إضاءة

بغداد تكبر بأحلامها

مع اذان الفجر وفي كل يوم تنهض هذه المدينة ببطء، تتوضأ بماء دجلة الرقراق وتصلي بعد ان تلبس ثوب الصبح الابيض وتلهج في الدعاء ان يحفظ الله الوطن واهله.

فصباح الخير ايتها المدينة المتعبة، تحية يلقيها عليك كل من احبك وكل من تنفس هواءك وتمتع بسحرك.. في بغداد كبرنا وكبرت الاحلام وما زال القلب فيها يهتف وينادي عراق.. عراق، امس النشيد الذي تعلمناه بالامس قصيدة...قصيدة وطن لم تتعبه الحروب ولم تنل منه سنوات عجاف، كل ذرة رمل او تراب.. كل ومضة ضوء حتى حفيف اوراق الشجر يهمس ، ينادي، اماناً يا عراق .. اماناً يا شجر النخيل .. يا عيون البغداديات

مها عادل العزي
Maha_ALazy@yahoo.com

.. يا شناشيل الحي القديم.

بغداد.. الارض التي انبثق منها مكينها هي ذاتها من جبل منها العراقي وفيها تعلم كيف انه يرسخ جذوره عميقاً في الارض وكيف يحاكي نخلة تغور بجذورها بعيداً لتحتوي اكثر ما تستطيعه من تربة العراق وتشرب الاسرار مع الحياة.

بغداد.. مدينة تشبه ابناءها.. تشابهت ملامحهم، فالمدن تشبه البشر في شخصيتها ومذاقها وطبيعة جاذبيتها وقدرتها على صنع الذكرى، ففي كل ركن وزاوية ثمة ذكرى تستظل بها الروح ولا اجمل من ذكريات هذه المدينة.. مدينة الشعراء والحكايات والسحر.

مدينة السلام هي ارض الناس الطيبين، فهي من علمتهم القدرة على العطاء من دونما حدود، علمتهم ان للحياة قيمة وان الشرف هو الارض، بغداد بعمرها الطويل وبالرغم مما مرت به من محن وصعاب فانها صمدت لعاديات الدهر وصعابه وبرغم هولاكو ظلت تلك الشعلة التي استنار العالم بنورها، والعراقي تعلم علو ارضه وعرف سيرتها فتمرس على ان الشدة هي مسرح الاصلاء وان همته في الظرف الصعب ترتقي الى اقصاها. ارض الرافدين الحرة.. مدينة الحالمين والعشاق هي مدينة البستان (بغ: داد) مدينة الخضرة ذلك العالم المترع بالحكمة .. الغارق في الخيال.. وفي اليوم تقف برغم جراحها بوجه كل من اراد بها الشر .. ترفع في وجوههم امجاد تاريخ عريق وارادة بلد لا يشبه غيره .. بلد لا تكسره الريح.

ذاكرة بغداد

معروف الكرخي

بغداد / المدى

تصوير: نهاد الجراوي

في الجانب الغربي من بغداد يشخص معلم مهم من آثار المدينة القديمة انه مرقد الشيخ معروف الكرخي، احد المشايخ الكبار الذين اسسوا التصوف في فجر بغداد، يقع مرقده وسط مقبرة عرفت باسمه، كان ابو محفوظ معروف بن فيروز الكرخي نصرانياً، اسلم على يد الامام علي بن موسى (رض) وعاصر الخليفة هارون الرشيد، توفي سنة ٢٠٠ هـ، وكان بناء المرقد الاول قد تم سنة ٦١٢هـ من قبل الخليفة (الناصر لدين الله)، الباحث التراثي الدكتور صالح مهدي الهاشم يحدثنا عن الكرخي والتصوف في منهجه، واهم ما طرح في مدرسة بغداد الفلسفية:

