ثقافية اجتماعية توعوية منوعة

مقابلة مع مجلة تين بعل

9

Facebook.com/Rabeeh.buhar
twitter.com/Rabeeh_Buhar
Rabeeh.buhar@gmail.com

ربيع BUHAR

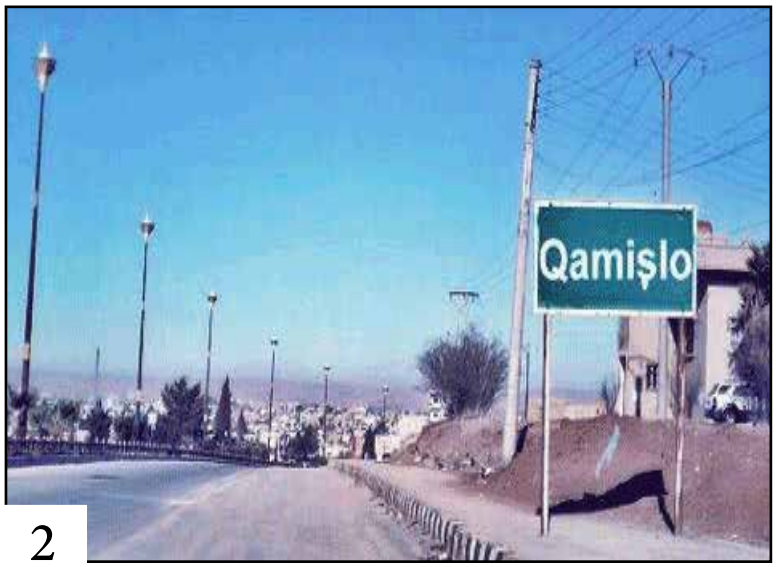
شهرية مستقلة تصدر من كركي لكي السنة الثانية العدد السادس عشر 3 تموز 2014

كلمة لابدَّ منها

لا يزال البرود في التعامل مع المأساة الإنسانية السورية مستمراً من قبل جميع الأطراف المحيطة بها، والتي تشكل يوماً بعد يوم فصلاً جديداً من فصول التراجيديا على الطريقة السورية، هذا البرود الذي يشكل عاملاً نفسياً ودماراً اجتماعياً يتصاعد تباعاً في كل ساعة، وفي كل دقيقة تبرز على السطح العديد من الفواصل التي تقدم على خشبة المسرح السوري والتي تبدي انعكاسها على الأرض السورية طولاً وعرضاً وعلى كل بيت. وكل مواطن لا يزال يُعايش الأزمة في كل شاردة وواردة في حياته اليومية، مع غياب أي أفقٍ لحلٍ سريع الذي لا يبدو أنه في طورِ التحضير.

وأصبح كمن يقال له ها هو الخبز أمامك، ولكن لا تأكل مقسوماً ولا تقسم صحيحاً وكُل حتى تشبع.

آراس حاجي



2

قامشلو تغير وجهها وتحن إلى أبنائها

5

ارتفاع الأسعار في شهر رمضان تهلك...

4

فوائد المونديال

10+11

مقابلة مع الباحث باسيليوس زينو

قامشلو تغير وجهها وتحن إلى أبنائها

كثيراً ما كنت تسمع أن أحد من أصدقائك قد هاجر إلى أوربا لسبب ما، أو أن أحد أبناء جيرانك قد رحل إلى تركيا بحثاً عن عمل، وربما كنت تسمع في فترات متباعدة كثيراً عن هجرة عائلة بكاملها عن المدينة، لكن مع انطلاق الثورة السورية وتدهور الأوضاع في المنطقة، أصبح الشيء النادر يحدث كل يوم، فمن الغير متوقع أن يمر يوم دون أن تخرج عائلات بأكملها من المدينة صوب الدول المجاورة والدول الأوربية، عداك عن هجرة متواصلة للشباب الذي أصبح من العملات المفقود في أسواق المدينة.

قامشلو بوجه جديد

وجه المدينة تتغير، أنت الآن غريب حتى في مدينتك، ليس فقط من هاجر يعيشون في الغربة، بل حتى نحن من بقينا في بيوتنا أصبحت المدينة غريبة علينا، بهذه الكلمات بدء أبو جوان حديثه وهو صاحب محل سمانة في مدينة قامشلو، حيث أن أولاده الثلاثة هاجروا لجهات متعددة ولأسباب مختلفة، حيث يقول أن الأمر لم يختصر على أبنائه فقط، بل على المدينة بأثرها فجيرانه تغيروا، وأصبحت هناك عائلات من الداخل تقطنها، وأصدقاء عمره تركو الحارة بحثاً عن لقمة الحياة ولم يبقى له من الأقارب والرفاق سوى القليل، حيث بات أبو جوان يشعر بأنه يعيش في مدينة أخرى تغيرت وجوهها وملامحها، ولم تعد قامشلو كما كانت وكما يحب دائما، وعلى اعتباره صاحب محل سمانة وله اختلاط يومي بمعاناة الناس في المدينة يقول أبو جوان، إن صعوبة المعيشة هي من قامت بتهجير أكبر نسبة من سكان المدينة، فلقد وصلت الحال عسرا إلى طريق مسدود فغلاء الأسعار وانقطاع الكهرباء والماء بشكل متواصل، وانخفاض سعر الليرة، قد أدى بالكثيرين إلى البحث عن لقمة الحياة التي لم يجدوها سوى في اللجوء إلى إحدى الدول المجاورة أو البعيدة.

لا حل سوى الهجرة

ليس فقط صعوبة المعيشة هي السبب الوحيد للهجرة، فهذه الهجرة بدأت مع انطلاق شرارة الثورة السورية، حيث قام الكثير من الشباب الكرد من المدينة بالانشقاق عن جيش النظام، وفضلت الأغلبية منهم عدم الانخراط في صفوف المعارضة، فكان الحل الوحيد هو مغادرة سورياً، حيث لجأ الكثير من الشباب إلى دول الجوار كالعراق وتركيا، وعمدت نسبة أخرى للجوء إلى أوربا حيث يضيف شيار حول هذا الموضوع ويقول أنه كان في نهايات تأدية خدمته العسكرية عندما انطلقت الثورة، وأغلق باب التسريح ووجد نفسه أمام خيارات صعبة، فأما أن يكون قاتلاً أو مقتولاً، ففضل عليه الحل الثالث والذي لا يقل صعوبة، وهو أن يكون مهاجراً ولاجئاً، حيث يقول أنه مع أول إجازة له إلى منزله، قام بقطع الحدود تهريباً ووصل إلى مدينة إستنبول التركية الذي يقضي فيها أيامه الحالية عاملاً عادياً يعاني الشوق الدائم إلى مدينته.

بحثٌ عن المستقبل أم بحثٌ عن الحلم المفقود

إن كان شيار خرج هارباً من معادلة القاتل والمقتول، فإن لعلي هدف آخر لخروجه من سوريا، حيث يقول إنني حصلت على الشهادة الثانوية بعد عام من الثورة، وكان أن رمتني المفاضلة العاملة في كلية الطب البشري في جامعة حلب، وحاولت الدوام الجامعي في بداية الأمر لكن الوضع في حلب كان صعباً للغاية جراء النزاع المتواصل والقصف الذي لا يهدئ والذي أودى بحياة الكثير من الطلاب، ولأنه يعلم أن حال الجامعات السورية من سيء إلى أسوء، قرر الخروج من سوريا ومحاولة الوصول إلى إحدى الدول الأوربية بعد معاناة طويلة على طريق التهريب حيث وقف به المطاف في ألمانيا، ويبدأ الآن الاستعداد لمتابعة تحصيله العلمي، حيث يضيف أنه كان لديه رغبة كبيرة بمتابعة دراسته في وطنه، والتخرج منها لمساعدته أبناء مدينته، لكن الظروف كانت أصعب منه وأجبرته على المضي في طريق لا رجوع منه، ويتأمل أن تعود به الأيام من جديد إلى قامشلو.

نفي، خوف، والمال لا يغير الواقع

ليس فقط من كان يعاني من صعوبة المعيشة وقلة الإمكانيات المادية يضطر للهجرة، فالقسم المعاكس أيضاً يعاني من المشكلة نفسه، فالعائلات الميسورة مادياً وأصحاب الشركات ورؤوس الأموال أيضاً عانوا الكثير من جراء فقدان الأمان وأجبروا على الهجرة حيث يتحدث لنا أبو خالد ، بأنه تم خطف ابنه على طريق حلب، وأن الخاطفين كانوا يعلمون بيُسر وضعه المادي وأجبروه على دفع فدية وصلت للخمس ملايين ليرة سورية، ولولا بعض الخيرين من أبناء المنطقة لما كان استرد ابنه أيضاً، هذا الأمر دفعه إلى خوف دائم من تكرار هذا الأمر عداك عن انعدام الأمن بشكل عام حيث يقول بأنه كان في خوف دائم على عائلته وممتلكاته فلم يجد حلاً سوى في تصفية كل مشاريعه وأمواله والخروج إلى إقليم كردستان حيث يقطن الآن هناك أكثر من ٣٠٠ ألف كردي سوري نزحوا من المنطقة لأسباب مشابهة.

عندما تتلقى أي اتصال من المهاجرين إلى كردستان العراق أو إلى تركيا وحتى إلى أوربا وأميركا لا يختتم الحديث سوى بالتأكيد على أمر واحد، راجعين على بيوتنا، ولكن متى سيعودون وهل سنبقى لاستقبالهم أم سنرحل نحن أيضاً لنخبر من بقي بأننا عائدون، سؤال لا يغادر عقل القلة الباقية في قامشلو.

هوكر كمال

لما كان كأس العالم...وكان في عالم

بما أنو أحلى شي بالمونديال وبكأس العالم، هو أنك بتندمج كليا مع جو مباريات كرة القدم، وبالتالي بتنسى كل شي في مباريات سياسة على قنوات الأخبار، أو مباريات مناطحات عرقية وطائفية على صفحات الفيس بوك، وحتى مناطحات العشاق ما حالن وهني بيبكوا عالحب اللي راح واللي ترك كتير جراح، ولأنو كل شي بيذكرك بشي فأكيد المونديال كحدث هام بيمر على العالم كلو، بيربطنا دائما بالذكريات يمكن تشوف أول مونديال بحياتك وأنت طفل بالضيعة وتشوف آخر مونديال وأنت عم تشتغل بشي مطعم أميركي، هاي بالعادة بس الشي الي مو بالعادة هي كمية الذكريات الكبيرة الي بتفصل بين هالمونديال والمونديال السابق أي بين تاريخ شهر حزيران بعام ٢٠١٤ وشهر حزيران ٢٠١٠، بمجرد اللمحة بين التاريخين بتروح يمين وشمال ويمكن تجيك الدوخة وتمر قدام عينك شريط ذكريات طويل ومليء بالأحداث الي بينعمل منها مسلسل تراجيدي اكشن على كوميديا مبكية، وبتوقف لتاخد تنهيدة أطول من الأربع سنين اللي مروا وتقول لحالك لعماااا طويلة وين كنا أو وين صرنا...

