

الهيئة أفادت بتأليف فريق عمل من مُحققين مُديرية تحقيق نيوى؛ للقيام بأعمال التحري والتدقيق والمتابعة لحالات التجاوز على أراض زراعية تعود ملكيتها لوزارة المالية، لافتة إلى أن الفريق تمكن من ضبط (11) مُتَّهَمًا؛ لقيامهم بالتجاوز والاستيلاء على أرض تبلغ مساحتها (100) دونم وتقطيعها بشكل مُخالِفٍ للتعليمات والقوانين، ودون استحصال الموافقات القانونية.

وأوضحت أنه تم تنظيم محضر ضبط أصولي، وعرضه رفقة المُتَّهَمين على قاضي محكمة تحقيق نيوى المختصة بالنظر في قضايا النزاهة، الذي قرَّر توقيفهم وفقاً لأحكام القرار (١٥٤ لسنة ٢٠٠١).

أعلنت هيئة النزاهة الاتحادية تمكُّنها من الإطاحة بعدد من المُتَّهَمين بالتجاوز على عقارات عائدة ملكيتها للدولة في محافظة نيوى.



من رئيس العرفاء مجيسر
جاسب الى رئيس الوزراء
محمد شياع ..!

فالح حسون الدراجي

هواتف الصحيفة

07901868864

07714247603

السعر: 500 دينار

الحقيقة

رئيس مجلس الإدارة

رئيس التحرير

فالح حسون الدراجي

الخميس

10 02

رقم الاعتماد 1301 لسنة 2013

www.Alhakikanews.com

جريدة يومية سياسية عامة

Alhakika.anews@gmail.com

السوداني يصل الى الامارات في رحلة عمل وحضور معرض دولي



الحقيقة - خاص

وصل رئيس مجلس الوزراء محمد شياع السوداني، أمس الأربعاء، إلى "أبو ظبي" في زيارة عمل رسمية.

وذكر مكتب رئيس مجلس الوزراء في بيان مقتضب ورد للحقيقة، أن السوداني وصل إلى أبو ظبي في زيارة عمل.

وتحتضن "أبو ظبي" فعاليات النسخة الثانية من المعرض والمؤتمر العالمي للسكك الحديدية والنقل والبنية التحتية (جلوبال ريل 2025) بمشاركة عدد من الدول العربية بينها العراق.

وعلى هامش المعرض أقيمت جلسة حوارية أمس الأول الثلاثاء استضافت فيها وزير النقل العراقي رزاق محيبي السعداوي، الذي اعتبر خلال حديثه أن مشروع طريق التنمية الحيوي يؤسس إلى اقتصاد غير ريعي قادر على مواجهة تحديات العصر

ثمة حكاية نداولها (عائلياً) منذ أكثر من نصف قرن، مفادها أن مجيسر جاسب أحد أحوال والتي رحمها الله، كان متطوعاً في الجيش العراقي في مطلع ستينيات القرن الماضي، وقد وصل بفضل سلوكه والتزامه العسكري العالي الى رتبة رئيس عرفاء..

وكان (مجيسر) المنتسب (لحامية الحلة) أنموذجاً في الطيبة والأخلاق العالية، والشهامة والشجاعة أيضاً.. ويقدر ما كان محبوباً من قبل مراتب وحدته، كان محبوباً كذلك من قبل ضباط وأمر الحامية، حتى نسجت حول ضبطه وربطه القصص والحكايات، ومثال على ذلك، أن مجيسر كان يلتحق بوحده قبل يومين من انتهاء اجازته، وكان يؤدي التحية العسكرية عندما يمر من أمام نافذة غرفة أمر الوحدة رغم علمه ان الأمر مجاز، او في بيته وليس في الوحدة !!

لذلك كان الأمر يشيد برئيس العرفاء مجيسر بمناسبة وغير مناسبة، وكان يؤكد باستمرار أن مجيسر أفضل ضابط صف في الجيش العراقي.. لكن وكما يبدو أن كل هذه الإشادة من قبل الأمر، وكل ذلك الحب الذي كان يحظى به من كل الضباط والمراتب، لم يجديا نفعاً، ولم يوفر لـمجيسر حظاً في نيل استحقاقه الطبيعي بالترقية والترقية الى رتبة نائب ضابط، رغم أن امتيازات رتبة النائب ضابط لم تكن آنذاك بالمستوى الذي أصبح عليه بعد ذلك..

وبعد حرمان مجيسر من الترقية لخمسة مواسم ترفيعية، اضطر الى مراجعة الأمر والسؤال عن سبب عدم ترفيعه مثل بقية زملائه، قائلاً لأمره بحزن: سيدي، ألم تقل إن رئيس عرفاء مجيسر أحد أفضل ضباط الصف في الجيش؟

فأجابته الأمر قائلاً: نعم، بل أنت أفضلهم على الإطلاق؟ فقال له مجيسر: جا ليش ما ترفعني لرتبة نائب ضابط مثل البقية، وأني استحق صار خمس سنوات؟!

فضحك الأمر وقال: أولاً اريد اسالك سؤالاً واحداً يا عزيزي مجيسر: إنت منين، أقصد من أي محافظة؟ فقال له: أنا من العمارة كما تعرف سيدي !!

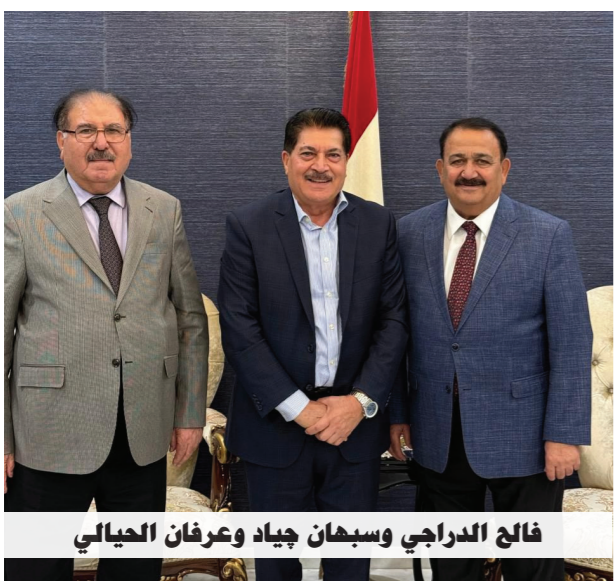
فقال له الأمر: لقد اسمع ابني .. أنتم أهل العمارة حدكم لرتبة رئيس عرفاء وتوكلون.. يعني حدكم لهاي الرتبة ما تعبروها.. لا تصعدون ولا تنزلون ..!

فقاطعه مجيسر قائلاً: هل هذا قانون سيدي لو من عدم أنتم؟ فقال له الأمر: لا هو مو قانون قانون .. بس تكدر تسميه قانون غير مكتوب.. باختصار أهل العمارة يا ابني حدكم رئيس عرفاء وفي أمان الله .. فغضب مجيسر، وارتفع الدم الى وجنتيه حتى احمرَّتَا، فنزع البيرية من رأسه ورماها على الأمر قائلاً بصوت عال:

جا مادام هيچي تكول.. خلي قانونكم الكم، وآني رايح لقانون أهلي بالعمارة..

فخرج تاركاً الأمر في حيرة ودهشة كبيرتين.. خرج مجيسر ولم يعد للجيش بعدها أبداً، فصار حكاية ومثلاً يضرب بيننا الى اليوم.. لقد تذكرت قانون (العمارة) في (ذلك الزمن) الظالم، وقصة ترفيع خال أمي (مجيسر)، وأنا أرى ابن العمارة محمد شياع السوداني يصبح رئيساً لحكومة العراق برمتها، وينال (رتبة) رئيس وزراء العراق كله وليس رتبة نائب ضابط فحسب..!

لقد تغير الزمن، واندثرت عهود التفرقة والتمييز الباطلة، فانتصر محمد شياع السوداني لمجيسر بل ولجميع (العماريين) الذين ظلتمهم الحكومات المتكبرة، وهمستهم تلك الأنظمة البائسة، وقذفت بهم تحت عجلات التمييز والحرمان واللامساواة.. هذا المقال لا علاقة له بالانتخابات، والدعاية الانتخابية، إنما هو حكاية حكيتها أمس لصديقي المناضل الوطني سبهان ملا جيا، والمناضل عرفان الحيالي ونحن نتناول الغذاء في بيت (أبي سعد) الكريم، فاقترح الصديق سبهان علي كتابتها بمقال أشهره في الجريدة ليعرف الناس حجم الظلم الذي عانت به بعض المحافظات العراقية الجنوبية، رغم أن سبهان (تكريتي) وليس (عماري)، او جنوبياً ..!



فالح الدراجي وسبهان جيا و عرفان الحيالي

العراق يعلن تأييده لمبادرة ترامب في إنهاء الحرب على غزة

الحقيقة - خاص

إلى الفلسطينيين في القطاع دون قيود، ومنع أية محاولات لتهمجهم". وكان رئيس اقليم كردستان العراق نجيرفان بارزاني قد أعرب، يوم أمس الأول الثلاثاء، عن ترحيبه بالخطة الشاملة التي اقترحتها رئيس الولايات المتحدة الأمريكية دونالد ترامب لإنهاء الصراع القائم في قطاع غزة.

وحت الرئيس نجيرفان بارزاني في منشور له على منصة "إكس - تويتر سابقاً"، "جميع الأطراف على الانخراط البناء في الحوار، والتحلي بروح التنازل، سعياً لتحقيق السلام والأمن والازدهار الدائم لشعب المنطقة". وتنص خطة الرئيس ترامب لإنهاء الحرب في غزة على إطلاق حوار بين إسرائيل والفلسطينيين للتوصل إلى أفق سياسي يضمن تعايشاً سلمياً و مزدهراً، مع تأكيد أن إسرائيل لن تحتل غزة أو تضمها، ولن يُجبر أي طرف على مغادرتها.

وتشمل المبادرة تعليق جميع العمليات العسكرية الإسرائيلية في غزة، بما فيها القصف الجوي والمدفعي، مدة 72 ساعة من لحظة إعلان إسرائيل قبولها العلني بالاتفاق، يطلق فيها سراح جميع الأسرى الأحياء وتسليم رفات القتلى. و بموجب الخطة ستفجر حركة المقاومة الإسلامية (حماس) عن رفات أسير إسرائيلي مقابل رفات 15 متوفى من غزة.

وتنص خطة الرئيس ترامب بإنهاء الحرب وفق جداول زمنية ومعايير مرتبطة بعملية نزع السلاح، يتم الاتفاق عليها مع القوات الإسرائيلية والضامنين والولايات المتحدة. كما ستفجر إسرائيل، بعد استكمال إطلاق الأسرى، عن 250 سجيناً محكوماً بالمؤبد إضافة إلى 1700 معتقل من سكان غزة بعد السابع من أكتوبر/ تشرين الأول 2023.

وتتعد الخطة بإدخال المساعدات بشكل كامل وفوري إلى قطاع غزة عند القبول بالاتفاق، في حين سيتم تنفيذ البنود، بما فيها توسيع نطاق المساعدات، في المناطق التي يصفها الاتفاق بـ"الخالية من الإرهاب" إذا تأخرت حركة حماس أو رفضت المقترح. وبحسب البيت الأبيض، فإن خطة ترامب تنص على توفير ممر آمن لأعضاء حركة حماس الراغبين في مغادرة القطاع.

أعربت وزارة الخارجية العراقية، أمس الأربعاء، عن ترحيبها بالمبادرة التي أطلقها الرئيس الأمريكي دونالد ترامب، والتي تهدف إلى إنهاء الحرب في قطاع غزة. وأنشأت الوزارة في بيان لها، بما تضمنته الإعلان من مقترحات تتعلق بوقف الحرب، وإعادة إعمار القطاع، ومنع تهجير الشعب الفلسطيني، فضلاً عن التأكيد على عدم السماح بضم الضفة الغربية. كما أعربت الخارجية العراقية عن "أملها في أن تُسهم هذه المقترحات في إنهاء معاناة الشعب الفلسطيني في قطاع غزة، وبما يضمن إيصال المساعدات الإنسانية الكافية

الثقافية

من كتب معرض بغداد الدولي للكتاب
"ماركس في مدينة الثورة" .. قراءة في كتاب فالح حسون الدراجي

يمثل الكتاب نافذة على الذاكرة الجمعية لمكان طالما كان موضع جدل سياسي واجتماعي وثقافي، ألا وهو مدينة الثورة، التي عرفت لاحقاً بمدينة صدام، ثم مدينة الصدر. إن حضور كتاب "ماركس في مدينة الثورة" للكتاب فالح حسون الدراجي، والصادر عن دار الشؤون...

التفاصيل ص 9

دراسات

المركز والهامش
وثنائيات السلطة والتابع

لعبة المركز والهامش هي القرين الوجودي بثنائية القوة الضعف، أو السيد والعبد، وهي ثنائية فلسفية كرس من خلالها هيغل نظريته لمفهوم الأمة والبطل والساند، مثلما كرس من خلالها ميشيل فوكو مفهوم السلطة والرقابة والعقاب...

التفاصيل ص 10

الاخيرة

بغداد تستعد لاحتضان
مهرجان المسرح الدولي السادس

تتهأ العاصمة بغداد لاحتضان فعاليات المهرجان الدولي السادس للمسرح "دورة ميمون الخالدي"، الذي تنظمه دائرة السينما والمسرح للفترة من 10 حتى 16 تشرين الأول الحالي. وقال نقيب الفنانين ورئيس المهرجان د. جبار جوي: إن هذه الدورة ستكون الأكبر عربياً من حيث حجم...

التفاصيل ص 12



الأمن الانتخابي
مسؤوليتنا الوطنية
(بين الناخب
وصدوقه .. يقف الامن
حارساً لا موجهاً)

الفريق الدكتور سعد معن الموسوي*

مع اقتراب موعد انتخابات مجلس النواب، تعيش بلدنا لحظة دستورية مفصلية تجسد إرادة الشعب في تقرير مستقبله عبر صناديق الاقتراع. وفي مثل هذه اللحظات، تتجلى المسؤولية الوطنية لمؤسسات الدولة، وفي مقدمتها المؤسسات الأمنية، التي يقع على عاتقها واجب تأمين سير العملية الانتخابية بسلاسة وأمان، دون أن تكون طرفاً فيها أو أداة للتأثير على مسارها.

إن الأمن الانتخابي ليس مجرد إجراء تقني أو مهمة ظرفية، بل هو التزام وطني وأخلاقي، يتجلى في حماية المواطن وحقه في التعبير الحر عن اختياره، بعيداً عن الضغوط أو التهديد أو التوجيه، ومثلما حافظت قواتنا المسلحة والأمنية على وحدة التراب الوطني، فإنها اليوم تحرس وحدة القرار الشعبي، بوقوفها على مسافة واحدة من الجميع، وبحياد تام يحفظ هيبة الدولة ويعزز الثقة في العملية الديمقراطية.

والتوجهات الحكومية التي صدرت بهذا الخصوص واضحة ولا تقبل التشكيك حيث تجسدت هذه التوجهات والأوامر بضرورة وقوف ابناء القوات الامنية على مسافة واحدة من جميع المرشحين وعدم الانحياز لاي طرف او تشكيل على حساب الاخر .

نحن في الأجهزة الأمنية والعسكرية ومن خلال رؤية اللجنة الأمنية العليا لانتخابات مجلس النواب للعام ٢٠٢٥ في قيادة العمليات المشتركة ، بكل تشكيلاتنا، نؤمن أن الحياء هو مصدر قوتنا، وأن الانضباط هو جوهر مهنتنا، ولذلك، نعمل وفق خطط مدروسة لحماية المراكز الانتخابية، وضمان وصول الناخبين إليها بأمان، والتعامل مع أي تهديد أمني أو خرق محتمل بحزم واحتراف.

ونؤكد هنا أن القوات الأمنية ليست طرفاً في السياسة، ولا مكان لها في ساحة التنافس الانتخابي، بل هي الجهة التي تضمن أن يكون هذا التنافس نزيهاً، شفافاً، وعادلاً. وكل من يثبت تجاوزه لهذه القواعد، سيُحاسب وفق القانون، أيًا كانت صفة أو موقعه، وإخيراً نقول: إن نجاح الانتخابات مسؤولية جماعية، ولكن حجر الأساس في هذا النجاح هو الأمن. ومن هنا، نجدد التزامنا أمام شعبنا بأن نحمي الانتخابات كما نحملنا الأرض، ونصون الإرادة كما نصنأ السيادة، الأمن الانتخابي ليس شعاراً، بل ممارسة فعلية ومسؤوليتنا الوطنية أولاً وأخيراً.

*رئيس خلية الإعلام الأمني

محافظ بغداد يضع حجر الأساس لمشروع تطوير مدخل العبايجي ويعلن انطلاقة جديدة للبنى التحتية



الحقيقة - متابعة

وضع محافظ بغداد، المهندس عطوان العطاوي، حجر الأساس لمشروع تطوير وتأهيل مدخل ناحية العبايجي (شارع 14 رمضان)، الرابط بالطريق الشمالي المؤدي إلى العاصمة، مؤكداً أن المشروع يمثل انطلاقة جديدة ضمن خطط النهوض بالبنى التحتية، بدعم من مجلس محافظة بغداد.

وأوضح المحافظ أن المشروع، الذي تنفذه مديرية طرق وجسور بغداد، يمتد لمسافة 12 كيلومتراً بطابع إنشائي متكامل، يتضمن توسعة الشارع بعرض 8 أمتار، إنشاء أكتاف جانبية، نصب أعمدة إنارة حديثة، إلى جانب تجهيز الطريق بمنظومة متطورة للكاميرات الذكية تضم 74 كاميرا، إضافة إلى أعمال التخطيط المروري، ووضع العلامات الإرشادية والتحذيرية وفق معايير السلامة العالمية.

وأشار العطاوي إلى أن هذا الطريق يُعد شرياناً مهماً لناحية العبايجي، وسيُسهم في رفع المعاناة عن الأهالي، مؤكداً أن المشروع يأتي ضمن رؤية شاملة لتحسين مداخل المدن، ويشكل بداية لمشروع أخرى قادمة في القضاء، أبرزها تطوير مدخل الطارمية القديم، إنشاء جسر للسيارات عند مدخل العبايجي، وتطوير طريق السدة في الطارمية، وغيرها من المشاريع التي سترتقي بالواقع الخدمي والعمراني في هذه المناطق.

10 آلاف بحيرة أسماك مخالفة تستنزف المياه الجوفية في العراق

الحقيقة - متابعة

تشرين الثاني من العام 2022 في ردم أكثر من 10 آلاف بحيرة أُنشئت بصورة مخالفة للقانون.

وبين أن كثرة الاستخدام الجائر للمياه الجوفية تؤثر بشكل مباشر على المخزون المائي، مشيراً إلى أن الوزارة تعتمد سنوياً خطاً شتوياً خاصة باستخدام المياه الجوفية في عدد من المحافظات مثل نينوى وصلاح الدين وكركوك وديالى والمثنى ومحافظات أخرى، إلا أن الاستغلال غير المشروع لاسيما في إنشاء بحيرات لتربية الأسماك أدى إلى استنزاف واضح لهذا المورد الحيوي.

