

إضاءة

شرف المواطن أهم من حياته..

روت لي احدى الزميلات، ان امراة تحمل طفلها وتسير في احد شوارع بغداد، جاء احد الخاطفين واخذ منها الطفل عنوة وهو يركض به، والمرأة تصرخ خطف طفلي، وهو يجيب: هذه المرأة كان صراخ المرأة وهي ام اقوى من كل حيل الخاطف، مرت دورية للشرطة بالمصادفة، وطارت الخاطف، واخذت منه الطفل

محمد شفيق

وامعطوه لامة، اعترف في الحال بأنه خاطف، فواجعوه ضربا حتى اغمي عليه، (وسحلوه) الى السيارة، ورموه فيها، ليقدّم الى العدالة والنهار ولا احد يستطيع ان يتكلم او يقول شيئا لهؤلاء، لأن سلاحهم القوة والدمار والموت

بها، وواجعها ضربا، وعندما سئل لماذا اجاب: انها شقيقتي ومن ضمن تقاليد العائلة ان لا تسير الفتاة مع رجل، لكنها ظلت تصرخ وتقول: لا اعرفه، لا اعرفه. فأجبرها هو ومن معه، على صعود السيارة، لتكون ضمن قافلة المختطفات يوميا من شوارع بغداد.

حكايتمان مؤلمتان من عشرات الحكايات التي تحصل في شوارع بغداد، وفي وضع النهار ولا احد يستطيع ان يتكلم او يقول شيئا لهؤلاء، لأن سلاحهم القوة والدمار والموت، مثل الذين يفضخون انفسهم، مثل الذين يفسجون السيارات ويقتلون الابرياء، مثل الذين لا يريدون للعراق ان يستقيم. باعتبارنا ان هؤلاء يستحقون ان يوضعوا في خانة (الارهابيين) ويعاملوا مثلهم لان شرف المواطن يأتي بموازاة حياته بل واكثر.

الفنانة القديرة ازادوهي صامويك :

المسرح جزء من حياتي..

البصرة/ عبد الحسين الفراوي

الفنان ان يجسد رسالته من خلال قيمته الفنية ليؤكد دوره في بناء بلده.. لان المسرح واجهة حضارية وثقافية.. وعطائي المسرحي لن يتوقف لان المسرح جزء من روحي طالما يخدم الناس ويتبرجم حياتهم وتطلعاتهم نحو مستقبل زاهر ويرفل بثوب العز والسعادة، وانا رسالة انسانية واجتماعية ووطنية وابداعية، خاصة ان المساحة الثقافية والمسرحية والفنية اخذت ابعادها ومساراتها نحو آفاق مستقبلية رحبة يستطيع فيها

وانا اشكر جامعة البصرة التي اتاحت لي الفرصة لحضور ملتقاها الثقافي الناجح والجميل. وأضافت: اجد المسرح الان يمتلك مضامين النهوض مع مسيرة العراق الجديد، بل انه يرسم صورة مشرقة للاعمال الجادة والهادفة التي تجسد معطيات الحياة الجديدة لان للفران عموما رسالة انسانية واجتماعية ووطنية وابداعية، خاصة ان المساحة الثقافية والمسرحية والفنية اخذت ابعادها ومساراتها نحو آفاق مستقبلية رحبة يستطيع فيها

٤/١٥/٢٠٠٦ قالت عن مشاركتها: اتاح لي الملتقى المشاركة بتقديم مشهد مسرحي للكاتب المسرحي الكبير عادل كاظم، كنا قد عرضناه سابقا واحسب انه شد الحضور الذين قابلوني بمحبتهم وتصفيقهم. وللبصرة واهلها الرائعين مكانة كبيرة في قلبي امتدت الى سنوات طويلة، لان البصرة عزيزة العطاء بالطاقات المسرحية تأليفا واخراجا وتمثيلا وقد اقامت العديد من المهرجانات المسرحية الناجحة.

مما اكسبها شهرة وحضورا متميزين في ميدان المسرح العراقي الجاد والمتنرم بهموم الحياة ومثلما للفنانة ازادوهي صامويك حضور في المسرح فان لها في البصرة محبة خالصة للمدينة واهلها الطيبين من خلال حضورها لاكثر من مرة في المهرجانات المسرحية التي كانت تقام كعضو لجنة تحكيم. وهذه المرة اكدت قوة عطائها وابداعها من خلال حضورها الى ملتقى السياب التأسيسي الذي اقامته جامعة البصرة للفترة من



الفنانة المسرحية القديرة ازادوهي صامويك التي تشكل مسيرتها الفنية نقطة ضوء مشعة في المسرح العراقي منذ ذلك ابداعها عبر عقود من الزمن ظلت فيها ممثلة صاعدة ملتزمة في ادائها ادوارها المسرحية التي تعبر فيها عن معاني انسانية واجتماعية خالصة

