



الهناء

الجزء الأول

اعداد

د. محمد فتحي عبد العال
د. محمد احمد محمد مرسي

الذخائر

الموسوعة الأشمل للشعراء والأدباء والمفكرين قديما و حديثا

تصدر شهريا

العدد الأول

إعداد

د. محمد فتحي عبد العال

د. محمد أحمد محمد مرسى

مقدمة

ولأن الذخائر كل ما يدخر من الأشياء فقد اخترنا لموسوعتنا التي تجمع بين دفتيها القديم والحديث وتصدر شهريا هذا الاسم لتكون نواة لتقديم المعرفة والثقافة للجميع دون مقابل ولتكون إطلالة على بحور المعرفة المتنوعة في عالم الشعر الحديث وعالم القصة القصيرة الحافل بالتشويق وميادين الفكر الراقى عبر مقالات وخواطر ويوميات متنوعة ومفيدة وتأتى هذه الفكرة وهذا المشروع النبيل ليكون جزءا من إحياء المشهد الثقافي العربي في ظروف دقيقة متخمة بالحروب والدماء ونبذ الآخر.

ولا يسعني سوى توجيه كل الشكر والتقدير لجهود الأصدقاء والزملاء الذين لبوا دعوتنا للاشتراك في هذا السفر المميز داعين المولى سبحانه وتعالى أن يتقبل منا جميعا هذه الأعمال في خدمة الإبداع والثقافة.

د. محمد فتحي عبد العال

تنقسم الموسوعة إلى أربعة أقسام

أولاً : الشعر

من جيل الرواد :الشاعر نزار قباني

حديثاً :

1-الشاعرة فاطمة منصور /لبنان

2-الشاعر خالد اغبارية /فلسطين

3-الشاعرة د. دعاء رخا /مصر

4-الشاعرة م. بثينة فاضل ضوا /سوريا

5-الشاعرة سروة عثمان مصطفى /كردستان

6-الشاعرة نبيلة متوج /سوريا

7-الشاعرة د. رانيا البحيري /مصر

ثانياً :القصة القصيرة

من جيل الرواد : د. يوسف إدريس

حديثاً :

1-الأديبة نهاد كرامة /مصر

2-الأديبة ضحى جهاد أحمد /سوريا

3-الأديب د. محمد فتحي فوزي /مصر

4-الأديبة صورية سلماني /الجزائر

5-د.محمد أحمد محمد مرسى /مصر

6-د.محمد فتحي عبد العال /مصر

ثالثاً المقالات :

القسم الأول: المقالات العامة

الرواد : الاستاذ أنيس منصور

حديثاً :

- 1-د. محمد مبروك /مصر
- 2-د. عطيه المسعودي /مصر
- 3-د. محمد فتحي عبد العال /مصر

القسم الثاني : المقالات المتخصصة

الرواد : د. مصطفى محمود

حديثاً :

- 1-الاستاذ الدكتور /وائل زردق/مصر
- 2-د.منى كيال /سوريا
- 3-د.ميس عيسي /سوريا
- 4-د.ريم حرفوش /سوريا
- 5-د.عزيز الخضور /سوريا
- 6-د.محمد فتحي عبد العال /مصر

رابعاً : الخواطر

أستاذة نعمة حامد عبد ربه /مصر

خامساً: اليوميات

د. دعاء محمدي /مصر

القسم الأول

قسم الشعر

نزار قباني

• سيرته الذاتية

نزار بن توفيق القباني (1342 - 1419 هـ / 1923 - 1998 م) دبلوماسي وشاعر سوري معاصر، ولد في 21 مارس 1923 من أسرة دمشقية عريقة إذ يعتبر جده أبو خليل القباني رائد المسرح العربي. درس الحقوق في الجامعة السورية وفور تخرجه منها عام 1945 انخرط في السلك الدبلوماسي متنقلاً بين عواصم مختلفة حتى قدم استقالته عام 1966؛ أصدر أولى دواوينه عام 1944 بعنوان "قالت لي السمراء" وتابع عملية التأليف والنشر التي بلغت خلال نصف قرن 35 ديواناً أبرزها "طفولة نهد" و"الرسم بالكلمات"، وقد أسس دار نشر لأعماله في بيروت باسم "منشورات نزار قباني" وكان لدمشق وبيروت حيزاً خاصاً في أشعاره لعل أبرزهما "القصيدة الدمشقية" و"يا ست الدنيا يا بيروت".

أحدثت حرب 1967 والتي أسماها العرب "النكسة" مفترقاً حاسماً في تجربته، إذ أخرجته من نمطه التقليدي بوصفه "شاعر الحب والمرأة" لتدخله معترك السياسة، وقد أثارت قصيدته "هوامش على دفتر النكسة" عاصفة في الوطن العربي وصلت إلى حد منع أشعاره في وسائل الإعلام. على الصعيد الشخصي، عرف قباني مآسي عديدة في حياته، منها انتحار شقيقته لما كان طفلاً ومقتل زوجته بلفيس خلال تفجير انتحاري في بيروت، وصولاً إلى وفاة ابنه توفيق الذي رثاه في قصيدته "الأمير الخرافي توفيق قباني". وقد عاش السنوات الأخيرة من حياته في لندن يكتب الشعر السياسي ومن قصائده الأخيرة "متى يعلنون وفاة العرب؟" و"أم كلثوم على قائمة التطبيع"، وقد وافته المنية في 30 أبريل 1998 ودفن في مسقط رأسه، دمشق.

• نماذج من أعماله

قصيدة حب بلا حدود

يخاطب نزار قباني في قصيدته حبيبته ويقول لها: يا سيّدي: كنتِ أهم امرأةٍ في تاريخي قبل رحيل العام. أنتِ الآن.. أهمُّ امرأةٍ بعد ولادة هذا العام.. أنتِ امرأةٌ لا أحسبها بالساعاتِ وبالأيام. أنتِ امرأةٌ.. صُنعتِ من فاكهة الشّعر.. ومن ذهب الأحلام.. أنتِ امرأةٌ.. كانت تسكن جسدي قبل ملايين الأعوام..

يا سيّدي: بالمغزولة من قطنٍ وغمام. يا أمطاراً من ياقوتٍ.. يا أنهاراً من نهاوند.. يا غاباتٍ رخام.. يا من تسبح كالأسماكِ بماء القلب.. وتسكنُ في العينين كسربِ حمام. لن يتغيّر شيءٌ في عاطفتي.. في إحساسي.. في وجداني.. في إيماني.. فأنا سوف أظلُّ على دين الإسلام..

يا سيّدي: لا تهتمّي في إيقاع الوقتِ وأسماء السنواتِ أنتِ امرأةٌ تبقى امرأةً.. في كلّ الأوقاتِ.. سوف أحبُّكِ.. عند دخول القرن الواحد والعشرين.. وعند دخول القرن الخامس والعشرين..

وعند دخول القرن التاسع والعشرين.. وسوف أحبك.. حين تجفُّ مياه البحر.. وتحترق الغابات..

يا سيّدي: أنتِ خلاصة كلِّ الشعر.. ووردة كلِّ الحريات. يكفي أن أتهجى إسمك.. حتى أصبح ملك الشعر.. وفرعون الكلمات.. يكفي أن تعشقني امرأةً مثلك.. حتى أدخل في كتب التاريخ.. وترفع من أجلي الرايات..

يا سيّدي لا تضطربي مثل الطائر في زمن الأعياد. لن يتغير شيء مني. لن يتوقف نهر الحب عن الجريان. لن يتوقف نبض القلب عن الخفقان. لن يتوقف حجل الشعر عن الطيران. حين يكون الحب كبيراً.. والمحبوبة قمرأ.. لن يتحول هذا الحب لحزمة قشٍ تأكلها النيران...

يا سيّدي: ليس هنالك شيء يملأ عيني لا الأضواء.. ولا الزينات.. ولا أجراس العيد.. ولا شجر الميلاد. لا يعني لي الشارع شيئاً. لا تعني لي الحانة شيئاً. لا يعني أي كلام يكتب فوق بطاقات الأعياد.

يا سيّدي: لا أتذكّر إلا صوتك حين تدق نواقيس الأحاد. لا أتذكّر إلا عطرك حين أنام على ورق الأعشاب. لا أتذكر إلا وجهك.. حين يهرهر فوق ثيابي الثلج.. وأسمع طقطقة الأحطاب.. ما يفرخني يا سيّدي أن أتكوم كالعصفور الخائف بين بساتين الأهداب...

ما يبهرني يا سيّدي أن تهديني قلماً من أقلام الحبر.. أعانف.. وأنام سعيداً كالولاد...

يا سيّدي: ما أسعدني في منفاي أقطر ماء الشعر.. وأشرب من خمر الرهبان ما أقواني.. حين أكون صديقاً للحرية.. والإنسان...

يا سيّدي: كم أتمنى لو أحببتك في عصر التنوير.. وفي عصر التصوير.. وفي عصر الزواد كم أتمنى لو قابلتك يوماً في فلورنسا. أو قرطبة. أو في الكوفة أو في حلب. أو في بيت من حارات الشام...

يا سيّدي: كم أتمنى لو سافرنا نحو بلاد يحكمها الغيتار حيث الحب بلا أسواز والكلمات بلا أسواز والأحلام بلا أسواز

يا سيّدي: لا تنشغلي بالمستقبل، يا سيدي سوف يظل حنيني أقوى مما كان.. وأعنف مما كان.. أنت امرأة لا تتكرّر.. في تاريخ الورد.. وفي تاريخ الشعر.. وفي ذاكرة الزنبق والريحان...

يا سيّدة العالم لا يشغلني إلا حُبك في آتي الأيام أنت امرأتي الأولى. أمي الأولى رحمي الأول شغفي الأول شغبي الأول طوق نجاتي في زمن الطوفان...

يا سيّدي: يا سيّدة الشعر الأولى هاتي يدك اليمنى كي أتخبأ فيها.. هاتي يدك اليسرى.. كي أستوطن فيها.. قولي أيّ عبارة حُب حتى تبتدى الأعياد.

من الجيل الحديث

• فاطمة منصور - لبنان

السيرة الذاتية

- رئيسة تحرير مجلة محررون
- رئيسة تحرير مجلة أبحاث علمية
- عضو في بيت الارز
- عضو في الاتحاد العالمي للثقافة والأدب لبنان
- عضو في اتحاد الدولي للمؤرخين
- عضو في الأكاديمية الأوروبية للدراسات المتخصصة- EASS
- عضو في اتحاد الأكاديميين المثقفين الدولي
- عضو في المجموعة العربية من اجل السلام والتعايش السلمي
- - عضو في هيئة تحرير مجلة الحقيقة العراقية
- -عضو في مجموعة ملتقى رضا علوان
- -تم دراسة مجموعاتي وبعض قصائدي من نقاد عرب معروفين
- -نشرت الكثير من قصائدي ومقالاتي في جرائد وصحف عربية وأجنبية.
- نالت أكثر نصوصي الترجمة إلى اللغة الانكليزي والفرنسي والألماني والاسباني والفارسي والكردية والامازيغية والهندية والبرتغالية .
- حاورت العديد من المؤلفين العرب
- شاركت بالعديد بالأمسيات الشعرية والمهرجانات
- - نلت العديد من الشهادات التقديرية

الإصدارات

- من وحي القيود\ شعر
- امرأة من فصيلة الشمس \ شعر
- حينما يحلق الفينيق بغيثارة سومرية \شعر
- أنثى على غيمة\ شعر
- ارتعاشات عاشقة \ شعر
- ابحار في سطور معبدة\ دراسات
- همسات القمر \ شعر
- أشتهيك كحلم \شعر
- ثمار دانية \ آراء وأفكار
- منادمة على مائدة الأدب \حوارات
- اشراقات على سطور البوح \ مجموعة نقاد
- قبلة المطر \ديوان مترجم إلى اللغة الامازيغية الأستاذ مازيغ يدر

- أنثى على غيمة مترجم إلى الفرنسية الأستاذ خميس بو شنيعة
- شاركت في العديد من الموسوعات الشعرية العربية والدولية
- حروف وهواجس (مشترك) للشاعر عامر الساعدي
- ديوان مشترك للأديبة المغربية فاطمة بو هراكة تحت عنوان 100 شاعرة من العالم العربي
- الموسوعة الكبرى لشعراء العرب للأديبة فاطمة بو هراكة \ المغرب (ديوان مشترك)
- انطولوجيا مختارات من الأدب النسوي العربي
- الكتاب الشعري (المرأة الإلهية) للأديب صباح الزبيدي
- وهج الحروف إقراءات ثقافية للأديب خالد مهدي الشمري
- الكتاب الشعري لمهرجان ميزوبوتاميا العالمي للأديب صباح الزبيدي
- الموسوعة المعاصرة لمائة شاعر وشاعرة عرب المترجم للاسبانية إعداد الشاعر حسين نهاية
- معجم الشعراء العرب إصدار مؤسسة سوريانا
- الكتاب الأدبي العالمي لكي لا ننسى \ عن جمعية الصداقة الصربية العراقية
- رؤى انطباعية \ دراسات للناقد صالح جبار خلفاوي
- حصاد الأيام \ حوارات ثقافية للأديب خالد مهدي الشمري
- كأس البلار \ قراءات في الشعر الحديث للأديبة نجاح إبراهيم
- ديوان جنائن معلقة عن دار امارجي الأدبي
- موسوعة على متن الشعر رسالة الصادر عن الجامعة العربية للثقافة والأدب برعاية الدكتور ياسر السمطي
- أزهار الجبال البرية مقالات في نقد التحقيق والتألف والشعر والسرد \ الأستاذ الدكتور محمد عويد محمد السائر كلية التربية الأساسية جامعة الأنبار
- معجم المبدعين العرب \ الأديب ناجي عبد المنعم
- ديوان الآن \ الأدب الحديث \ الدكتور حلمي محمد الريشة
- موسوعة فيروز \ شهادات في أيقونة الغناء ورسولة السلام \ للأديب الفنان التشكيلي صبري يوسف
- الكتاب الشعري لمهرجان " ميزوبوتاميا " العالمي للأديب صباح الزبيدي \ صربيا بلغراد
- شهرزاد في بغداد إعداد الدكتورة زينب السوداني والدكتور عبد الزهرة عمارة \ برعاية مجلة امارجي
- الكتاب الشعري للقاء الشعري العالمي \ الثاني للأديب صباح الزبيدي اصوفيا بلغراد

• نماذج من الأعمال

خمرة... الحب

في وحدتي أحلم

أتحسس ذاتي

بدني
ينتابني خوف
طائر الرخ يضج داخلي
يحضنني
أرتعد خوفا
أطرده فيلاحقني
يمد يده نحوي
كمن يريد مراقبتي
أتردد
أخشى يقتلني
أسايره
في أحضاني وحش وأغلي غضبا
الراقص وحشا؟
أنفر قليلا
فيداعبني .. يعزفني
أستغرب كيف يجيد فنّ العزف
أتهاوى أتعب
فيأخذني بين جناحيه
انتفض غضبا
أشعل سيجارتي
أتحداه بكأس فيه خمره حبي
وأرتشف الخمر كما القبلة من شفتي حبيبي
تسكرني
أهوي بالسيجارة

أحرقه
أملأ كأسه
وأقول
إليك عني
كأسه مترعة بالحب
وحبيبي هناك يرمقني
يهواني
فيفرّ الطير وأعود عاشقة
شفتيك... حبيبي.

فاطمة منصور | لبنان

● الشاعر خالد اغباريه

السيرة الذاتية

البيانات الشخصية :

تاريخ الميلاد: 20 - مارس - 1959

مدينة أم الفحم - المثلث الشمالي - فلسطين

البريد الإلكتروني:

sawt2005@gmail.com

: الموقع الإلكتروني (فيس)

<http://www.facebook.com/mosa3d.algme3>

<http://www.facebook.com/khaledigbaria>

المؤهلات العلمية:

- إعلامي كاتب وشاعر
- أنهيت المرحلة الابتدائية في مدرسة مشيرفة الابتدائية الرسمية
- أنهيت دراستي الثانوية العامة في المدرسة الثانوية الشاملة في مدينة أم الفحم،
- درست موضوع إدارة الحسابات وصحافة في كلية الصحافة والإعلام في مدينة حيفا.
- حصلت على شهادة الثانوية العامة ودبلوم في الصحافة وإدارة الحسابات ، وأيضاً على شهادة إدارة أعمال وإقامة مصالح تجارية . وشهادة إسعاف أولي
- شهادة لدورة التحكيم وطبيعته القانونية الاتحاد العربي الدولي للتدريب والتحكيم وفض النزاعات وأسرة الأمانة العامة للتحكيم والتدريب وأسرة الأكاديمية العربية الأوروبية للتحكيم الدولي
- شهادة لدورة تشكيل هيئة التحكيم الاتحاد العربي الدولي للتدريب والتحكيم وفض النزاعات
- شهادة تدريب دولية في إدارة الكوارث والأزمات من أكاديمية إرادة الدولية والجامعة الدولية للدراسات والبحوث والأكاديمية العربية للتدريب والاستشارات ومنظمة مكة للصحة الاجتماعية وشركة دروب للدراسات والاستشارات
- شهادة لدورة التحكيم وفض النزاعات من الاتحاد العربي الأوروبي للتدريب والتحكيم وأكاديمية إرادة الدولية و الأكاديمية العربية الأوروبية للتحكيم الدولي
- شهادة لدورة القيادة الفعالة من أكاديمية إرادة الدولية للتدريب والاستشارات

الخبرة العملية:

- عملت في صحيفة صوت الحق والحرية كمدير إداري ومالي ومسئول قسم الإعلانات والعلاقات العامة من سنة 1996 إلى سنة 2006.
- عملت مديرا ماليا لمجلة اشراقة ومجلة آباء وأبناء من سنة 2001 إلى سنة 2006 ، في نهاية سنة 2007 أصدرت صحيفة الزمان الخاصة بي والتي كنت مديرها المالي والإداري ومسئول العلاقات العامة ومحررها المسئول حتى أواسط سنة 2010.

الأعمال الأدبية والإبداعية

- منشورات عديدة من قصائد وهمسات ومقالات في العديد من الصحف الورقية العربية في فلسطين المحتلة عام 48 وأيضا في الصحف الورقية في الدول العربية (السعودية، سوريا، العراق، تونس، الجزائر، استراليا)، وعشرات المواقع الإلكترونية، إلى جانب النشر في المنتديات المختلفة، وصفحتي على الفيس بوك، وأكثر من مائتي صفحة فيسبوك لمجموعات شعراء وأدباء في الداخل الفلسطيني وفي العالم العربي.
- عضو في العديد من المؤسسات والروابط والمنتديات الثقافية والأدبية (مع بطاقة عضوية)

الشهادات التي حصلت عليها وهي أكثر من ثمانمائة شهادة

- حاصل على شهادة دكتوراه فخرية من أكاديمية السلام مقرها ألمانيا
- حاصل على شهادة دكتوراه فخرية من المجلس الأعلى للإعلام الفلسطيني
- حاصل على شهادة دكتوراه فخرية من الأمانة العامة لاتحاد السلام للقبائل العربية بالجمهورية اليمنية
- حاصل على شهادة دكتوراه فخرية من معهد الدراسات الإسلامية والأكاديمية العالمية للسلام والدفاع عن حقوق الإنسان- الجزائر
- حاصل على شهادة دكتوراه فخرية من جريدة الدستور العراقي الجديد في العراق
- حاصل على شهادة دكتوراه فخرية من الاتحاد العام للمثقفين والأدباء العرب وأسسة جامعة المثقفين والأدباء العرب – الأردن
- حاصل على شهادة دكتوراه فخرية من المركز الثقافي الألماني الدولي
- حاصل على شهادة الدكتوراه الفخرية في الصحافة والإعلام الهادف من أكاديمية البشير الاحترافية لدراسات الصحافة والإعلام العراقية وملتقى الفن والشعر
- حاصل على شهادة دكتوراه فخرية من أكاديمية صدى سوريا للثقافة والشعراء العرب
- حاصل على شهادة الدكتوراه الفخرية في مجال حقوق الإنسان والتعايش السلمي مجلس التحالف العالمي لسفراء النوايا الحسنة وحقوق الإنسان
- حاصل على شهادة الدكتوراه الفخرية للدراسة عن الشعر الحر في الأدب العربي من المجلس العلمي بنقابة السادة الأشراف في العالم العربي

المهارات

- شاركتُ في العديد من الأمسيات الشعرية والندوات الأدبية والثقافية في العديد من القرى والمدن العربية في البلاد.
- تم تكريمي من العديد من المنتديات والمؤسسات الثقافية، حصلت حتى الآن على أكثر من ستمائة شهادة تكريم وتقدير، إلى جانب المشاركة في برامج بالراديو والتلفزيون في داخل وخارج البلاد ..
- لي الكثير من الكتابات الشعرية والهمسات والتي تقدر باثني عشرة كتاباً جاهزاً للطباعة
- أنتظر طباعة الدواوين الموجودة في ملفاتي وهي : ديوان (خيوط العنكبوت) ديوان (يا قدس) ديوان (بوح الزهور) ديوان (نبض قلب وصرير قلم) ديوان (عطر مقدس) ديوان (سواحل مقيدة) ديوان (ألحان هادئة) ديوان (عبق الياسمين) ديوان (أحلى الكلام في مرايا الغرام) ديوان (وشوشات الياسمين) ديوان (بقايا عشق) ديوان (هفيف الروح سيرين الحب3) ديوان (أكتب لها) ديوان (على سبيل)

الدواوين المطبوعة:

- ديوان ((سيرين الحب)) صدر عن مطبعة كفر قاسم – فلسطين – الطبعة الأولى سنة 2013
- ديوان ((بلادي)) صدر عن دار الجندي للنشر والتوزيع القدس – فلسطين ، الطبعة الأولى سنة 2014
- ديوان ((سلام على مطلع الفجر)) إصدارات رابطة أدباء المرفأ الأخير رقم الإيداع (1249) في دار الكتب والوثائق العراقية لسنة 2015 – الطبعة الأولى في بغداد – العراق والطبعة الثانية القدس - فلسطين 2016
- ديوان (همس الروح – سيرين الحب2) الطبعة الأولى صدرت عن دار شمس بغداد - العراق تحت رقم الإيداع في دار الكتب والوثائق العراقية (3652) لسنة 2018، الطبعة الثانية المطبعة العربية الحديثة القدس سنة 2019
- قصة (بالحب نمو) سنة 2019
- ديوان ((بقايا عشق)) ديوان الكتروني صدر عن منتدى أدبيات الجسور(د. حليلة بوعلاق) – تونس سنة 2015
- ديوان(يا قدس) ديوان الكتروني صدر بواسطة الدكتورة حليلة بوعلاق – تونس سنة 2015
- مشارك في موسوعة جمعية إبداع الثقافية – مصر بقصائد مع عدة شعراء سنة 2015
- مشارك في موسوعة صدى الفصول – العراق بقصائد مع عدة شعراء سنة 2016
- مشارك في موسوعة إبحار في الرغيف- صدرت عن مجموعة الثقافي ثقافي – العراق بقصائد مع عدة شعراء سنة 2016
- مشارك في موسوعة المرايا 3 – العراق مع مجموعة شعراء من الوطن العربي سنة 2016

- مشارك بمجموعة قصصية صادرة عن جمعية أشواق الربيع الناصرة فلسطين سنة

2019

- الابنة تهاني سالم محمد أبو صلاح – غزة تتناول في رسالتها لشهادة الماجستير عن
الشعر الفلسطيني المقاوم في القرن الواحد والعشرين بعضا من قصائدي الوطنية من

ديوان (بلادى) سنة 2017

نماذج من أعماله الشعرية :

• وَتَرْحَلِينَ

تَقُولِينَ سَامِخَنِي!... وَتَرْحَلِينَ

وَيَنْهَارُ بَعْضِي عَلَى بَعْضِي

وَيَحْذُلُ كُلِّي كُلِّي

وَأَتَسَاقَطُ .

أَتَسَاقَطُ ..

فَلَا أَحَدٌ يَبْقَى أَمَامَ الْمَوْتِ

مَرْفُوعِ الْجَبِينِ

وَتَرْحَلِينَ..

تَعْمِضِينَ عَيْنَيْكَ بِهُدُوءٍ

وَالْحُزْنَ يَأْكُلُ قَلْبِي

وَالْخَوْفُ يَفْرِضُ أَطْرَافَ أَمْنِي

وَأَصْرُخُ بِكَ عَوْدِي

عَوْدِي

عَوْدِي..

وَيُدْرِكُ قَلْبِي أَلَا عَوْدَةَ لِلرَّاحِلِينَ

وَتَرْحَلِينَ

فَأَمْسِكُ بِطَرْفِ ثَوْبِكَ

بِهَلَعِ طِفْلِ يَحْتَبِي مِنْ شَبْحِ الْيَتِيمِ

لَا تَرْحَلِي بَدُونِي

حُذِينِي مَعَكَ
أَوْ ابْقِي قَلِيلًا
قَلِيلًا فَقَطْ أَسْتَرْجِعُ مَعَكَ
طُفُولَتَكَ وَعِطْرَ الْأَمْسِ
وَأَمَاكِنَ الْحَنِينِ
وَتَرْحَلِينَ
وَيَبْقَى الثَّوْبُ فِي يَدِي
وَعِطَاءُ رَأْسِكَ الْأَبْيَضِ
وَحِذَاءُ أَهْدَيْتُكَ إِيَّاهُ ذَاتَ عِيدٍ
فَأَحْضُنُ آخِرَ بَقَايَاكَ
وَيُخَيِّلُ إِلَيَّ مِنْ حُزْنِي
أَنَّ بَقَايَاكَ تَبْكِيكَ مَعَ الْبَاكِينَ
وَتَرْحَلِينَ
وَيُحِيطُونَ بِكَ كَضَبَابِهِ حُزْنٍ
وَأَفْرُ مِنْ زُحَامِهِمْ إِلَى سَرِيرِكَ
أَحْضُنُ وَسَادَتَكَ وَأَبْكِي وَحَدِي
أَنَا أَضْعَفُ مِنْ أَنْ أُودِّعَكَ بِالْكَفَنِ
أَنَا أَجْبَنُ مِنْ أَنْ أَهْدِيكَ فِي اللَّحْدِ
فُقْبَلَةَ الْجَبِينِ
وَتَرْحَلِينَ
وَلَمْ يَتَّبِقْ خَلْفَكَ
سِوَى مُحَمَّدٍ وَنُورٍ
وَسِجَادَةَ صَلَاتِكَ
وَمُصْحَفِكَ الصَّغِيرِ

وَمَسْبَحَةٌ بَيضاءُ
تَشْهَدُ أَنَّكَ كُنْتَ فِي لَيْلِ الْقِيَامِ
مِنَ الذَّاكِرِينَ
وَتَرْحَلِينَ
فَأخْبِرِينِي كَيْفَ كَانَتْ ضَمَّةُ الْقَبْرِ؟
أَمْ كَانَتْ فُسْحَةً وَمَمَرًا؟
وَهَلْ أُرْعَبِكَ حَتَّى التُّرَابِ عَلَيْكَ؟
أَمْ كَانَ كَالْمَاءِ الزُّلَالِ؟
وَهَلْ ارْتَعَشْتَ فِي اللَّحْدِ خَوْفًا؟
أَمْ فَرَحْتَ بِاللِّقَاءِ؟
وَكَيْفَ اسْتَقْبَلْتَ نَاكِرًا وَنَكِيرًا؟
أَمْ أَنَّهُ اسْتَقْبَلَتْكَ مَلَائِكَةٌ مِنْ نُورٍ؟
وَهَلْ ظَلَمَةَ الْقَبْرِ مَوْجِسَةً؟
أَمْ كَانَتْ رَوْضَةً مُزْهَرَةً؟
وَهَلْ لِأَهْلِ الْقَبْرِ صَوْتٌ كَالْأَيْنِ؟
أَمْ أَنَّهُمْ فِي رَوْحٍ وَرِياحِينَ؟
وَتَرْحَلِينَ
فَأخْبِرِينِي.....كَيْفَ هِيَ الْحَيَاةُ هُنَاكَ؟
هَلِ النَّقِيْبَةُ الْعُيَّابُ؟
هَلْ صَافَحْتَ رَوْحَكَ أَرْوَاحَهُمْ؟
هَلْ حَدَّثْتَهُمْ عَنِ أَنْبَاءِ الدُّنْيَا؟
هَلْ جَمَعْتَ اللَّهَ بِأَبِي وَأُمِّي؟
هَلْ جَلَسْتَ فَوْقَ الْأَرَانِكِ مَعَهُمْ؟
وَتَرْحَلِينَ

أخبريني..... لماذا غادرَ تيني باسمَةَ

وَأنا أبكي؟

وَأَمْسِكْ يَدَيْكَ

وَأَصْرُخُ: لا تَزْهَلِي

هَلْ طابَ لكَ فُرَاقِي؟

أَمْ طابَ لكَ اللِّقَاءُ؟

فَكُنْتُ عِنْدَ المَوْتِ تَبْتَسِمِينَ؟

ابْنَتِي حَبِيبَتِي أَسِفُ أَرْعَجْتُكَ ..

• يا قدسية

يا قدسية

ماذا تتبعين في ساحة الأقصى

الناس مشغولة

وأنتِ تفتريشين حُسنَكَ

بملاح

أكثر من فلسطينية

يا قدسية

الشارع مشغول

بصوت القنابل

باللافتات المستوردة

بعساكر الشرطة

ماذا يُشغلك يا قدسية

هم أشباه رجال

على حدود القضية

والصنم مركون في زاوية

وَمُنْتَهِي الصَّلَاحِيَّةِ
تُجَارُ السَّلَاحِ المَرْمُوقِينَ
خَانُوا القَضِيَّةِ
وَالقَوَاتِ البَرَبَرِيَّةِ
عَاشَتْ فِي سَاحَاتِ القُدْسِ
وَتُنْكَرُ الهَوِيَّةِ
يَا قُدْسِيَّةِ
أَقْطَعُ يَدِي نَذْرًا لِهَذِهِ
لِفِلَسْطِينَ
لِلشَّامِ وَمَا حَوْلَهَا
لِخَيْرِ الجُنْدِ
لِبَرَكَةِ الأُمَّةِ
وَكَلِّ العَوَاصِمِ الإِسْلَامِيَّةِ
يَا قُدْسِيَّةِ
إِنِّي شَهِدْتُ
كَيْفَ يُلْعَلُ الرِّصَاصُ
وَيَخْتَرِقُ الجُدْرَانَ
أَنَا الشَّاهِدُ
وَلَكِنْ مِنْ دُونَ عَنَوَانٍ...
يَا قُدْسِيَّةِ
غَازِلَتْ نَافُورَةَ
رَأَيْتُهَا تَضْحُ المَاءِ
مِنْ عُمُقِ السَّاحَاتِ
وَرِجَالُ الأَمْنِ

يفتشون
يصطادون أطفالَ المقلاع
من بين الرُّكام
يا قدسية
إني حلمتُ بهم
كيف يُنشدون
مقبرةً فرمزيَّة
يا قدسية
لتشدو العنادل
وكيف تشدو العنادل
ومن بين أعشاشها
تنفجر عناقيدُ القنابل
يا قدسية
ها هم جاءوا
يدخلون البيوت
عُنةً .. يهدمون
ويحرقون المنازل
يا قدسية
تعلمنا من درس العروبة
كيف الخبزَ يصنعون
وفي حناياه السُّم يدسّون
تعلمنا في درس الرياضة
كيف لأشباه الرجال مكانٌ
في الهزيمة جرّياً..

من رائحة الانتفاضة

خائفون

يا قدسية

تعلمنا من درس الرسم

كيف نخلط الألوان

ونرسم كوحًا

وننشُد على سطحه

الأغاني الثورية

يا قدسية

تعلمنا كيف نخترعُ الأشياء

ونضُم حرفَ الواو

وكيف الشدَّة

تخنقُ مواعظَ الأقرباء

يا قدسية

مصنَعُ العَزَلِ تحوّل

إلى قبو تعذيب

وتلتمُّ حولنا غيومٌ

حمراء

ترُسُّنا يبابيعَ دماء

يا قدسية

قريئنا باتتْ

من دون طاحونة

تأكلتْ

من شدَّةِ طحنِ الأجساد

كي تتحولُ إلى أشلاء
يا قدسية
برَدَ الحجرُ
في يدِ الطِّفلِ
ولم تُنجبْ فلسطينية
يا قدسية
غاصتْ أجزاءُ نخلة
وتبادلتْها أيدي الرؤساء
فهل سننظرُ إلى حالنا
بمنظورِ الأُمَّةِ العربيةِ
حيث هي مشغولة
مُستقرّة
في كهفِ حُنجرة
وأنا كنتُ مشغولاً
في الذاكرة
وذراعي ممدودة
أشدُّ بها الخاصرة
وانتظرُ شغف
اللقاء
ولكن سبقتني الحقيقة
للوطن المجروح
والبيت المذبوح
وإلى مدينتي
غائرةٌ في عمقِ التاريخ

فهي علمتنا

كيف نُحصِنُ صُدُورَنَا

وكيف نتسلقُ الجدران

يا قدسية

هنا لعِبتنا

هنا شربنا الشاي معًا

هنا ابتسمنا

هنا جلسنا

وهنا اختلفنا

وإلى هنا يُبَدُّ الرحالُ نحوَنَا

ومن هنا تبدأ رحلتنا

نحو السماء

قطرة قطرة

وتزهُرُ زهرة ..

• هُطُولُ الْمَطَرِ

قَالَتْ :

تَسَاقَطُ حَبِيبِي تَنَائِرٌ.. مَطَرٌ

فَأَيُّ أَحِبُّ هُطُولَ الْمَطَرِ

تَسَاقَطِ رَذَاذًا عَلَى وَجْنَتِي

عَلَى الْحَدِّ وَالرُّوحِ وَالْمِصْنَ يَدِي

كَوَرْدٍ كَثِيفٍ كَحَبِّ الدُّرِّ

تَأْمَلُ كَلِمَاتِ شِعْرِي

تَمَتَّعْ .. تَعَزَّلْ .. فَأَنْتِ الطُّهْرُ

وَمَارِسْ هُطُولَكَ فَوْقَ جَنَاحِي

كَكَلِّ الْعَصَافِيرِ

فَوْقَ الشَّجَرِ .. أَنْتَظِرُ

هُطُولَ الْمَطَرِ ..

وَصَوْتُ وَقْعِ فُطَيْرَاتِكَ

أَلْحَانُ عُوْدُ

وَحِينَ الْأَمْسِ رُذَيْذَاتِكَ

كَمَا الْعُنُقُودُ

وَحِينَ تُبَلِّلُ رِمَشِي وَحَدِّي

تُفَاكُ فَيُودُ

حَبِيبِي الْمَطَرُ .. أَنْتَ الْمَطَرُ

فَقُلْتُ :

أَحْبِيبَتِي .. سَكَبَتْ مِنْ الْحَرْفِ نَعْمًا أَثَارَ الْعَجَبِ ؟

فَيَا لِلْعَجَبِ ..

كَتَبْتِ بِشَهْقَةٍ نَعَمَ الطَّرْبِ

أَحْبِيبَتِي تُحِبُّ ؟؟ .. تُحِبُّ اللَّعِبَ ؟

تَعَلَّمْتِ فِيكَ هُطُولَ الْعَزَاةِ

كَتَبْتِ الْقَصِيدَةَ .. كَتَبْتِ الْأَدَبَ

فَهَزِّي إِلَيْكَ سَأَسْقِطُ بَعْضَ الْقَوَافِي

وَبَعْضَ الْحَنِينِ مَعَ .. الرُّطْبِ

يَا لِلْعَجَبِ !

ظَنَنْتُ حَبِيبَتِي لَا تَهْوَى الثَّمَارَ

وَحَبِيبَتِي .. أَرَاهَا تُحِبُّ الْعِنَبَ

سَأَسْقِطُ حَائِي وَبَائِي لَدَيْكَ لِأَعْزَلِ .. كَوْمَةَ حُبِّ

يَا لِلْعَجَبِ !

هَطَلْتُ كَثِيرًا وَلَكِنِّي لَمْ أَجِدْ مِثْلَ حَبِيبَتِي تُحِبُّ الْمَطْرَ

مَطْرِي حَظْرًا..!

فَحَبِيبَتِي تُحِبُّ رُؤْيِي أَحْيَاكَ مِنَ الْبَحْرِ غَيْمَةً

وَأَمْطِرُهَا ..

مِنَ الشُّوقِ غَيْثًا حَمِيمًا

تُحِبُّ أَنْ أَتُورَ .. حَدَّ الْعَضْبِ

يَا لِلْعَجَبِ!

