

ضحايا الأنفال.. والحق النفسي

أ.د. قاسم حسين صالح

في مطالعة الادعاء العام، وفي استجواب السيد قاضي محكمة الجنابات العليا للمشتكين، لم يتم التطرق إلى ما أصاب الناجين من حرب الأنفال من أضرار نفسية. والسبب يعود إلى أن ثقافتنا النفسية حتى على مستوى السلطات التشريعية والتنفيذية والقضائية ما تزال متدنية. وبعيدا عن السياسة والإعلام، نتحدث بلغة الطب النفسي فنقول: إن الناس الذين يتعرضون إلى الحروب أو يشاركون فيها يصابون باضطراب نفسي يسمى " اضطراب ما بعد الضغوط الصدمية ". والذي لا يعرفه كثيرون أن أعراض هذا الاضطراب لا تظهر وقت وقوع الحرب إنما بعدها بسنين. فقد أشارت الدراسات النفسية إلى أن نصف مليون جندي أمريكي ظهر عليهم هذا الاضطراب بعد مرور "١٥" سنة من مشاركتهم بالحرب الفيتنامية. وأن نحو ٢٠٪ من الجنود الأمريكيين الذين شاركوا في عاصفة الصحراء عام ٩١، يعانون الآن من أعراض هذا الاضطراب. وتقيد الدراسات النفسية أن أكثر من ٢٥٪ من سكان يوغسلافيا السابقة الذين شهدوا الحرب العرقية، و٢٠٪ من الكمبوديين والفيتناميين الذين تعرضوا إلى حروب أهلية في الثمانينيات يعانون إلى الآن من هذا الاضطراب. بل أن الدراسات التي أجريت على البوسنيين اللاجئين إلى أمريكا فرارا من الحرب البوسنية، أفادت بأن ٦٥٪ منهم ما زالوا يعانون من اضطراب ما بعد الضغوط الصدمية.

هذا يعني بأن الأدلة العلمية ثابتة من حيث توكيدها على أن الذين يتعرضون إلى الحروب تظهر عليهم أعراض اضطراب ما بعد الضغوط الصدمية حتى بعد أكثر من عشرين سنة، ومن أبرزها:

الكوابيس والأحلام المزعجة، الحزن والهمم والتوتر، الغضب والهيجان، السلوك العدواني اللفظي والبدني، العزلة والعزوف عن ممارسة النشاطات، المتعة، الفتور والتبلد العاطفي، وعدم القدرة على التعبير عن مشاعر الحب الذي يفيض إلى الطلاق...

ومع أن الحرب هي الحرب فيما تحدته من صدمات نفسية، إلا أن الذي تعرض له شعبنا الكردي من حروب كارثية استمرت لعقود، يفوق ما تعرض له أي شعب آخر في المنطقة الإسلامية حكومته.

ومع ذلك، لم يحظ الأكراد المصدومون نفسيا " بأية رعاية نفسية. نعم جاءت بعثات أو وفود (طبية - نفسية) من حكومات وهيئات دولية وجامعية ومراكز بحوث. وتشكلت منظمات كثيرة أو جمعيات بعضها باسم (حليجه) جاءت بالفعل إليها فما قبض أهل حلبجة منها سوى أنهم عرضوهم على شاشات التلفزيون وصوروهم على صفحات المجلات والجرائد فصاروا (فرجه) للعالم. وصار (الحلجيجون) يسخرون الآن من الذي يأتينهم من هذا الصنف..وتعلمون كيف كان غضبهم حتى على حكومتهم في العام الماضي. ويذكر لي أحد الأخوة الأكراد أن الذين تعرضوا لحملة الأنفال لجأوا إلى مدينة(....) قريبة من أربيل، ويصفهم بأن جميعهم (أعصاب) لدرجة أنك إذا أزعجت أحدهم ولو بكلام بسيط سحب عليك أقسام (الكلاشنكوف)..

عليه فإننا ندعو رئاسة المحكمة الموقرة وادعاها العام إلى تثبيت الحق النفسي لضحايا حرب الأنفال، فهو أهم بكثير من تدمير بيت و هلاك زرع أو ضرع.

ألوان على مائدة الإفطار

بغداد / الصدا

الألوان المشهورة فيها، بل هناك أيضا المأكولات والمشروبات العادية الأخرى التي ربما تجدها فيها جميعا.

فالتواصل القومي والديني والحضاري يترك تأثيره على الحياة الاجتماعية في مختلف المحمص والخيار والطماطم والخل والزيت والبقدونس والخس والتنعنع.

وإذا كنت في العراق وجدت شوربة العدس والكبة والحلبي والتمر واللبن والسّمك المقلي والمشوي والدولة.

وإذا كنت في الكويت رأيت المكبوس، وهو عبارة عن الأرز باللحم المزموم والبصل.

أما في بنغلاديش فإنك ستجد الياكور التي هي شبيهة بالطعمية في مصر.

وهناك في ليبيا التمر والحليب والشوربة العربية والبوريك والرشة والسلطة المشوية

المكونة من الطماطم والفلفل والبصل والثوم مع الزيت والفلفل الأسود والملح، إضافة للمحلية والسحلب والعصيدة ومأكولات أخرى.

ولا تقتصر مائدة الإفطار غيرمضائية في هذه البلدان وغيرها بالطبع على هذه

المكونات الغذائية الغنية بالفائدة والنكهة الشهية والطعم اللاذع.

