

Tom Toma
Since 1982
Gama Gold
Jewellery Designers
أحدث التصميم
أرقى أنواع
الألماس
الأصلي
مستود
مخصصا
لجميع
الأسواق
المصمم صلاح توما
خواتم الألماس خاصة لزياراتنا
2B Ware St, Fairfield Ph:9755 9590

AL-IRAQIA

أقنية
العراقيين
9723 1778-0411 811 537

نائب رئيس التحرير: هيفاء مكي

20 Pages

العسل
رئيس التحرير: موفق ساوا

Bright Dental Care
Dr. SAAD YOUSIF
عيادة طبيب الأسنان د. سعد رزوقي يوسف
فحص الـ (Check Up) مجاني لكافة المرضى
نستقبل أصحاب الأمراض المزمنة حسب نظام الطبيب وتقديم بعض العلاجات
المجانية لهم
نستقبل المضمولين بنظام Teen dental
ليس هناك مبلغ إضافي إلى أصحاب التأمين الصحي
خبرة 20 سنة في كافة أنواع علاجات الأسنان واللثة
93 Mimosa Rd, Bossley park Ph: 8798 0358

AL-Iraqia newspaper, Weekly, published and distributed every Wednesday throughout Australia-Established 2005
Wednesday-Issue : 258 - 03 / 11 / 10 Ph: 9723 1778 Mob:0411 811 537 www.al-iraqianewspaper.com E:al-iraqianewspaper@hotmail.com Price : \$2.00

جريمة بشعة جديدة ضد المسيحيين في العراق



مهرجان العراقية الأول للشعر الشعبي في استراليا وحادثه كنيسة النجاة ستكون الحاضر الشعري الاول في هذه الكرنفال الثقافي

مهرجان العراقية الأول

للشعر الشعبي في استراليا
تدعوكم جريدة العراقية للمشاركة في مهرجانها الاول
للشعر الشعبي العراقي بنسخته الحاملة لتوقيع الشاعر
العراقي الكبير مظفر النواب والتي سيشترك بها نخبة كبيرة من اهم الشعراء الشعبيين
في استراليا وذلك حرصا من جريدة العراقية على الاهتمام بنشاطات مبدعي الجالية
الثقافية وسيستغل المهرجان مفاجآت مهمة لمحبي وجمهور الشعر الشعبي العراقي

جريدة العراقية تحثي بمبدعي الشعر الشعبي
العراقي في استراليا بمهرجانها الاول الذي
سيحمل توقيع الشاعر الكبير مظفر النواب
- استعراض خاص تقوم به جريدة العراقية عن
أهم الاسماء الشعرية المشاركة بمهرجانها الاول
للشعر الشعبي اقرأ التفاصيل صفحة شعبيات

في هذا العدد : لقاء مع الشخصية الوطنية
الدكتور كاظم حبيب قبل زيارته لأستراليا

وداعاً يا شهداء كنيسة النجاة

مرة اخرى على شباكنا تبكي ولا شيء سوى الريح
وحبات من الثلج على القلب وحزن مثل اسواق العراق
بهذه الابيات الخالدة لشاعر العراق الكبير مظفر النواب تودع
جريدة العراقية كوكبة شهداء العراق الذين تم اغتيالهم في
حادث وحشي مريع بكنيسة النجاة في الكرادة الشرقية ببغداد.
لم يكن هذا الحادث الاول والاخير من نوعه الذي يستهدف
دور عبادة عراقية مسيحية ولكنه كان الاول من نوعه من
حيث البشاعة والقسوة فقد اغتال الارهاب وقوى الظلام بسمة
الاطفال وصولات النساء اللواتي دخلن بيت الله للصلاة
والعبادة في جريمة يندى لها جبين الانسانية ... نحن اذ نعزي
ابناء شعبنا العراقي كافة بهذه الجريمة الشكراء نشيد ايضا
بدور القوات الامنية التي استطاعت انقاذ باقي المصلين من
قبضة مجرمي القاعده رغم الاختراق الامني الذي حصل ولكن
هذه الحادثة اثبتت من خلال ردود فعل الشعب العراقي ان
ابناء الشعب العراقي لحمة واحدة وان المجرمين مهما فعلوا
لا يستطيعون ان يدمروا جدار الوحدة الوطنية العراقية فهاهم
المسلمون من ابناء شعبنا العراقي يقيمون مجالس العزاء
على ارواح الشهداء في مختلف مناطق العراق وهاهي
المظاهرات تنطلق بوطننا الحبيب منددة بالحادثة الاليمه
ومدح المرأة المسلمة التي ظهرت على شاشات التلفزيون
وهي تبكي على جيرانها المسيحيين الذين استشهدوا بالحادث
دليل على ان الارهاب لن يفرقنا ولن ينال من حبنا لهذا
الوطن... الخزي والعار للقتلة الارهابيين والمجد والخلود
لشهداءنا الابرار.
"العراقية" تستنكر الحادثة بقوة وتطالب الحكومة العراقية
بكافة اجهزتها الامنية وكل المؤسسات الدولية بالنهوض
بواجباتها وحماية الاقليات العراقية من الارهاب النظم... ولا
يسعنا الا ان نعزي ابناء جاليتنا العراقية بهذه الحادثة الاليمه
ونقول باسمكم وداعاً يا شهداء كنيسة النجاة...

موفق ساوا- رئيس التحرير

AFF AUTO PARTS محل لبيع جميع الادوات
الاحتياطية ولكافة انواع السيارات ... اسعارنا مناسبة
جدا... بادارة : فاضل ابو سحر وابنه احمد
AFF AUTO PARTS PTY. LTD
AFTER MARKET BODY PARTS
Ph: 9681 5020 Mob:0402 462 045
175 MILITARY RD, GUILDFORD
PRADO COROLLA HONDA ACCORD HONDA CIVI CRV MAZDA NISSAN

نقلات S&S
0423681100
S&S REMOVALS
نقل
الدور
المكاتب
المعامل
نقل كافة البضائع المنزلية والتجارية والمواد الصغيرة
داخل وخارج سيدني باسعار مناسبة لأبناء جاليتنا
Full Insured
Call Sandro:0423681100

Diamond Wedding Cards
How more special and Memorable
Can it get when it comes to your Wedding Day.
We specialise in wedding cards. Check out
Our face book for more beautiful designs
For more info please contact :
Maurine:0433 684 499 OR Pauline:0413 013 609

شركة عشتار
وكيل شركة
WESTERN UNION
حول اليوم
تستلم اليوم
للتحويلات المالية
شركة عشتار
بغداد-بغداد الجديدة-الكاظمية-الكرادة-الشورجة-حي الصناعة-الحارثية
ثانياً بنينوى-تلسقف-بطنانيه-الكويت-تلکيف-وفروع أخرى بالإضافة إلى كافة أنحاء العراق وبضمنها كوردستان العراق
لدينا فروع في معظم دول العالم الأردن لبنان سوريا اليونان تركيا ايران السودان مصر الإمارات امريكا السويد
هولندا-ألمانيا-الدانمارك-لندن-النمسا-البحرين-اليمن-الكويت-وكافة الدول العربية والأوربية-وللمزيد من المعلومات
يرجى الاتصال بشركة عشتار للتحويلات المالية - وبامكانكم إيداع المبلغ على الحساب التالي :
Westpac Bank. Branch No. 032 072 Acc. No.148473 Name :Ashtar Transference Pty Ltd
Ph:9755 7726 Fax:9727 2133 A/H:9644 3535 E: ashtar98@yahoo.com.au

النادي الرياضي الثقافي الاشوري / الصالة الكبيرة
Assyrian Sports & Cultural Club
QUEEN'S PALACE FUNCTION CENTRE
لجميع مناسباتكم وأفراحكم وحفلاتكم
أعراس خطوبة أعياد ميلاد تناول عشاء
موعدكم مع كل اول يوم اثنين من بداية كل شهر مع الامسية النسائية
LADIES NIGHT
مع نجوم استراليا من المطربين والمطربات والفرق الموسيقية، العربية والاشورية
ALSO: ■ LIVE BAND EVERY THURSDAY ■ BINGO EVERY WEDNESDAY & SUNDAY
■ POKER (TEXAS HOLD'EM)
EVERY MONDAY, TUESDAY, THURSDAY & FRIDAY
52-54 Stanbrook St, Fairfield HTS Ph: 9727 8808

Halal 100%

Shandeez Restuarant

مطعم شانديز

9755 5247





Persian Icecream

\$5

 Bargh \$10	 \$9	 Shandeez Special \$16	 Joojeh \$10	 Bakhtiari \$13	 Shishlik \$12
 Sonnati \$11	 \$10	 Shahi \$14	 Shish Kebab \$8	 Baghali Polo \$11	 BBQ FISH \$16
 \$5	 \$4	 \$9	 \$8	 \$12	 \$12

40 Ware St. Fairfield

يقدم مطعم شانديز اشهى الاكلات العراقية والايرانية

وباسعار زهيدة جدا ولكل المناسبات

ازالة الشعر بالليزر

معالجة التجاعيد

والبقع بالليزر

تنظيف البشرة

تنظيف البشرة بالكريستال

ازالة البثور وحب الشباب

معالجة خطوط الحمل

واضار الشمس

حقن الجلاسيم

معالجة الدوالي بالليزر

شد الوجه بدون

عملية جراحية

Restore Your Youthful Look

We at Fairfield Cosmetic & Laser Clinic offer you the latest in cosmetic treatment

WITH THE LATEST LASER MACHINES WE OFFER YOU

Before After

Leg Veins

Wrinkles

Anti-Wrinkle Injection

Pigmentation

Facial Resurfacing and Veins

Free! مجاناً

Microdermabrasion

ازالة خلايا الجلد التالفة وتحفيز الكولاجين مع اي برازلين لازالة الشعر

السعر الحالي \$75

Facial

تنظيف البشرة

مع منتجات تعزيز البشرة ومسامية لكل انواع الجلد

Starting from \$60

Was \$75 Save \$15

Soft fraxel

علاجات آمنة وفعالة

ازالة الكلف والخطوط الدقيقة والتجاعيد حول العينين والشفاه وتنعيم لون البشرة واللمس على الوجه والرقبة وازالة حب الشباب والندوب الجراحية وعلامات التقدم وتشنج مستمر مع كل جلسة

4 Treatments	Was \$1300	Save \$100
6 Treatments	Was \$1900	Save \$200
8 Treatments	Was \$2400	Save \$400

Free! مجاناً

ازالة الشعر من

ذراع الرجال مجاناً

مع كل ازالة

الشعر من الظهر

Free! مجاناً

ازالة الوشم

ابتداءً من \$60

تخفيضات 10%

لجميع منتجات التقشير

Nimue من منتجات

FREE CONSULTATION - MEDICARE ACCEPTED ON SOME TREATMENTS

Fairfield Cosmetic & Laser Clinic

2/9 Station St, Fairfield NSW 2165 Ph & Fax : 9723 5888



فيديو - فوتو

لجميع مناسباتكم

- * خبرة اكثر من 29 عام * أحدث الأجهزة وكاميرات HD * أسعار مناسبة
 - * كفاءة عالية * تقنيات فنية وحديثة في التصوير * وصناعة الفيديو كليب
 - * دائما في القمة وبجدارة * تحصل على افلامكم خلال فترة زمنية قياسية
- Modern - Creative - Elegant & Artistic Style*

صخر للتصوير سابقا

مع تحيات المهندس صباح

9568 1114 - 0405 790 505

PHOTO & VIDEO PRODUCTIONS

Sam 0405 790 505 | Remon 0425 309 559

379 Parramatta Rd Leichhardt NSW 2040

76A Lombard St Fairfield West NSW 2165

www.onlinegalleries.com.au/users/weddingphotography



*We got smart advice
on refinancing*

قروض منزلية

- هل تريد شراء منزل وهل تبحث عن القرض المناسب؟ ولا تريد ان تدفع رسومات المعاملة!؟..
- إذا كنت تفكر في شراء منزلك الأول هناك الكثير من الحوافز المتاحة لك، بما في ذلك المنحة الأولى لشراء المنزل الاول وتخفيضات في رسوم الضريبة وكذلك هناك اساليب خاصة تتيح لأفراد العائلة في مساعدتك.
- نحن (المستشار الخاص Smartline) نقدم لك قرض المنزل مجانا وعلى استعداد لتقديم خبرتنا ومعرفتنا في كيفية الدعم من خلال عملية الشراء بكافة خطوات المعاملة.
- لدينا حاليا عرض خاص لقروض السكن ولا تحتاج الى دفع الرسوم فقط عليك دفع 5 % مقدما.
- يجب تقديم الطلب في 31 ديسمبر 2010. للمباشرة بالمعاملة.

- Smart line is one of Australian's leading mortgage brokers.
- We Compare loans from over 25 top lenders.
- We help you choose the right loan that is tailored to your needs AND saves you money.

- home loans
- investment loans
- Car loans
- refinance
- commercial and business loans
- leasing
- insurance
- قروض منزلية
- قروض الاستثمار
- قروض السيارات
- إعادة التمويل
- الأعمال والقروض التجارية
- تأجير
- التأمين



SMARTLINE

PERSONAL MORTGAGE ADVISERS

Call for a FREE consultation today.

Anthony Arkan Hanna,
Personal Mortgage Adviser

T: 9723 3633

23 Ware St, Fairfield NSW

www.smartline.com.au/fairfield1



بشري سارة

* لقد تم افتتاح محلنا (ONE STOP TYRE) لبيع كافة إطارات السيارات، الجديدة والمستعملة وبأسعار مناسبة جدا * ميزانية وبلنس وبضمان لمدة 3 اشهر * نركب الاطارات وبضمان لمدة 3 اشهر

Specialist Wheel Alignment By Laser



Special Price

المحل بجاجة الى ميكانيك	المحل مقابل ALDI & McDonald's	أسعار الإطارات الجديدة	ميزانية	معدل
		\$35 -	175/65/14	\$60
		\$30 -	185/60/14	\$70
		تبدیل الدهن + الفلتر من \$35	195/70/14	\$75
		نعلن عن تخفيضات تتراوح بين 30% الى 50%	205/65/15	\$75
		يرجى الاتصال بـ (فنان)	205/50/16	\$85
			215/60/16	\$90
			205/40/17	\$90

C1 /303 The Horsley Drive, Fairfield Ph:02 9728 4394

لدينا كافة الأحجام



أدمى هجوم بالعراق منذ أغسطس اب

استشهاد اكثر من 52 شخصا في عملية انقاذ بكنيسة سيدة النجاة في بغداد

الشرطة والمدنيين لاتهم جميعا عراقيون" مضيقا أن العدد لا يتضمن المهاجمين الذين قتلوا خلال العملية.

وانفجرت قنبلة واحدة على الأقل عند بدء الحصار واستمر دوي اطلاق النار بشكل متقطع لساعات في حي الكرادة قرب المنطقة الخضراء شديدة التحصين التي توجد بها سفارات ومكاتب الحكومة في



بغداد (رويترز) - قال وكيل وزارة الداخلية العراقية الفريق حسين كمال يوم الاثنين ان 52 شخصا

بين رهناء ورجال شرطة استشهدوا يوم الاحد عندما داهمت قوات الامن كنيسة النجاة في بغداد لانقاذ أكثر من مئة مسيحي عراقي احتجزهم مسلحون على صلة بتنظيم القاعدة كرهائن.

واضاف أن 67 شخصا أصيبوا أيضا خلال الغارة على الكنيسة يوم الاحد في ادمى هجوم بالعراق منذ أغسطس اب.

وكان مسلحون قد احتجزوا رهناء داخل كنيسة سيدة النجاة وهي واحدة من أكبر الكنائس في بغداد أثناء قداس يوم الاحد وطلبوا بالافراج عن سجناء من تنظيم القاعدة في العراق ومصر.

وقال كمال "الحصيلة هي للمدنيين والعناصر الامنية. نحن لا نميز بين

ممثل حكومة اقليم كوردستان في استراليا

رحب بالسيد القنصل العراقي العام في سيدني بميني المثلثية



سيدني، عبد الوهاب طالباني:

رحب السيد هه فال سيان ممثل حكومة اقليم كوردستان في استراليا يوم الخميس المصادف 28.10.2010 في مكتبه بمبنى سيدني حكومة اقليم كوردستان في السامرائي قائم باعمال القنصل العراقي العام في سيدني الذي قام بزيارة ودية ولتقديم التهاني بمناسبة انتقال المثلثية الى المبنى الجديد لها .

وفي اللقاء الذي تم بينهما بحثا في الاوضاع العراقية بصورة عامة ، كما اكدا على ضرورة التنسيق الكامل لما فيه مصلحة ابناءه الجالية العراقية في استراليا . ثم اصطحب السيد هه فال سيان ضيفه لتفقد مكاتب المبنى الجديد ، وتمنى السيد القنصل العام الموفقية لممثل حكومة اقليم كوردستان ، ثم تم توديع السيد القنصل العام بكل المحبة والتقدير الذي استقبل به.

إعلان من جمعية الريان هرمزد الكلدانية

تعلن جمعيتنا تاجيل سفرتها المعلنه في العدد الماضي من جريدة العراقية الى موعد اخر سوف نعلنها هنا في الجريدة ناسف لهذا التغيير مع الشكر

جريمة بشعة جديدة ضد المسيحيين في كنيسة ببغداد

مواجهتها من جهة أخرى، وكرهاها القاتل لاتباع الديانات الأخرى في العراق، وخاصة ضد أتباع الديانة المسيحية، الذين أصبحوا ومنذ سبع سنوات هدفا لتنظيم القاعدة الإرهابي المجرم ولقوى طائفية مسلحة أخرى من جهة ثالثة، إضافة إلى محاولة الإخلال بالأمن وإشاعة الخشية والقلق في نفوس الناس والغوصي في البلاد. إننا ندعو قوات الأمن العراقية إلى المزيد من الحماية لاتباع الديانات الأخرى المستهدفة من قبل قوى الإرهاب الإسلامي السياسية المتطرفة، ومزيد من الحماية للكنائس، بيوت العبادة لدى المسيحيين.

إننا إذ نعزي ذوي الشهداء والجرحى وكل أتباع الديانة المسيحية بالعراق وسائر أرجاء العالم وأنفسنا بالكارثة والمصاب الأليم ونرجو لكل شهداء هذه الجريمة الكراءة الذكر الطيب ولعائلاتهم الصبر والسلوان، نطالب الحكومة العراقية وأجهزة القضاء العراقي بالتحقيق الفوري والسعي لاكتشاف من يقف وراء هذه الحوادث المنكرة ومن يوفر لهم الحماية والغطاء للتمل وارتكاب الجرائم ضد الشعب، سواء من العراقيين أم من دول الجوار. كما نطالب بنشر نتائج التحقيق، إضافة إلى معرفة الاسباب الكاملة وراء سقوط هذا العدد الكبير من الضحايا من قتلتي وجرحى وموعوقين أثناء عملية التحرير.

لنعلن جميعا عن شجبنا لهذه العمليات الإرهابية الجبانة والجرائم البشعة وعن تضامننا مع مواطناتنا ومواطنينا من أتباع الديانة المسيحية.

الأمانة العامة

حياة الدفاع عن أتباع الديانات والمذاهب الدينية في العراق
2010 / 11 / 01

اعلان عن تاسيس نادي المشرق الاجتماعي/ملبورن

- 1 – السيد الن دمون / رئيسا للجنة
- 2 – السيد باسم ساكو / عضوا
- 3 – السيد اركان خنوس / عضوا
- 4 – السيد روبرت ملكو / عضوا
- 5 – السيد مازن صبري / عضو اللجنة الرئاسية :
- 1 – السيد ماجد كاكوس / رئيسا



تأسيس نادي المشرق الاجتماعي

((قلب كبير يجمعنا وروح المحبة تنبض بيننا))

بركة الرب يسوع المسيح وبخيرة ابناء جاليتنا الكرام تم تأسيس نادي المشرق الاجتماعي استراليا / ملبورن بتاريخ 12 - 9 - 2010 ليكون له الدور الفاعل في خدمة كل اطراف ابناء شعبنا من الجالية المسيحية في ملبورن.

نبذة عن النادي

واهدافه وادارته :

نادي عائلتي اجتماعي ثقافي ترفيهي رياضي . مستقل بكيانه لا ينتمي لاي جهة اخرى، مسجل رسميا لدى الحكومة الاسترالية .

اهدافه :

الارتقاء والنهوض بالعلاقات الاجتماعية بين كافة مكونات المجتمع المسيحي واطيافه في استراليا / فكتوريا من خلال النشاطات والفعاليات التي سيقوم بها والتي ستؤدي الى تقوية اواصر المحبة والتعاون والتعارف وزرع روح الاخوة وتشجيع الافكار المبتكرة بينهم

اداريا :

يدير النادي مجموعة من ابناءنا جرى انتخابهم بطريقة ديمقراطية خلال الاجتماعين



- 1 – السيد زياد بطرس / رئيسا للجنة
- 2 – السيد نعيم الحمداي / عضوا
- 3 – السيد نزار يوسف / عضوا
- 4 – السيد سلام كاكوس / عضوا
- 5 – السيد الن دمون / عضوا

اللجنة الثقافية والاعلامية :

- 1- السيد زياد بطرس / رئيسا للجنة
- 2 – السيد ناصر عجميا / عضوا
- 3 – السيد عيسى عو / عضوا
- 4 – السيد معن عبد الاحد/ عضوا
- 5 – السيد ربيع صلحة/ عضوا
- 6 – السيد ابراهيم جكو / عضوا

الذين تم عقدهما لجميع الاعضاء الذين انتسبوا للنادي قبل اعلانه رسميا وجرى الانتخابات تحت اشراف اللجنة المؤسسة للنادي تحت مسمى (الهيئة الادارية) لإدارة المهام الادارية والفنية للنادي ويضم 90 عضواً وتتكون الهيئة الادارية من :

- السيد سمرد انور عفان رئيسا
- السكرتارية :
- 1 – السيد نبيب جورج
- 2 – السيد رمزي يونان
- 3 – السيد سلام كاكوس

اللجنة الفنية والترفيهية :

اعلن هنا اذا كان لك احدى هذه المناسبات



زواج خطوبة عيد ميلاد ولادة عماد تناول نتجرج

Call NOW: 9723 1778 - 0411 811 537

AL-IRAQIA ARABIC-SYRIC NEWSPAPER
Weekly, published and distributed every Wednesday throughout Australia
رئيس التحرير: موفقي سواو
Editor in chief: Muwafaq Sawa
أحمد الياسري مدير التحرير
هيفاء متي نائب رئيس التحرير
أسرة التحرير: جبرون سيمون / زكي فرحان / دويليم اشعيا / بشارة حنا / لسان خاطر / خليل ابراهيم الهادي / روبرو / سنوي بطرس / انيسوا / توما
Ph : (02) 9723 1778 - Mob : 0411 811 537
Add : P.O Box 38W Fairfield west NSW 2165
www.al-iraqianewspaper.com E : al-iraqianewspaper@hotmail.com

تويه تويه

- 1- تهمل جميع المراسلات مالم تضمنوا الى رئيس التحرير
- 2- جميع المقالات والمواد المنشورة في مجلتنا لا تعتبر بالضرورة عن رأي الصحيفة إنما تعبر عن رأي اصحابها فقط
- 3- لا نعد المقالات المنشورة في اصحابها في حالة عدم نشرها لأي سبب من الاسباب
- 4- ننشر، فقط كتاباتكم واخباركم ونشاطاتكم واقرائكم واتراكم عبر ايميل لصحيفة او على شكل (فونبي او سي دي) وتهمل كافة الرسائل التي تنتج بخط اليد.