منتجعات التزلج في لبنان تستقطب السياح

بيروت / المدى-الوكالات

هذا الموسم اقل ٣٠ بالمائة عن سنة ٢٠٠٤/٢٠٠٥ نظرا للظروف التي يعيشها لبنان حاليا. وحول كمية الثلوج المتراكمة حتى الان في فاريا ذكر ان هذه الكمية تتراوح بين متر ونصف المتر ومترين مما يجعل موسم التزلج اطول ويمكن ان يمتد الى نهاية نيسان المقبل. وشجع رزق محبي رياضة التزلج في الدول العربية خصوصا الخليجية على زيارة لبنان مضيفا ان التقنيات المتوافرة في المنتجع تضاهي التقنيات المستخدمة في مراكز التزلج الاوروبية.



يتناهى الى سمع كل سائح يزور لبنان ان هذا البلد هو المكان الوحيد في العالم الذي يمكن التزلج فيه على الثلج في الصباح والانطلاق للسباحة في مياه البحر المتوسط بعد الظهر. ويميز ذلك الى المناخ المعتدل الذي يتمتع به لبنان والى جباله التي ترتفع فوق ساحل ضيق بحيث لا يبعد اعلى مركز للتزلج عن الشاطئ سوى كيلومترات قليلة مما يضي روعة على المناظر المشرفة خلال الطقس الصافي. ويعتبر لبنان من المراكز القليلة في منطقة الشرق الاوسط المجهزة لممارسة انواع الرياضة الشتوية ولاسيما رياضة التزلج في موسم كانون الاول وحتى ابريل/نيسان.

وتؤمن المنتجعات الكبرى لزبائنها الاقامة في الفنادق والشاليهات الشتوية بالإضافة الى تسهيلات كثيرة تشمل أدوات التزلج. وتستقطب منتجعات لبنان السياحية الشتوية الستة في الارز وفاريا/عيون السيمان والقلقوق وفقرا وقنا باكيش والزعرور عشرات الالاف من الزوار سنويا الذين يمارسون رياضة التزلج والاستمتاع بالطبيعة الخلابة. وانتشر الاقبال على التزلج في لبنان في ثلاثينات القرن الماضي وتم انشاء اول مصاعد التزلج في الخمسينات في منتجع الارز. ويوجد في لبنان ستة منتجعات يتخللها عدد من المحدرات الصالحة للتزلج ومراكز مخصصة لتلبية حاجات المتزلجين وراكبي الواح التزلج ذوي المهارات المختلفة. ويتسم

كل منتجع بطابع خاص يميزه عن غيره الا ان منتجع فاريا ببنيتها التحتية ذات المستوى العالي ومنتجع الارز بجوه الساحر الخلاب هما المكانان اللذان يستقطبان اكبر عدد من السائحين. وقال المدير العام لمنتجع فاريا كريستيان رزق ان ارتفاع حلبة التزلج في فاريا يتراوح بين ١٨٥٠ مترا و٢٤٦٥ مترا يتخللها ١٦ منحدرات مخصصة للتزلج. وذكر انه من اعالي هذه الحلبة ومن الموقع المعروف بالمرار يمكن للناظر ان يمتع الطرف بمشهد رائع يمتد من سهل البقاع وجبل الشيخ الى منطقة اللقلاق والارز. وأضاف ان عدد السياح السنوي الذين يقصدون المنتجع يبلغ حوالي ٧٠ الف سائح من دول عربية واجنبية منهم ١٠ الاف زاروا المنتجع هذا العام. بيد ان رزق اعرب عن تخوفه من ان تكون نسبة الاقبال

النوم العميق يستعيد الذكريات

واشنطن / وكالات

وقد تلا ذلك تحسن في استرجاعهم لصورا كانت قد عرضت لهم في فترات سابقة. ومن الجدير بالذكر ان الهيبوكامبس مسؤول عن استعادة الذكريات التي حدثت قبل وقت قريب، ولكنه قد يعجز عن ذلك بعد مرور فترة من الزمن، في حين ان انتقالها الى أجزاء من القشرة الدماغية عند الأشخاص المتطوعين، أثناء النوم العميق، وذلك باستخدام جهاز المرنان الوظيفي

يؤدي إلى نقل الذكريات المخترنة بشكل مؤقت في الهيبوكامبس أحد أجزاء الدماغ، إلى مركز الذاكرة طويلة الأمد الموجود في القشرة الدماغية لتغدو بذلك ذكريات دائمة. وقام هؤلاء الباحثون بملاحظة زيادة في النشاط الدماغي في منطقة القشرة الدماغية عند الأشخاص المتطوعين، أثناء النوم العميق، وذلك باستخدام جهاز المرنان الوظيفي

