

القوات الروسية تعزل كيف من الغرب وتشد الخناق عليها وأوكرانيا تعلن دخولها "المرحلة الدفاعية" ..



■ قال محافظ العاصمة الأوكرانية كييف، اليوم الجمعة، إن المدينة "دخلت في مرحلة دفاعية"، وذلك بعد بيان من السلطات بأن الجيش الروسي يقترب من كييف من الجهتين الشرقية والشمالية الشرقية. فقد أكد الجيش الأوكراني اندلاع "معارك قوية مع القوات الروسية" في منطقة تقع في شمال غرب كييف، بينما قال عدة كييف إن "العاصمة الأوكرانية دخلت مرحلة الدفاع". قالت وزارة الدفاع الروسية، اليوم إن الجيش تمكن من عزل العاصمة الأوكرانية كييف من ناحية الغرب، في اليوم الثاني من بدء العمليات العسكرية. وقالت وكالة تاس نقلا عن وزارة الدفاع إن "القوات الانفصالية في شرق أوكرانيا تهاجم مواقع الجيش الأوكراني بدعم من الجيش الروسي". وأضافت وكالة الدفاع إلى أن "الجيش الروسي لن يقصف المناطق السكنية في كييف"، مؤكدة سيطرة موسكو على ساحة جوية قرب العاصمة الأوكرانية وإنزال مظليين. أما الجيش الروسي فقال إن قواته سيطرت على مهابط طائرات في مطار هوستوميل قرب كييف عبر إنزال مظلي، مؤكداً "مقتل 200 من أفراد القوات الخاصة الأوكرانية خلال المعركة" هناك. وشدد الجيش الروسي على أنه لن يقصف المناطق السكنية في العاصمة الأوكرانية كييف. ونقلت وكالة الإعلام الروسية عن شهود أن دوي إطلاق نار تردد بالقرب من الحي الحكومي في العاصمة الأوكرانية كييف. وقال مستشار للحكومة الأوكرانية اليوم الجمعة إنه يتوقع أن تحاول روسيا اقتحام كييف خلال اليوم. وحثت السلطات الأوكرانية سكان المدينة على التوجه إلى الملاجئ بعد إنذار من غارات جوية. وأفادت التقارير بأن القوات الروسية باتت على بعد نحو 30 كلم من العاصمة الأوكرانية كييف، كما أفادت وسائل إعلام أوكرانية بأن غارات روسية استهدفت

مدرباً في مطار كييف الدولي، بينما تجري معارك شمال العاصمة كييف، بحسب الجيش الأوكراني. وأعلن الجيش الأوكراني أنه يقتل وحدات من المدرعات الروسية في مدينتي ديمر وإيفانكيف الواقعتين على التوالي على بُعد 45 و80 كلم شمال كييف العاصمة. وقالت وزارة الدفاع الروسية، في وقت سابق إنها تمكنت من تدمير 118 موقعا للبنية التحتية العسكرية الأوكرانية. وأضافت الوزارة أنه تم "إسقاط 5 طائرات مقاتلة ومروحية واحدة و5 طائرات مسيرة خلال العمليات العسكرية"، بالإضافة إلى "تدمير 18 دبابة ومدرة و7 قاذفات صواريخ و41 وحدة آلية". وأعلنت وزارة الدفاع اليوم استسلام أكثر من 150 جندياً أوكرانياً من قوات مختلفة خلال العمليات في أوكرانيا. وقال كوناشينيكوف بحسب وكالة الأنباء الروسية "تاس"، إنه "خلال العمليات العسكرية التي أكثر من 150 جندياً من مختلف القوات الأوكرانية أسلحتهم واستسلموا في منطقة جزيرة زيميني كما لقي 82 جندياً أوكرانياً أسلحتهم واستسلموا طواعية لإحدى الوحدات المسلحة الروسية"، مشيراً إلى أنه يتم اتخاذ تعهدات حول رفض المشاركة في العمليات العسكرية. وأشار إلى أنه تم تدمير 18 دبابة وعدد من المدرعات الأخرى و7 راجمات صواريخ و41 وحدة من المركبات العسكرية الخاصة و5 زوارق".

روسيا تحدد شرطا لبدء المفاوضات مع أوكرانيا

■ وقال وزير الخارجية الروسي إن موسكو مستعدة لبدء مفاوضات مع كييف فقط بمجرد وقف الجيش الأوكراني القتال. ونقلت وكالة الأنباء الروسية «إترفاكس»، عن وزير الخارجية الروسي قوله: «لا نرى إمكانية للاعتراف بديمقراطية حكومة تضطهد شعبها وتستخدم أساليب الإبادة الجماعية». وقال لافروف: «لأن يحتل أحد أوكرانيا... تم إعلان الهدف من العملية بوضوح: نزع السلاح ونزع النازية». وتابع لافروف القول: «نحن مهتمون بأن يكون الشعب الأوكراني مستقلاً، ولديه حكومة تمثل تنوعه الكامل»، مضيفاً أنه بمجرد استعادة النظام الديمقراطي، سيسمح الوضع بالمفاوضات مرة أخرى. وتقول روسيا إن هدف العملية العسكرية التي بدأتها فجر أوسن الخمسين هو نزع سلاح البلد الجار الذي كان يسعى للانضمام إلى حلف شمال الأطلسي (الناتو) مع يعني أن صواريخ الحلف

■ وقال وزير الخارجية الروسي إن موسكو مستعدة لبدء مفاوضات مع كييف فقط بمجرد وقف الجيش الأوكراني القتال. ونقلت وكالة الأنباء الروسية «إترفاكس»، عن وزير الخارجية الروسي قوله: «لا نرى إمكانية للاعتراف بديمقراطية حكومة تضطهد شعبها وتستخدم أساليب الإبادة الجماعية». وقال لافروف: «لأن يحتل أحد أوكرانيا... تم إعلان الهدف من العملية بوضوح: نزع السلاح ونزع النازية». وتابع لافروف القول: «نحن مهتمون بأن يكون الشعب الأوكراني مستقلاً، ولديه حكومة تمثل تنوعه الكامل»، مضيفاً أنه بمجرد استعادة النظام الديمقراطي، سيسمح الوضع بالمفاوضات مرة أخرى. وتقول روسيا إن هدف العملية العسكرية التي بدأتها فجر أوسن الخمسين هو نزع سلاح البلد الجار الذي كان يسعى للانضمام إلى حلف شمال الأطلسي (الناتو) مع يعني أن صواريخ الحلف

سفارة مصر بكيف: يمكن للمصريين المتواجدين في أوديسا التوجه إلى نقطة الحدود الرومانية بمدينة إيزاسيا ومنها إلى مصر

■ أعلنت سفارة مصر بكيف بعد ظهر اليوم الجمعة أنه بالتنسيق مع السفارة المصرية في رومانيا يمكن حالياً للمواطنين المصريين المتواجدين في أوديسا التوجه إلى نقطة الحدود الرومانية في مدينة إيزاسيا isacea والدخول إلى رومانيا ومنها إلى مصر وفقاً للتعليمات التي تم نشرها مسبقاً على الصفحة الخاصة بها على موقع التواصل الاجتماعي "فيسبوك". وكانت السفارة قد نشرت عدة إعلانات عبر صفحاتها على "فيسبوك" لمخاطبة الجالية المصرية بأوكرانيا على ضوء التطورات التي تشهدها البلاد. وتتابع جمهورية مصر العربية في كيف على مدار الساعة أحوال الجالية المصرية المقيمة في أوكرانيا، وذلك في إطار التطورات المتسارعة حالياً على المشهد الأوكراني، كما تنشر الإرشادات الواجب اتباعها، وكذا

2001 J.K. Agence Immobilière
Jean Karam
Courtier immobilier agréé D.A.
514.947.2555
بيع وشراء واستبدال
منازل - مكاتب - عقارات تجارية وسكنية
Frais notaire payé
تكاليف التسجيل مدفوعة
www.jeankaram.com
jeankaram@remax2001.net / jeankaram@remax2001.net
3095, Autoroute 440, bureau 204
Laval, Québec H7P 4W5

Lotfi, Rafla & Associates
Solid Investment Opportunities
100% Return on Investment
Industrial-Mining-Real state-seniors home management
Please call
514-909-3334
فرص استثمار صلبة 100% عائد على الاستثمار
صناعة- تعدين - بناء وتعمير- منازل إقامة المسنين
للاستعلام برجاء الاتصال بالدكتور/ ايهاب لطفي

زيلينسكي يعرض على بوتين الجلوس على طاولة المفاوضات

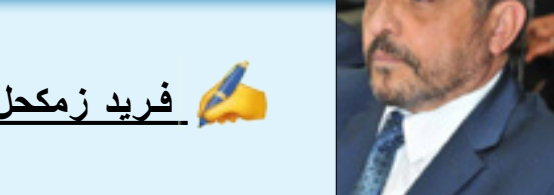
■ عرض الرئيس الأوكراني فولوديمير زيلينسكي اليوم الجمعة على نظيره الروسي فلاديمير بوتين الجلوس على طاولة المفاوضات. ودعا زيلينسكي المواطنين الأوروبيين إلى الاحتجاج لـ"إجبار حكوماتهم على مزيد من الإجراءات الحاسمة"، مشيراً إلى أن أوروبا لا تزال قادرة على وقف "العقد الروسي"، إذا تحركت بسرعة. كما اتهم الرئيس الأوكراني أوروبا بما كتصوير وإبطاء المساعدة بينما تهاجم الدبابات الروسية المواطنين، مناشداً قوات بلاده المسلحة أنهم "كل ما لدينا".

«إغلاق البوسفور والدردنيل».. طلب أوكراني مرفوض من تركيا

■ رفضت تركيا مطلب أوكرانيا بإغلاق مضيقين بحريين يربطان البحر الأسود بأوروبا على خلفية هجوم الأخيرة على كييف منذ فجر الخميس. وقال وزير الخارجية التركي مولود تشاوش أوغلو في تصريحات لصحيفة «حريت» التركية إنه وفقاً للقانون الدولي يتعين على أنقرة ضمان مرور روسيا عبر مضيق البوسفور والدردنيل إلى البحر الأسود بشرط معينة. وأشار إلى أن تركيا لها السيادة على المضيقين، حيث طلب السفير الأوكراني في أنقرة إغلاق المضيقين بين البحر الأبيض المتوسط والبحر الأسود أمام السفن الروسية. وقال تشاوش أوغلو إنه سيظل مسموحاً للسفن الروسية بالعودة إلى موانئها في حالة الحرب. معاهدة «مونتنو»، التي تنظم العبور في الممرات والمضائق البحرية، لكنها تتضمن أيضاً فقرة تسمح لتركيا بإغلاق المضائق، على سبيل المثال، إذا شعرت بالتهديد. كما دعا السفير الأوكراني أنقرة لفرض عقوبات على روسيا، فيما علق تشاوش أوغلو قائلاً: «فلنا دائماً إن العقوبات من حيث المبدأ لا تحل أي مشاكل»، دون أن يتطرق إلى طلب السفير بشكل مباشر. ومن المرجح أن الهدف من الطلب بإغلاق المضيقين هو محاولة منع روسيا من جلب المزيد من السفن الحربية إلى البحر الأسود. لكن في الأسابيع الماضية، جلبت موسكو بالفعل العديد من السفن الحربية عبر المضيقين إلى البحر الأسود على خلفية مناورة عسكرية في منتصف فبراير/ شباط الجاري.

الحرق إذا ما نجح الروس في تنصيب حكومة جديدة موالية لهم في البلد السوفيتي السابق. وأعلنت فرنسا، اليوم الجمعة، أنها قلقة على سلامة الرئيس الأوكراني وتعهدت بتقديم المساعدة إذا لزم الأمر.

بدون رهوش



المشهد الأوكراني والنظام العالمي الجديد!

■ من الواضح أننا أمام مشهد خطير لنظام عالمي جديد بدأت ملامحه في الظهور بدعم صيني صريح للموقف الروسي، الذي حرص الزعيمين الصيني والروسي على إظهاره وتأييده للعالم من خلال تحالفهما الواضح والقوي لمواجهة الضغوط «الأمري-غربية»، في أوكرانيا التي تعد من أهم دول العالم زراعياً وصناعياً، بخلاف مواردها الطبيعية الكبيرة، وهي أكبر دولة أوروبية من حيث المساحة. ومن هذا المنطلق يمكننا النظر للضرورة الحالية وما يصاحبها من تفاعلات وأفعال غير مسبوقه في تاريخ الصراع الروسي مع «حلف الناتو»، ما قد يفتح الباب لمشاهدة سيناريوهات غير متوقعة في الأيام والأسابيع القليلة القادمة، مع الضعف البين والواضح الذي أصاب حلف الناتو في السنوات الأخيرة، ويعبر عن الجزء الأكبر من واقع هذه التغييرات المحتملة وغير المسبوقة في المسار المتسارع لتغيير مستقبل النظام الدولي الحالي وفق معطيات جديدة فرُضت وتقرض نفسها على الصراع الدائر حالياً في أوكرانيا، حيث لا مكان للصيغ الرمادية التي تبقى الحال على ما هو عليه بعد الآن، وتطالب بنظام عالمي جديد قائم على أساس التعددية القطبية في حكم العالم وإدارة شؤنه، خاصة بعد التقلو الروسي المخيف على سلاح الطاقة وحجم المصالح الاقتصادية التي تربط وتجمع بين روسيا وأوروبا، في الوقت الذي لا تملك به واشنطن غير التلويح باستخدامها لسلاح العقوبات وتعطيل خط أنابيب الغاز «نوردستریم ٢» الرابط بين روسيا وألمانيا، والوضع الأوروبي المنقسم على ذاته بين الرفض المنع للمطالب الروسية التي يراها الاتحاد الأوروبي غير مقبولة، وبين المصالح الاقتصادية المرغبة التي تجمع ألمانيا وفرنسا مع روسيا. وفي خضم ذلك المشهد

سياسة

■ نجح الرئيس بوتين في حربه على أوكرانيا بالإطاحة بهيبة الولايات المتحدة الأمريكية وبهينة الأمم المتحدة وقراراتها الإزدواجية وبمجلس الأمن الدولي وأولا وأخيراً بحلف الناتو الذي أصبح وجوده والعدم واحد. نعم بوتين نجح في تغيير حكم القطب الواحد للعالم بلا رجعة!

فريد زمكحل
fzemokhol@gmail.com

حكمة العدد
إنتمم بنجاحك
إقتل بصمتك
عاقب بغيابك
إنصربا بتسامتك.
أعداء: أنطونيت جروجيس



المطران ميلاد الجاويش
مطران كندا للروم الملكيين الكاثوليك

الكناس

الشجرة معلّمة، الوردة التي تُقطف اليوم وتنبئ غداً، الحجر الجامد كما الكائن الحي... ما يُدهشني في يسوع، في الإنجيل، مقدرته على اقتباس العبر من الطبيعة، من طيور السماء وزنابق الحقل: "انظروا إلى طيور السماء كيف لا تزرع ولا تحصد ولا تخزن في الأهرام، وأبوكم السماوي يرزقها... انظروا زنابق الحقل كيف تنمو، فلا تجهد ولا تغزل. أقول لكم: إن سليمان نفسه في كل مجده لم يلبس مثل واحدة منها" (مت 23: 26-28).

الكناس كاستاذ الجامعة، لهما على دين التوقير. كلاهما لفتني درسا، الثاني بدراسة مني، والأول على غفلة. الناس أجناس، ألوان، طوائف. لكن ما يجمعها هو الكرامة الإنسانية. أي تعليم أو مُعتقد يُفوّق بدل أن يجمع، حلال أن يُردل. مجد الله لا يأتي على حساب البشر، في تفريقهم شيعاً، في تمزيق وحدتهم، في استعلاء بعضهم على بعض. "مجد الله هو الإنسان الحي"، قال إيريناوس أسقف ليون من القرن الثاني.

الإنسان أولاً. هذا شعاري ولو كُفرتي كُتِر. لو لم يكن الإنسان، من كان ليذكر الله؟ وجد ذلك، فوجد هذا. أجال ربي لا يحزن لقلبي هذا، حسبه أن أتكل بالحلب كي يتمجد هو. أي أب يا ترى لا يرغب في أن ينقض كي يكبر أبنته؟

ذلك الكناس، كم أيقظ في من كرامة!

يدري ما يعملون؟ بلى. يدري أنهم سيرمون اليوم وغداً وبعد غد، هم والشجر ما دام على الشجر ورقة صفراء. الكناس صورة الله على الطرقات! يغسل أوساخ الناس من دون كلل! "الكناس"، لغة، من مكنسته. أدائه اسمه. كيف لا وهي رقيقة نهاره؟ ربما ترافقه ويرافقها أكثر ممّا يترافق وأولاده. أخاله يجادتها مرّة بعد مرّة، يخبرها عن فرحه وشجته، عن أمّله وألمه، عن الناس الذين يوجعونه وأولئك الذين يُفرحونه. يخبرها عن ذلك المارّ الذي يُهرول لاهثاً عساه يلحق الزمن الهارب، عن تلك الأمّ التي تجرّ حنانها مع عربة طفلها، عن ذبيك العاشقين الذين يخرج لهبّ الحبّ من جسدهما، عن ذلك الشيخ الذي يتنّه لخطواته كي يعود إلى بيته سالمًا... والمكنسة تُصغي إلى أخطائه وتنصاع لبيته رداً لجميل العشرة. الكناس... ما أصدقه! خبرته في الناس توقّ اللالي غني. يعرف أسرار الجميع من غير أن يعلم أحد أنه مخزن الأسرار.

هكذا كان ذلك الكناس الذي رأيته من شبّك عرقتي الدافئة.

الحياة كتاب، صفحاتها ملأى عيّرًا. أحبّ الناس التي هم من يتعلمون دائماً ومن كل شيء، هم من لا يبرحون "تلاميذ" في مدرسة الأيام. يكفي أن ننظر بعين سليمة كي نتعلم.

■ رأيته في البرد القارس خارجاً يكتس الطريق. الجميع يقريه يمزون. هذا يذهب إلى بيته، وذلك إلى مكتبته الدافئ، وأولئك إلى مدارسهم وجامعاتهم... أمّا هو فالطريق مكتبته والمكنسة قلّمه وكتابه.

رأسه والأرض، يصنع الحركة نفسها آلاف المرات: يحرك مكنسته يمناً ويسرة، يسرة ويمنة. يفتش عن الأوراق الصفراء في كل زاوية، في كل شبر. يجمعها ورقة ورقة بصمت، كأنه يسمح اصفرار الأرض... البارحة صنع الأهر نفسه، واليوم عادت الأوراق. لا أخال الكناس يعاتب الهواء على غدره ولا الشجر على تعزّيه. لماذا يعاتب الهواء، والهواء لا يفعل إلا ما عليه أن يفعله؟ ولم يغضب على الشجر، والشجر يعزّي ليجدد نفسه ويستحمّ تحت المطر؟ الكناس لا يعاتب أحداً، لا الهواء ولا الشجر. لو لم يتلعبا لكان هو بلا عمل. هما مصدر رزقه. قليلون الناس الذين يرون الخير في كل شيء. نادرين الذين يحسبون الاختلاف بين الكائنات نعمة لا نقمة. والكناس واحد من هؤلاء النادرين.

الكناس فيلسوف الطرقات، ناسك الأرضة. رجاؤه لا يخيب. غريب كيف لا يياس هذا الرجل! يكتس ولا ينظر وراءه. يمرّ هذا ويرمي قذارة، وذلك ورقة، وتلك عقب سيجارة... والكناس يكتس وسخ الناس بهدوء، بصبر يحاكي صبر الله. أتراه لا

أتعلم الفرنسية
بشكل أسرع.

للعمل
بشكل أسرع.

لأندمج
بشكل أسرع.

أقوم بالتسجيل
في درس بدوام كامل

فخورين بأننا نتحدث الفرنسية

سجل على الموقع Quebec.ca/parlerfrançais

Votre
gouvernement

Québec

514- 961-0777 / 450- 972-1414

elressalanews@gmail.com
fzemokhol@gmail.com
www.el-ressala.com

إعلاناتكم في الرسالة



هل لديك أي استفسارات بشأن اللقاحات المضادة لفيروس كورونا (كوفيد-19)؟

يوفّر الخط الهاتفي 211 الخدمات باللغة الإنجليزية والفرنسية وأكثر من 200 لغة أخرى، بحيث يساعدك في العثور على المعلومات أو الموارد التي تحتاج إليها، والتي يمكن أن تساعدك.

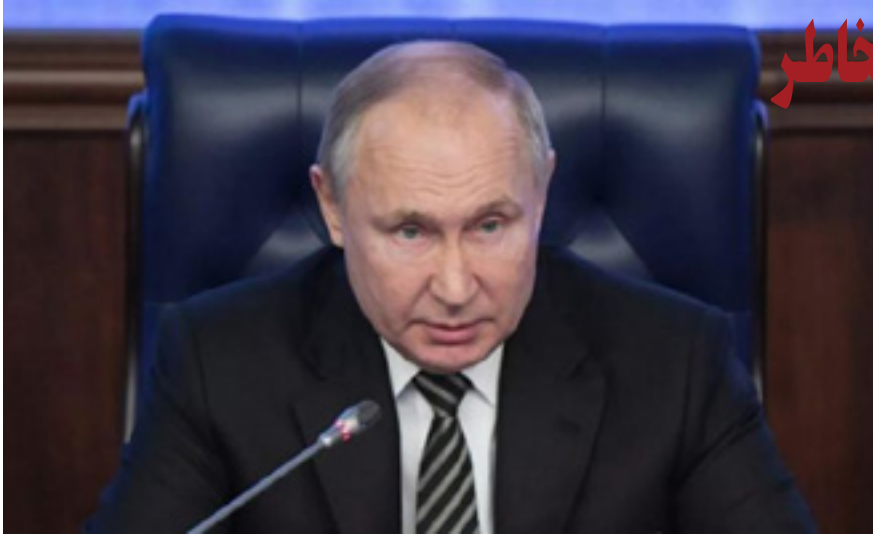
هذه الخدمة مجانية وسريّة.

اتصل برقم 211.



Votre
gouvernement

Québec



بوتين: روسيا ستظل جزءاً من الاقتصاد العالمي وتحلل المخاطر

أعلنت رئيسة المفوضية الأوروبية أورزولا فون دير لاين، ورئيس المجلس الأوروبي شارل ميشيل، في بيان، أن الاتحاد الأوروبي يعزّم فرض عقوبات جديدة «موجعة وواسعة النطاق» على روسيا.

وأكدت فون دير لاين، أن الاتحاد الأوروبي لديه خطط طارئة من أجل استقبال اللاجئين النازحين بسبب «الغزو الروسي».

وأفادت مصادر دبلوماسية لوكالة الأنباء الألمانية، بأن الدول الأعضاء في الاتحاد الأوروبي اتفقت على الملاحم الرئيسية لحزمة جديدة من العقوبات التي تستهدف روسيا، بما في ذلك الطرد من «جمعية الاتصالات المالية العالمية بين البنوك» المعروفة بنظام المدفوعات المالي العالمي «سويفت».

وقالت فون دير لاين، للصحفيين، إن حزمة العقوبات سيتم تنفيذها مع الولايات المتحدة، وبريطانيا، وكندا، إلى جانب أستراليا، واليابان.

غير أن عدة مصادر في الاتحاد الأوروبي، قالت

المختلفة، لكنني أود أن أؤكد أن الدولة والاقتصاد الروسي منذ عام ٢٠١٤، تكيفوا مع الأزمات وتغلّبوا عليها بنجاح».

وأعلن الرئيس الروسي فلاديمير بوتين، في وقت سابق من يوم الخميس، إطلاق عملية عسكرية خاصة في دونباس، جنوب شرقي أوكرانيا، نتيجة الاستفزازات الأوكرانية، بعدما طلبت جمهوريتي لوغانسك ودونيتسك المساعدة من روسيا في حماية المدنيين.

وحسب وكالة فرانس برس، أمطرت قوات روسية مندنا أوكرانيا، منها العاصمة كييف، بالصواريخ وهبطت قوات على سواحلها على البحر الأسود وبحر آزوف اليوم، وذلك في أكبر هجوم تشهده دولة على أخرى في أوروبا منذ الحرب العالمية الثانية.

ووافق الاتحاد الأوروبي، على حزمة عقوبات جديدة على روسيا تستهدف مجالات جديدة، تشمل قطاعات الطاقة والمالية والنقل.

وتشمل الإجراءات تجميد الأصول الروسية في الاتحاد الأوروبي، وحظر دخول القطاعات الاقتصادية الروسية المهمة لمجالات التكنولوجيا الرئيسية، وأسواق المال الأوروبية.

قال الرئيس الروسي، فلاديمير بوتين، إن موسكو ستظل جزءاً من الاقتصاد العالمي، ولا تعزّم إلحاق الضرر بهذا النظام.

جاء ذلك خلال لقاء الرئيس بوتين، مع رئيس الاتحاد الروسي للصناعات ورجال الأعمال، ألكسندر شوكين، مساء الخميس.

وأضاف بوتين، أن روسيا تستعد للوضع الحالي، وتحلّل المخاطر.

وتابع الرئيس الروسي: «نحن جميعاً، وأنت أيضاً، نفهم العالم الذي نعيش فيه، ومستعدون بطريقة، أو بأخرى لما يحدث الآن فيما يتعلق بالقيود وسياسة العقوبات».

وأشار بوتين، إلى أن كل ما يحدث في أوكرانيا الآن هو إجراء ضروري، مؤكداً أنه لم يترك لروسيا أي فرصة للقيام بخلاف ذلك.

بعد أن أصيب برصاصه في قومه ولم يعد قادراً على الفرار، فطلب من الأجراس التي قصدها الشاعر، الذي كان كانه لا ترتابل وتأمالت في الموت والحيات، التي أجراس الكنائس التي تفرغ للإعلان عن موت شخص ما، إذ يسأل من يسبغها: لمن تفرغ الأجراس؟ ليحبب من يعرف الميت الذي تفرغ الأجراس من أجله: إنها تفرغ لموت فلان. ومع أن عبارة «لمن تفرغ الأجراس؟» هذه لم ترد في رواية مينغواي، إلا أنه استخدمها عنواناً لها عندما صدرت عام 1940م، لتشكل مع روايات مينغواي الأخرى لسلسلة من الأعمال الرائعة، التي تحولت كلها إلى أفلام سينمائية ناجحة، مع العلم أنه لم يكتب مباشرة للسليمان.

رغم أن أحداث الرواية كلها تجري أثناء الحرب الأهلية الإسبانية، التي بدأت عام 1936م وانتهت عام 1939م، إلا أن بطل الرواية الرئيسي هو الأمريكي روبرت جوردون، أستاذ اللغة الإسبانية المتخصص في عمليات الهدم والتفجير، الذي يتطوع للقتال مع الجنود الإسبان لصالح الجمهوريين. وتجري الأحداث عبر أربعة أيام وثلاث ليال فقط، يخيم الموت خلالها على كل شيء، مجسداً أحوال الحرب ومصائبها التي تتل من الأبطال كلها، منتصرين كانوا أو مهزومين. كانت المهمة المكلف روبرت جوردون بتنفيذها هي تدمير جسر خلال هجوم على إحدى المدن الإسبانية، بمعونة مجموعة من عصابات الحروب. ومنذ اللحظة التي يبدأ فيها روبرت مهمته، يتراءى له أنه لن يخرج منها سالماً، إذ اعتقد أنه ميت لا محالة، إما مقتولا على يد القوميين الذين تطوع في صفوف الجمهوريين لمحاربتهم، وإما منتحراً بيده فيما لو وقع أسيراً كي يتخلص من التعذيب الذي سيطاله لانتزاع الاعترافات منه. وما بين الخوف من موتين، كلاهما أسوأ من الآخر، عاش روبرت جوردون وإبطال الرواية ويلات الحروب وانعكاساتها على كل الذين يخوضون غمارها، باختيارهم أو رغماً عنهم، مثلما صورها مينغواي في روايته. ووسط أتون الحرب تشتعل جذوة الحب. وقد تمثل الحب خلال رواية مينغواي في العلاقة التي ربطت



بقلم: علي عبيد الهاملي
كاتب وإعلامي إماراتي

لمن تفرغ الطبول؟

«موت أي كائن ينتقص مني، فأنا معنى بالبرشبية، ولذا لا ترأسني أبداً لتسألني لمن تفرغ الأجراس؟ إنها تفرغ من الجبل».

