

العدد الـ 25 - شباط 2020
جمادي الآخر 1441

قوارير

QWAREER

مجلة نسوية ثقافية عامة تصدر عن جمعية (مركز إعلام المرأة والطفل) قسم الإعلام في اللجنة المسيحية المقدسة (رقم الإيداع ٢٢٥١ دار الكتب والمخطوطات)



مرض نسائي يسببه الحزن والتوتر
متلازمة القلب المكسور

دردشة نسائية
بنكهة الشائعة!

تأثير العالم الرقمي
على نمو الطفل

مفاهيم لمواجهة
اسئلة الاطفال..





09

حق المستنصر
نصيحة خالدة لكل إنسان!



14
المنتوج الوطني ..
خطوة في طريق الاصلاح



29

تنبؤات
أبو الخداع الجهلاني!



36

دردشة نسائية بنكهة
الشائعة!

62

الاطفال وقصر قبل
النوم!

24

وجدان النقيب.. كتبت اروع النصوص تحت نطاق الوجد

هيئة التحرير

رئيس التحرير
سعاد البياتي

مدير التحرير
ايمان كاظم

هيئة التحرير
ساجدة ناهي
زهراء الكناني

المدقق اللغوي
حسن العوادي

الاخراج والتصميم
ريا الكيال



المدق ينتصر ...

في مشهد حميمي مؤثر عرض على صفحات الفيسبوك لبطة بيضاء تقف على جرف نهر وامامها فتات من الخبز فتقوم بأطعام سمكة بكل حنو بعد ان تدنو منها وتلتقط بفمها اللقيمات الصغيرة، وهي لا تشعر بالملل من ذلك العمل الى ان اكتفت السمكة وراحت تغوص بعيدا عنها.. هذا الموقف الحي والامتع استوقفني للحظة تأمل، فيما يحمل من معان عميقة وسلوك فطري صادق جسده بعض المخلوقات الجميلة، وكل من راقبها بنمعن وجد ترجمة مذهلة لمفردات الرحمة والرأفة التي وضعها الخالق سبحانه وتعالى في مخلوقاته وابدع في صنع عالما من الجمال والدقة.

وعلى الرغم من غرابته، الا أنني اكتشفت فيه صورة مثالية من صور التطوع غير المدروس والمخطط له .. عمل يجسد رأفة العالم الادنى من الانسان حسب نظرية التطور والتصنيف الاحيائي والعلمي بأنه يرتقي وقد يفوقه في السلوكيات الرأفوية والعاطفية حينما يحمل بين جوانحه تلك الرحمة والذكاء ويكون عوناً ومسعفاً لآخر احتاج ان يسنده في محنة الجوع والبحث !! فهل بإمكاننا ان نحذو حذو هذا الحيوان الأليف بعد ان تأكد ان في مجتمعنا حالات كثيرة من البؤس والفقر، والصور الموجهة لمساكين يفترشون الطرقات تملو وجوههم المسكنة واليأس من توفير قوتهم اليومي !

فالعمل الخيري من المقاصد الكبرى التي خلق من أجلها البشر وخلق ليعمر الأرض لا يهدمها، وهذا أمر يدركه البعض ويغيب عن الكثيرين، لذلك أولاه الاسلام أهمية كبرى فجعل أي عمل يتقرب فيه الفرد الى الله نوعاً من العبادة، وأي عمل يتقرب فيه الانسان إلى الله وفيه خدمة ومنفعة للانسانية هو من أعلى وأرقى العبادات.. وهي فرصة لتأكيد قيمة المبادرات المبتكرة في تجاربنا الملهمة للمحتوى الانساني المرموق الذي يخلو من التباهي والرياء وجامعا لصدق التعبير والعمل.. فالاسلام دين الانسانية وغايتها الكبرى.

رئيس التحرير





تصوير - رغد العبيدي

لتفعيل دور المرأة الكربلائية مركز الارشاد الاسري.. يستقطب النساء بنشاطاته المتعددة

من أجل أن ترتقي المرأة أكثر وتعتلي سلم النجاح في حياتها الاجتماعية والمهنية، انطلق مركز الارشاد الاسري في مدينة كربلاء المقدسة بمبادرة قيمة ضمت نشاطات متنوعة للصناعات اليدوية، والمحاضرات الثقافية ضمن سلسلة برامج متواصلة على مدار العام من قبل المشرفين في المركز.
(قوارير) شاركت في احدى النشاطات لتنقل لكم تفاصيله القيمة:

وبينما كانت صافية تتصفح مواقع التواصل الاجتماعي صادفها اعلان المركز ومن خلاله التحقت به لتشارك في دورة الحياكة حدثتنا قائلة: التحقت بها لقضاء وقت فراغي، فللمشاركة شعور جميل من حيث المبدأ.
فشاركت في جميع دورات المركز من الحياكة والخياطة والدورات

حكاية صافية

هي امرأة من مدينة السماوة لم يرزقها الله بالذرية، فتكفلت برعاية ابنة اخيها (بنين) انتقلت الى كربلاء المقدسة منذ سنتين فقد ارتادت بنين الجامعة فيها، فقررت السكن معها لحين انهاء تعليمها.



هناك استجابة كبيرة من قبل النساء لكافة الاعمار والمراحل الدراسية فقد سعينا بهذا الجانب لافتقار بعض النسوة للمعلومات الدينية والعلمية الدقيقة، كما لدورات التدبير المنزلي دور كبير في حل المشاكل الاسرية لاسيما في القرى الريفية

الزوجية والتدبير بالقران من ضمنها معهد العقيلة اذ يكون لدينا ضيوف طالبات من المحافظات ومؤسسة الانوار النجفية لإلقاء محاضرات للنساء الارامل وكيفية التعامل مع ابناءهن في غياب الاب وتحمل مسؤوليتهم والمعوقات التي تلاقينهن في الحياة. وهناك استجابة كبيرة من قبل النساء لكافة الاعمار والمراحل الدراسية فقد سعينا بهذا الجانب لافتقار بعض النسوة للمعلومات الدينية والعلمية الدقيقة، كما لدورات التدبير المنزلي دور كبير في حل المشاكل الاسرية لاسيما في القرى الريفية، فالدورات تساعدهن على الاعتماد على انفسهن في المردود المالي من حيث الخياطة والحياسة وزرق الابر والاشغال اليدوية.

مشاركات اخرى

لم يكتفي مركز الارشاد الاسري عند هذا الحد بل استأنف جهوده للمشاركة في المناسبات الخاصة في ولادات اهل البيت (عليهم السلام) وذلك بشراء الهدايا وزيارة دار الايتام والمسنين للاحتفاء معهم وتقديم الورد والهدايا لهم. كما بادر بدعوة النساء العاملات في بعض المؤسسات الحكومية وتكريمهن كدعم معنوي لهن، وذلك لان اجورهن تكون ضئيلة وهن كبيرات السن يكدحن من اجل توفير لقمة العيش بكرامة، ولم يخلوا الامر من احياء مجالس العزاء في ايام الوفيات.

زهراء جبار الكناني

الصحية وايضا حضور الجلسات الحوارية التي تناقش بها احدي الاستشارات قضايا المجتمع المهمة سوى ان كانت عن العلاقات الزوجية او مشاكل الاطفال او المراهقة.

اما أم آية تحدثت بالقول: منذ الصغر وانا اتمنى ان اتعلم فن الحياكة، وحينما علمت من احدي صديقاتي فتح دورة تعليمية في مركز الارشاد الاسري سعيت للالتحاق بها.. رفض زوجي في بداية الامر بسبب صغيري، الا اني لم اتهاون في اقناعه باني سأصاحبه معي ولن اتقاعس عن رعايته اثناء الدرس، ولان المركز خاص بالنساء من المشاركات والكادر وتابع للعتبة المقدسة وهي جهة موثوقة، سهل عليا مهمة اقناعه وها انا اليوم هنا اتعلم الحياكة وخطواتها تحت اشراف مدربة مميزة.

تمتنية استمرار نشاطات تساهم كثيرا على تنمية مواهب وافكار النساء وبالذات ربات البيوت امثالنا.

فن الحياكة

(لا تعطيني سمكة بل علمني كيف اصطادها) بهذه الجملة استهلته مدربة الاشغال اليدوية سلوى عدنان حديثها وتابعت قائلة: لا تطلبي مني ان اشترى بل دعيني اتقن فن الحياكة، هذا ما نسعى اليه لمن لديها هواية في الاعمال اليدوية، اذ هناك بعض الصناعات يكون ثمن ادواتها باهضا فشراؤها من السوق ارخص بكثير اضافة الى سهولة وسرعة إحضارها دون اي جهد الا ان بعض النسوة تفضل صناعتها.

و تكون خطوات التعلم مجهدة احيانا وذلك بحسب استيعاب المشاركات اذ انظم برنامج خاص يناسب جميع المستويات الفكرية منها السمعي ومنها البصري، ومن ضمنها الكتابة على السبورة، اذ ارسم الخطوات ثم تطبيقها برؤية مباشرة وذلك بالتجول على كل مشاركة لمتابعتها وتعليمها مرحلة التطبيق، كما هناك الكثير من السيدات لم يتقن مسك السنارة (اداة تستخدم للحياكة) بعد اذ الاقي بتعليمها صعوبة اكثر، وهناك من يشارك مرة اخرى لعدم تعلمهن او تغيبهن لبعض المحاضرات لأسباب عائلية او صحية فالظروف تحكم الاشخاص احيانا.

قسم النشاطات

بشرى مجيد لفته مسؤولة النشاطات في مركز الارشاد الاسري اوضحت ان قسم النشاطات في المركز يقوم بترتيب وتنسيق جداول شهرية وتنسيق برامج داخلية وخارجية بدورات مجانية واحيانا نوفر خطوط نقل للمشاركات اذ نجهز نشاطات يدوية مختلفة و احياء مناسبات دينية سوى ان كانت مواليد او وفيات ويتم تحضير ذلك بجدول محدد للمباشرة به تزامنا مع بداية مطلع كل شهر.

وكما تتضمن هذه الدورات محاضرات ارشادية عن كيفية التعامل مع الزوج او الطفل او المراهق والذين يعانون صعوبة النطق وغيرها من القضايا المجتمعية لفتح باب الحوار بين المشاركات وهناك من يطرحن مشاكلهن بشكل خاص وحلها من قبل احدي الاستشارات حسب قولها.

وتابعت: ينضم المركز نشاطات خارجية مع المدارس والمؤسسات الخيرية تكون تثقيفية مثل محاضرات طرق التعامل مع العلاقات



مرض نسائي يسببه الحزن والتوتر

متلازمة القلب المكسور

قد لانكون قد سمعنا بهذا المرض من قبل، إلا أن أعراضه حسب الطيبة في الأمراض النسائية اميمة الخطيب التي اخبرتنا عنه يصيب النساء في مراحل العمر المتقدمة! وتشير بتقريرها الطبي انه يتشابه مع اعراض الأزمة القلبية، غير أنه ليس خطيراً إلى هذا الحد. وقبيل الإصابة به يكون المرضى في الغالب قد مروا بحدث أليم، كوفاة أحد الأشخاص المقربين إلى القلب أو الانفصال عن شريك الحياة..او المرور بأزمة محبطة تسبب حالة نفسية حادة وتقتصر الإصابة به على النساء المسنات تقريبا.

القلب متوقف

وتظهر أعراض هذا المرض على حد قول الطيبة، في صورة ضيق بالتنفس وآلام بالصدر وشعور بالغثيان.. لذا فلا عجب أن تعتقد النساء اللائي تظهر عليهن هذه الأعراض بإصابتهم بأزمة قلبية في بادئ الأمر. وبعد ذلك يتبين أن هذه الأعراض ليست لأزمة قلبية، لأن الدم يتدفق في الشرايين التاجية للقلب بصورة طبيعية، وليس هناك أي أثر لانسداد أو حتى انغلاق، غير أنه يكون هناك جزء من القلب لم يعد يتحرك!.

وعن أعمار السيدات اللائي تصيبهن هذه المتلازمة والتي تعرف ب(متلازمة القلب المكسور) هن فوق 60 سنة.. ويمكن علاجه بعد العديد من الأبحاث التي اجريت حوله مؤخراً..وما زالت الصورة السريرية لمتلازمة القلب المكسور حديثة الى حد ما.

اسباب واحداث

وتبين الخطيب ان سبب هذه المتلازمة يكمن في هرمونات التوتر التي يفرزها الجسم عند التعرض لحدث أو موقف يشعر فيه المرء

سبب هذه المتلازمة يكمن في هرمونات التوتر التي يفرزها الجسم عند التعرض لحدث أو موقف يشعر فيه المرء بالألم.. وليس بالضرورة أن يكون هذا الحدث سيئاً أو سلبياً على الدوام، أحياناً تكفي حادثة مفاجئة أو حدث مثير للإصابة بالمرض وربما تفرز الغدد فوق الكلوية لدى المريضات الكثير من هرمونات التوتر

بالألم.. وليس بالضرورة أن يكون هذا الحدث سيئاً أو سلبياً على الدوام، أحياناً تكفي حادثة مفاجئة أو حدث مثير للإصابة بالمرض وربما تفرز الغدد فوق الكلوية لدى المريضات الكثير من هرمونات التوتر، اذ يحدث انفجار هرموني، بما تحمل الكلمة من معان.. وبناء على ذلك تتواجد هرمونات الأدرينالين والدوبامين في دم المريضات بنسب تركيز أعلى بكثير من الأشخاص الأصحاء ولا يستطيع القلب تحمل هذه الهرمونات المتدفقة بكثرة دفعة واحدة، ومن ثم يتوقف جزء منه عن أداء وظيفته.

تلاشي المرض

وعن إصابة السيدات المسنات بصفة خاصة بهذا المرض توضح الطيبة الخطيب بالقول : يرجع إلى الانخفاض المستمر في نسبة هرمون الأستروجين بأجسامهن بعد سن اليأس، لأن الأستروجين يوفر في المعتاد حماية للقلب.

الا انني اؤكد ان جميع المريضات المصابات بمتلازمة القلب المكسور تقريباً تكتب لهن النجاة، حيث ان معدلات الوفاة لا تتعدى 3 % تقريبا، ويشفى القلب من تلقاء نفسه وتتلاشى التغيرات في غضون أسابيع بشكل تام على الدوام تقريبا.. ومن باب الاحتياط تبقى السيدات في بادئ الأمر في غرفة العناية المركزة، كي يكن تحت الملاحظة في حال حدوث مضاعفات مثل اضطرابات نظام القلب، غير أنهم يخرجون من غرفة العناية المركزة بعد أيام قليلة، ويشعرون بسعادة غامرة لعدم إصابتهم بأزمة قلبية.

ومع ذلك يمكن أن تخضع المريضات للعلاج النفسي كي يتعلمن كيفية التعامل السليم مع القلق والتوتر .

سهى الشيلي



حق | نصيحة خالدة لكل إنسان ! المستنصح

رسالة الحقوق

(وَأَمَّا حَقُّ الْمُسْتَنْصَحِ فَإِنَّ حَقَّهُ أَنْ تُؤَدِّيَ إِلَيْهِ النَّصِيحَةَ عَلَى الْحَقِّ الَّذِي تَرَى لَهُ أَنَّهُ يَحْمِلُ وَتَخْرُجَ الْمَخْرَجَ الَّذِي يَلِيْنُ عَلَى مَسَامِعِهِ وَتُكَلِّمَهُ مِنَ الْكَلَامِ بِمَا يُطِيقُهُ عَقْلُهُ فَإِنَّ لِكُلِّ عَقْلٍ طَبَقَةً مِنَ الْكَلَامِ يَعْرِفُهُ وَيَجْتَنِبُهُ وَلَيْكُنْ مَذْهَبُكَ الرَّحْمَةَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ).

من هو الناصح؟

يمكننا تعريفه بأكثر من وجهة نظر، لكن أهم ما يمكننا الابتداء به هو تعريف الرسول محمد (صلى الله عليه وسلم) ومساوته الدين مع النصيحة، إذ قال في حديثه الشريف "الدين النصيحة" وهذا يدل على ثقل مسؤولية الناصح على اعتباره صاحب الدور الرئيسي في تقويم الأخطاء والإرشاد وهي من صفات الأنبياء إذ تشمل على أمرين رئيسيين وهما الأمر بالمعروف والنهي عن المنكر، فقد يكون لشخص ما كم هائل من الشعور بالأخربين واستحباب حثهم على الأفضل وفي هذه الحالة ليس شرطاً أن يكون المستنصح على خطأ.. ربما توجه له النصيحة لدواعي تعزيز الجانب الإيجابي وهذا حتماً سيكون في صالحه ولن يسبب فجوة بينهما كما في الوجه الآخر لها من باب النهي عن المنكر.. والشخص الذي يبادر إلى تقديم نصيحته أن يعي الطريقة الأقرب التي توصله إلى مراده من دون إحداث نتائج عكسية تسبب نفور المستنصح ، وربما تماديه في المنكر بسطوة العناد؛ لذا فإن أهم مقومات شخصيته هي الاعتدال بالخطاب المقترن بالنوايا السليمة.

وتوضيح الهدف من النصيحة سواء كانت تنشد السعي إلى الأفضل أو تنهي عن فكلهما تحتاج إلى لغة تتلاءم مع الفروق الفردية بيننا، وهذا ما أشار إليه الإمام السجاد (عليه السلام) في رسالته الخالدة لإرساء حقوق الإنسان بعبارة " وَتُكَلِّمُهُ مِنَ الْكَلَامِ بِمَا يُطِيقُهُ عَقْلُهُ فَإِنَّ لِكُلِّ عَقْلٍ طَبَقَةً مِنَ الْكَلَامِ يَعْرِفُهُ وَيَجْتَنِبُهُ".

لكل شخص مدخلاً مختلفاً للوصول إلى عمق ذاته الإنسانية ولمس مكامن الشعور فيه، وهذا ما ينبغي أن يتحلى به الناصح أي بالمقدرة على التقرب برفق من المستنصح مع مراعاة استخدام العبارات البسيطة التي من السهل مرورها إلى العقل والقلب بالقوة ذاتها

رؤية استشرافية

من جملة الأمور التي تعطي نتائج مثالية في موضوع النصح هي النصيحة التي تتخذ شكلاً بعيداً عن الخطاب المباشر، وتكون بسرد قصة معينة أمام المستهدف منها تحمل موعظة أو تبيين عقوبة مقترنة بأمر ما أو تعطي رؤية استشرافية عن نتائج بعض الممارسات التي لا تبدو سلبية ظاهرة لكن على المدى البعيد ستنعطف إلى أتجاه خاطئ... وفي هذا الجانب يكون التأثير على المستنصح أكبر وأشد لكونه سيسمع بتجرد دون أن يضع في ذهنه إنه المقصود وبهذا سيتسع مدار الانصات والتقبل وحتى فهم المراد من الكلام من دون تعصب أو نفور وهذا ما يحقق مفعول النصيحة من دون آثار جانبية على ارض الواقع ..