-استحق الكرخي المرجعية واسم الصوفية بمعناه الشامل الكامل لا عن لقب ونسب وانما عن فكر ومنهج ورأي وسبب، التصوف في منهج الشيخ معروف الكرخي لم يأت كردة فعل للمدارس الفكرية المختلفة بل هو ردة فعل لبعض الافكار التي كان نظامها جاد التفكير ضعيف الروح والتي غالت في تقدير العقل وقصرت في قيمة العاطفة.كان التصوف في زمن الشيخ معروف الكرخي نقياً طرياً لم تمسه الافكار الوافرة بسوء ولم يعتمد الاغريق منهجاً ولا الهنود ملجأ، ولد من رحم علم الكلام، طريقه الوحي ومسلكه زهد العباد، فلم يتأثر برهبانية النصارى او فلسفة الاغريق او منهج البوذية، ومع هذا فقد تحاور مع الحضارات ولم يكن عالة عليها. هو لم يعتبر بالمسابح الطويلة ولم يقر شطح السفهاء او غناء الشحاذين وبؤس الدراويش لأنهم ليسوا منه.مما يدفعنا إلى القول ان التصوف الاسلامي علم وذوق، فهو لا يناقض العقل لأن وراء العقل طوراً يكمله ولا يناقضه، وهو ممارسة عملية ترتكز على ممارسات وافعال لا يكون التصوف الا بها، ممارسة هي رياضة النفس ومجاهدتها وهو ايضاً الذوق والوجد وانكشاف الحقائق وانحسار الحجب، انهم (الصوفية) ارباب احوال لا اصحاب اقوال، والتصوف ايضاً توأم علم اصول الفقه بعد ان ولد من رحم واحد هو رحم علم الكلام وعلاقة التصوف بالفقه علاقة تلازم وحوار وافكار لا صراع همجي، بل انهم يقولون للتصوف علم الحقيقة وعلم الشريعة.

من الجدير ذكره ان الفقهاء في التصوف اختلفوا خلافاً عظيماً وافترقوا فيه، فمنهم من افرط في مدحه ومنهم من افرط في ذمه وافتى بكفره ومنهم من كف عنه وسكت، وكان هذا الفريق الساكت هو الفريق الاكثر عدداً والأعم الاغلب من الفقهاء، ومن المناسب ان نذكر هنا ان هذا الجدل والحوار في الافكار وهذا التعارض بين المتصوفة والمعتزلة على الخصوص ما كان مقصوراً عليهما، بل عم فرقاً اخرى بين اهل العاطفة والوجد والحدس وبين اهل العقل والبرهان والتجارب وتعدى ذلك إلى اصحاب الفن والادب واللغة بل وعامة الناس في حياتهم اليومية ومفرداتهم الذاتية، وظهر كذلك على مستوى الفكر بكل اختصاصاته الفلسفية والكلامية والاصولية وما شابه ذلك، فقد يوغل الناس ذات عصر في تحكيم العقل حتى يذهبوا إلى حد عبادته وانكار ما عداه، عندئذ يظهر من يريد تحجيم هذا الايغال ويدعو إلى اولوية العاطفة كردة فعل.

وبعد هذه النبذة الموجزة عن التصوف في منهج الشيخ معروف الكرخي لا نغالي ان قلنا ان التصوف بصيغته المنظمة بشقيه التدريب العملي والتنظير الفكري كان قد بزغ في فجر مدرسة بغداد الفلسفية.

الفاكهة والخضار لمحاربة سرطان الرئة

واشنطن / ميدل ايست اونلاين

أفادت دراسة نشرت نتائجها في نشرة "جورنال اوف ذي اميريكان اسوسييشن" بأن النظام الغذائي الغني بالفاكهة والخضار قد يخفض مخاطر الاصابة بسرطان الرئة.

وقال الباحثون في مركز اندرسن للسرطان في جامعة تكساس في هيوستن (جنوب) ان الاستروجين النباتي اي الهرمونات من اصل نباتي قد تكون المواد المضادة للسرطان الموجودة في اغذية مثل السبانخ والجزر والبروكولي.

واظهر علاج بمادة الاستروجين النباتي منافع للحماية من الاورام السرطانية لكن القليل من الابحاث اجريت حتى الان لمعرفة آثارها في نظام غذائي خصوصا على مخاطر الاصابة بسرطان الرئة.

وقال ماثيو شباث احد الباحثين الذين ساهموا في هذه الدراسة ان "دراستنا تثبت ان المرضى المصابين بسرطان الرئة كانوا يتناولون كميات اقل من الاستروجين النباتي من الاشخاص المعافين".

واوضح انه تبين ان هذه الهرمونات النباتية كان لها المنافع ذاتها على الرجال والنساء الذين لم يدخنوا اطلاقا وعلى المدخنين منهم.