فَقَالَتْ :

أَتَيْتِ إِلَيَّ كَمَا أَتَصَوِّرُ

كَعَذْبِ الْمِيَاهِ ... كَفَصْلِ الرَّبِيعِ

رَسَمْتَ بـ " مُتَعَةً " حَبَاتِ الْمَطْرِ

قَلْبِي انشَطَرَ

سَكَبْتَ بَعَيْنِي بِحَارِ الْقَوَافِي

بِحَارِ الْقَصِيدَةِ .. بِدَلْوِ بَدِيعِ

فَصِرْتُ كَطِفْلَةٍ حُبِّ

أَطِخُ وَجْهِي

أَبْلُلُ شَعْرِي .. أَمْتَعُ نَفْسِي

بِأَيَّامِ الرَّبِيعِ

تَكَاتَرُ فِي الْقَلْبِ شَطْرُ يُحِبُّ التَّكَاتُرُ

تَنَاتُرُ هَوَاءٍ يُبْلِلُ رِيقِي

يُدَاعِبُ حَدْيِي .. فَأُضِيعُ

فَاهٍ عَلَيَّكَ .. وَآهِ وَآهِ وَآهِ ..

لِحُبِّكَ شَوْقٌ

لِشَوْقِكَ دَوْقٌ .. وَلِلدَّوْقِ طَعْمٌ ..

لا لا.. لا أستطيع !!!

فَقُلْتُ :

أَضَعْتُ مِنَ الْعُمُرِ بَضْعَ سِنِينَ

أَفْتَيْتُ عَنْكَ وَعَنْ قِصَّتِي

وَحَيْثُ التَّفْتُ أَرَى مَوْطِنًا لِأَرْضِيَّتِي

بِدُونِكَ حَبِيَّتِي.. كَأَنِّي غَرِيبٌ

وَأَلِي كَنِيْبٌ ..

وَشَمْسِي تُجِبُّ الْمَغِيبُ

فَأَنْتِ حَبِيْبَةٌ قَلْبِي

وَأَنْتِ قِصَّتِي ...

وَأَنْتِ الْقَصِيْدَةُ ..

وَأَنْتِ الْوَطْنَ ..



● دعاء رخا

السيرة الذاتية

د. دعاء محمد مختار عبد الرحمن يونس رخا

المولودة في بيلا .. محافظة كفر الشيخ .. مصر

- صيدلانية .. مصرية من مواليد محافظة كفر الشيخ مدينة بيلا
- تخرجت في كلية الصيدلة جامعة المنصورة عام 2001
- حصلت على دبلومتين مهنتين في مجال الصيدلة الإكلينيكية
- صاحب ومدير صيدلية الدكتورة دعاء رخا - بيلا - كفر الشيخ - مصر
- رئيس مجلس إدارة شركة تشافي فارما لتجارة الأدوية
- عضو نادي أدب بيلا
- عضو بيت الشعراء العرب
- عضو اتحاد المثقفين العرب
- عضو منتديات قناديل الأدب والفكر العربية
- عضو مؤسس لجمعية عمر بن الخطاب المجتمعية
- صاحبة عمود قطرات الندى الأدبي الأسبوعي بجريدة اللواء الإسلامي الورقية الأسبوعية والتابعة لمؤسسة دار أخبار اليوم المصرية
- كاتبة صحفية بالصفحة الأدبية بصحيفة صدى المستقبل الليبية الورقية
- شاعرة ببرنامج همسات شعرية بقناة الحدث اليوم الفضائية المصرية
- صاحبة مدونة نبض قلبي للكاتبة د. دعاء رخا
- مؤسسة منتديات "ليست كالكلمات" الأدبية العربية على الفيس بوك
- نُشر لها العديد من القصائد بالصحف والدوريات المصرية والسعودية، والليبية، والعراقية والسورية والأردنية.
- ساهمت في المشروع العراقي القومي الضخم "قصيدة وطن"
- أديع لها العديد من القصائد عبر أثير عدة إذاعات عربية.

صدر لها عدة دواوين في شعر الفصحى ..

- "قلوب نقية" (مشاركة) 2016 عن دار جذور للنشر والتوزيع.
- "عذراء العيون" (4 طبعات) أولى طبعاته 2018 عن دار لوغاريتم للنشر والتوزيع والترجمة.
- "سدرة المشتى" 2019 (طبعتان) عن دار لوغاريتم للنشر والتوزيع للترجمة.
- "غائبٌ تقديره أنا" .. 2020 (طبعتان) عن دار لوغاريتم للنشر والتوزيع والترجمة ..
- "عيون المها" (مشاركة) .. عن دار فنون للنشر والتوزيع .. 2020

- "أنقى الخطايا" .. * تحت الطبع *
- "شذرات" .. رباعيات شعرية .. تحت الطبع
- "كتاب انطولوجيا شعرية" (مشاركة) .. عن مدرسة النهضة الأدبية .. تحت الطبع
- مخطوطة بعنوان "كأس شاي" في شعر الفصحى
- مخطوطتان نثریتان
- مخطوطتان في الرباعيات الشعرية

حصلت على ..

- درع التميز الأدبي من الهيئة العامة لقصور الثقافة المصرية .. عن عام ٢٠١٨
- جائزة أوسكار للأدب والفنون من ملتقى بصمات الفنانين التشكيليين دورة الفنان نور الشريف بالقاهرة ٢٠١٨
- جائزة مسابقة همسة الدولية للفنون والآداب فئة الشعر العمودي عن قصيدة (رضاب العشق) ٢٠١٩
- درع الفنان محمود يس في مهرجان همسة الدولي للفنون والآداب بدار الأوبرا المصرية ٢٠١٩
- الجائزة الأولى بالمسابقة الأدبية المركزية لإقليم شرق الدلتا الثقافي فرع شعر الفصحى ٢٠١٩ عن قصيدة (فارش الأميال)
- المركز الأول مكرر بمسابقة الموسوعة الحديثة للشعراء والأدباء العرب ٢٠٢٠
- درع التميز الإبداعي من اتحاد المثقفين العرب ٢٠٢٠
- وسام الكرامة من اتحاد المثقفين العرب ٢٠٢٠
- دَوْن اسمها بالموسوعة الحديثة للشعراء والأدباء العرب .. إصدارها الثالث
- دَوْن اسمها بمعجم الأدباء والشعراء العرب نسخته الثالثة الصادرة عن مؤسسة النيل والفرات للنشر والتوزيع ٢٠٢٠
- دَوْن اسمها في موسوعة الشعر النسائي العربي الفصيح
- دَوْن اسمها وديوانها الشعري إلكترونيًا في موسوعة بوابة الشعراء الدولية.
- شاركت بالمهرجان الدولي لمؤسسة النيل والفرات للنشر والتوزيع دورته الثانية مصر 2019 .. والثالثة ٢٠٢٠
- عدد من التكريمات والدروع والميداليات من العديد من نوادي الأدب والمهرجانات الأدبية المصرية .. وعدد من النقابات الفرعية للصيادلة بجمهورية مصر العربية.

• نماذج من أعمالها الشعرية :

جهرة

أحتاج حبك جهرةً لا مُضمراً
لا لذةً لشتاك .. حتى يمطرا

أحتاج ضماً بالحروف .. وإن جرى
من كل عين - يا عيوني - ما جرى

فَيَبِطن حوتٍ .. أستكينُ بظلمةٍ
من فوقها ظلمٌ ثلاثٌ .. كما ترى

هلاً دنوت .. بقدر شبرٍ من رجا؟
هلاً نثرت قريضَ حبك .. للورى؟

هلاً زَرَعْتَ زفيرِ روحك في دمي
ذاك الذي .. لو كان نبضاً .. أثمرنا

ما بال صَبْرِ العمر، منك كسُكرٍ؟
مالي أراه .. سنا الثريا بالثرى؟

يا من .. هزرت عروشَ شعري خلسةً
أحتاجُ إسمي بين نثرِكَ ظاهراً

أقل من .. "دعدٍ" أنا أو من "سعاد"؟
أنا التي من ألف "ليلي" .. أشعرا

إني أراك الآن .. تقسيمُ جهرةً ...
"لم يدن من حرفي عمي .. لم يرَ" ...!

بمحمد .. حرف المديح .. سيعبئ !!

يا حيُّ يا قيوم .. كيف سأنطقُ؟!

والشَّعرُ من وجعِ القريحةِ أعمقُ

لا شيء .. يحلو والفؤادُ معلقُ

والروحُ حيرى .. بالمدامعِ تُهرقُ

مشتاقَةٌ .. حدَّ اكتمالِ نصابِهِ ..

شوقِ الفطيمِ .. فهل بأَمِّ تُشفقُ؟

بيني وبين من استحلَّ جوارحي

ألفُ اصطبارٍ .. ليتهم لم يُخلقوا

"وَلَدَ الْهُدَى" في عمقِ بحرٍ من دجى

ياليتني كنتُ الدجى .. أو أغرقُ

ياليتني .. بثرى الحجاز .. رُميلةُ

في خُفِّهِ .. أو ريحِهِ .. أتعلقُ

صلى الإلهُ على النبي .. محمد

حتى الشمس من المغرب تُشرقُ

في عامِ فيلٍ ألفِ سجيلٍ هَمَى

فاهتزتِ الأرضُ التي .. لو تنطقُ

غنَّتْ بإسمِ محمد .. واستزهرتْ

فالعالمُ خيرُ نبا بها .. سيؤثَّقُ

طوبى لآمنة .. التي أحشاؤها

آوتُ ضيا .. بشراً .. بها يتخلقُ

يا ويح شعري لو قصدتُ مديحَهُ

فالحرفُ -ياسبحان ربي- زئبقُ

تكفي الصلاة عليه أو ذكر اسمه
طيّ الشهادة .. والملائك تلحقُ

إنّ القصيدَ بلا مشاعر .. ينتهي
وأنا ب "طه" .. كم أهيّم وأعشقُ

مهما .. تُغازلُ شعرنا أوصافهُ
من ذي أنا؟ من أخطل؟ وفرزدق؟

هذا ابن ثابت .. قد أتوه لهجوه
حتى رأه .. فصاحَ مدحاً يبرقُ

سبحان من أجرى الحقيقة .. نعتةً
كلّ الأمانة .. من سواه الأصدق؟

ما اجترَّ .. من غثِّ الحديثِ حكايةً
ما كان مثل من استنقوا حيث استنقوا

فكانهُ .. زرعُ الإله بأرضه
مبعوثُ ربي بالهدى .. لمن اتقوا

وكانهُ .. باليتم .. قالَ رسالةً
"أنتَ ابن من؟"

ببيائها قد أغلقوا

فعلى ابن عبد الله صلوا باسمه
وباسمه .. هيا ارتقوا .. وتعمّقوا

جاروا عليه وكهنوه .. وكفروا
بال(ساحر) بال(شاعر) وتحمّقوا

أواه غازٌ - يا إلهي - كهفهُ
بِسْمِوهِ طَالَ السماء .. وأشهبُ

وتنزّل الوحيُّ .. الذي بجناحه
ضمَّ الذي بـ "ثلاثِ إقرا" يشهقُ

يا ليتني .. كنتُ الرّدا .. لخديجةِ
حالَ احتضانِ محمدٍ .. إذ يخفقُ

يا ليتني .. بدثاره بعضُ الدّفا
أو شهقةٍ لكريمِ صدرٍ .. أسيقُ

ألقي على ألقٍ .. حبيبي أحمدُ
فالحرفُ فيك قصيدةٌ .. تتألقُ

أمّ النبيِّ .. نبيِّ ربي .. كلهم
في مقدسٍ نشأتهُ .. نتمزقُ

ولحيثُ "سدره منتهى" .. معراجهُ
تركَ الذي .. لو يستمرُّ سيُحرقُ

مولاي .. يا كلَّ النبوةِ .. اسقنا
بيديك من حوضٍ لديك .. أنسبقُ؟

خلفَ الحمامِ قد استتريتُ بمعجزِ
والعنكبوتُ على الهوا يترفّقُ

وصديقُ دربٍ بل رفيقِ بجنةِ
طوبى له ولأهلِ بيتٍ صدّقوا

يارب تدري ما بقلبٍ من ارتجى
دمعاً بروضٍ، والعيونُ تحدّقُ

فأنا .. وإن كنتُ التي بقنوطها
أبكي لأجلِ شفاعَةٍ .. أتملقُ

وبعمري لم أشكُ الحياةَ وإنما
لا عيشَ يحلو .. والفؤادُ معلقُ.

• م. بثينه فاضل ضوا

السيرة الذاتية

الاسم : بثينه فاضل ضوا

الولادة: سوريا. طرطوس 1990/10/25

المؤهلات العلمية : إجازة في هندسة تكنولوجيا المعلومات والاتصالات

النتاج الأدبي :

- رواية همس الروح
- ديوان شعر إلكتروني إصدار موقع محررون بعنوان حروف يكتبها المطر
- مشاركة في الديوان السوري المشترك (همسات على أجنحة البحر) لمجلة الآداب والفنون العراقية
- تأليف وإخراج مجموعه من الأعمال المسرحية.(دمعة وطن.. اليتيم.. نهفات داعشية... وطني في ابتسامة كل طفل)
- مشاركات في مهرجانات شعرية
- مقالات هادفة في مجال تكنولوجيا المعلومات في جريدة الدستور العراقي الجديد
- قصائد متنوعة في مجلة فن الفنون

نماذج من أعمالها الشعرية :

• موعد...

وما زال الانتظار يدقُّ بابَ الهوى
على ساعةٍ موعدٍ قد فلَّ ومضى
والشوق يسألُ كلَّ عاشقٍ كيف
إلى لقاءِ الحبيبِ في العمرِ سعا
هل قصرنا في حقِ موعدنا
أم أنَّ الوقتَ لا ينتظرُ الحصى
تبطلُ الأمانى للسعي بهجته
وتطيلُ العذابَ للراغبينَ لقا
وأنت يا عشقي نسيمِ بقربي
حتى لو جئتَ كبرقٍ وسرى

العيونُ تفضحُ من أسره عشقُ
مهما كان بعيداً أو مهما دنا
أعطني من الحبِّ لحظة لقاءٍ
وأعطيك من عمري كل ما بقي

• نبضٌ ولحنٌ

ما عاد للروح لحنٌ على وترٍ
ما عاد للحرف نبضٌ على سطر
أسندتُ على آرائك العمر
همي وبصبرٍ جعلتُ مرّه قطرٍ
شردتني خلف الأمانى غصنةً
تتجولُ كطيرٍ من قطرٍ إلى قطرٍ
وبجفاك أرى الأرض ساكنةً
والسّماء في خصامٍ مع المطر
ألومك بحبي الذي يفيضُ بخاقي
وينعشُ العاشقينَ بطيبِ العطر
أنا كنجمه في السّماء عاريةً
وأنت كالقمر تختالُ من بَطر
كيف أخرجُ منك وأنت الذي
في كل بيت قصيدةٍ لك شطر

• امرأة من ذهب

دليني إلى حيثُ خطت قدمك

لأقبل التراب وأنصب لك تمثالا

الأمهات حملن أبناؤهن في الدنيا

وأنت حملت مع الأبناء أثقالا

اسمك حياة وأنت الحياة ومنك

وستبقين في قلبي أجيالا

أحمدُ الله الذي كتب لي معك

أياماً طوالاً لعيني إكحالا

يا امرأة رسمت الدنيا أغنيةً

في التفاني أقوالاً و أفعالاً

لو الدنيا تكافئ فضلك لو..

.. قف لك الجن والإنس أرتالا

إذا ينسُ نظرتُ في عينيك

فترسمُ بحنانها لي آمالا

الجنة من تحت قدميك

حقيقة لا يمكن لها إبطالا

امي امرأة من ذهب

لا تساويها من الدنيا أموالا

• أسروة عثمان مصطفى

السيرة الذاتية

نبذة عن حياة الشاعرة، سروره عثمان مصطفى،

- أسمها الأدبي معروف بـ (سرورى به يان) بما يعني "نسمة الصباح"
- ولدت في سنة ١٩٦٦ في مدينة كركوك.
- الوظيفة مدرسة ، تسكن مدينة أربيل
- متزوجة لها بنتان و ولد، الشاعرة سروره عثمان ترعرعت في عائلة مناضلة ثورية يسارية شيوعية، كما ترعرعت منذ نعومة أظافرها مع الأدب والفكر السياسي في وسط عائلتها.
- ما يجلب الأنتباه في سيرة حياتها أن والدها الكاتب والشاعر المعروف "عثمان مصطفى خوشناو" له الكثير من المطبوعات الأدبية والتاريخية والدواوين الشعرية... بدأت المشوار الأدبي بكتابة النثر وخواطر شعرية قصيرة و ترجمة بعض الخواطر لكتاب مشهورين ك نزار قباني ونازك الملائكة ونوال السعداوي ورجاء النقاش وغيرهم ..
- ترجمت سروره في التسعينات قصة قصيرة للكاتب زهدي الداوودي باسم (أسطورة مملكة السيد) ..
- كتبت قصائد لا تعد ولا تحصى .. ولكن ليس كل ما كتبه ننشره
- لها مواقفها الجريئة في كتاباتها وهي مدافعة جديّة عن حقوق المرأة كما هي ناشطة جريئة في مجال المرأة ولها العديد من القصائد عن المرأة.

نشاطاتها الشخصية :

- عضوة في الجمعية الأكاديمية السياسية والفكر الديمقراطي
 - عضوة ناشطة في منظمة خاني للبحث الفكري
 - عضوة ناشطة في المؤتمر القومي الكردي
 - نشر لها عدة قصائد شعرية وبحوث مع لقاءات مباشرة في الأعلام والجرائد والمجلات، أسوة بمشاركتها في النشاطات الاجتماعية والسياسة على سطح الإقليم
 - لها عدة نصوص مترجمة من اللغة الكردية إلى اللغة العربية و الفارسية والعكس
 - شاركت في عدة ندوات و أحيت الكثير من الأمسيات الشعرية سواء في المنظمات التي هي عضوة فيها أم استقبالتها و استدعائها من قبل المنظمات المدنية.
 - شاركت في العديد من المهرجانات والمناسبات الأدبية حيث استضيفت من قبل المنظمات المدنية.
 - أحيت أمسية شعرية في مدينة هانوفر الألمانية سنة ٢٠١٧.
 - إنتاجها الأدبي ديوان شعري بأسم (ههناسهكاني ژنيك) بمعنى (انفاس امرأة) ،
- وكتاب شعري آخر بأسم (تاسهكاني عيشق) بمعنى (أشواق العشق) بالإضافة لكتابة الإشعار والخواطر قد تطرقت لكتابة الرواية

نماذج من أعمالها الشعرية ::

• مهاترات القدر

حينما ينتابنى اليأس
من لقياك
ارى نفسى بانساً
اندد بأسمك مراراً
اتأثر مما انتابني .. ثم اقرر
اترك كل شئ و افكر
و تأتي الخيالات .. و اتذكر
ماضياً من الود والشوق والجمال
و أتحسر
اقول و اقول
هل كنا من البشر ؟
يا ليتنى اسمع جواباً
كى لا اتخيل او هاماً
و ارى نفسى اتصور
مهاترات القدر ..

• حورية البحر

كم تمنيت لو استرجع
سنوات صباى
و أصبح عروس البحار..
و أعشق أحد ابناء الجان،
فأنا حورية من اصل النجوم ..
عند اطلالة الشمس

بروية،

أغطس رأسي في الماء

وأبحر بعيداً الى مالانهاية ..

و عند الغروب،

أرفع برأسي عالياً وأتلاًلاً كما النجوم

وأزيد من بهائي جمال القمر،

يا لأمنية ،

أمرأة فاتنة شاخ بها السنين

أمرأة لعب بها الدهر

كما الرياح بالسفن.

• الى صديقي

يا صديقي

لك كل الرقصات ..

والألهام ..

والعشق ..

لقد بعثرت أوراقى ..

وأمرت حياً ..

وأفضت عشقاً ..

يا إله الوجود أنت ..

وصديق الدرب أنت ..

مهجتي أشرققت ..

و من إشراقاتي

نسجت خيوطاً ذهبية

لعلي بمهجتي أنير

درب الملايين،

كفى ..

كفاني جلوساً ..

كفاني سجنأ ..

حان وقت

الضحك ..

و الرقص ..

والعشق ..

بكل براءة وصدق .

• أيها العاشق

أما زلت لا تعرف ؟

لقد مضى الدهر

والسنين تتلى واحدة تلوى أخرى ،

والأنامل ماتزال تعزف على الأوتار

لقلب لا يصده رنين

لا الأوجاع ترهبه ولا الأنين ،

فالضرب على مهجة القلب

كعزف العود و لهو القلب ،

حين يزف ترنيمة العشق

تحلق راقصة كراقص الباليه ..؛

ما زال فؤادي يافعا

ينشد الطرب متغرداً

فهو رغم مرور الدهر

لا يكف عن البكاء

ووجد الإنتظار و الشوق ،

ايها الكائن

أنا مهوسة بك منذ نعومة أظفاري !؟

الا يكفيك إحتظاري هذا

وأنا التقط أحر أنفاسي..!؟

الا يرضيك سكرة موتي

ها هنا من جديد قد وجدت ملاذي ،

بحضن مغرم لعشق سرمدي

كليلة من ليالي ألف ليلة و ليلة ،

كسقاء سكير منتشي

معطاء دون مبتغاء و شد ،

فالحب هو وليد معطاء سخي ،

يا لجمال هذا العشق

لا يأخذ منك غير الهيام والوجد

وهل العاشق يتلذذ بتعذيب ذاته ؟

كأن الحب سبيل لعطاء الروح

و أي عشق هذا !

شاكراً يوهب من سخائه بكرم

يمنح السكير والساحر ،

و يرى في موته سحراً..

أيها العاشق هل ما زلت نادلاً

في مقهى قلب المعشوق ؟

وتتلذذ بترنيمه صوت غناء أزلى

بات خالدا ...!؟

• أنبيلة متوج

السيرة الذاتية

نبيلة علي متوج... من الجمهورية العربية السورية ..محافظة اللاذقية
خريجة كلية الآداب والعلوم الإنسانية فرع رياضيات في جامعة تشرين
نماذج من أعمالها الشعرية

وجه بلا ملامح

أفتح عيني

لعلي أعرف وجهي حسنا"

فأرى وجهها"آخر

آه آه

من زمن ماتت فيه الكلمات

وسقطت فيه الأفتنة

ماعدت أميز بين الموسيقى

ونشاز الأصوات

أصرخ

يتجاهل الكل

صوتي

يضيع...يضيع

أشعل نارا"

عل سوايح قافلة

تحملني

لكن

كل الأعين

أغرقها بحر رماد

امتزج دمعي في فرحي
كسرت قوسي
في أول رحلة صيد
أبحث عن قنديل
يفقأ عين الليل
لكن لا أبصر
إلا أسراب الغربان
أه لماذا القهر يغزوني
والحزن يسكنني
والفرح يودعني ...
سرابسراب
أرى
والرمل يملأ عيني
والملح أجاج على
شفتي

والكلالكل بأفئعة
حتى أنا ماعدت أعرف
من أنا ...
من أنا !؟
الكل يمثلالكل يصفق
والأقوى يبقى

نبيلة علي متوج

" هَيْام "

أَهِيْمُ فِي شَرِيَانِ عِطْرِكَ

جُنُونٌ بِدَاخِلِي...

يَسْحَقُنِي

حَدُّ الْهَذْيَانِ...

أَتَلَدُّ بِعَذَابَاتِي!

جُنُونٌ...

يَنْتَشُنِي مِنْ إِدْمَانٍ لِآخِرِ

تُرَى..

أَ لَا يَشْفَعُ لِي ذَلِكَ؟

وَ أَنَا الْمُقَيَّدَةُ بِحُلْمٍ

أَطُوفُ حَوْلَكَ

أَتَبَعَثُ.. لِاجْنَةِ،

لَا وَطَنَ يَمْنَحُنِي

حَقَّ الْأَقَامَةِ!

طَأَلْتِ الْمَسَافَاتُ...

وَ الْمَزَارُ ظَمِيءٌ مِثْلِي

لِلْقَاءِكَ!

هَلْ تَأْتِي...

سَحَابَةٌ مَاطِرَةٌ،

تَشْفِي غَلِيلِي؟!

نبيلة علي متوج

الموت اللذيذ

إنه الموت يحمل لي قشعريرة

الحياة اللذيذة

ونشوة ما أعتدت عليها

وجرأة تجعلني أتابع رحلتي

ولحظاتي معدودة

ماعدت أخشى القول ..

ولا النظر في العيون الملونة

هاهو الملاك الذي يحمل بين

أصابعه الرحمة ...الخلاص

والطمأنينة

ويسوي مضاجع الأغنياء والفقراء

يلوح لي

نعم ... صارعت الحياة.. وصرعتني

وهاأنذا على حلبة الصراع ألفظ

أنفاسي بانتشاء وسعادة

أندرون لماذا !؟

الكل يخاف علي الآن

ينظر إلي بعين العطف

كنت أحتاجه

ولم يعطف علي أحد

والآن يحمل لي مالد وطاب

ولكن نفسي تعوف الملذات

ماعدت بحاجة إليها

أحس روعي متخمة بألم لذيذ
بعد قليل سأحمل على الأكف
ربما يودعني شخص ما
وتدمع عيناه
سيكون بيتي الجديد أوسع
من العالم الذي ضاق
حتى اختنقت
سيشعل البخور على قبري
وينثر التراب والورد ...
سأحس بيدك تدغدان تربتي
ودموعك تسقي عظامي
وسأكون سعيداً"في مثواي الأخير
هنا سيتساوى الجميع ...
وسيرحل الجميع
وفي المساء ستنزل من علاك
نجمة مشتاقاً على تربتي

نبيلة علي متوج

"يا ملاكى"

يا ملاكى لا تلمني...
أنا لَنْ أنسى مُرادى
يا ملاكى رَبِّ لَوْمٍ...
زادَ وجدًا في عنادى
لَمْ أكَ أرغبُ بعداً

عَنكَ يَا أَعْلَى الْعِبَادِ
أَنْتَ وَرَدُّ فِي حَيَاتِي
يَسُقَ مِنْ نَبْضِ الْفؤَادِ
لَمْ أَرَ إِلَّا شُعَاعًا
لَاخَ فِي عَيْشِي وَ زَادِي
ضَاقَ فِي بُعْدِكَ صَدْرِي
لَيْسَ قَلْبِي مِنْ جَمَادِ
أَيُّهَا الْعَاذِلُ:-

رفقاً،

لَنْ أَنْكُثَ عَهْدَ وَدَائِي
وَ أَنْتَ يَا تَوَامَ رُوحِي
تَبْقَ كحَلَا فِي سُهَادِي
أَنْتَ نَجْمِي فِي سَمَائِي
حُلْمٌ صَحْوِي وَ رُقَادِي
أَنْتَ يَا... عُدْ لِي!
إِنْ شَوْقِي فِي ازْدِيَادِ

نبيلة علي متوج

• درانيا البحيرى

السيرة الذاتية

الاسم : رانيا حسن بحيرى شلتوت

دكتورة الفلسفة فى العلوم الزراعية

تعمل بمركز البحوث الزراعية - معهد بحوث الاقتصاد الزراعى

نماذج من أعمالها الشعرية :

قصيدة هنادي

أنا شفتك فارس أحلامي = مقدرتش أعبر بكلامي

وعيونك بتحس بقلبي = وبشوفك شاعر بمنامي

وبشوفك شيخ عاقل ..راسي = وبشوفك في شباب أيامي

وبحس بقلبي أما يرفرف = ويطير على همسك إلهامي

في الركن الهادي اللي ف قلبي = حسيتك بالحب مسافر

وعنيك اللي تقول ما تخبي = في هوانا وقلبي يقول حاضر

وسألتك شفتك فين قوللي = ما تخبش عني دا انا مذاكر

أنا شفتك بتكلم قلبي = وانا قلبي كمان زيك شاعر

بصيت على قلبي الناحية دي = وعيونك بتبص قصادي

وساعتها انا مقدرتش أخبي = وصارحتك ايوه اسمي هنادي

وعمارة بابا اللي ورانا = لا بتفرق شبرا ولا معادي

حبيتك أيوة أنا حبيتك = وبقولك أيوه المرة دي

الحب يحقق أحلامنا = ونعيش بالحلم زمان تاني

مبلاش نهرب من أيامنا = ونضيع م القلب أمانى

عمرك لو مية -- ولو ثانية = أنا راضية بروحك عجباني
لو عمر الحب اكبر منك = يبقى أنت اكبر منه ثواني

وبحبك زي تمام حبك = وبقلبي انا هسمع صوت قلبك
ما بخاصمك واتحمل بعدك = ولا افارقك واتحمل صدك
خلينا اصحاب ونعيش احباب = والمعنى كبير عندي وعندك
مش معنى الحب اللي جمعنا = نتنازل عن عهدي وعهدك
زي ما بتحب هقول بابا = وتقول بنوتي يزيد ودك
وتقول لي يا ماما كمان هرضى = وهشوف هيكون ايه ردك

د. رانيا البحيري

صورة ملهمي

أعانق الليل في عينيك يسكرني
ويبقى سرُّ العناقِ بأضلعي
تُنشِدهُ كتاباتي
فلا تَمَلْ بذراعيك لغيري
وكن موقنا بأنك الأبقى بذاتي
فليس لك بديلٌ داخلي
لأنك تعلم ..
أني أحبك فوق احتمالي
فيك أعيشُ بدون اختياري
فمنك انبهاري وأنت أنتصاري
وإن كانَ قُدَّرَ لي من هواك
فإنك نجم بقلب المدار
فحبك ...

وشاح على صدرى يزينني
وعقدٌ أبهر به الأنظارَ
أيا عطرا فاح بالأرجاء
كيف الفراق وأنت بالوجدان؟..
أفكر فيك وفي كل وقت
وأبقى أفكر فوق إحتمالى
أراك الحنان وفيك الأمان
فتغدو حروفي كقطعة سكر
وذبتُ لأسقيك طعمَ الحنان
فإني عشقتُكَ حَدَّ الألم
وحد الجنون وحَدَّ العناد
ولمَّ لا أحبُّك؟..
وقد سرقت لغتي وأشعاري
بنظرة من عينيك تسكبها
ففي عينيك سر كتاباتي
لم يقرأها سوى قلبي
أجسدها بأبياتي
فقل لي بربك..
كيف أجالس غيرك
وأنت المسافر في دمي
وأنت الفارس بأحلامي
كيف وكيف يا عمري؟..
أنادي أسماً غير أسمك بذاتي؟

د. رانيا البحيري

أنت وبس

.....بقلمي.د. رانيا البحيري

أنت حنين بس عنادك
جنب جنانك ملهوش حد
واما بحبك وأدخل قلبك
تقلب كل هزارنا بجد
كل ما اقولك فضى خيالك
وانزل أرض الواقع جد
تبعد عني وتسرح تاني
وتقول عاشق وماليش حد
نفسى تصدق انى بحبك
وأنتك جوه الروح والقلب
نفسى تصارح نفسك مرة
تسأل روحك عني بحق
نفسى ياعمري ننسا خصامنا
أصلي بحبك أنت بصدق
أمتى اليوم يجمعني أنا وأنت
نكتب كل حروف الحب
امتى كل العالم يعرف
قصة حبي انا وانت وبس
جوه فصولها يقرأوا مشاعر
يختار فيها العاشق جد
أمتى كل العالم يعرف
ان انا وانت الاقوى بجد

آه لو تعرف انى فى يومي
حتى فى حلمي ما بشوف حد
غيري وغيرك جوه الحلم ياروح القلب
آه لو تعرف ان حياتي
بس فى حبك دي تتعد
أما كل الدنيا فى بعدك
لا تتحس ولا تتعد
أما بتعند ضدي فى مرة
تقطع كل اوتار الود
عارف اني هصالحك وانسا
وارجع أحاول ربط الود
كل ما أحاول اقسى فى مرة
برجع أحن لنفس الود
أصلي بحبك ما أنت حنين
بس عنادك جنب جنانك ملهوش حد

د. رانيا البحيري

القسم الثاني

القصة القصيرة

جيل الرواد

• الدكتور يوسف إدريس

السيرة الذاتية :

الأديب يوسف إدريس ، كاتب مسرحي وقصصي مصري أثري الأدب بالعديد من الأعمال والروايات ، تخرج من كلية الطب عام 1947 ، وتخصص في الطب النفسي ولكنه لم يستمر في العمل في هذا المجال ، حيث كان ولعا بالأدب وفن القصص والمسرح ، طبعت أعماله الأدبية وتحول كثير منها لأعمال مسرحية وسينمائية شهيرة مثل النداهة والحرام .

بداية :

ولد يوسف إدريس في قرية البيروم التابعة لمركز فاقوس بجمهورية مصر العربية عام 1927 وكان والده كثير التنقل في ربوع مصر إذ كان يعمل في استصلاح الأراضي ، وكان يوسف إدريس في صغره مغرما بعلم الكيمياء ويحلم بأن يصبح طبيبا، مما دفعه للتفوق والالتحاق بكلية الطب .

حياته :

اشترك يوسف إدريس خلال سنوات دراسته الطب بالمظاهرات المعادية للاحتلال البريطاني ، وللملك فاروق ، واختير سكرتيرا تنفيذيا للجنة الدفاع عن الطلبة ، وسكرتيرا للجنة ، وهنا بدأت أعماله بإصدار المجلات الطلابية الثورية ، وكتابة أولى قصصه القصيرة والتي لاقيت إعجاب زملائه الطلاب .

عمل يوسف إدريس بعد تخرجه طبيبا بالقصر العيني لعشر سنوات ، ثم طبيبا نفسيا ، ومفتشا للصحة ، ثم عمل صحفيا محررا بجريدة الجمهورية ، ثم كاتب بجريدة الأهرام في الفترة من 1973 وحتى 1982 ، وكان ليوسف إدريس العديد من الرحلات حول العالم ، إذ كان عضوا لنادي القصة ، وجمعية الأدباء ، واتحاد الكتاب ، ونادي القلم الدولي .

نشر يوسف إدريس عدد من قصصه القصيرة في جريدة المصري ، ومجلة روزاليوسف ، ثم أصدر مجموعته القصصية أرخص الليالي ، ثم واصل عمله كطبيب حتى 1960 ، وفي العالم التالي انضم يوسف إدريس للمناضلين الجزائريين في الجبال ، وحارب معهم حتى أصيب وقلده الجزائريون وسام شكرا وتقديرا لنضاله بالقضية الجزائرية .

انشغل يوسف إدريس بالقضايا السياسية وكان يمتلك الجرأة للتعبير عن آرائه المعارضة للنظام ، فقد كان منتقدا لجمال عبد الناصر ، وكذلك للوضع السياسي في عصر محمد أنور السادات .

أعماله الأدبية

القصص :

- جمهورية فرحات 1957 .
- حادثة شرف 1958 .
- أليس كذلك 1958 .
- آخر الدنيا 1961 .
- العسكري الأسود 1962 .
- النداهة 1969 .

الروايات :

- الحرام 1959 .
- العيب 1962 .
- رجال وثيران 1964 .
- السيدة فيينا 1977 .

مسرحيات :

- ملك القطن 1957
- اللحظة الحرجة 1958 .
- الفراير 1964 .
- المهزلة الأرضية 1966 .
- البهلوان 1983 .

مقالات :

- بصراحة مطلقة 1968 .
- مفكرة يوسف إدريس 1971 .
- اكتشاف قارة 1972 .
- الإرادة 1977 .

نماذج من أعماله :

نظرة / يوسف إدريس

كان غريباً أن تسأل طفلة صغيرة مثلها، إنساناً كبيراً مثلي لا تعرفه في بساطة وبراءة أن يعدل من وضع ما تحمله، وكان ما تحمله معقداً حقاً. ففوق رأسها تستقر «صينية بطاطس بالفرن»، وفوق هذه الصينية الصغيرة يستوي حوض واسع من الصاج مفروش بالفطائر المخبوزة، وكان الحوض قد انزلق رغم قبضتها الدقيقة التي استماتت عليه؛ حتى أصبح كل ما تحمله مهدداً بالسقوط.

ولم تطل دهشتي وأنا أحرق بالطفلة الصغيرة الحيرى وأسرت لإنقاذ الحمل. وتلمست سبلاً كثيرة، وأنا أسوي الصينية فيميل الحوض، وأعدل من وضع الحوض فتميل الصينية، ثم أضبطهما معاً فيميل رأسها هي، ولكنني نجحت أخيراً في تثبيت الحمل وزيادة في الاطمئنان نصحتها بأن تعود إلى المخبز.

ولست أدري ما دار في رأسها، فما كنت أرى لها رأساً، وقد حجبته الحمل، كل ما حدث أنها مضت وهي تغمغم بكلام كثير لم تلتقط أذني منه إلا كلمة «ستي».

