

Hayafuna

صحفة - ثقافية - اجتماعية

العدد رقم (876) مارس 2022



ختام حافل للاسبوع الخليجي السابع المشترك

للتوعية من السرطان بالأنشطة المحلية والخليجية والعربية



رحل عن عالمنا العالم الجليل العم

صالح العجيري

الكويت تحصد 15 ميدالية في غرب آسيا البارالمبية

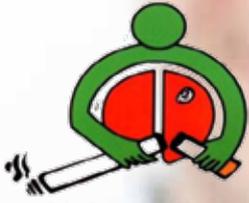
عقد الآلى

الجمعيات الخليجية المعنية بالتوعية الصحية من أمراض السرطان في مجلس التعاون الخليجي



فخورون بشركائنا





الجمعية الكويتية لمكافحة
التدخين والسرطان
KUWAIT SOCIETY FOR SMOKING &
CANCER PREVENTION

عيادة الإقلاع عن التدخين

للاستشارة والعلاج



عيادة

الإقلاع عن التدخين

يمكنكم الحجز

هاتفياً على رقم

94704366

العنوان : القادسية
ق-1 ش-14 مبنى-2



د. خالد أحمد الصالح
رئيس التحرير

kalsalehdr@hotmail.com

العمّ بو محمد والوصية الباقية

لا أظن أنّ مواطناً كويتياً قرأ ما هو مكتوب في رزنامة العجيري يوم وفاة عمنا صالح العجيري إلا ورطبت الدموع عينيه.

كتب رحمه الله (اغتنم خمساً قبل خمس، شبابك قبل هرمك وصحتك قبل سقمك وغناك قبل فقرك وفراغك قبل شغلك وحياتك قبل مماتك).

إنه حديث نبوي عظيم، شاء الله أن يكون في رزنامة العجيري يوم وفاته وكأنها وصيته للجميع.

بهذه الوصية أغلق العم صالح العجيري كل ما يمكن للبشر اغتنامه، ففي حياته الطويلة رأى باباً يُغلق أمامه ولكنه كان يملك مفاتيح أبواب أخرى، استمر في العمل بها، وحين ودّع الدنيا توقف ما يمكن اغتنامه وبقي له ما أوقفه من علم أو صدقة أو ولد صالح.

العم صالح العجيري، مثل يُحتذى لحب العلم والتفاني فيه، وهو خير من يُقدّم للشباب كمثال يُحتذى من أجل إحياء صورة العلماء والمفكرين في نفوس شبابنا ليتخذوهم مثلاً يُقتدون بهم.

الشباب لدينا يتعرفون على رموز صنعتها لهم السياسة أو التجارة أو الطرب والتمثيل، ولكنهم يُحرمون من أمثلة حية للعلم والفكر والثقافة، أمثلة نحن بالفعل محتاجون إليها، بل نحن عطشى لها.

أي بلد يبحث عن التقدم والرقي لا بد له من جيش من العلماء والمفكرين، جيش يتقدم الصفوف ويبقى علماً يعرفه الجميع، وتلامس صورته وأعماله مخيلة الأجيال الصاعدة، بهذا نصنع أحلام الشباب لتكون تلك الأسماء أمام أعينهم يسعون جاهدين لتقليدها.

انظروا اليوم إلى رموز المجتمع الذين يصنعهم الإعلام، كم واحد منهم تتمنى أن يكون ابنك مثله!

رحل العم صالح العجيري بعد أن ملأ لنا صفحات من العلم النافع والجهد المستمر، ولكنه لم يُغفل حق الذين ما زالوا يتنفسون فأهداهم ذاك الحديث النبوي ليرشدهم إلى المعنى الحقيقي للعطاء، وأدواته الناجحة.

فكل واحد منا صغيراً كان أم كبيراً يستطيع أن يُقدم شيئاً لأمته، ما عليه إلا أن يغتنم ما بين يديه... شباب، صحة، مال، فراغ؛ فإذا لم تكن تملك كل ذلك فما زلت تملك الحياة وهي نعمة عظيمة تستطيع بكلمة فيها أن تنقذ أرواحاً.

رحم الله العم صالح محمد العجيري وأسكنه فسيح جناته، وعوّضنا بمن يحافظ على شعلة العلم مضيئة بيننا.

صحية - ثقافية - إجتماعية

أسسها سنة ١٩٦٧ م
د. عبدالرحمن العوضي

تصدر شهرياً
العدد 876 مارس 2022
رئيس التحرير
د. خالد أحمد الصالح

مدير التحرير
د. حصة ماجد الشاهين

سكرتارية التحرير
وفاء البرقاوي
ميرفت عبدالسلام

البريد الإلكتروني Ksscp@hotmail.com

كافة المراسلات بأسم رئيس التحرير
عنوان المجلة: القادسية - قطعة (1) - جادة
(14) - مبنى (2)

هاتف:
51014072 - 66518157 - 22530120
فاكس: 22510137

ص.ب: 26733 الصفاة 13128 دولة الكويت

الاشتراكات السنوية 10 دنانير

سعر النسخة:

الكويت 1 دينار / السعودية 10 ريال
قطر 10 ريال / الامارات 10 درهم
البحرين 750 فلساً / سلطنة عمان 750 روبية

04

14

38



ندى أحمد

بعد أسبوع حافل بالأنشطة والفاعليات أقيم حفل ختام فعاليات الأسبوع الخليجي السابع للتوعية بأمراض السرطان وخلالها كشف أمين عام الاتحاد الخليجي لمكافحة السرطان د.خالد الصالح أن هناك تحسنا كبيرا في ثقافة الوعي الصحي فيما يتعلق بالسرطان خلال السنوات السبع الماضية. وقال الصالح ضمن كلمة له ألقاها بهذه المناسبة "إن نسبة الوعي عن عوامل الخطورة من أمراض السرطان ارتفعت من 40% إلى 65%، كما انخفضت نسبة انتشار المفاهيم الخاطئة والنظرة السلبية لأمراض السرطان وكونها غير قابلة للشفاء من 87% إلى 47%. وأشار إلى أنها مؤشرات مهمة تدل على دور التوعية في نشر الثقافة الصحيحة فيما يتعلق بأمراض السرطان مما ساعدنا في زيادة نسبة الشفاء في الكويت وكذلك في دول مجلس التعاون الخليجي.

ختام حافل للأسبوع الخليجي السابع المشترك للتوعية من السرطان
بالأنشطة المحلية والخليجية والعربية

د. خالد الصالح:

أكثر من 19 جمعية تحت مظلة الاتحاد الخليجي
لمكافحة السرطان تهدف وتوسع لرفع مستوى
الوعي الصحي وخفض معدل الإصابة

وشدد الصالح على أهمية التعاون بين القطاع الحكومي والأهلي في نجاح التوعية بأمراض السرطان، لافتاً إلى انخفاض نسب القدوم المتأخر وزيادة نسب الشفاء من مرض السرطان، لافتاً إلى أن ذلك دلالة واضحة على أن شعار الأسابيع الخليجية 40% وقاية × 40% شفاء يتحقق فعلياً.

بدورها كشفت رئيسة اللجنة التنسيقية للإسبوع الخليجي السابع للتوعية بالسرطان د. حصة الشاهين أن هذا الأسبوع قدمت فيه أكثر من 35 فعالية، لافتة إلى أن اللجنة الاستشارية العليا للأسبوع الخليجي، اختارت شعار التوعية لهذا العام حول أمراض السممنة تحت شعار "صحتك في رشاقتك" بهدف تسليط الضوء على سبل محاربة السممنة، حيث أنها من عوامل الخطورة التي قد تؤدي للعديد من الأمراض ومنها السرطان. وأكدت الشاهين أن هذه الفعالية تهدف إلى إيصال رسائل التوعية تجاه أمراض السرطان للمجتمع وتقديم الدعم بكافة أشكاله لمرضى السرطان.

وأوضحت أن اللجنة التنسيقية للإسبوع الخليجي السابع للتوعية بالسرطان عملت على إعداد برنامج متنوع وغني بالفعاليات، لتنفيذه في الأسبوع الخليجي السابع للتوعية بالسرطان، حيث تمت فيه مراعاة الظروف الصحية السائدة في البلاد من جراء انتشار جائحة "كوفيد 19".

من جانبها أكدت رئيس مجلس إدارة جمعية السدرة للرعاية النفسية لمرضى السرطان الشيخة عزة جابر العلي الصباح في كلمتها على الدور الذي يقوم به الاتحاد الخليجي لمكافحة السرطان في مجال توعية المجتمع وخدمة مريض السرطان.

وأشارت إلى أن جمعية السدرة تستهدف العلاج النفسي لمرضى السرطان وتقديم لمرضى السرطان في الكويت خدمة علاجية متكاملة عبر توفير الرعاية النفسية للمريضات وذويهن في جميع مراحل المرض.

ولفتت إلى أن ذلك يتم بخلق بيئة إيجابية للمريضة وأقاربها تمكنهم من التعايش مع المرض والتعامل مع العالم الخارجي بصورة أفضل عن طريق توفير برنامج تثقيفي نفسي يسلم مريضات السرطان بالمعلومات والاستراتيجيات النفسية والسلوكية السليمة التي تساعدن





في كلمتها بدور وسائل الإعلام التي تلعب دورا هاما بالتأثير على الوعي الصحي والسلوكيات الصحية محققة بذلك رؤية الرابطة نحو مجتمع كويتي يتمتع بدرجة عالية من الوعي الصحي ويتبع أنماط حياة صحية تمكنه من تحقيق أهداف التنمية المستدامة.

أنشطة الأسبوع

نظم الاتحاد الخليجي لمكافحة السرطان والذي يضم تحت مظلته أكثر من 19 جمعية عاملة بمجال مكافحة السرطان تهدف وتسعى جميعها لرفع مستوى الوعي الصحي وخفض معدل الإصابة بمرض السرطان عدة أنشطة من خلال الجمعيات التابعة له، حيث قامت الجمعية الكويتية لمكافحة التدخين والسرطان ورابطة الأورام الكويتية بتدشين أنشطة

على التأقلم مع حالتهم الصحية وتعزيز استجابتهم للعلاج الطبي. وقالت " ان الجمعية تعمل على الوصول الى المرضى من المقيمين ونقدم لها الرعاية الطبية اللازمة بالإضافة الى دعم الجوانب النفسية وتقديم معلومات عن طبيعة مرض السرطان وأساليب العلاج المقدمة والتحديات النفسية والاجتماعية التي تصاحب المرض من أجل مواجهة التوتر النفسي المرتبط بالمرض أو العلاج.

وبدورها أكدت الرئيسة الفخري للرابطة الكويتية لتعزيز الصحة والإعلام الصحي الشيخة أنيسة الحمود على أهمية ما تضمنه الأسبوع الخليجي من فعاليات هامة في مجال التوعية بمرض السرطان وما لها من دور في توعية الناس بأهمية الكشف المبكر. وأشادت الشيخة أنيسة الصباح





وأنادية العبيدي ود. زيدان
المزيدي ود. مها بورسلي ود. علا
السيد، امتدت الورشة لساعتين
وتميزت بحضور مميز من
الجمهور.

مبرة الدعم الإيجابي

كما اقامت مبرة الدعم الإيجابي
لمرضى السرطان حلقة نقاشية
حول " آخر المستجدات الطبية
في علم الأورام " ادارة الحلقة
ممثلة مبرة الدعم الإيجابي
لمرضى السرطان بالأسبوع
الخليجي السابع للتوعية
بالسرطان أهدي الطارش
بحضور استشاري باطنية ودم د.
أحمد الحريجي وتناولت الحلقة
العديد من المحاور ومنها أنواع
الأورام السرطانية الأكثر شيوعا
بالكويت، وسبل الوقاية منها
وأهمية الفحص المبكر والتطورات
الطبية لعلاج مرضى السرطان

وفعاليات الأسبوع.
فاقامت الجمعية الكويتية لمكافحة
التدخين والسرطان دورة تدريبية
حول سرطان الرأس والرقبة
لاطباء الاسنان بالتعاون مع إدارة
طب الاسنان بوزارة الصحة ،
ودورة تدريبية للهيئة التمريضية
عن السرطان والتعامل مع
المرضى وأسره، بالإضافة الى
دورة تدريبية بالتعاون مع وزارة
الأوقاف حول سرطان البروستاتا،
وأقيمت الدورات جميعها بمركز
حملة " كان " للتدريب بمنطقة
الصباح الصحية التخصصية.

رابطة الأورام الكويتية

كما نظمت رابطة الاورام الكويتية
ورشة إفتراضية عبر برنامج
الزوم أيضا تحت عنوان "
التعامل النفسي مع الاطفال مرضى
السرطان" بمشاركة محاضرين
متخصصين وهم د. خالد الصالح





إضافة الى مناقشة وجود اختلاف بين نظم العلاج بين مرضى السرطان المصابين بنفس المرض، كما تم الإشارة لحالات التعافي والشفاء التام بهدف نشر التفاؤل، والكثير من المحاور التي يبحث عنها المهتمين بمجال الأورام بصورة عامة من الجمهور أو المتخصصين. كما قام الدكتور بالرد على تساؤلات الجمهور واستفساراتهم .

ونظمت المبرة احتفالاً باليوم العالمي للسرطان، كما أعدت مجموعة من الفلاشات التوعوية من اعداد الاستشارية الاجتماعية مديرة اللجنة النسائية بالمبرة هدى الطارش، وفي اليوم التالي نظمت المبرة حلقة نقاشية أدارتها الطارش مع مراقب الرعاية الطلابية في ادارة مدارس التربية الخاصة سابقاً عايشة عبد الرشيد المتطوعة في المبرة حيث ناقشت تجربتها في التغلب على مرض السرطان. ومن ثم نظمت المبرة حلقة نقاشية قدمها عضو هيئة تدريس قسم علم نفس الصحة بجامعة الكويت د. سعود الغانم.

حملة "كان"

ونظمت الحملة الوطنية للتوعية بمرض السرطان "كان" محاضرة التوعية

بالسرطان تحت شعار (الكشف المبكر ينقذ حياتك) في مركز تدريب حملة "كان" بمنطقة الصباح الصحية بحضور ممثلة الحملة بالاسبوع الخليجي د.نادية المحمود.

وألقت خلالها د. نجلاء السيد محاضرة استعرضت فيها أهم علامات الكشف المبكر عن السرطان وطرق التشخيص المتنوعة لبعض الأورام السرطانية بالإضافة لأهم طرق الوقاية، وشارك بالمحاضرة المكتب الإعلامي لوزارة الصحة وجمعية صندوق إعانة المرضى، وتلى المحاضرة نقاش بين الحضور استعرضوا خلاله العديد من الأسئلة والتي تم الرد عليها من خلال المشاركين.

كما أقامت الحملة الوطنية للتوعية بمرض السرطان "كان" ضمن فعاليات الاسبوع الخليجي المشترك السابع للتوعية بالسرطان، معرضاً توعياً تحت شعار "صحتك في رشاقتك" بمناسبة اليوم العالمي للتوعية بالسرطان بمجمع كويت ماجيك، وتم فيه توزيع حقائب التوعية التي تحتوي على كتيبات، فلايرت، وهدايا على رواد المجمع، وشارك بالمعرض كل من جمعية صندوق إعانة المرضى وفريق كويتيات بلا حدود، وقد لاقى المعرض إقبالا جماهيريا واسعا. كما أقامت الحملة لقاءً تنويرياً تحت شعار "أنا أقوى من السرطان" وقدمته د. نادية المحمود، كما شاركت الحملة بالوكائون الذي أقيم في مجمع بوليفارد تحت شعار "صحتي في رياضتي"، وقبل ختام الاسبوع الخليجي تم الإعلان عن الفائزين بمسابقة التصوير تحت شعار



"صحتك في صورة".

جمعية صندوق اعانة المرضى

وجاءت أنشطة جمعية صندوق اعانة المرضى في بداية انطلاق الاسبوع الخليجي للتوعية بالسرطان عبر بوستات ومطبوعات إضافة الى انتاج فيديو موشن جرافيك عن العلامات المنذرة للإصابة بالسرطان، وكانت الباكورة بمحاضرة حول سرطان القولون وعوامل الخطورة المسببة لأمراض السرطان وبشراكة مجتمعية مع جمعية "أبي اتعلم" ومشاركة ادارات التنمية الاجتماعية، والحضانات، والتطوع المجتمعي من الصندوق أقيم اليوم الترفيهي الاول للاطفال محاربي السرطان تحت شعار (أنا أقدر) والذي تضمن أنشطة ركن الرسم والتلوين وركن الهدم والبناء بالمكعبات وركن الغذاء

د. حصة الشاهين:

شعار التوعية لهذا العام «صحتك في رشاقتك»

لتسليط الضوء على سبل محاربة السممة كونها أحد عوامل الخطورة التي قد تؤدي للعديد من الأمراض ومنها السرطان

ارتفاع نسبة الوعي من عوامل خطورة أمراض السرطان من 40% إلى 65% وانخفاض نسبة انتشار المفاهيم الخاطئة تجاهها من 87% إلى 47%

جمعية السدرة

لرعاية النفسية لمرضى السرطان

كما تضمنت فعاليات الاسبوع الخليجي السابع الذي يقيمه الاتحاد الخليجي لمكافحة السرطان تحت شعار "صحتك في رشاقتك" مشاركة فاعلة من جمعية السدرة للرعاية النفسية لمرضى السرطان فقد أقامت ورشة لتنسيق الزهور لبعض المريضا، وملتقى للمتعافين من مرض السرطان، تم خلاله تسليط الضوء على دور جمعية السدرة خلال رحلة العلاج والتشافي.

