شخصية الفتاة من خلال الورد الذي تحبه

لكل فتاة زهور مفضلة، لها معان كثيرة... ومن خلال هذا الاختبار السريع يمكنك أيتها الفتاة معرفة شخصيتك..

الياسمين

إمرأة الياسمين تتسم بالقلق الشديد، تخاف من المجهول وتترقب المجهول

بنرجس لا تحب الحلول الوسط، وتفضل القرارات الحاسمة، لا تتراجع عن رأيها ويعاب عليها التسرع والتهور، ومع هذا فهي شديدة التأني في الأمور المصيرية.

البنفسج

ترى الحزن في عيني إمرأة البنفسج بسهولة شديدة، لا تخفي مشاعرها، واضحة لكنها خجولة جداً، تعشق الرسم وتجيده غالباً، مشكلتها في الانطواء الزائد، فهي لا تحب المناسبات الاجتماعية، ولا تجيد المجاملات، وإذا أحبت شخصاً فإنها تتحول فوراً إلى كتاب مفتوح، فمن السهل جداً أن تبوح بأسرارها.

الورد البلدي

محبة الورد الأحمر واثقة من نفسها، مقبلة على الحياة، لا تهتم بآراء الآخرين، لذا فلا يؤذيها النقد، محبة الكلمات الرقيقة، لكنها تفضل الفعل المعبر عن صدق المشاعر، تعبر عن مشاعرها بصدق دون خوف أو خجل.

نرجس

إمرأة النرجس معتدة بنفسها تنظر إلى النصف المملوء من الكأس، متفائلة، لكنها قد تبالغ في وصف ما تملك من مواهب فهي تعظم من قدر نفسها، دمعتها عصية وتحتفظ بقوتها أمام الآخرين فلا تضعف، يمكن الاعتماد عليها في المواقف الصعبة.

الغردينيا

محبة الغردينيا غيورة، تتميز بذكائها الحاد وحاستها السادسة، تمتلك حساً لا يخطئ لحذر الكذب معها والصدق أفضل وسيلة للتعامل مهما كان الخطأ فادحا.

الزنبق

إمرأته قلبها أبيض، متسامحة، عطاؤها بلا حدود لا تنتظر المقابل، تكره الإساءة ولو بالكلمة، وتبحث عن الإستقرار، يعاب عليها الشك في أي تصرف، لا تثق بأحد وليس من السهل كسب ودها .

الفل

محبة الفل مرحة، عاشقة للنكتة والضحك، لا يهمها سوى إسعاد من حولها وبث المرح في الجو المحيط بها، ومع هذا فإن دمعتها قريبة، أقل موقف يثير مشاعرها يضايقها النقد.

القرنفل

يناسب المرأة ذات المزاج المتقلب التي تميل مع الرياح ولا تثبت على رأي واحد، وعلى الرغم من تردد هذا النوع من النساء إلا أن امرأة القرنفل إذا عزمت على شيء فإنها تنفذه بدقة وإتقان شديدين.

تعلم كيف تشرب القهوة

في إحدى الجامعات
التقى بعض خريجيها في منزل أستاذهم
بعد سنوات طويلة من مغادرة مقاعد الدراسة
وبعد أن حققوا نجاحات كبيرة في حياتهم العملية
ونالوا أرفع المناصب وحققوا الاستقرار المادي والاجتماعي
وبعد عبارات التحية والمجاملة طفق كل منهم يتأفف من ضغوط العمل
والحياة التي تسبب لهم الكثير من التوتر
وغاب الأستاذ عنهم قليلاً
ثم عاد يحمل أبريقا كبيرا من القهوة:
ومعه أكواب من كل شكل ولون
–أكواب صينية فاخرة
–أكواب ميلامين
–أكواب زجاج عادي
–أكواب بلاستيك
–وأكواب كريستال
فبعض الأكواب كانت في منتهى الجمال
تصميماً ولوناً وبالتالي
كانت باهظة الثمن
بينما كانت هناك
أكواب من النوع الذي
تجده في أفقر البيوت: قال الأستاذ لطلابه تفضلوا، و ليصب كل واحد منكم لنفسه القهوة وعندما بات كل واحد من الخريجين ممسكا بكوب: تكلم الأستاذ مجددا هل لاحظتم ان الأكواب الجميلة فقط هي التي وقع عليهااختياركم وأنكم تجنبتم الأكواب العادية؟؟؟ انه لمن الطبيعي ان يتطلع الواحد منكم الى ما هو أفضل ولكنكم لم تفعلوا ذلك وهذا بالضبط ما يسبب لكم القلق والتوتر

