

## مسرحية (سيدات الرواق) الأمريكية في باريس

### أربع صور كوميدية لسيدة واحدة..

#### Les Dames du corridor

ترجمة: المدكا

"ولادة نجمة" و"الأفعى" .. وفي عام ١٩٢٧، أدينت بيكر بجريمة قتل في بوسطن فاختمت عن الأنظار ثم ظهرت في أسبانيا خلال الحرب الإسبانية حيث شاركت في التظاهرات بعد دخولها مدريد مع همنغواي، وقيل وفاتها، أوصت بحقوق أعمالها الأدبية للرابطة العالمية للملونين.. ولم تكن حياة دوروثي بيكر الخاصة لاهية رغم ذبوع صيتها بين النخبة الثقافية اليسارية، لكنها اعتادت التعبير عما في داخلها من خلال أعمال الشعر والمساة وباختصار (السحر) الذي تجسد في جميع أعمال دوروثي بيكر، تلك المرأة التي كتبت آلاف المقالات والتحقيقات الصحفية ونشرت العديد من الأعمال الأدبية وعملت في إصدارات كثيرة كان آخرها مجلة "نيوماسيز" الأسبوعية الشيوعية التي اختفت مبكراً.. كتبت دوروثي قصائد وروايات وسيناريوهات وكان أبرز أعمالها

على مسرح ديشارغور في باريس، تعرض حالياً مسرحية بعنوان "سيدات الرواق" للكاتبة الأمريكية دوروثي بيكر (١٨٩٣-١٩٦٧) بعد أن قامت راشيل سالسك بإعادتها وإخراجها.. تتناول المسرحية صوراً حياتية لأربع سيدات يمثلن بأجمعهن الكاتبة بيكر لما حفلت به حياتها من أحداث متنوعة، وفي المسرحية تعكس السيدات الأربع هموماً كثيرة وتقول كل منهن ما لديها بأسلوب كوميدى راق، إذ يحتوي هذا العرض على الفكاهة والشعر والمساة وباختصار (السحر) الذي تجسد في جميع أعمال دوروثي بيكر، تلك المرأة التي كتبت آلاف المقالات والتحقيقات الصحفية ونشرت العديد من الأعمال الأدبية وعملت في إصدارات كثيرة كان آخرها مجلة "نيوماسيز" الأسبوعية الشيوعية التي اختفت مبكراً.. كتبت دوروثي قصائد وروايات وسيناريوهات وكان أبرز أعمالها

بقلم: ميشيل كورنو  
عن لوموند الفرنسية



## La rose equatorienne

الأكوادور.. جنة الورد في العالم

### الورد الأكوادوري هو الأضخم والأجمل

ترجمة: عدوية الهلالي

الزهور لشركة ميلاند إن الموقع الجغرافي للأكوادور واستضافة الزهور من الضوء خلال ١٢ ساعة في النهار وطوال العام إضافة إلى الفارق بين درجة الحرارة بين النهار والليل كل ذلك يلعب دوراً كبيراً في اختلاف تلك الورد، كما تؤثر فيها الارتفاعات التي تنبت فوقها وحالة الربيع الدائم التي تسود البلد فالزهور تعشق هذه الظروف المناخية وشروق الشمس المستمر طوال العام يمنحها ألواناً رائعة، كما يسمح لها المناخ المعتدل بالانبات ببطء لتصل إلى أحجام كبيرة، ويتم صطاف الورد الأكوادوري بعد ٩٠ يوماً هي مدة تبرعها ونضجها بشكل كامل مقابل ثلاثين يوماً فقط للورد النابتة في حرارة شديدة في كينيا أو غيرها، حيث يتم تدفئة الزهور في بيوت زجاجية وإضاءتها بشكل اصطناعي لضمان تزويد السوق بها طوال العام.

