

٩ بشنس ١٧٢١ شهداء

8th. Year, Issue 188
Sunday May 17, 2015

فقال يسوع لـ تلاميذه: أنتم أنتم إلى هذا العالم،
حتى يصير الذين لا يصيرون ويصير الذين لا يصيرون.
لو كنتم معي أنا لما كانت لكم خطية
ولكن الآن تقولون إنما يصير، فخطيتكم باقية.
John 9:39,41



AL-AHRAM ELGDEED

رئيس مجلس الإدارة ورئيس التحرير د. رأفت جندي

For Advertisement

Tel: 647-823-6779

Fax: 416-654-4894

www.ahram-canada.com
ahram.teeba@gmail.com

Non-profit newspaper covers all Canada

الجُزْ الطافية: لإنقاذ جزر
المالديف من الغرق!...
٢٣

رغم كل الاعتراضات تمت
الموافقة على قانون مكافحة
الإرهاب (سي-٥١)... ١٦

التاج المُستهدف!... ٢٠

نحن لا نعرف التصفيق... ٢٠

الإنظار!!!... ٨

هل تأخذ ادويتك في زيارتك للطبيب... ١٩

تمسك بما عندك... ٦

كندا بلد الحريات... والإضرابات... ٥

اكتشاف مقر الجيش المصري في عصر

الفراعنة بسيناء... ١١

هل تعيش خارج مجتمعك... ٣



اقرأ في هذا العدد



مصر تلعب دورا رائدا وتحرر الاثيوبيين من ليبيا

عالم أحياء أمريكي: اللحى مليئة
بالميكروبات... ١٨

عصر وراء عصر تطور برلمان مصر... ٩

إذا كنت تشعر بالوحدة فاقرا هذا... ٦

ان خفت ما تقولش... ٤

محمد فهمي يرفع دعوى قضائية ضد

قناة الجزيرة بي ١٠٠ مليون دولار... ١٦

اهتمامك الاول... ٦

تصيدة الرهبان... ٢٠

كندا رقم ٢٠ في قائمة أفضل البلاد في

رعاية الأمومة والطفولة... ١٦

هاربر غير نادم بعد الانفراج عن عمر

خضر... ١٦

Right At Home Realty Inc.
Two Momeau Shepell Centre
895 Don Mills Road, Suite 112
Toronto, ON M3C 1W3

Magdy Saber Mikhael
Sales Person

Cell: 647-818-1668 Office: 416-391-3232
magdy@hotmail.ca Fax: 416-391-0319

Independent Owned and operated

We Cut Taxes Like a Diamond
Personal | Corporate | Business

Profit Explorer
Business Services

Nady Ibrahim
عضو جمعية المحاسبين بأمريكا
عضو جمعية مستشاري الضرائب بكندا

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

Guirguis Guirguis
Office: (905) 889-9330
Fax: (905) 889-5822
Direct: (647) 296-4696
Gguirguis2014@gmail.com
www.torontojoyrelaty.com

Azza Abdellnour
Office: (905) 889-9330
Fax: (905) 889-5822
direct: (416) 625-8027
azzaabd2014@gmail.com
www.torontojoyrelaty.com

8000 Yonge st
Thornhill, on L4J 1w3
شراء أو بيع محلات تجارية
شراء، بيع أو تأجير بيوت أو شقق
بيع أو شراء صيدليات، عيادات أسنان أو مباني طبية

residential Commercial Investment
Buying Selling Leasing

Profit Explorer
Accounting & Taxes

Cell: 416 903-7113
85 Culew Dr. #101, Don Mills, ON, M3A 2P8
(Lawrence & Victoria Park)

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
Africa Realty Inc.

1150 14th Ave., #208 South
Richmond Hill, ON L4B 3B8
Tel: 905-883-1988

Dr. Mervat Nawar
Family Dentist

Eglinton D. Dental Office
2811 Eglinton Ave. E.,
Scarborough, ON M1J 2E1
Tel: (416) 264-1211
Fax: (416) 264-1803

Lawrence V. Dental Office
287-1719 Lawrence Ave. E.,
Scarborough, ON M1R 2X7
Tel: (647) 748-1611
Fax: (647) 748-1711

ROYAL LePAGE
Real Estate Services Ltd., Brokerage

Hany Eitalawy R. Eng.
Sales Representative

Residential - Commercial
905-783-6080

Office: 905-625-1122
heitalawy@sympatico.ca

ROYAL HERITAGE REALTY LTD.
BROKERAGE

Heddy Barsoum
Sales Representative
cell 905.903.9311
office 905.239.4800
www.heddybarsoum.com
heddybarsoum@hotmail.com

