



## شكرا جيشنا الأبيض



الصحفي هو ممثل الشعب الحقيقي وصوته صوت الشعب وقلمه سلاحه الذي يذود به عن حرته

## رئيس تجمع الصحفيين و الاعلاميين يدعو الحكومة الى صرف منحة فورية للصحف المستقلة

الاسدي :-الحظر الصحي تسبب في معاناة حقيقية لاغلب الصحفيين و امرهم بات صعبا

صوت الشعب و ان قلمه هو سلاحه الذي يذود به عن حرته وان الصحافة المستقلة هي اهم ركن من اركان الديمقراطية ومن اجل ان يبقى العراق بلدا ديمقراطيا فان دعم الصحافة المستقلة سيكون من ضروريات الحفاظ على تقدم البلاد و ازدهارها وتمكنها من تحقيق اهداف الشعب الكبرى

عدد هذه الصحف الذي لا يتجاوز عدد الاصابع مؤكدا في الوقت ذاته على اهمية استمرار الصحف المستقلة في الصدور في هذه الظروف الصعبة التي يواجه فيها العراقيون تحديات صحية و اقتصادية وسياسية خطيرة وقال ان الصحفي هو النائب الحقيقي عن الشعب و ان صوته هو

الصحف المستقلة و ان تقوم بما عليها من واجب كفاءة العيش الكريم للجميع وذلك بتكثيف الصحف ماديا عبر الوسائل المتاحة امامها وفي مقدمتها صرف منح فورية لكل الصحف المستقلة لغرض صرف مستحقات العاملين فيها و اوضح قائلا ان امرا كهذا ليس بالصعب اذا ما اتخذنا بنظر الاعتبار

وحملهم مالا طاقة لهم على حمله من اعباء ثقيلة للغاية و اضاف الاسدي الذي كان يعلق على ما تواجهه الصحف المستقلة من متاعب مالية كبيرة اضعفت قدرتها على دفع مستحقات العاملين فيها قائلا لقد كان واجبا على الحكومة ان تنتبه لهذه المأساة التي يعيشها اغلب الصحفيين في

بغداد - سلافة عبد الحسين قال الزميل رئيس تجمع الصحفيين و الاعلاميين الاستاذ عبد الرسول زيارة الاسدي ان الحظر الصحي الذي تسبب بمعاناة اقتصادية كبيرة في اوساط مختلفة من المجتمع العراقي قد الحق الضرر الفادح بالصحفيين العاملين في الصحف المستقلة



## الرافدين يصدر توضيحا بشأن صرف رواتب شهر نيسان



اعلن مصرف الرافدين ان صرف رواتب موظفي دوائر الدولة لشهر نيسان والموظنة رواتبهم لدى المصرف يتم عبر بطاقة الماستر كارد. وقال المكتب الاعلامي للمصرف في بيان ان هناك عددا من الدوائر لديها بطاقة الماستر كارد وتقوم بصرف رواتبها يدويا وهذا مخالف للشروط والتعليمات. ودعا المصرف تلك الدوائر الى استلام رواتبها الكترونيا وعن طريق الماستر كارد.

## شاب عراقي من البصرة اخترع قناع للكشف عن درجات الحرارة عن بعد



(حسن) شاب عراقي من البصرة لم يكمل دراسته... قام باختراع قناع حراري يمكن من خلاله كشف درجة حرارة أي شخص من مسافة بعيدة، و يحتوي القناع على الأشعة الحمراء والأشعة الحمراء فوق البنفسجية... ولديه إختراعات أخرى ..

## مدير عام الاستكشافات النفطية : مستمرون في مواجهة كورونا ونسعى لتطهير مختلف مناطق بغداد

التلاحم والالتفاف بين مختلف الشرائح والقطاعات في العراق مما يحتم علينا المساهمة بشكل فاعل بكل ما من شأنه مواجهة انتشار هذا الوباء . وأكد نوري .... استعداد واستنفار ملاكات الشركة على تقديم أقصى طاقتها في مواجهة الوضع الراهن والمساهمة الجدية في تقديم مستلزمات وأدوات التعقيم والتطهير لمختلف مناطق بغداد . من جانبهم قدم وجهاء وأهالي المناطق

ودور الأراضي السكنية الموزعة من قبل شركة الاستكشافات النفطية و الجدران الخارجية لشعبية المخازن المركزية والقسم الهندسي. وقال مدير عام الشركة نوري ان هذه الحملة تهدف أولا وأخيرا للمساهمة في الحد من انتشار فيروس كورونا المستجد ، وحرصا منا على سلامة وصحة المواطن العراقي . وأشار الى أن على الجميع تحمل المسؤولية المجتمعية وضرورة

تنفيذا لتوجيه الإدارة العليا في شركة الاستكشافات النفطية متمثلة بالاستاذ نشوان محمد نوري لغرض المساهمة بدعم خلية الأزمة لمكافحة انتشار فايروس كورونا واحتواءه . نفذت كوارث قسم الصحة والسلامة والبيئة عمليات تعقيم وتطهير عدة مناطق في العاصمة بغداد للمرة الثانية شملت منطقة الكرغولية الاولى والثانية الواقعة بالقرب من جسر دبالو والشارع الرئيسي للقرية النفطية

## شركة ابن ماجد العامة تعلن عن قرب اكمال مشروع الفتحة الملاحية لجسر الشهيد كنعان في محافظة البصرة

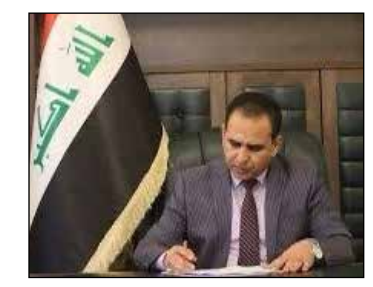


التي شملت عمليات التعقيم كلمات الشكر والثناء لإدارة الشركة ولكوادرها متمنين لهم دوام الصحة والمزيد من التقدم .

