

التأمين ضد الأمراض
أحصل على قيمة التأمين بعد تشخيص المرض أو أحصل على كل نفودك بالكامل إذا بقيت عافيا سلباً

RISK

ماری حليم

Office 905-790-6770 Cell 416-712-5041 Fax 905-790-3536
Toll Free 1-866-MARY-HALIM email: MaryHalim@grogers.com



بدون رتوش

فريد زمحل

قرصان العصر الحديث !!

بالقوة، بخلاف تهديداته المستمرة بضم كوبا وقيامه بفرض قواعد ضريبية جديدة على كل دول العالم، ويراهما الكل بأنها غير عادلة وتعد بمثابة «جزية مفروضة» على جميع دول العالم من غير وجه حق فمن يقوم باختطاف رئيس دولة للاستيلاء والهيمنة على بترولها، وأنا هنا أتكلّم عن الرئيس نيكولاس مادورو الذي تم اختطافه مع زوجته ونقلهما للولايات المتحدة الأمريكية من فنزويلا في يناير 2026 بناءً على تعليمات مباشرة من هذا القرصان الأمريكي المكروه من الداخل والخارج للاستيلاء على حقول النفط في هذا البلد المستقل وضاربا عرض الحائط بالقوانين والموافق الدولية المنظمة للعلاقات بين الدول.

وكم تم القضاء على حلف وارسو سابقاً يتم الآن القضاء على حلف الناتو، وهو ما يؤكد واقع المعركة الأخيرة ضد الدولة الفارسية صاحبة التاريخ العريق، وانقلاب الاتحاد الأوروبي على الولايات المتحدة في محاولة من جميع الدول الأوروبية للتخلص من هذه التبعية العذبة، خاصة بعد التصريحات المهينة والمعيبة لهذا القرصان الأمريكي ضد رأس الكنيسة الرومانية الكاثوليكية قداسة البابا لاون الرابع عشر، لأنه قال صراحة بأنه لا توجد حرب مقدسة في المسيحية والكنيسة الكاثوليكية، وإنما سلام مقدس. والبابا لاون أو «ليو» هو أول بابا أمريكي في تاريخ الكنيسة الكاثوليكية في الفاتيكان يرفض هذا بخلاف تهديداته المستمرة لتكندا والحكومة الكندية بأنه سيجعلها الولاية الأمريكية رقم 51 بعد ضمها واستقرار العالم.

fzemokhol@gmail.com

كوريا الجنوبية تؤكد التزامها بمعاهدة عدم انتشار الأسلحة النووية



أكد وزير الخارجية الكوري الجنوبي جو هيون اليوم الخميس، التزام بلاده بمعاهدة عدم انتشار الأسلحة النووية، متمهداً بمواصلة التنسيق الوثيق فيما يتعلق بسعي سول لاقتناء غواصات نووية. جاء ذلك خلال لقاء جو هيون مع المدير العام للوكالة الدولية للطاقة الذرية رافائيل جروسي في سول؛ لمتابعة خطة كوريا الجنوبية لبناء غواصات تعمل بالطاقة النووية والبرنامج الكوري الشمالي النووي. ومن جانبه، أعرب جروسي عن أمله في أن تواصل سول الالتزام بتعهداتها في جانب جهودها لتأمين قدرات تخصيب اليورانيوم وإعادة معالجة الوقود النووي المستهلك للأغراض المدنية.

الجيش السوري يتسلم قاعدة عسكرية بعد انسحاب التحالف الدولي منها



أعلنت وزارة الدفاع السورية، الخميس، أن قواتها تسلمت قاعدة عسكرية في شمال شرق البلاد بعد خروج قوات التحالف الدولي، وسبق لتحالف مكافحة الإرهاب أن انسحب من قواعد عدة في سوريا خلال الأسابيع الأخيرة.

أمريكا متفائلة بإمكانية الاتفاق مع إيران وتزيد الضغط الاقتصادي



عبرت إدارة الرئيس الأمريكي دونالد ترامب أمس الأربعاء عن تفاؤلها إزاء إمكانية التوصل إلى اتفاق لإنهاء الحرب مع إيران، محذرة في الوقت نفسه من تصعيد الضغوط الاقتصادية على طهران إذا استمرت في التحدي. وقال ترامب إنه يعتقد أن الحرب التي شنها مع إسرائيل وأخر فبراير شباط قد شارفت على الانتهاء، رغم دخول الحصار البحري الذي أعلنه حين التنفيذ وبقاء حركة الملاحة عبر مضيق هرمز أقل بكثير من مستوياتها الطبيعية. وحذرت الولايات المتحدة من إمكانية فرض عقوبات ثانوية على مشتري النفط الإيراني، في محاولة واضحة لكسب نقاط ضغط قبل جولة جديدة من المفاوضات، وذلك بعد أسابيع قليلة من تخفيف واشنطن لبعض العقوبات المفروضة على قطاع الطاقة الإيراني. ويدرس مسؤولون أمريكيون وإيرانيون العودة إلى باكستان لاستئناف المحادثات في أقرب وقت ممكن، ربما في مطلع الأسبوع، بعد انتهاء مفاوضات يوم الأحد دون تحقيق أي تقدم. ووصل رئيس أركان الجيش الباكستاني، الذي يلعب دور الوساطة، إلى طهران اليوم الأربعاء في محاولة لمنع تجدد العمليات العسكرية. وقالت المتحدثة باسم البيت الأبيض كارولين ليفيت في مؤتمر صحفي «نشعر بتفاؤل حيال احتمالات

وقف النار أولاً... عون يحدد شروط المسار التفاوضي



في ظل المساعي الدبلوماسية لاحتواء التصعيد، شدّد رئيس الجمهورية جوزاف عون على أن وقف إطلاق النار يشكل المنحل الأساسي لأي مسار تقاضي، مؤكداً تمسك لبنان بسيادته في إدارة هذا الملف. وقد أكد عون أن وقف إطلاق النار الذي يطالب به لبنان مع إسرائيل يشكل المنحل الطبيعي للمفاوضات المباشرة بين البلدين، وذلك خلال استقباله وزير الدولة البريطاني لشؤون الشرق الأوسط هاميش نيكولاس فالكونر.

مستشار خامنئي يهدد بإغراق سفن أميركية في مضيق هرمز



ويمكننا تمهيراها. وفي تصريح لافت، اعتبر رضائي أن أي غزو بري أميركي لإيران سيكون فرصة، قائلاً إن طهران قد تأخذ الألف الرهائن وتحصل على مليار دولار مقابل كل رهينة. كما أعلن رفضه تمديد وقف إطلاق النار، واصفاً ذلك بأنه رأي شخصي، مؤكداً في تصريحات نقلتها وكالة إسنا أن إيران لن تتخلي عن مضيق هرمز ما لم تحترم حقوقها بشكل كامل.

الصين تؤكد دعمها لاستمرار زخم وقف إطلاق النار ومحادثات السلام بين إيران والولايات المتحدة

استعادة الملاحة الطبيعية عبر المضيق. وأشار وانج إلى أن الرئيس الصيني، شي جين بينج، قدم مقترحاً من أربع نقاط لتعزيز السلام والاستقرار في الشرق الأوسط، وأكد أن الصين مستعدة لمواصلة العمل على خفض التصعيد، وتيسير تحسين العلاقات بين دول المنطقة، والقيام بدور بناء في تحقيق سلام واستقرار دائمين في الشرق الأوسط. ومن جانبه، أطلع عراقي وانج على آخر مستجدات المفاوضات الإيرانية الأمريكية، وعلى موقف إيران، مؤكداً أن طهران مستعدة لمواصلة السعي نحو حل عقلائي وعلمي من خلال محادثات السلام. وأشاد عراقي بالجهود الصينية المتواصلة للمساهمة في تخفيف حدة التوتر في المنطقة، مضيفاً أن طهران تتوقع من بكين أن تقوم بدور إيجابي في تعزيز السلام وإنهاء الحرب.

في ظل المساعي الدبلوماسية لاحتواء التصعيد، شدّد رئيس الجمهورية جوزاف عون على أن وقف إطلاق النار يشكل المنحل الأساسي لأي مسار تقاضي، مؤكداً تمسك لبنان بسيادته في إدارة هذا الملف. وقد أكد عون أن وقف إطلاق النار الذي يطالب به لبنان مع إسرائيل يشكل المنحل الطبيعي للمفاوضات المباشرة بين البلدين، وذلك خلال استقباله وزير الدولة البريطاني لشؤون الشرق الأوسط هاميش نيكولاس فالكونر.

وشدّد على حرص لبنان على وقف التصعيد في الجنوب وسائر المناطق، لوقف استهداف المدنيين وتدمير المنازل، مؤكداً أن المفاوضات تتولاها السلطات اللبنانية حصراً كونه مسألة سيادية لا يمكن إشراك أي طرف آخر فيها. وأشار إلى أن انسحاب القوات الإسرائيلية من الأراضي اللبنانية يعد خطوة أساسية لتثبيت وقف إطلاق النار، بما يتيح إعادة انتشار الجيش اللبناني حتى الحدود الدولية وبسط سلطة الدولة بشكل كامل وإنهاء أي مظاهر مسلحة. كما لفت إلى أن القرارات التي اتخذتها الحكومة، لا سيما تلك المتعلقة بحصرية السلاح، ستندفج بما يخدم مصلحة لبنان ويؤمن حماية جميع اللبنانيين. في المقابل، أبلغ الوزير البريطاني الرئيس عون دعم بلاده للجهود اللبنانية الرامية إلى وقف إطلاق النار وإطلاق مسار تقاضي، مؤكداً تأييد المملكة المتحدة لقرارات الحكومة اللبنانية، ومعلناً تقديم مساعدة إنسانية بقيمة 20.5 مليون جنيه إسترليني

ويمكننا تمهيراها. وفي تصريح لافت، اعتبر رضائي أن أي غزو بري أميركي لإيران سيكون فرصة، قائلاً إن طهران قد تأخذ الألف الرهائن وتحصل على مليار دولار مقابل كل رهينة. كما أعلن رفضه تمديد وقف إطلاق النار، واصفاً ذلك بأنه رأي شخصي، مؤكداً في تصريحات نقلتها وكالة إسنا أن إيران لن تتخلي عن مضيق هرمز ما لم تحترم حقوقها بشكل كامل.



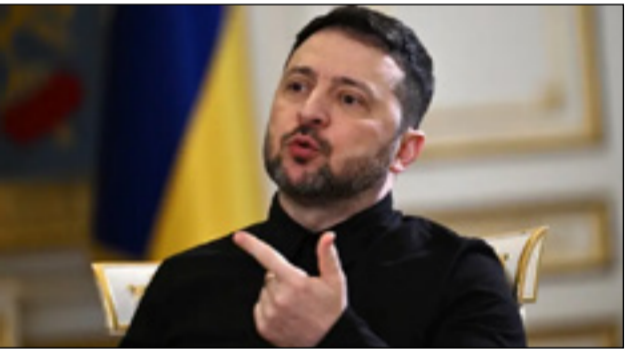
أعرب وزير الخارجية الصيني، وانج بي، عن دعم الصين لاستمرار زخم وقف إطلاق النار ومحادثات السلام، لما يعكس التطلعات المشتركة لدول المنطقة والمجتمع الدولي. وجاء ذلك خلال اتصال هاتفى أجراه وانج مع وزير الخارجية الإيراني عباس عراقجي لبحث آخر تطورات الصراع بين الولايات المتحدة وإيران. وقال وانج إن الوضع الراهن وصل إلى مرحلة حرجة بين الحرب والسلام، مع وجود فرصة سانحة للسلام. ودعا وزير الخارجية الصيني إلى ضرورة ضمان حرية وسلامة الملاحة الدولية عبر مضيق هرمز، لافتاً إلى أن هذا هدف مشترك من المجتمع الدولي للسعي إلى

بابا الفاتيكان: العالم بحاجة إلى سماع رسالة سلام



قال البابا ليو الرابع عشر بابا الفاتيكان، الأربعاء، إن العالم بحاجة إلى سماع رسالة سلام وتعايش، بعد أن هاجمه الرئيس الأمريكي دونالد ترامب، للمرة الثانية هذا الأسبوع على مواقع التواصل الاجتماعي. وفي حديث خلال رحلة من الجزائر إلى الكاميرون في المحطة الثانية من جولته التي تستغرق 10 أيام بإفريقيا، حث البابا ليو -أول أمريكي يقود الفاتيكان- على احترام جميع الناس وقال إن جولته حتى الآن أظهرت أهمية السعي إلى الحوار بين مختلف الطوائف. وأضاف البابا ليو: «على الرغم من اختلاف معتقداتنا، واختلاف طرق عبادتنا، واختلاف طرق عيشنا، يمكننا أن نعيش معاً في سلام»، في إشارة إلى زيارة استمرت يومين إلى الجزائر ذات الأغلبية المسلمة وحيث تشكل الكنيسة الكاثوليكية أقلية صغيرة.

زيلينسكي بعد مقتل 14 أوكرانيا: موسكو لا تستحق رفع العقوبات



شدّد الرئيس الأوكراني فولوديمير زيلينسكي الخميس على أن العقوبات على موسكو يجب ألا ترفع، معلّقاً بذلك على مقتل 14 من مواطنيه على الأقل جراء ضربات روسية بمبناات الصواريخ والمسيرات في الساعات الأربع والعشرين الأخيرة. وأفاد سلاح الجو الأوكراني بأن القوات الروسية أطلقت 659 طائرة مسيرة في الهجوم و44 صاروخاً خلال 24 ساعة، مضيفاً أن وحدات الدفاع الجوي أسقطت منها 636 طائرة مسيرة و31 صاروخاً. وأشارت السلطات إلى أن من بين القتلى الذين سقطوا ليلة الأربعاء إلى الخميس في أوكرانيا سبعة في أوديسا جنوباً، وأربعة في العاصمة كييف، وثلاثة في منطقة دنيبروبتروفسك بوسط البلاد. كذلك تسببت هذه الضربات في إصابة العشرات بجروح في مناطق عدة، من



حكمة العدد

لا تحسن الخلق حد الغيابة ولا تسوء الخلق حد الوسوسة وليكن حسن ظنك : ثقة وسوء ظنك : وهابة

اعلان: انطونيت جرجيس

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
jeank@remax2001.net / jeankaram@remax2001.net

3095, Autoroute 440, bureau 204
Laval, Québec H7P 4W5

Lotfi, Rafla & Associates
Accountants - Tax Experts
Since 1990

Cell Phone: 514-909-3332
Montréal office: 514-935-0303 Ext: 222
info@lr-ca.ca

Cornwall 14 Third Street E, Suite 202, ON, K6H 2C7
Montreal 555 Boul. Dr. Frederik-Philips Suite 450, C. H4M 2X4
Toronto 7030 Woodbine Ave. Suite 500, ON, L3R 6G2

التأمين ضد الأمراض

لا أحد يستطيع التنبأ بالمرض ولكن يمكنك الإستعداد له

أحصل على قيمة تأمين بعد تشخيص المرض أو أحصل على كل نفودك بالكامل إذا بقيت عافيا سلباً

رفيق زمحل

905-790-6770
416-955-5301
1-866-MARY-HALIM
Fax 905-790-3536

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

CAROLS
BEAU RIVAGE MATROUH

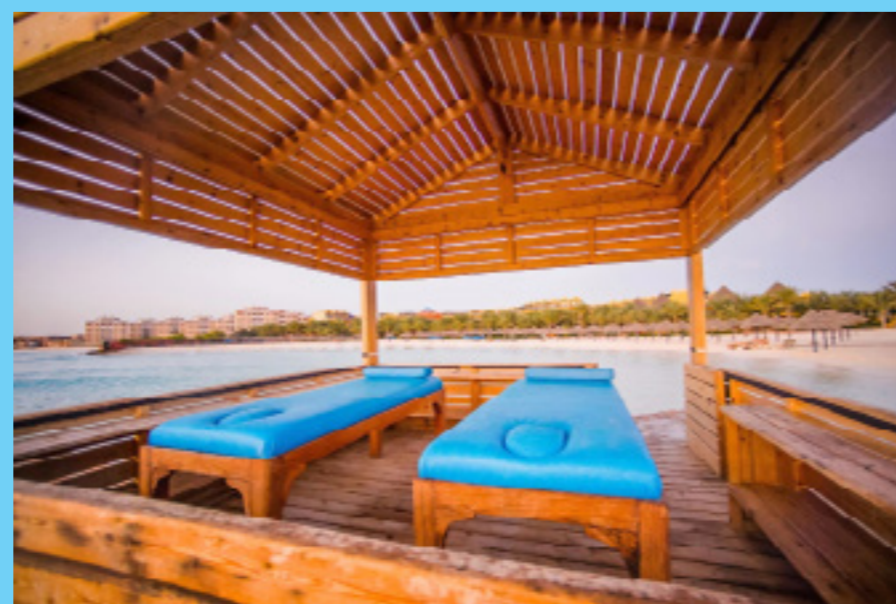
Phone: 0222687565, 0222687585

Mobile: 01142521444

Email: res.cairo@carolshotels.com



تمتعوا ببحر وشمس مرسى مطروح
Hotel Carols Beau Rivage



CAROLS
BEAU RIVAGE MATROUH

Cairo / Egypt

أصواء



يقلم: يوسف زمكحل

إيران (2)

تكملة لما كتبته في العدد الماضي عن إيران في اليوم بعد ما دمرتها أمريكا وإسرائيل تنكلم هي وإعلامها اليوم عن انتصارها في تلك المعركة رغم خسارتها الكبيرة التي لا تعد ولا تحصى ومنها:

إغتيال المرشد و450 قيادي - تدمير مبنى البرلمان - تدمير مجلس الخبراء - تدمير مبنى التلفزيون - قتل 11 ألف عسكري - تدمير 250 منظومة دفاع جوي - تدمير 4 مطارات - تدمير 16 مطار عسكري - تدمير 14 قاعدة جوية - تدمير مجمع بارس للبتروكيماويات - تدمير جسر B1 - تدمير جامعة الشرف - مصانع الصلب - تدمير قصر كستان - تدمير 16 مصفاة نفط - تدمير 51 سفينة حربية - تدمير 3 سفن نفطية . كل هذه الخسائر وإيران تعتقد وتزعم أنها منتصرة .

المهم أن الولايات المتحدة تفرض هدنة مدتها 15 يوماً جرى خلالها مفاوضات بينها وبين إيران في باكستان انتهت بالفشل وهناك أنباء عن مفاوضات ستجري في الأيام القليلة وأنا في نظري لا يوجد منتصر أنتصاراً كاملاً فإسرائيل نفسها تعرضت هي الأخرى لضربات موجعة جراء ضربها بالصواريخ الإيرانية حيث تجاوزت التكلفة الاقتصادية 11 مليار دولار وفقاً لتقديرات وزارة المالية الإسرائيلية مع استمرار دمار كبير في القطاع الزراعي والبنية التحتية نتيجة القصف الصاروخي وتدمير قطاع السياحة إلى جانب وقوع قتلى مدنيين داخل إسرائيل وقاتلي ومصابين في صفوف الجيش الإسرائيلي نتيجة الاشتباكات المستمرة على الجبهة الشمالية أما خسار الولايات المتحدة تجاوزت 44 مليار دولار وقتل 15 من أفراد القوات العسكرية وإصابة 538 عسكرياً في ما لا يقل عن 17 موقعاً أمريكياً في الشرق الأوسط .

أما دول الخليج فتكبدت خسائر اقتصادية وأمنية فادحة نتيجة التوترات والحرب مع إيران تشمل تضرر البنية التحتية للطاقة وتعطيل الملاحة في مضيق هرمز وانخفاض السياحة وتقييد التقارير بأن قطاع السياحة وحده بخسر نحو 600 مليون دولار يومياً مع تهديدات مباشرة لمنشآت النفط والبنية المدنية . وإيران حتى اليوم مصممة على الإلتحار وتشجع حزب

الله حليفها في لبنان على ضرب إسرائيل وتحث الحوثيون حليفها الآخر في اليمن على ضرب إسرائيل من شمال لبنان بالصواريخ مما عرض لبنان لدمار واسع انتقاماً من حزب الله الموجود على أرض لبنان والحوثيون الذين يضربون الصواريخ على إسرائيل والبحر الأحمر كله مهدد بوقف الملاحة فيه وكذلك مضيق هرمز الأمر الذي عرض وسيعرض العالم لإزمات اقتصادية طاحنة بسبب سياسات غبية توسعية لإسرائيل وإيران وحسبي الله ونعم الوكيل!

youssef.zemkhol@yahoo.com

تصاعد الاشتباكات جنوب لبنان وغارات إسرائيلية تستهدف عدة مناطق



تجددت الاشتباكات العنيفة، صباح اليوم الخميس في مدينة بنت جبيل بين عناصر "حزب الله" والقوات الإسرائيلية، لا سيما عند محور الملقب، حيث شارك فيها الطيران الحربي والمروحي الإسرائيلي، فيما شهدت مداخل المدينة ومحور المهنية اشتباكات متقطعة، كما أقدمت القوات الإسرائيلية على تسف عدد من المنازل عند مدخل السوق الكبير.

وفي سياق متصل، شنّ الطيران الحربي للاحتلال الإسرائيلي غارة على بلدة نينين، ما أسفر عن أضراس جسيمة في المستشفى هناك، كما استهدفت مكتباً لإحدى المنظمات الفلسطينية داخل مخيم برج الشمالي.

وفي منطقة مرجعيون، أغار الطيران الحربي للاحتلال الإسرائيلي على بلدي الخيام وديين، بالتزامن مع قصف مدفعي طال المنطقة. وعلى الأثر، تحركت دوريات للجيش اللبناني باتجاه سلاحه مرجعيون عقب ورود معلومات عن تواجد قوة إسرائيلية داخلها، ليتبين لاحقاً عدم وجود أي قوة في المكان. وفي حاصبيا، استشهد مواطن جراء غارة استهدفت منزله في بلدة الهبارية، فيما أغار الطيران الحربي الإسرائيلي على بلدة الصرندف في منطقة الزهراني.

ميرتس يستقبل زيلينسكي.. ودعم ألماني متواصل لأوكرانيا



نظيره الأوكراني لبحث أوضاع اللاجئين، في وقت تستضيف فيه ألمانيا مئات الآلاف من الأوكرانيين . ومن المقرر أن يفتتح الجانبان «مركز الوحدة» في برلين، الذي يقدم خدمات استشارية ودورات تعليمية وثقافية، مع التركيز أيضاً على تشجيع عودة اللاجئين. وتأتي هذه الخطوة في ظل تصاعد الجدل الداخلي في ألمانيا بشأن قضايا الهجرة، التي باتت محورا رئيسيا في صعود حزب «البدل من أجل ألمانيا» المناهض للهجرة والمؤيد لروسيا.

ميدانيا، يتواصل التصعيد بين موسكو وكيفيف، حيث قتل أربعة أشخاص وأصيب ما لا يقل عن 25 آخرين في قصف روسي واسع استهدف مدينة دنبرو شرق أوكرانيا، وفق ما أفاد به مسؤول محلي. وقال حاكم منطقة دنبرو وبيتروفسك أولكسندر غاجران الهجوم الحث اضرااا بعدد من المباني، مشيراً إلى أن عشرة من المصابين في حالة خطيرة نتيجة إصابات ناجمة عن الانفجار وشظايا. وتقع دنبرو، وهي مركز صناعي مهم، على مسافة تزيد على 100 كيلومتر من خط الجبهة الممتد عبر شرق وجنوب البلاد، فيما تواصل القوات الروسية تقدمها المحدود في بعض مناطق الإقليم، رغم أنه لا يُعد من بين المناطق الأربع التي أعلنت موسكو ضمها عقب بدء الغزو. وفي المقابل، أعلنت السلطات الروسية مقتل امرأة وإصابة خمسة أشخاص في هجوم بطائرة مسيرة استهدف مدينة بيليس في منطقة لينينسك، على بعد نحو 350 كيلومتراً جنوب موسكو. وقال حاكم المنطقة إيغور أرتامونوف إن الطائرة أصابت منزلاً، ما أدى إلى سقوط الضحية.

استقبل المستشار الألماني فريدريش ميرتس، الثلاثاء، الرئيس الأوكراني فولوديمير زيلينسكي في برلين، في وقت تتكثف فيه التجرعات الأوروبية لدعم كيفيف سياسياً وعسكرياً، وسط تعثر مسار المفاوضات مع روسيا وتصاعد العمليات الميدانية على الجبهات.

ويأتي اللقاء في ظل جمود الجهود الدبلوماسية الرامية إلى إنهاء الحرب المستمرة منذ أكثر من أربع سنوات، وقال المتحدث باسم الحكومة الألمانية إن المستشارية تستضيف مشاورات حكومية يشارك فيها زيلينسكي، ضمن سلسلة لقاءات تهدف إلى تعزيز التنسيق السياسي والعسكري بين الجانبين، في وقت تراهن فيه كيفيف على استمرار الدعم الأوروبي، خصوصاً من برلين التي تعد أحد أبرز داعمها.

وشهد الموقف الأوروبي تحولاً ملحوظاً عقب الانتخابات الأخيرة في المجر، التي أضعفت موقع رئيس الوزراء فيكتور أوربان، المعروف بقره من موسكو، والذي كان يعرقل حزمة مساعدات أوروبية لكيفيف بقيمة 90 مليار يورو، إلى جانب تعطيله فرض عقوبات جديدة على روسيا. وعسكرياً، تسعى ألمانيا إلى الاستفادة من الخبرات الأوكرانية، لا سيما في مجال الطائرات المسيّرة. بالتوازي، يعقد وزير الدفاع الألماني بوريس بيستوريوس ونظيره الأوكراني ميخايلو فيدوروف اجتماعاً ثنائياً، يسبق لقاء مجموعة الاتصال الدفاعية الأوكرانية في برلين، بمشاركة مسؤولين غربيين، من بينهم الأمين العام لحلف شمال الأطلسي مارك روتيه ووزير الدفاع البريطاني جون هيلي. كما تشمل الزيارة ملفات مدنية، إذ يلتقي وزير الداخلية الألماني الكسندر دوبريدت

مصر تدق ناقوس الخطر.. 30 مليار دولار سنويا لمواجهة أزمة المياه بأفريقيا

وسياسة إفريقيا للمياه 2063، مشيراً إلى أن هذه الرؤية تمثل إطاراً متكاملًا لتعزيز الإدارة المستدامة للموارد المائية في القارة، خاصة ما تضمنته من مبادئ تتعلق بإدارة واستخدام الموارد المائية العابرة للحدود، وهي المبادئ التي طالما نادى بها مصر وأكدها، وأن مصر تعد من الدول شديدة الجفاف وتعتمد على مياه نهر النيل لتلبية احتياجاتها، في ظل تحديات النمو السكاني المتسارع



وتداعيات تغير المناخ. أشار "عبدالعاطي" إلى بوجاه تحديات متزايدة نتيجة تغير المناخ، والنمو السكاني المتسارع، وندرة الموارد المائية، وأن القارة تحتاج إلى نحو 30 مليار دولار سنوياً، لتحقيق الأمن المائي وتوفير خدمات المياه والصرف الصحي.

وشدد "عبدالعاطي" على أن المياه تمثل حقاً إنسانياً أساسياً وليست سلعة تجارية، مؤكداً ضرورة الالتزام بقواعد القانون الدولي في إدارة الموارد المائية المشتركة، ورفض أي ممارسات أحادية في الأنهار الدولية. جاء ذلك خلال مشاركة وزير الخارجية المصري، في مائدة مستديرة رفيعة المستوى بعنوان "تحشد التمويل لأمن المياه والصرف الصحي في إفريقيا: تمويل رؤية وسياسة المياه الإفريقية 2063"، بمشاركة عدد من المسؤولين الدوليين وممثلي مؤسسات التمويل والتنمية.

كما أشاد وزير الخارجية المصري باعتماد رؤية عبدالعاطي، الأربعاء، إن قطاع المياه في إفريقيا يواجه تحديات متزايدة نتيجة تغير المناخ، والنمو السكاني المتسارع، وندرة الموارد المائية، وأن القارة تحتاج إلى نحو 30 مليار دولار سنوياً، لتحقيق الأمن المائي وتوفير خدمات المياه والصرف الصحي. وشدد "عبدالعاطي" على أن المياه تمثل حقاً إنسانياً أساسياً وليست سلعة تجارية، مؤكداً ضرورة الالتزام بقواعد القانون الدولي في إدارة الموارد المائية المشتركة، ورفض أي ممارسات أحادية في الأنهار الدولية. جاء ذلك خلال مشاركة وزير الخارجية المصري، في مائدة مستديرة رفيعة المستوى بعنوان "تحشد التمويل لأمن المياه والصرف الصحي في إفريقيا: تمويل رؤية وسياسة المياه الإفريقية 2063"، بمشاركة عدد من المسؤولين الدوليين وممثلي مؤسسات التمويل والتنمية.

أردوغان: نعمل من أجل تمديد وقف إطلاق النار بين الولايات المتحدة وإيران وضمان استمرار المحادثات

المتحدة الأمريكية وإيران وضمان استمرار المحادثات. وأضاف أردوغان - خلال كلمة له أمام نواب البرلمان، أن هجمات إسرائيل على لبنان تقوض آمال السلام، مشدداً على أهمية اغتنام فرصة وقف إطلاق النار. وأشار إلى أن أنه قد تكون هناك صعوبات وقضايا معقدة وأن الأمر سيستغرق وقتاً طويلاً للتوصل إلى حل، ولكن عندما يكون التركيز على فوائد السلام فإنه يمكن حل غالبية هذه القضايا.

وكان الرئيس الأمريكي دونالد ترامب قد أعلن في وقت سابق أن المحادثات مع إيران قد تستأنف قريباً وتنتهي بالتوصل إلى اتفاق، وذلك بعد أن انتهت محادثات إسلام آباد الأخيرة دون تحقيق أي تقدم.



قال الرئيس التركي رجب طيب أردوغان الأربعاء، إن أفترة تعمل من أجل تمديد وقف إطلاق النار بين الولايات

المتحدة الأمريكية وإيران وضمان استمرار المحادثات. وأضاف أردوغان - خلال كلمة له أمام نواب البرلمان، أن هجمات إسرائيل على لبنان تقوض آمال السلام، مشدداً على أهمية اغتنام فرصة وقف إطلاق النار. وأشار إلى أن أنه قد تكون هناك صعوبات وقضايا معقدة وأن الأمر سيستغرق وقتاً طويلاً للتوصل إلى حل، ولكن عندما يكون التركيز على فوائد السلام فإنه يمكن حل غالبية هذه القضايا.

تركيا.. قتلى وجرحى في هجوم مسلح على مدرسة بكهرمان مرعش



شهدت مدرسة "أسير تشاليك" الثانوية في مدينة كهرمان مرعش شرقي تركيا، الأربعاء، هجوماً مسلحاً أسفر عن سقوط عدد من القتلى والجرحى.

وأفادت السلطات التركية بأن وزير الداخلية مصطفى تشيقينتي، ووزير التعليم يوسف تكين، توجهوا بشكل عاجل إلى إقليم كهرمان مرعش؛ لمتابعة تداعيات هجوم مسلح استهدف مدرسة إعدادية في المدينة، بحسب وكالة "رويترز".

وقال حاكم إقليم كهرمان مرعش في جنوب شرق تركيا، إن 4 أشخاص قتلوا وأصيب 20 آخرون عندما أطلق طالب النار داخل مدرسة إعدادية بالإقليم. وأضاف أن من بين القتلى معلماً وأن مطلق النار طالب استخدم أسلحة مملوكة

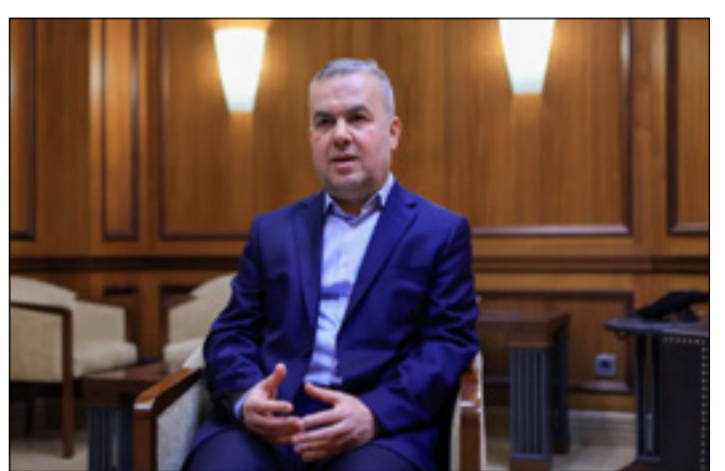
لوالده كان يخفيها في حقيبته ظهر لتتفدي الهجوم، قبل أن يلقي حقه أيضاً. وأشارت تقارير إعلامية محلية، إلى أن المهاجم كان طالباً في الصف الثامن بالمدرسة ذاتها، ختباً 5 أسلحة لوالده و5 مخازن رصاص في حقيبته المدرسية

مسؤول: مجلس الوزراء الأمني المصغر في إسرائيل ناقش هدنة محتملة في لبنان

للتوصل إلى وقف إطلاق النار في لبنان. وبالتزامن مع انعقاد الاجتماع، أصدر نتنياهو بياناً مصوراً قال فيه إن الجيش يواصل ضرب جماعة حزب الله وعلى وشك "اجتياح" منطقة بنت جبيل في جنوب لبنان.

وأضاف نتنياهو أنه أمر الجيش بمواصلة التعزيزات في المنطقة الأمنية في جنوب لبنان تزامناً مع التفاوض مع لبنان على وقف الحرب. وعقدت محادثات نادرة في واشنطن الثلاثاء بين مبعوثين من حكومتَي إسرائيل ولبنان. وقال نتنياهو "تلك المفاوضات لم تعقد منذ ما يقرب على 40 عاماً. تجري الآن لأننا أوفياء للغاية والدول تأتي إلينا، ليس فقط لبنان".

قال مسؤولان لبنانيان كبيران إنهما أطلعا على جهود تبذل من أجل وقف إطلاق النار. وأضاف أحدهما أن الولايات المتحدة تضغط على إسرائيل للتوصل إلى هدنة في لبنان، بما في ذلك خلال محادثات نادرة عقدت بين إسرائيل ومبعوثين عن الحكومة اللبنانية في واشنطن الثلاثاء. لكن لم يكن لدى المسؤولين اللبنانيين تفاصيل عن موعد لوقف إطلاق النار أو مدته، وقال إن فترة وقف إطلاق النار ستكون مرتبطة على الأرجح بالفترة التي تصمد فيها الهدنة بين الولايات المتحدة وإيران.



قال مسؤول إسرائيلي كبير إن مجلس الوزراء الأمني المصغر اجتمع الأربعاء لمناقشة إمكانية وقف إطلاق النار في لبنان، وذلك بعد أكثر من ستة أسابيع من الحرب الحالية مع جماعة حزب الله، والتي اندلعت بسبب الهجمات الأمريكية الإسرائيلية على إيران.

وقال الرئيس الأمريكي دونالد ترامب في وقت سابق إن الحرب مع إيران تقرب من نهايتها وإن على العالم أن يتوقف "يومين مذهلين". وقال مسؤول إسرائيلي كبير ثان إن حكومة رئيس الوزراء الإسرائيلي بنيامين نتنياهو تتعرض لضغوط كبيرة من واشنطن

الإمارات تستدعي القائم بالأعمال العراقي احتجاجاً على اعتداءات إرهابية منطوقة من بلاده



سلباً على التعاون القائم والعلاقات الأخوية بين العراق ودول مجلس التعاون لدول الخليج العربية". وشددت على ضرورة التزام حكومة جمهورية العراق بوقف ومنع جميع الأعمال العدائية الصادرة من أراضيها والموجهة نحو دول الخليج ودول المنطقة، بشكل عاجل ودون قيد أو شرط وضرورة التعامل مع تلك التهديدات والاعتداءات ومنعها بشكل عاجل وفوري ومسؤول بما ينسجم مع القوانين والمواثيق الدولية والإقليمية ذات الصلة. وتضمنت مذكرة الاحتجاج التذكير بقرار مجلس الأمن الدولي رقم 2817 (2026) الذي شاركت في رعايته 136 دولة، وبالتحديد مطالبته بالوقف الفوري دون قيد أو شرط لأي استفزاز أو تهديد للدول المجاورة، بما في ذلك استخدام الكولاء.

