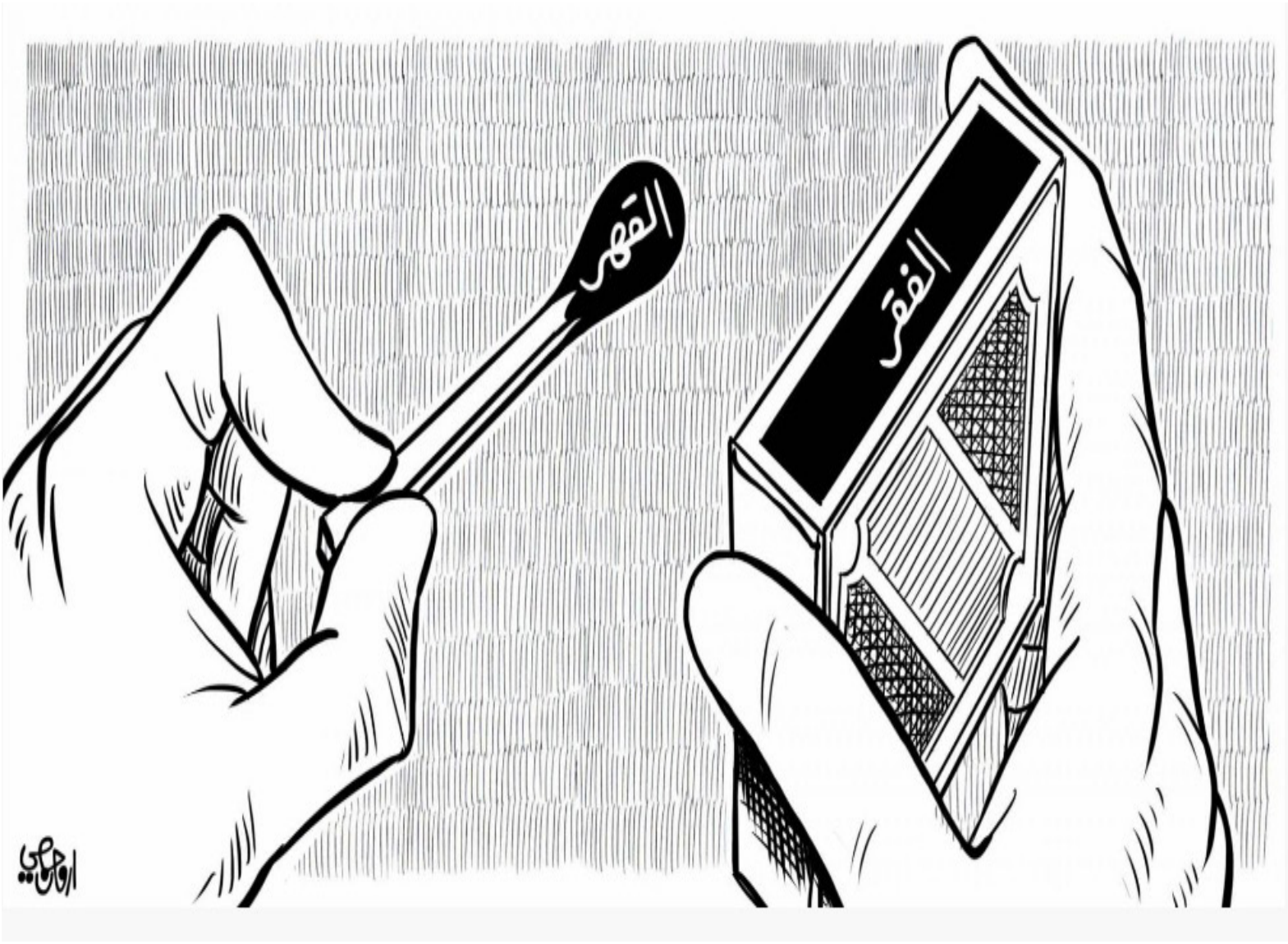
العدد ١٢
2019 - 02 - 10

إنسان

صحيفة أسبوعية منوعة
صحافة حرة وإعلام هادف



اقرأ في العدد ١٢ من صحيفة إنسان :

الدراما التركية وحروب الثقافات !!
بقلم : مصطفى طه باشا 3

القانون فوق الجميع ..
بقلم : نصرة الأعرج 4

كيف أبني علاقة إيجابية مع أبنائي
بقلم : ابتسام القحطاني 5

تعددت الأسباب والموت واحد !!
بقلم : هادي حاج قاسم 7

قصاصة أظافر ..
بقلم : وليد الحسين 6

موعد ذاتي ..
بقلم : هبة صالح رزق 8

حب ..
بقلم : فرح الخاصكي 12

موازين القوى والديمغرافيا الجديدة
بقلم : دينا الزيتاوي 10

طفل قلبي ..
بقلم : ريم سليمان الخش 11

والعديد من المواضيع المنوعة 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

التدقيق اللغوي : أ. نور السبيع

الكاتبة السورية : أ. سميرة بدران
الكاتبة السورية : أ. نصرة الأعرج
الشاعرة السورية : د. ريم سليمان الخش
الكاتبة السورية : أ. محاسن سبع العرب
الكاتب السوري : أ. ياسر العبيد
الكاتبة السعودية : أ. هبة صالح رزق
الأديب السوري : أ. عبد القادر زرنيخ
الكاتبة الكويتية : أ. أسماء مرزوق
الكاتب السوري : هادي حاج قاسم
الكاتبة العراقية : د. فرح الخاصكي
الكاتبة السورية : أ. راما ديب
الكاتبة المصرية : أ. هبة أبو زيد
الكاتبة السورية : صابرين علوش
الكاتبة الأردنية : أ. دينا الزيتاوي
الكاتبة السورية : نيرمين الداده
الكاتب السوري : أ. وليد الحسين
الكاتبة السورية : سهيلة بركات
الكاتبة السعودية : أ. ابتسام القحطاني

للمشاركة مع صحيفة إنسان عبر البريد الإلكتروني

insan.magazasi@gmail.com

كلمة العدد

الدراما التركية وحروب الثقافات !!

أ. مصطفى طه باشا

بعد غياب شمس الدراما المكسيكية عن العرب، وانحسار الدراما السورية شيئاً فشيئاً، تصدرت الدراما التركية خلال الأعوام الماضية الساحة الفنية ليس عربياً فحسب، بل عالمياً أيضاً، حيث تعتبر الدراما التركية حالياً من الأكثر شهرة عالمياً بعد تصدر أعمالها نسب مشاهدة وانتشار، لم يسبق أن وصلت إليها أعمال أخرى في العالم، وتعتبر الدراما التلفزيونية من أبرز وسائل تبادل الثقافات والأفكار بين البلدان، ومن أهم عوامل التأثير على المجتمعات.

في العالم العربي، ذاع سيط العديد من الفنانين الأتراك والأعمال التلفزيونية التركية وعلى كافة تصنيفاتها سواء الدرامية والرومنسية والحربية والتاريخية، فقيامة أرطغرل يعتبر العمل التلفزيوني الأكثر انتشاراً حالياً في العالم العربي والدولي، وسبق لأعمال عديدة الانتشار عربياً أبرزها، مسلسل وادي الذئاب، حيث اكتسب شهرة كبيرة وتابعه ملايين العرب، ويعتبر بطل المسلسل، محمد نجاتي شاشماز المعروف باسم مراد علم دار، بالإضافة للممثل كيفانش تاتليتوغ التركي والمعروف باسم مهند عربياً، من أبرز الفنانين الأتراك المعروفين عربياً الذين ذاع سيطهم واشتهروا بأعمالهم الدرامية.

ومن خلال الأعمال الدرامية، انتشرت الثقافة والعادات التركية عربياً ودولياً، واستفادت من هذه الأعمال سياسياً واقتصادياً وتاريخياً، حيث بدأت الدراما التركية تتطرق للتاريخ وما حصل في الدولة العثمانية عبر عصورها وحقبها الزمنية المختلفة، وعبر هذه الأعمال التاريخية نلاحظ إرسال رسائل سياسية للمجتمعات الأخرى، فمعظم الدول شوهت التاريخ العثماني وأظهرته مظهر المستبد والهمجي، وأبرزها النظام السوري الذي استغل كتب التاريخ في المدارس السورية لتشويه ماضي وتاريخ الدولة العثمانية في عقول الطلاب والأهالي، ومن يتابع الدراما التركية يشعر كيف تم الاستفادة منها

في بث وإرسال رسائل قد تؤثر سياسياً على المواقف نحو تركيا، وخاصة من قبل أوربا، فالأعمال الدرامية التي تتحدث عن المافيا، ومحاربتها من قبل الدولة، أظهرت هذه الأعمال قوة الدولة التركية وبيّنت كيف انحسر نفوذ المافيا في تركيا، وأظهرت انفتاح الشعب التركي نحو المجتمعات الأخرى، وعربياً، تم الاستفادة من الأعمال الدرامية التركية في التأثير على آراء الشعوب ونظرتهم نحو تركيا وثقافتها وحضارته ومعالمها التاريخية والسياحية، فقد ارتفعت السياحة العربية نحو تركيا بنسب خيالية سنوياً وبلغت أعلى نسبة في تركيا.

