إضاءة

تحولات بلد

شاكر الأنباري

المدن العراقية كلها في حركة. لم يبق على الانتخابات سوى أيام.
من قاطع انتخابات الدورة السابقة أعلن عن ندمه.
وجميع القوى السياسية ترفع لافتاتها في الشوارع. اما من يريد ان ينسف كل شيء فأصبح عملة غير رائجة. اذن نحن امام تحولات هائلة في المجتمع العراقي.
الأجيال الجديدة ستعتاد على هذه الظاهرة، لافتات ومرشحون ودعايات تلفزيونية وحوارات تتناول كل مناحي الحياة، وكل ذلك يعتبر نقلة نوعية في المجتمع الذي اعتاد الخوف وكبت ما يفكر به. لم يعد هناك فصل بين شيء يسمى سلطة وبين المجتمع، لان مبدأ تداول السلطة يقول انك اليوم على كرسي الحكم وغدا يمكن ان تصبح فردا من عامة الناس تعاني بلا شك من انقطاع التيار الكهربائي وكثرة النفايات ووحل الطرق وتلوث البيئة الفظيع الذي جعل نصف أطفال الوطن مصابين بالأمراض.

الأجيال الجديدة ستعتاد على هذه الظاهرة، لافتات ومرشحون ودعايات تلفزيونية وحوارات تتناول كل مناحي الحياة

في البداية ملصقات ولافتات وأشخاص من النخبة يعتمدون على موقعهم السياسي والفكري والاجتماعي، يمثلون قوائم انتخابية ربت على المئة، وغدا سيطلب المواطن من الجميع برامج انتخابية، تضع حلولا لحياة الملايين، بعيدا عن العواطف وغزل الشعارات وتهويل المستقبل.
ما يريده المواطن اليوم افعالا لا اقوالا، تحمّل مسؤوليات حقيقية لا وعود خلبية، سرعان ما يخنقها الكرسي الوثير.
عربة الحياة السياسية انطلقت بعنفوان رغم ما يشوبها من هنات وارباكات وعوائق، كالاغتيالات والتشهير والاقصاء ورفض الأمر الواقع. هذه العربة الهائلة بحجم يفوق العشرين مليون انسان، لهم علاقة بالأحداث ويتفاعلون مع ما يجري، وهذا تحول عظيم في العراق، لم يشهد مثيله منذ عقود. وكل تحول كبير له ضحاياه، هكذا يقول منطق الحياة، ولكن مقدار وحجم الضحايا معلق في رقاب الحكماء من ابناء هذا الوطن. الحكماء الذين لا تلوثهم السلطة أو المال، ونعتقد انهم كثر في عراق اليوم.

حلاوة الدبسية ..اكلتها الحلويات السكرية

بابل / محسن الجيلاوي
تصوير: قاسم عبد الرضا

الدبسية من الحلويات المشهورة التي كانت تصنع بشكل رئيس في مدينة الحلة والمادة الاساسية في صناعتها هو الدبس المستخرج من التمر الزهدي الخالص ، يوضع الدبس سواء كان (باردا ام حارا) في حوض ماكنة خاصة فيها اذرع تحرك الدبس مع وجود مصدر حراري تحت الحوض لطرد اكبر كمية من الماء بواسطة البخار ، وبعد مرور فترة من الزمن تزداد كثافة الدبس ويميل لونه الى البياض ويتم تقليل درجة الحرارة وسرعة حركة الاذرع يسمى (الدك على البارد) حيث يصبح الدبس اشبه(بالعجينة) وتوضع على (الجنبر) المدهون بمادة الراشي حيث يقلب العامل العجينة وهي باردة لتمتزج بالراشي وعن انواعها (قال السيد زهير السباك صاحب مجبس في سوق العلاوي بالحلة) : هي نوعان الاولى تسمى (الفتيت) وهي غالية الثمن حيث يضاف الراشي الحار الى العجينة الحارة الموضوعة بـ(الباتير) والتي تشبه (النجانة) وتعجن جيدا مع استمرار اضافة الراشي بحيث تمتزج و (تتشبع) العجينة بالراشي وعند ذلك تقطع بالسكين على شكل اقراص وتسمى حلاوة الفتيت .
اما النوع الثاني فتعمل بنفس الطريقة السابقة ولكن كمية الراشي تكون اقل وتسمى (حلاوة الورق) او العلاجية ، وحاليا قل الطلب عليهما او انعدم لوجود الحلويات السكرية وتنوعها وتوفرها وقدرة الفرد على شرائها خاصة بعد التحسن الملحوظ في الوضع المعاشي الحالي . ونحن لا نقوم بصناعتها الآن الا لوجود طلب مسبق ، وادى هذا الى اغلاق اوتعطيل الكثير من المعامل مثل معمل (بيعي) و (السباك) وغيرهما من المعامل المعروفة في مدينة الحلة .
وعن تسويقها وتصديرها قال السباك :
كان المنتوج يسد الحاجة المحلية خاصة في المناطق الشعبية ذات الدخل المحدود والضعيف وهي تزود الفرد بالطاقة والغذاء الكامل خاصة حلاوة الفتيت التي كانت تفضل على الحلاوة الشكرية وكانت تسوق ايضا الى المناطق الشمالية والغربية من العراق بشكل كبير اما تصديرها خارج العراق فكان محدودا ومحصورا الى سوريا والاردن.