لما بتقعد وتتذكر كيف لما صار المونديال السابق، كيف كان عند كل واحد سوري بيت وحياة؟ وين هلأ هدول؟ سؤال بيخنق حالو قبل ما يخنقك، البيت إما انهد تحت ضرب البراميل والصواريخ، أو بأحسن الأحوال صار مهجور واذا كنت من أولئك المحظوظين جدا جدا فيبيكون البيت مؤجر بشي كم ليرة ما بقا ينفعوا شي أنو على فكرة الدولار على ايام المونديال السابق كان ب ٤٥ ليرة هلا صاير ب١٧٠ ليرة ومو رضيان يكن كمان ومو راضي يوقف

لما بتتزكر كيف كان الناس تتجمع حول المقاهي والشاشات بكل مكان لتشوف المباريات، بس يا ترى هدول وين صفو؟

لما بتتزكر انو في أكتر من ٢٠٠ ألف من هدول انقتلوا وصارت جثثن تحت الأرض، هاي اذا بقالن جثث أساسا، لما بتتزكر أنو في متلن وأكتر يمكن مقتولين ونحن ما بنعرف عنن شي، وفي عليهم على أضعاف مرمين بالسجون عم يتمنوا الموت، الموت بالرصاص أهون بكتير من الموت تحت التعذيب وتحت رعاية الجالية العالمية بالأمم المتحدة الموقرة، لما بتتزكر انو بكل بيت سوري صار في قتيل أو معتقل وإذا كان هادا البيت مصان من الرب، فبكون كل أولادو مهجرين بين المخيمات والمدن اللي عم تستغلن بكل طيب خاطر وطيب لبنة زبدة ومربى وشاي، ولما بتتزكر انو كل واحد ضل بهالبيوت كل يوم عم يتعرض لسباق تحمل ما بنشوفوا بمباريات كرة القدم لأنو هي لعبة راقية لا تليق بنا، بينما بنتعرض نحن من الصباح للصباح التالي لأكتر اختبارات ممكنة، من انقطاع الكهربا لانقطاع المي هادا إذا كان في لينقطعوا، مع وجبة الشوب الدائمة والحرارة اللي عم تضرب أرقام قياسية تضامنا مع التجبر الحكومي والدولي اللي عم ينقام على الشعب السوري واللي رغم كل هالشي يمكن عم يتجاوز كل السباقات المفروضة لحتى يفتح التلفزيون لدقائق ويشوف بعض اللقطات المعبرة جدا.

لما يشوف كيف الناس عم تفرح ومجتمعة بالساحات والملاعب وعم ترقص كل همها هدف لفريقها، همهن صاروخ من قدم واحد من اللاعبين بيمزق شباك الفريق المنافس إلن، مو همن صواريخ السكود الي بأي لحظة رح تخترق جدار البيت وتسجل عدد لا يحصى من الضحايا، ولا همن برميل متفجر طالع من مروحية مو من رجل اللاعبين، بيجي على سطح البيت بيعملوا قبو معتم مع سابق الأصرار والترصد.

لما بتتزكر كيف كانت الدنيا ماشية وكيف كنت تشوفها والأهم من هيك كيف كنت تحلم فيها، ولما بترجع تشوف وين مشيت وكيف مشيت ووين صارت وكيف صار الحلم، كيف لما عرفت انو كل سيء في أسوء منو، كيف الحلم مات وكيف الأمل مات وكيف الحياة استقبلت هدف بالوقت القاتل، هدف أصر عليه الفريق العدو وجابوا بكل وسائل الكذب والخداع اللي عندوا، ووقع عليها رفقاتوا الي بيقاسموه بالمصالح ومشاها سيادة الحكم الدولي بفعل الفيتو في زمن الجيدو لا في زمن كرة القدم.

جوان بهلوي

فوائد المونديال

تعالت أصوات الصراخ من كل جهة، من كل حارة، من كل بيت سوري، صبايا وشباب، ستات ورجال، صغار وكبار، بس هالمرة مو للسبب البديهي اللي كان يتوارى لأذهاننا من بداية الثورة ولحد هلأ، لا صاروخ ولا برميل، ولا حتى انفجار عبوة ناسفة، الشغلة أكبر من هيك بكتير، تم تسجيل أول حالة خيانة بمونديال ٢٠١٤، مارسيلو سجل هدف على فريقوا، بس مو هي الحادثة الغريبة، الغريب بالموضوع هو اتفاق الشعب السوري على اختلاف طوائفه واتجاهاته السياسية والعرقية والاختلاف اللي بدك تسميه على غباء هاللاعب وقلة انتباهه ... له يامارسيلو له.. لك كيف قدرت تعمل هيك... ما بتخاف الله... ولكن على الرغم من تخوين هالشخص إلا أنه في فرحة عارمة تختلجني .. هي خطوة كبيرة نحو سوريا المستقبل .. قدر هالشعب إنو يوحد كلمتو للمرة الأولى من ٣ سنين .. قدر يحوّل اهتمامه من علاك الأخضر الابراهيمي إلى تحليل أهداف المربع الأخضر .. فجأة انقلبت الآية، ما عاد حدا فتح لا على الدنيا ولا على الجزيرة، ولا على العربية ولا حتى الفضائية السورية، الكل مل من متابعة قنوات الفتن، الكل حس إنو خيو الدرزي السني الشيعي العلوي الكردي المسيحي هو بالنهاية بني آدم، هو خيو اللي ربي معو، هو نفس الشخص اللي اشتقتلوا واشتاق يسهر معو، ويصبح عليه مع فنجان القهوة على أنغام سوا ربينا وسوا قضينا ليالينا، بهالمونديال ماعاد سمعنا أنت مع ولا ضد، مؤيد ولا معارض، لأ .. السؤال اتحول ل أنت مع أي فريق، ومشان ما يبعد كتير عن الجو صار السؤال هلا أنت مع أي طائفة، الطائفة البرازيلية ولا الايطالية، أو بلغة السلاح، انت مع الكتيبة الأرجنتينية ولا الكتيبة الألمانية ولا الهولندية، شفت الصاروخ روبن ولا شفت المدمر ميسي، وينو رونالدو لينسينا صواريخ السكود؟ ، هاد شي والهدنات والمعاهدات التي كانت تعقد بشكل سري شي تاني، شجع فريقي بشجع فريقك، وبالنهاية الكل بيفرح لنفس الهدف والكل بيصرخ لنفس الهدف، وهادا كمان بيتسجل من ضمن الفوائد العامة، صراخ مدوي بيطالع كل شي في قهر من ٤ سنين لهلأ ..ويا سبحان الله بيطلع الكل بيشجع الفريق اللي حياخد الكأس ... سياسة لهيك أنا باسمي واسم كل سوري اوجه شكر وامتنان إلى سعادة كرة القدم، على أعظم خطوة ما قدر يعملها أكبر السياسيين والمنظرين على حساب عيشتنا، كرة القدم الي قدرت تخلي شعب عم يعاني صراع دامي، عم يعاني اقتتال بين الطوائف، إنو يرجع يتوحد ويوقف مع بعض حوالين طابة منفوخة هوا.. كم أنت عظيمة أيتها الكرة .. بالنهاية بتمنى نرجع عطول أخوة لأن المونديال شهر وبيخلص ونحنا أصلا عم نلعب بالوقت الضايع، خلونا نبقى، خلونا نعيش، خلو عندي أمل إنو ممكن ابني أو بنتي يحضروا معي مونديال ٢٠١٨.

ديمة جمال

علم الطاقة الرمضانية

أثبت العلم الحديث أن الحرق في النهار أضعاف منه في الليل، ولهذا الفكرة الرئيسية من الصيام هو التخلص مما خزنه الجسم لسنة كاملة في الكبد وفي أجوفة الجسم.
الجوف الإنساني متشحم، والشحوم والدهون تتراكم طيلة العام وفي الصيام حرق لهذه الشحوم المتراكمة حيث أن الجسم يبقى طول النهار بدون طعام مما يسمح له بحرق الدهون المتراكمة إذا نحن لا نجوع ونعطش دون سبب صحي.
حيث أن الجسم يبدأ بالحرق عند الفجر وينتهي هذا الحرق مع آخر شعاع من أشعة الشمس يعني عند آذان المغرب يتوقف جسم الإنسان عن الحرق وبهذا يصبح الحرق صفرا وأي شيء نأكله يُخزن في الجسم.
لهذا يجب أن يكون الإفطار صحياً، وخفيفا وليس كما هو اليوم مليء بالدهون والأكل الدسم لكي نستفيد من صيامنا في عدم تخزين دهون إضافية ونستفيد من فرصة حرق الفوائض.
القاعدة الذهبية للاستفادة الكاملة من الصيام هي فطور صحي، وبعيد عن الملونات والمواد الحافظة وأن نتوقف عن الطعام في الساعة ١٠ مساء ونتأخر بالسحور.
بالنسبة للماء الكثير يسأل لماذا نصوم عن الماء مع إن الماء ضروري جداً للجسم؟!
الجواب هو أن أمراض الرطوبة منتشرة جدا (مثل أمراض المفاصل والأكزيما والربو) الجفاف يعني الصحة ويوجد حكمة تقول (إذا جف صلح) أي إذا أردنا أن نحتفظ بشيء نجففه مثل الطعام.
وحتى أجسامنا تخزن رطوبة وتؤدي لعدة مشاكل صحية والصيام يقلل جداً من نسبة الرطوبة بالجسم وبهذا تعالج الكثير من أمراض الرطوبة.
وهكذا نرى أن الصيام صحة وإن طاقة الصائم الروحية تكون أكثر من طاقة الفاطر
أصدقائي رمضان شهر الخير والبركة أدعوكم لصيام صحي ترفع فيه طاقاتكم الروحية وتتغلبون على الأمراض فيه، أدعوكم لشهر من التقشف وأعاده الله عليكم بالخير والصحة.

نايا سليم

ارتفاع الأسعار في شهر رمضان تهلك المواطنين

قبل حلول شهر رمضان الكريم بدأت أسعار بعض السلع الاستهلاكية بالارتفاع تدريجياً وقد تزيد من هموم المواطنين في هذا الشهر الفضيل، وهذا مناقض تماماً لما قاله وزير اقتصاد النظام السوري خضر أورفلي « وصول كميات كبيرة من المواد الغذائية المختلفة إلى مرفأي اللاذقية وطرطوس ليتم طرحها في الأسواق ليتم طرحها في الأسواق والابتعاد عن مشكلة ارتفاع الأسعار والاحتكار من قبل بعض التجار».

من أهم المواد التي ترتفع أسعارها خلال هذه الفترة هي المواد ذات الطبيعة الاستهلاكية مثل اللبن، والجبن ومشتاقها والبيض واللحوم والمعلبات، حيث وصل سعر كيلو اللبن في دمشق إلى ١٥٠ ليرة سورية والجبنة ٦٠٠ ليرة سورية والحليب ١٤٠ ليرة سورية وصفد بيض (٣٠ بيضة) بـ: ٧٥٠ ليرة سورية.

مع ضعف الرقابة على الأسعار ومع استغلال التجار الأوضاع الراهنة واحتكار أسعار السلع الغذائية قد تهلك المستهلك السوري ويضع أمامه تحدياً آخر خلال هذا الشهر حيث وصل سعر زيت الزيتون إلى ١٧٠٠ لليتر الواحد وعباد الشمس ٨٠٠ ليرة سورية.

ورغم وفرة بعض المنتجات مثل الرز، والعدس إلا أنها مازالت مرتفعة إذ يراوح سعر الرز بين ٦٥٠ إلى ١٠٠٠ ليرة سورية، وتختلف حسب المنطقة والنوعية.

مع دخول الخضار، والفواكه من الدول المجاورة مثل مصر والأردن فسعر البندورة الأردنية تباع بـ: ١٤٠ ليرة للكيلو والبندورة المصرية تباع ١٢٠ ليرة.

من ناحية أخرى تشهد المناطق التي تعتمد على الزراعة المحلية انخفاض في أسعار بعض الخضروات مثل البندورة التي انخفض سعرها إلى ١٠٠ ليرة للكيلو الواحد والخسار بـ: ٧٠ ليرة والبطاطا بـ: ٨٠ ليرة والبامية بـ: ٢٠٠ ليرة سورية.

إلا أن بعض المناطق تعاني شح في المواد الرمضانية مثل التمور، والبلح بسبب الحصار الاقتصادي المفروض من قبل بعض الدول العربية، إلا أن بعض التمور تأتي من العراق عن طريق التهريب، ولكنها لا تسد النقص الموجود في السوق.

أزمة الخبز:

مع تلميح الحكومة برفع سعر الخبز خلال الأيام القادمة، و هذا ما سيكمل الحصار الخانق على المواطن ويكاد يكون الخبز الملاذ الوحيد للسوريين في واقع الغلاء الذي يلف الأسواق. في دراسة جديدة قامت بها وزارة الاقتصاد السوري أن تكلفة ٢ كيلو خبز على الحكومة بـ: ١٥٠ ليرة و تبيعها للمواطن بـ: ١٥ ليرة .

