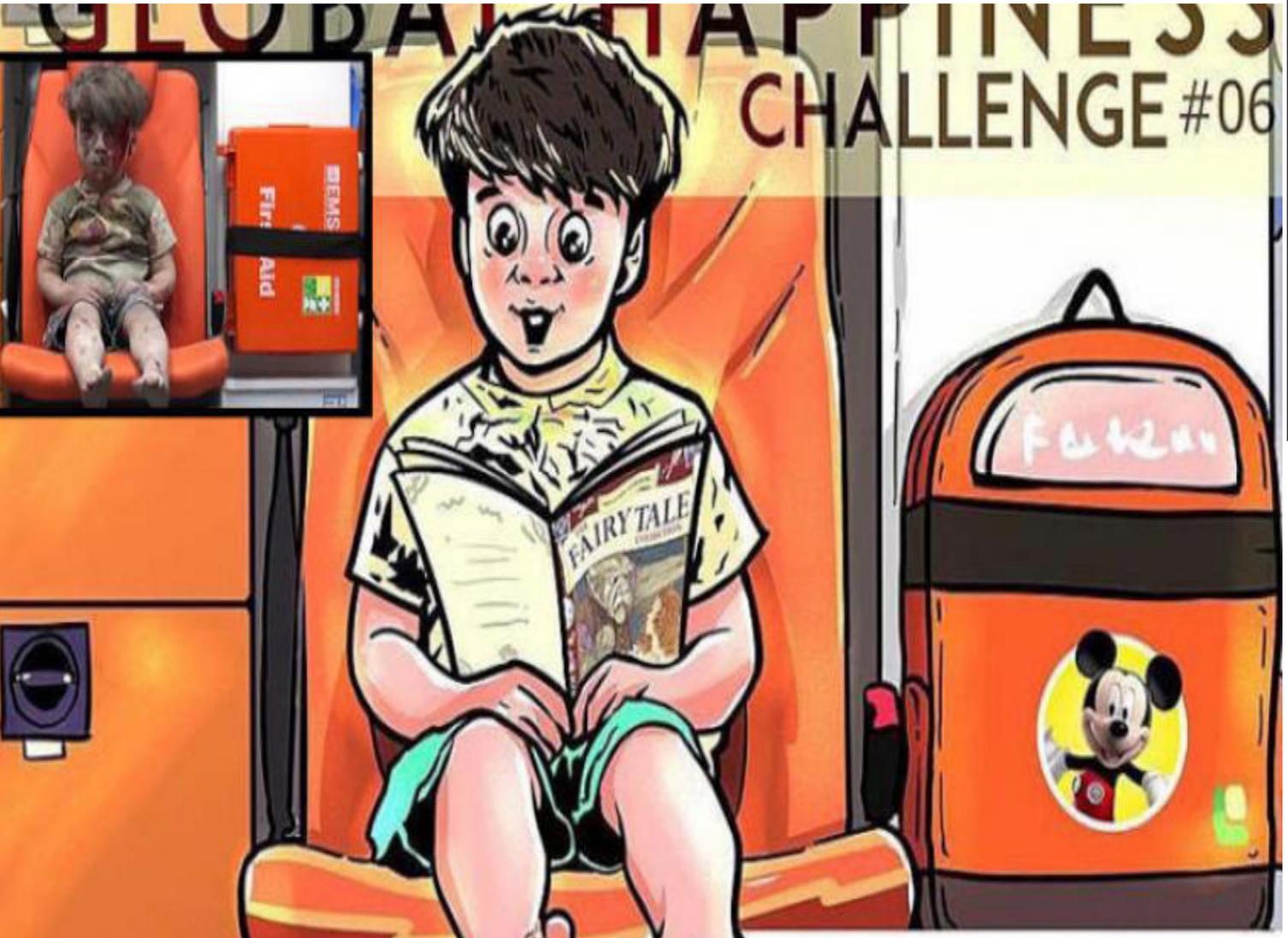


رسم الإنسانية الضائعة ..



اقرأ في العدد الخامس من مجلة إنسان :

ادخلوها آمين ..

بقلم : سميرة بدران 5

سبقى الأفضل ..

بقلم : نصره الأعرج 4

التعليم .. حق لكل طفل

بقلم : مصطفى طه باشا 3

كن أنت .. ولا تكترث للآخرين

بقلم : هبة صالح رزق 13

طفلة الحرب (أ)

بقلم : منار الديري 6

حملة : كن مع الفقير ..

بقلم : هادي حاج قاسم 7

سيقودني للغم تحشيش

بقلم : ريم سليمان الخش 11

طلاق هادي ومحترم ..

بقلم : محاسن سبع العرب 8

أسرار حبنا لحمد عليه الصلاة والسلام

بقلم : ياسر العبيد 9

والعديد من المواضيع المتنوعة والمفيدة / مجلة إنسان .. لكل إنسان



أسرة مجلة إنسان



المدير العام ورئيس التحرير

مصطفى طه باشا mustafa.taha.basha@gmail.com

المدير التنفيذي ومساعد التحرير : أماني سفلو

التصميم والتنسيق : الحياة بريق أمل

الكاتبة الأستاذة : سميرة بدران

الكاتبة الأستاذة : نصرة الأعرج

الكاتبة الدكتورة : ريم سليمان الخش

الكاتب : ياسر العبيد

الكاتبة السعودية : هبة صالح رزق

الكاتبة : محاسن سبع العرب

الكاتبة الكويتية : أسماء مرزوق

الكاتب : عبد القادر زرنوخ

الكاتب : هادي حاج قاسم

الكاتبة : راما ديب

الكاتبة : منار الديري

الكاتبة المصرية : سوسن حامد سليمان

للتواصل مع مجلة إنسان عبر البريد الإلكتروني

 insan.magazasi@gmail.com



كلمة العدد

التعليم .. حق لكل طفل

مصطفى طه باشا



يقيهم برد الشتاء، فكيف بمدرسة لتعليمهم ؟ ونحن هنا لا نعمم، وإنما نتحدث عن بعض الخيمات، التي تفتقر لأدنى مقومات الحياة وليس الحرمان من التعليم، فهناك بعض الخيمات تؤمن التعليم ضمن الخيم، بعد أن وجدوا من يدعمهم . الحل الوحيد لأزمة التعليم وضياع الأطفال النازحين في شمال سورية؛ هو التحرك الجاد من المنظمات والهيئات الخيرية، بالعالم العربي ومساندة هذه الفئة من الشعب السوري، والقيام بحملات توعية وتهيئة، كي لا نخسرها ونخسر المستقبل معها . وطرحنا عدة مبادرات وحملات، من أجل إعادة الأطفال الذين في الخيمات للمدراس، وقاموا بحملات تهيئة وتوعية لهم، فهم بحاجة لترميم نفسي ودعم معنوي، بسبب المعاناة والحن التي عاشوها . فاطمة، تتأمل تغيير الوضع الحالي الذي تعيشه، هي وأسرته، والآلاف من الأسر الأخرى، فقد تعبوا من الترحال والنزوح، وضاعت صبورهم؛ من حالة عدم الاستقرار، التي باتت صديقة حياتهم . ويبقى السؤال نفسه، يراود الأطفال ضمن الخيمات العشوائية في شمال سورية، هل سنعود للمدرسة ونستكمل تعليمنا، أم سنبقى نتخبط بين رحى الحرب والنزوح والتشتت ؟ وهذا السؤال سيبقى معلقا، حتى تنجلي هموم الشعب النازح في شمال سورية، ممن لا يجد سوى خيمة، قد تقيه من البرد والحر وقد لا تقيه، ولا يد من التذكير في كل مناسبة، بحال الطفولة، التي همشت وغيبت بين ثنايا حروب الكبار، ولا بد من حل كي تعود البسمة لوجه كل طفل فقدها، بين طيات الدمار

التعليم في كل بلدان العالم، حق بديهي من حقوق الإنسان، إلا في سورية؛ بات من أحلام الطفولة التي يحلمون بها، وبعيدا عن سراديب الضياع والدمار والحرب، التي أجبروا على الانخراط بها، دون حول ولا قوة منهم . فاطمة، بنت في الثانية عشرة من عمرها، نزلت مع أهلها وتركزت المدرسة، تعيش في خيمة صغيرة لا تصلح لأوى ضمن فصل الشتاء، يعاني أهلها من نقص حاد بالطعام والشراب ومواد التدفئة، وفاطمة لا تأبه لذلك وحلمها الوحيد هو؛ العودة للمدرسة واستكمال التعليم، الذي حرمت منه بسبب النزوح . تقول فاطمة : عندما أشاهد الأطفال على شاشات التلفزة وهم في المدارس، أحزن كثيرا وفي بعض الأحيان أفضب . أغلب الأطفال السوريين، ممن هجروا من بيوتهم، بسبب ظروف الحرب ووطأة الظروف القاسية، من دمار وقصف وخراب، حلمهم الوحيد؛ هو المدرسة والتعليم . بات هم السوريين هو العودة، العودة للماضي الرفيد، حيث كان كل شيء متوفر، ولو كان ناقص لكنه متوفر وأهم شيء كانت المدرسة بالنسبة للأطفال، والتي حرمتها منها وهي من أبسط حقوقهم في الحياة . الأطفال المهجرون يعانون من عقدة الدراسة والتعليم، حيث يحلمون بالعلم ويتمنون التعليم، لكن الواقع عكس ذلك، فالواقع مرير حيث لا يوجد مأوى كي

سنبقى الأفضل ..