– إذا أردت أن تكون صاحب ذاكرة قوية، فعليك بالنوم العميق، هذا ما أكدته دراسة قام بها باحثون من جامعة رادبود في هولندا بالتعاون مع باحثين من جامعة أريزونا في الولايات المتحدة الأمريكية، بينوا فيها أن النوم العميق يمكن الإنسان من استعادة ذكرياته بشكل أفضل. وقد نشرت مجلة "PNAS" العلمية دراسة تؤكد صحة النظرية القائلة، بأن النوم العميق



الكلمات المتقاطعة

- اعداد / محمد راضي عمودي
- ١، مطرب عراقي معروف. احد الابوين (م).
 - ٢، جديد في اللغة الانكليزية (م).
 - ٣، محافظة عراقية. حرف مكرر.
 - ٤، مدينة مصرية (م). مرض يصيب العين. للندبة (م).
 - ٥، نصف زفاف (م). تحسيهم. مدينة سورية.
 - ٦، احترام. ضمير للمخاطب (م). نصف تأمر.
 - ٧، وضع النقود في المصرف (م). عكس هجر او بعد. نصف ويال.
 - ٨، يمشي. رعي او هلي (م). ضمير متصل.
 - ٩، حيلة او دهاء. احد احباء بغداد.
 - ١٠، واجه عدداً من النساء (م). احد فروع الدراسة الثانوية.
 - ١١، احد الانبياء. خاصتي. اعلام.
 - ١٢، ممثلة مصرية كبيرة.

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

حل العدد السابق

الميزان
21 ايلول 20 الاول

في مجال العمل تباير حتى الوصول الى هدفك لانك شخص ذو طموحات كبيرة، تحتج على مساندة عائلية ويأخذ أفراد العائلة برأيك لبلده بمشاريع جديدة.

العقرب
21 ايلول 20 الثاني

مهنيًا، لا تكثر للاعتراضات التي تواجه افكارك ومشاريعك، فالحق معك وكذلك الحظ. عاطفياً، الارتياح الذي يسود علاقتك ينعكس عليك شروفاً وعلى الحبيب شحوباً.

القوس
21 ثاني 20 الاول

هربك الى الحلم لن يغير الواقع. كن شجاعا كعهدنا بك وابدا بتخطي ما يزعجك. عاطفياً، قبل ان تفتح صفحة جديدة تأكد عزيزي من اخلاق القديمة.

الجدي
21 ايلول 20 الثاني

وعكة صحية عابرة تؤثر على عطائك المهني، الحبيب يقبدم لك هدية مميزة.

الدلو
21 الثاني 20 شباط

العديد من الفرص الجديدة ستظهر امامك في اطار عملك وذلك بعد ما مررت به من صعوبات. عاطفياً، انها الفترة المناسبة لترسيخ العلاقة انت محاط بالحب من كل جانب.

الحوت
21 شباط 20 اذار

اصبحت الان بأمس الحاجة الى التغيير في نمط حياتك. فالتغيير بعيد اليك الرغبة في الاندفاع. لا تكثر من الكلام بل الافعال.

الحمل
21 اذار 20 نيسان

مهنيًا، تشعر بانك تدهن مقعدك لا اكثر ولا اقل ورغم ذلك تظل صامتًا. هذا معيب ايها الحمل وهذه ليست صفاتك. عاطفياً، كفاك تقاضيا عن مشاعر الحبيب.

الثور
21 نيسان 20 ايار

لماذا تختار العلاقات عشوانيا وتعتقد ان كل ما يلعب من الذنوب؟ حلق جيدا وتأمل الواقع فترى انك تغرد خارج سربك. العقلانية التي تتميز بها لا تظهر واضحة هذه الايام.

الجوزاء
21 ايار 20 حزيران

تضج بالنشاط والحيوية هذه الفترة ولا تعرف الهدوء ابدًا، النجاح المهني الذي تسعى اليه بحاجة الى الصبر، العناد وحده لا يكفي، قلبك يحرضك اكثر من عقلك.

سرطان
21 حزيران 20 تموز

تعيش اجواء سعيدة، خصوصا مع من تحب، وستعرف كيفية استغلال المناسبات وحسن انتهاز الفرص لكي تضعها في تصرفك بهدف تحسين وضعك العام.

الاسد
21 تموز 20 اب

مهنيًا، عنادك يفاقم الامور فحاول مناقشة افكارك مع الزملاء لان الدكتاتورية هدامة ايها المتصلب. عاطفياً، علاقتك مميزة فلا تفقدها بنهورك وقلة اكرامك او بنفسك القاصير.

العذراء
21 اب 20 ايلول

هذا الشهر سيكون إيجابياً جداً حيث أحداث مهمة ستكون مفيدة في حياتك الشخصية، الحظ سيظهر لك وقد تحظى بمكاسب مادية مفاجئة.