NASERBOTRUS
Broker
www.naserbotrus.ca

Residential & Commercial E-mail: naserbotrus@rogers.com C-947.223.3074

**بيع وشراء
وايجار العقارات**

**خدمة
متميزة**

**فرص للاستثمار العقاري
شقق ممتازة في قلب تورونتو**

EDWARD YACOB
B.S.C IN CIVIL ENGINEERING
SALES REPRESENTATIVE
Cell: 416 315 0480

RIGHT AT HOME
REAL ESTATE BROKERAGE

**خدماتنا المتميزة تمتد
الى ما بعد البيع او
الشراء**

AST Accounting & Tax Services

خبرة ٢٥ عاما في مجال المحاسبة، المراجعة والضرائب

- إعداد الإقرارات الضريبية للأفراد والشركات
- إعداد الميزانية التقديرية والتعليقات المالية المتخصصة
- تسجيل كافة أنواع الشركات
- خدمات خاصة للتقارير الجند

Amir Tadros

لا نقدم خدمات مهنية نحسب بل نعتبر أنفسنا
شركاء معك في العمل

Mississauga Location 4255-Sherwoodtowne Blvd, suite# 100
Mississauga, L4Z 1Y5
Phone: 289-521-2181 Cell: 647-274-4251
www.astaccounting.ca info@astaccounting.ca

Scarborough Location 250 Bridletowne Circle
Scarborough, ON, M1W 2G8
Cell: 647-274-4251

OAKVILLE TOYOTA SCION
Free Oil change & Gas card
Used cars from only \$3000

2375 Wycroft Rd
Oakville, L6L 6L4
647 330 3054
Ed Mikhael

ترحب بالناطقة العربية

خدمات عقارية متكاملة
بيع و شراء و تأجير العقارات
السكنية و التجارية

Century 21
CENTURY21Associates Inc.

FOR ALL YOUR REAL ESTATE NEEDS

جودت بولس
Gawdat (Jimmy) Boulos

CELL: 416 737 4490
BUS: 905 279 8888
FAX: 905 361 1333

Sales Representative

E-Mail: gawdat.boulos@century21.ca
Text me at www.century21.ca/gawdat.boulos

Hany Ibrahim
Sales Representative
Dir: 647-676-1522
www.HanyIbrahim.com

HomeLife/Miracle
Realty Ltd., Brokerage
Independent, Owner & Operator
Cell: 905-454-4000
Fax: 905-453-0811
hanyibrahim@rogers.com

RE/MAX
Realty Services Inc., Brokerage
Independently Owned and Operated

Mounir Assaad
Sales Representative

4050 Milliken Drive
Mississauga, Ontario L5N 4J9
Tel: 905-858-3434
Fax: 905-454-2962
www.mounirassaad.com
mounirassaad@rogers.com

Direct: 647-272-3434

David Shenouda
Sales Representative
Bus: (905) 889-2200
Cell: (416) 844-3393
Fax: (905) 889-3322

305 Hwy#7 East, Suite 201
Thornhill, ON L3T 7T1
dshenouda@rogers.com

HomeLife/Bayview
Realty Inc., Brokerage *Independently Owned and Operated

Maged Bebawy
Real Estate Broker,
BSC Civil Engineering

Cell: 416-275-2782
Email: magedrs@gmail.com

RE/MAX
RIGHT CHOICE Inc.
Brokerage

Selling/Buying a house or business?
Dont Sell/Buy Alone!
Call the Expert

كنيسة أبو سيفين والقديسة دميانة
أوربا - نيوماركت

كل جمعة - القداس الإلهي من ٩-٨ صباحاً وأيضاً اجتماع درس الكتاب العربي من ٩-٨ مساءً بالصبغة القديسة الإلهي وعائلة من ١١:٣٠-١٢:٣٠ ويليها القداس من ١٢:٣٠-١:٣٠ تعال وانضم الآخرين

مناجاة كل أخبار الكنيسة وأنشطتها
<http://www.sphsdcchurch.ca>

عنوان الكنيسة بشكل مؤقت
Name: Christ Evangelical Lutheran Church
Address: 7 Lacey Court, Aurora, ON (East of Bathurst off Wellington)

زيارات القداس كل أيام الأسبوع يتم ترتيبها مباشرة مع القس فلويد جيل على رقم تيلفون 647-203-2696

الكنيسة تحتاج إلى خدمات لتيما
خدمة مدارس الأحد في أسرع وقت

أول كنيسة يتم تأسيسها في عهد قداسة البابا للمعظم الأنبا تواضروس الثاني كنيسة أبو سيفين والقديسة دميانة (أوربا - نيوماركت)