من هذه التأملات للشاعر الإنجليزي جون دون، اقتبس الكاتب الأمريكي أرنست هينغواي عنوان روايته الشهيرة «لمن تفرغ الأجراس؟».

والأجراس التي قصدها الشاعر، الذي كان كانه لا ترتابل وتأمالت في الموت والحيات، التي أجراس الكنائس التي تفرغ للإعلان عن موت شخص ما، إذ يسأل من يسبغها: لمن تفرغ الأجراس؟ ليحبب من يعرف الميت الذي تفرغ الأجراس من أجله: إنها تفرغ لموت فلان. ومع أن عبارة «لمن تفرغ الأجراس؟» هذه لم ترد في رواية مينغواي، إلا أنه استخدمها عنواناً لها عندما صدرت عام 1940م، لتشكل مع روايات مينغواي الأخرى لسلسلة من الأعمال الرائعة، التي تحولت كلها إلى أفلام سينمائية ناجحة، مع العلم أنه لم يكتب مباشرة للسليمان.

رغم أن أحداث الرواية كلها تجري أثناء الحرب الأهلية الإسبانية، التي بدأت عام 1936م وانتهت عام 1939م، إلا أن بطل الرواية الرئيسي هو الأمريكي روبرت جوردون، أستاذ اللغة الإسبانية المتخصص في عمليات الهدم والتفجير، الذي يتطوع للقتال مع الجنود الإسبان لصالح الجمهوريين. وتجري الأحداث عبر أربعة أيام وثلاث ليال فقط، يخيم الموت خلالها على كل شيء، مجسداً أحوال الحرب ومصائبها التي تتل من الأبطال

بايدن: هناك إجماع على تقييد قدرة روسيا على استخدام الدولار الأمريكي



وأضاف أن لا أحد توقع أن العقوبات كانت ستمنع الغزو، ولكن يجب الانتظار لكي توثق العقوبات باكلاً. وقال إنه يختبر عزم الغرب وسيكتشف.

ولدى سؤال عما إذا كان بوتين قد هدّد باللجوء للسلاح النووي، قال «لا فكرة لدى عما يهدد به بوتين، ولكني أعرف ما فعله».

«سويفت» العالمي للعمليات المالية، وقال إن هذه ليست المرحلة التي سيقوم فيها الغرب بذلك، مضيفاً أن أوروبا لا تريد ذلك الآن.

وأشار إلى أنه لا يخطط لديه للتحدث إلى بوتين، في الوقت نفسه إلى أن فرض عقوبات على الرئيس الروسي، فلاديمير بوتين «على الطارئة».

ولفت بايدن إلى أن خطاب بوتين الائتيني بشأن أوكرانيا يكشف أن لديه طموحات كبيرة في أوكرانيا «و يريد أن يعيد تأسيس الاتحاد السوفياتي، لكن طموحه مفاض تماماً لما وصل إليه العالم الآن».

واستبعد بايدن عزل روسيا عن نظام

ستقف مع حلفائها في قمة الناتو الجمعة، لتحديد الخطوات المقبلة» مؤكداً أن «القوات الأمريكية لم ولن تتخرط في النزاع في أوكرانيا، ولكن للدفاع عن حلفاء الناتو في الشرق».

وقال بايدن إنه أمر بإرسال مزيد من القوات الأمريكية إلى ألمانيا، مضيفاً «سندافع عن كل شبر من أراضي الناتو، وأي اعتداء على أي من أعضاء الناتو سيؤدي إلى تفعيل الفصل الخامس، والذي ينص على أن الاعتداء على واحد هو اعتداء على الكل».

وأوضح أن الولايات المتحدة ستستخدم كل الأدوات المتاحة لديها لتقليل تكلفة الغاز والبتروول على المستهلكين في بلاده، وشدد على أن المنتجين لا يجب أن يستغلوا الفرصة لرفع الأسعار.

وأشار بايدن إلى أن الولايات المتحدة تتسك مع المنتجين الكبار للنفط لضمان تدفق الإمدادات، وكذلك تستعد لاحتمالات السحب من الاحتياطي النفطي الاستراتيجي.

وأعلن أنه تحدث إلى الرئيس الأوكراني فولوديمير زيلينسكي، الأربعاء، وأكد له أن الولايات المتحدة وحلفاءها

أعلن الرئيس الأمريكي جو بايدن، مساء أمس الخميس، عقوبات جديدة ويهدد على التصدير لروسيا، وشدد على أن العقوبات مصممة «لكي يكون لها الحد الأقصى من التأثير على الاقتصاد الروسي، وأن يكون لها أقل الأثر على الولايات المتحدة وحلفائها».

وشدد بايدن، في كلمته عن الأزمة الأوكرانية، على أن الولايات المتحدة لا تقوم بهذا وحدها بل مع شركائها وحلفائها.

وأعلن تقييد قدرة روسيا على التعامل بالدولار الأمريكي، وفرض عقوبات شديدة ستؤثر على قدرة روسيا على المناقصة الاقتصادية.

وقال إن «روسيا في أضعف حالاتها عبر تاريخها، بعد انهيار سوق الأسهم. وأعلن فرض عقوبات على بنوك روسية تملك أصولاً بتريليون دولار».

وأعلن الرئيس الأمريكي حظر 4 بنوك روسية كبيرة بينها ثاني أكبر بنك في روسيا VTB وأعلن عقوبات على نخب روسية وأفراد «استقداوا من سياسات الكرملين».

وأضاف بايدن، أن «الولايات المتحدة

الأمين العام للأمم المتحدة: خصصنا 20 مليون دولار لمساعدة أوكرانيا



أعلن الأمين العام للأمم المتحدة، أنطونيو جوتريش، الخميس، تخصيص 20 مليون دولار من صندوق الطوارئ لمساعدة أوكرانيا، لافتاً إلى أن «ما ستمنعه روسيا خلال الأيام المقبلة سيحدد شكل العالم».

وقال في مؤتمر صحفي، إن حماية المدنيين في أوكرانيا يجب أن تكون الأولوية حالياً، مشيراً إلى أن العدوان الروسي على أوكرانيا «خطأ وغير مقبول».

وأضاف أنه أكد للرئيس الروسي فلاديمير بوتين ضرورة إيقاف الغزو، مشيراً إلى أن المدنيين هم من يدفعون الثمن الأكبر. وشدد على ضرورة الابتعاد عن العنف واستخدام القوة، وأكد ضرورة احترام ميثاق الأمم المتحدة.

الرئيس الأوكراني يعرض على روسيا العودة إلى طريق السلام



أعلن الرئيس الأوكراني فلاديمير زيلينسكي أن كيف تعرض على موسكو العودة إلى طريق السلام. وقال زيلينسكي في مقطع فيديو نشره عبر حسابه على موقع «تيلغرام» الخميس، «أوكرانيا لم تختار طريق الحرب، لكن أوكرانيا تقترح العودة إلى طريق السلام».

ويشار إلى أن الرئيس الروسي فلاديمير بوتين، كان قد أعلن في وقت سابق من الخميس، إطلاق عملية عسكرية خاصة في دونباس، جنوب شرقي أوكرانيا،

فرنسا: على بوتين أن يدرك أن حلف الأطلسي لديه أسلحة نووية



قال وزير الخارجية الفرنسي جان إيف لودريان إن الرئيس الروسي فلاديمير بوتين يحتاج قبل أن يوجه تهديدات بشأن استخدام أسلحة نووية أن يفهم أن حلف شمال الأطلسي هو تحالف نووي أيضاً.

ورداً على سؤال حول ما إذا كان يهدد بوتين «بمثل هذه التبعات التي لم توجهها من قبل في تاريخك»، يرقى إلى مستوى التهديد باستخدام الأسلحة النووية في الصراع الأوكراني، قال لودريان إنه مفهوم على هذا النحو.

وقال لودريان على التلفزيون الفرنسي تي.إف.١ «معم. أعتقد أن فلاديمير بوتين يجب أن يفهم أيضاً أن حلف الأطلسي هو تحالف نووي. هذا كل ما ساقوله في ذلك الشأن».

جونسون: سنستبعد البنوك الروسية من منظومة المال البريطانية



أعلن رئيس الوزراء البريطاني بوريس جونسون عن حزمة عقوبات تعزّم بلاده وحلفاؤها فرضها على روسيا، على خلفية تحركات الأخيرة العسكرية تجاه أوكرانيا.

جاء ذلك في خطاب ألقاه رئيس الوزراء أمام مجلس العموم البريطاني، الخميس. وتابع جونسون: «سنمنع الخطوط الجوية الروسية «إيرفلوت» من الوصول إلى بريطانيا، بالإضافة إلى فرض قيود على ذات الاستخدام المزدوج إلى روسيا بما وسنصدر شريعات لحظر تصدير المواد ذات الاستخدام المزدوج إلى روسيا بما في ذلك المعدات التكنولوجية والرقائق الإلكترونية وسنصرغ تلك التشريعات

أوكرانيا تعلن سيطرة قوات روسية على موقع «تشيرونوبل» النووي



وكان الرئيس الأوكراني، فولوديمير زيلينسكي، قد أعلن في وقت سابق الخميس، أن القوات الروسية تحاول الاستيلاء على محطة تشيرونوبل، لافتاً إلى أن الجنود الأوكرانيين «مضجون بجيهم لمنع كارثة تشيرونوبل ثانية».

وكان مفاعل نووي قد انفجر في المحطة على بعد ١٢٠ كيلومتراً شمال العاصمة الأوكرانية كييف، في أبريل ١٩٨٦م، مما أدى إلى إطلاق نفايات مشعة في جميع أنحاء أوروبا.

وتمت تغطية المفاعل المتفجر بغطاء وقائي منذ عدة سنوات، لمنع التسرب الإشعاعي.

أعلنت الرئاسة الأوكرانية، الخميس، سيطرة القوات الروسية على موقع تشيرونوبل النووي، بعد معركة شرسة خاضتها مع القوات الأوكرانية.

وأوضح المستشار الرئاسي الأوكراني، ميخيلو بونولوك، أن أوكرانيا «فقدت السيطرة» على محطة تشيرونوبل، وفق ما ذكرت وكالة أسوشيتد برس، وأضاف: «السلطات الأوكرانية لا تعرف الوضع الحالي للمشاتل في تشيرونوبل، موقع كارثة نووية في العالم». واستطرد: «بعد الهجوم العنفي للروس في هذا الاتجاه، من المستحيل القول إن محطة تشيرونوبل للطاقة النووية آمنة».

LR Lotfi, Rafla & Associates
Accountants - Tax Experts
Adding Value to your business
Since 1990

Ehab Lotfi
Ph.D., C.Adm

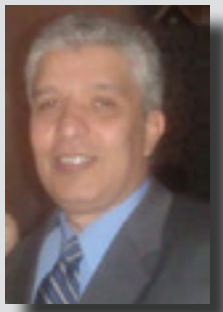
Ehab Rafla
C.P.A., C.A.

1(833) 336-3131

Montréal 9900 Cavendish, Suite 305, QC, H4M 2V2
Toronto 7030 Woodbine Av. Suite 500, ON, L3R 6G2
Cornwall 14 Third Street E, Suite 202, ON, K6H 2C7

www.LR-CA.ca

أضواء



يقف:
يوسف زمكحل

فلاديمير بوتين
(الثعلب)

■ في خطوة مفاجئة وضربة موجعة أعلن الرئيس الروسي فلاديمير بوتين عن موافقته على انفصال المنطقتين الانفصاليين في أوكرانيا دونيتسك ولونغانسك ويعد هذا الإجراء تصعيداً كبيراً يشير إلى نهاية اتفاق السلام الذي استمر سبع سنوات والمعروف باسم اتفاقية مينسك كما ينظر إليها على أنها قد تمنح الزعيم الروسي ذريعة لغزو أوكرانيا.

بوتين يستحق أن يطلق عليه لقب الثعلب الذي جعل العالم يذهب في جبهة ليفاجئ العالم بخطوة لم تكن في الحسبان مما جعل العالم يشعر بصدمة وأن بوتين قد ضحك عليه بل وأخرج له لسانه.

في الأيام الماضية قامت أمريكا بقيادة جو بايدن بحملة تتكلم عن أن روسيا على وشك دخولها أوكرانيا بعد حشد قوات هائلة على الحدود.

في الحقيقة أن أمريكا أرادت أن تحكم وأن تقرض رأبها على روسيا وأعتقد أن روسيا اليوم ضعيفة كما كانت أيام حكم ميخائيل جورباتشوف وبوريس يلتسين ولكن في الحقيقة أن روسيا في عهد الثعلب بوتين انتفضت وأستعدت هيبتها الغائبة بعد أن اعتقد الجميع أن روسيا ضعفت وأصبحت مثلها مثل أي دولة إلى أن استطاعت أن تصفع الجميع صفعاً اقتضتهم توازنهم.

تصورت أمريكا أن روسيا ستسمح بوجود حلف الناتو بالقرب من أوكرانيا وأن روسيا ستسمح بأن أمنها القومي يستباح مما يدل على غياب السياسيين الأمريكيين وعلى رأسهم الرئيس بايدن ونائبه كامالا هاريس وإدارتهما ولا شك أن أمريكا تريد أن تسيطر على العالم ناهيك عن العقوبات التي تفرضها كل يوم على أي دولة تختلف سياساتها مع سياسة أمريكا.

والدول الغائبة عن الوعي كثيرة التي سوف تتحاذر إلى أمريكا وستقرض عقوبات عليها مثل أوروبا وكندا ناسين أن روسيا لديها سلاح الغاز الذي يمكن تعاقب به أوروبا وأمريكا وتضعهما في موقف صعب.

كلنا مع الرئيس بوتين الذي قال "أن مصالح وأمن بلاده مسألتان غير مطروحتين للتفاوض" وأنا واثق أنه لن يترجع في دفاعه عن بلاده ووقوفه ضد دول استباحت لنفسها كل شيء وأن ثقيل وتتهب وتسرقة ولا أخرى كل أحلامها أن تعيش في سلام بعيداً عن عش الدبابير!!

youssef.zemkhol@yahoo.com

برلمان ليبيا يصوت الأسبوع
المقبل على الحكومة
الجديدة

■ قال البرلمان الليبي يوم الخميس إنه سيعقد جلسة الأسبوع المقبل من المرجح أن يصوت خلالها على تأكيد حكومة مؤقتة جديدة، وذلك بالرغم من تعهد الإدارة الحالية بعدم تسليم السلطة.

ليبيا مهددة بالعودة إلى الانقسام وسط خلاف حول كيفية المضي قدماً بعد عام من تشكيل حكومة وحدة في طرابلس، وبعد شهرين من إلغاء انتخابات كانت مقررة في ظل خلافات حول اللوائح.

وقال وزير الداخلية السابق فتحي باشاغا، الذي عينه البرلمان لتشكيل الحكومة الجديدة، يوم الخميس إنه مستعد لانتخابات حكومة وقال المتحدث باسم البرلمان إن الجلسة ستعقد يوم الاثنين.

لكن رئيس الوزراء الحالي عبد الحميد الدبيبة، الذي تولى منصبه من خلال عملية دعمتها الأمم المتحدة، يقول إنه لن يسلم السلطة إلا بعد انتخابات، وقال هذا الأسبوع إنه بخطط لإجراء تصويت على مستوى البلاد في فصل الصيف.

يتمتع البرلمان الدبيبة بالفساد ويقول إن فترة ولايته انتهت في 24 ديسمبر كانون الأول، وهو الموعد الذي كان من المقرر إجراء الانتخابات فيه. وينفي الدبيبة ذلك ويقول إن البرلمان هو الذي لم يعد صالحاً بعد ثماني سنوات من انتخابه.

ورغم أن البرلمان يقول هو الآخر إنه يعززم إجراء استفتاء على دستور مؤقت جديد وانتخابات بعد ذلك، لا يكاد يتوقع أي من المحللين إجراء تصويت وطني في أي وقت قريب.

ويهدد الخلاف بين المؤسسات السياسية المتنافسة في ليبيا بإعادة البلاد إلى الصراع بعد توقف آخر جولات القتال الكبيرة في 2020. وأجرت الفصائل المسلحة المتناحرة في الأسابيع الأخيرة عمليات تعنية في العاصمة طرابلس، ويقول محللون إن الأزمة السياسية قد تؤدي إلى اشتباكات جديدة شديدة الأثر في جميع أنحاء البلاد.

ولم تتعم ليبيا بسلام أو أمن يذكر منذ انتفاضة 2011 التي دعمها حلف شمال الأطلسي ضد معمر القذافي، وانقسمت بعد الانتخابات الوطنية الأخيرة في 2014 بين إدارتين متحاربتين تحكمان في طرابلس وفي الشرق.

وكان البرلمان في الغالب يتحاذر في هذا الصراع إلى الجيش الوطني الليبي في الشرق الذي يقوده خليفة حفتر ضد الحكومة المدعومة دولياً في طرابلس آنذاك، وهي الإدارة التي كانت تضم باشاغا.

وكانت قوات الشرق مدعومة من روسيا والإمارات ومصر، فيما كانت حكومة طرابلس مدعومة من تركيا. ويُعتقد أن كل من روسيا وتركيا يتبعان على قوات في ليبيا.

غير أنه ليس من الواضح ما إذا كان أي صراع جديد سيجد على غرار الصراع السابق، وذلك مع إعادة الفصائل السياسية والجماعات المسلحة بليبيا تشكيل علاقاتها مع الأعداء والحلفاء السابقين على حد سواء.

تونس تقترب من تجفيف منبع مشبوه لتمويل الاخوان



■ أكد الرئيس التونسي قيس سعيد أن أي اجتماع يراد تنظيمه خارج المقر النيابي "البرلمان" هو اجتماع باطل وفق ما نص عليه الدستور.

جاء ذلك خلال ترويض سعيد، الخميس، للاجتماع الدوري لمجلس الوزراء التونسي.

وكان زعيم تنظيم الإخوان في تونس ورئيس البرلمان المعلقة أمثال لقوى خارجة قد عقد جلسة عامة عن بعد جمعت نواب الإخوان وحلفائهم فقط في تحد صريح للرئيس التونسي قيس سعيد وقراراته.

ودعا سعيد القضاء لترتيب النتائج القانونية بسرعة وفق تقرير محكمة المحاسبات في إسقاط عدد من القوائم الانتخابية التي لديها تمويل أجنبي، وهو ما عده متابعون خطوة جديدة قد تضرب منابع تمويل تنظيم الإخوان.

كما أكد سعيد على ضرورة اتخاذ نص قانوني يمنع تمويل الجمعيات من الخارج لأنهم في الظاهر جمعيات ولكنهم امتداد لقوى خارجية مشدداً على أنه لن يسمح بالبعث بالدولة التونسية.

وأضاف قائلا: "لا مجال في أن يتدخل فينا أحد لا بأمواله ولا بغيوطاته"، مضيفاً: "نحن شعب له سيادته". وتابع قيس سعيد، أن تونس تعيش خلال الأيام الأخيرة لحظات من الفرز الحقيقي بين القوى الثورية والقوى المضادة للثورة. وتابع أنه "بعد 25 يوليو هناك من رخص في الشوارع بعد القرارات التي اتخذتها، لكن الأيام قامت بالفرض وبدات الأصوات

الرئيس اللبناني يبحث مع وزير الداخلية
الأوضاع الأمنية وتحضيرات الانتخابات النيابية

■ بحث الرئيس اللبناني ميشال عون، مع وزير الداخلية والبلديات القاضي بسام مولوي، تفاصيل عمل القوى الأمنية المتعلقة بمكافحة الإرهاب والمخدرات وتحرير المخطوفين، بالإضافة إلى التحضيرات التي تقوم بها الوزارة لإنجاز الانتخابات النيابية.

وقال مولوي - عقب لقائه بالرئيس عون بقصر بعيدا الخميس - إنه عرض خلال اللقاء تفاصيل العملية الأمنية الكبيرة التي أدت إلى إحياء 3 عمليات تفجير إرهابية كان مخططاً لها، مشيراً إلى أن عون هذا قوى الأمن الداخلي على هذا الإنجاز الكبير وأثنى على الجهود التي يبذلها عناصرها في كل المجالات الأمنية. وأضاف أنه عرض على الرئيس اللبناني آخر التحضيرات التي تقوم بها الوزارة لإنجاز العملية الانتخابية

رئيس وزراء إسرائيل: النظام العالمي يتغير



■ اعتبر رئيس الوزراء الإسرائيلي، نفتالي بينيت، أن النظام العالمي السائد بدأ يتغير، ومجها النداء الأخير لمواطنيه في أوكرانيا للمغادرة.

وقال بينيت، الخميس، خلال مراسم تخرج فوج جديد من الضباط: "تبدون اليوم مشواركم كضباط في صفوف الجيش خلال فترة تتغير فيها النظام العالمي الذي عرفناه".

وأضاف: "يصبح العالم أقل استقراراً إلى حد كبير وتتغير ملامح منطقتنا في الأخرى يوماً بعد يوم. وتعلمنا هذه الأيام أن الحرب بين الجيش ليست تركة الماضي لأبداً".

وتابع: "من هنا أتوجه إلى مواطني إسرائيل الذين لم يغادروا أوكرانيا بعد وأقول لهم: عليكم المغادرة الآن".

وأشار إلى أن "هذه اللحظات مروعة ومأساوية، ونحن نتعاطف مع المواطنين الأوكرانيين الذين وجدوا أنفسهم في هذا الوضع بغير ذنب اقترفوه".

وشدد على أن "إسرائيل ستمد يد العون لتقدم كافة المعونات الإنسانية اللازمة ولدينا القدرة والتجربة الطويلة في هذا المجال للقيام بذلك".

وتأتي تصريحات بينيت في وقت يزور فيه الرئيس الإسرائيلي

سنة قتلى بينهم جنود سوريون جراء قصف إسرائيلي قرب دمشق

■ قتل ستة مقاتلين بينهم جنود سوريون جراء قصف إسرائيلي استهدف مواقع تابعة لقوات سورية في جنوب دمشق، في هجوم هو الرابع من نوعه خلال الشهر الحالي.

وأفاد المرصد عن قصف إسرائيلي صاروخي استهدف مواقع ومستودعات تابعة لقوات سورية في محيط مطار دمشق الدولي، كما طال منظومة دفاع جوي ضمن المنطقة الممتدة بين الكسوة والسيدة زينب جنوب دمشق.

وتسبب القصف وفق المرصد بمقتل ستة أشخاص، هم جنديان وأربعة مقاتلين من الموالين لإيران، لم يتمكن من تحديد جنسيتهم بعد.

وكانت وكالة الأنباء السورية الرسمية (سانا) نقلت في وقت سابق عن مصدر عسكري سوري مقتل ثلاثة جنود جراء تنفيذ "العدو الإسرائيلي عدواناً جدياً برشقات من الصواريخ من اتجاه شمال بحيرة طبريا مستهدفاً بعض النقاط في محيط مدينة دمشق".

ونقل الإعلام الرسمي أن وسائط الدفاع الجوي "تصدت لصواريخ العدوان وأسقطت معظمها".

ولم يصدر أي تعليق رسمي عن إسرائيل، واكتفى المتحدث باسم الجيش الإسرائيلي بالقول "لا نعلق على تقارير ترد في الإعلام الأجنبي".

وهذه المرة الرابعة التي تشن فيها إسرائيل هجمات جوية داخل سوريا هذا الشهر، في إطار حملتها العسكرية المستمرة ضد القوات الموالية لإيران. وجاء الهجوم فجر الخميس بعد

بسبب الحرب بين أوكرانيا وروسيا.. طرد «مهين»
سفير موسكو من لندن

■ بعد ساعات من اندلاع الحرب الروسية الأوكرانية، كشفت تقارير إعلامية عن "لقاء عابث" بين وزيرة الخارجية البريطانية والسفير الروسي في لندن.

وكشفت التقارير عن نقاش صير وزيرة الخارجية البريطانية ليز تروس خلال لقائهما مع السفير الروسي لدى بلادها أندريه كيلين.

وتم استدعاء السفير كيلين إلى الخارجية البريطانية الخميس في أعقاب بدء الغزو الروسي لأوكرانيا.

وقالت محطة "سكاي نيوز"، استناداً إلى مصدر بالخارجية البريطانية أن تروس "طرقت" كيلين بعد نقاش حاد، بشكل مبكر عن الموعد المحدد لنهاية اللقاء.

ونقلت المحطة عن المصدر الذي لم تحدد له قوله إن الوزيرة قالت للسفير "إنه ينبغي أن يشعر بالخطر لأن روسيا كذبت بشكل متكرر وأنها فقدت آخر شرارة للثقة في المجتمع الدولي".

وفي سياق متصل، قالت وكالة الأنباء البريطانية "بريس أسوسييشن"، إن اللقاء كان "عابثاً للغاية".

وأعلن الرئيس الأوكراني أن معارك دائرة قرب مستودع للنفطيات الثورية بتشيرنوبيل والجنود "يضعون بحياتهم" لتجنب تكرار كارثة 1986.

وأعلنت الأمم المتحدة أنها تقوم حالياً بتحريك موظفيها داخل أوكرانيا إلى أماكن آمنة، وذلك بعد الغزو الروسي. وقال ستيفان دوجاريك المتحدث باسم

إطلاق سراح متظاهرين سودانيين بعد
احتجازهم لأسابيع

■ قال مسؤول في الأمم المتحدة يوم الخميس إن السودان أفرج عن 115 من أصل نحو 135 من المحتجزين الذين احتجزوا لأسابيع لمشاركتهم في مظاهرات ضد الانقلاب، وذلك بعد ضغط من محامين وأسر المعتقلين والمجتمع الدولي.

المعتقلون أعضاء في حركة احتجاجية تعارض انقلاب 25 أكتوبر تشرين الأول والتي استمرت في تنظيم المظاهرات على الرغم من حملة أمنية قاتلة مسعوفين إنها أسفرت عن مقتل 82 شخصاً وإصابة أكثر من ألفين.

وجرى اعتقالهم بعد إعادة بعض الصلاحيات لجهاز المخابرات ذي النفوذ القوي في البلاد في أواخر ديسمبر كانون الأول، والذي كان من الأدوات الرئيسية في عهد الرئيس السابق عمر البشير.

وقبعت الناشطة شامهان جمال خلال مشاركتها في مظاهرة أمام مبنى تابع للأمم المتحدة هذا الأسبوع "لا توجد تحقيقات أو أي شيء، إنهم يأخذون الناس ويضعونهم في السجن دون سبب".

ودعا أداما دينغ الخبير المعين من قبل مكتب المفوض السامي للأمم المتحدة لحقوق الإنسان في السودان إلى الإفراج الفوري عن جميع المتظاهرين الآخرين.

وقال "عبرت عن قلبي بشأن توسيع صلاحيات إنفاذ القانون الخاصة بقوات الأمن العام أثناء حالة الطوارئ وكذلك بشأن الحصانة المؤقتة من الملاحقة القضائية المنوطة لهذه القوات".

Parapsychologie DANS
L'astrologie :

Parapsychologie est l'étude des événements qui ne peut être expliqué par ce que les scientifiques savent sur la nature et le monde

Parapsychologie DANS L'astrologie:
Mieux se Connaître, amélioration de la Qualité de vie Personnelle et du couple, Avoir les bons Conseils versez CHAQUE état,
Trouver Reportages la possibilité.

Première session = 60 \$ pour jeune Première session pour adulte 100 \$

Mail : jackleblond888@yahoo.com

EL-RESSALA
لما نلتقكم في الرسالة

(514) 961-0777 /

(450) 972-1414

elressalanews@gmail.com

fzemkhol@gmail.com

www.el-ressala.com

الرئيس السيسي: مصر تجاوزت الكثير من تبعات أزمة كورونا على مدار عامين



النامية، لدعم جهوده لمواجهة تغير المناخ والتكيف مع آثاره، وبناء القدرة على تحملها مع وضع التعدادات موضع التنفيذ، وتقليص الفجوات التي يواجهها عمل المناخ الدولي، على كافة الأصعدة، مشيراً إلى أن هذا بعض ما نصبو إلى تحقيقه، خلال رئاسة مصر لقمة المناخ القادمة، في شرم الشيخ نهاية العام الجاري، وسنعمل مع كافة الأطراف بجداد وشفافية، في سبيل ذلك.

