



صحيفة-يومية-سياسية-عامة
Almuraqeb AlIraqi Newspaper

فمن قبلني بقبول الحق
فأله أولى بالحق
«تعالى»
المام الحسين

المراقب العراقي



رمضان
فرصة لتعزيز القدرة
الذهنية وزيادة الإنتاج

Almuraqeb AlIraqi news paper

صحيفة-يومية-سياسية-عامة

الخميس 26 شباط 2026 العدد 3797 السنة السادسة عشرة

بعد تدخلات واشنطن بالشأن السياسي المقاومة الإسلامية العراقية تطلق تحذيرها الأخير بوجه التجاوزات الأمريكية

للمراقب العراقي / سداد الخفاجي
عاشى العراق على مر السنين الماضية
تدخلاً أمريكياً في شؤونه الداخلية سواء
كان أمنياً أو سياسياً أو اقتصادياً،
وتسبب هذا التدخل بجره الى منغطفات
وأحداث خطيرة، وعلى الرغم من محاولة
الطبقة السياسية تنظيم العلاقة بين
بغداد وواشنطن والحفاظ على سيادة
البلد، إلا أن أمريكا تصر على التدخل
وفرض إملاءاتها لحماية مصالحها داخل
العراق، الذي تعتبره الولايات المتحدة أحد
المواقع المهمة للسيطرة على المنطقة.

وبالتزامن مع مباحثات تشكيل الحكومة
العراقية الجديدة، والتي بلغت مراحل
متقدمة بعد انتخاب رئاسة البرلمان
واتفاق الإطار التنسيقي بالأغلبية على
ترشيح زعيم ائتلاف دولة القانون نوري
الملكى لرئاسة الوزراء، دخلت واشنطن
على الخط لتعرق سير عملية تشكيل
الحكومة، عبر فرض فيتو على الملكى
بحجج غير قانونية، الأمر الذي خلق أزمة
سياسية أدت الى توقف المباحثات، وسط
مطالبات بوقف التدخل الخارجي وإنهاء
الوصاية التي تفرضها أمريكا على القرار
العراقي.
وترى القوى السياسية، سيما الشيعية
أن العراق قطع شوطاً كبيراً منذ عام
٢٠٠٢ عبر التحديتات الأمنية والسياسية،



الداخلية، داعية الى تحقيق السيادة
الوطنية الكاملة.
وأضاف البيان أن «طبيعة العلاقات
بين العراق والولايات المتحدة لا تقوم
على مبدأ النية بين الدول ذات السيادة،
إذ لا تزال واشنطن تتدخل في الشأن
الداخلي العراقي، بل وتحدد الشخصيات
السياسية التي يُسمح لها بتسنّم

المناصب الحكومية أو يُستبعد غيرها،
وفقاً لمعيار الإرادة الأمريكية، في إطار
نهج دأبت على اتباعه ضمن سياق
سياساتها الاستكبارية.»
وعلى الرغم من المحاولات العراقية إيقاف
التدخل الأمريكي في شؤون البلاد، إلا أن
واشنطن ما زالت مستمرة في انتهاك
الأجواء العراقية والسيطرة على عمليات

لأن هذا التوجه يُضعف القرار العراقي
ويصادر الرأي الشعبي الذي اختار
عبر صناديق الاقتراع ممثلبه للحكومة
المقبلة.
وعلى خلفية التدخل الأمريكي بالشأن
العراقي أصدرت تنسيقية المقاومة
الإسلامية العراقية، بياناً رفضت عبره
التدخلات الأمريكية في شؤون البلاد

وبات اليوم أمام استحقاق تثبيت
استقلال قراره الوطني بعيداً عن
الضغوط الدولية أو الإملاءات الخارجية،
مشيرة الى ضرورة أن تُبنى العلاقة مع
الولايات المتحدة الأمريكية على أساس
المصالح المتبادلة والاحترام المتكافئ، لا
على أساس التدخل في مسارات تشكيل
الحكومات أو رسم السياسات الداخلية،

وإلى القوى السياسية، سيما الشيعية
أن العراق قطع شوطاً كبيراً منذ عام
٢٠٠٢ عبر التحديتات الأمنية والسياسية،

تحالف كردي لتمرير منصب الرئيس بعيداً عن الحزب الديمقراطي

رئاسة الجمهورية وقامت بترشيح وزير الخارجية في حكومة تصريف
الأعمال الحالية فؤاد حسين للمنصب، وهو ما رفضه الاتحاد الذي اعتبر
ذلك تجاوزاً على الأعراف السياسية والمحاصصة التي بُني عليها النظام
السياسي الحالي، وعقد ذلك المشهد وساهم في التجاوز على التوقيتات
القانونية التي يجب أن تتشكل الحكومة بموجبها.

التي بُنيت عليها العملية السياسية الحديثة.
وفي كل دورة نيابية يكون المنصب من حصة الاتحاد الوطني مقابل
ذهاب باقي حصص المكون الكردي في بغداد وإقليم كردستان إلى الحزب
الديمقراطي وباقي الأحزاب الكردية، إلا أن مسعود البارزاني والعائلة
الحاكمة في الإقليم خالفت هذه القاعدة حينما طالبت هذه المرة بمنصب

هو من يكلف مرشح الكتلة الأكبر الذي أعلن عنه الإطار التنسيقي منذ
أسابيع عدة، لكن الموقف الكردي لم يتفق لغاية اللحظة على شخصية
معينة والدفع بها إلى البرلمان. من أجل التصويت عليها، نتيجة للخلافات
القوية التي حصلت ما بين الحزب الديمقراطي الكردستاني والاتحاد
الوطني اللذين يريدان الحصول على المنصب، بغض النظر عن الاتفاقات

المراقب العراقي / سيف الشمري
رغم مرور أشهر على إجراء الانتخابات وتشكيل هيئة رئاسة مجلس
النواب، إلا أن معالم الحكومة العراقية الجديدة لم تتضح لغاية الآن، في ظل
استمرار الصراع الكردي - الكردي على منصب رئاسة الجمهورية الذي
يعد اللدخل الرئيسي في إكمال الاستحقاقات الدستورية كونه «الرئيس»

الجوية ويتخلف عنه القيصرية بفارق خمس
نقاط. وتحدث المحلل الكروي سعدون محسن
للمراقب العراقي قائلاً: ان «مواجهة اليوم
سنتكون فرصة حقيقية للحوار والتعويض
عن الإخفاقات الماضية سواء محلياً أو أسويياً
وستكون المباراة الأولى للمدرّب الشاب لؤي
صلاح مع الفريق والذي سيطمح بدوره
لتحقيق نتيجة إيجابية في بداية مشواره، من
أجل تثبيت أقدامه بشكل صحيح مع النادي
بالإضافة الى الدخول بسرعة الى قلوب الجماهير
الزورائية.»

المراقب العراقي / صفاء الخفاجي
يحتضن ملعب الزوراء، اليوم الخميس، مباراة
غاية في الأهمية تجمع الزوراء صاحب المركز
الثامن بالشرطة صاحب المركز الثالث في مباراة
مؤجلة من الجولة الأولى لدوري نجوم العراق،
نتيجة مشاركة الفريقين في البطولات القارية
والتي ودّعها الزوراء من دور الستة عشر، فيما
خرج الشرطة من بطولة دوري أبطال آسيا
للخيبة من دور المجموعات. وستكون مواجهة
اليوم فرصة للفريقين للتعويض، فالزوراء
يسعى للعودة الى طريق الانتصارات والشرطة
مواصلة سعيه للاقترب من القمة التي يحتتها

المراقب العراقي / أحمد سعدون
أثار قرار مجلس الوزراء رقم (١٠٨٣ لسنة ٢٠٢٥) القاضي بفرض
زيادة بنسبة ٢٠٪ على كارتات شحن الموبايل وخدمات الإنترنت،
موجة واسعة من الجدل الشعبي والنيابي، في وقت يمر فيه البلد
بظروف اقتصادية حساسة تتطلب سياسات متوازنة لا تمس

مستحقات مراقبة الامتحانات تتعطل بالمديريات والمدارس يناشدون



المراقب العراقي / يونس جلوب العراف
مستحقات أجور المراقبة للدور الثاني
للإمتحانات العامة، ما زالت تمثل مشكلة
للعديد من الكوادر التعليمية نتيجة عدم البدء
في إجراءات رفع كتب التمويل الخاصة بها،
حيث لا يزال الكثير من المراقبين والإداريين
ينتظرون صرف مستحقاتهم الخاصة بالدور
الثاني (امتحانات الإعدادية وما يعادلها) بناءً
على التمويل المالي، إذ تعتمد عملية الصرف
وزارة المالية، على الرغم من وجود أنباء تؤكد
وجود متابعات لهذا الملف، إلا أن الكثير من

مراقبي الإمتحانات العامة للمرحلة الإعدادية
يطالبون الجهات المعنية بصرف مستحقاتهم
الخاصة بمراقبة امتحانات العام الدراسي
٢٠٢٤ - ٢٠٢٥. وفي السياق، ناشد لفييف من
مراقبي الإمتحانات العامة للمرحلة الإعدادية
في محافظة بابل، الجهات المعنية لصرف
مستحقاتهم من أجور المراقبة للدور الثاني
للإمتحانات العامة / المرحلة الإعدادية للعام
الدراسي ٢٠٢٤ - ٢٠٢٥. وأشاروا الى تأخير
دفع مستحقاتهم عن أجور المراقبة من قبل
مديرية تربية بابل.

المراقب العراقي / أحمد سعدون
أثار قرار مجلس الوزراء رقم (١٠٨٣ لسنة ٢٠٢٥) القاضي بفرض
زيادة بنسبة ٢٠٪ على كارتات شحن الموبايل وخدمات الإنترنت،
موجة واسعة من الجدل الشعبي والنيابي، في وقت يمر فيه البلد
بظروف اقتصادية حساسة تتطلب سياسات متوازنة لا تمس

الزوراء والشرطة يسعيان للتعويض في مواجهة اليوم بدوري النجوم

شركات الإنترنت والموبايل تسدد الضريبة الحكومية من جيب المواطن

أكبر لتصل بعض الاشتراكات المتقدمة إلى حدود ١٥٦ ألف دينار
شهرياً.
ويصرى مختصون أن «هذه الزيادات لن تكون بسيطة في تأثيرها
الترائمي، خصوصاً على العوائل ذات الدخل المحدود التي تضم أكثر
من مستخدم للإنترنت والهاتف النقال داخل المنزل الواحد.»

سواء لأغراض العمل أو التعليم أو التواصل.
وبحسب النسبة المقررة (٢٠٪)، ستعكس الزيادة بشكل مباشر
على أسعار الباقات، إذ سترتفع الباقة الاقتصادية من ٣٥ ألف
دينار إلى نحو ٤٢ ألف دينار، فيما ستقفز الباقة المتوسطة من ٤٥
ألف دينار إلى ٥٤ ألف دينار، أما الباقات العليا، فستشهد زيادات

الطبقات محدودة الدخل.
القرار يأتي ضمن حزمة إجراءات تصفها الحكومة بأنها إصلاحات
مالية وتقشفية تهدف إلى تعظيم الإيرادات غير النفطية، إلا أن
منتقدي القرار يرون أنه يستهدف شريحة واسعة من المواطنين
الذين يعتمدون على خدمات الاتصالات والإنترنت بشكل يومي،

المراقب العراقي / أحمد سعدون
أثار قرار مجلس الوزراء رقم (١٠٨٣ لسنة ٢٠٢٥) القاضي بفرض
زيادة بنسبة ٢٠٪ على كارتات شحن الموبايل وخدمات الإنترنت،
موجة واسعة من الجدل الشعبي والنيابي، في وقت يمر فيه البلد
بظروف اقتصادية حساسة تتطلب سياسات متوازنة لا تمس

المراقب العراقي / أحمد سعدون
أثار قرار مجلس الوزراء رقم (١٠٨٣ لسنة ٢٠٢٥) القاضي بفرض
زيادة بنسبة ٢٠٪ على كارتات شحن الموبايل وخدمات الإنترنت،
موجة واسعة من الجدل الشعبي والنيابي، في وقت يمر فيه البلد
بظروف اقتصادية حساسة تتطلب سياسات متوازنة لا تمس

المراقب العراقي / أحمد سعدون
أثار قرار مجلس الوزراء رقم (١٠٨٣ لسنة ٢٠٢٥) القاضي بفرض
زيادة بنسبة ٢٠٪ على كارتات شحن الموبايل وخدمات الإنترنت،
موجة واسعة من الجدل الشعبي والنيابي، في وقت يمر فيه البلد
بظروف اقتصادية حساسة تتطلب سياسات متوازنة لا تمس

المراقب العراقي / أحمد سعدون
أثار قرار مجلس الوزراء رقم (١٠٨٣ لسنة ٢٠٢٥) القاضي بفرض
زيادة بنسبة ٢٠٪ على كارتات شحن الموبايل وخدمات الإنترنت،
موجة واسعة من الجدل الشعبي والنيابي، في وقت يمر فيه البلد
بظروف اقتصادية حساسة تتطلب سياسات متوازنة لا تمس



ألاء حسين.. أيقونة إبداعية
تتجاوز الخطوط الفاصلة
بين التمثيل والحقيقة

تهم خرق قانون اللعب
المالي تهدد السبتي
بخم 60 نقطة

أمريكا تهدد إيران
لماذا لا نرد عليها
بالمثل؟

8

6

5

مطالبات نيابية بالإسراع في إقرار القوانين المهمة

أن «وجود حكومة مدعومة بأغلبية منضبطة يُسرّع عملية التشريع، والعكس صحيح». وشددت لعيبي على «ضرورة توفير ضمانات حقيقية لتفعيل القوانين الحيوية، في مقدمتها تفعيل الرقابة البرلمانية الفاعلة، وتعزيز الشفافية في إعداد الموازنة، وتفعيل دور القضاء الدستوري، وإشراك الخبراء ومراكز الدراسات قبل تمرير التشريعات، فضلاً عن تحصين القرارات الاقتصادية من المزاج السياسي».

