"العطلة الصيفية لدى طلبتنا لم تحمل الصورة الجميلة الزاهية في ظل الظروف الراهنة التي يمر بها البلد فكثير من طلبتنا تحدثوا بسلبية عن العطلة التي افرغت من محتواها الاساسي وخصوصا" لدى طالباتنا اللواتي اجمعن على ان العطلة الصيفية هي ايام طويلة في العمل المنزلي المضني والرتيب."

الجامعة متنفسهن الوحيد للتعبير عن شخصياتهن

العطلة الصيفية مملة ومتعبة للطالبات الجامعيات

بابل/ حامد المنصوري

قالت الطالبة عبير فاضل احدى طالبات كلية الفنون الجميلة قسم المسرح المرحلة الثالثة: سببت العطلة الصيفية ازمات كثيرة للطالبات منها نفسية اثرت بشكل سلبي على حياة الطالبات وما عانيته ازمة يعلم الله بها هي السجن في البيت ومشاهدة التلفاز وما تحويه هذه البرامج التي تعودنا عليها فالبرامج التي اشاهدها هي الاخبار وما يعانيه العراق والمنوعات والافلام التي لا وجود لقصة جميلة فيها هذا كله فيما اذا وجدت الكهرباء والحر الذي نعانيه وارتفاع درجات الحرارة وانتظارنا للمولدة وصعوبة الحصول على البنزين لتشغيل مولدة البيت كل هذا يمر علينا يوميا" نحن الطالبات فالدوام يساعدنا في الخروج من هذا الروتين القاتل الذي يسبب لنا ازمات كثيرة

وكان للطالبة (ش . م) رأي اخر فهي معلمة وتكمل دراستها في الكلية المفتوحة متزوجة ولها طفلين:

العطلة الصيفية بالنسبة لي مفيدة لانها توفر لي التواجد في البيت مع زوجي واطفالي فعندما اكون في الدوام بالمدرسة والكلية اجد نفسي متوترة ويجب ان ارتب وقتي حسب راحة زوجي وبيتي واولادي

في حين عبرت الطالبة (فاطمة علي) عن مشاعرها تجاه العطلة الصيفية واعتبرتها حالة عبء" على جميع الطالبات لان العطلة مصدر تعب وتوتر مستمر لا نشعر به اثناء الدوام لأننا ننشغل بالدراسة فلا نفكر فيها اما في العطلة فنكون حبيسات بين اربعة جدران لا نرى احدا" الا الضيوف الذين يأتون لزيارتنا والمكان الوحيد الذي نذهب اليه هو السوق حياتنا في البيت محسوبة انتظار لساعات حتى تأتي الكهرباء ومتى يبدأ الفلم ومتى تأتي المولدة ومتى ومتى...الخ

وهنا اكد الدكتور فاهم الطريحي رئيس قسم العلوم التربوية والنفسية ان الطالبة في ظل هذه الظروف لا تستطيع القيام بتطوير قدراتها الثقافية والعلمية وممارسة هوايتها بحرية كبيرة فتبقى الجامعة هي المتنفس الوحيد لها في التعبير عن شخصيتها ولذا اقترح الطريحي ان يكون للجامعة دور جديد في العطلة الصيفية من خلال دعوة الطالبات للمشاركة في الدورات التدريبية البطولات الرياضية وفتح باب الهوايات فيها.

بداية التدخين وتصنيع التبوغ في العراق

بابل/ محمد عبد الجليل

من المعلوم إن مزارع التبوغ في العراق موجودة منذ أقدم العصور ولكن استخدام التبوغ للتدخين جاء متأخرا بعدما كان يستخدم في بعض العلاجات والاستطبابات البسيطة.

أما استخدامها في التدخين فبدا بقصة أصلها بلاد الهند القديمة ((عندما احترقت إحدى مزارع التبغ الكبيرة هناك فانبعث من جراء ذلك الحريق رائحة سحرية مميزة فاستنشقها الهنود القدماء فأحسوا حينها بمتعة ونشوة خاصة . ثم تعمد بعضهم بعد ذلك على حرق بعض وريقات التبغ هذه فتصاعد منها دخان كثيف فاستنشقوه واستمتعوا برائحته)).

