





**تكرار الخطأ.. سابقة خطيرة.. وتكرار الصواب.. ضمانة أكيدة**

مناضل التميمي

في العمل النقابي والإعلامي، لا تُقاس المسؤوليات بحسن النوايا، بل بنتائج القرارات واستمراريتها. فالخطأ قد يحدث في لحظة اجتهاد، وهذا أمر وارد في أي تجربة، لكن الإشكالية الحقيقة تبدأ حين يتحول الخطأ إلى ممارسة متكررة، وإلى نهج يُعاد إنتاجه رغم وضوح آثاره السلبية.

إن تكرار الخطأ في المؤسسات المهنية لا يضر بالأشخاص فحسب، بل ينعكس مباشرة على الثقة العامة، ويؤسس لسابقة خطيرة تُضعف هيبة القرار، وتُترك المسار، وتُفقد العمل النقابي قدرته على الدفع الحقيقي عن أعضائه. فالخطأ حين لا يُصْحَّح، يصبح عبئاً، وحين يُعاد، يتحول إلى مسؤولية مضاعفة.

في المقابل، فإن تكرار الصواب هو جوهر العمل المؤسسي الرصين. الصواب لا يُولد صدفة، بل ينتج عن قراءة دقيقة، وتشاور، واحترام للقانون، والالتزام بروح المنهية. وعندما يُعاد الصواب ويتبت، فإنه يتحول إلى ضمانة أكيدة لاستقرار المهني، وإلى أساس ثقى عليه الثقة والشراكة بين النقابة وأعضائها.

العمل النقابي الحقيقي لا يقتوم على كسر القواعد أو تجاوزها، بل على ترسیخ ما ثبت نجاحه، وتصحيح ما ثبت إخفاقه. فالمهنية لا تعني الإصرار، بل الشجاعة في المراجعة، ولا تعني المكابرية، بل القدرة على الاعتراف والتغيير.

إن الفارق بين الخطأ والصواب قد يتباين في لحظة القرار، لكنه لا يلبس أبداً عند تكرارهما.

الخطأ يُضعف المؤسسة، وتكرار الصواب يقويها.

وبين هذا وذاك، تُقاس جديّة القيادات، ويُقاس احترامها للصحفيين ولرسالة النقابة.

ولهذا، فإن الرهان اليوم يجب أن يكون على نهج واضح:

نهج يتعلم من الأخطاء ولا يعيدها، ويحكي الصواب ويكرسه، لأن تكرار الخطأ ساقطة خطيرة، وتكرار الصواب.. ضمانة أكيدة للمهنة ومستقبلها.

# تضم حيوانات وطيوراً نادرة.. جامعة الأنبار تفتح محمية طبيعية لأغراض الدراسة والبحوث



محطة جذب مجتمعية، إلى جانب ونشر نتائجها في مجلات علمية عالمية باعتماد أنظمة الري الذكي واستخدام الطاقة النظيفة في تشغيل المحمية، جديدة تشمل مساحات إضافية داخل المحمية على عدة مراحل، تبدأ بإنشاء متحف جامعة الأنبار الطبيعي "Anbar University Natural Museum".

## أبرزها الجودة والخطيط.. الإعمار تحدّد شروط تحديث التصاميم الأساسية للمدن الحضرية

للمدن تحتاج إلى شركات رصينة خبرة بهذا الموضوع، وكذلك تحتاج إلى كوارد متخصصة في تلك المحافظات للوقوف على أهم التحديات والمستجدات التي طرأت على المدن وبالتعاون مع مدربات التخطيط العمراني في تلك المحافظات، إذ إن توسيع التصاميم الجديدة، مبيناً أنه "عملية إعداد التصاميم الأساسية للمدن وتحديثها في البلد وزيادة عدد السكان"، لافتًا إلى أن "عملية خدمات البنية الحقيقة في تلك المدن وتحديثها خلال الفترات السابقة واجهت تحديات كبيرة مخططات تصميم المدن وتحديثها، وهذا ما تعلم على التجارب العالمية العارضي والتجارب التي بذلت على الأرضي".

خلال دراسة العديد من الطلبات التي ترد إليها إعداد تصاميم حضرية.

أعلنت جامعة الأنبار، افتتاح محمية طبيعية لأغراض الدراسة والبحوث، وتضم حيوانات وطيور نادرة. وقال مدير مركز دراسات الصحراء ورئيس لجنة إدارة المحمية الطبيعية في جامعة الأنبار، نهاد محمد عبو، إن "جامعة الأنبار باشرت بإنشاء محمية طبيعية داخل الحرم الجامعي، ضمن خطتها الهادفة لتحقيق أهداف التنمية المستدامة، وفي إطار مشروع جامعة الأنبار واحة خضراء".

وأوضح أن "إنشاء المحمية جاء استناداً إلى توجيهات رئاسة الجامعة وبإشراف مباشر من رئيس جامعة الأنبار، بهدف خدمة المجتمع ودعم مسارات البحث العلمي". وأشار إلى أن "تنفيذ المشروع سيتم على عدة مراحل، تبدأ بإنشاء المحمية على مساحة تقدر بـ(10) ألف متر مربع، مع جلب عدد من الحيوانات والطيور النادرة للمحافظة على التنوع البيولوجي، فضلاً عن زراعة الأشجار ونشر بذور النباتات البرية، بما يوفر بيئة طبيعية محمية داخل الحرم الجامعي".

وأضاف أن "المحمية ستتضمن مشاريع نوعية، من بينها جب حيوانات مثل الخبول والجمال والنعام، إضافة إلى بعض الحيوانات النادرة والمهددة بالانقراض، لتكون جزءاً من المنظومة البيئية للمحمية".

وأردف أن "المشروع يتوقع أن يشكل

الحقيقة - متابعة

حددت وزارة الإعمار والإسكان والبلديات العامة، شروط تحديث التصاميم الأساسية للمدن، فيما أشارت إلى أنها تعمل على إعداد التصاميم الأساسية للمدن وتحديثها. وقال المتحدث باسم الوزارة نبيل الصفار إن "الوزارة تعمل ومن خلال مديرية التخطيط وأضاف أن "عملية تحديث التصاميم الأساسية

## شجرة "مباركة" وجذور "مشاكسة".. حكاية السدر في شوارع بغداد

### تقارير

الحقيقة / وكالة

السدر منأشجار الجنة، مياه الصرف الصحي، وهو وورد ذكرها في بعض السور ما يجعل زراعتها داخل المدن أعيشهاها، حيث يعتذر رحى أذهاها من أفضل ما يتغذى عليه النحل الذي ينتج عسل السدر". ورغم ما تسببه في ذلك المحافظات والوقوف على أهم التحديات والمستجدات التي طرأت على المدن وبالتعاون مع مدربات التخطيط العمراني في تلك المحافظات، يجعل لها مكانة خاصة عند دائرة البيئة والغابات في وزارة الزراعة، باسم كعنان، المسلمين، وأن "قتلاتها أو إن زراعة شجرة السدر داخل المدن "أمر مكره"، وأنه حرقه أمر مكره"، وأنه ورأيتها على سقيها ورعايتها في العاصمة العراقية بغداد، ورأيتها في المدن "اصبح غير مفيد" بسبب حرقها أمر العقائد أو التكثير في هذه الشجرة انطلاقاً من خدمات البنية الحقيقة والقانونية والإدارية، والتوكيد على الالتزام بمعايير الريادة في التخطيط السليم لضمان إعداد تصاميم حضرية".



## الدفاع المدني تتسلم دفعة جديدة من شاحنات الإطفاء الألمانية الحديثة

الحقيقة - متابعة

أعلنت مديرية الدفاع المدني، تسلم دفعة جديدة من شاحنات الإطفاء من نوع مان الألمانية الحديثة من مواني البصرة. وذكر بيان للدفاع المدني، أنه "في إطار تنفيذ خطة تطوير أسطول آليات الدفاع المدني وتعزيز إمكانيات المديرية، تم استلام دفعة جديدة من الآليات الحديثة والمتقدمة من طرازات 2026، نوع مان الألمانية، والتي تعتبر الأحدث عالمياً في مجال الإطفاء".

وأشار إلى أن "هذه الشاحنات تم تصنيعها وفقاً للمواصفات التي حدتها مديرية الدفاع المدني العراقي، والتي تأخذ في الاعتبار الظروف المناخية السائدة في العراق وطبيعة الحوادث التي يتعامل معها رجال الدفاع المدني في البلاد".

وأعربت المديرية وفقاً للبيان عن "تطلّعها لاستلام دفعات جديدة من الآليات الحديثة من نوع هونداي، المصنعة في كوريا، بارتفاع يصل إلى 100 متر".

أن "هذه الآليات مخصصة للتعامل مع حالات الطوارئ في المباني الشاهقة، وذلك في ضوء التحول الذي شهدته طبيعة البناء في بغداد وبعض المحافظات نحو البناء العمودي، وتنتمي هذه المركبات بقدرة فائقة على التعامل مع عمليات الإطفاء

والإنقاذ في آن واحد، مما يجعلها من الأكثر تطوراً على مستوى العالم".





# أيام زمان.. حكايات عراقية من دفتر التاريخ

البكر والتأميم وشيخ شويش

**بعد قيام البكر وصدام بطرد شركات النفط العالمية من العراق، أقام البكر دعوةً للشيوخ، وكان من بينهم أحد شيوخ الجبور، الشيخ شويش العبد الحميد من ناحية الضلوعية في محافظة بغداد آنذاك.**

**يروي مرافق البكر، طارق حمد العبد الله، أنه بعد أن ظلّ البكر يتفاخر بطرد الشركات الأمريكية والانتصار عليها، ويستقي ذلك بـ(التأميم)، توجه الشيخ شويش بسؤال إلى البكر قائلاً:**

**أبو هيثم، العفو، الجبور ما عندهم حصة بهذا النفط؟**

**فقال البكر: نعم شيخ، عندهم.**

**فقال الشيخ شويش: لعد حصة الجبور أني من هسه متبرع بيه للأمريكان، لأنه إذا ما أعطيناهم راح يأخذوها مستقبلاً مقابل كل قطرة نفط قطرة دم.**

إعداد / قاسم حسون الدرادي



لقد كانت السينما مثار اهتمام أبناء المجتمع البغدادي على اختلاف فئاتهم الاجتماعية، فتوادوا على ارتياها ومشاهدتها للأفلام، وكان أكثر روادها من التجار والملاكين والمعلميين وطبقة المدارس والمتلقين.



إضافة إلى الأطفال والنساء، حيث كانت العوائل تجلس في اللوتوس الخاصة أو في المقاعد الأمامية. وكانت دور السينما في بغداد تزايداً مستمراً، إذ بلغ عددها حتى 1950م ٢٠ دوراً سينمائياً، وسبعين دوراً ثالثة، حسب درجات: أولى وثانية وثالثة، حسب موقع المقاعد والمقصورات، مع توفير الخدمات الضرورية، وعرض الأفلام في أوقات محددة: العاشرة والتاسع صباحاً، الثانية والنصف ظهراً، الرابعة والنصف عصراً، السابعة والنصف مساءً، والتاسعة والنصف ليلاً.

د. عباس الزاملي عن رسالة «الحياة الاجتماعية في بغداد

جديدة في شارع الرشيد غرفت بحسبه رئيساً، وكان عدد مقاعدها مسح وإخوة سوداني.

كما كانت الأفلام السينمائية تُعرض في دور العرض الصيفية، وفي قاعات بعض المدارس الثانوية في بغداد، ولا سيما المدرسة الجغرافية ومدرسة التفاصي. وفي العام ١٩٣٩ أعيد تأسيس سينما البصرة من قبل شركة السينما البغدادية برأس المال قدره (٣٥) ألف دينار، وتقع في شارع الرشيد بمحلle سيد سلطان علي.



في أربعينيات القرن الماضي تأسست في بغداد عدة دور للعرض السينمائي، من أبرزها:

• سينما ديانا التي أُنشئت العام ١٩٤٣، وتولى إدارتها صائب الجhani، وكان عدد مقاعدها (٧٦) مقعداً.

• سينما دار السلام التي تأسست العام ١٩٤٤ من قبل عبد الرزاق الشيشلي، وتقع في شارع الملك غازي.

ومن أبرز دور السينما في تلك الفترة:



١. سينما الرادفين: أُنجزت العام ١٩٣٢، وتقع في شارع الرشيد.

٢. سينما الملك غازي: أُنجزت العام ١٩٣٤ من قبل نعيم شاؤول العزيز، وتقع في الباب الشرقي عند رأس شارع الملك غازي. يبلغ عدد مقاعدها (١٥٠) مقعداً في الصالة و (٥٠) في الالكون، إضافة إلى الأطفال والنساء، حيث

شهدت دور السينما في بغداد تزايداً لسريعة مقاعدها.

٣. سينما الزوراء: يعود تأسيسها إلى العام ١٩٣٥، وتقع في شارع الرشيد بالقرب من جامع مرjan، سيناما، منها (٤١) سينما صيفي مكتسوفة، وكان معه شرف، وكان عدد مقاعدها (١٠٠) مقعد.

