

تقديم بيانات ضريبة الدخل

لعام 2018

مجاناً لدى

منظمة المجموعة العراقية الكندية

لمزيد من المعلومات تواصلوا معنا

(519)254-2000

توزع مجاناً



لإعلاناتكم في

جريدة السفير

تواصلوا معنا

(519)254-2000

icgo.media@outlook.com

www.i-c-g-o.com

السنة الأولى / العدد 2 شباط 2019

أصحاب الدخل المحدود ضحية قرارات التعليم الجديدة في أونتاريو

5



هل الحل بالمؤتمرات وتبادل القبلات؟؟

6

شؤون محلية

5

التأمين "الدافع الأول" للأدوية

سياسة

7



بين ريتا وغيوني... بندقية

سياسة

7

دستور يا أخواناً...

ثقافة وفن

9-8

جريمة بريئة جداً

جسور الحب

فنجان قهوة

11

بين النقيضين

صحة وردٍ مسموم

الزاوية الصحية

12

السعال عند الأطفال

هل حان الوقت للتخلص من السكر؟



INCORPORATED-Ottawa
Currency Exchange / Money Transfer / Drafts

Tel: 519-962-5899

Fax: 519-962-4714

www.taifco.com

alaa@taifco.com

742 Wyandotte St. E
Windsor, ON N9A 3J4

For Professional, Dedicated
& Honest Services.

Jeewen Gill

Broker of Record

National Realty
Exchange Corp. Brokerage

3139 Briarbank DR., Windsor, ON N8R 1T1

Tel: (519) 791-9600



Fax: 1-866-791-7077

E-mail: info@nrec.ca



صرافة بابل
Babylon
MONETARY SERVICES



www.babylonfx.com

**1746 Lawrence Ave. E.
Toronto, ON. M1R 2Y1**

☎ 416.840.0086

☎ 416.840.9295

📠 416.840.7794

**793 Wyandotte St. E.
Windsor, ON. N9A 3J5**

☎ 1.519.968.3558

☎ 1.519.960.0362

📠 1.519.960.0363

**STOP PAYING
TOO MUCH
FOR DATA.**

**BIG
GIG** | **10GB
FOR
\$50^{*/MO.}**
DATA PLANS | ON FAST LTE
*With Digital Discount. Conditions apply.

Wael NUKASHA
COMMCORE WIRELESS
FREEDOM MOBILE AUTHORIZED DEALER

**Freedom
mobile**

4 Convenient Locations Across Windsor

Tecumseh @ McDougall
321 Tecumseh Rd. E
Windsor, Ontario
519.915.7277

Walkerside Plaza
3873 Walker Rd.
Windsor, Ontario
519.962.5323

Dougall (South of E.C. Row)
3051 Dougall Ave.
Windsor, Ontario
519.915.8898

Wyandotte St. West
1830 Wyandotte St. W.
Windsor, Ontario
519.915.9192

الاحتفال باطلاق السفير

شهد مكتب منظمة المجموعة العراقية الكندية حفل انطلاق العدد الاول من جريدة السفير التي بدأت بإرساء أولى خطواتها في عالم الصحافة. هذا وقد أثنى الحضور على الجهود المبذولة في إخراجها للنور متمنين للفريق القائم على إعدادها دوام التوفيق والنجاح. بدوره وجه السيد غسان ساكا الشكر للجميع واعدأ اياهم بالسعي الدؤوب لإصدار جريدة متجددة ومشوقة تتمتع بمحتوى راقٍ يحترم العقل العربي، ويعود عليه بالمتعة والفائدة معاً.



جهود تكملت بالنجاح

استقبلت منظمة المجموعة العراقية الكندية عائلة عراقية وصلت الى مطار تورنتو يوم الجمعة في 15 شباط حيث كان في استقبالهم مدير عام المنظمة. هذا وقد شكر أفراد العائلة منظمة المجموعة العراقية الكندية لدورها بلم شملهم مع باقي افراد عائلتهم المقيمين في كندا باعتبارها الجهة الراعية لهم ضمن برنامج كفاءة المنظمات.



على الوظائف المناسبة لهم وتطلع الى إقامة المزيد من هذه الورش في المستقبل القريب التي نأمل أن تكون شاملة وعملية لصقل مهارات المشاركين والمساهمة في إعدادهم بما يكفل مساعدتهم للحصول على وظائف تناسب تخصصاتهم وميولهم العملية» وأضاف «سنسعى جاهدين خلال الورش القادمة الى إتاحة الفرص للمشاركين لمقابلة أصحاب العمل والاعتناء من تجاربهم وخبراتهم والتطلع على احتياجات سوق العمل بكثير من التفصيل، متمنين من الجميع الاستفادة من هكذا دورات مجانية.»

دورات هادفة

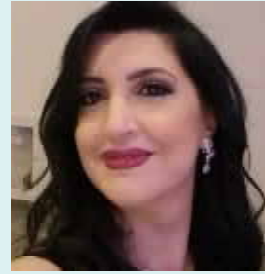
انطلاقاً من حرص منظمة المجموعة العراقية الكندية على رفد أبناء الجالية العربية في مدينة ويندزور بالمهارات والأدوات التي يحتاجونها للتغلب على صعوبات البحث عن العمل وزيادة احتمالات إيجاد فرص عمل مناسبة لهم، فقد أقامت المنظمة أولى ورشاتها لتزويد الباحثين عن عمل بمجموعة قيّمة من التوجيهات المتعلقة بأصول عملية البحث وآليات تطبيقها بشكل عملي..

استعرضت ورشة العمل بعض الارشادات والتقنيات اللازمة لمرحلة البحث عن العمل والتي تهدف إلى تعزيز فرص الحصول على الوظائف الملائمة. كما تطرقت الى بعض التوجيهات والارشادات حول كيفية إعداد السير الذاتية، وكيفية الاستعداد لمقابلات التوظيف وكيفية عرض القدرات الشخصية، على ان يتم استعراضها بشكل تفصيلي خلال ورشات قادمة. هذا وقد شارك في الورشة التي ادارها الأستاذ رضا منصور على مدى جلستين، ثمانية أشخاص وعقدت في مقر المنظمة.

ومن جهته أشاد مدير عام المنظمة الأستاذ غسان ساكا بالمشاركين وحرصهم على حضور هذه الورشة وقال بهذا الصدد « نعمل على تعزيز فرص أبناء جاليتنا في الحصول



الأستاذ رضا منصور يتوسط عدد من المشاركين في ورشة البحث عن عمل ، من اليمين نيران يونان، هالة بلا، شاهين شاهين وهدير شاكر



كلمة العدد

بقلم رئيسة التحرير غادة مفيد التلي

كندا بين كيد النسا وقيد القانون

لا شك أن إنقاذ حياة إنسان هو أمرٌ في غاية الرقي والانسانية حتى وإن طال الشك نية المنقذ ودوافعه. لا يخفى على الكافة موقف كندا الرائع من إنقاذ الشابة السعودية رهن من بيئة الاضطهاد ومنحها حياة جديدة ليصبح لا حائل بينها وبين طموحها ولو كان لمس النجوم إن أرادت لمسها! فكندا منحها اللجوء بالرغم من أن رهن كما أعلنت هي لم تطلب أساساً اللجوء لكندا بل كانت رغبها اللجوء لأستراليا. لهذا علينا أن نقول (كثر خيرك) يا كندا تتبرعين بالإنقاذ دون طلب.

لكن هل أجنحة كندا الخيرية ترفرف دوماً بهذا الشكل وتبحث عن المضطهدين في أنحاء الدنيا؟؟؟
اليك الآتي:

هل سمعت عزيزي القارئ بالفتاة اليمنية ندى التي أيضاً كانت كل أمانيها الأمان والتعلم والحياة كإنسانة؟ تلك الفتاة التي انهارت دولتها وقتل أحبائها وعاشت الخوف يومياً. فاليمين بحسب الأمم المتحدة صنفت كأكبر مأساة إنسانية في العصر الحديث. حدث يوماً أن تلك الفتاة وأختها داعب وجنتيهما خلماً حمله إليهما طقس كندا البارد، يُمنيهما بالحياة الأدمية والأمان والطموح. تحمست الفتاتان وقدمتا طلب لجوء شرعي من الولايات المتحدة إلى كندا، بعد قرار الرئيس الأمريكي ترامب بأدراج اليمن من ضمن الدول الخمس الممنوعة من دخول الولايات المتحدة. فكندا الامان حلم لأي كان، لكن طلبهما رفض وتم ترحيلهما لأمريكا. أعادت الفتاتان الكرة مرة أخرى بطريقة غير شرعية عبر الحدود البرية كما فعل آلاف السوريين الهاربين من قرارات ترامب والحلمين بالأمان والاستقرار التي توفرهما كندا لاسيما انها فاتحة ذراعيها لكل اشكال اللجوء، لكن هذه المرة كان الاستقبال بالأغلال الحديدية و تصويرها ونشر صورها المؤلمة رغماً عنهما .

كُبلت من تريد فقط الحياة والتي لا وطن لها وتصادمت القواعد الاخلاقية بالقواعد القانونية وكانت الغلبة للقانون التي مازالت ندى تنتظر حكمه منذ سنتين عله يتكرم بالموافقة على منحها اللجوء وما يتبعه من حقوق لها أو رفض طلبها واصدار قرار بترحيلها خائبة الرجا.

وبين رهن المحظوظة وندى المنحوسة كان الشاب السوري حسن القطار الذي كان وضعه أفضل من ندى ولكنه أسوأ من رهن فقد كان عليه الانتظار ثمانية أشهر في مطار كوالالمبور (هل لكم ان تتخيلوا هذه المدة في مطار مع ظروف النوم والاكل والاستحمام) الى أن تم اتباع الاجراءات القانونية والبيت في طلبه والموافقة عليه في حين كانت اجراءات رهن أسرع من البرق!

هنا نتساءل هل حقاً المساعي الانسانية لحكومة جاستين تورود مخصصة النية أم فقط كما يقول العرب (كيد نسا) هل التفتت كندا الى الناشط السعودي رائف بدوي والذي هو سبب القطيعة اليوم مع السعودية تعاطفاً معه أم بسبب تكاليف الضغط النسوية التي كونتها زوجته الكندية الجنسية انصاف حيدر؟؟!

كندا اليوم من أغني بلاد العالم فهل قامت بواجبها تجاه الشعب اليمني والتي كانت مساهمة في مأساته ببيعها السلاح الذي قتل بها شعب ندى كما قامت بواجبها مع الشعب السوري او العراقي .

وأخيراً نعيد ونقول "كثر خيرك يا كندا لإنقاذك رهن". شكراً كبيراً لمعرفك ولأجنتك الملائكية، لكن فقط نرجوك ان تدعيها ترفرف على من هم أحوج لا على من نكيد بأوطانهم العدا.

اعضاء الهيئة الادارية 2019

منظمة المجموعة العراقية الكندية

397 Wyandotte Street West
Windsor, Ontario N9A 5X3 Canada
Office : +1519-254-2000
Fax: +1519-254-2003
www.i-c-g-o.com
icgo.canada@outlook.com
www.facebook.com/ICGO1/

ملء استمارات

- تقديم الجنسية الكندية
- استصدار/ تجديد بطاقة الإقامة
- جوازات سفر كندية مؤقتة / الدائمة
- جوازات سفر العراقية / العربية
- تأشيرة دخول امريكا / أوروبا / بقية دول العالم
- شهادات الحياة
- وكالات التقاعد العراقية / العربية
- برامج لكبار السن وللاعداد الاخرى
- نشاطات داخلية وخارجية (رحلات، افلام، العاب.....)
- دورات في الرسم، الموسيقى والكمبيوتر

ملء استمارات

- كفاءة عائلية/زوج
- تأشيرة زيارة
- دخول سريع
- تأشيرة دراسة
- تصريح العمل
- هجرة ذوي الكفاءات
- هجرة فئة رجال الأعمال
- لجوء/كفاءة خماسية / كفاءة منظمات

ترجمة معتمدة و موثقة

- وثائق شخصية للهجرة، شهادات تعليمية، وثائق قانونية ومالية، شهادات الميلاد والزواج، جوازات السفر، بطاقات الهوية، رخص السياقة وأكثر من ذلك.

نوفر أيضاً

- عيادات مجانية لاستكمال ضريبة الدخل بتحويل من وزارة الضريبة الكندية
- مساعدة في تعديل الشهادات التعليمية الدولية
- مساعدة في التحضير لامتحان الجنسية

خدماتنا

Ontario Trillium Foundation
Fondation Trillium de l'Ontario
Canada

احتفالات جاليتنا بويندزور



تمنيتاً للجالية العربية أفضل التمنيات.



أحيا المطرب جورج جبور والمطربة ليان الحفل الفني السنوي الخاص بعيد القديس مارون المقام في كنيسة القديس بطرس للطائفة المارونية. حضر الحفل حشد كبير من أبناء الجالية العربية في ويندزور وقد حلت النائبة تريسي رامزي ضيفة شرف وقامت بإهداء كل من الأب شادي قطان والأب بول فزحية شهادات تقدير وعبرت عن فرحتها لحضور الحفل ومشاركة الحضور الدبكات والرقصات

قامت شبيبة كنيسة القديس سمعان العامودي بمناسبة عيد الحب حفل عشاء ساهر أشرف على تجهيزه الشيف شارلي الخوري. والجدير بالذكر ان ربيع هذا الحفل يعود الى التحضيرات التي تقوم بها الكنيسة استعداداً لاستقبال مؤتمر الملكي للشبيبة في كندا Canadian Melkite Youth Convention- CMYC المزمع اقامته في مدينة ويندزور ما بين ٣٠ آب و ٢ ايلول والذي يضم شباباً من كافة مقاطعات كندا ومدنها

واذ نستغل هذه الفرصة لنشكر باسم الكنيسة كل من سيساهم في دعم وانجاح المؤتمر والوصول به الى أعلى مستويات تحقيق أهدافه .



وفي إطار احتفال أبناء الجالية بعيد الحب فقد نظمت جمعية مار أوراها الكلدانية في مدينة ويندزور ليلة احتفالية رائعة حيث رقص الجميع على أنغام "دي جي رؤى" وعمت أجواء الترابط والانسجام بين الحضور .



