

١٠ هاتور ١٧٣٧ شهاد

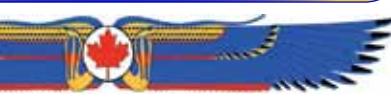
13th. Year,

Thursday November 19, 2020

وَهُنَّ لَا يَعْبُدُونَ لَمْ يَعْرِفُوا اللَّهَ، لَكُنَّ اللَّهَ مُحْبَّةٌ

He who does not love does not know

God, for God is love 1 John 4:8



فيروس كورونا: أوروبا تواجه ستة أشهر صعبة في مواجهة الوباء



تزايد الوفيات الناجمة عن فيروس كورونا في جميع أنحاء أوروبا، حيث تتسبّب الموجة الثانية من الوباء بخسائر فادحة

حضرت منظمة الصحة العالمية من أن هناك ستة أشهر «صعبة» في انتظار أوروبا، التي أصبحت مرة أخرى بؤرة جائحة فيروس كورونا.

وقال مسؤول شؤون أوروبا بمنظمة الصحة العالمية، إن القارة سجلت أكثر من ٢٩ ألف حالة وفاة جديدة بكورونا في الأسبوع الماضي. أي ما يعادل موت شخص كل ١٢ ثانية».

ومع ذلك، قال إن الحالات الجديدة تتراجع حالياً، بسبب حد الإغلاق المفروض في الكثير من الدول من عدد الإصابات. مع ارتفاع وتيرة الموجة الثانية من الوباء في أكتوبر، أعادت معظم الدول الأوروبية فرض تدابير صارمة لوقف انتشار المرض، وحتى الآن، شهدت أوروبا ١٥ مليون و٢٣٨ ألف و١٧٩ إصابة مؤكدة و٣٥٤ ألف و١٥٤ حالة وفاة جراء كورونا. عن بي بي سي



AL-AHRAM ELGDEED

(كوفيد ١٩)أهم درس من دروس الحياة

الأريكاريا - الربوة الشعب

تجربة اختبار كوفيد - ١٩ السريع على
المسافرين الراغبين في ذلك في البرنا لتقليل مدة
الحجر الصحي

مسيرة احتجاج ضد قرار حكومة مانيتووبا
بإرثاء اقنعة الوجه خلال وباء كورونا

اما حان الوقت ايها الاقباط لتنفق

الرسالة

الله هو اطسيط على كل شئ فلا تنزعج ابدا

زيارة من بعيد

نسجتي في بطن أمي

آلام الأفراح وآفراح الآلام

ماذا بعد سقوط مرثي منصور

ولاد اطل

We Cut Taxes Like a Diamond
Personal | Corporate | Business



416-817-1560
3289 Topeka Dr. | Mississauga
www.profitexplorer.com



عضو جمعية المحاسبين بامريكا
عضو جمعية مستشاري الضرائب بكندا

Ibrahim Mossad
Sales Representative

Direct : 416.890.4071
Office : 905.883.1988
Fax : 905.883.8108
ibrahim.mossad@century21.ca
www.ibrahimmossad.ca

Century 21
ATRIA REALTY INC.
Brokerage*
1550 16th Ave. #C200 South,
Richmond Hill, ON L4B 3K9
*Each office is independently owned and operated.



Dr. Mervat Nawar
Family Dentist



207 - 1719 Lawrence Ave E.,
Scarborough, ON. M1R 2X7
Tel: (647)7481611 - (416)2641211
Fax: (647)7481711 - (416)2641803
mervatnawar@yahoo.com

الأحياء قراء الأهرام الجديد

تزايد عدد مشتركي الأهرام الجديد بالبريد الإلكتروني (الإيميل) إلى ٥٤١٢ كما يقوم الكثير من القراء الأحياء برساله أيضاً لأصدقائهم.

ذلك هو يوضع على النت في موقع اهرام كندا.
والذي يزوره الآلاف يومياً.

من لا يصله على البريد الإلكتروني يكتب لنا وسوف نضيف
اسمها. ومن لا يجده عليه البحث تحت Junk mail او Spam.
ومجرد تحويلة إلى Inbox مرة واحدة يعود للبريد الطبيعي



فرص للاستثمار العقاري
شقق ممتازة في قلب تورونتو

EDWARD YACOUB
B.SC IN CIVIL ENGINEERING
SALES REPRESENTATIVE
Cell: 416 315 0480



خدماتنا المتميزة تمتد
إلى ما بعد البيع او
الشراء



Hany Eltalawy P. Eng.

Sales Representative

Cell: (905) 783-6080

Office: (905) 828-1122

E-mail: heltalawy@sympatico.ca

For Advertisement

ahram.teeba@gmail.com

Tel: 647-823-6779

www.ahram-canada.com

Issue 332

Bi-weekly, Non-profit

\$1

أنا ذور (الذب الأغبر) - ٤

القبيس ثرامب

للاختلا الافتتاحي وجده عديدة

او شاريو نصيئ عده مناطق بها ضعف الحدود
الحمراء بسبب ارتفاع نسبة الاصابات
في فيروس كورونا بها

سيدة مسنة وعمياء تشنج عشرات القبعات
الصوفية للشباب اطشريدين خلال جائحة
كورونا

نعيض قدره ٥ الف دولار لعامل في مزرعة

وزير خارجية كندا يقول ان رئاسة جو بايدن
[فرصة عظيمة لكندا]

ادم الثاني

لا افود ولا ثرافيم .. لا اوريم ولا تميم !

الحان كبسننا القبطية

القلعة ثانية ورواية وطن !!

Gigi & Ash
Eskarous

E-mail:
gihaneskarous@yahoo.ca

416577 8733

416659 8744



For Catering Healthy & Tasty
Mediterranean Food

AST Accounting & Tax Services

خبرة ٢٥ عاماً في مجال المحاسبة، المراجعة والضرائب

• إعداد الإقرارات الضريبية
لأفراد والشركات

• إعداد الميزانية التقديرية
والتحليلات المالية المتخصصة

• تسجيل كافة أنواع الشركات

• خدمات خاصة للقادمين الجدد

Amir Tadros

لا نقدم خدمات مهنية فحسب بل نعتبر اقنسنا
شركاء معك في العمل

4255-Sherwoodtowne
Blvd, suite# 100
L4Z 1Y5

Scarborough Location
250 Bridletowne Circle
Scarborough, ON. M1W 2G8

Phone: 289-521-2181 Cell: 647-274-4251

www.astaccounting.ca info@astaccounting.ca

Sutton

GEORGE ABRAHAM

Sales Representative
Residential - Commercial - Investment

Cell: (204) 951-8600

Tel : (204) 475-9130

Fax: (204) 477-4361

gabraham@sutton.com

www.sutton.com

sutton group - kilkenny real estate

AN INDEPENDENT MEMBER BROKER

663 STAFFORD ST., WINNIPEG, MB R3M 2X7

قيمة بيتك ممكّن تكون أكثر مما تتوقع!



For a free, quick online home evaluation, go to www.yourhomeworthnow.com. You will receive information on what comparable homes have sold for in your neighbourhood, which homes are currently listed, how long they have been for sale and their prices, with pictures and addresses.

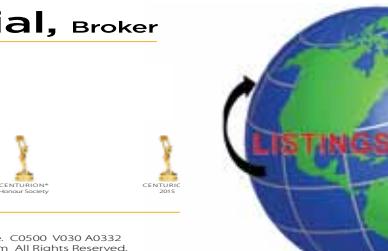


Call Nabil Danial, Broker
416-258-4390

n.danial@hotmail.com
www.nabildanial.com

Century 21
PERCY FULTON LTD.
Brokerage
23
YEARS
EXPERIENCE

MASTERS
HALL OF FAME



Your satisfaction is my success!

Not intended to solicit buyers or sellers currently under contract with a brokerage. C0500 V030 A0332
Copyright © 2016 Mission Response Inc. 416-236-0543 www.missionresponse.com All Rights Reserved.

الفارق ٤٦



بِقْلُمُ عُجُورِيِّ حَنْبَنْ

لنا الان واعنى الان بدقة وقبل فوات الاوان ان يكون لنا كاقباط متناحرین ان نتحدد سويا في اطار عمل قبطي مشترك ومحترم بعيد عن خلافات الزعامة المفتعلة وغباء حب الذات ليكون لنا دور في الاحداث ويسحب لنا حساب في المعايدة ويكون لنا صوت مسموع لدى الآخر ؟ ثلاثة اسئلة الاجابة عليهم بنعم. نعم يستطيع الاقباط المتحدون ان يكون لهم دور في مستقبل و اختيار ساكن البيت الابيض. نعم يستطيع الاقباط الان اذا اللتفوا حول قيادة واحدة حكيمه و مستيرة لا تطلب ما لنفسها بل تطلب ما هو لمصلحة الاقباط ان تواجه المفسدين الذين تدخلوا وافسدو المجتمع سواء الامريكي او غير الامريكي نعم نستطيع ان يكون لنا صوت مسموع ويعمل لنا حساب ونحدد مصيرنا بانفسنا ولا ننتظر من غيرنا ان يساعدنا كل هذا واكثر ستحقق اذا استطعنا ان نخرج الى التور فكرة انشاء لوبى قبطي هي فقط البداية من سيكون لديه الجرأة بتخاذ المبادرة من سيدات التاريخ اسمه وتنكرة الاجيال الى قيام الساعة على انه زعيم قبطي انذا القباط من انفسهم وحى ورثة الفراعنة الاحققين من الفناء لنرى ونطر بروؤسنا ونطلع على الموقف الان في كل الاتجاهات فالاكراد لن يبادوا او يفروا لأنهم حافظوا على هويتهم وتجمعوا تحت قيادتهم ودافعوا عن مصالحهم الارمن وجاليلتهم المنتشرة والتاجة حول العالم تجيشوا خلف جيشهم ليدافعوا عن مقداساتهم ضد قوى الظلام وبمبنى الشيطان في العالم في امريكا المهاجرين الاسبان غيرروا خريطة الانتخابات الامريكية لانهم اتحدوا ضد خوفهم ان اعتمادنا على غيرنا لدعم قضيانا امر قد عفى عليه الزمان فهناك زعماء دول كبيرة مثل فرنسا لا يقوى على اتخاذ قرار في مصلحة بلدة ولحمايتها من الارهاب لانه ببساطة بواجهة عدو فاسد ومنظم والمانيا التي اغرتها السيدة ميريكال في طوفان اللاجئين الاسلاميين المتطرفين ستدخل دوامة فرنسا عاجلا او اجلاء والفوضى الخلاقة لم تعد حكر على الشرق الاوسط بل سادت العالم من حولنا والكل مضطرب ولن ينجوا احد من الضياع الا من كان حكيم و استغل الوقت الذي يملكته هو الان قبل ان يضيع منه ولا يجد حتى طرق النجاة اذا لتناحذ كاقباط ولا نترك خلافاتنا بل نتحدد باختلافنا و نعمل جميعا كلا على اختلافة في اتجاه توحذنا والان دعونا نترك غباء فرقتنا ولو لجين و نطبع صوت المنطق لكي نحافظ على وجودنا ولكن من الذى سيوحذنا من الذى لديه الكريزما ليكون زعيم قادر على احتواء كل هذا الاختلاف الغبي بيتنا من الذى يستطيع ان يصنع الفارق معنا سؤال يحتاج الى اجابة؟

في حياة الإنسان في حياة الشعوب والآلام أو في التاريخ البشري عامة قد يكون هناك شخص أو مجموعة من الأشخاص أو موقف أو حدث قد يغير من مجريات الحياة أو قد يؤثر فيها سلبا أو إيجابا وقد يجعلها أحسن أو حتى أسوأ وهذا ما يشكل الفارق

اما حان الوقت ايها الاقباط لتنتفق

الى ان تعرف قيمة نفسك لن تعرف قيمة وقتك والى ان تعرف قيمة وقتك لن تفعل اي شيء بهذه مقوله احد الفلاسفة عن الاشخاص الذين يضيغون الوقت ولا يدركون اهمية اللحظة فسوف يستفقون على مأساة الا شيء العالم قبل كورونا لن يكون العالم بعد كورونا ومن يدرك ذلك ويخطط ويعلم لمستقبله هو من سيقى اما من يتخبطون في اوهام الاعتماد على الغير في تحديد مستقبلهم هم الذين سيفقون. مع الاسف نحن الاقباط لا نعرف بل قد تكون نعرف ولا نقدر ما يخطط و ما يحاك من حولنا ونترك داعما مصيرنا في ايدي غيرنا يحدد مستقبلنا في البقاء والوجود فثلا قد ربطنا امثالنا في من يسكن في البيت الابيض فتعلقت قلوبنا في شخص الرئيس الامريكي السيد دونالد ترامب واعتبرناه المنفذ من الارهاب الاسلامي الديكالي المتعصب وعندما حدث ما حدث في الانتخابات الامريكية نوحنا واحسنا ان الدنيا قامت ولن تجلس ثانية وان اقباط امريكا قد خسرو المعركة الانتخابية نحن نتمنى ان يفوز مرشح لكي يدعم قضيانا ولكن هناك جاليات اخرى تخثار بل تندم بل تستطيع ان تتحكم بفوز مرشح دون اخر اي انها تستطيع ان تتحكم في نتيجة الانتخابات اي تتحكم في مستقبل ابناء الجالية وتوجه الادارة نحو مصالحهم هل يمكننا ان نفعل ذلك؟ وهناك ايضا مجموعات يعلم العالم كلة ان تدخلهم في اي اتجاه في اي بلد يعني فسادة حتى لو كان هذا الاتجاه هو الانتخابات الامريكية ذاتها بكل ما تحمله من قيم الديمقراطي والحرية ولكنها فسست لان المفسدين ارادوا لها ذلك فهل نستطيع ان نمنع فساد هؤلاء؟ هل يمكن

لمزيد من التفاصيل والمعلومات
الرجاء زيارة موقعنا الالكتروني
You can order online on our website
www.bonabidet.ca

Toll Free 1877.234.8272

شحن مجاني وكفالة لمدة عام

Bidet Free Delivery & 1 Year Warranty



تقديم احدث انواع الشطافات الكهربائية المعتمدة في كندا وأمريكا
يتم توصيلها بالماء البارد فقط، مجفف هواء قاعدة مدمجة بدون خزان للمياه (Remote Control)

Best certified hybrid electric Bidet in its category, Best quality & cost ratio. All options in one bidet : heated seat, instant hot water. Easy to install, only one connection, tankless, hybrid, water on demand.



ELECTRIC BIDET

B Series



شطافه ذات مفرجين للمياه،
حار وبارد وتنظيف ذاتي
للمخازن
Dual Nozzles, Hot & Cold
Nozzles Self Clean



شطافه ذات مفرجين
للمياه، بارد وتنظيف ذاتي
للمخازن
Dual Nozzles, Natural Cold
Water Nozzles Self Clean



شطافه سهلة التركيب،
ماء بارد ذات مخرج واحد
Easy to Install, One Nozzle
Cold Water



خلط للماء الساخن والبارد،
سهلة التركيب، أسفل خزان
المياه
Hot & Cold Mixer. Easy to
Install Under the Water Tank

On Route Bidet Series



Faucet Attachment
رشاش يدوي ذو وظيفتين، سهل
التركيب على معيقات المخازن
ويتحكم في ضغط المياه بامان
Dual Function Sprayer Water
Safe Pressure Control
Easy to Install on Most Faucets



FA & Cold valve
بالاضافة الى الرشاش
اليدوي، مشترك للمياه
الباردة
FA1 Parts plus Cold
Water Valve



FA and Hot & Cold Mixer
بالاضافة الى الرشاش
اليدوي، خلط للمياه البارد
والساخن
FA1 Parts plus Hot &
Cold Water Mixer



شطافه محمولة لدواعي
السفر تعمل بدون كهرباء
أو بطارية
Portable Bidet,
No Battery Needed

Distributors, Stores, Handymen, Plumbers and Resellers are welcome.

All our flexible pipes (3/8" & 1/2") are compatible with the Canadian standard.

نرحب بجميع المحلات وتجار الجملة والموزعين والخبراء في تركيب الشطافات.
جميع الوصلات 3/8" - 1/2" مطابقة للمواصفات الكندية

Toll Free 1877.234.8272

شحن مجاني وكفالة لمدة عام

Dufferin Drug Mart.



Free Compliance Packaging
(Blister Packs) Free medication
reviews
Accept all private and refugees
plans
Special discount on OTC for
seniors everyday
20 % discount with this coupon.
We speak English/Arabic/Italian/
portoguese/spanish
free Delivery

1670 Dufferin St, Toronto, ON M6H 3M2

Tel : 4166510052

Opening hours : 9-6 everyday - Saturday 9-3



SHERIF R. ASHAMALLA, LL.B.
BARRISTER & SOLICITOR
IMMIGRATION & REFUGEE LAW

www.ashamalla.ca
416.548.9082

Nova Pharmacy

1674 Dufferin street , Toronto M6H 3M1
Tel : 4169017587
Fax : 4169017687
email : novapharmacydm@yahoo.com
opening hours
Mon-Friday : 9-6:30 Sat : 9-3

Free Compliance Packaging (Blister Packs) Free
medication reviews
Accept all private and refugees plans
Special discount on OTC for seniors everyday
20 % discount with this coupon.

We speak English/Arabic/italian/portogues/spanish
free Delivery



المعالجة النفسية أيدن مبراتيو Registered Psychotherapist Eden Mebrahtu



لعلاج الصدمات النفسية المسببة للجوع لكتندا، والمشاكل
النفسية المختلفة سواء الناتجة عن حوادث العربات أو
للتأقلم أو العائلية وغيرهم

طالبي اللجوء مجانا لأن إد (بلو كروس) يغطيهم

نساعدك في المثول أمام محكمة اللجوء وأيضا لو كنت غير مؤهل
لامتحان الجنسية الكندية، لو لديك اثبات طبي او تعليمي
نخدم بلغات مختلفة

الإنجليزي عربي جرينبي، امهرى، اسبانى

وسط مدينة تورونتو

Yonge Street and St. Clair Avenue

اتصل لاستشارة مجانا

647-528-7390

edenmeb.cbt@gmail.com

ترامب بين الحقيقة ونظرية المؤامرة

معطيات وانت ترفض التحليل بكل هذه
الأدلة.



سألني صديقي هل انت متاثر بنظرية
المؤامرة لأقصاء ترامب؟

قلت له ان هذا ليس سؤالا ولكنه رأيك
وضعته بطريقة سؤال، وانا اقبل الطريقيتين
بلا خلاصنة.

ان نظرية المؤامرة أن كان الشخص
(برانوي) أي عنده شك مرضي فهي يؤمن
بها بغض النظر عن اثباتات عدم جودها،
ولكن دعنا نسرد بعض الحقائق التي لا
تقبل الشك.

عدد النواب الجمهوريين في انتخابات
الكونجرس ومجلس الشيوخ الأخيرة
أكبر من عدد الديمقراطيون فهل يصوت
بعض للرئيس الديمقراطي وللسناتور
الجمهوري في نفس الوقت؟

هل اطلعت على استطلاعات الرأي
وكيف كانت تضع بايدن بلا منافسة من
ترامب، هل هذا يتفق مع حصول ترamp
باعتراض انتخابات المشكوك فيها على
٧١ مليون صوت؟

لقد قال البعض ان أكبر خاسر في
الانتخابات هي مؤسسات استطلاع الرأي
التي فقدت مصداقيتها أمام الناس.

كيف تفسر الأمور المشبوهة التي
قام بها عدمة بانسلفانيا من اتخاذ قرارا
عشواي لقبول التصويت البريدي بعد
أيام من انتهاء الانتخابات بدون الرجوع
لكونجرس الولاية، وكيف تفسر وضع
عرافيل ليكون مذويين من الجمهوريين
لمراقبة الانتخابات، وكيف تفسر خلط
التصويت البريدي مع الحاضرين لكي
يصعب تمييزهم.

وكيف تفسر أن إعادة العد في جورجيا
ووجدت الآلاف الأصوات لترامب لم تدرج
في العد.

وكيف تفسر أن جميع وسائل الاعلام
ضد ترamp الحاصل على ٧١ مليون
صوت أمريكي، وكيف تفسر ان المؤثرين
في الرأي مثل نجوم السينما وصاحب
الفيسبوك وتويتر وغيرهم يتضافرون
ضده.

وكيف تفسر انه لم يجرى أي تحقيقات
مع بايدن بخصوص ما تقاضاه من ملايين
الدولارات من شركه مع ابنه لها علاقات
في أوكرانيا والصين وروسيا؟

تقول حملة ترamp انهم وجدوا الآلاف
من الأصوات لترامب في صناديق القمامه،
وانه لديهم أسماء مئات الأصوات من
الأموات صوتوا لبايدن بالبريد.