وأختتم الرئيس السيسي كلمته، بالتطلع أن تسهم الخلاصات والنتائج التي تستصدر عن المنتدى، والتي ستعكس النقاشات والمداولات القيمة التي دارت خلاله، في تعزيز فيمنا لحجم وأبعاد المشكلة العالمية التي نواجهها، وسبل المضي قدماً، نحو إيجاد حلول ناجعة لها، تحقق تطلعات شعوبنا وأمالها المشروعة.

تعاث شامل ومستدام محوره الإنسان، وأوضح الرئيس السيسي أن أزمة المناخ العالمية وتبعاتها السلبية، ألفت بدون شك، بظلالها على جهود دولنا في التعافي من الجائحة، وتجاوز تأثيراتها المتعددة، خاصة في الدول النامية. وعلى الرغم من ذلك فإن عالمنا اليوم، لا يملك رفاهية الانتظار، أو التراجع عن القيام بالجهد المطلوب، لمواجهة تغير المناخ ودرء آثاره. وجدد الرئيس السيسي تأكيداً على ضرورة إيجاد السبل الكفيلة، وتمكين الدول النامية من الوفاء بالتزاماتها، ورفع طموح عملها المناخي، وفقاً لاتفاق "باريس"، دون الإخلال بمبادئ الإنصاف وعدالة الانتقال مع توفير الحماية الاجتماعية، ودعم جهود تحقيق التنمية والقضاء على الفقر. وقال إن ذلك لن يأتي، دون توفير بيئة دولية مواتية، تساهم في حشد التمويل اللازم للدول

ما تصاحب مراحل ما بعد الأزمات، لا بد أن تنتهي بنا إلى مسارات متباينة، يكون من شأنها عرقلة مساعيها الجماعية، لبلوغ أهداف التنمية المستدامة، أو إضعاف الثقة التي وضعناها جميعاً في هذه الأهداف واليات تنفيذها، بإبعادها الاقتصادية والاجتماعية والبيئية. وأكد أهمية دور المؤسسات والمنظمات الدولية، في صياغة سياسات للعمل، وتنشيط إيجاد حلول لمشكلات اجتماعية تنشأ وتتطور بسرعة، بشكل ربما يتجاوز قدرة المنظومة الدولية الحالية، على مواكبتها والتكيف معها.

وأضاف إن التعافي من الأزمة ممكن، إذا توافرت الإرادة الدولية الصادقة، والتزم جميع الأطراف بمبدأ تقاسم الأعباء والمسئوليات، في إطار من الشراكة الدولية الحقيقية، ذات الآليات الواضحة والمسئوليات المحددة. وأشار إلى أن إعادة ترتيب الأولويات، التي عادة

ومد شبكة الضمان الاجتماعي لمئات الآلاف من الأسر، من خلال برنامج "تكافل وكرامة" مما ساهم في تخفيف عبء الجائحة، فضلاً عما تبذله مصر من جهود لتعزيز الشمول المالي، ودمج الاقتصاد غير الرسمي والرقمنة. وأشار إلى أن تلك الأزمة قد كشفت بشكل جلي، عن مواطن ضعف ببعض جوانب المنظومة الدولية، يتعين علينا التوقف عندها وبحثها، بغية إيجاد حلول فعالة للتغلب عليها.

وتحدث الرئيس السيسي حول مستقبل النظام الدولي خلال السنوات القادمة، وقرهته على الاستجابة للالتزامات العالمية الطارئة، وتبعاتها متعددة الأبعاد. وتساءل الرئيس السيسي "هل يمكن لنا تحمّل تبعات استمرار وجود نحو 61% من قوة العمل في العالم في عداد الاقتصاد غير الرسمي فضلاً عن افتقار نحو 4% مليارات إنسان للضمان الاجتماعي؟.. إذا كانت الإجابة بلا، محورها الرئيس، مؤكداً أن جائحة كورونا كانت ولا تزال أزمة إنسانية بوجه عام لا أزمة صحية فقط أو اقتصادية أو اجتماعية فحسب. وقال الرئيس السيسي إن مصر استطاعت تجاوز الكثير من تبعات أزمة "كورونا" على مدار العامين الماضيين، من خلال سياسات مالية واقتصادية واجتماعية، أثبتت نجاحها وفعاليتها ونبل في الوقت المناسب، جهوداً شهدت لها مختلف الأطراف الدولية مكنتنا من تحقيق معدلات نمو إيجابية، رغم كافة الصعاب التي واجهناها، ولائزلاً وساهمت في إيجاد حالة من الاستقرار والثقة الدولية، في قدرة الاقتصاد المصري على الصمود وتمتصاص الأزمات وتجاوزها.

وأضاف الرئيس السيسي أن مصر استطاعت أيضاً رغم الأزمة، أن تنفذ مبادرات طموحة، لرفع مستوى معيشة المواطن في الريف والمناطق الأكثر احتياجاً، من خلال مبادرة "حياة كريمة"،

القاهرة/ فرج جريس: أكد الرئيس عبدالفتاح السيسي، أمس الخميس، أن مصر تجاوزت الكثير من تبعات أزمة كورونا على مدار العامين الماضيين.

وتقدم الرئيس السيسي، خلال كلمته عبر تقنية الفيديو كونفرانس، بمناسبة المنتدى العالمي للتعافي من جائحة فيروس كورونا بمنظمة العمل الدولية، بالشكر للمنظمة على تنظيم هذا الحدث المهم الذي يجمع بين رؤساء الدول والحكومات بوصفهم المسؤولين عن صياغة وتنفيذ سياسات دولهم الوطنية.

وقال إن مستقبل النظام الدولي في عالم جديد أخذ في التشكل أمامنا يوماً بعد يوم، مشيراً إلى أن جائحة كورونا عصفت بالأوضاع الاقتصادية والاجتماعية وتجاوزت في تأثيرها أكثر زمامت العالم فداحة.

وأضاف الرئيس السيسي أن أي محاولات للتغلب على تداعيات تلك الأزمة لابد وأن يكون الإنسان محورها الرئيس، مؤكداً أن جائحة كورونا كانت ولا تزال أزمة إنسانية بوجه عام لا أزمة صحية فقط أو اقتصادية أو اجتماعية فحسب.

وقال الرئيس السيسي إن مصر استطاعت تجاوز الكثير من تبعات أزمة "كورونا" على مدار العامين الماضيين، من خلال سياسات مالية واقتصادية واجتماعية، أثبتت نجاحها وفعاليتها ونبل في الوقت المناسب، جهوداً شهدت لها مختلف الأطراف الدولية مكنتنا من تحقيق معدلات نمو إيجابية، رغم كافة الصعاب التي واجهناها، ولائزلاً وساهمت في إيجاد حالة من الاستقرار والثقة الدولية، في قدرة الاقتصاد المصري على الصمود وتمتصاص الأزمات وتجاوزها.

وأضاف الرئيس السيسي أن مصر استطاعت أيضاً رغم الأزمة، أن تنفذ مبادرات طموحة، لرفع مستوى معيشة المواطن في الريف والمناطق الأكثر احتياجاً، من خلال مبادرة "حياة كريمة"،

والتي تهدف إلى تحسين حياة ملايين المصريين في المناطق الريفية والفقيرة، وذلك من خلال تنفيذ مشاريع بنية تحتية وخدماتية في مجالات التعليم والصحة والزراعة، فضلاً عن توفير فرص عمل للشباب، ودعم المشروعات الصغيرة والمتوسطة، وخلق بيئة استثمارية جاذبة، وذلك من خلال تنفيذ مبادرات طموحة، لرفع مستوى معيشة المواطن في الريف والمناطق الأكثر احتياجاً، من خلال مبادرة "حياة كريمة"،



بقلم: تيماء الجبوشي

حقوق المرأة العالية، حق الكد و السعاية

القانون المدني السوري .. في المادة ٨٦ نص على أن العقارات الأميرية: هي تلك التي تكون رقبته للدولة ويجوز أن يجري عليها حق التصرف.

حق الرقبة يعني حق الملك و هذا يعني أن الدولة هي المالكة للعقار الأميرية، الخارج عن المخطط التنظيمي، لكن بحق للأفراد و بموجب حق التصرف في المادة ٨٦ أنه ذكر أن يتم تسجيل العقار بأسمائهم و بموجب سندات ملكية تخولهم حق بيع العقار و استعماله و استغلاله و استثماره إلى ما هنالك من حقوق.

و العقار الأميرية يبقى أميرياً ما دام خارج المخطط التنظيمي. يتغير النوع العقاري للعقار بدوله منطقة التنظيم حينها يمكن للأفراد أن يقتنوا دعوى تغيير النوع الشرعي للعقار من الأميرية إلى الملك. و هذا خطأ قانونية تحفظ حق الورثة و بقاء حقوقهم كما هي في العقار الأميرية باستخراج صحيفة العقار و بتاريخ سابق من اللجوء للقاضي أو دعوى تغيير النوع الشرعي للعقار أمام المحاكم و أن يكون مدوناً عليها أميرية مما يحفظ حقوقهم عند تقادم الإرث كل بالتساوي المطلق. ما يجدر ذكره هنا أن العقار الملك المحكمة المختصة بصهر الإرث فيه هو المحكمة الشرعية و العقار الأميرية يُقصد الاختصاص في بصهر الإرث المحاكم العادية (محكمة الصلح). ذكر القانون السوري هنا نظراً إلى أن القوانين العربية بالمثل تعتمد الشرعية مصدر أساسياً و مصدران من مصادر التشريع و على هذا تتقاطع النصوص و القوانين في مواضع كثيرة لا سيما في موضوع الإرث الشرعي و الإرث القانوني.

على أية حال وجد هذا النظام العقاري منذ القرن التاسع عشر، و هو يعود بأصوله إلى الدولة العثمانية و القانون الذي أصدرته حينها إلا وهو قانون "انتقال الأموال الأميرية".

الذي استند على المذهب الحنفي القائل بأن للمرأة نعمة مالية مستقلة و لها عملها و استقلالها للإرث و فق قسمة لا تميز فيها على اعتبار أن ملك الرقبة أو الملك الأصلي هو المملطان و هو من يُحدد توزيع الحصص و ليس الأفراد. كان هذا شاملاً نتيجة للظروف العامة في تلك الحقبة في ظل الحكم العثماني.

و هو حقيقة كان موجوداً في معظم الدول العربية و لا زال في بعض المناطق على الرغم من محدوديتها. من الهام العودة إلى كل هذه المخارج القانونية و دراستها تاريخياً و تشريعياً و قانونياً بهدف دعم حصول المرأة على مزيد من حقوقها و من حيث المبدأ نظرياً، قانونياً وجود نظام العقارات الأميرية منح المرأة شيئاً من هذه حقوقها، كما أنه من الأسس التي لا يزال يعمل عليها بعض المشرعين و الباحثين في محاولات لتغيير جذري في نظام الإرث و حقوق المرأة، و هم يؤكدون القول أن التغيير ممكناً و هناك سابقة يمكن الاستناد إليها ألا وهي مثال العقارات الأميرية، و بالتالي الخروج من دائرة غيب المرأة و دفعها، بل أعطاء المساواة في توزيع الحصص الأثرية بين الذكور و الإناث. فالمرأة ثرت و لا تنقص حصتها عن حصة الرجل.

ولعل هذا النقاش يأخذ زخماً إعلامياً، ثقافياً، اجتماعياً في كل مرة كان هناك محاولة لمعالجة الإرث أو الحقوق المالية للمرأة كما حدث في تونس منذ سنوات و مشروع مساواة الحصص الإرثية بين الرجل و المرأة و اليوم مرة أخرى بشكل مختلف يُعيد دعوى شيخ الأهر لإجهاض فتوى من التراث الشرعي في حق الكد و السعاية منذ عدة أسابيع. و بالرغم من أنه يختلف جوهرياً عن التجربة التونسية و عن العقارات الأميرية إلا أنه له الخاطب بينهما في العديد من مساحات النقاش بطريقة لا تستوي و البحث السليم مما يستدعي التوضيح القانوني بينهما.

على أية حال الإحصاءات في العالم العربي تُشير إلى أن النساء اللواتي تعودن لملكية أرض بأسمائهن هي ٤% فقط في القانون و التشريع حرمان المرأة من حقوقها المالية عموماً هو صعوبة حقيقية و ملموسة. نجد هنا الأمر حين تفك العلاقة الزوجية حائلاً أمام المرأة العاملة أو المرأة صاحبة المال من إثبات أحقيتها في الملكية المشتركة مع الزوج للعقارات أو العقولات في حال الطلاق و الوفاة. و قد يُذكر المانع الأدبي كإحدى القوانين تساعد المرأة حين اللجوء للقاضي في التشريع السوري و المصري و الذي يُشابهه الحال في معظم التشريعات العربية. غير أن هذا لم يكن كافياً بالمعنى الذي لم يحقق العدالة كما هي ناهيك عن عدم تناسبا مع المعايير الدولية لحقوق المرأة. فتوى حق الكد و السعاية و بالخصوص هو محاولة لأرب الصعد بالقول أن مال المرأة (كان تكون طبيعية، موظفة، مُدرسة، عاملة... إلخ) حصلت عليه من عملها و أثناء زواجها و احتلظ و امتزج مع مال زوجها يبقى من حقها و لهذا تستطيع أن تقوم بعزل مالها في حال الوفاة أو الطلاق قبل منحها بقية الحقوق من نفقة... الخ و أنه من الظلم يمكن الاستيلاء على مالها من قبل الزوج في حال الطلاق أو زواجها بمرأة أخرى أو بقية الورثة و هي الأحق به بتأتي الدعوى إلى هذه الفتوى على ذكر ما يحق للنساء و هذا أمر مُلح و كم لحق بالمرأة من الظلم جزائه و كان الأذى النصلي عنده منذ زمن بعيد. احتاج الأمر العودة إلى جذور فتاوى تراث ليس بالقرب حتى يُمكن المرأة من الحصول على حقها الطبيعي في زمننا الحاضر و في أزمنة تجاوزت فيه المجتمعات المدنية مراحل بعيدة كما و نوعاً و السعي نحو العدالة الاجتماعية و المساواة و النقد الذاتي المستمر للمعايير الدولية بهدف الإرتقاء بمستوى إنساني أثنى و أسمى.

و بالعودة إلى الإرث الشرعي فللمرأة في حال الوفاة ربع تركة زوجها المتوفى إن لم يكن لها ولد و الثمن من التركة إن كان لها ولد و هذه الفتوى التي استند إليها معظم القوانين في البلدان العربية و الإسلامية. و الغالب مجتمعياً هو إنكار حق المرأة في الميراث بل و في التركة المشتركة إن لم يكن لديها نذيل. هو نتيج اجتماعي ثقافي وموروث تقليدي حازم ينطلق من تجربة لدعوى و عدم استقلالها و احترام حقوقها. و هذا الأمر لا ينحصر فقط على الساحة الثقافية الاجتماعية بل و القانونية أيضاً. أتاح لي العمل في ملفات حقوق المرأة أن أجد بعضاً من النساء لا يقبلن بأخذ نصيبهم من التركة إما لعدم توفر الوعي لديهن، أو خشية نيهن من عوائلهم و محيطهم الاجتماعي، أو لا أجي الحقيقة بالقول أن البعض الآخر من النساء تذهب حقوقهن هدرًا حين يقدر القاضي و بموجب سلطته منع توريث المرأة مانصة كان يحكم بأن شروط النص القانوني لا تنطبق على المعيار الأميركي المتنازع عليه و هذا حدث و في أكثر من قضية على الرغم من تحديد النوع العقاري و في وقت سابق بسنوات للقاضي.

النقاش و إثارة السؤال فيما يتعلق بحقوق المرأة أن يفتق، حق المرأة في الإرث و حرمانها منه هو عنف. حرمان المرأة من حقها في ملكية شاركت بها و بعلمها هو عنف قانوني.

ويبقى الهدف الأساسي هو الوصول إلى تغيير قانوني اجتماعي ثقافي نوعي و في هذا السعي تبني هذه الخطوات من مثل الدعوى إلى فتوى الكد و السعاية و على الرغم من أنها مجرد دعوى لم تأخذ درجة الفتوى الرسمية و لم يتم النص عليها قانونياً بعد إلا أنها شبيهة حقاً و لو مرحلياً تحاول إنهاء جزء و ولو يسير من العنف ضد المرأة.

يتابع هذه الدعوى و هي بالتأكيد لن تقتصر على مصر فقط بل ستكون نموذجاً لبقية الدول العربية و للمرأة العربية على وجه التحديد في عملها الدائم لنيل حقوقها كاملة و راب الجسر مع كرامتها. سيتم هذه الخطوة تقاضيل أهمها هو تحديد دقيق لنسبة أو نصيب المرأة من التركة و من هو المُخول الذي يقوم بتقدير هذه النسب و درجة تملك المرأة في عملية التقدير و التطبيق هل هو مباشر و فوري أم يستدعي إجراءات معقدة تستهلك وقت و طاقة النساء؟

القانون الدولي و المعاهدات لا سيما CEDAW و في موادها ١٥، ١٥، ١٦ أخذت حقوق المرأة منحي بيلق بالمجتمعات الإنسانية لا سيما من حيث احترام حقوق الإنسان و هذا هو جوهر ما ذهبت إليه المواد بالنص على أن الدول الموقعة و الأطراف في الاتفاقية عليها اتخاذ جميع التدابير المناسبة للقضاء على التمييز ضد المرأة في جميع الأمور المتعلقة بالزواج و العلاقات الأسرية، و على وجه الخصوص لضمان، أساس المساواة بين الرجل و المرأة. نفس الحقوق لكلا الزوجين فيما يتعلق بملكية و حيازة الممتلكات و إدارتها و التمتع بها و التصرف فيها ...

أسبوع سعيد لكم جميعاً.

الرئيس السيسي يؤكد هاتفا لنظيره الكازاخي حرص مصر على تعزيز آليات التعاون المشترك بين البلدين



القاهرة/ فرج جريس: تلقى الرئيس عبدالفتاح السيسي الخميس اتصالاً هاتفياً من الرئيس قاسم توكاييف، رئيس جمهورية كازاخستان.

وصرح المتحدث الرسمي باسم رئاسة السفير بسام راضي أن الاتصال شهد تبادل الروي ووجهات النظر حيال الملفات الإقليمية، كما تم التطرق إلى بعض موضوعات التعاون الثنائي بين البلدين في سياق زيادة فرص الاستثمار المتبادل و تعظيم حجم التبادل التجاري، بالإضافة إلى التعاون في قطاعات الصحة والزراعة والسياحة والثقافة، فضلاً عن التنسيق وتبادل المعلومات بين الأجهزة المعنية.

وقد أكد الرئيس السيسي على ما تتمس به العلاقات المصرية الكازاخية من تميز، وحرص مصر

على تعزيز آليات التعاون المشترك بين البلدين على مختلف الأصعدة بما يحقق المصالح المشتركة للشعبين الصديقين.

من جانبه، أعرب الرئيس الكازاخي عن اعتراز بلاده بما يربطها بمصر من علاقات

شكري يستقبل أمين عام مجلس التعاون الخليجي ويوقعان مذكرة تفاهم بشأن آلية التشاور السياسي



القاهرة/ فرج جريس: استقبل وزير الخارجية سامح شكري، الخميس بقر وزارة الخارجية، الأمين العام لمجلس التعاون لدول الخليج العربية نايف الجحرف، وذلك في إطار جهود تعزيز العلاقات الاستراتيجية الوطيدة التي تربط مصر ودول الخليج الشقيقة، والتوقيع على "مذكرة تفاهم بشأن مشاركات عالمة لمجلس التعاون لدول الخليج العربية".

وصرح المتحدث الرسمي باسم الخارجية السفير أحمد حافظ، أن الوزير شكري أعاد التأكيد على الارتباط الوثيق بين الأمن القومي المصري وأمن الخليج العربي ودوله الشقيقة، وأشار

في هذا الصدد بمذكرة التفاهم الموقعة مع مجلس التعاون الخليجي حول تلك الآلية للتعامل السياسي بما يؤكد متانة العلاقات بين مصر ودول مجلس التعاون وخصوصيتها، ويسهم في تعزيز العلاقات السياسية والاستراتيجية بين الجانبين لاسيما خلال المرحلة الحالية التي تشهد تحديات غير مسبوبة تستلزم تفعيل مختلف آطر التنسيق والتعاون.

كما تم الاتفاق على مواصلة التشاور والتنسيق بين مصر ودول مجلس التعاون الخليجي بما يدعم الأمن القومي العربي ويحقق المصالح المشتركة.

والاتقرار في المنطقة؛ وأعرب عن أهمية مذكرة التفاهم الموقعة بين أمانة المجلس ووزارة الخارجية لتطوير وتنمية علاقات الأخوة و ذلك، واختتم المتحدث تصريحاته بالإشارة إلى أن اللقاء تناول كذلك تبادل الرؤى إزاء أبرز القضايا العربية الراهنة؛ فضلاً عن التباحث حول ما تشهده الساحة الإقليمية والدولية من تطورات متسارعة. كما تم الاتفاق على مواصلة التشاور والتنسيق بين مصر ودول مجلس التعاون الخليجي بما يدعم الأمن القومي العربي ويحقق المصالح المشتركة.

والتعاون مع دول الخليج العربية، وأشار في هذا الصدد بمذكرة التفاهم الموقعة مع مجلس التعاون الخليجي حول تلك الآلية للتعامل السياسي بما يؤكد متانة العلاقات بين مصر ودول مجلس التعاون وخصوصيتها، ويسهم في تعزيز العلاقات السياسية والاستراتيجية بين الجانبين لاسيما خلال المرحلة الحالية التي تشهد تحديات غير مسبوبة تستلزم تفعيل مختلف آطر التنسيق والتعاون.

كما تم الاتفاق على مواصلة التشاور والتنسيق بين مصر ودول مجلس التعاون الخليجي بما يدعم الأمن القومي العربي ويحقق المصالح المشتركة.

Salon Said Habouri et Esthétique Antoinette
Pour femmes
Laser et plus!

«صالون سعيد»
يسعد إدارة Salon Said Habouri للسيدات و Esthétique Antoinette
أن تستقبل عملاتها الكرام طوال أيام الأسبوع ما عدا الأحد و الاثنين على عنوانها الكائن في:
345, boul. Chomey, Local - 3, Laval Qc. H7V 3S7
Tel.: 514 332-6333- للحجز والاستعلام (٢٠٢٠.٢٠٢١).

Now serving the Arabic Community

Providing trusted advice in your local community!



Contact us for a no-obligation insurance quote.
it's fast simple, and it could save you money.



Montreal Centre Agency

4875 Van Horne Ave.

(438) 797-2265

agencemontrealcentre@allstate.ca



شعر: نسرين حبيب

الظن الحسن..



أنيقة هي روعي حين اختارتك جسداً لها..

حرام عليك أن تخفق بروحي أهات الروح

سرداب دفين تصهر فيه أحاسيسك بخفة كانغماس الضوء في الفراغ

نقبض لطفان مشاعر تكلل فقدت باريتها

ما حفظت من قواعد عشقك إلا ما هو شاذ عن القاعدة

وما أدركت من جنونك الأرعن إلا ما هو خارج عن المألوف..

معك.. أتصور حباً.. وأصبر كمن دخل متحفاً واشتم عبق التاريخ

منك.. حيلت بحروف شغفي تسعة أشهر حتى آن مخاض الكلمة..

أنيقة هي روعي حين اختارتك جسداً لها..

حرام عليك أن تخفق بروحي أهات الروح

سباق

أولة تصدق..



يقلم: سليم خليل

زعماء استقلال لبنان أول ضحايا
ميثاق الحرية الوطني لعام ١٩٤٣

وضع نصوص الميثاق الوطني اللبناني عام ١٩٤٣ زعماء لبنان بمختلف مذاهبهم الذين حققوا استقلال لبنان من الاستعمار وهذه الفقرات من أهم ما ورد فيه :

- استقلال لبنان التام والحقيقي بالنسبة لكل الدول العربية.
- استقلال لبنان التام والحقيقي بالنسبة لكل الدول الغربية.
- لا وصاية ولا حماية ولا امتياز ولا أفضلية بالنسبة لأي دولة.
- التعاون إلى أقصى الحدود مع الدول العربية الشقيقة.
- الصداقة مع كل الدول الأجنبية التي تعترف باستقلال لبنان وتحترمه.
- نتائج الميثاق التابع من إرادة الشعب : دخول لبنان جامعة الدول العربية عام ١٩٤٥ ومعاهدة الدفاع الجماعي العربية عام ١٩٥٠. تنفيذاً لهذه المبادئ على لبنان أن ينسق سياسته الخارجية مع سياسة الدول العربية وأن يتعاون معها عسكرياً ؛ وعلى الصعيد الدولي : لا أحلاف ولا امتيازات لأي دولة كبرى .
- لم يمر وقت طويل وانقسم العالم إلى غربي ورأسمالي وشرقي اشتراكي شيوعي وأخذ الجانبين يتسارعان لعقد تحالفات هنا وهناك لضم دول العالم وتبليط موقف الدول العربية التي لم تتل استقلالها الكامل : الممالك والإمارات مع الدول الغربية ؛

بينما كان قرار الجمهوريات مرتبطاً نوعاً ما بالبرلمانات وذهب بعضها مع الغرب والبعض الآخر فكر بالحداد واستقلال القرار ونشأت أحزاب عربية أهداها بعضها توحيد الدول العربية ثم ظهرت لاحقاً حركة عدم الانحياز شبه عالمية أملاً باستقلال القرار بعيداً عن المعسكرين . بهذه المطامع الأجنبية والعربية وجد لبنان البلد الصغير وأصبح ميثاق ١٩٤٣ حبراً على ورق منذ كتابة نصوصه .

لبنان وبرلمانه المتمسك بميثاقه الوطني حاول عدم الانضمام إلى أي من التحالفات التي كانت برطانية وفرنسية ثم أميركية بعد حرب السويس عام ١٩٥٦ ؛ وبقيت علاقته وثيقة مع فرنسا و مراعاة النفوذ الإنكليزي وعاش تحت ضغط مطامع الدول العربية الأخرى منه عسكرياً .

نور الدين بكري بعض هذه التيارات: تأسس حلف بغداد الأميركي / البريطاني الذي ضم باكستان، إيران، العراق وتركيا؛ بالإضافة إلى مشروع الهلال الخصيب الذي شمل العراق، سوريا، لبنان، الأردن، ثم الوجود بين سوريا ومصر. تأسست هذه الأحلاف ببعض البيض وكان في لبنان الضيف انتماءات لكافة التيارات وتحمل موارث عبيد دمارة هائلًا و هجرة داخلية وخارجية واستشهد رؤساء جمهورية وزعماء ووزراء و ضحايا بعشرات الآلاف مع دمار هائل .

في المملكة الهاشمية الأردنية كان للملك عبدالله الأول القادم من السعودية بعد انهيار الخلافة العثمانية طموح التوسع لإنشاء سوريا الكبرى تضم سوريا ولبنان والعراق وفلسطين .

أرسل الملك دعوة زيارة لرئيس وزراء لبنان الزعيم رياض الصلح لزيارة عمان ، ذهب رياض الصلح متردداً ومتخوفاً من الزيارة ؛ بقيت محادثات الملك عبدالله ورياض الصلح مجهولة لأن رياض الصلح اعتزل عائدًا على طريق عجلان .

عمان بتاريخ ١٦ تموز / يوليو ١٩٥١ وأنهم القوميون السوريون بعملية الإغتيال ! بذلك كان المحرم رياض الصلح أحد أكبر زعماء الاستقلال أول ضحية - شهيد - للثيق الوطني ومبادئه .

أما الضحية الثانية للميثاق كان رئيس الجمهورية بشارة الخوري بطل الاستقلال ، شجن مع زملائه من المستعمر الفرنسي وأخلي سبيله ليعود إلى رئاسة الجمهورية من ١٩٤٣ إلى ١٩٥٢. طرحت الولايات المتحدة مشروع مساعدات مربوطة بالثقل دفاع ؛ بعد مشاورات مع زعماء لبنان تقرر الإبتعاد عن المعاهدات الدفاعية، فجأة انطلقت ثورة بلاسم الجبهة الوطنية الإشتراكية من الزعماء كامل جنبلاط، كميل شمعون ، حميد فرنجية ، أنور الخليل ، غسان التويني وآخرين متهمين الرئيس بشارة الخوري بتزوير الانتخابات والفساد والإثراء والملاك حسابات مالية وعقارات في أميركا وأوروبا إلخ .