وهناك مزارع للورد تمت إقامتها على المنحدرات الأكوادورية وليس بعيداً عن براكين مثل كوتوباكسي أو كايايمب، فالورد تستفيد بهذه الطريقة من تربة خصبة جداً وغنية بعناصر معدنية زودتها بها الثورات البركانية يضاف إلى ذلك ما للماء الساقط بوفرة والناتج من ذوبان الركامات الثلجية من تأثير جعل من الأكوادور جنة مليئة بالورد.. كما نشأت فيها مختبرات طبيعية لابتكار أنواع جديدة تصوم النقل الجوي والأمراض التي تسببها بعض أنواع الفطر مثل مرض العفونة الفطرية أو العنقودية ذلك أن الورد الأكوادوري الجميل يتحسس بشكل خاص أيضاً لتأثيرات كثيرة ويحتاج إلى وسائل تساعد على مقاومتها..

بقلم: جوليان بورديع  
عن لوفيفارو



وفجأة صار الورد الأكوادوري هو النوع الأثير والفضل لدى باعة الورد وعشاقه لدرجة أن نسبته بلغت في عيد الحب الأخير ٤٥٪ إذ كانت أغلب الورد من أصل أكوادوري.. وهذا الورد موجود طوال العام وله خواص مذهلة يفوق بها بقية الورد كضخامة براعمه وكبير حجم زهرته وطول ساقها ونضارة ألوانه وحيويتها، تلك الخواص التي جعلت الأكوادور من بين الدول الخمس الأولى المصدرة للورد في العالم ومنها كينيا، ولا تختلف أشجار الورد التي تنبت في الأكوادور كثيراً عن الأخرى الموجودة في فرنسا أو أي بلد آخر التي تضم كل أنواع الورد البرية الأوروبية والآسيوية إلا في المناخ الذي يفسر لنا سبب استثنائية خواص تلك الورد عن غيرها.. ويقول جاك موشوت، منتج



لم تكن الأكوادور إلا بلداً يشتهر بإنتاج القهوة حتى ظهر نبات آخر منذ عشر سنوات لينافس القهوة ويصبح سمة الأكوادور الرئيسية وهو نبات الورد الذي بدأ إنتاجه في بيوت زجاجية على طبقات يصل ارتفاعها أحياناً إلى ٢٠٠٠ متر..



### السلف الأول للديناصورات... هل كان صينياً؟

ترجمة: المدكا

بواسطة التحليل الجزيئي للانسجة ذات النمو السريع للعظام الجوفة والذي يجري تنفيذه حالياً في الولايات المتحدة... وأذن قد يمكن أن نخلص إلى حقيقة مؤداها أن أول ديناصور في العالم ظهر في الصين كما يرى العلماء حالياً.

بقلم: إيزابيل بريسون



يحددون سن الديناصور كواولونغ ووساي باثنتي عشرة سنة بينما يكون سن النضج الجنسي لدى الديناصور هو السابعة... ويقول تيري أدات من جامعة نيوشاتيل في سويسرا أنه لا يصدق كثيراً تلك التقديرات حول سن كواولونغ ووساي إذ يصعب تحديد سن الديناصورات بشكل دقيق من خلال هيكلها العظمية، وأذن فقد يكون من الممكن تقديره بشكل أفضل

هي في الأصل زواحف تنتمي إلى مجموعة الديناصورات بجمعيتها العظمية المشابهة لجماعم أسلاف الطيور كما يقول عالم الأحياء فيليب تاكية...

ويمكن تحديد علاقة القرابة بفضل وجود عظام حوض قديمة منحورة كذلك الموجودة في الصفات النموذجية للديناصورات وهذا يعني احتوائها على اسنان بهيئة حرف L في عظم الفك العلوي لتتحم عظام الأذن. وبالتدريج ستتكون لدينا أدلة عن وجود أسلاف لهذه المخلوقات "الصغيرة" التي يرى علماء المتحجرات أن طولها كان يبلغ ٣,٥ متر وتزايد طولها خلال آلاف السنين ليتراوح ما بين ١٠ - ١٥ متراً في العصر الطباشيري، وهي المدة التي تشير إلى انقراض الديناصورات والتي تعود إلى ما قبل ٦٥ مليون عام.. اما عمرها فقد اعتمد الباحثون على عرقها ليكتشفوا من خلاله قابليتها الجنسية مقارنة بالديك الحالي وإن كانت مختلفة لدى الذكر مما لدى الانثى كما في الديك الرومي... وعلى كل حال، فقد اقترن العرف بالنضج الجنسي لدى العلماء وهو ما جعلهم

يخصص فريق من الباحثين من الصين وأمريكا وكندا هيكلين عظميين ينتميان إلى صنف الزواحف الديناصورات - خصوصاً لدراسة خواصها وإن كانت تنتمي إلى الصين حيث وجدت في منجم يقع غرب البلد في منطقة تدعى ووساي وإن وفي مقاطعة أكسيجيانغ..