ما كنتم بحاجة اليه فعلا هو القهوة وليس الكوب تهافتم على الأكواب الجميلة الثمينة وبعد ذلك لاحظت أن كل واحد منكم كان مراقباً للأكواب التي في أيدي الآخرين فلو كانت الحياة هي القهوة.. إن الوظيفة والمال والمكانة الاجتماعية هي الأكواب وهي بالتالي مجرد أدوات ومواعين تحوي الحياة ونوعية الحياة: القهوة تبقى نفسها لا تتغير

وعندما نركز فقط على الكوب فإننا نضيع فرصة الاستمتاع بالقهوة وبالتالي أنصحكم بعدم الاهتمام بالأكواب والفناجين وبدل ذلك أنصحكم بالاستمتاع بالقهوة

في الحقيقة هذه آفة يعاني منها الكثيرون فهناك نوع من الناس لا يحمد الله على ما هو فيه مهما بلغ من نجاح: لأنه يراقب دائما ماعند الآخرين يتزوج بامرأة جميلة وذات خلق ولكنه يظل معتقدا ان غيره تزوج بنساء أفضل من زوجته ينظر الى البيت الذي يقطنه ويحدث نفسه ان غيره يسكن في بيت أفخم وأرقى وبدلا من الاستمتاع بحياته مع اهله و ذويه: يظل يفكر بما لدى غيره ويقول "ليت لدي ما لديهم".

لاعبو الورق وهواة الكلمات المتقاطعة لا يصيبهم الخرف!

المسنون الذين يمارسون باستمرار نشاطات ترفيهية تحفز الذهن مثل الكلمات المتقاطعة ولعب الورق او يشاركون في جمعية او بنشاط فني يواجهون خطرا اقل بكثير للاصابة بالخرف او مرض الزهايمر على ما ذكرت دراسة.

والدراسة التي اجراها باحثون في المعهد الوطني للصحة والبحث الطبي "انسيرم" نشرت اليوم في مجلة "نورولوجي" وكانت موضع بيان اصدره المعهد بمناسبة اليوم العالمي لمرض الزهايمر.

وحلل تستيم اكبارالي وكلودين بير من معهد انسيرم معطيات تم جمعها بين ١٩٩٩ و٢٠٠١ دراسة حول علم الاوبئة اجرتها ثلاث مدن فرنسية وشملت ستة الاف شخص فوق سن الخامسة والستين. وخلال تلك الفترة سجلت ١٦١ حالة جديدة من الخرف او مرض الزهايمر.

وانطلاقا من هذه المعطيات ميز الباحثون بين نشاطات الترفيه المحفزة للذهن "كلمات متقاطعة ولعب الورق والمشاركة في جمعية ومشاهدة عروض فنية والفيلم بنشاط فني" والنشاطات السلبية "مشاهدة التلفزيون والاستماع الى الموسيقى..." والنشاطات الجسدية "الاهتمام بالحديقة والمشي..." والنشاطات الاجتماعية "الالتقاء بالاصدقاء والعائلة". والهدف من ذلك معرفة نوع نشاطات الترفيهية التي تساهم اكثر من غيرها "في المخزون الادراكي" وهي قدرة على استخدام شبكات من الخلايا العصبية البديلة او شبكات اكثر فاعلية في حال الاصابة بتلف في النظام العصبي. واوضح كاسليم اكبارالي لوكالة فرانس برس ان "المخزون الادراكي يسمح بظهور الاعراض بشكل متأخر لدى الشخص المريض".