بالإضافة الى هذا شاركت الجمعية في الاحتفال باليوم العالمي للتوعية بمرض السرطان، كما نظمت ورشة لتعليم الماكياج. واختتمت أنشطتها بلقاء Book For Cancer مع المتبرعين.

برنامج الورش التوعوية
للتوعية الصحية الشاملة بالأمراض المزمنة
تحت رعاية
التيبة أريسة الحمد الصباح
الرئيسة الفخرية للرابطة الكويتية لتعزيز الصحة والإعلام الصحي
رئيسة / د. غالية المطيري
رئيس المكتب الإعلامي بوزارة الصحة / الرابطة الكويتية لتعزيز الصحة والإعلام الصحي

المحاضرون

د. نور مياوي الخزي
استشارية في أمراض الجهاز الهضمي والكبد والكلى
معدية كبدية في مستشفى الكويت

د. حصة ماجد الشاهين
استشارية في أمراض الجهاز الهضمي والكبد والكلى
معدية كبدية في مستشفى الكويت

د. خالد أحمد الصالح
استشاري في أمراض الجهاز الهضمي والكبد والكلى
معدية كبدية في مستشفى الكويت

د. أمال حسين البديع
استشارية في أمراض الجهاز الهضمي والكبد والكلى
معدية كبدية في مستشفى الكويت

د. منى يوسف عبدالله
استشارية في أمراض الجهاز الهضمي والكبد والكلى
معدية كبدية في مستشفى الكويت

د. هديل العيون
طبيبة عامة / مكتب لأمراض
بوزارة الصحة

رئيس الورشة
#صحتك في رشاقتك

الأحد: 2022-6-5 (8:00 - 9:30) مساءً

Webinar ID: 82105785554 عبر تطبيق زووم

مركز الخليج للسرطان
Kuwait Centre for Cancer Control & Prevention

مبادرة الدعم الإيجابي لمرضى السرطان

جانب من مشاركة مبادرة الدعم الإيجابي لمرضى السرطان في افتتاح فعاليات الاسبوع الخليجي السابع للتوعية بمرض السرطان تحت شعار "صحتك في رشاقتك"

www.almabara.org

مختصون في خدمة مرضى السرطان
22252688-22252689
التواصل النصفي 66070863



حياة صحية، تساهم في رفع نسبة الوعي حول أمراض السرطان، وبالتالي العمل على تجنب الإصابة بالأمراض، وكذلك رفع نسب الكشف المبكر، الذي ينتج عنه زيادة في نسب الشفاء. كما ساهم المكتب الإعلامي خلال أيام الاحتفال بالأسبوع الخليجي بعمل نشرات توعوية عن السرطان عبر لقاءات مع أطباء ومتخصصين، كما نظم يوم ترفيهي لأطفال السرطان في مستشفى البنك الوطني.

مركز الكويت لمكافحة السرطان

وشارك مركز الكويت لمكافحة السرطان في أنشطة الأسبوع الخليجي بعمل بوث لتوزيع البروشورات والكتيبات التوعوية بالإضافة الى هدايا رمزية، كما نظم ورشة عمل فنية عن "العلاج بالتلوين" وورشة طبق صحي، كما شارك المركز في الاحتفال باليوم العالمي للتوعية بمرض السرطان، وشارك بتقديم عدد من المحاضرات التوعوية منها ما يختص بالسمنة والسرطان، ودور الرياضة في التغلب على السمنة، والحوافز النفسية والإدراكية في التغلب على السمنة، واختتمت الأنشطة بلقاء Book For Cancer مع المتبرعين.

السرطان. ولفت إلى أن الشراكة التي تحققت بين الاتحاد الخليجي لمكافحة السرطان والمركز الخليجي لمكافحة السرطان بإقامة اسبوع للتوعية بالسرطان في فبراير كل عام يتم فيه إقامة العديد من الأنشطة والفعاليات الموجهة لجميع شرائح المجتمع، وكذلك رفع ثقافة التوعية تجاه الأمراض السرطانية في المجتمعات الخليجية وتشجيع هذه المجتمعات على تبني السلوكيات وأنماط الحياة الصحية المساعدة على الوقاية من الإصابة بالسرطان، كلها تعكس مدى التقدم في دول مجلس التعاون الخليجي والإيمان بأهمية التوعية للتخفيف من أعباء السرطان كما تعكس الرغبة الصادقة على جميع المستويات بالتنمية وعلى رأسها التنمية الصحية. من ناحيتها، ثمنت رئيس اللجنة المنسقة للأسبوع الخليجي السابع للتوعية بالسرطان د. حصة الشاهين باختيار اللجنة الاستشارية العليا للأسبوع الخليجي، لافتة إلى أن شعار التوعية لهذا العام حول أمراض السمنة جاء "صحتك في رشاقتك" لتسليط الضوء على سبل محاربتها لأنها من عوامل الخطورة، التي قد تؤدي للعديد من الأمراض ومنها السرطان، فالوقاية والكشف المبكر هي السبيل، لتحفيز مجتمعاتنا الخليجية لتبني أساليب وأنماط

علي الوزن المثالي والتخلص من السمنة وترك العادات السيئة والإقلاع عن التدخين للحفاظ على نمط الحياة الصحي والسليم. من جانبه، ثمن الأمين العام للاتحاد الخليجي لمكافحة السرطان د. خالد الصالح انجازات الاتحاد في نشر التوعية ودعم الكشف المبكر عن أمراض السرطان، مؤكدا انها خطوة هامة لتعميم هذا النشاط لما فيه مصلحة أمتنا العربية، منوها بتقدم الاتحاد هذا العام بالتعاون مع رابطة الأورام العرب لإقامة الأسبوع العربي الخليجي الأول الذي يضم بالإضافة إلى دول مجلس التعاون كثير من الدول العربية. وأشار إلى أهمية اتباع نظام صحي للحياة لتجنب الإصابة بالأمراض المزمنة، محذرا من مخاطر التدخين وزيادة الوزن على الصحة العامة للأفراد والمجتمعات، اذ ان السمنة تؤدي الى الإصابة بالعديد من الامراض المزمنة مثل الضغط والسكري والتدخين الذي يعتبر السبب الاول للإصابة بأمراض القلب والعديد من السرطانات من بينها الرأس والرقبة. وعن الاسبوع الخليجي للتوعية من السرطان قال إن شعار هذا العام يركز على التوعية من السمنة وكل الأمراض المتعلقة بها كعامل اختطار مؤثر في زيادة الأمراض المزمنة غير المعدية وعلى رأسها

المكتب الإعلامي لوزارة الصحة

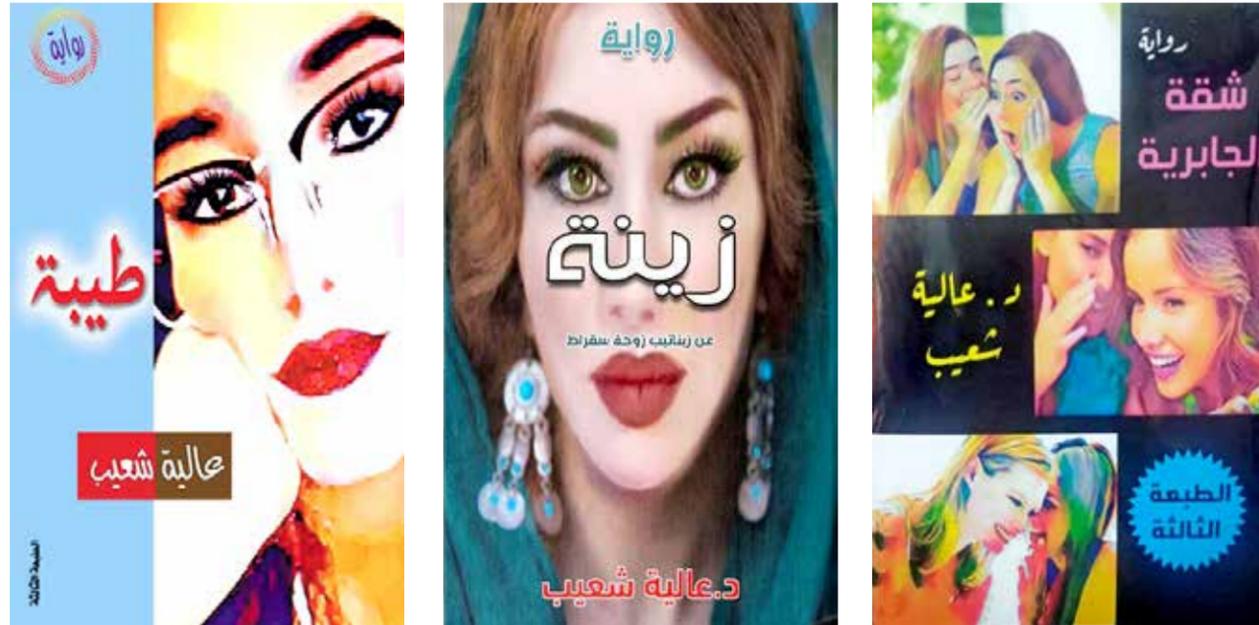
كذلك نظم المكتب الإعلامي لوزارة الصحة بالتعاون مع الرابطة الكويتية لتعزيز الصحة ورشة عمل افتراضية للتوعية الصحية الشاملة بالأمراض المزمنة "بينار" ضمن أنشطة وفعاليات الأسبوع الخليجي المشترك السابع، بالتعاون مع جمعية سدرة الكويتية وتحت رعاية الرئيس الفخري للرابطة الكويتية لتعزيز الصحة والاعلام الصحي الشيخة أنيسة الحمود الصباح. خلال الفعالية قامت رئيس الورشة د. هديل العون بمناقشة العديد من المحاور والركائز الأساسية حول أمراض السرطان والكشف المبكر عنه وكيفية الوقاية منه وسبل العلاج، مشددة على ضرورة اتباع الأصحاء عامة ومرضى الأمراض المزمنة خاصة أسلوب حياة صحي للوقاية من الأضرار الصحية المتعلقة بتناول الأطعمة غير الصحية ودورها في الإصابة بالعديد من الأمراض مثل الضغط، السكري، السمنة أمراض القلب، السرطان وغيرهم. وفتحت باب النقاش حول ضرورة الوقاية من مرض السمنة والتدخين باعتبارهما من عوامل خطورة وبوابة أساسية للإصابة بالعديد من الأمراض السرطانية، كما أكدت على ضرورة الحفاظ

بين (طيبة) و(شقة الجابرية) و(زينة)

عالية شعيب من التخيل الذاتي إلى التاريخي

تبرز الشاعرية، والفلسفة، والجرأة، والتخيل الذاتي كأهم السمات التي تميز الكتابة القصصية والروائية عند الدكتورة عالية شعيب، مع التذكير بأن المرأة هي القضية الجوهرية في كل ما كتبت. ويمكن للقارئ إدراك ذلك منذ مجموعتها القصصية (امرأة تتزوج البحر)، مروراً بالمجموعة الثانية (بلا وجه)، وصولاً إلى روايتها (طيبة)، التي رصدت فيها تجربتها مع الحمل والولادة على طريقة التخيل الذاتي، وهي الطريقة ذاتها التي انتهجتها في (شقة الجابرية)، مع انزياح نحو التخيل التاريخي في روايتها (زينة)، التي استلهمت حكايتها من سيرة حياة الفيلسوف سقراط.

عبدالكريم المقداد



المرأة هي القضية الجوهرية في كل ما كتبت والجرأة والشاعرية أبرز مرتكزاتها

نحتمل النكوص دون استكشاف كنهها: صراع الكاتبة الذاتي بين أن تكتب حكاية الفتيات الشابات، فتدفع الثمن باهضاً، أو تؤثر السلامة، فتتسنى الحكاية ولا تكتبها. إضافة إلى الإشارة إلى أن الحكاية تنطوي على عالم مدهش قادها إلى الذهول. وأمام هذا (الصراع) و(الدهشة) و(الذهول)، تجرنا الكاتبة لقراءة النص للبحث عن الإجابات.

وحتى لا تفقد الحكاية زخمها، تتلاعب الكاتبة بزمن الحكاية، فتؤخر وتقدم للتغلب على رتابة الزمن التتابعي، فبعد أن تدرجت في سرد الحكاية في الفصلين الأول والثاني، تعود الفصل الثالث إلى زمن أقدم سبق لقاءها بطلة الرواية بسنة وأربعة أشهر. كما ساعدها في ذلك لجوؤها إلى تقنية تيار الوعي، والغوص في تداعيات الذاكرة، وهو ما مكّنها من ممارسة الحذف والاختصار، والاستغناء عن فترات لا مجدية من زمن الحكاية، وتوسيع دائرة الإيهام بحضورها الصريح ككاتبة وشخصية مشاركة في أحداث الحكاية التي ترويها.

حياكة مختلفة

لا بد من الإشارة هنا إلى أن الكاتبة لم تعتمد أسلوب الحكاية التقليدي في السرد، حيث البداية والتأزيم والنهاية، لأنها اشتغلت على حكاية مسطحة، لم تختلف بدايتها عن نهايتها، ولم يعصف بها التأزيم أو التعقيد لتتدرج نحو الحل. لقد بسطت الكاتبة لنا الحكاية منذ البداية، ثم راحت تعرض

أن الرواية جنس تخيلي، بيد أنه سرعان ما صُدم حين ظهرت له الكاتبة بصفاتها الحقيقية/ المرجعية كشخصية مشاركة في الأحداث، فاختلط عليه التخيل الذاتي بالسير ذاتي، وراح يحيل أحداث الرواية وحكايتها كاملة إلى الواقع المرجعي، وبدل أن يحسب ذلك للكاتبة، راح يحسب عليها ويسجل ضدها!

نصوص موازية

بعيداً عن الحكاية ومآلاتها، تظهر الكاتبة وقد نجحت في استثمار تقنية العنوان، فشحنته بطاقة تحريضية جاذبة. (شقة الجابرية) عنوان رئيس، يتبعه العنوان الفرعي (باستنا الجسد وليمة بعدها عالية شعيب). إذا، هي شقة، وفي منطقة (الجابرية)، لكن ما الذي ميّز هذه الشقة لتصبح علماً في رأسه نار، وتتصدر الغلاف؟ ولماذا الجابرية، وليس (حولي) أو (الفروانية) أو (الجهراء)؟ وقبل أن نتخلص من ديباب هذه الأسئلة، يأتينا العنوان الفرعي ليثير أسئلة وخيالات أخرى. فنحن على موعد مع وليمة، وأية وليمة.. إنها وليمة يسيل لها اللعاب توقاً وشوقاً واشتهاءً (باستنا الجسد).

ومثل العنوان، تطالعنا البداية بمحفزات تكّنف وتشحن الفضول لملاحقة النص، بغية اقتناص أجوبة لما أثارته هذه البداية من علامات استفهام. إنها تجعلنا نواجه أسراراً لا

وأوقعتنا في شركها. وما ساعدها على ذلك أنها اعتمدت أسلوب التخيل الذاتي، فظهرت في الرواية بشخصيتها الحقيقية، كأستاذة جامعية في قسم الفلسفة، وابنة لأم من أصل لبناني، وأب كويتي يمتلك مزرعة في (بحمدون) اللبنانية، قضت الكاتبة فيها شطراً من حياتها، إضافة إلى إشارة النص في غير موضع إلى مرسما كفنانه تشكيلية، ناهيك عن إفصاحه عن القضايا التي رفعت ضدها على خلفية كتابات سابقة لها، وهو ما حدث فعلاً.

هذه الحقائق، مدعمة بالالتكاء على أسماء أماكن حقيقية وقعت فيها الأحداث، مثل: (الجابرية)، (شارع الخليج)، (الشعب البحري)، (سوق شرق)، (بنيد القار)..

الخ، جعلت الحكاية تبدو حقيقة وقعت فعلاً على أرض الواقع المعيش، في حين أنها قد تكون مجرد حقيقة خيالية نسجها واقع الرواية الفني، وليس الواقع الحقيقي/ العالم الخارجي. ومنبع الالتباس هنا هو انزياح القارئ عن الميثاق القرائي الذي عقد بينه وبين النص قبل الولوج إليه، ذلك الميثاق الذي أقر بأن الكاتب قدم رواية، وأن القارئ ارتضى بشكل إرادي أن يقدم على قراءة ما قدمه الكاتب، وهو يدرك



د. عالية شعيب

لقد كانت الجرأة بادية في مجموعتيها القصصيتين من خلال تمركزها حول البوح الأنثوي، وفضح النظرة الذكورية الحيوانية لجسد المرأة عند فئة من الرجال. بيد أن منسوب هذه الجرأة قد ارتفع بشكل أكثر حدية في روايتها (شقة الجابرية)، التي تمحورت حول نساء يعانين اضطراباً اجتماعياً، ويعشن ازدواجية تعصف بحياتهن النفسية والاجتماعية: داخل منقلب من كل القيود وخارج ملتزم اجتماعياً، إيمان ظاهري وانحلال فعلي، حياة منضبطة في بيت الأسرة وأخرى شاذة خارجه.. كتلة من النقائص تسبح في بحر مجتمع تقليدي محافظ.

