التصحيح

صحيفة سياسية إخبارية توعوية | العدد ٧٧ | ٢٣ شوال ١٤٤٥هـ | الخميس ٢ ايار ٢٠٢٤م

أهداف 26 سبتمبر 1962م

١- التحرر من الاستبداد والاستعمار ومخلفاتها وإقامة حكم جمهوري عادل وإزالة الفوارق والامتيازات بين الطبقات.
٢- بناء جيش وطني قوي لحماية البلاد وحراسة الثورة ومكاسبها.
٣- رفع مستوى الشعب إقتصاديا وإجتماعيا وسياسياً وثقافياً.
٤- إنشاء مجتمع ديمقراطي تعاوني عادل مستمد أنظمته من روح الاسلام الحنيف.
٥- العمل على تحقيق الوحدة الوطنية في نطاق الوحدة العربية الشاملة.
٦- إحترام مواثيق الامم المتحدة والمنظمات الدولية والتمسك بمبدأ الحياد الايجابي وعدم الانحياز والعمل على إقرار السلام العالمي وتدعيم مبدأ التعايش السلمي بين الأمم.

إضاءة

أحييكم بمناسبة عيد العمال العالمي، وأحيي عمالنا اليمنيين أينما وجدوا، في الداخل والخارج... إننا نشكر عمّالنا اليمنيين الذين أسهموا إسهامًا فاعلا في عملية التنمية بمختلف المجالات رغم التحديات والعواصف، ولكن حققوا كل المنجزات على مختلف الأصعدة، تنمويًا وزراعيًا وبنية تحتية في كل المحافظات، نشعر بالفخر والاعتزاز لما حققته اليد اليمنية العاملة... إنجازات عظيمة ورائعة قياسًا بدخلنا القومي والمساعدات الخارجية.

الزعيم الشهيد/ علي عبدالله صالح

١ مايو ٢٠١٠م

2 تقييم وقراءة مستقبلية لأسباب انتشار التطرف المنظم «أوروبا أنموذج»

3 27 أبريل يوم تاريخي يجب البناء عليه

5 التقييم الذاتي ونظرة موضوعية للواقع

7 ارتفاع نسبة الكوليسترول ومآلتها الصحية

10 شركة تتيح صنع نسخة ذكاء اصطناعي منك لحضور اجتماعاتك وأداء مهامك

9 ارتباط حقيقة الشهادتين والدين بالقول والعمل

12 توسع الناتو وتشكيل خريطة أمنية جديدة لأوروبا

15 أسباب الإرهاب ودوافعه ووسائل علاجه

11 الزحف تمرين يعزز توازن الأطراف وقوة العضلات

الافتتاحية

بقلم رئيس التحرير | أ/ عمر الشلح

عندما يتحول الأطفال إلى ضحايا

لأن أطفال اليوم هم رجال ونساء الغد؛ فصورة المستقبل تكمن في إعداد الطفولة من الناحية النفسية والعلمية والمعرفية والعقلية والبدنية لغد مشرق، كما أن الواجبات الدينية والعرفية والإنسانية تقتضي من الجميع التكاتف لحماية الطفولة من كل الظواهر السلبية، والأيديولوجيات السوداء، والثقافات الدخيلة المنحطة والمخيفة فكريًا وعقديًا، ومن المحتم واللازم «حاجة وضرورة ومقصد» ألاّ ندع للكيانات المتطرفة مجالا أن تحوّل أبناءنا وبناتنا إلى ضحايا الهوس والنرجسية والأوهام والتطرف والإرهاب والانحراف عن طريق «الإنسانية والأخلاق والتدين الوسطي المعتدل الذي يريده الله وتقصده الشرائع».

بناء مستقبل مشرق يعتمد على تطوير الأجيال وتهيئتها لمواجهة التحديات؛ ابتداءً من التعليم النظيف؛ فالتعليم السليم أساسيًا في بناء الأجيال، من خلال نظم تربوية تعزز المعرفة والمهارات، وتحافظ على الهوية، وترتكز على المبادئ والقيم المشروعة، والدين النقي الصافي، والأعراف الإيجابية والأخلاق الإنسانية التي تحفظ لكل إنسان كلياته الخمس «دمه وماله وعرضه ونفسه وعقله» من التشتت والاستغلال والضياع.

ثم بتشجيع التفكير النقدي والإبداع وتنمية القدرات العقلية والمهارات الحياتية التي تضمن أن يكون الطفل والشاب محبًا لمجتمعه ووطنه وأمته؛ منتجًا نافعًا مليء بالخير والتنمية والإنسانية والضمير الحي.. مع رسم سياسات وإجراءات مدروسة بعناية تضمن التعامل السليم والملائم مع التقنية والتكنولوجيا التي أضحت في أولى أولويات اهتمامات البشرية ولا يخلو منها مجال في الحياة، والتي تعد بالأصل نتاجًا عن تفعيل العقول، وثمرةً للتحديث والابتكار والتطوير في استخدام الآلة وتخفيف العبء على كاهل الإنسانية في أغلب المجالات الحيوية.

وللأسف البالغ بات تجنيد الأطفال عصب بناء التنظيمات الإرهابية والمليشيات المنظمة والعصابات المافوية خلال الفترة الماضية، وزادت مساحتها مع دخول الحرب والصراع وفوضى الربيع المشؤوم، وتداعي المجتمع الدولي لمواجهة تلك التنظيمات مما أدى لفقدان العديد من العناصر الإرهابية المتزعمة في مناطق النزاعات بما فيها بلادنا؛ ما دفع القيادات المؤدلجة والقوى الظلامية لاستغلال الأطفال من أجل بناء عمود فقري للتنظيم المسلح، منطلقين من عدة عوامل ساعدت على سهولة الإدماج السريع للمراهقين والفتيان دون وعي بمعاني الإيديولوجية التي ترفعها تلك المليشيات المنظمة، منها اجتماعية بالنظر إلى البيئة الفقيرة، ومنها تتعلق باستغلال أبناء وذوي المقاتلين الذين قضوا في ساحات الحرب والمواجهات.

أثبتت الأيام بأن جرائم التنظيمات الإرهابية تنطوي على أفعال وممارسات عنيفة كالتفجيرات والتدمير والتعذيب والقتل والخطف وطلب الفدية والسيطرة على المرافق الحكومية والمؤسسات، وغيرها من الأعمال الإرهابية الإجرامية التي تُرتكب بواسطة وسائل وأساليب متعددة، إذ تستهدف هذه التنظيماتُ استغلالَ الفئات الضعيفة في المجتمع، ولا سيَّما النساء والأطفال؛ لسهولة التغرير بهم، ويُسر استدراجهم، وقلّة إدراكهم طبيعة الممارسات الإرهابية، فتسعى هذه التنظيمات المجرمة إلى تجنيد الأطفال على نحو خاص بالترغيب تارةً، وبالترهيب والإكراه تارة أخرى لهم وعائلاتهم؛ من أجل استخدامهم في العمليات الإجرامية، ولا سيَّما في العمليات الانتحارية والقتل والتدمير؛ بل قد يصل الخطب إلى استغلالهم جنسيًّا وجسديًا، والرمي بهم في أتون الحروب والمواجهات العسكرية والصراعات السياسية بصبغة دينية وأخرى وطنية لتحقيق أهداف سياسية واقتصادية لا علاقة لها بالدين ولا بالوطن.

تسعى المليشيات الحوثية من خلال التعبئة الفكرية المؤدلجة في مراكزها الصيفية إلى استغلال الأطفال للاستفادة منهم في تنفيذ مشروعاتها الهمجية الإمامية السوداء؛ نظرًا لقدرات الأطفال الكبرى على اكتساب المهارات وتلقِّي المعلومات دون اعتراض، ولأنها تجد في عقولهم البريئة مكانًا خصبًا لزرع أفكارها الهدَّامة، وبث سمومها الخبيثة، والتلاعب بعقولهم وتشكيلها وتوجيهها لخدمة الأهداف الإرهابية والمخططات المجرمة والمشاريع غير السوية.

غسل أدمغة الأطفال ومداعبة أحلامهم، وقسوة الظروف الاقتصادية والمعيشية السيئة تجعلهم ضحايا تطيل عمر المليشيات وتحولهم إلى أحد أسلحتها التخريبية المدمرة باعتبارهم ضحايا للمليشيات وجلادين لأهلهم ووطنهم بنفس الوقت؛ فالفقر وتفشي الجهل وقلة التعليم وانتشار الأوبئة والأمراض وغيرها سببتها المليشيات، وهي وحدها من تستفيد منها؛ فتجتذب الأطفال باعتبارهم الحلقة الأضعف في النسيج الاجتماعي؛ وتحولهم قوًى فاعلة في النزاعات المسلحة بعد تدريبهم وغسل وعقولهم.

فهل يعي الآباء والمجتمع ضرورة حماية أولادهم من نير المليشيات وظلمها وسحرها وفكرها الخبيث ونهجها الإرهابي وظلامها الإمامي البغيض؟! إنقاذ الأطفال مهمة المجتمع كله؛ بداية من الأسرة مرورًا بالمدارس والمساجد والجامعات والأندية الرياضية والمراكز البحثية والمعاهد المهنية والإعلام وخطط واستراتيجيات الدولة القومية وانتهاءً بالبرامج الدولية والأممية.

أحمد علي عبدالله صالح يطمئن على صحة الشيخ أمين الصلوي ويعزي بوفاة اللواء أحمد مساعد حسين

في ١٨ إبريل المنصرم أجرى الأخ/ أحمد علي عبدالله صالح اتصالاً هاتفيًا بالشيخ/ أمين الصلوي عضو مجلس النواب؛ للاطمئنان على صحته عقب إجرائه عملية جراحية في أحد المستشفيات بالقاهرة.. سائلاً الله العلي القدير أن يمنّ عليه بالشفاء العاجل.

من جانبه عبّر الأخ أمين الصلوي عن جزيل شكره وامتنانه للأخ أحمد علي عبدالله صالح على هذه اللفتة الكريمة، التي ليست غريبة عليه، داعياً المولى تعالى أن لا يريه أي مكروه.

كما أجرى الأخ/ أحمد علي عبدالله صالح اتصالاً هاتفياً يوم الاثنين الماضي الموافق ٢٩ إبريل، بالأخ/ يوسف أحمد مساعد حسين العولقي عزاه فيه ومن خلاله كافة آل العولقي خاصة، وأبناء شبوة عامة في وفاة والده اللواء أحمد مساعد حسين العولقي، بعد حياة حافلة بالعطاء والعمل الوطني.

وأشاد بمناقب الفقيد ودوره في خدمة الوطن، من خلال المواقع التي تقلدها أبرزها: وزيرًا للنقل ووزيرًا للثروة السمكية، ومحافظًا لمحافظة ريمة وعضوًا لمجلس الشورى.

وأكد الأخ احمد علي عبدالله صالح، إن الوطن خسر برحيل اللواء أحمد مساعد حسين العولقي، واحدًا من خيرة الضباط الذين نذروا أرواحهم الطاهرة للدفاع عن الوطن والوحدة ضد الخارجين على الثوابت الوطنية.

من جانبه عبّر الأخ يوسف أحمد مساعد حسين، عن جزيل الشكر والتقدير للأخ أحمد علي عبدالله صالح على اتصاله وتعزيته في الفقيد، مشيرًا إلى أن لذلك الأثر الكبير في التخفيف من هول المصاب، راجيًا المولى عز وجل أن لا يريه أي مكروه في عزيز عليه.

التصحيح
صحيفة سياسية إخبارية توعوية

تقييم وقراءة مستقبلية لأسباب انتشار التطرف المنظم «أوروبا أنموذج»

يشهد التهديد الإرهابي في أوروبا تطورات مقلقة خلال عام 2024م، تتمثل في تنوع مصادر التهديد وازدياد وتيرة الهجمات وخطورتها، لا يزال تنظيم داعش يشكل تهديدًا رئيسيًا في أوروبا، حيث يسعى إلى إعادة تنظيم صفوفه وتنفيذ هجمات ضد الأهداف الأوروبية؛ تُشكل الجماعات المتطرفة اليمينية، مثل "الحركة الوطنية" في فرنسا و"بي جي دي" في المملكة المتحدة، تهديدًا متزايدًا بسبب تنامي نفوذها وأفكارها العنيفة؛ تُشكل الهجمات التي ينفذها "الذئاب المنفردة" تهديدًا خطيرًا بسبب صعوبة التنبؤ بها ومنعها؛ تُستخدم منصات الإنترنت لنشر الدعاية المتطرفة وتجنيد الأفراد والتخطيط للهجمات.

قد تؤدي مشاعر عدم الثقة في الحكومات والمؤسسات الأخرى إلى لجوء بعض الأفراد إلى التطرف؛ وقد تتطور أشكال التطرف في المستقبل، مع ظهور تهديدات جديدة مثل: ازدياد استخدام الإنترنت لشنّ هجمات إرهابية ونشر الدعاية المتطرفة؛ وبالتالي ازدياد حدة التطرف اليميني وخطورته.

من الضرورة معالجة التطرف عبر نهج شامل يتناول الجذور الاجتماعية والاقتصادية والسياسية لهذه الظاهرة؛ ويجب على السلطات إيجاد توازن دقيق بين الحاجة إلى مكافحة "الذئاب المنفردة" وحماية الحريات المدنية، مثل حرية التعبير.. كما تتطلب مكافحة "الذئاب المنفردة" تعاونًا دوليًا وثيقًا لتبادل المعلومات والتنسيق الجهود.

وحقيقة بأن وسائل الإعلام تلعب دورًا هامًا في تشكيل الرأي العام حول التطرف، لذا يجب عليها توخي الدقة والموضوعية في تغطيتها.. مكافحة التطرف في أوروبا مسؤولية مشتركة تقع على عاتق الحكومات والمجتمع المدني والأفراد؛ من خلال اتباع نهج شامل يركز على كل من الوقاية والقمع، يمكن للمجتمعات الأوروبية التصدي لهذه الظاهرة وتعزيز التسامح والاحترام.

مسألة ازدواجية السياسات الحكومية في مواجهة التطرف معقدة ودقيقة، ولا يمكن إصدار أحكام قاطعة دون النظر إلى السياق والسجل التاريخي لكل حالة؛ من الضروري إجراء تحليلات نقدية موضوعية للسياسات الحكومية، مع الأخذ بعين الاعتبار مختلف وجهات النظر ومصالح جميع الأطراف المعنية.

سياسات دول أوروبا تجاه غزة تلعب دورًا حاسمًا في تشكيل وتأثير على التطورات السياسية والاجتماعية في المنطقة؛ يعود تزايد التطرف في المنطقة إلى عدة عوامل، بما في ذلك الصراع الطويل والمستمر في غزة وتدهور الأوضاع الاقتصادية والاجتماعية هناك.. عندما تتبنى دول أوروبا سياسات تعزيز الاستقرار والسلام في المنطقة، وتعمل على توفير الدعم اللازم لإعادة بناء البنية التحتية وتعزيز الفرص الاقتصادية والتنمية في غزة؛ تكون قد قامت ببعض واجباتها اللازمة بالإضافة إلى ذلك، يجب أن تسعى هذه الدول للتوسط في عملية السلام وتعزيز الحوار بين الأطراف المعنية للتوصل إلى حل سياسي عادل يضمن السلام والاستقرار في المنطقة.

مثلا ألمانيا تواجه تهديدات معقدة ومتوترة بسبب حرب غزة وأوكرانيا والهجوم الإسرائيلي على إيران، حث منحت تلك الأزمات مختلف الجماعات المتطرفة في ألمانيا فرصة لنشر التطرف؛ ويعد الدعم الألماني السياسي والعسكري لإسرائيل، بالإضافة إلى السياسات المزدوجة للتعامل مع حرب غزة، من أبرز الأسباب والعوامل الرئيسية التي أدت إلى تنامي التطرف في ألمانيا وانجذاب الشباب إلى الجماعات المتطرفة.، كما لا يمكن مقارنة الوضع في ألمانيا بالفترة من 2015 إلى 2017م، عندما كان هناك خطر متزايد لوقوع هجمات إرهابية، ومن الممكن أن يشعر الأفراد بالانجذاب إلى الدعايات المتطرفة على منصات التواصل الاجتماعي.

نجحت ألمانيا في الحد من العمليات الإرهابية بالرغم من تنامي التطرف، لكنها لم تنجح في إيجاد معالجات حقيقية للحد من التطرف، سواء على أرض الواقع أو منصات التواصل الاجتماعي؛ وأصبح دعمها اللاّمشروط لإسرائيل مُحرجاً وبشكل متزايد، بعد أن أيدت الحرب على غزة، ما قد يؤثر مستقبلا على صناعة الكراهية والتطرف التي تنعكس على الأمن المجتمعي في ألمانيا؛ ومن المرجح أن يكون مشهد وسيناريو العمليات الإرهابية للذئاب المنفردة محدود خاصة ما قبل وخلال بطولة "EURO 2024"، أما تهديد "داعش ـ خراسان" لتنفيذ عمليات تكتيكية معقدة في ألمانيا على غرار ما حدث في موسكو، يبدو أنه احتمال ضعيف لكن عمليات الطعن وارده جدا؛ وينبغي على ألمانيا أن تعمل على إيجاد معالجات حقيقية للحد من التطرف وأن لا تتعامل بازدواجية مع القضايا الدولية ومنها حرب غزة، ذلك بجانب اتخاذ إجراءات ضد أي نوع من خطابات التطرف والكراهية، وتفكيك الهياكل عن طريق حظر الأنشطة والجمعيات والعمل بشكل مكثف على كافة عوامل التطرف والسيناريوهات المحتملة للتهديدات الإرهابية.

كما يُعد التطرف تحديًا كبيرًا تواجهه فرنسا، إلا أن الجهود المتضافرة من قبل الحكومة والمجتمع المدني ووسائل الإعلام، يمكن أن تتصدى لهذه الظاهرة وتعالج جذورها.. لا تقتصر مكافحة التطرف والإرهاب على الإجراءات الأمنية، بل يجب معالجة جذور هذه الظاهرة، مثل الشعور بالتهميش والتمييز، من خلال سياسات اجتماعية واقتصادية فعالة؛ يلزم على السلطات إيجاد توازن دقيق بين الحاجة إلى مكافحة التطرف وحماية الحريات المدنية، مثل حرية التعبير والتجمع.

أما بلجيكا فمن أكثر الدول الأوروبية المعرضة لتهديدات إرهابية، نظراً لانتشار أعداد كبيرة من المتطرفين هناك، ما يجعل حرب غزة فرصة للتنظيمات المتطرفة لإعادة تموضعها في أوروبا، خاصة بعد تراجع الهجمات الإرهابية السنوات الماضية؛ وبالأخص مع تصاعد اليمين المتطرف في هولندا يعزز من تنامي ظاهرة الإسلاموفوبيا ومعاداة السامية، مع طول أمد حرب غزة، لذا ستصبح هولندا بؤرة حاضنة للمتطرفين الفترة المقبلة، ما يمثل تحدياً كبيراً أمام الحكومة لتحقيق التوازن في مواقفها تجاه إسرائيل ودعم المدنيين بغزة، لاسيما وأنها تواجه انتقادات مختلفة بين دعمها لإسرائيل وسياساتها في مواجهة خطاب الكراهية.. تنامي التطرف في بلجيكا وهولندا معاً، يزيد المخاوف من تكوين الجماعات الإسلاموية والمسيحية المتطرفة وتيارات اليمين المتطرف شبكات عابرة للحدود، الأمر الذي يهدد الأمن القومي لدول أوروبا.

موقف بلجيكا الداعم للمدنيين في غزة، لم يمنع من تصاعد خطاب الكراهية واحتمالية وقوع حوادث إرهابية تستهدف اليهود وأخرى تستهدف المسلمين، وفي المقابل تسببت ازدواجية هولندا من حرب غزة، في زيادة العنصرية ضد الجاليات اليهودية والمسلمة، ما يحمل مؤشرات خطيرة لتحول هولندا من ملاذ التسامح إلى بؤرة تطرف.

ملاحظ اتخاذ بلجيكا وهولندا إجراءات استباقية لمواجهة التهديدات الإرهابية الناجمة عن حرب غزة، ولكن يبدو أن هذه السياسات لن تمنع من وقوع هجمات يمينية متطرفة وأخرى بواسطة ذئاب منفردة، وربما تشير تهديدات تنظيم داعش لاستهداف البطولات الرياضية في أوروبا، عقب الهجوم الدامي الذي شهدته موسكو في مارس الماضي، إلى أن المرحلة المقبلة ستمثل تحدياً أمنياً ومجتمعياً لدول أوروبا وفي مقدمتها بلجيكا وهولندا.

تذكرنا معطيات المشهد العالمي من اضطرابات وصراعات محتدمة في مناطق متعددة، وتحديداً في الشرق الأوسط، بسيناريو صعود تنظيم داعش في سوريا والعراق خلال 2014م، وتبعاته بموجة إرهاب غير مسبوقة استهدفت عواصم أوروبا في أعوام 2015 و2016 و2017، ما يدق ناقوس الخطر بشأن ضرورة أن تنتهج أوروبا سياسة موحدة ضد التصعيد الراهن، ومحاولة الضغط على جميع الأطراف للتوصل إلى تهدئة مستدامة وفورية في غزة.

تداعيات الحراك الجامعي في الولايات المتحدة الأمريكية

شهدت الأيام الأخيرة تصعيداً نوعياً في الحراك الطلابي الداعم للقضية الفلسطينية في عدد من الجامعات الأمريكية الكبرى، وذلك في أعقاب قيام إدارة جامعة كولومبيا باستدعاء قوات الشرطة لفض مخيم أقامه الطلاب داخل حرم الجامعة تضامناً مع أهل غزة، وقامت قوات الشرطة باحتجاز عدد كبير من الطلاب، كما قامت الجامعة بوقف عدد منهم عن الدراسة وأعلنت عن تعطيل الدراسة والتحول إلى الدراسة الافتراضية في محاولة لاحتواء الحراك المتزايد داخل الجامعة.

ولكن عوضاً عن احتواء الحراك الداعم لفلسطين، أدت هذه الإجراءات التعسفية من قبل إدارة جامعة كولومبيا إلى توسع الحراك الطلابي في جامعة كولومبيا، وامتداده لعدد كبير من الجامعات الأمريكية الكبرى تجاوز الثلاثين جامعة، منها جامعات النخبة الأمريكية مثل هارفارد وييل ستانفورد وام أي تي ومشيجين، حيث قام الطلاب في هذه الجامعات بنصب مخيمات شبيهة بتلك التي أقامها طلاب جامعة كولومبيا تضامناً مع طلاب كولومبيا من ناحية ومع القضية الفلسطينية من ناحية أخرى.

أدى هذا الحراك الطلابي غير المسبوق إلى تحركات مضادة من قبل اللوبي الصهيوني والقوى الديمقراطية والجمهورية الداعمة لإسرائيل، والتي اتخذت عدداً من الإجراءات في محاولة لتقويض وتجريم هذا الحراك، حيث تم إجبار عدد من رؤساء الجامعات الكبرى مثل هارفارد وبنسلفانيا على الاستقالة من مناصبهم، كما قام عدد من الممولين اليهود الكبار بسحب تمويلهم لهذه الجامعات، وقام سياسيون من اليمين واليسار بإدانة هذا الحراك والمطالبة بحظر التنظيمات الداعمة له مثل «طلاب من أجل العدالة في فلسطين» وإدراجها كمنظمات داعمة للإرهاب.

ولكن التصعيد الأخير في عدد من الجامعات الكبرى يشير إلى أن محاولات تقويض الحراك الطلابي سوف تؤدي إلى نتائج عكسية وأن الحراك الطلابي الحالي والذي يتشابه في الكثير من جوانبه مع الحراك الطلابي ضد حرب فيتنام في الستينات مرشح للتصاعد والتوسع في الشهور القادمة، والتي سوف تشهد انعقاد الانتخابات الرئاسية الأمريكية مما سوف يكون له تداعيات سلبية على فرص انتخاب الرئيس جو بايدن، وعلى السلم المجتمعي في الولايات المتحدة في حال انتخاب الرئيس السابق دونالد ترامب، خاصة وأن الأخير معروف بمواقفه الأكثر انحيازاً لإسرائيل وباستعداده لتجييش قوى اليمين المتطرف، وباستخدام القمع والعنف ضد معارضيه؛ مما قد يؤدي إلى تصاعد نسب العنف في المجتمع الأمريكي بين أنصار إسرائيل من ناحية والداعمين للقضية الفلسطينية من ناحية أخرى.

هناك انطباع عام لدى قطاع مهم من الرأي العام الغربي بأن العدوان على غزة كشف وفضح الحقيقة العنصرية والاستعمارية للدول الغربية، وأن هذه الدول تلتزم بمبادئ القانون الدولي وحقوق الإنسان كوسيلة لتحقيق أطماعها السياسية والاستعمارية، ولكن حين تتعارض هذه المبادئ مع مصالحها فإن هذه الدول تتجاهل هذه المبادئ بشكل فج كما فعلت في حالة العدوان الحالي على غزة، وقد أدى استمرار الدعم العسكري والمالي لإسرائيل رغم جرائمها المتتالية إلى انتشار شعار Not In Our Name أو «ليس باسمنا» في الولايات المتحدة الأمريكية، خاصة في أوساط التنظيمات اليهودية الرافضة للمشروع الصهيوني والانتهاكات الإسرائيلية.

رغم كل الإجراءات التي اتخذتها النخبة الأمريكية الداعمة لإسرائيل لتقويض الحراك الطلابي، إلا أن هذا الحراك من المرشح أن يستمر وأن يتمدد ليشمل عدداً أكبر من الجامعات وعدداً أكبر من الطلاب في الفترة القادمة، ويمكن لهذا الحراك أن يؤثر بشكل سلبي على فرص نجاح جو بايدن في الانتخابات الرئاسية القادمة، حيث يشكل الشباب والأقليات العرقية في المجتمع الأمريكي جزءً مهماً من القاعدة الانتخابية للحزب الديمقراطي.

ولكن من ناحية أخرى، فإن نجاح ترامب في الانتخابات القادمة قد يؤدي إلى تصاعد المواجهات بين القوى الداعمة لفلسطين داخل وخارج الجامعات الأمريكية وبين قوات الشرطة والقوى اليمينية المتطرفة في المجتمع الأمريكي، مما سوف يعمق حالة الاستقطاب ويهدد السلم المجتمعي في الولايات المتحدة الأمريكية، خاصة وأن ترامب معروف بدعمه الأوسع لإسرائيل وباستعداده لاتخاذ إجراءات تصعيدية في مواجهة خصومه؛ وقد أعلن ترامب في العديد من المناسبات أنه في حالة انتخابه سوف يتخذ إجراءات صارمة ضد القوى الداعمة لفلسطين مثل طرد الطلاب العرب والمسلمين من الولايات المتحدة الأمريكية وانتزاع الجنسية الأمريكية منهم وتصنيف التنظيمات الداعمة لفلسطين كتنظيمات إرهابية.

لكن رغم ذلك، فإن تصاعد الحراك الداعم لفلسطين قد يؤدي إلى تزايد الضغوط السياسية والانتخابية على الساسة الأمريكيين لاتخاذ مواقف مغايرة تجاه إسرائيل، خاصة وأن هناك تحولاً يحدث داخل تيار اليمين الشعبوي الداعم لترامب تجاه إعادة النظر في مكانة إسرائيل والمشروع الصهيوني في ضوء حرب الإبادة الراهنة.

التصحيح
صحيفة سياسية إخبارية توعوية

27 أبريل يوم تاريخي يجب البناء عليه

د/ طه حسين الهمداني

دائمًا وأبـدًا ما تبقى في تاريخ الشعوب أياماً خالدة ومحطات مضيئة وصفحات ممتلئة بالتوهج والأرقام التي لا تمحى ولا يمكن نسيانها أو تجاوزها مهما تعاقبت الأحداث أو اشتد الصراع وتبدلت الأحوال والشخوص.

في اليمن كان يوم ٢٧ أبريل محطة بارزه للانطلاق نحو تأسيس أول مشروع ديمقراطي في البلاد بعد قيام الجمهورية اليمنية التي أعلنت في العام 1990م من خلال إجراء أول انتخابات برلمانية تنافسية حرة بين القوى السياسية في مرحلة توازن نسبي، وتنافس حزبي شديد، وإجراءات انتخابيّة شفافة.

وقد حرصت القيادة السياسية ممثلة بالرئيس علي عبدالله صالح رئيس الجمهورية الأسبق على أن تتم الدورات الانتخابية كل أربع سنوات، كما تم إقرار الانتخابات الرئاسية المباشرة عن طريق اختيار الشعب بعد إجراء التعديلات الدستورية، بدلًا من اختيار الرئيس عبر مجلس النواب مما حقق نقلة نوعية لتوسيع قاعدة المشاركة بتزامنها مع الانتخابات المحلية، ومثلت حينها تحولاً كبيراً لأنها منحت الشعب اختيار من يمثله في أعلى الهرم والسلطات المحلية لترسيخ التداول السلمي للسلطة.

كانت المرحلة تسير بخطى واثقة وتراكمات فعالة، قبل أن تبدأ ارهاصات التذبذب من قبل القوى السياسية إلى أن وصلنا لأحداث ٢٠١١م وما سبقها من تعنت ومحاولة التفاف على المشروع الديمقراطي؛ بل وإيقافه حتى الساعة.

وبمجيء الربيع العربي أجهضت كل المحاولات والتجارب في هذا الإطار، واختل السياق تمامًا كما لو أن هناك من كان يتربص بالمشروع ليدفنه حيًا، ليبدأ العد العكسي، وتبدأ سنوات الحرب والدمار، وانهيار كامل البنية التحتية في كل مناحي الحياة سياسية واقتصادية واجتماعية وتنموية، وأصبح جميع اليمنيين يعيشون هذه المآسي ويتجرعون العذاب الذي لم يتوقف.

لذلك لا بد من التفكير العقلاني والموضوعي لتشكيل رؤية استشراف جديدة للمستقبل نتجاوز فيها الواقع المؤلم الذي نعيشه وتتبنى بعض الرؤى والاتجاهات العامة بعيدًا عن التكرار والسرد لأحداث وكوارث بات يعرفها القاصي والداني، ولذلك علينا اليوم رسم لافتات طريق كتلك التي توضع على الطرقات كعلامات إرشادية وهذه برأيي مهمة الكاتب والسياسي والمثقف وأصحاب الحل والعقد، القيام بها الآن والتي تراعي الآتي:

أولاً: ما حصل من انتكاسة للوطن يتحمل الجميع مسؤوليته سواء من كان في الحكم أو المعارضة، لسبب بسيط وهو أنهم لو اتفقوا على الحلول والتوجهات لما حصل الذي حصل، ولما اختل ميزان الوطن ما أدى إلى الفوضى ودمار كل شيء!

ثانيًا: يجب الاعتراف بأن التجربة الديمقراطية السابقة كانت تجربة ناشئة وخطوة هامة على الطريق الصحيح، ولا ندعي أنها كانت نموذجية أو كاملة فقد شابها نواقص وجابهتها معوقات لأسباب شتى، وأنها كان قابلة أو هي طريق التطور والتحول، وعلينا اليوم أن ننظر إليها على أساس أنها كانت محطة انطلاق قطار انحرف عن سكّته بسبب وعورة الأرض وتضاريس الجغرافيا البشرية لبلد مثل اليمن به من التحديات والتعقيدات أكثر من فرص الاجتياز.

ثالثًا: نحن الآن كما يقول المثل الفرنسي يجب أن لا نبكي على اللبن المسكوب، وإنما علينا أن نتعلم عدم تكرار ذلك من جديد، لا نريده أن يُسكب مرة ثانية؛ ولذا فإنه لا بد من استعادة الدولة، وإعادة بناء المؤسسات، وتضميد الجراح، والالتفات إلى المعاناة الإنسانية جراء انقطاع صرف المرتبات، وتردي الخدمات... الخ.

يجب مراعاة أن المستقبل مظلم ما لم نبتكر حلول ناجعة، وألا نظل ننتظر من الآخرين أن يحلوا لنا العقد التي أوجدناها وصنعناها بأيدينا، وأن تكون الديمقراطية وسيلة بالصورة التي تتماشى مع واقعنا وليس على الطريقة الأمريكية التي أفرغت من محتواها الحقيقي بعد غزو العراق، وفشل الأمريكان في إثبات حجة الغزو، واستباحة بلد عربي تحت ادعاءات السلاح الكيميائي؛ فلجأت إلى تبرير الغزو بذريعة إقامة حكم ديموقراطي في العراق فكان البديل الفوضى، ولاحقا نفس الشعار أطلقته عند ما سمي بالربيع العربي ونتج عنها تحطيم هياكل الدول وبروز مليشيات تهيمن على اليمن وليبيا والعراق، رغم أننا في اليمن كنا في غنى عن هذا المكيال غير العادل، وكنا نحظى بواقع قابل للتطوير وليس للتدمير.