## محافظ بابل يصدر قراراً مهماً يخص عمال النظافة في المحافظة

العراق الاخبارية / حيدر حسن هاشم وجه محافظ بابل حسن مندوب وجه كذلك بصرف مخصصات خطورة لعمال التنظيفات، لجهودهم وتدابيرهم واجباتهم على أتم وجه. وقال مصدر إعلامي ان المحافظ بابل حسن مندوب وجه كذلك بصرف مخصصات خطورة لعمال التنظيفات، لجهودهم وتدابيرهم واجباتهم على أتم وجه. وقال مصدر إعلامي ان المحافظ بابل حسن مندوب وجه كذلك بصرف مخصصات خطورة لعمال التنظيفات، لجهودهم وتدابيرهم واجباتهم على أتم وجه.

وجه محافظ بابل حسن مندوب بتخصيص قطع أراضي الى عمال النظافة تقديرا



## الوكيل الاداري لوزارة الصحة يترأس فريق وزاري للأشراف على مختبرات الصحة في بغداد ويعلم اعتماد مختبر مدينة الإمامين الكاظمين (ع) الطبية



بأسرع وقت ممكن ومناقشة اهم المعوقات التي تواجه سير العمل وضرورة زيادة الأجهزة والمواد فضلا عن خطة الوزارة لتدريب العاملين في المختبرات لتعزيز قدراتهم ومهاراتهم لمواجهة فيروس كورونا المستجد .

انسحابية العمل واعتماد مختبرات أخرى لزيادة الطاقة الاستيعابية لفحص اخطر عدد ممكن من المواطنين سواء الحالات المشتبه بها والملاصين للمصابين بفيروس كورونا المستجد والاستقصاء الفعال و اظهار النتيجة

الكاظمين (ع) الطبية من قبل الوزارة جاء ذلك عقب زيارته والفريق الوزاري وبحضور مديرة مختبر الصحة العامة المركزي الدكتور غادة غالب حيث تم الاشراف على سير عمل مختبري صحة بغداد الرصافة والكرخ والإطلاع على

ومدير قسم المختبرات الدكتور دريد قاسم للإشراف المباشر على سير عمل مختبر الصحة العامة المركزي التابع للوزارة ومختبرات الصحة في بغداد الرصافة والكرخ وأعلن السيد الوكيل اعتماد مختبر مدينة الإمامين

العراق الاخبارية / ربا منعم كاظم ترأس السيد الوكيل الاداري الدكتور هاني العقابي فريقا وزاريا مؤلف من معاون مدير عام الصحة العامة في الوزارة الدكتور اسعد مهدي

## الكعبي : العراق سيرسل طائرات الى الصين لنقل ١٨ طنا من المساعدات الطبية

بين حكومتي بغداد الاتحادية والإقليم في مواجهة كورونا. وشدد وقد الخالية على ضرورة أن يكون التنسيق وتوحيد الجهود بين وزارة الصحة والاتحادية وفي كردستان في أعلى مستوياته للإسراع في تطبيق الأزمة وتخفيف الأعباء.

الصحة العراقية خاصة بالوقاية من فيروس كورونا. وترأس الكعبي اجتماعا مع خلية الأزمة بكردستان العراق ليبحث التطورات الصحية والمالية في الإقليم عموماً وأربيل خاصة في ظل الظروف الراهن، مشدداً على ضرورة تعزيز العمل المشترك

أن العراق سيرسل طائرات خاصة من الخطوط الجوية والجيش العراقي والقوة الجوية لجلب تلك المساعدات الى مطار بغداد. وأشار الى أن هناك تواصل مع عدد من العراقيين في الصين وهم من أبلغوا عن تجهيز أكثر من ١٨ طنا من المساعدات المختلفة لوزارة

أكد النائب الأول لرئيس مجلس النواب رئيس خلية الأزمة النيابية حسن الكعبي أن العراق سيرسل طائرات الى الصين لنقل ١٨ طناً من المساعدات الطبية. وكشف الكعبي عن اقرب وصول ١٨ طناً من المساعدات والتجهيزات الطبية الصينية إلى العراق. لافتا إلى



## في هذا العدد



قراءة في ديوان أصوات من الكوفة

حظر التجوال الى بداية شهر رمضان المبارك ، على ان تعقد اللجنة اجتماعا الاسبوع المقبل يسبق حلول شهر رمضان لدراسة الموضوع وتقرير التفاصيل الخاصة بهذا الشهر والاسترشاد بأراء لجنة الديواني ٥٥ وهيئة المستشارين .

وحذر الفلاح من التهاون والاسترخاء في مواجهة كورونا. موضحا أن هذا الوباء عابر للحدود والقارات ولا يمكن اغلاق الباب امام عبوره . وكانت اللجنة العليا للصحة والسلامة الوطنية قد قررت في وقت سابق، استمرار

المرحلة بدقة. وشدد على ضرورة ان تكون الخطوات محسوبة بدقة في ما يخص تخفيف الحظر . مؤكدا ان خلية الأزمة لا تريد ان تضع المكتسبات التي تم تحقيقها في مكافحة فيروس كورونا .

