



إضاءة

لقاءات التلفزيونية

بدءاً لا يبد من الاشارة بتضييف عالم عراقي مثل الدكتور الجراح خالد ناجي في إحدى القنوات الفضائية العراقية، لأهمية هذا الرجل، ليس على المستوى المحلي، وإنما على المستوى العالمي، وهو المعروف باكتشاف طريقة بغداد لمعالجة الحروق، في حرب فولكلاند بين الأرجنتين وانكلترا، عالج من خلالها مجموعة من الجنود الانكليز الذي اصيبوا بحروق خطيرة، وتشوهات خلقية. ان ما قدمه داخل البلاد، خدمات كبيرة، وعالج الكثير من الإمبراض اهمها امراض الكلى.

المهم هو ان اجراء لقاء تلفزيوني مع رجل كهذا ليس سهلاً، وإنما يحتاج الى معلومات

محمد درويش عليا

دقيقة، والمهم هو ان اجراء لقاء تلفزيوني مع رجل كهذا ليس سهلاً، وإنما يحتاج الى معلومات دقيقة، واستنباط اسئلة من خلال الاجوبة التي يقدمها، وتقديم اللقاء بشكل يجعل المشاهد يتفاعل مع كل ما يقوله. ولكن وللاسف ظهر اللقاء وكأنه ميتور، من هنا سؤال، ومن هناك عبارة لا اعرف معناها بالضبط، أو لماذا تلجأ إليها، الكثير من المقدمات عبارة تتردد في الاسواق ولا اعتقد انه من المناسب ان تنزج بها في الأجهزة الاعلامية. (وهذا الشيء) يذكرني بصديق كان له طفل، يوقظ امه في ساعة متأخرة من الليل وهو يبكي، فعندما تسأله أمه ماذا تريد؟ يقول لها: (فرد شي!) عندها تعطيه أمه اي شيء تقع يدها عليه، حتى لو كان حجارة، فيسكت.

نحن بحاجة الى مقدمات برامج، بإمكاننا الادارة بمهارة، وطرح الأسئلة على الضيوف بذكاء، لا ان يسكت الضيف والمقدمة تغلب في الاوراق بحثاً عن سؤال فيها.

ومن هناك مشكلة القناة بالذات وإنما هي مشكلة الكثير من القنوات التي تضيف شخصية مهمة، لأن التقديم له أهمية كبيرة، توازي أهمية الشخصية المضيفة. وهناك عبارة لا اعرف معناها بالضبط، أو لماذا تلجأ إليها، الكثير من المقدمات عبارة تتردد في الاسواق ولا اعتقد انه من المناسب ان تنزج بها في الأجهزة الاعلامية. (وهذا الشيء) يذكرني بصديق كان له طفل، يوقظ امه في ساعة متأخرة من الليل وهو يبكي، فعندما تسأله أمه ماذا تريد؟ يقول لها: (فرد شي!) عندها تعطيه أمه اي شيء تقع يدها عليه، حتى لو كان حجارة، فيسكت.

نحن بحاجة الى مقدمات برامج، بإمكاننا الادارة بمهارة، وطرح الأسئلة على الضيوف بذكاء، لا ان يسكت الضيف والمقدمة تغلب في الاوراق بحثاً عن سؤال فيها.

بسبب الأنفلونزا الطيور تتخلى عن صداقة الإنسان



من منا لا يذكر فيلم "الطيور" الذي فرض هيمنته الكاملة على جميع دور العرض السينمائي طوال فترة ستينيات القرن الماضي؟ من منا لم ير مخرج الفلم المبدع الشهير هتشوك وهو يمسك بالشوكة والسكين ليتناول وجبة من طير مطبوخ اعد له على طبق، لكنه في اللحظة الأخيرة امتنع عن ذلك ورمى الشوكة والسكين وراح يتأفف راسماً على وجهه الممتلئ بسيماء القرف وعصاف النفس دون تذوق وجبة الطير تلك . كان بتلك الحركة الدعائية يهدد الأجواء للمشاهدين كي يتمكنوا من تحمل الرعب الذي يؤسسه فيلمه الشهير بعنوان " الطيور" . كائنات طائر بمختلف الأحجام تأتي من مكان مجهول . تهاجم البشر والحيوانات، تستخدم مناقير أشبه بسكاكين قطاع الطرق لتمزيق أي كائن يتحرك خاصة الإنسان ، بل إنها تهاجم الأبواب الموصدة وتهشمها وتفترس ساكنيها . هل هي مصادفة؟ أم نبوءة؟ أم هي قدرة خارقة تمتع بها ذلك الفنان في كشف آستار حقائق خطيرة كان الناس قد أخذوها