يا عزيزي أن لم تكن ترى ان الدولة
العبيقة كانت ضد ترamp فأنت اشك في
قدرتك التحليلية لأن الكثير من المحليين
لا يرون واقع ملموس ولكنهم يحلون من

و. رأفت جندي

8164gindi@rogers.com

فاكسات مهاجر

برسلا: مدحت عويضة



السيسي

أنا بعشق اللعبة الحلوة واللعب في تيجراي
عجبني خالص بصراحة إيه المعلمة دي.

الجيش المصري

جيش قوي مع سياسي جبار يبقى مصر
والمنطقة فيأمان

الإخوان

ربما يكون نجاح بيدن قبلة الحياة لكم ولكن
جاءت متأخرة فالشعب كرهكم.

أردوغان

توطى وتبوس أيدين الإخوان وقطر وقولهم
يخلوا بيدن يسامحك وإلا هتبليس البيجاما.

ترودو

أنت سياسي خايب لكنك محظوظ جدا
والحظ أهن من الشطارة بكثير.

مرتضي منصور

راح الكرسي وراح الحصانة وريني بقى
جدعنتك هتعمل إيه من كوم الأعداء إلى
عملتهم.

أبي أحمد

مخابرات مجهولة بتفوتك تيجراي دي
مثل اللي ممكن يتعمل فيك فأهدي وضيق
ثيابك على مقاسك ما فيش حد هيسمح لك إلا
بحجمك.

ترامب

شوف يا ترamp يا أخيها قصر مواضيعك
ولم خلقات ومواعينك من البيت الأبيض
وزمن أبو حنان خلس وجه أبو عنتر.

بيدين

كلامك يقلقي لكن خلي بالك دعمكم
لإخوان في وقت أوباما فجر منطقة الشرق
الأوسط وجه على دماغكم أنت وبلاش تغلط
الغطة مرتين.

وزيرة الصحة المصرية

الموجة الثانية جاية أوعي الدروشة
وموضع الرابط المفوك وأمشي بالطرق
العلمية لما الفاكسين يوصل مصر ونعدى
الأزمة.

فورد

منتظرين الأخبار السعيدة يوم الاثنين لما
تطل علينا. الف شكر على جهودك الجباره
في أزمة كورونا.

رامي كامل

شد حيلك يا بطل صدقني هانت وهتطلع
قريب أن شاء الله وهتبقى أيقونة الأقباط في
العالم كله.

أحمد موسى

كدة تبيع حبيبك مرتضي أول ما الموجة
تقلب ولا أنت اللي زيكي حبة فوق وحبة
تحت ومستعد تقول «أبيع نفسي».

القديس ترامب بقلم سمير جرجس



عن الواقع يعتقدون أنهم أفضل من انجبـت
هذه الأمة. وسواء اتفقنا أو اختلفنا على فكره
المبـعوث الألهـي فلا أعتقد انـنا سنـختلف كـثيراً
حـول الصـفات الشـخصـيه التي ذـكرـتها والتـي
يـتمـيزـ بها الرـئـيسـ الـأـمـرـيـكـيـ الـحـالـيـ وـهـيـ
صـفـاتـ تـؤـهـلـهـ لـيـكـونـ مـبـعـوثـاـ ؛ـ لـيـسـ لـأـنـقـاذـ
أـمـرـيـكـاـ وـالـعـالـمـ ؛ـ بـلـ مـبـعـوثـاـ لـمـصـحـهـ عـقـلـيـهـ
لـأـعـادـهـ التـأـهـيلـ.

وهـنـاـ نـبـعـثـ رـجـاءـ لـلـجـمـيعـ أـنـ يـنـحـواـ الـأـمـورـ
الـدـيـنـيـهـ جـانـبـاـ حـيـنـاـ يـتـعـلـقـ الـأـمـرـ بـالـمـارـسـاتـ
الـسـيـاسـيـهـ التـيـ نـعـلـمـ جـمـيـعـاـ مـدـىـ دـنـائـتـهاـ
وـخـسـتـهاـ.ـ وـلـلـأـسـفـ فـأـنـ مـنـ يـشـعـ وـاحـيـاـنـاـ يـقـوـدـ
هـذـهـ حـرـكـاتـ أـنـاسـاـ فـيـ مـرـاـكـزـ دـيـنـيـهـ حـسـاسـهـ

وـقـدـ تـعـجـبـ جـادـاـ مـاـ نـشـرـهـ أـحـدـ الـأـبـاءـ عـلـىـ
صـفـحـتـهـ الـخـاصـهـ قـائـلـاـ «ـ كـمـ نـجاـ اللـهـ يـوـنـانـ
مـنـ بـطـنـ الـحـوتـ،ـ نـجـاـ كـمـ أـيـهـ الرـئـيسـ تـرـمـبـ
مـنـ مـرـضـ الـcovidـ»ـ وـذـكـرـنـيـ هـذـاـ بـعـارـهـ
قـالـهـاـ أـبـ أـخـرـ مـنـذـ سـنـوـاتـ «ـ كـمـ دـخـلـ الـمـسـيـحـ
إـلـىـ الـعـالـمـ هـكـذـاـ دـخـلـ الرـئـيسـ إـلـىـ الـكـنـيـسـ»ـ.
لـمـاـ كـلـ هـذـاـ لـمـاـ الـأـسـتـشـهـادـ بـأـحـادـثـ الـكـتـابـ
الـمـقـدـسـ لـمـحاـوـلـهـ تـطـيـعـهـاـ وـمـنـ ثـمـ تـطـيـقـهـاـ
عـلـىـ أـحـادـثـ سـيـاسـيـهـ بـمـسـبـاتـهاـ بـيـنـماـ
وـخـطـورـهـ هـذـاـ الـأـمـرـ كـمـ لـاـ يـخـفـيـ عـلـيـكـ
يـاعـزـيزـيـ الـفـارـيـءـ هـوـ فـيـ اـضـفـاءـ مـسـحـهـ دـيـنـيـهـ
عـلـىـ قـرـارـاتـ وـوـقـائـعـ سـيـاسـيـهـ قـدـ يـكـونـ دـافـعـهـاـ
الـوـحـيدـ هـوـ الـطـمـعـ أـوـ الـجـنـونـ.ـ وـهـنـاـ يـنـحدـرـ
الـدـيـنـ إـلـىـ أـنـ يـصـبـحـ خـادـمـاـ لـلـسـيـاسـهـ وـاـطـمـاعـهـاـ
وـهـنـاـ يـطـالـبـ الـبـعـضـ بـفـصـلـ الـدـيـنـ عـنـ
الـسـيـاسـهـ فـهـمـ يـطـالـبـ الـبـعـضـ بـفـصـلـ شـيـئـاـ نـقـيـاـ طـاهـراـ
عـنـ شـيـئـاـ مـلـوـثـاـ قـدـراـ.ـ فـالـرـئـيسـ لـيـسـ ظـلـ اللـهـ
عـلـىـ الـأـرـضـ كـمـ أـهـنـ لـيـسـ مـخـتـارـاـ مـنـ اللـهـ كـمـ
يـحـاـلـوـنـ اـقـنـاعـاـ.

المـشـكـلـهـ الـأـخـرـيـ هـيـ فـيـ رـدـودـ أـفـعـالـ
كـثـيرـ بـلـ أـعـلـبـ أـعـضـاءـ الـجـالـيـهـ عـقـبـ خـسـارـهـ
الـرـئـيسـ تـرـامـبـ وـهـيـ فـيـ مـعـظـمـهـ رـدـودـ أـفـعـالـ
تـتـبـنـيـ نـفـسـ أـسـلـوبـ رـدـ فـعـلـ الرـئـيسـ الـأـمـرـيـكـيـ

مـعـتـدـلـاـ أـنـكـ أـنـتـ فـقـطـ هـوـ الـعـالـمـ بـكـلـ شـيـءـ وـكـلـ مـنـ يـعـارـضـكـ أـمـاـ جـاهـلـ
أـوـ مـوـتـورـ أـوـ مـاجـورـ لـيـسـ جـيـداـ أـنـ تـرـسـ لـنـفـسـكـ صـورـهـ الـدـيـكـاتـاتـورـ
فـيـ دـوـلـهـ تـقـدـرـ الـحـرـيـهـ وـتـتـفـسـ الـدـيمـوـقـراـطـيـهـ.ـ لـيـسـ جـيـداـ أـنـ تـقـلـبـ فـيـاتـ
الـشـعـبـ ضـدـ بـعـدـهـ الـبـعـضـ فـيـ أـسـلـوبـ سـادـيـ وـعـنـصـريـ مـقـزـ.ـ لـيـسـ
جـيـداـ أـنـ تـقـعـلـ كـذـاـ كـثـيرـ تـجـلـسـ لـتـسـائـلـ لـمـاـ كـرـهـ الـنـاسـ وـلـمـ يـعـودـاـ
يـطـيـقـونـ رـؤـيـاـ.ـ بـلـ وـصـارـ جـحـيمـ بـاـيـدـنـ فـيـ نـظـرـهـ أـرـحـمـ مـنـ جـنـتـكـ.
وـلـاـ عـجـبـ أـنـ نـتـائـجـ الـأـنـتـخـابـاتـ أـنـتـ لـتـبـتـ كـلـ ذـكـ وـخـصـوصـاـ فـيـ
أـمـاـكـنـ كـانـتـ تـعـتـبـرـ مـنـ الـمـعـاـقـلـ الـقـوـيـهـ لـحـزـبـ الـجـمـهـورـيـيـنـ وـذـهـبـتـ إـلـىـ
الـحـزـبـ الـمـنـافـسـ.ـ الـمـوـضـعـ لـيـسـ فـيـ تـزـوـيرـ أـوـ غـيـرـهـ.ـ قـدـ تـكـونـ هـنـاكـ
أـخـطـاءـ أـوـ عـوـاقـقـ فـيـهـ أـوـ غـيـرـهـ لـكـنـهـ لـاـ تـرـقـيـ لـمـسـتـوـيـ الـتـزـوـيرـ.
الـمـوـضـعـ وـمـاـ فـيـهـ أـنـ النـاسـ لـيـسـ فـيـ أـمـرـيـكاـ فـقـطـ بـلـ فـيـ كـلـ الـعـالـمـ
يـخـتـارـونـ بـعـوـاطـفـهـمـ أـكـثـرـ مـاـ يـخـتـارـونـ بـعـقـولـهـمـ وـعـوـاطـفـ الـنـاسـ كـانـتـ
قـدـ وـصـلـتـ إـلـىـ مـرـحـلـهـ الـكـراـهـيـهـ لـلـرـئـيسـ الـحـالـيـ وـارـدـواـ أـنـ يـتـخلـصـواـ
مـنـ بـأـيـ ثـمـنـ وـوـجـدـواـ مـنـ يـقـدـمـ نـفـسـهـ لـهـمـ فـيـ صـورـهـ الـأـنـسـانـ الـمـتـواـضـعـ
الـخـدـوـمـ وـهـمـ لـمـ يـرـواـ فـيـ خـلـالـ الـأـرـبـعـ سـنـوـاتـ الـمـاضـيـهـ الـأـصـورـهـ
الـأـنـسـانـ الـمـتـغـطـرـسـ الـمـسـيـطـرـ فـطـرـوـهـ وـاـخـتـارـوـاـ الـأـخـرـ بـيـنـماـ الـرـئـيسـ
كـانـ يـعـيـشـ فـيـ وـهـمـ أـنـهـ أـفـضـلـ مـنـ اـنـجـبـ أـمـرـيـكاـ.

قالـ لـيـ أـحـدـ الـأـصـدـقـاءـ حـيـنـاـ سـأـلـهـ عـنـ رـأـيـهـ فـيـ مـوـضـعـ الـأـنـتـخـابـاتـ
الـأـمـرـيـكـيـهـ:ـ أـنـاـ كـنـتـ بـالـتـأـكـيدـ أـتـمـنـىـ لـتـرـامـبـ الـنـجـاحـ وـالـفـوزـ عـلـىـ مـنـافـسـهـ.
ضـحـكـ وـقـلـتـ لـهـ:ـ هـلـ أـنـتـ مـنـ هـؤـلـاءـ الـذـينـ يـعـتـقـدـونـ أـنـ تـرـامـبـ مـنـ
الـأـنـبـيـاءـ؟ـ ضـحـكـ صـدـيقـ كـثـيرـ وـقـالـ:ـ لـاـ تـسـرـحـ بـعـدـاـ بـخـيـالـكـ يـاصـدـيقـيـ
فـالـأـمـرـيـكـيـهـ لـيـ لـاـ يـتـعـدـيـ الـأـخـتـارـ بـيـنـ اـثـنـيـنـ اـحـدـهـ غـيـرـهـ وـمـجـنـونـاـ
بـيـنـماـ الـأـخـرـ شـرـيرـاـ وـاـنـاـ دـائـمـاـ سـأـلـبـ كـفـهـ الـمـجـنـونـ وـسـأـفـلـهـ عـلـىـ
الـشـرـيرـ.....

بيتك سوق العقارات ايهما افضل الشراء او التأجير؟



لا تـوـجـدـ اـجـابةـ حـاسـمـ لـهـذـاـ السـوـالـ
خـاصـةـ عـنـدـمـاـ تـطـوـلـ فـتـرـةـ الـمـقـارـنـةـ إـلـىـ ٢٥ـ سـنـةـ.ـ لـكـنـ الـحـقـيقـةـ الـمـوـكـدـةـ أـنـ دـفـعـ اـقـسـاطـ
الـمـنـزـلـ إـلـىـ الـبـنـكـ تـجـبـرـ عـلـىـ التـوـفـيرـ.
هـذـهـ الـمـيـزـةـ لـاـ تـجـدـهـ إـلـىـ تـجـهـزـهـ لـأـنـ تـؤـجـرـ مـنـزـلـ إـلـاـ كـذـبـ مـمـتـازـ.ـ هـذـاـ بـالـإـضـافـةـ إـلـىـ
زـيـادـةـ سـعـرـ الـمـنـزـلـ سـنـةـ بـعـدـ سـنـةـ يـضـيفـ
إـلـىـ اـرـبـاحـكـ عـنـدـمـاـ يـأـتـيـ وـقـتـ الـبـيعـ.ـ إـذـاـ اـنـتـظـرـتـ بـالـمـنـزـلـ لـمـاـ بـعـدـ اـنـتـهـاءـ اـقـسـاطـ
الـرـهـنـ الـعـقـارـيـ (mortgage)،ـ (إـنـكـ سـتـفـرـ كـثـيرـاـ فـيـ التـزـامـاتـ الـشـهـرـيـةـ
خـاصـةـ فـيـ سـنـ التـقـاعـدـ وـالـدـخـلـ الـمـنـخـضـ.ـ
وـالـسـوـالـ الـذـيـ قـدـ يـدـورـ فـيـ ذـهـنـكـ،ـ هـلـ
أـمـكـانـيـتـيـ تـسـمـحـ بـدـفـعـ اـقـسـاطـ الـرـهـنـ الـعـقـارـيـ
الـشـهـرـيـةـ.ـ الـإـجـابةـ الـمـنـطـقـيـةـ هـيـ إـذـاـ كـنـتـ
تـسـتـطـعـ دـفـعـ الـإـيجـارـ فـسـوـفـ تـسـتـطـعـ دـفـعـ
اـقـسـاطـ الـرـهـنـ الـعـقـارـيـ الشـهـرـيـةـ.ـ إـذـاـ كـنـتـ
تـدـفـعـ ٢٠٠ـ دـوـلـارـ شـهـرـيـاـ لـلـإـيجـارـ وـأـرـدـتـ
أـنـ تـشـتـرـيـ مـنـزـلـ وـتـدـفـعـ نـفـسـ الـقـيـمـةـ لـقـسـطـ
الـرـهـنـ الـعـقـارـيـ فـيـ بـاـيـكـانـكـ شـرـاءـ مـنـزـلـ قـيـمـتـهـ
٥٢ـ دـوـلـارـ مـعـ دـفـعـ ٥ـ٪ـ

ارحب دائماً بآسئلتكم وتعليقانكم على
naser@estatesavvy.ca

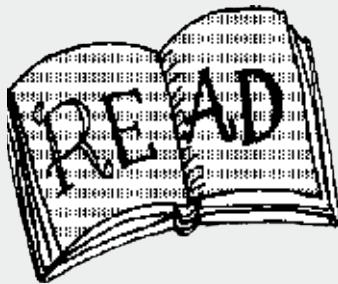
الـحـالـيـ فـيـ رـدـودـ أـفـعـالـ يـغـلـبـ عـلـيـهـ الـأـنـكـارـ وـدـفـنـ الرـأـسـ فـيـ الرـمـالـ؛ـ
رـدـودـ أـفـعـالـ تـعـيـشـ فـيـ الـأـوـهـامـ وـتـسـوـدـ فـيـهـ نـظـرـيـهـ الـمـؤـامـرـهـ وـالـحـدـيـثـ
كـالـعـادـهـ عـنـ التـزـوـيرـ وـهـذـاـ لـيـسـ مـنـ وـحـيـ خـيـالـ بـلـ أـنـ كـلـ مـنـ قـابـلـهـمـ
أـوـ سـمـعـتـهـمـ لـيـسـ لـهـمـ دـيـنـ حـدـيثـ إـلـاـ عـنـ التـزـوـيرـ الـأـنـتـخـابـاتـ.ـ وـهـذـهـ الـأـخـيـرـهـ
تـيـهـيـ نـظـرـيـهـ الـمـؤـامـرـهـ ،ـ لـلـأـسـفـ الشـدـيدـ مـنـ الـأـشـيـاءـ الـتـيـ تـتـمـيزـ بـهـاـ
رـدـودـ أـفـعـالـ جـالـيـتـنـاـ؛ـ لـيـسـ فـيـ هـذـهـ الـمـوـضـوعـ فـقـطـ بـلـ أـنـ هـذـهـ الـفـكـرـهـ
هـيـ أـوـلـ مـاـ يـتـبـادـرـ إـلـىـ الـذـهـنـ حـيـنـاـ يـحـدـثـ ذـكـ بـلـ كـلـ مـنـ يـتـبـادـرـ إـلـىـ
عـمـاـ تـيـرـيـدـهـ أـوـ تـيـرـيـهـ وـتـمـرـكـزـ رـدـودـ أـفـعـالـ حـوـلـ هـذـهـ الـنـظـرـيـهـ
حـتـىـ لـوـ لـمـ تـكـنـ هـنـاكـ أـدـلـهـ قـوـيـهـ تـؤـكـدـ هـذـهـ الشـكـوـكـ فـيـهـمـ نـجـحـ فـنـحـ
نـجـحـ بـمـسـاعـهـ يـدـ اللـهـ

قرآن الله

جیوی غالی

الله هو المسيطر على كل شيء فلا
تنزعج أبداً

By Mark Altrogge



يمكننا أن نثق به لابنائنا وأحفادنا ففي مزمور ٢٨-١٠٢ « أبناء عبديك يسكنون آمنين وذریتهم تثبت أمامك » فليس هناك ما هو أهم للاباء والاجداد من خلاص ورفاه أطفالهم وأحفادهم ووعود الله هذه تشجعني كثيراً وتدفعني للصلوة من أجل أولادي وأحفادي ومهما يمر به أطفالنا وأحفادنا - تذكروا أن الله هو المسيطر واستمرروا في الثقة به والصلوة من أجل عائلتكم وأحبابكم ٥- ولأن الله هو المسيطر على كل شيء فيمكننا أن نتحمل هذه الحياة دون شكوى أو تذمر ، وعندما نعيش الحياة في ثقة بالله نصبح نوراً للعالم المظلم ويعرف الغير مؤمنين من حولنا ان هنا معنا في كل شيء ، ونحن نثق ان الله سوف يقودنا ويوجهنا في كل عمل نعمله مزمور ٨-٣٢ « أعلمك وأرشدك في الطريق التي تسلكها وأنصحك ، عيني عليك » وهذه الآية تشجعني في العديد من المرات التي لم أكن أعرف ما يريده الله أن أفعل - ولا يزال لدى العديد من الاسئلة حول ما يريده الله مني القيام به ولكنني أعرف إنه مسيطر على كل شيء ، وهو يعرف المستقبل ويريد أن يرشدني أكثر مما أرغب أنا في ذلك ، وقد وعد بأن يرشد أولاده وان تكون عينه عليهم ٦- ولأن الله هو المسيطر فلسنا بحاجة للخوف على أوطاننا فإن قلب الملك في يد الرب كجداول مياه يحوله كما يشاء - أمثل ١-٢١ ، والله يغير الاوقات والازمنة ويعزل ملوكاً وينصب ملوكاً ، ويعطي الحكام حكمة ويعلم العارفين فهما ولذا فنحن بحاجة الى أن نصلي من أجل قادتنا كما يقول الله في كلمته ، فهو المسيطر على قادتنا ويمكنه أن يوجه قلوبهم ليجعلوا إرادته سواء كانوا يؤمنون به أم لا . لذا أستمروا في الصلاة من أجلهم ، وهناك المئات من الكتب المقدسة التي تؤكد لنا أن الله هو المسيطر. أمل أن تجلب لك هذه الكلمات التشجيع والفرح والإيمان للحافظ على الصلاة والحافظ على المثابة

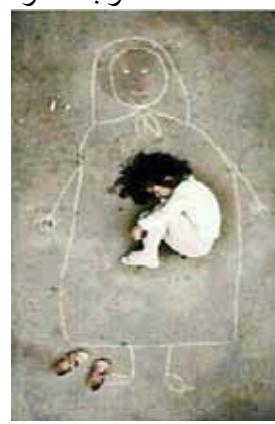
نستجتني في بطن أمري

د. روز غطاس

د. روز غطاس

القارص وعوامل الطبيعة القاسية. وتطورت صناعة المنسوجات واخترع الألات وصممت المصانع الضخمة والخامات المختلفة وأنواع هائلة من المنسوجات لأغراض شتى هكذا تطورت وبخاصة مع ما اطلق عليه المؤرخون الثورة الصناعية، وكم تفنت خطوط الموضة لعمل الملابس الأنثوية والمتغيرة فلكل حقبة تاريخية ملابسها ولكل بلد أزياءها طبقاً لمناخ البلاد. وقد كان في كل بيت مصري نول كبير عادة تشتعل الأم والبنات لعمل ملابس الأسرة وسحلت هذه الموضات الرائعة على





وسبت هذه المسوقة أفراداً على
جدار المقابر الفرعونية فهي ملهمة بيوت الأزياء
الراقية الحديثة بفرنسا وإيطاليا وغيرها. أطلق الكتاب
المقدس تعبير (نسجتي) بأكثر من موضع حيث
استخدمه أیوب البار الذي قال: «كسوتني جلداً ولحماً
فنسجتي بعظام وعصب» (أیوب ١٠: ١١). وكذلك
داود النبي الملك في مزمور ١٣٩ وعدد ١٣ اذ يتحدث
مع الرب الاله قائلاً: «لأنك أنت اقتنيت كليتي. نسجتي
في بطن أمي». فكلا من أیوب وداود يؤكدان أن الرب
الله كان دقيقاً في صنعته وعملها بمهارة وعقل خلاق
مبتكر. عزيزي أنت لم توجد في العالم صدفة أو غلطة
أو نتيجة تطور لخلية لكن كل فرد متميز لا يوجد نسخة
أخرى منه. فيا للعجب لا توجد بصمة أصبع واحدة
تشبه الأخرى وتطور العلم والتكنولوجيا لا توجد
بصمة عين أو صوت مثل الأخرى. يا له من الله الرائع
خلق يحب التنوع صنعني متفرداً لا يوجد مني اثنين،
ما اعظم أعمالك يا رب كلها بحكمة صنعت ملائنة
الارض من غناك من مجده ورضاك.