لافتا الى ان اللجنة الامر الديواني ٥٥ معنية بتقديم مقترحات بشأن التعامل مع فيروس كورونا. و اضاف الفلاح ان هناك اجتماعات لخلية الأزمة التي سترفع توصيات للجنة الوطنية العليا للصحة والسلامة وسيتم تقييم هذه

أكدت خلية الأزمة صدور إجراءات تنظيمية خاصة بمرضان خلال اليومين المقبلين. وقال عضو خلية الأزمة وكيل وزارة الصحة الدكتور جاسم الفلاحي إن هناك اجراءات خاصة بشهر رمضان ستخضعها خلية الأزمة خلال اجتماع في غضون اليومين المقبلين.

## خلية الأزمة : إجراءات خاصة بمرضان ستصدر في اليومين المقبلين







# الطب النبوي ومعالجته للأوبئة والأمراض

البصرة : عباس قاسم الميراني

كان للعرب كباقي من الأمم اهتمام كبير بالتطبيب وحفاظاً على صحتهم البدنية والنفسية، واستخدموا بعض الأدوية البسيطة في معالجتهم للأمراض، وأشهر العديد من الأطباء الذين كانت لهم معارف طبية وصحية متقدمة منهم الحارث بن كلدة وابنه النضر وضاد بن ثعلبة وغيرهم.



المصحف، وشدد في الحذر من نقل عدوى مرض الجدّام فأخبر الناس بعدم مخالطة من عرف أنه مصاب بهذا المرض فقال (ص): لا تدعوا النظر إلى المجذومين. وما قدم عليه وفدا من قبيلة ثقيف علم (ص) ان رجل مجذوم مع الوفاء، فأمر برجوع الرجل قبل دخوله المدينة المنورة لكي لا ينقل العدوى لأهل المدينة، وقال له: ارجع فقد بايعناك.

البهيم، وما من قوم اتخذوا كلب الا كلب ماشية، أو كلب صيد، أو كلب حرث إلا نقص من أجورهم كل يوم قبراطان. وأكد (ص) على الوقاية وتجنب نقل العدوى من الأمراض المعدية، فنجده (ص) يوصي الذي يصاب بمرض معدي ان لا يختلط بالناس تجنباً لنقل العدوى لغيره فيقول (ص): لا يورد الممرض على

على صحة الإنسان، فضلاً عن ذلك شدد (ص) على تنظيف ما لوثته الكلاب؛ لأنها تسبب للإنسان والحيوان مرض داء الكلب المعروف حالياً فقال (ص): إذا ولغ الكلب في اناء أحدكم، فليغسله سبع مرات، وأمر بقتل الكلاب وعدم تربيتها الا كلاب الصيد والماشية فقال (ص): لا يولد الكلاب أمة من الأمم لأمرت بقتلها فأقلنوا منها الأسود

وبيزوغ فجر الاسلام حدثت قفزة نوعية في مجال الطب والعلوم الأخرى، فقد حدثت التعاليم القرآنية على الاهتمام بصحة الفرد والمجتمع، وكانت السنة النبوية الشريفة أكملت هذه التعاليم وفسرتها، لبناء قواعد صحية تفيد المسلم، لذلك نجد ان النبي محمد (ص) نهى عن التداول بالمواد المحرمة مثل الخمر وسوموم الأفاعي، لما لها من اضرار

أما الإجراءات التي اتخذها (ص) ضد مرض الطاعون الذي كان ينتشر بشكل كبير في تلك الأزمان، فعلم النبي محمد (ص) على وضع

## الطريق إلى الحداثة بحاجة إلى ثورة ثقافية



الاعلامي عباس قاسم جبر

جمهورية الخوف - وما علينا إلا أن نبحث عن وسائل تحقق هذا الحلم الذي أصبح حقيقة. إن طموحات المجتمعات في تكوين الافذات القادريين على دفع عجلة التقدم فيها يجد جذوره العميقة فيما تقدمه هذه المجتمعات من عناية بالأجيال الجديدة التي تحمل إمكانيات الخصب والعطاء الكثيرة، وإن طموحات مجتمعنا بحاجة الى قفزة سريعة في معارج التحديث ومراقي العلم والتكنولوجيا يجد مظهره وتمكته في ان يبدأ من حيث ينبغي أن يبدأ وفي أن تعطي السنوات الأولى من العمر حق قدرها وأن تدرك أنها التربية الاساسية لتنمية طاقات الخلق والإبداع وتكوين الاتجاهات العلمية والتكنولوجية اللازمة لدخول العصر. والسؤال الذي يطرح نفسه .. كيف نصل إلى مصاف الدول المتطورة ونحن في سبات نائمون ؟ مرة تحت حكم دكتاتورية الحزب والفكر الواحد الذي قاده قائد العراق والأمة العربية ورئيسها الاوحد .. ومرة تحت

قيم دينية موروثية من هفوات تاريخ العرب والمسلمين في العصر الأموي والعباسي، وأخرى عادات وتقاليد وأفكار من عقننا الصحراوي الموهل بالقدم وعصره الجاهلي حيث العصبية القبلية والعادات الجاهلية المبنية على شعار ( انصر أخاك ظالماً أو مظلوماً ) كما يفهمها الجاهلون ممن يرتدون الزي العربي كما يسمونه . ولا شك إن الطريق إلى المعاصرة والحداثة باعتبارها ظاهرة تاريخية تتطلب الانتقال من التخلف الريفي وقيمه البالية الى التطور العلمي الحديث، لا سيما إن العراق معروف بتنوعه الديني والمذهبي والقومي والجغرافي، وهذا لن يتم بدون ثورة ثقافية متكاملة الوجود تحطم المجتمع القديم وتبني مجتمع جديد، تخلصنا من البيروقراطية المتأدية من رواسب وأفكار وثقافة المجتمع البائدة، وتظهر الجهاز الحكومي من الفاسدين سارقي قوة الشعب ومصاصي دمائه، تغير المناهج الدراسية والكتب والمطبوعات والإعلام المرئي والمسومع الذي أصبح في عصر العولمة