وأكدت في هذا السياق أهمية اصطلاح العراق بدوره في ترسيخ الأمن والاستقرار في المنطقة، بما يحفظ سيادته ويعزز مكانته كشریک فاعل ومسؤول في محيطه الإقليمي.

استدعت وزارة الخارجية الإماراتية القائم بالأعمال في سفارة العراق وسلمته مذكرة احتجاج شديدة اللمحة من إزاء الاعتداءات الإرهابية المنطوقة من بلاده.

وقالت وكالة أنباء الإمارات "وام" إن وزارة الخارجية استدعت عمر عبدالمجيد حميد العبيدي، القائم بأعمال سفارة العراق لدى الإمارات، وسلمته مذكرة احتجاج شديدة اللمحة، وأبلغته إدانة واستنكار الإمارات بأشد العبارات ورفضها المطلق لاستمرار الاعتداءات الإرهابية الأتمة المنطوقة من الأراضي العراقية، والتي تنتهها فصائل ومليشيات

وجماعات مسلحة إرهابية مؤالية لإيران، وذلك رغم الإعلان عن وقف إطلاق النار.

وأشارت إلى أن هذه الاعتداءات العنيفة استهدفت عدداً من المنشآت الحيوية في دول مجلس التعاون لدول الخليج العربية، في انتهاك صارخ لسيادتها ولجمالها الجوي وخرق واضح لأحكام القانون الدولي وللقانون الدولي الإنساني وميثاق الأمم المتحدة.

وشددت مذكرة الاحتجاج التي قام بتسليمها أحمد جمعة المراد مدير إدارة الشؤون العربية، على أن استمرار هذه الاعتداءات العنيفة التي تشنها إيران، والاعتداءات الإرهابية من وكلائها، على الدول الخليجية ودول المنطقة تهدد استقرار المنطقة، وتقوض المساعي الدولية في هذا الصدد والجهود المبذولة لتعزيز الأمن والاستقرار في المنطقة. وأضافت "كما أن هذه الاعتداءات تضع العلاقات القائمة مع جمهورية العراق أمام تحديات بالغة الحساسية، بما يعكس

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

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

الرئيس السيسي يؤكد ضرورة الاستمرار في جهود تطوير الشركات والمصانع التابعة لوزارة الإنتاج الحربي



الشركات والمصانع التابعة لوزارة الإنتاج الحربي، كما أكد سياسته أهمية الاستمرار في جهود تطوير تكنولوجيا وتعزيز كفاءة منظومات العمل. نظراً لدورها الحيوي في دعم الاقتصاد الوطني.

■ **القاهرة/ فرج جريس:** اجتمع السيد الرئيس عبد الفتاح السيسي، مع الفريق أشرف سالم زاهر القائد العام للقوات المسلحة وزير الدفاع والإنتاج الحربي، والكثير صلاح سليمان وزير الدولة للإنتاج الحربي. وصرح المتحدث الرسمي باسم رئاسة الجمهورية بأن السيد الرئيس تابع خلال الاجتماع الموقف التنفيذي للمشروعات التي تنفذها شركات الإنتاج الحربي والوحدات التابعة لها، فضلاً عن خطط تطوير الصناعات الدفاعية، كما تم في ذات السياق استعراض الإمكانيات التصنيعية والتكنولوجية والموارد المتاحة لتلك الشركات والوحدات، بما يساهم في تلبية احتياجات القوات المسلحة من مختلف المنتجات العسكرية. وفي هذا الإطار، أكد السيد الرئيس أهمية الدور المحوري لشركات الإنتاج الحربي في تطوير المنتجات العسكرية لتغطية متطلبات القوات المسلحة. وأضاف السفير محمد الشاوي، المتحدث الرسمي، أن السيد الرئيس تابع كذلك الجهود المبذولة من جانب وزارة الدولة للإنتاج الحربي لتعزيز جذب المزيد من

الاستثمارات المحلية والأجنبية في مختلف القطاعات، والسعي لتعزيز الشراكة مع القطاع الخاص، إلى جانب العمل على تعميق وتوطين الصناعات الوطنية باستخدام تقنيات الذكاء الاصطناعي والتكنولوجيات الحديثة، حيث شدد السيد الرئيس على ضرورة زيادة نسب التصنيع المحلي، وإقامة شركات استراتيجية مع كبرى الشركات العالمية المتخصصة، بما يتيح امتلاك التكنولوجيا الحديثة وتوطينها داخل مصر. وأوضح المتحدث الرسمي أنه تم خلال الاجتماع كذلك استعراض خطط تعزيز قدرات شركات الإنتاج الحربي ورفع كفاءة منظومات العمل عبر تطوير البنية التحتية الرقمية، والاستفادة من تطبيقات الذكاء الاصطناعي، والتوسع في البرامج التدريبية بالتعاون مع الجامعات المصرية والمراكز البحثية والأكاديميات المتخصصة. وأشار المتحدث الرسمي إلى أن السيد الرئيس شدد على ضرورة الاستثمار في رأس المال البشري بقطاع الإنتاج الحربي، والالتزام بتطبيق معايير الجودة والأمان الصناعي، مع مواصلة تحسين الأداء وتبني أحدث



يقيم: يasmine الجبوري

القانون الدولي والشراكة مع المنظمات النسوية

■ على مر التاريخ وعلى اختلاف الحدود الجغرافية، طرحت النساء سؤالاً لا يزال يتردد صدها بالحاح ووضوح: من هو المسؤول أمام النساء؟ في جوهره هذا السؤال ليس مجرد سؤال بلاغي، بل هو يطرح مسألة بالغة الأهمية من حيث المسائلة والعدالة والإقرار بوقوع انتهاكات القوانين في أنظمة لظلمته هشت أصوات النساء. هو سؤال يتحدى هيكل السلطة والأنظمة القانونية والأعراف الثقافية والمؤسسات، ويدفعنا إلى التساؤل عما إذا كانت تخدم حقاً المرأة أي تخدم نصف المجتمع. بداية، هذا السؤال يعود بشكل مباشر إلى مسألة سيادة القانون. وهذا يقضي هنا شيئاً من التفصيل، فعلى صعيد المجتمعات الديمقراطية، يفترض أن الحكومة بممثليها للجهاز التنفيذي تكون مسؤولة أمام جميع المواطنين على قدم المساواة. ومع ذلك، غالباً ما تواجه النساء عقبات عند سعيهن لتحقيق العدالة، سواء في حالات العنف المنزلي أو التمييز في مكان العمل أو انتهاكات الحقوق الأساسية. من الناحية النظرية قد تتوفر الأسس القانونية ولكن عدم تنفيذها أو بدون تفسيرها أو مراعاة الواقع العملي الذي يحيط بالنساء فإنها تقتل في الواقع. من هنا تتطلب المسائلة من حيث المبدأ نظاماً تشريعياً وقوانين ولوائح وبذات الدرجة تتطلب مؤسسات تستمع وتستجيب وتعمل بشفاافية. والجزء الآخر من إجابة هذا السؤال يعود إلى دور العامل الثقافي والتقليدي والأعراف الثقافية والاجتماعية. حيث لا تزال التقاليد الراسخة في بعض المجتمعات تقيد استقلال المرأة وتكتمها. و ما أن يصعب العجز واضحاً لدى النساء في التعبير عن آرائهن، أو يلقي عليهن اللوم فيما يعرضن له من عنف أو ظلم أو انتهاك للحقوق يصبح السؤال: من هو المسؤول؟؟ ربما الإجابة هنا أشد تعقيداً. لأنها هنا لا تقتصر على الإرادة السياسية واستجابة الحكومات، بل حقيقة يشارك بالاجابة المجتمعات، الأسر، وكل من له دور قيادي مجتمعي ويساهم في صياغة لبطورة السلوك الاجتماعي. تتطلب هنا المسائلة الحقيقية تحولا ثقافياً يؤكد كرامة المرأة وقدرتها على الفعل وقيمتها في ظل مبدأ المساواة.

و ما بين هذا وذاك يأتي دور المجتمع المدني، بما في ذلك منظمات المرأة، والمجموعات الداعمة لليوم بدور حاسم في سد هذه الفجوة. غالباً ما تعمل هذه المنظمات على مستويات أولها تكون صوتاً للمرأة وثانيها درع حامي، إذ تساهم في رفع الوعي وتقديم الدعم ومسألة المؤسسات. كما أنها تلهم الضوء على تجارب النساء وتحول النشطات الفردية إلى عمل جماعي. مع ذلك، لا يمكنها ولا ينبغي لها أن تتحمل هذا العبء وحدها. بل يجب دعم عملها واحترامه ودمجه في أنظمة الحكم والحدود الأوسع للعدالة الاجتماعية.

لا يغيب عن هذا السؤال أيضاً البعد المتعلق بالمجتمع الدولي. المشرع الدولي أكد على الالتزام بمبدأ المساواة بين الجنسين وحقوقي الإنسان تُلقي على عاتق الدول والمؤسسات واجب دعم المعايير التي تحمي المرأة عند وقوع الانتهاكات، في زمن الحرب أم في زمن السلم فلا يمكن أن يُقبل الصمت الدولي حين انتهاك الحق والحريات الأساسية. حيث تتجاوز المسائلة الحدود بما يهدف ضمان احترام حقوق المرأة ومساواتها في عدم حرمانها من العدالة ونيل الحقوق على اختلاف الحدود والمساحات الجغرافية.

كما أن تقارير الأمم المتحدة تشير إلى أن أهداف التنمية للألفية من أهم موعقاتها هو عدم احترام حقوق المرأة وغياب المسائلة في هذا الحيز. والحاجة الملحة لتعزيز هذه المسائلة يبرز في السياسة، الحكومة، الخدمات العامة وتقديمها، الاقتصاد، العدالة الاجتماعية، المساعدات الخاصة بالتنمية والأمن.

منذ بضعة أسابيع وقع في تونس ذلك البلد العربي الجميل الذي نحب ونفخر به ونعده نموذجاً في مناح كثيرة ومنه بدأ الربع العربي، وقع ما يلي: في البرلمان التونسي قام أحد النواب و يُدعى مهدي بالحلي في جرم اغتصاب أجنبية مهاجرة وفي مداخلته حيث أشار ويتساءل غير مباشر لما يقع هذا الاعتصام على امرأة أجنبية ونساء تونس جميلات وحاضرات. ما حدث كان صادماً وبنيتجه تصاعدت أصوات المجتمع المدني التونسي وبنده ضد هذه المداخلة والتي رأت فيما قاله النائب البرلماني توظيف لجرمة خطيرة دون التنبيه إلى الأبعاد الخطيرة لها إن كانت قانونية أم إنسانية. وتم انتقاده وبنده للنائب مهدي مشيرة إلى أن هذا مؤشر على انحلال الخطاب العام وخطورته تكمن في صدوره عن سلطة تشريعية من مهامها ومبداها حماية الحريات والحقوق الأساسية وليس بمنصة لتكريس الأهانة وتهديم المكاسب الحقوقية للنساء وحماية كرامتهن في تونس بوضوح بين المنظمة المدنية. ما حدث لا يعني فقط بل يعني الدول العربية، وهذا الخطاب العام لا يتعلق تشريعياً ولا ثقافياً ولا مجتمعياً بتونس فقط بل يمتد إلى النساء في معظم البلاد العربية إن لم نقل كلها. هو يعكس دونية المرأة وعدم احترام حقوقها.

■ **القاهرة/ ناصر سليمان:** في إطار العلاقات التاريخية الراسخة التي تجمع بين مجلس الدولة المصري ومجلس الدولة الفرنسي، والتي تمتد جذورها إلى تأسيس مجلس الدولة المصري على غرار النموذج الفرنسي العريق، بما يعكس وحدة المدرسة القانونية وتلاقح التقاليد القضائية بين الجانبين، وحرصاً على تعزيز أو أصر التعاون القضائي الدولي وتبادل الخبرات القانونية، توجه السيد المستشار/ أسامة شلبي -رئيس مجلس الدولة المصري، إلى العاصمة الفرنسية "باريس"، على رأس وفد رفيع المستوى، وفي مقدمتهم المستشار/ ناصر رضا عبد الرزاق، نائب رئيس مجلس الدولة - الأمين العام، ولغيف من مستشاري إدارة التعاون الدولي بالمجلس.

مقر مجلس الدولة الفرنسي، حيث عقدت لقاءات موسعة مع السيد/ ديبيرولان تابوتو، نائب رئيس مجلس الدولة الفرنسي وعدد من أعضاء مجلس الدولة الفرنسي، وتناولت اللقاءات سبل تعزيز التعاون المشترك وتبادل الخبرات في مجالات القضاء الإداري والتحول الرقمي. وفي هذا الإطار، فقد تم توقيع ملحق لتمديد العمل ببروتوكول التعاون القائم بين مجلس الدولة في جمهورية مصر العربية ومجلس

وزير الخارجية يشهد على أهمية استكمال تنفيذ كامل استحقاقات المرحلة الثانية من خطة "ترامب" بشأن غزة



شدد وزير الخارجية والتعاون الدولي والمصريين بالخارج الدكتور بدر عبد العاطي، على أهمية استكمال تنفيذ كامل استحقاقات المرحلة الثانية من خطة الرئيس الأمريكي دونالد ترامب بشأن غزة، وضمان تدفق المساعدات الإنسانية والإغاثية والطبية دون قيود أو عوائق، وفتح جميع المعابر بما يساهم في تخفيف المعاناة الإنسانية عن الشعب الفلسطيني الشقيق.

■ **القاهرة/ فرج جريس:** شدد وزير الخارجية والتعاون الدولي والمصريين بالخارج الدكتور بدر عبد العاطي، على أهمية استكمال تنفيذ كامل استحقاقات المرحلة الثانية من خطة الرئيس الأمريكي دونالد ترامب بشأن غزة، وضمان تدفق المساعدات الإنسانية والإغاثية والطبية دون قيود أو عوائق، وفتح جميع المعابر بما يساهم في تخفيف المعاناة الإنسانية عن الشعب الفلسطيني الشقيق. جاء ذلك خلال لقاء عقده وزير الخارجية الأربعة، مع سفيران إميليا، المدير القطري للصفحة الغربية وقطاع غزة بمنطقة الشرق الأوسط بمجموعة البنك الدولي؛ لبحث سبل تعزيز التعاون المشترك لدعم جهود التعافي المبكر وإعادة الإعمار في قطاع غزة، وبحث آليات تنسيق الجهود الدولية لضمان الاستجابة الفعالة للاحتياجات الإنسانية والتنمية للشعب الفلسطيني. وأكد وزير الخارجية، على ثوابت الموقف المصري من القضية الفلسطينية.

كما حذر الوزير عبد العاطي من خطورة استغلال الطرف الإقليمي لاتخاذ إجراءات من شأنها تقويض جهود الرئيس "ترامب" لتحقيق السلام والعودة للسلطة الفلسطينية لممارسة مهامها بشكل كامل. وأشار الوزير عبد العاطي بالخبرات الطويلة والمترابطة للبنك الدولي في مجال إعادة الإعمار والبناء، مؤكداً التطلع لمواصلة البنك دوره المهم؛ لضمان تحقيق ظروف معيشية كريمة ومستدامة للشعب الفلسطيني، وتنفيذ المشروعات والأشغال الأكثر احتياجاً في هذه المرحلة لتحقيق التعافي المبكر. وأعرب عن استعداد مصر للتعاون الكامل مع مجلس السلام والبنك في هذا الصدد.

■ **مصر وباكستان: استئناف الحوار بين واشنطن وطهران السبيل الوحيد لإنهاء الحرب**



استجدت مسار المفاوضات بين الولايات المتحدة وإيران، في إطار التنسيق الوثيق والتشاور المستمر بين البلدين والجهود المشتركة المبذولة لتحقيق التهدئة.

■ **القاهرة/ ناصر سليمان:** أكد وزيراً خارجية مصر الدكتور بدر عبد العاطي وبباكستان محمد إسحاق دار، ضرورة نحو سرعة استئناف المفاوضات بين الولايات المتحدة وإيران، بما يساهم في خفض التصعيد وإنهاء الحرب، خاصة في ظل خطورة الوضع القائم وخطأه على السلم والأمن الإقليميين.

■ **القاهرة/ ناصر سليمان:** استجدت مسار المفاوضات بين الولايات المتحدة وإيران، في إطار التنسيق الوثيق والتشاور المستمر بين البلدين والجهود المشتركة المبذولة لتحقيق التهدئة.

دكتور علاء عبد الهادي رئيساً لاتحاد كتاب مصر



أسفرت نتائج انتخابات اتحاد كتاب مصر عن فوز الشاعر الدكتور علاء عبد الهادي برئاسة النقابة العامة لاتحاد الكتاب وفوز الشاعر عبده الزراع بمنصب نائب الرئيس وفوز الشاعر زينهم البدوي بمنصب السكرتير العام والشاعر أشرف بدر بمنصب أمين الصندوق.

تمديد العمل ببروتوكول التعاون المبرم بين مجلس الدولة المصري ومجلس الدولة الفرنسي



■ **القاهرة/ ناصر سليمان:** في إطار العلاقات التاريخية الراسخة التي تجمع بين مجلس الدولة المصري ومجلس الدولة الفرنسي، والتي تمتد جذورها إلى تأسيس مجلس الدولة المصري على غرار النموذج الفرنسي العريق، بما يعكس وحدة المدرسة القانونية وتلاقح التقاليد القضائية بين الجانبين، وحرصاً على تعزيز أو أصر التعاون القضائي الدولي وتبادل الخبرات القانونية، توجه السيد المستشار/ أسامة شلبي -رئيس مجلس الدولة المصري، إلى العاصمة الفرنسية "باريس"، على رأس وفد رفيع المستوى، وفي مقدمتهم المستشار/ ناصر رضا عبد الرزاق، نائب رئيس مجلس الدولة - الأمين العام، ولغيف من مستشاري إدارة التعاون الدولي بالمجلس.

اجتماع ثلاثي بالقاهرة.. هل تكسر المبادرة العربية جدار أزمة ليبيا؟



في تحرك جديد يعكس عودة الزخم العربي إلى الملف الليبي، تستعد العاصمة المصرية القاهرة لاحتضان اجتماع سياسي ثلاثي، مطلع الأسبوع المقبل.

■ **القاهرة/ فرج جريس:** في تحرك جديد يعكس عودة الزخم العربي إلى الملف الليبي، تستعد العاصمة المصرية القاهرة لاحتضان اجتماع سياسي ثلاثي، مطلع الأسبوع المقبل. الاجتماع يعقد برعاية جامعة الدول العربية وبمشاركة أممية، في محاولة لإنهاء حالة الانسداد السياسي التي تعصف بالبلاد منذ سنوات، وإعادة إطلاق مسار التسوية المتعثر.

ويضم الاجتماع، رئيس المجلس الرئاسي محمد المنفي، ورئيس مجلس النواب عقيلة صالح، ورئيس مجلس الدولة محمد كلاله، إلى جانب نائبة مبعوث الأمم المتحدة إلى ليبيا ستيفاني خوري، يأتي في توقيت بالغ الحساسية، حيث تقاطع الضغوط الداخلية مع تحركات إقليمية ودولية لإعادة تشكيل المشهد السياسي الليبي. وبحسب مصدر مطلع في جامعة الدول العربية، فإن المباحثات ستتركز على ملفات شائكة، في مقدمتها المنصب السيادي، وإعادة تنشيط قوات الحوار، وصياغة توافقات نهائية حول القاعدة الدستورية اللازمة لإجراء الانتخابات المؤجلة.

غير أن هذا الحراك، رغم أهميته، يصطدم بتعقيدات بنوية متجذرة في المشهد الليبي، حيث لا تزال الانقسامات الموسمية تلقي بظلالها الثقيلة على أي محاولة للتسوية.

في هذا السياق، اعتبر الخبير السياسي والمرشح الرئاسي السابق سليمان البيوضي أن التحرك العربي يمثل فرصة لإعادة تحريك المياه الكدبة، قائلاً في تصريح لـ«العين الإخبارية»، «إن تحرك الجامعة العربية نحو الملف الليبي يمثل خطوة إيجابية لكسر الجمود السياسي وإعادة الزخم دولياً»، مشيراً إلى أن القضية الليبية تراجعت في الأونة الأخيرة على سلم الاهتمام الدولي.

مضيفاً أن «الأولوية الحقيقية يجب أن تكون لتشكيل حكومة موحدة قادرة على إدارة المرحلة الانتقالية». ولم يُخف البيوضي تشاؤمه حيال

بعض الملفات العالقة، خاصة المناصب السيادية، واصفاً إياها بأنها «مجمدة منذ عام 2015»، لافتاً إلى أن أزمة المصرف المركزي، رغم معالجتها، لا تزال قائمة في العمق، إذ تم احتواؤها عبر «اتفاقيات هشة»، بينما تبقى الانتخابات «هدفاً موجلاً يواجه تعقيدات مستمرة». من زاوية أخرى، يقرأ المحلل السياسي أيوب الأوجلي هذا الاجتماع بوصفه جزءاً من إعادة تموضع سياسي أكثر منه مسانداً حقيقياً للحل.

ويقول الأوجلي في حديث لـ«العين الإخبارية»، إن «الاتحاد ياتي ضمن مسارات متوازية ومحاولات متكررة لإعادة التفاوض السياسي»، مشيراً إلى أن «المجالس السياسية الثلاثة تشعر بأنها باتت خارج التأثير الفعلي في المشهد الليبي». ويضيف أن التوجه إلى القاهرة يعكس إدراكاً متزايداً بأهمية الدور المصري، لكنه في الوقت ذاته يحمل دلالة أخرى، إذ قد يكون «محاولة أخيرة للبقاء في المشهد قبل تحولات سياسية محتملة تقودها مبادرات أخرى لإعادة تشكيل السلطة التنفيذية».

وبحسب الأوجلي، فإن فرص تحقيق اختراق جذري تظل محدودة، موضحاً أن «الأزمة الليبية أعمق من أن تحسم عبر اجتماع واحد بين الأطراف الانتقالية وتعميق الانقسام. اليوم، تعيش البلاد على وقع ازواجية حكومية وانقسام موسمي بين شرق وغرب، في ظل تباين الولايات وتضارب المصالح الإقليمية والدولية، وهو ما يجعل أي تسوية هشة بتوازنات معقدة تتجاوز حدود الداخل الليبي.

إعلاناتكم في الرسالة
Tel.: (514) 961-0777 / (450) 972-1414
elressalanews@gmail.com / zemokhol@gmail.com /
www.el-ressala.com



بقلم:
خالد بنيسفي

صراخات كانت مؤجلة ..

وستنظر في عينيها زما طويلا ..
وتعيش في لحظات عشقا جميلا ..
وتقول لها إنك قبلها عشت عيلا ..
وستهديها الندى فوق الورد إكليلا ..
وأساور من ذهب وختاما وروحا نبيلًا ..
وفي ضحكتها حُرَّت الدنيا ولو قليلا ..
رضاهم رضاك ودونها النساء أبدا بديلا ..
وتقول لها إن هواها أنهاك وأرداك قتيلا ..
ستذكر لها أشياء كثيرة بكرة ومقيلا ..
وستحلم بالمد معهما مرتعا وسبيلا ..
وستفرح دوما حين تراها خلا خليلا ..
وتحزن إن حُرَّت وتحتسبه صبيرا جميلا ..

وسيأتي يوم عاصف بأحلامك الوردية ..
وستصرخ في وجهك باللغة الأردنية ..
تتسى فيها أسوار العلم والكتب الأدبية ..
وستدهش حين ترى صوتها حالة عقلية ..
كنت تحسبه تربي في حضن الملكية ..
كنت تحسبها أميرة في قصور رسمية ..
كنت تراها في عينيك أجمل أغنية ..
شدت شعرا عربيا ومقامات أندلسية ..
كنت تظن أنها وطن كامل الوطنية ..
تسكنه حضن دفاء بحقوق ملكية ..
فلا تتبسث بما غنت أو بكت تكديا ..

هي الحياة تهب الأحلام بلا وعد ..
ولكن تحقيقها لا أمان له ولا عهد ..
فاسعد بلحظة أتاك فيه الود والورد ..
ولا تنتظر من الأيام قلبا تاه في البعد ..
فالقلب كما في الدفق من البرد هو البرد ..
والمحال في الدهشة أصل الحكاية والسرد ..

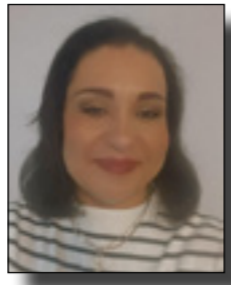
قبل أن تلمم جراحك وآلامك ..
خفف قليلا من لوعة العشق في كلامك ..
وقبل أن ترسم أطياف أحلامك ..
تاكد يا عزيزي من ألوان أقلامك ..



شعر: نورا أكبر

سريّ يشيخ من الحنين

سريّ يشيخ من الحنين
يُطيل ليله كي يستعيد ظل من عبورا
وتركوا عليه وشما من حكايات
تشابه في نهاياتها
كسر الانتظار
يمد أضلاعه الخشبية نحو نافذة
تكسرت على زجاجها ضحكات
كانت تشعل غرفتي
وتتسي القلب معنى الاحتضار
لبا سريرا
كم شهدت من انكسار
حين عاد الليل
فارغا من صوت من كانوا
يملون الليل
دفا .. وانتصارا .. أو انتحارا
أو بقايا دمة
نامت على كتف النهار
كم احتضنت غررتي
حين ارتجفت القلب الصغير
على وسادة
تعلم شكل دموعي
وتحفظ حجم شهقاتي
وكم حبات وجعا
كنت أخشى أن يراه ظل الجدار
والآن... تتنأب كشبيخ
قادة العمر إلى آخر السلالم
لا أحد يعود معه
لا يد لا خطوة لا خوف
سوى خششة فراغ
تتسلل بين ألواحك مثل موت
لا يريد أن يعلن الانتصار

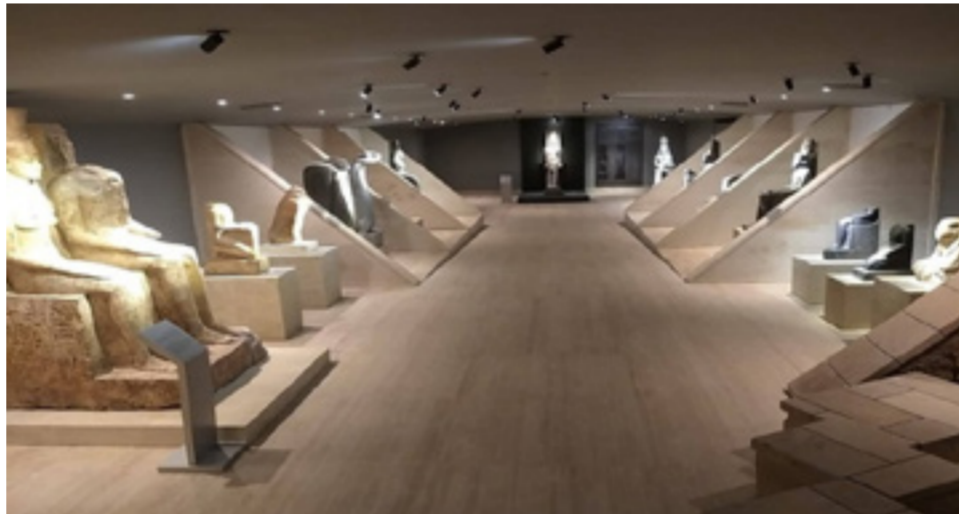


بقلم: لمياء موسى

"حين يصبح الذكاء عبئا"

منظومة ترصد وتحضن.
لا برامح حقيقية لاكتشاف الموهوبين، ولا
البيات لحمايتهم، ولا وعي مؤسسي بقيمتهم.
فتترك هذه العقول رهينة الصدفة.
وعلى النقيض، أدركت المجتمعات المتقدمة
منذ زمن أن الطفل ليس شائئا عائليا محصا، بل
مشروع وطني. فانشأت أنظمة ترافق نموه،
وتحميه من الإهمال، وتكتشف قدراته مبكرا.
الأسرة هناك ليست سلطة مطلقة، بل جزء من
منظومة أوسع تضمن مصلحة الطفل أولا.
في المدرسة، ترصد الفروق الفردية بدقة،
وتصمم برامج خاصة للموهوبين لتنمية قدراتهم
ومهاراتهم، ويتابع الطفل نفسيا وسلوكيا،
ويُرَاعَى نموه العقلي. وإن ظهرت مؤشرات
خطر، تتدخل الجهات المختصة فورًا.
كل هذا لم يأت من فراغ، بل كان نتيجة
أخطاء مؤلمة ارتكبت في الماضي، دفعت
تلك المجتمعات إلى إعادة النظر في قوانينها
وانظمتها، فطورت لتصبح رائدة في رفاة
الطفل ورعايته.
وقد رأينا كثيرا من القوانين التي تحمل أسماء
أطفال كانوا ضحايا، فتحول ألمهم إلى درع
يحمي غيرهم.
أعود مرة أخرى إلى مجتمعاتنا العربية، حيث
يُعد الطفل - في كثير من الأحيان - ملكا
مطلقا لوالديه، يفعلان به ما يشاءان، ما دام
بعيدا عن أعين الرقابة، لا ككائن له حق
الحماية والرعاية.
لا وجود لهجة تتدخل، ولا خطط واضحة
لدى الدولة لاكتشاف الموهوبين، ولا برامج
احتضان تعنى بتنمية قدراتهم أو حمايتهم.
يكفي ليصنع فرقا.
فمن يهمل عقله الصغير اليوم،
يبكي على وطنه الكبير غدا.

الانتهاء من أعمال تطوير قاعة الخبيئة بمتحف الأقصر تمهيدا لافتتاحها قريبا



انتهت وزارة السياحة
والآثار، ممثلة في المجلس
الأعلى للآثار، من أعمال
تطوير قاعة الخبيئة بمتحف
الأقصر، تمهيدا لافتتاحها
خلال الفترة المقبلة.
وأكد السيد شريف فتحي،
وزير السياحة والآثار، أن
هذا المشروع يأتي ضمن
استراتيجية الوزارة الهادفة
إلى تحديث أساليب العرض
المتحفية وتقديم تجربة سياحية
ثقافية متكاملة للزائر، مشيرًا
إلى أن قاعة الخبيئة، بعد
تطويرها، ستقدم نموذجًا متقدمًا
في عرض القطع الأثرية من
خلال محاكاة واقعية للحظة
اكتشاف الخبيئة.
ومن جانبه، أوضح الدكتور هشام الليثي، الأمين
العام للمجلس الأعلى للآثار، أن أهمية المشروع
تكمن في كونها المرة الأولى التي سيتم عرض
خبيئة معبد الأقصر كاملة داخل القاعة الخاصة
بها بالمتحف، والتي تضم 26 قطعة أثرية متنوعة،
وذلك لتحديث العرض المتحفى وتعزيز تجربة
الزائر، من خلال تقديم القطع في سياق بسري
يحكي لحظة اكتشافها وظروفها التاريخية، بما
يتمتع الزائر تجربة معرفية وبصرية متكاملة.
وفي السياق ذاته، أشار الأستاذ مؤمن عثمان
رئيس قطاع المشروعات والترميم بالمجلس
الأعلى للآثار، إلى أن مشروع التطوير شمل
تنفيذ عدد من الأعمال الإنشائية داخل القاعة،
من بينها إزالة الأرضيات والوزرات الرخامية
القديمة واستبدالها برخام، وإنشاء سقف جديد
من ألواح الجبس بتصميم مقوس، بالإضافة إلى
استبدال جزء من الدرج بمدرج لتسهيل حركة
الزائر، واستبدال التجهيزات بقطوع من
الحجر الطبيعي، فضلًا عن إضافة فائرتين
للعرض عند مدخل القاعة.
كما أوضح الدكتور أحمد حميدة رئيس قطاع
المتاحف بالمجلس الأعلى للآثار، أن أعمال
التطوير تضمنت إعداد سيناريو عرض متحفى
متكامل وضعت اللجنة العليا لسيناريو العرض

ترميم وتطوير 3 مقابر أثرية بجبانة الخوخة بالبر الغربي في الأقصر

تنفذ وزارة السياحة والآثار مشروع ترميم
وتطوير 3 مقابر أثرية بمنطقة الخوخة بالبر
الغربي في الأقصر؛ تمهيدا لافتتاح مقبرتين منها
أمام الزيارة خلال الفترة المقبلة، فيما تعد المقبرة
الثالثة مفتوحة بالفعل للزيارة بعد تطويرها
ويشمل المشروع مقبرة أمحنوب المدعو راويبا
(الأب) رقم (TT416)، حارس بوابة أمن
بالكرنك، والتي ترجع إلى عصر الملك تحتمس
الثالث، ومقبرة ساموت (الابن) رقم (TT417)
التي تعود إلى عصر الملك تحتمس الرابع، إلى
جانب مقبرة نخت رقم (TT52)، والتي تعود
أيضا إلى عصر تحتمس الرابع، والمفتوحة حاليا
أمام الزائرين.
وقال وزير السياحة والآثار شريف فتحي "إن
مشروع ترميم هذه المقابر يأتي في إطار استراتيجية
الوزارة للحفاظ على التراث المصري القديم
وإتاحته للزائر بصورة تليق بقيمته التاريخية".
وأضاف "إن أعمال الترميم لا تقتصر على
صون العناصر الأثرية فحسب، بل تمتد لتشمل
تحسين تجربة الزائر من مكانة تطوير الخدمات
والبنية التحتية؛ بما يعزز من مكانة مصر كوجهة
سياحية عالمية للسياحة الثقافية".
من جانبه، أكد الأمين العام للمجلس الأعلى
للآثار الدكتور هشام الليثي أن أعمال الترميم
تمت وفق أحدث الأساليب العلمية، وبمشاركة
فرق متخصصة من المرممين.
وقال "إن المشروع يهدف إلى تحقيق التوازن بين
الحفاظ على أصالة المقابر وحمايتها من عوامل

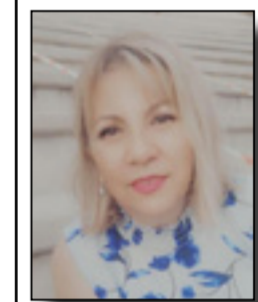


نافذة

عادل عدي

صلوا لتحيا!

عاهدوا أنفسكم على المحبة؛ وإن خلت قلوبكم منها، فصلوا.
عاهدوا أنفسكم على الشفقة، وعلى اقتناء قلب حنون، وصلوا.
عاهدوا أنفسكم على الغيرة المقدسة من أجل إيمانكم ووطنكم ودياركم
وأهلكم، وصلوا.
صار عوا بنرأسه سلطان الشر في بستان معصرتمكم!
«قوموا واسهروا وصلوا»، قالها لتلاميذه ذلك الذي صلى في ضيعة
جشمياني، على جبل الزيتون، لنلا تأتي ساعته، ولتعب عنه كاسه.
ألسنا في ضيعات كثيرة، كاشجار الزيتون المسالمة، تعصر في
معاصر الإضطهاد القاسي، وتنتزع ثمارنا منا: بانثنا، وأولادنا،
وأماننا؟ وتغلق كنانسنا، وتحرق، ونهيم؟!
انظروا... ها هي ساعتنا التي لا تنتهي، وكأسنا التي لا تنضب!
فانهضوا من فراش السبي، واسهروا رغم النعاس الثقيل، وصلوا
كهدير البحر.
صلوا؛ فحتى وإن لم تحسنوا الصلاة، فإن الروح يأتي لنجدة ضعفكم،
ويشفيكم لكم بانث لا توصف.
صلوا، واصرخوا إلى الله؛ لكن تضرعناكم قيلة خارجة من أعماق
القلب، لا من ضجيج الحناجر. فليس في هذا العالم إلا الله المحب،
يسمع ويتحنن ويستجيب.
صلوا حتى تتخلص الكلمات، وتضمنت الشفاه، ويتجلى القدير محبيا
على تساولاتكم، مظهرًا مجده، طارداً أرواح التعصب والتمييز
والإرهاب النجسة من أرضكم، وموتليا حياتكم وإنسانيتكم، ومحققا
ريغياتكم المقدسة التي تسعون إليها في شتى الدروب.
صلوا، وانتظروا الرب، لتعلموا يقينا أن أحدا منكم ليس وحيدا.