إذا كنت واثقا انها ستمطر فلم لا تحمل مظلة



بقلم محسن الصفار

عندما كنت صغيرا قرأت قصة عن قرية اصابها الجفاف وانقطعت عنها الامطار فقرر شيخ القرية دعوة الناس لاقامة صلاة الاستسقاء في البر عسى الله ان يرزقهم بغيوم مطرة تذهب عنهم غمة الجفاف وما ان اجتمع الناس للصلاة حتى نظر اليهم الشيخ واخذ يصرخ عليهم يا عديمي الايمان انتم لا تستحقون الجود الجديد استعرب الموجودون وسأله ادهم عن سبب غضبه فقال الشيخ لو اتكم حقا تومنون بان دعواتكم ستستجاب وسيهطل المطر لجلبتكم معكم مظلات تقيكم من المطر لدى عودتكم ولكم انتم انفسكم لا تؤمنون بجدوى صلواتكم فكيف سيستجيب الله لها.....!!؟

هذه القصة أو الطرفة تذكرني بالمسؤولين في العراق الديموقراطي الجديد الذين يحمل كل منهم جواز دولة أخرى الى جانب جوازه العراقي فلو افترضنا ان اكتساب الجنسيات الاخرى كان ضرورة ملحة بسبب تواجد هؤلاء الاشخاص في خارج العراق لمتطلبات السنين واحتياجهم الى وثائق سفر وغير ذلك وكون السفارات العراقية في الخارج لم تكن تعطي اي وثائق لمعارضي الحكم فان سقوط النظام العراقي ورجوعهم الى العراق واستلامهم للمناصب الرسمية بكل مستوياتهم يجب ان يكون قد حل هذه الاشكالية ويكون مرفقا بالتخلي عن الجنسيات الاخرى المكتسبة والعودة الى الجنسية العراقية باعتبارها الخيار الوحيد لشخص يحمل منصبا رفيعا في اي دولة في العالم.

واعود الى القصة التي ذكرتها في بداية الحديث فلو ان السادة المسؤولين الجدد كان لديهم ايمان حقيقي بالعراق الذي يحكمونه وباستقراره الامني والسياسي والاقتصادي والمستقبل الملبى بالورود وعن عودة كل العراقيين الى العراق وجذب الاستثمارات وغير ذلك من الدعايات المدفوعة الشمن على شاشات الفضائيات العراقية والعربية فلم لا يبادر هؤلاء السياسيون وبنيتوا لنا قنصلهم بما يقولون عبر تخليهم علنا ورسميا عن الجنسيات الاخرى التي يحملونها والتي تلزمهم بالولاء لتلك الدول فكل الدول الغربية تضع شرط الولاء وان يقسم مكتسب الجنسية بان يكون ولاءه لتلك الدولة وان يدافع عنها وعن مصالحها قبل ان تعطي له . فإذا قال السادة المسؤولون ان ولائهم للعراق وحده فيكونون اذا كذابين ومنافقين واقسموا كذبا في تلك البلدان واذا كان ولائهم لتلك الدول فمعناه انهم اجانب ولا يحق لهم حكم العراق واذا كان ولائهم مزدوجا فمعناه انهم جواسيس ومكائهم السجون وليس الوزارات والسفارات .

كيف يعقل ان يكون سفير دولة يحمل جنسية الدولة التي عين فيها ؟ يعني مثلا سفير العراق في المانيا يحمل الجنسية الالمانية وسفير العراق في ايران يحمل الجنسية الايرانية علما بان اكثر من نصف سفراء العراق في العالم يحملون جنسية الدول التي يعملون فيها .

كيف يتفاوض وزير عراقي يحمل الجنسية الامريكية مع مسؤول امريكي ؟ وصالح من يجب باخذ بنظر الاعتبار ؟ فهو مواطن عراقي ومواطن امريكي في نفس الوقت ففي العراق هو وزير او سفير ومسؤول عن الناس بينما في امريكا هو مواطن عادي اي ان المسؤول الامريكي الجالس امامه يعتبر مسؤولا عنه وتلزم عليه اطاعة اوامره .

واذا كانت الدول الغربية واثقة جدا من نجاح تجربة العراق (الديموقراطية) فلم لم تبادر هي الى الغاء جنسيات هؤلاء المسؤولين المكتسبة بينما تطارد اللاجئين العراقيين العاديين المساكين وتهدهم بالغاء لجوؤهم واعادتهم للعراق على اساس انه صار جنة يحلم كل انسان بالعيش فيها؟

واذا كان العراق امنا فلم لم يبادر هؤلاء المسؤولين الى جلب عوائلهم للعراق ؟ وما زالت عواصم اوربا وامريكا مليئة بعوائل حكام العراق الجديد الذين يشترون بشهية مفتوحة العقارات والاملاك (من مالهم الحلال طبعاً) ، ام ان العراق اصبح طبقتين طبقة الاشراف وهم حملة الجوازات المزدوجة الذين يتمتعون بحق السفر والتجوال والدراسة لهم ولعائلاتهم في اي مكان في العالم والعبد (من ولد الخايبة) الذين يحملون الجواز العراقي فقط الذي يؤولهم لتلقي انواع الالهانة والذل خلال سفرهم واقامتهم في اي بلد خصوصا الدول العربية الشقيقة .

اريد ان اري مسؤولا عراقيا رفيعا واحدا يعلن على الملأ انه قد اسقط جنسيته الثانية وانه لا يحتفظ بها تحسبا لاضطراره الى الهرب والعودة مرة ثانية للعيش في تلك الدولة فهل سئرى ذلك ؟

رحم الله الشاعر الذي قال وين ما دار الوكت دارت القبلة.....!!

هي حركة محورية لليمين أو اليسار وتستخدم لمتابعة شخص يمشي أو للاستعراض. وتسمى الحركة الأفقية (Panorama) وقد تكون الحركة في حدود نصف دائرة أو دائرة كاملة 360 درجة. (الشكل 2)

2. ميلان الكاميرا للأعلى (Tilt Up) وللأسفل (Tilt Down) وهي حركة محورية للأعلى أو الأسفل، ويجب اخذ الحيلة بحيث لاتصوب الكاميرا إلى أعلى أكثر من



المطلوب فتفجه العدسة للاضاءة المعلقة في سقف الاستوديو، ولاتؤخذ اللقطة بزواوية اقل من 24 درجة فتصلى على صورة مهتزة. (الشكل 2)

تنبهات يجب مراعاتها أثناء التصوير:-

1. لا تجعل حركة الزوم متقطعة أو مترددة.
2. اعلم ان أي حركة من حركات الكاميرا لم يقصد بها هدف في أي درامي فهي عبارة عن حركة ميكانيكية مقيمة.
3. الباعث على حركات الكاميرا في تضيق اللقطات هو لرؤية تفاصيل أكثر من المنظور أو الحجم المراد تصويره.
4. اتساع اللقطات ترينا تفاصيل أوسع للمشاهد ولا يجب ان نعطى اتساع للقطعة أكثر من المطلوب.
5. إذا اقترب الشخص المراد تصويره في لقطة قريبة (Close Up) إلى ناحية الكاميرا فليكن أن تقوم بعمل (Zoom Out).
6. إذا تحرك الشخص المراد تصويره إلى اليمين أو اليسار فليكن أن تقوم بحركة (Pan) وتتبعه في الكاميرا إلى حيث يتجه.
7. لا ترجع بالكاميرا أثناء الاستعراض إلى الوراء بعكس اتجاه الحركة لأن ذلك يعطي تأثيرا سيئا.
8. تجنب الحركة الدائمة للكاميرا لأن ذلك يرهق عين المشاهد.

للمخرج والمصور... قواعد وقوانين لحركة الكاميرا ..

اعداد : المخرج موفق ساوا

فالكبير، أما في حالة التبعيد (Zoom Out) حجم المنظور يتغير من المنظر الكبير إلى المتوسط فالعام، ويتم ذلك بتغير البعد البؤري للعدسة أثناء التصوير دون توقف أو قطع كما سبق القول. (علما انه يوجد على مفتاح تحريك الزوم حرف "T" وهو اختصار لكلمة "Tight Angle" وتعني تضيق أو تصغير زاوية العدسة، وحرف "W" وهو اختصار "Wide Angle" وتعني تكبير أو تعريض زاوية العدسة. (الشكل 1)

● ثانياً – حركة حامل الكاميرا :-

1. دفع الكاميرا للأمام (Dolly in) دفع الكاميرا بقاعدتها للأمام، وفيها يجب ان تكون آخر نقطة تصل فيها الكاميرا إلى المنظور لاتتجاوز (1.5 متر) وذلك لكي لايقع ظل الكاميرا على المنظور ولا يجب ان تستعمل هذه الحركة بزواوية اقل من 24 درجة وذلك لكي لاتهتز اللقطة أثناء التحريك. (الشكل 2)

2. سحب الكاميرا إلى الخلف (Dolly Out) حركة الكاميرا بقاعدتها إلى الخلف، ويجب إرشاد المصور إلى آخر نقطة يراة عندها التوقف، ومن الأفضل وضع علامة على الأرض واحذر أن تتجاوز الكاميرا باللقطة حدود الديكور. (الشكل 2)

3. حركة جانبية إلى اليمين (Truck Right) وإلى اليسار (Truck Left) تحريك الكاميرا بقاعدتها إلى اليمين أو اليسار. لاتقم بهذه الحركة بعنسة زاويتها اقل من 24 درجة كي لاتحصل على صورة مرتجة، وضع علامة للمصور عند نهاية الحركة. (الشكل 3)

4. حركة قوسية (ARC) حركة قوسية للكاميرا بقاعدتها. أي تحرك الكاميرا دائرياً حول المنظور باتجاه اليمين أو اليسار، ولاينصح باستعمال الحركة بزواوية ضيقة اقل من 24 درجة. وتساعد هذه الحركة في اخذ لقطات للمنظور من جميع الاتجاهات. ولايتحسن اللجوء لهذه الحركة إذا كان الحامل ثقيلاً. (الشكل 3)

5. رفع الحامل للأعلى (Ped Up) وخفضه للأسفل (Ped Down) هي رفع وخفض حامل الكاميرا، وتصلح هذه الحركة في حالة المتابعة أثناء القيام أو الجلوس، ولاينصح باستخدام هذه الحركة بزواوية اقل من 24 درجة، كما لايمكن تنفيذ هذه الحركة الا في حامل البديستال (Pedestal) المستخدم في الاستوديو لامكانية رفعه وخفضه أثناء العمل. (الشكل 3)

● ثالثاً – حركة رأس الكاميرا:-

1. دوران الكاميرا إلى اليمين (Pan Right) وإلى اليسار (Pan Left)

الاخطبوط العراف والديك الناطق

واثارت لغضا و جدلا كبيرا، ففي عام 2001 و 2002، طارت في مدينة أربيل أنباء شهيرة ذلك التيس الذكر الذي كان يدر حليبا و يومها أشاعوا بأن في حليبه فائدة غير عادية لمعالجة العديد من الامراض والعاهات ولمسائل أخرى عديدة، فصار بيت صاحبه الذي كان في قرية مجاورة لأربيل قبلة للزائرين بل وان الصحافة أيضا قد كانت سباقة لتغطية أنباء" التيس المعجزة"، والحق لم ادر أين صفى الدهر بهذا التيس وهل أنقذه حليبه الغريب من أن يدفن في النهاية داخل معدة الانسان؟

وقيل أيام، قرأت أيضا خبرا مشيرا آخرا عن ديك مصري ينطق لفظ الجلالة"الله"، وشاهدته و سمعته عبر اليوتيوب، هذا الديك، أفتى أحد رجال الدين بذيحه لكي لايسبب فتنة (!)، وقد رفض صاحبه أن يذبحه وفضل إبقائه على قيد الحياة خصوصا وان أحدهم قد دفع مبلغ خمسين ألفا جنيهها مصريا كتمن له، ولأدري لحد الآن أين سيفضي الدهر بهذا الديك وهل سيقود صاحبه للمشهرة والثروة معاً أم سيواجه قدرا آخر؟

هذه الانباء الغريبة و التي تطالعا بين الفينة والاخرى تال اهتمام الانسان لانها تتعرض لجانب حساس و مهم في حياة البشر، وهو الغيب او بكلمة أدق المستقبل، والانسان طالما سعى لمعرفة الغيب وطرق أبواب العرافة والتنجيم و مالميلها بحثا عن ثمة إجابات شافية لأسئلة محيرة تدور في داخله وتقتض مضجعه، وان الانسان مستعد في سبيل إيجاد أجوبة لتلك الاسئلة أن يستنطق بالصور والاحجار والخشب وان يتشبث بآناس بسطاء او حتى بحيوانات ما، لكن الفضول الانساني لايمكن أبدا أن يظفا جذوته وسيظل متقادا يبحث عن الحقيقة، حقيقة لاتتعلق فقط بماسيحنت في المستقبل القريب او البعيد وانما حتى بعد موته، هكذا هو الانسان وسيفي" أكثر شئ جدلا" وجنونا!

نزار جاف
مات الاخطبوط بول الذي أسبغ عليه الانسان لقب"العراف"، وسط أنباء عن حصول اختلاف بين المانيا واسبانيا بصدد تبعيته وأنباء أخرى تزعم بأن وراء موته"المفاجئ" ثمة شكوك، لكن، رغم كل ذلك، فإن الامر المؤكد الذي لاخبار عليه هو ان عراف المونديال الشهير قد قضى نحبه وترك فراغا كبيرا لايمكن أن يشغله حيوان آخر بسهولة و يقينا بأن اسم هذا الاخطبوط وسيrote سوف يعاد ذكره في المونديالات القادمة وبكل خير.

العراف بول الذي صار بشهرة العراف الذي تنبأ بمقتل يوليوس قيصر، جذب أثناء المونديال الاخير الاضواء إليه بقوة و أصبح نجما لاعما، دخل الى الماكنة الاعلامية للبشر من خلال نقطة ضعفه الاساسية و هي ولعه بمعرفة الغيب وماتخبه الايام في طياتها من أمور ومقادير، ويقينا فإن الاخطبوط بول ليس بالحيوان الاول الذي إقحم عالم التنبؤ، ذلك أن الانسان بظننه وعامل"الحاجة" الذي يدفعه لإختراع وإيجاد أفكار جديدة و غريبة تلتفت الأنظار، قد سبق له وان استخدم نوعا من الطيور لكي يقرأ طالع الناس، إذ تجد في شوارع بعض من المدن الايرانية "قسم مثلا"، اناسا بأيديهم أقفاص داخلها طير صغير سريع الحركة أمام باب قفصه مجموعة اوراق صغيرة مطوية داخل كل واحدة منها أبيات من الشعر لشاعر إيران الكبير"حافظ الشيرازي"، ومان يتقدم أحدهم لكي يقرأ طالعها يبادر صاحب القفص بثمة حركة بعد أن يضع مجموعة الاوراق الصغيرة المطوية أمامه، فيقوم الطير باتقاء واحدة منها فيتلفها الرجل ليمنحها لقارئ الطالع.

وهذا، أجد من المناسب أن أسلط الاضواء على بضعة حيوانات"استثنائية"أخرى لفتت أنظار الناس و تالت إعجابهم الى حد كبير

إن لحركة الكاميرا قواعد وقوانين حرفية على المخرج والمصور أن يدركاها ويتقهما تماما، ويجب احترامها، ولا يسمح بالخروج عنها إلا إذا كانت هناك أسباب وجيهة لذلك.

ان لعين الإنسان زاوية تبلغ حوالي 100 درجة، لكن هذا لايعني إن الإنسان يرى الأشياء وكأنها في لقطة واحدة عريضة الزاوية وإنما تتبدل اللقطات لاشعوريا عن طريق الحس الباطني. والكاميرا تشبه العين تماما إذا فالكاميرا لابد لها من دافع في كل حركة من حركاتها خاصة في البرامج الدرامية، إن حركة الكاميرا ذات اليمين وذات الشمال أو للخلف تقصد ذوق المشاهد وتتبع عينه وتضيق التسلسل لديه وتشل فكره.



كما إن نظافة أرضية الاستوديو مهمة جداً لتحريك الكاميرا دون أن تهتز أو يصيبها أي ارتجاج، كما ان استعمال العدسات النفسية على الكاميرا المتحركة أمر غير مرغوب في؛ إذ إنها تفضح الكاميرا أثناء الاهتزاز، فحركة الكاميرا يجب أن تتم بأسلوب غير ملحوظ بالنسبة للمشاهد حتى لا تؤثر على تركيزه، إذ إن اهتزاز الكاميرا وحركتها تخرجه من الاندماج في متابعة العمل.

أما إذا اضطرت لكسر أي قاعدة من القواعد الأساسية للتصوير التلفزيوني فيجب أن يكون هناك هدف تسعى إلى تحقيقه.

◀ هذه بعض النقاط التي يجب مراعاتها لحركة الكاميرا:

- على المخرج تحديد نقاط بداية الحركة، من أين تبدأ وأين تنتهي لكي يتفادى عملية تخطي حازر الديكور.
- يجب إعطاء فرصة للمصور للبدء في الحركة.
- إذا كان حامل الكاميرا أو القاعدة ثقيلة يستحسن الاستغناء عن حركة الكاميرا القوسية.
- يجب تعيين مساعد للمصور لمساعدته على حمل كيبل الكاميرا ودفع الكاميرا مع المصور.
- إذا كنت مضطراً لاستعمال عدسات ضيقة الزاوية أثناء دفع الكاميرا فيجب ان يتم ذلك بحذر شديد كي لاتهتز الكاميرا أو يظهر ذلك جليا في اللقطات.
- تذكر أن الكاميرا في تحركها تتباعد المسافة أو تقترب حسب ماهو مطلوب وفي هذه الحالة يضع التركيز البؤري (FOCUS)، فيجب الانتباه الشديد من المصور وان تكون يداه على زر التحكم ببؤرة العدسة للتحكم حسب المسافة المتغيرة بين الكاميرا والمنظور.

◀ تنقسم حركة الكاميرا إلى ثلاثة أنواع وهي

● أولاً – حركة الزوم :-

في هذه اللقطة لاتتحرك الكاميرا على الإطلاق، وان كانت الصورة الناتجة تشبه تماما حركة الكاميرا إلى الامام أو الخلف، وتتم هذه اللقطة بواسطة عدسة الزوم، وهي عدسة تسمح بتعدد البعد البؤري بسرعة أثناء التصوير دون توقف أو قطع، ففي حالة التقريب (Zoom in) يتغير حجم المنظور من المنظر العام إلى المتوسط



رحلة د - فيرفيلد



رحلة الدراجات الهوائية الاجتماعية الخيرية
تقيم اللجنة الخيرية الاشورية-استراليا بالتعاون مع شبكة ويسترن سدني للدراجات
رحلة الدراجات الهوائية الاجتماعية الخيرية وذلك يوم الاحد المصادف 14/11/2010
تنطلق الرحلة الساعة التاسعة صباحا من:
Fairfield City Showground, Moonlight Road entrance
على الراغبين بالتسجيل ملء استمارة التسجيل بالاضافة الى رسوم التسجيل \$10 دولار للمشاركة (استمارة التسجيل على موقعنا الالكتروني).
للاراغبين بالاستئجار سعر الدراجة مع الخوذة \$10 لليوم الواحد، علما سوف نقوم بتجهيز المشاركين بوجبة غداء صحية ومجانية.
*ملاحظة: يجب على المشارك جلب دراجته الهوائية ما لم يرغب بالاستئجار وجلب قفينة ماء للشرب وكريم واقي للشمس. للمعلومات: الرجاء زيارتنا على موقعنا الالكتروني
www.assyrianaidociety.org
info@assyrianaidociety.org
او الاتصال بالسيدة جون جكو على 782 445 0419
وعلى الفيس بوك :
Assyrian aid society-Sydney

نفوس حائرة



مسرحية من فصل واحد

تأليف
ليرون سيمون

المشهد رقم 1

- مكتب أنيق لشاعرة تجمع اشعارها لأصدار ديوانها الشعري الجديد، تدخل طالبة في مقتبل العمر تعد رسالة الماجستير في الدراسات الإنسانية، الأوضاع الدنية القائمة في السجون وانعكاساتها النفسية على السجناء.
الطالبة : عمتي صباحا يا سيدتي.
الشاعرة : على الربح والسمة يا أنستي.
الطالبة : أنا طالبة في السنة الأخيرة من دراساتي الجامعية.
الشاعرة : تشرفنا.
الطالبة : أعد رسالة الماجستير الجامعية.
الشاعرة : وما التخصص الذي تعدينه في رسالتك هذه؟

الطالبة : أشر الأوضاع الدنية في السجون وانعكاساتها النفسية على السجناء.
الشاعرة : وما علاقتي أنا كشاعرة برسالتك الماجستير هذه؟
الطالبة : إن إختياري لك، هو كونك إنسانة تتعاملين مع الأحداث بأحاسيسك المرهفة و.....
الشاعرة : (مقاطعة) أعرف ذلك جيدا... ولكن ما علاقتي أنا بهذا الموضوع الشائك؟
الطالبة : عفوا، لك كل العلاقة، ذلك الشاهد الوحيد الذي ينقل الأحداث بحذافيرها دون خوف وتردد، وتتلقاها الأجيال، جيلا بعد جيل، وهذا ضروري بالنسبة لرسالتني.

الشاعرة : إذن، مشروع تعود الفائدة فيه إلى جهة واحدة، أنت والأجيال القادمة، ليس أنا.....
الطالبة : أنت تنظرين إلى الأمور من زاوية ضيقة، بنيت افتراضاتك على رسالة الماجستير التي أعدها والي كوني أنا صاحبة المشروع، عفوا هناك نقطة خلاف في الفهم...
الشاعرة : لا أبدأ، فنظرتي إلى الأمور ليست سطحية، بل هي نظرة ثاقبة، وخذي مثلا واحدا، عندما أكتب القصيدة الشعرية، أنسجها مثل قطعة الحرير، أكتبه بكل حكمة وتفنن ودراسة، فمناقص القصيدة عندي متماسة تمشي في إيقاع وتناسق محكم

الطالبة : الآن بدأت وجهة النظر بيني وبينك تتقارب، فحصرتك على كناية قصيدتك بأسلوب متراس، بمنحني الثقة أكثر بآثك تصلحين لتكوني شاهدي في رسالتني هذه.
الشاعرة : ها قد عدنا إلى الرسالة مرة ثانية.
الطالبة : ولم، مادامت عناصر القصيدة أقصد الرسالة بدأت تتكامل.
الشاعرة : ولنقل إن أتفق معك في بعض الأشياء، فهل هذا يعني إنني معك على طول الخط؟
الطالبة : الآن لا ربما في الخطوة اللاحقة حتما ستكونين معي.

الشاعرة : يبدو لي، أنت واثقة من نفسك جداً.
الطالبة : ولم لا، مادامت قد أعددت رسالتني بكل دقة بالضبط مثل قصيدتك العصماء ذات الإيقاع القوي الرصين.
الشاعرة : قد أتفق معك في البداية على بعض النقاط الطالبة : وهذا شيء جميل جداً.
الشاعرة : وقد نختلف في نقاط أخرى.
الطالبة : وهذا منطقي أيضا.
الشاعرة : إذن، من حقني أن انسحب، ولاسيما نحن في أول الطريق؟

الطالبة : ولم كل هذه الافتراضات.
الشاعرة : احتراز، نعم هو احتراز للمستقبل.
الطالبة : يبدو أنك متشائمة من كل الذي يحيطك.
الشاعرة : بل متفائلة، ولكن بحذر.
الطالبة : هل أطمئن نفسي، باننا على وشك الاتفاق؟
الشاعرة : حول أي شيء؟
الطالبة : حول موضوع الرسالة.
الشاعرة : وهل تحدثنا ببعض الشيء عن الرسالة - أقصد رسالة الماجستير التي تعدينها أنت؟
الطالبة : أشكر يا سيدتي على هذه الموافقة المبدئية، وكما أنا سعيدة بهذا النجاح للخطوة الأولى ونحن على أول الطريق.
الشاعرة : صلت نصف الموافقة، ربما يعقبها الانسحاب.
الطالبة : لا لأن ذلك، أنا واثقة بآثك ستكونين معي إلى خط النهاية.

الشاعرة : ثقتي بدأت تزداد أكثر فأكثر.
الشاعرة : لماذا؟؟؟؟
الطالبة : لأن رسالتني، لها علاقة كبيرة برسالتك.
الشاعرة : بالشعر؟
الطالبة : نعم، كون الشعر رسالة إنسانية، إذن هناك نقطة التقاء بيننا.
الشاعرة : وما هي رسالتك هذه؟
الطالبة : رسالتني الجامعية هي، الأوضاع الدنية في السجون، وانعكاسها النفسي على السجناء.
الشاعرة : الأوضاع الدنية..في السجون..الانعكاس النفسي.. على السجناء..أي يقتضي علينا أن نقوم بزيارة لأحد السجون؟
الطالبة : نعم..بالضبط السجن المركزي للولاية.
الشاعرة : ولكن، هذا السجن يحوي مجرمون خطرون للغاية؟
الطالبة : لكنهم سجناء الآن.

