

الخطاط عبد الحسين رضوي الركابي:

للمسابقات

أبجدية الخط

إضاءة

الانتخابات وتجارة
الوقود

عاصم القيسي



علي المالكي

هل ثمة علاقة بين الانتخابات العراقية، وتجارة الوقود؟ عملية الانتخابات هي لبنة أولى في دولة العراق المستقبلية، التي ارادت الاغلبية الساحقة من العراقيين ان تكون ديمقراطية، الشكل والمحتوى، وتجارة الوقود في ظاهرها -شكلها- تبدو سعياً بريئاً -لادامة حياة العائلة من البرد والظلام ولأجل ان تهيئ ربة المنزل، طعام الزوج والاطفال... ولكنها في مضمونها الحقيقي عملية قذرة للربح الحرام اولاً ومن أجل الحصول على فرصة للعمل فثمة عشرات بل الالف من الشباب العاطلين انضموا لنادرة تجارة الوقود السوداء، سواء في سياراتهم الخاصة او وهم يبيعون الوقود في (جليكانات) الوقود، عند المتعطفات، في صفقات سود مع عضو مجلس بلدي او مع صاحب محطة لبيع الوقود، او افراد الحرس الوطني او الشرطة العراقية، بل ربما مع ارهابيين وجدوا ان مفخخاتهم، وهاوناتهم لم تعد تؤدي دورها المطلوب، فبدلوا (تكتيكاتهم الجهادية) الى (تكتيك الجليكان)، والوقود والاشاعة... هكذا بدأت حرب الوقود في المعركة التي يخوضها العراقيون من أجل بناء دولتهم الديمقراطية. ان تجارة الوقود في مضمونها الحقيقي -جوهرها- هي أيضاً محاولة لإجهاض عملية الانتخابات، فلكل الان مشغولون بالنفط الابيض، والغاز وبنزين دورهم في التعبئة، ولتذهب (استثمارات الانتخاب الى الجحيم..حديث العائلة الان، الوقود، وحديث الانتخابات كلام البطرائين، وهكذا يتضح ان من المنطقي والعقلاني والديني ان يجاهد المرء اولاً من أجل ان يحصل على وقود لعائلته ومن ثم سيكون بمقدوره ان يتحدث عن الانتخابات، فالزوجة والاطفال بحاجة ماسة للوقود اكثر من حاجتهم للحديث عن مستقبل الدولة الذي تعنيه عملية الانتخابات.

اذا، هل تجارة الوقود شكل (جهادي) جديد من أجل المقاومة؟ ام هل تبينت العلاقة بين الانتخابات وسنة تجارة الوقود؟

ازمة الوقود مفتعلة، وبغض النظر عن شكلها فإن هدفها الاستراتيجي هو اعاققة تحقيق حلم الشعب ببلد تسوده المحبة والوفاء والعدالة.

بذور الرمان تخفف آلام النقرس

ويذكر الباحث ان عصير الرمان يعتبر من العصائر المليئة والتي تدر البول، مما يساعد على تفتيت وإزالة الحصوات خصوصاً حصوات الكلى، كما انها تخفض الحموضة في الدم، موضحة ان عصير الرمان يساعد كذلك على تحسين حالة مرض النقرس لانه يعمل على تخفيف حدة المرض لديهم.

ويؤكد ان قشرة ثمار الرمان لها ايضا فوائد طبية عديدة اذ تلعب دوراً مهماً في وقف النزيف للرجال والسيدات لما لها من تأثير قابض للأوعية الدموية، كما انها تضيف بوضوح في علاج حالات النزلات المعوية المختلفة سواء دوسنتاريا او اسهال.

المدكا / خاص

اكّد العلماء ان بذور الرمان تفيد في التخفيف من حدة مرض النقرس وتساعد على تفتت حصوات الكلى وتعالج النزلات المعوية.

وأكد الدكتور فوزي الشويكي الباحث في التغذية بالمركز القومي للبحوث ان ثمار الرمان ذات قيمة غذائية عالية نظراً لاحتوائها على نسبة عالية من السكر قد تصل الى ١٦٪، كما يوجد بها نسبة من البروتين تصل الى ١٦٪، وتتراوح نسبة الاحماض العضوية سترلك ما بين ٥.٥٪ الى ٢.٠٪ حسب الصنف.

جمالية الستائر

ورحمة الله على (ايام زمان) حيث تعلق الستارة اما بالمسار او بشيش الحديد، اما الآن فالستائر تدار (بالريموت كنترول).

في الاختيار اصبح الاقبال على الستائر شيئاً غير طبيعي فالجميع يرغب في وضع ستائر حديثة وموديلات جديدة على نوافذ منازلهم.

