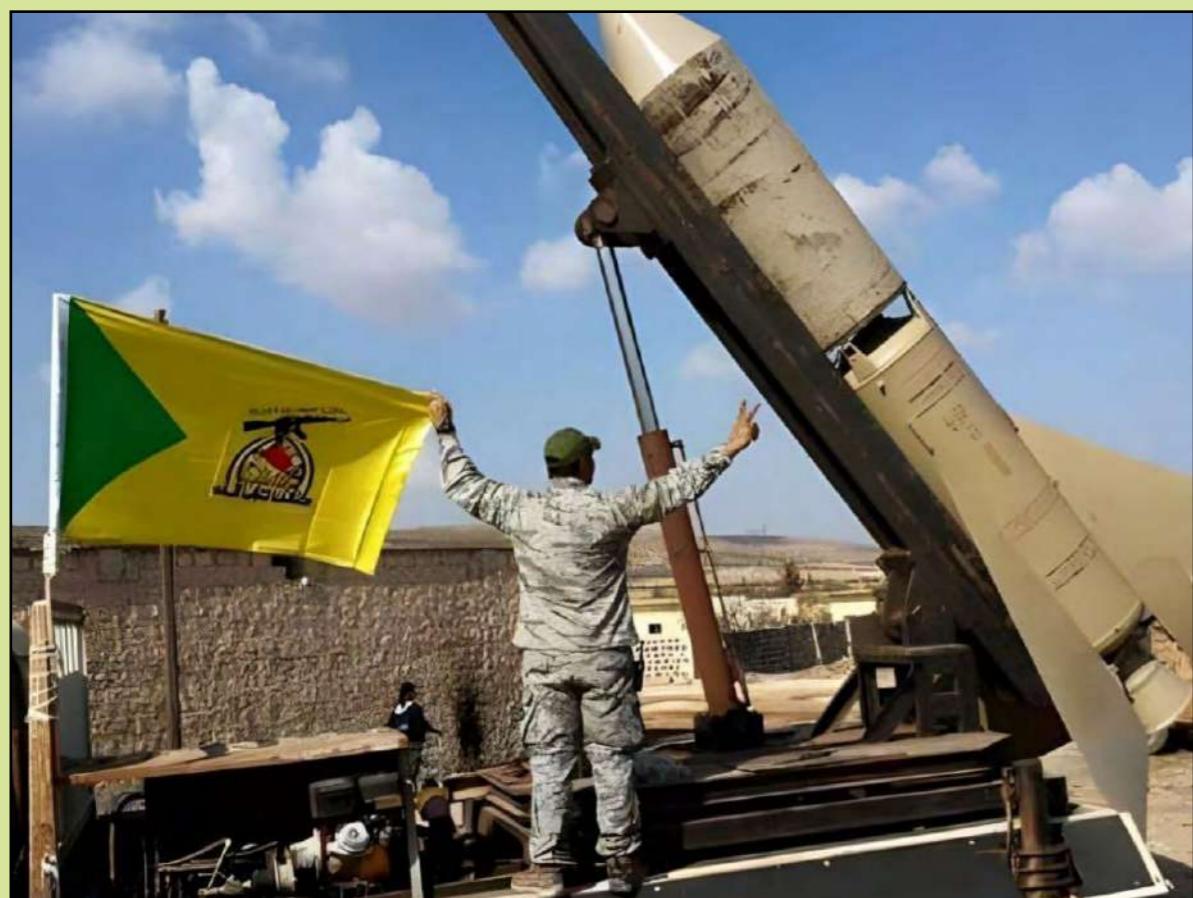




حذرها من المغامرة والانحراف بجانب الكيان

الحاج الحميداوي يبعث رسائل تهديد مباشرة لواشنطن ويضع قواعدها ضمن بنك الأهداف



لـ«المراقب العراقي» إن ما تشهده اليوم من عدوان صهيوني على إيران هو بدعم وتأييد من أمريكا، منها بإن أمريكا حتى وإن أعلنت أنها لم تتدخل لكن بطبيعة الحال أن كل ما يجري هو بخطيط أمريكي يشكل كاملاً». وأضاف الموسوي أن «على القوى السياسية العراقية والحكومة أن يكون لها موقف واضح مما يدور في الساحة الإقليمية خاصة أن الجارة إيران كان لها موقف مترافق مع العراق، لذلك يجب أن يكون موقفنا أقرب إلى نفس المستوى». وبين الموسوي أنه «يجب تحديد عمل السفارة الأمريكية في بغداد، واداً كان لها موقف خارج الأطر الدبلوماسية يجب أن تتفق فوراً، منها يانه في حال تحرّك أمريكا بالتدخل في الحرب واستهدافها، خاصة بعد أن اخترق في الإطار التسليسي، والخاصين من المتصدرين تحمل المسؤولية، واتخاذ موقف شجاع في لا تنسى رقة الحرب، وذلك بغلق سفارة التر الأكبر، وطرد قوات الاحتلال الأمريكي من البلد، كونها التهديد الأوضح والأخطر لأن العراقيين واستقرار المنطقة». وتصاعدت المطالبات العراقية بغلق السفارة الأمريكية في بغداد، بعد العدوان الصهيوني على أنها تستنكر وتشجب العدوان على الجمهورية الإسلامية، إذ تم تقديم شكوى رسمية إلى مجلس الأمن الدولي ضد الكيان الصهيوني، متهمة إياه باستخدام الأسلحة العراقية لتنفيذ هجمات عسكرية ضد دولة جارة، واصفه بأنها انتهك سلبيّة على صاحبها في المنطقة بصورة عامة، إذ أعلنت المقاومة الإسلامية كتائب حزب الله على لسان أمينها العام الحاج أبو حسين الحميداوي، أنها تراقب تحركات العدو الأمريكي وإنما أقدمت واشنطن على التدخل في الحرب فأعلنتها مستعدة على استهداف مصالحها وقواعدها داخل البلاد.

المراقب العراقي / سداد الخاجي..

ارتفاع الحرب على الاقتصاد الصهيوني.. موانئ معطلة ومطارات مهددة

وقالت الشركة إنها تدرس تأثير الأضرار على العمليات وعلى نتائجها

المالية، وتحديد موعد لإعادة تشغيل الأنابيب المتضررة. ووفقاً لتقديرات الكيان الصهيوني ضربات موجعة من قبل صواريخ الجمهورية الإسلامية الإيرانية التي حولت مراكيزه الاقتصادية إلى ركام وأنقاض لم تعود لها ساقاً، حيث اعترفت شركة صاف تشكل نقطة عبور في التجارة الإقليمية، خاصة في وابتو وكيميات في منطقة حيفا، تتعرض خطوط الأنابيب والنقل البضائع وينتهي إلى ارتفاع أسعار الهمجات الصاروخية الإيرانية.

المراقب العراقي / احمد سعدون..

لأول مرة يشهد الكيان الصهيوني ضربات موجعة من قبل صواريخ الجمهورية الإسلامية الإيرانية التي حولت مراكيزه الاقتصادية إلى ركام وأنقاض لم تعود لها ساقاً، حيث اعترفت شركة صاف

تصاعدات اقتصادية محلية، بينما أن الموانئ المحتلة تشكل نقطة عبور في التجارة الإقليمية، خاصة في وابتو وكيميات في منطقة حيفا، تتعرض خطوط الأنابيب والنقل

التابعة لها لأضرار مباشرة جراء الهجمات الصاروخية الإيرانية..

المراقب العراقي / سيف الشمرى..

العراق يؤمن سماءه من طيران العدو وينشر منظومات دفاع جوي

قبل العدوان الصهيوني وبمساعدة الولايات المتحدة الأمريكية، كل ذلك سرع من خطوات الحكومة، البحث عن التهدئة وتجنب انتشار الصراع في التفاصيل الأبوسط.

يتحرك العراق دبلوماسياً وأمنياً في سبيل الوصول إلى حلول وتهيئة للتطورات المتسارعة الحاصلة في منطقة الشرق الأوسط، وسارت الحكومة يوم أمس إلى نشر منظومات وبطاريات الدفاع الجوي في بعض المناطق الحدودية، في ظل استمرار طيران طيران الصهيوني المعايير بخفة للأجزاء العاقية واستغلاله لهذه الأجزاء ضرب طهران على

الجمهورية الإسلامية الإيرانية، وأيضاً رد طهران على إيران، في محاولة لزعزعة استقرار المنطقة وتوسيع رقعة الحرب فيها.. تلك الاعتداءات، بالإضافة إلى خرق الأجزاء العاقية من

تنمية

3

تنمية

2

المتلاعبون بأسعار السوق رهن الاعتقال واللاحقة القانونية

بأسعار المواد الغذائية في البلاد والتزويج لرفع سعر صرف الدولار، ضمن حملة أطلقها الوزارة من خلال مفازن مكافحة الجريمة المنظمة.

وكان مواطنون قد شكون ارتفاع أسعار اللحوم والأسماك والدجاج وبعض الخضروات بالتزامن مع اقبال المواطنين على التبضع استعداداً لشهر رمضان الذي أدى إلى ضرورة ملائحة المتلاعبين بأسعار السوق.

المراقب العراقي / يوسف العراف..

وحاولت إدارة نادي أربيل، إيجاد حلول لهذه الأزمة من خلال استقالة الهيئة الإدارية وتعيين أخرى مؤقتة تدير شؤون النادي، لحين اجراء الانتخابات، ولكن الهيئة المؤقتة هي الأخرى فشلت في تحديد موعد إجراء الانتخابات الذي تم تأجيله أكثر من مرة.

على الفريق الكروي للنادي منذ بداية الموسم الحالي وتحت الضرائب، حيث بدأ بعض اللاعبين سواء من لدوري نجوم العراق، حيث بدأ بعض اللاعبين سواء من المحليين أو المحترفين الذين لم يستلموا مستحقاتهم المالية، بمعاهدة الفريق مع انتهاء عقودهم مع النادي، يحدث لنادي أربيل في الوقت الحالي كان متوقعاً حدوثه من انتصاف الموسم، ومع كثرة الوعود التي أطلقها الهيئة الإدارية للنادي السابقة وذلك على الرغم من تبقى ثلاثة جولات لانتهاء الموسم.

تنمية

10

تنمية

6

بسبب الأزمة المالية.. المحترفون يشدون الرجال من نادي أربيل

٦٦ النائب سعود الساعدي

والله هي أوهن من بيت العنكبوت .. من أعمق العبارات التي ذكرها سيد شهداء المقاومة، فهو بيت يعيش على عقيدة متزمتة وعلى العنصرية والقتل وامتصاص خبرات الشعوب والجاسوسية والابتزاز ومسخ البشرية، لكن العنكبوت من أ碧ع الحشرات في التسلل الخفية واللذغ الغادر والتداين في الأطراف والترابع عند الخطر. هذا المخلوق يعيش على بيئة هشة ومنقسمة تساعده ليمنع تفرق بيته الواهن لكنه منهزم حتى لو تعاضد معه كل أشرار العناكب الأخرى. لأن خيوط بيته تكونت من الكذب والزيف والتضليل والظلم والشر والطغيان وسفك الدماء وهي أوهن من بيت العنكبوت وإن غطاه بالوهم.