أ. نصره الأعرج



أن يكون لديك أي معرفة أو خبرة فيما تقوم به لكن الجميع يعتقد أنك العبقري النزيه فتنقد الفساد والفسدين والظالم والظالمين وتخاربه عن بعد ، لكنك عندما تصبح في موقع المسؤولية ويبتدك الأولى سيفك والأخرى القلم، تصمت، وتنتهي كل عبارات الكلام وتموت بطولتك التي سطرتهما بالخيال إلى أن تتعلم مفردات جديدة تناسب موقعك الجديد فأنت الآن أصبحت ، مجرد رقم خبيث في جسد صالح أضيف لقائمة الأرقام ، ومشارك في دفن شعب تستخدمه كوقود لتحقيق مصالحك وجعلت من دمه حبر لقلمك الذي سكت عندما حان دوره بالنطق. وآخرون من بعيد على حافة الطاولة المستديرة من الطرف الآخر ينظرون في السياسة والعلوم والقانون يصبون من القهر والظلم، فهم لم تتاح لهم الفرصة بالقيادة والفصل، يتكلمون بصوت باهت غير مسموع يدافعون عن الأوطان، فربما لو حان دورهم أصبحوا مثلك أسماء دمويين، عندها فقط تحسب بالغبرة في وطنك لجرد سماعك ألمه الذي هو ألمك و تحلم بالرحيل عنه ، وبالهجرة منه بشده ، عندها كل العالم يخشى منك يخافك إن لجأت إليه .. يخطط لسحقك ولطردك خارج حدوده ليقتلك بعيداً عنه لكنك لا تعزل ، تبقى ، تبقى بألمك وكرههم لك ، تبقى بجبك الذي بداخلك لبلدك المهاجر معك أينما كنت ، ورغم كل شيء، تبقى، ونبقى نحن الأفضل، وسنبقى الأفضل.

في بلدي الآن؛ تستطيع أن تتعرف على الجسيم، بكل تفاصيله وسرايب نضوجه وأوكار التمويل الخفي والكشوف، ومحاولة الخروج منه دون أن تستطيع فعل شيء . الآن في بلدي، لا تستطيع أن تحاسب أو توجه نقد لأي فاسد فنحن الآن نعيش في عالم يتحكم به الشيطان والشياطين هكذا جعلوا منا، فقد أصبحنا غير قادرين على رسم صورة للجنة الموعودة التي لم نراها بعد، فلقد أدركنا زواياها ودرجاتها ، وأصبحنا نعيش كما في الأساطير ، والحكايات التي كانت ترويها لنا جدتنا الأولى في ليالي الشتاء المظلمة ونحن نكوم بأنفسنا في زاوية الغرفة الطينية قرب المدفئة نسترق السمع لحكاياها، حكايا الجن والشايط حسن ، كانت تسردها لنا بتفاصيلها المتقطعة و بتراجمديتها القريبة من الحلم، بلحظتها كنا لانفرق بين التخاريف والسراب والحقيقة والواقع ، كنا نعيش تجارب الفوضى بكل أشكالها وعناوينها ، نحاول أن نمارس حريتنا في مواجهة الصير ، والقضاء على كابوس الرعب المؤلم. فننلهم ونعطي دروساً للجميع ونضع القوافي عند كل مدخل طريق يذهب بك لنهاية المتاهة وفيما يجب أن يكون ، و دون



ادخلوها آمين ..

أ. سميرة بدران



أوتحت حطام بيتك ، أو على يد قناص كما ذهب أبوهم) ، وقيل لها (الطريق سهلة فلا تخافي) .ساعات طويلة مرت ، والحافلة تشق الطريق ، تقف حيناً للتفتيش ثم تسير أخرى حتى وصلت أخيراً إلى الحدود، أكوام من الرؤوس على امتداد بصرها ، وخلف الأسوار الشائكة يقف جنود ببرات عسكرية وبارودات كبيرة يوجهونها إلى الجماهير القابعة بانتظار الإذن في الدخول ، ولا إذن ، يتسلل بعض القابعين هناك من فتحة في السلك الشائك يتراكم آخرون في إثرهم ، يطلق العسكر المتوزع خلف السلك النار ، يقع كثير من المتسللين أرضاً ، يلتصق الأطفال بأمهاتهم يعلو صراخ من جميع الجهات ثم يسود الصمت صارخ بالموت ، التحفت وأطفالها مع تلك الجموع الممتدة على مساحة كبيرة أمام السلك الشائك ، السماء وتوسدت الأرض أيام طويلة وليال موجعة باردة مرت ولازالت الجموع تحاول العبور ، ولا عبور ثم وبلا سابق إنذار ، يتدفق الجموع إلى الطرف الآخر ، متدافعين في لحظة يأس ومغامرة ، فيتصدى لهم رتل من العسكر ببواريدهم ، وعدتهم القتالية ، يحتجزونهم ، ويصادرون حقائبهم جميعاً ثم يكسونها في كومة كبيرة ، ويوقدون فيها ناراً ، بعد ساعات ، يصفحون عنهم ، ثم يطلقونهم : (ادخلوها بسلام آمين) تلملم أوجاعها وفقدتها ، تلملم هريمتها وأطفالها ، وتودع ذاكرتها ، وطنها ، كنوزها ، فراتها ثم ... متعثرة تدخل عولها الجديدة !!!

ثلاث حقائب وثلاثة أطفال وألف طعنة ، هي حصيلتها حينما عبرت الخط الفاصل بين مدينتها وإقربية النائمة على سوادها في الطرف الآخر ودعت أحيها الذي جهد في إقناعها بالبقاء ، وجرت حقائبها واهنة ، طريق مقفرة طويلة تفصلها عن أول حاجز وضعته القوة الراعمة بأنها الدولة الإسلامية الوحيدة على الأرض ، مشيت يخيم عليها الخوف والرهبنة ، فالطريق برية ، تتعثر بملاذتها كلما أسرعت الخطو ، يتشبث الصغار بيديها اللتين تقبضان على الحقائب بتوتر ، ترفع النقاب لتتبين الطريق فيقذفها الرصاص من نقاط لا تعرف مصدرها ، تسدل نقابها برعب وتتوقف هنيهة لتلتقط أنفاسها ثم يعاودها الرصاص ثانية ، فتسرع الخطا، ساعات بطول عمر مرت حتى لاح لها من بعيد جمهرة من الرجال الملتحين برؤوس كثة ، تتقدم أكثر ، ثم تتوقف للتفتيش في حقائبها أخفت الكثير من الصور الذي اخترلت ذاكرتها الحصورة بثلاثين عاماً ، وبعض الشهادات العلمية التي حصلت عليها ، وبعض الكتب النادرة ، فطبت كنوزها هذه بالكثير من الألبسة النسائية لتموه ذنبها ولتبعد الأعين التي تدعي الإسلام عن ممنوعاتها فقد قيل لها أن جرم من يحمل الكتب عظيم ، ترتجف خوفاً وهي تقف في رتل التفتيش ماذا تحملين يا امرأة؟ ملابسنا ياسبيبيدي .. افتحني الحقيبة تحني ، تفتح الحقيبة الأولى فتبرز ملابسها شائعة ، يدير رأسه مستغفراً ويومئ بيده أن أغلقي الحقيبة واذهبي تغلقها بعبور وهي تحدث نفسها بأنها نجت بأعجوبة تهرع بكنزها وأطفالها إلى سيارة جاثمة على حدود الطريق ، تغادر وهي تتمتم بالدعاء ، تشق الحافلة عباب الطريق المغبر ، حتى تدخل جسم المدينة الواجمة ، في الموقف المحدد لوقوف الحافلات تقف ، ثم تركب حافلة أخرى متوجهة إلى الحدود ، قيل لها (الهجرة حياة جديدة ، وأن البلد التي ستهاجرين إليها ستكون امتداداً لبلادك ، وأن هجرتك مؤقتة ، وجراحك ستندمل) وقيل لها (احظي من بقي من أولادك فقد يذهبون في غمضة عين ، بقذيفة مفاجئة ،

طفلة الحرب (١)

منار الديري



معلقة في مخيلتها كما يعلق الشال البالي في شجرة الأمنيات.. كانت تخاف البقاء في أحلامها.. في يوم مشئوم بدأ قصف الكيماوي والعنقودي على مدينتها لكنها كانت تقطف البرتقال من يافا حاولت العودة لسورية لكنها نسيت كيف تخرج من مخيلتها... حصل ما كانت تخشاه.. لقد أضلت طريق العودة.. ربما يتعلق بمخيلتها للأبد.. استنشقت رائحة غريبة سامة ومميتة.. أحست بأنه غاز الكيماوي قد بدأ يقطع أحشائها.. ابتسم ثغرها وقالت يا مرحباً بالموت لكن الغريب أنها لم ترى ملائكة الموت ولم ترى صديقاتها ينتظرنها هناك.. كل ما كانت تراه هو فلسطين و يافا والقديس وأنها إعلامية.. ظنت أن هذه الجنة نامت بعمق في أرض يافا استيقظت لتبحث عن صديقاتها في الجنة.. لم تجد أحداً.. بقيت تبحث لكنها شعرت بألم غريب هناك وخر إبريمزق جسدها ويخترق عروقتها.. استجمعت قواها بصعوبة وبعد محاولات عدة استطاعت فتح عينيها الثقلتين بالأحلام.. فوجدت نفسها في غرفة بيضاء ذات نوافذ مهترئة من الحرب.. نظرت لئمن حولها وعلمت بأنهم مجانين وهي الآن في مستشفىهم لكنها اقنعت نفسها بأنهم مثلها " أطفال للحرب " و ذنبهم الوحيد أن قاتلوا الحرب يعاقب على الأحلام.. بعد أن حفظت طريق الخروج من مخيلتها قررت العودة لأرض يافا والقنوط هناك إلى أن تنتهي الحرب..

