

## اقرأ في العدد العاشر من صحيفة إنسان

القدس ..

بقلم : سميرة بدران 5

الدين والدولة ..

بقلم : نصره الأعرج 4

طاب الموت يا عرب !!

بقلم : مصطفى طه باشا 3

محطات ذاتية ..

بقلم : هبة صالح رزق 8

يا قديس ..

بقلم : منار الديري 6

العبور إلى تركيا بات حلم للسوريين ..

بقلم : أماني سفو 7

بورصة الأحزان ..

بقلم : ريم سليمان الخش 11

سيناريوهات اللجوء إلى الجنة ..

بقلم : دينا الريتاوي 10

شوق ..

بقلم : فرح الخاصكي 13

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

## أسرة صحيفة إنسان



المدير العام ورئيس التحرير

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

المدير التنفيذي ومساعد التحرير : أ. أماني سفلو

التصميم والتنسيق : الحياة بريق أمل

أ. سميرة بدران	الكاتبة السورية :
أ. نصرة الأعرج	الكاتبة السورية :
د. ريم سليمان الخش	الشاعرة السورية :
أ. محاسن سبع العرب	الكاتبة السورية :
أ. ياسر العبيد	الكاتب السوري :
أ. هبة صالح رزق	الكاتبة السعودية :
أ. عبد القادر زرنينخ	الأديب السوري :
أ. أسماء مرزوق	الكاتبة الكويتية :
هادي حاج قاسم	الكاتب السوري :
د. فرج الخاصكي	الكاتبة العراقية :
أ. راما ديب	الكاتبة السورية :
منار الديري	الكاتبة السورية :
صابرين علوش	الكاتبة السورية :
أ. دينا الزيتاوي	الكاتبة الأردنية :
نيرمين الداداه	الكاتبة السورية :
أ. وليد الحسين	الكاتب السوري :
أ. محمد حجازي	الكاتب المصري :

للمشاركة مع صحيفة إنسان عبر البريد الإلكتروني



insan.magazasi@gmail.com

### طاب الموت يا عرب !!

أ. مصطفى طه باشا

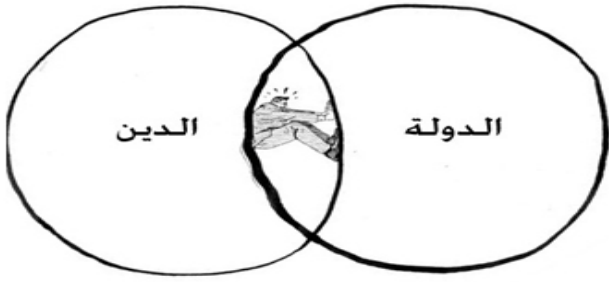


ذكر مسرحية " طاب الموت يا عرب " والتي قدمها الفنان السوري همام حوت منذ ١٩ سنة في مدينة حلب والتي صور فيها تشتت العرب وسيطرة الغرب فكريا وسياسيا على الواقع العربي الذي بات قاب قوسين أو أدنى من الانهيار في الوقت الراهن بسبب غياب الاستراتيجية والخطة التي تضمن وقوف العرب صامدين في وجه المخططات الغربية الخبيثة التي تستهدفهم على كافة الأصعدة وإن كان أخطرها الصعيد الفكري العولمة الفكرية التي نجح عن طريقها باختراق العرب من أوسع الأبواب والسيطرة على عقولهم وأفكارهم وطريقة حياتهم وتحدٍ ميول الأجيال الصاعدة . هم العرب حاليًا يتمثل في الطعام والشراب والملابس ومتابعة آخر أخبار الموضة والألعاب الالكترونية، وهذا إن دل على شيء إنما يدل على نجاح الغرب بنشر مخططاتهم التي سعوا لتنفيذها منذ عشرات السنين عندما بدأوا بتمزيق العرب جغرافيا ومن ثم فكريا وسياسيا، ولا بد من التساؤل هنا إلى متى سيبقى العرب مجرد رقم عابر بين الأمم الأخرى في العصر الراهن وهل سنشهد عودة الريادة العربية العالمية كما كانت في العصور القديمة أم سيبقى همهم أكل الموز والتفاح ولعبة البووبي وكرة القدم ؟

تتغير الدنيا وتتحول من حال إلى حال، ولا شيء يبقى كما هو حتى المبادئ والأعراف والسياسات والتوجهات والأفكار ؛ تتبدل من شيء جوهري إلى أشياء تكاد تكون بلا قيمة . فالعرب في القديم القريب كان همهم وتوجههم هو وحدة العرب والحفاظ على الهوية العربية وتحرير فلسطين واستعادة الهيبة العربية ومن أجل ذلك فقد أطلقوا عبارات وشعارات وثقها التاريخ وأهمها طاب الموت يا عرب فالوت لا يساوي كرامة الإنسان ومن أجل ذلك استسهل العرب الموت في سبيل وحدتهم والذود عن أرضهم ومعتقداتهم وهويتهم ولم يستطع الغرب اختراق الأمة العربية إلا فكريا وسياسيا كما هو الحال الآن. فالعرب مشتتين جغرافيا وسياسيا وفكريا واقتصاديا وحتى رياضيا فالآن نشاهد عبر شاشات التلفزة مباريات كرة القدم بين المنتخبات العربية في نهائيات أمم آسيا ومن يشاهدها يلاحظ التفرق والتشتت بين المنتخبات العربية وكأن كل منتخب عربي من قارة مختلفة ولكن هذا أمر طبيعي نتيجة تنفيذ المخططات الغربية التي رسمت خارطة تستهدف تجزئة العرب سياسيا وفكريا قبل أن تستهدفهم جغرافيا . وعلى ذكر لذيذ الموز يا عرب، لا بد من

## الدين والدولة ..

أ. نصره الأعرج



من التدقيق والنظر، كونها ما زالت في حالة من الاضطراب الشديد وعدم الاستقرار الذي ينتج دائما تازمات تتجلى حيناً وتبقى كنار تحت الرماد أحيانا أخرى. ورغم ذلك كان هناك حاجة باستمرار إلى رجال الدين كي يبرروا للحاكم ما يفعل ويحرموا الخروج عليه، كما أن الحروب المذهبية لم تقل دموية عن تلك التي شهدتها أوروبا. تدريجياً وصل الإنسان إلى الصيغة النموذجية للحكم المتحضر وهي الديمقراطية بأشكالها المتعددة، سواء النظام البرلماني أو النظام الرئاسي، أو النظام المختلط الذي يجمع بين سمات الرئاسي والبرلماني وتقوم الديمقراطية على فكرة جوهرية هي أن السيادة للشعب، والشعب هو مصدر السلطات، وعلى الفصل التام بين الدين والسياسة، وعلى حرية الرأي والاعتقاد وحرية ممارسة الشعائر الدينية على أسس عامة، فالدولة لا دين لها، وتقف على مسافة واحدة من جميع الأديان الموجودة في المجتمع، ولا دوراً دينياً للدولة، فبناء الدولة لا يكون إلا بفصل الدين عن الدولة، فالاجتماع ضروري للنوع الإنساني، ولا بد من وازع يكون عليهم الغلبة والسلطان واليد القاهرة، حتى لا يصل أحد إلى غير بعدوان، وهذا هو معنى الملك \* ويخالف القول إن الحكم الوازع يكون لشرع مفروض من الله، يأتي به أحد من البشر متميز عنهم بالهداية الإلهية \* فهل ستقوم الدول العربية بخطوات ثورية وتفصل الدين عن الدولة؟ أم أنها فضلت خيار التزواج ما بين الدين والسياسة لتوليد الاستبداد إلى مالا نهاية!