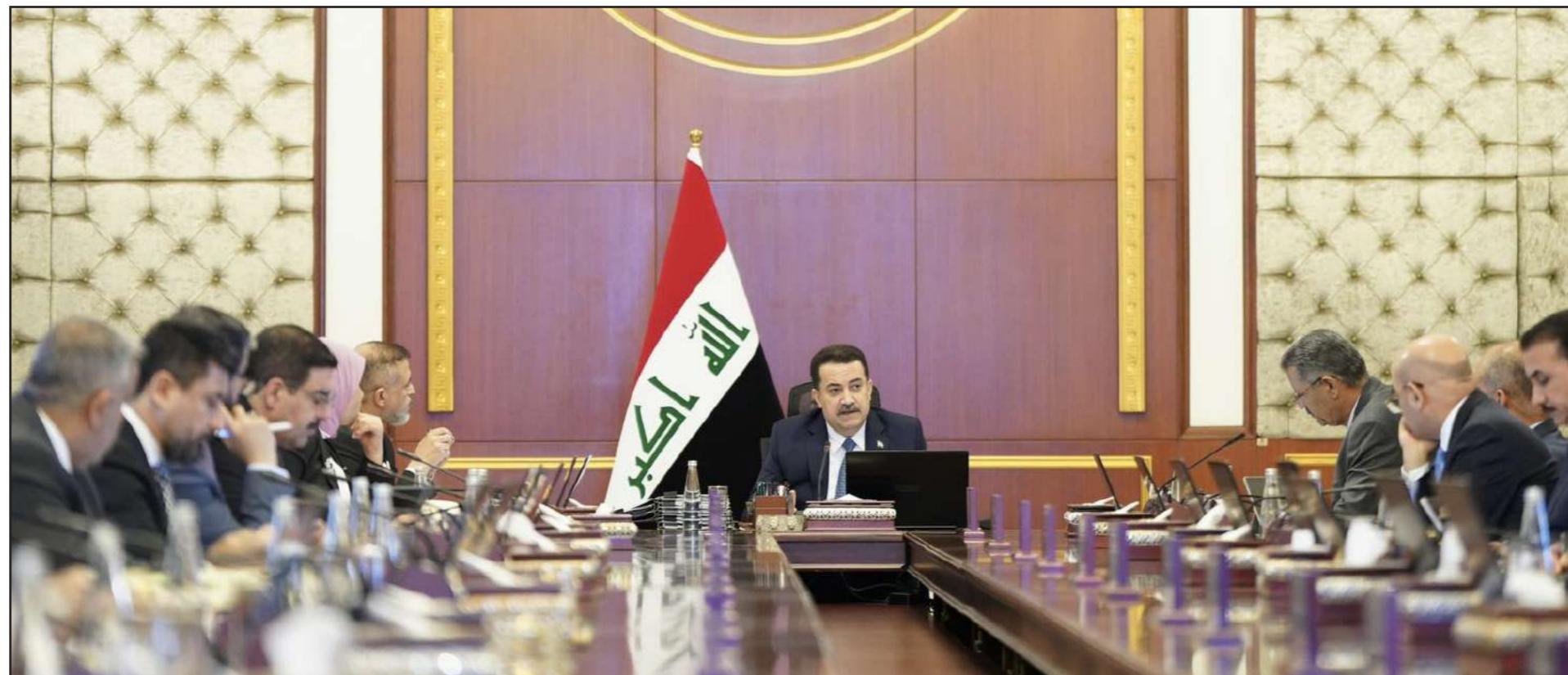
أكسل

X

العراق يتحرك في مسارين لحفظ السيادة الوطنية وردع التجاوزات الصهيونية

عبر القنوات الدبلوماسية والعسكرية

يلعب دوراً رئيساً في الحفاظ على استقرار المنطقة وتهذب الأوضاع والتوترات، ونجح كثيراً في أكثر من مرحلة لاسلكياً التقارب بين إيران وال سعودية وتقريب وجهات النظر بين بعض الأطراف». وأضاف: أن «التحرك الحالي مطلوب لحفظ الوضع على استقرار المنطقة وسلامة العراق ومن يترضون للعدوان الصهيوني من الأبراج». مبيناً: أن «العراق وبالتعاون مع بعض الدول الأخرى يتحرك لوقف إطلاق النار وإنهاء المواجهة الصهيونية في كل الشرق الأوسط». هذا وبحث رئيس الوزراء، يوم أمس، في اتصالين هاتفيين مع الرئيس الإيراني برشكين والتركي أردوغان، مسألة خرق الأجراء العراقية وضرورة التهدئة ووقف العدوان الصهيوني على الجمهورية الإسلامية الإيرانية. يشار إلى أن الطيران الصهيوني نفذ الجمعة الماضية، عدداً من الضربات الجوية ضد إيران، فيما خرج أجزاء العراق لتنقية عدوانه، وهو ما يخالف جميع القوانين الدولية والداخلية، مما دفع بغداد إلى الذهاب نحو مجلس الأمن، ليشكوا من هذه التجاوزات المستمرة على السيادة الوطنية.



نائب يدعوا إلى اتخاذ موقف من الانتهاك الصهيوني لأجواء العراق

الراقي العراقي / بغداد أكد عضو جنة الأمن والدفاع النسائية ياسر وتوت، أن موقف العراق ثابت من رفض العدوان الصهيوني على الجارة، مشيرًا إلى ضرورة اتخاذ موقف من انتهاء إسرائيل للتجاهله وتعزيز الإنقليبي، ويفضي إلى اشتراك على البلدان، منها رغبة أن يتدخل المجتمع الدولي لردع الاستهتار الإسرائيلي ضد دول المنطقة. وأضاف إن إمكانات الصهيوني إما تهديدًا وأصبح صرحاً لجميع بلدان المنطقة، وبالتالي لا بد من التحرك والضغط على المجتمع الدولي لوقف الاعتداءات الصهيونية على بلدان المنطقة». وفي وقت سابق أجرى رئيس مجلس النواب محمد شباعي السوادي، اتصالاً هاتفيًا مع رئيس الجمهورية الإسلامية الإيرانية، سعفون برشكين، إذ أعرب السوادي عن تضامن العراق، حكومة وشعباً، مع إيران التي تتعرض لعدوان صهيوني سافر، مؤكداً الحرص على أنها واستقرارها كونهما يرتبطان بأمن واستقرار المنطقة.

قريباً.. جلسة برلمانية لمناقشة تداعيات العدوان الصهيوني على إيران

الراقي العراقي / بغداد استثنائية لمناقشة التطورات الإقليمية المتتسارعة. وأوضح أن الجلسة حسب اطلب النائب، أمس الأحد، عن مبادرتها بجمع التوقيع لعقد جلسة استثنائية في البرلمان، إذ كشف رئيس الكتلة النائب سعود الساعدي عن تحرك عاجل داخل مجلس النواب لجمع التوقيع اللازم لعقد جلسة استثنائية، لمناقشة العدوان الصهيوني الغادر على الجمهورية الإسلامية الإيرانية، والانتهاكات المتكررة للسيادة العراقية، لا سيما في مجمل الأجراءات.

الراقي العراقي / بغداد دعى عضو مجلس النواب نادية العبيدي،

أمس الأحد، الحكومة ومجلس النواب للضغط على تحرّك غير شرعي تهدّد استقرار البلاد والدول الجارّة، وأشارت العبيدي إلى أن «العراق يجب أن يحافظ على قراره السياسي وعدم السماح بتحويل الأراضي العراقية، بعيداً عن الضغوط الأجنبية، وإن يعمل على إنهاء أي وجود عسكري أجنبي غير مرحّب

الراقي العراقي / بغداد أكد النائب أمير المعموري، أمس الأحد، صورة مقد مجلس النواب جلسة استثنائية لمناقشة العدوان الصهيوني على الجمهورية الإسلامية وتعريضه على العراق والمنطقة بصورة عامة، وقال من قبل الكيان الصهيوني، وتابع: «نحن بالطبع ندين العدوان الصهيوني الغادر على الجمهورية الإسلامية الإيرانية، والانتهاكات المتكررة للسيادة العراقية، لا سيما في مطلع هذا الأسبوع من قبل رئيس مجلس النواب، مدعواً بعقد جلسة برلمانية في السادس من تموز، مطالبة رئيس مجلس بعقد جلسة



انطلاق عملية أمنية في حاوي العظيم

انطلقت عملية أمنية لتأمين قاطع حاوي العظيم على الحدود الفاصلة بين محافظتي ديالى وصلاح الدين، بهدف تهيئة المنطقة ومنع أي تنشيط لخلايا الإرهاب، إذ باشرت قوة مشتركة من محاور عملية بهم وتنشيش محدودة الأهداف في القاطع الشمالي من حاوي العظيم ضمن الحدود الإدارية لمحافظة صلاح الدين، بمساندة قرية معالجة المتفجرات، وتنفيذ العملية إلى تأمين المنحدرات والراضي الزراعية والمناطق القريبة، لمنع استغلالها كمارات أو ملاذات من قبل عناصر إرهابية، وتائي العملية ضمن خطوة استباقية لدرء أي تهديد أمني محتمل.



مداهمة أوكر تجار المخدرات في بغداد

أعلنت مديرية العامة للاستخبارات والامن، مداهمة أوكر تجار المخدرات والإطاحة بعدد منهم في العاصمة بغداد، إذ واصفت المديرية عملائها التوقيع الكافية لصياغات الجريمة المنظمة والقضاء على آفة المخدرات حيث مكنت مفارزها من الإطاحة بعدد من تجار ومرجعي المخدرات من بينهم تاجر خطير وهو أحد أهداف المديرية، ونفذت العمليات في مناطق متفرقة من العاصمة، حيث ضبطت مفارزها موسى مخدرة وأسلحة خفية أخرى، علماً أنه صادر بحقهم مذكرات قضى وفق أحكام المادة ٢٨) مخدرات، حيث احالة المتهمين الى تونس دفاعاً عن الجوية فعالة، مشيرة الى أن التصدي للصواريخ والطائرات الحربية لا يعتمد فقط على المضادات الجوية، فلما

هو امتلاك رادارات متطورة».

أخبار امنية



145500 دينار
الدولار

البيع
الشراء

143500 دينار

74.23 دولارا
72.98 دولارا

خام برنت
الخام الأمريكي

النفط

العجل 16000 دينار الدجاج 3000 دينار
الغنم 20000 دينار السمك 8000 دينار

اللحوم

البطاطا 500 دينار
الباذنجان 750 دينار التفاح 1000 دينار

الفواكه
والخضروات

الثلاثين 16 حزيران 2025
العدد 3616 السنة الخامسة عشرة

3

صحيفة-يومية-سياسية-عامة
Almurraqeb Aliraqi Newspaper

موانئ «إسرائيل» تحت النار

القصف الإسرائيلي يشل اقتصاد الكيان الصهيوني ويعزّزه دولياً



المرأب العراقي / أحمد سعدون
لأول مرة يشهد الكيان الصهيوني ضربات موجة
من قبل صوارية الجمهورية الإسلامية الإيرانية
التي حوت مراكزه الاقتصادية إلى ركام وأنقاض
لم تهدأ ساقياً، حيث اعتربت شركة مصافي
النفط الإيرانية المحدودة، المشغلة لمجمع
«بازان» تكثير لفظ والبروكيمات في منطقة
حيثما يعيش خصوص الأذى والقتل التالية
لها لأضرار مباشرة جراء الهجمات الصاروخية
الإيرانية.

وقالت الشركة إنها تدرس تأثير الأضرار على
العمليات وعلى تنافتها المالية، وتحايد موعد

إعادة تشغيل الأذى والنقل التالية
ووفقاً للتقارير الاقتصادية ترى أن القصف الإسرائيلي
سيؤثر بشكل مباشر على الاقتصاد المهيوني
وأيضاً ستكون له تداعيات اقتصادية علنية،
سيما أن الموانئ الحية تشكل نقطة عبور في
التجارة الإقليمية، خاصة في شرق البحر المتوسط

هرمز وفق ما أعلنته إيران في تهديداتها الأخيرة
رسول تداعيات اقتصادية وخدمة على العالم
ويسبب ازدياد دولية كبير تشمل جميع الدول
المصدرة للنفط». «

هذا ويدأت بعض شركات الوقود بمراجعة خطوط
الإمداد البدنية بعيداً عن الكيان خشية استمرار
التصعيد.

كما أشارت تلك التقارير إلى أن القصف الإسرائيلي

على منشآت تصدير غاز العدو مثل محطة

عسقلان أو الباية الخاتمة البحرية، قد يؤثر على

تصدير الغاز إلى أوروبا، لا سيما في ظل اعتماد

نسبي على الغاز المهيوني منذ أزمة أوكرانيا.