وكان اثرها اقل بالنسبة الى المدخنين السابقين.

واثبتت دراسة اخرى نشرت ايضا في عدد المجلة الصادر في ٢٨ ايلول ان مدخنا قد يحد من مخاطر الاصابة بسرطان الرئة بنحو ٢٥٪ بخفض استهلاكه بنسبة ٥٠٪.

وذكر الباحثون في الدنمارك ان "شخصا يدخن ٢٠ سيجارة في اليوم قد يخفض ب٢٧٪ مخاطر الاصابة بسرطان الرئة بتدخينه ١٠ سجائر فقط في اليوم".

وتشجع مقالة نشرتها المجلة مع نتائج الدراستين الاطباء على اسداء النصح الى مرضاهم للاقلاع عن التدخين او على الاقل الحد منه واقناعهم بتناول كميات من الفاكهة والخضار.

واشارت احصاءات رسمية الى ان احتمال اصابة المدخنين بسرطان الرئة اكبر ب٢٠ الى ٣٠ مرة من غير المدخنين.

وفي الولايات المتحدة يعتبر سرطان الرئة اول اسباب الوفاة بمرض السرطان لدى الرجال والنساء وسيتم تسجيل اكثر من ١٧٠ الف حالة جديدة هذه السنة اي ١٣٪ من شتى انواع السرطان.

الكلمات المتقاطعة

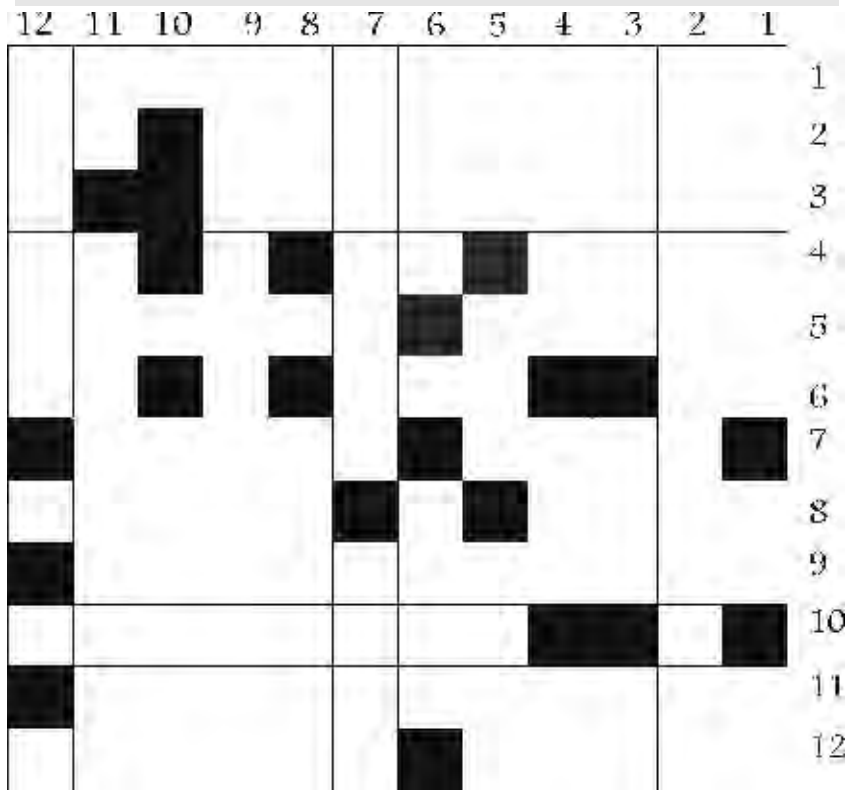
اعداد- حازم الباوي

افقي

١- بريطاني حكم جنوب الهند.
٢- رئيس امريكي سابق- متشابهة.
٣- حكموا مصر وقضى عليهم الايوبي.
٤- كلمت سليمان- حرك- اقبل على الشباب.
٥- يا امي (مبعثرة) -ثائر ارجنتيني.
٦- نصف نكير- وحدة قياس للمسافات - نصف هتلر.
٧- عاصمة بيرو- قصبة للعزف.
٨- ينشدها الناس- تقييم (م).
٩- ممثل عراقي صاحب دور الدعلج.
١٠- ممثلة امريكية صاحبة فلم القبض على لص (م).
١١- ممثلة وعارضة ايطالية.
١٢- عروس الدنيا- اشتياقها وحبها (م).