ولذلك فرضت هذه الأحداث أسئلة كثيره حول الديمقراطية وطريقتها وجديتها كمشروع، ومدى نجاعتها وكيفية ترجمتها وأهميتها في حال كنا صادقين مع أنفسنا، ونسعى إلى زحزحة الحياة الرتيبة المتبوعة بالحروب والصراع؛ بعيدًا عن الرؤية الأمريكية الزائفة التي لا نجدها ملزمة لنا بقدر ما هي نهج نحن من يختاره ويقرره بما يتوافق مع الحاجة لترتيب الداخل والصالح العام.

صحيح أن أحداث غزة اليوم خلقت واقعًا جديدًا أكثر تعقيدًا، ورسمت صورة قاتمة؛ لكن لا يعني ذلك أن الديمقراطية أمر سيء؛ بالعكس، وهي تجربة حية بعيدًا عن الاستخدام والتصور الغربي لها من خلال الكيل بمكيالين وهذا لا يعنينا، ولا يمكن نسيان أو تجاوز ما حدث للعراق تحت نفس الشعارات وما يحدث اليوم لأبناء غزة، ولا يمكن أن يسقط بالتقادم، وسيظل نقطة سوداء ضد الأمريكان قبل الكيان الصهيوني، وسنظل مع الشعب الفلسطيني حتى يسترد حقه.

رابعًا: الفكرة الأساسية الآن هو كيفية إعادة بناء الدولة بأي صيغة توافقية تشاركية لإنقاذ الناس من العوز والجوع والمرض، ولا بد من وسائل شورووية وانتخابات لقطع الطريق عن المشاريع الدينية المتطرفة، والحق الإلهي، وفرض جماعات على حساب المجتمع، ولا بد من الاتفاق على دستور وحكم انتقالي، يرسم تطلعات الشعب بحكمة وصبر، لا يقفز فوق الواقع؛ فالهدف ليس الديموقراطية وحسب؛ بآلياتها المعروفة ولا مانع من التفكير خارج الصندوق لإنقاذ وطن مهدد بالتشظي.

خامسًا: أرى الآن أن المهمة العاجلة هي تشكيل كتلة وطنية صلبة لإنقاذ الوطن عبر الحوار البناء لوضع مشروع وطني يلتف حوله الجميع، وإدانـة كل من يسعى لعرقلة ذلك لصالح أجندة لا تخدم الناس والبلاد، واختيار الشخصيات والرموز الوطنية المعروفة لإدارة حوار وطني يفضي إلى التوافق على حل شامل للصراع، على أن يسبق ذلك وقف شامل للحرب، والدخول في حوار لا يستثني أحد بضمانة الأمم المتحدة والدول الفاعلة إقليميًا ودوليًا.

اليمن تحتاج لصياغة مشروع وطني للإنقاذ، وأول خطوة لتحقيقه في الجلوس معا والتخلي عن كل أجنداتنا السابقة؛ بلا حساسيات ولا رغبة في الانتقام أو لمجرد تسجيل النقاط، فالوطن أكبر من الأشخاص مهما كانت مكانتهم لأن اليمن أمانة في عنق كل أبنائه.

هل يعيدون للشعب أمانة صالح..؟!

أ/ شهاب السماوي

لم يكن الرئيس علي عبدالله صالح ديكتاتوريًا أو حاكمًا مستبدًا أو شبحًا مخيفًا يخشاه اليمنيين ويشعرون بعيونه تراقبهم، وآذانـه تتنصت عليهم في الشوارع ومراكز العمل واللقاءات العائلية وغرف النوم، ولم يكن له أجهزة قمعية وجلادين وزوار ليل ومخبرين سريين يعتمد عليهم في تثبيت حكمه وتعزيز سطوته وبث الرعب في القلوب، ولم يكن لديه سجون ومعتقلات سرية يستخدمها لإخضاع معارضيه وخصومه السياسيين ومصادرة حقهم في الحياة.

لم يكن علي عبدالله صالح يمتلك أي مما سمعنا وقرأنا عنه من سطوة الحكام المستبدين، وكان الرئيس الديمقراطي في زمن الدكتاتوريات، والمتسامح في زمن القبضة الحديدية للأنظمة، والداعي إلى تغليب صوت العقل وقيم السلام واعتماد الحوار وسيلة لحل الخلافات والتباينات وإنهاء الصراعات السياسية والعسكرية ونبذ الأحقاد، وهو ما ترجمه قولاً وعملاً منذ اليوم الأول لوصوله إلى السلطة، من خلال إطلاقه مبادرات سياسية تكللت بإعادة الكثير من المنفيين السياسيين وفي مقدمتهم رؤساء جمهورية سابقين؛ ونجح من خلالها أيضًا في إنهاء الصراعات والحروب التي شهدتها المناطق الوسطى لسنوات طويلة، ويكفيه فخرًا أنه الرئيس العربي الوحيد الذي كان يجلس إلى جواره رئيسين سبقوه في حكم اليمن ومناضلين، ويوكل مسئولية إدارة أجهزة حكومية وقيادة وحدات عسكرية لقادة كانوا ألد خصومه السياسيين والعسكريين.

كان من السهل على الرئيس الصالح أن يسلك الطريق الأسهل ويكون حاكما دكتاتوريا، لكنه لم يفعل ذلك واختار السير في الطريق الأصعب، وفي زمن الحاكمية المطلقة والانفراد بالقرار تبني الخيارات الديمقراطية وآمن بأن الدولة ليست قبيلة مختلفة أو كيانًا غريبًا يمثل تهديدًا أو عدوًا يخشى الشعب سطوته، وإنما مؤسسة يمتلكها الشعب ومنه تستمد بقاءها وديمومتها ونجاحاتها، واعتبره مالك السلطة وصاحب الحق في منح المسئولية لمن يستحقها.

راهن الصالح على الشعب واتجه لتفعيل دوره وتعزيز اسهاماته في الحياة السياسية والاقتصادية والثقافية، وهو الرهان الذي ما لبث أن تمت ترجمته على أرض الواقع، وبدءً بتفعيل المشاركة المجتمعية في التعاونيات والارتقاء بها وإيصالها إلى مرحلة إجراء انتخابات يختار فيها المواطنين من يرونه مناسبا لإدارتها، مرورًا بتوسيع دائرة المشاركة وتفعيلها سياسيا من خلال صياغة أول وثيقة لتنظيم العمل السياسي المتمثلة في الميثاق الوطني، وتأسيس أكبر تنظيم سياسي في اليمن، وانتهاءً بتفعيل الإرادة الشعبية والاستناد عليها في اختيار أعضاء مجلس الشورى، كان الصالح يسير باليمنيين نحو الديمقراطية ويؤصلها ويغرس مبادئها ويحولها إلى ثقافة وسلوك ونهج سياسي كلله بالانتصار لإرادة الشعب وحمايتها دستوريا وترجمها في الـ27 من إبريل 1993م بإجراء أول انتخابات برلمانية في تاريخ اليمن.

لم تكن الديمقراطية في فكر الرئيس الصالح ترفًا سياسيًا بقدر ما كانت وستظل أمانة وحقًا شعبيًا ناضل من أجل الانتصار له وتفعيله كضمانة أساسية للحقوق والحريات العامة والخاصة، وأساس متين لبناء النظام السياسي وقيام علاقات سوية ومتطورة بين الشعب ومؤسسات الحكم التي يتم الاستيلاء عليها اليوم، واستغلالها وتوجيهها لبسط سيطرة الفرد وتعزيز سلطته، وترسيخ ثقافة الحق والاختيار الإلهي، ومصادرة الإرادة الشعبية واستبعادها نهائيًا، واعتبارها كفرٌ وإلحاد يتعارض مع إرادة الله.

كانت الديمقراطية وتفعيل إرادة الشعب أمانة الرئيس الصالح التي ناضل من أجل ترسيخ مبادئها وانتصر لها، وترجمها في أكثر من ثلاث دورات انتخابية محلية وبرلمانية ورئاسية، ودافع عنها حتى آخر يومٍ في حياته، لكنها لم تعد كذلك اليوم، وها هو الشعب اليمني يُساق بلا صوت وبلا إرادة إلى المجهول، ويعاني الويلات وينتظر في يأس من ينتصر له ويعيد إليه أمانة الصالح!

الدولة هي الضامن للحقوق والحريات وليس الكيانات

الشيخ/ محمد عيضة شبيبة
وزير الأوقاف والإرشاد

الدولة هي الضامن للحقوق، للحريات، للعيش، للأمن، للحياة، للاستقرار، للتدين، وحينما ساهمنا فيما مضي جميعنا في إضعاف الدولة لصالح كيانات وهيئات، وغلّبنا مصالحنا الشخصية والفئوية والمناطقية والحزبية والمذهبية على حساب الدولة، وقوتها وهيبتها ونظامها.

جنينا على أنفسنا وشدخ الفأس رأس الجميع، وتمكن الحوثي من رقابنا ودولتنا بسهولة منقطعة النظير، لأننا تناهشناها وأضعفناها وما بنيناها على أساس متين فترنحت بسهولة.

واليوم مالم نستعد الدولة ونحرص كل من موقعه ومحل تأثيره ونطاق تواجده على إعادتها وتقويتها ومنع التمرد عليها، وننسى تمامًا ذواتنا وحظوظ أنفسنا لصالح بنائها وتمكينها فسنظل في أرض الشتات بلا مأوى، وفي أرض المهجر بلا عنوان.

وستظل إيران تعبث بعاصمة العروبة وتسمم أفكار أبناء الأنصار وأحفاد الفاتحين، وستظل وصمة العار تلاحقنا جميعا كيمنيين ما بقيت عمامة الصفويين السوداء تلتف على رأس جبل نقم؛ بدلا عن عمامة نشوان والشوكاني والقردعي ولبوزة والزبيري والنعمان والبيحاني.

أتباع إيران المضحوك عليهم

أ/ فاروق يوسف

لو صدقت إيـران كذبتها فذلك من حقها؛ غير أن حكاية الآخرين مع تلك الكذبة تستحق أن يتأملها المرء من غير أن يسبق تأملاته بأحكام جاهزة؛ وإن كان أولئك الآخرون لا ينكرون الحقيقة التي تستند عليها تلك الأحكام كونهم مجرد أتباع لا يملكون الإرادة المستقلة في رؤية الوقائع واتخاذ مواقف محايدة منها.

منذ أن بدأ التدخل الإيراني المباشر في الحرب السورية وإسرائيل توجه ضربات إلى الأراضي السورية، كان القصد منها تدمير قواعد للحرس الثوري أو قتل عدد من ضباطه الذين يعملون بصفة خبراء أو تفجير مخازن أسلحة إيرانية في محيط مطار دمشق.. في كل تلك الحالات لم تقل إيران كلمة بالرغم من أنها لم تخف جنازات ضباطها الذين يُقتلون في سوريا عن الإعلام.

ما فعلته إيران لم يكن سوى حفلة تنكرية؛ ما وصل من مسيراتها وصواريخها إلى الأراضي المحتلة لم يُحدث أي أثر يُذكر؛ أما ما لم يصل فقد كان في الجزء الأكبر منه ينطوي على حكايات فكاهية، فبعض الصواريخ والمسيرات لم ينطلق أو أنه سقط على الأراضي العراقية أو أنه أُسقط في المجال الجوي الأردني، وكان متوقعًا بعد تلك الحفلة أن تُعلن القيادة العسكرية الإيرانية أنها حققت أهدافها، ولكن لمَ لم يتساءل أحد من التابعين لإيران عن تلك الأهداف وقد امتنعت إيـران عن ذكرها؟ فذلك يعود إلى قوة وعمق عمليات غسيل الدماغ التي تعرضوا لها؛ فهم مؤمنون بإيران حتى ولو كانت تضحك عليهم.

التصحيح
صحيفة سياسية إخبارية توعوية

الدورات الحوثية وتلغيم المستقبل

أ/ وسام الدبعي

يصر الحوثيون بشكل غير اعتيادي على تطبيع الواقع بوجودهم من خلال الكثير من الممارسات، غير مصدقين ولا متوقعين أن لحظة سقوطهم ستكون لحظة فارقة، وأن اليمنيين بعد أيام من سقوطهم إن لم يكن بعد ساعات سيقذفون بهم وبمشروعهم العنصري الجابي إلى مزبلة التاريخ دون أسف أو ندم.

وغير بعيد عن ذلك ما تفعله الجماعة بخصوص الـدورات الصيفية العنصرية، التي تسخر لها الجماعة إمكانيات غير محدودة، ركونًا منها إلى أنها عبر هذه الدورات قادرة على محو التاريخ اليمني والهوية الوطنية، لحساب فكر سلالي بغيض تتبناه هذه الجماعة، وتحاول تطبيعه وتكريسه كثقافة عامة على حساب كل فكرة أو اعتقاد سائد عن الوطنية وحتى عن الإنسانية!

في الدورات الصيفية المناهج مجانية ومستحقات ومكافآت للمعلمين مجزية، وهدايا وجوائز للطلاب.. وفي المدارس الحكومية المناهج إن وجدت بمقابل كبير والمدرسين بدون رواتب، وحتى الطلاب لا يسلمون من دفع الجبايات التي تسببت ولا تزال تتسبب في تسرب نسبة كبيرة منهم من المدارس!

هكذا تتعامل مليشيا الحوثي الانقلابية مع الواقع اليمني في مناطق نفوذها، معتقدة أن اليمنيين من حولها جمع من المغفلين، لا يدركون ما تفعله بحق الأجيال من انتهاكات لا يمكن تقبلها، وفي مقدمتها محاولة تجهيل وتظليل أبناء الوطن، بخرافات لم يعد الزمن الحاضر زمن التكنولوجيا والعالم المفتوح مستوعباً مناسبا لها!

تبدو هذه الجماعة وكأنها لا تقرأ التاريخ، حتى القريب منه، ولا تفكر في المستقبل أيضًا حتى القريب منه، تعتمد فقط على لحظة النشوة القائمة في الأساس على امتلاك القوة، وتداخلات الظروف التي خدمتها، مصدقة نفسها بأنها أصبحت قوة لا تقهر، وأن الزمن سيظل هو الزمن ذاته الذي هيأ لها الانقلاب على الواقع!

صحيح أن فكر هذه الجماعة فكر تخريفي أحمق ولا يتعامل مع الواقع بعصريته، ولا شك أن مصيره الاندثار والزوال، ولكن الحقيقة المؤلمة أن الوقوف إزاءه بأيدي مكتفة، دون محاربته ومحاسبته في الوقت الراهن، سيكون له كلفة باهظة، وسيكون في مداواته الكثير من الصعوبات التي نحن في غاية الغنى عنها حاضرًا أو مستقبلاً.. وهنا يأتي دور أجهزة الإعلام والتوعية في كيان الشرعية، التي يجب أن تكون حاضرة وفاعلة.

يجب توعية المواطنين وإطلاعهم على ما تفعله هذه الجماعة المارقة، وما تؤسس له من أفكار شيطانية تستهدف الناشئة، وتحولهم من آمال مستقبلية لبناء الوطن إلى أحزمة ناسفة وألغام مدسوسة في جيوب ذلك المستقبل.. لا نريد أن يأتي الغد الذي نرى فيه أبناء وطننا وقد صاروا نسخة ممن يسمون أنفسهم مجاهدين في الجماعات الإرهابية الأخرى كالقاعدة وداعش.

لا بد من وجود وحضور التوعية على امتداد الساعة في وسائل الإعلام والتواصل الاجتماعي، ودعوة الناس خصوصًا في مناطق نفوذ جماعة الحوثي الإرهابية، إلى المحافظة على بينهم وحتى بناتهم من الانخراط في مثل هذه الدورات الملغمة بالفكر العقيم والموت المؤكد والتفخيخ لمستقبل وطن، نحن أولى بأمانه وبصحة وسلامة مستقبله.

السرطان الأكبر

أ/ نوح إدريس

كثر الحديث عن المبيدات الزراعية شديدة السمية وعلاقتها المباشرة بالتزايد الخطير في إجمالي حالات الإصابة بالسرطان في اليمن سنويا؛ تشير أصابع الاتهام بحسب الوثائق إلى التورط الحصري لقيادات ميليشيا الحوثي بدءً من التجار والمهربين مرورًا بقرارات السماح باستيراد أصناف محظورة محليا ودوليًا.. وصولا إلى أوامر الإفراج الليلية عن شحنات مضبوطة غير مطابقة أو تخضع للفحص!

جاء في مذكرة جمركية تعود إلى نوفمبر الماضي أن أحد القيادات الأمنية للميليشيا طلب من موظف الجمارك إخراج قاطرة محملة بمبيدات بصورة سرية فرفض لعدم وجود تصريح؛ كان رد القيادي في الميليشيا: « سنخرجها بالقوة هذه توجيهات عليا من رئيس الجمهورية «.

يفيد محضر الإثبات الذي تم تداوله «أنهم أخرجوا القاطرة دون تسديد الرسوم ورغم أن مدير الجمرك أبلغهم «أن يتمهلوا كون الشحنة سامة وضارة بالمجتمع ولا تستخدم إلا عبر مهندسين زراعيين متخصصين يشترط موافقتهم».. على ذكر من يسمونه صاحب التوجيهات العليا فإنه هو الآخر مشترك في جرائم أكثر انتشارًا وخطورةً من السرطان.

في أكتوبر الماضي وجه المشاط بإقالة وكيل وزارة الزراعة المدعو ضيف الله شملان على خلفية فساد مالي وإداري، من بينها فرض إتاوات على التجار ثم بعد أسبوعين أصدر المشاط قرارا بتعيين نفس الشخص الفاسد في نفس المنصب! شكلت محافظة صعدة على مدى السنوات الأخيرة بؤرة للمبيدات المنتهية الصلاحية والمحظورة إسرائيلية الإنتاج؛ كانت تأتي عبر التهريب وتباع خلسة على نطاق محدود.

مع سيطرة الميليشيا على بعض مناطق اليمن توسعت تجارة المبيدات القاتلة وازدهرت محلاتها وارباحها بالمليارات في ظل غياب الرقابة التي كانت تفرض على أصنافها سابقا و» بتوجيهات عليا «.

في الوقت الراهن تحولت صنعاء وغيرها إلـى مزرعة لفضائح المليشيا وآخرهـا جرائم المشاركة في تسميم اكل المواطن بعد أن قطعوا عليه أغلب مصادر العيش؛ يريد السيد من الناس الخروج للتظاهر وترديد « الموت لإسرائيل» لا أن يقولوا الموت للمبيدات الإسرائيلية ومن أتى بها إلينا؛ الغريب أنه إلى الآن لم يشر في خطاباته ومحاضراته النورانية الإيمانية إلى فضيحة المسرطنات أو حتى خطورة السكوت عنها! المؤكد أن الإجراء الوحيد المناسب حوثيا لاحتواء القضية و» بتوجيهات عليا « وأبعد مما يتوقعه المواطن وينتظره ممن يتحملون المسؤولية ويدعون أنهم احتلوا العاصمة وأسقطوا الدولة لإنقاذ الشعب.

ستنفذ الميليشيا حملة تهديد ومضايقة لكل من يطالب بإيقاف عملية قتل الشعب بسموم المبيدات الزراعية واعتباره جزء من مؤامرة عدوانية على اليمن ويجب محاكمته.

كما ستقوم باختطاف وسجن من ساهم في تسريب الوثائق ونشرها كي ينال جزاءه العادل.. أما بالنسبة للجناة الحقيقيين ومن تدينهم الوثائق فإنهم مؤمنين آمنين في منازلهم ومخازن تجارتهم ولا خوف عليهم ولا هم يسجنون أو يحاسبون!

أرقامٌ خالدة وتواريخ لا تُنسى

أ/ محمد عبده الشجاع

في جعبة التاريخ أرقام وتواريخ لا تنسى تبدأ مع العام 1978م يوم صعد الشهيد علي عبد الله صالح إلى سدة الحكم توالدت الأحداث حتى جاء 22 / مايو/ 1990م ترسخت فيه الديمقراطية وولادة الدستور في (27 /أبريل/ 1991م) والاستفتاء عليه كأول دستور مُحَكَم للجمهورية اليمنية.

توالت التواريخ عام 93 ثم 97 ثم 99 إلى عام 2001 حتى عام 2003 وأخيرًا 2006م حيث توقف الحلم وبدأ العد التنازلي، غير أن القيمة الفعلية لكل تلك المناسبات هي في فكرة البناء والتنمية وليس الهدم وقطع الطرقات، ورغم كل الأخطاء التي صاحبت ذلك العرس الممتد لعشرين عامًا فلا يعني محوها لمجرد صراع ما، فكل عمل له هفواته.

لم تستطع القوى السياسية الصبر عامًا آخر، حتى لا ينهد المنزل على الرؤوس، وكانت على استعداد لعمل ثورة وإن جاءت نتائجها بعد مائة عام طبقًا للثورة الفرنسية، مفارقات مؤلمة أليس كذلك؟!، وقد كُشف لاحقًا أن كل فئة كان لديها رؤية للدولة المدنية، البعض يريدها علمانية وقد تم دهسهم بعجلات صديقة، السلفية الإخوانية تريدها مدنية بمقاس شيوخ الدين وعشاق الخلافة الممزوجة بالبيعة للمرشد، والحوثيون يريدونها بمقاسات الإمامة المتخلفة بكل بؤسها وأجندتها الغريبة، وقد حققوا ذلك.

تفاصيل لم تكن توحي بأي مشروع تنويري سوى السحيق، ومع ذلك هناك من يقول لو عاد بي الزمن لخرجت مليون مرة، وكان الأجدى الانتصار للبلد بتغيير الذات والمحيط قبل كل شيء، والذهاب مع رياح التغيير عبر النهج الديمقراطي حتى لا نفقد أغلى ما نملك: الوطن، أرواح الناس، ودمائهم.

قسمًا لو عاد بي الزمن ما دخلت الساحة حتى زائرًا ولا عابر سبيل، قسما إنني كنت أشم رائحة الفوضى وهي تتصاعد من كل زاوية وركن، وكنت أرى خلف كل شعار روحٌ تسقط، وتحت كل منارة ركام بنيان ينهد، وخلف كل يافطة امرأة تموت وطفل يجوع، وعند كل ثكنة قنبلة تنفجر ومدينة تُحاصر، وتحت كل عمامة لغمًا أو عبوة ناسفة تفتك بالعربات والمسافرين.

أين كنا وأين نحن، كفرنا بنعمة الجغرافيا، قللنا من كل منجز، سخِرنا من كل مشروع، فجرنا في الخصومة، حتى رغيف الخبز لم يسلم، تم التلويح بالأحذية، المساجد لم يعد لها حرمة، الأشهر الحرم، صلاة الجمعة، صروح التعليم، الحرم الجامعي، الوقت، القيم، الأخلاق، تطاولنا على بعض، غرف النوم كانت ضمن المعركة، جنود الحرس الجمهوري، الأمن المركزي، الإعلام تحول إلى منبر للتحريض والشتم والتنابز، منابر الجوامع، الصحابة، النبي لم يسلم من الترهات، المؤسسات الحكومية، المعدات، أبراج الكهرباء، أنابيب النفط، الإذاعة، التلفزيون، أعمدة الانارة، الكابلات الأرضية، مخازن كهرباء الريف، مطابع مؤسسة الجمهورية للصحافة والنشر، منازل المواطنين، كل ذلك لحساب من ومن أجل ماذا!؟ الثورة! أي ثورة تلك التي تعطل البلد وتدمر المكان ولا تراعي قيمة ولا عرف.

علينا أن نراجع الدفتر كاملًا، وندون الملاحظات، ونقول بأن النقطة التي وضعت في أول السطر هي فاتحة الخراب، الأمر لا يتطلب التفكير، المسألة بسيطة، كانت هناك دولة تحتاج لمن ينهض بها، فجاء من أعادها مائة عام للوراء دون حتى اعتذار إلى ما رحم ربي.

لقد وقعنا في الفخ بعد أن فاز لباس الإمامة القذر نتيجة الخديعة وبمساعدة القوى السياسية ولا بد من الخروج منه لكن ليس بنفس الطريقة، لأن كل عمل الآن غير مجدي ما لم يكن هناك ردع شعبي واضح، وقوى مؤازرة من أجل مستقبل أجيال كاملة.

كيف تعامل المليشيات الحوثية أنصارها؟

أ/ مطيع المخلافي

لم تستطع قيادة المليشيات الحوثية أن تخفي حقيقتها الإجرامية وأهدافها الوهمية طويلاً، ولم تستطع مواصلة مشوار الكذب والتضليل والتمثيل على الشعب بقيامها بواجب الدفاع عن الوطن، والعمل من أجل مصلحة وخدمة الشعب وتحقيق أهدافة وتطلعاته وتخفيف معاناته، وإنما استعجلت في تنفيذ مشروعها وإزاحة وإقصاء الآخرين من طريقها، واستخدام الناس عبيداً لها، فظهرت نواياها الحقيقية وأهدافها الخفية وأساليبها الدموية والظلامية قبل انتهاء حربها الكارثية، وأصبح الجميع يشاهد حقيقتها الإجرامية من خلال تصرفاتها وسلوكياتها وأعمالها وممارساتها القمعية والاستغلالية والاستبدادية والطائفية.

وبعد أن كُشف زيف أهدافها الانقلابية وأتضح أسلوب حكمها الطائفي وطبقات مكوناتها السلالية، وعدائها لأبناء الشعب اليمني في مناطق سيطرة الشرعية ومحاربتهم بكل الأساليب والوسائل العسكرية والاقتصادية وبانعدام إنسانية، اتجهت لتعذيب وإهلاك واستعباد أنصارها وكل من يقع في نطاق سيطرتها الجغرافية ممن لا ينتمون إلى سلالتها العنصرية.. فهي كالنَّارِ تأكلُ بعضَها إن لم تجد ما تأكلُه، ولذلك نشاهدها تتعامل مع المؤيدين لها والواقفين في صفها والمقيمين بمناطق سيطرتها بحد السيف وبقوة الحديد والنار.

فهناك لا يستطيع أحد أن يرفض مبدأ السيادة والعبودية، ولا يستطيع أحد أن يتحدث عن العدالة أو أن يتكلم بحرية، أو أن يعترض وينتقد تصرفات مليشياتها الهمجية.

وهناك لا يستطيع أحد أن يرفض المناهج الدراسية الملغمة بالأفكار الطائفية المتطرفة والخرافية، ولا يستطيع أحد ان يتخلف عن حضور الدورات الطائفية والمخيمات الصيفية الشبابية والطلابية وحفظ الملازم الكهنوتية والتثقف بثقافتهم الدموية والعدائية.

وهناك تُفجّر منازل المواطنين وتُرتكب المجازر البشرية ويُعتقل آلاف المواطنين والموظفين والأكاديميين بطريقة بشعة ووحشية؛ وهناك تفرض الإتاوات على التجار والصرافين والمزارعين وأصحاب المحلات التجارية والمهن الحرفية.. وهناك يهمش الوزراء والمدراء والمسؤولين ويفرض عليهم مشرفين من أغبى الناس المقربين للقيادات الانقلابية.

وهناك يتم الإسـاءة والإهانة والإذلال للقبائل والأقيال والعلماء والحكماء والعقلاء والمخلصين، ويقرب القتلة واللصوص والمجرمين والمنحرفين؛ وتنهب الثروات والإيـرادات والمرتبات وتـودع في أرصدة وحسابات الطبقة العليا من القيادات.

إن هذه السياسة الإجرامية والعدوانية التي تنتهجها المليشيات الحوثية مع أنصارها ومع مختلف المواطنين والموظفين في مناطق سيطرتها المغتصبة؛ تدل على أن من يرسم سياسة هذه الجماعة يحاول أن يقرب أجلها وتاريخ زوالها، فهو يصنع لهذه الجماعة ثارات مع أغلب الأسر والقبائل والعُزل والمديريات والمحافظات المتضررة من غطرستها واستبدادها وإجرامها.

التصحيح
صحيفة سياسية إخبارية توعوية

التقييم الذاتي ونظرة موضوعية للواقع

د/ إيهاب إبراهيم

نظرة فاحصة لتجارب الآخرين؛ تكفينا لأخذ الدرس والاتعاظ ومحاولة الترقي والتقديم في التربية والتعليم؛ ففي أغسطس 1981م، تم التوجيه بإنشاء لجنة وطنية للتميز في التعليم داخل الولايات المتحدة الأمريكية، وتـم توجيه هـذه اللجنة إلـى تقديم تقرير حاسم وموضوعي عن جودة التعليم داخل الولايات المتحدة الأمريكية بحلول إبريل 1983م.

تكونت تلك اللجنة من كبار الأساتذة الجامعيين، ورؤساء الجامعات السابقين والحاليين، وعمداء الكليات السابقين والحاليين، وكبار أعضاء مجالس إدارات المدارس الأمريكية في مراحل التعليم المختلفة، وتضمنت اللجنة كافة أنظمة التعليم داخل الولايات المتحدة الأمريكية.. ما بين أغسطس 1981م وإبريل 1983م دارت المشاورات الحاسمة في تاريخ الولايات المتحدة الأمريكية أو بالمعنى الأدق في مستقبل التعليم داخل الولايات المتحدة الأمريكية.

احتل التقييم الذاتي وبنظرة موضوعية المرتبة الأولى في معايير تلك اللجنة لمعرفة مواطن الخطر داخل منظومة التعليم داخل الولايات المتحدة الأمريكية.. كانت أهداف تلك اللجنة تتلخص وبصفة خاصة في تحديد المشاكل التي تعاني منها الولايات المتحدة الأمريكية في التعليم وتقديم الحلول، وليس البحث عن كبش فداء لتقديمه للرأي العام الأمريكي.

لقد تناولت اللجنة القضايا الرئيسة كما رأتها فعليًا، وتناولت اللجنة المسائل الثانوية بكل تفاصيلها.. وكانت تلك اللجنة صريحة في مناقشاتنا ولقد كانت صريحة إلى أبعد الحدود فيما يتعلق بنقاط القوة والضعف في التعليم.. لقد تضمن ميثاق إنشاء اللجنة العديد من المهام المحددة التي أولت اللجنة بها اهتمامًا خاصًا وقد اشتملت تلك المهام على ما يلي:

- تقييم جـودة التعليم والتعلم في الولايات المتحدة الأمريكية والذي يتم تقديمه للجمهور داخل مؤسسات التعليم في المدارس والكليات والجامعات الحكومية الخاصة.
- المقارنة وبموضوعية شديدة لنواتج التعلم في المدارس والكليات والجامعات الحكومية والخاصة في الولايات المتحدة الأمريكية مع نواتج التعلم في المدارس والكليات والجامعات الحكومية والخاصة للدول المتقدمة الأخرى.
- دراسـة مستوى تحصيل الطلاب في المدارس الثانوية بجميع أنظمتها وعلاقته المباشرة وغير المباشرة بمتطلبات القبول في الجامعات والكليات.
- التطلع إلى البحث عن برامج علمية حديثة ومتقدمة نستطيع من خلالها التوصل إلـى طالب متفوق بحدث الفارق عند التحاقه بالجامعات والكليات المختلفة ويستطيع المنافسة مع نظائره في الدول الأخرى.
- تحديد حجم التغيرات داخل منظومة التعليم في الولايات المتحدة الأمريكية وخاصة التغيرات الاجتماعية والتربوية، والتي حدثت بالفعل في ربع القرن الأخير، وقامت بالتأثير بشكل مباشر على منظومة التعليم والتعلم داخل الولايات المتحدة الأمريكية.. لمتابعة المسار المتميز للتعليم والتعلم داخل بلادهم كان لزامًا على اللجنة تحديد أغلب المشاكل التي أثرت على تغير ذلك المسار بدقة بالغة ومحاولة التغلب عليها على أكمل وجه بنجاح.
- التركيز بشدة على السنوات والمراحل التمهيدية التي تسبق المرحلة الابتدائية الأولى وكذلك السنوات الأولى التي يقضيها الطالب في المدارس الابتدائية.
- توجيه الاهتمام لجميع فئات الطلاب وبوجه خاص الشباب في مرحلة المراهقة والمساعدة على توجيه الشباب للبوصلة الصحيحة في تلك الفترة الصعبة من حياتهم.