ولابد من التذكير؛ بأن مسلسل قيامة أرطغرل يبث في أكثر من ٨٥ دولة حول العالم، وشاهده خلال المواسم السابقة نحو٣ مليارات شخص، وموسمه الحالي هو الأخير، لينطلق في سلسلة جديدة باسم قيامة عثمان غازي.

تعتبر الساحة العربية من أبرز الأسواق الدولية للتسويق للدراما وحصد نسبة مشاهدة ومتابعة، فقد سبق للأعمال الدرامية المكسيكية الانتشار فيها، وبعدها سيطرت الأعمال الدرامية السورية، ومنذ اندلاع الحرب السورية، سيطرت الدراما التركية بشكل مطلق على الساحة العربية دون منازع.

صحيفة أسبوعية منوعة
صحافة حرة وإعلام هادف
إنسان
العدد ١٢
2019 - 02 - 10

حديث البلد

القانون فوق الجميع ..

أ. نصرة الأعرج

القانون هو الوسيلة الأكثر فاعلية التي يمكن من خلالها مكافحة الفوضى والحد منها في أي مجتمع كان . فالقوانين لا تأتي من العدم ، وإنما من خلال ما تكتسبه المجتمعات من عادات، وتقاليد، وثقافة، وتعاليم دينية، وغير ذلك؛ فكل هذه الأمور تسهم في إغناء القانون، وفي جعله أقرب إلى الأفراد ، فهم بذلك يصيرون أكثر تقبلاً، واستجابة له و الدولة التي يصبح فيها القانون وفق رغبات العامة و الغوغاء تصبح دولة بلا مستقبل ، حيث إن مستقبل الشعوب مرهون بمدى انضباطها والتزامها بالقانون ، القانون الذي يفرق بين إنسان المستقبل و إنسان الماضي ، ذلك القانون الذي يفرق بين الدول المتقدمة و المتخلفة ، ذلك القانون الذي يقاس به مدى حضارة وتقدم الشعوب في العصر الحديث حيث إنه كلما زاد التزام شعب ما بالقانون كلما زادت و نمت حضارته بين الأمم و الشعوب الأخرى ، فالقانون مجموعة القواعد الناظمة لحياة الأفراد، والتي تنظم علاقتهم فيما بينهم، وعلاقتهم مع الدولة بكل ما يتفرع عنها من أجهزة، ومؤسسات، كما يحدد القانون العقوبات الرادعة لأولئك الذين يتجاوزون الحدود الموضوعة لهم، أو لأولئك الذين لا يلتزمون بتأدية ما عليهم من واجبات تجاه محيطهم.

وتأتي أهمية القانون من خلال حفظ الاستقرار في المجتمع ، وحمايته من حالة الفوضى التي قد تحدث نتيجة لتصرفات بعض الأفراد العشوائية وغير المضبوطة، والتي لا تراعي إلا المصالح الشخصية بغض النظر عن مدى تضرر الآخرين.

وضمن هذا السياق، فإن القانون هو صمام الأمان لحفظ حياة الناس، وأعراضهم، وأموالهم، وممتلكاتهم. وتوفير البيئة المناسبة للقيام بكافة الأنشطة، الاقتصادية، والاجتماعية، والثقافية، والسياحية المختلفة ، وفض النزاعات التي قد تحدث بين الأفراد، أو بين المؤسسات، أو بين الأفراد والمؤسسات، ويحفظ كافة الحقوق ، ولا يضيعها. وتنظيم الشؤون الحياتية المختلفة للأفراد، وتنظيم كيفية نيل الحقوق، وتأدية الواجبات والحفاظ على الممتلكات العامة، والثروات من الضياع، والسرقة، والنهب، وأنواع الاعتداءات

المختلفة التي قد تنتج عن سوء تصرف الأفراد . فعلاقة القانون بالمجتمع علاقة قوية ومتينة، فلا يمكن أن يوجد قانون من دون مجتمع والعكس، إذ يوجد ارتباط وثيق بين القانون والمجتمع، ويتأثر القانون بالمجتمع الذي يتم تطبيقه فيه، كما يؤثر القانون بالمجتمع أيضاً، ولعل ما يحدث من صخب هنا في الشمال السوري كله يعود إلى غياب القانون وغياب سلطة قائمة على تطبيقه وتنفيذه ولست الآن بصدد ما يحدث من مهاترات سببها التطبيق الخجول للقانون أو بتعبير أكثر دقة هو عدم تطبيق القانون في تلك البقعة الجغرافية السورية فالقانون ظاهرة اجتماعية وضع لمعالجة المشكلات التي تعترض طريق المواطنين، فهو علم قائم على مجموعة من النظريات العلمية أساسها واقع وعقلي وتاريخي ومثالي أيضاً، وتلك الركائز التي يقوم عليها القانون هي التي تعطي القواعد القانونية معناها وتفسيرها وتساعد على تطبيقها بشكل سليم، ويتم من خلالها تفادي الوقوع في الخطأ أثناء تطبيقه أو فهمه وتفسيره، والجدير بالذكر إنه مهما كان القانون عادلاً من الناحية النظرية، فقد أثبت الواقع العملي أن الكثير من الدساتير والقوانين لم تحقق المثل العليا التي تطمح إليها ، ويرتبط ذلك بواضع القانون ومدى تحيزه إلى مصالحه الشخصية، ولذلك مهما كان الإنسان عادلاً ونزيهاً ومحايداً فإن مفهوم العدل سيكون ضيقاً إلى حد معين، ومن هنا جاء تميز القانون الإلهي بقدرته على تحقيق العدالة والمساواة وتحقيق الأمن والاستقرار باعتباره محايداً في سن القوانين والتشريعات.

صحيفة أسبوعية منوعة
صحافة حرة وإعلام هادف
إنسان
العدد ١٢
2019 - 02 - 10

إنسان ومجتمع

كيف أبني علاقه إيجابية مع أبنائي ؟

أ. ابتسام القحطاني

التربية فن نحتاج إلى أن نتعلمه، ومهارات نحتاج إلى أن نطورها ، وخبرات نحتاج إلى أن نتبادلها .. ف ٧٠ ٪ من التربيه هي العلاقه الإيجابيه مع الأبناء .. إذن : كيف ابني علاقه إيجابيه مع أبنائي .. من أهم الأمور وأكثرها بناء للعلاقه الإيجابيه مايلي : ١) الإنصات ٢) حوار الأصدقاء ٣) المدح ٤) الافتخار فيهم وفي إنجازاتهم بينما أكبر مدمر للعلاقات بيننا وبين أبناءنا هو الصراخ ، النقد ، اللوم التشكيك ، التسلط ، العنف ، السخريه ، المقارنه ، العقاب بكل أنواعه .. جميع هذه الأساليب تدمر علاقتنا بأبناءنا .. فالعلاقه بين الأبناء والأبناء من أهم العلاقات البشريه وأكثرها تأثيراً على شخصية الطفل خصوصاً في مرحلة الطفوله .. فهي علاقه تحتاج إلى الرعايه والإهتمام والحبه للمحافظه عليها ومن أهم الطرق للمحافظه على هذه العلاقه الإنسانيه الراقيه الجميله .. وضع برنامج يومي لتعزيز العلاقه الإيجابيه مع الأبناء ..وهو برنامج جميل وضع من قبل خبراء التربيه كان له الأثر العظيم لكل من طبقه في حياته وحياة أبنائه .. برنامج بناء العلاقة مع الأبناء :

١. عشرين دقيقة يومياً حوار مع الأبناء باعتبارهم أصدقاء (بدون نصح ولا حديث عن المدرسة ولا توجيه) .
٢. التعبير عن مشاعر الود والحب من الآباء للأبناء من ٥ إلى ١٠ مرات يومياً .
٣. مدح الأبناء يومياً خمس مرات على سلوك إيجابي فعله .
٤. مدح الأبناء يومياً خمس مرات على الشكل الخارجي (ابتسامته ، شعره، عينيه، أي شيء فيه) .
٥. مرتان أسبوعيا مشاركة الابن نشاط خارج البيت حتى لو استغرق خمس دقائق (مشي ، رياضة، تمشيه، لفه بالسيارة) .
٦. ثلاث دقائق يومياً لتثبيت القيم قبل النوم :
. كنت سعيداً عندما رأيتك اليوم تفعل كذا.
. مساعدتك لأختك الصغيرة كان جميلا منك.
. وفاءك بالاتفاق جميل.