بقلم: ريتا مغرب

نهاية البداية

وهذه قصتي قصة إنسانة أحبت وأخلصت إلى ما لا نهاية عن
حب حياتها، لقد فضلتها على نفسها وكانت تعطي وتعطي وهي على
أستعداد لأعطاء كل ما عندها من أجل شخص أحبته وعشقتة
وأغرت به، لم تعرف أن كثرة العطاء غباء، لقد تاجر بعواطفها
وأصبح يئس في عذابها وانتظارها له، ولم يكتب بهذا بل جعلها تترف
بدل النموع دم من قهرها في حبه، لقد أخذ كبرياتها وعزة نفسها ولم
تعرف أنه كان يحطمها باسم الحب وهي كالمغفلة اعتقدت أنه هكذا
يكون العشق، لقد أبحرت عبر العاصفة بدون دفة تقودها وتركت
نفسها للرياح تسير بها في بحر هائج لكنها فعلت واستغفلت ذلك ثانية من
أجله وهي لا تعلم أنها تدمر ما تبقى من عفافها من أجل شخص لا
توجد كلمة لوصفه وهي مازالت مقيدة المصير تنتظر وتنتظر أن يأتي
راكعا مستغفرا ناما يطلب السماح، ولكن هل تعلمين أنك ستنتظرين
العمر كل ولن يأتي لقد انقضت السنين وأنت لا حول ولا قوة، وأنت
مازلت في حلكم تحلمين بالمجيب ولكن إلى متى، متى ستستيقظين
من سباتك وتنتعشين وتقولين كفى... كفى دمار لذاتي كفى تحطيم
لقلبي كفى دموع وإحلاص في حب لن يكون إلا أمواج تنكسر فوق
الصخور ومن يقرب منها يتحطم، لقد تحطمت أحلامك وديناك
فعودي إلى البداية واكتفي النهاية نهاية البداية.

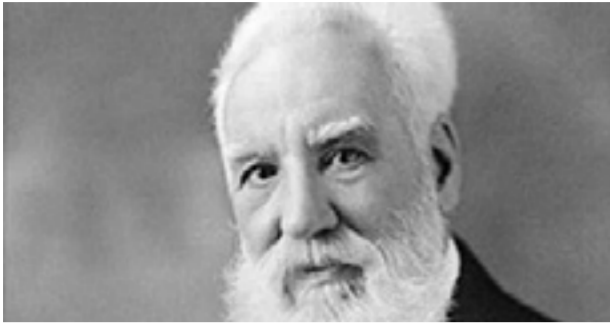
23 طباقاً تنهار بـ20 ثانية.. تفجير موجه يهدم فندقاً عمره 25 عاما بميامي



قال مسؤولون إنه تم هدم فندق في أحد أكثر المواقع تميزاً في ميامي،
الأحد، لإسحاق المجال أمام بناء فندق أكبر.
وأفاد المسؤولون بأن خبراء الهدم أنجزوا عملية التفجير الموجه للفندق
السابق "ماندارين أوربتل"، الواقع في جزيرة بريكل كاي، وهي جزيرة
صناعية عند مصب نهر ميامي قبالة وسط المدينة في ميامي.
وأضافوا أن ذلك يُعد أكبر عملية تفجير هدم موجه تشهدها ميامي منذ أكثر
من عقد.
وانهار المبنى المؤلف من 23 طابقاً، الذي تم افتتاحه منذ 25 عاماً، في
أقل من 20 ثانية عقب انفجارات متتالية وقعت قرابة الساعة 8:30 صباحاً
بالتوقيت المحلي.
ووفقاً لشركة "سوبر بروريتيز"، فإن عملية الهدم ستسحق المجال لبدء
أعمال مشروع "ماندارين أوربتل ريزيدنس - ميامي"، وهو مشروع
فندقي وسكني فائق الفخامة يتألف من برجين، ومن المقرر إيجازه في عام
2030.

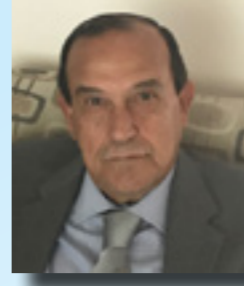
إعلاناتكم في الرسالة
514-961-0777 450 972 1414
elressalanews@gmail.com /
fzemokhol@gmail.com
www.el-ressala.com

أعرف قصة أول مكالمة هاتفية عابرة للقارة



لم تقتصر المكالمة على بيل واتسون، بل شارك فيها أيضًا الرئيس الأمريكي وودرو ويلسون، الذي تحدث من البيت الأبيض إلى جمهور في سان فرانسيسكو، معبرًا عن إعجابه بهذا التطور، فأثارت ان الفترة على التحدث عبر القارة "تثير الخيال"، كما شارك عدة المدينتين، واستمع إلى المكالمة ثيودور فايل من ولاية جورجيا، في حدث جمع بين التكنولوجيا والسياسة والإعلام.

الذكرى الـ 142 على قيام العالم الإسكتلندي الشهير ألكسندر جراهام بيل، بأول تجربة حية لإجراء محادثة هاتفية بين مدينتين متباعدتين، وذلك في 14 أبريل 1883، حيث أجريت مكالمة بين الأول وصديقه ومساعدته توماس واتسون، وكان الاثنان يقعا "بوسطن ونيويورك"، وذلك في أبريل من عام 1883. وانتظر العالم حتى يوم 25 يناير عام 1915، لتشهد الولايات المتحدة حدثًا تاريخيًا فارقًا في عالم الاتصالات، تمثل في إجراء أول مكالمة هاتفية عابرة للقارة، في خطوة اعتبرت وقتها إنجازًا تقنيًا غير مسبق، رغم أن هذا الحدث كان ذا طابع احتفالي أكثر منه تقنيًا. وجاءت هذه المكالمة بالترزامن مع احتفالات معرض بنما-المحيط الهادئ الدولي، بهدف الترويج لإنجاز شبكة الاتصالات الأمريكية، حيث جرت المكالمة بين المخترع ألكسندر جراهام بيل في نيويورك، ومساعدته توماس واتسون في سان فرانسيسكو، لمسافة تجاوزت 5500 كيلومتر.



بقلم الأديب: حسان عبد الله

العربية لغة علم وأدب

لعلاج لغتنا ومذمها بالوسائل المختلفة حتى تطابق حاجات العلوم والفنون، ولم يُعَدَّ لشيء منها النجاح لأنها كانت تعوزها بعض وسائل الحياة ومن أهمها: المال والسلطان. ورغم إنشاء مجمع اللغة العربية وفرضه جهداً عظيماً لاستظهار ألوان الصيغ والمصطلحات في شتى العلوم والفنون فقد راح يفتقر راح يفتقر راح يفتقر راح يفتقر راح يفتقر ساعده على هذا التبسيط مذاهب السلف الأكرمين الأئمة للغة وتيسيرا لما كان صعبا في هذا المطلب على جمهور المعلمين والمؤلفين، وقد قطع شوطا في هذا المضمار، والأمل معقود بأن هذا المجمع في ظل نظامه سيبذل الجهد العربية مبنيتها إن شاء الله.

الحق يُقال: إن اللغة العربية إذا كانت في هذا العصر الذي نعيش فيه قد أزهت وأشرقت وأضحت تواتي في يسر حاجة الآداب، فإنها ما برحت تُغلقها مطالب العلوم بل، على لا إذا زعمت أنها ما برحت تحسن العجز الشديد، فلتدحمت مصطلحات العلوم في هذه الأربعمئة سنة الأخيرة على وجه خاص ازدحامًا هائلًا مروعا بما أخرجت الفرائح فيها من فنون المخترعات والمستحدثات وبخاصة من يتولون منها شأن التعليم والتأليف فهذا العجز هو الذي كان يبعث أعيان أصحاب العلم والبيان في مصر الفترة بعد الفترة على الدعوة إلى تأليف المجمع اللغوية

ذكرى ميلاد ابن رشد.. هل كان السبب في معرفة الأوروبيون لأرسطو؟



المدرسة الأرسطية الرشدية التي ارتبطت بالفيلسوف الإيطالي بيترو بومبوناتي. المفارقة اللافتة أن تأثير ابن رشد كان أقوى في أوروبا منه في العالم الإسلامي، حيث فقدت العديد من أصول أعماله العربية، بينما بقيت ترجماته اللاتينية والعبرية محفوظة ومتداولة، في المقابل، ظل تأثيره في العالم الإسلامي قائما بشكل أكبر في مجالات الفقه، حيث كان قريبا ملكيا بارزا، إلى جانب كونه مفكرا علميا.

يوم 14 أبريل، ذكرى ميلاد الفيلسوف الأندلسي الكبير ابن رشد، أحد أبرز العقول التي أثرت في مسار الفكر الإنساني، ليس فقط داخل العالم الإسلامي، بل في أوروبا الغربية بشكل خاص، حيث لعب دورا محوريا في نقل الفلسفة اليونانية وإعادة تشكيلها داخل السياق الأوروبي في العصور الوسطى. عرف ابن رشد في الغرب بلقب "الشارح"، نظرا لتعليقاته الموسعة على أعمال الفيلسوف اليوناني أرسطو، والتي كانت في وقت مبكر شبه غائبة عن أوروبا اللاتينية. متى عرف الأوروبيون أرسطو؟ فحتى قبل القرن الثاني عشر، لم يكن الأوروبيون يعرفون من أرسطو سوى بعض كتب المنطق التي ترجمها الفيلسوف بيوتوس، بينما بقيت بقية أعماله حبيسة العالم البيزنطي والعربي. ومع حركة الترجمة الكبرى في القرنين الثاني عشر والثالث عشر، وصلت شروح ابن رشد إلى أوروبا عبر اللاتينية والعبرية، لتصبح المفتاح الأساسي لفهم الفلسفة الأرسطية، وتعيد تشكيل الفكر الأوروبي في العصور الوسطى.

أسست أفكار ابن رشد ما عرف بـ"الرشدية"، وهي مدرسة فلسفية أثرت بقوة في الفكر الأوروبي، خاصة داخل الجامعات الكبرى مثل جامعة باريس، وامتد تأثيره إلى فلاسفة كبار، من بينهم "توما

بقلم: عادل عطية

أفكار شائكة

الكرة، وهدف الهاوية!

كرة القدم، وكرة الأرض، يشتركان في كونهما لعبة، تتناقضها: المصالح، والعداوات، والصراعات، والحروب! الفارق الوحيد، أن كرة القدم، حين تدخل المرمى؛ فهي إشارة إلى انتصار أحد الفريقين المتنافسين! أما كرة الأرض، فالمرمى مشترك، والهدف خسارة فادحة للفريقين؛ لأنه يؤدي إلى دمار كرتنا الأرضية!...

بقلم: نعمة الله رياض

مستقبل الإنسان على الأرض

هذا ولا نشيد واحدة تفوق بقوتها النزاع الطبيعية، وتكون أسرع منها بضع أضعاف. وسيكون لكل طرف صناعي قدرات لا يستطيع الطرف البشري مجاراته. يقول أكلاند، «فمنعنا أدير رسعي بمقدار 360 درجة بندهننا الابتكارية أتاحت لنا حماية أنفسنا من أخطار الطبيعة، وتجاوز قيود أجدادنا وأسلافنا البيولوجية. لكن هذا الأمر لن يتوقف هنا، فمع استمرار وثيرة ابتكاراتنا وتطورها، سيستمر التغيير ليوصلنا إلى بعض المعاني التي قد لا نتصورها

السنوات المقبلة ستغير معالم الحاضر جزئيا مليونا عام من الابتكارات غيرت معالم أجدادنا، وبقولنا، وسلوكنا، وطريقة تفكيرنا، وأصبحنا أقواما بلغات معقدة. وملأنا الأرض، وأنشأنا علاقات معقدة مع بعضها البعض، ومع العالم الطبيعي، كما وأن عقربتنا الابتكارية أتاحت لنا حماية أنفسنا من أخطار الطبيعة، وتجاوز قيود أجدادنا وأسلافنا البيولوجية. لكن هذا الأمر لن يتوقف هنا، فمع استمرار وثيرة ابتكاراتنا وتطورها، سيستمر التغيير ليوصلنا إلى بعض المعاني التي قد لا نتصورها

ربما قد يتحول الأطباء إلى ما يشبه التجار يقومون بصيانة أجساد البشر بشكل دوري، ومن ثم مقاومة الشيخوخة وإطالة الحياة. وهذا قد يمكن البشر من دخول القرن الثاني من أعمارهم، وربما أطول من ذلك بكثير. والشيء المميز هنا هو أننا قد بنتنا في منتصف هذه الثورة، كما يقول إندرز ستاندبيرغ الأستاذ في معهد مستقبل البشرية في جامعة أكسفورد. وعندما تصبح الوفاة نتيجة الشيخوخة من الأمور غير العادية، تبقى الحوادث والأمراض المزمنة فقط هي التي تشكل الأخطار

الكبيرة، مع زيادة سلامة البيئة وتعميقها. ولكن كيف ستغير حياتنا أكثر فأكثر؟ أو لا سيغير إيقاع حياتنا، فإحراق حياتنا 7-1 سنين، 6، إذ ستبقى الكا الأولى منها كما هي، أما الباقي فستطول كما لا نهاية، كما نقلت مجلة «نيوساينتست» عن أوبري دي غري العالم في علم الشيخوخة، وأحد مؤسسي مؤسسة «سينس» للأبحاث في ماونت فيو في كاليفورنيا، فمع بداية سنة 50 سنة الأولى تبقى الحياة كما عرفنا حاليا، مع مراحلها الأساسية، مثل معالم البلوغ والعمرقة ثم الخصوبة المتقهرة. وبعد ذلك يجري إيقاف التغيرات البيولوجية الحاصلة في صحتنا العامة باختيارنا نحن، سواء كان ذلك ببطء أو بشكل مفاجئ، أو أي عامل آخر.

مع زوجة ذاتها طوال قرن من الزمن أو أكثر؟ وهذا التعاضيل بين الأعمار المختلفة قد يعرضنا إلى خيرات، وتجارب، وراء واسعة جدا. ومثل هذا العيش الطويل قد يجعل الأشخاص يعبتون أكثر ليس بعضهم البعض فحسب، بل بأشياء أخرى مختلفة أيضا، كالتبعية مثلا.

آلات تتخذ القرارات وسيجري التعامل مع الكثير من المشكلات والمعضلات في الحياة اليومية، حتى الصغيرة منها، بالرموز الكمبيوترية الخاصة، مثلا مثل نقرأ؟ أو إلى ماذا نصغي؟ ومن نتعامل معه ونواصل اجتماعيا؟ أين نذهب؟ كل ذلك سيجري عن طريق الخرائط التي توجهنا، والتطبيقات التي تلمي علينا أفعالنا متى وصلنا إلى وجهتنا، ومع تزايد معرفة الآلات بنا، ستزداد وتيرة هذه الأمور، مما يجعل حياتنا تدار بالعالم الافتراضي الذي يتوقع كل التفاتة نقوم بها.

قد يبدو هذا الأمر بركة؟ ربما، فتمة أدلة تشير إلى أننا سنستمر من الخيرات وأعوادنا، لكن لماذا نستغل وقتنا بديلا من ذلك؟ نحن جنس اجتماعي، وقد نلهم مع أطفالنا أكثر، مع وجود مزيد من الوقت لنفسيهم معهم، ومن ثم قد يتعزز العامل الاجتماعي، ويصبح أكثر أهمية وبروزا.

بيد أن عمالة الأعصاب اللاراري رينا من جامعة كورنيل في نيويورك تعتقد العكس وعدم التسليم لثلاثة بسرعة لاتخاذ القرارات بديلا عنا، فالخبرة والتجربة تساعدنا على تطوير أنفسنا وتعلمنا على تقييم المخاطر على سبيل المثال. وهذا ما يجعل أولادنا أحيانا لا يرتكبون أخطاء زملائهم ورفاقهم. ففترة الأفراد على تقرير الخيارات هي من الأمور الأساسية تقول رأينا.

أجسام حسب الطلب ومع تحول التقنية الاستهلاكية إلى عامل لا يمكن الاستغناء عنه يوما بعد يوم، يختار الكثير من الأفراد تعزيز وضعيتهم البيولوجية بالأنسجة والأعضاء المزروعة، فقد قل عصر البشر المصنوع حسب الطلب. وفي ظل مكان للشروع باختيار ما سيبدو عليه هذا المستقبل هو أن نزرع الجراحات التريضية فسواء كان ذلك جيدا أم سيئا، فإن محاولتنا لمعالجة البشر. جنديا قد تتحول إلى محاولات لإعادة بناء أجسادهم وفقا للوضعية الطبيعية. لكن «عندما يحصل مثل هذا العلاج، فإن الشخص المعنى قد يتغير فريده»، كما يقول ناهيل أكلاند الذي فقد ذراعه اليمنى في حادث صناعي، فالأطباء في هذا الصدد، يمكنهم قياسا واحدا يتناسب الجميع. بيد أن البعض يعارض حاليا هذا الرأي، ولا يرون سببا في أن نزرع الجراحات التريضية ذراعا، أو ساقا يدنو كذراع أو الساق الطبيعية. وهذه هي الفكرة العقلانية التي تكمن وراء «مشروع الأطراف البديلة» الذي تنبره صوفي دي أوليفيرا براتا في لندن. فمشغلها قد يصنع لك ساقا مرصعة بالجوهر، أو ذراعا مغطاة بريش الطيور. فإلى أين سيؤندنا ذلك عندما تصبح مثل هذه الأعضاء الصناعية من الأشياء الطبيعية التي تستعز من قدراتنا البشرية، مما يمكننا مثلا من صنع ذراع تكون جودة الزراعة الطبيعية. ولماذا نتوقف

كلمات نوبل 1913.. كيف قدمت الأكاديمية السويدية الشاعر الهندي رابندرانات طاغور

وقد نصت الصفحة الرسمية للجائزة على أن نوبل الآداب 1913 مُنحت لطاغور مفردًا، وهو ما جعل اسمه يدخل تاريخ الجائزة بوصفه أول أديب آسيوي يفوز بها. وركزت كلمة التقديم على كتاب «جيتانجالي» قرايين الأغاني» الصادر بالإنجليزية عام 1912، باعتباره العمل الذي لفت أنظار الأكاديمية والدوائر النقدية الغربية إلى طاغور. وأشارت إلى أن أهمية هذا الكتاب لا تعود فقط إلى قيمته الروحية والشعرية، بل أيضًا إلى أن صاحبه، وهو شاعر يكتب أسانبا بلغته الغنائية، أعاد تقديم قصائده بنفسه في صياغة إنجليزية منحته حياة جديدة، وجعلتها قابلة للتلقى وراث الأكاديمية أن ما منح شعر طاغور هذا الصدى السريع هو قدرته على الجمع بين عناصر متعددة في نسيج واحد متماسك، سواء على مستوى الفكرة أو الإيقاع أو اللغة، مع غاية واضحة في اختيار الألفاظ وبناء النثر الشعري.

والمعنى الذي يكتسب من هذه الأمور تكشف عن الميول والانتماءات التي التي قد تكون عرضة للاستغلال من قبل الوكالات والهيئات المختلفة، وبالتالي تقريري أي الأشخاص الذين يمكن تجنيدهم لأغراض معينة، أو يكونون مرشحين لغايات محددة. فضلا عن أن ذلك يشكل مشروعا تجاريا كبيرا، سواء كان أخلاقيا أم لا. والعالم اليوم بات غارقا بتقنيات التنصي والاستطلاع إلى درجة أن كل فرد يستطيع مراقبة الشخص الآخر وبراه فالكاميرات تراقب كل شيء وتصوره وتشارك به مع الآخرين. ففي عالم المراقبة اليوم يحمل كل واحد منا في جيبه ما يدل عليه، ومكان وجوده، والذي عليه تحركاته.

وقد يكون مثل هذا المجتمع المفتوح مجتمعا أفضل كما تشير بعض الدلائل، لكن مثل هذا الانفتاح قد لا يتعادل في بعض البلدان مع الحريات العامة، وهنا تكمن المشكلة، إذ يحاول البعض إزالة بعض المحظورات الحاسمة من الإنترنت أو التقييد عليها، أو كما هو الحال عندما زرع بعض الدول مخبرا واحدا بين كل 63 شخصا من المواطنين. فهل يمكن قياس ذلك مثلا على صعيد القرية الكورنية التي نعيش فيها حاليا؟



شعر: صباح غريب



شعر: جون كرام يا مخدتي



شعر: هناء الرملي

من ديوان (شيفرة الباسمين خوارزميات الانتظار)

وحشيتني
بعلو الصوت بقولها لك
وحطّي كلمتي قبالك
وحشيتني
ولمّا أتد في يوم طيفك
ألقى الصدّ في حروفك
أحسن بأنّ أنا عايش في أوهامك
و إتي مشّ ف أحلامك
بأي كلام تصالحيني
وحشيتني
وبسنّ نصيحة أقولها لك
حذاري شوقي يوجيني
ليبقى قوام كذا انسيني
دا لّمّا شوقي يوجيني
حايقي أكيد أنا غلطي
باين انتي وحشيتني
وعمرك ما عشتني
وحشيتني

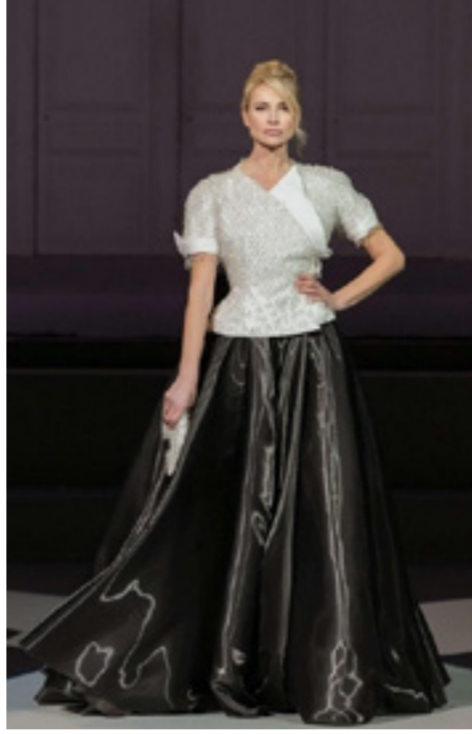
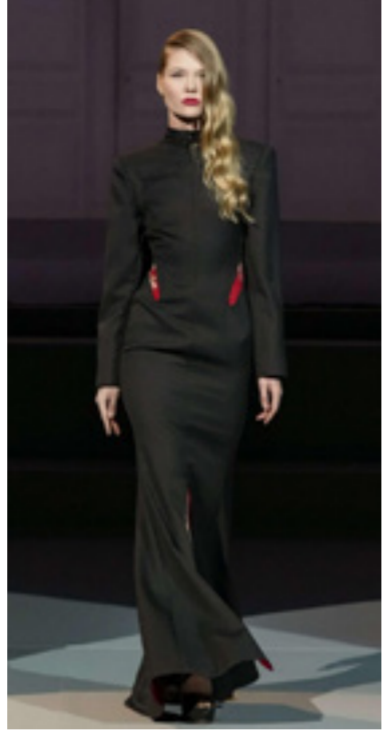
يا مخدتي يا سر أحلامي
يا ريفيتي بدوزنة أنغامي
يا ما ويا ما مسمك كلمات
اللي كتبتها من شroud إلهامي
ما في ولا مرة لحب الذات
كنتي وإنتي حب منثامي
ريفيتي كنتي بها السهرات
مع شرفي وتختي ومع حرامي
كنتي لوحكك تسمعي الإهات
اللي حصدها من حقول أيامي
وكنتي لوحكك تعرفي النيات
بجب قد الكون مترامي
وكنتي لوحكك تسمعي الصرخات
بألحان أوجاعي والآمي
ظل الصباح وفاقت النسمات
وعم شوف نور الفجر قدامي
تعبان خليني بضع ساعات
إغفي معك يا مخدتي مرة
لو نمت إنسي هومك ونامي

القادمُ أجمل!
القادم أجمل
قد فاقَ الصبرُ
حدَّ التحمُّلِ
وتماذى العقل
في الحكمة والتعلل
قد جاوَزَ الشوقُ
مَدَاهُ!
ولم يدركَ الانتظارُ بعد
منتهاه!
وأنت يا أميري
حكمة الإله
سرُّ أسرار الحياة..
القادمُ أجمل!
رايت الزمنَ أمامَ
المرأة يتأمل
ترهل الغياب
بنوي التحمل!
عن نصارة اللقائم
يسأل
قد جاوَزَ الشوقُ
مَدَاهُ..
في الانتظار لم أجد
رفيقًا سواه
يمسكُ القلمَ وينفخُ به
روحَ أناه
ليكتب متى سنوهبُ
حياةً للحياة؟

همسات
العاشق يرى في محبوبته ما لا يراه الغير
إذا أردت أن تستغف امرأة تكلم عن محاسن امرأة أخرى
لا تتحدث أي شخص ليس لديه أي شيء يخسره
أبتعد عن النحل لتجنب لدغة
لا تتجادل مع الأغبياء
عدو المرأة ليس الرجل بل امرأة مثلها

بقلم: يوسف زمحل
المرأة الجميلة كالحاكم يحوم حولها الكثيرون
يقولون أن الرجل تقتعه الدومع والمرأة تقتعها القبلة
يتبند الحب إذا انقلب إلى عبودية
من كلماتي : حبيبي أنت يا روحي أنت .. مستني أشوفك
حيتيكي أمتي .. لاتي بحبك بحبك أنت .. بحلم بعينيك
تقابل عيني .. وأبتعتك رسالة في لمسة أيدي .. تقول
وحشيتني وتقولك كلام .. قلبي ملهفوكك يهديك سلام .

جوليان فورنييه «First Misfits» .. الهوت كوتور لربيع وصيف 2026



الشخصيات الجريئة والمتنوعة، أو تلك الأفراد الذين لا يخشون إثبات هويتهم مع الانتفاخ على الحوار، والتبادل الثقافي. وفي هذه التشكيلة، تبرز التطريزات الفاخرة، الممزوجة بتأثيرات مستوحاة من «فن الشارع» (Street Art)، والمناغاة، وسينما الفانتازيا؛ لتمتازح الأصالة بالابتكار في تناغم تام لا يعرف التراتبية.

والحرية المطلقة للمبتكر. فوسماً تلو آخر، يواصل فورنييه تقديم شخصيات قوية، وغير تقليدية على منصات العرض، مكرماً الموضة أداة حقيقية للتعبير الفردي. واستلهم فورنييه فكرة المجموعة من مفهوم «العيش المشترك»، وهي رؤية تبلورت لديه خلال سنوات تنقله بين ضواحي باريس الشمالية، ومركز المدينة. حيث استمد الإلهام من مرآة

كشفت المصمم جوليان فورنييه، في باريس، عن مجموعة الجديدة للأزياء الراقية لموسم ربيع وصيف ٢٠٢٦، التي حملت عنوان «First Misfits»؛ احتفاءً بالفرق الجريئة، والأسلوب الذي لا يعرف الخوف. في هذه المجموعة، يؤكد فورنييه استقلالته الإبداعية، منتصراً لآراية الراقية كفن قائم بذاته، يتجسد من خلال المنسوجات،

ماء الأرز وجوز الهند لمنح بشرتك النضارة المثالية



■ حين تقفين أمام المرآة كل صباح، لا تتحجج فقط عن مظهر جميل، بل عن إشراقة حقيقية تنبع من بشرة صحية ومعتنى بها. ومع كثرة المنتجات والخيارات، قد تشعرين بالهيرة؛ هل تعتمدين على مستحضرات جاهزة أم تعوين إلى أسرار الطبيعة البسيطة التي أثبتت فعاليتها عبر الزمن؟ في خضم هذا البحث، يبرز ماء الأرز وماء جوز الهند كخيارين طبيعيين يمنحان بشرتك غناية صافية ولمسة من النضارة التي لا تشترى بسهولة. لكن جمال الطبيعة لا يكمن فقط في بساطتها، بل في قدرتها على التكيف مع احتياجاتك المختلفة. فبشرتك ليست ثابتة؛ يوماً تحتاج إلى ترطيب عميق، ويوماً آخر تحتاج إلى تهدئة أو إشراقة إضافية. وهنا يأتي دور هذه المكونات الطبيعية التي تمتدح حلولاً مرنة وفعالة دون تعقيد.

فوائد ماء الأرز للبشرة: الماء هو من أقدم أسرار الجمال في الثقافات الآسيوية، حيث استخدم لتقوية اللعانة بالبشرة، وإشراقة إضافية. وهذا يأتي بفضل تركيبته الغنية بالعناصر المغذية.

فوائد ماء جوز الهند للبشرة: يعمل على توحيد لون البشرة وتقليل مظهر البقع ويساهم في شد المسام وتحسين ملمس الجلد.

بهذه المكونات وبفضل الإحمرار غني بمضادات الأكسدة التي تساعد في تأخير علامات التقدم في العمر مناسب بشكل خاص للبشرة الدهنية والمختلطة.

ما هو ماء الأرز؟ ماء الأرز هو السائل الذي يتم الحصول عليه من نقع الأرز أو غليه في الماء، وهو من أقدم أسرار الجمال في الثقافات الآسيوية، حيث استخدم لتقوية اللعانة بالبشرة، وإشراقة إضافية. وهذا يأتي بفضل تركيبته الغنية بالعناصر المغذية.

فوائد ماء جوز الهند للبشرة: يمنح البشرة ترطيباً عميقاً وقرانياً يعزز نضارة البشرة ويمنحها مظهراً صحياً.

يعزز البشرة ويمنحها ترطيباً عميقاً. يساهم في تحسين مرونة الجلد مثالي للبشرة الجافة والعادية.

استخدامات ماء الأرز: كتنظيف طبيعي بعد تنظيف البشرة لشد المسام كماء غسل خفيف يمنح إشراقة مساحية.

يمكن استخدامه كمهدئة للبشرة المجعدة يدخل في تحضير ماسكات طبيعية مع مكونات أخرى.

طريقة الاستخدام: كتنظيف طبيعي: بعد تنظيف بشرتك، ضعي القليل من ماء الأرز على

كقناع مغذي: اخلطي مع العسل أو جل طبيعي، واتركيه ١٥-١٠ دقيقة، وغذي البشرة ويمنحها حيوية.

هل يمكن استخدامها معاً؟ نعم، وهذا أفضل خيار للحصول على نتائج متكاملة: صباحاً: استخدم ماء جوز الهند للترطيب والانتعاش مساءً: استخدم ماء الأرز لتهدئة البشرة وشد المسام.

بهذه الطريقة تجمعين بين الترطيب العميق والإشراقة. نصائح مهمة لتتأخر أفضل: استخدم ماء الأرز طازجاً واحفظي به في الثلاجة لمدة قصيرة.

اختاري ماء جوز هند طبيعي وغير مضاف إليه سكر الاستمرار هو السر فالتأثير يظهر مع الاستخدام المنتظم.

ماء الأرز يمنح إشراقة ونعومة واضحة، بينما ماء جوز الهند يغير بشرتك بالترطيب والحيوية. الاختيار لا يعتمد على الأفضل بشكل مطلق، بل على ما تحتاجه بشرتك في كل مرحلة والنضارة الحقيقية. هو دون متابعة، بالإضافة إلى استشارة مختص، خاصة لمن يعانون من حالات صحية أو يتناولون أدوية.

لا يتعلق الاختيار بين المغنيسيوم والميلاتونين بالأفضلية المطلقة، بل

5 أطعمة ضرورية للحامل والجنين



الجنين وعملية التمثيل الغذائي للطاقة لدى الأم. البروتينات الخالية من الدهون

تُرَوِّد مصادر مثل الدجاج والبيض والأسماك والبقوليات الجسم بالأحماض الأمينية الأساسية اللازمة للنمو والتريميم. فالبروتين يؤدي دوراً رئيسياً في نمو أنسجة وأعضاء الجنين، بما في ذلك الدماغ. بالنسبة للأم، يُساعد تناول كمية كافية من البروتين على الحفاظ على قوة العضلات ودعم تدفق الدم الممتاز المطلوب أثناء الحمل.

في نمو دماغ الطفل وأنسجته. ٤- الحبوب الكاملة

الخبز الكامل غني بالألياف وفيتامينات «ب» والفيتامينات «ج» الموجود في العديد من الفاكهة جهاز المناعة ويساعد الجسم على امتصاص الحديد بشكل أكثر فعالية. وبدوره، يساهم فيتامين «ب» الموجود في الموز في الحفاظ على توازن السوائل ووظيفة العضلات بشكل صحيح، بينما تساهم الدهون الصحية الموجودة في الأفوكادو

الحمل. يؤدي حمض الفوليك دوراً رئيسياً في الوقاية من عيوب الأنبوب العصبي لدى الجنين، بينما يساعد الحديد في إنتاج خلايا الدم الحمراء ويساهم في نمو الجنين. يساهم الكالسيوم البروتين نمو الأنسجة، بما في ذلك أعضاء الجنين. يعزز فيتامين د امتصاص الكالسيوم ويدعم وظائف المناعة، مما يجعل منتجات الألبان جزءاً مهماً من نظام غذائي متوازن أثناء الحمل.

٣- الفاكهة

ثور الفاكهة، مثل البرتقال والتوت والموز والأفوكادو مجموعة واسعة من الفيتامينات ومضادات الأكسدة والسكريات الطبيعية. يدعم البروتينات الصحية في الوجبات اليومية حصول كليهما على التغذية اللازمة. وفي ما يلي، سنذكر من أطعمة مفيدة لك ولجنينك.

١- الخضراوات الورقية الخضراء، مثل السبانخ واللفت والبروكلي، غنية بحمض الفوليك والحديد والكالسيوم، وهي عناصر أساسية خلال فترة الحمل والجنين فور أن تعرفي بخبر حملك، إذ لا يقتصر الحمل الصحي على الفحوصات الدورية والرعاية الطبية فحسب، بل يشمل أيضاً الحفاظ على نمط حياة متوازن يدعم الصحة البدنية والنفسية. تؤدي التغذية دوراً محورياً خلال هذه الفترة، حيث يمزج الجسم بتغذية كبيرة تتطلب فيتامينات ومعادن وطاقة إضافية. يساهم اتباع نظام غذائي متوازن على دعم صحة الأم، ويقلل من خطر حدوث مضاعفات، ويساهم في النمو والتطور السليمين للجنين، لذا يُعد اختيار الطعام بعناية خطوة أساسية لضمان حمل أكثر سلامة وصحة جيدة لكليهما.

أفضل أطعمة للحامل والجنين خلال فترة الحمل، تزداد احتياجات الجسم الغذائية لدعم نمو الجنين وصحة الأم. يساهم اختيار الأطعمة الغنية بالعناصر الغذائية على توفير الفيتامينات والمعادن الأساسية الضرورية في كل مرحلة. ويضمن إدخال مجموعة متنوعة من المكونات الصحية في الوجبات اليومية حصول كليهما على التغذية اللازمة. وفي ما يلي، سنذكر من أطعمة مفيدة لك ولجنينك.