وقد اعتمدت تلك اللجنة بشكل رئيس في القيام بعملها على مصادر رئيسية للمعلومات نستعرضها في السطور القادمة كما يلي:

- ملاحظة مباشرة وغير مباشرة لمجموعات عشوائية من مدارس مراحل التعليم المختلفة وكذا الكليات والجامعات.
- التحليلات الحالية الواقعية للمشاكل المختلفة لمراحل التعليم المختلفة ولكل الأعمار.
- شهادات مباشرة لمجموعات من العاملين داخل حقل التعليم، منهم أولياء الأمور في كافة المراحل التعليمية، وممثلي النقابات المهنية، وأعضاء مجالس إدارة المدارس، والإداريين والطلاب والمعلمين ورجال الأعمال من المهتمين بقضايا التعليم وموظفين من جميع الولايات، وعلماء في أغلب التخصصات سواءً في العلوم الطبيعية أو العلوم الإنسانية الذين أدلوا بشهاداتهم في ثمانية اجتماعات لتلك اللجنة، أضف إلى ذلك عدد ستة جلسات استماع عامة، وحلقتي نقاش، وندوات كثيرة.
- سلسلة من اللقاءات الحوارية المباشرة والتي قامت بتنظيم فاعلياتها وإدارتها جميع مديريات التربية والتعليم بكافة أنحاء الولايات المتحدة الأمريكية.
- رسائل من المعلمين والمواطنين المهتمين بقضايا التعليم والإداريين بمراحل التعليم المختلفة وأغلبهم من المتطوعين، واشتملت تلك الرسائل على تعليقات واسعة النطاق على أغلب المشاكل التي تواجه التعليم الأمريكي، وبكل موضوعية ودون إخفاء أي حقيقة يمكن أن تساهم في الإصلاح.
- أوراق علمية مقدمة من خبراء في التربية وخبراء في التعليم سواءً في المراحل ما قبل التعليم الابتدائي مـرورًا بالتعليم الابتدائي والمرحلة الثانوية وصولاً إلى الجامعات والكليات المختلفة التخصصات والتي تمحورت حول مجموعة متنوعة من القضايا التعليمية الهامة.

تتحدث المقولة الشهيرة على أن التاريخ لا يرحم المتكاسلين، بدأت تلك اللجنة تحديد مواطن الخطر في التعليم والتعلم بتلك الجملة وتحدثت اللجنة فقالت: "كانت وفرة الموارد الطبيعية داخل الولايات المتحدة الأمريكية من الأشياء التي كانت تُأمن لنا المستقبل لقد مضى وقت غير قصير على ذلك.

لقد أصبح العالم بالفعل عبارة عن قرية كونية عالمية واحدة، نحن نعيش ونتعايش بين مجموعة شرسة وغير قليلة من المنافسين المصرين على المنافسة بقوة والذين يتحصنون بجودة تعليم وتعلم بدرجة امتياز والمتحمسين بقوة للبقاء في تلك المكانة والمحافظة عليها أطول وقت ممكن.

أشهر المجلات التربوية المحكمة

أ/ هايل سيف الهرش

المجلات العلمية المحكمة في التربية محل اهتمام وتركيز العديد من الباحثين والمهتمين في التربية، ويعنى بها الكثير من الملتحقين والمنتظمين ببرامج الدراسات العليا، والقارئين في ذات مجال الاهتمام والاختصاص؛ إليكم أبرز المجلات التربوية.

١) مجلة العلوم الإنسانية العربية كأهم المجلات التربوية المحكمة

هي عبارة عن مجلة علمية محكمة تنشر البحوث والمقالات العلمية في مجال العلوم الإنسانية.. وهي تشمل علوم: علوم الدين، علم الآثار، ثقافات الشعوب الإقليمية، الأدب والنقد، علم الاجتماع، الموسيقى، الأنثروبولوجيا، الفلسفة، التاريخ، والفن.. وبالإضافة إلى ذلك تعتبر المجلة مصنفة ضمن ISI، وجوجل سكولار والعديد من التصنيفات الدولية الأخرى؛ وهي معتمدة للنشر بالجامعات العربية وغير العربية.. وتنشر المجلة باللغتين العربية والإنجليزية، وذلك بواقع أربع أعداد كل عام.. وبالإضافة إلى ذلك إن للمجلة مجلس تحرير من أرفع المستويات العلمية بمختلف تخصصات العلوم الإنسانية.

2) مجلة الشرق الأوسط للنشر العلمي

تعتبر بأنها مجلة علمية محكمة تنشر البحوث والمقالات العلمية في مختلف فروع المعرفة؛ والأهم من ذلك كله أن المجلة مصنفة ضمن (ISI، وجوجل سكولار، ومكتبة الكونجرس بالولايات المتحدة الأمريكية، ومنظمة الصحة العالمية؛ وكذلك العديد من التصنيفات الدولية الأخرى، وهي معتمدة للنشر بالجامعات العربية والدولية، وتنشر المجلة باللغة الإنجليزية فقط، وذلك بواقع ثلاث أعداد كل عام.. وعلاوة على ذلك يوجد للمجلة مجلس تحرير من أرفع المستويات العلمية بالجامعات العربية والدولية بمختلف التخصصات.

3) مجلة أنساق للفنون والآداب والعلوم الإنسانية

هي عبارة عن مجلة علمية محكمة مصدرها دولة العراق تنشر بتخصصات الآداب والفنون والعلوم الإنسانية.. وهي تشمل: اللغات، التاريخ، الجغرافيا، نظم المعلومات، الفلسفة، علم النفس، علم الاجتماع، الأنثروبولوجيا، الآثار، اللسانيات، الصوتيات، العلوم المسرحية، المكتبات، الإعلام.. وكذلك غيرها مما يندرج تحت تخصصات الفنون والآداب والعلوم الإنسانية.. وكما أن المجلة معتمدة للنشر بالجامعات العربية بشكل عام؛ بالإضافة إلى أن لها مجلس تحكيم متمكن، كما أنها حاصلة على التصنيف الدولي (ISI, Google Scholar)، تنشر المجلة أربع أعداد كل عام.

4) المجلة العالمية للعلوم الشرعية والقانونية

هي المجلة العلمية العربية الأولى المتخصصة بكلٍ من العلوم الشرعية إضافة إلى العلوم القانونية كفرعين مكملين لبعضهما البعض، كما أن المجلة حاصلة على التصنيف الدولي (ISI, Google Scholar)، ولها مجلس تحرير بمختلف فروع العلوم الشرعية والقانونية، وتنشر المجلة بشكل شهري بواقع 12 عدد كل عام، تتميز المجلة بسرعة التحكيم والنشر المجاني، كما أنها معتمدة لدى الجامعات العربية.

5) المجلة العربية للنشر العلمي

تعتبر المجلة العربية للنشر العلمي مجلة علمية محكمة تهتم بنشر الأبحاث والدراسات العلمية في مجال العلوم التربوية والعديد من العلوم الأخرى، وتعد المجلة الأولى على مستوى الوطن العربي. كما تهدف المجلة إلى أن تصبح منصة كبيرة وقاعدة بيانات مؤكدة ومعتمدة يرجع إليها جميع طلاب العلم والباحثين، وكذلك تم تأسيس المجلة عام ٢٠١٨م، ميلاديا وتصدر بصفة دورية مرة كل شهر، وتعتمد نشر الأبحاث والدراسات العلمية باللغتين العربية والإنجليزية.

مهنية معلم وإبداعية متعلم

د/ جمال قريرة

إن تعدد متغيرات علاقة التعلم قد شكلت على الدوام مسارا بحثيا متطورا قد سجل حضوره في تطور الفكر البشري عامة والبحث السيكولوجي التربوي خاصة محاولة منه لتحديد العوامل الموجهة لهذه العلاقة بين الإنسان المتعلم والمعرفة، وباهتمامه بالأبعاد والآليات المعرفية والوجدانية المتحكمة في أداء المتعلم، ولعل ما يؤكد ذلك ما كان أشار إليه كل من رافع النصير زغلول وعماد عبد الرحيم الزغلول (2008) في مصنفهما علم النفس المعرفي: " لقد اهتمت البشرية بالمعرفة وطبيعتها والعمليات العقلية والنشاط الذهني المستخدم في عمليات الانتباه والإدراك والتذكر والاستيعاب وغيرها من أنشطة التفكير منذ أكثر من ألف عام، وقد ترك لنا فلاسفة اليونان والمسلمون إسهامات قيمة في هذه المجالات ثم تواصل الاهتمام بها من قبل الفلاسفة والمفكرون خلال القرون المتعاقبة.

إلا أن البحث فيها يتخذ منحى مختلفا تبعا لاختلاف طرائق البحث النفسي عن طرائق البحث الفلسفي، ولا غرابة في ذلك لأن المعرفة ومعالجتها واكتسابها وتخزينها وتنظيمها وتطويرها وتوظيفها والاستفادة منها تشكل الأسـاس الـذي يحكم النشاط الإنساني ويوجهه».

لقد شهد العالم اليوم اندماجا أكثر مع التكنولوجيا الحديثة مع تنامي قدرة الآلة على إعلام الإنسان وتعليمه وترفيهه؛ ليؤسس بذلك عالمه الافتراضي الذي يميل إليه، لقد تغيرت المواقع والوظائف فبعدما كان الإنسان يلهث وراء المعرفة صارت تأتي أين ما كان ومتى أراد وحيث هو؛ بفضل تقنيات صغيرة الحجم ضخمة الأدوار والافعال، ولكن ماذا سيفعل الإنسان عامة تجاه هذا السيلان الجارف من المعلومات والتحولات التكنولوجية والالكترونية؟ كيف يمكن أن يواجه هذه التحديات في مختلف المجالات والقطاعات؟ ما هي انعكاساتها على نمط حياته وقيمه ومبادئ حياته؟ وكيف ستصير هـذه الأنظمة التربوية ونظم التعليم والتعلم؟ فالإنسان اليوم نتيجة هذا التعايش المستمر مع وسائل التواصل الحديثة قد بدأ يأخذ من قيمها البرود والجمود والقلق والعالم الافتراض قد أفقد الإنسان بعض من قيمه كيف سيحافظ على إنسانيته؟ كيف سيؤسس إنسانيته وكيف يمكن أن يتعامل مع كل هذه السياقات والتحولات من ذلـك؟ إن التطورات الحاصلة داخل المجتمعات الإنسانية نتيجة لما تشهده من تحولات تكنولوجية وإلكترونية لوسائل الاتصال والمعلومات المتسارعة أسست لعدة تغيرات جذرية لامست الإنسان وقيمه واهتماماته وقواعد تعايشه الجديدة؛ وكذلك الأنظمة وفاعلية مردوداتها، وأخيرًا مكانة التقنية والأداة في حياتنا اليومية.

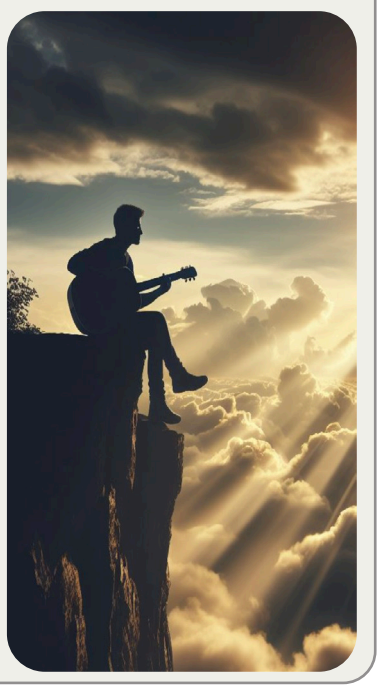
لقد ساعدت تكنولوجيا المعلومات والاتصالات الحديثة في تطوير وتغيير التعلم الحديث وظهور أساليب وطرق جديدة مثل التعلم التكيفي، والتعلم السريع، والتعلم المكرس، والتعلم الذاتي، وكذلك التعليم عن بعد، والتعلم المفتوح؛ كما ساهمت التحولات التكنولوجية الالكترونية الجديدة في إرساء نظريات واتجاهات وتيارات تهتم بالتعلم الكيفي المشجع على الإبداع كما عملت على تغيير ملامح الأنظمة التربوية لهذا القرن.

التصحيح
صحيفة سياسية إخبارية توعوية

عزف في محراب الملل

أ/ عمار أحمد الضبياني

يبدو.. كَمَن لم يجد في حبِّهِ أَمَلَه
وما استفاقَ لكي ينسى الذي خَذَلَه
ألقى بخيبتِهِ عرضًا كسابِقِها
وراحَ يعزفُ في محرابِهِ ملَلَه
يلمُّ إحساسَهَ من كلِّ جارحَةٍ
حرفًا.. ويرضعُ من أوجاعِهِ جُملَه
يبدو الزمانُ عجوزًا في ملامِحِه
وروحُهُ طفلةً بالحبِّ مُشتعلَة
كأنَّ أحلامَهُ «السمراءَ» إذ نضجت
تمنَّعَ الحظُّ واستعصى المُنى حِيلَه
في حيرةٍ.. وحيارى فيهِ أسئلتي
وحائرٌ فيه.. مثلي كلّ مَن سَألَه
الليلُ يشربُ من فنجانِهِ أَرقًـا
ويستعيرُ الضُّحى من وجدِه حُللَه
بِهِ من الشوقِ ما لا وصلَ يُطفِئُهُ
بِهِ من الصبرِ ما أبقاهُ واحتملَه
قلبٌ يُصافِحُ وجهَ الأرضِ يملؤها
حبًا.. ويزرعُ في أنحائها قُبلَه
يرى المساكينُ في إحساسِهِ وطنًا
ويعصرون على أوجاعهم مُقلَه
هو الرجولةُ فانظر.. رغم فاقتِهِ
يا من أضاعَ على سطحِ «الأنا» رجُلَه
قالت له- ذاتَ لحنٍ- بنتُ خافِقِهِ:
إنّ السنينَ دروبٌ عنك مُرتحلَة
مهما علوتَ وطارت فيكَ أجنحةٌ
كل النهاياتِ بعدَ البدءِ مُحتملَة
قالوا جننتَ بهذا الحبِّ.. قلتُ لهم
هل يعرفُ الحبَّ إلا قلبٌ من عقلَه؟!
فكم عقلتُ الهوى حتى جننتُ به
وكم جننتُ به.. كي أهتدي سُبُلَه
مغفلٌ من تراخى عن مَحبتِهِ
أو فارق الحبَّ بعد الجرحِ واعتزلَه
أما ترى.. أنني قد متُّ من زمنٍ
وأن روحي بهذا الموتِ مُحتفلَة؟!
وعارفِ الحبِّ يرضى أن يموتَ بِهِ
على الفضيلةِ.. لا يخشى الفتى أجَلَه
فمن أتاها بحسٍّ ناقصٍ فلهُ
تأتي المتَاعبُ عند النقصِ مُكتملة
نعيشُ بالحبِّ لا بالحقدِ يا بلداً
كل المذاهبِ من عينيكِ مُكتحلَة
وكلها تدَّعي في الحبِّ فلسفةً
من أجل عينيكِ.. حامي كرمِنا أكلَه
ما أقبحَ الأرضَ إذ يعلو مناكبَها
حقدٌ تقمصَّ معنى الخيرِ واعتقلَه
نحيا على الحبِّ ما دامَ الفؤادُ له
بيني وبينك من عمرِ الزمانِ صِلَة
نحيا إلى أن ترى الأرواحُ غايتَها
ويرتوي القلبُ إحساساً بمن شغَلَه
قالت لهُ دمعةٌ في عينِ طفلتِهِ:
كل المعاقينَ في إحساسِهم قَتَلَه



لِمَ العناء

آية أحمد

لِمَ نقتُل كُلَّ جميل؟ لِمَ نُبحرُ في عالم الوهم ونتمسكُ به! أيعقلُ! نريدُ أن نُروي مشاعرنا التي تهيج كالأمواج؛ أو أننا نفتقِرُ ذلك الإحساس عندما تتلامسُ الأيادي وتصل الرسالةُ أسرع من الكلامِ المنتقى.

تُصبِح الساعاتُ ثوانٍ والأيامُ ليست بكافية.

فتبادلتُ الأدوارَ وباتَ القلبُ ينادي كَفى أوهامًا وأحلامًا ليست بِواقِعنا في شيء.. والعقلُ دنا.. يُرفرفُ ليسَ بمُدرِكٍ ما قد يأتي إن استسلم لِأوهامِهِ، في الطرافةِ الموقف، أولم يكُن القلبُ هو الدليل والعقلُ هو الحكيم؟

أم من تشتُتي وتيبُسي غدا قلبي عقلي، وعقلي قلبي؟

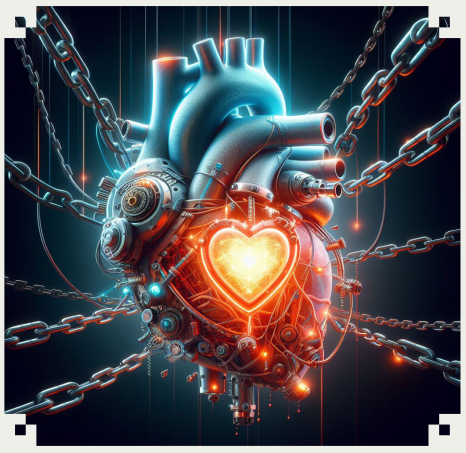
تمامًا كالصراع، ولكني خارج السيطرة.

بينما نحنُ ننتظر الصراع أن ينتهي؛ مرَّ عمري أمامي، وكأنني روحٌ بلا جسدٍ؛ فلِم ذاك الطريقُ إلى ما لا نهاية.

لِمَ العناء؟ لِمَ نقتُل كُلَّ ما هو جميل بأوهامٍ تُناقِضُ واقِعُنا؟

هذا القلب مجبولا على الحب

د. آمال صالح



التوقيت لا يسمح دوما لمناظرة الأشياء القديمة مع تيار المضي إلى الوراء.. الآن اكتسبت تجربة بعد الجراح العميقة... والألم أردفته في غياهب الذاكرة.. تلك المتجمدة في هوة الوقت.

الآن أريد أن أمضي إلى الأمام دون أن أتكلم، للمفردات سر ينير عتمة أفكارنا يجعلنا نتجدد؛ ربما ليس الكثير من البشر من وعى بتلك القيمة.. أن نسعد الآخر بكلمة.

أن نعطي مجالا للذاكرة أن تتجدد وتحملنا إلى أنفسنا؛ الكثير من الأشياء حولي لا أفهمها، كنت أجلد نفسي بأسئلة تثير الشفقة.

ثم بلحظات تسللت من تلك الجراح.. غيرت في موازين الأشياء.. كنت أقاوم كل لحظة ألم حتى لا تغير فيما كبرت عليه.

ثم استكانت نفسي، بعد صراعات.. عدت أرتب أوراقي من جديد.. عدت أنسج من الكلمات قلوبا تعطي بلا حساب..

وتعيد للمحبة معناها...

عدت أعيد اكتشاف ذاتي بمحبة الآخر... وأقول هذا القلب سيبقى مجبولا على الحب.

من خلف الدروب مشيت؛ خلف ابتسامة الصبح وحلم المساء.. كل ما كان يورق في الذاكرة؛ كنت أحمله بين عشقي للكلمات وبين الظلام؛ ذلك البعد كان يعطيني كل ما كان يعود إلى الأمان.

خلف الدروب مشيت، وها أنا شامخة، من كل فنون الصد ما تعبت، إنها رحلة الحياة بين جناحين يخفقان بياضا؛ وحوار فراشات، وأماني تعدو للأمام.

ليس البرّ أن تولّوا وجوهكم قِبَل المشرق والمغرب

أ/ حمزة الشوابكة

لا بد وأن يدرك الواحد منا، بأن الإيمان هو سلامة المعتقد، وصدق ما وقر في القلب مع اليقين، فالإيمان -وبعد أن تؤمن بأركانه- هو صدق وإخلاص في العمل، بأن تعطي المال على حُبه، وأن تعامل الناس كما تحب أن تُعامَل، وأن تكون هيّنا ليّنا حسن الظن، وأن تكون عندك بحبوحة في صدرك وقلبك وروحك.

فهنا يظهر الإيثار والتفضيل، ويظهر صدق الإيمان والعقيدة، فالبر بأن تتصدق وتنفق على ذي قربى، وعلى مسكين ويتيم وفقير دونما تفضّل ومنة، بل عن طيب نفس وصدق في أن ما تقدمه ابتغاء لمرضاة الله، وذلك يُظهر صدق إيمانك بربك وبعطاياه، وأنه هو مالك كل شيء ومدبره ومقسمه.

البر أن تعامل الناس وتحبهم لوجهه سبحانه، وليس لحاجة من حوائج الدنيا، وأن يتعدى حبك قلبك إلى جوارحك؛ مع التزام ما نهى عنه الله ورسوله، فالإيمان قول وعمل، حيث لا بد وأن تظهر علامات الإيمان على الجوارح، ومن العلامات القوية على إيمان الشخص، أنه إن عمل عملاً حسنا أحبه قلبه، وإن عمل عملاً سيئاً أبغضه قلبه، فهذه علامة تدل على صلاح قلبك، وأنك مؤمن موقن بأن قلبك إن عمل الحسنة رجا الثواب، وإن عمل السيئة رجف خوفا من العقاب، فاعمل لآخرتك كأنّ منيّتك غدا، واعمل لدنياك كأنك خالد فيها أبدًا.

أَتَذْكُر

أ/ عناية أخضر

اتذكُرُ حينَ كنّا وحدَنا ذاتَ لِقاء؛ نرسُم الأنوارَ في كَبِدِ السّماء؟ كنّا حينها قلبَين في جسدٍ وَحيد.. رَوحَين من زمنٍ بَعيد.. من قبلِ هذا العُمر قد كنّا معًا؛ لم نعرِف الأحزانَ ولمْ نذُقْ طعمَ الشّجن.

كنّا نطيرُ فوقَ أسرِبَةِ الطّيور؛ نعبرُ خلفَ البِحارِ حيثُ لا فلك يَدُور.

إنْ ضحِكنا يضحكُ القمرُ المُنير، يرقصُ النّجمُ المعلّقِ فوقَ أعمِدَةِ السّرير.

تفتحُ الآفاقُ أذرعةَ العِناق.. والزّهرُ يبعثُ في الفَلا طيبَ العَبير.

إنّهُ عِطرَيْنا حينَ نلتمِسُ الشّعاع؛ لم نكن يوماً نفكّرُ في الوَداع.

ماذا دهانا كي يداهِمنا الضّياع؟! أَهُوَ السّرابُ نادَى في اللّيلِ المَضاجِع؟! أهُوَ التّفاحُ من جاءَ في تلكَ المواجِع؟!

ماذا جَنينا كي ينادِينا التّراب؟! حقلُنا المزروعُ فُلّاً أرضهُ صارَتْ يَبَاب!!

ما رأينا مُذْ اتّينا مثلَ قلبَينا اتّحاداً وانصهار.. من حطّم الحلم المسجى وأحدَثَ فينا الدّمار؟!

هل نَسينا العهدَ في دَوحِ البَقاء؟! هل نسينا الوعدَ إنْ - لنْ نفترِق - ويبقى منزِلنا الفَضاء؟!

ما كُلُّ هذا الموتُ والدّنيا حزينة؟! من يسلبُ الأفراحَ منّا ويسرقُ منّا السكينة؟!

إنه جمرُ الفُراقِ؛ أحرقَ فينا الوَريد؟! لم يَعُدْ في الكَونِ عِيد؛ العمرُ يمضي والّلقا حلمًا يَضيع؛ والحلمُ فينا لم يزلْ طفلاً رَضيع.. يا ساكِنًا بين الضّلوع ما كُلُّ هاتيكَ الدّموع؟! من أطفأ تلك الشّموع؟!

عد لنبقى مِثل أوراقِ الرّبيع؛ مثل أسوارِ المدينة لا تحرّكنا الرّغائب؛ تعال نخلعُ الأغلالَ عمدًا؛ نرفضُ حكمَ التّرائب..

يا ساكنا نبض الوريد؛ عُدْ لِنَحيا من جَديد؛ فغداً والبَعد عِيد! تلك أنوارُ السّماء؛ حيثُ لا يبقى شَقاء؛ حيث لا يبقى ألم.

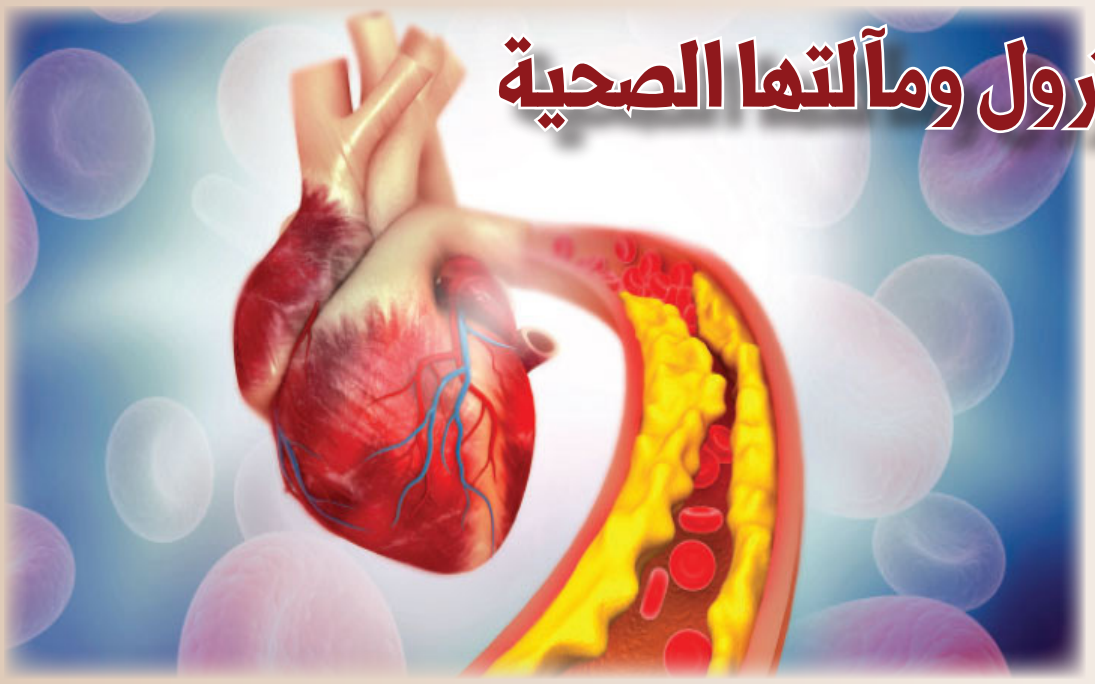
الرسم على عباءة الريح

أ/ جاسم محمد جاسم

تقاسمكَ الصمتانِ: سرٌّ وكاتمُهْ
كأنّ نديَّ الشّعْرِ شحَّتْ مباسِمُهْ
قوافيكَ أشلاءٌ، وحزنُكَ دولةٌ
وبحركَ مظلومٌ، وصمتكَ ظالمُهْ
ومِسبحةٌ دنياكَ، تجترُّ أمسَها
بإبهامِ يومٍ ليس يعنيهِ قادِمُهْ
فما لامبراطورِ الفصولِ مُسافرًا
تطاردُهْ دولاتُهُ وعواصمُهْ
ومن حرّضَ الصحراءَ تنهشُ عشبَهُ
وكُنْ حَبالى بالبذارِ مواسمُه؟
وكنا رغيفَ الشمسِ من كفِّ حرفِهِ
نجوعُ، وفيما بيننا نتقاسمُهْ
ألا أيها الممتدُّ مِن ألفِ شاعرٍ
ويا منتهى مَن لا تجيءُ خواتِمُهْ
ويا راسمًا بالرملِ أيامَ عمرِهِ
إلامَ تزيلُ الريحُ ما أنتَ راسِمُهْ؟
وأين من العشاقِ بيتٌ هجرتَهُ
وبحرٌ خفيفٌ، هادئُ الموجِ ناعمُهْ؟
تنام على شطريهِ عشرون خولةً
وتسبحُ ليلاواتُهُ وفواطمُهْ؟
أقولُ وبي وحيٌ، وألفُ قصيدةٍ
تراودهُ، تُغريهِ، ثُمّ تقاومُهْ:
حنانَيكِ بي، تدرينَ أنيَ شاعرٌ
يُدقّقُ أوراقَ الندى، ويحاكِمُهْ
إذا لم يكن شعري بحجمِ حرائقي
فليس اسمهُ شعري، ولا أنا جاسِمُهْ
ولا في سماواتي دروبٌ لطَيرِه
ولا مِن ضلوعيْ الحانياتِ سلالمُهْ
هو الشعرُ برقُ الروحِ لا استفزُّهُ
أسَخَّتْ بأرضي أم تناستْ غمائمُه
إذا لم يوجِّهْ لي بطاقةَ دعوةٍ
ولم تدعُني طوعاً إليهِ عوالمُهْ
أأقمعُهُ كالطفلِ يكسرُ قُمقماً
ومَن عارفٌ ماذا تخبئ قماقِمُهْ؟
أأدخل مثلَ اللصِّ، أبتزُّ برعماً؟
فكيفَ إذا ثارتْ عليَّ براعمُه؟
سأتركهُ مثلَ الحصانِ بداخلي
يعيشُ كما يهوى، وما أنا لاجِمُهْ
لهُ أن يجيءَ اليومَ، أو أمسِ، أو غداً
وإن كان مشغولاً، فما أنا لائمُهْ
لكِ العذرُ إذ تنعَينَ فردوسيَ الذي
طواويسُهُ شاختْ، وماتتْ حمائمُهْ
أأكتبُ أحزاناً يظنونها أنا
ويظهرُ منها بعضُ ما أنا كاتِمُهْ؟
أدورُ كما الناعورِ، يسقي، وربّما
بِهِ مِن سنينِ القحطِ ما اللهُ عالِمُهْ
فلا أمسُهُ أمسٌ، ولا غدُهُ غدٌ
ولاعيشُهُ عيشٌ، ولا الموتُ راحِمُهْ
أرى الشعرَ إبحاراً، وحُلْماً بعودةٍ
إلى شاطئٍ صِدْقُ الشعورِ مغانمُه
فكيف لحرفيْ، أن يزُجَّ بزورَقي
لدوّامَةٍ، والعاصفاتُ تلاطمُهْ؟
لأرجع ظمآناً من البحر، مُتعَباً
كسيراً، ولَم تملأْ يديَّ مكارمُهْ؟
تسمينني المهزومَ من نورِ حرفِهِ
وهل تصنعُ المنصورَ إلّا هزائمُهْ؟
أليس لمثلي أن يريحَ حروفَهُ
وها قد كساها أسودُ اللونِ قاتمُهْ؟
وماذا يضيرُ النسرَ مادام عالياً
إذا ما استراحتْ في السماءِ قوادِمُهْ؟
وما بيَ عجزُ العاجزين بحَرفِهم
ولكنه الحُلْم الكبير، وحالمُهْ
يقاسمني أكلي، وشربي ورقدتي
ولستُ بغيرِ الموجعاتِ أُقاسِمُهْ
وحقكِ، لم تذبلْ مواسمُ فكرتي
ولا ذهبُ الألفاظِ جفّتْ مناجمُهْ
ولكنْ رأيتُ الصمتَ أَولى بشاعرٍ
إذا لَم يهزّ الكونَ ما هوَ ناظِمُهْ

التصحيح
صحيفة سياسية إخبارية توعوية

ارتفاع نسبة الكوليسترول ومآلتها الصحية



الكوليسترول: مادة شمعية توجد في الدم، يحتاج الجسم إلى مادة الكوليستيرول لبناء الخلايا الصحية، ولكن يمكن أن يتسبَّب ارتفاعها الشديد في زيادة خطر الإصابة بالنوبة القلبية.. فبسبب الكوليستيرول المرتفع، يمكن أن تتكون ترسُّبات دُهنية في الأوعية الدموية الخاصة بالمريض، وفي نهاية المطاف، تنمو هذه الترسُّبات وتؤدي إلى صعوبة تدفق الكمية الكافية من الدم عبر الشرايين، وأحيانًا ما تنفجر تلك الترسُّبات فجأةً لتُشكِّل جلطة تسبب النوبة القلبية أو السكتة الدماغية.

يمكن توريث ارتفاع الكوليستيرول، ولكن عادةً ما تحدث هذه الحالة نتيجة لاتباع أسلوب الحياة غير الصحي، الأمر الذي يجعل هذا الارتفاع قابلًا للعلاج والوقاية منه؛ باتباع نظام غذائي صحي وممارسة التمرينات الرياضية وتناول الأدوية في بعض الأحيان، يمكن خفض الكوليستيرول المرتفع.