والحرير وغيرها. وقال عن اقبال العوائل على الستائر الجديدة: بعد ازدياد دخل الناس والتوسع



بايل / مكتب المدكا
أقبال محمد

الستائر عيون المنزل، وتتفنن المرأة في وضع اللمسات الجمالية على عيون منزلها، واصبحت الستائر اليوم مهمة صعبة لكثرة الموديلات والاقمشة المتنوعة. ولأن البيت هو المكان المفضل للعائلة الشرقية لقضاء الوقت واستقبال الاقارب والأهل والاصدقاء. فيكون اختيار الستائر امراً مهماً لأن لكل بيت الواناً خاصة به ويكون الاختيار وفق الوان صبغ البيت والاثاث وحتى السجاد.

ولمعرفة المزيد عن عالم الستائر التقى (المدى) السيد ميثم حاتم احد باعة اقمشة الستائر المعروفين فقال: اصبحت الستائر جزءاً مهماً وضرورياً من ديكورات المنزل كونها تضيف على البيت طابعاً رومانسياً وشاعرياً وبعد ان كان تفصيلاً واحداً لكل الستائر اصبحت الآن لدينا العشرات من الموديلات والشكيلات المتنوعة مثل الملكي، الرئاسي، الوزاري، الفراشة واقواس اخرى، اما اقمشة فكثيرة ومتنوعة ايضا مثل القطيعة والسنت والشيفون

بهد حركتها الروح.
* ما حكاية الحروف التي ادخلتها في عمل الحاسبات؟
- انها تجربة مثيرة...لقد لاحظت ان اغلب الابجديات التي ظهرت على الحاسبات تهتم بالجانب التجاري وعامل السرعة، وغيرها وبالتعاون مع شركة (الديوان للبرامجيات المكتبية)..ومقرها في لندن، استطعت ان انجز للشركة ابجدية حرفية بخط (التعليق الفارسي) سنة ٢٠٠٣ وقد دخل فعلاً كنظام في حواسيب الشركة نوع IBM باسم (ديوان الفارسي) وهو يضيف جمالية خاصة على المواد المطبوعة فتشعر وكأنها تتنفس معك اثناء القراءة..وقد حصلت الشركة بسبب هذا الانجاز على مائة خاصة من المنظمات الثقافية والاسلامية في امريكا.
* هل لديك الرغبة في تعميم مثل هذه التجربة؟
- مثل هذه المشاريع تحتاج الى وقت ومتابعة، وهذا يتطلب تفرغاً...الخ، بصراحة انها تحتاج الى شروط لا استطيع توفيرها لنفسي لاشاعتها والجوائز التي حصلت عليها؟
* وما الجوائز التي حصلت عليها؟
- الجوائز والمكافآت والمشاركات كثيرة...الجائزة الاولى من مركز الابحاث للتاريخ والفنون والثقافة الاسلامية وهو مركز تابع لمنظمة المؤتمر الاسلامي. والجائزة الاولى في (خط النسخ) في المسابقة الدولية الخامسة باسم الخطاط الكبير (سيد ابراهيم).
* ما علاقة اختصاصك الفني بعملك في معهد تطوير تدريس اللغة العربية؟
- الخط بلا شك يقترن باللغة..بل هما توأمان احدهما يكمل الآخر ويقوم المعهد دورياً باقامة دورات تطويرية وتأهيلية للخط العربي، خصوصاً لمعلمي ومدريسي اللغة والخط ليكونوا على وعي تام بهذا الفن وقادرين على تشجيع هذه ما زالت تزداد القسا وروعة، لان الآيات وحروفها تنبض بالحياة والحركة لانها انجزت

* للخط قواعد صارمة، هل شكل لك هذا الوضع قيوداً تحد من ابداعك؟
- ابداع، القواعد هي ضوابط ومقاييس كما هو الحال بالنسبة للموسيقى ولكل الفنون الأخرى، هل تستطيع قواعد اللغة مثلاً ان تعيق الاديب من الابداع، والانطلاق لخلق لغته الخاصة؟ هذا هو حال الخط ايضا.. كيف تتطلق من القاعدة الى التفرّد؟
هذا هو المهم.
* ما تأثير الوسائل والتقنيات الحديثة على

