

تمثال  
من  
الحجر في  
أحد جبال  
لبنان  
للشاعر  
والكاتب  
الكبير  
جبران  
خليل  
جبران



جانب من استعراض وسباق الخنازير الذي أقيم في مدينة ملبورن الأسترالية



عملية إتلاف لمئات الصور والأقراص الليزرية غير المرخصة قانوناً



وقفة

## ما الذي يخفف توترنا؟

سعد محمد رحيم

اعترض أحد أصدقائي على عنوان الوقفة السابقة التي كتبتها؛ (ما الذي يجعلنا متوترين؟) وقال؛ «كان الأصح أن تجعل العنوان (ما الذي لا يجعلنا متوترين؟) طالما كان أغلب ما يحبطنا ويبر بنا وما نسمعه ونقرأ يتزكنا متوترين محبطين».

فكرت أن صديقي ذاك ربما كان محقاً بعض الشيء لو لا قناعاتي أن تشاؤمه المفرط الذي يُعرف به يجعل أحكامه مبالغاً بها. ولأن لا مشكلة بالحل، ولأن الفرج يعقب الشدة، كما يقال، فلابد من أن نفكر بعلاجات لتوتراتنا اليومية التي ألغنا التعايش معها، وأخشى أن أقول أدمنها، على الرغم مما يشاع من أنها تؤثر في الصحة النفسية والجسمانية للمرء ويمكن أن تسبب له ارتفاع ضغط الدم والسكري والجلطة والذبحة الصدرية والسكتة الدماغية، والعياذ بالله، ولكن ما الذي يخفف توترنا، ولا نقول يزيله تماماً؟ فأسأله ما تزال قائمة وشغلة، حيث لا يملك الفرد حولا ولا قوة ليفعل شيئا للقضاء عليها.

وأيضا لا أريد أن أقترح حولا وأقدم نصائح تنم عن بطر من قبيل؛ «اقض شهرا في منتجع أوروبي على سواحل الأبيض المتوسط أو في واحدة من جزر الكناري.. يكفي أن تسافر إلى مصيف مع عائلتك أو مع مجموعة من أصدقائك على الرغم من أن هذا يكون مكلفا نسبيا».

وقد عملت بهذه النصيحة واصطلحت مجموعة من أصدقائي وذهبتا إلى مصيف (أحمد أوه) في السلمانية وكانت سفرة ممتعة خففت من توترنا حقا ليوم ونصف اليوم.. ولا أريد التطرق إلى بعض المحبطات التي واجهتنا بسبب سوء الحظ وغيره، ووترتنا قليلا.

وقد تكون ممارسة رياضة اليوغا مفيدة، ولكن من يدعك تجلس لساعتين من غير حركة تحقق في المجهول؟ وأعتقد أن رياضة الركض أجدى لكنها تكاد تكون غير ماثلة لمن يسكن في المدن المزدهمة أو

بخشي مفاجآت الإرهاب، أو حتى لوم وانتقاد الجيران، إنن تمش في الجوار ليس بعيدا عن منزلك وحاول أن تفكر بشيء جميل.. استغرق في الأحلام الوردية إن استطعت.

استمع إلى الموسيقى الهادئة، هذا إذا كنت تحظى بوقت فراغ كاف وكان ليس فيه لغط أو ضجيج.. شاهد البرامج التلفزيونية الخاصة بعالم الطبيعة، والألعاب الرياضية مثل كرة القدم أو السلة أو الكرة الطائرة أو التنس على أن لا يكون أحد المتبارين فريقا أو رياضيا

عراقيا كي لا تتحمس زيادة عن اللزوم وتتوتر وتصاب بالإحباط والمرارة في النهاية إذا ما خسر من تشجعه لا سمح الله.. طبعاً هذا إذا كنت حر التصرف بالريموت كونترول ولا يتشاجر من في البيت لاحتكاره من أجل مشاهدة توم وجيري أو حلقة من مسلسل مدبلج.

هل أنصح بقراءة الشعر، أو بالقراءة عموماً؟ لم لا؛ ولكن كثيراً ممن اقترحت عليهم القراءة من معارفي تذرعو بعدم توفر الوقت، أو

قالوا؛ «ماكو واهس»!:

وماذا عن «الفضفضة» كما يسميها أخواننا المصريون؟ أن تجلس إلى صديق صدوق وتتكلم.. أن تنفس عن ضيقك بالكلام إلى من يستمع إليك.. أظن أن معظمنا اليوم يخفف توتره بهذه الطريقة أكثر من أية

طريقة أخرى، ولكن يشترط ألا يتحول الكلام إلى غيبة ونميمة، أو إلى نقاش بيزنطي في السياسة أو ما شابه ذلك.. هل تقدر؟!