الإيرادات غير النفطية، وتنظيم السوق والحد من الفوضى في المنافذ الحدودية، إلا أن تطبيقه يصطدم بملفات الفساد وضعف السيطرة على المنافذ، إضافة إلى الضغوط التجارية الإقليمية». ولفتت إلى أن «التنسيق القائم بين السلطتين التنفيذية والتشريعية غالباً ما يكون شكلياً عبر اللجان المشتركة، في حين يرتبط التنسيق الفعلي بطبيعة العلاقة بين مجلس الوزراء ومجلس النواب»، مبيّنة

وبيّنت لعيبي أن «قانون النفط والغاز يُعد من أكثر القوانين تعقيداً، لارتباطه بإدارة الثروة بين المركز وكردستان، وتوزيع الإيرادات بين المحافظات المنتجة وغير المنتجة، فضلاً عن تحديد صلاحيات التعاقد مع الشركات الأجنبية». وفيما يتعلق بقانون التعرفة الجمركية، أشارت إلى أنه «يمثل أداة سيادية لحماية الاقتصاد الوطني من خلال حماية المنتج المحلي من الإغراق، وزيادة

المصالح بين الحكومة الاتحادية والإقليم، لاسيما في القوانين ذات البعد المالي والاقتصادي، أسهمت بتعطيل العديد من التشريعات المهمة». وأضافت أن «ضعف الانضباط البرلماني وكثرة المقاطعات، فضلاً عن استخدام بعض القوانين كورقة ضغط تفاوضية، عوامل زادت من تعقيد المشهد التشريعي، خصوصاً مع تغير الأولويات في ظل الأزمات الأمنية والمالية والاحتجاجات».

المراقب العراقي / بغداد
طلبت عضو مجلس النواب ضحى لعيبي، أمس الأربعاء، بالإسراع في إقرار القوانين المهمة خلال الجلسات المقبلة، مشيرة إلى أن البرلمان بدورته السادسة شبه معطل منذ تشكيل رئاسته ولغاية اليوم. وقالت لعيبي إن «الخلافات بين القوى السياسية بشأن الصلاحيات وتقاسم الموارد، إلى جانب تضارب

صراع المناصب يتواصل في الإقليم

الأحزاب الكردية تعيد رسم خارطة تحالفاتها بعيداً عن العائلة البارزانية



أخبار أمنية



الإطاحة بشبكة متخصصة بتجارة الآثار في ديالى

أطاحت القوات الأمنية في ديالى بشبكة متخصصة بالتجارة بالآثار خلال كمين نوعي نفذ شمال المحافظة، إذ نجح فريق أمني مشترك، بتنفيذ كمين محكم ضمن قاطع شمال ديالى، أسفر عن اعتقال اثنين من أفراد شبكة تمتهن المتاجرة بالآثار، وضبط قطع أثرية مهمة بحوزتهما، وجاءت العملية نتيجة جهد استخباري استمر خمسة أسابيع من الرصد والمتابعة الدقيقة، وصولاً إلى مسك أول الخيوط التي قادت إلى تحديد تحركات أفراد الشبكة والإطاحة بهم، وتم نقل المعتقلين إلى مركز احتجاز أمني لإكمال التحقيقات الأصولية معهما، تمهيداً لاتخاذ الإجراءات القانونية اللازمة بحقهما».

القبض على 34 مخالفاً لشروط الإقامة في بغداد

أغلقت قيادة عمليات بغداد عدداً من المشاريع التجارية والصناعية غير المجازة وألقت القبض على 34 أجنبياً مخالفاً لضوابط الإقامة والجنسية، جاء ذلك ضمن الخطة الأمنية المرسومة لشهر رمضان واستكمالاً لعمليات البحث والتفتيش المناطقي، بالاشتراك مع الأجهزة الاستخباراتية والجهات الرقابية، وتأتي هذه الممارسات لتعزيز الامن والاستقرار وتوفير الأجواء الآمنة المستقرة خلال الشهر الفضيل.

الأسبوع المقبل.. الإطار التنسيقي يتوجه لحسم ملف رئاسة الوزراء

المراقب العراقي / بغداد
أكد القيادي في الإطار التنسيقي علي الفتلاوي، أمس الأربعاء، أن قوى الائتلاف الشيعي ستحسم ملف تسمية رئيس الوزراء الجديد الأسبوع المقبل، متوقفاً ترشيح شخصيات بديلة لزعيم ائتلاف دولة القانون نوري المالكي. وقال الفتلاوي إن «قوى الإطار التنسيقي تمر بمخاض حوارات مكثفة ليست ناتجة عن خلافات شخصية، بل تفرضها المصلحة الوطنية العليا في ظل التصعيد الأمني الخطير الذي تشهده المنطقة». وأضاف أن «استبدال مرشح الإطار نوري المالكي بشخصية أخرى بات أمراً تفرضه الواقعية السياسية والظروف الراهنة»، مشيراً إلى أن «قيادة الإطار سيتفقون على هوية المرشح البديل وإعلانها بشكل رسمي الأسبوع المقبل». ولفت الفتلاوي إلى أن «هذا التحرك يهدف إلى احتواء الأزمات وضمان انسحابية تشكيل الحكومة بما يتناسب مع حجم التحديات الاقتصادية والأمنية التي تواجه البلاد».

جديدة بعيدة عن الحزب الديمقراطي الكردستاني الذي قرر نقض كل الاتفاقات السابقة، والمطالبة برئاسة الجمهورية، حيث عقد كل من الاتحاد الوطني والجيل الجديد وبعض الأطراف الفاعلة في الإقليم، اجتماعات عدة خلال الأيام الماضية لوضع اللمسات النهائية على تحالفهم الجديد. في السياق، يقول المحلل السياسي سعيد البدر في حديث له، «المراقب العراقي»: إن «الخلاف بين الحزبين حول رئاسة الجمهورية ليس بالجديد، ولكن هذه المرة يحمل أبعاداً أعمق»، مبيّناً، أن «كل طرف يعتبر المنصب استحقاقاً سياسياً له». وأضاف، أن «المنصب تحول لورقة تفاوض وضغط ما بين الأحزاب الكردية وليس

المشهد وساهم في التجاوز على التوقيتات القانونية التي يجب أن تتشكل الحكومة بموجبها. وعلى الرغم من استمرار الخلافات على مرشح رئاسة الجمهورية فلا توجد أي بوادر لحل هذه الأزمة والمضي في إكمال المناصب الرئاسية في العراق، لتجنب مخاطر الأزمات نتيجة للتطورات الخطيرة التي تحيط بالبلد ومنطقة الشرق الأوسط بشكل عام بفعل التهديدات الأمريكية على الجمهورية الإسلامية الإيرانية والتي تستوجب الإسراع في حسم ملف تشكيل الحكومة لصون سيادة العراق والحفاظ على حقوقه من أي تدخلات خارجية. ونتيجة لذلك، فقد قرر بعض الأحزاب الكردية الذهاب نحو تشكيل تحالفات

على المنصب، بغض النظر عن الاتفاقات التي بُنيت عليها العملية السياسية الحديثة. وفي كل دورة نيابية يكون المنصب من حصص المكونات الكردية في بغداد وإقليم كردستان إلى الحزب الديمقراطي وباقي الأحزاب الكردية، إلا أن مسعود البارزاني والعائلة الحاكمة في الإقليم خالفت هذه القاعدة حينما طالبت هذه المرة بمنصب رئاسة الجمهورية وقامت بترشيح وزير الخارجية في حكومة تصريف الأعمال الحالية فؤاد حسين للمنصب، وهو ما رفضه الاتحاد الذي اعتبر ذلك تجاوزاً على الأعراف السياسية والمحاصصة التي بُني عليها النظام السياسي الحالي، وعقد ذلك

المراقب العراقي / سيف الشمري
رغم مرور أشهر على إجراء الانتخابات وتشكيل هيئة رئاسة مجلس النواب، إلا أن معالم الحكومة العراقية الجديدة لم تتضح لغاية الآن، في ظل استمرار الصراع الكردي - الكردي على منصب رئاسة الجمهورية الذي يعد المدخل الرئيسي في إكمال الاستحقاقات الدستورية كونه «الرئيس» هو من يكلف مرشح الكتلة الأكبر الذي أعلن عنه الإطار التنسيقي منذ أسابيع عدة، لكن الموقف الكردي لم يتفق لغاية اللحظة على شخصية معينة والدفع بها إلى البرلمان، من أجل التصويت عليها، نتيجة للخلافات القوية التي حصلت ما بين الحزب الديمقراطي الكردستاني والاتحاد الوطني اللذين يريان الحصول

نائب: الخرائط التي قدمها العراق للأمم المتحدة قانونية

الخطوة تمنح العراق قاعدة قانونية أقوى في أية مفاوضات تتعلق بالثروات البحرية، سواء ما يخص التنقيب أو التطوير أو الإنتاج، وتدعم حماية حقوقه في الموارد الوطنية بما ينسجم مع المعايير الدولية في إدارة الحقوق المشتركة، والتي تقوم على التعاون الفني والشفافية وتبادل البيانات الجيولوجية».

عليه حقوق العراق في استثمار الموارد الطبيعية في مناطقها البحرية، بما في ذلك أي مكامن هيدروكربونية عاجزة للحدود، فوجود إحدائيات معتمدة وموثقة دولياً يسهل الدخول في ترتيبات فنية عادلة بشأن إدارة واستثمار الحقوق المشتركة وفق مبدأ تقاسم المنافع ومنع الاستغلال الأحادي». وشدد على أن «هذه

«تسجيل الإحدائيات لدى الأمم المتحدة ضمن إجراءات الأمر الذي يعزز الموقف القانوني للعراق في أية إجراءات تتعلق بتوسيع الحدود البحرية أو تسوية المنازعات أو تنظيم استخدام الممرات الملاحية في المنطقة». وأضاف أن «تحديد خطوط الأساس وإيداعها يعززان الإطار القانوني الذي بُني

المراقب العراقي / بغداد
أكد عضو مجلس النواب أحمد الشرماني، أمس الأربعاء، أن ملف الحدود العراقية الكويتية يجب أن ينتهي، مشيراً إلى أن الخرائط التي قدمها العراق إلى الأمم المتحدة قانونية ولا تحتوي على مخالفات أو مغالطات كما يزعم الكويتيون. وقال الشرماني، إن

ائتلاف سياسي ينفي وجود مهلة أمريكية بشأن تشكيل الحكومة

مجلس النواب، وأشار الزبيدي، إلى أن «لكنه لن يرضخ لأية تهديدات خارجية لكنه في الوقت ذاته يراعي طبيعة العلاقات والتوازنات الإقليمية والدولية والتحديات التي تمر بها المنطقة»، مؤكداً أن «اختيار رئيس الوزراء المقبل يجب أن يأخذ بنظر الاعتبار ملامة المرحلة وحجم الضغوط السياسية والاقتصادية والأمنية».

خلال اجتماعات الإطار التنسيقي، سواء في الاجتماع الأخير أو عبر لقاءات ثنائية سبقت انعقاده». وأضاف أن «الإطار التنسيقي يؤكد باستمرار أن القرار يجب أن يبقى عراقياً موحداً بعيداً عن التشظي، بوصفه الجهة المعنية بتسمية رئيس مجلس الوزراء والتصويت على رئيس الجمهورية باعتباره الكتلة الأكبر داخل

الوطني المستقل يمثلان الأساس في مسار تشكيل الحكومة»، مبيّناً أن «الحديث عن مهلة أمريكية متداولة في بعض وسائل الإعلام غير دقيق ولا يمكن قبوله». وأضاف أن «هناك ضغوطاً أمريكية تتعلق بملف تشكيل الحكومة وبعض الشخصيات المرشحة لتولي مناصب مهمة»، لافتاً إلى أن «هذه الضغوط نوقشت

المراقب العراقي / بغداد
نفى ائتلاف النصر أمس الأربعاء، ما تداوله وسائل الإعلام بشأن وجود مهلة أمريكية لتشكيل الحكومة العراقية، مشيراً إلى أن الإطار التنسيقي لا يقبل الصياغة من الخارج. وقال المتحدث باسم الائتلاف سلام الزبيدي، إن «السيادة العراقية والقرار

بعد منه دخول المساعدات إعلام صهيوني ينظم حملة مضللة عن واقع الحياة الإنسانية في غزة



أكثر حدة تمثل في التشكيك في الصور التي توثق معاناة السكان أنفسهم. ففي منشور حصد أكثر من مليون مشاهدة، ادعى حساب «Byal Yakoby» أن صورة لعائلة فلسطينية تغفر في رمضان «مصنوعة بالذكاء الاصطناعي»، زاعماً أن توقيت الإفطار الظاهر في الصورة لا يتوافق مع ساعات الصيام، في محاولة لتصوير المشهد على أنه مفبرك. لكن التحقق من الصورة أثبت عكس ذلك تماماً؛ فالصورة التقطها مصور لوكالة الأناضول، وتوثق أسرة فلسطينية أقامت أول إفطار رمضاني على أنقاض «مسجد أبي العباس المرسي» المدمر في غزة، كما أن النسخ الأصلية للصورة منشورة عبر حسابات موثقة ومنصات إعلامية متعددة، مما يدحض ادعاء فبركتها رقمياً.

تتجاوز التوثيق الاجتماعي لتصبح أداة لإنتاج رواية تضرب التقارير الدولية. واللافت أن هذا المحتوى أدرج ضمن خطاب أوسع يشكك صراحة في المعطيات الإنسانية؛ إذ جرى توظيف مشهد توفر الطعام في سوق أو على مائدة عائلية للإيحاء بأن الحديث عن المجاعة مبالغ فيه. ويتجلى هذا التوجه بوضوح في منشور لحساب «Documenting Israel»، الذي لجأ إلى السخرية المفرطة لتقويض الرواية الإنسانية، معتبراً المشاهد الرمضانية دليلاً على «زيف الحديث عن المجاعة»، في محاولة لتحويل النقاش من أزمة إنسانية موثقة إلى مادة للتشكيك والاستهزاء.