ووصف الباحثون الهيكل العظمي لهذا الصنف من الحيوانات أنه يتألف من (عرق) يشبه عرق الديك المعروف لدينا يقع عند مقدمة الأذن ومفاصل كاملة ومتحركة... وكان الصينيون قد أطلقوا على هذا الحيوان اسم "غوالونغ ووساي" أي - الثنين الصخري - مؤكداً أصله الصيني، فقد أكد العلماء ولادة الحيوانات "غوالونغ ووساي" أي - الثنين الصخري - مؤكداً أصله الصيني، فقد أكد العلماء ولادة الحيوانات منذ ١٦٠ مليون عام وهذا يعني اقترابهم من شعبة سلالة الزواحف المرعبة الجبارة كالتطير الهائل الحجم الذي ظهر على كوكبنا منذ ٩٠ مليون عام تقريباً وسيقه ظهور الديناصور الصيني الأقدم ديلون بارادوكسو، الذي كان واحداً من آياته تميز باحتواء جسمه على ريش وقد ظهر قبل ما يقارب ١٣٠ مليون عام... أذن، فهذه الحيوانات

## تدرب ذاتياً..

### وعشش بشكل أفضل!

ترجمة / عادل العاصم

العطلة الأسبوعية ينتحرون انتحاراً بطيئاً. فهذه الحالة مسؤولة عن أمراض المعدة، الانسدادات، زيادات ضغط الدم والاضرار المنزلية.

فحاول ان تتجنب الأعياء. وهو امر سهل بكثير مما تعتقد. إذ ان اجازة تقضيها بشكل جيد تزيح عنك عبء الأشهر السابقة، وهذا ما تفعله عطلة اسبوعية معتدة بعبة بقية ايام الاسبوع الماضية.

وهناك نظام للاسترخاء العقلي مصمم لمنع التعب. فاذا كنت لا تعرف كيف تسترخي، فاعلم ان أي عمل يأخذ من الطاقة ٤٠ مرة اكثر مما هو ضروري. فالاسترخاء يحرر الدماغ من ملايين الأندفاعات غير الضرورية، التي تعوق النشاط الذهني، ويمكن الانسان من الراحة في دقائق قليلة.

حاول ان تتبع النصائح الأفضة الذكر، فكما قيل: "إن الحياة من دون جهود معنوية نوم". وتذكر القول المأثور: اذا بذرت عملاً جنيت عادة، واذا بذرت عادة، جنيت سمعة، واذا بذرت سمعة، جنيت قدراً!

عن مجلة Sputnik

أولاً، او في المقام الأول، أبداً بحفظ الشعر والمقتطفات الثمينة: فكلمة ازادت النصوص المتبقية في الذاكرة كلما كان من الاسهل على الدماغ تقديم اشكال لفظية جاهزة.

•نظم عملك: ان العمل، في الايام السعيدة، يمضي على نحو رائع. وقد كتب ستيفان زفاج، الروائي النمساوي المعروف، قائلاً: إن اشخاصاً يتصفون بقدرات متوسطة تماماً قاموا خلال مدة قصيرة من التحليل المهم بابداع اعمال فريدة في مجال الفن وانجزوا اكتشافات علمية عظيمة. وتتوافق التواترات البيولوجية لأغلبية الناس، وقد مكن هذا الامر العلماء من اكتشاف الساعات التي تكون القدرة على العمل فيها عند اقصى وأدنى حدودها. وأكثر الاوقات الممتدة بين التاسعة صباحاً والثانية بعد الظهر، وما بين الرابعة والثامنة مساءً. •تعلم ان تتراح: ان الناس الذين لا يستفيدون الاستفادة المناسبة من وقت فراغهم، والذين يتركون اصعب الاعمال إلى يوم

حيل العقل "البرينة" هذه، وفشل اناس موهوبون في ابداع شيء ذي قيمة نتيجة لأمر "تأفة" - الانتباه المشتت.

