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 الثانية والعشرون العدد 6524 الخميس 7 من ربيع الثاني 1441 هـ 5 من كانون الاول (ديسمبر) 2019م
Azzaman Arabic Daily Newspaper Vol/22. Issue 6524 Thursday 5/12/2019

زمان جديد
رياح التشارين

في بلاد يعتدي فيها الصيف على الربيع ليأخذ أيار منه وعلى الخريف ليأخذ أيلول منه، في بلاد تنقصها الخدمات والكهرباء، تكون التشارين فيها (تشرين الأول وتشرين الثاني) أفضل صديق للفقراء فلا تدفئة ولا تبريد ولا خصام مع السيد وزير الكهرباء.

وفي الطبيعة تساعد رياح التشارين الأشجار لتتخلص من الثمار والأوراق اليابسة ولا ينفع معها تشبث الورق اليابس بالشجرة مهما تظاهر بالرقص فرحاً لقدومها حيث تسقطه بالنهاية ليترك المجال للبراعم والأوراق الجديدة.

لقد إلتصقت الطبقة السياسية بجذع العراق تسحب من نسغه الصاعد والنازل وتجاهلت ما يجري حولها للشباب من قهر وإحباط يتقلبون في حرارة فرن العراق الكبير أيام وليالي الصيف الطويلة بينما يقضي الشباب أبناء الطبقة السياسية العراقية وأبناء الدول العربية النفطية المجاورة صيفهم يتقلبون في أبرد وأترف أصقاع الأرض يطبقون وصية المرحوم عبد الحليم حافظ، عش أيامك عش لياليك خلى شبابك يفرح بيك...

وهكذا مرت رياح تشارين عدة على العراق حتى تشارين هذا العام. إذ تحركت جموع الشباب العراقي في بدايتها كالسيل الهادر ولم يكن أحد من الطبقة السياسية أو من خارجها يتوقع ذلك فأطلقت السلطة العنان لخراطيم المياه والقنابل المسيلة للدموع لتطبق على الشباب في ساحة التحرير ويسقط أول شهيدين.

لم يتراجع الشباب أو يفت في عضده ولم يتعظ من في السلطة ويتنحى ويفسح المجال لرياح التشارين حيث استقدمت السلطة القناص وقاذف القنابل المميتة فتهاوى الشباب وقد أخترق رصاص القناص رؤوسهم وصدورهم واستوطنت القنابل جماجمهم لتبعث منها غازها الخانق للآخرين.

لم يتوقعوا أن يصول الشباب عليهم كاشفي الصدور والأعلام العراقية ترفرف في أياديهم كما لم يتوقعوا أن تركض المرأة العراقية الفقيرة بائعة المناديل الورقية بين الجموع توزع مناديلها على الشباب مجانا ليمسحوا الدموع والجروح. لم يتوقع أحد منهم أن تقوم امرأة عراقية فقيرة أخرى بتوزيع لفات الصمون بالرشّاد والكرفس (خبز العباس) على الشباب لتعينهم على الصمود كما لم يأت ببال أحد أن يترك سواق التكتك رزق يومهم ليخوضوا غمار معركة أحادية الجانب وينقلوا الشهداء والجرحى الى المشافي ويسقطوا شهداء أنفسهم في بعض الحالات.

كانت الخمسة أيام الأولى كافية لأن يستقيل بسببها كل حكام الأرض لو حدث ما جرى فيها عندهم ولكن الشيخ الهادئ الكاتب والمنظر السيد رئيس الوزراء أبى واستكبر وأحاط نفسه بالمزيد من قليلي الحظ والبخت ليصوروا له أنه يحارب انقلاب على رهطه وسلطته البائسة. وأخيرا أدرك الشيخ الهادئ ما قاله أبا فرات: سينهض من صميم اليأس جيل –مريد البأس جبارٍ عنيد. يقايض ما يكون بما يُرجّى –ويُعطف ما يُراد لما يُريد واستقال ورهطه من متحدثي ومستشاري السوء.

لقد من الله على العراق بنعمتين: شباب العراق والمرجعية الدينية العليا في العراق التي تؤمن بولاية الشعب والحكم المدني ولا تؤمن بولاية رجل الدين وتسلطه في الرقاب وهي صاحبة الرأي السديد يوم تدلهم الخطوب. ويبقى أن أقول الحذر واجب وعيني باردة عليك يا عراق.

