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

الزمان – السنة الحادية والعشرون العدد 6216-6217 الإثنين – الثلاثاء 3 من ربيع الثاني 1440 هـ 10- 11 من كانون الأول (ديسمبر) 2018 م
Azzaman Arabic Daily Newspaper Vol/21 . UK Issue 6216-6217 Monday - Tuesday 10-11/12/2018

كلام صريح

واعرياناه

كانَ الوقتُ فجراً في مدينة بيرث الأُسترالية، حينَ وصلتني من الأخت الكريمة رجاء الربيعي إلى بريدي بالفيس بوك، ثلاث كلمات مُخيفة ومفاجئة، وداعاً أبا خلدون!! لدغني قلبي واهتزَّ بدني، فكتبتُ مُرتبكاً: ماذا تقولين؟ أجابتْ: نعم مات، ماتتْ القصيدة الشعبية، علَّقتُ وقدْ ضجَّ رأسي بالعويل: يا إلهي لقد انكسر عامود خيمة الشعر الشعبي.. بعدها اِستولى على كياني الذهول، حتَّى مضتْ أكثر منْ سبع ساعاتٍ موجعةٍ على نبأ رحيلكَ الذي عصفَ بوجودي وشلَّ قدراتي، أجلْ أنا لستُ على ما يرام يا تلَّ الورد، كأنَّ قلبي تحوَّلَ إلى حجر، أضربُ فيؤلم يدي، أتأمَّلُ في الصورة التي جمعتنا بمربد البصرة عام 2014، ابتسامتكَ العذبة التي تملأُ الوطن بأسره، وقُبلتي الملتاعة بعد فراق طويل، أكادُ لا أصدِّق إنَّها قُبلتي الأخيرة على وجهك العراقي المقدَّس، تبَّاً للهموم التي اغتالتْ قلبك الشاسع بُغتةً، هذا يوم عاشوراء الشعر الشعبي، فلقد ترمَّلتْ القصيدة الشعبية إلى الأبد، بعد غيابكَ الذي باغت البلاد بأسرها، كأنِّي أسمعُ شهقات القصيدة الشعبيَّة وعويلها، وهي تلطمُ صدرها، وتشقُّ زيقها، وتنثرُ قصائدكَ العذراء فوق رأسها، وتصيح مستغيثةً وا عرياناهُ، وا عرياناهُ، لقد ثكلني رحيلكَ الفاجع، كأنِّي أرى من نافذة غربتي بيوت الكادحين تنشدُ قصائدك الجريحة والمجبولة بعرق جبينهم، وروّاد شارع المتنبي يتجمهرون حول مطرب شعبي يغنّي بلوعةٍ (لو غيِّمتْ دنيايَ)، أجلْ يا صائد الهموم حتى الملائكة تُصغي حين تقرأ قصائدك الطاهرة، فإنْ كنتَ محظوظاً ستموتُ قبل الذين تُحبُّهم، فهل كنتَ يا ملاذ المعدمين محظوظاً حقَّاً؟ حين تلألأتْ روحكَ النبيلة مثل نيزكٍ في ليلة مظلمةٍ، وتركتَ العراق ينوح كمداً على فراقكَ وهو يرى نعشك الهاشمي يركض بلهفةٍ لاهثاً إلى وادي السلام؟ أذكرُ عندما رأيتكَ لأوّل مرَّةٍ في ليل نادي الأدباء مطلع سنوات الثمانينيات، وكيف ركعتُ عندَ قدميك، فرفعتني بيديك الحانيتين واحتضنتني متأثراً بمحبتي الجارفة، ولم تكن تعرفني، حتى حدث اعتقالي مع كزار حنتوش تحت نصب الحرية بعد منتصف الليل، وبعد عشرة أيام من التوقيف طلب منَّا مدير مركز الشرطة كفيلاً حتى يُطلق سراحنا، وبصحبة مأمور ذهبتُ إلى منتدى الأدباء الشباب بحثاً عمَّن يكفلنا، وجدتكَ تجلسُ هناك، حالما سمعتُ بذلك، انتفضتَ من المقعد مغتاظاً لنبأ اعتقالنا، وحملتني بمركبتكَ ومعنا المأمور إلى مركز الشرطة، لم يصدِّق مدير المركز أنَّ عريان السيد خلف بشحمه ودمه جاء ليكفلنا، واشترطَ التقاط صورة معكَ للذكرى قبل إطلاقِ سراحنا، أما النزلاء الذين كان عددهم يربو على المائتي سجيناً، ظلُّوا يهتفون باسمك ويردِّدون قصائدك وتحوَّل مركز الشرطة إلى تظاهرة عفويَّة احتفاءً بقدومك، حتى حضر المصوِّر والتقط أكثر من صورة لكَ مع ضابط المركز الذي كانت فرحته عارمة، خرجنا من مركز الشرطة ونحنُ ما زلنا نسمع هتاف السجناء ابتهاجاً برؤيتهم من خلف القضبان لأبي خلدون، ثُمَّ حدث زواج كزار حنتوش من الشاعرة رسميَّة، والتي أطلقتَ عليها عصفورة الشطرة خلال الاحتفال الذي أقيم بهذه المناسبة في مدينة الديوانية، امتلأت مقاعد القاعة الفسيحة عن بكرة أبيها، برغم أنَّ الدخول لم يكنْ في المجّان، وأهديتَ ثمن التذاكر لدعم حالة الحنتوش البائسة، وكان لي الشرف بتقديمكَ في تلك الاحتفالية التي لا يمكن أنْ تُنسى من ذاكرة أهالي الديوانية الكرام، لكنَّ حدث مالم يكنْ في الحسبان، حين أخبرونا أنَّ المسؤولين الحزبيين الذي حضروا المهرجان، خرجوا غاضبين، لأنَّ قصائدك التي ألقيتها على مدى ساعة من الوقت، لم تذكر بها صدّام حسين؟! وانتشرتْ شائعة في حينها، إنَّ قوَّةً أمنية ستحضر لاعتقالنا، فهبَّ أحد أبناء الديوانية وحملنا في سيارته على وجه السرعة إلى منزله في ناحية الشافعية، سهرنا حتى مطلع وجه الفجر ونحن نبتهجُ بانتصارنا على الأوغاد، وحينَ غادرتُ البلاد إلى الأردن، التقيتكَ بعد شهور في مقهى السنترال، كنتَ عائداً من رحلة إلى أمريكا وهولندا استجابةً إلى دعوة من الجاليات العراقية هناك، أجريتُ معكَ لقاءً مثيراً نشرتهُ في جريدة الزمان، ثُمَّ اقترحتُ عليكَ أمسية في نادي الشعر، فرحَّبت بالفكرة، وفوجئ مدير بيت الشعر الأردني صديقي الشاعر الراحل حبيب الزيُّودي بالجمهور الغفير الذي ضاقت بهم القاعة، فافترشوا الفناء الواسع ليستمعوا إلى قصائدك، حينها اقترح عليكَ الزيودي أمسية أخرى سيقيمها خارج القاعة حتى تستوعب الجمهور، وفي ليلة الأمسية الثانية، حجَّ آلاف العراقيين من الساحة الهاشمية إلى بيت الشعر الذي فاض بأعدادهم الهائلة، وكان لي شرف كتابة التقديم الذي قرأه حبيب الزيودي بحماس منقطع النظير، وهو يرى حشود الجماهير التي كانت تزحفُ تترى، بمشهد مهيب ومثير، حينها صدح صوتكَ الشجي الذي تسكنهُ جبال كردستان وأهوار وسهوب الجنوب وأنين نواعير الفرات ورفيف أجنحة نوارس دجلة وصهيل خيول الصحراء وهموم وأحلام الفقراء، حتى تحوّل صوتكَ إلى هدير وأنت تنشد قصائدك التي لا تخاف من الطغاة ولا تهاب الموت، واشتعلَ دمك بالمواجع، برغم التحذيرات التي تلقيتها من قبل رجال السفارة