١- الخضراوات الورقية الخضراء، مثل السبانخ واللفت والبروكلي، غنية بحمض الفوليك والحديد والكالسيوم، وهي عناصر أساسية خلال فترة الحمل والجنين فور أن تعرفي بخبر حملك، إذ لا يقتصر الحمل الصحي على الفحوصات الدورية والرعاية الطبية فحسب، بل يشمل أيضاً الحفاظ على نمط حياة متوازن يدعم الصحة البدنية والنفسية. تؤدي التغذية دوراً محورياً خلال هذه الفترة، حيث يمزج الجسم بتغذية كبيرة تتطلب فيتامينات ومعادن وطاقة إضافية. يساهم اتباع نظام غذائي متوازن على دعم صحة الأم، ويقلل من خطر حدوث مضاعفات، ويساهم في النمو والتطور السليمين للجنين، لذا يُعد اختيار الطعام بعناية خطوة أساسية لضمان حمل أكثر سلامة وصحة جيدة لكليهما.

أفضل أطعمة للحامل والجنين خلال فترة الحمل، تزداد احتياجات الجسم الغذائية لدعم نمو الجنين وصحة الأم. يساهم اختيار الأطعمة الغنية بالعناصر الغذائية على توفير الفيتامينات والمعادن الأساسية الضرورية في كل مرحلة. ويضمن إدخال مجموعة متنوعة من المكونات الصحية في الوجبات اليومية حصول كليهما على التغذية اللازمة. وفي ما يلي، سنذكر من أطعمة مفيدة لك ولجنينك.

١- الخضراوات الورقية الخضراء، مثل السبانخ واللفت والبروكلي، غنية بحمض الفوليك والحديد والكالسيوم، وهي عناصر أساسية خلال فترة الحمل والجنين فور أن تعرفي بخبر حملك، إذ لا يقتصر الحمل الصحي على الفحوصات الدورية والرعاية الطبية فحسب، بل يشمل أيضاً الحفاظ على نمط حياة متوازن يدعم الصحة البدنية والنفسية. تؤدي التغذية دوراً محورياً خلال هذه الفترة، حيث يمزج الجسم بتغذية كبيرة تتطلب فيتامينات ومعادن وطاقة إضافية. يساهم اتباع نظام غذائي متوازن على دعم صحة الأم، ويقلل من خطر حدوث مضاعفات، ويساهم في النمو والتطور السليمين للجنين، لذا يُعد اختيار الطعام بعناية خطوة أساسية لضمان حمل أكثر سلامة وصحة جيدة لكليهما.

أفضل أطعمة للحامل والجنين خلال فترة الحمل، تزداد احتياجات الجسم الغذائية لدعم نمو الجنين وصحة الأم. يساهم اختيار الأطعمة الغنية بالعناصر الغذائية على توفير الفيتامينات والمعادن الأساسية الضرورية في كل مرحلة. ويضمن إدخال مجموعة متنوعة من المكونات الصحية في الوجبات اليومية حصول كليهما على التغذية اللازمة. وفي ما يلي، سنذكر من أطعمة مفيدة لك ولجنينك.

١- الخضراوات الورقية الخضراء، مثل السبانخ واللفت والبروكلي، غنية بحمض الفوليك والحديد والكالسيوم، وهي عناصر أساسية خلال فترة الحمل والجنين فور أن تعرفي بخبر حملك، إذ لا يقتصر الحمل الصحي على الفحوصات الدورية والرعاية الطبية فحسب، بل يشمل أيضاً الحفاظ على نمط حياة متوازن يدعم الصحة البدنية والنفسية. تؤدي التغذية دوراً محورياً خلال هذه الفترة، حيث يمزج الجسم بتغذية كبيرة تتطلب فيتامينات ومعادن وطاقة إضافية. يساهم اتباع نظام غذائي متوازن على دعم صحة الأم، ويقلل من خطر حدوث مضاعفات، ويساهم في النمو والتطور السليمين للجنين، لذا يُعد اختيار الطعام بعناية خطوة أساسية لضمان حمل أكثر سلامة وصحة جيدة لكليهما.

أفضل أطعمة للحامل والجنين خلال فترة الحمل، تزداد احتياجات الجسم الغذائية لدعم نمو الجنين وصحة الأم. يساهم اختيار الأطعمة الغنية بالعناصر الغذائية على توفير الفيتامينات والمعادن الأساسية الضرورية في كل مرحلة. ويضمن إدخال مجموعة متنوعة من المكونات الصحية في الوجبات اليومية حصول كليهما على التغذية اللازمة. وفي ما يلي، سنذكر من أطعمة مفيدة لك ولجنينك.

١- الخضراوات الورقية الخضراء، مثل السبانخ واللفت والبروكلي، غنية بحمض الفوليك والحديد والكالسيوم، وهي عناصر أساسية خلال فترة الحمل والجنين فور أن تعرفي بخبر حملك، إذ لا يقتصر الحمل الصحي على الفحوصات الدورية والرعاية الطبية فحسب، بل يشمل أيضاً الحفاظ على نمط حياة متوازن يدعم الصحة البدنية والنفسية. تؤدي التغذية دوراً محورياً خلال هذه الفترة، حيث يمزج الجسم بتغذية كبيرة تتطلب فيتامينات ومعادن وطاقة إضافية. يساهم اتباع نظام غذائي متوازن على دعم صحة الأم، ويقلل من خطر حدوث مضاعفات، ويساهم في النمو والتطور السليمين للجنين، لذا يُعد اختيار الطعام بعناية خطوة أساسية لضمان حمل أكثر سلامة وصحة جيدة لكليهما.

أفضل أطعمة للحامل والجنين خلال فترة الحمل، تزداد احتياجات الجسم الغذائية لدعم نمو الجنين وصحة الأم. يساهم اختيار الأطعمة الغنية بالعناصر الغذائية على توفير الفيتامينات والمعادن الأساسية الضرورية في كل مرحلة. ويضمن إدخال مجموعة متنوعة من المكونات الصحية في الوجبات اليومية حصول كليهما على التغذية اللازمة. وفي ما يلي، سنذكر من أطعمة مفيدة لك ولجنينك.

١- الخضراوات الورقية الخضراء، مثل السبانخ واللفت والبروكلي، غنية بحمض الفوليك والحديد والكالسيوم، وهي عناصر أساسية خلال فترة الحمل والجنين فور أن تعرفي بخبر حملك، إذ لا يقتصر الحمل الصحي على الفحوصات الدورية والرعاية الطبية فحسب، بل يشمل أيضاً الحفاظ على نمط حياة متوازن يدعم الصحة البدنية والنفسية. تؤدي التغذية دوراً محورياً خلال هذه الفترة، حيث يمزج الجسم بتغذية كبيرة تتطلب فيتامينات ومعادن وطاقة إضافية. يساهم اتباع نظام غذائي متوازن على دعم صحة الأم، ويقلل من خطر حدوث مضاعفات، ويساهم في النمو والتطور السليمين للجنين، لذا يُعد اختيار الطعام بعناية خطوة أساسية لضمان حمل أكثر سلامة وصحة جيدة لكليهما.

أفضل أطعمة للحامل والجنين خلال فترة الحمل، تزداد احتياجات الجسم الغذائية لدعم نمو الجنين وصحة الأم. يساهم اختيار الأطعمة الغنية بالعناصر الغذائية على توفير الفيتامينات والمعادن الأساسية الضرورية في كل مرحلة. ويضمن إدخال مجموعة متنوعة من المكونات الصحية في الوجبات اليومية حصول كليهما على التغذية اللازمة. وفي ما يلي، سنذكر من أطعمة مفيدة لك ولجنينك.

١- الخضراوات الورقية الخضراء، مثل السبانخ واللفت والبروكلي، غنية بحمض الفوليك والحديد والكالسيوم، وهي عناصر أساسية خلال فترة الحمل والجنين فور أن تعرفي بخبر حملك، إذ لا يقتصر الحمل الصحي على الفحوصات الدورية والرعاية الطبية فحسب، بل يشمل أيضاً الحفاظ على نمط حياة متوازن يدعم الصحة البدنية والنفسية. تؤدي التغذية دوراً محورياً خلال هذه الفترة، حيث يمزج الجسم بتغذية كبيرة تتطلب فيتامينات ومعادن وطاقة إضافية. يساهم اتباع نظام غذائي متوازن على دعم صحة الأم، ويقلل من خطر حدوث مضاعفات، ويساهم في النمو والتطور السليمين للجنين، لذا يُعد اختيار الطعام بعناية خطوة أساسية لضمان حمل أكثر سلامة وصحة جيدة لكليهما.

أفضل أطعمة للحامل والجنين خلال فترة الحمل، تزداد احتياجات الجسم الغذائية لدعم نمو الجنين وصحة الأم. يساهم اختيار الأطعمة الغنية بالعناصر الغذائية على توفير الفيتامينات والمعادن الأساسية الضرورية في كل مرحلة. ويضمن إدخال مجموعة متنوعة من المكونات الصحية في الوجبات اليومية حصول كليهما على التغذية اللازمة. وفي ما يلي، سنذكر من أطعمة مفيدة لك ولجنينك.

١- الخضراوات الورقية الخضراء، مثل السبانخ واللفت والبروكلي، غنية بحمض الفوليك والحديد والكالسيوم، وهي عناصر أساسية خلال فترة الحمل والجنين فور أن تعرفي بخبر حملك، إذ لا يقتصر الحمل الصحي على الفحوصات الدورية والرعاية الطبية فحسب، بل يشمل أيضاً الحفاظ على نمط حياة متوازن يدعم الصحة البدنية والنفسية. تؤدي التغذية دوراً محورياً خلال هذه الفترة، حيث يمزج الجسم بتغذية كبيرة تتطلب فيتامينات ومعادن وطاقة إضافية. يساهم اتباع نظام غذائي متوازن على دعم صحة الأم، ويقلل من خطر حدوث مضاعفات، ويساهم في النمو والتطور السليمين للجنين، لذا يُعد اختيار الطعام بعناية خطوة أساسية لضمان حمل أكثر سلامة وصحة جيدة لكليهما.

ما هي أسباب ضيق التنفس المفاجئ؟

■ إن معرفة أسباب ضيق التنفس المفاجئ هو أمر مهم للغاية، وذلك لتتمكني من علاج هذه الحالة، خصوصاً إن كنت تعانين منها بشكل دائم. يحدث ضيق التنفس عندما يعجز الجسم عن الحصول على كمية كافية من الأكسجين أو يواجه صعوبة في التخلص من ثاني أكسيد الكربون بكفاءة، مما يؤدي إلى شعور بالضيق في الصدر أو صعوبة في التنفس. يعمق قد يتطور هذا الشعور تدريجياً أو يظهر فجأة، تبعاً للحالة المسببة، وغالباً ما يعكس حال الرئتين أو القلب أو حتى الدورة الدموية في تلك اللحظة. مع أن ضيق التنفس العرضي قد يحدث بعد بذل مجهود بدني أو التعرض لضغط نفسي، إلا أنه لا ينبغي أبداً تجاهل ظهوره المفاجئ من دون سبب واضح، فقد يُشير إلى مشكلة أكثر خطورة تستدعي الانتباه.

أسباب ضيق التنفس المفاجئ

قد يحدث ضيق التنفس المفاجئ بشكل غير متوقع، وتتفاوت شدته من انزعاج بسيط إلى صعوبة بالغة في التنفس. وفي ما يلي، أبرز أسبابه:

١- التهابات الجهاز التنفسي: يمكن أن تُسبب التهابات مثل التهاب الشعب الهوائية أو التهاب الرئتين في المسالك الهوائية، مما يؤدي إلى تضيقها بشكل مؤقت. قد يكون سبباً شائعاً لضيق التنفس المفاجئ، خاصةً في حالات العدوى الفيروسية أو البكتيرية.

٢- مشاكل القلب: يؤدي القلب دوراً حيوياً في إمداد الجسم بالدم الغني بالأكسجين، لذا فإن أي خلل في وظيفته قد يؤدي إلى صعوبات في التنفس. قد تُقلل حالات مثل قصور القلب أو عدم انتظام ضربات القلب من كفاءة الدورة الدموية، مما يتسبب بترام السوائل في الرئتين أو الحدي من وصول الأكسجين. قد يؤدي ذلك إلى ضيق مفاجئ في التنفس، خاصةً أثناء النشاط البدني أو عند الاستلقاء، وقد يكون علامة تحذيرية على وجود مشكلة خطيرة في القلب والأوعية الدموية.

٣- مشاكل الربو: يؤدي القلب دوراً حيوياً في إمداد الجسم بالدم الغني بالأكسجين، لذا فإن أي خلل في وظيفته قد يؤدي إلى صعوبات في التنفس. قد تُقلل حالات مثل قصور القلب أو عدم انتظام ضربات القلب من كفاءة الدورة الدموية، مما يتسبب بترام السوائل في الرئتين أو الحدي من وصول الأكسجين. قد يؤدي ذلك إلى ضيق مفاجئ في التنفس، خاصةً أثناء النشاط البدني أو عند الاستلقاء، وقد يكون علامة تحذيرية على وجود مشكلة خطيرة في القلب والأوعية الدموية.

٤- الانصمام الرئوي: يحدث الانصمام الرئوي عندما تنتقل جلطة دموية إلى الرئتين وتسد أحد الشرايين الرئوية، مما قد يؤدي إلى انخفاض مفاجئ في مستويات الأكسجين في الدم. تُعتبر هذه الحالة طارئة طبية لأنها قد تُعيق التنفس بشدة وتُجهد القلب. تشمل الأعراض عادةً ألمًا حادًا في الصدر، وسرعة في التنفس، وضيقًا مفاجئًا في التنفس قد يتفاقم مع الحركة أو التنفس العميق.

٥- فقر الدم: يحدث فقر الدم عندما تنقل خلايا الدم الحمراء كمية أقل من الأكسجين إلى باقي أجزاء الجسم. يمكن أن يحدث فقر الدم بسبب فقدان الدم، أو انخفاض إنتاج خلايا الدم الحمراء، أو زيادة تدميرها. قد يؤدي فقر الدم إلى ضيق التنفس، خاصةً عند ممارسة الرياضة أو عند صعود السلالم.

٦- اضطرابات الغدة الدرقية: يمكن أن تؤدي اضطرابات الغدة الدرقية، مثل فرط نشاط الغدة الدرقية، إلى ضيق التنفس المفاجئ. يحدث هذا عندما تنتج الغدة الدرقية هرمونات التوتّر. تتناولها بكميات معتدلة قد يساهم على تحسين المزاج وتقليل الشعور بالضيق.

٧- التهابات الجهاز التنفسي: يمكن أن تُسبب التهابات مثل التهاب الشعب الهوائية أو التهاب الرئتين في المسالك الهوائية، مما يؤدي إلى تضيقها بشكل مؤقت. قد يكون سبباً شائعاً لضيق التنفس المفاجئ، خاصةً في حالات العدوى الفيروسية أو البكتيرية.

٨- مشاكل القلب: يؤدي القلب دوراً حيوياً في إمداد الجسم بالدم الغني بالأكسجين، لذا فإن أي خلل في وظيفته قد يؤدي إلى صعوبات في التنفس. قد تُقلل حالات مثل قصور القلب أو عدم انتظام ضربات القلب من كفاءة الدورة الدموية، مما يتسبب بترام السوائل في الرئتين أو الحدي من وصول الأكسجين. قد يؤدي ذلك إلى ضيق مفاجئ في التنفس، خاصةً أثناء النشاط البدني أو عند الاستلقاء، وقد يكون علامة تحذيرية على وجود مشكلة خطيرة في القلب والأوعية الدموية.

٩- فقر الدم: يحدث فقر الدم عندما تنقل خلايا الدم الحمراء كمية أقل من الأكسجين إلى باقي أجزاء الجسم. يمكن أن يحدث فقر الدم بسبب فقدان الدم، أو انخفاض إنتاج خلايا الدم الحمراء، أو زيادة تدميرها. قد يؤدي فقر الدم إلى ضيق التنفس، خاصةً عند ممارسة الرياضة أو عند صعود السلالم.

١٠- اضطرابات الغدة الدرقية: يمكن أن تؤدي اضطرابات الغدة الدرقية، مثل فرط نشاط الغدة الدرقية، إلى ضيق التنفس المفاجئ. يحدث هذا عندما تنتج الغدة الدرقية هرمونات التوتّر. تتناولها بكميات معتدلة قد يساهم على تحسين المزاج وتقليل الشعور بالضيق.

١١- التهابات الجهاز التنفسي: يمكن أن تُسبب التهابات مثل التهاب الشعب الهوائية أو التهاب الرئتين في المسالك الهوائية، مما يؤدي إلى تضيقها بشكل مؤقت. قد يكون سبباً شائعاً لضيق التنفس المفاجئ، خاصةً في حالات العدوى الفيروسية أو البكتيرية.

١٢- مشاكل القلب: يؤدي القلب دوراً حيوياً في إمداد الجسم بالدم الغني بالأكسجين، لذا فإن أي خلل في وظيفته قد يؤدي إلى صعوبات في التنفس. قد تُقلل حالات مثل قصور القلب أو عدم انتظام ضربات القلب من كفاءة الدورة الدموية، مما يتسبب بترام السوائل في الرئتين أو الحدي من وصول الأكسجين. قد يؤدي ذلك إلى ضيق مفاجئ في التنفس، خاصةً أثناء النشاط البدني أو عند الاستلقاء، وقد يكون علامة تحذيرية على وجود مشكلة خطيرة في القلب والأوعية الدموية.

١٣- فقر الدم: يحدث فقر الدم عندما تنقل خلايا الدم الحمراء كمية أقل من الأكسجين إلى باقي أجزاء الجسم. يمكن أن يحدث فقر الدم بسبب فقدان الدم، أو انخفاض إنتاج خلايا الدم الحمراء، أو زيادة تدميرها. قد يؤدي فقر الدم إلى ضيق التنفس، خاصةً عند ممارسة الرياضة أو عند صعود السلالم.

١٤- اضطرابات الغدة الدرقية: يمكن أن تؤدي اضطرابات الغدة الدرقية، مثل فرط نشاط الغدة الدرقية، إلى ضيق التنفس المفاجئ. يحدث هذا عندما تنتج الغدة الدرقية هرمونات التوتّر. تتناولها بكميات معتدلة قد يساهم على تحسين المزاج وتقليل الشعور بالضيق.

المغنيسيوم أو الميلاتونين: أيهما الأكثر فعالية لتحسين جودة النوم؟



■ عندما تصبح ليالي النوم منقطعة والاستيقاظ في النوم مهمة صعبة، يلجأ كثيرون إلى المكملات الغذائية بحثاً عن حل سريع. وفي هذا السياق، يبرز خياران أساسيان: المغنيسيوم، المرتبط بالاسترخاء وتهدئة الأعصاب، والميلاتونين، المعروف بهرمون النوم. ورغم أنهما يُستخدمان ليهدئ واحد، إلا أن طريقة عمل كل منهما مختلفة تماماً، ما يجعل اختيار الأنسب مرتبطاً بسبب اضطراب النوم نفسه.

المغنيسيوم: دعم للجهاز العصبي من الجذور يُعد المغنيسيوم من المعادن الأساسية التي تلعب دوراً محورياً في توازن الجهاز العصبي. فهو يساهم في تقليل التوتر العصبي، وتهدئة النشاط الزائد في الدماغ، إضافة إلى إرخاء العضلات، ما يدخل بيئة داخلية مهيأة للنوم.

غالباً ما يكون هذا الخيار مناسباً للأشخاص الذين يعانون من التوتر المزمن أو الضغط النفسي، والقلق والأفكار المتسارعة قبل النوم، الشد العضلي أو الإحساس بعدم الراحة الجسدية، أو الإرهاق العصبي الناتج عن نمط حياة مرهق. بمعنى آخر، يعمل المغنيسيوم بشكل غير مباشر، عبر معالجة الأسباب التي تمنع الجسم من الدخول في حالة الاسترخاء اللازمة للنوم.

الميلاتونين: إشارة مباشرة لبدء النوم على عكس المغنيسيوم، يعمل الميلاتونين كـ«منبه بيولوجي» يخبر الجسم بأن وقت النوم قد حان. يُفرز هذا الهرمون طبيعياً مع حلول الظلام، وهو المسؤول عن تنظيم الساعة البيولوجية.

عند استخدامه كمكمل، يكون تأثيره أكثر مباشرة، خصوصاً في حالات اضطراب مواعيد النوم والاستيقاظ، السفر وتغير التوقيت، العمل بنظام المناوبات الليلية، أو السهر المتكرر واختلال الروتين اليومي. بالتالي، لا يعالج الميلاتونين التوتر أو القلق بحد ذاته، بل يساهم على إعادة ضبط إيقاع النوم.

لا يتعلق الاختيار بين المغنيسيوم والميلاتونين بالأفضلية المطلقة، بل

بالتعاضد، ما يجعله مشروباً مثالياً خلال النهار. للمسلمون فضل غناه بالأحماض الدهنية أوميغا-٣، يلعب المسلمون دوراً مهماً في تقليل الالتهابات وتحسين استجابة الجسم للتوتر. كما تشير بعض الدراسات إلى أن هذه الدهون الصحية قد تساهم في تقليل نشاط الغدد الكظرية في حالات الضغط.

التوت بأنواعه يُعد التوت (مثل التوت الأزرق، التوت الأسود والتوت الأحمر) من أقوى مصادر مضادات الأكسدة، التي تحارب الإجهاد التأكسدي في الجسم، وهو أحد العوامل المرتبطة بارتفاع الكورتيزول. يُفضّل تناوله صباحاً لتعزيزيز الطاقة وتحسين المزاج.

بالتعاضد، ما يجعله مشروباً مثالياً خلال النهار. للمسلمون فضل غناه بالأحماض الدهنية أوميغا-٣، يلعب المسلمون دوراً مهماً في تقليل الالتهابات وتحسين استجابة الجسم للتوتر. كما تشير بعض الدراسات إلى أن هذه الدهون الصحية قد تساهم في تقليل نشاط الغدد الكظرية في حالات الضغط.

التوت بأنواعه يُعد التوت (مثل التوت الأزرق، التوت الأسود والتوت الأحمر) من أقوى مصادر مضادات الأكسدة، التي تحارب الإجهاد التأكسدي في الجسم، وهو أحد العوامل المرتبطة بارتفاع الكورتيزول. يُفضّل تناوله صباحاً لتعزيزيز الطاقة وتحسين المزاج.

بالتعاضد، ما يجعله مشروباً مثالياً خلال النهار. للمسلمون فضل غناه بالأحماض الدهنية أوميغا-٣، يلعب المسلمون دوراً مهماً في تقليل الالتهابات وتحسين استجابة الجسم للتوتر. كما تشير بعض الدراسات إلى أن هذه الدهون الصحية قد تساهم في تقليل نشاط الغدد الكظرية في حالات الضغط.

التوت بأنواعه يُعد التوت (مثل التوت الأزرق، التوت الأسود والتوت الأحمر) من أقوى مصادر مضادات الأكسدة، التي تحارب الإجهاد التأكسدي في الجسم، وهو أحد العوامل المرتبطة بارتفاع الكورتيزول. يُفضّل تناوله صباحاً لتعزيزيز الطاقة وتحسين المزاج.

6 أطعمة تساعد على خفض الكورتيزول.. هرمون التوتر!

يساعد على استرخاء الجهاز العصبي. كما يوفر طاقة ثابتة بفضل الكربوهيدرات الطبيعية، ما يحسب الفيتامينات الحادة في مستوى السكر في الدم.

الشوكولاتة الداكنة ليست مجرد متعة، بل خيار ذكي أيضاً. فالشوكولاتة الداكنة غنية بالمغنيسيوم، الذي يساهم في تهدئة الجسم وتنظيم هرمونات التوتر. تتناولها بكميات معتدلة قد يساهم على تحسين المزاج وتقليل الشعور بالضيق.

الشاي الأخضر الشاي الأخضر بخصائصه المضادة للأكسدة، لكنه أيضاً يحتوي على حمض أميني يُعرف بـ«L-theanine»، الذي يساهم على تعزيز الاسترخاء وتقليل القلق دون التسبب

التوتر. في ما يأتي ٦ أطعمة ينصح بها الخبراء للمساعدة على تقليل الكورتيزول وتعزيز الشعور بالهدوء. الزبادي اليوناني

يُعد الزبادي اليوناني خياراً مثالياً لدعم توازن الجسم، بفضل غناه بالبروتينات التي تساهم على استقرار مستويات السكر في الدم، ما يعكس إيجاباً على تنظيم إفراز الكورتيزول. كما يحتوي على بكتيريا نافعة تدعم صحة الأمعاء، والتي ترتبط بدورها بشكل مباشر بتحسين المزاج والتخفيف

الموز يعتبر الموز من أبرز الأطعمة المضادة للتوتر، لاحتوائه على نسبة عالية من المغنيسيوم الذي

يساعد على استرخاء الجهاز العصبي. كما يوفر طاقة ثابتة بفضل الكربوهيدرات الطبيعية، ما يحسب الفيتامينات الحادة في مستوى السكر في الدم.

الشوكولاتة الداكنة ليست مجرد متعة، بل خيار ذكي أيضاً. فالشوكولاتة الداكنة غنية بالمغنيسيوم، الذي يساهم في تهدئة الجسم وتنظيم هرمونات التوتر. تتناولها بكميات معتدلة قد يساهم على تحسين المزاج وتقليل الشعور بالضيق.

الشاي الأخضر الشاي الأخضر بخصائصه المضادة للأكسدة، لكنه أيضاً يحتوي على حمض أميني يُعرف بـ«L-theanine»، الذي يساهم على تعزيز الاسترخاء وتقليل القلق دون التسبب

التوتر. في ما يأتي ٦ أطعمة ينصح بها الخبراء للمساعدة على تقليل الكورتيزول وتعزيز الشعور بالهدوء. الزبادي اليوناني

أحمد أبو زهرة يعلن تفاصيل جديدة عن صحة والده عبد الرحمن أبو زهرة



طمأن أحمد أبو زهرة، نجل الفنان القدير عبد الرحمن أبو زهرة محبي والده على حالته الصحية، مؤكداً أن صحته تشهد تحسناً ملحوظاً، وفق ما صرح به الأطباء أخيراً.

وأوضح نجل الفنان، في بيان، أن الحالة الصحية لوالده في تحسن مستمر، حيث أصبح يتحدث بشكل طبيعي مع أفراد أسرته، وهو ما يعد مؤشراً إيجابياً على استجابته للعلاج.

وأضاف أن الأسرة كانت تتابع حالته الصحية لحظة بلحظة، مع الالتزام الكامل بتعليمات الأطباء، مشيراً إلى أن الدعم النفسي والمعنوي الذي تلقاه من جمهوره ومحبيه، والرعاية الطبية المستمرة، كان لها دور مهم في تحسن صحته.

واختتم أحمد أبو زهرة حديثه بتوجيه الشكر إلى كل من سأل عن والده وحرص على الدعاء له بالشفاء، والعودة إلى ممارسة حياته الطبيعية ولقاء جمهوره الذي يقدره ويحبه كل الحب والاحترام.

كان أحمد أبو زهرة قد أكد في بيان أن الأسرة، عقب تعرض والده لوعكة صحية شديدة، نقلته إلى المستشفى بالتنسيق مع الدكتور أشرف زكي ونقابة المهن التمثيلية، التي لم تتخر أي جهد في توفير أفضل رعاية طبية له منذ اللحظة الأولى.

وأضاف أن الأسرة واجهت لاحقاً مشكلة تتعلق بتوفير غرفة رعاية مركزة منفردة داخل المستشفى، ما دفعهم للتقدم بطلب إلى وزير الصحة، الذي استجاب على الفور، وتم تأمين رعاية مركزة مناسبة لحالته.

وأشار البيان إلى أن وزارة الصحة لم تتأخر في تقديم الدعم، حيث استمر التعاون والواصل مع الأسرة خلال السنوات الثلاث الماضية، من خلال الأطمئنان الدائم على الحالة الصحية للفنان القدير وتقديم خدمات طبية منزلية له.

حقيقة تكفل خالد النبوي بعلاج الفنان سامي عبد الحليم



انتشرت خلال الأيام الماضية أخبار على مواقع التواصل الاجتماعي تفيد بتكفل الفنان خالد النبوي بعلاج أستاذه الفنان الدكتور سامي عبد الحليم بعد تعرضه لوعكة صحية شديدة دخل على إثرها المستشفى، خاصة مع زيارة النبوي المتكررة له في المستشفى.

وفي ردّها الأول على الأخبار المنتشرة، أصدرت زوجة الدكتور سامي عبد الحليم بياناً صحافياً نفت فيه ما تم تداوله عن تولي خالد النبوي علاج زوجها على نفقته الخاصة، مؤكدة أن هذه المعلومات خاطئة وعارية تماماً عن الصحة.

وأوضحت زوجة الدكتور سامي عبد الحليم أن زوجها يتلقى العلاج من خلال التأمين الخاص به التابع لأكاديمية الفنون، كما أنه يمتلك تأميناً آخر من نقابة المهن التمثيلية، مشيرة إلى أن الأسرة لم تلجأ إليه حتى الآن.

وأضافت في بيانها أن الدكتور سامي «ستور» ويتلقى الرعاية الطبية اللازمة من خلال تأمينه الخاص، مؤكدة أن أسرته هي المسؤولة بشكل كامل عن كل ما يتعلق بحالته الصحية، ومعالجة بعدم نشر معلومات غير دقيقة من دون الرجوع إليهم.

ووجهت الشكر إلى النجم خالد النبوي، إلا أنها شددت في الوقت ذاته على رفض نشر أو الترويج لأخبار غير صحيحة قد تسيء إلى اسم الدكتور سامي عبد الحليم وتاريخه المشرّف.

وأكدت زوجة سامي عبد الحليم أن الشائعات المنتشرة تسمن بمكانة زوجها، الذي وصفته بأنه «من أبطال أكتوبر ١٩٧٣ ومعلم لأجيال عديدة»، مطالبة بحري الدقة واحترام خصوصية الأسرة في مثل هذه الظروف.

واختتمت بيانها بالتأكيد أن نشر مثل هذه الأخبار قبل التحقق من صحتها أمر غير مقبول على الإطلاق، داعية وسائل الإعلام والنشطين على مواقع التواصل الاجتماعي إلى الالتزام بالصدق المهنية وعدم الانسياق وراء الشائعات، خاصة عندما يتعلق الأمر بصحة الشخصيات العامة وتاريخها.

بعد منعها من السفر... إعلان تشيخة فحص المخدرات لسينام أونسال

بعد التحقيق معها وإجراء الفحوصات اللازمة، عاد اسم النجمة سينام أونسال ليتصدر عناوين بعد صدور نتائج فحوصاتها المتعلقة بتعاطي المخدرات، وذلك بعد أيام من الإفراج عنها ومنعها من السفر خارج البلاد.

وأكدت الصحف التركية أن نتائج الفحوصات الخاصة بنجمة مسلسل «المدنية البعيدة» جاءت سلبية، ما يضعها في موقع مختلف عن بعض الأسماء الأخرى التي شملها التحقيق، وهذا ما تقابل معه الجمهور بشكل واسع وعبروا عن سعادتهم بالنتيجة، مشددين على أنها لم تكن مفاجئة بالنسبة إليهم.

وتأتي هذه النتيجة بعد استدعاء أونسال وقدمها من مارددين إلى إسطنبول لاستجوابها والتحقيق معها وإجراء فحوصات لها، قبل أن يتم الإفراج عنها تحت الرقابة القضائية مع منعها من السفر ومغادرة البلاد.

في المقابل، كشفت التقارير عن صدور نتائج إيجابية في الفحوصات لعدد من الأسماء، من بينهم النجمة الشاببة حفصة نور سانجاكتوتان، أمير جان إيغريك، وأوغون ألباش في قائمة واسعة من النجوم الأتراك والمؤثرين والمشاهير الذين تصدر بحقهم قرارات توقيف ضمن الحملة التي تقودها النيابة العامة في إسطنبول.

وفي هذا السياق، نفت حفصة صحة النتائج، مؤكدة أنها لم تتعاط أي مواد محظورة في حياتها وبأنها ستطلب إعادة الفحص من الجهات الرسمية في تركيا، وهو ما تقابل معه الجمهور بشكل واسع وعبروا عن دعمهم الكبير لها في هذه القضية، وأبدوا دهشهم واستغرابهم بأن تكون تتعاطى أي من المخدرات.



لبلة تحتفل بـ «شمّ النسيم» بطريقتها المرحّة



نشرت الفنانة لبلة عبر حسابها الخاص في «إنستغرام» فيديو طريفاً احتفلت به بعيد «شمّ النسيم» بطريقتها الخاصة.

وظهرت لبلة في الفيديو وهي تتجول على ممشى الزمالة متنقصة شخصية مزيعة، وتتبع الجمهور على الاحتفال بـ «شمّ النسيم»، حيث قالت موجّهة نصيحة لهم: «سما الفل والورد عليكم، كلتوا الصيغ فرقتوا البصل، كلتوا الرنجة، وعلشان نضحم كل ده نيحي ممشى الزمالة أجمل مكان في الدنيا، النيل هنا بحلاته وجماله، تمتشى علشان نضمي اللي كلناه، معلوكا نونيا من أجمل مكان في مصر ممشى الزمالة، شنوفوني كثير هنا بالصدفة».

وعلمت لبلة على الفيديو قائلته: «نونيا تتحول لمذبة تلفزيون في شمّ النسيم»، وتفاعل الجمهور مع الفيديو بشكل كبير.

كانت لبلة قد كتفت عن مفاجأة حول دخولها قصة حب في الفترة الأخيرة مع أحد الأشخاص، مشيرة إلى أنها أنهت الموضوع لأسباب مختلفة، كما أكدت أنها لا تخاف الرجل عن الدنيا، وإنما تخاف كثيراً من المرض، وذلك بسبب الوحدة التي تعيشها.

وقالت لبلة خلال تصريحات لقناة LBC: «تعدت على الوحدة ولكن بخاف من المرض ويقول طب لو حصل ليا حاجة أنا عمل إيه مفيش حد جنبني يرعاني وهرمي في مستشفى ويبدله ولكن مبخافش من الوفاة».

وفخرت لبلة بمفاجأة عن مرورها بقصة حب في الفترة الأخيرة، قائلته: «حديث شخص من غير أنا وهو ما قصد والموضوع ماستمرش علشان محبتش أخرب بيت حده، لأن في ولا ومش بحب ربنا زعل مني ولا يملك إن ترتبط بواحد متجوز وعنده ولاد، خلاص».

نشوى مصطفى تحدد للفتيات مواصفات الزوج المناسب



عرضت الفنانة نشوى مصطفى، عبر حسابها الخاص في «فيسبوك» منشورا ووجّهت من خلاله رسالة حملت بعض النصائح للفتيات حول كيفية اختيار الزوج المناسب لهن.

وكتبت نشوى في منشورها: «لما تبجي تتجوزي اختاري راجل متربي في بيت محترم... اختاري سند وضهر يُعتمد عليه... اختاري اللي يخاف من ربنا ويعرف حقوق زوجته وولاده... اختاري أب لولادك يكونوا فخورين بيه».

وعلق عدد كبير من متابعي نشوى مصطفى على منشورها معلنين تضامهم معها في ما نقلته، ومؤكدين أن سوء اختيار الزوج والزوجة عامل رئيسي في انتشار الطلاق بشكل كبير في الفترة الماضية.

كانت نشوى مصطفى قد كتفت عن تفاصيل مشاركتها في مسلسل «حد أقصى» للفنانة روجينا، والذي عرض في موسم رمضان الماضي، مؤكدة أنها تجسد خلال الأحداث شخصية طبيعية، واصفة الدور بأنه مختلف ومميز ونحوي العديد من المفاجآت.