مقطعة مجتزأة من تقرير تلفزيوني يُظهر سواقاً في غزة يعج بالسلع والمتسوقين. وأرق الحساب المقطع بتعليق يوحي بأن هذه المشاهد تنقض روايات نقص المساعدات أو الحديث عن أزمة غذائية، ولم يطرح الحساب المقطع بوضوح مشهداً جزئياً من واقع معقد، بل سوّقه على أنه دليل بصرى كافٍ لإسقاط التحذيرات الإنسانية الدولية. وسرعان ما تبع ذلك حسابات صهيونية أخرى، أبرزها «GAZAWOOD» و«Imshin»، اللذان دأبا على نشر مقاطع تحت وسم «غزة التي لا ترونها» (The Gaza You Dont See)، وتُظهر هذه المقاطع أجواءً مضائية، وأسواقاً نشطة، وعائلات تجتمع حول موائد الإفطار، وقد قُدمت هذه المشاهد للرهنة على عودة «الحياة الطبيعية» إلى القطاع، بل صعدت إلى مستوى

تدهور الأوضاع في غزة، وذلك عبر إنتاج وترويج محتوى بصري انتقائي يحاول تغيير صورة الواقع بشكل مفضل. تقارير أشارت إلى أن الحملة اعتمدت على اجتزاء مشاهد محددة وتعميمها على منصات التواصل الاجتماعي؛ لفتح نقاشات وتصدير روايات تنفي معاناة الغزيين. ويتتبع التقرير مصادر هذا المحتوى، ويحلل نمط نشره، ويقارن هذه الصورة الجزئية بالمعطيات الميدانية الأوسع، لتسليط الضوء على الفارق الجوهرى بين تقارير تستند إلى مؤشرات علمية لمستوى التغذية والإمدادات، وبين محتوى انتقائي يُعاد توظيفه لإنتاج رواية مضادة تخدم خطاباً سياسياً محدداً. تصنّر هذه الحملة حساب «أونست ريبورتينغ» (HonestReporting) عبر نشره

المراقب العراقي / متابعة ما تزال الأوضاع المعيشية والإنسانية في قطاع غزة صعبة للغاية خاصة في شهر رمضان الذي يحتاج فيه الصائم إلى الإفطار بما يعوضه من التعب والجهد طوال اليوم، إلا أن الصائمين في القطاع لا يجدون ما يأكلونه نتيجة استمرار الحصار الصهيوني المفروض على غزة منذ أكثر من سنتين. وفي المقابل تنشط حملة رقمية صهيونية مُمنهجة تركز على تصدير ونشر صور موائد الإفطار الرمضانية في غزة بين ركام الأحياء المدمرة، ومقاطع تعج بحركة المتسوقين وتوفر البضائع، بهدف نفي وجود أزمة إنسانية داخل القطاع جراء الحرب وتداعياتها الكارثية. وتوسع الحسابات الصهيونية إلى ضرب مصداقية التقارير الدولية التي تحذر من

الخارجية الإيرانية ترفض الأكاذيب الأمريكية بشأن البرنامج النووي

المراقب العراقي / متابعة وصفت وزارة الخارجية الإيرانية، الاتهامات الأمريكية بشأن برنامج طهران النووي بأنها أكاذيب كبرى، وقال المتحدث باسم الخارجية إسماعيل بقائي في منشور على منصة أكس إن «كل ما يدعونه بشأن البرنامج النووي الإيراني، والصواريخ الباليستية الإيرانية، وعدد الضحايا خلال احتجاجات يناير/كانون الثاني، ليس سوى تكرار لاكاذيب كبرى». ولم يُحدد بقائي بوضوح التصريحات التي كان يرد عليها، لكن قبل منشوره بساعات، صرّح ترامب في خطاب «حالة الاتحاد» السنوي أمام الكونغرس الأمريكي بأن إيران تسعى لامتلاك صواريخ قادرة على الوصول إلى الأراضي الأمريكية.

حماس تنتقد تقديم خدمات قنصلية في مستوطنات بالضفة الغربية



المراقب العراقي / متابعة انتقدت حركة المقاومة الإسلامية (حماس)، الخطوة الأمريكية بتقديم خدمات قنصلية داخل مستوطنة إفرات في تجمع غوش عتصيون المقامة على أراضي الضفة الغربية. وتابعت الحركة في بيان أن هذا القرار الجديد يكشف التناقض الصارخ في مواقف الولايات المتحدة، التي تدعي رفض ضم الضفة الغربية، بينما تتخذ خطوات ميدانية تعزز الضم وتكرس السيادة الإسرائيلية على الأراضي الفلسطينية المحتلة. وأشارت إلى أن تقديم خدمات رسمية أمريكية داخل المستوطنات يُعد انتهاكاً علنياً للقانون الدولي، الذي يُجرّم الاستيطان، ومحاولة لفرض وقائع سياسية جديدة تمهد لتصفية الحقوق الوطنية للشعب الفلسطيني. وحذرت من خطورة هذه الخطوة وتداعياتها، خاصة في ظل التصريحات الأمريكية التي تشجع الاحتلال على توسيع سيطرته، الأمر الذي يتطلب موقفاً دولياً ضامناً لوقف هذا التناول والعدوان.

الديمقراطيون يقاطعون خطاب ترامب عن حالة الاتحاد

المراقب العراقي / متابعة قاطع نحو نصف أعضاء الحزب الديمقراطي في مجلسي النواب والشيوخ خطاب حالة الاتحاد الذي ألقاه ترامب. ووفقاً لإحصاء أعدده موقع «أكسبوس»، حضر الخطاب نحو ٢٠ سيناتوراً ديمقراطياً وأقل من ١١٠ نواب ديمقراطيين فقط عند بدايته، أي ما يعادل تقريباً نصف الكتلة الديمقراطية في المجلسين، فيما فضل آخرون تنظيم فعاليات موازية مثل «خطاب الشعب عن حالة الاتحاد». ومن بين أبرز المقاطعين، زعيمة الأقلية الديمقراطية في مجلس النواب كاثرين كلارك، التي صرحت قبل الجلسة بأنها «بدلاً من الاستماع إلى ترامب وهو يضل الشعب الأمريكي، ستستمع إلى الناخبين في دافرنها»، كما غادر النواب الديمقراطيون بيل فوستر، ولورين أندروود، ومادلين دين قاعة المجلس بعد وقت قصير من بدء الخطاب.

الجهاد الإسلامي: مجلس السلام في غزة «عرض مسرحي»

الشعب الفلسطيني ولم يُنه المقاومة، مشدداً على أن كل جيل من الشهداء يعقبه جيل

تكون قراطية بلا قرار سياسي. وأكد الهندي أن استشهاد قادة في سرايا القدس لم يكرس إرادة

تغيب الفلسطينيين عن تقرير مصرهم، وتمثيل فلسطيني شكلي يقتصر على إدارة بلدية

وقال الهندي إن المجلس يقوم على «سيادة أمريكية مطلقة وأمن كامل لإسرائيل»، مع

أن «مجلس السلام» الذي أنشأته الولايات المتحدة الأمريكية هو عبارة عن «عرض مسرحي».

المراقب العراقي / متابعة أكد نائب الأمين العام لحركة الجهاد الإسلامي محمد الهندي

تفكيك شبكة إرهابية في إيران

أكثر تمسكاً بالمواجهة. واعتترف بتأثر قدرات المقاومة عسكرياً بعد عامين من الحرب الواسعة، لكنه أكد أن الحاضنة الشعبية والقوة الحقيقية، ورفضاً وصف المقاومة بأنها فقدت معظم قدراتها بعد «طوفان الأقصى».

وقال الهندي أن حركته لا تعول على الولايات المتحدة سواء في عهد ترامب أو بايدين، معتبراً الانحياز الأمريكي لإسرائيل استراتيجية ثابتة. وأشار إلى أن أية تفاهات قبلت لوقف المجازر بحق المدنيين لا تعكس ثقة بالوسيط الأمريكي، وأن أية ترتيبات تتجاوز تبادل الأسرى ووقف إطلاق النار يجب أن تبحث في حوار وطني فلسطيني شامل.

قائدات «آر بي جي ٧»، وبنادق أمريكية من طراز «أم ٤» مزودة بمناظير رؤية ليلية، بالإضافة إلى عدة بنادق كلاشيكوف مزودة بقاذفات قنابل، إلى جانب مسدسات.

وكشفت التحقيقات الأولية مع الموقوفين اعترافهم صراحة بتنفيذ هجوم مسلح استهدف عناصر نقطة تفتيش تابعة لمركز شرطة على طريق فهرج في محافظة كرمان وكان هذا الهجوم قد أدى إلى مقتل ثلاثة من عناصر الأمن وأحد المواطنين المدنيين.

المراقب العراقي / متابعة تمكنت السلطات الإيرانية من تفكيك شبكة إرهابية كانت تنشط على الشريط الحدودي جنوب شرق البلاد.

وسائل إعلام إيرانية أكدت أن العناصر المعتقلين والمقتولين هم جميعاً من الرعايا الأجانب، مشيرة إلى أن الشبكة كانت مرتبطة بجماعات تكفيرية وأجهزة استخبارات أجنبية. وخلال العملية، تمكنت القوات الإيرانية من ضبط كميات كبيرة من الأسلحة الحربية بحوزة أفراد الشبكة، وشملت هذه الأسلحة



أمريكا تهدد إيران لماذا لا نرد عليها بالمثل؟

بقلم: حسني محلي



من كل ذلك أنها لم تستدأ أبداً ولا مادياً ولا سياسياً، بل وحتى مذهبياً، كما يدعي البعض، من علاقاتها مع سوريا والعراق واليمن ولبنان وفلسطين. بل إنها ضخت بالكثير والكثير الذي لو لم تصح به، لكانت الآن بشعبها وحكامها، وأياً كان نهجهم وانتماءهم الديني والمذهبي والسياسي، الأكثر غنى ورفاهية وسعادة، ولكن بلا كرامة وشرف وإباء، كما هو الحال في معظم دول المنطقة التي يحول ويصير فيها ترامب والمجرم تنتهاها كما يشاءان.

أيضاً، وآخر مثال على ذلك تصريحاته عن الرئيس السوري الانتقالي الجولاني، إذ قال: «أنا الذي جئت به ليحكم سوريا»، ناسياً أنه هو الذي وضع عام ٢٠١٧ مكافأة بقيمة عشرة ملايين دولار لمن يدي بأي معلومة عنه عندما كان اسمه أبا محمد الجولاني، ووضع على رأس قوائم الإرهاب الدولية في أمريكا ومجلس الأمن والاتحاد الأوروبي، وهو ما تسعى إليه واشنطن من خلال توحيد الأحزاب والقوى الكردية والإيرانية كي تكون على أهبة الاستعداد في حال التدخل السري الأمريكي، وهو ما فعلته إيران احتلالها للعراق عندما نجحت في توحيد معارضتها الكردية وغيرها. ويعلم الجميع في المنطقة وخارجها أن السبب الوحيد والأحد في العداء الصهيوني - إمبريالي لإيران ليس نظامها الديني، ما دامت دول الخليج، والآن سوريا برمتها، ذات أنظمة دينية متطرفة، بل هو تصديها للخط والمشاريع الإمبريالية والصهيونية ودفاعها المستميت عن قضية الشعب الفلسطيني المسلم «السنني» بكل فصائله النضالية كحماس والجهد الإسلامي، وقبلها الجبهتان الشعبية والديمقراطية بقيادةهما المسيحية اليسارية، والتي تأمر الكثيرون من حكام المنطقة عليها جميعاً. أما الدعم الإيراني لحزب الله في لبنان، فلم يكن هو الآخر إلا للدفاع عن سيادة هذا البلد العربي في مواجهة التهديدات الصهيونية منذ استقلاله عام ١٩٤٦، إذ كان، وما زال، هدفاً لكل المشاريع والمخططات الإمبريالية الصهيونية التي اعترفت بها السفير الأمريكي في تل

هذا العداء الأمريكي المسعور ضد هذا البلد الذي لم يبق عمل عدائي ضد أميركا أو أي بلد في المنطقة أو خارجها؟. كما لا يخطر على بال أحد من الذين يتحدثون يومياً عن التوتر الأمريكي - الإيراني أن يقول لترامب: «ماذا تريد من الشعب الإيراني المحاصر منذ عشرات السنين؟». فإذا كان السبب هو النظام السياسي الذي لا يعجبك، فالعالم برمتيه، بل وحتى نصف الشعب الأمريكي، لا يعجبه جنونك الشخصي ونظامك المتعطرس داخلياً وبعدياً خارجياً، حيث لا ترد في استهداف الجميع وتقوم باهانتهم واستحقارهم، وفي مقدمتهم الزعماء العرب، بل وحتى الأوروبيين. كما لا يعجبنا جميعاً عدوانك وعدوان دولتك الإرهابية منذ أن تأسست قبل ٢٥٠ عاماً، بل قبل ذلك، عندما أجرمت بحق أصحاب الأرض وحق الملايين من الذين جتتم بهم من أفريقيا وقمت باستعبادهم. وإذا لا يعجبك برنامج إيران النووي، فلا تتذرع به لأنك أنت الذي انسحبت في أيار ٢٠١٨ من الاتفاق النووي الذي وقعت عليه طهران مع مجموعة ٥+١ في نيسان ٢٠١٥ وتعهدت بموجبه بوضع مجمل فعاليتها النووية تحت إشراف المراقبين الدوليين الذين كان معظمهم عملاء لك وللكيان العري. أما حديث عملائك في المنطقة عن «خطر الثورة الخمينية الشيعية»، فهو ليس إلا للتغطية على مشاريع ومخططاتك للتأمر على إيران والانتقام منها منذ فترة طويلة، لأنها أطاحت بالمشاهة الذي كان عميلاً، ليس فقط لبلدك أميركا، بل للكيان العري

مع استمرار التناقض في تصريحات الرئيس ترامب، يكتسب الرهان على احتمالات العدوان الصهيوني - أمريكي على إيران أهمية إضافية بسبب الحشود العسكرية الأمريكية الضخمة في المنطقة التي وصلت ما لا يقل عن ٢٠٠ طائرة إضافية من مختلف الأصناف. ولم تتكف واشنطن بقواعدها البرية والجوية والبحرية الموجودة في جميع الدول العربية وتركيا واليونان وقبرص وإيطاليا، فاستعجلت للتواصل مع دول أخرى، ومنها أرمينيا وجورجيا وأذربيجان، بل وربما بعض دول آسيا الوسطى، كي يتسنى لها الاستفادة من أراضيها وأجوائها في حال عدوانها على إيران. وفي الوقت الذي يسعى الجميع لفهم عقلية الرئيس ترامب في تعامله مع الملف الإيراني مع استمرار الحوار الإيراني - الأمريكي بأجوائه الإيجابية، يمتنى البعض في المنطقة لوانشطن أن تضرب إيران دعماً لمواقفهم العدائية التقليدية، تارة بمسيرات طائفية وأخرى قومية، والأكثر منها التواطؤ مع الكيان العري الذي يتحجج بالبرنامج النووي الإيراني، وهو الذي يملك العشرات من الرؤوس النووية، وهو حال باكستان والهند وكوريا الشمالية. وربما لهذا السبب لا يجرؤ أحد من هؤلاء المتواطئين وأمثالهم، بل كل من تأثر بالجملة الإعلامية الضخمة ضد إيران، أن يسألوا سؤالاً واحداً فقط عندما يتحدثون عن الحشود الأمريكية والتوقيت المحتمل للحرب، ألا وهو: «ماذا يريد ترامب من إيران؟ ولماذا

الصين والروبوتات.. نحو ريادة عالمية وأنماط إنتاجية جديدة

بقلم: وانغ مو يي

مع حلول رأس السنة الصينية، عاش أكثر من ١.٤ مليار صيني أجواء احتفالية بلغت ذروتها على مسرح سهرة عيد الربيع. فقد اعتلت عشرات الروبوتات المؤنسة الخشبية لتقدم عروض «كونغ فو» تضمنت الجري والقفز والشقلبات الهوائية وحركات قتالية معقدة، في مشهد بدا وكأنه مستوحى من أفلام الخيال العلمي. ولم يقتصر وقع هذا العرض المذهل على إبهار الجمهور أمام الشاشات، بل أثار أيضاً اهتماماً واسعاً في وسائل الإعلام الدولية. غير أن هذا المشهد لم يكن مجرد عرض بصري مبهر، بل حمل دلالات أعمق: إذ جسّد الاستارع اللافت في تطور الذكاء الاصطناعي وصناعة الروبوتات في الصين، وعكس الخطوات الوائقة التي تخطوها البلاد نحو ترسيخ مكانتها كقوة صناعية رائدة.