واظهرت الدراسة ان الاشخاص الذين يمارسون مرتين على الاقل في الاسبوع نشاطا ترفيهيا محفزا للذهن يواجهون اقل بمرتين خطر الاصابة بالخرف او مرض الزهايمر مقارنة مع الاشخاص الذين يمارسون هذه النشاطات اقل من مرة في الاسبوع. وهذا الامر يتم بغض النظر عن مستوى التعليم وجنس الشخص ونمط حياته ووضعه الصحي. ولم يسجل اي تراجع كبير في خطر الاصابة بالخرف او الزهايمر على صعيد الفئات الاخرى من النشاطات الترفيهية. واستنتج الباحثون ان الترويج للنشاطات الترفيهية المحفزة ذهنيا لدى المسنين "قد تشكل تحركا مناسبا لمرافق الصحة العامة".

نصائح للعناية بالأطفال حديثي الولادة

العناية بحديث الولادة لا تمنع حدوث أخطاء شائعة كثيرة يقع فيها الزوجان، حديثا الأبوة والأمومة، في ما يخص تعاملهما مع طفلهما حديث الولادة، ابتداء من لحظة خروجهما من مستشفى الولادة، فخطأ بسيط في طريقة حمل هذا المخلوق الضعيف الذي لا يقوى على حمل رأسه قد يعرضه لمشكلة صحية تدوم آثارها طويلا.

وجلوس الأم في مقعد السيارة الأمامي بجوار زوجها وهي حاملة الطفل خطأ جسيم قد يكلفها حياة هذا الطفل، فرحة باقي أفراد الأسرة بقدوم المولود للبيت وتزاحمهم على حمله وتقبيله وقذفه في الهواء لأعلى.. إلخ، كلها سلوكيات متوارثة، ولكنها خاطئة.

أمر طبيعي أن يقع الأبوان المبتدئان في حيرة منذ عودتهما إلى المنزل مع طفلهما حديث الولادة، وهما بحاجة إلى تصويب مثل هذه السلوكيات الخاصة بالتعامل معه، ومن ذلك:

– دعم رأس الطفل بالإمساك به باليدين بلطف شديد، وذلك كلما حملتاه أو وضعتاه على سريره.

– مراقبة بقية أفراد الأسرة، خاصة الأطفال، عند التعامل مع المولود، ليكون بلطف وعناية فائقة.

– عدم القيام بالعادة الموروثة بهز الطفل لأي سبب من الأسباب.

– عدم تقبيل الطفل، خاصة في فمه، وإن كان لا بد ففي رأسه أو يديه.

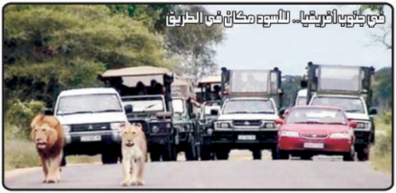
– عند الرغبة في إيقاظ الطفل من النوم، يستحب اللعب في راحة القدمين أو دغدغة الخدين إلى أن يستيقظ.

– عند ركوب السيارة للخروج إلى أي مكان، يجب التأكد من توفر وسائل السلامة لهذا المولود، فيجب استخدام مقعد السيارة الخاص بالمواليد، وعند الخروج من السيارة، استخدام عربة الأطفال بشكل صحيح.

– عدم محاولة وضع المولود في وضع الجلوس أو الوقوف في هذه المرحلة، وكذلك عدم قذفه أو رفعه في الهواء، وهي العادة المعروفة لدى البعض بـ"تهشيك الطفل".

– أما عن اقتناء الألعاب، فإن من السابق لأوانه التفكير في ذلك، عدا الدمى الناعمة والرقيقة.

– تذكر دائما أن الأطفال المواليد الجدد يحتاجون فقط إلى حنان ودفء حضن الوالدين.



في جنوب أفريقيا.. للأسود مكان في الطريق

الابراج

الحمل

٢٢ آذار – ٢٠ نيسان
بعض التغييرات في شكل منزلك تبدو مثمرة. تحدث بعض المشاجرات مع رئيسك في العمل إذا عبرت عن رأيك في إحدى الأمور. الاستثمارات أو التأمين أو الاستقطاعات الضريبية أو الميراث يحقق لك مكاسب مادية. أسعد أيامك هو يوم الجمعة!