وقالت الدراسة أيضاً « تنتج سورية ١٦ مليار رغيف خبز سنوياً، أي ٢ مليار ربطة خبز، ولكن هناك نحو ٥٠٠ مليون ربطة خبز تذهب هدراً وطعاماً للمواشي». علماً أن أصحاب الأفران الخاصة يبيعون ربطة الخبز بـ٦٠ ليرة، ما يؤكد أن كلفة انتاج الربطة لا تصل إلى ١٥٠ ليرة .

مع استمرار الأجور الزهيدة للمواطنين سواء في القطاع العام أو الخاص قد لايصل الدخل حتى ٣٠٠ دولار في الشهر للطبقة الأولى و الطبقة الثانية والثالثة و الرابعة قد تصل إلى ١٥٠ دولار أو أقل من المبلغ المذكور و هذا ما يطبقه النظام السوري على الشعب من خلال سياسة القتل و الحصار و التجويع .

رودي رسول

فاقد الشيء لا يعطيه-الإعلام الكردي أنموذجاً-

مشوار الكتابة بدأ مذ استطلاع الإنسان لحاجته الماسة إليها، تلتها لغة الخطاب كتابياً لضرورة التواصل، فمعظم الشعوب، ومن بدأ الظلم الذي لحق به جراء احتلال أرضه من قبل قوة أخرى، سلاحهم كانت المشاورات، والوصول إلى قرار ومن ثم تعميمه على بقية الرفقة من خلال رسالة أو بيان يدعون فيها ما يهدفون إليه، على غرار ذلك كانت الأسبقية في دفع الفدية هم أهل القلم «ذاك السلاح الذي تسلح به معظم الشعوب المضطهدة، لإيصال صوتهم إلى باقي شعوب العالم»، فالكثير من دماء المفكرين والكتاب والصحفيين أريقت سبيلاً لنضالهم ضد الاحتلال وعشقاً للحرية. والإعلام بمروره التاريخي إلى يومنا هذا نبش أمور وأسراراً كثيرة كانت سبيلاً لخلاص مجتمع ونيله لحريته من جهة، ومن جهة أخرى فقد صاحب الرأي حياته ثمناً لحرية قلمه، وما كنا إلا أن نستذكرهم بسطور أو ذكرى حية تمجد جرأتهم وإخلاصهم وتفانيهم لشعبهم وأرضهم.

الشعب الكردي كباقي الشعوب التي لحق بهم الأذى والظلم من قبل السلطات التي حكمتها فترة طويلة من الزمن، وقد يكون هذا الشعب أكثر الشعوب اضطهاداً، ومازال الاضطهاد مجبولاً عليهم في الكثير من مناطق عيشه، ففي تركيا يشكل الكرد الشريحة الثانية بعد القومية التركية، وهي ثاني قومية من حيث العدد، فحالات الكتابة والدفاع عن حق الكردي تتمرس بين الكيانات، والأحزاب الكردية بوتيرة قوية وقومية تنادي بالإصلاحات وتغير النهج الذي تمارسه السلطات والقوى التركية إزاء الكرد، ويبقى الكاتب حريصاً كل الحرص على ألا يشوب كتابته لغط أو تشهير لجهة أو طرف كردي، لألا يستغل غداً في إثارة الضد في تحليل الوقائع وترتيبها بحيث يخدم مصالح القوة المضطهدة له، وإن كانت هناك فراغات فإنها تسد من قبل الأطراف التي تراعي أخلاقية الكتابة، واحترام القلم الذي يحكمه ضمير وعقلية وصراحة ذاتية، رغم كل هذا دفع الكثير من أبنائه المفكرين والصحفيين والنقاد جزية ذلك، بالاغتيال كان أو التهجير والنفي والاعتقال، والأمر ذاته ينطبق على الحالة السورية والإيرانية، ولكن ظهور الشبكة العنكبوتية وسهولة استخدامها فتحت أمام الساعي للتقمص أو التعبير عن النفس في إبداء رأيه بالشكل الذي يراه من الضروري إشاعته بين جمهور القراء، والحالة هذه ارتبطت بالإخلاص أحياناً، فقط لتسميم الأجواء الصحفية، نذكر من هذه الحالات «التشهير العلني، الدفاع المستميت عن الخطأ، نشر الخطأ، الإشاعات المغرضة»، وهذا ما يشير إلى عدم الارتقاء إلى حالة الاستلهام الكامل لكيفية الكتابة والنشر وعدم مراعاة ما قد يحدث، بالطبع لا يتحمل صاحب القلم الوزر وحده بل يتقاسم الجهة الناشرة للموضوع أو المقال الثلثين أو أكثر من اعتمادها عملية النشر دون مراعاة ضوابط وقواعد تخوله للنشر، كذلك عدم وجود رقابة على ما ينشر وبالأخص على المدونات، والصفحات الإلكترونية التي تصعب مراقبتها إن لم تكن ذاتية من قبل مدرائها.

إقليم كردستان العراق فهو غيض من فيض لما نكتبه ونتحدث عنه، فقد أخذ الإعلام والصحافة في إقليم كردستان منحاً آخر من الاستغراب الإعلامي، فالكرد يتمتعون بجرائد شبه يومية ومجلات شهرية ونصف شهرية وفصلية والتي تغزو السوق الكردستانية في الإقليم هذا عدا عن الإعلام الإلكتروني، فقد أخذ اتجاه الكم وليس النوع وبدأ السوق الكردية مرصعة بالمنشورات اليومية وشبه الأسبوعية والقراء مقارنة بأعداد الجرائد والمجلات قليل جداً، ويزداد أعداد القراء إن كانت هناك مناوشة أو تغريب صحفي لشخصية سياسية أو اجتماعية معروفة في البلد، أخذت هذه السياسة تغلب على معظم الجرائد والمجلات في الإقليم إيماناً منهم بأن التجريح وسط تصفيق القراء له دليل على قبول نشرتهم في الوسط. والسبب قد يكون الحرية الممنوحة ذات الجرعة الزائدة من قبل السلطات في إقليم كردستان، وقد يكون نقص الكادر الفني الإعلامي المحب لمهنة الصحافة والمراعي لأخلاقيات الصحفي.

فبواعث الملل في صحافتنا الكردية يشتد يوماً بعد آخر، فإلى أن نرى حلاً موضوعياً لها، يكون قد سبقنا الدهر عشرات السنين، فإن كانت النعمة الممنوحة للصحفيين والصحافة في إقليم كردستان لدولة أو إقليم آخر كان قد وضع مشواراً استراتيجياً مدروساً في سبيل الصحافة والإعلام خدمة لبلده ووطنه، أما نحن فإن لم نجد شخصاً نجرحه باتت صحافتنا في مستنقعاً يصعب الخروج منها، أو ربما نعشق الذل لنصنع إعلاماً يحتذى به.

إبراهيم بهلوي

آخر الاحصائيات التي قامت بها الأمم المتحدة عن حجم الدمار الذي أصاب البنية التحتية السورية

من الصعب جدا أن نحدد ونشرح آخر الاحصاءات التي قامت بها الامم المتحدة عن حجم الدمار الذي أصاب البنية التحتية السورية لأسباب تتعلق بدقة الأرقام مع تزايد الصعوبات في جمع إحصاءات دقيقة تماما في ظل العنف القائم، لكن باختصار التقرير الأخير الذي أصدرته الأونروا وبرنامج الأمم المتحدة الإنمائي والمركز السوري لبحوث السياسات يعكس حقائق مرعبة عن المستقبل السوري الغامض والذي يدفعه كل يوم إضافي في هذه الحرب سواء باسم «الثورة المستمرة» أو الحملة العسكرية المستمرة للقضاء على «المؤامرة» إلى خسائر مادية وبشرية هائلة. التقرير الأخير تأخر صدوره حتى شهر أيار من هذا العام وهو يغطي فقط الربعين الأخيرين من العام ٢٠١٣ من شهر تموز وحتى ديسمبر. على ضوء هذا التقرير الذي حمل عن حق اسم «هدر الإنسانية» تتجلى الكارثة السورية التي بلا أدنى شك ستؤثر عمقاً على استقلالية القرارين السياسي والاقتصادي مستقبلا كائناً من كان حاكماً على سوريا أو ما سيتبقى منها. فقد أدت الأزمة الحالية إلى ولادة «اقتصادات عنف» وبروز شبكة جديدة من أمراء الحرب الذين استفادوا بشكل كبير من حالة الفوضى وتراجع سيطرة الدولة على معظم الحدود، فبرزت نخب جديدة تقوم بتهريب النفط وبيعه، بالإضافة إلى التنقيب المكثف غير المشروع في المناطق الأثرية، وتفكيك المصانع وبيع القطع واختلاس المساعدات الإنسانية والتبرعات وممارسة الاختطاف والتهديد وتجارة الأسلحة وتفكك القطاع الصناعي الانتاجي في معظم المناطق وهروب رأس المال والاستثمارات وشلل القطاع السياحي كل هذه العوامل إلى جانب غياب المعيل في كثير من الحالات بسبب الاعتقال أو الموت أو النزوح تؤدي إلى رسم واقع كارثي يتم تغييبه بشكل شبه تام ليبقى الحضور الطاغي إعلامياً للشحن الطائفي وللعمليات العسكرية والتفجيرات والانتهاكات المرتكبة من قبل كافة أطراف النزاع وهي على كل من الوسائل الضرورية إعلامياً لإدامة الصراع وبالتالي تنامي اقتصاد العنف.

بسبب العقوبات الاقتصادية والدمار الذي لحق بالقطاعات الصناعية والسياحية والحرب اليومية نجد باستعراض بعض الأرقام أنّ الخسائر الاقتصادية الإجمالية حتى نهاية ٢٠١٣ تقدر بحوالي ١٤٣,٨ مليار دولار. كما وصل الدين العام الإجمالي إلى ١٢٦٪ من الناتج وارتفعت أسعار المستهلك بمعدل ١٧٨٪ كما زادت أسعار المواد الغذائية بمعدل ٢٧٥٪. خلال الأزمة فقد ٢,٦٧ مليون سوري عمله ليرتفع عدد العاطلين عن العمل إلى ٣,٣٩ مليون شخص، وبالتالي أصبحت نسبة البطالة تقدر بـ ٥٤,٣ ٪.