في السنوات الأخيرة، شهدت صناعة الروبوتات في الصين نمواً هائلاً. فبحسب بيانات الهيئة الوطنية للإحصاء، بلغ إجمالي إنتاج الروبوتات الصناعية في عام ٢٠٢٥ نحو ٧٧٢ ألف



وحدة، بزيادة سنوية تقارب ٢٨٪. كما وصل إنتاج روبوتات الخدمات -مثل روبوتات التنظيف والتوصيل- إلى نحو ١٨,٥٨ مليون وحدة، بزيادة سنوية بلغت ١٦٪. ووفقاً لتقرير «الروبوتات العالمي

٢٠٢٥»، الصادر عن الاتحاد الدولي للروبوتات (IFR)، تم تركيب ٥٤٢ ألف روبوت على مستوى العالم في عام ٢٠٢٤، وكانت الصين أكبر سوق عالمية، إذ استحوذت على ٥٤٪ من إجمالي التركيبات، مقابل ١٦٪ لأوروبا

و٩٪ للأمريكيتين. وخلال ثلاث سنوات فقط، تضاعف مخزون الروبوتات في الصين من مليون وحدة عام ٢٠٢١ إلى ما يزيد على مليوني وحدة عام ٢٠٢٤. حتى الآن، تجاوز عدد براءات الاختراع المرتبطة بالروبوتات الشبيهة بالإنسان

من «توسيع الحجم» إلى الارتقاء بالجوهر، والانضمام إلى الصف الأول عالمياً في صناعة الروبوتات، لتصبح ركيزة أساسية في تشكيل قوى الإنتاج الجديدة.

اليوم، باتت الروبوتات تمكّن مختلف قطاعات الاقتصاد الصيني. فقد دخل أكثر من مليوني روبوت صناعي إلى خطوط الإنتاج، رافعة الكفاءة بنحو ٢٥٪. وفي الصحاري، تعمل روبوتات تنظيف الألواح الشمسية على مدار الساعة من دون استخدام المياه، ما يرفع متوسط إنتاج الكهرباء السنوي بنسبة ١٢٪.

كما تسهم روبوتات الصيانة في زيادة مدة الرصد السنوي لتسكوب «عين السماء الصينية» بنحو ٣٠ يوماً... من المصانع إلى الحقول، ومن المشاريع الوطنية الكبرى إلى الخدمات اليومية، توفر الصين بيئة تطبيق غنية تسرع نمو الروبوتات باستمرار. مُنحت الروبوتات دوراً استراتيجياً متنامياً في الصين، فمع تحديث أرفع، فهي لم تعد مجرد أداة لتحديث التصنيع، بل أداة محورية لتحقيق الاستقلال العلمي والتكنولوجي، وبناء دولة صناعية قوية، وتنمية أنواع جديدة من القوى الإنتاجية. وقد أصبح التوجه واضحاً: الانتقال

في الصين ٢٠٠٠ براءة، وقد تم تسجيل ٩٨٦ طلب براءة في عام ٢٠٢٥ وحده، وهو أعلى رقم خلال السنوات الخمس الأخيرة. كما تطور هيكل البراءات من التركيز على التصميمات الهيكلية إلى مجالات أكثر تقدماً مثل أنظمة الإبرك والتحكم التعاوني بين الإنسان والآلة. الأهم من ذلك أن الصين تمتلك أنظمة التصنيع الأكثر تكاملاً في العالم، هذه الميزة المنهجية تتيح لمصنعي الروبوتات بسرعة في سلاسل إنتاج السيارات العاملة بالطاقة الجديدة، وبطاريات الليثيوم، والطاقة الشمسية، وصناعات الإلكترونيات الاستهلاكية، وما يضمن تطبيقها على نطاق واسع.

فالتقدم التقني في الصين لا يبقى حبيس المختبرات، بل يُختبر ويُطوّر باستمرار في بيئات صناعية حقيقية. وهذه هي الخصوصية الصينية: سوق واسعة تدفع عجلة الابتكار وتعيد تغذية التطور التكنولوجي.

إن نمو صناعة الروبوتات في الصين هو نتاج تفاعل بين التوجيه السياسي والطلب السوقي. فمنذ إطلاق مبادرة «صنع في الصين ٢٠٢٥»، وحتى تنفيذ خطة «الروبوتات+» طاماً وُضعت الروبوتات في مكانة محورية كركيزة أساسية للصناعات التحويلية

أكدت الخطة الخمسية الرابعة عشرة للصين (٢٠٢١-٢٠٢٥) المكانة المحورية للروبوتات باعتبارها صناعة استراتيجية ناشئة على المستوى الوطني، وحددت بوضوح المهام الأساسية، بما في ذلك تحقيق اختراقات في التقنيات الجوهرية، وتعزيز الأسس الصناعية، وتطوير منظومة الإمداد عالي الجودة.

وبدفع من هذا الإطار التخطيطي، شهدت صناعة الروبوتات في الصين نمواً متسارعاً خلال فترة الخطة، حيث تضاعفت إيرادات قطاع الروبوتات من ١٠.٦ مليار يوان في عام ٢٠٢٠ إلى ٢٣.٧ مليار يوان في عام ٢٠٢٤، كما تم خلال الفترة نفسها تطوير ٥١٤ شركة متخصصة ومبتكرة ضمن فئة «العقلاق الصغير» في مجال الروبوتات. أمّا خلال فترة الخطة الخمسية الخامسة عشرة (٢٠٢٦-٢٠٣٠)، فقد مُنحت الروبوتات دوراً استراتيجياً متنامياً في الصين، فمع تحديث أرفع، فهي لم تعد مجرد أداة لتحديث التصنيع، بل أداة محورية لتحقيق الاستقلال العلمي والتكنولوجي، وبناء دولة صناعية قوية، وتنمية أنواع جديدة من القوى الإنتاجية. وقد أصبح التوجه واضحاً: الانتقال

النكبة في العقل الإسرائيلي.. من الإنكار إلى العقيدة

بقلم: وليد القطبي

تعامل العقل الإسرائيلي مع النكبة الفلسطينية الأولى عام ١٩٤٨ بطريقة الإنكار من خلال ثلاثة مستويات، المستوى الأول إنكار وجود الشعب الفلسطيني كشعب له هوية وطنية وبالتالي إنكار النكبة لعدم وجود الضحية المجني عليها. والمستوى الثاني إنكار النكبة كحدث تاريخي واعتبارها مجرد أذى باطل اختراعها الإعلام العريبي أو رواية مُزوّرة أُلّفها المؤرخون الفلسطينيون. والمستوى الثالث إنكار مسؤولية الحركة الصهيونية و«الدولة» اليهودية عن النكبة وإلقاء المسؤولية على قادة الشعب الفلسطيني ورؤساء الأنظمة العربية وجيوش الدول العربية، وتصوير النكبة كهروب جماعي نتيجة للحرب التي بدأها العرب، وهذا المستوى هو الأكثر شيوعاً في الرواية الإسرائيلية للنكبة.

إنكار النكبة الأولى في العقل الإسرائيلي كان لثلاثة أسباب، السبب الأول لتجنب نزع الشرعية عن «دولة إسرائيل» والحفاظ على شرعية نشأتها وفق الرواية الصهيونية التي زعمت أن الحركة الصهيونية هي حركة تحرير وطني خاضت حرب الاستقلال ضد الاحتلال البريطاني والغزو العربي والإرهاب الفلسطيني. والسبب الثاني لتجنب تحميل «إسرائيل» المسؤولية القانونية والسياسية والأخلاقية عن النكبة ففضلاً للاستجابة لمطالب التعويض والعودة والاعتذار. والسبب الثالث لتجنب كسر احتكار اليهود



للمحرقة وما تبعها من ألم وحزن وللحفاظ على التعاطف الغربي والعالمي مع اليهود و«دولتهم»، وتجسيداً لعنصرية الحزن التي يرفض فيها اليهود مساواة حزنهم كشعب مميّز مختار مع غيرهم من (الجوييم).

لم تعد هذه الأسباب التي أدت إلى إنكار النكبة الأولى موجودة في العقل الإسرائيلي، ولم تعد «إسرائيل» بحاجة إليها ولا سيما في حرب الإبادة وما أحدثته من نكبة جديدة في قطاع غزة وكل فلسطين، بل انتقلت من إنكار النكبة إلى عقيدة النكبة، وهذا الانتقال كان واضحاً في تسجيل صوتي مُسَرَّب للجنرال الإسرائيلي أهارون حالييفا رئيس جهاز الاستخبارات العسكرية الإسرائيلية السابق حيث قال: «إن خمسين ألف قتيل في غزة أمر ضروري ومطلوب للأجيال القادمة، ينبغي قتل خمسين فلسطينياً مقابل كل إسرائيلي قتلته حماس في عملية طوفان الأقصى، إن الفلسطينيين بحاجة إلى نكبة بين الحين والآخر ليشعروا بالثمن».

في عقيدة النكبة التي وُظفها «الجيش» الإسرائيلي في حرب الإبادة الحالية على قطاع غزة كاستراتيجية عسكرية كانت القوة النارية المستخدمة من الجو والبر والبحر أكبر اتساعاً وشمولاً وأشد قسوة ووحشية من عقيدة الضاحية. وكان التدمير الكامل أو شبه الكامل ممتداً إلى كل مناطق قطاع غزة تقريباً وليس منطقة واحدة فيه أو ضواحي مختارة من مدنه، وقد طال هذا التدمير الإنسان قتلًا والمباني تدميراً أمّا العقاب الجماعي بواسطة المجازر والتدمير والتهجير

فلم يكن هدفه الضغط على المقاومة فقط كما في عقيدة الضاحية، بل عقاب الشعب باعتباره جزءاً من منظومة المقاومة، وتدمير مقومات الحياة في كل قطاع غزة، وتحطيم البنية المجتمعية... وصولاً إلى تفرغ الأرض من سكانها.

أسباب عقيدة النكبة في العقل الإسرائيلي بعد هجوم (طوفان الأقصى) الفلسطيني وانطلاق حرب الإبادة الإسرائيلية عديدة، منها: إشباع غريزة الانتقام اليهودي وإشفاء غليل «إسرائيل» حكومة وجيشاً ومستوطنين بواسطة المجازر الكبيرة المتتالية والتدمير الشامل المتواصل ومشاهدة (العدو) يتألم بعد الجرح الغائر الذي أحدثه في ركيزتي الوجود والأمن الإسرائيليين، وفي حالتي العلو والغطرسة الإسرائيليين.

وهذا يتطلب نكبة جديدة كلما لزم الأمر يكون فيها القتل والدمار غير مسوقين لرفع الكلفة وخفض الجدوى. إنكار النكبة في العقل الإسرائيلي بعد حرب عام ١٩٤٨، أو عقيدة النكبة في حرب الإبادة عام ٢٠٢٣ وبعدها، لن يُغفّر حقيقة الصراع بين الحق الفلسطيني والباطل الصهيوني، كما لن يُغفّر مصير الحق بانتصار الحق على الباطل، فالشعب الفلسطيني سيجاوز عقيدة النكبة كما تجاوز كل مراحل الصراع مع عدوه متمسكاً بوجوهه وصموده ومقاومته حتى تحقيق أهدافه الوطنية بإنجاز التحرير والعودة والاستقلال.

قصة
قصيرة
جدا

تحرر

حاول مراراً الإفلات من الطوق، لما تخلص منه... قتله الجوع هلعاً؛ رجع خلسة وعلق الرسن حول عنقه.

محمد علي بلال/ سوريا

ومضة

قال أحدهم، حينما سأله
ماذا لو مات حكام العرب؟
فأجاب بسرعة:
تموت الخيانة
صدقت ورب محمد.

ريم البياتي

آلاء حسين..

أيقونة إبداعية تتجاوز الخطوط الفاصلة
بين التمثيل والحقيقة

المراقب العراقي / المخرج الثقافي

فيه الدور على الفنان وليس العكس. وقال الناقد الدكتور مهنا حبيب السماوي في تصريح خص به «المراقب العراقي»: «أن «مشهد» اللطم» الذي لعبت فيه الفنانة آلاء حسين الدور الأكبر، وكما هو متوقع أثار ردود فعل وموجة كبيرة من النقاش، تجاوزت في بعض مستوياتها، منطقة النقد الفني، لتعبر نحو فضاءات معقدة من عوالم مرتبطة بالثقافة المحلية، والهوية المذهبية، ومنطق المنصات الاجتماعية وخوارزمياتها».

مسلسل «المقام»، مشروع دراما سيقف على قدميه بشكل راسخ، وهو فهم اللعبة بأن تكون الدراما متكاملة في معظم تفاصيلها، فالكثير من المتابعين والمهتمين يرون، أن ما تفعله آلاء حسين في هذا المسلسل، لا يسمي تمثيلاً ويشيرون إلى أنها لا تعبر للكاميرات أهمية، وأن ما تفعله هو حقيقة توثقها تلك الكاميرات التي وضعها المخرج لتوثق ما يجري إلى هذه الممثلة في حياتها، ويؤكدون أيضاً، أن هذا هو الفن الذي يبحثون عنه كفن حقيقي يسيطر



وأضاف: «لغرض فهم الضجة وما يرتبط بها، يمكن تناول المحركات المرتبطة بالمشهد: تمت قراءة الحدث ضمن إطار طائفي ضيق، رغم أن طقوس الحزن تتغلغل في الوجدان العراقي العام بكل طوائفه، وهو ما أدى إلى تعزيز خطاب الانقسام والتحريض والكراهية في بعض المنشورات وهي حالة متوقعة من بعض الطائفيين الذين لا يرغبون في ظهور معالم الجنوب بصيغة ايجابية أو ابداعية».