واذكر حادثة طريفة عندما سمع احد ملوكهم بذلك أمر سرا بصنع غليون أو (سبيل) يسميه أهل العراق وهو من ابتكار ذلك الملك وبدا يعبى فيه من ذلك التبغ ومن ثم أشعله فتصاعد الدخان ومن ثم بدا بسحب ذلك الدخان في فمه وإخراجه وبذلك بدأت أول مرحلة من مراحل التدخين في العالم ولكن ذلك الملك حرص أن يكون هذا العمل أو الاكتشاف طي السرية والكتمان خوفا أن يخرق ذلك من تقاليد وخصوصية شعبه حينها.

أو يغير ذلك الاكتشاف من البدع التي لاتروق لتلك الشعوب . ولكن الذي حصل فيما بعد إن احد الخدم شاهد ملكه ذات يوم وهو يدخن بذلك الغليون العجيب والدخان يتصاعد على وجهه فظن أن الملك قد احترق وجهه فهرع مسرعا يجوب أروقة القصر ويصيح بأعلى صوته لقد احترق الملك فسارع من في القصر من الوزراء والحجاب والخدم لإنقاذ ملكهم المحروق وتوجهوا نحوه وإذا به يضحك ويكشف لهم ولأول مرة عن سره المكنون الذي كان يمارسه وليعلن ولأول مرة عن اكتشافه العجيب الذي ظل زمنا سرا يمارسه بينه وبين نفسه وليعرفهم بحصوله على تلك المتعه أو النشوة من خلال ذلك . وبعد ذلك شاع الخبر بين الناس فاستحسنوه وقلدوا ملكهم بذلك إن تلك هي بداية القصة أو الحكاية الأولى للتدخين. ولكون العراق من البلدان التجارية المهمة والمنفتحة على العالم فكان من أوائل البلدان التي دخلت إليها التبوغ. وكان التدخين حينها يتم بواسطة الغليون وقد ظل ذلك زمنا طويلا وبعد ذلك استخدمت الناركيله التي جاءت أيضا من البلدان المجاورة وبعدها بدا التدخين بواسطة السكائر التي كانت تصنع بأيدي مدخنيها أنفسهم.

فبائع التبغ (التتنجي) (وهذه ألمهنه شبه منقرضه في بلدنا) كان صاحب هذه المهنة يبيع التبوغ بعد تصنيعها بدائيا وذلك بطحنها وتنظيفها وغسلها وتعريضها لأشعة الشمس ومن ثم يبيعها للمدخنين مع دفاتر صغيرة تحتوي على وريقات رقيقة جدا يقوم المدخن بلف الورقة حول كمية قليلة من التبغ لتصبح سيكارة بدائية تسمى بسيكارة (اللف) وكثيرا ماتتذكر مشاهد عن مدخنين أيام زمان عندما كانوا يخرجون أكياسهم المصنوعة من القماش الأبيض عادة وفي مناطق أخرى من بلدنا تكون ملونة ويقومون بلف سكائرهم بدقة وحرص على عدم التبذير أو سقوط التبغ (التتن) على ملابسهم أو على الأرض وهذه العملية تعطيهم متعة خاصة تسبق متعة التدخين.

ومن ثم يقومون بإشعال تلك السكائر بأعواد الثقاب أو بالزناد النفطي الذي كان شائعا في ذلك الوقت وله أشكال عديدة ومتنوعة. بعد ذلك تطورت مهنة (التتنجي) لتصل إلى تصنيع السكائر بيده ويبيعها جاهزة للمدخنين.

ويتم ذلك بلف السكائر ووضع فلتر (أو زبانه) في أسفل السيكاره وهذه ماتسمى بسكائر (المزبن) وهي عادة تكون على نوعين نوع رفيع وآخر غليظ وحسب رغبة المدخن.