عمادة مباركة للملاك موريس



تتقدم أسرة جريدة السفير بأحر التهاني والتبريكات للسيد وسام معمر وزوجته الزميلة الاعلامية ماريشا الزهر بمناسبة عمادة ابنهما موريس ديمتري حفظه الله ورعاه.

محاضرة الأب سرمد باليوس في الصالون الثقافي الكلداني

تأثير الثقافة السريانية على العصرين الأموي والعباسي

استضاف الصالون الثقافي الكلداني في قاعة كنيسة العائلة المقدسة الأب سرمد باليوس لالقاء محاضرة بعنوان (تأثير الثقافة السريانية على العصرين الأموي والعباسي) تناول فيها دور المتقنين السريان في العصرين، وخاصة دور الأطباء والمترجمين الذين نقلوا كتب الطب والفلك والفلسفة وغيرها من اليونانية إلى السريانية والعربية، فكان للسريان دوراً وفضلاً كبيراً في بقية العرب الفكرية في الشام والعراق. وكان للعرب القادمين من الجزيرة الرغبة الملحة في التطور فهم لم يحملوا من بلادهم علماً ولا فناً، فكانوا بحاجة إلى السكان الأصليين



تمنياتنا بالشفاء العاجل

تتقدم أسرة السفير بأطيب التمنيات بالشفاء العاجل

للدكتور صباح قيا

إثر الوعكة الصحية التي ألمت به

وكذلك تتقدم بخالص الدعاء

للصيدة سهام يونان

أثر العملية الجراحية التي أجريت لها

راجيين الله أن يكمل شفاءها على خير

الحمد لله على السلامة

تتقدم أسرة جريدة السفير بوافر المحبة والتهنئة

للاستاذ الصحفي رضا منصور

لنجاته من حادث السير الذي تعرّض له بصحبة ابنته

تعزية

أسرة جريدة السفير تتقدم بأحر التعازي للصيدة سوزان سعادة وأختها بوفاة

والدتهم ندى فؤاد وأخوهم بولص سمعان سعادة

اللذين وافتهما المنية في الولايات المتحدة الأمريكية راجيين من الله أن يتغمدهما برحمته ويلهم محبيهما الصبر والسلوان

انشطة قادمة

■ تقيم سيدات المذبح في كنيسة القديس بطرس سهرة بسيطة أقرب الى العائلية ضمن جو من المرح والتسلية وذلك في التاسع من شهر آذار.

■ بمناسبة عيد البشارة ستقام حفلة في قاعة كنيسة القديس سمعان العمودي يحييها المطرب وسام الحاج وفرقة الياسمين للدبكة.

■ يحيي المطرب جورج جبور حفلاً فنياً يتضمن عشاءً فخرأ في قاعة كولج بوريال وذلك في الثلاثين من شهر آذار.

التأمين "الدافع الأول" للأدوية

عن تمويل المزيد من الوصفات الطبية المجانية للأطفال والشباب دون سن 25 عاماً إذا كانت لديهم أو لدى ذويهم تأمين صحي خاص في حين سيستمر أولئك الذين لا تأمين لديهم من الاستفادة من الأدوية مجانية. هذا ويتوقع ان ينعكس هذا التغيير وراً يقدر بحدود 250 مليون دولار سنوياً



تشهد حكومة مقاطعة أونتاريو خلال شهر آذار 2019 وضع الأنظمة الرامية لتنسيق العمل بين شركات التأمين والصيدليات في إطار التنفيذ وذلك تحقيقاً لبرنامج OHIP + pharmacare الذي أطلقته في 1 كانون الثاني / يناير والهادف بالسماح للأسر بالحصول على الأدوية اللازمة للأطفال والشباب الذين تقل أعمارهم عن 25 عاماً بالمجان.

بذلك تكون مقاطعة أونتاريو أول مقاطعة كندية تقوم بتقديم الأدوية التي تستلزم وصفة طبية مجاناً للأطفال والشباب ضمن الفئات العمرية المحددة اعلاه دون الحاجة الى القلق بشأن التكاليف من ناحية وبدون زيادة العبء على دافعي الضرائب من ناحية أخرى . وفقاً للخطة الجديدة سيتوقف دافعي الضرائب

محكمة المطالبات الصغيرة

منذ وقوع الحادث.

يمكن للطرف الناجح الحصول على المال بمجرد اتخاذ قرار القاضي أو الحصول على حكم في حال عدم رد الطرف الآخر ، ولكن في معظم الحالات لا يكون الطرف الذي أمر بدفع المال على استعداد لدفع المبلغ وسيضطر الطرف الناجح إلى تنفيذ أمر المحكمة عن طريق أمر الاستيلاء على الممتلكات الشخصية وبيعها ، وحجز واستيلاء وبيع الأراضي أو عن طريق الاقتصاص من الأجر الشهري للمدين ، أو من الحساب المصرفي ، وما إلى ذلك إذا كنت تفكر في دعوى قضائية في محكمة المطالبات الصغيرة ، فمن الضروري الحصول على المشورة القانونية ليساعدك في تحديد ما إذا كان لديك قضية؟ ما هي قيمة الادعاء؟ هل محكمة المطالبات الصغيرة هي المكان المناسب؟

بـقلم: نهلة الأبلوج

هل لديك مستأجر لم يدفع لك الإيجار أو شخص ما يدين لك بالمال؟ يمكنك مقاضاة الأشخاص أو الأعمال في محكمة المطالبات الصغيرة مقابل المال أو إعادة الممتلكات الشخصية المقدرة بمبلغ 25,000 دولار أو أقل. في محكمة المطالبات الصغيرة ، يمكنك المطالبة بالمال المستحق بموجب عقد أو اتفاق، مثل القروض غير المدفوعة والحسابات المتعلقة ببيضائع بيعت وخدمات قدمت والشيكات المرفوضة لعدم كفاية الرصيد الخ كذلك يمكنك المطالبة بالتعويض عن الأضرار، والتي تشمل الإصابات الشخصية ، والأضرار في الممتلكات ، وخرق العقد ، الخ هناك فترة للتقدم لتقديم مطالبة في محكمة المطالبات الصغيرة. في معظم الحالات، لا يمكنك تقديم مطالبة إذا مرت أكثر من عامين

خامساً:

- إذا كنت في مناطق ذات ثلوج كثيفة يستحسن استعمال اطارات خاصة للثلج. لأن الاطارات العادية تتسّد فتحاتها بالثلج وتصبح زلقة ولا تعطي قوة السحب الكافية، كما انها تسبب خطورة في حالة ايقاف السيارة.

-أما إذا كان استبدال الاطارات مكلف بالنسبة لك، فيمكنك تركيب سلاسل خاصة حول الاطارات للسير بالثلج، لأنها تعطي قدرة أكبر على السحب والثبات.

- يفضل تأجيل المشاوير والرحلات غير الضرورية في هذه الأجواء للحفاظ على سلامتك وسلامة المرافقين معك بالسيارة. أما إذا كان لابد من التنقل بهذه الأجواء. فمن الأفضل الانتباه والالتزام بما عرض في المقالة.

(والضعف). يقصد بالنصف هو أن تقود سيارتك بنصف السرعة التي تقودها في الأحوال العادية لتجنب الحوادث. أما الضعف، نقصد به بأن تترك مسافة بينك وبين السيارة التي أمامك بضعف المسافة التي تتركها قانونياً وذلك لتجنب انزلاق السيارة والاصطدام.

ثالثاً: احذر بشكل خاص من المنعطفات كي لا تنزلق السيارة، عليك تقليل سرعة السيارة الى الحد الأدنى عندما تواجه تلك المنعطفات.

رابعاً: إذا كانت سيارتك مجهزة بنظام منع الانزلاق (ESP)، ينصح عند محاولة التوقف الضغط على المكابح بشكل ثابت، وسيقوم النظام تلقائياً بإيقاف السيارة توجيهها. أما إذا كانت السيارة غير مزودة بنظام منع الانزلاق (ESP)، فيجب الحذر من توجيه السيارة أثناء الضغط على الفرامل، لأن هذا سيؤدي بتوجيهها بغير الاتجاه المطلوب.

وسيتم تخصيص نسبة 82 في المائة من المنح للطلاب الذين يقل الدخل السنوي لأسرهم عن 50000 ألف دولار، ففي السابق كان بإمكان العائلات ذات الدخل الأقل من 175.000 دولار الاستفادة من بعض التمويل للطلبة ، لكن تم تخفيض ذلك إلى 140000 دولار ولكن جزء من هذا التمويل سوف يتم توزيعه على شكل قروض يتعين تسديدها لاحقاً.

لم يقف الأمر عند هذا الحد بل أيضاً أصدرت حكومة أونتاريو قراراً يقضي بإلغاء فترة السماح للطلاب بتسديد القروض الطلابية والبالغة ستة أشهر بعد التخرج، حيث يتعين على المتخرجين تسديد القرض الدراسي فور الانتهاء من الفصل الدراسي النهائي بعد التخرج البالغة ستة أشهر



بعد تخرج الطالب والتي كانت معفية من الفوائد حيث ألغت هذه الفترة ويات من المفروض أن يدفع الطالب القرض الدراسي بعد تخرجه مباشرة .

يذكر أن نتائج تدفق الطلاب الأجانب تظهر في ارتفاع إجمالي واردات الرسوم الدراسية من 620 مليون دولار بين عامي 2011-2012 إلى 1,28 مليار دولار بين عامي 2015-2016 ، كما أظهر التقرير المالي الأخير لمجلس الجامعات في أونتاريو أنه في العام الدراسي 2015-2016، بلغت المنح نسبة 40% فقط من إيرادات الاستثمار مقابل 46% في العام 2011-2012.

أصحاب الدخل المحدود

ضحية قرارات التعليم الجديدة في أونتاريو

بـقلم: الاعلامية ماريشا الزهر

أحاديث ونمناات في أروقة الجامعات ... استياء شديد ونقمة من قبل الطلاب تجاه الحكومة بمقاطعة أونتاريو في كندا نتيجة تسريبات حول نية الحكومة في إيقاف القرض للطلاب من أجل التعليم الجامعي، مشروع القرار لا تزال تعليماته التنفيذية غير واضحة المعالم حتى الآن إلا أن ذلك لم يمنع من حصول إضراب داخل الجامعات في مدينة تورنتو وأغلب مناطق المقاطعة.

إعادة صياغة "نظام التعليم" من جديد كان الهدف الرئيسي لحزب المحافظين حيث قررت حكومة أونتاريو إلغاء مجانية التعليم لما بعد المرحلة الثانوية وذلك وفقاً لتصريح وزيرة التدريب والكليات والجامعات ميريلي فولرتون أنه لم يعد نظام المساعدة المالية لطلاب أونتاريو قادراً على الاستمرار من الناحية المالية، فقد حان الوقت لإعادة تركيز تلك المنح الجامعية في مساعدة من هم بحاجة ماسة إلى المال، بالإضافة إلى إلغاء مجانية التعليم للطلبة ذوي الدخل المحدود، وتخفيض الأقساط المدرسية بنسبة 10 في المائة ضمن مؤسسات ما بعد المرحلة الثانوية الممولة من القطاع العام، كما سيتم تجميد تلك الأقساط للعام الدراسي 2020 - 2021 .

قيادة السيارة خلال اجواء الثلج والمطر

بـقلم: المهندس يوسف الصباغ

أصبحت السيارة جزءاً مهماً من حياتنا اليومية، ولا يمكن الاستغناء عنها. بالرغم من صعوبة وخطورة القيادة في أجواء الثلج والمطر. نقدّم لكم مجموعة من الارشادات لتقادي الحوادث عند قيادة السيارة في تلك الأجواء:

أولاً:

- التأكد من صلاحية نظام التدفئة في سيارتك وأنظمة إذابة الثلج على زجاج السيارة.

- التأكد من صلاحية مساحات المطر الأمامية والخلفية مع السائل المخصص لتنظيف الزجاج. وهنا نحذّر من خطورة احماء محرك السيارة في بداية التشغيل داخل المرآب (الكراج)، ذلك لتجنب

غازات العادم المنبعثة من السيارة والتي تكون مشبعة بغاز اول اوكسيد الكاربون، ويعرف هذا الغاز بأنه الغاز الذي يقتل بدون سابق انذار، لما له تأثير قوي على الجهاز التنفسي وهيموغلوبين الدم.

- لهذا ينصح اخراج السيارة بعد تشغيلها مع غلق بوابة الكراج لكي لا يدفع الضغط الخارجي الغازات المنبعثة من السيارة الى الكراج مرة أخرى، وتجنب دخول هذه الغازات الى داخل البيت.

- كذلك ينصح بعدم تشغيل التدفئة داخل الكراج، لأن التدفئة ستقوم بسحب الغازات العادمة من أجواء الكراج الى مقصورة السيارة.

ثانياً: قيادة السيارة باستعمال اسلوب (النصف

ازمات الشرق الأوسط ... هل الحل بالمؤتمرات وتبادل القبلات؟

بقلم طارق داود

عناصر داعش الأوروبيين إلى بلادهم. وطالب ترامب عبر تغريدة نشرها في "تويتر" عدداً من الدول الأوروبية بعودة أكثر من 800 عنصر من داعش يحملون جنسيات أوروبية اعتقلوا في سوريا ولفت إلى أن الخلافة المزعومة التي أعلنها تنظيم داعش على وشك السقوط.

وقد شهدت مصر أحدث عمليات داعش، حيث تم استهداف مركز أممي بشمال سيناء أسفر عن قتل ضابط و14 جندياً جميعهم من قوات التدخل السريع التابعة للجيش. ويأتي الهجوم الإرهابي الأخير في الوقت الذي تعيش فيه مصر حراك سياسي مع التعديلات الدستورية التي يبحثها البرلمان المصري. وقال رئيس مجلس النواب المصري علي عبد العال إن البرلمان وافق من حيث المبدأ، على إجراء تعديلات دستورية. وتقتضي التعديلات الدستورية بتمديد فترة حكم الرئيس، حيث سيصبح بإمكان الرئيس السي سي البقاء في السلطة حتى عام 2034.