يشكل هؤلاء مصدر الدخل الأساسي لحوالي ١١,٠٣ مليون شخص. الأثر المباشر للبطالة يتجلى في ارتفاع معدلات الفقر ليصبح مع نهاية ٢٠١٣ ثلاثة أشخاص من كل أربعة هم من الفقراء، ومايقدر بـ ٥٤,٣ ٪ يرزحون في حالة فقر شديد، ونحو ٢٠٪ في حالة فقر مدقع. تراجع تصنيف التنمية في سوريا من مجموعة الدول ذات التنمية البشرية المتوسطة إلى مجموعة الدول ذات التنمية البشرية المنخفضة. الكارثة المستقبلية تتجلى أيضاً في «الجيل الضائع» وهم الأطفال الذي لم يتمكنوا من الالتحاق بالتعليم الأساسي بسبب الحرب و خروج نحو ٤٠٠٠ مدرسة من الخدمة. يقدر إجمالي عدد هؤلاء الأطفال بـ ٥١,٨٪ وعلى مستوى المحافظات تصل إلى أكثر من ٩٠٪ في الرقة وحلب وإلى ٦٨٪ في ريف دمشق. وثمة مشكلة إضافية هي تعدد المناهج الدراسية التي تدرس لمن تمكن من الأطفال بالالتحاق بالتعليم الأساسي، فبعضها يدرس مناهج إسلامية حصراً، وأخرى المنهاج الليبي، وأخرى المناهج الرسمية مما سيسهم لديهم في مفاقمة أزمات الهوية الراهنة ونوعية التعليم. الخسائر البشرية هائلة وصعبة الحصر لاسيما مع وجود حالات اختنقاء قسرية كثيرة والطابع الانحيازي لمعظم مراكز التوثيق وتضرر القطاع الصحي بشكل كبير، حيث ٦١ مشفى عام من أصل ٩١، وخرج ٤٥٪ منها كلياً خارج الخدمة، بالاضافة إلى تضرر ٥٣ مشفى خاص. الأعداد التقديرية للضحايا وصلت مع نهاية العام ٢٠١٣ إلى مايزيد عن ١٣٠ ألف ضحية، وتزيد أعداد الجرحى ومشوهي الحرب عن النصف مليون إنسان. كما ذكرت سابقاً الأرقام تعكس تبدلات ديمغرافية عميقة بسبب حركة النزوح واللجوء المستمرة، وحتى نهاية ٢٠١٣ غادر ما لايقل عن ١٢٪ من سكان سوريا بلادهم، وكان مايزيد عن ٤٥٪ من السكان قد غادروا مكان إقامتهم المعتاد. تقدر أعداد النازحين داخلياً حتى الآن ما بين ٦,٥ و-٧,٥ مليون شخص، في حين تقدر أعداد اللاجئين «المسجلين» فقط بما يزيد عن ٢,٨ مليون شخص بمعدل وسطي لأعداد اللاجئين المسجلين شهرياً يتجاوز ١٠٠ ألف شخص، يترافق ذلك مع خطر أزمة مياه محتملة وتوقع أشهر صيف جافة، الأمر الذي سيكون له انعكاسات خطيرة في معظم المناطق المجاورة التي تعاني أصلاً من ضعف في الموارد وضعف في البنى الاقتصادية. وتجدر الإشارة بأنّ هذه الأرقام مرشحة للازدياد وقد تصل مع نهاية العام الحالي إلى مايزيد عن ٤ ملايين لاجئ لتكون أكبر أزمة لاجئين في القرن ٢١.

باسيليوس زينو

حقوق الطفل

لا يخفى على أحد ما يذاع ويقال عبر وسائل الإعلام المرئية والمسموعة وما يكتب في الصحف والمجلات والكتب والمراجع عن حقوق الانسان، وينبغي معرفة أن هذه الحقوق تشمل جميع الفئات العمرية والجنسين، والأطفال شريحة واسعة ومهمة جداً ويحق لهم التمتع بنفس حقوق الراشدين، بل وأكثر، لأنهم ضعفاء ويعتمدون على غيرهم، لذا وجب وضع وتحديد حقوق خاصة ومميزة تحمي الطفولة والأطفال واحتياجاتهم الخاصة.

لقد وضعت اتفاقية حقوق الطفل معاييراً ينبغي تفعيلها من أجل تطور ونماء الأطفال إلى أقصى حد حتى بلوغ سن النضج، والعمل على تخليصهم من ربقة الجوع والفقر والإهمال وسوء المعاملة. هذه الاتفاقية تعكس رؤية جديدة للطفل، فهي لا تعتبره ملكاً لوالديه وأنه ليس مادة يتصدق بها، بل هو كائن حي يتمتع بحقوق كاملة مثل الكبار باعتباره فرداً مستقلاً ينتمي إلى أسرة ومجتمع يتمتع بحقوق وعليه واجبات تتلاءم مع سنه ومرحلة نماءه... ومن خلال هذا المنظور شددت الاتفاقية على أهمية التركيز على الطفل ككل.

و قد ساهمت الاتفاقية ومبادرة العديد من البلدان بالتصديق عليها في تعزيز الاعتراف بالكرامة الإنسانية الأساسية لجميع الأطفال وأكدت على ضرورة ضمان رفاهيتهم ونماءهم. وتنص الاتفاقية بوضوح على مبدأ تمتع جميع الأطفال بنوعية جيدة من المعيشة كحق لهم وليس امتيازا يتمتع به قلة منهم.

بالرغم من وجود هذه الحقوق، ووجود صندوق الأمم المتحدة لرعاية الطفل (اليونيسيف) التي تدافع عن الأطفال، إلا أن الواقع لا يبشر بالخير، فيعاني الأطفال من الفقر والتشرد وسوء المعاملة والإهمال والأمراض التي يمكن الوقاية منها، وعدم المساواة في توفير فرص التعليم، ونظم قضاء جنائية لا تعترف باحتياجاتهم الخاصة، وهذا يحدث في الدول المتقدمة كما في الدول الفقيرة. ففي كلاهما تحدث خروقات وتجاوزات، وانتهاكات بخصوص حقوق الأطفال ولكن على نحو متفاوت.

هناك شبه إجماع عالمي على تصديق الاتفاقية وهذا يعد التزاماً من حكوماتها بتنفيذ بنود الاتفاقية وفق المصلحة المثلى للطفل، وهذا يشمل التزام جميع أفراد المجتمع ومنظماته، ومؤسساته المدنية لترجمتها الى واقع وتوفير الخدمات الأفضل للأطفال.

في كثير من الحالات، يتعرض الطفل لأنواع مختلفة من العنف والاستغلال والإيذاء والتي تبنتها منظمة اليونيسيف، وتسعى بشكل جدي لمنعها وحماية الأطفال منها عبر تغيير التشريعات والسياسات والخدمات والعادات الاجتماعية التي تؤدي إلى تحسين حماية الأطفال ونذكر هنا الانتهاكات الأساسية التي يتعرض لها الأطفال:

الحد من العنف المسلح والذي لا يستثني الأطفال
تسجيل المواليد
عمالة الأطفال
زواج الأطفال
تجنيد الأطفال على يد القوات أو الجماعات المسلحة
الإتجار بالأطفال
التشرد والحرمان من الرعاية الأبوية
معاناة الأطفال ذوي الإعاقة
انفصال الأسر في حالات الطوارئ والحروب
ختان الإناث
العنف ضد الأطفال
العدالة للأطفال
الألغام الأرضية والأسلحة المتفجرة
العنف الجنسي ضد الأطفال

إقرار معاهدة بخصوص حماية الطفل مر بطريق طويل امتد من عام ١٩٤٥ عند إرساء ميثاق الأمم المتحدة حول حقوق الإنسان إلى ٢٠ تشرين الثاني/ نوفمبر ١٩٨٩، حيث أقرّت الجمعية العامة للأمم المتحدة بالإجماع نص اتفاقية حقوق الطفل بموافقة الدول الأعضاء في الأمم المتحدة. وفي أيلول/سبتمبر عام ١٩٩٠، وبعد تصديق ٢٠ دولة عليها أصبحت صكاً قانونياً ملزماً. وأعقب تصديق عدة بلدان عليها بعد اعتمادها بفترة وجيزة. وتوالى بعد ذلك تصديق أو انضمام البلدان الأخرى تباعا، لتصبح بذلك الصك الأكثر قبولاً لحقوق الإنسان على المستوى العالمي. وحتى كانون الثاني/ ديسمبر ٢٠٠٥، أصبحت جميع الدول طرفاً في الاتفاقية تقريباً باستثناء الصومال والولايات المتحدة، اللتان وقعتا عليها فقط معربتان بذلك عن مساندتهما لها.

فأين الأطفال السوريون من كل هذه الاتفاقات والمواثيق الأممية، والجهات المدافعة عنها؟ ماذا يفعل الجميع لحماية هؤلاء الأطفال الذين يتعرضون لجميع أصناف العذاب والعنف والاغتصاب، والإيذاء والخطف والاعتقال والتعذيب والقتل والتجويع والحرمان والتشريد والتهجير؟ أين الإنسانية والعالم الحر من هذه الأعداد الهائلة من الأطفال الذين يقتلون ويذبحون ويموتون من الجوع والحرمان وتحت أنقاض البيوت المهدمة من جراء قصف النظام السوري بالبراميل المتفجرة وجميع الأسلحة المحظورة دولياً؟ أين النخوة العالمية من إنقاذ الشعب السوري وخاصة الأطفال من إرهاب النظام والمجاميع الإرهابية المتشددة؟ وما جدوى الأمم المتحدة، ومنظماته وخاصة مجلس الأمن الدولي الذي بات فاشلاً ومشلولاً؟ وهل هناك أي جدوى من بقاء مجلس الأمن إلا لمصلحة أعضاءه الدائمين؟

لقد دق ناقوس الخطر، فاستمرار الثورة السورية السلمية والتي حولها النظام إلى نزاع مسلح طال أمده، وفقدان الأمن والأمان بشكل كلي واستعمال النظام لكل أصناف الأسلحة التقليدية والمحظورة وبشكل فظيع، أدت إلى حالة فوضى خلاقة في عموم البلاد، وهذا أدى بدوره إلى ظهور جيل جديد من الأطفال المحرومين من لذة الطفولة والتعليم والرابطة الأسرية ومن كل شيء ويتعرضون لكل أنواع الانتهاكات، والعنف التي لم يشهد العالم مثيلا لها، وسيكون لها انعكاساتها المستقبلية الكارثية والتي ستؤثر ليس على مستقبل سوريا فحسب، بل على العالم كله سلباً... يقع على عاتق العالم جميعاً مسؤولية إنسانية وأخلاقية تجاوز تخاذلها أو تواطؤها مع النظام المجرم والإسراع لنجدة الشعب السوري وأطفاله، وتخليصهم من النظام ومن العصابات المتشددة الإرهابية والفصائل المسلحة الأجنبية المرتزقة التي استقدمها النظام والإرهاب العالمي وإلا فالكارثة واقعة لا محال وسيلعن التاريخ كل المتخاذلين والمنافقين.

م.نور الدين حاجي

مقابلة مع مجلة تين بعل

أجيال سوريا كشجرة التين التي تنمو في أقسى الظروف لتشق جذورها الصخور، وتمتص الخير الموجود في الأرض مهما كان نادراً، تحب المطر الذي يأتي دون موعد، كفرصة لم تكن في الحسبان، وتعطي ثمراً طيباً وفيراً ومشبعاً.

ولشبه أجيالنا شجرة التين انطلقت مجلة شهرية لليافعين باسم «تين بعل» هو تعبير قديم يعني تين مروي بماء المطر، مأخوذ من الإله بعل كبير الآلهة وهو الذي كان ينزل المطر على الناس بالاعتقادات الأشورية والسومرية القديمة.

يغلب على المجلة الطابع القصصي، ليبدأ العدد بقصة كوميكس «سالم يعلمك المساعدة» سالم شاب سوري وعضو في فريق الدفاع المدني. حيث أنه لا يستطيع أن يقف مكتوف اليدين عندما يرى مجموعة من الأطفال أو الكبار يتصرفون بطريقة تعرضهم وتعرض غيرهم للخطر، ليتواجد دائماً يصحح لهم تصرفاتهم ويمرر بعض المعلومات القيّمة.

أما في كوميكس «الطريق إلى النور» تخبرنا المشرفة على تحرير المجلة الأنسة «أليس الشامي» أنها قصة طويلة ومعقدة ولها إسقاطات عجيبة على الواقع، حيث تكون الأحداث في عام ٢١٥٠ بعد سنوات من انتهاء الحياة على كوكب الأرض وانتقال البشر الناجين ليعيشوا على كوكب تاريرو، حيث ينقسم كوكب تاريرو إلى العالم الأسفل الذي يعيش فيه الناجون من البشر والعالم الأعلى للنبلاء فقط!

وأضافت السيدة «الشامي» عن قصة سامي رحالة بالصدفة أنها تحمل هدف التعريف بالمناطق المختلفة من سوريا وثقافاتها ولهجاتها، تتحدى فكرة التقسيم لنقنع الأطفال أننا بلد واحدة رغم اختلافنا فنحن متشابهون.

حيث يغامر سامي مع كلبه كريستوف كولومبس ليستكشف بلاده شبراً شبراً ويتعرف أن الجغرافيا ليست بمادة جافة مملة كما تبدو على الورق.

أما في قصة بشر وهيفين المستكشفان الفضوليان فهما يسافران عبر آلة الزمن ويوحوا عن تواريخ كانت مهمشة بالمناهج التدريسية عن ماضي بلادنا القريب لن نقرأها في كتب التاريخ!