المشكلة في التقييم الديني هي إمكانية حلول الشكل دون المضمون، فيصبح الشكل مضموناً لذاته، دون الاعتبار لتغير المضمون ويغدو الدين وراثياً وتصبح الممارسات الدينية عادات وطقوساً أما إذا كان للدولة دين، فلها مذهب من الدين المعني وهي بالتالي ستفرض تعاليم دينها ومذهبها على أتباع الأديان والمذاهب الأخرى، ليصبحوا أقلبيات، ولن تكون عندئذ وحدة حقيقة سواء أكانت قومية أو وطنية أو سياسية. فالدولة كيان اعتباري، وأما الدين هو علاقة خاصة بين الإنسان وخالقه، ولقد جرى التزاوج بين الدين والدولة في مرحلة تاريخية حينما كان الحاكم يرغب في السيطرة التامة على الشعب وإخضاعه تماماً، ولقد ظهرت أشكال وأنواع من نظم الحكم التي تخلط الدين بالسياسة، وفي حقبات تاريخية معينة احتاج الحاكم إلى رجل الدين كي ' يروض ' له الشعب ويقضي على أفكار ومفاهيم الاحتجاج أو المطالبة بالحقوق، وترافق ذلك مع تطلعات رجال الدين الدنيوية، فشاركوا الحكام لتوافق المبتغى والمصالح، وفي أحيان كثيرة تولى رجال الدين الحكم مباشرة ومارسوا دور الحاكم، أي مارسوا الحاكم الدورين السياسي والديني، وكانت محصلة كل ذلك خداع الشعب والسيطرة عليه بتحريم الخروج على الحاكم، لأنه مؤيد من الله والخروج عليه خروج على تعاليم الله. وقد قادت الدولة الدينية إلى حروب كارثية بين البشر، وفي مراحل تالية اندلعت الصراعات بين أبناء الدين الواحد لاعتبارات طائفية ومذهبية. فكانت الحروب الأولى المذهبية في قلب القارة الأوروبية بين الكاثوليك والبروتستانت، التي استمرت واحدة منها سبعة عقود كاملة انتهت بمعاهدة صلح ويستفاليا التي أرسيت أساس الدولة القومية وفصلت بين الدين والسياسة في القارة الأوروبية، وقد ظلت بقايا الصراع موجودة حتى سنوات قليلة مضت في إيرلندا. أما العلاقة بينهما في العالم العربي والإسلامي ما زالت تعتبر إشكالية كبرى تستدعي مزيداً

## قصة من مجتمعنا

## الندى ..

أ. سميرة بدران



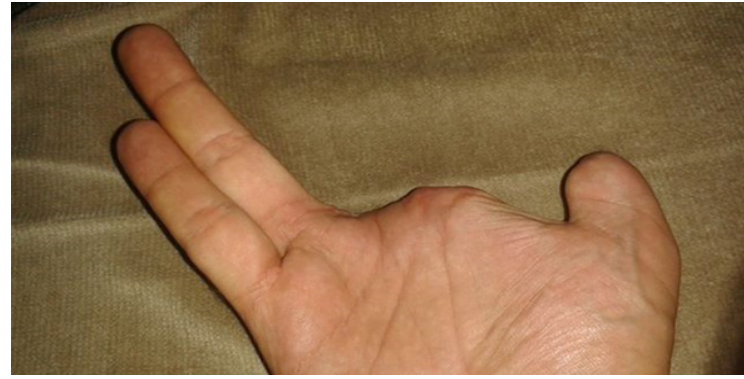
وتعجن رأسه ببارودتك يا كلب ، وعمران ؟ الذي أجهرت عليه في المهجع دعساً ولكمأ ، وعبد المجيد الذي فرزت سكينك في عينه من شق الباب وأنهيت حياته في مسلخ الممر ؟ نسيت ياسر الأشقر الذي كسرت فوق ظهره ثلاثة كراسي بالجلسة الثانية للتحقيق ، وأجبرته على لعق قذارتك يا أبا الموت ؟ ألسنت أبو الموت ؟ ما الذي جاء بك إلى هنا يا حقير لك كيف تسلكت وفتت بيناتنا يا كلب ؟ ( راج يلكمه والآخر يحاول تفاديه ولا يستطيع ، بهت الجمع فأمسكوا بالرجل ، ثم حالوا بين ياسر وبينه ، وأخذوهما إلى زاوية متطرفة من الساحة ) يا شباب ، هذا السجن الذي أذاقني الموت ، عميل قذر ، كيف جاء إلى هنا؟ إنه من زبانية النظام ، قتل خمسة من رفاقي في السجن ، قتلهم أمامي لسنت أنا ، لسنت أنا إنه مخطئ فتش أحد الواقفين جيوبه ، أخرجوا محفظته ، ثم بطاقات هويته ، (حيدرة محفوظ) ، أأأ نا ، أنا هربت من ظلم النظام ، أنا منكم يا أخوتي ، أنا منشق عن ذلك النظام !! فقه الرجال عالياً ، وأنهالوا عليه صفعاً وركلاً ، أحاط الأمن التركي بالمكان ، ثم بعد ساعة اقتادوا حيدرة ، وخرجوا من المكان حمل ياسر عكازتيه ، وأفرد اللافته الحمراء التي كان يحملها ، وقد كتب عليها : ( المدينة التي تحرقها سيلتهمك دخانها ) ، وقف بين الجموع بنشوة عارمة ، قوة كبيرة رفعت ذراعيه إلى الأعلى لتجاوز لافتته لافتات الآخرين ، ثم تسقط العكازتان مرة أخرى ، ويعلو صوته بين الهاتفين : حلب تناديك يا شام ردي عليها ردي عليها / تناديك بصوتها المبحوح / وبكأها يهز الروح / ردي عليها ردي عليها / حلب تناديك يا شام / يالله هدي هالنظام .. /وياالله خلصينا يا شام ..

عجت الساحة الكبيرة بألاف المعتصمين ، يحملون اللافتات الحمراء وينددون بجرائم الأسد على حلب من مجازر وحصار وترهيب للنساء والأطفال وقتلهم وتجويعهم ، مشكين مجموعات كثيرة تهتف بالحرية ، وتناشد ضمائر الشعوب في محاولة للتعبير عن غضبهم ورفضهم لكل ما يحدث ، رفع الجميع لافتاتهم إلى أعلى وهم يهتفون بالحرية ، إلا ياسر ، فقد أسندها إلى بطنه ، واستند إلى عمود توسط الساحة ، فذراعاه لا تقويان على الصمود في الأعلى ، وجسده المريض يقاوم الألم للثبات ولو لساعة ريثما يؤدي ما حضر لأجله ، في الطرف المقابل من الساحة لمح وجهاً بين الجموع ، نقر الدم إلى رأسه ركز عينيه في النقطة التي لمح فيها ، الازدحام وتماوج الجماهير والضجيج رفعت منسوب توتره ، انتفض كطير، برم لافتته ووضعها تحت إبطه ، ثم اتجه إلى الطرف الآخر محققاً في تلك النقطة ، توقف ، إذ ظهر الوجه كاملاً ، وجه ضخم لرجل كبير الرأس ، مربع الذقن ، كث الشارب حليق اللحية والرأس ، مقطب الحاجبين ، قشعريرة قوية تملكك جسده تسارع رجيف قلبه وعلا حتى كاد يثقب أذنيه ، كان صاحب الوجه يقف بين الصفوف مكتفياً ذراعيه ، ينظر شزراً إلى المعتصمين ، يهز رأسه حيناً ويدمدم بكلمات غير مفهومة حيناً آخر ، اقترب ياسر أكثر ، انتبه الرجل ، استدار إلى الجهة التي قدم منها وقعت عينه على ياسر وهو يجاهد للوصول إليه شاقاً الصفوف المتجمهرة هناك ، حدق الرجل مبهوراً ، فتح عينيه بوجل ، استدار محاولة الهروب من المكان ، لكن يد ياسر وصلت إليه قبل أن يطلق ساقيه للريح ، وقعت العكازتان وتكوم ياسر فوق الرجل وقد عقدت المفاجأة لسانهما ، فتحا فاهيهما ، وشرعا عيونهما وأمسكا بتلابيب بعضهما لحقت بي هنا!! ماذا تريد مني ؟ أما يكفيك وأسيادك ما فعلتموه بي ؟؟ ( يرتعد وهو يقبض على رقبة الرجل ثم يجهد بالنحيب والصراخ وهو يهيل لكلماته على وجهه ) ( يتجمع الناس حوله ) أنا لا أعرفك ، ابتعد عني نسيطني يا حيدرة ؟ نسيت القاووش التاسع ؟ المهجع الخامس في فرع فلسطين ، نسيت أحمد الذي قتلته وأنت تجره إلى التحقيق

