# تراجم

**ألن البرت هاول**

## اشجار تلك الاخشاب

## Trees that wood

كانت هناك ثلاثة اشجار على تل احدى الغابات، وكن يناقشن آمالهن واحلامهن حين قالت الشجرة الاولى: "يوما ما آمل ان اكون صندوق كنز، فاكون مملوءة بالذهب والفضة والمجوهرات الثمينة، ومزينة بنقوش راقية.. وسيرى الجميع حينها هذا الجمال".

ثم قالت الشجرة الثانية: "يوما ما ساكون سفينة هائلة، سوف انقل الملوك والملكات عبر المياه وابحر الى زوايا العالم اجمعها. وسيشعر الجميع بالامان وهم على متني بسبب قوة هيكلي".

اخيرا، قالت الشجرة الثالثة: "اريد ان انمو لاكون اطول واقوى شجرة في الغابة. سيرونني الناس على قمة التل وينظرون للاعلى نحو فروعي، فيفكرون بالسماء وبالله وكم انني اقترب بالوصول اليهما. ساكون اعظم شجرة في كل الزمان وسيتذكرني الناس دائما".

وبعد سنوات من الصلاة لكي تكون احلامهن واقعا.. مرت مجموعة من الحطابين عند الاشجار. ولما اقترب واحد منهم من الشجرة الاولى قال: "هذه الشجرة تبدو قوية، اظن بانني سابيع خشبها الى النجار".. وبدأ بقطع الشجرة التي كانت مسرورة في ذاتها لانها علمت بان النجار سيصنع منها صندوقا للكنز.

وبالنسبة للشجرة الثانية، قال حطّاب اخر: "هذه تبدو شجرة قوية، سوف ابيع خشبها الى المسفنة"، وهكذا كانت الشجرة الثانية سعيدة لانها علمت بكونها ستصبح سفينة هائلة.

ولما اقترب الحطّاب الثالث من الشجرة الثالثة، بدأت تشعر بالخوف لانها ان قطعت فان احلامها ستنتهي. وقال الحطاب: "لا اريد شيئا خاصا من شجرتي هذه"، وبدأ يقطعها.

لما وُصلّت الشجرة الاولى الى النجار، كانت قد صنّعت لتكون صندوقا لغذاء الحيوانات، فوضعت في حضيرة ومُلأت بالقش. وهذا بالطبع لم يكن ما كانت تصلي لاجله. والشجرة الثانية قُطعت ايضا وصنّع منها قارب صغير لصيد السمك.. حلمها بان تكون سفينة هائلة وتحمل الملوك قد وصل الى نهايته. والشجرة الثالثة كانت قد قُطعت الى قطع كبيرة وتركت في الظلام. وهكذا مرت الايام والسنوات.. ونست الاشجار كل شيء عن احلامها.

وفي يوما ما.. جاء رجل وامرأة الى الحضيرة، ولدت المرأة طفلا ووضعته في القش في صندوق الطعام الذي صنّع من الشجرة الاولى، تمنى الرجل لو انه يصنع سريرا لطفله، ولكن هذا ما كان مُقدرا ان يكون. عندها شعرت الشجرة باهمية هذا الحدث.. حيث احتضنت اعظم كنز في الزمان.

وبعد عدة سنوات.. صعدت مجموعة من الرجال على القارب المصنوع من الشجرة الثانية، واحد الرجال كانت متعبا فنام في القارب. وبينما كانوا يبحرون.. هبت عاصفة قوية فشعرت الشجرة بانها ليست قوية كفاية لتبقي الرجال بامان. عندها ايقظ الرجال الرجل النائم.. فجلس الرجل وقال: "سلاما"، وعندها سكنت العاصفة. ولما حدث هذا، علمت الشجرة بانها حملت ملك الملوك على متنها. اخيرا.. جاء شخص ما واخذ الشجرة الثالثة، وقد حملها وسار بين الطرقات بينما يسخر الناس منه.. ولما وصلا الى الموضع.. كان الرجل قد سُمّر على الخشبة التي حملها.. ورأسه مرفوع في الهواء ليموت على قمة التل.. ولم جاء يوم الاحد.. ادركت الشجرة بانها كانت قوية بما فيه الكفاية لتقف على قمة التل وتكون قريبة قدر الامكان من الله.. لان المسيح كان قد صلّب عليها.

