إضاءة

فجر جديد

عبد الزهرة المنشداوي

كنا نتباحث عن سير الانتخابات التي لم يشهد لها العراق بل الشرق الأوسط مثيلاً وكانت مشاعر الزملاء تنم عن فيض من البهجة والفرح خلال الحديث أكثرهم ذكر أن الدموع قد فاضت من عينيه وهو يرى أبناء العراق يتسابقون نحو مراكز الاقتراع بدافع نبيل وشريف. مؤمنين كل الإيمان بأن ساعة الانطلاق نحو مستقبل إنساني وزاهر يحفظ كرامة الإنسان ويصون حياته قد بدأت المساهمة التي لابد منها في رسم ملامح بلد جديد تنثر فيه الورود بدلا من رصاص مخازن النظام المباد.

المهم كنا نشير إلى أن الجريدة لابد أن تستمر في تغطية أحداث هذه الانتخابات بالرغم من انتهائها. كان الزملاء يقولون أن لديهم من المشاهدات والانطباعات التي لم يسجلوها على صفحات جريدتهم ما يمكن أن تصدر بكتب مستقلة وقدر رأي البعض في أن يطرح رأيه على إدارة الجريدة في الاستمرار في نشر هذه الانطباعات لأجل إطلاع القارئ وجعل الصورة التي جرت عليها الانتخابات كاملة ومؤطرة. وبدوري كنت أحدثهم عما رأيت من خلال تجوالي بين مراكز الاقتراع في مدينة الصدر هذه المدينة التي يجب على أية حكومة منتخبة أن تأخذ مواطنيها أن تعوضهم عن سنين الحرمان التي طالتهم والتي اضطروا فيها إلى بيع اغطيتهم أيام الشتاء الباردة.

رأيت امرأة متلفعة بعباءة سوداء خرجت مبكرة تحث الخطى نحو مركز انتخابي ومن ورائها صبي يتبعها ويسألها عن سبب توجهها إلى أماكن خطرة. فترد عليه قائلة:

- (يمه) أنا ذاهبة للانتخابات من أجلك. لا أخفي أن الدموع طفرت من عيني دون إرادة حين سمعت جوابها هذا لقد تخيلت واستبطنت الآلام التي عانت منها هذه المرأة والتي وقعت بها دفعاً لمستقبل جديد يمكن أن يضمن لصبيها هذا لقمة الخبز والدفتر والقلم مستقبل يمكن أن يقيه الفاقة والجوع، مستقبل يمكن فيه أن يزرع فسيلة نخل في باحة بيته إن كان يملك أو سوف يملك.

إن أمثال هذه المرأة وغيرها اعتقد بأنهم أول من هرع لصناديق الاقتراع.. وهم الأولى بأن تلتفت إليهم الحكومة المنتخبة لإعادة ثقتهم بالحياة وليؤمنوا بأن الخير والاستقرار وكرامة الإنسان هي القاعدة وأن ما حدث كان الاستثناء الذي يعود بأي حال من الأحوال.

دردشة مع مصور:
عبد علي مناحي

على الرغم من أن الكاميرا المستعملة في العراق كانت من النوع المتخلف قياسا بمثيلاتها في الخارج فإن المصور العراقي استطاع أن يبلور صورة إبداعية اعتماداً على إمكانيته الذاتية وتعامله الذكي مع الكاميرا وتقنين معطياتها ،هذا ما فعله المصور المبدع (عبد علي مناحي) مع الكاميرا في فن الفوتوغراف الذي قدم فيه لمحات تستوقف من ينظر إلى صوره الحية التي تجذبه إليها. الأهم عند مناحي ملاحقة اللقطات التي يشعر أن الحدث تنامت فيه على نحو متكامل حتى يلجأ إلى سلاحه الوفي (الكاميرا) ليسجل بعين لماحة رؤيته للأشياء ويقدمها في لقطة معبرة ويترك حرية تفسيرها إلى المتلقي.