عبد الهادي كاظم الحميري

إعتقادات خاطئة عن علاقة الشاي بالكافايين والحليب

لندن - الزمان

المشروب المحبب للملايين تثار حوله الاسئلة دائماً ، وتنتشر الكثير من المفاهيم والمعلومات بين الناس حول الشاي، والتي في كثير من الأحيان تكون خاطئة وغير دقيقة.

يعتبر الشاي من أشهر المشروبات التي يستهلكها البشر حول العالم، بسبب طعمه اللذيذ وفوائده الكثيرة، ولكن هناك بعض المعلومات الخاطئة حوله... لا تحتوي كل أنواع الشاي على الكافيين الشاي يحتوي فعلا على الكافيين، لأن شجيرة الشاي واسمها العلميكاميليا سينينسيس، أي الكاميليا الصينية وأنواعها الفرعية الأخرى تحتوي على مادة الكافيين، بالإضافة إلى العديد من المكونات الأخرى. لذلك فإن أي نوع من الشاي يأتي مباشرة من هذه الشجيرة، كالشاي الأخضر والأسود والأبيض والأصفر أو الصيني الأسود، يحتوي أيضا على مادة الكافيين، وتصل نسبته في الشاي الأسود إلى نحو 4%. ما بالنسبة لأنواع شاي الأعشاب والفواكه، فإنها خالية من الكافيين، كما نقل موقع دوتشيه فيلة. ومن المعلومات الخاطئة أيضا أن الشاي الأسود ينشط إذا تشرب بالماء الساخن لخمس دقائق وأنه يسكن إذ ترك لفترة أطول في الماء الساخن. الشاي الإنجليزي المشهور يشرب بالماء لفترة وجيزة فقط على العكس تماما، فإن تحضير الشاي الإنجليزي يعتمد على وضع الشاي الأسود، وفي الغالب من صنف سيلان أسام أو دارجيلنغ ، في ماء يغلي وتركه يتشرب فترة طويلة. ولأن أوراق الشاي تبقى داخل الإبريق حتى آخر رشفة، فإن لونه يصبح داكناً وطعمه مرا للغاية. وللتمتع بطعم الشاي حتى النهاية، يضاف له الماء الساخن باستمرار.

طعم شاي الأكياس سيء لأنه من نوعية رديئة

هناك شائعة بأن الشاي الموجودة في الأكياس هو من النوعيات الرديئة. هذا ليس صحيحاً في العموم، فالشاي الموجود في الأكياس الصغيرة مطحون لدرجة كبيرة، وفي الغالب هو من نوعيات تتمتع بجودة كبيرة. لكن طحن أوراق الشاي وسحقها يمكن أن يتسبب بتبخر الزيوت العطرية فيفقد الشاي شيئا من نكهته. لكن هذا لا يعني أن كل أنواع أكياس الشاي مصنوعة من أوراق ذات جودة عالية.

الشاي لا يفقد طعمه

صحيح أن أوراق الشاي لا تتعفن حقا، لكن لا يُنصح بتخزين الشاي لأكثر من ستة أشهر، إذ يفقد بعد هذه الفترة جزءا كبيراً من نكهته وتتحلل بعض أهم مكوناته المضادة للأكسدة. الحليب في الشاي يقلل من تأثيره الصحي اعتقاد خاطئ تماما، فلم تثبت التجارب أن وضع الحليب في الشاي يفقد الأخير تأثيراته الصحية.

رقصة الموتى في جدارية لفنان يمني

□ باريس – وكالات – صدمت جدارية تظهر ثلاث جثث على خلفية حمراء المارة في وسط باريس بعد أن كشف فنان يمني النقاب عن تلك الجدارية مؤخرا للتنديد بصفقات الأسلحة الفرنسية إلى التحالف في بلاده.

بدأ مراد سبيع في رسم لوحة (رقصة الموتى الأخيرة) التي يبلغ ارتفاعها ثلاثة أمتار عندما اندلع الصراع في بلاده في عام 2014 لزيادة الوعي حول الاعتقالات التعسفية قبل أن ينتقل بفرشاته إلى الأنقاض والحطام في مواقع القصف بالعاصمة صنعاء.

وقال سبيع (هذه (الجدارية) مستوحاة من قصص حقيقية لأشخاص لاقوا حتفهم في الحرب وأنا أحاول أن أنقل (الشعور) بطريقة تأثير الحرب على الناس).