لغتها ملائمة

قد نتساءل عن ما هية اللغة التي نعتمدها في النصيحة ونعني باللغة الأداء الكلامي للناصح، وهنا لابد من إيضاح بعض التفاصيل المهمة التي تعطي للأداء زخماً إيجابياً يحقق غايته، أولاً نحن نتفق على تفاوت القدرات الاستيعابية بين الأفراد فضلاً عن تفاوت الميول والرغبات والدوافع، فنحن بنو البشر نتشابه إلى حد ما لكن لا نتطابق، وقد يتباين تشابهنا حد الاختلاف.. وعليه فإن لكل شخص مدخلاً مختلفاً للوصول إلى عمق ذاته الإنسانية ولمس مكامن الشعور فيها، وهذا ما ينبغي أن يتحلى به الناصح أي بالمقدرة على التقرب برفق من المستنصح مع مراعاة استخدام العبارات البسيطة التي من السهل مرورها إلى العقل والقلب بالقوة ذاتها؛ ليتسنى له أداء الدور بدون حواجز تحول بين الطرفين

إيمان كاظم

خبايا بريئة

يترجمها السلوك

لغة الطفولة..

هل يتصور أحد أن طفلاً دون العاشرة يصاب بالأرق؛ فلا يغمض له جفن وتعذبه الهواجس والمخاوف، أو تداهمه الأحلام المرعبة فيستيقظ فزعاً مضطرباً صارخاً؟ وطفل آخر يفقد تماماً شهيته للطعام وينحل جسده بسبب معاناته النفسية؟! عن أسباب وصول الطفل للعيادة النفسية تحدثنا الدكتورة فاطمة الشندي الطبيبة النفسية بمركز الشندي العلاجي.



* عدم وجود الحوار بين أفراد الأسرة، وعدم وضع خطط واعية ذكية لتنمية شخصية الطفل وتنمية قدراته العقلية.

* وجود عاهة عند الطفل تعرضه لسخرية بقية الأطفال؛ كهيئته مثلاً أو بسبب ضعف سمعه، أو لضعف وتشويه في جسده.

* ومن الضغوط التي تذهب بالطفل للعبادة النفسية؛ الإساءة له في المدرسة وتوجيه ألفاظ نابية أو مهينة لكرامته وتجريحه، أو السخرية منه لعيب في شكله أو في قدراته التحصيلية.

* كما أن تواضع قدرات الطفل الذكائية مقارنة بزملائه في الفصل تجعله يشعر بالنقص والخجل، خاصة إذا تعرض لضغط زائد من معلمته.

* إرهاق الطفل بالواجبات الدراسية فوق قدرته وعدم السماح له بالوقت الكافي للعب والمرح.

* وكل الحذر من البخل الشديد والتقتير على الأبناء وحرمانهم من الأشياء التي يحبونها، وكذلك الإغداق الزائد وتلبية كل طلبات الطفل، والمصروف الكبير الذي لا يتلاءم مع عمر الطفل، وما يصاحبه من تدليل زائد.

* لابد من مراعاة عدم تعرض الطفل للإصابات المتكررة وخاصة في رأسه وسوء التغذية، وأي حميات قد تصل إلى المخ وتؤثر عليه.

* عموماً الطفل حين يعاني نفسياً أو عقلياً أو سلوكياً فإنه يحتاج إلى رعاية خاصة وتعاون الجميع؛ لفهم ما وراء هذه المعاناة، وهذا يتطلب جهود كل من أفراد الأسرة والمدرسة.

فاطمة الشندي

* مشكلة الطفل الخطيرة: إنه لا يستطيع التعبير عن مكنونات نفسه -يقول: أنا مكتئب..أنا حزين، أنا أريد التخلص من حياتي- فهو لا يفصح عن مشاعر قلبه، وغير قادر على وصف ألمه النفسي؛ فتظهر عليه الأعراض المرضية.

* بعض الأطفال يتعرضون لمعاملة قاسية جداً تصل إلى حد العنف؛ أي استعمال القوة في العقاب الجسدي والإهانة والتأنيب والتوبيخ، مما يُوقف نموه ويفقد ثقته ويملؤه الخوف والتردد والخجل.

* الطفل حساس جداً للخلافات العائلية، ولا بد أنه سيأخذ جانباً؛ أي سيأتي في صف الأب أو صف الأم، وتصاب نفسه بأذى حينما يرى أباه وهو يشتم أمه أو يضربها أو العكس. * الطفل يغار مثل الكبار، تحرقه آلام الغيرة، وأكبر مصيبة تهدده هي الوليد الجديد؛ حيث انه ينهار بعدها كثير من الأطفال، والطفل يضيق -أيضاً- إلى حد الحزن حين يرى طفلاً آخر قد حظي بإمكانيات أعلى منه، أي يمتلك أشياء لا يمتلكها أحد سواه.

* ومن أسباب معاناة الطفل التي من الممكن أن توصله للعبادة النفسية؛ الأم المسيطرة التي تلغي تماماً شخصية الأب بالبيت، وكذلك الأب المسيطر الذي يلغي شخصية الأم ودورها وأهميتها.

* انشغال الأم الزائد باهتماماتها الخاصة والتي عادة ماتكون خارج البيت، مما يؤدي لإهمال الطفل وتركه للشغالة أو المربية.

* كما أن عادة الأمهات السيئة مثل التخويف من أشياء وهمية كالعقارب والحيوانات المفترسة من خلال الحكايات الضارة قد تؤثر في نفس الطفل.

* ومن العوامل المحبطة لإمكانات الطفل التي تجعله يعاني؛

من يحارب هذه الظاهرة ؟

كلنا يعرف ان الحياء شعبة من شعب الايمان وهو بلا شك على ثلاث اوجه فهو اما ان يكون حياء من الله او حياء من الناس او على اقل تقدير يكون حياء من النفس فاذا اتصف بها الشخص كان حقا كامل الحياء والعفة وشراء مستلزمات المرأة واحتياجاتها الخاصة لا بد ان يكون مبنيا على الحياء والستر فهي من خصوصيات المرأة وقد اصبح عرضها وبيعها في الآونة الاخيرة ينافي ادب واخلاق الانسان المسلم.

وقد ابدت احدى ساكنات المهجر في زيارتها للعراق بعد سنوات غربة طويلة امتعاضها من الاسئلة الفضولية لاصحاب محال مواد التجميل والمستلزمات النسائية والتي وصفتها بانها اسئلة يندى لها الجبين بعد ان فشلت ولم تفلح في ايجاد امرأة واحدة تلبى لها طلبها من احتياجاتها الخاصة ومما زاد من امتعاضها ان اكثر المحافظات التزاما وتحفظا تتبنى هذا الموضوع وتركت احتياجات المرأة وملابسها الخاصة في الشارع وامام انظار كل من هب ودب. ورغم الانفتاح والابتدال الذي يسود المجتمع الغربي الانني اسمع كثيرا من عراقيات المهجر انك قد تفتش عن الاسلام الحقيقي فتجده في احدى زوايا تعاملاته الانسانية فجميع المجمعات النسائية هناك تدار من قبل النساء والنساء فقط، حيث يتاح للزبونة حرية الحديث والاختيار دون اي احراج لان المرأة وحسب قول ساكنة المهجر تعرف ماذا تريد المرأة وما يناسبها.

نعلم جيدا ان البطالة والاوضاع السياسية والاقتصادية المربكة التي عصفت بالبلاد دفعت الشباب الى الخوض في غمار العوالم النسائية وان يكونوا في المكان غير المناسب ونعلم ايضا ان مجتمعنا ومهما انفتح على المجتمعات الاخرى الا انه ما زال لا يجذب عمل النساء في المحال التجارية ولا يتقبل عملها في الاسواق المزدهمة فنحن اولاً واخيراً نعيش في زمن وبلد التناقضات، وعلى هذا الاساس فأنا من الاجدر بنا نحن النساء ان نشجع على فتح مجتمعات خاصة بالمستلزمات النسائية تدار من قبل بعضهن فقط لتجنب مثل هذه الاحراجات ونقضي على ظاهرة يندى لها الجبين حقا.

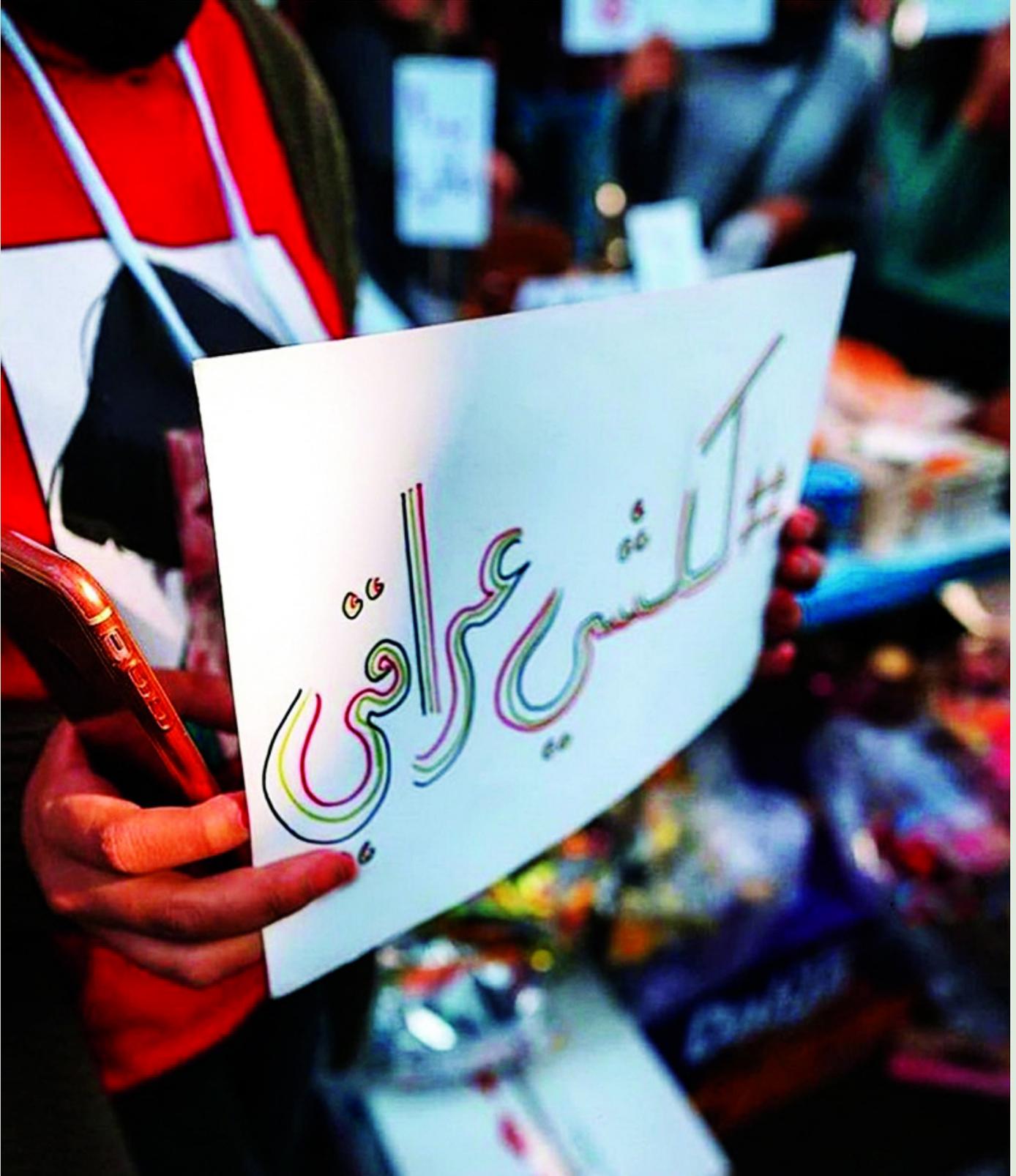
البطالة والاوضاع السياسية والاقتصادية المربكة التي عصفت بالبلاد دفعت الشباب الى الخوض في غمار العوالم النسائية وان يكونوا في المكان غير المناسب ونعلم ايضا ان مجتمعنا ومهما انفتح على المجتمعات الاخرى الا انه ما زال لا يجذب عمل النساء في المحال التجارية ولا يتقبل عملها في الاسواق المزدهمة

المنتوج الوطني

QW A R E E R

قوارير

ملف العدد



المساهمة في تنمية اقتصاد البلاد المنتوج الوطني .. خطوة في طريق الاصلاح





شعرت اسماء بغبطة كبيرة حينما حياها صاحب الاسواق لأنها ابتاعت علبة من الاجبان قائلة له:(اريد صناعة عراقية عمو) اذ اجابها بدوره قائلاً:(عفيه بنيتي) في التفاتة مهمة لتنمية الاقتصاد في البلاد اعتلت هتافات المتظاهرين بالمطالبة في تشغيل المصانع لتوفير فرص العمل للشباب من الرجال والنساء والمساهمة في دعم المنتج الوطني, اذ تعد هذه الخطوة الفعالة هي بداية الطريق نحو الاصلاح, ما قامت به اسماء هو اكبر دليل على مساندتها للمظاهرات والمطالبة في الحقوق المسلوبة اولها حق الصناعة في البلاد وتسويق منتجاتها. (قوارير) اجرت هذه الجولة الاستطلاعية حول دعم المنتج الوطني.

تأييد ومساندة

حيدر كاظم 25 عاماً " أحد المؤيدين للتبضع من المنتجات الوطنية اذ يعد تفعيل هذه المبادرة خطوة جبارة لإعادة تشغيل مصانع كربلاء وكل المصانع سواء ان كانت غذائية ام صناعية. وأنه بادر بشراء المنتجات المحلية كدعم للصناعة الوطنية و لجهود المتظاهرين المتظافرة نحو الاصلاح وتوفير فرص العمل للعاطلين والكسبة.

ترويج البوستات

فيما قالت صفاء عبد الحسين (ممرضة) .. منذ انطلاقة الحملة الفيديوية نحو تفعيل المنتجات المحلية بأيادي عراقية وانا داعمة لها لربما لم يتسن لي شراء الكثير منها, غير اني ساهمت بذلك من خلال نشر البوستات في مجاميع لمواقع التواصل الاجتماعي للترويج عن الحملة وتفعيلها عبر نطاق اوسع.

اقبال وفرح

فيما قال الناشط المدني والمهندس محمد الدعيمي, يعد المنتج الوطني بوابة التنمية المستدامة التي تنشدها البلاد في ظل توفر اهم مقومات النجاح الاقتصادي, لهذا ارى ان صوت المتظاهرين بهذا الجانب كان مهم جدا فقد تابعت من خلال مواقع التواصل الكثير من المصانع قد تم تشغيلها, من جملتها مصانع في مدينة الديوانية في صناعة اسطوانات الغاز لتغطية الاسواق, وهذا بحد ذاته يجعلنا نرى طاقات فعالة في بناء وطن يخلو من اي بطالة تقضي على طموح الشباب الذين يفكرون في الهجرة. وقدم الدعيمي تحياته لكل من هتف بصوته منددا عودة الصناعة المحلية ودعمها, شاعراً بالفخر لما يلمسه من جهود شبابية قد بخس حقها في الماضي لعدم تشغيلها لخدمة بلدها, ملاحظاً اقبالاً كبيراً من قبل المواطنين على شراء المنتج الوطني, أذ رسمت ملامح الفرحة على محياهم



**يمكننا القول ان الانفتاح وسياسة
الباب المفتوح امام الاستيراد منذ
العام (2003) قد الحق ضرراً واضحاً
بالسوق العراقية، لعل من أهم
نتائجها غياب الكثير من المنتجات
العراقية من السوق المحلية، وذلك
يعود لضعف قدراتها التنافسية مما
أدى إلى تزايد معدلات البطالة**

تلك المبادرة بعروض مختلفة وتنافسية، أذ وزعت الشركات المشاركة منتجاتهم مجاناً على المتواجدين كدعم للحملة وترويحاً لتصنيعهم، فسجلت هذه المبادرة حدثاً اقتصادياً صناعياً كبيراً.

رؤية اقتصادية

وشاركنا الدكتور ستار البياتي أستاذ الاقتصاد والتمويل الدولي في كلية اقتصاديات الاعمال جامعة النهريين قائلاً: يمكننا القول ان الانفتاح وسياسة الباب المفتوح امام الاستيراد منذ العام (2003) قد الحق ضرراً واضحاً بالسوق العراقية، لعل من أهم نتائجها غياب الكثير من المنتجات العراقية من السوق المحلية، وذلك يعود لضعف قدراتها التنافسية مما أدى إلى تزايد معدلات البطالة في العراق،

وهم يقرأون جملة (صنع في العراق).
مبيناً..بدأ اولادي يطالبون بشراء منتجات عراقية، وهو دليل على ان الاسرة هي من تزرع البذرة الاولى في تنمية افكار اطفالهم حول اي دعم ساند لبلادهم.

مبادرة طيبة

اما غيث الطائي صاحب مجمع للتسوق عبر عن رأيه بالقول: دعم المنتج العراقي يمثل واجبا وطنيا لهذا يجب ان تدعمه جميع العوائل العراقية، كما ان صوت المتظاهر يأتي من دافع وطني لكوننا ندرك ان لا تنمية اقتصادية دون دعم لها، وبعد الحملة بات الطلب كبيرا وملحوظا حيث نبدأ صباحنا على تبضع الزبائن لمنتجات الالبان والبيض وغيرها والامر لم يحصل من قبل الا بنطاق ضيق .
وقد اربكنا في البداية لتعرضنا لخسارة مالية لعدم شراء المنتجات المستوردة وخصوصا الايرانية، مما دعانا لتخفيض الاسعار لتغطية تكلفة استيرادها، اما الان تجاوزنا هذه المرحلة كما بادرننا بالتعاقد مع معامل عراقية مختلفة لتزويدنا ببضائع عراقية التصنيع.