الأعراض

ارتفاع الكوليستيرول في الدم ليس له أعراض؛ إن إجراء اختبار الدم هو الطريقة الوحيدة للكشف عن إصابتك.. وفقًا للمعهد القومي للقلب والرئة والدم (NHLBI)، ينبغي إجراء أول فحص للكوليسترول بين سن 9 أعوام و11 عامًا، ثم تكراره كل خمس سنوات بعد ذلك.

يوصي المعهد القومي للقلب والرئة والدم بإجراء فحوصات الكوليسترول كل عام أو عامين للرجال الذين تتراوح أعمارهم بين 45 و65 عامًا وللنساء اللاتي تتراوح أعمارهن بين 55 و65 عامًا؛ وينبغي أن يخضع الأشخاص الذين تزيد أعمارهم عن 65 عامًا لفحوصات الكوليسترول سنويًا.

إذا لم تكن نتائج الاختبار ضمن نطاقات مرغوبة، فقد يوصي الطبيب بإجراء المزيد من القياسات المتكررة.. وقد يقترح طبيبك أيضًا إجراء اختبارات أكثر تكرارًا إذا كان لديك تاريخ عائلي من ارتفاع نسبة الكوليسترول في الدم أو أمراض القلب أو عوامل الخطر الأخرى، مثل داء السكري أو ارتفاع ضغط الدم.

الأسباب

ينتقل الكوليسترول عبر الدم مرتبطًا بالبروتينات، ويطلق على هذا المركّب الذي يجمع بين الكوليسترول والبروتين اسم البروتين الدهني؛ وتختلف أنواع الكوليسترول تبعًا لما يحمله البروتين الدهني.. وتتمثل فيما يلي:

- البروتين الدهني منخفض الكثافة: ينقل البروتين الدهني منخفض الكثافة، أو الكوليسترول «الضار»، جسيمات الكوليسترول إلى جميع أجزاء الجسم، يتراكم كوليسترول البروتين الدهني منخفض الكثافة في جدران الشرايين فتصبح متصلبة وضيقة.
- البروتين الدهني مرتفع الكثافة: البروتين الدهني مرتفع الكثافة (الكوليسترول «المفيد») يلتقط الكوليسترول الزائد ويعيده إلى الكبد.
- عادةً ما يُستخدم تحليل دهنيات الدم لقياس الدهون الثلاثية أيضًا، وهي نوع من الدهون الموجودة بالدم، وقد يؤدي ارتفاع مستوى الدهون الثلاثية كذلك إلى زيادة خطر الإصابة بأمراض القلب.

وتسهم العوامل التي يمكنك التحكم فيها، مثل قلة الحركة والسمنة واتباع نظام غذائي غير صحي، في ارتفاع مستوى الكوليسترول الضار ومعدلات الدهون الثلاثية، وقد تسهم في ذلك أيضًا عدة عوامل لا يمكنك التحكم فيها، على سبيل المثال، قد يزيد تكوينك الجيني من صعوبة تخلص الجسم من كوليسترول البروتين الدهني منخفض الكثافة أو تكسيره في الكبد.

تشتمل الحالات المرضية التي قد تنتج عنها مستويات كوليسترول غير صحية على ما يلي: "داء الكلى المزمن.. داء السكري.. فيروس نقص المناعة البشري/الإيدز.. قصور الدرقية.. الذئبة".. وقد تتفاقم مستويات الكوليسترول أيضًا نتيجة بعض أنواع الأدوية التي قد تأخذها لعلاج مشكلات صحية أخرى، مثل: "حب الشباب.. السرطان.. ارتفاع ضغط الدم.. فيروس نقص المناعة البشري/الإيدز.. اضطراب نظم القلب.. زرع الأعضاء".

عوامل الخطر

تشمل العوامل التي قد تزيد احتمال ارتفاع الكوليسترول إلى مستويات غير صحية ما يلي:

- النظام الغذائي السيئ: قد يؤدي تناول الكثير من الدهون المشبعة أو المتحولة إلى وصول الكوليسترول إلى مستويات غير صحية؛ توجد الدهون المشبعة في أجزاء اللحوم الدسمة ومشتقات الحليب كاملة الدسم؛ أما الدهون المتحولة فغالبًا ما توجد في التسالي المعبأة أو الحلويات.
- السمنة: إذا كان مؤشر كتلة جسمك 30 أو أكثر، فأنت معرض لخطر ارتفاع نسبة الكوليسترول.
- قلة ممارسة الرياضة: تساعد ممارسة التمارين الرياضية على تعزيز البروتين الدهني مرتفع الكثافة (HDL) أي الكوليسترول «الجيد» في الجسم.
- التدخين: قد يؤدي تدخين السجائر إلى انخفاض مستوى البروتين الدهني مرتفع الكثافة، أي الكوليسترول «الجيد».
- المشروبات الكحولية: يمكن أن يؤدي الإفراط في شرب الكحوليات إلى زيادة مستوى الكوليسترول الإجمالي.
- العمر: حتى الأطفال الصغار قد يرتفع لديهم الكوليسترول إلى مستوى غير صحي، لكنه أكثر شيوعًا لدى الأشخاص فوق سن الأربعين؛ فمع التقدم في العمر، يصبح الكبد أقل قدرة على التخلص من كوليسترول البروتين الدهني منخفض الكثافة (LDL).

يُمكِن أن يُسبِّب ارتفاع الكوليستيرول في الدم تراكُمًا خطيرًا للكوليستيرول والرواسب الأخرى على جدران الشرايين (تصلُّب الشرايين)؛ هذه الرواسب (لويحات) يُمكِن أن تُقلِّل من تدفُّق الدم عبر الشرايين؛ مما قد يُسبِّب مضاعفات، مثل:

- آلام الصدر: إذا تأثَّرت الشرايين التي تُغذِّي قلبكَ بالدم (الشرايين التاجية)، فقد يكون لديكَ ألم في الصدر (الذبحة الصدرية)، وأعراض أخرى لمرض الشريان التاجي.
- النوبة القلبية: إذا تمزَّقت أو تقطَّعت اللويحات، يُمكِن أن تتشكَّل جلطة دموية في موقع تمزُّق اللويحات- تمنع تدفُّق الدم وتسدُّ الشريان في اتجاه مجرى الدم، إذا توقَّف تدفُّق الدم إلى جزء من قلبكَ، فستُصاب بنوبة قلبية.
- السكتة الدماغية: على غرار النوبة القلبية، تَحدُث السكتة الدماغية عندما تَمنَع الجلطة الدموية تدفُّق الدم إلى جزء من الدماغ.

الوقاية

نفس تغييرات نمط الحياة لصحة القلب التي قد تُقلِّل من مستوى الكوليستيرول قد تُساعِدك في الوقاية من ارتفاع نسبة الكوليستيرول من البداية؛ للوقاية من ارتفاع نسبة الكوليستيرول، يمكنكَ:

- تَناوُل نظام غذائي قليل المِلح يُركِّز على الفواكه والخضراوات والحبوب الكاملة.
- الحدُّ من كمِّيَّة الدهون الحيوانية واستخدام الدهون الجيِّدة باعتدال.
- التخلُّص من الوزن الزائد، والحفاظ على الوزن الصحي.
- الإقلاع عن التدخين
- ممارسة التمارين معظم أيام الأسبوع لمدة 30 دقيقة على الأقل.
- التعامُل مع الضغوط.

التشخيص

عادةً ما يوضح اختبار الدم، الذي يُجرى للتحقق من مستويات الكوليسترول ويُعرف باسم تحليل الدهون أو فحص دهنيات الدم، ما يلي:

- مستوى الكوليسترول الكلي.
- مستوى كوليسترول البروتين الدهني منخفض الكثافة.
- مستوى كوليسترول البروتين الدهني مرتفع الكثافة.
- مستوى الدهون الثلاثية، وهي نوع من الدهون الموجودة في الدم.

بوجه عام، سيُطلب منك الصوم وعدم تناول أي طعام أو سوائل بخلاف الماء لمدة من تسع إلى 12 ساعة قبل الاختبار؛ لكن لا تتطلب بعض فحوصات الكوليسترول الصوم، لذا اتبع تعليمات الطبيب.

العلاج

تُعد التغييرات في نمط الحياة (مثل ممارسة التمارين الرياضية، واتباع نظام غذائي صحي) خط الدفاع الأول أمام ارتفاع مستوى الكوليسترول؛ ولكن، إذا أجريت هذه التغييرات المهمة في نمط الحياة، وظلت مستويات الكوليسترول مرتفعة، فقد يُوصي طبيبك بتناول دواء.

يعتمد اختيار الدواء أو مجموعة الأدوية على عوامل مختلفة، بما في ذلك عوامل الخطر الشخصية وعمرك وحالتك الصحية والآثار الجانبية المحتملة للدواء.. وتشمل الاختيارات الشائعة ما يلي:

- الأدوية الخافِضة للكوليسترول: تعمل الأدوية الخافِضة للكوليسترول على إعاقة مادة يحتاجها الكبد لإنتاج الكوليسترول؛ ويدفع هذا الكبد إلى التخلص من الكوليسترول الموجود في الدم، تشمل الاختيارات أدوية مثل: أتورفاستاتين (Lipitor) وفلوفاستاتين (Lescol) ولوفاستاتين (Altoprev) وبيتافستاتين (Livalo) وبرافاستاتين (Pravachol) وروسوفاستاتين (Crestor) وسيمفاستاتين (Zocor).
- مثبطات امتصاص الكوليسترول: تَمتص أمعاؤك الدقيقة الكوليسترول من الغذاء وتفرزه في مجرى الدم، يساعد دواء إزيتمايب (Zetia) على تقليل مستوى الكوليسترول في الدم عن طريق الحد من امتصاص الكوليسترول من الطعام، يمكن استخدام إزيتمايب مع الأدوية الخافِضة للكوليسترول.
- حمض البيمبيدويك: يعمل هذا الدواء الأحدث بالطريقة نفسها التي تعمل بها الأدوية الخافِضة للكوليسترول، لكن احتمالية تسببه في آلام في العضلات أقل، يمكن أن تساعد إضافة حمض البيمبيدويك (Nexletol) إلى الحد الأقصى من جرعة الدواء الخافِض للكوليسترول على تقليل البروتين الدهني منخفض الكثافة (LDL) بدرجة كبيرة، يتوفر أيضًا قرص مركب يحتوي على كل من حمض البيمبيدويك وإزيتمايب (Nexlizet).
- أدوية راتينات لربط أحماض المرارة: يستخدم كبدك الكوليسترول لإنتاج أحماض المرارة، وهي مواد لازمة لعملية الهضم، تقلل أدوية الكولسترامين (Prevalite) وكوليسفيلام (Welchol) وكوليستيبول (Colestid) مستوى الكوليسترول بصورة غير مباشرة عن طريق الارتباط بأحماض المرارة، ويدفع ذلك الكبد إلى استخدام الكوليسترول الزائد لإنتاج المزيد من أحماض المرارة، الأمر الذي من شأنه أن يقلل مستوى الكوليسترول في الدم.
- مثبطات PCSK9: يمكن أن تساعد هذه الأدوية الكبد على امتصاص المزيد من كوليسترول البروتين الدهني منخفض الكثافة (LDL)، ما يؤدي إلى تقليل كمية الكوليسترول المنتشر في الدم، يمكن استخدام أليروكوماب (Praluent) وإيفولوكوماب (Repatha) مع الأشخاص المصابين بحالة وراثية تتسبب في وجود مستويات مرتفعة للغاية من البروتين الدهني منخفض الكثافة (LDL) أو مع الأشخاص الذين سبقت إصابتهم بمرض الشريان التاجي الذين لا يتحملون الأدوية الخافِضة للكوليسترول أو أدوية الكوليسترول الأخرى، تُحقن هذه الأدوية تحت الجلد كل بضعة أسابيع وهي أدوية باهظة الثمن.

أدوية علاج ارتفاع نسبة الدهون الثلاثية

إذا ارتفع مستوى الدهون الثلاثية، فقد يصف لك طبيبك ما يلي:

- الفايبرات: يمكن لأدوية الفينوفايبرات (Tricor وFenoglide وغيرهما) وجمفبروزيل (Lopid) أن تقلل إنتاج الكبد لكوليسترول البروتين الدهني منخفض الكثافة للغاية (VLDL)، وتسرع إزالة الدهون الثلاثية المشبعة من الدم، ويحتوي كوليسترول البروتين الدهني منخفض الكثافة للغاية في الأغلب على دهون ثلاثية مشبعة، ويمكن أن يؤدي استخدام الفايبرات مع أحد الأدوية الخافضة للكوليسترول إلى زيادة فرص التعرض للآثار الجانبية للستاتين.
- النياسين: يحد النياسين من قدرة الكبد على إنتاج الكوليسترول منخفض الكثافة (LDL) وكوليسترول البروتين الدهني منخفض الكثافة للغاية (VLDL)، لكن لا يوفر النياسين فوائد أخرى أكثر من التي توفرها الأدوية الخافضة للكوليسترول، ارتبط النياسين أيضًا بضرر الكبد والسكتات الدماغية، ولهذا لا يوصي به الأطباء حاليًا إلا للأشخاص الذين لا يمكنهم تناول الستاتين.
- المكملات الغذائية المحتوية على أحماض أوميغا 3 الدهنية: يمكن أن تفيد المكملات الغذائية المحتوية على أحماض أوميغا 3 الدهنية في تقليل مستويات الدهون الثلاثية المشبعة، وتتوفر هذه المكملات بوصفة طبية أو دون وصفة طبية، إذا اخترت تناول المكملات التي لا تحتاج وصفة طبية، فاحصل على موافقة طبيبك، يمكن أن تؤثر المكملات الغذائية المحتوية على أحماض أوميغا 3 الدهنية في أدوية أخرى تتناولها.

التصحيح
صحيفة سياسية إخبارية توعوية

قِيمَتُنا بِقِيَمِنا حقيقة لا جدال فيها

أ/ نبيل عبدالمجيد

ليس ما يميز أمتنا أنها جاءت بمبادئ تملأ الأرض نورًا وسعادة وسلامًا فحسب، بل إنها قدَّمَت نماذج راقية في امتثال تلك المبادئ في كل جوانب الحياة، حتى إن الناس دخلوا في دِين الله أفواجًا، ولم يصِل إليهم جيش، ولم يُهَدِّدوا به، وإنما بمجرَّد وُصول عدد من المسلمين الملتزمين بقِيَمِهم، والمحافظين على تديُّنهم إلى تلك البقاع؛ فتأثَّروا بأخلاقهم وتعامُلاتِهم، ولما علموا أنها مبادئ وقِيَم دِينٍ وعبادة يقومون بها، لم يَتردَّدوا في اعتناق هذا الدِّينِ العجيب، الذي يَسْحر بقِيَمِه ومبادئه كلَّ باحثٍ عن السعادة، وكلَّ سليم فطرة مِن «انحرافِ فكْر وفسادٍ طوية».

فلذلك ارتفع شأنُ هذه الأمَّة لمَّا كان ولاؤها المُطْلق لمبادئها وقِيَمِها، والتي تتَّضح من خلالها معالم الشخصية الإسلامية الحقيقية، وبالمقابل فإن تلك المعالم تذوب وتغيب عندما تذبُل المبادئ، وتُصْبح مجرَّد معانٍ بلاغية، واستراحات قصصية بين مجلَّدات الكتب، وعلى رفوف المكتبات، وشواهد لتعزيز الخُطَب والمحاضرات.

ولأن إعادة القِيَم إلى واقع الحياة ومجريات الأيام ليست بالعملية السهلة، ولا بالقرار الممكن مع وضعية محزنة؛ مِن ضعْف التثقيف العام، وسيطرة الجهل بالإسلام، وغياب الدور الرسمي، وهزال العمل المؤسَّسي، والانهزامية المترامية الأطراف في جسد الأمَّة، فإنَّ واجب الدعاة وحَمَلَةِ المبادئ والقِيَم يتضاعَف في مُنْحَيَيْنِ رئيسَين: امتثال المبادئ والعيش بها وتحمُّل ما ينتج عن ذلك، وفي الدعوة إليها والدندنة حولها، ونقلها إلى مسامع وأفهام الناس بما أمكن من وسائل وأوقات.

وعليه؛ فإن مسألة مجاهدة النفس نوع من الجهاد، بل الجهاد الأساس يبدأ مِن الجهد المتواصل ضدَّ الأهواء والشهوات والعادات السيئة، فالمتميِّز الحقيقي في الرؤية الشرعية الصافية ليس الذي يحقِّق كثيرًا مِن المنجزات وينتج عددًا من الأشياء، إنما هو ذاك الذي يحقِّق أعلى مستوى من المطابقة بين مبادئه ومُثُله وبين سلوكياته وأنشطته.

فتتأكَّد الضرورة إلى الاهتمام بالأخلاق الحميدة فكرًا وسلوكًا، والعمل الدؤوب على تحقيق النفس السوية- خاصَّة في زماننا- والذي تسعَى فيه العولمة إلى طمس هويات، ودفن شعوب وأمم تحت مظلتها وعباءتها، لا تبالي بأيِّ قِيَم، ولا تراعي أيَّ خصوصيات.

وأمَّتنا هكذا قَدَرُها، وهو عزُّها؛ لن ترتقي ارتقاءً حقيقيًّا إلا إذا انطلقت من قاعدة القِيَم والمبادئ التي قامت عليها يوم أن قامت، فلن يصعد بها إلى مرتبة الأقوياء تقليد الأقوياء ومحاكاتهم، ولو حتى محاكاتهم في تقنياتهم وتكنولوجياتهم وهي في منأًى عن حقيقتها والمتمثِّلة بقِيَمِها ومبادئها.

وحين يضعف دور القِيَم في حياة الأمة كما هو مُشَاهَد في أيامنا وفي توجيه المسار وتحديد المواقف؛ فإنه لن يحول بينها وبين الانحطاط شيء، مهما كان ما تملكه من مال وعلم وتقنية.

إن بعض الأمم تستمدُّ قوَّتها من مالها وثَرَوَاتها، والبعض الآخر تستمدُّها من النُّظُم والقوانين التي تقوم عليها، والبعض من القوة التي تملكها وهكذا، لكن أمَّة الإسلام قوتها الكبرى وميزتها في مبادئها وقِيَمها، وكل ما يضاف إليها من أرقام في العلم والتقدُّم والحضارة والبناء وغيرها يزيدها قوة إلى قوتها، لكن هذه الأرقام مهما بلغت فلن تعطي الرقم الحقيقي للأمة، إذا خلا مكان القِيَم؛ فهو الرقم الحقيقي والرئيس.

فلذلك خسارة هذه الأمة لمبادئها - حتى أفرادها - هو خسارة للذات، وليس هناك خسارة أعظم من أن يخسر المرء ذاته، فبكل أسف - وإن لم يشعر - تتحوَّل حياته إلى صورة من صور البهيمية أو النباتية، والتي ليس فيها إلا تنفُّس ونمو وتكاثُر، فلا معنى ولا هدف.

ومن هنا نعرف كم حجم المعاناة التي يعيشها أصحاب المبادئ والقِيَم في مجتمعات وأوساط تستهين بتلك المبادئ وتحكم بالعقوبة- ولو بطريقة غير مباشرة - على أصحابها، وهذا يعمِّق المأساة ويعوق التغيير.

ضرورة الديمقراطية من منظور الشريعة في نقاط

أ/ جميل الخليدي

- أن استجلاء المفاهيم وتمحيصها أمر لازم قبل الحكم عليها، فالأحرى بعلماء الأمة أن يضبطوا المفاهيم قبل إصدار الفتاوى بشأنها، ومن أولى المفاهيم بالضبط ما يستخدم في الحكم السياسي في جل العالم الإسلامي، وهو الديمقراطية.

- الديمقراطية في حقيقتها جملة من الوسائل لا تصطبغ بصبغة المجتمع الذي أنتجها بالضرورة؛ بقدر ما تقبل الاصطباغ باللون الغالب على المجتمع الذي تحكمه، فهي تصطبغ بصبغة الدين في المجتمعات التي يغلب عليها التدين، وتعتزل الدين في المجتمعات التي يغلب عليها البعد العَلماني.

- النصوص الشرعية لا تفصل في مسألة الحكم لحكمة ربانية تتمثل في ترك المسألة داخلة في إطار المصالح المرسلة حتى يتكيف كل أهل زمان بظروف زمانهم ومكانهم.

- نظام الحكم في الشريعة الإسلامية يقوم على مبدأ خضوع الحاكم والمحكوم للأوامر الربانية، وهو ما يستبعد إمكانية قيام الاستبداد ما دام الوازع الديني قائمًا.

- ليس من الإنصاف أبدًا القول إن الديمقراطية تتطابق مع نظام الحكم في الإسلام، لأن في ذلك إجحافًا بحقها، وحيفًا بحق الشريعة الإسلامية.

- الشريعة الإسلامية حريصة كل الحرص على أن يتولى شؤون الناس خيارهم، وذلك من خلال تبنيها لمبدأ ترشيد الاختيار وموازنتها بين الكم في الكيف، وإضفائها طابعًا من الأخلاق على السياسة، وإقرارها للحق في المعارضة على أنها من باب الأمر بالمعروف والنهي عن المنكر، وليست آلية للتصعيد وتصيد الأخطاء.

- تتوقف صلاحية الوسائل الديمقراطية للتطبيق في العالم الإسلامي على قدرتها على استيعاب مبدأ ترشيد الاختيار، وعلى تبني الوازع الديني بوصفه مؤهلاً من مؤهلات تولي السلطة.

- الوسائل الديمقراطية مرنة بطبيعتها، وبوسع كل الدول أن تكيفها لواقعها، فهي ليست سوى وسيلة لمباشرة الدولة لسلطانها، والدولة تجربة فريدة لكل مجتمع، فلا يمكن استنساخ تجربة مجتمع وإسقاطها على مجتمع غيره.

- إن أكبر خطيئة يمكن أن يرتكبها باحث منصف هي أن يسوي في المقارنة بين فكرة بشرية نسبية منفردة متغيرة غير نهائية، (أي الديمقراطية)، وبين تعاليم دين إلهي مطلق نهائي لا يأتيه الباطل من بين يديه ولا من خلفه، فإذا كانت الشريعة الإسلامية هي خاتمة الشرائع، فالديمقراطية ليست نهاية التفكير البشري في مجال السياسة، فلن تعجز البشرية بمختلف أديانها عن الإتيان بما هو أفضل من الديمقراطية في مستقبل الأيام.

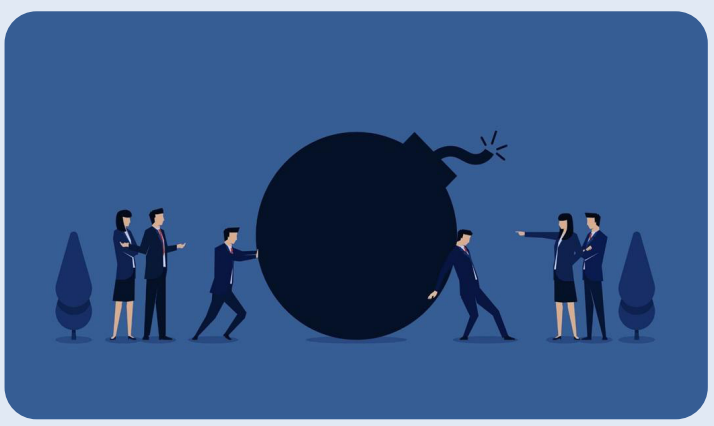
- إضفاء الصبغة الأخلاقية المتأتية من خصائص الحكم في الإسلام على المبادئ الديمقراطية أولى من تبنيها بشكل عشوائي أعمى تتنقل معه بعض القيم الغربية الغريبة عن الإسلام إلى المجتمعات الإسلامية.

- إن الديمقراطية عند النظر إليها باعتبارها مجرد آليات جوفاء تمكن من التداول السلمي على السلطة لا يمكن اعتبارها منافية للإسلام؛ لأن نظرية الحكم الإسلامي لم تتناولها نصوص قطعية، وإنما متروكة على سبيل المصالح المرسلة.

- الديمقراطية عند النظر إليها بوصفها منظومة فكرية لا تكون سوى تيار من التيارات الفكرية التي يجب أن نتجادل معها بالتي هي أحسن، ولا معنى لتجاهلنا إياها لأن ذلك لا يؤدي لاختفائها، بل إنها ستبقى قائمة ونشطة، فالعصر لم يعد يسمح بالتقوقع الفكري.

الدعوات الطائفية تعميق لجراحات وخلافات الأمة

أ/ إبراهيم الجرفي



بالعقل والوعي والعلم والثقافة تجاوزت كل الأمم والشعوب خلافاتها وصراعاتها الدينية والمذهبية والطائفية، وانتقلت لمراحل جديدة في حياتها وعلاقاتها وتفاعلاتها وحاضرها، حافلة بالإيجابية والتطور والتقدم والرفاهية، ويممت وجها نحو المستقبل الأفضل لجميع أفرادها، باستثناء الشعوب العربية والاسلامية الغارقة في مستنقع خلافاتها وصراعاتها الطائفية والمذهبية التي تشدها نحو الماضي وتمنعها من التطلع نحو المستقبل، وتحول دون استشراقها لمستقبل أكثر إشراقًا وازدهارًا، وتجعلها غارقة في استذكار واستدعاء سلبيات وخلافات القرون الغابرة، ولا يفتأ أصحاب وأرباب الفكر الطائفي والمذهبي يستذكرون كل الخلافات وينكئون جراحاتها في كل مواقفهم وخطاباتهم، كل ذلك يترتب عليه تجديد الخلافات وتعميقها وتوسيع الهوة بين أبناء الأمة، بدلا من تجاوزها وإغلاق ملفاتها، وسبر أغوارها.

ولن نبالغ إذا قلنا بأن استدعاء الخلافات الطائفية والمذهبية هو السبب الرئيس لما تعيشه الأمة العربية والاسلامية من تخلف وتراجع حضاري، وهو المحرك الأول لكل الخلافات والصراعات التي تطحن مقدراتها وتسحق امكانياتها وتحطم آمالها وطموحاتها؛ وبذلك، فإن استدعاء تلك الخلافات والتذكير بها والتخندق خلف أسوارها لا يخدم الأمة بأي حال من الأحوال؛ بقدر إضرارها بكل الدعوات الساعية إلى ردم هوة الخلافات وتمديد جسور التقارب بين الأخوة في الدين، كون استدعاء تلك الخلافات والحديث عنها والتركيز عليها عند كل شاردة وواردة هو ليس أكثر من دعوات صريحة لتجديد تلك الخلافات وتجذيرها في عقول الأجيال في الحاضر والمستقبل.

كل ذلك رغم أن ما حدث بين المسلمين من خلافات بعد وفاة الرسول عليه الصلاة والسلام ليست أكثر من خلافات سياسية، ومثل هذه الخلافات واردة في حياة الأمم والحضارات البشرية، فالصحابة رضوان الله عليهم أجمعين ليسوا ملائكة فهم بشر والخلاف والاختلاف من صفات البشر، فما حدث هو أمر طبيعي خلاف سياسي بين أفراد الدولة الاسلامية الناشئة بعد رحيل قائدها، خلاف حول كيفية انتقال السلطة بطريقة سلمية، فلا بد لهذه الدولة من قيادة جديدة تدير أمورها وتتولى إدارة شؤون الحكم فيها، وأياً تكن اعتراضات البعض حول طريقة وآلية وشخصيات ذلك الانتقال، إلا أنه كان انتقال سلمي ومدني ناجح وحضاري بكل المقاييس السياسية.

لكن ما حدث بعد ذلك من تضخيم لتلك الخلافات وتهويل من شأنها، وإيقاف عجلة التاريخ عند سقيفة بني ساعدة هو لأهداف وغايات سياسية وسلطوية، الهدف منها إثارة الخلافات الطائفية والمذهبية بين أبناء الدين الواحد، وتقسيمهم إلى فرق وطوائف متصارعة ومتناحرة، واستدعاء واستذكار تلك الأحداث وتصويرها خارج سياقاتها السياسية هو تجديد لها وحرص على استمراريتها، والرأي السياسي الموضوعي والعقلاني الصائب حول ذلك الموقف هو أنه موقف استدعته الضرورة السياسية والحاجة الملحة، وبدون شك بأن الإرادة الإلهية كانت حاضرة في ذلك الموقف التاريخي الذي توقف عليه مصير ومستقبل الاسلام والمسلمين، ولو فشل ذلك الاجتماع لا سمح الله لتطورت الأحداث نحو المزيد من السلبية والخلاف والانقسام والصراع.

نعم لن نبالغ إذا قلنا بأن النتائج التي خرج بها اجتماع سقيفة بني ساعدة، قد جاءت بأفضل الحلول المتاحة والممكنة في تلك اللحظة التاريخية والمفصلية والحاسمة في تاريخ الأمة العربية والاسلامية، فقد انقذت قرارات ذلك الاجتماع السياسي الطارئ الدولة الاسلامية الفتية من الدخول في متاهات الخلافات والصراعات والانقسامات الداخلية، التي تطورت وتبلورت فيما بعد وترتب عليها انقسام الأمـة إلى مذاهب وطوائف وفرق متناحرة ومتصارعة.

نعم إن ذلك الموقف التاريخي الشجاع الـذي خرج به اجتماع سقيفة بني ساعدة الطارئ، هو من قطع الطريق أمام الخلافات بين المسلمين في ذلك الوقت الحرج، وأغلق الباب أمامها ولو مؤقتًا، حتى اشتد عود الدولة الاسلامية الناشئة، وثبتت جذورها في أعماق الأرض، واتسعت رقعتها الجغرافية وعم خيرها العباد والبلاد، فلم تستطع تلك الخلافات والدعوات الطائفية والمذهبية والعنصرية بعد ذلك من القضاء عليها، وانحصر تأثيرها في حجب نورها وإضعاف شوكتها ووقف توسعها وتراجعها الحضاري، وصناعة الخلافات والانقسامات بين أفرادها، وتحويلها من دولة قوية موحدة إلى دويلات وإمارات متصارعة ومنقسمة على بعضها وضد بعضها، بسبب الانقسامات والخلافات الفكرية والمذهبية والطائفية التي حولت الخلاف السياسي بين الصحابة رضوان الله عليهم إلى خلافات عقائدية ومذهبية وطائفية ، وجعلت المسلم عدوا لأخيه المسلم.

وخلاصة القول، أن التعصب الطائفي لا يمكن أن يعود بالخير على أي أمة حل فيها، فكل ما يأتي منه هو الشر والضعف والهوان والانقسام والصراع والكراهية، والخيار الوحيد أمام الأمة العربية والاسلامية لاستعادة دورها الريادي في مسيرة الحضارة البشرية، هو بإغلاق كل الملفات الشائكة والخلافات العالقة، والتطلع لمستقبل أكثر توافقاً وتقارباً وتصالحاً، بعيداً عن المشاحنات والمناكفات والدعوات الطائفية والمذهبية.

التصحيح
صحيفة سياسية إخبارية توعوية

ارتباط حقيقة الشهادتين والدين بالقول والعمل

الشيخ/ عمر ابن حفيظ

إنَّ حقائقَ الدين ما مَلَكَ مشاعرَ الإنسانِ وأحاسيسَه ووجدانَه، وإننا في إيمانٍ بإلهٍ يقولُ عنه المرسَل منه إلينا: (إنَّ الله لا ينظرُ إلى صُوَرِكم ولا إلى أجسادِكم ولكن ينظرُ إلى قلوبِكم)، نُوقِنُ بأنه يجبُ أن يَنزِلَ الدينُ منَّا منزلتَه من هذه القلوب؛ فيملكُ منَّا مشاعرَنا، وعواطفَنا، ووجدانَنا، وأذواقنا؛ لنكون على صدقٍ في دينِ الإسلام «استسلام» للملكِ العلَّام جلَّ جلاله؛ إيقاناً أنه لا أعلمُ منه «أَلَا يَعْلَمُ مَنْ خَلَقَ وَهُوَ اللَّطِيفُ الْخَبِيرُ»، ولا أحكمُ منه، ولا أحقَّ بأن يَحكُمَ علينا ويَتحكَّم فينا منه -جَلَّ جلاله وتعالى في علاه؛ لا أنفسنا- فضلا عمَّن سواها- ممَّن على ظهر الأرض أفرادًا وجماعات شعوبًا ودول ليسوا هم الخالقين وليسوا هم الرازقين وليسوا هم أهلُ الحقِّ في الشرعِ والتحكُّم علينا؛ ولكن الذي خلَق هو الأعلم، وهو الأحكَم، وهو الأحقُّ أن يُخضَع له، ويُستسلَم له من نفس كُلِّ مخلوقٍ خلَقه.

