

ص 10

عمر المختار .. أسد الصحراء

ص 11

محمد صبيح أشهر فنان قام بدور «المومياء»

ص 12

أرز باللحم المفروم والدارسين

من الماضي

الغوص أخطار ومهالك ... ولكنه متعة الكويتيين « 3 - 4 »

مخاطر الغوص

– الدجاجة Lionfish : سمكة سامة لها أشواك تضرب بها ومتعددة الأحجام وسميت بالدجاجة لتشبيهها بالدجاجة الحاضرة لبيضها عندما تكون في قاع البحر ويتم اصطيادها بواسطة «الرقور» ويتم أكلها وفي جسم الدجاجة أشواك سامة ويقال أنها تهجم على الغوص وهو في الماء ويكون شكلها في القاع أكبر من ما هو عليه عندما يتم إخراجها خارج البحر حيث أن حجمها صغير مقارنة بحجمها في قاع البحر.

– الدؤل Jellyfish : حيوان هلامي مستدير الشكل لونه يميل إلى حمرة ولونه في الغالب أبيض شفاف أشبه في قطعة «الجيلي» وأخطر أنواعه الدؤل الأحمر ويسمى «إلوتي» وضرته كالحرق على الجسم ويعالج ضربت الدؤل قديما بالصل «الدهن» المستخرج من الأسماك الكبيرة لطلاء السفن الكبيرة ويعالج أيضا «مريس» التمر وغيرها من وسائل العلاج الشعبي قديما وفي بعض الأحيان تكون ضرته شديدة وتحدث فروخا في الجسم بضطر الغاصة على ألزها الغوص إلى العودة إلى الكويت ويسبح الدؤل ببطيئا مع التيار الذي يدفعه ويتقي الغاصة قديما شر لسعة الدؤل بلباس أسود خفيف بلبسونه عندما يوجد الدؤل ويسمى «لباس الغوص».

– الفروص : يفتح الرء نوع من الحيوانات الهلامية صغير الحجم يضرب كالدؤل ولكنه ضرته خفيفة وتعالج في مريس التمر قديما.

– فرس البحر «أبوزيزي» horse fish : سمكة صغيرة الحجم وسميت بهذا الاسم لأن لها صوتا يشبه الأزيز ويقال أن الغوص يشقي على نفسه من أن يضربه أبوزيزي على إحدى عينيه عندما يقترب الغوص الماء جمع المحار من بيته حيث يتحاشا الغواصون عند قلع المحار القريب من بيت أبوزيزي.

– أبولنجي : هو نوعان البحر ويشبه النعمان العادي وهو غير سام وضرره للغاصة هو أنه يسبب لهم الرعب والجزع عندما يشاهد الغاصة في القاع.

– الرماي: يتشدد الرء حيوان صغير الحجم لونه أسود وله شوك خفيفة ويصادف أن يمسكه الغوص إذا البحر غير صافي «مدخ» ويسبب له المأ.

– العاف «الماء الباردة» هو نفق يعرفه الغواصون قديما وتطلق على طليقة باردة جدا من مياه البحر تكون قريبة من قاع البحر أو ملاصقة لها نحو متر أو مترين وتكون بين قاع وسطح البحر ومو قعها ليس ثابت بل يتغير حسب مجرى التيار وطبيعة قاع البحر. فإ أن ينزل الغوص إلى قاع البحر لجمع المحار ويكون الماء القريب من سطح البحر دافئ نوعا ما وفي نزوله يصل إلى ما يسمى «العاف» طليقة من الماء شديدة البرودة فتكون متعبة للغوص فاجسام الغاصة لا تتحمل البرودة فهي تتعبهم وترهقهم خلال عملية الغوص ومن حسن حظهم أن العاف لا يكون موجود في الهيرات طيلة أيام الغوص ويكون موجودا أول السفر في شهر حزيران وفي آخر السفر في شهر سبتمبر ، ولا يكون العاف دائما في الهير وقد يحصل مرة أو مرتين خلال الأسبوع في بعض الهيرات وتلعب التيارات المائية دورا كبيرا في مزج التيارات الباردة بالدافئة وعندما يخرج الغاصة من البحر بعد تعرضهم للعاف يجتمعون على موقد النار في السفينة « السريدان» للدفئة في عز الصيف وذلك لضف بنيتهم رحمهم الله حيث أنهم لم ياتكوا من الصباح شيئا سوى القليل من التمر فقط.