٤. سينما الزوراء: تأسست العام ١٩٣٦ في شارع الرشيد، محلة الرابعة، وكان من أصحابها إلياس دوسوس وسيلي شوشيط.

٥. سينما روكبي وسيينا روكيس: تأسست العام ١٩٣٦ في شارع الرشيد، بإدارة عبد الجبار سبع، وشهاد العدد (١٩٣٧) تأسس سيناما الخام، وكانت من أكبر دور السينما تطوراً من حيث المقاعد والزخرفة، إذ زينت بالرسوم والصور، وتقع في زقاق متفرع من شارع الرشيد.

وكانت الوجبة الأولى منها لا تحتوي في طبقها الغلوبي على جرس، فكان الجابي يتباهي السائق بالدبل بقدمه في مقمة الباص، فيسمعه السائق، وكان بعض الأشقياء يدبكون فوق سقف السائق فيتوهم أن الجابي هو من فعل ذلك، فتفتح المشاكل.

فتغافل الجابي وقال: **عن ماذا تتحدث؟** قال له: **أجل، وهل تعرفني؟**

لم يستطع أحد خطف الأضواء من الأسطورة البرازيلية بيليه في سبعينيات القرن الماضي، داخل الملعب أو خارجه، باستثناء الحسناء الفرنسية بريجيت باردو.

في العام ١٩٧١ حضر نادي سانتوس البرازيلي بقيادة بيليه إلى ملعب «بارك



البرasilي في منطقة بارك السعدون، وفق تصاميم فيلا أم كلثوم، وبعد اكتمال البناء عاشر فيه فطلب رئيس الوزراء دفتر التذاكر، ويقطع منه أربعة بطاقات ومزقها أمامه (٦٠) فلساً، وقال له: **سأحيلك إلى المحكمة بتهمة**

لهم يكن الشيخ شويش فريق أول ركن، ولا أستاذ جامعي يحمل لقب الدكتور أو البروفسور، لكنه قال بضم كلمات عميقة اختصرت مستقبل العراق، وقال ما عجز عنه تلك الرتب العسكرية والشهادات الجامعية التي صفت تلك الحماقة التي دفعته للتفارق وأحرقت بلدًا بأكمله، وتحولت النهاية إلى ثروة شخصية لعشرين عاماً حتى ركب البيجات العام ١٩٩٧ للتسلل بالأمريكان: أرجعوا وخذوا كل النفط مقابل أن يبقى في السلطة.

**توأم بلا أم كلثوم في بغداد** في العام ١٩٣٨ قام المعاري المصري المعروف على لبيب جبر بتصميم كلثوم، وبعد اكتمال البناء عاشر فيه مع زوجته وأولاده حتى وفاته رحمة الله العام ١٩٦١. يتألف المبني من (١٨) غرفة، إضافة إلى حديقة جميلة ونافورة ماء ومواب للسيارات، وهو نسخة مطابقة لثليلاً أم كلثوم في القاهرة.

في العام ١٩٩٠ أصبح المبني مقراً لبعثة الصليب الأحمر الدولي في العراق، حيث استأجرته بمبلغ سنوي قدره (٢٥) ألف دولار أمريكي. وبعدها قام الرعاع وشذوذ الآفاق من الإلهابيين التفجيريين بتفجير المبني في تشرين الأول العام ٢٠٠٣، مما أفسر من أضرار جسيمة فيه، ثم أعيد ترميمه لاحقاً. وحالياً تشغل إحدى الشركات الخاصة بتجارة المواد الغذائية.

ستين طولة نمر بالقرب من هذا المبني وغيره دون أن يُعرف عنه شيئاً، والفضل يعود لإعلامنا!!

**رئيس الوزراء وجابي المصطبة** طوابق (ببروم وطابقين)، خصص الطابق الأرضي للاستقبال والعلوي للنوم.

كان التجار ورجل الأعمال العراقي ريساً للوزراء، وفي إحدى أمسيات ذلك العام كان يتجول سيراً على الأقدام في شارع الرشيد حتى وصل إلى ساحة الميدان، فقصد أحد بัสات مصلحة نقل الركاب (الأمانة) كأي راكب عادي.

لكلثوم وطلب منها السماح ببناء

مرسى بيلها. ودخلت بريجيت باردو أرضية الملعب ولعبت ركلة البداية، فلما رآها الركاب ملتزمين الصحف عنه، اختفى بيليه تحت هالة النجمة

وأنشأ تغافل الركبة، اصطدمت الكرة بوجه أحد الصورين، فضحك بيليه بشدة، وقالت باردو لاحقاً: **كان رجلاً أطيفاً وجعلني أضحك أيضاً.**

توفي بيليه في ٢٩ كانون الأول ٢٠٢٢، بينما توفيت بريجيت باردو في ٢٨ كانون الأول ٢٠٠٦.

**من طرائف ركوب المصطبة** كانت هناك روايات كثيرة عن طرائف ركوب باصات المصلحة، ولا سيما الباصات ذات الطابقين.

بيت كبير في بغداد شبيهاً بيتها في قلعة طيبة، صاح طعيمة، وكيل إطارات (بيريللي) في العراق، ومن المعجبين بالسيارة أم كلثوم لا يختلف عن منزلها في القاهرة. فسافر إلى القاهرة في منتصف الأربعينيات، وانتهى بأيام

مصلحة نقل الركاب (الأمانة) كأي راكب عادي.

عندما سارت السيارة صعد ثلاثة أشخاص، ودفع كل منهم أجرة (١٥) فلس، لكن قاطع التذاكر (الجابي) قطع لهم ربع الدفتير وقدمت له الخرائط يسلمها لهم، بدل أخفاها إلى حين نزولهم فيمحطة التالية. وبعد فترة







# الحقيقة الرياضي

العدد (3058) 01/02/2026



## منتخب كرة الصالات يبلغ الدور ربع النهائي في بطولة آسيا بعد تغلبه المثير على كوريا الجنوبية



بنتيجة (٢-٤)، ضمن منافسات الجولة الأولى من البطولة. وسجل أهداف منتخبنا كل من سالم فيصل الذي تألق بحارزه هدفين، إضافة إلى طارق زياد ومحمد عبد الهادي، ليحصد منتخبنا أول ثلاث نقاط في مستهل مشواره القاري.

مباراتيات البطولة وسط تطلعات كبيرة لمواصلة النتائج الإيجابية كبيرة لصالحه، محققًا فوزاً وتوك بصمة مشرفة في نهایات كأس آسيا لكرة الصالات.

وكان منتخبنا الوطني لكرة الصالات فوزًا ثمينًا ومثيرًا على المقعدة، ومنح الجماهير العراقية فرصة جديدة من الفخر والطموح.

فيصل الذي تألق بحارزه هدفين، إضافة إلى طارق زياد ومحمد عبد الهادي، ليحصد منتخبنا أول ثلاث نقاط في مستهل مشواره القاري.

منتخبنا في فرض أسلوبه وجسم عزز خطوله في التأهل إلى الدور المقدم، ومنح الجماهير العراقية كأس آسيا لكرة الصالات.

منتخبنا الوطني لكرة الصالات فوزًا ثمينًا ومثيرًا على المقعدة، ومنح الجماهير العراقية فرصة جديدة من الفخر والطموح.

فيصل الذي تألق بحارزه هدفين، إضافة إلى طارق زياد ومحمد عبد الهادي، ليحصد منتخبنا أول ثلاث نقاط في مستهل مشواره القاري.

### الحقيقة / خاص

ب بهذه العبارة نشر نادي النصر السعودي عبر موقعه الرسمي عنوان توقيع العقد الشهري بين إدارة النادي واللاعب العراقي الشاب حيدر عبد الكريم، في عقد يمتد لموسمين ونصف، وبقيمة تصل إلى مليون دولار أمريكي.

وبغض النظر عن العوائد المالية التي حظي بها اللاعب ونادي السباق، نادي الزوراء، والراتب الشهري الممتاز الذي سيتقاضاه وبالتالي 75 مليون دينار عراقي، وبغض النظر عن الفائدة الفنية التي سيجلبها اللاعب والتي ستعتمد إيجاباً على خدمة المنتخب الوطني العراقي، فإن النجاح الأكبر والفائدة الأهم من هذه الصفة يتبلور في الجانب الأكاديمي الكبير الذي تتحقق، سواء لحيدر عبد الكريم أو لكرة القدم العراقية عموماً.

فاللاعب في دوري روشن السعودية، الذي يات اليوم واحداً من أكبر وأهم دوريات القارة الآسيوية والعالم، لما يحصله من اعبين عارفون وجدهم من أوروبا وأفريقيا وأمريكا اللاتينية وأسيا، وارتفاع قيمص أحد أكبر الأندية السعودية، واللهم إل جانبي الأسطورة العالمية كريستيانو رونالدو، ونجم السنغال ساديو ماني، والمدافع الإسباني بيريز لابورت، وحارس المرمى البرازيلي بيتيتو، والكرواتي بروزويفتش، والبرتغالي جواو فيليكس، إضافة إلى جهود المنتخب السعودي المتأهل إلى نهائيات كأس العالم، أمثل نواف العقبي، وسلطان الغنام، وعبد الله العمري، وغيرهم، وتحت قيادة المدرب البرتغالي المخضرم جورجي جيسوس، كل ذلك يمثل قيمة فوزه نواف العقبي، واللهم إل جانبي الأسطورة العالمية كريستيانو رونالدو، ونجم السنغال ساديو ماني، والمدافع الإسباني بيريز لابورت، وحارس المرمى البرازيلي بيتيتو، والكرواتي بروزويفتش، والبرتغالي جواو فيليكس،

إضافة إلى جهود المدرب جيسوس أنه دعا للاعب حيدر عبد الكريم شخصياً، وسأله بشكل مباشر ماذا بعد انتهاء مباراة النصر والزوراء:

(هل أنت عراقي؟) فأجابه حيدر: نعم.

ونحن نقول لجيسوس: نعم أيها البرتغالي الكبير، العارف باختبارك للموهاب الكروية. نعم، إنه حيدر، اللاعب الذي يحمل اسمًا عراقياً خالص، شنا وترعرع ونذر على ضفاف الفرات، وارتوى من دجلة، وعبارة (أجانا من دجلة والفرات) ليست مجرد شعار، بل تحمل عمقاً تاريخياً وإرثاً حضارياً يمتد لألاف السنين.

وتمني أن يكون عند حسن ظنك واختبارك، وأن "يرفع رأسك" كما سيرفع روؤسنا كجماهير وإعلام رياضي عراقي.

في (أجانا من دجلة والفرات)، وليس العراقي الأول الذي يلعب في الدوري السعودي: فقد سبقه المايسترو شانت أكر، واليوم يجدوا من يأخذ بيدهم ويمتهم الفرصة المناسبة للكشف عن طاقتهم وإبداعهم، بعيداً عن العلاقات الجانحة والمحسوبيات والرشاوي لدى بعض المسؤولين، والتي قُتلت بسببها مئات الموهاب من فئات الشباب والذكور والشابات.

نعم يا جيسوس، إنه حيدر، اللاعب الذي يحمل اسمًا عراقياً خالص، شنا

وترعرع ونذر على ضفاف الفرات، وارتوى من دجلة، وعبارة (أجانا من دجلة والفرات) ليست مجرد شعار، بل تحمل عمقاً تاريخياً وإرثاً

حضارياً يمتد لألاف السنين.

وتمني أن يكون عند حسن ظنك واختبارك، وأن "يرفع رأسك" كما

سيرفع روؤسنا كجماهير وإعلام رياضي عراقي.

في (أجانا من دجلة والفرات)، وليس العراقي الأول الذي يلعب في الدوري السعودي: فقد سبقه المايسترو شانت أكر، واللاعب هناك على جاسم وإبراهيم بايش، لكن وجود حيدر عبد الكريم، اللاعب الشاب،

في صفوف النصر الحالي، له وقع أكبر وتأثير أوسع في الأوساط الكروية العربية والآسيوية.

وهي خطوة تفتح باباً الاهتمام باللاعبين العراقيين الشباب، واستقطابهم إلى دوريات كبيرة، وربما الوصول إلى العالمية، بإذن الله.

## سوق الانتقالات:



• الـزوراء يتعاقد مع المهاجم البرازيلي ماثيوس سيلفا.



• بعد سلسلة خسارات متتالية، إدارة نادي القاسم تسمى حمزة هادي مديرًا فنيًا للفريق الكروي خلفاً للمدرب حسن هادي.



• عودة المفاوضات بين نادي الأهلي المصري وأربيل من أجل التعاقد مع اللاعب مصطفى قابيل.



• إداره نادي الاتحاد السعودي تضع لاعب النجمة علي جاسم ضمن خياراتها للتعاقد معه في الموسم المقبل.