ساحة حرب مفتوحة يتقاتل فيها الجميع على مصالحهم الفئوية، هذه الثورة يجب ان لا تخلق فواصل كبيرة ومعادية بين مكونات الشعب، وتؤسس نموذج راقى للثقافة العراقية المقبولة من قبل الجميع .. لا سيما ان بعض الجهلة والمتخلفين اليوم يسودون المجتمع العراقي اغلبيهم مالكي نفوذ سياسي وحاكمين وأمرأ قبائل ووجهاء ورجال دين اصوليين، قد يشبهون اسلحتهم البالية والجديدة بوجوه مثقفيه ويعطون لأنفسهم الصلاحيات القانونية والشرعية لمحاربة الافكار الحديثة المنورة كجزء من الصراع التاريخي بين الحداثة والأفكار الموروثية من عفن التاريخ، حتى ( الكوميديا الإلهية) المؤلفة من مائة انشودة وأربعة عشر الف بيت التي نسجها اليوم من اصحاب العقول الضحلة فقدت مضمونها الاجتماعي والسياسي والفلسفي بعد ان تبني أصحابها ( الكوميديا البشرية ) الغارقة بالبكاء والعيوب على الماضي البعيد المليء بالحروب والحضارات وتغييب الآخرين.

قام بعض علماء النفس والانثروبولوجيا والاجتماع بالربط بين الإبداع والصحة النفسية لكن الكثير من المبدعين ليسوا بالضرورة نماذج للصحة والحياة السوية، مثلا الموسيقار الألماني بنهوفن 1770-1827)) كان يتصف بالغضب والرسم الهولندي ( فان كوخ 1802-1890)) يتصف بالعزلة والوحدة وكان مصابا بالصداخ. كما تبين أن المبدعين قد تكون لديهم خبرات داخلية في وقت مبكر من حياتهم، ويرجع ذلك غالبا الى ما تعرضوا له من خجل وتعاسة وعزلة ومرض كما كانت أسرهم قد لا تشجعهم وتهتم بهم، بالإضافة الى عدم اهتمام مدرسيهم في المدارس بهم أيضا... وأي كانت الحالة فالقصد هو منح مرحلة الطفولة حظها من العناية وبذل الجهود الواسعة في سبيل تفعيل طاقات الانسان الكبيرة التي يتفتح عطائها حين تتوفر لها الظروف الموضوعية من رعاية واهتمام. وليس بالكثير أن يعمل مجتمعنا العراقي - وسواء من المجتمعات النامية

## قصة قصيرة جدا سوق الجمعة



بقلم : محمد الحريايي

قالت له زوجته لا يوجد لدينا مواد غذائية ولا حتى ألف دينار ماذا أفعل؟ اجابها بصوت حزين غدا صباحا سيكون لدينا حسين نائما ساقوم ببيع زوج الحمام في سوق الجمعة وسأجلب بمبلغها موادا غذائية. جاء الصباح وخرج الأب إلى سوق الجمعة، يتحين للناظر أنه لم يبق الطعام منذ أربعة أيام، ما إن وقف في السوق ليعرض الحمامتين للبيع وصل رجال الشرطة واقتادوه إلى السيارة، قال بصوت حزين صوت فقير يشهد الله تركت عائلتي بلا أكل وليس لدي مصدر رزق، وهاتين الحمامتين لولدي جئت لأبيعهما لأشتري لهم موادا غذائية، لم يستمع الشرطة لما يقول وقال له اصعد لقد كسرت الحظ.

## التناقض



بقلم / علي آغا الزبياري

لماذا يا قلبي لقلبي لا تميل تلك الجميلة ليس لها نديل شغرها الملقى علي كتفها وعينها وقلبي كم هو جميل يسارها يداها خضرها فمها طولها كالليل الصيف الطويل صوتها حركاتها أنوثتها كبرياتها كالخيل الاصيل أحب أن أعشق كل شيء فيها حطفتها وأدميتها بالتحصيل اعترف انك دخلت قلبي لم يعشق أحداً ولا للنساء يميل عندما لا أرى عينك يوماً أظرفي تشيل ونمعي يسيل سأعطف بك بطني لك ولا أظن ولكن ماذا أفعل لقلبي البخل

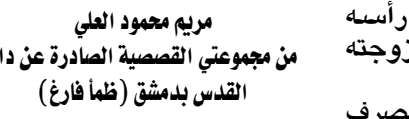
حاول أن يهدئ من روعه لكن الفكرة اللعينة أرعبته إلى حد لا يمكن وصفه ممكن...كل شيء محتمل؟! خصوصا أن تلك المرأة عاشت فترة في إحدى الدول الغربية (يارب ليكن عقابك لي في الأخرة ..استر علي...وأخذ يبتهل إلى الله بكل كيانه.)