المغزى من القصة هو حين تبدو الامور وكانها لا تسير بالطريقة التي تريدها، فاعلم بان الله لديه خطة لاجلك. فان وثقت به اعطاك مواهب عظيمة. كل شجرة حصلت على ما ارادته، ولكن ليس بالطريقة التي تصورتها. نحن لا نعلم ما هي خطط الله لاجلنا، لكننا نعلم بان طرق الله ليست كطرقنا.. بل ان طرقه هي الافضل دائما.

* من موقع indianchild بتصرف.

---

# الشاي الأسود قد يحتوي على الفلورايد بقدر أكبر

**بهرا ـ وكالات**

أفادت دراسة جديدة ان الشاي الأسود ربما يحتوي على مادة الفلورايد بقدر أكبر مما كان يعتقد في السابق.

وقال الدكتور غاري وتفورد من كلية طب الأسنان في جورجيا إن النسبة المركزة للفلورايد في الشاي الأسود ربما تكون أكبر مما كان يعتقد في السابق، وذلك بعدما تبين أن أربعة مرضى أصيبوا بمرض " سكاليتال فلوروسيز" "مرض نادر جداً في الولايات المتحدة ومن عوارضه الشعور بالألم في المفاصل والعظام والتلف" بسبب وجود نسبة عالية من مادة الفلورايد في الشاي الأسود.

وعرض وتفورد نتائج الدراسة التي توصل إليها على الجمعية الدولية لمؤتمر أبحاث الأسنان التي عقدت مؤخرا في برشلونة. وأضاف "بالإمكان الاستمتاع بالشاي الذي تفضله، ولكن كما هو الأمر بالنسبة إلى الكثير من الأشياء، تناوله باعتدال".

---

# حب الأم يجعل من الطفل رجلا مسؤولا

**بهرا ـ وكالات**

أظهرت دراسة جديدة أن عطف الأم على طفلها يجعله أفضل في التعامل مع ضغوط الحياة وجهدها في فترات حياته اللاحقة. ووجد باحثون أميركيون أن عطف الأم الكبير على طفلها يسهل الترابط بينهما ويخفف عنه في محنه ويساعده على تفعيل حياته لاحقا وتطوير مهاراته الاجتماعية وتعامله مع الآخرين ليصبح عالي الثقة بالنفس عند البلوغ. وأضافوا ان قبلات الأم وغمراتها وتعابير حبها لطفلها ظهرت آثارها بعد ٣٠ سنة على من أجريت عليهم الدراسة. وتابع الباحثون أطفالا كانوا في الشهر الثامن من العمر وقيموا علاقة حب أمهاتهم لهم، وبعد ٣٠ سنة أجروا استطلاعا بينهم فتبين أن من تلقوا كثيرا من حنان الأم تمكنوا من التعامل مع كل أنواع المحن التي تواجههم. وقال الباحثون إن الأم المسؤولة هي التي تعرف متى تحضن طفلها وفي أي عمر تتوقف عن ذلك.

---

# اتيكيت المحادثة والكلام

**بهرا ـ وكالات**

السلوك الحميد الذي نتبعه دائما يأتي بالنتائج الايجابية في اي موقف من المواقف وخاصة فيما يسمى بفن الحديث..

وقد لايعي الكثير اولا يعرف كيفية ادارة محادثة مع طرف او اطراف اخرى. ومعاملتك مع الاخرين تحتاج منك اسلوب منمق ولائق في اي مكان او حضور كنت، وطريقة حديثك تعبير عن شخصيتك وثقافتك وبيئتك.. وهذه بعض القواعد في فن المحادثة:

1- وجه كلامك للاخرين بعد ان تناديه باسمه، ثم عبر عن رغبتك صراحة في التصرف السليم.