شخصيات قبطية مؤثرة

د. مينا بدیع عبد الملاک - هندسة الإسكندرية

(٨٤) هنری ریاض غیور (۱۹۱۵-۲۰۰۶)

١٩٤٤) ثم عُين بعد ذلك مفتشاً للأثار أسوان وأدفو والتى ظل بها طوال ٤ سنوات في الفترة (١٩٤٥ - ١٩٤٩) ثم انتقل بعد ذلك مفتشاً للأثار الفيوم في الفترة (١٩٤٩ - ١٩٥١).

فى عام ١٩٥٢ أوفد فى بعثة دراسية بجامعة «السوربون» بفرنسا وفيها حصل على درجة الدكتوراه عام ١٩٥٧ فى مجال العصر اليونانى الرومانى من الناحية الفرعونية.

فور عودته عُين مديرًا للمتحف اليونانى الرومانى بالإسكندرية خلفاً للدكتور فيكتور أنطون جرجس الذى اختير مديرًا للمتحف المصرى بالقاهرة، وظل فى ادارته للمتحف طوال

«أبن الأسد»، إذ كان والدى له مكانة خاصة فى المتحف اليونانى الرومانى بالإسكندرية، حتى أن د. فيكتور أنطون جرجس عندما أراد أن يقوم بتسليم المتحف اليونانى الرومانى للدكتور هنرى رياض قال له بالحرف الواحد: (أنا لا أسلمك المتحف اليونانى الرومانى بل أسلمك أخونا بديع عبد الملك)، وهكذا كانت العلاقة وثيقة بين أمناء المتحف اليونانى بالإسكندرية وخير الآثار المصرية الأستاذ بديع عبد الملك.

في خلال ادارته للمتحف اليوناني الروماني توطدت علاقته بمحافظة الإسكندرية القدير في ذلك الوقت السيد حمدي عاشور، والذي وافق على إضافة قطعة من مبنى المحافظة إلى ملكية المتحف اليوناني الروماني والذي أمكن وضع قسم العملات المختلفة بها مما جعل من الإضافة قيمة حقيقة. في الفترة (١٩٥٨ - ١٩٦٧)، وفي تلك الأثناء عُين أستاداً محاضراً بقسم الحضارة بكلية الآداب جامعة الإسكندرية، كما قام بالعديد من الحفائر بمنطقة «أبو حمص» بمحافظة البحيرة وعاونه في ذلك صديقه الحميم خبير رسم الآثار المصري بالمتاحف اليوناني الروماني بالإسكندرية الأستاذ بدمع عبد الملك (١٩٠٨)



فى اسى بالغ ودعت الاوساط
العلمية فى مجال المصريات
والعاملين فى مجال الآثار
المصرية عالماً فذاً وشيخاً وقوراً
هو الأستاذ الدكتور هنرى رياض
غبور وذلك فى مساء السبت ٢٥
فبراير ٢٠٠٦ والذى رحل عن
عالمنا فى هدوء بمنزله الذى يقع
بضاحية مصر الجديدة بعد أن
أثرى حياتنا بالعديد من الدراسات
القيمة التى أنارت الطريق أمام
أجيال عديدة من الباحثين - فى
مصر وخارجها - فى مجال
الدراسات اليونانية الرومانية من
الناحية الفرعونية

ولد د. هنرى رياض غبور
بأحدى قرى مدينة بنى سويف
عام ١٩١٥، وبعد أن أنهى تعليمه
بها التحق بجامعة فؤاد الأول
(القاهرة حالياً) وفيها حصل على
درجة الليسانس فى الدراسات
الكلاسيكية عام ١٩٤١.

فور تخرجه أشتراك في أعمال التنقيب بمنطقة الأشمونيين بمصر

VISION ACCOUNTING & TAX SERVICE

- Financial Statement Preparation
- Bookkeeping & Accounting Services
- Personal & Corporate Income Tax
- CRA Audits

Please contact
Sam Haddad CMA, B.Com
Tel: (416) 707-7438
Email: samhaddad@rogers.com

قام محمد على باشا بتجديد هذا الباب وال سور الذي يحيط به وإن كان غير معروف تاريخ تجديد الباب الوسطاني نظراً لعدم وجود نص تأسيسي أو لوحة تذكارية به إلا أنه من المرجح أنه قد قام بتجديده سنة ١٨٢٦/١٢٤٢هـ عند تجديده لباب القلعة المجاور للباب الوسطاني في الناحية الشرقية.

باب القلعة

كان يعرف الباب الداخلي للقلعة بباب برج القلعة، وكان هذا الباب يفصل بين قلعة الجبل أو المدينة العسكرية المحسنة في الشمال وبين القلعة والمدينة السلطانية في الجنوب أما حاليا فإنه يعرف باسم بوابة المتحف الحربي.

لتطل قلعة صلاح الدين الأيوبي شامخة وفانة ب موقعها المفترض الذي جعل منها أيقونة تاريخ يضعن في قلب الرواية العربية مع كل أبوابها العتيقة وفلسفه من قاموا بتطويرها وفتحها بكل الاليات عصر لتكتب حكايات من عصر المحرسسة وستظل تكتب حكاوي المصري المبدع الذي مازال يتحدث عن نفسه بعلم وعمل وضمير وطني فخر البلاد والأوطان مصرنا الحبيبة .

حقيقة عمر خضر تقاضي حكومة كندا بعد منعها من العودة الي كندا

اوتناوا : تقاضي زينب خضر ٤١ عاما وهي الشقيقة الكبرى للسجناء السابق في خليج جوانانامو عمر خضر الحكومة الفيدرالية لرفضها السماح لها بالعودة الى كندا - وقد قالت المحامية البارزة في تورنتو

باربرا جاكمان برفع دعوى إستئناف نيابة عن موكلتها زينب خضر امام المحكمة الفيدرالية تطلب أمر يجر و زير السلامه العامة على رفع أسمها من قائمه الممنوعين من دخول كندا ، قائلة ان زينب مواطنة كندية وقد حرمت من الصعود الى الطائرة في أوروبا في شهر فبراير الماضي ، عندما كانت تحاول العودة الى كندا مع أطفالها الخمسة ، وفي شهر سبتمبر رفض وزير السلامه العامة طلبها برفع اسمها من قائمه الممنوعين من دخول كندا - وإدعت زينب خضر أن إدارة السلامه العامة لم تقدم أي دليل معقول للاشتباه في إنها ستتورط او تحاول المشاركة في أي عمل من شأنه ان يهدد السلامه ، وقالت دعوى الاستئناف "إن الادعاءات ضدها تستند على كلامها في الماضي - [كانت زينب قد عضدت أسامة بن لادن] وهي لم تقم بأي أعمال عنف او هدبت بارتكاب أعمال عنف ولم يكن لكلامها أثر قهري او تشجيع لاعمال عنف - وان اضافة اسمها لقائمه الممنوعين من دخول كندا أستند على وجهة نظرها السياسية وكلامها وهذا إنتهاك لحقوقها في الميثاق " وصرح وزير السلامه العامة بيل بلير إنه بالرغم من انه لا يستطيع التعليق على الامور المعروضة علي المحكمة فإن قوائم حماية الركاب تديرها وزارة النقل الكندية مع وزارة السلامه العامة وهي تهدف الى الحفاظ علي سلامه وأمن الكنديين ، ويعرف أن عمر خضر شقيق زينب كان قد اعترف بقتله لجندي أمريكي في تبادل اطلاق نار في أفغانستان عام ٢٠٠٢ وكان يبلغ من العمر وقتها ١٥ عاما ، وسجن في خليج جوانانامو في كوبا قبل أن ينتقل الي السجن في كندا وفي عام ٢٠١٢ أطلق سراحه بكفالة ، وفي وقت لاحق رفع دعوى قضائية ضد الحكومة الكندية وحصل علي تعويض قدره ١٠,٥ مليون دولار واعتذر له جستن ترودو .

القلعة تاريخ ورواية وطن !!

بِقَلْمِ عَبْدِ الْوَاحِدِ مُحَمَّد

الباب الحالي الذي يدخل منه للقلعة من جهة صلاح سالم والمجاور للباب الذي قام بنائه محمد يكن باشا، هذا وقد قام المجلس الأعلى للآثار بإعادة فتح هذا الباب ليتناسب مع مكانته التاريخية والحضاروية.

الباب الجديد

بدأ محمد على باشا في بناء الباب الجديد سنة ١٨٢٧/١٢٤٢هـ ١٨٣٥م ليستخدم بدلاً من الباب المدرج والذي كان الباب العمومي للقلعة الذي أنشأه الناصر صلاح الدين الأيوبي سنة ١٨٣٥/٥٧٩هـ فلقد رأى محمد على باشا أن كلًا من الباب المدرج وباب الانكشارية لا يصلحان لمورر العربات والمدافع ذات العجل فبني بدلاً منها الباب الجديد ومهد له طريقاً منحدرة لتسهيل الصعود إلى القلعة والنزول منها وهذا الطريق يعرف اليوم باسم شارع الباب الجديد أو سكة المحجر.

وللباب الجديد وجهتين رئيسيتين الأولى وهي الشمالية وتنطل على شارع الباب الجديد وسكة المحجر ويقع في الناحية الغربية منها دار المحفوظات القديمة دفتر خانة القلعة وباب الانكشارية وطول هذه الواجهة ٥٥,٥٠ متر وارتفاعها متغير حيث يتراوح ما بين ١٦ متر إلى ٢٠ متر وتحتوي هذه الواجهة على عدة تفاصيل معمارية مميزة ويتوسطها كتلة المدخل التي يعلوها لوحة تذكارية كتب بها داخلها بالخط الرقعة البارز على أرضية من فروع نباتية «يا مفتح الأبواب» وأسفل هذه الكتابة إطار زخرفي كتب بداخله «رافقه عبد العفار» ويعق في كوشتي كتلة المدخل جامة دائرية قطرها ٢٣ استيمتراً زخرف داخلها برموز الجيش المصري ووحداته وأسلحته المختلفة في عهد محمد علي باشا.

الباب الوسطاني

اختلاف في تسمية هذا الباب بالوسطاني في حين ذكر كازانوفا في كتابه الذي ألهه ١٨٩٤ عن قلعة القاهرة أو قلعة الجبل أنه سمي بالوسطاني نظراً لأنه يتوسط الديوانين الكباريين بالحوش السلطاني وهما ديوان قايتباي وديوان الغوري، ذكر بعض الباحثين أنه عرف بالوسطاني لأنه كان يفصل ما بين دهليز القلعة العمومي البحري - الباب الجديد - وبين الحوش الذي يقع فيه جامع الناصر محمد بن قلاوون وجامع محمد على باشا وقد عرف هذا البرج باسم برج الطبالين نظراً لوقوعه بجوار دار العدل التي أنشأها الظاهر بيبرس والتي أهمل أمرها في عهد المنصور قلاوون إلى أن جدد عمارتها ابنه الناصر محمد بن قلاوون لا تكون داراً للعدل وإنما تكون لقارعي الطبول وسميت طبلخانة ولذا سمي هذا البرج باسم برج الطبالين لوجوده على مقربة من طبلخانة. وقد

والعديد من الأحداث التاريخية حيث شهدت أسوارها أحداثاً تاريخية مختلفة خلال العصور الأيوبي والمملوكية وزمن الحملة الفرنسية على مصر سنة ١٧٩٨م، وحتى تولى محمد علي باشا حكم مصر حيث أعاد لها ازدهارها وعظمتها. كان السلطان الناصر صلاح الدين يوسف بن أيوب أول من فكر ببناء القلعة على ربوة الصوة في عام ٥٧٢هـ حيث قام وزيره بهاء الدين فرماشوش الأسدى بهدم المساجد والقبور التي كانت موجودة على الصوة لكي من عصر إلى عصر ومن يدل من بابها وكل أبوابها مؤكداً سوف يعود إليها بكل مشاعر الإنسان الذي يكتب بضمير وطن ويعيش داخل صفحاته الروائية التي هي قصة وجود !

وعندما شرع صلاح الدين الأيوبي في تشييد قلعة فوق جبل المقطم في موضع كان يعرف بقبة الهواء. ولكن لم ينتها في حياته. وإنما أتمها السلطان الكامل بن العادل. فكان أول من سكنها هو الملك الكامل واتخذها داراً للملك. واستمرت كذلك حتى عهد محمد علي باشا.

باب المقطم

عرف هذا الباب باسم باب المقطم ل المجاورته لبرج المقطم الذي يرجع تاريخه إلى العصر العثماني كما عرف هذا الباب باسم باب الجبل لإشرافه على باب جبل المقطم أما حالياً فإنه يعرف باسم بوابة صلاح سالم.

وقد سد هذا الباب في فترة من الفترات وكان عبارة عن فتحة مستطيلة عملت في حائط سميك جداً في اتجاه الجنوب من برج المقطم وقد أضيف لها هذا الباب سنة ١٢٠٠هـ ١٧٨٥م سور ذو شرافات ترجع إلى عصر محمد يكن باشا الذي بني في هذا المكان الذي كان خالياً في ذلك الوقت قسراً مع ما يتبعه من مراافق وكان يوجد على هذا الباب لوحة تذكارية تحمل نصاً تأسيسياً باللغة التركية باسم يكن باشا وتاريخ بناء الباب والقصر سنة ١٢٠٠هـ ١٧٨٥م ضاعت حالياً.

وعندما تولى محمد علي باشا الحكم وقام بعمل تجديفات بالقلعة قام بتمهيد طريقاً من باب الجبل إلى قلعته بالمقطم وأضافة الزلاقة الصاعدة إلى أعلى جبل المقطم وكان طول هذا الطريق حوالي ٦٥٠ مترًا أما حالياً فقد تم شق هذا الطريق وقطعه بطريق صلاح سالم وطريق سكة حديد مصر حلوان وطريق الأنوستراد.

ولقد ضاعت معالم هذا الباب كما تم هدم جزء كبير من السور والشرافات التي كانت تعلوه كما تم هدم جزء كبير من السالم التي كانت توصل إلى أعلى سور الشمالى وبرج المقطم عند شق طريق صلاح سالم سنة ١٩٥٥م وفتح



من بهذه القلعة الشامخة الكثيرة

تعتبر قلعة صلاح الدين الأيوبي بالقاهرة من أفحى القلاع الحربية التي شيدت في العصور الوسطى فموقعها استراتيجي من الدرجة الأولى بما يوفر هذا الموقع من أهمية دفاعية لأنها يسيطر على مدينتي القاهرة والقدس، كما أنه يشكل حاجزاً طبيعياً مرتقاً بين المدينتين كما أنه بهذه الموقعة يمكن توفير الاتصال بين القلعة والمدينة في حالة الحصار كما أنها سوف تصبح المعلم الأخير للاعتصام بها في حالة إذا ما سقطت المدينة بيد العدو.

في كل كلمه وعظه ... دايما بتبقى
منار

بتقول خدوها جد وماينفع
استهثار

اصل احنا في الدنيا ... لازم تكون
شطار

ده مهمما كان الشخص ... ومهمما
لف ودار

لو حتى عايش ف قصر .. او حتى
اصغر دار

لابد بتبقى السما .. دي مطعم
الأنظار

ماتوهوش في الأيام ... او عي
 تكون محتر

اياك تقول ايه الملل .. وزهقت
م التكرار

ده مهمما الحدث ... ومهمما جت
اخبار

ومهمما طال الليل ... لازم طالعه
نهار

اصل انت ابن الملك .. ابن المسيح
البار

كل سنه وانت طيب ياابونا مرقس
١٠٠ عيد الرسامه رقم ١٧ عقبال
سنه

الابديه ... ده دايما اللي ابونا بيركر
فيه .. ويؤكد دايما عليه ... خليك
صاحبي ... انت في الحياة دي ...
في مطار ... وسفر ... وحتى مهما
طللت فتره استقرارنا في رحلة
الحياة هذه ... مهما طالت ... هي
فترة ترازنيت ... لازم نعيشها
صح ... ونكون دايما نور ... وملح
للحال ... نخدم فيها اسم ربنا ...
ونعطيه ... مش بعد الشر ... نخلي
ربنا يكون مستعر متنا او بعد الشر
يقول انه لا يعرفنا ... يارب طبعا
مايحصلش ده ابدا ... ونكون فعلا
قد التضحيه ومستحقين للدم اللي
انتبذ علشاننا ... ونعيش ونخدم بحب
... ونتصرف بنقاء ... ابونا دايما
بيفكربنا اتنا في الدنيا دي مش شويه
... بس مش من الناحيه الماديه ...



واعيين ومصححسي ... ل ابديتنا
... طب ازاي نكون صالحين
وواعيين ... ده كمان مفتاح اخر ...
وهو من المفاتيح اللي ابونا دايما
بيستخدمها لما نتكلم ... لما نحكى
له عن أي مشكله ... المفتاح ده
بساطه هو ... الصلاه ... وحتى لو
كنت متضايقه من حد ... او بشتكى
من موقف ... ابونا يقول ... صلي
من اجل هذا الشخص ... والحقيقة
... ده مفتاح غريب جدا ... لان

الواحد وهو غضبان او متضايق
... بيتهينا له ... انه استحاله
يصللي من اجل من اغضبه
وضايقه ... لكن في الحقيقة ...
وعن تجربه ... انت لما بتصللي
من اجل هذا الشخص او الموقف
اللي مضايقك ... بجد ربنا بيملأ
قلبك سلام ... وتلاقي المشكلة
اتحلت ... وبركان الغضب اللي
جواك ده ... نزل علي مفيش ...
جرب كده المفتاح ده ... مفتاح
الصلاه ... و ح تشويف ح يحل
مشاكل اد ايه ... خصوصا في
الايمان اللي بنعيشها دلوقت ...