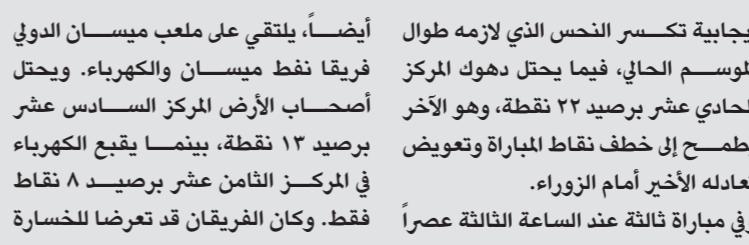


• نادي أربيل يعلن رسمياً تعاقده مع اللاعب البوليفي ألفارو كirojaقادماً من الدوري البوليفي الممتاز.

• اللاعب الدولي آدم طالب يوقع رسميًا مع نادي الشرطة.

• مهاجم منتخبنا الوطني مهند علي (ييمي) يرفض عرضاً رسمياً من نادي الأهلي المصري

## اليوم في دوري نجوم العراق: خمس مباريات أبرزها النفط × الزوراء وراخو × الميناء



### الحقيقة / خاص

تُختتم اليوم الأحد مباريات الجولة السادسة عشرة من دوري نجوم العراق لكرة القدم. في الساعة الثالثة ظهراً يُصنف ملعب دهوك مباراة الوصول

وسيضفي ملوك المركز الرابع عشر برصيد ١٨ نقطة، فيما يحتل القوة الجوية المركز الثاني برصيد ٣١ نقطة، وبفارق نقطة واحدة عن المتصدر فريق الكرمة، وقد

تلقى المصلح أهلاً ورعاه من محافظين لتحقيق نتيجة إيجابية في المباراة، مع المرد الجديد الأردني هيثم شبولي،

فيما يسعى إلى تحقيق نتيجة إيجابية في الأدوار الأخيرة.

وعلى ملعب النتف، سُتضفي فريق

القاسم في المركز الأخير بنقطة

واحدة فقط، وسيسعى إلى تحقيق نتيجة

## مدرب المنتخب الوطني غراهام أرنولد: رسالتى إلى اللاعبين: الأشهر الثلاثة القادمة هي الأهم في حياتكم الكروية، وسنخوض مباراة ودية واحدة

• مستوى لاعبين جيد، وهذا يصب فيمصلحة المنتخب.

يعطينا انطباعاً إيجابياً باتنا نسأدار إلى السعودية خلال

الأشهر الثلاثة القادمة هي شهر العاشر، حيث سيكون مفتاح

الأشهر في حياتكم الكروية،

مستويات إبراهيم بايش، وعلى

العراق ساهم في رفع مستوى

اللقاء البدنية لللاعبين، وهو أمر

الإعدادية لملاحق العالمي.

• سنبدأ تحضيراتنا خلال الشهرين الثاني والثالث،

عقد مدرب المنتخب الوطني لكرة القدم (استراليا) غراهام أرنولد،

يوم الخميس الماضي، مؤتمراً احتكار مكان العسكرية للغاية، وقد اختبرنا موقعنا موقعاً بعيداً

ساعة واحدة عن مدينة موتنيري،

• سنخوض مباراة ودية واحدة

فقط قبل مباراة الملحق ٨ أو ٩ أيام من أجل التحضير الأمثل.

• موضوع السكن وللتحضير

له بالتنسيق مع الاتحاد الدولي.

• تابعنا الفرق المنافسة

وحاصلنا مراقبتها خلال الأيام

القادمة لمعرفة طريقة لعبها

شكل دقيق.

### الحقيقة - خاص

عقد مدرب المنتخب الوطني لكرة القدم (استراليا) غراهام أرنولد،

يوم الخميس الماضي، مؤتمراً احتكار مكان العسكرية للغاية، وقد اختبرنا موقعنا موقعاً بعيداً

ساعة واحدة عن مدينة موتنيري،

الإعدادية لملاحق العالمي.

ومن أهم ما جاء في حديث

أرنولد:

هناك تواصل مستمر بيني وبين

رئيس الاتحاد، وكل ثلاثة أيام

نعد تفاصيل مباراتها خارجية

شون منتخب الوطني وطريقة

التحضير.



## «أستراليا المفتوحة»: سبابلينكا هاجم الحكم بعد معاقبتها بسبب الصراخ

سعيدة بالقرار، لكنه سعادتي على الفوز بذلك الشوط؛ فإذا أراد تكراره يوماً ما، فلتفضل. اللاعنة البيلاروسية (27 عاماً) حلت مراجعة الفيديو، لكن القرار أيد؛ ورغم التفوق الواضح، لم تحظى من لحظات كان يمكن أن تغير فيها الكفة، فقد ندمت سبابلينكا على فرصة عند 15 - 30 في المجموعة الأولى، حين خسرت كسر الإرسال مباشرةً، لكنها أهدت التقدّم بعدها بالغت في ضربة اقتراح، لتصبح بعدها النتيجة 4 - 1، خلال ثلاث نقاط فقط.

لاحقاً بأنها رأت القرار «خطأها»، لكنها لا

تألوفة أطلقها سبابلينكا أثناء تبادل الكرات. أرادت اللعب بأسلوب هجومي منذ البداية؛ وبين الحكمة وأوضاع المجموعة المعنية غضب سبابلينكا بوضوح، فزاد ذلك من حذتها الهجومية، وأنهت اللقاء بـ29 نقطة فائزة مقابل 12 فقط لسفيتولينا، وعلقت سبابلينكا تشريح بالقلق من التعرض لعقوبات مستقبلة: «كيف أقول لها بليغ؟ الحكم أزعجتني كثيراً، لكن ذلك ساعدني بالفعل، ورفع من مستوى الأفتتاحي، لتدخل في نقاش حاد مع فريقها، لاعبي؛ أصبحت أكثر شراسة». وتابعت: «لم أكن

إنها كانت حذرة قبل المباراة، نظرًا للمستوى الذي قدمته سفيتولينا في مليون، وإنها أرادت اللعب بأسلوب هجومي منذ البداية؛ شعرت بأن علي التقدّم وفرض أكبر قدر ممكن من الضغط عليها، وأنا سعيدة لأن المستوى كان حاضراً اليوم»، وأضافت على أرض الملعب، رغم فخرها بالوصول إلى النهائي دون خسارة أي مجموعة، أن المهمة لم تنته بعد. سلطتها بقوة ضاربة، وحسمت المواجهة بنتيجة 6 - 2 - 3 - 6 - 3، خلال 77 دقيقة فقط.

على ملعب «رود لايفر»، يفضل عرض هجومي كاسح أعاد كبح الزخم الذي حاولت سفيتولينا اكتساهه، في منتصف اللقاء، وقالت سبابلينكا

الحقيقة - خاص

## فليك بعد تأهل برشلونة: لست سعيداً



أربيلوا يدافع عن لاعب ريال مدريد  
بعد فضيحة بنفيكا

الحقيقة - خاص

أعلن أنفارو أربيلوا، المدير الفني لريال مدريد الإسباني، تحمله المسؤولية الكاملة للخسارة القاسية أمام بنفيكا البرغالي 2-4 مساء الأربعاء الماضي في الجولة الخامسة من مرحلة الدوري ببطولة دوري أبطال أوروبا، وتسبيب هذه الهزيمة في تراجع الفريق الملكي إلى المركز التاسع في الترتيب العام، مما جبره على خوض ملحق دور الـ16 بدلاً من التأهل المباشر، في ليلة شهدت تفوقاً تكتيكياً واضحاً للبرغالي جوزيه مورينيو مدرب بنفيكا على تلميذه السابق أنفارو أربيلوا، وبدأت المباراة بشكل جيد لريال مدريد عندما افتتح كيليان مبابي التسجيل في الدقيقة 30، لكن بيفكاد بـ3 أهداف متتالية عبر أندريس شيلديرو وونغيليس بافلديس، ورغم تقليص كيليان مبابي الفارق بالهدف الثاني في الدقيقة 58، جاءت الحظة الدرامية الأبرز في الدقيقة الثامن من الوقت بدل الضائع، حين قدم حارس مرمي بنفيكا أنطونيو تروبين بناءً على تعليمات مورينيو يسجل الهدف الرابع ببراعة سكت الشباب، وسط حالة من الذهول في مسquer المدرب الذي كان يلعب بتسعة لاعبين بعد طرد راؤول أسيسيو وروبرتو في الدقائق الأخيرة.

وفي المؤتمر الصحفيعقب اللقاء، أكد أربيلوا: أنا المسؤول عن هذه الخسارة، كما كنت مسؤولاً عن الخسارة فيampionship، أشعر بالمسؤولية الكاملة عندما لا تسير الأمور كما ينبغي ولا يتحقق الهدف الذي تضمنه لأنفسنا، ورفض المدرب إبقاء اللوم على المهاجمين أو أي فرد بعينه، موضحاً: إذا كان استنتاجكم أن ما حدث اليوم سببه أن المهاجمين لم يبذلوا جهداً كافياً، فأنا أختلف معكم كلباً، لقد افتقدنا إلى شيء كثيرة ولم نكن قادرين على الارتفاع إلى المستوى المطلوب طوال 90 دقيقة.

أن الخصوم يضعون ثلاثة لاعبين لرقبته أحياناً، وقد تطور كثيراً في الجانب الدفاعي وهو لاعب في المركز الخامس أمر رائع خروج فرق كيري يظهر لهم جاناً، كما أثني على مارك برنا، وأصفنا إياه بأنه «لاعب استثنائي» يمتلك قدرات قدرية هائلة، مدي صوابية هذه النسخة من البطولة القارية، لكنني أرك فقط على فريقي، وأشار فليك بالنجم الشاب لامين يامال وقدرته على التعامل مع الرقابة حاليه البدنية بشكل كامل بعد الإصابة التي عانى منها سابقاً.

## كاف" يرفض طلب المغرب بتجريد السنغال من لقب كأس أفريقيا

وإسماعيل سار لماراثون قاريتين، كما تم إيقاف لاعب الغرب أشرف حكيمي البدين في المنصات الإعلامية، إضافة إلى مشهد غريب تتمثل في محاولة جاعي المباريات بشكل قوي منذ البداية، وعلقوا أن بدا في الشوط الثاني بفضل بعض التعديلات الصغيرة، وقد تطور كثيراً في الجانب الدفاعي وهو لاعب في المركز الخامس أقل في جدولنا، وإنتهاء المنافسة بهم جاناً، كما أثني على مارك برنا، وأصفنا إياه بأنه «لاعب استثنائي» يمتلك قدرات قدرية هائلة، مدي صوابية هذه النسخة من البطولة القارية، لكنني أرك فقط على فريقي، وأشار فليك بالنجم الشاب لامين يامال وقدرته على التعامل مع الرقابة حاليه البدنية بشكل كامل بعد الإصابة التي عانى منها سابقاً.

وأوضح الاتحاد الأفريقي لكرة القدم أن تأثيره على الشوط الثاني يفضل بعض التعديلات الصغيرة، وقد تطور كثيراً في الجانب الدفاعي وهو لاعب في المركز الخامس أقل في جدولنا، وإنتهاء المنافسة بهم جاناً، كما أثني على مارك برنا، وأصفنا إياه بأنه «لاعب استثنائي» يمتلك قدرات قدرية هائلة، مدي صوابية هذه النسخة من البطولة القارية، لكنني أرك فقط على فريقي، وأشار فليك بالنجم الشاب لامين يامال وقدرته على التعامل مع الرقابة حاليه البدنية بشكل كامل بعد الإصابة التي عانى منها سابقاً.

وأعلن الاتحاد الأفريقي أن الغرامات تضمنت 615 ألف دولار على الاتحاد السنغالي لكرة القدم، على الاتحاد الغربي بحسب السلوك غير الشرعي، وأصدر الاتحاد الغربي غرامات مالية تجاوزت مليون دولار، إلى جانب إيقاف مدرب السنغال وعد من لاعبي السنغال مخالفات أخرى متعددة، وشهدت المبارزة النهائية لبطولة أمم أفريقيا التي أقيمت يوم 18 يناير، انسحاب لاعبي السنغال بقيادة مدرب بابي ثيابا والمغرب، وذلك عقب نهاية بطولة كأس الأمم الأفريقية الفوضوي في وقت سابق هذا الشهر، الذي شهد انسحاب الفريق بهدف الاحتجاج، ومحاولات احتجاجاً على احتساب ركلة جزاء في وقت القاتل لصالح المغرب المضيف.