وعن قصص الشعوب فاختيارها كان ليس باعتباطي أبداً، ويهدف لإدخال أساطير المناطق والأفكار والقيم التي تحملها، ليقع الاختيار في العدد صفر على قصة «جمشيد» من التراث الفارسي.

كما تشجع المجلة الأطفال على ممارسة فن التدوير في صفحة دوّرها لما له من فائدة جمالية وإبداعية تنمو مع أجيالنا.

وعندما سألنا الأستاذة «الشامي» عن الصعوبات التي تواجههم، أجابت بأنها صعوبات في التواصل بشكل أساسي، كون الفريق موزع حول العالم، أحياناً نفقد الاتصال مع أحد الكتاب أو الفنانين، كما تؤثر صعوبة التواصل في تطوير الأفكار والتوافق بين النصوص والرسامين.

لكن مع ذلك استطعنا الوصول إلى نتيجة مقبولة في العدد صفر الذي أخذنا في تحضيره بعض الوقت، كما أن الإحباط والمتاعب التي يعاني منها فريق العمل أيضاً من الصعوبات التي كان علينا العمل على تجاوزها وتحفيز الفريق ليشعر بقيمة الدور الذي يقوم به في هذه المرحلة.

تين بعل مجلة سورية تحاكي فئة المراهقين واليافعين، يعمل على إنتاج الأعداد فريق مكون من عشرة شباب، بين مؤلفين وفنانين ومخرج فني، ولا يوجد بينهم من اليافعين كفريق إعداد ورسم لكنهم يأملون لإشراك اليافعين وتفاعلهم بشكل أكبر مع صفحات المجلة.

نهايةً لا بد من رسالة توجهها تين بعل لأجيال وطننا: الأمل موجود، وأنتم من ستصنعونه، سامحونا على أخطائنا بحقكم، وتطلعوا إلى الأمام، لأن الجيل الذي عانى أقسى الظروف سيبدع حتماً، ويتألق، كالفحم الذي مارست عليه الأرض ضغطاً هائلاً فتحول إلى ماس نفيس. وفي هذه الأحوال السيئة، لا مفر من الاعتماد عَلى أنفسكم، اعملوا وتعلموا، واستفيدوا من أخطائنا، لعلكم تعيدون بناء ما دمره من سبقكم.

أجرى اللقاء: تقى شربجي

مقابلة مع الباحث باسيليوس زينو

(ترددت كثيراً قبل الكتابة، فلم تعد صفحاتنا الشخصية ..شخصية، بل باتت توابيت زرقاء تنوء بثقل ضحايا اقتتال الأخوة الأعداء.. وبيننا مَن الأحياء الأموات مَن جعل من التوابيت قارباً في بحر الطوائف.

أنا لن أحمل أي سلاح لأقاتل أي سوري لكني سأحمل الكلمة وحسب.

خلال اليومين الماضيين تم تكريمي من قبل قسم العلوم السياسية في جامعة أوهايو بجائزة أفضل بحث على مستوى طلاب الدراسات العليا، وفي اليوم نفسه أعلن مركز كارتر لحل الصراعات والسلام عن اختياري من بين ٣٥٠ متقدم كباحث معيد خلال الصيف القادم.

والبارحة تم اختيار عرضي عن «إشكالية التدخل العسكري في سوريا لحماية المدنيين» في مسابقة Student Research and Creative Activity Expo Award ليفوز بالمركز الأول على مستوى العلوم السياسية.

أهدي نجاحي إلى سوريا. وتبقى كلمات أبونا فرانس نداءاً: إلى الأمام!.)

بهذه الكلمات أعلن الباحث الشاب باسيليوس زينو عن أولى ثمار جهده الدؤوب في عالمه الجديد في الولايات المتحدة الأمريكية ليهدي نجاحه لسوريا دون أن يميز بين مؤيدٍ أو معارض. قبل مغادرته سوريا بعد الهجوم على دمشق وحلب في أيار ٢٠١٢، كان يعمل في متحف دمشق الوطني على توثيق المسكوكات الهلنستية اللازمة لإعداد أطروحة الدكتوراة في الآثار الكلاسيكية في جامعة دمشق، لكن تصاعد العنف وتفريغ المتاحف لحمايتها من الهجمات والنهب دفعته لمغادرة بلاده حتى وصل إلى الولايات المتحدة الأمريكية. وهناك عمل طيلة أشهر في أحد المطاعم الأمريكية ليتمكن من تأمين أساسيات الحياة ورسوم التقديم للجامعة حيث قرر التقدم للدراسات العليا (الماجستير) في العلوم السياسية في جامعة أوهايو، حيث يقيم، وقد منحته الجامعة منحة كاملة ومعيدية، أنهى سنته الأولى بنجاح وهو يحضر لأطروحة الماجستير التي ترتبط بالأزمة التي تمرّ بها بلاده. كان باسيليوس قد نشر سابقاً عدة أبحاث ومقالات في الأوان والأخبار والحياة والأداب وبدايات ومجلة أسامة والموسوعة العربية وفروغ، وهو يكتب بين الحين والآخر على صفحته الشخصية على الفيس بوك، لكنه مُقلٌ إجمالاً في كتاباته.

وفي لقاء معه تحدثنا بتفاصيل كثيرة وطرحت عليه الأسئلة التالية.

- برأيك ومن خلال دراساتك وتعمقك في المخطوطات والشؤون التاريخية هل التاريخ يعيد نفسه وهل من الممكن حدوث تغيير في الديموغرافية السورية؟

لا أعتقد شخصياً أنه بوسع أحدٍ ما أن يتناول كتاباً تاريخياً ما ويتصفح أوراقه وكأنه يقرأ سيناريو قديم لفلم ثم يختار حدثاً ما في العالم ليشاهده بل وليعيشه وكأنه سينما الهواء الطلق بكل مأساتها. سوريا اليوم ليست هي سوريا قبل خمسين سنة ولا هي نفسها سوريا في عهد الانتداب ولا سوريا في العهد العثماني كي لا نذهب أبعد في أعماق التاريخ. إنّ عاملي الزمان والمكان دائمي الحركة والتجدد، وعندما تدرس كل فترة ضمن سياقها الزمني على نحو منهجي سنجد مثلاً أن الحدود السياسية لبلدٍ ما كسوريا ومكوناتها الاجتماعية وعلاقات الانتاج فيما بينها قد مرّت بتغييرات حادة، ففكرة الحدود السياسية المستحدثة ترافقت مع تشكل وتبلور هويات لم تكن موجودة من قبل ودمج أخرى ضمن حدود جديدة كالهويات اللبنانية أو الأردنية أو الفلسطينية أو الاسرائيلية، الأمر نفسه بالنسبة لتسيس الانتماء الديني أو «الهوية الطائفية». الاطلاع مثلاً على أرشيف مركز الوثائق التاريخية يتيح للباحث تتبع بعض هذه التغييرات الديمغرافية الدائمة وتطور علاقات الانتاج وتحسن الرعاية الصحية والتمدد خارج منطقة السور في دمشق لاسيما في نهاية القرن التاسع عشر وبداية القرن العشرين حيث تضاعف عدد السكان بسبب الهجرة الكثيفة لأعداد كبيرة من الأرمن ومسلمي البلقان وكريت بسبب الصراعات الدامية آنذاك بالإضافة إلى المصريين والمغاربة والجنود الغرباء وأهل الريف. فمثلاً تزايدت أعداد المغاربة (والجزائريين) إثراستقرار الأمير عبد القادر الجزائري في منفاه الدمشقي سنة ١٨٥٥، وتركز وجود هؤلاء في الميدان حيث لهم خان باسمهم وباب مصلى وباب السريجة والشاغور والقنوات والسويقة (التي عرفت بمحلة الجزائرلية ورباط المغاربة) ومأذنة الشحم. كما أنّ حي المهاجرين نفسه يعبّر عن هذه التغييرات فقبل سنة ١٨٩٥ كانت المنطقة خالية تماماً، وسكنها تدريجياً مهاجرون من البلقان واليونان وداغستان وغيرها حتى بات الحي يعرف باسمهم «المهاجرين» وهي ترتبط بدورها بتغييرات ديمغرافية جذرية في بلادهم.

التغييرات الديمغرافية دائمة وحركة الهجرات الداخلية والخارجية جزء من حركة التاريخ وهي لا تقتصر على سوريا، لكن حدتها وسرعتها تتفاقم على نحو مخيف خلال فترات الحروب الأهلية، فحركة النزوح الداخلي الهائلة في سوريا وأعداد اللاجئين في الدول المجاورة أو في أي مكان من العالم هي انعكاس لهذه التغيرات الديمغرافية الجذرية التي لايمكن التكهن بشكلها لأنها مازالت في طور الحركة. مايمكن أن يُكرّر نفسه بالفعل هو إعادة انتاج ظروف موضوعية ستتشابه حتماً مع ظروف وتجارب أخرى كاستنساخ المعارضة السورية لتجربة «المجلس الوطني» الليبي بشعاراته ومشاريعه، ويمكن النظر إلى الحادثة الأولى بمثابة مأساة لكنها عندما تتكرر ستصبح مسخرة على حد تعبير ماركس، لكنها مسخرة مؤلمة.

للأسف قسّم بعض الكتاب والمثقفين السوريين حقبة التغيرات الديمغرافية إلى فترة ماقبل ١٩٦٣ (١٩٦٦/وصول حزب البعث إلى السلطة) وما تلاها في تبنٍ لسردية لاعلاقة لها بالبحث التاريخي تنسجم مع الخطاب المهيمن dominant discourse بأن الطائفية وصعود «الأقليات» والتغييرات الديمغرافية بدأت منذ ذلك الحين. وما يؤسف له أنّ كتابة رواية تاريخية مثلاً تتطلب من الروائي القيام ببحث منهجي مضني كي تحيا شخصياته في زمانها ومكانها المرسومين بدقة، فما بالك بمرحلة خطيرة قد تؤدي فيها الكلمة أوالإشاعة إلى قتل إنسان، إنها خيانة المثقف لدوره التاريخي المفترض!.

مقابلة مع الباحث باسيليوس زينو

- منذ البداية نبذت السلاح وقلت أن السلاح ليس حلاً أبدا وقلت بهذا الخصوص: «لن أحمل أي سلاح لأقاتل أي سوري ... سأحمل الكلمة وحسب».ما رأيك بما يحدث الآن في سورية وهل تعتقد أن الحل السلمي مازال قائماً بين الحلول؟

الإجابة عن هذا السؤال الدائم تتعلق بالسياق والظرف الموضوعي ولاوجود لإجابة مثنوية وكأنما إحداها صحيحة والأخرى خاطئة، طبعاً آنذاك في بداية هذه الجدلية كنت ضد التسليح في السياق السوري لأسباب ذاتية وأخرى موضوعية لكني كنت أعي تماماً أن وقوفي ضده أو معه لن يغير شيئاً مما آلت إليه الأحداث، كما أني لا أنظر للأدوات السلمية أو العنيفة على أنها أسباب أو نتائج وإنما أدوات صراع. الأسباب الذاتية تتعلق بموقفي كمناصر لحقوق الإنسان ورفضي الشخصي لقتل أي سوري مهما كانت توجهاته الفكرية أو الإيديولوجية وإيماني بالحل السياسي، ولا يحق لي أبداً إدانة المدنيين الذين لجؤوا للتسلح العفوي للدفاع عن أنفسهم أو العسكريين الذين رفضوا اطلاق النار على المدنيين وانشقوا أو دفعوا ثمن مواقفهم في المرحلة الباكرة.