يا عصر الفواتح يا زمان الموت... كافي من الذبح مو ناس ما ظِلَّتْ
ضاكتْ كَاعنا من كَبور فوق كَبور... فوق كَبور اهلنا كَبورنا تعلَّتْ

اهتاج الجمهور ونهضَ واقفاً وتعالتْ هتافاتهُ التي اهتزَّت من صخبها وشدّتها أركان بيت الشعر وفرائص رجال السفارة العراقية الذين حضروا متنكرين ليشهدوا ملحمة عريان السيد خلف المهيبة، واستمر التصفيق لأكثر من خمس دقائق بدون انقطاع، وتكرَّر هذا المشهد أكثر من مرَّة حتى ختام الأمسية التي استمرت لساعتين، بعد يومين أخبرتني بموعد عودتك إلى البلاد، نصحتك بالبقاء والتقديم إلى مفوضيَّة شؤون اللاجئين، نظرت نحوي بثقةٍ مطلقةٍ ثُمَّ أضاءتْ وجهكَ ابتسامة مشرقة وأنت تقول: (كلمن ويومه، يا حسن، يا بعد العرَّسن) طربتُ لمديحك الشاعري، لكني قلتُ لك متوسِّلاً سيعتقلونكَ حالما تعبر حدود طربيل، أجبتني: ليتهم يفعلوا ذلك، حتى لا تفتر عزيمتي وأعيد ذكريات نضالي، لكنهم لم يقدموا على ذلك، كان يدركون أنَّ اعتقالكَ ليس بصالحهم، لأنَّ الشعب برمَّته كان يغلي غضباً وحقداً على الطاغية صدّام، آخر مرَّة التقينا في مهرجان المربد قبل أربع سنوات، تذكَّرنا معاً أمسية بيت الشعر الأردني وأخبرتني في حينها إنَّها من أثمن الأماسي التي أقمتها في حياتكَ، آوّاهُ يا خلدون، ما أوحش البلاد بعد غياب شمس الكادحين، ولا عليكَ بحماقةِ الشيوعي الموتور، فالغيرة تفضحُ القلوب، اعذروني نفدتْ عزيمتي، وما عدتُ أقوى على الكتابة، لقد تجمَّدَ دمي وساحَ الدمع من عيني.. وا عرياناه..

وا عرياناه.. وا عرياناه حتَّى ينكشفُ وجه السماء.

حسن النوّاب
hassanalnawwab@yahoo.com

فايا يونان أفضل مطربة سورية 2018

دبي - الزمان
حازت النجمة السورية، فايا يونان، لقب (أفضل مطربة سورية لعام 2018)، ضمن جوائز (داف باما ميوزيك أوورد) الألمانية.
وحصلت يونان على اللقب عقب منافسة شرسة بين جمهورها وجمهور المطربة، أصالة نصري، خلال عملية التصويت، لتنال يونان في نهاية المطاف النسبة الأعلى من الأصوات.
وفي إطار فوزها باللقب، تستعد الفنانة السورية للسفر إلى مدينة دبي، حيث من المقرر عقد حفل رسمي لتوزيع جوائز (داف باما ميوزيك أوورد)، في 21 ديسمبر الجاري.
وأعلنت اللجنة المنظمة للحدث العالمي، لائحة النجوم العرب المرشحين للفوز بلقب (أفضل مطرب عربي لعام 2018)، في حين ما زالت عملية التصويت جارية، ومن ضمن هؤلاء النجوم: عمرو دياب وتامر حسني وسعد لمجرد.