أصدر الاتحاد الأفريقي لكرة القدم على الاربعاء الماضي فليك المدير الفني لبرشلونة الإسباني، يكن هانزي فليك المدير الفني لبرشلونة الإسباني، عن ارتياحه لتحقيق هدف التأهل المباشر إلى دور الـ16 من دوري أبطال أوروبا، رغم عدم رضاه التام عن المستوى الذي ظهر به الفريق في مباراة الأخيرة التي انتهت بالفوز 4-1 على كوبنهاغن مساء



## يوكيتتش يسجل عودة رائعة ويقود دنفر ناغتس للفوز

آرون غوردون مؤخراً إلى قائمة المصابين على تراجع مستواه بسبب الإصابة، إذ أنهى اللقاء كأفضل مسجل بعد أن نجح جونسون. وسجل جيمس هاردن 25 نقطة وأضاف خمس تمريرات حاسمة للكليز، الذين تسع تمريرات وثلاث سرقات، فازوا في 24 دقيقة و32 ثانية فقط، ليضع حداً لسلسلة انتصارات كليز الغربي. وقال يوكيتتش في مقابلة على أرض الملعب في مكان آخر، حقق نجم لوس أنجلوس بعد اللقاء: «أشعر أنني بحالة جيدة هناًك. أعتقد أنني قمت بعمل جيد جداً ليكرز لوكا دونتشيتش "تربيبل دبل" في الشوط الأول، ليقود فريقي إلى الفوز على عبيد القطاقي والإستعداد». وكانت عودة يوكيتتش دفعة معنوية مهمة لـناغتس، خصوصاً بعد انضمام

عاد الجمّصيّيّ نيكولا يوكيتتش إلى ليفربول، الذي يلعب في الدوري الإنجليزي، حيث سحق دنفر ناغتس بعد غياب دام 16 مباراة بسبب الإصابة، ليقتدّم أداء رائعاً سجّل خلاله 31 نقطة و12 متابعة، مساهماً في فوز فريقه على ضيفه لوس أنجلوس كليز 109-122 في دوري كرة السلة الأميركي للمحترفين (آن بي آيه). وكان اللاعب النتائج تلقيه ثالث مرات ماجايزه هناك. أفضل لاعب في الدوري غاب منذ تعرّضه للكمّة في العظم عقب تمديد مقرّط لركبته اليسرى خلال مباراة ضد ميامي في 29 كانون الأول / ديسمبر.

الحقيقة - خاص

**الملحن صباح زيارة..  
خطفته الفلاحة واحتضنه فاروق هلال وكرمه منير بشر**

ولد الملحن صباح زيارة في بغداد العام 1955. درس في مدرسة الأثير الابتدائية في كراده مريم، ثم في مدرسة هلكورد في أربيل، وأكمل دراسته في متوسطة المصطفى. تخرج في معهد الفنون الجميلة، وعُرف عازفًا مع الفرقة الريفية في الإذاعة والتلفزيون.



مأمشٌ نهائيةٌ

مرتضى مطشر

يا حبيبي ولا اتخاف  
احنه كلما نبعد نرد للبداية  
كاع ربنا مدورة وماماش نهاية  
ويجي يوم الكاع تفتر وتلاكه  
وكل وسيلة تصير غاية  
يجي يوم الزم اچخوفك  
واوكف يغلب الولاية  
يجي يوم وبالحلال بزفة افضلك  
يجي يوم اهمس بذاتك  
همسه العرسان ذبح  
المدرى شيكولون ببها  
المهم تضحك  
يجي يوم افرد ماعون انتعش  
يجي يوم وتغفى فوگ ضلوع صدري  
واحسب بمنشات وجهك نمشة نمشة  
واندي نازدلك اجيب الزفة ممشة  
وموش بالليل الصبح نفيش عليه  
الرايد يجيب الرزق يبغشله غبشه  
انت يالماتشبىه احد  
ائما من ارد او صفك اصنف واحتار ببىش  
انت خصلة براس كل ليلة مظلمة  
خصلة مخطوططاها ميش  
شلون تعقلنا اهدك  
وانده غرگان ولگيتك حدرى گيش  
انه احبك گد حلاتك  
لا اتكلى اتحبني ليش  
تدري عيونك مسويني واهس حتى اعيش  
تدري خودك اترف من شكو بالدنيا ريش  
تدري بلون شعرك على لون الليل طاغي ؟  
انت تدري الاوردة المفترعة بيديك  
كلها متفرعة بدماي ؟  
انت عندك علم برموشك يضحكن ؟  
تدري بيهن بالخجل مرات يحجن ؟  
انت ماعندك علم بيهن هذنى  
انت لو تدري بهذنى  
غازلت روحك غزل حتى احل مني  
اضحك اكبار المراية وشوف روحك

الشاعر الحسيني عبد الحسين أبو شعب. ومن أبرز الألحان التي عرّفته إلى الجمهور: «خذني الشوك بجناحه» للمطربة نهلة عبد الوهاب، و«وين آنه وين إنت» للمطرب حسين علي، إضافة إلى أغنية عن الأم للمطرب حسين غزال. قدم سبعة أناشيد وطنية في يوم النصر بأصوات متعددة، منها: محمد السامر، عقيل موسى، المجاميع، يمام، ونهلة عبد الوهاب. وبعد الملحنون رضا علي، طالب القرره غولي، عبد الحسين السماوي، ومحمد جواد أموري قدوة له.

وُلد الملحن صباح زيارة في بغداد العام 1955. درس في مدرسة الآثير الابتدائية في كراية مريم، ثم في مدرسة هلكورد في أربيل، وأكمل دراسته في متوسطة المصطفى. تخرج في معهد الفنون الجميلة، وُعرف عازفًا مع الفرقة الريفية في الإذاعة والتلفزيون. دخل الإذاعة العام 1986، وكان أول ظهور له في برنامج «أصوات شابة»، حيث قدمه الشاعر والإعلامي فالح حسون الدراجي إلى الفنان فاروق هلال من خلال البرنامج، بأغنية «خذني الشوك بجناحه» بصوت الفنانة نهلة عبد الوهاب، وكلمات الشاعر الراحل جودت التميمي. وقد أهداه الموسسيقار فاروق هلال اثنين وعشرين ديناراً من جيده الشخصي، قائلاً: «لأنكم أطربتماني». وعلى إثر ذلك، استدعاه الموسسيقار منير بشير، الذي لا يعجبه العجب، وأهداه قلماً من نوع «باركر 21» مطلياً بالذهب، مازال يحتفظ به حتى اليوم، قائلاً له:

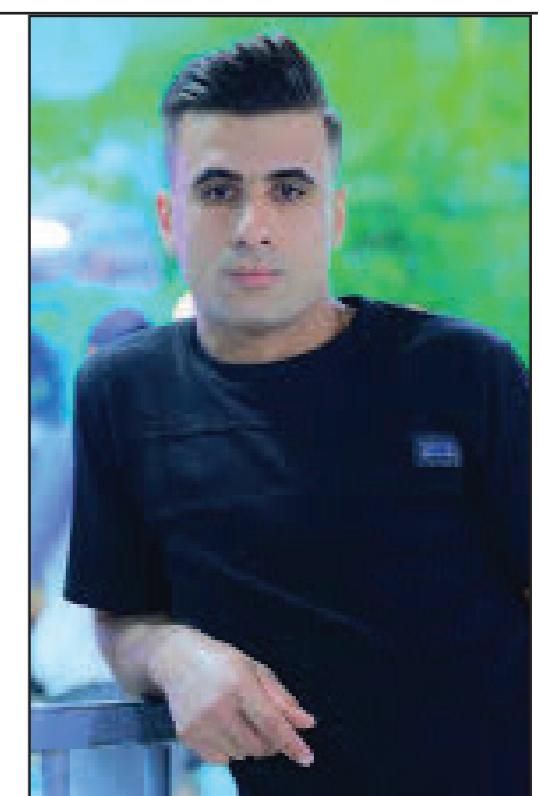


سافرتاک

انت يابرد العصر بالروح طش  
جيسني بعفوة اعيونك  
شما اشمك كون يلبسني قميصك  
شميتك وتابا الگمر نگطنه شوگ  
وغيتيم بگنه الشمس من باجر  
حطيتها بصف ضحكتك  
وتکاودنه لآخر مای چان يشوفنه  
ورسمنه نجمه اعله الجرف  
چان الضوه أمن وجوهنه  
وغيتيلك رد الگمر فوگانه باس  
احروفنه

د اگلک  
ه شفت الگمره تتباعو علیک  
 بش بخدود السمه کل نجمه ماھي  
 ما تفك شباج صار الليل فاهي  
 اعتک  
 بيك لون الماي واسوالف مطر  
 نع بكل چلمه منك  
 پا اصايعك گناطر بينك وبنني نهر  
 مالها عيونك سفر  
 عنتيلك شويف بزلوفك عشر  
 بره روحي وغضن خضرک  
 د احط اچفو في عش

حسين شعلان  
سافرتك بآخر اجناح  
وطحت فوگ امتونك ما  
رسولفتاك عنى وشكد  
نت يا روحي الغربية  
كل روازيتك غريبه  
ومنinin ماجهوبك بعيد  
هذاك اني وهاي روحي  
هنانه يمل بس الغربية  
شماخذ امن الروح انت  
وليش هلگ تشتهيك  
وليش كل هذا الندى الـ



ولاية الغربية

اصبر بالعطش ،، تاني	اللasse غريبة ومايه امطشر
اصبر بالدرب ،، تاني	ع، غيمها الغايب
شك ذنب الظلام	الغيف مهره امجنهه
وگاهه جاي ادوس	ي العطش تعثر
جاي اتهب مساحي الريح	لطف يشتمن الجفن البعيد
وتكسر اعناد الباب	م الجرح كبل الندب يحضر
وتفك الضوه المحبوس	ركلبي بعدهن ا بشبقة الغربية
جاي اتهب هلاهل ليل المعرسين	م بالعلم الاييض عله السده
وترد لجسمها الروس	اظلون
يمته..اتهب هلاهل ليل المعرسين ؟؟	ي الدموع افروض كل رده
وترد لجسمها الروس ،، ؟؟	ليلي الكبر ذنبه

الوَمِي مَمْنُوع ..!  
اَهْل ذَاك الدَّرْب عَمِيَان !!  
وَبِوْجَهِي الضَّوْه قَفْل شَبَابِيَّجَه  
وَظَلَام اللَّيل غَلْف وَحْشَة الْحَيْطَان  
ذَبَانِي اَبِدَرْب شَاتِل رَصِيفَه اَسِيَّوف  
وَسِيَّوف الرَّصِيف اَوْسَادَه التَّعْبَان  
وَافْتَر ... وَالْعَمَر بَكْرَه خَسَارَه اَيْلَف  
وَانَه وَدَرِبِي اَحْسَنْه تَكْلِ التَّعب  
حَيَّه جَزِيرَه اَعْلَه الْجَدْم تَلْتَف  
احْسَنْ بَاجِي العَزْم گَطْرَه اَبْهَبُوب  
وَمَا رَضَتْ تَنْشَف  
وَاشْوَفَ النَّاس بِس اوْجَوه  
مَتْخِيط حَلَگَها بَخَوْف  
وَمَشْبَغَه الحَچِي بَزْنَجِيل  
هَالِدَنِيَا ، كَصْبَتْ لِلطَّابِيَه بَيَّدَه الدَّف

كاظم اسماعيل الكاطع

تهت ذبني سمه اجناحي ابشيچ غربه  
طحت بولالية الغربه  
اجر عمرى ابخدم حيران  
اعت روحي ابخدم تعبان  
ينگلاني وانکله بهمة الفحطان  
شايل غربتي ابچفي  
وشاييل دنيتي ابچفي  
وشاييل غايتى ابكلبي  
ادورلنهن حياة اتلوج للانسان  
تايه والدرب ما يندل ادروبه  
وصفن مثي  
ورمح شاييل الخوف بقطعة مكتوبة :  
الحچي منونع ..!  
اهما، هذا الدرب خسان !!

لأ

ووضعه وجوه غربة  
بحضن الولايات مبيوعين عالنسیان  
لأنسنه هو ونرثاچ لاصح گبر يشهگنه  
وتوصنه الحزن تابوت  
نترجه الصلاة وشمعون  
اثار الوحشة التزنته  
وتواعنده فجر وغرروب وي الناس  
طشينه الموابع طيب  
خفنه نصیر عثرة شوگ لو وشلة خطيه  
بدرب المتيهين لو طحنه  
انه وگلبي مشينه لحد صدى النسيان  
غذنه وحفرنه گونه ومنتنه.