وتابع: «أن تراكم الصورة النمطية لأدوار الحزن في مسيرة الفنانة آلاء حسين، جعل بعض الآراء تنظر للمشهد كاستمرار لتكرار مشاهد الدرامية السابقة، وهنا أصبحت كما أن خوارزميات المنصات غذت الجدول حول الموضوع عبر تضخيم المحتوى العاطفي والاستقطابي، فبدأ الحدث أكبر من سياقه الفني المحدود وهو هدف انتاج تحقق من خلال هذا المسلسل».

وأضاف: «لغرض فهم الضجة وما يرتبط بها، يمكن تناول المحركات المرتبطة بالمشهد: تمت قراءة الحدث ضمن إطار طائفي ضيق، رغم أن طقوس الحزن تتغلغل في الوجدان العراقي العام بكل طوائفه، وهو ما أدى إلى تعزيز خطاب الانقسام والتحريض والكراهية في بعض المنشورات وهي حالة متوقعة من بعض الطائفيين الذين لا يرغبون في ظهور معالم الجنوب بصيغة ايجابية أو ابداعية».

وتابع: «أن تراكم الصورة النمطية لأدوار الحزن في مسيرة الفنانة آلاء حسين، جعل بعض الآراء تنظر للمشهد كاستمرار لتكرار مشاهد الدرامية السابقة، وهنا أصبحت كما أن خوارزميات المنصات غذت الجدول حول الموضوع عبر تضخيم المحتوى العاطفي والاستقطابي، فبدأ الحدث أكبر من سياقه الفني المحدود وهو هدف انتاج تحقق من خلال هذا المسلسل».

وأضاف: «لغرض فهم الضجة وما يرتبط بها، يمكن تناول المحركات المرتبطة بالمشهد: تمت قراءة الحدث ضمن إطار طائفي ضيق، رغم أن طقوس الحزن تتغلغل في الوجدان العراقي العام بكل طوائفه، وهو ما أدى إلى تعزيز خطاب الانقسام والتحريض والكراهية في بعض المنشورات وهي حالة متوقعة من بعض الطائفيين الذين لا يرغبون في ظهور معالم الجنوب بصيغة ايجابية أو ابداعية».

وتابع: «أن تراكم الصورة النمطية لأدوار الحزن في مسيرة الفنانة آلاء حسين، جعل بعض الآراء تنظر للمشهد كاستمرار لتكرار مشاهد الدرامية السابقة، وهنا أصبحت كما أن خوارزميات المنصات غذت الجدول حول الموضوع عبر تضخيم المحتوى العاطفي والاستقطابي، فبدأ الحدث أكبر من سياقه الفني المحدود وهو هدف انتاج تحقق من خلال هذا المسلسل».



«شريك الظل» عندما يشترك الوالد وابنه في الإبداع

فيما تلك الحدود. تتماهى كثيراً في محو كل خيط رفيع في ذهن المشاهد، فيُخيل إلينا أن التي أمامنا ليست شخصية متخيلة، بل كينونة واقعية تماماً».

وتابع: «إن التمثيل «تحليل مشترك» بين الممثل والمتلقي، لكنها كسرت هذه القاعدة، وجل ما أخشاه أن تغير مفهومنا الراسخ عن هذا الفن، أو تُثبت لنا أن التمثيل ليس مجرد مهنة، بل هو تحول بشري بالكامل، وهذا لعمرى شيء يغيّر كل ما درسناه وعرفناه».

وأكمل: «رجاءً، أوقفوا آلاء حسين عند هذا الحد قبل فوات الأوان، وقبل أن ننظر لإعادة النظر في فلسفة فن التمثيل نفسه أوقفوها عند هذا الحد رفقاً بالقادرات إلى ساحة التمثيل. رفقاً باللواتي يرغبن في احتراف فن التمثيل في قادم الأيام، فلقد طغت بموهبتها حتى باتت لا تبارى، وحولت فن التمثيل إلى طوع بانها، تصنع به ما تشاء وتخلق عوالمها الخاصة».

فيما تلك الحدود. تتماهى كثيراً في محو كل خيط رفيع في ذهن المشاهد، فيُخيل إلينا أن التي أمامنا ليست شخصية متخيلة، بل كينونة واقعية تماماً».

وتابع: «إن التمثيل «تحليل مشترك» بين الممثل والمتلقي، لكنها كسرت هذه القاعدة، وجل ما أخشاه أن تغير مفهومنا الراسخ عن هذا الفن، أو تُثبت لنا أن التمثيل ليس مجرد مهنة، بل هو تحول بشري بالكامل، وهذا لعمرى شيء يغيّر كل ما درسناه وعرفناه».

وأكمل: «رجاءً، أوقفوا آلاء حسين عند هذا الحد قبل فوات الأوان، وقبل أن ننظر لإعادة النظر في فلسفة فن التمثيل نفسه أوقفوها عند هذا الحد رفقاً بالقادرات إلى ساحة التمثيل. رفقاً باللواتي يرغبن في احتراف فن التمثيل في قادم الأيام، فلقد طغت بموهبتها حتى باتت لا تبارى، وحولت فن التمثيل إلى طوع بانها، تصنع به ما تشاء وتخلق عوالمها الخاصة».

فيما تلك الحدود. تتماهى كثيراً في محو كل خيط رفيع في ذهن المشاهد، فيُخيل إلينا أن التي أمامنا ليست شخصية متخيلة، بل كينونة واقعية تماماً».

وتابع: «إن التمثيل «تحليل مشترك» بين الممثل والمتلقي، لكنها كسرت هذه القاعدة، وجل ما أخشاه أن تغير مفهومنا الراسخ عن هذا الفن، أو تُثبت لنا أن التمثيل ليس مجرد مهنة، بل هو تحول بشري بالكامل، وهذا لعمرى شيء يغيّر كل ما درسناه وعرفناه».

وأكمل: «رجاءً، أوقفوا آلاء حسين عند هذا الحد قبل فوات الأوان، وقبل أن ننظر لإعادة النظر في فلسفة فن التمثيل نفسه أوقفوها عند هذا الحد رفقاً بالقادرات إلى ساحة التمثيل. رفقاً باللواتي يرغبن في احتراف فن التمثيل في قادم الأيام، فلقد طغت بموهبتها حتى باتت لا تبارى، وحولت فن التمثيل إلى طوع بانها، تصنع به ما تشاء وتخلق عوالمها الخاصة».

أمر على جدت الحسين

أمرت على جدت الحسين فقل لأعظمه الزكية
يا أعظمنا لزلت من وطفاً ساكية روية
ما لذ عيش بعد رزمك بالحياد الأعوجية
فتر ترضن طيباً أباهم خير الترية
أباهم أهل الرياسة والخلافة والوصية
والخير والشيم المهذبة المطيبة الرضية
فإذا مررت بقره فأطل به وقف المطية
وأبك المطهر للمطهر والمطهرة النقية
جعلوا ابن بنت نبيهم غرضاً كما ترمي الذرية
لم يدعهم لقتاله إلا الجمالة والعطية
لما دعوه لكي تتخكم فيه أولاد البعية
أولاد أخت من منى مرحة وأخيتهم سجية
فغصاهم وأبت له نفس موزة أبة
فعدوا له بالسايغات عليهم والمشرقية
والبيض واللبب اليماني الطوال السهوية
وهم الوف وهو في سبعين نفس هاشمية
فلقوه في خلف لخم مقليلين من الثنية
مستحقين بأنهم سيقوا لأسباب المنية

السيد الحميري

نقيب الفنانين يدعو إلى تقديم أعمال قادرة على ترسيخ
حضور الدراما العراقية

دعا نقيب الفنانين العراقيين الدكتور جبار جودي، المنتجن إلى تقديم أعمال رصينة قادرة على ترسيخ حضور الدراما العراقية وعدم الاكتفاء بتمشية رمضان في ظل قلة الإنتاج وظهور ما وصفه ببدعة «السينز» ذات الحلقات المحدودة. وقال جودي في لقاءات صحفية وتلفزيونية، إن «العام الماضي والذي سبقه كان أفضل من حيث عدد الأعمال وجودتها»، مبيناً،

أن الإنتاج هذا الموسم قليل، مع انتشار نمط المسلسلات القصيرة التي تتراوح بين 5 و 10 حلقات. وأضاف، أن «هذا النوع من الإنتاج لا يصنع عملاً فنياً حقيقياً»، مشيراً إلى أنه «مجرد ضحك على الذقون، ولا يلبي طموح المشاهد العراقي ولا حاجة السوق الدرامي».

ودعا المنصات والجهات المنتجة إلى «تحسين مستوى الإنتاج وعدم تبرير قلة الحلقات بضعف

دعا نقيب الفنانين العراقيين الدكتور جبار جودي، المنتجن إلى تقديم أعمال رصينة قادرة على ترسيخ حضور الدراما العراقية وعدم الاكتفاء بتمشية رمضان في ظل قلة الإنتاج وظهور ما وصفه ببدعة «السينز» ذات الحلقات المحدودة. وقال جودي في لقاءات صحفية وتلفزيونية، إن «العام الماضي والذي سبقه كان أفضل من حيث عدد الأعمال وجودتها»، مبيناً،

«كشوفات القاع» دقة أكاديمية ووهج
تعبيري في تفكيك البنى السردية

تستعد دار نوافير لإصدار كتاب «كشوفات القاع». قراءة في سرديات شوقي كريم حسن» للناقد طالب كريم، في طبعة جديدة أعيد إعدادها بعناية، وإشراف الشاعر علاء الدين الحمداني. ويأتي هذا الكتاب بوصفه مجموعة دراسات نقدية تتوغل في طبقات النص السردية، كاشفة ما يختبئ في قاع الحكايات من أسئلة ودلالات ورؤى جمالية، حيث يقدم المؤلف، مقاربات تحليلية تتسم بالعمق والمنهجية والجرأة في آن واحد.

”

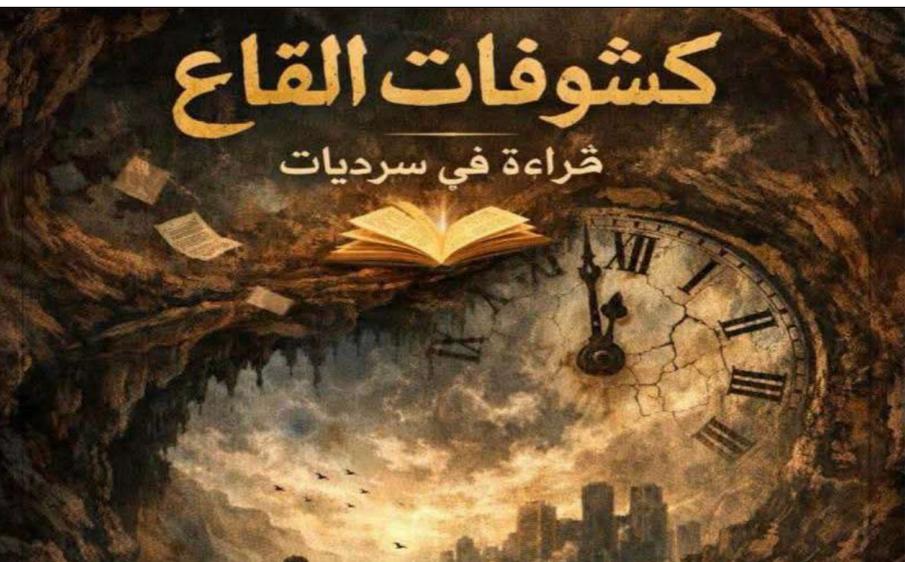
علاء الدين الحمداني، ما يعكس اهتماماً خاصاً بتقديم العمل في صيغة تليق بقيمته الفكرية.

ومن المتوقع أن يشكّل «كشوفات القاع»، محطة لافتة في مسار النقد السردية، وأن يحظى باهتمام النقاد والكتاب والمهتمين بالشأن الأدبي في المرحلة المقبلة.

حقل الدراسات السردية العربية، إذ يفتح أفقاً تأويلياً رحباً أمام القارئ والباحث، ويعيد طرح أسئلة القراءة بوصفها فعل اكتشاف مستمر.

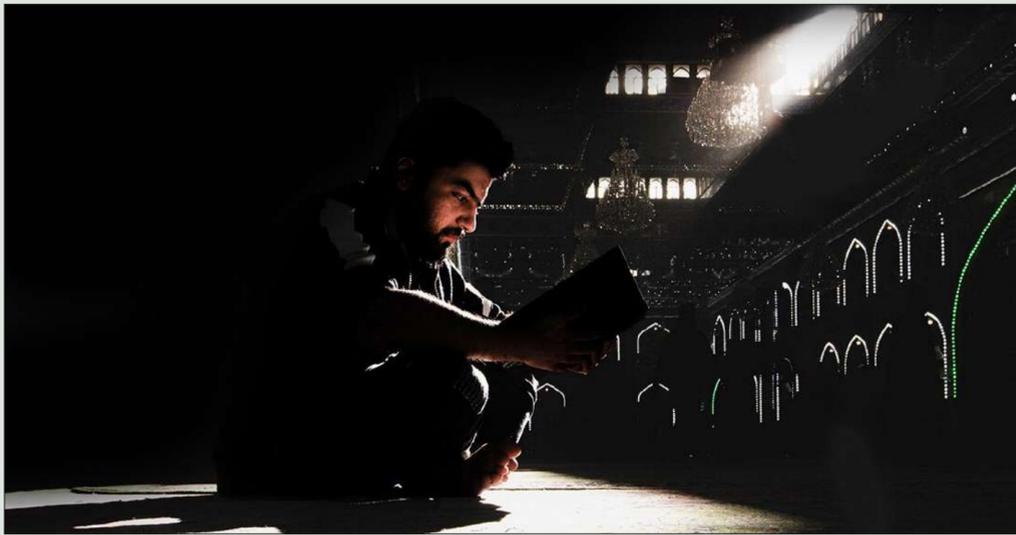
صدور الكتاب عن دار نوافير يمنحه حضوراً جديداً في المشهد الثقافي، لا سيما مع الإشراف الأدبي الذي تولاه الشاعر

في «كشوفات القاع» لا يكتفي طالب كريم بقراءة السطح الحكائي، بل يمضي إلى تفكيك البنى السردية واستنطاق تحولات الشخصيات ومسارات الزمن وتقنيات البناء، مستعيناً بأدوات نقدية رصينة ولغة تجمع بين الدقة الأكاديمية والوهج التعبيري. الكتاب يمثل إضافة نوعية إلى



شهر رمضان وبرمجة السلوك من العادة إلى التحول العميق

مصطفى ملا هزال



بالإمكان ووفقاً لما تقدم يمكن تحويل شهر رمضان المبارك من مجرد محطة عابرة إلى فرصة لإعادة تعريف العلاقة مع النفس والعالم، وكذلك بالإمكان اعتباره تدريباً عملياً على أن التغيير ليس حلاً مؤقتاً، يمكنه أن يكون ممارسة يومية شريطة توفر الإرادة، واستثمار اللحظة الروحية في بناء تحول عميق يتجاوز حدود الشهر إلى بقية العام.