2- كلما كان صوتك منخفضاً كنت قريبا من القلوب، وكان حديثك خفيفا على الاسماع، ومهما احتدت المناقشة، فعليك الا ترفع صوتك، لان الصوت العالي لايفرض رأيا ولايقنع احداً.

3- لاتتحدث وفي فمك قطعة لبان، فهذا تصرف غير لائق، وبالمثل السيجارة.

4- قلل كلماتك، واهتم بكلام الاخرين "خير الكلام ما قل ودل"، وتجنب صفة الثرثرة والكلام الزائد عن حده لكونه سلوكا غير لائق ينفر الناس منك ويحط من احترامهم لك.

كحكاية القصص الطويلة قد لا تكون في صالحك او صالح من يقصها لانك تحتكر الحديث باكمله ولا تعطي الفرصة للغير، وليس السكوت والهدوء من حولك يعني الاهتمام بما يقوله الشخص او ان له شأناً لكنه قد يعني الملل، فعليك تنمية حاسة التميز لديك، عما اذا كان غيرك يشعر بالملل من حديثك ام لا.. واذا كانت الاجواء غير مناسبة للحديث في موضوع ما، فيفضل انهاء الحديث بلباقة وتأجيله الى وقت اخر يكون اكثر مناسبا، ولايشترط تحدثك بكثرة حتى تبدو لطيفا.

5- تجنب استعمال المصطلحات الاجنبية والفنية بقصد التباهي، ويمكن ان تستخدم البعض منها عند الضرورة.

6- فكر بما تقوله قبل ان تنطق به، وتحدث عن الاشياء التي تعرفها اكثر وكن واثقا من صحة ما تقول، امينا في تقديم وجهة نظرك وتجنب نقل الاخبار الخاطئة فقد تؤثر على مصداقيتك.

7- حاول ان تقلل من المزاح، فهو ليس مقبولا عند الجميع، وقد يكون مزاحك ثقيلا فتفقد من خلاله من تحب وعليك اختيار الوقت المناسب لذلك.

8- ابتعد عن الكلمات المطاطية التي تحمل اكثر من معنى، وراعي مشاعر الاخرين واختر كلماتك بعناية.

9- تكلم ببساطة ودن تكلف، وابتعد عن التلون والظهور باكثر من وجه، ولا تحاول الادعاء بما ليس لديك.

10- احذر من جمود القسمات وغلظة الوجه.

11- من الضرورة معرفتك بالشخص الذي ستجلس وتدير النقاش معه ومعرفته بالمواضيع التي تحوز اهتمامه وتتعرف على طبيعة ونمط تفكيره.

12- انظر الى الشخص الذي تتحدث معه، واذا كنت تتحدث مع مجموعة، وزع النظر على الجميع "اي لا تركز على شخص وتهمل الاخرين".

13- ان تكون لطيفا تبدي اهتماما بكلام الاخرين، وتجد الشخص الاجتماعي تتوافر فيه صفة هامة هي الانصات للغير باهتمام، وترك الفرصة له للتحدث بل واشعارهم بأهميتهم، اي احترام حق الاخرين في حرية التعبير الكامل عن ارائهم، ولان تضع نفسك مكان الاخرين، ثم اسمعهم من الكلام ما تحب ان تسمع.

14- تجنب الاجابة عن سؤال موجه لشخص اخر.

15- تجنب مقاطعة حديث الاخرين، فالمقاطعة تضيع وتشتت الافكار والمعلومات وتفقد السيطرة على الحديث.

16- تجنب عن تكملة عبارة او كلمة، تتطوع ذاتيا لمحدث الموضوع، قد يكون الشخص بطيئاً في ايجاد الكلمة او التعبير المناسب الذي يريده لشرح رأيه.

لان هذه الحالة قد يحرج المتحدث ويشعر بانه غير كامل الثقافة، وقد يؤدي اكمال الجملة من الاخر الى تغيير المعنى الذي يقصده.