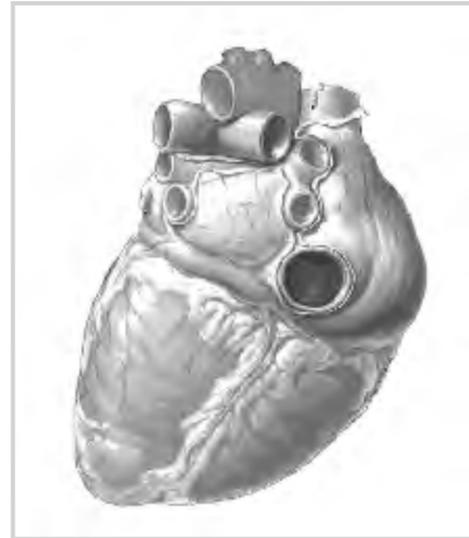
مرض القلب يفتك بنا

والكتفين او الحلق وصعوبة التنفس.
ان مرض الشريان التاجي هو احد الاسباب الشائعة للذبحة الصدرية. الذبحة الصدرية تدل على ان عضلة القلب لا تتسلم اوكسجيناً او مواد بشكل كافٍ. عجز القلب يظهر عجز القلب عندما يضعف القلب ولا يستطيع ان يضخ الدم بشكل كاف وتتراكم السوائل في مناطق الكاحلين والساقين والرئتين وانسجة اخرى.
ان تجمع الدم المتخثر في الوعاء الدموي وضغط الدم العالي غالباً ما يسبب عجز القلب. النوبة القلبية اذا انقلق مجرى الدم في اي جزء من اجزاء القلب بشكل تام فإن خلايا هذا الجزء تبدأ بالموت مما يسبب النوبة القلبية.

تحدث النوبة القلبية عندما يضيق الشريان التاجي او يعلق. اعراض النوبة القلبية كثيرة ومختلفة من شخص لآخر

السيطرة عليه مثل زيادة ضغط الدم او زيادة نسبة الكوليسترول في الدم.
ماذا يحدث عندما يكون مرض الشريان التاجي في اشده؟ عندما يتطور هذا المرض يلاحظ تلف اكثر لعضلة القلب ويمكن ان تظهر علامات الذبحة الصدرية او عجز القلب او النوبة القلبية. الذبحة الصدرية ان مرض الشريان التاجي وتراكم الكوليسترول والمواد الدهنية الاخرى يقلل من انسيابية سريان الدم الى القلب. اذا لم يحصل القلب على الاوكسجين الكافي قد يشعر الشخص بالآلام او عدم راحة الصدر وهذا ما يدعى بـ (الذبحة الصدرية). خصوصاً خلال التمارين الرياضية او زيادة النشاط اليومي. تتضمن اعراض الذبحة الصدرية: الشعور بعدم الارتياح او ضغطاً على الصدر والمأ او ضغطاً على الذراع اليسرى

ترجمة / سيف محمد علي
عن /ياهو هيلث
مرض القلب هو نوع من اختلال في عضلة القلب النوع الشائع من امراض القلب هو مرض الشريان التاجي (CHD cor-nary heart disease). ان كلمة (تاجي) تعني قمة (تاجاً) ويطلق هذا الاسم على الشرايين التي تصب في القلب وتكون ملتوية من اعلاه مثل (التاج).
الشرىين التاجية تزود عضلة القلب بالاكسجين والمواد. ان مرض الشريان التاجي يظهر بشكل ملحوظ عندما يكون واحداً من هذه الشرايين او اكثر التي تزود القلب تصبح اكثر ضيقاً من قبل، وهذا يحدث نتيجة تراكم الكوليسترول والمواد الأخرى في جدار الوعاء الدموي مما يؤثر على انسيابية الدم في عضلة القلب.



ان ترسب الكوليسترول والمواد الدهنية الاخرى يمكن ان يكون ذبحة نسيجية في احشاء الوعاء الدموي وتكون هذه الذبحة يعيق سريان الدم وتدعى هذه العملية بـ (تصلب الشريان- atherosclerosis)او يمكن ان تتراكم هذه المواد المترسبة مكونة (قالباً دمويًا blood block) وتنساب الى القلب. يعانى العديد من الناس قلة تدفق الدم خصوصاً خلال القيام بنشاط عضلي عندما يحتاج القلب كمية من الاوكسجين اكثر من المعتاد. ان قلة سريان الدم في الشرايين تؤدي الى تلف نسيج عضلة القلب.

وبالرغم من حدوث مرض تصلب الشرايين لكبار السن عادة الا ان عملية تراكم الكوليسترول تبدأ في وقت مبكر من الطفولة. وهذا هو سبب اهمية التمارين الرياضية والحمية لأن التمارين الرياضية يمكن ان تشخص اعراض هذا المرض في وقت مبكر مما يسهل

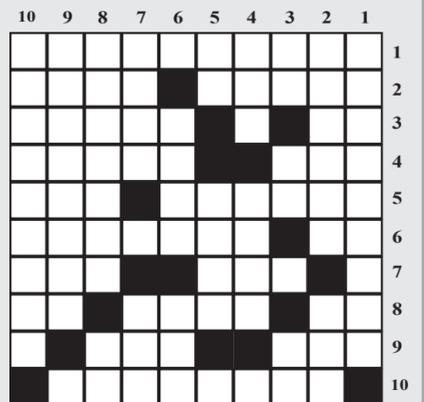
الكلمات المتقاطعة

أعداد: جعفر بشار

- ٥- مدينة انتصر عندها الإنكليز على نابليون - عوضاً او خلفاً.
- ٦- استنشق - منطقة شعبية في بغداد.
- ٧- حيوان نهري - تجده في العود الموسيقي (م).
- ٨- حسب - بعيد القمر - متشابهة.
- ٩- ثمن - انثى الحسان.
- ١٠- امام عصره في اللغة مؤلف (اساس البلاغة).

