Log on for all news and reviews:www.azzaman.com
20-28 Dalling Road,Hammersmith, London,W6 0JB,UK
write to:writers@azzaman.com

الزمان
AZZAMAN.COM
يومية عربية دولية مستقلة

Azzaman Arabic Daily Newspaper Vol/22. Issue 6344 Wednesday 8/5/2019
الزمان – السنة الثانية والعشرون العدد 6344 الاربعاء 3 من رمضان 1440 هـ 8 من أيار (مايو) 2019م

مكاتيب عراقية

صورة جان دمو ثانيةً

ستكون حكايتنا الليلة من صنف أثاث الذاكرة المعاد انتاجه بقوة الحنين ، مصلوبة فوق صورة استعادية ، وقعت على مبعدة من منتصف تسعينيات القرن البائد ، حين حطّت كمشة حقائب جديدة في واحد من زواغير ربة عمون في جبل اللويبدة بعمّان.

إنّها صورة أرسلها صاحبي الشاعر الملحن المغني الطبيب سعد الصالحي .

بدا أنّ مكان الأثر هو مقهى (السنترال) الذي يرتفع سلة أشبار فوق طقطقة مواعين فول هاشم المشهور، وعياط أبي عرب المحبب .

هناك ، كان الناس يسهرون حتى الفجر ، وترتيلة فيروزية مبهرة تصلح لأن تكون مفتتح بكاءٍ وأمل (صبح الصباح ، فتّاح يا عليم ، والجيب ما فيهشّي ولا ملّيم ، بس المزاج رايق وسليم ، باب الأمل بابك يا رحيم).

في الصورة ، يظهر علي عباس علوان وعيسى حسن الياسري وسعد جاسم وحازم لعيبي أخو شاكر لعيبي وهادي الحسيني وأنا ، وواحدٌ اسمه صباح وجان دمو (هو يسكن قبراً مرمياً في أستراليا حتى اللحظة). لم تتبدل حياة جان هنا عن حياته في بغداد . صعلوك نبيل حاف ، لكنه كان مستعداً لأن يمنحك قميصه الوحيد ، كي تشترّي بخراجه لفّة فلافل ، أو ربعية عرق موّال ، لكن ليس لصبغ قندرة حتماً . كان الشاعر المؤجل أبداً تلقائياً متناغماً مع ذاته . هو من صنف الكائنات المسالمة التي لا تدوّخ رأسها بهاونات الأسئلة الكونية الثقيلة. لم يقم بشغل يستدعي جهداً بدنياً .

جلّ كدّه وكدحه الفكري وقع في باب الشعر والترجمة والتنظير الشفاهي ، وتنبيه المريدين والغاوين صوب قراءات مفيدة ومبهرة ، ولم يترك خلفه أثراً سوى مجموعة شعرية صغيرة ، كان عنوانها في أصل المخطوط (أسمال الملوك) ثم انشالت مفردة (الملوك) من العنوان، وبقيت أسمالهم وقهقهات الولد ذو السن الوحيدة .

طبعت (أسمال) طبعة شعبية مدموغة بفقر الحصار الهمجي اللعين في (دار الأمد) ببغداد العباسية المريضة أيامها ، وصاحبتها الطيبة حكمية الجرار . حين حلّ جان دمو بعمّان، صار يغزو كلّ مطالع شهر ، بيت حكمية في جبل الحسين، مطالباً إياها بربح الكتيّب الذي لم يبع ، وبطريقة جميلة حميمة، ليس بمقدورك أن تردّها ، حتى لو كان قلبك من حجر. في واحدة من فلتات جان وكشوفاته المذهلة ، ثمة بيت مهجور منزرع فوق احد منسرحات جبل اللويبدة البديع ، اتخذ منه والصعاليك مأوى آمناً .

كان هو ونصيف الناصري وهادي الحسيني وإياد صادق ورضا ذياب ، وضيوف طوارىء تعتعتهم الأيام وزرعت في جيوبهم ثقباً أبديا. صارت تلك الدار مزاراً ومناماً مشاعاً لمن لا منام تحت يمينه ولا غطاء ، أو هو من صنف الصعاليك المتبطلين المتعففين .