وبعد النهضة الصناعية التي شهدها العالم وبدايات نشوء المكننة دخلت معامل تصنيع السكائر إلى العراق في بدايات القرن الماضي فبدأت بصنع سكائر بسيطة غير مفلتره مثل سكائر غازي ومن ثم الجمهوري وبعدها الوطني وبغداد..... الخ.

إن ذلك التطور في تصنيع التبوغ والسكائر لم يلغ الوسائل القديمة للتدخين مثل استخدام الغليون والناركيلة التي بدأت الأخيرة بالانتشار مجددا في بلدان الشرق والبلاد العربية ومنها العراق ولكن بفارق في تصنيع تبوغها بوسائل حديثه وبمواصفات نقاوة عالية مضافا إليها بعض المطيبات والمعطرات وإضافة العسل أحيانا وهذا التبغ خاص بالناركيلة والمسمى ب (المعسل).

وعلى الرغم من تحذير الأطباء والمنظمات الصحية في العالم من آثار التدخين السلبية على صحة الإنسان وتأثيره المباشر عليه واعتبار التدخين من العادات السيئة التي ابتلي بها الإنسان كل ذلك لم يمنع أكثر الناس من الاستمرار بتلك العادة القديمة معتبريها فسحه للترويح عن النفس مستمتعين بذلك.

وعلى العموم فثمة مثل عراقي قديم يقول (مادام كهوه وتنن كل الأمور تهون).

الكافيين يقوي الذاكرة عند الاناث

باريس/ اف ب

تناول ثلاثة فناجين من القهوة (او ستة فناجين من الشاي) يوميا يحمي ذاكرة النساء فوق الخامسة والستين وفقا لدراسة تنشر الثلاثاء في مجلة "نيورولوجي" المتخصصة.

وتناولت الدراسة التي اجراها المعهد الوطني الفرنسي للصحة والابحاث الطبية بالتعاون مع جامعة لشبونة العلاقة بين تناول الكافيين والاداء الذهني (الذاكرة، اللغة، المنطق ...) وشملت ٤١٩٧ امراة و٢٨٢٠ رجلا فوق سن الخامسة والستين.

ووضع فريق كارين ريتشي المكون من باحثين في وحدة امراض الجهاز العصبي بالتعاون مع مختبر العلوم العصبية في جامعة لشبونة نموذجا احصائيا انطلاقا من النتائج التي جمعت لمدة اربع سنوات في مونبيليه وديجون وبوردو من هذه المجموعة التي تشمل سبعة الاف شخص.

وبعد اخذ كل العوامل الاخرى التي يمكن ان تؤثر على الاداء الذهني في الاعتبار مثل السن، التعليم، ضغط الدم، امراض القلب، الاكتئاب العصبي وانواع العجز، اتاح هذا النموذج الاحصائي التوصل الى ان للكافيين تاثيرا واقيا بالنسبة للنساء فقط.

وقال كارين ريتشي ان "نموذجنا يشير بوضوح شديد الى ان لمادة الكافيين تاثيرا على عمل دماغ النساء".

وعلقت الباحثة على سبب كون الكافيين لا يحمي سوى المراة قائلة "من الممكن ان تكون عملية التمثيل الغذائي للكافيين مختلفة لدى المراة عنها لدى الرجل او ربما يكون هناك تفاعل هرموني".

واشارت الى ضرورة توضيح الالية البيولوجية لتقييم مدى فائدة علاج يستند الى الكافيين.

الا ان الدراسة تفيد بان الكافيين ليس له تاثير على ظهور مرض الزهايمر. وقالت الباحثة انه يتعين متابعة الدراسة لعامين آخرين لدراسة العلاقة بين الكافيين والزهايمر بشكل افضل "لانه من المحتمل ان لا يكون للكافيين دور في ظهور المرض ولكن في تقدمه".

أوراق تراثية

إعداد: عادل العامل

إبن الزيات.. الشاعر الطاغية!