٧. مرتان أسبوعياً عشاء مع العائلة في البيت أو خارجه يكون وقته طويل حتى يتم الحديث والتحاور مع العائلة بوقت أكثر .
٨. من (١ إلى ٣) دقائق يومياً كلي آذان صاغية وتتنفذ على النحو التالي:
. الجلوس مع الابن في مكان هادئ واطلب منه أن يقول كل ما يريد بلا قيود ولا نقاش ولا أرد عليه ولا أقاطعه ولا تعقيد وحينما تنتهي ٣ دقائق انتهت الجلسة.
٩. عبر عن حبك لابنك من خلال السلوكيات اليومية :
(خمس لمسات يومياً) :
. اللمس على نهاية رأس الابن وتعني • الرأفة والرحمة •
. وضع اليد على الرأس • الفخر"
. وضع اليد على الجبين •التهدئة"
. وضع اليد على الوجنتين" الشوق"
. مسكة اليد • تقوية العلاقة والحب"
. إذا كان غضبان أو وجود مشاعر سلبية •امسح بيدك على صدره.
أربع قبلات يومياً : في الجبين • الاستقبال • وفي الرأس" فخر واعتزاز" وفي الخد • الشوق" وفي اليد •الاستقبال والشوق"
وأربع ضمات احتضان متفرقه خلال اليوم .
وكان الرسول قدوتنا في بناء العلاقة وكان نموذجاً رائعاً للتربية حيث كان يقبل فاطمة الزهراء كلما رآها وقبل حبينها ويدها واحتضنها في بيته وفي مسجده وأمام الصحابة.
وأخيراً : قل لابنك أو ابنتك :
شكرا إنك موجود في حياتي.

صحيفة أسبوعية منوعة
صحافة حرة وإعلام هادف
إنسان
العدد ١٢
2019 - 02 - 10

قصة وإنسان

قصاصةُ أظافر..

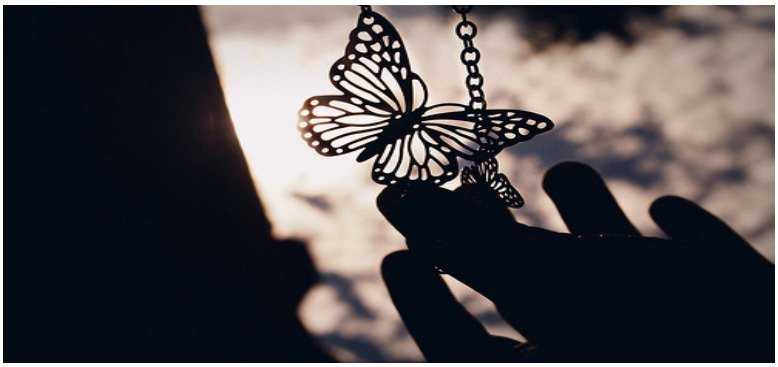
وليد الحسين

الحقيقةُ أنني أنحدرُ من عائلةٍ لا تجيد القراءةَ والكتابة.. ولا حتى الاستماعَ إلى الموسيقى.. وأنتم أيضاً تنحدرون من نفس العائلة إن لم يخب ظني.. وظن العجوز لم يخب يوماً.. سلالة غريبة هي.. متوحشة تشبه تلك التي تنحدر منها الذئاب المخططة.. سلالة لا تجيد حتى شرب القهوة.. ولهذا كلما أخذت شهيقاً أشعر أنني فقدتُ شيئاً ما.. اليوم صباحاً أخذت شهيقاً طويلاً ومعه شعرت أنني فقدت ثيابي.. ورأسي.. وبسرعة أتحسسه كـ المجانين أمام أعين زوجتي و أطفالي الثلاثة.. وأصرخ.. أين هو رأسي.. أين هو رأسي.. أريده الآن.. ظهراً أعدت الكرة وأخذت شهيقاً طويلاً.. أيضاً شعرت أنني فقدت أصابع يدي اليمنى وكأنها شظايا تطايرت وخرجت من النافذة.. واصطدمت بالهواء.. أصابعي.. أصابعي.. أصرخ ملء فمي ولا من مجيب سوى ابنتي سلمى.. وتقول لي.. لم لا تذهب إلى طبيب نفسي.. أرد بابتسامة.. مساءً كبلت جسدي كاملاً بأسلاك كهربائية كنت قد عثرت عليها بالقرب من إحدى حاويات القمامة.. أغلقت النوافذ.. وأطفأت الإنارة.. وبعيداً عن الجميع أخذت شهيقاً طويلاً.. أيضاً شعرت أنني فقدت صوتي.. ولم أعد أقوى على الصراخ.. بعد منتصف الليل جلست وحيداً و قصاصة أظافر أمتلكها.. أتأملها.. تضحك.. وتهز أنيابها.. وكأنها تقول.. أتظن نفسك إنساناً أيها الوغد..

خيبة أمل ..

سهيلة بركات

حاولتُ اليوم جاهدةً أن أُخبئ حزني، ولكنّ الأمر موجع أكثر من ألمي نفسه، فكم من الصعب أن تحمل في قلبك ثقلاً كبيراً ولا أحد بجانبك... في الساعة الثامنة مساء وصلني خبر زواج الشاب الذي وضعت قلبي بين يديه وغدر بي ، ذهبت لحضور زفافه والدمعة عالقة بعيني وأنا أحاول التبسم كي لا يحقد علي أحد ، وبعد انتهاء الزفاف عدت أدراجي أشعلت سيجارة ولم أبالِ حتى أن دموعي العالقة اختفت ، أطفئت السيجارة الأولى والثانية والثالثة رغم أنه ليس من عادتي التدخين ، ولكنني وجدته أفضل حل إلى أن أدمنت التدخين... أدمنت الوحدة ... أدمنت السهر والكتابة ، لقد كانت هذه الأشياء أفضل مواساة لي بعد فترة من الزمن تقدم لأختي شاب وسيم ، وكانت حفلتها في المنزل كنت أشعر بخيبة أمل ، ولكن ما زلت أتصنع السعادة . يا إلهي كيف لشخص أن يشعر بالذي أشعر به أنه شبه مستحيل حقاً، مرت الأيام وأنا بدأت أعتاد على الألم والخيبة والوحدة ، فقد أصبحوا جزءاً مني واستمرت الحياة ، وأصبحت شخصاً أكبر من عمره بكثير ، وكأنني بعمر الستين ، وقد رأيت مر الحياة بأكملها ، وهي مجرد خيبة أمل ، وربما ليست الأخيرة ، ولكنها قتلت بداخلي ما يكفي لأقول أنني قد مت مئة مرة ولا زلت أتنفس .... هكذا الحياة سترينا مرها، شئنا أم أبينا ، فلنتقبل أوجاعنا مهما كانت فهي ليست الأخيرة ، ولكنها لن تعد تؤثر بك الضربات بقدر الوجع الذي شعرت به وهذا كفيل لتقول عن نفسك صمودي كصمود جبل لا تهزه ريح عابرة.



صحيفة أسبوعية منوعة
صحافة حرة وإعلام هادف
إنسان
العدد ١٢
2019 - 02 - 10

قضايا اجتماعية - تقارير

تعددت الأسباب والموت واحد !!