وأشار السهلاني إلى أن الوزارة اتخذت إجراءات قانونية وميدانية لمواجهة هذه الظاهرة، شملت حملات للردم وملاحقة المخالفين قضائياً، فضلاً عن التنسيق مع مجلس القضاء الأعلى لتشديد العقوبات ضد المتجاوزين، إلا أن المشكلة تكمن في إقدام بعض المواطنين على إعادة استخدام تلك البحيرات بعد ردمها، ما يتطلب مزيداً من الرصد وتكثيف الرقابة.

حذرت وزارة الموارد المائية، من اتساع رقعة التجاوزات على المياه الجوفية لاسيما بعد رصدتها 9 - 10 آلاف تجاوز يتمثل بإنشاء بحيرات أسماك غير تتجه فيه أمانة بغداد لتوزيع 150 ألف مقياس ماء مجاني لترشيد الاستهلاك وتقليل كميات الهدر. ويعكس هذان المساران المتمثلان بمكافحة التجاوزات من جهة، وترشيد الاستخدام من جهة أخرى، سعي المؤسسات الحكومية لمعالجة أزمة المياه عبر ضبط الموارد الطبيعية وتحسين إدارة الاستهلاك الحضري.

معاون المدير العام للهيئة العامة لتشغيل مشاريع الري والبزل التابعة لوزارة الموارد، غزوان السهلاني، قال إن التجاوزات على المياه الجوفية لا تزال تمثل تحدياً خطيراً يهدد الأمن المائي للبلاد، مبيّناً أن هناك نحو 9 إلى 10 آلاف بحيرة مخالفة تنتظر الردم. وأضاف أن الوزارة نجحت منذ 6

مصفى الديوانية: خطة لرفع القدرات التكريرية إلى أكثر من 90 ألف برميل يومياً



الحقيقة - متابعة

أكد مصفى الديوانية، المضي بخطة لرفع طاقته التكريرية إلى أكثر من 90 ألف برميل يومياً خلال السنوات المقبلة. وذكر مدير المصفي مهدي موحان في بيان، أن "وزارة النفط ماضية في تنفيذ خططها الاستراتيجية الرامية إلى تحقيق الاكتفاء الذاتي من المشتقات النفطية"، مبيّناً أن "مشروع التوسعة الجاري في المصفي سيضاعف طاقته التكريرية بشكل كبير خلال السنوات المقبلة".

وأضاف أن "شركة مصافي الوسط، إحدى تشكيلات وزارة النفط، شرعت حالياً بإنشاء وحدة تكريرية ثالثة بطاقة 70 ألف برميل يومياً، إضافة إلى وحدة تحسين البنزين (الهدرجة والأزمنة)، ليصل إجمالي الطاقة التكريرية للمصفي بعد إنجاز المشروع إلى 90 ألف برميل يومياً خلال مدة لا تتجاوز خمس سنوات".

وتابع أن "هذه التوسعة ستسهم، بعد دخولها حيز العمل، بإنتاج نحو 2 مليون و800 ألف لتر من البنزين يومياً، و2 مليون و100 ألف لتر من زيت الغاز، وأكثر من 7 ملايين لتر من النفط الأسود، وهو ما يُعد إنجازاً نوعياً يعزز خطط الاكتفاء الذاتي في محافظات الفرات الأوسط".

وأشار إلى أن "المشروع سيوفر آلاف فرص العمل لأبناء محافظة الديوانية والمناطق المجاورة، وسيكون له أثر مباشر في دعم الاقتصاد المحلي والوطني".

ولفت إلى أن "مصفى الديوانية بدأ عمله العام 2008 بطاقة 10 آلاف برميل يومياً، قبل أن تتم إضافة وحدة تكريرية ثانية عام 2013 لترتفع طاقته إلى 20 ألف برميل يومياً، منتجاً النفط الأبيض وزيت الوقود وزيت الغاز بالإضافة إلى مادة النفط".

تقرير

الحقيقة / وكالات

بين قمم الجبال وفي السهول الخضراء، في إقليم كردستان، بدأ العمل بنوع جديد من الرحلات السياحية، تنقل السائحون لعالم الطبيعة والمغامرة، عبر التخييم، بعيداً عن الرحلات السياحية الاعتيادية المتعارف عليها. وتوفر رحلات التخييم التي تقوم بها شركات خاصة، متعة الانطلاق لنصب الخيام مثلًا في اجواء بعيدة ومغامرون شباب مع عائلات، لكسر نمطية الحياة. وغالبًا ما تنضم الخيام وسط الغابات او في السهول والمساحات الخضراء، وتحت سماء ترصع النجوم لياليتها، وأصبح الكثير يفضلون هذه الرحلات، كنوع من تجربة جديدة.

وحول هذا الأمر، يقول هاوي التخييم، مقتدر سعد، وهو مؤسس شركة متخصصة بهذا النوع من الرحلات، إن "فكرة إنشاء هذه الشركة تأتي انسجاماً مع هوايتي في المغامرة وبشجيع من اصدقائي الذين يشاركوني الهواية نفسها". وقد أسس سعد، الشركة بعد أن أجرى ممارسات عديدة في التخييم مع اصدقائه "بغية اكتساب الخبرة اللازمة". وتهدف رحلات التخييم الى تجديد النشاط من خلال الطبيعة، ومختلف الفعاليات التي تتضمنها الرحلة كالمشي، واعداد الطعام الجماعي لتعميق الروابط الاجتماعية من خلال التعاون بين المخيمين، بما يسهم ببناء تجارب مشتركة من شأنها تعزيز الثقة بالنفس. ووفق سعد، فإن "التخييم يوفر فرصة للانغماس في الطبيعة والابتعاد عن صخب المدن، لكنه يتطلب مهارات

الطبيعة بدل "المولات" .. رحلات التخييم ترى النور في العراق وسط معوقات "رسمية"

رحلات التخييم في شكري تستمر مدة ثلاثة أيام كل شهر، وان بعض الهواة يتكررون في كل رحلة". ومضت 4 اعوام، منذ أن أسست الزيدي هذه الشركة، وحققت خلالها 150 رحلة تخييم في محافظات اربيل ودهوك والسليمانية والانبار وميسان والبصرة.

اما ربى الخفاجي، فهي توضح الفرق بين شركات السياحة وشركات التخييم: "الرحلات السياحية العادية تتضمن برامج روتينية قد لا تتفاعل معها بعض العائلات، إلا أن تجربة التخييم مغايرة لاحتوائها على برامج جديدة، مثل الطهي في الهواء الطلق والذي يتم بمشاركة جماعية".

وفي ظل الضغوطات التي تواجه الناس في الحياة العصرية من اختناقات مرورية وضغوط العمل الى دخان المصانع والمعامل وندرة المساحات الخضراء وعدم وجود اماكن طبيعية هادئة فضلاً عن الشاشات والتكنولوجيا التي تعبت بالاعصاب احياناً، يجد بعض الشباب والعائلات فرصة برحلات التخييم للتخلص المؤقت من هذه الضغوطات والعيش بهدوء مع الطبيعة، خاصة وان اسعار شركات التخييم تبدو مناسبة بالقياس الى شركات السياحة التي تبدأ من 300 الى 750 الف دينار، فيما لا تتجاوز كلفة الرحلة مع شركات التخييم 150 الف دينار فقط.

بالتعاون مع بعض الاصدقاء برحلات لكردستان، واكتشفت ذاتي بتلك الرحلات أمام الطبيعة وسحرها". "فكرت بعد المرور بتجارب تخييم عديدة بتأسيس شركة يمكنني من خلالها القيام برحلات تخييم بمناطق مختلفة، لكني واجهت بهذا المشروع صعوبات جمة، باعتباري فتاة تنحدر من مجتمع تغلب عليه العادات والتقاليد، لكن إصراري كان سر نجاحي"، تكمل الزيدي.

وبسدت الزيدي رحلاتها لأول مرة باعداد صغيرة تتراوح بين خمسة الى عشرة اشخاص، لكنها نجحت بعد ذلك بكسب الهواة والمغامرين والعائلات واصبحت رحلاتها تضم اكثر من 50 شخصاً من الجنسين، لافتة الى أن "الطبيعة تمثل بالنسبة لي بقطة الروح، وأن رحلات التخييم بمثابة علاج للروح التي تتوق الى الهدوء والصفاء". وتوضح، أن "مدة

استحدثت شركات التخييم عقب رغبة الكثير من الهواة الشباب والعائلات بكسر روتين الرحلات الاعتيادية، وما يعيب شركات التخييم انها لا تمتلك حتى الان موافقات أمنية ولا يمكنها التنسيق بين مراكز التفتيش والسيطرات، لكن اصحابها يسعون بجهود فردية لتنسيق الرحلات مع الجهات المعنية من اجل تسهيل الاجراءات الامنية لهم.

وتوضح الشابة آيات الزيدي، وهي أول فتاة رحالة تنظم سفرات للتخييم في العراق، أن، اهتمامها يمثل هذه الرحلات بدأ منذ طفولتها، كونها كانت تعيش بمنطقة ريفية تنفتح على الطبيعة. وتضيف، "بعد انتقالني الى المدينة، برز نزاع داخلي لدي، بين حياة الريف والمدينة، وهو ما دفعني للبحث عن السبل التي تعيدني الى نفسي الشغوفة بالطبيعة"، منوهة: "قمت





الشيخوخة بعد الخمسين

أ.د. محمد الربيعي

لطالما اعتبرت الشيخوخة مسارا طبيعيا لا فكاك منه، لكن دراسة علمية حديثة تفتتح نافذة جديدة لفهم هذه الرحلة البيولوجية، مؤكدة أن الخمسين ليست مجرد محطة عمرية، بل نقطة تحول تتسارع عندها وتيرة التدهور الخلوي. المفاجئ أن الأوعية الدموية، وخصوصا الشريان الأبهر، ليست مجرد أنابيب ناقلة للحياة، بل قد تكون أيضا طرقا سريعة تنقل اشارات الشيخوخة الى سائر أنحاء الجسد.

الشيخوخة أكثر من مجرد رقم السنوات على التقويم تحكي قصة واحدة، لكن الجسد قد يروي قصة مختلفة. فالعمر البيولوجي — الذي تحدده الجينات ونمط الحياة والبيئة — قد يتقدم او يتأخر عن العمر الزمني. هذا التباين يعني أن شخصين في العمر نفسه قد يعيشان في حالتين بيولوجيتين متباينتين جذريا.

العلامات الخفية على مستوى الخلية الباحثون يحددون خمسة مؤشرات رئيسية ترسم ملامح التقدم في العمر:

اضطراب الجينوم: الطفرات والتلف في المادة الوراثية.
تقصر التيلوميرات: تلك الإغطية الواقية على أطراف الكروموسومات.

ضعف الميتوكوندريا: تراجع كفاءة "محطات الطاقة" في الخلية.
اختلال إدارة البروتينات: تراكم البروتينات المعيبة او غير المطوية.
التهاب مزمن منخفض الدرجة: وقود صامت لكثير من امراض الشيخوخة.

حين تدق ساعة الخمسين الدراسة اظهرت ان الانسجة، ابتداء من هذا العمر، تدخل في مرحلة تغير بنيوي ووظيفي سريع، لكن ليس كل الاعضاء تتقدم بالتوتيرة نفسها. الأوعية الدموية، وخاصة الأبهر، بدت وكأنها تسبق بقية الاجهزة في سباق العمر.

بروتينات تحمل رسائل الشيخوخة التجارب على الفئران كشفت ان بروتينات مفترزة من الشريان الأبهر قادرة على احداث علامات الشيخوخة في انسجة سليمة. وكان الأوعية اصحرت رسلا غير مرغوبة، تبعث اشارات الشيخوخة عبر مجرى الدم الى الكبد والكلى وحتى الدماغ.

ماذا يعني ذلك للقلب؟

اذا صح هذا المسار، فقد نكون امام فرصة ذهبية في الطب الوقائي: القلب والشرايين: تحسين مرونة وصحة الأوعية قد يؤخر تصلب الشرايين.

العقل والذاكرة: خفض الالتهابات الوعائية قد يحمي الدماغ من التدهور المعرفي.

الإيض والسكر: صحة الأوعية قد تترجم الى تنظيم افضل لمستويات الجلوكوز.

افاق علاجية مستقبلية المستقبل قد يحمل:

ادوية تستهدف البروتينات المسببة للشيخوخة.
تدخلات جينية لإصلاح الخلل في إنتاج هذه البروتينات.

تعزيز انماط الحياة الصحية — غذاء متوازن، نشاط بدني منتظم، بيئة نظيفة — كخط دفاع اول.

اخيرا، الشيخوخة ليست قدرا واحدا، بل مسارات متعددة، تتقاطع عند لحظة الخمسين وما بعدها. وربما، اذا ما استثمر البحث العلمي في هذا الاتجاه، يصبح بالإمكان ان نضيف الى اعمارنا سنوات "حية" ذات جودة، لا مجرد ارقام. عندها، سيغدو السؤال: هل سنستطيع ان نفاوض مع الزمن، ام ان الزمن سيظل صاحب الكلمة الاخيرة؟

وزير الداخلية يوجه باستخدام الأجهزة المتطورة في عمل مديرية المرور



الحقيقة - خاص

شدد وزير الداخلية، عبد الأمير الشمري، أمس الأربعاء، على استخدام الأجهزة المتطورة والاهتمام بالخدمات في مديرية المرور العامة، فيما ثمن الجهود الواضحة التي تقوم بها المديرية والتطور في عملها. وذكرت الوزارة في بيان أن "وزير الداخلية، عبد الأمير الشمري، زار أمس مديرية المرور العامة، وعقد اجتماعا مع مديرها العام بحضور مديري الأقسام وعدد من الضباط"، مبيّنة أن "الوزير استمع إلى إيجاز مفصل عن آخر الإحصائيات والإنجازات خاصة في ما يتعلق بالإشارات الذكية وإنجاز المعاملات عن طريق الهاتف الذكي والتطور الحاصل في مركز التدريب والدورات المقامة فيه وتطوير قاعدة بيانات للضباط والمنتسبين والموظفين".

وأضافت أن "الوزير اطلع على هامش هذه الزيارة على العجلات الجديدة التي تحتوي على الأجهزة اللوحية الرقمية والتي تضم معلومات دقيقة وجميع ما يحتاجه رجل المرور لأداء عمله في الشارع".

وأكد الشمري، بحسب البيان، على "جملة من التوصيات خلال الاجتماع، في مقدمتها العمل باستخدام الأجهزة المتطورة والاهتمام بالخدمات في جميع

مفاصل مديرية المرور العامة والتعامل الحسن مع المواطنين وتوزيع الموارد البشرية والعجلات بالشكل الأمثل".

مشيراً إلى أن "المواطن بدأ يلاحظ التقدم في الخدمات التي تقوم بها هذه المديرية المهمة".

ووجه الشمري، خلال تفقده مركز تدريب المرور والدورات المقامة فيه، "الضباط

مستشار حكومي: دخول مستثمرين

عرب وأجانب بمختلف القطاعات خلال العامين الأخيرين



دخل مستثمرون عرب وأجانب بالتعاون مع المستثمرين المحليين لإنشاء مشاريع استثمارية عديدة بمختلف القطاعات".

وأضاف، أن "ملتقى الاستثمار، شهد عرض العديد من الفرص الاستثمارية في مختلف القطاعات، فضلاً عن عقد ورش للمستثمرين الراغبين بالاستثمار مع الجهات المعنية، تم خلالها الإجابة على كل الاستفسارات التي يرغبون بالحصول عليها، من حجم الاستثمار، ونوع المشروع، والمساحة، والتسهيلات التي تقدم".

الحقيقة - خاص

أكد مستشار رئيس الوزراء لشؤون الصناعة وتطوير القطاع الخاص وتوطين الصناعات الدوائية، حمودي اللامي، أمس الأربعاء، دخول مستثمرين عرب وأجانب بمختلف القطاعات خلال العامين الأخيرين.

وقال اللامي إن "ملتقى العراق للاستثمار الذي عقد مؤخرا، هو استمرار للمؤتمرات والندوات التي تعقد لتشجيع المستثمرين على الدخول في مشاريع استثمارية كبيرة في العراق"، لافتاً إلى أنه "منذ تشكيل هذه الحكومة تم إنشاء العديد من المشاريع الاستثمارية، كذلك في السنتين الأخيرتين

صندوق تقاعد موظفي الدولة

ينفي تعرض أمواله لمخاطر ويؤكد سلامة استثماراته

الصندوق وسائل الإعلام ورواد منصات التواصل الاجتماعي إلى "تحري الدقة، والاعتماد حصراً على البيانات الرسمية الصادرة عن هيئة التقاعد الوطنية، حفاظاً على حقوق المتقاعدين، وخدمة للمصلحة العامة".

الصندوق على قطاع الاتصالات كأحد مساراته الاستثمارية الرئيسية، لما يوفره من استقرار مالي وعوائد مستمرة، بما يعزز قدرته على الوفاء بالتزاماته تجاه المتقاعدين، كما يسهم هذا التوجه في خلق فرص عمل جديدة ودعم النشاط الاقتصادي الوطني." ودعا

الأزمات المستقبلية". وأشار إلى، أن "جميع أموال الصندوق تخضع لرقابة دقيقة وإجراءات مالية وإدارية شفافة، حيث تعتمد القرارات الاستثمارية من قبل لجان فنية ومالية متخصصة، تضمن سلامة الأموال وزيادة عوائدها".

لا أساس له من الصحة. وذكر بيان للصندوق، أن "الصندوق يعمل وفق خطط استثمارية مدروسة تهدف إلى تنويع مصادر الدخل، وتعزيز الإيرادات، وتحقيق أرباح مستدامة، بما يضمن الوفاء بالتزاماته وتحقيق التحسين المالي ضد

الحقيقة - متابعة

أكد صندوق تقاعد موظفي الدولة في هيئة التقاعد الوطنية، أمس الأربعاء، أن ما تم تداوله عبر بعض وسائل الإعلام ومنصات التواصل الاجتماعي بشأن تعرض أمواله لمخاطر نتيجة استثمارات غير مدروسة

العمل تعلن استكمال صرف دفعة الإعانة الاجتماعية لشهر تشرين الأول



الحقيقة - متابعة

أعلنت هيئة الحماية الاجتماعية في وزارة العمل، أمس الأربعاء، استكمال صرف دفعة الإعانة الاجتماعية لشهر تشرين الأول. وذكرت الهيئة في بيان أن "الهيئة أكملت إجراءات احتساب دفعة الإعانة الاجتماعية لشهر تشرين الأول لأكثر من مليونين و(88) ألف مستفيد من المشمولين بالحماية الاجتماعية".