17- والمتابعة لاتأتي بالتحاور الشفهي ولكن بمتابعة العينين وإبداء بعض التغيرات والتعبيرات على الوجه والتي تكون افضل بكثير من الكلام في بعض الاحوال.

18- تجنب التكرار، والفتنة والنميمة.

---

# الابراج

## الحمل

٢٢ اذار – ٢٠ نيسان

يجب أن تضع أفكارك الإبداعية في طور التنفيذ الجيد. عملك ومحاولاتك الكثيرة لن تنقذ الموقف. لن تلفت نظر أحد بإسرافك. لا تتسرع، عليك أن تبدأ من الصفر وأن تتمهل. أسعد أيامك هذا الأسبوع هو يوم الجمعة.

## الثور

٢١ نيسان– ٢١ ايار

لا تحاول فرض آرائك أو أفكارك على الغير. يمكنك القيام ببعض التغييرات في المكان الذي تعيش فيه ولكن لن يسعد جميع الأفراد بتلك المجهودات. يجب التصدي لسرية الأمور القانونية والعقود. أسعد أيامك هذا الأسبوع هو يوم الأحد.

## الجوزاء

٢٢ ايار – ٢١ حزيران

تحتاج إلى مكان أكبر للأسرة كلها. توخى حذرك كثيراً فهناك شخص يحاول أن يجعلك تبدو في شكل غير لائق. الشخص الذي تحبه لا يتفهم احتياجاتك لذا فينبغي أن تجد طريقة لتوضحها له. أسعد أيامك هذا الأسبوع هو يوم الخميس.

## السرطان

٢٢ حزيران–٢٢ تموز

قد تكون قد تحاملت على نفسك خلالها لكنك ستستمتع بكل دقيقة. قم بزيارة أصدقائك أو أقاربك. أي علاقة حميمة مع الزملاء قد تثير الشائعات التي قد تؤثر على مركزك. قد لا ترى موقفك بوضوح. أسعد أيامك هذا الأسبوع هو يوم الاثنين.

## الاسد

٢٣ تموز– ٢٢ اب

لن تستطيع كبح عواطفك ومشاعرك هذا الأسبوع. فرص للحصول على صداقات جديدة تلوح في الأفق. عدم انتباهك واهتمامك قد يكون عاملا هاماً في شخصيتك. أسعد أيامك هذا الأسبوع هو يوم الأحد.

## العذراء

٢٣ اب– ٢٣ ايلول

الأمور لا تبدو سيئة بالدرجة التي تبدو عليها. حاول أن تتعامل مع الأمور التي لا دخل لك فيها بصدر رحب واستمر في أداء عملك. بعض الأمور السرية تسبب لك مشكلات عديدة. أسعد أيامك هذا الأسبوع هو يوم الأحد.

## الميزان

٢٤ ايلول– ٢٢ تشرين ١

لا جدوى من محاولة التعامل مع من تحب وقد يكون هناك شعور بالأذى. الكلام اللاذع قد يدفعك للخروج من المنزل. التقي بأصدقاء وقوموا معاً بالقراءة وكتابة المراسلات. أسعد أيامك هذا الأسبوع هو يوم الأربعاء.

## العقرب

٢٣ تشرين ١ –٢٢ تشرين ٢

الأصدقاء الحقيقيون سيعطونك إجابات صادقة. تحتاج لنوع من المغامرة والإثارة في حياتك. تستقر حياتك الرومانسية كثيرا إذا أحسنت تعاملك مع شريك حياتك. شارك أفراد الأسرة وكل من تحب. أسعد أيامك هذا الأسبوع هو يوم الاثنين.

## القوس

٢٣ تشرين٢ – ٢٢ كانون ١

إنك تتميز بحساسيتك الشديدة لذا فإنك إذا تعرضت لأي ضغوط من الآخرين فإنك تكن لهم مشاعر دائمة من الغضب. يمكنك وضع أفكارك في نطاق التنفيذ. الأنشطة الثقافية تبدو مفيدة لكل فرد. أسعد أيامك هذا الأسبوع هو يوم الاثنين.