في استمراره بعد انقضائه، فكثير من السلوكيات الإيجابية تتراجع مع عودة الإيقاع المعتاد للحياة، وهنا تبرز أهمية تحويل التجربة الرمضانية إلى خطة مستدامة، عبر تثبيت بعض العادات تدريجياً، مثل المحافظة على أوقات محددة للعبادة، أو الاستمرار في تقنين الاستهلاك، أو تخصيص وقت أسبوعي للعمل التطوعي.

كما يساعد شهر رمضان على ترتيب منظومة الأولويات، ويمكن تخصيص الوقت الذي كان يستهلكه في تفاصيل هامشية يُعاد توجيهه نحو التأمل والعبادة وقراءة القرآن والعمل الخيري، وهذا التحول لا يعني الانفصال عن الحياة اليومية هذا على مستوى الفرد. أما على المستوى الاجتماعي يبرز أثر رمضان في تهذيب السلوك كالأفراط في استخدام الهاتف أو التسرع في الغضب.

كثيراً ما يُختزل شهر رمضان في كونه موسماً روحياً عابراً، ويتم التعامل معه وفق هذه النظرية، تنتهي آثاره بانتهاهه، ثلاثون يوماً لا تختلف عما سبقها وما يأتي بعدها، لكنه في الحقيقة يمكن النظر إليه بأنه محطة فكرية وفرصة لإعادة تشكيل السلوك الإنساني، الذي اتخذ نهجاً ونمطاً معيناً خلال شهور السنة. لشهر رمضان فلسفات كثيرة، ولا يقتصر دوره على التدريب المرهلي بشأن الامتناع عن الطعام والإحساس بالجوع كما يشعر الفقراء، إذ يتعدى ذلك إلى الإسهام وبشكل مباشر وكبير في تعديل السلوك الفردي، فكثيراً ما نشاهد أفراداً تمت إعادة ترتيب سلوكياتهم خلال الموسم الرمضاني، ففي الشهور الاعتيادية، يمارسون سلوكيات غير مقبولة.

الصيام بين الروح والعالم الرقمي

د. عقيل كريم الحساوي

ففي عالم يعاني فيه كثيرون من الفقر والحاجة، تتحول هذه الصور إلى تذكير قاس بالفوارق الطبقيّة، وإلى استعراض لا يراعي مشاعر من لا يملكون القدرة على توفير الحد الأدنى من الطعام. كما أنها تفرغ الصيام من بعده الأخلاقي، وتحول المناسبة الروحية إلى مشهد استهلاكي يُقاس فيه رمضان بوفرة الأطباق لا بعمق المعنى. إن الصيام، بوصفه تجربة تضامن وشعور بالآخر، يفقد شيئاً من رسالته حين يُستبدل بالإفراط والاستعراض، بدل البساطة والإحسان الصامت. في زمن تتحول فيه المنصات إلى مساحات ضغط نفسي ومقارنات قاسية، يقدم الصيام معنى مختلفاً للحرية. حرية أن يقول الإنسان «لا» لرغبة أنية، أو لتعليق جارح، أو لمشاركة لا تضيف معنى. ولهذا وصف النبي (ص) الصيام بأنه (جُنّة)، أي وقاية للنفس، وحصانة للوعي، وسياج أخلاقي في عالم مكشوف بلا حدود. الصيام في النهاية ليس طقساً يُمارس خارج الزمن، بل تجربة تعاد قراءتها في كل عصر. وفي زمن الشاشات، يظل الصيام مساحة نادرة لإعادة التوازن بين الروح والعالم الرقمي، وبين الإنسان وما صنعه بيديه. فهو ليس امتناعاً عن الطعام فقط، بل استعادة للمعنى في عالم لا يشبع.

فالقرب من الله، الذي يشكّل جوهر التجربة الرمضانية، لا يتحقق عبر الاستعراض أو المظاهر، بل في لحظات الصدق الهادئة التي لا تنشر ولا تُوق. وقد عبّر النبي (صلى الله عليه وآله) عن هذا البعد الروحي بقوله: «للصائم فرحتان: فرحة عند فطره، وفرحة عند لقاء ربه»، وهي فرحة تتجاوز اللحظة الآنية إلى إحساس أعمق بالسكينة، في عالم اعتاد قياس القيمة بالنتائج السريعة. كما لا ينفصل الصيام عن بعده الاجتماعي، لا سيما في فضاء رقمي تتراجع فيه أحياناً لغة الاحترام أمام سرعة التفاعل. فالقيم التي يعززها رمضان - من رحمة، وضبط، وإحسان - ينبغي أن تنعكس في الخطاب الإلكتروني كما في الواقع المادي، ويأتي التوجيه القرآني واضحاً في هذا السياق: «وَقُولُوا لِلنَّاسِ حُسْنًا» وهو توجيه يتجاوز الزمان والمكان ليشمل اليوم والتعليق، والمشاركة، وإعادة النشر، وكل أشكال التواصل الحديثة. وفي هذا السياق الاجتماعي، تبرز ظاهرة باتت تكرر للصحف، وللإعلام، وللشاشات، وهي نشر صور الموائد الملوثة بالطعام وقت الإفطار عبر وسائل التواصل الاجتماعي. فهذه الممارسات، وإن قدّمت أحياناً بوصفها تعبيراً عن الفرح أو الكرم، تحمل في واقعها أثراً سلبياً يتعارض مع جوهر الصيام ومعناه الإنساني.



بالحتم، يمنح الصيام فرصة نادرة للصحف، وللإعلام، وللشاشات، وهي نشر صور الموائد الملوثة بالطعام وقت الإفطار عبر وسائل التواصل الاجتماعي. فهذه الممارسات، وإن قدّمت أحياناً بوصفها تعبيراً عن الفرح أو الكرم، تحمل في واقعها أثراً سلبياً يتعارض مع جوهر الصيام ومعناه الإنساني.

الذي لا ينعكس تهذيباً للكلمة، واحتراماً للاختلاف، وضبطاً للغضب، يبقى ممارسة شكلية مهما اكتملت شرطه الفقهية. وفي العصر الرقمي، تتجلى هذه الحقيقة بوضوح أكبر، إذ أصبحت الكلمة المكتوبة، والصورة المنشورة، والتعليق العابر، أفعالا ذات أثر أخلاقي واجتماعي مباشر.

ساحات إساءة أو سخوية أو تصفية حسابات؟ هنا يستعيد الحديث النبوي الشريف دلالة المعاصرة حين يقول النبي محمد (صلى الله عليه وآله): (مَنْ لَمْ يَدَعْ قَوْلَ الزُّورِ وَالْعَمَلَ بِهِ، فَلَيْسَ لِلَّهِ حَاجَةٌ فِي أَنْ يَدَعَ طَعَامَهُ). هذا الحديث لا يوجه نقده إلى الجسد، بل إلى السلوك. فالصيام

لم يعد الصيام اليوم، تجربة تُمارس في فضاء هادئ أو زمن بطيء، كما كان الحال في مجتمعات أقل تشابكاً وأقل ضجيجاً. نحن، اليوم، نصوم في عالم والأفكار والانفعالات عبر منصات رقمية لا تنام. وفي هذا السياق الجديد، تبرز أسئلة مختلفة حول معنى الصيام وجدواه: ماذا يعني أن نصوم في زمن الإشعارات المتواصلة، والتدفق اللامتناهي للمحتوى، والتفاعل السريع الذي لا يترك مساحة للتأمل؟ يضع القرآن الكريم الغاية من الصيام في إطار أخلاقي عميق حين يقول تعالى: «يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُتِبَ عَلَيْكُمُ الصِّيَامُ... لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ». والتقوى هنا ليست حالة روحية منعزلة عن الواقع، بل هي وعي عملي ينعكس في السلوك اليومي، وفي القدرة على ضبط النفس أمام الرغبة والاندفاع. وهي قيمة تزداد أهميتها في بيئة رقمية تقوم على الإثارة السريعة، والانفعال اللحظي، وتغذية الجدل بوصفه مادة للتفاعل. في عالم وسائل التواصل الاجتماعي، لا يقتصر الصيام على الامتناع عن الطعام والشرب، بل يمتد في معناه الأوسع - إلى صيام اللسان الرقمي، وصيام الصورة، وصيام الرأي غير المسؤول. فكم من صيام يفقد معناه حين تتحول المنصات إلى

أعمال الليلة التاسعة من شهر رمضان

من صلّى في الليلة التاسعة من شهر رمضان بين العشاءين ست ركعات يقرأ في كل ركعة الحمد واية الكرسي سبع مرات، وطلّى على النبي «صلّى الله عليه وآله» خمسين مرة، صدقت الملائكة بعمله كعمل الحديقين والشهداء والصالحين.

دعاء اليوم الثامن من شهر رمضان

(اللَّهُمَّ ارزُقني فيه رَحْمَةَ الأَيَّامِ، وإِطْعَامَ الطَّعَامِ، وإِفْشَاءَ السَّلَامِ، وَارزُقني فيه حُبَّةَ الكَرَامِ وَمَجَانِبَةَ النَّارِ، بِطَوْلِكَ يَا أَمَلِ الأَمَلِيِّينَ).

رمضان
شهر الدعاء



تخفيض الأجور.. مطلب رئيسي لطلبة المجموعة الطبية

بعض أسر الطلبة غير قادرين على تغطية نفقات الدراسة. ودعا أولياء الأمور الى زيادة نسبة التخفيض، لتخفيف عن كاهل الطلبة المتفوقين وأهاليهم من استمرار الدراسة وتحقيق طموحهم بإكمال دراستهم في الجامعات العراقية.

أمر طلبة المجموعة الطبية (الدراسة الموازية)، نطالب وزير التعليم العالي والبحث العلمي، بتخفيض أجور الدراسة في المجموعة الطبية لغاية 50 بالمئة، أسوة بالسنوات السابقة، على العكس من السنة الحالية تم تخفيضها بنسبة 30 بالمئة، وهو ما يجعل

طالب أولياء أمور طلبة المجموعة الطبية (الدراسة الموازية)، وزير التعليم العالي والبحث العلمي، بتخفيض أجور الدراسة في المجموعة الطبية لغاية 50 بالمئة، أسوة بالسنوات السابقة. «نحن لفيق من أولياء



مستحقات مراقبة الامتحانات بانتظار انطلاق قطار التمويل

الامتحانات كأجور نقل» من جهته، قال المدرس محمد موسى: ان «وزارة التربية كانت قد أقرت زيادة في أجور المراقبة للامتحانات العامة (الابتدائية، المتوسطة، الإعدادية) لعام 2025 بقيمة 50 ألف دينار عراقي إضافية، لتصبح أجور المراقب تقريباً: 160 ألف (ابتدائي)، 175 ألف (متوسط)، و 205 آلاف (إعدادي)، مع زيادة مماثلة للمديرين والمعاونين وعمال الخدمة، ولكن الى الآن لم يتم صرفها ولا نعرف السبب في ذلك، ولم نحصل على تأكيد موعد صرفها، على الرغم من المراجعات والاتصالات مع المديرية التي تنتسب لها، من أجل الاطلاع على آخر المستجدات بشأنها». وأضاف: ان «الراتب لا يمكن الاعتماد عليه فقط في ظل الارتفاع الكبير في أسعار السلع والبضائع، وان الكثير من أسر المدرسين والعلمين تحتاج الى أموال لتوفير احتياجاتها، ويرى المدرسون المراقبون في أجور مراقبة الامتحانات كحل لتوفير الاحتياجات والمصاريف الخاصة بشهر رمضان المبارك، ونتمنى ان نحصل على هذه الأجور قبل حلول عيد الفطر السعيد، من أجل توفير بعض الاحتياجات لأفراد الأسرة».

قبل مديرية تربية بابل. وأضافوا ان «هذا الأمر ربما سيتسبب في عزوف العديد من المعلمين والمدرسين الاشتراك في الامتحانات المقبلة وهو ما يولد مشكلة بين المراقبين ومديرية التي لم تكن جادة في متابعة ملفهم خلال الفترة الزمنية الماضية». وأشاروا الى ضرورة تجاوز حالة وجود التفاوت في الصرف حيث يتم الصرف بشكل تدريجي بين المديرين، حيث بدأت بعض المديريات بصرف أجور امتحانات معينة ولكن مديرتنا لم تعمل على ذلك الى الآن. على الصعيد نفسه، قال المدرس حميد راضي: ان «الكثير من المراقبين والإداريين لا يزالون ينتظرون صرف مستحقاتهم الخاصة بالدور الثاني (امتحانات الإعدادية وما يعادلها) بناءً على التمويل المالي نتيجة عدم صرفها وقتها وهو ما جعلهم لا يفضلون الاشتراك في مراقبة الامتحانات المقبلة». وأضاف: ان «المطالبات مازالت مستمرة نظراً لتأخر تحويل الأموال من وزارة المالية الى المديرية التعليمية وهو ما يجب الإسراع به، لكون الكثير من هؤلاء الأساتذة ليس لديهم مصدر آخر وقد صرفوا أموالاً للتنقل في أيام

المراقب العراقي/ يونس جلوب العراف مستحقات أجور المراقبة للدور الثاني للامتحانات العامة، مازالت تمثل مشكلة للعديد من الكوادر التعليمية نتيجة عدم البدء في إجراءات رفع كتب التمويل الخاصة بها، حيث لا يزال الكثير من المراقبين والإداريين ينتظرون صرف مستحقاتهم الخاصة بالدور الثاني (امتحانات الإعدادية وما يعادلها) بناءً على التمويل المالي، إذ تعتمد عملية الصرف على رفع كتب التمويل المالي من المديرية الى وزارة المالية، على الرغم من وجود أنباء تؤكد وجود متابعات لهذا الملف، إلا أن الكثير من مراقبي الامتحانات العامة والمرحلة الإعدادية يطالبون الجهات المعنية بصرف مستحقاتهم الخاصة بمراقبة امتحانات العام الدراسي 2024 - 2025. وأشاروا الى تأخير دفع مستحقاتهم عن أجور المراقبة من



مواطن يناشد دائرة أحوال مدينة لتصبح اسم ولده



ناشد المواطن فرحان سالم صالح، وزير الداخلية للإيعاز الى الجهات المعنية في دائرة أحوال مدينة الصدر لتصبح اسم ولده بعد أن تمت كتابته بشكل خاطئ من قبل الدائرة المذكورة. وفي رسالة من المواطن فرحان سالم صالح جاء فيها: «أطالب وزير الداخلية عبد الأمير الشمري، بالإيعاز الى الجهات المعنية في دائرة أحوال مدينة الصدر لتصبح اسم ولدي». وأكد انه «بعد تسلمه للبطاقة الوطنية كتب الاسم بشكل خاطئ وهو ما يستدعي اعادة تصحيح الاسم الذي رفض الموظفون اصدار بطاقة جديدة يكتب فيها الاسم الصحيح». ونوه الى «ضرورة توجيه الجهات المعنية للسماح بتصحيحه عند المراجعة، كما طالب بإلغاء رسوم المراجعات في دوائر الأحوال، لكتاب السن الذين يزيد عمرهم عن 60 عاماً، وتسهيل وتبسيط الإجراءات لهم».