الشاعرة : ولو؟
الطالبة : لنهم لا يملكون أدوات الجريمة الآن.
الشاعرة : ربما ينفذونها بالأيدي؟
الطالبة : ستكون في حماية ال Bodyguard او (Security) ولن يمسنا أحد بسوء.
الشاعرة : إنها مغامرة فيها الشيء الكثير من الخطورة.
الطالبة : فلا تستحق هذه الخطورة.
الشاعرة : هاتي تفاصيل الرسالة؟
- فخر الطالبة أوراق رسالة الماجستير وتعرضها أمام الشاعرة على المنضدة، يبدأ النقاش عليها بشكل صامت، حركات تدل على اعتراضات من الشاعرة، وتشرح الطالبة فقرات الرسالة للشاعرة، وأخيرا يحصل الاتفاق ويتعاقان.

المشهد رقم 2 ... في العدد القادم

كفاح امرأة... الحلقة الاخيرة

قصة حقيقية مؤثرة وجديرة بالقراءة

"..قصتي هذه، أهديها لكل يائس، ومحبط، لعل بها من بصيص الأمل ما يبدد لحظات اليأس في حياته.."

شعرت بالآلم الممزوج بالقهر. فيالها من بيعة خاسرة تلك البيعة التي عقدها أهلي مع ذلك الجلال، وفضل أهلي الهرب بعيداً عني... جلست أفكر فانا أرملة جميلة في العشرين من عمري وعندي 3 أطفال وليس لدي أي مصدر للرزق، وأمامي طريقان

الأول : هو طريق الكفاح والصبر

والثاني : هو طريق الكسب السريع حيث أبيع أنوثتي للراغبين في امرأة وحيدة مثلي. واخترت الطريق الأول بلا تردد، وكان أول ما فعلته أنني بعت آخر قطعة ذهب ورحلت عن منزلي الأول الذي شهد أسوأ ذكرياتي... وانتقلت أنا وأطفالي إلى مدينة بعيدة واستأجرت غرفة صغيرة بحمامها فقط، واشترت موقدًا صغيراً وسريراً مستعمل لي ولأطفالي، وبعض الاواني القديمة المستعملة، وأنا أعترف لكم بأن هذه الغرفة حقيرة حتى في نظر الفقراء.

ولكن ما جعلها مثل الحلم في نظري هو أنني وحدي فيها مع أطفالي فانا التي أعدد مصري.

بدأت أبحث عن عمل شريف، ولقد سخر الله لي جيران طبيبين مسيحيين ساعدوني كثيراً فقد كانوا يتصدقون علينا

ببعض الطعام والملابس القديمة وأحسنوا إلي فجزاهم الله عني خير الجزاء، ووجدت عمل حكومي كمستخدمة في أحد المدارس الثانوية القريبة من بيتي، ولا أنسى أول راتب قبضته في حياتي كان بسيط ولكن دموعي انهمرت لحظة استلامه بكيت كثيراً وحمدت الله على رزقه وإعانتني على لقمة العيش...

اشترت لأطفالي ملابس جديدة والعباب وطعاماً طيباً ولأول مرة منذ أربعة أشهر أطبخ دجاجاً لأطفالي!!!!

واشترت لهم بسكويتاً وشوكولاته.. كنت أرى السعادة في أعينهم.

مرت سنة كاملة وأنا في وظيفتي استطعت أن أكسب احترام مديرتي وتعاطف المعلمات وحب الطالبات، وذات يوم.

سألت نفسي : لماذا لا أكمل تعليمي الثانوي خاصة أنني في مدرسة ثانوية؟

عرضت الأمر على مديرتي فشجعتني وقدمت أوراق انتسابي وكان صدفة أن ابني البكر يدرس في الصف الأول ابتدائي وأنا أول ثانوي، اجتهدت في دراستي بالرغم من الاحمال الملقة على عاتقي كام وموظفة وطلبة!!!

وفي خلال 3 سنوات حصلت على شهادة الثانوية العامة بنسبه 97%.

بكيت كثيراً وأنا أرى بداية الخير وأرى ثمار جهدي بدأت تنضج.. انتقلت من عملي مستخدمة وقدمت على وظيفة كاتبة في إحدى الدوائر الحكومية.. براتب جيد بالإضافة إلى تقديم أوراق انتسابي إلى الجامعة استأجرت شقة صغيرة مكونة من غرفتين وصالة ومطبخ ودورة مياة ولأول مرة يدخل tv إلى بيتنا بعد أن أخذت سلفة من البنك أثثت فيها الشقة وبدأت أرتاح في حياتي، خاصة أن أطفالي دخلوا المدارس وأصبحو متفوقين دراسياً وأخلاقياً.

حاولت أن أعوض أطفالي واشتري لهم كل ما تهفوا إليه أنفسهم.. وكونت علاقات صداقة مع زميلاتي كن نعم العون لي فكننا نذهب في نزهات وزيارات، وكل ذلك من أجل أن أرفه أبنائتي..

مرت أربع سنوات عصيبة حصلت من خلالها على البكالوريوس بتقدير امتياز مع مرتبة الشرف.. وبعدها تم وبفضل الله تعييني مَدْرَسَةً ثانوية.. كان ابني الكبير في الثالثة عشر من عمره واحتضنتني وقال : (أنت أعظم أم أنا فخور بك)!!!!

واحتضنتهم جميعاً وظللتا نبيك بلاشعور لساعات، ولأول مره أقبض مرتباً ضخماً تصدقت بنصفه شكر الله ونصفه الباقي اشترت لأطفالي جميع ما يحتاجون، وبدأت ادخر جزء كبير من مرتبي لكي أبني به منزل خاص لي، وقدمت على الماجستير وحصلت عليها خلال سنتين فقط بتقدير امتياز مع مرتبة الشرف.

بدأت في بناء منزلنا مكون من طابقين به عشر غرف وصالتين ومطبخ ومستودع وحديقة كبيرة ومسبح، ثم قدمت

على الدكتوراه وكان مشاورها صعباً جداً جداً خاصة أن أطفالي بدوا يكبرون وكان الإرهاق يكاد يقتلني وأنا كيف نفسي بين عملي كمعلمة وبين مذكراتي للدكتوراه وأبحاثي وبين مذاكرة أولادي وبين الإشراف على البناء والتأثيث، والذي كان أثاثاً ضخماً ورانعا وحصلت على درجة الدكتوراه وتم تعييني كاستاذة في الجامعة وكان عمري حينها 37 عاما.

أتعلمون لحظة استلامي لشهادتي بمن فكرت؟؟

لقد فكرت بامي، ترى لو رأتني في هذا المشهد فهل كانت ستبكي من الفرح، أم أنها ستسألني عن العائد المادي الذي سأجنيه من وراء ذلك؟؟..

ولكن لا تعتقدوا أنني عاقلة لوالدتي أو أنني لم أحاول صلتها في ما مضى ! بالعكس لقد ذهبت إليها أكثر من مرة ووجدتها كما هي لم تتغير !!

أما أبي فقد توفي بعد زوجي بسنة وقد كنت أرسل لها من مرتبي، أما إخوتي وأخواتي فلم يكن يشرفني التعرف إليهم أو تواجدهم في حياتي فابتعدت عنهم من أجل أبنائي.

أبتسمت الحياة لي بعد عيوس طويل .. وأنا الآن أخبركم عن وضعي

أنا وأبنائي : أنا الآن لي مركزي الإجتماعي وأعيش في بيت فخم وعندي الخدم والسائقين..

أما أبنائي : فقد تخرجوا جميعاً من جامعاتهم العلمية، ابني الكبير أصبح طبيباً جراحاً، وابني الثاني مهندس معماري،

وابنتي الصغرى طبيبة أطفال، وقد زوجتهم جميعاً وأصر ابني الأكبر أن يعيش هو وزوجته معي فملاً علي البيت بالحياة وضحك أحفادي، وها أنا الآن في الخامسة والخمسين من عمري.... والحمد لله.

قصتي هذه، أهديها لكل يائس، ومحبط، لعل بها من بصيص الأمل ما يبدد لحظات اليأس في حياته، وصدفوني لو أستسلمت لليأس ولحظاته المريره لما وصلت إلى هذه الحياة التي أعيشها الآن بفضل الله ثم بفضل تمسكي بالأمل صدقوني ومن تجربة خضتها واستطعت النجاح فيها، ليس هناك أجمل من التقاول، والتشبث بالأمل حتى وإن كان صغير.. هذه القصة حدثت لزميلتي وعبرت عنها بأسلوبتي..

الكاتبة : سلوى العضيديان..

وفاء العصافير !!

صوره معبره جدا تحكي معاناة طائر مسكين فجع باصابة زوجته التي اصيبت اصابه قاتله



وهنا
يحضر لها
الطعام
ويرفرف
بجناحيه عليها
بحب وود
وشفقة



هنا
الزوجه
مصابه
وحالتها
مزريه



وهنا يدرك ان حبيبته ماتت ولن
ترد عليه فصرخ
صرخة العاشق
المحب



يحضر لها الطعام ويتفاجأ
بوفاتها فيحاول تحريكها
وايقاضها
ولكن!



واخيرا يدرك انها لن ترد عليه
وانها رحلت عنه فيقف عند جثتها
ذاهلا



يقف ويبكي ويصرخ حزنا
على فراقها

التعليق

يداري هواه ثم يكتم سره
ويخشع في كل الامور ويخضع

اعاني بالفراق اسي
وقلبي يذكركم صباح مسا

يا راحلا عن الحياة وساكن في اضلعي
هل تسمعون توجعي وتوجع الدنيا معي

ان في قلبي انين الاحتضار
ألا ترى قلبي الشامخ أمامك ينهار

إذا كنت تحبني بصدق
فلا ترحل وتتركني

لأن رحيلك ينزع الحياة
من احشاء روحي

كم يصعب الفراق
وصورة العصفور أبكت

الملايين في أوروبا وأمريكا
ويقال أن مصور هذه الصور

قام ببيعها لأشهر صحيفة في فرنسا بمبلغ
خيالي، واحتلت الصور الصفحات الأولى

للصحف الفرنسية وكتب عنوان كبير أسفلها
' العصافير أوفى الأزواج'!!!!

وقالت الصحيفة الفرنسية أن الصحيفة قد
نفدت بالكامل من الأسواق فور نشر الصور

الحزينة للعصفور الذي حاول نجدة زوجته
الجريحة وحاول بصراحته الضعيفة فلم يفلح

وكانه يطلب منها أن تتحمل الألم والجرح
حتى تعيش. ولما فاضت روحها صرخ

العصفور والدموع احتقنت بعينيه
أين الوفا يا عالم هذه الايام فاسمع هذا النشيد :

اشلون الصحة..؟

وفراش ينام عليه وسقف يحتمي به هو
وأطفاله؟ لا امان...لا خدمات...لا صحة...لا
كهرياء...لا وقود،وجاهزون على الدوام لاقاء
القوم على الازهاب وعلى الصداميين
والتكفيريين؟ فما هي المنجزات التي لا تكفيها
صفحات الجريدة فتحتاج الى ملحق؟
هل نعيد نفس اللغوة كل مرة؟قتل وذبج
وتشريد واتهيار تدريجي للاحلاق
والذمة،ارهاب ورعب وتهجير وتهديد حتى
اصبح مشردونا ولاجوناً اكثر من تعداد
الشعب الفلسطيني رغم عدم وجود يهود ولا
صهاينة من الذين لا نمل من شتمهم ليل نهار،
مع انهم لا يقتلون في عام كامل ما يقتل من
العراقيين خلال اسبوع في عهد حكومة
المنجزات.

د. يونس حنون
سمعت من منفاء الاختياري ان جريدة الصباح
في العراق قد اصدرت ملحقاً يتضمّن سرداً
لإنجازات حكومة المالكي بمناسبة حلول
الذكرى السنوية لتوليها مقاليد الأمور في
البلاد، ورغم اني غادرت البلاد منذ أكثر من
شهر الا انني اعتقد انني عاصرت هذه
الحكومة مدة كافية لكي اعبر عن شعوري
بمنجزاتي!

سبيلنا ادهم وماهو شعورك؟ اجيبه
واقول :هوشور أي مواطن عراقي (تذكرون
هاي الجملة مو تمام) يعيش متسكعاً في
شوارع عمان ودمشق بعد ان ترك وطنه
هرباً من تراكم المنجزات التي انهالت علينا
الى درجة ان البشر اصبحوا يخافون من
المشي في شوارع بغداد لنلا يدوسوا على
منجز. بل اضطروا الى الرحيل عن بيوتهم
لانها ازدهمت بالمنجزات بحيث لم يعد لهم
مكان كاف للاختلاء بنسوانهم!
منجزات؟ ولكم صدك ذنب؟ ماذا قدمتم لايسط
مواطن فتوع لا يبيغي من الحياة الا اللقمة

أرقى ما يتعلمه الإنسان

✳ العاقل : إنساه لا يسعى إلى نيل السعادة، بل يسعى إلى

تجنب اللقاء

✳ المتشائم : شخص يخبر بيه شَرِّيه فيختار الشرِّيه

✳ العام : فتره مَكونه مه ثلاثمائة وخمسة وستيه خيبة أمل

✳ السعادة : عطر لا تستطيع أهد تنشره في الناس، دوه أهد

يعلق بك قطرات منه

للاعلان بالعراقية

9723 1778

0411 811 537

الطمع والطموح لا يلتقيان



بقلم المخرج غازي ميخائيل هرمز
سدني / استراليا

الطموح حق انساني مشروع منذ ولادة الطفل الى موته ويعدده ايضا . وكل مخلوق طموح يتميز بالكثير من الصفات التي تجعله مدار حديث الناس الذين حولته وعلى الأقل قناعته بنفسه كنز كبير فهو مثابر ودؤوب لا يئول ولا يمل من السعي للوصول الى مبتغاه . وتشير الكثير من الأدلة للطموح انه ينمو مع الإنسان وكأنه ظله . عندما نسال مجموعة من الأطفال عما يريدون ان يكونوا في المستقبل تأتي الاجابة متفاوتة وحسب طموحاتهم .. انا اريد اصير طبيب انا مهندس انا تاجر طباطخ سابق الخ وبعد فترة زمنية وترى ذلك الصغير وقد اصبح طبيبا وحما سيكون طبيبا متميزا او مهندسا متميزا او سائقا او ميكانيكا او طباطخا . ولهذا فان هذا الطفل الذي طمح في احلام مستقبله ان يكون طبيبا وكان كم من ليالي سهر وكم اختبار عبر وكم صف بعد صف اجتاز كم وكم من ايام وسنين عمره قضاهما ساعيا للوصول الى حلم المستقبل وهو طموحه ؟؟ نعم طموحه الذي رسمه في مخيلته الصغيرة وحققه وهو شاب او شابة ؟

نفول الف مبروك للذي يسعى الى تحقيق طموحه بنبل وتعب وسهر ومثابرة وتحدي وإصرار ومبروك النجاح . لكن الطماع هو انسان مريض قبل كل شئ ومرضه لا يشفى بالحبوب والادوية الطماع مريض (كمرض انفولنزا الخنازير) يؤدي المجتمع الذي يعيش فيه وابتداء يكون اذاه على نفسه وعلى الآخرين ويكون غير مرغوب به اجتماعيا . وعكس الطموح تماما ومنذ صغره يتجه لأبداء الآخرين ومحاوله امتلاك ما لا حق به واكيد سلوكه يكون عن طريق الغش والكذب وهو الوحيد الذي له القدرة ان يخيط الحلال والحرام دون اي اكتراث . بل انه ساعي جيد لترسيخ كفة الخطا على الصواب على ان تكون النتيجة في صالحه . وله القدرة ان يميل كفة الحق الف مرة اذا كانت الأرجحية لمنافعه الخاصة .

اما ضحايا الحياة فهم اولئك الطموحين الذين اسقطتهم الظروف وحالة دون وصولهم الى طموحاتهم والرب يكون في عون كل نظيف لم يصل الى تحقيق مآربه بسبب المحيط او الظرف الذي احاط به وحطمه بل كسر طموحاته ونبله وحولته من شئ ما الى متفوق امام ساقط او نذل ومارس عملا رغما عنه .. ايها الطموح النبيل ليس لي ان اقول لك ان كنت تكنس الأرض وانت قانع بما انت عليه يكفيك شموخا انك لا تطمع لأبداء من يوسخ الأرض ..

عجلتها لغرض إيقاف الخير الذي تمنحه للطائفة وإيقاف تلك المهام من الانجاز على ارض الواقع بل هناك اشخاص لن يدخل الايمان قلوبهم يوما يتربصون للإيقاع بأخوتهم وبث الاشاعات لغرض افشال أي مهمة تناط بهم لخدمة الطائفة ولنا الكثير من الكلام مدعوم بالشواهد لكن لا نريد اثارته في هذه الظروف العصيبة التي تمر بها طائفتنا حتى لا يأخذ الموضوع ابعاد ومساحات كبيرة من النقاش على المواقع ونحن مقبلون على اتمام مشروع كبير يقدمه المجلس الاعلى للطائفة وجمعية الصابئة المندائني في استراليا.

نحن لا ننكر باننا أحد شرائح المجتمع العراقي واستطعنا ان ننقل بعض من تلك الامراض الاجتماعية من بلدنا الام إلى بلدان الغربة لكن بقاء الصابئة المندائيين 10 سنوات في بلدان الاغتراب فمن المفروض به ان يعالج تلك الامراض ويقطع دابرها وينهي تلك الاحقاد على ابناء طائفته واخوته في السراء والضراء فأرحموا اخوان لكم يقدمون الخير ويعملون بلا كلل تاركين عوائلهم واعمالهم من اجل جمع التبرعات وانجاز الخطوات الهندسية واتمام خرائطه والمباشرة ببناء المندى الذي اقترن اسمه باجل واسمى شخصية مندانية في تاريخنا المعاصر وهوالمرحوم الكنز برا شيخ دخيل.

إعلانك

بالعراقية

يحقق

أهدافك

وشهرتك

9723 1778

0411 8 11 537

تبغددوا... وتبنغلوا..؟!

حسن الخفاجي

نحن مصودون على الرغم من كثرة المصائب التي تقع على رؤوسنا ، لا يزال العراقي يتبغدد كما يقول المصريون وتنعى في اللهجة العراقية (يتخورد أو يتبركم أو أيده ما له) كلما أتحت له فرصة التبتغدد...!

العراقي هكذا والمصائب تحيطه من كل جانب، مواكب سيارات الأعراس تمر على شوارع يتصاعد منها دخان التفجيرات، هؤلاء يفرحون بإعراسهم وأولئك يكون موتاهم! لم تستطع كل الحروب وموجات الموت المبرمج بالجملة من إيقاف نبض الحياة المتدفق عند الشعب العراقي، ولو مر على شحوب مجاورة ما مر على العراقيين من بلاء ومصائب لظلوا لئلا يندبون موتاهم ويلعنون حظهم. فرق موسيقى الأفراح في العراق تعمل بنفس الزخم الموجود في مهن المقابر: التفسير والتكفين والدفن. المسارح وأماكن الترفيه والبهو مزدحمة كازبحام دور العبادة...!

هكذا نحن...! من على أسوار الوطن في اسطنبول شاهدت أفواج السياح يعمل، سواء كان من يصرف الأموال بالبطاقة والائمان السياحية، ففرت، وقلت عاد الخير لوجوه أهلكا (فتبغددوا).

زرت بغداد بعد غياب طويل، وذهلت لما شاهدته من غلاء في الأسعار، ومن ازدهام الأسواق بالبضاعة وتنوعها، على سبيل المثال لا الحصر في بغداد يوجد أكثر من 200 نوع عصير ومشروبات غازية، تهدر شهريا عشرات الملايين من الدولارات لاستيرادها من دول الجوار، حيث كنت شاهدا على تحويل مبلغ مليون دولار أسبوعيا لنوع واحد من العصير لتتنج السعودية، وحزنت لأن نفودنا تذهب هدرًا، ومن الأجدى للدول ان تؤمن غذاء شعوبها. عندما تذهب نفودنا على العصار المستوردة التي يمكن إنتاجها محليا، سوف لا نوفر للنقد لبناء المعامل والمستشفيات والجامعات ومراكز الأبحاث، وسوف لن نجد حلولاً لكثرة أعداد المعطلين عن العمل، سواء كان من يصرف الأموال بالبطاقة والائمان السياحية، ففرت، وقلت عاد الخير لوجوه أهلكا (فتبغددوا).

شاهدت العصار وترحت على زمن التوتو والببسي العائلي، عندما كان أغلب المسافرين العراقيين في فترة الحصار يجلبون بسكويت أرديني محشو بالكاكو يسمى توتو وعلب ببسي عائلي كهذا غريبة وعجيبة لأهلناهم...!

تبتغدد العراقيون واضح الآن، حيث يملأ الخدم البنغال بعض بيوت المترفين، لكن العجب والدهشة ملكتني حينما علمت بوجود هؤلاء الخدم في بيوت بعض المسؤولين في المنطقة الخضراء. كيف لمسؤول دولة ان يتجاوز على القانون ويدخل خدما غير مرخصين إلى بيته ؟ ومن المفارقة ان يتنقد هؤلاء الحكومة لأنها لا توفر فرص عمل للشعب، يتبغددوا وتبتغوا (يا مسعولين) بالعافية...!

إذا حل التبتغدد حل الغلاء كتحصيل حاصل، من لا يصدق غلاء بغداد فيلذبه إلى مطعم في الكرادة يبيع الدجاجة المشوية السفري المحشي برز كاري بمبلغ 19 ألف دينار أي ما يعادل

المراقب

الاشاعات المخرضه

وما لها من دور مدمر؟؟

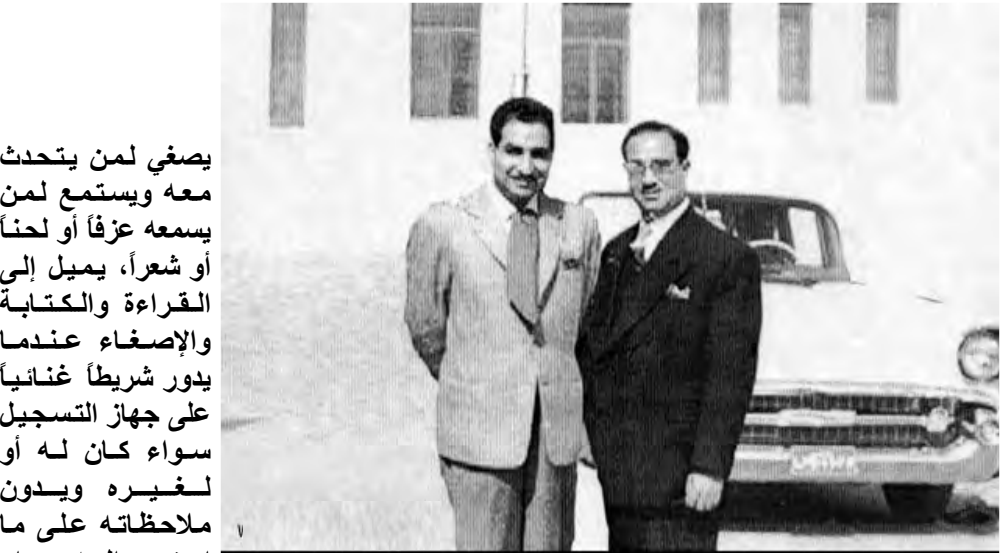


خليل ابراهيم الحلي / سيدني

التبرعات للمندى باعتبار هذا البناء ليس مندي لعدم تواجد حوض للتعميد في داخله وقد جند لهذا الغرض مجموعة من الأشخاص تجوب الاماكن التي يرتادها المندائيين لنشر تلك الاشاعات ومنها ان هذا المندى يمتلكه اشخاص ومسجل باسمانهم وليس للطائفة والمندى لا يسمح بدخوله الى يومين في الاسبوع ولا يمكن دخول السيارات به واموال التبرعات تجمع ويستغلها الاخرين لاغراضهم الشخصية والكثير من الادعات المخرضه والاقاويل الباطلة والتي لا تستند الى اي مصداقية لكن الله عز وجل خلق للانسان عقل بميزه عن باقي الكائنات لكي يميز بين الاشاعة المخرضه وكلام الصدق واللاعيب وسرعان ما يتكشف الكذب و(حبيل الكذب قصير) ويلجأ اصحابها بخلق اشاعة اخرى والوقائع القادمة والمباشرة القريبه ببناء المندى والثبات في النهج والصدق في التواييا هو الحل الوحيد لاجهاض تلك

المطرب الخالد الذكر ناظم الغزالي..!