إستقال الرئيس بشارة الخوري قاتلاً: لا أريد أن يهرق دم أي لبناني لقاء بقائي في الحكم . إستقال عام ١٩٥٢ وتوفي عام ١٩٦٤ لا يملك سوى منزله!

التحنيط عند الفراعنة

تتميز المصري القديم عن غيره من الشعوب بالاهتمام بالعالم الآخر، وذلك كان الهدف الأساسي لعملية التحنيط هو أن تعود الكا "الروح" إلى الجسد (غت) مرة أخرى فبمنا تعود الروح في العالم الآخر إلى الجسد فتجده كما هو بدون أن يبلى، فستطوع الروح أن تتعرف عليه فيبعث مره أخرى ، ويدخل الجنة وهي حقول الأباروا ، أو يدخل إلى الجحيم على حسب عمله الذي قام به في الحياة.

وكان المصريون القدماء أول من مارس الطب والصيدلة على أسس علمية وقد برعوا في علم التحنيط التي حد كبير جدا ورغم كل التقدم الهائل لازالت بعض المواد الخاصة بالتحنيط عبر معروفة حتى الآن.

ومن أكثر ما أزعج المصريين القدماء ليس هو الموت وإنما التغلب على العقبات التي قد تعوق رحلتهم في العالم الآخر، فيستطوعون الحياة مره أخرى ولذلك كان لابد من الحفاظ على العناصر التي يتكون منها الجسم حسب المعتقد وهي 1- الروح (با) وكانت تحل في جسد صاحبها وصورت على هيئة طائر برأس صاحبه.

2- القرنين (كا) أو الروح الحارسة وكان يقام بها القرابين لكي تبقى في مكانها دائما لا تفرقه أبدا .

3- القلب (يب) وكان رمزا للضمير والأعمال.

4- الظل (زن) وكان لابد أن يكون للشخص اسم.

5- الظل (شوت) وكان للظل أن يخرج المعقرة مع الجسد والروح.

6- الثورانيه (اخ) وكانت تدل على الهداية للخير.

7- الجسد(غت) وكان لابد من الحفاظ عليه بالتحنيط. ولذلك كان من الواجب الحفاظ على هذه العناصر جميعا والحفاظ على الجسد سليما واضح المعالم وفي ابهى صورة.

ولذلك قام المصري القديم بالدفن في الرمال وفي الصحراء الجافة ليعاود ذلك في انمصاص الرطوبة.

وكانت تتم عملية التحنيط في معبد التحنيط وتستمر لمدة 70 يوما منذ الوفاة وحتى الدفن، وكان الكاهن المحنط هو الذي يقوم بعملية التحنيط فضلا عن أقامه الصلوات والدعوات، ويبدأ المحنط بتفريغ الجمجمة عن طريق الأنف من خلال خطاف ثم استخراج المخ.

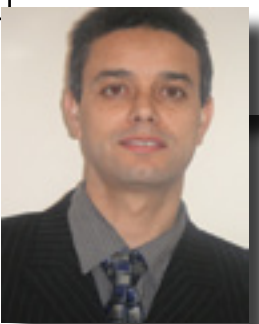
ويوضع الجسم فوق حوض مائل ينتهي بإبائه ثم يوضع على الجسم ملح النطرون الجاف لكي يمتص السوائل، وكان ملح النطرون مقدسا يستخرج فتحه البطن ماعدا القلب يظل في الجسد.

وكانت الأمعاء تملأ عادة بالمر والايسون والبصل بعد غسلها في نبيذ التخليل ثم يملأ جوف الصدر بملح النطرون .

وكانت الأعضاء تعالج بملح النطرون والمواد العطرية حتي تجف ثم تلف وتحفظ في أربعة أواني خاصة بالأحشاء، وتم تغطيه هذه الأواني على هيئة حورس أبناء حورس الإربعة وهم (إسمتي) برأس إنسان لحمية الكبد، و(حابي) برأس قرد لحمية الرئتين و(وأموت أف) برأس ابن أوي لحمية المعدة، و(قيح سنو أف) برأس سقر لحماية الأمعاء.

وعرفت هذه باسم "الأواني الكانوبية" وكانت هذه الأواني أو عية لحفظ أحشاء الميت عند نزعها من جسمه أثناء التحنيط ويقوم على حمايتها أبناء حورس الأربعة وهم (إسمتي، وحابي، وواموت أف، وقيح سنو أف) واستعمل المحنطون العديد من الأدوات المعدنية والحجرية ومنها:

يقلم: خالد بنيصني



حكومة الجزائر

بين الافتراء وسخرية العالم ..

لا زالت حكومة الجزائر مستمرة في افتراءاتها المكشوفة تجاه المملكة المغربية ، وهي لا تحجل أبدا من نفسها عندما تمارس هذا الشكل من الكتب الواضح الذي لا يجلب لها إلا الاستهزاء من جل دول العالم ، ومن بين ما يبرده إعلام الجزائر باستمرار أن بلاده صيرت طويلا على إيداء المغرب لها ، ونحن نسجل باستغراب هذا الادعاء الذي لن يكون إلا سببا واضحا لجلب كل أنواع السخرية والغين للجزائر ، ونحن نطرح السؤال الطبيعي : على أي شيء صيرت الجزائر؟؟ وكيف للمغرب أن يؤذي هذا البلد الذي ساعد كما يشهد التاريخ على استقلاله من الاستعمار الفرنسي؟؟ ولكن لتستعرض نحن بالحجج الدامغة كيف ابتلي المغرب بجزر سوء يحمل كل ما يكفي من الغدر والخسدة والخصية بسبب وبدون سبب ..

المشكل الأساسي في النزاع هو الصحراء المغربية ، وهو نزاع مقفل من الجزائر ، بلليل أنك عندما تسأل " قاصر المرابية " عن سبب ذلك ، وإن كنت لديهم مفسلة في الصحراء وإحترام حرياتهم دائما أن لا مصلحة لديهم في ذلك سوى إنصاف الشعوب المظلومة كما يدعون في إشارة إلى "البوليساريو " ونحن نسجبه بكثير من الدهشة والسخرية أيضا إن كانت حقاً الجزائر من تدعي نصرة الشعوب وإحترام حقوق الإنسان؟؟ وفي التي قتلت باعترا ف حكومي رسمي أزيد من 200 ألف من المدنيين الجزائريين العزل في العشرية السوداء في تسعينيات القرن الماضي .

وكيف للجزائر أن تحترم حقوق الإنسان وهي الدولة العسكرية التي يحكم جنراليتها يقضهت بيد من حديد ويحكمون الشعب الجزائري الطيب بشتى أنواع العنف والفقر هي دولة منتجة للغاز والنفط في حين يخدم الجزائريون غيرهم في الدول الصناعية والغنية وفي دول العالم ، ولو كف لصوصهم إيديهم بقوة القانون عن هذا الفساد المالي ونهب ثروات البلاد لأصبح الجزائريون هم من يتهاجر إليهم من مخدعهم ..

ما يفر من تصرف فرد من المزارع والجزائر ترد إحصان المغرب إليها بكل هذا الحقد وهذه الضغينة ، لكن يبدو أنها بدأت تتعب لذلك أصيبت بالشعاع ،

يقلم: أمال مظهر



نحن على الأرض زوار

يسعدني أن أتابع الكتابة والتعبير خلال منبركم الكريم صاحبة الجلالة جريدة الرسالة مع شكري واعتزاري بمجسكم الذي أتاح لي نشر خواطر صادرة من القلب من فقر الحياة الاجتماعية الإنسانية والثقافية بسوق الكلمة تحدث أو حدثت مع بعض الناس في عصر عصيب اندلعت فيه الحروب تشتدت الناس وانقطعوا وأصغر المحبة

ولعل الأناثية والغدر والحقد وكثرت المشاكل اليومية ،الطلاق والفرار (الأهل يأكلون الحصرم والأولاد يضرصون) من قلوب تجمدت وأصبحت صخور لا حياة فيها .

نعم انني سعيدة لإيماني لتوسيل المضمون بصيغة أدبية بسيطة يتلقاها القارئ يستوعب ويستفاد من تجارب الحياة بين الناس ففرحها وأحزانها ومشاكلها اليومية في حياة الفرد بين مجتمعه ناجمة عن حب أو كراهية ، حسد،طمع أو انتقام وسلوكية الفرد نحو الآخرين بالانتقام دون سبب ، أردت أن أروي بعض الأساليب المتلوية بأفكار إيلسية بضمير مخضوف خالي من الرعب والرحمة والتعدي بما لا يسمح الضمير والأخلاق مصورة فاضحة لا يبال بالتلذذ والعقاب من الله أو القانون ، مشيرة إلى ذلك في شواهد حية مؤلمة خطيرة النتائج تجاه المعتدى عليه ، بحيث أصبحت حديث الناس تتسحر على الأساليب الملتوية بأفكار إيلسية بضمير مخضوف الشر لعين المراجع القانونية(دولة بلا قانون)،بعض الناس لا تتمنى الخير والسعادة والعيش بسلام، والتعدي وحظفها بطريقة قانونية تعاونت

نافذة



زهور بشرية

عادل عطية

كان "هارمودياس"، ينحدر من سلالة طويلة من الأسر الكريمة، فتهكم على "إيفيكراآتس" بوضاعة أصله.. فكان جوابه: "إن مجدي يبدأ بي، لكن مجدي ينتهي بك!"

فيما كان "هارمودياس"، يعيش على أمجاده الفائرة، حيث خبت فيه شعلة العطاء المتجدد، كان "إيفيكراآتس"، كزهره الشرق..

زهرة التيلوفر، التي قال عنها الأديب الكنفوشي "تشتون - بي": "من التربة الموحلة تنهض، لكن الوحل لا يلونها، وتنمو غالبا نحو ضوء النهار، وتكشف عن جمال ببي لا تشوبه شائبة من الظلام الذي عبرته.. إنها الزهرة النبيلة التي تعبر عن روح الإنسان النقي!"

ويسطر لنا التاريخ، عن أبناء بدأ مجدهم بهم..

.. كريستوفر كولومبس، مكتشف العالم الجديد، كان والده يجلس على الشاطئ وينسج شبك الصيد!

.. وسوفوكليس، الشاعر اليوناني العظيم، كان ابنا لحداد!

.. وشكسبير، شاعر الإنجليز الكبير وأبو المسرح في إنجلترا، كان أبوه لوتس!..

يقلم: عبدالله الديك



لماذا أوكرانيا؟

* حذر الرئيس بوتين كثيراً .. واعطى الوقت للتشاور ... ولكن رئيس أوكرانيا ... حاول الاحتماء بالناو .. فقامت الحرب .. ما يحدث الآن ليس صراعا محليا صغيرا ، بل خطر على العالم كله.

* * روسيا تحتاج المنفذ الدائم للمياه الدافئة والبحار الغير متجمدة أكثر من أي شيء وهي بالنسبة لها قضية حياة أو موت.

١- الجغرافيا والمساحة؟

٢- إنها أكبر دولة أوروبية (أكبر من فرنسا: ٥٤٤ الف كم مربع)

٣- أراضي دونايس (٥٢٣ الف كم مربع) أكبر حجماً من سويسرا.

ب- الموارد الطبيعية الأوكرانية؟

١- الأولى في أوروبا من حيث الاحتياطيات القابلة للاسترداد من خامات اليورانيوم ؛

٢- المركز الثاني في أوروبا والمركز العاشر في العالم من حيث احتياطي خام التيتانيوم ؛

٣- المركز الثاني في العالم من حيث الاحتياطيات المستكشفة من خامات المنغنيز (2.3 مليار طن ، أو 12٪ من احتياطات العالم) ؛

٤- ثاني أكبر احتياطي لحام الحديد في العالم (30 مليار طن) ؛

٥- المركز الثاني في أوروبا من حيث احتياطات خام الزنق ؛

٦- المركز الثالث في أوروبا (المركز الثالث عشر في العالم) في احتياطي الغاز الصخري (22 تريليون متر مكعب)

٧- المرتبة الرابعة في العالم من حيث القيمة الإجمالية للموارد الطبيعية ؛

٨- المركز السابع عالميا في احتياطي الفحم (33.9 مليار طن).

ج- أوكرانيا بلد زراعي؟

١- الأولى في أوروبا من حيث مساحة الأراضي الصالحة للزراعة ؛

٢- المركز الثالث في العالم من حيث مساحة التربة السوداء (25٪ من حجم العالم) ؛

٣- المركز الأول في العالم في صادرات زيت عباد الشمس .

٤- المركز الثاني عالميا في إنتاج الشعير والمركز الرابع في صادرات الشعير .

٥- ثالث أكبر منتج ورابع أكبر مصدر للذرة في العالم ؛

٦- رابع أكبر منتج للبطاطس في العالم .

٧- خامس أكبر منتج للجلود في العالم ؛

٨- المركز الخامس عالميا في إنتاج عسل النحل (75.000 طن) ؛

٩- المركز الثامن في العالم في صادرات الفصع .

١٠- المركز التاسع في العالم في إنتاج بيض الدجاج .

١١- المركز السادس عشر على مستوى العالم في صادرات الجبن .

١٢- يمكن لأوكرانيا إنتاجيا تلبية الاحتياجات الغذائية لنحو 600 مليون شخص.

د- أوكرانيا بلد صناعي؟

١- الأولى في أوروبا في إنتاج الامونيا .

٢- الأول في أوروبا ورابع أكبر نظام لأنابيب الغاز الطبيعي في العالم (142.5 مليار متر مكعب من سعة إنتاج الغاز في الاتحاد الأوروبي

٣- ثالث أكبر شركة في أوروبا والثامن في العالم من حيث القدرة المركبة لمحطات الطاقة النووية ؛

٤- المركز الثالث في أوروبا والمركز الحادي عشر في العالم من حيث طول شبكة السكك الحديدية (21.700 كم) ؛

٥- المركز الثالث في العالم (بعد الولايات المتحدة وفرنسا) في إنتاج أجهزة تحديد المواقع ومعدات تحديد المواقع ؛

٦- ثالث أكبر مصدر للحديد في العالم

٧- رابع أكبر مصدر للتوربينات لمحطات الطاقة النووية في العالم

٨- رابع أكبر مصنع لقاذفات الصواريخ في العالم ؛

٩- المركز الرابع في العالم في صادرات الطين

١٠- المركز الرابع في العالم في صادرات التيتانيوم

١١- المركز الثامن في العالم في صادرات الخامات والمركبات ؛

١٢- المركز التاسع في العالم في صادرات منتجات الصناعات الدفاعية.

١٣- عاشر أكبر منتج للصلب في العالم (32.4 مليون طن).

تطلب حكمة القيادات .. لكي لا تعاني الشعوب ... الحروب دمار للبشرية ... وولاياتها كثيرة ... فقدان الوطن ليس بالسهل ... ربنا رب رحمتنا



كل عام يطرح معهد بانتون العالمي

للألوان Pantone لونا مختلفا من وحي الأبحاث والحالة العامة التي تنور في العالم بأكملها، وكان اللون Very Peri نصيب الملك وسط جميع الألوان ليكون هو اللون الرئيسي لعام ٢٠٢٢. وهذا يعني أن الوقت قد حان لإظهاره واستخدامه في جميع لوحات الألوان color palettes، ومن أهم استخداماته بالتأكيد في مجال الموضة وعالم الأزياء، وللحصول على ملابس عصرية للغاية بطلاقات فريدة من نوعها على مدار هذا العام.

فيري بيرى Very Peri؛ لون أرجواني مائل للون الأزرق وهو يلاحظ عبر عن المتغيرات والإبداع الذي ظهر العاميين الماضيين وأيضا يعبر عن الشجاعة والصبر الذي جعلنا نتخطى ما مررنا به في هذين العامين أيضا.

يمكنك تناسقه مع الأحمر والأزرق والأخضر والبيج والابيض والأسود

إليك سببتي بعض من الصور لتتأكد من الألوان وكيف ارتداه سواء مع بنطون أو جوب.

أكثر من ٣٠ فكرة وإطلالة لتألقي بلون العام فيري بيرى ٢٠٢٢



كيفية تقوية العضلات الضعيفة للنساء بفعالية



وخاصة الحبوب الكاملة، أيضاً بعض البروتين ولكنها لا تكفي عادة لتلبية احتياجات البروتين بفردها.

الكربوهيدرات وبناء العضلات

يساعد تناول الكربوهيدرات على بناء العضلات الكربوهيدرات هي مجموعة أخرى مهمة من الأطعمة لتغذية وتقوية العضلات. ذلك لأن الكربوهيدرات تتحول جزئياً إلى جليكوجين، وهو شكل من أشكال الطاقة المخزنة في العضلات. هذه الطاقة تساعد على تعزيز التدريبات الخاصة بك. يحتاج الرجال والنساء إلى نصف السعرات الحرارية من الكربوهيدرات يومياً. حوالي التركيز على الكربوهيدرات عالية الجودة التي توفر الألياف الغذائية، مثل الخبز والحبوب الكاملة. توفر العديد من منتجات الألبان، بما في ذلك الحليب واليوز، الكربوهيدرات أيضاً.

يبدأ معظمنا في فقدان العضلات في سن الثلاثين تقريباً، حيث يتعرض الأشخاص غير النشطين بندياً لخطر فقدان ما بين ٣ إلى ٨٪ من كتلة العضلات الخالية من الدهون كل عقد بعد ذلك. ويعود السبب إلى انخفاض مستويات هرمون التستوستيرون لدى الرجال وهرمون الإستروجين لدى النساء، وكلاهما من الهرمونات التي تساعد على بناء العضلات. لكن، ليس فقدان العضلات أمراً حتمياً إذ يمكن لتمرين المقاومة المنتظمة المساعدة على بناء العضلات والحفاظ عليها.

التمارين الرياضية

يوصى بممارسة أنشطة تقوية العضلات التي تعمل على تدريب مجموعات العضلات الرئيسية، (الساقين والوركين والظهر والصدر واليدين والكفين والذراعين) مرتين على الأقل كل أسبوع. تتضمن أمثلة أنشطة تقوية العضلات رفع الأثقال، واستخدام أوزان المقاومة، وأداء تمارين الضغط والسحب والجلوس، وبعض أنواع اليوغا. حتى الأنشطة اليومية مثل حمل البقالة، واللعب مع أطفالك يمكن أن تقوي العضلات.

المفاصل والأم الظهر والاكنتاب

تساعد تمارين القوة وبناء العضلات في إدارة العديد من المخاطر الصحية، وتقدم فوائد جسدية وعقلية. وتشمل فوائد بناء العضلات للنساء:

- تتباطأ ترقق العظام.
- مرونة أكبر في المفاصل.
- التقليل من أعراض التهاب المفاصل.
- التحكم في الوزن.
- تحسين التمثيل الغذائي.
- الوقاية والسيطرة على مرض السكري والتهاب المفاصل والأم الظهر والاكنتاب.
- تعزيز الثقة بالنفس.
- تحسين جودة النوم.
- تحسين وظائف الدماغ وتجنب التدهور.

اختاري منتجات الألبان قليلة الدسم أو الخالية من الدهون؛ للحد من مصادر الدهون المشبعة. الفواكه والخضروات هي أيضاً خيارات جيدة.

الدهون وبناء العضلات

يعتمد الجسم على الدهون لتزويد العضلات بالطاقة أثناء أداء التمارين الرياضية. يمكن أن تختلف كمية الدهون التي يحتاجها الشخص، بشكل عام، يجب أن تشكل الدهون ٢٠ إلى ٣٥٪ من إجمالي السعرات الحرارية.

تعزيز الصحة العامة وبناء قوة العضلات، ركزي على مصادر الدهون الصحية، بما في ذلك الزيوت النباتية، مثل زيت الزيتون وزيت الكانولا والأفوكادو. المكسرات والأسماك الدهنية مثل السلمون والرنجة والسريدن والسلمون الرطب، وجميعها مصادر جيدة للبروتين.

فوائد بناء العضلات للنساء

يُفيد بناء العضلات في الوقاية والسيطرة على مرض السكري والتهاب

المغلي والتهاب المفاصل والأم الظهر والاكنتاب

تساعد تمارين القوة وبناء العضلات في إدارة العديد من المخاطر الصحية، وتقدم فوائد جسدية وعقلية. وتشمل فوائد بناء العضلات للنساء:

- تتباطأ ترقق العظام.
- مرونة أكبر في المفاصل.
- التقليل من أعراض التهاب المفاصل.
- التحكم في الوزن.
- تحسين التمثيل الغذائي.
- الوقاية والسيطرة على مرض السكري والتهاب المفاصل والأم الظهر والاكنتاب.
- تعزيز الثقة بالنفس.
- تحسين جودة النوم.
- تحسين وظائف الدماغ وتجنب التدهور.

كيف تستفيد من لبان الذكر للتخسيس؟

ضمعي في قدر على النار كمية ثلاثة أكواب من الماء، وانتظري حتى يغلي.

بعدها إرفعي القدر عن النار، وزيدي ثلاث ملاعق كبيرة من لبان الذكر، وحركي المزيج قليلاً.



لبان الذكر المنقوع بالماء لمدة ليلة كاملة.

- في الصباح قبل تناول وجبة الفطور، عليك تصفية الماء من حبات اللبان، ومن ثم شرب كوب قبل وجبة الفطور.

- كل ثلاثة أيام حضري منقوع لبان الذكر من جديد ونك لمدة شهر، وفي كل مرة ترين فيها التخلص من كيلوغرامات زائدة أو دهون مكدسة في مناطق الجسم.

ما إبتاع حمية غذائية متوازنة تساعدك على خسارة الوزن، ما راك الإستهة أيضاً من منافع لبان الذكر للتخسيس؟ فهو من المواد الطبيعية التي تقدم عدد كبير من الفوائد لصحة الجسم، وبالمقابل يساهم في التخلص من الكيلوغرامات الزائدة التي ترين التخلص منها.

ما هي الطريقة الصحيحة لإستهلاك لبان الذكر للتخسيس؟

عليك معرفة أن لبان الذكر بمره لا يمنحك الوزن المثالي أو ينقص الكيلوغرامات الزائدة لديك، بل من الضروري إتباع حمية غذائية متوازنة وصحية، مع الإلتزام بكل خصائصها أي شرب المياه بشكل واف، وممارسة الرياضة على الأقل مرتين في الأسبوع، تناول الخضار والفواكه الطازجة بكثرة وغيرها من أساسيات الرجيم. كيف تحترين ماء الخيلر الفعال لتناقص الوزن؟

إليك كيفية تحضير منقوع لبان الذكر:

6 حلول للتخلص من انتفاخ العينين.. الكمادات والنظام الغذائي

تسعى كل فتاة لأن تبدو بأفضل شكل خاصة بدون وضع مكياج، وأكثر ما يظهر جمال الأنثى هو



عينيتها، ولكن مع ضغط العمل والأسرة وقلة النوم وعدم تناول الماء بشكل كاف والإفراط في تناول الأملاح قد يؤثر كل هذا على صحة العين، وقد تؤدي إلى ظهور الانتفاخات والتورم بشكل ملحوظ ما يجعل مظهر الفتاة مرهقا ومجهداً للغاية، فإذا كنت تعاني من هذه المشكلة، فلا داعي للقلق بشأنها، حيث نستعرض لك بعض النصائح الخاصة التي تساعدك في حل مشكلة انتفاخ وتورم العينين وفقاً لموقع "timesofindia".

أولاً: النظام الغذائي

ينبغي الحرص على اتباع نظام غذائي سليم من الأطعمة الغنية بالبوتاسيوم مثل الموز واللبن والحبوب والخضروات الورقية.

ثانياً: الكمادات

اصنعي كمادات باردة على العين باكياس الشاي أو قطعة قماش مملوءة بالثلج أو شرائح الخيار أو

نصائح لمحاربة مشاكل جفاف وحكة البشرة في الشتاء

يعاني معظمنا من بشرة متقشرة وجافة خاصة خلال فصل الشتاء بسبب برودة الطقس، وبالرغم أننا نعلم ما يجب علينا القيام به من أجل الظهور ببشرة صحية، إلا أن معظم، ليس لديه الوقت الكافي للقيام بذلك، ويرصد تقرير موقع "تايمز أوف انديا" نصائح بسيطة من خبراء التجميل لمحاربة مشاكل البشرة في الشتاء دون إهدار وقت.

الخطوة الأولى والأهم هي تجنب الاستحمام بالماء الساخن، يجب دائماً الاستحمام بالماء الفاتر، حيث يسبب الاستحمام بالماء الساخن مشاكل الجفاف وحكة الجلد.

إبدأ يومك دائماً بمرطب جيد لترطيب بشرتك، بدلاً من ذلك، يمكن أيضاً استخدام زيت جوز الهند لأنه يصلح لبشرتك وله خصائص مضادة للالتهابات ومضادة للبكتيريا.

إذا كنت تحبتي عن "ماسك" للحصول على بشرة صحية، يمكنك إضافة الشوفان إلى الخليط لبشرة الوجه فهي تصنع العجائب لبشرتك، كل ما عليك فعله هو صنع عجينة سمكية من دقيق

عينيتها، ولكن مع ضغط العمل والأسرة وقلة النوم وعدم تناول الماء بشكل كاف والإفراط في تناول الأملاح قد يؤثر كل هذا على صحة العين، وقد تؤدي إلى ظهور الانتفاخات والتورم بشكل ملحوظ ما يجعل مظهر الفتاة مرهقا ومجهداً للغاية، فإذا كنت تعاني من هذه المشكلة، فلا داعي للقلق بشأنها، حيث نستعرض لك بعض النصائح الخاصة التي تساعدك في حل مشكلة انتفاخ وتورم العينين وفقاً لموقع "timesofindia".

أولاً: النظام الغذائي

ينبغي الحرص على اتباع نظام غذائي سليم من الأطعمة الغنية بالبوتاسيوم مثل الموز واللبن والحبوب والخضروات الورقية.

ثانياً: الكمادات

اصنعي كمادات باردة على العين باكياس الشاي أو قطعة قماش مملوءة بالثلج أو شرائح الخيار أو

10 أسباب تدفعك لتناول الفراولة بانتظام



السلبية للصوم.

٦- الحفاظ على صحة العظام: مرة أخرى، تتميز الفراولة بعنصر البوتاسيوم وفيتامين K والمغنسيوم اللذين يساهمان في صحة العظام.

٧- تحمي الفراولة من الشيخوخة المبكرة: لا تحتوي على مادة البيوتين التي تعمل على تقوية الشعر والأظفار، كما تضم مضادات أكسدة تمنع من ترهل الجلد مبكراً. كما أن فيتامين سي الموجود في الفراولة، ضروري لإنتاج الكولاجين الذي يساعد على تحسين مرونة الجلد. ونظراً لأننا ننفد الكولاجين مع تقدمنا في العمر، فإن تناول الأطعمة الغنية بفيتامين C قد يؤدي إلى بشرة أكثر صحة ونشاطاً. لكن فيتامين سي ليس هو الوحيد الموجود في هذه الفاكهة ويحارب التجاعيد بشكل طبيعي، فهناك أيضاً حمض الإلاجيك الموجود في الفراولة، والذي يمنع بشكل واضح تدمير الكولاجين والاستجابة للالتهابات. وهذا هو عامل رئيسي في ظهور التجاعيد.

٨- الحفاظ على صحة العين: تناول الفراولة بانتظام يحمي العينين من الإصابة بالضمور الشبكي أي تلف الرؤية. قد تساعد الخصائص المضادة للأكسدة الموجودة في الفراولة أيضاً على منع عسرة العين والتي يمكن أن تؤدي إلى العمى عند كبار السن. تحتاج عيننا إلى فيتامين سي لحمايتها من التعرض لأشعة الشمس فوق البنفسجية الضارة، والتي يمكن أن تلحق الضرر بالبروتين الموجود في العنسة. كما يلعب فيتامين ج أيضاً دوراً مهماً في تقوية القرنية وشبكية العين.

٩- تهدئة الأعصاب

١٠- تحفيز الذاكرة: للفراولة دور كبير في تحفيز الذاكرة بنسبة ١٠٠٪ في وقت قصير، فقد تناول الفراولة لمدة ثمانية أسابيع وشعرتين بالفارق.