نشأ محمد بن عبد الملك الزيات في أسرة كانت تعمل في عصر الزيت ونقله حتى أصبح أبوه تاجراً من تجار الكرخ الأغنياء، ولكنه لزم الأدب رغم إلحاح أبيه عليه في التعلق بالتجارة، وقوله له إن التجارة أنفع له من ذلك، فيقول له ابنه: والله لَتَعلمنَ أينا ينتفع بما هو فيه!

ويبدو أن عين ابن الزيات لم تكن على المال فقط، وإلا لكان قد عمل بنصيحة أبيه، وإنما كانت عينه على السلطة أيضاً! وذلك واضح من شعره الذي يخاطب به الوزيرَ الحسن بن سهل بعد أن وصله بعشرة آلف درهم، حيث قال:

لم أمتدِحكَ رجاءَ المالِ أطلبُهُ
لكنْ لتُلبسني التحجيلَ والغُرَرا
وليسَ ذلكَ إلا أنّني رجلٌ
لا أطلبُ الوِردَ حتى أعرفَ الصَدَرا

وهكذا عيّنه كاتباً بالدواوين. وراح يتابع دراسته لعلوم اللغة والنحو، ويبدي تفوقاً في حل المسائل الناجمة عن المناقشات الجارية، وفي التمكن من الشعر، ويتقرب في الوقت نفسه من المتنفذين في الدولة وصولاً إلى الخليفة. فاستوزره المعتصم، والواثق، والمتوكل، وأقبلت الدنيا عليه، وفتح أبوابه للشعراء، الموجودين على الدوام حيث يوجد خليفة أو وزير!

وإذا أردنا التعرف على أخلاقية الرجل، ومن خلال ذلك على طبيعة تلك الفترة من العصر العباسي، ففي هذه الحكاية التي أوردها الأصبهاني ما يفي بالغرض. فقد ذكر هارون بن محمد بن عبد الملك الزيات أن أباه " جلس يوماً للمظالم، فلما انقضى المجلس، رأى رجلاً جالساً فقال له: ألكَ حاجة ؟ قال الرجل: نعم تدنيني إليك فإنني مظلوم. فأدناه وقال: ومَن ظلمك ؟ قال: أنت ولستُ أصل إليك فإذكر حاجتي! قال: ومَن يحجبك عني والمجلس مبذول. قال: يحجبني عنكَ هيبتي لكَ وطول لسانك وفصاحتكَ وإطراد حجتك. قال: ففيم ظلمتكَ ؟ قال: ضيعتي الفلانية أخذها وكيلُك غصباً بغير ثمن، فإذا وجب عليها خراج أديته باسمي لئلا يثبت لكَ اسمٌ في ملكها فيبطل ملكي، وهذا مما لم يسمع في الظلم مثله. فقال محمد: هذا قولٌ تحتاج عليه إلى بينة وشهود وأشياء. فقال له الرجل: أيؤمنني الوزير من غضبه حتى أجيب ؟ قال: قد أمّنتكَ. قال: البينة هم الشهود، وإذا شهدوا فليس يحتاج معهم إلى شيء، فما معنى قولك بينة وشهود وأشياء، أيش هذه الأشياء إلا الغي والتغطرس ؟! فضحك وقال: صدقتَ والبلاء موكّلٌ بالمنطق، وإني لأرى فيك مصطنَعاً. ثم وقّع له بردّ ضيعته وبأن يُطلَق له أكر حنطة وأكر شعير ومائة دينار وصيره من أصحابه "!