أما الأسباب الموضوعية تتعلق باعتقادي أنّ السردية الأخلاقية السائدة والتي تحاول احتكار تبرير التسليح على نحو «قَدَري» بأنه ردّ فعل طبيعي و«حسب» دفع إليه عنف الأجهزة الأمنية في محاولتها لقمع حركة الاحتجاجات الواسعة وإن كانت صحيحة لكنها غير كافية لتبرير تبني هذا الخيارعلى المدى البعيد، الذي لم يعد يخفى الدور الخارجي ولاسيما الخليجي في تسريعه وتعزيز سرديته، لاسيما إذا ما أخذنا بعين الاعتبار ميزان الربح والخسارة. فثمة أسباب موضوعية أكثر تعقيداً وتأثيراً تتمثل ببنية الدولة السورية ومؤسساتها وعقدة الموقع السوري الجيوسياسي والتحالفات والمصالح الإقليمية والدولية ومشاريع استثمار النفط والغاز وحتى إعادة البناء على المدى البعيد. لايمكن عزل هذه العوامل عن العوامل الداخلية ففي النهاية فرض تفاعل هذه العوامل فعاليته بقسوة على أرض الواقع. كنت ومازلت أعتقد باستحالة الإطاحة بنظام الحكم في سوريا المختلف بنيوياً وتعقيداً عن بقية الأنظمة بالطرق السلمية أيضاً. لكني كنت أستبعد تماماً احتمالية التدخل العسكري الذي قد يقود إلى إسقاط النظام بالقوة لعدة أسباب ترتبط بشكل أساسي بكارثة العراق وانعكاساتها على الأمريكيين بالدرجة الأولى وسياسة الإدارة الأمريكية الحالية، وإساءة استخدام الناتو والقوى الغربية لقرار مجلس الأمن رقم ١٩٧٣ والذي أجاز للمرة الأولى التدخل العسكري لحماية المدنيين لكنه تحول إلى عملية قلب نظام مما أسهم لاحقاً في تصلب روسيا والصين، بالإضافة إلى عدم وجود مصلحة ملحة فعلياً للتدخل المباشر في الوقت الذي يتصارع فيه أعداء مشاريع الهيمنة مع بعضهم البعض مما يوفر مليارات الدولارات ويجنب الإدارة الأمريكية استثارة الرأي العام الأمريكي في ظل ما بعد الأزمة الاقتصادية العالمية التي هزت الاقتصاد الأمريكي عام ٢٠٠٨ ولم تنتهي آثارها تماما.

أعتقد بصراحة أنّ أفضل ما كان يمكن تحقيقه بالإصرار على المظاهرات والإضرابات التصعيدية المنهجية في وقت كانت فيه التغطية الإعلامية الدولية كثيفة وسط تخبط الحكومة السورية وأجهزة الأمن حيث تركزت خطابات الإعلام الرسمي على فكرة وجود غرباء أو «مندسين» أوعناصر غير منضبطة، هو قيام مرحلة دستورية انتقالية بإشراف دولي تضمن فصلاً للسلطات وتشاركاً بين الحكومة وممثلين عن المعارضة السورية (قبل أن يتزايد تشرذمها) مما كان سيضمن على الأقل الحفاظ على مؤسسات الدولة وإعادة هيكلتها تدريجياً وبالطبع كان يمكن حقن الكثير من الدماء. تصوّري ما نوع الشتائم والتخوينات التي كانت تنال ممن يفترض مجرد افتراض أن المعارضة لظروف موضوعية وذاتية لن تسقط النظام السوري، شتائم مماثلة بل وخطر الاعتقال والتصفية لمن تجرأ على الافتراض أن تطبيق سياسة الثمانينيات في الحل الأمني لاتصلح في سياق الظروف التي شهدت اندلاع الانتفاضة السورية. خير مثال على ذلك تخوين واختطاف الدكتور عبد العزيز الخير وآلاف غيرهً ممن تبنوا الخط السياسي وطريق الحوار الوطني.

على المدى البعيد لن يكون هناك إلا حل سياسي، قبل جنيف بأيام فقط كانت مجرد فكرة التفاوض والجلوس مباشرة مع الطرف الأخر بمثابة «خيانة لدماء الشهداء».

ما يحدث الآن في سوريا حرب أهلية كارثية لن تنتهي آثارها المدمرة قبل عقود (١) ، لكن إحدى ميكانيزمات استمراريتها قناعة الأطراف المتصارعة بأنهم سينتصرون. ولا أعتقد أنّ الحرب السورية هي حرب بالوكالة تماماً، فثمة تورط فاعل ومباشر من كل الأطراف الإقليمية والدولية سواء بالدعم اللوجستي والتسليح أو التمويل أو العلاج أو حتى التدريب. في الحرب الأهلية الكل خاسر وعلى حد تعبير الشيخ حسين تلحوق الذي شهد مذابح سنة ١٨٦٠ التي أدمت لبنان ودمشق (يلّلي بيخسرها خسران، ويلّلي بيربحها خسران)، الرابح الفعلي منها هو أمراء الحرب والعصابات الدولية ومهربو السلاح والآثار والنفط والدول التي كانت ترى في سوريا عائقاً أمام طموحاتها الاقتصادية والتوسعية وعلى رأسها بعض الدول الخليجية واسرائيل.

- الكثير من الشباب السوري اضطر لمغادرة سوريا ومن بينهم الكثير من المبدعين والكفاءات وأنت كواحد من هؤلاء بماذا تنصح هؤلاء الشباب؟

لا أعرف إذا كنت مؤهلاً لكي أنصح أحداً، فكل إنسان له ظروفه ومأساته الخاصة ولايحق لي مطالبة أي شاب أو شابة مازال داخل سوريا بأي شيء في ضوء الكارثة الكبيرة التي يمر بها المدنيون في الداخل. بالنسبة للشباب السوريين في الخارج بالطبع هناك شريحة تمتلك خاماتٍ وطاقات يمكن استثمارها لاحقاً في إعادة البناء ولكن عليها أيضاً أن تستثمر جهدها قبل ذلك، فثمة شرائح من الشباب تهرم سريعاً بسبب طاقاتها المهدورة وانتظارها منحاً أو جوائز دون عمل أو دراسة. مازلت أتواصل وأتابع بشغف أعمال شبان يعملون بصمت وآخرين يبدعون رغم كل الظروف القاهرة. لا أخفي أبداً أني بعيد وصولي إلى الولايات المتحدة كنت أنظر لنفسي كضحية للحرب التي سلبتني كغيري أحباءً وأقارب بالإضافة إلى إمكانية استكمال الدكتوراة في الآثار، لكني سرعان ما استجمعت إرادتي رافضاً الاستكانة وقررت التركيز على الحرب الحالية بعد أن كان تركيزي لفترة طويلة على الصراعات في العصور القديمة، فقررت إلى جانب متابعتي الدائمة للأضرار التي تصيب التراث الثقافي السوري، دراسة تخصص آخر لطالما أحببته، وهو العلوم السياسية، الذي أجده ضرورياً بالنسبة لي ولبلادي في هذه المرحلة بغية التأسيس الأكاديمي الذي قد يؤهلني لاحقاً للتصدي لبعض الأفكار القاتلة. التي بدأت تتسلل في دوامة الحرب باسم التاريخ والطوائف والوطن ويسوّقها للأسف تيار ثقافي مهيمن على الإعلام.

نختم هذه المساحة بكلمة للسيدة غيداء العودات قالتها عندما سمعت بحصول باسيليوس على الجائزة يتساءلون ... كيف لنا أن نبقى متمسّكين بخيوط الأمل ونحن نُدفن أو نَدفن أرواحنا في قبر ظلمات؟!

لأنّ في أبنائنا باسل وإخوته على درب العطاء والاجتهاد بعقول نيّرة وقلوب مليئة بحب سوريا وأهلها.

مبروك لنا بقاء الأمل بهم على قيد الحياة.

(١) يمكن العودة إلى الإحصاءات الأخيرة لحجم الدمار الذي أصاب سوريا في صفحة (قضايا)

أجرى اللقاء: نايا سليم

نصائح مهمة لصحة نفسية جيدة

إذا كان الشخصُ عُرضةً للتوتُّر النّفسي أو الشدّة، سواءٌ من خلال وظيفته أو لسبب شخصي آخر، فإنّ الخطوة الأولى للشّعور بما هو أفضل هي تحديد السّبب.

إنّ الشيءَ الأكثر ضرراً، والذي يمكن القيام به، هو اللجوءُ إلى شيءٍ غير صحّي للمساعدة على التّعامل مع هذا التوتُّر، مثل التدخين أو شرب الكحول؛ ففي الحياة، هناك دائماً حل للمشاكل. لكنّ عدمَ السّيطرة على الوضع، وعدم القيام بأيّ شيء، من شأنه أن يُفاقم المشاكل.

تقوم مفاتيحُ السّيطرة على التوتُّر بشكل جيّد على بناء القوّة النفسية، والسيطرةَ على الوضع الرّهن، ووجود شبكةٍ اجتماعية جيّدة، وتبنّي النّظرة الإيجابية.

وفيما يلي أهم عشر طرق لمكافحة الشدّة النفسية.

١. أن يكون المرءُ نشيطاً

إذا كان لدى الشخص مشكلةٌ ذات صلة بالتوتُّر النفسي، يمكن أن يُؤدّي النشاط البدني إلى صفاء الحالة الذهنية والنفسية لديه، بحيث يكون قادراً على التعرّف إلى أسباب التوتُّر لديه وإيجاد حلّ لها؛ فالتّعامل مع التوتُّر بشكل فعّال يَحتاج إلى الشّعور بالقوّة النفسيّة والتّماسك، وتساعد ممارسة التّمارين الرياضيّة على تحقيق ذلك.

لا تجعل ممارسةُ التّمارين التوتُّرَ يختفي، ولكنّها تقلّل من بعض الشدّة النفسيّة التي يَشعر بها الشخص، وتُهذّب الأفكار، ممّا يتيح للمرء التّعامل مع مشاكله بهدوء أكبر.

٢. امتلاكُ السّيطرة

مهما كانت الصعوبة التي قد تبدو عليها المشكلة، هناك حلٌ دائماً. أمّا التفكيرُ السّلبي تجاهها (مثلاً، لا أستطيع أن أفعل أيّ شيء تجاه مشكلتي)، فيجعل التوتُّرَ يزداد سوءاً، حيث إنّ هذا الشعورَ بفقدان السّيطرة هو أحد أهمّ أسباب التوتُّر وفقدان الإحساس بالعافية.

إنّ عمليّة السيطرة هي في حدّ ذاتها حالة من التّمكين، وجزءٌ حاسم لإيجاد حلٍ يرضي الشخص.

٣. التّواصُل مع الناس

يعدُّ تشاركُ المشكلة مع الآخرين الطريقَ للتخلّص من جزءٍ كبير منها، حيث يمكن تَخفيفُ مَتاعب العمل، والمساعدة على رؤية الأشياء بطريقةٍ مختلفة، من خلال وجود شبكةٍ مساندة جيّدة من الأصدقاء والزملاء والعائلة.

أمّا إذا كان الشخصُ لا يتواصل مع الناس، فلن يكون لديه دعمٌ للانتقال إلى حيث يجد المساعدة؛ فالأنشطة التي نقوم به مع الأصدقاء تُساعدنا على الاسترخاء، حيث نَضحَك معهم في كثيرٍ من الأحيان ، وهذا كفيلٌ بتفريغ التوتُّر بطريقةٍ ممتازة.

كما أنّ التحدّثَ عن الأشياء مع أحد الأصدقاء سوف يساعد أيضاً على إيجاد حلول للمَشاكل.

٤. إتاحة بعض الوقت للاسترخاء من العمل

تكون ساعاتُ العمل طويلة أحياناً؛ كما أنّ ساعات العمل الإضافية تعني أنّ الناس لا يقضون ما يكفي من الوقت للقيام بأشياءٍ يستمتعون بها فعلاً. ولذلك، فنحن جميعاً بحاجة الى بعض الوقت للاسترخاء أو التّواصل الاجتماعي أو ممارسة الرياضة.

يقترح بعضُ الخبراء تخصيصَ ليلتين في الأسبوع لمثل هذه الأنشطة بعيداً عن العمل، وبذلك يتجنّب المرءُ العملَ الإضافي في هذين اليومين.

