

بطحة

وزارة التعليم العالي تجري
تعديلات على لائحة «البعثات
الخارجية».
- وفقكم الله.

شطحة

التوصيات والقرارات الصادرة عن
القمة العربية ستوقف فكرة التهجير
وتعمل على إعمار القطاع.
- ممتاز.

مواقيت الصلاة

حسب توقيت الكويت

04.50	الفجر
06.09	الشروق
11.59	الظهر
15.20	العصر
17.50	المغرب
19.07	العشاء

حالة الطقس

الحرارة

22	16
الكبرى	الصغرى

حالة البحر

أعلى مد	أدنى جزر
04:33 - 15:02	22:23 - 09:28
مساء صباحا	صباحا مساء

سقوط دولفين ضخم على قارب صيد في نيوزيلندا



دولفين يلهو في البحر الواسع

تحوّلت رحلة صيد هادئة إلى «فوضى عارمة» لثلاثة رجال نيوزيلنديين عندما سقط دولفين يزن أكثر من 400 كيلو غرام من أعلى على متن قاربهم الصغير.

ولم يُصب أحد بإصابات خطيرة عندما قفز دولفين من نوع «عنق الزجاجة» أو «بوتل نوز» بطول 3.4 أمتار على متن القارب المفتوح يوم الجمعة، وفقا لما قاله دين هاريسون، مالك القارب الذي يبلغ طوله نحو 16 قدما.

كان هاريسون ورفيقاه يصطادون بالقرب من «هول إن ناروك» وهو موقع خلاب قبالة الساحل الشمالي لنيوزيلندا، بينما كانت الدلافين تسبح أمامهم بمرح.

وفجأة، رأوا ظلا يحجب أشعة الشمس الساطعة، ثم سمعوا صوت اصطدام هائل قبل أن تعم الفوضى.

وقال هاريسون: «قرر هذا الدولفين القفز على متن القارب ليقول لنا مرحبا. كانت الأمور على ما يرام، ثم كما لو أن ساعة ضربتنا، وجدنا أنفسنا مع دولفين ضخم يضرب كل شيء داخل القارب».

وتسببت حركات الدولفين العنيفة في تحطيم جميع صناديق الصيد على متن القارب، والحقت أضرارا جسيمة بمقدمته، بينما تمسك الرجال الثلاثة بجوانب القارب.

وأصيب أحدهم بجروح طفيفة في ذراعه نتيجة احتكاك الدولفين بظهره وكتفه، لكنهم جميعا، بما في ذلك الدولفين، نجوا دون إصابات خطيرة.



جامع عقبة بن نافع بتونس.. شاهد على جمال العمارة الإسلامية وأحد مواقع التراث العالمي

وتبلغ مساحته الإجمالية ما يناهز 9700 متر مربع فيما يتسع بيت الصلاة فيه لآلاف المصلين فيما تستند مساحته الكبيرة إلى مئات الأعمدة الرخامية بجانب صحن فسح الأجزاء تحيط به الأروقة.

وتعد مئذنته من أقدم المآذن في العالم الإسلامي وتتكون من ثلاث طينقات ويصل ارتفاعها إلى 35 متر كما يحتوي على كنوز قيمة فنانين بعد تحفة فنية رائعة وهو مصنوع من خشب الساج المنقوش ويشار إليه بأقدم منبر في العالم الإسلامي وما زال موجودا في مكانه الأصلي ويعود إلى القرن الثالث للهجرة أي التاسع ميلادي.

على بعد نحو 160 كيلو مترا شمال تونس العاصمة يقف جامع عقبة بن نافع الذي تروي جدرانه الوجود الإسلامي الأول في هذه المنطقة من العالم شاهدا على إرث ثقافي عريق لحقبة مفصلية في تاريخ تونس وشمال إفريقيا.

وأسس الجامع العريق الذي أدرج عام 1981 في قائمة مواقع التراث العالمي لمنظمة الأمم المتحدة للتربية والعلم والثقافة (يونسكو) على يد القائد عقبة بن نافع ليكون الجامع الأول الذي بناه المسلمون في شمال إفريقيا ولهذا يسميه بعض المؤرخين (أبو الجوامع).

ويعد الجامع من أضخم المساجد في المغرب الإسلامي

طريق الحق

الصوم عبادة دينية ورياضة روحية

عبد الرحمن العواد

abdulrahman@yahoo.com

مما لا شك فيه أن صوم رمضان الكريم له العديد من الفوائد، منها ما هو ديني، ومنها أيضا ما هو صحي ونفسي.

وإذا نظرنا إلى جانب الفوائد الدينية فسنعلمها كثيرة جدا منها أن الصوم جنة أي وقاية، أي بقي صاحبه من ارتكاب المعاصي، عن أبي هريرة رضي الله عنه أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال: الصوم جنة فلا يرفث ولا يجهل، وإن امرؤ قاتله أو شاتمه فليقل إنني صائم مرتين، والذي نفسي بيده لخلوف فم الصائم أطيب عند الله من ريح المسك.. يترك طعامه وشرابه وشهوته من أجلي، الصوم لي وأنا أجزى به والحسنة بعشرة أمثالها.

وأما الفوائد الصحية فالصوم له فوائد صحية عديدة منها أنه ينظّم الكوليسترول في الجسم، فالصيام حسبما أثبتت الدراسات العلمية الحديثة يؤثر على مستوى الدهون في الجسم، وبذلك يكون مفيدا لمن يريد أن ينقص من وزنه.

وكذلك فإن من فوائد الصوم كبح جماح الشهية، ففيه الجسم يعتاد على كميات أقل من الطعام، ومن ثم يمنح ذلك الجهاز الهضمي راحة ويؤدي إلى تقلص حجم المعدة بشكل تدريجي والحد من الشهية، ويمكن أن يكون له نتائج أفضل من أكثر أنواع الحميات الغذائية فعالية، وهو أيضا يساهم في تخليص الجسم من السموم والفضلات وغيرها.

الصباح



يوميًا - 22:00

تردد القناة - 11555 عمودي

الصباح



يوميًا - 18:00

تردد القناة - 11555 عمودي