هادي حاج قاسم

لم تكفي السنوات السبع من التنكيل بأجسام الضعفاء من أبناء الشعب السوري فحسب، بل وتطورت لموتهم من قبل القدر حرقاً في المخيمات أو قتلهم برداً نتيجة الكوارث الطبيعية، أو قنصاً برصاص حماة الحدود التركية وتطورت لاستغلالهم من قبل تجار البشر الذين يعتبرون هؤلاء البشر كالرعاع من الأغنام فيقيدونهم كيفما يشاؤون دون رادع ديني وأخلاقي، لم يكفي هذا ، بل تطورت في الفترة الأخيرة لانتشار جرائم الابتزاز والتهكم والاختطاف والاغتصاب التي لاحقت الهاربات من ويلات الحروب والسجون وظانين أنهن سيرمين كل السواد خلف أكتافهم ويسيرون للطريق المرسوم في خيالهم، هذا الطريق الذي يشع بالنور، ليس أي نور ولكنه نور الجدار الفاصل ((جدار الفصل التركي السوري)) بين الدولتين.

هنا تتكرر نفس المعاناة ولكن بأسلوب جديد وأكثر بشاعة حيث يلجأ المهربون الى محاولة تهريب هؤلاء البشر من المناطق القريبة من نهر العاصي الذي يشكل الحدود الفاصلة بين الدولتين، يلجؤون شتاء مستغلين الضباب الذي يشوه الرؤيا حينها لا يستطيع العساكر رؤيتهم...ففي هذه الخصوصية الآمنة والمطمئنة يكمن الخوف والرعب مم المجهول... يكمن ارتفاع منسوب مستوى نهر العاصي الذي يفيض على جوانب النهر الترابية المنشأ مما يجعل منها طيناً لزجاً ما يلبس أن يلتصق بجسد كل من يلمسه وينكمش وكأنه يقيد هذا الشخص العابر بجانبه لتأكله الوحوش في البراري الموحشات.

تكررت حوادث غرق بعض الأشخاص في هذا النهر إما نتيجة زلل قدميهم أو نتيجة خوفهم من العسكر التركي فيقومون برمي أنفسهن إلى التهلكة وهنا يكون الموت المحتوم بعد عذاب الغرق ويستمر طريق الفقد لهؤلاء الغارقون يوماً بعد يوم.

يستغل التجار الغير شرعيين للبشر اصحاب الحاجة لتحقيق مآرب خاصة أو لأجل غايات غرائزية وشهوانية أو مادية او جنسية أو اجتماعية.

بالرغم من تحذ حرس الحدود التركي للمهربين، إلا أنهم لا يهمهم إن مات الشخص أم لا ؟ فمكتب التأمين قد أمن عليه.

في خضم هذه الفوارق، يكمن من أتخذ هذا الأسلوب من البشر مهنة أو سبيل لكسب العيش والرفاهية عن طريق التهريب غير المشروع.

نتمنى أن يقوم المجتمع الدولي بقتل طاغي الشام الذي كان السبب في دمار البلاد، وأن تقوم بإيجاد قوانين صارمة تحمي حقوق هؤلاء النازحين في زمن الصراعات، وعدم اضطهاد حقوقهم الشرعية، ومنع استغلالهم في ظروف الحرب التي طال عمرها في سورية.

صحيفة أسبوعية منوعة
صحافة حرة وإعلام هادف
إنسان
العدد ١٢
2019 - 02 - 10

تنمية الذات

موعد ذاتي ..

أ. هبة صالح رزق

افهم من أنت جيداً ، و تعرف عليك واقض وقتاً معك لأجلك ، ففهمك لذاتكَ يجعلك أكثر تناغماً وانسجاما وبالتالي أكثر نضجاً ووعياً في ردات فعلك التي تواجه بها كل شيء .
وكن مدركًا ماذا تريد أنت، وما الذي لا تريده وما الشيء الذي لا بد أن تتوقف عنه ، فأنت بحاجة لحجز موعد معك ولجلسة خاصة تتعمق حينها في داخلك ، فهناك معارك كثيرة خيضت فيه ، ووقتها سوف تجري بعضاً من البناء والهدم وشيئاً من الترميم إنها عمليات إصلاحية لا غنى للنفس البشرية عنها ، فصلاح الداخل يظهر للعيان رونقاً ولمعاناً من نوع آخر ، نوع محسوس و غير عن المعتاد فابذل جهدك في الإصلاح ، وبمعونة الله المعين ستحقق توازناً ذاتياً يبقيك قوياً.
ولكي لا تنجرف في مستنقعات الذات السفلى الوحلة التي تجعلك تحكم عليك بالمؤبد من خلال متابعة عثرات الخلق وانتظار شفقتهم والتوسل إليهم من أجل بقاء ود واستمرار علاقة حب والتطفل الدائم للبحث عن بعض من اهتمامهم.
فرحمة ونجاة لروحك لا تسلك هذا التيار الذي سيسوقك لكثير من الصراعات والمهاترات فترفع عنها لأجلك أنت لأجل قلبك لأنها شرارة تحرق وقتك و تستنفذ طاقتك وتهدر يومك وتجعله في ضياع بل يستلزم عليك أن تركز على إنتاجيتك

وحصيلتك الوقتيّة لذلك تعلم أن تنتقي ثمارك الموسمية التي تغذي بها عقلك وتشبع بها شغفك وتفيد بها غيرك.
تفنن في إظهار الجمال الذي فيك والذي تكتشفه أيضاً في الآخرين من خلال تعاملاتك معهم واعلم أن هناك من لا يرى فيه جمالاً فكن أنت المرآة التي إن نظر إليها الناس ابتسموا ووجدوا فيها ما يثلج أفئدتهم ويعزز الخير الذي بداخلهم.
درب نفسك على التأني في ردود أفعالك ومرن قلبك على أن يتسع للجميع فمن أراد البقاء فعلى الرحب والسعة ومن عزم الرحيل فأنت فنان في ضيافتك ومبدع في توديعك.
ولا بأس من إعادة تدوير اللحظات السعيدة التي تدخل البهجة والسرور على محياك وانس وتناس ما يحزن فؤادك ويعكر عليك صفو الحياة. حان الوقت لتحتضن الأفراح وتسقي روحك حباً لله وشوقاً للقياه لترقى وتسعد في دنياه وتحصل ثقة بعفوه على رضاه.

العدد ١٢
2019 - 02 - 10
إنسان
صحيفة أسبوعية منوعة
صحافة حرة وإعلام هادف

هموم الناس

تسعُ دقائق وأربعَ عشرةَ ندبة ..

نيرمين الداده

صمتٌ تام، دموعٌ تغزو عينيها المنهكتين، دقّات قلب مربكة.. سامحيني يا اللّه لا أعلم لماذا أكذب، ربّما لأرضي فقد قلبي.

جلسة غنية بالكمال والجمال، جمعت صديقات العمر، يتبادلن الأحاديث ببعض الأمور في هذه الحياة، حيث كان الوقت ممتعاً، تلك اللحظة نطقت إحداهن ما رأيكن أن تصف كل واحدة والدها ببضع كلمات؟ امم أحببت ذلك، سأبدأ أنا.. أبي يحبني كثيراً ... أذكر ذات مرة اشتهيت مساء غزل البنات ، خرج وبقي يبحث حتى جلبه لي ، وأبي يحبني أيضاً ، لكنه شديد العقاب إن قصرت بدروسي وأشد عقوباته أنه لا يتحدث معي مطلقاً، فهو يريد مني أن أكون من الأوائل . أتعلمون أن أبي في كل يوم بعد إنهاء واجباتنا يأخذنا لنمضي بعض الوقت الممتع، حتى ولو في السيارة .

أكثر ما أحبه بأبي عطفه وحنانه، احتضانه لي يكفيني لكم أحب لهفته وغيرته علي عندما أتأخر قليلاً في العودة إلى المنزل أجده يستقبلني بلهفة ليعرف سبب تأخري. صمت واخر، من ثم شهيق ... وأبي كذلك إن أبي أفضل أب على الإطلاق، عن إذنكم علي الذهاب. خافية دموع عيني ربما من ألم قلبي وربّما من كلّ الأحداث التّي تجمّعت، وكأنّه شريط مسجل يعرض في رأسي، فيتجمع وجع ندباتي، في ثانية واحدة، أضحك ضحكة هستيرية! في الندبة الثالثة من عمر الطفولة بكيت بحرقة في مساء أول أيام العيد، اجتمعنا كعائلة كبيرة، بغية نشر الفرح، لكن عمق جرحي نزف عندما رأيت أخوالي كل منهم يحتضن أبناءه ويلاعبهم. لست بحقودة ، ولكني تمنيت لو أن أبي يفعل هذا معي أيضاً، صمت وانسحبت و جلست بقرب أبي أنظر إليه وأبكي محدثة نفسي سأتغلب على هذا الشعور عندما أكبر، سأتعلم كيف أعتمد على نفسي وأقتنع بأن أبي مريض ولن يقدم لي مثل ما يقدم كل أب لأبنائه. وها أنا أصبحت أو أدق قول أصبت في الندبة الرابعة عشر ولا زال ذاك الشعور يرافقني بل ازداد عمق ندبتي أكثر وأصبح وجعها أكبر، عقلي الطفولي لم يدرك حينها أني كلما كبرت سيزداد احتياجي لعطاء أبي أكثر وأكثر، أحتاج لمعرفة ما هو حنان الأب، ما هو شعور أن يسألني أبي عما أحتاج، عن شعور فرحه بنجاحي ، حتى أحتاج أن أشعر بشعور أن أبي سيوبخني إن قصرت في دروسي، وألف شعور وشعور نهاية سأقول لكم انتبهوا لوالدكم جيداً فهو نعمة لا تقدر بثمن.