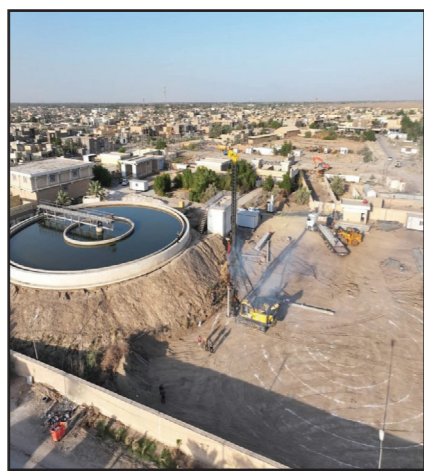
وقال رئيس الهيئة، أحمد الموسوي، بحسب البيان: إن "إجمالي المبلغ المخصص للدفعة، بلغ نحو 449 مليار دينار"، مشيراً إلى أن "المبالغ تم إرسالها إلى مصرف الرافدين لغرض إيداعها في حسابات المستفيدين، تمهيداً لصرفها خلال الساعات المقبلة".

وأكدت، الهيئة "استمرارها في دعم الشرائح المستحقة وفق الضوابط المعتمدة وبما يحقق العدالة الاجتماعية".

الديوانية تعلن تفاصيل نسب الإنجاز بمشاريع الماء في المحافظة

متصاعدة، حيث تجاوزت نسب إنجازها 80% مع استمرار أعمال تنصيب الكريانات والمضخات والأعمال الكهربائية والإنهاءات لجميع الأبنية الخدمية"، مبيّناً أن "المشروع سيخدم 50 ألف نسمة بطاقة تصميمية تبلغ 1000م³/ساعة، حيث تمت إحالته في عام 2024 ضمن مشاريع البنى التحتية لقطاع الماء في الديوانية".

وأكد، أن "مشروع ماء الشامية يعد من المشاريع الحيوية المدرجة ضمن البرنامج الحكومي، إذ وصلت نسب إنجازها إلى 86.5% بطاقة تصميمية تبلغ 4000م³/ساعة مع إنجاز خطوط ناقلة بطول 23 كم، مشيراً إلى أن "المشروع سيعمل على توفير المياه الصالحة للشرب لأكثر من 300 ألف نسمة من أهالي القضاء".



750 ألف نسمة بطاقة تصميمية تبلغ 1000م³/ساعة ويطول 7 خطوط ناقلة". وأضاف أن "مشروع ماء الدغارة - سومر بلغت نسب إنجازها 65%، إذ أنجز ما يقارب 28 كم من الخطوط الناقلة، لافتاً إلى أن "المشروع سيكتمل العام المقبل بطاقة 2000م³/ساعة، ليقدم نحو 75 ألف نسمة، وفق أحدث المواصفات الفنية والقياسية وجودة عالية لضمان توفر المياه".

وتابع أن "مشروع الخطوط الناقلة لماء الديوانية، مستمرة الأعمال فيه، حيث تجاوزت نسب إنجازها المخطط ووصلت إلى 71.5% بطول 100 كم"، موضحاً أن "المشروع سيخدم أكثر من 450 ألف نسمة في 42 حياً بمركز المحافظة".

وبين، أن "مشروع ماء الشافعية يسير بوتيرة

الحقيقة - متابعة

أعلنت المديرية العامة للماء، أمس الأربعاء، عن تحقيق نسب إنجاز متقدمة في عدد من مشاريع الماء بمحافظة الديوانية، مؤكدة أن هذه المشاريع ستسهم في تعزيز واقع الخدمات وتوفير المياه الصالحة للشرب.

وقال مدير عام المديرية العامة للماء في الديوانية، عمار عادل حسين، إن "المديرية العامة للماء، باشرت إنجاز مشروع ماء المنهاوية، والذي يتضمن أعمال الركائز الكونكريتية بواقع 399 ركيزة لأحواض الترسيب والفلتر والفلتر مكرر بعد الانتهاء من تحريات التربة، وتنفيذ أعمال المحسات الحقلية باستخدام جهاز الحفر الميكانيكي"، مبيّناً أن "المشروع سيخدم أكثر من

البروفيسور يانيس فيكاس يقود أكاديمية فرسالا نحو التقاء الثقافات العالمية

بين الفلسفة والفنون والحضارات القديمة: لغة إنسانية تنويرية جديدة

أسس البروفيسور يانيس فيكاس أكاديمية فرسالا لتقديم مناهج تعليمية متفردة تجمع بين الفلسفة، الحضارات القديمة، والفنون والموسيقى. ويقود الأكاديمية نحو العالمية، مقدماً برامج تعزز التفكير النقدي والفلسفي وتنقي مهارات البحث والحوار لدى الطلاب والمفكرين. اكتسبت الأكاديمية سمعة مرموقة بفضل محتواها العلمي الغني ومنصتها الإلكترونية التي تربط بين سبعين مدينة حول العالم، موفرة مساحة لتبادل المعرفة والثقافة عبر المقالات، الصور، المسرح، الموسيقى، والفنون البصرية.



حوار دنيا صاحب - العراق

التي ينبغي السعي وراءها أو تجنبها.

ما الذي ألهمك لكتابة كتاب عن جوردانو برونو؟ وكيف تقيم مكانته في تاريخ الفلسفة والفكر، وهل تعد أفكاره فضلاً أساسياً في الفلسفة الحديثة؟

أهمتنى نظرية التوفيق بين الأضداد لكتابة كتاب عن جوردانو برونو. فقد اعتقد برونو أن التناغم يظهر حيثما وجدت الأضداد. وكما هو معروف في الأساطير اليونانية، فإن الإلهة الجميلة هارموني (Ἄρμονία) هي ابنة أريس إله الحرب وأفروديت. وتعد هارموني الإلهة التي تجمع الأضداد وتنسق بينهما، وهي أفروديت جديدة.

كان زوجها كادموس مؤسس مدينة طيبة اليونانية وفقاً لنظرية التوفيق بين الأضداد هناك طاقتان كونيتان أوليتان، قطبان متضادان ولكنهما متكاملان، وكلاهما تجل للواقع الواحد. ومن هذه الأزواج من الأضداد تنبثق كل مظاهر العالم ومن الأمثلة على ذلك: النهار والليل في نظرية هيراقليطس الفلسفية العدالة والظلم في أنكسيماندر، المحدود واللانهاشي في فيثاغورس النور والظلام في بارمنيدس، الحب والصراع في إيمبيدوكليس. إن إعادة اكتشاف فلسفة عصر النهضة اليوم يجب أن تُعد فضلاً أساسياً في الفلسفة الحديثة، لأنها مواطناً أفضل وأكثر حكمة يساهم في الصالح العام وتساعد على امتلاك رؤية شمولية للكون، وإعادة اكتشاف الطبيعة، وخلق علاقات جديدة معها وتنمية وعي بالمسؤولية والحاسبة تجاهها.

كيف تقيم دور دمج الفلسفة والفنون والأنثروبولوجيا في تعميق فهم ودراسة المجتمعات الإنسانية المعاصرة؟

يمكن تعريف التعليم بأنه سعي فني وأخلاقي وفلسفي وديني وعلمي. وقد يوحد التعليم جميع الأمم في العالم ضمن رؤية ثقافية مشتركة تسعى لاكتشاف الحقيقة وخدمة الإنسانية وهدف التعليم هو مساعدة جميع أفراد المجتمع، وخاصة الطلاب، ليصبحوا واعين لقدراتهم، ويحددوا قيمهم الجوهرية، ويكتسبوا إحساساً متكاملًا وحيويًا بالذات ليصبحوا مواطنين أفضل وأكثر حكمة.

الحواس (المعرفة الحسية) ونوع آخر عبر العقل (المعرفة الفكرية).

ومن هذين النوعين يصف المعرفة العقلية بأنها حقيقية ويعطيها مصداقية لتكوين حكم عقلاني، بينما يصف المعرفة الحسية بأنها غامضة وينكر كونها خالية من الخطأ في تمييز الحقيقة. اعتقد سقراط أن المنهج الجدلي ليس الحكمة نفسها، بل هو الطريقة التي تسعى لاكتشاف جوهر الأشياء والحقيقة، والتي تقود إلى الحكمة والسعادة الداخلية.

بالنسبة لسقراط هدف الإنسان ليس المعرفة بحد ذاتها بل السعادة الداخلية، أي اليودايمونيا يرى أفلاطون أن الإنسان مركب من العقل والروح والجسد، وأن الروح البشرية تتكون من ثلاثة أجزاء: العقلانية، والوجدانية والشهوية ووفقاً لأفلاطون، الهدف الرئيسي للتربية هو تطوير الإنسان جسدياً ونفسيًا وروحياً، وخاصة تشكيل شخصيته الأخلاقية أما الهدف الثاني من التعليم فيتمثل في تكوين مواطنين وسياسيين صالحين. هذا الهدف مترابط مع الأهداف الأخرى وخاصة الهدف الأخلاقي، لأن العدالة ووحدة الدولة معرضة للخطر فقط نتيجة لعيوب مواطنيها. في كتاب «السياسي»، يذكر أفلاطون أن المواطنين يتم تشكيلهم من خلال التعليم وفق مفاهيم الخير والعدالة والجمال ومن ثم يتعلمون التعاون بانسجام من أجل الصالح العام وفي «القوانين»، يُشاد بأهمية التعليم في تشكيل المواطنين الصالحين والعاقلين والفاضلين ووفقاً لأفلاطون، فإن التعليم الحقيقي الوحيد هو ذلك الذي يقود المواطنين منذ الطفولة إلى الفضيلة، ويعلمهم كيفية الحكم والخضوع للحكم وفق القانون. ويرى أفلاطون أن التعليم إلزامي وموجه لجميع المواطنين بلا استثناء، لأن حصر فوائده على عدد قليل من الأفراد لا يعود بالنفع الحقيقي على الدولة؛ بينما، على العكس يكون النفع عظيمًا عندما يتلقى جميع المواطنين التعليم. يعتقد أبيقور أن معايير الحقيقة تقوم على الحواس والمشاعر والمفاهيم المسبقة والصور الذهنية. وتعد الحواس مصدرًا حقيقيًا للمعرفة لأنها تقدم دليلاً على جوهر الأشياء وتثير المشاعر التي تُخزن في الذاكرة وتساعدنا المشاعر، وخاصة مشاعر اللذة والألم، على التعرف بشكل أفضل على الأشياء



رؤيتك لهذه المفاهيم، وهل يمكن تطبيق أفكارك على تحديات الحضارة المعاصرة؟

اقترح فلاسفة ما قبل سقراط في القرنين السادس والخامس قبل الميلاد بعض المبادئ الكونية لتفسير كل الظواهر الطبيعية، في سعيهم لمواءمة النظرة الأسطورية للعالم مع النظرة العلمية. وقد وضعوا أسس الفلسفة ووجهوا العقل البشري نحو التأمل العقلاني للعالم، وطوروا مجالات الكوسموغونيا، الكونيات، الفلك الرياضيات، الأحياء الأنثروبولوجيا والفيزياء وفقاً لوجهة نظرهم، هناك مادة أولية تضمن الوحدة الأساسية للعالم. ولكل فيلسوف من فلاسفة ما قبل سقراط تتوافق هذه المادة الأولية مع عالم الحواس، وخصوصاً مع عنصر مميز من العالم الطبيعي مثل النار، الهواء أو الماء. كما اعتقد ديموقريطوس بوجود نوعين من المعرفة: نوع يكتسب عبر

أبدى الأثينيون اهتماماً بالغاً بتربخ الطقوس والاحتفالات. كيف تدرج تأثير الأساطير القديمة في فهم الإنسان وتشكيل الواقع والفكر؟ وهل ما زالت الأساطير تؤثر فينا في العصر الحديث؟

يتم الانتقال من النظرة الأسطورية إلى النظرة الفلسفية مع فلاسفة ما قبل سقراط وقبلهم كان هناك الأبطال والحكماء، وبعدهم ظهر الفلاسفة. جمع فيثاغورس، طاليس، سقراط وأفلاطون بين المنظومات الفلسفية إذ تحتوي أعمالهم على عناصر من التفكير المنطقي والإدراك الأسطوري معاً. وكان أرسطو الوحيد الذي استبعد كل العناصر الأسطورية من أعماله في أثينا في عهد بريكليس كانت الثقافة الاحتفالية متقدمة للغاية كلما ازدادت نجاحات المدينة وثروتها وقوتها، زادت التضحيات والاحتفالات المقدمة للألهة. وبجانب اهتمامهم بالقضايا السياسية والعسكرية،

مقدّس. في كتابك «أساطير العالم القديم» كيف تدرج تأثير الأساطير القديمة في فهم الإنسان وتشكيل الواقع والفكر؟ وهل ما زالت الأساطير تؤثر فينا في العصر الحديث؟ يتم الانتقال من النظرة الأسطورية إلى النظرة الفلسفية مع فلاسفة ما قبل سقراط وقبلهم كان هناك الأبطال والحكماء، وبعدهم ظهر الفلاسفة. جمع فيثاغورس، طاليس، سقراط وأفلاطون بين المنظومات الفلسفية إذ تحتوي أعمالهم على عناصر من التفكير المنطقي والإدراك الأسطوري معاً. وكان أرسطو الوحيد الذي استبعد كل العناصر الأسطورية من أعماله في أثينا في عهد بريكليس كانت الثقافة الاحتفالية متقدمة للغاية كلما ازدادت نجاحات المدينة وثروتها وقوتها، زادت التضحيات والاحتفالات المقدمة للألهة. وبجانب اهتمامهم بالقضايا السياسية والعسكرية،

يؤكد البروفيسور فيكاس على ربط الفلسفة بالقيادة، بحيث يتحوّل الفكر إلى فعل قيادي ناجح، ويصبح المواطن الواعي ركيزة أساسية لبناء مجتمع صالح. ويرى في الفن والجمال وسيلة لفهم الحكمة في الحياة وتحفيز العقل والنفس على بلوغ آفاق روحية جديدة. ومن خلال دراسة الحضارات القديمة والفلسفة، تعمل الأكاديمية على تعزيز التسامح وتوحيد الثقافات المتنوعة للبشرية، مما يجعل الحوار معه نافذة فريدة نطل منها على الفكر الفلسفي والمعرفة بالثقافات العالمية.

مرحباً بك، أستاذنا الجليل. إنه لشرف وسرور أن نستقبلك اليوم في هذا اللقاء المرموق نتطلع إلى الإطلاع على رؤاك الأكاديمية والثقافية الثرية والاستفادة من خبراتك القيّمة في مجالات البحث الفلسفي والتعليم والفنون. إن الحوار معك يُثري الجمهور ويضيف بعداً ثقافياً وفكرياً وعملياً فريداً.

كيف تعرف هويتك الشخصية ونشأتك الثقافية، وبأية طرق أسهمت هذه العوامل في تشكيل رؤيتك الفكرية والفلسفية؟ لقد شكّل رؤيتي الفكرية والفلسفية الأفراد والمعلمون والأساتذة، وهم رجال ذو رؤية. أي الفلاسفة أو المفكرين كان لهم التأثير الأعمق في تطوير أفكارك ونظرياتك؟

الفلاسفة قبل سقراط، سقراط، أبيقور، ماركوس أوريليوس، وفيلسوف عصر النهضة جوردانو برونو. بصفتك مؤسس أكاديمية فرسالا، ما هو الدور الرئيسي الذي تؤديه الأكاديمية في ترسيخ الفكر والفلسفة والتعليم الثقافي على مستوى العالم؟

تقدم الأكاديمية في المدارس الابتدائية والمتوسطة والثانوية دورتين أساسيتين: الأولى حول الحضارات القديمة (مصر، اليونان، روما، إيران، الهند، الصين، اليابان، المكسيك، بيرو)، والثانية حول الفلسفة (الفلاسفة قبل سقراط، سقراط، أفلاطون، أبيقور، الرواقيون، ماركوس أوريليوس، والفلسفة الأفلاطونية الحديثة، وفلسفة عصر النهضة). كما يتيح موقع الأكاديمية على الإنترنت <https://academyfarsala.gr> للطلاب وأصدقاء الأكاديمية والزوار فرصة مشاركة المقالات والصور

تطور عبر التعليم، داخل المجتمع وبالتالي، فإن هدف الفلسفة هو ضمان وجود مواطنين نشطين وواعين يساهمون في الصالح العام. في كتابك «دروب الفن والحكمة» هل ترى في الفن وسيلة لفهم الفلسفة العميقة للوجود؟

كان الفلاسفة يرون أن الجمال هو تجلٍ لشعاع متألّق يسطع عبر الحواس على النفس والعقل، ويحفز الخيال فالجمال يهئ النفس لسلك مسار تصاعدي نحو الحكمة، تماماً كما تقود الجمالية إلى الأخلاق. الجمال الطبيعي هو الخطوة التي تقود الإنسان إلى المحبة التي تميز العالم النفسي وصولاً إلى السعادة الروحية، التي تميّز العالم الروحي. بالنسبة للفلاسفة الجمال هو السبيل الذي يحاول الفنانون، وخاصة الرسامون والشعراء من خلاله التعبير عن الحقيقة واحتواء شعاع النور الذي يحوّل العمل العادي إلى عمل



بيتته صامت وكريسي
الضيف غائب بخيل
لا يقدم قرح ماء

محمد مؤنس

الكرم ليس مجرد سلوك عابر أو تصرف وقتي يُقاس بمقدار ما يُنفق بل هو خلق متجذر في أعماق النفس، ينبع من الإيمان بالله والثقة برزقه وينعكس في تعامل الإنسان مع النعمة ومع الناس ومع الحياة كلها. وفي القرآن الكريم إشارات قوية إلى هذا الخلق النبيل الذي يربط الإنسان بقيم روحية واجتماعية عالية (وأما بنعمة ربك فحدث) ويؤثرون على أنفسهم ولو كان بهم خصاصة) هذا الجانب، وفي الجانب الآخر نرى أشخاصاً قد أصابهم مرض خطير لا يقل فتكاً عن غيره من الأمراض أو الأفات ذلك المرض الأخطر المسمى (البخل).

ففي زمن تتشابك فيه العلاقات وتزداد الحاجة للتواصل الإنساني والروحي، ما زال هناك من يخلق بابه بالحكام لا لاستتباب الأمن أو لراحة البال بل ليمنع مرور الضيافة أو الضيف وهذا الذي نتحدث عنه لا يستقبل أحداً ولا يقدم حتى قرح ماء لضيف أو عابر سبيل، وكأن الضيافة عنده عار أو أن الكرم مرض مُعد يخشاه.. فيه بخل يتجاوز المال ويمتد إلى المشاعر والسلوك.. البخل كما يعرفه الناس هو الإمساك بالمال لكن البخل الذي نتحدث عنه اليوم من نوع آخر، تجاوز هذه المرحلة وارتقى إلى مستوى جديد من الخفاف الإنساني والأخلاقي، فهو لا يشارك أحداً في طعام ولا يُهدي زائراً حتى البسامة ولا يُرحب بضيف ولا يترك لباي منزله فرصة للطرُق.. بيته دائماً

مغلق كأنه متحف بلا زوار ولو صدف وطرق بابه أحد ما أطفأ الأتوار وتظاهر بأنه غير موجود، وإن اضطر يوماً لفتح الباب قد يحرص القادم بكلام قاس حتى لا يقدم إليه قرح ماء عادي أو شيء بسيط كل ذلك لأن قلبه مشدود بخيوط البخل فيرى في هذا القرح استنزافاً للموارد وتعدياً على ممتلكاته الخاصة، ثم إن هذا البخل أو غيره من البخلاء لديهم وفرة مادية كبيرة لكنهم يعيشون في مفارقة عجيبة يقول عنها الله جل في علاه (الذين يبخلون ويأمرون الناس بالبخل ويكتمون ما اتاهم الله) فلا يكتفون بأنهم بخلاء بأنفسهم ويخفون كرم الله عليهم بل يتعدون ويذهبون أبعد من ذلك، فيحثون الناس على البخل ويشجعونهم عليه أيضاً.