– التيار «الماء»: التيار أو الماية ويسمى أيضا الدردور فيقال الماية حامية إي التيار قوي والتيار القوي له تاثر كبير على الغوص فهو يتعبه كثيرا كما أنه يتعب السبوح في جرحم من قاع البحر وخاصة في حين تكون الماية «وكرة» فيكون الغاصة تحت السفينة ويكون خطرا على الغاصة حين يتم سحبهم حيث يتعرض على ألزها لمخاطر اصطدام رأسهم في أسفل السفينة ويصاب الغاصة إحيانا بما يسمى «ملع» بفتح الميم وإسكان اللام والعين من سبب جرحهم بقوة وفي بعض الأحيان يخرج من صدورهم الدم ويتم علاجهم ببعض الأدوية الشعبية.

الأمراض والعقل التي تصيب الغاصة من جراء العمل الشاق في الغوص وهي كالتالي :

– انفجار الأذن : يحدث للغوص في بعض الأحيان انفجار الأذن بسبب الضغط في قاع البحر ويخرج منها دم ويحتاج الغوص بعدها إلى راحة إلى أن تبرا أفعود ثانية للعمل ويتم علاجها قديما بالكلي والأدوية الشعبية .

– الجروح من جراء الصدمات : يصاب الغوص في جروح من جراء تزامم السفن على أماكن الغوص قديما وخاصة إذا كانت التبراة صغيرة حيث تكون السفن متلاصقة ويجرح الغوص أثناء نزوله إلى قاع البحر من جراء حجر غيص آخر ويخرج ورأسه تتزف دما وفي بعض الأحيان أثناء خروجه بضرب أسفل السفينة فيجرح رأسه وفي بعض الأحيان يشترك حبل الإنقاذ «الإيدة» مع حبل غيص آخر فتعطب السبب من جراء ذلك ويكون هناك خطر على الغوص نفسه .

التمور .. وجبة كاملة ومنجم من الفيتامينات

التمر منجم من الفيتامينات لكثرة ما يحتويه من العناصر المعدنية مثل الفسفور والكالسيوم والحديد والمغنيسيوم والصوديوم والكريت والكلور كما يحتوي التمر أيضا على فيتامينات: أ ب 1 - ب 2 - د فضلا عن السكريات السهلة البسيطة في تركيبها ويعتاز التمر بعدة فوائد صحية من أبرزها أنه مفو لتكيد وملين ويزيد في القوة الجنسية ولا سيما مع الصنوبر. كما يعالج خشونة الحلق، وهو من أكثر النباتات تغذية للبدن، كما أن أكله على الريق يقتل الدود.

كما يعمل أيضا كمقو للعضلات والأعصاب ومؤخر للشيوخوخة، ويحارب القلق العصبي وينشط المعدة الدرقية ويلين الأوعية الدموية، كما أنه يربط الأمعاء ويحفظها من الضعف والالتهابات، ويقوى حجات المخ ويكافح الدوار وزوغان البصر والتراخي والكسل ويدير البول وينظف الكبد ويغسل الكلى.

ويفيد التمر متنوعا ضد السعال والتهاب القصبات الهوائية، فيما تكافح ألباقه الإمساك وأملأحه تعدل حموضة الدم التي تسبب حصص الكلى والحرارة والنفرس والبواسير وارتفاع ضغط الدم ولا يمنع التمر إلا عن البدينين وللصابين بالسكري التمر من أفضل الأغذية في البلاد الحارة والباردة فهو سهل الهضم «يهضم خلال ساعة تقريبا في المعدة» ويساعد الجسم على التخلص من الإمساك لأن له أليافا سليوزية تساعد الأمعاء على حركاتها الاستدارية إلى جانب أن التمر غذاء فهو فاكهة وشراب وحلوى ودواء.

ويتركب من 21 في المئة ماء، وعدد كبير من الفيتامينات، 1.2 في المئة بروتين، و18 في المئة دهونا، و73 في المئة سكريات، و3 في المئة ألياف.

كيلو غرام واحد من التمر يعطي القيمة الحرارية نفسها التي يعطيها كيلوغرام من اللحم، وثلاثة أضعاف ما يعطي كيلو غرام من السمك، ويرطب الأمعاء فيحفظها من الالتهابات والضعف، وهو غني بسكر العنب وسكر الفاكهة وسكر القصب، ويحوي مادة تخفض ضغط الدم عن الحوامل، ويمد الجسم بالحرارة والفيتامين المساعد على النمو القوي للأعصاب، ويعطي الحديد اللازم للدم والفوسفور المهم للتفكير ويساعد على الهدوء والراحة النفسية لذلك فهو يوصف للعصبيين وذائري المزاج كما أن أكله على الريق يقتل الدود فسبحان الخالق فعلى المسلم أن يحرص عليه في رمضان وغير رمضان.