او من ناحية مانتملكه او نستحوذ
عليه في هذه الحياة ... ولكن من
ناحية ان ثمننا غالى جدا ... وانتا
مدفوع فيها كثير ... مدفوع فيها دم
المسيح ... عشان كده لازم تكون
لايسين المسيح ... ولايسين الحله
الجميله ... اللي تليق بینا کا أولاده
... وتكون تصرفاتنا فعلا على قد
المسؤوليه ... تصرفات تليق فعلا
بینا احنا ... ولاد الملك ...

- شرط موافقة المسيح على أي تجربة لا تزيد عن طاقتنا و أن يكون مع التجربة باب

الخلاص منها. المنفذ الذي فيه نتعزى أكون ١٠:١٣. التعزيزات في التجارب ليست مسكنات
لنفس المرأة بل علاج حى النفس من داءها الذى بسببه تقع فى تجربة. المسيح يوافق على أي
تجربة تجعلنا أو تجربنا على اختبار عشرة المسيح ابونا الذى معه يعيش أبناؤه غير بعيدين
عنه. لذلك يصير وقت الآلام هو وقت عشرة بغير إنفصال. الذى يسمح بالضيق هو الذى

يتضيق معنا فنفرح بشركته. إش ٩:٦٣.

- لذلك تصبح الضيقات مصدرًا للفرح لأن فيها الغلبة و الشركة و التعزيزات و المنفذ
والإنفصال عن محبة العالم بقبول الآلام بفرح و شكر لأن هذه ليست لغة العالم بل المسيح
و نحن له. فوق هذا كله فيها تزكية للنفس قدام الله. إع ١٢:٤. حين تصبح التجربة منفذًا على
حياة القديسين الذين لا ينغلبوا من الآلام بل ينتصروا فهي بالحقيقة آلام مفرحة. حين فيها و
منها تتعلم حياة الفضائل المتنوعة و حياة الشكر في الضيقات التي فيها تصبح الضيقات سبباً
للبركات السماوية و لغنى عمل الروح للإثمار في الإنسان.

- لا تتوقف عن الشكر حتى لو توقفت الضيقات. لا تتوقف عن الفرح حتى مع إستمرار
التجارب و إن طالت كل العمر. فالأمراض المزمنة قد تكون سبباً للبركات الأبدية. فقد و
الخسارة و الظلم و غيرها من التجارب تتطلب الحكمة في التصرف لكن الشكر و الفرح
الروحي يسكنان أيضاً في القلب أقوى من الألم المؤقت.

- لا يوجد ما يمنع الفرح في الضيقات سوى إرادة الإنسان للإسلام للحزن الذي ليس
حسب مشيئة الله كون ٧:١٠. جف دموعك لو كانت نابعة من الجفون و دعها تسيل من القلب
ممتزجة بتعزيزات الروح القدس الباراقيط المعزى الساكن فيك إخلط آلامك بآياتك و في
صلواتكأشكر على الآلام لأنه هبة مثل كل الهبات الإلهية في ١:٢٩. هل يحزن أحد إذا أخذ
هدية عظيمة مجانية من رب القدس بشخصه؟ هو الذي علمنا أنه وهب لنا لا أن نؤمن فقط
بل أن نتالم من أجله أيضاً فاحتمال الألم بشكر و فرح علامة على قوة الإيمان و ثبات النفس
في رجاء المسيح بالروح القدس.

- لولا فرح القديسين بشهادتهم للمسيح وسط الآلام ما كان قد سمعنا عن الشهداء و المعترفين.
ليحکمنا المنطق الإلهي الذي يجيز أولاده في آلام لكي يتقدوا و يتقدسوا و لنرفض حكمة العالم
التي تفتقن أن الآلام قاسية أو عقاب أو غصب. فإن إلهنا بالحب ينقينا كما تنقى النار المعادن
الفيسة. ألم ٥:٢٥.

غضن الزيتون ١٨

ولاد الملك

احلام فانوس- وينبيج مانيتوبا



العدد ده هو العدد رقم ١٨ ...
يعني ٣٦ أسبوعاً منذ اصدار
الجريدة اون لاين ... وده طبعاً نتيجه
ل استمرار موضوع الكورونا معانا
شويه ... مش عارفه هي ليه كده
و دايماً نحو الهدف ... صيف
شتاً ... وحشتاً بجد النسخه الورقية
... وانشاء الله الدنيا تروق ...
ونرجع من تاني نمسك الجريده ب
أيدينا ... كما تعودنا دائمًا ... العدد
ده عدد بالنسبة لي ... وبالنسبة
لشعب كنيستنا ... مارمرقس ...
عدد مهم جدا ... لان في الوقت ده
من كل عام ... وبالتحديد يوم ٢٨
نوفمبر ... ده بيكون يوم عظيم ...
يوم عيد رسامه ابونا وحبيينا ...
ابونا مرقس فرج ... السنه دي العيد
رقم ١٧ ... كل سنه وانت طيب
يقدس ابونا... وانا العدد ده ... رغم
كل احداث القلق ... اللي بتمر بيه
وينبيج ... وغيرها كتير من بلاد
العالم ... عارفه ومتاكده ان كل
ماعمل يعمل للخير ... وان ايد ربنا
ضروري ح تتمد ... وترحيم كابوس

آلام الأفراح وأفراح الآلام

Oliver كتبها

يعلمونا روح الله أن نفرح في الضيقات. فيظهر كأنه تعليم يتناقض مع الطبيعة البشرية
يتصعبه الكثيرون. يجدون أنه ضد المنطق. لكن نفس الناس بعينها تتألم إذا لم تجد أحداً
يشاركها أفراحها. فيصير لها الفرح ألمًا و يجدون هذا منطقياً بينما لا ينظرون بنفس الروح كي
يجدون في الآلام فرحًا في الضيقات تعزيزية. في التجارب رجاءً. إن الفرح في وقت الضيقات
مثله مثل الألم إن لم تجد من يشارك الفرح.

لماذا نقبل أن هناك دموع للفرح و لا نجد هذا يتعارض مع طبيعة الأفراح. فإذا كانا نقبل
أن يتزوج الفرح بالدموع فلماذا لا نصدق أن الألم يمتص بالتعزيزات. إن عدم قبول الفرح في
الضيقات لا يعود إلى قوة المنطق بل إلى ضعف الإيمان. بالإيمان نقبل الضيقات بفرح الروح
القدس اتس ١:٦. الضيق الذي نعيشه هو الفرق بين حرية أهل العالم و حرية المتمسكين بكلمة
الله و وصاياه. كون ٤:٢.

- نحن لا نفرح بالضيقات المجردة. بل نفرح بالضيقات التي لنا فيها الله شريك. لهذا نفرح
فرحاً روحياً. نفرح بالرب و ليس بالضيقه ذاتها. ليس فرحاً بالإيحاء أو التغصب بل بتمسكنا
بوعود الله و صدقها الدائم في حياتنا. فرح بالرب الذي يتضيق في كل ضيقتنا. و هو شريك
غير عاجز بل قادر لأنه الإله الذي وعدهنا أن يكون معنا كل حين حتى أنه جعل لنفسه إسمًا
هو عمانوئيل الله معنا. مسيح المسكونة شريك لا يسمح بالضيقات بغير شرطه هو. لا تفترض
 علينا ضيقات بشرط غير أبوية. لا يستطيع إنسان أو شيطان أن يجرر المسيح على السماح لنا
بضيقات لا توافق شرطه فما شرطه فيما يليه بـ"لـ" الضيقات لنا؟

- يشترط أن تكون ضيقه أو ألم أو تجربة أو تعب يمكن أن تعلم معًا لخيرنا و خيرنا هو
في ملوك الله و الحياة الأبدية في محبة إلهنا روا ٨:٣٥ و الالتصاق به مت ٧:١٤. هذا أول
شرط له ليس بـ"لـ" الضيقه. الثاني أن تكون خفيفه و مؤقتة. روا ١٠:٢. الضيقه خفيفه و مؤقتة
لأنها في الأرض فقط مع أنها مصحوبة بالأمجاد الأبدية ٢ كون ٤:١٧. كذلك مصحوبة بالغلبة
على إبليس يو ٦:٣. و هي خفيفه لأن المسيح يشاركتنا في حملها و حملنا في ذات الوقت.

- الزوجة الملكية العظيمة.
- عظيمة الثناء.
- سيدة العطاء.
- حلوة الحب.
- سيدة الجنوب والشمال.
- مغنية الإلهة حتحور.
- مغنية الإله آمون.
- موتها ومدفنتها



توفيت الملكة موت نجmet بعد العام ١٣ من حكم زوجها بوقت قصير في منتصف الأربعينيات من عمرها استناداً إلى قائمة لجرار النبيذ وجدت في غرفة دفن مقبرة حورمحب في سقارة وتمثال وغيره من الأشياء وجدت هناك.

وتم العثور على المومياء في مقبرة مبنية على الطراز المنفي غير مستخدمة للملك حورمحب جنباً إلى جنب مع مومياء طفل مات عند ميلاده بسبب ولادة قبل أوانها. ويبعد أنها قد دفنت في مقبرة حورمحب المنفية تلك مع زوجته الأولى أمينيا. وتنظر مومياء الملكة موت نجmet أنها قد أنجبت عدة مرات، ولكن الملك الأخير من الأسرة الثامنة عشر أو زوجها الملك حورمحب لم يكن له عند موته وريث حي. وقد اقترح أنها لديها ابنة لم تذكر ببساطة على أيٍ آخر. ووجود الرضيع مع الملكة موت نجmet في المقبرة يشير إلى أن هذه الملكة توفيت أثناء الولادة. وإحدى الأواني الكانوبية الخاصة بالملكة توجد حالياً في المتحف البريطاني.

ومن الممكن أن المقبرة الحاملة للترقيم العلمي QV٣٣ في وادي الملوك قد بنيت أصلاً لها. ومن المعروف أن المقبرة حالياً معروفة بأنها لسيدة غير معروفة اسمها تانجmet، ولكن كل من الخروشين الحاويين لاسمها قد تضرر، وتشابه الرموز الهيروغليفية للمقطعين تا و موت تسمح بهذا التفسير.

مجنح يتبع لخرطوشها الخاص. وأبو الهول

صوّر مرتدياً لثاج مسطح القمة مع عناصر نباتية مرتبطة بالإلهة تقوّت. والجزء الخلفي من التمثال يسجل ارتقاء الملك حورمحب لعرش مصر.

• كما تم تصوير حورمحب وموت نجmet في مقبرة روي (TT٢٥٥) في منطقة ذراع أبي النجا بجبانة طيبة. ويظهر الزوجان الملكيان في مشهد تقديم القرابين.

• واحد من التماثيل الضخمة في معابد الكرنك (الجانب الشمالي من الصرح العاشر) صنع للملك حورمحب ويصور ذلك الملكة موت نجmet.

• لكن بعد ذلك تم اغتصاب التمثال وإعادة تهيئته للملك رمسيس الثاني وزوجته الملكة نفرتاري.

• كما اغتصبت موت نجmet عدة نقوش من عنخس إن آمون زوجة الملك توت عنخ آمون في الأقصر.

• تم العثور على تماثيل (شظايا منها) وغيرها من الأشياء بما في ذلك شظايا من المرمر تذكر اسم الملكة موت نجmet في مقبرة سقارة الخاصة بالملك حورمحب قبل توليه الملك. وبعض هذه الأشياء تحمل تصوّر جانائزية.

ألقابها

تشمل الألقاب التي حملتها الملكة موت نجmet: الأميرة الوراثية

أ. تكنولوجيا

هي ملكة مصرية قديمة غير حاكمة أو زوجة ملك عاشت في آخر الأسرة الثامنة عشرة، وهي زوجة الملك حورمحب موت نجmet كاخت للملكة نفرتاري

استتبع بعض علماء المصريات بأن موت نجmet تتطابق مع شقيقة الملكة نفرتاري المسماة موتبرن. وقد استند هذا التوحيد جزئياً إلى حقيقة أن اسم موتبرن كان يقرأ على أنه موت نجmet لتشابه العلماء بنر و نجم في الشكل. وأشار باحثون آخرون في علم المصريات مثل جيفري مارتن إلى أنه ليس هناك دليل واضح لإثبات هذا التطابق بين الشخصيتي. فكتب مارتن ما يلي:

لم يكن اسم موت نجmet نادراً بخاصة في أواخر الأسرة الثامنة عشرة، وحتى لو كانت شقيقة نفرتاري فزوجها من حورمحب لم يكن له أي تأثير على شرعية حورمحب أو أحقيته بالعرش حيث أن موت نجmet (المصورة في المقابر الخاصة في تل العمارنة) لم تكن هي نفسها من دم ملكي. وعلى أي حال مهما كانت أصول موت نجmet فقد تزوجت من حورمحب قبل أن يصبح فرعوناً بقليل.

النقوش والأثار

وقد عرفت الملكة موت نجmet من عدة نقوش وأغراض منها:

• تم العثور على تمثال مزدوج لحورمحب وموت نجmet في الكرنك، وهو الآن في متحف إيفيزيو في تورينو بإيطاليا (١٣٧٩). وعلى جانب موت نجmet من العرش تم تصويرها على هيئة أبو الهول

الهيروغليفية موت نجmet

مراتحة / موت سعدة / موت فرحة موت

موت نجmet ورثت ورثت زوجة الملك الطيبة

أوريخت الأميرة الوراثية

ورث حسونه عطية الوراثة

نوت إمات ربة العطاء

نوت رسي (شممو) محو سيدة الشمال والجنوب



الملكة موت نجmet / موت بنرت شقيقة الملكة نفرتاري

تكلمة حوار

الكاتب، والقاص، والشاعر
"الهايكست" المصري عادل عطية



• أيهما أقرب إليك الكتابة، أم الشعر.. ولماذا؟

• المقال، أو القصة، أو الشعر... مثلها مثل تعدد اللغات، كلما كانت لديك أكثر من لغة، تصبح - كما يقول البعض - أكثر من شخص!

• إلى جانب كتابتك للمقال بتنوعه، ماذا تكتب أيضاً؟

• اكتب القصة للصغار، وللكلاب.



• هل تقبل النقد، ولماذا؟

• الكاتب يحتاج إلى عين غير عينه؛ ترى ما لا يراه هو في كتاباته. وأنا أحب النقد البناء، وأسعي إليه!

• من هم الأشخاص الذين أثروا في حياتك الأدبية؟

• كل الذين قرأت لهم، وأردت أن أكون مثلهم. واستطيع القول انني متاثر أكثر بالأدب المهجري، وفي دائرة أقرب: "جبران خليل جبران".

• حاورت العديد من الشخصيات، أي الحوارات تعزز بها أكثر؟

• كل الحوارات أعزز بها، ولكنني أفخر بحوارين: أحدهما مع الصحفى الكبير مصطفى أمين، والثانى مع الأديب الكبير توفيق الحكيم.. لا لفاظهما الصحفية والأدبية فقط، ولكن لأن حوارين، كانوا في بدايات عملى الصحافى.

• الصحفة لها مذاقها الخاص، وأيضاً لها حلوها ومرها، فهل عانيت منها؟

• في بداية حياتي الصحفية، عانيت مرتين: مرة عندما وضع مدير تحرير احدى الصحف، اسم قرينته بحوار اسمي في حوارين قمت بهما منفرداً، مجاملة لها. ومرة ثانية، عندما وضع



• لماذا تكتب للأطفال؟

• الكتابة للأطفال، تمنح الكاتب: أبوة أعظم!

و سنتناول بتفاصيل احد هذه المؤشرات و هو اضطراب الانفعال

و يشمل عدة مظاهر:

القلق: هو خوف غامض مجهول الاسباب تجاه امور معينة يصاحبها ضيق و توقع الاذى مما يعوق المهام الحياتية. و يصاحب القلق اعراض كالتعرق، اضطرابات النوم المعدة،، مشاكل بالقلب و التنفس.. و يعتبر قلق عرض شائع في معظم الامراض النفسية او يصبح مرضًا مستقلًا

الاكتاب: سيطرة حالة من الكدر و الحزن

و الانكسار دون سبب جوهري فقد الحياة لذتها و يصيب الفرد بالاحباط.. و قد تكون الاكتاب عرضاً لبعض الامراض النفسية او مرضًا مستقلًا

التبلد: هو انخفاض الاستجابة الانفعالية

في المواقف المثيرة

اللامبالاة: اي فقد القرة على التعبير الانفعالي في وقت الحدث و عدم الاهتمام بالموقع او مشاعر الغير .. و فقد قيمة الاشياء

الفرز: هي نوبات توتر حادة و فجائية تتناب الشخص عنده شعوره بالخطر ... و يصاحبها شحوب الوجه و الارتعاش و اضطراب الدورة الدموية و القلب.. قد تصل إلى الأغماء

التناقض الانفعالي: هو اصدار الانفعال و نقشه نحو المواقف او الاشخاص كالحب و الكره نحو نفس الشخص

عدم الثبات الانفعالي: اي تذبذب الانفعالات في نفس الوقت بما لا يناسب الموقف كالضحك و البكاء،، الهدوء و الغضب.. و تعرف هذه الحالة بالسيولة الانفعالية

انحراف الانفعال: اي اصدار انفعال غير ملائم لحدث معين.. كفرح المريض عند سماعه خبر وفاة او حزنه عند اخباره بنجاحه

تتعدد مظاهر الاختلال الانفعالي فهل يتجرس احد مظاهرها يدعى على شخص انه مختل نفسيا؟ دون معاناته من المظاهر الاخرى.. حقا انه نعم و ايضا لا .. فإذا فاجئت الشخص صدمات طارئة و ابدى انفعال مختل فيعد امرا طبيعيا..اما اذا أصبح الحال اسلوب حياة فهنا يثبت الحكم بأنه مختل نفسيا



اخصائية نفسية

ماريا ميشيل

mareya2000@hotmail.com

طبقة يقطنه ساكن يختلف عن الآخر في كثير، يسود علاقتهم مناخ من الترابط منقطع النظير، فإذا خللت الظروف أحد الطوابق تزلزل الجميع معه بذات التاثير، وإذا قوى أحدهم رأب صدع الكسir، وبهذا يضعف او يقوى الاساس فيتعدد المصير، و الصحة النفسية هي مالكة هذا الصرح الشهير، و سترعفنا عن احد سكان صرحها و هي عائلة الانفعالات ذات التقلب و التغيير، فإذا ساد الاستقرار سكنت الانفعالات و هكذا الهدوء يصير، اما اذا ظهر ما هو مثير، تحدث الانفعالات و تبدأ الاعاصير، فتواجهها النفس بموجات القلق ذات الواقع المريض، او تختبئ في كنف الاكتاب و التكثير، ظانة انه الملاذ الاخير، او تلنجأ الى التبلد و اللامبالاة تلتمس فيما التخدير، او تسمع تقلبات الحياة كصوت زئير، فيداهما الفزع الخظير، او تفقدتها الصدمة القدرة على التعبير، فتصدر انفعال غير ملائم بلا تفسير، فهيا نتعرف على الاختلالات الانفعالية بشكلها التي تعدد احدها مظاهر الاختلالات النفسية

للصحة النفسية عدة ابعاد و هناك دلائل عديدة تشير الى اختلالها.. فالصحة النفسية تختلف لدى كل من المجرم، المدمن، المنحرف اخلاقيا، المختل ذهنيا، المريض النفسي ... الخ

و لكن كل فئة مظاهر اختلال تختلف عن الاخرى و من اهم مؤشرات الصحة النفسية التي اذا اختلف احدها يحدث اضطراب نفسي العمليات العقلية، اضطراب الانفعال، اضطراب و انحراف السلوك و الارادة

أن اردت ان تتلقى الاهرام الجديد في يوم صدوره على الايميل
ارسل لنا على

8164gindi@rogers.com او ahram.teeba@gmail.com

«الترافيم» حياتهم الروحية فجعل الذهب الذي صنعه هرون و حطمه موسى عاد «يرباعم» و صنعه لهم أهلا و حسن في أعينهم أن يعبدوه عوضا عن عباده الرب فكان لهم هذا الحكم العادل والتأديب القاسي عندما قال الولي « لأن بنى اسرائيل سيعدون اياما كثيرة بلا ملك وبلا رئيس وبلا ذبيحة وبلا تمثال وبلا افود وترافيم» هو شع ٣:٤ لم يقتصر هذا التأديب على أيام السبي كما

يؤمن البعض بل أمند لما بعده لأنه لم تقدم ذبيحة في اسرائيل منذ سنة ٧٠ ميلاديه والتي يؤمننا هذا و عندما تختفي الذبيحة يختفي معها الكهنوت أذ ليس كاهن بلا ذبيحة ولا ذبيحة بلا كاهن ولا كاهن وذبيحة بلا هيكل والهيكل تم هدمه وسيقى الأمر هكذا حتى يفزعون الى الرب والى جوده في اخر الايام » هو شع ٣:٤

NOW OPEN



MALLARD MEDICAL AGAPE PHARMACY

PHARMACY

-  Monday Senior's Day
-  20% Discount
-  Free Deliveries
-  Easy Refills through our Website
-  (647) 344-3153
-  (647) 344-3173
-  www.agapepharmacy.ca

Hours: Mon-Thurs 9:30 – 7:00
Fri 9:00 – 6:00
Sat 9:00 – 1:00
Sun - Closed

CLINIC

-  Female Physician
-  Dr. Juliana Gorja
-  Accepting New Patients
-  WALK-INS are Welcome
-  (647) 351-5955
-  (647) 351-5958

Hours: Mon-Thurs 10:00 – 6:00
Fri 9:00 – 4:00
Sat 9:00 – 1:00
Sun - Closed

Coupon – \$5 OFF

Get \$5 off with a purchase of \$20 on Over-The-Counter products
Details in store. Limit one per customer

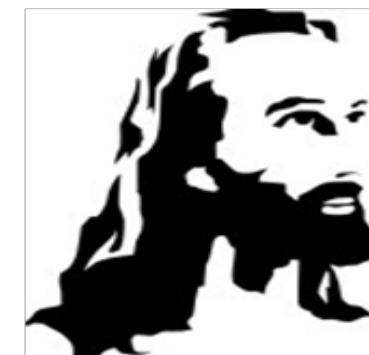


10 Mallard Rd #C105, 106, 107 North York, ON M3B 0A7



لا افود ولا ترافيم .. لا اوريم ولا تميم !