الثور

٢١ نيسان– ٢١ ايار
اقض كل وقت تحتاجه لتستكمل فيه بعض الأعمال التي طلبها منك صديق لك وستجد أنك تجني ثمار جيدة من ذلك، ستجد الآخرين يطلبون منك أعمالاً أخرى بعد النجاح الذي توصلت إليه بشكل كنت لا تتوقعه. أسعد أيامك هذا الأسبوع هو يوم الخميس.

الجوزاء

٢٢ ايار– ٢١ حزيران
اشتراكك في مجموعات يزيد من ثقتك بنفسك. اعلم جيداً أنك قد تخسر أصدقاءك أو تبتعد عن الآخرين إذا استمريت في عنادك. لا تسمح للزملاء بالضغط عليك. لا تكثر من استخدام المواد قليلة الموارد. أسعد أيامك هذا الأسبوع هو يوم الأربعاء.

السرطان

٢٢ حزيران–٢٢ تموز
الأعمال ستكون ناجحة. قد تجد نفسك في خلاف شديد مع أحد الأصدقاء إذا حاولت أن تغير رأيك معه بشأن إحدى الأمور. لا تجرح مشاعر أكثر الأشخاص المقربين إليك. تستمتع بالتعامل مع الآخرين هذا الأسبوع. أسعد أيامك هو يوم السبت!

الاسد

٢٣ تموز– ٢٢ اب
قد تشعر بالرضا عن نفسك كما قد تقابل بعض الأحباب. قد ينشب الخلاف مع شخص قريب منك. قد يكون يوماً مخيباً للآمال عاطفياً. المعارك الكلامية تؤدي إلى حالة من عدم الاهتمام. أسعد أيامك هذا الأسبوع هو يوم الخميس!

العذراء

٢٤ اب– ٢٣ ايلول
ينبغي أن تواجه كل قضية على حدة وبشكل مستقل عن الأخرى. قد تواجه مشاكل مادية في حالة عدم الحكم الجيد على الأمور. تحتاج أن تقضي وقتاً ممتعاً مع أشخاص يستمتعون بنفس طرقك في اللهو والتسلية. أسعد أيامك هذا الأسبوع هو يوم الجمعة!

الميزان

٢٤ ايلول– ٢٣ تشرين ١
قد تتعرف الى أشخاص ممتعين أن حاولت الاشتراك في بعض البرامج الرياضية . قد لا يتفهم الأصدقاء والأقارب احتياجاتك. من الممكن أن تكون العلاقة العاطفية من جانب واحد. تكتشف أن المشاريع المشتركة خاسرة دائماً. أسعد أيامك هو يوم الاثنين!

العقرب

٢٤ تشرين ١ –٢٢ تشرين ٢
أي سلوك متقلب قد يؤدي إلى ارتباك الأحباب وسيؤدي تقلبك المزاجي إلى الشعور بالوحدة. لا تسمح لمعارضة من يحسدونك بإعاقة تقدمك. استغل مهاراتك الإبداعية في تحقيق أهدافك الشخصية. لديك الكثير لتقوم به. أسعد أيامك هو يوم الأربعاء!

القوس

٢٣ تشرين٢ – ٢٢ كانون ١
تجنب التشبث الشديد برأيك كي لا تخسر الأصدقاء. قد لا يتفهم الأصدقاء والأقارب احتياجاتك. يصعب عليك التعامل مع بعض الأشخاص. الأصدقاء الحقيقيون سيعطونك إجابات صادقة. أسعد أيامك هذا الأسبوع هو يوم الجمعة!

الجدي

٢٣ كانون ١–٢٠ كانون ٢
كن مستعداً لمواجهة أي تهديد. ليس لديك القدرة على الاحتفاظ بالأسرار. ستجد صفقات جيدة وترتفع روحك المعنوية. حاول الاستراحة والاستمتاع هذا الأسبوع وسيفيدك الأمر. أسعد أيامك هذا الأسبوع هو يوم الخميس!

الدلو

٢١ كانون ٢– ١٩ شباط
قد تقضي بعض الوقت بعيداً عن العمل ولكنك تستمر في التفكير في العمل وموقفك المالي. كن حذراً عند التعامل مع الماكينات والأجهزة الكهربائية. يمكنك التعبير عن ذلك من خلال الطرق الإبداعية. أسعد أيامك هذا الأسبوع هو يوم الجمعة!