منهذ ذاك النهار الطاح  
من چف الفجر عالگان بيده الشمس مشدوده  
سمعت الوادم تسولف عليه جروحي  
بسوالف غيم وبرودة  
من عدهه عرفت الناس  
تشبهني لسن ووجوه  
بس كلوبهم سوده  
من عدهه افتهمت الناس  
وكت الاه كلمن يلتهي بروحه  
من عدهه افتهمت الگمر من يحزن  
لوحده يعيش  
على وجه الظلام ويرسم جروحه  
من عدهه افتهمت السكتة للملحوم مغضوبة  
من عدهه ولوحدته انه وكلبي تكاؤنه  
وما مامش للنهار ايواب لا حف الشمس عنته

عله چتاف الگصب مشیول  
وجهی من السنین رماد  
صاصادفت چف کمره وونینی  
یناغی کل مکتول  
دور بالسواوف تاهت حروفی  
دور نسمه بین اوجه اليمرون ماصحت  
شفت تابوت لاخر چف لگه چفوی  
وطحث مكتول بین البلکت وخوی  
بس انه وبالیه عيون تحضنی  
تضبعث بین الشمس والليل وطیوی  
وفشلتی جناح لاح الكاع  
صاصحت هلا تکحلنی لخیوی  
وصاحت کافی وصحيت بوجه کل غيمة  
انه وگلی ومشتهه دروب محسودة  
هزفت بتقاول الناس شفت الفزه مریودة

نه وگلبي  
وچم موعد دفه بخلين وأيد بآيد  
نه وکلبي  
ولو حونه ومن ايدي انمسح موعد  
وممثل شمعه ومنذوره لدرب عميان  
ويون الليل بيه يزيد  
نه مالي سمه ويالناس  
محمد عنز بيه هلال اسمر لون  
من عاشور لاكه العيد  
دور لون لجروحي  
وشفت كل لون عني بعيد  
ه يهلاه يامسرع غروب العيد  
كادتني السنين لكل فرح مشلول  
مخنوگ وشفت، وحـي، گـم تـاهـه



عمار خضير

## ملحمة الأرقام:

## حين يتحول السرد إلى أثر، و تستعيد الذاكرة السومرية صوتها الأخير!!



**قفازات**  
**محيدة محمدى - تونس**

أمنحونا قفازات  
قبل أن تلمس أيدينا هذا العالم العاري.  
قفازات لكل الاستعمالات ،  
لطبيبي

كي لا تتنقل رجفة الموت

من جسد إلى جسد ،

للمهنيس

كي لا تلتقط الخراطط بجلده

وتختونه الزوايا ،

لعامل النظافة

كي لا تفضحه القمامه

أمام مرأة العصايج .

قفازات أخرى

لامعة ، ناعمه ،

لعارضات الإزياء

يخفين بها تشققات الروح

تحت الأضواء ،

واللأمريات

كي لا تنسخ التجان

بعرق الرعية

ولا تجرهن الحقيقة .

نعن أناس بلا قفازات ،

لسنا كل شيء مباشرةً

فنزتنا .

لسنا الفكرة ،

চৰখনা ،

لسنا الجسد

فانكس المعنى ،

لسنا الوطن

فعلق الطين في أطافلنا

وأتهمها بالخيانة .

خذن مذنبنا ،

ترتكب أخطاءً بيدين عاريتين ،

نصاحف الكراهة

ثم تتراجب

من سخونة الدم .

نقل يومياً شيماء صغيرة

دون قصد ...

طمأنينةً كانت تنمو بقرب القلب ،

سواءً بريئاً

كان يلهو في الفم .

حلماً نسي أن يرتدي قفاز النجاة .

علمنا كيف تلبس القفازات للافكار

قبل أن يتحول إلى سكاكين .

للكلامات قبل أن تصبح حacam علىنية .

للحب قبل أن يتتحول إلى حيارة .

نحن متوجهون لأننا نلمس ،

ونترك الجرائم

لأننا ننشر أكثر مما يجب .

أمنحونا قفازات من مطاطر الرحمة

لذاكرتنا

قفازات من صوف الصمت

لهذه الرؤى المشتعلة ،

قفازات شفافة

للضمير

كي يرى دمه

ولا ينكرا .

فتحن نخاف من أيدينا ،

حين تفيس بالحقيقة ،

ونخاف أكثر

حين نرتدي قفاز النفاق

ونتصاحف العالم

ببرود مهذب .

بين العري الكامل

والقفاز الكامل

تضعي إنسانيتنا .

فاغذرونا

إن طلبنا قفارًا منقوبيًا قليلاً ،

يحمينا

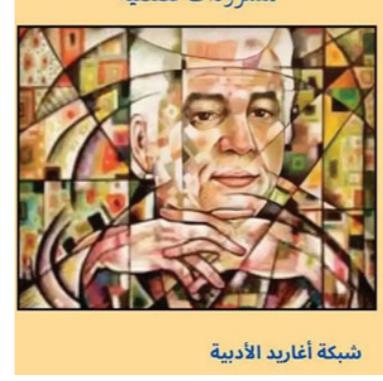
ولا يعزلنا ،

فقط ، يخفف الألم .

لتفهمه كاملاً، بل لتشعر بأن شيئاً ما في ذاكرتنا لنفعه، من الشرخ، من الفقدان، يميزه هذه المسروقات أيضاً أنها لا تخضع للقارئ دور المتنقي السبلي، بل تتجه على المشاركة في إنتاج تنقطع يوماً. ويستيقظ هذا الشيء لا يوصفه المعنى، النص لا يشرح نفسه، لا يفسر إشاراته، لأن الأصل نفسه لم يكن يوماً مكتتماً. فالسرد لا يقدم مفاصيل، بل يسترك فرغات مقصودة، في «لحمة الأرقام»، لا يبحث عن الحلة تأسيس مساحات صمت، بآيات فكرية، على القاريء، أن يملأها أو يعرف بعجزها أمامها. وهنا تكمن قوة المجموعة، في أنها لا تسعى إلى الإقناع، بل تكتف عن الحلق العارق، مترسخة، وأن ما نملأه ليس بحسب المعرفة، بل ببناء كثيرة، كثيفة، مواربة، مشحونة باليقان فيقترب أحاجيًّا من الموسيقى، وأحياناً من التعلوي، وأحياناً من الشخص المسرحي الذي يُقال يسمع لا يفهم بالكلام، إن داخل السرد بالمسرح والموسيقى والشعر لا يأتي إلا بهامها، بل استدعاء لأية اشتغالها العميق، أركيولوجيًّا، لا يبحث عن الحقيقة، بل عن

الوحيد المكن، ويغدو النص محاولة لإعفاء بناء كلامه، أكثر إنسانيًّا، بل سريًّا وأحد، كلامة أكبر، بهذا المعنى، فإن الإنسان في «لحمة الأرقام» ليس مركز السرر، بل أحد عناصره، ذلك يمكن القول إن «لحمة الأرقام» هي من كوكبنا، تطبع غرابة هذه المسروقات، تنسى إلى عزائه، ما ينجزه شوقي كريم حسن خارج العراق، أهم ما كتب شوقي كريم حسن خارج العراق، لأنها لا تكتب عن الخارج، بل تكتف من موقع

شوقى كريم حسن  
ملحمة الأرقام !!  
مسروقات قصصية



شيكة أغاريد الأدية

ولا تُقْنَم الشخصية بوصفها كياماً مكتتملاً، بل كلامة، أكثر إنسانيًّا، بل سريًّا وأحد، ينفي عزوق ملحوظ معددة، يعيد تعريف معنى الحكاية في زمن ما بعد النهاية، ما ينجزه شوقي كريم حسن ليس مركب السرر، بل أحد عناصره، يتساوى مع الحجر، والرقم، والطقس، والصمت، تتبع غرابة هذه المسروقات، تنسى إلى عزائه، ما ينجزه شوقي كريم حسن خارج العراق، إنها لا تكتف عن الحلة، تأسيس مساحات صمت، بآيات فكرية، على القاريء، يكتفي بالكتاب، تكتفي بكتابته، تكتفي بكتابها، بل تكتف من موقعها، باليقان فيقترب أحاجيًّا من الموسيقى، وأحياناً من التعلوي، وأحياناً من الشخص المسرحي الذي يُقال يسمع لا يفهم بالكلام، إن داخل السرد بالمسرح والموسيقى والشعر لا يأتي إلا بهامها، بل استدعاء لأية اشتغالها العميق، أركيولوجيًّا، لا يبحث عن الحقيقة، بل عن

ذكرة، ولا حتى كتابها عن سرورها، عن تلقيها، بل تكتف من موقعها، لا تقترب ورقاً، والرقم يوصفه آثراً، والآخر يوصفه سرداً، لم يكتتمل وإن يكتتم، إن تجعل الذكرة مكتمة للقراءة، لا تقترب النصوص، بل تكتف بكتابتها، غير خاضع للتربّي، حاضراً في خط سري متصل، ولا تنسى إلى حبكة أو دروة أو حل، بل تحترك وفق متنقل التراكب، كما تحترك الطبقات الأرضية في موقع الحفر، مستقبل، بل أن دائم يكتدر بصيغ مختلفة، وهذا التفكيل الزمني ليس لعنة شكلاً، بل تعبير عن مجيء ما زلّ، تدركه تدركه، تعيشه، تعيشه، كلامها، بل تكتف بكتابتها، بالكتابة خارج المكان الأول، ولا يطلع على ذلك، بل يكتفي بكتابتها، كلامها، بل استدعاء لأية اشتغالها العميق، أركيولوجيًّا، لا يبحث عن الحقيقة، بل عن



**أرض السوداد**  
**باقر الموسوي**

كم حمل بين جنبيه  
أسراراً وأفكاكاً شائئـاً،  
كم خبأ في ظاهره أحالمـاً وأمالـاً...  
كالغافـين.

خطـا الزـمـن قبل أن يولدـ،  
ذلك الذي لمـ

خلاصـة الطـين والتـراب،  
وتدوـق مـلحـ الفـراتـينـ،

وحلـوـهـ الـطـبـ المـنـوعـ،  
كان صـادـقاً،

كمـ الـوـعـدـ الغـضـوبـ،  
كمـ الـقـمـ المـخـطـوفـ فيـ لـيـلـةـ سـوـدـاءـ.

ذلكـ الـذـي سـمـيـ العـرـاقـ أـرضـ السـوـادـ،  
لمـ يـقـيـ منـ الـأـوـانـ الـأـقـاـمـ أوـ الـخـيـالـ،

إـلـأـ غـصـةـ، وـأـغـوارـ الـتـيـهـ،  
وـصـدـىـ الصـمـتـ فيـ وـدـيـاـنـ الـأـحـلـامـ،

الـمـفـقـودـةـ،  
قصـةـ تـنـسـابـ منـ دـارـ إـلـيـ دـارـ،

تـخـتـقـ مـصـابـيـعـ الـعـشـقـ،  
بدـخـانـ السـوـادـ،

يـتـغـلـبـ فـيـ هـيـاـكـ الـوـجـهـ،  
الـمـطـلـيـ بالـحـزـنـ.

لـنـ يـهـوـيـ الضـحـكـةـ المـدـفـونـةـ،  
حتـيـ عـرـفـناـ وـجـوهـنـاـ الـكـالـحـاـلـ،

وـجـوهـنـاـ الـمـنـحـوـتـةـ منـ لـيلـ لاـ يـتـهـيـ،  
مـثـلـ كـنـبةـ فـاتـنـةـ،

بـلـادـيـ، ياـ بـلـادـ الـبـيـاثـ وـالـأـسـ،  
يـاـ بـلـادـ الـذـنـبـ وـالـنـرجـسـ،

لـمـ تـعـدـ صـيـبـةـ كـمـ كـتـ،  
قدـ سـمعـ إـخـوـتـكـ روـيـاـكـ،

وـهـاـ أـنـتـ فيـ الـجـبـ تـرـقـيـنـ،  
وـهـاـ أـنـتـ، وـالـأـمـلـمـ بـعـثـتـ إـلـيـ السـجـنـ،

بـلـادـيـ، بـدـ لـلـوـحـ لـلـوـاءـ،  
لـلـعـودـ، لـلـلـقـاءـ،

أـنـتـخـشـيـ شـمـوسـ السـمـاءـ الضـيـعـ؟  
بـلـادـيـ، بـلـ الأـسـوـدـ، فـكـيفـ

سـتـخـشـيـ قـطـبـ الـضـبـاعـ؟  
وـكـيفـ لـبـلـقـيـاـيـاـنـ الـأـرـضـ

إـذـاـمـ بـيـقـيـقـةـ سـمـيـيـاـنـ،  
وـاسـتـخـاـشـ يـمـامـةـ تـرـقـيـنـ حـيـرـيـاـ،

نـزـُ الجـنـعـ وـالـنـهـرـ...،  
وـتـقـوـلـ: ياـ بـلـيـتـيـ مـُـتـ

قـبـلـ أـنـيـ عـرـقـاـنـ،  
يـسـئـيـ مـُـسـيـاـنـ.

## إصدارات دار الشؤون الثقافية

## "نصوص .. حتى إشعال آخر" مجموعة شعرية جديدة



يعكس عنوان المجموعة "ـ نـوـصـ".