بقلم: سالم حسين الأمير



سالم حسين الأمير وناظم الغزالي

يصغي لمن يتحدث التمارين ذهبا سويتا إلى سينما الرافدين في معه ويستمع لمن شارع الرشيد والتي تعرض فلم (نناتير) إذ يسمعه عزفا أو لحنًا كانت الأفلام أن ذاك في أول الأربعينات أو شعرا، يميل إلى والخمسينات تسخر بالأفلام الغنائية للموسيقار الفزاعة والكتابية الكبير محمد عبد الوهاب وسيدة الغناء ام والإصغاء عندهما كلثوم وليلي مراد ونجاة علي وأسمهان وفريد بدور شريطا غفانيا الأطرش وغيرهم من عمالقة الغناء والتمثيل على جهاز التسجيل ولا يمضي يوم إلا نحن في دار عرض للأفلام سواء كان له أو الغنائية ثم نتابع سهرنا في أحد الملاهي الليلية لغيره وبدون التي تجم بكبار المطربين والمطربات ملاحظاته على ما استمع إليه سواء كان سليبا أو إيجابيا . ولد ناظم الغزالي عام (1921) من عائلة فقيرة أب كادح وأم كفيفة البصر، أكمل دراسته الابتدائية والمتوسطة ودخل معهد الفنون الجميلة قسم المسرح وانقطع عن الدراسة فترة وجيزة لضيق ذات اليد وعين مراقب مشروع الطحين (الصمون) في أمانة العاصمة خلال الحرب العالمية الثانية. التقيت مع ناظم الغزالي في نفس الدائرة في أوائل الأربعينات حيث عينت في قسم الطابع للملاهي والسينمات، ولم يكن هناك تعارف بيننا أن ذاك وكانت مصادفة اللقاء في أحد مسارح بغداد الليلية إذ كنا نستمع إلى المطربة العربية أمال ياسين وكان الغزالي يجلس تحت طاولة قريبة مني مع أحد أصدقائه وصادف أن أنبنا إعجابنا سويا وبصوت عال على صوت المطربة أمال ياسين في أحد مقاطع أغنياتها (الورد) مما دفع بالغزالي أن يستأذن ويجلس إلى جانبي ويكثر من السؤال عن ذلك الانسجام وعن هويتي الفنية وأعلمته بأنني أجيد العزف على العود وأجيد الغناء ومن هنا توثقت الصداقة بيننا.

وعند عودته إلى معهد الفنون الجميلة دعاني إلى حضور أحد تمريناته على مسرحية مجنون ليلى لأمير الشعراء أحمد شوقي وعندما حضرت المشهد استمعت إلى مقطع غنائي قام بأدائه في أحد مشاهد هذه المسرحية (هلا هلا هيا لنطوي الفلاطيا) وهو نوع غنائي من مقام الهزام (الركباني) وكان مخرج المسرحية أستاذة الراحل حقي الشبلي يقني معه بصوت مرتفع ويطلب من ناظم الغزالي بالإعادة وتصحيح الجملة اللحنية، وبعد الانتهاء من

من الفنون الجميلة تنطلق رحلة الذكريات والاستذكار، ولا شك إن الاستذكار أهم من الذكريات فقط لأنه موضع الطلب والحقيقة والوفاء، وعبر موقع الفنون الجميلة ننتقل إلى رحاب الاستذكار لنلق اليوم مع الذكرى السنوية السابعة والأربعين لرحيل فنان العرب وشادي قلوبهم المرحمة بالحنين المبدع ناظم الغزالي سفير الأغنية العراقية الأصلية الوافقة النظمية. يقدم لنا الموسيقار والشاعر والباحث الأستاذ سالم حسين الأمير مذكرة قيمة تاريخية عن صديق الفن ورحلة الإبداع ونسامم الخير المرحوم ناظم الغزالي، يمر بنا الأمير من خلالنا على أهم مواطن حياة فقيد الغناء العربي منذ الولادة وحتى الوفاة.:

« ناظم الغزالي المطرب الذي تردد صدق صدحه في سماء بلاده ووطنه الأكبر والعالم، ذلك المطرب الذي بصوته مؤثرا وبكلماته معبرا يؤثر الشجن ان توديه ويزرع الشوة ان تفوه، يحلق بالسامع إلى اجواء عالية من الانشاد والخيال كلما خلق بغنائه إلى ميكاناة ومقاماته واتسم مع شعر مولاته . الغزالي شاب وسيم بطلعته، أنيق بملبسه رقيق الكلمة حلو الانسجام لا ير طالبه ولا يغتاب صاحبه قليل الكلام كثير الترداد لزياراتهم حامل هداياهم ويتفقددهم من مرضهم كثير الاحترام لهم ولأستاذته مثل مطرب العراق الأول خالد الذكر محمد القباجي وأستاذة في التمثيل الراحل حقي الشبلي، كثير الاحترام الأعضاء الفرقة الموسيقية التي ترافقه إذ يعتبر نفسه من طلابهم، لا يستحوذ على طبيعة الشرور ولا يستملكه الغرور،

علامات الصحة والعافية "

ماجد سعيد / سيدني*



لا أريد من ملاحظاتي هذه ان يدخل الشك والوسوسة الى داخل نفوس القراء الاعزاء بل العكس تماما ابغني الابتعاد عن وسوسة الإصابة بالأمراض وتعاطي انواع الأدوية والعلاجات لأنفه الأسباب ربما والتي يمكن الاستغناء عنها ولأن الافراط بالوسوسة والشك بالإصابة بالأمراض وكثرة تعاطي الأدوية سيؤدي حتما إلى الإصابة بأمراض أخرى وأههما " الكاية والقلق وامراض القلب والجهاز الهضمي والدماغ والهورمونات وغيرها أن المرجو من المقالة هو لكي يطمئن الفرد ويرتاح نفسيا بأنه بصحة وعافية اذا توفرت عنده ما يلي :- 1- اذا نمت بشكل طبيعي ومرتاح وبمعدل (8-6) ساعات ليلا زاندا القبولية تهارافت بصحة وعافية 2- اذا أكلت بشهية وبوجبات منتظمة فانت سليم 3- اذا مارست الرياضة أو العمل الشاق لمدة أكثر من نصف ساعة مستمرة دون الشعور بالأرق فانت ذو صحة وعافية 4 - اذا كان الأوراع طبيعي خلال اليوم ويلون يشبه الماء مانلا للصفرة قليلا فانت بصحة جيدة 5- اذا كان ذهابك للتواليت (خروجك) طبيعي وبمعدل (1- 2) باليوم فدليل الصحة الجيدة 6 - اذا قرأت أو شاهدت التلفزيون أو الأنترنت لأكثر من ساعة متواصلة بدون ملل أو أوجاع العين والظهر والرأس فاعلم انت بصحة جيدة واياك ان تزيد الوقت عن الساعة 7- اذا وضكت وابتسمت مرات ومرات يوميا فانت سعيد ومتعافى وسليم جدا 8- اذا تحدثت بهدوء وصوت خافت وبأصغاع جيد فانت صاح ومترن وسليم 9- اذا كانت ذاكرتك جيدة فذماغك واصبابك وقلبك سليمة وانت بصحة جيدة 10- اذا كنت غاي فانت أنشط الناس واذا كنت مترجأ فانت سوي الناس واذا مطلقا فانت اتصن الناس 11- اذا كنت سعيدا مع زوجتك وأطفالك فانت امبراطور الصحة والعافية ***** المستشأر الكيميائي / الطب النووي

جريدة العراقية تستعرض شذرات من سير الشعراء العراقيين المشاركين في مهرجانها الأول للشعر الشعبي اسماء شعرية كبيرة ستشارك بمهرجان العراقية الاول للشعر الشعبي وحادثة كنيسة النجاة ستكون الحاضر الشعري الاول في هذه الكرنفال الثقافي



البصرة جريدة العراقية تشكر الشاعر على تليبيته دعوتها .

الشاعر زهير العامري

زهير العامري من شعراء محافظة السماوة وتحديدًا مدينة الرميثة المدينة التي انجبت ابرز واهم الشعراء الشعبيين العراقيين ..تعرف الجمهور على قصائد هذا الشاعر واهتماماته الشعرية من خلال صفحات جريدة العراقية حيث كان احد محرريها يمتاز شعر زهير بمسحته الفراتية ومزجه بين الصورة العيقة والبساطة البسيطة العراقية تشكر الشاعر لتليبيته دعوتها .



الشاعر العراقي احمد الياسري

شاعر وصحفي عراقي ينحدر من اسرة علوية من منطقة الفرات الاوسط امتازت بشخصياتها الادبية والاجتماعية جده الزعيم النجفي المعروف السيد نور الياسري احد قادة ثورة



العشرين في النجف ..هاجر الياسري الى ايران في منتصف التسعينات وشارك بمختلف المهرجانات الشعرية التي اقيمت هناك وتعامل مع اشهر المنشدين وكتب بمختلف الصحف العراقية المهاجرة حتى استقر بمدينة سدي. يمتاز احمد الياسري بلغته الفراتية وميله للتجديد بالقصيدة الشعبية اصدر العديد من الاصدارات الشعرية كان اهمها اليوم حب الوطن الذي حقق للشاعر انتشارا جيدا .سيشارك احمد الياسري بقصائد وطنية وسيهدي لأرواح شهداء كنيسة النجاة قصيدة الشهيد الشهيرة التي مزج الشاعر بها بين اللغة السريانية والعربية .

الشاعر العراقي حيدر كريم

اسم من الاسماء الشعرية المهمة كتب القصيدة الشعبية بشقها الاقاني والغنائي حيدر كريم الذي ينحدر من مدينة الناصرية الجنوبية وتحديدًا قضاء الشطرة تعامل مع الكثير من الفنانين العراقيين حسام الرسام وحبيب علي وغيرهم يكتب القصيدة الشعبية بأسلوب حديث يمزج به بين الروح الغنائية والحبكة الالغائية جريدة العراقية تشكر الشاعر حيدر كريم على تليبيته دعوتها للمشاركة بهذا المهرجان .



الشاعر العراقي ليث الخيرالله

ابو الفرزدق او ليث الخيرالله كما يسميه ابناءه الجالية العراقية شاعر عراقي من مدينة الرفاعي في الناصرية هاجر الى ايران بعد الحرب العراقية العراقية الالغائية واستقر به المطاف في سدي له مجاميع واصدارات شعرية مهمة وله قصائد في حب الوطن تأثيرات البيئة الجنوبية وثقافة اهور مدينة الناصرية واضحة على شعره شارك الشاعر بمهرجانات مهمة في استراليا وخارجها ويعد من الاسماء الشعرية المحببة للجمهور جريدة العراقية تشكر الشاعر على تليبيته دعوتها .



الشاعر العراقي مشرق عبد الرزاق

مشرق شاعر عراقي جميل لطالما اطل على جمهوره في استراليا من نافذة صفحة شعبيات بجريدة العراقية مشرق عبد الرزاق من الشعراء المندانيين الذين سكنوا مدينة بغداد وكان عضوا في جمعية شعراء الشعب وجمعية كتاب الاغنية العراقية سشارك بالمهرجان بقصائد وطنية ابرزها قصيدة زكريات فتى من العراق _ العراقية ترحب بالشاعر وتشكره على تليبيته دعوتها .



الشاعر العراقي احمد السلمي

احمد السلمي من شعراء مدينة البصرة الشباب الذين كان لهم مشاركات مهمة في الفترة الاخيرة والده الشاعر والمسرحي ابو خلدون السلمي يمثل احمد السلمي الى كتابة القصيدة الشعبية بنفسها الحديث له اسلوب مميز

للشاركة بهذا المهرجان.

الشاعر العراقي عزيز الرسام عزيـز الرسام اسم عراقي لامع في عالم الشعر الغنائي فقد شكل هذا الشاعر المنحدر من جنوب العراق وتحديدًا مدينة الناصرية مدينة العطاء الشعري الكبير ..شكل مع الفنان الكبير كاظم الساهر نقطة تحول ثاني في عالم الاغنية العراقية فلا يكاد تذكر سيرة كاظم الساهر الا وترعب على اسطرها اسم عزيز الرسام فنذ اغنية (عبرت الشط) الى (الثلثة الحية) (بالعزيز) الى رانعة (لا يا صديقي) كل هذه الاعمال الخالدة حملت بصمة هذا الشاعر الكبير .ولم يكتف عزيز الرسام بانه الذي قدم روائع كاظم الساهر ولكن ساهم باكتشاف نخبة اخرى من الفنانين الذين اشتبهوا باغانيه العاطفية التي تحمل البعد الانساني العالي والروح الجنوبية الممزوجة بالنفس البغدادي فقد ساهم الرسام باكتشاف الفنان مهند محسن وماجد المهندس وغيرهم من الفنانين الكبار وغنى قصائده اهم وابرز الفنانين العرب مثل جورج وسوف وصابر الرباعي وغادة رجب ومعين شريف وغيرهم هاجر الرسام الى استراليا واستقر به المطاف في سدي جريدة العراقية دعت الشاعر للمشاركة بمهرجان العراقية للشعر الشعبي وقد لبى دعوتها مشكورًا وستلقون مع هذا الشاعر الكبير في مهرجان العراقية للشعر الشعبي .



الشاعر العراقي طالب الدراجي

طالب من الاسماء الشعرية المهمة في مدينة بغداد وتحديدًا مدينة الثورة التي انجبت اهم اسماء الشعر الشعبي العراقي الحالي .. ينحدر طالب الدراجي من عائلة ذات اصول جنوبية سكنت مدينة بغداد ومرجعته الجنوبية اثرت تأثيرا شديدا على كتاباته فهو يكتب بنفـس جنوبي واضح ويعتمد على قوة المفردة والعمق في السبك تعامل طالب الدراجي مع فنانين مهمين ابرزهم ياسين سلامة حيث كتب له اغنية اسمي الناس باسمك التي حققت نجاحا مهما في التسعينات كما اصدر دواوين شعرية سشارك الدراجي بقصائد وطنية في مهرجان العراقية للشعر الشعبي والعراقية تشكر الشاعر لتليبيته دعوتها



تعزي جريدة العراقية ابناءه الجالية العراقية الكرام بمختلف اطرافهم بالحادثة الاليمية التي حدثت في كنيسة النجاة في مدينة الكرامة ببغداد والتي راح ضحيتها قرابة الخمسين شهيدا من النساء والاطفال والقوات الامنية التي اقتحمت المكان وانقذت المتبقي من الرهائن .لقد تزامن هذا الحادث مع اقامة مهرجان العراقية الاول للشعر الشعبي لذا ستكون صور الشهداء حاضرة بقصائد المشاركين من شعراء العراق البررة المقيمين بهذا البلد وسنهدي نسخة المهرجان الاولى الموقعة باسم شاعر العراق الكبير مظفر النواب الى الارواح الطاهرة التي تم اغتيالها وهي تؤدي الصلاة في كنيسة النجاة لذا ندعو كافة ابناء الجالية الى الحضور الكثيف والمشاركة بتأبين الشهداء وتبيان حرصنا على اللحمة الوطنية العراقية وسيتخلل الحفل ايضا وقفة على ارواح شهدائنا الابرار الذين اغتيلوا على يد الزمر الarahبية في كنيسة النجاة .

واليكم سادتي استعراضا لأهم الاسماء العراقية التي ستشارك في المهرجان مع اعتذارنا الشديد للبعض الآخر من الاخوة الشعراء الذين لم تنطبق شروط المهرجان على نصوصهم ونعدهم ان يشاركوا بمناسبات اخرى ان شاء الله واليكم هذا الاستعراض التتعريفي البسيط لبعض الاسماء المشاركة في مهرجان العراقية الاول للشعر الشعبي

الاديب والشاعر العراقي مكي الربيعي

مكي الربيعي من الاسماء الشعرية والادبية العراقية المهمة التي حفرت اسمها بذاكرة محبي وعشاق الادب العراقي بشقيه الفصح والشعبي ..فهو الشاعر والاديب والصحفي الذي كان تنوعه مبررا وبمختلف المجالات الادبية التي كتب بها هذا الاديب فهو من الشعراء الرواد الذين برزوا نهاية السبعينات وتعامل في مجال الكتابة الغنائية مع اسماء كبيرة في عالم الفن العراقي امثال فاضل عواد وسعدون جابر ورضا الخياط وصباح السهل وعارف محسن وغيرهم من الفنانين العراقيين الكبار ويمتاز مكي الربيعي بذائقة شعرية مميزة وجرة ابداعية ممزوجة بعنوية نهر لجة ونخيل مدينة الكوت التي انحدر منها هذا المبدع ..ستكون مشاركة الاستاذ مكي الربيعي في المهرجان كلمة حول اهمية الشعر الشعبي العراقي وقوة تأثيره وسعة انتشاره محليا وخارجيا تشكر شاعرنا الكبير مكي الربيعي لاهتمامه بتليبية دعوة العراقية



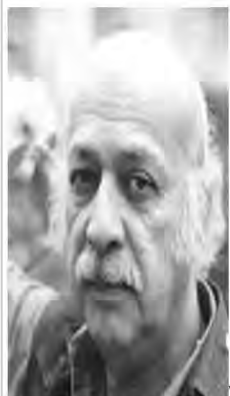
اقيموا الصلاة على شهداء كنيسة النجاة

الله بالخير ..وعزاني لكم ايها القراء كم كنت اتمنى ان اكون قويا واسيطر على نفسي وانا اكتب هذه المقالة ..كم كنت اتمنى ان اتمالك نفسي واسيطر على دموعي وانا اتحدث عن اطفال ونساء كنيسة النجاة الابرار الذين اغتالهم اليد الاليمية لمجرمي القاعدة في بيت الله وهم يؤدون الصلاة ..كم كنت اتمنى ان يقرأ القراء مشاعري دون ان اكتب كلمة واحدة من هذه المقالة ..ولكن كيف اوصل لكم مدى حزني وتأثري ودموعي التي تنهمر كلما تخللت صرخات الاطفال والامهات التي تم قتل ابنائهن امام اعينهن اسموحا لي سادتي القراء ان اترك هذا الفراغ البسيط من المقالة تعبيرًا عن حزني وسخطي واستنكاري لما حصل

كنيسة النجاة هذا المكان الطاهر الأمن الجميل الذي يجتمع به بعض العوائل الامنة من سكنة مدينة الكرامة لتأدية الصلاة تحول قبل ساعات الى ساحة حرب بين شباطين القاعدة وملائكة العراق الطفولية ..لم تنتصر القاعدة ولكن انتصر الدم العراقي ..انتصرت البراءة على الشباعة ..انتصرت الوحدة على الفرقة ..انتصرت حب العراقيين لأبناء شعبنا المسيحي على الحقد والفرقة الarahبية ..حاول القتل ان يزرعوا بذور الفتنة بين المسلمين والمسيحيين فانتعرت بذور الحب والتأخي ..ارادوا ان يقتلوا وحدتنا فقتلنا ففكرتهم الarahبية ..الخزي والعار للقاعدة وللارهاب اي كان شكله ومحتواه والمجد والخلود لأبطال كنيسة النجاة ..العزاء لكل ابناء شعبنا العراقي في ارجاء العالم على هذه الحادثة الاليمية ..وهاهم ابناء العراق يثبوتون هذا الكلام ويتوافدون على المستشفيات للتبرع بدمائهم لأخوتهم المسيحيين الجرحى الراقيين في مستشفيات بغداد ..هاهي مجالس العزاء ومظاهرات الاستنكار تنطلق بوطننا الواحد الموحد وتبرهن فشل خطط القاعدة لأفراغ العراق من مكوناته الاصلية . العراق هو عراق المسيحيين وعراق المسلمين والصابئة والشبك والعرب والكورد والتركان وسوف لن نتمكن جرذان القاعدة ومن يدعمهم بضرب وحدتنا الوطنية ..هاي هي دماننا فداء لكم يا مسيحي العراق ..سنعيد بناء الكنيسة وسنصلي مع المسيحيين على ارواح اطفالنا ونسائنا صلاة الشهادة..اتصل بي بعض ممثلي الجمعيات الاسلامية العراقية في سدي وطلبوا مني ان انقل استنكارهم وانهم سيقومون مجالس العزاء لأرواح الشهداء في الجوامع والمسبنيات العراقية بمدينة سدي ..وهذا لعمرى قمة التماسك والتفاني بين ابناء الشعب الواحد ...اللهم ارزق شهدائنا رحمتك واسكنهم فسيح جناتك والهمنا الصبر والسلوان وجنبنا شرور القاعدة والارهاب يا رب العالمين انا لله وانا اليه راجعون .

اعود الى تحليل الحادث ..بودي الاشارة الى نقطة مهمة هو دور القوات الامنية باتخاذ باقي الرهائن يستحق الشكر والتقدير رغم الخسائر التي وقعت ولكن وقوع الخسائر اخواني كان قبل الاقتحام حيث فجر الarahبيون سيارة مفخخة ورمات يدوية ادت الى سقوط بعض الشهداء اضافة الى انفجار بعض الاحزمة الناسفة التي كان يرتديها الarahبيون ..فقد استشهد عشرة افراد من القوة المقتحمة لاتخاذ الباقي من الرهائن المجد والعزة لشهداء القوات الامنية الذين ضحوا بحياتهم من اجل انقاذ الرهائن هذه النقطة يجب ان نشير اليها اضافة الى الدور السلمي التي قامت به قناة البغدادية حين تعاملت مع الحدث على انه سبق اعلامي وعرضت حياة المحتجزين للخطر حين نشرت خبر عاجل يفيد باقتحام الكنيسة قبل عملية الاقتحام مما ادى الى قيام الarahبيين بقتل بعض المحتجزين وعليه يجب محاكمة المسؤولين على هذه القناعة لمسئوليتهم الفعلية على قتل بعض الابرار نتيجة لعدم حرفيتهم وتعاملهم بشكل انفرادي مع الحدث وعدم انصياهم لطلب الاجهزة الامنية بايقاف الخبر العاجل ويشتهب ايضا ان لبعض موظفي القناة علاقة بمنفذ الهجوم نتاج التحقيقات ستوضح صلة موظفي القناة بالمتنفذين لا نريد استباق الاحداث ..ولكن يجب ان نشكر الله على خروج 135 رهينة سالمة من الحادث .ولمن يريد ان يسيب الحادث نقول له احترم دماء الشهداء وابعد ارواحهم عن حلبة العراك السياسي الخاسر الوحيد هم العراقيون من شملهم الى جنوبيهم والارواح التي تم اغتيالها في الكنيسة هي ارواح نساننا واطفالنا ولن نفسح مجال لمن يريد ان يزايد على هذه الارواح البرينة ..في الختام ارقدوا بسلام يا اطفال كنيسة النجاة وستحل عليكم بركة سيدنا المسيح عليه السلام وارقي بسلام يا ارواح الامهات فستحل عليكم بركة سيدتنا مريم العذراء عليها السلام ..دموعنا هي رسلاننا اليكم وعزائنا ممدود ..ولا يسعنا الا ان نقيم الصلاة ...على شهداء كنيسة النجاة.