في هذه الرواية، تتصدى عالية شعيب إلى فضح المسكوت عنه، عبر رصد حياة هؤلاء النساء، لكننا، وقبل هذا وذاك، أمام رواية وليس بحث علمي أو منشور سياسي، أي أننا أمام فن عماده التخيل. فالكاتبة، الروائية، تتظاهر بأنها تقدم الحكاية كحقيقة وقعت فعلاً، لكن ما أدرانا أنها أوهمتنا بذلك، وأن الحكاية لا تتعدى كونها وهم من نسج خيالها؟ فقد برعت الكاتبة في حياكة حكايتها الخيالية بأسلوب فني جعلها تبدو حقيقة مرجعية،

أحداثها المتشابهة، كمشاهد بضمون واحد، ولكن بأشكال وصور مختلفة وشخصيات جديدة. أما التوتر الدرامي فلم ينبع من أحداث الحكاية، بل من الرواية/ الكاتبة نفسها من خلال صراعها النفسي بين أن تؤثر السلامة وتتغاضى عن كل ما سمعت، وبين وخز الضمير الذي يحرضها على فضحه وتحمل العواقب.

وهكذا، لم ينبثق التشويق من التوتر الدرامي للحكاية، بل من غرايتها، وأسلوب الرواية/ الكاتبة في التعاطي معها فنيا. ولو رجعنا إلى الحكاية لأدركنا أنها مجرد أحداث مُنجزة ومنتهية، استقتها الرواية بشكل خبري، وعلى حلقات، من بطلنة هذه الأحداث ذاتها. بمعنى أن الأحداث لا تجري حياة أمامنا، ولا أمام الرواية، بل تأتيها، وتأتيها، عبر لسان البطلنة على شكل أخبار مُنجزة. ومع كل ذلك، صاحبنا التشويق منذ البداية، ولم يتركنا إلا وقد انتهينا من قراءتها، وهو ما يحسب للكاتبة وقدرتها على حياكة نسيج روايتها فنيا.

زينة

في رواية (زينة) تتخذ عالية شعيب منهجا مغايرا لما قدمته في (طيبة) و(شقة الجابرية)، حيث اختارت في (زينة) منهج التخيل التاريخي، من خلال الرجوع إلى حياة الفيلسوف اليوناني سقراط، والتركيز على حكاية زواجه من طالبته (زيناتيبي)، التي شغفت به وأرادته زواجا، على الرغم من أنه يكبرها بأربعين سنة. ولم تنس الكاتبة أن تبث في تضاعيف الحكاية الأفكار الرئيسة التي طبعت منهج سقراط.

على الصعيد الفني، وخلافاً لتتميرها تقنية العنوان في (شقة الجابرية)، أفرغت الكاتبة العنوان في (زينة) من طاقة التشويق والإغراء، ولم تترك للقارئ ما يحفز مخيلته ويتلاعب بفضوله ويغريه لاستكشاف ما قد تعده به الرواية. فبعد أن وضعت اسم زينة عنوانا للرواية، عمدت إلى إلحاقه بعنوان توضيحي، فصار

(زينة.. عن زيناتيبي زوجة سقراط). وبذلك لجمت خيالات القارئ، وأطفأت طنين الأسئلة التي كان من شأنها تحفيزه، وشده إلى النص لإخماد أسئلته، مثل: من زينة هذه؟ وما الذي فعلته وجعلها عنوانا للرواية؟

ومثلما أثرت الإضافة الشارحة على العنوان سلباً، أفقدت البداية الكثير من بريقها، إذ انشغلت بوصف قريبة الفيلسوف ومشاعل أهلها، وحال سقراط نفسه، وهذه من المعلومات التي خزنها القارئ في ذاكرته مسبقاً. ولذلك لم تستطع البداية شحذ فضوله أكثر، إلا بدافع البحث عن الجديد.

عموماً، وخطوة بعد أخرى، يرسم النص صورة واضحة لسقراط: فقير مدقع لا يملك ما يشتري به الخبز أو الجبن، اعتاد أن يشبع بالشم.. عيانان قبيحتان ورائحة نتنة.. بيت قذر.. بارد الأعصاب.. مكروه من قبل الأهالي، متجهم دوماً، يكلم نفسه كالمجنون.

ومن خلال أفعاله وأقواله ومونولوجاته، تبني الكاتبة ركائز منهجه الفلسفي، فنرصد عبر تنامي النص أبرزها: «الفلسفة تأخذ منزلة الوسط بين العلم والتصوف» ص11، و«بداية المعرفة أن نعرف أننا لا نعرف شيئاً، ثم نسأل ونناقش ونجيب ونسهب ونحلل حتى نصل للحقيقة أو لا نصل» ص17. زد على ذلك أنه يرفض تقاضي أي أجر مقابل تعليم الطلبة «الحكمة لا تكتمل إلا إن ابتعد صاحبها عن شهواته، والمال من الشهوات» ص48، و« مهمة الفلسفة هي تعليمنا كيف نعيش، وما هي أسس الحياة الصحيحة التي تقوم على العقل والحكمة» ص90.

وتتابع أحداث الحكاية فتتلاحق بشكل تصاعدي، ووفق الزمن الكرونولوجي. وللتغلب على طول زمن الحكاية، استثمرت الكاتبة تقنية التقطيع المشهدي، وهو ما مكنها من إسقاط حلقات من زمن الحكاية بعيدة عن البؤرة الدرامية، واختصار وتركيز الحلقات الدرامية عبر توازي المشاهد حيناً، وتداخل بعضها في أحيان أخرى وفق

تقنية اللقطات السينمائية السريعة.

الوهمي والمرجعي

حين نأتي إلى مقارنة الحكاية تتور في وجوهنا الكثير من الأسئلة. تضعنا الرواية أمام (زينة)، فناة جميلة في الخامسة عشرة من العمر، وسقراط القبيح الذي يكبرها بأربعين سنة.. مراهقة، ومفكر محنك.. صغيرة مقابل رجل عجوز.. فناة من عائلة ميسورة إلى حد ما، ورجل معدم لا يملك قوت يومه.. وكل ذلك في مجتمع تقليدي مغلق « الفلسفة ليست للبنات.. كلما كان الدماغ فارغاً أحبك الرجال أكثر» ص12. و «الزوجة كالعبد المطيع لسيده، تطيع وتفعل ما يأمر به دون اعتراض أو رفض أو تذمر» ص24. وعندما يقول سقراط إنه سيكون لزينة مستقبل غير عادي في الفلسفة، يتصدى له أبوها فيقول: «أنت تقول هذا، تظن أنهم سيسمحون لها بالتقدم في الدروس.. وإذا حصل.. ماذا ستصبح، معلمة مثلك، ألا تعرف العادات والتقاليد وطبيعة المجتمع الذي نعيش فيه، ألا تهتمك سمعتها وماذا يقال عنها بسببك وسبب مدرستك؟» ص50.

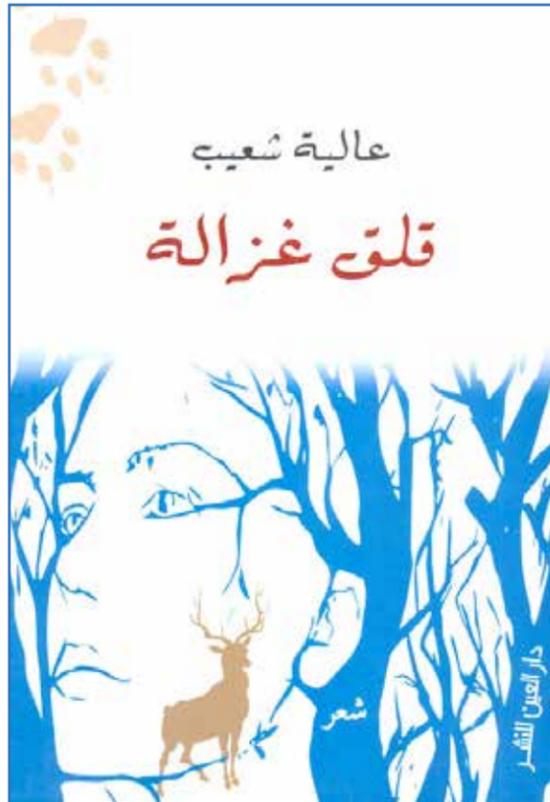
الآن، إذا برزنا سلوك زينة وانجذابها الأعمى لسقراط بكونها صغيرة ومراهقة، أنستها عاطفتها عقلها، فبم نبرر انجذاب سقراط لها واقترانه بها، وهو صاحب العقل وكابح الشهوات والمسيطر على هيجان العاطفة؟ خصوصاً وأن هذا المسألة أثارت استهجان كل أفراد مجتمعه، فهذا أحد طلابه يقول: « لكن زينة جميلة وصغيرة وهو يكبرها بأربعين سنة، فقير وقبيح.. كيف ستخرج من هذه الورطة يا معلم؟» ص46، ويقول الأب: « هل فكرت بفارق السن بينكما، تعرف أن بينكما أربعين سنة تقريباً.. إنها طفلة وأنت شيخ بعمرى أو أكبر قليلاً، ألا يزعجك هذا» ص51، وأنها تشكو سقراط لمسؤول الحكومة: « جعلها تنسى العادات والتقاليد.. لقد أصبحنا علكة ومضغة في أفواه الناس» ص58.

الأدهى من هذا هو ذلك الانقلاب الصارخ في شخصية سقراط بعد الزواج، فهذا الرجل التنويري الداعي لإلحاق البنات بالمدارس، ونشر المعرفة بين الجميع، يمنع زينة، بعد الاقتران بها، من الذهاب إلى المدرسة: «لن تذهبي للمدرسة أنت الآن زوجتي، أنا أذهب للدرس وأريد أن أعود لأجد البيت نظيفاً ولقمة ساخنة بانتظاري» ص115. وعندما تذكره بتشجيعه لها على الدراسة، وتأكيده بأن مكانها هو المدرسة، يرد: هذا كان عن طالبتي، وقبل أن تصبحي زوجتي ص116. وعلى الرغم من أنه أصبح صاحب أسرة، إلا أنه واصل لا مبالاته، ولم يشعر بأي مسؤولية عن ضرورة توفير ما يسد الرمق لأسرته، وهذا ما جعل زينة تعتمد على أمها في الحصول على المال والطعام. وكان من الطبيعي أمام هذه الصدمات أن ينقلب حبها الجارف له إلى كره شديد، بعد أن كانت تتصور أنه سيعاملها كأميرة: «سيعاملني كأميرة في قلبه وبيته» ص14.

والسؤال الذي يبرز هنا هو: هل تعمدت الكاتبة رسم صورة كاريكاتورية للفيلسوف سقراط؟ أم أنها نقلت الحقيقة التي كان عليها؟ في الحالة الأولى تكون قد قدمت نقداً صارخاً لسقراط وفلسفته، أما في الحالة الثانية، فكان الأولى أن تقدم بحثاً علمياً عن حياته وفلسفته، لأن كم التناقضات في الرواية تخرجها من واقعيته الفنية ومنطقها الدرامي. فللرواية واقعيها التخيلي الخاص بها، بعيداً عن الواقع المرجعي الخارجي. وليس كل ما يقع في الواقع المرجعي يصلح للرواية لأن لها منطقها الخاص المعتمد على السبب والنتيجة، والذي يوهم القارئ بمنطقيتها. ففي الواقع المرجعي المعيش كثيراً ما نسمع عن رجل تزوج بفتاة تصغره بأربعين أو حتى خمسين سنة، من دون أن نعرف الدوافع التي قادت إلى ذلك، ولا ينتظر منا الواقع أن نصدق ذلك لأن هذا ما حدث وانتهى. أما في الرواية فلا يمكنك تقديم مثل هذا الحدث إلا بعد إيضاح الأسباب والحيثيات التي تجعل القارئ يقتنع بحدوثه، وهذا ما لم تقدمه رواية (زينة) حسب وهمي.

حضور الكاتبة كساردة في (شقة الجابرية) أوهم بحقيقة الحكاية، فناه القارئ بين المرجعي والتخيلي

تستعيد في (زينة) حكاية زواج الفيلسوف سقراط (بزيناتيبي) التي تكبره بأربعين سنة





وعشرين مخطوطا في هذا التخصص، وفي الحساب والجبر والمقابلة ألف ما لا يقل عن عشرة كتب، لا يوجد منها سوى مخطوطات قليلة في مكتبة عاطف بتركيا منها: حساب المعاملات، واستخراج مسألة عددية.

شروط الرؤية التي أحصاها ابن الهيثم

يجب أن يكون الجسم المرئي مضيئاً بنفسه أو مضاءً بمصدر ضوئي آخر.
يجب أن يكون مواجهاً للعين، أي أننا نستطيع وصل كل نقطة منه بالعين بواسطة خط مستقيم.
أن يكون الوسط الفاصل بينه وبين العين شفافاً، من دون أن يعترضه أي عائق أكمد.
يجب أن يكون ذا حجم مناسب لدرجة الإبصار.
يجب أن يكون الجسم المرئي أكثر كمدة من هذا الوسط.

مؤلفات ابن الهيثم

- المناظر (أو علم الضوء).
- صورة الكسوف.
- اختلاف منظر القمر.
- رؤية الكواكب.
- التنبيه على ما في الرصد من الغلط.
- تربيع الدائرة.
- أصول المساحة.
- أعمدة المثلثات.
- المرايا المحرقة بالقطعوع.
- المرايا المحرقة بالدوائر.
- كيفيات الإظلال.
- رسالة في الشفق.
- شرح أصول إقليدس في الهندسة والعدد.

إسهاماته في الرياضة:

طور رياضيو الإسلام منذ القرن التاسع الميلادي موقفاً بحثياً جديداً جمعوا فيه بين نهج أبلونيوس ونهج أرشميدس في نفس الوقت. فأبلونيوس - من القرن الثاني قبل الميلاد - اهتم بدراسة خواص الوضع والصورة، أي بعض الخواص الطوبولوجية بلغة عصرنا، أما أرشميدس الذي سبق أبلونيوس بجيل أو اثنين، فلقد شغلته الخواص المترية، كان هذا هو الوضع حتى الحسن بن موسى وتلميذه ثابت بن قرة (901م) اللذان قرنا النهجين، لم يكن هذا الجمع تركيبياً سكونياً، ولكنه أدى إلى تغيير النظم الهندسية أنفسها، كما أدى إلى وسائل جديدة للبحث الهندسي والقدرة على الاكتشاف، ازداد هذا الموقف الجديد قوة بمرور الزمن وتعاقب العلماء خلال القرن الذي فصل ثابت بن قرة وابن الهيثم، تبني ابن الهيثم هذا الموقف الجديد وبدأ بما انتهى إليه سابقوه، فأخذ في البحث في فروع الهندسة الجديدة وكذلك الهندسة اليونانية التي جددت، وهذه الفروع هي:

هندسة اللامتناهيات وتطبيقاتها التي ألف فيها اثني عشر كتاباً لم يصلنا منها إلا سبعة فقط.
هندسة القطوع المخروطية وتطبيقاتها.

أسس الهندسة التي كتب فيها عدة كتب ذات أهمية بالغة مثل كتابه في التحليل والتركيب، وكتابه «في المعلومات». فلنقف قليلاً وسريعاً على بعض نتائج ابن الهيثم في هذه الميادين.

له 58 مؤلفاً، تضم آراءه وبراهينه المبتكرة لمسائل تواترت عن إقليدس وأرخميدس بدون برهان أو في حاجة إلى شرح وإثبات، ويوجد في مكتبات العالم في القاهرة ولندن وباريس وإستانبول أكثر من واحد

ابن الهيثم

(2-2)

ابن الهيثم هو من أوائل العلماء

الذين درسوا القواعد الرياضية الخاصة بالدائرة. والمثلثات، ونظرية قوانين قياس المثلثات، والتي يشار إليها بمصطلح جيب، وظل الزاوية، واعتمد علماء الرياضيات المشهورون في أوروبا على نظرياته في دراسة الرياضيات، لأن عصره كان يشهد بازدهار في مختلف العلوم من رياضيات وفلك وطب وغيرها.





ألقاب ابن الهيثم

- ابن الهيثم.
- رائد علم الضوء.
- نعته البيهقي بـ بطليموس الثاني.
- أبو علم البصريات.
- بأبي علي.