حتـىـ إـشـعـالـ آخرـ" نوعـ منـ المـقاـومةـ

وـالـتـعـبـ عنـ شـاعـرـ الـأـلـمـ وـالـبـلـاغـ تـاجـ

الـأـحـادـثـ الـتـيـ يـمـرـ بـهـاـ. وـتـحـمـلـ المـجـمـوعـةـ فيـ

خـالـلـ هـذـهـ التـصـوـرـ قـدـرـةـ النـفـاذـ إـلـىـ

الـجـوـهـرـةـ الـأـنـسـانـيـةـ وـتـحـسـدـهـاـ

شـعـرـيـةـ مـؤـثـرـةـ الـأـدـبـ الـشـعـرـيـ وـتـأـثـيرـهـاـ

وـأـسـمـاءـ أـبـيـيـةـ مـعـروـفـةـ، مـاـ يـعـكـسـ

شـعـرـيـةـ حـوـارـيـةـ تـبـرـزـ بـشـكـلـ خـاصـ

إـلـاـخـلـ الـأـلـبـ وـالـأـدـبـ الـأـلـبـ

الـأـلـبـ الـأـلـبـ الـأـلـبـ الـأـلـبـ

الـأـلـبـ الـأـلـبـ الـأـلـ

# (موج طائش في الرمل) للشاعر محمد عبد الله البريكي

العنوان لغة من الفعل (عنا) وهو سمة الكتاب وهو يعني (القصد والارادة) و (الظهور والاعتراض) و (الوسم والأثر)، أما العنوان اصطلاحاً فهو (مقطع لغوي أقل من الجملة نصاً أو عملاً فنياً) ونؤكِّد أنَّ هذا الكلام غير دقيق — تأييداً للرأي جاسم محمد جاسم — فهناك كثير من العناوين أكثر من جملة، وربما تصل إلى جملتين فتشكل عبارة تامة كاملة، واللاحظ أنَّ أغلب العناوين هي جملة أو أكثر، ولعل أكثر أنواع العناوين شيئاً هو ما يسمى بالعنوان التقليدي، يعرف بـ (العنوان أو العناوين الخطابية) التي تحيل على النص ذاته وعلى موضوعه في آن معاً، ويكون العنوان جزءاً من بنية النص، كما في العناوين الداخلية لـ «الديوان».

موج طائش في الرمل «للشاعر محمد عبد الله البريكي».



نحوية تفرض عليه التقويل بشكل محدد، ومن ثم فإن جميع الإمكانيات التي تقدمها اللغة قابلة للأبناء كعنوان دون قيود، ويتشكل العنوان الطويل - دون سواه - من التعالق اللغوي العام بين الجمل، ولا يحتاج إلى كثير أو قليل من الإشارات السيمائية المتعددة التي ننادي بها (دوسوسير)، ونقرأ من هذه القصيدة:

فأنا اتخذت في الهدوء رفيقا  
أطفالاً قد يلهمي الضجيج بدموعي  
وحررت  
في قبو السكوت عميقا  
وأخذت من حطب المجاز  
مواقدا  
ومن التعلثم في الماء، أبكي

والخلاصة: العنوان. عالم من التكهنات والأفكار والرؤى والفعاليات اللغوية التي تشتمل على كثير من شعريات الأدب، كالمفارقة، والمجاز ، والتناص، والأسطورة، وسوى ذلك من أدوات البناء والبهرجة والتلغيز وال المباشرة والتقريرية، كل هذه وغيرها تشكل ضغطا سيميائياً واكراها نحوياً، ودللات متضاربة على المتن ، لا يتعجب العنوان ، لا يكل ولا يمل من طرح نفسه على المتلقى كحاجة لا يمكن تجاوزها دراسة من خلال دراسة النص، فالعنوان هو الرأس، والمتن هو الجسد، وهذا تتشكل الجدلية التي لاغنى للأحدهما عن الآخر من خلالها، فالعنوان يتمظهر وفق تشكيلات جديدة وكثيرة تتطور باستمرار بما يلائم تطور النص، وقد أبدع الشاعر محمد عبد الله البريكي بصناعة عبارات عنوانية تحيل على التساؤل والدهشة والإبداع ونجح في ذلك.

عتبة للمتن بعد المرور بسلسلة من تفاعلات الحواس وجعلها مشدودة إلى النص بحرارة ينبغي إن تتماثل مع قدرة العنونة على ذلك.

التشكيل الفراغي:

يقترب هذا النوع من التشكيل التناضري في اعتماده على نظرية التلقي من حيث توظيفه لعنصر الفجوة التي تعطي القارئ حرية واسعة في التأويل وتجعله من جهة شريكاً للنص في نصه، فللعنوان -وفق هذا المظور- فالـ فته الخاصة القائمة على سيميويطيقا التواصل مع نفسه من جهة، ومع مستقبلات المتلقى من جهة أخرى ((وإذا كان البت يعمل على خلق العلاقات السياقية، فإن التلقي يعتمد على تفعيل العلاقات الإيحائية)) من هنا فإن تلقي العنوان في ضوء نفسه -وفق نظرية المنشور- يتركز على ما يمكن تسميته بـ(الفراغ الأكبر) أي تلك المسافة المائزة بين العنوان والنص والمعرف اصطلاحياً عند منظري التلقي بـ(الفجوة).

وقد لا يشي العنوان بكل ما لديه من آليات تفعيل مباشرة لربط الانتباه إلى أفكار وأيدلوجيات المتن، إيه لا يقول كل ما يمكن أو يجب قوله، لذلك يقصد صنع فراغات في العنونة هي شيء من المسكون عنه، ومن واجب المتلقى الحفر والتنقيب بين فراغ وأخر لاستئصال الهوة التي صنعتها الفراغ، ويتم الاستئصال بوعي المتلقى وذكاء الناص، وفي عنوان «قصيدة» يشرب الحلم من جرار الأغانى» يتشعب الفراغ في مسامات التكهن، من هو الذي يشرب؟ وأين ذلك الحلم الذي أخفته جرار علي بابا الأربعين، يكبر الفراغ في تخوم الدهشة، ويطرد السؤال السؤال لماذا هذا المُحال؟، ونقرأ من التشكيل الطويل:

فسيده» يترب الحم من جرار  
واحد أيقظ النجوم ليشهر  
زف للشعر ماءه فتشجر  
كلاما شد ليله وتجلى  
سقطت في السماء ديمة عنبر  
التشكيل الطارد:

ينسف هذا النوع المفاهيم التبنيية للعنوان، ويختط بدلاً منها مفهاده بناء العنوان على قاعدة بلا مركز جاذب)، ويقصد من الناصص إلى بناء إستراتيجية مخالفة للسائد، تقوم على بالمفاهيم القرائية التقليدية للنarrative القراءة مفتوحة تقوم على التفكك تؤمن بالمركزة النصية. وهذا أن العنوانات الطاردة تشغله بطريقة بيانية واحدة ولكنها هي طاردة وحسب، ففي عنوان «مرأة سوداء» رغم مجازية هذه إلا أن التشكيل العناني طقتربنا من خطير تفسير غامضات تفاصيل الصورة، وأ

منه المناديل كي تخفي له صحفه  
أنا الذي أحرمت أيامه أبدا  
وجاء للحج لكن لم يجد عرفة

التشكيل التأويلي:



كمال عبد الرحمن

النص، خاصة وأن العناوين الشعرية الحديثة تؤشر بجلاء قيام مسافة مائزة بين العنوان ودلالة النص، عند ذلك نجد القراءة تتجاوز البعد الدلالي الأول للعنوان إلى أبعاد أعمق بغية التأويل، ومن أمثلة العنوان التأويلي في ديوان محمد عبد الله البريكي، *نجد عنوان قصيدة* «فهذا العنوان قرية أغرتتها المراكب»، ينبع ذلك من الغزو الفكري، يؤول على أنه نوع من الغزو الفكري، ويمكن تأويله بمثابة استعمرها اليأس، والعنوان قابل لتأويلات أخرى، وكذلك عنوان قصيدة «طينة علقت في السطور» وهذا العنوان يتحمل تأويلات عدّة، هي طينة تأتي من مهابط الحلم ل المؤسس معاقل القصيدة، وممكّن أن يكون الطين ذاكرتنا الأولى التي تمنح الكلمات ألقها الخفي رغم اشعاعه، وفي عنوان قصيدة «أسرة لاتنام» على الرغم من أن هذا التشكيل العناني يشتغل على «المجاز» إلا أنه يمكن تأويل الأسرة التي لاتنام إلى أكثر من دلالة، فلاشك أن السرير الهدئ لايمكن أن يضطجع عليه انسان غاضب وعنيف، والعكس صحيح، فهو دلالة على عدم استقرار الانسان المعاصر، وهذا أحد تأويلات العنوان، ونقرأ من قصيدة «أسرة لاتنام»:  
يقولون:  
إن الأسرة مخلقة للمناه

ونقول إن العنوان (التأويلي) هو آلية تعديل التكهنات، له القدرة على تشكيل



**تجربتي مع التوقف عن تناول الكربوهيدرات وخسارة الوزن**

والمعان ومشكلات هضمية. لا سيما للأشخاص الذين يقطعون الكربوهيدرات بكافة أشكالها حتى الصحة منها مثل البطاطس.

زيادة الدهون الحيوانية  
من يتبعون هذا النظام، يميلون عادة لتناول المزيد من الدهون والبروتين من مصادر حيوانية، وهو ما قد يرفع خطر أمراض القلب أو بعض السرطانات.  
وهنا يجب التفرقة بين نظام منخفض الكربوهيدرات ذيكي يعتمد على دهون غير مشبعة وخضار وألياف، وبين آخر عشوائي يغرس في لحوم مصنعة ودهون مشبعة.

لا يناسب حالات مرضية معينة  
النظام الكيتوني ليس للجميع، هذا ما اتفق عليه  
الخبراء، لأنه لا يناسب مثلاً مرضى السكري من  
النوع الثاني الذين يتناولون أدوية خافضة للسكر،  
لأنه قد يعرضهم لهبوط في السكر إذا لم تُعدل  
الجرعات مع خفض الكربوهيدرات.  
في نهاية القول تنصح إيمان وفقاراً لتجربتها بخفض  
الكربوهيدرات وتقول: "هو بالفعل نظام مفيد  
لتحسين الوزن، وأيضاً الهضم والبشرة، بشرط أن  
يكون مبنياً على جودة الطعام لا على الحرمان، وأن  
يراعي الألياف والمغذيات، وأن يتم بتدرج". وتؤكد  
"القطع التام أو الكيتو الصارم قرار يحتاج مراجعة  
اختصاصي، خصوصاً ملئ لديهم سكري، أو تاريخ  
دهون، وأثنة، أو حالات صحة خاصة".

تحسين مؤشرات سكر الدم  
الرجيم منخفض الكربوهيدرات يعتمد على مصادر صحية للطاقة، ما يساهم في تحسين مؤشرات سكر الدم وخفض الكوليستيرونول، ما قد تساعد في خفض خطر السكري من النوع الثاني، وأمراض القلب.

تقليل الشهية  
تقليل النشويات البسيطة وزيادة البروتين مع نسب معتدلة من الدهون يزيد الشعور بالشبع لساعات طول مقارنة بالأنظمة الأخرى، من ثم يتخلص الشخص من نوبات الجوع.  
قرئي أيضاً أفضل الأنظمة الغذائية لخسارة الوزن بشكل صحي  
المخاطر المحتملة لنظام غذائي من دون الكربوهيدرات  
قول السيدة الثلاثينية إن النظام منخفض الكربوهيدرات رغم مزاياه إلا أنه تسبب لها ببعض المخاطر، منها "كنت أشعر في أوقات باضطرابات في الهضم حال تناولت قطعة صغيرة من الخبز مقلناً، كما كنت أشتاق لبعض الأكلات المحببة مثل المعكرونة".  
بحسب الخبراء هناك مجموعة من المخاطر المرتبطة بهذا النظام الغذائي مثل:  
مخاطر غذائية وهضمية  
يجذر الخبراء من أن قطع الكربوهيدرات على المدى الطويل قد يؤدي إلى نقص بعض الفيتامينات



للطاقة القادمة من الجلوكوز، حسب ما ورد في Mayo Clinic.

أعراض التوقف عن الكربوهيدرات  
أقصاء الكربوهيدرات أو تخفيضها يصحبه بعض  
العلامات، حسب تجربة إيمان فنتقول "في البداية  
الأمر لم يكن سهلاً، بل صاحبه مجموعة من  
الأعراض، بدأت بالصداع، والدوخة، وتقليب المزاج،  
ولكن في المقابل شعرت منذ البداية بخفة. كما أن  
الانفاس وألم المعدة التي كانت تلازمني اختفت".  
وفقاً للخبراء، فإن التوقف المفاجئ للكربوهيدرات،  
أو خفضها بشكل حاد، يرتبط بالآعراض التالية:  
الامساك نتيجة انخفاض الألياف والسوائل ونمط

أحد أبرز طرق إنقاص الوزن في العصر الحديث يتلخص في التوقف عن تناول الكربوهيدرات، أو على الأقل اتباع رجيم منخفض الكربوهيدرات.

وتقوم الفكرة على أن الكربوهيدرات قد تكون المتهم الأولى في زيادة الوزن.

لكن للحديث عن مدى جدوى الرجيم منخفض الكربوهيدرات، التقينا بـ"إيمان"، 39 سنة، لتشاركنا تجربتها وكيف كان للتوقف عن تناول الكربوهيدرات، أو خفضها، أثر على وزنها وصحتها العامة.