اندلعت الحرب وهي في العاشرة من عمرها، لا تذكر كيف كانت ملامح السلام.. لكنها في الحرب كانت مع كل قذيفة وصاروخ ورصاصة تكبر عاماً أصبحت عجوز كهلاء في سن السابعة عشر تعرف نوع السلاح من صوته! ياتك تستقبل خبر موت فلان واستشهاد فلانة بابتسامة! لقد صدمت إلى أن نسيت كيف تفعل.. قصفت مدرستها وفقدت معظم صديقاتها.. فقدت ابتسامتها معهم... قصف منزلها وفقدت سريرها ولعبتها وتحولت أرجوحتها لرماد.. سقف منزلها لأمس الأرض.. وتحطم قلبها ك حطام منزلها.. وخذشت أحلامها..

لم تستطع إكمال الدراسة بسبب حب قذائف " الشيلكا " لمدرستها.. حلمها بأن تصبح إعلامية بات شيئاً يضحكها ويذكرها بأنها في يوم ما كانت على قيد الحياة.. هذه الفتاة ميتة على قيد الحياة.. إنها فقط تنفسي لأنها اعتادت على ذلك لكنها من الداخل ليست بحاجة للأكسجين فخان الحرب قد أحرق رئتيها.. كلما سئلت عن السفر للخارج كانت تقول " الحرب شيء متوحش وسورية طفلة لا تقوى عليه وحدها.. يجب أن أبقى مع سورية " كان قلبها ينتظر الموت بلهفة رغم خوفها منه أحياناً.. تمثل في مخيلتها المهجورة بأنها في المدرسة مع صديقاتها يشتمن معلمة الفيزياء ويسخرن من ملابس أستاذ التاريخ.. في مخيلتها المهجورة هي إعلامية تسافر لفلسطين و الجزائر، تصلي بالأقصى وترتاج على شاطئ غزة.. تتناول النطور في حيفا والغداء في نابلس، تشرب الشاي في رام الله وفي طريقها تلتقي بعجوز من عكا تتجادب أطراف الحديث معه.. تمر على أرض يافا ومن فرط الحب تنحني وتقبلها، وتنام في الخليل.. أيامها حافلة بالأحداث الخيالية السعيدة.. كانت تخاف أن تستسلم لأحلامها أن تبقى



قضايا اجتماعية - تقارير

حملة : كن مع الفقير ..

هادي حاج قاسم



للفقير فقد رأها سلعة لتحسين صورة التجار أمام الشعب المكوم المسكين فقالوا: لما الآن حتى بدأوها؟ هل الآن حتى رأوا الشعب الفقير؟ أم تركوه حتى أنك ولم يعد بمقدوره التأقلم مع هذا الغلاء؟ أم أنهم من هذه الحملة مأرب أخرى؟ والبعض رأها مهينة للفقير حيث اعتبروا الفقير سلعة تباع وتشتري وتستغل أحياناً فمن وجه نظرهم أن الحملات سيشتري منها الفقير والغني أي كأنها لم تطلق وبما أن التاجر يربح بسلعته لماذا كل هذا الغلاء الفاحش ولم لم تتم هذه الحملات منذ زمن؟ أم انتظروا الشعب حتى أنك بالكامل حيث اعتبرها البعض حملة للرياء وخصوصاً أن أسماء المنضمين للحملة باتت تنشر على مواقع التواصل الاجتماعي وغرف الواتس أب فالفقير لا يريد حسم ((٢٠٪)) على باب الومنيوم يبلغ سعره ((٢٥٠٠٠)) أي ما يعادل ((٥٠))\$ كما أن الفقير لا يملك سيارة يقوم بغسلها بثمن التكلفة أو بحسم ((٥٠٪)) فقد اعتبرت هذه الحملة من قبل البعض حملة ترويجية إعلانية هدفها الرئيسي ليس لاستهداف الفقراء لأن هناك نسبة ((٦٪)) لا يملكون قوت يومهم ويوجد أناس معدومين كيف سيقومون بشراء هذه المواد وبالأخص أنها جاءت مؤخراً أي بعد ثمان سنوات على الثورة؟ أما الآخرين فاعتبروها حملة جيدة وهدفها مساعدة الفقراء كون أن الشتاء القادم هو الأعنف منذ ثمان سنوات على الأقل. في النهاية هذه ليست أول حملة في الشمال الحر، ولن تكون آخر حملة ونتمنى أن تطلق حملات عديدة تستهدف الفقراء الذين لا يستطيعون تأمين رغيف الخبز لذويهم، ولأهلنا في المخيمات كما لا ننسى أهلنا الضيوف الموجودين في الشمال وعوائل الشهداء والمعوقين وإصابات الحرب، كل هذا الضغط والصعوبات جاءت في ظل توقف بعض المنظمات الإغاثية والطبية في المناطق الحرة.

حملة كن مع الفقير استهدفت الفقراء، وترجمت نتائجها على أرض الواقع، بدأت الحملة بتاريخ ٢٢/١١/٢٠١٨ عن طريق فكرة من قبل أصحاب الحال التجارية في منطقة قلعة المضيق بريف حماة الشمالي، حيث تعتبر الحملة الأولى من نوعها التي تم إطلاقها على أبواب فصل الشتاء بهدف إسعاد الفقراء والأخوة الضيوف من المناطق السورية المتعددة وأصحاب الدخل المحدود، حيث كان هدف الحملة دمج شريحة واحدة في المجتمع وإزالة الفوارق الطبقة في منطقة قلعة المضيق. لم يكن يعلموا بأن هذه الحملة ستطال أغلب مناطق الشمال الحر، فقد لاقى الحملة رواجاً كبيراً في المنطقة ومناطق أخرى حيث بدأت من قلعة المضيق واستمرت إلى ريف ادلب لتستقر بريف مدينة جسر الشغور وتنتهي بأرجاء الحر، ولكن الحملة لم تنتهي فالبعض أعلنها حتى بداية سنة ٢٠١٩ والبعض أعلنها حتى إشعار آخر والبيع بثمن التكلفة فقط. أما بالنسبة للمساهمين بالحملة فقد شملت كافة المهن وكافة محلات الخدمات من لحوم بأنواعه، والخضار والفواكه، والخياطة، الحلاقة، الألبسة، البضائع، الأدوات المنزلية، والحروقات، دكاكين السمان، مغاسل السيارات، نجاري الألومنيوم، النجارين، الحدادين، والولدات الكهربائية الخاصة والانترنت، حيث فتحت الشبكة مجاناً حتى إشعار آخر. البعض شكر هذه الحملة بما أنها قد تساعد في شراء بعض الحاجات الضرورية التي كانت شديدة الحاجة وسعرها كان مرتفعاً أو كما يقال ((أطعمتهم من جوع)).. أما البعض فقد أيدها ولكن ليست بهذه الطريقة فاعتبروها مهينة



طلاق هادئ ومحترم..