عبد العزيز لازم

من نصيب المغنيين . إننا لا نستطيع العثور على أية قصة أو حكاية أو ملحمة أو خرافة من تراث الشعوب القديم خالية من الطيور باعتبارها شخصيات فيها تلعب دوراً يخدم مسارها ويوصلها إلى النهاية المحتومة أو مصيره ومسيرته نحو قدره المحتوم . إن تلك الحكايات لا يلجا إلى الطير بطريقة أو بأخرى كي يعينه على تكوين سمات الطير في الواقع والخيال، بل إن جناحها من طير عملاق مقلدا إياه في الطيران، وهذا قد ساعد على الوصول إلى ابتكار الطائرة البدائية ومن ثم الحديثة . بل إن جناحها الطائرة الأولى وكذا الحديثة يتحركان بطريقة تشبه إلى حد بعيد حركة جناحي الطير في إدارة الريح والاستفادة من طاقته في تحقيق الإقلاع والهبوط . أما الكارثة الطاغية في زماننا التي تسربت إلى مناطق عادة ما تكون محصنة ضد مثل هذه الكوارث الوبائية فبالإضافة إلى الخسائر المادية التي فاقت الخمسمائة مليار دولار لحقت بالاقتصاد العالمي نراها قد حصدت أرواح المئات من البشر منذ بدايتها . ولا يعلم أحد إضافة إلى ذلك أين يكمن مصدر الفيروس، فهو يهاجر في أجساد طيور مهاجرة فمن أين بدأت هجرته (والهجرة لا تنتهي)؟ أين هي البيئات التي ساعدت على تكونه ونموه وتعزيز قدرته على الفتك بالكانات الأخرى . فهل هي أجسام الطيور نفسها (وهذه المصيبة الأعظم)؟ أم هي

بعض أنواع الدينصورات آكلة اللحوم التي طالما نشرت الرعب بين المخلوقات الأضعف ومنها الإنسان . على إن المسألة الخطيرة لا تكمن في وجود الضواري الطائرة، فهذه الطيور المفترسة لا زالت تمتلك حضورها القوي في حياتنا إلا إن الإنسان الذي واجه الطبيعة وتقلباتها العدوانية بصبر وعناد وروح جهادية قد توصل إلى اعظم ابتكار حياتي في مسيرته الوجودية التاريخية وهو تدجين الحيوان والطيور بخاصة . إن هذا الابتكار قد نقل حياة الإنسان إلى مرحلة أعلى من التعقيد والتحضّر. فغير إشباع الحاجات المادية التي وفرتها الطيور المدجنة وغيرها من الحيوانات اتجه الإنسان إلى إغناء خياله بقيم الجمال الرفيع الذي وفرتة الطبيعة فاكتشف الجمال في الطيور والوانها . الأصوات الرقيقة ذات الأجراس البليغة، الريش الملون البراق، الخدمات ذات الطابع المعنوي العاطفي التي تؤديها الطيور لربيبها ومالكها، كل ذلك وغيره قد جسّد عملياً ذلك التماهي الجميل بين الإنسان والطبيعة . لكن الإنسان لم يكتف بذلك بل واصل سعيه الحثيث نحو تأسيس المزيد من أواصر الانتماء لمملكة الطيور تحت حاجس إن هذه المملكة الغنية لديها ما تقدمه له لا أشغال فراغات حياته الوجدانية، وهكذا أطلق أسماء الطيور على أبناء جلدته وعلى أشياءه الأثيرة وعلى أحبائه من الناس . فالصقر على الرجال والغرنوق والحمام على النساء، الشحورور على الغنيات، أما العنديل فكان

للضحك فوائد صحية ونفسية

اعداد / الصدا

إن الأشخاص الذين يتصرفون بإيجابية يكونون أقل عرضة للأحداث أو الظروف المثيرة للتوتر؛ ولتلخص من مشاعر التوتر وحماية القلب من الأمراض خاصة مع تقلبات الجو ومشاعر الاكتئاب والتوتر التي تصيب البعض عند تغيير الفصول ينصح الخبراء بمشاهدة المسرحيات أو الأفلام الكوميديا التي تتيح الفرصة للضحك حوالي ربع ساعة على الأقل. فحصول أي شخص على الفكاهة والضحك مفيد جدا وذلك لارتباط مشاعر السعادة بمستوى هرمون الكورتيزول المسبب للتوتر ويزداد أيضا انبساط الأوعية الدموية مع الضحك مما يسمح بتدفق الدم بسهولة إلى جميع أعضاء الجسم وخاصة القلب والمخ مما يقلل من التوتر الذهني والعصبي. كما أن الضحك والسرور يساعدان أيضاً على مرونة الغشاء المبطن للأوعية الدموية ويقللان من حدوث الجلطات وخاصة جلطات القلب وأيضاً يزداد بهما إفراز مواد كيميائية تساعد في مقاومة الجروح والعدوى بالميكروبات. فأكثر شيء مفيد للإنسان هو اللجوء إلى الأشياء البهجة والمثيرة للضحك والانبساط خاصة في الأوقات التي يتقلب فيها المزاج كتغيير الفصول أوالتعرض للضغوط والمتاعب.