لا أحد يعرف من هو مالك هذه الدار المشاعة . ثمة ثقب عال في جسد أحد حوائط الملاذ ، تنزل منه مياه عذبة لا تعرف منابعها . أحدس الآن أنّه من منسيات دفتر الغفلة .

ثمة شجرة ليمون ضخمة تكلكل كما أمّ حنون ، على براميل الماء التي تنترس من دفق ثقب الجبل المريب .

سلام على الربع كلّهم . سلام على البلاد العليلة ، التي نفتقدها وهي نائمة بين الأضلع . سلام علينا ومن مثلنا ، وقد صيّرتنا الليالي السود اليابسات ، كتبةَ مراثٍ توجع القلب وتقصّر العمر .

علي السوداني

علاجات مقترحة لتذويب دهون الفخذ

الصيام يحسّن مزاج الإنسان ويقوّي الذاكرة

لوس انجلس - الزمان

وصلت دراسة حديثة إلى أن تقليل السعرات الحرارية عبر الصوم بشكل حاد لمدة سنتين يحسن المزاج، كما أن الصوم يحسن نوعية حياة الشخص ونومه، بالإضافة إلى المعاشرة الزوجية. وأجرى الدراسة فريق بحثي بقيادة كوربي مارتن من مركز بنينغتون للأبحاث الطبية في لويزيانا، شملت 218 شخصاً قاموا بتقليل السعرات الحرارية بنسبة 25 بالمئة لمدة سنتين، ووجد العلماء أن الذين صاموا فقدوا نحو 10 بالمئة من وزنهم، بمعدل 7.5 كيلوغرامات وفقاً »الديلي ميل .«وتؤكد الدراسة فوائد تقليل السعرات الحرارية في الوقت الذي تدفعنا فيه العادات الغذائية الاستهلاكية إلى تناول كميات مفرطة من الطعام.

من ناحية اخرى ،يعاني بعض النساء من تراكم الدهون بالفخذ رغم إتباع حمية غذائية والمواظبة على ممارسة الرياضة. فعلام يدل ذلك؟ للإجابة عن هذا السؤال قال الدكتور كلاوس فالجنباخ إن دهون الفخذ في هذه الحالة تشير إلى ما يعرف بالوذمة الشحمية (Lipedema) وهي عبارة عن خلل في توزيع الدهون بالجسم. وأوضح أخصائي الجراحة التجميلية الألماني أن الوذمة الشحمية تصيب النساء بصفة خاصة، وهي ترجع لأسباب عدة، منها العوامل الوراثية والتغيرات الهرمونية الطارئة على جسم المرأة كما هو الحال في فترة المراهقة أو الحمل أو عند تعاطي حبوب منع الحمل أو مرحلة انقطاع الطمث (سن اليأس).

وغالباً ما تقترن الوذمة الشحمية بظهور تجمعات دموية وأوردة عنكبوتية والشعور بألم عند الملامسة أو الضغط. لذا شدد فالجنباخ على ضرورة استشارة الطبيب عند ملاحظة هذه الأعراض، مشيراً إلى أنه يمكن مواجهة الوذمة الشحمية من خلال التدليك والتصريف اللمفاوي، كما يمكن اللجوء إلى جراحة شفط الدهون، إلى جانب تعديل النظام الغذائي والمواظبة على ممارسة الرياضة.

جوندرمان أحسن فيلم في ألمانيا

برلين – الزمان

حازت الدراما السينمائية (جوندرمان) للمخرج الألماني أندرياس دريزن على الجائزة الذهبية للسينما الألمانية (لولا) كأحسن فيلم سينمائي في ألمانيا. أعلنت ذلك مساء امس الاول أكاديمية السينما الألمانية في برلين. يحكي الفيلم قصة مغن وسائق حفار في ألمانيا الديمقراطية سابقا يدعى جيرهارد جوندرمان (1955-1998) كان يعمل كذلك لصالح استخبارات الدولة (شتازي) ويعرض الفيلم في مشهد عاطفي مؤثر وبصوت خفيض، كيف تعامل جوندرمان مع ماضيه.