محاسن سبع العرب



أن يكشف كلا منهما الآخر.. بدون إنجاب أطفال.. بدون أي فرد زائد في هذا الثنائي الجديد.. فإن وجد كلا منهما زالته في الآخر.. كان بها.. وإن وجد أيًا منهم أنه يسير شرقًا، بينما الآخر يسير نحو الغرب.. وخلال هذه السنة لم تفلح الخيوط السرية ولا المحاولات في تقريبهما.. أو تقريب وجهاتهما.. وبدأت الخلافات تلوح في الأفق كغيوم سوداء قائمة.. فلماذا إنجاب الأطفال؟ لماذا لا نتروى وننتظر لنرى مصير تلك العلاقة؟ بعدها إن قدر للطرفين الانفصال.. يكون الأمر أسهل بكثير.. من حال وجود ضحايا (أطفال).. حتى هذا الطلاق يمكن.. بل ويجب.. أن يكون طلاقًا هادئًا ومحترمًا.. ما المانع في أن يجلس الطرفان بكل هدوء.. ويقررا الانفصال؟ ثم يتصانعا ويتواعدا على عدم حمل أي منهما حقدًا على الآخر.. ثم يمضي للبحث عن نصفه الآخر.. ما المانع في أن تنتهي هذه العلاقة ليس لأي سبب آخر.. ليس لأن أحدهما سيء.. فقط لأن كل واحد منهما لم يجد زالته في الآخر.. أجزم أنه لا يجب أن يكون أحد الطرفين سيئ كي يحدث الانفصال.. قد يكون كلا الطرفين ذو أخلاق عالية.. وتربية جيدة.. وسلوك قويم.. بيد أن نقاط الاختلاف كثيرة لدرجة يستحيل معها الالتقاء.. ألا يمكن أن تنتهي أي علاقة صداقة أو زمالة؟ والزواج أيضًا علاقة قد يكتب لها النجاح أو عدمه.. فلماذا إذا نجرجر وراءنا بعض الضحايا؟ من علاقات لم يكتب لها النجاح؟ في الختام.. ما أردت إيصاله من خلال مقالتي هو فكرتين.. الأولى هي التروى في إنجاب الأطفال حتى تستقر مؤسسة الزواج.. والثانية هي إن كان ولا بد من الانفصال فلماذا لا يتم بطريقة تحفظ لكلا الطرفين كرامته.. ودامت مؤسسات زواجكم بخير..

لماذا في كل قصة طلاق تحدث بين أي اثنين نسأل دائمًا ذات السؤال: من هو الخاطئ؟ من هو المقصر؟ وكعادة مجتمعنا فـ (٩٠ %) من أصابع الاتهام.. لا إراديا.. تتجه نحو المرأة.. ألا يمكن أن يتم الطلاق بين الرجل والمرأة بطريقة هادئة جدا.. ومحترمة جدا، تحفظ لكلا الطرفين كرامتهما، ألا يمكن أن يفصل الطرفان (زواجيا) وبقيا مرتبطين أخلاقيا؟ أي بلا كره أو حقد، بلا توجيه اتهامات، بلا عداوة بين العائلتين، ألا يجب أن تبقى العلاقة تحمل بين طياتها ولو القليل من الود؟ أولا شخصيا لا أشجع على إنجاب الأطفال خلال أول سنة للزواج، صحيح أن فترة الخطوبة هي للتعارف، ولكن الطرفين فيها لا يقطنان تحت سقف واحد، لا يعرف أي منهما عادات الآخر في النوم والأكل والحديث، لا يعرف طقوسه، خفايا نفسه، أسراره.. فكلنا إذ نظهر في فترة الخطوبة.. مهما حاولنا.. لا نظهر أبدا كما نحن تماما، إنما نضيف دائما بعض التلويح، ليس خبثا ربما.. أما بعد الزواج.. فيضطرب كلا الطرفين أن يرى الآخر بكل حالاته.. الحسنة منها والسيئة.. يراه بكل تقلبات مزاجه ونفسيته.. في الحزن والفرح والضجر.. أول سنة زواج هي سنة اختبار.. يحاول خلالها كلا الطرفين الاقتراب من الآخر لدرجة الانصهار.. وهنا ستطفو على السطح بعض الصفات والطباع الخبئة.. لكل منا (رجل أو امرأة) أحلام وأمان في شريكه المستقبلي.. وهذا ليس خطأ بالمره.. فالمرأة منذ بداية وعيها ترسم في مخيلتها فارس أحلامها.. والرجل أيضا منذ بلوغه يضع صورة المرأة التي يريد.. وعندما يجمع القدر بين اثنين.. ما المشكلة في أن يحاولوا في السنة الأولى الاقتراب من بعض..



أسرار حبنا لحمد عليه الصلاة والسلام

ياسر العبيد



من قبل، فهذا حب اقتصر على رسول الله صلى الله عليه وسلم مع أتباعه من أمته، الذين أتوا بعده، ولم يرهم، فهو صلى الله عليه وسلم يود أن يلقانا، وقد قال لنا: إننا إخوانه، فعن أنس بن مالك رضي الله عنه أن النبي صلى الله عليه وسلم قال: "وَدِدْتُ أَنِّي لَقِيتُ إِخْوَانِي". فقال أصحاب النبي صلى الله عليه وسلم: أوليس نحن إخوانك؟ قال: "أنتم أصحابي، ولكن إخواني الذين آمنوا بي ولم يروني" (مسند أحمد: برقم: [١٢٧١٨]، وصححه الألباني). أحببناه صلى الله عليه وسلم لأنه أشغل فكره و كل مافيه شفقة بنا و رغبة أن يرحمنا الله بالجنة عن عبد الله بن عمرو بن العاص رضي الله عنه " أن النبي صلى الله عليه وسلم تلا قول الله عز وجل في إبراهيم: { رَبِّ إِنَّهُمْ أَضَلُّونَ كَثِيرًا مِّنَ النَّاسِ } فمِنَ تَعْنِي فَإِنَّهُ مِنِّي } ومن عصاني فإنك غفور رحيم} [إبراهيم: ٣٦] أحببناه صلى الله عليه وسلم لأنه احتفظ بدعوة مستجابة له يدعو الله بها من أجلنا يوم القيامة و تكون شفاعتنا، فإله عز وجل أعطى كل نبي من الأنبياء دعوة، أعلمهم أنها تستجاب لهم: فإله كل نبي في الدنيا، لكن نبينا صلى الله عليه وسلم ادخر دعوته إلى يوم القيامة، ليشفح لأمته بها عند الله، فعن أبي هريرة رضي الله عنه في حديث طويل ومشهور في الشفاعة، قوله: " يا محمد ارفع رأسك، سل تعطه، واشفع تشفع، فأرفع رأسي فأقول: أمّتي يا رب، أمّتي يا رب، فيقال: يا محمد ادخل من أمّتك من لا حساب عليهم من الباب الأيمن من أبواب الجنة، وهم شركاء الناس فيما سوى ذلك من الأبواب.." (صحيح البخاري: برقم: [٤٧١٢]). لهذه الأسباب وغيرها الكثير أحببناه صلى الله عليه وسلم و مما لا شك فيه أن حب النبي صلى الله عليه وسلم لأمته أكثر بكثير من غيرها له، كيف لا، وقولته المشهورة صلى الله عليه وسلم يوم القيامة: "أمّتي أمّتي" (صحيح البخاري: برقم: [٧٥١٠]). لذلك من كانت هذه صفاته و هذا خلقه يستحق كل هذا الحب و الإهتمام و أسمى مراتب الحب و الإهتمام الذي تقدمه الأمة الإسلامية لنبيها أن تعيش على هديه و تلتزم منهجه الذي فيه الصلاح و الرضا و السعادة .

في شهر ربيع الأول من كل عام هجري تعيش الأمة الإسلامية ذكرى ولادة النبي محمد صلى الله عليه وسلم و ما أكثر الذين يتساءلون عن سبب هذا الحب العظيم الذي تتوارثه أجيال الأمة الإسلامية عبر عصورها من الذين لم يعرفوا قيمة هذا النبي الأمي الخاتم، أقول الأسباب كثيرة التي تجعلنا نحبه هذا الحب العظيم أذكر بعضها أحببناه صلى الله عليه وسلم لأنه نبي الإنسانية نبي الرحمة النبي الذي عاش حياته كلها من بعثته ليوم موته لأمتيه، وصدق الله تعالى حين قال: { لَقَدْ جَاءَكُمْ رَسُولٌ مِّنْ أَنفُسِكُمْ عَزِيزٌ عَلَيْهِ مَا عَنِتُّمْ حَرِيصٌ عَلَيْكُم بِالْمُؤْمِنِينَ رَءُوفٌ رَّحِيمٌ } [التوبة: ١٢٨]. قال ابن كثير في تفسيره: "وقوله: {عزيز عليه ما عنتم} أي: يعز عليه الشيء الذي يعنت أمته ويشق عليها، {حريص عليكم} أي: على هدايتكم ووصول النفع الدنيوي والأخروي إليكم." فالنبي صلى الله عليه وسلم كان يسعى دوما ليخفف عن أمته التكاليف رحيم بها رؤوف عليها من صور وشواهد حرصه صلى الله عليه وسلم على ذلك سؤاله الله التخفيف في الصلاة بعد أن فرضها الله خمسين صلاة في اليوم واللييلة و بقي يسأل الله التخفيف حتى أصبحت الصلاة خمس في الأداء و خمسين في الثواب و كان أيضا يترك بعض الفضائل خشية أن تفرض فيشق ذلك عليها، وذلك مثل قوله صلى الله عليه وسلم: "لولا أن أشق على أمتي لأمرتهم بالسواك عند كل صلاة، ولأخرت صلاة العشاء إلى ثلث الليل" (جامع الترمذي: برقم: [٢٤]). أحببناه صلى الله عليه وسلم لأنه لم يترك الدعاء لنا بكل صلاة صلاحا عن أم المؤمنين عائشة رضي الله عنها قالت: لما رأيت من النبي صلى الله عليه وسلم طيب نفس، قلت: يا رسول الله، ادع الله لي، فقال: اللهم اغفر لعائشة ما تقدم من ذنبها وما تأخر، ما أسرت وما أعلنت، فضحك عائشة حتى سقط رأسها في حجرها من الضحك، قال لها رسول الله صلى الله عليه وسلم: "أسرك دعائي؟" فقالت: وما لي لا يسرنى دعاؤك؟ فقال صلى الله عليه وسلم: "والله إنها لدعائي لأمتي في كل صلاة" (صحيح ابن حبان: برقم: [٧١١١]، وحسنه الألباني). أحببناه صلى الله عليه وسلم لأنه أحببنا و اشتاق لرؤيتنا من غير أن يرانا و حال الحب أن يحرقه الشوق لرؤية من يعرفه ويحب و طال فراقه، أما أن يحدوه الحب إلى رؤية من لم يره



