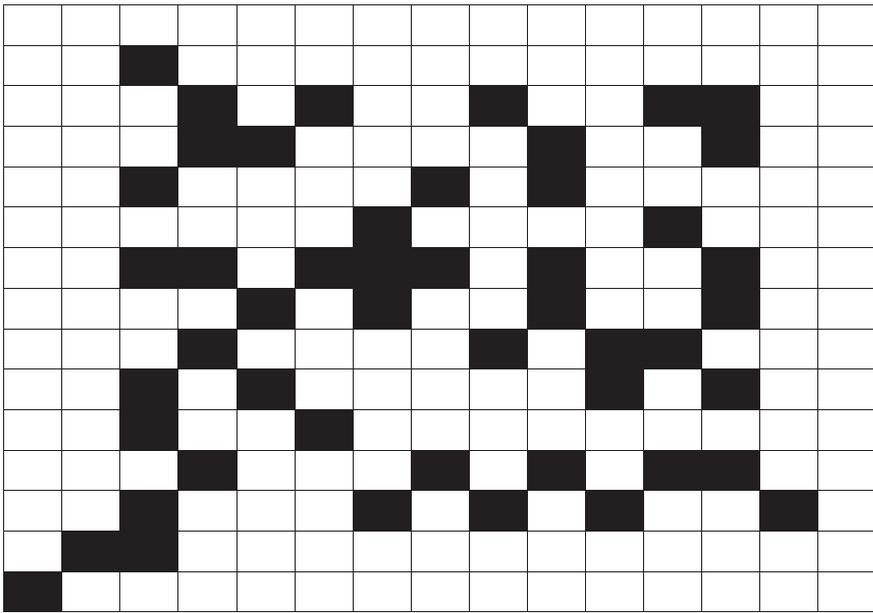


الكلمات المتقاطعة



(م) لاعب تلامي معترزل وصحفي رياضي حالياً - مكرران - نصف وحدة.
 اتوماتيكي (م) - من ابناء نوح عليه السلام - تمثال .
 في البيضة (م) - مدينة مغربية - وادي يصب في البحر العربي - من حركات البحر .
 يركع - الجواب - قرب .
 أرقام - محافظة النازحين (م) - ارشد .
 حرف عطف - اجوب على السؤال (م) - ارشد - سقيم .
 معي - اسم علم مؤنث - قطر عربي (م) .
 عكس ميت - مكرران - حرف نصب - نقود .
 مكرران - حرف نفي .
 مطربة عربية راحلة .
 من شهداء الطائرة الدبلوماسية في الجنوب عام ١٩٧٣ (م) .

م	ق	ر	هـ	د	م	د	ر	ي	د
ج	ق	ي	ت	د	ة	ج	د	ي	و
م	ق	ا	ل	ت	ر	ي	هـ	ا	م
د	م	ك	ر	ي	س	ت	و	ن	ر
ص	ا	ف	ر	ا	م	ف	ر	م	
ا	خ	ا	ل	د	م	ج	د	خ	ا
ل	ج	ر	ا	و	س	ن	ا	ع	ا
ح	ا	ع	م	ر	و	ب	ن	ا	ل
ا	ل	ف	م	ب	هـ	ج	د	م	ن
ل	م	ن	ا	ل	س	و	ي	د	ر
ع	ي	و	ن	هـ	ل	ب	و	ا	و
و	ن	ب	ا	ا	ا	ا	ي	ن	م
ل	ع	ا	م	ر	ل	ظ	ل	ي	ن
ق	ع	و	د	س	ن	ا	ر	ة	د
ي	و	ا	ر	ي	م	ل	ع	ا	م

اعداد / أ. علي صالح العائتين

افقياً
 من علماء ومشائخ اليمن كان قائم على دار الحديث برنامج ناقص - الحرف الاخير.
 مقدم برنامج رياضية في الجزيرة - ثلث كلمة رعد.
 لا تقال للوالدين - حرف نفي - من الاقارب - ابو البشر (م) .
 بحر (م) - من الاطراف - حبر - رجل جود وكرم (م) .
 عطلا - عملة - عائلة .
 لذي - مرتفع (م) - طيران اليمن الديمقراطي سابقاً (م) .
 ثغر (م) - بالي - من اركان الاسلام (م) .
 للمسافة - قلووي (م) - نصف شاكر - زلال مبعثرة .
 حرف ابجدي - عاصمة الضباب - احرف مكررة .
 للسؤال - شهر ميلادي - حرفان ابجديان .
 ممر ملاحي يربط البحر الاحمر بالبحر العربي - مكرران - جواب .
 حرفان مكرران - شعوب - مشروب .
 قاعدة - غزال - ثلث حرة .
 زعيم افريقي راحل حاصل على جائزة نوبل للسلام .
 من شهداء الطائرة الدبلوماسية في ابريل ١٩٧٣ م في الجنوب .