وعبرت نشوى مصطفى عن سعادتها الكبيرة بالمشاركة في المسلسل الذي يضم نخبة متميزة من النجوم، مشيدة بحالة التعاون والالتزام بين فريق العمل في كواليس التصوير.

محمد رمضان يغيّر أسلوب غنائه بمفاجأة جديدة



كشّف الفنان محمد رمضان، عبر حسابها الخاص في «إنستغرام» عن استعداده لطرح عمل غنائي جديد يحمل عنوان «جميلة»، خلال شهر نيسان (أبريل) الحالي.

وأوضح رمضان أن الأغنية تأتي في قالب رومانسي، بما يمثل تجربة مغايرة لأسلوب «الأكشن» والقوة الذي اعتاده الجمهور منه، مؤكداً أن الأغنية لن تخلو من لمسته الخاصة.

ورؤج رمضان للأغنية من خلال مقطع دعائي (برومو)، وعلق عليه بطريقة طريفة أثارت حماسة المتابعين، حيث كتب قائلاً: «جميلة أغنية رومانسية بطريقتي الخاصة... لو جميلة هنزلها يوم ١٨، لو منبلة بنبلة هنزلها يوم ٢٠». هذا التعليق فتح باب التكهنات والتعليقات الساخرة والمتحمسة في أن واحد، ليتصدر موعد طرح الأغنية محركات البحث قبل صدور.

وشارك محمد رمضان متابعيه لقطات من كواليس عمل غنائي آخر يجمعه بالفنان التركي Lybel Co، حيث عكست الصور التي تم التقاطها في تركيا أجواء فنية عالمية، والأغنية تحمل اسم «BSBS»، في خطوة تؤكد إصرار رمضان على التوسع في التعاونات العالمية ودمج الثقافات الموسيقية المختلفة.

على الصعيد السينمائي، يضع محمد رمضان اللمسات النهائية على مشروع فيلم «أسد» من تأليف مشترك لثلاثي آل دياب والسينمائي الضخم، وهو فيلم بعنوان «أسد» من تأليف مشترك لثلاثي آل دياب

حنان مطاوع تتحدث عن كواليس مسلسل «الكينج» وتكشف رأيها في أبطاله

حلّت الفنانة حنان مطاوع ضيفاً على برنامج تقديمه الإعلامية بوسي شلبي على قناة TEN، حيث استعدت ذكريات شخصية «زمزم الذباح»، التي قمتها في مسلسل «الكينج» إلى جانب النجمين محمد إمام وعمرو عبد الجليل، في موسم دراما رمضان الماضي، مؤكدة أن الشخصية تمثل علامة فارقة في مشوارها الفني، لما حملته من أبعاد نفسية وإنسانية معقدة.

في البداية، عبرت حنان مطاوع عن امتنانها الكبير للمخرجة شيرين عادل، مشيرة إلى أنها كانت الداعم الأول لها والسبب الذي حفّضها للمشاركة في المسلسل، مؤكدة أن تعاونها السابق معها في أعمال مثل «سارة»، و«أولاد الشوارع» شكّل نقلة نوعية في مسيرتها الفنية.

وأشارت حنان مطاوع بالفنان محمد إمام، واصفة إياه بأنه مكسب كبير للعمل، فقد جمعت بينهما كيمياء خاصة ظهرت على الشاشة، في ظل أجواء من التعاون والدعم داخل موقع التصوير.

كما تطرقت حنان مطاوع إلى المشاهد التي جمعها بالفنان عمرو عبد الجليل، مؤكدة أنها كانت من أصعب المشاهد في العمل، بحيث اتسمت بالقسوة والصراع النفسي الحاد، وكانت كلها مشحونة بالكرهية.

وأكدت أن مشهد صفعها لعمرو كان من أكثر اللحظات صعبة، خاصة أنها لا تميل إلى تقديم مشاهد العنف، إلا أن المخرجة طلبت تنفيذ المشهد، كما أبدى عبد الجليل موافقته عليه، ما جعل تصويره تحدياً حقيقياً بالنسبة إليها.

كما كشفت حنان مطاوع عن طبيعة مشاهدتها مع مصطفى خاطر، والتي اتسمت بالتوتر والحدة بسبب طبيعة الشخصية التي يقدمها، مؤكدة أنها خضعت للعديد من البروفات للوصول إلى أفضل إيقاع درامي للمشاهد المشتركة.

وخاض محمد إمام السباق الدرامي الرمضاني بمسلسل «الكينج»، وشاركه في البطولة عدد كبير من النجوم، أبرزهم: حنان مطاوع، عمرو عبد الجليل، حجاج عبد العظيم، وبسنت شوقي.



Bendalys Digital Studio - Canada
Centre DIB
Bendalys Digital Studio - Canada

للوهة و المواهب ولذنين يحنون
عن خطوة الطلق في عالم الموسيقى

Bendalys Digital Studio
بنج لكم المساعدة في تصفح أهدافكم
من خلال خدماتنا الفنية الشاملة منها:

★ تسجيل وإعداد موسيقي محترف لغان جاهزه ونحت الطلب
إعروض تشجيعية تناسب الجميع

★ تدريب غنائي و اصولي (عزف - كتابة - قراءة)
★ تدريب غنائي و اصولي (Solfege - Vocalise)

★ إعداد وتصوير لغان خاصه وامكانية نشرها على منابها الخاصة
وعبر أثير التواصل الاجتماعي مما يساعد في تسويقها.

★ إستعمال مساحات محدده لإجراء مقابلات ونشاطات مصوره.

★ إستشارات فنية مجانية.

Register Now! 1219 Boul. Curé Labelle, Chomedey, local H7V 2V8
info@bendalys.com (450) 680-0242 www.bendalys.com

لاعلاناتكم
في الرسالة

450 972 1414 /
514 961 0777

elressalanews@gmail.com
farid.zemokhol@outlook.com
fzemokhol@gmail.com
www.el-ressala.com

أخبار كندا

نقلا عن راديو كندا الدولي

حكومة الأقلية برئاسة كارني تصبح حكومة أغلبية في سابقة تاريخية



استغرق الأمر قرابة عام وعدة انتخابات فرعية وانضمام نواب من أحزاب أخرى إلى الكتلة البرلمانية الليبرالية لكي يتمكن رئيس الحكومة الليبرالية في أوتوا مارك كارني من تحويل حكومة الأقلية التي فاز بها إلى حكومة أغلبية، وهذه سابقة تاريخية. فبعد فوزه في الانتخابات الفرعية الثلاثة التي جرت يوم الاثنين، رفع الحزب الليبرالي الكندي عدد مقاعد في مجلس العموم من 171 إلى 174. ويكفي الحصول على 172 مقعدا لامتلاك الأغلبية في مجلس العموم الذي يضم 343 مقعدا.

وهكذا أصبحت حكومة كارني الليبرالية أول حكومة فدرالية في تاريخ كندا تنتقل من وضع الأقلية إلى وضع الأغلبية دون إجراء انتخابات تشريعية عامة. وبالتالي تعود الحكومة الليبرالية إلى مجلس العموم بسلطة أكبر بكثير بعد أن أصبحت حكومة أغلبية. فيمجرد أن يؤدي النواب الليبراليون الجدد اليمين الدستورية خلال الأسابيع القليلة المقبلة، سيحظى الحزب الليبرالي بسيطرة أكبر بكثير على مجلس العموم، ما يقلل من احتمالات إجراء انتخابات مبكرة ويتيح لحكومة كارني البقاء في السلطة حتى موعد الانتخابات الفدرالية العامة المقبلة في عام 2029 دون خشية من إسقاطها إذا ما تعاونت كافة أحزاب المعارضة لهذه الغاية.

كتب كارني على منصات التواصل الاجتماعي بعد إعلان نتائج الانتخابات الفرعية: "لقد وضع الناخبون ثقمتهم اللبية في خطة الحكومة الجديدة".

أضاف رئيس الحكومة الليبرالية: "نقوم ببناء اقتصاد أقوى لجعل الحياة أكثر يسرا وتوفير وظائف ذات أجر مرتفعة والاهتمام ببعضنا البعض وتحديد مستقبلنا بأنفسنا".

كارني يعلق ضريبة المكوس على الوقود لغاية عيد العمل

النهج الأفضل، في ضوء خططنا الأساسية، وما الذي يمكننا القيام به على المدى القصير..."

وارتفعت أسعار الوقود في كندا وجميع أنحاء العالم في الأشهر الأخيرة، إذ أدى الصراع في الشرق الأوسط، وفي إطاره عرقلة الملاحة في مضيق هرمز، إلى تقييد شحنات النفط العالمية.

وعلى الرغم من أن معدل سعر ليتر البنزين على سعر ليتر تراجع بنحو 10 سنتات عن الذروة التي بلغها قبل أسبوع، تظهر بيانات متتبع أسعار الوقود الخاص بـ "الجمعية الكندية لسائقي السيارات" (CAA)، وهي مؤسسة غير ربحية، أن معدل سعر ليتر البنزين بلغ 1.73 دولارا في محطات الوقود في كندا اليوم الثلاثاء، أي بزيادة تقوى 40 سنتا عن مستواه قبل سنة.

ولم يصل إعلان كارني عن تعليق

ضريبة المكوس على الوقود لغاية عيد العمل، وهو إلغاء ضريبة المكوس وضريبة السلع والخدمات (GST / TPS) على البنزين والديزل حتى نهاية العام الحالي وإلغاء معيار الوقود النظيف وضريبة الكربون الصناعية بشكل دائم.

وجادل زعيم المحافظين بيار بوليفر أمام مجلس العموم بأن الحكومة الليبرالية ما كانت لتتخذ أي إجراء كالمذكور أعلنت عنه اليوم لولا الضغط الذي مارسه حزبه الذي يشكل المعارضة الرسمية في المجلس.

وعاب بوليفر على حكومة كارني ما اعتبره استعدادا للسير فقط "نصف الطريق" و"لن نصف المدة"، مؤكدا بأنه بموجب مقترحه سيخفض سعر ليتر البنزين بمقدار 25 سنتا.

من جانبه أوضح كارني للصحفيين أن إلغاء ضريبة المكوس خلال الفترة التي حددها وبالغالب هاه أربعة أشهر ونصف سيكلف الخزينة حوالي 2.4 مليار دولار، في حين قدر المحافظون تكلفة مقترحهم بحوالي 5 مليارات دولار.



ومن المتوقع أن يوفر على المستهلك الكندي 10 سنتات لكل ليتر من البنزين العادي كامل، بينما تعطي المقاطعات والأقاليم النسبة المتبقية. وتعني الزيادة البالغة 40 في المئة حصول الطلاب المؤهلين على مبالغ أكبر من الدعم المجاني، ويتوقع أن يستفيد منها نحو 571 ألف طالب خلال عام 2026-2027.

ويمثل الجمع بين سقف القروض المرتفع والمنح المحسنة أكبر حزمة دعم طلابي في تاريخ كندا.

أدخلت الحكومة تعديلات على برنامج إعفاء قروض الطلاب ليشمل مزيدا من العاملين في قطاعات الصحة والرفيعة والنانية.

واعتبارا من عام 2026-2025، أصبح 12 تخصصا إضافيا مؤهلا للحصول على إعفاء يصل إلى 30 ألف دولار عند العمل في مجتمعات يقل عدد سكانها عن 30 ألف نسمة.

وتشمل القائمة أطباء الأسرة، المعلمين، المصايد، القابلات، والأخصائيين الاجتماعيين، أطباء الأسنان، أخصائيي العلاج

أعلن رئيس الوزراء الكندي مارك كارني الثلاثاء أن حكومته الليبرالية ستعلق ضريبة المكوس (excise tax / taxe d'accise) على قود المركبات، من بنزين وديزل، لغاية عيد العمل. وفي كندا يحل هذا العيد في أول يوم اثنين من شهر أيلول (سبتمبر).

وقال كارني إن هذا الإعفاء الضريبي سيبدأ في 20 نيسان (أبريل) الجاري،

دعم مالي غير مسبوق لطلاب كندا.. رفع سقف القروض وزيادة المنح للعام الدراسي الجديد

وتكاليف المعيشة. ومنذ إطلاق البرنامج، استفاد منه نحو 73,300 متدرب.

كما اقترحت "مبني 2025" تخصيص 75 مليون دولار إضافية لدعم التدريب التقني في المهن الحرفية.

تأتي هذه الإجراءات في وقت يبلغ فيه معدل بطالة الشباب 13.8 في المئة في مارس 2026، وهو أقل من ذروة 14.6 في المئة في سبتمبر 2025، لكنه ما يزال أعلى من المعدل الوطني العام. وتؤكد الحكومة أن هذه الاستثمارات تهدف إلى تزويد الشباب بالمهارات والخبرات اللازمة لبناء مسارات مهنية طويلة الأمد.

يحتاج الطلاب الراغبون في الاستفادة من القروض والمنح للعام الدراسي 2026-2027 إلى التقديم عبر برنامج المساعدات المالية للطلاب في كندا.

ويطلب ذلك تأكيد التسجيل في مؤسسة تعليمية معترف بها، وتقديم الطلب عبر مكتب المساعدات الطلابية في المقاطعة، وإرفاق الوثائق المطلوبة قبل المواعيد النهائية، ثم متابعة الحساب في "المركز الوطني لقروض الطلاب" لمعرفة قرارات التمويل.

طبيعي، وغيرهم. ويظل أطباء الأسرة مؤهلين لإعفاء يصل إلى 60 ألف دولار على مدى خمس سنوات.

كانت الحكومة قد ألغت في عام 2023 الفوائد على قروض الطلاب والمتدربين بشكل دائم، ما يعني أن الطلاب يسدون فقط المبلغ الأصلي دون أي فوائد إضافية. ويعد هذا الإجراء من أكثر التغييرات تأثيرا، خصوصا مع رفع سقف القروض للعام الدراسي الجديد.

أعلنت الحكومة أيضا عن توفير 175 ألف فرصة عمل وتدريب للشباب في 2026 عبر برامج رئيسية مثل "وظائف الصيف الكندية" التي توفر 100 ألف وظيفة، وبرنامج "التدريب العملي للطلاب" الذي يوفر 55 ألف فرصة، إضافة إلى أكثر من 20 ألف فرصة ضمن استراتيجية توظيف الشباب.

وسيت نشر وظائف الصيف على موقع "Job Bank" ابتداء من 20 أبريل 2026.

يمكن لطلاب المهن الحرفية ضمن نظام Red Seal الحصول على قروض تصل إلى 4,000 دولار لكل فترة تدريب، بدون فوائد، لتغطية الرسوم والمعدات

أعلنت الحكومة الفيدرالية عن حزمة دعم كبيرة للطلاب في كندا، تشمل رفع سقف الاقتراض الأسبوعي في قروض الطلاب من 210 دولارات إلى 300 دولار، مع الإبقاء على مستويات المنح المرتفعة لعام دراسي إضافي.

وجاء الإعلان في 13 أبريل 2026 ضمن حزمة شاملة للشباب أطلقتها وزارة التوظيف والتنمية الاجتماعية، وتشمل أيضا 175 ألف فرصة عمل وتدريب. وأكدت الحكومة تمديد إجراءات مالية مؤقتة كانت قد أقرت سابقا لمساعدة الطلاب على مواجهة ارتفاع تكاليف المعيشة.

ويتمتع رفع سقف القروض للطلاب اقتراض 300 دولار أسبوعيا، بزيادة 43 في المئة عن الحد السابق. وبالنسبة لعام دراسي من 34 أسبوعا، يرتفع الحد الأقصى للقروض الفيدرالية من 7,140 دولارا إلى 10,200 دولار. كما حافظت الحكومة على زيادة بنسبة 40 في المئة في منح الطلاب، وهي منح غير قابلة للسداد تمنح للطلاب من الأسر ذات الدخل المنخفض والمتوسط، ولذوي الإعاقة، وللطلاب الذين لديهم معالون.

تحذيرات بعد عودة موسم القراد في كندا... ونصائح مهمة



خلال السنوات الأخيرة، مع تأثيرات التغير المناخي على نشاط الحشرات الموسمية.

كما نصحت بتجنب الأماكن التي يختبئ فيها القراد مثل الأوراق والشجيرات، حتى داخل المدن، حيث يمكن أن ينتقل بسهولة إلى الحيوانات. ويمكن استخدام علاجات موضعية مخصصة للكلاب والقطط تساعد في قتل وطراد القراد والبراغيث، إضافة إلى حمايتها من الحشرات الأخرى. وللوقاية البشرية، يوصي الخبراء بارتداء ملابس طويلة واستخدام طارد حشرات متعدد، لتقليل خطر الإصابة بأمراض ينقلها القراد مثل مرض لايم. ويأتي هذا التحذير في سياق تزايد انتشار القراد في كندا

مع حلول الربيع والصيف وارتفاع درجات الحرارة، يحذر خبراء من زيادة انتشار القراد، ما يتطلب اتخاذ إجراءات وقائية لحماية الحيوانات الأليفة. وأوصحت خبيرة رعاية الحيوانات اليكسين بلاكيير أن القراد ينشط عندما تتجاوز الحرارة 4 درجات مئوية، مشددة على أهمية استخدام العلاجات الوقائية مبكرا. وأضافت أن القراد صغير جدا ويصعب ملاحظته، لذلك يجب على أصحاب الحيوانات فحص أجسامها بالكامل بعد التنزه، خاصة بين الأصابع وفي المناطق المخفية.

وأشارت إلى إمكانية استخدام أدوات مخصصة لإزالة القراد بأمان، دون الضغط عليه أو لمسها مباشرة، لتجنب نقل العدوى.

الجيوستراتيجية والأمن في صلب زيارة رسمية للرئيس الفنلندي إلى كندا

العسكري الروسي الواسع النطاق لأوكرانيا في شباط (فبراير) 2022. وكانت كندا في 5 تموز (يوليو) 2022 أول دولة تصادق على بروتوكولات انضمام فنلندا وجارتها الغربية، السويد، إلى الحلف الذي كانت من مؤسسيه عام 1949.

وسبق للرئيس الفنلندي أن أدلى ببعض من أقوى التصريحات الصادرة عن قادة أوروبيين بشأن التهديد الذي تمثله روسيا على السلام في القارة الأوروبية. ومن المقرر أن يتحدث ستوب في جامعة كارلتون في أوتوا حول قضايا جيوسياسية، قبل أن يشارك في منتدى أعمال مع وزراء في الحكومة الكندية تتحور المناقشات فيه حول أمن المنطقة القطبية الشمالية.

وكان رؤساء وزراء كندا والدول الإسكندنافية الخمس قد اتفقوا في النزوح قبل شهر على مواصلة العمل للحد من السيادة في المنطقة القطبية الشمالية وتعويض العلاقات الاقتصادية بين دولهم. والدول الإسكندنافية خمس، وهي السويد والدنمارك وإيسلندا إضافة إلى النرويج وفنلندا.



قام رئيس فنلندا ألكساندر ستوب بزيارة "ريدو هول"، مقر حاكم كندا العام في أوتوا، حيث اجتمع بالحاكمة العامة ماري سايمون في إطار زيارة رسمية يقوم بها إلى كندا.

ثم زار رئيس هذه الدولة الإسكندنافية حلبة هوكي على الجليد حيث انضم إلى رئيس الوزراء الكندي مارك كارني في جلسة ترحل إلى جانب "أوتوا تشارج" (Ottawa Charge)، الفريق النسائي المحترف لهوكي الجليد في العاصمة الفدرالية.

وقال ستوب للصحفيين إنه يتبادل الرسائل النصية مع كارني بشكل شبه يومي، في وقت يسعى فيه البلدان إلى تعزيز علاقاتهما الثنائية.

وانضمت فنلندا إلى منظمة حلف شمال الأطلسي (الناتو) عام 2023 بعد تزايد القلق لديها من التهديد الذي تشكله جارتها الشرقية، روسيا، في أعقاب الغزو

فورده: الأغلبية البرلمانية تعزز موقف كارني في مواجهة ترامب

اتخاذ قرارات حاسمة والتفاوض بثقة أعلى، خصوصا في ملف الرسوم الجمركية والخلافات التجارية مع واشنطن.

وجاءت تصريحاته عقب فوز الحزب الليبرالي بعودة انتخابات فرعية، ما ساهم في ترسيخ أغلبيته داخل البرلمان.

كما أشار فورده إلى وجود علاقة عمل قوية مع كارني، مؤكدا أن التعاون بين الحكومة الفيدرالية ومقاطعة أونتاريو مستمر بغض النظر عن الاختلافات السياسية، طالما يصب في مصلحة المواطنين.

ولفت إلى تنسيق مشترك في ملفات اقتصادية، من بينها تخفيضات ضريبية وإجراءات لمواجهة ارتفاع تكاليف المعيشة.

وأشاد فورده بقرار الحكومة الفيدرالية خفض ضريبة الوقود مؤقتا، في خطوة تهدف إلى تخفيف الضغط عن المواطنين مع ارتفاع أسعار الطاقة. وتأتي هذه التطورات في وقت تواصل فيه كندا مفاوضاتها مع الولايات المتحدة والمكسيك لإعادة صياغة اتفاقية التجارة الحرة.



أكد رئيس وزراء أونتاريو، دوج فورده، أن حصول الحكومة الليبرالية على أغلبية برلمانية يعزز موقف رئيس الوزراء مارك كارني في التعامل مع الرئيس الأمريكي دونالد ترامب، خاصة في ظل تصاعد التوترات التجارية بين البلدين.

وأوضح فورده أن امتلاك حكومة أغلبية يمنحها قدرة أكبر على

رجي يبحث مع نظيرته الكندية الأوضاع في لبنان وكندا ترصد ٤٠ مليون دولار مساعدات إنسانية



تلقى وزير الخارجية والمغتربين يوسف رجي اتصالا هاتفيا من وزيرة خارجية كندا أنيتا أند، جذدت خلاله دعم بلاده لسيادة لبنان وسلامة أراضيه ومؤسساته الدستورية. وأعربت أند عن إدانة كندا للغارات الإسرائيلية على لبنان التي تتسبب في سقوط ضحايا مدنيين أبرياء، مؤكدة وقوف بلاده إلى جانب قرارات الحكومة اللبنانية الرامية إلى بسط سيادة الدولة على كامل أراضيها.

وأبلغت الوزيرة الكندية الوزير رجي عن رصد بلاده مساعدات إنسانية بقيمة أربعين مليون دولار، ستقدم إلى لبنان عبر المنظمات الإنسانية الدولية.

في المقابل، أعرب الوزير رجي عن شكر لبنان وتقديره للموقف الكندي الداعم، وأطلع وزيرة الخارجية الكندية على موقف الدولة اللبنانية من التطورات الأخيرة وما تشهده المنطقة من مستجدات.

EL-RESSALA
الرسالة
بureau de presse et de relations publiques

L'ass. Egyptienne Canadienne pour l'Art, la Culture le Tourisme, et l'Information
الجمعية المصرية الكندية للفنون والثقافة والسياحة والإعلام

Journal **El Ressala**
رئيس مجلس الإدارة ورئيس التحرير
فريد فؤاد زمكحل
Président et rédacteur en chef
Farid Fouad Zémokhol
نائب رئيس مجلس الإدارة / فرج جريس
Vice Président Farag Greiss
نائب رئيس التحرير / يوسف زمكحل
Deputy Editor / Youssef Zemokhol
إخراج وتصميم / نازلي سليم
Nazy Selim
مكتاب ومحروون
على عبد الهاملي، كينده الجبوش
سليم خليل، خالد بنيصفي،
د. حسين عبد الصير، مسعود معلوف،
تيامه الجبوش، د. خالد التوزاني،
صلاح الأشقر، عباس شعبان، صباح غريب،
عادل عطية، جاسم مصاول، نبيل باخص
عبد الله الديك، إخلص فرنيس، نعمة الله رياض،
حسان عبد الله، جون كرم، فيفيان فريد
مدير مكتب تورنتو د. رامز زمكحل
Tél.: 1-905-790-1770
Correspondant au Caire / Claudine Karma
Section de la publicité au Caire
Caroline Mikhail
Bureau chef au Caire
8 Hoda Sharawy Bab ElLouk
Tel.: Tel: 239350400 / 01228008424
Email: elressalacanada@gmail.com
514-961-0777 / (450) 972-1414
Email: elressalanews@gmail.com
fzemokhol@gmail.com
farid.zemokhol@outlook.com
www.el-ressala.com

إعلاناتكم
في الرسالة
514-961-0777
450 972 1414
elressalanews@gmail.com
fzemokhol@gmail.com

الفراغة المحاربون دبلوماسيون وعسكريون

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

■ سيتي الأول

يعتبر الفرعون الشهير سيتي الأول من أعظم وأشهر
الفراعنة المحاربين في عصر الدولة الحديثة والأسرة



محبوب الإله
أمون». واسم
العرش الخاص به
هو «وسر ماعت
رع سنب إن رع»
أي «عدالة الإله رع
قوية، المختار من الإله
رع».

لقد تزوجت رمسيس
الثاني عدداً كبيراً
جداً من النساء، لعل
أشهرهن هي الملكة
الفاثنة وحلوة الحب
جميلة الجميلات الملكة
نفرتاري. وكذلك أنجب
عدداً كبيراً من البنين
والبنات، لعل أشهرهم
ابنه وولي عهده الملك
مرنبتاح والأمير
الزاهد الناسك الشهير
خع إم واس والأميرة
ثم الملكة ميريت أمون.

ولم ينجب ملك مصري
قديم مثلما أنجب رمسيس
كثيرين. وحكم مصر فترة
طويلة تبلغ حوالي سبعة
وستين عاماً. وامتاز عهده
بالعظمة والمجد والضخامة
في كل شيء خصوصاً في
أعمال البناء والتشييد والتي
امتدت في أركان الكون
الأربعة خصوصاً في أرض
مصر الطيبة وبلاد النوبة
وبالد الشام وعلى ساحل
البحر المتوسط. ولم يشهد
ملك مصري قديم من معابد
وتماثيل ضخمة ومسلات
مثلما بنى رمسيس الثاني
العظيم. وكان زمنه بحق
عصر رمسيس الثاني العظيم.
وامتد به العمر طويلاً
ومات في سن متأخرة بعد
العام التسعين من عمره
وعدما مات تم دفن
الفرعون المقدس بكل جلال
الملكية المصرية المقدسة
التي تليق بعظمة جلالة
الملك رمسيس الثاني العظيم
في مقبرته رقم 7 في
منطقة وادي الملوك في
الغرب لمدينة الأقصر
الشهيرة بصعيد مصر الخالد.
ووضع جلاله الملك
رمسيس الثاني العظيم بصمته،
التي لا يمكن محوها أبداً، في
ذاكرة مصر والشرق
الأدنى القديم والعالم
القديم. إنه رمسيس الثاني
العظيم الخالد عبر العصور
والأزمان.

وسجل جلاله الملك
رمسيس الثاني العظيم
مناظر الاحتفال بنصره
في معركة قادش على
الحيثيين في
مناظر ونصوص عديدة
في آثارها التي تملأ البلاد
في طولها وعرضها. وعندما
كان رمسيس أميراً صغيراً
تأثر كثيراً بالتقاليد
العسكرية التي أرساها جده
الملك رمسيس الأول الذي
أطلق اسمه عليه تيمناً به.
وشارك رمسيس في سن
صغيرة مع أبيه الملك
المحارب

الملك رمسيس الثاني
العظيم هو فرعون المجد
والانتصار.

رمسيس الثاني هو فرعون
الحرب والسلام.

رمسيس الثاني هو نجم
الأرض وأشهر ملوك
الفراغة الذي ملأ الدنيا
وشغل الناس جميعاً. اعلى
رمسيس الثاني العظيم
عرش مصر وهو شاب
صغير، ابن

رمسيس الثاني هو فرعون
المجد والانتصار.

رمسيس الثاني هو فرعون
الحرب والسلام.

رمسيس الثاني هو نجم
الأرض وأشهر ملوك
الفراغة الذي ملأ الدنيا
وشغل الناس جميعاً. اعلى
رمسيس الثاني العظيم
عرش مصر وهو شاب
صغير، ابن

رمسيس الثاني هو فرعون
المجد والانتصار.

رمسيس الثاني هو فرعون
الحرب والسلام.

رمسيس الثاني هو نجم
الأرض وأشهر ملوك
الفراغة الذي ملأ الدنيا
وشغل الناس جميعاً. اعلى
رمسيس الثاني العظيم
عرش مصر وهو شاب
صغير، ابن

رمسيس الثاني هو فرعون
المجد والانتصار.

رمسيس الثاني هو فرعون
الحرب والسلام.

رمسيس الثاني هو نجم
الأرض وأشهر ملوك
الفراغة الذي ملأ الدنيا
وشغل الناس جميعاً. اعلى
رمسيس الثاني العظيم
عرش مصر وهو شاب
صغير، ابن

رمسيس الثاني هو فرعون
المجد والانتصار.

رمسيس الثاني هو فرعون
الحرب والسلام.

رمسيس الثاني هو نجم
الأرض وأشهر ملوك
الفراغة الذي ملأ الدنيا
وشغل الناس جميعاً. اعلى
رمسيس الثاني العظيم
عرش مصر وهو شاب
صغير، ابن

رمسيس الثاني هو فرعون
المجد والانتصار.

رمسيس الثاني هو فرعون
الحرب والسلام.

رمسيس الثاني هو نجم
الأرض وأشهر ملوك
الفراغة الذي ملأ الدنيا
وشغل الناس جميعاً. اعلى
رمسيس الثاني العظيم
عرش مصر وهو شاب
صغير، ابن

رمسيس الثاني هو فرعون
المجد والانتصار.

رمسيس الثاني هو فرعون
الحرب والسلام.

رمسيس الثاني هو نجم
الأرض وأشهر ملوك
الفراغة الذي ملأ الدنيا
وشغل الناس جميعاً. اعلى
رمسيس الثاني العظيم
عرش مصر وهو شاب
صغير، ابن

رمسيس الثاني هو فرعون
المجد والانتصار.

رمسيس الثاني هو فرعون
الحرب والسلام.

رمسيس الثاني هو نجم
الأرض وأشهر ملوك
الفراغة الذي ملأ الدنيا
وشغل الناس جميعاً. اعلى
رمسيس الثاني العظيم
عرش مصر وهو شاب
صغير، ابن

رمسيس الثاني هو فرعون
المجد والانتصار.

رمسيس الثاني هو فرعون
الحرب والسلام.

رمسيس الثاني هو نجم
الأرض وأشهر ملوك
الفراغة الذي ملأ الدنيا
وشغل الناس جميعاً. اعلى
رمسيس الثاني العظيم
عرش مصر وهو شاب
صغير، ابن

رمسيس الثاني هو فرعون
المجد والانتصار.

رمسيس الثاني هو فرعون
الحرب والسلام.

رمسيس الثاني هو نجم
الأرض وأشهر ملوك
الفراغة الذي ملأ الدنيا
وشغل الناس جميعاً. اعلى
رمسيس الثاني العظيم
عرش مصر وهو شاب
صغير، ابن

رمسيس الثاني هو فرعون
المجد والانتصار.

رمسيس الثاني هو فرعون
الحرب والسلام.

رمسيس الثاني هو نجم
الأرض وأشهر ملوك
الفراغة الذي ملأ الدنيا
وشغل الناس جميعاً. اعلى
رمسيس الثاني العظيم
عرش مصر وهو شاب
صغير، ابن

رمسيس الثاني هو فرعون
المجد والانتصار.

رمسيس الثاني هو فرعون
الحرب والسلام.

رمسيس الثاني هو نجم
الأرض وأشهر ملوك
الفراغة الذي ملأ الدنيا
وشغل الناس جميعاً. اعلى
رمسيس الثاني العظيم
عرش مصر وهو شاب
صغير، ابن



العظيم سيتي الأول حملته العسكرية ضد الحيثيين،
وتم أيضاً تصوير الأمير رمسيس مع أبيه سيتي الأول
في حملته ضد الليبيين على جدران الكرنك.
كانت مع العلاقات مع الحيثيين على الحدود المصرية
في سوريا غير جيدة في الفترة الأولى من حكم رمسيس
الثاني العظيم. وفي عهده والده الملك سيتي الأول،
سيطرت مصر على الموانئ الساحلية الفينيقية الجنوبية،
بينما سيطر الحيثيون على مدينة قادش. وفي العام
الرابع من حكم رمسيس الثاني حدث تمرد في بلاد
الشام وفي ربيع العام الخامس عام 1275 قبل الميلاد،
اضطر الملك الجديد لتحريك جيشه. فقام الملك بتجميع
واحدة من أعظم تجميعات الجيش المصري وكانت
تبلغ حوالي عشرين ألف مقاتل في أربع فرق وكانت
كل فرقة قوامها حوالي خمسة آلاف مقاتل، وحملت
كل فرقة أسماً من أسماء آلهة مصر العظماء على النحو
التالي: أمون، ورع، وبتاح، وست. وصار الملك
رمسيس الثاني على خطى جده المقاتل الأشهر الملك
تحتمس الثالث الذي سبقه في الحكم بحوالي مائتي عام،
فدخل قطاع غزة وكان على مقربة عشرة أميال من
مدينة قادش في بداية شهر مايو. وفي ذلك التوقيت تم
القبض على جاسوسين وبسوليهما من مكان الحيثيين
من مدينة قادش، أفادا بأن الحيثيين على مبعدة مائة
ميل إلى الشمال. وبناء
على هذا، تحرك رمسيس
الثاني بفرقة أمون وهي
الفرقة الوحيدة التي كانت
معه، وعبر نهر العاصي،
وعسكر على الغرب من
قادش. وكانت قادش مدينة
محصنة أشبه بالجزيرة.
وهنا قبض رجال الجيش
المصري على جاسوسين
حيثيين وقالوا لهم الحقيقة
تحت التعذيب بأن الجيش
الحيثي يسكن على الجانب
من مدينة قادش منتظراً
الهجوم.
وكان ملك الحيثيين
مواتشيلي قد جمع جيشاً
كبيراً وولّى أكبر من جيش الملك
رمسيس الثاني. وكان
جيشه مقسماً إلى قسمين
أحدهما كان مكوناً من
حوالي 18 ألف مقاتل
والآخر من حوالي 19
ألف مقاتل، بالإضافة إلى ألف
وخمسمائة عربة
حربية. وكانت هذه قوة
عسكرية كبيرة. وانقضت
على فرقة الإله رع التي كانت
في طريقها للانضمام
للملك رمسيس الثاني، وهاجمت
القوات الحيثية جيش
مصر بضراوة. واقتحمت
المعسكر المصري. وسيطر
الإرتباك على الملك رمسيس
الثاني. وصار منعزلاً عن
بقية قواته. وكان معه
حارسه الشخصي حامل درع
الارتباك على الملك رمسيس
الثاني. وجمع الجيش المصري
وحارب الملك رمسيس الثاني
العظيم على قواته القليلة
وأخذ يجمعها ليصد
الهجوم الحيثي. وحارب
الملك رمسيس الثاني بضراوة
مما اضطر الملك الحيثي
للتراجع في المساء. وفي
اليوم التالي، تجمع الجيش
المصري وحارب بشدة.
وهنا عرض الملك الحيثي
السلام على الملك رمسيس
الثاني. فعاد الجيش المصري
بسلام إلى أرض الوطن.
ثم تم عقد معاهدة السلام
بين المصريين والحيثيين.
وتم تنويع تلك المعاهدة
بزواج رمسيس الثاني من
الأميرة الحيثية ابنة الملك
الحيثي خاتوشيلي الثالث.
ثم تزوجت الملك رمسيس
الثاني من أختها بعد ذلك
بحوالي سبع سنوات.
رمسيس الثاني العظيم
نفسه ملك الحرب والسلام
ومن مصر أرض المجد
والانتصارات؛ لذا فقد عاش
في ذاكرة مصر والعالم
أيد الأبدنين.

رمسيس الثاني هو فرعون
المجد والانتصار.

رمسيس الثاني هو فرعون
الحرب والسلام.