ولم أحول عيني عنها، وهي تخترق الشارع العريض المزدهم بالسيارات، ولا عن ثوبها القديم الواسع المهلهل الذي يشبه قطعة القماش التي ينظف بها الفرن، أو حتى عن رجليها اللتين كانتا تطلان من ذيله الممزق كمسارين رفيعين. وراقبتها في عجب وهي تنشب قدميها العاريتين كمخالب الكتكوت في الأرض، وتهتز وهي تتحرك ثم تنظر هنا وهناك بالفنحات الصغيرة الداكنة السوداء في وجهها، وتخطو خطوات ثابتة قليلة، وقد تتمايل بعض الشيء، ولكنها سرعان ما تستأنف المضي.

وراقبتها طويلاً؛ حتى امتصتني كل دقيقة من حركاتها، فقد كنت أتوقع في كل ثانية أن تحدث الكارثة ويسقط الحمل، وأخيراً استطاعت الخادمة الطفلة أن تخترق الشارع العريض المزدهم في بطن حكمة الكبار.

واستأنفت سيرها على الجانب الآخر، وقبل أن تختفي شاهدها تتوقف، ولا تتحرك فظننت وخيلاً إليّ أن هناك عربة قادمة لتدهسها. وكادت عربة تدهمني وأنا أسرع لإنقاذها، وحين وصلت كان كل شيء على ما يرام، والحوض والصينية في أتم اعتدال. أما هي فكانت واقفة تتفرج ووجهها المنكمش الأسمر يتابع كرة من المطاط يتقاذفها أطفال في مثل حجمها، وهم يهللون ويصرخون ويضحكون، وهي تتابعهم بنظرات حسرة وألم.

ولم تلحظني ولم تتوقف كثيراً، فمن جديد راحت مخالبها الدقيقة تمضي بها، وقبل أن تنحرف استدارت على مهل واستدار الحمل معها، وألقت على الكرة والأطفال نظرة طويلة ثم ابتلعتها الحارة.

من الجيل الحديث

• إنهاء كرارة

السيرة الذاتية :

نهاده كرارة

- مراجع حسابات بوزارة العدل
- كاتبة وروائية مصرية
- صدر لها كتب مشتركة مثل (بوح الصحبة), (عشوائية ياسمين) و(قطرات مطر)
- كتب فردية
- مجموعة قصصية نيسان الوجد
- كتاب قصائد نثرية مدن الفراشات
- رواية الدمشوري
- رواية آخر حدود الحلم .
- الكتروني
- أوراق الحب الأخيرة
- العالم من باب موارد
- شهادات تقدير من مؤسسة قلبي الثقافية
- شهادة تقدير من فريق كذا حلم للدعم
- درع الإبداع الأدبي من منتدى الإدريسي
- شغلت سابقا نائب رئيس مجلس إدارة لموقع الصحبة نيوز
- وسابقا مدير تنفيذي لدار الصحبة الثقافية للنشر الإلكتروني
- وحاليا رئيس مجلس إدارة موقع جريدة الفكر الحر
- ومدير تنفيذي دار الفكر الحر للنشر الإلكتروني

نماذج من أعمالها :

قصة شجرة

من المجموعة القصصية (نيسان الوجد)

الطبعة الثالثة دار شهرزاد

شجيرة صغيرة، كنتُ في البداية مجرد بذرة، غرسني المولى في الصحراء، رواني بمياه المطر النقية، كلما عصفت بأغصاني الصغيرة عاصفةً ترابيةً قبلني الندى في الصباح على وجنتي بُلطف، كلما غرز حيوان بري أظافره بجسدي الصغير ضمدتُ جراحي بدموعي حتى يلتئم.

الصحراء الممتدة أمامي لم تمنحني حناناً ولا حنيناً، فقط قلبي النابض داخل لحائي يُدقّني في ليالي الشتاء المُمطرة، وروحي المرحّة تمنحني البسمة في أيام الشمس الحارقة صيفاً، وغناء القمر يؤنّسني في ليالي الوحدة والوحشة.

صرتُ باسقة، أطلع السُحب والشمس والقمر والعصافير بتمني أن أرحل عن تلك الصحراء، لكنني أخشى ألا أستطيع، العصفور الذي يحوم حولي يحمل لي دوماً ثمرةً لا تنتمي إلي، كشجرة حزينّة تبسّم في أمل، أراد أن يُنبئها داخلي فأتحول إلى شجرة تناسبه، لم يستطع فهم أن روح الشجر يختلف عن بعضه بعضاً، وأني شجرة زهر لا أنبت ثمراً للأكلين، بل أطرح فرحاً وبهجة، أنتظر الحصاد كي أفرح أنا، وكلما أردتُ منه أن يمنحني وردةً منحني سكيناً.

في نهاية الأمر، نحرته بها، واقتلعتُ جذوري من بستانه ورحلت بعيداً بأفريقي الممتدة إلى السماء بالدعاء ألا يمنحني عصافير أخرى، افترشتُ أرضاً بجوار نهر جارٍ، مددت جذوري مستمتعةً بالجمال والصُّحبة من حولي، شجيرات صغيرة تغني وشجر أكبر يمنحنا البركات، نهر يصنع نغمات راقصة والهواء ترقص فيه الفراشات الملونة، لم أعد أرقب السحب والعصافير بتمني الطيران.

حطّ غرابٌ على قمة رأسي، نقر زهرةً صغيرةً بمنقاره فأحدث برأسي جرحاً، نظرت إليه لا مبالية، وسألت الرياح أن تُمشط أوراقي، فمخّنتني عاصفةً باردةً أسقطته أرضاً.

ضحكت الزهرات، غنى الجدول، منحتنا الأشجار الأكبر سنّاً البركات.

كتاب أوراق الحب الأخيرة

أدب رسائل

إلى الذي لم يستمر إلى الأبد

عزيزي..

الشتاء القادم في الأفق يُذكّرني بك، أذكر لقاءات الشتاء السابق، حين سبرنا تحت المطر نضحك على شيءٍ تافهٍ لمدةٍ طويلة، أمّدي يدي لأخبي قطرات المطر في كفي، وأنظر إلى السماء مُبتهلةً أن تمنحني قلبك إلى الأبد، نطرح حوارات، وأسئلة طفولية، وإجابات بلا هدف ونضحك أكثر فأكثر. تخبرني أنني مجنونةٌ جدّاً، وأخبرك أنك تحتاج إلى بعض الجنون كي تُوازن حياتك العاقلة أكثر من اللازم، فتنظر إلى السماء مُبتهلةً ألا يحرملك مجنونتك إلى الأبد.

حينها أخبرتك أنك الوحيد الذي تستطيع منحي ابتساماتٍ دون مقابل، الوحيد الذي يحو الدموع ويزرع الزهر في روحي، يُضمد جراح الروح الخفية، ويمنحني قُبساً من نورٍ لي وحدي.

اتسعت ابتسامتي على إثر ابتسامتك التي تلت كلماتي، أخبرتني أن السعادة في وجودي لم تختبرها من قبل، وأن بريق عينيك هو لي وحدي، وأني الجريحة التي يُداويها جريحٌ تُداويه.

أذكرُ أيضًا الجرو الصغير الذي أتى يستجدي قطعةً من طعامك، فألقيت له كل ما معك، رأيتُه اليوم وحدي وقد كَبُرَ وصار كلبًا مخيفًا.

هكذا دومًا الأشياء الصغيرة الجميلة؛ حينما يمرُّ الزمن تُصبح مخيفًا قابعةً في الذاكرة تنهشنا ببطء. تُرى أيها الغريب، إن كان قطار عمرك قد استمرَّ إلى الآن ولم يتوقف فجأةً تاركًا روعي وحيدة، كيف كنت ستبدو؟!

عجوزًا أشيب تمنحك خصلات شعرك الأبيض مزيدًا من الجاذبية والدفاء ومزيدًا من الجميلات من حولك.

تُرى كيف كنت ستراني؟ هل كنت ستظلُّ مُحنفظًا بابتسامتك وبريق عينيك لي، أم أن الله قرَّر ألا أحيا سطورَ خذلانٍ معك واختارَ أن أحيا سطورًا من الفقد من بعدك، أم إنه استجاب لدعائك ودعائي بطريقةٍ أخرى مفاجئة؟!

كل القصص نهاياتها تتفقُ في أنها حزينة.

في الواقع، كل الاختيارات صعبة، ولا اختيار في الحقيقة هو اختيار فعلي، فكلها أقدار نسيرُ إليها دون وعي أو مقدرةٍ على تغييرها، فقط علينا تقبلها بصمت.

ربما غدًا نجتمع، وربما بعد عامٍ أو أعوام، لكن الجميل في الأمر، أن لقاءنا القادم لا فراق بعده ولا حزن، لا توقعات مسبقة ولا خوف.

إلى لقاءٍ إذًا يا قلبي الحزين.

• أ.ضحى جهاد أحمد

السيرة الذاتية

ضحى جهاد أحمد

- اجازة في الإعلام من جامعة دمشق
- اجازة في التربية من جامعة تشرين
- عضو اتحاد الكتاب العرب
- سبع مؤلفات في القصة القصيرة والرواية
- كتاب لمحات أدبية ويحتوي مقالات مشتركة في التنمية البشرية مع د. محمد فتحي عبد العال.
- العديد من الجوائز في الوطن العربي آخرها أدبية النيل والفرات مركز أول عن عام ٢٠١٩ عن مجموعة قصصية بعنوان (سماة ثامنة)
- أفضل كتاب لعام ٢٠١٩ عن رواية بعنوان (ومضى) مؤسسة النيل والفرات للطبع والنشر والتوزيع في مصر
- عضو الهيئة الإدارية العليا للمنبر العربي الجامع
- عضو الهيئة الإدارية لاتحاد المثقفين العرب
- عضوية لجان تحكيمية في القصة القصيرة والومضة القصصية بالتعاون مع منظمة أجنحة السلام والديمقراطية واتحاد المثقفين العرب
- العديد من المقالات في الدوريات العربية والعالمية (سفير برس - cnn العربية - الحدث من لندن - الفيصل من باريس - سيروان العراق - الاسبوعية العراقية - أنباء اليوم المصرية وعاجل مصر - موقع بقحة اللبناني ومجلة امارجي السومرية - صحيفة الجمهورية الجزائرية)
- العديد من التكريمات في مصر والعراق والجزائر والمغرب وكندا
- ناشطة اجتماعية من خلال الجمعيات الخيرية في سورية.

نماذج من أعمالها :

بين سروتين

راودني طيفه منذ زمن، فحاكت الأقدار شرنقة اللقاء، وكنت أمامه وجها لوجد عن سابق عاضفة.

التقيته في أكثر الأماكن توقعا للصدف، كحدث مرتب بعناية.. بدا طاغيا كبحر.. أسراً كلون الغروب.. شاهقاً كقامات التعب.. بسيطاً كالمطر.. يشرذ الضوء من أنامله غيوماً وفرساناً.

عرفته قبل اللحظة الأولى، أنا السجينة بفكري الشرقي، المسورة بتوصيات أمي ولون تفاحها، المزنة بمحرمات أبي، المعتمرة تاج الشوك في مضائق الجلجلة.

التقت عيناى بعينيه فى حقول الخفر ونصف الاشتعال، كان يتجول فى المكان بخفة لون مضيء فى لوحة، لا ينخرط بطقوس أو مراسم أو أوسمة.

يجس مريضة مقرورة، يلامس جبهة طفل، يلثم خد عجوز، يلف المكان بسحره وجلاله، كنت أعرفه أو أتوقع ذلك.

انجذبت إليه بكل ما أوتيت من إرادة ، تعلقت به حدّ العبق..

ليست قصة غريبة أو غير مألوفة أو متوقعة أن تداهنا النهايات فى ذروة عشق الحياة، لكن المدهش تفاصيل ذلك الارتباط وربما الالتصاق والتماهى.

يومها عدت إلى البيت بخطا ثقيلة معفرة بروائح الضباب تجنباً للمواجهة.

اختصرت الكلام إلى أدنى مستوياته، عانقتى زوجي بود سحيق، طوقتني كلماته ونبرة صوته الهادئة، وثرثرات أطفالي ولون ضحكاتهم الصغيرة.

لكنك كنت حاضراً بيننا.. رأيتك فى تفاصيل التفاصيل تعرش على كروم حياتي فقد صرت ضمن مدارك كوكباً اكتشف حديثاً أو شهاباً يحترق.

كنت أخاف أن يلمحوك فى ملامحي فأهرب من نظرات زوجي التي اخترقت روحي، ذلك الرجل الذي اخترته عن سابق عاصفة وأقسمت له تحت الشمس والرياح والأنواء، أن أبقى معه بالرغم مما سيعتريه من زجاجات دواء ومشية مجعدة، وسيفقى فى ذاكرتي شاباً جديداً لا تهزه أمواج العمر ولا تطاله رياح السأم .

كيف سأخبره أنى سأعذر به فى عقر الاشتياق والربيع، هل سيفهم اكتشافى وحدة قياسية مبتكرة للحب غير الامتلاك والبقاء؟

هل سيسامح تعلقى بك لهذا الحد؟

ماذا عساي أن أقول عن لقائنا.. ورجبتى بمرافقتك، عن نصل نظرتك المغروسة فى ذاتي ولغتي وسكانك بين الأعصاب؟

هل سيطرب لأغنييتي المغسولة بالدمع والصديد؟

وابداً بتمثيل دور الزوجة وأعرف أننى ممثلة فاشلة لا أقنع نفسي فكيف سواي. أسمع وقع خطواتك فى انتخاب جارتنا لسفر ابنها إلى ملكوتك.

يباغتنى صوت صغيري يناديني (ماما) ألن تحكي لي قصة قبل النوم؟

يركض إليّ يرتمي فى حضني كقمر فى قلب بحيرة، يطوقني فأحس نراعه ناراً فى بيدري اليابس، أحمله إلى سريريه متأرجحة بين ذاكرة مهتاجة ونسيان مطلق الخريف.

أحاول أن أحكي له قصة لقائنا، أترجع وأتوسل الصمت بكل عجرفة الأمومة..

كيف سأخبره أنى سأغادر إلى مرفأ آخر.. وأن نوارسي ستطفق فوق بحر جديد؟

كيف سأقنعه أنني أوّمن بملوحة الأهداب وأن بوصلتي صار لها سمت آخر؟ كيف سأخبره أن خطواتي ستألف طريقاً غيره وأن دروبي تعشق عطرِكَ ولا أملك لِقَدْرِي تبديل؟

هل أجرو أن أكلمه أن أمه سترسو في جزيرة لا تتمنى أن تلقاه فيها وستصلي أن يطول انتظارها لاحتضانه وستأمل بالمستحيل ألا تلاقيه في محطتها أبداً.

أصمت ويتدحرج قلبي كقمر وقع وتشظى آلاف الكلمات والذكريات والآثام الصغيرة.

تذكرت إحدى الصديقات وكلامها عن قوس قزح أنه يغير المفروض وتمنيت أن تتباعد السموات بقوس إلهي أسير تحته فلا أزور ذلك المشفى ولا ألك ولا أكتشف موعد الرحيل.

في لقائنا الثاني كنت بهياً كدرب جبلية تفضي إلى البحر وتشعل الأشجار ورقاً واخضراراً.

كنت حاسماً كاليأس النابت في أعماقي سنبله تائهة التقطتها الريح.

وقفنا كإشارتي تعجب بين زمنين يمتد العمر بينهما آلاف المساحات الشاسعة

قفزت فوق رصانتي وحيائي وشمس الشرق التي كوتني منذ الصغر.. أخبرتك عن موافقتي بل ورغبتني في مرافقتك لكن امنحني بعض الوقت لأرتب تفاصيل غيابي أو لأعبث بحياتي وأوراق التقويم...

واتفقنا أن تزورني كل مساء لنناقش الأمر..

على وقع البخور المسائي الطاغي كنت تأتي شفافاً ومترفاً بالغموض.. نجلس لساعات نبوح بدمع يرفل الجفن، تمسح بيدك ملوحة الجسد المتشظي وتشرب قهوتك المرة وتغادر بخفة الأثير..

وأنتظرتك في اليوم التالي وتأتي نتحدث عن كل شيء إلا ما اتفقنا الحديث عنه.

أكلّمك عن طفولتي وطفائري عن أقلامي الملونة ودفائري عن جدتي وأسماء الصديقات، الكتب التي أحب، رائحة العطر المفضلة، أشد الأمور سرية لم أكن محرّجة بالبوح عنها، فأنت لست كسواك..

منذ الصباح وأنا انتظرك دون موعد أكتب لك هذه الكلمات لأبدد انتظاري، ولأكسر شوقاً يستطيل انكساراً للضوء على الخلجان الرمادية..

أحسك تقترب.. أشعر بك تتقمصني.. ويكبر السؤال معانداً كل احتمالات الإجابة، هل سيسامحني زوجي؟ هل سيغفر لي أبنائي؟ ألن يخيب ظن أبي؟ ألن ينكسر قلب أمي؟ بما سيفكر إخوتي؟ وماذا عن الأصدقاء؟

هل سيفهمون أنك ملاذي ولطالما كنت ملتصقاً بي؟ هل سيفهمون أنك غير ما يعرفون أو يسمعون أو حتى يتوقعون؟ هل سيعذرون خطواتي المسافرة إليك؟

ليس مهماً كل هذا..

الذخائر

حسبي أني أمتشق ذراعك الآن.. تحملني إلى ملكوتك بثوب زفاف هو كفني أسير بنعشي إليك..
نرتقي الأثير على وقع الأصوات..

(سبحان الحي الباقي الذي لا يموت)

ضحى جهاد احمد

• استاذة سورية سلماني

- سورية سلماني روائية جزائرية من مواليد 17 مايو 1991، حصلت على العديد من الشهادات منها: ليسانس في اللغة الإيطالية، شهادة مصمم ديكور للمسرح والتلفزيون، وشهادة تقني في الإعلام الآلي. إضافة إلى مواهب أخرى كمصممة أزياء والرسم. فضلاً عن الكتابة التي منها أشتهرت وخاصة بعد صدور روايتها الأولى (قتلت أبي).

نماذج من أعمالها :

• حجر الديان وابن حسان

في أحد الأزمنة التي مرّت ، داخل إحدى المدن التي اشتهرت بصنع الزرابي وبيعها للمدن المجاورة ، كما اشتهرت بصيد الأرناب أيضا . كانت أكلة الأرناب تزيق مجرب فتاك ضد البرد والأمراض ، تبعث بالدفء للأجساد الباردة التي لا تقوى على جو الشتاء وصقيعه ، الذي ترتعد منه الفرائس..

دخل حسان بن حسان الذي سُمّي على أبيه رحمه الله ، إلى بيته غضبان أسفاً ، إذ لم يحصل على ما يطعم به أولاده العشرة ذلك اليوم ، فقد كانت زوجته حليلة تحبل عاما بعد عام ، معتقدة بأن الرجل لا يفارق زوجته إذا ما تكاثرت له ، فألهاها اعتقادها عن علاقتها بزوجها الذي ما عاد يطيق البقاء في بيته ، يسمع شكاواها التي لا تنتهي ، ولا المكوث خارجه يقذفه الرجال في كرامته لأنه لم يرجع لهم مالهم . كان حسان رجلا هزيلا قد غارت عيناه في رأسه ، فصيرهما كحب العدس ، من كثرة السهر فأخذ التفكير يأكل من جسده كما تأكل النار الحطب ، حتى صار يعود سينكسر في أي لحظة . كان يفكر كذلك في أولاده ، من يطعمهم؟ إذا ما أطفأ الموت روحه ، أو من يقضي الدين عنه ، وهو الذي إذا أغلقت الأبواب في وجهه جرى للرجال ينحر كرامته عند عتباتهم ، فأصبح حسان مغرما مثقل الكاهل ، يجرون خلف أموالهم التي سكت عنها .

في أحد الساعات الغابرة من العصر ، قدم رجل يحمل بطنه يبحث عنه ، يناديه من خلف باب بيته؛

” ابن حسان..يا حسان الشؤم اخرج وواجهني إن كنت ر.. “

قاطع صراخه أحد جيرانه الذي سلم منه ، إذ قلما يعانق المال جيبيه هو الآخر ، لقد قال له بأنه رحل البارحة ليلا مع عياله ، على ظهر البغلة العجوز . غضب الرجل غضبا شديدا ، وهرول بالكاد يحمل قدمه الممتلئة شحما ، يصرخ ويندب وسط الجموع المتفرقة التي سرعان ما تجمعت؛

” لقد هرب بمالكم المغضوب عليه ، لقد هرب المغضوب عليه. “

ما هي إلا ثوان قدر ارتشاف أذانهم للخبر ، أصابهم الذهول والقهر فأظلمت وجوههم ، وقامت الأعاصير في عيونهم تتوعدّه بقدر حامية في ليلة باردة طعاما لكلايهم.

مشى ومشى ابن حسّان في غيظ مبتئسا ، يندب حظّه والفقر الذي ولد معه ، يذكر ابن عمّه ، يعدّ رزقه الذي لا يعد ، يذكر ابنه الصادق وسناء ، وزوجته التي عرفت كيف تسعفه في أيام فقره . التفت حسّان بسرعة حين قطع حديثه مع نفسه أمر ، أصابته رعشة ، ظنه خيال فتقدّم غير مبال ينظر لأولاده العشرة الذين أرهقهم السير والجوع ، ينظر لزوجته يكاد يقتلعها من على الأرض يحدث نفسه مجددا " يا زوجة النحاس دفنتِ شبابي في حمقك ، إمعة ابتلي بها قلبي ، موتي موت.. " . توقف ، لقد تسمّر مكانه مرتجفا ، يستدير خلفه ممسكا بصدره ، خائفا أن يمزق قلبه ضلوعه من الرهب؛

“ ما كان هذا؟؟؟ ”

لم يجد أحدا ، التفت يخزر في زوجته ، يتطاير الحقد من عينيه ، اللتين برزتا بعد برهة فشل في مكانه ، مسرعا ينظر خلفه ، مصدوما بما شافه .

ظلام أسود يتبعه ، يهمهم بكلام لم يفهمه ، بعيد يقترب ، عزم ينادي أولاده خائف ينبههم ، لم يكن صوته يتجاوز حلقة ، فزع فزعا شديدا حين رأى الظلام يلتهم زوجته وأولاده واحدا فواحد ، أراد أن يبكي ، لكن صوتا رهيبا خشن كأنه الرعد جمّد العبرة في مقلتيه ، كان يتبعه صوت التقاء الحديد الحامي بماء بارد إذا أنهى كلامه ، ينهره بشدة ، يقول « ابن حسّان الجبان يهرب كالفران . ابن حسّان سفيهٌ وكوّاك ».

انطلق حسّان يلهث ينادي فلا يستطيع ، يستغيث فلا مغيث ، يرتجف هاربا إلى أي مكان يعصمه من ذلك الصوت المخيف . لم يتوقف فقط حين وجد نفسه في نفس المكان ، كأن لم يتحرك قط ، انبعث طنين حاد في أذنيه وتوقف الصوت ، سكن كل شيء فجأة ، تنفس بعمق تخلّج قدماه يضرب بعضها بعضا ، نظر لأعلى فإذا به يبتهت من هول ما رأى . كان حجر عظيم فوقه يقدم نحوه بسرعة البرق ، يصرخ ويصرخ بأعلى صوت « أنا الحجر الديان يا حسان ، سأطحن عظامك اليوم يا جبان » . تأوه حسّان ، صرخ ثم فتح عينيه ، كان أنفاسه سريعة كحصان جامح ، لقد كان في بيته ينظر حوله ، أولاده نائمون في الغرفة معه ، وزوجته تشخر بجانبه ، فاه فيها مليّا ثم رجع يستلقي على ظهره ، يتدبّر إلى أن صاح الديك ، فخرج..

كان مسرعا في مشيته ، يختبئ في قشابته (لباس للرجال في البرد) كي لا يراه مخلوق ، استقل حافلة وتوجّه إلى مكان بعيد ، حيث لا يعرفه أحد ، ولج إلى سوق تجمع فيه من كل المدن الكبرى باعة ، مشتررون وأولئك الذين يحبّون النظر فقط ورؤية الجديد . توقف وسطه وراح يصيح ويستغيث ، يردّد دون توقف ، بصوت يرتعش ، يقطعه بين الحين والآخر القهر ، يعصر فؤاده ذل السؤال ، يوارى وجهه من سوء حاله؛

“ هل من رجل يعتقد رقبة أخيه ابن حسّان من حجر الديان؟ ”

لم يلبث قدر بلع ريقه فجأوه ، تجمعوا حوله ذوا القلوب الزجاجية ، وراحوا يضعون النقود ، ورقية ومعنوية في يده ، يربتون على كتفه ثم يذهبون . ضلّ على ذلك الحال إلى أن داهمه

العصر ، وقاربت الشمس أن تختفي في الأفق ، فعاد فرحان لله شاكرا ، ومرّ في طريقه بمن أقرضوه فأعطاهم مالهم ، يتنقّس براحة مبتسما يعد ما بقي . لقد فوجئ حسّان بما بقي من مال وفير ، ففكر وفكر ثم قام إلى أحد دكاكين الأحياء الفقيرة ودفع ديون المحتاجين أمثاله .

نام حسان تلك الليلة مرتاح الفؤاد ، فرأى نفسه يسير في أرض خضراء مع أهله أمامه ، نظر للسماء فلم يجد غير سماء صافية ، وضع قدمه ينوي المسير فسمع كلمة ، حط القدم الأخرى فسمع نفس الكلمة ، أسرع يضع خطوة تلوى الأخرى ، فإذا به يسمع « نجا ابن حسّان من قهر الدّين والدّيّان » .

لنتذكر بأن دينار مرتاحين البال ، خير من ألف دينار تحت رحمة الدين . يقول أحد الشعراء؛

لنقل الصخر من قمم الجبال أحب إلي من منن الرجال

يقول الناس كسب فيه عار وكل العار في ذلّ السؤال.

• د. محمد فتحي فوزي

السيرة الذاتية

د. محمد فتحي محمد فوزي

- وُلِدَ في مدينة إدفو بمحافظة أسوان بمصر في الثاني من أكتوبر عام واحد وخمسون وتسعمائة وألف - الثاني من المحرم عام واحد وسبعون وثلاثمائة من الهجرة
- إنتهى عمله رئيساً لقسم الدراسات الإجتماعية(تاريخ) بدرجة مدير عام بإدارة إدفو التعليمية أُرْدَفَه بالمعاش حالياً
- إشتغل بقسم التحقيقات والأخبار بجريدة أسوان الإقليمية في الثمانينيات وجريدة أخبار الصعيد
- بعد إعارته للسعودية صنّف عدة كُتُب وهي:
- " إدفو حضارة لها تاريخ" 1992 ،
- " النحوى المُفسّر الشيخ الإدفوى" ت 998 م ، من توزيع الأهرام 1996 ،
- " البدر السافر عن أنس المسافر" دراسة وتحقيق لمخطوط المؤرخ جعفر بن ثعلب الإدفوى ت 748هـ
- ألف كتاب " الصعيد معقل بنى هاشم في مصر" عن النيل والفرات
- " العقاد في موكب العباقرة" عن كفاءة المعرفة للطبع بالأردن
- وهناك ماهو تحت الطبع حالياً، والتحق بالكتابة التطوعية ك"كاتب صحفى" بجريدة "صدى المستقبل" الليبية الورقية
- فاز بالمركز الثاني عالمياً في الدراسات الإسلامية عن بحثه " محمد نبى الإنسانية" من إتحاد الكُتّاب والمتقنين العرب بباريس،
- لقب أديب النيل والفرات 2019 وعضو لجنة التحكيم " فارس الإبداع العربى" بالنيل والفرات للطبع،
- عضو اللجنة العليا لحقوق الإنسان ودورة تفوق في الإعلام الإيجابى مع قناة مصر الحياة الفضائية بمؤسسة اللواء الشريف أحمد ماضى أبو العزائم وكاتب بشبكة الألوكة الثقافية.

نماذج من أعماله

العقيدى

بقلم: محمد فتحي فوزي

عندما تذهب إلى وسط مدينة إدفو زمان، تجد التربة الرمادية وهي ما يطلقون عليها "العقيدى" تشق البلدة لنصفين؛ لرى الأراضى الزراعية؛ فالغربى منه ينتهى بالجامع العمرى ومعبد بطليموس والتل الأثرى وادفو القديمة التى تعود إلى ما قبل التاريخ ثم تدخل بعد ذلك لعصر الأسرات ومولد الملك مينا بها فى " هيراكونبوليس" باليونانية، مدينة الإله

الصقر بالعربية، والشرقى ينتهى بنهر النيل الشريان المائى النابض على أرض مصر الفيحاء من جنوبها لشمالها، وهكذا غدت إدفو شرقها مياه ووسطها مياه وغربها النخيل السامقة ومنبت الحضارة والتاريخ حيث غروب الشمس والانتقال للحياة الأزلية؛ فترى الفلوكات الصغيرة تنتقل فى التربة بواسطة حبال غليظة مفتولة من ليف النخيل ممتدة مابين العقيدى ، بشرقه وغربه، يسحبه المراكبى فى طريق مستقيم وعندما ينفلت الحبل منه: تحدر الفلوكة متخبطة بعشوائية فى التربة يُمنة ويُسرة، إلى أن يسبح أحدهم؛ ليعيد الفلوكة لحبلها الذى تسيّر بهديه حتى الوصول للبر الآخر ؛ فتقضى الناس مصالحتها ثم العودة أيضا بالفلوكة ، وكان سعر الركوب بها يتراوح مابين الخمسة إلى العشرة مليمات وهو مايسمونه —

" القرش" وهو عملة حديدية حينئذ، ثمة تشاهد أشجار السنط والكافور ذات الشمام الأصفر المتضوع بروائح الممتعة النفاذة وشذى عبيره الفائح فى كل مكان والمشابه لأشجار الإقحوان، ثم ترى قلة من الصبيان عرايا تسترهم مآزرهم يقذفون بأنفسهم من فوق الكبارى لیسبحوا فى التربة إطفاء لقيظ حرهم: فقد كان هناك الكوبرى البحرى، و الكوبرى القبلى؛ لعبور الناس فوق التربة فضلا عن الجسور، وتلمح عن بُعد عربات فرعون المتطورة

(الحناطير التى تجرها الخيول) حاملة السياح الزائرين للآثار، وفى العصارى تشاهد جيشا من النساء يُزغردن ويحملن الطشوت الممتلئة بالأقمشة الملونة فوق رؤوسهن مع دق الدفوف والأهازيج ويقولون أنها "عدة العروس" من عريسها تأخذها قبل الزفاف لتجهز نفسها وتسيّر الحياة... ذكريات

زقاق الإدفوى

بقلم: د. محمد فتحى فوزى

ليس ثمة شك أن الشارع الطويل بدءا من الجامع العمرى بإدفو ويمتد طوله حتى واجهة مدرسة الإعدادية الحديثة، مارا بمقام وضريح الإمام الشيخ محمد المتولى الإدريسى الإدفوى؛ فذلك الشارع نظرا لإمتداده يُسمونه بشارع " الطُواله"؛ فهو يُمثل إدفو القديمة لكونه تتفرع منه شوارع متعددة ،

منها ما يؤدي إلى معبد بطليموس المُفتتح فى 42 ق. م ومنها ما يؤدي إلى الجبانة التى يُدفن بها الأموات منذ الأزل حاوية بين جنباتها " الصمت الأبدى" ومنها ما يؤدي إلى سوق " القيسارية" أقدم أسواق مصر يموج بحركة البائعين ونداءاتهم، وعود على بدء، يجاور مبنى الإمام زقاق ضيق وقصير تدلف منه إلى خلفية المقام ثم إلى شارع قصير يوصلك لمعبد إدفو الشامخ. وكان فى ذلك الزقاق أسرة طيبة تعمل فى النسج اليدوى "للأكاليم" الشبيهة بالسجاد الآن، تُبسط فى طرقات البيوت وصلاتها وهى صالحة لكل مجلس على الأرائك تُفرش؛ ولصناعة تلك الأكاليم، كان الناس يمزقون الملابس القديمة المستعملة إلى " أشرطة" ثم يلفونها حتى تُكوّن ما يشبه الكرة فقط من الشرائط، ويذهبون بها إلى زقاق الإدفوى؛ ليعطوها لتلك الأسرة المتخصصة فى هذه المهنة لنسج " الأكاليم" منها، ولا يتقاضون ثمنا عليها سوى أتعابهم

، وكل ذلك يتم ببركة الشيخ الإدفوى، فضلا عن نسج البرد الصوف السوداء للنسوة، وهي بمثابة العباية يلتفن بها النساء حشمة لهن عندما يخرجن للشوارع لزيارة أقربائهن، أو قضاء حوائجهن، فيصرن كُنلة سوداء من قمة رؤوسهن إلى أخصص أقدامهن، ناهيك من نسج الأغطية الثقيلة من وبر الأغنام فتصير أغطية بنية اللون يسمونها "البرد الحمراء" وهي أفضل من البطاطين الصوف حاليا، تقى الناس من زمهرير الشتاء وبرده القارس، هكذا كانت تنسج "الدبابة" وهو اسم الناسجة التي كانت تستلم المواد الخام للنسيج وهي غليظة الأرداف؛ لو سارت على شخص لقتلته؛ - لتقوم هي وأسرته بنسجه كما ذكرت أنفا؛ فهي ذكريات تعود لستين عاما مضت ولكنها مهن يدوية اندثرت الآن.

• د. محمد أحمد محمد مرسي

السيرة الذاتية

- مدير الصيدلية الداخلية لمستشفى المبرة سابقا
- صيدلي مختص بإدارة الصيدليات بالسعودية

نماذج من أعماله

• سرقة

أخرج (أمين) الكتاب الضخم من الرف الخشبي وأزاح طبقة كثيفة من الغبار من تحته لدرجه انه بدأ يسعل , في الواقع قضاء فترة النهار بكاملها داخل مكتبة جده القديمة لم يكن فكرته عن الأجازة الصيفية فبدل من الذهاب مع أصدقائه في رحلة نيلية إلي أسوان اضطرت الأسرة بالكامل الذهاب للبلد لتعرض جده لحادث

يداوم هو في الفترة الصباحية الهادئة نسبيا بينما يأخذ أبوه الشفت الليلي ولولا طباعة التصوير الرقمية لأصبحت المكتبة ممتة بشكل رسمي من ندرة الزبائن

تذكر (أمين) أنه قبل أن يدخل كلية الهندسة بسنتين كان ينتظر الأجازة الصيفية بكل شوق ليستطيع القوم و زيارة مكتبة جده الذي كان يسمح له بقراءة كل الكتب التي تقع أمامه كان يحس وقتها أنه في بيته الثاني وسط الكتب حيث يستطيع أن يسافر حول العالم ويزور أماكن لا يحلم بزيارتها بالطبع انتقل لقراءة كتب متنوعة في كل المجالات حتى انه تعلم لغتين غير الانجليزية ليفهم بعض الكتب من مصدرها الأصلي لأنه أحس أن بعض التراجم لا تنقل روح النص , ولكن انتهى كل هذا مع شراءه لحاسوب منزلي وتعرفه علي عالم الانترنت الواسع حيث أصبحت الآلاف من الكتب أمامه بلمسة زر ومع انتشار الهواتف الذكية وتطبيقاتها أصبحت كل الكتب التي يحلم بها في جيبه فعليا داخل جواله

رن الجرس المعلق بالباب الرئيسي والذي يصر جده علي عدم استبداله دلف إلي المكان شخصين أحدهما طويل القامة يذكرك بلاعب كرة السلة والآخر عجوز و قصير نسبيا مع لحية ثقيلة تغطي وجهه

"أب وأبنة " فكر (أمين) برغم عدم وجود تشابه .. أغلب الرجال كبار السن يطلبون كتب من نوعية ((رجوع الشيخ إلي صباه)) مع أن بعضها يحتاج لترجمة لكي تكون مفيدة لهم .