وكان سبيع فر إلى فرنسا قبل 18 شهرا وهو عضو في صندوق حماية الفنانين الذي يوفر الإغاثة والملاذ الآمن للفنانين في مواقع الخطر.

نفوق أكثر قطة شهرة على الإنترنت بعمر ثماني سنوات

إنديانا –وكالات – نفقت القطة ليل بوب، إحدى أكثر القطط شهرة على الإنترنت، في الثامنة من عمرها.وأعلن مايك بريدافيسكي، مالك القطة ليل بوب، نفوق القطة للملايين من المتابعين على مواقع التواصل الاجتماعي.

واشتهرت ليل بوب بشكلها الغريب الذي يتسم بعينين منتفختين ولسان متدل. وكانت هذه القطة الضالة التي أُنقذت تعاني من عدة تشوهات خلقية أبرزها التقزم.

وقال بريدافيسكي (إنها ساعدت حتى وقت نفوقها في جمع تبرعات لصالح الأعمال الخيرية للحيوانات بلغت قيمتها 700ألف دولار).وأضاف(شكلت بوب فارقا كبيرا في رعاية الحيوانات وحياة الكثير من الناس حول العالم).

واكتسبت ليل بوب سمعتها الواسعة الانتشار على الإنترنت بسبب شكلها الفريد وتقزمها الذي كان سببا في احتفاظها بحجم القطة الصغيرة طوال حياتها.

كما كان للقطة المشهورة مخلب زائد في كل قدم وذقن لا ينمو بالشكل الصحيح، علاوة على أنها بدون أسنان، مما تسبب في تدلي لسانها خارج فمها طوال الوقت.

وتبنى بريدافيسكي ليل بوب (كقزم) بعد عثور أحد أصدقائه عليها في مكان مخصص للمعدات في ولاية إنديانا.وفي أحد اللقاءات، وصف بريدافيسكي قطته (بأنها بين "أكثر أحداث الطبيعة إثارة للسعادة)، مؤكدا وفقا للبي بي سي(أنها عاشت حياة سعيدة وصحية رغم المشكلات الصحية الكثيرة التي كانت تعاني منها.

وأطلق مالك القطة المشهورة مدونة خاصة بها عبر الإنترنت باسم "تمبلر" في 2011 حققت انتشارا واسعا بعد أن احتلت صور هرته صفحة المناقشات الرئيسية على موقع "ريديت".وأدت زيادة الاهتمام بليل بوب إلى ظهور عدة مقالات عنها ودعوات إلى ظهورها في عدد من برامج التلفزيون الأمريكية.كما كان لبوب صفقات رعاية، وخطوط منتجات تجارية، إضافة إلى عرضها الخاص على موقع التواصل الاجتماعي عبر يوتيوب وسلسلة أفلام وثائقية خاصة بها.واستغل مالك هذه القطة الفريدة ذيوع صيتها في جمع أموال لصالح الأعمال الخيرية للإنفاق على أنشطة تتضمن مساعدة غيرها من الهررة ذات الاحتياجات الخاصة عبر الجمعية الأمريكية لمكافحة القسوة ضد الحيوانات.وقبل موتها، كانت ليل بوب تعاني من عدوى في العظام، وكان مالكها ينشر كل تطوراتها على حساب هرته على موقع التواصل الاجتماعي عبر إنستغرام الذي يتابعه 2.4 مليون مستخدم.وأعلن بريدافسكي وفاة قطته أثناء نومها صباح الأحد الماضي.

حلا شيحة وتامر حسني في وصلة غزل بعد العقد

القاهرة -الزمان

تعاقدت الفنانة المصرية حلا شيحة بشكل رسمي على بطولة فيلم (مش انا) مع الفنان المصري تامر حسني. حلا شاركت جمهورها في صورة لها مع الفنان تامر حسني عبر حسابها الشخصي على موقع (أنستجرام) وكتبت معلقة: (سعيدة بوجودي في فيلم مش انا وبشارك البطولة مع الفنان الجميل تامر حسني و اول انتاج حسام حسني، و اخراج سارة وفيق اتمني يعجبكم).

الفنان تامر حسني علق على الصورة وكتب: (انتي اللي جميله يا حلا و انا و حسام متشرفين بوجودك و ان شاء الله ربنا هيكرمنا في الفيلم دا انا متفائل).