ختم حديثه: "انا سعيد جدا بهذه المبادرة، واتمنى ان تستمر بتزايد لتسهم بتغيير واقع حياتنا نحو الافضل. ووفق ما ترتب عليه في هذه المبادرة التي انطلقت خلالها حملة ترويج كبيرة من قبل الناشطين عبر مواقع التواصل لإقامة معرض خاص في نفق ساحة التحرير، شارك فيه العشرات من الشركات والمصانع العراقية كما شاركت العتبة العباسية المقدسة ضمن





حد البياتي .

وتابع.. المطلوب من الدولة في الوقت الحالي هو الاستجابة الواعية لدعم المنتجات العراقية التي سيكون من نتائجها .. الحد من مشكلة البطالة، والفقر والمحافظة على الموارد المحلية (البشرية والمالية) من الاستنزاف، لذلك أرى من الضروري تفعيل قانون حماية المنتجات الوطنية رقم (11) لسنة 2010 ، لتحقيق كل ما تقدم وكذلك القضاء على عملية الإغراق السليبي التي تتعرض لها السوق المحلية، كما ان في القانون المذكور تتجلى أهمية المواد ال (22) التي تضمنها ولا سيما هنا التأكيد على المادة (2) التي تناولت اهداف القانون، ففي أولاً من المادة المذكورة : حماية المنتجات العراقية من الآثار المترتبة عن الممارسات

الضارة في التجارة الدولية مع العراق .

وثانياً.. توفير بيئة لبناء صناعة وطنية قادرة على المنافسة في الاسواق المحلية والعالمية.

كما جاء في الاسباب الموجبة للقانون لتفادي حدوث ضرر يلحق بالمنتجات الوطنية من الممارسات الضارة من سياسة اغراق الاسواق بالمنتجات.

ختم البياتي حديثه بضرورة تفعيل الاجهزة الرقابية ودور هيئة الجمارك والجهاز المركزي للتقييس والسيطرة النوعية وكذلك تفعيل قانون حماية المستهلك لوجود العديد من المنتجات المستوردة التي الحقت ضرراً بالمستهلك العراقي.

زهراء جبار الكناني

**لا توجد دولة في عالم اليوم
يمكن ان يكون اقتصادها مغلقاً،
فان الواقع يشير الى ان مختلف
الدول تبحث عن مصالحها
الاقتصادية، والسياسية اولاً،
وعلى مدى ال (16) عاماً التي
مرت عانى الاقتصاد العراقي
كثيراً جراء هذا الأمر**

علاوة على استنزاف الموارد المالية لصالح الدول الأخرى مثل تركيا وايران والصين وغيرها، جراء هذا الاستيراد على الرغم من أهمية الاستيراد لتلبية حاجة السوق العراقية.

ولا توجد دولة في عالم اليوم يمكن ان يكون اقتصادها مغلقاً، فان الواقع يشير الى ان مختلف الدول تبحث عن مصالحها الاقتصادية، والسياسية اولاً، وعلى مدى ال (16) عاماً التي مرت عانى الاقتصاد العراقي كثيراً جراء هذا الأمر، وعليه فان الدعوة اليوم لتشجيع المنتجات العراقية من خلال دعم شعار (صنع في العراق) يمكن ان يقدم الحلول المؤثرة لمعالجة المشاكل التي يعاني منها الاقتصاد العراقي، كما ان الواقع يشير الى ان المنتجات الوطنية لا تقل أهمية وجودة في نوعيتها عن المنتجات الأجنبية المستوردة، لاسيما منها المنتجات الغذائية وعلى



السؤال: ما رايكم بزيارة النساء للاماكن المقدسة بمفردهن بدون ازواجهن او احد من محارمهن؟

الجواب: العبرة في ذلك بان تأمن على نفسها من الوقوع في الحرام، نعم اذا كانت متزوجة فلا بد ان تستأذن زوجها، واذا كان احد ابويها او كلاهما حياً وكان يتأذى خوفاً عليها من مخاطر السفر لم يجز لها مخالفته في ذلك

السؤال: ما هي حدود طاعة الأب والامّ؟

الجواب: الواجب على الولد تجاه أبويه أمران :

الاول : الإحسان اليهما بالإنفاق عليهما إن كانا محتاجين ، وتأمين حوائجهما المعيشية ، وتلبية طلباتهما فيما يرجع إلى شؤون حياتهما في حدود المتعارف والمعمول ، حسبما تقتضيه الفطرة السليمة ، ويعدّ تركها تنكراً لجميلهما عليه ، وهو أمر يختلف سعة وضيقاً بحسب اختلاف حالهما من القوة والضعف

الثاني: مصاحبتهما بالمعروف ، بعدم الإساءة اليها قولاً أو فعلاً وإن كانا ظالمين له ، وفي النص : (وإن ضرباك فلا تنهرهما) وقل : غفر الله لكما

هذا فيما يرجع إلى شؤونهما وأما فيما يرجع إلى شؤون الولد نفسه ، مما يترتب عليه تأذي أبويه فهو على قسمين :

1 - أن يكون تأذيه ناشئاً من شفقتة على ولده ، فيحرم التصرف المؤذي إليه سواء نهاه عنه أم لا .

2 - أن يكون تأذيه ناشئاً من اتصافه ببعض الخصال الذميمة ، كعدم حبّه الخير لولده دنيوياً كان أم اخروياً ، ولا أثر لتأذي الوالدين إذا كان من هذا القبيل ، ولا يجب على الولد التسليم لرغباتهما من هذا النوع ، وبذلك يظهر أن إطاعة الوالدين في أوامرهما ونواهيهما الشخصية غير واجبة في حد ذاتها.

السؤال: إذا قال الوالد لولده : أنا أعلم أنه لا يترتب على سفرك ضرر عليك ، ولكن فراقك لي يؤذي ، فلذا أنهاك عن السفر؟

الجواب: لا يجوز له أن يسافر ما دام في سفره هذا أذى لأبيه.

السؤال: هل طاعة الوالدين واجبة؟

الجواب: تجب الطاعة إذا كانت مخالفتها موجباً لتأذيهما الناشئ من شفقتهم عليه.

السؤال: أنا طالب علم و أريد أن أتعلم في الخارج والوالدين مخالفين هل يجوز هنا أن أخالفهما؟

الجواب: لا يجوز مخالفتهم فيما فيه تأذيهما من جهة شفقتهم عليك.

السؤال: هل يجب اطاعة الوالد في عدم قبوله لارتدائي الحجاب؟

الجواب: لا تجوز اطاعته في معصية الله تعالى ولا تجب اطاعته في غير ذلك ايضاً الا اذا كان الامر او النهي من باب الشفقة عليك.

السؤال: هل يحسن شرعاً اطاعة الوالدين في كل شيء حتى في الامور اليومية الحياتية كأن يقول الوالد لولده: كل هذه الفاكهة أو نم في الساعة العاشرة أو ما شاكل ذلك؟

الجواب: نعم، يحسن له ذلك

السؤال: اذا نهى الوالد ولده عن فعل شيء معين محتملاً أن ضرراً ما سيعود على ولده ان هو فعله، علماً بأنه في اعتقاد الولد غير مصيب في ذلك؟

الجواب: لا يجوز مخالفة الوالد في حالة كهذه، بان كان يتأذى من مخالفته شفقة على الولد

المصدر: موقع المرجع الديني الأعلى السيد علي الحسيني السيستاني (دام ظله)

تعد الخياطة من المهن الجميلة والحيوية وذات الصيت الطيب، ورغم مهارتها تحتاج الى الصبر والخبرة العالية، وتعد سببا في انتعاش اقتصاد العائلة العراقية، وللمرأة دور اساسي في تعلمها واتقانها، اذ ابدعت في تطويرها مع مارافقها من ميول واذواق الزبونات اللواتي يفضلن ارتداء الملابس المعدة على اذواقهن ورغبتهن في الموديل ونوعية القماش .

وصفت بمهنة الصبر والفن

خياطات يتحدثن
عن سرورها وشجونها

مهنة الخياطة هي هواية قبل ان تكون عمل .. فالمهارات منهن تعلمنها حبا ورغبة فيها واصبحن بعد ذلك في اجادتها واصبحن من الخياطات الماهرات ، فضلا عن امتلاكهن الى رصيد مادي جيد

عن الخياطة وشجونها سجلت (قوارير) في عددها هذا آراء الخياطات ممن تعاملن مع المهنة واجدن فنونها على مدى الزمن من الماضيات والحاضرات وعن متاعبها على مر الازمان.. المرأة العراقية قديما" تفضل تجهيز ملابسها خياطات بدلاً من شراء الثياب الجاهزة، موضحات ان هذا الامر يتيح لهن الحصول على موديلات جميلة تتوافق مع ذوقها وميولها وغير مطروقة في السوق المحلية.. على عكس الملابس الجاهزة التي تفرض انواعاً لا تتسجم مع اذواقهن.

راحة ومورد

اميرة عبد هي احدى خياطات الزمن الجميل الذي مضى على عملها في مهنة الخياطة ما يقارب 25 عاماً" قالت: تعلمت الخياطة من والدتي، اذ فتحت عيني وانا ارى واسمع صوت الماكينة تدور في غرفها وصور سلال الاقمشة الملونة تنتشر في ارجاء المكان حينما تبغي العمل او الفصل!. وكنت اجلس الى جانبها واتعلم الى ان اتقنتها واصبحت خياطة ماهرة وانا صغيرة .. فوجدت التعامل مع الخيط والمقص والاقمشة راحة نفسية ومورد مادي احمد الله كثيرا على هذه النعمة.. وزمان كانت امي تتعب في انجاز الثوب الواحد لان ماكينتها قديمة تسمى (ام العتلة) فتجد صعوبة في تدويرها، ومع هذا تنجز كل ما يجلبه لها الجيران والصدقات من قماش لخياطته.

ثقة واحترام

اما الخياطة مهدية عامر 40 عاماً هي الاخرى تجيد فن الفصل والخياطة ولها زبائن كثر يتعاملن معها بمنتهى الثقة لما تخرجه من ذوق عال في ترتيب الملابس وتهيئتها بموديلات عصرية انيقة .. تقول: ما يهمننا ان اكسب ثقة الزبونة واحترم رأيها فيما تبغي من موديل مع بعض النصائح حسب خبرتي وجميعهن يثقن في ذوقي.. واحياناً لا تتعامل بالمادة فهي من تحدد اسعار مانجزه لها .. والتي اقدر حالتها المادية وخبيلها من ان توفر

غم ما يطرح من المستورد واسعاره الباهضة .. الا ان الخياطة العراقية تقدمت في مراحلها الانتاجية وحافظت على مهنتها، ولها اسم لامع في عرض جودة ماتصنع

الثمن اعفيها من ذلك حبا وكرامةً لله تعالى.

في حين ذكرت الخياطة ام محمد ان مهنة الخياطة هي هواية قبل ان تكون عمل .. فالمهارات منهن تعلمنها حبا ورغبة فيها وابدعن بعد ذلك في اجادتها واصبحن من الخياطات الماهرات ، فضلا عن امتلاكهن الى رصيد مادي جيد !!. الا ان بعض الخياطات يتقاضين اجوراً زهيدة مقابل خياطة الملابس حيث يتراوح اجرة ما تطلبه لخياطة دشاشة واحدة من 3 - 5 آلاف دينار وهذه الاجرة تحدد بالطبع بحسب الوافدات اليها من الزبونات وبحسب الاتفاق بين الطرفين وايضا حسب المناطق الشعبية او الراقية .

دورة تدريبية

من جهتها قالت الخياطة ام حنان تعلمت مهنة الخياطة في احدى منظمات المجتمع المدني عبر دورة تدريبية استمرت لمدة 30 يوماً حيث اتقنت المهنة وشرعت بعدها كخطوة اولية بخياطة ملابس زوجي واولادي ثم فكرت بمساعدة عائلتي مادياً من خلال هذه المهنة بهدف تحسين دخل الاسرة.. مضيفة وبمرور الزمن اصبح عندي عدد من الزبونات وقمت بخياطة الفساتين والدشاديش والبدايات بأحسن الطرز التي تطلبها مني النساء من خلال ما اكتسبته من مهارة، ورغم ما عاني من المرض في الفقرات والمفاصل نتيجة الجلوس على ماكينة الخياطة فلا يمكن العدول عنها او تركها. واشارت ام وسام الى عدم التزام بعض الخياطات بمواعيد تسليم الملابس التي قد تبقى لديهن مدة طويلة قد تصل الى خمسة اشهر بسبب انشغالاتها المنزلية، وان بعضهن المحترفات يضطرن الى تأخير تسليم الملابس بسبب الاقبال الكبير من الزبونات عليهن بهدف ضمان الحصول على ملابس ذات جودة عالية في الفصل والخياطة، وبرغم هذا التأخير فان طاقتهن الانتاجية اكثر من غيرهن.

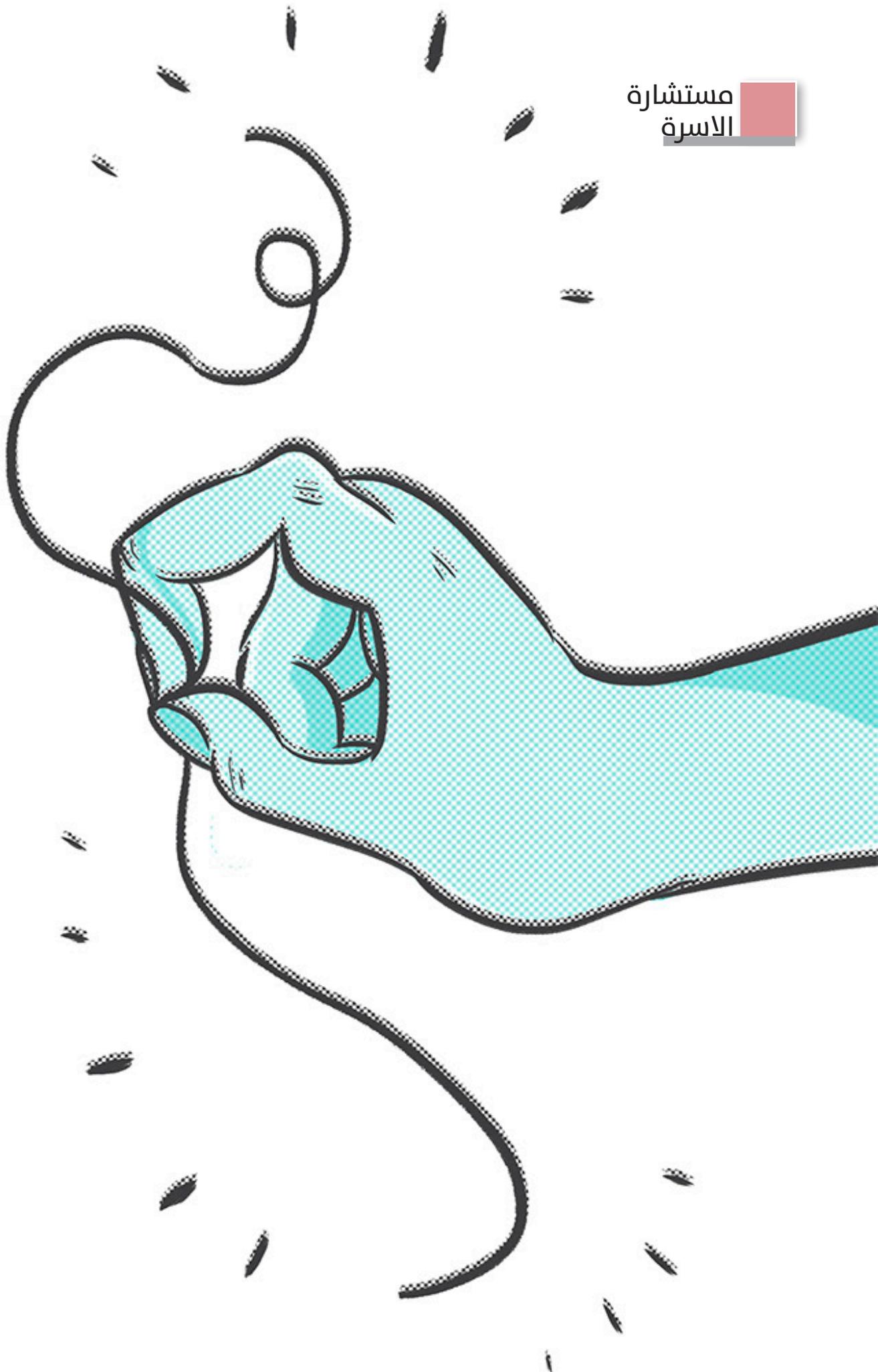
رأي بناء

الباحث الاجتماعي مصطفى ذنون اعرب عن سعادته بالمرأة العراقية التي اجادت هذه المهنة واعطتها كل مايطورها ويجعلها مهنة منتعشة على مر الازمان، رغم ما يطرح من المستورد واسعاره الباهضة .. الا ان الخياطة العراقية تقدمت في مراحلها الانتاجية وحافظت على مهنتها ، ولها اسم لامع في عرض جودة ماتصنع .

وادعو الى ادخال مادة خياطة الملابس والفصال في المدارس الخاصة بالبنات لاهميتها للفتاة في المستقبل، وادراجها ضمن منهاج المادة الاسرية وكذلك توفير الدعم لها من خلال اقامة الدورات .

وبالامكان توفير مكائن خياطة للراغبات بإقتنائها بأقساط شهرية بسيطة ليصبح بإمكان المرأة فتح مشروع منزلي بسيط من اجل مواجهة تحديات الحياة ومعالجة حالة الفقر والعوز المادي لهن وليصبحن في المستقبل رائدات في فن الخياطة اذا ما توفرت الظروف المناسبة لهن .

رشا الطائي



للاستشاري النفسي دورا في علاجه

هوس نتف الشعر

يمارس بعض الأفراد عادات غريبة ومزعجة، وإحداها (عادة نتف الشعر) وهو اضطراب نفسي يتضمن رغبة متكررة صعب مقاومتها لشد الشعر من الحاجب، أو الرموش، أو فروة الرأس مما يسبب بقع صلع وضيق لذي الفرد المصاب به فيبذل جهداً كبيراً لإخفاء الأجزاء المنتوفة.