عمودياً

امام دار الهجرة .
 اديب وشاعر عدني راحل - مكرران .
 ثلث كلمة كشف - للتفسير - حرف ابجدي .
 مكرران - سقي (م) - مكرران - مكرران - قواعد

استراحة

كن ناجحاً



على النجاح ، والفرد - مهما تعلّم - لا يكون ناجحاً ما لم يؤثر إيجاباً على الآخرين بحيث (يتفوقون أيضاً) .
 ومن يفكر في النجاح بأنانية دون مساعدة الآخرين كمن يحلم بأن يكون سعيداً في عالم البؤساء .. نجاح من حولك - فردا كان أو مجتمعاً - بفضل نجاحك ، يحسب نجاحاً لك أكبر .

أحد خبراء التنمية البشرية يحكي أن فلاحاً ظل يزرع نوعاً من الذرة ذات الجودة العالية ، وكان يحصل بجانب الذرة جائزة أكثر وأجود إنتاج كل عام .
 عاماً تلو الآخر ، ينتج غزيراً ويفوز بالجائزة .. ذهب إليه أحدهم ، وسأله عن سر التفوق ، فأجاب : أسافر بعيداً واستجلب البذور الجيدة وأوزعها على جيراني ليزرعوها في حقولهم ، وبعد ذلك أزرع - بذات البذور - حقلي ، واهتم بالري والنظافة ، وبهذا أنال جائزتي الإنتاج والجودة ..

فيسأله السائل بدهشة : (لماذا توزع بذورك الجيدة لجيرانك وأنت تعلم أنهم ينافسونك في نيل تلك الجائزة؟) .. فيرد الفلاح : أفعل ذلك لكي أضمن عدم انتقال لقاحات البذور الرديئة من حقولهم إلى حقلي بواسطة الرياح ..
 هكذا لخص الفلاح سر النجاح ..
 أي ؛ لينجح المرء في الحياة فعليه أن يساعد الآخرين

ما هي النرجسية، وهل تسهم وسائل التواصل الاجتماعي في انتشارها؟



وتنطوي النرجسية على عدد من السمات الشخصية، يتسم بها كل منا بدرجات متفاوتة .
 لكن في أكثر حالاتها تطرفاً تصنف كمرض يصيب الصحة النفسية اسمه "اضطراب الشخصية النرجسية" .

كيف تعرف أن شخصاً نرجسي؟ يقول د. تنيسون لي، استشاري بريطاني متخصص في علاج اضطراب الشخصية النرجسية، إن ثمة تسعة معايير تشخيصية للمرض كما هو منصوص عليه في الدليل التشخيصي والإحصائي الذي يستخدمه أطباء النفس والباحثون حول العالم.

إذا ما أخذت جولة سريعة في فضاء منصات التواصل الاجتماعي، فلسوف تخرج ولديك انطباع بأن النرجسية تسود العالم ... العالم الرقمي على الأقل .
 ولن تكون مخطئاً؛ فخبراء الصحة النفسية يتفقون على أن النرجسية باتت أكثر شيوعاً في حياتنا اليومية، وأكثر ظهوراً عن ذي قبل .
 واستتبع صعود هذا التوجه صدور أعداد كبيرة من التدوينات والكتب عن النرجسية أخيراً .
 وعلى كل، فليس من قبيل المفاجأة أن بات "اقتفاء النرجسية" أشبه بنشاط رياضي على وسائل التواصل الاجتماعي التي هي بمثابة الموطن الطبيعي لـ "جيل السيلفي" .
 ولكن لماذا زادت أعداد النرجسيين أكثر من أي وقت مضى على الإطلاق؟
 جوليون جينكينز، الصحفي بـ (البي. بي. سي) قام بهذه الدراسة .

لكن وقبل كل شيء: ماذا نعني بكلمة "نرجسي"؟ يُعرف قاموس كولينز كلمة نرجسية بأنها "اهتمام استثنائي أو عجب بالذات، لا سيما بالمظهر الجسدي" .
 إنها تعبر عن مستوى متضخم من حب الذات والاهتمام الزائد بالنفس لصالح إشباع رغبة الرضا عن الذات والمبالغة في أهميتها وقدراتها.

إعلان تعديل اسم

■ تقدم المواطن / أحمد مسعد أحمد قاسم إلى محكمة قعطبة الابتدائية بطلب اضافة اللقب إلى اسمه الرباعي بحيث يكون اسمه / أحمد مسعد أحمد قاسم شقران ، وعلى كل من لديه أي اعتراض التقدم أمام المحكمة خلال الفترة القانونية .

السودوكو

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

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

حل العدد الماضي