١١- الحفاظ على الوزن: تعتبر الفراولة من الفواكه الغنية بكمية كبيرة من الألياف وقليلة السعرات الحرارية. فالفراولة منخفضة السعرات الحرارية بشكل طبيعي وخالية من الدهون ومنخفضة في كل من الصوديوم والسكر، فكوب من الفراولة يعطي لجسمك ٥٤ سعرات حرارية فقط.

١٢- تحفيز الأيض: الفراولة على غرار الحمضيات، لا يعمل على تقوية نظام المناعة الصحي الذي يعد أفضل دفاع للجسم. وتحتوي الفراولة أيضاً على مضادات الأكسدة اللوتين و zeaxanthins التي تعتبر من مضادات الأكسدة أيضاً.

١٣- تحفيز الأيض: الفراولة على غرار الحمضيات، لا يعمل على تقوية نظام المناعة الصحي الذي يعد أفضل دفاع للجسم. وتحتوي الفراولة أيضاً على مضادات الأكسدة اللوتين و zeaxanthins التي تعتبر من مضادات الأكسدة أيضاً.

١٤- محاربة الالتهابات وسرطان الرئة والدم وعرق الرحم: تعمل على مكافحة الالتهابات المضادة للالتهاب وتحتار سرطان الرئة والدم وعرق الرحم. تحتوي الفراولة على كميات كبيرة من فيتامين سي وهو أحد مضادات الأكسدة التي يمكن أن تساعد في الوقاية من السرطان، لأنه يعمل على تقوية نظام المناعة الصحي الذي يعد أفضل دفاع للجسم. وتحتوي الفراولة أيضاً على مضادات الأكسدة اللوتين و zeaxanthins التي تعتبر من مضادات الأكسدة أيضاً.

١٥- الحماية من تصلب الشرايين وأمراض القلب

من فوائد الفراولة أيضاً أنها تحتوي على مركبات الفلافونويد والتي تحمي من تصلب الشرايين وحظر الإصابة بأمراض القلب المتعددة مثل ضغط الدم. حيث يعتبر البوتاسيوم، الذي يحتوي الفراولة، من العناصر الغذائية الصحية الأخرى للقلب، ويمكن أن يساعد في تنظيم ضغط الدم وقد يساعد أيضاً في خفض ضغط الدم المرتفع من خلال العمل كحاجز ضد الأثار

أهم فوائد الذهب للعناية بالبشرة



فوائد الذهب في العناية بالبشرة كثيرة. على الرغم من أن استخدام الذهب في منتجات العناية بالبشرة أصبح شائعاً الآن، فقد استخدمه الرومان والمصريون واليونانيون على مر العصور لمعالجة العديد من الأمراض الجلدية. استمر في القراءة لمعرفة أهم فوائد الذهب في العناية بالبشرة.

فوائد الذهب للعناية بالبشرة لا تحصى

يمكن تقليل التجاعيد والحطوط الدقيقة لا تحصى

الحصول على بشرة صافية وخالية من التجاعيد والبقع هي رغبة كل امرأة يمكن للذهب أن ينشط الخلايا القاعدية للجلد، مما يزيد من مرونة الجلد. وبالتالي فهو يقلل التجاعيد والحطوط الدقيقة والعيوب ويعيد شباب خلايا الجلد.

تساعد الأيونات الموجودة في الذهب في تحفيز الخلايا والأصبغ والأوردة الصغيرة في تحسين الدورة الدموية. سيؤدي ذلك إلى زيادة التمثيل الغذائي لخلايا الجلد وإفراز الفضلات. يمكن أن يساعد الذهب في تحفيز الخلايا والحصول على بشرة صحية.

يمنع الشيخوخة المبكرة للجلد.

يمكن أن يؤدي جفاف الجلد إلى الشيخوخة المبكرة. يمكن أن يقلل استخدام الذهب من جفاف الجلد ويساعد في زيادة معدل الأيض. هذا من شأنه أن يمنع الجلد من الشيخوخة المبكرة.

تفتح لون البشرة:

عندما نتذكر التاريخ، ترددت شائعات أن أحد أنظمة الجمال التي ابتعتها كليوباترا كان استخدام الذهب. استخدمت كليوباترا قناع الذهب كل ليلة لتعزيز لون بشرتها وإيحاء بشرة ناعمة ومثالية وجذابة.

تباطؤ تضيق الكولاجين:

ينتج الكولاجين بشكل طبيعي في جسمك مما يحافظ على مرونة الجسم. وهي مسؤولة عن منحنى بشرة ناعمة وشعر لامع. يبدأ مستوى الكولاجين في الجسم في التناقص من سن ٢٥ عاماً وهذا عندما تلاحظ التغيرات على بشرتك. يمكن للعناية بالبشرة بالذهب أن تبطل استفاد مستوى الكولاجين

في خلايا بشرتك

لمعالجة أضرار أشعة الشمس:

نحن جميعاً نلحق بضررنا بتعرض بشرتنا للشمس تحت أشعة الشمس. إن إنتاج الميلانين أو الصبغة السوداء في الجلد مسؤولة عن داغعة الجلد عند تعرضه لأشعة الشمس. يمكن تقليل إنتاج الميلانين في الجسم باستخدام الذهب. علاج الحساسية:

يعتقد المصريون أن للذهب خصائص طبية يمكن أن تساعد في شفاء بعض الأمراض. تساعد الخصائص المضادة للأكسدة الموجودة في الذهب في زيادة الدورة الدموية مما يؤدي إلى تقليل حب الشباب وحساسية الجلد الأخرى.

زيادة مرونة الجلد:

تميل البشرة إلى الترهل عندما تقل مرونتها أو تفقد تماماً. يمكن أن يقلل استخدام الذهب من تفكك الإلاستين واستعادة مرونة الأدمة. هذا سوف يمنع الجلد من الترهل. يزيد الذهب من مرونة الجلد، مما يجعله متماسكاً ومتناغماً.

بشرة متوهجة:

يساعد الذهب في تحسين الدورة الدموية، وبالتالي فهو يساعد على ترطيب البشرة والحفاظ عليها. يتم امتصاص جزيئات الذهب الصغيرة في الجلد مما يعطي توهجاً غنياً. هذا يجعل البشرة صحية ونضرة ومشرقة.



أمينة خليل تخترق أخطر تنظيم إرهابي..

■ انتهت الفنانة أمينة خليل من تصوير مشاهدتها الخارجية في كازاخستان، والتي جمعتها بالفنان أمير كرارة، ضمن أحداث مسلسل «العائدون من داعش»، وهو الجزء الثاني من مسلسل هجمة مرتدة. وتجسد أمينة خليل شخصية صحفية تقوم بجمع معلومات عن داعش في ليبيا والعراق، من أجل القضاء عليهم. المسلسل من بطولة أمير كرارة، أمينة خليل، محمود عبد المغني، من تأليف باهر دويدار، وإخراج أحمد نادر جلال ومن المقرر عرضه في الماراثون الرمضاني المقبل ٢٠٢٢.

أشرف عبد الباقي يتحدث عن خطته المسرحية مع «ذوي الهمم»



■ كشف النجم المصري أشرف عبد الباقي، عن خطته المسرحية التي من المقرر أن يقدمها مع «ذوي الهمم»، في الفترة المقبلة، مبيّناً أن تلك الخطّة بدأت من خلال إخراج مسرحية «كزز الدنيا»، التي اعتبرها خطوة أولى. وبين أشرف عبد الباقي، في مقابلة تلفزيونية عبر برنامج «صاحبة السعادة» الذي تقدمه الإعلامية المصرية إسماعيل بوش، أنه يعمل على مشروع كبير يتعاون فيه مع مجموعة كبيرة من ذوي الهمم والفترات الخاصة من أجل تقديم أعمال فنية. وبين أشرف عبد الباقي، أن العمل على هذا المشروع جاء بعد لقاء الرئيس المصري عبدالفتاح السيسي، في احتفالية «قادرين وبخلاف»، حيث تم التأكيد حينها على الخدمات الإعلامية في كل احتياجاته بشكل كبير. وأردف أشرف عبد الباقي: «كان لي الشرف أن قدمت أسئلة الأولاد (ذوي الهمم) للرئيس، وقابلت وزيرة التضامن في البروفات، ووجنتها متحمسة لهم وكان المتواجدين عدداً قليلاً من الذين تعرفهم بالاسم وتعرف حالاتهم والجمعيات التي تشرّف عليهم». وأضاف أن الوزيرة بعدها، عرضت عليه عدداً كبيراً من الأولاد من ذوي الهمم، واقترحت البدء بمشروع صغير هو المسرحية بحيث تكون على سبيل التجربة، ويعدّها تأني خطوات أخرى، مبيّناً أنه تلقى دعماً كبيراً من الوزارة والشركة المتحدة للخدمات الإعلامية في كل احتياجاته.

دنيا عبدالعزيز تحتفل بزواجها بحضور نجوم الفن



■ بالدموع، عقدت الفنانة المصرية دنيا عبد العزيز قرانها عصر يوم الثلاثاء على شاب من خارج الوسط الفني، وحرصت دنيا على طلب وقف «الزغاريد» أثناء مراسم عقد القران، وقالت كل من يحيي يقرأ الفاتحة لروح والذني، وقام المأذون بتخصيص فقرة للدعاء للفقيدة التي غادرت عالمنا مؤخرًا متأثرة بمضاعفات مرض السرطان. دنيا رغم محاولتها التكم على موعد عقد القران ومكانه، فوجنت بحشد من الأهل والصدقاء، بمقدمتهم الفنان رشوان توفيق وحرصت على استقباله بتقبيل يده، كما حضرت الفنانة دنيا سمير غانم صديقة العروس منذ الطفولة، والإعلامية بوسي تلي التي تكفلت ببيت وقائع عقد القران مباشرة عبر خاصية البث المباشر بحسابها على إنستغرام، ومصمم الأزياء هاني البحيري. كما حضر حفل عقد القران الفنان محمد الشقنقيري، الفنانة سيمون، الفنان محمد عز، الفنان مينو عادل، الفنان محمود حميدة، المؤلف مجدي صابر، حنان مطاوع والمخرج أمير اليماني، الفنان عماد رشاد، هبة مجدي، دنيا، دنيا فؤاد، إيهاب فهمي، ميرنا ووليد، المخرج محمد عبد العزيز، المخرج عمرو محمود ياسين. وظهرت دنيا بفساتن الزفاف الأبيض، بينما ارتدى عريسها بذلة تناسب أجواء الظهيرة، وحرص فور التوقيع على وثيقة الزواج على الذهاب لزجه لتبديل موقع خاتم الزواج، واختارت دنيا المصور عادل مبارز وكلاهما يبرسم عقد القران، وتم تشغيل أغنية المطربة الراحلة شادية والمطرب الراحل عبد الحليم حافظ «حاجة غريبة»، داخل قاعة عقد القران.

تفاصيل ظهور أحمد مكي في «الاختيار 3»

■ يواصل أبطال مسلسل «الاختيار 3»، تصويره استعداداً لخوض السباق الرمضاني المقبل والذي يضم كلا من ياسر جلال، أحمد عز، كريم عبد العزيز وأحمد السقا. يظهر الفنان أحمد مكي بشخصية «يوسف» الضابط بقوات الأمن المركزي والتي جسدها خلال أحداث الجزء الثاني، بحيث يتم استعادة مشهد الهجوم على معسكر الأحرار والتصدي للجماعات الإرهابية كفلاش باك ضمن الأحداث. ويشهد الجزء الثالث استكمال حلقة الوصل بين الجزء الأول والثاني للفترة الهامة التي عاشتها مصر، حيث تشهد أحداث الجزء الثالث التركيز على أموال جماعة الإخوان المسلمين ومصادر تمويلهم منذ عام ٢٠١٢، حتى مصادرة أموالهم وعزلهم من الحكم بعد ثورة ٣٠ يونيو، وتولى الرئيس عبد الفتاح السيسي رئاسة الجمهورية. جدير بالذكر، أن مسلسل «الاختيار ٢» شارك في بطولته كريم عبدالعزيز، أحمد مكي، أسماء أبو اليزيد، إنجي المقدم، بشرى، إيدان نصار، هادي الجيار، أحمد حلاوة، ليلى عز العرب، رياض الخولي، أحمد شاكر عبداللطيف، أحمد سعيد عبدالغني، تأليف هاني سرحان، وإخراج بيتر ميمي.



تعرف على الشخصية التي يتمنى محيي إسماعيل تجسيدها.. ورأيه في رامي جلال



■ كشف النجم الكبير محيي إسماعيل عن الشخصية التي يتمنى تقديمها قائلًا: كنت أتمنى تجسيد شخصية الإسكندر الأكبر، برغم أنني قدمت كل الشخصيات الشهيرة العالمية مثل نابليون وديليسييس واللورد اللهبني، ولكني حالياً لا أستطيع تجسيد الإسكندر بسبب السن فهو عاش ومات شاباً. وكشف قيصر السينما عن رأيه في رامي جلال وتفاصيل حلقة التي وقع فيها ضحية لرمز جلال وتعرضه للموت وعلاجه لأكثر من شهرين بسبب هذه الحلقة وأكد أن نجوم كثيرين كانوا تلامذته مثل نور الشريف وأحمد زكي ومحمود عبد العزيز ومحمد صبحي. يذكر أن الفنان محيي إسماعيل صدر له حديثاً كتاب جديد عنوانه «تعيّنات النفس البشرية»، وذلك باللغتين العربية والإنجليزية، مرفقة معه أسطوانة مدمجة تضم عدداً من مشاهد أفلامه. وكتب «إسماعيل» عبر حسابه بموقع «فيس بوك»: «ده غلاف كتابي غير المصوب، كتاب عالمي أخذ من عمري سنين طويلة ويصدر قريباً من دار نشره وقد كتبه

باللغة العربية واللغة الإنجليزية على أسس علمية وأمل أن يكون في كل بيت شرقاً وغرباً وهدفي منه تطهير النفس البشرية وكتبه بأبواب سهل ليكون في متناول كل إنسان في البشرية جمعاء».

بروتوكول تعاون مع محمد صبحي لإنتاج أعمال مسرحية



■ وقع الفنان المصري محمد صبحي، بروتوكول تعاون مع الشركة المتحدة للخدمات الإعلامية، وذلك من أجل إنتاج العديد من الأعمال المسرحية الجديدة التي تكون بسواعد الشباب الجدد، مع اكتشاف المواهب التمثيلية الجديدة التي تستحق الحصول على فرصة للظهور أمام الجمهور. وكشفت الشركة، عبر حسابها في «إنستغرام»، عن بيان تضمن صورة توثق لحظة التوقيع التي ظهر فيها محمد صبحي وحسن عبدالله رئيس مجلس إدارة الشركة، حيث أكد البيان أن جميع الإنتاجات المسرحية ستكون تحت إشراف محمد صبحي، وذلك ضمن جهود الشركة لارتفاع بالفن واكتشاف المواهب الشابة ورعايتها. ويعدّها تم الكشف عن جميع الصور التي وثقت لحظات الإطلاع على العقد والتوقيع إضافة إلى التقاط العديد من الصور التذكارية، وذلك من خلال حساب قناة dmc عبر موقع «إنستغرام». يذكر أن هذا البروتوكول يأتي في إطار دعم الشركة المتحدة للمسرح المصري حيث أثرت الجهود من قبل عن إنتاج أعمال مسرحية مع النجم المصري أشرف عبد الباقي بإنتاج أول مسرحية من بطولة نوي الهمم والتي تحمل اسم «كزز الدنيا».

نقل سمير صبري إلى المستشفى بعد تعرضه لوعكته صحية



■ نقل الفنان المصري سمير صبري، إلى المستشفى بعد تعرضه لوعكته صحية، وذلك خلال جلسة كانت تجمعه بالمخرج محمد تركي، كان يراجع فيه برنامج الغنائي عبر محطة الأغانى، مبيّناً أنه يتلقى الرعاية الطبية اللازمة حالياً. ودون الناقد الفني طارق الشناوي، منشوراً عبر حسابه في موقع التواصل الاجتماعي «فيسبوك»، أكد فيه أن صبري يتواجد في المستشفى تحت الملاحظة الطبية على أن يعود لمنزله بعد أيام، مطالباً بالتوقف عن الشائعات التي تدور حوله دون دراية بالأمر. وكتب الشناوي، قائلاً: «أمس كان سمير صبري يراجع تفاصيل برنامج الغنائي ذكرياتي مع المخرج محمد تركي على محطة الأغانى ليذاع اليوم الساعة الرابعة». وتابع يقول: «سمير في المستشفى يتلقى الرعاية الطبية اللازمة وخلال أيام إن شاء الله سيعود لمنزله. أتمنى أن يتوقف البعض عن إطلاق الشائعات وتدعو الله بالشفاء العاجل للفنان الكبير المتعدد المواهب الذي منحنا الكثير ولا يزال».

وتابع، في مقابلة تلفزيونية عبر برنامج «الكلمة الأخيرة»، أن والده كان قد اشترى له عقب التخرج منزلاً في منطقة الزمالك وكذلك سيارة لكنه لم يكن سيوافق على تلك الزيجة. وأوضح سمير صبري، أنه خوفاً من والده تزوج حبيبته الأجنبية «سراً»، واستأجر لها منزلاً في ذات المنطقة وعاشا سوياً.

وكان قد روى الفنان سمير صبري، قصة زواجه في السر من فتاة أجنبية قائلاً إنه تعرف عليها عقب تخرجه من جامعة الإسكندرية، وكانت الفتاة حينها تعمل «معلمة» في مدرسة أجنبية، ولكنها انتقلت إلى القاهرة ووفر لها فرصة عمل في منطقة الزمالك بالقاهرة.

3 مارس.. تكريم صفية العمري بملثقي القاهرة للسينما والدراما العربية

■ يكرم ملثقي القاهرة للسينما والدراما العربية برئاسة المخرج الدكتور أشرف أبو النجا وبرعاية صندوق التنمية الثقافية التابع لوزارة الثقافة النجمة صفية العمري في احتفالية كبرى مليئة بالحب تحمل عنوان «صفية جفنها علم الغزل» وذلك يوم الخميس ٣ مارس ٢٠٢٢ في تمام الساعة السادسة مساءً بمسرح مركز الإبداع الفني بدار الأوبرا المصرية. يتضمن الحفل الحديث عن المشوار الفني للنجمة صفية العمري وأهم أعمالها والمحطات الفنية في حياتها. من جانبه، قال المخرج أشرف أبو النجا، في بيان له إن الاحتفالية تبدأ باستعراض فني لنجمة فرقة رضا الفنانة الاستعراضية أميرة الشافعي ويلي ذلك عرض فيلم تسجيلي عن الفنانة التقديرية صفية العمري وأبرز محطاتها الفنية. وأضافت أبو النجا أن الحفل يتضمن أيضاً فقرات غنائية لمطربة الأوبرا داليا عبد الوهاب ومطرب أرب جوت تالنت أحمد ياسر بحضور نخبة كبيرة من الفنانات والفنانين من بينهم المخرج محمد عبد العزيز والمخرج عمر عبد العزيز والفنان أحمد عبد العزيز والفنان خالد النبوي والفنانة ليلى والفنانة صابرين والمخرجة إيناس الديويدى والفنانة بشرى والفنانة هنا شحبة والفنانة ريم البارودي وغيرهم من نجوم الفن والمجتمع.



ياسمين رئيس تعلن طلاقها بعد زواج دام 12 عاماً



■ فاجأت الفنانة المصرية ياسمين رئيس، جمهورها بالإعلان عن طلاقها من زوجها المخرج المعروف هادي الباجوري، وذلك بعد زواج دام ١٢ عاماً، الأمر الذي تسبب في صدمة لجمهورها عبر مواقع التواصل الاجتماعي لاسيما وأن العلاقة بين الثنائي كانت مستقرة. وغردت ياسمين رئيس، عبر حسابها في «تويتر»، قائلة إن الطلاق تم بعد عشرة طويلة، حيث كتبت وأضافت: الحمد لله على كل شيء، عشرة طويلة ولكنها لم تدم». وأثار هذا الخبر موجة من التكهنات بين الجمهور عن السبب وراء ذلك، حيث ربط البعض بين طلاقها وبين التصريحات التلفزيونية التي أطلقها زوجها مؤخراً، وأكد فيها أنه لا يمانع في مشاركة زوجته في أعمال فنية بها مشاهد رومانسية، مؤكداً أنه لو كان هذا هو السبب فلها كل الاحترام على ما أقدمت عليه. وكتبت مغردة تقول: «لو بسبب تصريحاته فجدعة والله ربنا يعوض عليك ويسعد قلبك»، وأضاف آخر: «أنا كنت بحكم جداً مع بعض، بس هو نصيب وقضاء ربنا، ربنا يعملك الخير في حياتك القادمة يارب»، وعقبت مغردة: «لا حول ولا قوة إلا بالله.. ربنا يعوضك بالخير يارب وتووري أكثر»، وأتم مغرد: «أنا زعلان أكيد بس في نفس الوقت فرحت حسيت إنك فهمتي معنى اللي قاله جوزك ربنا يصلح الحال». وكان هادي الباجوري، قد أثار الجدل مؤخراً بتصريحاته في برنامج «كلام الناس»، حيث قال إنه لا يعترض على مشاركة زوجته ياسمين رئيس، في مشهد رومانسي، فقال: «المثمنة اللي من مستعدة للهجوم متشتغلش مثمنة أحسن، ومعنديش مشكلة زوجتي تعمل مشهد رومانسي في أعمالها، ومقدرش أقول غير كده لأنني بعمل مشاهد رومانسية وأزاي هقولها لا.. فتقول أنت منافق».

سنوات كاملة قبل أن يقررا الزواج في عام ٢٠١٠، وانتقا على عدم الإنجاب حتى يستمتعا بحياتهما من دون أعباء، وبعد أربع سنوات قررا إنجاب طفلهما الأول والوحيد «سليم».

وربطت علاقة رومانسية بين الفنانة ياسمين رئيس والمخرج هادي الباجوري على مدى ثلاث

حسن الرداد يكشف تفاصيل دوره في مسلسل الرمضاني «بابلو»



■ كشف الفنان المصري حسن الرداد تفاصيل دوره في مسلسل الرمضاني الجديد، والذي يحمل اسم «بابلو». حسن الرداد، وهو رجل شهم ودانما يقف مع الجميع في كل الأزمات التي يتعرضون لها. ويتعرضون لها. والمسلسل بطولة حسن الرداد، وأروى جودة، وجلاء بدر، وسوسون بدر، ومصطفى فهمي، وسليو عثمان، ونهى عابدين، ومن تأليف السيناريست حسن دهبان، وإخراج محمد عبد الرحمن حماني.

تدور أحداث المسلسل في إطار اجتماعي توثوقي حول بابلو الذي يقدم شخصيته حسن الرداد، وهو رجل شهم ودانما يقف مع الجميع في كل الأزمات التي يتعرضون لها. ويتعرضون لها. والمسلسل بطولة حسن الرداد، وأروى جودة، وجلاء بدر، وسوسون بدر، ومصطفى فهمي، وسليو عثمان، ونهى عابدين، ومن تأليف السيناريست حسن دهبان، وإخراج محمد عبد الرحمن حماني.



بِقلم: د. حسين عبد البصير
مدير متحف الآثار والمشرف على مركز
د. زاهي حواس للمصريات-مكتبة الإسكندرية

القبضة الأمنية لأجهزة الأمن المصرية مع وحدات المنافذ الأثرية في كل المنافذ المصرية والجمارك المصرية تحيط عددا كبيرا من كل هذه المحاولات التي تحاول استنزاف آثارنا المصرية الغالية. وتقوم الدولة المصرية من خلال التنسيق الكامل بين وزارة الآثار ووزارة الخارجية و عدد كبير من أجهزة الدولة المعنية بجهود كبيرة في استرداد الآثار المصرية من الخارج وتتأخذ عددا كبيرا من الإجراءات التي تحقق لها ذلك. وقام المجلس الأعلى للآثار في عهد الأمين العام الأسبق له الدكتور حواس باسترداد عدد كبير



نموذج يوضح عظمة العسكرية المصرية منذ أقدم عصور الفراعنة

من الآثار المصرية من الخارج وذلك من خلال تأسيس الإدارة العامة للآثار المستردة واسترداد عدد كبير من الآثار تبلغ حوالي ستة آلاف قطعة من عدد كبير من الدول في عهده. وقام الدكتور حواس بتأسيس اللجنة العليا لاسترداد الآثار المصرية والتي كانت تضم عددا كبيرا من علماء الآثار والقانون الدولي والدبلوماسية والقانون وقامت بدور عظيم، وتوقفت بعد أحداث ثورة 25 يناير 2011 ثم عادت إلى العمل منذ فترة قريبة. وقد شرفت بالعمل في عام استرداد عدد من القطع الأثرية حين كنت أعمل مديرا عاما لإدارة المنظمات الدولية واليونيسكو وكنت أساهم في العمل في الإدارة العامة للآثار المستردة.

ويمكننا الاستفادة من آثارنا في الخارج من خلال التفاوض مع المتاحف والمجموعات الخاصة التي بها آثارنا للحصول على نسبة من مبيعات التذاكر والنماذج الأثرية التي يتم بيعها في الخارج من خلال تطبيق قانون حماية الملكية الفكرية عليها، ومن خلال هذا القانون فلا بد من الحصول على موافقة مصر أولا على الإنتاج ثم الاتفاق على نسبة من بيع النماذج المطابقة للأصل في الخارج، فضلا عن الاستفادة من عوائد المعارض الأثرية التي تقوم بها هذه المتاحف في الخارج، فضلا عن ضرورة وجود ممثلين لوزارة الآثار المصرية في هذه المتاحف والهيئة التراثية وتمثيل الأثريين المصريين بشكل عادل في مجالس إدارتها.

إننا قادرين على استعادة آثارنا من الخارج. وقامت الإدارة العامة للآثار المستردة باسترجاع عدد كبير من الآثار من متاحف مهمة مثل متحف المتروبوليتان في نيويورك، وهي تقوم بدور مهم وفعال وترافق كل صالات المزادات وتطالب بعودة آثارنا المسروقة لها من خلال التعاون الوثيق مع وزارة الخارجية المصرية وكل الجهات المعنية في الدولة المصرية العريقة.

وكم أنا سعيد جدا بتقليد العقبوات ورفع قيمة الغرامات المالية على من يقوم بسرقة الآثار المصرية وتهريبها وبيعها في الخارج، غير أنني أدعو إلى اعتبار سرقة الآثار خيانة عظمى حتى يتم ردع كل من تمسك له نفسه بسرقة آثارنا الغالية. حفظ الله مصر وآثارها الخالدة من السرقة وجعلها فخرا لنا ولتاريخنا.

القديمة، ووزارة الدفاع الفرعونية، التي صورها الفنان المصري القديم على النقش الخاص بالملك سيتي الأول على الجدار الشمالي الخارجي لصاله الأعمدة الكبرى بالكرنك. وكان هذا الموقع هو منخل مصر الشرقي وبداية انطلاق الجيوش المصرية المحاربة في آسيا. وحاصر الملك أحسن الأول الهكسوس عند حيوه (ثارو) لقطع الإمدادات عن عاصمتهم أفاريس بالشرقية. وحملت عالمة الآثار الفرنسية كريستيان ديروش نوبلكور الأثري الشاب محمد عبد المقصود للقيام بهذا الاكتشاف عند بداية عمله في الآثار.

وعثرنا على اكتشافات أثرية مهمة في مواقع عديدة مثل تل حيوه 1 وتل حيوه 2 وتل حيوه 3 وتل البرج والتل الأبيض وتل الكنوة وتل المسخوطة وتل أبو صيفي (قلعة سيلا الرومانية) وتل دقنة وتل الحبر ومدينة الفرما (بلوزيوم) وتل المخزن وغيرها. وتظهر هذه الاكتشافات عظمة وتاريخ العسكرية المصرية المشرف منذ الفراعنة. وكانت الاكتشافات عبارة عن خنادق وقلاع مدعمة بأبراج وموانئ وحصون عسكرية، تم الكشف في بعضها عن مخازن مركزية ومناطق صناعية ومراكز تموين الجيوش وصوامع غلال وأفران خبز ومسكن ومخازن وقصور ملكية خاصة بتحتس الثالث ورمسيس الثاني وبسماتيك الأول، ومعابد ومدن محصنة وأسوار ومناطق سكنية ومعابر وتمثال، على شكل أبو الهول للملك رمسيس الثاني، ولوحات حجرية منقوشة ومسارح وكنائس وأضرحة وخزانات للمياه وحلبة لسباق الخيول وغيرها. وقامت هيئة الآثار المصرية (المجلس الأعلى للآثار بعد ذلك) باسترداد جميع القطع الأثرية المنهوبة من المواقع الأثرية في شمال وجنوب سيناء من إسرائيل. فتحفة حب وتقدير لكل الجهود المصرية الوطنية المخلصة في الحفاظ على آثارنا واثارنا الغالية.