رشحت الفيلم جهات عديدة للفوز بإحدى جوائز الجائزة الشهيرة (لولا.)

خفض ضغط الدم من دون أدوية .. التمرين ونمط الغذاء

لندن - الزمان

يمكن خفض مخاطر ارتفاع ضغط الدم عن طريق إجراء بعض التمارين الرياضية البسيطة أو تغيير نمط الحياة ليكون صحيا أكثر، وفق ما ذكرت صحيفة (إكسبريس) البريطانية، الأحد. ويؤثر ارتفاع ضغط الدم على حياة أكثر من 25في المئة من عدد البالغين في المملكة المتحدة، التي يبلغ عدد سكانها أكثر من 66 مليون نيسمة.

وترجع كثير من الدراسات الطبية فرص الإصابة بارتفاع ضغط الدم إلى النظام الغذائي غير الصحي الذي يتبعه الإنسان، أو عدم القيام بتمارين رياضية كافية. ويقول الأطباء إن ممارسة رياضة قيادة الدراجات بانتظام، يمكن أن تساعد في تجنب أعراض ارتفاع ضغط الدم، باعتبارها أحد أفضل الرياضات للتصدي للمرض المعروف باسم " القاتل البطيء ."وتكفي الشخص رحلة من نصف ساعة على دراجته يوميا، بسرعة عادية، من أجل خفض ضغط الدم، الذي يمكن أن يتطور مع الوقت ويؤدي إلى تصلب الشرايين وكذلك السكتات القلبية. وسواء كنت تركب دراجة ثابتة في المنزل أو في الجيم، أو تفضل دراجة تقليدية في الهواء الطلق، فإن ركوب الدراجات سيفيدك كثيرا، بحسب ما يقول الأطباء. وإذا كنت ممن لا يحبون ركوب الدراجات، فيمكنك أيضا تقليل خطر ارتفاع ضغط الدم بمجرد المشي، فهو رياضية مثالية لكبح الإصابة بالمرض. وينصح الأطباء بالمشي لمدة 30دقيقة على الأقل في اليوم، وهذه الفترة الرياضية كافية للتأثير على ضغط الدم.

ولا يشترط أن تكون الدقائق الثلاثون متواصلة أثناء ممارسة المشي، بل يمكن تقسيمها إلى 10دقائق أو 15 دقيقة تتخللها فترات استراحة قصيرة.

وإن كنت لا تود ركوب الدراجة أو حتى المشي، فما عليك إلا القيام ببعض الأعمال المنزلية يوميا لمدة نصف ساعة على الأقل، مثل توضيب المنزل، أو الاعتناء بحديقة البيت.

القبض على حاملي ثلاثة مليارات جنيه سوداني مزوّرة

الخرطوم - الزمان

تمكنت مباحث الشرطة المحلية في العاصمة السودانية، الخرطوم، من القبض على 5 متهمين بحوزتهم (كرتونة) بها كميات هائلة من الأوراق النقدية المزورة.

ووفق ما ذكرت صحيفة (الانتباهة) السودانية، فإن قيمة الأوراق النقدية المزورة المحجوزة عند المتهمين تقدر بأكثر من 3 مليارات جنيه.

وأوضحت: (تفيد متابعات إعلام شرطة ولاية الخرطوم أنه أثناء عمل مباحث قسم (اللاماب) جرى الاشتباه في مجموعة من الأشخاص يحملون كرتونة مغلفة وجوالا قرب منطقة الاسطبلات بالخرطوم. (وأضافت) بتفتيش المحتويات تم العثور على كميات كبيرة من الأوراق النقدية المزيفة فئة (200) جنيه، بعضها جاهزة (للقص) والتوزيع بحوزة المتهمين).

وذكرت الصحيفة أنه يتم حاليا التحقيق مع المتهمين، تحت إشراف النيابة المختصة.

يشار إلى أن السودان يواجه أزمة سيولة متفاقمة بعد أقل من شهر من الإطاحة بالرئيس عمر البشير.