٥. اكتساب مَلكة التحدّي

يمكن أن يضعَ الشخصُ لنفسه أهدافاً وتحدّيات، سواءٌ في العمل أو خارجه، مثل تعلّم لغة جديدة أو رياضة جديدة، فهذا يساعد على بناء الثّقة، كما أنّ من شأن ذلك أن يساعدَ على التعامل أو التكيّف مع التوتُّر.

ومن خلال التحدّي المستمرّ للنفس، يتعلم الشخصُ استباقَ الأشياء والسيطرة على مجريات حياته. ومع الاستمرار في التعلم، يصبح أكثرَ قدرة على التكيّف النفسي؛ فالتسلّح بالمعرفة وامتلاك الرّغبة بفعل الأشياء بدلاً من السلبيّة، مثل مشاهدة التلفزيون طوال الوقت، أمرٌ كفيل بمواجهة المستجدّات.

٦. تَجنُّب العادات غير الصحّية

لا يجوز اللجوءُ إلى التدخين والكحول والكافيين كوسيلة للتأقلم والتكيّف. ويكون الرجال أكثرَ ميلاً من النّساء للقيام بذلك عادة. ونحن نسمّي هذا الأسلوبَ بسلوكَ التجنُّب avoidance behaviour. بينما تميل المرأة إلى الحصول على دعم من دائرتها الاجتماعية المحيطة بها.

وعلى المدى الطويل، لا تؤدّي هذه الآلياتُ الخاطئة في التكيّف والمواجهة إلى حلّ المشاكل، بل تخلق مشاكل جديدة أيضاً؛ وهي مثل وضع الرأس في الرمل، حيث قد توفّر راحة مؤقّتة، لكنّها لا تجعل المشاكل تختفي. ولابدّ للمرء من معالجة مشكلة التوتُّر.

٧. اللجوءُ إلى العمل التطوّعي

تُظهر الأدلّة أنّ الناس الذين يُساعدون الآخرين، من خلال بعض الأنشطة مثل العمل التطوّعي أو العمل المجتمعي، يُصبحون أكثرَ مرونة؛ فمساعدة الناس الذين يكونون في حالاتٍ أسوأ من غيرهم، في كثير من الأحيان، سوف تفيد في وضع مشاكل الشخص في منظورها الصّحيح؛ فكلّما أعطى المرء أكثر، أصبح أكثرَ مرونة وأكثرَ شعوراً بالسعادة.

ويمكن، وبشكل محدّد أكثر، مساعدةُ شخص كل يوم، حيث يمكن القيام بشيء ما صغير، مثل مساعدة شخص على عبور الطريق أو تقديم القهوة للزملاء؛ فالمجاملاتُ لا تكلّف شيئاً، وسوف يكون شعورُك بها على نحو أفضل.

٨. العمل بذكاء أكثر وليس بشكل أصعب

الإدارة الجيّدة للوقت تعني العمل بمستوى متقدّم من الجودة، وليس بكمّية كبيرة. ولكنّ ثقافة السّاعات الطويلة من العمل هي سببٌ معروف للأمراض المهنيّة. ولذلك، لابدّ من تحقيق التّوازن بين العمل والحياة التي تناسب الشخص.

إنّ العمل بذكاء أكثر يعني تحديدَ أولويّات العمل، مع التّركيز على المهام التي من شأنها أن تُحدث فرقا حقيقيا في الأداء المهني. ولذلك، يجب تركُ المهام الأقل أهمّيةً إلى نهاية الدّوام.

٩. الحرصُ على الإيجابيّة

لابدّ من البحث عن الإيجابيّات في الحياة، وعن الأشياء المسحبّة. ولذلك، يمكن كتابة ثلاثة أشياء سارت على ما يرام، أو كان المرءُ راضياً عنها، في نهاية كل يوم. لا يقدّر النّاسُ دائماً ما لديهم من طاقات. ولذلك، يجب النظرُ إلى النصف الممتلئ من الكوب بدلاً من نصفه الفارغ. وهذا يتطلّب تحوّلاً في منظورأولئك الذين هم أكثر تشاؤماً في العادة.

ويمكن تحقيقُ ذلك في الواقع؛ فمن خلال بذل جهدٍ واعٍ، يمكن تدريبُ النفس لتكون أكثرَ إيجابيّة عن الحياة، حيث إنّ المشاكل كثيراً ما تكون مسألة منظور. وإذا قام المرءُ بتغيير المنظور الخاص به، قد يرى وَضعَه وحالته من وجهة نظرٍ أكثر إيجابية.

١٠. تقبّل الأشياء التي قد لا تتغيّر

ليس من الممكن دائماً تغييرُ وضعٍ صعب؛ فإذا ثبتَ أنّ هذه هي الحال، فإنّ الاعترافَ بذلك، وقبول الأشياء كما هي، والتّركيز على ما يقوم به الشخص، كلّ ذلك يجعله يسيطر عليها.

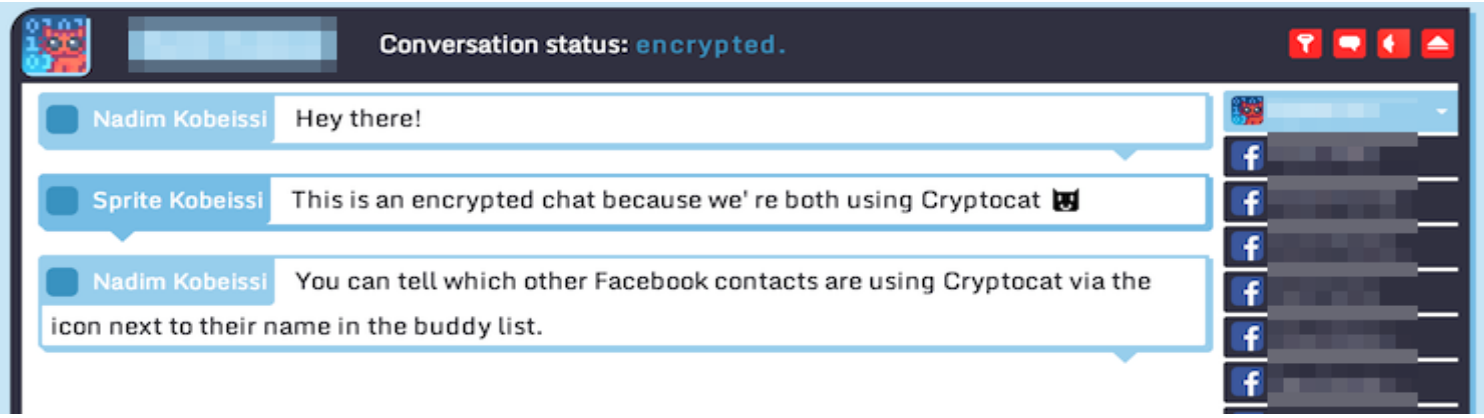
إذا كانت الشركة، على سبيل المثال، تسير إلى الوراء وتتّصف بالروتين، فلا يوجد شيءٌ يمكن القيام به حيال ذلك. وليست هناك جدوى من محاربته. وفي مثل هذه الحالة، يحتاج الرءُ إلى التّركيز على الأمور التي يمكن التحكم بها، مثل البحث عن وظيفةٍ جديدة.

تشير الأدلّة العلميّة إلى وجود خطوات يمكننا اتّخاذها لتحسين عافيتنا النفسية. وإذا ما سعى إليها الشخصُ، فقد يشعر بمزيد من السّعادة والإيجابية والطاقة في حياته.

تعدُّ الصحّةُ النفسية مهمّةً جداً؛ فبعضُ الأمراض النفسية، مثل الاكتئاب والقلق، أمورٌ شائعة. وإذا ما أصيبَ الشخصُ بمثل هذه الأمراض، فمن المهمّ الحصول على العلاج المناسب.

نسيب الشبلي - الطبي

تشفير محادثات "فيس بوك" عبر "كريبتوكات"



في وقت احتلت فيه أخبار الرقابة والتجسس على المستخدمين جزءاً كبيراً من المواقع الإخبارية والتقنية خلال العام الماضي، ينصبّ التركيز على التشفير اليوم أكثر من أي وقت مضى. ولكن برغم الاهتمام الواسع ببرامج التشفير، تبقى المشكلة التي تحول دون استعمالها بشكل كبير هي أنها صعبة التنصيب والاستعمال بالنسبة إلى المستخدمين العاديين – أي غير التقنيين.

ينصح العديد من الخبراء باستخدام التشفير بين نقطتي الاتصال (end-to-end encryption) للتواصل بين طرفين لإبقاء المعلومات محميّة من تجسس "وكالة الأمن القومي" الأميركية أو حتى من الحكومات المحليّة والشركات والمخترقين. ولكن مواقع التواصل والدردشة الأكثر استخداماً، مثل "فيس بوك"، لا تدعم التشفير، كما أن أمنها ضعيف، مما يجعل تسريب المعلومات ممكناً في حال وصول الحكومات أو المخترقين إليها.

وعلى الرغم من أنّ "فيس بوك" لا يدعم تشفير المحادثات، إلا أنّ استخدامه بروتوكول XMPP الخاص بالمحادثة مكّن من تضمين دردشة "فيس بوك" في النسخة الجديدة من "كريبتوكات" (Cryptocat). أصبح بإمكان المستخدمين الآن تنصيب "كريبتوكات" على متصفحاتهم وتسجيل الدخول إلى حساباتهم عن طريقه، ثم البدء بمحادثات مشفّرة وآمنة كلياً.

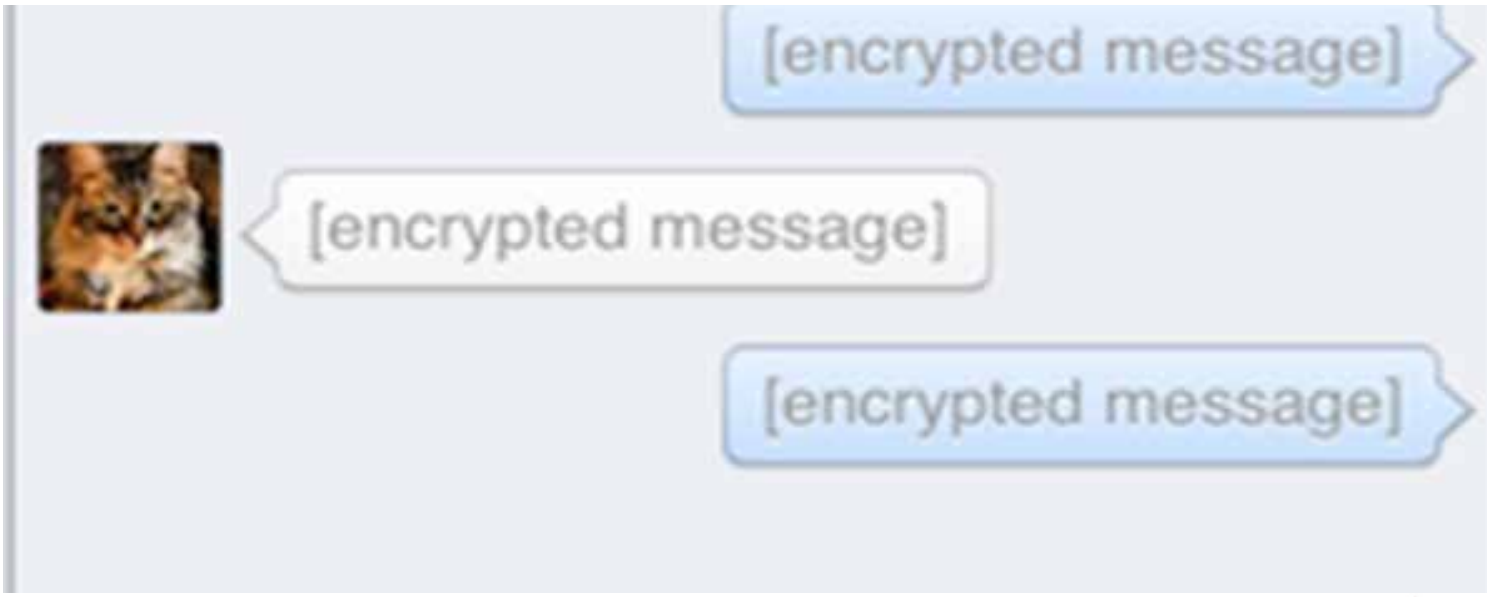
ومن الميّزات الجيّدة في "كريبتوكات" أنه في حال دخلتم عبره إلى حسابكم على "فيس بوك"، وحاولتم محادثة طرف آخر لا يستخدم "كريبتوكات"، فإن برنامج التشفير هذا لن يوصل الرسائل إلى الطرف الآخر لكونها غير مشفّرة، ما يضمن الأمان التام لمحادثاتكم والتأكد من أنها مشفّرة دائماً.