وكانت فيه، مع هذا، قسوة شيطانية سادية تمثّلت في اتخاذه تنّوراً من حديد فيه مسامير يعذّب به المغضوب عليهم والمطالَبين بالأموال، وكان يقول: الرحمة خَوَر في الطبيعة وضعف في المنّة، ما رحمتُ شيئاً قط! ومن مفارقات القدر، والعدالة الإلهية التي لا يفلتُ منها طاغيةٌ أو فاسد، أن نهايته كانت في ذلك التنّور الذي اتخذه لتعذيب الناس! ومع هذا، فإنه كان معروفاً برقّة الشعر ورهافة الحس، وهو القائل:

صغيرُ هواكَ عذّبني فكيف به إذا اجتنكا!
وحسنُ رضاكَ يقتلني وقتلي لاَ يحلُ لكا
وأنتَ جمعتَ في قلبي هوىً قد كان مشتَركا
أما ترثي لمكتَئبٍ إذا ضحكَ الخليُ بكا!

هذا.. قبل أكثر من ألف عام!

قال أبو العيناء، وكان ضريراً ومن الظرفاء، لرجلٍ سلّمَ عليه: مَن أنتَ ؟ قال: رجلٌ من ولد آدم. قال: ادنُ مني عانقني، فما ظننتُ أنه بقيَ من هذا النسلِ أحدٌ!!.

الابراج

الحمل
21اذار 20نيسان
الأعداء الذي لا تعرفهم يحملون ضغينة ضدك أنت لا تعلم عنها شيئاً. قد لا يكون شريكك أمين معك. حاذر من خداع من تتعامل معهم.

الثور
21نيسان 20ايار
حاول أن تحدث تغييرات في مركزك الاجتماعي. قد تجد زميلات العمل أكثر مساعدة وتعاون مما كنت تتوقعه. تحتاج لنوع من المغامرة والإثارة في حياتك.

الجوزاء
21ايار 20حزيران
قد يكون الحديث الذي تقوم به هام بالنسبة لموقفك الحالي. اليوم غير مناسب للقرارات المتسرعة. مشكلات مالية يصعب عليك التعامل معها إذا كان لديك شريك آخر في

السرطان
21حزيران 20تموز
تنعم بنشاط وطاقة عالية للغاية. احرص ألا تظهر حدة غضبك عند التعامل مع رئيس العمل. أنت في حاجة للخروج لمقابلة الشركاء الجدد.

الاسد
21تموز 20اب
لا تستسلم بشكل سريع. استخدم ذكاءك وسرعة بديهتك في إحراز نقاط في صالحك وكسب بعض الأصدقاء. عليك بالسفر في حالة الضرورة من أجل تحقيق المكاسب.

العذراء
21اب 20ايلول
أحلامك قد تساعدك على التغلب على الأمور الصعبة في حياتك في حالة الاهتمام بهم. تحتاج إلى التحكم في انفعالاتك والتعامل مع المواقف بحكمة.

الميزان
21ايلول 20ت الاول
حاول ألا تقع في الشرك المنصوب لك. استمع جيداً لنصائح الآخرين. حاول ألا تأخذ كلام الآخرين على أنه أمر مسلم به.

العقرب
21ت اول 20ت الثاني
يمكنك أن تكشف عما لديك من أفكار في الوقت الحالي. قد يكون هناك بعض التغيرات المفاجئة في صداقاتك إذا ما حاولت تغير الآخرين.