صحيفة أسبوعية منوعة
صحافة حرة وإعلام هادف
إنسان
العدد ١٢
2019 - 02 - 10

قضايا سياسية

موازين القوى و الديموغرافيا الجديدة

أ. دينا الزيتاوي

بحلول العام ٢٠١٦ كانت الذكرى المئوية الأولى لاتفاقية سايكس بيكو التي قسمت المشرق العربي في عام ١٩١٦ الى دول و كيانات. نحن هذا العام نشهد رؤية جديدة لخرائط ليست بالجغرافية للمنطقة من جديد. حيث تتبين على الأرض ملامح لإعادة توزيع ديموغرافي، يتمثل جليا في موضوع اللجوء الذي لا يمكن السكوت عليه، في كل من سوريا، الاردن و لبنان. فالوضع المأزوم في سوريا و زيادة أعداد اللاجئين لا يبشر بخير و لا بقرب حل سياسي أو حتى إطار عام لحل سياسي، فلا النظام السوري المدعوم من روسيا وإيران مستعد لتقديم تنازلات و لا المعارضة السورية متعددة الجهات و المدعومة هي الأخرى من قبل قوى خارجية قادرة على تقديم بديل لحل سياسي مزعوم. و ضمن هذا الإطار العام للوضع، نرى النظام السوري مدعوما من إيران يلعب على إعادة ترتيب ديموغرافي، حيث يتم تنقيل الطوائف السورية بمختلف أشكالها لتوطينها في مواقع محددة على الجغرافية السورية و خارجها. من خلال عمليات تطهير عرقي وديني عنيف في سوريا من الداخل. و هذا لا يختلف كثيرا عما حاولت الكيانات الاسرائيلية المتتابعة عمله من قبل لخلق كيان استيطاني ذو طائفة دينية يهودية واحدة على الأرض الفلسطينية. و من هنا تنبع فكرة أن الحل الوحيد هو خلق بيئة مواطن للتعددية تكون حاضنة لها. وجود سوريا مقسمة بشكل رسمي إلى عدة دول مستقلة كل منها ذات اغلبية طائفية هو شيء مستبعد لكنه قد يكون حلا عمليا على الأرض و ليس رسميا. و تكون الحال كما حصل في الصومال حيث قسمت داخليا إلى أقاليم يسيطر على كل منها طائفة بحد ذاتها. قد يتساءل البعض عن الاسباب و الحلول، إن الهشاشة التي بنيت عليها الدول المشرقية منذ مئة عام هي السبب و هذا لا يعفي الدول العربية الأخرى من المسؤولية اتجاه ما يحصل الآن. و الحل يكمن في اعادة تعريف مصطلح و تطبيق المواطنة الحقة للمحافظة على الولاء بين المواطن والدولة. و هذا لا يتم بين لحظة وأخرى، حيث أنه لابد من بناء مؤسسات وطنية ترقي الديمقراطية، و نظام تربوي يغلب الهوية الوطنية على

الهوية الدينية و الطائفية، و هذا قد يحتاج الى جيل او أكثر لمحو الماضي، و التقليل من شعور الأقليات بانهم مواطنون من الدرجة الثانية داخل كيان الدولة. و عند الحديث عن التعددية و إعادة التوزيع الديموغرافي يجب ذكر كافة الجوانب الثقافية، الدينية، الاقتصادية، و حتى المتعلقة بالجنس التي تؤدي لها. حيث أن التمييز في وضع التشريعات لا تبني دول حديثة و ديموقراطية. فدول الشرق الأوسط مقبلة على مرحلة من اعادة بناء الدولة بمفهوم لا مركزية الدولة. فوتيرة التغيير سريعة بسبب العوامل الاقتصادية المتردية و المكونات الشعبية غير المرتاحة. لذا يجب البدء ببناء كيانات ديموقراطية جادة وبشكل تدريجي في المنطقة للحفاظ عليها عن طريق الحاكمية الرشيدة ووضع عقد اجتماعي جديد. ان الزعزعة في الكيانات المكونة للدول الشرق أوسطية أدى الى صعود و ظهور القوى ما دون الدولة و تعاظم دورها. و مثال على ذلك المليشيات العراقية و داعش في سوريا و العراق. و هذا نتيجة التهميش المستمر لبعض الطوائف السنية ومكونات المجتمع. الفراغ الذي خلقته الانظمة الحاكمة أدى الى تعاظم القوى الاصغر شأنا و تهديد الكيان الأكبر ألا وهو الدولة. ومن الأمثلة الحالية على الساحة العربية السودان، الذي بدأت بذور الأجندات الخارجية بتأجيج الشارع الداخلي فيه. ربما قسمت اتفاقية سايكس بيكو الشرق الأوسط قبل مئة عام لكن الحل هو الحفاظ عليها الآن و التمسك بالحدود التي رسمتها لديمومة الهوية العربية على اقل تقدير.

العدد ١٢
2019 - 02 - 10
إنسان
صحيفة أسبوعية منوعة
صحافة حرة وإعلام هادف

أدبيات

طفـــــل قلبـــــي ..

د . ريم سليمان الخش

لاتسأل القلب المعنّى
كيف يقضي بالكمد؟؟
لاتسأل الطير الجريح
عن التصبر والجلد
*
مازلت تنبض في دمي
حبا يقيم إلى الأبد
مازلت تسكن في مسا
م الروح وحيا يعتمد
مازلت دفء مشاعري
ولهيب قلبي إن برد
مازلت قنديلي المضيء
تبصرا وبه المدد
مازلت تقطن دمعتي
وسوى حنينك لاأحد!!
*
لكنّ عمرا قاتما
شاء التفرق بالجسد
شاء الزمان فجيعتي
يغتال قلبي عن عمدْ
*
لم يترك العشاق في
نشوى اللقاء وما وعدا!
سهرت ببعدك دمعتي
والحزن في الروح احتشد
يمتصني وجع الحنين
مكثفا و بلا عدد
*
ياأنت يا معناي يا
روحي وحبي للأبد
وجه حبي ضياؤه فيض حس
يرسل النور مانحا مثل شمس
رب وجه يولد الدفء فينا
يعبق القلب مزهرا حين أنس
رب روح تستحضر الغيم طوعا
تهب الروح ماءها عند لمس
*
يالطفلي يشتاقه زهر قلبي

طفل حضني قد أزهر الدفءُ حسي
يااحتضان الشغاف عشب المراعي
وانثيال الغمام في غرس نفسي
يانبثاق الرؤى وكشف المعاني
وانسكاب الجوى مراقا بكأسي
ياخضرار الشعور من حقل ورد
وانبلاج الصباح من دون نكس
*
بعض حسي جداول الحب تسري
بعضه السهل ضاحكا دون يبس
طفل قلبي ولثغه ضوء شعر
يتغنى بسكبه لثغ همسي

لـن تَـصْـلُـحَ الأزمانُ حتى تَصْـلُـحُوا

محاسن سبع العرب

الدّينُ يُنْهَكُ والعروبةُ تُذبَحُ والخَلْقُ بالصّمْتِ المُميتِ تسلّحوا
خلعوا رداءَ العزِّ أثوابَ التقى وتمسكنوا فتمكنوا فتبجّحوا
عافوا طريقَ المصطفى فتمايلوا متثاقلين بخطوهم وترنحوا
لم يهتدوا بكتابهم وتمسكوا بالتافهات وظنهم أن ينجحوا
باعوا ديارَ المسلمين لظالمٍ باعوا البلادَ وهمهم أن يربحوا
باعوا ترابا طاهرا ومقدسا وتكدست أموالهم فليفرحوا
هل يفرحُ الثمنُ البخيسُ لموطنٍ ؟ هل يشترى شجرٌ وطيرٌ يصدحُ ؟
هل يشترى نهرٌ وفي منازلٍ ؟ هل تشترى أمواجُ بحرٍ تمرحُ ؟
صرنا نباعُ كما النعاجُ فواحدٌ يلقي بنا للآخرين ... ويربحُ
ملكوا العبادَ كما البلادَ وأطلقوا بذئابهم في الأرضِ تعوي تنبحُ
هم إن بغوا أرضاً تجمعُ شملهم ونسوا خلافَ رعيلهم وتصالحوا
يتقاسمون ديارنا بوقاحةٍ هل ذا يردُّ الوقتُ إلا الأوقحُ !
لكننا مستسلمين لحكمهم أحضاننا بوجوههم تتفتحُ

insan.magazasi@gmail.com insan.magazasi insan_magazasi

صحيفة أسبوعية منوعة
صحافة حرة وإعلام هادف
إنسان
العدد ١٢
2019 - 02 - 10

قضايا إنسانية

حب..