النركيلة أخطر على الإنسان من السكائر

لوس انجلس - الزمان
حذّر باحثون في كاليفورنيا من جامعة لوس أنجليس من سمّية أنابيب الماء في الشيشة على القلب، ونظام الدورة الدموية.
ووفق المجلة الأمريكية لأمراض القلب Jour- American The Cardiology of nal أكد العلماء أن للشيشة نفس التأثيرات الضارة على القلب والأوعية الدموية على المدى القصير (مثلاً تدخينها لمدة 30 دقيقة)، كتلك التي يحدثها تدخين السجائر، الأمر الذي يشير إلى أن المخاطر على المدى البعيد قد تكون عالية للغاية. ولإجراء الدراسة اتخذ الباحثون إجراءات مختلفة إزاء 48 من مدخني الشيشة الشباب قبل وبعد جلسة تدخين لمدة 30 دقيقة. وتمَّ تقييم المؤشرات المختلفة مثل معدل ضربات القلب ومستوى النيكوتين في الدم وأحادي أكسيد الكربون قبل وبعد الجلسة. وتشير هذه النتائج إلى أن تدخين الشيشة ليس بديلاً صحياً أكثر من تدخين السيجارة بل على العكس تماماً. ويحذر الباحثون مدخني الشيشة من مواصلة التدخين لمدة 30 دقيقة، وعملياً يميل مدخنو الشيشة إلى استنشاق التبغ لساعات. وفي عام 2015، قدّر الخبراء من منظمة الصحة العالمية أنّ جلسة الشيشة الواحدة تعادل تدخين 20 إلى 30 سيجارة.

ضبط طن من الكوكايين في المغرب

□ الرباط – (أ ف ب): أعلنت السلطات المغربية السبت أنّها ضبطت طنّاً من الكوكايين مهرّبة من أحد بلدان أمريكا اللاتينية واعتقلت سبعة لأشخاص بشبهة ارتباطهم بشبكة تهريب تنشط بين المغرب وأمريكا اللاتينية وأوربا.
وقال المكتب المركزي للأبحاث القضائية في بيان نشرته وكالة الأنباء المغربية إنّ العملية (أسفرت عن حجز شاحنة مسجلة بالمغرب محمّلة بثلاثين رزمة من مخدّر الكوكايين العالي التركيز، يناهز وزنها الإجمالي حوالي طن وأربعة يلوغرامات). وأوضح أنّ الشحنة المحجوزة (تمّ تهريبها بحراً من إحدى دول أمريكا اللاتينية بواسطة سفينة تجارية، قبل أن يتم تفريغها في عرض المياه الإقليمية للمملكة لتنقل عبر باخرة للصيد نحو سواحل مدينة الجديدة (غرب))، على أن يتم (نقلها بعد ذلك براً على متن شاحنة لنقل الخضروات). ولم يوضح البيان الوجهة المفترضة لهذه الشحنة، مشيراً إلى أنّ الموقوفين السبعة (يشتبه في ارتباطهم بشبكة إجرامية عبر وطنية تنشط في مجال الاتجار الدولي لمخدّر الكوكايين بين كل من المغرب وأمريكا اللاتينية وأوربا).

(بقية الخبر على موقع الزمان)

دراسة : صحة القلب مرتبطة بعدد ساعات النوم

لندن – الزمان
كشفت دراسة حديثة عن أن صحة القلب قد تتأثر سلبا عند النوم أكثر من اللازم أو أقل من الوقت الذي يحتاجه الجسم للراحة. وبحثت الدراسة التي نشرت في مجلة (Heart European)، في بيانات نحو 116 ألف شخص تتراوح أعمارهم بين 35 و 70 سنة من 21 دولة مختلفة. وبعد فترة متابعة متوسطة لنحو 8 سنوات، سجل الباحثون 4381 حالة وفاة و 4365 (إصابة بالأمراض القلبية الوعائية). وكان الأشخاص الذين ينامون أكثر من ثماني ساعات عرضة لخطر الموت أو الإصابة بأمراض القلب أو الأوعية الدموية في الدماغ، مقارنة مع أولئك الذين ينامون لمدة تتراوح بين 6 و 8 ساعات. ويقضي الناس زهاء ثلث ساعاتهم اليومية في النوم، وكتب فريق الباحثين الدولي:
(ينظر إلى النوم بشكل متزايد على أنه سلوك هام في نمط الحياة حيث أنه يمكن أن يؤثر على أمراض القلب والأوعية الدموية والموت). ومقارنة بأولئك الذين ينامون ما بين ست إلى ثماني ساعات، فإن أولئك الذين ينامون ما مجموعه ثماني إلى تسع ساعات يوميا لديهم خطر متزايد بنسبة 5 بالمئة.