سعادتك الزوجية تقاوم الأنفلونزا

اعداد / المدى

عزيزتي حواء .. حاولي ألا تكوني من محبي النكد، وارمي تعاستك خلف ظهرك، الامر في غاية البساطة خطوته الاولي تبدأ فقط بالتخلي عن نظارتك السوداء لتري الأمور بعين الطبيعة الخلابة، واعلمي جيداً أن سعادتك الزوجية تقيك من الأمراض خاصة الأنفلوانزا. فقد كشف أحد الأبحاث الحديثة جداً أن من يعيشون حياة زوجية سعيدة أكثر قدرة علي مقاومة الانفلونزا، بينما سيكون فتك فيروس الانفلونزا أشد بالذين انفصلوا أو طلقوا حديثا. وقد توصل فريق من الباحثين من جامعة بيرمنجهام - حسب ما ورد بصحيفة أخبار اليوم - إلي أن التوتر يؤثر في تقليل نظام المناعة للقاح الانفلونزا. ويعد هذا مؤشرا علي قدرة نظام المناعة في جسم الإنسان علي مقاومة المرض بنفسه.. وقد قام فريق من الباحثين بفحص مستوي الأجسام المضادة في الدم، حيث كلما زادت نسبتها في الدم زادت مناعة الجسم في مواجهة العدوي.. واتضح أن الذين قالوا أنهم يعيشون حياة زوجية سعيدة كان في دمهم كميات أكبر من الأجسام المضادة ممن كان وضعهم مغايرا. وكذلك تبين أن الذين مروا في ظروف طلاق أو انفصال كانت استجابتهم للقاح ضعيفة. وقد أجرى البحث على أكثر من ١٨٠ شخصا فوق سن الخامسة والستين من عيادات طبية في أماكن مختلفة من بيرمنجهام. وأخذت عينات دم من المشاركين في التجربة قبل التطعيم، ثم مرة أخري بعد مرور شهر علي التطعيم، وكذلك ملأوا استمارات حول مدي تعرضهم للتوتر.. وقالت د.آنا فيليب المشرفة علي البحث: نحن نعرف أن من هم فوق الخامسة والستين معرضون أكثر من غيرهم لأخطار الأنفلونزا، ولكن تبين نتيجة البحث أن الذين مروا بظروف طلاق أو فقدان الشريك، أو من ليس لهم شريك أصلا أكثر عرضة للخطر ممن يعيشون ضمن زواج سعيد وذلك ضمن نفس الفئة العمرية.. وأكد فيليب أنهم سيستمرون في بحثهم لاكتشاف أي تأثير لحصول الذين مروا بظروف انفصال علي مساعدة اختصاصين علي مناعتهم للأنفلونزا.. أما دكتور "جون مور جيلون" رئيس المؤسسة البريطانية لابحاث الرئة فيتفق في الرأي مع هذا البحث مؤكداً أشياء عديدة تؤثر في نظام المناعة من ضمنها الحالة النفسية . أنا واثقة من أن ذكائك كأنثى سيجعلك تملكين عقل زوجك وزمام قلبه، ولكن انتبهي فسعادتك الزوجية لا تبنى على رضا زوجك فقط، هل نسيتي حماتك ؟!!! عاملي حماتك بأفضل معاملة؛ فالأفلام القديمة اعتمدت على إظهار الحماه وكأنها مصدر الشر والسبب الرئيسي في إفساد الحياة الزوجية. لكن الدراسات الحديثة في علم النفس والاجتماع تؤكد عكس ذلك من منطلق فكرة البنت سر أمها حيث أثبتت تلك الدراسات صحة هذه المقولة التي من شأنها تغيير وجهة النظر تجاه (الحماة) .
وتقول الدكتورة "عزة كريم" رئيسة وحدة الأسرة بالمركز القومي للبحوث الاجتماعية والجنائية : إن هناك تشابهاً كبيراً بين صفات الأم وصفات البنت فكل منهما تأخذ من الآخرى كثيراً من الملامح خاصة البنت التي تتشكل من خلال صفات أمها، لذلك انصح الشباب عند الزواج بالتقرب من أم الزوجة وأن يكون بينهم علاقة وثيقة حيث ان هذه العلاقة هي مفتاح السعادة الزوجية لأنه بهذه الطريقة سيتعرف على صفات زوجته مبكرا، كما أن حماته ستجعله يضع يده على مواطن ضعف وقوة الزوجة والتفاصيل التي تسعدها وتجعل الحياة الزوجية تسير وفق أسس سليمة .