كل هذه المؤشرات قد تدفع الدول التي تعتمد على

الغاز أو النفط الإسرائيلي إلى تغيير وجهتها صوب

أماكن تكون أكثر استقراراً وبعيدة عن التوترات

واردات العراق من السلع غير النفطية الإيرانية بلغت 1.5 مليار دولار

المرأب العراقي / بغداد
أعلن رئيس مصلحة الكمارك في إيران، فرود عسكري، أمس الأحد، أن
إيران صدرت سلعاً غير نفطية بقيمة ١٥ مليون دولار إلى العراق منذ ٢١
أذار وغاية ٢١ أيار. وقال عسكري: إن «العراق كان ثالث أكبر وجهة
لل الصادرات غير النفطية لإيران خلال الفترة المذكورة».

وكان مساعد رئيس هيئة تنسيق الاقتصاد الإيراني للشؤون الدولية

أبو الفضل أكبربور، أوضح أن «إيران صدرت سلعاً غير نفطية إلى العراق

بقيمة ١١.٩ مليار دولار في العام الماضي». وفي وقت سابق، كشفت غرفة

التجارة المشتركة بين إيران والعراق، أن هناك مطروحات لزيادة التبادل

بين البلدين، مشيرة إلى أن حجم التجارة يشهد نمواً بنسبة ٢٠٪

الاستيراد والتصدير. ولفت إلى أن «العراق يعده الشريك التجاري الثاني

لإيران، وأن السوق العراقية تلتقي قريباً من حالة الإشباع بالنسبة

للمصدرين الإيرانيين، ما يجعل من غير المرجح تحقيق قفزة كبيرة في

ال الصادرات إليها خلال الفترة المقبلة».

الذهب يشهد ارتفاعاً ملحوظاً في أسواق العراق

المرأب العراقي / بغداد
شهدت أسعار الذهب الأجنبي والعراقي، أمس الأحد، ارتفاعاً ملحوظاً
في الأسواق المحلية بالعاصمة بغداد. وسجلت أسعار الذهب في أسواق
الجملة بشارع النهر في بغداد سعر بيع المثقال الواحد عيار ٢١ من
الذهب الخليجي والتراكي والأوروبي بلغ ٧٠ ألف دينار، وبلغ سعر
الشيارة ١٩٦ ألف دينار، وبلغ سعر بيع المثقال الواحد من الذهب العراقي
عيار ٢١ بلغ ٦٧٠ ألف دينار، فيما بلغ سعر بيع مثقال الذهب الخليجي عيار ٢١
في مجال الصياغة، تراوحت سعر بيع مثقال الذهب الخليجي عيار ٢١
بين ٧٠ و٨٠٠ ألف دينار، بينما تراوحت سعر بيع مثقال الذهب العراقي
بين ٦٧٠ و٦٨٠ ألف دينار.



المالية النيابية: الحكومة تتعذر عدم إرسال جداول الموازنة إلى البرلمان

المرأب العراقي / بغداد
اتهم عضو اللجنة المالية النيابية مصطفى الكريعاوي، أمس الأحد،
الحكومة بالتعذر عدم إرسال جداول الموازنة إلى البرلمان في الوقت
المحدد. وقال الكريعاوي: إن «الحكومة تحمل مسؤولية تحطيل أغلب
وأصاف، إن المادة (٧٧/ ثالث) من قانون الموازنة الاتحادية الثالثة،

العراق يحذّر من قفزة بأسعار النفط تصل إلى ٣٠٠ دولار للبرميل

المرأب العراقي / بغداد
حضر وزير الخارجية العراقي
فؤاد حسین من اجتماع
ارتفاع أسعار النفط إلى ٣٠٠
دولار للبرميل في حال استمرار
التصعيد العسكري بين إيران
والكيان الصهيوني.
ووجه تحذيره خلال اتصال
هاتفي مع نظيره الإسرائيلي
يهوحن واديفول الذي أكد دعم
بلاده لـ«النظام ومروره»
تجنيبه أي تداعيات للصراع
الإقليمي.
وتحت حسین، أثانياً والمجتمع
الدولي على اتخاذ موقف حازم
تجاه الانتهاكات الإيرانية
لأجواء العراقية، شeria إلى
خطورة استمرار النزاع على
الاستقرار الاقتصادي والأنساني
في المنطقة، إضافة إلى احتمال
تفاق موجات لجوء نحو

أوغسٌ تأثرت سلطة الطيران المدني العراقي، عن
النشاطات المالية والتشغيلية، فضلاً عن تأخير استحقاقات الموظفين
مشدداً على أن تجاهل هذا النص يهدى مخالفة واضحة.
وصوت مجلس النواب على الموازنة الثلاثية بشرط التزام الحكومة
بارسال الجداول في موعدها القانوني.

المرأب العراقي / بغداد
تحول إلى العراق عبر حوالات مالية وليس
على شكل كل تقدمة، وأضاف الكريعاوي
أن «الحوالات تصدر من البنك المركزي
العربي إلى البنك الفيدرالي الأمريكي، ومن
إلى أن «رواتب الموظفين لا تؤثر بأي شكل
من الأشكال واسسية على المخالفة متوفرة».
هناك تحول الأموال إلى الدول المختففة
والرواتب تصرف في القطاع
التي يستورد منها العراق في القطاع



إيران تحقق اختراقاً إلكترونياً مهماً وتكشف أسماء ٤ طياراً شاركوا بالعدوان على طهران

تابعت: ان «البيانات المسرية تشمل الاسم الكامل، العمر، الوحدة القتالية، القاعدة الجوية، والدور الميداني لكل طيار، وهي تُعد من أكثر المعلومات سرية في المؤسسة العسكرية الصهيونية».

المراقب العراقي / متابعة
أكذ ووزير الخارجية الإيرلناني عباس عراقجي، أمس الأحد، أن
طهران لا تسعى إلى توسيع الصراع مع الكيان الصهيوني
في المنطقة.
وحذر عراقجي، من أن النار التي أشعلتها تل أبيب قد
تخرج عن السيطرة، والكيان الصهيوني يسعى لتحقيق
ذلك، قائلاً: إن دول المنطقة جميعاً لديها موقف داعمة لـ
بخصوص الاعتداء الصهيوني على إيران.
ولفت إلى أن هذه النار التي أشعلتها تل أبيب قد تخرج عن
السيطرة والكيان الصهيوني يسعى لتحقيق ذلك، ولكن
لحسن الحظ دول المنطقة تتميز بيقظة تامة وتعمل ضد
مشاريع الاحتلال الداعية للحرب.
وأوضح عراقجي: «نتمنى أن نتمكن من الحؤول دون
توسيع الصراع بالتعاون مع دول المنطقة».

تفصيـل اـيرـاني بـالـانـسـاحـاب مـن مـعـاهـدـة حـظـرـ الـاـنـتـشـار الـنـوـويـ



المراقب العراقي / متابعة هدد المتحدث باسم لجنة الأمن القومي والسياسة الخارجية في مجلس الشورى الإسلامي الإيراني، بالانسحاب من معاهدة حظر الانتشار النووي.

وكتب النائب إبراهيم رضائي على صفحته الشخصية في منصة «إكس»: «الآن هو الوقت الأمثل للانسحاب من معاهدة حظر الانتشار النووي».

وأضاف رضائي: «كان من المفترض أن تضمن معاهدة حظر الانتشار النووي أمننا، لأن تصبح سبباً لأنعدام الأمان..».

القوى الإيرانية تصطاد أكثر من 40 طائرة صهيونية مسيرة



أعلن قائد قوات حرس الحدود الايراني العميد أحمد علي
كودرزى عن إسقاط طائرة صهيونية مسيرة تابعة
للكيان الصهيوني.

وقال العميد كودرزي في أعقاب الغارة الجوية للكيان الصهيوني، خلال الـ٨٤ ساعة الماضية، تم رصد ٤ طائرة مسيرة وطائرة صغيرة تابعة لهذا العدو الشرير كانت تحاول دخول المجال الجوي للبلاد وتم تدميرها بفضل يقظة حرس الحدود.

وأضاف في إشارة إلى الجاهزية العملياتية الكاملة لحرس الحدود في مراقبة حدود إيران الإسلامية وحراستها: إن «قوات حرس الحدود الإيرانية الشجاعة بجاهزيتها الكاملة للسيطرة على الحدود وحراستها، حذرت جميع الجماعات المعادية والإرهابية والمسلحة والمهربين من أنها سترد بقوة على أي هجوم على أمن حدود البلاد».

وأكمل العميد كودرزي، التضامن الكامل مع القوات المسلحة الأخرى، مشدداً على الرقابة الاستخباراتية، للحفاظ على أمن الجمهورية الإسلامية الإيرانية ومواجهة أي تهديدات في الشريط الحدودي.

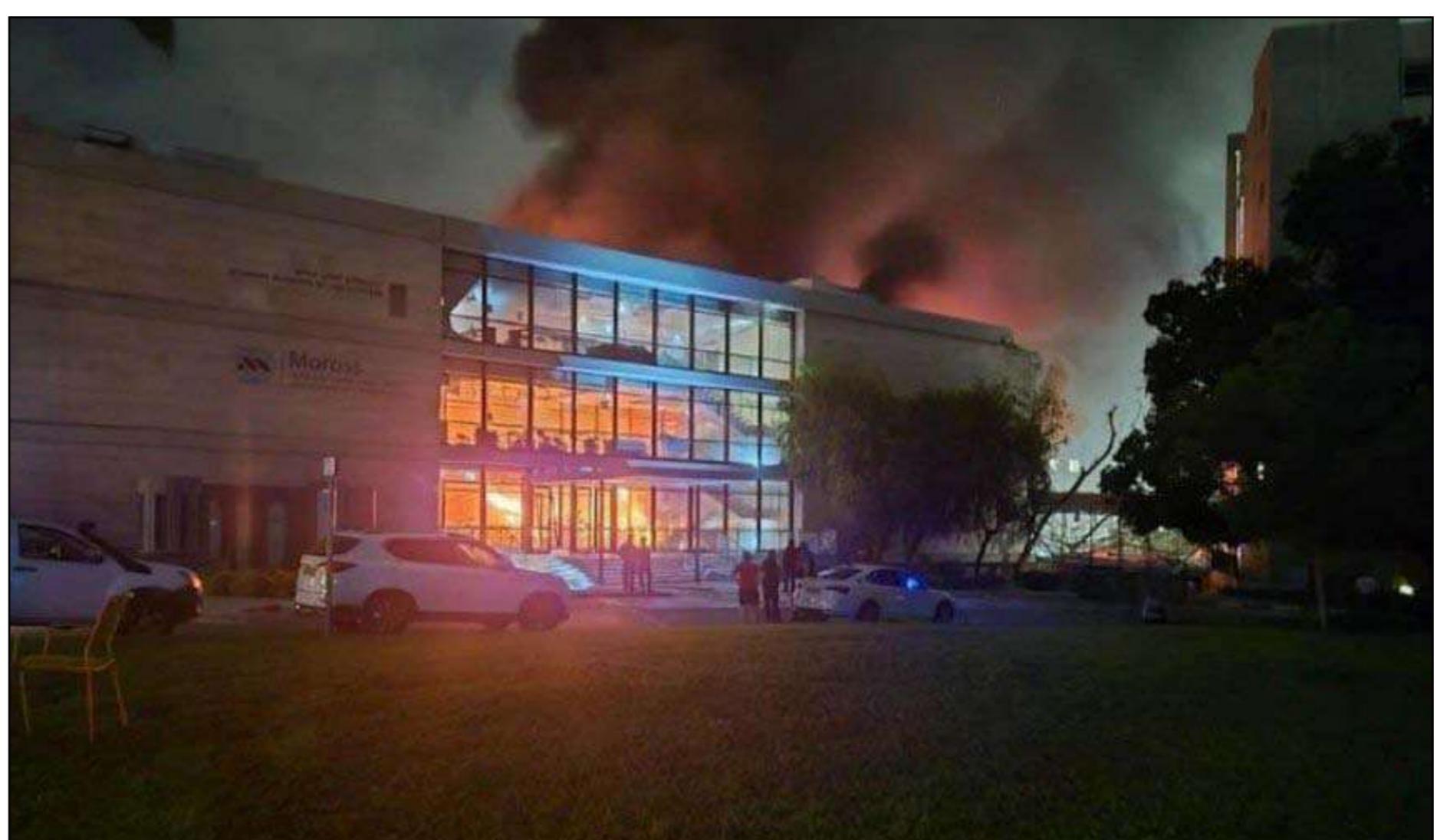
وأضافت: إن «عملية اختراق إلكتروني استهدفت بيانات سرية لسلطة الجوية في وزارة الحرب لدى الكيان الصهيوني، أدت إلى تسريب معلومات حساسة تتعلق بـ 4 طياراً إسرائيلياً شاركوا في الهجوم على إيران».