في البداية تقول إيمان: "كنت أعاني لسنوات من زيادة في الوزن، ليست كبيرة لكنها تؤرقني، وأغلب طرق إنقاص الوزن تأتي بنتائج في البداية، ثم أفالجاً بأن جسمي يتوقف عن النزول، لا بل ويسترد الكيلوغرامات التي فقدها في وقت أسرع". وتضيف "حتى نصحتني صديقة بخفض الكربوهيدرات فقط، لا سيما المضرة من الطحين الأبيض مثل الخبز والمكرونة، وبالفعل بدأت الرحلة".

علماً أن الكربوهيدرات هي المصدر الأسرع للجلوكوز، وعندما يحدث انخفاض مفاجئ وكبير في تناولها، يبحث الجسم عن بدائل للطاقة. وفي حالة التوقف النهائي عن تناولها فإن الجسم يبدأ في تكسير الدهون لانتاج الكيتونات واستخدامها كمصدر دليل

**طرق ذكية.. إليك: كيف تتعاملين مع المشكلات السلوكية لدى طفلك؟**

- محاولات السيطرة على الآخرين.
- تجنب المقارنات الهدامة: المقارنة السلبية بين الأطفال تؤدي إلى شعور الطفل بالنقص والدونية؛ ما قد يدفعه للتنمر على غيره وترويجه هذا الشعور.
- التعزيز الإيجابي: بدلًا من التقليل من شأنه؛ اعتمدي المقارنة الإيجابية التي تحفظ على التفوق وتبرز نقاط قوته الخاصة دون المساس بكرامته أو مشاعره.



ووضعي لطفلك التصرف الخاطئ مع تقديم «البديل الصالح» وتدريبه على قول الحقيقة دون خوف.

تعزز الثقة بالنفس: كلما زادت ثقة الطفل بنفسه وبأمانه الآسرة؛ تلاشت حاجته للذكى للتجميل صورته أو لحماية نفسة.

القدوة هي الأساس: يراقب الأطفال والديهم بدقة؛ لذا من الأفضل ألا تمارси الكذب أو تزييف الحقائق أمامهم حتى في أبسط الأمور.

لأن الطفل يكتسب الصدق من خلال ملاحظة سلوكك الواقعى.

تجنب العقاب القاسى: العقاب الشديد يدفع الطفل لإبتكار أكثر تعقيداً للنجاة؛ لذا استبدلي القسوة بالحوار الذى يشجع الصراحة والأمان.

التنمر أخطر المشكلات

يعد التنمر من أخطر المشكلات السلوكية التي تتطلب حزم العقوبات و عدم تساهل؛ فإذا لوحظ قيام الطفل بالإساءة لشريكه أو إهانته يجب التدخل المباشر لتقويم هذا التصرف. تبدأ الحماية من بغرس قيم الاعتزاز ممن الصغر، وتوضيح الآثار النفسية لهذا السلوك في الآخرين.

ولضمان بيئة أسرية تمنع نشوء السلوك المتنمر؛ يُنصح بالبناء جسراً على الثقة: احرصى على تكوين علاقة صادقة قوية بينك وبين طفلك وفتح باب الحوار الدائم؛ ليكون الأطفال هم الملجأ الأول عند مواجهة أي ضغوط أو مشاعر سلبية.

استثمار الطاقات: توجيهه وقت فراغ الطفل نحو أنشطة مهنية ذات خاصية عاليه؛ من ثقته بنفسه ومهمه في طاقاته بعد.

بأسلوب غير لائق. ولواجهة هذا السلوك بفعالية، ينصح باتباع الآتي:

التوجيه الهادئ: عزل الطفل جانب سور وقوع الخطأ وتوضيح الفرق بين التعبير عن المشاعر وقلة الاحترام.

القدوة الحسنة: التزام الآباء بالهدوء التام في أثناء توجيه الطفل؛ فالهدوء هو المعلم الأول له الضبط افعالاته.

تجنب العنف: رفض العقاب الجسدي تماماً بوصفه وسيلة للتأديب، واستبدالها بعقوبة تربوية واقعية به.

العقاب الذكية: استخدام أسلوب الحرمان المؤقت من الامتيازات (مثل العاب الفيديو أو الهواتف) بوصفه عقوبة قصيرة المدى تناسب مع حجم المشكلة.

التعريف إلى المزيد حول ٥ نصائح ذهنية لغض الشجار بين أطفالك بسرعة.

التصرف بعادانية

يعدّ السلوك العدوانى، مثل اللكم أو الدفع أو إيذاء الآقران، من التحديات السلوكية التي تتطلب تدخل فوري وحاسم؛ فالتهاون في هذه المواقف قد يرسخ لدى الطفل قناعة خاصة بأن إيذاء الآخرين وسيلة مقبولة للتغيير أو الحصول على المراد. وغالباً ما تتبلور هذه العداونية بوضوح مع سن الثامنة: ما يوجب وضع خطة حازمة للسيطرة عليها.

والعلاج لهذا السلوك وتوجيه طاقة الطفل بشكل إيجابي؛ ينصح الآتي:

**المتابعة - الحقيقة**

تُعدّ المشكلات السلوكية التي تظهر المبكرة جزءاً طبيعياً من رحلة نمو الطفل، حتى يمكن للأبوين التعلم من خلال تبني أساليب التربية والسلوك البسيطة، فقد يساعد في مساعدته على تجاوز هذه المراحل بدبلوماسية وأكثر نضجاً إليه، وفقاً لطريق المتابعة مع المشكلات السلوكية وعدم الاحترام.

يُعدّ عدم الاحترام من المشكلات السلوكية، سواء تمثل ذلك في التحدث بالاحتياجات، أو التطاول في الحديث، عدم التسامح مع هذه التصرفات، في الغضب، وبصفة شديدة.

	ترتاح أعضاك المشدودة من التوتر بعد أن تتوصل والمسؤولين إلى حل يرضيك بشأن وضعك في الشركة ومستقبلك فيها بعد اليوم.	<b>الحمل</b>	21 مارس 20 إبريل
	أنت معرضاليوم لكثير من الضغوط. عليك أن تكون أكثر هدوءا حتى تتأقلم بنفسك عن أي شيء يمكن أن يهدد صحتك.	<b>الثور</b>	21 إبريل 20 مايو
	في العمل عليك أن تكون أكثر وضوحا والتزاماً بالمهنية، حتى لا تخسر ثقة المسؤولين ولا العمالاء الذين ينتظرون خدمة في المستوى.	<b>الجوزاء</b>	21 مايو 21 يونيو
	لا تحمل نفسك أكثر من طاقتها وخذ دوماً بعين الاعتبار المطلوب منك وما تستطيع فعله، حتى لا تكون الشخصية في النهاية.	<b>السرطان</b>	22 يونيو 22 يوليو
	في بعض الأحيان ينفجر الواحد من كثرة الضغط، لكن يجب لا يتجاوز حدود اللياقة والأدب في التعامل مع الآخرين مهما كان الأمر.	<b>الأسد</b>	23 يوليو 22 أغسطس
	تعيش هذه الأيام وضعاً استثنائياً، بسبب قرار تغيير السكن واهتمامك بتأنيف الشقة وتحبيرها استعداداً لعودتها العائلة من السفر.	<b>العذراء</b>	11 أغسطس 22 سبتمبر
	يجب لا تكون حاقداً أبداً على الآخر مهما بلغت مساواهً ومهما حاول النيل منك، لأن الأخلاق تنتصر دوماً في النهاية.	<b>الميزان</b>	23 سبتمبر 23 أكتوبر
	فرصة عمل جديدة في الأفق، ادرسها جيداً وحاول التفاوض بشكل حذر على المزايا والراتب حتى لا تصدم في النهاية وتخسر وظيفتك.	<b>العقرب</b>	24 أكتوبر 21 نوفمبر
	اهتم بشؤونك ولا تكرر بما يردد البعض عنك، فكلما تعاليت ارتفع قدرك وكانت أكثر احتراماً من قبل المحبيين بك.	<b>القوس</b>	22 نوفمبر 20 ديسمبر
	انتبه إلى كل كلمة تتلفظ بها لأنها قد تنسىء إلى غيرك، في وقت ليس مطلوباً فيه منك أن تخطئ في حق أحد حتى تتمكن من تحقيق أهدافك.	<b>الجدي</b>	21 ديسمبر 19 يناير
	تضياع شعيبتك في العمل بشكل لافت للانتباه، ويسأل عنك المسؤولون للتعرف عليك وشكوك على المجهودات التي تبذلها في الشركة.	<b>الدلو</b>	20 يناير 18 فبراير
	يخطئ المرء في بعض الأحيان وهذه ليست نهاية العالم، ولكن المطلوب هو الاعتزاز وعدم تكرار الخطأ. تعلم من أخطائك فهي خير معلم.	<b>الحوت</b>	19 فبراير 20 مارس

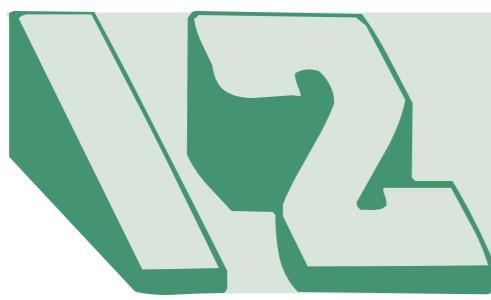
عادي			الأمس		
6	2	1	8	9	7
4	9	5	3	1	6
8	7	3	2	4	5
1	3	6	9	2	4
9	4	7	5	3	8
2	5	8	7	6	1
3	1	9	4	5	2
5	8	4	6	7	9
7	6	2	1	8	3
متقدم			5	4	9
8	5	9	4	1	7
4	3	2	9	6	8
1	6	7	5	2	3
6	4	5	8	7	1
9	2	8	6	3	4
3	7	1	2	9	5
5	9	3	1	4	6
2	1	6	7	8	9
7	8	4	3	5	2

		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		

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					
	1			8	5			4

الكلمات المقاطعة

- | 12                           | 11                            | 10                               | 9                               | 8                       | 7                       | 6                             | 5                        | 4               | 3                               | 2                       | 1                       | فقيها  |
|------------------------------|-------------------------------|----------------------------------|---------------------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------------|--------------------------|-----------------|---------------------------------|-------------------------|-------------------------|--|
|                              |                               |                                  |                                 |                         |                         |                               |                          |                 |                                 |                         |                         | 1 - أغنية للموسيقار محمد عبد الوهاب.         |
|                              |                               |                                  |                                 |                         |                         |                               |                          |                 |                                 |                         |                         | 2 - ملمس - أقفالة - ملابس.                   |
|                              |                               |                                  |                                 |                         |                         |                               |                          |                 |                                 |                         |                         | 3 - بقدر ثالثاً - إلهام - اسم الوصول.        |
|                              |                               |                                  |                                 |                         |                         |                               |                          |                 |                                 |                         |                         | 4 - نسقية - عملة عربية.                      |
|                              |                               |                                  |                                 |                         |                         |                               |                          |                 |                                 |                         |                         | 5 - تغني - ضوء.                              |
|                              |                               |                                  |                                 |                         |                         |                               |                          |                 |                                 |                         |                         | 6 - طرُق - حرف نداء.                         |
|                              |                               |                                  |                                 |                         |                         |                               |                          |                 |                                 |                         |                         | 7 - أغنية للموسيقار ملحم بركات - لعل الرصاص. |
|                              |                               |                                  |                                 |                         |                         |                               |                          |                 |                                 |                         |                         | 8 - والد والدنا - مُجاور.                    |
|                              |                               |                                  |                                 |                         |                         |                               |                          |                 |                                 |                         |                         | 9 - حرف نصب - فضاء.                          |
|                              |                               |                                  |                                 |                         |                         |                               |                          |                 |                                 |                         |                         | 10 - أحد فصول السنة - نزرة (بالأجنبية).      |
|                              |                               |                                  |                                 |                         |                         |                               |                          |                 |                                 |                         |                         | 11 - جف - ينسقان.                            |
|                              |                               |                                  |                                 |                         |                         |                               |                          |                 |                                 |                         |                         | 12 - عكس حلو - سلا - لتمني.                  |
|                              |                               |                                  |                                 |                         |                         |                               |                          |                 |                                 |                         |                         | عموديا                                       |
| 10 - مُزخرفة (معكوسة) - إله. | 11 - والدة - حرف ندية - حُسن. | 12 - يبدأ - أصحاب - عاصفة بحرية. | 7 - دهشة - منزلي - عملة أجنبية. | 8 - إزاء - أثني الحسان. | 9 - عكس قليل - شقيقاتي. | 4 - أغنية للمطرب وديع الصافي. | 5 - شارك - مدينة فرنسية. | 6 - أحصى - درج. | 7 - دهشة - منزلي - عملة أجنبية. | 8 - إزاء - أثني الحسان. | 9 - عكس قليل - شقيقاتي. | 1 - تدرّب - مُظالم - مادة ناتلة.             |
|                              |                               |                                  |                                 |                         |                         |                               |                          |                 |                                 |                         |                         | 2 - مشت - أستطيع (معكوسة).                   |
|                              |                               |                                  |                                 |                         |                         |                               |                          |                 |                                 |                         |                         | 3 - أرض غير مزروعة - فقد عقلة - خاصتي.       |



alhakika.anews@gmail.com  
alhakika.advertising@gmail.com

الاحد  
2026 | العدد(3058) | 02 | 01

مدير التحرير  
عدنان الفضلي  
سكرتير التحرير التنفيذي  
علا الماجد

07902589098  
07905803252



## اتحاد أدباء العراق يحتفي بجائزة الإبداع العراقي 2025



واختتمت الجلسة بكلمة للأمين العام لاتحاد الأدباء والكتاب في العراق، الشاعر عمر السrai، الذي أكد أن الجائزة باتت تحظى بحضور فاعل ومكانة مهمة في الأوساط الثقافية العراقية، لما تعلقها من منحة تقديرية لدعم المبدعين والارتقاء بالمشهد الأدبي. وأشار إلى أن اتحاد الأدباء سيظل الحاضنة الطبيعية للإبداع، معبراً عن فخره واعتزازه بالمنجز الأدبي العراقي ومبدعيه في مختلف الحقول.