تكلم العجوز " هل أنت جديد ؟ لم أرك من قبل . "

" هذه مكتبة جدي , هو مشغول حاليا كيف يمكنني خدمتك ؟ " رد (أمين)

داعب العجوز لحيته ببطء وتبادل نظرة مع الشخص الآخر قبل أن يخرج ورقة صغيرة من جيبه ويناولها ل (أمين)

" كنت أرجو أن تساعدني في الحصول علي هذه الكتب "

طالع (أمين) الورقة

- كتاب ((الإسلام وأصول الحكم)) الطبعة الثانية
- كتاب ((الينبوع))
- كتاب ((تاريخ اللغات السامية)) 1929

الكتاب الأول بالتأكيد توجد نسخة منه حيث يحرص الجد علي امتلاك الكتب المثيرة للجدل وان كان لا يعرف أي طبعة موجودة لديهم , باقي الكتب لا يعرفها " أعتقد أن لدينا الكتاب الأول لكن البقية يجب أن أبحث عنها في الأرشيف " قال (أمين)

تكلم العجوز " الينبوع هو ديوان شعري للشاعر أحمد زكي أبو شادي "

تابع الكلام عندما وجد نظرة (أمين) توحى بالجهل " مدرسة أبوللو الشعرية , طبيب مصري "

هز (أمين) كتفه وقال " سأبحث عنه في الأرشيف كما قلت "

تكلم العجوز مع زميله باللغة الألمانية التي يفهما (أمين)

" كما أخبرتك لا يهتم المصريون بالكتب بل لا يعرفون تاريخهم حتى لو حصلنا علي هذه النسخ لن تتبقي أي نسخة ورقية منها وبذلك نستطيع تغيير ما نريد "

انتبه طويل القامة أن (أمين) يتابع المحادثة فسأله مباشرة " هل تتقن اللغة الألمانية ؟ "

" بالطبع لا " رد (أمين) بسرعة ولكنه ندم فوراً لأن الطويل سأله باللغة الألمانية ورده كشف أنه يعرف اللغة

تكلم العجوز " للأسف لولا معرفتي أن معظم مشاكل العالم ترجع لعدم القدرة علي التواصل والتفاهم لحل المشكلات لأنتهى هذا الموقف بدون مشاكل ولكن طبيعة البشر نفسهم هي ما تدفعهم للتصادم واختيار العنف كحل لمعظم مشاكلهم "

تراجع (أمين) وقد أحس بالخطر من كلمات العجوز " أستطيع أن أتفاهم معك لا يوجد عندي مشكلة "

" لم يكن هذا رأي جدك " قال العجوز فتوقف (أمين) " ماذا تقصد ؟ هل لكم علاقة بحادث جدي ؟ " لم يرد عليه العجوز وأنتبه (أمين) أن الرجل الطويل ليس أمامه وانه قطع المسافة بينهما في قفزتين وقبل أن يتحرك عاجله الطويل بضربة علي رأسه أفقدته الوعي

أستيقظ (أمين) ليجد نفسه مقيدا إلي كرسي من كراسي المكتبة وأمامه يجلس العجوز بينما الطويل غير موجود

" من النادر أن أقابل مصرياً يفهم الألمانية لذلك أحب التكلم بها عندما أتي إلي مصر والمضحك أن أول مصري أقابله عليه أن يموت لأنه يفهما , الحياة تعطينا خيارات غريبة "

" لماذا يجب أن أموت ؟ ولماذا تقوم بجمع الكتب القديمة ؟ " صاح (أمين) بغضب

" بالطبع أدين لك بتفسير , هل شاهدت فيلم (أفينجرز: ايند جايم) الأخير الحبكة الرئيسية يقوم الأبطال بعملية أطلقوا عليها (سرقة الزمن) أعتقد أن هذا الاسم يناسب ما أقوم به بشكل مثالي ولكن بدون اللجوء للمؤثرات السينمائية أو أي شئ كل ما علي فعله هو جمع الكتب القديمة "

" وكيف تكون هذه سرقة ؟ "

" علي أن أسالك عن التاريخ كيف تقرأه ؟ كيف تعرف من أنتصر في معركة عين جالوت ؟ أو من قام بتشييد قصر الحمراء بالأندلس ؟ لماذا تعتبر إسرائيل نفسها لم تهزم في حرب أكتوبر؟ الجواب الطبيعي هو أن تقرأ كتب التاريخ وتعرف الحقيقة ولكن في أغلب الوقت لا يصل الجميع للمعلومة الصحيحة هل تعرف لماذا ؟ لأن المصدر الرئيسي للمعلومات لمعظم الناس في عصرنا هذا هو الانترنت وهنا نتدخل فالعالم الرقمي بالنسبة لمجموعتنا كالكتاب المفتوح نستطيع تغيير وحذف كل ما نريده وبدون أثر , النتائج التي تظهر في بداية البحث في أي متصفح كجوجل مثلا معظمها تكون مدفوعة الأجر كي تظهر والبعض يحتاج دفعة بسيطة من عندنا لكي يتصدر نتائج البحث والصفحات الأخرى الغير مشهورة أو رائجة في النهاية يتركها أصحابها كي تقع من النظام تلقائيا وبذلك يكون المتبقي هو ما نسمح به "

" وما الهدف من كل هذا ؟ سيظل هناك نسخ رقمية من الكتب في كل مكان ؟ من سيستفيد بالذي تفعله ؟ ديوان الشعر مثلا من سيستفيد منه ؟ " قال (أمين) بإحباط

" ستنددهش من نوع وعدد عملاؤنا وكننت أحب أن أقول أن هذا أمر قمنا باختراعه ولكن نحن نفلد بعض ما تقوم به الحكومات والشركات الكبرى ولكن بكفاءة أكثر فنحن لا نترك أثرا وبالفعل سنظل هناك الآلاف من النسخ ولكن المصدر الرئيسي لها ستكون نسختنا المعدلة سأعطيك مثال بسيط (مانيتون) المؤرخ المصري بأوامر من (بطليموس الثاني) قام بوضع كتاب يسرد تاريخ مصر الفرعونية وملوكها وتقسيمه للأسر الفرعونية هو المعتمد حتى الآن لكن ..

كتاب (مانيتون) هذا "الايجيبتكا" غير موجود ولا توجد منه أي نسخة حاليا لأنه دمر في حريق مكتبة الإسكندرية وكل ما نعرفه عن الكتاب مأخوذ من كتابات المؤرخ اليهودي يوسفيوس و لو اختار (يوسف) مثلا أن يغير معلومة وردت في الأصل من يمكنه أن يشك في صدقه ... لا أحد طبعا والغريب أن الكتاب الأخر لمانيتون مازال لدينا كاملا ... هل تظن أنها صدفة ؟ "

نظر العجوز في ساعته " لا يمكننا البقاء لفترة طويلة ولقد عثرنا بالفعل علي اثنين من الكتب المطلوبة عندك والكتاب الثالث يبدو انه سيلقي المصير الطبيعي للكتب "

" وما هو ؟ "

" كما دمرت مكتبة الإسكندرية ودمر دار الحكمة ببغداد بالنار طبعا "

انتهى الطويل من إعداد خط من الكتب بطول المكتبة وينتهي داخل المخزن بينما كان العجوز يتصفح احد الكتب باهتمام استغل (أمين) انشغالهم عنه ووجه ضربة قوية بكعب قدمه للرجل الخلفية للكرسي القديم فانكسرت ويقع علي الأرض متحررا من قيوده كان يعرف ما عليه فعله فجرى نحو المخزن

كان الطويل يستعد لإشعال الخط الذي صنعه عندما سمع صوت (أمين) وهو يتحرر من القيود فتحرك بسرعة نحو المخزن ليمسكه وما أن دخل وجده فارغا حك رأسه متعجبا لا يوجد مكان يمكن ل (أمين) الاختباء فيه دار في المكان لبضعة دقائق قبل أن يسمع استغاثة من العجوز بلغ مكانه في ثوان ليري (أمين) يغلق الباب الحديدي الخارجي للمكتبة وعلي وجهه ابتسامة شماتة واضحة والعجوز واقع علي الأرض ينزف من رأسه

ركل الطويل الباب الحديدي عدة مرات ولكنه لم يتحرك سمع العجوز يغمم بكلمات غير مفهومة فاقترب منه سمعه بوضوح " اتصل بفريق الدعم فورا " أخرج الطويل الهاتف من جيبه ...

وقف (أمين) أمام باب المكتبة وشعور الفوز عليهم يملؤه بالحماس لا يعرف الكثيرين انه عند هدم الجدار الخلفي للمحل المجاور تحطم جزء من جدار المخزن وبذل من أن يقوم الجد بإعادة بناؤه يضع قطعة خشبية مطلية لتبدو كرفوف المخزن كان الجد يعتبره كباب سري للمكتبة وعندما خرج (أمين) منه توجه للباب الرئيسي ليقفله فوجد العجوز بالقرب من الباب فدفعه (أمين) بكل قوته وشاهده يصطدم بأحد الرفوف عندما قفل الباب قبل وصول الطويل

أقترب (مصطفى) العامل بالمطعم المجاور وأعطى (أمين) كيس ساندويتشات كان قد طلبه سابقا " هل توجد مشاكل؟ المكتبة مغلقة " سأل العامل ببساطة

" أمسكت ببعض اللصوص " قالها (أمين) بابتسامة

" هل اتصل بالشرطة؟ " أشار (أمين) إلي جواله " سبقتك"

فض الكيس وأخرج الساندويتش وقبل أن يأكل رأي الورقة المغلفة له تحمل عنوان (تاريخ مصر المعاصر) كور الورقة ورماها بعيدا وفي دماغه رنت كلمات مؤلفه الياباني المفضل عندما سأل " هل تعلمون متي يموت الإنسان؟ وقت ما ينساه الجميع ..."

د. محمد أحمد مرسي

• د. محمد فتحي عبد العال

السيرة الذاتية

د. محمد فتحي عبد العال

الايمل dr_mfathy2005@yahoo.com

- كاتب وباحث مصري
- بكالوريوس صيدلة - جامعة الزقازيق 2004
- دبلوم الدراسات العليا في الميكروبيولوجي التطبيقية- جامعة الزقازيق 2006
- ماجستير في الكيمياء الحيوية- جامعة الزقازيق 2014
- دبلوم إدارة الجودة الشاملة - أكاديمية السادات للعلوم الإدارية 2015
- دبلوم الدراسات العليا في الدراسات الإسلامية - المعهد العالي للدراسات الإسلامية 2016
- شهادة معهد إعداد الدعاة-المركز الثقافي الإسلامي- وزارة الأوقاف 2017
- شهادة البرنامج التدريبي لأكاديمية زاد الإسلامية (أون لاين 2019)
- العديد من الكورسات والدورات التدريبية في مجال الأحصاء من أكاديمية سايلور (أون لاين 2019) ومن كلية العلوم جامعة الزقازيق والمعلوماتية الحيوية من جامعة بكين (كورسيرا أون لاين 2019)
- العديد من الكورسات والدورات التدريبية في مجال الجودة الطبية منها شهادة تخصص سلامة المرضى من جامعة جون هوبكينز (كورسيرا أون لاين 2018) ومن جامعة ستانفورد أون لاين 2019 وشهادة تخصص في تطوير الأداء ستة سيجما الحزام الاخضر جامعة جورجيا (كورسيرا أون لاين 2018)
- العديد من الدورات في مجال الإدارة ومنها الدورة التأسيسية لاعداد القيادات التنفيذية والإدارية والنقابية -وزارة الشباب بالتعاون مع لجنة التعليم بنادي الصيدلة ونقابة صيدلة الشرقية 2015
- دورات في تدريب المدربين من مركز سيسكو 2017 ومن مركز التنمية الثقافية والتكنولوجية بمحافظة الشرقية 2017 و TeamSTEPS Master Trainer 2018
- عضو باللجنة التدريبية بمجلس الاعتماد الدولي للدراسات والأبحاث الاقتصادية والسياسية والاستراتيجية
- الدكتوراه الفخرية من أكاديمية السلام بألمانيا 2018
- تكريم كصيدلي مثالي من نقابة صيدلة الشرقية ودرع نقابة صيدلة الشرقية 2015
- تكريم كصيدلي متميز من نقابة صيدلة الشرقية والهيئة العامة للتأمين الصحي فرع الشرقية ودرع نقابة صيدلة مصر 2016
- تكريم كصيدلي مثالي من الهيئة العامة للتأمين الصحي فرع الشرقية 2016

- شهادة شكر وتقدير من مجلة مبدعون ووكالة مرآة الحياة العراقية 2018 ومن المركز العراقي للأدباء والفنانين الشباب وجريدة طريق القوم بالعراق 2019 ومن صحيفة صدي المستقبل بلبيبا 2019.
 - شهادة تقديرية من مبادرة الباحثون العراقيون 2018
 - درع الإبداع والتميز وشهادة تقدير من مجلة امارجي الادبية العراقية 2018
 - صيدلي ورئيس قسم الجودة ومدير المكتب الفني بالهيئة العامة للتأمين الصحي فرع الشرقية سابقا
 - صيدلي بمستشفى المواساة الدمام-الجبيل الصناعية سابقا
 - مدير الصيدلية الداخلية ومسؤول سلامة المرضى وإدارة المخاطر ومؤشرات الأداء بمستشفى الفلاح الدولي بالرياض سابقا
 - مستشار طبي بشركتي CAT و COMMUNICATIONS JLT 237 بمصر والسعودية والامارات سابقا
 - كاتب وباحث ثقافي بالعديد من الصحف العربية والبوابات الالكترونية في مجالات الطب والعلوم والتاريخ والحضارات الانسانية والدراسات الدينية ومن الصحف الورقية التي أنشر بها مقسمة حسب بلدانها:
- الجزائر:** صحيفة صوت الأحرار الجزائرية (صفحة اسبوعية ثابتة تحت عنوان مساحة رأي) صحيفة الحوار الجزائرية- صحيفة الجديد الجزائرية-صحيفة الجمهورية الجزائرية – صحيفة كواليس الجزائرية.
- مصر:** صحيفة الأهرام –صحيفة العروبة-صحيفة الزمان-صحيفة أخبار الأدب-صحيفة الرأي
- العراق:** صحيفة الزوراء العراقية -مجلة أمارجي الأدبية العراقية- صحيفة النهار العراقية- صحيفة البيئة العراقية الجديدة-صحيفة جدار العراقية- صحيفة الكلمة الحرة العراقية –صحيفة ثقافية كل الاخبار العراقية –مجلة مبدعون العراقية –صحيفة سيروان الكردية.
- السودان:** صحيفة أخر لحظة السودانية.
- ليبيا:** صحيفة صدي المستقبل الليبية – صحيفة فسانيا الليبية.
- حول العالم:** صحيفة صوت بلادي بالولايات المتحدة الأمريكية (مقال طبي شهري) - صحيفة أيام كندية (مقال ثقافي شهري).
- البوابات الإلكترونية مثل:** الجمهورية أون لاين- موقع الدستور الإلكتروني (امان) - موقع هافينغتون بوست الامريكي -عربي بوست-ساسة بوست -بوابتي تونس-راديو صوت بيروت الدولي -راديو صوت القلم الجزائري -فينيق-بجعة –صحيفة المثقف الإلكترونية-فوكس نيوز مصر -الراكوبة -سودانيز أون لاين –صحيفة الفكر الكردية الإلكترونية-صحيفة الحدث الإلكترونية من لندن –صحيفة الفيصل من باريس-صحيفة المنار العراقية الإلكترونية-بوابة الحضارات التابعة لمؤسسة الأهرام.

الجوائز الحاصل عليها :

- شهادة تكريم من اتحاد الصيادلة العرب وشعبة المبدعين العرب عن كتابي تأملات بين العلم والدين والحضارة معرض القاهرة الدولي 2020
- شهادة تكريم للحصول على المركز الأول في فرع الدراسات من مؤسسة النيل والفرات للطبع والنشر والتوزيع عن كتابي جائحة العصر 2020
- تكريم كصيدلي مثالي من الهيئة العامة للتأمين الصحي فرع الشرقية 2016
- تكريم كصيدلي مثالي من نقابة صيادلة الشرقية 2015 ودرع النقابة.
- تكريم بدرع الإبداع من مجلة امارجي الادبية العراقية 2018.

الكتب المنشورة :

- كتاب تأملات بين العلم والدين والحضارة في جزئين
- كتاب جائحة العصر
- كتاب مرآة التاريخ
- المجموعة القصصية في فلك الحكايات

نماذج من أعماله

للموت طرائق شتى

كان الممرض عبده لا يسمح دخله البسيط بالمستشفى الحكومي التي يعمل بها بالإنفاق على أسرته المكونة من زوجة وطفلين

كم كانت فرحته عظيمة حين عثر أخيرا على عمل بعد الظهر بعيادة الدكتور رفيق طبيب الباطنية بالمستشفى العام والذائع الصيت في منطقة الحممية وما حولها.

كانت المسافة القصيرة من منزل عبده إلى العيادة تمثل ميزة إضافية مع العائد المجزى الذي سيحصل عليه مقابل كل معاينة ومع عدد المعاینات الكبيرة والاکرامیات التي يحصل عليها وإذا أضفنا لذلك حجم العينات الطبية التي تأتيه من مندوبي شركات الدعاية الدوائية الذين كانوا يلتمسون رضاه ويخطبون وده مثلت كل هذه الأمور طاقة قدر لأحلامه البسيطة.

ومع حداثة عمل عبده إلا أنه أصبح يتحسس ما يثير سخط الدكتور ولا ينسى اليوم الذي استشاط فيه د. رفيق غضبا وطرده أحد المندوبين الذي حاول الدخول عنوة ولم يكتفى بذلك بل طرد المرضى في ذلك اليوم أيضا.

كان الدكتور رفيق عاشقا للهدوء حريصا على الوقت بشكل مبالغ به لا يترك القلم ولا الكتب العلمية من يديه والتي تحفل بها عيادته دائم التدوين في مفكرة صغيرة يضعها دائما في مكتبه.

مما أثار دهشة عبده.. اللقاء اليومي بين د. رفيق مع الدكتور حسين زميله بنفس المستشفى .

كان الدكتور حسين شخص غريب الأطوار يشبه التمثال المجرد من أي انفعالات يجلس صامتا ولا ينطق أبدا ودائما ما يعرف طريقه لغرفة الكشف الساعة الثامنة مساءا تحديدا وقت إغلاق العيادة وانصراف عبده.

كان اليوم هو ذكرى عيد الحب وكانت طقوس هذا اليوم يحرص عليها عبده تماما منذ زواجه قبل أربع سنوات وكانت هديته لها ساعة فضية باطار مزخرف لكن من زحام العمل في هذا اليوم نسي هديته في العيادة وفي الطريق إلى منزله تذكرها فأسرع من فوره للعيادة مرة أخرى وما أن عاد حتى سمع أصوات غريبة داخل غرفة المعاينة .

دفعه الفضول أن يختلس النظر لما يحدث بالداخل فنظر عبر فتحة الباب وهاله ما رآه.. معقول ما يحدث!!! وبسرعة هائلة، حمل الهدية وغادر بصدمة كبيرة مما يحدث.

كانت الساعة التاسعة صباحا في يوم الجمعة حينما قرع جرس باب شقة عبده فلما فتح وجد أمامه رجال الشرطه يطلبونه للذهاب للقسم.

انهار عبده قائلا :ماذا حدث؟

-تعال معنا وستعرف كل شئ في القسم

وفي القسم بدأ المحقق في استجواب عبده

-اسمك وسنك وعنوانك

-عبده عرفه 30سنه اسكن بالحلمية

-هل تدري أن الدكتور رفيق والدكتور حسين لقيتا حتفهما بالعيادة ليلة أمس؟

ذهل عبده

-لا يا سيدي كيف حدث هذا؟

-لقد استدعيناك لنعرف منك كيف حدث هذا؟

-لقد غادرت العيادة وهما بخير ولا أعرف ماذا جرى بعد ذلك.

-ما العلاقة التي تربط بين الدكتور حسين والدكتور رفيق؟

-منذ عملت لدي دكتور رفيق قبل ستة أشهر وبشكل يومي يزوره الدكتور حسين بعد موعد العيادة

-غريب ولا تعرف لماذا هذه الزيارات اليومية؟

-لا أعلم ولكني رأيت شيئا غريبا ولا أريد أن أقصه خشية أن أكون خائنا للأمانة ومفشيا لأسرار لا تخصصني.

-لابد أن تحكي فقد يفيد هذا التحقيق

-لقد عدت يوما للعيادة بعد انصرافي لأنني نسيت هدية جلبتها لزوجتي ووجدت غرفة المعاينة مغلقة عليهما وينبعث منها أصواتا غريبة فدفعتني الفضول إلى استراق السمع والبصر عبر فتحة الباب.

-ماذا رأيت بالظبط؟

رأيت الدكتور حسين ممدا على السرير والدكتور رفيق يحقنه بمحلول ويريدي وبعدها صار يهذي.

من كان يهذي وبماذا كان يهذي ؟

الدكتور حسين ولم استطع تمييز الكلمات.

تم صرف عبده من القسم. وأصبح المحقق عبد الملك في حيرة من أقوال عبده ومما زاد حيرته أن تقرير الطبيب الشرعي جاء بأن المتوفين لديهما مستويات مرتفعة من «الكيتامين» و مادة ثنائي ميثيل تريبتامين (DMT) هي السبب في الوفاة مما يتفق مع رواية عبده من أن هناك حقن بمادة ما وبالتالي فالقضية أصبحت واضحة ولو بشكل مبدئي وهي وفاة نتيجة لتعاطي المخدرات .

لكن المحقق عبد الملك من طراز مختلف فهو لا يقنع بالدلائل السهلة فيسرع بغلق قضاياها ولكن يضع نصب عينيه الاحتمالات الأخرى.

اتصل عبد الملك بالطبيب الشرعي حاتم وطلب مقابله.

كانت في جعبة عبد الملك الكثير من التساؤلات وضعها جميعا أمام الطب الشرعي.

لماذا استخدم الطبيبان هاتين المادتين؟ هل كانا مدمنين ؟

لا أعتقد ذلك. كانت هذه إجابة الطبيب الشرعي، فهناك العديد من المواد المخدرة سهلة المنال وأبسط في الاستخدام وتحقق نفس التأثير وأكثر كما أن ثنائي ميثيل تريبتامين يسبب هلاوس مفزعة ولا تنسى أنهما طبيبان وعلى دراية بذلك.

إذن نحن بحاجة إلى استجواب عبده مرة أخرى قالها عبد الملك.

-أود أن احضر هذا الاستجواب.

-بكل سرور.. فما تراه قد يغيب عني..

تم استدعاء عبده مرة أخرى وفي حضرة عبد الملك وحاتم (الطبيب الشرعي)

قال عبد الملك: هل لديك معلومات حول وجود الكيتامين و DMT بعيادة د. رفيق وهل لاحظت عليه علامات إدمان؟

لم أرى هذه المواد بالعيادة من قبل. هذه عيادة باطنية ومادة الكيتامين تستخدم عادة في التخدير.

أما فيما يخص الإدمان فدكتور رفيق كان متزنا تماما وكان لا يشرب لا سجائر ولا حتى القهوة.
توجه حاتم بالسؤال لعبد:

-هل كان الدكتور رفيق يدون مذكرات أو شيء من هذا القبيل.

-نعم كانت لديه مفكرة صغيرة لا تغادر مكتبه.

إذن وجدنا مبتغانا قالها الدكتور حاتم وهو ينظر للمحقق عبد الملك.

انطلق الإثنان إلى عيادة دكتور رفيق وبدأ الدكتور حاتم يبحث عن المفكرة حتى وجدها وبدأ
يقالب صفحاتها.

كانت تحتوي على مقادير مختلفة من الجرعات باختصاصات تشير إلى الكيتامين وDMT دون
إشارة صريحة.

إنه أمر محير لماذا هذه الجرعات؟! .

ترك الدكتور حاتم المفكرة وراح يقلب في كتب الدكتور رفيق بمكتبته وفجأة علا صوته لقد
وجدتها؟

سأله عبد الملك والذي جلس طوال الوقت معلقا بصره برفيقه

-ماذا وجدت؟

-مفتاح اللغز.

إنه dying brain hypothesis لقد وضع الدكتور رفيق دائرة حول هذا العنوان.

-ماذا تعني؟

-فرضية الدماغ المحتضر... لقد كان الدكتور حسين والدكتور رفيق يبحثان في الاقتراب من
الموت بعبارة أوضح سكرات الموت

-لم أفهم؟

-ببساطة يا صديقي كانا نحاولان استحضار لحظات القرب من الموت عبر هاتين المادتين
المخدرتين حيث يقومان بتهيئة سحابة من الهالوس تشبه لحظات القرب من الموت.

-ولما ماتا إذن إن كانت فقط تجربة؟

-ربما الإسراف في الجرعات أو الجمع بين المادتين في بعض التجارب لا أدري على وجه
التحديد ربما نحتاج لمزيد من البحث ولكن أظن أن ما وصلت إليه هو كبد الحقيقة.

خرج عبد الملك وحاتم من العيادة وقد زال العبوس من وجهيهما بعدما ظفرا بما يظناه كافيا لحل
اللغز.

عاقبة التتمر

لقد بلغ مروان العاشرة من عمره وصار مسموحا له أن يخرج ويلعب مع الصبيان بمفرده ولكن وفق ساعات محددة من اليوم حددتها والدته واتفقت معه عليها.

تحلى مروان بالسجايا الحسنة فحفظ القرآن الكريم وهو في الثامنة وصار لا يترك فروض الصلاة الخمسة ويصليها في جماعة بقدر المستطاع .

اتفق مروان مع أقرانه أن يكون يوم الجمعة هو اليوم المخصص في الأسبوع للعناية بالمحتاجين يقضون حوائجهم ويدفعون لهم ما تيسر مما اقتطعوه من مصروفهم على مدار الاسبوع.

تميز مروان بالذكاء والقدرة الفطرية على القيادة في محيطه الصغير فكان محور تقدير زملائه وموضع احترامهم وكان يمارس دورا ديموقراطيا متميزا فكان لا يقطع أمرا في أوجه الخير الا استشارهم وأخذ بأفضل اطروحاتهم الصغيرة مثلهم.

أما قاسم فكان الوحيد الذي شذ عن الفريق فهو دائم الرسوب لا يقبل على الصلاة بشكل منتظم وإن صلى كان متلهفا أن تفرغ بسرعة حتى يجتمع بأقرانه في محل للألعاب الإلكترونية ليشاركهم منافساتهم الحامية .

كان من أكثر عادات قاسم الذميمة حبه للتتمر والسخرية من أقرانه وأشدهم كان الطفل حسان المصاب بمتلازمة داون، وهي حسب ما شرحت لهم مدرسة العلوم. أنه خطأ برمجي قد يحدث للجنين. لكنهم مخلوقات مختلفة الشكل قليلا طيبة القلوب كثيرا.. أشبه بالملائكة إنهم أحباب الله كما تقول الجدة.

حاول مروان مرارا وتكرارا أن يحسن من سلوكيات زميله و يحببه في عمل الخير ويبعده عن التتمر ولكن دون جدوى فقد كان قاسم شديد العناد والإعتداد برأيه.

في أحد دروس الاخلاق في المدرسة شكوا حسان للمعلم من مضايقات قاسم له وتتمره عليه فلم يشأ المعلم أن يفرض عزلة على قاسم أو يقرعه أمام زملائه فاخترت يوما في الأسبوع للحديث عن التتمر وعاقبته في الدنيا والاخره.

بدأ المعلم سؤاله لتلاميذه :

ما معنى التتمر؟

رفع مروان يده للإجابة

-إيذاء لفظي يا استاذ

وماذا أيضا ووجه السؤال لقاسم

-لا أعلم يا أستاذ

-حاول أن تشاركنا الحوار يا قاسم بقدر ما تستطيع

-النتمر يا قاسم إضافة لما قاله مروان السخرية من الآخرين ولقد نهانا الله عن هذا لما في ذلك من إيذاء لمشاعرهم.

ظل قاسم على عناده يؤذي الناس ويقضى وقته في اللعب .

وفي إحدى الأيام وبينما هو عائد من محل الألعاب الإلكترونية صدمته سيارة مسرعة وسقط مغشيا عليه.

نزل سائق السيارة وحمله إلى أقرب مستشفى.

كشف الطبيب على قاسم فوجده سليما إلا من كسر في قدمه، فكان لزاما عليه البقاء في المستشفى لبعض الوقت.

علم مروان بما حدث فاصطحب زملائه ومن بينهم حسان وزاروا قاسم محمليين بالهدايا والورود.

لما رأى قاسم اقارانه بكى وقال : أنتم كنزي الحقيقي ومن اليوم سأتغير لقد شاهدت الموت بعيني والله قد منحني فرصة للنجاة والعيش وسأبدأ حياتي من جديد شكرا لكم أصدقائي وسندي الذي لا يتغير.

د. محمد فتحي عبد العال

القسم الثالث مقالات

1 – مقالات عامة

جيل الرواد

• أنيس منصور

السيرة الذاتية

من جيل الصحفيين المخضرمين، والكتاب والأدباء الذين طبعوا الحياة الثقافية في مصر لعقود. جمع بين الصحافة والفكر والأدب والفلسفة والترجمة، واشتهر بمقاله اليومي في جريدة الأهرام "مواقف"، وألف عشرات الكتب. كان من المقربين للرئيس الراحل أنور السادات، وتوفي عن سن تناهز 87 عاما.

المولد والنشأة

ولد أنيس منصور بقرية قرب مدينة المنصورة عاصمة محافظة الدقهلية يوم 18 أغسطس/آب 1924. و انطلق مساره التعليمي من الكُتَّاب، حيث حفظ القرآن الكريم في سن صغيرة، قبل أن يلتحق بالمدرسة. درس في كلية الآداب بجامعة القاهرة، واختار قسم الفلسفة الذي تفوق فيه وحصل على الليسانس عام 1947.

التوجه الفكري

تبنى أنيس منصور توجه ما كان يسمى بـ"الليبرالية الوطنية" دون أن يعلن ذلك صراحة، لكن كتاباته كانت واضحة في هذا الباب، وتأثر كثيرا بصالون عباس محمود العقاد، وسجل ذلك في كتاب "في صالون العقاد كانت لنا أيام".

المهام والمسؤوليات

عمل أستاذا في قسم الفلسفة بجامعة عين شمس بالقاهرة (1954-1963)، ثم تفرغ للكتابة والعمل الصحفي في مؤسسة "أخبار اليوم" التي تركها عام 1976 لرئاسة مجلس إدارة دار المعارف، وعمل في "الأهرام" حيث كان له مقال يومي بعنوان "مواقف". تولى منصب رئيس تحرير لمجلات وصحف عديدة منها "الجيل" و"هي" و"آخر ساعة" و"أكتوبر" و"الكواكب" و"العروة الوثقى" و"الكاتب".

يعتبر واحدا من أغنى الأقلام المصرية والعربية، فقد ساهمت معاصرته لمتقفين وأعلام كبار في الفكر والثقافة -مثل طه حسين والعقاد وتوفيق الحكيم وغيرهم- في تشجيعه على التحصيل

العلمي والمعرفي وتنوع اهتماماته الفكرية والثقافية، وأعطت لمقالاته وعمله الصحفي تميزا وعمقا وتنوعا في مجالات الكتابة في السياسة والفكر والثقافة والأدب والفلسفة والاقتصاد.

عاصر عهد الملكية وحكم عبد الناصر، كما عاصر السادات وكان من المقربين إليه وعاصر زمن الرئيس حسني مبارك وشهد سقوطه وانهيار حكمه، ورافقهم في بعض أسفارهم وخاصة سفرة السادات إلى القدس عام 1977.

عايش أزهى عصور الصحافة المصرية وساهم في بنائها مع جيل الرواد بالعمل الصحفي أمثال محمد التابعي ومحمد حسنين هيكل والأخوين علي ومصطفى أمين وجلال الدين الحامصي وأحمد بهاء الدين وغيرهم.

وامتدت رحلته مع "صاحبة الجلالة" إلى العديد من الجرائد والمجلات في أكثر من مكان، ومثل عموده "مواقف" في الأهرام أحد أبرز الأعمدة الصحفية متابعه لدى القراء الذين اختلفوا حول مضامينه، لكنهم كانوا يتفقون على قدرات كاتبه المتميزة وأسلوبه البسيط ولغته الواضحة السلسة وتنوع ما يطرحه من قضايا.

واقترب منصور من السادات، خاصة في أهم أحداث حياته في حرب أكتوبر/تشرين الأول ومعاهدة السلام المصرية الإسرائيلية، ويرى مثقفون أنه كان مؤيدا لمبادرة السلام والتطبيع مع إسرائيل، وكان يقوم بأدوار دبلوماسية متعددة وغير رسمية بين السادات والإسرائيليين.

المؤلفات

أثرى أنيس منصور -كأديب وفيلسوف ومفكر وصحفي ومترجم- المكتبة العربي بعشرات المؤلفات، ساعده في ذلك إلمامه بعدة لغات ومنها الإنجليزية والفرنسية والألمانية والإيطالية وغيرها، حيث ترجم أعمالا وكتبا أدبية أجنبية.

كتب في أدب الرحلات كتاب "بلاد الله لخلق الله" و"أعجب الرحلات في التاريخ" و"حول العالم في 200 يوم".

توفي في أكتوبر 2011

المصدر موقع الجزيرة نت

نماذج من أعماله :

• أنيس منصور: قلبي لا بد أن يكون حبره أسود قاتماً

كل يوم، صيفاً وشتاءً، أصحو عند الخامسة صباحاً.. أغسل يدي، لا بد أن أغسل يدي.. وأبلل عيني بالماء.. وأتجه إلى مكتبي.. وأزيل كل الكتب من فوق المكتب.. وكل قلم وكل ورقة وكل ما أجده يعترض عيني إذا نظرت أمامي.. وأطفئ نور السقف حتى إذا نظرت فلا شيء من الكتب التي على الجدران يجذب عيني.. فأنا لا أريد أن أنظر إلى شيء.. لا أريد أن أركز على أي شيء!

أما الورق فلا بد أن يكون أبيض بلا سطور.. طويلاً ناعماً.. أما القلم فأمامي عشرات الأقلام.. لا بد أن يكون حبرها أسود قاتماً.. ناعمة تنزلق على الورق بسهولة.. وألا تكون أسنانها مدببة وألا تكون غليظة.. فإن كانت ناعمة جداً سبقتني على الورق.. وإن كانت خشنة أو جافة أو محددة فإنها تعرقل كتابتي.. وأنا أكتب بسرعة التفكير بالضبط.. لذلك فالحروف كبيرة.. وخطي ليس واضحاً.. وأكثر الكلمات بغير نقط.. فأنا أكاد لا أرى ما الذي أكتبه.. فلم أرث عن والدي جمال الخط.. فقد كان خطه فارسياً جميلاً أنيقاً!

كثيرون من الكتاب يفعلون ذلك..

من مقال للراحل في "الشرق الأوسط".

حديثاً

■ د. محمد مبروك

السيرة الذاتية

- كاتب ومفكر مصري وُلد في مصر في مارس من عام 1973 وتلقى تعليمه في المدارس والجامعات المصرية.
- عمل في مجال تصنيع وتجارة الأدوية حتى وصل إلى منصب الرئيس التنفيذي لإحدى الشركات الأجنبية العاملة في مصر.
- تقلد بعض المناصب المحلية والدولية في هذا المجال، منها عضو غرفة صناعة الأدوية المصرية ورئاسة لجنة تطوير الدواء الهنود- أفريقية.
- مثّل مصر في العديد من المؤتمرات الدولية في مجال العلوم الطبية والأدوية.
- أحد المحاضرين الدوليين في كثير من المؤتمرات العلمية المهمة بصناعة الدواء.
- أسهم بدور فعال في حملة مكافحة فيروس "سي" في مصر حتى تم النجاح في القضاء على هذا المرض.
- له اهتمامات أدبية ونقدية حيث يحل ضيفاً على البرامج الإذاعية والتلفزيونية المهمة بهذا الشأن.
- يسهم بمقالات الرأي في العديد من الصحف والمواقع الإخبارية الشهيرة.

نماذج من أعماله :

■ د. محمد مبروك يكتب

الحنين إلى الماضي

دائماً ما نَجح إلى الشعور بأن ما مَضَى من عمرنا في فتراتهِ ومراحله المختلفة كان ذا مذاقٍ أطيب، ويزيد هذا الشعور كلما تقدمنا في العُمُر...

ولا شك أن اجترار الذكريات وخصوصاً الخُلوّة منها يبعث في النفس ذلك الحنين المتجذر في ثنايا القلوب إلى تلك الأيام الخوالي، وإلى ذلك الماضي، الذي يتمثل في هؤلاء الأشخاص الذين شاركونا هذا الوقت وأماكن تواجدها حينها، بالإضافة إلى الأحداث نفسها التي عايشناها أو كنا جزءاً منها وما واكبها من أحداثٍ أخرى مُحيطَةٌ بنا...

فحينما نعود بالذاكرة إلى مراحل الطفولة وننصهر في بوتقتها الدافئة مسترجعين ما كان يحدث في نطاق الأسرة والأصدقاء، يسطع في سماء تلك الأحداث ما كان يجري على الصعيد السياسي أو تلك العلامات التي تُحدد بها ذكرى تلك الأحداث، فمن عاشوا طفولتهم بعد منتصف القرن الماضي يربطون ذكرياتهم في تلك المرحلة بما كانت تزخر به من أحداثٍ سياسية واجتماعية واقتصادية، حيث لا تنفصل أي ذكرى عن سعر صرف العُلمة وأسعار السلع والخدمات حينها، ومن عاش طفولته بعدها أيضاً ربما يربط بين ما عاشه وبعض الألحان والأغنيات التي كانت تُميز هذه الفترة، علاوة على ما يستجد في السياسة الداخلية والخارجية باستمرار مع كل ما يشغل الناس من وقائع يتوقفون عندها بالاهتمام والمتابعة، وبالقياس يمكننا تطبيق ذلك على كل ذكرياتنا، حتى الحديث منها وربطه زمانياً ومكانياً مع الأحداث الكبرى المترامنة معها...