آدم الثالث



هذه المفردات عالية قد تبدو غريبة على الأذن لمن يسمعها لأول مره ولكنها كانت هامة للغاية في كنيسة العهد القديم . الافود هو رداء من الكتان كان يرتديه الكاهن أثناء الصلاه وسنعود للأفود ثانية في منتصف المقال أما الترافيم وهي بصيغه «الجمع» فقد جاء ذكرها في مواضع كثيرة بالكتاب المقدس وكمثال نعرف أنها هي التي سرقتها «راحيل» زوجه يعقوب من أبيها وخيالتها كما جاء في سفر التكوان « و كانت راحيل قد اخذت الاصنام ووضعتها في حداجه الجمل وجلست عليها. فجس لابان كل الخبراء ولم يجد» تكوين ٣١:٣٤ أما «لابان» عند البحث عنها سأله «لماذا سرقت الهتي؟» تكوين ٣١:٣٠ بعض الدارسين يعتقدون أنها كانت تماثيل لأفراد العائلة الذين رحلوا عن العالم وقد أحتفظت بها راحيل كنوع من التذكرة والبركه وليس للعباده وتطور الأمر مع مرور الوقت في اسرائيل وتحولت الى اصنام يعبدونها . نعود الي «الافود» وهو الرداء الذي كان يرتديه الكاهن وقت الصلاه وما يهمنا هنا هو الأوريم والتميم وهم حجران مثبتان في الصدره التي كان يرتديها رئيس الكهنه فوق الافود. جاء ذكرهما لأول مره في سفر الخروج عندما أمر الرب موسى قائلا « وتجعل في صدره القضاة الأوريم والتميم لتكون على قلب هرون عند دخوله امام الرب. فيحمل هرون قضاةبني اسرائيل على قلبه امام الرب دائمآ» خروج ٢٨:٣٠ كانا لهذان الحجران دورا هاما للغايه في حياة اسرائيل كشعب وكتنيسه أذ من خلالهما كان الرب يتواصل معهم وبيح لهم بأحكامه وأرشاده وأنفق الدارسين علي طبيعه عمل الأوريم والتميم كانوا جزء من المجد الذي تمتع به اسرائيل في العهد القديم ولم يتمتع به شعب اخر سواهم ولكن أفسد في القديم معرفه مشوره الرب في أمر ما وعند وقوف

Hand-In-Hand

شركة متخصصة في إدارة العقارات السكنية بمنطقة تورونتو وضواحيها

خدماتنا تشمل الآتي :

- (١) تأجير العقار سريعا
- (٢) توريد شيكات الإيجارات في وقتها
- (٣) تفتيش العقار سنويا
- (٤) دفع الفواتير
- (٥) متابعة مع المستأجر
- (٦) المالك دائمًا على علم بعقاره
- (٧) تعيين المهنيين للتصليح بأسعار معقولة
- (٨) تنظيم وضبط الدخل والمصاريف وتقديمها لمحاسبك
- (٩) مراقبة معدل الإيجارات سنويا وتزويده
- (١٠) ٢١ عام خبرة



للاستعلام والاستشارة مجانًا اتصل بـ
نبيل دانيال ت: 4390 258 416 أو دانيال دانيال ت: 8499 416
www.handinhandpropmgmt.com

خطير وخطير! رد وزير العدل في مانيتوبا على الاحتجاجات ضد ارتداء أقنعة الوجه

وبنبييج : أصدر وزير العدل في مقاطعة مانيتوبا بياناً بعد ظهر يوم الاحد ١٥ نوفمبر يدين فيه الاحتجاج والمسيرة التي قام بها مئات من السكان يوم السبت على ارتداء أقنعة الوجه وقال الوزير " إن المظاهرات التي جرت أمس في مدينة سينباخ مؤسفة وخطيرة وخطيرة وخطيرة بشكل لا يصدق ، وإن رسالة طبيب المقاطعة الدكتور برنت ورسالة حكومتنا واضحة - نحن بحاجة إلى أن يتبع سكان مانيتوبا الأوامر الصحية العامة حتى نتمكن من السيطرة على كوفيد - ١٩ ، وإن التجمع لرفض الاقنعة تجمع غير مقبول ، وإن رسالتنا لهؤلاء الأفراد واضحة - إذا كنتم ستكسرنوا القيود الصحية لكورونا - ١٩ - سوف يتم تغريمكم ، وإن اللغة والانتقادات التي تعرض لها أفراد التنفيذ لدينا أمس غير مقبولة على الإطلاق ، وإن هؤلاء يحافظون على صحة وآمن سكان مانيتوبا ، حتى نتمكن من إبطاء إنتشار فيروس كورونا ، وإنقاذ الأرواح " وأنه في بيان الوزير بتوجيهه تحذيراً إلى السكان الذين يشاركون في الاحتجاجات

تابع حوار الكاتب، والقاص، والشاعر "الهايكست" المصري عادل عطية ص ٩

رئيس تحرير احدى المجلات، اسم زوجته الصحفية على حوار من حواراتي، حتى ظنت أنها هي التي اجرت الحوار، ولست أنا الذي أجراء!

• هل لك إصدارات أديبية ورقية، أو إلكترونية؟

- صدر لي كتاب مطبوع، بعنوان: "حكايات علمية"، عن دار نشر نور بألمانيا، يضم بين دفتيه حفائق علمية في صورة حكايات مشوقة، تفيد الصغار والكبار على حد سواء. وهناك مجموعة قصصية قيد الطبع. كما صدر لي ديوان الكتروني من شعر الهايكو، بعنوان: "عنائق المشاعر". وقد اضفت إليه المزيد من النصوص؛ تمهدًا لطبعاته ورقية. كما صدر لي كتاب الكتروني، يضم بعضًا من قصصي القصيرة، بعنوان: "حوار في الحديقة". وفي جعبتي، ما يكفي لطباعة أكثر من سبعة كتب.

• هل تعتقد أن الصحفة والأدب، يندرجان تحت مسمى: الهواية، أم الموهبة؟

- لا أحد يهوى شيئاً، إلا إذا كان هذا الشيء يناسب موهبته. ولا بد من تنمية موهبته، وصقلها.

• هل من ازدواجية: وانت خلف قلمك، وانت في حيالك العامة؟

- أنا هو ما أكتبه. ويظهر ذلك أكثر في مقالاتي الساخرة. وهذا لا يمنعني من القول، إن كل واحد منا معروف على حقيقته. كل ضعفاته تكون واضحة في بيته، فالبيت هو المكان الذي يلاقي فيه الإنسان المخلص أكثر هزانة!

• ماذا عن مشاريعك المستقبلية خاصة بالإبداع، والكتابة؟

- أرجو من المولى القدير، أن يساعدني، لانتهني من جمع كل كتاباتي المنشورة، والمخطوطة في كتب.

• كلمة أخيرة، ماذا تكتب بها؟

- أقول: ان الكلمة، هي الاسم الآخر للإنسان؛ حينما لا يوقع بإمضائه!

JamesSnow Medical Walk-in Clinic & Pharmacy

ادارة جديدة

العيادة والصيدلية ترحبان بالعملاء الجدد

Accepting
New
Patients

نقوم بتوصيل
الادوية للمنازل

خصم خاص مع هذا
الإعلان

الاثنين / الجمعة

٩ صباحاً حتى ٧ مساءً

السبت ٩ صباحاً حتى ٢ ظهراً

Dr. Adriana Hajas

And

Dr. DEEN

يرحبان باستقبال المرضى

905-636-1050 / 905-636-1799

51 James Snow Parkway North Milton, Ontario L9E 0H1



يعيش التربيانج فقط في المياه المالحة حيث ان المياه العذبة قاتلة بالنسبة لهم وإنهم يحبون المياه鹵水 والقمعان الموجلة لذلك في حالة الخطر يمكنها دفن نفسها فيها ونظراً لأن هذه الحيوانات ليس لها رئتان ، فإنها تنفس من خلال فتحة الشرج حيث تقوم بضخ الماء في بداخلها و استخلاص الأكسجين المذاب في الماء ويمكن لبعض أنواع خيار البحر ضخ ما يصل إلى سبعين بالمائة لتر من الماء من بداخلها خلال ساعة واحدة. ويستخدم خيار البحر فتحة الشرج كفم ثان ويتمكن خيار البحر من استقبالات حساسة ، وبمساعدةهم يحددون بدقة كمية الطعام في قاع البحر. وإذا كانت الفريسة مخبأة في عمق الرمال ، فإن خيار البحر سوف يشعر بها وسوف يدفن نفسه في الأرض حتى يلقطها. ينتمي جسم خيار البحر بقدرة فريدة أخرى على تغيير كثافته حيث يصبح صلبا كالحجر في حالة الشعور بأن هناك شيء يهدد حياته. ويمكن أن يكون مننا جداً إذا احتاج إلى الرمح تحت سخرة للغطاء.

كوكوماريا عبارة عن مخزن للعناصر الدقيقة والكبيرة ، بالإضافة إلى المواد النشطة بيولوجيا ، يحتوي على كمية كبيرة من الكالسيوم والفسفور والكلوريدات وفيتامينات المجموعة B و C والهيكسوسامين والهيلوثورين. كل هذه المواد ضرورية لتنقية الجهاز العصبي و من نظام القلب والأوعية الدموية جسم الإنسان. غالباً ما يستخدم مستخلص كوكوماريا في المضادات الغذائية لتلقي العلاج الغدة الدرقية... يستخدم على نطاق واسع للوقاية والعلاج أمراض الأورام... أيضا ، تستخدم مستخلصات كوكوماريا لعلاج السكري... فوائد لا غنى عنها للكوكوماريا في تكوين النسيج الضام ، وبالتالي توفير عمل ممتاز للمفاصل والعمود الفقري تعزز كوكوماريا التأثيرات الوقائية للفحات وتساعد في علاج نقص المناعة المكتسب.

حقائق علمية

- يتغذى خيار البحر من خلال فتحة الشرج حيث يقوم بسحب الماء من خاللها إلى جسمهم ، ويقوم بإمتصاص الأكسجين اللازم له.

- يستطيع خيار البحر تعويض الأجزاء المفقودة من جسمه بسرعة فإذا قسم خيار البحر إلى ثلاثة قطع والقيت في الماء فإن كل قطعة على حدة تحول إلى فرد كامل بنفس الطريقة حيث ان خيار البحر له القدرة على النمو بسرعة للاعضاء الداخلية - يرش جسم التربيانج بالماء فور صيده مباشرة بالبكتير

من الملح لجعله صلباً و خلاف ذلك ، سوف يصبح هلام عند ملامسته للهواء

- يصبر خيار البحر بالفعل ناضجاً جنسياً وجاهزاً للتكرار في السنة الثالثة من عمره ويكون من الصعب ايسداه تصنيف الذكر من الأنثى من المظهر الخارجي ولكنهم حيوانات من جنسين مختلفين يبدء موسم التزاوج في نهاية الربيع ، ويستمر طوال الصيف ويمكن أن تضع أنثى خيار البحر أكثر من خمسين مليون بيضة.

تنظيم خيار البحر

عند صيد خيار البحر يتم عمل فتحة في جسم الحيوان، وإخراج الأمعاء والأعضاء الداخلية، وبعد ذلك يتم غسله جيداً للتخلص من الطبقة الخارجية، بعد ذلك يوضع في الماء المغلي ويطبخ حوالي ساعة تقريباً، ثم يصفى ويوضع ليجف تحت أشعة الشمس، ويمكن دفن خيار البحر في الرمال، وتترك ليوم كامل حتى يلين السطح الخارجي للحيوان بسبب عمل البكتيريا، ويسهل بعد ذلك تفشيره واستخراج المادة الداخلية التي تستعمل في عملية الطبخ، ويمكن تجفيف خيار البحر تحت أشعة الشمس.

طرق طبخ خيار البحر

- بعد عملية تفشير خيار البحر يمكن استعمال المادة الداخلية المكونة لجسم الحيوان، ويطبخ خيار البحر لمدة ثلاثة أيام على نار هادئة، ويترك قليلاً للحصول على مادة صافية.

- يتم طبخ خيار البحر بعد تفشيره باستعمال زيت جوز الهند وبعض الأعشاب الطبيعية، ويتم طبخ خيار البحر على نار هادئة لمدة ثلاثة أيام تقريباً، مع إضافة جوز الهند والأعشاب الطبيعية، ونحصل بذلك على مادة زيتية لها العديد من الخصائص العلاجية. - بعد تفشير خيار البحر يمكن استخدام الجزء الداخلي للحيوان في عمل سلطة ثمار البحر، حيث يتم تشويهه بالزيت أو الزبدة، وإضافته إلى مكونات السلطة مع باقي الخضار والمكونات الأخرى، ويمكن إضافة خيار البحر بعد تفشيره إلى العديد من الأطباق البحرية لزيادة قيمتها الغذائية.

الأحماض الدهنية القصيرة ومنها البيوتيريت والاستيتك والبروبينيت والتي تشكل دورها مصدر طاقة للخلايا المبطنة للأمعاء.

أثبتت الدراسات التي أخذت الميكروبوب في أجسامنا للفحوصات المعملية أن للغذاء بداخلها وتأثيره تأثير مباشر على الميكروبوب، بالإضافة إلى أن الحفاظ على نمط حياة صحية تهم بالرياضة والحركة وتجنب استخدام المضادات الحيوية إلا في حالات الضرورة القصوى وعند التأكيد تماماً بأن الجسم مصاب بالتهاب بكتيري، أثبتت أن هذه العوامل لها آثار مباشرة على الميكروبوب بشكل خاص ومن ثم على صحة الجسم وصلابة جهاز المناعة في مواجهة الأمراض ابتداءً من الالتهابات المعدية ووصولاً إلى سرطان القولون.

شيء واحد يمكن التحكم فيه على الفور هو صحة تريليونات الميكروبوبات التي تعيش في أمعائك ، والمعروفة مجتمعة باسم الميكروبوب. وقد أظهرت الأبحاث الأخيرة أن الميكروبوبات المعدية تلعب دوراً أساسياً في استجابة الجسم المناعية للعدوى والحفاظ على الصحة العامة. بالإضافة إلى تساعد الاستجابة لسببيات الأمراض المعدية مثل فيروسات التاجية ، يساعد الميكروبوب المعيوي الصحي أيضاً على منع التفاعلات المناعية الخطيرة المحتللة التي تضر الرئتين والأعضاء الحيوية الأخرى. يمكن أن تؤدي هذه الاستجابات المناعية المفرطة إلى فشل تنفس وموت. (وهذا أيضاً هو السبب في أننا يجب أن نتحدث عن "دعم" بدلاً من "تعزيز" الجهاز المناعي ، حيث أن الاستجابة المناعية المفرطة يمكن أن تكون محفوفة بالمخاطر مثل عدم النشاط وبدلاً من تناول المكمّلات الغذائية التي تدعى أنها "تعزز نظام المناعة لديك" بدون أي دليل داعم جيد ، فإن الطعام الذي تتناوله له تأثير كبير على نطاق ونوع الميكروبوبات في القناة الهضمية. الميكروبوب المتنوع هو ميكروبوب صحي يحتوي على العديد من الأنواع المختلفة التي يلعب كل منها دوره في الحصانة والصحة. تنوع الميكروبوب ينخفض كلما تقدمت في العمر ، مما قد يساعد في شرح بعض التغييرات المرتبطة بالعمر التي نراها في الاستجابات المناعية

تابع إن جميع الذين لم يعُرُفُوا الله هُم حُمَقٌ مِّن طَبْعِهِمْ، لَمْ يَقْدِرُوا أَنْ يَعْلَمُوا الكَانِيَّةَ مِنَ الْخَيْرَاتِ الْمُنْتَظَرَةِ، وَلَمْ يَتَأْمِلُوا الْمُصْنَوَعَاتِ حَتَّى يَعْرِفُوا صَانِعَهَا (حك ١: ١٣)

الحلقة الحادية عشر: اللافقاريات الجزء الخامس شعبة شوكيات الحد

تابع خيار البحر كغذاء ودواء



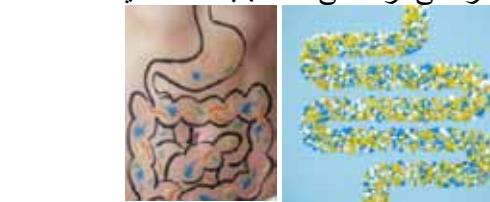
قد لا يكون خيار البحر من نوع ذات شكل جذاب ولكنه يدر ارباح كثيرة وقد يصل ثمنه في بعض البلدان إلى ما يقرب من مائة دولار أمريكي وذلك بعد تجفيفه. وبالإضافة إلى ذلك فقد اكتشف العلماء حديثاً وخاصة في الأبحاث المتعلقة بالطريقة التي يمكن بها لميكروبوب الجهاز الهضمي للكائنات البحرية تعزيز تجديد الخلايا المعدية وإفادة جهاز المناعة للأنسان. فالبكتيريا والميكروبوب يتكون من مجموعة من الميكروبوبات، بما فيها البكتيريا والفيروسات والفطريات، التي تضطلع بدور رئيسي في الحفاظ على صحة الأمعاء.

الميكروبوب هو مجموعة الميكروبوبات المتعايشة مع إنسان أو أي من الأحياء الأخرى (حيوانات أو ديدان أو قواقي) وتعيش على جسمها أو في داخل أمعائها. وبقصد بالميكروبوب في المقام الأول النبات الجرثومي المعدوي والميكروبوبات التي تعيش على جلد مما يسمى نبات جرثومي جلدي أو تعيش على أجزاء أخرى من جسم الإنسان أو فيها في تعايش سلمي: في الفم والأذن والعين والأعضاء التناسلية وغيرها. وقد تضمن إليها في التعريف العام مجموعات الميكروبوبات التي تعيش في التربة وعلى أوراق الشجر وفي البيوت وغيرها.

وبالرغم أن الإنسان في حرب دائمة مع الميكروبوبات والأحياء الدقيقة منذ الأزل إلا أن أجسامنا مستوطنة بأعداد هائلة منها، توطن في أجزاء الجسم المختلفة ابتداءً من الجلد إلى الفم وبدائيات الجهاز الهضمي حيث يتراكم جزء كبير منها في الأمعاء الدقيقة والغليظة، ولا تستغربوا إذا أخبرتكم أن جسم الإنسان الذي يتمتع بصحة جيدة يحتوي ما يقارب ١٠١٤ خلية من الأحياء الدقيقة موزعة في الأمعاء البشرية وحدها، وهذا العدد يشكل تقريباً عشرة أضعاف خلايا جسم الإنسان وهذا التجمع الغريب من الميكروبوبات هو الذي يسمى بالميكروبوب. لدى كل إنسان الميكروبوب الخاص به ذات علاقة تكافلية تبادلية، مما يعني أنهم يعيشون سوية ويعتمدان على بعضهما البعض وقد أثبتت الدراسات أن التنوع البكتيري في الجهاز الهضمي والأمعاء مهم جداً لصحة الإنسان، والذي يتأثر بعده عوامل منها السن وطبيعة الغذاء بالإضافة إلى تناول الأدوية والعلاجات المختلفة خاصة المضادات الحيوية التي لا تميز بين النافع والخبيث من البكتيريا، علماً بأن الغذاء يعتبر أهم من هذه العوامل.