## قصة وإنسان

## يد وثلاث أصابع

وليد الحسين

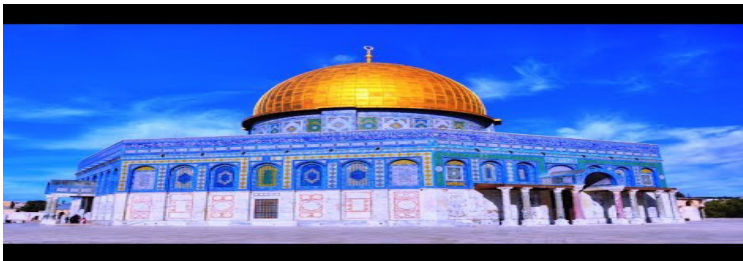


ثلاث أصابع فقط والكثير والكثير من الفراغ.. هذا كل ما أملكه من أجل أن أكتب شيئاً جيداً.. شيئاً يستحق القراءة.. أحدهم ناصحاً.. قال لي منذ مدة إن أردت أن تكتب شيئاً جيداً عليك أن تنعم بالكثير من البرد.. أجل البرد.. يجب أن يخترق جسدك.. ينخر عظامك.. إن لم تصطك أسنانك بعضها ببعض محدثة أصواتاً مريبة ستبقى عاجزاً عن الكتابة.. يجب أن يكسي اللون الأزرق شفاهك.. على البرد أن يجعل من أنفك جدولاً صغيراً من الماء اللزج المكسو باللون الأصفر.. إن لم يرسم البرد على وجهك حبة بطاطس مقشرة بطريقة عشوائية لن تستطيع الكتابة.. البرد.. إن لم يجعل منك رجلاً جليدياً تتحرك كطائر البطريق أيضاً ستبقى عاجزاً عن الكتابة.. إن توفر كل هذا حينها فقط ستكتب شيئاً جيداً.. شيئاً يشعرك ومن حولك بالدفء.. وأنا ومنذ تلك النصيحة عار.. أجلس في البيت عارياً.. أتناول طعامي وشرابي عارياً.. أنام عارياً.. أذهب إلى العمل عارياً.. حتى المفهي.. ذهبت إليه البارحة و أنا عار.. الغريب أن كل تلك المدة لم يلحظ أحداً أنني عار إلا سيدة حين انتبهت أنني عار لا أرثدي ثياباً وبدهشة سألتني.. أين هما الإصبعان المتبقيتان؟ ههههه.. الإصبعان المتبقيتان احتفظت بهما داخل خزانة مصنوعة من الكرتون لينعما بالدفء.. الدفء فقط..

## يا قدس ..

منار الديري

يا قدس.. كيف أصفك؟ كيف عساي أن أقول ما أشعر به نحوك؟! أنت أمي البعيدة، رغم بعدي عنك إلا أن حبي أخذ حيزاً من قلبك الكبير.. بينما جبك أستحوذ على قلبي بأكمله.. عندما أكتب لك تتبعثر الحروف.. وتتطاير الكلمات.. أشعر بعجز غريب.. يخيل إلي أنني فاشلة.. لا يمكنني التكلم عنك.. وعندما أرى طيفك.. أبكي.. فقط أبكي.. لا أقوى على فعل أي شيء آخر.. كيف لقاتل بأن يعتذر من المقتول؟ أيق لمجرم أن يتغزل بضحيته ويكتب عنها؟! وتلك علاقتي بك.. أنا مجرمة في حقك.. لا أستطيع أن أكتبك.. لا أستطيع أن أحملك.. لا أستطيع الهرع إليك وتقبيل قدميك.. لا أستطيع.. أنا عاجزة يا أمي.. وماذا عساي أن أفعل لأجلك؟ أيفنيك أن ادعوك في الأربع وثلاثين سجدة يومياً؟ أيفنيك همس قلبي كل لحظة لـ الله بأن يحملك؟ أيفنيك دموعي التي تنهال كل يوم مكتوبة من هذا الفراق الأزلي؟! أيفنيك أن أصلي لأجلك كل ثانية؟! أيفنيك قلبي الذي يرقص سعادة عندما أرى صورتك؟! أيفنيك ارتجاف قلبي وتلعثم ألفاظي عند ذكرك أمامي؟! أيفنيك حياتي؟ نعم لا أمزح.. أيفنيك حياتي؟ خذها.. هنيئاً لك بها.. كل ما أملكه سأقدمه فداءً لك.. وأعدك أن هذه الحياة ستستمر.. وتنتهي في سبيلك.. يا أمي.. ابنتك لا تجيد الكتابة ولا تجيد الإستعمال هذه الحروف.. ولا تجيد الإفصاح عن مشاعرها.. ابنتك هذه تحبك حباً سرمدياً.. لم تخلق له بداية ولن تخلق له نهاية.. أيفنيك إن قالت لك: "أحبك"؟! أحبك أنت وكل من ينتمي إليك.. وكل من رأى أرتقتك.. وكل من سكن بجوارك.. أحبك أنت وكل من خلق قلبه حباً بك.. أحبك..



## العبور إلى تركيا بات حلم للسوريين .. أ. أماني سفلو



وقتاً لا يستهان به لتلقي العلاج رغم تشخيص مرضه في سورية، فوافقه المنية بعد ذلك. تباً لكل حدود على وجه الأرض! قالت أم أحمد بحسرة بالغة وعمبرات مختنقة، وهي امرأة ثلاثينية العمر لم تستطع اللحاق بزوجها وأولادها إلى تركيا بعد دخولهم إليها بطريقة غير مشروعة. تقول أم أحمد: كان الذعر يملأ قلوبنا من رصاص الجنودما عند تسللنا عبر الحدود السورية إلى الأراضي التركية برفقة مهرب دفعنا له مبلغ ٤ آلاف دولار أمريكي، لكن القدر لم يساعدني على الهرب نتيجة إمساك الحرس التركي لي أنا وولدي أمجد. تتابع وعيناها تذرغان الدموع: خسرتنا منزلنا وكل ما نملكه في حلب، فلم يكن أمامنا سوى خيار النروج إلى تركيا ومن ثم اللجوء إلى أوروبا، والآن أنتظر لم الشمل المتوقف على الإجراءات القانونية التي تأخذ زمناً قد يطول على أمل اللقاء ببقية أبنائي. إن أزمة المعابر الحدودية إحدى الأزمات السورية التي راج ضحيتها الكثير من السوريين، وما زالت المناشدات الإنسانية للمجتمع الدولي مستمرة لإنصاف المتضررين الذين أصبحوا حجر نرد في لعبة الحرب التي سببت لهم كوارث إنسانية سيخلدها التاريخ لسنوات طويلة.

بعد القرارات التي فرضتها تركيا ومناطق النظام على الحدود مع مناطق المعارضة السورية، أصبح السوريون في وضع لا يحسدون عليه فالنظام أغلق حدوده كوسيلة ضغط سياسي واقتصادي على مناطق المعارضة، وتركيا أغلقت حدودها لعدم قدرتها على استيعاب المزيد من اللاجئين الذين بلغ عددهم أكثر من ٢,٥ مليون لاجئ. رغم الاستثناءات التي تسمح بعبور سيارات الإسعاف وشاحنات المساعدة الإنسانية، واجه السوريون صعوبات مريرة يشهد لها التاريخ منذ اندلاع الحرب السورية، وبتسليط الضوء على أحد ضحايا الانتظار (مرضى الحالات الباردة) الذين تتطلب حالاتهم العلاج في مشافي تركيا لعدم توفره في مناطقهم تنعكس أبرز وجوه هذه الأزمة. لعنة الحرب حلت علينا! يقول عبد الرزاق أحد العاملين في قطاع الصحة، ذاكراً العقبات التي يعاني منها المرضى في مسألة الدخول إلى تركيا لتلقي علاجهم، فأحياناً تغلق المعابر حتى إشعار آخر بالإضافة إلى الإجراءات والفحوصات الطبية التي يخضع لها المرضى بإشراف لجنة طبية في مشفى باب الهوى الحدودي تقرر من خلالها المدة الزمنية التي يمكن للحالة المرضية أن تتحملها، وبناء على ذلك يتم تحديد تاريخ الدخول فالأعداد كثيرة والأولوية للحالة الأصعب كمالات مرضى السرطان. يتابع عبد الرزاق: الصعوبة الأكبر تتجلى عندما يصل المريض إلى المشافي التركية إذ أنه يخضع إلى فحوصات جديدة تتطلب وقتاً إضافياً ومن شأن ذلك أن يؤخر عملية العلاج ويؤدي إلى الوفاة أحياناً. يضيف وقد علت الخيبة ملامحه: كان عمي مصاباً بالسرطان وبعد وصوله إلى المشفى التركي وهو في حاجة للعلاج بالسرعة القصوى، إلا أنهم أعادوا له الفحوصات التي استغرقت

## محطات ذاتية ..

أ. هبة صالح رزق



سعادته بالناس سواء الأهل أو الأصدقاء أو غيرهم .. لحظة من فضلك! كن على يقين أن كل إنسان لاهي في حياته الخاصة ولا يستطيع أن يقضي جل وقته معك فاذا انشغلوا عنك وابتعدوا .. هل وقتها ستكون كالجثة الهامدة و تنعزل ويصيبك الإحباط و تجلد ذاتك المسكينة بأنك شخص غير محبوب ولا تشعر بالسعادة!!!! أرجوك غير صورتك الذهنية التي رسمتها بأن سعادتك بوجود الناس . قرر اليوم أن تحب ذاتك وتصل لمرحلة السلام الداخلي فإن وجد الناس حولي فأنا في قمة سعادتي و حماسي وإذا ابتعدوا وانشغلوا عني فهي فرصة لي ... مع ذاتي ارتشف قهوتي وأخطط لمستقبلي .. مع ذاتي لحظات أنسى بتلاوة قرآن ، واستغفار، وتوبة وعبادات خفية خالصة لوجه الله لم ولن أشعر بلذتها وأنا مع الناس ..