اقتربت زوجته منه لكنه لم يشعر بها. حدثته لم يفهم كلمة مما قالت...هزته بعنف: مايك؟ تمنم قائلاً: لا شيء.. وأردف بعد أن عاد إليه جزء من وعيه: - على ماذا؟

كف ضعف وقتها أمام إغراءات تلك المرأة لا يدري؟ وكم ابتهل إلى الله أن يسامحه. لكنهم يقولون أن المرء قد يحمل المرض لسنوات عديدة قبل أن يهلك. صعق من هذا الاحتمال وأخذت أوصاله ترتجف.

مرت ساعات حسبتها دهرا كاملا وهو جالس ينتظر اللحظة الحاسمة في حياته ترى ما هو الداء الذي يشكو منه؟ لم كل هذه التحاليل والخزعات؟ كل ما يشعر به دوار في الرأس ترافقها الأم خفية في المعدة، إنها أم مزمنة

المتعطشة الى قوى الإبداع والعطاء - على إطلاق الشراسة الاولى للتحفوق الفكري والعلمي لدى أفرادها وأن يحرص على التقجير الاكمل والأمتل لاحتياطي الذكاء والقابليات الكامنة في العقول. إن حلم الأشخاص في أن يصبحوا عباقرة ومتفوقين غدت له مقوماته وأصوله وخاصة بعد أن ولي عصر- عسكرية المجتمع- وسقوط



مريم محمود العلي من مجموعتي القصصية الصادرة عن دار القدس بدمشق (قطا فارغ)

كف ضعف وقتها أمام إغراءات تلك المرأة لا يدري؟ وكم ابتهل إلى الله أن يسامحه. لكنهم يقولون أن المرء قد يحمل المرض لسنوات عديدة قبل أن يهلك. صعق من هذا الاحتمال وأخذت أوصاله ترتجف.

كف ضعف وقتها أمام إغراءات تلك المرأة لا يدري؟ وكم ابتهل إلى الله أن يسامحه. لكنهم يقولون أن المرء قد يحمل المرض لسنوات عديدة قبل أن يهلك. صعق من هذا الاحتمال وأخذت أوصاله ترتجف.

كف ضعف وقتها أمام إغراءات تلك المرأة لا يدري؟ وكم ابتهل إلى الله أن يسامحه. لكنهم يقولون أن المرء قد يحمل المرض لسنوات عديدة قبل أن يهلك. صعق من هذا الاحتمال وأخذت أوصاله ترتجف.

كف ضعف وقتها أمام إغراءات تلك المرأة لا يدري؟ وكم ابتهل إلى الله أن يسامحه. لكنهم يقولون أن المرء قد يحمل المرض لسنوات عديدة قبل أن يهلك. صعق من هذا الاحتمال وأخذت أوصاله ترتجف.

كف ضعف وقتها أمام إغراءات تلك المرأة لا يدري؟ وكم ابتهل إلى الله أن يسامحه. لكنهم يقولون أن المرء قد يحمل المرض لسنوات عديدة قبل أن يهلك. صعق من هذا الاحتمال وأخذت أوصاله ترتجف.

## دراسة نقدية للناقد عبدالباري محمد المالكي لقصيدة (أمنية) للشاعر خالد الباشق



أعطيك نصف العمر واسمع مطلبتي أو كل ما عاد قلبي يطمع

خذ ما تشاء فقط أعد لي ساعة قبل الهوى والله فيها أقتنع

وامسح جميع الذكريات بداخلي فجوارجي مما أرى تنصدع

العالم الراحب بعد غرام ابصره في عينها، ومناغاة سمعها من شفقتها، وكأس ارتواء من كفيها لم تدع في قلبه عشقا يسع غير معشوقته، لكنه يعلم بنفس الغيب، فأخذت منه تلك الحقيقة في نفسه مأخذاً، وتركت في قلبه أثراً، حتى بدت تتراعى له في خواتره وتصوراته شبهاً ملثماً بلثام الغيب، ونجماً زاهراً أقل قبل طلوعه، فتنسرب الى حواسه حديث النفس، ودبيب المنى، فهاج في وجدانه خيال الشعر، فأحترق به كل حجاب، وبدأت حينها ساعة البكاء لغراق يدوم حتماً، وجزع يعم رغماً، حينها ايقت عاشقنا ان نهايته في زفرة من غيظ، ودمعة في فيض.



ذات يوم، فلا نوم يعالجه، لندم مازال يكاده، بمرارة جرعة تجرّعها هو من حزن النوى وهو يجود بنفسه في عشق يعيش قهره في كل دقيقة، فقد انتزع القدر من جنبه حياته كلها، حتى عاد غليلاً لايهاب الموت ان حل به، وذلك من شقاء بعد حياته الاولى، فأصبح يعيش في عمق دهلين كان يحدد عيونه سرايا.

كل الذي كنا نعيش لأجله أمسى سراياً في عيوني يحدد وعاشقنا وان كان يعلم ان الصمت هو

الباشق ... هو ذلك العاشق الذي عشق بسلامة قلب، وصفاء سريرة، وصدق وفاء، في قرب او في بعد، فتعلقت حباله بمعشوقته، وأدمن على رؤياها، لتصبح له خلية تصبو اليها نفسه، فما فرق الدهر بينهما يوماً، لسخط كان، او غضب حان، حتى حانت ساعة الفراق الحقيقية بموتها ايكاه طوال حياته وتمناه لنفسه.