مهرجان العراقية الاول



للشعر الشعبي في استراليا

تدعوكم جريدة العراقية للمشاركة في مهرجانها الاول

للشعر الشعبي العراقي بنسخته الحاملة لتوقيع الشاعر



العراقي الكبير مظفر النواب والتي سيشارك بها نخبة كبيرة من اهم الشعراء الشعبيين في استراليا وذلك حرصا من جريدة العراقية على الاهتمام بنشاطات مبدعي الجالية الثقافية وسيتخلل المهرجان مفاجآت مهمة لمحبي وجمهور الشعر الشعبي العراقي

يوم الجمعة القادم Friday 05 / 11 / 2010

Assyrian Sports & Cultural Club 52-54 Stanbrook St, fairfield HTS

الحاج حبيب السلطان في ذمة الله

انتقل الى رحمة الله في ارض الوطن وفي مدينة البصرة الحاج حبيب السلطان والد كل من ابو عماد وابو صلاح وهادي وحامد السلطان ووالد المنشد الاسلامي جعفر السلطان اعضاء المركز الاسلامي في مدينة فيرفيلد وقد اقيم مجلس الفاتحة على روحه الطاهرة يوم الخميس الماضي بحضور ومشاركة كبيرة من قبل ابناء الجالية نتوجه باسمى ايات العزاء الى الاخوة اعضاء المركز والى عائلة الفقيد ونسال الله ان يسكن المرحوم بجناته ويلهم ذويه الصبر والسلوان

احمد الياسري
مدير التحرير

قالب التفاح بالقرفة تحضيرها سهل..ومذاقها أكثر..من رائح

المقادير:
كوب دقيق
بيضة مخفوقة قليلاً
4 تفاحات متوسطة الحجم
ملعقة كبيرة من القرفة المطحونة
كوب وملعقة كبيرة من السكر كل على حدة
كوب ونصف الكوب من الجوز المطحون الخشن
½ كوب " قطعة " من الزبدة غير المملحة والمزيد للمقلدة

طريقة التحضير:

- سخني الفرن مسبقاً على حرارة 350 درجة.
- ادهني بالزبدة الصينية المستديرة وجوانبها وضعيها جانباً.
- ذوي نصف كوب من الزبدة في قدر متوسطة الحجم على حرارة متوسطة.
- دعها جانباً لتبرد على حرارة الغرفة، قشري التفاحات، انزعي بذورها ثم قطعها إلى شرائح بقياس 6 ملم تقريبا وأضيفي إليها القرفة وملعقة كبيرة من السكر.



ساندويش محشي بالدجاج والجزر..

المقادير:
أولا العجينة
4 اكواب دقيق / نص كوب زيت نباتي
3 ملاعق كبار حليب باودر
3 ملاعق سكر / ملعقة ملح
ملعقة كبيرة خميرة
ملعقة كبيرة بيكن باودر
نصف كوب ماء دافئ للخميرة
كوب ماء للمجن
الحشوة صدر دجاج مسحب
ومسلوق مع قرفة / وهيل / وغار
وبصل تقطع وتترك جانباً / جزر مبشور
يصل مفروم ناعم / ثوم ناعم

الطريقة:

بالمكسر نضع الزيت والحليب الباودر نقلب يصل ناعم او شرائح رفيعة وسن ثوم وايضا



افكار منزلية مفيدة وبسيطة



* أيضاً لفن جميل، ممكن أن تأتي بأحجار ناعمة ومصقولة، وتضعيها داخل وعاء زجاجي، حتى ممكن تلوينها إذا شئت، أو ممكن تأتي بصدف وتقومى بعمل نفس الفكرة. وبإمكانك أن تضعي الوعاء بعد أن يمتلئ أو كما تحبينه أن يكون، فوق شباك المطبخ، أو ممكن ملئ وعاء زجاجي بماء ملون ووضعه على الشباك، أو أوراق ورد معطرة، أو خرز وغيرهم من الأشياء التي تجدينها في البيت.

* ضعي مرآة كبيرة في غرفة صغيرة حتى تظهر بانها أكبر.

* إذا كان لديك أطفالاً يحبون الرسم على الحائط شجعي هذه العادة، هاتي لفائف من الورق الرخيص والكبير الحجم، مثل ورق الجدران، وعلقيه على الحائط وعلى طول الطفل..... البقية في العدد القادم

للحد من الدهون المشبعة في غذائك اليومي؟

* تناول الوجبات الخفيفة الخالية من الدهون مثل الفاكهة أو الفشار خطوة نحو الحد من الدهون - الحد من تناول المنتجات الحيوانية عالية الدهون.
- إقرأ ألتاحة الطعام، وتجنب الأطعمة التي تحتوي على الزيوت النباتية المهدرجة، زبدة الكاكاو أو جوز الهند، دهون اللحوم البقرية.
- قم بنزع الجلد من لحم الطيور، والقطع الدهنية من اللحوم الحمراء قبل طهيها.
- تناول على الأقل وجبة في اليوم خالية تماماً من اللحوم.
- تناول منتجات الألبان الخالية من الدسم.
- تناول الوجبات الخفيفة الخالية من الدهون مثل الفاكهة أو الفشار.
- تجنب الحلويات خاصة التي تحتوي على شوكولاتة، زبدة أو كريما.
- تناول بياض البيضة فقط بدلاً من البيضة كاملة.
- تجنب البسكوت، الكعك والقطاير المتوفرة في الأسواق.
- استخدم الزيوت النباتية في طهي الطعام مثل : زيت الذرة وزيت الزيتون.
- تناول السلطات مستخدماً هذه الزيوت.
- استخدم السمن النباتي الخفيف.

الجوع مفيد لمعالجة التوتر والاكتئاب

تثبيث هرمون الجريلين قد يساعد على محاربة السمنة من خلال التقليل من كميات الطعام التي يتناولها الأشخاص فأكدت دراسة أمريكية أن الجوع يفيد في محاربة أعراض الاكتئاب والقلق، المصاحبة لحالات التوتر المزمن. وأشارت الدراسة التي قام بها باحثون أمريكيون «إلى دور هرمون الجوع المعروف بجريلين، في محاربة الأعراض المصاحبة لحالات التوتر المزمن. وتقول الدراسة ترتفع مستويات هرمون جريلين، المعروف بهرمون الجوع، والذي يزداد إفرازه عند الإحساس بالجوع، في حالات التوتر المزمن، ليقفل من الأعراض المصاحبة للتوتر كالقلق والاكتئاب. ويحسب ما أوضح الباحثون؛ عند انقطاع الفرد عن تناول الطعام، يتم إفراز هرمون جريلين من الجهاز الهضمي، حيث يلعب دوراً في إرسال إشارات إلى الدماغ، تفيد بالإحساس بالجوع.

محاربة السمنة

وكانت دراسات سابقة ألمحت بأن تثبيث هذا الهرمون قد يساعد على محاربة السمنة، من خلال التقليل من كميات الطعام التي يتناولها الأشخاص، عند إحساسهم بالجوع إلا أن نتائج الدراسة الأخيرة رجحت بأن تثبيط هذا الهرمون، قد ينطوي على مخاطر صحية، ترتبط بالجانب النفسي عند الأشخاص، فقد يؤدي ذلك إلى الاكتئاب والشعور بالقلق.



كيفية التغلب على التعب النفسي

حينئذ من أن تريح عقلك المباشر، لتستجد بعقلك الباطني. فمما أنك لو وضعت شيئاً، ثم لم تغلح جهودك في العثور عليه، فلا بد من أن تترك البحث فترة، لتجد كيف أن عقلك الباطني يدلك عليه، كذلك الأمر بالنسبة إلى المشاكل التي تعترضك فتسبب لك تعباً يمنعك من المواصلـة.. إن في كل واحد منا طاقات ضخمة قد يمنع تفققها سد نفسي عابر، فإذا أرحنا عقلاًنا بعض الوقت، فإن هذا السد سوف ينهار لتبعث فينا الحيوية والنشاط وتطلق تلك الطاقات.. وإذا ساورتك المشاكل المتعصبة فعلاً فهناك طريقة يمكنك تجربتها لإثارة العقل الباطني، وهي أن تكتب على الورق جميع الأسباب التي حاول أن تحاصر السحرة حين بحيث لا هذا



التعب تأثيره كبير على العمل فالفشل الذي يولد التعب يبعث على استصعاب العمل وبالتالي يؤدي إلى الاخفاق
وللتغلب اولاً على أسباب هذا التعب. ربما يكون الاخفاق في أداء الواجب المنشود واحداً من أكبر أسباب الاجهاد العصبي في حياة الانسان. فليس هناك ما يوهن العزيمة أكثر من الفصور عن النجاح والتخلف حيال جدار يسد الطريق ويحول التقدم فينتهي الامر بالدوران في حلقة مفرغة.. الفشل يولد التعب والتعب يبعث على استصعاب العمل وبالتالي يقضي إلى الاخفاق. ويعاني المرء وطأة التعب في مجالين رئيسيين: تعب البدائية، وتعب الاداء. ففي الحال الأولى، يستمر المرء في تأجيل الشروع في عمل هو ملزم على نحو ما بإتجاهه، وذلك إما بسبب طبيعة العمل المملة وإما بسبب صعوبته، فيميل إلى التهرب منه. وكلما طالت مدة التأجيل تزايد شعور المرء بالتعب. تعب البدائية: إنه تعب حقيقي بالفعل، وإن لم يكن في الواقع تعباً بدنياً ينتاب العضلات ويرهق العظام. ولهذا النوع من التعب، تعب البدائية، علاج جلي واضح، على الرغم من أنه ليس سهل التطبيق، عانيت به ممارسة الارادة. وأفضل علاج لتعب البدائية، هو التصدي له. فعندما تشعر بأنك تتألى القيام بعمل معين، وتحاول أن تتنصل منه، فتدسه تحت كومة من الملفات الأخرى وكأنك تريد إبعاده عن ناظرك، فإن أفضل طريقة هو أن تستنجد بلحظة إرادة، وتقوم بإخلاء مكتبك من كل الملفات إلا الملف الذي تريد إبعاده عنك، وتتصدى لإجازه قبل سواه على الاطلاق. فإذا أردت أن تتجنب تعب البدائية فعليك أن تخصصى لأصعب المهمات. إنك قد تشعر بالتعب لأن هناك مهمة ما لا بد من ادائها تضغط على أعصابك، والحل هنا أن تؤديها، وتريح أعصابك. هذا عن تعب البدائية. ومآذا عن تعب الاداء؟ إن ذلك أصعب من تعب البدائية، لأن الانسان في هذه الحالة لا يتناقص عن الشروع في العمل، وإنما يبدو قاصراً عن إنجاز المهمة التي يقوم بها لاسباب نفسية بحتة.. إنك حينما تواجه مشكلة ما، وتشعر بأنك غير قادر على التغلب عليها فلا ينفك التفكير المباشر فيها، بل لا بد

تأثير الرياضة

تأثير الرياضة واضحاً على مدى قوة كثافة مادة العظم الأساسية في العمود الفقري، وعظم الفخذ
دراسات تؤكد أن ممارسة النساء للرياضة في الشباب تمنح عظامهن فوائد لاحصر لها مع التقدم في السن. فقد أظهرت دراسة حديثة، شملت نشاطات متقدمة في السن ممن مارسن نشاطات رياضية كالجري، وكرة الطائرة، والتنس، وذلك خلال فترة الشباب والمراهقة، الأمر الذي منحهن فيما بعد عظاماً أكثر قوة ممن لم يمارسن الرياضة على الاطلاق، أو اكتفين بممارسة رياضة السباحة فقط. واقتُرحت الدراسة أن التمارين الرياضية في سن المراهقة يمكن أن تساعد في المحافظة على عظام قوية خلال الحياة، وتعوض عن النقص الطبيعي الذي قد يحدث في قوة العظام عند النساء مع حلول سن اليأس. وقام الباحثون بمقارنة تأثير الرياضة في الشباب على 46 سيدة بلغن سن الضهي أو اليأس، تراوحت أعمارهن ما بين 52- 73 سنة، وذلك على مستويين: مكونات العظم العضوية، وكثافة العظم. ووجد الباحثون أن النساء اللواتي شاركن في ممارسة الرياضة (الجري، القفز، كرة اليد، كرة الطائرة) خلال المراحل الاعدادية والثانوية كانت قوة العظام لديهن أكبر من اللواتي لم يمارسن أي نوع من الرياضة. وظهر هذا واضحا في عاملين أساسيين: الكثافة والمكونات التركيبية. ورغم عدم وجود أي فرق في كثافة العظم بين المجموعتين، إلا أنه ثبت أن تأثير الرياضة كان واضحاً على مدى قوة كثافة مادة العظم الأساسية في العمود الفقري، وعظم الفخذ.



مركب من الشوكولاتة !!

هل تستطيع ان تتماكك نفسك عند مشاهدة شوكولا متحركة أمامك بطول 3.50 متر؟ هذا ما استطاع تصميمه جورج لارنيكول فقد صنع مركبا من الشوكولا بهذا الحجم وانزله الى المياه في مرفأ كونكارنو (غرب فرنسا) حيث قام بجولة صغيرة امام مئات من الفضوليين حسبما أفادت وكالة فرانس برس. ونجح جورج لارنيكول صاحب حوالي 12 متجرًا للشوكولا في غرب فرنسا في رهنائه جعل المركب يعم.

وقد صنع هيكل المركب من السكر والشوكولا. والمركب مجهز بشراع ومحرك وقد صعد اليه شخصان احدهما صانع الشوكولا وسط تصفيق الحضور. وصمم المركب البالغ وزنه 1٠2 طن في مشغل صانع الشوكولا.



أظافرك تكشف عن أمراض جسدك

- تظهر علي الأظافر العلامات المرتبطة بالصحة العامة فتستطيع الكشف عن وجود خلل ما بصحة الجسم ككل، فعندما تظهر عليها بعض البقع البيضاء فهذا يشير إلى نقص في عنصر الزنك او إلى تعرض الأظافر لضربة شمس أو اصابة قوية. أما الاصفرار او الزيادة في سمك سطح الظفر فهو دلالة على الإصابة بمرض ما، نتيجة تعاطي ادوية معينة ، أما عندما تتسم الأظافر بالحناءات غير طبيعية فهذا يعني وجود مرض ما بالجسم او انه يعاني من نقص في الحديد، بينما تشير الخطوط الأفقية إلى وجود مشكلة في النظام الغذائي أو اجهاد عام والخطوط البيضاء تشير إلى نقص في الكالسيوم. وينصح من أجل الحصول علي اظافر قوية وصحية بتعزيز النظام الغذاء اليومي بمجموعة اضافية من العناصر التالية:

- البروتين: يجب الحرص على تناول 50 جراما من اللحم الأحمر أو السمك أو البيض مع تناول كوب من اللبن الحليب يوميا للحصول على الكالسيوم والبروتين في وقت واحد.
- الحبوب: ضرورية للحصول علي فيتامين هـ وفيتامين ب المركب الي جانب المعادن وكلها تتوافر في الأرز والخبز الاسمر والشوفان.
- الحديد: ويتوافر في الفاكهة والخضراوات الطازجة خاصة البانجنان والجزر والسبانخ والجرجير والتوت والبطاطا.ويؤكد الخبراء ضرورة الاهتمام بعنصر الحديد علي وجه الخصوص اذا كانت اظفارك صفراء او باهتة لأن ذلك يشير الي فقر في الدم. ويجب أيضا تناول اطعمة تحتوي علي فيتامين ا اذا كانت اظفارك جافة وتتكسر بسهولة.

ومن أهم الإرشادات للصيانة بالأظافر

- (1) ضرورة حماية الأظافر بارتداء قفازات مطاطية مبطنة بالفلتن عند القيام بالتنظيف المنزلي خاصة عند استعمال المواد الكيماوية كالصابون السائل.
- (2) احرصي في المساء قبل النوم علي تدليك الأظافر والمنطقة الجلدية المحيطة بها بزيت مرطب وإذا لم يتوافر فغليك زيت اللوز أو زيت الزيتون.
- (3) تقع الأظافر كل اسبوع او عشرة ايام في اثناء به ماء دافئ مذاب به عصير نصف ليمونة لتقوية الأظافر وإزالة البقع التي علقت عليها خلال اسبوع وايضا لمساعدة علي امتصاص العناصر الغذائية، بعد ذلك تجفف الأظافر وتوضع في وعاء به حليب فاطر كامل الدسم يضاف اليه قليل من الاعشاب مثل الزعر أو زيت مرطب لمدة عشرة دقائق.
- (4) وأخيرا الحذر من الاسراف في استخدام طلاء الأظافر حتي لا يجهدوا وتكتسب لونا اصفر يصعب التخلص منه مع تجنب المبرد المعدني والاستعاضة عنه بأخر مصنوع من ورق الصنفرة.

تعكس شخصيتك

وتعد نظافة الأظافر والاهتمام بتفاصيلها من أكثر الأمور التي تدل وتعكس شخصية الفتاة وتميزها عن غيرها، لذا نقدم لك اعدة طرق يتم استخدامها في طلاء الأظافر.

و أفضل طريقة هي البدء ببرد الأظافر على مستوى واحد وإظهارها بشكل مرتب ومتساو، ويفضل عدم استخدام المبرد المعدني، كونه يظهر التشققات على الأظافر وبالتالي يسهل كسرها. وفي حال كانت الأظافر تحمل آثار طلاء قديمة، يجب مسحها وتنظيفها جيدا، ومن ثم يتم اختيار اللون المراد وضعه على الأظافر، وتكون الآلية بوضع الطبقة الأولى بطريقة عمودية مقسمة الأظفر إلى جزأين ليد الأولى، ومن ثم الانتقال ليد الثانية.

ولكي يظهر اللون تماما كالدرجة المناسبة والمراد الحصول عليها، يجب أن يتم وضع طبقة ثانية، وبعد الانتهاء يترك حتى يشف تماما، ومن ثم توضع طبقة من الطلاء الشفاف حتى تحمية وتظهره أكثر لمعانا، وبعد ذلك إحضار قطن الأذنين، ووضع مزيل طلاء الأظافر وتنظيف حوافها حتى تظهر بصورة مرتبة. ومن أكثر ألوان طلاء الأظافر انتشارا الألوان الفاتحة جدا مثل الفوشي والبرتقالي بدرجاتهما كافة، وكل الألوان المضئية الأخرى. كما أن الألوان الأساسية التي بقيت لفترة طويلة ما تزال موجودة، مثل الطلاء الفرنسي بالوناه البيج والوردي الفاتح، كونه يحظى بإقبال كبير من الفتيات، كما أنه عملي وملامم لكافة المناسبات، ويمكن وضعه مع ألوان الملابس المختلفة. بالإضافة إلى اللون الأحمر بدرجاته كافة، الذي يوضع كذلك في كثير من المناسبات، ومناسب للبيشرات كافة. ولأن الأظافر تحتاجا لعناية صحية فائقة خاصة في فصل الشتاء نقدم لك بعض المشكلات التي تعانيها الأظافر وطرق علاجها ، وأن بعضا يتطلب عناية خاصة على أيدي متخصصين وأطباء ، كالضعف والمكسرة وتلك التي تعاني الفطريات ، فهناك ما لا يحتاج إلا إلى عناية بسيطة تركزت على تقليم الأظافر وإزالة الجلد الزائد .

على المرأة أن تنتبه كثيرا إلى خطوات هذه العملية ، فهي وإن كانت سهلة تبقى دقيقة ، ولا سيما فيما يتعلق بالتخلص من الطبقة الجلدية الزائدة على أطراف الأظافر، لأنها عملية تؤدي الظفر إذا تمت بشكل دائم وغير صحيح ، لهذا يفضل قدر الإمكان الاكتفاء بإزالة ما هو بارز منها فقط ، وعدم ترك تلك المنطقة عارية لأنها تصبح عرضة للا التهاب والميكروبات . وعن معدل طول الأظافر أن الطول المبالغ فيه لا يعتبر أنيقا أو لائقا ، فضلا عن أنه يؤثر سلبا على صحتك ، لهذا يفضل ألا يتعدى طولها سنتيمترا واحدا ، أما إذا كنت تعانيين من عدم نمو أظافرك بشكل طبيعي ، فيإمكانك الاستعانة بما يسمى بالأظافر الصناعية ، وهي تصلق فوق الأظافر الطبيعية بـ " جل " . ولتتعمين بأظافر قوية ونظيفة دون أي مشاكل عليك بضرورة العناية الخاصة والدقيقة بأظافرك حتى لا يكون لها مضاعفات عليك ، وذلك يتم بإزالة الجلد الزائد قبل وضع طلاء الأساس ثم لصق الأظافر الصناعية وبردھا جيدا، ولا تقلل من أهمية تغذيتها بكرم خاص قبل أن تعرض للأشعة فوق البنفسجية لدقائق معدودة ، وتبقى المرحلة الأخيرة هي تلوينها بطلاء الأظافر ، وتجدر الإشارة إلى أنه من الممكن الإبقاء على هذه الأظافر مدة شهر تقريبا، شرط أن تخضع لجلسة عناية بعد 15 يوما، أي بعدما تكون الأظافر الطبيعية قد نمت بشكل ملحوظ.

ولمزيد من الاهتمام والعناية بالأظافر يجب أن تتبعي هذه الخطوات :

- مراعاة نظافة وتجفيف الأظافر لأن ذلك يساعد على طرد البكتيريا والكانات الأخرى النافقة للعدوى .
- عند قص الأظافر يجب عمل ذلك بحذر ، واستعمال مقص تقليم أظافر حاد أو مقلمة اظافر، مع تجنب عض أظافر أصابع اليدين .
- يجب غمس أظافرك في ماء دافئ بعد تقليمها ووضع كريم مقوي لها تحت الأظافر ورفوقها حماية لها .
- تجنبني "حفر" الأظافر .
- تخلصي من الخطوط الطولية التي تظهر على الأظافر باستعمال المبرد الخشبي الناعم الخاص بصقلها وتلميعها قبل وضع الطلاء حتى يبدو مظهرها متجانسا ومتناسقا.

- عند غسل يديك استعملي الفرشاة الخاصة بالأظافر لتنظيف تحت الأظافر من الأوساخ التي تعلق بها خلال اليوم .

- حاولي أن يكون طولها متوسطا أو قصيرا، لأن الطويلة لا تبدو شابة وأنيقة، كما أنها تحتاج إلى وقت أطول للعناية بها.

- اختاري ألوان الطلاء الخفيفة لمظهر ناعم ، ويمكنك الاكتفاء بطبقة واحدة.

يمكنك الاهتمام أيضا بأظافرك باستخدام الزيوت الطبيعية فهي تحتوي على فيتامينات مهمة تقوي الأظافر وتحميها من التشققات . لذا ينصحك الخبراء بعمل مساج يومي بالزيوت المستخلصة من اللوز ، أو زيت الزيتون فهذه الزيوت تعمل على ترطيب الجلد الميت وتقوي الظفر نفسه ، مع مراعاة وضع طبقة من "الفازلين" على الأظافر بعد المساج الزيتي . كما ينصحك الخبراء بشرب كميات كبيرة من الماء لعلاج الأظافر على المدى البعيد، وذلك بمعدل ثمانية أكواب يوميا على الأقل ، وإذا كنت ترغبين في الاحتفاظ بالأظافر في حالة صحية جيدة فيعتمد ذلك أساسا على نظام غذائي متوازن يحتوي علي مجموعة من الفيتامينات المركبة فلا تترددي في تناول الخضروات والفاكهة الطازجة فهي مهمة جدا.