أما في الجزائر فقد أعلن الرئيس الجزائري عبد العزيز بوتفليقة ترشحه للانتخابات الرئاسية التي تولى سديتها منذ عشرين عاماً. محطة بي بي سي البريطانية نشرت تقريراً عن الحالة الصحية الحرجة للرئيس بوتفليقة (81 عاماً) قالت فيه "وفي السنوات القليلة الماضية، لم يظهر بوتفليقة في العلن سوى مرات قليلة، بدا فيها منهكاً، ولا يتحدث إلا بصعوبة". وتتزايد التساؤلات بشأن هوية من يقود البلاد فعلياً، وسط غياب الرئيس الجزائري أو تغييره عنه، كما ألمح رئيس الحكومة الجزائرية السابق، علي بن فليس، الذي يعتقد أن "بوتفليقة قد لا يعلم بترشحه لولاية رئاسية خامسة".

وأضافت البي بي سي: "لكن القيادة في التجمع الوطني الديمقراطي، أميرة سليم، اعتبرت أن ترشح بوتفليقة جاء بعد "مطالب شعبية بالنظر لحصيلة حكمه منذ 1999".

أما لبنان فقد شهد انفراج لازمة السياسية التي يعيشها مع اعلان تشكيل الحكومة بعد انتظار دام 8 أشهر، وقد أصدر القصر الجمهوري مرسوم تشكيل الحكومة برئاسة سعد الحريري والتي تضم ثلاثين وزيراً يمثلون مختلف القوى السياسية الكبرى في البلاد، بينهم أربع نساء في سابقة هي الأولى من نوعها.

نختم تقريرنا مع الزيارة التي قام بها بابا الفاتيكان، فرنسيس الى الامارات. وقد تميزت الزيارة بحدثين هامين الاول هو ترأس البابا اول قداس له في منطقة الخليج العربي والذي حضره أكثر من 160 ألف شخص. والحدث الثاني هو توقيع البابا فرنسيس وشيخ الأزهر، الإمام الأكبر أحمد الطيب، وثيقة تاريخية تهدف إلى تعزيز قيم التسامح والعيش المشترك والسلام العالمي.

لا شك أن هذه الفعاليات مهمة وتعبّر عن ارادة قوية بتعزيز قيم التسامح والسلام حول العالم، لكن أمام ما تشهده المنطقة من دمار وخراب هل توقيع أوراق وتبادل قبيلات كاف لحل هذه المشاكل؟ بالإضافة الى أن بابا الفاتيكان ليس طرف في أي صراع لكي تتحول زيارته وكأنها حل لمشاكل المنطقة!



الرئيس السوري لفت إلى أنه "بعد تحسن الوضع الميداني نحن أمام فرصة حقيقية ونقلة نوعية في تحسين الإدارة المحلية، إذ لم يعد ممكناً إدارة شؤون الدولة وتحقيق التنمية بالطرق السائدة في العقود الماضية".

حديث الرئيس الأسد عن الإدارة المحلية قرأه البعض رسالة ايجابية تجاه الاكرد السوريين خصوصاً القوى السياسية الكردية المتحالفة مع الأميركيين شمال شرق سوريا، والذين يعيشون حالة من قلق من المصير المجهول الذي ينتظرهم والذي وصل حد استجداء الدول الأوروبية إلى "عدم التخلي عنهم" بعد انتهاء المعارك التي يخوضونها ضد داعش.

وقال القيادي في وحدات حماية الشعب أدار خليل: "تلك الدول لديها التزامات سياسية وأخلاقية... إذا لم يفوا بها، فهم يتخلون عنا، وإذا لم تفعل الدول الأوروبية والولايات المتحدة شيئاً، سنكون مجبرين على التقاهم مع دمشق لترسل قوات عسكرية إلى الحدود لحمايتها".

حالة القلق التي يعيشها الاكرد طبيعية مع الغموض الذي يلف موقف واشنطن من تواجدتها في شرق الفرات والتي وصلت الى حد دفعت بوزير الخارجية الفرنسي جان إيف لودريان بوصفها بـ"الغز". وأضاف: "ثمة شيء واحد لا أفهمه بشأن السياسة الأمريكية في هذه المنطقة.. كيف يمكن للمرء أن يكون حازماً ضد إيران؟ وفي الوقت ذاته يتخلى عن شمال شرق سوريا".

حالة الاشتباك السياسي حيدت الأنظار عن مشكلة التعامل مع بقايا تنظيم داعش، حيث قالت قناة "سي إن إن" الأمريكية أن مئات المسلحين التابعين لتنظيم "داعش" فروا من سوريا إلى غرب العراق ومعهم 200 مليون دولار نقداً.

الحكومة الأسترالية أعلنت أنها تجهل مصير حوالي مئة من مواطنيها الدواعش الذين غادروا إلى سوريا والعراق للقتال في صفوف التنظيم الإرهابي وذبح الناس هناك. وذكرت الحكومة الأسترالية، أن العدد الإجمالي لمواطنيها الذين توجهوا إلى الشرق الأوسط للانخراط في صفوف الجماعات الإرهابية بلغ 230 نفرًا.

من جهتها أفادت صحيفة "نيويورك تايمز" بأن قوات سوريا الديمقراطية "قسد"، قد ألقت القبض الشهر الماضي على مذيع داعش الخفي الذي كان الدواعش يسجلون فيديوهاتهم بصوته "الرخيم" باللغة الإنجليزية. وكشفت الصحيفة أن مذيع الدواعش، هو المواطن الكندي محمد خليفة البالغ 35 عاماً. وقال خليفة في حديث للصحيفة من زيارته شمال شرقي سوريا، إنه هاجر من السعودية وهو طفل إلى تورنتو، وأنه درس تكنولوجيا أنظمة الكمبيوتر، وقدم نفسه "عنصرًا في وزارة الإعلام" الداعشية، مضيفاً أنه غير نادم على ما فعله.

حالة عدم الندم هذه، تثير رعب الأوروبيين من عودة الدواعش الى أوروبا والمقدّر عددهم بالمئات، وظهرت مواقف متناقضة من هذه القضية، حيث أكد المتحدث باسم وزارة الداخلية الألمانية حق المواطنين الألمان الذين قاتلوا مع تنظيم "داعش" في سوريا في العودة للبلاد.

في المقابل أعلنت وزيرة العدل الفرنسية نيكول بيلوبيه أن بلادها لن تتخذ أي إجراء في الوقت الحالي بناء على طلب الرئيس الأمريكي دونالد ترامب من حلفائه الأوروبيين استعادة مئات من مقاتلي "داعش" من سوريا، وأنها ستعيد المقاتلين على أساس مبدأ "كل حالة على حدة".

كما رفضت الدنمارك طلب الرئيس الأمريكي دونالد ترامب من دول أوروبية استقبال مواطنيها الذين قاتلوا إلى جانب تنظيم "داعش" في سوريا، لمحاكمتهم في أوطانهم.

وكان الرئيس ترامب قد هدد الأوروبيين بإطلاق سراح الدواعش المعتقلين في شمال شرق سوريا في حال عدم السماح بعودة

ماتزال تداعيات قرار الرئيس الأميركي دونالد ترامب بالانسحاب من سوريا تلقي بظلالها على الوضع في الشرق الأوسط، تداعيات بدت واضحة مع محاولات الأطراف المنخرطة في الشأن السوري إعادة التوضيح بما يتلاءم مع ما سيخلفه الفراغ الأميركي. الانطباع الأولي الذي تركه قرار ترامب بأنه انسحاب وانكفاء تبيين لاحقاً أنه تغيير تكتيكي وليس استراتيجي، فالانخراط الأميركي لحد هذه اللحظة مازال على أشده وان تغيرت مفرداته. فقد أقر مجلس الشيوخ الأميركي مشروع "قانون تعزيز أمن أميركا في الشرق الأوسط" والذي يتضح من بؤده أن "أمن أميركا" يتحقق من خلال توسيع وتشديد العقوبات على سوريا والدول التي تدعمها خصوصاً في مجال إعادة الأعمار، كما يفرض القانون عقوبات على أي شركة "تقاطع" إسرائيل.

الاستراتيجية الأميركية في المنطقة تتهياً لما بعد داعش، بالتركيز على إيران التي كانت أبرز عناوين مؤتمر وارسو الذي استضافته العاصمة البولندية بطلب أميركي، والذي حاولت من خلاله واشنطن بناء حلف لمحاصرة إيران.



ورغم عدم خروج مؤتمر وارسو بنتائج واضحة، فقد تباينت مواقف الدول منه بين مؤيد وممتائل بتشكيل حلف لمواجهة إيران وبين معارض له لدرجة وصفه بأنه "ولد ميتاً".

بغداد أول من حاول التملص من الانخراط في المشروع الأميركي ضد إيران، مع تأكيد رئيس الوزراء العراقي عادل عبد المهدي خلال استقباله وزير الدفاع الأميركي باتريك شاناهان عدم قبول أي قواعد أجنبية على الأرض العراقية.

في المقابل عقدت روسيا مؤتمرها حول المنطقة في مدينة سوتشي الساحلية والذي ضم بالإضافة الى الرئيس فلاديمير بوتين الرئيس التركي رجب طيب اردوغان والإيراني حسن روحاني. وقد تصدرت أدلب البيان الختامي للمؤتمر مع الاعلان على أنه يجب تطهيرها من العناصر الإرهابية.

الرئيس الروسي فلاديمير بوتين دعا إلى اتخاذ خطوات عملية روسية تركية إيرانية للقضاء على البؤرة الإرهابية بالكامل في إدلب السورية، مشدداً على أهمية بدء عمل اللجنة الدستورية السورية في أقرب وقت.

من جهته ابدى الرئيس الإيراني حسن روحاني استعداد إيران وبمساعدة روسيا للتوسط بين أنقرة ودمشق. اردوغان من جانبه قال إن الدول الثلاث تمكّنت من الحفاظ على وحدة الأراضي السورية، مشدداً على أنه يجب تشكيل اللجنة الدستورية في أسرع وقت ممكن لأنها مدخل الاستقرار في سوريا.

حالة المؤتمرات والتحالفات في المنطقة العربية تشي بأن حالة التوتر مستمرة خصوصاً في سوريا وهو ما أكده الرئيس السوري بشار الأسد أنه "لا يجب الاعتقاد بأن الحرب قد انتهت"، موضحاً أن "كل شبر سيتحرر من سوريا وسنتعامل مع القوات الأجنبية المتواجدة على أرضنا كقوات احتلال، والجيش السوري هو الوحيد القادر على حماية بعض المجموعات في شمال شرقي البلاد".

دستور يا أخوانا...

بقلم: أيمن عمي

السمعة حيث تعني في الغالب زيادة الاسعار في مصر مثلاً لأن الشعوب فهمت الأنظمة وأصبحت تسخر من استخدام لغة تعني عكس المقصود منها.

ونلاحظ أيضاً أنه بالرغم ان الكونجرس الأمريكي لم يحدد مدد معينة لحكم الرئيس حتى سنة 1947 لم يحكم أمريكا أي رئيس أكثر من مدتين سوى الرئيس روزفلت الذي حكم فترة بعد انتخابه بسبب بداية الحرب العالمية الثانية.

عودة الى انظمتنا في شرقنا نجد ان اي تعديل دستوري إما حدث في أعقاب ثورة او أن حاكم أراد أن يمدد فترات حكمه كما فعل السادات عندما غير كلمة مدة الى مدد مقابل جعل المادة الثانية ان الشريعة هي المصدر الرئيسي للتشريع بدلاً من كلمة مصدر بدون ألف ولام التعريف.

أي أن التغيير كان لا ينشد تحسين حال المواطن وتوسيع دائرة حقوقه ولكنه مساومة سياسية بين النظام والمتشددين الدينيين لتمرير التمديد، ننظر الى سوريا لنجد الحكم الديمقراطي وقد تحوّل الى شبه ملكي والجزائر يحكمها اناس بالوكالة لان الرئيس مقعد غير قادر بسبب سنه وتدهور صحته.

أي ان سؤال أين البديل يمكن ان تكون اجابته أي فرد آخر اغض عينيك او اعمل قرعة ولن يكون البديل اسوأ كثيراً.. اوباما قال حتى لو كان الدستور الامريكي يسمح بأن أخوض الانتخابات الامريكية مرة أخرى فإن ميشيل زوجتي لن تسمح. كان يريد ان يوجه رسالة ان النبل والوطنية يجب ان تكون دافع أكبر لأن تترك الحكم وتبني دماء وافكار جديدة تدفع البلاد نحو مزيد من التحضر والرخاء.

لكن حالة عدم الثقة المتوارثة بين حكوماتنا وشعبنا تقرض حالة من التوجس والتوتر الدائم بين الحاكم والمحكوم بل وبين الحاكم ومن يتولى السلطة من بعده.. لأن حالة التوجس هذه في الغالب تنتهي بمحاكمات سياسية غير عادلة وتصفية حسابات بين النظام الجديد مع النظام القديم بهدف قص اظافره والتأكد من عدم عودته مرة ثانية ليهدد العرش الجديد. بناء هذه الثقة لن يحدث الا بتقوية مؤسسات الدولة المختلفة ودعم استقلالية هذه القوى من قضاء الى احزاب سياسية الى منظمات اهلية. لأن في النهاية توازن هذه القوى هو ما سيحمي مسيرة العدالة والديمقراطية. أولاً وثانياً وأخيراً يجب على الحكومات أن تتبنى نظرية توازن القوى المدنية لا توازن الضعفاء. لان الضعيف قد لا يثور ولكنه لا يحمي أيضاً.

تتعرض صورة أي مجتمع ومقدار تحضره لا ببندود دستوره ومراعاتها لمصلحة وحقوق الأفراد في هذا المجتمع فحسب، ولكنها تتعكس بصورة أكبر في أسباب التغيرات والإضافات التي تطرأ على هذا الدستور.

لو أخذنا الدستور الأمريكي كمثال نجد أنه قد طرأ عليه 27 تعديل في اخر 200 سنة ولكن لو وضعنا رسماً بيانياً لمدى مراعاة هذه التعديلات لمصالح المواطن وحقوقه عبر تلك الحقبة الزمنية سنجد أن منحني التطور في زيادة مطردة بمعنى أن الحكومة تترك مساحات أكبر من الحرية للمواطن وتزيد من حقوقه القانونية والقضائية.