قالوا • جنة بلا ناس ما تنداسي • وقال شيخ الإسلام ابن تيمية • أنا جنتي وبستاني في صدري إن رحمت فهي معي لاتفارقني إن حبسي خلوة وقتلي شهادة وإخراجي من بلدي سياحة • الوقفة الأولى .. مرحلة السلام والرضا الداخلي .. مرحلة تستحق منا وقفة تأمل .. كم هو جميل أن نحول المحن إلى منج .. ونصنع من الألم أمل . فحياتنا بين القبض والبسط وتقلبات أحوالنا ماهي إلا سنة من سنن الكون .. فكن ناضج وواعي ذاتياً واكتسب من المشاكل التي تواجهها مهارات تعينك بعد إعانة الله على مواجهة أحداث الحياة قال النبي صلى الله عليه وسلم : (لا يرد القضاء إلا الدعاء) فما علينا اتجاه الأقدار التي لا خيار لنا فيها إلا أن نصبر ونستمر في الدعاء بأن يكتب لنا الله ما هو الأخير والأصلح لنا في هذه الدنيا الوقفة الثانية .. حب نفسك واستمتع بها .. جميل أن نسعد بمن حولنا لكن الأجمل أن نجعل سعادتنا تنبع من دواخلنا فلا تربط سعادتك بأي شيء . مثال بسيط .. الذي يقول أنا أحب الناس ولا أقدر ولا أستطيع أن أعيش بدونهم لأنني إجتماعي جداً فسعادتي مع الناس لا توصف ونشاطي وحماسي معهم في أعلى درجاته هنا هو ربط

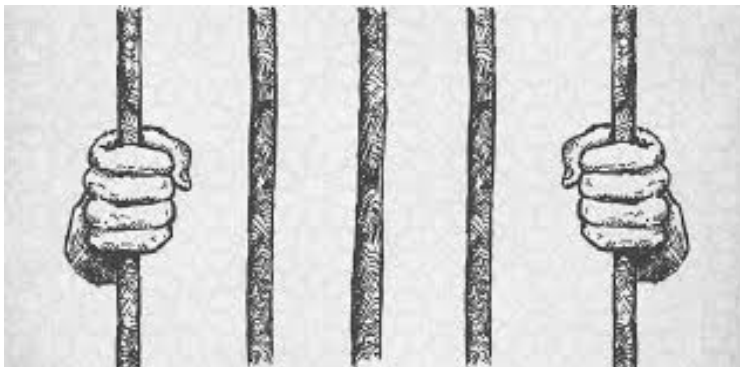


## رسالة روحانية الى القابعين في غياهب السجن (٣)

صابرين علوش

شبابه كمثل الكثير منكم وأخذ من حُضن أمه الى أحضان الجزارين قساة القلوب انه وسيم الوجه جميل العينين ذو كتفين مملوئين وشعر أسود داكن ودمعة سخية اعلم هذه التفاصيل لم تعنيكم أيضاً لأنه حتماً قد تغير كثيراً في مسالختهم وبدا جسمه منهك وعيناه ذابلتان وروحه غدت فيها شق هائل ولا يملك الابرة التي تحيك جرحه سواكم أنتم خففوا عن برعمي قساوة السجن ومرارة الوجد الذي تذوقونه ، انه مازال غصاً قلبه لا يقوى على الألم والقسوة والفرق والاشتياق .. اعلم انه قد نضج وأصبح شاباً لكن الذي لا نعلمه انه ا مازال يجلس كل يوم عند الثقب المنفوع تحت شفاط المهجع يرسل أمانيه ودعائه وأهاته الممزوجة بالوجد الى الله طالباً منه الفرج القريب أم انه من أولئك الرجال الذين فارقوا الحياة في عتمة الليل تحت السواط التي تهوي وتضرب أجسادهم وتدهش أينما حلت ومن ثم دفنوا في مقابر جماعية أو رموا عند أقرب طريق ومن ثم دفنوا مجهولين الهوية ، كلي أملاً انه مازال على قيد الحياة وأنه مازال يجلس كل يوم في حضرة قلبه وأوجاعه يفكر بأمه وحالها من بعده ويفكر في أخيه الذي بترت ساقه قبل اعتقاله بشهرين يسترجع ذكريات طفولته في حوارى دمشق يبكي بحرقة ودموعه تملأ وجنتيه وكأنها ينابيع تجري يتمنى لو ان الأيام تعود ويبقى جل ما يخاف منه هو صفقة من أبيه لأنه هرب من المدرسة وذهب مع رفاقه باب توما ليأكلوا (التسنية) . لم استطع اكتب الآن أكثر لأن الصبح بدأ يلوح والنجوم بدأت تتلاشى ولا وسيط بيننا سواهم ..

لا شك أنكم في كل يوم لكم مع الخيال قسط كبير لا بنس اننا كنا نعيش في الخيال لأن الواقع قد حطم أحلامنا واهدانا فأصبحنا نجاً للخيال ونتصور كل ما أردناه . كل شخص منكم يجلس يعد حفلة تعذيب قاسية يتخيل ابنه الذي كان يركل في بطن أمه عندما اعتقل وكيف أصبح عمره ست سنوات وهو لا يعرف والده بعد ، والأخبر يتذكر رفاقه وسهراتهم وأممه التي تنتظره كل يوم عند عودته من السهرة متأخراً ليطمئن قلبها ، وغيره الذي يتذكر خطيبته التي وعدتها أن لا يفارقها الا اذا أتته المنية ، كلكم لكم شريط ذكريات يمر أمام أعينكم كل يوم تاركاً ناراً حامية تكوي قلوبكم .. الحياة هنا تمشي انها لم تقف يوماً عند أحد تطحن كل شيء وتمضي ، سأخبركم شيئاً مؤلماً أنتم الآن تعيشون على أمل .. أمل في كل شيء وعندما تخرجون من المعتقل سيموت هذا الأمل !! الأمل في رؤية من تحبونهم كيف يركضون ويستقبلونكم بدموع الفرج أملككم في الفرج الذي ينبع من الداخل ، أنتم قادمون من الماضي الى الحاضر فكل شيء سيكون قد تغير فستفقدوا وجود الكثير ممن تحبونهم اما شهيداً أو مغترباً أو مهاجر أو مهجر أو جياً لكنه ميت من الداخل أي أن قساوة الايام تركته شخصاً بلا روح بلا خفقان ، ستفقدون الأماكن والمطارج والمنازل سوريا كلها قد تغيرت ملامحها فالطائرات اللعينة والقذائف الغادرة قد حولتها لخرايبه لكنها ومع كل هذا لم تفقد جمالها . سمعنا كثيراً من أشخاص سبقوكم إلينا أنكم وفي كل يوم يمر عليكم تزدادون قوة وصبراً وأمل بأن ما بعد الصبر الا الفرج وأنه مهمات . كالتبت عليكم الأوجاع فأنتم موعودون بالفرج ولو بعد حين وأنكم تحملون قلباً شجاعاً وروحاً رحيمة رغم أن أجسادكم باتت نحيلة لا تقوى على شيء كمثل نبتة منع عنها الماء والضوء لفترة طويلة نباتت ذابلة جذورها متجمدة لكنها ومع أول قطرة ماء تعود مزهرة متينة الجذور ، لن أطيل رسالتي الأولى لكنني أود في معرفة شيئاً؟! يوماً ما قد أتى اليكم برعماً صغير اسمه محمد لقد قطف في زهرة