- الجامع في أصول الحساب.
- تحليل المسائل الهندسية.
- تحليل المسائل العددية.
- كتاب المناظر.
- رسالة في الشفق.
- مقالة في صورة الكسوف.
- يوجد مقالة في تربيع الدائرة.
- مقالة مستقصاه في الأشكال الهلالية.
- خواص المثلث من جهة العمود.
- القبول المعروف بالغريب في حساب المعاملات.
- مقالة في صورة الكسوف.
- كنب مقالة في ضوء النجوم.
- مقالة في ضوء القمر.
- كتب مقالة في درب التبانة.
- مقالة في قوس قزح.
- الشوك في الحركة المتعرجة.
- ارتفاعات الكواكب.
- اتجاه القبلة.
- نماذج حركات الكواكب السبعة.
- نموذج الكون.
- حركة القمر.
- الحركة المتعرجة.
- رسالة في الضوء.
- رسالة في المكان.
- تأثير اللحون الموسيقية في

- النفوس الحيوانية.
- خواص المثلث من جهة العمود.
- الجامع في أصول الحساب.
- كتاب في تحليل المسائل الهندسية.
- التنبيه على ما في الرصد من الغلط.
- ارتفاعات الكواكب.
- ويوجد الكثير من المؤلفات الخاص به التي يصل عددها إلى ثمانين كتابا ورسالة في مختلف العلوم، ولعل أهم تلك المؤلفات كتاب المناظر الذي وضع فيه نظريته المعروفة التي أصبحت أساس علم البصريات فيما بعد وتنص على أن العين تتمكن من الرؤية بانبعث أشعة من الأجسام باتجاهها وهذا ما أثبتته العلم الحديث مخالفا بذلك العالم اليوناني بطليموس الذي قال إن العين تخرج أشعة باتجاه الأجسام للتمكن من رؤيتها.

أقوال العلماء في ابن الهيثم

- جورج ساتون وهو من كبار مؤرخي العلم:
- قال «هو أعظم عالم فيزيائي مسلم، وأحد كبار العلماء الذين بحثوا في

- الْبصريات في جميع العصور».
- مقدمة بحث ديني.
- انتقال أعمال ابن الهيثم إلى أوروبا.
- بحث كمال الدين الفارسي في بحوث ابن الهيثم في البصريات ودرسها دراسة وافية وألف في ذلك كتابه المعروف «تنقيح المناظر لذوي الأبصار والبصائر»، وعن طريق هذا الكتاب عرفت أوروبا الكثير عن أعماله وجهوده في علم الضوء، حيث نشر هذا الكتاب مترجما في مدينة بال بسويسرا سنة (980هـ = 1572م)، وإن كان قد سبق نشره قبل اختراع الطباعة من قبل «جيرار دي كريمونا» أشهر المترجمين في إسبانيا، الذي اهتم بإنشاء أضخم مجموعة فلكية سنة (676هـ = 1277م) عن العلماء العرب.
- وهذه الكتب استفادت منها إسبانيا والبرتغال في رحلاتهما البحرية في المحيط الأطلنطي بفضل الأزياج الفلكية (الجدول الفلكية) والمعلومات الرياضية التي خلفها العلماء العرب، وعن طريق هذه الترجمات لأعمال ابن الهيثم تأثر

تأثر ابن الهيثم بهؤلاء العلماء

- أرسطو.
- إقليدس.
- بطليموس.
- غالينوس.
- محمد بن عبد الله.
- بنو موسى.
- ثابت بن قرة.
- الكندي.
- ابن سهل.
- الكوهي.

كما أثر ابن الهيثم في هؤلاء العلماء

- عمر الخيام.
- الخازني.
- ابن رشد.
- كمال الدين الفارسي.

- تقي الدين الشامي.
- روجر باكون.
- جون بيكهام.
- يوهانز كبلر.
- جون واليس.
- كوبرنيكس.
- رينيه ديكارت.
- إسحاق نيوتن.

تكريم ابن الهيثم

- أطلق اسمه على إحدى الفجوات البركانية على سطح القمر.
- أطلق اسمه على أحد الكويكبات المكتشفة حديثا في 7 فبراير 1999.
- كرم بإطلاق اسمه على كرسي طب العيون في جامعة آغاخان في باكستان، وضعت صورته على الدينار العراقي فئة عشرة دنانير منذ ثمانينيات القرن الماضي ثم 10,000 دينار الصادرة في عام 2003 في العراق.
- أطلق اسمه على واحدة من المنشآت البحثية التي خضعت للتفتيش بواسطة مفتشي الأمم المتحدة الباحثين عن الأسلحة الكيميائية والبيولوجية في عهد الرئيس صدام حسين.

وفاة ابن الهيثم

- توفي العالم العربي المسلم الحسن بن الهيثم في القاهرة في مصر، عام 430 هـ 1038 م، عن عمر 73 عام، فقد أصابته أمراض الشيخوخة فأحس بدنو أجله فقام وتوضأ وتوجه للقبلة وصلى لربه صلواته الأخيرة ثم جلس وبدأ يقرأ بسورة العنكبوت حتى وصل إلى قوله تعالى (كل نفس ذائقة الموت ثم إلينا ترجعون) ثم فاضت روحه. في نهاية البحث الذي أشرت فيه عن حياة العالم ابن الهيثم، الذي اهتم بدراسة العديد من العلوم كالرياضيات، والطب، وغيرها، ودرس اكتشافات وأبحاث العلماء اليونان، وتمكن من تغيير العديد من المعتقدات الطبية السائدة، وإيجاد بدائل صحيحة لها، ودرس الضوء وكيفية انتقاله، وعمل على تحليل الألوان، وكانت دراساته هذه مدخلا للتعرف على علم البصريات، أرجوا أن أكون قد وفيت هذا البحث حقه، وجمعت فيه كل المعلومات عن حياة العالم ابن الهيثم من بداية حياته حتى وفاته.



حملات أمنية مستمرة للتصدي للآثار السلبية الناجمة عن المشاجرات والعنف

الدوريات المسيرة إليها وتزدحم بتجمعات المواطنين والمقيمين وخاصة الشباب في أيام الإجازات الأسبوعية. الجدير بالذكر أن فرق الخيالة قوة مساندة للقطاعات الأمنية الميدانية بوزارة الداخلية لتأمين سلامة مرطادي الشواطئ وأماكن الترفيه، حيث أن تواجد الخيالة مستمر أسبوعياً خلال العطلة والإجازات والأسواق المفتوحة التي تقام بها بعض الفعاليات وتواجد الأسر بها لحمايتهم، في الفترة المسائية من الساعة الرابعة حتى الساعة 12 مساءً. وتؤكد الإدارة على استمرار دورية فرقة الخيالة في تواجدها الأمني في الشواطئ وأماكن الترفيه لحفظ الأمن والحرص على سلامة الجميع ومساندة قطاعات وزارة الداخلية الميدانية لفرض السيطرة الأمنية لمنع حدوث المشاجرات وضبط المخالفات والسلوكيات التي تمارس من بعض مرطادي المواقع الحيوية والسياحية.

تواجد الخيالة مستمر أسبوعياً خلال العطلة والإجازات في الفترة المسائية من الساعة الرابعة حتى الساعة 12 مساءً. في إطار توجيهات القيادة العليا بوزارة الداخلية، وتحت إشراف الوكيل المساعد لشؤون التعليم والتدريب بالإنابة اللواء ناصر ناصر بورسلي، بضرورة معالجة ظاهرة العنف، وتواكباً مع شن حملات أمنية مستمرة بمشاركة كافة القطاعات الأمنية على مدار الساعة تستهدف كافة مناطق البلاد لفرض السيطرة الأمنية والتصدي للمخالفين والآثار السلبية الناجمة عن المشاجرات والعنف خاصة بين الشباب. نفذ قطاع الأمن العام بالتنسيق والتعاون مع قطاع شؤون التعليم والتدريب حملات أمنية وفق خطة تعتمد على توزيع الدوريات المسيرة والراجلة، إضافة إلى فرق الخيالة والتي تستهدف الشواطئ والمناطق الساحلية والأماكن الترفيهية التي يصعب وصول



تحت إشراف وحضور نائب مدير عام الإدارة العامة للتحقيقات لشؤون إدارة الإيداع العام

الداخلية أتلفت 16674 زجاجة خمر

تقارير دورية والتي في ضوءها تم إصدار قرار الإلتلاف لتخليص البلاد من هذه السموم. وأشاد بجهود رجال الإدارة العامة لمكافحة المخدرات والإدارة العامة للمباحث الجنائية والإدارة العامة للعلاقات والإعلام الأمني لدورهم الأمني والإرشادي والتوعوي في مكافحة تلك الآفة والحفاظ على أمن البلاد والتصدي لتجار السموم. الجدير بالذكر أن اللجنة ضمت مدير إدارة الإيداع العام مدعي عام اإبتسام صقر الغانم، ومدير إدارة الخدمات المساندة عميد حقوقي أحمد سعود العازمي، ورئيس قسم الإحصاء والمعلومات مدعي عام أفراح الشطي، ورئيس قسم حفظ القضايا مدعي عام أمل الرشيد، ورئيس تحقيق العقيد/ فيصل عبد الله الشريدة، ورئيس قسم المخازن ومقرر اللجنة النقيب جراح الحسيني.

تطبيقاً للقرار الوزاري رقم 15 لسنة 2016 بشأن إلتلاف الخمر المضبوطة بالقضايا المحكومة، فقد قامت اللجنة المشكلة برئاسة نائب مدير عام الإدارة العامة للتحقيقات لشؤون إدارة الإيداع العام اللواء حقوقي دكتور أسعد الرويح، بإتلاف المضبوطات الصادر بحقها أحكام نهائية والمحولة من القطاعات الأمنية والتي بلغت 16674 زجاجة خمر متنوعة (زجاجة- قنينة- علبة معدنية- أكياس)، لافتة إلى أنه تم التنسيق مع قطاع الأمن الجنائي ممثلاً في الإدارة العامة لمكافحة المخدرات وقطاع المرور والعمليات ممثلاً في الإدارة العامة لشرطة النجدة، والإدارة العامة للعلاقات والإعلام الأمني وبلدية الكويت لإتلاف مضبوطات الخمر بمختلف أنواعها. وأوضح اللواء حقوقي دكتور الرويح أن هذه المضبوطات تخص قضايا خمر جنح المخدرات، مضيفاً أنه تم تشكيل فريق عمل تحت رئاسته لرفع

رحل عن عالمنا العالم الجليل العم

صالح العجيري

إليكم ما لا تعرفونه عنه

الاسم الكامل	صالح محمد صالح عبدالعزيز العجيري
تاريخ الميلاد	23 يوليو 1920
الوظائف	عالم فلك
الجنسية	كويتي
مكان الولادة	الكويت، مدينة الكويت
درس	في المدرسة المباركية، مرصد حلوان
البرج	السرطان
تاريخ الوفاة	2022/ 2/ 10

رحل عن عالمنا العالم الجليل صالح العجيري عن عمر يناهز 102 عاماً وكان د.صالح العجيري عالم فلك كويتي متميزاً، عاصر الكثير من الأحداث الهامة التي شهدها بلده الكويت. كان صالح شغوفاً بالعلم منذ صغره إلى درجة دفعته للسفر برحلة طويلة ليحصل عليه. بذل مجهوداً كبيراً لرفع

مستوى علم الفلك في بلاده، من خلال الكتب التي ألفها والمحاضرات والندوات التي قام بها والمؤتمرات التي شارك فيها، وقد تم تكريمه من قبل العديد من الجهات العلمية الحكومية والعالمية. في عام 2015 توقف عن استخدام أجهزة مرصده، وسلم معظمها للنادي العلمي الكويتي الذي خصص له جناحاً أسماه متحف العجيري.

البدايات

وُلد الفلكي الشهير صالح العجيري في 23 - يونيو - 1920، في حي القبلة لمدينة الكويت عاصمة دولة الكويت، بدأ رحلته العلمية من الكتاتيب، حيث تعلم الحساب واللغة العربية والفقه، ثم التحق بمدرسة أسسها والده واستمر فيها حتى عام 1928، ليلتحق بعدها بالمدرسة المباركية ويستمر فيها حتى الصف الثاني الثانوي. عمل صالح بعدها مدرساً في دائرة المعارف في المدرسة الشرقية، قبل أن ينتقل إلى المدرسة الأحمدية.

اهتم العجيري بعلم الفلك منذ نعومة أظفاره، فقد كان يخاف من الظواهر الطبيعية كالرعد واللمع والمطر في طفولته؛ مما دفعه إلى التعرف إليها أكثر. كما كانت له تجربة في قبيلة الرشادية، حيث أرسله والده ليتعلم الفصول والمواسم وكل ما يتعلق بالطقس، وكانت هذه التجربة سبباً لزيادة اهتمامه بعلم الفلك.

ولكن فضوله تآجج عندما وقع بين يديه كتاب «المنهاج الحميدية في حسابات النتائج السنوية» فقرأه وفهم

قسماً جيداً منه ولكن بعض الأمور استعصت عليه، فقرر السفر إلى مصر ومقابلة كاتبه، وكانت هذه الخطوة الأولى في طريقه حيث التقى بالكاتب في محافظة الشرقية واستفاد من علمه ومعرفته. تتلمذ على يدي عبد الفتاح وحيد، حيث تلقى مبادئ الفلك، ثم التحق بمرصد حلوان، وشهد تأسيس مرصد

القطامية، ثم بدأ بعدها بالتواصل مع المرصد حول العالم وكان من أهمها مرصد غرنيتش ومرصد البحرية الأمريكية.

وقد منحته مدرسة الآداب والعلوم التابعة لجامعة الملك فؤاد الأول في عام 1946 شهادة مدارس المراسلات المصرية من، كما حصل عام 1952 على شهادة من اللجنة الفلكية العليا للاتحاد الفلكي المصري تقديراً لأبحاثه.

بدأ تقويم العجيري منذ عام 1952 وما زال يُنتج كل عام، بدأت أول محاولة للعجيري لعمل الروزنامة - تقويم - منذ حوالي سنة 1934 إلا أنها لم تكن روزنامة بالمعنى المفهوم فلم تكن سوى جداول مخطوطة توضح أيام الأسبوع من الشهر العربي وكانت مبنية على أساس الحساب الاصطلاحي باعتبار الشهور القمرية تتوالى كل 29 - 30 يوم ثم أدخل عليها نظام الكبس ثم بعد ذلك نقل عن التقاويم القديمة بروج الشمس ومنازل القمر ثم المواقيت، وبطبيعة الحال فقد تطورت المعلومات التي ترد فيه خلال تلك المدة وصارت أكثر دقة كما أصبح يصدر على عدة أنواع: 1 - تقويم الحائط

2 - مذكرة لطاولة

3 - أجنحة للمكتب ومفكرة للجيب ونتيجة للجيب.

ومنذ عام 1951 قام العجيري بطباعة التقويم في عدد من السدول مثل الكويت وسوريا في حلب ودمشق ومصر في القاهرة واليابان ونابلس في فلسطين ولبنان في بيروت والعراق في بغداد وباكستان وسنغافورة.



أمتاز الدكتور صالح العجيري بخفة ظلّه وروحه المرحّة فقد كانت له مشاركاتٌ مسرحيةٌ في شبابه

سليمان المسلميم يوم السبت الموافق 13 يونيو 2009 مركز الدكتور صالح محمد العجيري الإسلامي الرابع والذي يقع على بعد 1400 كم من جاكارتا العاصمة، وألقى السفير كلمة بهذه المناسبة شكر فيها صالح العجيري وعائلته على تبرعاتهم المتكررة والسخية حيث زار السفير فيصل سليمان المسلميم ثلاثة مجمعات تعليمية في إندونيسيا تبرعت بها عائلة العجيري والتي أشرفت على إدارتها وتشغيلها جمعية الإصلاح الاجتماعي بدولة الكويت، أقيم المركز على أرض مساحتها 6040 مترًا مربعًا وبمساحة بناء إجمالية 4312 مترًا مربعًا واشتملت مباني المركز على مسجد ومرافقه يسع 500 مصليًا ومدرسة ابتدائية سعة 500 طالب وطالبة وسكن لأيتام سعة 120 يتيم إضافة إلى المطعم وصالة للأنشطة وصالة للرياضة المغلقة وملاعب خارجية، حضر حفل الافتتاح من الجانب الكويتي أحمد صالح العجيري ممثلًا عن والده وحسام المطوع ممثلًا عن جمعية الإصلاح

– كتوسعة مساحتها، لكنها ظلت كما عهدتها الزائر، تستقبلك روايات عبير قبل أن تهتم بالدخول، في كل مره أزور المكتبة أجد الموظفين يهتمون بترتيب الأرفف وعلى الرغم من ذلك تجد الكتب مبعثرة، الروايات الأجنبية تجدها عند رف الروايات العربية والعكس بالعكس، وبعضاً من الكتب التاريخية تجدها عند ركن تنمية الذات، لكنني أحببت تلك البعثرة المحببة إلى النفس، فقد تقصد كتاباً معيناً عند ركنه الخاص فتتفاجأ بكتاب لا يمت لصلة عما تبحث عنه وقد يعجبك ويدفعك لإقتنائه، لم يكن الإنترنت متوفرًا عندما كنت طالبة في المرحلة الإعدادية، ورغم الحداثة وسهولة توفر الصور التعليمية عبر الحاسوب في الوقت الراهن إلا أن المكتبة تضم بعضاً من الصور التي اعتدت وضعها على الدفاتر المدرسية خاصة مادة الاجتماعيات والعلوم.[63]»

مركز العجيري الإسلامي

افتتح سفير دولة الكويت في إندونيسيا فيصل

الفرصة متاحة لمن يريد أن يلتقط صورة تذكارية مع العجيري نفسه والذي تحقق حلمه بأن يكون له متحف خاص له يزوره كل فئات المجتمع.[62]

مكتبة العجيري

تم افتتاح مكتبة العجيري عام 1973 في حولي شارع بيروت ثم انتقلت إلى حولي شارع العثمان وفي عام 1983 تم نقلها إلى حولي شارع قتيبة بجانب شارع النقرة الشمالي وما زالت هناك إلى هذا اليوم كما لا يوجد للمكتبة أي فرع آخر في الكويت ولا في خارجها، سميت مكتبة العجيري نسبة إلى صالح العجيري، تشغل المكتبة طابقين ففي الطابق الأرضي إلى جانب أدوات القرطاسية والمجلات هنالك مجموعة من الكتب الثقافية المتنوعة وللأطفال ركنهم الخاص أيضاً، الطابق العلوي يضم عادة أدوات الرسم وبعضاً من القرطاسية ولوحات تعليمية.