فاضل جاسم

❖سألت عبد علي مناحي الذي قضى أكثر من ثلاثين عاماً في عالم الفوتوغراف بين أول صورة التقطتها وآخر صورة ما المسافة الفاصلة بينهما على صعيد الفكر والفن والحرفة؟

- كل المسافات تبدو مختصرة مهما طالت وابتعدت عندما يختار الإنسان شيئاً يحبه فيكون الأخير بمنزلة الأول لذا أرى أن الفوتوغراف هو وحدة مترابطة تتوحد فيها كل عناصر الإبداع من فكر وفن وحرفة. الزمن واكتساب الخبرة من مجريات الحياة له صلة بذلك.

❖وأبرز مساهماتك في المهرجانات وأبرز الجوائز في حياتك؟

- المساهمات كثيرة جداً بدءاً من عام ١٩٧٣ حين أقمت أول معرض شخصي إلى يومنا هذا. الجوائز كثيرة محلياً ودولياً لكني وربما أكون مبالغاً حين اقول أن أفضل جائزة لدي هي مواصلتي الانتاج والإبداع والتقاط صور تسجل ذاكرة الإنسان في هذا العمر، والذي يفرحني دائماً وأكثر من الجوائز هو تسجيل ذاكرة العراق في هذا الزمن الصعب بكل آلامه وعذاباته. وشكراً وحمداً لله أن لدي كل ما يحلم به المصور.

❖كيف تلتقط الصورة؟ أ تخطط لذلك أم أن الحدث يفرض نفسه؟

- الصورة الفوتغرافية بنت الواقع ولكن للعيون ألواناً وكل عين وما كسبت أنت تنظر والجميع ينظر لكنك لا ترى كما يرى المصور الذي وهبه الله الملكة الإبداعية أحياناً يكون الزمن والمكان من العوامل المهمة لصناعة صورة وهذه الحالة صعبة جداً للمصور الذي يراد له أن يوقف الزمن في مكانه ويجعل المكان خادماً للزمن وإذا اختلف التزامن فشلت الصورة وفشل المصور.. إضافة إلى ذلك فإن الحدث أحياناً يكون اختباراً لمدى بديهة المصور.

❖كيف تنظر إلى واقع فن الفوتغراف في العراق؟

- إن تاريخ الفوتغراف لا يمتد إلى جذور التاريخ السحيقة كما هي حضارة العراق لأن التصوير ظهر كفن في القرن التاسع عشر باوروبا ووصل إلى العراق في وقت متأخر. وقد ظهر لدينا عدد من المصورين الكبار والمبدعين ولكن المؤسف أن هذه النهضة الفنية لم تستمر خاصة في مرحلة ما بعد الحصار لأنها مرحلة لم تنجب في الغالب غير المتطفلين على هذا الفن النبيل حيث وجدوا في فن الفوتغراف ضالتهم الوصولية واستطاعوا أن يحصلوا على مكان جيد في قيادة هذا الفن لكنهم سرعان ما تساقطوا ولم يقدر أي منهم على مسخ التاريخ العريق للفوتغراف في العراق وكما قيل لا يصح إلا الصحيح.

❖بمن تأثرت من المصورين؟

- لا توجد مدارس فنية في فن الفوتغراف لأن الصورة كما قلت وليدة الواقع والتأثر قد يخلق من المصور مقلداً فقط وهو ما أشرت إليه آنفاً وأنا شخصياً لم أتأثر بأحد لكني استفدت كثيراً من ثقافة وفن من سبقني من الفوتغرافيين العراقيين.

وأضاف مناحي:

إن المصور الفنان يجب أن يكون ملماً بجميع نواحي الحياة حتى يصبح مصوراً مبدعاً، وإلا ما الفرق بينه وبين الذين يلتقطون الصور على نحو عابر. الكل يصور ولكن ليس الكل يعد مصوراً!