و (أمنية) عاشقنا هي من الأمانى التي يعلم جيداً انها لن تتحقق ذات يوم بعد هجر اصابه من معشوقته وهي مجبرة عليه، فاستمرت نجواه لها دون ان تنقطع عنه سلسلة ذكرياته التي باتت تتوسع في داخله، ان طرحت مخاوف دفينه كامنة في شعوره ولا شعوره، حتى استدرجته تلك المخاوف في أوجها

عادتها مقابل نصف عمره الذي لم يعد يتشبث حتى في ساعة منه، لما راه من تصدع في جوارحه، ومن نار اولغت في صدره، ولوعة جاست زوايا خافقه، فما أسمح الحياة بعد معشوقته، وما أقبح الهوى دونها، وما أشد الألم الذي أسكنته فيه بعد فراقها اياه، حتى أصبح الهجع أمانة اخرى له لن تتحقق

هذا الهوى مثل الجحيم وناره في الصدر منها خافقي يتلوع ورجعت بعدك لا حياة ولا هوى قد مل من صك الغنايا الأصعب ماهمني إن مت فيك متنيماً ندمي على عمر مضى لا ينفذ قل لي برك ما استقدت بمقتلي هل كنت في هذا الأذى تتمتع؟ في العشق عشت القهر كل دقيقة والله من حزن النوى لا أهجع أبكيتني في كل يوم رغبة وأنا لربي خفية أتضرع

لكنني راض فأنت حقيقتي بك كنت أبصر في الغرام وأسمع هذي غيوم فراقتنا ورحيلنا فوق النواظر ثقلا يتجمع

عش ساماً واهناً فثلك نهايتي تفديك عيني إن تشا والأدمع

### الرسالة

شكبت ؟!!  
لو شايك فرح جان إكتبت  
عنه  
إجه مره إحياتي وبعد  
ماثنه  
شكبتك ؟  
شكلك ؟  
والجذب مذموم  
واليكذب جذب مارايد  
إلجته  
أطرب عالصدا وأتجنب  
المعشوش  
مطروح السجذب بس  
ماشلت منه  
أرسلك صور بيها أورد  
ألوان ؟!!  
ألوان لا بعدنه إهناك  
ماشلت ؟!!  
چا شكبت ؟  
شسولف ؟  
ماكو ريحة ياس  
ولا صوت اللابل للصعب  
غنه  
هم شايك جرح  
يتوجه عل مجروح ؟  
هم شايك ملح يتغازل  
إيحنه ؟  
شكبت ؟  
والسلسال إمزاعله  
الانظار  
وانداسس إبحضنها  
إلجانث إلمنه  
لا ظلت مساحي إتونس  
إلبستان  
ولا فرغه للصاحب مئل  
ماجنه  
لا ريحة محنه إبلمت



”

من السهل أن تتحول المناقشات الهادئة إلى جدال سيئ، وخاصة إذا ما كانت تلك المناقشات تجري مع أحد أفراد الأسرة، وهذا يمكن أن يجعل أيام العطل تبدو مجعدة وطويلة، لذلك إليكم هذه التكتيكات التي تعتبر الأكثر نجاحا لمساعدتك في إيضاح وجهة نظرك بطريقة مهذبة ومثقفة.

من مختصراً بحسب (بيتر ديتو)، أستاذ علم النفس في جامعة كاليفورنيا في ايرفين، على عكس ما يقوله الأشخاص الذين يقومون بتدريب الآخرين على المناظرات، فإن الخلافات لا تكون عقلانية في معظم الأحيان، لذلك عليك احترام وجهة نظر الشخص الآخر، مهما كانت تبدو سخيفة، فعندما يتم تقدير قيمة الأشخاص الذاتية بطريقة ما، فإنهم يصبحون أكثر ميلاً لتقبل المعلومات التي قد تتحدى معتقداتهم، ومع إنشاء مثل هذه العلاقة العاطفية بينك وبين شريكك في المناقشة، قد يبدأ الحديث ليصبح أكثر منطقية.

حاول توجيه أسئلة مفتوحة تبعاً لرجون جوثمان، وهو طبيب نفسي يعمل مع الأزواج، فإذا كنت تحوز في جدال مع زوجتك، حاول طرح أسئلة تسمح لها بأن تصرّح عما يجول في فكرها، ومن الأمثلة على ذلك: كيف يمكنك تغيير الأمر إذا كنت تمتلكين كل المال في العالم؟ أو، ما الذي تريد أن تكوني عليه بعد ثلاث سنوات من الآن؟ أو هل مازلت تحبين عملك؟ وهذا يمكن أن ينطبق على المناقشات التي تجري في العمل أيضاً، فالأسئلة المفتوحة تساعد في تحويل التفاعلات التنافسية إلى تعاونية.

لا تحاول الفوز

إن مهاجمة أفكار شخص ما يضعه في وضعية القتال أو الهرب، وبمجرد وصوله إلى نقطة يفقد معها أعصابه، لن يكون هناك أي منفذ لتستطيع إقناعه بفكرتك، لذلك، وإذا كنت تريد أن تكون مقنعا، عليك ممارسة استراتيجية تدعى بـالاتفاق التام، أي أن تتكشف آراء الشخص الذي تتحدث إليه، وتسبقه إلى منطقة، لتجعله في عدم صحة استنتاجاته.