وقد ميَّزَ اللهُ المكلفين مِن الإنسِ والجنِّ بما آتاهم مِن أسماعٍ وأبصارٍ وعقولٍ ومـدارِكَ، وما جعل لهم مِن مساحةِ الاختيارِ والإرادة، خلقَها لهم، ومكَّنهم ما لم يُمَكِّن غيرَهم مِن الحيوانات والنباتات والجمادات؛ وجعل الثوابَ والعقابَ مرتباً على تلك الإراداتِ الموهوبة، تلك الاختيارات المُعطَاة لهم، وتلك القدُراتُ التي آتاهم إيَّاها جلَّ جلاله: «إِنَّا خَلَقْنَا الْإِنسَانَ مِن نُّطْفَةٍ أَمْشَاجٍ نَّبْتَلِيهِ فَجَعَلْنَاهُ سَمِيعًا بَصِيرًا، إِنَّا هَدَيْنَاهُ السَّبِيلَ إِمَّا شَاكِرًا وَإِمَّا كَفُورًا»، «إِمَّا شَاكِرًا»: نعمة المُنعِم؛ « وَإِمَّا كَفُورًا»: جحودا بالإله الذي خلق ومُقَدِّماً أمرَ النفس وأمر الهوى، بل أمرَ هوى ونفسِ غيرِه مِن البشرِ على أمرِ الله! ومنهجِ الله وحُكمِ الله جَلَّ جلاله! ووحيِه الذي أوحاه إلى النبيِّ المصطفى محمد خاتمًا للنبيين ومبعوثًا مُرسَلاً للعالمين رحمةً مِن الحقِّ بشيرا ونذيرًا؛ فأعرضَ أكثرُهم فهم في غفلةٍ فهم لا يسمعون، والعياذ بالله تبارك وتعالى!

المتعبد امتثالا لأمر الله في شهرٍ مِن أشهر الحرم متوجها للعليِّ الأعلى: مثلا إنَّ مِن مهامٍّ ومقاصدِ الجمعة تقويمَ شعورك، وعواطفك، وإحساسِك، ووجدانِك أنَّك عبدٌ لحيٍّ قيوم تسجدُ له، وتُمكِّنُ حقائقَ «الاستسلام» له -جَلَّ جلاله- مِن قلبِك فيفيضُ على جوارحِك. فلا تبيعُ عينَك لمَن ينشرُ الفساد، لا تبيعُ عينَك لمَن يغريك بما يضرُّك ويفسدُك ويوقعُك في مخالفةِ أمرِ خالقِ العينِ الذي قال: «قُل لِّلْمُؤْمِنِينَ يَغُضُّوا مِنْ أَبْصَارِهِمْ وَيَحْفَظُوا فُرُوجَهُمْ ۚ ذَٰلِكَ أَزْكَىٰ لَهُمْ ۗ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا يَصْنَعُونَ؛ وَقُل لِّلْمُؤْمِنَاتِ يَغْضُضْنَ مِنْ أَبْصَارِهِنَّ وَيَحْفَظْنَ فُرُوجَهُنَّ وَلَا يُبْدِينَ زِينَتَهُنَّ إِلَّا مَا ظَهَرَ مِنْهَا وَلْيَضْرِبْنَ بِخُمُرِهِنَّ عَلَىٰ جُيُوبِهِنَّ».

أصلٌ في دين الله: أن تتمكَّنَ «لا إله إلا الله» مِن قلبك وعقلِك وفكرِك؛ فتُقَدِّم أمرَ اللهِ على كلِّ أمر، وتعيشُ على ظهرِ الأرض عبداً لخالقِ الأرضِ والسماءِ متهيِّئاً للقائه والعرضِ عليه: «يَوْمَ يَقُومُ الرُّوحُ وَالْمَلَائِكَةُ صَفًّا لَّا يَتَكَلَّمُونَ إِلَّا مَنْ أَذِنَ لَهُ الرَّحْمَٰنُ وَقَالَ صَوَابًا»، «ذَٰلِكَ الْيَوْمُ الْحَقُّ»، «لِيَوْمٍ تَشْخَصُ فِيهِ الْأَبْصَارُ، مُهْطِعِينَ مُقْنِعِي رُءُوسِهِمْ لَا يَرْتَدُّ إِلَيْهِمْ طَرْفُهُمْ، وَأَفْئِدَتُهُمْ هَوَاءٌ».

اغنمُوا معنى «الجمعة» وتربيتَها لمشاعرِنا، ولأحاسيسنا، أننا عبادٌ لربٍّ قال: «يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِذَا نُودِيَ لِلصَّلَاةِ مِن يَوْمِ الْجُمُعَةِ فَاسْعَوْا إِلَىٰ ذِكْرِ اللَّهِ..» في تربيةِ العواطفِ والمشاعرِ والأحاسيسِ والواجدان، قال إذا عَرَضَ لكم إرادةُ بيعٍ أو شراءٍ لشيءٍ من المتاع فقدِّموا أمري على هذا العارضِ لنفوسكم والشهوةِ في دواخلِكم وقدِّموا الفرضَ أولا؛ «وَذَرُوا الْبَيْعَ ذَٰلِكُمْ خَيْرٌ لَّكُمْ إِن كُنتُمْ تَعْلَمُونَ» وإني قد فسحتُ لكم مجالًا في المباحات لتأخذوها على وجهها في أوقاتها «فَإِذَا قُضِيَتِ الصَّلَاةُ فَانتَشِرُوا فِي الْأَرْضِ وَابْتَغُوا مِن فَضْلِ اللَّهِ..» وزُمُّوا زمامَ أنفسكم ومشاعركم بكثرةِ ذكري «وَاذْكُرُوا اللَّهَ كَثِيرًا لَّعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ»، ثم عابَ انحطاطَ المشاعرِ وتخلُّفها عن القيامِ بحقِّ الدينِ والواجبِ في الدِّين فقال: «وَإِذَا رَأَوْا تِجَارَةً أَوْ لَهْوًا انفَضُّوا إِلَيْهَا وَتَرَكُوكَ قَائِمًا قل مَا عِندَ اللَّهِ خَيْرٌ مِّنَ اللَّهْوِ وَمِنَ التِّجَارَةِ ۚ وَاللَّهُ خَيْرُ الرَّازِقِينَ».

الذين انفلتَت منهم المشاعرُ والأحاسيسُ عن حقائق «لا إله إلا الله» كانوا عُرضَةً لِمَا يبثُّ مَن يريدُ الشرَّ لأهلِ الأرضِ مِن قلَّةِ الحياء، ومِن تبرُّجِ النساء، ومِن اختلاطِ النساءِ بالرجال، ومِن استحسانِ القبيحِ في ميزانِ الله بما يدعو إليه إبليسُ وجندُه على ظهرِ هذه الأرض؛ فتتعطَّل عندهم المشاعرُ والأحاسيسُ حتى يرَوا المنكرَ معروفاً والمعروفَ منكرًا! ومنهم مَن يزيدُ على ذلك فيأمرُ بالمنكرِ وينهَى عن المعروف! وقد استحوذَ عليه عدوُّه فلَعِبَ به على ظهرِ هذه الأرض يخالفُ ربَّ الأرض وربَّ السماء! ويُهمِلُ أهلًا ويُهمِلُ أبناءً وبناتٍ ينساقون حتى في الأشهرِ الحرم، حتى في أيامِ العشرِ وراءَ تعظيمٍ ما ليس بعظيم! ووراء ما جاء عنه التحريمُ مِن النظرِ الحرام في مختلفِ الأجهزةِ غافلاً عن حقيقةِ «لا إله إلا الله» وأوامرِ مِن الحق! باع عينَه، وباع أذنَه وباع لسانَه لمن يَشرَعُ له مخالفةَ شرعِ الذي خلق أذنَه وخلقَ عينَه وخلق لسانَه وكوَّنه تكوينا! «مِن نُّطْفَةٍ فَإِذَا هُوَ خَصِيمٌ مُّبِينٌ» مِن نطفَة ثم مِن علقة ثم مِن مضغة ثم عظام ثم كسا العظامَ لحمًا ثم أنشأه خلقًا آخر جَلَّ جلاله وتعالى!

خذوا سرَّ «الجمعة» واخرجوا بمشاعرَ فيَّاضةٍ بحقائقِ الإيمان والدين تتعاملون بها في الحياة غير مخدوعين ولا مُستَعبدين لما يُنشَرُ ويُذَاعُ وتُدعَونَ إليه مِن كُلِّ ما خالفَ شرعَ الجبَّار الأعلَى تعالى في علاه! والله يقولُ وقولُه الحقُّ المبين: «وَإِذَا قُرِئَ الْقُرْآنُ فَاسْتَمِعُوا لَهُ وَأَنصِتُوا لَعَلَّكُمْ تُرْحَمُونَ»، وقال تبارك وتعالى: «فَإِذَا قَرَأْتَ الْقُرْآنَ فَاسْتَعِذْ بِاللَّهِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ».

أعوذ بالله مِن الشَّيطان الرَّجيم: «يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تَتَّخِذُوا الْيَهُودَ وَالنَّصَارَىٰ أَوْلِيَاءَ ۘ بَعْضُهُمْ أَوْلِيَاءُ بَعْضٍ، وَمَن يَتَوَلَّهُم مِّنكُمْ فَإِنَّهُ مِنْهُمْ، إِنَّ اللَّهَ لَا يَهْدِي الْقَوْمَ الظَّالِمِينَ؛ فَتَرَى الَّذِينَ فِي قُلُوبِهِم مَّرَضٌ يُسَارِعُونَ فِيهِمْ يَقُولُونَ نَخْشَىٰ أَن تُصِيبَنَا دَائِرَةٌ، فَعَسَى اللَّهُ أَن يَأْتِيَ بِالْفَتْحِ أَوْ أَمْرٍ مِّنْ عِندِهِ فَيُصْبِحُوا عَلَىٰ مَا أَسَرُّوا فِي أَنفُسِهِمْ نَادِمِينَ، وَيَقُولُ الَّذِينَ آمَنُوا أَهَٰؤُلَاءِ الَّذِينَ أَقْسَمُوا بِاللَّهِ جَهْدَ أَيْمَانِهِمْ إِنَّهُمْ لَمَعَكُمْ، حَبِطَتْ أَعْمَالُهُمْ فَأَصْبَحُوا خَاسِرِينَ، يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا مَن يَرْتَدَّ مِنكُمْ عَن دِينِهِ فَسَوْفَ يَأْتِي اللَّهُ بِقَوْمٍ يُحِبُّهُمْ وَيُحِبُّونَهُ أَذِلَّةٍ عَلَى الْمُؤْمِنِينَ أَعِزَّةٍ عَلَى الْكَافِرِينَ يُجَاهِدُونَ فِي سَبِيلِ اللَّهِ وَلَا يَخَافُونَ لَوْمَةَ لَائِمٍ، ذَٰلِكَ فَضْلُ اللَّهِ يُؤْتِيهِ مَن يَشَاءُ، وَاللَّهُ وَاسِعٌ عَلِيمٌ، إِنَّمَا وَلِيُّكُمُ اللَّهُ وَرَسُولُهُ وَالَّذِينَ آمَنُوا الَّذِينَ يُقِيمُونَ الصَّلَاةَ وَيُؤْتُونَ الزَّكَاةَ وَهُمْ رَاكِعُونَ، وَمَن يَتَوَلَّ اللَّهَ وَرَسُولَهُ وَالَّذِينَ آمَنُوا فَإِنَّ حِزْبَ اللَّهِ هُمُ الْغَالِبُونَ، يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تَتَّخِذُوا الَّذِينَ اتَّخَذُوا دِينَكُمْ هُزُوًا وَلَعِبًا مِّنَ الَّذِينَ أُوتُوا الْكِتَابَ مِن قَبْلِكُمْ وَالْكُفَّارَ أَوْلِيَاءَ ۚ وَاتَّقُوا اللَّهَ إِن كُنتُم مُّؤْمِنِينَ، وَإِذَا نَادَيْتُمْ إِلَى الصَّلَاةِ اتَّخَذُوهَا هُزُوًا وَلَعِبًا ۚ ذَٰلِكَ بِأَنَّهُمْ قَوْمٌ لَّا يَعْقِلُونَ، قُلْ يَا أَهْلَ الْكِتَابِ هَلْ تَنقِمُونَ مِنَّا إِلَّا أَنْ آمَنَّا بِاللَّهِ وَمَا أُنزِلَ إِلَيْنَا وَمَا أُنزِلَ مِن قَبْلُ وَأَنَّ أَكْثَرَكُمْ فَاسِقُونَ».. وقال سبحانه: "وَمَا كَانَ لِمُؤْمِنٍ وَلَا مُؤْمِنَةٍ إِذَا قَضَى اللَّهُ وَرَسُولُهُ أَمْرًا أَن يَكُونَ لَهُمُ الْخِيَرَةُ مِنْ أَمْرِهِمْ وَمَن يَعْصِ اللَّهَ وَرَسُولَهُ فَقَدْ ضَلَّ ضَلَالًا مُّبِينًا».

فاتَّقوا اللهَ فيما تحمِلونَ مِن أحاسيسَ ومواجيدَ ومشاعرَ وأذواق، وكونوا على تقوى الإلهِ الخلَّاق؛ لا تبيعوا شيئاً مما خلقَ مِن أعضائكم للفُسَّاق، ولا للدعاةِ إلى الانحطاطِ في القِيَمِ والأخلاق: «وَإِن تُطِعْ أَكْثَرَ مَن فِي الْأَرْضِ يُضِلُّوكَ عَن سَبِيلِ اللَّهِ ۚ إِن يَتَّبِعُونَ إِلَّا الظَّنَّ وَإِنْ هُمْ إِلَّا يَخْرُصُونَ».. «يُرِيدُ اللَّهُ لِيُبَيِّنَ لَكُمْ وَيَهْدِيَكُمْ سُنَنَ الَّذِينَ مِن قَبْلِكُمْ وَيَتُوبَ عَلَيْكُمْ وَاللَّهُ عَلِيمٌ حَكِيمٌ»، «وَاللَّهُ يُرِيدُ أَن يَتُوبَ عَلَيْكُمْ وَيُرِيدُ الَّذِينَ يَتَّبِعُونَ الشَّهَوَاتِ أَن تَمِيلُوا مَيْلًا عَظِيمًا».

أحسِن توديعَ رمضان، واستقبل عشراً مِن أبركِ أيام عُمرِك ومن أعظمِ أيامِ سَنَتِك؛ هي العشرُ الأول من شهر ذي الحجة بمشاعرَ خالصةٍ نقيَّةٍ تعبدُ اللهَ فيها وحدَه لا شريكَ له، تُطَهِّر فيها أعضاءك، وبيتَك، وما في بيتِك، وأجهزتَك، وعقولَ أولادِك وأهلِك مِن تبعيَّةِ الفجارِ والكفار والأشرار؛ ليكون منهجُ اللهِ هو النور والمنار وهو الهدى في السِّرِّ والإجهار، مُقتَدِيًا بالنبي المختار صلى الله عليه وصحبه وسلم، الذي عاش بيننا لم يعجبْه شيءٌ مِن الدنيا، ولم يعجبْه أحدٌ مِن الناس إلا أن يكون ذا تقى، لا يهابُ الملوكَ ولا مَن دونَهم، لا يغضبُ لنفسه، ولا ينتصرُ لها، ولا يغضبُ إلا لله، (فإذا أُضيعَ حقُّ اللهِ لم يقم أحدٌ لغضبه) صلى الله عليه وسلم، عبد الله ورسوله المجتبى المصطفى المختار.. وفَسَحَ لنا باب المباحات وما أحلَّه الله لنا في شرعِه الكريم مِن منظوراتٍ ومسموعاتٍ ومشمومات ومطعومات ومشروبات وملبوسات ومسكونات ومركوبات.. وما إلى ذلك ببيانٍ واضحٍ عن الإلهِ الحقِّ القيومِ يُتحرَّى فيه أمرُه ويُطلَبُ فيه الحلال؛ فيكونُ العُدَّةَ لحميدِ الأفعال، وشريفِ الخِصَال، وللنجاةِ في يوم المآل.

فليَشغَل ذكرُ اللهِ النصيبَ الأوفى مِن أفكارنا ومِن أوقاتنا «وَالذَّاكِرِينَ اللَّهَ كَثِيرًا وَالذَّاكِرَاتِ أَعَدَّ اللَّهُ لَهُم مَّغْفِرَةً وَأَجْرًا عَظِيمًا».

توعية الأبناء الأهمية والوسائل

أ.د/ خالد عبدالعزيز

إن من أعظم ما افترضه الله علينا تجاه نعمة الذرية أن نقوم على أمر تربيتهم وتعاهدهم بما يصلح لهم أمور دنياهم وآخرتهم، ولذا فإننا حينما نتحدث عن تربية الأبناء؛ فإنما نتحدث عن أمانة عظيمة ومسئولية جسيمة؛ الأولاد في القرآن الكريم زينة الحياة الدنيا: ﴿الْمَالُ وَالْبَنُونَ زِينَةُ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا﴾ الكهف: 46، وهم منة من الله ونعمة تستحق الشكر: «وَجَعَلْتُ لَهُ مَالاً مَمْدُوداً، وَبَنِينَ شُهُوداً، وَمَهَّدْتُ لَهُ تَمْهِيداً» المدثر 12-14.

فلا داعي لتضييعهم في المراكز الصيفية الطائفية، وغسل أدمغتهم بالسموم والأفكار الدخيلة والسوداء.. إن الأبناء أمانة ومسئولية، يقول عليه الصلاة والسلام: «كُلُّكُمْ رَاعٍ وَكُلُّكُمْ مَسْئُولٌ عَنْ رَعِيَّتِهِ الْإِمَامُ رَاعٍ وَمَسْئُولٌ عَنْ رَعِيَّتِهِ وَالرَّجُلُ رَاعٍ فِي أَهْلِهِ وَهُوَ مَسْئُولٌ عَنْ رَعِيَّتِهِ وَالْمَرْأَةُ رَاعِيَةٌ فِي بَيْتِ زَوْجِهَا وَمَسْئُولَةٌ عَنْ رَعِيَّتِهَا وَالْخَادِمُ رَاعٍ فِي مَالِ سَيِّدِهِ وَمَسْئُولٌ عَنْ رَعِيَّتِهِ» رواه البخاري (893) ومسلم (1829)، وثبت أن النبي صلى الله عليه وسلم قال:(إِنَّ اللَّهَ سَائِلٌ كُلَّ رَاعٍ عَمَّا اسْتَرْعَاهُ) رواه الترمذي (1705).

إن بعض الآباء يؤدي حقوق الأبناء من مطعم وملبس ويغفل عما هو أهم من ذلك، فيغفل عما هو أهم وأعظم ألا وهو تأديبهم وتعليمهم وتربيتهم، وقد رُوِيَ عن النبي عليه الصلاة والسلام أنه قال: (مَا نَحَلَ وَالِدٌ وَلَدًا مِنْ نَحْلٍ أَفْضَلَ مِنْ أَدَبٍ حَسَنٍ) رواه الترمذي (1952) واللفظ له، وأحمد (14977)، والمعنى أن أفضل ما يهب الوالد لولده حسن الأدب ولا شك أن ذلك خير من صنوف الأموال والهبات.

ومن الأخطاء أن بعض الآباء يعتني بالأبناء الذكور ويهمل البنات، وقد قال عليه الصلاة والسلام:(مَنْ عَالَ ثَلَاثَ بَنَاتٍ فَأَدَّبَهُنَّ وَزَوَّجَهُنَّ وَأَحْسَنَ إِلَيْهِنَّ فَلَهُ الْجَنَّةُ) رواه أبو داود (1547).

إن التربية من أفضل الأعمال وأقرب القربات، فهي دعوة وتعليم ونصح وإرشاد وعمل وقدوة ونفع للفرد والمجتمع؛ وكيف لا تكون من أعظم الأعمال وأجلّها وهي مهمة الأنبياء والرسل؟! وقد قال تعالى: «هُوَ الَّذِي بَعَثَ فِي الْأُمِّيِّينَ رَسُولاً مِنْهُمْ يَتْلُو عَلَيْهِمْ آيَاتِهِ وَيُزَكِّيهِمْ وَيُعَلِّمُهُمُ الْكِتَابَ وَالْحِكْمَةَ» الجمعة: 2.

قال ابن كثير رحمه الله تعالى: ويزكيهم: ويطهرهم من رذائل الأخلاق ودنس النفوس؛ وهي أعظم مسئوليات الآباء تجاه ابنائهم.. قال الإمام الغزالي رحمه الله تعالى: «الصبي أمانة عند والديه، وقلبه الطاهر جوهرة نفيسة خالية عن كل نقش وصورة، وهو قابل لكل نقش، ومائل إلى كل ما يمال إليه، فإن عوِّد الخير نشأ عليه، وسعد في الدنيا والآخرة أبواه، وإن عوِّد الشر وأُهْمِلَ إهمال البهائم، شقي وهلك، وكان الوزر في رقبة القيِّم عليه.

وكما أن البدن في الابتداء لا يخلق كاملاً وإنما يكمل ويقوى بالغذاء؛ فكذلك النفس تخلق ناقصة قابلة للكمال، وإنما تكمل بالتربية وتهذيب الأخلاق والتغذية بالعلم) أ.هـ.

وذكر الراغب الأصفهاني: أن الخليفة المنصور بعث إلى من في الحبس من بني أمية مَنْ يقول لهم: ما أشدَّ ما مرَّ بكم في هذا الحبس؟ قالوا: ما فقدنا من تربية أبنائنا؛ إنَّ مهمَّةَ تربية الأولاد مهمة عظيمة، يجب على الآباء أن يحسبوا لها حسابها، ويعدوا العدة لمواجهتها خصوصًا في هذا الزمان الذي كثرت فيه دواعي الفساد وتنوعت فيه وسائل التأثير وكَثُرَ إهمال الشباب، فلم يعد يُسأل عنهم، وخرجت البنات مع السائقين، وقل الحزم والغيرة في الرجال، وكل ذلك مقرون مع الاهمال في التربية.

استمعوا إلى التوجيه الإلهي العظيم: «يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا قُوا أَنْفُسَكُمْ وَأَهْلِيكُمْ نَاراً وَقُودُهَا النَّاسُ وَالْحِجَارَةُ عَلَيْهَا مَلَائِكَةٌ غِلاظٌ شِدَادٌ لا يَعْصُونَ اللَّهَ مَا أَمَرَهُمْ وَيَفْعَلُونَ مَا يُؤْمَرُونَ» التحريم: 6؛ والمعنى: قوا أهليكم النار بفتح أبواب الخير لهم وتوجيههم إليها وتشجيعهم عليها، بينوا لهم الحق وفوائده ومروهم به، وبينوا لهم الباطل أضراره وحذروهم منه، وعرفوهم بأحوال الإيمان وألزموهم بأركان الإسلام، مروهم بالصلاة وعودوهم مخافة الله والالتجاء إليه، واغرسوا في قلوبهم محبته وتعظيمه، وبينوا لهم نعمه الظاهرة والباطنة واغرسوا في قلوبهم محبة النبي صلى الله عليه وسلم وما حصل على يديه من الخير العظيم لأمته، بينوا لهم أخلاق النبي الكريمة؛ وعلموا ابناءكم محاسن الأخلاق والصدق في القول والعمل وكونوا لهم قدوة.

عودوهم الإحسان إلى الخلق، وحذروهم من الاعتداء والظلم، أغرسوا في قلوبهم محبة المؤمنين ووجهوهم لما ينفعهم، شجعوهم على قراءة الكتب النافعة وحذروهم من الكتب الضارة والمجلات الهابطة والقنوات السيئة؛ احرصوا على الرفقة الصالحة لهم وباعدوهم عن رفقة السوء، ألزموا نساءكم وعودوهن العفة والحياء والحجاب.

إن مما يعين على صلاح الأبناء: الاهتمام بهذا الأمر واستخدام الوسائل المعينة، ومن ذلك اختيار الزوجة الصالحة والعناية بالأبناء وعدم إهمالهم، وقد جاء رجل إلى عمر بن الخطاب رضي الله عنه يشكو عقوق ولده فأمره بإحضاره فسأله، فقال: يا أمير المؤمنين ما حقي على والدي؟ فقال أن يحسن اختيار أمك، ويحسن اختيار اسمك، ويعلمك القرآن، قال: ما فعل شيء من ذلك، فقال عمر للأب: انطلق فقد عققت ابنك قبل أن يعقك.

إن البعض يشتكي عقوق الأبناء وهو يصلى بهم شقاءً بدل أن يجد السعادة، ولو فطن قليلاً لعرف أن السبب في ذلك أنه أهملهم ولم يعتنِ بتربيتهم؛ إن مما يعين على إصلاح الأبناء: وصلاحهم القدوة الصالحة، فلا ينفع التوجيه بالقول مع المخالفة بالفعل، فالقدوة لها أثرها البالغ دون ضجيج، ولقد كان الرسل قدوة لأممهم فعلى المربين أن يكونوا قدوة صالحة لمن يربونهم.

روى الجاحظ أن عقبة بن أبي سفيان قال لمؤدب ولده (ليكن أول ما تبدأ به من إصلاح بنيك؛ إصلاح نفسك فإن أعينهم معقودة بعينيك، وعلمهم سير الحكماء وأخلاق الأدباء وكن لهم كالطبيب الذي لا يعجل بالدواء حتى يعرف الداء).

ومما يعين على تربية الأبناء: كثرة الدعاء لهم بالهداية والصلاح وهذا دأب الأنبياء فهم أكثر الناس دعاء لصلاح أبنائهم مع أنهم أفضل الخلق قدوة وعلماً وأخلاقاً، فهذا إبراهيم الخليل عليه السلام يقول: «رَبِّ هَبْ لِي مِنَ الصَّالِحِينَ» الصافات:100، ويقول: «وَاجْنُبْنِي وَبَنِيَّ أَنْ نَعْبُدَ الْأَصْنَامَ»، إبراهيم: 35؛ ويقول وإسماعيل عليهما السلام: «رَبَّنَا وَاجْعَلْنَا مُسْلِمَيْنِ لَكَ وَمِنْ ذُرِّيَّتِنَا أُمَّةً مُسْلِمَةً لَكَ» البقرة: 128.. وهذا نبي الله زكريا عليه السلام يقول الرب جلّ وعلا في شأنه: «هُنَالِكَ دَعَا زَكَرِيَّا رَبَّهُ قَالَ رَبِّ هَبْ لِي مِنْ لَدُنْكَ ذُرِّيَّةً طَيِّبَةً إِنَّكَ سَمِيعُ الدُّعَاءِ» آل عمران: 38.

وقد وصف الله تعالى المؤمنين: «وَالَّذِينَ يَقُولُونَ رَبَّنَا هَبْ لَنَا مِنْ أَزْوَاجِنَا وَذُرِّيَّاتِنَا قُرَّةَ أَعْيُنٍ وَاجْعَلْنَا لِلْمُتَّقِينَ إِمَامًا» الفرقان: 74؛ إن الدعاء دليل الحرص وعلى الاهتمام، وإن دعوة الوالدين حري أن تستجاب وقد قال عليه الصلاة والسلام: «ثَلَاثُ دَعَوَاتٍ مُسْتَجَابَاتٌ لَا شَكَّ فِيهِنَّ دَعْوَةُ الْمَظْلُومِ وَدَعْوَةُ الْمُسَافِرِ وَدَعْوَةُ الْوَالِدِ عَلَى وَلَدِهِ» رواه أبو داود (1536) والترمذي (1905) واللفظ له.. فعلى الوالد ألا يحرم ولده هذا الفضل، وأن يمنحه كل دعوة صالحة تكون سببًا في هدايته واستقامته، ومن باب أولى ألا يدعو على ولده فإن دعوته مستجابة كما ثبت عن النبي صلى الله عليه وسلم.

يقول الله تعالى: «وَالَّذِينَ هُمْ لِأَمَانَاتِهِمْ وَعَهْدِهِمْ رَاعُونَ، وَالَّذِينَ هُمْ عَلَى صَلَوَاتِهِمْ يُحَافِظُونَ، أُولَئِكَ هُمُ الْوَارِثُونَ، الَّذِينَ يَرِثُونَ الْفِرْدَوْسَ هُمْ فِيهَا خَالِدُونَ» المؤمنون: 8-11؛ إن أولادكم أعظم أمانة لديكم فاتقوا الله فيهم وأكثروا من مصاحبتهم ومجالستهم ولا تتركوهم لغيركم؛ ليس اليتيم من انتهى أبواه وخلفاه في همّ الحياة ذليلاً، إن اليتيم هو الذي تربى عند أم تخلت عنه أو أبٍ مشغول.

لقد كان نبينا محمد صلى الله عليه وسلم على كثرة مشاغله وتنوع مسئولياته يردف معه صغار الصحابة ويكثر من توصيتهم، فقد أردف ابن عباس رضي الله عنه وقال له: «يَا غُلَامُ إِنِّي أُعَلِّمُكَ كَلِمَاتٍ احْفَظِ اللَّهَ يَحْفَظْكَ احْفَظِ اللَّهَ تَجِدْهُ تُجَاهَكَ، إِذَا سَأَلْتَ فَاسْأَلِ اللَّهَ وَإِذَا اسْتَعَنْتَ فَاسْتَعِنْ بِاللَّهِ، وَاعْلَمْ أَنَّ الْأُمَّةَ لَوْ اجْتَمَعَتْ عَلَى أَنْ يَنْفَعُوكَ بِشَيْءٍ لَمْ يَنْفَعُوكَ إِلَّا بِشَيْءٍ قَدْ كَتَبَهُ اللَّهُ لَكَ وَلَوْ اجْتَمَعُوا عَلَى أَنْ يَضُرُّوكَ بِشَيْءٍ لَمْ يَضُرُّوكَ إِلَّا بِشَيْءٍ قَدْ كَتَبَهُ اللَّهُ عَلَيْكَ رُفِعَتْ الْأَقْلَامُ وَجَفَّتْ الصُّحُفُ» رواه الترمذي (2516) فيا لها من وصية عظيمة، وتربية حميدة.. كما ثبت عنه صلى الله عليه وسلم أنه أردف الفضل وأسامة وغيرهما في مواضع أخرى.. وجهوا أبناءكم بالرفق واللين قبل الشدة.. والقدوة والعمل قبل القول.. بالرحمة قبل العنف.. تحببوا إليهم ليقبلوا منكم.. استخدموا وسائل التربية النبوية.. علموهم بالقصة والحوار، والوعظ والترغيب والترهيب.. اعدلوا بينهم.. ليكن هدفكم إصلاحهم وتعبيدهم لخالقهم، وتهذيب أخلاقهم، وتعليمهم وتأهيلهم لما يصلحهم في الدنيا والآخرة.. استخدموا وسائل الترفيه لإصلاحهم.. جنبوهم كل ما يفسدهم، جنبوهم الترف والميوعة.. لا تهملوا أوقات فراغهم.. أبعدوهم عن الخلطة الفاسدة.. احذروا من سفرهم وحدهم.. جنبوهم الخلافات العائلية.. لا تسرفوا في إنفاق الأموال عليهم فتفسدهم، ولا تمنعوهم ما يحتاجون إليه.. علموهم بالقول والعمل آداب المجالس، وآداب الطريق وقيادة السيارات، وعدم إيذاء المسلمين، وحب النظام والبعد عن التخبط والفوضى، والحرص على تنظيم أوقاتهم والحفاظ عليها.

التصحيح
صحيفة سياسية إخبارية توعوية

جنون التكنولوجيا

شركة تتيح صنع نسخة ذكاء اصطناعي منك لحضور اجتماعاتك وأداء مهامك

تمنح إحـدى شـركات التكنولوجيا المستخدمين فرصة لا تفوت لإنشاء نسخة رقمية منهم للقيام بالعديد من مهامهم؛ وتبدو النسخة الافتراضية مشابهة تماماً للمستخدم، كما يمكن تدريبها على التفكير والتحدث بطريقة تحاكي أسلوبه؛ وستشترط الشركة التحقق من هوية المستخدم قبل إنشاء نسخته الرقمية، لتفادي مشكلات انتحال الهوية.

