



يستخدم في جميع المناسبات من الولادة إلى الموت

هولندا أكبر مصدر للورد في العالم

لاهاي / صلاح حسنة



باقات ورد

الجنينة فقال : انظر الى ذلك الرجل الذي يجلس هناك.. انه ابي.. منذ يومين وهو لا يريد ان يغادر هذه الحديقة ، سوف تنتهي زيارته بعد ايام وانا لدي مشاغل كثيرة.. اردت ان اريه امستردام قبل ان يعود ولكنه يقول دعني بالقرب من الورود لا اريد اكثر من ذلك.

ذهبت الى الرجل لنسائه عن حاله فقال بحسرة : كانت لدي حديقة في بيتنا وفيها انواع من الورود ولكن ما اراد الان يشبه الجنة.. انها جنة حقيقية بالنسبة لي فكيف تريد مني ان اغادر الجنة؟! بعد ايام ساعدتني الى بلدي حيث لا ورود ولا حدائق ولا اشجار.. ساعدتني الى الغبار والاساخ والجفاف.. دعوني استمتع بهذه الجنة رجاء !

اما في العاصمة لاهاي فهناك حديقة كبيرة (فيست بروك بارك) تمتد الى عدة كيلومترات مربعة تعد من اجمل الحدائق في العالم وتوصف بأنها قطعة من الجنة تقام فيها مسابقات سنوية لاجمل وردة في العالم. تضم هذه الحديقة ورودا من كل بقاع الارض بعضها نادر جدا وتستهمرها في كينيا واوغندا وشمال افريقيا. وتتميز هذه الورود بندرتها وغلاء ثمنها في بلدان اوربا الباردة في الشتاء. تصدر الزهور عن طريق طائرات خاصة التي شتى انحاء العالم. وغالبا ما تكون هذه الطائرات مجهزة بمبردات لحماية الزهور من التلف. ويعمل في هذا القطاع من التجارة عدد كبير من العمال والخبراء الذين يقومون بخصص الورود قبل عرضها في البورصة.

تبدو اشبه بلوحة فنية رائعة بألوانها المشرقة القوية الزاهية.. او مثل سجادة متعددة الالوان تمتد على مساحات واسعة من الارض. بالإضافة الى مزارع الورد في هولندا فان الكثير من الورد المختلفة تأتي الى هولندا من مزارعها التي تستثمرها في كينيا واوغندا وشمال افريقيا. وتتميز هذه الورود بندرتها وغلاء ثمنها في بلدان اوربا الباردة في الشتاء. تصدر الزهور عن طريق طائرات خاصة التي شتى انحاء العالم. وغالبا ما تكون هذه الطائرات مجهزة بمبردات لحماية الزهور من التلف. ويعمل في هذا القطاع من التجارة عدد كبير من العمال والخبراء الذين يقومون بخصص الورود قبل عرضها في البورصة.

الورد ثقافة قبل ان يكون أي شيء آخر. ويتحدد رقي أي مجتمع في الوقت الحاضر بتعدد استعمالات الورد في المناسبات المختلفة. ففي اوربا يستخدم الورد في كل المناسبات تقريبا.. من مناسبات الولادة الى مناسبات الوفيات.. في الزواج والتعارف.. في تبادل الزيارات واعياد الميلاذ.. الى قمة هذه المناسبات واعني بها الحب. وكلنا يعرف عيد الحب او عيد فالنتين القديس العاشق الذي يتبادل فيه العشاق الورد الأحمر بكثافة في جميع ارجاء العالم.

ورد

هذا التقليد الى الهند ولكن لتزيين المعابد والاماكن المقدسة ومن بعده الى الكثير من مناطق العالم ولكن بنسب متفاوتة. الا ان اكثر من استخدم الورد في الشرق الاوسط هم الاتراك وفي اوربا الفرنسيون الذين لم يكونوا يستحمون الا نادرا ، وبسبب الروائح الكريهة التي كانت تنبعث من اجسادهم اكتشفوا العطور واصبحوا الآن اهم المنتجين في هذا المجال.