❖كيف ترى انعكاسات الفوتغراف العراقي في الخارج عبر سفراتك؟

- في الخارج يعد العراق موضوعاً مهماً للصور العالمية في الصحافة أو وكالات الأنباء أو الفضائيات. وبصراحة أسمع من المصورين العالميين أنهم يعدون المصور العراقي بمنزلة مجاهد يصنع صورته باتقان وبأجهزة وكاميرات متخلفة قياساً للكاميرات في العالم وفي ظروف لا تتوفر فيها أبسط ظروف العمل قياساً لما يتوفر للمصور الأجنبي.

الكوابيس من صنع الشيطان في المعتقدات الشعبية

مديحة جليل البياتي

ما ان يغمض الإنسان عينيه، ويضع رأسه على الوسادة، حتى يجد نفسه قد انتقل إلى عالم جديد. صحراء جرداء قاحلة، وهو يجري بكل ما أوتي من قوة. أنفاسه تتقطع، صدره يعلو ويهبط، يحس وكأن جسمه اصبح ثقيلاً، ورغم ذلك يظل يجري خائفاً، لا يعرف بالضبط ما الذي يخيفه، لكنه خائف، ظل يصعد تلالاً، وينزل منها ويشاهد نفسه وهو يفعل كل ذلك. ها هو التل الأخير. ويصعد مجاهداً التعب والارهاق. يصل إلى قمة التل، يجري مندفعاً ليجد تحته هوة سحيقة ينتفض جسمه كله. يصرخ فلا يخرج صوت من فمه، ويهوي إلى اسفل! فجأة يستيقظ من النوم ليجد أنفاسه متلاحقة، وكأن ما حدث ليس بحلم أو بالتعبير العلمي "كابوس".

عن هذا الموضوع التقينا الأستاذة نادية البياتي (استاذة علم النفس) لتحدثنا.

هذا النوع من الأحلام المزعجة يكتنفه الكثير من الغموض، ويضفي عليه البعض دلالات خرافية شعبية منتشره. من هنا تنبع أهمية كتاب (الكابوس) لنجيب يوسف بدوي فهو يقدم لنا التفسير العلمي للاحلام والكوابيس، بعيداً عن الجمل والتفسيرات الشائعة، فالكابوس هو الحلم المزعج الذي ينخلع له قلب النائم، ويستولي عليه خوف شديد بسببه، ويتخذ الكابوس صوراً كثيرة كتلك التي بدأنا بها هذا الحديث، وتصاحب الكابوس اعراض فسيولوجية يتعرض لها الشخص النائم مثل سرعة خفقان القلب، تصب العرق وقد يرتفع ضغط الدم ارتفاعاً مفاجئاً، ولهذا خطورته، خاصة بالنسبة لكبار السن.

معتقدات خاطئة

وعن المعتقدات الخاطئة تقول السيدة نادية: يعتقد الكثيرون ان الكابوس من صنع الشيطان، وان الارتباط بين الكابوس والشيطان وثيق، ويظهر هذا في المعتقدات الشعبية الخاطئة الدى كثير من شعوب العالم. اما التفسير العلمي فيرى انه انعكاس لمشاعر مكبوتة لدى الإنسان لان شعور أي فرد نحو الآخرين ليس شعوراً بسيطاً على نحو ما يبدو في الحياة، وإنما هو مركب من مشاعر الحب والود، ومشاعر الحقد والكراهية، وهذه المشاعر تكون مكبوتة في اللاشعور، وان كانت النفس تسعى بكل ما أوتيت من حيل للتعبير عنها تعبيراً خارجياً. وهناك حقيقة مهمة، هي ان المرأة اقل تعرضاً للكابوس من الرجل.. وان الكابوس الذي يبتلى به الرجل أشد وطأة من الذي ينتاب النساء. لكن الصفة التي يشترك فيها الرجال والنساء معاً هي وقت حدوث الكابوس. فالكابوس يستولي على النائم اثناء نومه على ظهره.. لذلك جرت العادة باسداء النصح لمن ينتابه الكابوس، بان لا ينام على ظهره. ويقال ان النوم على الجانب الايسر من أسباب ظهور الكابوس ولذلك ساد الاعتقاد بان النوم على الجانب الايمن أفضل الأوضاع للنوم الهادئ.