عودة آثار مصر لمصر تواصل الجهود المصرية لإعادة عدد مهم من الآثار المصرية الشهيرة في الخارج مثل رأس نفرتيتي وحجر رشيد لمصر. وتأتي في المقدمة جهود عالم آثار الدكتور زاهي حواس في المطالبة باسترداد عدد كبير من كنوزنا المصرية. وأكد على ضرورة دعم جهود الدكتور حواس في هذا الملف المهم.

إن سرقة الآثار المصرية كانت منتشرة في مصر القديمة؛ فقد قام بعض اللصوص بسرقة مقبرة الفرعون الذهبي توت عنخ آمون وقام حراس الجبانة بالقبض عليهم ولولا هذا لما نجت مقبرة الفرعون الصغير وما اكتشفها هوراد كارتر في عام 1922 لتصبح أهم اكتشاف أثري في القرن العشرين في العالم كله، وكذلك هناك بريدية سرقة المقابر من عصر الرعامسة والتي تحدثت عن سرقات بعض مقابر الفراعنة في البر الغربي لمدينة الأقصر في مصر الفرعونية. وبعد عصر الفراعنة زادت سرقات الآثار بشكل ليس له مثيل؛ وذلك نظرا لأهمية آثار الفراعنة ومدى السحر والغموض والجمال الذي تحتويه آثار الفراعنة الساحرة. وصارت هناك عصابات دولية تقوم بسرقة الآثار وتهريبها والاتجار بها في الخارج، غير أن

أبيدوس» ويأتي بعد ذلك ذكر اسم المتوفى الذي يتم تقديم القرابين وكان هو صاحب المقبرة أو اللوحة الذي كان يتطلع شوقا وتهفو روحه لتسلم هذه القرابين في عالم الآخرة. ثم تستمر صيغة القرابين في التلاوة ذاكرا «لعله يتم تقديم قربانا مكونا من الخبز والجعة والتيران والطيور والأبستر والكتان وكل شيء جيد وظاهر مما يعيش عليه الإله». وكانت بعض الصيغ تذكر أسماء أو أنواعا غير متداولة في صيغ القرابين التقليدية مثل الزيوت أو الدهون العطرية والبخور والقرابين والمؤن والاحتياجات التي كانت تدخل أيضا ضمن قائمة القرابين المقدمة للمتوفى. وكانت هناك بعض الأنواع الغريبة من التقدّمات في القرابين مثل تقديم القنفذ ضمن مائدة القرابين في أحد مناظر إحدى مقابر عصر الدولة القديمة. وكانت القرابين أيضا تقدم إلى الآلهة. وكان يقوم بذلك الملوك أو من ينوب عنهم مثل كبير الكهنة أو من يمثله من خلال تقديم القرابين على موائد قرابين الآلهة المصرية داخل المعابد المصرية. وكان من المهم الضرورية للملك المصري القديم أن يقوم بتقديم القرابين للآلهة ومعابدها وإمدادها بها باستمرار.

وفي هذه العادات ما يذكرنا بزيارة المتوفى في مصر المعاصرة وقرءاء الفاتحة والقرآن على أرواحهم وتقديم «الرحمة والتور» على أرواحهم للفقراء والمساكين بعد الدفن وفي أيام الخميس والأربعين وفي الأعياد والمناسبات. إن مصر القديمة لم تمت، وإنما تعيش تحت جلودنا وفي عقولنا وبين أرواحنا.

حفائر سيناء

سيناء من أهم المناطق الأثرية المصرية. وبدأت شركة قناة السويس حفارها في القرن التاسع عشر. وتحت الاحتلال الإسرائيلي، جرت حفائر غير قانونية في سيناء. ومع عودة سيناء إلى الوطن بعد انتصارات أكتوبر المجيدة، تولت جهود الأثريين المصريين في اكتشاف آثار سيناء بقيادة عالم الآثار المصري الكبير



كان منظر المتوفى جالسا إلى مائدة القرابين من أشهر مناظر المقابر الفرعونية

الدكتور محمد عبد المقصود وفريق عمله، مع البعثات الأثرية الأجنبية في مواقع شرق وغرب قناة السويس بالمسدح الشرقي لمصر ضمن مشروع إنقاذ آثار شمال سيناء (ترعة السلام). وكان من بين الاكتشافات الأثرية المهمة التي توصل إليها الدكتور عبد المقصود وفريقه اكتشاف طريق حورس الحربي القديم الممتد من مصر إلى فلسطين منذ أيام الفراعنة. وتعد منطقة حيوه 1 وحيوة 2 وحيوة 3، شرق قناة السويس إلى شمال شرق القنطرة شرق، هي آثار

القرابين الفرعونية

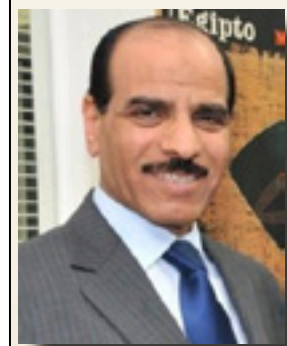
كان الإيمان بالبعث والحياة الأخرى بعد الموت هو الدافع الأساسي كي يُقدّم الفراعنة ملوكا وأفرادا على تقديم القرابين إلى موتاهم سواء أكان ذلك عبر النصوص المكتوبة أو المناظر والنقوش المصوّرة داخل مقابرهم أو من خلال وضع القرابين والعتاد الجنائزي في مقابرهم بالفعل. وكانت هناك صيغة شهيرة تعرف باسم صيغة مقدمة القرابين أو «جنتب دي نسو» («قربان يقدمه الملك») باللغة المصرية القديمة. وكانت تتكون غالبا من مجموعة محددة من الكلمات التي يمكن من خلال قراءتها تحقيق الإفادة الفعلية لروح المتوفى من خلال تفعيل القيمة



كانت الأبواب هي التي تدخل وتخرج منها روح المتوفى كي تتواصل مع عالم الأحياء على كل المستويات

السحرية للكلمة التي تتحول بالفعل إلى قرابين حقيقية بناء على إيمان المصري القديم بقوة وفعالية الكلمة من خلال تردد وبتلاوة التعاويذ السحرية. وكانت صيغة مقدمة القرابين تكتب عادة بالكتابة الهيروغليفية. وكان صيغة تقديم القرابين تأمل أن يتم تقديم القرابين الفعلية للمتوفى مثل تقديم العديد من أنواع الأطعمة والمشروبات والمؤن والاحتياجات التي يحتاجها المتوفى في العالم الآخر، أو من خلال التلاوة الشفهية لصيغة القرابين بكل ما تحويه من أنواع عديدة من القرابين بمختلف أنواعها، فضلا عن تصوير القرابين المأمول تقديمها للمتوفى في شكل مناظر أو من خلال نقوش كان يتم التعبير عنها بالفن أو من خلال التعبير عن ذلك من خلال نصوص مكتوبة عبر استخدام الكتابة الهيروغليفية في تحقيق ذلك الغرض. وكان من المفضل أن يتم وضع القرابين الفعلية في المقابر في موضع الدفن والتي كان يتم تقديمها للمتوفى بواسطة بعض الأفراد من العائلة مثل الابن، أو من كان يقوم بدور الورث للمتوفى، أو عن طريق بعض الأهل الذين كانوا يزورون المقبرة، أو عن طريق بعض أولئك العابرين الذين يمرّون على مقبرة المتوفى، أو يرون أو يقرأون لوحة الجنائزية الخاصة به. وكانت صيغة مقدمة القرابين تبدأ عادة بالنسب التالي «القربان الذي يعطيه الملك وأوزير، الإله العظيم، سيد

قصائد من الديوان الثالث (ترسمني لغزا)



شعر: جاسم نعمة مصلوح

بقايا عشق

أسمع صوتي
تأتي الريح .. تحملني السحب
أنسى صوتي مع شظايا الدخان
وكلمات مجنونة خلف القضبان
هل مازال النهر (دون ضفاف)؟
وجمالك دون شفاه؟
* * *

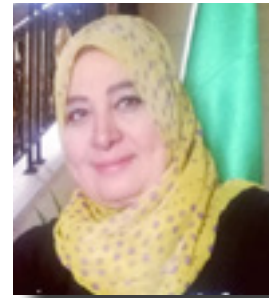
أكسر حزني بضوء القمر
أتوسد شفقتك في مرآة البحر
الشمس مرآة الصقار
يذوب الحزن في مقاهي الغرباء
* * *

أملم بقايا عشقي
بيدين مرتجفتين
وساقين صامتتين
أرسم وجهك في أحد أحلامي
من غير ألوان

تسقط ريشتي خلف الباب
وتهربين من نافذتي
عند الفجر بلا صوت
علامات الخب تُكيك
بلا زمن... بلا منفي...
* * *

يرحل النهر نحو النار
أو يغوص في قاع البحر
ينن المطر من زعيق الطيور
وصدري يتكسر في المرآة
وصوتي يغيب الى مجهول،،،،،

بقلم: سناء سراج



حببتي

يامن كنت خطيبتي وعصيانتي
يامن كنت مغفرتي وتوتيتي ونسيانتي
يا من كنت رمحي وسيفي ودرعي لأيامي
يامن كنت لي جناحي
كطائر بهيم فوق

أشجاري وأغصانتي حبيبتي ..
كنت طائرا بجيك لحنان سمانتي ..
هانما للليل اسرد للعاشقين حكاياتي ..
وما كتبت لك من أشعاري
واردد عليهم سطور
قصائدي واتغنى باسمك ليلي ..
وأنا أجوب ديارى وأطرق كل أبواب
جيرانى ومن جوارى
حبيبتي ..

يامن كنت لي البحر والبحار
وعيونك منقذي في الظلام
وعند تاطلم الأمواج بسفيني
كانت هدائك شاطئ نجاتي
بعذك أصبحت غريب في ديار بلادي

وحيد وسط أهلي وأحبابي
كنت من أهلك أنتي
لا أهاب خوض معاركي
و حروبي كنت بك اتحدي
أقداري وأظن راحل بين أيامي
وكم طالت على الليالي
لأعود لك بكل ما هو ثمين غالي
حينته عبر أسفاري
وانثره تحت قدميك

وازين به جدائك السمرواتي والتي تشبه
الليل البهيم كاحل السواد
وعيونك كانت قمرًا ينيّر سمانتي ..
و وجهك الحسان ولؤلؤ تُغرك البسام
وطابع الحسن المغروس بوجنتيك ...
حيث يصيبني بالجنون والجانان
سلي فؤادي المحترق كالغصن في النيران
عن حبك ومن غرسه في ثنايا قلبي وأعماعي
وبعد أن رحلتى
كيف أحيا وسيفي مغروس بين ضلوعي
كخنجر فؤادي

كيف هان عليك حبي وعشقي
ورحلتى عني وتركتيني
مبعثر كشظايا بين أيامي
بعذك أنا غريب في ديارى
تانه وأنا في حضن أوطاني

بقلم: سونيا الحداد



الخير والشر من أجل استمرار القدر!

■ وصلت قمر إلى مشارف مدينة الماس وقد استعادت ذاكرتها بعد أن تاهت لمدة سنة كاملة في صحراء الفراغ تواجه شتى أنواع التجارب

دون القدرة على إدراك مضمونها ولا أسبابها ولا حتى كيفية مواجهتها. فراغ تام في عالم لا يقبل الفراغ. عالم يرفض الصمت ويخاف منه. عالم بات أبنائه شبه عبيد يهرولون مثل رويوات ينتظرون برجة الأسياذ ترسم لهم الطريق.

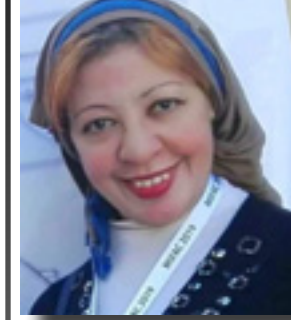
يوم نجت قمر من فراغ الصحراء وتمكنت من تخطي متاهاتها عرفت قيمة كرة البلور، هدية شمس الثمينة لها، ترافقها وتلجأ إليها كلما أظلمت الطريق. أدركت حينها أن الإنسان لا يولد وحيدا أبدا بل يأتي حاملا في جعبته اللاواعية بلورة الحكمة التي تحوي جميع الأشكال والألوان، ترافقه في مسيرته شرط أن يجدها ويتمكك قدرة الاتصال بها والأساليب عديدة ومتنوعة في فرادتها وجماليتها. حظقت قمر غيبا ما قالته لها عرافة شمس يوم تجلت لها داخل البلورة وسط الصحراء ترشدها خير السبيل وباتت تتدأبى يوما بعد زمن علمتها كيفية التأمل والدخول في حالة من الهدوء المتجدد يفتح لها أبواب المعرفة والتوصّل إلى دررها. هذا ما فعلته قمر اليوم مجرد خروجها من الصحراء. أخرجت البلورة من قماشها المخملي، حملتها بكل حنان وهدوء بين يديها تهمس لها وتناديها. لبنت العرافة النداء وظهرت لها ببسمتها الحنونة التي جعلت وهج البلورة منيرا يضيأها وهج القمر.

■ عرّفتني معلمتي، لماذا يتواجد الشر؟

الخير والشر يا ابنتي، هما أساس الحياة ومحركها. يتواجدان معا وأبداً مثل النور والظلام، لا وجود لألوان دون الثاني. كما أنه لا وجود للوحة

لولا الصحراء، للنهار لولا الليل، للسعادة لولا الحزن، للجيل لولا الوديان، للذكر لولا الأنثى والأمثال عديدة لا نهاية لها. الخير والشر يتواجدان في ذاكرة خليقتي كي يولد القدر. القدر يا ابنتي لا ينزل من السماء ولا يخرج من جهنم بل يولد فينا ومنا. نحن من نرسمه ونمهد الطريق له. القدر ليس محدودا بنا بل يشمل المجتمع بأسره لا بل الدولة بأكملها. نعم الدول تحمل قدرها في الأخرى. قدر يدور مثل دولاب الحياة ومعه تدور الأجيال. قدر يجرده حتى العري، ينترك عبارا من نور أو رماد تتور. لا تخافي القدر يا

ابنتي إذا عرقتي كيف تواجهيه وتتحديه. مهمة نبيلة جدية بالولادة من أجلها. هذا القدر هو ماسة الحياة الهديّة حتى في أحلك تجاربه، حدان لا مهرب منها. وحده القدر يعطيك الحرارة على قلب المعايير على جميع أنواعها. على خلق توازن خولك اليوم النجاة من سعي الصحراء إلى مدينة الماس التي تدخلينها وأنت مهياة. إنه قدرك الذي تدفعين ثمنه يوما فلا تستعيني به ولا تخافي. الحكمة هي السلاح الوحيد الذي يتكلم لعبة الرقص بين الحدان. لعبة القدر. ودعت قمر عرّفتها، لفت البلورة بعد أن حملتها أمينات اللقاء بشمس وأكملت طريقها نحو المدينة، نحو مغامرة أخرى على طريق مملكة اليقوت.



بقلم: منى فتحي حامد

عيد حب

أحيا برومانسية
غرام يُزلزل نثري

كل ليلة بأحضانها
أقحوان مدثر جسدي

عشق وغرام لمنتهاه
قبيلات راوية الظما

نجيب عاشق لللمسة
والحكيم رجاء العقل

أه من همساته للروح
عاشق مسامر السهر

رأية الخب تكسونا
كلما ازداد عسل القبل

أعياد حب وسعادة
لكل من يهواه قلبي

عيد بأجمل ابتسامه
هدية لعاشقين الكلم

سندريلا بخيال راقي
يعيدني لنزار شغفي

من بداية أنا الملك
حتى لقيس قصيدي

حن الفؤاد لغرامه
يداعب بالهوى أفقي

بمقلتي بلسان عيني
بساتين متوجة كلمي



السياحة العالمية

تعرف على أروع الأحياء داخل جزيرة بالي



حي كانجو Canggu:

من الأحياء التي حافظت على توازنها كوجه سياحية شهيرة وكبلة ساحلية ريفية يحتوي على الكثير من حقول ومزارع الأرز الاندونيسي والمباني المتواضعة ويعتبر الحي يفتن للتقليدية ويدمجها مع الفنون المعاصرة كما أنك تجد في شوارع الحي الكثير من الجداريات الجميلة وهو الوجهة الرئيسية لركوب



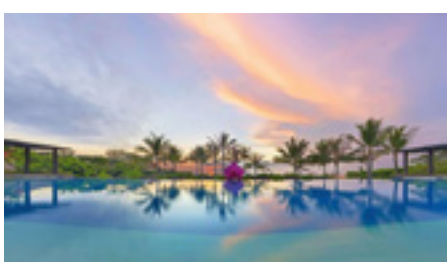
حي كوتا Kuta:

هو الوجهة السياحية الأكثر شهرة في جزيرة بالي من الأحياء الساحلية يحتوي على المطاعم والفنادق والأسواق التجارية في منتصف الشوارع كما أن الطريق يطل مباشرة قبالة الشاطئ على

الأماح يحتوي على المقاهي والمطاعم الشبابية ومكتب الأعمال وأماكن الإقامة الريفية البسيطة وسط حقول الأرز هو من الأحياء الهادئة جدًا لمحبي الهدوء المزوج بالجمال والباحثين عن الاسترخاء لتخلص من ضغوط الحياة المختلفة.

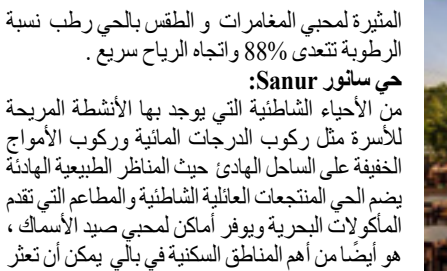
حي نوسا دوا Nusa Dua:

هي من المناطق الأكثر تطورًا في جزيرة بالي عبارة عن منتج كبير من المنتجات الفاخرة والمباني الفاخرة والمساح والمعلقة ومع المساحات الواسعة وأشجار النخيل وهو من الأحياء المميزة لممارسة الرياضات المائية المختلفة كركوب قارب الموزة والقوارب المطاطية الطائرة والفنز بالمظلات بالمياه وغيرها من الألعاب المائية الممتعة هو من الأحياء



حي سيمينياك Seminyak:

من الأحياء الراقية في بالي يحتوي على النسخة الراقية من المطاعم والفنادق والمنتجعات السياحية الضخمة والساحل المذهل ووجهات التسوق العالمية يزورها عدد هائل من السياح من مختلف أنحاء العالم يمكن العثور على المنتجات المصنوعة



حي ساتور Sanur:

المثيرة لمحبي المغامرات والطقس بالحي رطب نسبة الرطوبة تتعدى 88% واتجاه الرياح سريع.

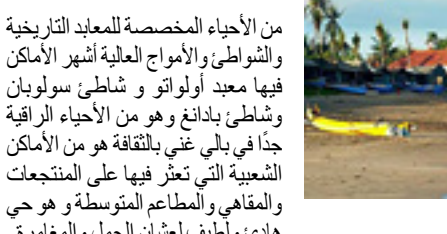
حي أولواتو Uluwatu:

يشكل بيدي في هذا الحي أشهرها مستحضرات التجميل البالية فضلًا عن محلات مسمى الأزياء العالمين والمطاعم العالمية لمختلف مطبخ العالم وأشهر الطهاة في بالي والعالم.



حي أوبود Ubud:

يعد أحد أهم المراكز الثقافية والحضارية داخل بالي يحتوي على أهم المناطق التاريخية والسياحية والثقافية البالية من معابد وأثار يحتوي أيضًا على المعارض الفنية وورش العمل مسالوات الكتاب الفكرية والمطاعم الراقية التراثية ويوجد بالحي مساحات خضراء واسعة ويوجد به نهر أونغ المقدس في بالي ويغلب على الحي نمط الحياة الروحي يوجد به استوديوهات تعلم اليوجا ورياضات التأمل والمنتجعات



حي ساتور Sanur:

من الأحياء المخصصة للمعابد التاريخية والشواطئ والأمواج العالية أشهر الأماكن فيها معبد أولواتو وشاطئ سولويان وشاطئ باداغ وهو من الأحياء الراقية جدًا في بالي غني بالثقافة هو من الأماكن الشعبية التي تعثر فيها على المنتجات والمقاهي والمطاعم المتوسطة وهو هادئ ولطيف لعشاق الجمال والمغامرة.

كانت تلك أجمل الأحياء البالية المميزة التي تقدم خدماتها السياحية ما بين المتوسط والراقي والمنخفض عليك الاختيار حسب

تعد جزيرة بالي من الجزر العالمية هي أجمل جزر قارة آسيا تحتوي على عدد من الأحياء والشواطئ الخالية والمطاعم والفنادق ذات الصيت والشهرة الواسعة بها، تحظى المدينة باهتمام عدد واسع من السياح بسبب مكانتها الدولية وكثرة الأسواق والمعالم التاريخية والشواطئ المبهرة ويوجد في الجزيرة عدد من الأحياء الأكثر تطورًا وشهرة من أهم مناطق الجذب السياحي، كل حي له شهرة في تقدم خدمة ما فهناك أحياء تشتهر بكثرة الشواطئ وأحياء تشتهر بالمعامل الثقافية والتراثية وأحياء تشتهر بجمال المطاعم لذلك سوف نكتشف أروع الأحياء في جزيرة بالي في السطور المقبلة.

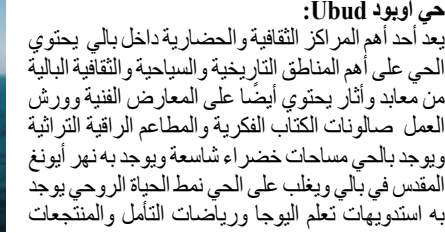


بعد بضعة كيلو مترات من الشاطئ توجد الفنادق والمنتجعات الراقية والمطاعم التي تقدم الأطعمة البالية التراثية في شارع warung توجد المطاعم المتواضعة التي تديرها العائلات ومراكز التسوق التقليدية ومدارس ركوب الأمواج وبالطبع المشهور بالحي هو شاطئ كوتا المبهرة نسبة الرطوبة بالحي 95% اتجاه الرياح شمال بسرعة تبلغ 8 كم/ساعة ودرجة الحرارة 26 مئوية.

يعد أحد أهم المراكز الثقافية والحضارية داخل بالي يحتوي على النسخة الراقية من المطاعم والفنادق والمنتجعات السياحية الضخمة والساحل المذهل ووجهات التسوق العالمية يزورها عدد هائل من السياح من مختلف أنحاء العالم يمكن العثور على المنتجات المصنوعة



يشكل بيدي في هذا الحي أشهرها مستحضرات التجميل البالية فضلًا عن محلات مسمى الأزياء العالمين والمطاعم العالمية لمختلف مطبخ العالم وأشهر الطهاة في بالي والعالم.



يعد أحد أهم المراكز الثقافية والحضارية داخل بالي يحتوي على أهم المناطق التاريخية والسياحية والثقافية البالية من معابد وأثار يحتوي أيضًا على المعارض الفنية وورش العمل مسالوات الكتاب الفكرية والمطاعم الراقية التراثية ويوجد بالحي مساحات خضراء واسعة ويوجد به نهر أونغ المقدس في بالي ويغلب على الحي نمط الحياة الروحي يوجد به استوديوهات تعلم اليوجا ورياضات التأمل والمنتجعات

الصحية ومطاعم الغذاء الصحي، وتبلغ نسبة الرطوبة 93% واتجاه الرياح شمال بسرعة تبلغ 6 كم/ساعة



اعداد : مايك انجلو



ركن الرياضة

الأهلي يلتقي صن داونز السبت في دوري أبطال أفريقيا



يلتقي النادي الأهلي مع نظيره صن داونز الجنوب أفريقي، في منافسات الجولة الثانية من دور المجموعات بدوري الأبطال الأفريقي، ويسعى الأحمر لانتزاع صدارة المجموعة. من المقرر أن تقام مباراة الأهلي وصن داونز يوم السبت 26 فبراير الجاري، في تمام الساعة مساء بتوقيت القاهرة، ويستضيفها ستاد القاهرة الدولي. يتصدر صن داونز ترتيب المجموعة برصيد 4 نقاط، بينما تتساوى المريخ مع الأهلي والهلال السوداني عند رصيد نقطة واحدة. تأهل النادي الأهلي إلى دور المجموعات بدوري أبطال أفريقيا بعد التغلب على الحرس الوطني

اليويفا يجهز خطة طارئة تحسبًا لنقل نهائي التشارمبيونز ليغ من روسيا بسبب الأزمة الأوكرانية



يعكف الاتحاد الأوروبي لكرة القدم "يويفا" على وضع خطط طوارئ بشأن المدينة التي ستستضيف المباراة النهائية لدوري أبطال أوروبا هذا الموسم. ومن المقرر أن يستضيف ملعب جازبروم أرينا في سان بطرسبرج الذي يتسع لـ 68 ألف مشجع، المباراة النهائية لدوري الأبطال، لكن ربما يضطر يويفا لنقل البطولة من روسيا، بسبب الأحداث التي اندلعت بينها وبين أوكرانيا. وبحسب وكالة الأنباء البريطانية "بي بي سي"، فإن يويفا يراقب الأوضاع عن كثب، تحسبًا لتجريد روسيا من حق استضافة المباراة النهائية لدوري الأبطال، والمقرر لها يوم 28

الزمالك يلتقي الوداد ضمن أبطال أفريقيا



يخوض الزمالك مواجهة قوية ضد الوداد المغربي يوم السبت المقبل بعدما وصل زيف النقط أمام ساجرادا الأوجولي في البطولة القارية التي يأمل فيها الجمهور الأبيض في العودة مجدداً لترويض اللقب القاري الغائب عن خزانه منذ 20 عاماً. تعادلان في أول جولتين أمام فرق تأتي حظوظها في التأهل في المرتبة التالية للزمالك عند من مسألة تتويج الفارس الأبيض باللقب القاري هذا الموسم، إذ إن الاهتمام حالياً ينصب حول التأهل أو لا ثم التركيز فيما هو لاحق.

ولا شك أن مباراتي الزمالك أمام الوداد ستكون الفرصة الأخيرة للمدرب الفرنسي على رأس القيادة الفنية للنادي الأبيض، بعد التعادل المخيب على أرضه أمام بترو أتليتيكو والتعادل خارج الأرض أمام ساجرادا. مواجهة الوداد ليست بالمهمة السهلة على الزمالك وكارتيرون، خاصة بعدما حقق الفريق المغربي انتصاراً على أرضه في الجولة الأولى، قبل أن يهزم في مباراته الثانية أمام بترو أتليتيكو الأوجولي خارج الديار، وهي الهزيمة التي تدفع الوداد لخوض مباراتي

الزمالك بالعودة الضاربة لتعزيز أمل التأهل قبل ضياعه. ومنحت الزمالك لمدربه الفرنسي فرصة أخيرة لتصحيح المسار في البطولة القارية العالية على الجماهير البيضاء، بعدما ستكون النهاية المسالوية للمدرب بالرحيل من الباب الضيق، لكن هذا سيقتزن بتوقف المشوار القاري عند محطة دور المجموعات، ليتأجل حلم معاينة الأوبرة الأفريقية لموعده لاحق.

كارتيرون أمام فرصة التصحيح، لكن المنافس هذه

مواجهات عربية-عربية في التصفيات المؤهلة إلى كأس آسيا 2023



سحبت الخميس، في العاصمة الماليزية كوالالمبور، قرعة الدور الحاسم من التصفيات المؤهلة لبطولة كأس آسيا 2023، والتي تستضيفها الصين خلال الفترة من 16 يونيو وحتى 16 يوليو. وأوقعت القرعة المنتخبين الأردني والكويتي في المجموعة الأولى إلى جانب إندونيسيا ونيبال، في حين جاء المنتخبان الفلسطيني واليميني في المجموعة الثانية إلى جانب الفلبين ومنغوليا. فيما حل المنتخب البحريني في المجموعة الخامسة إلى جانب البحرين، تركمانستان، ماليزيا، وبنغلادش.