ولكن ما يميّز هذا الحنين وتلك المشاعر هو أننا دائماً ما نتفق على شيء لا ندري أكان صحيحاً أم لا! وهو أنه كلما سَبَحنا في خِصَم الماضي، جال بخاطرنا أنها كانت "أياماً خُلوة" ولا سبيل لتكرارها، أو أن تفاعلنا مع ما كان يجري وقتها كان أفضل، بينما خَبَّت هذا التفاعل الآن!

وهنا نأتي للسؤال: هل بالضرورة أن الماضي كان أفضل؟

هل أولئك الأشخاص الذين تعاملنا معهم كانوا ملائكة؟

هل تلك الأماكن التي كنا نرتادها كانت أجمل؟

هل بالفعل احساسنا تجاه الأشياء وتفاعلنا معها كان مختلفاً؟

وفي الحقيقة ليس بالضرورة أن يكون الماضي أفضل، بل إنه من الطبيعي أن تتطور أوضاع الإنسان بشكلٍ ينقله إلى حالٍ أفضل من جميع النواحي، حيث أنه بمرور الوقت يكتسب المزيد من الخبرات الحياتية، كما يمكنه تحصيل علوماً متراكمة بشكل أكبر، وربما يطل التطور أيضاً وضعه الاقتصادي والوظيفي لما هو أفضل فيتفوق وضعه الراهن بكل تلك المعطيات على ماضيه

قد تكون هناك أحداث مرتبطة بأشخاص قد غُيِّبوا عن عالمنا الآن أو غابوا عن حياتنا، وقد كان لهم ذلك الأثر الطيب الذي نفتقده، وهؤلاء الذين لا يمكن تعويضهم في حاضرنا قد يكونوا السبب الرئيس في ترك تلك الانطباعات الممزوجة بألوان الشجن حيناً وبلمحات الفرحة والحب حيناً آخر، لكن الحياة لا تبخل في كثير من الأحيان بأن تجود بأشخاصٍ آخرين يكملون حلقاتها بلعب أدوارهم الهامة في صناعة ذكرياتنا الجديدة

قد يختلف احساسنا بالأماكن في صبانا وشبابنا عنه في فترة النضج وما بعد ذلك، وهذا يرتبط بالأحداث التي عشناها في تلك الأماكن التي من الممكن أن تبقى كما هي، لكن يختلف تأثرنا بتلك الأماكن ونظرتنا لها بعد حين، وهذا بسبب ما تغير فينا، وما جعلنا نرى بأعينٍ اكتسبت زوايا متعددة لهذه الرؤية

ومن هنا ندرك أن تفاعلنا مع نفس الحدث في أزمنة مختلفة يتغير بما تغير بداخلنا، ولكن الحقيقة التي لا ريب فيها أن الزمن يمضي، والحياة تستمر صانعةً ذكرياتٍ جديدةٍ بشخوصٍ آخرين

وأماكن وأحداث جديدة ومتجددة، وأن هذه الذكريات ما هي إلا رصيد مستقبلنا من نفس الحنين، وأنا يوماً ما سنسترجع ما يحدث الآن بنفس الطريقة التي نسترجع بها ما مضى ونتأسى على تلك اللحظات وهؤلاء الناس وتلك الأماكن التي أمضينا عمرنا بها

وبما أننا في كل يوم يمر بنا نضع تاريخنا وذكرياتنا، فكم هذا مهم ومؤثر!

إذاً لماذا لا نتعامل مع واقعنا من هذا المنظور فنعطي أنفسنا الفرصة للتأمل في كل ما حولنا، والاستمتاع بما بين أيدينا من نعم، والتعامل مع مشكلاتنا والعقبات التي تواجهنا على أنها جزء من التحدي الذي سنتذكر في المستقبل إما نجاحنا فيه أو اخفاقنا في مواجهته فلنضع ذكرياتنا بأيدينا ولنجعلها قدر المستطاع، ذكريات جميلة.

■ د. محمد مبروك يكتب

نظرية المؤامرة

يعتقد الكثيرون أن كل ما حولنا وما يحيط بنا من أحداثٍ، لا يعدو كونه جزءاً ضئيلاً من مؤامرة كبرى تحيكها وترسم خطواتها وتشرف على تطبيقها قوى كونية انقطعت عن كل شيءٍ إلا التآمر علينا والتخطيط طويل المدى وقصيره للإيقاع بنا واستهداف مصالحنا، بل وافساد حياتنا في جميع مناحيها

فالمؤامرة تبدأ من نظام التعليم والمناهج وأساليب التدريس التي تعمل على خلق أجيالٍ ضعيفة يمكن السيطرة عليها، وتُعرّج على النظام الزراعي والمحاصيل والأسمدة المُسرطنة، وتسريب الشتلات الضارة والتقاوي الموبوءة إلى نظام تخزين المحاصيل والصوامع الضارة التي تتصل بالأقمار الصناعية المجهولة!

كما أنها تعبت بالمواد الفعّالة في الأدوية وخامات القطن المستخدم في تصنيع الملابس الداخلية، لاسيّما أنها كانت السبب الخفي وراء ظهور أحمد عدوية من أجل تغيير الذوق العام وصرف المستمعين عن صوت العندليب الأسمر عبد الحليم حافظ، ثم تطور التدمير لإطلاق ما يُسمى بأغاني "المهرجانات" لإلهاء الناس عن الدور الذي تلعبه بعض القوى الإقليمية من فرض سيطرتها على المنطقة!

ليس هذا فحسب، بل إن وباء كورونا، ما هو إلا مؤامرة صينية- أمريكية مدعومة من بيل جيتس ومارك زوكربيرج لتخفيض عدد سكان العالم للحفاظ على موارده التي يجب أن يسيطروا عليها، وما هذا بجديد على هؤلاء، فقد تأمرت أمريكا من قبل بالاتفاق مع الاتحاد السوفيتي لإقناع العالم بأن سفينة الفضاء "أبوللو 11" قد هبطت بالفعل على سطح القمر حاملةً

على متنها رائدِيّ الفضاء "نيل أرمسترونج وباز ألدرين" عام 1969 رغم تصوير فيلم الهبوط بكاميرات هوليوود في صحراء "نيفادا"!

كل هذا وأكثر، حيث تروق هذه الأفكار للعديد من الناس باختلاف درجات تعليمهم أو ثقافتهم، بل انها تجد انتشاراً أكبر في أوساط بعض المتعلمين والمتقنين زعماء من هؤلاء بعمق اطلاعهم ومعرفتهم ببواطن الأمور!

وبرغم رواج نظرية المؤامرة وسيطرتها علينا محلياً وفي محيطنا العربي، إلا أن هذه النظرية تنتشر في كثير من دول العالم، حتى الولايات المتحدة الأمريكية نفسها، فقد هألني ما سمعته من بعض الأصدقاء الأمريكيين في آخر زيارة لي للعاصمة الأمريكية واشنطن في خريف العام قبل الماضي عمّا يتم تدبيره من مؤامراتٍ داخلية وخارجية على الرئيس الأمريكي الحالي ومحاولة النيل من نظامه الذي يعمل على مصلحة الأمريكيين! مما جعلني أشعر حينها وكأنني أجلس على مقهى في أحد أحياء القاهرة!

ومع ذلك فإن انتشار هذه النظرية بهذا الشكل لا يؤثر بشكل كبير على مجريات الحياة في معظم دول العالم، حتى لدينا!

فقد أظهرت الإرادة المصرية الغير مسبوقه في العقد الأخير أن مصائرنا لا يصنعها إلا نحن، ورجبة البناء والتنمية لا تحركها مؤامراتٌ كونية ولا أطراف خفية تعبت بمقدراتنا وتحركنا كعرائس الماريوننت،

حيث استطعنا تغيير واقعنا الى الأفضل رغم كل التحديات الداخلية والخارجية، بل ورغم وجود طرف داخلي مَوْتور، وصل به اليأس الى محاولة هدم أي شيء من أجل البقاء، واستعادة فرصته الضائعة التي كان قد خطفها في غفلة من الزمن...

تتضاءل كل المؤامرات وتتلاشى إن صدقت النوايا، وتضافرت الجهود الصادقة من أجل العمل والتنمية دون النظر الى كل هذه الترهات ومَضِيعة الوقت في التحليل العميق والدراسات المستفيضة لأبعاد تلك المؤامرات الخفية التي يُشرف على تنفيذها "ابليس" المُدَجَج بكل الاسلحة الحديثة التي لا نعرفها ولا سبيل لدينا لمواجهتها...

إذا كان حديث المؤامرات في بعض دول العالم بين المواطنين من قبيل الدردشة والثرثرة، وسريعاً ما يعود كلُّ الى عمله ساعياً الى استكمال دَوْره في مسيرة وطنه، فلا يجب أن يشغلنا نحن هذا الحديث أيضاً عن التفافنا حول راية وطننا التي ستبقى دوماً عالية خفاقة في سمائه التي يخلق فيها أملٌ بمستقبلٍ زاهر.

دَعونا من خرافة المؤامرة الكبرى واتحاد العالم ضدنا وسيطرة هذا التفكير علينا الذي من شأنه أن يفعل بنا ما هو أكثر من أي مؤامرة إن وُجدت، فلن ينفعنا إلا التفكير في مستقبلنا والعمل على جعل غَدِنَا أفضل من يومنا بسواعدنا لا بشيءٍ آخر.

■ د. محمد فتحي عبد العال

نموذج من أعماله

شريعة الغاب

مقدمة:

(لئلا يظلم القوي الضعيف ولأحقق العدل لليتيم قد سجلت كلماتي الغالية على صرحي لتقرير حكم البلد واتخاذ قرار البلد ومن ثم تحقيق العدل)

كانت هذه كلمات حمورابي سادس ملوك مملكة بابل القديمة وصاحب أقدم الشرائع المكتوبة في التاريخ الإنساني.

لقد كان القانون في نظر حمورابي مرادفا للعدل والإنصاف والعدل أساس الملك وقاعدة راسخة لتحطيم الإثم والشورور.

ولكن ماذا لو غاب العدل ولم يكن الناس على نفس القدر من المساواة أمام القضاء؟

وقتها نتحول من وجه الحضارة المشرق إلى غيابات المدن المنعزلة وتحديدًا ولاية ساكسونيا الألمانية في القرن الخامس عشر الميلادي والتي تفردت بقانون خاص فكانت العقوبة تصدر بحق الجميع دون تفرقة نطقًا ولكن تنفيذًا كان العجب العجيب فإذا صدر الحكم ضد أحد من طبقة الاغنياء كانت العقوبة تنفذ في وضح النهار على ظله!! فالقاتل من الاغنياء تقطع رقبة ظله والمسجون منهم يدخل من باب السجن ويخرج من باب النبلاء!!!

لذا فأى مجتمع يبغى التقدم والازدهار عليه الاختيار بين شريعة حمورابي وبين القانون الساكسوني!!!

ولنا مع الإحتلال الأجنبي لأوطاننا في العهود الماضية محطات ساكسونية تستحق أن تروى للعة والإعتبار من دروس التاريخ.

حادثة دنشواى :

تتلخص الحادثة التي وقعت في ريف مصر وتحديدًا في عام 1906 أن جماعة من الضباط الإنجليز قصدوا قرية دنشواي لصيد الحمام ولأن الحمام يتجمع عند أجران الغلال فقد حذرهم إمام القرية من اشتعال النيران في الأجران وأخذ الحيطة لوجود نساء وأطفال عرضة للإصابة

من رصاص بنادقهم لكن عائق اللغة أدى إلى عدم فهم الضباط و استمرارهم في إطلاق النار فأصاب أحدهم زوجة المؤذن ووسقطت من الجرن غارقة في دمانها ...

استبد الغضب بالمؤذن واشتبك مع الضابط الإنجليزي محاولاً أخذ بندقيته ومستغيثاً بأهل القرية فأسرع الأهالي لنجدته واحتدم الموقف بين الطرفين فلما نما إلى علم عمدة القرية ما حدث وحصار الأهالي للضباط أرسل شيخ الخفر وخفيرين لإنقاذ الضباط من الأهالي ولكن عائق اللغة كان مستحكما فوجه الضباط نيران بنادقهم باتجاه شيخ الغفر وأصابوه ظنا منهم أنه يريد بهم شرا فثار الأهالي ورشقوا الضباط بالطوب ففر أحدهم وهو قائد الكتيبة وطبيبها الكابتن بول وأثناء عدوه في القبط الشديد سقط عند قرية سرسنا مغشيا عليه وحينما حاول أحد شباب القرية إسعافه بشربة ماء كان جزاءه الطعن بحراب بنادق الإنجليز والذين ظنوا أنه قتله!!

محكمة دنشواي :

مات كابتن بول بضربة شمس بحسب تقرير الطبيب الشرعي ووصلت الأنباء إلى اللورد كرومر المعتمد البريطاني في مصر فاستشاط غضبا وألف محكمة لأهالي دنشواي تكونت من بطرس غالي وزير الحفانية وعضوية أحمد فتحي زغلول رئيس محكمة القاهرة الابتدائية والشقيق الأصغر لسعد زغلول وكان مدعي النيابة هو المحامي القدير ورجل القانون الشهير في ذلك الوقت إبراهيم الهلباوي.

كان الهلباوي مشهود له بالوطنية فهو تلميذ جمال الدين الافغاني لكنه في هذه القضية انحرف عن مسار الوطنية و اخلاقيات مهنته في تحقيق العدالة وقرر أن يغلب مصلحته الشخصية و يغازل الإنجليز عبر الوصول بالقرويين المساكين من أهل دنشواي إلى أقصى عقوبة ومحو أي اتهامات تتعلق بالجنود الإنجليز وفي مرافعة بليغة استغرقت ساعات على مدار يومين دافع الهلباوي عن الإنجليز بقوله: "الاحتلال الإنجليزي لمصر حرر المواطن المصري وجعله يترقى ويعرف مبادئ الواجبات الاجتماعية والحقوق المدنية!!" .. أما الضباط الإنجليز أصحاب الواقعة والجاني فيها فقال عنهم : " هؤلاء الضباط الإنجليز كانوا يصيدون الحمام في دنشواي ليس طمعاً في لحم أو دجاج، ولو فعل الجيش الإنجليزي ذلك لكنك خجلاً من أن أقف الآن أدافع عنهم!!" .. فيما وصف الأهالي المساكين المجني عليهم بقوله : " هؤلاء السفلة وأدنياء النفوس من أهالي دنشواي قابلوا الأخلاق الكريمة للضباط الإنجليز بالعصي والنبابيت، وأسأؤوا ظن المحتلين بالمصريين بعد أن مضى على الإنجليز بيننا خمسة وعشرون عاماً، ونحن معهم في إخلاص واستقامة!!".

بذل الهلباوي جهودا كبيرة في تحميل الفلاحين المسؤولية عن حريق الجرن وتبرئة الضباط الإنجليز وأنهم تعمدوا ذلك ليخفوا أدلة سبق الاصرار والترصد تجاه الضباط الإنجليز والدليل أن الفلاحين تمكنوا من اخماد نيران الجرن في ربع ساعة وهي مدة وجيزة تعني أنهم من أشعلوها!!!.

وحتى موت كابتن بول بضربة شمس وهو حادث قدرى لم يسلم من سهام اتهامات الهلباوي
فحمل الأهالي المسؤولية فلولا محاولتهم الإعتداء عليه لما لجأ إلى الفرار تحت أشعة الشمس
اللاهبية!!

حتى شهامة بعض الأهالي في الحادث لم تشفع لهم مع جهود الهلباوي في تزييف الحقائق فأحد
الضباط الإنجليز جاء في أقواله أن أحد المتهمين قد ناوله شربة ماء لكن الهلباوي قطع على
المتهم فرصة للنجاة عبر تشتيت ذاكرة الضابط الإنجليزى بأن ملامح المتهم تتشابه مع ابن عمدة
القرية وأن ابن العمدة هو من فعل هذا الفعل النبيل فعاد الضابط عن أقواله في حق المتهم وأقر
أن من سقاه هو ابن العمدة!!!

وصل الهلباوي إلى مبتغاه وهو الوصول إلى أقصى درجات العقوبة بحق أبناء جلدته
وأصدارت المحكمة أحكاما تنوعت بين الإعدام والأشغال الشاقة المؤبدة وخمسة عشرة سنة
والجلد خمسين جلدة. وتبرئة ساحة الجنود الإنجليز من القتل وحرق الجرن.

نالت الحادثة وما تبعها من محاكمة ظالمة من نفوس المثقفين في مصر والعالم

فقال الشاعر المصري الكبير حافظ إبراهيم في وصف المحكمة :

أَيَّتْ شِعْرِي أَتَلَّكَ مَحْكَمَةُ النَّفِّ

تَيْشَ عَادَتْ أَمَ عَهْدُ نَيْرُونَ عَادَا

كَيْفَ يَحْلُو مِنْ الْقَوِيِّ التَّشَقِّي

مِنْ ضَعِيفٍ أَلْقَى إِلَيْهِ الْقِيَادَا

وقال في وصف الهلباوي:

أَيُّهَا الْمُدَّعِي الْعُمُومِيُّ مَهْلًا

بَعْضَ هَذَا فَقَدْ بَلَغْتَ الْمُرَادَا

قَدْ ضَمِنَّا لَكَ الْقَضَاءَ بِمِصْرٍ

وَضَمِنَّا لِنَجْلِكَ الْإِسْعَادَا

أَنْتَ جَلَادُنَا فَلَا تَنْسَ أَنَا

قَدْ أَلْبَسْنَا عَلَى يَدَيْكَ الْجِدَادَا

كما تعاطف الكاتب الأيرلندي الشهير جورج برنارد شو مع الحادثة وأفرد لها فى مقدمة روايته
"جزيرة جون بول الأخرى" ست عشرة صفحة، قائلا (إن الفلاحين المصريين لم يتصرفوا
في الحادث غير التصرف الذي كان منتظرًا من جمهرة الفلاحين الإنجليز لو أنهم أصيبوا بمثل

مصائبهم في المال والحرمان، وإن الضباط لم يكونوا في الخدمة يوم وقوع الحادث، بل كانوا لاعبين عابثين أساءوا اللعب وأساءوا المعاملة).

كرومر والحادثة :

كان جميع من اشترك في هذه المحاكمة الجائرة يلهث نحو الرضا السامي من اللورد كرومر الحاكم الفعلي لمصر و اللورد كرومر هو صاحب كتاب مصر الحديثة وقد ذهب فيه إلى أن الدين الإسلامي هو أهم معوق للحدثة في مصر وكان مأخذ كرومر على الشريعة الإسلامية أنها اتسمت بالقسوة البالغة في معاقبة اللصوص المسلحين الناهبين لقري الفلاحين وأن أحكام المفتي المرتكزة على الشريعة الإسلامية نوع من العقاب المرعب كما في حد الحرابة ومع ذلك لم يستمد كرومر من حضارته الغربية أحكاماً أكثر تسامحاً مع أهل دنشواي حتى يرينا شكل الحادثة التي يدعو إليها بشكل عملي ... انها قوانين ساكسونيا وإن تجملت بمسميات أخرى تبقى أحادية العدالة لا تعرف سوي الحفاظ على الأقوياء وتأمين حياتهم وتترك الفقراء للظلم والقهر والموت.

لعنة الأقدار تطارد الجلادين :

عزل كرومر عن مصر عام 1907... أما الهلباوي والذي أصبح أول نقيب للمحامين في مصر ففضى ما تبقى من عمره مطارداً بلعنة مساكين دنشواي وقرر التكفير عنها بالدفاع عن القضايا الوطنية ابتداءً من حادث مقتل بطرس غالي وحتى الدفاع عن المتهمين بمقتل السيرلي ستاك واشترك في دستور عام 1923

أما احمد فتحي زغلول فقد خسر تقدير المجتمع وحاول استعادة صورته عبر الترجمة للفكر الأوروبي ووضع مؤلفات قيمة في القانون.

د. محمد فتحي عبد العال

• د عطية المسعودي

الإسم: عطية معتق سلمي سليمان المسعودي

البريد الإلكتروني: attiyaelmasoudi@gmail.com

المؤهلات العلمية

المؤهل الدراسي: بكالوريوس تجارة – جامعة عين شمس 2012م

التخصص: الإحصاء والتأمين – برنامج حاسب آلي ونظم المعلومات

تقدير التخرج: الترتيب الخامس على الشعبة

- ماجستير اقتصاد: المعهد العالي للدراسات الإسلامية 2020م
- دبلوم عام: المعهد العالي للدراسات الإسلامية 2016م
- ماجستير: إحصاء ورياضة كلية التجارة – جامعة عين شمس 2015م
- دبلوم الطرق الكمية: كلية التجارة – جامعة عين شمس 2013م

الشهادات والدورات

- دكتوراه مهنية: في الاقتصاد جامعة كامبريدج
- دكتوراه فخرية: معهد السلام العالمي للسلام والتنمية التابع لمنظمة الأمم المتحدة
- دورة إعداد مدرّبين. TOT
- مدرب معتمد تنمية بشرية
- محاضر أكاديمي بالجامعات والمعاهد الخاصة:
(مناهج بحث علمي/ اقتصاديات مالية عامة / نقود وبنوك / إحصاء)
- محاضر بالأكاديميات الخاصة: (مناهج بحث علمي / تدريب مدرّبين/ تنمية بشرية، إدارة أزمات)
- مدير لجنة التعليم: معهد السلام العالمي للسلام والتنمية التابع لمنظمة الأمم المتحدة
- عضو هيئة تدريس: كلية لندن للعلوم المتخصصة

- 1. بحث بعنوان:** الاستثمار والتنمية المستدامة في افريقيا (بين الواقع والمأمول) مؤتمر التنمية المستدامة بأفريقيا كلية الدراسات العليا جامعة القاهرة (مايو 2019م).
- 2. بحث بعنوان:** التنمية السياحية المستدامة الفرص والتحديات (الحالة المصرية نموذجاً) المؤتمر الدولي السياحة في افريقيا (الفرص والتحديات) كلية الدراسات العليا جامعة القاهرة (ابريل 2018م).
- 3. بحث بعنوان:** التكامُل الاقتصاديُّ الأفريقيُّ (الإتحاد المغاربي بين الواقع والمأمول) مؤتمر التنمية المستدامة بأفريقيا كلية الدراسات العليا جامعة القاهرة (مايو 2018م).
- 4. بحث بعنوان:** دور تنمية الموارد البشرية في تعظيم قيمة رأس المال البشري المؤتمر الدولي " التنمية البشرية واستراتيجيات ريادة الأعمال الحديثة" دار المشاة (فبراير 2018م).
- 5. بحث بعنوان:** تقييم الأثار الاقتصادية والاجتماعية لتطبيق برنامج صندوق النقد الدولي (الحالة المصرية نموذجاً) حاصل على جائزة الشيخ صالح كامل التشجيعية في الاقتصاد الإسلامي 2019م.
- 6. بالإضافة الي المشاركة في العديد من المؤتمرات العلمية والثقافية المختلفة ومجالات مختلفة (مشاركة حضور)، جامعات داخل وخارج مصر.**

نماذج من أعماله

• دور الطاقة الجديدة والمتجددة في تحقيق التنمية الاقتصادية المستدامة

في ضوء الزيادة المستمرة في الطلب على الطاقة في مصر تبرز أهمية مراجعة سياسات إنتاج واستهلاك الطاقة في مصر، حيث تعاني مصر من الاعتماد على مصادر الطاقة التقليدية الناضبة، والمتمثل في كل من البترول والغاز الطبيعي، حيث تصل نسبة إنتاج هذه المصادر إلى أكثر من 90% من إجمالي إنتاج الطاقة في مصر، وذلك بالرغم من محدودية الاحتياطات المتوفرة من هذه المصادر والتي لا تتناسب مطلقاً مع معدلات زيادة استهلاك الطاقة في مصر وتهدد هذه المشكلة كلاً من استدامة الطاقة وبالتالي استدامة التنمية والحفاظ على حقوق الأجيال القادمة في هذه الموارد الطبيعية الناضبة، كما تهدد أمن الطاقة، الذي هو جزء من الأمن القومي، وأيضاً ينتج عن هذه المشكلة عدم القدرة على تحقيق الاستغلال الأمثل للموارد المتاحة خاصة الغاز الطبيعي الذي يمكن دخوله في صناعات هامة لتحقيق قيمة مضافة أعلى، وتشغيل عمالة أكثر وجلب موارد أكبر من النقد الأجنبي وتحقيق التنمية الاقتصادية المستدامة.

ويتطلب ذلك وضع استراتيجيات جديدة لها تقوم على التوجيه بقوة وسريعاً إلى إنتاج واستهلاك مصادر جديدة ومتجددة للطاقة، خاصة مع التطور الكبير والمستمر في تكنولوجيا إنتاج

واستهلاك مصادر الطاقة الجديدة والمتجددة في كثير من دول العالم المتقدم والنامي على حد سواء، والاهتمام العالمي بتشجيع التوجه إلى استخدام هذه المصادر بهدف استدامة البيئة والتنمية بصفة عامة، حيث تعتمد الكثير من الدول على الطاقة الشمسية أو طاقة الرياح كمصدر تكميلي للمصادر غير المتجددة للطاقة، وأخرى تعتمد على طاقة الكتلة الحيوية.

ويتوفر لمصر مصادر عديدة من مصادر الطاقة الجديدة والمتجددة مثل: الطاقة الشمسية وطاقة الرياح بالإضافة إلى طاقة الكتلة الحيوية، خاصة تلك التي يمكن إنتاجها من الكميات الهائلة من المخلفات الناتجة عن كافة الأنشطة البشرية والصناعية والزراعية وغيرها، بعض هذه المصادر يتم استخدامها بالفعل (مثل الطاقة الشمسية وطاقة الرياح) بشكل محدود بالرغم من توافرها، والبعض الآخر مثل الكتلة الحيوية التي يتم الاستفادة منها بشكل عملي واسع وهناك مصادر أخرى لم تصبح متاحة بعد ولم يتم استغلالها بعد مثل الطاقة النووية التي يثار جدل واسع حول جدواها ومحددات استخدامها.

إن الوضع الحالي لإنتاج واستهلاك الطاقة في مصر يفرض الحاجة إلى تنويع مصادر الطاقة بالتوجه نحو استخدام الطاقة المتجددة والتي تتوافر مصادرها الأولية بدرجة واسعة غير مستغلة حتى الوقت الحاضر.

وترتبط الطاقة بعملية التنمية ارتباطاً عضوياً من حيث أنها المصدر الأساسي للقدرة على جميع أنواع الأعمال الذهنية والجسدية والآلية، ولما كان العمل يشكل القاعدة الأساسية لعملية التنمية الاقتصادية والاجتماعية فإن توفر الطاقة بالشكل المناسب وبالكميات المطلوبة لأداء العمل يعد شرطاً ضرورياً لإحداث التنمية، ويعتبر توافر خدمات الطاقة اللازمة لتلبية الاحتياجات البشرية ذو أهمية قصوى بالنسبة للركائز الأساسية الثلاثة للتنمية المستدامة.

ويؤثر الأسلوب الذي يتم به إنتاج هذه الطاقة وتوزيعها واستخدامها على الأبعاد الاجتماعية والاقتصادية والبيئية لأي تنمية متحققة.

ولذلك فإن الأمر يتطلب عرض لمصادر الطاقة الجديدة والمتجددة في مصر وبعض المفاهيم الأساسية للطاقة، ومناقشة الوضع الحالي لإنتاج واستهلاك الطاقة في مصر وما يواجهها من تحديات، وكذلك الإمكانيات المتاحة لإنتاج واستخدام الطاقة من المصادر الجديدة والمتجددة في مصر، ومناقشة الآثار الاقتصادية والاجتماعية والبيئية والصحية المترتبة على استخدام مصادر الطاقة التقليدية، والإجراءات القانونية والتشريعية المتبعة للحد من هذه الآثار بصفة عامة، ودور الطاقة الجديدة والمتجددة في الحفاظ على البيئة. ودور الطاقة الجديدة والمتجددة في تحقيق أبعاد التنمية الاقتصادية المستدامة

دكتور عطية المسعودي

• لماذا الاقتصاد؟ (من سلسلة الاقتصاد والحياة)

أسباب بسيطة تجعل فهم الاقتصاد أمراً لا بد منه.

لماذا الاقتصاد؟

دخلت اليوم إلى الموقع كما أشار عليك أحد أصدقائك، وقرأت المقال الافتتاحي بحماس شديد، لكن حماسك قل بعد بضع دقائق وبدأت تتساءل عن سبب وجودك هنا؟!!

وعن مدى فائدة قراءتك لمقالات عن الاقتصاد.

إذن فلماذا الاقتصاد؟

بغض النظر عن أنك تقوم الآن بتفكير اقتصادي بحت؛ حيث تتساءل عن كون القراءة عن الاقتصاد هي التوطين الأمثل لأحد أهم مواردك و هو الوقت، فأنت الآن تتساءل عن كون بقاءك في الموقع وقراءة المزيد سيحقق لك أقصى منفعة ممكنة مقارنة بالبدائل المتاحة بناء على ما تفضله!

هذا النوع من التفكير تقوم به كل يوم عدة مرات لأنك ببساطة شديدة إنسان اقتصادي! حيث ستعمل دماغك دائماً بهذا النوع من التفكير أثناء اتخاذك لمختلف قراراتك من دون أن تعلم ذلك!

كيف أدركت ذلك؟ الجواب بسيط: هو من خلال دراستي للاقتصاد.

لا بد أنك الآن مشوش التفكير، وربما تتساءل عن سلامتي العقلية، لكن أرجو أن يتسع صدرك قليلاً، وسأخبرك عن الأسباب التي ستدفعك لقضاء وقت أكبر هنا للتعرف على المجال الغريب والمعقد الذي يدعونه "الاقتصاد !!!".

السبب الأول:

كي تفهم الواقع الاقتصادي الذي تعيشه!

لا بد أن فهم الواقع هذه الأيام أصبح صعباً جداً عليك، فبالإضافة إلى أن كلاً يغني على ليلاه، البرامج التلفزيونية أصبحت عبارة عن ساحة لصراع الديكة، والمحللين الاقتصاديين، الذين يفترض بهم أن يوضحوا لك الأمور، ولكنك تجدهم يتحدثون بلغة لا تفهمها، لكن حتى لو لم تكن مهتماً بالسجلات الدائرة على شاشات التلفاز وصفحات الجرائد.

إن الاقتصاد سيساعدك على معرفة أمور مرتبطة بواقعك ارتباطاً وثيقاً، وتؤثر على حياتك بشكل مباشر.

كيف ذلك؟!!

سأعطيك بعض الأمثلة، والأسئلة المتعلقة بحياتك اليومية والتي سيجيبك عنها الاقتصاد:

حيث أن الاقتصاد سيخبرك عن:

كيفية تحديد سعر علبه السجائر التي في جيبك؛ وما الذي يؤثر على سعرها، وعن المردود المادي الذي سيجنيه ابنك إذا أدخلته مدرسة خاصة عوضاً عن المدرسة الحكومية، وعن السبب الذي جعل جارك يحصل على راتب أكبر منك رغم أنكم التحقتم بنفس الجامعة، وعن السبب الذي جعل شركتك تسرح زميلك ومجموعة من الموظفين الشهر الماضي .

سيساعدك الاقتصاد أيضا في فهم كيفية حل مشكلة التلوث، التي تشتكي منها دائما، أو السبب الذي جعل بلادك أفقر من دولٍ وأغنى من أخرى .

هذه بعض الأسئلة التي يمكنك الإجابة عنها بعد دراستك للاقتصاد، لذا فإذا كنت تظن أنها تستحق أن تقضي وقتك محاولاً الإجابة عنها فأكمل قراءة المقال.

السبب الثاني:

كي تفهم كيف يتصرف الناس؟؟!

أعلم أنك حاولت فهم قرار صاحب البقالة المجاورة لبيتك بغلقها كثيراً لكنك لم تستطع، فهو قد ورث الدكان أباً عن جد ويعمل فيه منذ كان طفلاً.

لا تقلق فهذا أيضاً أمر يدخل في إطار التحليل الاقتصادي، فالاقتصاد سيمكنك من فهم كيف يتخذ الناس قراراتهم اليومية، وكيف يحددون الوقت الذي يخصصونه للعمل، والوقت الذي يخصصونه للراحة، المبلغ الذي يخصصونه للاستهلاك والادخار، والوقت الذي يخصصونه للدراسة.

التحليل الاقتصادي يشمل كذلك فهم كيفية اتخاذ القرار داخل الشركات؛ كتحديد العمالة، وعدد ساعات العمل، والرواتب، إضافةً إلى كمية الإنتاج، وحتى المبلغ المخصص للدعاية.

لذا فدراستك للاقتصاد لن تساعدك في فهم قرار الناس؛ بل ستجعل طريقة اتخاذك للقرار أكثر فعالية.

السبب الثالث:

كي تفهم كيف تتصرف الحكومة؟؟!

أمرٌ آخر سيساعدك الاقتصاد فيه؛ وهو فهم السياسات الحكومية، والأدوات التي تستخدمها لتؤثر على اقتصاد الدولة، فدراستك للاقتصاد ستوضح لك هدف هذه السياسات وآلياتها وحدودها.

ولا بد أنك تساءلت يوماً عن قدرة الحكومة على معالجة مشكلة التلوث والوسائل التي يمكن أن تستخدمها في ذلك، أو عن تأثير النظام الضريبي على دوافع الناس للعمل، والاستهلاك والادخار، ودوافع الشركات للإنتاج والاستثمار، أو ربما تحيرك كيفية تأثير عجز أو فائض الموازنة العامة على قدرة الحكومة على دفع الرواتب وبناء المستشفيات.

كما أن دراستك للاقتصاد ستمنحك مناعة لا تُقهر أمام الخطب السياسية الرنانة والوعود الكاذبة، ومن خلالها فقط سيمكنك معرفة كيف يمكن للحكومة أن تجعل حياتك أفضل، ولماذا قد تفعل الحكومة عكس ذلك؟

السبب الرابع:

كي تفهم كل تلك المصطلحات الصعبة!؟!

بنك مركزي - سعر فائدة - تضخم - ناتج محلي - ركود - كساد - ميزان تجاري - واردات - سعر صرف - معدل بطالة ... ، كلمات غريبة لم تفهم معناها يوماً أليس كذلك؟

لن يكتفي الاقتصاد فقط بشرح هذه المصطلحات؛ بل سيساعدك...

2- المقالات المتخصصة

جيل الرواد

د. مصطفى محمود

السيره الذاتية

مصطفى كمال محمود حسين آل محفوظ، من الأشراف من مواليد 27 ديسمبر 1921 وتوفي في 31 أكتوبر 2009 وينتهي نسبه إلى علي زين العابدين. توفي والده عام 1939 بعد سنوات من الشلل، درس الطب وتخرج عام 1953 وتخصّص في الأمراض الصدرية، ولكنه تفرغ للكتابة والبحث عام 1960. تزوج عام 1961 وانتهى الزواج بالطلاق عام 1973. رزق بولدين هما "أمل" و"أدهم". تزوج ثانية عام 1983 من السيدة زينب حمدي وانتهى هذا الزواج أيضا بالطلاق عام 1987.

ألف 89 كتاباً منها الكتب العلمية والدينية والفلسفية والاجتماعية والسياسية إضافة إلى الحكايات والمسرحيات وقصص الرحلات، ويتميز أسلوبه بالجاذبية مع العمق والبساطة.

قدم الدكتور مصطفى محمود 400 حلقة من برنامجه التلفزيوني الشهير (العلم والإيمان)، وأنشأ عام 1979م مسجده في القاهرة المعروف بـ "مسجد مصطفى محمود". ويتبع له ثلاثة مراكز طبية تهتم بعلاج ذوي الدخل المحدود ويقصدها الكثير من أبناء مصر نظراً لسمعتها الطبية، وشكل قوافل للرحمة من ستة عشر طبيبياً، ويضم المركز أربعة مرصد فلكية، ومتحفاً للجيولوجيا، يقوم عليه أساتذة متخصصون. ويضم المتحف مجموعة من الصخور الجرانيتية، والفراشات المحنطة بأشكالها المتنوعة وبعض الكائنات البحرية، والاسم الصحيح للمسجد هو "محمود" وقد سماه بإسم والده.