المجموعات الميكروبية التي تسكن أمعاءنا بشكل خاص والتي تسمى الميكروبوب تساهم في الحفاظ على وظائف الأعضاء بالإضافة إلى إلى إنتاج الطاقة ولها أيضاً وظائف عديدة تتضمن بشكل عام خصائص البكتيريا الصحية (البروبابيوبات) التي تساهم في إنتاج بعض الفيتامينات والأحماض الأمينية والمرارية التي تسهم بدورها في هضم الدهون مثل لاكتوباسيلاس بكتيريا وانتيروبكتيريا وباكتيريوبيس وهناك أنواع أخرى من البكتيريا لها دور في إنتاج بعض الفيتامينات مثل فيتامين ك، ب، بيوتين، ثايمين و الفوليك أيضاً والذي تنتجه بعض أنواع بيفيدو بكتيريا أو التزويد بماءات غذائية أساسية من خلال المساعدة بتثبيط وضم الكربوهيدرات وهو من ما تقوم به بكتيريا تسمى بكتيريوبيز.

تعتبر القناة المعدية مركزاً للنفاطع والاحتكاك بين جهاز المعدة والبكتيريا سواء الضارة أو النافعة منها حيث تساهم في تحفيز الأغشية الملفاوية وتطوير إنتاج الأجسام المضادة لدى جهاز المناعة. الميكروبوب أو (ميكوبوبوتا الأمعاء) لها أهمية خاصة تتعلق بصحة مضيقها حيث تعمل على إتمام هضم الألياف التي استعانت على الهضم خلال مرورها في القناة المعدية ومن ثم استخراج الطاقة منها على شكل سلاسل



تعيش تريليونات البكتيريا في الأمعاء وتساعدنا في هضم الطعام

تعيش نحو ٧٠٪ من خلايا المناعة داخل أمعاء الإنسان ولها فين التنوع الغذائي يحسن صحة الميكروبوبات المعدية حيث أن الأمعاء داخلنا تزوي نح تريليونات الميكروبوبات المختلفة التي يلعب كل منها تساعدنا في هضم أغذية معينة وتحسين صحة القناة الهضمية الأهمية وذلك لتعزيز مناعتنا ضد الأمراض.

القيمة الغذائية ل الخيار البحر

طبق خيار البحر من الأطباق الدسمة، والتي تحتوي الكثير من المعادن والفيتامينات والبروتين، ولذلك هو طبق عالي القيمة ومغذي جيد ومفيد، حيث أنه منخفض في السعرات الحرارية والدهون كما أنه يحتوي على نسبة مرتفعة من البروتين وأيضاً عدد من الفيتامينات الأخرى مثل فيتامين ب٢ والكالسيوم والمغنيسيوم ، لذلك فإنه يعتبر غذاء صحي ومفيد. ويعتبر التربيانج والكوكوماريا من أكثر الأنواع قيمة لصيد الأسماك حيث يتتبهان إلى حد كبير في بنية الجسم والتركيب الكيميائي.



تربيانج



كوكوماريا

يحتوي التربيانج على مواد ذات قيمة بيولوجية (المنشطات) ، والتي يطلق عليها في بلدان الشرق اسم جذر الحياة البحرية (الجينسنج) وينصح به على نطاق واسع لمن يعانون من انخفاض القوة البدنية وزيادة التعب. يساعد تناول تربيانج على التقوية الجهاز العصبي تمارس صيد أسماك تربيانج في الربع والخريف فقط في الشرق الأقصى. يتم قطع خيار البحر المحصور في مكان الصيد حيث يتم فتح البطن وإزالة الأحشاء. تُغسل التربيانج المقشرة وتُسلق لمدة ٣-٢ ساعات حتى يصبح اللحم طرياً ، وبعد ذلك تُستخدم لتحضير أطباق الطهي.

Sameh Abdou

certified translator
Simultaneous Interpreter
Community Interpreter

Conference / In person / Video/telephone

ترجمة مؤتمرات وعبر الفيديو والهاتف



proofreading
High professional
quality
affordable prices

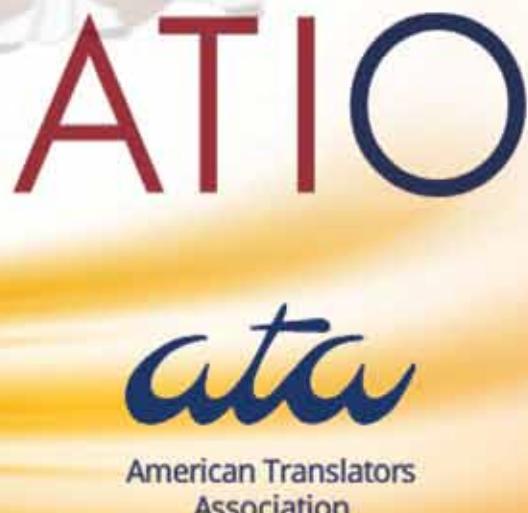
تحرير
ومراجعة
جودة مهنية عالية
أسعار معقولة

MA in Translation/Simultaneous Interpretation
BA in English Language and Literature,
Alexandria University
(ATIO Certified Translator (Arabic/English
Immigration and Refugee Board Interpreter
ATA Translator / Interpreter
CILISAT Certificate
MCIS, UHN, Access Alliance Interpreter

دراسات عليا في الترجمة والترجمة الفورية
حاصل على ليسانس ادب اللغة الانجليزية من جامعة الاسكندرية
مترجم معتمد بهيئة المترجمين والمتורגمين الشفهيين والفوريين بأونتاريو ATIO (عربي/انجليزي)
مترجم شفهي بهيئة الامريكية للمترجمين ATA
حاصل على شهادة CILISAT الكندية للترجمة الشفهية القانونية والطبية والمجتمعية
مترجم طبي وفلكوني بالعديد من المستشفيات الجامعية والمراكم الصحفية والشركات القانونية بأونتاريو



Phone: 416-297-6659
samehshafik@hotmail.com



American Translators
Association

المصري.

تدمر الضباط المصريون في عهده من اضطهاد عثمان رفقى وزير الجهادية الجركسى، وإجحافه بحقوقهم وتفضيل الجراكسة والأتراك عليهم، مما دفعهم إلى تقديم عريضة لمصطفى رياض رئيس النظار- فى فبراير ١٨٨١، للطالبة بعزله. وبالرغم من تدبير مؤامرة للقبض على مقدمي العريضة واحتجازهم، إلا أن زملاءهم تمكنا من إطلاق سراحهم، وذهب الجميع إلى قصر عابدين وطلبوا من الخديوى توفيق عزل وزير الحرية عثمان رفقى، واضطرب الخديوى إلى عزله، وتعيين محمود سامي البارودى بدلا منه.

واجه أحمد عرابى وزمرته من الضباط المصريين الخديوى توفيق فى ٩ سبتمبر ١٨٨١ مطالبين بعزل رياض باشا، وتشكيل مجلس التدخل الأجنبى. فى ١٤ سبتمبر ١٨٨١ م، فبدأ الاستعداد لإجراء انتخابات النواب، وشرع شريف باشا فى وضع دستور للبلاد، يتضمن توسيع اختصاصات المجلس، وجعل الوزارة مسئولة أمامه، وغير ذلك من المزايا، عدا حق المجلس فى مناقشة الميزانية حتى لا يؤدى ذلك لاحتياج إنجلترا وفرنسا ويفتح الباب للتدخل الأجنبى.

البقية ص ١٨

محمد على، الأميرة نازلى هانم، الأميرة خديجة هانم، الأميرة نعمة الله، ولم يتزوج بأمرأة أخرى.

بعد توليه الحكم، استقالت نظارة شريف الأولى (٧ إبريل ١٨٧٩ - ٥ يوليو ١٨٩١)، ولكن الخديوى توفيق طلب منه تأليف نظارة جديدة، فألفها في (٥ يوليو ١٨٧٩)، ولكنه اشترط على الخديوى أن تحكم وزارته بمقتضى دستوراً جديداً، وحينما قدم شريف ملامح الدستور الجديد مشتملاً على وجود مجلساً للنواب، يكون له الرفابة على إدارة الدولة، رفض الخديوى توفيق ذلك، مما أدى إلى استقالة شريف باشا. رأس توفيق ينفسه وزارته الثانية أثناء فترة حكمه (١٨٨٠ - ٢١-١٨٧٩) ، ولم تستمر طويلاً بسبب التدخل الأجنبى.

بيع في عهده حصة مصر في أرباح قناة السويس (١٥٪) حيث كانت الحصة مرهونة لبعض الماليين الألمان والفرنسيين منذ عهد والده الخديوى إسماعيل، وبذلك فقدت مصر ما تبقى لها من الفائدة المادية للقناة.

حاول الخديوى توفيق استرضاء الأوروبيين، ففى المصلح السياسي جمال الدين الأفغاني، وفرض العديد من القيود المالية التي طالب بها دانتو مصر، وذلك بموجب قانون التصفية الصادر عام ١٨٨٠ م، الذي خصص أكثر من نصف إيرادات مصر لصالح الدين العام، وبذلك تمكן الأجانب من السيطرة على الاقتصاد

وسلم الحكم في ٢٦ يوليو ١٨٧٩ وكان يبلغ من العمر ٢٧ عاماً فقط بعد أن أُجبر الإنجليز والفرنسيون أباه الخديوى إسماعيل على ترك منصبه، وذلك عندما حاول استدراك ما فاته، وبعد أن أغرق البلاد في ديون أجنبية ضخمة مهدت السبيل للأوروبيين للتدخل في شئون البلاد، حاول إسماعيل التصدي للنفوذ الأجنبي، فأُجبروه على ترك منصبه لأكبر أبنائه توفيق باشا. منذ تولى توفيق الحكم علم أن بقاءه مرهون برضاء الأجانب عليه خاصة إنجلترا وفرنسا، وعلم السلطان عبد الحميد الثاني ذلك منه، فحاول تضييقه وفرضه إسماعيل من قبل، ولكن إنجلترا وفرنسا أفشلتا خطة السلطان عبد الحميد ليس عطفاً على الخديوى توفيق، ولكن منعاً لزيادة نفوذ عبد الحميد الذي سيطر على مشروعات الأجانب في احتلال مصر.

تزوج من قرينته أمينة هانم الإهمى عام ١٨٧٣ م، وأنجب منها: الخديوى عباس حلمى الثانى، الأمير



شريف الأولى.

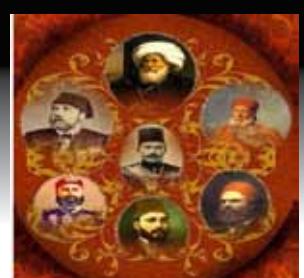
في أول مايو ١٨٨٣ م أصدر القانون النظمي الذي بمقتضاه شكل مجلس شورى القوانين.

في عهد والده الخديوى إسماعيل وبصفته ولها للعهد شكل وزارة الأولى (١٠ مارس ١٨٧٩ - ٧ إبريل ١٨٧٩) وكانت تضم وزيرين أوروبيين، وأفلاطون باشا وزيراً للجهادية والبحرية وذو الفقار باشا وزيراً للخارجية ومصطفى رياض باشا وزيراً للحقانية والداخلية ولم تدم وزارته طويلاً، فقد احتدم الخلاف بينها وبين مجلس شورى النواب، واستهدفت لحركة معارضة انتهت بسقوطها وتأليف وزارة محمد

الخديوى توفيق باشا

شنت الحكم العثمانى (٢)

الخديوى توفيق باشا



الخديوى توفيق باشا



محمد توفيق باشا الابن الأكبر للخديوى إسماعيل ولد في القاهرة في ١٥ نوفمبر ١٨٥٢ م، وأمه شفقي نور كانت جارية مستولدة للخديوى إسماعيل وليس ضمن زوجاته الأربع، وربما يكون ذلك هو سبب عدم إرساله مع باقي أبناء إسماعيل للدراسة في أوروبا وأتم تعليمه في مصر، وربما ذلك يفسر أيضاً العلاقة السيئة بين توفيق وأبيه والتي تجلت بعد عزل إسماعيل في ابتعاد توفيق عنه وإقصاء كل رجاله. هو السادس حكم مصر كخديوى مصر والسودان من ١٨٧٩ م إلى ١٨٨٢ م. شهد عهده هوجة عرابى، ثم الاحتلال البريطانى الذى حظى بتأييده. وفي عام ١٨٨٤ م سقطت الخرطوم في يد الثورة المهدية وقتل الحاكم المصري باشا وزيراً للحقانية والداخلية ولم تدم وزارته طويلاً، فقد احتدم الخلاف بينها وبين مجلس شورى النواب، واستهدفت لحركة معارضة انتهت السودان عن مصر.

إشراف
جوسي غاليوزير خارجية كندا يقول إن رئاسة جو بايدن
فرصة عظيمة لكندا

قال وزير الشؤون الخارجية الكندي فرانسوا فيليب شامبان «إن الادارة الامريكية الجديدة ستكون فرصة عظيمة لمعرفة ما يمكن أن تفعله كندا والولايات المتحدة معا» وأشار الوزير الى مجالات الاقتصاد وتغير المناخ ووباء كورونا كمواضيع يمكن للبلدان ان يعملا فيها بشكل تعاوني وايضا الى عدد من الملفات الجارية بين الدولتان ، وعلى رأسها تأمين الافراج عن رجلين كنديين محتجزين لدى الصين منذ ديسمبر ٢٠١٨ ، وقال الوزير إن كندا ستعمل بشكل وثيق مع الادارة الجديدة حول هذه القضية ، وانه يعتقد انه سيكون هناك شعورا بالتكافل من أجل مواجهة التحديات التي تشكلها الصين ، وعندما سُئل السفير الكندي السابق لدى الولايات المتحدة السيد جاري دوري عما إذا كان يعتقد أن إدارة جو بايدن ستتخذ موقفا أكثر تشددًا من إدارة ترامب بشأن الصين ، قال «سيكون الامر مشابها لما كان عليه في الماضي ، وسوف يطلب من الصين اتباع حكم القانون ، وعدم التصرف بطريقة تعسفية ، مع اي من الشركاء التجاريين بما في ذلك الولايات المتحدة» واضاف يقول إن رئاسة جو بايدن ستكون أقل فوضوية ، وأكثر نظامية ، وأكثر قابلية للتبؤ بها ، وإنه سيكون هناك مزيد من التشاور بدلا من اتخاذ قرار من جانب واحد على الجانب الآخر من الحدود.

تجربة اختبار كوفيد - ١٩ السريع على المسافرين الراغبين في ذلك في البرتا لـ تقليل مدة الحجر الصحي



يسمح الان للمسافرين الدوليين والمحليين القادمين الى البرتا بالمشاركة في تجربة جديدة لاختبار كوفيد - ١٩ السريع والذي أطلقته حكومة البرتا هذا الشهر ، حيث انه سيقلل مدة الحجر الصحي للمسافرين من ١٤ يوما الى ٢٠٠٠ يوما فقط ، وقد شارك في هذا الاختبار حتى الان ما يقرب من ٢٠٠٠ مسافر وتجري هذه الاختبارات في مطار كالجاري وعبر الحدود البري [كوتس] ، وعندما تظهر نتيجة الاختبار وتكون سلبية فيمكن للمسافر ترك الحجر الصحي والتقلل داخل البرتا لمدة ١٤ يوما ثم يتم أختباره مرة ثانية بعد ستة او سبعة أيام من وصوله ، والمسافرين الذين يختارون عدم اخذ الاختبار السريع عليهم الالتزام بالحجر الصحي والذين لا يلتزمون يتعرضون لدفع غرامة مالية ، وقال متحدث باسم وكالة الصحة في البرتا : إن التجربة هذه ناجحة وانهم يواصلون العمل على تحسين العمليات وتنمية مراقبة جميع المسافرين المشاركين في التجربة عن قرب ، وتستمر هذه التجربة لمدة تصل الى ٢٦ أسبوعا او حتى يصل عدد المشاركون فيها الى ٥٢ ألف مشارك ابهاً ما يأتي، اولاً

أونتاريو تضع عدة مناطق بها ضمن الحدود الحمراء بسبب ارتفاع نسبة الاصابات بفيروس كورونا بها

أعلن دوج فورد رئيس وزراء أونتاريو يوم الجمعة ١٣ نوفمبر عن وضع عدد من المناطق في المقاطعة ضمن الحدود الحمراء والتي تعرف باسم مرحلة السيطرة وهي المناطق التي تكون الاصابات بكورونا - ١٩ فيها مرتفعة للغاية لغاية ١٠٠ اصابة لكل ١٠٠ الف نسمة من السكان ، وهذه المناطق هي تورونتو ومنطقة بيل وبيورك وهميلتون ومنطقة هالتون ، وجاءت هذه الخطوة بناء على توقعات وبيانات جديدة اظهرت أن أونتاريو يمكن أن تشهد ارتفاعا كبيرا في عدد الاصابات اليومية ، وستظل هذه المناطق ضمن حدود المنطقة الحمراء حتى منتصف شهر ديسمبر ، مما سيحظر تناول الطعام داخل المطعم ويحظر دروس اللياقة البدنية وتغلق دور السينما والمسارح ، ولا يمكن فتح صالات الرياضة الا إذا كان هناك ١٠ أفراد او أقل داخلها - وينصح جميع سكان هذه المناطق بقوة على تقييد التجمعات مع الاشخاص الذين يعيشون خارج منازلهم وأتباع الاوامر الصحية



سيدة مسنة وعمياء تنسج عشرات القبعات الصوفية للشباب المشردين خلال جائحة كورونا



تمكنت السيدة جلاسز الجدة التي تبلغ من العمر ٩٣ سنة والتي تعيش في دار الرعاية طويلة الاجل في مدينة برامبتون من الاستمرار في نسج ٧٥ قبعة صوفية مع كونها عمياء ، وفي بداية وباء الكورونا لم تدع السيدة جلاسز قادرة على زيارتها او لادها كما كانت تفعل ، ولذا تحولت الى شئ كانت تفعله منذ طفولتها وهونسج قبعات صوفية ، وقالت انها تقدم هذه القبعات لدار رعاية الشباب والشبات المشردين في تورونتو [كونفينانت هالوس] وإنها تفعل ذلك لأن واحد من احفادها ترك منزله وتشرد في فترة من حياته وبعد هذه التجربة شعرت إنها تستطيع ان تفعل شيئا لمساعدة هؤلاء الشباب الذين يجدون أنفسهم في وضع مماثل ، وقالت ايضا « ان الشفاء بارد في كندا ومن الجيد ان يجد هؤلاء المراهقين قبعات تدفئة » وحثى الان قامت جلاسز بنسج ٩٠ قبعة وقد تعلمت نسج الصوف من امها وجدتها عندما كانت في الرابعة من عمرها ، وهي جاءت الى كندا مع بناتها الاربعة بعد الحرب العالمية الثانية ، وقالت احدى بناتها إن امها جلاسز طلبت منها شراء خيوط الصوف لتصنع القبعات ، وفي وسط وباء الكورونا كانت كل المتاجر مغلقة فتحولت الابنة الى الفيس بوك لتسأل اصدقائها عنم يكون قادر على امدادها بكرات الصوف وبالفعل تبرع لها ستة افراد بالصوف المطلوب ، وبعد ان نسجته امها قامت الابنة بمساعدة صديقة بانها حياكة القبعات ، ولما حاولت تقديمها لدار رعاية المراهقين ، قالت انهم لا يقبلون ملابس ، ولكن عندما علموا بقصة والدتها العميماء قبلوا القبعات وقالت منسقة الدار « ان هذه الاعمال الصغيرة من الرحمة هو ما نحتاج اليه في هذه الاوقات » وبعد أن عرفت السيدة جلاسز بان دار رعاية المراهقين قبلت القبعات الصوفية التي نسجتها قالت « إنه شعور جيد وهو الشعور بالإنجاز وقد يكون قطرة في دلو ، بالنسبة للبعض ولكنني أعتقد إنه مفيد للاشخاص الذين يحتاجون اليه »

تعويض قدره ٢٥ ألف دولار لعامل في مزرعة طرد من عمله بسبب حديثه عن الاحوال السيئة لمكان العمل وباء كورونا

حصل عامل مكسيكي هو جابريال فلوريس وكان يعمل في مزرعة في منطقة نورفولك في أونتاريو على تعويض قدره ٢٥ ألف دولار بعد ان طرد صاحب المزرعة من العمل بسبب حديثه عن ظروف العمل والمعيشة السيئة خلال وباء كورونا ، وامر مجلس مراجعة العمل في أونتاريو شركة سكونلين سوينباك التي تدير المزرعة بدفع التعويض للعامل جابريال فلورنس ، وجاء طرد العامل هذا بعد ان اقترح على صاحب العمل السيد روبرت أن يفعل المزيد لتحسين ظروف العمل والمزرعة لحماية زملاؤه في هذه المزرعة التي اصيب فيها اكثرا من ١٩٠ عامل بكورونا - ١٩٠ بما فيهم جابريال فلوريس نفسه وتوفي زميل له في السكن ، وامر صاحب المزرعة السيد روبرت بطرد جابريال واعادته الى المكسيك على نفقة الشركة بعد ان عرض مقطع فيديو يظهر فيه جابريال وهو يتحدث الى واجه صاحب المزرعة السنية ، وقد نفي جابريال هذا ولكنه اعترف انه واجه صاحب المزرعة بالظروف السيئة التي يعيشون فيها والتي لا تسمح لهم بالابتعاد الجسدي ، وبينما نفي صاحب المزرعة طرده لجابريال وقال انه استقال من نفسه ، اخذ مجلس العمل باقول الشهود زملاء جابريال وقال عضو في المجلس ان عقد جابريال ينص على ان يدفع هو ثمن تذكرة عودته إذا ما استقال ولكن الشركة قامت بترحيله على حسابها ، وأيضا عرضت الشركة على جابريال استعادة وظيفته بعد ان قدم شكوى الى مجلس العمل في أونتاريو ، ووجد المجلس أن رواية السيد جابريال وشهادته اكثرا تصدق وانسجاما من رواية صاحب المزرعة وشهوده.