انـسَ الذكاء الاصطناعي الـذي يقوم بعملك، هناك شركة جديدة تدعي تطوير ذكاء اصطناعي يمكنه استبدال حضورك في العمل بشكل حقيقي؛ حيث تدّعي شركة Delphi AI أنها تقدم خدمة تتيح للأشخاص إمكانية إنشاء نسخهم الرقمية التي تنوب عنهم في القيام بمهام وظيفية مختلفة بدلاً منهم.

تتم العملية بأكملها عن طريق منصة استنساخ رقمية مدعومة بالذكاء الاصطناعي تتيح للمستخدمين إنشاء نسخة افتراضية يمكنها التعامل مع مهام معينة مثل حضور اجتماعات Zoom والرد على رسائل البريد الإلكتروني وما إلى ذلـك، لا يمكن لهذه النسخة أن تبدو مثلك فحسب، بل يمكنها أيضاً التفكير والتحدث مثلك.

تستخدم شركة Delphi AI البيانات مـن مـصـادر مختلفة مثل التسجيلات الصوتية، ومقاطع الفيديو، والصور، وملفات PDF، لإنشاء نموذج يحاكي أنماط تفكيرك وكلامك.. ويمكن أن تستغرق عملية إنشاء نسخة رقمية كاملة على هذه المنصة أقل من ساعة فقط.

أكـد دارا لادجـيـفـارديـان، المؤسس المشارك والرئيس التنفيذي لشركة Delphi AI، لصحيفة Daily Mail، أن النسخة الرقمية ستتعلم طريقة تفكير المستخدم الأصلي بشكل كامل. بالإضافة إلى ذلك، يمكن للمستخدمين تغذية نموذج اللغة بأحدث التسجيلات الصوتية ومقاطع الفيديو من أجـل الحرص على أن تكون النسخة الرقمية مواكبة لأنماط حديث المستخدم الأصلي بشكل متواصل.

تقدم Delphi AI نسخة مجانية للمستخدمين العاديين؛ بالإضافة إلى ذلك، هناك اشتراك شهري مدفوع بمستويات تتراوح من 29 إلى 399 دولاراً، اعتماداً على الميزات التي يختارها المستخدمون.

ستأخذ الشركة ميزة الاستنساخ الرقمي إلى المستوى التالي من خلال إطلاق ميزة اجتماعات الفيديو بحلول نهاية شهر مايو.. سيسمح هذا للمستخدمين بإرسال نسختهم الرقمية لحضور الاجتماعات على Zoom أو Google لتمثيلهم، والإجابة على الأسئلة، والمشاركة التفاعلية مع الحضور.

ومع ذلك، كما هو الحال مع أي تقنية للذكاء الاصطناعي، فإن المخاوف المتعلقة بالأمن والخصوصية تكون دائمًا في المقدمة؛ لمنع انتحال الشخصية غير المصرح بها، يكشف لادجيفارديان أن الشركة ستطلب من المستخدمين تقديم بطاقة هوية رسمية تحمل صورة واضحة قبل الموافقة على إنشاء نسخة رقمية.

عمومًا، وبالنظر إلى أنها لا تزال تقنية جديدة ودون تاريخ واضح من النجاح في أداء ما تعد به، فمن المهم التعامل مع هذا النوع من التقنيات مع بعض الشكوكية ريثما يتم تأكيد نجاحها في القيام بما تعد به حقًا.

الابتكار مفتاح الجيل التالي في عالم المراسلة الفورية

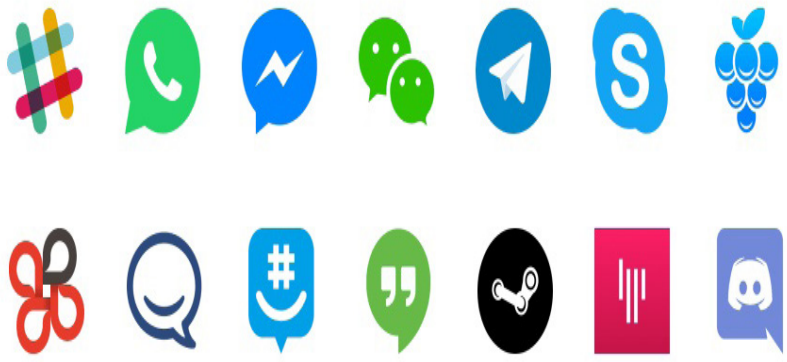
لا شك في أن الابتكار يُعدّ من أبرز المحركات الدافعة لعجلات التقدّم، فهو يدفع المجتمعات إلى الأمـام ويشكّل المستقبل بطرق مهمة، لذلك فإن البحث المستمر عن إجـراءات وأساليب وتقنيات جديدة للتصدي للتحديات الحالية وتمهيد الطريق أمام قدرات لم تكن موجودة في السابق، يظل أمرًا أساسيًا لتمكين الابتكار الذي يعزز التقدم المجتمعي، ويولد عوامل التنمية الاقتصادية، ويشجّع ثقافة التحسين المستمر.

وعند تطبيق هـذا الأمـر على عالم المراسلة الفورية، تتضح لنا أهمية الابتكار في إجراء محادثات مع الأصدقاء، أو عند عقد اجتماع عمل مهم، إذ تشكل منصات المراسلة الفورية طريقة رقمية تجمع الأشخاص معًا للتواصل والتنسيق والتعاون، ما يجعل الابتكار في هذه التطبيقات العامل الفاصل لتمييز الاستثنائي عن الاعتيادي، وتحديد الأكثر تطورًا، مثل التطبيق "إيمو" imo، عن تلك التطبيقات الأخرى.

نشهد من وقت لآخر في أثناء إجراء المحادثات الصوتية أو عبر الفيديو تقطّع صوتنا، أو توقفاً مفاجئاً في المكالمة، أو طغيان الضوضاء في الخلفية على سير نقاش حول عرض توضيحي يجري تقديمه.. وتحدث لحظات الإحباط هذه تأثير سلبيًا في قيمة التواصل والمحادثة ومستويات إنتاجيتنا، وقد تؤدّي، بالرغم من أنها قد تبدو بسيطة، إلى شعور البعض بالانفصال عن الآخرين، جرّاء سوء الفهم ونقص المعلومات، وهنا تكمن ضرورة الحرص على الابتكار في مجال المراسلة الفورية.

ولا يتوقف الابتكار عند حدود إضافة مزايا جديدة، كالفلاتر والملصقات التي لا شك بأنها جميلة ومسلية، لكنه يتعداه إلى النظر نحو المسألة نظرة أوسع لضمان احتلال صدارة المشهد من خلال القدرة على تلبية احتياجات المستخدمين المتغيرة، وتوسعة حدود التقنية لتقديم اتصال متقن واستثنائي يكون جديراً بالثقة.

تخيل محادثة يُسمع فيها صوتك بجودة طبيعية ووضح تام، كما لو كنت حاضرًا بشخصك في الغرفة نفسها مع الطرف الآخـر من المحادثة، وأيًـا كانت المسافة بينكما، تصوّر أيضًا ألا تضطر إلى بذل محاولات لفهم الكلمات التي تبدو غامضة بسبب تقطّع المحادثة أو أن تسعى جاهدًا لفهم ما يقوله الطرف الآخر وسط ضوضاء ما في الخلفية، هنا تتمثل قوة خوارزميات الترميز الصوتي المتقدمة، وجودة تقنية إلغاء الضوضاء، والتخفيف الفعال من حدة المشكلات المتعلقة بضعف الشبكة.



قد يُحدث الضعفُ في جودة الصورة والصوت، بجانب انخفاض معدل إطـارات الفيديو في الثانية، تأثيرًا سلبيًا ملموسًا في المحادثات التي تعد وسيلة مهمة في اتباعنا نموذج العمل والتعليم عن بُعد، وحتى في التواصل الاجتماعي؛ إن عوامل مهمة مثل الفيديو عالي الدقة وعرض النطاق الترددي الفوري المحسن والمعالجة الصوتية المتقدمة، لديها القدرة على تحسين الطريقة التي نتواصل بها عن بُعد والارتقاء بها كثيرًا.. تخيل البهجة الكامنة في أن تلاحظ جميع الصفات الدقيقة في وجه أحبابك أثناء محادثتك مع أحدهم، أو أن تستمتع بالتأثير الكامل لأحد العروض التقديمية.

نظرًا للتوافر الواسع لاتصال الإنترنت السريع، بالإضافة لوفرة الأجهزة القوية من حواسيب محمولة ولوحية وهواتف ذكية، لا يتوقع المرء من تطبيقات المراسلة الفورية إلا أن تكون وسيلة لتيسير التواصل السلس مع الآخرين؛ لكن الوضع على أرض الواقع مختلف، إذ قد يبدو إجراء محادثة بصوت نقي وفيديو عالي الوضوح مسعىً ليس له نهاية.

بالرغم من ذلك، يتسم مشهد خدمات المراسلة الفورية بالتنافسية الشديدة، إذ يشهد نشوء منصات جديدة من حين لآخر، ما يعني أن من لا يستمر في الابتكار من الجهات التي تقف وراء تلك الخدمات سوف يتعرض لخطر الإقصاء من المنافسة في السوق.. وإذا سُقنا تطبيق المراسلة الفورية الشهير «إيمو» imo، مثلاً، نجد أنه قد أحدث وقعاً كبيراً عندما قدّم محادثات الفيديو بدقة عالية تبلغ 2K على هواتف iPhone 11 والإصدارات الأحدث.

لقد تفوق «إيمو» imo بهذه الميزة على كل من التطبيقين WhatsApp الذي تصل دقة محادثات الفيديو فيه إلى 720p، وTelegram، الذي تبلغ دقة المحادثة فيه 1080p؛ وقد استطاع «إيمو» imo، بفضل إمكانياته المتميزة في محادثات الفيديو، أن يرسي معايير جديدة في هذا المجال؛ فعلاوة على تفوقه بجودة الفيديو، جعل «إيمو» imo المكالمات أكثر سلاسة من نظيره WhatsApp، بفضل معدل التقطه (stuttering) الذي يقترب من الصفر (0.23%)، مقارنة بـ 6% في WhatsApp، فضلاً عن معدل إطارات أعلى يبلغ 15.33 إطاراً في الثانية مقابل 12.67 إطاراً في الثانية لدى التطبيق الآخر، وهو ما يجعل «إيمو» imo يقدم أداء فائقاً عند مستوى الدقة نفسها.

لكن مع كل التقدم التقني، ما زالت هناك عوامل تعيق إقامة تواصل متقن، فحقيقة أن اتصالات الإنترنت نفسها تختلف في الجودة والسرعة بين مناطق العالم تظل إحدى أكبر العقبات. ويمكن أن يؤدي التفاوت في البنية التحتية للإنترنت بين المناطق حول العالم إلى حدوث انقطاع متكرر للمحادثات، وتأخر في الفيديو، وتشويه في الصوت، ما قد يُضعف الجودة الشاملة للاتصالات.

وفيما يتعلق بالمكالمات الصوتية التي تجرى على الأجهزة المحمولة، يَظهر تفوق المحادثات الصوتية عبر «إيمو» imo، نظرًا لأنها تتيح مستوى فائقًا من الاستقرار وتجربة صوتية بجودة لا مثيل لها.

وتظهر نتائج الاختبارات أن «إيمو» imo يتفوق باستمرار على WhatsApp الذي طورته شركة Meta من ناحية جودة الصوت، أما من ناحية زمن الاستجابة، أو ما يُعرف بالكُمون، نجد أن «إيمو» imo يتفوق على WhatsApp بزمن استجابة شامل أقل يبلغ 460 مللي ثانية مقارنة بزمن الاستجابة في "واتساب" البالغ 514 مللي ثانية؛ بالإضافة إلى ذلك، يتميز «إيمو» بمتوسط نقاط رأي (MOS) أعلى ويتيح جـودة صوت أكثر استقراراً.

بالمقارنة مع WhatsApp، يُظهر «إيمو» imo مرونة شبكية فائقة، وقدرة فعالة على معالجة مشكلات الاتصال، ما يمكّنه من العمل بطريقة أكثر سلاسة حتى في الشبكات الضعيفة؛ إذ يرتفع زمن الاستجابة الذي يمكن للتطبيق العمل ضمنه ليصل إلى 1500 مللي ثانية، مقابل 800 مللي ثانية فقط في WhatsApp، في حين بإمكانه العمل ضمن سرعة تقل حتى 70 كيلوبت في الثانية، مقابل 100 كيلوبت في الثانية، والعمل عند حد فقدان لحزمة البيانات قدره 60%، في مقابل 25% فقط في WhatsApp.

ومع الأخذ بالاعتبار مزايا التطبيق الإضافية التي تحسّن جودة مكالمات الصوت والفيديو، يتضح كيف يستطيع تطبيق المراسلة الفورية الذي يركّز على الابتكار أن يحدث فرقًا قد يتمثل في تحسين كل محادثة، إذ يستخدم «إيمو» imo تقنيات متطورة مثل إلغاء الضوضاء (Zero Noise) للتخلص من ضوضاء الخلفية و«الإضاءة» (Light) لتحسين جودة الصورة كثيراً في ظروف الضوء الضعيف.

إن الابتكار كفيل بدفع عجلات التطور المستمر لتطبيقات المراسلة الفورية وجعلها تلبي احتياجات استخداماتها الضرورية بطريقة ملائمة في عالم الاتصالات الرقمية دائم التغير، فبدءً من تقديم مزايا جديدة ووصولاً إلى تحسين جودة المكالمات وتنفيذ خوارزميات التشفير المتقدمة لزيادة الأمن، تستمر هذه التطبيقات في التكيف والتحسن، فالمسألة برمتها لا تتعلق سوى بإنشاء اتصالات وثيقة، والتغلب على بُعد المسافات، والحرص على تكون التقنيات الحديثة عوناً لنا لا عائق أمام حياتنا.

التصحيح
صحيفة سياسية إخبارية توعوية

الزحف تمرين يعزز توازن الأطراف وقوة العضلات

يصنف خبراء اللياقة البدنية الزحف ضمن التمارين الرياضية الفعالة في تقوية اليدين والذراعين والرجلين وحتى العمود الفقري والظهر.. وكلما كانت وضعيات المتدرب سليمة زادت فوائد هذه التدريبات وقل تعرضه للإصابة.

تقول أخصائية العلاج الطبيعي دانييل جونسون التي تعودت الزحف، بانتظام داخل أروقة منزلها في روتشستر بمينيسوتا: "يمكنك الزحف بعدة طـرق، على يديك وركبتيك.. يمكنك أيضًا دعم أصابع قدميك وحوضك فقط، فوق بوصة أو بوصتين فوق الأرض، وهو ما سيؤدي حقًا إلى جذب تلك العضلات الأساسية وتدريبها".

وأضافت جونسون، في تصريح نقلته شبكة C.N.N الأميركية عن برنامج مايو كلينك لايف الصحي: "بعد ذلك، عندما تبدأ التحرك، أنت تعمل على تقوية الوركين وحزام كتفك؛ إذا كان بإمكاني إعطاء تمرين واحد لكل شخص تقريبًا، فسيكون هذا الأمر".

وأوضحت أخصائية العلاج الطبيعي: "تم استخدام الزحف كأداة للعلاج الطبيعي وقد تم تبنيه الآن لتعزيزه للقوة العضلية واللياقة البدنية".. ويشار إلى أنه قد تم تبني فكرة تحويل الزحف كطفل رضيع إلى ممارسة من خلال نظام التدريب (اوريجينال سترانث) الذي يحوّل الحركات الأساسية إلى نظام اللياقة البدنية.. ووفقًا لهذا النظام عندما نقوم بالزحف، نحن نضغط على النظام العصبي المركزي ونعيد النظر في أنماط التنقل التي تعلمها المتدرب كطفل رضيع.

وقال جاستن كلاين وهو أخصائي في إعادة تقويم العمود الفقري والرئيس التنفيذي لـ(غوت يور باك طوطل هيلث) في واشنطن، إن أنماط الزحف لا تتطلب مهارات حركية فحسب، بل تتضمن أيضًا نظام الدهليز وهو نظام حسي يرتبط بالتوازن والتوجه المكاني.

وبيّن كلاين "إن الأمـر يشبه إعـادة ضبط الحلقة المركزية في الجهاز العصبي لجعل جميع الأجزاء المعنية بالتنسيق والحركة والاستقرار تتزامن وتتكامل".

وقال: "عليك أن تعمل حقًا لتكون قادرًا على التنفس والحفاظ على رأسك والزحف في نفس الوقت، مع الحفاظ على أسلوبك في القيام بذلك".. وأردف «أن هذا هو المطلوب، فإذا كان المتدرب يظن أنه يدرك جيدًا عملية الزحف فهو مخطئ لأن الأمر أصعب مما يبدو عليه".. ويوصي كلاين دائمًا بالزحف كتدريب لمرضاه الذين يشملون الرياضيين المحترفين والمصابين في حوادث السيارات.

وقال كلاين إن التدريب البدني لـ«دنارد سبان»- لاعب خط الوسط في سان فرانسيسكو غيانتس- تضمن تمارين الزحف.. وعندما كان سبان يتلقى العلاج عند كلاين؛ تعلم كيف يحوّل عملية الزحف إلى تدريب، يستغل فيه الحركات المستخدمة في رياضة البايسبول مثل الرمي والضرب والالتقاط.

قالت المعالجة الطبيعية دانييل جونسون: الزحف وأنماط الحركة الطبيعية الأخرى ليسا بدعة مجنونة بل يمثلان عودة إلى أساسيات الحركة؛ ورغم إصـرار كلاين وجونسون وغيرهما من المتحمسين على أن حركة الزحف ضرورية ومهمة لمساعدة الجسم على استعادة القوة والحركة والاستقرار التي كان يتمتع بها في الصغر، لا يزال خبراء آخرون متشككين في الأمر.

قال الدكتور سكوت سيمبسون- وهو عضو هيئة تدريس في كلية الطب بجامعة ستوني بروك والمتخصص في الطب الرياضي-: «إنه من الضروري إجراء المزيد من الأبحاث لدعم الحجة القائلة بأن الزحف يقود إلى إعادة ضبط النظام العصبي المركزي».

وأضاف سيمبسون: "بالنسبة إلي، الفائدة هي أنها تمرين فعال"، مضيفًا أنه لم يسمع عن التمرين من قبل.. وقال "بناءً على الموضع الذي تتواجد فيه عند الزحف، يجب عليك التقليص من عضلات البطن ويجب عليك أيضًا استخدام عضلات الظهر وعضلاتك الأساسية الأخرى للحفاظ على هذا الموقف ودفع نفسك".

وحذر من أن أي شخص يعاني من آلام في الركبة، يكون زحفه على يديه وركبتيه قاسيا ومؤلما جدا؛ ولكن "هناك بعض أنواع تمارين الزحف التي يتنقل فيها المتدرب على القدمين بدلاً من الركبتين والتي ستكون أكثر أمانًا".

وقال جاك كروكفورد، مدرب في المجلس الأميركي للتمرينات، إنه يجب تجنب الزحف أيضًا إذا كانت هناك مشكلات في الرسغ أو الكتف أو الرقبة؛ وأضاف أن الزحف على أربع يحفز العضلات الأساسية وقـدرة الجسم على التوازن.

ولتعلم كيفية الزحف بشكل رياضي وسليم، يوصي الخبراء باتباع الخطوات الثلاث البسيطة التالية: فعندما يكون المتدرب على يديه وركبتيه عليه أن يضع معصميه تحت الكتفين والركبتين تحت الوركين.. بعد ذلك، يحافظ على ظهره مستقيمًا وهو يرفع ركبتيه على بعد حوالي بوصتين من الأرض وأخيرًا، يبدأ بالزحف عن طريق تحريك يديه وساقه المعاكستين إلى الأمام بمقدار 2-3 بوصات للأمام مع إبقاء ركبتيه بعيدًا عن الأرض ومستوى ظهره مستقيمًا ويكرر ذلك باستخدام اليد والقدم الأخرى.

وقال كروكفورد: "لقد قمنا جميعا بالزحف، ولكن مثلما يحدث عندما يجلس الأطفال والرضع بشكل مثالي، مع مرور الوقت، تبدأ أجسامنا البالغة في مقاومة هذه الأنماط الحركية الفطرية والفعالة للغاية".

وأوضح "مع تطور صناعة اللياقة البدنية، نشهد المزيد من المدربين والفرق والأخصائيين الذين يعودون إلى هذه الجذور البدائية من خلال تطبيق أنماط الحركة: مثل الزحف والانحناء وتضمينها في برامجهم"، "يمكن أن يكون الزحف مفيدًا لأولئك الذين يسعون لتحدي أجسادهم بطريقة ربما لم يجربوها".. ومع ذلك، هل ستزداد شعبية الزحف بين رواد الجمباز؟ الخبراء ليسوا متأكدين؛ ولكن إذا حدث ذلك، فلا تفاجأ إذا تغير اسمه.

فعلى الرغم من أن الزحف قد يبدو جديدًا، إلا أن مديرة اللياقة في مجلة (شايب)، جاكلين إيميريك، قالت إنها شاهدت هواة ممارسة التمرينات يزحفون من قبل، لكن التدريب كان يسمى شيئًا آخر.. وفي عام 2012م قدمت أندية (اكينوكس) للياقة البدنية فصلاً يدعى "أنيمال فلو"، حيث قام المشاركون بالزحف في أرجاء القاعة الرياضية بشكل يشبه إلى حد كبير زحف الحيوانات.

وقالت إيميريك "يمكن أن تكون اللياقة مثل شيء في الموضة حيث تكون عصرية أو أنيقة في مرحلة ما، ثم تختفي لفترة، ثم تعود".. "فبالنسبة إلى العديد من الأشخاص، يبدو الزحف شيئا جديدًا، لذا فإن أي شيء يبعث شعورا بأنه جديد مثير هم أكثر استعدادًا لتجربته".

ويتطرق موقع "آيس فيتنيس" الأميركي إلى نفس الموضوع ويلفت إلى أنه من المهم أن نلاحظ أن العديد من العوامل تجعل الرضع والأطفال متحررين للغاية وتخلو أجسامهم من الأوجاع والآلام التي يعاني منها الكثير من البالغين، ومع ذلك تساعد بعض الحركات الأساسية التي يؤدونها على أساس منتظم في إنشاء القوة والاستقرار والتنقل.

وذهب برات كليكا، إلى نفس زاوية نظر إيميريك وأشار إلى أنه ليس من المفاجئ أن تشهد مجالات اللياقة وإعادة التأهيل زيادة في شعبية التمارين المستلهمة من أنماط حركة الأطفال.. فتُستخدم التمارين التي تتضمن التدحرج والهز والقرفصاء والزحف لتخليص الناس من الألم، مع تزويدهم بتحدي فريد للحركة.

ويستخدم الزحف، تحديدا، في كل شيء بدءًا من علاج اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه إلى تمارين إزالة الدهون.

يوفر نمط الزحف مجموعة متنوعة من المزايا لكل جزء من أجزاء الجسم تقريبًا، لدى الدماغ والجسم علاقة تفاعلية ذهابًا وإيابًا، يطور الدماغ مهاراته حتى يتمكن الجهاز العصبي من إخبار الجسم بالقيام بالمزيد من المهام والوظائف، وعندما ينفذ الجسم ما أمره به الدماغ يعيد في نفس الوقت إرسال مجموعة من الملاحظات إلى الدماغ، مرة أخرى، مما يزيد في كل مرة من تطور معارف الدماغ وتوسيع شبكة معلوماته، هذه العلاقة تستمر مدى الحياة.

ويتطلب الزحف أن يعمل كلا جانبي الدماغ معًا، لأن أطراف الجسم يجب أن تتحرك بشكل متزامن وهو ما يُسمى (نمط الحركة المقابل)؛ لتحقيق ذلك، يجب أن يتم تمرير المعلومات عبر "طريق سريع" يربط بين جانبي أو نصفي الكرة المخية المسماة الجسم الثفني.

عندما يتم تمرير الكثير من المعلومات من خلال الجسم الثفني (كما يحدث أثناء نمط الزحف)، يجب تكوين روابط عصبية جديدة وتعزيزها، يبدو أن هذا يمكن أن يساعد في تحسين التنسيق والتعلم وحتى السلوك عند كل من الأطفال والكبار.

ويشير التقرير إلى أنه لسوء الحظ، أن يصبح الشخص بالغًا فهو مرادف للجلوس في المكاتب والسيارات؛ فتصبح المفاصل التي لا تتحرك قاسية ومؤلمة، بالإضافة إلى ذلك تصبح العضلات المحيطة بالمفاصل غير النشطة ضعيفة وغير قادرة على الاستقرار والتحرك بشكل صحيح، وغالبا ما يتم تجنيد العضلات الأخرى للقيام بعملها.

يتطلب الزحف أن تتحرك المفاصل الأخرى المرتبطة بحركة الكتف في نمط مناسب؛ في الوقت نفسه يتم وضع قدر صغير من الضغط على هذه المفاصل مع دعم الجزء العلوي من الجسم ضد الجاذبية.. غالبًا ما تكون هذه الكمية الصغيرة من الضغط كافية لإطلاق مستقبلات التحفيز التي تعمل على تنشيط العضلات المرتبطة بالاستقرار والتنقل، والنتيجة هي المزيد من الحركة وألم أقل.

ويؤدي بدء الزحف المتحرك إلى تنشيط عضلات نائمة في الوركين لتعزيز ثباتهما ليتناسب مع حركات الجزء العلوي من الجسم على الجانب الآخر من خط الوسط، تساعد هذه الوضعية الوركين على التحرك بشكل أفضل.

ومن المهم الانتباه إلى أنه على الرغم من أن الزحف يمكن أن يكون نمط حركة فعالًا، إلا أنه ليس مناسبا للجميع، فأولئك الذين يعانون من معصمين غير مرنين أو ركبتين مؤلمتين أو أمراض أخرى تجعل الحركة مؤلمة يجب عليهم تجنب الزحف؛ بالإضافة إلى ذلك، قد تكون الحركة محرجة أو غير مجدية تماما بالنسبة إلى البعض.

التصحيح
صحيفة سياسية إخبارية توعوية

توسع الناتو وتشكيل خريطة أمنية جديدة لأوروبا

كشف وزيـر الخارجية البولندي رادوسـلاف سيكورسكي عن أن وزراء خارجية "الناتو" يبحثون خلال اجتماعهم في بروكسل يوم الثالث من أبريل إرسال بعثة "غير عسكرية" إلى أوكرانيا.. وقال في حديث إذاعي: "سيبحث الاجتماع أوكرانيا والاجتياح الروسي لها ومساعدتها من قبل الدول الأعضاء، فضلا عن إمكانية اتخاذ قرار بشأن إرسال بعثة غير عسكرية لدعم أوكرانيا"، وأضاف أن مهمة هذه البعثة ستكون "خلق فرص لاستخدام موارد التحالف لتدريب الأوكرانيين، واستخدام لوجستيات التحالف أو العناصر المشتركة الأخرى المتوفرة لدينا... قد يمثل هذا دعمًا كبيرًا لأوكرانيا المتعثرة".

يأتي هذا الاجتماع بالتزامن مع الاحتفال بالذكرى 75 لتأسيس حلف الناتو، وستُقام مراسم الاحتفال لمدة يومين في مقر الحلف، وفقًا لما ذكرته مصادر دبلوماسية، ويناقش الاجتماع ملفات الردع العامّ، ومكافحة الإرهاب، والتطورات في أوكرانيا، فضلاً عن الوضع الحالي للحلف بعد عضوية السويد وفنلندا، والتطورات الاستراتيجية في مناطق أخرى.

أوكرانيا ستصبح عضوا في الناتو

دعا الأمين العام لحلف شمال الأطلسي ينس ستولتنبرغ يوم الرابع من أبريل 2024م حلفاء الحلف الدفاعي إلى الاستعداد لتقديم مساعدات أكبر وأطول لأوكرانيا.. وصرح ستولتنبرج للصحافة في الفترة التي سبقت اجتماع وزراء خارجية الناتو بأن أوكرانيا لا تحتاج فقط إلى مساعدة ثنائية قصيرة المدى، بل إلى مساعدة عسكرية طويلة المدى ويمكن التنبؤ بها، لم يتطرق ستولتنبرغ إلى صندوق الناتو المقترح بقيمة 100 مليار يورو، ولكن من الواضح أن هناك حاجة إلى المزيد من الأموال والقيام بدور تنسيقي لحلف شمال الأطلسي، كما يؤكد الأمين العام.

واقترح ستولتنبرغ حزمة بقيمة 100 مليار يورو من الناتو لأوكرانيا اقترح الأمين العام لحلف شمال الأطلسي ينس ستولتنبرغ حزمة مساعدات عسكرية مدتها خمس سنوات بقيمة 100 مليار يورو لأوكرانيا، وقال دبلوماسيين إن هذا من شأنه أن يمنح التحالف الغربي دورًا مباشرا أكبر في دعم كييف.. ويبدو أن الغرض هو جعل المساعدات لأوكرانيا أكثر استقلالية عن الولايات المتحدة، وتنص الخطة على أن يتولى الناتو جزءً من أعمال التنسيق من ما يسمى بمجموعة رامشتاين بقيادة الولايات المتحدة، وكان الهدف من اجتماع الناتو هذا في بروكسل هو وضع حزمة قبل قمة الناتو في واشنطن في يوليو2024م وحتى الآن، اقتصر الحلف الدفاعي على توريد المواد غير الفتاكة إلى أوكرانيا، خشية أن يؤدي القيام بدور مباشر أكثر إلى تصعيد التوترات مع روسيا؛ ولذلك فإن معظم أعضائها يزودون أوكرانيا بالأسلحة على أساس ثنائي، ويقوم الاتحاد الأوروبي أيضًا بتمويل عمليات تسليم الأسلحة.

مفهوم استراتيجي جديد للتحالف

تحت مسميات الردع والدفاع؛ منع الأزمات وإدارتها؛ والأمن التعاوني؛ وافق قادة الناتو يوم 17 يناير 2024م على مفهوم استراتيجي جديد للتحالف في قمة مدريد المنعقدة في 29 يونيو 2022م، والذي يحدد أولويات الناتو ومهامه الأساسية وأساليبه للعقد القادم؛ يصف المفهوم الاستراتيجي لعام 2022م البيئة الأمنية التي تواجه الحلف، ويؤكد من جديد قيمه، ويوضح الهدف الرئيسي لحلف شمال الأطلسي المتمثل في ضمان الدفاع الجماعي لحلفائه.. ويحدد كذلك المهام الأساسية الثلاث لحلف شمال الأطلسي، وهي الردع والدفاع؛ منع الأزمات وإدارتها؛ والأمن التعاوني.

وتحدد الاستراتيجية كيفية تطبيق الكم على الدفاع والأمن في مجالات مثل: الاستشعار والتصوير، وتحديد المواقع بدقة، والملاحة والتوقيت، وتحسين اكتشاف الغواصات، وترقية اتصالات البيانات وتأمينها باستخدام التشفير المقاوم للكم.. والعديد من هذه التقنيات مستخدمة بالفعل في القطاع الخاص وأصبحت موضع منافسة استراتيجي، تساعد الإستراتيجية الكمومية لحلف الناتو على تعزيز وتوجيه تعاون الناتو مع الصناعة لتطوير النظام البيئي للتكنولوجيات الكمومية عبر الأطلسي، مع إعداد الناتو للدفاع عن نفسه ضد الاستخدام الضار للتقنيات- الذكاء الاصطناعي- يعد الكم أحد المجالات التكنولوجية التي أعطاها حلفاء الناتو الأولوية نظرًا لآثارها على الدفاع والأمن.. وتشمل هذه الذكاء الاصطناعي، والبيانات والحوسبة، والاستقلالية، والتكنولوجيا الحيوية والتحسينات البشرية، والتقنيات التي تفوق سرعتها سرعة الصوت، والطاقة والدفع، والمواد الجديدة، وشبكات الاتصالات من الجيل التالي والفضاء.

تغيير الهيكل الأمني الأوروبي

يـدور جدل واسـع حول توسع الناتو مع حرب أوكرانيا، وهل ستصبح أوروبا أكثر أمنًا أو العكس بعد انضمام فنلندا واحتمال انضمام السويد، مع تعزيز نشر الناتو قواته عسكريًا في بحر البلطيق؛ وكثيرًا ما تثير التكهنات حول ردود موسكو المحتملة مقابل توسع الناتو، وهذا هو صلب الجدل، لكن في أي حال من الأحوال: العالم اليوم يشهد تغييرًا في النظام الدولي، والجميع يترقب نتائج التصعيد المحتمل ما بين الناتو وموسكو.