ويندوز الجديد يحتاج ضعف الذاكرة ..وهاتف آخر بكاميرا ثلاثية

نيويورك - الزمان

اطلقت (هونر) مؤخراً أول هاتف بكاميرا ثلاثية ليكون خطوة أوسع في مسيرة العلامة التجارية، حيث يتميز HONOR 10i بكافة خصائص الهاتف الذكي من إمكانيات الكاميرا المتقدمة إلى التصميم ثلاثي الأبعاد المنحني، مما يوفر تجربة مستخدم متكاملة ومريحة.

وبهذا الشأن قال كريس سان بايغونغ، رئيس هونر في الشرق الأوسط وأفريقيا: (نعمل دائماً على تحسين قدرات الكاميرا لنتمكن من تلبية متطلبات مستخدمي وسائل التواصل الاجتماعي وتقديم الميزات المبتكرة التي ستنال إعجابهم، وشكلت الكاميرا الثلاثية إضافة إلى الكاميرا الأمامية بدقة 32 ميجابكسل مزيجاً مثالياً في الهاتف الجديد وصُمم الهاتف بعناية وصُقلت حوافه لتصبح منحنية لتوفر السهولة والراحة عند الإمساك بالهاتف، وهو متوفر بأسعار تنافسية لتحقيق أقصى قيمة للعملاء).

تتيح الكاميرا الثلاثية العدسات والمزودة بعدسة ذات زاوية واسعة للغاية، التقاط الفروق الدقيقة في العالم المحيط بمزيد من الدقة والتفاصيل. كما تأتي بإعدادات لعدساتها الثلاثة مع مجموعة تضم العدسة الأساسية بدقة 24 ميجابكسل إلى جانب كاميرا ثانوية بدقة 8ميجابكسل ومستشعر بدقة 2 ميجابكسل. فيما أعلنت شركة مايكروسوفت أن تحديث مايو (أيار) لنظام التشغيل ويندوز 10 يحتاج إلى ضعف الذاكرة الخالية، حيث يحتاج الإصدار 1903 إلى 32 غيغابايت بدلاً من 16 غيغابايت من سعة وحدة التخزين. ومن المقرر أن تطرح الشركة الأمريكية التحديث الجديد 1903 في نهاية الشهر الجاري. كما تعتزم هواوي تقديم أول جهاز تلفزيون 5G في العالم هذا العام، لتحدي سامسونغ وأبل. ومن المفترض تزويد أجهزة التلفزيون بوحدة 5G بالإضافة إلى شاشة بدقة 8K وذلك حسبما ذكرت مصادر مطلعة على الخطة لمجلة:

Nikkei Asian Review.

ويعني هذا أن أجهزة التلفزيون قادرة على استخدام شبكة الجيل الخامس لتنزيل المحتوى، مثل مقاطع الفيديو 360درجة، والتي يمكن للمشاهدين مشاهدتها في كل اتجاه، وبرامج الواقع الافتراضي، ومع ذلك، فإن هناك أسئلة حول مدى توفر النظام البيئي الأوسع لهذه الخدمات.

ومن الفوائد المحتملة لأجهزة تلفزيون 5Gأنها لا تتطلب الألياف البصرية أو صناديق الكابلات التي تتطلبها خدمات البث عبر الكابلات التقليدية أو خدمات البث الفضائي.

ويمكن أن يعمل التلفزيون أيضاً لتوجيه جميع الأجهزة الإلكترونية اللاسلكية الأخرى في المنزل لتقديم محتوى الواقع الافتراضي لنظارات VRومقاطع فيديو عالية الدقة للهواتف أو الأجهزة اللوحية.

توقيع

قمر الدين

قمر الدين السوري ، مميز الى درجة أنّ أيّ مصنع في العالم لا يجيد انتاجه وتصنيعه خارج سوريا ، حتى لو كان بأيدي سورية . ثمة سر في التصنيع جعله متفوقاً طوال تسعين سنة من التصنيع المصاحب للتصدير . وقمر الدين يعتمد على ثمرة المشمش الشهيرة في بلاد الشام . اصيبت هذه الصناعة الشامية الفريدة بانتكاسة في الحرب الدائرة منذ ثماني سنوات ، ولكنها تعافت في المدة الاخيرة ، وعادت للتصدير للعالم ، بالرغم من غياب بعض الاصناف الشهيرة، لكن اصنافاً جديدة دخلت السوق الرمضاني خاصة ، وبعضها متفوق في الجودة أيضاً . غير إنّ الاصناف التي تم تصنيعها في بلدان مجاورة ، خلال الأزمة ،ظلّت شيئاً ناشزاً عن النكهة السورية الاصيلة .