رياضة

رئيس الفيفا: مونديال قطر سيكون تاريخيا ولن ينسى

الأناضول



إن الملاعب التي ستقام فيها المباريات قريبة جداً من بعضها البعض، وأن أقصى مسافة زمنية بين الملعب والآخر لن تزيد عن ساعة. قال رئيس الاتحاد الدولي لكرة القدم "فيفا" جيانى إنفانتينو، إن بطولة كأس العالم القادمة "مونديال قطر ٢٠٢٢"، ستكون تاريخية ولن تنسى. وأوضح إنفانتينو في تصريح لوقع الفيفا الرسمي على الانترنت، أن الملاعب التي ستقام فيها المباريات قريبة جداً من بعضها البعض، وأن أقصى مسافة زمنية بين الملعب والآخر لن تزيد عن ساعة. وأضاف أن البطولة ستقام في مناخ مثالي، وأن درجات الحرارة في قطر تتراوح بين ١٥ و ٢٥ درجة مئوية خلال شهري نوفمبر وديسمبر. وأشار إلى أن إقامة مونديال ٢٠٢٢ في قطر، ستكون تجربة مهمة، وأن محبي كرة القدم سيرون دولة رائعة ومتميزة (حسب تعبيره). وتابع قائلاً: "أنتوق أن مونديال قطر سيكون أفضل بطولة على الإطلاق، وأدعو محبي كرة القدم للتوجه إلى هذا البلد" يجدر بالذكر أن مباريات مونديال ٢٠٢٢، ستقام في قطر خلال الفترة الممتدة من ٢١ نوفمبر/ تشرين الثاني حتى ١٨ ديسمبر/ كانون الأول.

عامل فقير يتحول إلى هدف إسبانيا وأوروبا الأول

العربي الجديد

كرة القدم لا تعرف المستحيل حقاً، ولطالما شهدت الكثير من قصص المعجزات بما تعكسه من جوانب إنسانية رائعة، وأحدثها قصة عامل بسيط عاش حياة الفقر، قبل أن يصبح هدافاً لامعاً في كرة القدم الإسبانية والأوروبية هذا الموسم. وتقول إنريك غايغو إلى هدف لدوري الدرجة الثانية في إسبانيا في أول موسم له كلاعب محترف يبلغ من العمر ٢٢ عاماً، بعدما نال فرصة متأخرة مع نادي إكستريمادورا، إذ عانى من ظروف مالية صعبة أجبرته على العمل في توصيل الطعام وفي بناء المنازل وقيادة الشاحنات. وسجل غايغو "سوبر هاتريك" خلال ٤٠ دقيقة فقط في آخر مباراة لفريقه خلال الفوز ١-٤ على ريوس، ليرفع رصيده إلى ١٢ هدفاً في ١٤ مباراة في صدارة هدافي الدرجة الثانية، ولم يسبق للاعب أن سجل رباعية في هذه الدرجة منذ موسم ٢٠٠٤-٢٠٠٥ لذا بات حديث وسائل الإعلام الإسبانية بعد أن كان مجرد مواطن بسيط وفقير ومغمور قبل أشهر قليلة. وبهذا الرصيد يتفوق غايغو رقمياً على ليونيل ميسي ولويس سواريز هدافي الليغا (٨ أهداف)، وحتى على أغويرو هداف الدوري الإنكليزي (٨) وبياتك في الدوري الإيطالي (٨) ومبابي في الدوري الفرنسي (١١). وقال مانويل فرانغانيو رئيس نادي إكستريمادورا عن بطله الجديد: "إنه شخص ابتسمت له الحياة أخيراً بعد أن بدأ مسيرته في أواخر عمره كرياضي محترف وكان يستحق أن يصل لمكانة رفيعة قبل سنوات طويلة". وحكى غايغو عن هذا التحول الهائل في حياته قائلاً: "لم يكن الأمر سهلاً على الإطلاق. كنت أحلم دائماً بأن أكون لاعباً محترفاً لكنني واجهت رفضاً من أندية مختلفة ولم يثق بي أحد". وأضاف: "أنا زوج وأب لطفلين ولأبني احتياجاتهم اضطررت للعمل في وظائف بسيطة مثل عامل توصيل للأطعمة وعامل بناء وسائق حتى جاءت الفرصة أخيراً للانضمام إلى إكستريمادورا في الشتاء الماضي. أو من بالقدر وأدرك أن كل شيء مقدر له أن يحدث في وقت ما. إذا كنت سأصبح قدوة للأطفال الآن سأشعر بسعادة". وأجبرت موهبة غايغو ناديه إكستريمادورا على توقيع عقد معه مقابل ٢٠٠ ألف يورو في واحدة من أكبر صفقات الدرجة الثانية، وربما يتطلع لخطوة أكبر بالانتقال لدوري الأضواء أو الاحتراف في الخارج. وتابع: "أبلغ ٢٢ عاماً لكنني أحافظ على جسدي ولياقتي وأشعر أنني بحال أفضل كلما تقدمت في السن، لا أرى نهاية لمسيرتي. سأواصل القتال وسأبحث عن فرصة ذهبية لمساعدة عائلتي".





سيقودني للغيمة تحشيش ..

د . ريم سليمان الخش



مهما نيوب الجوع تمشني
لن يثقب الأوزون تخميش *

في مهجتي العنقاء خالدة
ماضرها في القمع تريش
إني على وعد بنهضتنا
حتى ولو ضاعت طرايش *

حتى ولو في الأسر أمتنا
ولصرخة الأحزان تطيش *

في حبك الأشعار ملحمتي
وألوحى بالأطياب مرشوش
إن صادروا الغيمات عن أفقي
سيقودني للغيمة تحشيش

عبثا نقيم لوجدنا وطنا
يقصي انسياب
الوجد تهميش *

قد ضيعوا المفتاح عن شغفي
ومذبح في العشق مرقوش
قد اتقنوا صلي وتعرיתי
بدمي الفضاء الرحب مطروش
وتهزني الأوجاع تطمرني
ومقطع الأوصال منهوش
أين الضمير الحي من وجع
والكون بالتريف مغشوش *

فيه اعتلت للظلم مملكة
وعلى نوايا العدل تفتيش
والطائر الغريد يلقهم
هل يسمع الألمان أطروش؟ *

أين ابتهاج القلب في زمن
فيه الحياء البكر مخدوش *

إني أنا العربي أنبلهم
في جبهة الجوزاء منقوش

لحمي من اللاهوت منهوش
ولبصمتي السماء تشوش
وكانما الأسلام زوبعة
ولدرئها في الكون تجيش *

قد فئتوا قلبي وليس به
لغم يهز الصرح مخشوش
كم راعهم مثنى هوك به
في برزخ الوجدان منقوش *

قلبي من الأنوار منبعه
وله بكرم الجود تعريش
من حره الياقات منصر
ولضوءه الألباس مدهوش *

مالي إلى البغضاء نافذة
شباكنا بالود معروش *

كفوا عن الآفاق هرطقة
قد يمنح الأمطار تهويش *

جفت ينابيع النفوس وما
إلا خشاش القهر مفروش

أخذتني منك الدنيا ..

سوسن حامد سليمان



كم أنا نادمه
قابعة وحدي
بين حبي وسهدي
لأنني بحبك شاعرة
ودائما حائرة
وعليك هائمة
وسائلة أيامك
وذكرياتك جميعها
فاضلة ما بقيت
إلا الذكرى الدائرة
مهما تباعدت الأيام
فأنا في انتظارك
حامل لمة

وطرت مع النوارس
في تيه وبلاد فانية
مستحيل هذا العيش
بدون أغنيية
فهل هذه هي الدنيا؟
لقد شكوت لكل توقعه
في الميه وتعلقت
بعض الشعاب
المرجا نية
لتنقذني من الغرق
في قاع البحر
وأنا في تيهه
ومنسيه وضيع

أخذتني منك الدنيا
وتمنيت البقاء معك
ولو ثانيية
ضاعت دنيتي
في لحظة
هجروا الأصدقاء
وأتلّف منك
الاشتيياق
صعب جدا
هذا الفراق
سفينتك ومركبي
غرقا في الأعماق
أخذتني منك الدنيا

التسامح وآثاره النفسية على الفرد ..

