

jadl@albiladdaily.com

يتم إرسال مقالات الكتاب على العنوان أعلاه

## المخلوع ينازع !!



د. سعيد بن علي الفقيه

من خلال ما حققه التحالف العربي من انتصارات، وما حققته من مكاسب كل يوم في أرض اليمن، لتطهيرها من عصاوبة الحوثي، ومليشيات المخلوع، وإعادة الشرعية والحكومة الرسمية لليمن، وما يتبع ذلك من استقرار للبلاد، وأمان للعباد، في شمال اليمن وجنوبها!!

ظهر المخلوع، يهذي بما لا يدري، ويهرق بما لا يعرف، ويتكلم فيما لا يفهم!! لأن الذي يدري عنها ويعرفها، ويفهمها هي الغدر والخيانة، ونقض المواثيق، وكيف لشخص قلبه أسود، ولسانه يكذب، ونفسه من الطمع لا تشبع، أن يخلص لشعبه ويصدق!! فتراه مرة يذم في السعودية، من خلال وصف عاصفة الحزم بالاعتداء على اليمن، فيصف العملية بالعدوان السعودي، لاستئثار الشعب المغلوب على أمره، وتضليل وخداع الرأي العام!! فينتهم العاصفة بقتل النساء والأطفال، لا من أجل شيء - على حد قوله - إلا إنها حرب على الزيدية والشافعية، لتصنيف المذهب الزيدي بأنه مذهب شيعي!! ثم نيق ثم نبح فقال نحن على أتم الاستعداد والمذهب الوهابي!! ثم نيق ثم نبح فقال نحن على أتم الاستعداد للمصالحة مع الشيعة الكبرى السعودية، عاد ليقول: إن الشيعة الكبرى تربطها حدود مع اليمن، لكن بقية الدول العربية المشاركة في التحالف العربي، لا ناقة لها ولا جمل في هذه الحرب!! فلماذا يتحالفون مع السعودية لضرب اليمن ومحاربه!! ولكن سوف لا ننسى ذلك وينصفي حساباتنا معهم فيما بعد على حد تعبيره.

ثم عاد مدافعا عن إيران وعن واليها، عصابات الحوثي بهمجيتها وتخلفها، والتي ترفع شعار: الموت لأمريكا واسرائيل بيدها اليمن!! وفي يدها اليسرى: الموت لأهل السنة في أرض اليمن وفي الجزيرة العربية!! وهامهم على جماعه اليمنيين الشرفاء يرقصون!! الذين وقفوا وقفة الأبطال ضد الانقلاب على الشرعية!! ثم قام يترنح، ويطلب من الشيعة الكبرى بأن تراجع عن تدخلاتها في اليمن، ولا تمس الأمن القومي اليمني!! وعلى اليمن أن لا تمس الأمن القومي السعودي!! ثم قام مفلس اليمن بالتلويح بأن اليمن لو انفصلت وانقسمت شمالا وجنوبا فإن المملكة سوف تتقسم وتتفصل هي الأخرى لعدة أقسام!!

وإذا ما خلا الجبان بأرض طلب الطعن وحده والنزال... لم يعد طالع اليمن يعرف من هو!! وماذا يريد!! وبأي صفة يتحدث عن اليمن وأهله وحاضره ومستقبله!! واستجروا مكابذ الحرب حتى تركوها لها عليهم وبألا... لكل داء له دواء يستطب به... إلا الجهالة أعتت من يداويها... أقول له: عمرا فيسعه سعدا... ويكتبه حمدا وينطقه زيدا... هذا باختصار حال فاسد اليمن المخلوع..

Drsaed1000@hotmail.com  
Twitter: @drsaed1000

## كاريكاتير أعجبنى

حلب تحترق..



## شواطئ ينبع تعانق الأطلال



على السلبيات والمشاكل التي تعترض الصيادين وتحصد من عملهم وأوقات صيدهم وكذلك أفساح المجال أمام المبادرات التطوعية الشبابية.

وأعداد وتنظيم البرامج والسباقات التي تتعلق بالصيد والغوص والترفيه البحري حتى تساهم بفعالية في تنشيطها السياحي موسميا أو بالأجازات والعطل الدراسية والأعياد كمثال منطقة جازان وقيام أو استقطاب شركات اهلية متخصصة لديها الإمكانيات اللازمة لتوفير وسائل الصيد من عبارات ومراكب ومعدات وادوات وعمالة الخ. الخ. الحديث عن ينبع يطول شرحه عبر هذه الأسطر القليلة ونظرا لمحدودية مساحة المقال أوردنا إشارات وتلميحات سريعة للدلالة والتوضيح نواصل الحديث لاحقا بمقال لخر يخص ويتعلق بمعضوقتنا ينبع البحر أما ينبع الصناعية فليدبرها هينتها الملكية الموقرة للجبل وينبع، تكفيها لكي تسد رمق أهلها وسكانها وتلبى احتياجاتهم.