مسيرة احتجاج ضد قرار حكومة مانيتوبا بارتداء اقنعة الوجه خلال وباء كورونا

وينيبيج : تجمع المئات من سكان مانيتوبا في مدينة ستينباخ بعد ظهر يوم السبت ١٤ نوفمبر للاحتجاج على القيود التي تم تنفيذها في جميع أنحاء المقاطعة بارتداء اقنعة الوجه ، ووفقا لبيانات المقاطعة فإن المدينة تشهد حاليا طفرة في عدد حالات كوفيد - ١٩ ، وقد قام المشاركون في الاحتجاج برفع لافتات ضد القيود على الحرية الشخصية ، وقاموا بالصراخ ووبخوا الشرطة ووسائل الاعلام وتحدث في المسيرة النائب لويس وبيس عن منطقة لابروكير وانضم اليه عدد من المتحدثين منهم

^٥ بقية مقال «عبد الناصر بين الحقيقة والتضليل» ص ٥

وفي ٣١ أغسطس ١٩٦٩ وقع ما يسمى بمذبحة القضاة. لم يتورع عبد الناصر في الاعتداء الواقع على السلطة القضائية وقضاتها الذين يعطفهم الدستور حسانة ضد العزل الا بمحاكمه عادلة. أصدر عبد الناصر أربعة قوانين أطاحت بـ ١٨٩ من اكفاء وأنزه رجال القضاء المصري منهم رئيس محكمة النقض، وأكثر من نصف مستشاريها وبهذا يكون قد استكملا استيلائه بالقوة الغاشمة على اخر السلطات التي كان بعض رجالها الأمانة يحاولون التصدي لديكتاتوريته العاشرة. أنشئ عبد الناصر تنظيمًا سريا بين القضاة (كعادته في التجسس على كل مؤسسات الدولة)، و قد كان بعض رجال القضاة ومجلس الدولة منخرطين في هذا التنظيم وكانوا معدودين على أصابع اليدين وكان بعضهم يكتب التقارير السرية عن زملائه إلى القيادة السياسية يوميا بما كان يدور من أحاديث في نادي القضاة، و مجالس القضاة الخاصة. طالب الجوايسين في توصياتهم بإعادة تشكيل هيئات القضاة، ودمجها في النيابات الإدارية وإدارة قضايا الحكومة، وإجراء التنقلات بين القضاة إلى هاتين الجهازين، والى غير ذلك من المقترنات الهادمة والمباغات الجسيمة في حق الشرفاء من رجال القضاة. فصدرت قرارات المذبحة من «عبد الناصر» باعتبارها قرارات إدارية، وتضمنت حل مجلس إدارة نادي القضاة، وتعيين مجلس آخر لإدارته من بين شاغلي المناصب القضائية بحكم وظائفهم. ولكن عبد الناصر انتهز هذه الفرصة لينفذ عن حقه الدفين ضد الكثريين من القضاة الشرفاء الذين تصدوا له بنزاهة طوال سنين حكمه وكشفوا تلقيق عصابته للشرفاء الذين يعارضونه. و أورد بعض الأمثلة: ١- قضية السفير أمين سوكة الذي اتهم بالتجسس بتلقيق من سلطات عبد الناصر، وحكم ببراءته في مارس ١٩٦٩ أمام دائرة يرأسها المستشار سعيد كامل بشاره. ٢- قضية المستشار محمود عبد اللطيف في وزارة الأوقاف؛ وقد اتهم بتديير محاولة انقلاب الدكتور السمني الذي كان من بين أعضاء المحكمة التي ٣- ١٩٦٩ برأته عام ١٩٦٢ المستشار جمال المرصفي، وكان قد سافر للعمل في الكويت، ورغم ذلك تضمنته قرارات العزل.

المراجع: ١- ثورة ٢٣ يوليو- الجزء الثاني: احمد حمروش ٢- مقالة: كان لابد من مذبحة للقضاء: محمد الجوادى ٣- مقالة: القضاء في مصر: المستشار يحيى الرفاعي ٤- مذبحة القضاة: عبد الله امام

٦- بقية مقال (٨٤) هنري رياض غبور (١٩١٥-٢٠٠٦) ص

بعد أن بلغ د. فيكتور أنطون جرس السن القانونية، اختير د. هنري باضل غبور خلفاً له في إدارة المتحف المصري بالقاهرة، وظل في رئاسته هذه طوال الفترة (١٩٦٧ - ١٩٧٥)، وفي تلك الأثناء عمل أستاذًا بجامعة القاهرة ومعهد السياحة. وفي عام ١٩٧٥ شغل وظيفة مدير سلحة الآثار المصرية.

في عام ١٩٧٥ سافر إلى صنعاء بجمهورية اليمن وهناك عين أستاذًا عامعتها وظل بها حتى عام ١٩٨١، وقد عمل معه في تلك الفترة أستاذ تاريخ المصري القديم د. فرنسيس عبد الملك غطاس، وكانت الصداقة بهما مثال أدق للمصريين الأولياء.

فور عودته من اليمن عُين أستاذًا متفرغًا بجامعة المنيا في الفترة (١٩٨٢ - ١٩٨١) ثم بجامعة سوهاج في الفترة (١٩٨٣ - ١٩٨٢).

فى عام ١٩٨٤ أستعانت به جامعة «شيكاغو» الأمريكية للعمل فى مجال المصريات بـ«شيكاغو هوس» Chicago House للدراسات الشرقية بالأقصر، وظل يعمل بهذا المركز طوال ٢٠ عاماً حتى أقعده ررض عندما تقدم به السن.

من إنجازاته العلمية أشتراكه في مشروع كتالوج «كوم أبو بيلو» تحف القبطي بالقاهرة، كما قام بإعداد «دليل آثار الإسكندرية» عام ١٩٦٧ والذي أهتمت بنشره الهيئة الأقليمية لتنشيط السياحة بمحافظة الإسكندرية وذلك للغتين العربية والإنجليزية. كما أنه اشتراك مع الأستاذ سيف حنا شحاته والأستاذ يوسف مفید الغرياني – اللذين توليا إدارة تحف اليوناني الروماني بالإسكندرية من بعده – في إصدار «كتالوج تحف المузان الدعمان» (الإسكندرية)، اللغة الانجليزية

مضى د. هنرى رياض من عالمنا والذى كان أحد جيل العظاماء فى مجال الآثار المصرية، وإلمانته الشديدة حافظ على الطابع المميز الذى ينتمى به المتحف اليونانى الرومانى بالإسكندرية، الذى عندما تم إنشاؤه عام ٢٠٠٨ – للأسف الشديد – فضل د. هنرى رياض أن يمضى فى العالم الآخر ولا يشاهد المشهدحزين الذى آلت إليه حال ذلك المتحف غريق وقد أصبح جثة هامدة. لعل فى المحافظة على تراث هذا المتحف ربما لذلك البطل الذى عاش مجاهداً أميناً فى مجال الحضارة المصرية.

صل نشاطه في اعداد القوة المسلحة وتدريب الجنود .

يناير ١٩٢٠ رفض النواب طلباً من الانجليز بالطاعة السريعة وامرهم ، وهنا طلب قائد التحالف عزل وزير الحرية ووافق السلطان من النواب احتجوا ونشروا (الميثاق الوطنى) بالشروط التى يقبلون على أساسها السلام واهمها ان تكون تركيا حرية مستقلة داخل حدود مقررة .

مراجع : أتاتورك ه.س.ارمسترونج يتبع

أنا شورك (الذهب الأغلى) (٤)

توفيق عترى عينا



للمنطقة الشمالية وحاكمًا للولايات
الشرقية وذلك لقمع الاضطرابات
في الاناضول .

مات السلطان عبد الحميد وخلفه
وحيد الدين، ورأى فيه مصطفى
فرسته ليصير القوة المحركة
لصاحب العرش المُقبل، راح يقتنه
بان المانيا لن تكسب الحرب وأن
انور ومن معه يجب ان يُنحوا
عن الحكم وأشار عليه بان يتولى
السلطان الاشراف بنفسه على
الجيش وان يجرد انور والالمان
من كل سلطة، وأنه على استعداد ان
يتولى اباء قيادة الجيش لينفذ تركيا
من الهاوية ، لكن السلطان الجديد
اهمل اقتراح مصطفى، واصدر
له امرا بان يتولى قيادة الجيش في
سوريا وكان انور وراء هذا الامر
لابعاده عن العاصمة.

على ان المقاومه هي الامل الوحيد
الباقي ورسموا خطة لتنظيم القوات
غير النظامية لمقاومة اليونانيين في
أذمير، لكنهم ما زالوا يرتابون في
مصطفى وفي مطامعه وبعد الحاده
وافقوا على انشاء حكومة مستقلة
في الاناضول وقد انضم الى صفه
كبار قواد الجيش ، كان يجوب
القرى يخطب في الشعب لإثارته
ومن اقواله(بات السلطان بلا حول
ولا قوة اسيراً في ايدي الانجليز
لذا ارسلني اليكم كي انذركم لكنكم
يجب ان تتفقدوا انفسكم)



وارسلوا قوات نظامية سحقت
الاكراد في ملاطيا ،، تشكلت من
المؤتمر حكومة مؤقتة برئاسة
مصطفى كمال وأرسل المؤتمر
انذاراً إلى السلطان يطلب عزل
صهره فريد واضطرر السلطان إلى
الرضوخ فعزل فريد وامر باجراء
انتخابات جديدة اسفرت عن فوز
اعضاء المؤتمر باغلبية كبيرة في
البرلمان الجديد ،، انتقل مركز
النشاط إلى القسطنطينية وظل
مصطفى في انقرة وانتقلت الزعامة
منه إلى رؤوف وبذا كان السلطان
هو الفائز ومصطفى الخاسر لكنه

العدو قد سيطر على كل شيء ،
احتل الانجليز العاصمة وكل قلاع
الدردنيل ، واحتلت فرنسا استانبول
، واحتلت إيطاليا بيرا والخطوط
الحديدية ، وأشرف ضباط
الاحتلال على شؤون البوليس
والحرس الوطنى والميناء وتسريح
الجيش ،،، تحطم الامبراطورية
العثمانية وتفككت وسلخت منها
مصر وسوريا وفلسطين وشبة
جزيرة العرب وباتت خاضعة
لسيطرة العدو المنتصرو انهارت
الادارة الحكومية وتشكلت حكومة
هزيلة برئاسة توفيق باشا صديق
الى مالطا .. وعُين مفتاحا عاما

مفاوضات طبيب

د/ رافت جندي، طبيب عائلي

طبيب للمرضى درجة مرضية

قفازاً معقماً فإنه يكون قد وجهني لخطا فعله وهذا ليس صحيح، ولو لم اطأوه فإني سأغضبه.

حزمت امرى وقلت له انى اسف لن افعل هذا لأن الفغاز المعمق استخدمه فقط في حالة جراحة بسيطة في العيادة، وشرحت له كيف افعل هذا له ولا افعله لغيره، والحقيقة انى شعرت بالإهانة من هذا الطلب.

طلب المريض مني ان اتغاضى عن هذا الكشف، ولم ار اه بعدها في العيادة، ولكن غير اسف على هذا و كنت سأتأسف بالحقيقة لو طلعته.

ما رأيك عزيزي القاري؟

موعدنا العدد القادم ان شاء الله

أي معنى خاصة انه ليس لديها ما يشك الطبيب فيه، وكثيراً أيضاً ما يرفض الطبيب طلباً للمريض لأنَّه بدون معنى مثل شخص مصاب بصداع يطلب اشعة مقطعيه للمخ وليس به أي علامات لإصابة في المخ.

حضر المريض وكان موسساً على صحته وفي الكشف عليه طلب مني ان استعمل قفاز طبي معقم للكشف على فتحة الشرج، فقلت له ان الطبيب لا يستخدم قفازاً معقماً لوضع اصبعه في فتحة الشرج واننا نستخدم فقط قفازاً معقم للكشف على فتحة الشرج، ونطفيه ولكن المريض اصر على طلبه، وفكرة في الأمر، وقلت لنفسي انى لو طلعته واستخدمت

السويس لمنع دخول الإنجليز عن طريقها، ولكن ديليس وعده بمنع الأسطول الإنجليزي من المرور في قناة السويس اعتماداً على حيادها، ولكنه لم يف بوعده، فنفلت بها هذا الحق، بينما اعترض المراقبان الأنجبيان إعطاء المجلس هذا الحق، لأنَّه يعني مسؤوليتهم أمام مجلس النواب، وأسرع

إنجلترا وفرنسا بتعضيد موقف المراقبين، وأرسلتا للخديوي مذكرة مشتركة تبلغاه فيها رغبتهما في مساعدته للتغلب على المصاعب الداخلية والخارجية.

قدم شريف باشا استقالته نتيجة الخلاف مع مجلس النواب، فعهدت الخديوي توفيق لمحمد سامي البارودي بتأليف الوزارة، الذي عين أحمد عرابي وزيراً للحربية، ووضع برنامجاً للإصلاح، وأعلن عن عزمه على التصديق على الدستور الذي أقره الوطنيون. أرسلت إنجلترا وفرنسا أسطولهما للإسكندرية، وقادتهما ألف جنيه لمخصصاته السنوية.

أول من تنازل من أفراد الأسرة المالكة عن أطيانه، لدفع الدين المطلوب من الحكومة.

كان مهتماً بنشر التعليم منذ أن كان ولِي للعهد، فأنشأ مدرسة القبة على نفقته الخاصة. وعندما تولى الحكم أصدر مرسوماً في ٢٧ مايو ١٨٨٠ بتأليف لجنة للبحث في تنظيم التعليم وشئونه، واقترحت اللجنة تأسيس مدرسة عليا للمعلمين لتخريج أساتذة، كما اقترحت زيادة عدد المدارس، فأنشأت كثير من معاهد التعليم الابتدائية والثانوية والعالية. وقد افتتحت المدرسة العليا للمعلمين في عهده، وأنشئت مدرسة مسائية للتعليم. وأنشأت الحكومة المجلس الأعلى للمعارف في ٢٨ مارس ١٨٨١.

أنشئ في عهده مجلس شورى القوانين والجمعية العمومية، ومجالس المديريات عام ١٨٨٣. أصدر بضرب الإسكندرية، وقامت بضرب الإسكندرية في ١١ يوليو ١٨٨٢م، وأقام عرابي التحصينات في دمنهور وكفر الدوار لصد الإنجليز، وعزم على ردم قناة

الهود للبلاد.

تذرعت إنجلترا بإصلاح العرابيين لطوابي الإسكندرية، وأصدر بضرب الإسكندرية في ١١ يوليو ١٨٨٢م، وأقام عرابي التحصينات في دمنهور وكفر الدوار لصد الإنجليز، وعزم على ردم قناة

بصراحة

تغييرات سيشدها العالم بعد رحيل ترامب

مدحت عويضة

بسحب معظم الجيش الأمريكي من العراق وحافظ ترامب على وحدة العراق ورفض فكرة تقسيمة طول فترة حكمه. لكنَّه بيدن هو صاحب فكرة تقسيم العراق لثلاث دول وقت أن كان نائباً لأبواباما وربما يتم تقسيم العراق في عهده.

على سوريا: ربما لن يكون هناك تغييراً كبيراً في السياسة الأمريكية تجاه سوريا. ليس لتطبيق وجهات النظر بين ترامب وبيدن في هذا الملف. ولكنَّ لأنَّ سوريا تلعب دوراً أساسياً ومحورياً في سوريا وتضع كل ثقلها هناك وبالتالي فمن الصعب أن يقوم بيدن ب فعل شيء أكثر من الذي فعله أوباما وترامب في سوريا.

منطقة الخليج: ستشهد منطقة الخليج تغيرات جذرية أولها هي تعاظم دور القطري لتصبح قطر اللاعب الأساسي في الخليج على حساب السعودية والإمارات. وسيعود نفوذ قطر لما كانت عليه أيام أوباما حيث كانت المحرك الأساسي للسياسة العربية.

أولاً على كندا: على أصيبي عندما أقول أنَّ أكثر السعداء بنتائج الانتخابات الأمريكية هو جستين ترودو رئيس وزراء كندا. فالعلاقات توترت بين البلدين بشكل لم تشهد في البلدين الجارتين على مدار تاريخها الحديث لدرجة أنَّ ترامب لم يزور كندا طيلة الأربعة سنوات التي قضاهما في البيت الأبيض. وقد يكون أول رئيس أمريكي يفعل ذلك. توتر العلاقات كان سببها ترودو الذي شتم ترامب مرتين أثناء الانتخابات الأمريكية ٢٠١٦. ولا شك أنَّ نجاح بيدن سيعود بمعارضيه كما فعل في حقبة ترامب.

رابعاً على تركيا: ستتقلب العلاقات الأمريكية التركية رأساً على عقب ولن يسمح لتركيا للعب دور الذي تمارسه الآن في كثير من بقاع العالم وأهمها شرق المتوسط وليبيا. وربما ستتبرأ ضغوط بيدن الذي وصف أردوغان بالديكتاتور في نهاية حكمه لتركيا. ولن يسمح له بالبطش بمعارضيه كما فعل في حقبة ترامب. وستتوقف مغامرات تركيا في شرق المتوسط وليبيا.

خامساً على ليبيا: سيتم تحجيم الدور التركي ولكنَّه يكون الدور القطري أكثر تأثيراً وهي معاذة بيدن التي لم تفهمها حتى الآن فهو يميل للجانب التركي والإخوان الذين ساندوه في انتخاباته ولكنَّه له موقف مضاد من أردوغان كشخص وبالتالي من السياسة التركية. ولكنَّه يكون هناك تغيير كبير في الدور الأمريكي كل التعريفات الجمركية التي فرضها ترامب على بعض الواردات الكندية ومنها الألمنيوم.

ثانياً على مصر: شهدت العلاقات المصرية الأمريكية أفضل فتراتها في ظل وجود ترامب. وكان ترامب مسانداً لمصر في العديد من القضايا الدولية والخارجية. فأغمض العين عن بعض الممارسات القمعية في مصر وشجع على قمع حركة الإخوان. ساند مصر في معركتها في سد النهضة ضد أثيوبيا. كما لم يبدئ بـأي مانع التدخل المصري في ليبيا ولم يؤيد أو يشجعه. أما بيدن سيأتي بمنهج مختلف قد تفقد مصر المساندة الأمريكية في مشروع سد النهضة وقد يتعرض النظام لبعض الضغوط من أجل الإفراج عن السجناء والمعتقلين من النشطاء والإخوان.

وقد يتم تصعيد بعض القضايا المتعلقة بحقوق الإنسان في مصر. ثالثاً على العراق: قام ترامب



صُفْحَهُ فِي دَفْتَرِ أَحْوَالِ مُصْرٍ

ما زَادَ سُقُوطَ مُرْتَضِيِّ مُنْصُورَ

بقلم فاردي جرجس
وينيكيج - مانيتوبا



سيفضي إلى تخلص الكرة المصرية من وجع رأس لازمها لسنوات بياعز من السلطة التي قررت التخلص منه وبغض النظر عن طبيعة العقوبات وحجمها وصلاحية اللجنة الأولمبية المصرية في معاقبة رئيس نادٍ من دون الاستئماع إليه، وموقف وزارة الشباب والرياضة والبرلمان المصري من العقوبات والسلطة في حق مرتضي منصور من عدمه، فإن الرجل نفسه لجأ في وقت سابق إلى هيئة القيم في اللجنة الأولمبية المصرية، وقدم شكوى ضد شخصيات وهيئات رياضية، ما يعني اعترافه بالسلطة المعنوية والقانونية لأعلى هيئة رياضية في مصر، وحقها في اتخاذ العقوبات ضد الناشطين في الحقن الرياضي، في وقت أقرت وزارة الشباب والرياضة بذلك ورفضت التدخل في شؤون اللجنة الأولمبية، وطالبت المعنوي ب تقديم طعن في القرار إلى المحكمة الرياضية طبقاً للوائح والقوانين، علماً أن نفس الوزارة كانت رفعت عقوبة مماثلة لمدة ثلاثة سنوات سلطت على نفس الشخص سنة ٢٠١٨ بحجة تمنعه بالحقن الرياضية.