حافظ في تأسيسها على التراث رغم التحديثات التي طرأت على المكتبة – والتي هي الأخرى ليست بحديثة

مرصد العجيري

في أوائل السبعينيات بدأ د. صالح العجيري في إنشاء مركزه الفلكي على نفقته الخاصة، حيث اشترى قسيمة أرض مساحتها 1000 متر مربع في منطقة الأندلس وبدأ في بناء المركز وفي عام 1973 توجه إلى الولايات المتحدة الأمريكية لشراء القبة الخاصة بالمرصد، كما قام بشراء تلسكوب وبعض الأجهزة الفلكية اللازمة للمركز، وبعد ذلك توجه إلى المملكة المتحدة وقام بشراء مقياس للضغط الجوي وآخر للمطر ومقياس للرطوبة وسرعة الرياح وغير ذلك من الأجهزة. تم افتتاح المرصد في 15 أبريل عام 1986 .

متحف العجيري

كان حفل افتتاح متحف العجيري محصوراً للمدونين وأبرز مستخدمي مواقع التواصل الاجتماعي وبحضور العالم الفلكي صالح العجيري بنفسه بصحبة السيد إياد الخرافي رئيس النادي العلمي، وفي البداية كانت



حقائق عن صالح العجيري

عرض الدكتور صالح العجيري حقيبته المدرسية التي اشتراها عام 1927، بـ 75 فلساً في مزاد علني لتُباع بمبلغ 660 ألف دولار، تبرع بها للشعب اللبناني في فترة الحرب مع إسرائيل.

أشهر أقوال صالح العجيري

- أنا ما زلت تلميذاً وأتلقى علوم الفلك حتى الآن.
- اجعلوا العلم من أجل أهدافكم وإن المرء يدرك بالعلم ما لا يدركه بسواه وأن ليس هناك معلم يستطيع أن يهيك العلم مثلما تهبه أنت لنفسك! فانت خير معلم لذاتك وبنفسك ترقى إلى سلم المجد.
- الصحة والقناعة والسعادة: الصحة تاج على رؤوس الأصحاء والقناعة كنز لا يفنى والسعادة هي الأيفك الإنسان هل هو شقي أو سعيد!
- لا فرق بين الأمس واليوم فالأمس كان اليوم واليوم سيكون أمساً.
- لا تكرهوا أولادكم على أخلاقكم فإنهم خلقوا لزمان غير زمانكم.
- ليس في حياتي كلها وقت فراغ وأتعجب ممن يشكون من أوقات الفراغ ففي صغري كنت مشغولاً بالتعلم وأعمال المنزل نظراً لوفاء والدي وأنا صغير السن 12 عاماً، وفي شبابي انشغلت بالحسابات الفلكية والتأليف والرصد، وفي كهولتي بليت زوجتي بمرض عضال مما جعلني في خدمتها ورعايتها على مدار الساعة وبعض من وقتي أصرفه في التأليف والحسابات الفلكية وتقديم المعلومات عبر وسائل الإعلام المقروءة والمسموعة والمرئية.
- الصعوبات التي تواجهني وتواجه غيري من المهتمين والهواة بعلم الفلك هي قلة المراصد وندرة التأليف والترجمة في هذا العلم الجليل.
- أمنيته التي أتمناها طوال عمري هي اتفاق المسلمين في جميع الأقطار وعلى اختلاف مشاربهم على صوم واحد وفطر واحد.

رحم الله عالمنا الجليل



لمصر للطبع لكن نشوب الحرب العالمية الثانية حال دون طباعته بسبب انقطاع طرق المواصلات في ذلك الوقت، وفي عام 1940 قام بتأليف التقويم الثاني الذي لم يُطبع أيضاً لعدم استطاعته المادية، بعد ذلك بثلاثة أعوام وفي عام 1943 قام العجيري بنفسه بطباعة تقويمه الأول في بغداد وهو عبارة عن صفحات صغيرة لكل شهر صفحة واحدة. وفي عام 1944 طبع التقويم الثاني على ورق ملون في بغداد لأن الحكومة العراقية في ذلك الوقت كانت تمنع خروج الورق الأبيض خارج البلاد لتخصيصه للاستخدام الداخلي، وفي أول حكم الأمير عبد الله السالم الصباح تم طبع طبعة جيدة وممتازة لتقويم الحائط بمصر تحمل صورة الأمير حيث قام بطباعته الأستاذ عبد العزيز حسين والأستاذ عبد الله زكريا الأنصاري بعد ذلك قام بإصدار الكثير من أشكال التقاويم للمكتب والمذكرات وغيرها وأصدر عدداً كبيراً من المؤلفات والنشرات منها:

الاجتماعي وعن الجانب الإندونيسي محافظ المنطقة الجنوبية لجزيرة سولاويسي ورئيس البلدية والقائد العسكري للمنطقة الجنوبية لجزيرة سولاويسي وعدد كبير من الشخصيات الرسمية والشعبية وأولياء أمور الطلبة.

النتائج المؤلفة والبحثي

بعد أن تلقى العجيري ونهم الكثير من علم الفلك والأرصاد الجوية بدأت ظاهرة التأليف تأخذ مجراها وبدأت مسيرة العطاء تأخذ طريقها في الإنجاز فقام بإصدار عدد من المؤلفات والمطبوعات في سن مبكرة جداً حتى أثناء دراسته قبل عام 1946 وقد بدأها بإصدار التقاويم، كما أنجز في عام 1937 قبل الحرب العالمية الثانية أول محاولة لعمل تقويم حيث سلمه والده إلى عبد الحميد عبد العزيز الصانع الذي سلمه للشيخ أحمد الجابر الصباح أمير إمارة الكويت حينها وأوصله إلى السيد عزت جعفر الذي أرسله

بخطوات بسيطة.. تخلص من كابوس المحتالين على واتساب

فهناك أساليب تتضمن مبادلة بطاقة «SIM»، أي وحدة تعريف المشترك، يستطيع المحتالون رقم هاتفك عن طريق تخصيصه لبطاقة جديدة من هذا النوع.

الأمر ليس سهلاً، لكنه ممكن والنتائج المترتبة عليه بالنسبة إلى الضحية كارثية.

عندما يكون رقم هاتفك بين أيديهم، سيشرعون في استخدام كل ما يتصل به، بما في ذلك «واتساب» المرتبط بالرقم لخداع الآخرين، أما التحقق عن طريق خطوتين فذاك يمنعهم من تنفيذ مخططهم.

وتذكر ألا يكون رمز التحقق سهلاً، مثل رقم هاتفك أو تاريخ مولدك.

وهناك تطبيقات يمكن أن تساعدك في مجال التحقق، ومنها على سبيل المثال (Google Authenticator). أما على صعيد الرسائل الواردة، فيجب الحذر دوماً من تلك التي تتحدث عن طرود ستصل إلى المستخدم وترفق دائماً برابط للدفع عبر الإنترنت، يكون في الغالب موقعاً مزيفاً.

والحل في مواجهة هذه الرسائل دائماً التذكر أنها عادة تكون غير متوقعة (لم يكن بينك وبينهم اتفاق مسبق)، لكن هذه الرسائل قد تكون واردة من جهة معروفة أو غير معروفة، وتطلب القيام بفعل مالي أو فتح رابط خارج التطبيق.

وإمعاناً في الخداع، يحاول المحتالون أن يسرقوا أموال المستخدمين بأن يدعوهم بخصوصيات أو تحقيق أرباح سريعة، وهي من أبرز الحيل المستخدمة.

لم يترك المحتالون وسيلة إلا واستعملوها من أجل الإيقاع بضحاياهم، ومع الرواج الكبير لتطبيق التواصل الفوري «واتساب»، وجدوا فيه فرصة لسرقة الكثيرين.

ويقدم موقع (wabetainfo) التقني سلسلة نصائح لمستخدمي «واتساب» من أجل حماية أنفسهم من أعمال الاحتيال، التي صارت منتشرة في طول العالم وعرضه.

ويقول الموقع إن «واتساب» يوفر خدمة تعزز الحماية للمستخدم، وهي التحقق من هويته عن طريق خطوتين، بحيث سيطلب من المستخدم تقديم رمز التحقق (PIN)، عندما تريد التسجيل في التطبيق، وذلك بعد إدخال رمز التسجيل المكون من 6 أرقام.

وعند تنفيذ هذا الأمر، يمكنك إدخال عنوان بريدك الإلكتروني، للمساعدة في استعادة الحساب على «واتساب»، إن نسيت رقمك للتعريف الشخصي.

ولتنفيذ أمر الحماية هذا توجه إلى الإعدادات (settings)، ثم الحساب (account)، ثم اختر خدمة التحقق بخطوتين (two-step verification). وتمكن أهمية هذه الخدمة في أنها تضيف طبقة ثانية من الحماية لحساب على تطبيق التواصل الفوري الشهير.

وفي حال لم تتمكن من التسجيل في التطبيق، لأنك لا تتركز رمز التحقق، في وسعك إعادة تعيينه عن طريق طلب رابط (Link) إعادة التعيين.

لكن هناك سيناريو لا يخطر ببال كثيرين،



أفضل ألعاب بلاي ستيشن 5 لعام 2022 ألعاب PS5 الجديدة

كونسول PS5 الجيل الجديد التي تم إطلاقها مؤخراً لكي تضي أوقات فراغك بكل سعادة ، الآن هيا بنا نأخذك معنا في جولة مكونة من 10 من أفضل ألعاب بلاي ستيشن 5 التي تتنوع بين ألعاب الطرف الأول والطرف الثالث لتخوض بهما تجربة خيالية ومغامرة ممتعة مع أفراد عائلتك والأصدقاء ، قد تكون هذه الألعاب متاحة أيضاً على كونسول الجيل السابق (PlayStation 4)، لذا، لا يوجد لديك أي عذر يجعلك تنتظر أكثر من هذا لكي تتخذ قرارك بالشراء لحسن الحظ، أننا قررنا أن نمضي من أجلك وقت أطول في البحث عن أفضل الألعاب بعناية شديدة كي نوفر عليك عناء البحث هنا وهناك، ونضع بين يديك أفضل الألعاب مباشرة، معنا لك قائمة تحتوي على ألعاب المغامرة، ألعاب الحروب، قتال السيوف، تقمص الأدوار، التجسس والألعاب السباقات، وبكل تأكيد سوف تشعر بعد تجربة أي منهم أنك لم تهدر وقتك الثمين في غير محله.

لم يمض الكثير على إطلاق إحدى أفضل منصات الألعاب الحصرية في الأسواق بلاي ستيشن 5 بغض النظر عن مشكلة العجز الشديد الذي تعاني منه شركة سوني في توفير العدد المناسب من الأجهزة للاعبين، إلا أنها استطاعت أن تحقق أرقام لا بأس بها من نسب المبيعات والآن، أصبح هناك أكثر من 4.5 مليون لاعب يستمتعون بروح المغامرة الجديدة وخوض تجربة اللعب الفريدة مع الجهاز الجديد، نتمنى أن تكون واحداً من بين هؤلاء ، فإذا كنت أحد الزائرين لهذا الموضوع! فهذا يعني أن هناك احتمالية كبيرة بأنك واحد من سعادة الحظ بإمتلاك جهاز PS5 ، إذا لم تكن كذلك، فنأمل أن تكون كذلك خلال أقرب وقت ممكن. ولكن في جميع الأحوال لابد وأنك جئت باحثاً عن أفضل وأقوى عناوين الألعاب الحصرية الجديدة التي تستحق أن تتواجد ضمن مكتبة ألعابك. حسناً، لقد فعلت الصواب وجئت إلى المكان الصحيح. سوف نستعرض لك باقية من أقوى وأجمل ألعاب





Ratchet and Clank Rift Apart

لعبة Ratched and Clank: Rift Apart هي واحدة من أفضل الألعاب التي يمكنك ممارستها على PS5 في عام 2022، بفكرة إبداعية جديدة وشخصيات نراها لأول مرة لديها طابع عمق تفصيلي وواقعي أكثر من رائع، وبالطبع من ردود الفعل اللامسية التي تجعلك تنغمس بكل أحاسيسك في اللعبة ونظام سريع في طريقة سرد اللعبة وحبكتها الدرامية وفوق كل شيء اللعبة تحتوي على عناصر الفكاهة والمرح التي ستجعلك تبتسم طوال ممارستك لها. اللعبة سريعة للغاية وإيقاعها ممتع لن يجعلك تشعر بالملل قط وفي نفس الوقت ستشعر أحياناً أنه من الضروري الاستمرار لكي تعرف كيف ستبدو نهاية كل مرحلة ودون أن تجعلك تأخذ الأمور على محمل الجد وهذا بفضل عناصر المرح والفكاهة التي تركز اللعبة والشخصيات عليها طوال أحداث القصة. أما بالنسبة لفكرة الشخصيات فهي جديدة تماماً ولم نراها في أي لعبة من قبل سوى في هذه السلسلة بالتحديد وتقدم تجربة لعب عائلية ترفيهية ممتعة وتستفيد ببراعة شديدة من تقنية ردود الفعل اللامسية والصوت لدرع التحكم الجديد بجهاز PS5، بالتأكيد هذه هي واحدة من أفضل ألعاب PS5 في عام 2022 وهي مرشحة للحصول على جائزة لعبة العام ولذلك ننصحكم بتجربتها فوراً.

التقييمات:

.Metacritic: 88%
.IGN: 9
.5/PCmag: 5
.5/EuroGamer: 4
.10/GameSpot: 9



FIFA 22

تعرضت سلسلة لعبة كرة القدم الشهيرة الخاصة بشركة EA إلى العديد من الانتقادات والتقييمات السلبية على مدار السنوات الماضية بسبب افتقارها لأي نمط جديد من أسلوب اللعب أو عمليات الشراء المزرية داخل اللعبة وقوائم التشغيل المزدهمة بالبيانات التي قد تتسبب في ارتباكك وتشتيت ذهنك. فدائماً لم تكن سوى مجرد تحديث لأرقام قصمان اللاعبين وتحديث اللعبة بمجموعة انتقالات اللاعبين الجديدة، حسناً في حين أنه لا يسعنا أن نقول أن FIFA 22 تخلصت من جميع تلك السلبيات ولكن على الأقل استطاعت أن تجلب حياة جديدة لنمط وأسلوب اللعب وأصبح محتوى الوضع الوظيفي Career Mode غني وهناك الكثير لفعله والتفاعل معه والعديد من التحسينات الجديدة في أشكال اللاعبين والتجربة الرسومية والمرئية بوجه عام. فإذا كنت تتساءل هل تستحق لعبة FIFA 22 الترقية والشراء على PS5 أم لا، فاسمح لي أن أؤكد لك بأن الإجابة هي نعم، حيث تبدو FIFA 22 وكأنها لعبة كرة قدم جديدة تماماً بفضل تقنية HyperMotion المبتكرة لترتقي بيئة اللعبة بكل مباراة ستلعبها مع أصدقائك عبر الإنترنت أو في وضع عدم الاتصال، مرة أخرى هي ليست استثنائية ولكنها مميزة عن أي إصدار شهدناه على مدار السنوات الماضية وبكل تأكيد تستحق تجربتك.

التقييمات:

.10/IGN: 7
.5/EuroGamer: 3
.10/GameSpot: 8
.PC Gamer: 76
.5/Game Radar: 3.5

من البقوليات بنفس وجبة تناول الرز مثلاً مثل خلط الرز مع العدس (الأصفر) أو مع الماش (الأخضر) يُمكن الإنسان من الحصول على جميع الأحماض الأمينية الأساسية - كما لو أنه تناول وجبه غذائية فيها لحوم أو فيها حليب ومنتجاته. الرز مع الحنطة هي مصادر غذائية مهمة لتجهيز الطاقه للإنسان في بلدان كثيره حول العالم. من ناحيه كميته البروتينات الرز هي أقل من بروتينات الحنطة لكن من الناحيه النوعيه أي الجوده فإن بروتينات الرز هي أحسن وأجود من بروتينات الحنطة. إضافة لذلك فالرز له ميزه أخرى عن الحنطة وهي أن إحد نشويات الرز يسمّى أميلون. هذا الأميلون يمتاز ببطي هضمه من قبل معدة الإنسان وهذا مفيد صحياً للناس المصابين بمرض السكري أو الذين يعانون من عدم انتظام السكر بالدم وذلك لأن بطي الهضم ما يعني بطي صعود السكر بالدم وهذا مفيد لهؤلاء المرضى الذين ذكروا تواء.