المواضع من وقت لآخر. وايضا شعور متزايد بالتوتر قبل النتف، أو عند محاولة مقاومة النتف ويشعر بالسعادة أو الراحة بعد ذلك. وكذلك فقدان ملحوظ للشعر، مما يسبب قلة فيه، اما عض الشعر المنتوف، أو مضغته أو أكله، هذا بحد ذاته مشكلة يجب معالجتها نفسياً وصحياً. فاللعب بالشعر المنتوف أو فركه على الشفتين أو الوجه، هي ممارسة تولد حزناً شديداً للشخص المضطرب.

ويظهر هذا الهوس أغلب الأحيان في نهاية فترة الطفولة المتأخرة وبداية فترة المراهقة المبكرة ويستمر مع الفرد المضطرب لفتترات متقدمة من عمره إذا لم يتم علاجه، ومثل هكذا اضطراب عقلي نفسي يفضل مراجعته الاستشاري النفسي والخضوع للعلاج، ولهذا المرض أعراض معينة وهي: نتف الشعر بشكل متكرر، خصوصاً من فروة الرأس أو الحاجبين أو الرموش، وأحياناً أخرى من مناطق أخرى من الجسم، وقد تختلف

أسباب الهوس

قد يكون المصابون به لديهم اضطرابات أخرى أيضاً، مثل الاكتئاب أو القلق أو الوسواس القهري.

المشاعر السلبية:

بالنسبة لكثير من المصابين بهوس نتف الشعر، يكون نزعه وسيلة للتعامل مع المشاعر السلبية أو غير المريحة، مثل الضغط النفسي أو القلق أو التوتر أو الشعور بالوحدة أو التعب أو الإحباط.

اضطرابات أخرى

عادة ما تحدث الإصابة بهوس نتف الشعر خلال فترة المراهقة المبكرة أو قبلها مباشرة - غالباً تتراوح أعمار المصابين بين 11 و13 عاماً - وقد تستمر عند الشخص مدى حياته اذا لم تتم معالجته

العمر

التعزيز الإيجابي

غالباً ما يجد المصابون بهوس نتف الشعر أن نزعه يولد شعوراً بالرضا ويوفر لهم قدرًا من الراحة النفسية، ونتيجة لذلك، يستمرون في ذلك للحفاظ على هذه المشاعر الإيجابية.

- العلاج الدوائي: يتم تحديده من قبل الطبيب النفسي.

الاستشارية: حنين الحساوي

علاجات

- العلاج السلوكي والمعرفي: يتم تحديده من قبل الاستشاري النفسي بمراجعة مراكز الإرشاد الأسري التي تقدم خدماتها لهذا الغرض.

رطت في اوج عطائها

وجدان النقيب..

كاتبه لروح النصوص

تحت نطاق الوجد



في وجدانها الغض الكثير من الحيوية والنشاط الفكري المتدفق، وفي ذائقها الكتابية مفردات لم تقلها بعد ! وكل شئ في حياتها كان غير مكتمل المشوار، امانها واحلاما هي الاخرى تنبض بالروح والحياة المعطاء طوال السنوات الاخيرة من وجودها .. استثمرت كل دقيقة من عمرها المتبقي في نشر ماتكتنزه قريحتها الشعرية مسجلة اروع القصائد .. الا ان توقف القلب وطبي صفحات الحياة لم تمنحها الفرصة وهي في اوج عطاءها الثقافي فتوقفت كلماتها الناضجة واسدل الستار على واحدة من شاعرات الزمن المعاصر لتنتهي رحلتها القاسية مع المرض وهي في قمة الشباب والحيوية، وتركت خلفها وليدها الوحيد .. ديوان (حجل واحلام وطفولة).

بداية ومساندة

وجدان عبد الاله النقيب، شاعرة عراقية، ولدت العام 1991 في بغداد، تفتحت قريحتها الشعرية منذ الصغر، فكان ملهمها الأول هو والدها الذي عوض حنان الأم التي وافاها الأجل منذ صغر وجدان، وزرع في نفسها حب الشعر، ووقف بجانبها وسندها في مرحلة الطفولة ومابعدها، وقدم لها كتب متنوعة للشاعر العظيم نزار قباني، والرائع عريان سيد خلف، درست في معهد الفنون التطبيقية، قسم التصميم الطباعي، كتبت الشعر كهواية، واستمر والدها بدعمها، فكان يشرح لها اصول المفردات الشعبية والمصطلحات الجنوبية، وشوهد اول صعود لها على المنصة الشعرية في مهرجان خاص للمعهد الذي تخرجت منه.

لعنة المرض

احست بالمرض بعد معاناتها من آلام الظهر .. وبعد الفحوصات تبين انها مصابة بالمرض اللعين، لتخضع للعلاج الكيماوي والاشعاعي، وبعد مدة قصيرة اخبرها الاطباء بياس من انها ستحيا لاربعة سنوات فقط !! لتصدم هذا الخبر كيانها ونفسيته .. الا انها آمنت بأن الاعمار بيد الله سبحانه وتعالى .. ومن تلك اللحظة قررت مواكبة الحياة والاستمرار في مواصلة العطاء الشعري لتلتقي بالشاعر "عريان سيد خلف" وكان هو المعلم الروحي الذي خط لها مسار النجاح، وكتبت حينها نصوص شعرية تحت نطاق الوجد، ومع كل هذا لا نستطيع ان ننكر بأنها كانت امرأة حاملة بالألم والمعاناة، بيد ان نتيجته ولادة ديوان شعري (حجل واحلام وطفولة)

محاورة السرطان

اطلق عليها لقب (محاورة) وهو يطلق على كل فرد يتحدى المرض ويستمر في عمله وعطائه .. الشعر بالنسبة لها الدواء الذي تأخذه ليسكن لها وجع المرض، ويخترق كل ماتخترنه من مفردات شعرية ليولد الابداع، ولم يؤثر المرض على

أصبحت بالمرض اللعين، وخضعت للعلاج الكيماوي والاشعاعي، وبعد مدة قصيرة اخبرها الاطباء بياس من انها ستحيا لاربعة سنوات فقط!! لتصدم هذا الخبر كيانها ونفسيته.. الا انها آمنت بأن الاعمار بيد الله سبحانه وتعالى.. ومن تلك اللحظة قررت مواكبة الحياة والاستمرار في مواصلة العطاء الشعري

شخصيتها وظلت تبث الايجابية الى كل من حولها حتى آخر ايام حياتها، لها بصمة كبيرة في نشر التفاؤل والأمل الى مرضى السرطان، وكانت تحثهم على الابداع والعمل و تحدي المرض... هذا ما كانت عليه وجدان النقيب.

هاشتاك

هي نموذج نسائي رائع ومحاورة قوية للسرطان، لم تخرج من هذه الحياة فارغة اليدين، تركت وراءها سطور مخلدة، ورحلة كفاح من رثت نفسها قبل موتها، وتحدثت عن مرضها الذي أفشت سره بعد كتمانها إصابتها به فترة طويلة عن أصدقائها وزملائها .. وقد أطلق العراقيون عدداً من الصفحات على موقع التواصل الاجتماعي "فيسبوك" باسم الشاعرة وجدان النقيب، كما أنهم أطلقوا على "تويتر" وسماً بعنوان "#وجدان_النقيب"

الطبيب المعالج للشاعرة الراحلة كتب في تغريدة له يرثي النقيب: "أصعب شيء حين يعجز الطب ويقف حائراً أمام الموت"

بعضهم أقام بيت عزاء لها، وآخرون نعواها بأشعار شعبية.

سعاد البياتي

دراسة تؤكد..

الشاي يساعد على العيش لفترة اطول

أكد العلماء ان شرب الشاي ثلاث مرات على الاقل في الاسبوع يمكن ان يرتبط بزيادة طول واكثر صحة .
وأظهر بحث جديد أن الاستهلاك المنتظم للمشروبات الساخنة يرتبط بانخفاض خطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية لكن النتائج المفيدة قد لا تنطبق بصورة متساوية على الشاي الأسود والأخضر .

للعلوم الطبية في بكين قال ان "الأثار الصحية المواتية الأكثر قوة هي للشاي الأخضر ولمن يشربون الشاي على المدى الطويل" ومع ذلك لم يلاحظ أي ارتباطات كبيرة للشاي الأسود ويشير الباحثون إلى عدد من الأسباب لذلك بما في ذلك الشاي الأخضر وهو مصدر غني بالبوليفينول الذي يحمي من أمراض القلب والأوعية الدموية.

تفضيل

ولكن الآمال لم تفقد بالنسبة لشاربي الشاي الأسود حيث يقول الباحثون إن تفضيل الشاي الأخضر في شرق آسيا (49 في المائة من المشاركين يتناولون الشاي الأخضر مقابل 8 في المائة يشربون الأسود) يعني أنه كان هناك عدد أقل من الذين يشربون الشاي الأسود لدراساتهم.

عن صحيفة الاندبندنت

* ترجمة/ ساجدة ناهي

نظر البحث الذي أجراه فريق في الصين إلى بيانات من 100 إلى 902 مشاركاً دون تاريخ سابق من الإصابة بنوبة قلبية أو سكتة دماغية أو سرطان.

تم تصنيف المشاركين إلى مجموعتين - مشروبات الشاي المعتادة بمعنى أولئك الذين يشربون الشاي ثلاث مرات أو أكثر في الأسبوع والذين لا يشربون الشاي أبداً أو لا يشربونه كالمعتاد اي أولئك الذين يشربون الشاي أقل من ثلاث مرات في الأسبوع ومستمرين بشربه لمدة 3 إلى 7 سنوات.

الشاي الأخضر

ووجد الباحثون أن الشخص الذي يبلغ من العمر 50 عاماً والمعتاد على شرب الشاي قد يصاب بمرض القلب أو السكتة الدماغية في المتوسط بعد 41 عاماً ويعيش 26 عاماً أكثر من شخص لم يشرب الشاي أبداً أو نادراً.

وبالمقارنة مع الأشخاص الذين لا يتناولون الشاي أبداً أو غير المعتادين على ذلك فإن مستهلكي الشاي المعتاد لديهم خطر أقل بنسبة 20 في المائة من الإصابة بأمراض القلب والسكتة الدماغية وانخفاض خطر الإصابة بأمراض القلب والسكتات الدماغية بنسبة 22 في المائة.

وتشير الدراسة التي نشرت في المجلة الأوروبية لأمراض القلب الوقائية إلى أن مستهلكي الشاي ينخفض لديهم خطر جميع اسباب الموت بنسبة 15 في المائة.

لكن المؤلف الأول الدكتور شينيان وانغ من الأكاديمية الصينية



HABITUAL TEA DRINKING CAN LEAD TO A LONGER AND HEALTHIER LIFE, SAYS STUDY

Drinking tea at least three times a week could be linked to a longer and healthier life, according to scientists.

New research has shown “habitual” consumption of the hot beverage is associated with lower risk of cardiovascular disease.

But the beneficial findings might not apply equally to black and green tea.

The research from a team in China looked at data from 100,902 participants, with no previous history of heart attack, stroke or cancer.

The participants were categorised into two groups –

habitual tea drinkers, meaning those drinking tea three or more times a week, and never or non-habitual drinkers, meaning those who drink less than three times a week, and followed for 7.3 years.

They found that a 50-year-old habitual tea drinker would develop coronary heart disease or stroke, on average, 1.41 years later and live 1.26 years longer than someone who never, or rarely, drank tea.

Compared with never or non-habitual tea drinkers, habitual tea consumers had a 20 per cent lower risk of incident heart disease and stroke, and a 22 per cent lower risk of fatal heart disease and stroke.

They also had a 15 per cent decreased risk of all-cause death, the study, published in the European Journal of Preventative Cardiology, suggests.

But first author Dr Xinyan Wang, of the Chinese Academy of Medical Science in Beijing, said: “The favourable health effects are the most robust for green tea and for long-term habitual tea drinkers.”

However, no significant associations were observed for black tea.

he researchers suggest a number of reasons for this including that green tea is a rich source of polyphenols, which protect against cardiovascular disease.

But all hope is not lost for black tea drinkers, as the researchers say the preference for green tea in East Asia (49 per cent of participants drank green tea compared to 8 per cent drinking black) meant there were fewer black tea drinkers to study.



تنبؤات

أبو الخداع الجهلاني



يتزاحم الناس عند أبواب الفلكيين المزعمين والسحرة والدجالين، الذين يعرضون عبر قنوات الجهل، لكل داء دواء، ويبيعون لكل شخص رجاء، وأغلب مريديهم من النساء، يتاجرون بالوهم، ويخدعون ضعاف النفوس وقليلي الإيمان، وكل علمهم خداع من وراء قناع.

ذكرتني توقعات أبو الخداع الجهلاني، بكتاب قرأته قبل نحو ثلاثين عاماً، بعنوان "مهزلة العقل البشري" لعالم الاجتماع المرحوم الدكتور علي الوردي، الذي يكشف، بدقة وعمق، تناقض سلوك كثير من البشر، وفقدان العقل والحكمة في تصرفاتهم، واستمرار الكثير من الناس بتصديق الدجالين والمشعوذين والسحرة والحمقى

إذا كنت تصديقين يا سيدتي تنبؤات أبو فلان الفلاني، وتشتربين علاجات أبو جهل الجهلاني، وتتابعين صفحات أبو السحر المسحراني، فقد أوقعت نفسك في مصيدة النصابين، وورطت زوجك بدفع ثمن السراب، وابتعدت مسافات عن الدين واليقين!

يزعم بعض شيوخ الفضائيات الكذابين علمهم الغيب، وينسون قول الباري عز وجل: ﴿قُلْ لَا يَعْلَمُ مَنْ فِي السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ الْغَيْبَ إِلَّا اللَّهُ وَمَا يَشْعُرُونَ أَيَّانَ يُبْعَثُونَ﴾ (سورة النمل 27)

حول المعاناة في الحياة الزوجية أو البحث الطبيعي عن شريك الحياة أو الرزق أو السعادة أو الحظ أو المرض.. ولم يتردد ذلك النصاب في توزيع النصائح والتنبؤات، تحت غطاء ديني زائف، لكي يذهب الجميع، بعد منتصف الليل، إلى فراشهم مستبشرين فرحين، وقد بات الفرج قريباً.. وليس ثمة داع للعمل أو الصبر، كمفتاحين معروفين بيد العقلاء.. فلا وقت للانتظار!

جعلتني تلك المشاهدة أشعر، لأول مرة، بضياح عمري، الذي أمضيته في تعلّم وتعليم دور وسائل الإعلام في نشر الإيمان الحقيقي والوعي العلمي والثقافي، وكنت مقتنعا بواجبات المهنة الإعلامية وأخلاقياتها الهادفة إلى نشر الحقائق وتنوير العقول، وتغيير المجتمع! اللعبة أكبر من هؤلاء النصابين إذا، وهم غير ملومين، لأنهم ليس وحدهم من يمارس هذا التهريج المفضوح، فنحن في عصر النور والعلم نواجه، في كل لحظة، مظاهر الخديعة والمكر والاحتيال والسرقة، سواء في واقع الحياة أم على شاشات التلفاز، ومن المؤسف أننا أصبحنا نهدان الفاسدين ونصدق الكذابين، ونسير وراء المجانين والمشعوذين والمنجمين وقرّاء الأبراج، وغيرهم من الذين يزعمون كشف الغيب، الذي لا يعلمه إلا الله!

وقد ذكرتني توقعات أبو الخداع الجهلاني، بكتاب قرأته قبل نحو ثلاثين عاماً، بعنوان "مهزلة العقل البشري" لعالم الاجتماع المرحوم الدكتور علي الوردي، الذي يكشف، بدقة وعمق، تناقض سلوك كثير من البشر، وفقدان العقل والحكمة في تصرفاتهم، واستمرار الكثير من الناس بتصديق الدجالين والمشعوذين والسحرة والحمقى، والمراهنة على أكاذيبهم المفضوحة، وكأنها حقائق مؤكدة!

تذكرت محتوى ذلك الكتاب عندما سألتني إحدى طالباتي: هل شاهدت برنامج (أبو الخداع) وتنبؤاته الفلكية.. وقد حاولت بصعوبة أن أتذكر أسماء الأقارب أو الجيران، لعلي أجد من بينها ذلك الشخص المقصود، بيد أنها أضافت بسرعة: إذا أردت أن تعرف مستقبلك الشخصي ومصير عائلتك، وتجد الحلول لكل المشاكل، وتعالج جميع الأمراض، فشاهد توقعاته وتفسيراته ووصفاته العجيبة على قناة (... الفضائية!

غادرت- مجبراً- هوايتي المفجعة في متابعة نشرات الأخبار والبرامج السياسية، وذهبت، تلك الليلة، وسط دهشة العائلة، نحو تلك القناة، لكي أشبع رغبة الفضول، تفودني الرغبة في معرفة المجهول.