مثال على هذه التعديلات:

1. حرية العقيدة والتجمع والصحافة والرأي والتعبير.
2. حرية حمل السلاح.
3. لا توجد عسكري في المنازل إلا في حالة الحرب.
4. لا تقتيش الا بسبب قوي.
5. حرية الصمت وعدم إدانة الذات في المحاكمات.
6. الحق في محاكمة سريعة وعادلة.
7. العدالة في الغرامات والكفالات.
8. لا للتعذيب او العقاب القاسي.
9. لا يمكنك مقاضاة ولاية أخرى.
10. تجري انتخابات الرئيس ونائيه حسب الكلية الانتخابية.
11. كل العبيد الآن أحرار.
12. حق الانتخاب للمولودين خارج أمريكا.
13. كل الرجال لهم حق التصويت بما فيهم العبيد السابقين.
14. الشعب ينتخب ممثليه في الكونجرس.
15. إعطاء المرأة حق التصويت.
16. ليس للرئيس ان يحكم أكثر من دورتين.
17. من حق واشنطن د سي التصويت في الانتخابات الرئاسية.
18. وضع قواعد بخصوص ما يحدث في حالة موت الرئيس او استقالته.
19. سن الانتخاب 18 سنة.
20. اعضاء الكونجرس لا يمكنهم اعطاء أنفسهم علاوة اثناء نفس الدورة البرلمانية.

لو تابعنا هذه التعديلات لوجدناها فعلاً تصبّ في مصلحة المواطن رغم ان كلمة تصبّ ومصصلحة أصبحت كلمات سيئة

بين ريتا وعيوني... بندقية



كان الله كتب للمنطق أن يجعل قدره التحطم في أرض العرب، حيث يُقتل المنطق و يُمثل به أحياناً.

مؤخراً دعت وزيرة الداخلية ريا الحسن أول وزيرة داخلية في لبنان والوطن العربي، إلى فتح حوار مجتمعي لقبول الزواج المدني حيث أنه موضوع يهتم به كثير من اللبنانيين، كالعادة أثارت الدعوة اعتراضات وإحتجاجات حادة، نتفهم أن دافعها ديني ربما هذا منطقي فكل ملة لها تفسير لكيفية تناول الزواج، ربما هذا منطوق رغم الاختلاف معه لكن يظل منطوقاً.

لكن كيف نرى أن الطرح كله لا منطوقياً؟! لتعلم أن القوانين اللبنانية لا تعترف بأي عقد زواج مدني يتم داخل لبنان، بينما نفس القوانين تعترف بعقود الزواج المدنية إذا ما تمت خارج لبنان؟! لهذا تحول غالب اللبنانيين ممن يرغبون في زواج مغاير الملة إلى قبرص حتى أصبح يطلق على قبرص جزيرة الحب الممنوع!!

أي منطوق أن تُرفض الورقة إن تمت بختم الدولة اللبنانية وتقبلها لو كان ختماً أجنبياً.. قتل المنطق!!

لطالما أثار العرب استغرابي، فالمتصفّح لتراثهم الشعبي والديني يجد آلاف القصص والحكم مفادها أن العشق سلطان القلوب وأنه لا يُملك ولا يُختار، حتى وصل الأمر ببعض السلف أن قال لن يعذب الله عاشقاً كفى بالعشق عذاباً، حتى في الفقه لمن يعتقد في شرعية تعدد الزواج اشترط العدل و فسر العدل على أنه العدل في الأمور المادية المبيت والنفقة أما عن قسمة القلب !! فقد نقل عن الرسول الكريم أنه قال (اللهم هذا فعلي فيما أملك، فلا تلمني فيما تملك ولا أملك)

لدينا اعترافات وإقرارات جمّة أن الحب ليس اختيارياً فهل يعقل أن ينظم هذا الشيء اللاإرادي قانون وتشرية؟! كيف لنا أن نعتقد في العدل الإلهي إن كان يؤاخذنا بما لا سلطان لنا عليه ولا نملكه؟! بنس ما يفقهون.

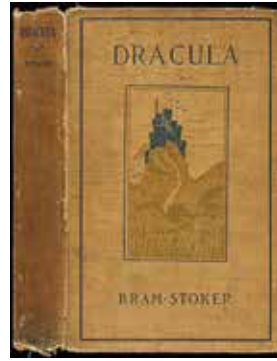
أخيراً نقول لروح محمود درويش شاعر المقاومة انتظري أخباراً سعيدة، ربما تنزع ريا الحسن البندقية التي بين عيونك وريتا،، فلئن عرّ عليكما اللقاء .. فلفل اللقاء يكون قريباً لمن ألهمت من بعدك.

ا. ق



عن الحب والموت وأشياء أخرى

◀ بقلم: مكرم كامل



برام ستوكر وروايته دراكولا بما تتضمنه من تفاصيل مرعبة ومخيفة على طريقة الأدب القوطي، تطرح فكرة عميقة حول

أهمية الحب وقدرته على جعلنا أكثر إنسانية، من جهة أخرى ارتباط الحب بالموت والفناء، حيث أن الخوف من الموت، إن كان لنا أو خسارة الآخرين، يجعل الحب أكثر ضرورة وحضوراً في حياتنا.

لا شك أن شخصية مصاص الدماء الذي ابتدعها برام ستوكر هي اليوم من أشهر الشخصيات التي خرجت من كتاب، وقد أثرت بشكل كبير على مدى عقود وبأجيال متلاحقة، لكن الرواية الأصلية وكاتبها لم ينالا القدر الكافي من الاهتمام والتعمق، وتغلّب جانب الإثارة والرعب على الجوانب الأخرى التي تتضمنها الرواية، وإن كان هناك بعض الأعمال التي حاولت أن تعيد للقصّة الأساسية حقها.

الكونت دراكولا بقدر ما هو مرعب ومخيف هو أيضاً عاشق فقد حبه وعانى من البؤس والعزلة، ويقدر ما نحب الحياة ونرغب في أن تطول إلا أن الموت بما هو قدرنا جميعاً هو ذاته منبع الحب والخير والسلام.

ترتبط قدرتنا على الحب بشكل كبير بخوفنا من الفقدان، والموت الذي يعتبر الفقدان الأكبر، إن كان للذات أو للآخرين، يشكل أحد أهم مكونات الحب عندنا، فالحب والموت شقيقتان، أو قرينان لا ينفصل أحدهما عن الآخر.

في عام 1897 نشر الكاتب برام ستوكر روايته القوطي "دراكولا" والتي حولتها هوليوود الى مئات من أفلام الرعب، والتي ركزت على الجانب المخيف من الرواية، معتمدة الإثارة والتخويف بشكل أساسي، وقد نستثني بعض الأعمال القليلة كفيلم فرنسيس فورد كوبولا 1992 والذي التزم فيه بالرواية الأصلية بقدر كبير، فمن هو الكونت دراكولا في الرواية الأصلية وما علاقته بالحب.

قد يكون من المستغرب ربط رواية صنّفت ضمن خانة الرعب بالحب، لكن الواقع أن العنصر الاساسي التي تتمحور حوله هو قصة حب الكونت لزوجته الذي تركها وراءه وذهب الى الحرب، ليعود ويجدها قد انتحرت عندما وصلها خبر كاذب عن وفاته، خسارة الكونت لمحبيته وعدم قبوله لقدره حسب الرواية أوقعه بلعنة الأبدية، والتي حولته مع الزمن إلى وحش، في الرواية يقع دراكولا في الحب مرة أخرى بفتاة تشبه زوجته بعد قضاء زمن طويل في عزله، هذا الحب يقوده من جديد وتدرجياً إلى إنسانيته لتنتهي الرواية بموته، على الطريقة الشكسبيرية للحب .

حب... يقتسم البطولة

◀ بقلم: اسما عوض



لا يكفينا الحب لنقرب
أبدأ... ولا نتحد
ولا لتعاون
ولا لتجدد
الحب فقط
وقط الحب
يجعلنا نتحد
يجعل مشاعرنا تتمدد
ولكنه لا يجعلنا نتمدد
لا تأتيني بحب فقط
حتى وإن أحضرت معه
مائة هدية عيد حب مقدماً
لا أريد حباً مقدماً
أريد عواطف كمياه البحر
قادرة أن تحتوي
موجاً وسمكاً وسفنأ

قادرة أن تغرق
اختلافات وعبوباً وطحالب
قادرة على جعل السفر للأخر متعة
متعددة الموانئ
فيصبح للوصول أكثر من فرصة
لا لم أكن يوماً لأفرح
بأنني صرت بطلا قصة
أنا بدأت حياتي بطلا
وانتظر من الحب
أن اقتسم البطولة
لقد انهكتني البطولة
أرجوك لا تعطيني دور السيدة الأولى
أنا لا أريد بالحب ترتيب أدوار
انا لا اريد بالحب وضع اجابات مكان النقط
وأستلّة اختيار
أنا لا أريد بالحب عناوين أخبار

جريمة بريئة جداً

◀ بقلم: دياب عواد



قد يكون من قبيل الظلم أن تُحب ولكن حبك غير مباح فتري في الابتعاد عن تراكب الأصل شقاً جديداً من النور ومغامرة مشوّقة محسوبة التكاليف ومعروفة حدود أرباحها الدنيا ومحسومة فيها الخسارات، وقد يكون الظلم في أن تعمل أكثر مما ينبغي وتتقاضى أقل مما تستحق فتبحث عن العدالة في السفر إلى بلاد قد تجعل من فيض أحلامك بعضاً من أبسط حقوقك،

إنه دافع شديد للسفر أن تكون أحلامك محققة بمجرد وصولك إلى هناك حيث لا هنا إلا الأرض التي جُبلت من طينها ونارها ومائها

والثمن غربة ستجعلك تقسو كلما طالت ويؤنسك الحنين..

والغربة ظلم حين لا ينقطع الحنين

لكن أشدّ الظلم..

هو أن تولد حياً والبلاد تحتضر..

وأكثر..

أنهم يعتقدون أنك أنت من ولدت ميتاً وأن البلاد تتحضر لصبح جديد..

تُعاقب كل يوم لأنك تعلم وتعلم أنهم أن اقتتال الإخوة احتضار للأرض ومضيعة للحياة..

فيتشدد القتلة والمجرمون

ويكرّم المقاتلون المغفلون الذين لا يرون المستقبل إلا مغسولاً بالدم أو قد أجبرتهم حماقة المعتقد على اعتياد القتال..

ياليتهيم يعلمون أي دم ذاك المراق على الجبهات

وتحت الأسقف الضعيفة الهشة، أمام الفولاذ والضغط والنار..

وأن مشروعهم دمار..

لكنهم لا يعرفون..

ما أقسى جهلهم..

فعند الصحوة حيث لا عودة ولا وصول سيسامحهم الجميع..

وسنبتكي فوق رميمهم ورميمنا..

ولن يطالهم إيلام اللوم في موتهم أو في الحياة..

فليس في الكون من ظلم أشد من أن يطال العقاب أولئك الذين لا يدرون ماذا يفعلون..

أرى البعض منا يعتبر الهجرة في مثل هذه الظروف خيانة،

يشبه المهاجر بهارب يترك أمه تنزف ويمضي باحثاً عن الحياة،

أيعقل أن تصنف خيانة فعلية على الإنسانية ذات يوم؟؟

وإن كانت كذلك..

لكنها ستظل المقابل المنطقي الأول لانعدام أدنى مقومات الأمل، وما أضيق الحال من دون أمل،

فإن كانت الهجرة جريمة فيكفي أن ليس فيها اعتداء ولا تعدي،

هي العمق في الإصرار على الحياة،

هي العمق في البحث عن المصير،

هي ألا تقضي العمر كبناء يحافظ على إطلالته..

هي قدرة على الانتقال والتأقلم والانسجام هي ألا تكون أسوداً أو رمادياً أو أبيضاً..

أن تكون جزءاً جميلاً من ألوان لا تعد ولا تُحصى،

الهجرة والسفر حاجة جعلت الإنسان يصنع طائرة وسفينة،

الهجرة مخاطرة أحد احتمالاتها السقوط من علو مئات الأقدام أو أن تغدو في ليلة وضحاها طعاماً للبحار،

يمكننا أن نعيش في الغربة حياة ملؤها رخاء ...

ويمكن لتلك البلاد أن تؤمن لنا وبسهولة ما هو من أقصى طموحاتنا في بلادنا ...

لكنك قد لا تشعر ولن تحس بما اعتدته من تقلبات الأفراح والأحزان..

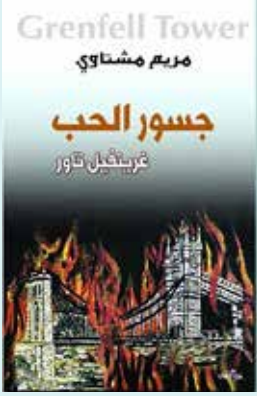
ستعيش في صناديق جميلة ليس فيها إلا قليل من الحب وكثير من الرجاء والأمل..

ستضيع في ضيم رهاناتك الكبيرة وتكسب الكثير مما لم يكن متاحاً من حقوقك وتخسر الكثير من فرح وجودك في مكانك الحقيقي..

ستقسو كما الريح.. وتظل حياتك هشة كالثلج..

ستكتفي حينئذ بما اكتنزت من حنين..

هي حتى اليوم الجريمة الأكثر براءة على الإطلاق.



قناديل ...

بقلم: د. داليا حمادي

جسور الحب

هل يمكن للغربة أن تكون دواء لجروحنا وترياقاً لصدماتنا وعللنا النفسية؟

هل الهروب من أوطاننا بغية البحث عن وطن بديل، دون وجود هدف واضح أو خطة مرسومة بشيء من الإحكام يعتبر قراراً صائباً، في زمن باتت فيه فكرة المشي على غير هدى والاعتماد على تساهيل القدر، فكرة بالغة الخطورة؟

تجيب الأديبة و الشاعرة مريم مشتاوي عن هذه الأسئلة في روايتها (جسور الحب)، المكتوبة بكثير من المشاعر الإنسانية الصادقة، وكثير من الوصف الرائع لمدينة الجسور قسنطينة الجزائرية، ومدينة الضباب لندن، وتتطرق فيها إلى جوانب عدة، لقضية الهجرة و حياة المهاجرين، الشرعيين وغير الشرعيين منهم، و تلقي الضوء على كارثة حريق برج غرينفيل، الغاص بالمهاجرين واللاجئين العرب، وتأخر رجال الإطفاء في مهمتهم، مما أدى إلى زيادة عدد الضحايا، ليلتهم الحريق حياة عائلات بأكملها، وذلك من خلال نص محبوك بلغة روائية جذابة مشوقة، و مفردات مؤثرة و صور مكثفة بالمشاعر، هي الصور التي يتميز بها الشعراء، و سرد متدرج يصل إلى حبكة يرتجف لها القلب، وسط التفاصيل الغارقة في الحزن لمأساة إنسانية تمس الوتر الحساس في قلب كل مغترب، و هو الموت وحيداً في بلد لا يعرفه.. وهنا أقتبس من الرواية هذه العبارة: (يا إلهي كم هو حقير أن يموت الإنسان وحيداً، حتى الموت في مدينتي أجمل!).