أهلها وسكانها أو يسد حاجتهم وقوتهم قبل غيرهم من زوارها وعابريها أو من اهالي منطقة المدينة المنورة بعد ان اصبح السمك فيها عزيزا وشحيحا رغم وفرة بحرهما بخيراته وثرواته السمكية وتنوع اشكاله واللوانه ومسمياته واحجامه المختلفة أصبحت اسعاره نارية تضاهي بعض مناطق المملكة إن لم تزيد عنها في بعض الأوقات لاغرابية ان يصل سعر كيلو السمك الناجل مائة ريال ويمائله الجمبري سورا بعد ان كانت من قبل تشتهر كونها مدينة الاسماك واكله رز الصيادية في مطامعها وبيوت أهلها وسكانها تحتاج إلى وقفة وإلى إعادة نظر من قبل كافة الجهات المسؤولة في القطاعين العام والخاص لتوفير وزيادة إنتاج الثروة السمكية وتجهيز وتهئية مطامع عصرية حديثة التي تعرف بال "السيفوت" وكذلك مضاعفة التصاريح الخاصة بصيد السمك التي تمنح للصيادين وتقديم التسهيلات لهم من قبل خفر السواحل والمؤسسة العامة للمواني ووزارة النقل ووزارة العمل والشؤون الاجتماعية ووزارة التجارة والغرفة التجارية وغيرها من القطاعات الأخرى ذات العلاقة المباشرة المعنية بالأمر.

بطلع: أحمد مكي  
ينبع البحر مدينة هادئة، حالة تروى وتنام بالقرب من شواطئها البكر تتأمل الحاضر بعيون ماضيه وتاريخها العريق شامخة كشموخ جبال رضوى ظلت كما هي على مر السنين. بعد ان اختفت مدينتها "ينبع الصناعية" وجعلتها قابعة تعيش في سكون وهدوء محبتها عن الأفتار وجعلتها متوارية في خجل. هذه المدينة التي كانت ولا زالت تستقبل حجاج بيت الله الحرام بمينائها التجاري الذي ظل هو الآخر كما هو على حمة الأيادي منذ إنشائه. لم يحظى من المؤسسة العامة للمواني بلغة تنتقله من الغرق. تحتاج إلى كثيف ومضاعفة الجهود من قبل الجميع حتى تلوح في الأفق وتبرز على السطح ويسطع نورها.. وتعود شهرة أهلها كما كانت على مر الأزمان بصيد الأسماك التي ارتبطت بحياتهم ومعيشتهم وعلاقتهم بالبحر وموروثاته الشعبية وتتواصل مجددا بشكل وطيد. بعد ان تخلى بعضهم عن مهنته لأسباب عديدة ؟ بسبب الوفاة أو المرض أو كبر السن لم يعد الصيادون في بحرهم كثيرون كما كانوا سابقا عهدهم يصطادون الأسماك وبعض مايزخر به من منتوجات بحرية يوجد بها عليهم يكفي للمساهمة في وضع الحلول الناجعة والقضاء

## مشروع الإسكان بين الأمل والمأمول!



علي خضران القرني

منذ إعلان الدولة - أيدها - عن مشروع الإسكان العام والفرحة تغمر المواطنين، وخاصة الطبقة الكادحة منهم، وتمثل في من لا يملك مسكنا شرعيا، ويعيش وأسرته في مسكن بالأجرة، وفي الشباب الذين أنهوا دراساتهم الجامعية ومقبلين على الزواج.

وقد مضى على إعلان هذا المشروع الوطني الهام بضع سنوات ولم ير النور حتى الآن، رغم أهميته في حياة المواطن السعودي اقتصاديا وحياتيا. إن كثيرا من ذوي الدخل المحدود المتقاعد منهم ومن هو على رأس العمل يسكنون بالأجرة والشباب المقبلون على الزواج أصيبوا بخيبة أمل بسبب تعذر وجود السكن الذي يتفق وروايتهم الشهيرة، فأجرة الشقق على سبيل المثال في جدة وبقية المدن المماثلة لها تتراوح بين ٢٠-٣٥ ألف ريال في السنة وقد تزيد. ورواتب الجامعيين تبدأ من ٦-٨ آلاف ريال شهريا تقريبا ناهيك عن متطلبات الحياة من معيشة وغيرها.