رمسيس الثاني هو نجم
الأرض وأشهر ملوك
الفراغة الذي ملأ الدنيا
وشغل الناس جميعاً. اعلى
رمسيس الثاني العظيم
عرش مصر وهو شاب
صغير، ابن

رمسيس الثاني هو فرعون
المجد والانتصار.

رمسيس الثاني هو فرعون
الحرب والسلام.

رمسيس الثاني هو نجم
الأرض وأشهر ملوك
الفراغة الذي ملأ الدنيا
وشغل الناس جميعاً. اعلى
رمسيس الثاني العظيم
عرش مصر وهو شاب
صغير، ابن

رمسيس الثاني هو فرعون
المجد والانتصار.

رمسيس الثاني هو فرعون
الحرب والسلام.

رمسيس الثاني هو نجم
الأرض وأشهر ملوك
الفراغة الذي ملأ الدنيا
وشغل الناس جميعاً. اعلى
رمسيس الثاني العظيم
عرش مصر وهو شاب
صغير، ابن

رمسيس الثاني هو فرعون
المجد والانتصار.

رمسيس الثاني هو فرعون
الحرب والسلام.

رمسيس الثاني هو نجم
الأرض وأشهر ملوك
الفراغة الذي ملأ الدنيا
وشغل الناس جميعاً. اعلى
رمسيس الثاني العظيم
عرش مصر وهو شاب
صغير، ابن

رمسيس الثاني هو فرعون
المجد والانتصار.

رمسيس الثاني هو فرعون
الحرب والسلام.

رمسيس الثاني هو نجم
الأرض وأشهر ملوك
الفراغة الذي ملأ الدنيا
وشغل الناس جميعاً. اعلى
رمسيس الثاني العظيم
عرش مصر وهو شاب
صغير، ابن

رمسيس الثاني هو فرعون
المجد والانتصار.

رمسيس الثاني هو فرعون
الحرب والسلام.

رمسيس الثاني هو نجم
الأرض وأشهر ملوك
الفراغة الذي ملأ الدنيا
وشغل الناس جميعاً. اعلى
رمسيس الثاني العظيم
عرش مصر وهو شاب
صغير، ابن

رمسيس الثاني هو فرعون
المجد والانتصار.

رمسيس الثاني هو فرعون
الحرب والسلام.

رمسيس الثاني هو نجم
الأرض وأشهر ملوك
الفراغة الذي ملأ الدنيا
وشغل الناس جميعاً. اعلى
رمسيس الثاني العظيم
عرش مصر وهو شاب
صغير، ابن

رمسيس الثاني هو فرعون
المجد والانتصار.

رمسيس الثاني هو فرعون
الحرب والسلام.

رمسيس الثاني هو نجم
الأرض وأشهر ملوك
الفراغة الذي ملأ الدنيا
وشغل الناس جميعاً. اعلى
رمسيس الثاني العظيم
عرش مصر وهو شاب
صغير، ابن

رمسيس الثاني هو فرعون
المجد والانتصار.

رمسيس الثاني هو فرعون
الحرب والسلام.

رمسيس الثاني هو نجم
الأرض وأشهر ملوك
الفراغة الذي ملأ الدنيا
وشغل الناس جميعاً. اعلى
رمسيس الثاني العظيم
عرش مصر وهو شاب
صغير، ابن

رمسيس الثاني هو فرعون
المجد والانتصار.

رمسيس الثاني هو فرعون
الحرب والسلام.

رمسيس الثاني هو نجم
الأرض وأشهر ملوك
الفراغة الذي ملأ الدنيا
وشغل الناس جميعاً. اعلى
رمسيس الثاني العظيم
عرش مصر وهو شاب
صغير، ابن

رمسيس الثاني هو فرعون
المجد والانتصار.

رمسيس الثاني هو فرعون
الحرب والسلام.

رمسيس الثاني هو نجم
الأرض وأشهر ملوك
الفراغة الذي ملأ الدنيا
وشغل الناس جميعاً. اعلى
رمسيس الثاني العظيم
عرش مصر وهو شاب
صغير، ابن

رمسيس الثاني هو فرعون
المجد والانتصار.

رمسيس الثاني هو فرعون
الحرب والسلام.

رمسيس الثاني هو نجم
الأرض وأشهر ملوك
الفراغة الذي ملأ الدنيا
وشغل الناس جميعاً. اعلى
رمسيس الثاني العظيم
عرش مصر وهو شاب
صغير، ابن

رمسيس الثاني هو فرعون
المجد والانتصار.

رمسيس الثاني هو فرعون
الحرب والسلام.

رمسيس الثاني هو نجم
الأرض وأشهر ملوك
الفراغة الذي ملأ الدنيا
وشغل الناس جميعاً. اعلى
رمسيس الثاني العظيم
عرش مصر وهو شاب
صغير، ابن

رمسيس الثاني هو فرعون
المجد والانتصار.

رمسيس الثاني هو فرعون
الحرب والسلام.

رمسيس الثاني هو نجم
الأرض وأشهر ملوك
الفراغة الذي ملأ الدنيا
وشغل الناس جميعاً. اعلى
رمسيس الثاني العظيم
عرش مصر وهو شاب
صغير، ابن

رمسيس الثاني هو فرعون
المجد والانتصار.

رمسيس الثاني هو فرعون
الحرب والسلام.

رمسيس الثاني هو نجم
الأرض وأشهر ملوك
الفراغة الذي ملأ الدنيا
وشغل الناس جميعاً. اعلى
رمسيس الثاني العظيم
عرش مصر وهو شاب
صغير، ابن

رمسيس الثاني هو فرعون
المجد والانتصار.

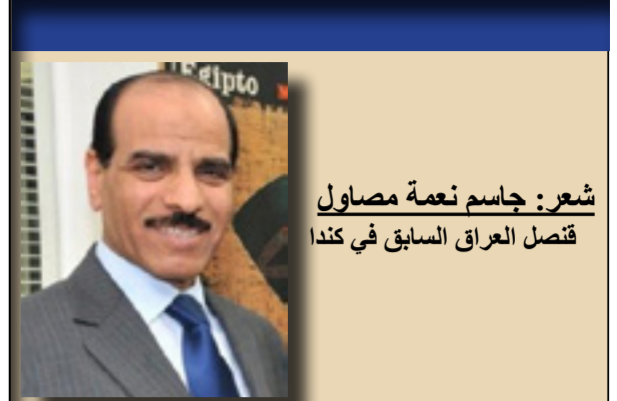
رمسيس الثاني هو فرعون
الحرب والسلام.

رمسيس الثاني هو نجم
الأرض وأشهر ملوك
الفراغة الذي ملأ الدنيا
وشغل الناس جميعاً. اعلى
رمسيس الثاني العظيم
عرش مصر وهو شاب
صغير، ابن

رمسيس الثاني هو فرعون
المجد والانتصار.

رمسيس الثاني هو فرعون
الحرب والسلام.

رمسيس الثاني هو نجم
الأرض وأشهر ملوك
الفراغة الذي ملأ الدنيا
وشغل الناس جميعاً. اعلى
رمسيس الثاني العظيم
عرش مصر وهو شاب
صغير، ابن



شعر: جاسم نعمة مصاول
قتل العراق السابق في كندا

أحلام امرأة بابلية

لورا....
أيتها الحالمة بالشرق
في عينيك كثير من الشوق
ترحل أحلامك
مع طيور الغربة
عند ولادة الشفق
ليتي كنت الريح
تحمل أجنتك
ترتقين الى السماء
تلامسين سحب الأمطار
والسراب الذهبي
المتلألأ في عينيك
وتسكين جمال الكون
أحلامك تتسلل
عبر نافذتك
لتبحر فوق مياه زرقاء
تسابق أمواجاً متكسرة
في أحلامي....
* * *

لورا.....
أيتها القديسة البابلية
تسافرين في محطات العواصف والسكون
تسألين عن عاشق سومري
يحمل في قلبه ياسمينية
وتراتيل وقيثارة
هناك تستعطي روحك
تلتصق أشراقات الفجر
في حديقة أزهارك
يسررك أريج الندى
يرتجش قلبك لموسيقى النسيم....
* * *

لورا.....
سواحك أزيلى
أين مراساتي
خيولي أصبحت مرهقة
وأموج البحر تجلس
فوق صخرة وحيدة بعيدة
أسبغ تهنيدائك
تختلط مع ذكرياتي
فوق مياهك
أعشق زمني الهارب
نحو فركك
لا مرقأ لي.... لا زمن لي
وسلاماً لابتسامة شفتيك
وسلاماً لشوق ليايلك....
* * *



بقلم: مريم الشكيبية

صدي في الفراغ...

لا أعلم ما الذي يصيبني حين يكون كل شيء معداً لغزل حرف
لازوردي، وحين تنقر الكلمات مداد قلبي مدفوعاً بالتفاصيل
الدقيقة، وكأنها بقعة ضوء تركت أثرها على وريقي، والتي تحيط
بي كالطوق....
إنني أتعب من الأشياء التي تملك حق مقاربتني، ولا تملك صك
العبور بي إلى ما وراء الحبر! لا زلت أنتظر ذاك الهطول المدوي
لقلمي، والذي حسبت أنه سيكون أحرفاً جافة كتلك المياه الجارفة
التي أعقبت نريف غيم، وركام سحب....
حقاً إنني أتعب حين أكون في ضيافة تغليات كتابية، أصبح أكثر
انكماشاً، وأعقب صمتاً، وكل هذا المطر والبرد والحين يشد في
داخلي دون أن يحدث ما أسميه الوقع المدوي لقلمي....
إنني أجلس هنا على حافة ورق أبيض أصم أنتظر، ولا أعلم في
الحقيقة ما الذي أنتظره؛ ربما كان انتظار مفردات تأتي على مشجب
حقائب حرف لا سفر....
هذا الانحباس الحبري الذي أشل قلبي، وفي الخارج كل هذا السيل
من جراء انقلاب طقس، ونوران نفس كأنها كاسحة الغمام، ولا يزال
هذا الضول الكتابي يطبخ بكلماتي وبقايا شعور وحلم....
عندما أشرعت في الكتابة تخيلت أن تجرقي الكلمات كالنهر المتدفق
يسرد كل الأهلأ ذات الحياتية التي مررت بها، ولكنني أجلس هنا
كما ترى، خاوية المفردات اللغوية، بلا أسطر ممثلة، كأنها بروش
صحراوية، كأنني انعكس سراب لا حرف.

لاعلاتاكم في «الرسالة»
514 961 0777 /
450 972 1414
elressalanews@gmail.com



بقلم: عبدالله الديك

أخبار و أخبار

■ - المسيح قام... حقاً قام.
لأنه إن كنا صرنا متحدین معه بشبه موته، نصير
أيضاً بقيامته عالمين هذا : إن إنساننا العتيق قد
صلب معه ليطلب جسد الخطية ، كي لا نستعيد
أيضاً للخطية (رومية 6 : 5-6).

■ - الشيطان الأكبر.. لقب أطلقته إيران على أمريكا
و رغم ذلك سعت لوساطة باسكتانية لعقد لقاء مع
الجانب الأمريكي لوقف الحرب سرعان ما أعلن
عن فشله و على وجه السرعة أمر الرئيس دونالد
ترامب برفض حصار علي كل الموانئ الإيرانية
و نتج عن ذلك زعزعة اقتصاد الصين و دول
الاتحاد الأوروبي.

■ - أعلن البنك المركزي المصري عن تسجيل تحويلات
المصريين العاملين في الخارج رقماً قياسياً جديداً
حيث ارتفعت الي نحو 22.1 مليار دولار خلال
النصف الأول من السنة المالية 2025/2026 يأتي
هذا الارتفاع في ظل تحسن ملحوظ في معاملات
الاقتصاد المصري مع العالم الخارجي إذ انخفض
العجز في حسابات المعاملات الجارية الي نحو 9.5
مليار دولار كما حققت المعاملات الرأسمالية و المالية
صافي تدفق داخلي بلغ نحو 6.5 مليار دولار .

■ - حدث انتحار سيدة الإسكندرية أوجع قلوب
الإنسانية في أرجاء المعمورة.. القهر والتدمير
النفسى الذي يمارسه الرجل على زوجته و الحقيقة
هو خسارة إطلاق لقب الرجل علي ذلك الشخص
الترجسي القاسي.. كيف لإنسان سوي أن يدخل
في صراع غير متكافئ مع زوجته أم أولاده شريفة
حياته و يذيقها المرارة و الذل مهما كانت صفاتها
و تصرفاتها.. دائماً المرأة تبحث عن الأمان خلف
رجلها.. صحيح أن هناك بعض الشخصيات التي
لا مفر من الانفصال عنها لكن بالتراضي و الرحمة
و الاحترام و ليس بالانتقام..
رحم الله بسنت و أعان بتكها .

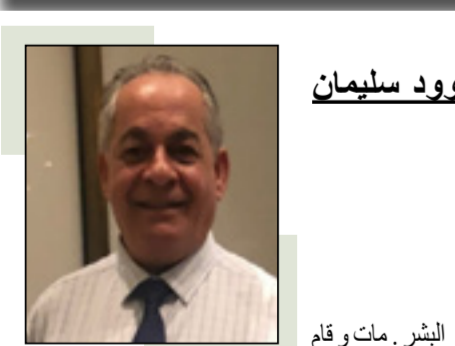
■ - الحكم محمود ناجي و حكم الفار وائل فرحان
كالمعتاد يهديان الأهل ٣ نقاط حرام بعد تعمد
عدم احتساب ركلة جزاء صحبة لنادي سموحة
السكندرية لتعويض ضربة جزاء طالب بها الأهلاوية
عن غير حق كالمعتاد أيضا في مباراتهم السابقة
مع نادي سيراميك و اقتحموا الملعب و اعتدوا علي
الحكم محمود وفا و ضرب حارسهم الشناوي حكم
الرابية علي قفاه بقضضة يده .. و نزل أيضا عضو
مجلس إدارتهم سيد عبدالحفيظ بعد سباب بأقتر
الشتائم للحكم و كله مسجل صوت و صورة ..
بعدها ذهبوا لمبنى اتحاد الكرة في تعد صارخ
لهيبة الدولة و تلفظوا علي حراس الأمن .. بلطجة
اعتاد عليها الوسط الرياضي و أصبحت شعار
لكل بطولات الأهل علي مدار سنوات دون عقوبة
تذكر من المسؤولين عن الرياضة المصرية هكذا
هم الحمر عندما يفوزون بالظلم و ضربات الجزاء
المشكوك فيها و ما أكثرها لا يتحدث إعلامهم أبدا
بل يباركون الفوز الحرام ..
دعاء المصريين الشرفاء أن تزاح هذه الغمة الحمره
لتعود للرياضة المصرية ريادةتها دونهم .

لاعلاتاكم في

«الرسالة»

514 961 0777

450 972 1414



بقلم: داوود سليمان

المنفعة

■ من الضروري أن نعرف المنفعة . كل الناس
يسعون للحصول على المنفعة ، و بأي طريقة متاحة .
لأن المنفعة هي اكتساب مادي أو معنوي أو جسدي،
أي اكتساب شيء جديد ليما عندنا. المنفعة بكلمة
واحدة هي مخدول أو ربح يضاف لنا . و هذا الربح
يأتي بعد عمل نقوم به أو تجارة معينة نعملها أو
ربما هدية من أحد الأعيان تعطى لنا.
و اليوم و في هذا الأسبوع نزي العالم المسيحي
يحققون بأسبوع الآلام ، أو الأسبوع الأخير من
حياة السيد المسيح . هذه الاحتفالات و الصلوات
و الصوم يفعلونها و يقدموا إلى السماء كل سنة
و كل واحد يفعل أكثر من الآخر لينال امتياز من
الأخرين وأنا شخصيا لم أجد ولا واحد يفكر و يسأل
نفسه لماذا أنا أفعل ذلك كل سنة ؟ و ماذا استفدت من
هذا العمل خلال الفترة الماضية ؟ لأجل ذلك على
كل إنسان أن يفكر في هذا الأسبوع و هو أيام فيها
المسيح يسلم بأيدي ناس خطاة و يطلبوا من السلطات
المحلية صلب المسيح موته و قد تم . و الحقيقة ،
أن المسيح تم عمل ، و أكمل معجزة على الأرض
لأجل الإنسان . فهو صلب و مات من أجل خلاص

نرحب بكم في مقر خدمة النعمة التبشيرية كل
يوم اثنين الساعة 6:00 مساءً على العنوان
التالي:

5850 Jean Talon E. St-Leonard

وكل يوم سبت الساعة 6:30 مساءً

على العنوان التالي:

2050 rue Grenet St. Laurent



صاق
أولا تصاق...

يصعب ترجمة الشعر العربي

■ في مطلع العشرينيات من القرن الماضي وبعد
انهيار إمبراطورية بني عثمان بعد الحرب العالمية
الأولى هلل واحتفل الشعب اللبناني بقوم الجيش
الفرنسي المحرر من ظلم وتعتسف الأتراك .
بعد استقرار الأمور كان من الطبيعي أن يقوم الحاكم
الذي أطلق عليه لقب: المفوض السامي الذي كان
عسكريا برتبة جنرال بزيارة المدن برفقة وفد مشكل
من نخبة من مسؤولين في السلطة .
برفقة الجنرال كان شاب لبناني مترجم يتقن اللغة
الفرنسية ويتمتع بخبرة جيدة في الأمور اللغوية
والسياسية ولم يواجه أية صعوبات في مهمته
كمترجم في الاجتماعات .
في إحدى زيارته إلى مدن الجنوب اللبناني أقامت
بلدية المدينة حفل استقبال للمفوض السامي والوفد
المرافق له وبرفته الترجمان ؛ والمعروف عن
اللبنانيين أنهم يجيدون الخطابة في مختلف المناسبات
؛ فكان أول المتكلمين رئيس البلدية وتبعه المطران
الارثوذكسي وقام الشاب المترجم بمهمته على أحسن
حال وكان المفوض السامي مندهشا من جمال ومعنى
الكلمات في استقباله .

ثم جاء دور المفتي الذي كان شاعرا مشهورا في
إتقانه أصول اللغة في نظم القصائد في مختلف
المناسبات السياسية والاجتماعية؛ وكان يفخر
بمعلوماته اللغوية وسكب القوافي في قصائده، ألقى
قصيدته الطويلة بأبيات من الفخر والتعظيم والتمجيد
بالضيف الكريم وفرحة الاستقبال للمفوض السامي
وكان مطلع القصيدة :
عج في الظليلين : هديها ولا تسئل
واحسن الرحيقين : راح الثغر والمقل
بعد سمع القصيدة فتح الترجمان ثغره وجمد في
مكانه لأنه فوجئ بسماع عبارات عجيبة غريبة
جديدة لم يفهم منها شيئا ، ولم يجد كلاما يعبر فيه
عن هذه العبارات العويصة ؛ في نهاية القصيدة علا
التصفيق والترحيب من أبناء طائفة المفتي .
نظر المفوض السامي إلى الترجمان منتظرا أن يقول
شيئا وطال الصمت إلى أن انفض الموقف المطران
شارحا للمفوض السامي أن المغزى من كلام المفتي
يشبه الكلمات السابقة وأن الشعر العربي يصعب
ترجمته .

رسمياً.. ليفربول يؤكد إصابة إيكيتيكي بتمزق في وتر أكيليس وغيباه عن منافسات كأس العالم



■ أكد نادي ليفربول إصابة مهاجمه الفرنسي هوجو إيكيتيكي بتمزق في وتر أكيليس، ليؤكد غيباه رسمياً عن الفريق حتى نهاية الموسم وعن المنتخب الفرنسي في منافسات بطولة كأس العالم المقبلة وجاء في بيان للنادي عبر موقعه الرسمي: "يؤكد نادي ليفربول إصابة هوجو إيكيتيكي بتمزق خطير في وتر أكيليس"، وذكر البيان أن المهاجم اضطر للخروج من الملعب خلال الشوط

الأول من مباراة إياب ربع نهائي دوري أبطال أوروبا التي أقيمت يوم الثلاثاء الماضي ضد باريس سان جيرمان على ملعب أنفيلد، بعد انزلاقه على أرضية الملعب. وأكدت الفحوصات الطبية، التي أجريت له لاحقاً، وجود تمزق في وتر أكيليس، وبذلك، سيغيب اللاعب الفرنسي عن الملاعب حتى نهاية الموسم، ولن يتمكن من المشاركة مع منتخب فرنسا في كأس العالم هذا الصيف. واختتم النادي بيانه بأنه سيتم تقديم المزيد من التحديثات في الوقت المناسب، كما أن اللاعب يحظى بدعم كامل من جميع أعضاء نادي ليفربول.



ركن الرياضة

الأهلي يواجه مايو الكاميروني ببطولة أفريقيا لسيدات الطائرة



■ يواجه فريق سيدات الكرة الطائرة بالنادي الأهلي نظيره مايو كاني الكاميروني في السابعة مساءً اليوم الخميس بثان مواجهته ببطولة أفريقيا التي يستضيفها النادي الأهلي على أرضه. أسفرت قرعة بطولة أفريقيا للأندية لسيدات الكرة الطائرة التي يستضيفها النادي الأهلي عن وقوع الأهلي على رأس المجموعة الأولى بجانب كل من مايو كاني الكاميروني وسي أو ديكارت الإفواروي ومصنع الكحول الإثيوبي.

منتخب الناشئين يواجه جينيس وديا اليوم استعداداً لأمم أفريقيا

■ يخوض المنتخب المصري للناشئين مواجهة ودية هامة اليوم الخميس أمام الفريق الأول لنادي جينيس، وذلك في إطار استعداداته المكثفة للمشاركة في النسخة الحادية والعشرين لبطولة كأس أمم أفريقيا تحت 17 سنة التي يستضيفها المغرب. ويسعى الجهاز الفني من خلال هذه المواجهة إلى رفع وتيرة التنافسية لدى اللاعبين واختبار قدرتهم على التعامل مع عنصر الخبرة والقوة البدنية التي يتمتع بها لاعبو الفريق الأول، تمهيداً للدخول في أجواء المنافسات القارية الرسمية التي ستشهد صراعا قويا منذ الأدوار الأولى.

وتأتي هذه المشاركة بعد نجاح الفراعنة في حجز مقعدهم بالنهايات عقب تصفيات منطقة شمال أفريقيا (أوناف) التي أقيمت بمدينة بني غازي الليبية مؤخرا، حيث ستشهد هذه النسخة مشاركة 16 منتخبا لأول مرة في تاريخ البطولة، مما يزيد من صعوبة المهمة وطموحات الجماهير المصرية في استعادة اللقب القاري.

الزمالك بزيه التقليدي أمام شباب بلوزداد كاس الكونفدرالية



■ أسفر الاجتماع الفني لمباراة الزمالك وشباب بلوزداد الجزائري المقرر لها غدا الجمعة في إياب نصف نهائي كأس الكونفدرالية الإفريقية، عن ارتداء الفريق الأول لكرة القدم لزيه الأساسي المكون من "القميص الأبيض والشورت الأبيض"، في حين سيرتدي حارس المرمى زيه باللون الأصفر. وفي المقابل، سيرتدي فريق شباب بلوزداد، زيه المكون من "القميص الأحمر والشورت الأحمر"، بينما سيرتدي حارس مرمى الفريق زيه باللون الأزرق. حضر الاجتماع من الزمالك، محمد حسن

بين دفء الشمس وهمس البحر.. إيطاليا تناديك لزياتها

تمثل النواحي الغامضة - أكثر من 7000 برج ضخم بُنيت بين عامي 1900 و730 قبل الميلاد - سراجا معمارية من حضارة متطورة لم تترك أي سجلات مكتوبة. صمدت هذه الأبراج المخروطية، المبنية من أحجار ضخمة دون استخدام الملاط، لأكثر من ثلاثة آلاف عام، ولا يزال الغرض منها محل نقاش بين علماء الآثار.

توفر أشهر مايو ويونيو وسبتمبر ظروفاً مثالية للمشى والتنزه على الشاطئ بعيدا عن الزحام. ونظرا لأهمية الحفاظ على هذه المواقع، يتطلب الوصول إلى العديد من المواقع الخلابة جهداً، وهو ما يضفي عليها طابعاً مميزاً. جزيرة كابري تتمتع كابري بسحر فريد يصعب وصفه أو محاكاته. بنى الأباطرة الرومان قصورهم هنا، وقضى النبلاء الأوربيون صيفهم هنا.

يُشكل الكهف الأزرق إحدى أروع الخدع البصرية في الطبيعة؛ حيث يتلألأ ماء البحر بلون أزرق ساحر. أما صخور فار البوني، وهي ثلاث صخور بحرية شاهقة ترتفع شامخة من المياه الصافية، فتعد من أكثر معالم البحر الأبيض المتوسط تصويراً. وتعتبر ساحلة لا بيازيتا، أو ساحلة أوميرتو الأول رسمياً، قلب الجزيرة النابض. كما يضم شارع كاميريل أحد أعلى تجمعات متاجر

سردينيا تحظى سردينيا سحرها بدهوء لا يصخب فينبما تنصد كوستا سبيرالدا غلاوين الأخبار، تكمن سردينيا الحقيقية في منحدرات الحجر الجيري المنحوتة بفعل الرياح، والتي تهوي في مياه صافية بشكل لا يصدق، وأبراج حجرية غامضة متناثرة على سفوح التلال الخالية. يضاهي ساحلها الممتد على طول 1849 كيلومتراً، جزر سيشل بجزائرها الشاهقة، وساحل ألماني بمنحدراته المهيبة، والبحر الكاربي بمياهه الفيروزية الصافية. يشبه شاطئ كالا غولوريتزي مرجحاً ساحراً بمياهه الصافية بشكل خيالي. أما شاطئ كالا ماريولو، فيقدم درجات زرقاء نابضة بالحياة، بينما يهز شاطئ أروتاس بجماله الأخاذ، بشاطئه الذي يشبه «حبات الأرز»، والمكون من حصي كوارتز صغيرة تتلألأ بالألوان الوردية والأبيض والأخضر الفاتح.

ووجهات نظر فريدة. يحتفي المطبخ المحلي بمذاق البحر والتلال على حد سواء، بدءاً من البيستو الطازج من المنطقة التي ابتكرت هذه الصلصة المحبوبة، وصولاً إلى صيد اليوم من المأكولات البحرية.

كما يوفر فصلاً الربيع والخريف، أبريل ومايو وسبتمبر وأكتوبر، طقساً مثالياً للمشى، مع عدد أقل من الزوار، وتجربة أصيلة. أما نرو الصيف فتجلب معها اندفاجاً، ولكنها تشهد أيضاً ازدهاراً كبيراً.

تُرحب إيطاليا بالسياح في ربيع وصيف 2026، فهي تعتبر متحفاً حياً نابضاً بالحياة تحكي كل زاوية فيها قصص ملك عريقة، وأساطير فنية، وتكهنات شكلت ثقافة الطعام في جميع أنحاء العالم. وتعتبر زيارة إيطاليا في عام 2026 فرصة لاكتشاف معالمها الشهيرة، إلى جانب آثارها العريقة، وفعاليتها الثقافية المتجددة، واطمئنانها المتجدد بالسياحة المستدامة.

من المن الأنيقة إلى الريف الهادئ، تزخر إيطاليا بمواقع أسرة ترضي أنواق المسافرين كافة. في السطور الآتية، أبرز الوجهات الإيطالية التي تدعو لزيارتها في ربيع 2026 سنك تير تخيل خمس قرى ساحرة الجمال، ترتفع على قمم منحدرات وعرة، تتحدر بيوتها ذات الألوان الباستيلية، لتلتقي بمياه البحر الأبيض المتوسط المتألن. هذه هي سنك تير، وتعني حرفياً «الأرضي الخمس»، حيث يتباطأ الزمن، وتكشف كل زاوية عن منظر خلّاب يشبه لوحة فنية.

الكلمات المتقاطعة

أسبانيا: 1- أغنية لعبد الحلیم حافظ 2- في الجسم - قصة لمصطفى أمين - تقال في التلفزيون 3- حرفان متشابهان - وضع للحمة على الفم - أحبك 4- شكله على شكل مثلث - شاطئ 5- إله - ضمير الغائبات 6- أداة جزم - للتعريف - احد أسباب الحرقاق 7- للسؤال عن المكان - عاتب- ضعف (معكوسة) 8- جس - جميع - مفرد 9- غني بالفرنسية - عاصمتها باريس 10- فنانة كوميدية مصرية راحلة - من أجلنا

أفريقيا: 1- ملك العود 2- سوستة - كاتبة عربية راحلة - أنت بالإنجليزية 3- أحد الفيتامينات (معكوسة) - قط - نسير 4- شبرا (معكوسة) 5- عملة مصرية ملغاة - حرفان متشابهان - في السلم الموسيقى 6- نصف (فاهم) - أعيد 7- نجل - جمع (معكوسة) 8- أغنية لهاني شاكر - مرض رئوي 9- أرشده (معكوسة) - بشر 10- ممثل أمريكي راحل

إعداد : رايق مبسوط جداً

أنا بشيل الهم شوية
وبعدين أحطه تاني
علشان مايتعودش على الشيل

وأنا في طريقي للسعادة
النكد مد رجله وكعبتي

هي الحزينة لما بتيجي تفرح
ومتلاقيش مطرح بتروح فين ؟

هي الناس إللى ميتحيش الشاي
بتشرب إيه وهي زهقانة !..

الزمن الجميل

حين قالت "لا" أمام العنديل... قصة موقف هز كواليس السينما!



الصورة تجمع بين هند رستم وعبد الحلیم حافظ أثناء قراءة سيناريو الفيلم... لحظة هادئة ظاهرياً، لكنها كانت بداية قرار صاحب غير مسار الدور... وترك لنا واحدة من أشهر حكايات "الرض الجريء" في تاريخ الفن.

لكن الإجابة كانت بسيطة وقاطعة: الفن عندها قناعة... وليس مجرد ظهور. تمسكت بموقفها، واعتذرت عن الدور، ليذهب لاحقاً إلى، التي قدمته بطريقتها الخاصة. ما بين مبدأ ونجومية مرور الكرام. القصة لم تكن خلافاً على مشهد... بل اختاراً حقيقياً! هل تختار النجمة الأضواء... أم تختار نفسها؟ هند رستم اختارت أن تظل وفيه لصورتها وحدودها، حتى لو كان الثمن الوقوف بعيداً عن فيلم أصبح من علامات السينما.

تصالح الدنيا معك.. أبكي تبكيه ومدك

أضحك

- لسة بتحب الشتا ؟
- أه بيوت فيه بلکش دعوة

نفسى أعرف الناس إللى بتحط دماغها على المخذة * تواتي ويروحوا في النوم إنتوا إزاي كدة ؟ طب فكر في مستقبلك راجع نفسك ، إعمل أي حاجة طيب



بقلم / مسعود معلوف
سفير متقاعد

لبنان في مهب الريح

المهجريين الى الجنوب بعد إعادة إعمار المنازل وسائر المنشآت المدنية التي دمرها العدوان الإسرائيلي. من المؤكد أن نتائج هذه المفاوضات ليست مضمونة على الإطلاق إذ أن أهداف إسرائيل المعلنة هي القضاء على حزب الله وتحقيق اتفاقية سلام تؤدي الى تطبيع علاقاتها مع لبنان، علماً أن الموقف اللبناني من التطبيع تحكمه قرارات قمة بيروت العربية لعام 2002 التي أعلنت استعداد الدولة الفلسطينية وعاصمتها القدس الشرقية، وهذا أمر شهِه مستحيل التحقيق مع حكومة تنتهوا اليمينية المنطرفة والتي اتخذت مواقف قانونية عبر الكنيست الإسرائيلي وبعد إعلانها مرات عديدة رفضها لإقامة دولة فلسطينية. فالأمور شديدة التعقيد والمفاوضات ستأخذ وقتاً طويلاً، والإعدادات، على ما يبدو، تستمر الى حين اقتراب الانتخابات الإسرائيلية في شهر أوكتوبر القادم. أمام هذا الواقع الذي يمكن أن يؤدي الى نهاية لبنان الذي نعرفه، لا بد لجميع مكونات الشعب اللبناني من الانضواء تحت لواء الحكومة اللبنانية التي تمثلهم جميعاً، والسعي معاً الى الضغط على الدول الفاعلة مثل الولايات المتحدة وفرنسا، كي تضغط بدورها على إسرائيل لإيقاف هجماتها على لبنان والانسحاب التام منه، ودعم جهود الحكومة اللبنانية لإعادة الإعمار وعودة النازحين الى مناهم وقراه. فقط وحدة اللبنانيين تستطيع إقناع الدول الفاعلة على القيام بعمل، وفي حال بقي المجتمع اللبناني مقسماً كما هو الآن، فمن المحتمل جداً عدم قيادة لبنان وربما تقسيمه وسيطرة الدول المجاورة عليه باعتباره دولة غير قابلة للحياة، لا سمح الله!

فهل سيمضي اللبنانيون خطورة الوضع ويتعاونون مع بعضهم البعض لجعل لبنان فعلاً بلد السلام وبإد الإشتع والنور كما كان في السابق؟



بقلم: د. أنور ساطع أصفري

إشكالية الإقناع بين الحقيقة والحرية المعرفية، في حدود المشروعية وإمكانات الفهم والحوار

بحبّ الخطاب الإقناعي أن يقدم نفسه على الدوام بوصفه محايداً وعقلانياً، ويتبني المصلحة العامة، لكن الواقع مختلف، فكل خطاب إقناعي ينطلق من موقع معرفي وثقافي محدد، ويحمل في داخله افتراضات مسبقة عن العالم والإنسان والمجتمع. بل إن كثيراً من تقنيات الإقناع الحديثة تعتمد أساساً على التأثير غير العقلاني مثل: إثارة الخوف، استدعاء الهوية الجماعية، أو اللعب على المشاعر، بمزيد من العاطفة. وفي هذه الحالة لا يعود الخطاب موجّهاً الى العقل، بل الى اللاوعي الجمعي. إن الإقناع يعمل داخل شبكة معقدة من القوى " السلطة السياسية، الإعلام، المؤسسات الثقافية والتربوية، وحتى اللغة نفسها"، ومن دون إدراك هذه الشبكة يصبح الحديث عن حياد الإقناع نوعاً من الساذجة المعرفية. ولهذا فإن الإقناع قد يتحول بسهولة الى أداة للهيمنة الفكرية، " بل هو يهدف الى الهيمنة بالأساس" خصوصاً عندما يُستخدم لتبرير أفكار جاهزة أو لإغلاق باب النقد، والرأي الآخر. يبدو الإقناع والحوار متشابهيين ظاهرياً، لكنهما في الحقيقة ينتهجان الى منطقتين مختلفتين. الإقناع يقوم على فكرة بسيطة، " هناك رأي صحيح، وعلى الآخرين أن يقتنعوا به". أما الحوار فينطلق من فكرة أكثر تواضعاً وعمقاً، " ربما لا يمتلك أي طرف الحقيقة كاملة". الحوار الحقيقي لا يسعى الى الانتصار في النقاش، بل الى توسيع أفق الفهم والإدراك. ولهذا فإن الحوار أكثر قدرة على إنتاج المعنى، لأنه يسمح بتعدد وجهات النظر ويعترف بان الحقيقة ليست ملكاً خاصاً لطرف واحد. إن الحقيقة في المجال الإنساني ليست مُحكّرة لطرف دون سواه، بل هي عملية مستمرة من الاكتشاف والنقد والتصحيح.