المجانيـــن

احمد عبد القادر

ثمة مثل سائر يردده الناس وهو (خذوا الحكمة من افواه المجانين)، والمجنون انسان له تصرفات واقوال تثير الغرابة والدهشة، مما يدفع الناس الى نعته بالجنون، ولا تكاد مدينة او قرية تخلو من امثال هؤلاء، ولو تجاوزنا بعض المشاهير من الكتاب والفنانين الذين يتصرفون بشكل يثير الاستغراب، امثال سلفادور دالي، وبيكاسو وبعض الشعراء والكتاب العراقيين الذين امضوا ردحاً من الزمن في المصحات، الى الناس العاديين من المجانين، الذين ما ان يقترب الانسان منهم حتى يرى ومضات من رجاحة العقل، وحسن التفكير، لامنا ، بان اطلاق صفة "مجنون" على انسان ما هي من الصعوبة بمكان.
وفي قريتي الصغيرة على جانب الفرات، هنالك عدة مجانين في عرف سكان القرية، اولهم، شخص يدعى "عناد" وهو راعي غنم، تدل تصرفاته على جنون لا يختلف فيه اثنان، فهو يثغو كالشاة حينا، وينهق كالحمار احيانا، يردد عبارات لا معنى لها، امثال . سلم بلم ، راسي مقلم . تيتو، بيتو، هسه جيتو . وغير ذاك من الكلمات التي تضحك سكان القرية الذين وضعوا "عناد" في الخانة الاولى من المجانين.
يوما، اقتربت من عناد، من اجل استجلاء الحكمة التي اسلفناها وهي (خذوا الحكمة من افواه المجانين) القيت السلام عليه، رده باحسن منه، سالته مظهرا له مزيدا من الاحترام: ما هو عملك؟ اجاب: راعي غنم، قلت: لماذا لا تترك غنمك ترعى وحدها، وتذهب الى بيتك لترتاح، ضحك بقهقهة عالية مردفا: هل انت مجنون، الغنم بدون راع ياكلها الذئب او يسرقها الحرامية، تعجبت كثيرا لكون هذه الحكمة البالغة تخرج من فم مجنون، وتمنيت حينها لو ياخذ العقلاء بها، كي لا يتركوا ما يؤتمنون عليه نهبا للصوص وقطاع الطرق.
المجنون عامر، في العشرين من عمره، ما ان يخرج من بيته حتى يرافقه احد ذويه العقلاء فهو مؤذ، وعدواني، يضرب هذا ويركل ذاك، له عادة لا تطاق في الايذاء، وهي التفوه بكلام ناب امام النساء مما يدفع بمرافقة الى الانهيال عليه بالضرب وارجاعه الى البيت قسرا، وبعد ذلك يتم ربطه الى شباك غرفته بسلسلة حديدية خشية خروجه الى شوارع القرية، ولكونه احد اقربائي قررت زيارته الى بيته من اجل معرفة ما اذا كانت ثمة حكمة تخرج من فم هذا المجنون الشرس، وبعد مفاوضات شاقة مع احد اخوته من اجل الانفراد به في غرفته التي هي بمثابة سجن انفرادي، وافق على ذلك، شرط الا اطيل المكوث معه وبعد دخولي سلمت عليه فنظر إليّ شزراً ولم يرد السلام سالته كيف حالك يا عامر، اجابني اذهب والا ذبحتك، انت عدوي، كل الناس اعدائي علمت ان جنون هذا الشاب مطبق، لا ينضح الا بالعنف والقساوة، وبعد خروجي لمت اهله على اهماله، وعدم عرضه على الاطباء فقال والده والالم يعتصره: والله العظيم ثلاثا، ما تركت طبيبا مشهروا الى وعرضته عليه لكن الجميع اخبروني بان حالته ميؤوس منها، وان هنالك خللا في دماغه يدفعه الى الهياج والعدوانية واوصوني بوضعه في "الشماعية" لكي يتخلص الناس من اذاه، لكنني احبه كثيرا ولا استطيع تركه في ايدي غريبة بعيدا عن مشاهدتي وحماية اخوته.
المجنون الثالث "حكيم" شاب في الثلاثين من عمره لا حول ولا قوة له في هذه الدنيا، فهو ضعيف الجسم صامت على الدوام، لا يتكلم الا حين يساله احد فيكون جوابه جملة موجزة لا تحمل معنى واضحا وكان له اخ شرس الطباع، حيث عانى الناس من شروره يوم كان مسؤولا حزبياً. وحين حدثت مشادة بينهما ذات يوم، صرخ المجنون على اخيه بجملة اصبحت حديث الناس في القرية، فبعد ان صفع المسؤول اخاه المجنون بشدةن صرخ به حكيم المجنون بنبوءة تحققت بعد حين وهي (يجي يوم تضحك عليك الناس).