لا أريد سرد تفاصيل ما شاهدت وسمعت، طوال ساعتين من الاتصالات المباشرة المستغيثة والإجابات الفورية المفبركة، التي تطلق في الفضاء، وكانت شكاوى المشاهدين والمشاهدات- وهن الأغلبية مع الأسف - تدور

د.محمد فليح



لمعت في نابلس والعالم فدوى طوقان.. شاعرة تفيض حباً بالوطن

شاعرة الفلسطينية عاشقة الطبيعة، وهي شقيقة الشاعر المعروف ابراهيم طوقان. ولدت في مدينة نابلس العام 1920 وتلقت دراستها هناك الا أنها لم تتمكن من اتمام دراستها الجامعية في الخارج فتولت مواصلة تعليم وثقيف نفسها بمساعدة وتشجيع شقيقها تأثرت بالقرآن الكريم وبشعر المتنبيء واخيها ابراهيم وعرفت بأنها شاعرة متمردة على أوضاع مجتمعتها.. وقالت الشعر العمودي والشعر الحر. حياتها حافلة بالتجارب الأنسانية المعبرة عن مثابرة وطموح عظيمين رغم الظروف الصعبة التي عايشتها منذ طفولتها...ألا ان شعرها الوطني يعبر عن طاقة ثقافية حافلة. نموذج من قصيدة .. لن أبكي

على أبواب يافا يا أحبائي

وفي فوضى حطام الدّور

بين الرّدم والشّوكِ

وقفتُ وقلْتُ للعينين :

قفا نبكِ

على أطلال من رحلوا وفاتوها

تنادي من بناها الدّار وتنعى من بناها الدّار

وأنّ القلبُ منسحقاً

وقال القلب : ما فعلتُ ؟ بكِ الأيام يا دارُ ؟

وأين القاطنون هنا

وهل جاءتك بعد النأي ، هل جاءتك أخبارُ ؟

هنا كانوا ..هنا حلموا ..هنا رسموا مشاريع الغدِ الآتي

فأين اللحم والآتي وأين همُ .. وأين همُ ؟

ولم ينطق حطام الدّار

ولم ينطق هناك سوى غيابهمُ

وصمت الصّمتِ ، والهجران

وكان هناك جمعُ البوم والأشباح

غريب الوجه واليد واللّسان

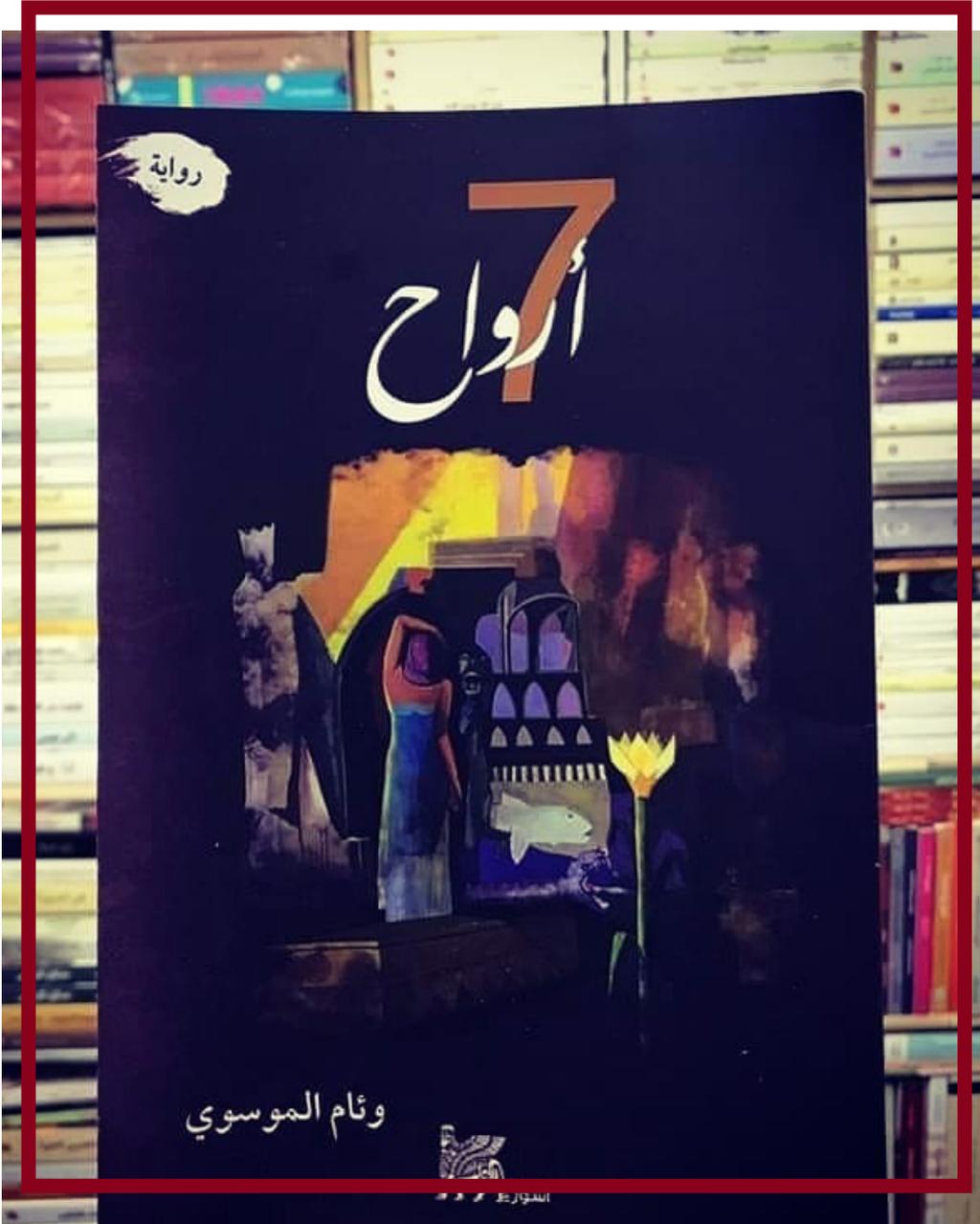
وكان يحوّم في حواشيها

يمدُّ أصوله فيها

وكان الأمر النَّاهي وكان.. وكان ..

وغصّ القلب بالأحزان

بمناسبة صدور باكورة اعمالها
وثام الموسوي:
الشعر هو رثتي الثالثة ولا فكاك منه



نجمة جديدة بدأت
تلمع في سماء
الادب العراقي،
وهي تتنقل بطموح
عال وخطوات ثابتة
بين نصوص شعرية
وقصص قصيرة
او رواية (فهي
هنا وربما هي
هناك) او قد تكون
في نادي عشّار
الثقافي الذي
تولت ادارته مؤخرًا
بحماس شديد
واصبح بالنسبة لها
حلقة وصل جديدة
بينها وبين شريحة
واسعة من الطاقات
الشبابية الواعدة

وبمناسبة صدور باكورة اعمالها الروائية (سبعة ارواح) استضافتها مجلة قوارير متحدثاً اولاً عن بداية ميولها الادبية فقالت :

ظهرت موهبتي في الكتابة في عمر مبكر جدا الا انها احتاجت فترة طويلة من الزمن كي تنصلق وتتبلور من خلال القراءة والاطلاع على الادب العالمي والعربي والعراقي بصورة خاصة حتى وجدت نفسي وانا في المرحلة الاعدادية قادرة على نشر كتاباتي البسيطة في الصحف المحلية حيث نشرت العديد من النصوص والقصص القصيرة .

*هل تمكنت من التعبير عما يجول في خاطرك بعد اصدارك لديوانين من الشعر ؟

صدر لي ديواني الاول (انت هنا ربما انا هناك) في العام 2013 وديوان (قريبا كظلي) العام 2015 جمعت فيهما اغلب النصوص التي كتبتها وكان ديواني الاول بمثابة الارشيف لنصوصي الشعرية وحفاظا عليها من الضياع، اما في ديواني الثاني فقد اكتملت الصورة لدي ونشرت فيه نصوصي الشعرية العاطفية غير انها لم تكن الباب الوحيد للتعبير عن ما يداهمني من افكار وصور وقصص.

*ما الذي نقلك من عالم الشعر الجميل الى عالم الرواية الواسع ؟

لا بد لخيال الكاتب ان يكون خصبا ومكتظا بالكثير من الافكار ووجدت ان الشعر في اغلب الاحيان لا يستطيع ان يختصر ما يجول في داخلي لا سيما مع انصباب تفكيري بشكل مكثف على الحالات الاجتماعية والعادات والتقاليد والقيم في مختلف البلدان مما جعلني اتفرس اكثر بتلك العوالم وما خفي منها وهذا ما لم استطيع اخراجه عن طريق الشعر لذا كانت الرواية هي الطريق الافضل .

*رواية سبعة ارواح كانت انعكاس لدراستك للأثار.. ماذا اردت ان تقول من خلالها ؟

تجربة مذهلة ومتعبة ومسؤولة كبيرة، أذ انعكس فيها كل ما لا يمكنني قوله بصورة واضحة ومباشرة، كان لأبطالها الفضل الكبير في مساعدتي لانتقاد الكثير من الظواهر التي انطلقت فكرتها من خلال كلمة المفكر عالم سبيط

تربطني بابي الفضل العباس علاقة روحية لا اعرف تفسيرها، فمنذ صغري وانا خاشعة في حضرته واشعر حضوره في قلبي وروحي ولم يحدث ان دخلت حضرته عليه السلام دون ان ابكي بحرقة وأتمتم (يا حبيبي اشتقت اليك)

النيلي ان لابد للمسمات ان تهدم حتى تظهر الحقيقة ومن هنا ادخلت اختصاصي الآثار الى الرواية كي تكسب جوا خياليا خاصا محققة الغاية منها عن طريق تفنيد الحقائق المتفق عليها تاريخيا .

*هل ستستمرين في كتابة الرواية ام يبقى الشعر هو الاقرب الى قلبك ؟

الشعر هو رثتي الثالثة ولا فكاك منه وفي كثير من الاحيان يخنقني نصا شعريا في منتصف الليل ولا سبيل الا في كتابته لذا الشعر هو ضرورة اكثر من كونه موهبة، اما الرواية فأتمنى ان استمر فيها بالفعل وهي هدفي القادم.

*انت احد الاعضاء المؤسسين لنادي عشطار الثقافي النسوي وتولين ادارته حاليا، ماذا اضاف لك ؟

نادي عشطار الثقافي بدأ كمشروع صغير لناشطات يحلمن بواقع نسوي افضل وسرعان ما تحول الى نادي رصين حقق الكثير من الاهداف في فترة وجيزة حيث قدمنا خلاله 80 ملخصا لكتب وروايات عالمية وعربية، فضلا عن المقالات والنشاطات الثقافية الاخرى التي شكلت جزءاً كبيراً من شخصيتي الادبية، أذ استطعت من خلاله ان ارى نفق الامل بالجيل الجديد و اكتشفت ايضا ان طاقات الشباب الادبية طاقات كبيرة ولكنها بحاجة الى عناية وتوجيه

*قرأت لك قصيدة عن ابي الفضل العباس عليه السلام، كيف ولدت ومتى ؟

تربطني بابي الفضل العباس علاقة روحية لا اعرف تفسيرها، فمنذ صغري وانا خاشعة في حضرته واشعر حضوره في قلبي وروحي ولم يحدث ان دخلت حضرته عليه السلام دون ان ابكي بحرقة وأتمتم (يا حبيبي اشتقت اليك).

*مشاريع ادبية قادمة ؟

لي ديوان ثالث تحت الطبع بعنوان (هكذا تنمو المقابر) وهو عنوان مبدئي اضافة الى مجموعة قصصية ما زالت في طور التنضيد والترتيب.

نادي عشطار الثقافي بدأ كمشروع صغير لناشطات يحلمن بواقع نسوي افضل وسرعان ما تحول الى نادي رصين حقق الكثير من الاهداف في فترة وجيزة حيث قدمنا خلاله 80 ملخصا لكتب وروايات عالمية وعربية، فضلا عن المقالات والنشاطات الثقافية الاخرى التي شكلت جزءاً كبيراً من شخصيتي الادبية

قوارير

نسي وغاب في زحمة السنوات الفن الفطري .. عالم من الأساطير والحكايات

لم يبدأ الفن البدائي أو الفطري بالظهور منذ الخليقة في أنحاء العالم عبثاً بل جاء لحل مشكلة لدى الإنسان أيام العصر الحجري حيث ولدت الرغبة في رسم عالم بديل لمصارعة هواجس الحيطة والخوف من الحيوانات الشرسة التي كانت تجوب الأرض وتفتك بالبشر. لذا كان الإنسان يحاول مصارعته للحصول على لحومها وجلودها، فرسم على جدران الكهوف التي يعيش فيها معلناً تغلبه عليها بشجاعته. والرسوم البسيطة هذه هي علامات وتعابير جريئة في عالم الرسم البدائي والنحت "الريليف على الجدار"، وقد لا تكون بالمقاييس الجمالية لكنها أوجدت فناً عفوياً تعبيرياً بعيد عن تقاليد وصياغات المدارس الفنية ..

عفوية الهواجس

ومن الكهوف وجدرانها ورسوماتها وأتساع مدارات الحياة المتسارعة أحتاج الإنسان البدائي الى أدوات لأستخدامها في حياته اليومية وتحولت بعد وقت الى مجموعات طينية مفخورة أحتاجها كأواني وأباريق وسكاكين بعد تلوينها وأضاف رسوم ونقوش عليها .. ورافقت تلك الأواني أعمال جديدة لتكون مصغرات نحتية بشرية وحيوانية بعضها أعتبر الألهة او الأمومة وتعني الهة الخصوبة ,, كل ذلك كان تعبير عن خلجات النفس وما تحتاجه الإنسانية من عفوية

الهواجس و المدارك، وهكذا بدأ الفن الفطري والبدائي ليدخل عفوية الولوج لعالم الأساطير والحكايات والمخاوف.. ومع تقادم الزمن تطورت أحتياجات الإنسان ليبرز هيمنته وقوته عن طريق أنشاء مجتمعات ومدن.. فكان المعمار والنحت والفخار يتشاكلان ويتمازجان لتصنع الأفكار والقدرة حضارات وشواهد عظيمة خلقتها أيدي ذلك البدائي.. ومنذ ذلك الوقت أشتغل على أضافة شخصيات ورموز تعبر عن الشجاعة والبطولة عن طريق النحت المجسم والجداري والمدور وهذا ما وجدناه في حضارات عديدة منها في بلاد ما بين النهرين ومصر وأفريقيا وأمريكا اللاتينية والهند والصين وواليونان وأيطاليا لتكون أغلب الأعمال بحجوم كبيرة وضخمة للغاية وهذا ما نجده بسبب التقدم والأزدهار للعالم بأجمعه.. لتكون بعيدة عن واجهات قاعات الفن.. فذلك الإنسان لم يكن بدائياً بل كان فناناً موهوباً مقتدرراً لكنه غير معروف ومنسي .

وفنانين كبار مثل النحات رودان وبيكاسو وماتيس وديلاكروا وغوغان وحتى فنانينا العراقيين مثل الراحل جواد سليم ونزيهة سليم ومحمد غني حكمت واسماعيل فتحاح الترك وميران السعدي قد تأثروا كثيراً بالفن الفطري الجميل بالوانهم وتعابيرهم وموضوعاتهم في الرسم والنحت والفخار.. رجعوا برغبتهم الملحة بعد أن تعبوا من تنوع

**فنانين كبار مثل النحات رودان وبيكاسو
وماتيس وديلاكروا وغوغان وحتى
فنانينا العراقيين مثل الراحل جواد سليم
ونزيهة سليم ومحمد غني حكمت
واسماعيل فتحاح الترك وميران السعدي
قد تأثروا كثيراً بالفن الفطري الجميل
بالوانهم وتعابيرهم وموضوعاتهم
في الرسم والنحت والفخار**



في السبعينيات والثمانينيات ظهر العديد من الفنانين الذين لم يدرسوا الفن أو يقتبسوه ويقلدوه فكانت اعمالهم النحتية والفخارية هي عفوية منطلقة من وجدانهم ومحاكاتهم لأساطير هي ترجع للفن البدائي الأول.... وهذا الفن البدائي في العراق ظل محبوباً ولم يجد من يهتم به لسنوات

المدارس الكلاسيكية لأحياء عفوية اللون والفكرة والطروحات والتماس مع الواقع ..

حجب واهمال

وفي عراقنا الحبيب وفي السبعينيات والثمانينيات ظهر كثيراً من الفنانين الذين لم يدرسوا الفن أو يقتبسوه ويقلدوه فكانت اعمالهم النحتية والفخارية هي عفوية منطلقة من وجدانهم ومحاكاتهم لأساطير هي ترجع للفن البدائي الأول.... وهذا الفن البدائي في العراق ظل محبوباً ولم يجد من يهتم به لسنوات إلا أن الفنان الراحل نوري الراوي وبحكم منصبه في وزارة الثقافة أبان الثمانينيات. قد قام بعرض اعمال نحتية للفن الفطري للفنانين الموهبين بمعرض ليتسنى للجميع مشاهدة أبداع فنانين هم لا يعرفون شئ عن الفن سوى موهبتهم ووجدانهم ومواد أستخدموها من الحجر والمرمر والبرونز وحتى الخشب ...

من هؤلاء الفنانين الذين تم التسليط عليهم من النحاتين هم منعم فرات ولد العام 1900 وشكرية ام فلاح وكاظم خليل سعيد ولد العام 1922 ,,حامد ماضي ولد في قضاء الشطرة العام 1927 وسعدية منعم فرات ولدت العام 1947. حيدر سالم ولد في بغداد العام 1945...وفريد حسين وعدنان عسل ومحمد كريم وعديد منهم لم نتعرف عليهم ولم يتم تسليط الضوء عليهم ولا عن أعمالهم ... وبسبب الظروف التي مرت بها العراق وسرقة للاعمال الفنية التي حدثت العام 2003 بقى أرشيف الفن الفطري مع أسماء فنانيه مركوناً دون ذكرى لهم ... ورغم تطور حركة الفن التشكيلي العراقي وأمتازجه بفنون أوروبية حديثة .. إلا أن قاموس الفن الفطري يظل منسياً تحت ظل تراكمات وقشور فنية بعضها لا يتم ذكرها في نقدنا الفني ..لذا أن تلك الينايبع البدائية بدأت تنضب وتجف يوماً بعد آخر ينحسر هذا الفن في ذكارة التشكيل وذاكرة النقاد والفنانين المهتمين العراقيين ..وربما سنشهد بعد الألاح بالتذكير بهذا الفن الجميل أهتماماً من قبل المهمتين في وزارة الثقافة أو أصحاب القاعات الفنية لفتح مضمار فني أصبح غائباً ومنسياً...

لمياء نعمان

Social



دردشة نسائية بنكهة الشائعة!