ن آله السماء يعطينا النجاح ونحن عبيده نقوم ونقضي .. (مت ١٢: ٢٠) وأيضاً كنت فتى والآن شفت ولم أجد صديقاً تخلي عني ولا فتية له تلتصق خبزاً (مت ٢٧: ٢٧) فقال لهم حينما أرسلتكم بلا كيس ولا مزود أو أحذية هل أعوزكم شيء؟ فقالوا لا (مت ٢٣: ٢٧) هذه هي وعود الله الصادقة لأولاده وللشأن الواضح هو القديس العظيم مار مرقس الرسول الذي دخل مصر بلا أي إمكانيات حتى الحذاء تهرأ !!! ومع ذلك ها هي كنيسة الإسكندرية العظيمة تشهد بعمل الله ... كنيسة أبو سيفين والقديسة دميانة أول كنيسة يتم تأسيسها في عهد قداسة البابا للمعظم الأنبا تواضروس الثاني

حينما أدركنا صغوبة لاهمة ومأساة شعب الله وبيته وأسوار اورشليم بكى ونوح وصلى وصام وفرر أن يقوم كل شخص ببناء السور في الجزء القريب منه ... وهو إشارة بالغة التوضيح لأهمية أن يقوم كل إنسان بما يستطيع وما هو في متناول قدراته وإمكاناته ... الثقة كاملة في مشيئة الله وإرادته في إنشاء هذه الكنيسة بل وتحديد الاسم الخاص بها .. والدعوة مقدمة لكل من تتغل قلبه بالمشاركة في وضع حجرها في كنيسة الله للقداسة ... الرب قادر أن يعوض الجميع في اورشليم السماوية .

نطلع إلى مشاركة كل المحبين لتأسيس هذا المذبح الوليد وهذه الكنيسة الجديدة، ترسل التبرعات باسم:
St. Abu Sefien and St. Demiana or ASSD Church
الكنيسة اعطي الآن تأسس ربيت لكل من يبرع لها

جورج غالي
GEORGE GHALY
ASSOCIATE BROKER

Mortgage Insurance
تأمين الرهن العقاري

LIFE
تأمين حياة

RRSP/RESP/RDSP
تأمين تقاعدي

INVESTMENT
استثمارات

RAI GRANT INSURANCE BROKERS

تأمين أعمال تجارية
سيارات عقارات بيوت

COMMERCIAL & PERSONAL
Auto Homes Buildings

Tel.: 289-815-0101

2150 Winston Park Drive Unit # 205, Oakville, ON, L6H 5V1 Fax: 289-815-0102
E-mail: gghaly@rai.grantinsurance.com
www.raigrantinsurance.com

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 السمعة بدون عقاقير
مرض السكر والكوليسترول
نظم التغذية للأصحاء والمرضى
أمراض القولون والكبد والجهاز الهضمي
أمراض الحساسية والتهانة والجهاز التنفسي
آلام الظهر والمفاصل والصداع المزمن
أعراض إنقطاع الدورة
هشاشة العظام بالهرمونات الطبيعية

تغذية معظم شركات التأمين
د/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)

Unbelievable Foreclosure Prices In Sunny Florida
"THE WORLD MOST FAMOUS BEACH"

Home Wise Realty Group

George Hanna
Broker Associate

Daytona Beach Shores, Florida
Ocean Front/River Front Condominiums, Condos & Houses
Buy & Sells in all Florida

217 Westmonte Drive, Suite 2012 • Altamonte Springs, FL 32714
Cell: 321 274 7362 • Fax: 321 256 9155
E-mail: GeorgeHannaSel@yahoo.com

الرب لا يلومك إن أخطأت
لأنه ممثلي، رحمة
يلومك إذا لم تثب..
(القديس يعقوب السروجي)

Investors Group
Ehab Nicola, CPA, CGA
Consultant

200 Yorkland Blvd., Suite 300, North York, ON M2J 5G1
Ph: (416) 491-7400 Ext. 636 Toll Free: (888) 491-7415
Fax: (416) 491-7416 Cell: (416) 539-8015
ehab.nicola@investorsgroup.com

* License Sponsored by The Great West Life Insurance Company



Mid-land Group
Realty Inc. Brokerage
9140 Leslie St. Unit 203 Richmond Hill, L4B 6A9
Tel: 905-709-4828

GEORGE ARMANIOUS
Salesperson
Cell: (416) 460-6399

السنة الثامنة ، العدد (١٨٨) - الأحد ١٧ مايو ٢٠١٥

لنا في كل ظرف، ولكن ينطبق فقط على أسلوب الشر أيا كان المجتمع الذي نعيش فيه.