حلا تلقت أيضا عدد كبير من التهاني من قبل زملائها بالوسط الفني ومنهم درة، أحمد رزق، عبير صبري، وشقيقتها رشا شيحة. يُذكر أن آخر أعمال حلا شيحة في السينما كان مع الفنان الراحل عامر منيب من خلال فيلم (كامل الأوصاف) والذي مر عليه 14 عامًا، ودخلت بعده حلا في مرحلة ارتداء الحجاب.

حلا شيحة قدمت في الموسم الرمضاني الفائت مسلسل (زلزال) مع الفنان محمد رمضان، والمسلسل من بطولة محمد رمضان وحلا شيحة ونسرين أمين وهنادي مهنا وماجد المصري ومن تأليف عبد الرحيم كمال، وإخراج إبراهيم فخر، وإنتاج شركة سينرجيلمالكها تامر مرسي.

توقيع
التقرير الأممي وثيقة إدانة تاريخية

تقرير ممثلة الامم المتحدة أمام مجلس الأمن، فيه تفاصيل مهمة مؤلمة تجعل منها وثيقة ادانة لحقبة سوداء يمر بها العراق منذ سنوات طويلة ، لعل أبرزها كلامها عن الفساد الذي لا توجد نتائج ملموسة لمكافحته في العراق، وكذلك المكاتب الاقتصادية التي أثقلت المواطنين بأعباء مالية تذهب الى جيوب ذوي النفوذ في مليشيات تعمل تحت راية لاحزاب.

ولفتت المسؤولة الاممية الى انّ الغالبية العظمى من المحتجين سلميون بوضوح، وانه تقع على الدولة مسؤولية حماية شعبها.

وذكرت انّ جميع أنواع العنف لا تطاق. وتحدثت عن ثقة عامة متآكلة بالحكومة ازاء قضية الاصلاح .صورة عامة ، التقرير وصفَ بنسبة تسعين بالمائة حقيقة الخلل في البلاد المنكوبة ، ولم يكن يحتاج اكثر من تسمية اللصوص والقتلة ، وهم معروفون لجميع الشعب العراقي فرداً فرداً .

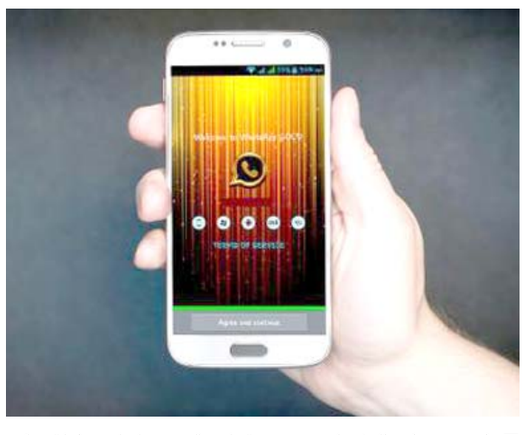
نريد أن نسمع تعليق العالم المتحضر الذي احتفل وابتهج ذات يوم مضى ،بصناعة نظام سياسي جديد للعراق ، كان العراقيون انفسهم يتطلعون الى تلك الصناعة في الايام الاولى بوصفها الوصفة المنقذة ، قبل أن تظهر النتائج في عمليات تشبه الانتقام مع سبق الاصرار من قبل الطاقم السياسي لكل عراقي يبحث عن مستقبل نظيف وآمن لأطفاله ، ومستقبل لتنمية البلاد التي تعبت في عقود الحروب والحصار ، وكان الامل معقوداً على إعادة اعمار المصانع المتوقفة واستزراع الحقول المتروكة ، فوجدنا العكس يحدث وبروح من التشفي عبر مص دماء الناس من خلال نهب مشاريعهم الصحية والتنموية والاقتصادية ، فصار المرادف لمعنى الوزير أو المحافظ هو اللص والمرتشي والفاسد ، والمعنى المرادف للبرلماني هو المتستر بالشرعية لعقد الصفقات الدنيئة .

مهما ، تحدثت ممثلة الامم المتحدة أمام العالم ، لن تصل الصورة واضحة، لسبب بسيط هو انّ العالم المتحضر، من المستحيل عليه، أن يصدق انّ هناك دولة على سطح الكوكب فيها مثل هذا الفساد.