تعد مواقع التواصل الاجتماعي بيئة مفتوحة لتبادل الأفكار والمعلومات والآراء، بدون قيود، وبدون رقابة، ومن أبرز خصائص هذه المواقع أن مستخدميها غير مهنيين وليس من الصحفيين أو الناشرين المحترفين، فقد أصبحت تسمى بـ (صحافة المواطن) هناك فرق بين الخبر والشائعة، فالخبر هو الحدث المهم الذي يستحق النشر عبر وسائل الإعلام ويجب على الاستفهامات الستة: من، ماذا، متى، أين، كيف، لماذا؟

والمشاركة الاجتماعية وتقدير الذات. في هذه البيئة الإلكترونية التفاعلية نجد كثيراً من المواضيع التي تتناولها المواقع بسرعة، وتنتشر بين النساء، من خلال الصفحات الشخصية أو المجموعات (الكروبات) النسائية الكثيرة التي تضم كل الفئات العمرية، والمستويات الدراسية والثقافية، وهن يتناقلن الأحداث اليومية ويتابعن الأخبار، ويتداولن فيما بينهن أسرار البيوت، ويتدخلن في حياة الآخرين دون تدقيق في صحة الحدث أو الواقعة، وغالباً ما يتم نشر ومشاركة المنشورات وتداولها، لغرض الشهرة أو الحصول على الإعجابات والتعليقات. البيوت أسرار، كما يقال، ولكن عندما تضع المرأة أسرارها وصورها وعائلتها على صفحات النت سوف تفقد السيطرة عليها، وقد يحاول بعض الناس تداولها وتشويهها واستغلالها بطريقة سيئة، فتصبح هي أو عائلتها موضوعاً لشائعات كاذبة وهدفاً للمعرضين، وذلك في ظل غياب (حارس البوابة) في أغلب المواقع الإلكترونية. يمكن أن نضع أمامك سيدتي نصائح حول كيفية استخدام مواقع التواصل الاجتماعي بطريقة سليمة ومفيدة:

- 1 - عند إنشاء صفحة شخصية على أحد مواقع التواصل الاجتماعي تأكدي من خلال (الإعدادات) من توفير شروط الخصوصية المناسبة، وتحديد قائمة الأصدقاء أو المتابعين، ومن يسمح لهم بالنشر والتعليق والمشاركة ومشاهدة منشورات وصورك وأفلامك.
- 2 - تخصص وقت مناسب للدردشة المفيدة ومطالعة الصفحات والمنشورات الإلكترونية وعدم الأدمان وتضييع الوقت الكثير، لأن الإستهراق في العالم الإلكتروني ومغرياته الكثيرة قد يحطم شخصيتك ويحرمك من النشاطات الأخرى
- 3 - لا تضعي أسرارك الخاصة أمام أنظار الآخرين، وبخاصة الوثائق والصور الشخصية، وحاولي طرح موضوعات عامة، وشاركي موضوعاتك مع الأشخاص الذين تعرفينهم شخصياً وثقنين بهم وتحترمينهم!
- 4 - إذا تعرضت للخداع أو الإبتزاز من قبل المتطفلين سارعي إلى إبلاغ أقرب أفراد عائلتك ومن ثم إبلاغ الجهات الأمنية لمقاضاة المعتدي.

أمانى الندوي

أما الشائعة فهي خبر تنقصه المعلومات الصادقة تتداوله عامة الناس شفهياً أو عبر وسائل الإعلام. لا شك أن المرأة وجدت لنفسها واهتماماتها مساحة واسعة في الفضاء الإلكتروني، فهناك مواقع متخصصة بشؤون المرأة، وهناك صفحات ومجموعات متنوعة للنساء، تزخر بالمنشورات والمقالات والصور، تضم آلاف النساء اللواتي يبعدن عن بعضهن جغرافياً، في الواقع، لكنهن أصبحن قريبيات من بعضهن جداً في شبكة الإنترنت وما تضمه من مواقع افتراضية تفاعلية.

الدردشة والحوار وتبادل الآراء، عبر المواقع الإلكترونية، تمثل نعمة معرفية يمكن أن تزود المرأة بالثقافة والعلوم، وتوسع من رؤيتها للحياة وكيفية فهم العالم من حولها، وقد تجعل منها ناشطة في المجتمع أو مصدر إشعاع وسط أسرته.

أحاديث النساء في الحياة الطبيعية انتقلت بسهولة إلى الحياة الافتراضية، وكل ما تريده المرأة من معلومات تخص حياتها وعائلتها تجده بسرعة في صفحات الإنترنت، وعادة يسأل الفيس مستخدميه: بماذا تفكر؟!.. ومثل هذا السؤال يثير رغبة الإنسان إلى البوح وكشف أسرارته للآخرين، وعندما يخص الموضوع المرأة لا بد أن يكون أكثر إغراءً وحساسية، فتنتج شهية الكثير من النساء للكلام والتواصل الافتراضي، وبخاصة في ظل زيادة وقت الفراغ واندماج كثير من النساء في العمل والوظائف والشؤون العامة، وهو ما يوفر الكثير من الموضوعات والأحداث التي تستحق الحديث والدردشة بينهن، التي تجعلهن يشعرن بالراحة النفسية

كثيراً من المواضيع التي تتناولها المواقع بسرعة، وتنتشر بين النساء، من خلال الصفحات الشخصية أو المجموعات النسائية الكثيرة التي تضم كل الفئات العمرية، وهن يتناقلن الأحداث اليومية ويتابعن الأخبار، ويتداولن فيما بينهن أسرار البيوت، ويتدخلن في حياة الآخرين دون تدقيق في صحة الحدث أو الواقعة

الدكتورة سمر العاملي طبيبة الاسنان التي ترعى المسنين وتتكفل اليتام

طبيبة اسنان شابة تحيا بالإنسانية ويشهد لها الجميع بحسن الخلق والاسعار التعاونية دفعتها احدى منعطفات الحياة لعمل الخير اكثر وان تقدم يد المساعدة لكل محتاج وفقير فلم تجد افضل من فكرة فتح دار للمسنين على نفقتها الخاصة يعيش ويعمل فيه اليتام ايضا حتى اصبحنا نشاهدها على شاشة التلفزيون من خلال برنامج (من الواقع) الذي يقدمه الاعلامي المعروف علي عذاب



*كيف ظهرت في برنامج من الواقع؟

ببساطة استقبل بعض الحالات الانسانية التي يحضرها لي الاستاذ علي عذاب لمميزات كثيرة وهي ان دور الدولة لديها عدد من الشروط لاستقبال المسنين منها ان لا يكون عاجزاً اما انا فاستقبل كل الحالات ودار شعلة الرحمة هي الدار الوحيد في بغداد والمحافظات الذي يستقبل المسن من ذوي الاحتياجات الخاصة والفضل يعود للأيتام الذين يعملون في هذا الدار.

*كل مسن يحمل قصة اليمّة، هل يتحمل قلبك هذا الألم؟

قلبي يتحمل الكثير ومنذ ان اجريت العملية عدت انسانة طبيعية والحمد لله ولكن يؤلمني احد النزلاء الاكراد الذي يعاني كثيرا من جحود اهله وعدم زيارتهم له فقررت مؤخرًا ادخال الفرحة الى قلبي من خلال تسجيل صوت صديقة من الطبيبات الكرديات للسلام عليه والتحدث معه بكل لطف ومحبة.

*هل هناك مشاريع انسانية اخرى في الأفق؟

نتهياً حالياً لإقامة عيادة اسنان متنقلة نتوجه للمناطق النائية تقدم خدماتها للفقراء والمحتاجين مجاناً من حشوات وقلع، فألم الاسنان لا يحتمل وهناك من يبكي من الألم ولا يملك المال لعلاج.

ساجدة ناهي



رغبت في عمل يكون لي كالصدقة الجارية فجاءت فكرة فتح دار شعلة الرحمة الخيري لرعاية المسنات في الدولعي على نفقتي الخاصة يتم تمويله من ايرادات عيادة طب الاسنان حيث قمت بتأجير احد المنازل و تأثيئه كما عمدت الي تكفل بعض الفتيات من دار الايتام للعمل فيه ومساعدة المسنين

مشهد قد لا يتكرر كل يوم في عيادات الاطباء وخاصة اطباء الاسنان وتكاليف عملهم الباهظة فأبواب عيادة الدكتور سمر العاملي مفتوحة لمعالجة الفقراء مجاناً وكنت اراقب ما جرى امامي في اروقة العيادة عن كثب وباهتمام بالغ وعندما حان دوري لإجراء هذا اللقاء عرفت انها من مواليد 1981 وهي ام لثلاثة ابناء فسألتها :

*كيف ومتى وجهت دكتوراً سمر جهودها واموالها في سبيل عمل الخير؟

قبل عدة سنوات كنت اعيش في هذه الحياة بزهو كغيري من بنات جيلي ولا افكر بالموت او بالأخرة حتى حصلت لي قبل عدة سنوات نوبة من الألم اشبه بالجلطة اثناء ممارستي للعمل في العيادة واكتشفت بعدها أنني مصابة بخلل في كهربائية القلب وتردت حالتي الصحية وشعرت ان الموت قريب مني جداً، مما اضطرني للذهاب الى عدد من الدول للعلاج واكد لي الاطباء هناك انني بحاجة الى عملية جراحية وقد لا اتحمل مثل هذه العمليات الخطيرة بسبب صغر سني مع ذلك اجريت العملية في مستشفى ابن البيطار وعلى يد طبيب عراقي وعدت انسانة طبيعية ولله الحمد، الا انني افكر كثيراً بالموت وكانت تجربتي مع المرض اختبار وسبب للقيام بأعمال صالحة ومفيدة للمجتمع.

ومنذ ذلك الحين بدأت ابحث عن الفقراء لمساعدتهم، وكانت الخطوة الاولى هو ان يكون عملي في عيادة طب الاسنان مجاناً للفقراء والمحتاجين لكنني اكتشفت بعدها ان اصحاب الاموال والسيارات الفارهة يزارحون الفقراء على باب العيادة فتخليت عن هذه الفكرة مع ذلك ما زلت اعالج الفقراء منهم مجاناً ولا ابخس حقهم.

*كيف طرأت عليك فكرة دار المسنين؟

رغبت في عمل يكون لي كالصدقة الجارية فجاءت فكرة فتح دار شعلة الرحمة الخيري لرعاية المسنات في الدولعي على نفقتي الخاصة يتم تمويله من ايرادات عيادة طب الاسنان حيث قمت بتأجير احد المنازل و تأثيئه كما عمدت الي تكفل بعض الفتيات من دار الايتام للعمل فيه ومساعدة المسنين وكانت فكرة ناجحة جداً ومفيدة للمسنين والايتم في وقت واحد.

*كيف استطعت التنسيق مع دار الايتام وتشغيل البعض منهم؟

هناك بعض الحالات التي كان بإمكانني الاستفادة من طاقاتهم الشابة وتوجيهها للمصلحة العامة مثل الفتيات اللواتي يتزوجن ويفشل زواجهن ولا تسمح قوانين دور الايتام بعودتهن مرة اخرى لذا خوفاً عليهن من الضياع في مناهات الحياة طرأت لدي فكرة تشغيلهن وبذلك نضرب عصفورين بحجر واحد وانا اعتبر كل واحدة منهن مثل بناتي كما شجعتهن على اكمال الدراسة



عكرشة بنت الأطرش صدياً في ذاكرة الصَّهيل

في تخوم التاريخ ثَمَّة نسوةٌ أرسينَ دعائمَ دورِ المرأةِ فيه، وأوقدنَ ملامحَ مساره، ونفخنَ من إشراقاتِ سيرتهنَّ في روجه، فكنَّ جوهره الذي لا يخبو، وشمسه التي لا تأفل، ومنبعه الذي لا ينضب، فالمسارُ الذي رسمته وصرنَ عليه عبَّرَ عن إرادتهنَّ الواعية.. وهو المسار الذي يخط نفسه بنفسه، إنه مسار الحقيقة الذي أدَّينَه بإدراكٍ كامل، ووعى تام، وصلابة لا تتثنى، فوقفنَ إلى جانب الحق وحاربنَ الباطل ودافعنَ عن المبدأ فلبَّينَ نداءَ العقيدة تحت لواء البصيرة وهنَّ على أعلى درجات اليقين

فإياكم والتواكل فإن ذلك نقض عرى الإسلام، وإطفاء نور الحق وإظهار الباطل وذهاب للسنة، هذه بدر الصغرى والعقبة الأخرى، يا معاشر المهاجرين والأنصار امضوا على بصيرتكم واصبروا على نيانتكم، فكأنِّي بكم غداً وقد لقيتم أهل الشام وهم كالحرر الناهقة والبعال الشاحجة يضجون ضجيج البقر ويروثون روث العتاق

فصاحة وشجاعة

فتشدد هذه المرأة العظيمة بموقفها العظيم هذا همم الرجال قبل سيوفهم.. تلك السيوف التي أمطرت الرعب في قلوب أهل الشام وفاقلت رؤوس جيش البغي ووصلت إلى رأس الشيطان معاوية الذي كشف هو وابن العاص عن سواتهما خوفاً منها وكادت هذه السيوف بقيادة الأشتر النخعي أن تستأصل الكفر والنفاق من جذوره لولا مكيدة ابن العاص الدنيئة في رفع المصاحف التي أثارَت الأشعث وأصحابه من المنافقين

ويكتب على هذه المرأة أن تبقى على قيد الحياة بعد استشهاد أمير المؤمنين (عليه السلام) فيستدعيها معاوية ليظهر عليها لؤم القدرة ويشمت بها.. لكن هذه المرأة التي عرفت بالفصاحة والشجاعة أخرسته وجعلته يتراجع عما نوى عليه من الحط من قدرها ورؤية انكسارها... قال لها بعد أن ذكر حديثها: فكأنِّي أراك على عصاك هذه وقد انكفأ عليك العسكران يقولون: هذه عكرشة بنت الأطرش بن رواحة فإن كدت لتقتلين أهل الشام لولا قدر الله وكان أمر الله قادراً مقدوراً فما حملك على ذلك؟

لم تنكر عكرشة قولها وموقفها ولم تخش سطوة هذا الطاغية، بل قالت له وكأنها تحذره إذا ألح في قوله فإنها ستواجهه بأعظ من هذا القول فقالت له: يقول الله (عز وجل): (يا أيها الذين آمنوا لا تسألوا عن أشياء إن تبد لكم تسؤكم)... وإن اللبيب إذا كره أمراً لا يحب إعادته

هُنَّ نسوةٌ آيينَ على أنفسهنَّ قولَ الحق ولو كره المبطلون، ولم تأخذهنَّ في الله لومة لائم، فبقيت أصداءُ مواقفهنَّ يرددنها الزمان والتاريخ ليسطع منها النموذج الأرقى للمرأة المسلمة المؤمنة حيث أخذنَ على عاتقهنَّ مسؤولية إكمال دور الرجل في مسيرة الإسلام والسير على النهج المحمدي الأصيل المتمثل بوصي الرسول (صلى الله عليه وآله) علي بن أبي طالب (عليه السلام) فبقينَ على الوفاء لبيعتته وتابعنه على نهجه في حرب أعداء الإسلام في معاركه الثلاث

استنفار العزائم

كنَّ على أعلى درجة من المسؤولية وهنَّ يرافقنَ أمير المؤمنين في ساحات الحرب يستنفرنَ عزائمَ الرجال ويحرضنَ على قتال الفئة الباغية حرصاً منهنَّ على دينهنَّ بعد أن أصبح مهدداً بالخطر من قبل نفس أعدائهنَّ في الجاهلية الذين تزَيَّبوا بزِي الإسلام ولم تفارق الجاهلية قلوبهم فأوقد بنو أمية نار الحرب على الله ورسوله لينتقموا لقتلهم ببدر وأحد ونفخ معاوية الرماد في الجاهلية الأولى ليعيد ترميم أصنامها

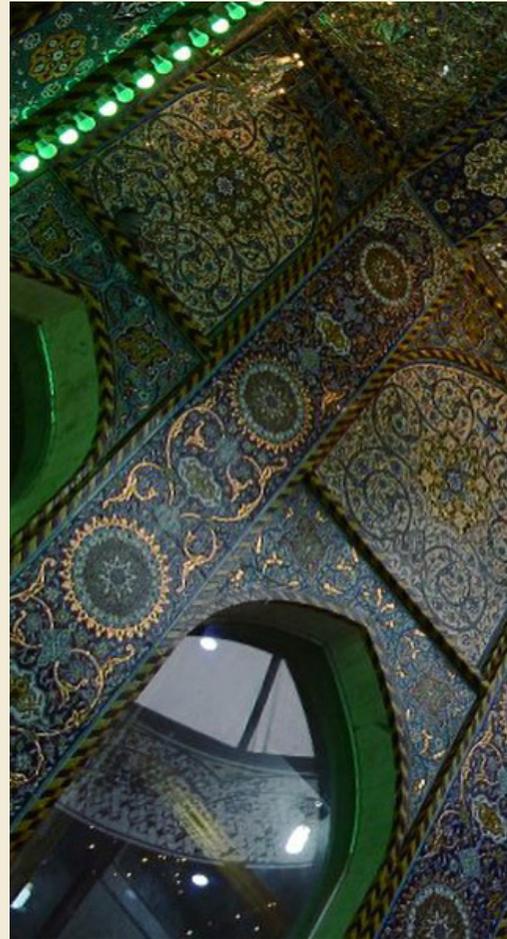
عكرشة بنت الأطرش بن رواحة من النساء اللواتي ضربنَ مثلاً رائعاً وقدمنَ انموذجاً أعلى للمرأة المسلمة المؤمنة الشجاعة الصلبة في دينها وعقيدتها في وقوفها المواقف المشرفة وتحديها طغيان الباطل في سبيل إعلاء كلمة الحق ودحض الكلمة الأموية الباطلة رفعت سيفاً في معركة صفيين ووقفت بين المعسكرين وهي تخاطب جند العراق: (أيها الناس... عليكم أنفسكم لا يضركم من ضلَّ إذا اهتديتم، إن الجنة دار لا يرذل من قطنها، ولا يحزن من سكنها، ولا يموت من دخلها، فلا تبيعوها بدار لا يدوم نعيمها، ولا تنتصروم همومها، فكونوا قوماً مستبصرين، إن معاوية دلف إليكم بجمع العرب، غلَّف القلوب، لا يعرفون الإيمان، ولا يدرون ما الحكمة، دعاهم بالدنيا فأجابوه، واستدعاهم إلى الباطل فلبوه، فالله عباد الله في دين الله خافوا الله، ودافعوا عن دينكم، إن معاوية وأشياعه يريدون ضعفة الدين، وإطفاء نور الحق

محمد طاهر الصفار

لنظرتها العميقة في التصوير رؤى محمود الحائري.. انطلاقة في أفق الفضاء المتحرر

للطفولة واحلامها مشاريع دروب مستقبلية تتولد فيها احياناً الموهبة لتصبح هواية وابداع. والمصورة رؤى الحائري تولدت فيها نظرة عميقة لتلك الآلة المحمولة التي تتيح للموهبة بالانطلاق نحو آفاق بعيدة المدى وقريبة من الروح والاهتمام .. وكان للفضاء الخارجي والمناظر الطبيعية عالمها الكبير.. ومن دواعي سرورها وجود موهوبة في فن التصوير تمكنت من تطويرها.. ولان مهمتنا الرئيسية ابراز النساء المبدعات .. افردت لها صفحتين لتألق عدستها.