الكلـمات المتقـاطعـة

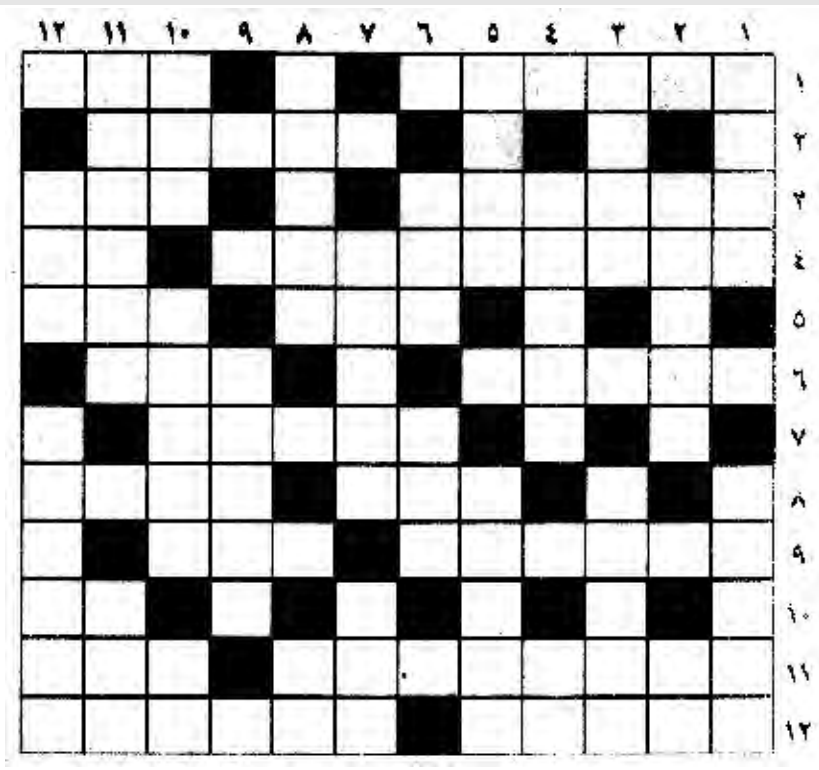
اعداد/ حيدر عاشور

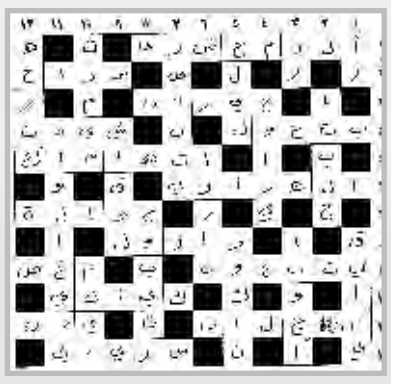
أفقي

١- دولة في اميركا الوسطى استقلت ١٩٠٣، اسفين من خشب او حديد.
٢- ممثلة مصرية.
٣- ينصت الى كلام الغير، الة طرب.
٤- نجم كرة قدم ايطالي شارك في مونديال ٩٤، للتعريف.
٥- عائشا، حرف مكرر
٦- مدينة فرنسية، صحارى.
٧- رسام فرنسي طريف الوحي ١٥٩٣- ١٦٥٢
٨- فاكهة صيفية، اصرح بالقول.
٩- من ادوات الحصاد، وصي
١٠- تحت بالاجنبية
١١- اغنية لجورج وسوف، لدي.
١٢- اكمة، دولة في افريقيا الشرقية.