وقد قورنت إمكانية العقل بتدفق الماء او نور الشمس: فلو وضع سد في نهر بطيء الجريان اصبح قوياً وعميقاً. ولو ركزت اشعة الشمس المشتتة بواسطة عدسات صارت شعاعاً ضيقاً حارقاً.

ان سد العقل، او وعدهته، هو قدرته على التركيز. والقدرة على التركيز المطول على فكرة واحدة كانت من ميزات توماس ادسون، الذي اخترع الحاكي - السلف الصالح لألات التسجيل المعروفة. وهو الذي اقترح ايضا بناء بيوت من قوالب الاسمنت المسلح الكبيرة، وانجز جهاز الهاتف، والمصباح الكهربائي، والآلة الكاتبة، وآلة التصوير السينمائي. وخلال إحدى المعارك، اخلس نابليون لنفسه فترة ٢٠ - ٣٠ دقيقة من الوقت. وحسب خلال ذلك كل الاشكال المختلفة الممكنة لتأكيكات العدو.

صحيح: فكل يوم يتناول الانسان من الغذاء اكثر بكثير مما يحتاج إليه جسمه. ويرافق عملية الهضم انفاق كبير للطاقة، التي يحرم منها، بذلك، مستهلك "الوقود" الرئيس، وهو الدماغ. فاذا اردت ان تتمكن نفسك من ان تأكل اقل، من دون إحساس بالجوع، فتعلم ان تمضغ جيداً. وحين تأكل طعاماً أقل اشرب ماء أكثر - خلال اليوم كله. وسوف يحسن هذا حالتك البدنية ويعزز قدرتك على العمل: فالجسم لن يسمم نفسه بافرازات نشاطه الحيوي.

وأما النشاط العقلي، فيجب تنظيمه. وقد تم تطوير واختيار القواعد التنظيمية العامة للنشاط العقلي قبل زمن طويل. وسأكتفي هنا بتقديم مشورة عامة: •اضبط عقلك: تصور أنك المعارك، اخلس نابليون لنفسه فترة ٢٠ - ٣٠ دقيقة من الوقت. وحسب خلال ذلك كل الاشكال المختلفة الممكنة لتأكيكات العدو. •تعلم ان تتكلم بشكل مناسب: اتعرف ما الطريقة المؤدية إلى توسيع مفرداتك؟ لقد ضاع الكثير من النجاحات الواعدة بسبب

كل شخص يعلم بان يجعل حياته ناجحة ولكنه ينجي ان لا يقنط ، حتى لو افتقر الى القابليات الخاصة. فهو يستلم ان يطور شخصيته عن طريق التدرب الذاتي.

الناس الذين يعيشون بلا هدف سريعاً، وتتضاءل قدراتهم بشكل اسرع كثيراً. •درب قوة ارادتك: فالكثير من الناس الذين يتمتعون بقوة ارادة عظيمة ويقدرات متوسطة ينجزون الكثير جداً بينما الموهوبون الذين يتصفون بزيادة ضعيفة لا يحققون في العادة شيئاً. فما قوة الارادة؟ انها قدرة الشخص على إجبار نفسه على انجاز ما هو مطلوب انجازه. •قوي جسمك: ان الانساني، في عصرنا هذا، لا يمارس إلا القليل من النشاط البدني. فهو ينتقل إلى العمل، وإلى الكلية، وإلى المدرسة بواسطة المترو او الباص وغيره. ويصعد إلى شقته بالمصعد، ويقضي راحته في



ان التدرب الذاتي نظام يتكون من العناصر التالية: •اختر هدفاً وجيهاً: فمثل هذا الهدف سيعطي غاية لجهودك ويساعد على تركيزها. وحتى لو تغيرت طموحاتك، بعد مرحلة من الزمن، فانك ستكون قد اكتسبت خاصية هامة جداً - الغائية. فالغائية تجعل من الممكن الابقاء على كل انظمة الجسم في حالة عالية النشاط. وهو ما يوضح السبب الذي جعل الكثير من العلماء، والباحثين، والكتاب والفنانين البارزين