هناك بعض المشاكل الصحيه الناتجه من تناول الحنطة كغذاء رئيسي منها:

مرض السيلياك: هو مرض نادر جداً وينتقل وراثياً ويمتاز بعدم القابليه على تحمل البروتين «غلوتين» الذي يتوفر بكثرة بالحنطة والشعير مما يؤدي إلى ضعف بقابلية إمتصاص الغذاء من الأمعاء. علاجه يتم بتجنب تناول المواد الغذائية الحاويه على البروتين «غلوتين». نقص الزنك: وهذا موجود في بعض مناطق مصر وإيران حيث التربيه فقيره بالزنك كما أن الناس في تلك المناطق لا يُصَفون الحنطة من قشورها قبل تناولها بل يتناولونها كامله بسبب جوعهم وفقرهم. وحيث أن الحنطة الكامله غنيه بالفايتيت، وهذا الفاييتيت يعرقل إمتصاص الزنك الذي هو أصلاً موجود بقله بهذه الأنواع من الحنطة بسبب فقره بالتربيه المزروعه فيها تلك الأنواع من الحنطة. كل ذلك يؤدي الى نقصان الزنك بغذاء الانسان بتلك المناطق مما يؤدي الى تأخر نضوجهم الجنسي، وفي الحالات الشديده يؤدي الى تقزم قاماتهم. نقص فيتامين ب1: هذا النقص يكثر بين الشعوب التي يكون غذاءها الرئيسي هو الحنطة المصفاة التي يُعمل منها الخبز الأبيض، وكذلك يكثر بين الشعوب التي يكون غذاءها الرئيسي الرز المصفى جيداً من قشوره لأن هذان الغذاءان يكونان مفتقران لفيتامين ب1.

الغذاء الذي يتناوله الإنسان يمكن تصنيفه أو تقسيمه الى مجاميع غذائيه كما يلي:

المجاميع الثلاث وهي: الأغذيه المجهزه للطاقه: وهذه تشمل الحبوب مثل الحنطه والرز وغيرها. أغذيه بناء الجسم: وهذه تشمل اللحوم والحليب ومنتجاته. المجموعه الحيويه: وهذه تشمل الخضروات والفواكه.

كما يمكن تصنيف أو تقسيم المجاميع الغذائيه الى:

المجاميع الخمسه وهي: مجموعه الحبوب. مجموعه اللحوم. مجموعه الحليب ومنتجاته. مجموعه الدهون. مجموعه الفواكه والخضروات.

أما أحدث التقسيمات فهي تشمل: المجاميع الأربعة وهي: مجموعه الحبوب. مجموعه اللحوم. مجموعه الحليب ومنتجاته. مجموعه الفواكه والخضروات.

علماً بأن مجموعه الحبوب تشمل: الحنطه، الرز، البطاطا، المعكرونه، الذره والذره السكريه وغيرها أنواع عديده تزرع في البلدان الفقيره أو في المناطق الجافه مثل الشعير والشوفان وغيرها.

المواصفات المهمه لمجموعه الحبوب هذه هي:

هذه المجموعه تزود الإنسان بالكاربوهيدرات، الألياف مثل السليلولوز، مجموعه فيتامينات ب مثل ب1، ب2، ب6. هذه المجموعه تعتبر مصدر لا بأس به لتزويد الإنسان بالبروتينات التي تشكّل 9% الى 14% منها. بروتينات الحبوب تمتاز بافتقارها الى الحامض الأميني الأساسي وهو اللايسين. علماً بأن الحامض الأميني يعتبر أساسي حينما لا يستطيع الإنسان تصنيعه داخل كبده، بينما الحامض الأميني يعتبر غير أساسي حينما يستطيع الإنسان تصنيعه داخل كبده في حالة إحتياجه له. تجدر الملاحظه أن الحامض الأميني الأساسي (اللايسين) متوفر بكثرة في البقوليات. ولذلك فإن تناول نوع

إستكمالاً لموضوع غذاءنا المنشور بعدة مقالات سابقه من مجلة «حياتنا» الغراء نود إيضاح مايلي:



د. غانم صالح مهدي العبيدي

مكوّنات غذاءنا



نمو الطفل:

العلامات الهامة في الفترة من سن 10 إلى 12 أشهر

سيبقيك طفلك على أطراف أصابعك لعدة شهور قادمة. العلامات الفارقة في تطور الرضيع لبلوغ سن 10-إلى-12-شهرًا تشمل الزحف وتحسن التناسق اليدوي-النظري. يتحرك رضيعك باستمرار. ولا شيء يجعله أكثر سعادة من إسقاط ملعقة من على مقعده المرتفع مرارًا وتكرارًا. فإذا كنت ممن لا يستطيعون كبح الرغبة في قول "لا"، فلا بد أنك قد قلتها كثيرًا في الساعات القليلة الماضية. هكذا هي الحياة مع طفل عمره من 10 شهور إلى 12 شهرًا! في هذا العمر، ينمو الرضيع بسرعة.

ما الذي تتوقعه من سن 10 إلى 12 شهرًا، من المرجح أن يستمتع طفلك بما يلي:

تحسن المهارات الحركية. معظم الأطفال في هذا السن يمكنهم الجلوس دون مساعدة من أحد ويجرون أنفسهم إلى وضع الوقوف. كما أن الزحف والحبو والطواف حول أثاث المنزل سوف يؤدي به في النهاية إلى المشي. وبلوغ طفلك سن 12 شهرًا، قد يبدأ في خطو أول خطواته دون مساعدة. تنسيق أفضل لحركة اليد مع العين. بإمكان معظم الأطفال في هذا السن إطعام أنفسهم بقطع صغيرة رقيقة من الأطعمة، حيث يمكنهم مسك الطعام بين الإبهام والسبابة. وقد يستمتع طفلك بطرق المكعبات مع بعضها، ويضع الأغراض في حاويات ثم يخرجها، وأيضًا ثقب الأشياء بأصبع السبابة.



بسيطة تدل على كلمات شائعة مثل لبن وبطانية. ضع القواعد لتصرفات الطفل. لا يفهم طفلك الشيء الصحيح من الخاطيء. أثني على طفلك عندما يختار اختيارات جيدة، ووجهيه للابتعاد عن المواقف الخطرة. وارفضي تصرفه بهدوء إذا أذى طفلك الآخرين. اشرحي بهدوء لماذا هذا السلوك هو سلوك غير جيد، ثم أعيدي توجيه انتباه طفلك.

عندما يكون هناك شيء خطأ

يمكن أن يصل طفلك إلى بعض مراحل النمو قبل موعده ويتأخر قليلاً في غيرها. وهذا أمر طبيعي. ومع ذلك، من الجيد إدراك علامات أو أعراض وجود مشكلة.

أعدي القصص الخاصة بك التي تتناسب مع الصور. واظهر على طفلك أسئلة بشأن الصور. ولا تقيدي نفسك بالأسئلة التي تتضمن الإجابة بنعم أو لا. ساعدي طفلك في التعامل مع مشاعره. توقعي حدوث نوبات إحباط كلما حاول طفلك أن يفهم ويتحكم في بيئته. وإذا رمى طفلك حلقات بلاستيكية بدافع الإحباط، فالتقطي الأجزاء المبعثرة بهدوء وقولي له «أستطيع أن أفهم أنك غير سعيد. هيا نكتشف ماذا حدث. ذهب الحلقة الكبيرة من هنا. جربها أنت الآن». بالنسبة لبعض الأطفال، فإن تعلم القليل من الكلمات بلغة الإشارة قد يكون مفيداً. فعلمّي طفلك حركات

الكتب التي بها صور/أشكال أو رسومات أو أنشطة. اجعلي قراءتك أكثر إمتاعاً له من خلال إضفاء تعبيرات الوجه والمؤثرات الصوتية وأصوات للشخصيات المصوّرة. وخرّني الكتب في مكان يسهل الوصول إليه، بحيث يستطيع طفلك أن يكتشفها حينما يدعو مزاجه إلى ذلك. استمري في الحديث معه. إذا وصل طفلك لكتاب ما، فاسأليه "هل تود قراءة قصة؟" وإذا أشار طفلك إلى بقرة على غلاف كتاب مثلاً، فقولي له "لقد أمسكت بالبقرة! ما الذي تقوله بالبقرة؟" انتظري حتى يستجيب طفلك وبعدها اعرضي له الإجابة الصحيحة. حينما تقرئي كتاباً، كوني مبدعة.

متناول طفلك. وقومي بتغطية المنافذ الكهربائية واستخدمي بوابات للسلام وركبي وسائل منع فتح الأطفال للأبواب والخزانات. وإذا كان لديك أثاث له حواف حادة، فقومي بتبطينها أو إزالتها من الأماكن التي يلعب فيها طفلك. ونفس الأمر ينطبق على الأجسام خفيفة الوزن التي قد يستخدمها طفلك لشد نفسه حتى يستطيع الوقوف مثل حاملات النباتات والمنضدات المزخرفة. قومي بتثبيت أرفف الكتب وأجهزة التليفزيون وحواملها إلى الحائط. احتضني طفلك واقرئي له قصة. خصصي وقتاً للقراءة كل يوم — ولو لدقائق معدودات. ففي هذا العمر، قد يحب طفلك

مغادرتك حجرته، فسوف يبدأ في إدراك أنك ما زلت موجودة حتى عندما تغيبين عن نظره. وقد تجدين طفلك يقلدك من خلال تسريح شعره أو الضغط على أزرار جهاز التحكم عن بعد أو "التحدث" عبر الهاتف.

تعزيز نمو طفلك

إن حب استطلاع طفلك في هذا السن الصغير يجعلك مضطرة للتنبيه له باستمرار. حافظي على سلامة طفلك أثناء تحديه لتعليمه شيئاً من خلال اللعب. وفري له بيئة آمنة للاستكشاف. انقلي أي شيء قد يكون ساماً أو يسبب خطر الاختناق أو ينكسر إلى أجزاء صغيرة بعيداً عن

تطور اللغة. يستجيب معظم الأطفال بذلك العمر إلى الطلبات الشفهية البسيطة. وقد يكتسب طفلك مهارة التعرف على الإيماءات المتنوعة مثل هز الرأس للتعبير عن الرفض أو التلويح بأنه مغادر (مثل قول «باي باي»). وتوقعي أيضاً أن تصدر عن غمغمة طفلك نبرة صوت جديدة وتتطور كلماته مثل قول "بابا" و«ماما». وقد تسمعين صيحات معينة تعبر عن دهشة طفلك مثل «أوه!».

المهارات المعرفية الجديدة. كلما تحسن فهم طفلك عن وجود الأشياء، كان قادراً على البحث عن الأشياء المخبأة بسهولة. وبالرغم من أن طفلك قد يبكي عند

عبايات ربيع 2022

إذا كنت تبحثين عن تشكيلة عبايات فخمة تحاكي موضة عام 2022، و تجعلك تبدين بشكل أنيق و جذاب . كما إن والمرأة العربية تعشق ارتداء العبايات السوداء بوجه خاص، و رغم ذلك فهناك الكثير من العبايات الحديثة الملونة.

عبايات فخمة سوداء

إن العبايات السوداء من أكثر قطع الأزياء التي لا غنى عنها في دواليب كل امرأة عربية تعشق هويتها و زينتها بأناقة مميزة. فالعباية السوداء تتناسب مع إطلالاتك المختلفة سواء كانت نهائية أو مسائية، حتى يمكنك اختيار بعض التصميمات البسيطة منها للخروج نهائياً في العمل أو مع الأصدقاء. ويفضل اختيار عباية فخمة مميزة بطبقات أو مطرزة بأفضل الأحجار الكريمة المفضلة والتي يمكنك اختيارها مفتوحة و ترتدي تحتها بنطلون أسود أو جينز و تي شيرت سادة .

وتأتي من بين العبايات السوداء الفخمة الجديدة تلك المخملية التي تشبه شكل الفستان في تصميمها، والتي يمكنك تنسيقها مع طرحة سوداء سادة . لا تنسي مع ارتداء العبايات ضرورة تنسيقها مع حذاء بكعب عالي بلون حيادي مثل الأسود ملك الألوان و اكسسوار بسيط و حقيبة يد متوسطة أو صغيرة الحجم لإطلالة أنيقة راقية.

كما يمكنك أن تعتمد على العباية السوداء الفخمة المطرزة باللؤلؤ من اللون الأبيض، أو مطرزة من نفس لون العباية الأسود، و ذلك للخروج في المناسبات و السهرات.

عباية ملونه

و قد تربعت العبايات الملونة على عرش موضة أزياء و تصميمات العبايات خلال عام 2022، والتي يمكنك تنسيقها حسب خروجتك المختلفة.

لأن العبايات المطرزة بألوان مختلفة من أكثر العبايات التي يمكنك تنسيق الطرحة مع لون الخيوط المطرز بها العباية . كما تأتي العبايات بأشكال و ألوان مختلفة، ومن أبرزها العبايات باللون البرتقالي والأزرق، ولا سيما الأبيض و هي من أكثر العبايات التي تفضلها النساء وبالأخص في المناسبات. وتتميز تلك العبايات بتصميماتها الخليجية والشرقية، حيث تجمع ما بين الموضة والعصرية مع التركيز على التفاصيل. كذلك تتميز العبايات بتصميم الأكمام على شكل جرس، و هي الأكمام التي تبدو نهاياتها واسعة لإطلالة فخمة وأنيقة، وتتميز العبايات الحديثة أيضاً بالكشكشة والمصممة على شكل فستان، مما تمنحك إطلالة أنثوية و حرية في الحركة بشكل عملي وشيك.

عبايه كحليه

تعشق الكثير من النساء و الفتيات العباية باللون الكحلي و التي تترجع على عرش موضة عبايات عام 2022. حيث ظهرت بشكل كبير العباية باللون الكحلي الملكي، و التي تتميز بلونها الغامق قليلاً و المصنوعة من المخمل أو القطيفة.

وتتميز تلك العباية الكحلية بتصميمها بأكمام منتفخة و ياقات عريضة، ومطرزة بالترتر عند أطراف العباية.

كما إن تشكيلة من عبايات فخمة لهذا العام تتميز بوجود طبقات، وتتميز بوجود جيوب كبيرة شفافة بتطريزات متنوعة للمرأة التي تبحث عن عباية مختلفة.





موديلات حجاب عصرية ومميزة 2022

موديلات حجاب لعام 2022 تعد أحد اهتمامات رواد الموضة حول العالم من المحجبات؛ وذلك لأن الغالبية من المحجبات يواجهن مشكلة في تنسيق الملابس الساترة والأنيقة مع الحجاب وفي نفس الوقت تواكب الموضة، لذا نعرض عليك تشكيلة من موديلات الحجاب لعام 2022 تناسب الموسم الجديد.

ولتغير الموضة بشكل مستمر للأحدث بشكل يومي، فقد ظهرت العديد من موديلات وأشكال الحجاب المختلفة التي تجعل المرأة تظهر بشكل جديد وأنيق.



التي تعتمد عليها كثير من الفتيات المحجبات، حيث تعتمد اللفة على بندانا قطنية وطرحه ووضوع نوع من زينة التي توضع على الشعر، على الطرحه مما يعطي مظهرًا مختلفًا للفة.

طرحه طويلة مصنوعة من قماش الكريب، تربط من الخلف، ويبقى طرف منها في الأمام، تناسب الوجه الدائري بشكل كبير.

□ تشبه هذه اللفة الحجاب التركي، حيث إنها تعتمد على الطرحه المصنوعة من قماش القطن الناعم.

أحدث صيحات الموضة لحجاب 2022

تدل صيحات الموضة الحديثة في الحجاب على ثقافات البلاد المختلفة، ويمكن تغيير شكل ونمط الحجاب حسب التفصيلات الفردية.

يمكن ارتداء الحجاب في الحفلات والتجمعات والمناسبات بمختلف أنواعها، وذلك لوجود العديد من الإطلالات وأشكال الحجاب المميزة التي يتم تنسيقها مع ملابس المحجبات.

لفة حجاب مع بندانا قطنية

□ تعد لفة حجاب مع بندانا قطنية من أفضل موديلات حجاب لعام 2022، حيث تعتمد عليها الكثير من المحجبات لسهولة طريقتها، بالإضافة إلى مظهرها الجذاب.

□ لفة حجاب تعتمد على بندانا قطنية، وطرحه من القطن الناعم، تعطي مظهر أنيق وتناسب مع جميع الأذواق.

□ تعتبر هذه اللفة من أسهل اللفات للطرح على الإطلاق، حيث إنها تقوم على الطرحه القطنية فقط، وهي من أكثر أنواع الطرح التي تعتمد عليها الكثير من المحجبات.

□ تعد هذه اللفة من اللفات المميزة للمحجبات، لأنها تعتمد على بندانا على شكل حرف X، مما يعطي مظهرًا مختلفًا ومميزًا للمحجبة.

□ نوع آخر من لفات الطرح المختلفة، حيث إنه يعتمد على خروج بعض من شعر المحجبة من الأمام، مع ارتداء طرحه من الشيفون الناعم.

□ ظهرت في الأونة الأخيرة آخر صيحات الموضة

على طرحه مصنوعة من الشيفون، ويظهر طرفين الطرحه على الظهر.

ثانيًا: موديلات الحجاب السوري لعام 2022

يعتبر الحجاب السوري الأكثر اعتمادًا في عالم الحجاب، حيث إنه يعتمد على سهولته بالإضافة إلى شكله الجذاب التي يبرز جمال الوجه مثل: اللفة السورية المنتشرة في الوقت الحالي بين المحجبات على قطعتين من القماش، القطعة الأولى تسمى بندانا سورية، والقطعة الثانية يتم ارتدائها فوقها.