(بقية الخبر على موقع الزمان)

أول دراجة بخارية بالطابعة الثلاثية

برلين - الزمان
كشفت شركة BigRep الدراجة النارية NERA الجديدة، أول دراجة كهربائية في العالم مطبوعة بتقنية ثلاثية الأبعاد D3 بالكامل.
وأوضحت الشركة الألمانية أن كل أجزاء الدراجة النارية الكهربائية البالغ عددها 15 جزءاً تمت طباعتها بتقنية D3، كالهيكل والإطارات والمقعد وشوكة العجلة، فيما عدا المكونات الكهربائية.
وتمتاز الدراجة النارية الكهربائية بخفة الوزن، ولا يزيد وزنها عن 60 كيلوغراماً، وتأتي مزودة بإطارات خالية من الهواء.
وليس من المخطط له أن تدخل الدراجة NERA خطوط الانتاج القياسي، وستظل قطعة متفردة تجسد الإمكانيات المتطورة لتكنولوجيا الطباعة ثلاثية الأبعاد (D3 Printing).

توقيع

ألوان السترات

قبل سنوات عدة، ظهر برنامج في احدى القنوات البريطانية، تحدث عن نظرة الناس للسترات الصفراء التي يرتديها بعض الناس في الشوارع أو الاماكن العامة. وخلص البرنامج الى انّ الناس يسلمون بشكل تلقائي لحقيقة انّ الذين يرتدون السترات الصفراء يؤدون خدمة عامة وهم محل احترام عال ويكونون غالباً فوق الشبهات. واجرى فريق البرنامج اختباراً بسيطاً لكنه في غاية الاهمية، حين جعل احد اعضائه الممثلين يرتدي سترة صفراء ويذهب الى مكان غير مرخص به إلاّ للعاملين في منطقة في مطار هيثرو بالغ الأهمية، ومرّ ذلك الرجل بشكل عادي عبر الحاجز من دون أن يعترضه أحد، ربّما لأنّ العاملين هناك لم يتوقعوا، وهو يرتدي السترة الصفراء، أن يكون شخصاً غير مرخص له بالمرور.
السترات الصفراء فيها رمزية كبيرة مستمدة من المكانة العالية لخدمة المجتمع والعمل العام، من هنا استغل المحتجون الفرنسيون هذه الرمزية وارتدوا تلك السترات ونزلوا للشوارع مطالبين بحقوق العدالة الاجتماعية وخفض الضرائب، قبل ان تنحرف بعض الاحتجاجات الى تدمير وحرق المحال التجارية في قبل العاصمة حيث ملتقى السياح الاجانب.حتى ان وزير المالية الفرنسي عبر عن حزنه لكمية الدمار في الامكنة التجارية الفاخرة وعدّها كارثة اقتصادية، وهو مصطلح له دلالاته الدقيقة حين يصدر عن وزير مالية لديه التقديرات الصحيحة.
المثير هو انّ وزيراً فرنسياً، طالب الرئيس الامريكي ترامب بعدم التدخل في الشؤون الداخلية الفرنسية، في تصريح بدا أبعد من الرد على تغريدة لترامب رأوا فيها الهاباً للتيار الشعبوي في بلادهم والدول الاوربية المجاورة التي بدأت تتلقى عدوى السترات الصفراء تدريجياً.
ثمة سوابق كثيرة من الاحتكاكات بين واشنطن وباريس تمتد الى فترة الموقف الفرنسي المعارض للحرب الامريكية لاحتلال العراق العام 2003، حيث عمد بعض الامريكان الى الاستهزاء والتهكم على الفرنسيين لدرجة منع بعض المطاعم تقديم البطاطس المقلية على الطريقة الفرنسية.
لكن في النهاية لا يمكن قراءة المشهد الفرنسي من خلال التدخل الامريكي واليد السرية لواشنطن من وراء ستار وبحار، ذلك انّ التيارات العنيفة في اوربا تنمو بسرعة واليمين المتطرف بات قوياً في عموم القارة، وهذا أمر له كلفته الجانبية في جميع الدول.