يوجد في العالم اكثر من سبعة الاف نوع من الزهور والورود والنباتات الزهرية بمختلف الاشكال والاحجام والالوان. وفيها ما هو مستنبت من قبل الانسان وما هو بري ، حيث حاولت بعض البلدان استنبات بعض هذه الزهور البرية وحصلت على نتائج مدهشة كما فعلت هولندا حين دمجت بعض البيوضلات الهجينة بالبيوضلات البرية. ولكن نجاحها الاكبر كان في مجال الالوان.. حيث استطاعت استنبات زهرة سوداء (زنبقة سوداء) قبل مئتي سنة ادهشت العالم وكتب عنها الروائي الشهير الكسندر توماس رواية باللعنوان نفسه هي (

الزنبقة السوداء) حينما كان بطلها سجيناً عند ملك الاورنج. يستهلك العالم سنويا ملياري وردة واكثر من مئتي مليون نبات زهري تتوزع على امريكا واوربا واليابان وبعض البلدان الافريقية. وهناك بورصة للورد في هولندا هي الاكبر في العالم تعقد فيها كل يوم اكثر من ملايين الدولارات وتدر على هولندا وحدها خمسين الف دولار يوميا. للورد اسعار ايضا.. ففيها ما يباع مفردا او على شكل بوكيت قد تصل اسعار بعضها الى اكثر من سبعين دولارا للبوكيت. وعادة ما تقدم هذه الورد الى سيدات القام الراقى والاميرات ونجمات الفن خارقات الجمال.

تعتبر هولندا اكبر دولة مصدرة للورد وتسهم هذه التجارة في تنمية الاقتصاد الهولندي بشكل مهم للغاية. فلا يوجد في هولندا نطف او غاز او كبريت، وكل ما لديها ورد وابقار وصناعات خفيفة ، ومن هذه المصادر استطاع الاقتصاد الهولندي ان يتطور بسرعة بحيث اصبحت هولندا بلدا غنيا من تجارة الورد والاجبان . يزرع في هولندا مئات الهكتارات بالورود.. ومن يشاهد المساحات المزروعة بالورود من الطائرة سيصاب بالدهشة لانها



ورد هولندية

استخدم الورد منذ اقدم العصور واول من استخدمه هم الصينيون واليابانيون منذ اكثر من ٢٥٠٠ سنة لتزيين قصور الامبراطور ومجالسه وغرف نومهم. وبمرور الزمن انتقل

ليوناردو دافنشي: الخبرة، التجربة و التصميم

معرض في متحف فكتوريا يعيد فحص العقل الجميل لرجل عصر النهضة

فن دافنشي على الرسامين المتأخرين. وفي مطلع الشهر القادم في اوكسفورد، سيقوم كل من متحف تاريخ العلم، رواق صورة كنيسة المسيح، متحف اشموليان، كلية ماجدلين و جامعة يوتانك كاردن بتقديم عروض منفصلة لاستكشاف مختلف الواجه من تراث دافنشي، تتراوح بين الرياضيات و علم النبات والى الفن. " ان على الرسام الجيد ان يرسم شيئين رئيسيين. المرء و نية تفكيره" كما كتب دافنشي في " بحث في الرسم. " و الاول سهل و الثاني صعب. و بالحكم استنادا الى تلك الجودة من المعارض العميقة، فان الاخيرة قد تصبح اكثر سهولة بالنسبة للذين يشعرون بالفوضى حول واحد من اكثر شخصيات عصر النهضة

ابداعاته المتنوعة من مخططاته للماكنة الطائرة و الى اشهر رسوماته، الموناليزا. و بالبحث عن الكيفية التي يمكن للبشر ان يصنعوا فيها عن طريق خلق طير اصطناعي، قام دافنشي بعمل مخططات و دراسة الطيور الحقيقية، متفحصا كيفية ميلان و انزلاق اجنحتها و ذيولها. يشمل المعرض نماذج بحجم كامل من تلك الاختراعات. اما القسمان الثالث والرابع ، اللذان يركزان على تصاميم دافنشي للساعات المائية و النافورات، و رسوماته المعمارية- فهما يشهدان مجددا على الجانب العملي عنده. و في الوقت الذي يكشف فيه معرض لندن عن الكثير من جمال عقل دافنشي، الا انه بالتأكيد لا يخلق الكتاب عن قصته. فهناك حفنة من المعارض حول الايطالي المهم سوف تبذل ما في وسعها من اجل مواصلة الحوار. " ليوناردو، مريم العذراء مع القرنفل" الذي يفتح في ميونخ يوم ١٤ سبتمبر، ايضا، سيركز على رسم دافنشي المهم تحت نفس الاسم، الذي اعاده فيه اختراع التمثيل التقليدي. وهناك معرض في ميلانو سيفتتح في نوفمبر، " بحث في الرسم: مخطوطات وطبعات بين القرنين ١٦ و ١٩" سيوضح تأثير ملاحظات و