المصدر موقع ماسبيرو

نماذج من أعماله

ليس أحلى من طعم الماء في فم العطشان

. إنه أحلى من العسل والخمر . وأحلى من القُبلة . وأغلى من مليون جنيه .. بل أغلى من كل ذهب الأرض بالنسبة لرجل يموت من الظمأ

. ولا شيء يعدل قطرة الماء في تلك اللحظة .. إنها اللؤلؤ المُذاب والماس السائل والياقوت الحر والجنة

. ويكاد العطشان يحس بطعم الماء يتسرب إلى كل خلية من خلاياه .. وكأن كل خلية تشرب على حدة وتنتعش وترقص وتترنح في نشوة وتفيق من غيبوبة

. ولا نكاد نجد في اللغة كلمة تعبر في صدق وبلاغة عن طعم ذلك السائل الذي يقولون عنه كذبا إنه بلا طعم وبلا لون وبلا رائحة ، بل إن طعمه أعجب الطعم

. وإن طعمه لهو طعم الحياة ذاتها ، وطعم البعث والقيام من الموت ولهذا لا ندهش إذا قرأنا في التاريخ أن الماء كان إليها يُعبَد في الأديان القديمة

. أما العلم، فيقول لنا:

إن الماء هو أعجب المركبات علي الإطلاق فأكثر من ثلثي الجسم الحي بالوزن مؤلف من الماء وثلاثة أرباع سطح الأرض مغطي بالماء وعندنا 325 مليون ميل مكعب من الماء في المحيطات

وجليد القطبين.. وثلاثة آلاف ميل مكعب من الماء معلق في السماء علي شكل بخار ، و 2 مليون ميل مكعب من الماء في جوف الأرض

.وبعض الكائنات تستطيع أن تعيش بلا هواء. ولكن لا يوجد كائن واحد حي يمكن أن يعيش بلا ماء . والماء الذي تقول عنه الكيمياء إنه بلا لون وبلا طعم وبلا رائحة تعود فتصفه بأن له أعجب وأخطر الخواص في دنيا المركبات فجميع السوائل تنزل إلي تحت بالجاذبية إلا الماء ، فهو يصعد إلى فوق ضد الجاذبية بالخاصة الشعرية ،

وبهذا هيأته طبيعته ليصعد في جذوع الشجر والنخيل والنبات إلى أي مدى من النماء.. ولولا ذلك لما ارتفعت ساق خضراء فوق الأرض . وجميع السوائل تنكمش بالبرودة وتزداد في الوزن إلا الماء ، فهو يتجمد بالبرودة ، ويخف في الوزن..

ولذلك أمكن لصفائح الجليد البارد أن تطفو وتغطي مياه القطبين وتحفظ المياه تحتها دافئة بالعزل صالحة لحياة الأسماك والحيتان ، ولولا ذلك لماتت الحياة البحرية في الشتاء وتحولت البحار إلى تجمد مُهلك

والماء بحسب تركيبه الذري كان لا بد له أن يتجمد في درجة مائة تحت الصفر ويسيل في درجة تسعين تحت الصفر ، هكذا تقول لنا علومنا الذرية. وكان معنى هذا ألا يوجد في ظروف الأرض إلا على هيئة بخار.. ولكن الذي حدث أنه يتجمد في الصفر ويغلي في مائة ، وبهذا أمكن له أن يوجد في المكان الواحد في الأرض علي هيئاته الثلاث: بخار وسائل وصلب وهو أمر آخر حيوي كان لا بد من توافره لتقوم علي الأرض حياة .

والماء هو السائل الوحيد الذي يملك قدرات خرافية على إذابة الأشياء والتفاعل معها.. فهو يأكل الحديد.. والصخر.. ونصف المركبات المعروفة وُجِدَت ذائبة في الماء . والجزء المائي كما يشرحه لنا علم الطبيعة الجزيئية هو الآخر جزيء خارق مدهش.. فالأكسجين ملتحم بالأيدروجين على طريقة العاشق والمعشوق ، والذرتان داخل بعضهما في بعض.. والإلكترون الوحيد في ذرة الأيدروجين داخل في ذرة الأكسجين ، وله وظيفة في مدارها.. مما أدى إلى استقطاب الجزيء استقطاباً كهربائياً ، فأحد طرفي الجزيء موجب وهو الطرف الأيدروجيني والطرف الآخر سالب وهو الطرف الأكسجيني . وهذه الصفة العجيبة جعلت من الجزيء شيئاً أشبه بمغناطيس وجعلت الجزيئات تتماسك بشدة وتتجاذب كما تتجاذب عدة من المغناطيسات ، مما أدى إلى ظاهرة التماسك السطحي التي نسميها ظاهرة التوتر السطحي للماء Surface tension فيمكنك أن تضع شفرة حلاقة من الصلب برفق فوق سطح الماء ، فتطفو بسبب هذا التماسك السطحي الذي لا يسمح لشيء باختراقه.

وتكهرب الجزيئات المائية هو الذي يفسر الخاصة الشعرية وهي الخاصة التي يتسلق بها الماء إلى أعلى ضد الجاذبية. والواقع أنه يتسلق بالجذب المغناطيسي بين ذراته وبين جدران الأوعية الشعرية. وبالتالي يجذب السطح المائي كله معه لأن السطح كله متماسك . وهذه الصفات الكهربائية للجزيء هي السر في قدرة الماء الخرافية على الإذابة.. لأن الطرف الموجب للجزيء يشد إليه الشق السالب من أي مادة ، والطرف السالب يشد إليه الشق الموجب فتتحل المادة إلى شقيها السالب والموجب ، وهو ما نسميه بالأيونات السالبة والموجبة وتتأين المادة أو تنوب بلغتنا الدارجة

وربما كان أعجب ما في الماء قدرته على خزن وتصريف الحرارة. وكلنا نعلم من خبراتنا العادية أن قضيباً ساخناً من الحديد يمكن أن يبرد في ثوان على حين يظل الماء ساخناً في البانيو ساعات قبل أن يعود إلى برودته وهي صفة تصبح حيوية جداً حينما نعلم علاقة تبادل الطاقة بين مياه المحيطات والشمس فالمحيطات هي الغلاية اليومية التي تسخنها الشمس فتتبخر مياه المحيطات بالحرارة وتصعد إلى السماء.... ثم إلى أعلى... إلى أجواء السماء الباردة فتتكثف سحُباً... ثم تهطل أمطاراً ، ثم تسيل أنهاراً لتصب في المحيطات من جديد في دورة مائية يومية

وتبلغ الطاقة الشمسية الحرارية المستخدمة في هذه الدورة في اليوم الواحد أكثر من كل ما أنتج الإنسان من طاقة خلال تاريخه كله ، والذي يقتنص هذه الطاقة ويحفظها ويصرفها ويوظفها هو جزيء الماء العجيب . والماء يتبخر من المحيطات ثم يعود إلى المحيطات من جديد في كم كلي ثابت لا ينقص ولا يزيد.... وهذه معجزة أخرى...

فمنذ ثلاثة آلاف مليون سنة منذ بدء الماء على الأرض وكميته ثابتة لا تزيد ولا تنقص... وربما كان الماء الذي تصنع منه اليوم كوباً من الليمونادة هو نفس الماء الذي استحمت به كيلوباتره ، وهو ذاته الذي تفضض به خوفو من آلاف السنين

والماء الذي اقتنص الطاقة من الشمس يعود فيصبح مصدراً للطاقة وتنظيم الطقس... ثم يعود فيصبح مصدراً للطاقة من باب آخر هو مساقط الماء والشلالات والقناطر والسدود . والماء هو النحات اليومي الذي يقوم بتشكيل القارات والشواطئ والسواحل ، ويقوم بحفر مجاري الأنهار وقيعان البحيرات، وهو الرافعة السحرية التي تنقل الجبال وتمهد الوديان . هذا مايقوله علم الطبيعة والكيمياء والجيولوجيا عن الماء... وماتراه العين المجردة من شأن الماء ..

أما في مجال البحث المجهرى ومايراه الميكروسكوب في نقطة الماء فهو الأمر المدهش والمثير فنقطة ماء من مستنقع تحتشد فيها عدة آلاف من أصناف الأحياء وعدة ملايين من الكائنات الدقيقة من فيروسات وبكتريا وفطر وطحلب... شعوب وممالك وأمم من الكائنات يأكل بعضها بعضاً وتتعايش وتتعاظم وتتنافس وتتسابق .. وكل ذلك في نقطة ماء من مستنقع على كوكب هو ذاته أصغر من هبة في الكون الواسع .

ليس عجباً بعد كل هذا أن نرى الماء مذكوراً في القرآن في 64 موقِعاً على أنه نعمة كبرى يمن بها الخالق على عباده .

(وأنزلنا من السماء ماءً طهوراً)

(ونزلنا من السماء ماءً مباركاً فأنبئنا به جنات)

(وأنزلنا من السماء ماءً فأنبئنا فيها من كل زوج كريم)

(وأنزلنا من السماء ماءً بقدر فأسكنناه في الأرض)

(وجعلنا من الماء كل شيء حي)

(خلق كل دابة من ماء)

(خلق من الماء بشراً فجعله نسباً وصهراً)

(أفرايتم الماء الذي تشربون أنتم أنزلتموه من المزن أم نحن المنزلون)

وفي أجمل الآيات يقول الله في مبدأ الخلق (وكان عرشه على الماء) وإذا اعتبرنا الآية تعبيراً بالمجاز عن عظمة الماء وخطره ، فالمعنى واضح فقد رأينا أن الحياة كلها عبارة عن محلول مائي وأن كان الماء هو وسيط الفعل الإلهي في المخلوقات جميعها ، فعرش الله وسلطانه وقبضته تتم كلها من خلال الماء

. إما إذا وقفنا عند الحروف واعتبرنا المعنى لغزاً مما لا يعلمه إلا الله... فإنه منتهى التشريف أن يجيء ذكر الماء مقترناً بالعرش الإلهي ، وهو تشريف قد رأينا أسبابه . ألم نجد في جزيء الماء البسيط معجزة تركع أمامها علوم الكيمياء والطبيعة والجيولوجيا وتحار فيها عقول العارفين . هذا الجزيء الذي يخزن الطاقة ويفجر الحياة ويذيب الصخر وينحت القارات وينظم الطقس . هذا اللؤلؤ المذاب والماس السائل الذي يجري على حلق العطشان أحلى من القبل وأعذب من صرافة الخمر . حقاً .. ما أحفل هذه الكلمات القليلة بالأسرار حينما ترتلها القلوب وتتأملها العقول (وكان عرشه على الماء)

من الجيل الحديث

الاستاذ الدكتور وائل عبد الله زردق

السيرة الذاتية:

- بكالوريوس كيمياء خاص - جامعة الزقازيق 1998.
- ماجستير كيمياء فيزيائية- جامعة الزقازيق 2003.
- دكتوراه كيمياء فيزيائية - جامعة الزقازيق-2006.
- يشغل منصب استاذ مشارك بجامعة ام القرى مكة المكرمة بالمملكة العربية السعودية 2012.
- يشغل منصب استاذ بكلية العلوم جامعة الزقازيق 2019.
- له العديد من الأبحاث العلمية المنشورة والمحكمة بالعديد من المجالات العلمية الدولية.

نماذج من الاعمال

البحث الاول:

Synthesis, Spectroscopic, Structural Characterization, Thermal analysis, Kinetics, Biological Evaluation of Non-steroidal Anti-inflammatory drug diclofenac Zirconium (IV) Solvates (L) (L= H₂O, DMF, Py and Et₃N).

Wael A. Zordok

المجلة العلمية : *Journal of Molecular Structure* العدد: 1166
الصفحات: 270-285 - سنة النشر: 2018 - معامل التأثير: 2.011 عدد المؤلفين: 1

تم تحضير بعض المتراكبات الجديدة فى حالتها الصلبة من الديكلوفيناك مع الزوركونيوم (IV) فى وجود مذيبات مختلفة من H₂O و DMF و Py و Et₃N والحصول على الصورة الاتية [ZrO(Dic)₂L]nH₂O فى وجود الايثانول فى درجة حرارة الغرفة وقد ثبت بالتحليل العملية مثل IR و UV و ¹HNMR والقياسات التوصيلية conductance والقياسات الحرارية ان الديكلوفيناك لديه مركزين للاعطاء متمثلين فى ذرتى الاكسجين الخاصه بمجموعة الكربوكسيل - COO⁻ وذرة النيتروجين الخاصه بمجموعة الامين NH- عند التفاعل مع ايون الزوركونيوم (IV)

وقد اكدت ذلك النتائج النظرية باستخدام طريقة DFT/B3LYP من خلال الكثافة الالكترونية حول الذرات فى مركب الديكلوفيناك وقد وجد ان جميع المتراكبات تكون cis-N او cis-O عدى متراكب Et₃N فهو trans-O ووجد ايضا ان متراكبات DMF و Py اكثر استقطابا من باقى المتراكبات والديكلوفيناك كذلك وجد

ان حاجز الطاقة فى حالة H_2O اكبر بكثير من باقى المتراكبات $\Delta E=0.144eV$ بينما ΔE لباقى المتراكبات محصورة بين (0.112-0.122V) وبذلك يكون متراكب H_2O اقل المتراكبان نشاطا وتم حساب قيمة η لجميع المتراكبات ووجد ان جميع المتراكبات سوفت بينما متراكب H_2O هارد .

وقد تم دراسة تأثير المتراكبات الناتجة على بعض انواع البكتريا المختلفة تأثير المتراكبات الناتجة على بعض انواع البكتريا المختلفة من الناحية البيولوجية

البحث الثانى:

Synthesis, spectral, DFT modeling, cytotoxicity and microbial studies of novel Zr(IV), Ce(IV) and U(VI) piroxicam complexes.

W.A. Zordok, Walaa H. El-Shwiniy

المجلة العلمية : **Spectrochimica Acta Part A: Molecular and Biomolecular Spectroscopy** - العدد: **199** - الصفحات: **290-300** - سنة النشر: **2018** - معامل التأثير: **2.88** عدد المؤلفين: **2**

تم تحضير بعض المتراكبات الجديدة فى حالتها الصلبة من البيروكزيكام مع الزيركونيم (IV) والثوريوم (IV) واليورانيوم (VI) فى وجود الايثانول فى درجة حرارة الغرفة حيث ان التفاعل يتم بنسبة 1:2 بين البيروكزيكام وايون الفلز وقد ثبت بالتحليل العملية مثل IR و UV و ¹HNMR والقياسات الحرارية والقياسات التوصيلية التى اثبتت ان جميع المتراكبات الناتجة غير موصلة عدى متراكب الثوريوم (IV) ومن القياسات الطيفية وجد ان البيروكزيكام يسلك سلوك ثنائى العطاء من خلال ذرتى النيتروجين الخاصة بمجموعة C=N- وذرة الاكسجين الخاصة بمجموعة C=O- كذلك تم حساب طاقة التنشيط E*, الانتروپى ΔS^* والانثالپى ΔH^* والطاقة الحرة ΔG^* لعملية التفسير الحرارى الناتجة من منحنيات (TGA) و (DTG) باستخدام معادلتى (CR) و (HM)

وقد اثبتت الدراسة النظرية ان مركب البيروكزيكام لايمكن ان يترابط مع ايون الفلز من خلال مركزى العطاء الا بعد التغيير من شكلة فلا بد من حدوث دوران فى نفس المستوى حول الرابطة C-N- ثم دوران اخر خارج المستوى حتى يتمكن من الترابط من خلال المراكز المحددة وتحول شكل البيروكزيكام من الشكل المغلق الى الشكل المفتوح

وتم دراسة التأثير البيولوجى لجميع المتراكبات التى تم تحضيرها على بعض انواع البكتريا والفطريات كذلك تم دراسة فاعلية المتراكبات على بعض الخلايا المسرطنه وظهر تاثيرها الواضح اكثر من البيروكزيكام منفرد

• د.منى كيال

منى كيال

▪ طبيبة سورية، كاتبة وباحثة

- شهادة دكتور في الطب البشري - كلية الطب - جامعة تشرين ١٩٩٤
- دراسات عليا - طبية أخصائية في التشخيص المخبري- دمشق ١٩٩٩
- دراسات عليا- طبية أخصائية في الأحياء الدقيقة- جامعة تشارلز- براغ ٢٠١٩
- أبحاث علمية في تطبيق معايير جودة جمع عينات زروعات الدم ٢٠١٧-٢٠١٩
- استشارية في العلاج بالصادات الحيوية ٢٠١٩
- أخصائية في مخابر المشفى الوطني في اللاذقية بين ١٩٩٥-٢٠١٢
- أخصائية في مخبر الكيال للتحاليل الطبية ٢٠٠٤-٢٠١٢
- استشارات مخبرية وغذائية في RMA Centrum - براغ منذ ٢٠١٣
- طبية في مخبر الأحياء الدقيقة الطبي في مشفى FNKV الجامعي - براغ ٢٠١٤-٢٠١٧
- طبية في مركز علم الأحياء الدقيقة الطبي في مشفى MOTOL وكلية الطب، جامعة تشارلز منذ ٢٠١٧
- عضو هيئة مخابر التحاليل الطبية في سورية
- عضو مجتمع علم الأحياء الدقيقة الطبي والعلاج بالصادات الحيوية - الجمهورية التشيكية
- محاضر في مؤتمرات مجمع علم الأحياء الدقيقة السريري ČLS JEP - براغ
- محاضر في مؤتمرات هيئة الاستعمال الأمثل للصادات الحيوية - الجمهورية التشيكية
- شهادة التعليم الطبي المستمر، وزارة الصحة - الجمهورية التشيكية
- برامج جودة GCP R2 للأبحاث السريرية من IQVIA
- شهادة E6 من Syneos لسلامة الأبحاث السريرية
- باحثة في مجال الهوموسيستئين والمايكروبيوم
- دبلوم في التغذية العلاجية
- كورسات ودورات تدريبية ومؤتمرات التشخيص المخبري والتحاليل المخبرية والكيمياء الحيوية السريرية
- كورسات و دورات تدريبية ومؤتمرات علم الجراثيم الطبي والمايكروبيوم
- كورسات و دورات تدريبية في العلاج بالصادات الحيوية
- كورسات ودورات تدريبية في مجال التغذية العلاجية وأبحاث المايكروبيوم
- كاتبة وباحثة في الشأن الصحي وعلوم الطب والمختبرات، أكتب في العديد من الصحف والمجلات والبوابات الالكترونية العربية.

نماذج من أعمالها :

- ما يجب أن نعرفه عن حمية الكيتو

إن الأنظمة الغذائية المعتمدة على انقاص استهلاك الكربوهيدرات البسيطة خاصة السكر والطحين الأبيض تساعد على انقاص الوزن وضبط سكر الدم، وذلك بسبب خفض افراز هرمون الأنسولين المخزن للدهون، والذي يسبب ارتفاعه حالة تدعى المقاومة للأنسولين وهي السبب في الكثير من المشاكل الصحية كالملازمة الاستقلابية والسكري من النمط الثاني وارتفاع الضغط والشحوم، إضافة إلى البدانة الحشوية والكبد الدهني.

إن الامتناع عن تناول السكر الأبيض وغيره من السكاكر البسيطة يمكن بقي ويعالج الكثير من المشاكل الصحية خاصة أمراض القلب والسكري من النمط الثاني، ومع ذلك فإنه ليس من الضروري الامتناع عن تناول الكربوهيدرات المعقدة الموجودة في أنواع الحبوب الكاملة والبقول والفاكهة والخضار، والتي تعطي الجسم حاجته من الفيتامينات والمعادن والألياف.

هناك أنواع متعددة من الأنظمة الغذائية التي تعالج ارتفاع الأنسولين، منها الحمية منخفضة الكربوهيدرات التي يسمح فيها بتناول ٣٠-٤٠ بالمئة من الكربوهيدرات المعقدة، وحمية اتكينز التي تعتمد على تناول حمية غنية بالبروتين، إضافة إلى حمية الكيتو الرائجة في هذه الأيام والتي تعتمد على حمية غنية جداً بالشحوم وفقيرة جداً بالكربوهيدرات.

حمية الكيتو

تسمح حمية الكيتو بتناول الخضار الخالية من الكربوهيدرات وبعض أنواع الفاكهة الفقيرة بالسكر كالتوت البري والأفوكادو، مع تناول كميات معتدلة من البروتينات الحيوانية وكميات لا محدودة من الدهون.

يعتمد الجسم في الحالة الطبيعية على الغلوكوز كمصدر رئيسي للطاقة، يحصل عليها من المواد الكربوهيدراتية الموجودة في الحبوب والبطاطا والبقول والفاكهة وأيضاً الخضار. أما حمية الكيتو فهي تعتمد على مصدر آخر للطاقة وهو الدهون، والتي يسمح بتناولها بنسبة عالية تشكل ٧٠ بالمئة من مجموع السعرات الحرارية المتناولة. بينما نسبة الكربوهيدرات التي يسمح بتناولها تتراوح بين ٥ و ١٠ بالمئة فقط، مما يدخل الجسم في حالة كيميائية تدعى التخلون (Ketoses)، حيث يفرز الجسم كمية كبيرة من الأجسام الخلونية.

أثبتت هذه الحمية نتائج فعالة في انقاص الوزن السريع، حيث أن عدم تناول الكربوهيدرات نهائياً يجعل الجسم يبحث عن مصدر آخر للطاقة فيبدأ في استقلاب الدهون والحموض الأمينية لينتج نوعاً آخر من الطاقة، وينتج عن هذه العملية تشكل الأجسام الكيتونية والتي تتميز برائحة الخلون المميزة النفاذة وهي حالة مشابهة لحالة الجسم في حالات الصيام الطويل أو المجاعات. كما أن جزءاً من الوزن المفقود خلال الأيام الأولى يكون سببه فقد الماء من الجسم، ويتبعه فترة من ثبات الوزن، مع العودة إلى اكتساب الوزن المفقود بعد العودة للنظام الغذائي السابق.

حمية الكيتو هي حمية فعالة لانقاص الوزن على المدى القصير ومتوسط المدى، ولكنها لا تتناسب الجميع خاصة الأكبر سناً وكذلك الذي يشكون من مشاكل المرارة والبنكرياس وارتفاع الكولسترول الضار، ويجب اتباعها تحت اشراف طبي مكثف.

من وجهة نظري هي حمية فعالة لانقاص الوزن، خاصة لمعالجة السمنة المرضية والتي تعد المسبب المباشر لأمراض قاتلة، ولكنها يجب أن تتم تحت اشراف طبي مكثف، خاصة وأن الحالة الكيتوزية ليست حالة طبيعية للجسم، ويمكن أن تؤثر على كل أعضاء الجسم. كما من الضروري الانتباه لموضوع نقص الفيتامينات والمعادن والسوائل والألياف المرافق. ويجب أن يعقب هذه الحمية حمية أقل تشدداً تسمح بتناول المزيد من الخضار والبقول كمصادر للكربوهيدرات والفيتامينات. أما النتائج الصحية لهذه الحمية على المدى الطويل فمن المبكر التحدث عنها، كونها حديثة العهد نسبياً.

هذه الحمية تناسب الشباب أكثر من الأشخاص الأكبر سناً، خاصة في حال وجود ارتفاع بالكولسترول الضار وحمض البول في الدم، أو وجود مشاكل قلبية وكلى، أو مشاكل البنكرياس والمرارة ونقص القدرة على استقلاب الشحوم. كما ان الالتزام بحمية الكيتو يتطلب تناول الكثير من المكملات الغذائية من فيتامينات ومعادن وألياف وأنزيمات هاضمة وغيرها كونها تفتقر للكثير من العناصر الغذائية الضرورية للجسم. وبرأيي الشخصي فإن مثل هذه الحمية الفقيرة بالمغذيات لا يمكن أن تكون نظاماً غذائياً متكاملماً لفترة طويلة.

الآثار الجانبية لحمية الكيتو

لهذه الحمية بعض الأعراض الجانبية المزعجة خاصة الامساك والشعور بالتعب والصداع والتعب، اضافة للغثيان و رائحة النفس الكريهة الناجمة عن الأجسام الخلوونية. كما أنها ليس آمنة لمرضى القلب خاصة بسبب غناها بالدهون المشبعة، وغير مناسبة للأشخاص بعد استئصال المرارة نتيجة نقص الخمائر المسؤولة عن استقلاب الشحوم.

من جهة أخرى فإن الامتناع عن تناول الخضار والحبوب والبقول والفاكهة لمدة طويلة يعرض الجسم لمخاطر نقص كمية الألياف المتناولة خاصة على جهاز الهضم والجراثيم المعوية المفيدة، اضافة إلى النقص في الكثير من العناصر الغذائية المهمة كالمغنيزيوم والبوتاسيوم وحمض الفوليك وفيتامين سي وغيرها.

نصائح لمتبعي حمية الكيتو:

١- استشر الطبيب أو أخصائي التغذية لاجراء التحاليل اللازمة وتقييم ما اذا كانت هذه الحمية مناسبة لك، مع ضرورة المتابعة في مراقبة التحاليل بشكل منتظم، خاصة عند وجود مشاكل صحية.

٢- يجب الاعتدال في تناول الأطعمة الغنية بالدهون المشبعة خاصة اللحوم والزبدة، مع زيادة تناول مصادر صحية للدهون غير المشبعة خاصة زيت الزيتون و زيت السمسم والأفوكادو والأسماك والمكسرات والبدور.

٣- شرب كميات كافية من الماء لتعويض الماء والسوائل المفقودة، خاصة أن هذه الحمية تفتقر للأطعمة الغنية بالسوائل خاصة الفاكهة.

٤- الحرص على تناول الأطعمة الغنية بالألياف خاصة الخضار والبذور والمكسرات.

٥- تناول المكملات الغذائية عند الضرورة بعد استشارة الطبيب.

د. منى كيال

■ طاقة نظيفة ودماع سليم

الدماغ هو العضو المسؤول عن القيادة والتحكم بكل أجهزة جسمنا، بأفكارنا وحواسنا واحساسنا وتناسق حركتنا وتنفسنا، وهو يعمل ليلاً ونهاراً بدون توقف حتى في أثناء النوم.

ولكي يقوم الدماغ بأداء مهامه بشكل جيد فهو بحاجة الى وقود نظيف لانتاج طاقة نظيفة، وهذا الوقود نحصل عليه من الغذاء.

إذا تناولنا وقوداً مغشوشاً كالسكر والطحين المكرر والزيوت المكررة، فستكون النتيجة طاقة غير نظيفة. أي تكون نتيجة الاحتراق الكثير من السموم ونواتج الاحتراق على شكل جذور حرة مؤكسدة تشبه ما تنتجه عوادم الاحتراق من دخان.

لكي تحتفظ بسيارتك بحالة جيدة لمدة طويلة، فيجب أن تستخدم لها وقوداً من النوع الممتاز. أما إذا استخدمت أنواعاً رديئة من الوقود، فستتعبك السيارة بعمليات اصلاحها المكلفة وانخفاض كفاءتها على العمل بشكل جيد.

إن تناول الأطعمة ذات الجودة العالية الغنية بالفيتامينات والمعادن ومضادات الأكسدة، تغذي دماغك وتحميه من التلف التأكسدي من قبل الجذور الحرة المؤكسدة ومن ارتفاع الهوموسيستين ذو السمية العصبية.

أما الأطعمة الحاوية على السكر المكرر فهي تسبب الضرر لدماغك، حيث تؤهب لعمليات التهابية وتأكسدية مزمنة مخربة لأنسجة الدماغ. مما يؤهب لحدوث الاكتئاب واضطرابات المزاج و زيادة الاستعداد لحدوث مرض ألزهايمر وباركنسون والتصلب المتعدد.

الأبحاث الحديثة تثبت يوماً بعد يوم العلاقة بين نوع الطعام الذي نتناوله وبين تغيرات المزاج وحدوث حالات الاكتئاب، وذلك على المدى القصير والمتوسط والطويل.

السيروتونين هو ناقل عصبي يعمل على تنظيم حالة المزاج والشهية والنوم. وينتج القسم الأعظم من السيروتونين في الأمعاء، حيث يتصل جهازنا الهضمي بالدماغ عبر شبكة من ملايين الخلايا العصبية، وبالتالي فإن نوعية الطعام الذي نتناوله يؤثر في حالتنا العصبية والنفسية.

كما أن عمل هذه الخلايا العصبية يتأثر بوجود ملايين الجراثيم التي تعيش في أمعائنا، والتي تتدخل في عملية افراز مادة السيروتونين المؤثرة على المزاج. ان الجراثيم المعوية المفيدة تسبب زيادة في افراز مادة السيروتونين من الأمعاء، وبالتالي فلها تأثير كبير على مزاجنا وصحتنا النفسية والعقلية.

لطاقة نظيفة ودماع سليم:

- ١- ابدأ بتناول الأطعمة الحقيقية المنتجة للطاقة النظيفة، وامتنع عن تناول الأطعمة المكررة والمصنعة.
- ٢- تناول الأغذية المعززة لنمو الجراثيم المعوية المفيدة، خاصة الأطعمة المخمرة كالمخللات واللبن الرائب والقريشة، اضافة الى الألياف التي تتغذى عليها هذه الجراثيم.
- ٣- تناول الأغذية الغنية بمضادات الأكسدة والفيتامينات والمعادن كالخضار والفاكهة والحبوب الكاملة والبقول. تأكد من حصولك على كمية مناسبة من المغنزيوم وفيتامين ب ١٢ والفولات.
- ٤- تناول الأطعمة الغنية بزيوت الأوميغا ٣، خاصة الأسماك والمأكولات البحرية والبذور والمكسرات.

د. منى كيال

■ د ميس عيسي

أكاديمية وباحثة في علم الأدوية

أنا أعمل حالياً في الكلية الملكية بلندن

- حصلت على شهادتي الماجستير والدكتوراه في علم الأدوية من جامعة مانشستر
- وقد أقيمت في بريطانيا لأكثر من 15 عشرة سنة. أنا أقوم بتدريس علوم الفيزيولوجيا والأدوية ويتركز بحثي على علوم القلب والأوعية الدموية وبيولوجيا الأوعية.
- لقد قمت أيضاً بالتدريس في العديد من الدول وأتحدث اللغتين العربية والإنكليزية بطلاقة. خلال السنوات الماضية امتلكت خبرة واسعة في الأبحاث بالإضافة إلى تدريس طلاب الجامعة وطلاب الأبحاث والدراسات العليا وقد حصلت على زمالة أكاديمية التعليم العالي من بريطانيا
- عملت بشكل واسع في مجال أبحاث أدوية القلب والأوعية الدموية في المخبر وعلى الحيوان وعملت على العديد من الأبحاث المرتبطة بأمراض القلب والأوعية مثل ارتفاع الضغط الدموي والسمنة وقصور القلب كما قمت بالمشاركة في العديد من المؤتمرات التي تدعم تطوير المرأة في المجالات العلمية وتوضح دوري كمرأة باحثة علمية
- لقد تم تكريم أعمالي من عدة مؤسسات ففي عام 2011 تم اختياري كأحد 15 باحثة على مستوى العالم للحصول على جائزة اليونيسكو لوريال للنساء في مجال أبحاث علوم الحياة. سمحت لي هذه المنحة أن أعمل كباحثة زائرة لجامعة مانشستر في بريطانيا.
- كما قد حصلت أيضاً على منحة من الجمعية الأوروبية لأمراض التنفس مما أتاح لي المجال لزيارة جامعة فاندربيلت في الولايات المتحدة الأمريكية للعمل على تطوير عدد من المهارات البحثية وتأسيس مجالات للتعاون مع أحد أهم مراكز البحث في العالم.
- لقد حصلت أيضاً على منحة باحث علمي متميز من جامعة جنيف في سويسرا مما أتاح لي تطوير مجالات للتعاون والبحث العلمي الذي لا يزال مستمراً حتى الآن
- لقد قمت كذلك بالعمل في سوريا لمدة أكثر من ثلاث سنوات وقمت بتأسيس مركز متميز للبحث العلمي وتمت ترقيتي لمنصب رئيس قسم علم الأدوية والسموم في كلية الصيدلة بجامعة حلب. بالإضافة إلى خبرتي في المجال الأكاديمي بتدريس علم الأدوية والفيزيولوجيا في جامعات خاصة وحكومية في سوريا، فقد عملت في مجال الصيدلة والصناعات الصيدلانية في عدة مراكز إدارية واستشارية
- خلال السنوات الماضية قمت بتعليم وتدريب العديد من طلاب الجامعة والدراسات العليا وقد أصبح البعض منهم باحثين في عدد من الجامعات الكبرى على مستوى العالم أو في شركات الأدوية العالمية فقد قمت بتشجيع وتحفيز الكثير من الباحثين الشباب وخاصة النساء منهم وقد تم تقدير ذلك من خلال منحة اليونسكو كما أنني مؤهلة كمدربة حياة ولدي شركة صغيرة مسجلة في بريطانيا أيضاً سفيرة علمية-

نماذج من أعمالها :

- وجهة نظر: ماهي العلة المستمرة في عالمنا العربي؟

كل بلد فيها الجانب الإيجابي والجانب السلبي. سأتكلم عن جانب إيجابي في بريطانيا يعجبني، الأول: التواضع في التعامل والأمر الثاني: السمة العامة لوسائل الإعلام هو محاولة عدم الانحياز وهو أمر جيد جداً في أي منظومة إعلامية أو علمية أو غيرها. اعتبر هاتين السمتين أساسيتين ويمكن هذا هو السبب الذي دفعني أن أطرح وجهة نظري.

من أيام قليلة شاركت ببرنامج على الهواء مع شخص في أحد القنوات.

لفت نظري شيء للأسف نشاهده كثيراً في عقليات كثيرة في العالم العربي وسأحدث عن الشخص أو الضيف وعن تقديم البرنامج.

بالنسبة للشخص: لاحظت مايلي:

١- الكلام عن نفسه بصيغة الجمع، وهذه بحد ذاتها اعتبرها قضية في وطننا. انت اذا كنت في بريطانيا وتحدث عن نفسك واستخدمت في كلامك كلمة we يعني نحن، فالجميع ينظر لك باستنكار وازدراء ولن يتردد بسؤالك

what do you mean by we يعني شو قصدك بنحن؟

٢- استخدامه لأسلوب التصريحات والحقائق. طبعاً لأن الحقائق وخاصة الإيجابية تسعد المشاهد العربي. لكن أي شخص أكاديمي يحترم البحث العلمي يجب أن يكون شفافاً في عرض المعلومات مع الحذر الشديد من طرح تصريحات وخاصة في وقت الوباء

٣- يبدو أن هذا الشخص غير مختص تماماً بالمجال، المهم ان المذيعه تسأل والشخص يحكي لكن مدى صحة المعلومات هذا قضية اخرى

٤- الإيحاء أنه يلم بكل شيء إماماً تاماً

أحب أن أشير أن المستشار العلمي للحكومات المتقدمة بما فيها بريطانيا لازالوا يصرون (وهو الرأي العلمي) أن أي لقاح أو علاج لا يصرح به إلا بعد المرحلة الثالثة اذا ثبت أنه فعال وامن وكلمة امن تعني أنه لا يوجد أي عرض جانبي له علاقة باللقاح حتى ولو كان نادر.

وأحب أن أذكر أن انتهاء اللقاح من المراحل الأولى والثانية

لا يعني "أن قضية الأمان انتهينا منها" كما أشار الشخص مستنداً إلى مرجع لم ولن يوجد بعد!!!!

أما عن التقديم الإعلامي:

رأبي أنه لازال في بعض وسائل الإعلام العربي الحالي وأشدد على كلمة الحالي للأسف، واعتقد الكثير يتفق معي، أن عدد لا بأس به منهم أو منهم يعتمدوا على المظاهر وبشكل كبير على الشكل الذي أصفه "بكثير الالوان" (على اعتبار مثلا أن بعض المذيعات يضعن كمية لا يستهان بها من الميك اب، تكفي لتلوين قبيلة بأكملها من الرأس لأخصص القدمين)

وأحياناً يأتي الصوت بالمقدمة وان كنت لم أقرأ حتى الآن سبب علمي أو مهني وراء ذلك. المهم اذا الصوت مغرد يمكن أن يقدم على الشكل على اعتبار أن الشكل مقدور عليه (شكرا للميك اب ووسائل الفوتوشوب وأضواء الاستوديو الباهرة). هذا الانحياز انقرض في المجتمعات المتقدمة. لكنه للأسف لازال موجوداً وليس فقط في الإعلام.

على كل حال اعتقد سواء في الجامعة أو الاعلام أو غيره يفنقر عالمنا نوعاً ما إلى ضعف مهارات الذكاء الإجتماعي والتواصل، وانتم تتفقون معي تماماً أن الشهادة الجامعية أو المراكز لاتعني انك شخص مثقف أو لديك ذكاء إجتماعي في التعامل مع الاخرين

لمن يتابعني فشكراً جزيلاً لكم جميعاً ولمتابعتكم ولوقتكم في قراءة منشوراتي أما لمن لا يحب القراءة بشكل دقيق أو موضوعي فأحب أن أكرر ثانية: عندما أتكلم عن لقاح أو دواء فهذا ليس لأنني "متحمسة" له وإنما أنا أعرض دراسات ونتائج بشكل حيادي. في العلم لا يوجد مشاعر، هناك أدلة فقط.