فاتح عبد السلام
fatihabdulsalam@hotmail.com

مدمّر الإنترنت يتصدّر إيرادات السينما الأمريكية

□ لوس انجلوس – وكالات – احتفظ فيلم الرسوم المتحركة رالف مدمر الانترنت (رالف بريكس ذا إنترنت) بصدارة إيرادات السينما الأمريكية للأسبوع الثالث على التوالي محققا 1.16 مليون دولار.واحتفظ أيضا فيلم الرسوم المتحركة (ذا كرينتش) بالمركز الثاني الذي احتله الأسبوع الماضي محققا 2.15 مليون دولار. واحتفظ فيلم الدراما الرياضي (كريد 2) بالمركز الثالث مسجلا إيرادات بلغت 3.10 مليون دولار.
والفيلم بطولة مايكل بي كوردن وسيلفستر ستالون وتيسا طومسون ومن إخراج ستيفن كابيل جونيور. وحافظ فيلم الإثارة والتشويق (وحوش رائعة) (فانتاستيك بيستس) على المركز الرابع بإيرادات بلغت 8.6 مليون دولار.
والفيلم بطولة إيدي ريدماين وجود لو وجوني ديب وإخراج ديفيد ياتس.كما حافظ الفيلم الدرامي (بوهيميان رابسودي) على المركز الخامس الذي احتله الأسبوع الماضي بإيرادات بلغت ستة ملايين دولار.والفيلم بطولة رامي مالك ولوسي بوينتن وبن هاردي ومن إخراج برايان سينجر.

خلايا الجلد تتجدّد خلال الليل والسهر عدوها

نوع من الجبن يسهم في إنقاص الوزن

برلين - الزمان
أفادت مجلة (فروينديين) الألمانية إلى أن تناول الجبن القريش كوجبة خفيفة قبل النوم يساعد على تعزيز عملية التمثيل الغذائي ليلاً.
وأوضحت المجلة الألمانية أن دراسة للمجلة البريطانية للتغذية، أشارت إلى أن التغذية الصحيحة، لاسيما تناول وجبة خفيفة من الجبن القريش قبل الذهاب إلى النوم بنصف الساعة تساعد على تنشيط عملية التمثيل الغذائي أثناء النوم، وهو المسؤول عن فقدان الوزن.
ووجد الباحثون أن 30 غراماً من الجبن كان له تأثير إيجابي على عملية الأيض واستعادة بناء العضلات بما تحتويه من بروتين الجبنين أو الكازين الموجود في منتجات الألبان والجبن. ويتم هضم الكازين ببطء، كما أنه يمد الكتلة العضلية ببروتين عالي الجودة لعدة ساعات، ولكي يحصل الجسم على الطاقة سيتم الاعتماد في الليل على الكربوهيدرات والدهون الموجودة بالجسم بدلاً من بروتين الجسم نفسه.
من ناحية اخرى، أشارت مجلة (إيلي) الألمانية إلى أن هناك بعض الأمور البسيطة التي يمكن أن تُحدث فرقاً كبيراً في التصدي للشيخوخة البشرة، مثل اتباع نظام غذائي صحي واستعمال منتجات العناية بالبشرة بانتظام مع الحرص على استخدام واقيات الشمس حتى في فصل الشتاء.
ونصحت المجلة الألمانية بالحصول على قسط كافٍ من النوم ليلا، نظراً لأن الجسم يسترخي ويجدد الخلايا أثناء الليل، بالإضافة إلى إنتاج هرمون الميلاتونين، الذي يعمل على إبطاء عملية الشيخوخة، ولذلك يتعين على المرء أن ينام لمدة 6 ساعات على الأقل ليلاً.

(بقية الخبر على موقع الزمان)

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 € 0.5 , Sweden 12 SK, Switzerland 3 SFR UK £ 1, Australia $ 1.5, Canada $ 2.5, Netherland € 1.5, USA $ 2