة

زميله الذي يجلس بجانبه يوم الامتحان

جمال شعرك من صنع يديك

تساقط الشعر أسبابه؟ وعلاجه؟

انصاف عبد الإله الزيبيدي



من المعروف أن المعدل الطبيعي لتساقط الشعر يتراوح بين ٥٠-١٠٠ شعرة في اليوم. فإذا زاد على ذلك عد الأمر غير طبيعي. وهناك أسباب كثيرة لتساقط الشعر منها:

أسباب محددة مثل الثعلبية، الفطريات، شد الشعر أثناء التصفيف العنيف. وأسباب أخرى غير محددة منها الأسباب الوراثية، الضعف العام، الحالة النفسية، فقر الدم المزمن، ضعف التغذية، خلل الهرمونات واستعمال الأدوية، ولذلك لا بد من الذهاب الى طبيب مختص لإجراء الفحوص اللازمة، وفحص فروة الرأس، وتحديد السبب ثم العلاج المناسب.

أما علاجه ينصح أخصائيو التغذية بـ ضرورة تناول كميات مناسبة من الخضراوات والفواكه يومياً على أن تكون الفواكه مددة الأنواع لاحتواء كل منها على كميات من الفيتامينات والأملاح المعدنية المختلفة..

فضلاً عن أنه هناك أنواع متعددة من الأطعمة التي تساعد على نمو الشعر ونقويته منها:

🌸 الدجاج: غني بالبروتين الضروري لتقوية الشعر وسرعة نموه.

🌸 البيض: يحتوي فيتامين B المقوي لبصلة الشعر والمقاوم لقشرة الشعر.

🌸 السبانخ: من الخضراوات الغنية جداً باليود الذي يحسن عمل الغدة الدرقية والتي يؤدي اضطرابها إلى ضعف الشعر وسقوطه.

🌸 الماء: يرطب الشعر ويزيد من حيويته.

🌸 الكبد: تحتوي على فيتامين A المغذي للشعر.

🌸 أخيراً يجب قص الأطراف باستمرار لأنها تمتص التغذية

هل أنت متكبر أم متواضع؟! أختبر نفسك...

* إذا جمعت أكثر من ٧ نقاط: يبدو أنك تعبير شخصك الصغير أهمية كبرى. فأنت تحب أن يتحدث الناس عنك، ويعجبوا بك، وتكره أن يخالفوك الرأي. وفي نظر الآخرين أنت تبدو شديد الثقة بنفسك. ولكن إذا حاولت ان تكون بسيطاً، وطبيعياً أكثر مما أنت، ألا تعتقد أن ذلك سيكون أفضل لك وللآخرين؟!

* إذا جمعت أقل من ٧ نقاط: استطعت أن تجد التوازن، وأنت لست متكبراً ولا مدعياً ولكنك مع ذلك لست متواضعاً جداً ولا متحفظاً جداً، ذلك بأنك تولي المشاعر والأمور الحقيقية أهمية تفوق ما تولي المظاهر، وهذا شيء حسن!

* إذا جمعت أقل من ٤ نقاط: لا يمكن لأحد أن يتهمك بالغرور، أو الأذعاء، أو التكبر مثل الطاووس الذي ينشر ذيله الملون ليجذب إليه إعجاب المشاهدين، وأنت على النقيض، متواضع حقاً ورزين، ولا تحب أن تلفت اليك الأنظار عندما تكون بين الناس. ولكن مع ذلك حذار فالتواضع لا يعني الجبن أو البخل، فليس هناك أي مسوغ لكي تكون ساذجاً جداً وتدع الآخرين يعتدون عليك!

إذا كان التكبر والتواضع من المزايا، فإن المبالغة في كل واحدة من هاتين الميزتين يمكن أن تحولهما بسرعة إلى عيوب.. في هذا المجال، أعتقد أنك تعرف نفسك؟
الإجابات الصريحة الصادقة عن أسئلة هذا الاختبار ربما تعطيك فكرة أكثر وضوحاً.
(الجواب يكون بنعم أو لا)

1- عندما تلهو، أتميل الى الرغبة في توجيه رفاقك؟

2- أتعترف طوعاً أنك مخطئ؟

3- أتحب النظر في المرايا؟

4- الا توافق على الاشتراك في لعبة ما من ألعاب المجتمع إلا إذا كنت واثقاً من أنك الأقوى فيها؟

5- أعتقد أن الطاووس طائر متكبر؟

6- أيتفق أحياناً أن تقاطع متحدثاً لأنك تجده ثرثاراً؟

7- أتنزعج عندما يطريك ذووك أو أصدقاؤك في حضرتك؟

8- أتحب السكنى في قصر؟

9- أتعقد الهدية حتى وإن لم تكن ذات قيمة؟

10- أتقدم الاعتذار بسهولة عندما تخطئ؟

إحسب الآن نقطة واحدة لكل جواب ب "نعم" عن الأسئلة (١،٣،٤،٦،٨) ونقطة واحدة لكل جواب ب "لا" عن الأسئلة (٢،٥،٧،٩،١٠)