نادت وسائل إعلام إيرانية، إن «الأجهزة الاستخبارية استطاعت
صهول إلى معلومات ٤٠ طياراً إسرائيلياً شاركوا في العدوان على
أن».

الراقب العراقي / متابعة
كشفت إيران عن أسماء الطيارين الصهاينة الذين شاركوا بالهجمات
على طهران.

بِعْدِ الْمُلْكِ تَوَاصِلُ اللَّيْلُ وَالنَّهَارُ

إيران تدك مواقع صهيونية حساسة بصواريخ «فرط صوتية»



وأضافت: «هناك تقارير أيضاً تنقل على أن القصف الإسرائيلي استهدف منزل عائلة نتنياهو في قيساريا بالقرب من تل أبيب، وسمع دوي انفجارات بالفعل في هذه المنطقة وفقاً للإعلام العربي».

وأكملت، أن الإعلام العربي نقل عن مصادر «إسرائيلية» سقوط صواريخ في منطقة شرق وجنوب تل أبيب، حيث أن الصواريخ تدك منطقة حيفا ومنطقة تل أبيب وبعض المناطق الأخرى.

وكان الاحتلال «الإسرائيلي» قد بدأ فجر الجمعة، عدواناً واسعاً على إيران بعشرين المقاتلات، وقصفت خالله الأماكن السكنية ومنشآت نووية وقواعد صواريخ بمناطق مختلفة وأغتالت قادة عسكريين بارزين وعلماء نوويين.

وفي مساء اليوم نفسه، بدأت إيران عملية «الوعد الصادق»^٣ الرد على العدوان الإسرائيلي بسلسلة من الضربات الصاروخية البالлистية والطائرات المسيرة، بلغ عدد موجاتها ٨، خلفت عشرات قتلى وجرحى في الكيان المحتل، فضلاً عن أضرار مادية كبيرة طالت

«البيت سيساتمز» وشركة الصناعات الجوية لكيان الاحتلال الإسرائيلي. قدم معهد وايزمان أكثر من 12 ميزة للطلاب الجنود الذين شاركوا في الإبادة الجماعية الصهيونية في غزة، كما سارعت الجامعة العبرية إلى إطلاق «حزمة مالية مُعززة» للطلاب الجنود الذين يرتكبون الإبادة الجماعية في غزة بالإضافة إلى المزايا الأكاديمية. هذا واستهدفت يوم أمس، رشقة صاروخية إيرانية جديدة، المحطة الرئيسة لتوليد الكهرباء في كل الأراضي المحتلة بالضفيرة، كما وأشارت تقارير إلى أن القصف الإيراني استهدف منزل عائلة نتنياهو في قيساريا بالقرب من تل أبيب. وأوضحت وسائل إعلام إيرانية، أن الرشقة الجديدة من الصواريخ الإيرانية التي وصلت إلى الأراضي الفلسطينية كان هذه المرة الهدف الرئيس فيها محطة الكهرباء في منطقة الضفيرة بالقرب من مدينة حيفا، والتي تعتبر المحطة الرئيسة لتوليد الكهرباء في كل الأراضي الفلسطينية، وهي تمد كل المناطق الفاسدات طبعة في العام ١٤٨٤هـ، بالكتاب، بـ

تعرض ٦١ وحدة سكنية لأضرار بينما وصف قائد الجبهة الداخلية «الإسرائيلية» وزعيم المعارضة يائير لايلة الماضية بأنها كانت صعبة الكيان، فيما تنتظرهم أيام أصعب. الصواريخ الإيرانية التي فشلت الدفاع الإسرائيلي في تصديها، لم تكن هدف ضرباتها الوحيدة بل سبقها إعصار الإسعاف «الإسرائيلي» مقتل واصابة العشرات إثر قصف تل أبيب وواسدود وطمرة، بينما نقلت صحف عاليات، مخاوف من وجود عالٍ تحت أنقاض ٦ مبان، تمكنت الصواريخ الإيرانية من استهدافها مباشرة مما إصابة مباشرة وقوية لأحد الأبنية العالية. فيما تزامن هذا مع سماع دفون انفجارات في مناطق بمطار بن غوريون وشرق تل أبيب، كما سمعت صفارا الإنذار في منطقتي تلانيا وهرتسيليا شمال تل أبيب.

وفي مراجعة لما يمثله معهد وايزمن للعلوم، فإنه يتعاون وبشكل وثيق مع كبرى شركات تصنيع الأسلحة، فـ«ناس طن المحتلة»، «افنالش

سائرات المقاتلة ومرانز إمدادات الطاقة، وكثير من المسيرات والصواريخ.

وللت الدفعية الجديدة من الصواريخ رانية، ليل الكيان الصهيوني الى نهار، ث أمرت طهران موقع صهيونية بل من الصواريخ النوعية والمسيرات، تستب في سقوط العديد من القتلى نات المصايب، فضلا عن وجود عشرات القتلى تحت الانقاض جراء سقوط واريج في منطقتي بات يام ورحوفوت وبوي تل أبيب إلى جانب تضرر عشرات مازل والماباني، منها معهد وايزمن حاث.

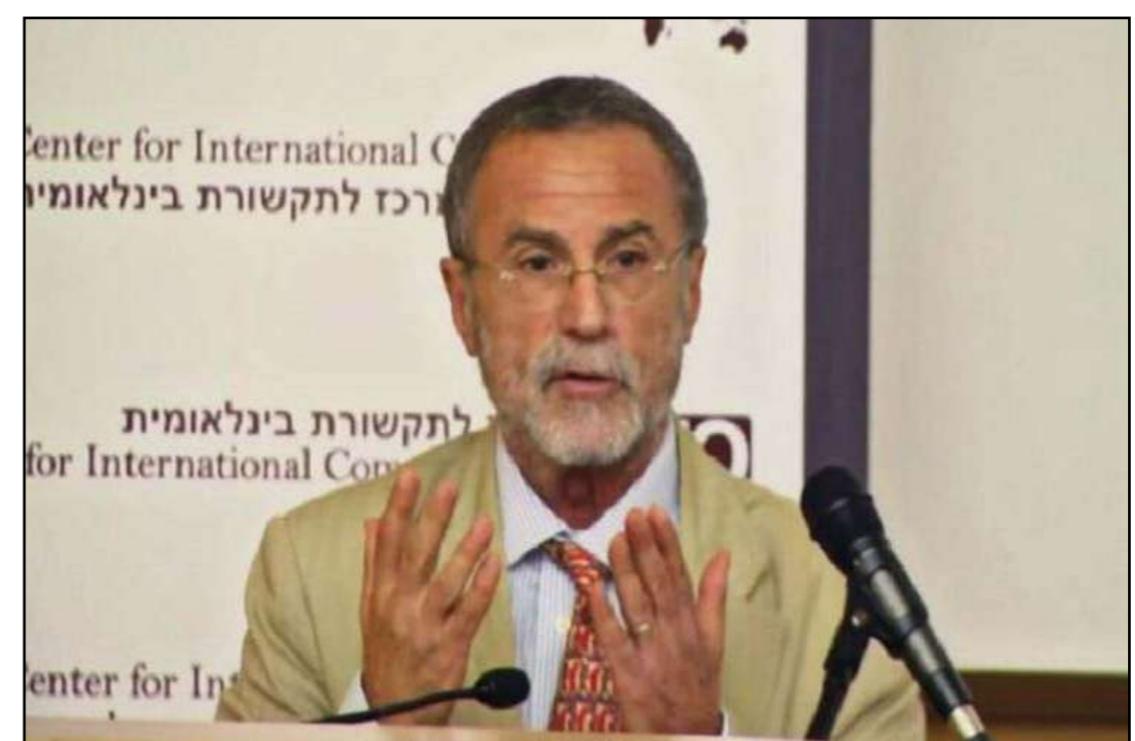
فغم أن تل أبيب تحاول إخفاء حجم سائرها والدمار الذي تتعرض له ضد الرقابة العسكرية الإسرائيلية، لطر نشر على ظهور أحداث وقعت خلال لكتين الماضيتين، إلا أن المشاهد تحدث سها عن هول الضربات الإيرانية، ما رسّلاته الاحتلال للإعلان عن حجم سبابات والدمار الواسع.

بما وقفت المشاهد استهداف معهد زمن البحثي واندلاع حريق في مبني قتيلات، أكد وايزمن، دات زام

الراقب العراقي / متابعة
تمكنت الجمهورية الإسلامية الإيرانية
من تنفيذ ضربات دقيقة ونوعية
استخدمت فيها مختلف أنواع الصواريخ
البالлистية والفرط صوتية، والتي
أدخلت الرعب في نفوس المستوطنين
الصهاينة، ما جعلهم يقعون في الملاجئ
هم ومسؤلولهم لساعات طوال دون
الخروج منها.
وشنّت إيران هجوماً مركباً بالصواريخ
النوعية والمسيرات على مواقع في تل
أبيب وحيفا ومناطق أخرى بالكيان
«الإسرائيلي»، ما أسفّر عن سقوط ستة
قتلى ومائتين واربعين مصاباً وعشرين
العالقين.
وتواصل إيران ردها الساحق على الكيان
الصهيوني، موجات صواريخ متالية
ضمن عملية الوعد الصادق^٣، نفذها
حرس الثورة الإسلامية ضد مختلف
مناطق كيان الاحتلال، مستخدماً فيها
صواريخ عماد و قادر و خير و صواريخ
قاسم سليماني البالлистية التكتيكية
والموجّهة، ليؤكد حرس الثورة في بيان،
نحو ١٢:٣٣، منتصف ليلة الـ١٧،

محل صهيوني يحذر الكيان
من استمرار الحرب مع إيران:
ستضطرون للتوسل

الراقب العراقي / متابعة
حضر محلل أمريكي صهيوني بارز، من أن استمرار الصراع مع إيران قد يدفع
الكيان إلى التوسل لوقف إطلاق النار.
وفي تحليله للضربات الإيرانية المدمرة على الكيان الصهيوني، قال الخبير
«يوسي ميلمان»: «لم تدم النشوء الأولية طويلاً، سألت نفسي: هل كان من
الضروري حقاً بدء حرب، وخاصة مع إيران؟».
وأضاف ميلمان: «أنا صعب بتقليل خسائرنا والتوجه إلى ترامب لوقف هذا
الجنون باتفاق معقول، وإلا فسنضطر إلى التوسل لوقف إطلاق النار،
وسترفض إيران ذلك». وتأتي هذه التصريحات في وقت تتصاعد فيه التوترات بين «إسرائيل»
وإيران، مما يعكس القلق المتزايد من تداعيات الصراع المستمر.



طهران تدمر تل أبيب والقادم أعظم

في فجر الأداء، تغيرت قواعد اللعبة في المنطقة، ليس فقط على مستوى المواجهة الإيرانية الإسرائيلية، بل على صعيد توازنات الردع العالمية. حين انهمرت موجات الصواريخ الإيرانية المتطرفة على العمق الإسرائيلي، لم تكن مجرد استعراض عضلات، بل كانت رسالة مكتوبة بالنار والسرعة الخارقة أن إيران باتت تمتلك زمام المبادرة الصاروخية، وتحقق اختراقاً نوعياً في هندسة الردع والتفوق التقني.



فقط لأن الصواريخ أضحت أهدافها، بل لأن الهجوم لم يقصد مبكراً ولم يُفكك في الجو بل نفذ كامل خطته ووصل إلى نهايته، دون أن تتمكن الأنظمة من تشويفه أو تحبيبه.