مواطن يرغب في احتساب شهادته وتغيير عنوانه الوظيفي



طالب مواطن من محافظة كركوك، وزير التربية، بالموافقة على احتساب شهادته وتغيير عنوانه الوظيفي. وقال المواطن عقيل جوهر محمد، أنه عمل موظف خدمة على ملاك تربية كركوك منذ العام 2013، وقد تعين بشهادة الابتدائية، ولكنه كمواطن وموظف كان لديه الطموح للأفضل، فأكمل دراسته المتوسطة والإعدادية (خارجي) ومن ثم إكمال الدراسة الجامعية، وحصل على شهادة البكالوريوس تربية رياضية في العام 2019 - 2020. وطالب، وزير التربية والجهات المعنية في الوزارة باحتساب شهادته وتغيير عنوانه الوظيفي، خدمة للصالح العام.

أهالي النجف الأشرف يشكون اختفاء اللحوم الحمراء

شكا عدد من أهالي محافظة النجف الأشرف، اختفاء اللحوم الحمراء في عدد من أحياء المحافظة، نتيجة إضراب القصابين، على خلفية فرض الحكومة المحلية تسعيرة 19 ألف دينار لكل كيلو اللحم الغنم، و14 ألفاً للحم العجل والذي تسبب بإرباك كبير للسوق.



وقال الأهالي: ان «الأسواق خالية من اللحوم، إذ ان القصابين يؤكدون أن التسعيرة المفروضة لا تغطي كلفة الشراء ولا المصاريف التشغيلية من أجور عمال وإيجارات ما دفعهم إلى التوقف عن البيع، تجنباً لتراكم الخسائر وسط دعوات لإيجاد حلول توازن بين حماية المستهلك وضمان عدم الإضرار بأصحاب المهنة». وأضاف: أن «المعالجة الحقيقية للأزمة يجب ان تكون سريعة ومن صالح المواطن والقصاب على حد سواء، من خلال ضبط الأسعار من المصدر، وفتح باب تداول المواشي بين المحافظات لضمان توازن السوق، بدل تحميل القصاب فرق الأسعار الذي يعمق الأزمة». وتابعوا، ان «ارتفاع أسعار اللحوم أثر بشكل مباشر على العوائل خاصة مع حلول شهر رمضان، وزيادة الطلب لتأمين مستلزمات الإفطار والسحور، اللحم مادة أساسية على المائدة، لكن الأسعار الحالية جعلت شراءه أمراً صعباً». وأوضحوا، ان «القرارات المتعلقة بتحديد الأسعار يجب أن تراعي واقع السوق، حتى لا يتحمل المواطن عبئاً إضافياً، وفي الوقت نفسه لا يتعرض القصابون للخسارة التي تدفعهم إلى إغلاق محالهم». من جهتهم، يقول القصابون، ان «الحكومة المحلية تفرض سعر بيع كيلو اللحم الغنم بـ 19 ألف دينار، وسعر الشراء تجاوز الـ 20 ألف دينار، إذ وقعنا تعهداً للالتزام بالسعر الحكومي، وهذه خسارة مستمرة تجاوزت 20 مليون دينار خلال 10 أيام، وهذا يعني خسارة رأس المال، والوضع يهدد مصدر رزق عوائلنا، وان الإضراب جاء كخطوة اضطرابية، وليس بهدف الإضرار بالمواطن».

ذوو ضحايا ملعب الشطرة يطالبون بالتعويض من الشركة المنفذة

الشرطة، ما أسفر عن وفاة أحد العمال وإصابة ستة آخرين بجروح متفاوتة. وبين المصدر، أن الحادث وقع أثناء تنفيذ أعمال البناء للملعب، إثر انهيار مفاجئ لإحدى الكتل الخرسانية، ما استدعى تدخل الجهات المعنية لنقل المصابين واتخاذ الإجراءات اللازمة.

الأسان في موقع العمل، حيث أدى انهيار كتلة خرسانية داخل الملعب، والذي أسفر عن وفاة أحد العمال وإصابة ستة آخرين بجروح متفاوتة.. وكان مصدر حكومي في محافظة ذي قار قد أعلن عن وقوع حادث انهيار كتلة خرسانية داخل ملعب

طالب ذوو الضحايا بالتعويض من الشركة المنفذة للملعب الشطرة في ذي قار بعد حادث انهيار كتلة خرسانية داخل الملعب، والذي أسفر عن وفاة أحد العمال وإصابة ستة آخرين بجروح متفاوتة. وقال الأهالي: ان «الشركة المنفذة للملعب الشطرة لم تراعى وجود شروط





رمضان

فرصة لتعزيز القدرة الذهنية وزيادة الإنتاج

وتتأثر بعوامل مثل النظام الغذائي والنشاط البدني والصحة العامة. ويقترح خبراء الإنتاجية تخصيص الفترة من الفجر حتى الظهر لأصعب المهام الذهنية مثل التحليل والبحث واتخاذ القرارات، بينما يمكن تخصيص فترة ما بعد العصر للأعمال الروتينية والإدارية الأقل تعقيداً. وهناك خطوات عملية لتعزيز التركيز في رمضان منها إيقاف الإشعارات الرقمية في أول ساعتين من العمل، والعمل بجلسات تركيز قصيرة مثل تقنية «بومودورو» (Pomodoro) (٢٥ دقيقة تركيز و ٥ دقائق راحة، وتقسيم المهام الكبيرة إلى جلسات عميقة بدل العمل المتقطع. ويرى خبراء أن الصيام يقلل من انشغال الجسم بعمليات الهضم، ما قد يتيح مساحة ذهنية أكبر للتركيز والتحليل واتخاذ القرار، خاصة في الساعات الأولى من اليوم.

مراجعة علمية حديثة خلصت إلى أن بعض أنماط الصيام المتقطع قد ترفع مستويات (بي دي أن أف) (BDNF) لدى بعض البالغين، لكن الألفة ما تزال متباينة وتحتاج إلى تجارب أكبر لتأكيد الفوائد المعرفية. كما تشير مراجعة منهجية حديثة إلى أن التحول الأيضي أثناء الصيام أو تقليل الكربوهيدرات قد ينشط مسارات خلوية مرتبطة بتحفيز عوامل النمو العصبي مثل (بي دي أن أف) (BDNF)، وهو ما قد يفسر بعض التأثيرات العصبية الإيجابية للصيام. وأظهرت دراسات على الحيوانات أن الصيام المتقطع قد يعزز تكوين خلايا عصبية جديدة في منطقة الحُصين المرتبطة بالتعلم والذاكرة، عبر تنشيط مسارات إشارات عصبية متعددة. لكن دراسات بشرية أخرى تشير إلى أن تأثير الصيام على مستويات (بي دي أن أف) (BDNF) ليس ثابتاً، ما يعني أن الفوائد المعرفية قد تختلف من شخص لآخر

يعتقد الكثير من الأشخاص أن الصيام خلال شهر رمضان يؤدي إلى فقدان التركيز في العمل، لذلك يسعى الكثير من أصحاب العمل والموظفين إلى تقليل ساعات العمل حتى يكونوا على استعداد ذهني كبير، لكن هذا الاعتقاد خاطئ تماماً، فالصيام يمد الجسم بالطاقة والقوة وفقاً لدراسات حديثة. وتشير الدراسات والأبحاث العلمية الحديثة في إدارة الوقت إلى أن هذا الاعتقاد قد يكون غير دقيق، وأن ساعات الصباح قد تمثل نافذة ذهبية للتركيز واتخاذ القرارات المعقدة. وتشير دراسات علمية إلى أن الصيام يمكن أن يؤثر في الدماغ عبر آليات بيولوجية معقدة مرتبطة بتغيير مصادر الطاقة في الجسم وتحفيز عوامل عصبية مهمة، أبرزها بروتين عامل التغذية العصبية المشتق من الدماغ (بي دي أن أف) (BDNF)، الذي يلعب دوراً رئيسياً في الذاكرة والتعلم والمرونة العصبية.



الابتعاد عن الدهون والبهارات خطوة مهمة لصيام مرضى القرحة وارتجاع المريء



وينصح باختيار بروتين خفيف مع نشويات معتدلة، وتجنب الأطعمة المالحة جداً أو الدسمة. يجب ألا يستلقي المريض مباشرة بعد الأكل؛ حيث يوصى بالانتظار ساعة إلى ساعتين قبل النوم، مع العلم أن رفع الرأس قليلاً أثناء النوم قد يخفف أعراض الارتجاع. ومن يتناول مخططات مضخة البروتون أو مضادات الحموضة يجب أن يستشير طبيبه لضبط توقيت الجرعات في رمضان؛ نظراً لأن إيقاف العلاج دون استشارة قد يعرض المريض لانتكاسة. وبحسب الأطباء، يُنصح بعدم الصيام في حالات وجود ألم شديد مستمر، أو قيء دموي أو فقدان وزن غير مبرر، أو قرحة نشطة غير مستقرة.. وفي هذه الحالات، الأولوية للعلاج حتى استقرار الحالة. والخلاصة أن الصيام لمرضى قرحة المعدة وارتجاع المريء يمكن في كثير من الحالات، شرط الاعتدال في الكمية، والهدهد في الاختيار، وتجنب المهيجات، ودائماً ما تكون الوجبة المتدرجة، والابتعاد عن الدهون والبهارات، وتنظيم النوم؛ تفاصيل بسيطة تحمي المعدة طوال الشهر.

وبعدها تقسم الوجبة إلى مرحلتين بدلاً من طبق واحد كبير. كما يُنصح باختيار طرق طهي هادئة؛ مثل السلق، أو الشوي، أو الطهي بالبخار، والابتعاد عن القلي. وبشكل عام يفضل تجنب أطعمة مثل المقلبات والدهون الثقيلة، والأطعمة الحارة والبهارات القوية، والطماطم المطبوخة بكثرة والصلصات الحامضة، والحمضيات الزائدة. وكذلك يُوصى بتجنب القهوة والمشروبات الغازية خصوصاً على معدة فارغة، والحلويات الدسمة بعد الإفطار مباشرة. حيث إن هذه الأصناف قد تزيد إفراز الحمض أو ترخي الصمام بين المعدة والمريء، ما يقاوم الارتجاع. ومن جهة الأطعمة الأكثر أماناً للمعدة، ينصح خبراء التغذية بالرز أو البطاطس أو الشوفان، واللحوم البيضاء المشوية أو المسلوقة، والزيادة قليل الدسم، والخضراوات المطهية غير الحارة، والموز والتفاح غير الحامض. أمّا وجبة السحور فهي ضرورية لمرضى القرحة والارتجاع، ويُفضل أن تكون قبل النوم بوقت كافٍ.

يعاني الكثير من مرضى قرحة المعدة وارتجاع المريء خلال شهر رمضان، نتيجة تغير الجدول الغذائي خاصة أن وجبات الإفطار تكون غالباً كبيرة وغنية بالدهون والبهارات، ما تؤدي إلى تفاقم الحالة، لذا يستوجب مراجعة الطبيب قبل الصيام. وهذا النمط قد يزيد إفراز الحمض أو يقاوم الارتجاع، ما ينعكس أماً وحرقة واضطراباً في النوم؛ لكن بالصورة الصحيحة، يمكن تقليل الأعراض والحفاظ على صيام آمن. وفي قرحة المعدة، تكون بطانتها أكثر حساسية لتأثير الحمض. ومع الصيام، قد يشعر بعض المرضى بحرقة أو ألم عند اقتراب موعد الإفطار. أما في ارتجاع المريء، فإن امتلاء المعدة سريعاً بعد ساعات من الجوع، أو الاستلقاء مباشرة بعد الأكل، قد يدفع الحمض للصعود إلى المريء، مسبباً حرقة وسعالاً وريحاً في الصوت. ويوصى الأطباء في أغلب الحالات بـ«إفطار زكي»، يبدأ بشكل خفيف بكسر الصيام بماء فاتر و ٢-١ تمرات أو شوربة خفيفة غير حارة. ثم الانتظار ١٠-١٥ دقيقة قبل الطبق الرئيس لتفادي الصدمة الحمضية للمعدة.

كيف نحقق الفوائد الصحية كاملة خلال الشهر الفضيل؟

بإدراج الخضراوات والفواكه الطازجة لدعم الجهاز الهضمي وتوفير الفيتامينات والمعادن الأساسية. ومن المهم تجنب الأطعمة المالحة والدسمة في السحور، لأنها قد تزيد الشعور بالعطش وتقلل من قدرة الجسم على الصيام براحة، كما يجب الاعتدال في تناول الحلويات والمقلبات، مع مراعاة توزيع السوائل والوجبات بشكل متوازن. ويجب أيضاً الالتزام بالاعتدال في الكميات ونوعية الطعام، ومراقبة الجسم لأيّة علامات تعب أو جفاف، يساعد الصائم على جني الفوائد الصحية للصيام دون مضاعفات، وينصح الأطباء بأن يكون التركيز على تناول وجبات خفيفة ومتوازنة، مع شرب كمية كافية من الماء، وممارسة نشاط بدني خفيف بعد الإفطار مثل المشي، لتعزيز عملية الهضم وتحسين الدورة الدموية.