عمودي

١- غير عقلاء- اله- نصف مبحر.
٢- من روائع المنفلوطي (م).
٣- الف مرة (ناقص حرف) - يقصد الكعبة- جواب.
٤- نعاجي- جمع تهمة (م).
٥- طال (مبعثرة) -جمع امة (م) -من اجداد العرب.
٦- لباس الحرب- حروف متشابهة.
٧- قناة فضائية اخبارية (م) - الاسم الثاني لبطل فلم كاليفورنيا.
٨- وتوت (ناقص حرف) -لنند به.
٩- فلم فرنسي قديم.
١٠- احدى دول القارة الامريكية.
١١- رن- ممثلة امريكية شابة.
١٢- ميناء في تانزانيا.



حظك اليوم

الحمل
21اذار 20نيسان
عملك الذي اهملته ينتظر حماستك على احر من الجمر. عائليا، يتوقع الفلك سوء تفاهم مع احد افراد الاسرة قد يتطور الى زعل وخلاف.

الثور
21نيسان 20ايار
الثقة بالنفس هي ما يجب أن تعتمد عليها ، ستدرك ما يناسبك أكثر وتتجه نحوه بكل طمأنينة ، الحظ سيكون مرافقك و يساعدك خاصةً في المجال المادي ، تغير مفاجئ على صعيد العمل .

الجوزاء
21ايار 20حزيران
تحولات تكون أساسية في اختياراتك المستقبلية ، فليس عليك إلا أن تتقدم والقدر يجعل الباقي ممكناً ، أنت دائماً مستعد للمواجهة ، لأن التغييرات تفرض عليك ذلك فاهتم بنفسك وأعتمد الحكمة بقراراتك.

السرطان
21حزيران 20تموز
كفاك تباهيا بنفسك وبامجادك، فالفلك بات يعتقد بانك تردد مع المتنبي: (الخيل والليل والبيداء تعرفني والسيف والرمح والقرطاس والقلم).

الاسد
21تموز 20اب
تميل الى توسيع رقعة نشاطاتك فالمشاريع الكثيرة والنشاط موجود. عائليا، خلافات حول ميراث قد تتطور. اخبار بعيدة تحمل البهجة للاسرة.

العذراء
21اب 20ايلول
يبدو أنك ستشعر بفترة من عدم الاستقرار و مع ذلك ستجد هدفك يتحقق ، مع أن التقدم الذي قد تحرزه قد يكون بطيئاً، فهذا لن يؤثر عليك.

الميزان
21ايلول 20ت الاول
احدهم يأتيك بخبر على الصعيد المهني، وامر ما يشغل تفكيرك فاحسم الموقف. عاطفيا، انت ظامئ لحياة عاطفية مستقرة ولا تعبر عن عواطفك بسهولة مع العلم انها عاصفة من العواطف.

العقرب
21ت اول 20ت الثاني
تطرح امامك مسألة مهمة ويبقى عليك الانتباه لميزانيتك والابتعاد عن التبذير. عاطفيا، تحتاج الى حبيب يحملك على اجنحة السعادة ويرسو بك في حياة مستقرة.

القوس
21ت ثاني 20ك الاول
ابتعد عن الروتين هذه الفترة وحافظ على لياقتك البدنية. عاطفيا، امورك العائلية ليست على ما يرام، حاول ترتيب اوضاعك واعد حساباتك واشرك الحبيب في كل ما تفكر به كي لا تندم قبل فوات الاوان.

الجدي
21ك اول 20ك الثاني
لن تكون لديك أية صعوبة مادية. ستستكشف في نفسك دوافع تظهر فجأة لتحسين تقدمك الفكري.

الدلو
21ك الثاني 20شباط
علاقة حب تتحضر في الافق لكنها جديدة. اذا كنت تسعى للارتباط الفعلي بشريك فهذا هو الوقت المناسب. المال يناديك وانت لا تعرف كيف تفتح الابواب.

الحوت
21شباط 20اذار
الحظ إلى جانبك و خاصةً في مجال العمل حيث تأتي المشاريع كما تتوقع ، هناك استقرار عاطفي حيث السعادة تجري من حولك و تتيح لك فرصاً كثيرة تكون أساسية في حياتك.