وكان المدعى مرتضي منصور عبر مداخلاته في وسائل الإعلام بعد إصدار العقوبات، بقي وفياً لشراسته وتهكمه على كل الجهات التي قدمت شكوى ضده، وعلى اللجنة الأولمبية التي خالفت بنود قانون الرياضة والميثاق الأولمبي في تقديره، لأنها لا تملك الصالحيات القانونية لمعاقبته باعتباره متنحياً من طرف جمعية عمومية، ونائباً في البرلمان يمتنع بالحقن الرياضية الأكثر من ذلك، راح الرجل يتهم أطرافاً خارجية بتوطئه مع أخرى من داخل مصر تزيد حسب رأيه تحطيم الزمالك والانتقام منه على مواقفه الداعمة للرئيس عبد الفتاح السيسي، لدرجة لم يتوان فيها عن اتهام قطر بكونها وراء العقوبات، من دون أن يدرى بأن في ذلك تقليل من شأن الدولة المصرية وسلطة مؤسساتها الإدارية والقضائية التي تخضع، حسب رأيه، لإملاءات خارجية من دول أجنبية معادية.

تختلط مرتضي منصور دفعه للتشكيك في كل الجهات ومحاجمة كل الهيئات الإدارية والرياضية المصرية كعادته، من دون أن يرى اعتبار لكونه نائباً في البرلمان ومحامياً، ورئيس نادٍ عليه احترام النادي الذي يرأسه قبل احترام قرارات الهيئات الرسمية واتباع الإجراءات القانونية في الطعن لدى لجنة القيم في الهيئة الأولمبية، ومن ثم ممارسة حقه في الاستئناف لدى المحاكم المختصة في إجراء يعرفه جيداً لكونه رجل قانون (فشل و ضعيف المستوي)، أراد الخلط بين صفتة نائباً وبين رئاسته لنادي الزمالك العريق المقرب على نهائى دورى الأبطال، ما اعتبره أيضاً ضرباً لاستقراره من طرف جهات معادية ومنافسة النادي، خاصة بعد إخبار الكاف والفيفا من طرف الاتحاد المصري بالعقوبات المسلط على رئيس الزمالك.

يُبع في الصفحة التالية

ينتظر المتابعون لانتخابات مجلس النواب بمصير مرتضي منصور، رئيس نادٍ الزمالك المعزول، المرشح عن دائرة ميت غمر بالدقهلية، والذي تفتق حصانته حائلاً دون النظر في العديد من القضايا ، والتي جرت الانتخابات في محافظة الدقهلية يومي ٧ و ٨ نوفمبر وشهدت الأيام الماضية سقوط ابنه أحمد مرتضي منصور في انتخابات المرحلة الأولى بدائرة الدقى، كما صدر منذ ساعات قرار مركز التسوية والتحكيم التابع للجنة الأولمبية ببطلان لائحة نادي الزمالك بشكل رسمي، وإقصاء أحمد مرتضي منصور وحمادة أنور وأحمد عادل عبدالفتاح عن مجلس إدارة نادي الزمالك، وكانت اللجنة الأولمبية أصدرت قراراً بإيقاف مرتضي منصور لمدة ٤ سنوات وغرامة ١٠٠ ألف جنيه وفي حالة خسارة مرتضي منصور للانتخابات القادمة سوف يتم التحقيق معه في العديد من القضايا، والتي تم بسبها إرسال طلبات لمجلس النواب برفع الحصانة عنه، ومن أبرزها البلاغات المقدمة من مجلس إدارة النادي الأهلي، برئاسة الكابتن محمود الخطيب، بتهم السب والقذف.

وتلقى البرلماني الحالى منذ بدء عمله عام ٢٠١٥ العديد من طلبات رفع الحصانة مقدمة من النائب العام، منها طلب نيابة القى برفع الحصانة عن مرتضي منصور، على خلفية اتهام أحمد حسن لاعب الأهلي والزمالك السابق ونجم المنتخب الوطنى لمرتضي بتهديده عبر الهاتف بالقتل بعد مطالبة حسن بمستحقاته المتأخرة في نادي الزمالك، كما قدم النائب العام طلباً برفع الحصانة عنه في القضية ٤٢ لسنة ٢٠١٧ جنح قسم ثالث أكتوبر بسبب الإساءة لمحكمة النقض وطلب آخر للتحقيق معه في بلاغ سب وقذف مقدم من ممدوح عباس، وبلاغ سب وقذف رجل الأعمال محمد الأمين، وطلب من أجل تحريك دعوى جنائية ضدة في قضية أموال عامة، والخاصية بایداع أموال نادي الزمالك في حساب خاص باسم أحد أعضاء مجلس إدارة النادي (هاني زاده) ، وإجراء عمليات بيع وتغيير عملة خارج الجهاز المصرفي للدولة لتعظيم أرباح النادي، وطلبات أخرى في بلاغات سب وقذف محمود الخطيب رئيس النادي الأهلي، بالإضافة إلى عدة طلبات أخرى تتضمن سب وقذف العديد من الشخصيات.

ومما لا شك فيه بان العقوبات التاريخية التي أصدرتها اللجنة الأولمبية المصرية في حق رئيس نادي الزمالك المستشار مرتضي منصور، بحرمانه من ممارسة أي نشاط رياضي في مصر لمدة أربع سنوات، بعد التحقيق في الشكوى التي رفعتها ضده هيئات وشخصيات رياضية من داخل الزمالك وخارجها، بتهم التهجم والسب والشتم في وسائل الإعلام ووسائل التواصل الاجتماعي، وهو القرار الذي صنع الحدث وأثار ردود فعل كبيرة، وستكون له تداعيات أكبر لأن الرجل لم يسكت وراح يتهم أطرافاً خارجية ويتحجج بكونه نائباً في البرلمان يحظى بالحقن الرياضية، ولا تجوز محكمته قبل تقييم طلب رفعها، في وقت تذهب الكثير من التحاليل إلى اعتبار عزل مرتضي منصور نافذاً هذه المرة.



الحان كنيسةتنا القبطية والمعهد القديم

بقلم أبدي ياكون / مينا قصدي جوهر

النقطة الأولى : أهمية التسبيح والالحان

إن الموسيقي والتسبيح عامة من أجمل اللغات التي تعبير عن المشاعر وخاصة الالحان الكنسية التي تعبير عن أجمل المشاعر الروحية وتنطلق بنا من عالم الماديات والاهتمام بالأرضيات إلى السماويات لنعain ما بها من بهاء و Mage

فإذا عشنا حياة التسبيح هنا على الأرض تكون قد تهياً للتسبيح في السماء مع الملائكة والسيرافيم والشاروبيم

لقد خيل إلى أنني لو صعدت بروحى إلى السموات لأسمع تهليل الملائكة للجالس على العرش لوجدت أن الالحان لا تختلف كثيراً عن الالحان الكنسية الرائعة المجيدة.

الم تحس معى ليها القارئ العزيز وأنت تسمع ل هنا كنيساً أنك أرتفعت فعلاً إلى السموات ... الم تحس بروحك أن طعمات من الملائكة يحيطون المذبح وربات القديسين المنتقلين ماثلون معك في حضرة الله .

إن الأباء الذين وضعوا لنا الالحان كنيستنا كانوا في حالة روحية سامية فقد كانوا يُطلقوا وهم يقولون الالحان وبينما هم في عمق استغراقهم في عذوبة المحبة الالهية وهم يسبحون بأرواحهم ، وعقولهم مرتبطة بالصلة أما أفكار ذهنهم فتحسست فكانت أفالطاً دونوها ونقلوها إلينا في كل جيل وأما أحاسيس روحهم وقلبهم فتجسمت وكانت الالحان سلموها إلينا جيل بعد جيل ، وهكذا لم نأخذ عنهم كلمات ميتة فاترة وإنما أخذنا معانى حية أشاعت فيها النعمة أو اللحن قوة حرارة وأنفاساً .

فاما : في عهد داود النبي وصلت الموسيقى إلى أوجها شعراً ونغماً وأداءً وأشتغلت على كثير من مجالاتهم في عبادتهم وصلواتهم وحرابهم وأفراحهم وأحزانهم . راجع سفرأخبار الأيام الثاني ٥ : ١٣

سادساً : سفر المزامير كله وهو سفر التسابيح والترنيم للرب بكل مشاعر الإنسان ومازال العالم كله يُرِنُّ به ويتصلى به . ومن كل ذلك نرى أن الالحان كنيستنا القبطية الارثوذوكسية المحبوبة تميزت عن سائر الالحان لا بروعتها فحسب بل بتوافق النغمة مع معانى الكلام فلقد كان اللفظ واستيعاب الذهن له أولاً ثم كانت النغمة تابعة ومؤيدة للمعنى.

النقطة الثانية : الالحان والتسبيح وصية كتابية :

إن التسبيح هو وصية كتابية وانضوية ٣ أمثلة فقط كمثال للتدليل على ذلك :

(1) السيد المسيح سبح مع تلاميذه بعد أن أسس لهم سر الإفخارستيا .

(2) ورد في رسالة معلمتنا بولس الرسول إلى أهل أفسس (أف : ١٩)

(مكملي بعضكم بعضنا بمزماري وتسابيح وأغاني روحية ميرنمي ومرتلي في قلوبكم للرب) .

(3) ورد أيضاً في رسالة معلمتنا بولس الرسول إلى أهل أهل للاحن والتسابيح التي وردت في العهد القديم ويكتفى ما ورد في ليله ابو غلمسيس من تسابيح الاباء والانبياء . أما عن العهد الجديد فالحديث متعدد ندعه لمرات قادمة

نعمه ربنا

إلى أن نلقى ،، صلواتكم

النقطة الثالثة : الالحان والتسبيح في العهد القديم :

أولاً : يوضح لنا الكتاب المقدس من ذكر

الأرتيكاريا



تناول كثيراً من الخضر والفواكه، وبعدها أبداً في ادخال واحد من هذه الأطعمة لمدة أسبوع ورافق ما يحدث. كذلك يتحسن الأقلال من الأطعمة الحيوانية للإقلال من حامض الاراكيدونيك الذي يزيد من الحساسية.

و الواقع ان الحالة النفسية تزيد من شدة الحساسية في الجسم.

ولتخفيض الحكة يمكنك وضع الشوفان او الاوتييل في شاشة في البانيو او استخدم العلاج الهوميوباتيكي.

د. تباصيم جندي

س: أبلغ الستين من العمر وفوجئت يوماً بوجود طفح أحمر مع حكة شديدة في الجسم مستمرة معى منذ ٨ شهور، وكان التشخيص من أخصائي الجلدية انه أرتيكاريا، وقال لي الطبيب ان سببها هو حالة نفسية وتوتر شديد، ولم تتفع معى مضادات الهستامين فماذا أفعل؟

ج: اذا لم يوجد سبب واضح بالنسبة للبيئة المحيطة او وجود اى تغير في أنواع الصابون او الشامبو، واذا كنت حريصاً على استخدام الملاءات القطنية ١٠٠٪، يمكن ان تكون الأطعمة هي السبب، وعلى رأس القائمة منتجات الالبان والقمح، حاول ان تتعرف على الأطعمة التي تأكلها وتشتتها بكثرة، غالباً هي السبب، للتعرف على الطعام المسبب امتنع عن الأطعمة التي يمكن ان تكون السبب مثل منتجات الالبان والقمح والبيض والاسماك والجمبري والمكسرات والفول السوداني لمدة شهر وحاول ان

د. تباصيم جندي

صلدين وعافية

الربو الشعبي



تحتوى على فيتامين C، ويستحسن الاكتار من الفواكه على وجه التحديد فهى تخفف من حساسية الشعب الهوائية وتحسن من وظيفة الرئتين وتقلل من المواد المخاطية، كذلك الاكتار من تناول فول الصويا فهو يقلل من نشاط الكرات البيضاء المسئولة عن حدوث الربو.

وينبغي التعرف على حساسية الأطعمة مثل البيض والسمك والجمبري والمكسرات والفول السوداني، وهى تسبب تفاعلاً سريعاً، اما التفاعل المتأخر فهو يحدث مع اللبن والشوكولاتة والقمح وفواكه السيترس وملونات الأطعمة.

وفي دراسة على ٢٥ مريض بالربو وجد ان الامتناع عن الأطعمة الحيوانية أدى الى تحسن كبير في وظائف الرئة بنسبة ٩٢٪، وفي هذه الدراسة أطلق فيها استهلاك الخضر والفواكه، ولكن كان هناك تحديد للحبوب ومنع فيها الشاي والقهوة والشوكولاتة وماء الصنبور وسمح باستخدام المياه المعدنية، ومعرفة ان الأطعمة الحيوانية هي مصدر لحامض الاراكيدونيك الذي يزيد المواد المسببة للربو.

في هذا الشتاء كثرت نوبات البرد وكثرت معها نوبات السعال وضيق التنفس وأزمات الربو لمن لديه الاستعداد، فالربو الشعبي هو نوبات من ضيق التنفس مع سعال منتج للمواد المخاطية، و يتميز بطول مدة الزفير وسماع صوت تزويق في الصدر.

اما ما يحدث في الجهاز التنفسى هو تقلص في العضلات المحيطة بالشعب الهوائية، مع افراز كثير من المواد المخاطية مما يعيق التنفس، وعلى الرغم من ان الربو يصيب كل الأعمار الا انه شائع في الأطفال اقل من ١٠ سنين، وفي الأطفال الذكور أكثر من الإناث.

وبسبب الربو هو حساسية في الشعب الهوائية بسبب إنهاك الجهاز المناعي بسبب التلوث الكيميائى في الهواء والطعام والماء، والتعرض لبعض الحشرات مثل الصراصير والممايتز في التراب، كما يشكل الدور الوراثي عاملاً هاماً في هذا المرض، وتجد ان اعراض الربو تزداد مع الرياضة والتعرض للفيروسات ولفرو الحيوانات والتراب والفطريات ودخان السجائر والتعرض للانفعالات.

ومن المهم ان يعلم كل من يستخدم الاسبرين ومضادات الالتهاب مثل الأدفيف والابيبوروفين انها تساعد على الإصابة بنباتات الربو، كذلك ملونات الأطعمة مثل التارترازين والصبغة الصفراء نمرة ٥ وخصوصاً في الأطفال، كذلك وجد ان التعرض للتطعيم ضد السعال الديكي يزيد من نسبة حدوث الربو للأطفال، فإذا كانت نسبة الربو في الأطفال التي لا تحصل على التطعيم هي ١١٪ في الأطفال الذين يحصلون على تطعيم السعال الديكي، ونسبة ٣٪ للأطفال الذين يحصلون على التطعيمات غير السعال الديكي، كذلك تزداد نسبة مع تطعيم الأنفلونزا.

اما عن التعامل مع هذا المرض فينبغي على صاحبه ان يتناول كثيراً من الخضر والفواكه، فهي

ومن المكلمات الغذائية المقيدة هي مضادات الأكسدة وفيتامين C والفلافينويد والمعنثيوم وفيتامين D,B12 والكورسيتين.

كما توجد أعشاب طيبة مفيدة في هذا المجال وهي العرقسوس واللوبيليا والبوزيليا والشاي الأخضر وغيرها.

كما يوجد دور للأبر الصيدلانية في تخفيف المعاناة من الربو المزمن.

وينبغي التنوية هنا انه يجب ان يكون لديك روشتة من الطبيب لاستخدام البافار في الحالات الحادة والتوجه الى المستشفى إذا كانت التوبة غير مستجيبة للعلاج.

ويسهم وبصفتهم من دون أن يتقبل قرارات الهيئات الرياضية والإدارية والقضائية الصادرة في حقه، لأنه منزه ومعصوم والبقية كلهم خونة ومرتزقة وأعداء لمصر التي يسيء إليها كل يوم من حيث لا يدرى.

سقوط مرتضى كانت الضربة الثالثة التي تلقاها في الأيام الأخيرة بعد ضربتين قاصمتين وهما: ابعاده قسراً عن رئاسة النادي بقرار من اللجنة الأوليمبية الدولية، وسقوط ابنه أحمد في الانتخابات نفسها عن دائرة الجيزة والدقى والعجزة.

ويرى الخبراء أن أدوار مرتضى منصور قد انتهت بالنسبة للنظام، وبانت أعباؤه أكبر من فوائده، والنظام الان في طور استبداله بوجه جديدة، أو ركنه للاستعانة بهم عند الحاجة. في حين رأى آخرون أن سقوطه يؤكد النية المبيتة للانتقام من مرتضى عقب تسريباته و"تجاوزاته" لحدوده ظناً منه أنه بات أكبر من استخدموه، واستشهد هؤلاء بقرار اللجنة الأوليمبية عدم الاعتداد به رئيساً لنادي الزمالك، مما يعني عزله من منصبه.

تابع ماذا بعد سقوط مرتضى منصور ص ١٨
بعيداً عن الاجراءات، فإن بعض المتبتعين يعتبرون أن معاقبة مرتضى منصور مجرد "قرصة أذن" لإلهاء الرأي العام، سيكون لها نفس مصير عقوبات ٢٠١٨ التي تم رفعها فيما بعد من طرف وزارة الشباب والرياضة، بينما يذهب البعض الآخر إلى اعتبارها بداية مرحلة التخلص من كل الوجوه المستقرة في قطاعي الرياضة والإعلام، تحسباً لانتخابات الرئاسة المقبلة التي تقتضي تنظيف الوسط الرياضي بالخلص من مرتضى منصور بعد انتهاء مهامه الفزرة، ثم اللجوء إلى حملة تصفية لشخصيات إعلامية مشهورة شكلت صداعاً للنظام رغم مساندتها له، بعدما صارت مكرهه في الأوساط الشعبية باستفزازاتها المتكررة في منابرها، وحان وقت استبدالها بوجوه جديدة.

الأيام المقبلة كفيلة بتاكيد أو نفي كل التكهنات والتوقعات، ليقى الزمالك أكبر من أي رئيس، وتبقى مصر أكبر من كل متجر يعتقد بأنه فوق القانون حتى ولو كان رجل قانون، ونائباً في البرلمان، وطويل اللسان يتهكم على الناس

للإعلان بالجريدة اتصل على:

ahram.teeba@gmail.com

او اتصل باشرف اسكاروس (416)659-8744

NATUROPATHIC DOCTOR

الطب القديم، الحديث البديل لكيماويات العقاقير

TREATMENT FOR:

- Obesity without pharmaceuticals.
- Diabetes, and high Cholesterol
- Joint pains, back pain, headache, and Migraine
- Allergies, Respiratory illness, and the immune system
- Digestive, liver, and colon disorders
- Menopause, Osteoporosis, hormonal disorders with natural hormones
- Nutrition programs for the sick and healthy

• علاج السمنة بدون عنايب

• مرض السكر والكوليسيروول

• نظم الغذائية للأصحاء والمريض

• أمراض القولون والكبد والجهاز الهضمي

• أمراض الحساسية والمناعة والجهاز التنفس

• آلام الظهر، والمفاصل والصداع المزمن

• أمراض إنقطاع الدورة

• مشاشة الطعام بالهرمونات الطبيعية

تغطية معظم شركات التأمين

تاباسيم جندي

دكتورة الأعشاب والتغذية

ماجستير من جامعة تورونتو

TABASEEM GINDI

Doctor of Naturopathy
Master Degree U of T

16 years of experience

For appointment call:

(416) 654-1556

1366 Yonge Street # 206 (Yonge St. on St Clair subway)

TIMOTHY GINDI

LAWYER

INJURED? WE CAN HELP!

Dedicated to serving you in the following areas:

Insurance Law - Motor Vehicle Accidents, Slip and Falls, Long Term and Short Term Disability, & Property Damage
Employment Law - wrongful dismissal

I've also expanded my practice to include:

**Real Estate Law
Estates and Wills
Notary Public**

Toronto: 401 Bay St., Suite 1400, Toronto, ON

Vaughan: 4600 Highway 7, Suite 206, Vaughan, ON

Telephone No.: 416-855-4501 ext. 203

E Mail: tim@potestiolaw.com

تيم جندي

محامي

نتحدث العربية والإنجليزية

نثولى أموركم بكل امانة وندقق في اي من:

حوادث وإصابة السيارات، الانزلاق والإصابة، تعويض تلف المنازل، الفصل من

العمل، العجز عن العمل

كما اضفت لشخصي ايضا اني:

محامي في بيع وشراء المنزل والعقارات، صياغة الوصية وبيع الترکات.