أما جواب السؤال: فأعتقد انك تتفق معي أن العلة المستمرة في عالمنا العربي هي: المظاهر على مبدأ "اسمع جعجعة ولا أرى طحناً"

دمتم بخير وعافية وسعادة

■ لماذا التعرض للبرد قد يكون صحياً وما علاقته بالوزن؟

القسم الأول:

من المعلوم أن هناك نوعين من الدهون في جسم الإنسان دهون مهمة لجسم سليم ودهون مضرّة. ببساطة هما الدهون البنية brown fat والدهون البيضاء white fat

- الدهون البيضاء وهي تتمركز بشكل كبير في منطقة البطن نتيجة استهلاك كمية أكبر من الحاجة اليومية من الغذاء فيقوم الجسم بتحويل الزائد عن حاجته إلى دهون بيضاء.

تراكمها في منطقة البطن (ونستدل عليها بزيادة محيط الخصر) يعتبر ضار ويرتبط بالعديد من الأمراض الإستقلابية والقلبية الوعائية مثل الداء السكري وارتفاع ضغط الدم

أما الدهون البنية سأرمز لها BF فهذه يبدأ تشكلها منذ الطفولة وكان يعتقد أنها تختفي عند الشخص عندما يكبر. ولكن الأبحاث مؤخراً بينت أن البالغين أيضاً لديهم مخزون من BF وإن كان توزعها وكميتها تختلف عن الأطفال.

لهذا النوع من الدهون أهمية كبيرة لأنها تعمل على حرق جزيئات السكر والدهون لتولد الطاقة في الجسم للحفاظ على حرارة الجسم الداخلية.

ولها دور أيضاً في مكافحة التأثيرات السلبية للبدانة ومكافحة الداء السكري وغير ذلك من الوظائف الهامة للجسم.

من الأمور التي يتم تنشيط الخلايا الدهنية البنية المفيدة هو التعرض للبرد مثلاً بتطبيق قطعة جليد بعد لفها بقماش ثم وضعها على المنطقة أعلى الفخذ لمدة نصف ساعة يومياً لمدة 10 أيام. وجد بالدراسة على أشخاص بدينين أن هذا يزيد من فعالية الخلايا الدهنية البنية وفي دراسة أخرى تم تعريض الأشخاص لدرجة حرارة 19 درجة مئوية لمدة شهر بمعدل 10 ساعات يومياً على أن يرتدي الأشخاص ملابس خفيفة. تبين أن هذا يزيد فعالية BF بمعدل 40% وفعاليتها الإستقلابية بمعدل 10%.

من المعروف أن تحفيز الخلايا الدهنية البنية في حيوانات التجربة يساعد على نقصان الوزن ولكن هذا مازال موضع دراسة عند الإنسان. الشيء المثبت حالياً أن تحفيز الخلايا الدهنية البنية بواسطة التعرض للبرد عند الأشخاص البدينين يحمي الجسم من التأثيرات السلبية للبدانة فهو يساعد في تحسين مستوى السكر في الدم وكذلك في فعالية الإنسولين.

هذا الشيء لا يقتصر على الأشخاص البدينين وإنما الأشخاص ذوي الأوزان الطبيعية أيضاً

لكن استخدام البرودة قد لا يناسب بعض الفئات من الناس لذا عمد الباحثين للبحث عن داء يقوم بهذه المهمة.

لماذا التعرض للبرد قد يكون صحياً وما علاقته بالوزن؟

القسم الثاني.

كنت بدأت مناقشة كيف أن هناك نوع من الدهون في الجسم مفيد وله تأثيرات مضادة للبدانة ويحسن الحالة الاستقلابية عند مرضى السكري وغير ذلك وكنت ذكرت كيف أن التعرض للبرد ينشط ويزيد من فعالية هذا النوع من الدهون والذي يسمى الخلايا الدهنية البنية *brown fat*. وكنت وصلت إلى نقطة وهي أن هذه الخلايا الدهنية البنية يمكن تنشيطها ليس فقط بالبرد وإنما باستخدام دواء فما هو؟

بداية، دعونا نتذكر أن هذه الدهون المفيدة البنية وسأرمز لها BF تحوي على بروتينات أو تسمى مستقبلات (تسمى beta3)

يمكن عن طريق تنشيط هذه المستقبلات التحكم في مدى نشاط الخلايا الدهنية المفيدة.

من الطرق الدوائية لتنشيط الخلايا الدهنية البنية BF هو استخدام دواء يسمى *mirabegron*.

هذا الدواء يستخدم عادة في علاج فرط نشاط المثانة مثل علاج سلس البول. يعمل الدواء على تنشيط نوع معين من البروتينات أو المستقبلات في المثانة وهي نفس المستقبلات الموجودة في الخلايا الدهنية البنية

في دراسة تمت على أشخاص بدنيين باستخدام دواء mirabegron، تم استعمال ٥٠ ملغ يوميا لمدة 10 اسابيع وفي دراسة أخرى استخدم 100 ملغ مرتين لمدة 4 اسابيع فوجد أن هذا الدواء

-يزيد من حجم وفعالية الخلايا البينة

_ويحسن استجابة الخلايا للإنسولين

_ويرفع من نسبة الكوليسترول الحميد HDL مما يحسن وظيفة الجهاز القلبي الوعائي

_ ويحسن عمل خلايا بيتا في البنكرياس المسؤولة عن افراز الانسولين.

_الأكثر من ذلك أنه تم تنشيط هرمون يسمى أدببونكتين adiponectin وهو هرمون له دور تأثيرات مضادة للداء السكري ومضاد للإلتهاب

حاليا هناك تجربة سريرية لاستخدام هذا الدواء في علاج حالات مثل المبيض متعدد الكيسات عند النساء والكبد الدهني.

يبقى التعرض الطبيعي للبرد أحد الوسائل السريعة والأمنة ولاشك أن ارتداء ملابس صيفية في بعض الأحيان أو لبضعة ايام في الشتاء قد يكون له فوائده

دمتم بخير وعافية

د. ميس عيسي

• د. ريم حرفوش / سوريا

- الاسم: ريم محسن حرفوش
- مكان الإقامة: اللاذقية – سوريا
- طالبة دكتوراه اختصاص مناعيات – كلية الصيدلة- جامعة تشرين 2019
- ماجستير في الأحياء الدقيقة والدمويات والمناعيات- كلية الصيدلة - جامعة تشرين 2013
- إجازة في الصيدلة والكيمياء الصيدلانية – كلية الصيدلة جامعة تشرين 2008
- تدريس مقررات كيمياء العقاقير والأحياء الدقيقة والسموم في مخابر كلية الصيدلة جامعة الشام الخاصة 2017 – حتى تاريخه
- تدريس مقررات الجراثيم والطفيليات في مخابر كلية الطب جامعة تشرين 2016 – حتى تاريخه
- تدريس الجانب العملي لمقررات الكيمياء الحيوية والجراثيم والطفيليات والدمويات والمناعيات في مخابر كلية الصيدلة جامعة تشرين 2009 – 2013
- العمل في فريق التنسيق العلمي لكلية الصيدلة – جامعة الأندلس 2013-2014
- تدريس المقررات النظرية لعلم السموم والعقاقير والإدارة في الصيدلة والتحليل الطبية في المعهد التقني الطبي- جامعة تشرين 2010 - 2014
- تدريس مقرر الكيمياء المرضية - كلية التمريض – جامعة تشرين 2014
- تدريس المقرر النظري للكيمياء الحيوية والمصطلحات الطبية والدمويات والمناعيات في جامعة الأندلس 2014-2020
- تدريس الجانب العملي لمقررات علم تأثير الأدوية والكيمياء الحيوية والجراثيم والطفيليات والدمويات والمناعيات – كلية الصيدلة جامعة الأندلس 2013 حتى تاريخه
- العمل في مجال الدعاية الطبية مع شركة الفارس للصناعات الدوائية 2009-2013
- عضو في مجتمع البيولوجيا الجزيئية MEMBS
- عضو في الجمعية الوطنية لإنماء السياحة في سوريا منذ 2015
- عضو في الاتحاد الرياضي العام ومحكمة لرياضة الدراجات منذ 2016
- نشرات علمية

نماذج من الاعمال

• العلاج بالخلايا المقتبسة،

وهو شكل من أشكال المعالجة المناعية للسرطان، وهي طريقة جديدة وواعدة في علاج الكثير من الأمراض المستعصية كالسرطان والإيدز وأمراض المناعة الذاتية والتي لا تزال قيد الدراسة والتطوير.

تعتمد هذه الطريقة على استخلاص الخلايا المناعية من جسم المريض أو من متبرعين أصحاء، ومن ثم يجرى في المختبر تعديل على هذه الخلايا ومستقبلاتها بحيث تصبح قادرة على التعرف على الخلايا السرطانية ومهاجمتها وقتلها بكفاءة عالية، ثم يتم إكثارها في المختبر لتصل أعدادها لعدة ملايين خلية معدلة ثم يعاد تسريبها إلى جسم المريض لتقوم بعملها.

ما يميز هذه الطريقة أنه يمكن استخدام عدة خلايا لتطبيقها ويعد تعديل الخلايا التائية هو أشهر تلك الطرق.

ومن الجدير بالذكر أن العلاج بالخلايا المقتبسة ليس له آثار جانبية خطيرة أو مزعجة مثل باقي أنواع العلاج كالعلاج الكيميائي أو الإشعاعي بل تقتصر آثاره على بعض الالتهابات البسيطة في الأغشية المخاطية والتي يمكن معالجتها بسهولة.

قمنا ببحثنا بتسليط الضوء على هذه التقنية في العلاج وفصلنا جميع الطرق المستخدمة فيها ومن ثم أجرينا استبيان الكتروني شمل شريحة واسعة من المجتمع الطبي في سوريا (أكثر من 800 مشارك) من جميع الاختصاصات الطبية : أطباء – صيادلة – ممرضين – أطباء أسنان – طلاب الكليات الطبية.

وتم سؤالهم عن هذه التقنية ومدى معرفتهم فيها، وتم أخذ رأيهم بطرق علاج السرطان الحالية وأي منها يعتبرونه الأجدى والأفضل في علاج هذا المرض، كما تم سؤالهم عن إمكانية تطبيق العلاج بالخلايا المقتبسة في سوريا وعن العوائق التي قد تقف في طريق تطبيقها في بلدنا وتم دراسة النتائج وإرفاقها بالبحث.

الباحثون: د. ريم حرفوش-علي الحوري- علياء سلوم

• د. محمد فتحي عبد العال /مصر

• حرب القهوة

مقدمة :

أيقونة الصباح وسيدة الدفء فنجان واحد منها يكفي لللممة شتات أنفسنا المتناثرة في هذا الكون العتيد والمصالحة مع النفس إنها القهوة المشروب الساحر المرادف للحب فكلما صبرت عليه وانتظرته كان طعمه أكثر مذاقا وحينما يمتزج لونه الأسود بالحليب يصير للصباح بهاء ولليوم طابعا مميزا.. لقد أصبحت القهوة محط تباهي الدول فيما بينها حينما يقترن اسماء هذه الدول بها فالقهوة التركي والفرنسي والايطالي فهل يا ترى كان الوضع كذلك قبل قرون؟

اكتشاف القهوة:

تتعدد الأساطير حول اكتشاف هذا المشروب الذي يتربع على عرش المشروبات بالعالم ومن أقدم الروايات ما يرجع باكتشاف البنّ إلى عهد النبي سليمان عليه السلام ، في قصة يرويها ابن العماد الحنبلي في "شذرات من الذهب" وأنّ جبريل قد أوحى إلى سليمان -عليه السلام- لَمَّا نزل على قوم مرضى - أوحى إليه أن يأمر الجن أن يأتوه بثمر البن من بلاد اليمن، وأن يحرقه بالنار، ثم يطبخه ويسقيهم منه، ففعل، فبرئوا من علّتهم.. يقول ابن عماد الحنبلي: "ثم تناسى أمرها الناس حتى ظهرت في القرن العاشر الهجري".

والبعض يربط بين اكتشافها وبين حياة الرهبان وصلواتهم الطويلة في جوف الليل فتذهب الأسطورة إلى أن راعي غنم اسمه (كالدي) قيل اثيوبي وقيل يماني اكتشف نشاطا غير عادي في قطيعه حينما أكلت من إحدى أشجار التوت فسارع إلى إخبار رئيس الدير والذي أعجب بالمشروب الساحر ومن وقتها واحتضنته حياة الرهبان لكن قصص أخرى تأخذنا إلى العالم الإسلامي وتحديدا عالم الصوفية فتدعي أن أحد مشايخ الصوفية و هو أبو بكر بن عبد الله العيديروس هو أول من مر بأشجار اللبّن أثناء سياحته في الجبال فأكل من ثمرها فكانت معينا له على العبادة وقيل أيضا ان مكتشفها هو الفقيه الصوفي محمد بن سعيد الذبحاني كما ذهب البعض أن مكتشفها هو أبو الحسن علي ابن عمر الشاذلي مؤسس الطريقة الشاذلية وقد صح عنه أنه قام برحلة إلى الحبشة وقيل تلميذه ومن هنا كانت تسمية أهل الجزائر للقهوة باسم الشاذلي. وصار المتصوّفة يصفون القهوة لمريديهم كطريقة للترويح عن همومهم وتفريح قلوبهم. بل روي عن أحدهم أنه قال: "القبض على البُنّ يذهب الحُزن".

ولكن على أية حال فالرابط بين هذه القصص هو أن القهوة كانت أداة مساعدة للمتدينين فهي مسكن روحي يساعدهم على القيام بشعائرهم الليلية فما الذي حولها لتصير متهمّة ومنبوذة من الدين لعقود إلى حد تسميتها بالقهوة وهو اسم للخمر؟!

القهوة والخمر :

جاء ذكر القهوة باعتبارها خمر في شعر الأعشى الشاعر الجاهلي ومنها قوله:

معتقةً قهوةً مرّةً.. لها زَبْدٌ بين كوبٍ ودُنُّ

و في معلقته الشهيرة يقول :

نازعتهم فُضْبُ الرِّيحانِ مُتَكِنًا.. وقهوةً مُرَّةً راووقها حَصِلُ

وابن منظور في لسان العرب يقول: "القهوة: الخمر، سُميت بذلك لأنها تُقهي شاربها عن الطعام أي تُذهب بشهوته"

تحريم القهوة في العالم الإسلامي:

لقد استطاعت القهوة أن تشكل المجتمع من حولها فتحوّلت من مشروب مفضل بالمنزل إلى مشروب يستلزم مكاناً أوسع يختلط فيه احتساء القهوة بتبادل الدردشة والجدال والنميمة ومناقشة الأخبار وتبادل الآراء الفكرية ومن هنا نشأت المقاهي أو مدارس الحكمة لقد أحدثت القهوة بذلك ثورة اجتماعية حقيقية جعلتها هدفاً للهجوم عليها.

كانت بداية التحريم في مكة حيث وجد حاكم مكة الأمير خاير بك عام 1511 م والذي كان مكلفاً من قبل سلطان مصر قنصوه الغوري جمعا من الناس يشربون القهوة بجانب المسجد الحرام و التي احضروها معهم من اليمن فما رأوه اطفئوا الكشافات فهاله الأمر وأثار ريبته فأجتمع بفقهاء مكة ويحسب للشيخ نور الدين بن ناصر الشافعي مفتي مكة آنذاك اعتراضه على تحريم القهوة فالبن عنده مباح حارق للبلغم ولكن كان لزاماً أن تعلو كفة خاير بك والذي عاضده الطبيبان أحمد العجمي الكازروني وأخيه علاء الدين من أن القهوة مفسدة للبدن وأصبح الشيخ نور الدين في وسط هذا الجمع هو الواعظ الجاهل! وسارع الجميع إلى اصدر فتوى في تحريمها واعتبارها خمرة مسكرة مذهبة للعقل ومضرة بالبدن وتفنن الفقهاء في إيجاد الاسباب للتحريم فذهب البعض لكونها تساعد على السهر مما يؤدي إلى ضياع صلاة الفجر و يحشر من يشربها يوم القيامة ووجهه أسود من أسافل أوانيها! ! وذهب البعض إلى كونها بدعة مضله حيث لم يرد عن النبي صلى الله عليه وسلم أنها شربها وقال بعضهم أن الذهاب إلى الحانات أفضل من ارتياد المقاهي وأمر خاير بك بالقبض على كل من يضبط بهذه الجريمة الشنعاء وتجربسه والطواف به على حمار ليكون عبرة لغيره!!

فضلا عن إغلاق محال بيع القهوة واحراق البن المستخدم في صنعها ... وحينما بلغ الأمر السلطان قنصوه الغوري حاول الغوري التوصل من إعطاء أمر قاطع في هذه المسألة وفي ضميره أن القهوة لا شئ فيها ولكنهم المماليك حين يعملون عقولهم فينقلب الحق باطل والباطل حق واكتفي المرسوم السلطاني بمنع التظاهر بالقهوة أي شربها جهارا وحاول الغوري التخفيف من حدة التوترات بمكة بسبب المنع الذي أمر به خاير بك فبعث في العام الثاني الأمير قطلبيبا خلفا لخاير بك فرفع الحظر عن القهوة وشاع شربها ولكن هذا لم يخفف من حدة المسألة فقد انطلقت المساجلات الفقهية دون نهاية بين مؤيد ومعارض.

الطريف أن خاير بك والذي أشعل نيران هذه الفتنة وهو يدافع في ظنه عن الشرع لم يرى في خيانتة لاستاذة قنصوه الغوري وايقاع مصر تحت حكم العثمانيين أي اشكالية مع الشرع وهذه هي آفة التدين الشكلي الذي يركز على المظهر دون التطرق الموضوعي إلى الجوهر ومناقشته وتفعيله.

في مصر وفي العقد الأول من القرن السادس عشر بمصر حينما افتي الفقيه الشافعي احمد بن عبد الحق السنباطي بحرمة شرب القهوة فأجتمع المتشددون واغلقوا الحانات وهدموا كوانين القهوة وكسروا أنيتها ومع تصاعد حدة المشهد تدخل قاضي مصر الشيخ محمد بن الياس الحنفي وصنع القهوة في منزله لاختبار تأثيرها واثبات انها غير مسكره!! الا ان الواضح ان المعركة بين محرمي القهوة ومحليها لم تتوقف عند هذا الحد واسفرت معارك القهوة عن قتلي وجرحي!!

أما في عاصمة الخلافة العثمانية فلم يختلف الشكل كثيرا فقد طالب القاضي محمد الحسيني بإبطال شرب القهوة وإغلاق المقاهي وحينما رفع الأمر لسليمان القانوني إحاله إلى شيخ الإسلام أبو السعود أفندي والذي أفتى بتركها مخافة التشبه بالفجار وأن اجتماع الفسقة على إدارتها وعلى الملاهي والملاعب وعلى الغيبة والنميمة يجعلها حرام بلا شك!! لم يتغير الأمر بوفاة سليمان القانوني وتولى ابنه سليم الثاني فبقيت القهوة ممنوعة وفي عهد مراد الثالث شهد الأمر انفراجة مع أفتاح تجار البن للصدر الاعظم والسلطانة صفية وتقديم رشوة لمراد الثالث مقابل اصدار فرمان بالسماح بشرب القهوة وفتح المقاهي مرة أخرى فأصدر شيخ الإسلام بستان زاده محمد أفندي فتوى تبيح شرب القهوة لكن الأمر تعرض لانتكاسة كبيرة في عهد السلطان مراد الرابع والذي حرم القهوة بشكل نهائي وبات وجعل عقوبتها الأعدام فقد اعتبرها العدو المستتر ضد حكمه وأنها قد تدفع البعض بتأثيرها للثورة عليه.

تحريم القهوة في أوروبا:

على الجانب الآخر وفي أوروبا لم تكن النظرة للقهوة - والتي انتقلت إليهم عبر التجارة والحروب- بأفضل حالا عنها في المشرق فهي مشروب غامض ومسكر وعند الكاثوليك هي كأس الشيطان كما كانت التهمة الموجهة له من نساء انجلترا أنه يقلل من القدرة الجنسية لرجالهن وهو ما دفعهن عام 1674 لخوض حملة شرسة ضد هذا المشروب العائق لإزواجهن!!

ذلك لا يمنع أن القهوة كانت قريبة من فؤاد المستنيرين في أوروبا فالموسيقار باخ وضع لها أغنية تدافع عن حق فتاة في احتساء القهوة في مواجهة ابنيها الذي يسلبها هذا الحق..تقول الأغنية:

أه! كم رائع مذاق القهوة

أذ من ألف قبلة

وألطف من نبيذ الموسكات

القهوة، لا بد لي أن أشرب القهوة

وإذا أراد أحدٌ أن يدللني

أه، فليحضر لي هدية قهوة!

كما ظلت الكنيسة تحرم هذا المشروب على المسيحيين حتى تم التراجع عن ذلك في عهد البابا كليمنت الثامن والذي قام بتجربة القهوة على نفسه ثم قال مازحا مقولته الشهيرة: (مشروب الشيطان هذا لذيذ للغاية يجب علينا خداع الشيطان من خلال تعميده!) ..

كل هذه المشاهد العبتية لم تكن لتطفو على السطح هكذا لولا تغيير دور العلم كحكم فصل في قضية تناول مشروب طبيعي كهذا وهو صاحب الرأي الأول والأخير في مثل هذه القضايا...

رأي العلم :

تحتوي القهوة على مركب الكافيين ويعد الكافيين منبها للجهاز العصبي وكابحا للشهية ويجدد النشاط ويعود الفضل للكيميائي الألماني فريدليب فرديناند رونغه في اكتشاف الكافيين أثناء تحليله لحبوب البن وذلك بناء على طلب الشاعر والسياسي الألماني الشهير غوته..

وفي النهاية انتصرت القهوة وانتصر العلم وزال ما علق بها من خرافات وأصبحت القهوة مشروبا لا غنى عنه بالشرق والمغرب على حد سواء.

• الطاعون ورقصة الموت

انه المرض الذي اقترن بالموت دوما عبر صفحات التاريخ فهو مرض قديم ومعدي حصد الملايين من الأرواح في العصور القديمة والوسطى، ولهذا أطلق عليه الطبيب الألماني يوستوس هيكر مسمي الموت الاسود في كتابه الشهير الذي حمل عنوانه "الموت الأسود في القرن الرابع عشر". وذلك بعد أن تسبب في وفاة أكثر من 50 مليون شخص في أوروبا. والحقيقة أن اللون الاسود الذي التصق بهذا المرض لا تقتصر دلالاته علي الموت فحسب بل هو جزء لا يتجزء من طبيعة هذا المرض ذاته حيث تنطوي اعراضه علي بقع نزفية حمراء منتشرة تحت الجلد لا تلبث أن تتحول إلى بقع سوداء مخيفة.

ومن الاعراض الاخرى التي تنتاب مريض الطاعون الشعور بالصداع والبرد في الأطراف، وسرعة في ضربات القلب، ثم يحدث نزيف تحت الجلد، ويسبب لطخات على الجلد، ثم يبدأ الجهاز العصبي في الانهيار، ليعقب ذلك عددا من الاضطرابات العصبية الغريبة والتي يتمايل منها المريض وكأنه يرقص رقصة الموت، والتي لا تدوم طويلا فما هي الا ايام عدة ويتشح الجلد باللون الأسود ويفارق المريض الحياة.

قد يصاب مريض الطاعون بالالتهاب السحائي meningitis كأحد المضاعفات النادرة وقد يصاب أيضا بهبوط شديد بضغط الدم والناشئ من العدوى بميكروب الطاعون septic shock كما قد يحدث موت للأنسجة و التهاب أو نزف الأغشية حول القلب pericarditis وكل ذلك قد يؤدي للوفاة .

ويرجع السبب في الطاعون الي نوع من البكتيريا حيوانية المنشأ تسمى يرسينيا طاعونية نسبة إلى مكتشفها الطبيب الفرنسي السويسري ألكسندر يرسن عام ١٨٩٤. وهذه البكتيريا تشتهر بها القوارض مثل الفئران، وتتكاثر بداخلها وتنمو، وتنتقل إلى الإنسان عن طريق البراغيث التي تلدغ الفأر المعدى ثم تلدغ الإنسان، أو نتيجة عض الفئران المعدية للإنسان بشكل مباشر، أو تنتقل العدوي من شخص إلى آخر بصورة مباشرة من خلال الرذاذ والكحة والعطس وذلك في حالة الطاعون الرئوي ومن الحيوانات الناقلة للمرض ايضا القطط والكلاب. ويوجد نوعان رئيسيان من عدوى الطاعون هما: الطاعون الدبلي والطاعون الرئوي، والطاعون الدبلي هو الشكل الاكثر شيوعاً، ومن أعراضه التورم المؤلم للعقد اللمفية أو "الأدبال" ويمكن أن تتحول العقد اللمفية الملتهبة في مراحل العدوى المتقدمة إلى تقرحات مليئة بالصديد وهو النوع الذي اشار اليه النبي صلى الله عليه وسلم في اعجاز نبوي خالد ففي حديث روي عن عائشة - رضي الله عنها - أنها قالت للنبي صلى الله عليه وسلم: الطعن قد عرفناه فما الطاعون؟ قال: " غدة كغدة البعير يخرج في المراق والإبط".

اما النوع الثاني وهو الطاعون الرئوي و الذي يصيب الرئتين فهو الأشد فتكاً وهو شكل نادر من المرض، ويمكن ألا تزيد فترة حضانه على 24 ساعة. وينجم هذا الطاعون في العادة عن انتشار الطاعون الدبلي بمرحلة متقدمة في الرئتين، كما أن أي شخص مصاب بالطاعون الرئوي باستطاعته نقل عدوى المرض إلى اشخاص آخرين بواسطة الرذاذ المتطاير من فمه. وقد يموت المريض المصاب بالطاعون الرئوي إذا لم يُشخَّص ويُعالج في مرحلة مبكرة. كلا النوعين السابقين يؤديا الي نوع ثالث وهو طاعون التسمم الدموي والذي يحدث عندما يتضاعف عدد البكتريا المسببة للطاعون بالدم ومن اعراضه السخونة والرعشه والام البطن والاسهال والقىء والنزيف وحدوث غرغرينة في الاطراف.

في الماضي حاط هذا الوباء طرائف عدة من حيث اسبابه وطرق الوقاية منه لطول صحبته القاتلة للبشر !!! ولعل من الطفها سؤال السلطان المملوكي الاشرف برسباي -وقد انتشر الطاعون في مصر في زمانه الي درجة موت اربعة وعشرين الفا كل يوم- للفقهاء والعلماء في مجلسه : هل يعاقب الله الناس بالطاعون بسبب ذنوبهم؟ فأشاروا عليه: إن الزنا إذا فشا في قوم ظهر فيهم الطاعون، وأن النساء يتزيّن ويمشين في الطرقات ليلاً ونهاراً فأصدر السلطان برسباي من فوره قرارا بمنع النساء من الخروج من بيوتهن الي الشوارع والطرقات حتي يتوقف الطاعون بالبلاد !!! غير انه سرعان ما أصيب برسباي نفسه بالطاعون والواضح ان طبيبه المصري شمس الدين ابن العفيف قد نجح في تخفيف بعض اعراض مرضه بالطاعون في مراحلها الاولي والخاصه بالبطن والاسهال وهو ما يتضح من هذه الوصفة العلاجية التي كتبها ابن العفيف لعلاج برسباي والتي أخذت شكل التذكرة العلاجية بشكلها الحالي ونستعرضها لندرتها فيما يلي:

وجاء نص الروشتة كالاتي:

[الحمد لله وحده

سفوف يعرف بسفوف الكفاية من ديوان

ابن العفيف ريس مرستان مصر قال يؤخذ

فرض ربع قدح أنيسون مثله شمار مثله كمون

كرماني وزن أوقيتين.. كابلي وفيه سنانير أوقية

بذركشرت أوقية شامى أوقية لوز أوقيتين

تحمص القرض والشمر ويطحنوا ويدق بقية الحوائج

وأجمعهم وضمف إليهم من ماء الفجل الرملي

ثلاث أواق وماء شمر أخضر مثله وورق حزميتين

ريحان وورق حزمة نعناع وماء عنب ديب

ثلاث أوق ثم ورق حزمة مرسين

طري مدقوق وماء كرفس ثلاث أواق

فيخلط الجميع ويسقى بهم السفوف ثم يجف

ثم يعاد كذلك حتى يشربوا جميع الماء

ويضاف إليهم ربع رطل سكر أبيض

ويسف منه صباحا ومساء نافع

ذلك لداء في الجوف]

غير انه وربما كان ذلك راجعا الي المضاعفات العصبية اللاحقة للطاعون والتي لم يكن لهذا الطبيب المام بها في هذه العهود القديمة فقد تنكر برسباي لطبيبه وقلب له ظهر المجن فأمر بشقه نصفين بالسيف ضاربا مثالا لجزاء سنمار!!! كما امر بنفي الكلاب الي الجيزة وجعل لكل من يمسك كلبا نصف فضة فانبري الشعب في جمع الكلاب الحصول علي المكافأة وربما كان ذلك راجعا الي معرفة ان الكلاب سر مرضه فأراد ان يتخلص من الكلاب وشعبه دفعة واحدة!!!!!! كما اطلق سراح المساجين لديه واغلق السجون فعمت الفوضى وانتشرت السرقات !!!

وللوقاية من الطاعون : يجب تجنب أماكن تواجد الحيوانات العائلة للمرض وأهمها الفئران و التخلص منها ومن الحشرات الناقلة -وأهمها البراغيث عند تواجد الطاعون كما يجب عدم السفر الي البلاد الموبوءة بالطاعون وكذلك العزل الإجباري للمريض في أماكن خاصة في

المستشفيات حتى يتم الشفاء التام وهنا تتجلى عبقرية النبي صلى الله عليه وسلم عندما قال : " الطاعون آية الرجز ابتلى الله عز وجل به أناساً من عباده، فإذا سمعتم به فلا تدخلوا عليه، وإذا وقع بأرض وأنتم بها فلا تفروا منه " . كما يجب تطهير إفرازات المريض ومتعلقاته والتخلص منها بالحرق و تطهير أدوات المريض بالغلي أو البخار تحت الضغط العالي حتي يتم تطهير غرفة المريض جيداً بعد انتهاء الحالة . كما يجب علي مقدمي الرعاية الصحية لبس القفازات والمرابيل والاقنعة وقديماً كان "طبيب الطاعون" يرتدي قناعاً شبيهاً بالمنقار ومملوءاً بالمواد العطرية لتحميهِ من الهواء العفن المحيط بالمرضى، فأصبح هذا الوجه فيما بعد أحد الرموز المميّزة لتلك الحقبة.

ومن الاجراءات التي لا تقل أهمية التدقيق في ملاحظة المخالطين للمرضى و خاصة عند ظهور أي أعراض عليهم - مثل ارتفاع الحرارة أو تورم بالغدد الليمفاوية فيجب البدء في إعطائهم المضادات الحيوية .

يشمل علاج الطاعون أدوية متعددة علي رأسها المضادات الحيوية فكان يستخدم قديماً لعلاج الطاعون الدبلي دواء الستربتوميسين كخط دفاعي اول في العلاج الا ان الدراسات الحديثة تشير الي فاعلية اكبر لجنتاميسين وفي حالة التهاب أغشية الدماغ يعطى المريض الكلورامفينيكول لقدرته علي الوصول والتركز في السائل المخى الشوكى وقد وافقت هيئة الغذاء والدواء الامريكية علي استخدام اليفوفلوكساسين وموكسيفلوكساسين في العلاج وفي الوقاية عند التعرض للطاعون أما دواء البنسلين فلا يفيد إطلاقاً في علاج أي نوع من أنواع المرض. هذا وقد يحتاج المريض إلى أكسوجين لمساعدته في التنفس كما ان أغلب المرضى يعانون من انخفاض شديد بضغط الدم بسبب العدوى بميكروب الطاعون مما يتطلب متابعة المتخصصين لهم في وحدة العناية المركزة. أما أقارب المريض و العاملين في المستشفى فيتم احتراز إصابتهم بالمرض، وذلك عن طريق اعطائهم التيتراسايكلين أو الدوكسيسايكلين وذلك لمدة سبع أيام .

د.محمد فتحي عبد العال

صيدلي وماجستير في الكيمياء الحيوية

• الدكتور عزيز الخضور

- حاصل على إجازة في الصيدلة والكيمياء الصيدلانية بتقدير جيد جدا
- مقيم قيد الاختصاص لمدة خمس سنوات في مشفى الباسل بطرطوس في قسم التشخيص المخبري
- أخصائي تشخيص مخبري (أحياء دقيقة – دمويات ومناعيات – كيمياء حيوية سريرية)
- محاضر ومدرس لمقررات (الكيمياء الحيوية والتحليلية والطفيليات والجراثيم) في العديد من الجامعات السورية الحكومية والخاصة (جامعة البعث , جامعة طرطوس , جامعة الأندلس الخاصة للعلوم الطبية)
- مدير المشروع التغذوي والرضاع الطبيعي في جمعية المرأة الذكية (اليونيسيف)
- باحث دكتوراه في مجال الجينات البشرية في قسم الجينات البشرية في أكاديمية البيولوجية والتكنولوجيا البيولوجية في جامعة الجنوب الفدرالية في روسيا الاتحادية
- عضو في رابطة المتخصصين واتحاد طب المختبرات في الجمعية الفيدرالية للمختبرات الطبية الروسية
- العديد من المقالات العلمية المنشورة في المجلات البريطانية والإيطالية المحكمة في مجال التعديلات فوق الجينية وتأثير المستخلصات النباتية على الجراثيم المرضية

نماذج من الاعمال

• علم الوراثة الإثني

إضاءة موجزة على علم عرقيات الشعوب الجيني والذي سيكون سلسلة من المقالات الأكاديمية الأدبية للإضاءة على أصول شعوب المنطقة من المنظور العلمي الأكاديمي الجيني .

بادئا ذي بدء فإن كل القارئ الكرام يعرفون المبادئ الرئيسة للعلوم الوراثةية , وقد تلقوا دروسا موجزة في المبادئ الرئيسية لهذه العلوم. لكنني هنا لست بصدد إعطاء دروسا عن العلم الوراثةي الماندلي او غيره وانما تسليط الضوء على جزء هام من هذا العلم والذي يتدخل في أدق التفاصيل اليومية . ولا أكاد أبالغ اذا قلنا إن علم الوراثةي الإثني قد يرفع الستار عن أشد الألغاز والمحن التاريخية , قد يزيل الغبار عن الكثير من التساؤلات التي تواجهنا يوميا وتغير من حياتنا , وقد نصل بنهاية السلسلة الى القول إنه علم الوراثة الإثني السياسي .

ان الغوص في تفاصيل هذا العلم قد يجيبنا بشكل لا يدع مجال للشك عن سبب أغلب الحوادث السياسية والديموغرافية ومالها من تداعيات اقتصادية تحل على منطقتنا وذلك منذ فجر التاريخ (والذي أحشى من تحديده) ومرورا بالرواية الدينية والأديان الإبراهيمية وغير الإبراهيمية وليس انتهاء بالرسالة المحمدية ومرورا بالنزاعات والمحن والتعريبات الأوروبية ونشوء الأمم القومية ووصولها الى معاناة شعوب منطقتنا .

علم الوراثة الإثني هو فرع من علم الوراثة السكانية الذي يدرس سمات تعدد الأشكال الجينومي والتنوع الجيني للسكان الأفراد والمجموعات العرقية وإعادة البناء

على هذا الأساس ، تاريخهم الجيني. تطور الجماعات البشرية ، أصلها ، علاقتها ، تطورها التاريخي

لطالما كانت محور العديد من العلوم. لحل هذه المشكلات ، من الضروري دراسة مجموعة متنوعة من السمات متعددة الأشكال في عدد كبير من السكان والمجموعات العرقية الإقليمية. لفترة طويلة ، كان الباحثون على البروتينات متعددة الأشكال ، والتي استخدمت كواسمات جينية في الدراسات السكانية. بمساعدة هذه العلامات ، تم الحصول على الكثير من المعلومات المثيرة للاهتمام حول سكان مناطق مختلفة من العالم. ولكن مع التطور الذي شهده علم الجينوم البشري ، تم الاستعاضة عن الدراسة البروتينية بعلامات الحمض النووي متعدد الأشكال لاستخدامه في الدراسات السكانية .

أصبح التنوع الهائل لواسمات الحمض النووي متعددة الأشكال التي تم تحديدها أثناء فك تشفير الجينوم البشري أداة قوية لوصف الخصائص الجينية على مستوى جديد ، وذلك لدراسة التاريخ البشري واستعادة تكوينه كنوع بيولوجي متكامل .

على أساس تطوير هذه الدراسات في إطار علم الجينوم ، نشأ فرع جديد من العلوم - علم الأجناس البشرية. وبإدئ ذي بدأ لا بد لنا من التعرف بشكل مختصر على مفهوم الجينوم البشري قبل البدء بالدراسات السكانية الأثنية .