واحة

الفتور العاطفي بعد زواج..!؟

الفتور العاطفي كيف يتسلل إلى الحياة الزوجية كثير ما يتسائل الأزواج عن سبب حدوث الفتور العاطفي بعد زواج ؟

ولماذا تصل العالقة بين الزوجين إلى حد الملل والرتابة حتى يصبح الصمت هو اللغة الوحيدة بينهما ؟ لماذا يتحول كل منهما إلى عالم آخر خاص به يبحث عن خلاله عن أحلامه وأمنيته ورغباته ليبدد بها حاله الملل التي وصل إليها ؟

أهتم علماء الاجتماع بهذه المشكلة في دراساتهم المختلفة وألقوا عليها الكثير من الضوء وبحوثها وبذلوا جهوداً كثيرة لإيجاد حلول لها حتى يحمو الأسرة من التفكك فكانت الخلاصة التي خرجوها بها كالتالي إن الفتور العاطفي الذي يحدث بعد الزواج يرجع للأسباب التالية :

- 1- عدم وجود حب حقيقي سواء قبل أو بعد الزواج.
- 2- التفاوت في الثقافة أو الذكاء.
- 3- إختلاف الشخصيات.
- 4- ولو تساءلنا هل الملل فترة طبيعية قد تر بحياة أي زوجين لوجدنا ان هذا شيء طبيعي وسمه من سمات الحياة ولكن إذا كان هناك حب حقيقي وتغاهم فالملل لن يؤثر على الحياة ولا على سلوك الزوجين فقد يتصرف كل من الزوج أو الزوجة بشكل غير سليم ويفسر ذلك بأنه نتيجة للملل ولكن هذا غير حقيقي فالملل لا يدفع الإنسان إلى أن يسلك سلوكاً غير طبيعي إذا كان هناك حب حقيقي وصادق ولكن ما شكل الحب بعد الزواج ؟
- 5- يقول علماء الاجتماع أن الحب الحقيقي ليس معناه الحرارة والاندياع واللغة فهناك رأي خاطيء يقول (إن الحب بعد الزواج يتحول إلى نوع الألفة أو الصداقة ولذلك يفقد عناصر الإثارة واللغة عن الحب هو الحب منذ البداية حتى النهاية والشوق واللغة ليس معناها الحب الحقيقي أو العميق فكلما كان الحب هادئاً كان أكثر عمقاً وأكثر موضوعية..
- 6- وإذا أردنا أن نتحدث بشكل علمي عن التغلب على الملل لا توجد نصائح محددة إذا كان هناك حب حقيقي جاد فإن الفترات سوف تمر بسلام فسمات الحب الحقيقي أن يتغلب على أي صعوبات تمر بالحياة الزوجية وقد ينصح البعض بما يسمى (إجازة زوجية) أي أن يبتعد الزوجان عن بعضهما لفترة من الوقت كي تتجدد العلاقة وتعود اللغة وهذا شيء غير حقيقي بل وهم، فالحب المهزول أساسا لن يصلح حاله بمثل هذه الإجازة الزوجية
- ولكن ما ينصح به عموماً سواء للمتزوجين أو غير المتزوجين أن خير وسيلة لمواجهة الملل هو التجدد في كل شيء تجد وضع أثاث المنزل، تغير أماكن قضاء الإجازات والعطل الصيفية، ممارسة هوايات جديدة وخلق مجالات لطموحات جديدة فكل هذه الوسائل قد تساعد إلى حد كبير في مواجهة الملل الذي يغزوا الحياة الزوجية ويجعل الأزواج يقبلون على الحياة من جديد.
- ما بعد الزواج ولمدارس علم النفس أراوها المختلف فهناك من يقرر أن الملل نوع من الإرهاق للجهاز العصبي حيث تفرز الهرمونات التي تسبب نشاطاً خلوية العصبية وإذا تلقى الإنسان نفس المؤثرات باستمرار أي أن الروتين يسبب ضعفا وضيقا في الخلية العصبية مما يؤدي إلى الشعور بالإنهماك والإرهاق. ومن هنا نستطيع أن نعرف الملل بطريقة مادية على إنه إنهاك وإرهاق للجهاز العصبي وإذا تطرقنا للزواج..

نجد أنه مملوء بالروتين فكل صباح يشابه الصباح الذي سبقه والمساء يشابه المساء الذي سبقه لذا يصاب الإنسان بحالة ذهنية تجعله مثل المنوم متغاطسيا ففي المنزل لا يريد أن يتكلم أو يتناقش في أي شيء وتصيب الحياة غير ذات أهمية يزيد من ذلك عبء الأطفال في أجواننا تمتد مسؤولية الزوجين حتى يبلغ اولادهما من الثلاثين أو أكثر وتصبح حياتهما سلسلة من المشاكل.

فالزواج يجب أن يقوم على الانسجام الفكري والعاطفي والحياة الزوجية ما هي إلا مشاركة فكرية وعاطفية وجسدية وكل هذه المشاركات تجعل الحياة الزوجية خصبة لا تبعث على الملل وتستطرد النظريات العلمية في تفسيرها فتشير إلى أن هناك نوعين من المشاكل:

النوع الأول: حاد ويؤثر كالبركان وعادة ما يكون الحل سريعا وفوريا بنفس ثورية ظهور المشكلة وهذا النوع الحاد يتمثل في مشكلة الزوج الخائف أو الدواني أو الزوج السكير والمغامر.

النوع الثاني: بارد كالتلج ولسعته كالنثر مشاكل بلا أسباب أو مظاهر واضحة تحرف تدريجيا دون أن يشعر الطرفان الزوجين بها إلى أن يكشف الزوجان فجأة أنها يعيشان مشكلة خطيرة إلا أنها باهتة غير محددة المعالم يعجز أي من الزوجين عن التعبير عنها ولا يستطيع أن يحكيها بالأخر أنه لا يستطيع أن يواجه بها الطرف الآخر

ومن هنا لا تحدث مواجهة بين الزوجين وبالتالي لا يكون هناك حل والنتيجة أن المشكلة لا تقف عند حد معين بل تزداد يوما بعد يوم. المرأة هنا تعاني أكثر أي أنها تزور العيادات النفسية التي لا يدخلها الرجل إلا نادرا ويرجع ذلك لأن الرجل لديه وسائل تعبير وتغيفس متعددة بعكس المرأة التي تنطوي على مشكلتها وما تولده بداخلها من مشاعر الألم والقلق

وتأتي لتشكل الصداق وفقدان الرغبة الجنسية والأم المعدة ثم الملل العام وفقدان القدرة على الاستمتاع بأي شيء كانت تستمتع به من قبل وكلما كانت المسؤوليات ازدادت فترة الصمت لها تجمعت

ليس مفتعلا في كل الأحيان وجود أسباب بالإضافة إلى أن المشارة مع طول سنين تجدها قد قتلت مالم تتعرض لمواضيع جديدة تستدعي المناقشة



طرق لتتغلب على عناد وخوف طفلك!!

الطفل في مرحلة الطفولة المبكرة يكتبس العديد من السلوكيات وخاصة تلك المتكررة بشكل كبير امام ناظريه، مثل تصرفات الاب او الام او الاخوة وهذه التصرفات بالطبع تؤثر على الطفل ويكتسب بعضاً منها ويحاول تقليدها، من العوامل المهمة هو الخوف والعناد عند الطفل، فهناك بعض الاءياء الذين لا يستطيعون التواصل والتغاهم مع أطفالهم في حالة العناد.

وقد طرحت دراسة أفضل الحلول لمعالجة هذه المشاكل لدى الأطفال.

ويقسم الخوف إلى عدة أنواع عند الأطفال منها الخوف من المدرسة ومن الأصوات العالية ومن السقوط والخوف التي يكتسبها من البيئة المحيطة به.

حيث يولد الطفل مزود بهذه المخاوف ويرى الباحث أن أسباب الخوف متعددة منها التربية الخاطئة القائمة على العناق وعدم احترام ذات الطفل القصص المخيفة التي تحكى له قبل النوم ومشاهدته للأفلام والمشاهد المخيفة فيها وإمتلاء الجو الأسرى بالقلق والخوف مما سوء معاملة المدرس له. أن الحل يكمن في ثلاثة أشياء أولها: مراقبة واختيار ما يعرض على الطفل من القصص ومجلات وأفلام، حتى لا تثير الخوف لديهم واستغلال مخاوفه للتسليته والضحك، وتشجيعه على الاعتماد على نفسه وتحمل المسؤولية حتى يتعود على الشجاعة والجرأة. يرى الباحث أن "العناد" من المشاكل التي يعاني منها الآباء والأمهات ويجدوا صعوبة في التعامل مع أطفالهم، ويوجد عدة أنواع له منها عناد التصميم والذي يظهر في إصرار الطفل على فعل الشيء بنفسه ويكون ذلك واضحا في إصراره على اصلاح الأشياء بعد التسبب في كسرها، بالإضافة إلى العناد مقتد الوعي الذي يظهر في إصرار الطفل على القيام بشيء غير مناسب أو مستحيل مثل عدم رغبته في الذهاب إلى المدرسه صباحا، والعناد مع النفس والذي يعاند الطفل فيه نفسه ويرفض حتى تناول الطعام أو الشراب، على الرغم من تضرره من الجوع وأخيرا العناد الفسيولوجي ويكون بسبب الإصابات في الدماغ. ونوع الباحث أسباب العناد عند الطفل بين طلب المدرس منه السكون لفترة طويلة وطلب الأسرة ارتداء الملابس الثقيلة التي تعيقه عن الحركة في أغلب الأحيان. وأشار الباحث إلى أن أفضل الطرق للتغلب على هذه المشكلة لدى الطفل هو تعوديعهم على الصبر والحكمة وعدم البأس والتهبات، في تقبل أو رفض السلوك غير السوي من قبل الوالدين أو المعلم واستخدام الحوار الهادئ والدفع والمرونة في المعاملة في المواقف التي تغير من العناد، وفي النهاية صياغة الطلبات المطلوبة من الطفل في صورة بعيدة عن الأوامر والضغط الشديد.

والضغط الشديد.



يا أنت ... وجعي بعد الرحيل



فيه على السواء، الكثير ممن يبحثون عن هكذا نوع من الانتصارات إنما هم يمثلون دور العصفورة التي يبحث في جسدها الرقيق ذلك الطفل الغير كاره لها فيمزقه وقد تفارق الحياة بسبب هذا العيب، أو تفقد شيئا من جسدها ولا تعود بعد ذلك، تلك العصفورة المحلقة في الأفق في غبطة الفرح وتحت شمس الربيع الدافئة ، العصفورة في هذه المعركة لا تملك سوى بريق عينيه والمحاولات البائسة بأن تغلت من هذا الجبار الصغير ، فهي تنظر إليه بعين المنتظر للحظة رافة ، تمر فصول الحب وكثيرا ما كنت المهزوم في الظاهر لأن طفلك مهما تمدى معك لا تتعامل مع هذا التمادي بجدية والسبب في ذلك هو إيمانك بأنه يجبك حدا البكاء لو غبت عينيه ولم يجدك حوله عندما يصحوا من نوم المظمان الغارق في الدفق، الكثير ممن عرفت في حياتي التي تمتد لعقود ثلاث يتعامل مع دموع المرأة بأنها نشوة إنتصار له ، ونسي أنه يعذب ذاته ويجلد أغلى أشياءه وهذه الدموع إنما تستحق النشوة لو كانت في لحظة إشتياق أو لقاء بعد طول غياب أو غبطة فرح فيك مع من تحب أو كلمة تكون دليلا لكل مجلدات الأرض حينما لا يجد المحبوب ما يعبر عن شعوره بالحب الكبير لك فيلف ذراعيه حول عنقك ويذرف الدموع على صدرك، أليس صدقا ما أقول يا امرأة أورتلي وجعا بعد رحيلها بلا حدود لاني دانما حينما أسمع قصص العاشقين بالوهم أجزم أنني عاشق من طراز خاص ومنذ الولادة ولعينيك التي تحملاني بعيدا في أفق الجمال الرحب ، وتدفعتاني للغوص أكثر لأصهر في هذا العمق من الحب والعاطفة، ولتكون في محراب جبي لك كل هزائمي إنتصارات لأضي في الأخير حصلت على هذا الحب الخالد.

برجلك هذا الأسبوع!

الحمل	يؤثر العطف دائما تأثيرا حسنا في نفسك، سيبرز جليا في هذه الفترة؛ كن حذرا جدا في أمور المال قدر ما في علاقاتك الغرامية. ستجد حولا جيدة لمشاكله العائلية. في العمل هناك من يحاول تشويه صورتك بسبب المنافسة لا تسمح لأحد بذلك دافع عن نفسك .
الثور	يحمل لك الحقل المالي صفقات مثمرة ، بشرط أن تكون طموحا باعتدال. الظروف ستعذك من أن تكون تحت الأضواء . ستمتلك اليوم الكثير من السحر لذا ستعرف جيدا كيف تعمل مع المقربين اليك . عاطفيا انت شخص مهم و لديك الكثير من المعجبين عليك ان تكون مرحا لتعتم بذلك .
الجوزاء	قوتك الساحرة ستزداد عشرة أضعاف و ستكون متلهفا جدا للمحببة ولأن تحب. ابحت عن التشارك، تعاون، تفاعل مع الحبيب ، وبعد ذلك ستكون قصة حبك كما في الأفلام . ابتعد عن المشروبات الروحية . لا تبالغ في الضغط على نفسك أثناء العمل و الا وقعت ضحية الارهاق .
السرطان	لقاءاتك وتجاريك الغير عادية سيسحرانك. النجوم ستساعدك في حل صعوباتك الصغيرة على الصعيد العاطفي؛ انت تجتذب اليك الكثير من المعجبين لما تتمتع به من حس الفكاهة و لكن عليك ان تتعلم كيف تتلقى اصدقاتك في العمل هناك تغييرات جيدة ستساعدك للحصول على بعض المكاسب .
الاسد	حاول أن لا تكون عدواني في الكلمات مع من حولك ، ستجري لقاء عرضيا يمكن أن يثبت أنه مفيد لك على الصعيد المهني أو الشخصي. يمكنك ان تتقدم بدون تردد. هذا اللقاء سيساعدك على فهم الكثير من الأمور و المشاكل التي كنت تبحث عن حل لها.
العذراء	احذر من الافتراء و من أولئك الذين يحاولون زرع الخلافات بينك وبين أصدقائك. هذا المناخ التجمي سيسخن علاقات حياتك بإمالة الأصحاب إلى التسامح وزيادة راحتهم المالية. في العائلة هناك حالة تؤثر بسيطة سببها المال كن موضوعيا و هادنا في طرح هذه الأمور و لا تتسرع في الحكم .
الميزان	احذر من الأوهام: ابق صامدا في قرائاتك ومخلصا لأراء مجموعتك. احذر من الخلافات مع المقربين منك ؛ هذه الخلافات قد تظهر بشكل سيئ. تغيرات في عملك ستقوم بمحاولة لتقوي محيط عائلتك ، انت الآن في وسط مشروع كبير و هو مشروع حياتك عليك التركيز عليه .
القوس	ستقوم بمحاولة لتقوي محيط عائلتك . لا تصرف مالك على نزواتك. هنالك بعض الأمور التي كانت خارج حساباتك المالية قد تظهر من جديد مما سيسبب بعض العيب الاضافي ، على صعيد العاطفة الاجاب يريدون ان يروك سعيدا لا تتيب املمه .
الجدي	لا تنق بعض الأشخاص الذين يخفون نواياهم الحقيقية عنك، ستنتج في تعزيز موقفك المهني. إذا قررت الخروج من الأساليب المطروقة ، ستري فرصا عاطفية جديدة تنفتح ام . ستجد حولا جيدة لمشاكلك العائلية. اتخذ أسلوب حياة أكثر روية.
الحوت	لا تدع نفسك تفرى بصفقات العمل الواعدة بأرباح عظيمة لكنها في الواقع ذات ضمانات قليلة. هذه الفترة فترة صعبة بعض الشيء بالنسبة للقرارات المصرية في العمل ، سمانك العاطفية ستكون كنيية، عليك ان تعتمد القليل من التغيير و هكذا لا بد أن تتحسن الأمور بشكل تدريجي.
المثلج	تمتلك أفكارا غير عادية و ربما في أكثر من مجال واحد؛ عجل باستغلالها انت في وضع يوهلك لتون شخصا قياديا فقط كن هادنا . حاول أن تتخلص من الروتين و تبعد عن حياتك كزوج عليك ان تتبج بعض التغيير مع الطرف الآخر كي تتمكن من متابعة حياتك الزوجية .
الدلو	سমানك العاطفية ستكون كنيية، لكن لا بد أن تتحسن الأمور بشكل تدريجي. لا تنق بعض الأشخاص الذين يخفون نواياهم الحقيقية عنك . سوء التفاهم بينك وبين شريكك سيبدد بسرعة، وسمانك الغرامية ستصبح مشمرة ثائية. لا تتوقع الكثير في العمل هذه الفترة كن صبورا

هيفاء وهبي زوجة تفصيل

أعلن المخرج علاء محجوب أنه يتمنى أن تكون هيفاء وهبي هي الزوجة التي يبحث عنها فكلما يعرض عليه زوجة أخرى يرفض ويقول أنه لن يقبل أي زوجة أخرى يجد فيها مواصفات الجمال التي يتمناها إلا إذا رفضت هيفاء أن تكون الزوجة التي يبحث عنه، فلماذا يقبل بزوجة أخرى وهيفاء ينطبق عليها كل المصايف العالمية للجمال وهذا هو المطلوب.



هذه هي قصة فيلم " زوجة تفصيل " المرشحة لبطولته الفنانة هيفاء وهبي والذي كتب السيناريو والحوار له المخرج والمنتج علاء محجوب بنفسه. ويقول علاء محجوب أنه رفض العديد من السيناريوهات التي عرضت عليه في الفترة الماضية واختار العودة بفيلم يحدث ضجة سينمائية، ويكون علامة فارقة وهو ما وجده في قصة فيلم " زوجة تفصيل " لشعوره أن هذا الفيلم سوف يحقق نجاحا كبيرا.

وتدور قصة الفيلم حول عالم درس في اليابان قام بتصنيع إنسان آلي على شكل سيدة بمواصفات الجمال العالمية فاستعان بصديقة للزواج منها حتى يتعرف على طبيعة المشاكل التي قد تواجهه قبل أن يطرحها بالأسواق ، وأشترط عليه أن تكون هذه التجربة سر بينهما لأنه لم يحصل بعد على تصريح ل طرحها، وأعطى لصديقه الكتلوك والجهاز الخاص بالبرمجة حسب رغبته فوافق صديقه، وفي كل مرة يقوم الزوج ببرمجة الزوجة الآلية وتسبب له العديد من المشاكل وعلى الرغم من ذلك إلا أنه أحبها وأصبحت كل شيء في حياته.

هذا ومن المقرر أن يعقد المخرج علاء محجوب جلسته عمل مغلقة مع الفنانة هيفاء وهبي لدراسة كافة جوانب الفيلم، وقد تكتم محجوب ذكر أي تفاصيل على باقي النجوم المرشحين للفيلم أو عن الجهة الإنتاجية القانم على إنتاج العمل مؤكدا بأنه سيقوم بعمل مؤتمر صحفي يعلن فيه عن كافة التفاصيل بمجرد حصوله على الرد النهائي من الفنانة هيفاء وهبي .

كريم محسن: الدراما العراقية تراوح مكانها



بغداد: أذّق الفنان العراقي، كريم محسن، أنَّ معظم المسلسلات الدرامية العراقية تعرض على الشاشة من دون الخضوع إلى فحص ورقابي، وقال كريم الذي يعد من نجوم الخط الأول في العراق أنَّ عناصر الانتاج الصحيح معدومة في العراق لذلك تمّ اللجوء الى سوريا لتصوير الأعمال.

ما هي آخر أعمالك التي قدّمت على الشاشة ؟

عرض لي خلال رمضان الفانت عددًا من الأعمال مثل " إعلان حالة حب"، و" الشيشة"، و"قنبر علي"، و"بيوت الصفيح".

ما هو أهم دور لك بين هذه الأعمال ؟

الدور الذي أدّيته في في مسلسل "إعلان حالة حب"، لأنه قدّم بشكل درامي ممتاز، كما أنَّ النصّ كان أساسياً وغنيّاً.

ألم تخف من إرتباك المشاهد لتقديمك أربعة أدوار في أربع مسلسلات ؟

من الطبيعي أن يرتبك المشاهد أمام الشخصيات الأربع، ولكن المفارقة والبعد بين كل شخصية وأخرى ينسبه الأدوار السابقة عند مشاهدته مسلسلًا معيّنًا.

كل الأعمال التي شاركت فيها صورت في سوريا، ما ميزة التصوير هناك ؟

توفر عناصر الإنتاج من أماكن التصوير والكهرياء...

هل أنت راض عن مستوى الدراما العراقية التي قدّمت في رمضان الماضي؟

هناك نقلة نوعيّة في الدراما العراقية خلال هذه السنة، على الرغم من قلّتها، ولكن المشكلة في الدراما العراقية أنَّ ميزانيّتها محدودة، ولا تعمل وفق حساب الريح والخسارة.

ما الذي تحتاجه الدراما العراقية لتنهض كما في سوريا ومصر مثلاً ؟

توفر المبالغ الكافية لإنتاج الأعمال بشكل صحيح، والشرط الأساسي أن يكون هناك عملاً مدروساً علمياً يطرح واقع المجتمع العراقي والحياة العراقية بشكل صحيح، إذ إنّ معظم الأعمال تطرح من دون الخضوع إلى فحص ورقابي.

شيماء عماد زبير: قيمة برنامجي في جراته

أعربت ممقمة البرامج، شيماء عماد زبير، عن تقديرها العالي لمن يشاركون في برنامجها الذي يحمل عنوان "معي" والذي يعرض مساء كل يوم جمعة على شاشته "البغدادية"، لجراهم في طرح الأفكار والمشاكل التي تعد من المحرمات الدينية والإجتماعية، التي لم يعتد المجتمع العراقي على طرحها بشكل مباشر.



وقالت شيماء: "البرنامج اجتماعي وفق السياقات العامة، ويوجد له مثيل في أغلب القنوات الفضائية العربية، ولكنه الوحيد في قنواتنا العراقية من حيث حرية الحوار واختيار المواضيع والضيوف والجمهور، موضحة أنَّ المواضيع والأفكار التي تتم مناقشتها وعرضها بحثًا عن أساليبها والحلول المناسبة لها لم يعتد المواطن العراقي سماعها عبر وسائل الإعلام المرئية، واعتاد على اعتبارها من المحرمات التي لا يمكن التطرق إليها.

وأضافت: "اسم البرنامج اشتق من محبة الناس لمقدمة البرنامج، لأنها تصحبهم معها بشقة وامانة الى مناطق الوعي الفكري والتوجيه الاجتماعي في زمن الخطأ والاكاذيب والتفكك، كما أنني اردت فتح النوافذ جميعها من دون خوف للتعبير عما في النفوس من عذابات ومشاكل، اضافة الى التفكير بصوت عال لسمع الجميع يتك القضايا والاحداث بوضوح، لذلك كسرنا هذه الرهبة في برنامجنا وانطلقنا لتحدثت بجرأة وحرية،

قيمة البرنامج تكمن في جرأته وكونه يقرب من الناس كثيرا ويحلهم بنفسون عن همومهم بحرية ويتعاطف معهم".

وفاء عامر في دور تحية كاريوكا

أكدت الفنانة وفاء عامر، توقيعها على عقد لتأدية دور البطولة في مسلسل "تحية كاريوكا" المتوقع عرضه خلال رمضان المقبل، مشيرة إلى أنها ستتفرغ للمسلسل بشكل كامل بعد أن تنتهي من تصوير دورها في فيلم "كف القمر" مع المخرج خالد يوسف.

وقالت وفاء "شخصية تحية كاريوكا شريرة جدًا واعتبرها نقطة تحول في أعالي الدرامية"، معربة عن سعادتها بترشيحها للدور وتقديمه لأول مرة درامياً. ونفت أن تكون هناك خلافات مع الفنانة فيفي عبده التي أعلنت عن استعادهها لتقديم الدور، مشيرة إلى أن فيفي لديها مسلسل "كيد النساء" وتحضر له ليعرض خلال رمضان المقبل.وأوضحت أنَّ الترشيح للدور تم من خلال المخرج عمر الشاذلي، لافتة إلى أنَّ المسلسل يتناول قصة حياة "تحية كاريوكا" منذ وصولها إلى القاهرة وهي في سن الـ16 عاماً وحتى وفاتها.

وأكدت أنَّ تحية كاريوكا كانت لها مواقفاً وطنيّة كثيرة وساعدت زملائها في نقابة الممثلين، كما لها مواقفاً تاريخية لا يعرفها الكثيرون، موضحة أنَّ العمل سيسلط الضوء على مشوارها المضيئ.

استراحة



برلمانيو اخر زمن.؟!!

كاظم

الساھر

فوضوي

ومجنون..

ويكشّف

عن

مفاجأة

وتابع: العاشق يتمنى أن ينقل القصيدة إلى حبيبته، وأتمنى أن أنقلها إلى حبيبتى بشكل خاص أولاً، ثم أعلنها للناس وأغنيها. ومنذ زمن أتمنى أن تكون أغنيتي لغة عاشقين.

واستطرد الساھر مضيقاً: لغتنا في الحب بها أشياء أحب وغاءها فأحياناً تحدث مداخلات داخل البيت بينك وبين زوجتك وباتك هذه المداخلات تنفذها في الأغنية العربية لهذا قررت أن أحول هذه المداخلات الرقيقة إلى أغان.

وكشف أنه عاشق للرومانسية منذ طفولته حيث كان أصدقاؤه يأتون إليه ويطلبون منه أن يكتب لهم رسائل لحبيباتهم على اعتبار أنهم هم الذين كتبوها، مؤكداً أنه كان يفرح بذلك كثيراً.

وعن حياته قال: عن نفسي، هناك أمور كثيرة التزمت بها حافظت على صحتي ولياقتي وأداني وحركتي على المسرح واللغة ومظهري فما دام الله أعطاني الصحة فأنا أحافظ على نعم الله فلا بد للإنسان أن يحافظ عليها.