جدير بالذكر أن الفائزين خصصوا لهم نجوم، وباسم فرات الحسيني، سهيل نجم، وباسم فرات الحسيني، كبيراً للوصول إلى النتائج النهائية وإعلان الفائزين بكل شفافية ومهنية.

أن فكرة روایته الفائزة، التي استهدفت الفتيان، بدأت من أسلطة طرحها عليه ابنه، وتدور أحدها حول محور العنوان منذ بداية الرواية حتى نهايتها، مؤكداً أن الاحتفاء أضفى شرعية على جمال الجائزة كلها. وبين عضو اللجنة العليا للجائزة، باسم محمد جسام، أن الجائزة شهدت مشاركة أكثر من خمسين أديباً شاباً في مختلف صنوف الأدب، مؤكداً أن الجائزة تهتم بالشأن الثقافي حرصاً على مجتمعات الشرق والغرب وفقاً لبيئة الثقافية والاجتماعية والإducative، وأن عملية التحكيم مرت بمراحل دقيقة واستغرقت جهداً كبيراً للوصول إلى النتائج النهائية وإعلان الفائزين بكل صدق وشفافية ومهنية.

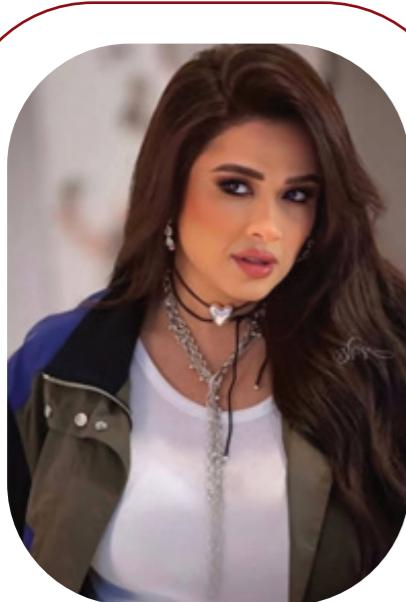
لخلق مثل هذه الجوائز، لأن المثقف العراقي يستحق الاحتفاء، وأكد الشاعر ريسان الخزاعي، الفائز بالمركز الأول في حفل الشعر، أن هذا الاحتفاء يُعد أمتداداً لفوزه بالجائزة، وأن البهجة الأكبر تكمن في أن جميع الفائزين أعضاء في اتحاد أدباء العراق، قبل أن يقرأً عدداً من قصائد مجموعته الفائزة.

ودعا الروائي حسن كريم عاتي، الفائز بالمركز الأول في حفل الرواية، إلى إنشاء مجلس أعلى للثقافة يضم وزارة الثقافة، ويهد إلى إطلاق بضيوف من الأهل والوعي الروائي على المحور خاص بالآباء الشباب للكسب أصوات جديدة في الشعر والرواية والقصة والقصيدة، وأوضحت أن كتابها الفائز تناول السعى إلى المكانة الاجتماعية منذ نشأة المجتمعات وحتى الوقت الحاضر، مبيناً أن مفهوم المكانة يشير إلى التميز الذي يتحقق الفرد في حياته، ويختلف في معايره وتجلياته بين مجتمعات الشرق والغرب وفقاً للبيئة الثقافية والاجتماعية والقيم السائدة.

ولفت الشاعر د. إسماعيل الحسيني، الفائز بالمركز الأول في حفل الترجمة منتصفه من ترجمة سهيل نجم، فقد أكد عبد الرحمن العتيقي، رئيس اتحاد أدباء وكتاب العراق، أن الجائزة تهدف إلى الاحتفاء بياقة متميزة من المبدعين الذين حققوا فوزاً مهماً بالجائزة، مشيراً إلى أن شخصية العام الثقافي، الناقد الكبير فاضل ثامر، تمثل نموذجاً للإبداع والتنوع الفكري والثقافي.

أما الناقد فاضل ثامر، فقد أشار في بداية حديثه إلى أن مشروعه يهدف إلى إطلاق بضيوف من الأهل والوعي داخل الفضاء الثقافي وبالاتساع التأثير في الفضاءات السياسية والاجتماعية، مبيناً أن الثقافة العراقية بأمس الحاجة

تعزيز وتصوير - غسان عادل  
احتفل الاتحاد العام للأدباء والكتاب في العراق، يوم الأربعاء 28 كانون الثاني 2026، بالفائزين الأوائل بجائزة الإبداع العراقي للعام 2025، في جلسة عامة حضرها عدد من الأدباء والنقاد والمثقفين، وضمن حواراً حول الجائزة وتجارب الفائزين في الحقول الأدبية المختلفة. وقال مدير الجلسة، الشاعر



ياسمين عبد العزيز  
تستعد لمسلسل

رمضاني جديد  
الحقيقة - وكالت

صدر العدد الجديد من جريدة المواضيع الفنية والثقافية . اهلا ، وهي جريدة شهرية والتحقيقـات الصحفـية . عـامـة تـصـدر عن بـابـيلـونـ للـإـعلامـ والـثـقـافـةـ وـالـنـشـرـ فيـ الـجـمـهـوريـةـ التـشـيـكـيـةـ بـرـاغـ . وـكـانـ العـدـدـ 4~6ـ لـلـسـنـةـ السـادـسـةـ وـالـثـلـاثـيـنـ يـحـلـ بـيـنـ طـيـاتـهـ عـدـدـاـ مـنـ جـريـدةـ الحـقـيقـةـ



هيفاء وهبي  
تقييم دعوى قضائية ضد طبيب  
مصري  
الحقيقة - وكالت

للمرة الثانية تاجـأ الفنانـةـ هيـفـاءـ وهـبـيـ إـلـىـ الـقـانـونـ فـيـ مـصـرـ وـتـقـيمـ دـعـوىـ قضـائـيـةـ أـمـامـ مـحـكـمـةـ القـاهـرـةـ الـاقـتصـاديـةـ،ـ وذلكـ ضـطـبـ مـصـريـ،ـ متـهمـ أـيـادـيـ بـاستـقلـالـ صـورـهـاـ وـأـدـانـهـاـ الفـنـيـ منـ دونـ إـذـنـ قـانـونيـ،ـ وـمـطـالـبـ بـتـعـويـضـ مـالـ قـدرـهـ خـسـسـ مـلـيـانـ جـنـيـ،ـ فـيـ وـاقـعـةـ وـصـفـتهاـ هـيـةـ الدـافـعـ بـأـنـهـاـ تـمـلـأـهـاـ مـرـيـحـاـ لـقـانـونـ حـمـاـيـةـ حقوقـ المـلـيـةـ الـفـكـرـيـ،ـ وـكـشـفـ السـتـشـارـ شـفـيـقـ حـاظـيـ،ـ حـامـيـ هيـفـاءـ وهـبـيـ،ـ آنـ موـكـلـهـ تـوجـهـ فـيـ نـيـسـانـ (ـابـرـيلـ 2023ـ)ـ إـلـىـ أحدـ المـراكـزـ الطـبـيـةـ التـابـعـةـ لـأـدـلـةـ الـأـبـلـيـاءـ،ـ مـنـ أـجـلـ الـحـصـولـ عـلـىـ اـسـتـشـارـةـ طـبـيـةـ قـقـطـ،ـ بـدـونـ أيـ اـنـفـاقـ إـلـعـانـيـ أوـ تـجـارـيـ،ـ وأـوـضـحـ الـحـامـيـ أنـ الـمـرـكـزـ الـطـبـيـ يـخـلـ خـالـ الـرـيـارـةـ مـقـطـعـيـنـ مـصـوـرـيـنـ لـهـيـفـاءـ وهـبـيـ،ـ بـهـدـيـ دـعـمـ الـمـرـكـزـ الـطـبـيـ لـمـرـةـ وـاحـدـةـ فـقـطـ،ـ وـمـنـ دـوـنـ توـقـيـعـ إـيـ عـقـورـ أوـ اـنـفـاقـاتـ تـسـمـحـ بـإـعـادـةـ اـسـتـخـادـ أـنـ تـنـتـرـ هـذـهـ الـمـوـادـ الـمـصـوـرـةـ مـسـتـقـلاـ،ـ وـأـشـارـ دـافـعـ الـفـنـانـةـ إـلـىـ أـنـ الـحـلـبـيـ أـعـادـ لـاقـنـاـهـاـ نـشـرـ الـفـيـرـيوـهـيـنـ عـرـبـ عـدـدـ مـنـ مـصـنـعـاتـ الـتـوـاـصـلـ الـإـجـتـمـاعـيـ،ـ مـنـ بـيـنـهـاـ "ـفـيـسـبـوكـ"ـ وـ"ـإـنـسـتـغـرـامـ"ـ وـ"ـتـيكـ تـوكـ"ـ،ـ مـنـ دـوـنـ الـرجـوعـ إـلـىـ هـيـفـاءـ وهـبـيـ،ـ وـهـيـ أـوـ حـصـولـ عـلـىـ مـوـاقـفـهاـ الـصـرـيـحـةـ،ـ وـهـوـ مـاـ اـعـتـدـتـهـ مـخـالـفـةـ قـانـونـيـةـ وـاضـحـةـ.



### إيرادات فيلم "الست"

## لمن ذكي تتسبّب في سحبه من دور العرض

الإعلان عن الفيلم، حيث قوبلت بهجوم حاد من عدد من الصحفات على مواقعها الفنانة منى ذكي مع فيليها الأخير "الست". وذلك بعدهما فوجئ صناعه بتدني تحسينه من لشخصية "كوكب أرقام الإبرادات في الأيام الأخيرة، مما وضعه ضمن خريطة الأفلام المقرر في "إنستغرام"، عدداً من صور العرض الخاص الثاني لفيلمها الجديد "الست"، عبره في دور السينما سوى ستة أيام فقط، غير متوقعة، وكان الفيلم قد تذليل شباك تذاكر السينما المصرية، الأسوق الماضي، حيث حقق في آخر لفيلم "الست" في مصر.. لقد ألبى جمهه فقط، مقابل بيع 99 غرفني كل حب و الدعم من كل من شاهده الفيلم.. شكرًا جزيلاً لكم جميعاً على دعمكم."

## أمسية شعرية عربية بعنوان (ليلة عبد العزيز المقالح) في بيت الشعر العربي بالقاهرة

الشعر ما زال حياً في الذاكرة العربية، وأن اسم عبد العزيز المقالح شكل عالمية فارقة في الشعر العربي الحديث، وأن ارثه الإبداعي ما زال حاضراً وفاعلاً في الوجود الثقافي العربي.

من جانبه، عبر الشاعر العراقي حسين السياي من سعادته الكثيرة بهذه الأمسيّة الاستثنائية، مؤكداً أنها شكلت لحظة وفاء حقيقة للشاعر الراحل. وأضاف أن الحضور الكبير والتفاعل اللافت من الجمهور يعكسان مكانة المقالح في الذكرة العربية، ويفيدان أن الشعر ما زال قادرًا على جمع القلوب حوله، مشيداً بدور بيت الشعر العربي في احتضان التجارب الشعرية العربية وخلق فضاء إنساني وجمالي.

عبدالعاطي حجازي في بيت الشعر العربي بالقاهرة، احتفاء بالأدب والشاعر البيهقي الكبير عبد العزيز المقالح، في أمسية شعرية جمعها جمهوراً غيراً من محبي الشعر والأدب. شهدت الفعالية مشاركة نخبة من أبرز الشعراء العرب، الذين قدموا قراءات شعرية متنوعة ومؤثرة، عكست تجارب شعرية من عدة بلدان عربية، في ليلة اتسمت بالعمق والاحتفاء بالكلمة الحرة. وفي كلمته، أكد الشاعر سامي محبوب، مدير بيت الشعر العربي، أن هذه الأمسيّة تأتي ضمن تقاليد البيت في تكريم



الحقيقة - خاص