كان المأمول أن مشروع الإسكان في حالة نجاحه، سيقتضي على ارتفاع أقيام الأراضي الخيالية، واعتدال أجرة المنازل والشقق الباهظة وتعود الأسعار إلى سابق استقرارها، ولكن حدث العكس، فأقيام الأراضي ما تزال في خانة الملايين، وأجرة الشقق خيالية ولا نزول يذكر؟ إذا أرادت الدولة - مشكورة - تحقيق مشروع الإسكان وبلوغه الهدف المأمول، فعليها أولا تحديد أسعار الأراضي التي طفرت أقيامها بشكل غير معقول إلى أسعار تناسب ظروف أفراد المجتمع على حد سواء، وكذلك أجور المنازل والشقق، ومجازاة من يخالفها، وبذلك سيسير مشروع الإسكان وسيحقق الهدف منه ولو سار ببطء.

### خاتمة:

إن من أولويات طموحات خادم الحرمين الشريفين الملك سلمان بن عبدالعزيز - يحفظه الله - توفير السعادة للمواطن السعودي على كافة الأصعدة، وتوفير سبل الحياة الكريمة والعيش الرغيد له، وفي أولوية ذلك السكن المناسب (قيمة وأجرة) فهل نرى ذلك قريبا؟ أرجو ذلك...

نائب رئيس النادي الأدبي بالطائف سابقاً  
جوال ٠٥٥٧٠٠٧٢٥

## أصدقاء.. ولكن!



يحملون لنا باقات الفورود للتخفيف عن الأمانا ولا يحيطوننا عند المرض إلا من رحم ربي. إن الفجوة الاجتماعية التي حدثت بين الناس والتباعد الساجم عن الانشغال بالأبوار الحياتية جعل الكثير منهم يلجؤون إلى تكوين الصداقات في مواقع التواصل الاجتماعي والذي يصعب عليهم الحزم بهويتهم الأصلية، ولكنهم يتعدون عليهم بشكل كبير ليعيشوا معهم في عالم غير واقعي منفصل عن عالمنا الاجتماعي الحقيقي. الصداقة الحقيقية تدوم طويلاً لأن أساسها قوي فهي مبنية على عشرة يتقاسمها شخصان جمعتهما ذكريات مخلدة في ذاكرة الزمان، سواء أكان على مقاعد الدراسة أو في العمل، وتتلوور بينهما صفات مشتركة في الميول والأفكار والاهتمامات، وهذا ما يضيف على الصداقة قيمتها الحقيقية التي تجعل من الصعب التخلي عنها. الصداقة الحقيقية هي القرب لا البعد، الحب لا الكراهية، الصدق لا النفاق، وهذا ما يجعل الصداقات راسخة لا تتغير بزمان ولا بمكان.

الخاص من خلال هاتفه المحمول ليتفاعل مع الأصدقاء الافتراضيين. هل سيأتي اليوم الذي تختفي فيه الصداقة الحقيقية؟ وهل سيكون الصديق المفضل هو الذي يطل علينا من نافذة حسابنا على مواقع التواصل الاجتماعي؟ من بين الأصدقاء في العالم الافتراضي تعرفت فتاة على صديقات أصبحت جزءاً من حياتها النفسية والاجتماعية وفي يوم من الأيام أصابها المرض وظهرت عليها الأعراض حتى أصبحت طريحة الفراش. في تلك اللحظة حاولت الفتاة التواصل مع صديقاتها على وسائل التواصل الاجتماعي حتى يهدئوا من روعها فكان الرد "فديتج والله ما اتشوفين شر، الله يشفيج. حينها بدأت تفكر، هل هذا النوع من الأصدقاء الذي تسعى إليه؟ هؤلاء الأصدقاء لا يمسحون دموعنا ولا يحموننا عند المرض إلا من رحم ربي.