به من لبنان يقع ضمن الخرائط التي يرسمها الإسرائيليون لدولتهم التوراتية. ومما يزيد المخاطر على لبنان هو الانقسام الداخلي العميق حول حزب الله إذ أن قسماً لا بأس به من الشعب اللبناني عنده مواقف سلبية من هذا الحزب منذ انتهاء الحرب الأهلية عام 1990 عندما سلم معظم الفئات المتحاربة سلاحه وأوقف القتال باستثناء حزب الله الذي يصنف نفسه بالمقاومة ضد الاحتلال الإسرائيلي، ويسعى الى تحرير لبنان بالكامل من هذا الاحتلال. أخصام حزب الله يتهمونه بأن أهدافه لا تتعلق بالمصلحة اللبنانية إذ أنه ساند حركة حماس بعد عمليتها في السابع من أوكتوبر 2023 فكان ذلك السبب لقيام إسرائيل بشن حرب شعواء على لبنان دامت سنة كاملة انتهت باتفاق لوقف إطلاق النار في أواخر عام 2024 برعاية أميركية وفرنسية وبموافقة حزب الله، ولكن منذ ذلك التاريخ حتى بدء الحرب الإسرائيلية-الأميركية على إيران، خرقت إسرائيل هذا الاتفاق آلاف المرات دون أن ينفذ الحزب أي رد على ذلك، الى أن حصل مقتل المرشد الأعلى الإيراني الإمام علي خامنئي في مطلع شهر آذار، فقام الحزب عندئذ بتوجيه بعض الفدائين الى الشمال الإسرائيلي انتقاماً لذلك، وتنفيذاً لإرادة إيران حسب ما يقوله أخصام الحزب. لا بد من التنكير هنا أنه عند انتخاب الرئيس جوزاف عون رئيساً للجمهورية في مطلع سنة 2025 أعلن في خطاب القسم أمام المجلس النيابي اللبناني مبدأ حصري السلاح بيد الدولة التي ينبغي ان تكون وحدها المسؤولة عن اتخاذ قرارات الحرب والسلم. وبعد تشكيل الحكومة برئاسة الدكتور نواف سلام وعضوية الأحزاب الأساسية في لبنان بما فيها حزب الله، تبنت الحكومة هذا المبدأ في بيانها الوزاري الذي وافق عليه المجلس النيابي. تم عندئذ تكليف قائد الجيش من قبل مجلس الوزراء إعداد خطة لتنفيذ ذلك، وبعد بضعة أشهر، حضر قائد الجيش الى مجلس الوزراء للإبلاغ عن إنهاء وجود الحزب جنوب نهر الليطاني وتسلم الجيش اللبناني هذه المنطقة والاستعداد

منذ أن بدأت إسرائيل حربها التدميرية على لبنان مطلع شهر آذار، متذرة بوضع فدائين أطلقها حزب الله من الجنوب اللبناني، تم تهجير ما لا يقل عن مليون ومائتي ألف نسمة أصبحوا الآن بدون مأوى، لاجئين في الشوارع والمدارس والجامع والكنائس، وقد دمر الجيش الجيش الإسرائيلي بيوتهم بعد إخلانها لمنعهم من العودة الى قراهم ومدنهم، كما دمر العديد من الأبنية والمنشآت المدنية في الضاحية الجنوبية للعاصمة بيروت مهجراً السكان الى مناطق مختلفة، وذلك بالإضافة الى مقتل أكثر من ألفي لبناني وجرح عشرات الآلاف. الى جانب هذا التدمير الذي مازال مستمر، أعلن وزراء في الحكومة الإسرائيلية ان الجيش الإسرائيلي يقوم "بتنظيف" منطقة الجنوب لجعلها منطقة عازلة لا وجود لحزب الله فيها وذلك من أجل حماية السكان المقيمين في شمال إسرائيل. مع أن الأمم المتحدة اعتبرت هذا العمل على أنه إحدى أكبر الأزمات الإنسانية في العالم، حيث قامت إسرائيل بتهدية حوالي خمس السكان المتجزئين في قراهم ومدنهم، لم تتخذ أية دولة إجراءات عملية لإيقاف إسرائيل عن هذه الاعداءات، بل اكتفت بعض الدول بانقتاد هذه الهجمات وبإصدار تصريحات تطالب باحترام سيادة لبنان، مشددة في الوقت نفسه على ضرورة قيام الدولة اللبنانية بتجديد سلاح حزب الله. الجميع يعرف أن رئيس وزراء إسرائيل نتنياهو يخضع لمحاكمات بتهمة الفساد، وأن الانتخابات التشريعية ستجري في السابع والعشرين من شهر تشرين الأول القادم، وفي حال فشل حزبه في هذه الانتخابات وعدم عودته الى رئاسة الحكومة، من المرجح جدا انتهاء حياته السياسية وربما دخوله السجن، لذلك نراه يقوم باستمرار بعمليات عسكرية في لبنان وسوريا واليمن، ويشن الآن حرباً بمشاركة الولايات المتحدة ضد إيران، كل ذلك من أجل أن يُقنع الإسرائيليون بأنه يدافع عنهم على عدة جبهات كي يصوتوا له في الانتخابات القادمة، ونراه أيضاً يتحدث عن بدء العمل الفعلي لإقامة "إسرائيل الكبرى". ومعروف أن قسماً لا بأس

منذ أن بدأت إسرائيل حربها التدميرية على لبنان مطلع شهر آذار، متذرة بوضع فدائين أطلقها حزب الله من الجنوب اللبناني، تم تهجير ما لا يقل عن مليون ومائتي ألف نسمة أصبحوا الآن بدون مأوى، لاجئين في الشوارع والمدارس والجامع والكنائس، وقد دمر الجيش الجيش الإسرائيلي بيوتهم بعد إخلانها لمنعهم من العودة الى قراهم ومدنهم، كما دمر العديد من الأبنية والمنشآت المدنية في الضاحية الجنوبية للعاصمة بيروت مهجراً السكان الى مناطق مختلفة، وذلك بالإضافة الى مقتل أكثر من ألفي لبناني وجرح عشرات الآلاف. الى جانب هذا التدمير الذي مازال مستمر، أعلن وزراء في الحكومة الإسرائيلية ان الجيش الإسرائيلي يقوم "بتنظيف" منطقة الجنوب لجعلها منطقة عازلة لا وجود لحزب الله فيها وذلك من أجل حماية السكان المقيمين في شمال إسرائيل. مع أن الأمم المتحدة اعتبرت هذا العمل على أنه إحدى أكبر الأزمات الإنسانية في العالم، حيث قامت إسرائيل بتهدية حوالي خمس السكان المتجزئين في قراهم ومدنهم، لم تتخذ أية دولة إجراءات عملية لإيقاف إسرائيل عن هذه الاعداءات، بل اكتفت بعض الدول بانقتاد هذه الهجمات وبإصدار تصريحات تطالب باحترام سيادة لبنان، مشددة في الوقت نفسه على ضرورة قيام الدولة اللبنانية بتجديد سلاح حزب الله. الجميع يعرف أن رئيس وزراء إسرائيل نتنياهو يخضع لمحاكمات بتهمة الفساد، وأن الانتخابات التشريعية ستجري في السابع والعشرين من شهر تشرين الأول القادم، وفي حال فشل حزبه في هذه الانتخابات وعدم عودته الى رئاسة الحكومة، من المرجح جدا انتهاء حياته السياسية وربما دخوله السجن، لذلك نراه يقوم باستمرار بعمليات عسكرية في لبنان وسوريا واليمن، ويشن الآن حرباً بمشاركة الولايات المتحدة ضد إيران، كل ذلك من أجل أن يُقنع الإسرائيليون بأنه يدافع عنهم على عدة جبهات كي يصوتوا له في الانتخابات القادمة، ونراه أيضاً يتحدث عن بدء العمل الفعلي لإقامة "إسرائيل الكبرى". ومعروف أن قسماً لا بأس



تصوّر إنسانيّة
عادل عطية

دموع...

يا يسوع!

اعطيتني أكثر من الدموع؛
فاسكبها: فرحاً... وحزناً،
واسكبها: خشوعاً وتوبة
عند الرجوع.

يا يسوع!

يا من بكيت على أورشليم،
وعند قبر لعازر،

وعلى جبل الزيتون في البستان...

أشكو إليك الألم الوجيع،
وأكتب على نهرتي وجهي:

إنتي إنساناً

تأسرُ المشاعرُ

وتأسرُ الدموعُ

التي فاضت من قلبك الوديع،

عند التأثر والحزن،

يومَ جادت بالدموع.

إصدارات

■ ضمن سلسلة "الكتاب الفضي"، عن نادي القصة المصري العريق، صدر للقاص عادل عطية، مجموعة قصص قصيرة جداً، بعنوان: "صور من الحياة"، كتب عنها المؤلف، هذه الكلمات: "الحياة ليست إلا مجموعة صور، والصورة كلمة! ولكن صوري مكتوبة بحروف قليلة، تاركا لخيال قارئ الخصب، كتابة ما يره من تفاصيل مخفية!



اعلاناتكم في الرسالة

514-961-0777
450-972-1414

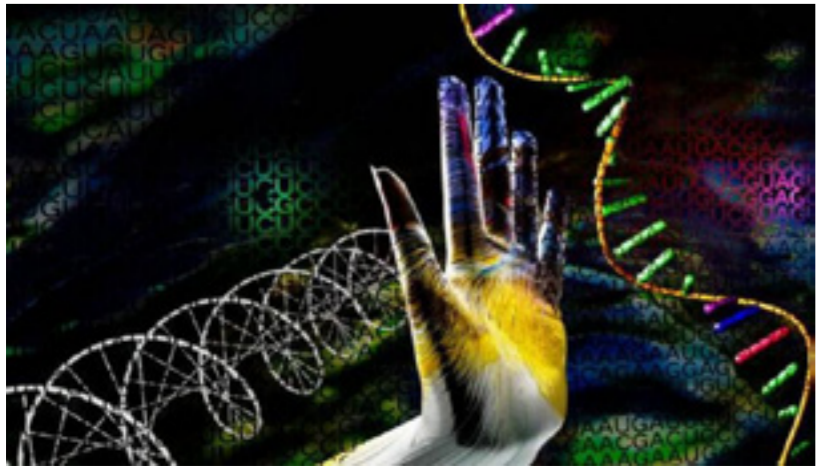
Email:
elressalanews@gmail.com
farid.zemokhol@outlook.com
fzemokhol@gmail.com
www.el-ressala.com

وإذا تعمقنا في اللفظ المعاصر نجد أن بعض الخطابات السياسية والدينية لا تهدف أساساً الى العظم عن الحقيقة، بل الى إنتاج فتاوة جماعية، بمعنى أن الهدف ليس هو معرفة الواقع، بل إدارة الاعتقاد، وهنا يتضح أمامنا بأن العقل لا يدعى الى الحوار والتفكير، بل للانضمام الى رأي مسبق الصنع. وهنا يبدأ الانزلاق، فبدل أن يسعى الخطاب الى كشف الحقيقة، يبدأ بالسعي الى صناعة الفتاوة. والفرق بين الأمرين جوهرى. فالحقيقة تتطلب الحوار والنقد والشك والتجربة، أما الفتاوة فقد تُصنع بوسائل خطابية بارعة حتى لو كانت منفصلة عن الواقع. لقد أدرك بعض الفلاسفة مبكراً هذا الخطر، حين حذروا من أن البلاغة في اللغة قد تجعل الباطل يبدو مقنعاً إذا امتلك الخطاب مهارة التأثير. ومع تطور وسائل الإعلام الحديثة، تضاعفت هذه القدرة الى حد غير مسبق. ومن هنا يظهر خطر آخر، يتجسد عندما تتحول الحقيقة الى مسألة تصويت شعبي تمارسه السلطة، أي عندما تقاس صدق الفكرة، بمدى قدرتها على الانتشار السريع. ولهذا فإن السؤال لم يعد فلسفياً فقط، بل أصبح سياسياً وثقافياً: إنك ما تعيشه هو عصر المعرفة، أم عصر إدارة العقول، ومصادرة الرأي الآخر؟ إحدى أكبر المغالطات في الثقافة المعاصرة هي الاعتقاد الضمني بأن الفكرة الأكثر انتشاراً هي الأقرب الى الحقيقة، لكن التاريخ يكشف العكس تماماً. فكم من أفكار أفتعت شعوباً كاملة ثم تبين لاحقاً أنها مجرد أوهام جماعية، وكم من حقائق علمية واجهت الرفض والسخرية قبل أن يعترف بها العالم، ومن ثم انتشرت. إن ربط الحقيقة بالإقناع هو في حد ذاته خداع لطيف معيارين مختلفين: الإقناع يتعلق بقوة الخطاب ومصدره، أما الحقيقة فتتعلق بصدق الواقع. وفي كثير من الأحيان تكون الأفكار الأكثر إقناعاً هي تلك التي تخاطب العاطفة أو الهوية لا العقل النقدي، ولهذا تنتشر بسهولة لأنها تمنح الناس شعوراً باليقين، حتى لو كان هذا اليقين مجرد وهم ليس إلا. وهنا تكمن المفارقة الكبرى التي يجب أن يُدركها الجميع، بأن الإقناع قد ينجح في إخفاء الحقيقة بدل كشفها.

إن عيش اليوم في زمنٍ لم يعد فيه السؤال المركزي ما الحقيقة؟ بل أصبح السؤال الأكثر إلحاحاً هو: من يستطيع أن يقنع الناس أكثر؟ لقد تحول الإقناع في العالم المعاصر الى صناعة متكاملة تمارسها السياسة والإعلام والخطابات الأيديولوجية والدينية، حتى أصبح العقل الإنساني ساحة مفتوحة للتنافس بين تقنيات التأثير لا بين الحجج المعرفية، وكان السلطة أصبحت بشكل عام هي مصدر المعرفة. هذه الظاهرة ليست مجرد تفصيل في الثقافة الحديثة، بل هي علامة على انزياح خطير في مفهوم الحقيقة وماهيتها. قبل أن تكون الحقيقة موضوعاً للفهم والبحث والنقد، أصبحت في كثير من الأحيان مجرد نتيجة للخطاب الأكثر قدرة على الإقناع. إن الخطر الحقيقي هنا لا يكمن في الإقناع بحد ذاته، بل في تحوُّله الى بديل عن التفكير. فعندما يصبح الهدف هو إقناع الآخر لا فهمه، يتحول الخطاب الى أداة للهيمنة الرمزية بدل أن يكون فضاءً لتبادل المعرفة والوعي. الإقناع ليس هو فلسفة لغوية بربنية في التداول الفكري، بل هو غالباً أداة خفية بيد السلطة، تمارس تأثيرها على عقول الناس باسم الحقيقة زوراً وبهتاناً، إن الإقناع وعبر التاريخ لم يكن إلا أداة لفرض الرأي، وتوجيه الوعي، وصناعة وصياغة مفهوم الامتثال. ومن هنا تنشأ الإشكالية الأساسية: هل الإقناع ضرورة معرفية تساعد على كشف الحقيقة، أم أنه تقنية خطابية تهدد الحرية المعرفية عبر توجيه العقول بدل تحريرها؟ يُعَدُّ الإقناع في الخطاب الثقافي التقليدي بوصفه وسيلة للتعليم والتوضيح. فالمعرفة - كما يُقال - تحتاج الى عرض عقلاني وحجج مقنعة لكي تصل الى الآخرين. وفي هذا المنحى يبدو الإقناع أداة ضرورية لنقل الأفكار وتوسيع أفق الفهم. لكن هذه الصورة المثالية تخفي حقيقة أكثر تعقيداً. حيث أن الإقناع ليس مجرد عرض للحجج، بل هو في كثير من الأحيان تقنية للتأثير النفسي والاجتماعي. فالخطاب الإقناعي لا يعمل فقط على مستوى العقل، بل يتلاعب أيضاً بالعاطفة والرموز والهويات.

نجح فريق بحثي في تطوير ما يمكن وصفه بـ"بصمة جينية مصغرة"، مخصصة لسكان الكويت، لاستخدامها في مجال الأدلة الجنائية. تعتمد البصمة التي أعدها فريق بحثي من قسم العلوم البيولوجية بكلية العلوم جامعة الكويت، على مجموعة محدودة من المتغيرات الوراثية الدقيقة، المعروفة باسم "تعدد أشكال النوكليوتيد المفرد"، بدلاً من الأساليب التقليدية. ووفق الدراسة التي تنشر تفاصيل تلك البصمة في عدد يوليو القادم من دورية "مجلة العلوم الكويتية"، والتي حصلت العين الإخبارية على نسخة منها، فقد انطلق المشروع من فكرة علمية دقيقة لضمان دقتها واستقرارها داخل مُجمعت في الأصل لدراسة أمراض شائعة،

علماء يطورون «بصمة جينية مصغرة» خاصة بالجنسية الكويتية



تطوير مؤشرات وراثية خاصة بكل مجتمع، نظراً لاختلاف التركيب الجيني بين الشعوب. ويؤكد الباحثون أن هذه النتائج تمثل خطوة أولى نحو بناء قواعد بيانات جينية محلية أكثر دقة، يمكن أن تدعم التحقيقات الجنائية، وتساعد على تحديد هوية الأفراد في الحالات المعقدة، مثل الكوارث أو الجرائم التي تتضمن عينات حمض نووي متدهورة. ويؤكد الباحثون أن هذه الدراسة تفتح الباب أمام توجه علمي جديد، يقوم على "إعادة تدوير" البيانات الجينية الطبية لخدمة العدالة، ما قد يحدث نقلة نوعية في علم الأدلة الجنائية، خاصة في المناطق التي لا تزال تفتقر الى الموارد الجينومية محدودة.

فقط، أثبتت قدرتها على التمييز بين الأفراد، بل وتحديد علاقات القرابة بينهم بدرجة موثوقة. ورغم أن هذه المجموعة المصغرة من متغيرات "تعدد أشكال النوكليوتيد المفرد" نجحت في تحقيق تمييز فردي فعال، إلا أن الباحثين أشاروا إلى أن بناء أنماط وراثية مركبة من هذه المتغيرات لم يوفر قوة تمييز كافية بمفرده، ما يعني أن استخدامها يجب أن يكون مكملًا، وليس بديلاً كاملاً، للطرق التقليدية. وتكمن أهمية هذه الدراسة في أنها تقدم حلاً عملياً للدول التي تفتقر الى قواعد بيانات جينية واسعة، إذ توضح إمكانية الاستفادة من بيانات موجودة بالفعل في مجالات طبية لتطوير أدوات جنائية فعالة. كما تسلط الضوء على الحاجة إلى

مثل اضطرابات التمثيل الغذائي، لاستخدامها في مجال الأدلة الجنائية. وبدلاً من الاعتماد فقط على المؤشرات الوراثية التقليدية مثل "التكرارات القصيرة المتجاورة"، التي قد تفقد فعاليتها في العينات التالفة، سعى الباحثون إلى اختيار قدرة "تعدد أشكال النوكليوتيد المفرد" على تقديم بديل أكثر دقة في ظروف صعبة. واعتمد الفريق على تحليل بيانات جينية سابقة شملت ثمانية جينات مرتبطة باضطرابات التمثيل الغذائي لدى الكويتيين، حيث جرى فحص 323 متغيراً وراثياً، قبل أن يتم تصفيته وفق معايير موجودة بالفعل في مجلات طبية لتطوير أدوات المجتمع. وبعد هذه العملية، تم اختيار 85 متغيراً

نجح فريق بحثي في تطوير ما يمكن وصفه بـ"بصمة جينية مصغرة"، مخصصة لسكان الكويت، لاستخدامها في مجال الأدلة الجنائية. تعتمد البصمة التي أعدها فريق بحثي من قسم العلوم البيولوجية بكلية العلوم جامعة الكويت، على مجموعة محدودة من المتغيرات الوراثية الدقيقة، المعروفة باسم "تعدد أشكال النوكليوتيد المفرد"، بدلاً من الأساليب التقليدية. ووفق الدراسة التي تنشر تفاصيل تلك البصمة في عدد يوليو القادم من دورية "مجلة العلوم الكويتية"، والتي حصلت العين الإخبارية على نسخة منها، فقد انطلق المشروع من فكرة علمية دقيقة لضمان دقتها واستقرارها داخل مُجمعت في الأصل لدراسة أمراض شائعة،

Mise à jour économique fédérale le 28 avril

Le gouvernement Carney déposera le 28 avril sa mise à jour économique, qui permettra de mieux mesurer l'impact de la guerre commerciale avec les États-Unis sur le déficit et l'économie canadienne.

« Ce sera un plan qui va aider les familles et nos industries à prospérer », a affirmé à la Chambre des communes le ministre des Finances, François-Philippe Champagne.

Les tarifs américains continuent de peser sur l'économie du pays, à l'aube de la renégociation du traité de libre-échange.

Les effets de la guerre en Iran se font aussi sentir, provoquant notamment une flambée des prix à la pompe. Afin d'amoindrir l'impact sur les automobilistes, le gouvernement Carney a d'ailleurs annoncé mardi la suspension d'une taxe fédérale au coût de 2,4 G\$, qui devrait faire économiser 10 cents le litre.

L'arrivée de Donald Trump à la Maison-Blanche a complètement bouleversé les prévisions économiques canadiennes. L'économie roule au ralenti et Ottawa a lancé d'énormes



investissements, notamment en défense, afin de diminuer notre dépendance envers les États-Unis. Ainsi, le budget de l'automne prévoyait un déficit de 78 milliards \$ pour l'année qui s'est terminée à la fin mars, et de 65 G\$ pour l'année en cours.

Les départs nébuleux au Port de Montréal, « une mauvaise coïncidence » selon Ottawa

Les départs successifs et nébuleux au conseil d'administration du Port de Montréal – dont celui de l'ancienne p.d.-g. Julie Gascon – ne sont qu'une « mauvaise coïncidence », selon le ministre fédéral des Transports, Steven MacKinnon.

« Je ne pense pas que c'est systémique, dans le sens que, les motivations, d'après ce que je peux comprendre, pour chacun des départs, est différent. Il y a quelqu'un qui est parti vers un poste chez Alto, un autre qui est parti pour le secteur privé... Donc, c'est une mauvaise coïncidence », a indiqué M. MacKinnon en mêlée de presse mercredi.

Rappelons que tout ceci se déroule alors qu'Ottawa met le paquet pour démarrer le projet d'expansion du terminal de Contrecoeur. Le premier ministre Mark Carney en a même fait un de ses priorités.

Le mois dernier, le vice-président de l'Administration portuaire de Montréal (APM), Paul Bird, avait quitté ses fonctions pour se joindre à Alto, la société d'État qui gère le projet de train à grande vitesse, dirigée par son ancien collègue du Port, Martin Imbleau.

Peu après, Julie Gascon a été remerciée par les membres du conseil d'administration, le vendredi 3 avril, un jour férié, environ deux ans seulement après son entrée en poste.

Puis, Alban Fournier, directeur des Finances et numéro 2 de l'APM, a également quitté le navire après avoir été nommé la même année que Mme Gascon. Il est passé directement au privé, chez 5N Plus.

Une source fédérale s'exprimant sous le couvert de l'anonymat a indiqué au Journal qu'Ottawa a appris le congédiement de Mme Gascon la veille de l'annonce officielle, le jeudi.

Les derniers départs relèveraient d'une « chicane interne » au conseil d'administration, nous dit-on.



Le ministre MacKinnon dit qu'il ne sait rien de ce qui a poussé le conseil d'administration à congédier Mme Gascon. Il a « multiplié » les entretiens avec la présidente-directrice générale par intérim, Nathalie Pilon, mais dit ne pas avoir discuté directement avec Julie Gascon.

Devant cette vague de départs dont on ne sait pas grand-chose, le comité permanent des Transports a convoqué les trois responsables en question, à l'initiative du bloquiste Xavier Barsalou-Duval.

En conférence de presse à Contrecoeur la semaine dernière, M. Carney a annoncé un prêt de 1,16 milliard de la Banque de l'infrastructure du Canada (BIC) pour mener à bien le projet, évalué à 2,3 milliards \$.

« Le port de Montréal est une société avec des plans solides. Nous avons confiance en cette institution-là. Il est vrai qu'il y a eu des départs », a déclaré le ministre MacKinnon.

L'ADM demeure avare de commentaires. Une porte-parole de l'ADM, Renée Larouche, a souligné au Journal lundi que la « transition » dans le cas d'Alban Fournier « s'est effectuée de façon harmonieuse », mais pour ce qui est de Julie Gascon, « nous rappelons que la relation entre le Conseil d'administration et celle-ci relève du privé ».

De minoritaire à majoritaire: Mark Carney réalise une première historique

C'est une première historique : le gouvernement Carney a réussi à devenir majoritaire, à coups de députés transfuges et d'élections partielles. Comme prévu, les libéraux ont remporté les deux scrutins à Toronto, ce qui les fait passer au-dessus du chiffre magique des 172 sièges. Les résultats dans Terrebonne se faisaient toujours attendre au moment de mettre sous presse. Ce retournement devrait repousser les prochaines élections fédérales à 2029.

Qu'est-ce que ça changerait ? À court terme, peu de choses risquent de changer dans l'exercice concret du pouvoir à Ottawa. Grâce à des sondages très favorables et des oppositions affaiblies, le gouvernement Carney fait face à très peu d'embûches pour faire adopter ses lois et rester au pouvoir, depuis un an.

Des conservateurs se sont même cachés derrière les rideaux à la Chambre des communes pour éviter de faire tomber le gouvernement lors du vote sur le budget l'automne dernier.

Cette majorité assurera de la stabilité à plus long terme aux libéraux et un contrôle complet du parlement.

De futures ministres ? Les libéraux ont présenté deux candidates vedettes en Ontario.

Il s'agit de Danielle Martin (University-Rosedale) et de Doly Begum (Scarborough-Sud-Ouest).

Elles l'ont emporté aisément avec 64,5 % et 69,8 % des voix respectivement, au moment d'écrire ces lignes.

Dans Terrebonne, il était encore trop tôt pour connaître le résultat du match revanche entre la libérale Tatiana Auguste et Nathalie Sinclair-Desgagnés, tant c'était serré.

Tant Mme Martin, une médecin de famille vedette à Toronto, que Mme Begum, l'ex-cheffe adjointe du NPD provincial ontarien, ont la carrure de potentielles ministres. Carney les a félicitées pour leur victoire, hier.

Une majorité fragile C'est bien beau la majorité, mais elle pourrait s'avérer difficile à gérer.

D'une part, elle risque d'être très mince. Personne ne devra tomber malade avant un vote crucial. Il faudra



voir, aussi, si la mayonnaise va prendre entre les nouveaux et anciens députés libéraux.

Mark Carney veut avoir les deux mains sur le volant. Il pourrait se retrouver avec des passagers difficiles à plaire sur la banquette arrière.

Il faut ajouter que des députés libéraux devraient bientôt quitter pour relever de nouveaux défis dans les prochains mois, ce qui pourrait ramener le gouvernement Carney en contexte minoritaire.

Quel avenir pour Poilievre ?

Avec des élections qui pourraient n'avoir lieu qu'en 2029, Pierre Poilievre aura le temps de voir s'il est en mesure de renverser la vapeur.

Dans le meilleur des scénarios, Mark Carney trébuche et les Canadiens donnent une seconde chance au chef conservateur.

Mais d'autres défections en série pourraient signer son arrêt de mort politique.

Pour l'instant, personne ne cogne à la porte pour remplacer Poilievre, mais la donne pourrait changer avec des élections repoussées de trois ans et demi.

Lutte serrée dans Terrebonne

Au moment d'écrire ces lignes, il était impossible de prédire avec certitude le résultat dans la circonscription de Terrebonne, tant c'était serré.

Une victoire du Bloc québécois, un de ses bastions, serait un gain moral important pour les indépendantistes, en plus d'écorcher l'aura d'invincibilité du PM Carney.

Une victoire libérale offrirait un coussin supplémentaire à Carney et un surplus de légitimité pour ce gouvernement majoritaire construit à coups de transfuges

Une autre première ministre du Québec 14 ans plus tard: «Ça me rassure pour la suite», dit Pauline Marois

L'ancienne première ministre Pauline Marois se dit encouragée par l'arrivée de Christine Fréchette à la tête du Québec malgré les défis toujours présents pour les femmes souhaitant accéder à des postes haut placés dans la province.

En entrevue avec Mario Dumont à LCN mercredi, l'ancienne cheffe péquiste a tenu à féliciter la nouvelle première ministre.

« Ça me donne de la fierté, et surtout, ça me rassure pour la suite dans le sens où, chaque fois qu'une femme accède à un poste de responsabilité de haut niveau [...] on envoie un message aux femmes que c'est possible de s'engager, que c'est possible de participer à notre vie collective en s'engageant politiquement, et en particulier aux jeunes femmes », a-t-elle dit.

« Il y a un laps de temps assez long, 14 ans, entre une première ministre et une deuxième, mais il reste que lorsqu'on regarde le portrait général de l'Assemblée nationale du Québec, on avait 27 % de membres féminins en 2014 et il y en a 45 % actuellement, a-t-elle continué. C'est quand même des pas de géants. »

Malgré une « amélioration très nette », des défis importants demeurent, notamment quant au jugement différent qui est réservé aux femmes par rapport aux hommes.

« Une femme qui éprouve de l'émotion, on dit qu'elle est trop sensible pour faire de la politique. Une femme qui a l'air fatiguée, on dit qu'elle n'est pas assez forte pour faire de la politique », déplore-t-elle.

« Je crois que ce qui apparaît le plus significatif à cet égard, c'est qu'on croit qu'il y a une certaine fragilité chez



les femmes et on se permet de les critiquer sans qu'il y ait nécessairement de conséquences à cette pratique-là », ajoute Mme Marois.

Le parcours est donc encore « plus difficile pour les femmes », note celle qui a été première ministre de 2012 à 2014.

« On nous en demande beaucoup, on est très exigeants, et on n'a pas tout à fait droit à l'erreur, soutient-elle. Ça reste un parcours semé d'obstacles, mais encore une fois, il y a des pas majeurs qui ont été franchis, [Christine Fréchette] va en bénéficier, et c'est tant mieux. »

Mme Marois espère qu'un jour, le fait qu'une femme soit élue à la tête du Québec ne fera plus les manchettes.

« C'est mon souhait le plus grand, que ça fasse partie de la normalité », mentionne-t-elle.

Élection de 2026: Bernard Drainville assure qu'il sera candidat dans Lévis

Le candidat défait à la direction de la Coalition avenir Québec (CAQ), Bernard Drainville, a confirmé qu'il compte se représenter sous la bannière du parti dans la circonscription de Lévis lors de l'élection prévue à l'automne prochain.

Bernard Drainville assure par ailleurs qu'il se porte bien.

Lors de sa première sortie publique depuis sa défaite face à Christine Fréchette, le député de Lévis a indiqué qu'il entendait demeurer actif en politique et solliciter un nouveau mandat.

« Oui, oui, pour la CAQ, aux prochaines élections. Oui, pour continuer, si les gens de Lévis le veulent », a-t-il déclaré, ajoutant qu'il poursuit son travail sur le terrain dans le comté.

« Ça fait du bien d'être à Lévis, les deux pieds dans le comté. »

M. Drainville n'a toutefois pas voulu commenter ni spéculer sur son avenir au sein du prochain Conseil des ministres de Christine Fréchette. Il a dit vouloir laisser toute la place à la première ministre désignée,



qui devait être assermentée en fin d'après-midi mercredi, à l'Assemblée nationale.

« J'attends les prochains jours avec fébrilité, mais aujourd'hui, c'est la journée de madame la première ministre », a-t-il déclaré. « Je ne veux pas vous donner des clips trop intéressants et que le focus ne soit pas sur Mme Fréchette. »



Salah ELACHKAR

La Lumière dans l'obscurité

Il fait jour le ciel est bleu
Le soleil se lève c'est merveilleux
Le calme règne, seuls les oiseaux
Chantent leurs hymnes douloureux

Pleurent la population libanaise
Qui vie totalement dans le malaise
Ils attendent le jour pour avoir la lumière
Profitant tous de la journée, la nuit est une fournaise

Petits et grands tous concernés
Souffrent de manque de l'électricité
Le manque d'eau n'est pas exclu
Ils n'ont pas un morceau de pain tartiné

Ils vivent sous les ordres des Fanatiques
Militairement Irlandais purement sadiques
Leurs objectifs: Revenir à l'époque de la Pierre
Vivre sous un régime totalement critique

Pauvres peuples ignorants libanais
Vous avez majoritairement été forcés à voter
Pourtant l'occasion prouvait le contraire
Pour vous libérez de les élire malgré bon gré

Domage aux innocents bons viveurs
Pour vous, elle est arrivée l'heure
Soit de quitter le pays soit de fuir
Les événements dures, ceux qui sont en vigueur

Seule la révolution est une solution
Faites comme tous les peuples du monde combattant
Se révolter c'est le seul chemin
Qui vous conduira à votre but dorénavant

Combien de peuple a été mal traité
Ils se sont tous finalement souhaité
De se sauver de ce mal infernal
Soyez soudé pour réclamer votre liberté

Remboursement de la taxe carbone: «On souhaite vraiment que la promesse de Christine Fréchette soit tenue», soutiennent les agriculteurs

La première ministre désignée, Christine Fréchette, s'est engagée à rembourser la taxe carbone aux agriculteurs, une mesure perçue comme un « petit soulagement » par le milieu, qui espère que Québec livrera rapidement la marchandise.

« C'est un engagement du gouvernement, de la nouvelle Première ministre et on souhaite vraiment que la promesse soit tenue dans les prochaines semaines parce que ce sont des liquidités qui vont être nécessaires pour le fonctionnement de nos entreprises agricoles », affirme le directeur général de l'Union des producteurs agricoles (UPA), Charles-Félix Ross, en entrevue à l'émission À vos affaires, mardi soir.

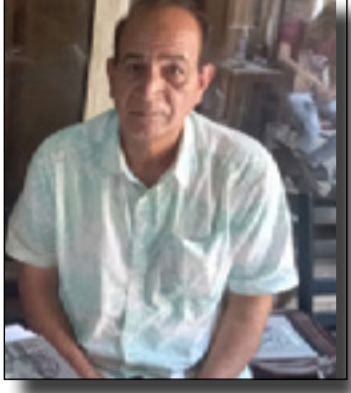
Le gouvernement fédéral a également annoncé qu'il suspend temporairement la taxe d'accise sur l'essence et qu'il abolit la taxe carbone à l'échelle fédérale.

Mais toutes ces mesures réunies ne pallient qu'à une mince partie de l'augmentation des coûts de l'essence et des engrais, en raison de la guerre au Moyen-Orient.

« On parle peut-être d'une augmentation de 30 % du prix des engrais. Le coût des carburants est passé de 1,44 \$ à 1,90 \$. Donc, on parle d'une facture pour l'année 2026 qui va peut-être totaliser entre 200 et 300 M\$ seulement pour les agriculteurs québécois », explique M. Ross.

Selon ses estimations, l'abolition de la taxe d'accise sur l'essence engendrera des économies de 11 M\$ pour le milieu agricole, tandis que les remboursements de la taxe carbone de Québec totaliseront 80 M\$ par année.

« C'est un petit soulagement, mais si la situation s'envenime, on parle vraiment d'un impact financier encore plus important. Donc, on souhaite vraiment une résolution du conflit », indique le directeur général de l'UPA.