د. فرح الخاصكي

هو يشتري كبرياءه الذي داسه أبناءه .. فتوسد الأرض .. و افترش القمامة .. و جعل سماء الله سقفا للكرامة .. زهد مهنته في الطب التي كان يبرع فيها .. و تعالى عن المال الذي جمعه .. فما قيمة المال و العيال .. بلا كرامة ! هم يعانون الفقر و الإعاقة .. سكنوا تحت الجسور .. لم يتمكن البرد و الجوع منهم و من فلذات أكبادهم .. فاغتصبهم أبناء الوطن .. هم يمرضون .. يبكون من الألم و يكابرون .. ثم يموتون فلا يشعر أحدا بهم .. مرضى السرطان في الدول الغبية .. هل يبحثون عن المال و الدواء؟ أم يبحثون عن الأمان و الحب ؟ هل فكروا كيف يكون طعم الموت لو كان ثريا و يأمن موته بدفء و هدوء ؟ هل يكون طعم الموت مستساغا أكثر؟ و هل آلامه تكون أرحم ؟ أم أنه استغنى عن ذلك بغنى الله و حضن أمه ؟! هل تبكي هذه الأم لأنها بلا منزل و طعام ؟ أم أنها تبكي لأنها قدمت شبابها و صحتها قربانا لأبناء ظنتهم يوما سيكبرون و سيكونون ممتنين لرحمها الدافئ .. و لحضنها الذي ذابت كل يوم ليكون جاهزا لتدفئتهم متى ما التجؤوا إليه ؟ هل نسيت نفسها إلى درجة التلاشي من أولوياتهم ؟ هو .. ذلك الطفل الذي يرمونه .. أمام مسجد أو في القمامة .. لتأكله دواب الأرض .. ليموت خوفا .. أو لسوء حظه يعيش بعارهم إلى الأبد .. هل هو من اختار والديه القذرين إلى درجة التخلي عن قطعة من روح الله ! هم خلقوا مختلفون .. بدرجات متفاوتة .. من ذوي الإعاقة .. من ذوي الاحتياجات الخاصة .. فلم يحالفهم الحظ أن يكونوا من "أصحاب الهمم" .. هم بالكاد يتكيفون بهيئتهم المختلفة .. حتى يصارعوا قسوة المجتمع .. و أهلهم قبل ذلك .. فبأي ذنب يعاقبون ! هي رغم كل ما تملك من خلق و جمال .. لم توفق بزوج يرضي طموحاتها .. صارعت ألا ترضخ لتقاليد المجتمع و ألا تستعجل نصيبها إلا حين يكون مناسبا .. لكن المجتمع لم يتركها و شأنها .. عانس

.. مسكينة .. وحيدة .. يخافون على أزواجهم منها .. فوقعت في شرك الزواج بأول عريس طرق بابها .. لتخرج من بؤس المجتمع الى قبر الزوج ! هم يحتفلون بيوم الحب .. يحتفلون بالقديس فالنتاين الأول و الثاني .. و لربما العاشر أيضا .. يطلون كل شيء بالأحمر .. يتاجرون و يربحون .. و المستهلك ذلك المغفل الذي ظن الحب أحمرا .. و يوما لإلقاء الكرامة تحت أقدام الحبيب أو هكذا كان يظن .. في أديياننا الحب لا لون له .. شفاف صاف كالمطر .. أو ملون يحمل في ثناياه ألوان الطيف .. أما الأحمر لم يعد إلا لون الحرب و الدم و بقايا كرامة لوثتها الأمم على مر الزمن .. نحن نحب الوطن .. و ننسى أن نحب أبناء الوطن .. نحب الله و ننسى أن نحب عباد الله .. نقع في شرك الحب كل يوم .. و ننسى أن أسمى ألوان الحب هو العشق الإلهي الذي يمنح كل البشر حق الحياة بكرامة .. مستاء قلبي من كل ألوان المهانة التي ترتكب تحت عناوين الحب .. و أوجاع الأبرياء .. يصلي كل ليلة .. يتهجد .. لأجل أن تكفكف دموعهم .. لأجل أن تعود ابتساماتهم .. لأجل انتشال الكرامات الغارقة بالذنوب .. لأجل أن تموت الحرب و يستعيد الحب عافيته ..

insan.magazasi@gmail.com
insan.magazasi
insan_magazasi

الصحة

قراصنة الجسد".. بشر يزرعون إلكترونيات في أجسادهم للتمتع بقدرات خارقة

الشرق الأوسط

تصوَّر لو تلقيت عرضاً من جهة علمية لدس شريحة إلكترونية داخل جسدك... هذه الشريحة ستمنحك قدرات خاصة لا يتمتع بها باقي البشر، هل تقبل العرض؟! إذا كانت الإجابة بـ"نعم"، مرحباً بك في عالم "قراصنة الجسد".

يكشف تقرير نشره أخيراً موقع هيئة الإذاعة البريطانية (بي بي سي)، عن فئة من الساعين لتحديث قدراتهم الشخصية عبر قرصنة أجسادهم، ويعتمد هؤلاء عدة سبل من أجل الهدف السامي، ما بين إدراج الوسائط التكنولوجية تحت جلودهم، أو التزام أنظمة غذائية بالغة التطرف، أو حتى محاولة تغيير التركيبة الفريدة لحمضهم النووي.

بالنسبة لليفيو بابيتز، المدير التنفيذي لشركته التي صممت الوسيط الذي تم استزراعه بجسده، طموحه كان استحداث حاسة بشرية جديدة تضاف إلى الحواس الست المتعارف عليها، فقام بزرع وسيط إلكتروني يبعث بهزات بمجرد أن يواجه بابيتز اتجاه الشمال.

وفقاً لبابيتز، إن كان بعض الحيوانات يمكنها إدراك الاتجاهات والتمييز بينها، فلماذا لا يمكن للإنسان تطوير قدرة مماثلة، يطلق عليها "حاسة الشمال"، والوسيط الذي استضافه جسد بابيتز عبارة عن "شريحة بوصلة"، و"وصلة بلوتوث"، وتم تثبيته بطريقة الثقب إلى جلد بابيتز بقضيبين من التيتانيوم.

بابيتز البالغ من العمر ٣٨ عاماً، يرى أن في مبادرته خطوة أولى نحو إحلال "نظام ملاحة" كامل بجسد الإنسان، ويأمل في أن يتمكن من أن يقضي ذلك على ما سماه بـ"جيل الشاشات".

ويشرح رؤيته قائلاً: "يسير المرء بالطريق فيما يحدق في هاتفه. يريد أن يتوجه إلى مكان ما، ولكن لا فكرة لديه عما يجري في العالم من حوله، لأن المرء يحدق بالشاشة طوال الطريق"، ويضيف: "تصور لو أنه لا حاجة بك لفعل ذلك. يمكنك التنقل بين العالم، وكأنك

طائر، ويمكنك أن تحدد دوماً موقعك، حتى إن المكفوفين يمكنهم توجيه أنفسهم دون مساعدة".