الكلمات المتقاطعة

- أفقي**
- مدينة مغربية كبيرة.
 - عملة آسيوية. احد الاديان السماوية (م).
 - احد اقضية محافظة ديالى. سفر (م).
 - في الضم. تود. يغطي جلود بعض الحيوانات + حرف.
 - حرف مكرر. سحب (م). ماركة سيارات روسية (م).
 - احدى دول اوربا الشمالية (م).

- عموديا**
- فضائية عربية. احد الحروف (م).
 - دولة افريقية. جميع (م).
 - عقيدته. دق. يعطي فرصة (م).
 - مدينة مصرية (م). نزور بعضنا البعض.
 - يتحدثان. حاجز.
 - اعطي. المنسوب الى مركز محافظة عراقية.
 - نافية. عكس بحر. أظهر.
 - عقل (م). كثير. ينام.
 - يدان. خبر. وحدة قياس للطول (م).
 - عاصمة عربية (م). رغب (م).
 - احد اهوار العراق. احد الاطراف (م).
 - فضائية عراقية (م). يتحدث بصوت واطى

12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
											1
											2
											3
											4
											5
											6
											7
											8
											9
											10
											11
											12

الميزان 21 ايلول 20 الاول	الحمل 21 اذار 20 نيسان
انتبه من عدم الإخلاص من أحد المعارف ، مع أنه قد لا يكون خطيراً وكن واقعياً من قراراتك . حاول الابتعاد عن العصبية .	قم بخطوة ايجابية الآن تحصد ثماراً وفيرة غداً وبعده. استمع إلى صوت الضمير وابتعد عن أفكار السود.
العقرب 21 اول 20 الثاني	الثور 21 نيسان 20 ايار
فكر ملياً واعترف باخطائك فالاعتراف بالخطأ فضيلة. عاطفياً، حاول ان تفصل بين امورك المهنية والعائلية، اما في ما يتعلق بالحبوب فانت مدرك تماما اهتمامه واستعداده للوقوف الى جانبك.	مهنيًا، فترة شاقّة في انتظارك ومسؤوليات جديدة توكل اليك وتزيد همومك وجهودك لما لا تسعى الى استفادة السريادة في حياتك العملية.
القوس 21 ثاني 20 الاول	الجوزاء 21 ايار 20 حزيران
تخشى المستقبل كثيراً وتزداد تساؤلاتك من دون ان تجد لها جواباً يبذل قلقك على المصير تصر على الوحدة رغم جهود الأهل لاخراجك من توترك.	مبلغ من المال يصل اليك عن طريق ميراث او جائزة. عاطفياً، انظر الى المستقبل بعين الأمل والتفاؤل تجاه الحبيب خاصة بعد ان اوضح نواياه تجاهك.
الجدي 21 اول 20 الثاني	السرطان 21 حزيران 20 تموز
هذه الفترة يهتف القلب، ويسمع الجواب. لقد دفعت الكثير من رصيدك وأن اوان التحصيل. حافظ على المثالية في عملك فانت تتقن فن المثابرة.	حاول ان تخفف من التوتر الذي يسيطر عليك. ازمة عابرة تمر بسلام وفترة مناسبة للقيام بالمشاريع. عاطفياً، اتصل بالحبيب وحاول ان تصارحه كي لا تندم لاحقا .
الدلو 21 الثاني 20 شباط	الاسد 21 تموز 20 اب
سيلومك البعض لان لك الكثير من العقل والقليل من الشجاعة فحاول اثبات العكس. من الممكن ان تعيش خيبة امل ولكن يومك سينتهي جيداً.	علاقتك العاطفية ستكون مميزة ، السفر سيكون مشروعك المفضل بحيث ستندفع نحو أفق جديدة لتوسيع اعمالك ، انتبه إلى صحتك ولا تجعل كل شيء يترامك عليك بصورة مفاجئة.
الحوت 21 شباط 20 اذار	العذراء 21 ايلول 20 ابلول
مهنيًا، تعلم ان تقاضو بهدوء، فالانفعال لن يدعك تعطف الثمار وانت لا ترض بان يكون نصيبك سلة فارغة، عاطفياً، يعود الحنان الذي غاب طويلاً فتعيش مع الحبيب مجدداً شغفاً ملتصقاً.	مهنيًا، حالك النفسية المشوشة تؤثر سلباً في عملك فتشعر بانك ممل وفاشل . عاطفياً، تشتاق الى الحبيب الغائب وتعيش توتراً مستمراً لعل هذه التجربة تفيد في تقربك منه اكثر من قبل عندما تجتمعان.