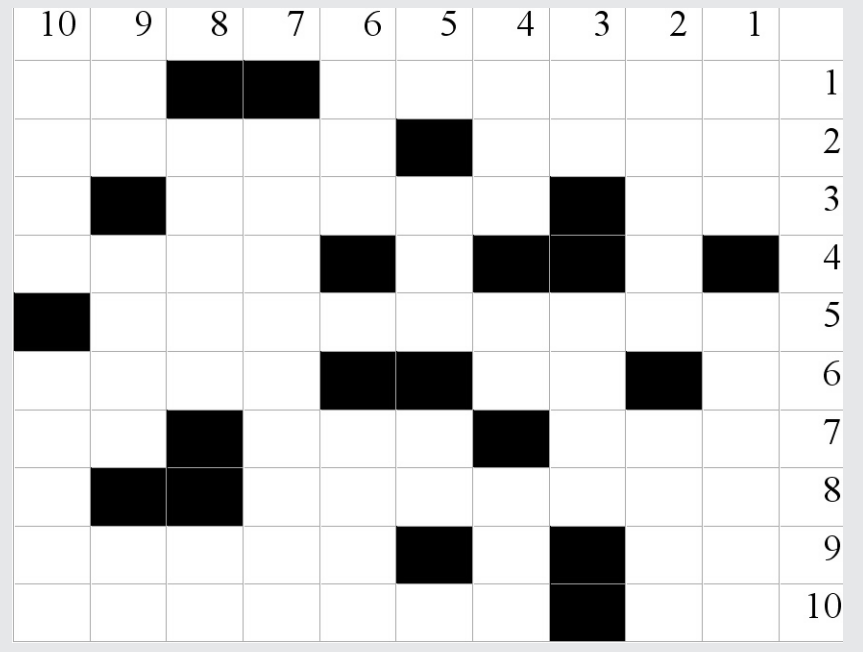
القوس
21ت ثاني 20ك الاول
يمكنك القيام بصفقات ممتازة في حالة اختيار المكان والوقت المناسب. يمكنك تحقيق خطوات ناجحة في عملك. استثمارات الأملاك تكون مفيدة ولكنها قد تسبب المشاكل.

الجدي
21ك اول 20ك الثاني
من السهل عليك أن تغير من المحيط الذي تعيش فيه من خلال تغيير الديكور أو الانتقال إلى منزل جديد. إذا لم يعجبون برأيك حاول أن تدعهم يشاركون في الأمر.

الدلو
21ك الثاني 20شباط
استثمارات الملكية مربحة ولكن المشاكل مع أفراد الأسرة أمر وارد. لا تغضب ولكن كن أكثر حذراً. مشكلات مالية يصعب عليك التعامل معها إذا كان لديك شريك آخر في العمل.

الحوت
21شباط 20اذار
تستطيع شراء بعض الأشياء التي تحسن كثيراً من مظهرك. بعض التغييرات في شكل منزلك تبدو مثمرة. الحديث مع من تثق بهم يساعدك على التخلص من مشاكلك.

الكلمات المتقاطعة



أفقي

١- اقليم سوادني/وعاء ضخم
٢- رفسه(م)/ حيوانات تستعيد مضغ طعامها
٣- والد/ عكس النهار
٤- علامة تتميز بها دولة أو جماعة
٥- وزير دفاع ايران
٦- اكمل/ في الفم
٧- قاعة/ وحدة زمنية/ نغمة موسيقية
٨- الحشرة التي تنقل عدوي مرض الملاريا
٩- نهر بايطاليا(م)/ يرشدها

عمودي

١- اهدم(م)/ أغنية لمحمد رشدي
٢- الخلف والعوض/ نالت بلسانها نيلا شديدا
٣- نصف ركاب/ يرجع من المعصية
٤- حمار الوحش/ استنشق/ ارتفع
٥- تأنيب/ للتعجب(م)
٦- فتات صخر/ خسيس
٧- جيش تابع للتيار الصدري
٨- تطرده وتبعده عن الحيز/ للنفي والنصب
٩- لؤلؤ/ شهر بعد نيسان/ توجع وتأوه(م)
١٠- ضد ليل/ بعيده(م)

حل شبكة الكلمات المتقاطعة للعدد السابق

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	ا	س	ب	ا	ن	ى	ا	■	■	ت
2	ر	و	ب	ر	ت	ش	و	م	ا	ن
3	ت	ق	ر	ا	■	د	ن	■	ل	ي
4	ا	■	■	هـ	هـ	■	ا	ل	ق	ن
5	ع	ش	■	ا	ل	ع	ز	ي	ز	■
6	■	ع	م	■	ت	و	■	■	■	ت
7	ع	ا	ط	ف	س	ا	ل	م	■	ر
8	ك	ر	ا	هـ	ا	م	ب	ل	■	ك
9	ا	■	ر	و	■	هـ	ي	ا	ج	ي
10	■	■	■	د	ب	■	ب	ح	ل	ا