د. رأفت جندي

8164gindi@rogers.com

اصابته حق كامل ولا تشوبه شائبة، بل عدم مطالبته بهذا الحق هو اضرار بأطفاله الذين يراهم، وبالتأكيد انا لا اتحدث هنا عن ادعاء الإصابة او الغش او الفبركة.

ليس كل ما قاله القديسون مناسب

هل تعيش خارج مجتمعك؟

سألنا أحدهم عن اخبار وطنه الذي يعيش فيه، فهل سيتمثل بالانبا بولا في أنه خارج المجتمع لكي يبرر لنا عدم معرفته بما يدور حوله؟



كلما زاد انغماس الجيل الاول للهجرة في أحوال بلاده التي اتى منها كلما قل تفاعله مع البيئة التي يعيش فيها، وكلما كبرت الفجوة بين الجيل الأول والجيل الثاني للهجرة، أي بين الإباء والابناء. وبالتأكيد ليست هذه دعوة لنسيان الوطن الأول ولكنها دعوة للاهتمام بالوطن الذي نعيش فيه والتأقلم عليه، وربما تكون مقولة الانبا بولا صالحة لنا أيضا في الابتعاد عن الأماكن الشريرة ولكنها ليست صالحة للابتعاد بالجملة عن المجتمع الذي نعيش فيه.

فوجئت ذات يوم وانا أتكلم مع شخص عن شيء ما انه قال لى هل هذا ما فعله الانبا انطونيوس او الانبا بولا؟

قلت لهذا الشخص وهل الانبا بولا والانبا انطونيوس هاجرا لكندا؟ فلماذا فعلت هذا؟

فهل كل ما فعله القديسون الأوائل هو مناسب لكل شخص وكل زمان في جميع الاشياء؟

فعندما زار الانبا انطونيوس الانبا بولا الذي توحد في الصحراء لسنوات طويلة لم يرى فيها انسانا، سأله الانبا بولا هل ما زالت هناك عبادة اصنام؟ وهل ما زال هناك اباطرة في العالم؟

هذا السؤال يدل على عدم معرفة بما يجري في العالم، لأن الانبا بولا اختار حياة الوحدة والخلو لمناجاة الرب الاله، أي ان الانبا بولا كان يعيش خارج المجتمع، ولكن هل هذا المثل يصلح لكل انسان منا.

بعض المهاجرين لكندا لم يتأقلموا على الحياة هنا ويعيشون خارج المجتمع بل ساعدت الساتيليت التي انتشرت في الأيام الأخيرة على ان تكون متابعتهم لأحوال بلادهم التي قدموا منها هي شغلهم الشاغل، فلو

ولقد حضرت حوارا مع قدس ابونا تادرس ملطي ونصح فيه الاباء بالابتعاد عن قراءة الكتاب المقدس باللغة العربية والاهتمام بقراءته باللغة الإنجليزية، وأضاف انا لست كارها للغة العربية بل أحبها ولكن القراءة باللغة الإنجليزية تجعلكم قادرين على محاوره اطفالكم وتعليمهم في الكتاب المقدس.

أيضا عدم معرفة عادات المجتمع وظروفه قد تدفع لإرشادات ضارة، فقد نصح شخص قيادي ذات يوم أحد رعاياه ان لا يسلك في طريق التعويض من حادث سيارة لأنه لم يتعب في هذه النقود فهي غير حلال، وهذا لأن هذا الشخص الناصح لم يدرك أيضا أن الإصابة قد تدفع بهذا المصاب لطريق العجز عن العمل، وهو قد دفع قبلها تامين إصابة فاستحقاقه للتعويض عن

HOMELIFE GOLD PACIFIC REALTY BROKERAGE
Adel Attia P. Eng
Sales Representative
647-297-9022
adela_m3a@yahoo.com
Buy - Sell - Rent

ADVERTISEMENT
ADVERTISEMENT
ADVERTISEMENT
ADVERTISEMENT

Century 21
PERCY FULTON LTD. Brokerage

NADER ZAKY, B.Sc.
sales representative
2911 Kennedy Road, Toronto, ON M1V 1S8
CELL: 416-451-2744
BUS: 416-298-8200
FAX: 416-298-6602/905-492-5672
nader_zaky@rogers.com

#67 in Canada

شاهد أكثر من 600 قناة عربية
 IPTVARAB
واجنبيه ورياضية تشمل الجزيرة الرياضية
لدينا الآن ريسفر جديد يشمل قنوات عربية واجنبيه ورياضية ودينيه يعمل بالإنترنت ولا يحتاج الي سلايت
\$ 25.00 monthly
Call HANY: 416-625-6150