. ما علاج الكابوس..؟

وعن علاج الكابوس تقول (الأستاذة نادية) اختصاص (علم النفس): اعتقد القدماء والعامة، بان الكائنات التي تطبق على النفس وتجثم على الصدر في الكابوس تأتي من مصدر غيبي، وأشاروا إلى ان اتقاءها بلبس دبله صفراء، أو وضع سكين تحت الوسادة.. وليس من محض الصدفة اختيار هذين الرمزين بالذات. فـ(الدبله) رمز الجنس المؤنث، والسكين رمز الجنس المذكر، ولما كانت الرغبات الجنسية المكبوتة من دوافع الكابوس، فان السكين للمرأة، و(الدبله) للرجل قد تكون تحقيقاً وهمياً لهذه الرغبات برموز بديلة للموضوع الأصلي.. وقد يكون ضرر هذه الطقوس أكثر من نفعها لانها تساعد على تركيز الاهتمام وشغل الذهن قبل النوم. والعلاج الحقيقي للكابوس هو تحليله ومعرفة دوافعه اللاشعورية. ومهما بدا الكابوس غريباً أو غامضاً فلابد له من معنى، والاهتداء إلى التفسير الصحيح للكابوس، وتعرفنا على دوافعه، واسبابه، والمشكلة التي يدور حولها. ينبغي العمل على حل هذه المشكلة وإزالة الأسباب.

وما الأسباب؟

تقول الأستاذة نادية: عادة ما يكون الكابوس وليد المواقف التي حدثت خلال اليوم، الذي وقع الحلم في نهايته، فالاطفال بصفة خاصة تنتابهم الأحلام المزعجة من جراء ما يشاهدونه من افلام فيها صور مخيفة، أو ما يسمعونه عن أبطال القصص الخرافية التي ترويها لهم جدتهم أو امهم..الخ والبعض يرجع سبب الكابوس إلى المنبهات الخارجية التي تقع على حس النائم ويضخمها، فالسلسلة مثلاً على الصدر تظهر في شكل ثعبان.

غير ان الأطباء يرون ان للكابوس اسباباً جسدية، كاضطراب المعدة وعسر الهضم، فالتخمة وامتلاء المعدة بالطعام، وغازات التخمر، تضغط على الحجاب الحاجز، وتعوق دورة الدم للقلب والرئتين، ووجود الطعام غير مهضوم في المعدة يؤدي إلى اضطراب الجهاز العصبي وبالتالي إلى حدوث الكابوس..

حظك اليوم

الحمل 21اذار 20نيسان
لا تنتظر مساعدة من أحد في الحصول على عمل، لأنه يأتي بالمثابرة والصدق والبحث المتواصل.
رقم الحظ/٢٠
يوم السعد/الثلاثاء

الثور 21نيسان 20ايار
السعادة شيء لا يعوض. وانت تسير في طريق كله سعادة، استثمر هذه الحالة، وبدد شعور الملل واليأس في داخلك.
رقم الحظ/١٥
يوم السعد/الجمعة

الجوزاء 21ايار 20حزيران
كل شيء يسير لصالحك، والمرأة التي تحبها تقترب منك شيئا فشيئاً، بعد ان ابتعدت عنك في الأسابيع الماضية.
كن معها رقيقا لتحوز رضاها.
رقم الحظ/١٠
يوم السعد/الاربعاء

السرطان 21حزيران 20تموز
لا تكن مغالياً في اتخاذ قرارات جائرة تجاه الآخرين، الحياة مفتوحة وبامكانك استثمارها بالشكل الصحيح.
رقم الحظ/٨
يوم السعد/ الخميس

الاسد 21تموز 20اب
رسالة من صديق تفتح لك آفاقاً رحبة، وتمنحك الثقة من جديد بنفسك حاول ان تكون ايجابياً مع مفرداتها.
رقم الحظ/٩
يوم السعد/السبت

العذراء 21اب 20ايلول
خسارة مادية تتعرض لها، اصبر، ستعوض تلك الخسارة بالمثابرة والاصرار والجهد.
رقم الحظ/١٢
يوم السعد/الاحد