الحوت

٢٠ شباط –٢١ آذار
اهتماماتك العاطفية تؤدي إلى خلق علاقة تتميز بالالتزام. زر بعض أصدقائك الذين لا تزورهم كثيراً. ميول الهروب قد تؤدي إلى الإفراط في الاستمتاع. لا تخش الخوض في المجالات غير المألوفة بالنسبة لك. أسعد أيامك هذا الأسبوع هو يوم الأحد!

كلمات متقاطعة

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

الافقي

1 ـ (تقي الدين..) مؤرخ اسلامي.
2 ـ شق للميت في جانب القبر/ أقوم بالطحن.
3 ـ مدائن/ حاجز.
4 ـ قائمان بالرسم/ العطاف.
5 ـ يخصني(معكوسة)/(بندر...) امين عام مجلس الأمن القومي السعودي.
6 ـ كرراه(مبعثرة)/ أتقن شفاهة.
7 ـ مطربة مصرية شابة/ رمز رياضي.
8 ـ عاصمتها كاتماندو/ عاصمة بيرو.
9 ـ مدينة صينية/ ضمير متصل.
10 ـ قام يقظا نشيطا/ تتحادث ليلا.

العمودي

1 ـ الخشبة يدفع بها الخباز الأرغفة في الفرن ويجتنبها/ نصب متفرقا.
2 ـ لاصق القرابة/ ما تولد في المصباح ضوءا ساطعا.
3 ـ نوع من الأحذية/ كراهية.
4 ـ منافسة بين فريقين.
5 ـ أديب فرنسي.
6 ـ وسخ/ لم يختلفون(معكوسة).
7 ـ خشب أثاث متين/ عامل ليلة ليلة.
8 ـ ضمن(معكوسة)/ هشم/ حان وقرب(معكوسة).
9 ـ مخرج سينمائي مصري.
10 ـ عاصمتها جاكرتا.

قصة مترجمة

حب الأم

Mother's Love

ترجمة: أشرا كادو

في إحدى الأماسي جاء صبي إلى والدته في المطبخ عندما كانت تعد العشاء، وأعطاها ورقة صغيرة وكان قد كتب شيئاً فيها. بعد أن جففت الوالدة يديها، قرأتها، وكان مكتوب فيها الآتي:

مقابل قطع العشب: خمسة دنانير

مقابل ذهابي إلى المتجر لأجلك: نصف دينار

مقابل مجالستي لأخي الصغير عندما كنت ذاهبة إلى التسوق: ربع دينار

مقابل اخراج القمامة: دينار واحد

مقابل الحصول على تقدير جيد: خمسة دنانير

لتنظيف الفناء: ديناران

ويكون المجموع: اربعة عشر ديناراً وسبعمئة وخمسون فلسا

حسناً، قالت وهي تنظر إليه من بعيد، وكان الصبي يستطيع رؤية الافكار تمضي في رأسها.

لقفت قلماً، وقلبت الورقة وكتبت الآتي:

مقابل التسعة أشهر التي حملتك وأنت تنمو في داخلي: لاشيء

مقابل جميع الأوقات العصيبة، والدموع التي كنت تسببها خلال سنوات طويلة: لاشيء

مقابل الليالي التي كانت مليئة بالرعب، والمخاوف التي عرفت أنها كانت أمامي: لاشيء

مقابل الألعاب، الطعام، الملابس، وتنشيف خشمك: لاشيء

بني، فضلاً عن ذلك أضف، حبي لك

مقابل: لاشيء

عندما أنهى الصبي قراءة ما كتبته والدته، كانت هنالك دموع غزيرة تملأ عينيه، نظر الصبي مباشرة إليها وقال: أمي، أحبك كثيراً، وأخذ القلم وكتب بحروف كبيرة: "دفعت بالكامل"

المغزى: لن تعرف أبداً قيمتك عند والديك إلا عندما تصبح أحدهما. كن معطياً وليس سائلاً، وخاصة مع والديك، هنالك الكثير لتعطيه، إلى جانب المال.

*من موقع:

Motiratingstory.blongspot