أسماء مرزوق



لقد كانت تجربة رائعة وممتعة تعلمت منها الكثير والنتائج مذهلة، تلك المواقف التي كانت تزعجني في السابق، لم تكن كذلك الآن، إن التسامح أشبه بالتححرر من القيود الثقيلة التي تمنعنا من الاستمتاع بالحياة والمضي بحرية نحو المستقبل. في سياق الحديث عن التسامح والمسامحة فقد روت لي فاطمة وهي امرأة في الثلاثين من عمرها، بأنها مرت بتجربة صعبة في امتناعها عن مسامحة إحدى أقاربها، ولكن بعد معاناة وحروب نفسية داخلية، استطاعت التغلب على ذاتها ومسامحة التي أساءت لها، وقد عبرت عن ارتياحها وأنها شعرت بشعور لا يوصف بعد أن سامحت وعتفت عن المسيئين. التسامح مع الأشخاص والمواقف؛ لا يعني أننا نقبل الضرر منهم ولكن التححرر من هذه المشاعر المزعجة وإدراكنا لسبب حدوث هذه المواقف السلبية، والوعي بها، لأبد أننا تعلمنا منها درساً لحياتنا المستقبلية التي سنعيشها بطولها ومرها. المسامحة لا تعني ضعف الشخصية، كما يقول البعض بل هي قوة التخلص والتحرر من المشاعر المزعجة، وكما لا يبق لها أثر علينا وأن نتعلم العيش بسعادة وبنفس مرتاحة.

قال تعالى: ((جُذِّ الْعَفْوَ وَأْمُرْ بِالْعُرْفِ وَأَعْرِضْ عَنِ الْجَاهِلِينَ)) صدق الله العظيم للتسامح سمو رائع لتزكية النفس هو فقط عليك إطلاق الماضي والتخلص منه، لكن الأمر يتطلب منك شجاعة قلب أسد لاتخاذ هذا القرار وهي من الصفات الإنسانية إن عدم التسامح أشبهه بمعلقات ثقيلة تهكل جسدك، تسلب منك الكثير من التفكير للموافق السيئة التي مررت بها مصاحبه معها مشاعر الغضب والكراهية وخيبة الأمل هذه المشاعر تشعرنا بثقل بالنفس وعدم القدرة على المضي قدماً، وضمن سياق الحديث عن التسامح، سأحدث عن تجربتي في التسامح، إن العملية لم تكن سهلة بل تطلب مني الأمر مسامحة الكثير من المواقف التي مررت بها منذ الطفولة وحتى الآن، إلى أن لم تعد مشاعر الكراهية والغضب لها في قلبي مكان، كنت أسمع عن مدى أهمية التسامح لحياة الفرد في المجتمع لما لها أثر كبير في الوصول للذات، لم أكن أدرك هذا الشيء، إلا بعد تطبيقي للتسامح ومن أعماق قلبي.



تطوير الذات

كن أنت .. ولا تكثر للأخرين ..

هبة صالح رزق



نظرهم لكن أريدك أن تنصت لما يروق لك منها وتأخذ ما يعجبك وتتغاضى وتتناسى عما لا يعجبك فأنت لست مجبراً على الإنصات لكل ولا لنصائح البعض أنت تعرف من أنت وماذا تريد لا تجعل البشر يرسمون طريقك بأفكارهم واعتقاداتهم أنت تمتلك عقلاً لتفكر ولتتدبر. إذا تعلمت أن تنضبط في ردادات فعلك وتنضبط نفسك وتتمكن منها بمعرفة قيمة الوقت لديك وبالأهداف التي ستفكر فيها و بالخطط التي ستضعها وتلتزم على تنفيذها فأنت في الطريق الصحيح والا ستغلبك ذاتك ولن تجد أن هناك وقتاً تستثمره الا في التفكير في ماذا قال فلان وماذا تقصد فلانة .. ذاتك أرقى من هذا ولم تخلق لهذا استمتع معي بقصة جميل وسيم الوجه طيب الروح مع من حوله من البشر فقد أدرك أن هناك اختلاف كبير بينه وبين موظفيه في العمل فتعامل مع الجميع بالحسنى وبالخلق الطيب لم يلتفت لأي أذية بل طور نفسه وركز على هدفه بأنه لا يريد أن يكون المدير المسيطر إنما قائد الفريق المتميز الذي يقود موظفيه بالحسنى الحفز لهم المشجع لاستقبال وجهات نظرهم مهما كانت فهو يعلم أن النقد البناء سيبنى منه شخصية عظيمة سيأخذ ما يروق له ويتغاضى عن أي شيء لا يريده وها هو اليوم قائد محبوب يحتوي موظفيه بالاحترام، فتعلم أيها الإنسان كيف تتأقلم مع البشر الذين حولك وكيف تتعامل مع أذية الجهلة منهم و تمضي في طريق أحلامك وتركهم خلفك. انظر أمامك وحولك وتعلم من اختلاف البشر تعلم من الناجحين تعلم من المتميزين، نحن نعيش لتتعلم ولنصبح أكثر وعياً وحكمة نتعلم لنترك الأثر والبصمة الخاصة بنا. تذكر دائماً لا يبقى إلا الأثر الذي تخلده بعدك ..

البشر كالبحر، ترى ما يظهرونه لك، لكنك لا تعلم ما في أعماقهم. اسبح ولا تتعمق في دواخلهم .. وتعمق في ذاتك لتكتشف ما تخبئه من كنوز تتميز بها عن بقية البشر. لكني أردت أن أتعلم في هذه الكلمة المكونة من ثلاثة حروف ((بشر)) ووجدت فيها الكثير وحياتي وحياتك لا تكلو منهم .. تعمق معي في هذه الكلمة ب .. بيئات مختلفة مع اختلاف العادات والتقاليد. ش .. شخصيات منفردة ومتنوعة. ر .. ردادات فعل تختلف من شخص لآخر تختلف باختلاف درجة الوعي والنضج. هل أدركت كمية الاختلاف والتنوع الذي تواجهه في يومياتك مع التعامل مع هؤلاء البشر. فهناك من يرى أنك لابد أن تراعيه وتراعي مشاعره. ومن يريدك أن تنصفه وتقتنع بوجهة نظره وبما يقوله لك. ومنهم من يرى من زاويته ومن يدافع عن قيمه ومبادئه، و البعض الآخر من يتكلم بناء على الصورة الذهنية التي رسمها الماضي له وما مر من تجارب قاسية، وهناك من ترك كل شيء وأبقى عمره يدقق على هذا ويحاسب ذاك، و ستواجه الكثير الكثير منهم .. فالتعامل معهم بمختلف شخصياتهم وعقلياتهم فن من فنون الحياة، فماذا عليك أن تفعل مع هذا الاختلاف هل ستقيد نفسك معهم؟ وهل ستجعل نفسك تنصاع لهم ولما يقولون لك وعنك؟ وتطرق أبوابهم طلباً للرضا عنك والركض وراء حبهم واحترامهم لك !! لا يا عزيزي أنت صاحب ذات فريدة من نوعها .. أنت بكل ثقة ووعي تتقبل هذا الاختلاف، وأنت تحترم كل منهم، ما يميزك أنك لا تشتت نفسك بهذا الاختلاف فلنك الأحقية في عمل ما يناسبك اسمع لهم ولوجهات



الصحة

طنين الأذن.. أمر طبيعي أم حالة مرضية؟

سكاي نيوز عربية



يشعر كثيرون بصوت طنين في الأذن من حين لآخر، فهل يعد ذلك أمراً طبيعياً أم أنه مؤشر على حالة مرضية تستوجب الحصول على استشارة طبية؟ قد يحدث الطنين في إحدى الأذنين أو الاثنتين معاً، وله نوعان إما ذاتي يستطيع الشخص سماعه ويحدث بسبب مشكلات في الأذن الخارجية أو الوسطى أو الداخلية. وبحسب موقع "ويب طب"، يعد هذا النوع من الطنين خطيراً كونه يؤدي إلى وقوع مشكلات في السمع أو بجزء من الدماغ بسبب تفسير الإشارات العصبية على أنها صوتية بطريقة خاطئة. أما النوع الثاني من الطنين فهو "الموضوعي"، والذي يستطيع الطبيب سماعه عند إجرائه للفحوصات، وقد ينجم عن مشكلة في الأوعية الدموية، أو خلل في عظم الأذن الوسطى أو تقلصات في العضلات. وتتنوع الأسباب الكامنة وراء طنين الأذن، حيث يعد التعرض للأصوات العالية أبرزها، كما يمكن أن تنجم المشكلة عن انسداد في الأذن نتيجة تراكم الشمع، أو التهاب الأذن. كذلك قد يكون لاستخدام بعض الأدوية كالأسبرين وأنواع معينة من المضادات الحيوية وغيرها آثاراً جانبية تتمثل بالطنين. كما يؤدي تصلب الأذن، وهو مرض يقوض العظام الصغيرة في الأذن الوسطى، إلى سماع الطنين. وتعد الشيخوخة من أسباب الطنين أيضاً بسبب تدهور حال "القوقعة"، كما تساهم أمراض مثل ارتفاع ضغط الدم، وأمراض القلب والشرايين والسكري والغدة الدرقية غير النشطة، في تزايد احتمالات ظهور الطنين. علاج الطنين تشير الدراسات الطبية إلى أن الطنين يختفي تلقائياً في معظم الأحيان، إلا أن هناك بعض الحالات التي تستوجب تدخل الطبيب مثل إزالة الشمع الكثيف من الأذن بالشفط. وإن كان سبب الطنين عدوى، فغالباً ما يصف الطبيب قطرة مضادة حيوية مركب "هيدروكورتيزون"، الذي يعتبر مضاداً حيوياً يكافح العدوى. وقد تحتاج إلى استشارة أخصائي تقويم أسنان إن كان تشخيص الطبيب يدل على أن الطنين ناجم عن متلازمة المفصل الصدغي الفكي. وفي حالات نادرة، قد تكون الجراحة ضرورية إن كان سبب الطنين ورمًا أو كيساً أو تصلباً في الأذن نتيجة تراكم الكالسيوم على عظام الأذن.