عمودي

١- رسول، لاعبت وداعبت.
٢- ولاية في شمال شرق الهند في جبال هملايا بين نيبال وتبت وبوتان عاصمتها غانغتوك، للاستدراك.
٣- وصفت، حفظ وصيانة.
٤- شيء تام وموجود منه.
٥- مخيف، كفر بنعمة الله واكثر الكلام عليه، بالشتم.
٦- بكى، مدينة فرنسية.
٧- مدينة سعودية، باشر الكلام.
٨- اسم علم مؤنث. ضمير منفصل.
٩- الاسم الثاني لاديب وناقد فرنسي ١٦٣٦ . ١٧١١ له الاهاجي والرسائل.
١٠- سكن واستقر الشيء، موسيقي ايطالي اشتهر بتاليف الاوبرا له عيدا، حرف جر.
١١- جماعات من الناس تصل الى المكان للمشاركة في مهرجان او حفل، فقرة من البيان.
١٢- مشى ببطء مقارب الخطو، ولاية اميركية.





حل العدد السابق

حظك اليوم

الحمل
21اذار 20نيسان
الواجبات العائلية تمنعك من متابعة امورك المهنية فاحذر. عاطفيا، يسيطر عليك قلق داخلي فعليك ان تتجرد منه كي تنطلق بحرية، وعندها تستقر اوضاعك ويتفهمك الحبيب

الثور
21نيسان 20ايار
مندفع كثيرا، تقوم بطرح مشاريع مهمة تثير اهتمام المحيطين بك وستشعر بالحاجة الى ان تكون المحبوب الوحيد والقادر على ملء كل الفراغ الحاصل.

الجوزاء
21ايار 20حزيران
لا تحاول الابتعاد عن طبيعتك الجيدة ببساطتها و رقتها. و خفف من عنادك

السرطان
21حزيران 20تموز
تعيش تجارب عديدة حيث ستمر بفترات إيجابية ، بناءة ومليئة بالشغف و الحركة ، أنت مولود متحفظ بطبيعتك تحسن استغلال الفرص و مثابر في أهدافك ، يجب أن تستفيد من هذه الفترة لأن أي مشروع أو خطوة تقدم عليها ستحظى بنجاح فوري.

الاسد
21تموز 20اب
لا تستعجل تحليل الامور فالمعطيات التي معك ناقصة. عاطفيا، كن هادئا حيال ما ستتعرض اليه مع الحبيب لا تتوقع منه اكثر من ذلك. يكفي انه يمر بظروف قاسية وآلام كثيرة ويجدر بك ان تسامحه وتقدره.

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
ستكون هذه الفترة شعبيا جدا وستقيم العديد من العلاقات الناجحة، اما على مستوى الحب فان سرعة ردات فعلك ستكون سببا للعديد من المشاكل.

العقرب
21ت اول 20ت الثاني
شفافيتك آمر مميز و نادر فحافظ عليها. تشعر أن شياً ما بدأ يتغير في حياتك.

القوس
21ت ثاني 20ك الاول
ستجد نفسك هذه الفترة منجذبا اكثر فاكثر نحو الوحدة لكن لا تدع الافكار السوداء، تملأ رأسك لانها ستعيق حركتك او سعادتك. انتظر بصبر الايام المقبلة فهي افضل ولن تتأخر كثيرا في الحلول.

الجدي
21ك اول 20ك الثاني
يخضع ذكاؤك هذه الفترة لامتحان عسير فاظهر براعتك بدبلوماسية بعيدة عن التشنج ولا تنس انه عند الامتحان يكرم المرء او يهان.

الدلو
21ك الثاني 20شباط
فترة غير ملائمة لعقد الصفقات، اجّل ما يحتمل التأجيل . عائليا، تحمل هذه الفترة مشكلة على الصعيد الاسري. الحل في متناولك لكن المهم ان تقرر بت الموضوع.

الحوت
21شباط 20اذار
الهرب لن يحل المشكلات فلا تخش المواجهة والمهم ان تثق اكثر بنفسك. عاطفيا، ما زلت تحلم بالشريك المثالي والكامل. بوادر الخير لا تبدو قريبة.