فاتح عبد السلام

fatihabdulsalam@hotmail.com

هاتف للمهمات الصعبة
تحذير من واتساب الذهبي



□ نيويورك– الزمان جدد خبراء التقنية تحذيراتهم لمستخدمي (واتساب) حتى لا يقعوا في الخدعة، التي يتم تداولها بصورة متكررة، عن تطبيق يحمل اسم (واتساب غولد) مشيرين إلى أنه خدعة.

وتقول صحيفة (ميرور) البريطانية، إن خدعة (واتساب غولد) تم إعادة تداولها مجدداً، محذرة من أن الوقوع فيها يهدد هاتفك بالاختراق، وفقا لوكالة سبوتنيك. وكان أول ظهور لـ(واتساب غولد) عام 2016 ويتم إرسالها للمستخدمين على أنه نسخة مطورة لـ(واتساب) رغم أنه لا يوجد إلا إصدار واحد من (واتساب) وهو التطبيق المستخدم بالفعل في جميع أنحاء العالم وبحسب الصحيفة البريطانية، تتكون الرسالة، التي يمكن أن تصل إليك، من جزأين، يقول الجزء الأول أن مقطع فيديو سيصدر في الغد باسم (الذي سيخترق هاتفك، وأنه لن يكون بالإمكان إصلاحه. انشر المعلومة).

وبحسب الصحيفة، فإن النصف الثاني من الرسالة يحذر من (واتساب غولد) وهو عملية احتيال حقيقية، وتقول: (إذا تلقيت رسالة لتحديث (واتساب) إلى (واتساب غولد فلا تنقر فوقها) مشيرة إلى أن (هذا الفيروس معقد جدا، ويجب عليك تحذير الجميع، وقدم النصح للجميع بعد حذفها).

الى ذلك أطلقت شركة Doogee هاتفها الذكي S95 Pro المخصص للاستخدامات الشاقة، بسعر يصل لـ400 دولار أميركي. وأوضحت الشركة الصينية أن الهاتف الجديد S95 Pro يدعم فئتي الحماية IP68 وIP69K وهو ما يعني أن الجهاز يستطيع الصمود تحت الماء لمدة 20 دقيقة وعلى عمق 3 أمتار، فضلا عن أن الجهاز يتوافق مع المعيار العسكري MIL-STD-810G.

ويأتي الهاتف الجديد بشاشة FHD+ قياس 6.3 بوصة، وكاميرا سيلفي بدقة 16 ميغابيكسل، وثلاث كاميرات خلفية، الرئيسية بدقة 48 ميغابيكسل، مع 8 ميغابيكسل لكاميراتي الزاوية الواسعة والزووم.

ويعتمد الهاتف الجديد على نظام التشغيل "أندرويد 9 باي" ويدعم المعالج Helio P90 مع ذاكرة وصول عشوائي RAM سعة 8غيغابات وذاكرة داخلية سعة 128 غيغابايت، وفق ما نقلت وكالة الأنباء الألمانية. ولعل أكثر ما يميز الهاتف الجديد البطارية سعة 5150 مللي أمبير ساعة، والتي يمكن تمديدها عن طريق غطاء خاص سعة 3500مللي أمبير ساعة، لتصل السعة التخزينية الكلية إلى 8650 مللي أمبير ساعة، تؤهل الجهاز للعمل عدة أيام دون انقطاع.

فوائد جمة لدقيق التفاح

برلين- الزمان

أوردت مجلة□الألمانية أن دقيق التفاح يعد بمثابة مفتاح الرشاقة؛ حيث إنه يساعد على الشعور بالشبع لمدة طويلة بفضل محتواه العالي من الألياف الغذائية. وتحتوي 100 غرام من دقيق التفاح على ما يصل إلى 13غراماً من الألياف الغذائية مقارنة بـ 2.8 غرام بالنسبة لدقيق القمح التقليدي. وأضافت المجلة المعنية بالصحة والجمال أن الألياف الغذائية تعمل أيضاً على خفض الكوليسترول الضار وتسهم في ضبط مستوى السكر بالدم.

كما يعد دقيق التفاح غنياً بالفيتامينات والمعادن المهمة للصحة مثل فيتامين C والبوتاسيوم، كما أنه يحتوي على مادة البكتين، التي تعمل على تحفيز الهضم وتدعم فلورا الأمعاء، ومن ثم تقي من الانتفاخ.

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