المرونة البيولوجية

يبدو اختراع بابيتز غير تقليدي، ولكنه متواضع وعقلاني جداً إذا ما تمت مقارنته بريتش لي (٤٠ عاماً)، وهو صانع خزائن من سانت جورج، بولاية يوتا الأميركية. بريتش لي قام بإجراء تعديلات بالغة التطرف على جسده، ففي أصابعه، هناك شرائح مغناطيسية، بالإضافة إلى رقائق للاتصال من بعيد، التي يمكن برمجتها بحيث تعينه على عدد من المهام، من بينها الاتصال بمواقع إلكترونية بعينها أو فتح أبواب السيارة، ولديه رقائق "بيوثيرم" مستزرعة بساعده لمراقبة حرارة جسده بشكل دائم، وتلك التقنية في العادة ما يتم استخدامها مع الحيوانات الأليفة، ويضاف إلى ذلك كله، زرع سماعات بأذنيه.

كما أنه أيضاً يجري تجارب باستخدام تقنية ، وهي أكثر أشكال القرصنة البيولوجية تطرفاً وإثارة للجدل. فيتم استخدام هذه التقنية من جانب العلماء لاستهداف التركيبة الجينية للإنسان بغرض تعديلها، وفيما ما زال العلماء يحاولون التأكد من حدود ومخاطر

صحيفة أسبوعية منوعة
صحافة حرة وإعلام هادف
إنسان
العدد ١٢
2019 - 02 - 10

الصحة

قراصنة الجسد".. بشر يزرعون إلكترونيات في أجسادهم للتمتع بقدرات خارقة

الشرق الأوسط

هذا النمط من القرصنة البيولوجية، لي يجري تجاربه الخاصة بالمنزل ويدرك أنه في حالة وقوع أي خطأ، فذلك قد يودي بحياته. ويقول لي: "لدينا كل هذه المعلومات عن الهندسة الوراثية، وما أسعى لتحقيقه هو هذا المفهوم أنه يمكن للمرء تغيير تركيبته الجينية، أو حتى تعديلها تماماً، وبالقدر نفسه من السهولة الذي يحصل به على وشم على الجلد". ويضيف شارحاً حلمه: "أتمنى أن أرى مجتمعاً مرناً بيولوجيا، حيث يمكن للمرء أن يستزيد من مثل هذه التعديلات". وبالطبع يمكن لمثل هذه التجارب المنزلية أن تنتهي بشكل بالغ السوء، فإذا ما قام لي برفع سرواله، يمكن رؤية مجموعة من الإصابات الناتجة عن واقي قصبة الساق، الذي تم زرعه قبل أن تتم إزالته باستخدام أدوات تشبه "الكماشة" ودون تخدير، بعد أن تسبب في التهابات وتورم.

ارتجاج بالمخ

يرى لوك روبرت ماسون، وهو مدير لمنظمة أن الحديث حول "القرصنة البيولوجية" محاط بكثير من الإثارة، وإن كان يعترف في الوقت ذاته بـ"أننا ما زلنا أبعد ما نكون عن تغيير الجسد البشري وفقاً للصورة التي يتم التبشير بها"، ويشرح أكثر قائلاً: "ما نراه اليوم هو مجرد أولى الخطوات التي اتخذها مجموعة من الرواد الشجعان، فالحقيقة أن هذه الأيام عبارة عن كثير من التجارب والألم وبقدر يفوق ما يتم الكشف عنه للرأي العام". ويرى ماسون أن هناك كثيراً مما يمكن تعلمه من نتائج التجارب الذاتية التي يقوم بها قراصنة الجسد. فهناك جدل بأن قراصنة الجسد يمكن أن يصبحوا مسؤولين عن تقدم الأشكال التكنولوجية اللازمة لتحسين الأحوال الصحية للبشر. ويكشف تقرير "بي بي سي" عن نماذج أخرى من القرصنة البيولوجية، ولكنها أقل حدة، وإن كانت ما زالت تندرج في إطار التجارب، ومن بين هذه النماذج ما تلتزم به كورينا إنجرام نوهير (٣٣ عاماً)، وهي منظمة فعاليات أميركية تعيش في برلين، ولديها نظام يومي يتضمن الاستعانة بوسائط تكنولوجية، وإتباع حمية غذائية خاصة، فضلاً عن تناول أكثر من ٢٠ مكملاً غذائياً في محاولة للحفاظ على أفضل أداء جسدي. فإلى جانب خزانة تشبه الصيدلية، تحتفظ نوهير بجهاز "لوحة الطاقة" أو، الذي يحدث هزات تصل إلى ما بين ٣٠ و٥٠ هزة في الثانية الواحدة بغرض منح تمارينها الرياضية تأثيراً أكبر. وفيما تتعرض لهذه الاهتزازات، تواجه نوهير الإضاءة ذات الأشعة تحت الحمراء بغرض توليد الكولاجين بخلايا جلدها. كما تلجأ أيضاً للسير حافية القدمين بشوارع برلين شديدة البرودة. وتطلق على هذه العادة، النسخة الأرخص من تقنية العلاج بالتبريد أو وتعترف بأن رجال الشرطة بشارعها يعتبرون المسألة كلها عبارة عن مزحة. اكتشفت نوهير تقنيات القرصنة البيولوجية بعد أن تعافت من إصابة خطيرة بالارتجاج بالمخ، التي تركتها تعاني من صعوبة في الكلام. وكان مديرها بالعمل قد نصحها بتناول زيوت ذات مستويات متوسطة من الدهون الثلاثية، مما ساعد على تنشيط قدراتها العقلية، وكان بمثابة مدخلها إلى القرصنة البيولوجية. تحكي نوهير: "فتحت هذه الخطوة الباب على مصراعيه، وقلت لنفسي: إن كان لهذه الزيوت مثل هذا المفعول، فماذا أيضاً يمكنني أن أفعل؟"، وتشرح: "القرصنة البيولوجية بالنسبة لي هي أن أتولى زمام السيطرة على جسدي. هي أن يكون هناك طرق مختصرة تصل بك إلى حيث تريد، طرق مختصرة من أجل صحتك. أو هكذا أعتبر الأمر على الأقل".

صحيفة أسبوعية منوعة
صحافة حرة وإعلام هادف
إنسان
العدد ١٢
2019 - 02 - 10

لفتة أدبية

إيحاءات جبرانية ..

عبد القادر زرنيخ

مابين مدائني وأشرعتي .. زمان طويل
أكتب للظل ذاكرة الروح من بعيد
مابين ذاكرة رسمتني وأخرى نثرت أحلامي
يتربع ظل الاغتراب ..
أكتب والمعاني تدغدغ آمالي
عند رصيف الانتظار .. وهل يكتب الحب حولي
وأقلامي للشراع تواقة ..
كتبت دمشق بخواطري ..
لعلي أرتشف ماء كبريائها
.. وأتربع عرش القصائد
عندها سأكتب بكل اللغات .. تحيا دمشق
والشراع يتمتم بمدينة اللاذقية
هذه الحروف تنشد أسرارها .. أنظر
من ضفة المعاني والأقلام حائرة
بحبر الرواية .. سقطت غربتي عند
الحقول كي أرسم حلمي من جديد
هذه الظلال تلثم ذاكرتي
وكأنني أملك الفصول
مابين الربيع وعشتاره شتاء
أمطرني بكل القصائد.....خريف ينشد

روايتي وكأنها من روح البداية
هذا شموخي على أغصان الحكاية.....
هناك خفافيش الإنسانية.....قرأت
بهم سقوط الرسم وأحلام النهاية
مابين الخفافيش وإنسان الرواية...
نظرة من كبريائي تذبح طيور السقاطة
مابين قلمي وكبريائي نظرة لشموخ
القمر....وكأنني من روح السعادة.....
أرسم الطيف قصيدة حين الكتابة
سألتني السنون كم
من رواية حاكتها الأيام
إيه يا قلم أكتب ذاتي من
السور حتى منبر الحروف
ستعود أبجديتي على الشراع.....
بحر الأيام ينتظر كل فصولي..
ستشرق مرآة الحروف كالشمس وراء
الكتابة...رصعت الحروف بأبجدية
من ذهب...لا تعيها حتى الرواية
دستوري...حرف من ظل الفصول.....
يقطف زهرة من كل الحقول.. أينعت

المعاني....واستفاقت غربة الليالي
وكأن الحروف ولدت من جديد
ولادة شبه عسيرة..قد
حطمت أساطير الشموخ
فمابين قلمي وعصري
رواية من حروف الكبرياء
أمام الهوى .. نثرت للجليد مرآة الحقول
مابين حقولي وذاكرتي عصور مطيرة
من الصور لاتعي الحروف لوحتي...
فالحب رسمني كجبل زينته طيات الحنين
أكتب ورائية الوطن..غربة
دون اغتراب الحنين ..تلك لوحة
كتابة بلا قلم..رسم بلا ريشة
ضاعت أقلام برسم لا يعي ظل
الحب عند الحرب...سأكتب وأكتب
لعلي الكتاب يزملني بأبهى
السطور عند منبر الروايات
عاصمت كلمة..وطني قصيدة..
عنواني بسمة...قراءة أضفت
لظلي ذاكرة بلا رواية

دنيتي ..