ذلك بحيث تجعل الوجه ملائكي، وتبرز جمال الحجاب، ويعتمد عليها كثير من الفتيات المحجبة. يمكن ارتدائها بهذا الشكل على فستان واسع، تعطي له بريق ملائكي.

ثالثًا: موديلات مختلفة الشكل لعام 2022

لذا دائمًا ما تحاول المحجبات البحث عن لفات حجاب متنوعة حتى يواكبن الموضة، إليكم بعض الأشكال المختلفة والمتنوعة للحجاب.

أولًا: موديلات الحجاب التركي لعام 2022

أصبحت موديلات الحجاب التركي هي الأكثر انتشارًا على مستوي العالم بين المحجبات، وذلك لأنه يقوم على طرق سهلة وبسيطة تبرز من خلالها جمال الحجاب الإسلامي.

تتميز لفات الحجاب التركي بالطرح المصممة من القماش المميز المصنوع من القماش الناعم أو الكريب أو الحرير أو القطن، ومن هذه الموديلات الرائعة ويعتبر الحجاب لعام 2022 خلال الفترة الأخيرة، وذلك لبساطتها وسهولة طريقتها حيث إنها تعتمد على ارتداء بندانا سورية من أسفل الطرحه، ثم لف الطرحه بطريقة دائرية حول الرقبة بحيث يغطي الرقبة بأكملها.

□ لفة بسيطة تعتمد على بندانا السورية ثم لف الإسكارف المصنوع من الحرير حول الرقبة بشكل دائري، وتتناسق هذه الطريقة مع ارتداء الفساتين الواسعة نوعًا ما.

□ هذه اللفة بسيطة للغاية حيث إنها تعتمد فقط

البيوتين (بالإنجليزية: Biotin) الذي ينتمي لمجموعة فيتامينات (ب)، الذي يُسهم بفعالية في زيادة سمك الأظافر، وحمايتها من التشقق أو الإنكسار، إلى جانب تحسين صحتها العامة؛ حيث أشارت دراسة ألمانية أجريت على 45 شخصاً يعانون من مشاكل شديدة في الأظافر أن تناول ما مقداره 2.5 ملغم يومياً لعدة أشهر من البيوتين يؤدي إلى حدوث تطور في صحة الأظافر لدى 91% منهم.



نصائح

تتطرق النقاط الآتية لذكر بعض النصائح التي تساعد على العناية بالأظافر:

1- يُمكن المساعدة على زيادة قوة الإظفر من خلال وضع طبقة من مقوي الأظافر عليه.



2- تجنّب عادة قضم الأظافر، لما يترتب على ذلك من إضرار بفراش الإظفر، وتسهيل إصابتها بالعدوى البكتيرية أو الفطرية بسبب الإصابة بالجروح.

3- قص زوائد الأظافر الجانبية بعناية، والامتناع عن سحبها؛ لتجنب إزالة أي من الخلايا الحية إلى جانبها.

4- التقليل قدر الإمكان من استخدام مزيل طلاء الأظافر، وخاصة ذلك الذي يشتمل في تركيبه على الأسيتون.

5- عدم إهمال وضرورة مراجعة اختصاصي الأمراض الجلدية في حال ملاحظة أية مشكلة متعلقة بالأظافر.

تنظيف الأظافر

تعتمد طريقة التنظيف الصحيحة للأظافر على استخدام فرشاة الأظافر لفركها بلطف، سواء كانت عملية التنظيف تتم منزلياً أو في المركز المتخصص، وذلك بدلاً من استخدام الأدوات المدببة التي تشكل نوعاً من التنظيف العنيف للأظافر، حيث إنها تتسبب في حصول فجوة ما بين الظفر وسريره، الأمر الذي يُعتبر طريقة سهلة للتعرّض للعدوى البكتيرية أو الفطرية.

ارتداء القفازات

فُشّل ارتداء قفازات عند القيام بعمليات التنظيف، وخاصة تلك التي تتطلب استخدام الماء الساخن والصابون؛ كغسل الأطباق، إحدى أساسيات الاعتناء بالأظافر وحمايتها، ويعود ذلك لما يتسبب به غمر الأيدي بالماء الساخن والصابون من تجفيف لبشرة اليدين والأظافر كذلك، وتكون نتيجة ذلك هي إضعاف الأظافر مهما كانت قوية.

ترطيب الأظافر

يؤكد المختصون بالأمراض الجلدية إلى ضرورة الحفاظ على رطوبة الأظافر، لما يرتبط بذلك من حماية لها من التعرّض للتكسّر، أو الانقسام، أو القطع الناتج عن جفافها، ويُمكن الحصول على الترطيب اللازم ببساطة من خلال تطبيق بعض الزيت على المنطقة الواقعة أسفل الظفر؛ لترطيبه بشكل كامل.

الحصول على مكملات البيوتين

يُساعد الحصول على بعض المكملات الغذائية في تحسين صحة الأظافر، ومن هذه المكملات

نصائح للعناية بالأظافر

مع قرب حلول شهر رمضان المبارك

هل يجوز الجمع بين نية قضاء صيام رمضان وأيام التطوع؟

قال مركز الأزهر العالمي للفتوى الإلكترونية، إنه يجوز للمسلم أن ينوي نية صوم الفرض مع نية صوم النفل، فيحصل بذلك على الأجرين، وهذا على مذهب الشافعية وبعض المالكية.

وأضاف مركز الأزهر، في إجابته عن سؤال: «هل يجوز أن أصوم الأيام التي علي من رمضان كل يوم اثنين وخميس بنية القضاء والسنة؟»، أن الأولى أفراد صيام القضاء عن صوم النفل بنية مستقلة؛ حيث إن كلاً منهما عبادة مستقلة.

وأوضح أنه ذهب الأئمة أبو حنيفة والشافعي وأحمد إلى أن الصائم إذا أكل أو شرب ناسياً لم يفسد صومه ولا شيء عليه، سواء قل الأكل والشرب أو كثر، وسواء كان صيام فرض أم تطوع.

هل يجوز الصيام بنيتين

ورد سؤال إلى دار الإفتاء المصرية، عبر صفحتها الرسمية بموقع التواصل الاجتماعي « فيسبوك » تقول صاحبه: « هل يجوز الصيام بنية قضاء ما علي من أيام فوائت وعلى الميت أيضاً».

أجاب الشيخ محمد عبد السميع، أمين الفتوى بدار الإفتاء المصرية، السائلة قائلاً: «لا يجوز لك الجمع بين هاتين النيتين في الصيام؛ لأن قضاء ما عليك فوات مقدم وفرض».

وتابع « عبد السميع » عبر فيديو البث المباشر لدار الإفتاء « أنه إذا أردت الصيام عن الميت؛ افعلي ذلك في غير الأيام التي عليك». واختتم أمين الفتوى بأنه يجوز للسائلة أيضاً قضاء ما عليها من صيام ثم الدعاء للميت بعد الانتهاء من صيام اليوم بأن يهب له الله مثل ثواب صيامها.

افضل طريقة لفوائت الصوم:

قضاء الصيام واجب على كل من أفطر في رمضان سواء بعذر أو بغير عذر ودين لله

عند العبد يجب قضاؤه قبل ان يدركه الموت سواء كانت هذه الأيام بعذر أو بدون عذر المهم القضاء .. وقضاء الصيام يتغافل عنه كثير من الناس فيقضي ما عليه بدفع كفارة أو إطعام عن كل يوم مسكين وهذا غير جائز إذا كان لديك القدرة على الصيام والقضاء .

وقال الشيخ محمود شلبي امين الفتوى بدار الإفتاء ردا على سيدة تسأل « كيف أحسب فوائت الصيام عن فترات الحمل والرضاعة المتكررة؟ » قائلاً: احسبي عدد الأيام بالتقريب عن كل سنة كان فيها حمل أو رضاعة ، ثم ابدأي بالقضاء يومين في الأسبوع أو يوم واحد بالأسبوع أو صومي النوافل بنية القضاء ونية التطوع كالاثنين والخميس من كل اسبوع أو الثلاثة ايام البيض من كل شهر أو وقفة عرفات أو الست من شوال أو ليلة النصف م شعبان كلها ايام صيام نافلة يجوز لك ان تصومها بنيتين ، ولا يشترط التتابع في القضاء .

هل يجوز الإطعام في قضاء الصيام؟

من جانبه قال الشيخ عبد الحميد الأطرش رئيس لجنة الفتوى بالأزهر الأسبق، إنه لا يجوز للمرأة أن تقضي ما عليها من أيام أفطرتها في رمضان الماضي بإطعام مسكين عن كل يوم إلا إذا كان لديها عدم قدرة على الصيام كحمل أو رضاعة أو صحتها الضعيفة لا تقوى على الصوم أما غير ذلك فيجب عليه الصوم.

وأضاف خلال إجابته على سؤال سيدة استفسرت عن إمكانية قيامها بإطعام مسكين عن كل يوم أيام أفطرت من رمضان الماضي والذي سبقه بدلا من الصيام؟ قائلاً : لا يجوز وإذا فعلتي فأنت آثمة إذا كان لديكي القدرة على الصوم.

وتابع الأطرش: عليكي باغتنام فرصة الصيام في شهري رجب وشعبان وصيام ما عليكي من أيام فمن الممكن أن تصومي من كل شهر خمسة أو سبع أيام متفرقة حتى تقضي ما عليكي .





الكويت تحصد 15 ميدالية في غرب آسيا البارالمبية

نجم (دفع الجلة)، عهد الرشيد (فردى كرة طاولة)، فيما أحرز عبدالله الحرز، وشاميل الملا، وحسين البناي، محمد الرشيد المركز الثالث والميداليات البرونزية، في منافسات القرص، الجري، كرة الطاولة فردي جلوس، وكرة الطاولة فردي وقوف توليا.

وبهذه المناسبة، أهدى رئيس مجلس إدارة اللجنة البارالمبية الكويتية ناصر العجمي الإنجاز الكبير الذي حققه أبطال الكويت المعاقون إلى سمو الأمير، وسمو ولي العهد والشعب الكويتي، قائلاً: «لله الحمد أعيادنا الوطنية المباركة تزينت بميداليات أبناء الكويت في ألعاب كرة السلة، كرة الطاولة، ألعاب القوى، وهناك المزيد إن شاء الله بهمة أبطال الأزرق».

وأكد العجمي أن الإنجاز الكبير في غرب آسيا تحقق بتعاون الجميع، من مجالس إدارات أندية المعاقين، وأجهزة فنية وإدارية ولاعبين، عملوا جميعاً بجد واجتهاد، للحصول على أفضل النتائج، وقد جنوا ما قدمت أيديهم، وحصدوا ثمرة عمل إداري وفني مدروس، فلهم كل الشكر، والسى مزيد من الانتصارات.

جمع أبطال الكويت 15 ميدالية متنوعة في دورة منطقة غرب آسيا البارالمبية الثالثة المقامة منافساتها حالياً في المنامة، وذلك بعدما بسطوا هيمنتهم على ألعاب القوى، كرة السلة، كرة الطاولة، إذ أحرز منتخبنا الوطني لكرة السلة للمعاقين المركز الأول بتغلبه على نظيره البحريني ظهر في آخر مواجهاته في البطولة 59-50 نقطة.

كما جمع منتخبنا الوطني 6 ميداليات ذهبية، حيث سجل بطل الكويت وحامل فضية دورة الألعاب البارالمبية 2020 فيصل سرور رقماً آسيوياً جديداً في قذف القرص، محرراً المركز الأول، فيما تمكن عبدالله عبيد العنزي من التغلب على بطل «طوكيو 2020» في سباق 100 متر للكراسي المتحركة، ليتوج بالذهبية، كما أحرز كل من ياسر المسلم ذهبية دفع الجلة، وحمد حجي ذهبية قذف القرص، وفي منافسات كرة الطاولة توج يعقوب الخليفة بذهبية فردي الرجال، وأحرزت ملاك هادي العنزي ذهبية السيدات.

وفاز بالميدالية الفضية، كل من فيصل الراجحي في 100 متر (كراسي)، روان العنزي 100متر (كراسي)، باسمة

الكويت تستضيف «سلة 3 ضد 3» في مارس

نقاط بعد كل فوز، على أن يتوج باللقب من يحصد أعلى رصيد إجمالي تراكمي في 4 مباريات، وعندنا ينال 6 نقاط إضافية، وفي حال تساوي فريقين في الرصيد الإجمالي، تقام مواجهة مباشرة بينهما، فيحصل الفائز على الإضافة، أما إذا حصدت 3 فرق الرصيد الإجمالي نفسه، فعندها تنتقل إلى جولة «الموت المفاجئ» لكسر التعادل عبر الرميات الحرة. ولا شك أن المباراة التي تستمر عشر دقائق فقط ستختبر قدرة الفريق المشارك على التحمل، خصوصاً أن الساعة لا تتوقف. وإذا بلغ أحد الفرق 21 نقطة قبل نهاية الوقت، فإن

المباراة تنتهي تلقائياً. أما إذا انتهت بالتعادل، فيتم عندها الانتقال إلى الوقت الإضافي، على أن يكتب الفوز لأول فريق يسجل نقطتين.



تستعد الكويت لاستضافة بطولة كرة سلة الشوارع 3 ضد 3 (ريد بل هاف كورت)، في مارس المقبل تحديداً، حيث تقام التصفيات في 22 و23 مارس على أن تقام النهائيات في 24 مارس.

وما يميز البطولة عن غيرها يتمثل في أسلوبها القائم على اللعب السريع في مباريات تمتد 10 دقائق دون توقف تصاحبها موسيقى صاخبة طوال الوقت، وهو ما يعتبر إحدى قواعد الحدث.

وتقام المباريات باستخدام كرة رسمية تدعى «سبالدينغ ريد بل هاف كورت» قياس 7، وثمة نظام معتمد في البطولة لرصد نقاط الفرق المشاركة يعرف برصيد «امتلك الملعب» (Own the Court). ويحصل الفريق على 5

ماراثون الركلات الترجيحية يتسم لـ«الريدز» ليتوج بطلاً لكأس الرابطة



توج ليفربول بلقب كأس رابطة المحترفين الإنجليزي لكرة القدم للمرة التاسعة في تاريخه اثر فوزه على تشيلسي 11-10 بركلات الترجيح اليوم في المباراة النهائية للبطولة على استاد «ويمبلي» العريق بالعاصمة البريطانية لندن. وخيم التعادل السلبي على الوقتين الأصلي والإضافي للمباراة رغم الفرص العديدة التي سنحت للفريقين وكان منها أكثر من هدف أُلغاه الحكم بداعي التسلل.

ومع انتهاء الوقتين الأصلي والإضافي بالتعادل السلبي، احتكم الفريقان لركلات الترجيح.

وفي ماراتون ركلات الترجيح، سجل ليفربول المعروف بـ«الريدز» كل من جيمس ميلنر وفابينيو وفيرجيل فان دايك وترينت ألكسندر أرنولد ومحمد صلاح ودييجو جوتا وديفوك أوريجي وأندي روبرتسون وهارفي إليوت وإبراهيم كوناتي وحارس المرمى كاوميهين كيلر، وسجل لتشيلسي كل من ماركوس ألونسو وروميلو لوكاكو وكاي هافيرتز ورييس جيمس وجورجيهو وأنطونيو روديجير ونجولو كانتى وتيمو فيرنر وتياجو سيلفا وتريفو تشالوباه، وأهدر حارس المرمى كيبا اريزابالاجا (الركلة الحادية عشرة التي أطاح بها عالياً).

وجاءت بداية المباراة قوية وسريعة حيث دخل الفريقان سريعاً في أجواء اللقاء، وكاد كريستيان بوليسيتش

يفتح التسجيل مبكراً لتشيلسي اثر هجمة سريعة في الدقيقة السادسة وتميرة لعبها سيزار أزيبليكويتا من الناحية اليمنى وقابلها بوليسيتش المندفع أمام المرمى بتسديدة مباشرة، ولكن كاوميهين كيلر حارس مرمى ليفربول تصدى لها ببراعة.

كما سنحت الفرصة لليفربول في الدقيقة 12 اثر هجمة سريعة منظمة لكن دفاع تشيلسي أفسد الهجمة في الوقت المناسب، وحاول تشيلسي ترجمة تفوقه إلى هدف مبكر ولكن دفاع ليفربول ظل صامداً كما شكل هجوماً ليفربول بعض الإزعاج لدفاع تشيلسي على فترات متقطعة، وأهدر ساديو ماني فرصة ثمينة للفريق في الدقيقة 18 عندما أطاح الكرة برأسه بعيداً عن المرمى. بمرور الوقت، أصبح ليفربول هو الأكثر هجوماً، وسدد محمد صلاح الكرة قوية في الدقيقة 22 لكنها ذهبت خارج المرمى.

وواصل ليفربول ضغطه الهجومي على تشيلسي، وأنقذ السنغالي إدوارد ميندي حارس مرمى تشيلسي فريقه من هدف محقق في الدقيقة 31 عندما تصدى لتسديدة صاروخية أطلقها نابي كيتا من خارج منطقة الجزاء ثم تصدى للمتابعة الجيدة من السنغالي الآخر ساديو ماني مهاجم ليفربول المتحفظ أمام المرمى.