المجموعة الأولى: الأردن، الكويت، إندونيسيا، نيبال، المجموعة الثانية: فلسطين، الفلبين، اليمن، منغوليا. المجموعة الثالثة: أوزبكستان، تايلاند، المالديف، سريلانكا.

Les proverbes en français et arabe

Les apparences sont souvent trompeuses

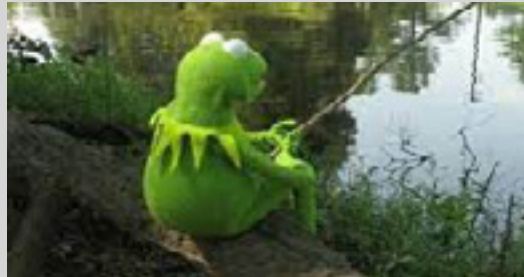
- من يره هالله هالله ومن جوه يعلم الله

A cheval donné on ne regarde pas la bride

- أكل وبحلقة

اعداد : رايق مبسوط جداً

تصعلق الدنيا معلق ..
أبكي تبكي ومدك



مطلوب غواص ابن حلال
يدور على كل الخير إلى عمله
ورميته في البحر



عارف الناس اللي دائما في وقت الشدة يتقف معاك؟
- قعدوا خلاص!



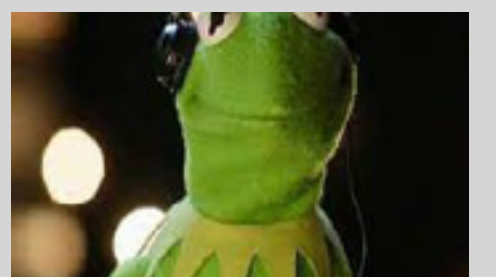
سؤال يستحق التأمل
الخلايا العصبية مين اللي عصبها؟



خروج بعض الأشخاص من نطاق التعامل اليومي علاج فعال للقولون العصبي



حضرتك أنا عايز
أجازة طول رمضان
ليه بقي إن شاء الله؟
عشمان الشغل يعتبر
أكل عيش وأنا صايم



لما بسمع أغاني رومانية
بحس إنى بحب حد

الكلمات المتقاطعة



أفقيًا:

- 1 - ممثلة مصرية شابة
- 2 - بطل فيلم حمام الملاطيلي
- 3 - أداة جزم - لآعب بور سعدي راحل
- 4 - فنانة مصرية قديمة
- 5 - حصل على - من أجله - أداة استثناء
- 6 - صيغة - والدة (معكوسة) - ألق
- 7 - في الجبر - بلد يقع في جنوب لمصطفى أمين
- 8 - بلاقي - في لغة الأطفال
- 9 - أرجو - حرف إنجليزي (معكوسة) - نصف كلمة (مائل)
- 10 - يتردد ويفكر في شئ - ضعف

رأسيًا:

- 1 - يسأمون - جمع بوم
- 2 - ممثل مصري
- 3 - مادة قاتلة - تقال في التلفزيون
- 4 - حبر - اسم فاكهة
- 5 - للنداء - حل - نوع من الزهور
- 6 - نلهمها (مبغثرة) - قصة لمصطفى أمين
- 7 - لقب يطلق على جنوب مصر - مكان لشرب الخمر
- 8 - برينا (مبغثرة) - للتخبير
- 9 - مرض يصيب الرنة - سول (مبغثرة) - لقب محمد صلاح
- 10 - متشابهان - بلد آسيوي كبير

قصة اختراع اول قناع طبي



الجراح الفرنسي بول بيرجر وكان ذلك في عام 1897 ميلادياً، وكان الهدف من ذلك هو الوقاية بالنسبة للطبيب وكذلك المريض. وعلى الرغم من ذلك إلا أن هذه الفكرة قد لاقت الكثير من الهجوم في البداية، ولكن مع مرور الوقت أصبح الأمر ضروري حين أدرك الجميع مدى أهمية ارتداء الكمامة من قبل الأطباء، ولكن أهمية هذا القناع بالفعل ظهرت خلال انتشار مرض الطاعون فقاما وضحا أنه كان يوجد اعتقاد في هذه الفترة أن الطاعون ينتشر من خلال الرائحة.

النجوى إلى الكمامات في الحروب
نعم إن الكمامات كانت من الأغراض الأساسية بالنسبة للجند، خاصة في الحرب العالمية الأولى حيث أنه كان يتم الفاء غزات مثيلة للموع والتي يمكن أن تسبب العديد من المشاكل الصحية إلى الجنود، هذا بجانب أنه يجعلهم يشعرون بالاختناق، فيمكن أن يسبب التعب في الأضحية المخاطبة، ويمكن أن يصل الأمر إلى قتل الجنود بهذا الغاز.

إن أول شخص قام بعمل كمامة عبارة عن طينتين هو أوتو هوبنر حين يتم استخدامها خلال الجراحة كوسيلة للوقاية من البكتريا والجراثيم التي يمكن أن تنتقل من خلال المريض، ومع مرور الوقت حدث له العديد من التطورات التي جعلت منه أكثر أمناً.

ويوجد لوحات أخرى تعود إلى عام 1720 بسبب انتشار الطاعون، والتي توضح أن الأشخاص الذين كانوا يقوموا بدفن الموتى من الطاعون كانوا يقوموا بتغطية أنوفهم كوسيلة للوقاية من المرض.

صناعات عند ارتداء الكمامة
يوجد بعض الصناعات التي يجب أن تحرص عليها قبل أن ترتدي الكمامة، وتتمثل هذه الصناعات فيما يلي: احرص على غسل يديك قبل أن تقوم بارتداء الكمامة أو يمكنك استخدام الكحول حتى تتأكد أن الأيدي نظيفة وخالية من الجراثيم. بعدها قوم بوضع الكمامة على الوجه مع الحرص على أن تكون ملتصقة بالوجه مباشرة، حتى تضمن عدم دخول الهواء من أي جانب. تجنب تماماً لمس الكمامة خاصة عند لمس الأسطح في الخارج.

أحرص على التخلص من الكمامة بعد أن تصبح رطبة. الأفضل عند التخلص من الكمامة أن تقوم بتقطيعها حتى تتأكد من عدم استخدام أي شخص آخر لها. تجنب تماماً ارتداء الكمامة أكثر من مرة حيث أن هذه الطريقة غاية في الخطورة.

كما نترك أنه قبل انتشار فيروس كورونا المستجد لم يكن أمر الكمامات ذا أهمية بالغة بالنسبة للناس كما نرى اليوم، ولقد ذكرت بعض المصادر أن أول شخص ذكر استخدام الكمامات من قبل الأطباء الجراحين هو

■ إن البحث على الأقفعة الطبية وارتدائها عادة ما يحدث كوسيلة للحماية من الأمراض المعدية، ويقتصر ارتدائها على الأطباء والمخالفين، أما في حال انتشار مرض معدى والذي حدث عدة مرات على مدار التاريخ، وأخراً هو فيروس كورونا المستجد، فلقد أصبح لابد من ارتداء الأقفعة من قبل جميع الأشخاص سواء كانوا مرضى أو أصحاء كوسيلة للوقاية وللحد من هذا المرض، وفي هذا المقال سوف نعرض لكم قصة اختراع أول قناع طبي.

قصة اختراع أول قناع طبي
إن أول دراسة ذكر فيها ارتداء القناع كوسيلة للوقاية من الأوبئة التي تنتشر في البلاد كان ذلك في عام 1897، ولكن على الرغم من ذلك إلا أن استخدامها كان نادر، ولكن في عام 1905 قامت طبيبة في شيكاغو تدعى أليس هاميلتون، بكتابة مقال في الجمعية الأمريكية الطبية، تحدثت فيه على أن مرضى الحمى القرمزية عند العطس يخرج منهم كمية بكتريا كبيرة، ويمكن أن يتأثر بها الأطباء وتؤثر على المرضى خلال الجراحة؛ لهذا السبب ذكرت أنه لابد من ارتداء هذا القناع أثناء العمليات الجراحية.

الكمامة ووباء الطاعون
لم يكن شخص يهتم بارتداء الكمامة حيث أنه لم توجد أي خطورة عليهم، فإن أهميته تقتصر على الأطباء فقط، ولكن في عام 1910 انتشر وباء الطاعون، ولقد قامت المحكمة الصينية بتعيين طبيب صيني يدعى وو ليان تيه (وو لياند) حتى يرأس مهمة مكافحة وباء الطاعون، وبعد أن قام بعمل العديد من الدراسات ذكر أن المرض ينتقل من خلال الاتصال الجوي، وأنه يجب أن يتم ارتداء كمامات من قبل عامة الشعب والأطباء كوسيلة للوقاية والحد من هذا الوباء.

ولقد ذكر أن بداية الوباء كانت في القرن السادس الميلادي، حيث أنه في هذه الفترة انتشر الطاعون وكانوا يذكرون أنه ينتقل من خلال الرائحة، ولكن المشكلة أن البعض يذكر أن هذه الكمامة لم تظهر مع بداية الطاعون ولكن حدث ذلك بعد أن تفتشى وكان سبب في وفاة العديد من الأشخاص حول العالم.

هل تم ارتداء الكمامات خلال وباء الانفلونزا
لقد انتشر وباء الانفلونزا على نطاق واسع في عام 1918، فلقد كانت الهيئة الطبية تحرص على أن ترتدي أقنعة كوسيلة لحماية أنفسهم، ونظراً لكثرة الحاجة إلى هذه الأقنعة فإن الصليب الأحمر قام بتجنيد ما يصل إلى 120 عامل حتى يمكنهم إخراج ما يصل إلى 260.000 قناع في ثلاثة أيام.

أول قناع طبي لمنع عن الرائحة
إذا حاولنا أن نتعرف على بداية ارتداء القناع والتي تعود إلى القدم، قبل أن يتعرف الناس على أن الفيروسات أو البكتريا يمكن أن تكون وسيلة لنقل الأمراض، أو أنها تطوف في الهواء وتجعل الأشخاص مرضى، ولكن على الرغم من ذلك كان الناس يرتدوا أقنعة، ولقد ذكر أول محاضر في قسم الأنثروبولوجيا الاجتماعية في جامعة سانت أندروز والذي يدعى كريستوس ليتيريس (لقد كان خبير في القناع الطبي) أنه إلى يوجد صور توضح أن الناس في عصر النهضة كانوا يقوموا بتغطية أنوفهم باستخدام مناديل، حتى تكون وسيلة للوقاية من الأمراض،



بقلم:
بشير القرني

عرس في داريا

■ في أواخر صيف سنة ١٩٧٢ دُعي والدي إلى حفل عرس في داريا الشوف وهي قرية تتواجد على بعد كيلومترات من بلدة شحيم في أعالي إقليم الخروب. وكان والد العريس "أبو عنتر" قد زارنا وأصرّ على حضور كل من والدي لمراسيم الحفل. وبما أن وعدة صحية كانت قد أُلّت بوالديومنته من مغادرة الفرائش لذا طلب مني أن أذهب إلى المدينة القريبة لاستحضار سلة زهور تليق بالمناسبة وانطلق بعد ذلك إلى داريا لتمثيله.

استقلت في الصباح سيارة والدي وأجهت نحو صيدا. كانت من نوع أودي ١٠٠ ل.س. سوداء اللون تزين هيكلها تغطيات كروميه بينما كان داخل المقصورة يحوي مقاعد جلدية ذات لون احمر ساطع. أما تابلوه القيادة الخشبي من ساعته المستديرة بعد ان أخذت من نوع أودي ١٠٠ ل.س. سوداء اللون تزين هيكلها تغطيات كروميه غير عابئين بالتقريب التي يحدثها رصاصهم في الغطاء الجفنيص! بعد انتهاء الجولة تفقدت بُعدي عن الدرج وأخذت فُكان يعطي رونقا خاصاً أشبه بما نراه في السيارات ذات الطابع الرياضي.

وصلت إلى باغ الزهور وانتظرت زهاء نصف ساعة حتى تم إعداد الطليبة. كانت سلة كبيرة مستطيلة مملوءة بزينة مار يوسف اضطرت أن أفتح كلي البابيين للخلفين لإدخالها فغطت كامل المقعد أعلى الزنايق بإلامس السفك وبجانب عن المساق الزوية عبر النافذة الخلفية.

انطلقت نحو داريا وكنت أسابق الزنايق متلذذاً برؤية أعناق الزينبات عبر المراهة وهي تلوح بينما ويساراً حسب حركة السيارة.

وبعد أن قُطعت وسط شحيم بضع كيلومترات وصلت إلى مرفطى اليسار يؤدي إلى القرية. وما أن تراءت لي البلدة حتى توقفت لحظات لألقي نظرة عليها. كانت مبنية على ضفة من منازل خرسانية متلاصقة. أسفل تلك المنازل مسكون وكامل بينما أعلاه في قيد الإنشاء. أما الأزقة فكانت ضيقة وملتوية. فكان هذا حال معظم القرى القديمة التي كانت منازلها مبنية بهذا الشكل طلباً للأمان. وداريا معروفة بالزيتون وزيت الزيتون. وكان يُروى عن تجارها أنهم يبيعون أضعاف ما ينتجون من ذلك الزيت!

ما أن اقتربت من القرية حتى صادفت أحد المزارين فسألته عن بيت "أبو عنتر"، فأجابني سائلاً: "ما تسمع أبو عنتر؟" الحق مصدرها تفصل إليه. بعد أن وصلت رُحبت بي أبو عنتر، وكان في العقد الخامس من العمر طويل القامة، عريض المنكبين، له وجه مستدير مائل للإحمرار وزيين وجهه شاربان معكوفان ألم بالإعتناء بهما وأمثك أنه لم يقصر في استعمال الكواة خاصة مع وضع بعض من شمع "الزئتمائل"، أما طربوشه الأحمر بالطريقة التي كان يلبسه على رأسه، فكان يدل على وجهة سيره.

دخلنا المنزل ومن ثم انعكفنا نحو الدرج. أما الطابق الأرضي فكانت خصصاً لإحتفالات النساب سعدنا إلى السطح حيث كانت احتفالات الرجال. وكانت مجموعة عواميد خرسانية تطلو السطححاجزة لاستقبال الطابق الثاني فيما بعد. وكان قماش من نوع الجفنيص قد أفرر فوقها للوقاية من حرارة الشمس. أما الكراسي الخيزراني فكانت قد وضعت في المحيط لإجلال المحتفلين ولم يكن يتواجد أي حاجز أو درابزين خلف ظهر

المثقف العربي:

مؤتمر الأندلس: مسارات التاريخ والحضارة

بقلم: د. خالد التوزاني



وتلحق الثقافات الذي مهد لظهور الجدل الديني والحوار العربي بين علماء المسلمين وأهل

الكتاب استمر طوال الوجود الإسلامي الذي دام عشرة قرون، وقد الباحث نماذج للأعلام الذين اشتهروا بنبوهم في هذا العلم كأمثال ابن أبي عبيدة الخزرجي (450) وأبي الوليد الباجي (474 هـ) وابن شريق (696) وجعل من شخصية الإمام ابن حزم الأندلسي محور البحث ليسبب الكلام ويحرره في جهوده في حوار الأديان، والتأسيس لعلم نقد الكتاب المقدس، مستشهداً بنماذج من الواقع الأندلسي. أما مداخلة الأستاذ الباحث مولاي عبد الحفيظ الإريسي بالحديث عن جانب آخر له أهمية خاصة، وهو التأثير الحضاري الأندلسي على الغرب الإسلامي ضمن شقه الثقافي والجمالي، وحثم ورثته البحثية بـ "فن الغناء والموسيقى الأندلسية وأثرهما على صفة التحضر في الغرب الإسلامي"، استهلها الباحث بمدخل مفاهيمي عرف فيه مفهوم الفن الموسيقي والغنائي في الغرب الإسلامي، ثم عرج على ذكر مجالات وأنواع الفن الموسيقي والغنائي في الغرب الإسلامي، مشيراً إلى بعض أعلامه، كزرياب، وابن ماجه، وحثم مداخلة العلمية بالحديث عن أثر الفن الموسيقي والغنائي الحضاري في الغرب الإسلامي، وانعكاس ذلك على المستويات الاجتماعية والسياسية والفكرية والأدبية والقيمية.

أما مداخلة الأستاذ الباحث عبد الحكيم سمراني في موضوع: "التواصل الثقافي والعلمي بين تالدا وبلاد الأندلس: امتداداته وتجلياته، سلط فيها الضوء على الإشعاع العلمي والثقافي لمدينة تالدا التي تعد أهم أقاليم بلاد المغرب الأقصى وما عرفته من حالات ثقافية وعلمية بيننا وبين بلاد الأندلس، جعل من تالدا حضارة علمية شبيهة داخل المغرب وخارجه، ومنازل علمية متميزة أسهمت برجالها وعلمائها في الحياة العلمية والثقافية في بلاد الأندلس، ومع ذلك لم تزل حظها من الدراسة والبحث كمثيلاتها من الحواضر المغربية الكبرى كفاش ومكناس وغيرها، لذلك يوصي الباحث بوجوب تصافر الجهود وتراكم البحوث لمقاربة الموضوع وتعميق البحث فيه.

إن مشاركة الباحثين المغربية في مؤتمر تونس، حول موضوع: الأندلس: مسارات التاريخ والحضارة، قد تميزت بالعمق والشمولية، وهي بذلك تمثل تفعيل حقيقياً للترجمة التي تجمع بين البلدين؛ تونس والمغرب، في مجالات اقتصادية واجتماعية وثقافية، وأيضاً سياسية، فالعرب كان دائما إلى جانب تونس في الدفاع عن وحدتها وسيادتها، كما أن تونس ترى في المغرب شريكا في التعاون المغربي وخاصة المغرب الكبير، أو اتحاد المغرب العربي، الذي يوجد دول شمال إفريقيا، ولذلك عادة ما تتجه المؤتمرات العلمية في تأكيد هذه الوحدة العربية المشتركة وفي إحياء قيم التضامن والتعاون والتأخي، حيث تمثل الثقافة دبلوماسية ناعمة تستطيع التأثير في مجالات التعاون المشترك بين الدول وتصحيح الكثير من المواقف، لأنه لا يمكن أن نحصر فعاليات مثل هذه المؤتمرات في الجلسات العلمية فقط، ولكن هناك أيضا جلسات أخرى تتم بين المشاركين من مختلف الجنسيات والانتمايات، للتعارف والنقاش حول قضايا تهم بلدانهم، ولتبادل الأخبار والمعلومات والإفكار، وهذا يؤدي الباحث المشارك دور السفير الذي يمثل بلده خير تمثيل.

رحمه الله - والدكتور بشير سعيد، وأسدل ستارها بجلسة حوارية ختامية ترأسها الدكتور ابراهيم البنيضاني، وتلى فيها البيان الختامي والتوصيات.

كانت مشاركة الباحثين متميزة، والذين قدموا أوراقا علمية ضمن مجالات اهتمامهم، وانسجاما مع موضوع المؤتمر، ونستحضر في هذا المقال مشاركة المغربية، على أمل أن تأتي الفرصة لاحقا لمتابعة ملخصات مداخلات باقي المشاركين من الدول العربية الأخرى، ونشر نتائجها من أجل تعميق الفائدة، وهكذا، قدم المغاربة الذين شاركوا في مؤتمر الأندلس، أربع مداخلات، نستعرض بعض نتائجها من خلال الآتي:

المداخلة الأولى: للباحث والشاعر الحسن أحمد زمكي عضو المكتب المسير المركز المغربي للاستثمار الثقافي - مساق: في موضوع: التأثير

رحمه الله - والدكتور بشير سعيد، وأسدل ستارها بجلسة حوارية ختامية ترأسها الدكتور ابراهيم البنيضاني، وتلى فيها البيان الختامي والتوصيات. كانت مشاركة الباحثين متميزة، والذين قدموا أوراقا علمية ضمن مجالات اهتمامهم، وانسجاما مع موضوع المؤتمر، ونستحضر في هذا المقال مشاركة المغربية، على أمل أن تأتي الفرصة لاحقا لمتابعة ملخصات مداخلات باقي المشاركين من الدول العربية الأخرى، ونشر نتائجها من أجل تعميق الفائدة، وهكذا، قدم المغاربة الذين شاركوا في مؤتمر الأندلس، أربع مداخلات، نستعرض بعض نتائجها من خلال الآتي:

مؤتمرا من السيدة فاطمة الفهرية التي كان لها الشرف في بناء معلمة جامع القرويين نموذجيا على ذلك. وجدير بالذكر أن الشاعر والأديب والباحث الحسن أحمد جمالي من أبناء مدينة فاس العريقة، وقد اشتمل في ترميم البناء العتيق مدة طويلة، بترميم خزانة جامعة القرويين، وله اهتمامات واسعة بأنماط المعمار والزخرفة وديع الصناعات التقليدية المرتبطة بجماليات البناء التقليدي، مما جعله ملماً بالموضوع وقادرا على الغوص في تفاصيله وخاصة ما له صلة بالجانب التطبيقي.

رحمه الله - والدكتور بشير سعيد، وأسدل ستارها بجلسة حوارية ختامية ترأسها الدكتور ابراهيم البنيضاني، وتلى فيها البيان الختامي والتوصيات. كانت مشاركة الباحثين متميزة، والذين قدموا أوراقا علمية ضمن مجالات اهتمامهم، وانسجاما مع موضوع المؤتمر، ونستحضر في هذا المقال مشاركة المغربية، على أمل أن تأتي الفرصة لاحقا لمتابعة ملخصات مداخلات باقي المشاركين من الدول العربية الأخرى، ونشر نتائجها من أجل تعميق الفائدة، وهكذا، قدم المغاربة الذين شاركوا في مؤتمر الأندلس، أربع مداخلات، نستعرض بعض نتائجها من خلال الآتي:

المداخلة الأولى: للباحث والشاعر الحسن أحمد زمكي عضو المكتب المسير المركز المغربي للاستثمار الثقافي - مساق: في موضوع: التأثير

مؤتمرا من السيدة فاطمة الفهرية التي كان لها الشرف في بناء معلمة جامع القرويين نموذجيا على ذلك. وجدير بالذكر أن الشاعر والأديب والباحث الحسن أحمد جمالي من أبناء مدينة فاس العريقة، وقد اشتمل في ترميم البناء العتيق مدة طويلة، بترميم خزانة جامعة القرويين، وله اهتمامات واسعة بأنماط المعمار والزخرفة وديع الصناعات التقليدية المرتبطة بجماليات البناء التقليدي، مما جعله ملماً بالموضوع وقادرا على الغوص في تفاصيله وخاصة ما له صلة بالجانب التطبيقي.

من المؤسسات العربية الرائدة في الوطن العربي وخاصة في شمال إفريقيا، يأتي الاتحاد الدولي للمؤرخين للتنمية والثقافة والعلوم الاجتماعية، باعتبار مؤسسة علمية أكاديمية مدنية مهنية مستقلة تجمع المؤرخين على مستوى العالم بغض النظر عن الحدود والجغرافية والدينية والوطنية والمذهبية، وتهتم بالدراسات الفكرية والتاريخية، وتعمل على تنظيم حملات للتحقق والتواصل والتفاعل بين المؤرخين والقراء الدقيقين للتاريخ والواقع واستشراف المستقبل. ويهدف الاتحاد الدولي للمؤرخين للتنمية والثقافة والعلوم الاجتماعية من تركزا للتحقق والتواصل والتفاعل بين المؤرخين على مستوى العالم، وتحقيق التعاون وتبادل الخبرات وبناء الشراكات التي تعزز السلم والأمن والتعاون، من خلال تنظيم حملات من الفعاليات الثقافية التي تروم الإلقاء بالمستوى الفكري والثقافي والاكاديمي للمؤرخ، والوصول إلى فكر تاريخي علمي أكاديمي تحليلي واقعي يتجاوز الصراع والخلاف ويدعو إلى توسيع آفاق التعاون بعيدا عن منطق الصراع والقوة المهيمنة، وحفاظا على وحدة الدول وثوابتها الوطنية.

قفز أحد المؤرخين وأمسك بزند المؤسسات العلمية داخل تونس وخارجها، ومن الفعاليات الثقافية التي نظمها الاتحاد مؤخرا، يأتي مؤتمر الأندلس: مسارات التاريخ والحضارة. على مدى ثلاثة أيام متتالية من 26 إلى 28 نوفمبر 2021، كانت تونس على موعد مع حدث ثقافي دولي، من تنظيم الاتحاد الدولي للمؤرخين للتنمية والثقافة والعلوم الاجتماعية، وبالتعاون مع عدد من المؤسسات والمراكز والجامعات، ومنها الجامعة الخضراء بتونس والمنظمة العربية للتربية والثقافة والعلوم، وجامعة سيدي محمد بن عبد الله بالمغرب والمعهد العربي للديموقراطية بتونس وكلية التربية جامعة سامراء بالعراق والمحكمة الدولية الدائمة للتكليم ومنظمة الصداقة الدولية وجامعة صلاح الدين بابل وجامعة بيان بابل ومنظمة أصحاب الأعمال للتنمية، والمركز المغربي للاستثمار الثقافي، مساق: علما أن المؤتمر كان قد تم الإعلان عن تنظيمه خلال الفترة من 12 إلى 15 أكتوبر 2021، بالحمامات بتونس، وبسبب الاحترازات الصحية ضد جائحة كورونا، تم تأجيل تنظيمه إلى 26 نوفمبر والجمع بين المشاركة الحضورية وعن بعد، استجابة لطلب بعض المشاركين الذين تعذر عليهم السفر بسبب الإجراءات الصحية في بلدانهم.

تمحور هذا المؤتمر الدولي حول موضوع: الأندلس... مسارات التاريخ والحضارة، والذي عُقد بتونس بالحمامات، وبمشاركة واسعة من الباحثين والأساتذة والشعراء من عدد من الدول العربية، كالعراق والأردن ومصر والمغرب والجزائر وتونس وليبيا وسلطنة عمان والسودان وموريتانيا. تم تقديم 49 ورقة بحثية، شارك فيها (59) باحثا ضمن جلسات حضورية وأخرى عن بعد، وجلسة افتتاحية رئيسية تضمنت كلمات الأساتذة: الدكتور سعيد البنيضاني الأمين العام للاتحاد الدولي للمؤرخين، والدكتور خالد شوكت رئيس المعهد العربي للديموقراطية، والدكتور زهير شمة الذي توفي بعد مشاركته في المؤتمر، كما قدم رئيس المحكمة الدولية الدائمة للتكليم الأستاذ بشير سعيد كلمته، أما كلمة الوفود المشاركة فقد ألقاها الأستاذ الدكتور عمارة فاضل حمزة، وشهد حفل الافتتاح تكريم المؤرخ العربي الأستاذ الدكتور عبد الجليل التميمي، بدرع الإبداع والتميز. ثم عقدت جلسة علمية رئيسية برئاسة الدكتور طارق الحمداي، تدخل فيها كل من الأساتذة الدكتور عبد الجليل التميمي والدكتور عبد الحفيظ عبيد والدكتور زهير شمة

إعلاناتكم في «الرسالة»

514 961 0777 / 450 972 1414
Email: elressalanews@gmail.com
fzemokhol@gmail.com
www.el-ressala.com

Jean Charest met en scène son retour en politique

La sortie de plusieurs députés conservateurs, dont Alain Rayes, qui supplient Jean Charest de se lancer dans la course à la chefferie de leur parti n'a rien d'un geste spontané.

C'est du moins ce qu'ont affirmé les collaborateurs de l'émission «La Joute», mardi.

Pour Thomas Mulcair, il est clair que Jean Charest souhaite créer un momentum et faire en sorte que son retour en politique soit réclamé.

«C'est orchestré et organisé, des sorties comme celle d'aujourd'hui. Il souhaite être souhaité», soutient le jouteur.

Stéphane Bédard, pour sa part, ne croit pas que la victoire soit acquise pour Jean Charest s'il se présente à la chefferie du Parti conservateur du Canada.

L'appel lancé par Alain Rayes et ses collègues doit trouver écho ailleurs au pays, estime le jouteur.