الإعجاز في الطبيعة .. النباتات مخلوقات ذكية جداً

من أحدث الاكتشافات في عالم النبات أن لديه قدرة في الدفاع عن نفسه ضد الحشرات أو الخطر... لنقرأ في هذا التقرير ونستكشف عظمة وقدرة الخالق سبحانه وتعالى في كل ما يحيطنا ...
من قوله تعالى: (وَإِنْ مِنْ شَيْءٍ إِلَّا يُسَبِّحُ بِحَمْدِهِ وَلَكِنْ لَا تَفْقَهُونَ تَسْبِيحَهُمْ) [الإسراء: 44]، فكيف يمكن لمخلوق مثل النبات أن ينطق ويسبح بحمد الله تعالى؟

الدقيقة، وقد يكون هذا الصوت تسبيح لله تعالى... فنحن نسمع ولكن لا نفهم ولا نفقه: (وَلَكِنْ لَا تَفْقَهُونَ تَسْبِيحَهُمْ).

مخلوق ذكي

للنبات "دماغ" و"جهاز عصبي" يستخدمه للدفاع عن نفسه!. فبعد مراقبة العلماء للنبات وجدوا أن نبات التبغ مثلاً عندما تبدأ الحشرات بأكل أوراقه يفرز مادة النيكوتين السامة مما يضطر الحشرة للابتعاد والهروب!
وجد العلماء حديثاً أن النبات يفرز مادة سامة أو روائح كريهة لإبعاد الخطر عنه، وذلك عندما تأتي الحشرات لتأكل من أوراقه.. ويختار العلماء من أين يأتي النبات بالمعلومات وكيف يتمكن من إفراز المادة السامة، إنه بالفعل مخلوق ذكي وليس جامداً كما نظنه من قبل!

عجائب المخلوق

في نباتات أخرى أجرى العلماء تجارب عرضوا فيها أوراق

ولذلك فقد سخر الله علماء من الغرب لدراسة النبات لمدة طويلة وكانت النتائج مذهلة:

النباتات تصدر ترددات صوتية.. وهذه نتيجة جديدة وجدها العلماء حيث أثبتوا أن مادة DNA داخل كل خلية تهتز وتصدر صوتاً لا نفهمه ولكن يمكن قياسه وتسجيله بالأجهزة

وجد العلماء حديثاً أن النبات يفرز مادة سامة أو روائح كريهة لإبعاد الخطر عنه، وذلك عندما تأتي الحشرات لتأكل من أوراقه.. ويختار العلماء من أين يأتي النبات بالمعلومات وكيف يتمكن من إفراز المادة السامة، إنه بالفعل مخلوق ذكي وليس جامداً كما نظنه من قبل!

عن نفسها؟ ومن الذي سخر لها هذه الوسائل والقدرات فهي تعرف ماذا تفعل، وتعرف كيف تدافع عن نفسها، وتعرف ما هي المادة الواجب إفرازها بما يتناسب مع حجم الخطر المحدق بها... كل هذه التقنيات الدقيقة، كيف تعلمها النبات ومن الذي خلق له هذه الإمكانيات... بلا شك إنه الله القائل: (الذي أعطى كل شيء خلقه ثم هدى) طه: 50
والآن بعدما عرفنا هذه الإمكانيات الكبيرة والذكاء الذي يتمتع به النبات، هل نستغرب أن يسبح النبات بحمد ربه شكراً له على أن سخر له هذه الطرق للدفاع عن نفسه، سخر له أسباب الرزق؟

قوارير

النبات للأكل من قبل الحشرات، وكانت النتائج مذهلة وغير متوقعة! فقد أصدر النبات مادة عطرية رائحتها تجذب الحشرات الكبيرة! ولكن لماذا يصدر النبات رائحة عطرية وهو في حالة الدفاع عن نفسه؟
المذهل في الأمر أنه من خلال هذه الرائحة تدرك الحشرات الكبيرة وجود حشرات صغيرة فتأتي لتأكلها وتنقذ النبات منها... لا نملك إلا أن نقول: سبحان الله!

انقاذ

يقوم النبات بإفراز مادة عطرية تجذب الحشرات الكبيرة مثل النمل، فتعلم من خلال هذه الرائحة أن هناك وجبة دسمة على سطح هذه الورقة فتأتي النملة على الفور وتهاجم الحشرة الصغيرة وتأكلها وبالتالي تخلص النبات منها...
انظروا إلى هذه الطريقة الرائعة في الدفاع عن النفس! ألا تجعلنا نسبح الخالق العظيم تعالى؟
ويبقى السؤال: مَنْ الذي علم هذه النباتات وهداها للدفاع

لم يتقاعس عن حلم الطفولة

لؤي حداد: نحت الحضارة العراقية توهج لاينطفئ

تصنع الاحلام وتتحقق حينما يسعى اليها المجتهدون، حتى وان ازدحمت الحياة بصور متعددة ومنعطفات سلبية كانت ام ايجابية .. الا انها تبقى ترسم خيوط الأمل والاصرار بعمل متفان وجهد قيم، لتفتح الآمال وتتحقق من اول فرصة لذلك!

وهذا ما حدا للوحات لؤي حداد التي ازدهرت هوايته واصبحت محط اعجاب الآخرين و مكسب رزق له بعدما اجتهد في احياء هوايته النحتية .



من هو لؤي حداد؟ وماهي بداية المشوار؟

لؤي صادق عبد الصاحب حداد من مواليد (1977) اعيش في محافظة صلاح الدين قضاء بلد، احببت النحت من الصغر، فحينما كنت في مرحلة الابتدائية كانت بدايتي الرسم على الورق ومحاولة نحت الرسمة على قطع خشبية او المعجون الاصطناعي. لم تساعدني الظروف المادية ان ارتاد كلية الفنون في بغداد آنذاك لأحقق حلمي المنشود، فدرست إعدادية الصناعة قسم كهرباء ثم التحقت بمعهد المعلمين للغة العربية فأرست هوايتي في واد وتخصصي الاكاديمي في واد اخر !!

نقطة تحول

وعن نحتة الجداريات رغم صعوبتها في دقة العمل قال : بعد احداث الموصل وما حدث في مدينة النمرود من تدمير لآثار العراق أصبحت نقطة تحول في عملي اذ قررت حينها ان أقوم بعملية نسخ لتلك الاعمال وبالتثقيف لها ليجبها الناس وبالتالي لا ينسون معالمهم الاثرية لحضارة وادي الرافدين فلاقت الفكرة القبول والاستحسان وتشجيع كبير من قبل المتذوقين وبهذا الجانب كانت اهم اعمال رحلت الصيد للملك آشور بانيبال وجدارية الملوك الحارس وجدارية الثور المجنح.

حلم الطفولة

وقد يستغرق العمل في المنحوتة الواحدة والجداريات حسب النحات حداد بأن العمل ينجز حسب الرغبة فيه، فاذا كان متواصلًا تستغرق الجدارية الواحدة من عشرة أيام الى شهر او اكثر او اقل حسب التفاصيل والأبعاد للعمل المطلوب، كما ان الادوات بسيطة فهي مادة البورك الخاص بالنحت وبعض الالوان الترابية والرمادية. لم اشأ ان يكون مصدر رزقي، فلطالما تمنيت ان اثبت هوايتي المحببة فقط امارسها بحب وشغف، الا ان القدر شاء ان يصبح النحت مصدر رزقي نظراً للظروف الاقتصادية التي نمر بها وانا فخوراً بذلك.

فبعد تخرجي لم احظى بفرصة عمل وفق تخصصي، فعدت الى حلم الطفولة وهوايتي المحببة النحت لاستثمرها في العمل لتصميم وتنفيذ الديكور الداخلي للمنازل، كما اضفت النحت كجداريات زخرفية وأشجار وحيوانات وأعمدة رومانية.

سحر الحضارة

متحدثاً عن اكثر المنحوتات التي تعبر عن شخصيته بالقول : الآثار والتراث هما احب الاعمال الى قلبي، فالحضارة لها سحر وجمال خاص متوهج دائماً، وبالنسبة لي جدارية العلم العراقي هي اكثر ما تعبر عن شخصيتي لأنها تمثل انتمائي لبلدي العراق الحبيب.

والان في صدد تجهيز معرضي الشخصي الاول على رغم ان الوقت لا يسعني ولكني ابدل جهدي لإتمامه واتمنى ان ينال قبول المتذوقين والفنانين من اصحاب الاختصاص بصورة خاصة، كما اني لاقيت دعماً كبيراً في مجال النحت وانشاء معرض بهذا

العمل ينجز حسب الرغبة فيه، فاذا كان متواصلًا تستغرق الجدارية الواحدة من عشرة أيام الى شهر او اكثر او اقل حسب التفاصيل والأبعاد للعمل المطلوب، كما ان الادوات بسيطة فهي مادة البورك الخاص بالنحت وبعض الالوان الترابية والرمادية

الجانب من اسرتي والاصدقاء .

احلام وامنيات

ورداً على سؤالنا عن النحت والمعارض التي ينوي المشاركة فيها اجاب حداد :

هو اهم شيء بالنسبة لي، فضلاً عن عملي في مجال الديكور وقليل من اعمال الرسم، الا اني الاقي بعض المعوقات في عملي وهي الافتقار الى الحس الذوقي والفني من قبل الزبائن المعارض حلم كل فنان ان تشرق اعماله الفنية سماء الفن ليرى العالم برمته ما بذله من جهد ليسر انظارهم، غير ان حلمي لم يبصر النور ليومنا هذا وبالتالي لم احصل على تكريم ولا جائزة، اذ لم اشرك بأي معرض والسبب يعود الى عدم تسليط الضوء على الفنانين امثالي وتهميش الجهات المعنية لنا. شكرا لقوارير ولكادرها لأنها وضعتني بين صفحاتها النيرة ضيفاً، لربما تكون سبباً في بذرة انطلاقي نحو المجد في عالم النحت، فأمنيته ان يصل عملي لكل محبيه خارج وداخل البلاد.

قوارير



لا زالت عالقة في الذاكرة

حلوى ابو العسل بنكهة الماضي العذب

المواد التي يتكون منها وهي السكر والاصباغ التي كانت تغلى على النار او (الشيرة) وتصب في قوالب خاصة مغمورة في الطحين وتستغرق من ثلاث الى اربع ساعات لتجف و تسمى ب ابو العسل لوجود الشيرة داخلها لذلك لا تصنع هذه الحلوى في الشتاء لانها تجف بالكامل.

حلويات موسمية

اما سيف عدنان نوري المرزوك الذي امضى 14 عاما في مهنة توارثها من عائلته المعروفة في صناعة الحلويات الشعبية فيقول ان حلوى ابو العسل هي حلويات موسمية تصنع في فصل الصيف فقط وفي بداية الموسم الدراسي وكنت ايام طفولتي في ثمانينات القرن الماضي ابيع كل خمس قطع بخمس وعشرين فلس اما اليوم فنبيع كل اربعين قطعة بألف دينار فقط لقله الطلب عليها وكنا نستهلك ايام زمان من كيس الى ثلاث اكياس من السكر ام اليوم فلا نستهلك الا ثلاث كيلوات تقريبا مع ذلك هناك الكثيرين ممن يتذكر هذه الحلوى ويحن لأيام طفولته ولأيام الزمن الجميل ويقوم بشراؤها لأطفاله.

بابل - حيدر الحيدري

لا زالت اتذكر ان هاجسي الوحيد عندما كنت طفلا ان اشتري حلوى (ابو العسل) بكل ما املك من نقود , تلك الحلوى الشعبية المشهورة آنذاك في الحلة والتي كان يبيعهها الاطفال في الازقة صيفا حيث تباع كل سبع قطع بخمس فلوس فقط كانت حلوى ابو العسل تتميز بألوانها المتعددة واحجامها المختلفة حيث كانت تصنع بأشكال مختلفة مثل الحيوانات و الحروف او الاشكال الهندسية وكان الطلب عليها كبيرا جدا ولا توجد حلويات اخرى تزاحمها في الاسواق مثل الحلويات المستوردة التي تعج بها الاسواق المحلية هذه الايام .

ماضي جميل

اكثر حلوى ابو العسل كانت موجودة في المحال التجارية في علاوي الحلة وسط سوق الحلة الكبير والتي كانت بمثابة البورصة لهذه الحلويات وكان اطفال المحلات القديمة يشتركون حاجتهم منها لبيعها في صواني صغيرة على غيرهم من الاطفال اما اليوم فقد كبر اطفال الازقة وانتهت احلامهم بالربح الوفير من بيع ابو العسل لكن محل الحاج مكي عبد اللطيف لبيع الحلويات الشعبية ما زال يذكرنا بماضيها الجميل وذكرياتنا البسيطة عنه والذي قال ان صناعة هذه الحلوى كانت تدر علينا ربحا وفيرا لكثرة الطلب عليه رغم بساطة



لمحاسنها المتعددة
الاطفال وقصص
قبل النوم !



تأثير العالم الرقمي على
نمو الطفل

QW A R E E R

قوارير

ملف الطفولة



اطلبي منهم
مساعدتك

مفاهيم لمواجهة اسئلة الاطفال..

بعد سن الثالثة يبدأ الطفل بالأسئلة عن كل شيء حوله، كإشارة منه لتطوره العقلي والمعرفي لدرجة تأثير ضجرك، فقد ترين أنه يسأل في أمور متعددة ومدهشة ، الا ان الأمر ليس كذلك بالنسبة له.

وعليه من واجبك ايضا ان تتعلمي المفاهيم الأولية في الحياة، كي لا تصابي بالحرج حين يسألها مثلا: من أوجد هذه الحياة؟ويمكن أن يسأل عن شكل الله فأجيبني: أن الله غايبة في الجمال وهو كبير .. وتشكره حين يسألك سؤالاً مرحجاً، لأنه لم يتوجه به إلى غيرك.

ومن الضروري مخاطبته على قدر عقله، وقدمي له الحقيقة على أجزاء حسب تقدمه في العمر.

المرشدة النفسية ندى الشمري ترشدنا إلى أهم الطرق للتعامل مع الطفل الكثير الأسئلة كالتالي:

وهي ان تواجهي هذه الأسئلة بسرور وليس بتذمر، وإذا كنت لا تجدين جواباً لأسئلته فيمكن تأجيل الرد بلباقة، وان لا تترك أي شخص يجيب على أسئلته، لأنه من الممكن أن يكون ليس من أهل الثقة.

كذلك يمكنك تقسيم أسئلته الى دينية وحميمية، وقومي بالرد عليها بشكل مناسب.



اطلبي منهم مساعدتك

هناك العديد من المهام التي يمكن للأم أن تقوم بجعل طفلها يساعد في أدائها في المنزل، لكن تفهمي أنه لن يتقن ما تكلفينه به تماماً، فتقبلي الأمر بشكل محبب.. ومنها اليك :

توزيع الأطباق..
بهذا يتعلم الأناقة وحسن التصرف أمام الضيوف

تنظيف المنزل..
التنظيف يشعره بتعبك

ترتيب الغرفة..
كونه ينام فيها فلا أحد يستطيع أن يعرف ترتيب مستلزماتها بشكل أفضل منه

مشاركة..
مساعدته في المطبخ تكون بإعطائك مكونات الأكل



خاط العجيين..

المساعدة
في العجين
تجعله أكثر
لطفاً

صلي الفسيل..

ابدئي
بإعطائه ملبسه
فقط حتى يقوم
بترتيبها

سقاية الزهور..

هذه
المهمة
تسعد، فاطمي
منه القيام بها
بشكل

ترتيب الألعاب..

كل مرة
أشعره أنه قام
بعمل أفضل من
السابق

ضيافة..

تقديم
الماء للضيوف
يكسبه ثقة
أكبر

ما يحتاجه طفلكِ

غالباً ما تقبلين في شهور الحمل على شراء كل ما تربيته جميلاً دون أن تنتبهي إلى ما إذا كانت تلك القطع مناسبة لطفلك أم لا؟

FASHION

لذا عليك أولاً تحديد موعد ولادتك وبناءً على هذا قومي بشراء الملابس الخاصة بالفترة الأولى بعد ولادة طفلك، حاولي قدر المستطاع ألا تبالغي في شراء الكثير من الملابس في تلك المرحلة لأن جسم المولود يتغير ويزداد في الحجم باستمرار في تلك المرحلة، لذا اختاري مقاسات مختلفة لجسمه مناسبة للشهر الأول والأكثر للثاني وهكذا.



كما لا
تفريطي في شراء
الملابس في فترة ما بين
فصلي الشتاء والصيف لاسيما
أن تلك الملابس لا تُستخدم لمُدَد
طويلة، وعلى هذا الأساس انتقي
قطعتين أو ثلاثة ملائمة للخروج
حتى يرتديها المولود عند مجيء
واستقبال المهنيين، وفي حالة
العودة من المستشفى
إلى المنزل



تأثير العالم الرقمي على نمو الطفل

حذر علماء متخصصون من أن وسائل تأثير العالم الرقمي المنتشرة على نطاق واسع وفي معظم مفاصل الحياة اليومية ستغير حرفياً العلاقات التي تربط افراد المجتمع فيما بينهم اما تأثير هذه الوسائل على الأطفال الصغار وادمغتهم فهو كبير لدرجة لا يمكن تصورها عند وصول الشاشة الصغيرة بين يدي الطفل.

حيث ان هناك وعي أكثر من أي وقت مضى بأن التكنولوجيا في مرحلة الطفولة تحتاج إلى ضبطها بشكل صحيح من قبل كل من الحكومات واولياء الامور. أصبحت التقنيات الرقمية في الوقت الحاضر تهيمن على حياتنا اليومية، فمن النادر جدا اليوم ان تجد شخص في مكان انتظار ما لا يحدق في هاتفه الذكي. وهذا الامر بدأ ينعكس بشكل متزايد على تصرفات الأطفال فتراه يتصرف بشكل مماثل للكبار في تعامله مع الأجهزة الالكترونية، فالإحصاءات العالمية تذكر ان ما يقرب من نصف مجموع الأطفال في العالم الذين تقل أعمارهم عن سنتين قد استخدموا جهازاً محمولاً، وفي المتوسط، استخدموه لمدة سبع دقائق يومياً، اما بالنسبة للذين تتراوح أعمارهم بين سنتين إلى أربع سنوات، فهي ساعة واحدة ودقيقتان في اليوم. ولكن ما هو تأثير الوسائط الرقمية على الأطفال؟ وهل راعي المطورين والمصممين ومنشئي المحتوى وراء هذا النمو السريع لأشكال جديدة من الوسائط الرقمية احتياجات الأصغر سناً؟ إن الإجابة على هذه الأسئلة تعني التفكير بشكل أقل في المتوسط الذي يستخدمه الأطفال، بدلاً من التفكير في المحتوى والسياقات التي يشاركون فيها.