استبعاد روسيا

من تصفيات مونديال قطر..

و3 بدائل لاستكمال الملحق الاوروبي

المرحلة السابقة من التصفيات وأعلن الاتحاد الدولي إيقاف كل المنتخبات والأندية الروسية عن المشاركة في كل المنافسات حتى إشعار آخر. وعلى صعيد الكرة النسائية، من المنتظر أن يتم إبعاد منتخب روسيا من المشاركة في اليورو ليحل منتخب البرتغال مكانه.

وفي الأندية، تم استبعاد نادي سبارتك موسكو من الدوري الأوروبي ليصعد لايبزيغ الألماني مباشرة إلى ربع النهائي.

ودعا كلا من الاتحاد الأوروبي والدوري للتضامن مع جميع المتضررين في أوكرانيا معربين عن أملهما في أن يتحسن الوضع في أوكرانيا بشكل كبير وسريع بحيث تصبح كرة القدم مرة أخرى قوة دافعة للوحدة والسلام بين الناس.

أعلن الاتحاد الدولي لكرة القدم استبعاد روسيا من ملحق تصفيات أوروبا المؤهل لكأس العالم بعد الأحداث الأخيرة وغزو أوكرانيا.

وأصدر الاتحاد الدولي بياناً مشتركاً مع يوفيفا إيقاف كل الفرق والمنتخبات الروسية حتى إشعار آخر.

وكان من المنتظر أن يلعب منتخب روسيا مع بولندا في الملحق الأوروبي المؤهل لكأس العالم.

ورفض منتخب بولندا في وقت سابق اللعب مع روسيا. وبحسب سكاي سبورتنس، فإن هناك 3 احتمالات للملحق بعد إقصاء روسيا سيتم اختيار أحدهم. -صعود بولندا للنهائي مباشرة.

-صعود سلوفاكيا لمواجهة بولندا بعد أن كانت صاحبة المركز الثالث في مجموعة روسيا.

-صعود النرويج كأفضل أصحاب المركز الثالث في

باب يختص بالرد

على أسئلة القراء الصحية

من قبل نخبة من الأطباء المختصين
في مختلف الأمراض المزمنة وغيرها..

للتواصل واتساب 97709111

برجاء ذكر الأسم الأول

والمنطقة السكنية

سؤال حصة - العدان :

اشعر بطفح جلدي دائماً مع بداية موسم الصيف ..
كما اشعر بتهييج دائم لأنسجة الجلد .. ما هي اسبابه
وطرق علاجه ؟..

الجواب:

الطفح الحراري من بين الأمراض التي تفسد
على الكثيرين فرحة قدوم فصل الصيف،
إذ غالباً ما يعاني أصحاب البشرة الحساسة
بسبب هذا الطفح الجلدي، والذي يترافق مع
ظهور بثور وحكة مزعجة. لكن هذه الطرق
البسيطة والفعالة كفيلة بتجنبه.

مع قدوم فصل الصيف وارتفاع درجات الحرارة
تزداد شدة التعرق، وهنا تبدأ المشاكل وخاصة
لدى أصحاب البشرة الحساسة. فالتعرق الزائد
يؤدي إلى ظهور ما يعرف بـ«الطفح الحراري»،
والذي يتمثل بظهور بثور حمراء صغير
تسبب حكة شديدة. ويكثر ظهور هذه البثور
في بعض مناطق الجسم، مثل الصدر والرقبة
ومابين الساقين والرفلين، فضلاً عن إمكانية
ظهور تلك البثور على فروة الرأس والجبين
أيضاً، لذا علينا اتباع التالي.

• اختيار الملابس المناسبة.
• غسل المناطق المتضررة من الطفح الجلدي بالماء

الفاخر وتجفيفها جيداً ومن ثم رش قليل من
البودرة على تلك المناطق المتضررة.

• في كثير من الحالات يؤدي الطفح الحراري
إلى حكة مزعجة، ويرجع ذلك إلى إفراز
الهيستامين في الجسم. ولتخفيف هذه
الحكة ينصح خبراء الأمراض الجلدية
بتناول بعض المكملات الغذائية مثل فيتامين
C، الذي يحول دون إفراز الهيستامين في
الجسم. ويحتوي فيتامين C على مضادات
أكسدة قوية تساعد على الشفاء من الطفح
وتخفف من فرص التعرض لردات فعل
تابعة للحساسية. كما من الممكن تناول
مضادات الهيستامين أيضاً. ويمكن أيضاً
استخدام الطب البديل لعلاج الحكة وذلك
بمزج نبات القراص مع مادة الكانثارييس
المضادة للتهيج.

• من علاجات الطفح الجلدي المنزلية: شرب
البابونج، زيت الزيتون، اللبن الرائب، زيت
اللافندر، خل التفاح .

سؤال عباس - الرميثية :

هل تؤثر اشعاعات الهاتف الجوال على زيادة
معدل الإصابة بالسرطان؟

الجواب:

نشرت منظمة الصحة العالمية تقريراً عام 2011
بينت فيه آثار الإشعاعات الناجمة من محطات
الإرسال ومن الجوار والرادارات وأنها قد تزيد
نسبة الإصابة بمرض السرطان، كما أن دراسة
أخرى تحدثت عن تأثير الجوال على زيادة نسبة

الإصابة بسرطان الدماغ لمن يستعمل الجوال
كثيراً، ورغم ذلك لم تثبت الأبحاث العلمية
بصورة مؤكدة تأثير الجوال على زيادة نسبة
الإصابة بالمرض خاصة أن الدراسات السابقة
لم توضح كيف تؤثر الإشعاعات على انتشار
الخلايا السرطانية .

الجواب:

لم يثبت علمياً بأن فيروس كوفيد - 19 له علاقة بأي من
السرطانات حتى الآن، ولكن لا شك أن هناك فيروسات
تعتبر عوامل مخاطرة لدى الأورام السرطانية ولعل أهمها ما
يعرف بالفيروس البشري الحليمي HPV المرتبط بسرطان
عنق الرحم ومرتبطة حالياً بسرطان الفم الحلقى، وهناك
فيروس آخر مشهور في آسيا وموجود لدينا في مناطقنا
وهو فيروس (ابشتاين بار فيروس) EBV المرتبط بسرطان
الخشوشم، والذي يعتبر ثاني السرطانات من حيث الإصابة
في الرأس والرقبة، كما أن هناك فيروسات تؤثر بشكل
غير مباشر مثل فيروس الكبد الوبائي الذي يؤدي إلى
تليف في الكبد ويحمل معه مخاطر بسرطان الكبد .

سؤال ام حمد - السالمية :

هل صحيح أن هناك فيروسات لها علاقة
بأمراض السرطان . وهل فيروس كوفيد-19
من ضمن هذه الفيروسات؟

هل تخشع

قلوب الأطفال عند قراءة؟

القرآن الكريم؟

وجد العلماء أن بعض الترددات الصوتية يمكن أن تخفف الألم الذي يحس به الأطفال حديثي الولادة، ف لجأوا إلى الموسيقى فوجدوا أن الاستماع إلى الموسيقى يهدئ الأطفال ويجعلهم ينامون براحة وسعادة.

ولكن الذي لفت الانتباه أن الموسيقى يمكن أن تحسن ضربات القلب والتنفس

لدى الطفل، وقد استخدم

العلماء صوت الموسيقى

لتخفيف الآلام عن

الأطفال الخدج، وأخذوا

عينات من دم الأطفال

ووجدوا بالفعل أن هذه

الترددات الصوتية تزيد

من نسبة الأوكسجين في

الدم. إن هذه الدراسة تشبه

تجربة قمتُ بها على طفلي

لمدة سنتين ولاحظتُ خلالها أن

تلاوة القرآن للأطفال تخفف عنهم

الألم بشكل كبير لدرجة أن الطفل بمجرد

سماع ترتيل القرآن يبدأ بالهدوء والارتياح

وينام قريير العين.

وبعد فترة من إسماع هذين الطفلين للقرآن أصبح كل منهما يحب الاستماع إلى القرآن وبخاصة قبيل النوم. وحتى في حالة المرض «الالتهابات التي يعاني منها الطفل والإسهال وغير ذلك من الأمراض التي يمر بها كل طفل» كانت حالة الطفل

تتحسن كثيراً بعد استماعه

لصوت القرآن، وكان يشعر

بسعادة وطمأنينة ويخف

وجعه كثيراً.

ويمكنني القول بأن

الاستماع إلى القرآن

ضروري جداً لكل طفل

وكل كبير، ونتمنى

من أطبائنا المسلمين

أن يقوموا بمثل هذه

التجارب لإثبات تأثير

كلام الله على الأطفال، مع

العلم أن مثل هذه التجارب

بسيطة ولا تكلف الكثير.

وبالفعل هناك بعض الدراسات مثل الدراسة

التي قامت بها الدكتورة وفاء وافي أسناذة

أمراض التخاطب بطب عين شمس، حيث



(لَوْ أَنْزَلْنَا هَذَا
الْقُرْآنَ عَلَى جَبَلٍ لَرَأَيْتَهُ
خَاشِعًا مُتَصَدِّعًا مِنْ خَشْيَةِ
اللَّهِ وَتِلْكَ الْأَمْثَالُ لَضُرِبَها
لِلنَّاسِ لَعَلَّهُمْ يَتَفَكَّرُونَ)
[الحشر: 21].

عليه وسلم نجد أن الأذان في أذن الطفل سنة نبوية! فقد قال ابن قدامة رحمه الله في كتابه المغني: يُستحب للوالد أن يؤذن في أذن ابنه حين يولد، لما روى عبد الله بن رافع عن أمه أن النبي صلى الله عليه وسلم أذن في أذن الحسن حين ولدته فاطمة. وعن عمر بن عبد العزيز أنه كان إذا وُلد له مولود أخذته في خرقة فأذن في أذنه اليمنى، وأقام في اليسرى وسماه.

إذا كان غير المسلمين يستفيدون من الترددات الصوتية لعلاج أبنائهم فلماذا لا نستفيد من صوت القرآن ونسمع الطفل آيات القرآن منذ أن يكون جنيناً من خلال استماع أمه للقرآن، ومن ثم نسمعه القرآن طيلة فترة الطفولة وحتى يكبر، أليست هذه الطريقة أفضل من تناول الأدوية الكيميائية؟

ونقول إذا كان القرآن يؤثر على الجبال فيما لو كانت تعقله، فكيف بنا نحن البشر، ألا يؤثر علينا كلام الله تعالى؟ يقول جل وعلا: (لَوْ أَنْزَلْنَا هَذَا الْقُرْآنَ عَلَى جَبَلٍ لَرَأَيْتَهُ خَاشِعًا مُتَصَدِّعًا مِنْ خَشْيَةِ اللَّهِ وَتِلْكَ الْأَمْثَالُ لَضُرِبَها لِلنَّاسِ لَعَلَّهُمْ يَتَفَكَّرُونَ) [الحشر: 21].

أثبتت أن القرآن كشف طريقة جديدة لمعالجة الأطفال، الذين تتأخر عملية النطق عندهم، من خلال قول الله عز وجل على لسان سيدنا موسى عليه السلام: (قَالَ رَبِّ اشْرَحْ لِي صَدْرِي * وَيَسِّرْ لِي أَمْرِي * وَاحْلُلْ عُقْدَةً مِنْ لِسَانِي * يَفْقَهُوا قَوْلِي) [طه: 28-25].

وقد قامت الباحثة بوضع هذا النص القرآني على الكمبيوتر حتى يتمكن الأطفال من الاستماع إليها وتكرارها، وأدت إلى شفاء عدد كبير من الأطفال، وهنا تبرز أهمية أن تقوم الأمهات بتعليم الأطفال كلمات خفيفة متعلقة بالدين مثل (أحد، الله، الإسلام).

وأثبتت الدراسات التي قدمها مجموعة كبيرة من الأطباء المتخصصين في مجال التخاطب أن أغلبية الأطفال الذين يرددون هذه الكلمات منذ الصغر لا يحدث لهم صعوبات في التخاطب، وينطقون بالكلام مبكراً، كما طالبت الأمهات بمداومة الحديث مع الأطفال عقب مرور فترة الولادة ومحاولة دراسة القرآن والاستماع إليه من خلال «التسجيلات الصوتية» وشاشات الكمبيوتر.

ولو رجعنا إلى سنة النبي صلى الله



حتى نلتقي

كانت اعيادنا الوطنية في الماضي الجميل بهجة للمواطن والمقيم .. كانت فرحة .. يسعد فيها الكبير والصغير .. كان شارع الخليج هو الميدان الرسمي لكل الفعاليات الوطنية .. وكانت تشترك فيه كل مؤسسات الدولة الحكومية والخاصة .. وتجد الأهالي مصطحبين أبناءهم منتظرين مرور المركبات بأشكالها المميزة والاستعراضات والفرق الشعبية كل يدلي بدلوة لبهجة الجمهور على طول شارع الخليج .. كما تنتقل هذه الاحتفالات في بعض السنوات الي منطقة السالمية لتنقل البهجة والفرحة لاهالي المنطقة .. وكانت الأنظار تتجه إلى احتفالات محافظة الأحمدى المميزه التي كانت تجذب الكل لحضورها .. أعيادنا الوطنية كانت فرحة وبهجة ليس للكويتيين بل كانت محطة جذب لغالبية دول الخليج العربي فتجد أغلب مواطني دول مجلس التعاون مشاركين أهل الكويت بفرحتهم فتكتظ الفنادق بإخواننا من أهل الخليج خلال فترة الأعياد الوطنية ...

أما أعيادنا في الوقت الحالي فقد اختلفت اختلافا كبيرا عما كانت عليه سابقا ..

فتجد المطارات تكتظ بالمسافرين من الكويت إلى كل بقاع العالم ..

فهل هو تغيير العادات والتقاليد .. أم نحن كشعب تغيرت مفاهيمنا وعاداتنا مع تغير الزمن ..

أم التطور التكنولوجي وعصر السرعة في حياتنا غير من مفاهيمنا ..

لكن مع ذلك وبكل أشكال التغيير الذي حصل مازالت الكويت عروس الخليج ..

رب أدم علينا فرحتنا واحفظ كويتنا وقيادتنا من كل مكروه .. اللهم آمين ..

أنور بورحمه



مع تحياتي

نسمات رمضان تقترب من بيوتنا، بما فيه من نفحات عطرة ننتظرها بفارغ الصبر!.

وشهر رمضان أحد الأشهر الهجرية، الذي فضله الله تعالى على غيره من الشهور، الشهر الذي فرض على المسلم أن يصومه، كما أن لشهر رمضان من الروحانيات الدينية التي تلهب المشاعر فتجعلنا بانتظاره نترقب حلول هلاله، فإن له روائع اجتماعية تقربنا من أهلنا بجمعتنا على مائدة واحدة وفي وقت محدد.. كم اشتقنا لهذه الجمعة.

نفحات الشهر تقترب مع أطباق اللقيمات والقطايف، ونسمات رمضان تقترب! «يا رب أهله على بيوتنا بالخير واليمن والبركات».

ننتظر رمضان بشوق كبير، نتجهز لهذا الفرحة الروحاني، نتطلع لحلوله وقد من الله علينا فيه بالقيام بكل ما أمر به الله سبحانه وتعالى من الصدقات وصلوة الرحم وقراءة القرآن وعمل الخير، نرى الجميع يتسابق لتقديم الدعم سواء كان مادياً أو عينياً لمستحقه، والحمد لله تزرع دولتنا الحبيبة بالعديد من الجهات والصناديق الخيرية التي تقدم المساعدات بهذا الشهر الكريم، فهو شهر البركة وشهر الخير تجتمع فيه الطاعات، وطرق الخير الكثيرة، مما لا يجتمع في أي شهر آخر.

شهر رمضان المبارك الذي يعنني العبد فيه بغذاء الروح ويسمو على الشهوات، ويعمل بجد على تربية نفسه، والرقي بروحه، ويكثر من الأعمال الصالحة رغبة بزيادة الأجر، ومضاعفة في الحسنات، وإن العبد المحروم حقا هو من حرم نفسه من فضل هذا الخير كله، وحتى يحسن العبد الاستعداد لشهر رمضان القادم عليه ان يتهيأ له، وأن يستحضر فكرة اغتنام الشهر الفضيل في ذهنه بشتى الطاعات وسبل الخير..

اللهم أهله علينا بالخير والبركات وبلغنا حُسن العبادة فيه!

ومبارك عليكم الشهر هذا الشهر الفضيل.

د. حصة الشاهين

كباننا

Hayatuna

يناير حتى ديسمبر 2021



صحية - ثقافية - اجتماعية

لنحيى الأمل في قلوبهم

حساب مساعدات مرضى السرطان
بيت التمويل الكويتي - الفرع الرئيسي

011140002574

من 2785 مريضاً بالسرطان سنوياً
هناك 555 مريضاً بانتظار
صدقاتكم وزكاتكم

تواصل معنا

صندوق مرضى السرطان
22530184 - 22530120
69076269

العنوان: القادسية
قـ (1) - شـ (14) - مبني رقم (2)
ص . ب 26733 الصفاة 13128 - الكويت