صوتك يوصل

www.asiacell.com خدمة المشتركين على الرقم ١١١

أسياسيل

# مقهى عبيد في الشطرة.. مكان للألفة والأدب وحل المشاكل

جعفر الونان

الشطرة

أن تعرف طبيعة المجتمع الشطري فأنك ستجده بشكل مصغر في (مقهى عبيد) ففجد فيه المعلم والعامل والطالب والفلاح وشيخ العشيرة والسياسي.

الباحث الفلكلوري جاسم طاهر تحدث ل(المدى) عن دور (مقهى عبيد) في المجتمع الشطري فقال: المجتمع الشطري بطبيعته مبال إلى جلسات السمر ففند منخسف خمسينيات القرن المنصرم عرف مقهى عبيد كأشهر مقهى في المدينة فقد كان مؤسسه عبيد الذي استأجر المقهى من دائرة البلدية في المدينة يسعى بين الوقت والآخر إلى تطويره فقد مر المقهى بعدة تطورات وأن كانت بسيطة ومحدودة لكنه شغف قلوب الشطريين بسحره البسيط وجلسات سمره ومازال المقهى يحتفظ بتباين رواده برغم التطور التكنولوجي والمعلوماتي، وأشار

طاهر إلى أنه شهد زيارة العديد من الكتاب والفلكلوريين أمثال عالم التراث الألماني فونت باون في منتصف الثمانينات ونشر بحثاً مفصلاً عنه في الصحف الألمانية وكذلك الكاتب المغربي علي أساني المتخصص بالتراث العربي الفلكلوري وجابر جادة الكاتب الفلسطيني في بداية تسعينيات القرن المنصرم وغيرهم.

ويتحدث جابر حسن

(صحافي) عن المقهى الثقافي فيقول: (صحافي) لم يختلف مقهى عبيد كثيراً عن مقهى الشابندر أو حسن عجمي أو الزهاوي في بغداد فقد امتاز بطرازه الثقافي وأصبح مركزاً لتجمع الأدباء والفنانين في المدينة وكانوا يعقدون فيه ندوات وحلقات تهتم بمواضيع ثقافية وشعرية وفلسفية أحياناً.

شاي لا ينقطع

يتحدث أبو أحمد احد

العاملين في

المقهى

عن عمله

قائلاً: العمل في المقهى لا يخلو من التعب والعناء ولكن تغمرني السعادة وأنا أقدم الشاي والقهوة إلى الزبائن بأسرع وقت.

والشاي لا ينقطع

وهو مستمر

من ساعات

الصباح

الاولى حتى

ساعات

متأخرة من

الليل.

محمد كامل

(٥١ سنة)



صاحب محل في الشطرة احد رواد المقهى يقول: أتى إلى المقهى باستمرار لشرب الشاي والتحدث مع أصدقائي عن هموم الحياة ومشاكلها واستذكر أيام الشباب فالمقهى بالنسبة لي جزء من تاريخ مهم فيعد يوم طويل وشاق من العمل نجتمع فيه ولا يطيب طعم الشاي إلا فيه وأشار كامل إلى أنه يمثل مركز المدينة لما له من تاريخ عريق وموقع متميز وإطلالة جميلة على شاطئ هادئ يفيض حياً.

ويتذكر فارس جابر (٥٣سنة) يوم دخل جهاز التلفاز إلى المقهى كيف

## بغياب المهندس.. نوال وعاصي يغنيان في العيد

دبي/ الوكالات

تحية المطربة نوال الزغبى حفلاً غنائياً أول أيام عيد الفطر المبارك، ويشاركها كل من عاصي الحلاني وعادل محمود وكان من المنطق ان يشاركها ماجد المهندس الا ان حادث السير الذي تعرض له سبمنعه من ذلك لاسيما أن الحادث سبب له كسراً في فكه، كما يحجب حفل الليلة الثانية من العيد المطرب عبد الله الرويشد في دبي وتشاركه الحفل نجوى كرم، أما الليلة الثالثة من العيد فيحجبها الفنانون صابر الرباعي، راسم صقر، يار، بينما تشهد الليلة الرابعة مشاركة جورج وسوف إضافة إلى النجمة نانسي عجرم التي قضت شهر عسل في أوروبا بعد دخولها القفص الذهبي مؤخراً، وتقوم محطة ام بي سي الفضائية برعاية هذه الحفلات التي تقام في مركز معارض مدينة دبي، ووصلت تذاكر الحفلات إلى مبالغ كبيرة بفضل وجود هذه النخبة من نجوم الغناء الخليجي والعربي.

### قائد طائرة يفصل بسبب طفل

أنقرة/ الوكالات

فصلت شركة طيران تركية أحد طياريهي لأنه سمح لصبيمن الركاب لايتجاوز عمره ١٥ عاماً بدخول مقصورة القيادة خلال إحدى الرحلات.