«S'il sort rapidement à ce moment-ci, c'est qu'il voit que s'il ne prend pas son momentum immédiatement, la course risque de lui glisser entre les doigts. Quand tu es sûr de gagner, tu attends», explique Stéphane Bédard.



Antonine Yaccarini se dit convaincue que Jean Charest sera candidat et que sa présence, ajoutée à celle de Pierre Poilievre, sera déterminante pour le futur de la formation politique.

«Je pense qu'une course Poilievre-Charest va être intéressante. Le Parti conservateur, qui est à la croisée des chemins, doit choisir entre la pureté des principes des conservateurs de l'ouest et le désir de gagner», mentionne la jouteuse.

Legault appuie les sanctions d'Ottawa contre la Russie

Le premier ministre François Legault juge qu'Ottawa a raison de vouloir imposer des sanctions économiques contre la Russie, dans la foulée de l'envoi de troupes de «maintien de la paix» par le Kremlin dans des régions séparatistes de l'Ukraine.

«Moi j'appuie le gouvernement fédéral dans toutes les sanctions qu'on peut mettre en place contre la Russie. Ça n'a pas de bon sens que la Russie pense attaquer l'Ukraine», a commenté M. Legault mardi.

«C'est terrible en 2022 de penser qu'on pourrait avoir une guerre dans les prochains jours», a poursuivi le premier ministre du Québec en affirmant que son «cœur est avec évidemment le peuple d'Ukraine et on espère que ça va se régler de façon pacifique.»

Selon M. Legault, on trouve environ 40 000 Québécois d'origine ukrainienne dans la province.

«L'invasion a commencé», juge la ministre Joly : entrevue Play Video

Lundi soir, la ministre des Affaires internationales, Mélanie Joly, avait annoncé qu'Ottawa allait déployer de nouvelles sanctions économiques contre la Russie.



Cette sortie faisait suite à l'annonce du président russe Vladimir Poutine de la reconnaissance de l'indépendance des territoires séparatistes du Donetsk et de Lougansk, un geste qui a ulcéré les pays occidentaux et miné les efforts de négociations pour éviter une guerre ouverte entre la Russie et l'Ukraine.

Crédits carbone: Bonnardel commande un rapport



Notre Bureau d'enquêtes a révélé cette semaine d'importantes lacunes dans le sceau vert du projet autoroutier en suivant la trace des compensations de GES émises lors de sa construction.

Parmi ces révélations: la plus grosse part des crédits achetés pour rendre le projet carboneutre provient d'une centrale hydroélectrique controversée en Inde et le ministère des Transports (MTQ) a accepté que la firme responsable, KPH-Turcot, fasse affaire avec une firme qui a perdu une certification et qui refuse de rendre des comptes.

Qui plus est, le quart des crédits n'avait pas été compensé avant que notre Bureau d'enquête fasse remarquer cette erreur au MTQ.

«Il y a certainement des choses à revoir», a commenté François Bonnardel en rappelant que le programme d'achats de crédits

carbone de son ministère avait été mis en place sous l'ancien gouvernement libéral.

L'automne dernier, le ministre caquiste vantait pourtant sans détour la «carboneutralité» du projet de l'échangeur Turcot, construit au coût de 4 milliards \$.

Selon les partis d'opposition, cet épisode jette un doute sur la capacité du gouvernement à construire un tunnel carboneutre entre Québec et Lévis comme il s'y est pourtant engagé.

Santé Canada approuve le vaccin de Medicago

Le vaccin québécois Medicago contre la COVID-19 a reçu le feu vert de Santé Canada pour les personnes âgées de 18 à 64 ans, jeudi, après de longs mois d'analyse par le ministère.

Produit à partir de plantes, ce vaccin requiert deux doses administrées dans une intervalle de 21 jours pour atteindre son plein potentiel de couverture.

«Le vaccin devrait être disponible d'ici environ trois mois au Canada» selon le Dr. Marc Berthiaume, directeur du Bureau des sciences médicales à Santé Canada.

Les essais cliniques ont démontré une efficacité de 71% contre l'infection symptomatique et à 100% contre le développement de symptômes graves de la COVID-19.

«Ces essais se sont déroulés alors que de nombreux variants étaient en circulation. Par conséquent, les données qui en découlent permettent de penser que le vaccin serait efficace contre différents variants, dont le variant Delta», indique Santé Canada, qui ajoute que des données préliminaires pointent vers une production d'anticorps contre Omicron.

«Santé Canada a terminé son examen approfondi et indépendant de la soumission de Medicago et a déterminé que son vaccin contre la COVID-19 répondait à ses exigences rigoureuses en matière d'innocuité, d'efficacité et de qualité. Il s'agit d'une étape importante pour le Canada dans sa lutte contre la pandémie. Célébrons la science, les entreprises et les chercheurs de chez nous!», a souligné par courriel le Cabinet du ministre de la Santé, Jean-Yves Duclos.

Fondée à Québec en 1999, Medicago a déjà reçu l'appui des gouvernements provincial et fédéral pour son développement.

Une usine de fabrication à grande échelle – au coût de 245 millions \$ – devrait voir le jour en 2024 dans la capitale nationale. Une fois terminée, l'entreprise pharmaceutique estime qu'elle pourra produire plus d'un milliard de doses de vaccin par année. L'année dernière, Medicago disait qu'elle était en mesure de produire jusqu'à 80 millions de doses par an dès 2021.

«L'invasion a commencé», juge la ministre Joly

La ministre des Affaires étrangères, Mélanie Joly, estime que la Russie a, de facto, déjà entamé son invasion de l'Ukraine en reconnaissant l'indépendance des régions indépendantistes de Donetsk et du Lougansk.

«Pour nous, l'invasion a commencé. Sur cette base-là, les sanctions économiques ont été imposées aujourd'hui. Si la Russie décide de continuer son invasion, les sanctions vont augmenter», a fait valoir Mme Joly en entrevue à l'émission «Le Bilan» à LCN, mardi soir.

«Je pense que la menace est réelle et qu'elle est imminente. [...] C'est la plus grande menace à la stabilité mondiale, je dirais, depuis la Seconde Guerre mondiale», a poursuivi la ministre.

Aux yeux de Mme Joly, l'imposition de sanctions économiques visant à nuire aux affaires diplomatiques russes par le Canada et ses alliés pourrait amener le président russe Vladimir Poutine à réfléchir avant de poursuivre son invasion en Ukraine, voir vers d'autres pays d'Europe de l'Est.

«Le but, c'est qu'on continue la diplomatie, mais aussi que les sanctions économiques soient tellement fortes que ça affecte directement le régime russe, éventuellement les oligarques et tout le système financier russe», a exposé la politicienne.

En plus des sanctions, le Canada a annoncé d'envoie



de centaines de militaires supplémentaires en Lettonie, un pays balte membre de l'OTAN. Par contre, il ne s'agit pas d'une mission de combat, a-t-elle tenu à préciser.

«Le but, c'est d'empêcher une guerre. La voie diplomatique est encore ouverte, mais je vous dirais que la fenêtre d'opportunité pour une résolution diplomatique se réferme et c'est pas à cause du Canada, c'est pas à cause des Américains, c'est pas à cause non plus de l'Union européenne, c'est vraiment parce que le président Poutine est dans cet état d'esprit qui est extrêmement préoccupant», a affirmé Mme Joly, qui juge que M. Poutine se cherche seulement un prétexte pour pouvoir passer à l'offensive.

Savez-vous qu'en Égypte:-

Le Canal de Suez enregistre en janvier 2022 un revenu record de 544 Millions de dollars le plus grand depuis l'ouverture de canal 1869

Ces revenus records de 544 millions de dollars ont été accompagnés d'un record du nombre des bateaux qui ont traversé le canal en janvier dans les deux sens de 1774 bateaux. De plus, la compagnie de canal de suez enregistre le meilleur revenu de son histoire pour l'an 2022 d'un montant de 6 milliards de dollars avec un nombre record de bateau qui ont traversé le canal durant cette période de 20 694 bateaux dans les deux sens.

À ce propos, il est important de mentionner que tous

ces records en été enregistré grâce à la réalisation d'un nouveau canal en l'an 2015 qui a coûté près de 64 milliards de livres égyptiennes.

En terminant, il est intéressant de mentionner que le second canal a été réalisé en un temps record d'un an pour un passage entre deux mers et qui a été inscrit dans le livre Guinness des records.




Samir Sidarous



Your Support to our new expansion projects

Will enable us to provide treatment and care to many more children





Knowledge Into Action

For the sake of not turning away any child with cancer and

Thanks to your Support

We have already launched the execution of the new expansion

How to donate:

Immediate tax deductible receipt with online donation

Visit our website: www.egyptcancernetwork.ca - and click on donate now

Donations by checks sent to: 3319 Stalybridge Drive L6M 0H1, Oakville, Ontario, Canada

Phone: (+1)289 4000 190

[f Egypt Cancer Network 57357 canada](https://www.facebook.com/EgyptCancerNetwork57357Canada)



Salah ACHKAR

A toi ma chère collègue poétesse Lena Babetty

Un vide est né circonstanciel
Qui a changé notre vie même le ciel
Au fond de moi, tu restes Une
La tige de la fleur transformée en miel

J'avance à travers le temps
Des périodes tristes dorénavant
Le vent souffle vers l'inconnu
Mes envies s'accrochent tout devant

Pensant à toi, à ta sagesse
Je m'attache fort à ma promesse
Chaque instant m'éloigne de toi
Ajoute à mon amour une tendresse

Qui m'accroche malgré la distance
Tes paroles douces prouvent ta présence
A mes côtés tout près de moi
Je ne t'oublierai jamais, fleur de toute instance

Il est vrai que le temps est dur
Les patriotes expriment qu'ils sont devenus mûres
Par une compréhension adéquate
Et un comportement



Pour vos annonces au Journal El Ressala
(514) 961-0777 / (450) 972-1414

elressalanews@gmail.com fzemokhol@gmail.com www.el-ressala.com

For information and booking kindly
contact our central reservation
department on:

CAROLS
BEAU RIVAGE MATROUH

Phone: 0222687565, 0222687585

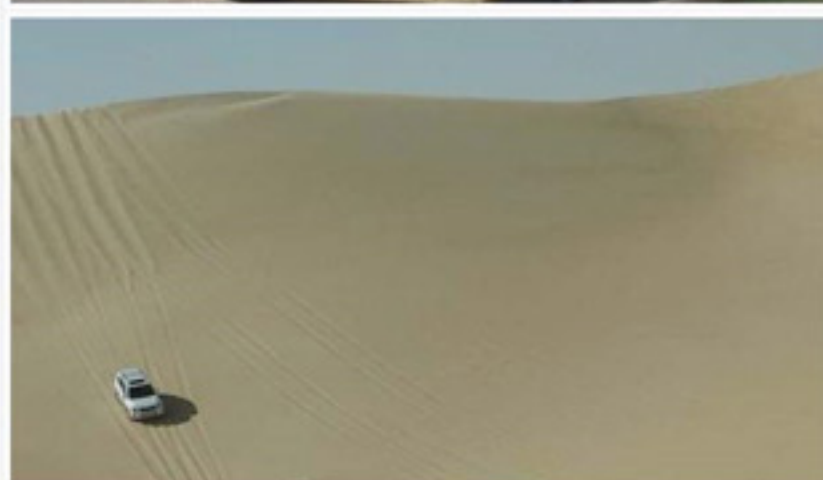
Mobile: 01142521444

Email: res.cairo@carolshotels.com

تمتعوا ببحر وشمس مرسى مطروح
Hotel Carols Beau Rivage



**WELCOME
TOURS**



WELCOME TOURS

تقدم لك :

- Desert safari
- Beach Holidays
- Nile Cruises
- Conference & meetings
- Incentive
- Tranportation & limousine services
- Self tailored tours
- FIT & Private services
- Meetings & cooperates services

For more information & booking kindly
contact us on:

Phone: +2022685045 - +20222660550

Email: operation@welcometours.net

الجمعة ٢٥ فبراير 2022 Vendredi 25 février 2022

وسط حضور عدد كبير من السائحين .. الشمس تتعاود على وجه رمسيس الثاني



تعاودت الشمس على وجه رمسيس الثاني بمعبده الكبير قس الأقداس بأبو سبيل، فجر يوم الثلاثاء، بحضور وزير السياحة والآثار الدكتور خالد الغناني، والكثيرة إيناس عبد الدايم، وزيرة الثقافة، ومحافظ أسوان أشرف عطية، وعدد كبير من السائحين والمصريين. وقال الدكتور عبد المنعم سعيد، مدير آثار أسوان والولاية، إن الشمس تعاودت على وجه رمسيس الثاني بمعبده الكبير بمدينة أبو سبيل في تمام الساعة السادسة و٢٢ دقيقة واستمر ت ٢٠ دقيقة، لتعلن بداية موسم الحصاد عند القمامة المصريين. وأشار سعيد، إلى أن الاحتفالية جاءت هذا العام متميزة، نظراً لأن تعاود الشمس على وجه الملك رمسيس الثاني بمعبده يتزامن مع تاريخ ميلاد الغناني، وهو ٢٢/٢/٢٠٢٢. وكانت منطقة آثار أبو سبيل، قد خصصت سيارات جولف لنقل السائحين داخل ساحة معبد أبو سبيل خاصة من كبار السن وذوي الاحتياجات الخاصة، لمتابعة ظاهرة تعاود الشمس على وجه الملك رمسيس الثاني. وأشار سعيد، إلى أن ظاهرة تعاود الشمس تعد فريدة من نوعها حيث يبلغ عمرها ٣٣ قرناً من الزمان. وجسد التقدم العلمي الذي توصل له القمامة المصريين، خاصة في علم الفلك والنحت والتخطيط والهندسة والتصوير والدليل على ذلك الآثار والمباني العريقة التي شيدها في كل مكان. ووفق ما تقول وزارة الآثار المصرية فإن الظاهرة

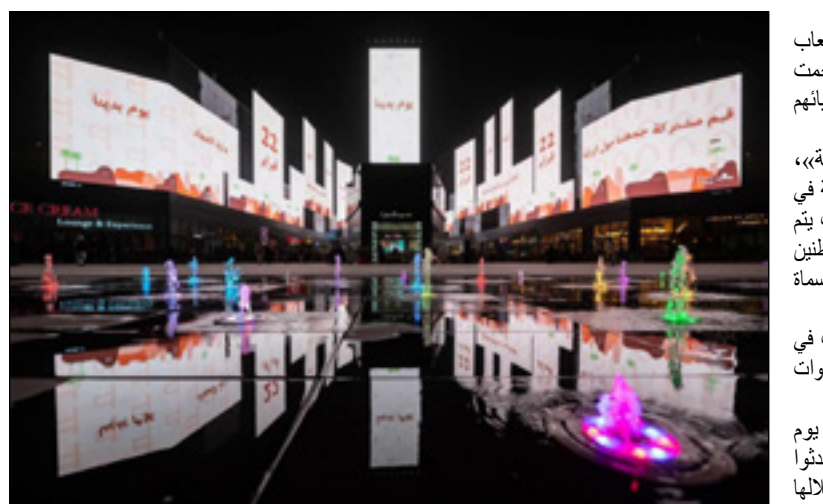
تتم مرتين خلال العام إحداهما يوم ٢٢ أكتوبر احتفالاً ببدء موسم الحصاد، والأخرى يوم ٢٢ فبراير احتفالاً بموسم الفيضان والزراعة، وتحدث بتعاود شعاع الشمس على تماثيل الملك رمسيس الثاني وتماثيل أمن ورع حور لتخترق الشمس صالات معبد رمسيس الثاني داخل قس الأقداس. وكانت ليلة التعاود قد شهدت فعاليات مشاهدة عرض للصوت والضوء بـ ٧ لغات، فيما شهدت ليلة التعاود فعاليات ختم فعاليات مهرجان أسوان الدولي التاسع

مصائد للغزلان في صحراء الأردن عمرها 9000 عام



أعلن فريق من علماء الآثار الأردنيين والفرنسيين اكتشاف موقع أثري عمره 9000 عام يعود إلى العصر الحجري الحديث في موقع ناه بصحراء الأردن الشرقية، ويضم مصائد حجرية. وجرى اكتشاف مجمع الطوقس في موقع يعود إلى العصر الحجري الحديث بالقرب من الهياكل الكبيرة المعروفة باسم «الطائرات الورقية الصحراوية»، أو الفخاخ الجماعية التي يعتقد أنها استخدمت في صيد الغزلان البرية للذبح. كما تتكون هذه المصائد من جدارين حجريين طويلين أو أكثر، يتقاطعان نحو سياج وتنتشر عبر صحاري الشرق الأوسط. إلى ذلك، قال عالم الآثار الأردني وائل أبو عزيزة، المدير المشارك للمشروع، إن «الموقع فريد، أولاً بسبب حالة الحفظ خاصة (...). عمره 9000 عام وكان كل شيء على ما يرام تقريباً». وداخل الضريح كان هناك حجران قائلان منحوتان يحملان أشكالاً مجسمة، أحدهما يحمل تجسيدا لـ «طائرة ورقية صحراوية»، إضافة إلى منيح وموقد وأصداف بحرية ونموذج مصغر لمصيدة الغزلان. من جهته، أوضح الباحثون في بيان أن الكشف الأثري «يلقي ضوءاً جديداً بالكامل على الرمزية والتعبير الفني وكذلك الثقافة الروحية لهذه المجموعات السكانية في العصر الحجري الحديث والتي لم تكن معروفة حتى الآن». وورد في البيان كذلك أن قرب الموقع من الفخاخ يشير إلى أن السكان كانوا صيادين

البوليفارد تحتفل بيوم التأسيس عبر الألعاب النارية



أطلقت منطقة بوليفارد رياض سيتي الألعاب النارية احتفالاً بـ «يوم التأسيس»، التي اذمحت بالزوار المحتفلين بهذا اليوم التاريخي عبر أزيائهم التقليدية. وأظهر مقطع فيديو نشرته قناة «الإخبارية»، سماء الرياض تتزين بعروض الألعاب النارية في بوليفارد، خلال احتفالات يوم التأسيس، حيث يتم توفير عروض الألعاب النارية مجاناً أمام المواطنين دون تذاكر للاستمتاع بمشاهدة هذه العروض، المسماة بعرض «الضوء». كما يتم خلال عرض الضوء رسم 10 لوحات في السماء من خلال الألعاب النارية، المصنوعة بأصوات الموسيقى العالية. وشهدت منطقة بوليفارد رياض سيتي عشية يوم التأسيس حضوراً كثيفاً من المحتفلين الذين احتضروا تمارجاً استثنائية، عبر أزيائهم التي اختلفت من خلالها تاريخ الأوس بأسجاد اليوم، في واحدة من أكبر محاضن الترفيه وأكثرها تنوعاً وإبهاجاً للزوار على المستويات المحلية والإقليمية. وأدت شاشات سكوير بمنطقة بوليفارد رياض سيتي دورها في إعادة الزوار إلى أيام تأسيس الدولة السعودية، وبداياتها الأولى من خلال المحتوى المتنوع الذي تعرضه من أزياء وطنية، وأعلام مرفرفة، في أجواء وطنية تعكس التضام الكبير لدى السعوديين منذ 3 قرون. وكان موسم الرياض قد أعلن مجانبته الدخول إلى منطقتي «بوليفارد رياض سيتي» و«ونترلاند» في 22 الشهر الجاري، لكل زائر يرتدي أزياء يوم التأسيس، مع مجانبته الدخول للأطفال من عمر 12 سنة فأقل، وذلك تحت شعار «من يوم بدينا والأناقة

منا وفيها»، كما أعلن مجانبته الدخول يومياً إلى منطقة «ونترلاند» للأطفال من عمر 12 سنة فأقل. وتستحضر المملكة العربية السعودية قيادة وشعباً في يوم التأسيس مسيرة 3 قرون مضت، وما تحملها من أحداث ومواقف خلدها كتب التاريخ والسير، وبرزت معالمها على امتداد الجزيرة العربية، إذ لم تكن دولة وليدة بل تشكلت على مدى قرون ورسخت قواعد الدولة المتنامية التي أرسى الحكيم، وجعلت أمن المجتمع في مقامة اهتماماتها مع

Amir Helkany, B. Pharm
Pharmacien - propriétaire
Pharmacie Amir Helkany
895, rue de la Gauchetière O.
Montréal Québec H3B 4G1
Tél.: 514-861-8947
Fax: 514-861-9670
تتكلم اللغة العربية، الفرنسية والإنجليزية
نقوم بتوصيل الدواء أينما تكونون داخل مدينة مونتريال أو خارجها
affilié à: **uniprix** SANTÉ

Canadian Realities
مع واقفنا
بقلم: كنده الجيوش

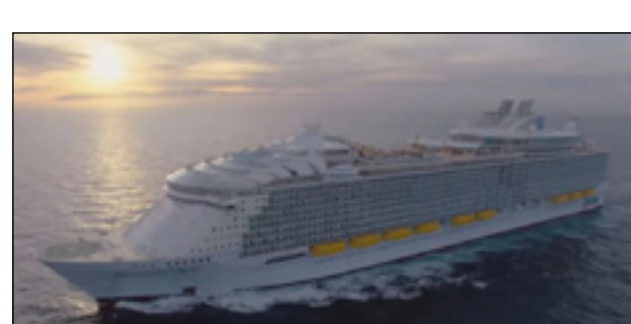
الدكتور بشار الصلح.. سلاماً

لا يفارقه البشاشة والابتسامة التي كانت كفيلاً يحل النزاعات حين التوسط في الخلافات. وعلى الصعيد الاجتماعي في الجالية كان الدكتور الراحل بشار الصلح رحمه الله الذي رحل عن دنيانا هذا الشهر ليكون مع الكرم في عيلائه. الدكتور بشار الصلح وهو كندي من أصل سوري من أقدم وألمع الأطباء المهني يشهد للدكتور بشار جودة الخدمة والأداء ويتجلى ذلك في مواقع تقييم الأطباء. وعمله الطيب جعل أرواح الناس ومحبته تحمله في القلوب في الدنيا وفي رحلته الأخيرة هذا الشهر في القلوب وعلى الأيدي، خسارته كبيرة للجالية في مونتريال ولكنه الآن عند رب كريم. الدكتور بشار الذي طالما كان يحب السلام بين الناس جميعاً وبين الأديان وبين الشعوب ويقول ويعمل مبعداً «الصلح خير»، وهو أساس اسمه وعائلته ونهجه بالحياة الدكتور بشار أسس مراكز طبية كثيرة في منطقة مونتريال وقد كان آخرها مركز ابن سينا الطبي في غرب مونتريال. وما قيل عنه: «على الصعيد الإنساني يتميز الدكتور بشار الصلح بالطيبة والإحسان والتسارع إلى الخير. لم توعد يوماً عيادته الطبية أمام المحتاجين وعابري السبيل وهم كثر من كان بحاجة إلى طبيب ولم يكن يتمتع بتأمين صحي ولا بموارد مالية.

مجرد كلمة

ترقبوا فيلم الموسم «جلطوني مجرماً» بطولة : فلاديمير بوتين إخراج : جو بايدين إنتاج أوروبي مشترك

أعجوبة البحار.. أكبر سفينة في العالم تستعد للابحار



بعدما استغرق صنعها نحو 3 سنوات، تستعد أكبر سفينة سياحية في العالم، التي أطلق عليها اسم «أعجوبة البحار» لاستقبال الركاب. السفينة التي سلمت شهر يناير الماضي لأحدى الشركات الأمريكية، يبلغ ارتفاعها 362 متراً، ومن المقرر أن تبدأ رحلتها الأولى من مدينة فورت لودرديل في ولاية فلوريدا إلى منطقة البحر الكاريبي، في 4 مارس المقبل. وكان من المقرر تسليم السفينة في عام 2021، لكن تم تأجيل ذلك بسبب جائحة كورونا. وبنيت السفينة السياحية المكونة من 18 طابقاً في حوض بناء السفن في سان نازير بفرنسا، وتتسع لـ 6988 ضيفاً و2300 من أفراد الطاقم. وتتكون السفينة المصنوعة من 8 مناطق،

إعلاناتكم في «الرسالة»
(450) 972-1414
(514) 961-0777
elressalanews@gmail.com
fzemokhol@gmail.com
www.el-ressala.com

هل أنت مؤهل للحصول على دعم من الحكومة الكندية 40%-20 على منحراك لتعليم أولادك
رفيق زمكحل
Tel: (905) 780-6770
Fax: (905) 780-3536
Cell: (947) 960-5801
Toll Free 1-866-627-9425
Rafik-Z@Rogers.com

التأمين ضد الأمراض
أحصل على قيمة التأمين بعد تشخيص المرض أو أحصل على كل نفودك بالكامل إذا بقيت عقياً سليماً
RISK
ماری حليم
Office 905-790-6770 Cell 416-712-5041 Fax 905-790-3536
Toll Free 1-866-MARY-HALIM email: MaryHalim2rogers.com

آخر عمود
فريد زمكحل

كوني ملك عمري

قالت: أنت لذاتي .. في ذاتي الحضور الحروف والمعاني يا حبيبي والسطور ووحدي القصيدة ولديك أوزان البحور حين تغضب يا حبيبي أو تتور حين تستسلم لعنفوان الصخور حين تترقب نبض قلبي يا حبيبي .. لا تجور وتدعوني أشرب من نخب فيك أطياب الخور لأنني أهواك بعنف .. وأعشق فيك الغرور وثورات العشق تتجج يا حبيبي برضوخ الشعور قُلت: يسعدني اعترافك اليوم بهيامي والظهور أنت في صحيفة آثامي والحب أنت في كل أيامي فيض المحبة و نبع الإلهامي في جلوسي يا حياتي أو قيامي أو حين تاتيني في رقيق منامي بصحبة قصيدة .. يا روعة كلامي فأشعر بقربك .. شعوري بمسامي وأفخر بعشقتك.. فخري بفرامي ووحدي في عمري كل النساء وكل الاسامي!

قالت: أمير المعاني قيصر الشعر الجديد سنبقى في قلبي العشق الفريد ودوما في عمري الحب الأكيد أضحك لحصني كطفي الوليد أضحك لصدري كطفي الوحيد وستصلك رسالتي عبر البريد وفيها اعتراف يحمل جديد وأنت لقلبي .. ضحك الوريد بأنك في نبضي عزف النشيد أهلي وناسي ووطني الطريد دمة الأوس على الغد الشريد وأحكك حياتي مفادها المفيد في عروقي .. النيل يجري فاشربي من نخب نهري طعن العروبة .. أحنى ظهري فذكريني .. بأني مصري للعروبة .. وهبت عمري أموت ويبقى للدهر فخري ينقش على الصخر نصري فأقبلي اليوم عذري واشربي من فيض حبي واسكري من نهر خمري واطيعي بالحب امري وكوني ملك عمري وأنت .. كل عمري

قُلت: فاشربي من نخب نهري طعن العروبة .. أحنى ظهري فذكريني .. بأني مصري للعروبة .. وهبت عمري أموت ويبقى للدهر فخري ينقش على الصخر نصري فأقبلي اليوم عذري واشربي من فيض حبي واسكري من نهر خمري واطيعي بالحب امري وكوني ملك عمري وأنت .. كل عمري

fzemokhol@gmail.com

أخوان
AKHAVAN SUPERMARCHÉ
سوبرماركت اخوان
Mediterranean & Middle-Eastern food
أخوان كبرى الأسواق التجارية التي توفر لك كل ما يحتاجه البيت من المنتجات الغذائية الإيرانية والشرقية
15760, boul. Pierrefonds 6170, rue Sherbrooke O. Mont. Qc.
Tél.: 514.620.5551 Tél.: 514.485.4887
Fax: 514.620.5371 Fax: 514.485.7009
www.akhavanfood.com

Amir Helkany, B. Pharm
Pharmacien - propriétaire
Pharmacie Amir Helkany
895, rue de la Gauchetière O.
Montréal Québec H3B 4G1
Tél.: 514-861-8947
Fax: 514-861-9670
تتكلم اللغة العربية، الفرنسية والإنجليزية
نقوم بتوصيل الدواء أينما تكونون داخل مدينة مونتريال أو خارجها
affilié à: **uniprix** SANTÉ

PHOTO & VIDEO
JS MEDIA
514 961 8206
MARIAGE BAPTÊME PHOTO D'IDENTITÉ
4237 Boul Notre dame, Laval