ما يثير الاستغراب أن كثيراً من هؤلاء البخلاء ليسوا فقراء بل يمتلكون ما يكفي من المال فهم يتقاضون رواتب بالمالين لكنهم لا يسعون في قضاء حاجة أو يريدون الزيارة بواجب بسيط، ونسوا أن الكرم قد لا يتطلب من الإنسان أن يكون سخياً بأطباق اللواتم بل بالكلمة الطيبة ورحابة الصدر وطلاقة المحيا فما بالنا بمن لا يتلفظ بكلمة ترحيب أو يفتح باباً لقریب أو جار وأين نضعهم يا ترى في أية خانة؟ الضيافة ليست ترفاً بل مرآة للكرم ومقياس للإنسانية، ومن أغلق بابه بوجه الناس أغلق الناس قلوبهم عنه، حتى وإن ملئت خزائنه ذهباً. خلاصة القول: ليكن شعارنا (نعطي لأننا نؤمن لأننا نملك).

تلك السنوات

لنظام المعاشات التقاعدية في العراق تعزز إنصاف البرامج القائمة على الاشتراكات وكفايتها واستدامتها، مع توسيع نطاق الحماية ليشمل الفئات المستبعدة ولاسيما النساء. ومن الضروري أيضاً إجراء تعديلات منتظمة على مستوى المعاشات التقاعدية لضمان مواكبتها ارتفاع تكاليف المعيشة. ثانياً، من المهم للغاية ضمان إمكانية التنوُّب بالمدفوعات، وهو ما يعني أنه ينبغي تقديم المدفوعات بانتظام لتمكين الأثر المستفيدة من وضع الميزانية والتخطيط بشكل فعال لحماية الدخل في سن الشيخوخة. ونشير أخيراً لقول رئيس لجنة الأمن والدفاع النيابية، في بيان، إن "راتب المتقاعدين خط أحمر، ونرفض أي تأخير بمسئولياتهم، وعلى الحكومة العراقية صرف رواتب المتقاعدين والرعاية الاجتماعية دون أي تأخير"، مبيناً "نحن لا نجامل في هذه المواقف كون المتقاعد والرعاية الاجتماعية هي لفئة ليست قليلة واعتمادها الكلي على هذا الراتب، وأضاف، أن "هذه الفئات أغلبهم من أصحاب الأمراض والالتزامات الخاصة، إن نجد أكثرهم لا يستطيع شراء الدواء في حال تأخرت عليهم، وربما البعض سيفقد حياته، وفي هذا الحال تعتبر جريمة ولا تقف ساكتين"، مشيراً إلى أن "تلاعب الحكومات في صندوق التقاعد جريمة ويجب محاسبة المتسببين.

لأيام قليلة يعني حرمانهم من شراء الأدوية والعلاج والغذاء، ما قد يؤدي في حالات كثيرة إلى تهديد حياتهم مباشرة. وتأخر الرواتب ترك أثراً قاسية على المتقاعدين وعوائلهم. آلاف العوائل وجدت نفسها غير قادرة على شراء الأدوية أو دفع الإيجارات أو تلبية الاحتياجات الأساسية. هذا الوضع والغضب الذي قد يتحول إلى احتجاجات شعبية واسعة إذا ما استمر التأخير. وصف تقرير لمنظمة العمل الدولية وهي إحدى المنظمات التابعة للأمم المتحدة، نظام التقاعد في العراق شديد التجزؤ وغير منصف وغير فعال. وذكر التقرير، أنه "على الرغم من الإصلاحات القانونية المهمة التي أجراها العراق، فإن ضعف التنفيذ وعدم التناسق بين القطاعين العام والخاص يجعلان نظام المعاشات التقاعدية الحالي في العراق شديد التجزؤ وغير منصف وغير فعال بشكل كبير. وتوقع التقرير، "اتساع فجوة تغطية التقاعد بين المسنين بشكل متسارع، ولا سيما النساء خارج سوق العمل والعمالة غير المنظمة"، كما توقع أيضاً، في ظل السياسات الحالية، أن تظل التكلفة المالية الكلية لاستحقاقات التقاعد العامة والخاصة والممولة من الموازنة قريبة من 4 في المائة من الناتج المحلي الإجمالي السنوي على مدار العقود الثمانية القادمة. ولفت التقرير إلى أن "مذكرة السياسات" نحو نظام معاشات تقاعدية شامل ومنصف ومستدام في العراق"، التي نشرها كل من صندوق النقد الدولي ومنظمة العمل الدولية والبنك الدولي، تؤكد على الحاجة إلى إجراء إصلاحات شاملة

في الإندفاع الأعمى نحو المشاريع، بل في إيجاد معادلة توازن جديدة، معادلة تعترف بأن الوظيفة قد تكون محطة تأسيسية لاكتساب المهارات وبناء رأس المال، وأن المشروع الخاص يمكن أن يكون الامتداد الطبيعي للطموح عندما تنتزع الظروف، حين يطوي الموظف صفحة عمله الأخير، ويتسلم قرار تقاعده، يخيل إليه أنه يعبر جسراً نحو حياة أكثر هدوءاً وطمأنينة، يتخيل صباحاته المقبلة بلا منه يوقظه، ولا مسؤوليات تثقل كاهله، ويظن أن سنواته المقبلة ستكون وقتاً لجنّي ثمار عمر قضاه في خدمة وطنه وأسرته، غير أن تلك الأحلام كثيراً ما تصطدم بجدار الواقع، لتتكشف أمامه حقيقة صامتة تتسلل ببطء، حقيقة لا ترى لكنها تُشعره يوماً بعد يوم أن دخله يتآكل مثل شمعة تذوب ببطء، حتى يخشى أن تنطفئ قبل أن تكمل آخر مسيرتها. هذه الأزمة الخفية تُعرف اقتصادياً بـ"تآكل الدخل" فالعاش التقاعدي يبقى ثابتاً بينما ترتفع تكاليف المعيشة بفعل التضخم، ما يؤدي إلى تراجع القوة الشرائية عاماً بعد عام. بحسب منظمة التعاون والتنمية الاقتصادية (OECD)، يتراوح متوسط سن التقاعد النظامي في الدول المتقدمة بين 62 و67 سنة، وفي الولايات المتحدة يبلغ المتوسط حوالي 65 سنة. رواتب التقاعد ليست دخلاً إضافياً يمكن الاستغناء عنه، بل هي مصدر العيش الوحيد لفئة كبيرة، أغلبهم من كبار السن، ومن ذوي الأمراض المزمنة والاحتياجات الخاصة. هؤلاء لا يمكن القدرة على العمل أو الحصول على بدائل، وبالتالي فإن أي تأخير ولو



نهاد الحديني

لسنوات طويلة كانت الوظيفة هي الحلم الأمن بطاقة عبور إلى الاستقرار المالي والمعيشي، بدخل ثابت ومزايبا تأمينية وأمان وظيفي، لكن مع ارتفاع تكاليف الحياة وثبات الرواتب وتباطؤ فرص الترقى، بدأ هذا البريق يخفت شيئاً فشيئاً، المفارقة أننا قبل عدة عقود كنا نرى العمل الحر هو القاعدة، والوظيفة مجرد استثناء، كانت الأسواق تعج بالتجار وأصحاب المهن، وكان الاستقلال المالي حلمًا متاحاً عبر بذل الجهد والمغامرة، لا انتظار نهاية الشهر. وفي المقابل تراجع جاذبية الوظيفة قد يؤدي إلى عزوف الكفاءات عن القطاعات الحيوية، ما ينعكس على جودة المؤسسات والخدمات، الحل ليس في التخلي عن الوظيفة ولا

دور الإعلام في تجذير مفهوم المواطنة

المهنية والأخلاق، مع التركيز على تقديم محتوى متوازن يعكس تنوع المجتمع ويعزز قيم التسامح والحوار البناء. كما يجب على المنصات الرقمية تطوير آليات فعالة لمكافحة المحتوى المضلل والخطاب التحريضي. إن دور الإعلام ومنصات التواصل الاجتماعي في تجذير مفهوم المواطنة يتطلب توازناً دقيقاً بين الاستفادة من الفرص الهائلة التي توفرها هذه الوسائل والتعامل الحكيم مع التحديات التي تطرحها. النجاح في هذا المسعى يتطلب تضامناً وجهود جميع أطراف المجتمع - من صنع السياسات إلى المهنيين الإعلاميين وصولاً إلى المواطنين أنفسهم - لبناء بيئة إعلامية صحية تخدم أهداف التنمية المجتمعية وتعزز قيم المواطنة الفعالة والمسؤولة.

كذلك، قد تؤدي هذه الوسائل إلى تعميق الانقسامات الاجتماعية من خلال خوارزميات تعزز التحيز التأكيد، حيث يتعرض المستخدمون لمحتوى يؤكد معتقداتهم المسبقة فقط، مما يقلل من فرص الحوار البناء والتفهم المتبادل. ولضمان استفادة قصوى من قوة الإعلام ومنصات التواصل الاجتماعي في ترسيخ المواطنة، يجب تطوير برامج تعليمية شاملة للمواطنين حول كيفية التعامل مع المعلومات الرقمية والتمييز بين المصادر الموثوقة والمشكوك فيها. هذا التعليم الإعلامي ضروري لبناء مجتمع واع وقادر على المشاركة الفعالة في الحياة الديمقراطية. من ناحية أخرى، تحتاج وسائل الإعلام نفسها إلى الالتزام بأعلى معايير

في الحوار السياسي، وتبادل الأفكار حول القضايا المجتمعية المختلفة. كما تساهم في تعزيز العمل التطوعي وتنظيم المبادرات المجتمعية، حيث تسهل التواصل بين الأفراد ذوي الاهتمامات المشتركة وتمكنهم من تنسيق جهودهم لخدمة المجتمع. هذا التفاعل الرقمي يبني روح المسؤولية الاجتماعية ويعمق مفهوم المواطنة الفعالة. لكن رغم الإمكانيات الهائلة، تواجه وسائل الإعلام ومنصات التواصل تحديات جديدة تهدد دورها الإيجابي في ترسيخ المواطنة. من أبرز هذه التحديات انتشار الأخبار المضللة والمعلومات المغلوطة، التي تؤثر سلباً على قدرة المواطنين على اتخاذ قرارات مدروسة ومبنية على حقائق صحيحة.

آليات المشاركة في العملية الديمقراطية من خلال برامج التوعية والحملات التثقيفية. على صعيد المساءلة، تمارس وسائل الإعلام رقابة شعبية على أداء المؤسسات الحكومية، وتكشف عن قضايا الفساد وسوء الإدارة، مما يعزز مبادئ الشفافية والمحاسبة. هذا الدور الرقابي يساهم في بناء ثقة المواطنين في النظام الديمقراطي ويحفزهم على المشاركة الفعالة. ومن جانبها، فتحت منصات التواصل الاجتماعي كفضاءات للمشاركة المدنية آفاقاً جديدة أمام المواطنين للتعبير عن آرائهم والمشاركة في النقاش العام بطريقة لم تكن متاحة من قبل. هذه المنصات تتيح للأفراد تنظيم الحملات التوعوية، والمشاركة

بشهاد عالمنا اليوم تحولاً جذرياً في طرق التواصل والحصول على المعلومات، حيث أصبحت وسائل الإعلام التقليدية ومنصات التواصل الاجتماعي تلعب دوراً محورياً في تشكيل الوعي المجتمعي وترسيخ قيم المواطنة. هذا التأثير المتزايد يحمل في طياته إمكانيات هائلة لبناء مجتمعات أكثر تماسكاً ووعياً، كما يطرح تحديات جديدة تتطلب التعامل معها بحكمة ومسؤولية. تساهم وسائل الإعلام بشكل فعال في ترسيخ المواطنة وتعزيز الهوية الوطنية وذلك من خلال تسليط الضوء على التراث الثقافي والإنجازات الحضارية، مما يعمق انتماء المواطنين لوطنهم. كما تلعب دوراً تعليمياً مهماً في نشر الوعي بالحقوق والواجبات المدنية، وتوضيح



نوري بيحawi

صناعة الأصنام

بوشاية من راع للأغنام، سأل أحدهم ذلك الراعي الفقير: لماذا وشيت برجل قضى حياته في الدفاع عنكم وعن حقوقكم؟ فأجاب: "كانت حروبه مع الجنود تروح أغنامي وتزعجها!". العبرة من هذه القصة باختصار، أن أغلب أفراد المجتمع، على المستوى النفسي، يجتمعون على حب النذات والمصلحة الخاصة. وفي ما يحدث في دول المنطقة العربية، وخصوصاً في العراق، تنتزع المعالم بجلاء: فالحاكم لا يفكر في بلده أو شعبه بقدر ما يفكر في بقائه في المنصب. وهذا أمر معتاد لدى أغلب من وصلت السلطة إلى أيديهم ولو لفترة قصيرة، إذ يتغلغل هذا الدافع في نفوسهم، وتحيط بهم حاشية لا هم لها سوى القصة باختصار، ونفوذهم.

ورغم ما جرى للمجتمع العراقي من أحداث جسام ومصائب عديدة غيّرت الأحوال، يبقى الفرد طامعاً في المكاسب، سواء كانت حقاً مشروعاً أو واجباً على الحاكم. ومن هنا تتجلى العبر: فقد شهدنا تقلبات عديدة في مواقف سياسيين وإعلاميين وتجار وأصحاب نفوذ، تبدلت جلودهم وتغيرت مناهجهم تبعاً لمصالحهم. ومع اقتراب موعد الانتخابات البرلمانية القادمة،

في كل أمة، هناك من يصنع الأصنام: ووجهه سياسية ترتفع على السلطة وتقدس كرموز، بينما يتحول حولها قطع من المستفيدين الذين يتبعونها بلا نقاش، ويضمنون مصالحهم ضمن منظومة محكمة من الولاء والطاعة. الأصنام ليست مجرد رموز فارغة، بل أدوات قوة تُشكل السياسات وتوجّه القرارات، والقطع ليس مجرد جمهور عادي، بل شبكة مستفيدين تضمن استمرارها وتكرس سلطتها. في هذا الواقع، تصبح لعبة السياسة ليست صراعاً على المبادئ، بل صناعة مصالح وأدوار: فمن يصنع الأصنام، يصنع أيضاً القطيع الذي يضمن بقاءها. وهذه الممارسات تكاد تكون شائعة في أغلب الدول، والعربية منها على وجه الخصوص، إذ تنصّر مثل هذه الحالات، لأن المجتمعات العربية يسودها نظام براغماتي يعمل وفق أهواء سياسية بحتة، هدفه إخضاع الشعوب مهما كلف الأمر.

وفي حادثة مشهورة تتعلق بالمنازل الأرجنتيني الكوبي (تشي جيفارا)، تقول القصة إنه بعد القبض عليه في مخبئه الأخير بدولة بوليفيا العام 1967



أ. علي أحمد الزبيدي

يجب أن ندفع ثمنها! أهذا هو العراق، مهد الحضارات؟ أم أن الوجوه المستسلطة شوّهت ما تبقى لنا من تاريخ وحضارة؟ صراعات، لافتات، دعايات، شاشات تلفاز، خطابات، كتب شكر وتقدير، لقاءات واستعراض للعضلات، كلها لأجل المنصب أو البقاء فيه. مالكم أيها المسؤولون؟ أين غيركم ممن حكم وولى؟ أين الطفلة والقادة والزعماء؟ لقد رحلوا جميعاً، وسترحلون أنتم أيضاً كما رحلوا. سيأتي يوم ينهض فيه الشعب على هذه الطليقة من السياسيين وجماهيرهم، عندها سيحتسرون على سقف يأويهم، لكنهم لن يجدهم. ونصيحة لمن يركض وراء الانتخابات والدعايات المكشوفة: لو لم تترشحوا لكان أفضل لكم، فعملكم لم يكن يوماً حقاً بالاجتماع، بل مطية للحصول على "الصوت الانتخابي". وكما فعل بعض الوزراء الذين تظاهروا بالبطف على الفقراء ورافقهم الصنوبرون لالتقاط مشاهد "مؤثرة" لكسب ود شريحة من الناس البسطاء، فإن الغاية كانت واضحة: الانتخابات وأصوات الناس، لا أكثر. والله من وراء القصد.

الحقيقة الرياضي

الخميس 10 02 2025 العدد (2980)



بظلم تحكيمي وضياع للفرص منتخبنا الوطني للناشئين يخسر أمام الامارات بهدف واحد ويهدر فرصة التأهل لنهائي خليجي الناشئين



الجزء بالدقيقة الخامسة من الوقت بدلا من الضائع من المباراة ، ليحرم منتخبنا من فرصة التعادل وإعادة المباراة إلى نقطة البداية . وفي المباراة الثانية حقق منتخب السعودية الفوز على منتخب قطر بنتيجة هدفين مقابل هدف واحد والتي سبقت مباراة العراق والامارات على الملعب ذاته.

الرحمن العواني بالدقيقة الثانية من الوقت بدلا من الضائع من الشوط الاول .ورد قائم المرعي الاماراتي كرة قوية من اللاعب محمد جلابي بالدقيقة 59 .والى جانب ذلك تغافل حكم المباراة محمد راشد من احتساب ركلة جزاء (صحيحة) لمنتخب العراق بعد ان مستت الكرة وبشكل واضح يد المدافع الاماراتي داخل منطقة

بينهما امس الاول في ملعب حمد الكبير بنادي العربي بالدوحة . وقد اهدر لاعبونا عدة فرص للتسجيل خلال شوطي المباراة بسبب التسرع وقلة الخبرة في التعامل مع هكذا مع تالقات حارس مرعي الامارات اللاعب علي خضيف قبل ان يسجل المنتخب الاماراتي هدف المباراة الوحيد راسية اللاعب عبد

الحقيقة / خاص
خسر منتخبنا الوطني للناشئين فرصة التأهل للمباراة النهائية لبطولة الخليج العربي للناشئين دون 17 عاما بكرة القدم ، بعد ان خسر مباراة الدور نصف النهائي امام نظيره الاماراتي (صفر - 1) ف بالمباراة التي جرت

رختر الموندنال وهدر الاموال العربية !