عن قرب، كان دافنشي ميالا الى الاستبطان، ايضا. " العوالم الاصغر و الاكبر"، المرحلة الثانية من المعرض، تعبر عن استكشافه لفكرة قديمة عن العالم المصغر والكون- الاعتقاد بان جسم الانسان يحتوي على نموذج مصغر للعالم و الكون. وبالتوافق مع ملاحظاته للطبيعة، مكنت هذه الفلسفة دافنشي من القيام بقفزات ثقافية واسعة تستدعي التأمل اليوم، فبعد ان درس الانهر و التيارات، على سبيل المثال، قام بتطبيق ذلك البحث في دراسته عن كيفية جريان الدم من خلال القلب. و استنتج ان الدم لا يد من ان يجري من خلال صمامات و خلق دوارة الماء، التي تتسبب في اغلاق الصمامات. يقارن المعرض رسوماته عن العملية مع أجهزة التخطيط المغناطيسي الحديثة- التي تؤكد ان نظريته القديمة كانت صحيحة. غالبا ما كانت افكار دافنشي المبتكرة ذات طبيعة براغماتية، موحية بالجانب الذي يهتم بالانسان الذي قد يبدو على السطح مستهلكا بالحاجة للنتاج. وكان يعتقد بنيات يانه حالمًا تتم دراسة قوانين الطبيعة بتفاصيلها المعقدة و فهمت، فان بالامكان اعادة خلقها لصالح الجنس البشري. يكشف المعرض ان هذه المسألة هي ما كانت تشكل الرابطة بين اعماله، بضمنها

سمح لطبيعة عبقرية دافنشي ان تبرز من قرون من الخرافة و التأمل. تشكل تلك الدفاتر اساسا لمعرض جديد بمتحف فكتوريا و البيرت في لندن" ليوناردو دافنشي: الخبرة، التجربة و التصميم" الذي سيفتتح في ١٤ سبتمبر. ومن خلال مخطوطات قلما ترى و رسومات، نماذج كبيرة الحجم من تصميماته و تمثيل الاعمال بالكومبيوتر، يبين المعرض نمط تفكير دافنشي الشجاع وواسع الاهتمامات. : فمثل شكسبير او نيوتن، مثل جميع الشخصيات العظيمة، يبقى دافنشي و الى الابد مثيرا للدهشة" كما يقول الاستاذ المختص بدافنشي مارتن كيمب، امين المعرض. " ينقسم المعرض الى اربعة اقسام، و هو يبذل " القدرة على التخيل" و هو استكشاف لعمل دافنشي للعلاقة بين العين و العقل، و دراساته التفصيلية في العلاقات التناسبية بين اقسام الوجه، جذع الانسان و الاطراف. و كإبن غير شرعي، لم يحصل دافنشي ايدا على التعليم الثانوي في الفلسفة الكلاسيكية و الطبيعية التي كان يتمتع بها بعض معاصريه. و كان يشهد دوما على انه كان " ابن التجربة" رجل " بدون تعليم عن طريق الكتب. و كان ذلك النقص في التعليم هو ما عزز من تصميمه على فهم قوانين الطبيعة عن طريق المراقبة

منذ خمس مئة عام، كان بضعة كتاب يصارعون من اجل فهم سر ليوناردو دافنشي. هل كان الرجل الذي انتج ابنة الموناليزا فانانا؟ هل كان مخترعا عجيبا او عالما حالمًا؟ او مجرد نتاج صدمة طفولة؟ لقد حاول عظام المفكرين من يوهان فولفكانك فون غوته الى ولتر باترو الى سجموند فرويد سبرغور الشخصية التي كانت تمثل جوهر عصر النهضة. و في الوقت القريب الماضي، كشف كتاب دان براون الاكثر مبيعا " حفرة دافنشي" الجانب المدمر منه، بتاكيد على ان عمل دافنشي قد بين مؤامرة قديمة في الكنيسة الرومانية من خلال لوحته الواسعة عام ١٤٩٨ " العشاء الاخير".