وإذا كانت الدفاعات الثلاثية قد شلت أمام هذا الكم من الذكاء الصاروخي، فإن أي حدث عن تفوق نوعي أو استباقي لم يعد ذات معنى استراتيجي. لقد وجّهت إسرائيل نفسها فجأة في بل اختبرت بدقة لأنها تمثل شرياناً للصراخ والتصعيد، وضررها يمتد شل نسبة كبيرة من السورة الاقتصادية الصناعية.

إيران: من الدافع إلى فرض التوازن بالقوة

الهجوم الآخر لم يكن ردًا متسرعًا، بل نتيجة تحول عقدي في الاستراتيجية الإيرانية. انتقلت فيه من مرحلة الردع إلى مرحلة الهجوم الاستباقي المحدود الهدف. إيران لم تعد تنتظر التهديدات لترد، بل باتت تهدي بخالق عوادتات جديدة، تفرض عرها سقوف الصراع وقواعد الاشتباك.

ويبدو أن إيران قد أعدت لهذا التحول سنوات طويلة، حيث أن نوعية الصواريخ المستخدمة، ومرنونه أنماط الإطلاق، والقدرة على إطالة دعافات متعددة من منصات متنقلة متباينة - من الأراضي الإيرانية ومناطق أخرى - تشير إلى قدرة لوجستية عالية وإدارة متقدمة للمعركة عن بعد.



نكك الفهوم الداعي الإسرائيلي

إسرائيل لم تختبر في هذه الضربة بضعة أرواح أو منشآت فقط؛ بل خسرت أهتم ما كانت تملك: قبة الرادار، المقصورة الدنهية لإسرائيل، الرادار، القاعدة على اقتصاد الصواريخ، وقنابلها، والقدرة على قلب المعركة خلال دقائق، تهاوت بالكامل. ليس

من مصر إلى إيران.. هل تخون الشعوب؟

بداية هذا المقال موجه فقط للواعين سياسياً، ولمن يدرك جم ما بلغته الشعوب من اهتماء نضالي، وتفتت جمعي، وتفاوض عن اللحظة، وغياب عن واجب التاريخ. لنعرف أنه في كل لحظة اضطراب تهز الشرق الأوسط، وكل زلزال استراتيجي يعيد رسم خرائط السلطة والنفوذ، ينبع سؤال صارخ لا يريد أحد أن يسمعه بصوت عال: هل تخون الشعوب؟



شريكاً، وغرق في معركة يومية من أجلبقاء وسط تضخم، وفتر، وتفاوض في بيئة يلاحق فيها الصوت قبل الفعل.



لكن، هل يعني ذلك أن الشعوب انتهت؟ إنما فيأسوا أحطات الإهياز بالمعنى الفعلي للشعوب وباتت المقارنة بينها وبين الشعوب الأخرى على لا تفه، نعم هناك ومضات تنبض في الهاشم. ومضات لا تنتظم في حركة تكسير السكون، وتوكّد أن النار لم تنتهي تحت الارض.

لا تزال هناك شرائح تحلم بحظة حقد واستعادة، يشترب أن يكون هناك شرائح حقيقية، يتجاوز الفرق، ويعيد الاعتبار، وسطر رؤية واضحة، لا شعارات تعبوية فارغة. هذا المشروع لا يمكن

أن يتحقق من خيبة منفصلة، أو من دول تبيع الأمن مقابل الصمت. بل يجب أن يكون تنازع

الحادي من بينه، وغفرت لبيبي في الفوضى، إعاقة بناء الثقة بين الشعوب وقياداتها - قبل أن تدرك الصهيونية العالمية ما لا يمكن الثوق به.

مشروع يعيد تعرّف العلاقة بين الدولة والمجتمع، يقوم على الشراكة لا السيطرة، على المشاركة لا

الوصاية، ولا يمكن أن تنسى دور الخيبة الكفرة والسياسية، التي إما مترهنة أو مكتفية بالنقض كتمثيل كلما

باتخصار، الحديث عن الشعوب في هذا المفصل تمارس ترجستها على الشعوب.

قائمة صلبة قائمة. لم تعد الطائفية والعنصرية والاقسام المذهبية مجرد اهتمامات اجتماعية، بل أصبحت أدوات للحكم، وأدوات لتفريح المجتمع من

مشروعه الوطني. لم تتعالج هذه الأورام، بل جرى تغدوه وحدها، بل يوغي الشعوب وصوتها.

إذا ذلك، إن ظل مطيناً في لحظات المدير، وتسبّب العدو أشد تقدماً.

السؤال اليوم ليس فقط: هل تخون الشعوب؟ بل هل يتأتّ لها أن تعود لأعياً في سرّ الأحداث؟

أم أن اللعبة ضمّمت لتجري من دونها، وعلى حسابها؟

السؤال اليوم ليس فقط: هل تخون الشعوب؟

أم أن اللعبة ضمّمت لتجري من دونها، وعلى

السؤال اليوم ليس فقط: هل تخون الشعوب؟

أم أن اللعبة ضمّمت لتجري من دونها، وعلى

السؤال اليوم ليس فقط: هل تخون الشعوب؟

أم أن اللعبة ضمّمت لتجري من دونها، وعلى

السؤال اليوم ليس فقط: هل تخون الشعوب؟

أم أن اللعبة ضمّمت لتجري من دونها، وعلى

السؤال اليوم ليس فقط: هل تخون الشعوب؟

أم أن اللعبة ضمّمت لتجري من دونها، وعلى

السؤال اليوم ليس فقط: هل تخون الشعوب؟

أم أن اللعبة ضمّمت لتجري من دونها، وعلى

السؤال اليوم ليس فقط: هل تخون الشعوب؟

أم أن اللعبة ضمّمت لتجري من دونها، وعلى

السؤال اليوم ليس فقط: هل تخون الشعوب؟

أم أن اللعبة ضمّمت لتجري من دونها، وعلى

السؤال اليوم ليس فقط: هل تخون الشعوب؟

أم أن اللعبة ضمّمت لتجري من دونها، وعلى

السؤال اليوم ليس فقط: هل تخون الشعوب؟

أم أن اللعبة ضمّمت لتجري من دونها، وعلى

السؤال اليوم ليس فقط: هل تخون الشعوب؟

أم أن اللعبة ضمّمت لتجري من دونها، وعلى

السؤال اليوم ليس فقط: هل تخون الشعوب؟

أم أن اللعبة ضمّمت لتجري من دونها، وعلى

السؤال اليوم ليس فقط: هل تخون الشعوب؟

أم أن اللعبة ضمّمت لتجري من دونها، وعلى

السؤال اليوم ليس فقط: هل تخون الشعوب؟

أم أن اللعبة ضمّمت لتجري من دونها، وعلى

السؤال اليوم ليس فقط: هل تخون الشعوب؟

أم أن اللعبة ضمّمت لتجري من دونها، وعلى

السؤال اليوم ليس فقط: هل تخون الشعوب؟

أم أن اللعبة ضمّمت لتجري من دونها، وعلى

السؤال اليوم ليس فقط: هل تخون الشعوب؟

أم أن اللعبة ضمّمت لتجري من دونها، وعلى

السؤال اليوم ليس فقط: هل تخون الشعوب؟

أم أن اللعبة ضمّمت لتجري من دونها، وعلى

السؤال اليوم ليس فقط: هل تخون الشعوب؟

أم أن اللعبة ضمّمت لتجري من دونها، وعلى

السؤال اليوم ليس فقط: هل تخون الشعوب؟

أم أن اللعبة ضمّمت لتجري من دونها، وعلى

السؤال اليوم ليس فقط: هل تخون الشعوب؟

أم أن اللعبة ضمّمت لتجري من دونها، وعلى

السؤال اليوم ليس فقط: هل تخون الشعوب؟

أم أن اللعبة ضمّمت لتجري من دونها، وعلى

السؤال اليوم ليس فقط: هل تخون الشعوب؟

أم أن اللعبة ضمّمت لتجري من دونها، وعلى

السؤال اليوم ليس فقط: هل تخون الشعوب؟

أم أن اللعبة ضمّمت لتجري من دونها، وعلى

السؤال اليوم ليس فقط: هل تخون الشعوب؟

أم أن اللعبة ضمّمت لتجري من دونها، وعلى

السؤال اليوم ليس فقط: هل تخون الشعوب؟

أم أن اللعبة ضمّمت لتجري من دونها، وعلى

السؤال اليوم ليس فقط: هل تخون الشعوب؟

أم أن اللعبة ضمّمت لتجري من دونها، وعلى

السؤال اليوم ليس فقط: هل تخون الشعوب؟

أم أن اللعبة ضمّمت لتجري من دونها، وعلى

السؤال اليوم ليس فقط: هل تخون الشعوب؟

أم أن اللعبة ضمّمت لتجري من دونها، وعلى

السؤال اليوم ليس فقط: هل تخون الشعوب؟

أم أن اللعبة ضمّمت لتجري من دونها، وعلى

السؤال اليوم ليس فقط: هل تخون الشعوب؟

أم أن اللعبة ضمّمت لتجري من دونها، وعلى

السؤال اليوم ليس فقط: هل تخون الشعوب؟

أم أن اللعبة ضمّمت لتجري من دونها، وعلى

السؤال اليوم ليس فقط: هل تخون الشعوب؟

أم أن اللعبة ضمّمت لتجري من دونها، وعلى

السؤال اليوم ليس فقط: هل تخون الشعوب؟

أم أن اللعبة ضمّمت لتجري من دونها، وعلى

السؤال اليوم ليس فقط: هل تخون الشعوب؟

أم أن اللعبة ضمّمت لتجري من دونها، وعلى

السؤال اليوم ليس فقط: هل تخون الشعوب؟

أم أن اللعبة ضمّمت لتجري من دونها، وعلى

السؤال اليوم ليس فقط: هل تخون الشعوب؟

أم أن اللعبة ضمّمت لتجري من دونها، وعلى

السؤال اليوم ليس فقط: هل تخون الشعوب؟

أم أن اللعبة ضمّمت لتجري من دونها، وعلى

السؤال اليوم ليس فقط: هل تخون الشعوب؟

أم أن اللعبة ضمّمت لتجري من دونها، وعلى

السؤال اليوم ليس فقط: هل تخون الشعوب؟

أم أن اللعبة ضمّمت لتجري من دونها، وعلى

السؤال اليوم ليس فقط: هل تخون الشعوب؟

أم أن اللعبة ضمّمت لتجري من دونها، وعلى

السؤال اليوم ليس فقط: هل تخون الشعوب؟

أم أن اللعبة ضمّمت لتجري من دونها، وعلى

السؤال اليوم ليس فقط: هل تخون الشعوب؟

أم أن اللعبة ضمّمت لتجري من دونها، وعلى

السؤال اليوم ليس فقط: هل تخون الشعوب؟

أم أن اللعبة ضمّمت لتجري من دونها، وعلى

السؤال اليوم ليس فقط: هل تخون الشعوب؟

أم أن اللعبة ضمّمت لتجري من دونها، وعلى

السؤال اليوم ليس فقط: هل تخون الشعوب؟

أم أن اللعبة ضمّمت لتجري من دونها، وعلى

السؤال اليوم ليس فقط: هل تخون الشعوب؟

أم أن اللعبة ضمّمت لتجري من دونها، وعلى

السؤال اليوم ليس فقط: هل تخون الشعوب؟

أم أن اللعبة ضمّمت لتجري من دونها، وعلى

السؤال اليوم ليس فقط: هل تخون الشعوب؟

أم أن اللعبة ضمّمت لتجري من دونها، وعلى

السؤال اليوم ليس فقط: هل تخون الشعوب؟

أم أن اللعبة ضمّمت لتجري من دونها، وعلى

السؤال اليوم ليس فقط: هل تخون الشعوب؟

أم أن اللعبة ضمّمت لتجري من دونها، وعلى

السؤال اليوم ليس فقط: هل تخون الشعوب؟

أم أن اللعبة ضمّمت لتجري من دونها، وعلى

السؤال اليوم ليس فقط: هل تخون الشعوب؟

أم أن اللعبة ضمّمت لتجري من دونها، وعلى

السؤال اليوم ليس فقط: هل تخون الشعوب؟

أم أن اللعبة ضمّمت لتجري من دونها، وعلى

السؤال اليوم ليس فقط: هل تخون الشعوب؟

لماذا يرفضون يوم الغدير

محمد علي جواد تقي

ذاته مثل أي حيوان مفترس في حي! الغضب للذات وليس لله -تعالى- هو الذي جعل البعض يتضليلون عن يوم الغدير، وكان شيئاً لم يكن، وما قولهم: «لا تجتمع الحالات السيئة مهما توفرت العوامل وتحفظ القوى، لوجود عوامل أخرى أكثر قوة مثل: الإيمان والإرادة، تمكن صاحبها من لجم الغضب و السيطرة على قوة المال والسلطة، ولو بدرجات معينة، استناداً على مبدأ الثواب والعقاب، والحساب حسب الأعمال يوم القيمة أيام محكمة العدل الإلهي، ولا لانتفأة هذا المبدأ العقلي بالأساس، كما يقول علماء العقائد.