أما الخاتمة فقد جاءت سلسلة ومن قلب واقعا، بكل ما فيه من حب وخيبات وقهر، وخيوط خجولة للأمل.

تنمية بشرية

سعادتك قرار سعادتك

بقلم: الاستشاري النفسي عادل صدقي

الاستيقاظ مبكراً في أيام الشتاء أمر مزعج للكثيرين، للقيام بأعمالنا اليومية.. لكن يتغير الأمر تماماً وننهض بنشاط وفرح وقد لا ننام طوال الليل إذا كنا على سفر أو رحلة والذهاب لمكان نحبه أو أشخاص نحبهم...!

ما هو الفارق بين الحالتين..؟! إنه الحافز

تحفيز الذات هو الدافع الذي يجعلك تطلق في السماء.. هو بذرة الأمل التي تكمن بداخل كل منا والتي تجعلنا نحدد أهدافنا وتحفزنا للوصول أعلى القمم ونلمس أحلامنا وإن بدت بعيدة.

وهو الدافع وراء الاستمرار رغم رغبتنا في التوقف..

وهو شعاع النور الذي يهزم الظلام الطويل العميق ليعلن ميلاد الصباح..

ويملأنا بالإيمان بإمكانية الإنجاز والإبداع والتألق والاستمتاع والمضي قدماً رغم معاناة الماضي وكثرة التحديات..

عندما ينبع هذا الدافع من داخلنا يصبح غير قابل الهزيمة..

لماذا تقبل الزحف عندما تمتلك الدافع والقدرة للتخليق عالياً..؟!

سعادتك قرار سعادتك ...

إذا كان الصدق منجياً فالاعتذار هو الجنة

بقلم: الاخصائي النفسي صلاح الرفاعي

من منا لا يخطئ! من منا لم يعتذر له أحدهم ومع ذلك لم يشعر بالرضا الكامل!!

عزيزي القارئ.. أجب عن الأسئلة الآتية بصح أو خطأ الاعتذار شيء كبير يجب ألا يكون إلا في الأحداث المهمة. من الأفضل ألا يخطئ المرء بدلاً من الاعتذار.

الخطأ مثل طرق مسمار في لوح خشبي، يترك أثر حتى وإن أزلت المسمار

ليست كل الأخطاء يداويها الاعتذار.

الاعتذار غير مجد إذا كان الطرف الآخر غير متفهم وغير متسامح.

عندما يعتذر المخطئ لابد من تقبل الطرف الآخر في الحال وإلا يكون هو المخطئ.

هناك طرق أخرى للاعتذار بدلاً من كلمة أنا آسف.

الاعتذار يضع صاحبه في موضع ضعف وقد يعرضه لفقدان حقه، إذا كان الطرف الآخر مخطئ.

لا اعتذار إلا إذا اعتذر الطرف الآخر أو على الأقل أبدى استعداداً.

اخطائي هي رد فعل لخطأ الآخر.

الاعتذار يضع صاحبه تحت رحمة الطرف الآخر.

عزيزي القارئ.. إذا أجببت بصح واحدة على أحد تلك الأسئلة فهناك مشكلة (ولا أقصد هنا أنك في مشكلة لا سمح الله أو أن بك خلل لا قدر الله) وإنما هي مشكلة تصورية "معرفية" عن مفهوم الاعتذار.

وقد يتسبب هذا في إنتاج مشكلات أخرى ومشاعر سلبية مع المحيطين بك ولك أيضاً. وفيما يلي التوضيح:

دعنا هنا أولاً نظير إلى جزيرة أخرى ثم نعود إلى جزيرة الاعتذار.

جزيرة جميلة هادئة، بها أزهار زاهية الألوان، أرضها النقاها، وسماؤها العفو واللين.

الا تتمنى عزيزي إن ارتكبت خطأ ما في حق أحدهم ان يسامحك ومن قلبه؟ والا يؤثر خطأك على سير العلاقة والمودة بينكما؟

إن كانت إجابتك بنعم.. فأنت إذاً بحاجة إلى شيئين.

الأول: الاعتذار بالطريقة الصحيحة.

والثاني: إن يسامحك الآخر من كل قلبه.

نأتي هنا للسؤال الرئيسي.. ما هو الاعتذار؟

يميل علماء اللغة وعلماء النفس خاصة عند تناول أي مصطلح أو مفهوم، أن ينظروا في القاموس المعجمي، ثم بالتجارب والملاحظات العلمية من أجل الوصول للتعريف، أو المعنى الثاني للمفهوم، وهو المعنى الاجرائي.

الاعتذار لغوياً.. من المصدر الثلاثي للفعل عذر..

أي صفح أو عفي، أو رفع اللوم.

اعتذر على وزن افتعل... أي طلب العفو أو الصفح.

وعُذر.. تعني سبب، أو مبرر أو حجة.

اما التعريف الإجرائي.. فيتطلب ما هو أكثر من مجرد طلب الصفح أو تقديم المبررات والحجج.

"فمن خلال عملي كأخصائي نفسي أستطيع أن أقول" أن أغلب حالات الغضب والعنف السلبي والمكبوت Passive Aggression سببها أخطاء لم يتم الاعتذار عنها بالشكل اللائق.

دعني عزيزي القارئ أن أؤكد لك معلومة انت تعلمها جيداً وهي مدى تأثير الغضب والعنف السلبي على الجسد قبل الحالة النفسية. فقد أثبتت مئات الدراسات وجود علاقات دالة على ارتباط وثيق بين الغضب والعنف المختزن والقلق وأمراض الكبد والدم والجهاز الهضمي. بالإضافة طبعاً للمشاكل النفسية والسلوكية والاجتماعية التي تحدث للفرد المصاب يمثل هذه المشاعر. الاعتذار اللائق والتسامح هما طرفا المقص الذي يقطع هذا الارتباط بينهم. والاعتذار السليم له خمس خطوات اساسية.

1- وقف النزيف بكلمة آسف.

لابد من وقف شعور الالم الذي حدث لدي المتضرر أولاً.

2- تحمل المسؤولية العاطفية... كأن تقول للمتضرر أعلم أنني تسببت في ضيق أو حزن.

"اعلان المسؤولية للطرف الآخر، يشعره بأن حقه المعنوي لن يضيع وتمثل هذه الخطوة نوع من الاعتراف Acknowledgement لما وقع عليه من ضرر وأنه مرئي ومشاعره مهمة بالنسبة لك، وتؤكد على الروابط.

3- الاعلان عن فهم مصدر الخطأ والدرس المستفاد.

"كأن تقول مثلاً الآن عرفت أن الانتظار طويلاً هو ما أغضبك".

الدرس المستفاد هنا أن أكون دقيقاً.

4- الوعد بعدم تكرار ما يؤلم الطرف الآخر.

"أعدك ألا أتأخر مره اخرى".

5- طلب الصفح "أرجوك أن تسامحني".

عزيزي .. إذا شعرت أن الاعتذار بهذا الشكل سيكون كاف بالنسبة لك.. لتصفح عمن أخطأ في حقك فتق تماماً أنه سيكون كاف للطرف الآخر. فالإنسان بطبعه خير كما أقر ابراهام مازولو "مؤسس المدرسة الإنسانية في علم النفس. واللعبة هنا أنه ليس هناك من يضمن ألا يقع في خطأ ولكن صمام الأمان هو كيف يعتذر!

هذا ما يقلل احتمالات قطع العلاقات أو فسادها مع من تتعامل.ومن منا لا يتمنى علاقات بناءة دافئة صحية مع كل من يتعامل معهم.

إنما الأمر لا يقف عند التمني وحده، ولكنه يتطلب شيء من المعرفة بالتكتيكات الصحيحة والجهد حتى يتثنى لنا الحصول على علاقات صحيحة مع الغير

سوالف عراقية

◀ بقلم: الاعلامي مفيد عباس

واحدة من الصفحات الممولة على الفيسبوك، التي تعلن عن نفسها انها شركة عقارية تركية توفر الشقق للراغبين بشراء شقة في أحد مشاريعها السكنية في اسطنبول وعموم تركيا، وضعت عليها اعجابي، ثم فتحت خانة جديدة فيها سؤال: هل انت مهتم؟

_ نعم ، انا مهتم وكلي لوعة .. ولكن مثلي لا يذاع له سر .

_ اذا كنت مهتم فضع رقم موبايلك لنوافيك بكل ما هو جديد .

كتبت لهم رقم موبايلي، ومن ساعة كتابة رقم الموبايل، بدأت تنهال علي العروض والفيديوات، وصور، ومقالات، كلها تتكلم وتصور منجزات الشركة وشققها ومجمعاتها السكنية واسعارها وشكك تدفع مقدم والاقساط شكك كل شهر وهكذا.

همه يذرون، وداعيكم ولايمه، ويبدو موضوع عدم

اهتمامي برسائلهم ازعجهم، وخلاهم يتصلون بي من رقم غير معرف على الواتس أب .

_ ألو

_ مرحبا .. كيفك إستاز مفيد .

اول ما سمعت اللهجة السورية وبصوت نسائي، السير مال الساعة انفتح من كيفه .

_ هلا .. وكل الهلا.. الحمدلله .

_ أنا (....) من شركة (....) العقارية .

_ يا ميت هلا .. تقصلي.. أمر خدمة .

_ بعدك مهتم بشراء عقار في تركيا ؟

_ والله اني چنت مهتم ، بعدين ضعف اهتمامي ، هسه سعد اهتمامي .

_ ايه .. اخبار طيبة.. وين بدك تشتري عقار؟

وصار حديث طويل عن الموضوع وتفاصيله، ودعتني لزيارة اسطنبول ويستقبلوني ويكعدوني بغندق على حسابهم .

اني سألت نفسي سؤال: شنو أني، صورتني اللي

عالميس تشير إلى انني كمش من الباخة حتى يعرضون عليه هيجي عرض مقابل بس اجي اطلع على الشقق ومو شرط اشترى؟ لو همه هيجي كرماء ويرحبون؟

رحت غيرت صورة الفيس، وخليت صورتني مال ايطاليا وأني لابس شفقة وطالع عصابجي وورايا الشمعدان مال الجماعة، حتى بلكي يخافون مني ويعوفوني .. بس لا عافوني ولا فكوا مني ياخة .. نفس الشئ .. والاتصال صار بدل المرة اربع مرات .. مادعاني لخبارهم تأجيل الفكرة، بس الجماعة مستمرين .

ضربتهم بلوك، اتصلوا بيه عالفابير رغم أن الفابير ضعيف العمل في تركيا، ضربتهم بلوك عالفابير، اتصلوا بيه عالتيكگرام، ضربتهم بلوك عالتيكگرام ..

اكو بقانون العمالة نوعين شغل، اكو يوميات، واكو جبالة، والجبالة هي مبلغ مقطوع ومتفق عليه للقيام بعمل معين، اذا خلص بساعتين او سبعة ايام .

يبدو، أن مدير الشركة، أو المسؤول عن العلاقات في الشركة العقارية التركية، منطبيها

للانسة السورية، رقيقة الصوت، طويلة البال، منطبيها مفيد عباس جبالة، لان ماخلت تطبيق اتصال يشتغل عالانترنت ما استخدمته، واني اضرب بلوكات (مو من كل غلبي)، وأخر شي صارت تتصل بيه مباشر وعالسيمكات، بس يطلعي رقم عراقي كل مرة غير شكل .

المشكلة أنه هي متكلي انت ليش مسوي بلوكات، ولا تعاتبني، وتحجي وياية بنفس الأريحية، ومستمرة بالعروض نفسها وتساأني أمته بدك تجي ع اسطنبول .

آني أمام خيارين، لو اغير رقم تلفوني، لو اروحلهم ، اذا اغير رقم تلفوني اللي صارله تلطعش سنة، راح يضيع تاريخ من العمل السري والعلني، وراح يضيع امل قديم، تجاوز العشر سنوات، بأن يأتياني اتصال جمهوري يبشرنني بأنك رحبت معنا بوطن حر وشعب سعيد .

واذا رحلتهم، واستقبلتني هاي ام ال(إستاز مفيد) يصير بيها احتمالين .. احلاهما تقفيص ..

وكلم عيوني

الادراك الاستباقي والاسترجاعي

قصص واقعية من علم الباراسايكولوجي

◀ بقلم: هديل العزاوي

وانه سيعود غداً يعني خمسة ايام مثلما اخبرتنا ! وبعد عودة الولد الى صديقة أمي شكرتني كثيراً وتعجبت كيف تنبأت بعودة ولدها !؟

وهذا يجعلنا نفكر بالظواهر ماوراء الادراك التي هي ظواهر استثنائية تختلف عن الظواهر الطبيعية على الأقل لكونها ظواهر نادرة وغير مألوقة، إلا أن هذا المظهر بالذات هو الذي يجعل منها ظواهر ذات قيمة استثنائية للعلوم المختلفة. لقد اهتم الباحثون بهذه الظاهرة بشكل استثنائي فاستحوذت على أكبر نسبة من البحث التجريبي الذي قام به العلماء والتي اعتبرت من ظواهر الباراسايكولوجية واحد مجالاته هو الإدراك المسبق: Precognition هو القدرة على توقع أحداث مستقبلية قبل وقوعها. وكذلك هنالك قدرة شبيهة بالإدراك المسبق تعرف بالإدراك الاسترجاعي Retrognition: يقصد به القدرة على معرفة أحداث الماضي من دون الاستعانة بأي من الحواس أو وسائل اكتساب المعلومات التقليدية. ولما كانت الفيزياء الحديثة تعد "الزمن" بعداً رابعاً الى الأبعاد الثلاثة التي تتحرك فيها الأجسام وتتشكل منها فإن العديد من علماء الباراسايكولوجيا يعتقدون أن هاتين الظاهرتين تمثلان "تجاوزاً أو تغلباً" على حاجز الزمن فالإدراك المسبق هو تجاوز الحاضر نحو المستقبل، بينما الإدراك الاسترجاعي هو مرآة عكسية في بعد الزمن نحو الماضي .