وتابع: وثانياً أنني في موهبتي لا تعامل معها بالاحتراف فهي هواية لا حرفة فأنا جعلت الموسيقى هوايتي، ومن خلالها أجدد شبابي وأفكر بطريقة الصغار فأنا أتصرف كأنني في بدايتي فأنا مجنون وفوضوي، والموسيقى بالنسبة إلي ليست حباً، وإنما أنا بمووت فيها.

واستدرك: لهذا أقول إن أي فنان يريد أن يعلن فنه للناس لا بد من الالتزام وأن يحافظ على صوته وموهبته؛ فأنا لا أزال في الفيديو كليب أعمل دور العاشق والحبيب، ولذلك خصصت في بيتي مكاناً للرياضة والجيم.

وأكد كاظم الساھر أن هدفه هو أن يحقق ما كانت ترتو نفسه إليه في مشواره الفني بقوله: "أنا راض جداً والحمد لله. أعتقد أنه من الصعب أن أطمح إلى أكثر مما وصلت إليه، وكان كل طموحي أن أجلس الجمهور ويسمعني، والحمد لله، الله حقق لي ما أردت بحرصي على احترام الجمهور وتقديم أعمال صادقة".

وبعيداً عن مشواره الفني الذي امتد 20 عاماً، كشف كاظم الساھر عن مفاجأة انتظاره حفيداً بقوله: قريباً ساكون جدّاً إذا رزق الله وسام ابني، وأنا أنتظر ذلك على أحر من الجمر.

أكد المطرب العراقي كاظم الساھر أنه سجل 14 أغنية في ألبومه الجديد، مشيراً إلى أن أكثر أغنية يحبها بينها هي أبوس الأبد، والتي تأتي في إطار أسلوبه الغزلي الرومانسي البعيد عن الإباحية، والذي اعتمد على تحويل مداخلات الرجل لزوجته وبناته إلى أغان.

وأكد أنه وصل إلى قمة طموحه، وكشف أن سر استمراره في أداء دور العاشق والحبيب هو احتفاظه بلياقتة البدنية وذلك نتيجة حرصه على ممارسة الرياضة.

وفيما يتعلق بحياته الشخصية، أكد أنه فوضوي ومجنون، وكشف عن مفاجأة حين قال إنه ينتظر حفيدة من ابنه وسام على أحر من الجمر.

وقال كاظم الساھر متحدثاً عن ألبومه الجديد الذي يُنتظر أن يتم طرحه في عيد الأضحى: قمت بتسجيل 14 أغنية، ولكني سأختار منها 10 أو 12 فقط.

وعن الشعراء الذين استعان بهم في الألبوم، أضاف: الألبوم به كلمات للشعراء: كريم العراقي بقصيدة قوية جداً اسمها دلغ النساء، وأيضاً أسعد الغريبي، كما أغني لأول مرة كلمات للشاعر بدر شاكر السياب قصيدة عنوانها لا تزيدني لوعة، وهي قصيدة عندي من زمان.

كما لفت إلى أنه سيغني 4 أغنيات من كلمات صديقه ومدير أعماله منذ كريم، وكذلك كلمات للشعراء: كاظم السعدي، وداود الغقام، والشيوخ حمدان بن محمد آل راشد الشهير باسم فزراع، والأمير بدر بن عبد المحسن، والأمير محمد العبد الله الفيصل. وأعلن المطرب العراقي أنَّ أغنيته حبيبتى مرت التي كتبها فزراع، ولحنها فايز السعيد، وأخرجها حسين دعبس تم تصويرها في أوكراينا. ولفت

إلى أنَّ الألبوم سيخلو من أغنية للشاعر الكبير نزار قباني، بعد أن سجّل له قصيدة، لكنه أكد أنها كانت قوية جداً وتحتاج إلى ألبوم خاص وجهد أكبر، فأجلّها إلى العام المقبل.

وعن أسلوبه الغزلي في الغناء، قال كاظم الساھر: أنا حريص على أن يدخل الغزل أعصاف النفوس، وفي نفس الوقت لا تستحي منه. ولما نقرأ قصيدة غزل مباشر تحس بأنها جميلة وبقوة وجمال معانيها وكلماتها، ولا تشعر بالإباحية.

ليدي غاغا حطمت الأرقام القياسية



وصل عدد مشاهدي أعالي على الـ"يوتيوب" إلى البليون، مغا نستطيع أن نفعل أي شيء، فلتنح لتصبح ملوك وملكات الـ"يوتيوب"، وصل عدد مشاهدي إجمالي أعمال نجمة البوب، ليدي غاغا، إلى البليون وذلك وفقاً لما أعلنته غاغا بنفسها عبر صفحتها على موقع "تويتر". نقلاً عن جريدة الـ "تيليفراف"، قائلة لمعجبيها الذين يقدرون بـ7 مليون: "وصل عدد مشاهدي أعالي على الـ"يوتيوب" إلى البليون، مغا نستطيع أن نفعل أي شيء، فلتنح لتصبح ملوك وملكات الـ"يوتيوب". ولكن في كل أغنية على هذه الأمور مختلف، حيث تأتي غاغا بأغنياتها "Bad romance" في المرتبة الثانية ضمن قائمة أكثر الأعمال مشاهدة عبر "يوتيوب" إذ حققت نسبة مشاهدة بلغت 297 مليون مشاهدة، في حين حققت أغنيها "تيلفون" 88,6 مليون مشاهدة و"البخاندرو" 94,5 مليون مشاهدة. يذكر أنَّ الفارق بين جاستن بيبير وليدي غاغا ضئيل جداً إذ وصلت نسبة مشاهدي أعمال بيبير إلى 965 مليون مشاهدة، في حين تعتبر أغنيته "Baby" الأكثر مشاهدة على الموقع في كل العصور، محققة 366 مليون مشاهدة.

ايفا: سأرتدي احد تصاميم

تشعر ايفا لونغوريا إحدى بطلات المسلسل التلفزيوني الشهير "ديسبريت هاوس وايفز" بخوف كبير جداً لفكرة تسجيل شريط فيديو تغني فيه الرباب بالانكليزية والاسبانية في إطار حفل جوائز "أم تي في يورب" التي توزع في السابع من تشرين الثاني/نوفمبر في مدريد.

وفي الشريط تظهر الممثلة البالغة الخامسة والثلاثين في لباس سباحة اسود اللون وتغني على موسيقى الرباب، بحسب "فرانس برس". وقالت لونغوريا: "تصوير الشريط الترويجي هذا كان ممتعاً إلا أنني كنت خائفة فعلاً. لم احصل على النص الا قبل يوم واحد وكان امامي ساعتان فقط لاتخاذ اللقطة. لم يكن لدي الوقت الطويل للتوتر أو أن أفكر بالتخلي عن المشاركة".

وأضافت لونغوريا انها سترتدي ستة إلى ثمانية ملابس مختلفة خلال الحلقة التي ستنقلها مباشرة محطات "أم تي في" في العالم بأسره وعلى موقع الجوائز نفسها. وأوضحت: "خلال هذه المناسبة يمكن ارتداء كل ما يحلو لنا والقيود التي تفرض عادة غير قائمة هنا. لذا سأحاول أن ارتدي ملابس خارجة عن المألوف بعض الشيء". وتابعت "سأرتدي بالتأكيد احد تصاميم فيكتوريا بيكهام فهي من بين أعز صديقاتي".



قالت الفنانة السورية روعة ياسين أنَّ ترشيحها جاء من قبل المخرجة السورية رشا شربجي لإداء دور مغنية الكازينو في مسلسل "تحت شريقي" وكان نتيجة لأدائها وإحساسها العالي وليس بناءً على شكلها الخارجي معتبرة أنَّ أداء شخصية "نجمة" في المسلسل كان مغامرة كبيرة منها ومن شربجي. وأشارت ياسين إلى أنَّها لم تحاول تقليد أيّة من الفنانات السوريات اللواتي قدمن أدوار مطربات النوادي الليلية في مسلسلات أخرى معتبرة أنَّها قدّمت الشخصية بطرّوف مختلفة وأنَّ الدور لم يسبق تجسيده بحيث ركّز على الطرّوف العائليّة للمغنيات وعلاقتها بشقيقتها وجيرانها وكذلك طريقة تفكيرها أكثر من تركيزها على أجواء الكاباريه.

وقالت الفنانة السورية أنَّها توقّعت نجاح المسلسل على الصعيد الجماهيري بسبب عناصره المتكاملة من نص وإخراج مشيرة إلى أنَّها تلقّت العديد من التهاني عن دورها وأبرزها كان من كاتبة المسلسل يم مشهدي. وأضافت الفنانة السورية أنَّها حاولت الاهتمام باللهجة البدوية قبل بدء التصوير كي تركز أثنائه على الأداء كما أنَّها اختارت ملابس "نجمة" بنفسها من دون أن تكون مثيرة أو خادشة للحياء معتبرة في الوقت نفسه أنَّ مثل هذه الشخصية مرفوضة اجتماعياً ولا يجوز أنَّ تزيدها بملابس فاضحة أو مشاهد ساخنة كي لا يتم قتل الشخصية معتبرة أنَّ الهدف الأساسي للدور هو تصوير البعد الإنساني لـ"نجمة" وإبرازه.

وعبرت الفنانة السورية عن استمتاعها بالمشهد الذي كانت تغني فيه أثناء التصوير خصوصاً مع وجود عدد من المراقصات حولها ووصفته بأطرف ما مثلته على الإطلاق وأنَّ الحالة أعجبتها كثيراً خصوصاً أنَّها لم تعتد مشاهدتها في الحياة الواقعية.

وفي سياق آخر قالت ياسين أنَّ البطولة المطلقة لا تعني شيئاً بالنسبة لها وأنَّها لا تلهث وراء هذا النوع من البطولات مشيرة في الوقت نفسه أنَّ هذا النوع يحرق موهبة الممثل الحقيقية وأنَّها سعيدة بوضعها الحالي وثقة الجمهور بموهبتها وأنَّها تحمد الله أنَّها تعتمد على البطولة الجماعية. وأردفت قائلة: إلا عند الإنسجام مع حاليّ لا

تفكر بالموضوع كونها قادرة على العطاء وهي مؤمنة بموهبتها ولديها الكثير لتقدمه خصوصاً في أعمال السير الذاتية للمناضلات والروايات.

روعة ياسين: استمتعت بدور

مغنية الكازينو

خبرة في فن التجميل (المكياج)

Specialised in Bridal Formal Special Occasion & more

تألقي بأجمل صيحات المكياج وكوني الاجمل في ليلة العمر للعروسات للفرقيات ولكل المناسبات

Call Nardin Now On 9723 1778

24 لاعبا في معسكر المنتخب العراقي



بغداد: وجه الاتحاد العراقي المركزي لكرة القدم، الأحد، الدعوة الى 24 لاعبا للالتحاق بتدريبات المنتخب العراقي في مدينة اربيل تحضيرا لخليجي 20. وأوضح المصدر أن "الاتحاد العراقي لكرة القدم وجه الدعوة الى 24 لاعبا للالتحاق بتدريبات المنتخب العراقي التي ستقام في مدينة اربيل خلال المدة من الثاني ولغاية الثامن من شهر تشرين الثاني نوفمبر المقبل، تحضيرا للمشاركة في بطولة الخليج العربي 20 التي ستقام في مدينة عدن اليمنية خلال المدة من 22 تشرين الثاني نوفمبر ولغاية الرابع من شهر كانون الاول ديسمبر المقبلين".

واضاف أن "قائمة المنتخب الوطني العراقي تتألف من محمد كاسد وعلي مطشر واسامة شاكر وحيدر رعد في حراسة المرمى، وسعد عطية وخالد مشير وحيدر عبد الامير ومؤيد خالد واوس ابراهيم ومحمد علي كريم وسامال سعيد ومحمد قابل وحسين عبد الواحد وسعد عبد الامير ونشأت اكرم وصالح سدير وهوار ملا محمد واحمد اياد ومتي خالد ومهدي كريم وعمار كايم وامجد راضي وحمادي احمد والامير حيدر".

وزاد أن "اتحاد الكرة ارسل كتب تفريغ اللاعبين الى الاندية التي يلعبون فيها من اجل تسهيل مهمة الالتحاق بالمعسكر التدريبي في اربيل ومن ثم السفر في التاسع من الشهر الحالي الى الامارات للالتحاق في المرحلة الاخيرة من رحلة الاعداد لخليجي 20 والتي تتضمن اجراء مباراتين وديتين امام الهند والكويت يومي الـ 11 والـ 17 من الشهر المقبل".

ويلعب العراق في خليجي 20 ضمن المجموعة الثانية إلى جانب منتخبات الإمارات، البحرين وسلطنة عمان، وسيلعب أولى مبارياته في البطولة أمام المنتخب الإماراتي يوم الثلاثاء الموافق 23 من شهر تشرين الثاني نوفمبر المقبل، أما المباراة الثانية فستكون أمام منتخب البحرين يوم الجمعة الموافق 26 من الشهر ذاته، على أن يلتقي في مباراته الثالثة والأخيرة ضمن منافسات الدور الأول أمام منتخب سلطنة عمان يوم الاثنين الموافق 29 من شهر تشرين الثاني نوفمبر أيضا.

مواجهة ساخنة لمورينيو في ميلانو

يعود البرتغالي جوزيه مورينيو مدرب ريال مدريد الإسباني إلى ملعب "سان سيرو" لمواجهة ميلان الإيطالي في تعادل 3 مرات أمام فريقَي المدينة، لكن بحال نجاحه وفشل أياكس أمستردام الهولندي في الفوز على ضيفه أوكسير الفرنسي، سيضمن الفريق الملكي صدارة المجموعة قبل مرحلتين على نهاية الدور الأول.

وحتى بحال تعادله مع ميلان وفشل أياكس في الفوز على أوكسير سيضمن ريال تأهله إلى الدور الثاني.

وكان ريال قد خسر في خمس مباريات على أرض ميلان قبل أن ينجح بالتعادل معه 1-1 الموسم الماضي في الدور الأول أيضا.

ويعتقد لاعب الوسط الدولي الألماني سامي خضيرة أن الدفاع الصلب سيكون مفتاح النجاح لريال: "كي تحرز الألقاب أنت بحاجة إلى دفاع جيد، وإذا حافظنا على نظافة شباكنا في ميلانو سنحقق الفوز. معظم الفرق التي أحرزت المسابقة كانت الأقوى دفاعياً... نهدف إلى جلب النقاط الثلاث من سان سيرو والتأهل إلى الدور الثاني". وقال مدافع ريال البرتغالي ريكاردو كارفاليو: "في ملعب برنابيو كنا أفضل منهم، لذلك يريدون الرد والحاق الهزيمة بنا".

وكان مدرب ميلان ماسيميليانو أليغري انتقد لاعبيه بمقاربة المباراة السابقة بطريقة

ودية وأصر أن فريقه لم يقدم مستوى في مدريد.

وفي حين استعد ريال جيداً للقاء بفوزه على إركوليس البكائيتي 3-1 في الدوري المحلي حيث تألق البرتغالي رونالدو والفرنسي كريم بنزيمة الذي يعاني موجة انتقادات حادة، تعرض ميلان لهزيمة قاسية معنويا على ملعبه امام يوفنتوس 2-1 في "سيرو أ".

ويتألق رونالدو حالياً في صفوف الفريق الأبيض، إذ سجل ستة أهداف في آخر مباراتين و 12 هدفا خلال تسع مباريات هذا الموسم ثلاثة منها في دوري الأبطال.

تشلسي يسعى لتكرار فوزه على سبارتاك

وسيضمن تشلسي حامل لقب الدوري الإنكليزي (9 نقاط) صدارة المجموعة السادسة بحال تكرار فوزه على ضيفه سبارتاك موسكو الروسي (6 نقاط) على ملعب "ستامفورد بريج"، وانتهت المواجهة الأخيرة بين الطرفين بفوز "الزرق" 2- صفر في موسكو بهدفين من الروسي يوري زيركوف والفرنسي نيكولا أنبلكا.

ويأمل مرسيليا تحتر سبارتاك موسكو وتحقيق الفوز في الوقت عينه على زيلينا السلافياكي ليرفع رصيده إلى 6 نقاط وينافس على البطولة الثانية.

وقال حارس تشلسي الدولي التشيكي بيتر تشيك: "نريد الفوز على سبارتاك كي نتأهل إلى الدور الثاني ونركز على الدوري الإنكليزي".

ولا يزال لاعب الوسط فرانك لامبارد غائبا عن تشكيلة المدرب الإيطالي كارلو أنشيلوتي، التي تقدم موسماً رانعا على الصعيد المحلي بنيله 25 نقطة من أصل 10 مباريات حتى الآن. وسيكون أرسنال الإنكليزي مرشحا لخطف بطاقة التأهل عندما

يدخل على شاخhtar دانييتسك الأوكراني على ملعب "دونباس أرينا"، إذ يتصدر المجموعة الثامنة برصيد 9 نقاط، ويغارق 3 نقاط عن خصمه الذي سقط أمامه 1-5 منذ أسبوعين في العاصمة لندن.ويتألق أرسنال بشكل لافت هذا الموسم في المسابقة، بعدما سحق سبورتنغ براغا البرتغالي 6-صفر في الجولة الأولى، وفاز على بارتيزان بلغراد الصربي 3-1 خارج أرضه ثم سحقه شاخhtar 5-1، ليتربع على صدارة الفرق

الأقوى هوجوميا حتى الآن مع 14 هدفا.

واستعد أرسنال للقاء شاخhtar بفوزه على وست هام في الدوري المحلي بهدف متأخر من الكاميروني ألكسندر سونغ 1-صفر، ليحتل المركز الثاني بغارق 5 نقاط خلف

تشلسي المتصدر. ويمر سونغ في فترة جيدة بعد تسجيله للمرة الثالثة على التوالي في شباك شاخhtar، ماتشستر سيتي وست هام.

وفي المجموعة ذاتها، يستضيف بارتيزان بلغراد الصربي متذيل المجموعة سبورتنغ براغا البرتغالي الثالث (3 نقاط).

وفي المجموعة الخامسة يسافر باربن ميونخ الألماني المتصدر إلى رومانيا لمواجهة كلوج بعد أن تغلب عليه 3-2 على ملعب "أليانز أرينا".

ويكفي بايرن وصيف النسخة الماضية التعادل أمام كلوج شرط عدم انتهاء المواجهة الثانية في المجموعة بين بازل السويسري (3 نقاط) وروما الإيطالي (3 نقاط) بالتعادل، كي يضمن تأهله إلى الدور الثاني.

طشقد – تأهل منتخب اليابان للدور قبل النهائي عقب فوزه على العراق 3-1 يوم الاثنين على ستاد جار ضمن منافسات الدور ربع النهائي في بطولة آسيا للناشئين تحت 17 عاماً التي تقام في أوزبكستان.

وسجل تاكومي مينامينو (12 و75) وهيروكي اكينو (54) أهداف المنتخب الياباني، في حين أحرز حسين الفوادي هدف العراق في الدقيقة 18.

ويلتقي المنتخب الياباني في الدور قبل النهائي يوم الخميس المقبل مع الفائز من مباراة الأردن وكوريا الشمالية التي تقام في وقت لاحق، في حين تشهد المباراة الثانية في ذات الدور مواجهة أستراليا التي تغلبت على الإمارات 3-2 بعد التمديد مع أوزبكستان الفائزة على

سوريا 2-1.

ويشار إلى أن المنتخبات الحاصلة على المراكز الأربعة الأولى في البطولة تحصل على بطاقات التأهل للمشاركة في كأس العالم للناشئين

تحت 17 عاماً التي تقام العام المقبل في المكسيك.

وجاءت البداية قوية من كلا الطرفين ولكن المنتخب الياباني نجح في افتتاح التسجيل بعد مرور 12 دقيقة إثر تمريرة يوميبي كاندا التي وصلت إلى مينامينو ليسددها قوية في المرمى.

ونجح العراق في إدراك التعادل بالدقيقة 18 عندما أرسل حيدر خضير تمريرة وصلت إلى الفوادي داخل المنطقة ليحولها في الشباك.

وكاد الفوادي يضيف الهدف الثاني بعدما سدد كرة خطيرة مرت فوق

يوفنتوس يفاجئ ميلان في قمة المرحلة التاسعة



سقط ميلان أمام ضيفه يوفنتوس 2-1 يوم السبت في المرحلة التاسعة من الدوري الإيطالي لكرة القدم، التي افتتحت الجمعة بفوز صعب لإنتر ميلان حامل اللقب في المواسم الخمسة الأخيرة على ضيفه جنوى 1-صفر.

وكرم فريق "السيدة العجوز" منافسه ميلان من احتلال الصدارة مؤقتاً بالفوز عليه في عقر داره على ملعب جوزيبي مياتزا أمام 80 ألف متفرج.

افتتح يوفنتوس التسجيل في الشوط الأول برأس مهاجمه فابيو كوالياريللا الذي تطاول لكرة عرضية أرسلها باولو دي تشيغي ووضعها على يسار الحارس الدولي كريستيان أيباتي في الدقيقة 24.

وأثبت قائد يوفنتوس المضمهر أليساندرو دل بييرو أنه لا يزال نافعا لفريقه رغم تقدمه في السن، وسجل

الهدف الثاني في الدقيقة 65 بتسديدة يمينية إثر تمريرة من المالي محمد سيسوكو.

وقلص السويدي زلاتان إبراهيموفيتش الفارق من ضربة رأس مستقيدا من تمريرة لوكا أنطونيني العرضية في الدقيقة 82.

ووقف رصيد ميلان عند 17 نقطة مقابل 15 ليوفنتوس نقلته من المركز الخامس إلى الرابع مؤقتاً. روما يجتاز ليتشي بهدفين

وفي مباراة أخرى فاز روما وصيف بطل الموسم الماضي على ضيفه ليتشي 2-صفر على الملعب الأولمبي في العاصمة أمام 28 ألف متفرج.

عجز روما عن هز شباك ضيفه في الشوط الأول وانتظر حتى الدقيقة 62 لافتتاح التسجيل عبر المدافع الدولي الأرجنتيني نيكولاس بورديسو الذي تلقف عرضية الترويجي يون أرنه ريزه وتابعها برأسه في

الزاوية اليمنى لمرمى الحارس أنطونيو روزاتي.

وأضاف المونتينيغري ميركو فوسينيتش الهدف الثاني في الدقيقة 76 بعدما نفذ فرانثيسكو توتي ركلة حرة تابعها الأول بيسراه في الزاوية اليمنى.

وعلى الفور بعد الهدف الثاني اشتبك قائد روما توتي مع مهاجم ليتشي الأوروغوياني روبن أوليفيرا فأشهر الحكم أندريا جرفازوني البطاقة الحمراء في وجههما وخرجا معا من الملعب ليلعب كل من

الفريقين بعشرة أفراد في ربع الساعة الأخير.



خطف ريال مدريد المتصدر ووصيف البطل فوزاً مهماً في الوقت

الرجح على ضيفه الوافد الجديد هيركوليس البكائيتي 3-1، وحقق برشلونة الثاني فوزاً كاسحاً على ضيفه إشبيلية بخمسة أهداف

نظيفة، بينما اكتفى فالنسيا بنقطة واحدة من تعامله مع ضيفه سرقسطة 1-1 اليوم السبت في افتتاح المرحلة التاسعة من الدوري الإسباني لكرة القدم.

في المباراة الأولى، فاجأ هيركوليس ضيفه بهدف سريع من راسية الدولي الفرنسي السابق دافيد تريزيغيه المنتقل من يوفنتوس

الإيطالي والذي استثمر عرضية متقنة من المدافع دافيد كورتيس أسكنها الشباك على يمين الحارس الدولي إيكركاسياس في الدقيقة الثالثة.

وعجز الفريق الملكي عن تصحيح الأمور في الشوط الأول، وانتظر حتى الدقيقة 52 حيث نجح المحترف الأرجنتيني الجاريد انخل دي مارينا في أدراك التعادل بعد كرة مرتدة من تسديدة صاروخية لزميله

البرتغالي كريستيانو رونالدو أكملها الأول في المرمى بيسراه.