حسين الذكر

بنظرة فاحصة على سجل المنتخبات العربية المشاركة في كأس العالم سوف نجد (المغرب وتونس والسعودية) في المقدمة بإشارة الى سعة ممارسة اللعبة مع احتكاك المغرب وتونس بشكل مبكر بعالم الاحتراف الاربوي وانعكاسه على تنشئة اجيال متعاقبة من اللاعبين البارزين بما يضمن مشاركة شبيه دائمة في الموندنال منذ عقد الثمانينيات .. فيما تعد السعودية اكبر دول مجلس التعاون الخليجي من حيث اتساع القاعدة والممارسة فضلا عن منهجية الدولة والدعم اللامحدود والرؤية الحكومية الخاصة بكرة القدم المتوجة بتضيق موندنال 2034 .

في المرتبة قبل الاخيرة تأتي دول (الكويت والعراق والامارات وقطر ثم اضيفت الاردن مؤخرا بتفوق جدير بالاهتمام على صعيد حسن الادارة والتتبع الحكومي ووضع منهجية تتناسب مع الامكانيات) . فيما غابت دول مثل (سوريا ولبنان وليبيا والسودان والبحرين وموريتانيا واليمن وعمان ... لظروف مختلفة سياسيا وماليا وغير ذلك) .

في التمثيل الاخير لبطولة 2022 التي نظمتها قطر بانموذجية عالقة بالاذهان دفعت بالواقع العربي بقيمة الاهتمامات والتحفيز على صعد عدة لاسيما الاعلامي منه .. مما تولد من مخاضه السباقاتي تنظيم المغرب لبطولة 2030 والسعودية 2034 بتحول مثير الاهتمام ليس على المستوى الرياضي بل السياسي والثقافي والاجتماعي لما تعنيه كرة القدم في زمن العولمة الذي نلثت للحاق فيه كعرب .

ثمة نقطة محيرة وجديرة بالاهتمام والدراسة ، ان وصول الاردن الى الموندنال فرض واقعا جديدا على حكومات الدول المغيبة عن الموندنال تطلب اعادة قراءة المشهد والبحث عن اسباب وموانع التذني والتخلف الكروي برغم تخصيص كثير من الاموال السائبة وغير الموظفة بمنهجية وتخصص واحساس وطني مما جعلها تذهب هدرًا وتضيع معها فرص تحقيق الذات وان لم يعد بلوغ الموندنال بحد ذاته هدفا مقدسا ..

هنا يمكن ان نطلق سؤالا شبيها بالبنكته السياسية .. بعد ان نجحنا بالمشاركة والتنظيم الموندنالي هل يمكن لنا الطموح بالفوز؟ ، قطعاً وفقاً لمعيار المهوية والرغبة الجامحة تكمن مشروعية الطموح ، الا ان كثيرا من المسائل التنظيمية والاستراتيجية على الارض تجعل الحلم بعيد المنال، فان تنظيم الموندنال اصعب بكثير من احراز كاسه، فالكاس تحتاج مهارة مؤطرة في مؤسسة حاضنة ، فيما تنظيم الموندنال يتم عبر المال وما اكثره عربيا !.

بين قوسين

اتحاد الكرة الطائرة يحدد موعداً لإقامة مباراة كأس السوبر وانطلاق الدوري الممتاز



الحقيقة / خاص

حددت اللجنة الفنية والمسابقات في الاتحاد المركزي لكرة الطائرة موعداً لإجراء قرعة الدوري الممتاز وكأس السوبر، وقال عضو الاتحاد المشرف على اللجنة الدكتور علي عمير ان اللجنة اجتمعت في مقر الاتحاد بحضور رئيس لجنة المسابقات عجيل كريم وأعضاء اللجنة الفنية بسمان خضير وعلي لطيف محمد وتم تحديد يوم الاحد الموافق ١٢ تشرين الاول المقبل وفي تمام الساعة الثانية ظهرا في قاعة اللجنة الاولمبية لإجراء قرعة الدوري الممتاز ،ومنحت الاندية ١٦ موعداً اقصاه نهاية الدوام الرسمي ليوم الاحد الموافق الخامس من شهر تشرين الاول لتأكيد المشاركة وكتاب رسمي موقع من رئيس النادي ،وأضاف: سيكون يوم السبت الموافق الاول من تشرين الثاني موعداً لإقامة مباراة كأس السوبر بين مصافي الشمال وغاز الجنوب في العاصمة البغبية بغداد وستحدد القاعة والتوقيت لاحقاً. وأشار عمير الى ان انطلاق الدوري الممتاز سيكون يوم الثلاثاء الموافق الرابع من شهر تشرين الثاني كما سيكون اخر يوم لتصديق العقود نهاية الدوام الرسمي ليوم الاحد الموافق السادس والعشرين من شهر تشرين الاول ، واختم الحديث: سيتم تشكيل لجنة لكشف صلاحيات القاعات لاستضافة التجمعات وعلى الاندية الراغبة باستضافة مباريات التجمع الاول من التصفيات تجهيز قاعاتها واعلامنا بذلك .

لاعب باختور والمنتخب الوطني زيد تحسين : العراق قادر على التأهل لنهائيات كأس العالم.. واخترت باختور لهذا السبب!

حوار - امير رسول

بعد زيد تحسين أحد أبرز النجوم الذين تركوا بصمة مميزة بالدوري العراقي مع القوة الجوية، قبل الانتقال إلى باختور الأوزبكي هذا الصيف، في صفقة قوية ، ويحلم تحسين (٢٤ عاماً) بتحقيق آمال العراق في بلوغ نهائيات كأس العالم ٢٠٢٦، قبل خوض الملحق الآسيوي في أكتوبر المقبل، خاصة أنه أحد اللاعبين المميزين حالياً رفقة أسود الرافدين.



زيد تحسين ينتقل إلى باختور
عروض مباراة المراهقة على أقوى الدوريات في كازان



وفي حوار مع اللاعب زيد تحسين حدثنا عن العديد من الملفات الرياضية، من أهمها أسباب اختياره لبطولة الدوري الأوزبكي، بالإضافة لطموحاته مع منتخب العراق قبل التصفيات الآسيوية المؤهلة للموندنال.

«كيف جاء اختيارك للدوري الأوزبكي؟
- اختياري لنادي باختور جاء بعد دراسة دقيقة لسيرتي الكروية، حيث وجدت أن النادي يمتلك مشروعاً رياضياً واضحاً وطموحاً، إضافة إلى كونه من أبرز الأندية في أوزبكستان وآسيا، ويملك تاريخاً كبيراً وقاعدة جماهيرية مميزة، ما جذبني أيضاً هي جدية الإدارة ورغبتها في تطوير الفريق واللاعبين على حد سواء.

«ما هو شعورك الآن بعد تمثيل المنتخب العراقي؟
- ارتداء قميص المنتخب العراقي شرف ومسؤولية كبيرة، هو حلم أي لاعب عراقي منذ طفولته، ويمثل لحظة فخر لا توصف، فكل مباراة مع المنتخب هي فرصة لخدمة بلدي وإسعاد شعبنا، وأعد الجماهير بأبني سنايدل أقصى ما لدي دائماً من أجل رفع اسم العراق عالياً.

«كيف ترى تطور المنتخبات الآسيوية؟
- كرة القدم في القارة الآسيوية تطورت بشكل واضح في السنوات الأخيرة، وأصبحت المنافسة أصعب بكثير. وهذا يحفزنا على العمل أكثر للوصول إلى القمة، مع الاهتمام بالتفاصيل الفنية والاحترافية على أعلى مستوى.

«ما هي رسالتك لجماهير العراق قبل ملحق كأس العالم؟
- رسالتي لهم أن يكونوا دائماً سندياً لنا وأن يتفوقوا بأننا سنقاتل من أجلهم، مع إيمانهم ورفع اسم العراق عالياً، دعمهم هو الحافز الأكبر لنا في كل مباراة.

«هل وجدت صعوبات في التكيف مع الأجواء في أوزبكستان؟
- الصعوبات تمثلت في التكيف مع أجواء جديدة سواء من حيث اللغة أو أسلوب اللعب أو الثقافة اليومية، لكن بدعم زملائي والجهاز الفني استطعت التأقلم بسرعة وتقديم مستوى يليق باسم النادي وبطموحاتي كلاعب محترف.

«ما الذي يختلف بالدوري العراقي مقارنة بالدوري الأوزبكي؟
-الدوري الأوزبكي أكثر تنظيماً من الناحية الإدارية والاحترافية، مع التزام كبير بالمواعيد والبرامج التدريبية

بريمونادا ثلاثية.. زاخو يهزم القادسية الكويتي في دوري أبطال الخليج للأندية

الحقيقة / خاص

استهل نادي زاخو العراقي لكرة القدم مساء امس الاول الثلاثاء مشواره في دوري أبطال الخليج للأندية بفوز مستحق على نظيره القادسية الكويتي بثلاثة اهداف مقابل هدف واحد في المباراة التي جرت بين الفريقين على اديم ملعب دهوك ضمن منافسات الجولة الأولى من المجموعة الأولى للبطولة .وسجل القادسية أولاً من ركلة جزاء نفذها بنجاح اللاعب محمد صالح في الدقيقة

٩، وتمكن زاخو من تعديل النتيجة في الدقيقة ١٥ عن طريق المحترف إتشيتا ديبوتي، وأضاف زاخو هدفه الثاني من راسية رائحة عن طريق شريكو كريم في الدقيقة ٦٠-٤٥ ، وفي الشوط الثاني أضاف شريكو كريم هدفاً ثالثاً لزاخو من كرة ذكية في الدقيقة ٥١، ويسعى نادي زاخو للمحافظة على اللقب الذي احززه شقيقه العراقي نادي دهوك في نسخة العام الماضي .

على فريق نادي ستره البحريني بأربعة اهداف لههدف. ليتصدر العين الاماراتي ترتيب المجموعة بفارق هدف عن فريق نادي زاخو ولكل منهما ثلاث نقاط . وكانت قرعة البطولة قد قسمت الأندية المشاركة إلى مجموعتين ضمت الأولى كلا من زاخو العراقي، والعين الاماراتي، وسترة البحريني، والقادسية الكويتي، فيما ضمت المجموعة الثانية الريان القطري، والشباب السعودي، والنهضة العماني، وتضامن حضرموت اليمني.





«الملحق الآسيوي»: الإصابات تربك تحضيرات إندونيسيا قبل مواجهة السعودية

الحقيقة / خاص



والحترف في بوريرام يونيتيد التايلاندي، إلى قائمة المصابين، والش تعرض لإصابة خلال مشاركته في دوري أبطال آسيا أمام إف سي سيول، لتزايد المخاوف بشأن جاهزية الجبهة اليمنى للمنتخب. ويُعدّ والش من العناصر الأكثر خبرة وتأثيراً في التشكيلة وغيابه يمثل ضربة كبيرة لخطط كلوفيرت الدفاعية. هذا المستجد فتح باب التساؤلات حول هوية اللاعب القادر على تعويضه في مركز الظهير الأيمن فضلاً عن عودة محتملة للمخضرم أسنواي مانكوالام، لاعب بورت إف سي التايلاندي، الذي رغم غيابه عن القائمة الحالية، ما زال يمتلك خبرة طويلة وقاد المنتخب سابقاً بصفته قائداً تحت إشراف المدرب الكوري الجنوبي شين تاي يونغ، إلى جانب هذه الغيابات، ذكر الإعلام الإندونيسي أن المنتخب

عمليات الإجماع قبيل مباراة فريقه أمام كومو في الدوري الإيطالي، التقارير الطبية أشارت إلى أن أوديو سيحتاج إلى نحو عشرين يوماً للتعافي الكامل، ما يعني غيابه بشكل مؤكد عن مباراتي التصفيات، وهو ما يُفقد المنتخب الإندونيسي ركيزة أساسية في الخط الخلفي. كما يفقد المنتخب خدمات الحارس الآخر مارتن بايس لاعب إف سي دالاس الأمريكي الذي يعاني منذ يوليو (تموز) الماضي من إصابة منعتة من المشاركة مع ناديه ومع المنتخب على حد سواء ولم يتمكن حتى الآن من استعادة لياقته أو العودة إلى أجواء المباريات. غياب حارسين أساسيين في وقت واحد يضعف من صعوبة المهمة أمام كلوفيرت وجهازه الفني. أما على صعيد خط الدفاع فقد انضم ساندي والش الظهير الأيمن البالغ من العمر 30 عاماً

تلقى منتخب إندونيسيا ضربة موجعة قبل أيام قليلة من انطلاق الدور الرابع من التصفيات الآسيوية المؤهلة لكأس العالم 2026، بعدما تأكدت إصابة خمسة لاعبين بارزين من أصل 28 تم استدعائهم من قبل المدرب الهولندي باتريك كلوفيرت. وتأتي هذه الإصابات في وقت حرج للغاية، إذ يستعد منتخب «غارادوا» لمواجهتين مصيريتين أمام السعودية في التاسع من أكتوبر (تشرين الأول) ثم أمام العراق في الثاني عشر من الشهر نفسه، ضمن منافسات المجموعة الثانية التي تحتضنها مدينة جدة السعودية. ووفق وسائل الإعلام الإندونيسية فإن أبرز هذه الغيابات يتمثل في الحارس إميل أوديو، حارس كريمويزي الإيطالي، الذي تعرض لإصابة خلال

المشكلات البدنية تغيب ألكاراس عن «دورة شنغهاي»



كونتي يهدد دي برون:

لن أقبل الخطأ مرتين

الحقيقة / خاص

وجه أنطونيو كونتي مدرب نابولي الإيطالي إنذاراً للاعبه البلجيكي كيفن دي برون الذي عبّر عن غضبه بعد استبداله الأحمق الماضي في المواجهة ضد ميلان في الدوري المحلي، وقال كونتي لقناة سكاي سبورت قبل مواجهة سبورتنغ البرتغالي في دوري أبطال أوروبا: من يعرفني يعلم جيداً موقفني تجاه إدارة المجموعة، وحيال بعض التصرفات، وأضاف: من لا يعرفني بمقدوره أن يخطئ. على توضيح الموقف وتكرار بعض المفاهيم كي يتضح للجميع بأنني أقبل الخطأ الأول لكن ليس الثاني. ولم يخف دي برون إحباطه بعد استبداله في الدقيقة 72 من مواجهة ميلان (1-2) على ملعب سان سيرو في المرحلة الخامسة من الدوري، فعاد إلى مقاعد البدلاء وهو يتذمر دون إلقاء التحية على مدربه.

وبعد المباراة تطرّق كونتي إلى الحادثة فقال: أمل أن يكون غضبه مرتبطاً بالنتيجة إذا كان بسبب تبديله فهو وقد وقع مع الشخص الخطأ، وفي المؤتمر الصحافي التقليدي عشية المباراة، بدأ كونتي أكثر هدوءاً "تم توضيح كل شيء وأغلق الملف"، ووصل دي برون (34 عاماً) هذا الصيف من مانشستر سيتي الإنجليزي وقد سجل حتى الآن ثلاثة أهداف في خمس مباريات في الدوري.



الحقيقة / خاص

أضاف حامل لقب بطولة الولايات المتحدة الكبرى: «أمل في العودة قريباً ورؤية جماهيري الصينية العام المقبل»، وكان تتويج ألكاراس الثامن هذا الموسم في دورات محترفي التنس، وحتى في ظل غيابه عن دورة شنغهاي، لن يخسر ألكاراس مركزه الأول في التصنيف العالمي.

موقع «إنستغرام»: «يؤسفني أن أعلن عدم قدرتي على المشاركة في (رولكس شنغهاي الماسترز) هذه السنة». تابع: «للأسف أعاني من بعض المشكلات البدنية وبعد نقاشي مع فريقي، نعتقد أن القرار الأفضل هو الخلود إلى الراحة والتعافي».

وأصيب الإسباني بكاحله اليسر في مباراته الافتتاحية في طوكيو ضد الأرجنتيني سيباستيان بايس، لكنه تحامل على ألامه وأحضر القبط في نهاية المطاف على حساب الأميركي تايلور فريتز. في النهائي أمس الأول الثلاثاء، بعدها بساعات كتب ابن الثانية والعشرين في حساباته على

أعلن الإسباني كارلوس ألكاراس المصنف أول عالمياً في كرة المضرب انسحابه من «دورة شنغهاي للماسترز» ألف نقطة بسبب «مشكلات بدنية»، وذلك بعد وقت قصير من تتويجه بدورة طوكيو.

ريال مدريد يتجاوز فضيحة ألتيكو بخماسية في كاييرات وأوسيمين يسقط ليفربول في دوري أبطال أوروبا

الحقيقة / خاص



بهدف في الدقيقة 93 بعد تسديدة من داخل منطقة الجزاء.

سقوط ليفربول في اسطنبول:

سجل فيكتور أوسيمين هدفاً مبكراً من ركلة جزاء ليقود غلطة سراي للفوز 1-0 صفر على ضيفه ليفربول الذي ارتكب العديد من الأخطاء وخسر حارس مرماه أليسون والمهاجم هوغو إيكيتيكي بسبب الإصابات، في مواجهة مثيرة بدوري أبطال أوروبا لكرة القدم في إسطنبول، يوم الثلاثاء.

وسدد المهاجم النيجيري الذي ارتدى قناعاً واقياً الكرة بقوة في مرمى الحارس أليسون في الدقيقة 16 بعد أن سقط باريس ألبر يلماز إثر ضربة على وجهه من دومينيك سوبوسلاي، وأجرى ليفربول ثلاثة تغييرات على التشكيلة التي خسرت أول مباراة في الدوري هذا الموسم أمام كريستال بالاس مطلع الأسبوع إذ جلس محمد صلاح على مقاعد البدلاء إلى جانب أغلى صفقة في تاريخ النادي، ألكسندر إيساك، ودخل كلاهما أرض الملعب في الدقيقة 62 إذ حل صلاح محل جريمي فريمبونج في الجناح الأيمن، وذلك بعد خروج أليسون مصاباً ودخول جورجي مامارداشفيلي بديلاً له في الدقيقة 56.

أما إيكيتيكي الذي شارك أساسياً بعد انتهاء إيقافه المحلي فغادر الملعب مصاباً في الدقيقة 68، في ليلة قاسية على الفريق الزائر الذي سنحت له بعض الفرص لكنه بدأ ضعيفاً على مستوى الدفاع بشكل يثير القلق.

لكن رد ريال مدريد كان قاسياً حيث أضاف هدفاً رابعاً بعد انطلاقة من رودريجو بالجهة اليسرى ولعب كرة عرضية قابلها البديل الأخضر إدواردو كامافيستا برأسه في الشباك 83، وواصل بدلاء الريال تألقهم عندما اختتم المغربي إبراهيم دياز الخماسية

في التصدي لأربع محاولات أمام ساتابيف وفاليري جريمكو ولويس ماتا، كما تدخلت تقنية الفيديو بإلغاء ركلة جزاء لأصحاب الأرض في الدقيقة 69، احتسبها الحكم ضد داني سيبايوس لاعب وسط ريال مدريد.