## سيناريوهات اللجوء إلى اللجنة على الضفة الأخرى ..

أ. دينا الزيتاوي



قدرتها الإيوائية من ٤٨٠٠٠ لاجئ إلى ٣١٠٠٠ لاجئ. أما في الدنمرك فصرحت الحكومة على لسان رئيس الوزراء لارس لوجه راسموسن باقتراح إرسال اللاجئين إلى مراكز تجميع خارج أوروبا الأم في بلدان مثل كوسوفو و ألبانيا. أما على الأرض فحدث ولا حرج عن عمليات الهجوم المستمرة على مراكز اللجوء، و على اللاجئين أنفسهم خارج منازلهم و الاعتداء عليهم بجميع الوسائل المتاحة معنويا و ماديا من قبل متطرفين. من هنا نرى أن الوجهة السامح لأوروبا و الاتفاقيات الدولية لم يعد لها مكان بعد تعالي أصوات اليمين المتطرف و عمله الدؤوب على ترسيخ الهواجس من الآخر، وهنا من اللاجئين حتى وصل الحد بعمل اتفاقيات دولية لتوقيف السفن الحاملة للاجئين في عرض البحر و حتى لو باستخدام العنف كما في اتفاقية صوفيا. التخوف الشعبي من تغيير لون الحياة و اختلاف نمط الحياة الغربي في ظل الزحف المستمر للمهاجرين، لا يعطي الحق أبدا في التعامل المشين لسيدة العالم أوروبا معهم. لكن القضية تبقى معلقة، و عمليات الشد و الجذب السياسية بين الدول الأوروبية الأقوى و الولايات المتحدة الأمريكية لتسيير مصالحها عبر العالم تظل المسيطرة. حال اللاجئ هو الوحيد الذي يراوح مكانه وسط المعاناة و البؤس و المهانة.

استثمارات سياسية قوية في القارة الأوروبية لتأجيج فوبيا وجود اللاجئين؟ حيث تحولت ميادين الانتخابات في أوروبا إلى استفتاءات عنية تناهض وجود اللاجئين على أراضيها و تطالب أي حكومة جديدة قد تتشكل باتخاذ مزيد بل الكثير من الإجراءات لوقف اللجوء و تدفق اللاجئين إلى أراضيها أو ما يسمى بالجنة على الضفة الأخرى. اليمين المتطرف في دول أوروبا الأم و منها ألمانيا، فرنسا، إيطاليا و المجر يضغط بشدة لإعادة صياغة المفاهيم المتعلقة باللجوء و اللاجئين، لتغيير الذهنية الشعبية في أوروبا، و ذلك بتحميل اللاجئين المسؤولية عن الأعمال الإرهابية التي حصلت و أصبحت قواعد راديكالية التعاطي مع قضية اللجوء إلى أوروبا بخطاب يومي يزعم به جميع الرؤساء و أصحاب السلطات السياسية في أوروبا، متناسين المسؤولية الضمنية الأوروبية الأمريكية المشتركة عن التسبب في هذا اللجوء. الهيئة العليا للاجئين و في تقرير لها صدر مؤخرا تحدثت عن ٧٠ مليون لاجئ منتشرون في أنحاء العالم، و ٢٥ مليون لاجئ هم من دول تعاني من صراعات خمسة عشر بالمائة فقط منهم من لجأ إلى دول العالم الأول و البقية ذهبت إلى بعض الدول التي توفر مستوى متدن للحياة مثل لبنان و إيران و تركيا و باكستان. و رغم أن التقارير الاقتصادية تبرهن على قدرة أوروبا على تحمل المزيد من اللاجئين، و إن اقتصادها يستثمر و ينمو في قضية اللجوء، إلا أن المفوضية الأوروبية لشؤون اللاجئين حذرت من أن أوروبا قد تواجه أزمة لجوء جديدة إذ لم توفر ٦ مليار دولار لقضية اللجوء هذا العام. و بدلا من إيجاد حلول لأزمة اللاجئين و أوضاعهم المأساوية في أوروبا و على حدودها، أخذت الأصوات تتعالى و تتبارز في نغماتها و نبراتها للهجوم عليهم، ففي بروكسل مقرر مركز الاتحاد الأوروبي صدر اقتراح بعمل مراكز للجوء لفرز اللاجئين و أسباب طلبهم للجوء استعدادا لترحيلهم إلى بلدانهم مرة أخرى. في هولندا خفضت «الوكالة المركزية لطالبي اللجوء»

## بورصة الأحران ..

د . ريم سليمان الخش

ونقاد	ظلمنا	للفناء	لأننا
* كون	يشع	لتستضاء	الأنجم *
فكاننا	رأس	الحسين	مقطعاً
وكانهم	جيش	البغاء	عمرمرم
العمر	ومضة	نيزك	متوهج
* والموت	ركن	مظلم	لايفهم *
بؤسا	لكنه	حضارة	همجية
تشري	الدماء	لكي تزيد	الأسهم



في بورصة الأحران تلو الأسهم  
طلب على أوجاعها يتعظم  
في بورصة الآلام شعبي بائع  
والمشترن هم الطغاة اللوم \*

سماهم ملك الجن رهينة  
للغول يسحق زهرها ويهدم  
الكل يشري والقلوب ذبيحة  
ويصون صك ثرائهم من يحكم \*

طلب على بترونا ودمائنا  
وكان إنعاش البنوك هو الدم  
فكانه للمال زيت وقوده  
في سفكه حفظ البقاء ليسلموا \*

عجا لروح حضارة بنيت على  
دعس الجمال ضروسة لاترحم!!  
تنهار أعمدة السلام وينطفي  
وجه الحياة وقلبها المتضرم

## صباح الخير يا وطني ..

محاسن سبغ العرب

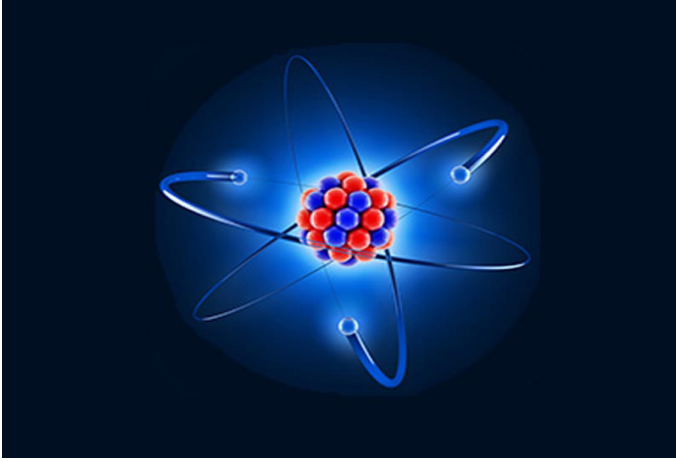


وقد ضموا أصابعهم .. على قطع من السكر ..  
وبين شفاههم تلهو .. أغان للغد المزهر ..  
وفي أحلامهم رسموا .. القرى والسهل والبيدر ..  
مساء الخير يا وطني .. فمن خلجي ..  
صباحي لم يعد يذكر ..

صباح الخير يا وطني .. صباح أسود أغبر ..  
صباح يبتر الأعضاء .. ويدفن بعضهم أحياء ..  
ويقتل كل من كبر .. صباح آخر دموي ..  
تلون فيه شارعنا .. بلون الحرب بالأحمر ..  
صباح الخير .. على أجساد من رحلوا ..  
هي الأيام يا وطني .. تعيد الموت ..  
ونحن كما عهدتمونا .. نيام منذ أعوام ..  
غفونا بعد نكبتنا .. وما زلنا ..  
كان النوم يعشقنا .. فيسكننا ولا يضجر ..  
صباح الأرز والزيتون والنارنج والزعر ..  
صباح مثل أحلامي .. تضيق علي إذ أكبر ..  
هم الأطفال يا وطني .. هم الأطفال ..  
من يغفون بين بنادق العسكر ..