ماذا بك يا أمي تبدين حزينة؟ فأجابت أمها: لا تشغلي بالك يا ابنتي سارة.. فقط هناك أمر يتعلق بصديقتي لديها ابن تعتبره كل حياتها ولكنه مختفي ويبحثون عنه ولايجدونه! فبقيت تلك الابنة تفكر بهذا الولد المختفي، وفكرت ملياً وفتحت كتاباً تقرأه، وبعد برهة شعرت بشيء غريب يحدثها بأن هذا الولد يعيش في مكان يشبه مستودع وفيه آليات ومكائن وسيعود الى صديقة امها بعد خمسة ايام.. فذهبت سارة تخبر أمها عما تحس به فتفاجأت أمها من شعورها واتصلت هاتفياً بصديقتها لتعطيهاملاً بعودة ابنها واخبرتها بأنه سيعود اليها بعد خمسة ايام، فرحت صديقتها وقالت بانها ستوزع طعاماً للفقراء ان عاد حقاً اليها وستقوم بتزويجه ربما هرب لانها لم توافق على زواجه من الفتاة التي يحبها.

وبعد اربعة ايام اتصل هاتفياً هذا الولد بأمي يخبرها بأنه سيعود، فقالت أمي له : ولدي الغالي أمك تفكر بك كثيراً وستحقق لك كل ماتريده، تعال اليوم ، فكننت اسمع حديث والدتي بالهاتف وحسبت الايام فوجدتها اربعة ايام وليست خمسة فقلت في نفسي: لا بد ان تكون خمسة ايام وليست اربعة! وعندما اغلقت والدتي الهاتف ، سألتها: أمي ماذا قال لك هذا الولد؟ فقالت: انه سيعود غداً وليس اليوم. فابتسمت وقلت لها: نعم لا بد ان تكون خمسة ايام، فضحكت أمي وقالت: ابنتي المشاغبة، كيف عرفت بالامر؟! فقد اخبرني انه يعيش في كراج تصليح السيارات

أنا الخلاعة مذهبي - بحبك يا حمار

◀ بقلم: احمد قطب

هل استسلمت يوماً لسلطان الشهرة؟!

هل وجدت نفسك تقيم ما تقرأ وما تسمع تبعاً لمدى شهرة صاحب ما تتابع؟!

الكثير يستسلم للتأثير الذي تتركه الشهرة والحيشية في النفوس ومن ثم لا يتجرد في الحكم علي قيمة العمل الذي يقرأه أو يسمعه .

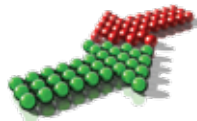
ربما الآن تقول ما علاقة العنوان بما سبق ما دور الخلاعة والحمار هنا..

أود أن اخبرك أن الخلاعة مذهبي كانت غنوة لكوكب الشرق أم كلثوم. مع هذا لم نسمع يوماً أن أم كلثوم وجه لها نقداً أو حتى تساؤل عن مذهبها في الخلاعة؟! بل لربما طرب الملايين من تلك العبارة واعتبرها هادفة رائعة البلاغة، أما عن الحمار (الذي يحبه شخص ما) فلك أن تعلم أن هذا الحمار كان عنوان أغنية لمطرب شعبي اسمه سعد الصغير وانهاالت عليه الصحافة النقدية والبرامج الادبية لوصفه بالابتذال والاسفاف، بينما ربما جد ذلك الحمار تغنت له شادية في الخمسينات شي يا حماري قلبي عليك من طول مشواري، فكيف تغير رد فعل الجمهور، أغنية للحمار وصفت بالاسفاف والأخرى لحمار آخر وصفت بالعمق والجمال، هل الحماران

ولعبت برأسي الخواطر المفزعة. حاولت أن أتغلب على تلك الأفكار السلبية بأن أقطع الصمت وأدير حواراً مع السائق، ولكن الرجل كان صموتاً كأنه قُدَّ من صخر. كان يجيب على أسئلتني بصعوبة وكان للكلام قيمة نقدية أو كأن النطق يسبب له ألماً ما.. وكثيراً ما كان يستعيض عن الكلام بإيماءات وأصوات مبهمه توجي بالضجر. .. وبعد أن قطعنا مسافة لا بأس بها من الطريق، تركته وشأنه لَمَّا فشلت في أن أجعله يتحدث إليّ...

ما أبعد الفارق بين شخصية هذا الرجل الصموت الذي لا ينبس ببنت شفة وبين زميلي الثرثار الذي لا يكف عن الكلام.. وبالرغم من كونهما نقيضين إلا أنني ضقت بكليهما. ما دعاني لأن أدرك أن جاذبية الشخصية لا علاقة لها بنوعية الصفات المحددة لها، فقد يكون الانسان كثير الكلام وقد يكون صموتاً، حامياً أو هادئاً، رومانسياً أو عملياً، سريعاً أو بطيئاً، متروياً أو متهوراً، إلخ.. كل هذا لا يهم.. المهم فعلاً أن تكون لديه القدرة على توظيف هذه الصفات بشكل سليم يتناسب مع الموقف الذي يمر به. فالغضب في حد ذاته يعتبر صفة بغیضة وغير محببة ولكن أن تغضب ممن ينتهك حقوقك ويؤذيك ويتسبب لك في الضرر فذلك أمر حميد ومطلوب. وعلى العكس من ذلك، يعدّ التروي صفة محمودة لكنه في المواقف التي تتطلب الحسم وسرعة اتخاذ القرار قد يكبد صاحبه خسائر جسيمة. وهكذا يتجلى التميز في قدرة الانسان على حسن استغلال ما يملك لا في امتلاكه للصفات البارزة والامكانيات الفائقة الفريدة. فكم من أناس يمتلكون صفات ومواهب مميزة جداً ومع ذلك يطمرونها في وحل اللباس والكسل والتخايل.. في حين يعطي المميزون قمع التائق والنجاح بما لديهم من إمكانيات، قد تكون ضئيلة ومحدودة، لكنهم أحسنوا فهمها وعملوا على توظيفها بالشكل الذي يبرزها ويضمن لهم التفوق والامتياز.

بين النقيضين



◀ بقلم: دولا اندراوس

آخ.. جالك الموت يا تارك الصلاة!

كنت على وشك الانصراف قبل أن يراني، ولكنه ضبطني وأنا أحاول الاندساس بين الحاضرين لأرؤغ منه. وجدته يُشير إليّ من بعيد ويدعوني للانتظار إلى أن يخترق الجمع الذي يفصل بيننا ويأتي لتحتيتي. أدركت لحظتها أنني وقعت ولا حدش سمّي عليّ. فيها على الأقل ساعة من الكلام المتواصل والوقت المهدر. ففلان هذا عيبه أنه لا يكف لحظة واحدة عن الكلام. كما أن الحوار معه، هو دائماً حوار من طرف واحد فهو لا يتوقف لستمع أو حتى ليفكر فيما سيقول لاحقاً، وإنما يسترسل دون انقطاع وكأنه هو الذي اخترع الكلام وله وحده حق الانتفاع به. أنا أيضاً لم أجد أسمع شيئاً مما يقول. أتابعه فقط ابتغاءً للحظة من اللحظات شديدة الندرة التي يتوقف فيها ليلتقط أنفاسه، حتى أستطيع أن أقاطعه واستأذن للانصراف. لحسن الحظ أنقذني وصول التاكسي الذي سيقلني إلى البيت من عذاب الإنصات إليه.

هرولت إلى الخارج وأنا أشكر الله أن سيارتي تحت التصليح وكنت أشكو من ذلك في الصباح. كان الوقت متأخراً وبرد الليل أرغم الكثيرين على البقاء في بيوتهم اتقاءً للسمعة فكان الشارع شبه خال. دلفت إلى التاكسي.. وأنا أتمنى أن أرزق بسائق متهور يحلمني إلى بيتنا البعيد في زمن قياسي. ارتميت على المقعد الخلفي محاطة بالبرد والظلام. انتابنتي رعدة بسبب السكون الشامل الذي غلّف كل شيء



تأملات ...

◀ بقلم: ايمان الشريف

الفور.

فقد جلبت لهم العار، بل هي العار المتجسد بكونها انثى أولاً منذ ولادتها، وها هي تجرؤ على ممارسة مشاعر الحب ثانياً. لم تترى في عيون أهلها، والجيران، وزملاء الدراسة إلا نظرات الاحتقار واللوم والكثير من الشماتة. فصدقت أنها كائن مشين، اقتنعت أنها الخطيئة متجسدة، رسخ في وجدانها أنها مذنبية، رأت أنها ذلك الكائن الذي تكتمل أهليته بالانتساب إلى رجل. رضخت لفكرة أن الزواج ستر، شرف، رفعه لأية انثى خاصة جالبة العار مثلها. لذا وجب عليها ان تعيش ممتنة لإبن العمّة؛ الذي أدى لها جميل العمر وقبل الزواج منها وستر ما سموه بعارها.

ثبت في وجدانها بأن مشاعر الحب ذنب عظيم يستلزم التكفير عنه، تحت قدمي هذا الزوج. زوج!! لا.. لم يكن زوجاً ولا شريك، إنه السيد المطاع، وهي جاريته، أمته، مهمتها الوحيدة وطريقها للجنة؛ العمل على راحته وخدمته في فراشه، وفي منزله ورعاية نسله. ويا لحظ التعس القاهر.. فأول النسل.. أنثى؛ عاراً جديداً مضافاً. فما هي أم لبنت في حملها الأول؛ مما ضاعف من إذلالها، وكسر روحها. لم تنتفس قليلاً من نسيم الحياة؛ إلا حين أهداها القدر.. الذكر في الحمل الثاني. أمعنت في تدليله، وتلبية طلباته، مقطرة على الابنة. جعلت منه أمراً ناهياً.. رقيباً على شقيقته الجامعية وهو الفاشل في تعليمه. استفاقت على صرخة مستجدة من الابنة، من شدة ركل أخيها. أشارت للولد ان يكف.. وأمرت الابنة ان تهض وتعدل من هندامها. وينبره قاسية حازمة قالت: هيا بنا لطبيب أمراض النساء.

صحة وردٍ مسموم

ظهيرة أحد أيام الشتاء الباردة، مليدة السحب منمكة هي في طهي وجبه الغداء؛ حيث زادت الأبخرة المتصاعدة من الأواني المتعددة، إحساسها بالحر، فتأخذ من أن لآخر بتجفيف عرقها بطرف خمارها. أجابت بالموافقة: أي نعم يا مولانا.. (صوت الشيخ الصادر من المذياع الصغير على رف متوسط الارتفاع؛ حيث تستطيع سماعه بوضوح)، حين كان يوصي الزوجات بطاعة الأزواج خصوصاً دعوة الفراش حتى لا تلعنهم ملائكة الرحمة وطمعاً في رضاء الرب.

وإذا باب شقتها يُصفع بشدة، تبعه صراخ صوت ابنها يا فاجرة، يا داعرة. يصحبه صوت نحيب ابنها. جرت مسرعة، مستطعة الأمر من الابن، فأخبرها أنه رأى أخته تستقبل ورداً من زميل لها، حين ذهب ليحضرها من الجامعة.

أخذها الزمن إلى الوراء بسرعه البرق، حين كانت في صباها شابة يانعة، وأعلن زميل لها عن رغبته في التقدم لها عن طريق تقديم مثل صعبة الورد هذه. وكيف أن فرحتها جرفتها بعيداً عن الأرض، واحتضنتها فرحة مبهجة معلنة. وحدث أن نتيجة ذلك التصرف العفوي جداً، الإنساني جداً.. ضد أعراف المجتمع المتدين جداً، فُصلت من الجامعة، وقرر أهلها تزويجها من ابن العمّة اللزج، ذلك الذي لم يتعد تعليمه المرحلة الإعدادية. حيث أنه صاحب ورشة للألمنيوم، وله شقة في منزل العمّة، وقد أعلن سابقاً عن رغبته في الزواج بها.

لم تشفع دموعها ولا توسلاتها لذويها بمراجعة تزويجها فوراً، ولا حتى من عرضها على طبيب النساء للكشف على عذريتها منعاً لذبحها على

لن أعود ما حييت

◀ بقلم: كارولين ميلاد

هو.. من علمها أن البوح جريمة مُستحقة العقاب ونتيجته الحتمية الموت رجماً..

هو من تقنّن في إصااق لسانها بحنكها بعدما كان يرقص بحرية..

نعم.. كلص سرق صوتها وسجنه ووضع على بوابة السجن ألف حارس وحارس ليتلصصوا ويغتالوا أي محاولة لحيائه..

والآن وبكل وقاحة.. يستدعيها إلى خشية المسرح، ويدفعها دفعاً أمام الجماهير لتتلو نصوصه المزيفة، وتمثّل دوراً طالما مرّق أوراقه بيديه بلا مبالاة.. يدفعها لتسبح بحمده..

تحاول وتقتش عن أية حروف مازالت مبعثرة هنا أو هناك فلا يخرج سوى فحيح في روحها صنّع رياح تحمل ذكرى جديداً وعتقاء..



أحبك.... أشلاء..

أحبك... بلا حضور..

أحبك.. وتتطاير عيناى شرراً عند اجتراك وإظهار أي مظهر للحياة..

حياتك تهين موتي المقدس..

كينونتك تهين عديمتي اللذيذة..

حضورك يهين شحوب حضوري..

ألا تستحين!!؟

أرجوك ألا تكوني.. إلا بحسب مشيئتي..

لا تحيدي عن نصوصي وألواني الملعونة.. فتصيري ملعونة أمام الله والناس..

وفي غياب معتاد يجدد شهودي تجاه عطاؤه المسموم..

يا هذا... كُف عني..

فلقد ذهبت ولن أعود ما حييت..

صقور جارحة تحوم حول جثة صوتها الملقاة عارية على وجه بيضاء قاحلة..

كلّ مرة كان يعبر لها عن حبه الأعظم بين أنواع الحب في مخيلته وموروثاته البالية ترتبك روحها بشدة..

هي جوعى ولكن لطالما تسمّمت بهذا النوع من الطعام المفخخ..

فلطالما سحق روحها..

ولطالما حاولت التداوي والنهوض وتقوى القديم فما يلبث ويقدم لها نفس الطعام بمحاولات تزيينه والعبث بمكوناته وتظلّ النتيجة واحدة تسمّم في الروح..