أبطال أوروبا، وواصل توجهه هذا الموسم بتسجيل 13 هدفاً في 9 مباريات بقميص ريال مدريد في جميع المسابقات منذ بداية الموسم الجاري. وبعد هاتريك مباهي تجرأ فريق ألمات، ساعياً لتقليص الفارق لكن تيبو كورتوا حارس الريال كان يقظاً

واصل كيليان مبابي نجم ريال مدريد توجهه، ليقود فريقه لفوز عريض خارج ملعبه على كاييرات ألماني الكازاخستاني بنتيجة 5-0 صفر، مساء أمس الأول الثلاثاء، في الجولة الثانية لدوري أبطال أوروبا لكرة القدم.

تجاوز الريال بهذا الفوز كبوة خسارته الثقيلة أمام ألتيكو مدريد في الدوري بنتيجة 2-5، يوم السبت الماضي، ليخسر صدارة الدوري الإسباني لصالح منافسه الأزلي برشلونة حامل لقب الموسم الماضي، وذلك بعد مرور سبع جولات من المسابقة، ورفع الفريق الإسباني بطل أوروبا 15 مرة وصيده إلى 6 نقاط بعد فوزه في الجولة الأولى على مارسييلا الفرنسي بنتيجة 2-1، بينما بقي كاييرات بلا رصيد بعد خسارته الثانية على التوالي.

ويدين الريال بهذا الفوز لنجمه الفرنسي مبابي الذي سجل ثلاثة أهداف "هاتريك"، أولها من ركلة جزاء في الدقيقة 25 بعد عرقلة حارس مرمى كاييرات، للمهاجم الأرجنتيني الشاب فرانكو ماستانتونو. وسجل كيليان الهدف الثاني في الدقيقة 52 بعد تمريرة طويلة من زميله البلجيكي تيبو كورتوا حارس المرمى، قبل أن يكمل الهاتريك في الدقيقة 73 مستفيداً من تمريرة زميله التركي أردا جولر بعد انطلاقة من البرازيلي رودريغو جوس الذي شارك بديلاً في الشوط الثاني. ورفع مبابي رصيده إلى 5 أهداف في النسخة الحالية وصيدته الإجمالي إلى 60 هدفاً في مشواره بدوري

من كتب معرض بغداد الدولي للكتاب

"ماركس في مدينة الثورة" .. قراءة في كتاب فالح حسون الدراجي

حمدي العطار

مقدمة

يمثل الكتاب نافذة على الذاكرة الجمعية لمكان طالما كان موضع جدل سياسي واجتماعي وثقافي، ألا وهو مدينة الثورة، التي عرفت لاحقاً بمدينة صدام، ثم مدينة الصدر. إن حضور كتاب "ماركس في مدينة الثورة" للكاتب فالح حسون الدراجي، والصادر عن دار الشؤون الثقافية العامة، في معرض بغداد الدولي للكتاب، لا يمر مرور الكرام؛ إذ يثير العنوان وحده فضول القارئ، لاسيما الشباب وأصحاب الميول اليسارية، الذين تستوقفهم صورة كارل ماركس على الغلاف، وهو يطل من أحد شوارع المدينة الفقيرة والمضطربة.

عقبه العنوان ودلالاتها يبرر الدراجي هذه العتبة النصية المثيرة في مقدمة كتابه، مؤكداً أن سنوات الستينيات والسبعينيات كانت أزهى المراحل في حياة المدينة وسكانها، رغم الفقر والمعاناة. فقد أضفى الوجود الشيوعي فيها ألماً فكرياً وثقافياً، تجلى في الشعر والمسرح والغناء والفن التشكيلي، فضلاً عن المواقف النضالية. يعترف المؤلف بدينه للثقافة الماركسية والحزب الشيوعي، اللذين علماه الحب والصبر والجمال والخلق الإنساني، فجعل ذلك عنوان كتابه تعبيراً عن تلك المرحلة التي شكلت ذاكرته الشخصية والجماعية.

«مدينة الثورة.. فضاء الصراع والإبداع

التقديم الذي كتبه المفكر والناشط جاسم الحلقي يفتح باباً آخر لفهم أعمق لمحتوى الكتاب. فهو يرى أن مدينة الثورة ليست مجرد تجمع سكني هامشي، بل فضاء إنساني وثقافي

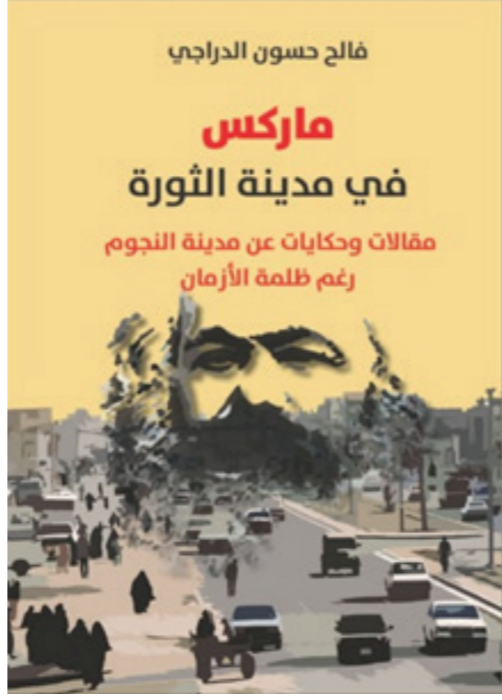
ناض، أنجب رموزاً كان لها أثر بارز في المشهد الوطني والفكري العراقي. ويصف الحلقي المدينة بأنها مسرح للصراع والابتكار في آن واحد؛ إذ واجهت عقوداً من التهميش والإقصاء، لكنها بقيت مصدراً للإبداع والثابتة.

غير أن هذا التوصيف يفتح باب التساؤل: إذا كان إهمال الحكومات السابقة مفهوماً في ظل النظام البعثي، فما الذي يفسر استمرار المعاناة عن توفير البنية التحتية والخدمات الأساسية لهذه الكتلة السكانية الضخمة؟ هل هو قصور في القدرات أم استمرار لنهج الإهمال المتعمد؟ وكنت أتوقع أن يسير الحلقي إلى أن الأنظمة اليومية الدكتاتورية وكذلك الأنظمة الإسلامية ذات الطابع الرأسمالي لا توجد حلول لمثل هذه المدن (مدينة الثورة) لا من يجد الحل هو النظام الاشتراكي فقط!

«تحديات الحاضر واسئلة المستقبل

يضع الحلقي إصبعه على جرح المدينة، حين يشير إلى أنها تعامل غالباً كـ "كتلة انتخابية" تستغل موسمياً، بينما تحرم من مشاريع تنموية حقيقية. النتيجة كانت تفاقم مشكلات نقص الخدمات، البطالة، الجريمة، والتهميش

السياسي. ويخلص الحلقي إلى أن هذا الكتاب لا يوثق فقط تاريخ المدينة، بل يساهم في إعادة صياغة صورتها للأجيال القادمة، باعتبارها



رمزاً للصمود والإبداع، لا مجرد بؤرة للفقر والإقصاء.

«قيمة الكتاب وأسلوبه

يقع كتاب "ماركس في مدينة الثورة" في 482 صفحة من القطع الكبير، ويُعد إضافة مهمة إلى الأدب التوثيقي والسري الذاتية، لما يتميز به من أسلوب سلس، ولغة قريبة من القارئ، ومذكرات ذات نكهة خاصة تجمع بين الذاكرة الفردية والوجد الجمعي. وهو نص يجمع بين السيرة الشخصية والسيرة المكانية، فيكشف عن جدلية العلاقة بين الإنسان والمدينة، بين الفقر والإبداع، وبين الهم السياسي والنفس الثقافي.

«خاتمة

إن كتاب فالح حسون الدراجي لا يكتفي بأن يكون شهادة على مرحلة تاريخية، بل يفتح الباب أمام إعادة قراءة "مدينة الثورة" بوصفها نموذجاً لمجتمع يواجه التهميش ويخلق من قلب المعاناة فسحة للإبداع. إنه نص يضع القارئ أمام أسئلة عميقة عن العدالة الاجتماعية، وعن قدرة المدن المهتمشة على التحول من فضاء للحرمان إلى فضاء للحياة والثقافة. ومن هنا،

نصوص

تحت تأثير البنج

قلة الموار، بل قوة الإرادة.

نظر أحمد إليه لحظة، ثم عاد إلى فراشه وهو يفكر في كلمات أخيه، كلمات لم تكن سوى شرارة قد تضيء طريقهما يوماً ما.

بقطة العنمة

مرت الأعوام، وتغير العالم. وفي صباح رمادي، ظهرت مجموعة من المهندسين في القرية، ترافقهم آلات الحفر والخرائط والأجهزة. استقروا هناك لأشهر طويلة، ثم جاء الخبر المذهل: "تحت أرض القرية، توجد واحدة من أكبر الثروات النفطية في البلاد."

وفي لمح البصر، تغيرت ملامح القرية. تحولت من نقطة نائمة على حافة الخرائط إلى مصدر طاقة يهمس باسمه العالم. ومع هذا التغيير، ظهر في الأخبار اسم المهندس المسؤول عن الاكتشاف: كان ذلك (مؤمن) .. الولد الحالم .. الذي كتب في الظل، وأمن بالنور.

الوطن والأحلام

قبل مدة ليست بالقصيرة، كبر الحلم وكبر الوطن، لكن هناك شيئاً لم يتغير، شيء ما بقي يسكن في الزوايا المظلمة، حيث لا تصل أصوات الطموح.

في زاوية معتمنة، وقفت (زهراء علي)، فتاة عراقية من لحم الواقع وجلد الأحلام، طالبة هندسة برمجيات. رحلت إلى بريطانيا لإكمال دراستها، حيث مكثت في غرفة صغيرة لا تتسع لجسدها فقط، بل كانت تفيض بأفانٍ رحيمة من الطموح والأمني.

تفوقت، نالت الماجستير بامتياز، وانتشر اسمها بين صفحات المجلات العلمية، رُفرت راية العراق عالمياً في المحافل والمنديات الدولية. عادت إلى وطنها، محملة بحقيبة ليست كغيرها، بل كانت مليئة بالأفكار التي تنبض بالحياة، وبمشاريع كفيلة بأن تشعل نور المستقبل. لكن الوطن... لم يكن كما حلمت.

لم يُفتح لها باب الدكتوراه، ولا باب العمل، رغم وعود رُسمت بألوان زاهية. حتى المنحة التي راقت دراستها في بلاد الغربية، رُفضت بلا مبرر، وكان الأحلام تقابل بسياج من الجدران المغلقة.

لم تكتفِ زهراء بالصمت أو الانتظار، بل أطلقت مناشدات صادقة، وقدمت طلبات عدة للجهات

المسؤولة، تشرح فيها طموحاتها ورغبتها الصادقة في خدمة وطنها. لكنها اصطدمت بحائط من اللامبالاة، وأجوبة غير منطقية. كل محاولة كانت تقابل بالرفض أو التأجيل، وكان أحداً لا يريد أن يفتح لها باباً، رغم كل الجهود التي بذلتها. شعرت وكأنها تقاوت ضد تيار عات، لا ينكسر، ولا يرحم، يُغلق أمامها كل طريق، ويتركها وحيدة في معركة لا تُرى فيها إلا هي وأحلامها التي تتلاشى ببطء.

في وطن تتلاشى فيه الأحلام كهذه، يبقى السؤال: هل يستحق الحلم أن يُدفن في بقايا الوعود؟

من يظن النور؟

كم متفوق أو متفوقة مثل (زهراء علي)؟ كم من مبدع عاد من القرية، حاملاً النور، فوجد الأبواب مغلقة والنوافذ موصدة؟ كم من عقل كسر؟ كم من حلم انطفأ؟ كم من ورقة بحث أحرقت قبل أن تُقرأ؟

لماذا نمنعهم من الحلم؟ لماذا نخشى النجاح؟ لماذا نُصر على دفن العقول في الظل، بينما العالم يسير نحو الشمس؟ هل أصبح الحلم جريمة؟ هل أصبحت العقول المضيفة خطراً على الظلام؟

رسالة إلى "وطن"

يا "وطن"... هؤلاء ليسوا مجرد أحلام تُولد لأنفسهم، بل هم أحلامك التي تنبض في صدور أبنائك. لم يأتوا من قصور مترفة، ولم يُربوا في نعيم يغلفه الدفء، بل نشأوا بين أزقة ضيقة، وسهروا تحت ضوء شموع خافتة، تماماً كما فعل (مؤمن) السذي، بمطابركه، قلب وجهه قرينه رأساً على عقب، وبأحلامه أضاء سماءاً كانت تخلو من النور.

فهل تنكرهم؟ هل سترتهم يرحلون إلى الغربية، ليس عن رغبة منهم، بل لأنك لم تفتح لهم الأبواب؟ هل أصبح الوطن مجرد شعار يتراقص على الأوراق، بلا صوت يسمع، ولا عين تُبصر؟

يا "وطن"... كن أباً بحق، لا تكتفِ بأن ترفع الرأس فخراً، بل امنح أبنائك فرصة يرفعون بها رؤوسهم إليك ويفخرون بك كما فخرت بهم.

ليست كل الأحلام تستقبل بالتصفيق، فبعضها يتعرّض للسخرية، وبعضها يُهمل، وبعضها يُقابل بالعداء. لكن، كما قالت النشاعة في ألية مظلمة: "ما دامت الأحلام مشتعلة، فلا خوف من الظلام." ونقلوها بالعامية (نصبر والله كريم)...

قصة قصيرة

يوم مشرق

فإن حضور الكتاب في معرض بغداد الدولي للكتاب لا يعد مناسبة ثقافية فحسب، بل حدثاً يذكرنا بأن للصدن الذاكرة والهوية، وأن صوت الهامش قادر على أن يتحول إلى مركز للحقيقة والإبداع. تفاصيل الكتاب تستحق القراءة وفيها أشياء جديدة وممتعة.



في مقتلِك النار

حسن حسين الزهيري

قولي لعينيك: استباحا مهجتي وتغزلاً بخطا الهوى وتوشحي في مقتلِك النارُ تشعل رغبتي وبغفرك السكرُ المحرُّ قد سمي ما بين نهد في حرير ناعم وشفاه ورد في الضياء تفتحي شامُ على الحدِّ المورِّدِ خافقٍ أخرياتُ بالصدر زينُ المنى يا ليل، حدَّثني عن الشعر الذي نامَ على ساقيك، وانساب الهوى قد ارتقتني في القوام فتنته تمشي، وتسكرُ كلَّ قلب لو نأى جسدي توهج من وصورك علناً هل ليُجمع العشاق طهرُ أم حيا؟ إني عشقتك لا حدود لعشقتي فامضي إلي، ودعُ حروفي تُحتقِ ما عدتُ أخجل من جنوني حينما تفصيلِ خصرِك فوق حلمي يُرتدى يا وردة نفرت على كتف الدجى تذكى اشتعالاتي إذا الليل ابتدى نهديك... منذنتان، وبينهما الهوى يرنو، فتسكرُ كلَّ قلب قد طغى شامتِك السمراء فوق سريها أعوتُ قوافي الشعر حتى أنشدي في خصرِك التكوينُ أعلنُ أنه أدق من رسم القصيد إذا حدا في بُعد فخذك، في التواء تبسم جرحي يُعني والجمال تفرّسي في ضحكك أسراراً فجر ناعم يرتد من صدر الحرير إذا بدا وشفاكُ السكرى ترتبُ خطوتي نحو الخبطة والجنون المنشوي يا أيها الليل الطويل متى أرى في حُضن عينيه ملاذي الأبهجي؟ أخفيتُ وجدي عن عيون الناس لكن فضحتُ نَموعي ما كتمت وما أخفتي ماذا أقول إذا اكتبتُ أماماً؟ نهديان... والشعرُ المبللُ موشدا



وفي اليوم التالي .. كان يوماً مشرقاً ، نظرت الى خالد والابتسامه لا تفارقه صفا الصوت في لبعومه شيء مسا في داخلي يوحي برحيل مسؤوله الإداري المقيت.. فأحسست بانزياح الظلم وسيطره النور على حياتنا الجديدة .



يوميات عبد الامير الحصري

جابر السوداني

لا شيء سوى الليل وبريق المطر على إسفلت الشارع وأنا تقذفني الحائنة مخموراً لا شيء سوى البرد وأنين الحافلة التعبي يتواتر عبر مئات الإمتاز بيتي مسطبة في آخر هذا الشارع عند الجسر تأوي كل هموم الليل إليها حين أعود وحيداً من غربة يومي بين وجوه الناس تمتد إلي أكف من أعماقي يصرخ بي شيطان طموحي أتوتب أسرج كل خيوي أغرس في النسمات حرابي فأعود يغالبني الليل بقية صحوي يسلبني آخر ما تركته في الإقذار لأطبق جفني على طيف امرأة عابرة مرّت هذا الصبح

إيهاب خضير

على عادته، يفتح صديقي خالد، باب السيارة ويغوص في جوفها ويستقر في المقعد الأمامي .. قال: ثمة سؤال شرس بل كئيب ، يدق أعماقي بعنف وحشي ..السؤال يبرز في خطوطه العريضة. ما هي الحياة ؟!

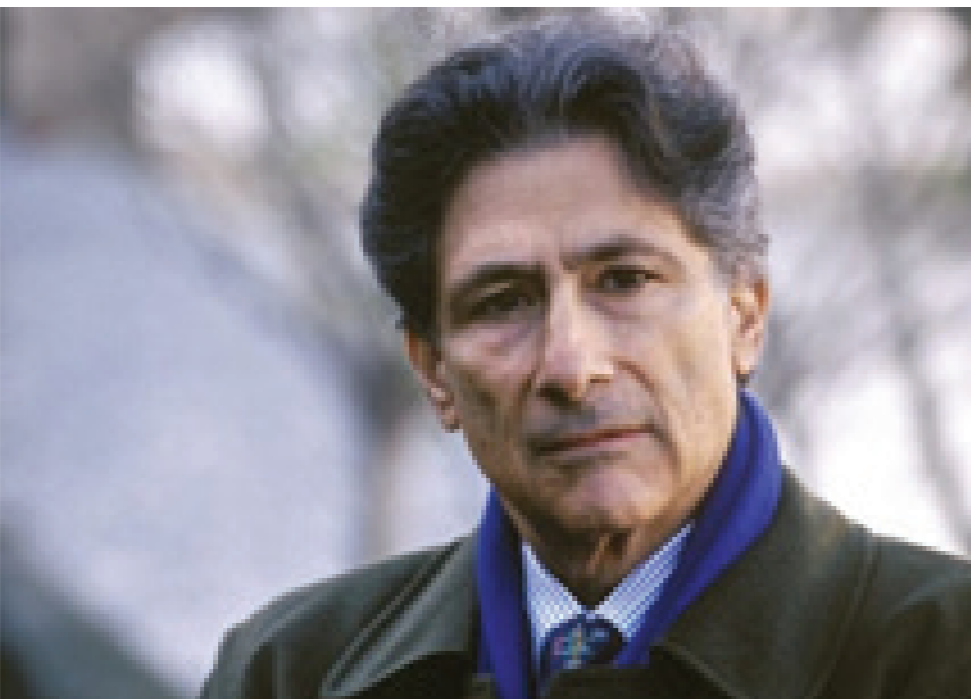
إنها حقاً حيرة عميقة ، تفتت دواخلي تحت وطأة اضطرابها العنيف ، ولكي يكون تساؤلي أكثر وضوحاً وقدرة على الإحاطة والإدراك أتحدث إليك ..