## ٧ تكتيكات تساعدك على الفوز بأي نقاش



كن واثقاً بنفسك بحسب (بريان بونز)، وهو أستاذ في الإدارة في جامعة ولاية يوتا، لا يوجه الأشخاص انتباههم عادة للأشخاص الأذكاء، فكما وجدت دراسة تم إجراؤها في عام ٢٠١٢، يصغي الأشخاص إلى أولئك الذين يتصرفون كما لو أنهم يعرفون عمّا يتكلمون، فالأشخاص ينظرون دون وعي لعوامل أخرى مثل مدى انفتاح الشخص أو مستوى ثقته بنفسه وليس بما يقوله فعلاً. أي للأسف، المظهر هو ما يدهم على الشخص الخبير، وليس مدى صحة ما يقوله. أظهر بأن الآخرين يتفقون معك في كتابه التآخيرات: وعلم النفس من الإقناع، يشير (روبرت كيبالديني) إلى أن الأدلة الاجتماعية هي واحدة من

الأشخاص يتفقون بالعلماء، ولذلك، فإن فعل شيء يجعلك تبدو بمظهر علمي □ مثل استخدام الرسوم البيانية □ يجعلك تبدو أكثر ثقة بما تقوله، حيث يبدو أن هبة العلم تمنح قوة إقناع حتى مثل هذه العناصر البسيطة المتعلقة بالعلوم مثل الرسوم البيانية.

تجاوز الحكايات إذا كنت تريد أن يأخذك الطرف الآخر على محمل الجد، فعليك استخدام البيانات التي يتم التوصل إليها من خلال الدراسات التجريبية والمراجعات المدعومة بالبيانات التحليلية، وليس قصص أو تجارب شخصية، والأفضل من ذلك، هو أن تحصل على إجماع في الآراء، ففي العادة، يستخدم العلماء مصطلح □التوافق □ كعنصر فائز نهائي يدعم جدالاتهم، وهذا لسبب وجيه، فتبعاً لـ(جاكلين جيل)، فإن الإجماع العلمي هو مجموعة من الآراء التي تم جمعها من جميع العلماء، وليس رأي الشخص الذي تتجادل معه فقط، وعلى الرغم من أنه قد يكون هناك شخص أو اثنان يختلفون في الرأي مع البقية، إلا أنه وإذا ما توصلت الغالبية العظمى من العلماء إلى توافق، فإن هذا يعني أن هناك الكثير من الأدلة التي تدعم الفكرة، وهذا يجعلها أمر مفروغاً بصحته.

## كلماتك دوائي ضد الكوفيد



عذراء العجكري - ألمانيا

ويج هذا الحزن كيف تسلك الى ريشة قلمك وجعله ينثر صراخ صمته على جدران ازقة تشبه بصغير الفراغ وصدى عصفير مهاجرة تتابعها اوراق اشجار تنعى ظل كان يراحم ظلها

خطاك الالم وقدره عبر دعائي لحارس بوابة السما ونجومها... مازلت واثقة بأن املا سيأتي غدا سيكون جميلاً .. ولكن نحتاج لرشفة صبر وانتظار فرح

انه سيبلنا الوحيد للمواجهة والوقوف بوجه اليباس الذي صار يحاصرنا يوماً بعد يوم مازلت امك ذات اليقين

ان القادم سيكون الأجل والأحلى والأكل كل يوم أروي لقلبي حكايا الصابرين لعلي بذلك اجعله صلباً لا ينكسر

يُصبح الوجع عادياً.. عندما يشاركنا فيه اخريين.وشبح كورونا جعلنا تحت مظلة واحدة وشعور واحد وامل واحد كن كما اعرفك منذ تلك العصور القديمة في وطني فانت بالنسبه لي تشبه بواباتها وتاريخها ودروب افاقها..

ارجع قلمك لعهد الاول واكتب من فيض فكرك وجمال روحك وانفتاح وعيك انني اتوق لكلماتك واستمد قوتي وشجاعتى منها

كلماتك وحدها تتصدى لهذا الخواء وتنتثر عبر المحبة والكبرياء دع حروفك تبني لي مصداً آمناً وتفتح درباً طويلاً بلا انتهاء انها درعي وواقيتي ضد الكورونا او اي وباء دع كلماتك لكل الناس تنثر في الهواء لتصبح الحان مسرات ورقص وغناء انها انشودة حب واصرار وبقاء وانتصار

## سميرة سعيد تشارك في منافسات شارات دراما رمضان 2020



متابعة / ربا منعم كاظم انتهت المطربة المغربية القيمة في مصر سميرة سعيد من تسجيل بشارة مسلسل ١١ كذا صغيرين □ المقرر عرضه ضمن موسم دراما رمضان ٢٠٢٠، كأول بطولة مطلقة للنجمة ريهام حجاج، والتزاماً بإجراءات التباعد الاجتماعي لمنع تفشي فيروس كورونا قامت سميرة بتسجيل الأغنية في الاستديو المحلق بمنزلها بعد الاتفاق على الكلمات والألحان. سميرة سعيد انضمت لمناسبة تضم الفنانة نانسي عجرم التي تعاهدت على غناء بشارة مسلسل □سرك زيادة□ للنيلة عبيد ونادية الجندي، ونوال الزغبى التي بدأت بالفعل تسجيل بشارة أغنية

مسلسل □سلطانة المعز□ لغادة عبد الرازق، وشيرين عبد الوهاب التي تعود للدراما المصرية بشارة مسلسل □خبائة عهد□ من بطولة الفنانة يسرا.مسلسل □كنا صغيرين□ من تأليف أمين سلامة، وإخراج محمد على وتدور أحداثه حول □جريمة قتل□ قلب حياة بطلة العمل وأصدقاءها خريجي الجامعة الأمريكية، الذين يعملون في إحدى الشركات التي يمتلكها النجم محمود حميدة، وتتوالى الأحداث.المسلسل بطولة ريهام حجاج، خالد النبوي، محمود حميدة، نسرين أمين، كريم قاسم، نبيل عيسى، محمود حجازي، هاني عادل وضيعة الشرف سوزان نجم الدين وعد آخر من الفنانين.