تلوث الهواء يزيد خطر إصابة الأطفال بالإعاقة الذهنية

الأناضول

الدراسة أجراها باحثون بجامعة سيدني في أستراليا حذرت دراسة أسترالية حديثة من أن تلوث الهواء يزيد فرص إصابة الأطفال بخطر الإعاقة الذهنية. الدراسة أجراها باحثون بجامعة سيدني في أستراليا، ونشروا نتائجها، الأربعاء، في دورية العلمية. ولكشف العلاقة بين تلوث الهواء وإصابة الأطفال بالإعاقة الذهنية، قام الفريق بتحليل بيانات أكثر من ١٨ ألف طفل ولدوا في بريطانيا خلال الفترة بين عامي ٢٠٠٠ إلى عام ٢٠٠٢. ووجد الباحثون أن الأطفال الذين يعيشون في المناطق التي تتعرض بكثرة للجسيمات الدقيقة المحمولة جواً التي يقل قطرها عن ٢,٥ ميكرومتر، تزيد فرص إصابتهم بالإعاقة الذهنية بنسبة ٣٣٪، مقارنة بمن يعيشون بمناطق بعيدة عن التلوث. وتنبعث الجسيمات الدقيقة المحمولة جواً في الغالب من مصادر صناعية، إضافة إلى عوادم السيارات، والطهي بالخشب والتدخين، ويمكن استنشاقها فتستقر في الرئة. ووجد الباحثون، أيضاً، أن المناطق التي ترتفع فيها مستويات نسبة ثاني أكسيد النيتروجين وأول أكسيد الكربون، يزيد فيها خطر إصابة الأطفال بإعاقة ذهنية إلى ٣٠٪، فيما تبلغ نسبة زيادة الإصابة بالمناطق التي ترتفع فيها نسب ثاني أكسيد الكبريت ١٧٪. وقال الدكتور إريك إمرسون، قائد فريق البحث، إن "الإعاقة الذهنية أكثر شيوعاً بين الأطفال الذين يعيشون في مناطق أكثر حرماناً اجتماعياً واقتصادياً، والتي تميل إلى أن تعاني من مستويات أعلى من تلوث الهواء". وأضاف أن "التعرض لتلوث الهواء الخارجي قد يعيق التطور المعرفي، مما يزيد من خطر إصابة الأطفال بالإعاقة الذهنية". ويعتبر تلوث الهواء عامل خطر مساهم لعدد من الأمراض، بما فيها مرض القلب التاجي، وأمراض الرئة، والسرطان، والسكري. وكشفت منظمة الأمم المتحدة للطفولة (يونسيف) أن نحو ١٧ مليون رضيع في شتى أنحاء العالم يتنفسون هواء ساماً، بما قد يضر بتطور أدمغتهم. وحسب تقرير صدر عن البنك الدولي في ٢٠١٦، يتسبب تلوث الهواء في وفاة شخص من بين كل ١٠ أشخاص حول العالم، ما يجعلها رابع أكبر عامل خطر دولياً، والأكبر في الدول الفقيرة حيث يتسبب في ٩٣٪ من الوفيات أو الأمراض غير المميتة.





لغة أدبية

قطار من زمن الحبة ..

عبد القادر زرنيج

قادمة روايتي وبحر العشق حكايتي
أنت الطيور وظلال الفصول أمام العصور
سقطت اللوحات أمامك
يا ساحة السطور
بقيت لوحتي إجلال بكل
اللغات إذا جنت الكلمات
أنت الجنون والانتظار ناصيتي
سأراك حلما وإن كسرت روايتي

رصيف الانتظار خلود، محبة
بكل قواميسي أمام القراءات
حلم خلدك بذكريتي أجمل النساء
محبة لا تعيها محبة
الأحبة إذا رصفت الأشجان
لولاك يا فاتنة الصفحات
لحزقت أقلامي وسئمت ركوب الأحلام
سأعود على بحر الذكريات
ويغلق الستار على أمالي السعادة
وتبقى سيدتي ذات العشق والقلادة



صورة من ظلال الصور
أرهقتني أمام السنين
ظل الهوى قطار من
زمن الحبة أفرق الكلمات
من سماء الحروف بلغت جمال الأقلام
أنت الروح أمام الحروف
هذا عشقي قطار الأساطير
من زمن الصور أمام الذكريات
ستعود ذكرياتي وإن
ابتلعها عواصف التاريخ

مهاجرة تلك الطيور
أمام عينيك والسحب مطيرة
روح من عبق السنين
قادمة أعاصيري بقطار العشق تمهلي
رصيف الذكريات تريعي
هذا عشقي طيور بلا قيود
حروف بلا أقلام سأرسمك
منتظرة أشواقى حتى تهاجر الطيور

هروب للهروب ..

راما ديب

ترفر فرح معلنة وجود هذا الشخص .. فتائه المبدأ
يكون وجوده مثل ترددات القنوات التلفزيونية
يأتي ويغيب حسب الأرسال .. والذي لا يملك
منه شيئا يبقى موجودا ك شبح خيالا فقط ..
(مع العلم ليست كل المبادئ بالضرورة
ان تكون متناسبة مع الفضيلة البشرية
.. فربما البعض مبداه الخيانة!)
لكن .. الأبقى صاحب المبدأ الإنساني الإيجابي
الصافي، فهو الأتدر على التحمل والظهور بسبب
توافقه مع الطبيعة الموجودة منذ آلاف السنين
بسبب توازنها والقيام بواجبها الصحيح ..
فربما الهدام يظهر بسرعة أكبر
والبناء يأخذ سنين ليصل ..
ولكن عندما يسئل عن صرح يسئل
من عمره ليس من هدم ماتحته .

الهروب من شخص أو شيء أو
حالة هو تماما الانغماس فيه ..
فالذي يفتش دائما عن ما يلهيه عن أمر ما أو
يدعي عدم وجوده أو عدم حدوثه يكون بهذه
يقضى وقته وتفكيره وتركيزه بمسببات البعد عن
هذا الأمر .. وبالتالي تحليل الأمر أكثر والتفكير
فيه والتعمق .. بعلم أحيانا وأحيانا بالاشعور ..
حتى يأتي وقت تنفذ فيه هذه الحلول و
العقبات الكاذبة ويجد الشخص نفسه قد
غرق بكامل عتاده الذي اعده للهروب بأمر
ربما لو واجهه من البداية لمى استنزف
منه كل هذه المشاعر والأفكار والوقت ..
عند الصراعات بمختلف أشكالها تسقط جميع
القضايا على المدى الطويل وحتى القصير ..
ويبقى مبدأ الفرد منا الراية الوحيدة التي