يقال أن الحياة فيض من أوهام أتحد من أزل غامض الى أهد لا نهاية لغموضه .. وليست اللذة في كشف الأشياء الواضحة أو درس البديهي السناج وإنما هي بحث الأسرار الجائمة ، والتوصل الى التأثير السائغ والنتيجة البارة .. والثمالة الأخيرة أنما يتناولها السكرير فقط ، فالخدر اللذيذ يضاعف السكر ولكن بالعربة والخمول الداهل .. المهم أني عاجز فالشجرة مهما تماسكت لايد لها من الانحناء أمام العاصفة وقد انحنى ، أما الأوراق فهي تتساقط حتماً ، وقد تساقطت .. يقال إن الوظيفة تكبل الإنسان بقيود ثقيلة وهي محاولة للذيل

المركز والهامش وثنائيات السلطة والتابع

لعبة المركز والهامش هي القرين الوجودي بثنائية القوة الضعف، أو السيد والعبد، وهي ثنائية فلسفية كرس من خلالها هيغل نظرتة لمفهوم الأمة والبطل والساند، مثلما كرس من خلالها ميشيل فوكو مفهوم السلطة والرقابة والعقاب، أو ماكرسه ادورد سعيد عبر ثنائية الهيمنة بين المستعمر والتابع..

لقد عمدت الدراسات الثقافية في مرحلة لاحقة على توظيف هذه الثنائيات في سياق التمثيل الجندري والثقافي، من خلال التعاطي مع ثنائية الذكورة والأنوثة، وهي ثنائية أكثر إشكالية، في علاقتها بمجالات مفهومية متعددة، لاسيما تلك التي تتعلق بالقوة الرمزية للذكورة، والطابع الاستلابي الذي عاشته الأنوثة، على مستوى علاقتها بالعمل والتاريخ والانتاج، أو على مستوى علاقتها بالكتابة، بوصفها صانعة الأثر.



فعل الرغبة يقود أيضا لاصطناع مملكة غير منضبطة للعلامات، تلك التي تستعير كثير من من قاموس فرويد في اللاوعي ومن رولان بارت في السيميولوجيا لتكون (ضدادوغما) و(المقدس) رغم أن الكثير من هذه الاشتغالات تظل متلبس به، وبعلاماته القامعة.. فهل استطاع الجندري الانتثوي في النظام الرقمي ان يتحول الى سلطة؟ أم هل تحول هذا النظام الى مجال تعبيرى مقطوع عن النسق الاجتماعي والحقوقى؟ مقابل ما ظل الجنسي مكتفيا بطاقته البايولوجية التوليدية لتكريس الصورة المثالية لحواء الاسطورية وليست حواء الأرضية..

مثل هكذا أسئلة يمكن أن تكون عتبة نظرية واجرائية لمقاربات معرفية حول مفهوم أنسوية الأنوثة، بوصفها مجالا تمثيلا للتابع، على مستوى رهانه الوجودي، أو على مستوى أدلجته، او على مستوى معالجته لاشكالية استيهامات التملك والحرية، والعمل على صياغة عقد اجتماعي آخر للعلاقة بين المركز والهامش، كمقابل لـ (الأنوثة والذكورة) وبعيدا عن رهابات الهجر.. من الصعب جدا وضع معيار لفحص هذه المعطيات، ومفارقاتها، فالكثير من الكتب تحدثت عن الخط المفاهيمي للذكورة والرجولة والفحولة والأنوثة والنسوية، حد أن أطروحات مابعد الحداثة، واشتغالات النقد الثقافي وضعت مجالا نظريا لما يسمى بـ (النقد النسوي) والذي يرهن قراءته للخطاب بجملة من العلامات والمؤشرات التي ينخرط فيها النص وسردياته وشعرياته وصولا الى شرعنة وجود قاموس نقدي لهذا المعطى، لكن الطبيعة الإجرائية لذلك تظل محصورة في علاقة السياق الثقافي بالسلطة وبمنظومة علاماتها، وفي مجال علاقة التحليل النقدي بمرجعيات تكشف عن المقموع والمسكوت عنه في أنساقنا المضمره، فضلا عن إبراز علاقة هذا النقد بالأدب والجسد بشكل خاص، لاسيما على مستوى السرديات، تلك التي اشتغلت عليها معالجات نقدية وثقافية كثيرة، لكن أبرزها ما يتعلق بالأطروحات المعاصرة لجوليا كرسنتيا ولوس إيرينغاري، وضمن مجال التعبير عن (النص المضطهد) النص الذي ظل متذبذبا بين ثنائيتي الجسد والوعي..

*روجيه دادون: الرغبة والجسد، ترجمة محمد أسليم مجلة "علامات" العدد الرابع 1995

نافرة عن المركز، وعن التمثلات التي تمنح الجسد قوته، وتسكنه في اللغة بوصفه نصا أو جوهرًا أو دافعا يُغني اللذة والتواصل والحرية بشحنات تجعله وجودا أو موضوعا..

الثورة السيسوسياسية وصناعة المركز المختلف.. هذه الثورة كرسست ما سمّاه الباحث الجزائري د محسن بوعزيزي بمعالجات (السيميولوجيا الاجتماعية) إذ أسهمت في كسر النمط، وفي تغيير أطروحات التواصل والسيطرة والمراقبة، وصنعت للكتابة أنظمة سيميولوجية مغايرة، عبر العلاقات والروابط، وعبر استهداف النسق المهين الحاكم للعلاقة الواقعية والمفاهيمية، تلك التي أعطت مجالا للنسوية، وللإعتراف، ولإقتفاء أثر العلامة داخل الاجتماعي والرمزي، وصولا الى فرضها في النظام التعليمي عند عدد من الجماعات التنويرية، ورغم أن الجماعات الأصولية، لاسيما بعد أحداث (الربيع العربي) حاولت إعادة فرض خطاب السلطة والمجال والحكم، إلا أن ما أنتهك من أنظمة تعبيرية ظل يحمل معه حافزا، حتى وإن كان مُضمرًا، إلا أنه سيظل باعنا على كتابة نص اجتماعي وحقوقى مغاير، يمكن أن تكون له سلوته في الشارع والتظاهر والاحتجاج في القانون وفي النضال المدني، وفي الكتابة المفتوحة أيضا عبر وسائل التواصل الاجتماعي بوصفها جزءا من معطيات الثورة، في دوافعها وفواعلها..

لقد أسهمت هذه الثورة في توسيع مديات الحديث عن الحرية، بوصفها محاولة لمواجهة لهيمنة المركز تاريخيا ورمزيا، ومحاولة لاستعادة الهامش الذي تمثله العلاقات الاستحواذية في المحبس والقلعة، وعبر اصطناع مجال مضاد يقوم على فكرة الاعتراف بوصفها فكرة لخلاص الهامش، أي الهامش المنتج والمستهلك والمشارك والفاعل، لاسيما في المجال التواصل، إذ كرس هذا المجال نظاما عموميا يتسع للمشاركة والتجاوز والفعل، لاسيما بعد الثورات المعلوماتية والرقمي، والتي اكتسبت خصوصيات غير نمطية، يتمثلها الخارج عن النظام الاجتماعي، وتساكلها رغبات مشحونة بطاقة التفجر، تلك التي قال عنها روجيدادون: (بالرغبة يتملص الجسد من تصرفاته الألية ويجعلنا نتذكر بقوة، بالرغبة يتحين الجسد، يهتج، ويدرك نفسه باعتباره نبضا حيا، بها يجعل نفسه حاضرا ثقيلًا رشيقا متوسلا أو أمرا)..*

والنقل مجالات اشكالية، لم تتعد مفاهيمها ولا أطروحاتها، وأن تمثلاتها في الكتابة الأدبية ظلت أكثر ارهاصا بفكرة (النص المضطهد) النص المسكون بالإثم والخيانة- أنا كارينسا، مدام بوفاري- أو المسكون بالقوة الاخلاقية- الأم لمكسيم غوركي- أو بالرغبة المتعالية كما في رواية (المتقفون) ل- سيمون دي بوفوار وفرانسوا ساغان..

مفهوم الاختلاف في الكتابة لا يعني سوى البحث عن توصيف آخر لثنائية المركز والهامش، على مستوى توصيف مركزية الكتابة الذكورية، ووضع الكتابة الأنثوية في سياق اشكالي صراعي للتخلص من عقدة التابعية والهامش، وبقدر ما أن ما الأمر ينحصر بالقدرة على النفي من المركز / التاريخ، فإن الصراع يكتب بعدا صراعيًا من الصعب التخلص من رعبه التاريخي، والتاريخ هنا بوصفه سلطة، أو عادات أو طقوس أو مركزيات وأحاديث، والذي اقترح للأدب النسوي بوصفه الجندري تموضعا داخل فضاء الأنوثة بوصفها الجنسوي المكتسب من السياق الاجتماعي، وربما هو هذا ما دفع البعض من كاتباتنا الى استعارة صوت الرجل وسلطته وقناعه الفحوي- المكتسب اجتماعيا أيضا- لممارسة التعويض الرمزي والتعبري، وبما يجعل الصوت الفحوي في النص وفي اللاوعي نوعا من الاستمناء الإيهامي، والشفرة التي تدفع لتحليل العلاقة ما بين الذات والجنسي والمقدس، وللقبول بها داخل كتابة النص، إذ تكون الكتابة تعبيراً عن الذات، وللإعتراف بمتعتها، وبتكيفها مع الاجتماعي، فضلا عن وظيفة الثقافية في استكناه الحمولات السيميولوجيا والسيسولوجيا، وفي خرق الواقع، وإعطاء جرعات تعبيرية لخطاب الرغبة من خلال الصورة والاعلان والمشاركة والعمل وغيرها..

بعد مائة عام أو أكثر من صدور كتاب قاسم أمين عن خطاب تحرير المرأة يثار أكثر من سؤال حول هذا التحرر بوصفه وعيا بالحرية وبشروطها الاجتماعية والاقتصادية والنفسية، فماهسي طبيعة العلاقة ما بين الحرية والجسد؟ وهل يمكن ممارسة الإفصاح عن الهوية (الأنثوية) خارج الجسد، وضمن مفهوم الذات الإنساني والرغبوي / التواصل الإيمائي؟

هذه الحرية، وفي سياق هذه الاسئلة ستكون تعبيرا عن أيديولوجيا ضدية،

يعيش علاقتها المتعالية على الهامش، والتي تساكلها علاقة ثأرية للعقدة المثولوجية إزاء الخيانة والرغبة، تلك التي تحولت- أيضا- المحافظ لكشوفات القراءة الثقافية، قراءة نسقية تلمست عطب السلطة، وعطب التاريخ، فضلا عن وظائفها الرمزية في الكشف عن أن العطب الجنسي للملك شهريار، كان هو صورة إشهارية سيميائية وتعبيرية للعطب السياسي..

حركات التجديد والتنوير والإصلاح لم تخرج تماما من نسق صناعة المركز، إذ ظل هذا المركز صانعا للاستعباد والتدوين والسلطة، بما فيها سلطة المجال / القصر / القلعة / الحريم / التعليم والحاكمية، هذا ماجعل ارتباط حركات الإصلاح بالسياق الذي كرس المركز، عبر المنظومة الدينية والمنظومة الحقوقية، وصولا الى بداية القرن العشرين الذي يُعد العتبة النسوية لموضوعات التمثيل الانطولوجي لثنائية أكثر تعقيدا للمركز والهامش، لاسيما بعد ظهور المركزيات الأيديولوجية، والجماعات الثورية، وبما يتعلق بالحديث عن تحرير المرأة، اصطنعت تلك المركزيات نوعا من القوة الرمزية التي عملت الانخراط في مجالات ثورية، ونقدية، جوهرها يقوم على أسنة التحولات الاجتماعية والسياسية والنهضوية، حيث بدت تمثلاتها عبر حراك ثقافي وسياسي وحقوقى واضح الطيف، انخرطت فيه جماعات ثقافية وحقوقية مدنية ونقابيات وأحزابي أوروبا، لاسيما على مستوى إقرار قوانين العمل والأحوال المدنية، وليست الأحوال السياسية، وإمتدت العديد من آثاره وعدواه الى ثقافتنا العربية..

فصدور كتاب قاسم أمين عن تحرير المرأة يُعد استشرافا شجاعا لأفق هذا الأثر، وتحولاته الاجتماعية والثقافية، لما حملته من مضامين إنسانية حول حرية المرأة لمواجهة قوى تقليدية لها سطوة رمزية لسلطة التابو والأب، ولتعالق ظاهرتها الاجتماعية مع مرجعياتها النصوية، تلك التي كانت محشوة كثيرا بالأحكام والتأويل والفرضيات القامعة لأي شكل حقيقي وحسر للمرأة على مستوى التنظيم والاستقلالية، وكذلك على مستوى تمتعها بالحقوق المتساوية في التعليم والعمل والأجور والضمان الاجتماعي والصحي والجنسي..

لقد ظلت ثنائيات العقل والحرية، والعقل والجسد، والعقل والأيديولوجيا، والعقل

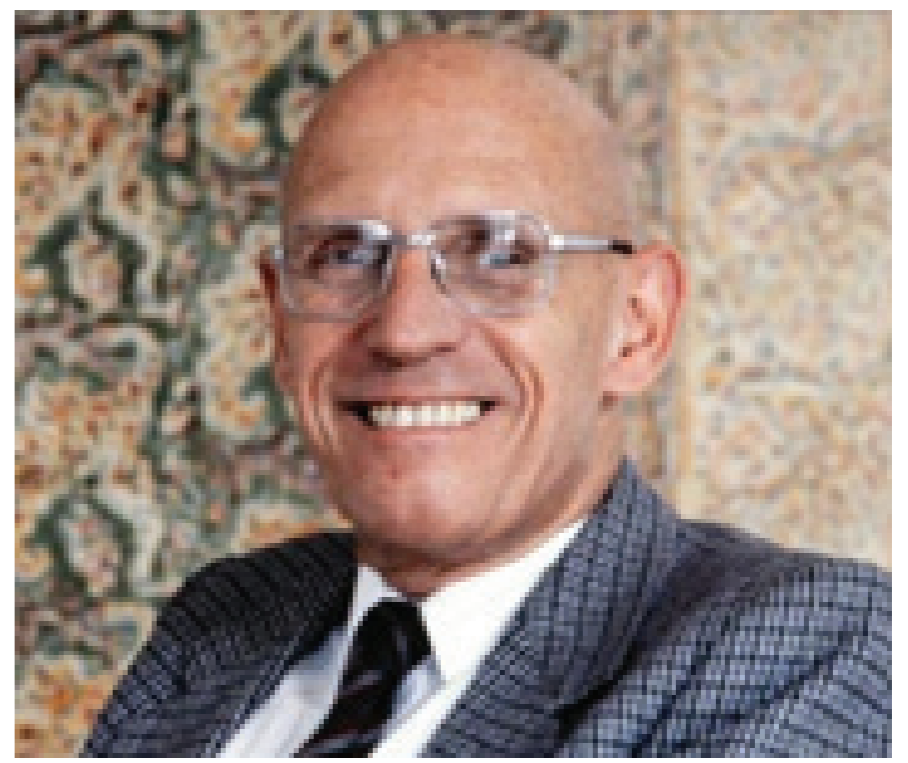


علي حسن الفواز

ففي حين تم اكتشاف الكتابة، كانت السلطة الرمزية قد احتازت أدواتها ووسائطها بيد الرجل، فكان هو صاحب العمل ورأس المال والمُدون والمؤرخ والعزاف والملك ونصف الإله، وأكتفت المرأة منذ المرحلة الزراعية / مرحلة التوطن بنوع من خصصة الوظائف الجنسية، وصار الرجل- تبعاً لهذه السلطة- محفوقا بالأساطير والأسفار والبطولات، وظلت المرأة هي كائن الانتظار والقران / بينلوبي في الاسطورة الاغريقية مثلا..

شوحتى المراحل التي مارست فيها المرأة السلطة / الحاكمة لم تخرج من مهيمنة النسق المضمر، بوصفه مركزا لنسق القوة والجماعة العسكرية، أو الجماعة الدينية، ونسق المؤسسة الزوجية، وحتى النسق العصبي للرقابة والمقدس على طريقة الملكة زنوبيا والملكة المصرية كليوباترا، أو شجرة الدر والملكة بلقيس في الموروث الشرقي ظل استثنائيا، وفيه من المثولوجيا أكثر مما فيه من الواقع، واللاني وقعن في النهاية تحت غزو أو قتل أو مهيمنة الرجل / الذكر / السلطة. ربما كانت كانت (طرفة شهريار) هي الشفرة الأكثر تمثلا لقوة الأنوثة المفكرة / الحكواتية مقابل هشاشة النسق المهيم للذكورة التي تمثلها السلطة العنيفة لشهريار..

العلاقة ما بين سلطة الحكمي وسلطة الجسد ومؤسسة الحاكمة أعطت لفاعلية الخطاب حضورا للخصب على حساب الأيروس، وتعاليا للمركز على حساب الهامش، والذي هو قرين ثنائية الحضور والغياب، والقوة الضعف، وتلك معادلة افتراض وجودها العقل المهيم، عقل السلطة والذكورة، عقل المركز الذي



فوائد الفاصولياء الحمراء لا تقدر بثمن



محتوياتها الغذائية الغنية خاصة الألياف على تنظيم مستويات سكر الدم وإبقائها تحت السيطرة ومنع أي ارتفاع مفاجئ فيها. فوائد صحية مؤنعة للفاصولياء الحمراء تساعد الفاصولياء الحمراء على تحسين صحة القلب وجهاز الدوران؛ من خلال خفض مستويات ضغط الدم، وتقليل فرص الإصابة بالنوبات والجلطات القلبية ومرضى القلب المحيطي، وتحسين الدورة الدموية وتقوية تدفقها في مختلف أجزاء الجسم؛ لذلك يُنصح بتناول الفاصولياء الحمراء للنساء الأكثر عرضة لمرض القلب، ومنهن مريضات ضغط الدم.