عاشة الجناحي  
تصحو كعادتها على صوت أذان الفجر لتؤدي فروضها، تلبس ملابسها ومن ثم تغفل دولابها، ومن بين الأشياء المهمة في الصباح هو شحن الهاتف المتحرك ليساعدها في إرسال رسائلها الصباحية على آلاف من المتابعين في فيس بوك وتويتر والواتساب والاستجرام، ومن المهم أن تتأكد من التفاعل الإلكتروني المثالي من خلال اللايكات والتغريدات والبرودكاست فهذا التفاعل بحد ذاته كفيل أن يضيف لصباحها بريق ورونق خاص. من عشر سنوات كان الأصدقاء لدى البعض لا يتجاوزون أصابع اليد الواحدة، أما اليوم ستجد البعض يتفخرون أمامك لأن لديهم آلاف الأصدقاء في مختلف مواقع التواصل الاجتماعي. ولكن لم صار البعض يفضل ويركز على تكوين الصداقات في العالم الافتراضي أكثر من العالم الواقعي؟ صحيح أن مواقع التواصل الاجتماعي من أفضل الوسائل التي يستخدمها الكثيرون للحصول على صداقات جديدة، إلا أنها قد تكون سبباً في قطع أطر التواصل بين الأصدقاء المقربين. فلأسف سيطرت التكنولوجيا على حياتنا بصورة كلية وبدلت شكل علاقتنا بالعالم فحولت أقرب الناس إلينا إلى شخصيات افتراضية، فلم يعد شيئاً غريباً أن تجد أسرة في حجرة واحدة ولكن كل واحد يتغمس في عالمه

## لماذا نتنهد؟



أن نتنفس. أما بالنسبة للأطفال الرضع، فيساعد التنهد على تنظيم عملية التنفس في الرئة لديهم، بحسب باحثين في مجلة "علم النفس التطبيقي" المتخصصة. ويقوم الرضع بالتنهد في المتوسط بين ٥٠ إلى مائة نفس عادي، وهو ما يساعد مركز تنظيم التنفس في المخ لديهم على التعرف على أنسب إيقاع للتنفس بالنسبة لهم، وهذا يساعدهم على تنظيم قدرات المخ والأعصاب. ومن المعروف أن الإنسان يتنهد أكثر عند الشعور بالحزن أو بعد انتهاء مشكلة ما، فما التفسير العلمي لهذا الأمر؟ يرى العالم أولفريد غويتز أن التنهد في هذه الحالات يعمل بشكل فعال عمل "زر إعادة التشغيل" لنفسية الإنسان، ويساعد بشكل كبير على كسر التوتر. لذلك فمن يعاني من الضغط، قد يساعده على التغلب عليه أن يأخذ نفساً عميقاً، أو بمعنى آخر "يتنهد".

وفقاً للباحثين، فإن تنفس الصعداء يجلب للثة ضعف حجم الهواء مقارنة بالتنفس المعتاد، وهو أمر ضروري في حالة الضغط العصبي. ويوضح عالم الأعصاب جاك فيلدمان من جامعة كاليفورنيا قائلا: إذا كنت في حالة تعب وانهايار، تتأثر قدرات الثة، ويرى العالم أولفريد غويتز أن التنهد في هذه الحالات يعمل بشكل فعال عمل "زر إعادة التشغيل" لنفسية الإنسان، ويساعد بشكل كبير على كسر التوتر. لذلك فمن يعاني من الضغط، قد يساعده على التغلب عليه أن يأخذ نفساً عميقاً، أو بمعنى آخر "يتنهد".

د. موزة المالكي  
قال العلماء إن الإنسان يتنهد في المتوسط كل خمس دقائق، لكن ما السبب في ذلك؟ وهل يساعد التنهد في التخفيف من التوتر؟ العلماء الأمريكيون أجابوا عن هذه التساؤلات. وذكر الباحثون أن الإنسان يتنهد ١٢ مرة في الساعة، وذلك دون أن يدرك ذلك، وبحسب دراسة أمريكية فهذا التنهد الغفوي غير الطوعي ضروري وحيوي لضمان استمرار وظائف الثة، كما أن عملية التنفس العميق هذ "ضرورية وحيوية"، فالتنفس من الوظائف المهمة جدا في الجسم، فهو ليس فقط وسيلة لد الخلايا بالأكسجين وإبقائنا على قيد الحياة بل له فوائد قد تدهل الإنسان حين يتعرف عليها، فهناك مئات الطرق للتنفس ليس فقط الأنفاس القصيرة التي تنفسيها فهناك تقنيات من التنفس تساعدنا على فقدان الوزن الزائد وهناك تقنيات أخرى تخلص الجسم من التوتر وتريح الأعصاب وتقنيات أخرى لا حصر لها.