ربّما يقول أحدهم ، أنني أعمل دعاية مجانية لقمرالدين السوري . لكنني في الحقيقة أريد عمل دعاية لقمر الدين العراقي ،الذي باتت مناطق في اقليم كردستان العراق تجيد تصنيعه بطريقة مختلفة ونكهات اخرى، لعدم اقتصار التصنيع على ثمرة المشمش ، إذ يتم انتاجه من ثمار الخوخ والاجاص والعنب أيضاً .

لكن هذه الصناعات المحلية لا أحد يقوم بتنظيم تصنيعها من هذه المواد الطبيعية المفيدة ليتم تصديرها وتكون من علامات انتاج مدن عراقية مع مرّ السنين ،كما ولد القمر الدين السوري واشتهر .

ايران لديها انتاج مشابه للانتاج العراقي ، الكردي تحديداً ، وتعمل على تسويقه في الاسواق الاوروبية ، لكنه لا يرقى الى مستوى القمرالدين العراقي الذي نراه في اربيل او دهوك او السليمانية على نحو خاص ، من دون أن يعرفه أحد في الخارج.

مشكلتنا في طرق التعليب والتغليف التجاري السليم وانتهاج اساليب نافعة للتصدير للخارج .

رمضان الكريم ذكرنا بالقمر الدين ، لكن عشرات المنتجات الغذائية التي يتفوق العراق بتصنيعها لا تعرف طريقاً للتصدير .

ألم يحن الوقت للتفكير الزراعي الصناعي المنفتح لكسب العملة الصعبة من ابواب غير نفطية ؟

فاتح عبد السلام

fatihabdulsalam@hotmail.com

شعبان عبدالرحيم .. ضجّة التكريم الجامعي في مصر

القاهرة - مصطفى عمارة

تكريم جامعة بنها للمطرب شعبان عبدالرحيم يثير ضجة هائلة بمنحه درع من جامعة بنها بعد قيامه بالتبرع لمستشفى الجامعة موجة حادة من الانتقادات على مواقع التواصل الاجتماعى الذين وصفوا ماحدث بانه مهزلة لانه لم يقدم شيئا علميا يستحق عليه التكريم فيما اكدت د / ماجدة نصر نائب رئيس جامعة المنصورة السابق وعضو لجنه التعليم والبحث العلمى انه لايجوز للجامعة ان تقوم بمثل هذه الامور الا ان الضجه التى صاحبت هذا الفعل مبالغ فيها لان معظم الجامعات تمنح زائريها دروع للتكريم واعتبر مصطفى يوسف عضو لجنة التعليم والبحث العلمى ان ماقامت به الجامعة يعتبر اساءة للجامعة وانه يجب محاسبه المسئولين فى الجامعه حتى لا يتكرر هذا الامر بينما تقدم طلعت خليل عضو مجلس النواب بطلب احاطه الى د / مصطفى مدبولى رئيس مجلس الوزراء والدكتور خالد عبدالغفار وزير التعليم العالى مطالبا التحقيق مع المسؤولين فى الجامعه عن تلك الواقعة معتبرا ان ماقامت به الجامعة يعد خروجا على مقتضيات التقاليد الجامعية وفى محاولة لتبرير موقفها كشفت جامعة بنها فى بيان لها ان الجامعة قررت تكريم المطرب بعد ان قرر اقامه حفل خيرى فى استاد بنها الرياضى يخصص دخله بالكامل لصالح المستشفى الجامعى وردا على الهجوم الذى تعرض له اكد المطرب شعبان عبدالرحيم فى اتصال هاتفى معه انه جاء الى مستشفى بنها لاجراء فحوص طبية الا انه لاحظ تردى الخدمات بها فقرر اقامة حفل خيرى للتبرع لها ونفى شعبان عبدالرحيم ان تكون الجامعة قد منحته درجه الدكتوراه الفخرية مؤكدا انه حصل فقط على درع رغم انه يستحق تلك الدرجه نظرا للاعمال الخيريه التى يقوم بها.