الموناليزا لدافنشي

الغذاء قبل الدواء

ترجمة : عبد علي سلمان

الكالسيوم المتوفّر في الغذاء أفضل كثيراً من الكالسيوم المعززات

لتقوية العظام

الكالسيوم عنصر اساس لصحة للعظام وقوة العضلات والوظائف الطبيعية للخلايا. ويساعد الكالسيوم في بناء حجم العظام ايام الشباب ويحافظ عليها وقت الكبر. والكثير من النساء (خصوصاً بعد توقف الدورة الشهرية) لا يحصلن على ما يكفي من الكالسيوم من الطعام الاعتيادي. وفي الحقيقة فإن الكثير يتناول أقل من نصف كمية الكالسيوم المقررة في الأنظمة الغذائية.

فالمرأة على سبيل المثال تحتاج من (١٠٠٠) إلى (١٢٠٠) ملغم من هذا المعدن يوميا. وقد اظهرت البحوث النهائية أن الكالسيوم في الغذاء الاعتيادي يقوي العظام في من هم بعمر ١٠-١٢ سنة بصورة أفضل من الكالسيوم الموجود في المعززات المضافة إلى الغذاء. ومن حسن الحظ أن هناك عدة طرق للحصول على الكالسيوم الذي نحتاجه فبالإمكان تناول كمية من الأغذية الغنية بالكالسيوم مثل منتجات الألبان ومنها الحليب والجبن وكذلك القرنبيط وكذلك الأغذية المدعومة بالكالسيوم كصنوبر البرتقال. كذلك يمكن إضافة اللكتاز التجاري (الزيم تحول اللكتوز إلى غلوكوز) إلى منتجات الألبان للحصول على الكالسيوم الذي نحتاجه. ومقدار (٨) أونصات من اللبن يحتوي على ما يقارب من (٥٠٠) مليغرام من الكالسيوم وهي نصف الكمية المطلوبة يوميا للشباب البالغ.

وعليك الحصول على حاجتك اليومية من الكالسيوم من طعامك اليومي، فإذا لم تتمكن فأحصل عليه من المعززات.

الأطعمة كثيرة الألياف تقلل من مخاطر النوبات القلبية

افادت بحوث أجريت في فرنسا، بان الأطعمة كثيرة الألياف تمنع الإصابة بسرطان القولون، وهي كذلك تقلل من مخاطر الإصابة بالأمراض القلبية. وتكون احتمالات الإصابة بالسرطنة أقل عند الرجال والنساء الذين يتناولون هذه الأطعمة كثيرة الألياف، التي تساعد أيضاً في الإقلال من مخاطر الإصابة بارتفاع ضغط الدم وارتفاع نسبة الكوليسترول. ومن المهم جدا استهلاك الألياف من مصادر متنوعة، ومنها الحبوب كاملة الألياف التي على سبيل المثال لها



علاقة بتقليل الشحوم في الجسم وضغط الدم والعملية الكيميائية المسببة للالتهابات في الأوعية الدموية، وتساهم الضواكه الغنية بالألياف في خفض ضغط الدم وشحوم منقطة البطن. وهناك ارتباط بين الأطعمة المتكونة من خضراوات ذات الألياف مع الضغط الدموي المنخفض وانسداد الأوعية الدموية. وتوصي المنظمات الصحية الإرشادية بوجود تناول الأشخاص ما لا يقل عن (٢٥) غراما من الألياف يوميا. والنتائج التي خرجت بها هذه الدراسة تصيد بأن تناول كميات كبيرة من أطعمة الألياف سيكون مفيداً.

وكل خمسة غرامات إضافية يتم تناولها من الألياف ستضيف فوائد صحية إضافية. وفي الولايات المتحدة يتناول البالغون (١٥) غراما فقط من الألياف يوميا وتتوجب زيادة هذه الكمية تدريجياً لمنع حدوث أعراض هضمية مثل الانتفاخ والتشنج.

عند / مجلة فيتنس الأمريكية

ترجمة : فاروق السعد
ان كتاب برازان عبارة عن رواية. و لكن دافنشي مثيرا للاهتمام. فمنذ ثمانينيات البحث الجديد في الاستاذ الايطالي يخلق مخطوطاته (٦٠٠٠) قد نشر و ترجم، مما