وحاول مبرمجو "كريبتوكات" قدر الإمكان تفادي المشكلة التي غالباً ما يقع بها مطورو البرامج الأمنية التي تستخدم التشفير، حيث أتاحوا توليد المفاتيح تلقائياً. يزيح ذلك العبء الأكبر عن صدر المستخدمين، إذ يشتكي معظمهم لمواقع برامج التشفير من صعوبة عملية توليد المفاتيح. لذا يتبقى على المستخدم فقط تنصيب الإضافة، وتسجيل الدخول باستخدام حساب "فيس بوك" الخاص به، وبدء محادثته، تماماً كما يستخدم أي تطبيق دردشة عادي.

الخبر السيئ هو أنّ لدى المستخدمين عاماً واحداً فقط للتمتّع بالمحادثات الآمنة، حيث أعلن القائمون على موقع "فيس بوك" أنهم سيتوقفون عن استخدام بروتوكول XMPP بحلول أيار/ مايو ٢٠١٥، ولم يُعرف إن كانوا سيتيحون إمكانية تضمين خدمة الدردشة في برمجيات التشفير مثل "كريبتوكات".

بإمكانكم تحميل "كريبتوكات" عبر موقعه الرسمي https://crypto.cat

اخترنا لكم من: سايبر أرابس



غريمة القدر

سنفونية عذراء

ماتـت علـى شـفاهها كبريـاء

الزهـر

غادة شقراء

علـى ضفائرهـا تثلمـت سـهام

النظـر

جنون العشق

وعشق الجنون

ألقيا عند بابها ما تبقى من أيام

العمر

عروس المعالي

لحن المواويل

شجن المزامير

وروح مقدسة على هامة العطر

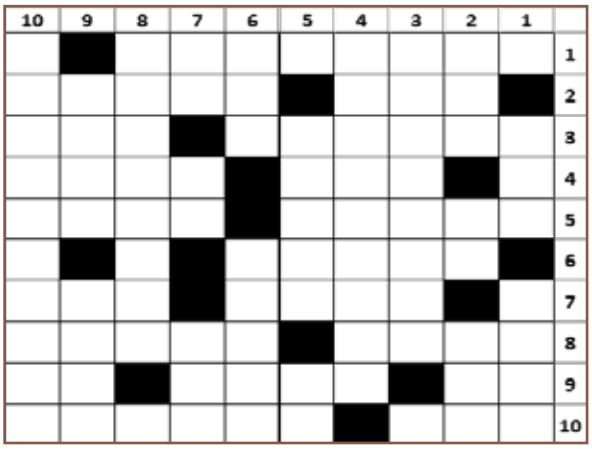
بافي بيان

Helbesta jiyanê

Ez xwediyê vê buhûştê me
Axa Medan û kurdên rojê me
Jibo wê ez li her meydan û qadê me
Li qada şer û ceng û peyvê me
Welatê rojê, tu jiyana me
Em te bernadin, tu ya me
Can û giyan jibo azadiya te
Hebûna te, mayîna me
Welatê rojê !
Tu hatî hûnandin teve xwûn û hestan
Emê te rizgarkin ji bin destan
Û pîrozkin serfirazî wekî Kawa û hevalan
Vaye nêzîk bûye roja me, rizgar dibin ez û te dilovan.

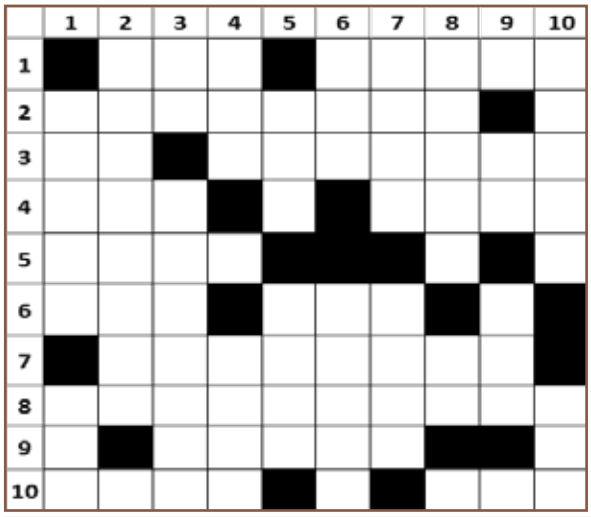
Beyar Robarî

Ez kurê zêr axê me
Lawê zayenda şarê me
Neviyê Mezê û Medê me
Kurê welatê rojê me
Ava gola Wan û Urmiyê me
Çema Ferat û Diclê me
Kevirê kela Amed û Dimdimê me
Zinarên çiyayê Agirî û Hewarê me
Nevîçirkê Kawa û Xanî me
Şagirtê Cîgerxwîn û Bedirxanî me
Şervanê şoreşa kurdistanî me
Ristevanê jiyan û azadiyê me



أفقياً : ١- فترة مقدسة عند المسلمين ٢- وثق و ثيت - مولي و حليف ٣- حيوان مائي - لا مائي ٤-أحرف متشابهة - ذو احتياجات خاصة ٥- أحرف متشابهة - شراهته ٦ - متسلط و خصم (معكوسة) ٧- يستجيب - تضاف للقهوة ٨- فهمان و مدرك - استغاثا (معكوسة)٩- بيت الدجاج - نقاش و تخاصم (معكوسة) - حيوان بري كبير (معكوسة) ١٠ - مخلوق (معكوسة) - استفساراتي (معكوسة).

عمودياً : ١- اسكن - بيت النار - فزع - للاستفهام - وبخ ٣- مناسبة اسلامية (معكوسة) ٤- ليلة قيمة و مقدسة (معكوسة) ٥- أماكن اللعب - للنداء (معكوسة) ٦- حركة تحوية للرفع - الاسم الاول لمطربة سورية ٧- حرف ناصب - كثير (معكزسة) - شعوذة ٨- فترة مقدسة عند المسلمين (معكوسة) ٩- نزاع - ناشف ١٠- فريق قوي في مونديال البرازيل.



Asoyî:

1-rayê ran - bajarekî kurdistana başûr 2- hêzên supaya kurdistanê 3- roj bi kurtî (berpaş)- bajarekî kurdistana rohilat 4- lastika hişk - xewkir 5- ûmîd (berpaş) 6- dem pê tê pîvan - kewî (berpaş) 7- hêzên ewlekarî(berpaş) 8- balindekî nêr 9- bajarek li parêzgeha Himsê (berpaş) 10- rojekî bi kurtî - tewaş

Stûnî:

1- hêzên navxwe - dij nêzîk 2- hêzên taybet 3- zad dihêre - kevirkê ber tirba 4-tîpên wekhev - pêwistî bi avê 5- tîpên wekhev - dîya jinê(berpaş) 6-tîpên wekhev - neştîman (berpaş) 7- paytexteka ewropî (berpaş) - beşek ji kurdan (berpaş) 8- cihê kûr - ji pirsêre (berpaş) 9- bi çêlî bû (berpaş)- navnîşana Osman Sebrî (berpaş) 10- navekî mê (berpaş)- ji zad çêdibe

Bersiva jimara paş

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	r	ê	v	e	n	d	■	s	û	d
2	i	■	a	r	î	■	k	a	n	î
3	f	a	l	ê	■	d	e	m	■	w
4	e	■	e	■	n	î	v	a	d	a
5	d	a	b	î	n	■	n	n	n	n
6	n	■	û	n	■	v	e	■	a	x
7	e	e	■	î	r	o	ş	■	ç	a
8	m	m	■	d	a	h	o	l	■	n
9	e	e	e	■	v	■	p	e	r	e
10	ş	ş	■	n	ê	z	i	k	a	■

حل العدد السابق

	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
1	ا	ش	ج	ب	■	ن	ا	ت	س	ب
2	ل	ي	■	ل	ب	ا	ل	ب	ا	ل
3	ق	د	ح	■	أ	م	ع	ا	ه	ء
4	ط	ا	ر	ق	■	■	ا	ن	خ	ل
5	ر	■	ي	م	ا	ع	ط	■	ي	■
6	■	م	ر	■	ل	ع	ل	ه	■	ر
7	خ	■	ة	ض	ر	ع	■	■	خ	ط
8	ر	ر	■	ح	م	■	ل	ي	ل	ق
9	ا	م	ا	ن	ي	■	ي	ع	ي	ل
10	ن	ن	ن	■	ف	ي	ج	ر	ل	ا

للمساهمة في صفحات مجلة «ربيع» يمكنكم إرسال مشاركاتكم إلى بريد المجلة الإلكتروني:

Rabeeh.Buhar@gmail.com

كاريكاتير العدد

Ji ber çi welatê Japon pêşketî ye !

Komelrkji sideman henekûbûnealîkar di pêşketina welatê Japonê , em dixwazin van xalan şîrove bikin , ji ber ku li pêşiya me de qûnaxek avakirinê heye , belkî em ji xwe re ji serhatiyên wan fêr bibin.

Piştî hinek lêkolîn û pirsyarî , me xalên sereke kom kirin û ew jî yê li jêr in :

1- Avakirina mirovan ji zaroktî ve dest pê dikin , lewra dibistana binarte ji pola yekê ta pola şeşê , şagirt yan fêrîmeral û dan û standinê bi xelkê re dikin bi awayekî rast , bi xwendina pirtûka bi navê :(Rêber bi meral) .

2- Ji pola binarte ta xola sêyemîn amadekarî , şagirte bê ezmûne derbas dibin , ji ber kû armanc perwerdeyî û çandina zanyariyên avakirina kesatiya rast , armanc ne fêrkirin û di guh de gotine .

3- Bi ser ku Japonî dewlemendtirên gelên cîhanê ne , lê xulam û kole ji xwe re nagirin û dê û bav berpirsiyar in di ber mal û zarokan de.

4- Zarok û mamostayên xwe dibistanê xwe rojane 15 xulekan paqij dikin , lewra nifşek ji mirovên paqij û nefisbiçûk peyda bû .

5- Di dibstananê de xwarinê didin zarokan.

6- Zarok firçê dinanên pak bi xwe re dibin dibistananê û dinanên xwe piştî xwarinê paqij dikin.

7- Rêvebirên dibistanan xwarina zarokan berî nîv seatê dixwin , ji bo parastina zarokan ji jehrdanê , ji ber kû ew bawer in kû zarok pêşeroja welatê wa ne û dive wan biparêzin .

8- Karmendên paqijiyê navên wan endizyarên saxlemiyê ne û mûçeya wan 8000-5000 dolarên Emerîkî ne , û berî wan qebûl bikin ezmûnên nivîstî û devkî derbas dikin .

9- Bikaranîna telefona qedexe ye di tirênan de û xwaringehan û cihên gîştî yên girtî de , û ji bê dengîyêre di mobaylan de dinvîsin “ meral “ .

10- Dema kû diçin xwaringehan û kafêtêryan , xwarinê li gor pêdivîya xwe dixwazin , û sênîkên xwe vala dikin , xwarina zêde na mîne .

-11 Tirênên Japonê di wextê xwe de dighin bê paşdem, ji ber kû qedrê dem gelekî li cem wan heye , û di sozên xwe de pir hûrbînin .

Gelo ma em gelê Kurd nikarin van xalan li ser xwe pêkbînin ?!

Endizyar Bavê Sîpan