بقلم/ السعدوي الكافوري

الكاتب الأردني ليث التل لـ «الرسالة» «على الكاتب أن يتحرر من إعتبارات النقد» «التنشئة الإجتماعية هي الأساس في تشكيل وعي الكاتب» «ستبقى مصر أم الدنيا وسيدة الكون»

ليث طارق التل هو كاتب وروائي أردني، وُلد في مدينة إربد عام 1968. يُعد من الأصوات الأدبية المعاصرة في الرواية العربية، حيث يميل في أعماله إلى المزج بين الطرح الفكري والفلسفي والسرد الروائي، مع حضور واضح للقضايا الدينية والتاريخية والإنسانية. قدم عدة أعمال روائية، من أبرزها: آخر الرجم، وقمر حرّان الشيخ والسلطان، وتراتيل الخلود والفناء. وتتميز كتاباته بلغة قوية وأسلوب عميق يعالج الصراعات الفكرية والنفسية، ويستحضر شخصيات وأحداثاً تاريخية في إطار سردي يجمع بين التأمل والدراما. وكان لمجلة الرسالة معه هذا الحوار:



س: ماذا عن نشأتك الإجتماعية ومصادر تكوينك المعرفي وبين تأثرت من الكتاب؟
ج: نشأت في بيت علم وأدب وكان والدي طارق التل الذي توفي في الروضة الشريفة في المدينة المنورة، كان يجمعنا ونحن صغار ويقراً علينا من كتاب وحكي القلم للرافعي وكانت مكتبته كبيرة فيها من الكتب في كافة المجالات الأدبية والاجتماعية والسياسة والاقتصادية مما شكل لنا الهجين في عالم الأدب، أو الهجين في عالم الأدب، أو أن يلزم حده إن هو فضل المرور من معايير النقد وكان نتاجه ضعيفاً لا يصلح للنشر.
س: ثمة تقارب وتشابه مع موضوعات وتكتيكات قصصك لموضوعات، بل أفكار لشعراء لا يعالجها إلا الشعر فما السر في هذا وهل ترى أن السرد يعد صالحاً لممارسة هذا الدور؟
ج: أصبحت الرواية هذه الأيام هي ديوان العرب رغم تحفظ الكثير من النقاد والشعراء على هذا التوصيف وهو أمر ما زال تحت الدرس والنقاش، ولكن لا شك أن الشعر هو أعلى تجليات الكلمة والحرف في الوصف والتعبير عن النفس، أحب سماح الشعر كثيراً خاصة الشعر العربي القديم ولكنه لا أتقنه، ومع ذلك فقد وصف كثير من النقاد أن لغتي في الرواية تميل إلى اللغة الشعرية، فهي بلا شك تصيف على النص بعداً أصيلاً لا تستغني عنه وأنت تكتب بلغة العصر، فالمزج بينهما حسب نوع الرواية والمراوحة هي من التقنيات التي تغيب عن الكثير من الكتاب الشباب هذه الأيام، فلا بد لمن يكتب أن يحيط باللغة من طريفها، ليكون نتاجه الأدبي تحفة فنية لا مجرد رصف أحرف وكلمات.
س: خلال حياتك تقلقت وزرت أكثر من قطر عربي، بل

من خلال قراءة كل صغيرة أو كبيرة عن حياته والعيش بشخصيته وطباعهم ومعرفة ما يسرهم وما يغضبهم يساعدك على كتابة المشاهد المتعلقة بهم بحرفية عالية
س: في ظل التفكك الذي يضرب الوطن العربي وحالة الوهن التي يعيشها العرب من المحيط إلى الخليج كيف ترى القاهرة وما هو انطباعك عنها كحاضرة للثقافة ومنازل للمعرفة على مدى التاريخ؟
ج: سأجيب عن هذا السؤال من خلال ما كتبت في رواية قمر حرّان التي تكلمت عن فترة زمنية مهمة من تاريخنا كانت فيها عاصمة الممالك القاهرة هي عاصمة الدنيا حينها وكانت ممالك الأرض السبعة حينها تروى القرب منها طمعا وتحشى إغصابها فرقا منها وخوفاً، تتكلم الرواية عن فترة السلطان الناصر محمد بن قلاوون وصراعه مع دولة مغول فارس وكيف انتصر عليهم في معركة مرج الصفر وعن علاقته بشيخ دمشق ابن تيمية وسلطان المغول قازان وعن النهضة العمرانية والعلمية التي تميزت فيها دولة المماليك، كل ذلك بشكل نموذجي حيا للقاهرة التي كانت وستبقى أم الدنيا

عن بعد، ولكن مع تطور وسائل التواصل بين الشعوب وانتشار الوثائقيات والتقنيات المعاصرة تسهل على الكاتب الوصول إلى أي مكان في العالم والمتاهة مع المكان وعادات الناس وتقاليدهم، أما في مجال الرواية التاريخية، فإن العودة إلى الحواضر والمدن التي تكتب عنها من خلال الفوص في كتب التاريخ إذا أضيف إليه عزلة أثناء الكتابة فهي من الأمور التي تساعد الكاتب على تقمص شخصية من يكتب عنه خاصة إن راق ذلك استخدام علم النفس في تحليل شخصيات أبطال الرواية

س: في روايتك رجل الثريا، تجعل الإمام البخاري يقول بصوت المونولوج الداخلي: «شاهراً قلبي بوجه جنكيز خان قبل ولادته بأكثر من مئتي عام، لأحبل ما هدم إلى هدم، ولأخرب ما خرب، وأبقي ما كتبت من هدي أحمد يمحو آثاره وأثر من سيأتي بعده» هذه الجملة وحدها كافية لإفلاق النوم، فأنت تقول إن الكلمة المكتوبة تسبق الدمار وتزههه حتى قبل أن يولد من يدمر. فإذا كان هذا صحيحاً في زمن البخاري، لماذا لا يبدو صحيحاً في زمننا؟ أين «جنكيز خان» عصرنا؟ وأين قلمه؟
ج: «جنكيز خان» الذي كتبت عنه في الرواية لم يكن يحمل سيفاً فصيحاً، بل كان يحمل ياسقاً، أي دستوراً، أي منظومة قيمية بديلة تريد أن تحل محل ما بناه البخاري. وهذا بالضبط ما جعل صدام الرجلين في الرواية مثيراً

أن يطلق العنان لقلمه الذي سيترجم ما في نفسه وقلبه من مشاعر وأحاسيس عاش بعضها ورأى بعضها الآخر من خلال تجارب الناس، ثم هو يُعمل ما رُمخ في عقله من فكر وعقيدة، فما الرواية إلى سيلان عاطفة وتدفق فكر، ثم هو بعد ذلك يعرض نتاجه على عالم النقاد الذين يمثلون حراس الصنعة، فيجيزون ويمنعون، وربما فاق الكاتب القيود بإبداع غير مسبوق في فن الرواية التي هي الفن الهجين في عالم الأدب، أو الهجين في عالم الأدب، أو أن يلزم حده إن هو فضل المرور من معايير النقد وكان نتاجه ضعيفاً لا يصلح للنشر.
س: ثمة تقارب وتشابه مع موضوعات وتكتيكات قصصك لموضوعات، بل أفكار لشعراء لا يعالجها إلا الشعر فما السر في هذا وهل ترى أن السرد يعد صالحاً لممارسة هذا الدور؟
ج: أصبحت الرواية هذه الأيام هي ديوان العرب رغم تحفظ الكثير من النقاد والشعراء على هذا التوصيف وهو أمر ما زال تحت الدرس والنقاش، ولكن لا شك أن الشعر هو أعلى تجليات الكلمة والحرف في الوصف والتعبير عن النفس، أحب سماح الشعر كثيراً خاصة الشعر العربي القديم ولكنه لا أتقنه، ومع ذلك فقد وصف كثير من النقاد أن لغتي في الرواية تميل إلى اللغة الشعرية، فهي بلا شك تصيف على النص بعداً أصيلاً لا تستغني عنه وأنت تكتب بلغة العصر، فالمزج بينهما حسب نوع الرواية والمراوحة هي من التقنيات التي تغيب عن الكثير من الكتاب الشباب هذه الأيام، فلا بد لمن يكتب أن يحيط باللغة من طريفها، ليكون نتاجه الأدبي تحفة فنية لا مجرد رصف أحرف وكلمات.
س: خلال حياتك تقلقت وزرت أكثر من قطر عربي، بل

س: ماذا عن نشأتك الإجتماعية ومصادر تكوينك المعرفي وبين تأثرت من الكتاب؟
ج: نشأت في بيت علم وأدب وكان والدي طارق التل الذي توفي في الروضة الشريفة في المدينة المنورة، كان يجمعنا ونحن صغار ويقراً علينا من كتاب وحكي القلم للرافعي وكانت مكتبته كبيرة فيها من الكتب في كافة المجالات الأدبية والاجتماعية والسياسة والاقتصادية مما شكل لنا الهجين في عالم الأدب، أو الهجين في عالم الأدب، أو أن يلزم حده إن هو فضل المرور من معايير النقد وكان نتاجه ضعيفاً لا يصلح للنشر.
س: ثمة تقارب وتشابه مع موضوعات وتكتيكات قصصك لموضوعات، بل أفكار لشعراء لا يعالجها إلا الشعر فما السر في هذا وهل ترى أن السرد يعد صالحاً لممارسة هذا الدور؟
ج: أصبحت الرواية هذه الأيام هي ديوان العرب رغم تحفظ الكثير من النقاد والشعراء على هذا التوصيف وهو أمر ما زال تحت الدرس والنقاش، ولكن لا شك أن الشعر هو أعلى تجليات الكلمة والحرف في الوصف والتعبير عن النفس، أحب سماح الشعر كثيراً خاصة الشعر العربي القديم ولكنه لا أتقنه، ومع ذلك فقد وصف كثير من النقاد أن لغتي في الرواية تميل إلى اللغة الشعرية، فهي بلا شك تصيف على النص بعداً أصيلاً لا تستغني عنه وأنت تكتب بلغة العصر، فالمزج بينهما حسب نوع الرواية والمراوحة هي من التقنيات التي تغيب عن الكثير من الكتاب الشباب هذه الأيام، فلا بد لمن يكتب أن يحيط باللغة من طريفها، ليكون نتاجه الأدبي تحفة فنية لا مجرد رصف أحرف وكلمات.
س: خلال حياتك تقلقت وزرت أكثر من قطر عربي، بل

س: ماذا عن نشأتك الإجتماعية ومصادر تكوينك المعرفي وبين تأثرت من الكتاب؟
ج: نشأت في بيت علم وأدب وكان والدي طارق التل الذي توفي في الروضة الشريفة في المدينة المنورة، كان يجمعنا ونحن صغار ويقراً علينا من كتاب وحكي القلم للرافعي وكانت مكتبته كبيرة فيها من الكتب في كافة المجالات الأدبية والاجتماعية والسياسة والاقتصادية مما شكل لنا الهجين في عالم الأدب، أو الهجين في عالم الأدب، أو أن يلزم حده إن هو فضل المرور من معايير النقد وكان نتاجه ضعيفاً لا يصلح للنشر.
س: ثمة تقارب وتشابه مع موضوعات وتكتيكات قصصك لموضوعات، بل أفكار لشعراء لا يعالجها إلا الشعر فما السر في هذا وهل ترى أن السرد يعد صالحاً لممارسة هذا الدور؟
ج: أصبحت الرواية هذه الأيام هي ديوان العرب رغم تحفظ الكثير من النقاد والشعراء على هذا التوصيف وهو أمر ما زال تحت الدرس والنقاش، ولكن لا شك أن الشعر هو أعلى تجليات الكلمة والحرف في الوصف والتعبير عن النفس، أحب سماح الشعر كثيراً خاصة الشعر العربي القديم ولكنه لا أتقنه، ومع ذلك فقد وصف كثير من النقاد أن لغتي في الرواية تميل إلى اللغة الشعرية، فهي بلا شك تصيف على النص بعداً أصيلاً لا تستغني عنه وأنت تكتب بلغة العصر، فالمزج بينهما حسب نوع الرواية والمراوحة هي من التقنيات التي تغيب عن الكثير من الكتاب الشباب هذه الأيام، فلا بد لمن يكتب أن يحيط باللغة من طريفها، ليكون نتاجه الأدبي تحفة فنية لا مجرد رصف أحرف وكلمات.
س: خلال حياتك تقلقت وزرت أكثر من قطر عربي، بل

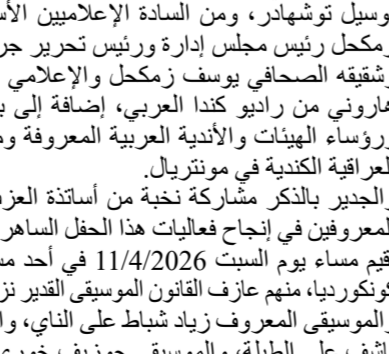
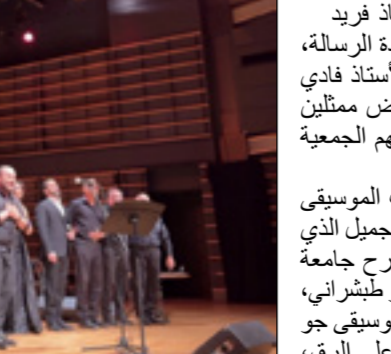
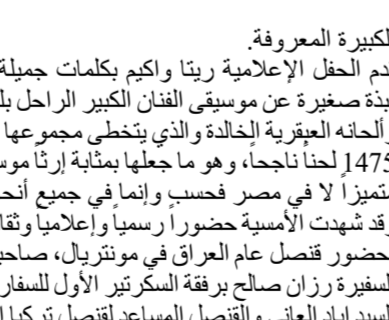
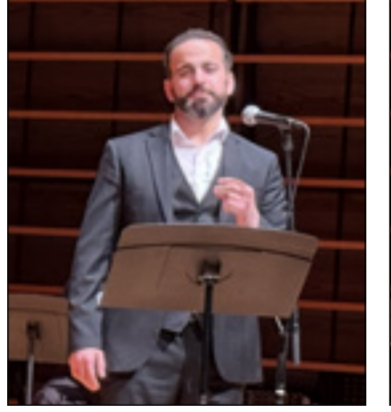
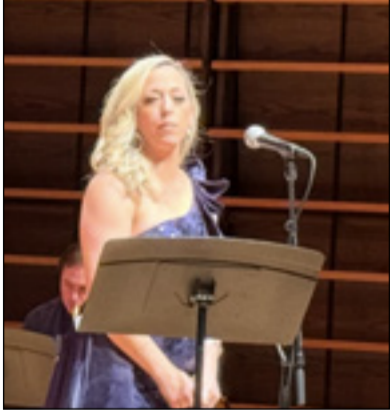
موسيقى بلا حدود تكرم نابغة الموسيقى العربية بليغ حمدي



جنى ضاهر

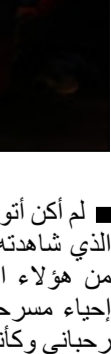
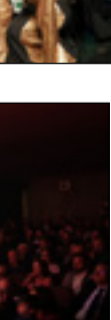
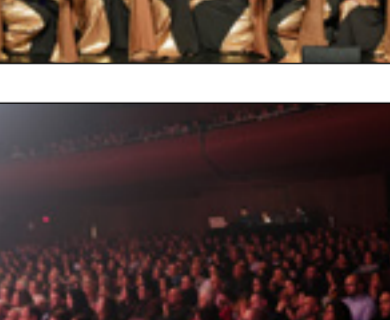
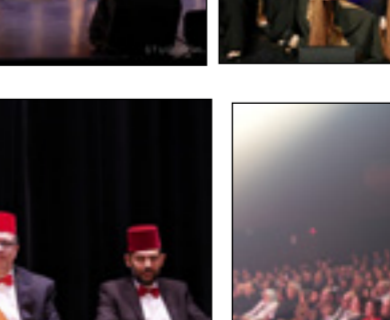
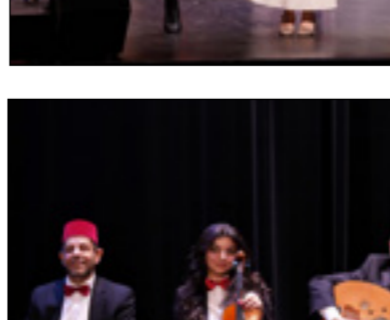


نظمت مؤسسة موسيقى بلا حدود حفلاً موسيقياً متميزاً بعنوان "تحية إلى بليغ حمدي"، تقديراً لإرثه الموسيقي الكبير والمتميز، وتكريماً لعبقريته الموسيقية المتأصلة في جميع أعماله وألحانه الموسيقية لكبار المطربات والمطربين العرب بدءاً من كوكب الشرق السيدة أم كلثوم، مروراً بالمطربة الكبيرة وردة الجزائرية، والمغربية عزيزة جلال، والشحرورة صباح، بخلاف المطربة الكبيرة شادية وصاحبة الصوت الجميل المميز ميادة الحناوي، كما نجح في تقديم الكثير من الألحان المتميزة لصديقه المقرب العندليب الأسمر الفنان الكبير عبد الحليم حافظ، وغيره من الأصوات



الكبيرة المعرفة. قدم الحفل الإعلامي ريتا واكيم بكلمات جميلة تضمنت نبذة صغيرة عن موسيقى الفنان الكبير الراحل بليغ حمدي وألحانه العبقريّة الخالدة والذي يتخطى مجموعها الموثق إلى 475 | لحناً ناجحاً، وهو ما جعلها بمثابة إرثاً موسيقياً وفنياً متميزاً لا في مصر فحسب وإنما في جميع أنحاء العالم. وقد شهدت الأسمية حضوراً رسمياً وإعلامياً وثقافياً متميزاً بحضور قنصل عام العراق في مونتريال، صاحبة السعادة السفيرة رزان صالح برفقة السكرتير الأول للسفارة العراقية السيد زياد العائلي والقنصل المساعد لفتنيل تركيا العام السيد يوسيف توشهادر، ومن السادة الإعلاميين الأستاذ فريد زمكحل رئيس مجلس إدارة ورئيس تحرير جريدة الرسالة، وشقيقه الصحافي يوسف زمكحل والإعلامي الأستاذ فادي هاروني من راдио كندا العربي، إضافة إلى بعض ممثلين وروساء الهيئات والأندية العربية المعروفة ومنهم الجمعية العراقية الكندية في مونتريال. والجدير بالذكر مشاركة نخبة من أساتذة العزف الموسيقي المعروفين في إنجاح فعاليات هذا الحفل الساهر الجميل الذي أقيم مساء يوم السبت 11/4/2026 في أحد مسارح جامعة كونكورديا، منهم عازف القانون الموسيقي التقدير زيار طيبراني، والموسيقى المعروف زياد شباط على الناي، والموسيقى جونا ناشف على الطبلية، والموسيقى جوزيف خوري على الرق، والموسيقى رافي حاوي على الجيتار، وذلك تحت إشراف وقيادة الموسيقي القدير المايسترو جاني البطرس. ومن المطربين وفقاً لأسبقية الظهور على المسرح المطربة نجوى طنوس، المطربة رانيا جمال والمطرب الفنان رماح محمد. وجريدة الرسالة الكندية تتوجه بكل الشكر للقائمين على فرقة موسيقى بلا حدود على هذا الجهد الكبير والمتميز وتخص بالشكر الفنانة الراقية الدكتورة جنى ضاهر المديرية التنفيذية لمؤسسة موسيقى بلا حدود، وتتمنى لها ولجميع أعضاء الفرقة الموسيقية المزيد من النجاح والتألق.

نجاح منقطع النظير! سلهب تندج في إعادة إحياء مسرحية «سهرية» للراحل زياد رحباني!!



لم أكن أتوقع هذا الأداء الإحترافي والاستثنائي الذي شاهدته مع زوجتي في عرضين متتاليين من هؤلاء الممثلين الهواة الذين قاموا بإعادة إحياء مسرحية "سهرية" للمبدع الراحل زياد رحباني وكانهم نجوم كبار لهم باع كبير وتاريخ عظيم على خشبة المسرح نجح أن يشد انتباهي ليعيدني لهذا الزمن الراقي البديع في كل شيء عظيم على خشبة المسرح نجح أن يشد انتباهي لصاح حفة من أهم حقب النهضة الثقافية في وطننا العربي الذي يشهد غياباً ملحوظاً منذ فترة لأسباب كثيرة في عهد عن الحديث عنها

الآن حتى لا نفسد فرحتنا بما تم تقديمه من هؤلاء النجوم الذين نجحوا بإعادة كتابة تاريخ مجيد تجاوز عمره النصف قرن، بفضل العمل الصنعي والجهود المستمرة لمخرجة العمل اللبنانية المعروفة ماري تريب سلهب التي مازالت تؤكد بأنها قادرة على إعادة إحياء الكثير من الأعمال المسرحية لكبار المبدعين اللبنانيين، ويجب أن نشجعها على الاستمرار في هذا لتعريف الشباب اللبناني والعربي من المغتربين بالتاريخ الثقافي والفني العريق الذي عاشه الأباء والأجداد واقتحروا به كل الفخر في الختام لا يسعني سوى التقدم بخالص التهاني للصديقة المبدعة المخرجة ماري تريب سلهب ولجميع النجوم الذين شاركوا في إعادة إحياء هذه المسرحية بنجاح لافت للأناظر. رحم الله الراحل زياد رحباني وعوض لبنان والموسيقى والفن اللبناني عنه بكل الخير.

فريد زمكحل

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: (647) 960-5801
Toll Free 1-866-627-9425
Rafik-Z@Rogers.com

خطة الإخراج المسجلة لدى RESP

التأمين ضد الأمراض

أحصل على قيمة التأمين بعد تشخيص المرض أو أحصل على كل نفودك بالكامل إذا بقيت عقياً سليماً

ماری حليم

Office 905-790-6770 Cell 416-712-5041 Fax 905-790-3536
Toll Free 1-866-MARY-HALIM email: MaryHalim@Rogers.com

آخر عمود

فريد زمكحل

مَا زِلْتُ أَذْكَرُ جَوَارِكَ

ما زلت أذكُر جوارِك
وأنا جالسٌ جوارِك
تُحَاكِي نَبْضَ قَلْبِكِ
أنا مَلْسَمٌ سوارِك
تُعَايِشُ كَامِلٌ مَخَافِكِ
وظنُونُ تَفوقَ اِحتمالكِ
تُكشِفُ حيرةَ مشاعركِ
وأسبابَ تَكذِيبها لمشاعري

وجوابي يَقاطِعُ سَوالِكِ
لِحَقائقِ تَأبى اِختزالِكِ
وتتفي عَنّي اِتهامَكِ
وخيايِ يَأبى اِختصارِكِ
يَأبى في قَلبِي اِحتضارِكِ
وأقداري ذاتها أقدارِكِ
وعشقي محضٌ أخبارِكِ
وَشِعري وحيِ اِنفاسِكِ
بعضُهُ يحيا أفكارِي
ويحوي كَلَّ أسرارِكِ
ويقبِلُ قَلبِي اِعدارِكِ
يُسامِكُ دونَ اِعتدارِكِ
سلامي يَرافقُ نهارِكِ
وأَيامي وفقَ اِختيارِكِ
يُشجِنِي هجِينُ جوارِكِ
سعيدٌ وجودي في جوارِكِ
تُحَاكِي نَبْضَ قَلْبِكِ
أنا مَلْسَمٌ سوارِكِ

فzemkhol@gmail.com

مسلة تحتمس وتمثال نصفي لمعبودة مصرية بمعرض بأمريكا.. الثمن مليوني دولار

يستضيف معرض TEFAP نيويورك واحدة من أبرز القطع الأثرية المصرية النادرة في مايو المقبل، حيث تعرض مسلة الفرعون تحتمس الرابع المصنوعة من الحجر الجيري بارتفاع 75 سم، والتي تظهر الملك مرتدياً التاج المزودج لمصر العليا والسفلى ممسكاً صولجاناً وأس رمز السلطة الإلهية، إلى جانب حامل قرابين يقدم نباتات، المسلة التي كانت ضمن مجموعة الكندي بن ويدر، وتطرح للبيع بسعر 450 ألف جنيه إسترليني (نحو 608 ألف دولار).

تمثال نصفي يعود لـ 2500 عام ويرافقها في المعرض تمثال نصفي لمعبودة مصرية من حجر الجريوك يعود إلى نحو 2500 عام، من عهد الملك أمنمحات الثاني، وبعد أن أثبت خبراء الآثار أصالته عقب إزالة طبقات الشمع والصبغة، يُعرض التمثال بسعر 1.5 مليون جنيه إسترليني (نحو مليوني دولار)، ويرجح أنه كان جزءاً من برنامج نحتي لمعبودات في سايس، مركز عبادة المعبودات نيث، وفقاً لما نشره موقع "news.artnet".

يشار إلى أن الكندي بن ويدر، أسس 56 ألف دولار كندي.



تابعونا يوميا على www.el-ressala.com Email: elressalanews@gmail.com

EL-RESSALA

الرساله

حرية الكلمة أمانة وأمانة الكلمة رسالة

الخميس ١٦ ابريل 2026 Jeudi 16 avril

خط العائلة المالكة البريطانية للاحتفال بالذكرى المئوية لميلاد الملكة إليزابيث

وإحياء للذكرى المئوية لميلاد الملكة الراحلة، تستعد العائلة المالكة البريطانية للمشاركة في مجموعة من الفعاليات والزيارات. أكد قصر باكنغهام أن الملك تشارلز و الملكة كاميليا وأفراد آخرين من العائلة المالكة سيشاركون في حفل استقبال في قصر باكنغهام يوم 21 أبريل، يستضيفه الملك والملكة وأفراد آخرين من العائلة المالكة، ملقياً الضوء على حياتها وإرثها، وذلك بحضور ممثلين عن العديد من المؤسسات الخيرية التي رعها الملكة الراحلة. وسيشارك في الحفل أيضاً عدد من المعمرين الذين يحتفلون بعيد ميلادهم المئة، وسيتم تقديم كعكة عيد الميلاد، كما سيطلقون بالونات بذكرى ميلادهم بطاقات تهنئة من الملك تشارلز، الذي جرت العادة أن يرسل رسائل خاصة لسكان المملكة المتحدة بهذه المناسبة.



يوم 21 أبريل الجاري، سيقام الذكرى المئوية لميلاد الملكة الراحلة إليزابيث الثانية، حيث ولدت في 21 أبريل من عام 1926، بينما توفيت في 21 أبريل من عام 2022 عن عمر يناهز 96 عاماً، خلال عهدها السبعين من الحكم، ما جعلها صاحبة أطول فترة حكم في تاريخ بريطانيا، قبل أن تتشبه عهدها الـ 100 بأربع سنوات.

الأمير هاري وميغان ماركل يسيرون على خطى الأميرة ديانا في زيارة شبه ملكية لأستراليا



في زيارة شبه ملكية، تُعدُّ الأولى لهما منذ أكثر من سبع سنوات، وليست نياية عن العائلة المالكة البريطانية، توجه الأمير هاري وزوجته ميغان ماركل - من دون طفلتهما الأمير آرنتي والأميرة ليليبت - إلى ميلبورن، أستراليا في الساعات الأولى من صباح يوم 14 من أبريل. خلال رحلتهم الحالية، من المتوقع أن يحضر الأمير هاري وميغان ماركل مجموعة متنوعة من الفعاليات العامة والخاصة، بما في ذلك مشاركة ميغان بوصفها ضيفة شرف في فعالية "عطلت نهاية الأسبوع للفتيات"، التي ينظمها بودكاست "حياتها الأفضل"، في سيدني، وإلقاء هاري كلمة رئيسية حول الصحة النفسية في مكان العمل في قمة "انتر إيدج" للسلامة النفسية والاجتماعية في ميلبورن.

في زيارة شبه ملكية، تُعدُّ الأولى لهما منذ أكثر من سبع سنوات، وليست نياية عن العائلة المالكة البريطانية، توجه الأمير هاري وزوجته ميغان ماركل - من دون طفلتهما الأمير آرنتي والأميرة ليليبت - إلى ميلبورن، أستراليا في الساعات الأولى من صباح يوم 14 من أبريل. خلال رحلتهم الحالية، من المتوقع أن يحضر الأمير هاري وميغان ماركل مجموعة متنوعة من الفعاليات العامة والخاصة، بما في ذلك مشاركة ميغان بوصفها ضيفة شرف في فعالية "عطلت نهاية الأسبوع للفتيات"، التي ينظمها بودكاست "حياتها الأفضل"، في سيدني، وإلقاء هاري كلمة رئيسية حول الصحة النفسية في مكان العمل في قمة "انتر إيدج" للسلامة النفسية والاجتماعية في ميلبورن.

وقد استقبل مئات المرضى وعائلاتهم والمعلمين في المستشفى الأمير هاري وميغان ماركل، اللذين بدا عليهما الاسترخاء كما كانا عليه في زيارتهما الأخيرة لأستراليا قبل نحو سبع سنوات. كانت آخر زيارة لدوق ودوقة ساكس إلى أستراليا

Canadian Realities

من واقعا

بقلم: كنده الجيوش

المناهج التربوية والارتقاء بالقيم الانسانية

تعمد الكثير من المدارس في منطلقاتها العربية في مناهجها على دروس التربية الدينية و مواد تتعلق بالتنمية الاجتماعية لبناء المجتمع وبناء الاخلاق كذلك. ولكنها اليوم تبدو غير كافية، أحياناً مقنونة، وأحياناً أخرى تنبع منهجيات متأخراً، بينما تقدم عنه العالم بخطوات واسعة.

هنا ربما تبدأ الحاجة في هذه المناهج إلى مواد مخصصة للأخلاق الطبية وكذلك تطوير أو ربما التركيز على إعلاء المفاهيم الإنسانية السامية التي تتطلى التشدد للمناهج الدينية والفرقوات الاجتماعية والسياسية والعنصرية بأنكهاها.

المجتمعات اليوم بل والعالم بيزخر بالمؤثرين الذين يجادلون عقول الشباب أحياناً في اتجاهات صحية وقيمة، وأحياناً في اتجاهات مختلفة بعيدة عن طرق التفكير السليم التي تسهم في بناء إنسان مسؤول يتمتع بأخلاق إنسانية سامية تحتاجها المجتمعات السلمية والأفراد الذين يعتمد عليهم لتطوير هذه المجتمعات.

وسائط التواصل الاجتماعي وبعض محتواها.. بعضه وليس كله.. قوية التأثير، والمؤثرين يأتي منها مثلاً السخرية الرخيصة والفكاهة التي تسهم في تعميم ثقافة ثقافة سطحية بين الشباب، وبالتالي قبول بعض الأفكار الخاطئة والتصرفات السلبية في المجتمعات وجعلها مقبولة أو مثلاً الخطب الحماسية التي تروج للمواهب والمظلوميات وتنفق بالشباب نحو التشدد الاجتماعي بدل الوساطة التي تحفظ حقوق الجميع.

والأسباب اليوم التي تؤثر في المجتمعات وتراجعا إلى الخلف عندها متنوعة، ومن بعض هذه الأسباب المحتوى على وسائل التواصل الاجتماعي، و لا تعميم هنا لأن بعضها على مستوى عالمي من رقي الاخلاق البناء.

وأيضاً بعض هذه الأسباب مفاهيم موروثة قديمة، وأحياناً ضعف الأهل عن إيجاد الوقت المناسب لاهتمام بأبنائهم وتنقيحهم، أو أحياناً أخرى لعدم أهليتهم لتقديم النصيحة القويمة، وما يزيد ذلك كله خرابا الحروب التي ضربت منطلقاتنا العربية وشعبنا ودمرت بنيتها الاجتماعية

مجرد كلمة

في حرب إيران كل طرف يزعم أنه أنتصر والحقيقة أن الكل خاسرون خاسرون وأول الخاسرون هو المواطن الذي يدفع ثمن هذه الحرب بعد ارتفاع أسعار البنزين والسلع بشكل جنوني!

بقلم: أبو حجاج

عرض لوحة للفنان الفرنسي رينوار للبيع بـ 500 ألف يورو في مزاد باريس

تعرض دار كريستيز للمزادات لوحة Jeune fille en rouge au chapeau à fleurs للفنان الفرنسي بيير أوجست رينوار، للبيع في مزاد الفن الانطباعي والحديث في باريس، الحياة البورجوازية آنذاك. وانقلت اللوحة عبر عدد من المجموعات الخاصة في باريس ولندن، وغرضت في معارض مهمة مثل جاليري شميت بباريس في الثمانينيات، كما بيعت في مزاد كريستيز بلندن عام 1999 قبل أن تُصل إلى مالكا الحالي.

EL-RESSALA

الرساله

حرية الكلمة أمانة وأمانة الكلمة رسالة

514-961-0777
450 972 1414



التي تتوسط ساحة الكونكوردي في نهاية شارع الشانزليزيه. كما تتجلى هذه الجاذبية بوضوح في الإقبال الكبير على الأجنحة المصرية داخل متحف اللوفر، حيث يقف الزوار طويلاً أمام التمثال والموميوات، في محاولة لفهم سر حضارة لا تزال تحتفظ بكثير من الغموض والهيبة. هذا الانتشار يمسك عمق العلاقة الثقافية بين مصر وفرنسا، ويؤكد أن الحضارة المصرية لم تكن مجرد فصل عابر في التاريخ الفرنسي، بل ساهمت في تشكيله. إنها نقطة التقاء بين حضارتين، وجسر بين مصر وفرنسا، وبين نهري النيل والسين، وبين الماضي والحاضر.

وفي هذا الركن من باريس، لا تُروى الحكاية بالكلمات وحدها، بل بالماء والحجر والرموز؛ ثمة شيء خفي يتوقف العابرين ويدفعهم إلى التساؤل، ثم إلى البحث، ثم إلى الحلم بالوصول إلى مصر وكثورها.

وهكذا تظل مصر، أم الدنيا، تؤكد مرة بعد مرة أن تأثيرها لا يُقاس بالمسافة، بل بقدرتها الدائمة على حضور بتاريخها وحضارتها، التي يسبقها في كل مكان، حتى في قلب عاصمة النور باريس.

في ميدان شاتليه، أحد أشهر ساحات باريس وأكثرها حيوية، بجوار مسرح المدينة وعلى مقربة من ضفاف نهر السين، تتوسط "نافورة النخيل" شاهدة على شغف فرنسي لا ينتهي بحضارة جاءت من ضفاف النيل؛ حضارة تجارزت حدودها الجغرافية فلم تبق حبيسة مصر، وتخطت حدودها الزمنية فلم تنته بانتهاء عصر الفراعنة، بل امتد أثرها حتى استقر في قلب عاصمة النور، ليبقى حياً في معالمها.

فمنذ أن أقيمت هذه النافورة عام 1808م، ثم أُضيفت إلى قاعدتها تماثيل أبي الهول الأربعة عام 1858م، وهي تقف شامخة في قلب الميدان، تعلقها زخارف النخيل، وتنفث التماثيل المياه في مشهد يخلط فيه الفن بالتاريخ، ويضفي على المكان طابعاً فرنسياً مميزاً يستوقف كل عابر.

حضور ليس مجرد صدفة جمالية، بل هو امتداد لمرحلة تاريخية عُرفت بالافتتان الفرنسي بالحضارة المصرية أو الهوس بالمصريات، التي أعقبت الحملة الفرنسية على مصر، فجعلت من الرموز الفرعونية مصدر إلهام راسخا في الفن والعمارة في فرنسا على مدى قرون.

هنا تتجلى الآثار المصرية المنتشرة في الخارج، وكل عمل يستوحى من الحضارة الفرعونية، بوصفها أداة للفوز الناصعة بامتياز؛ قوة لا تحتاج إلى خطاب ولا إلى دعاية، بل تعمل بصمت عبر الرموز والجمال والأدلة، حاضرة في كل حيلة البشر قبل أن تطأ أقدامهم أرض مصر، تحكي نفسها دون وعيهم، وتملك الحضور في الأذهان قبل الوجود على أرضها.

وأمام نافورة النخيل، تقول "كلير" (38 عاماً)، وهي معلمة فرنسية جاءت برفقة طلابها في المرحلة الابتدائية، لمراسلة وكالة الأنباء الشرق الأوسط برسنا: "أحرص دائماً على المجيء إلى هنا خلال الجولات المدرسية.. هذه التماثيل تفتح باباً للحديث عن مصر القديمة بطريقة حيية، وكان التاريخ خرج من الكتب إلى الشارع".

وتضيف "مارين" (21 عاماً)، الطالبة الإسبانية المقيمة في فرنسا، وهي تتأمل التماثيل باهتمام، قائلة: "هناك شيء غامض في هذه التماثيل يجعلني أريد في اكتشاف أصلها الحقيقي.. أعتقد أن مصر بلد يحمل كنوزاً وأسراً لا بد من الذهاب إليها