## لغة الحوار دائما



فريدة العبيدي  
تعاين مجتمعاتنا النامية من ازدياد نسب الطلاق بين فئة الشباب من المتزوجين حديثا أو ممن هم حديثو عهد بالابوة ولديهم طفل أو طفلان وعند مناقشتهم عن أسباب الطلاق ينطلقون في الحديث عن معاناتهم الأسرية وتعذر استمرارية زواجهم ومن ثم يبدؤون في سرد ملف المشاكل الذي بدأ مع بدايات أيام زواجهم الأولى، رغم أن بعضهم تم زواجهم بقناعتهم واختيارهم دون أي ضغوط أو تدخل من أهلهم ويكونون قد مروا بتجربة حب طاهر عفيف توجهوا بالزواج خلاف بعضهم ممن تزوجوا بناء على رغبة واختيار أهلهم، الغريب في الأمر أنه في كلا الأمرين يحدث الطلاق سواء الزواج المبني على حب وقناعة أو الآخر المبني على ترتيب الأهل. ما نعيشه على أرض الواقع يعكس حقيقة موضوع اجتماعي مهم يستدعي الوقوف عنده لدراسة أسبابه والعمل على إيجاد حلول جوهريه تساعد على راب الصمدع وديمومة الزواج واستقراره.

الملاحظ في الأمر أن هناك أسبابا يسوقها الشباب كمبرر لطلاقهم، ويأتي في مقدمتها خيانة أحد الطرفين وللآخر وفي الغالب الزوج هو المتهم كونه لم يراع قدسية الحياة الزوجية، وتوريطه نفسه في علاقة مع امرأة أخرى دون تفكير في عواقب هذه العلاقة على أسرته الصغيرة، وعند سؤاله يبرر خيانتته بسوء معاملة زوجته له، وغيرها المدمرة وغير المبررة، وشكوكها المستمرة التي لا تنتهي حتى تبدأ من جديد بأحداث أخرى، ومحاولتها السيطرة عليه بإصرارها على أن يقدم لها كشف حساب مفصل بكل حركة يتحركها دون مراعاة لمبدأ الثقة الذي يفترض أن يسود علاقتهم الزوجية، أو احترام مساحة الحرية التي يجب أن يتمتع بها كل منهما.

ولا يقل عنه أهمية غياب لغة الحوار بينهما والتي غالبا ما تتحطم عند أول انطلاقة صراخ تصدر من أحدهما ضد الآخر والاسترسال في كيل الاتهامات له دون مراعاة أو احترام لمشاعره وأواصر العشرة التي تربطهما. ويأتي الخلاف على الأمور المادية وحسن إدارتها في مقدمة الأسباب المؤدية للطلاق وبالذات عندما يعاير أحد الزوجين الطرف الآخر بأنه لولا قيامه

بالصرف لانتهت حياتهما وتوقف، وتشرذم أبنائهما، أو يتهمه بسوء التصرف والتسددور فيما يخص الأعباء المالية والإنفاق غير المتوازن والاهتمام بالكماليات على حساب الضروريات دون وعي أو تقدير بسلبيات هذه التصرفات على المستوى المعيشي للأسرة. ويأتي مسلسل الخذلان في دوامة العنف الجسدي واللفظي والنفسي من ضرب وشمم وإهانات وتهديد بالطلاق ليسارع في عملية العد التنازلي لانهايار الأسرة ويتصمد فتور العلاقة بين الزوجين واختلاق الزوجية ويزيد الطين بلة غلبة الشعور بالملل والروتين والفراغ العاطفي الذي يعترى كلا منهما. وتتضاعف شقة الخلاف وتزيد حدتها جهل كل طرف منهما بمفهوم الحياة الزوجية وطبيعة المسؤوليات والحقوق والواجبات المترتبة عليها حياتهما الجديدة المخالفة لنشأتها التي تربيا عليها في أسرتهما والتي تعودا فيها على الاتكالية وعدم تحمل المسؤولية. ويأتي تدخل الأهل غير المبرر في كل صغيرة وكبيرة تعترض حياة أبنائهم لميجل من هدم حياتهما الأسرية ويزيد النار اشتعالا خلاف الأبوين على تربية أبنائهم واتهام بعضهم البعض بإفساد هم وعدم تربيتهم التربية السليمة كل هذه الأسباب مجتمعة أو منفردة تدق ناقوس الخطر في ردهات الحياة الزوجية وتحتاج لن يعيها ويتصدى لها بكل حزم وإصرار وموضوعية سواء من الأزواج أنفسهم أو ذويهم من ذوي الحكمة والخبرة والحكمة وتحمل المسؤولية أو من المختصين في المؤسسات الاجتماعية المعنية بشؤون الأسرة والمجتمع عن طريق الحملات التوعوية التثقيفية عبر وسائل الإعلام المختلفة وبرامج الإرشاد الأسرية. لا ننسى أن الأسرة نواة المجتمع ودعامته الرئيسة فاستقرارها يرقى المجتمع ويتطور.

## ويأتي الخلاف على الأمور المادية وحسن إدارتها في مقدمة الأسباب المؤدية للطلاق وبالذات عندما يعاير أحد الزوجين الطرف الآخر