## ميكانيكا الكم ..

أ. محمد حجازي



الجسيمات وإيجاد تفسيرات لها قادرة علي حل كثيرا من المفاهيم المبهمة لدينا ، حيث نقوم هنا بتقسيم الجسيمات الأولية وتصنيفها حيث توجد جسيمات المادة والفرميونات والتي انقسمت بدورها الي الكوارك والليبتونات عدد الكوارك المكتشفه حتي الآن ويكون عدد الكوارك المكتشفه حتي الآن ٦ كوارك وهم كالي كوارك اعلي واسفل والغريب والساحر (الغذاب) والفأخر والقاع ويكون منهم ثلاثة لكلا من البروتون والنيوترون حيث يتكون البروتون من اثنين علوي وواحد سفلي والنيوترون عكسه وكما توجد هذه الكوارك الستة يوجد ايضا ستة ليبتونات وهي الالكترن ، الميون ، التاو ، النيون النيتروني ، الميون النيتروني ، التاو النيتروني ، وهناك الجالونات التي تحدثنا عنها وهي حاملات للقوة والمعروفة باسم جورج بوزون كما يوجد في النموذج المعياري فوتونات الضوء التي تحمل القوة الكهرومغناطيسية حيث تحافظ القوة الكهرومغناطيسية علي تماسك الالكترونات والذرات كما تحمل بوزونات القوة النووية الضعيفة فقط ثم يأتي بعد ذلك تأكيد اكتشاف بوزون هيغز في العام ٢٠١٢ وعمل هذا البوزون الاساسي ان يقوم بتكوين مجال هيغز والتفاعل مع هذا المجال هو الذي يمنح الجسيمات الاخرى كتلتها مثل الكوارك عندما يتفاعل مع مجال هيغز سوف يمنحه هذا المجال الكتلة التي يمتلكها والتي نعرفه عليها حاليا وبقي لدينا الآن في النموذج المعياري للجسيمات الاولية الجرافتون وهو ايضا احد البوزونات وهو جسيم افتراضي حامل لقوة الجاذبية وفي حالة وجوده سوف يكون عديم الكتلة والرسم التالي يوضح تقسيم النموذج المعياري للجسيمات الاولية بشكل رائع

ما هي ميكانيكا الكم ؟ هي مجموعة من الافكار والرياضيات الحديثة يحاول العلماء من خلالها إيجاد تفسيراً لسلوك الجسيمات دون الذرية مثل الالكترن الفوتون وهكذا ، كما تعتبر ميكانيكا الكم من اهم وانجح افرع الفيزياء كما تصفها بعض الكتب الفيزيائية والعلماء حيث استطعنا من خلال قوانين ميكانيكا الكم ان نجد حلولا لتجارب وامثلة كثيرة تمت لم نكن نجد لها حلا من قبل : اذا ما هو الجسيم ؟ بالطبع عند ذكر كلمة جسيم سوف يتشكل في ذهنك الالكترن لأنه من اشهر الجسيمات المعروفة حتي الآن ويعتبر مكون اساسي في الكون وبالطبع تعلم انه يدور حول النواة داخل الذرة ولكن النواة تتكون من جسيمات اخري ايضا وهي البروتونات والنيوترونات وبالطبع الآن أنت تذكرت ان البروتونات تحمل الشحنة الموجبة والنيوترونات متعادلة الشحنة ولكن العلماء وجدوا ايضا ان حتي البروتونات تتكون من جسيمات اخري اصغر منها يطلق عليها اسم الكوارك وهي ايضا تعتبر جسيمات اساسية في الكون وهي اصغر الجسيمات داخل الذرة حتي الآن وتتماسك الكوارك مع بعضها البعض من خلال الجالونات وتكون الجالونات هي المسؤلة عن حمل القوة النووية الشديدة التي تحافظ علي تماسك الكوارك بعضها ببعض وبالتالي الحفاظ علي تماسك البروتونات والنيوترونات داخل النواة وبالطبع ان حدث لها انهيار لنهار البناء الكوني باكملة لأن كل المادة المعروفة مكون من ذرات ، حاليا ليس كما في الماضي عندما كانت توجد سحب من نوي العناصر الخفيفة منفردة بعد مولد الكون بقليل ، ولا تستطيع هذه الجالونات ان تنفرد بالسيطرة المطلقة داخل نواة الذرة لوحدتها بل تساعدنا في ذلك كلا من الكوارك والبروتونات والنيوترونات حيث ينقسم العمل فيما بينهم للحفاظ علي البناء الذري الذي بطبيعة الحال سوف يحافظ علي البناء الكوني حيث تعتبر الجسيمات امثال الكوارك والالكترن هي صانعة المادة ام الجالونات هي صانعة حقول القوة التي تعمل علي تماسك هذه الجسيمات وهناك اربع قوى معروفة لدينا حاليا وهي قوة الجاذبية ( الثقالة ) والكهرومغناطيسية والقوة النووية الشديدة والقوة النووية الضعيفة وهناك النموذج المعياري للجسيمات الاساسية الذي يصف لنا هذه الجسيمات حيث نستطيع من خلاله وصف سلوك تلك

د. فرح الخاصكي

## شوق ..



حتى تفقدي النظر .. أنبتي التراب فوقها  
وردا و عطرا .. احملي قلبي قاصدا وصلا  
رحل .. بردي قبرها بمطر من دموعي ..  
شوقي .. و وجعي .. أخبريها أن لها حفيذة  
تحبها كثيرا .. تشتاق إليها كثيرا .. و تبكي  
كلما تذكرت صوتها و كلماتها الأثرية ..  
خانني الحديث .. و خانني الشوق ..  
تكاتفا مع الأقدار و الأقوني في وجه  
الذكريات التي لا ترحل .. و التي تزداد  
انغراسا في الروح فلا نستطيع اجتثاثها ..  
أيها الموت لم يعد متسع من الحزن لك .. فالحياة  
تلوكننا .. تمرقنا .. و تلفظنا كوجبة ألم .. فتخور  
القوى .. فتأتي لتجهز علينا بالضربة القاضية ..  
هكذا نخوننا الحياة .. و لا نشعر بحجم الخيانة  
إلا بعد الموت .. فنلوم الموت و نلوم الوقت ..  
و نعود لنلوم أنفسنا لأننا لم نتشبث بفتات  
وقتهم الذي منحونا إياه لنثبت لهم أننا أكثر  
من أحبهم و أكثر من كان يستحق محبتهم ..  
يا جدتي رحلت .. تركت لك الحياة في جعبتها  
حفيذة مخلصه تدعوك .. و تقرأ الفاتحة .. لا  
تفارقها صورة وجهك الجميل كأنها البارحة ..  
ليتني خنت الحياة .. و طبعنت قبلا تي  
على جبينك الطاهر .. ليتني قبلتك قبله  
أخيرة و التصقت في أحضانك الوثيرة ..  
ليتني ثملت من رائحتك .. ليتني أراك في  
حلمي دقيقة .. لتعرفني الحقيقة .. أنك يوم  
رحلت قتلتنني .. و تركت في قلبي حريقة ...

و تحتاج الصدور حفنة شوق على حين  
غفلة .. فتخلج النفس .. تضطرب ..  
و تتوه .. و لا تعرف إلى أين تتوجه ..  
لعلها لعنة لا تبرح ملازمتنا كظلنا .. و  
أحيانا أخرى تبدو كشبح يطاردنا أينما  
حللنا .. يترك في الحلق غصة لا تزول ..  
بعض الذكريات تستعيد حياتها كل يوم .. تبثت  
لتلتهم المزيد من أرواحنا فهي لا تعرف الموت  
.. كلما حاولنا قتلها .. فإنها تحيي من جديد ..  
الشوق يرتوي بالحرمان و الدموع .. و  
ينمو مع فقد .. و تغذيه الذكريات ..  
ذات وداع .. جررت أذيال شوقي و رحلت  
.. و لم أستطع أن ألتفت .. قررت أن أهزم  
ضعفي و أمضي .. بعض الضعف لا يزول  
بالقوة و القسوة .. بل إنه يمد رأسه ليذكرك  
أنه لا زال هناك يحتفظ لنفسه بزاوية  
خاصة لا تستطيع أن تطلها يد النسيان ..  
و بعد الرحيل .. أفقت على وجع يتمرغ في  
أحشائي صارخا كطفل يأبى أن تجهضه ولادة ..  
ذات حلم .. رأيت طفلة صغيرة .. جميلة ..  
رقيقة .. ناعمة كالحرير .. كفراشة تطير ..  
مبتهجة .. تقفز فوق الغيوم و تضع فوق  
شعرها طوقا كقوس قزح .. تتسلق الفضاء  
بخفة .. ابتسمت لي .. وشوشنتني .. أمنية  
واحدة فقط .. سأحققها لك .. فتمني ..  
أغمضت عيني بشدة .. حاربت شوقي  
.. وابتلعت دموعي .. و ابتسمت ..  
• أريد غيمة .. تهدي إلى عنوان  
شوقي .. فهل يستجيب الحلم ..  
ابتسمت .. و قالت : • حدثي غيمتك بما  
تريدين و ها قد أصدرت أمري تم الحلم ..  
أخذت غيمتي .. وشوشنتها بخفة العاشق الذي  
يطير لجرد أن يمر عطر المعشوق في خياله .. الذي  
يعيش اللهفة كأنها المرة الأولى في كل مرة ..  
• غيمتي أريدك أن تغمضي عينيك .. فلا  
تفتحيها إلا حين تعبرين درب شوقي و تصلين  
إليها .. حينها افتحي عينيك و بللي جفنيك

## ١٠ منتجات غذائية تأكلها يومياً ربما تحتوي سراً على الحشرات

العربي الجديد



قد يحتوي كوب واحد من الزبيب، على ما يقارب ٣٥ من بيوض ذبابة الفاكهة، و١٠ حشرات كاملة، بشكل قانوني وفقاً لدليل هيئة الغذاء والدواء، ومن دون النسب بأي أضرار على صحتك.