توسع الناتو: توسع الناتو منذ عام 1990م ولحد الآن ثلاث مرات: أولاً إضافة جمهورية التشيك والمجر وبولندا؛ ثم سبع دول أخرى في أقصى الشرق، بما في ذلك جمهوريات الاتحاد السوفيتي السابق إستونيا ولاتفيا وليتوانيا؛ وأخيرًا مع ألبانيا وكرواتيا في عام 2009م.

لطالما هدد السياسيون وكبار المسؤولين الروس باتخاذ "الإجـراءات العسكرية الفنية المناسبة" قبل انضمام فنلندا والسويد الانضمام إلى الناتو؛ أشار وزير الدفاع سيرجي شويغو إلى أنواع التغييرات التي قد تشمل الإصلاحات المخطط لها في 2023م 2026-م إنشاء فيلق من الجيش في جمهورية كاريليا بالقرب من الحدود مع فنلندا بالإضافة إلى إعادة إنشاء منطقتي موسكو ولينينغراد العسكريتين من خلال حل المنطقة العسكرية الغربية الحالية.

شدد شويغو في على أن الأساس المنطقي وراء هذه التغييرات هو "رغبة الناتو في زيادة إمكاناته العسكرية بالقرب من الحدود الروسية، في حين أن المحللين الفنلنديين لا يرون هذه التطورات مثيرة، إلا أنهم يبرهنون على أنه على الرغم من تعثرها في أوكرانيا؛ فإن روسيا تغير مسارها استجابة للتغيرات في البيئة الأمنية لأوروبا الشمالية.

تهديد البنية التحتية

تشير الأحـداث الأخيرة إلى أن هذه الهجمات قد تشمل الهجمات على البنية التحتية الحيوية مثل خطوط الأنابيب، والكابلات البحرية، أو حقول النفط والغاز كما فعلت، فنلندا بالفعل لبدء بناء الأسوار على طول حدودها مع روسيا، الهجمات الإلكترونية وحملات التضليل التي تستهدف السويد وفنلندا ودول أخرى على طول الجناح الشمالي الشرقي المعزز لحلف شمال الأطلسي هي احتمال إضافي.

تهديد أمن روسيا القومي

تعد تحسينات السكك الحديدية الفنلندية حول تورنيو على الحدود السويدية أحد الأمثلة؛ ومن المقرر أن تكتمل قريبًا، ستسهل على الحلفاء إرسال تعزيزات ومعدات عبر المحيط الأطلسي إلى كيميجارفي، على بعد ساعة بالسيارة من الحدود الروسية وسبع ساعات من المعقل النووي الروسي والقواعد العسكرية بالقرب من مورمانسك في شبه جزيرة كولا.

ويتمركز هناك الأسطول الشمالي الروسي والذي يضم 27 غواصة وأكثر من 40 سفينة حربية وحوالي 80 طائرة مقاتلة ومخزون من الرؤوس الحربية والصواريخ النووية.

ستكون المهمة الرئيسية للأسطول هي تأمين السيطرة على بحر بارنتس وإيقاف السفن التي تجلب التعزيزات من أمريكا الشمالية إلى أوروبا عبر المياه بين جرينلاند وأيسلندا والمملكة المتحدة، هذا شيء يمكن لفنلندا أن تساعده في مقاومة الناتو.

ويقول الميجر جنرال متقاعد جـوردون ديفيز جونيور لرويترز "الأمر كله يتعلق باحتواء تلك الأنواع من القدرات من الشمال" ويشدد الناتو قبضته على بحر البلطيق عندما تنضم السويد إلى حلف الناتو، فإنها

التصحيح
صحيفة سياسية إخبارية توعوية

ستساعد الحلف على معالجة نقاط الضعف في شمال غرب أوروبا بحر البلطيق، وهو ممر مائي مشترك مع روسيا مع وجود عنق زجاجة للوصول إلى الموانئ في ثماني دول بما في ذلك ألمانيا.

تشكيل الخريطة الأمنية لأوروبا

تصبح المنطقة الممتدة من بحر البلطيق في الجنوب إلى أقصى الشمال منطقة عمليات متكاملة تقريبًا لحلف الناتو؛ وقال اللفتنانت كولونيل مايكل موس من حلف شمال الأطلسي "بالنسبة لحلف شمال الأطلسي من المهم جدًا أن يكون لديه الآن الجزء الشمالي بأكمله حتى يراه كقطعة كاملة".

وتعتبر مدينة روفانيمي أيضًا قاعدة للقوات الجوية الفنلندية في القطب الشمالي وستكون بمثابة مركز عسكري للمنطقة في حالة نشوب صراع؛ تستثمر فنلندا حوالي 150 مليون يورو لتجديد القاعدة لتكون قادرة على استضافة نصف أسطول جديد من 64 طائرة مقاتلة من طراز F-35، من المقرر أن تصل اعتبارًا من عام 2026م.

ظهور نظام دولي جديد

إن الصراع في أوكرانيا كسر الهيكل الأمني الأوروبي، الذي تم إنشاؤه بعد الحرب الباردة ومن المحتمل أن يتم تشكيل نظام عالمي جديد؛ وقد تجلى ذلك من خلال انضمام فنلندا وطلب والسويد للانضمام إلى عضوية الناتو في 15 مايو 2022م.

إن انضمام فنلندا وطلب السويد الانضمام إلى عضوية الناتو سيؤدي إلى تصعيد محتمل للتوتر بين روسيا والناتو؛ كدولة ديمقراطية وجمهورية برلمانية، تمتلك فنلندا قوات عسكرية النخبة إلى جانب أسلحة ومعدات متطورة وسياسة مرنة بشأن تعبئة القوة.

قوة فنلندا العسكرية: تمتلك فنلندا قوة جوية قوية نسبيًا مع أكثر من 300 طائرة من جميع الأنواع بما في ذلك 50 طائرة مقاتلة حديثة، وأمر ما قبل الإنتاج من 64 طائرة من طراز F-35.. بالإضافة إلى ذلك، تعمل القوات الجوية والبحرية الفنلندية بشكل منتظم في ظروف مناخية قاسية في منطقة بحر البلطيق؛ لذلك، يمكنهم التعامل مع المواقف المعقدة.

قوة السويد العسكرية: أما السويد، فعلى الرغم من قلة عدد القوات العسكرية النظامية، إلا أن قوتها تكمن في أنظمة الأسلحة والمعدات ذات الوسائل المتطورة للحرب الإلكترونية، ومتعقب الطيران، وأنظمة المدفعية الذكية والرادار الحديث المضاد للبطارية، والطائرات المقاتلة متعددة الأدوار JAS 39 وغيرها.. تقع السويد أيضًا في موقع استراتيجي مهم في المنطقة مع أكثر من 2.400 كيلومتر من الخط الساحلي وجزء من الإقليم في القطب الشمالي؛ إن عضوية هذه الدول الأوروبية الشمالية، سوف تعمل على مضاعفة خط حدود الناتو المتاخم لروسيا (من 1.207 كم إلى 2.575 كم) ويشكل قوسًا حول شمال روسيا.. يمكن للتحالف العسكري في ذلك الوقت تنظيم تدريبات عسكرية وإنشاء قواعد عسكرية بجوار الحدود الروسية وسيتم عزل كالينينغراد إلى جانب ميناء سانت بطرسبرغ البحري في روسيا.

بحر البلطيق: يميل بحر البلطيق إلى أن يصبح بحر الناتو، ويمكن للمنظمة الاقتراب من شبه جزيرة كولا؛ تعتبر شبه جزيرة كولا حصنًا روسيًا مصونًا وإقليمًا مهمًا في الهندسة الأمنية حيث يمكن لروسيا الوصول إلى بارنت وبحر الشمال.. تمتلك روسيا في القطب الشمالي، اليد العليا عندما أنشأت الدولة 10 قواعد جوية عسكرية، وأسطولًا واحدًا من كاسحات الجليد الثقيلة؛ ما يقرب من 40 منها تنتمي إلى نظام الدفاع الجوي الخاص .

خليج كولا: يُعتقد أن خليج كولا هو المكان الذي تتركز فيه أكبر الأسلحة النووية في العالم نظرًا لوجود غالبية الغواصات النووية التابعة للأسطول الشمالي.. وميناء بليسيتسك الفضائي، حيث يتم تخزين الصواريخ الباليستية النووية الحرارية، موجود أيضًا في شبه جزيرة كولا.. صرح سيرجي ريابكوف نائب وزير خارجية الاتحاد الروسي، تحرك فنلندا والسويد للانضمام إلى الناتو ستؤدي إلى عواقب بعيدة المدى تجعل التوتر العسكري في هذه المنطقة يزداد ولا يمكن التنبؤ به.

لم تصدر روسيا أي ردود، ومع ذلك ستأخذ روسيا في الاعتبار نشر الأسلحة النووية القريبة من حدود فنلندا وبحر البلطيق إذا أرسل الناتو قواته إلى فنلندا؛ في حالة قيام الناتو بتركيب معدات عسكرية مهمة أو حامية لعدد كبير من القوات في فنلندا، فإن ردود فعل روسيا في جميع الاحتمالات، ستكون أكثر صرامة.. بعبارة أخرى: إن انضمام فنلندا والسويد للناتو ستعمل على تسريع سباق التسلح في أوروبا، وستكون العودة المحتملة لـ "شبح" الحرب الباردة أكثر كارثية.

ما تداعيات توسع الناتو عند حدود روسيا؟

تمدد حلف شمال الأطلسي (الناتو) على عدة مراحل، بعد انهيار الاتحاد السوفيتي في عام 1991، ليشمل العديد من الدول التي كانت داخل جغرافية الاتحاد السابق؛ ولطالما أبدت روسيا قلقها من توسع حدود الناتو على حدودها، حيث اعتبرت هذا التوسع تهديدا لأمنها القومي؛ ومع انضمام فنلندا للناتو، والاحتمال الأكيد لانضمام السويد، أصبحت حدود الناتو على تماس مع روسيا.. فما هي تداعيات هذا التوسع للناتو على حدود روسيا؟ وكيف ستتعامل روسيا مع التوسع في المستقبل؟ ما خطة الناتو للدفاع ضد روسيا؟

ناقش المؤتمر السنوي لحلف شمال الأطلسي، الناتو، الذي تم انعقاده يومي 11 و12 يوليو 2023م، خطة مفصلة وشاملة للدفاع ضد أي هجوم روسي محتمل على أي من الدول الأعضاء.. ويُعتقد أن هذه الخطة المفصلة هي الأكثر شمولاً للتحالف العسكري في مواجهة روسيا، منذ نهاية الحرب الباردة في عام 1991.

هناك أوامر محددة حول المكان الذي يجب أن تذهب إليه القوات – وما يجب أن تفعله – في حالة قيام روسيا بالهجوم في أي من المناطق الثلاث: القطب الشمالي وشمال المحيط الأطلسي، ووسط أوروبا، ومنطقة البحر الأبيض المتوسط؛ كما لدى الناتو حاليا 40 ألف جندي يمكن حشدهم في وقت قصير؛ وتمت مناقشة خطط إرسال 300 ألف جندي للعمل في غضون 30 يوما في المؤتمر الذي انعقد في ليتوانيا.

إن انضمام فنلندا إلى الناتو يعني أن طول الحدود المشتركة بين الناتو مع روسيا يتضاعف ليصل إلى 2600 كيلومتر.. وهذا يعني أن الحلف سيعمل على زيادة قدراته ونشر بنيته التحتية على طول هذه المسافة، التي باتت تحتاج إلى حماية مباشرة وقوية؛ وهو أمر قد تضطر موسكو إلى الرد عليه بخطوات سريعة وفعالة لحماية مناطقها الغربية بمواجهة التطويق العسكري الكامل.

لكن هناك تداعيات أخرى لا تقتصر على الملفّين الأمني والعسكري اللذين يتطلبان من موسكو تخصيص موارد هائلة، وهي تنسحب على كل الملفات المتعلقة بالتوازن الاستراتيجي، والمصالح المتعددة في مناطق حيوية، كملف حوض البلطيق الـذي أصبح واقعياً بحيرة أطلسية.. هذا الأمر يزيد أعباء موسكو الأمنية والعسكرية والاقتصادية، ويعقّد التنافس على منطقة القطب الشمالي حيث تخوض موسكو منذ سنوات مواجهة دبلوماسية وأمنية وعلمية واستخباراتية قاسية لانتزاع الاعتراف بحقوقها فيها.

رأى الأسـتـاذ المشارك في قسم الاستراتيجية ودراسـات الحرب في أكاديمية الدفاع الدنماركية يورغن ستون، أنّ عضوية البلدين (فنلندا والسويد) في الناتو "ستخلق معضلة أمنية لعموم منطقة البلطيق".. ويتوقع ستون ازدياد حدة التوتر في منطقة البلطيق إذا ما جرى تحريك وحدات عسكرية للأمام أكثر، أو أنّ الحدود الفنلندية الروسية شهدت تحركات غير منسقة بين الجانبين.. ويبدو عموماً أنّ "انعدام الثقة"، وتزايد الحديث عن نشر أسلحة نووية في بيلاروسيا، كخطوة تصعيدية من موسكو، من المحتمل أنّ تساهم في زيادة التوتر، وخصوصًا أنّ ما يشبه طوقاً ممتداً من مياه البلطيق، وصولاً إلى القطب الشمالي، بات يضيق على روسيا.

زيادة فُرص الاحتكاك بين روسيا والناتو

إن فُرص الاحتكاك العسكري بين روسيا وحلف الناتو سيزداد بانضمام كل من السويد وفنلندا، حيث إن الأخيرة تشترك بحدود برية مع روسيا بنحو 1300 كيلومتر، وبذلك يضاعف الحلف من طول حدوده مع روسيا؛ في المُقابل تعتزم روسيا على بناء 12 قاعدة عسكرية على طول حدودها مع فنلندا.

حدود روسيا وفنلندا

من شأن تمدد حلف الناتو على الحدود الروسية أن يدفع الأخير إلى إعادة تعريف دور منظمة معاهدة الأمن الجماعي، التي تضم عدد من جمهوريات الاتحاد السوفيتي السابق وهـي: روسيا وأرمينيا وبيلاروس وكازاخستان وقيرغيزستان وطاجيكستان، حيث أشار الرئيس الروسي فلاديمير بوتين في قمة المجموعة المُنعقدة في 17 مايو 2022م، أن الدول الأعضاء ستقوم بتدريبات عسكرية مشتركة قريبًا، فضلاً عن دعوات شهدها الاجتماع لتحويل المعاهدة إلى تحالف أشبه بحلف وارسو السابق، ولكن بصيغة جديدة.

وتعتبر روسيا توسع الناتو على حدودها تهديداً أساسياً لأمنها، وكان طموح أوكرانيا للانضمام إلى الحلف أحد الأسباب التي برّرت موسكو من خلالها هجومها العسكري على الدولة الشيوعية السابقة.. وتشير العقيدة الدبلوماسية الروسية الجديدة التي تم الإعلان عنها في مارس 2023م إلى الغرب باعتباره "تهديداً وجودياً" يجب أن تواجه موسكو هيمنته.

تصورات روسيا للتهديد بتوسيع الناتو

ينذر جهود توسع الناتو بمزيد من التوترات للأمن الأوروبي والدولي، إذ تؤكد روسيا مرارًا إلى أن الغرب يهدف للمواجهة والتصعيد بضم دول جديدة لحلف شمال الأطلسي، وزعزعة الاستقرار في المناطق الحدودية.. وفقًا للسكرتير الصحفي الرئاسي دميتري بيسكوف، "التوسع الإضافي لحلف الناتو لن يجلب مزيدًا من الأمن لأي من الجانبين، لأن الكتلة العسكرية (الناتو) تتصرف بعدوانية".. وقال الجنرال الروسي فاليري جيراسيموف، المسؤول عن العمليات في أوكرانيا في 24 يناير 2023م، إن الإصلاحات العسكرية سترد على توسع الناتو المحتمل و"الغرب الجماعي"، الذي اتهمه بشن حرب مختلطة ضد موسكو.

3 ـ تأثير انضمام السويد للناتو على واقع الأمن

جاء قرار موافقة انضمام السويد للناتو بعد جولة من المفاوضات والمحادثات بين السويد وتركيا، وجرى إصدار بيان مشترك منفصل، ركز على التوصل لاتفاق بين السويد وتركيا، وأشار البيان الصادر إثر محادثات ثلاثية، إلى أن تركيا والسويد ستعملان بشكل وثيق لتنسيق مكافحة الإرهاب، وتعزيز الروابط التجارية الثنائية.

وقّعت تركيا والسويد وفنلندا مذكرة تفاهم ثلاثية في 28 يونيو 2022م، بشأن انضمام البلدين الأخيرين إلى الناتو، بعد تعهدهما بالاستجابة لمطالب أنقرة بشأن التعاون في ملف مكافحة الإرهـاب؛ وفي خطوة من جانب السويد في الالتزام في التعهد ببنود هذه المذكرة قامت السويد بسن قانون جديد في مكافحة الإرهاب، دخل حيز التنفيذ في يونيو 2023م

ينص القانون الجديد "تجريم المشاركة في منظمة إرهابية" على المسؤولية القانونية والجنائية لأي شخص يشارك في نشاط التنظيمات الإسلاموية المتطرفة أو تقديم الدعم لهذه التنظيمات، يشمل القانون تجريم تمويل المشاركة في تنظيم إرهابي، والتحريض والتجنيد العلني للجريمة، والسفر للخارج بقصد ارتكاب الجريمة، في خطوة من شأنها زيادة تعزيز الإطار القانوني الجنائي لمواجهة تهديد الإرهاب.. كما ويعتبر هذا القانون دليلاً على إيفاء السويد بالتزاماتها الناجمة عن المذكرة الثلاثية الموقعة في مدريد، كما أشار ستولتنبرغ.

تأثير انضمام السويد وفنلندا للناتو على واقع الأمن في أوروبا

هناك وجهات نظر متباينة تجاه انضمام السويد وفنلندا إلى الناتو، هنالك وجهة نظر ترى الانضمام يصب في مصلحة أوروبا، خاصة من الناحية العسكرية، يعتبر انضمام الجيوش الفنلندية والسويدية بمثابة دفعة قوية لقوة الناتو الدفاعية، إذ أن القوات الروسية تفوق بشكل كبير قوات الحلف في شمال القارة الأوروبية، كما أن الدولتين تمتلكان إمكانيات عسكرية متقدمة، الى جانب وضعها الجغرافي المهم في المنطقة.

أما من المنظور الجغرافي فإن انضمام فنلندا يملأ

التصحيح
صحيفة سياسية إخبارية توعوية

فجوة كبيرة في دفاع الناتو، كونه يضاعف مساحة حدوده مع روسيا، وهذا سوف يساهم في تحسين الأمن والاستقرار في بحر البلطيق بشكل كبير؛ أما من المنظور السياسي، سيكون بمثابة رسالة إلى روسيا بأن أوروبا بغالبيتها متماسكة متحدة ضد غزوه لدولة ذات سيادة.

بينما تستند وجهة النظر التي ترى الانضمام يهدد أمن أوروبا، من منطلق أن الخطر يكمن من التوسع الكبير لحلف الناتو على حدود روسيا الشمالية مباشرة، والذي يمثل تهديدا وجوديا لأمن روسيا، لدرجة أنه يمكن التكهن مطلقا بما يمكن أن تفعله موسكو ردًا على هذا التوسع؛ وكان أن سبق وحذرت روسيا من أن انضمام فنلندا والسويد إلى الناتو مؤكدا أنه "لن يجلب مزيدا من الأمن لأوروبا".

أعتبر وليام ألبيركي مدير الاستراتيجيات والتسليح بالمعهد الدولي للدراسات الاستراتيجية في لندن، أن انضمام فنلندا والسويد للناتو سيغيّر أمن منطقتي الشمال الأوروبـي والبلطيق، إذ يتيح لحلف الناتو بالتخطيط للدفاع الكامل والموحد ضمن استراتيجية جديدة للحلف تستهدف تعزيز التمركزات العسكرية في أوروبا لمواجهة أي تمدد روسي محتمل؛ كما سيعزز الجناح الشرقي للتحالف ودفاعاته الجماعية في شمال أوروبا.

من المتوقع أيضًا أن تؤدي عضوية فنلندا والسويد إلى تعزيز قدرة الردع لدى "الناتو" في القطب الشمالي، وهـي المنطقة التي استثمرت فيها روسيا بكثافة عسكريا.

تأثير انضمام السويد

للناتو على الأمن السويدي

إن انضمام السويد إلى حلف شمال الأطلسي (الناتو) له تداعيات محتملة على واقع الأمن في السويد والمنطقة يمكن أن تلخص كالتالي:

– توفر عضوية "الناتو" ضمانات أمنية وقوة ردع لاحتمالية أي هجوم أو تهديد لأمن السويد، من بينها التهديدات الروسية، وتضمن السويد دفاع الحلف عنها عملا بالمادة الخامسة التي تشير إلى أن الهجوم على أي عضو في الحلف هو هجوم على جميع الأعضاء.

– يتاح للسويد فرصة لتعزيز التعاون الأمني مع دول الناتو؛ حيث يتم تبادل المعلومات والخبرات في مجالات مثل مكافحة الإرهاب والتهديدات السيبرانية والدفاع الجوي، مما يعزز القدرة السويدية على مواجهة التحديات الأمنية المشتركة.. وكان جهاز الأمن السويدي قد وصف في تقييمه السنوي للتهديدات أن روسيا هي "أكبر فاعل منفرد يهدد أمن السويد"، مشيرًا إلى عمليات التجسس والهجمات الإلكترونية وتخريب البنية التحتية.

وقالت رئيسة الوزراء الأسبق، ماغدالينا أندرسون، من قبل إن الغزو الروسي "يقوض النظام الأمني الأوروبي الذي تبني السويد أمنها عليه"، وحذرت من "إذا كانت السويد الدولة الوحيدة في منطقة بحر البلطيق التي ليست عضوا في الناتو، فسنكون في موقف ضعيف للغاية؛ لا يمكننا استبعاد أن تزيد روسيا من الضغط على السويد».

تقييم وقراءة مستقبلية

ـ إن توسيع التحالف بإضافة فنلندا والسويد، يدفع موسكو لاتخاذ إجراءات احترازية ووقائية، وإنشاء تجمع مناسب للقوات في شمال غرب روسيا.

ـ إن انضمام السويد إلى جانب فنلندا، يجعل الناتو في وضع مستريح لتعزيز الدعم اللوجستي عبر المحيط الأطلسي إلى كيميجارفي، على بعد ساعة بالسيارة من الحدود الروسية، وسبع ساعات من المعقل النووي الروسي والقواعد العسكرية بالقرب من "مورمانسك" في شبه جزيرة كولا.

ـ تعزيز سيطرة الناتو على بحر بارنتس والسيطرة على الملاحة البحرية عبر المياه ما بين جرينلاند وأيسلندا والمملكة المتحدة.

ـ تشديد قبضة الناتو على بحر البلطيق، ويعزز الدعم اللوجستي الى غرب أوروبا مثل ألمانيا.

ـ ستظهر أهمية قاعدة "روفانتيمي" العسكرية الفنلندية أهمية أكثر، بحيث يمكن أن تكون قاعدة انطلاق عمليات عسكرية للناتو.

ـ إن تمدد الناتو وحرب أوكرانيا غير من الهيكل الأمني إلى أوروبا، فلم يعد شكل خارطة أمن أوروبا بعد الحرب الباردة ذاتها، وهذا يعني نحن امام نظام دولي جديد.

ـ إن انضمام فنلندا وطلب السويد الانضمام إلى عضوية الناتو سيؤدي إلى تصعيد محتمل للتوتر بين روسيا والناتو، بسبب ترجيح انزلاق الناتو وسوريا في مواجهة عسكرية ولو محدودة نتيجة أي خطأ في قواعد العمل ما بين الناتو وروسيا.

ـ ممكن أن تعزز ترسانة السويد وفنلندا قوة الناتو عسكريًا خاصة في مجال الدفاع الجوي والطائرات المقاتلة.

ـ تبقى روسيا تمتلك اليد العليا في القطب الشمالي، هناك 10 قواعد جوية عسكرية، وأسطلا كاسحات الجليد الثقيلة؛ ما يقرب من 40 منها تنتمي إلى نظام الدفاع الجوي الخاص.

ـ بات متوقعًا أن يعزز الناتو نشر قواته في البلطيق وشرق أوروبا، يقابله تصعيد روسيا قدراتها القتالية، على مستوى قواعد الاشتباك ونوعية الأسلحة المستخدمة وحجم القوات لتكون في مستوى يمكنها مواجهة توسع الناتو.

ـ تبقى روسيا شريك قوي في الأمن الدولي ولا يمكن استبعادها، وما يعزز ذلك هو الموقع الجغرافي والعوامل التأريخية والديموغرافية مع أوروبا، ناهيك عن المصالح الاقتصادية والسياسية المتبادلة.

- إن توسع الناتو شرقا وعند الحدود الروسية، يمكن أن يعرض أمن أوروبا والأمن الدولي إلى مخاطر محتملة، فحدوث أي احتكاك عند الحدود ممكن أن تنزلق الأطراف المعنية في حرب واسعة وشاملة.

- الهواجس الأمنية عند موسكو ما تزال موجودة وتتصاعد مع وجود الناتو عند حدودها خاصة بعد انضمام فنلندا وربما انضمام السويد قريبا، ناهيك عن نشر الكتائب القتالية للناتو في بولندا ودول البلطيق.. هذه المخاوف يمكن أن تدفع روسيا إلى خطوة استخدام السلاح النووي كونها تعتبر ذلك تهديد وجودي لها، وهذا يضع العالم على حافة كارثة بشرية لم يشهدها التاريخ.

- تعتقد بعض دول أوروبا أن نشر الناتو قواته في أوروبا ودعمها إلى أوكرانيا، تعزيز إلى أمن أوروبا، لكن ما يحدث هو العكس، فهناك أزمات اقتصادية وتصعيد ميزانيات التسلح وتوجه الحكومات نحو اليمين المتطرف وهناك تهديد للأحزاب التقليدية والديمقراطية، مما يجعل أوروبا أمام خيارات صعبة.

ـ إن إرساء الأمن والاستقرار لا يتحقق عبر التحالفات العسكرية المضادة وزيادة التسليح العسكري، ولا من خلال آلية الردع والـردع المضاد أو سياسة التصعيد مقابل التصعيد، لذلك فأنه من المرجح أن يؤدي توسع الناتو عند حدود روسيا إلى زيادة التوترات والتصادمات وزيادة التسليح التقليدي والنووي في كلا الطرفين، مما يزيد من أخطار الحروب والمواجهات في الوقت الحالي وفي المستقبل.

- تعتمد تداعيات توسع حلف شمال الأطلسي (الناتو) عند حدود روسيا على مدى جدية الناتو في نقل بنيته التحتية إلى مقربة من حدودها، وقد بدأت روسيا التحضير لاحتمال ذلك من خلال اتخاذ قرارات تتضمن توسيع نشر الأسلحة النووية لتشمل بيلاروسيا ومناطق في الشمال والشمال الغربي لها؛ وتظل التداعيات البعيدة المدى أكثر خطورة على كل من روسيا وأوروبا، حيث سيواجه كلٌ من الروس والغرب تفاقم المعضلة الأمنية والتوترات في منطقة بحر البلطيق.

لا يمكن تحقيق الأمن والسلام في أوروبا من خلال إضعاف وإذلال روسيا، بل على العكس سيدفع بالبيئة الأمنية الأوروبية نحو اتجاهات أكثر خطورة، خاصة عند الأخذ في الاعتبار مكانة روسيا في ميزان القوى الأوروبي؛ طالما كانت لروسيا دور تاريخي في ضمان الأمن في أوروبا، إذ تُعتبر جزء لا يتجزأ من منظومة الأمن الأوروبـي، فضلاً عن الحاجة الأوروبية لموارد الطاقة الروسية.

بات ضروريًا أن يخفف الناتو من توسعه في أوروبا وتكثيف عملياته وتجنب انخراط الناتو في حرب مباشرة مع روسيا عبر أوكرانيا، من أجل إيصال رسالة طمأنة إلى موسكو، ناهيك أن اعتبار روسيا شريك في الأمن الدولي يخفف الكثير من التهديدات للأمن الدولي.

ـ إن انضمام السويد وفنلندا الى الحلف الأطلسي، يمكن أن يعزز أمنهما الوطني، ويمكن أن يمنحهم فرصة لعب دورا أكبر في قضايا الأمن والدفاع على مستوى إقليمي ودولي وممكن أن يعزز أمنهما الوطني، رغم أن البعض يرى عكس ذلك، بأن خسارة السويد وفنلندا إلى مبدأ الحياد الدائم، يعني وجود روسيا عن حدودهما، ووجود الناتو عن خطوط التماس مع روسيا، من شأنه أن يعزز فرضية المواجهة العسكرية المحتملة عن حدوث أي خطأ عسكري.

- يمكن للسويد أن تلعب دورًا أكبر في تعزيز الاستقرار الإقليمي في شمال أوروبا والبلطيق وتقديم الدعم والتعاون مع الدول الأعضاء الأخرى في المنطقة من خلال انضمامها إلى الناتو

- يعزز انضمام السويد إلـى الناتو الشراكات الاستراتيجية مع الدول الأعضاء في الحلف، ويوفر فرصًا لتعزيز التعاون الأمني والعسكري والاقتصادي والسياسي في المجالات المختلفة.

– في حين يعتبر البعض أن انضمام السويد وفنلندا إلى مظلة الناتو بمثابة تعزيز البيئة الأمنية والاستقرار في المنطقة ويقلل من فرص الحرب؛ يعتبره الآخر عامل استفزاز ومثيرا لاندلاع الحرب، خاصة وأن روسيا تعتبر انضمام كلا البلدين تطورًا سلبيًا، فهو يعزز مخاوفها الأمنية نتيجة زيادة الإجراءات العسكرية حول حدود شمال أوروبا مع روسيا، ما يطرح التساؤل حول ماهية ردود الفعل المتوقعة من جانب روسيا نتيجة لهذه المخاوف؛ خاصة أن روسيا قد وحذرت سابقا كلا البلدين من عواقب مثل هذه الخطوة.

- إن انضمام فنلندا والسويد إلى الناتو يعزز قدرة الردع لدى الناتو في القطب الشمالي، وهي المنطقة التي استثمرت فيها روسيا بكثافة في البنية التحتية التجارية والعسكرية.. سيؤدي انضمام فنلندا والسويد إلى انضمام جميع دول القطب الشمالي، باستثناء روسيا إلى الناتو، مما يسمح للحلف باتباع استراتيجية أكثر تماسكًا في المنطقة.

- لا تعتبر روسيا حلف الناتو تحالفا دفاعيا، بل على العكس تماما.. هو بمثابة تهديد وجودي لأمنها، لذلك لا ترى روسيا أن هذا الانضمام يلبي مصالح فنلندا والسويد، ولا مصالح الأمن والاستقرار الأوروبي، ولا أيضًا مصالح الاستقرار الإقليمي، إنما سيؤدي هذا الانضمام إلى عسكرة " منطقة الشمال" التي كانت حتى وقت قريب من أكثر سلمية من الناحية العسكرية والأمنية في أوروبا، حيث كان التركيز على التعاون وليس المنافسة في المجال العسكري.

وبالتالي سيعتمد رد روسيا على توسع الناتو في المرحلة المقبلة بناءً على الكيفية التي سينقل بها الحلف عتادا عسكريا نحو روسيا والبنية التحتية التي ينشرها، خاصة وأن روسيا لا تعتبر حلف الناتو تحالفا دفاعيا، بل على العكس تماما.. هو بمثابة تهديد وجودي لأمنها، حيث توسع الناتو شرقا مقتربا من موسكو بعد تفكك الاتحاد السوفيتي في عام 1991م.