تلمس كسورها ونزفها وعجزها..

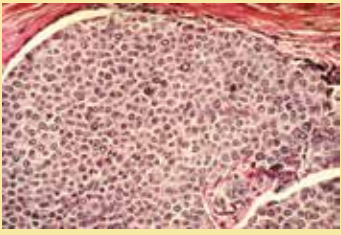
تحضنهم وتلفظ رعايته المزيفة..

تلفظ امتهان واستنزاف روحها..

أحبك..... مية..

سرطان الثدي

بـقلم: هديل حميد



واحدة من كل ثمانية نساء تعاني من الإصابة بسرطان الثدي في فترة ما من حياتها.

أسباب سرطان الثدي:

سرطان الثدي مثل أي سرطان هو تكاثر فوضوي متسارع في الخلايا مجهول السبب ويتهم هرمون الأستروجين كونه محفزاً لتكاثر الخلايا.

العوامل المؤهبة لسرطان الثدي:

العمر: أقل من 1% من نساء دون عمر 25 يصابون؛ وتوجد زيادة كبيرة للإصابة بعد سن ال 30 .

القصة العائلية: وجود أي قصة عائلية يزيد من نسبة حدوث سرطان الثدي بنسبة 40%-50%.

العوامل الهرمونية والتناسلية: البلوغ المبكر أو سن يأس متأخر أو تأخر سن الزواج أو الانجاب أو عدم الرضاعة.

الغذاء والحمية والكحول: تغيير نمط الطعام بالتوجه أكثر لتناول وجبات غنية بالدهون ، والاكثر من تناول المشروبات الكحولية وشرب العصائر السكرية والحاوية على الكثير من الكافيين، وزيادة التخمرة والسمنة المفرطة.

عدم ممارسة الرياضة وخاصة المشي.

الضغط النفسي وتناقص ساعات النوم والراحة.

انتشار التدخين بكثرة بين النساء وانتشار النرجيلة أيضاً.

استعمال أدوية هرمونية لمدة تتجاوز 5 سنوات مثل موانع الحمل والهرمون المعويض في سن اليأس.

طرق التشخيص:

الفحص الذاتي منذ سن العشرين والكشف الدوري عند اختصاصي بالأمراض النسائية أو أمراض الثدي الى جانب الماموغرام وخاصة الماموغرام الذي يعتمد على تقنية حقن المادة الظليلة.

مراحل سرطان الثدي:

• مرحلة أولى: ورم لا يتجاوز 2 سم مع عدم انتشار للعقد اللمفية.

• مرحلة ثانية: نفس الحجم مع انتشار للعقد.

• مرحلة ثالثة: ورم أكبر من 2 سم مع انتشار للعقد.

• مرحلة رابعة: انتشار السرطان الى اعضاء مجاورة او بعيدة مثل الرئة ، الكبد ، الدماغ ، العظام ...

طرق العلاج:

في المراحل المبكرة حيث حجم الورم صغير وبدون انتشار للعقد اللمفية أو مع الانتشار لها: العلاج يكون باستئصال موضعي للورم مع حد أمان يبلغ 1 سم خال من الإصابة، واستئصال العقد اللمفية. قد يحتاج الأمر استئصال كامل الثدي إذا كان الورم كبير، مع استئصال العقد بالتأكيد.

اعطاء جرعات العلاج الكيماوي والعلاج الإشعاعي على منطقة الورم أيضاً بكميات ومدة مقررّة تبعاً لحالة المريضة ومرحلة علاج هرموني لمن لديها مستقبلات هرمونية ايجابية.

في السرطان المنتشر: لا يجري عمل جراحي بل يستعمل علاج كيماوي وشعاعي.

السعال عند الاطفال

بـقلم: د. عامر بطرس داود



يصاب الوالدان بذعر شديد عندما يسعل طفلها وما لا يعرفه معظم الناس أن السعال عمل دفاعي يقوم به الجسم الغاية منه تنظيف المجاري التنفسية من المواد المتراكمة مثل المخاط والمواد المستنشقة مع الهواء والتي تشكل مع بعضها البعض ما يسمى البلغم.

أسباب السعال عند الاطفال كثيرة لحسن الحظ ان أكثرها عابر وأهمها الرشح والانفلونزا، التهاب المجاري التنفسية، حساسية الطرق التنفسية، التشنج القصي كما في الربو، دخول جسم غريب في القصبات.

السعال عند الاطفال أنواع:

السعال المبحوح: سببه التوذم في منطقة الحنجرة، وعادة يحدث في منتصف الليل ويصدر الطفل سعالاً قوياً يسبب الذعر للوالدين وقد يتزامن مع شهيق قوي يسمى الصرير.

السعال الديكي: وهنا يقوم الطفل بالسعال لمرات متتالية تنتهي بشهيق عميق يشبه صوت الديك.

السعال المترافق مع الصغير: سببه وجود عائق جزئي في

هل حان الوقت للتخلص من السكر؟



ليس سراً أن السكر يمكن أن يعيث فساداً بصحتك الجسدية إذا كنت تتغمس في التلذذ بتناول الكثير من الحلويات، لكن تأثير السكر على صحتك العقلية يستحق أيضاً التقييم.

هناك فئة كبيرة من الناس تدفع ثمناً باهظاً لتناولها الكثير من السكر، وذلك لأن استهلاك كمية كبيرة من السكر المعالج يمكن أن يثير مشاعر القلق والتهيج والحزن والتي يمكن أن تكون ضريبة مزدوجة إذا كنت تعاني من الاكتئاب أو القلق.

لكن لماذا يسبب السكر مثل هذه المشكلة؟

بعد تناول الكثير من السكر، يقوم جسمك بإفراز الأنسولين للمساعدة في امتصاص الجلوكوز الزائد وتحقيق الاستقرار المطلوب لمستوى السكر في الدم. بالرغم من ان هذا قد يبدو لك شيئاً جيداً إلا ان له جانب سلبي، وذلك لأن زيادة مستوى السكر تؤدي الى اجهاد جسمك للعودة به الى المستوى الطبيعي مما يؤدي بالتالي الى جعلك عرضة للتوتر والعصبية. لكن هذا ليس كل شيء، فالسكر يضعف قدرة الجسم على الاستجابة للإجهاد مما قد يثير قلقك ويمنعك من التعامل مع سبب الإجهاد بحد ذاته.

بالنسبة للعديد من الناس يعتبر تجنّب تناول الحلويات، خاصة بعد يوم مرهق في العمل، صعب للغاية بل قد يكون تناولها شكلاً من أشكال العلاج الذاتي بالنسبة لهم. إلا ان هذه الحلقة المفرغة لاستهلاك السكر لتخدير العواطف لن تؤدي الا الى

تقاوم اعراض الحزن والارهاق واليأس. كما ان الاستهلاك المفرط للسكر يؤدي إلى اختلال التوازن في بعض المواد الكيميائية في الدماغ. هذه الاختلالات يمكن أن تؤدي إلى الاكتئاب وقد تزيد من خطر حدوث اضطراب في الصحة العقلية عند بعض الناس على المدى الطويل.

وجد الباحثون في جامعة كاليفورنيا في لوس أنجلوس أن الاكثر من تناول المواد الغذائية الغنية بالفركتوز مثل الصودا مثلاً، يبطئ عقلك ويؤثر على الذاكرة والتعلم. وقد يؤدي أيضاً إلى الإصابة بمرض الزهايمر ومرض السكري وأمراض القلب.

لكن هل الانقطاع عن تناول السكر يساهم في تراجع هذه الاعراض؟

نعم على ان يتم على مراحل مدروسة فتحت اشراف طبي، لأن التوقف عن تناول السكر يمكن أن يسبب آثاراً جانبية خطيرة، في كثير من الحالات، مثل القلق والتهيج والارتباك والتعب شأنها شأن التوقف عن تناول بعض الادوية والعقاقير مثل الكوكايين.

المصدر بتصرف : healthline.com

كلمات متقاطعة

أفقي:

1. ثعبان شديد السمية - انتفاخ في الجلد جراء ضربة
2. متشابهة - حركة مياه البحر (معكوسة)
3. لاعب كرة قدم مصري عالمي
4. ست الحبايب - مسكن مفروش لإقامة المسافرين (معكوسة)
5. دولة فائزة ببطولة كأس العالم لكرة القدم 2018
6. ما ينزل على الأنبياء والرسل - حيوان زاحف من ذوات الدم البارد يسمى الغيث
7. مكان يحبس فيه المجرم - كلمة تقال بعد الدعاء
8. رئيس أميركي من أصول أفريقية - ليس قبله شيء (معكوسة)
9. جمع لص (معكوسة) - غطاء للنوم
10. علم دراسة الاجرام السماوية - القوة على الشيء والتمكن منه

عمودي:

1. شركة مشروبات غازية عالمية
2. متشابهة - وثيقة تعطى مقابل ما يدفع من مال
3. طائر ليلي يتشائم منه البعض (جمع) - موقع للتواصل الاجتماعي
4. سائل يستخدم للكتابة - نوع من الاطباق تستخدم للخبز (معكوسة)
5. أبو البشر - من اسماء الموت (معكوسة)
6. ما تخفيه في نفسك
7. محافظة في صعيد مصر فيها ثلث آثار العالم (معكوسة) - نقص (معكوسة)
8. أب - لا يعتقد وجود الله
9. اول الشهور الميلادية (معكوسة) - ناقل النقص (معكوسة)
10. معلم سياحي توضع فيه التحف الفنية والاثريّة - من الحلويات الشرقية على شكل خيوط دقيقة

10	9	8	7	6	5	4	3	2	1

10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
ص	د	ل	ا	خ	ي	د	ا	و	
ل	ك	ر	ر	ا	و	ن	و	ر	ي
ا	ا	ف	ي	ح	ف	و	د	و	
ح	م	ا	س	ا	ن	ا	ب	ا	
د	غ	ر	ر	ا	ر	ل	خ	ن	
ا	ي	ش	ا	ي	م	ا	ط	خ	
ز	ل	ر	ش	ل	ن	ب	ا	ن	
ا	ل	ا	و	ش	و	ش	ل	ن	
و	ر	ا	م	ك	ا	ب	و	ب	
ز	ي	ر	ر	ا	ف	ر	ص	ق	

الحل السابق

سودوكو

4		3	9		6	1		8
	8						4	
		5		4		9		
		7	5		4	6		
8								1
		2	1		3	7		
		8		5		2		
	9						1	
7		1	8		9	4		6

5	7	2	4	1	6	3	9	8
8	4	6	9	3	2	1	5	7
1	9	3	8	7	5	6	4	2
4	3	1	5	2	9	5	7	6
9	6	5	7	4	8	2	1	3
7	2	8	1	6	3	4	8	9
2	1	4	3	9	7	8	6	5
6	5	7	2	8	1	9	3	4
3	8	9	6	5	4	7	2	1

الحل
السابق

الكلمة المفقودة

الحل السابق
القدس

أصبحت - شمسهم
- فكم - لك - فيهم
- من - راعك - عند
- الظلام - وساجد
- والصائون -
- يرون - انك - مفرد
- في - الحسن -
- إقرارا - لفرد - ماجد
- كالزهرة - الزهراء
- أنت - لديهم -
- مسعودة - بالمشتري
- وعطارد - فعلى
- يدك - جميع -
في

ف	ا	ل	ح	س	ن	ل	ف	ر	د	و	م
ي	م	ل	د	ي	هـ	م	س	ع	ا	ا	ا
هـ	إ	ن	م	س	ع	و	د	ة	ل	ل	ج
م	ن	ف	و	ع	ط	ا	ر	د	ز	ص	د
ع	ك	ا	ي	ي	د	ي	ك	د	هـ	ا	ف
ن	ف	ع	ل	ي	ج	م	ي	ع	ر	ئ	ي
د	ب	ا	ل	م	ش	ت	ر	ي	ا	ب	ش
ك	ا	ل	ز	هـ	ر	ة	ح	س	ء	و	م
أ	ص	ب	ح	ت	ر	ا	ك	ع	ن	ن	س
م	و	س	ا	ج	د	م	ف	ر	د	ي	هـ
ك	ا	ل	ظ	ل	ا	م	ي	ر	و	ن	م
ف	إ	ق	ر	ا	ر	أ	ا	ن	ت	ل	ك

الكلمة المفقودة

من ثمانية احرف فنانة مصرية راحلة لقت بسندريللا الشاشة العربية

- **برج الحمل:** تقطف ثمار جهودك السابقة خلال الاسابيع القادمة، فالأجواء الفلكية توفر لك حوافز تحمي مصالحك . وعلى الصعيد العاطفي تنعم بجو هادئ مع من تحب.
- **برج الثور:** روح المغامرة تسيطر عليك وفترة حافلة بالنشاطات والأعمال التي تستعيد معها ثقتك بقدراتك وتجعلك متفائلاً. ما كنت تراه مستحيلاً سيتحقق خلال الاسابيع القادمة
- **برج الجوزاء:** تميل إلى المجازفة وتخطط لمشروع يخدم مصالحك المالية فتنتقل إلى التنفيذ بثقة تامة. هناك احتمال حدوث تغييرات مهمة في العمل والحياة الاجتماعية.
- **برج السرطان:** تمارس مسؤولياتك بشكل جيد، ويكون النجاح ثمرة خطوة جريئة تقوم بها. عاطفياً تدفع ثمن أخطاء ارتكبتها سابقاً، فرص عدة ستتاح لك فاعرف كيف تختار الأنسب.
- **برج الأسد:** التكتم حول بعض المشروعات مفيد لك، سعادتك في بيتك فلا تدع المغامرات العابرة تسرقك من محيطك. أمر مهم تناقشه مع أفراد العائلة وتقع الجميع بوجهة نظرك.
- **برج العذراء:** فكر طويلاً قبل إعطاء موافقتك على عرض عمل جديد . مقابلة مع شخص عزيز عليك تدخل الفرح إلى قلبك، قد يتعكر مزاجك خلال الايام القادمة وخاصة مع محيطك.
- **برج الميزان:** نجاح وتفاؤل وسعادة ولقاءات مهمة مع أشخاص نافذين. ربح مادي ومعنوي يجدد عندك الاندفاع والثقة بالنفس. برر أفعالك وشرح وجهة نظرك بوضوح تام.
- **برج العقرب:** انت أكثر تفهماً وواقعية هذا الشهر ولكن الفلك يندرك بوجود السيطرة على أعصابك. أمور تشغلك حاول ايجاد حلاً سريعاً لها، كي لا تجري رياحك بما لا تشتهي سفنك.
- **برج القوس:** انفراج قريب يريح قلبك، مسؤولية كبيرة تنقل كاهلك وتمنعك من الاهتمام بأمور أخرى. تتقبل الواقع وتأقلم مع أجوائك الطارئة فما كتب على الجبين يجب أن تراه العين.
- **برج الجدي:** لا تدع الحزن يجتاحك ويحد من نشاطك، تمر بفترة تستوجب التركيز. لا تقلق فالدنيا ستضحك لك قريباً، لكن عليك ان لا تنسى من مد لك يد المساعدة أثناء الشدة .
- **برج الدلو:** حيوتك تمنحك شخصية متألفة وعفوية لكن طموحك قد يبدو للبعض تسلطاً. اطمئن فتتقن بنفسك واضحة وتسهل عليك التواصل مع المحيط.
- **برج الحوت:** تميل الى التضحية ومساعدة الآخرين، احذر المبالغة وابتعد عن المغامرة للتخلص من مشكلاتك. باستطاعتك التفكير بمشروعات السفر وستكون محط الأنظار اجتماعياً.