هبة أبو زيد

أصاب الاحتمال يقيني
فشككت بحدثي ، وبديني
أنا لم أحبك ..من قبل
ولن أحبك...صدقيني
أنا موجودة فيك
بالقوة الجبريه أعيش فيك
عصر الضحكة الصخريه
دور الإنسانة العصرية
لكنني مرهونة هنا
مسجونة هنا بالقوة الجبرية
أنا ارخص من دم البؤساء
أرخص من زهرة برية
أنا عشبة صفراء
وسط الرياح الموسمية
أنا طفلة مجبورة

أن أصفق للطغاة
أن أرتدي ثوب الضحية
أنا ضحية الافكار
والثوار والاغاني العاطفية
أنا ضحية الطواغيت
واللامبالاة والعبودية والاختيارية
أنا طفلة سمراء
ترتدي ثوب الرعية
أنا صخرة صماء
تحطمها قصاصات
أخبار دولتنا العبقرية
أنا مخطوفة مرهونة
مقهورة بالقوة الجبرية
ماذا سأفعل ؟ ماذا سيحدث ؟
لو أنك امرأه مثل جميع النساء

لو أنك يا دنيتي
سيدة مثل جميع النساء
مثل طاغوت يشرب من دم الابرياء
آه لو أنك تعطيني مفاتيح عتقي
تفكين قيد أسري تبيعين لي أنفاسك
فأبيع نفسي آه لو أنك يا دنيتي
يا عقدتي مثل جميع النساء
آه.. لو أن لي ضميراً
يشبه ضمير طاغوت تجبر
وطفت بحلمي وبعقلي
فأسقيك حنظل آه لو أنني قتلتك
وقتلتِ نفسي وبحت بحبي لك
وكذبت حدثي آه لو أنك يا دنيتي
يا عقدتي مثل جميع النساء
وأطلقت روحي مع الشهداء

insan.magazasi@gmail.com insan.magazasi insan_magazasi

اقتصاد ومـــال

لحماية البيئة.. قانون جديد في تركيا للحد من استخدام الأكياس البلاستيكية

ينـي شفق

اعتبارًا من بداية العام ٢٠١٩ تمّ تطبيق قانون جديد للحدّ من استخدام الأكياس البلاستيكية، المضرّة بالبيئة، وبموجبه سيكون سعر الكيس الواحد ٢٥ قرشًا تركيًّا.
تقدّم حزب العدالة والتنمية أواخر العام ٢٠١٨ المنصرم، بطرح مشروع قرار في البرلمان التركيّ، يقضي بفرض قيمة مالية على أكياس البلاستيك التي نملأ بها مشترياتنا داخل المحال التجارية (السوبر ماركت)، وذلك بهدف التقليل من استخدام تلك الأكياس كونها مضرّة بالبيئة وبصحة الإنسان أيضًا.
وكشف في وقت سابق وزير البيئة التركي مراد كوروم، عن خطة تهدف لحماية البيئة عبر الحدّ من استخدام الأكياس البلاستيكية، وذلك من خلال فرض قيمة شرائية على استهلاك الكيس، وبيعه للمشتري بقيمة ٢٥ قرشًا.
وتمّ تطبيق هذه الخطة اعتبارًا من مطلع العام الجديد ٢٠١٩، وبذلك يقوم المشتري والبائع بالحدّ من استخدام الأكياس البلاستيكية، عبر استعمال أكياس قديمة أو أخرى مصنوعة من القماش، حيث القماشية ستكون منعدمة الضرر مقارنة مع البلاستيك.
يجدر بالذكر أنّ أكياس البلاستيك تُعرف بضررها على البيئة والإنسان على حدّ سواء، حتى أنها تعكس ضررها على حياة الحيوانات، ونموّ النباتات، وذلك بسبب عدم التمكن من إعادة تدويرها.
كما أنها تحتوي على نسب عالية من الرصاص ما يجعلها في حال تعرّضها لحرارة الشمس تبعثت بغازات سامة، تضرّ في صحة الإنسان وتسبّب له امراضًا عديدة.
واعتبارًا من العام ٢٠١٩ ستكون أكياس البلاستيك بقيمة ٢٥ قرشًا تركيًّا، عند شراء أي منتج من المحلات التجارية الكبيرة ويستثني هذا القانون فقط الأفران لأكياس الخبز، وأكياس محلات البقالة التي تبيع الأجبان والألبان، بشرط العمل على الحد والتقليل من استخدام تلك الأكياس.

العدد ١٢
2019 - 02 - 10
إنسان
صحيفة أسبوعية منوعة
صحافة حرة وإعلام هادف

رياضـــــة

أرقامٌ تاريخية قطرية سُجلت بأحرف ذهبية في سماء آسيا

العربي الجديد

دخل منتخب قطر التاريخ من أوسع أبوابه، وذلك بعدما توج بلقب بطولة كأس آسيا ٢٠١٩ المقامة في الإمارات، بعد الفوز في النهائي على حساب منتخب اليابان بثلاثة أهداف لواحد. وشهد اللقاء العديد من الأرقام التاريخية والقياسية التي لا بُد من التوقف عندها:

١- باتت قطر رابعة دول عربية تُحقق اللقب الآسيوي بعد كلٍّ من السعودية والكويت وكذلك العراق، الذي كان آخر المتوجين في عام ٢٠٠٧.

٢- أصبح المعز علي مهاجم العنابي، الملقب براشفورد العرب، الهداف التاريخي لبطولة كأس آسيا في نسخة واحدة، بعدما تجاوز رقم الإيراني علي دائي الذي سجل في نسخة واحدة ثمانية أهداف (١٩٩٦)، كما أنه أفضل هداف عربي في بطولات آسيا، إلى جانب الإماراتي علي مبخوت الذي شارك في ثلاث نسخ، بعكس المعز الذي عاش تجربته الأولى.

٣- فشلت اليابان في تحقيق لقبها الخامس تاريخياً، بعدما كان الساموراي قد توج باللقب في المناسبات السابقة، بنسبة فوز بلغت ١٠٠٪ في ٤ نهائيات خاضها أعوام ١٩٩٢ و٢٠٠٠ و٢٠٠٤ و٢٠١١، ليأتي منتخب قطر وينهي الهيمنة.

٤- تفوق اللاعب أكرم عفيف على جميع لاعبي البطولة من حيث عدد التمريرات الحاسمة، بعدما صنع عشرة أهداف، منها اثنان في النهائي أمام المنتخب الياباني.

٥- قطر المنتخب الأفضل في البطولة من الناحية الدفاعية، بعدما اهتزت شباك سعد الشيب مرة واحدة، وكان ذلك في المباراة النهائية.

٦- منتخب قطر الأفضل من الناحية الهجومية في النسخة الحالية بتسجيل نجومه ١٩ هدفاً، منها ١٠ في دور المجموعات و٩ من دور الـ١٦ حتى النهائي.

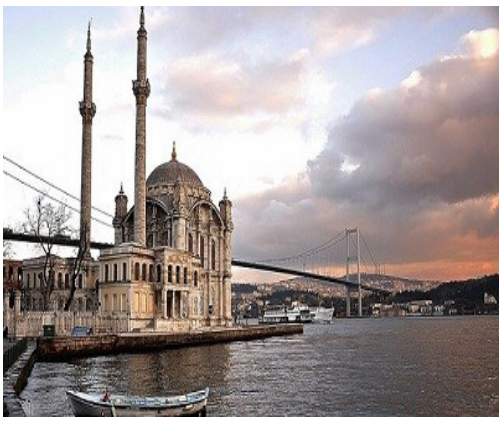
صحيفة أسبوعية منوعة
صحافة حرة وإعلام هادف

إنسان

العدد ١٢
2019 - 02 - 10

صورة العدد

مدينة اسطنبول .. تركيا



صحيفة إنسان .. لكل إنسان

العدد ١٢ 10 / 02 /2019

سياسية - إنسانية - اجتماعية - ثقافية - صحية - أدبية - منوعة

insan.magazasi@gmail.com
insan.magazasi
insan_magazasi