وفي ظهيره يوم الغدير أظهر البعض رضاهم بما دعا الله، ولهل حق الأقلابيون شيئاً من غاياته وموهات الناس، من تضليل لأمير المؤمنين ليمسح على إنسانية؟

يده بالبيعة بأنّه الخليفة والحاكم مما يوسع له، مع غير قليل من بعد رسول الله، وفي المقدمة كبار «الصحاببة»، بينما أظهر آخرون «الصغار»! وعندما أن تعدد نظم حكم معاوية بن أبي سفيان هو التموج الأمثل للنظام السياسي في الدولة

الصغيرة؟ وقد قالها أمير المؤمنين «الغريب والرقيق الشديد مثل ذلك الرجل الذي حاجج رسول الله بأن هذا من عندك أم من الله؟ ثم دعا على نفسه بأن «اللهم أطمر علينا حجارة من السماء»، ولم يلث لحظات وهو يبتعد عن جموع

ال المسلمين حتى تزلت حجارة من السماء تخترق الحال أمام دهشة أمير المؤمنين، عمر بن العاص في قصيده «الجلجلية»، بأن: «أين الثرى من الثريا وأين معاوية من على؟

سياسات قمعية، وظلم، وطبيقة، وفساد مالي وأخلاقي إلى جانب حروب كارثية قوست دعائم الحضارة الإسلامية وأفسحت المجال للأخرين لأن يتقىوا

ويتغذوا وياخذوا بناتية البلاد

الإسلامية والاسلاميين في كل مكان، ويعملوهم مدینين لهم في كل شيء، حتى في الأمان والحرية والماء الذي

يشربونه ورقادهم في الليل.

كل هذا من أجل تلبية رغبة نفسية دينية على خاتم الأنبياء والرسولين في الأرض يبنوا الانقلاب على المفاهيم والقيم من خلال تفسير جديد خاص بهم، وإقتحام المسلمين بأن ما كان في عهد رسول الله يتعلّق بزمان مضى، ونحن اليوم في زمان جديداً مثال ذلك: ما تقوه به أو يكره عندما خرج من الحجرة التي كان رسول الله مسجّي فيها وقال: «من كان يعبد محمدًا فإنّه ملحدٌ قد مات، ومن كان يعبد الله فإنّ الله

الاصطلاح البلاغي الرابع في القرآن الكريم بـ «الهوى»، كناية عن المزاج والرغبة واليلو العاطفية المتقلبة في كلّ آن مثل أوراق الشجر التي تحرّكها الريح، ولو راجعنا أسباب تكرّر الأمّ للرسالات الإلهية لوجّهناها تافهة وغير منطقية بالمرة: «أقلوا واجتنبوا آباءً لها علاوة على قساوة المناخ، كان على رسول الله أن يصعد بالأمر الإلهي بشجاعته المعهودة لا يخاف في الله لومة لائم، مسداً من السماء بـ «والله يعصمك من الناس»، وهو الدعم الملاقي للأمر بـ «إياها الرسول يبلغ ما أنزل إليك من ربك وإن لم تقلع فما بلغت سلطنته»، لتكون يوم الغدير امتداداً لرسالات السماء التي تمرد عليها الناس على السطحي لفروع: «قال فما يال القرون الأولى»، فهو غير مقصّ أن يكون من سبقه على باطل، علماً على نفيه بجادة الوثائق، أو التساؤل السطحي لفروع: «فقال لهم يا ملائكة من يزيد الاسترادة، وأيّرها: ملائكة من يزيد الاسترادة، وأيّرها: لكونه يوم الغدير امتداداً لرسالات إلهي ما ينبع بظاهرها وصحّة ما يقتضي به هو؟!

حتى تخلّص في تأريخ المعرفة الكبيرة ليسألون عن حطم الصنام مباشرة، إنما عرفوا على بحوثهم ومناقشتهم لبلورة رؤاهم الخاصة بـ «عثرة الرسل والأنبياء» بأنها: «لبيثروا في نفسيه وأمواله وأهله؟ أو هل لديه ما ينبع بظاهرها وصحّة ما يقتضي به هو؟!

فروعون عندما أينفوا بصحّة دعوه نبي الله موسى، وأنه ليس ساحر مثّلهم، وأن عصاه الخشبة تحولت إلى ثعبان حقيقى مثل أي ثعبان دأبه رأوه من قبل، فقاموا بالله، وفكروا تحفيز العقول لاختيار الأحسن، وما يخصّن المسلمين والمتحفّر في كل لحظة.

ولكل سلسلة الأحاديث النبوية في

ذاته مثل أي حيوان مفترس في

البيعة يدفع صاحبها نحو الخيار الخطأ، رغم معرفته طريق الاحسن والصواب، فهذه المعرفة لن تنتهي من الانزلاق في مفاهيم الانحراف والانصياع للحاكم الظالم.

الحالة السبعة

ذهب علماء وفقّرُون إلى احتمال تحول الإنسان إلى سبع ضار مجرد تقوى محفّزة في نفسه وبيئته، لاسباب جوهرية الكامنة في النفس تمنّع صاحبها من بلوغ الحقيقة واليقين، وهي: تغليب الرغبات النفسية على العقل، وجاء

«والله يعصمك من الناس» منذ اللحظة الأولى كان واضحًا أن تنصيب علي بن أبي طالب خليفة من بعد رسول الله، لن يمر بسلام بين نفوس ضاقت بالإيمان الحقيقي، بل إن رسول الله نفسه سُحل مرات عدّة مواقف غير حسنة من المقربين، تعارض مجرد التفكير بأن يكون أمير المؤمنين هو الحاكم يوماً ما، هذا من جهة، ومن جهة ثانية، وأكثر خطورة، علم النبي اليقيني بنفاق العديد من المقربين وعامة المسلمين، وعددهم ضوج اليمان في قلوبهم ونفوسهم، فكيف بهم في ظروف زمانية ومكانية غاية في الصعوبة أن ينقلوا ما يكرهونه في ظروف طبيعية؟

و قبل الخوض في الأسباب النفسية لرفض بيعة الغدير، أرى من المفيد للقارئ الاطلاع على حادثة غريبة اصطدم بها رسول الله خلال أدائه مناسك الحج (حج) الوداع الذي تخلّص بيعة الغدير في طريق العودة، عندما أمر رسول الله المسلمين بمن سقطت الهدي معى حتى أشتريه وأحلّ كما أحلوا، «أو شعرت أني أمرت الناس بأمر فذاهم يتذدون لو أتيتني ببيعة الغدير في أيام مناسك الحج، وهو حج عامّة المسلمين لما حلت بالعمرقة (الذبيحة) حتى لا أجبرهم على ما يكرهون، ومنه كان تحرير مُقْتَعَة الحج من قبل عمر بن الخطاب، مما ينبع عليه جميع المؤمنين، كما يتفق عليه جميع المؤمنين، في مثل هذه الظروف النفسية.

بين العقل والهوى

القرآن الكريم بين لنا واحدة من الأسباب الجوهريّة الكامنة في النفس تمنّع صاحبها من بلوغ الحقيقة واليقين، وهي: تغليب الرغبات النفسية على العقل، وجاء



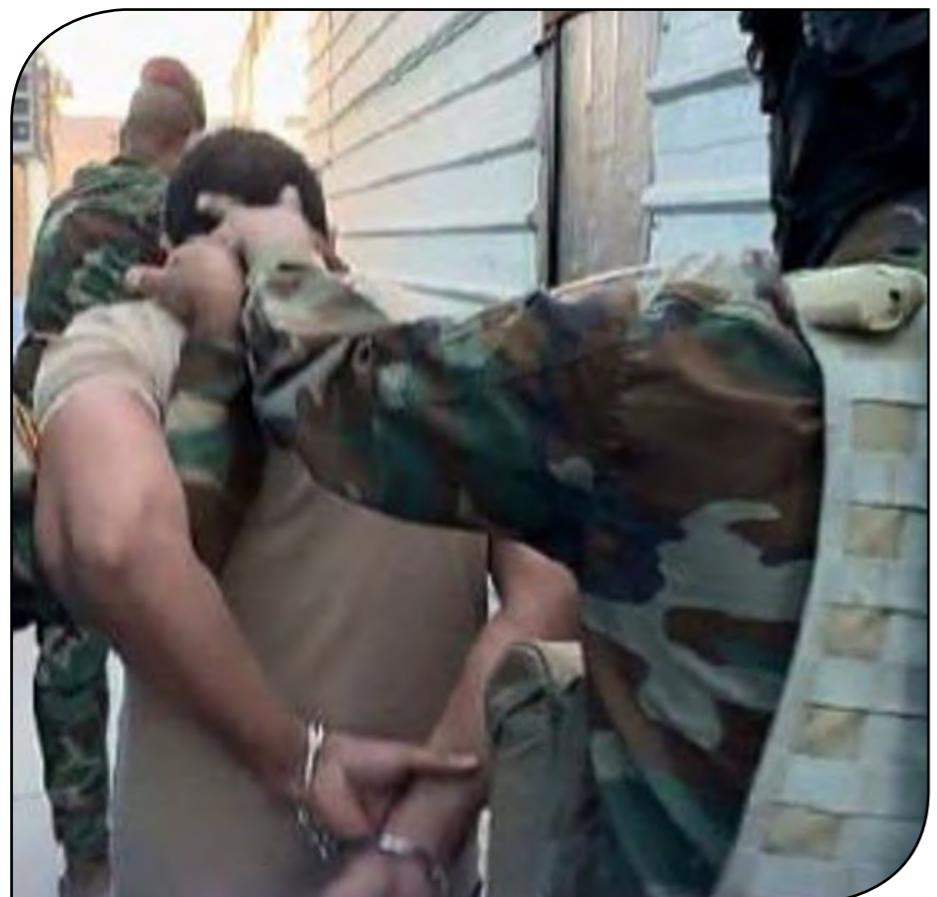
عن رسول الله (صلى الله عليه وآله) قال: حكمة اليوم من النار

إن المفهوم الإسلامي الصحيح للسعادة، هو الوصول إلى رضوان الله تعالى، بتحقيق هدف الخلقة والوجود، ألا وهو العبودية الحقة لله تعالى، حيث يقول تعالى: «وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْإِنْسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونَ»؛ وليسـت هي في الآمال المتفرقة، المشتتة للذهن، والباعثة على الحسرة.

فذكر



المواد الخذالية تضع المتعلين بالأسعار تحت طائلة القانون



الشراء بكميات كافية لاسبوع او أقل ». وأوضح أن الواقع أجهزني على عدم التسوق إلا بكميات قليلة ولكن الحملة التي قامت بها القوات الأمنية المختصة والتي أسفرت عن إلقاء القبض على عدد من التجار قد أعادتني الى وضعي السابق بطريقة التسوق أسبوعياً. من جهته قال المواطن رياض ناصر : إن « ما حدث في السوق المحلية بسبب الظروف الراهنة هو أمر عجيب لكون العراق لم يتأثر بما يجري في المنطقة ». وبين أن « الحالة التي تمر بها الاسواق وما تعرضت له من ركود خلال الايام الماضية كانت بحاجة الى اجراء حكومي كبير وهو ما حدث بالفعل من خلال القيام بحملة اطاحت بتجار شعير ومحاصيله وتحمّلها الى جانبها ».