واستقصى مرمى هيركوليس أمام محاولات رونالدو الذي تمكن في الدقائق العشر الأخيرة من تسجيل هدفين متتاليين خلال 5 دقائق



وداع حزين

لأشبال الرافدين في كأس اسيا



العارضة، في حين سدد يوتو هوريغومي ضربة حرة مباشرة خارج

الخشبثات الثلاث.

وفي بداية الشوط الثاني ضغط المنتخب العراقي، وسنحت له أكثر من فرصة للتسجيل، فسدد كامل مهدي كرة باتجاه المرمى الخالي ولكن

الدفاع الياباني تدخل في اللحظة الأخيرة وأبعدها.

ثم تألق الحارس الياباني كوسوكي تاكامورا في التصدي لمحاولة حسين رسول من مسافة قريبة وحولها إلى ضربة ركنية.

وفي عمرة المحاولات العراقية سجلت اليابان الهدف الثاني بعدما أرسل ناويكي كاواغوتشي كرة عرضية في مواجهة المرمى لتصل

إلى هيروكي ايكنو ليسدد في سقف المرمى (54).

وحاول المنتخب العراقي تعديل النتيجة ولكن اليابان نجحت في إضافة الهدف الثالث عن طريق مينامينو الذي تبادل الكرة مع هيروغومي

وسدد في شباك الحارس فهد رحيم (75).

وكان المنتخب العراقي تصدر المجموعة الرابعة في الدور الأول برصيد 6 نقاط من ثلاث مباريات ويغارق نقطة واحدة أمام الإمارات،

مقابل 4 نقاط للكويت ونقطة واحدة للصين، حيث فاز الفريق على

الصين 2-0 وعلى الكويت 3-0 قبل أن يخسر أمام الإمارات 1-2.

وفي المقابل حصلت اليابان على المركز الثاني في المجموعة الثالثة برصيد 7 نقاط من ثلاث مباريات أيضاً ويغارق الأهداف خلف

أستراليا، مقابل 3 نقاط لفيتنام و1 شيء لتيمور الشرقية، حيث فازت

على فيتنام 6-0 ثم على تيمور الشرقية 1-0 قبل أن تتعادل مع

أستراليا 0-0.

وسقط ماتشستر سيتي الذي تغص صفوفه بالنجوم شر سقطه بعد أن تقدم على ضيفه

ولفرهامبتون نتيجة الضغط من البداية وذلك بعدما أعاق ريتشارد ستيرمان لاعب الوسط

الدولي الاسباني دافيد سيلفا المنتقل من فالنسيا فاحتسب ركلة جزاء نفذها بنجاح التوغولي

ايمانويل اديبايور (23).

ولم يستسلم صاحب الأرض للأمر الواقع ولقوة وسيطرة ضيفه الميدانية، وهرب الصربي نيناد

ميلياش من الرقابة المفروضة عليه داخل المنطقة وأرسل كرة خادعة بيساره استقرت في

شباك الحارس الدولي جو هارت معلنة التعادل (30).

ومنح الويلزي ديفيد ادواردز ولفرهامبتون النقاط الثلاث بتسجيله هدف الفوز بتسديدة يمينية من

مسافة قريبة داخل المنطقة (57).

وتأتي خسارة ماتشستر سيتي غداة الضوء



الأخضر الذي منحه المدرب الإيطالي روبرتو

ماتشيني للمهاجم البارغوياني روكي سانتا كروز بامكانية الرحيل خلال سوق الانتقالات الشتوية

في الشهر الأول من 2011، وهو لم يكن ضمن الأساسيين ولا ضمن البدلاء في مباراة اليوم.

وقال ماتشيني "روكي رجل رائع ولاعب جيد، لكن مكانه ليس هنا. إنني حزين لأجله فعلاً لأنه

يستحق أن يلعب وهو يعمل بشكل جيد".

وأضاف "لكن الأمر صعب الآن وأمل أن يستطيع اللعب مع أي فريق آخر لأنه يستحق بالفعل ذلك".

ولم يشارك سانتا كروز (29 عاماً) إلا مرة واحدة مع فريقه هذا الموسم، الثاني له مع ماتشستر

سيتي بعد موسمين مع بلاكبيرن، وهو شارك الموسم الماضي في 19 مباراة وسجل 3 أهداف.

وتغلب فولهام على ضيفه ويغان بهدفين نظيفين

افتتحها الأميركي كيلنت ديمبسي من متابعه رأسية لعرضية أرسلها المكسيكي كارلوس

ساليديو أنهاها في شباك العماني علي الحبسي (30).

وعزز ديمبسي تقدم أصحاب الأرض بالهدف الثاني بعد تمريرة عرضية داخل المنطقة

من كريس بايرد أنهاها على يسار الحبسي (44).

وفاز أيفرتون على ستوك سيتي بهدف للتيجيري

ياكوبو ايغيني (67).

الريال يعزز صدارته

وبرشلونة يسحق اشبيلية

أولهما بعد محاولة من الفرنسي كريم بنزيمة تابعها من زاوية صعبة

في الدقيقة 82، والثاني بعد تمريرة من بنزيمَا نفسه أكملها ييميندا في الشباك في الدقيق4ة 87.

ورفع ريال مدريد رصيده إلى 23 نقطة وتقدم بفارق نقطة واحدة على أقرب مطارديه برشلونة بطل الموسمين الماضيين الذي اكتسح

ضيفه إشبيلية بخمسة أهداف دون رد رفّغ رصيده إلى 22 نقطة.

فوز كاسح لبرشلونة

وفي المباراة الثانية افتتح النجم الأرجنتيني ليونيل ميسي التسجيل مبكراً بعد محاولة من زميله دافيد فيا ومتابعة للكرة في الشباك في

الدقيقة الرابعة، وأضاف فيا نفسه الهدف الثاني بعد أن رد له ميسي الجميل بتمريرة متقنة في الدقيقة 24.

واستفاد برشلونة من طرد المدافع الفرنسي عبد اللاي كونكو في الدقيقة الأخيرة من الشوط الأول لنيله الإنذار الثاني، وأضاف ثلاثة

أهداف في الشوط الثاني عبر البرازيلي دانيال الفيش في الدقيقة 52، وميسي بتسديدة يسارية مباغتة من خارج المنطقة في الدقيقة

64 رافعا رصيده الشخصي إلى 7 أهداف.

وأكمل فيا الخامسة بتسجيله هدف الشخصي الثاني في اللقاء والرابع في البطولة بعد كرة وصلته خارج المنطقة من سيرجيو

بوسكيتس أطلقها ذقيفة لا ترد ييميندا انفجرت في الشباك في الدقيقة



90.

فالنسيا يواصل التراجع

وفي افتتاح المرحلة ذاتها، اكتفى فالنسيا بنقطة واحدة من تعادله مع

ضيفه سرقسطة بهدف لكل منهما.

وسجل الإيطالي ماوريسيو لانتسارو الهدفين أولاً لفريقه سرقسطة

في مرمى أصحاب الأرض في الدقيقة الثالثة، ثم للمضيف حين حول

الكرة إلى مرمى الضيوف عن طريق الخطأ قبل نهاية الشوط الأول

بدقيقتين.

وخسر سرقسطة جهود لاعبه أندر هيريرا الذي نال البطاقة الحمراء

في الدقيقة 67، دون أن يغتنم فالنسيا النقص العددي ويحول النتيجة لمصلحته.

ورفع فالنسيا رصيده إلى 17 نقطة وبقي رابعا مقابل 4 لسرقسطة

الذي ترك المركز الأخير مؤقتاً لديبورتيغو لا كورونيا الذي بات

يتخلف عنه بفارق الأهداف.

CARLOS TOWING

نقل سياراتكم بأسعار رخيصة
نشتري السيارات القديمة
وحسب نوعها وبأسعار
مغرية جدا ويلا تنافس
للسيارات المتهتية
سويتها (ريجو) 200\$

اتصلوا بابن جاليتكم
عسان يوسف

0423 902 393
0403 737 996

N&M Professional Pest Control

مكافحة الحشرات

جودة في العمل باستعمال أفضل المبيدات الحشرية
اسعار مناسبة وضمانة في العمل
للمعلومات الاتصال بابن جاليتكم

9832 2267
Mob: 0423 044 067

Satellites & Antennas

بشرى سارة بدون اشتراك شهري احصلوا على اكثر من 40 قناة بضمنها العربية والكوردية والاورية وجنوب سودان، العراقية، ابو ظبي، الكويت، عشتار، المستقبل، سوريا، الفرات، المحبة، عمان. والانوار وسوريا دراما، سينما الافلام او احصلوا على 21 قناة عربية على دش كبير

اسعارنا مناسبة جدا
مستعدون لتصليح الستلايت اتصلوا بابن جاليتكم : كريم

0401 181 404

Joni's 15 years Experience

Furniture Removals

Contact Joni
Mob: 0420 969 818

Satellites & Antennas

بدون اشتراك شهري

تمتعوا بمشاهدة 44 قناة وبضمنها 13 قناة عربية: ابو ظبي، العراقية، عمان، سوريا، الانوار، عشتار، الحياة، القطيفة، الكابي، جنوب السودان، الفرات، الكويت والمستقبل

اتصلوا بباسل 0431 405 216

أسواق النهريين

تجدون ما يروق لكم من مواد غذائية ومعلبات وحبوب وهدايا وحلويات بادارة علي ياسين وكيل خاص (جريدة العراقية)

لدينا بطانيات بوجهين بطانيات للأطفال شرشف 4 قطع وبنوعية راقية جدا فرشاة العرائس كافة تجهيزات المطبخ من قدور ضغط ممتازة وقدرور طبخ كبيرة

1/159 Northumberland St, Liverpool NSW 2170
Ph: 9822 4400

Satellites & Antennas

استمتعوا من الان بـ 60 قناة وبضمنها 11 قناة عربية. قناة عشتار الفضائية، ابو ظبي، العراقية وعثمان، سوريا، الحياة، الكويت، المستقبل (الاخبار)، قناة المحبة، الفرات، وارنتريا ... للمعلومات اتصلوا بالبسيد داود

0431 275 272

نقلات عماد

لنقل جميع انواع الاثاث والمفروشات داخل سدني ومن سدني الى مالبورن ايضا

Mob: 0402 424 687

Auto Repairs

0401 583 100
Alarm From \$195
Mobile Service
Auto Electrical
Air-condition

ميكانيك وكهربائيات لجميع السيارات والايركنيشن، مسح الاجهزة الالكترونية في السيارة (ايرباك ABS كروس كونترول - راديو سكيورتي كود بجهاز سكاتر الحديث)

هادي للسيارات

لدينا مجموعة ممتازة من السيارات المختلفة اذا اردت ان تقتني سيارة بسعر مناسب جدا فما عليك سلكوى الاتصال بنا : 0406 447 676

محل للبيع

محل للبيع في بلاك تاون+ البضاعة + كل محتويات المحل جميعها وبسعر مغري جدا فرصة تجارية لا تفوتها اتصل الان: 9622 6463-0424 009 664

صالون للبيع

صالون حلاقة نسائي رجالي حديث الديكورات معروض للبيع بكافة محتوياته واجهزته الجديدة وكذلك علب اصباغ الشعر المختلفة وبكميات كثيرة. الراغبين بالشراء الاتصال من الساعة 11 صباحا حتى الساعة 5 مساء ... ما عدا يوم الأحد عطلتنا.

9755 3635

أسواق للبيع

لعدم التفرغ .. أسواق كبيرة للبيع في منطقة بنكستاون داخل Shopping منطقة مزدحمة بالسكان وبسعر مناسب جدا ولمزيد من المعلومات الاتصال : 8764 1141 - 0433 195 404

Cleaning Services

24 Hours 7days

تنظيف الكاريت والسجاد بالبخار
تنظيف السيارات والقنابات
نستعمل مضادات للبكتريا والجراثيم والعطورات الخاصة للكاريت

اتصلوا بابن جاليتكم علي
Call Ali : 8704 5017 - 0422 424 858
Steam Cleaning Car Interiors Lawn Mowing Domestic Couch and Rugs Cleaning Office Cleaning

طلب زواج

انا جورج، مصري مسيحي مواليد 1969م .. ابحت عن شريكة حياتي وتقديس الحياة الزوجية، جادة بالزواج وانجاب الاطفال والعمر لا يزيد عن 36 سنة I'm Looking for good heart

0410 200 174
gurguismikhal@yahoo.com

نقلات نينوس

Nenos Removals
Mob: 0412 959 299

نقل كافة الدور والمعامل والمكاتب
أسعار خاصة لأبناء جاليتنا العراقية والعربية
أمانة ودقة واخلاص في العمل
أحسن الاسعار وافضل الخدمات

محل للبيع 4Sale

محل مجوهرات للبيع في منطقة ميرلاند وله زبائن دائمين بسبب التقاعد. للمعلومات الجادين فقط الاتصال: 0424 467 626 - 9637 4814

AAA SYDNEY REPAIRS

صلح ثلاجتك وغسالتك في بيتك
نصب وتصليح كافة اجهزة التبريد ايركندشن Split System & Ducted Systems
شحن غاز السيارات وبأسعار مناسبة

للمعلومات اتصلوا ب (وسام اوراها)
Ph : 9822 1900
Mob : 0419 201 579

ABU AHMAD BUTCHERY

ملحة ابو احمد للحلالم
Ahmad 0405 150 725
4 - 250 George St, Liverpool Ph: 9734 0222
236 The Boulevard PunchBowl Ph: 9750 4231
هنا توزع جريدة العراقية في بانجبل

خدمات عماد اللوشي لتصليح السيارات ميكانيك - كهربائيات - اركندشن - الأرم

Pink slip \$10 (ريجو)

Oil + Oil Filter \$30
Brake PAD with Fitting Rear or front \$35
Brand new Tyres from \$50 with free balance
C.V Joint boot with one year Warranty \$40
Complete C.V Joint with one year warranty \$75

Starter or Alternators دايتمو او سلف with 6 months Warranty From \$30
ALARM جهاز الانذار مع ضمان سنة with one year Warranty \$150
شحن غاز الار كنديشن A/ CREGAS \$35
Injector & Injection Cleaning 4 Cylinders \$80 6 Cylinders \$100
تركيب راديو ومسجل او (CD) للسيارة \$30

Mobil services available خدمة موباييل متوفرة ... نأتيكم الى البيت او محل عملكم

إطارات في حالة جيدة ابتداءا من \$20

بإدارة عماد اللوشي
CNR St Johns Rd Jindabyne St, Heckenberg Ph: 9607 7680 - 0402 206 325

ONE TIME AUSTRALIAN IMMIGRATION SERVICES LINK

IMMIGRATION & TRANSLATION SERVICES
ABN : 59202289559

مكتب المحامي
Hami Aljader
Manager
MAKN : 0533797

Tel : +61 2 9726 4797
Fax : +61 2 9754 1158
Shop 8/41 Smart st
Fairfield NSW 2165
PO BOX 224W
Fairfield West NSW 2165
at : ofialal@hotmail.com

0404 655 113

دور وشقق للإيجار

B.M.REALTY
كل من يبحث عن دار او شقة الاتصال بنا لتوفيرها له باسهل الطرق اتصوا حالا بالبسيد بهنام موشي على الرقم التالي: 0433 248 602

ABU AHMAD BUTCHERY

ملحة ابو احمد للحلالم
Ahmad 0405 150 725
4 - 250 George St, Liverpool Ph: 9734 0222
236 The Boulevard PunchBowl Ph: 9750 4231
هنا توزع جريدة العراقية في بانجبل

حلال



SAHTEEN
CHARCOAL CHICKEN



صحتين

• KEBABS • PIZZA

OPEN 7 DAYS

PH: 9755 0905 *Service with smile*

31B Smart St, Faairfield Ph: 9755 09 05



\$9.99 Take away only

Take away only

Deal (1)



\$15.99

whole chicken
+L Chips+ M Garlic+ Drink

نعلن عن تخفيضات
هائلة لزبائننا الكرام



Deal (2)



\$9.99

Sandwich
+S Chips + Drink



Deal (3)



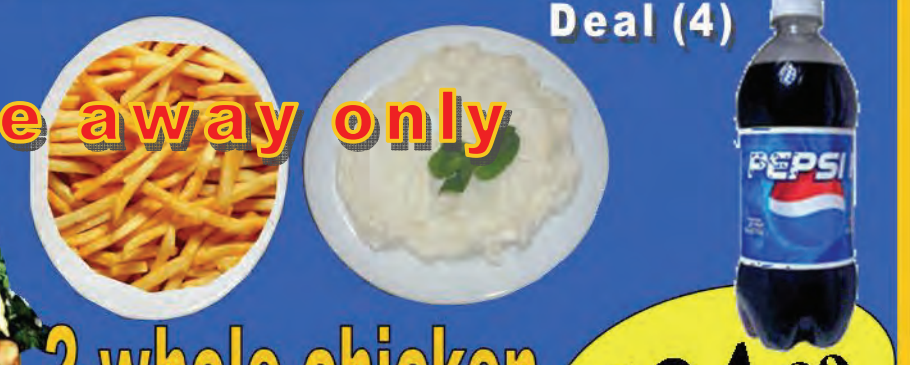
\$24.99

2 Pizza
+L Chips+Drink



Take away only

Deal (4)



2 whole chicken
+L Chips+L Garlic+ Drink

\$24.99



\$29.00
Buy 2 get 1 free



Amir SUPERMARKET
GROCERIES • MIXED BUSINESS • TOBACCONIST • CONTINENTAL
PH: 9821 1727
235-233 Northumberland St, Liverpool



Any information Call Mutaz 0431 223 261



لدينا جميع انواع
الفحم بكل الاحجام



3 for
\$1.99



2k for
\$6.50

تسوق \$100 وتحصل هدية

4 Ltr
\$9.50



5 Ltr
\$12



\$9.99



2 Ltr
\$4.99



3 for
\$7.50



4 Ltr
\$12.99



\$5.99



3 for
\$2.50



3 for
\$1.99



\$1.99



بمناسبة اعياد الميلاد المجيدة

Studio 2000 *Presents*

عادل عكله Adel Oqla

في حفله واحده فقط في يوم 25-12-2010
مع نخبة من مطربي سدني

في قاعة **قصر النجوم**

STAR PALACE 15 Railway Parade Fairfield

سعر البطاقة للشخص الواحد **\$75** (مع المزه والعشاء) **VIP \$100**

للحجز والاستفسار الاتصال على الارقام التاليه

02 8764 0771 - 0421 021 225 - 0412 920 591

تباع التذاكر في مكتب Studio 2000 1 Barbara St Fairfield

الحفل للعوائل فقط البطاقات محدوده

IMedia made me 9727 0777

Alkhiam Restaurant مطعم وصالة الخيام



سيوزع بابا نويل
هدايا للأطفال
يوم الحفل

انتم على موعد
مع الحفل الخاص
بعيد الميلاد المجيد
يوم السبت

25/12/10

Ticket: \$45



ويخين الحفل الفنان
القاتل سلمان شليمون



مع العشاء الفاخر والمعروف لمطعمنا + المازة
المستمرة + المشروبات الغازية + البيرة



Level 1, 36 Smart St, Fairfield Ph: 9723 0100 - 0414 901 082

تخفيضات خاصة لمدة (3) أشهر

في إزالة الشعر بالليزر

Hair Removal for Women

Brazilian & Underarm NOW \$49*

Bikini & Underarm NOW \$49*

Underarm NOW \$29*

Upper Lip NOW \$10*

Lower Legs from \$149*

Hair Removal for Men

Neck (Back or Front) NOW \$29*

Cheeks NOW \$29*

Chest from \$149*

Evolution Laser Liverpool

Shop 130, Level 1, Westfield Liverpool

Macquarie Street Liverpool NSW 2170

p 02 8014 7878

Evolution Laser Fairfield

Shop E4, Fairfield Forum Shopping Centre

8-36 Station Street Fairfield NSW 2165

p 02 9727 4777

Evolution Laser Merrylands

Shop 1093, Stockland Merrylands

1 McFarlane Street Merrylands NSW 2160

p 02 8014 9088

Evolution Laser Bankstown

Shop ML335, Centro Shopping Centre

Stacey Street Bankstown NSW 2200

p 02 9793 7754

إزالة الشعر للنساء

الان \$49 برازيلين وتحت الابط

الان \$49 بكيني وتحت الابط

الان \$29 تحت الابط

الان \$10 فوق الشفة

من \$149 اسفل الساق

إزالة الشعر للرجال

الرقبة (من الامام او الخلف) \$29

الخدود \$29

من \$149 الصدر

حالات خاصة

مختصون

في إزالة

الشعر

بالليزر

ولدينا خبرة

طويلة

evolution
laser clinic

1300 LASER 1

www.evolutionlaser.com.au

NEW
CLIENTS
ONLY



هل يواجه أطفالكم صعوبة في تحضير الواجبات (البيرومات)؟

هل تجدون صعوبة في مساعدتهم؟ لا تأسوا فانا هنا اساعد أطفالكم:

1- في الواجبات اليومية
2- في عمل الـ Assignments
3- وكل شيء يتعلق بال مدرسة

Does your child get frustrated or struggling with there homework quite often or any school work ? Well don't panic I'm here to assist your children with their:
1- Home work
2- Assignments
3- And any school work

Please contact me on 0431622064 for more information

AL-IRAQIA



نائب رئيس التحرير: هيفاء مكي

20 Pages



رئيس التحرير: موفق ساوا

BEANKA SWEET **حلويات بانكا**
ELAMAR
Arabic-Turkish SWEET BEANKA

لدينا معمل للحلويات مستعدون لتجهيز كافة المحلات بالجملة والفرد وبأسعار مغرية جدا. بقلادة بالفسنق الحلبي

9604 9464 - 0422 182 134
 212 The Boulevard, Fairfield Heights NSW 2165

AL-Iraqia newspaper, Weekly, published and distributed every Wednesday throughout Australia-Established 2005 اسبوعية شاملة مستقلة توزع يوم الاربعاء في انحاء استراليا
 Wednesday-Issue:258 - 03 / 11 /10 Ph: 9723 1778 Mob:0411 811 537 www.al-iraqianewspaper.com E:al-iraqianewspaper@hotmail.com Price : \$2.00

Paradiso
RECEPTIONS

P (02) 9754 1666
 P (02) 9728 9444
 David : 0413 467 350
 Steve : 0425 334 433

صالة براديسو ... أكبر وأفخر الصالات في سيدني
 خدماتنا متميزة وممتازة وخدمة سريعة
 وافخر الماكولات العراقية واللبنانية ...
 صالة براديسو للأعراس وجميع المناسبات
 للمعلومات الاتصال بـ (ديفيد) أو (ستيف)
www.paradisoreceptions.com.au



3 Barbara St, Fairfield , Ph : 9754 1666

IRAQI Mixed Business
العراقي للسمانة العربية والعراقية
PH : 9723 9090

كل ما تحتاجه الأسرة بأسعار منافسة وجودة عالية .. هناك أكثر من سبب يدعوك للتسوق من محلاتنا وفر الكثير واختار الاجود من البضائع وبأسعار مناسبة جدا

3/185 The Boulevard St, Fairfield Heights Mob:0402 584 050

FRUIT
Market & Veg Fairfield Heights
 231-233 The Boulevard, Fairfield HTS Ph:9609 1919

Special

Sakura Boutique
 أزياء زقورة سيدتي الجميلة

إذا كنت تبحثين عن فساتين السهرات وكافة المناسبات فكوني على ثقة بانك ستحصلين على أروع الموديلات وأجمل الفساتين من بوتيك زقورة

الازياء مصممة من أمريكا

Whatever your personal style, you are sure to find a gorgeous evening gown that is right for you at Sakura boutique
 Dresses are designer labels from America

Address: Shop 4, 97 Rawson Rd Fairfield West
 Phone: **0414 998 357**
 Email: sakuraboutique@live.com.au

Jovani Tony Bowls Alyce Bg Haute

FAMILY FRUIT MARKET

0432 152 203
 Shop 3, Cnr Mimosa Rd & Greenfield Rd, Greenfield Park

FRESH LBENS BREAD 99c 5 FOR \$4.50

FAIRFIELD FORUM MARKET
أسواق فيرفيلد للمواد الغذائية

توجد لدينا بضاعة جديدة بمناسبة اعياد الميلاد ورأس السنة الميلادية المجيدتين... وبأسعار مناسبة جدا

بإدارة: نشوان

64-72 Ware St, fairfield Ph: 8764 8380