وإذا كنت في الشام صادفتك محاشي الكوسة والبادنجان، وكذلك الفتوش الذي هو سلطة مكونة من كسرات الخبز المحمص والخيار والطماطم والخل والزيت والبقدونس والخس والتنعنع.

وإذا كنت في العراق وجدت شوربة العدس والكبة والحلبي والتمر واللبن والسّمك المقلي والمشوي والدولة.

وإذا كنت في الكويت رأيت المكبوس، وهو عبارة عن الأرز باللحم المزموم والبصل.

أما في بنغلاديش فإنك ستجد الياكور التي هي شبيهة بالطعمية في مصر.

وهناك في ليبيا التمر والحليب والشوربة العربية والبوريك والرشة والسلطة المشوية

المكونة من الطماطم والفلفل والبصل والثوم مع الزيت والفلفل الأسود والملح، إضافة للمحلية والسحلب والعصيدة ومأكولات أخرى.

ولا تقتصر مائدة الإفطار غيرمضائية في هذه البلدان وغيرها بالطبع على هذه

إرضاء رغبات الصغار من أفراد الأسرة.

ومهما كانت الحال، فإن المطبخ العربي الإسلامي، وربما الكائن وسط غالبية المسلمين أيضا، يشهد في هذا الشهر نشاطا كبيرا متميزا تقوم به عادة نساء الأسرة، بينما يتكفل الرجال في الغالب أمر توفير المواد الغذائية الأولية من السوق.

وقد أفرز هذا الاهتمام الاستثنائي بمائدة الإفطار والمسحور، على صعيد الأسرة والمجتمع، أطباقا وألوانا من أطياب الطعام والشراب. وأصبح لكل بلد في هذا الشهر ما يشتهر به من هذه المأكولات والمشروبات، بصرف النظر عما إذا كان بسيطاً أو مكلفاً، تحرص على تجهيزه كل أسرة وكل مطعم أيضا.

فإذا ما كنت في الجزائر أو تونس أو المغرب في هذا الشهر وجدت (الشوربة) التي هي نوع من الشوربة الزاخرة بمختلف

تتضمن

الأسمر

الإسلامية في

شهر رمضان المبارك

في إيثار مائدة الإفطار

بأفضل ما يمكنها توفيره

ألوان الطعام والشراب

والحلوى. وربما كان ذلك في

أغلب الأحوال ليس بدافع النهم

أو الرغبة في الشبع، وإنما لتوفير

جو من البهجة والاستمتاع أو

عرض فيلم وادي الذئاب في العمارة

ميساء / محمد الحمراحي

اقام نادي السينما في العمارة التابع لاتحاد ادباء ميسان عرضاً لفلم (وادي الذئاب) لتمثيل غسان مسعود وبيلى زين واخراج سردار أكرم.

واكد الناقد السينمائي صلاح النوري المشرف على نادي السينما ان اسباب عرض هذا الفلم جاء لتجاحه الكبير في سوق (CD) خاصة ان الفلم يتحدث عن مشكلات عراقية آنية مثل مشاهد سجن ابو غريب والأعمال الإرهابية في شوارع بغداد.

واكد النوري ان عرض هذا الفلم هو جزء من برنامج نادي السينما للعام الحالي. وحضر العرض جمهور كبير من المثقفين في العمارة.

التمر يرفع سكر الدم الذي يفقده الصائم

القاهرة / وكالات

يعد التمر من أكثر الوجبات المتكاملة نظراً لاحتوائه على عناصر غذائية متكاملة.

واكد باحثون أن الإقبال على التمر من قبل الصائمين أو من يشعرون بإعياء مفيد جداً علاج مثل تلك الحالات فقد ثبت أن تناول التمر مع اللبن يعد أكثر فائدة والسبب في ذلك هو وجود ألياف اللجنين بالتمر والتي تعمل على تخفيض الكوليسترول والدهون، بالإضافة لاحتواء اللبن على بروتينات وكماليسيوم وفيتامينات مفيدة للجسم.

جدير بالذكر أن تناول الصائم عصائر الفاكهة في الإفطار يعد أيضاً من العناصر التي ترفع سكر الدم لأن السكر يمكن امتصاصه بسرعة ولايستغرق وقتاً طويلاً للهضم.



الابتسام الغامضة للوحة (الجوكندا) هي أهم شأبة

اوتاوا / اف ب

وقال برونو موتان امين متاحف فرنسا في مؤتمر صحافي عقده في اوتاوا ان الدراسة كشفت ان مونا ليزا كانت ترتدي "منديلا من الشاش" شفافا معلقا بفتحة اللباس الذي يغطي صدرها، وهو ما كانت ترتديه النساء الحوامل او اللواتي وضعن طفلا للثوب". وخلص موتان إلى القول: ان "هذه اللوحة رسمت بمناسبة ولادة الطفل الثاني لمونا ليزا. انها امرأة رزقت للثوب بولد، تلتفت اليك تحديق فيك وهي تبسّم بخفراً".

افادت دراسة كندية اعتمدت على التصوير الرقمي ثلاثي الابعاد ان الابتسام الغامضة للوحة الجوكندا التي رسمها ليوناردو دافنشي هي ابتسام امرأة شابة سعيدة رزقت بطفل لثوبها.

وكشف المجلس الوطني للابحاث في كندا في اوتاوا نتائج دراسة طلبها متحف اللوفر الفرنسي واتجزت بفضل نظام يعمل بالليزر وبثلاثة ابعاد..