٦. الفطر: قد تحتوي كل علبه فطر وزنها ٩٩,٢ غراماً، على ١٩ دودة، و٧٤ قطعة من العث، من دون أن يمنع استهلاكها من هيئة الغذاء والدواء، إلا أن هذه الأجزاء قد تكون صغيرة جداً، لدرجة أنك لن تدرك وجودها، كما أنها مرتفعة القيمة الغذائية أكثر من الدجاج وسمك السلمون، وفقاً لأبحاث شركة:

٧. البروكلي المجمد: تعتبر حشرات المن صغيرة الحجم للغاية، فهي لا تنمو لأكثر من ٥ مليمترات فقط، لكنها تشكل ١٠٪ من الحشرات التي تلوث الحاصل، إلا أن هيئة الغذاء والدواء تسمح بوجود ٦٠ منها، في كل ١٠٠ غرام من البروكلي المجمد، وهذا يعني أنك قد تتناول أكثر من ١٦٠٠ من هذه المخلوقات سنوياً بشكل غير مقصود، إن كنت تواظب على أكل البروكلي المجمد بانتظام.

٨. الطماطم المعلبة: لا يستدعي الذعر، لأنه آمن تماماً وفقاً لهيئة الغذاء والدواء قد تحتوي علبه الطماطم التي يبلغ وزنها ٤١١ غراماً، على أكثر من ٨ من بيوض الذباب، أو على يرقة كاملة واحدة، قبل أن تعتبر ملوثة من قبل هيئة الغذاء والدواء.

٩. عصير الفاكهة: قد يحتوي كل ٢٥٠ مل من عصير الفاكهة، على قطع يرقة كاملة، من دون أن يعتبر ملوثاً من قبل هيئة الغذاء والدواء، حيث إن كل الحشرات مثل الحشرات والعتك، تستمتع بعصير الفواكه، وقد ينتهي بها الأمر في كوبك القادم!

١٠. القرفة: تسمح هيئة الغذاء والدواء، بوجود ٤٠٠ جزء حشري، في كل ربع كوب من القرفة، إلا أن هذا الأمر لا ينبغي أن يتسبب بتجنبك لهذا النوع من التوابل، لأنه آمن بشكل كلي، إلا أنك قد تضطر للتفكير به ملياً، إن كنت نباتياً!

إذا كنت تظن أن أكل الحشرات شيء مقرر، فلدينا لك بعض الأخبار السيئة، لأنك قد تتناول هذه المخلوقات كثيرة الأرجل في وجباتك اليومية، من دون أن تدري! بحسب مدونة التي أكدت أنك تأكل حوالي كيلوغرام من الذباب واليرقات وغيرها من الحشرات كل عام، من دون حتى أن تعرف ذلك. لكن المدونة أشارت إلى أن ذلك لا يستدعي الذعر، لأنه آمن تماماً وفقاً لهيئة الغذاء والدواء، التي تسمح بوجود عدد صغير من الحشرات، التي يستحيل التخلص منها تماماً خلال تصنيع المواد الغذائية، من دون التسبب برفع تكاليف الإنتاج بشكل جنوني... إليكم ١٠ منتجات غذائية من بين ١٠٠ أوردتها هيئة الغذاء والدواء، قد تحتوي سراً على الحشرات، وفقاً لموقع "آر دي":

١. زبدة الفول السوداني: يمكن أن يحتوي مرطبان زبدة الفول السوداني، الذي يبلغ وزنه حوالي ٤٥٣,٥ غراماً، على ١٣٦ جزءاً من أجزاء الحشرات، قبل أن يعتبر ملوثاً أو غير صالح للاستخدام البشري، وفقاً لدليل هيئة الغذاء والدواء، وقد يكون هذا الأمر غريباً، إلا أن وجود أرجل الحشرات ورؤوسها في الأغذية أمر طبيعي، بما أنها موجودة في الحقول وأماكن التخزين وحتى في محال البقالة.

٢. الشوكولاتة: تعتبر أجزاء الصراصير من أكثر الملوثات انتشاراً في الشوكولاتة، إلا أن هيئة الغذاء والدواء تسمح بوجود ٧٤ جزءاً من الحشرات، في كل لوح شوكولاتة وزنه ١٢٤,٧ غراماً، وهذا يعني أن محبي هذه الحلويات، قد يضيفون ما يقارب ٦٠٠٠ من أجزاء الحشرات، إلى وجباتهم كل عام، وفقاً لدراسة حديثة أجرتها شركة:

٣. المعكرونة: يستحيل التخلص من الحشرات تماماً خلال تصنيع المواد الغذائية تسمح هيئة الغذاء والدواء قانونياً، بوجود ما يقارب ٢٢٥ جزءاً من الحشرات، في كل ٢٢٥ غراماً من المعكرونة، قبل حظر المنتج من رفوف البقالة، وهذا يعني أن كل غرام من هذا الطبق المفضل لكثيرين حول العالم، قد يحتوي على رأس حشرة أو أحد أطرافها.

٤. القهوة: قد تشرب حوالي ١٢٠ جزءاً حشرياً، أثناء شربك كوب القهوة الساخن، لأن هيئة الغذاء والدواء تسمح بوجود ١٠٪ من أجزاء الحشرات كحد أعلى، في عينات حبوب القهوة، وهذا يعني أن من يشرب القهوة بشكل اعتيادي، قد يتناول ١٤٠ ألف جزء حشري كل عام، من دون علمه!

٥. الزبيب:

## لغة أدبية

### الفقر والاستغلال ..

عبد القادر زرنوخ



يا أخي بالهجر وبكل وطن  
زمل أخاك بالرعاية  
كي يأتي الحلم المنتظر  
دع الاستغلال وكن  
حليماً كشجرة الزيتون  
تعطينا بلا مقابل  
كن كريماً كالنهر أمام العطاء  
يسقينا بلا انتظار

سيكون الكبرياء من جديد  
لا تحزني أختي  
سيكون الوفاء من جديد  
ونبني مقصلة للعبيد  
فخبرنا مقصلة برقبة  
كل مستغل نظرونا  
مأذنتنا مشنقة لكل منافق  
أسقطناه من إنسانية الإنسان

أيتها المستغل  
سحاسبك بأطفالنا يوماً  
ونعدك ميثاق العبيد  
نحن شعب لا يستكين  
وأنت غراب سننحره بشباكنا  
وإن طال الغيب  
لا تحزني أمي المهاجرة

قد فاض الألم من أوجاعه  
وترنج المجتمع بالأمه  
ما ذنب طفلي تركت البراءة  
زواج القاصرات  
لعنة علينا بكل الأقلام  
ما ذنب طفلي بالشوارع  
يقتات بقايا الأغنياء  
لعنة علينا بكل اللغات

### تعبت من البكاء ..

نيرمين الدادة

مشيت حيث تأخذني أقدامي .. حتى جاءت مشيئة القدر .. لتريني  
ما هو أقسى من شعوري .. أطفالاً أكلهم البرد لم يرحم بؤسهم ..  
بلل ثيابهم البالية مصدر دفتهم الوحيد .. قست عليهم الظروف  
والأيام .. حتى لجأوا لأرصفة تحتضنهم ليغفون عليها .. لعلمهم وجدوا  
أنها أحن عليهم من قلوب البشر .. اقترب منهم رويداً فأصدم  
! .. برودة فعل أحدهم ناطقاً .. أرجوك لا تقومي بضربي أرجوك  
أنا لست بمتسول أنا لست بمتسول .. جل ما أريده غطاء أدنى  
به أختي .. لم أجد رداً سوى احتضانه وتهدئته .. لأبأس يا صغيري  
لن أقوم بضربك أهدأ .. أي ظلم وأي قهر عانيت منه حتى هلعت  
هكذا .. لقد أثبت لي أنه لم يعد للرحمة وجود .. آخر ظهور لها  
كان منذ حقبة من الزمن .. باتت الصخور أحن من قلوب البشر  
كنت أظن أن الأمر يقف بهم على نهب حقوقنا .. بل كانت قلوبهم  
أشد قسوة آذوا أطفالاً قاموا بضربهم .. لماذا؟ لأنهم طلبوا غطاء يدفنون  
بهم أنفسهم .. راودتني ضحكة ساخرة يا لسذاجتي .. لم يرأفوا بأطفال  
صغار أرادوا المساعدة فقط .. فكيف لهم أن يرأفوا بمن يسكنون الخيم