## جبل شيخ الجبل في قيلولة خارج رمضان

بعد أن أعلن المنتج صادق الصباح رسمياً أن مسلسل □الهيبه□ بجزئه الرابع لن يكون جاهزاً للعرض في شهر رمضان المبارك، نشر الممثل السوري نيم حسن صورة له عبر حسابه على □انستغرام□ من أجواء المسلسل ليشارك جمهوره. بلقطة من كواليس العمل وقال: □جبل في قيلولة خارج رمضان□ حبايينا نعلمكم بتوقيت عرض الهيبه الرد لاحقاً وفور تحديده ان شاء الله وصحتكم بالدينا□.

## الأمير هاري قد يتخلّى عن هويته بسبب ميغان ماركل!



يبدو أن الأمير هاري من المتوقع أن يتخلّى عن إحدى هوياته وهي الصيد، وذلك بسبب زوجته ميغان ماركل التي تبدي عدم رغبتها في ممارسة هذه الهواية. وهذا ما كشفتها العالمة البريطانية جين جودال، إذ قالت أخيراً: □اعتقد أنّ هاري سيتوقف عن الصيد لأنّ ميغان تكره هذا الأمر□. وكان الأميران هاري وشقيقه وليام واجهتهما سابقاً انتقادات بسبب الصيد، ولكن هاري امتنع عن المشاركة في رحلة الصيد السنوية التي أقيمت في أعياد الميلاد عام ٢٠١٨، احتراماً لزوجته، فماركل واحدة من المدافعين عن حقوق الحيوانات.

## غادة عبد الرازق عن «سلطانة المعز»: أتمنى المسلسل يعجبكم

شاركت النجمة غادة عبد الرازق جمهورها بالفنونات العارضة لمسلسلها الجديد سلطانة المعز وتمنت أن ينال إعجاب جمهورها. وكتبت غادة عبر حسابها الرسمي على موقع التغريدات تويتر سلطانة المعز إن شاء الله ٢٠٢٠ قناة النهار مصر حصري، قناة السعودية الأولى SBC حصري، قناة العراق الأولى بجلة حصري، قناة الأردن رؤيا حصري، وتطبيق VIU.

وتابعت عبد الرازق: أتمنى إن المسلسل يعجبكم وربنا يديم علينا الصحة والستر عشتان الأيام المفترجه اللي احنا فيها بإذن الله يشار إلى أن المطربة اللبنانية نوال الزغبى، تغني تتر مسلسل سلطانة المعز بعنوان اتحاربت من كلمات تامر حسين، ألحان تامر على وتوزيع أحمد إبراهيم. مسلسل □سلطانة المعز□ المقرر عرضه في رمضان المقبل، بطولة غادة عبد الرازق، محمود عبدالمغني، محمد لطفي، محمد شاهين، دينا، محمود الزاوي، حسن حسني، مي الغيطي، محمد حاتم، انتصار، تأليف إياد إبراهيم، وإخراج محمد بكير.

## منظمة الصحة العالمية تغير رأيها بشأن استعمال الكمامات للوقاية من فيروس "كورونا" المستجد فكيف ترتديها بشكل صحيح؟



إيريك غارسييتي، عمدة لوس أنجلوس، بارتراد أي غطاء للوجه عند مغادرة المنزل، وقال ممثل من مقاطعة ريفرسايد في لوس أنجلوس: □ليس ضروريا أن تكون الكمامات طبية، بل يجب أن تغطي الأنف والفم، وعلى سبيل المثال، يمكن ارتداء العصابات وأقنعة القماش ومسحرات الرقبة، ويمكن غسل أغطية القماش والعصابات وإعادة استخدامها□. وقد قدم دارين ساتون، طبيب الطوارئ في مستشفى بيلفيو في مدينة نيويورك، خطة من خمس نقاط لكيفية ارتداء الكمامة أو أي نوع آخر من الأغطية: ١- اغسل يديك أولاً؛ يجب أن تكون يديك نظيفة تماما قبل ارتداء الكمامة، لذلك اغسل يديك وعقمهما، وقال ساتون أن هذا يقلل من خطر تلوّث نفسك عند ارتداء الكمامة، وفي نفس الوقت لا تلمس الجزء الداخلي من الكمامة أثناء ارتدائها، حيث أن ذلك يمكن أن يؤدي إلى انتشار البكتيريا في نفس المنطقة التي تحاول الحفاظ عليها نظيفة.

متابعة / ربا منعم كاظم

غيرت منظمة الصحة العالمية رأيها بشأن استعمال الكمامات للوقاية من فيروس □كورونا□ المستجد، وعادت لتشجع على وضعها، بعدما كانت إلى حدود أول أمس الجمعة تقول إن من ينبغي أن يضعها هم المصابون بالفيروس ناديا لنقل العدوى لغيرهم. تراجعت مراكز السيطرة على الأمراض والوقاية منها عن النصائح السابقة التي قدموها حول من يحتاج إلى ارتداء أقنعة الوجه، ويوصون بها للجميع، وهذا يعني أننا جميعا نحتاج إلى تعلم كيفية ارتداء أقنعة الوجه على نحو أكثر فعالية. هذه المعلومات مهمة بشكل خاص، نظرا لوجود نقص خطير في الأقنعة التي يتم شراؤها من المتجر، سواء تلك التي تحتوي على ٩٥□□، والمخصصة للعاملين في مجال الرعاية الصحية، الذين يحتاجون إلى أعلى مستوى من الحماية). ونتيجة لذلك، يوصي بعض المسؤولين ومنهم