هوامش

Russia Won't Sit Idly by after Finland and Sweden Join NATO – War on the Rocks
bit.ly/3OeN4V5
How Sweden and Finland could help NATO contain Russia | Reuters
bit.ly/4794NWF
NATO expansion and its repercussions on global security
bit.ly/44M6S9v
Svenska Freds. 2022. "ett medlemskap i nato för varken Sverige eller världen "säkrare
https://bit.ly/478JPHj
بي بي سي .2023."هو حلف الناتو وما هي خطته الجديدة بشأن روسيا؟"
https://bit.ly/3QewOG
ستراتيجيكس.2022م" توسع "الناتو" وأثره على مفاهيم الحياد والأمن الأوروبي"
https://bit.ly/3QeOzFB
سكاي نيوز عربية.2023م "الناتو "يلامس روسيا.. تفاصيل ما يحدث على الحدود الساخنة"
https://bit.ly/3rO7Xiw
الشرق الأوسط. 2023م" ناتو على حدود روسيا... وموسكو تعزز قدراتها غرباً"
https://bit.ly/3OxpnbO
العربي الجديد.2023م "فنلندا في حلف شمال الأطلسي... تغيير قواعد اللعبة مع روسيا"
https://bit.ly/3O4NMnQ
المفهوم الاستراتيجي الجديد لحلف الناتو وتأثيره على الأمن الدولي"
https://bit.ly/3QwDJLl
يورونيوز.2023م " روسيا تعتزم تعزيز قدراتها العسكرية بجوار فنلندا بعد انضمام هلسنكي للناتو"
https://bit.ly/3KDJumH
Advokaten. 2023."Regeringen går vidare "med ny terrorlag
https://bit.ly/44FVhZc
Justitiedepartementet.2023."Det ska vara straffbart att delta i en "terroristorganisation
https://bit.ly/3Dd0jAF
säpo-2023."Person dömd för försök till "terrorfinansiering
https://bit.ly/43pHd4W
Expressen.2022. "Erdogan: Sverige ska "utlämna 73 personer
https://bit.ly/44k727I
بي بي سي. 2022م؛"روسيا وأوكرانيا: هل يشكل انضمام فنلندا والسويد إلى الناتو تهديدا لأمن أوروبا أم دعما للسلام في القارة؟"
https://bit.ly/43uBtqy
دويتش فيله.2023م" المحكمة العليا تعارض تسليم شخصين مطلوبين لتركيا"
https://bit.ly/3rjZpQ0
العربي الجديد.2023م، ستولتنبرغ: مباحثات مرتقبة مع أردوغان بشأن انضمام السويد إلى الناتو"
https://bit.ly/3PNTT2p
الحرة – واشنطن . 2023م" جناح شرقي "معزز".. كيف يستفيد "الناتو" من فنلندا والسويد؟"
https://bit.ly/3DeZlUE
فرانس 24. 2023م." ستولتنبرغ يعلن موافقة أردوغان على تأييد انضمام السويد إلى حلف شمال الأطلسي"
https://bit.ly/3XQ0MlV
الجزيرة نت.2023م. أردوغان يشترط للموافقة على انضمام السويد لحلف الناتو
https://bit.ly/3rqIwDm

التصحيح
صحيفة سياسية إخبارية توعوية

أسباب الإرهاب ودوافعه ووسائل علاجه

د/ جمال نصار

تختلف أسباب العمل الإرهابي ودوافعه باختلاف نوع العمل وممَّن صدر (فرد أو جماعة أو دولة)؛ وتأتي هذه الأسباب والدوافع متعددة ومتباينة، ويمكن تقسيم هذه الدوافع والأسباب إلى: دوافع شخصيَّة، وأخرى مجتمعيَّة.

أولًا: الدوافع والأسباب الشخصية

تتنوع الدوافع الشخصية التي تدفع الإرهابي إلى ارتكاب جريمته لتحقيق هدف شخصي، أو بسبب عامل يتعلق بشخصيته، وهذه الدوافع هي دوافع نفسية، وسياسية، وإعلامية.

أ- الدوافع النفسية: فالبناء السيكولوجي للفرد يلعب دورًا مهمًّا في تفاعله مع مجتمعه، وقد أظهرت الدراسات ذات الصلة أن النمو الجسمي والعقلي والانفعالي المضطرب والبيئة الاجتماعية غير السليمة لها علاقة مباشرة بالعمل الإرهابي، كما ترى بعض الدراسات أن القائمين بالعمل الإرهابي تجمع بينهم خصائص متماثلة، كالطفولة المضطربة، والانطواء على النفس، والعلاقات المضطربة في الأسرة خاصة مع الوالدين، والانقطاع عن الأصدقاء.

ب- الدوافع السياسية: ففي كثير من الأحيان يكون دافع العمل الإرهابي سياسيًّا، للفت نظر الجهة المستهدفة من هذا العمل، وفي الغالب تأتي الدوافع السياسية لأسباب، منها: ما تمارسه بعض الأنظمة ضد مواطنيها؛ من فرض سياسات غير عادلة، وتهميش المواطن، وانتهاك حقوقه وحرياته، بما يشعره بالكبت والقهر السياسي، وأنه مُهمل لا دور له.. كما أن الرغبة في حق تقرير المصير للشعب المحتل، قد يدفع الأفراد لعمل بعض الأعمال الإرهابية لتخليص الوطن من المحتل الأجنبي أو المليشيات العنصرية، التي تمارس الاضطهاد والقهر.

ج- الدوافع الإعلامية: نتيجة للتطور التكنولوجي في وسائل الاتصال، والتواصل الاجتماعي، في نشر الأخبار والوقائع فور حدوثها، نجد أن من دوافع العمل الإرهابي لفت أنظار الرأي العام العالمي إلى قضية من القضايا، لجذب الانتباه لإيجاد نوع من التعاطف مع القائم بالفعل الإرهابي، ووسائل الإعلام هي الوسيلة الوحيدة التي بواسطتها يستطيع الإرهابيون طرح شروطهم ومطالبهم وآرائهم وشرح قضاياهم؛ وهذا ما قام به بن لادن والظواهري في تنظيم القاعدة، وأبو بكر البغدادي في تنظيم داعش أخيرًا؛ بل تطور الأمر إلى إنشاء قنوات فضائية، ومواقع إلكترونية باستخدام أحدث أدوات التكنولوجيا في التصوير، كما حدث في إعدام الطيار الأردني معاذ الكساسبة حرقًا، وإعدام مجموعة من المصريين في ليبيا ذبحًا.

إضافة إلى ذلك، فإن الإعلام من خلال نقله للأحداث يُسهم في إظهار بعض الإرهابيين بمظهر الأبطال؛ مما يدفع إلى تقليدهم والسير على طريقتهم، وهذا ما حدث أيضًا من تحمُّس الآلاف من الشباب للانضمام إلى تنظيم «داعش» لرؤيتهم من خلال الإعلام أنهم يحققون مكاسب على الأرض، ناهيك عن الظلم الواقع عليهم من الأنظمة.

ثانيًا: الدوافع المُجتمعية

وهي الدوافع التي يكون للمجتمع الذي يعيش فيه مرتكِب العمل الإرهابي دور كبير في دفعه إلى الإرهاب، ويمكن تقسيم هذه الدوافع إلى الآتي:

أ- الدوافع الاقتصادية: فالحاجة والفقر والعوز الاقتصادي، قد يكون له آثار سلبية على البناء المجتمعي، بما يولِّد سلوكًا عدائيًّا ضد المجتمع الذي يعيش فيه الفرد، ومن أبرز هذه المشاكل: التخلف الناتج عن السياسات الاقتصادية غير الملائمة للواقع الاجتماعي للدولة، بحيث تتكون فجوة تتسع تدريجيًّا بين الفقراء والأغنياء، وسوء توزيع الثروة والموارد اللازمة للتنمية وتوفير الحاجات الأساسية للناس؛ مما يفرز خللاً في العدالة الاجتماعية، وظلمًا لقطاعات كبيرة من السكان، وهذا يؤدي إلى خلق حالة من النقمة والغضب على فئات من المجتمع، قد يصحبه ردَّة فعل بارتكاب عمل إرهابي معين.

ب- الدوافع الاجتماعية: فالأسرة المفككة التي يسودها الجهل والمشاكل الأسرية، تؤدي إلى ضعف الرقابة على الأبناء، وتترك آثارًا سلبية في نفوسهم، وبالتالي تسهم في انحرافهم، واستغلالهم من قِبل بعض المجموعات الإرهابية.. كما يُسهم ضعف دور المدرسة في التربية والتنشئة السليمة، وافتقاد لغة الحوار والتفاهم، إلى ممارسات خارجة عن النظام والتقاليد الاجتماع، وسوء التخطيط، وانتشار المساكن والأحياء الشعبية، وعدم توفر الحد الأدنى للمعيشة، يدفع الشباب إلى الشعور بالقهر الاجتماعي، ومن ثمَّ يدفعهم إلى الانحراف وارتكاب الأعمال الإرهابية.

ج- الدوافع التاريخية: قد تُتخذ الحوادث التاريخية التي حدثت في فترة زمنية بعيدة سببًا من الأسباب الدافعة لارتكاب العمل الإرهابي، ومن الأمثلة على ذلك الأعمال الإرهابية التي قام بها جيش التحرير الأرميني ضد تركيا، انتقامًا للمذابح التي حدثت للأرمن إبَّان العهد العثماني، وكذلك ما قامت به إسرائيل من أعمال إرهابية ضد القادة الألمان في العهد النازي، وتتبعهم أينما كانوا واختطافهم ومحاكمتهم لادعائها باضطهاد النازيين لليهود، ومن الأمثلة على ذلك اختطاف «أدولف أتو إيخمان» عام 1960م من قِبل عملاء الاستخبارات الإسرائيلية «الموساد» ونقله من الأرجنتين إلى القدس حيث جرت محاكمته وإعدامه هناك.

د- الدوافع الإثنية: فحينما تسيطر النزعة العِرقية على السلطة الحاكمة، وتمارس التمييز العنصري ضد شعبها، وخصوصًا إذا كان متنوع الأعراق، تلجأ بعض الجماعات إلى ممارسة العنف والإرهاب ضد الجماعة الأخرى الأقل قوة بهدف إخراجهم من ديارهم.. كما حصل في البوسنة والهرسك وكوسوفا من قِبل الصرب، وكما حصل في جنوب إفريقيا من تمييز عنصري من قِبل الحزب الوطني الذي تسلَّم السلطة عام 1948م، ومارس سياسة التمييز العنصري، والتي مفادها أن على كل مجموعة عِرقية من المجموعتين الرئيستين في البلاد أن تتطور مستقلة عن الأخرى، وفقًا للإمكانيات والخصائص التي تتمتع بها وفي مناطق جغرافية منفصلة بعضها عن بعض؛ فالأقلية البيضاء حاولت الاحتفاظ بالامتيازات التي تسمح لها بالتطور والنمو مما أدى إلى تفاوت شاسع في الحالة الاقتصادية والاجتماعية والسياسية بين المجموعتين.

هـ- الدوافع الأيديولوجية: قد يدفع التعصب لمبدأ فكري أو ديني إلى اللجوء إلى استعمال العنف وممارسة الإرهاب من قِبل فئة معينة تحاول فرض مبادئها التي تؤمن بها على المجتمع الذي تعيش فيه، وربما تسعى تلك الفئة إلى محاولة الوصول إلى السلطة لتسهيل نشر تلك المبادئ وتطبيقها، ومن أمثلة ذلك: الصراع بين الرأسمالية والاشتراكية، والصراع بين البروتستانت والكاثوليك لأسباب دينية، وبين الهندوس والمسلمين في الهند، كما يتمثل ذلك في تبني بعض الجماعات التي يُطلق عليها أحيانًا الجماعات الأصولية كالحوثية رفض الثقافات والحضارات الأخرى، ومقاومة الاتصال الثقافي بين الحضارات المختلفة.

الإرهاب ظاهرة عالمية

أصبح من المعتاد أن يُقحَم الإسلام في النقاش والجدل بطريقة أو بأخرى كلما وقع عمل إرهابي في أي مكان في العالم، أو فلنقل: في معظم الأعمال الإرهابية لكي نكون أكثر دقة؛ يحدث هذا الأمر حتى ولو لم يكن الفاعل مسلمًا، لأن أصابع الاتهام والشكوك باتت توجَّه بطريقة تلقائية نحو المسلمين، حتى قبل أن تتضح هوية الجاني وتُعرف دوافعه.

ومن المعروف أن أوروبا نفسها قد عانت الإرهاب الداخلي في النصف الثاني من القرن العشرين، كما حدث في أيرلندا وإقليم الباسك في إسبانيا، ولم تسلَم الولايات المتحدة الأميركية نفسها من الإرهاب الداخلي قبل أحداث الحادي عشر من سبتمبر/أيلول عام 2001م، كما شهدت الساحة العالمية أعمالاً إرهابية أخرى في أماكن مختلفة، منها على سبيل المثال: إطلاق الغازات السامة في مترو الأنفاق في اليابان، ومقتل رابين في إسرائيل، وهدم المسجد البابري في الهند على أيدي المتطرفين الهندوس، وغيرها كثير.

على ذلك يتّضح أن الإرهاب قد تمارسه مؤسسات وأحزاب وطوائف وعِرقيات وحكومات وأفراد؛ ومن يُقصره على ديانة خاصة أو طائفة أو حكومة أو عِرق، يبتعد عن الواقع والحقيقة.

ومن تلك النماذج الكاشفة في التاريخ القديم والحديث: إعدام أكثر من مليون مسيحي مصري على أيدي الاحتلال الروماني لمصر قبل الفتح الإسلامي؛ وإبـادة 70 ألف مسلم بالقدس عندما اجتاحتها الجحافل الصليبية بعد أن وعدهم القائد الصليبي بالعفو إن استسلموا ثم غدر بهم!! في المقابل عفا صلاح الدين الأيوبي عن الصليبيين عندما فتح القدس.. الإبـادة الجماعية لعشرين مليون مسلم على يد جوزيف ستالين.. إحراق روما على يد الطاغية نيرون.. ضرب بغداد وأفغانستان وفيتنام باليورانيوم الناضب، وقصف المستشفيات والمدارس ومراكز توزيع الخبز والمياه وغيرها من أماكن تجمُّع المدنيين بالعراق وأفغانستان مما نتج عنه استشهاد مئات الألوف من المدنيين.. إبادة عشرات الملايين من الأفارقة أثناء اختطافهم وتهجيرهم الإجباري من إفريقيا إلى أميركا لاستصلاح الأراضي هناك والعمل في مزارع السادة البيض.. وكان جزاء من يتمرد على الرِّقّ والتعذيب وإهدار الآدمية هو الإعدام فورًا بلا تحقيق أو محاكمة من أي نوع!!

الحربان العالميتان الأولـى والثانية، نـجم عنهما مصـرع ما يتراوح بين 60 إلى 100 مليون شخص، والمذابح المروعة المتبادلة بين الكاثوليك والبروتستانت في أوروبـا كذلك.. ضرب مدينتي هيروشيما ونجازاكي اليابانيتين بالقنبلة النووية بواسطة طائرات أميركية ومصرع ربع مليون شخص وإصابة ملايين آخرين بالسرطان بسبب الإشعاع.. مذابح دير ياسين وصابرا وشاتيلا ومدرسة بحر البقر وملجأ قانا وإعدام عشرت الألوف من الأسرى المصريين عامي 1956 و1967 على أيدي العصابات الصهيونية.. قتل 250 ألف مسلم بوسني علي أيدي الصرب والكروات، وعشرات الآلاف من الشيشان على أيدي الروس.

وبالتالي فإن محاولات بعض الأنظمة الدولية التنصل من ظاهرة الإرهـاب وتحميلها جهة دون أخرى، يجافي الواقع والحقيقة، فالتاريخ السياسي الحديث يشير إلى عُمق المشكلة، فمن خلال تتبع بؤر التوتر والصراع في العالم، نجد أنه لا يمكن محاصرة تلك الظاهرة مع وجود تلك البؤر، فالمجتمع الدولي يتغاضى عمّا يحدث من انتهاكات للشعب الفلسطيني على أيدي الإسرائيليين، وبدعم كامل من الولايات المتحدة الأميركية، والحروب الأهلية التي تحركها الأقليات العرقية والطائفية في أماكن مختلفة من العالم، ومحاولة اللعب بورقة السُّنَّة والشيعة، والسماح بالتدخل في شؤون الدول، كل تلك المشاكل التي تتحرك ذاتيًّا تارة، وبتدخلات خارجية تارة أخرى، تُعدُّ بؤر توتر تساهم في انتشار ظاهرة الإرهاب.

اختلفت التفسيرات والدوافع التي أدت إلى تنامي ظاهرة الإرهـاب بين من يؤكد أن حالات التنافس والصراع الدولي ساعدت في تغذية ونمو هذه الظاهرة، وبين من يذهب إلى أن الإرهاب ظاهرة طبيعية يمكن أن تظهر في أي مجتمع متأثرًا بعوامل مختلفة منها: البيئة السياسية والاقتصادية والاجتماعية والدينية والأيديولوجية، ومن ثمَّ لابد من الوقوف عند بعض الحقائق التي تساعد على فهم الظاهرة واستجلاء أسبابها، ومن ثمَّ إيجاد الحلول لها، منها:

أولًا: أن الإرهاب ظاهرة عالمية، قديمة/حديثة، لا دين له، ولا وطن وقد تتغير أشكاله وأساليبه بتغير الزمان والمكان، ولكنه يظل -دائمًا- مرتبطًا بالإنسان أيًّا من كان، وأيًّا ما كانت عقيدته أو مِلَّته أو مذهبه الفكري، ومن الخطأ نسبته إلى دين دون آخر.

ثانيًا: عدم تحديد مفهوم وحقيقة الإرهـاب وأسبابه، يفسح المجال لتوسيع دائرة الاتهام، لكل من يخالف السلطات أو الحكومات والأنظمة، التي لا تحقق العدل والحرية لشعوبها، لتحقيق أغراضها في ظلم الشعوب وقهرها.

ثالثًا: مما يزيد الإرهاب استشراءً، ويُعمِّق الخلاف في فهمه، الخلط بين الإرهـاب والمقاومة، فكفاح الشعوب من أجل تحرير نفسها من السيطرة أو التدخل الأجنبي عمل مشروع، لا يمكن وصفه بالإرهاب.

رابعًا: اتهام المسلمين دومًا بأنهم صانعو الإرهاب، يكرِّس مفهومًا خاطئًا عن الدين الإسلامي، ويدفع بعض الأفراد والجماعات لتبني أعمال العنف، لشعورهم بالظلم والاضطهاد، بالرغم من ممارسة بعض أصحاب الديانات الأخرى للعديد من الأعمال الإرهابية.

خامسًا: استعمال بعض الأنظمة المستبدة لكلمة «الإرهاب» أصبح الآن عشوائيًّا ويتم دون أي تمحيص أو تقدير لعواقبه؛ فكل من يخالف تلك الأنظمة قد يُتهم بالإرهاب، مما يدفع إلى الإدانة الذاتية دون وعي أو تقدير لتبعات تلك الإدانة من تجريم وابتزاز، ومما يُسهِّل الوقوع في هذا الفخ أن تلك الأنظمة تفصِل بينها وبين شعوبها.

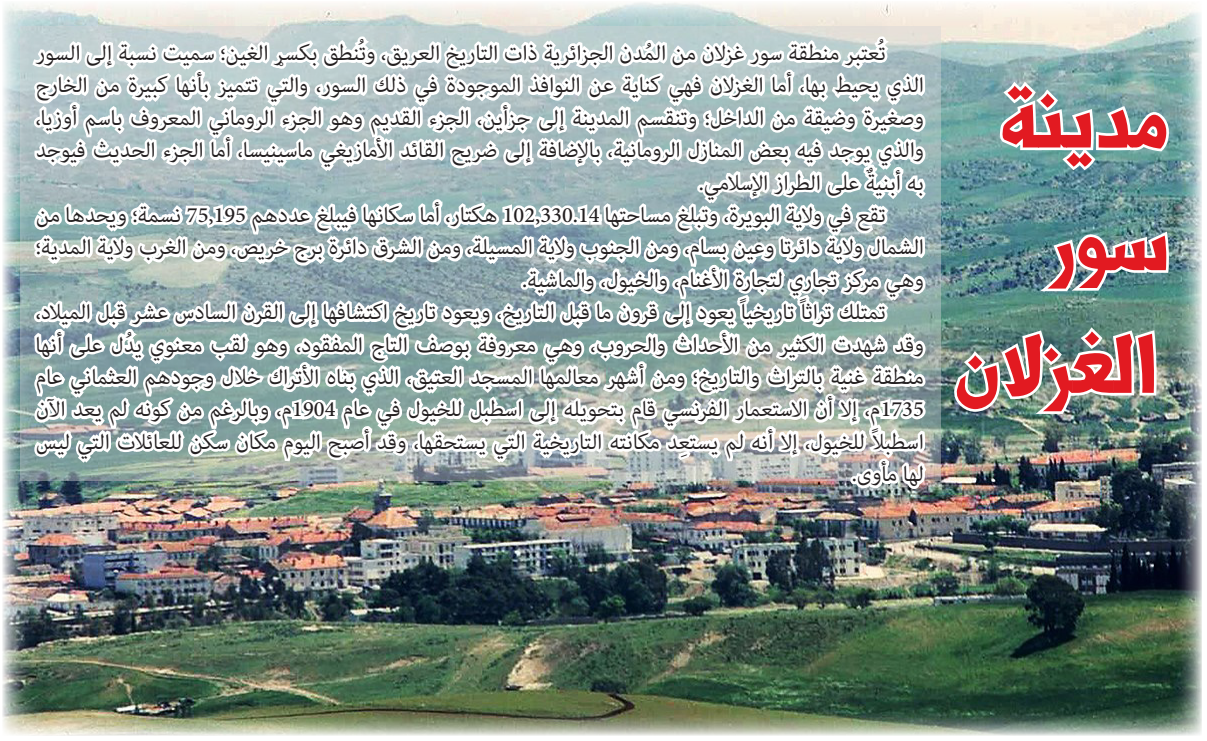
سادسًا: على الأرجح لن يستطيع التحالف الدولي الذي شكَّلته وتقوده الولايات المتحدة الأميركية للقضاء على ظاهرة الإرهاب، لأن المعالجات خاطئة، ولا يتم التعامل مع جذور المشكلة، ومن ثمَّ سيؤدي ذلك إلى المساهمة في تفتيت المنطقة العربية، واستنزاف قدراتها وإمكانياتها تحت حجة «محاربة الإرهاب».

سابعًا: لإيجاد حلٍّ لمواجهة ظاهرة الإرهـاب، لابد من البحث عن الجذور التي ينمو فيها ويترعرع، من ذلك: القهر والاضطهاد والاستبداد، والقمع، ودعم أنظمة الفساد، والطائفية والعنصرية التي تمارسها المليشيات المسلحة؛ وتمتين العلاقة مع أعداء الشعوب وشيطنة القادة الوطنيين ومحاصرتهم، وتدبير الانقلابات على الحكومات الوطنية، وتدبير الفتن بين الشعوب العربية وبين مكونات الشعب الواحد، واحتلال الدول واضطهاد شعوبها؛ كل هذا لن يولِّد إلا الغضب والكراهية، ويؤسس لبيئة حاضنة للإرهاب يصعُب التعامل معها.

التصحيح
صحيفة سياسية إخبارية توعوية

رئيس التحرير: الأستاذ / عمر الشلح
الإخراج الصحفي: ميرفت محمود
الصف الضوئي: أحمد جبر

مدينة سور الغزلان



تُعتبر منطقة سور غزلان من المُدن الجزائرية ذات التاريخ العريق، وتُنطق بكسر الغين؛ سميت نسبة إلى السور الذي يحيط بها، أما الغزلان فهي كناية عن النوافذ الموجودة في ذلك السور، والتي تتميز بأنها كبيرة من الخارج وصغيرة وضيقة من الداخل؛ وتنقسم المدينة إلى جزأين، الجزء القديم وهو الجزء الروماني المعروف باسم أوزيا، والذي يوجد فيه بعض المنازل الرومانية، بالإضافة إلى ضريح القائد الأمازيغي ماسينيسا، أما الجزء الحديث فيوجد به أبنيةٌ على الطراز الإسلامي.

تقع في ولاية البويرة، وتبلغ مساحتها 102,330.14 هكتار، أما سكانها فيبلغ عددهم 75,195 نسمة؛ ويحدها من الشمال ولاية دائرتا وعين بسام، ومن الجنوب ولاية المسيلة، ومن الشرق دائرة برج خريص، ومن الغرب ولاية المدية؛ وهي مركز تجاري لتجارة الأغنام، والخيول، والماشية.

تمتلك تراثاً تاريخياً يعود إلى قرون ما قبل التاريخ، ويعود تاريخ اكتشافها إلى القرن السادس عشر قبل الميلاد، وقد شهدت الكثير من الأحداث والحروب، وهي معروفة بوصف التاج المفقود، وهو لقب معنوي يدُل على أنها منطقة غنية بالتراث والتاريخ؛ ومن أشهر معالمها المسجد العتيق، الذي بناه الأتراك خلال وجودهم العثماني عام 1735م، إلا أن الاستعمار الفرنسي قام بتحويله إلى اسطبل للخيول في عام 1904م، وبالرغم من كونه لم يعد الآن اسطبلاً للخيول، إلا أنه لم يستعِد مكانته التاريخية التي يستحقها، وقد أصبح اليوم مكان سكن للعائلات التي ليس لها مأوى.

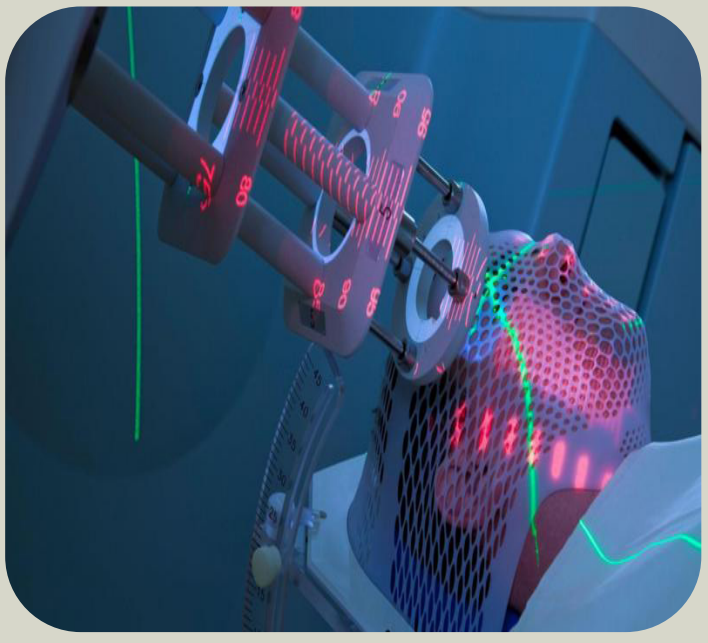
الحرب النفسية في الحرب العالمية الثانية "1939 1945-م»

ظهرت خلال هذه الحرب لغة الخطاب والخدع كطريق للتأثير في الرأي العام، واشتهر بها المستشار الألماني أدولف هتلر الذي رفع شعار «اكذب.. اكذب.. حتى يصدقك الناس»، وطرفا الحرب كانا دول المحور (ألمانيا، إيطاليا واليابان)، ودول التحالف (فرنسا- بريطانيا- الاتحاد السوفييتي- الولايات المتحدة الأمريكية- الصين..)، نستعرض بعض ممارسات هذه الدول للحرب النفسية أثناء الحرب العالمية الثانية:

ألمانيا: استفادت ألمانيا من التجربة البريطانية في استخدام الحرب النفسية خلال الحرب العالمية الأولى، فعين جوزيف غوبلز وزيراً للدعاية، حيث نجحت الدعاية التي استخدمها كأسلوب من أساليب الحرب النفسية ضد تشيكوسلوفاكيا من خلال تحريض المواطنين ضد حكومتهم، ووصل تأثير هذه الدعاية إلى حد موافقة فرنسا وبريطانيا على احتلال ألمانيا لتشيكوسلوفاكيا، ومسحها من الخارطة السياسية للدول في أوروبا وذلك في عام 1938م.

بريطانيا: استخدمت بريطانيا الخداع على نطاق واسع في ممارسة الحرب النفسية ضد الألمان كالخداع البصري، والعمالة المزدوجة (إذ نجحت ألمانيا في القبض على مجموعة من العملاء الألمان الذين أرسلهم هتلر إلى بريطانيا للتجسس على العدو، وقامت بريطانيا بتلقين هؤلاء العملاء ما تريده لإيصاله إلى القيادة الألمانية، التي لم تكن تدري أنها وقعت ضحية عملائها)، فكان ذلك من الأسباب التي مكنت بريطانيا وحلفائها من الانتصار في الحرب العالمية الثانية التي دامت لنحو ست سنوات.

بعض أخطار التقنيات الجديدة على البشر



تهديدات ومخاطر عديدة أبرزها: التهديد بالحرب النووية والتهديد بالأسلحة البيولوجية والاحتباس الحراري.. وعلينا أن نضيف إلى ذلك تهديدا رابعا محتملا على الجنس البشري، وهو الذكاء الاصطناعي الذي يحمل في حد ذاته نوعين من التهديد:

- التهديد الأول فوري وهو الطائرات المسيرة، آلة القتل الأوتوماتيكية، التي تلاحق الإنسان لقتله بشكل عشوائي؛ فلو خرجت هذه الآلة عن السيطرة فقد تؤدي إلى الإبادة.

- التهديد الثاني وهو الأكبر: ويتمثل في المرحلة التي يقترب فيها الذكاء الاصطناعي من ذكاء الإنسان؛ فمن يدري! فقد يكون لدينا في غضون 100 عام روبوتات لا يمكن تمييزها تقريبًا عن البشر.. في تلك المرحلة، علينا أن نتأكد من أنه لن يكون لها رأي خاص بها، لأن هذا قد يؤدي إلى انقلابها علينا.. وينصح العالم كاكو بوضع شريحة في دماغها للسيطرة عليها إذا بدأت تظهر مثلا الأفكار التي تشجع على القتل.

الجوز «عين الجمل»

عين الجمل المعروفة أيضًا بالجوز، هي نوع من المكسرات اللذيذة والمفيدة للصحة، لها فوائد عديدة أبرزها:

- غنية بمضادات الأكسدة: تحتوي على مضادات الأكسدة بشكل أكبر من أي نوع آخر من المكسرات؛ هذه المضادات تحمي الجسم من الأضرار التأكسدية وتعزز الصحة العامة.

- مصدر غني بالفيتامينات والمعادن: إذ تحتوي على فيتامينات مثل ب6 وهـ والنحاس، والفولات، والفسفور، والمنغنيز.. هذه المكونات تساهم في دعم صحة القلب، العظام، الأعصاب، والجهاز المناعي.

- مصدر جيد للدهون الصحية: يحتوي الجوز على دهون غير مشبعة متعددة، مثل أحماض أوميغا 3، التي تساهم في تقليل نسبة الكوليسترول الضار في الدم.

- تقليل خطر الإصابة بأمراض القلب: تناول الجوز يمكن أن يساعد في تقليل خطر الإصابة بأمراض القلب، ولكن يحتاج المزيد من الدراسات لتأكيد ذلك.

- تعزيز صحة الأمعاء: يُظهر الجوز تأثيرًا إيجابيًا على الأمعاء من خلال زيادة نشاط البكتيريا النافعة وإنتاج حمض البوتيريك.

- يساعد جوز عين الجمل على تنظيف الجهاز الهضمي، وتخليص الجسم من السموم والفضلات العالقة في القناة الهاضمة، كما أنه يساعد كذلك في علاج الإمساك.

قصة قصيرة

«تولُّد الأمل في قلب الظلام»

الأمل في الظلام

في قرية صغيرة على ضفاف النهر، عاشت فتاة تُدعى لينا.. كانت تعيش في ظروف صعبة، حيث كانت الفقر يلتف حولها كالظلام؛ لكنها كانت متفائلة ومليئة بالأمل.

كانت لينا تحب القراءة، وتقضي ساعات طويلة في مكتبة القرية؛ في يوم من الأيام، اكتشفت كتابًا قديمًا مخبأً في رفوف الزاوية؛ كان الكتاب يحمل عنوان "الأمل في الظلام".

بدأت لينا في قراءة الكتاب، وشعرت بكلماته تلامس قلبها؛ تحدث الكتاب عن قوة الأمل في تغيير الواقع وإضاءة الظلام؛ أصبحت لينا مصممة على تغيير حياتها وحياة أهل قريتها.. بدأت لينا بجمع الأطفال من الشوارع وتعليمهم القراءة والكتابة؛ أقامت دورات تدريبية للشباب لتعليمهم مهارات جديدة؛ أصبحت لينا نجمة في القرية، وكان الأمل ينبعث من حولها.

مرت السنوات، وتحولت القرية إلى مجتمع مزدهر؛ كانت لينا تعلم الجميع أن الأمل هو مفتاح التغيير، وأن الظلام لا يستطيع أن يبقى إذا كان هناك من يحمل شعلة الأمل.. وهكذا، أثبتت لينا أن الأمل هو أقوى سلاح لدينا في مواجهة الصعاب وتحقيق الإيجابية في حياتنا.. ففي كل زمان ومكان، يبقى الأمل هو الضوء الذي ينير دروبنا.