رياح صفراء عاتية .. ثلوج مكدسة  
على سقف مأوانا ومياه أغرقتنا  
سئمت البرد والمرض  
.. سئمت قلة حيلتنا ..  
خرجت باكية متذمرة  
أردت التنفيس عن غضبي .. عن  
الحي، ربما بركل ما أجده أمامي

## يوفنتوس ينتزع «السوبر الإيطالي» في مواجهة تاريخية بجدة

الشرق الأوسط



المباراة بعشرة لاعبين بعد خسارته جهود لاعبه العاجي فرانك كيسيه لخشونة ضد الألماني إيمري جان (٧٣). وانفرد يوفنتوس بالرقم القياسي كأكثر الفرق تتويجا باللقب، حيث تفوق بفارق لقب وحيد على أقرب ملاحقيه ميلان، كما ثأر من خسارته أمام الفريق اللومباردي بركلات الترجيح في آخر لقاء للسوبر جرى بين الفريقين عام ٢٠١٦، ليفرض هيمنته التامة على الكرة الإيطالية في ظل امتلاكه الرقم القياسي أيضا كأكثر الفرق المتوجة ببطولتي الدوري وكأس إيطاليا. وحافظ يوفنتوس على تفوقه على ميلان، بعدما تغلب عليه للمباراة السابعة على التوالي في مختلف المسابقات، فيما عجز ميلان عن تسجيل أي هدف في شباك يوفنتوس للمباراة الثالثة على التوالي. وبصورة إجمالية، حقق يوفنتوس انتصاره رقم ٩٠ خلال مواجهاته مع ميلان في كل البطولات، التي بلغت ٢٣٠ لقاء. مواجهة، مقابل ٦٧ فوزا لميلان وخيم التعادل على ٧٣ لقاء. ورغم إقامة السوبر الإيطالي بالمنطقة العربية في ثلاث مناسبات سابقة، لكن هذه هي النسخة الأولى للبطولة التي تستضيفها الأراضي السعودية. وتعد هذه هي النسخة العاشرة للمسابقة، التي تمت إقامتها خارج الملاعب الإيطالية بعدما سبق أن استضافتها الصين أربع مرات، والولايات المتحدة وقطر مرتين، وليبيا مرة واحدة. وكانت النسخة الأولى من السوبر الإيطالي قد انطلقت عام ١٩٨٨.

رأسية البرتغالي رونالدو نقود «السيدة العجوز» إلى اللقب الثامن قادم النجم البرتغالي كريستيانو رونالدو فريقه يوفنتوس للتتويج بلقب كأس السوبر الإيطالية لكرة القدم للمرة الثامنة في تاريخه، بعدما سجل هدفا خلال فوز الفريق الملقب بـ (السيدة العجوز) ١ - صفر على ميلان في المباراة التي جرت على ملعب (الجوهر المشعة) بمدينة جدة السعودية. وانفرد يوفنتوس بطل الدوري في المواسم السبعة الماضية، بالرقم القياسي في عدد ألقاب الكأس السوبر، بتتويجه بلقبه الثامن، والأول منذ عام ٢٠١٥ عندما تفوق على لاتسيو (٢ - صفر)، علما بأنه حل في النسختين السابقتين وصيفا لميلان ولاتسيو على التوالي. وتوقف رصيد ميلان عند سبعة ألقاب آخرها عام ٢٠١٦ عندما توج على حساب يوفنتوس بركلات الترجيح ٤ - ٣ (بعد تعادلهما ١ - ١ في الوقتين الأصلي والإضافي) في الدوحة. وأتت بداية المباراة حذرة وبأداء خجول من الفريقين. وانتظر ميلان حتى الدقيقة الأخيرة من الشوط الأول لتهديد مرمى يوفنتوس عبر محاولة من التركي هاكان جاهدانوغلو التقطها حارس مرمى يوفنتوس البولندي فويتشخ تشيشني على دفعتين. واختلف أداء ميلان في مطلع الشوط الثاني، وهدد مرمى منافسه أكثر من مرة، قبل أن ينتزع رونالدو التقدم بعكس المجريات بمتابعة رأسية لتمريرة من البوسني ميرالم بيانيتش (٦١). ودفع مدرب ميلان جينارو غاتوزو بالمهاجم غونزالو هيغواين في الدقيقة ٧٠ بدلا من الإسباني سامويل «سامو» كاستيخو، إلا أن تأثير الدولي الأرجنتيني لم يظهر فيما تبقى من دقائق المباراة، لا سيما في ظل إكمال الفريق اللومباردي



## الإنتاج الصناعي في منطقة اليورو يسجل أكبر هبوط في نحو ٣ سنوات

الشرق الأوسط



كما أظهرت بيانات المفوضية الأوروبية الأسبوع الماضي تدهورا ملحوظا في الثقة في اقتصاد منطقة اليورو وبأكثر مما هو متوقع في ديسمبر (كانون الأول) الماضي، في نهاية عام شهد تراجعاً للتفاؤل في كل شهر. وترجع التوقعات الأكثر قتامة إلى أسباب من بينها تراجع الثقة في الصناعة، وفي مؤشر سيئ لتوقعات النمو بمنطقة اليورو في الربع الأخير من العام، قالت المفوضية إن مؤشر الثقة في اقتصاد المنطقة نزل إلى ١٠٧,٣ نقطة في ديسمبر (كانون الأول)، من ١٠٩,٥ في نوفمبر، وهو ما يمثل التراجع الشهري الثاني عشر على التوالي للمؤشر، وأقل مستوى له منذ يناير (كانون الثاني) عام ٢٠١٧. وتوقع اقتصاديون في استطلاع أجرته رويترز انخفاضا أقل حدة إلى ١٠٨,٢، لكن تراجع ثقة المديرين في قطاع الصناعة والمستهلكين زاد من قتامة الصورة. وتراجعت الثقة في الصناعة إلى ١,١ نقطة من ٣,٤ في نوفمبر، مقارنة مع توقعات السوق لقراءة ٢,٩ نقطة. وبالنسبة لقطاع الخدمات، الذي يمثل ثلثي الناتج المحلي الإجمالي في منطقة اليورو، انخفضت المعنويات بواقع ١,٤ نقطة.

أظهرت بيانات رسمية الاثنين تراجع الإنتاج الصناعي بمنطقة اليورو في نوفمبر (تشرين الثاني) أكثر من المتوقع، ما يؤكد سلسلة من البيانات الضعيفة في دول المنطقة، لتتفاقم المخاوف بشأن النمو في الربع الأخير من العام الماضي. وقدر مكتب إحصاءات الاتحاد الأوروبي «يوروستات» أن الإنتاج الصناعي في التسع عشرة دولة التي تستخدم اليورو نزل ٧,١ في المائة في نوفمبر الماضي عن الشهر السابق عليه، بعد زيادة ١,٠ في المائة في أكتوبر (تشرين الأول)، وانخفاض ٦,٠ في المائة في سبتمبر (أيلول). وقراءة نوفمبر هي الأسوأ شهريا منذ فبراير (شباط) ٢٠١٦ حين نزل الإنتاج ١,٢ في المائة. وعلى أساس سنوي نزل الإنتاج الصناعي ٣,٣ في المائة في نوفمبر. ورغم أن البيانات الضعيفة جاءت أسوأ من التوقعات، فإنها لم تكن مفاجئة في أعقاب صدور قراءات سلبية للاقتصادات الرئيسية في المنطقة في الأيام الماضية. وأظهرت بيانات صادرة الأسبوع الماضي تراجع الإنتاج الصناعي لألمانيا أكبر اقتصاد في المنطقة ٩,١ في المائة في نوفمبر مقارنة مع الشهر السابق عليه، مقابل توقعات سابقة لزيادة ٣,٠ في المائة.

## صورة العدد

## مدينة مراكش .. المغرب