كما تعمل المعادن المهمة العديدة الموجودة في حبوبها على تحسين بشرتك وتنظيفها. فوائد الفاصولياء لصحة الكلى على غرار الكلى في الشكل واللون، توفر الفاصولياء الحمراء مجموعة متنوعة من المعادن والفيتامينات، وبالتالي فهي مفيدة بشكل عام لصحتك. يمكن عند تناولها بوصفها جزءاً من نظام غذائي متوازن؛ المساهمة في صحة الكلى. يُشهم كل من ارتفاع ضغط الدم والسكري في خطر الإصابة بأمراض الكلى؛ لذلك الأطعمة مثل الفاصولياء الحمراء تساعد في الحفاظ على ضغط الدم المنخفض وتقليل خطر الإصابة بالسكري، وتُسهم بالتالي في الحفاظ على صحة الكلى. خسارة الوزن تُعتبر الفاصولياء الحمراء من الأغذية المفيدة خلال اتباع حمية غذائية؛ فهي تساعد على خفض مستوى السكر في الدم وتنظيم عمل الأنسولين في الجسم. كما أنها تحتوي على الألياف الغذائية والكربوهيدرات التي تساعد في التخلص من الوزن الزائد؛ فالألياف الغذائية تساعد على امتلاء المعدة، وتمنحك الشعور بالشبع دون اكتساب وزن زائد، كما تحسّن من عملية التمثيل الغذائي للجسم، وتحافظ على مستوى الجلوكوز فيه. والفاصولياء الحمراء تحتوي على أنواع خاصة من المواد الغذائية والبروتينات التي تُبني عملية الهضم وتقلل من امتصاص الكربوهيدرات والنشويات. خفض الكوليسترول الضار بفضل احتواء الفاصولياء الحمراء على نسبة عالية من الألياف الغذائية المفيدة؛ فإن تناولها

منع عيوب الأنسولين العصبي لدى الجنين في أثناء الحمل. وتتابع الدكتورة الحاج متحدثة عن فوائد الفاصولياء الحمراء للنساء مشيرة إلى: الفاصولياء الحمراء غنية بمضادات الأكسدة الفاصولياء الحمراء غنية بالبوتاسيوم وهو نوع من مضادات الأكسدة التي تحارب آثار الجذور الحرة، التي تتلف المواد الكيميائية التي ينتجها الجسم في أثناء عملية التمثيل الغذائي والعمليات الأخرى. تسبب الجذور الحرة تلفاً للخلايا يمكن أن يؤدي إلى أمراض مختلفة. تساعد مضادات الأكسدة في الفاصولياء الحمراء الجسم على إزالة الجذور الحرة وحمايته من التعرض للأمراض. فوائد الفاصولياء الحمراء لصحة الشعر لطالما تمّ الترويج للبقوليات مثل الفاصولياء الحمراء لخصائصها المعززة للشعر الصحي، وهي بالفعل مفيدة للغاية؛ حيث إنها ليست فقط مصدراً رائعاً للحديد والزنك، ولكنها أيضاً مصدر كبير للبروتين الصحي، والتعرض لأشعة الشمس والأثرية التي تؤثر في البروتين يمكن أن يؤدي إلى تساقط الشعر وترققه. صحة البشرة تُعتبر التغذية الصحية والسليمة وسيلة مهمة للحصول على بشرة شبابية ونضرة؛ فكثر من النساء يعانين من مشكلات البشرة، نتيجة التغذية غير الصحية، والتعرض لأشعة الشمس والأثرية التي تؤثر سلباً في صحة البشرة؛ لذلك تُعتبر الفاصولياء الحمراء من الأغذية المهمة لصحة البشرة وعلاج مشكلاتها. يمكنك استخدام مسحوق الفاصولياء الحمراء لعمل معجون تقشير أو قناع للوجه؛ لتستفيد منها بشرتك.

تتميز الفاصولياء الحمراء إلى فئة البقوليات. غنية جداً بالبروتين النباتي والألياف والمعادن مثل الحديد والبوتاسيوم واليوتاسيوم. تعتبر الفاصولياء الحمراء مفيدة بشكل خاص لصحة القلب والجهاز الهضمي ومرضى السكري كونها تعمل على تنظيم مستوى السكر في الدم وعلى خفض الكوليسترول الضار LDL. إن تناول الفاصولياء الحمراء يساهم في تأمين الشعور بالشبع وتعزير فقدان الوزن. يمكن إضافتها إلى مجموعة كبيرة من الأطباق مثل السلطات والحساء. أو تحضير اليخاني منها. تُصنّف الفاصولياء الحمراء على أنها نوع من البقوليات، مثل البازلاء والفول السوداني والعدس. هذه الحبوب متوفرة جافة أو معلبة أو مجمدة. تختلف من الناحية الغذائية عن الفاصولياء الخضراء؛ لأنها تحتوي على أحماض أمينية. حول فوائد الفاصولياء الحمراء للنساء، تؤكد الدكتورة سينتيا الحاج بداية أنها «تحتوي على كميات عالية من البروتين التي يستخدمها الجسم للشفاء وتكوين أنسجة جديدة، مثل العظام، والعضلات، والشعر، والجلد، والدم. علماً أن البروتين يُعتبر من العناصر الغذائية الأساسية في الفاصولياء الحمراء، بالإضافة إلى احتوائها على العديد من العناصر الغذائية الحيوية، بما في ذلك حمض الفوليك الضروري للصحة العامة؛ لإنتاج خلايا الدم الحمراء السليمة، والمساعدة على

الحقيقة - متابعة

نصائح مهمة للأم بعد الولادة خصوصاً إذا كانت فوق سن الثلاثين

وفي نفس الوقت احصلي عليه كمكمل غذائي حسب الجرعة المقررة وكذلك من مصادره الطبيعية مثل الحوم الحمراء والدجاج والحار وصفار البيض والفاصولياء والخضروات الورقية الداكنة. ٢- عنصر الكالسيوم احصلي على جرعتك اليومية المقررة من عنصر الكالسيوم ومن خلال طبيبك وذلك في مرحلة ما بعد الولادة وخلال مرحلة الرضاعة الطبيعية، وخصوصاً بعد سن الثلاثين، حيث يبدأ معدل الكالسيوم بالتراجع في جسمك وتكونين في نفس الوقت بحاجة لنسبة جيدة منه من أجل تكوين حليب الرضاعة لتغذية طفلك. اعلمي أن جرعتك المقررة بعد سن الثلاثين وفي حال كنت في مرحلة ما بعد الولادة من عنصر الكالسيوم، كفي ما يقارب ١٠٠٠ ميليغرام من الكالسيوم يومياً، ويُفضل الحصول عليه أيضاً من منتجات الألبان بأنواعها، بحيث تكون قليلة الدسم.

بشكل أسرع. ٣ مكملات غذائية مهمة للنساء بعد سن الثلاثين ١- عنصر الحديد اهتمي بالحصول على عنصر الحديد منذ الشهر الثامن من الحمل وليس بعد الولادة، حيث إن تحقيق مستويات عالية من نسبة الحديد في دمك استعداداً لعملية الولادة والتي يتبعها النزف وفقدان كمية كبيرة من هيموجلوبين الدم كما يفيد الحديد من أجل صحة الجنين؛ حيث يصبح مع قرب ولادته إنساناً متكاملًا ويمتلك دورته الدموية التي تحتاج إلى كمية من الدم المحمل بالأكسجين؛ من أجل أن تقوم أجهزته الحيوية بكل وظائفها على أكمل وجه. لاحظي أن نقص الحديد بعد الولادة ونقص قدرة الجسم على امتصاصه مع التقدم في العمر يؤدي إلى مشاكل صحية كثيرة من أهمها الإصابة بفقر الدم وما يتبعه من مشاكل تؤثر على صحتك ونفسيك وتزيد من إصابتك بالقلق والتوتر والعصبية، ولكن

تعريف مرحلة النفاس أم نفساء اعلمي أن رحم المرأة يحتاج لسفتره ما بين ٦ و ٨ أسابيع لكي يعود إلى حالته الطبيعية بعد الولادة، حيث يستمر الرحم في التخلص من بقايا الحمل، واستمرار النزف الدموي؛ الذي يقل معدله تدريجياً، وهي الفترة التي يُطلق عليها تعريف فترة النفاس، وهي مرحلة مهمة تحتاج للرعاية الخاصة للأم؛ مثل عدم حمل الأجسام الثقيلة لكي لا تصاب بهبوط الرحم، والتخلي بحالة نفسية متفائلة و جيدة، والحرص الجيد على النظافة الشخصية. لاحظي أن فترة النفاس كمرحلة انتقالية عند المرأة يمكن أن تمرّ من دون مشاكل صحية أو مشاكل وتغيرات نفسية قد تصيب بعض النساء وأصبحت أكثر انتشاراً في حال اتبعت الأم النفساء بعض النصائح البسيطة، ومن أهمها الحرص على نجاح الرضاعة الطبيعية، والتي تساعد وبشكل فعال ومؤثر على استعادة المرأة لصحتها ورشاقتها، ومن أهم فوائدها استعادة الرحم حجمه الطبيعي

فوق سن الثلاثين ومنها الحصول على مكملات غذائية خاصة ومن بينها فيتامين د وغيرها في الآتي:



الحقيقة - متابعة

تُعد مرحلة النفاس المرحلة المهمة والحساسة والتي تنتقل فيها الأم من كونها امرأة حاملاً إلى امرأة تمارس الأمومة للمرة الأولى في حياتها، ولذلك فهي بحاجة للعناية بجسمها ورشاقتها وكذلك نفسيتها، بالإضافة إلى ضرورة توفير الرعاية لولودها، ولذلك فالأم النفساء وخصوصاً لو كانت قد تخطت سن الثلاثين تواجه العديد من المشاكل التي ترغب في التخلص منها، إضافة إلى خطورة تعرضها لبعض العوارض الصحية المزعجة، التي يمكن تقليل حدوتها، مع بعض النصائح البسيطة. تعد مرحلة النفاس للأم التي تخطت سن الثلاثين، خصوصاً حيث إن فترة الخصوبة بالنسبة لها تأخذ في التناقص، هي مرحلة مهمة يجب أن تتبع عدة نصائح صحية تعتمد على المكملات الغذائية أساساً، وذلك وفي حديث خاص باستشارية النساء والولادة الدكتورة منى عبدالوهاب أشبارت إلى نصائح مهمة للأم بعد الولادة خصوصاً إذا كانت

الحمل 21 مارس - 20 أبريل

الثور 21 أبريل - 20 مايو

الجوزاء 21 مايو - 21 يونيو

السرطان 22 يونيو - 22 يوليو

الأسد 23 يوليو - 22 أغسطس

العذراء 23 أغسطس - 22 سبتمبر

الميزان 23 سبتمبر - 23 أكتوبر

العقرب 24 أكتوبر - 21 نوفمبر

القوس 22 نوفمبر - 20 ديسمبر

الجدي 21 ديسمبر - 19 يناير

الدلو 20 يناير - 18 فبراير

الحوت 19 فبراير - 20 مارس

ترتاح أعصابك المشدودة من التوتر بعد أن تتواصل والمسؤولين إلى حل برضيك بشأن وضك في الشركة ومستقبلك فيها بعد اليوم.

أنت معرض اليوم لكثير من الضغوط عليك ان تكون أكثر هدوءاً حتى تتأني بنفسك عن أي شيء يمكن أن يهدد صحتك.

في العمل عليك أن تكون أكثر وضوحاً والتزاماً بالهنية، حتى لا تخسر ثقة المسؤولين ولا العملاء الذين ينتظرون خدماً من المستوي.

لا تحتمل نفسك أكثر من طاقتها وخذ دوماً بعين الاعتبار المطلوب منك وما تستطيع فعله، حتى لا تكون الضحية في النهاية.

في بعض الأحيان ينفجر الواحد من كثرة الضغط، لكن يجب ألا يتجاوز حدود اللياقة والأدب في التعامل مع الآخرين مهما كان الأمر.

تعيش هذه الأيام وضعا استثنائياً، بسبب قرار تغيير السكن وإهتمامك بتأثيث الشقة وتحضيرها استعداداً لعودة العائلة من السفر.

يجب ألا تكون حاقداً أبداً على الآخر مهما بلغت مساوته ومهما حاول النيل منك، لأن الأخلاق تنتصر دوماً في النهاية.

فرصة عمل جديدة في الأفق، ادرسها جيداً وحاول التفاوض بشكل حذر على المزايا والراتب حتى لا تصدم في النهاية وتخسر وظيفتك.

اهتم بشؤونك ولا تكثر بما يردده البعض عنك، فكلما تعاليت ارتفع قدرك وكن أكثر احتراماً من قبل المحيطين بك.

انتبه إلى كل كلمة تتلفظ بها لأنها قد تسيء إلى غيرك، في وقت ليس مطلوباً فيه منك أن تخطئ في حق أحد حتى تتمكن من تحقيق أهدافك.

تضاعف شعبيتك في العمل بشكل لافت للانتباه، ويسأل عنك المسؤولون للتعرف عليك وشركرك على الجهود التي تبذلها في الشركة.

يخطئ المرء في بعض الأحيان وهذه ليست نهاية العالم، ولكن المطلوب هو الاعتذار وعدم تكرار الخطأ. تعلم من أخطائك فهي خير معلم.

حل الأمس

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

عادي

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

متقدم

12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
ق	د	ر	ز	ح	ط	ي	ف	غ	ك	ل	م
ا	س	ب	و	ع	ن	ر	ز	ا	ك	م	ا
ج	م	ي	س	ح	ب	ش	ي	د	ت	د	ت
ل	ي	س	ن	م	غ	ا	ر	ة	ل	ل	ل
ج	ا	ء	ت	م	ل	ح	ة	ة	ة	ة	ة
ب	م	ر	ي	ح	م	ي	ر	د	ي	د	ي
ر	ي	و	م	ح	م	س	ج	ي	ن	ن	ن
8	ا	ل	ح	م	ل	ر	ا	ب	ع	ر	ر
9	ا	غ	ش	ا	ه	ا	ج	ر	س	ر	ر
10	ه	د	ف	ه	ه	ل	ع	ت	ب	ب	ب
11	و	ا	م	ر	و	و	ب	د	ا	ا	ا
12	ي	ر	ح	ا	ي	م	ت	ه	ن	ن	ن

أفقياً

- 1 - الرصيف.
- 2 - أسبوع - نراكما.
- 3 - جم - يسحب - شيدت.
- 4 - سن - مغارة.
- 5 - جاءت - يلح.
- 6 - مريح - ردي.
- 7 - ري - مع - سجين.
- 8 - الحمل - رايع.
- 9 - يغش - أهاجر - سر.
- 10 - هدف - تعلمه.
- 11 - وا - مُر - بدأ.
- 12 - أحرى - يمتنون.

عمودياً

- 1 - ناجي جبر - يهوى.
- 2 - سم - يا غدار.
- 3 - أب - ستم - فشل.
- 4 - لوين تروح - ما.
- 5 - سعر - ماهر.
- 6 - حم - حملهم.
- 7 - ينغي - ألوم.
- 8 - فر - ألم - رجيع.
- 9 - أشرح - سارت.
- 10 - ذكية - رجب - بن.
- 11 - مد - سعيدة - دو.
- 12 - قاتل - ين - ريان.

الحل السابق

12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
ن	ا	ل	ح	م	ل	ر	ا	ب	ع	ر	ر
2	ا	س	ب	و	ع	ن	ر	ز	ا	ك	م
3	ج	م	ي	س	ح	ب	ش	ي	د	ت	د
4	ل	ي	س	ن	م	غ	ا	ر	ة	ل	ل
5	ج	ا	ء	ت	م	ل	ح	ة	ة	ة	ة
6	ب	م	ر	ي	ح	م	ي	ر	د	ي	د
7	ر	ي	و	م	ح	م	س	ج	ي	ن	ن
8	ا	ل	ح	م	ل	ر	ا	ب	ع	ر	ر
9	ا	غ	ش	ا	ه	ا	ج	ر	س	ر	ر
10	ه	د	ف	ه	ه	ل	ع	ت	ب	ب	ب
11	و	ا	م	ر	و	و	ب	د	ا	ا	ا
12	ي	ر	ح	ا	ي	م	ت	ه	ن	ن	ن

1 - أغنية للموسيقار محمد عبدالوهاب.
2 - لنس - أظف - ملايس.
3 - بعد ثلثاً - إلهام - اسم موصول.
4 - نسقيه - عملة عربية.
5 - تخني - ضوء.
6 - طرّق - حرف نداء.
7 - أغنية للموسيقار ملحم بركات - لعل الرصاص.
8 - والد الدنيا - مجاور.
9 - حرف نصب - فضاء.
10 - أحد فصول السنة - زهرة (بالأجنبية).
11 - جف - يشفقان.
12 - عكس حلو - سلا - للتمني.

1 - تدرب - مُظلم - مادة قاتلة.
2 - مشت - أستطيع (معكوسة).
3 - أرض غير مزروعة - فقد عقله - خاصتي.

4 - أغنية للمطرب وديع الصافي.
5 - نشارك - مدينة فرنسية.
6 - أحصى - درج.

7 - دهشة - منزلي - عملة أجنبية.
8 - إزاء - أنثى الحصان.
9 - عكس قليل - شقيقتي.

لهواة هذه التسليية المفيدة والممتعة، ثلاث ألعاب سودوكو من مستويات متعددة: عادي، وسط، متقدم. ضع بكل بساطة الأرقام من 1 إلى 9 في كل مربع خال، وذلك حتى يحتوي كل عمود وخط أفقي وكل مربع صغير 3*3 على الأعداد من 1 إلى 9 مرة واحدة فقط. يجب ألا يظهر أي رقم مرتين في أي عمود، أو خط أفقي، أو مربع صغير 3*3.

متقدم

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

كيفية تلعب؟

للهواة هذه التسليية المفيدة والممتعة، ثلاث ألعاب سودوكو من مستويات متعددة: عادي، وسط، متقدم. ضع بكل بساطة الأرقام من 1 إلى 9 في كل مربع خال، وذلك حتى يحتوي كل عمود وخط أفقي وكل مربع صغير 3*3 على الأعداد من 1 إلى 9 مرة واحدة فقط. يجب ألا يظهر أي رقم مرتين في أي عمود، أو خط أفقي، أو مربع صغير 3*3.

عادي

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

الكلمات المتقاطعة

أفقياً

- 1 - أغنية للموسيقار محمد عبدالوهاب.
- 2 - لنس - أظف - ملايس.
- 3 - بعد ثلثاً - إلهام - اسم موصول.
- 4 - نسقيه - عملة عربية.
- 5 - تخني - ضوء.
- 6 - طرّق - حرف نداء.
- 7 - أغنية للموسيقار ملحم بركات - لعل الرصاص.
- 8 - والد الدنيا - مجاور.
- 9 - حرف نصب - فضاء.
- 10 - أحد فصول السنة - زهرة (بالأجنبية).
- 11 - جف - يشفقان.
- 12 - عكس حلو - سلا - للتمني.

عمودياً

- 1 - تدرب - مُظلم - مادة قاتلة.
- 2 - مشت - أستطيع (معكوسة).
- 3 - أرض غير مزروعة - فقد عقله - خاصتي.
- 4 - أغنية للمطرب وديع الصافي.
- 5 - نشارك - مدينة فرنسية.
- 6 - أحصى - درج.
- 7 - دهشة - منزلي - عملة أجنبية.
- 8 - إزاء - أنثى الحصان.
- 9 - عكس قليل - شقيقتي.