علماء يحذرون من إنقراض مليون نوع نباتي وحيواني

علماء يحذرون من انقراض مليون نوع نباتي وحيواني

باريس –وكالات – قال علماء الاثنين في تقرير عن أضرار الحضارة الحديثة على الطبيعة (إن السعي الحثيث وراء النمو الاقتصادي وأثر تغير المناخ يهددان عددا لم يسبق له مثيل يصل إلى مليون نوع نباتي وحيواني بالانقراض).

وخلص التقرير الذي أقرته 130دولة منها الولايات المتحدة وروسيا والصين إلى إن تحولا واسع النطاق في الاقتصاد العالمي والنظام المالي هو وحده القادر على إنقاذ النظم البيئية المهمة لمستقبل مجتمعات البشر على مستوى العالم من على شفا الانهيار.

وقال جوزيف سيتيلي الذي شارك في الإشراف على الدراسة التي أطلقها في باريس الاثنين المنبر الحكومي الدولي للعلوم والسياسات في مجال التنوع البيولوجي وخدمات النظم الإيكولوجية (شبكة الحياة المتشابكة على الأرض تضيق وتزداد توترا).

وأضاف (هذه الخسارة نتيجة مباشرة للنشاط الإنساني وتمثل تهديدا مباشرا لسلامة البشر في جميع أرجاء العالم).

والدراسة التي شارك في إعدادها 145 خبيرا من 50 دولة هي حجر الزاوية لكيان بحثي جديد يشير إلى أن العالم ربما يحتاج إلى اتباع شكل اقتصادي جديد لما بعد النمو من أجل تجنب المخاطر الوجودية التي تشكلها عواقب التلوث وانبعاثات الكربون وتدمير الموائل الطبيعية.

وخلص التقرير، الذي صدر بعنوان التقييم العالمي (جلوبال أسيسمنت)، إلى (أن ما يصل إلى مليون من بين نحو ثمانية ملايين نوع من النباتات والحشرات والحيوانات على سطح الأرض مهدد بالانقراض وقد ينقرض الكثير منها في غضون عقود).

وأظهر التقرير أن تغير المناخ الناجم عن حرق الفحم والنفط والغاز في إطار صناعة الوقود الأحفوري يفاقم الخسارة.

وقال روبرت واتسون،وهو عالم بيئي بريطاني يرأس المنبر الحكومي الدولي للعلوم والسياسات في مجال التنوع البيولوجي وخدمات النظم الإيكولوجية، (إنه لن يكون من الممكن بدء إجراءات حماية البيئة واستخدام الطبيعة بشكل مستدام إلا إذا كانت المجتمعات مستعدة لمواجهة المصالح الراسخة التي تبقي على الوضع القائم).

العراق 500 دينار، اليمن 30 ريالاً، السعودية ريالان، الكويت 200 فلس، الامارات درهمان، عمان 150 بيزا، قطر 3 ريالات، البحرين 300 فلس، سوريا 15 ليرة، الاردن 200 فلس،
مصر نصف جنيه، موريتانيا 100 روبية ، تونس 400 مليم، المغرب 3 دراهم، السودان 25 دينار، لبنان 1000 ليرة، الجزائر 30 دينار

Austria 20 SCH. Belgium € 1.5 , Cyprus 0.5 CY . Czech Republic 45 Czk. Denmark 10Krd. Finland10K . France € 1.5,Germany € 1.5, Greece 400DR Poland € 1.5, Italy € 1.5 Norway 11 KR, Turkey 500000 TL Spain € 10.5 , Sweden 12 SK, Switzerland 3 SFR UK £ 1, Australia $ 1.5, Canada $ 2.5, Nethrland € 1.5, USA $ 2