ونشرت الصحف التركية صورة للفتى وهو يجلس بغفر في مقصورة قيادة الطائرة التيكانت متجهة من أنقرة إلى محافظة أرضروم.

بعد نجاحها في مسرحية

(سبع رصاصات في

جسد نبيل) التي جسدت

طريقة استشهاد المثقف

كامل شيع التقينا الفنانة

الشابة إسراء البصام

التي مثلت أحد الأدوار

الرئيسية فيها وتحدثت

عن أعمالها خلال حياتها

الفنية القصيرة اذ قالت:

بعضها.

مؤيد عبد الوهاب

بغداد

العمل تناول قضية اغتيال الشهيد كامل شيع..

ونفذ هذا العمل لاننا كلنا نشعر بأن الشهيد ما زال

حياً فينا.. لانه رجل ثقافة وفن.. ولم أتحرك على

المسرح كوني اسراء بل كوني (كامل).. لقد درست

الفن في اليابان وفي بغداد وادرك قيمة الإيماءة

والحركة على الخشبة وكيف تضيف للعمل المسرحي

جمالية اعلى بكثير من الحوار لذلك أخلص العمل

لذكرى الشهيد من خلال تجسيد الحركة.

اكثر وإمتاعاً أشد.. الفن هو راحة للنفس بجماليتها وإبداعه.. الأعمال العربية تتناول العنف وحتى الإجرام لكن بطريقة ذكية وجمالية عالية.. ماذا نجح باب الحارة برغم ان فيه مشاهد قتل وعنف كثيرة ويطرح قضية الاحتلال الفرنسي لسوريا ..لهذا لم اشترك بأي عمل برغم انه عرض علي بعضها.

× لقد ذكرت الأعمال الرومانسية.. هل هذا يؤكد

سبب انجذاب المشاهد الى المسلسلات التركية مثل

«نور» و«سنوات الضياع»؟

– بالتأكيد.. لقد لاقى المسلسل المبدلج مثل

«نور» رواجاً لدى المشاهد لانه تتناول موضوعة

الرومانسية التي هي موضوعة أزيلية ممتعة

تحقق للنفس هذا الجانب الذي تفقده في الحياة

– لدي حتى الان تسعة اعمال تلفزيونية.. الأعمال

الاخيرة كانت مساحتي فيها جيدة.. منها: (البركان،

وهذا هو الحب، وساعة الصفر حسب توقيت

بغداد، وسبع عيون) واخرها (بياع الورد) الذي

اعطى لحضوري الفني فضاءات واسعة وأضاف

لي شهرة لكونه تناول موضوعاً شافافاً ورومانسياً

وعرض اكثر من مرة.

× لماذا لم ترك في عمل رمضان؟

– الأعمال التي عرضت في رمضان هي عموماً

مواضيعها مكررة وبعضها يتناول العنف ومشاهد

الدمار والمشاهد العراقي أصابه الملل من هذه

المواضيع لكونه يراها يومياً ولا داعي لتكرارها

درامياً، من الممكن تناول هذه المواضيع ضمن

قصص رومانسية بمعالجات درامية تعطي فائدة



## مايكل مور يعرض فيلمه الجديد في الانترنت

لوس انجليس/ الوكالات

عرض المخرج الأمريكي مايكل مور فيلمه الوثائقي الجديد مجاناً على الانترنت يوم الثلاثاء الماضي وهي المرة الأولى له وذلك في إطار مساعيه لتشجيع الشباب الأمريكيين على التصويت في انتخابات الرئاسة الأمريكية.

في بيانه (العائد الوحيد الذي يأمل في أي منا هو أكبر إقبال من الناخبين الشبان على الانتخابات)، وبرغم أن الفيلم الجديد يسرد جهود المخرج فيحث الناخبين الشبان على كل من جانبي الطيف السياسي على الإدلاء بأصواتهم الا ان مور قال ان الفيلم هو أيضاً «تحية للناخبين الشبان الذين سيقننون البلاد من أربع سنوات أخرى من حكم الجمهوريين».

وطرح فيلم «انتفاضة ناقصة» الوثائقي الذي يحكي جولة مور في عدد من الولايات الأمريكية أثناء الانتخابات الرئاسية السابقة في ٢٠٠٤ على الانترنت مجاناً بدلاً من عرضه في دور العرض السينمائي. وقال المخرج الذي فاز فيلمه الوثائقي الدوي المناهض لحرب العراق «فهر نهايت ١١/٩» بجائزة مهرجان كان في ٢٠٠٤ انه يقدم فيلمه الجديد «هدية بالكامل لجمهوري». وأضاف مور