المنظمة الذين أسهموا باعتقال المتورطين بعملية رفع الاسعار يستحقون الاشادة، لكونهم تمكنا من وأد ظاهرة قابلة للانتشار في أنحاء البلاد نتيجة الجشع الذي أبداه بعض التجار وأصحاب المجال التجارية ». على الصعيد ذاته قال المواطن غالب محمود: إن «الكثير من تجار المواد الغذائية هم رأس الحرية في إحداث الأزمات الاقتصادية ومنها استغلال ما يحدث في بلدان الجوار من حروب أو أحداث سياسية من أجل رفع الاسعار وهذا ماحدث بالضبط ». وأضاف: إن «الموطن العراقي قد شاهد بأم عينه أن مبيعات المواد الغذائية محليا قد تراجعت بشكل ملحوظ وهو ما يؤشر ضعف

مع إقبال المواطنين على التبضع استعداداً للشهر محرم الحرام الذي سيحل بعد أيام قلائل وفي المقابل أشادوا بدور مفازر مكافحة الجريمة المنظمة الذين أسهموا باعتقال المتورطين بعملية رفع الأسعار .

وقال المواطن أحمد هاشم : إن «الارتفاع الجنوبي» بأسعار المواد الغذائية خلال الأيام الماضية قد أثار العديد من علامات الاستفهام إذ لا يوجد ما يبرر ذلك .

وأوضح : أن «أوضاع المواطنين الاقتصادية لا تحتمل زيادة الأسعار التي حدثت في الأيام الأخيرة وترافقها بنسب مختلفة نتيجة الشائئنات عن وجود ارتفاع أسعار الدولار وهي حجة غير واقعية » .

تقديم: أسماء العذبة - كاتبة - قلم حبر

المراقب العراقي / يونس جلوب العراف ...
 الترويج لرفع سعر صرف الدولار كان السبب
 الرئيس وراء التلاعب بأسعار المواد الغذائية
 والذي كان السمة الأبرز خلال الأيام القليلة
 الماضية، وهو ما أدى إلى ارتفاع نسبة الشكاوى
 من قبل المواطنين الذين أكدوا ضرورة ملاحقة
 الملاعين بأسعار السوق.
 وفي المقابل وكردة فعل تجاه هذه الحالة كشفت
 وزارة الداخلية، أمس الأحد، عن اعتقال ٦٦٠ متهمًا باستغلال ظروف المنطقة والتلاعب
 بأسعار المواد الغذائية في البلاد والترويج لرفع
 سعر صرف الدولار، ضمن حملة أطلقها الوزارة
 من خلال مفارز مكافحة الجريمة المنظمة.
 وكان مواطنون قد شكاوا ارتفاع أسعار اللحوم

طالب أهالي منطقة حي الجمهورية وسط مركز البصرة، بتوفير ماء الإسالة لمنقطتهم، من أجل استخدامها في الاستحمام وغسيل الملابس بعد انعدام مياه الشرب منذ سنوات.

وقال الأهالي: إنهم يعانون إما من انقطاع الماء تماماً، أو يتم ضخ مياه مالحة دون تصفية أو تعقيم لا تصلح للغسل أو الاستحمام أو غسل الملابس، وإن التقطعت الكهرباء لفترات متقطعة.

وتساءل المأهولون عن مصير أموال البصرة التي أطلقت عام ٢٠١٨ بقدر
أن شهدت المحافظة، تظاهرات كبيرة تسببت بسقوط عشرات الشهداء
والجرحى والتي بسببها أطلقت الحكومة المركزية نحو عشرة تريليونات
دينار.

وعبر المواطنين المحتاجون عن رفضهم لتبديد أموال البصرة بما وصفوه
«مشاريع التبليط والمقرنص» وترکهم دون مياه شرب، وبينوا أن أموال
المدينة انفقت على «مشاريع تبليط ومقرنص والبصرة عطشانة» حسب
قولهم.

وكانت المفوضية العليا لحقوق الإنسان في البصرة، قد أعربت عن قلقها البالغ إزاء المستويات غير المسبوقة للتلوث وارتفاع قراءات الملوحة في مياه الشرب، واصفة الوضع بـ«النكبة».

وأفاد المكتب في بيان تلقته «المرأقب العراقي»، بأن «تركيز الملوحة في مركز البصرة وصل إلى منتصف تركيز مياه البحر، وامتد ليشمل قضاء أبي الخصيب، إضافة إلى تلوث مياه قضاء الصادق وقضاء المدينة».

وانتقدت المفوضية في بيانها، الإجراءات «المحدودة» المتخذة من قبل الحكومة المركزية لمعالجة الأزمة، داعية إياها إلى ممارسة ضغط أكبر عبر التناقض الجاد مع دوافع المنبع التي تصل التعاملات المالية معها إلى أكثر من ٥٠ مليار دولار سنويًا، وذلك لضمان حصة العراق من المياه وضمان تدفقها بما يكفي لتلبية احتياجات المحافظة.

كما أعربت المفوضية عن قلقها من «الجهود المحدودة» للحكومة المحلية في البصرة، وعدم اتخاذها إجراءات أكبر للتتصدي للأزمة المتفاقمة.

وطالبت حكومة البصرة بـ«إعلان البصرة مدينة منكوبة»، و«طلب التدخل العاجل من الأمم المتحدة لاتخاذ التدابير العاجلة في إنقاذ مدينة البصرة عبر إنفاذ الاتفاقيات الدولية ذات الشأن».

تكسر أرصدة محلات 925 في الكرادة



إهمال مجاري الأزقة في شارع المتنبي

شكّا عدد من أهالي شارع المتنبي، الإهمال الكبير الذي تتعرّض له مجازي الأزقة في هذا الشارع المهم والذى يلقب بشارع الثقافة.

وقال الأهالى في رسالة موجهة إلى أمين بغداد: «نحن أهالى محلة ١٤ - ١ - جديد حسن باشا / زقاق ٢١، نرفع إلى أمين بغداد هذه الشكوى، لما نعانيه من إهمال واضح في صيانة وتنظيف شبكات المجاري ضمن منطقتنا، وبشكل خاص في زقاق ٢١ وأزقة أخرى مترفرفة من شارع المتنبي، الذي يُعد من أهم الشوارع الثقافية والسياحية في بغداد».

وأضافوا: «لقد تسبّب هذا الإهمال بتجمّع مياه المجاري بشكّل دائم، ما أدى إلى انتشار الروائح الكريهة والحيشّرات الضارة، وتهديي للصحة العامة، بالإضافة إلى تشويه المنظر العام للمنطقة وعرقلة حركة السكان والزوار».

وتابعوا: «وعلى الرغم من تكرار المنشادات المعنية في دائرة المجاري، لم يتم اتخاذ أي إجراءات جادة لمعالجة المشكلة حتى الآن، لذلك ثالتمس من سعادتكم التدخل العاجل لتوجيه الجهات المختصة بصيانة وتنظيف مجازي المنطقة بشكل فوري، حفاظاً على صحة المواطنين وصورة بغداد الحضارية».

تعاني تكسير أرصفة زقاق ٣٥ بسبب بناء أرصفة فوق أخرى ومن ثم تم هدمها من قبل القائمين على اعمال المنطقة، وهي حالة غريبة تحدث في المنطقة. وشددوا على ضرورة العمل على تحري الموضوع وأخذان الإجراءات الإدارية بكل من حاول تكسير

تحذيرات من تسرب المواد السامة الى مياه القنائين

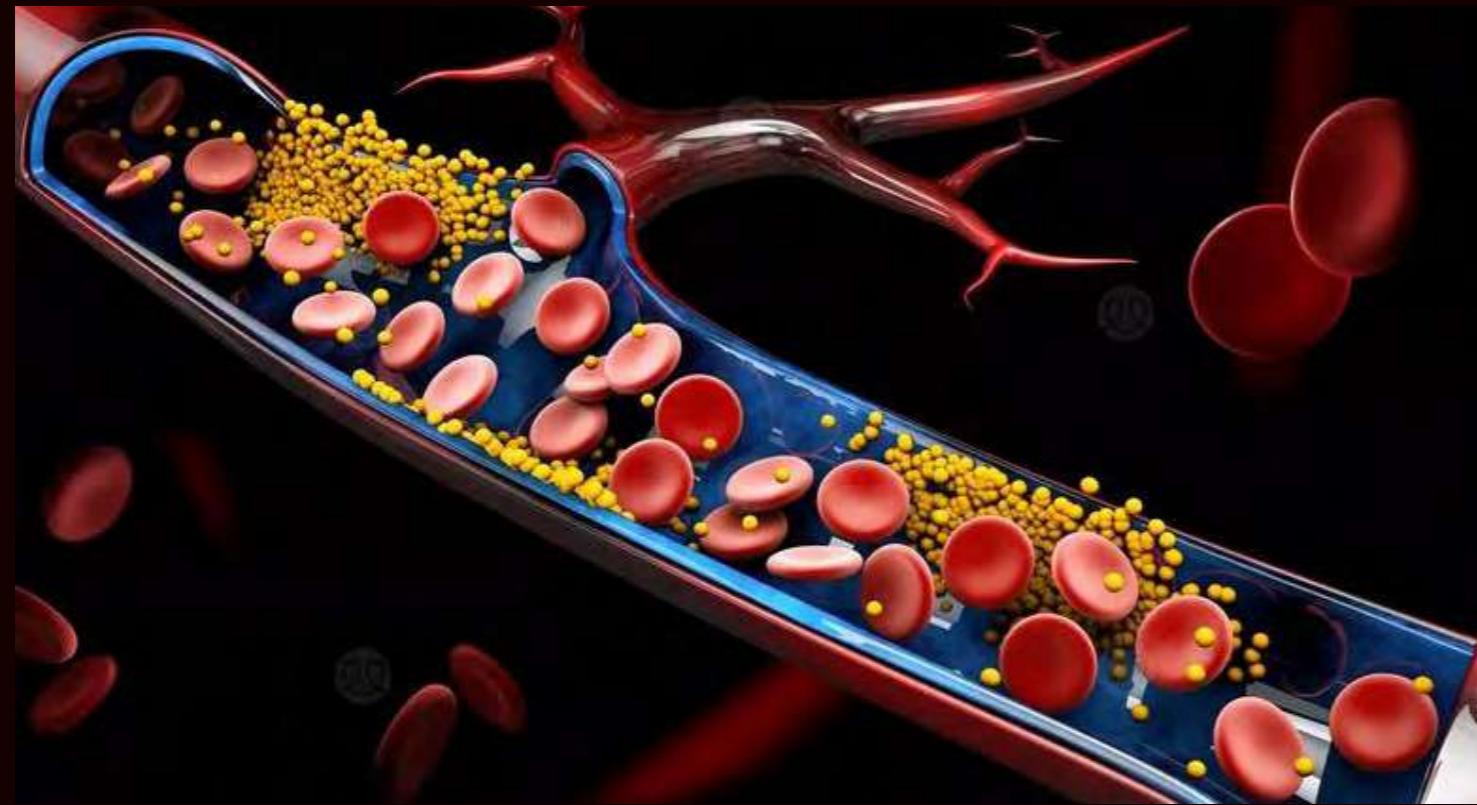
وأضافوا: إن «أمين بغداد عمار موسى» كاظم مطالب بالاستجابة الفورية لمناشدات الأهالي ولاسيما الساكنين في محلة ٨٥٧، حيث تحول الشارع العام فيها وهو شارع حيوي إلى مكب للنفايات، على الرغم من أهميته الكبيرة للمنطقة». وأشاروا إلى ضرورة العمل على تسيير سيارات حمل النفايات إلى المنطقة، من أجل التخلص من النفايات الموجودة في المنطقة، لكونها أصبحت تؤثر على صحة المواطنين في المحلة.

ناشد أهالي منطقة الشرطة الرابعة، بلدية الرشيد، بضرورة التدخل العاجل لمعالجة الإهمال الحاصل في منطقتهم والتي تحولت شوارعها إلى مكب للنفايات ولاسيما الشارع العام محلة ٨٥٧.