## الجدي

٢٣ كانون ١–٢٠ كانون ٢

قدرتك علي بدء الأمور بشكل ذاتي يساعدك على إنهاء الأمور وتحفيز الآخرين. قد تعاني من بعض المشكلات الخاصة ببشرتك أو عظامك إذا لم تهتم جيداً بنفسك. بعض الأفكار التي تطرحها تبدو جيدة . أسعد أيامك هذا الأسبوع هو يوم الاثنين.

## الدلو

٢١ كانون ٢– ١٩ شباط

حاول التأكد من مساعدة الأطفال في المشاريع التي يصعب عليهم تحقيقها بمفردهم. حالتك العاطفية من الممكن أن تجعلك ضعيف ومرتبك. طبيعتك الجذابة والودودة تكسبك قلوب الكثيرين. أسعد أيامك هذا الأسبوع هو يوم الأربعاء.

## الحوت

٢٠ شباط –٢١ اذار

لا تعد بأي أمور. ابهرهم بحديثك العاقل والرزين. لا تنسَ ما حدث من أمور ولا تعيش على ذكريات أليمة ماضية. كن أكثر صدقا وصراحة إذا أردت أن تحل المشكلة. أسعد أيامك هذا الأسبوع هو يوم الخميس.

---

# أطفال الأنابيب ينمون أكبر من الطبيعي

**بهرا ـ وكالات**

قال باحثون بريطانيون إن أطفال الأنابيب ينمون على الأرجح بشكل أكبر مما هو طبيعي.

وقال الطبيب بيتر سجوبلوم، من معهد التخصيب المخبري في جامعة نوتينغهام إن أطفال الأنابيب قد يعانون على الأرجح من متلازمة الذريّة الضخمة.

وراجع سجوبلوم وزملاؤه دراسات حول الأطفال الذين يولدون عبر تقنية التخصيب المخبري، وحذروا من استخدام هذه التقنية إلى حين اتضاح ما توصلوا إليه، إذ أن الأمهات اللواتي ينجبن مواليد حجمهم أكبر من الطبيعي قد يعانين من صعوبات في الولادة.

وقال الباحث "نظرنا في أربع سجلات مختلفة من ٤ دول، ورغم قلة العدد.. وجدنا نمطا ثابتا لا يمكن تجاهله"، مضيفاً "نحن نعتقد بشدة أنه من الضروري البحث أكثر في هذه النتائج".

---

# التهاني و الاماني

تهنئة من الاهل لولدهم الشماس "صميم ثائر عوزاق" بمناسبة تخرجه بتفوق من اعدادية النضال الصناعية الف مبارك ومزيدا من التفوق.

---

# كلمات متقاطعة

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

**الكلمات الأفقية**

1 ـ أمين عام المجلس الأعلى للآثار بمصر.

2 ـ نهر بفرنسا/ أرشد/ كاتبة عربية.

3 ـ متشابهان/ ضعيف.

4 ـ نجم أمريكي.

5 ـ زعيم مصري راحل.

6 ـ شدد خصومته/ قف/ سقي النبات "م".

7 ـ للتعريف/ قط/ يتخذ مأوي.

8 ـ عميد الأدب العربي/ للنفي.

9 ـ رئيس مؤسسة الفكر العربي.

10 ـ الموجزة.

**الكلمات العمودية**

1 ـ مدفون تحت الأرض "م" / يغلط ويحيد عن الصواب "م".

2 ـ متشابهان/ يرجعها إلي عناصرها.

3 ـ رج/ من أمراض العيون/ مباح.

4 ـ ما ثبت في الأرض من خشب/ أخبئه "م"

5 ـ اتسع الظل وامتد/ عملة عمان.

6 ـ حب/ سهد/ نجمع.

7 ـ "منير..." رئيس نقابة الموسيقيين/ ما لم ينضج من شيء.

8 ـ أرشدا "م" / البحر.

9 ـ حزن "م" / يداوم.

10 ـ فيلم لماجدة ويحيي شاهين وزكي رستم/ يخصه.