عمودي

- ١- فيلسوف صيني ومؤسس مذهب عرف باسمه.
- ٢- مدينة سعودية - نادي.
- ٣- نصف ظاهراً - نصف تاهت - نصف كارل.
- ٤- ولايات - الاسم الاول لصحابي قتل في صفين (م).
- ٥- نصف - هرات - متوج (م).
- ٦- من اسماء المسيح - لا يظهر (م).
- ٧- زكيس - مبعثرة - عملة مصرية.
- ٨- محافظة عراقية - لا يعلن.
- ٩- مؤرخ يوناني لقب بـ (ابو التاريخ).
- ١٠- ادبية مصرية اسست جريدة باسمها.



الحمل	الثور	الجوزاء	السرطان	الاسد	العذراء
21 اذار 20 نيسان	21 نيسان 20 ايار	21 ايار 20 حزيران	21 حزيران 20 تموز	21 تموز 20 اب	21 اب 20يلول
فرصة نادرة يحققها لك عمك هذا الاسبوع فأحسن استغلالها. عاطفياً لا تخجل من البكاء على صدر الحبيب. رقم الحظ/ ١٥. يوم السعد/الاثنين.	تستعيد هذا الاسبوع عافيتك وحبك للحياة بعد انتكاسة اعدتك وشلت قدرتك على الانطلاق. ننصحك بالمحافظة على نفسك. رقم الحظ/ ٣٠. يوم السعد/الخميس.	لا تدخل حالياً في صراع مع الاهل بل راهن على الوقت والنفس الطويل فذلك انجح. يزورك صديق قديم ويفتح معك نقاشات قديمة. رقم الحظ/ ١٢. يوم السعد/الاحد.	ابداً فوراً بالعمل والتنفيذ حتى لو تاملت الزملاء فالوضع دقيق والنجاح مرتبط بعامل السرعة. حافظ على هدوئك. رقم الحظ/ ١٣. يوم السعد/ الاربعاء.	ثابر وقاوم ولا تستسلم للضغوط التي تهدف الى ابعادك عن تحب، فليس في الحياة شيء مستحيل. الحب قريب منك حاول ان تجده. رقم الحظ/ ٢٥. يوم السعد/ السبت.	مع اقتراب نهاية السنة عليك الجلوس مع نفسك وحساب الربح والخسارة للذين حققتهما على جميع الصعد. لا تهتم بما يقال عنك. رقم الحظ/ ٣٥. يوم السعد/الثلاثاء.
الميزان	العقرب	القوس	الجدي	الدلو	الحوت
21 ايلول 20 الاول	21 ايلول 20 الثاني	21 ثاني 20 الاول	21 ايلول 20 الثاني	21 الثاني 20 شباط	21 شباط 20 اذار
لا تكثرث ايها الميزان بالاعتراضات التي تواجه افكارها. ومشاريعك في العمل فانت واقع في بحر من الحسد انتبه لذلك جيداً. رقم الحظ/ ٣٨. يوم السعد/الخميس.	لا تفقد الامل فمهما تقلت عليك المشاكل يجب ان تنتظر بتفاؤل نتائج التي لن تتأخر عنك كثيراً. كن صبوراً قدر المستطاع لتتال ما تريد. رقم الحظ/ ٤٠. يوم السعد/الاحد.	تنعزل قليلاً لتفكر بعمق وتضع الامور به نصابها فقد ما تفكر به فوراً ولا تترك المنافسين يستغلون ما خططت له. رقم الحظ/ ٤٠. يوم السعد/الاحد.	راجع حساباتك جيداً ايها الدلو وحاول بذكائك العهود اكتشف الصديق من العدو وخصوصاً في العمل. رقم الحظ/ ٣٩. يوم السعد/ الاربعاء.	اشتياقك الكبير للحب يدفعك الى البحث عنه حتى ولو كان في آخر الدنيا لكن من صغار طويلاً يجب ان يختار الفطور الامثل. رقم الحظ/ ٩٠. يوم السعد/ السبت.	ارتباك عائلي قد يتطور الى مآزق حرج اذا لم تسارع الى تهدئة الاجواء وتبديد غيوم الغضب التي تسيطر على الجو. رقم الحظ/ ١٠. يوم السعد/الجمعة.