الأطعمة الغنية بالدهون والسكريات في وقت لاحق. ويجب أيضاً الترطيب المنتظم جزء أساسي للاستفادة الكاملة من فوائد الصيام، وينصح الأطباء بشرب الماء على فترات متباعدة بين الإفطار والسحور، بدلاً من تناول كمية كبيرة دفعة واحدة، كما يمكن دعم الترطيب بتناول عصائر طبيعية خفيفة، مثل عصير البرتقال، والشوربات الغنية بالخضراوات، فهي تعوض السوائل والأملاح المفقودة بطريقة طبيعية وتقلل الشعور بالعطش خلال النهار. وتلعب وجبة السحور دوراً حيوياً في تحقيق فوائد الصيام، حيث يُفضل أن تحتوي على كربوهيدرات معقدة مثل الشوفان أو خبز الحبوب الكاملة، إذ تُهضم ببطء وتوفر طاقة مستدامة لساعات الصيام الطويلة، كما أن إضافة البروتين مثل البيض أو الزبادي قليل الدسم، يعزز الشبع ويساعد على استقرار مستويات السكر في الدم، كما يُنصح

من الصيام يجب اتباع عادات غذائية صحية. أول خطوة للحصول على فوائد الصيام كاملة هي الإفطار بطريقة متوازنة، ويُنصح ببدء الإفطار بكوب من الماء لتعويض جزء من السوائل المفقودة خلال ساعات النهار، وقد يُضاف إليه تمر أو قطعة فاكهة صغيرة لتزويد الجسم بطاقة سريعة دون إثقال المعدة، وهذه البداية تساعد على تنشيط الجهاز الهضمي وتحضير المعدة لاستقبال باقي الوجبة بطريقة صحية. كما يُنصح بتناول وجبة إفطار متوازنة تحتوي على مصادر بروتين خفيفة مثل الدجاج أو السمك أو البقوليات، إلى جانب خضراوات طازجة أو مطهية وحبوب كاملة مثل الرز البني أو خبز القمح الكامل، وهذه العناصر تضمن تزويد الجسم بالعناصر الغذائية الأساسية، وتعزز الشعور بالشبع لفترة أطول، مما يقلل من الإفراط في تناول

يسعى الصائمون خلال شهر رمضان المبارك، إلى تحقيق الفائدة الصحية إضافة إلى الدينية، فيتوجهون إلى إعداد جداول غذائية تكون مناسبة لجسم الإنسان الصائم، ولا تؤثر على عمل أجهزة الجسم، إلا أن تحقيق هذه الفوائد يعتمد بشكل كبير على الطريقة التي يتم بها تناول الطعام والشراب بين الإفطار والسحور. خبراء التغذية يؤكدون أن الصيام ليس مجرد الامتناع عن الأكل والشرب، بل هو فرصة لإعادة ضبط العادات الغذائية وتحقيق توازن صحي للجسم، شرط الالتزام بأسس غذائية صحيحة خلال الفترة بين الفطور والسحور. ومن فوائد الصيام الصحية تحسين عملية التمثيل الغذائي وتحسين حساسية الأنسولين، ودعم عمليات تطهير الجسم وطرده السموم، والحفاظ على صحة القلب، دعم الجهاز المناعي، وتحقيق هذه الفوائد

الخمول المفرط والنشاط العنيف

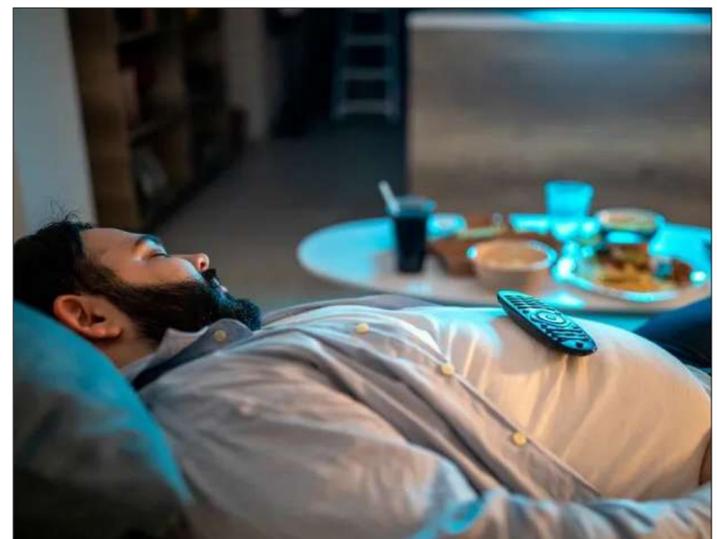
عادتان خاطئتان بعد الإفطار

نتيجة قلة الحرق، إضافة إلى اضطرابات هضمية. كما أن الإفراط في تناول الطعام مع قلة الحركة يضاعف الشعور بالتعب ولا الاسترخاء الكامل هو الحل، ولا النشاط المكثف فوراً هو الخيار الأمثل. بل ينصح الخبراء بوجبة معتدلة، يعقبها قدر من الراحة القصيرة، ثم حركة خفيفة تعيد للجسم نشاطه وتساعد على أداء وظائفه بكفاءة. فالاعتدال يبقى القاعدة الذهبية لصيام صحي ومتوازن.

الجسم شعوراً بالحوية بدلاً من الكسل. أمّا ممارسة التمارين المتوسطة أو الشديدة، فيفضل تأجيلها إلى ما بعد الإفطار بساعتين أو ثلاث ساعات، لإعطاء الجسم وقتاً كافياً لإتمام عملية الهضم. وفي المقابل، يمكن لمن اعتادوا على الرياضة قبل الإفطار ممارستها بحذر ولفترة قصيرة، مع مراعاة الحالة الصحية وشرب السوائل بشكل كافٍ لاحقاً. ويؤدي الاسترخاء المفرط أو النوم الطويل مباشرة بعد الإفطار إلى زيادة الوزن،

يُنصح بالجلوس بهدوء لبضع دقائق، وتجنب النوم المباشر، لأن الاستلقاء فور تناول الطعام قد يسبب عسر هضم أو ارتجاعاً مريئياً، خاصة لدى من يعانون مشكلات في المعدة. ويرى أطباء أن المشي الهادئ مدة تتراوح بين ١٥ إلى ٣٠ دقيقة بعد الإفطار يساعد على تحسين عملية الهضم، وتنظيم مستوى السكر في الدم، وتقليل الشعور بالإملاء والانتفاخ. كما تسهم الحركة الخفيفة بتنشيط الدورة الدموية ومنح

يتساءل الكثير من الصائمين: هل يحتاج الجسم إلى الراحة التامة بعد الإفطار، أم وبهذا أن الحركة أفضل لصحة البدن؟، وبهذا الصدد يؤكد مختصون في التغذية والطب الرياضي أن الإجابة تكمن في الاعتدال، بعيداً عن الخمول المفرط أو النشاط العنيف. ويرى المختصون أنه بعد الإفطار، يبدأ الجسم بتعويض السوائل والطاقة المفقودة، فيما ينشط الجهاز الهضمي لمعالجة الطعام. وخلال هذه المرحلة،





مواقيت الصلاة

5:12	صلاة الصبح
12:15	صلاة الظهر
6:12	صلاة المغرب
11:34	منتصف الليل



صورة وتعليق

رجال الحشد ..

حين يجتمع الصيام
والقرآن والسلاح،
روح تقاتل بإيمان لا
ينكسر.



عدسة توثق حياة الراعي بين الجال والسهول

يحمل الشاب العراقي عمار طالب جواله
كاملاً، ليغوص في تفاصيل الحياة الريفية
التي نشأ فيها بين الجبال والسهول وأسواق
الأغنام، مصوراً لحظات البيع، وقصص الرعاة،
وتقلبات أسعار الأغنام في «سوق الحلل».

محتواه لا يكتفي بعرض المشهد فحسب، بل
يروي الواقع الاقتصادي والاجتماعي للمربين
بأسلوب عنوي وبسيط. يعكس حرصه على
إيصال صوت الريف العراقي لكل من يهيمه
الأمر.

تركز عدسة عمار بشكل خاص على السلالات
المحلية، مثل أغنام العواس، المهدهدة بالانقراض
بسبب الاستيراد العشوائي، فيحاول من خلال
تصويره توثيق هذا التراث الحيواني ودعم
الحفاظ عليه، يتفاعل مع المربين والتجار
مباشرة، وينقل لحظات الحياة اليومية في
السوق كما هي، بكل صخبها وفرحها وقلقها
الاقتصادي، من ارتفاع الأسعار وانخفاضها إلى
تفاصيل البيع والشراء.

صفحة عمار على فيسبوك تجمع أكثر من
١٥ ألف متابع، ويصنف نفسه ضمن صناعات
المحتوى المؤثر في مجال الزراعة والحياة
الريفية، ليس كمراتب من بعيد، بل كواحد
يعيش التجربة ويشاركها مع جمهوره، ليحول
عدسته إلى أداة توثيقية وثقافية، ورسالة
دعم مستمرة للمربين المحليين والحفاظ على
السلالات العراقية الأصيلة.



طالبات ديبالي يدخلن مرحلة التكليف بعهد إيماني جديد

في أجواء مفعمة بالروحانية والسكينة،
اختارت مجموعة من طالبات مدرسة
الإمام المهدي (عجل الله فرجه) في
محافظة ديالى أن يحتفلن بيوم تكليفهن
الشرعي عند مرقد أبي الفضل العباس
(عليه السلام) في كربلاء المقدسة، ليكون
الحدث أكثر من مجرد احتفال، بل
محطة إيمانية تؤسس لمرحلة جديدة من
حياتهن.

الطالبات وقفن بخشوع عند جوار القمر
الهاشمي، مستشعرات رمزية المكان وما يحمله
من معاني الوفاء والنضحية والثبات على المبادئ،
ليجذبن العهد بالسيرة على نهج السيدة فاطمة
الزهراء (عليها السلام) في العفة والالتزام وتحمل
المسؤولية الشرعية.
الحفل حمل أبعاداً تربوية وروحية عميقة، إذ جاء
تتويجاً لمسيرة من التوجيه والتعليم داخل المدرسة،
وترسيخاً لقيم الهوية الدينية في نفوس الفتيات،
بحضور تربوي وأسري عبّر عن اعتزاز بهذه
اللحظة الفاصلة في حياتهن.
وتبقى هذه المناسبة ذكرى راسخة في قلوب
الطالبات، وبداية واعية لمسار عنوانه الطاعة
والالتزام، وخطوة أولى نحو مستقبل يُبنى على
القيم والمبادئ الأصيلة.

دوندرة كربلاء.. حكاية صيف لا تنسى عن الذاكرة

لم يكن بانع الدوندرة في كربلاء مشهداً عابراً في أيام الحر، بل
كان جزءاً من ملامح المدينة وإيقاعها اليومي، يعبرته الخشبية
البسيطة، كان يجوب الأزقة، يسبقه صوته وتلاحقه ضحكات
الأطفال، ليصنع لحظات فرح صغيرة في صيف عراقي لاهب.



ولصاحبه الحاج حسين الشريتي،
هناك، بين المرايا الملونة وساعة «أم
البنسول»، كانت الدوندرة تقدم في
كؤوس زجاجية شفافة، لتبقى أكثر
من حلوى باردة، بل ذكرى مدينة
وزمن جميل لا يُنسى.

ومند مطلع القرن العشرين، عرفت
كربلاء هذه الصناعة بطابعها
الأصيل، حيث تُحضّر الدوندرة من
الحليب والسكر والسحلب بعناية
حتى تبلغ قوامها الأبيض المماسك
ومذاقها المميز، وكانت «دوندرة

الحليب» عنوان الإتقان في تلك الحرفة
المتوارثة. برزت
ومع أربعينيات القرن الماضي، برزت
محال متخصصة شكلت محطات
للانتعاش واللقاء، وفي مقدمتها محل
«نزهة الفرات» في شارع علي الأكبر،

شاب عراقي يجسد رموز المقاومة بريشة الإبداع

جسد الشاب البغدادي علي محمد (مواليد ٢٠٠٣) أبرز قادة المقاومة في أعمال
تشكيلية لاقت اهتماماً واسعاً، مُحوّلاً موهبته الفنية إلى مساحة تعبير عن
القناعات والهوية. وضمت لوحاته شخصيات بارزة، منها، قادة النصر
الشهداء أبو مهدي المهندس وقاسم سلیماني وسيد المقاومة حسن نصر
الله والقائد الفلسطيني يحيى السنوار، حيث حرص على إبراز ملامح القوة
والثبات بخلفيات لونية تعبر عن الصمود. على محمد، الذي بدأ شغفه بالرسم
في سن مبكرة، اتجه إلى المدرسة الواقعية ليمنح أعماله بعداً توثيقياً، مؤكداً
أن الفن بالنسبة له رسالة قبل أن يكون مجرد موهبة. ولوحاته اليوم تمثل
تجربة شبابية تسعى إلى توظيف الريشة في قراءة أحداث وشخصيات تركت
أثراً واسعاً في المشهدين العراقي والإقليمي.



شهر رمضان..

أزقة وشوارع تنبض

بالرحمة والتكافل

يسعى إليها الصوم..
ويؤكد إمام وخطيب أحد مساجد بغداد،
الشيخ عبد الرحمن الأبرجواي، أن الصيام
يساوي بين الغني والفقير في الإحساس
بالجوع، ويدفع القادرين إلى استشعار
معاناة غيرهم، مشيراً إلى أن التكافل في هذا
الشهر ليس خياراً ثانوياً، بل التزام أخلاقي
وشرعي.
ويضيف أن مندماً مثل النجف وكربلاء
شهدت نماذج واضحة من هذا التضامن،
حيث كان الميسورون يتكفلون بإعالة
العامل بالأجر اليومي طوال رمضان، بما
يمكنهم من التفرغ للعبادة دون أن تتضرر
عائلاتهم.

مع إطلالة هلال شهر رمضان على العراق،
لا يقتصر التغيير على مواعيد الطعام
والشرب، بل يمتد ليشمل إيقاعات الحياة
بأكملها. تهدأ المدن قبيل أذان المغرب،
وتتصاعد أصوات الدعاء من المآذن، فيما
تستعيد الأزقة القديمة دفء اللقاءات
وروح الألفة التي تميز المجتمع العراقي في
هذا الشهر.
رمضان في العراق ليس مجرد موسم
عبادة، بل مساحة تتجدد فيها قيم
التكافل الاجتماعي، تمتد موائد الإفطار
بين الجيران، وتتحرك أيار خفية لمساندة
العائلات المتعففة، في صورة تعكس رسوخ
الجزور الاجتماعية رغم تغير الأزمنة
والظروف.

ومن بين العادات التي عرفتها المحلات
البغدادية ومدن أخرى خلال سبعينيات
القرن الماضي وما قبلها، تكفل الميسورين
بالإنفاق على أبناء المحلة من ذوي الدخل
اليومي الذين قد يعجزون عن الجمع بين
العمل الشاق والصيام. وكان بعض وجهاء
الأحياء يمنحون مبالغ مالية تكفي لسد
احتياجات عائلة كاملة طوال الشهر،
لمتمكن ميعيلها من أداء فريضة الصوم دون
مشقة إضافية.

ويرى رجال دين أن «هذه المبادرات لم تكن
مجرد أعمال خيرية عابرة، بل ارتقت في
نظرم إلى مستوى الواجب الكفائي، إذ
يتحمل القادرون مسؤولية إعانة المحتاجين
بما يضمن تحقيق العدالة الاجتماعية التي