جزء مهم من التعليم المبتكر في المدارس المتطورة يعتمد على ان تكون المواد التي يتعلمها الطفل قابلة للتطبيق في الحياة اليومية والواقعية. ويعد تطبيق ما يتعلمونه على تجاربهم اليومية جزءاً مهماً من النمو بشكل صحي، كما انه يحسن القدرة العقلية للطفل

الطفولة الرقمية

تعد السنوات الأولى من العمر ضرورية لنمو الطفل لاحقاً. ففي هذه السنوات يتطور دماغ الإنسان بأسرع معدل له، كما انه يكون أكثر تعرضاً للخطر. وهذا يعني أنهم يحتاجون إلى تناول الطعام بشكل صحيح، والعيش في بيئات صحية، والتفاعل مع أحبائهم، وبشكل أساسي، أن يتعرضوا للكلام. وفي الوقت نفسه، يمكن أن يؤثر التوتر والإهمال والوجبات الغذائية الفقيرة أو الناقصة سلباً على نموهم ويعيقهم عن بقية حياتهم. من المهم بشكل خاص خلال هذه السنوات أن يجرب الطفل تفاعلاً إنسانياً منتظماً، سواء كان ذلك مع مقدمي الرعاية أو الأطفال الآخرين. هذا يساعد على تطوير دماغه وتحسين اكتسابه للغة. يمكن تحقيق ذلك من خلال اللعب والقراءة والتفاعل مع الأطفال بطريقة أخرى.

هناك مخاوف

بالنسبة للكثيرين، الخوف هو أن الوسائط الرقمية قد تمنع هذه الفترة الحاسمة من التطور. وتشدد المؤسسات الطبية العالمية المتخصصة بصحة الأطفال بالتوصية بعدم تعريض أي طفل منذ الولادة وحتى 18 شهراً لأي وسائط إلكترونية مرتبطة بشاشة، باستثناء محادثات الفيديو مع العائلة. فان أي اختراع جديد للتواصل والاعلام في هذا العالم بدءاً من الراديو إلى أجهزة الكمبيوتر فضلا عن التلفزيون، قد أثار المخاوف الكبيرة بشأن تأثيرها عليهم، لكن الفرق اليوم هو أن سرعة إصدار التكنولوجيا الجديدة قفزت الآن بشكل كبير ومنتسارح. وأكثر من ذلك، فإن تغلغل التكنولوجيا في جميع جوانب حياتنا هو ما يجعل التفاعل معها أمراً لا مفر منه.

التعلم على الشاشة

لا تزال الأبحاث حول آثار التكنولوجيا الرقمية على التنمية قليلة جداً مقارنة بتأثيرها الكبير والسريع على الطفل. فلا يزال هذا المجال حديث العهد نسبياً مقارنة بوسائل التأثير الأخرى التقليدية. مع

هذا فان هناك مؤسسات جديدة اليوم تعمل على تقييم تأثير الوسائط الرقمية والشاشة على الأطفال الصغار. ومن خلال الجهود المبذولة من تلك المؤسسات بأجراء المسح والبحوث المتاحة، فإنها تظهر أن الوسائط الرقمية يمكن أن تكون ضارة لتنمية الطفولة المبكرة. مثلما يمكن للتلفزيون أن يصرف انتباه الأطفال في التركيز على اللعب، أو التفاعل مع مقدمي الرعاية لديهم، كذلك يمكن للتطبيقات على الهواتف والأجهزة اللوحية، إضافة إلى ذلك، فإن استخدام الوالدين لوسائل الإعلام يمكن أن يصرف انتباههم عن التفاعل مع أطفالهم، ويحرمهم من فرصة التجريب والتطور.

التعليم والتطبيقات الحياتية

جزء مهم من التعليم المبتكر في المدارس المتطورة يعتمد على ان تكون المواد التي يتعلمها الطفل قابلة للتطبيق في الحياة اليومية والواقعية. ويعد تطبيق ما يتعلمونه على تجاربهم اليومية جزءاً مهماً من النمو بشكل صحي، كما انه يحسن القدرة العقلية للطفل. على عكس التعلم التقليدي الذي يعتمد على تلقين الطفل وحفظهم لمعلومات لا تفيده بشكل مباشر في حياته اليومية. والأدوات الرقمية يمكن أن تكون مفيدة هنا. فهي تعلم الأطفال من



يجب التركيز على توفير الوصول إلى الأشياء التي يحتاجون إليها. وان أول شيء نعرفه عن الأطفال الصغار هو أنهم بحاجة إلى اللعب المستقل من أجل التطور بشكل جيد، بغض النظر عن جودة الصورة والتصميم لهذا المنتج لذا فهناك توجهات عالمية لضرورة وجود تقييم مراقب من الجهات العلمية والطبية الرصينة تذكر تقييمات تأثير الطفولة في عملية التطوير، لذلك عندما يتم تصميم المحتوى الرقمي، يأخذ المبرمجون في الاعتبار احتياجات الأطفال عند استكمال تصاميمهم. الهدف هو التأكد من أن المحتوى الرقمي لا يمنع الأطفال الصغار من الوصول إلى جميع الأشياء المهمة التي يحتاجون إليها للتطوير.

بدلاً من ذلك، تُظهر الأبحاث أن البطء والنهج التعليمي الأول سيجعل المحتوى الرقمي يعمل لصالح الأطفال، ليشير أن اتباع نهج الشاشة أو السبورة فقط لن يكون كافياً مستقبلاً.

ليس هناك شك في أن الحدود الرقمية الجديدة تعيد رسم الطفولة بشكل كبير، وتهدد الأجسام والعقول الرقيقة. ولكن ربما يمكننا مواجهة هذه التحديات إذا تم التعامل معها بروح التحدي لتحتمية وجود هذا العالم الجديد في حياتنا اليومية.

لؤي أمين

خلال اللعب ان يكون فعالاً ومتفاعلاً وهذا أفضل بكثير من مشاهدة محتوى مشابه على التلفزيون.

ومن التجارب المهمة التي أجرتها مؤسسات الأبحاث بهذا الشأن بانها سجلت من خلال التجارب وبعد عرضها على الأطفال الصغار لنماذج من الدمى المختلفة عبر شريط فيديو يعرض على شاشة التلفاز وتكرار العملية مع مجموعة ثانية بجعل تلك الدمى ضمن ألعاب إلكترونية يتاح للطفل التفاعل مع تلك الدمى عبر الضغط على شكل تلك الدمى من خلال احدى المفاتيح الرقمية، عندها ادخلوا في وقت لاحق الاطفال من المجموعتين الغرفة التي حدثت فيها أحداث اللعبة والفيديو ، تمكن الأطفال الذين لعبوا اللعبة من العثور على الدمى على الفور ، بينما استغرق أولئك الذين شاهدوا التلفزيون وقتاً أطول.

المحتوى الرقمي

ان من الخطأ السؤال عما إذا كان المحتوى الرقمي موجهاً للأطفال الصغار. والصحيح هو التساؤل مقدماً فيما إذا كان هذا المحتوى هو مدى فائدته للطفل ومساحة التفاعل مع ما ينبغي أن تكون عليه علاقتهم بهذه البرامج الرقمية، بصرف النظر عما إذا كانت هناك أشياء لهم أم لا. وبدلاً من التركيز على رفض الوصول إلى الألعاب،

على الرغم من جمال وعمق و سمو مشاعر الأمومة إلا أنها تبقى مهمة صعبة وشاقة تقع على عاتق الأم في تنشئة وتربية أطفالها تربية صالحة وغرس أفضل القيم الأخلاقية بداخلهم وتهيئتهم ليكونوا فاعلين في المجتمع. وبالطبع تسعى كل أم لتكون مثالية وصالحة في نظر أطفالها وأسرتها وكل من حولها.. ولكن ما هي أفضل الطرق لتكوني أمًا مثالية بالفعل؟.

كوني أماً مثالية





الحب

لقد أثبتت جميع الدراسات والتجارب أن الحب هو الأسلوب الأمثل والأفضل في التربية. وهو الذي سيجعل طفلك يحترم كلامك ويؤمن به وينفذه. فضلاً عن التشجيع والدعم المستمر على كل تصرف صالح يقوم به أظهرى احترامك وتقديرك لمواهبه وحبك له في كل الأوقات.



النظام

إن وضع جدول زمني ليوم طفلك ومواعيد النوم والطعام واللعب والدراسة سيسهل عليك الأمر بشكل كبير وسيشعر الطفل بالحماية والالتزام. كما أن النظام سيقوده إلى التصرف بطريقة صحيحة ويوفر عليه العقاب. ومن الضروري جداً أن يتفق الوالدين على معايير وأنظمة معينة مشتركة تجنباً للازدواجية وحرصاً على شخصية الطفل من التشتت.



الانتباه

قومي بالانتباه والإصغاء لأحاديث وأحلام طفلك ومنحه الاهتمام اللازم لكل ما يقوله، ونظراً لتغير مزاج وشخصية الطفل في كل مرحلة عليك استيعابه، واحتواء هذه التغيرات عن طريق الإصغاء له والتحدث معه. كوني مستمعة أمينة له مهما كان حديثه بنظرِكَ، لذلك لا بد أن توجدي طريقة مميزة للتحدث والتفاهم بطرق تتناسب مع عقله وطريقة تفكيره.



الاطلاع

كوني على اطلاع دائم ودراية بكل تغيرات الطفل وتقلباته الجسدية والنفسية في كل مرحلة من المراحل العمرية والبحث عن المعلومات الصحيحة من مصادر موثوقة ومختصة كالأطباء والخبراء حيث يمكن للمصادر الأخرى أن تقدم لك نصائح ومعلومات غير صحيحة.



الثقة

كوني واثقة من نفسك وقدراتك وبطفلك أيضاً وعليك أن تكوني متأكدة بأنك تقومين بفعل الصواب طالما أنك تطبقين هذه القواعد وأنك جديرة بهذه المهمة رغم صعوبتها وبأنك ستؤدينها على أكمل وجه وستحصدين ثمارها في المستقبل.

لماذا سنها المتعددة الاطفال وقصص قبل النوم !

رغم أن ساعات العمل الطويلة خارجة عن سيطرة العديد من الآباء، فإنه يمكن استعادة ذلك بالقراءة للأطفال أثناء العطلات الأسبوعية.. كما ان معظم الآباء والأمهات لا يقرؤون لأطفالهم قصة قبل النوم كل ليلة، كما السابق!

التكنولوجيا بديل القصص

من الآباء يسلمون أطفالهم الهواتف أو الأجهزة اللوحية أو التلفزيون بدلا من قراءة قصة معهم، والسبب وراء ذلك حسب البعض منهم أنهم "مشغولون للغاية". فأولياء الأمور يجدون صعوبة كبيرة في تخصيص وقت لقراءة قصص ما قبل النوم لصغارهم، الا أن عشر دقائق فقط من قراءة كتاب معا في اليوم تحدث اختلافا كبيرا، فهي تساعد في بناء اللغة، والمرونة، والثقة والخيال، وهي طريقة رائعة للترابط الأسري.

دراسة وتصنيف

ومن بين أولئك الذين يقرؤون لأطفالهم وحسب دراسة الباحثة سهى البدري ان 75% يعدون هذا هو النشاط الأكثر إرهاقا في يومهم، لأنه يأتي بعد أداء قائمة طويلة من الأولويات الأخرى بما فيها العمل، والأعمال المنزلية، والتسوق، والتواصل الاجتماعي. وان 65% يتمنون الحصول على مزيد من الوقت لقراءة قصص النوم لهم، بينما تشعر 40% من الأمهات بالذنب عندما لا يكون لديهن وقت لذلك.

تحفيز ونمو

وتوصي الباحثة الاجتماعية سهى البدري/تدريسية في معهد البحوث النفسية.. الآباء بضرورة مراجعة أنفسهم فيما يتعلق بضرورة وأهمية القراءة للأطفال.

قراءة قصة قبل النوم تجعله سعيدا، فقد وجد استطلاع أجري العام 2015 أن 83% من الأطفال استمتعوا بقراءة القصة بصوت عال، وأن 68% منهم يستمتعون بقضاء وقت خاص مع والديهم أثناء قراءة القصص، كما تتيح الانخراط في محادثة مع أولياء الأمور والتعبير عن آرائهم وطرح أسئلتهم

حيث تؤكد علاقتها بنمو أدمغتهم، لأنها تحفز الأنماط المثلى لنمو الدماغ وتقوي العلاقات بين الوالدين والطفل في وقت حرج من نموه، والذي بدوره يبني اللغة ويمحو الأمية وينمي المهارات الاجتماعية والعاطفية التي تستمر مدى الحياة. وحذرت من أن القراءة أمر حاسم لتنمية الصغير، وأن الافتقار إليها يمكن أن يضعف قدراتهم مستقبلا، وقالت "يحتاج الناس إلى التفكير في قصص ما قبل النوم كجانب أساسي في التربية .

محاسن جمّة

ومن الجدير بالذكر ان قراءة قصة قبل النوم تجعله سعيدا، فقد وجد استطلاع أجري العام 2015 أن 83% من الأطفال استمتعوا بقراءة القصة بصوت عال، وأن 68% منهم يستمتعون بقضاء وقت خاص مع والديهم أثناء قراءة القصص، كما تتيح الانخراط في محادثة مع أولياء الأمور والتعبير عن آرائهم وطرح أسئلتهم، مما يجعلهم قادرين على تعلم معاني الأشياء والتعمق فيها أكثر، وزيادة المفردات وتحسين الإملاء والهجاء، لأنهم يرون كيف تتم تهجئة الأشياء أثناء نطقهم بها في القصص اليومية التي يقرؤونها.

وافادت البدري ايضا بأن القراءة للصغار تعزز فيهم الخيال والإبداع، فهم مبدعون بطبيعتهم، ولكن عندما يتم تعريفهم بكل هذه الشخصيات الغريبة والقصص التي تحتويها الكتب، فإن خيالهم وإبداعهم يزدادان.. وانها تحسن مهاراتهم السردية، مما يساعدهم في المدرسة في نمو مهارات كتابة المقالات أو الفهم.

وبما أنّ القراءة عبارة عن تمرين محفز عقليا، فإنها تحسن من مهارات طفلك الإدراكية، مما يؤدي إلى أداء أفضل في المدرسة بعد ذلك.

وتجعلهم قادرين على معرفة الحياة بشكل أفضل، مما يساعد على زيادة التعاطف والتفاهم في هذا العالم. كما تفتح الكتب عوالم ودولا وثقافات وأنماط حياة ومغامرات جديدة قد لا يعرفها الطفل أبدا.

قوارير



سلطة الشمندر بالرمان

المكونات

اربع حبات شمندر مسلوقة
كوب من حبوب رمان
ملعقتان كبيرتان من
البقدونس المفروم
نصف بصلة مفرومة
ربع كوب زيت زيتون
ملح حسب الحاجة

طريقة التحضير

قشري الشمندر وقطعيه
إلى مكعبات
ضعي الشمندر في
وعاء وأضيفي فوقه
البقدونس وحبوب الرمان
وبقية المكونات واخلطيها
جيداً، ثم قَدِّمي السلطة
مباشرة.

غداً سيكون أمس !

كتبتُ في إحدى المرات منشوراً على منصتي الخاصة في العالم الافتراضي وتطرقت في مضمون المنشور عن أهمية العنوان وماله من تأثير في جذب القارئ لملاحقة النص إن كان يمتلك صفة العنوان الجاذب، واليوم كتبت هذا العنوان دون أن أخطط لما سيتضمنه عمودي؛ وحينما تأملته شعرت بضرورة توضيحه.. ولأنه قد يثير التساؤل سأجيب دون مقدمات... نعم غداً سيكون عاجلاً أم أجلاً أمس يوم آخر، بمعنى إن الحياة تجرنا خلفها من دون توقف ولا لحظة واحدة، وإن ما حدث في الأيام الماضية إن لم نتعظ منه ستتشابه أيامنا المقبلة مع ماضينا، ففي قول لسيد البلغاء أمير المؤمنين (عليه السلام) "من تساوى يوماه فهو مغبون ومن كان أمسه أفضل من يومه فهو ملعون..." مما يعني إن أعمارنا تزيد يوم بعد يوم وينبغي أن لا تتشابه هذه الأيام من دون تغيير، فالمواقف التي تواجهنا والتجارب التي نخوضها وكل ما نكتسبه في طريقنا لمتابعة الحياة يجعلنا أمام مسؤولية السعي لتحسين أداءنا الانساني..

وعليه لنعود ونتأمل العنوان مرة أخرى (غداً سيكون أمس) أي إننا لا نمتلك سوى يومنا فهو الذي يمكننا أن نقدم من خلاله أمس أفضل من سابقه على اعتبار إن عجلة الزمن تمضي قدماً وإننا من خلال تصحيح يومنا سنؤسس لغد أفضل وبهذا نتحقق مقولة أمير المؤمنين (عليه السلام) التي تعد بمثابة منهاجاً لبناء الانسان وحثه على مواصلة مشواره في الدنيا بدافع يرتفع كل يوم مع تقدم العمر ووجود الفرص والانتباه لأخطاء الأمس والتأهب للغد والسعي الدائم للارتقاء بكل تفاصيل يومه؛ للتأكد من تطبيق المقولة.. أي من دون تساوي يومين، وتجنب لعنة التراجع إلى الخلف بأن يتميز أمسنا على حاضرنا الذي نعيشه اللحظة في حين نمتلك حظوة جعله أفضل مما مضى.

إيمانز ناظم

**إننا لا نمتلك
سوى يومنا فهو
الذي يمكننا أن
نقدم من خلاله
أمس أفضل من
سابقه على اعتبار
إن عجلة الزمن
تمضي قدماً وإننا
من خلال تصحيح
يومنا سنؤسس
لغد أفضل وبهذا
نتحقق مقولة
أمير المؤمنين
(عليه السلام)
التي تعد بمثابة
منهاجاً لبناء
الانسان وحثه على
مواصلة مشواره
في الدنيا**





المفكرة الحسينية مسابقة ح س ر ا

2020

احصل على نسختك
من المفكرة الحسينية

تحوي مسابقة خصصت لها عشرون جائزة مالية

منافذ البيع:

- قسم الاعلام في الصحن الحسيني الشريف
- شعبة الطبع والتوزيع في شارع الشهداء
- مركز البيع المباشر في منطقة بين الحرمين - جهة باب قاضي الحاجات