العرق هو مجتمع تشكل تاريخياً من الناس مع ثقافة ولغة وهوية مشتركة

الانجراف الجيني هو تغير في ترددات الجينات في مجموعة سكانية نتيجة للتقلبات العشوائية في عينة الأمتاح التي تشكل الجيل التالي من السكان

تأثير المؤسس هو نوع من الانجراف الجيني ، ناجم عن ظهور مجموعة سكانية جديدة من عدد صغير نسبياً من المؤسسين ، بسبب تضيق التباين الجيني في السكان الجدد

تأثير عنق الزجاجة هو انخفاض في التنوع الجيني للسكان نتيجة لمرور فترة يحدث خلالها ، لأسباب مختلفة ، انخفاض حاد في عددها ، والذي يتم استعادته لاحقاً. يؤدي تقليل التنوع الجيني إلى تغييرات في الترددات النسبية والمطلقة للأليلات الجينية.

تأثير عنق الزجاجة هو انخفاض في التنوع الجيني للسكان نتيجة لمرور فترة يحدث خلالها ، لأسباب مختلفة ، انخفاض حاد في عددها ، والذي يتم استعادته لاحقاً. يؤدي تقليل التنوع الجيني إلى تغييرات في الترددات النسبية والمطلقة للأليلات الجينية

السوائل المكروية عبارة عن شظايا من الحمض النووي مع عدد كبير من "الزخارف" المتكررة بالترادف ، أو "التكرارات" - سلاسل قصيرة من عدة أزواج قاعدية

الجينوم البشري ، الذي يتكون من حوالي 3 مليارات زوج أساسي ، تم فك تشفيره بالكامل تقريباً. ومع ذلك ، فإن اكتمال التصميم الهائل والعظمة في تنفيذ المشروع العلمي الدولي لفك تشفير بنية الجينوم البشري لا يعني أن عملية التعرف على الجينوم قد اكتملت وبدلاً من ذلك لابد من القول انها مجرد بداية ..

من الواضح بالفعل أنه لا يوجد جينوم بشري "متوسط": كل جينوم ، مثل كل شخص ، هو فرد بحت. تتجلى شخصية الجينوم هذه ليس فقط على مستوى الفرد ، ولكن أيضاً على مستوى المجموعات العرقية والمجتمعات الفردية والأعراق. الفروق بين شخصين على مستوى الحمض النووي هي في المتوسط 1 نيوكليوتيد لكل 1000. هذه الاختلافات هي التي تحدد الخصائص الفردية الوراثة لكل شخص.

في الدراسات التي أجريت على تطور المجموعات البشرية ، يتم استخدام أنظمة مختلفة من الواسمات الجينية ، والتي تختلف في الموقع في الجينوم ، ومستوى التباين وطبيعة الطفرة. إن مزايا دراسة تعدد الأشكال الوراثي على مستوى الحمض النووي مقابل مستوى البروتين هائلة. تتمثل أهم ميزة للحمض النووي في وجود أنواع مختلفة من تعدد الأشكال ، لكل منها خصائصه الخاصة. هذه هي بدائل النوكليوتيدات المفردة (SNPs) ، تعدد الأشكال الحذف الإدراجي ، التكرارات الترادفية القصيرة والسوائل الصغيرة (STR).

هذه المناطق الكروموسومية صغيرة جداً ؛ لذلك ، فإنها تظهر درجة صغيرة جداً من إعادة التركيب وتتصرف ككتل مفردة تتغير قليلاً بمرور الوقت وبالتالي يكون لها أصل قديم نوعاً ما. وبالتالي ، يمكن أن يكون حجم النمط الفردي المتبقي غير المتغير بمثابة مقياس للوقت الذي انقضى من لحظة معينة في الماضي

في الحالة العامة ، يتمثل جوهر الطريقة في البحث عن اختلال التوازن بين المواقع بسبب تأثير المؤسس. إن تحليل تواتر وعمر ظهور الكروموسوم المؤسس في مجموعة سكانية يجعل من الممكن تتبع تاريخها ، ومعها الأحداث السكانية المصاحبة لتوزيعها. من الواضح أن مثل هذه البيانات ذات أهمية لا شك فيها وأهمية علمية كبيرة لدراسة تاريخ الشعوب الحديثة ؛ خصائص تجمعات الجينات وتقييمات الاتجاهات الرئيسية لتطور البشرية جمعاء

لدراسة الجينوم البشري ، يتم استخدام أنظمة مختلفة لواسمات الحمض النووي: علامات موجودة على كروموسومات مقترنة (جسمية) ، على الحمض النووي للميتوكوندريا على الكروموسوم Y غير مزدوج

رابعاً الخواطر

رابعاً : فن الخاطرة

الخطرة هي تعبير عن مكونات النفس وما يدور فيها من صراعات أو حب أو حزن أو حتى ضيق أو ألم أو فرح وسعادة . الخطرة هي كلام القلب يترجمه اللسان لكلمات . الخطرة هي أن أمسك القلم وأترك لقلبي وروحي وعقلي ووجداني العنان في التعبير دون شروط ودون قيود ودون أحكام فهي لا تشترط بقافية ووزن أدبي إلا انه يجب أن يكسوها التناسق في اللحن والكلمات نعبر فيها عن أحاسيسنا بسلاسة وطلاقة .

و هي فن أدبي وتعبيري عن ما يخطر في القلب والعقل معا وهي نثر أدبي تحاك كلماتها ببلاغة ، وتتصف بجمالها لكثرة الصور الفنية والتشبيهات والمحسنات والاستعارات والكنائيات المستخدمة فيها . تتصف الخطرة بقصرها وإيجازها فيوضع الكاتب أحاسيسه ضمن قالب فني جميل يقدمها فيه ، إلا أن هنالك بعض الخواطر الطويلة ولكن يجب عدم المبالغة فيها لتحافظ على وصول الفكرة بسلاسة .

تشبه الخطرة إلى حد ما الشعر الحرّ والقصيدة النثرية ، ومنها ما تلقى شفويّاً إشارةً إلى موقف أو قضية معينة ، ومنها ما تكتب كتاباً وهي الأجل لغناها بالصّور والكلمات الرّقيقة وقوّة التّعبير وعنصر التشويق فيها .

تكتب الخطرة عندما يتعرض الإنسان لموقف معين قد يكون عاطفي أو حزن ، أو ربّما موقف عملي ويبقى الموقف سيّد الكلمة وسيطر على مشاعرنا فتشتعل الأحاسيس بداخلنا ويلهبنا اشتعالها ومحركاتها لخيالنا فنعبر بأحاسيسنا اتجاه الموقف وما نشعر به . وقد تكتب بعد حصول الموقف بفترة زمنية أو ربما تجول فكرتها في عقولنا في الوقت الراهن للموقف فلا يسعنا إلا أن نكتب ونتحدث عنه .

يجب مراعاة ارتباط الأفكار فيها وأن تكون معانيها واضحة وسلسة ، ويجب ان تحتوي على سحر التشويق والغموض احيانا . تتنوع الخواطر باختلاف موضوعها فمنها : - خواطر حب وعشق - خواطر حزن وألم وفراق - خواطر إنسانية - خواطر إجتماعية .

المصدر موقع موضوع كوم

من النماذج الحديثة والمميزة

● أستاذة نعمة حامد عبد ربه / مصر

مديرة سابقة بوزارة التربية والتعليم

■ شكرا يا مرضى ...

يا الله يا لها من نعمة من نعمك التي اسبغتها علي نعمة المرض التي يقدرها إلا من ذاقها .
أوقات مؤلمة تمضي سريعا بلا ألم .. لكن معرفة اسم المرض كان سر الشفاء و سبب كل الآلام
والوهم والخوف .

إنها النهاية الدامية المتوقعة لغالبية من قاسوا هذه المحنة .. شهور بالإحباط يسري في جسدي
الضعيف لساني توقف عن الحديث وجفت عيناى عن الدمع ورفض قلبي ان يلبي نداء
نبضي المتسارع .. لحظات شعرت معها ان الموت قد تساوى بالحياة وأن ضياء النهار قد
خالط جنح الظلام....إنها لحظات الاستسلام الأولى فتبدو معها بساطة ما ظنناه نهاية الكون
ومآله في الحياة الممتلكات والصراعات

ويبدأ كل شيء حولي ينطق بالحق

فالعمر يقول ... اقتربت النهاية و المرض يقول ... بدأت البداية

الآلم يجرح مقلتي و المرض يؤرقني في سباتي واحلامي.

ومع أول قرار ببداية العلاج

ومع أول خطوات للطبيب

الموت أقرب من العلاج

ومع أول بداية بلا امل

بلا عنف

بلا مقاومة

استسلام من نوع نادر

مع أول زيارة الطبيب مع أول زيارة من صديقات مع أول أول أذان.ياااااه

مع أول دعاء ... وأول انتظار لاستجابة الدعاء ..مع كلمة ..يارب..

بدا المرض يتواري مع اقرانه من الظلام واليأس ويركع مع ركعاتي .. و يسهر مع اناتي
...ويبشرني ..وعدا من الله سأرحل ...

لا انسي ...

ابتسامه الطيب وملائكة الرحمة من التمريض وهم يزفون ليا البشرى ..

لن أنسي كيف بدأ الشفاء من أول لقاء بكلمات كالبلسم يشفي القلوب

حقا كم للكلمات من سحر

ووعود بخطوات لا بد منها بعد الدعاء الشافي المعافى

هو الله ..خلق الكون. وذراته والجسم

وخلاياه وكم هو معقد هذا الكيس الجلدى المتورم المتضخم برأسه واذرعه الممتدة اللعينة تشق طريقها بين أجهزة جسدي تعبت بكيمياء جسمي النحيل تضخمت في أركان من جسدي وانزيمات وهرمونات بين ارتفاع وانخفاض.

ولاول مرة أدرك

قدرة المناعة ...

المناعة الام التى تحمى وتحافظ وتقاوم.

فى صمت

ونحن نسيء معاملتها

ولا نفكر ابدا برعايتها

ولا حتى تهدئتها وعندما تصرخ من قسوتنا وتقول كفى ..تحيط بي سموم. ..

ساعتها فقط نتذكر كم اهملنا مناعة أجسادنا .

شكرا يا مرضى

بك سمعت الاذان كأنه من بلال

بك صليت كانى أعلنت إسلامى من ثوان

بك قلت الدنيا قد بدأت تشرق من جديد

بك تساوى المكسب والخسارة

بك اصبحت إنسانا جديدا

شكرا يا مرضى...جعلتنى اتذوق طعم الشفاء وأولد من جديد

ولكن هذه المرة فأنا مولود ينظر للأخرة اكثر وأعمق

ويرى الدنيا طريق للسعادة في طاعة الله و جسر للخلود ..لابد ان نعبره
للخلود

سحيا الدنيا ونعيش الآخرة

■ ومضى قطار الحياة

الدنيا جسر فلا تبني عليها بيوت

الدنيا قصيرة فى ميزان العمر الحقيقي ...اكتشفت وبعد مضى قطار العمر

انى أفق على أرض رخوة ..كل خطوة على رمال ..كل حركة تعقبها عثرات ..كل بناء
يتهاوى ..

كل المقابر عمودية تعانق السحاب ..

أين الملاذ ؟ أفي اعالي برج خليفة واعلي الأهرامات ومن فوق تمثال الحرية أجد الملاذ أجد
لحظات من السعادة الزائفة ..صعدت وإلى الآن لم اهبط ...وأدركت أنني لا زلت احبو بين
ربوع من ذكريات الوهم تلاحقني .

فالعلو لا يعنى الارتقاء ..

ومجوهرات الكون لا تمحو الزلات ..

وسألت نفسي اى حرية يقصدها تمثال ورمز الحرية ..

الحرية بطعم غوانتنامو أم الحرية بطعم استعباد كل ضعيف ..

أم الحرية التي يمنحها المستبد ..

فانهار الرمز وانهار كل ما هو عال ..واستوي بالأرض

وأغمضت عيني وأثرت بصيرتي فرأيت الأرض بترابها وطينها لم ترفض يوما غذاء البشر

..وقطرات الندى والمطر والنسيم لم تعاقب أحدا من البشر ...

ورأيت السماء والأرض تحتضن البشر ابنيهما وهو يحاول الإفلات ..يحاول الإحراق ..يحاول
تمزيق كل ما تلمسه يده ..

يحاول تدمير وتفجير هذا الحضن الكبير بحجة التقدم والرقى ووصول الأفق

و لكن هيهات من كل هذه الناطحات وكل هذا التفاخر والصعود للهاوية ...

والتصارع على امتلاك احدث الأسلحة ..من الحجارة للأسلحة الصوتية والأسلحة المغناطيسية
بعد الذرة والنووي وأصبح الارتفاع هو كيف تدمر ..

وفى ثواني فتحت عيني على أذان الفجر

الله أكبر ...

لا إله إلا الله

حي على الصلاة

حي على الفلاح. .

الفلاح؟؟؟؟؟؟

كلمة ومعنى النجاح..

الرقى.. الارتفاع. .

المصلحة ..

للوصول

: فى خفض الرأس ولمس الأرض فالعلو .تحت

وليس كل ما هو فوق ..فكفانا ارتفاع الرذيلة والسرقة والنهب والمصالح والنهب والمكر. .

ورأيت الدنيا جسرا واحدا كلنا سنمر من عليه ونترك ما تفرقنا حوله من انتصارات وصعوبات
لم بين يوما رقي

فلا تبنى إلا ما تتحمله ناصيتك عند ملامستها للارض

فهذا كل ما تمتلك

بضع سنتيمترات وانت حى وبضع أمتار وانت فوق الجسر

فلا تعيد بناء ما هو منهار

استاذة نعمة حامد عبد ربه

خامسا اليوميات

اليوميات

اليوميات هي عبارة عن سجل يتم كتابة فيه كل التفاصيل اليومية التي تحدث للشخص، حتى يمكنه معرفة المنحنيات التي تعرض لها في حياته من صعود وهبوط، كما تمنحه تجربة معرفة الأشخاص الذين أثروا به بشكل إيجابي أو سلبي، والمواقف التي غيرت مجرى حياته، فتمكنه اليوميات مقارنة حياته في الماضي وحياته في الوقت الحاضر، لكن كثير من الناس لا يعرفوا كيفية البدء في كتابة مذكراتهم اليومية، ومن أين يجب أن يبدأوا، وكيف تكتب، ولذلك سنقوم بتوضيح أجابه تلك النقاط في السطور التالية.

كيفية كتابة اليوميات

يجب أولاً قبل البدء في كتابة اليوميات معرفة السبب الذي يدفع الشخص إلى فعل ذلك، كما يجب أن تتمتع تلك المذكرات بالخصوصية والصراحة، ويجب تحديد إليه الكتابة.

أسباب كتابة اليوميات

تختلف أسبابا كتابة اليوميات من شخص إلى آخر، ولكن يمكننا تلخيصها فيما يلي:

الاحتفاظ بالذكريات

يعتبر أول الأسباب إلى دفع الشخص إلى القيام بكتابة يومياته هو استرجاع الذكريات التي مرة بها من مواقف جيدة أو مواقف حزينة، فبعض الأشخاص يفضلون مراجعة أنفسهم وذكرياتهم، والوقوف على الخطوات والمراحل التي جعلته يصل إلى المرحلة المتواجد بها حتى يعيد ترتيب أولوياته.

تنمية موهبة الكتابة

البعض لديه موهبة الكتابة ولكنها تنقصها بعض الأفكار، لذلك يتم البدء في تسجيل كافة المواقف التي يتعرض لها من أجل تذكرها فيما بعد، فيمكنه حينها تذكرها والكتابة عنها.

البوح للنفس

بعض الأشخاص لا يفضلون التحدث مع الآخرين عن مشاكلهم الخاصة، فيفضلون إجراء تلك المحادثات مع أنفسهم، لذلك تعتبر اليوميات إحدى الطرق التي يمكن للشخص التعبير عما يدور في باله من أفكار سواء كانت إيجابية أو سلبية.

تحديد إيجابيات الشخصية وسلبياتها

يفضل البعض كتابة كل ما يجول بخاطرهم من معرفة نوع شخصيته والسلوكيات الإيجابية لديه، والسلوكيات التي عليه تغييرها، وذلك عن طريق ذكر الموقف وشرح سبب التصرف بهذا الشكل، ومن خلال تكرار الأمر والرجوع إلى اليوميات يمكنه تطوير شخصيته إلى الأفضل.

التوثيق

قد يفضل البعض أن يقوم بكتابة اليوميات من أجل توثيق الأحداث بالتواريخ اليومية، حتى لا ينساها، فتجده يسجل الذكريات باليوم والشهر والسنة.

الخصوصية

يعتبر دفتر اليوميات هو دفتر خاص جدا لا يجب اطلاق أحد عليه، حيث يحتوي على تفاصيل خاصة، لذلك يجب الاحتفاظ به في مكان سري لا يمكن العثور عليه بسهولة، حيث من المفترض أن يحتوي دفتر اليوميات على حديث صادق مع النفس، به كافة المشاعر الجيد منها والسليبي، فان فقد دفتر اليوميات الخصوصية فلن يكون ما كتب صادق، فسيظل الشخص خائف من أن يرى أحد ما كتب به.

آلية الكتابة

يوجد عدد من الطرق التي يمكن من خلالها كتابة اليوميات بشكل سليم وهي كالتالي:

توفر دفتر اليوميات

يجب القيام بتوفير دفتر يوميات والأفضل أن يكون دفترا عاديا حتى يمكن تقسيمه بشكل مبسط والكتابة به، كما لا يجب التسطير مسبقا، فالبساطة في الكتابة هي الحافز الأساسي، كما يجب تسجيل كافة التواريخ باليوم والشهر والسنة والأسبوع إن أمكن، حتى تكون مرجع لك، كما يجب أن يكتب هذا التوثيق في أعلى الصفحة أو أسفلها، ويفضل أن يقوم الكاتب بذكر الساعة التي تمت فيها الأحداث وبالأخص أن كانت أحداث هامة في حياته.

الوقت الذي يكتب فيه

اختيار الوقت الذي يتم الكتابة به هو أحد العوامل الهامة، والتي يجب اختيارها بدقة لأنها تساعد على الاستمرارية، ويفضل أن يتم هذا الوقت قبل النوم مباشرة حتى يتم تلخيص كافة الأحداث التي جرت طوال اليوم.

ذكر المواقف بدقة

بعض المواقف لا تنسى لذلك يجب ذكرها بدقة، بالوقت والتاريخ حتى يمكنك الرجوع إليه في وقت آخر.

عنوان رئيسي

من الهام إذا كان الحدث الذي يتم تسجيله ذكرى مهمة في حياة الشخص فيجب كتابة عنوان له على رأس الصفحة حتى يسهل الرجوع اليه.

المصدر : موقع مرسال

نماذج حديثة متميزة

▪ د. دعاء محمدي /مصر

السيرة الذاتية

الاسم. دعاء محمدي محمد برعى

المهنة. أخصائي القلب و الاوعيه الدمويه .. مدير العناية المركزة بمستشفى المبره

ماجستير القلب و الاوعيه الدمويه 2014

نماذج من أعمالها

• لله الامر كله

سيده شابه تصارع المرض اللعين و لكن تموت الام تاركة طفله تبدأ بعد ايام دراستها فى الصف الخامس الابتدائى و الاكثر مراره ان الاب قد توفى قبل الام باختصار طفله بمفردها فى مواجهة الحياه

اقتربت من الطفله اواسيها باقولها : انت معاكى جدتك و الناس اللى بيحبوكى ردت و قالت بس انا كنت عايزاها هى و بس

الكلمه وجعت قلبى اللى هو اصلا مخنوق من امبارح لاسباب يحلها المولى و لكنى لم أجد ما اقله لها غير انى اقولها انتى فى المدرسه و سنه كام طيب انتى منين طيب و مدرسة ايه انتى تعرفى تيجى هنا لوحدهك

كلامها وجعنى و هو بتقول طيب انا كنت عايزاها معايا طفله لا تدرك غير انها اصبحت وحيدته فى هذا العالم

وجدت نفسى ادعو لها الا يضع الله فى طريقها من ينوى جرح قلبها ابدأ ممن يدعون الحب

رغم انى عرفت معنى الفراق مرات الا اننى كنت فى سن اكبر منها الا اننى ما زلت لا استطيع مواساة من فقد حبيب له ابدأ تخوننى الكلمات و تسيطر عليا الحسره و اتذكر الالامى تماكنت دموى امام هذه الطفله رحمة بها و خوفا عليها

و لكنى وجدت نفسى اجلس مكانى لا استطيع التجاوب و رجعت من شغلى لا يفارقنى منظرها ابدأ كل ما يدور ببالى

يا ترى اقدر اعمل ايه عشانها

و على وجه آخر للمأساه اجد ام ثكلى لا تستطيع الوقوف

تفارق ابنتها تفكر فى مسؤوليتها عن هذه الطفله و هى الان لا تقوى على خدمة نفسها أصلا

تعالى الملك الحق له فى خلقه شئون لا نعلمها و حكم لا نستطيع ان ندركها

مات الابوين تاركين طفله ضعيفه فى مواجهة عالم لا يرحم

لكن من خلقها هو الرحيم

قالت لى احدى بناتى فكرت اننا قلبنا جمد من كثر الوجع اللى بنشوفه لكن النهارده لم نستطع
مواجهة الالم

فعلا كونك انسان و تعمل فى مجال الموت يوميا هو قمة المأساه لكل من يتحكم و هو يتحدث
عن العاملين بمجال الحالات الحرجه اتركوهم و شأنهم فهم يواجهون الموت فى اليوم الواحد
مرارا و تكراراً يعيشون الالم لهم و لغيرهم

2020/4/1

حقا رفقا بهم

يوميات طبيب العنايه

• يوم شاق ومؤلم

فى السابعه صباحا تليفون من زميله و صاحبه جدعه جدا ددعاء الحقينى كلمة الحقينى بتوقع
قلبي اقسام بالله

خير اهدى يا حبيبتى

الحقينى انا فى العنايه و معايا صاحبتى و مش عارفه ايه اللى بيحصل فهمينى

اهدى بس و ادينى الدكتور السهران

حاضر اتفضلى

خير يا باشا ايه المشكله

و الله يا ددعاء الحاله صعبه جدا بنت 37سنه و لقيتهم داخلين عليا العنايه بيحجروا بيها الحقنا يا
دكتور البنت فيها cyanosis .heart block

و من ساعه ما حطيتها على السرير و هى على الفنت

يعنى انت شايف انها فيها امل ممكن تنفصل

قالى مش مطمئن

خلاص يا باشا نص ساعه و ها اكون عندك

المهم دخلت المستشفى وصلت العناية صاحبتى واقفه مستنيانى اطمئنا
اول ما شوفت البنت قتلها دى غير طبعا انسداد بالتوصيل العصبى للقلب و فيها اشتباه لوجود
جلطة بالشريان الرئوى
المهم نسحب المعامل و الحاله على التنفس الصناعى
و نحاول نتواصل نشوف فى امكانيه تركيب منظم لضربات القلب و يا دوب طلعت خلصت
مرور و العياده
و رجعت جرى على الحاله كان التحليل هو الحاجه الوحيده اللى ايجابيه
و ده يؤيد نوعا ما جلطة بالشريان الرئوى
و الحاله كل شويه اصعب من الاول
كل واحد بيجرى فى اتجاه واحد مع التحاليل
و حد تانى بينسق تركيب منظم و تالت بيحاول يلاقى مكان لان الحاله خاصه مش تأمين
و فى وسط هذه الاحداث المؤلمه
كلمة الحقيقى للمرة التانيه
بس من التمريض
الحاله توقف قلبها ... يا الله
تجمعنا من اول استشارى العناية و القلب و النواب
كان على راس البنت اربعه دكاتره و اكثر من خمسه تمريض
نحارب فى جبهه قد حسم فيها القول
و لم يقدر لنا الله النجاه بها
كل ده من السابعه صباحا و حتى الثانيه ظهرا
احسست وقتها بمنتهى الاحباط
حزنا شديدا على هذه الشابه التى غادرت بيتها و اولادها على اعتاب الشهر الكريم و منظر
اهلها و ذويها و بكاء و نحيب اخوها اكثر من اى حد تانى وجع قلبى
و حزنا اخر على عمرنا ما فعلنا و ما لم نفعل لهذا اليوم
اخذتنا الحياه و الموت اقرب مما نتخيل

*قبورنا تبني و ما توبنا *

الدنيا مش مستاهله و الله

خصام او عناد او كراهيه

و اخيرا

نسألکم الدعاء بالرحمة لهذه الشابه فانها الان عند خالقها تسأل

و دعوه منى للتسامح لكل من لى معه اى مشكله تعالوا ننظر ليوم نلحق فيه من سبقونا

الدنيا للزوال و فرصه على اعتاب هذا الشهر الفضيل نجدد النيه بالخير

اللهم لا تأخذنا من الدنيا الا و انت راض عنا

اللهم اميييين

2020/5/4

• يوميات العناية بداية_النهايه

من زمان عايزه أكتب عن أصعب فترة في حياتنا العمليه منذ بدأنا العمل باسمى المهن على الاطلاق

انها أزمة الكورونا

صحيح تعودنا كثيرا على مخاطر مهنتنا و مشقتها

و لكن لأول مرة الامر يمتد لخارج المؤسسات الطبيه فالعدوى في الشارع و التجمعات كانت اكثر بكثير من المستشفيات

لو احد اقسم لك على كتاب الله منذ ثمانية اشهر ان هذا العام بلا صلاة بلا عمرة و بلا حج

و ان رمضان بلا أذان و لا تراويح لكنت اقسمت له بانه يعانى خلل عقلى و لكن حدث ما لم نكن نتوقع ان نراه في حياتنا و أود ان اشارككم تجربتي

كمسؤله عن عناية مستشفى المبره في هذه الاونه الصعبه

حيث كنت أخرج يوميا قاصدة عملى حتى الاجازات

مهما بلغ بى التعب و الارهاق... وهبت نفسى و عملى لله و استودعت نفسى و اهلى و احبابى عند ربى

كنت لا أذهب لرؤية أمى اغلى ما املك في حياتى بالشهور

اذكر أنى خلال ستة اشهر لم اذهب لها الا مرات أقل من عدد أصابع اليد الواحده

و منذ بدأ الامر بدخول العزل فعليا

لم اجد الا كلماتي و تواجدي وسط فريقى الغالى على قلبى من أطباء و تمريض العنايه المركزة
و لكن الامر بدأ باصابة اخواتى و بناتى و توالى الاصابات بين حبايبي و انا معهم

كل يوم احجز احد أحبتي و اتابع تلفونيا و شخصيا

لم أنسى ابدا يوم ما د. محمود بعثلى صورة د. مصطفى من العزل و بيقولى الحمد لله
مصطفى بدأ يفوق يا دكتوراه دعاء اطمنى ها نبقى كويسين و ها نخرج و نشغل تانى فى
العنايه و هو محجوز و تعبان و بيقولى انتى عامله ايه يا د. دعاء ما تخافيش علينا

و معاهم د. أحمد و زوجته د. امل اللى بنعتبرها احد اطباء العنايه رغم انها طبيبه اطفال
و معاهم بناتى اللى تم حجزهم و الحمد لله تعافوا و منهم من نقلت العدوى لامها او أبوها و
الحمد لله تعافوا و منهم من تم حجزهم بالعنايه و خرجوا بالسلامه

محمود و مصطفى و هم محجوزين كانوا بيتابعوا مرضى العزل فى الدور اللى موجودين فيه
و اعز اتنين على قلبى من صديقاتى ربنا يجمعنا على خير

2020/7/3

• ايام عصيبه

كل ما حد يخرج كويس من العنايه كانت تغمرنا سعادة لا توصف و كل ما أحد من زملاءنا
يتعافى نستبشر و نحمد ربنا كثيرا و كم دعوت ان لا نضار فى أحياءنا و زملاءنا و مرضانا
كم اكون فى سعادة عندما اسمع من نوابى عن توافر الادويه لدينا و ان مريض العزل عندنا
متوفر كل ما يلزمه بقدر المستطاع و عندما يكون معنا فى العنايه احد من زملاءنا بالمستشفى
و كيف يحاوطنى الخوف و القلق حتى يخرج من العنايه بالسلامه

فأصعب لحظات يعيشها طبيب العنايه عندما يتعامل مع مريض كان بالامس زميل و الحمد لله
تم شفاءهم و خروجهم من العنايه و دعواتى لهم جميعا بتمام الشفاء، و الصحه

و كيف عندما تأزم الحال بالعنايه حيث ان معظم الاطباء فى العزل و ازاي كنا بنشيل العنايه
انا و نايب واحد معايا لحد ما اخواتنا تعافوا و رجعوا للعمل ما تأخروش و ما خافوش من
العدوى رغم مرارة التجربه و اكثر من تعب معانا وقت الازمة

و بالنسبه بناتى شالوا فوق طاقتهم و كل الشكر لريسة التمريض بالعنايه على مجهودها مع
البنات و الخطوة الاصعب عندما تقرر دخولنا لتحمل يومين من طوارئ المحافظه بكده

العناية مطلوب نغطى حالات العزل و الحالات العاديه و حالات الحوادث و الطوارئ اللى حتى لا تخضع للتأمين الصحى و بصراحة فى موضوع الطوارئ لابد من الشكر لاهل الهمة و الفضل متضمنا مدير الاستقبال و المديرين المناوبين فى أيام الطوارئ اللى بصراحة كنا تعبئهم معانا و هم كمان بيتعبونا معاهم حرفيا يومى الطوارئ ما باعرفش انام

و حالات جراحات عاجلة تتعمل و تطلع العنايه شيلنا فوق طاقتنا بصراحة بس قدرنا نعدى لبر الامان بمرضانا الحمد لله

هذه الفترة كما ذكرت لم نمر بها اطلاقا و لكن رغم صعوبتها استفدنا منها الكثير

كشفت عن معادن الناس و كشفت عتامة و زيف كثير فى العلاقات، و كأن الكورونا اتت لتغيير وجه العالم

و كمان صعوبة هذه الفترة اوضحت ان وراءنا ادارة و اعدة متعاونه بكل ما اوتوا من قوة

كل يوم متابعة و تواجد مع أبناءهم و أخواتهم من الاطباء و التمريض و جميع العاملين بالمستشفى لم يهربوا يوما من الميدان و لم يتخلوا ابدا عن مسؤوليتهم و اتذكر مساندتهم لكل من اصيبوا من زملاءنا و عمل كل شئ لهم و تقديم افضل خدمة للمرضى جميعا و شكر خاص لفريق مكافحة العدوى اللى كانوا فعلا مكافحين و احب أشكر كل زملائى و أخواتى من العاملين بالمستشفى من أطباء و تمريض و موظفين و عمال و شركة الامن اللى بصراحة منذ بداية الازمة و هم تعبانين معانا كل ما اتمناه ان ربنا يتقبل عملنا خالصا لوجهه الكريم و يعفو عنا و يغفر لنا اللمم و يكتب لنا الصحة و العافية لكل احبابنا و يوفقنا لما يحب و يرضى و لا يتوفنا الا هو راضى عنا و يكتب لنا جميعا الخير و يوفقنا لتحقيق خططنا فى العمل اللى تأخرت بسبب ازمة الكورونا و ترجع اجمل ايامنا

و اقدر استكمل مسيرة حملة اطمن على قلبك و املى انى اوصل لكل مواطنى المحافظه لتقديم ما بوسعى من خدمة مازالت كلمات احدى زميلاتى بعد حادثة د/وليد شهيد مستشفى المنيرة

ارسلت لى رسالة تقول فيها اوعى يا دعاء يقولوا لكى حد من زمائلنا تعبان و محتاج سرير رعايه و تتخلى عنه،

الحمد لله لم تحدث الحمد لله الذى وفقنا لخدمة مرضانا جميعا و نتمنى من الله ألا نحتاج لاحد من زملاءنا و احبابنا سرير رعايه و لم نجد

اللهم لك الحمد حمدا كثيرا طيبا مباركا كما ينبغى لجلال وجهك و عظيم سلطانك

2020/7/15

• حدث بالفعل

مريض اورام شاء القدر ييجى من الصعيد يخلص ورق له فى التأمينات فيتعب و يتحجز و بعدين المفروض يرجع بلده لان حاله طبعا صعبه جدا و وجودهم بعيدا عن موطنهم حوالى 600 كيلو و العيله كلها فى الشارع فى عربيه سبعه راكب هى موطنهم طوال خمسة عشر يوما

نساء و رجال و اطفال فى الشارع و برد الشتاء و الحل لازم يرجعوا موطنهم لان حاله بكل الاحوال مريض اورام فى الصدر يعنى الاجل بيد الله مقدر فى اى وقت و لازم الراجل يروح باسعاف المهم الاسعاف طلب الفين جنيهه عشان يروح بالحاله الصعيد الكلام من لسان اهل الحاله

يشاء القدر و الحاله تتوفى و برضه عشان يروح لازم يدفع الفلوس صحيح الامر ربنا دبره من عنده و الفلوس اتدفعت

لكن ما يعصر بالقلب اهل الحاله و مشوارهم و هما راجعين و العجز و ضيق الحال

كل يوم بيموت حاجات و يموت ناس شهداء مصر بالملايين

فكل الاوديه اصبحت.... واد غير ذى زرع

و لله الامر

2020/6/5

• حدث بالفعل

على سرير العنايه ترقد سيده فى الستين من عمرها تصارع الموت و المشكله انها تعانى من عدوى صدرية و ارد ان تنتقل لمن يتعامل معها

على جانب السرير تقف بنت هادئة الملامح فى مقتبل العمر و حامل فى اواخر شهورها ظننت انها ابنتها و لكن اتضح الامر انها زوجة الابن

فكرت ان معندهاش بنات و لكن عندها اكثر من بنت لم اراهم الا اخر يومين قبل الوفاه

كلمت البنت و قلتها لو حد تانى ممكن يتعامل مع الحاله و بلاش تدخلى عشان انتى حامل حرام عليك الطفل لو انك اخدتى عدوى ها تكون المشكله كبيره ليكى و للطفل

لقيتها بترفض و تقولى لأ انا مش ها اسيبها زوجى مسافر و انا هنا مكانه على الرغم انك لما تشوف البنت تحسها هاديه و لا يبدو عليها كل هذه القوه و الثبات

بصراحه احترمتها لانى اقدر جدا الست القويه اللى تقول و تعمل و تسد و تسند اكثر من ميت راجل و لقتنى باسال نفسى مين الاب و الام اللى ربوا يسلموا ربنا ببارك لهم

و سؤال تانى ماذا كانت معامله هذه السيده التى كانت فى حاله دائمه من الزهق و العصبية بسبب المرض ربنا ما يكتبه على حد و يجعله فى ميزان حسناتها

كيف كانت معامله السيده المريضه لزوجة_ابنها حتى تقدم لها كل هذه المعامله الطيبه

و بالنسبه للزوج ماذا بينه و بين الله حتى يرزقه مثل هذه البنت المحترمه باختصار

بنت الاصول و كيف يعاملها حتى تقدم لامه كل هذا البر في غيابه فهي لم تتصنع امامه
المعامله لترضيه بالعكس بتقول انا هنا مكانه لايمكن ها اسببها ابدأ انها ببساطه معامله الموده
والرحمه و ليس اى شئ تانى

و ساعة الوفاة كانت تبكيها بحرقه كما لو كانت ابنتها

تلقائيا لقيت نفسى بادعى لهذه الشابه ان ربنا يسعد أيامها و يفرحها باولادها و تلاقى منهم البر
فى حياتها و لا تتجرع المرض

و لهذا الزوج رغم انى لم اراه و لكنه كان موجود بوجودها و برها لامه ولقد انعم الله عليه
بحسنة الدنيا فعلا #الزوج الصالحه و يبدو انه من صالح عمله و حسن نيته

و رحمة الله على هذه الام ربنا يرحمها رحمة واسعه

2020/3/6

• عيادة القلب

تدخل شابه اموره و معاها والدتها

خير مالك يا حبيبتى

والدتها بتتكلم نيابة عنها : و الله يا دكتور قلبها بيوجعها

و كنا بيها فى الاستقبال امبارح و عملنا رسم قلب و فى الاستقبال يا عينى الدكتور اخذته الشفقه
بالبنوته و طلبها تحاليل و فحوصات مالهاش لزمه

رميت كل الكلام و بصيت فى وشها و قتلها : بصى يا حبيبتى و الله دى عيادة القلب

فاستغربت و قالت : ما انا عارفه يا دكتور

قتلها : انتى محتاجه عيادة النفسيه يا غاليه و انا بصراحه ماليش نفس اشتغل النهارده نفسيه

الام : و الله انتى عسل يا دكتور

انا : و الله انا عارفه يا حاجه الله يكرمك , واضح ان الاموره عندها مشكله مع خطيبها يا ست
الكل و زى ما قتلناك لازم توديها لدكتور نفسيه يا جماعه اقسام بالله دى عيادة قلب المرضى بره
كثير لو كنتى جيتى متأخره شويه كنا قعدنا و حكينا و الله مفيش مانع

يلا يا سبتى تتعوض فى مشكله تانيه ان شاء الله و اديكى عرفتى المكان

2020/4/6