الميزان 21ايلول 20ت الاول
وضعك المادي يسير نحو الاحسن استثمر وضعك، وطور مشاريعك بالاتجاه الصحيح، لتبقى على ما أنت فيه.
رقم الحظ/٢١
يوم السعد/الخميس

العقرب 21ت اول 20ت الثاني
الأسبوع الماضي كنت خاملاً وكسولاً في هذا الأسبوع هنالك مفاجآت سارة في طريقها إليك. رسالة من الحبيب تصلك.
رقم الحظ/٢٨
يوم السعد/الجمعة

القوس 21ت ثاني 20ك الاول
مارس رياضة المشي، أنها تبدد القلق وتجعلك أكثر مرونة في مواجهة المشاكل النفسية. اطمئن فالمستقبل لك، وليس لسواك.
رقم الحظ/٣١
يوم السعد/الاربعاء

الجدي 21ك اول 20ك الثاني
الحياة تشكل لك عبئاً ثقيلاً، لأنك لا تريد الخوض فيها بالشكل الصحيح ولا تقبل بالمغامرة غامر ولو قليلاً وستجد النتائج المرضية.
رقم الحظ/١٦
يوم السعد/السبت

الدلو 21ك الثاني 20شباط
الأحلام المؤجلة تتحقق شيئاً فشيئاً، ولكن بالسعي الجاد وليس بالاستسلام إلى أفكار عفا عليها الزمن.
رقم الحظ/١٨
يوم السعد/الثلاثاء

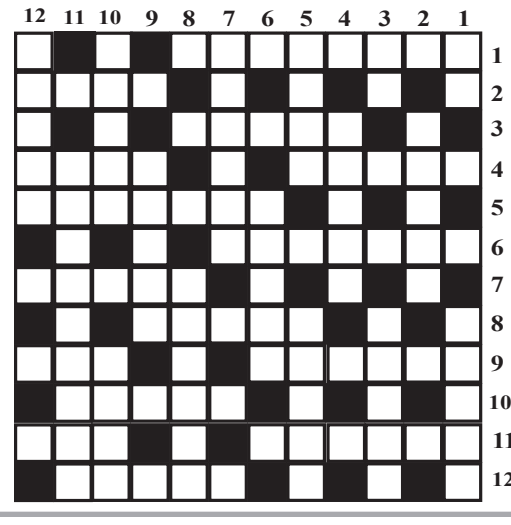
الحوت 21شباط 20اذار
مضطرب هذه الأيام، وليس بإمكانك مغادرة الحالة، كن واقعياً فالحياة تدور حولنا بشكل طبيعي، فلا تكن أنت السلبي فيها.
رقم الحظ/١٩
يوم السعد/الخميس

الكلمات المتقاطعة

إعداد: حيدر عاشور

افقي

١. وزيرة احدى الدول العربية لها حديث ثقافي.
٢. أحدث
٣. تدفق الماء بكثرة عند اشتداد المطر.
٤. الحاجة والعوز. ضد هجت.
٥. عودة المرض إلى المريض.
٦. قبلنا ورضينا بالأمر.
٧. ضد أطفأت المحرك.
٨. فريق كرة قدم ألماني.
٩. تنازعهم على مسألة ما وسط اثنين.
١٠. ماركة أجهزة الكترونية.
١١. ننشأ ونكبر في المكان. كرة المضرب.
١٢. جهاز يعمل بواسطة كاسيت خاص.

عمودي

١. واحد بالانكليزية. اغنية لفريد الاطرش.
٢. العملة المتداول بها.
٣. مقبل. حلقة مستديرة متماسكة الأطراف.
٤. اضعنا شيئاً ما.
٥. نوع من القماش. ممثلة مصرية تحجبت.
٦. مطربة عربية.
٧. عقد قرانا
٨. تعظيمي وتنزيهي.
٩. خبث وخديعة.
١٠. ماركة سيارات. منزلي.
١١. اغنية لمي حريري.
١٢. فرح بمصيبة العدو أو غيره.