وقال الأهالي في رسالة موجهة إلى أمين بغداد عمار موسى كاظم: إن «دائرة بلدية الرشيد لم تنتبه يوماً إلى حال منطقة الشرطة الرابعة، لذلك ناشد الأهالي مدير بلدية الرشيد بضرورة التدخل العاجل لمعالجة الإهمال الحاصل في منطقتنا، لكن لم تنتبه الإستجابة إلى مطالبنا».

ما أفضل طريقة لممارسة الرياضة؟

دراسة تحدد كيفية فقدان الدهون الضارة عبر النشاط البدني



التحمل العضلي والانفجار العضلي، بينما كانت مكاسب اللياقة القلبية متشابهة في المجموعتين، ما يشير إلى أن تسلسلاً تمارين لا يُؤثر كثيراً على القلب.

ويكمن السر في طريقة استخدام الجسم للطاقة. فعد

ارتفاع الأوزان أولاً، يتم استهلاك مخزون الغликوجين

(السكر المخزن في العضلات)، ما يجبر الجسم لأخذًا

على الاعتماد على الدهون كمصدر رئيسي للطاقة أثناء

الكارديو. وهذا التحول الأيضي يفسر فقدان الدهون

الأخير في هذه المجموعة.

وندمع نتائج هذه الدراسة مراجعات علمية عديدة. فقد

بنيت دراسة منهجية عام ٢٠٢٢ أن تمارين المقاومة

وحياتها قادرة على تقليل الدهون الحشوية بفعالية،

خاصة أنها تساهل في بناء العضلات، التي يدورها تحرق

السعرات حتى في حالة الراحة.

وبالمقابل، قد يؤثّر البدء بالكارديو إلى إتلاف العضلات

وتقدير فاعلية آداء تمارين القوة لاحقاً بسبب استنزاف

الغликوجين مبكراً.

ورغم قوة النتائج، فإن الدراسة اقتصرت على شباب

يعانون السمنة ما يهدى من إمكانية تعبيدها على

النساء وباريسن، قد يؤثّر البدء بالكارديو على النساء

لما تأخذ الدراسة في الاعتبار عوامل مثل التغذية

والنوم أو التوتر - وكلها مؤشرات أساسية على نتائج

الدراسة.

وفي كل الأحوال، يبقى دمج تمارين الكارديو والمقاومة

في روتينك الرياضي مفتاحاً صحيحاً شاملة ومتوازنة.

تعتبر الرياضة واحدة من أهم النشاطات اليومية التي تمارسها الملايين من الأشخاص في مختلف الأعمار، إذ يبحث كثيرون عن ممارسي الرياضة عن صحة القلب.

للتقط تمارينهم اليومي لتحقيق أفضل النتائج.

ومن أبرز الأسئلة التي طالما طرحت: هل من الأفضل

أداء تمارين الكارديو قبل رفع الأثقال أم بعده؟

في حين كان الجواب يعتمد سابقاً على التفضيلات

الشخصية، كشفت دراسة حديثة عن إجابة حاسمة قد

تغير طريقة تدريب الكثيرون.

وأظهرت الدراسة أن أداء تمارين المقاومة (رفع الأثقال)

قبل تمارين الكارديو يساهم في فقدان كمية أكبر من الدهون، ويزيد من النشاط البدني على مدار اليوم،

مقارنة بعكس الترتيب.

وشهدت الدراسة ٤٥ شاباً تراوح أعمارهم بين ١٨ و٣٠

عاماً، مصنفين كocabin بالسمنة، وتم تقسيمهم إلى

٣ مجموعات خلال فترة ١٢ أسبوعاً، مجموعة ضابطة لم تغير من نمط حياتها، ومجموعة التزمت ببرنامج

رياضي مدته ٦٠ دقيقة، ٢ مرات أسبوعياً، مع اختلاف

وحيد في ترتيب التمارين.

ووقف المشاركون الذين بدأوا بتمارين الأوزان تحسناً

أكبر في فقدان الدهون الكلية، وخاصة الدهون الحشوية التي ترتبط بالعديد

خلواتهم اليومية بنحو ٣٥٠ خطوة، مقارنة بـ

١٦٠ فقط لدى من بدأوا بالكارديو.

كذلك، شهدت مجموعة «الأوزان أولاً» تحسيناً في قوة

بيغاء رقمي.. تحطيم الصورة النمطية لنماذج الذكاء الاصطناعي



للحل. وأشارت النتائج إلى أن الأداة لا يتحسن رغم توفر مزيد من الوقت أو الموارد، بل يظهر سلوكاً متناقضًا: بعض الألغاز المترسبة تتحقق فيها النماذج أداءً معقلاً، لكنها تفشل بشكل مفاجئ في مسائل أبسط منها. وتعزز هذه الملاحظات ضرورة إعادة النظر في أساليب التقييم الحالية، التي تركز على الإجابة النهائية وتغفل مدى قدرة النماذج على الاستدلال الحقيقى. وبينما لا تقلل الدراسة من الفوائد العملية لهذه النماذج، فإنها تثير تساؤلات جوهرية حول مدى قرب هذه الأساليب من تحقيق «ذكاء اصطناعي عالم»، وتدعى إلى تعزيز الاختبارات البحثية بما يعكس قدرات استنتاج حقيقة.

نشرت شركة «آبل» دراسة بحثية حديثة ترفع الستار عن أحد أبرز التحديات التي تعيّر تطور الذكاء الاصطناعي: انتصار نماذج الحاكمة المترسبة مثل Claude وDeepSeek-R1 وDeepSeek-R1 وOpenAI ٥٥ للستدلال الفعلى، واعتمادها بدلًا من ذلك على تكرار الانطباق من بيانات التدريب.

استندت الدراسة إلى أربعة أنماط كلاسيكية - برج هانوي،

عبر النهر، القفز في لعبة الداما، وعالم المكعبات - تم

تصنيفها بحسب الصعوبة، وخصصت إلى تراجع حد في الأداء

كلما زاد تعقيد الألغاز، حيث تنتهي النماذج خطوات تشي

بوجود «تفكير»، لكنها تخفف عملياً عند مواجهة تحديات

منطقية طويلة الأمد، حتى عند تزويدها بخوارزميات مسبقة

B12 ونقص فيتامين
عاملان أساسيان لظهور الشيب

يظهر الشيب مبكراً عند الكثير من الأشخاص، إذ يرى الكثيرون أن بياض الشعر علامة على الشيخوخة والقدم بالسن، وهو ما حفز العاملين لدراسة أسبابه وتغير نصائح تأخير ظهوره.

وعادة ما يظهر الشيب بلا في منتقدي الصدفين ثم ينتشر إلى مؤخرة الرأس، ويلاحظ بعض الناس الشيب في العشرينات من عمره، بينما لا يراه آخرون إلا في الخمسينات.

وتشير المذكورة بيلي ميسرا-شار، الطبيبة العامة وأخصائية صحة المرأة، إلى أن أسباب ظهور الشيب المبكر تشمل: التدخين ونقص بعض العناصر الغذائية مثل فيتامين B12 والحديد وأسطرابات الفدورة الدرقية وأمراض المناعة الذاتية.

ونصحت باستشارة الطبيب إذا ظهر الشيب مبكراً.

نجاة أو في عمر مبكر، لكنه عادة ما يكون

ما الأطعمة التي تدعم صحة القلب وتوازن ضغط الدم؟



كما يعتبر طبع التمر الهندي، الذي يشتهر بالحامض كافياً لتنشيط برام العضلات، وهو مفيد أيضاً للقلب. كما أنها فاكهة غنية بالبوتاسيوم والفيتامينات، وبها معنادن يساعدان بالتحكم في ضغط الدم، كذلك يعرف عنها أنها تخفف من المضادة للالتهابات، تساعد على الحفاظ على تدفق دم صحي في جميع أنحاء الجسم، ومن خلال خفض مستويات الكوليستيرول والدهون الثلاثية، تعمل على تناوله كمشروب بار، فإنه يساعد القلب، ويولى الخبراء أنه من الأفضل مزج التمر الهندي مع عصير الزنجبيل لمزيد من الفعالية.

هناك الكثير من الأطعمة التي تدعم صحة القلب وتتساوى توافرها على سطح الأرض، مصدراً طبيعياً لفيتامين C. كما أنها ثمرة صغيرة لاذعة معززة من بينها الحمض الحار الذي يُعرف بالمناعة ورغبة للأدوية الدموية. وبفضل من المعروف أن الحمض غني بالالياف والبوتاسيوم، وهو مكون أساسي يساعد في المضادة للأكسدة وخصائصها على تدفق دم صحي في جميع أنحاء الجسم، ومن خلال خفض مستويات الكوليستيرول والدهون الثلاثية، تعمل على تناوله كمشروب بار، فإنه يساعد القلب، وعند مزجه مع الكركم وبذور الخردل، وعند تناولها نيئة أو كعصير أو ممزوجة بصلصة، يصبح السوندال متعة لا تقاوم.

طبيبة تشرح أسباب
صعوبة التخلص من الوزن الزائد
مع تقدم العمر

بخصوص إضافية مثل الرأس الحربي

وتحتاج الصاروخ امتداداً لصواريخ «فاتح ١٠» المطورة، لكنه يتميز

الجولة الجديدة من الهجمات على تل أبيب، فجر أمس الأحد، هي من طراز «جاج قاسم» الباليستي التكتيكي الموجه والمزود بوقود صلب، وبربوس حرية شديدة الانفجار.

ويتميز الصاروخ، الذي يبلغ مداه نحو ٤٠٠ كيلومتر، بقدرتها على إصابة أهداف بعيدة بدقّة عالية، انتدلاً من العمق الإيراني، دون الحاجة إلى قواعد إطلاق قريبة من الحدود. ويزن الصاروخ حوالي ٧ أطنان، ويحمل رأساً هربياً يوزن نصف طن من المتفجرات، مما يجعله من أكثر الصواريخ فتكاً في التسليات الإيرانية.

وastخدم «جاج قاسم» وقوفاً صليباً يتيح سرعة تجهيز أكبر، وسرعة طيران تتجاوز ١٢ مالقاً في الطبقات العليا من الغلاف الجوي، بينما يتبلغ سرعته عند الاصطدام بالأسفل نحو ٥ مالقاً مما يجعله تحدياً كبيراً أمام منظومات الدفاع الصاروخي، فيما فيها القبة



وتقول: «ويمى أن العضلات هي العضو الرئيس المستهلك

لطاقة، حيث تحرق معظم السعرات الحرارية. وبالتالي، كلما زادت كتلة العضلات، كان حرق السعرات الحرارية أعلى، مما تؤثر هرمونات مثل هرمون النمو والهرمونات الجنسية، ومنها النستوستيرون الذي يؤثر بشكل خاص على كتلة العضلات، في الحفاظ على مستوى طبيعي لكتلة العضلات».

ووفقاً لها، لذلك الرجال الذين يكملون مستوى النستوستيرون لديهم أعلى بكثير من النساء يكونون أقل عرضة للسمة. كما أن الرجال يفقدون الوزن بسهولة أكبر نظراً لامتلاكهم كتلة ضلليلة أكثر. وتقول: «ولكن كما هو معروف، ينخفض إنتاج الهرمونات مختلقة مع التقدم في السن. وتحد هذه العملية بصورة مختلقة لدى النساء والرجال في أعمار مختلفة، فمثلاً، إذا تحدثنا عن هرمون النمو، فإن إنتاجه يبدأ في كتلة العضلات مع التقدم

بوجه الأشخاص الذين يعانون من

الرائد صعوبة بالتنفس منه خاصة مع تقدم العمر بالرغم من اتباههم جفاف غذائية قاسية، إذ حلت

الكتير من دراسات أسباب

صعوبة محاربة السمنة مع التقدم بالسن.

تشير الدكتورة أوكسانا

ميغانينا أخصائية الغدد

الصماء، خبيرة التقنية في

جوابها عن هذا السؤال.

إلى أن الكثيرون يعتقدون

خطأً أن خلل الغدة الدرقية

هو السبب، ولكن السبب

في معظم الحالات يمكن

انخفاض سرعة عملية التمثيل

الغذائي، مما يؤدي إلى انخفاض

تربيجي في كتلة العضلات مع التقدم