البرج الشهيرة



////// اجتماعية ALSAFFER

////// ثقافية ALSAFFER

////// اخبارية ALSAFFER

Published Monthly by
The Iraqi Canadian Group Organization

تصدر شهرياً عن
منظمة المجموعة العراقية الكندية



General Director المدير العام
Khassan F. Saka غسان فؤاد ساكا

Editor in Chief رئيس التحرير
Ghada M. Altali غادة مفيد التلي

Layout and Design تصميم واخراج
Elza Mouradian الزا مراديان

Head Office المكتب الرئيسي
397 Wyandotte St West
Windsor, ON N9A 5X3
Phone: (519)254-2000
Fax: (519)254-2003
icgo.media@outlook.com

Published articles express the views of
their owners. They do not necessarily
reflect the opinion of the newspaper

المقالات المنشورة تعبر عن وجهة نظر
أصحابها ولا تعبر بالضرورة عن رأي الجريدة



THE BERMUDA TRIANGLE MYSTERY: POSEIDON'S VISIT!

► Story Written By Wedad Alkhaliel

Somewhere in the deep blue ocean, in the great, mysterious sea, known as The Bermuda Triangle, there lived all sorts of different sea creatures ranging from babies to elders. Every day, they would gather together and swim to the top of the ocean, and admire the gorgeous scenery. It was a view of the bright sky, and the sun shining down upon them. You could say it was like a habit, part of their daily routine just to take a look at the beyond, just to take a few moments to observe what's beyond the ocean.

One beautiful afternoon, Poseidon, God of the Sea, earthquakes, and horses, decided to visit The Bermuda Triangle. Like every other God, Poseidon could overpower any enemy he meets. Using his trident, he could create strong forces to take down intruders. When Poseidon visited The Bermuda Triangle, he saw something, he had never seen before.

"Good morning darling, who's ready for nap time?"

"Me want nappy." Replied little Edmund. He was growing old enough to swim to the top and take a look. In fact, many baby creatures were much like Edmund; they were looking for some peace and quiet to lay down and take long naps.

Since Poseidon visited, all the creatures of The Bermuda Triangle would have to gather around and greet him. The leaders were the first:

"Hello, Oh Mighty Poseidon! It is an honour to see you"

"Likewise. Say, I've been visiting many parts of the ocean and I would love to see what a day here is like."

"Why sure, We all hope you find your visit pleasant and harmonious! Please, take some time to relax for your welcome ceremony held in front of quiet the view."

"Until tomorrow."

Tomorrow. A day meant to be no different than any other. Poseidon was here to be greeted and observe a day in the Bermuda Triangle. Same as always, everyone would wake up, go out for breakfast, come back to enjoy the view above, eat lunch, attend family gatherings, hang out all day until bedtime. During shopping times, it was always very difficult knowing there isn't much to shop for, except for coral and other tiny fish. Poseidon was going to experience it all.

"I have awakened!" Declared Poseidon. "Let's make the most out of this day!"

"Good morning sir, I am your assigned assistant for the day, please follow me to consume your breakfast with all the sea creatures."

"Thank you, good man, I'll be there shortly."

Meanwhile, at the breakfast table, the maids were finishing up as everyone was gathering around. They could see Poseidon walking towards them from the distance. Elders still remember his strong face.

"Please welcome Poseidon, our Sea God."

"Welcome everyone, hope you all had a cheerful morning. Today, I would like you to continue doing what you are doing as I observe."

"Observe. Poseidon was only here to observe. The God of the Sea, the great, and powerful, was only here to observe. That doesn't sound right. Let's see what Poseidon is really observing." Thought an Elder, as Poseidon passed by her chair.

As a tradition, every sea creature, big or small, has to swim to the top and gain a sense of calmness for the day. For some reason, little Edmund started crying. As so did many other, and others, and soon, every baby was crying all at once. It was unusual. Extremely, and to have had happened on the day Poseidon was visiting. Unusual. Very out of the blue, that it started to cause dismay."

"Come on, Edmund, let's watch the sun, shall we."

All the creatures, with the ringing of baby cries in their ears, swam up, only to suddenly hear more crying. Nothing worked, bottles, rattles, not even seaweed purée, their favourite food! However, nothing could break tradition! They all managed to swim up and watch the sun, even if crying sea babies were involved.

As the minutes passed by, it was restful, with nothing but relaxation. Until a loud noise has been heard. Louder than any baby cry in the entire sea! It grew deafening to the point where all had to swim to the very bottom as a safety procedure. Surprisingly, the babies stopped crying. They could sense the extraordinary, they could sense something wasn't right.

"EVERYONE, THEIR CRIES WERE A WARNING!" Cried, one mother.

"POSEIDON IS STILL UP THERE!" Cried another.

Up there. Poseidon, all alone. As he too knew what was occurring at that moment. Using his colossal trident, he blasted the unidentified ob-



ject with a loud BANG, into a puff of smoke where it will never be seen again.

As for the creatures, they were petrified. Poseidon gave them the signal, and one by one, they came out. The first time to happen, hopefully, the last, the Bermuda Triangle, had been invaded.

Thanks to these first intruders, everyone was unprepared. Babies had trouble getting back to their habits, sleeping, a few elders had heart attacks from the fear and unfortunately passed away, everyone's daily lives got interrupted. Something had to be done, and so it was.

Poseidon gathered a group of soldiers, in case there was the next battle. "What once was a calm and peaceful place, Is now an attack zone, as for all who enter, vanish." Announced Poseidon. He gave 'The Whirlpool' gem to the Bermuda leader of the sea, and declared the babies 'The Warnings' until he found a better one.

"Out of all the places I've been to, they looked nothing like it did here. I had to see for myself if it was you, creatures, or simply weather problems. I chose not to say anything until I was sure." Responded Poseidon. He was being asked many questions about this phenomenon in the outside world.

"These intruders will stop at nothing to get by, possibly injuring or killing someone. We will stop at nothing to make sure that doesn't happen. To make sure, no one will bother you again! No intruders will pass by. Hopefully, no new intruders enter. Cautiously, attack from the bottom. The whirlpool gem I gave you will make it easier, but it will be quiet hard. Together, you are stronger! This is your life now; you shall defend your sea. This will not happen every day, nor week I assure you, but it will happen. Make the most out of this situation, try to live the best of your lives, and make me proud!"

To this day, Poseidon's speech rings true to their heads. Due to humans disturbing these innocent creatures, they are no longer living their best life. Having to cancel out the noise, the only way was by taking the problem away, having it gone forever. Both sides of the world, sea, and up above, have no understanding of each other, but only of whom they love.

Canada is between wicked women and power of law..."

► Ghada Tali - Translated by Louay Alyoussef

Saving a human life is, of course, a matter of upliftment and humanity... even if there were some kind of doubt about the saviour's intention and motives ..

It hasn't been undercovered to mostly anyone how wonderful and great was Canada's attitude or position of rescuing Saudi young woman named; Rahaf. She was rescued out from her persecution and was given her a total complete new life. Thus, she was consequently well prepared to achieve her next goals and ambitions.. Hence, reaching the stars was possible if she wished to...

So Canada has granted her refuge mainly to Canada, despite that she announced she didn't seek it but only to Australia... That's why we have to say; "Well done .. long live, Canada, thank you!! You donate without even a request! "But are Canada charity's wings always fluttering like that in search for oppressed people around the world???

Have you heard, dear reader, of Yemeni girl named; Nada, whose desires and aspirations were only education, safety and living as a human?? That girl; whose country was completely collapsed, killed her loved ones and was long living with all kinds of fear everyday!!!!

Yemen; according to the United Nations; has been classified as the greatest human tragedy in modern times..!

It happened that someday this girl and her sister were fond of a dream by which the cold weather of Canada smoothly fluttering their foreheads as the source of human life, safety and ambitions they totally seek. They both were so enthused as they submitted a legitimate refugee request from United States to Canada and after the decision of the American president; Trump as to include Yemen among the five countries banned from entering the US. Although Canada is still a safe place for anyone, but their request was rejected, and both were deported to USA...

The Two girls have tried again yet illegitimately across the land border, as have done thousands of Syrians fleeing from Trump's decisions and hopefully seeking security and stability that Canada provides, as it's opening its arms to all forms of refuge. This time, however, the receiving was different as with chained hands and spreading their painful pictures against their will...!

Chained the one who only simply wanted life! The one who had no homeland ...! The moral rules were in conflict with the legal ones...In the end, the rule of law, which she was still waiting for two years was well accepted by the consent of granting of refuge and other rights, or the possibility of rejection of her request and thus to deport her to her country!

Now between the lucky Rahaf the unlucky Nada was the young Syrian named; Hassan Qinttar. He was better than Nada but worse than Rahaf! However, he had to wait for eight months at Kuala Lumpur airport since when he first applied for refuge to Canada (Can you imagine that period of waiting at the airport?!?!?) until the legal proceedings were completed and his application was approved, yet still Rahaf's much more quicker...

Here we wonder whether endeavors of the government of Justin Trudeau was faithful or as the Arabs say "Wicked women..". Has Canada to the Saudi activist Raef Badawi; who was the reason of the break with Saudi Arabia sympathizing with him?! Or because of the feminine pressure of his wife; the Canadian by nationality named; Anssaf Haidar..

Canada today is one of the richest countries all over the world. Yet, the question is now; Has it done its duties properly towards the Yemeni people?!?! It has almost contributed to its tragedy by selling weapons whose Nadia's people were killed by!! As contributing to both Syrian people and Iraqi's??

Finally, let's repeat saying; "Thank you, Canada...! Well done for you've saved Rahaf's people... Thank you very much for your long angelic wings !Yet only hope to claim fluttering on those who actually need them not on those who have the interests of extremes !

A RELATIVE WASTE OF TIME

► Louay Alyoussef

Life is but a relative waste of time
Some live for peace, some for crime
Some for destruction, others for creation
Yet still (which is which?); unless an intonation
May give sense since words are abstract
Of relative, meaningless items as lies are a fact
Or when confused we are; act or react is there
Backwards becomes forward; up and down is in the air,
That of the same stuff; a wheel of start or end
As some are sure as dirtiness is pure they see
Hence vision is a point of no discussion for them to be
As a word is only a word they understand then send
To others who differently see it and totally adopt
Like a star which looks silver, golden yet still a dot
Never is it there to be seen in day-time but bright at night
Unless cloudy is the sky, seems very close dressing in white
Hence height is an abstract matter for it's seen very near
But to visualize the truth we needn't ears to hear
Only eyes may fit to sit and see; what else need?
Imagination is still there; may control a truth indeed
For if we are in day-time; only blue the sky's seen
All colours are alike in dark; black is the green
Even truth might sometimes be confused or unknown
Never do we simultaneously see all sides of a stone!
Nor do hear what underneath unless we pick it up
Let not do it, even if we did, let's throw it and stop!
For many possibilities are there, and may be none
Like words; like life as a whole is but real pun!
Like words-game we play using a rhyme....
Life is but a relative waste of time...

AS WE CHANGE THE SIEVE!

Generally speaking, the subject the social customs, traditions and even the so-called heritage may be considered one of the most complicated issue to talk about. It is preferable to discuss all that in an objective and humanitarian way away from bias to any society or entity.

Despite the complexities of this subject, there is still an easy and simple solution to handle. For some people, socially speaking, tradition is something so sacred that must be respected just like customs and heritage. Here does the problem exist, in which we are in touch with a variety of contradictions to assess what is logical, rational or even humane....

"Black Cat or Owl", for example symbolizes " a good luck" in

Western societies and even in America and Canada, while they are a real harbinger of "bad luck" and even a satanic spirit in the beliefs of traditions in most of the Arab countries!

The beaches of nudists in Western, American and some other countries may be considered to be somewhat acceptable in their contemporary traditions, while it is totally rejected in the Arabs' and even on the contrary; it indicates a categorical rejection and real refusal of adopting that idea in their traditions!

Despite all these contrasts in beliefs, each group of people may be encouraged to respect the beliefs of the other. Hence, we should not regard, heritage and social customs like sacred ones or abstract facts. They totally remain relative beliefs of both

right and may be wrong! The best thing we may finally do is to wiggle all of them, follow what is stuck there in the sieve!

So most of these beliefs may have been controlled or related to a certain time, place and (or) circumstances. They are not abstract facts for all times and ages. They mostly may fall down and vanish As we change the sieve!



L.A

For Advertisement on
**The Ambassador
Newspaper**
Please contact us
(519) 254 -2000
icgo.media@outlook.com

Get Your Income Tax Done
for **Free** at the
**Iraqi Canadian Group
Organization**
For details contact us
(519) 254 -2000

CANADA IS BETWEEN WICKED WOMEN AND POWER OF LAW...

15

ENGLISH SECTION

POEM

A RELATIVE WASTE OF TIME

14

ENGLISH SECTION

The Bermuda Triangle Mystery

POSEIDON'S VISIT!



The young author, (WEDAD ALKHALIEL), touches upon the issue of human impacts on marine ecosystem in a short fiction story revolving around Poseidon's, Greek God of the sea, visit to the .Bermuda Triangle

15

ENGLISH SECTION

AS WE CHANGE THE SIEVE!