صناعة الحدث.. الصحفي والسياسي

ابنسام تريسبي
العربي الجديد

تحوّلت الصحافة بشكل عجيب إلى «مرصد» تماماً، كالمرصد الجوي الذي يتنبأ بأحوال الطقس، ويحذر المواطن من الرياح والعواصف والكوارث المصاحبة للتلج والأعاصير والزلازل، فالمرصد الصحفي يتنبأ بالكوارث قبل حدوثها، إلى درجة توحى بأن قرار الحرب بيد الصحافة، لا الإدارة السياسية والعسكرية للدول الكبرى. ولا يمكن ادعاء أن الأمر مرتبط بالتطور التكنولوجي، بل هو قديم، ويمكن تقصي حدوثه قبل أكثر من قرن، فقد كان الصحفيون الأميركان يعطون لكل حادثة بعداً ملحماً، بما يرضي أصحاب الصحف الذين يتبعون استراتيجية نشر للحرب، يلعبون فيها دور تجار الحرب، فقد حاول رئيس صحيفة نيويورك، وليام هيرست، عام ١٨٩٨، التفتوق على منافسه جوزيف بوليتزر بأن شن حملة ضد الإسبان في أثناء «حرب استقلال كوبا»، كما شن حملة على الدبلوماسية الأميركية، وحققت صحيفته مبيعات هائلة، لكن الصحفيين الذين يعملون تحت إمرته تدمروا من أن الوضع في كوبا مستقر، ولا شيء يحدث هناك، فقال عبارته الشهيرة: «زودوني بالصور أزودكم بالحرب». وبالفعل، انتصر وليام هيرست على منافسه، وحقق حرباً! وكان له السبق في عالم الصحافة، في اكتشافه التأثير المباشر والكبير للصورة التي احتلت فيما بعد المرتبة الأولى في عملية جذب القارئ لشراء الصحيفة وقراءة الخبر. كما لعبت دوراً مهماً وأساسياً في صياغة آراء الجماهير، والاستحواذ على تعاطفهم وتأييدهم الحرب على البلاد المقصودة من تجار الصحافة والحروب، قبل السياسيين والعسكر. وصارت سياسته أنموذجاً للصحفيين بعده، فبعد نحو قرن، ظهر روبرت مردوخ الذي قامت قناته، فوكس نيوز، بالتحريض على الحرب في العراق. وقد ساند الحرب وشجّع عليها، حتى حصلت كما أراد! وهذا بالطبع لا ينفي رغبة الإدارة الأميركية في الحرب، ولا القرارات المتخذة في البيت الأبيض، لكنه يبرز الدور الخطير للصحافة والإعلام في صناعة الحروب، كما يؤكد دورها في الانتصارات والهزائم. ثم يخطف خبراء الإرهاب، ورؤساء المراكز والمراسد الذين ظهروا بعد أحداث «١١» المرصد الصحفي يتنبأ بالكوارث قبل حدوثها، إلى درجة توحى بأن قرار الحرب بيد الصحافة، لا الإدارة السياسية والعسكرية للدول الكبرى» سبتمبر» دور الإعلاميين، لكنهم قضوا على الصحافة المكتوبة التي تراجع دورها في ظل الاتساع الإلكتروني الذي سهل الوصول إلى شريحة أكبر من القراء عبر الكرة الأرضية. وكان عليهم أن ينشروا القلق والخوف من قضايا أكبر وأضخم مما سبق لأسلافهم من الصحفيين أن حققوها، الانتشار السهل والسريع لا ينفي صعوبة المهمة وخطورتها. ولكي تكون القضية على مستوى الانتشار وبقوته، روج هؤلاء فكرة الاعتداء بالوسائل الكيميائية والنووية

والجراثومية، واعتبروها خطراً بات وشيك التحقق. وقد داروا في فلك تلك الفكرة، وتورطوا في صراع حقيقي لتحقيقها، فاختاروا لها طاغية من العالم الثالث، يملك الاستعداد الكافي لحرق كل شيء في سبيل بقائه على كرسي الحكم. وقد راهنت صحف عملاقة على جعل رجل ما يعض كلبا حسب مفهوم الصحافة للخبر، إلا أن السياسيين في العصر الحديث التقطوا هذه الفكرة، ونحتوا منها السؤال الأهم الذي يتوافق مع إراداتهم: كيف نجعل رئيس دولة يعرض شعبه؟ ووجدوا في بشار الأسد ضالته. وإذا كانوا قد منحوا صدام حسين تأشيرة دخول إلى الكويت، عبر السفيرة إيريل غلاسي، في ربيع ١٩٩٠، فقد منحوا بشار الأسد تأشيرات دخول إلى حمامات الدم، حتى تجاوز عدد القتلى المليون إنسان. وقد لا يحتاج الطغاة إلى مثل هذا التحريض لارتكاب المجازر، لكن الإشارة إليه قبل وقوعه يعتبر «ضوءاً أخضر»، يفيد بأن الطريق سالك وآمن، والوقت مناسب لتنفيذ الفكرة. ما تنبأت به المراسد وقع، لم يكن تنبؤاً بمقدار ما كان خطة مرسومة تم التخطيط لها وتسريبها. لقد استخدم بشار الأسد السلاح الكيميائي في الغوطة، ومر الأمر بشكل سلس وآمن، ثم استخدمه في خان شيخون، وكان الأمر أكثر أماناً. تنبأت المراسد، وهي ترهّن على وقوع الأمر في حمى المتاجرة بأرواح البشر، لتحقيق نصر «إعلامي»، وثقة مطلقة من المتابعين والقراء والخائفين على أرواحهم في العالم. وإذا كان هدف الصحفي الشهرة والربح، فإن أهداف السياسي أكثر من ذلك بكثير، ففي غضون سبع سنوات، عادت الاحتلالات المباشرة إلى الظهور، بعد أن كان القرن العشرون قد قضى على الفكرة تماماً، فاليوم نرى سورية موزعة بين أربعة احتلالات مباشرة، عدا عن قواعد عسكرية لدول أخرى. لقد استطاعت وزيرة خارجية أميركا سنة ٢٠٠٠، مادلين أولبرايت، تعيين الرئيس المناسب لدولة مطلوب عض شعبها.



ه مفاهيم خاطئة حول السيارات الكهربائية

العربي الجديد

ووركس» الأميركي حول النقطة ذاتها، ويشرح أن دراسة أجراها مختبر ناشيونال نورث وست الوطني عام ٢٠٠٧ تشير إلى تحديث بعض أنظمة التوزيع المحلية لاستيعاب المكونات الإضافية من السيارات الكهربائية، تمامًا كما تفعل عندما يضيف السكان المزيد من مكيفات الهواء وأجهزة التلفزيون من جهته، ينفي «توب غير» مقولة أن السيارات الكهربائية أعلى بكثير من تلك التقليدية. ويشرح أنه يمكن أن تدفع أكثر قليلاً مقابل سيارة كهربائية، مقارنة بالعاملة على البنزين، لكن الأسعار أخذت في الانخفاض. في حين تستفيد السيارات والشاحنات الكهربائية من المنح الحكومية السخية، وتوفر بعض المدن مساحات مجانية لإيقاف هذه السيارات. ويورد الموقع ذاته «أسطورة» أخرى، حول عدم القدرة على شحن السيارات الكهربائية. ويقول إن الكثير من الناس يعتقد أن حياة مالك السيارة الكهربائية صعبة بسبب البحث الدائم عن نقاط الشحن العامة، وأنه لا يمكن العثور على أي منها عندما تحتاج حقاً إلى بعض الطاقة. في الواقع، تظهر الأبحاث أن ٩٠٪ من عمليات الشحن تتم في المنزل من خلال نقطة شحن مخصصة، وعندما تكون في الطريق، ستفاجأ بعدد نقاط الشحن في بعض الدول التي تتجه نحو توسيع استخدام السيارات الكهربائية، وهذه النقاط أخذت في الازدياد.

تؤثر أوقات ازدحام السير في كل المدن حول العالم، على إنتاجية الناس وراحتهم، حيث يجدون أنفسهم عالقين في علبه معدنية تزن حوالي الطن، وتتحرك ببطء يستنشقون فيها هواء ملوثاً. لكن، لحسن الحظ هناك أطراف تعمل بجد لتسريع عملية الانتقال إلى السيارات الكهربائية... هكذا يبدأ موقع «نوليدج إنسيد» تقريراً نشره أخيراً عن تبديد المفاهيم الخاطئة حول السيارات الكهربائية. فما هي أبرز المعلومات الخاطئة حول هذا النوع من السيارات؟ يروج البعض أن السيارات الكهربائية تعطل سريعاً بسبب نقص الطاقة، إلا أن موقع «توب غير»، المتخصص في السيارات، يؤكد أن بعض السلالات الجديدة من السيارات الكهربائية بالكامل، تسير أكثر من ٢٠٠ ميل على شحنة واحدة من الكهرباء، في حين أن السيارات الهجينة، التي تجمع بين محرك البنزين ومحرك كهربائي، تسير عدة مئات من الأميال مثل السيارات التقليدية. في حين يقول البعض إن بطاريات السيارات الكهربائية تساهم بالتلوث، إلا أن تقرير «نوليدج إنسيد» يؤكد أن هناك حلولاً بارزة لإعادة تدوير بطاريات السيارات وتجديدها. إعادة شحن البطارية أحد تلك الحلول. أو إعادة استخدام البطارية لأغراض أخرى بمجرد انتهائها. أما فيما يتعلق بالطلب على الكهرباء، فيلفت التقرير إلى أنه إذا ما استبدلت جميع السيارات في ألمانيا بأخرى كهربائية، سيزيد استهلاك الكهرباء سنوياً ٨٠,٠٠٠ مليون كيلوواط ساعي، ومن شأن ذلك أن يجعل استهلاك ألمانيا يعادل روسيا واليابان وبلجيكا وسويسرا. ويبقى هذا المعدل أقل من كوريا الجنوبية وأستراليا ونيوزلندا، وتقريباً نحو نصف الاستهلاك في الولايات المتحدة وكندا والسويد وفنلندا. في حين يتحدث موقع «هاو ستاف



رسم الإنسانية الضائعة

لوحات فنية من بنغلاديش .. بريشة رسام الرسوم المتحركة
مرشد عبد الله ميشو



مجلة إنسان .. لكل إنسان

العدد الخامس ٢٠١٨/١٢/٠١