موقع الاهرام الجديد
يتقدم في المشاهدة
تابعوا الاخبار اول بأول
www.ahram-canada.com

فنانه تقيم معرضا عن مآسي الحرب بسوريا



أقامت الفنانة التشكيلية السورية سارة شمة معرضا في لندن للوحات عن لأشخاص حوصروا في الحرب الدائرة في بلدها. ومعرض (الوحات حرب أهلية عالمية) يسلط الضوء على وجوه المشردين والمعتبين والقتلى. الصغار منهم والكبار. وقالت شمة لرويترز "مصدر الإلهام الرئيسي (للمعرض) هو ما

يحدث حاليا في سوريا. ويمتد في كل مكان من سوريا إلى اليمن إلى مصر إلى فرنسا وكوبنهاجن". وأضافت "هذه اللوحات هي عن القتلى. الذين وصل عددهم الآن ٢٠٠ ألف. أريد أن أعيد هؤلاء الأموات إلى الحياة. أريدكم أن تروهم وأن تروا بعيونهم". وتظهر إحدى اللوحات المعروضة شمة. وهي تربت على جمجمة بشرية. وكأنها تحنو على هؤلاء الذين ماتوا في الحرب. فيما تعبر لوحة (الجزار) عن فكرة استوحتها شمة من جزار التفتة في لبنان. وقالت: "أعتقد أن هذه الحرب تصل الآن إلى أوروبا. أعتقد أن هذه الحرب إذا لم تتوقف حاليا ستصل إليكم بطريقة ما. لذلك لا أريد أن أقول إنني متفائلة". وأضافت "أعتقد أنني واقعية. لكن لا يمكنني أن أرى شيئا يدعو للتفاؤل في المستقبل القرب". وولدت شمة في دمشق عام ١٩٧٥. وكانت واحدة من أبرز الفنانين التشكيليين السوريين قبل بدء الصراع الأهلي في مارس ٢٠١١. وفرت من سوريا مع طفلها في ٢٠١٢ بعد انفجار سيارة ملغومة أمام بيتها. وانتقلت إلى لبنان حيث أنتجت أحدث أعمالها. ولا يزال زوجها يعيش في سوريا.

RE/MAX
Crossroads Realty Inc. Brokerage

تامر يوسف
Sales Representative
I will always do, What is best for you

TAMER YOUSSEF
Sales Representative
I will always do, What is best for you

Tel: 905-782-7527
tamer.topremax@gmail.com
www.best4uhome.com

بيتك وسوق العقارات

الاستثمار فى العقارات



ناصر بطرس - خبير عقارى

يعتبر الاستثمار فى العقارات من أفضل وأمن الاستثمارات. إليك بعض الخطوات والنصائح اذا رغبت ان تستثمر فى العقارات. تحدث مع البنك لمعرفة قيمة الرهن العقارى الذى يمكنك ان تحصل عليه للاستثمار. ابحث عن العقار الذى من إيجاره تستطيع ان تغطى تكاليف الرهن العقارى والضريبة العقارية، بالإضافة الى نسبة كافية لإصلاح الأعطال المحتملة. استخدم خبير فى العقارات ليساعدك فى إيجاد العقار المناسب للاستثمار. استخدم مفتش عقارات للتأكد من حالة العقار. ابحث عن مقول جيد ليقوم بالإصلاحات المطلوبة التى قد يحتاجه العقار فى البداية او فيما بعد. استشر محاسب فى كيفية اتخاذ ملكية العقار لتوفير الضرائب على الدخل من الإيجار والربح عند بيع العقار. يمكنك استخدام شركة إدارة عقارات لتتولى عنك التعامل مع شكاوى ومشاكل المستأجرين. تجنب شراء وبيع العقار فى وقت قصير لتجنب دفع ضرائب عالية على الربح.

ارحب دائما بتساؤلاتكم ومقترحاتكم.

الأمم المتحدة تشيد بالتقدم في مكافحة الإيولا

رويترز أشاد مبعوث الأمم المتحدة الخاص بمكافحة مرض الايولا " بالتقدم الرائع" في مواجهة انتشار المرض في غرب افريقيا بعدما انخفضت الحالات الجديدة للمرة الأولى منذ منتصف العام ٢٠١٤ لكنه حذر من أن القضاء على الوباء نهائيا سيستغرق بعض الوقت.

وقال ديفيد نابارو إنه في الأسبوع المنتهي في الثالث من مايو تم الإبلاغ عن تسع حالات إصابة جديدة فقط في غينيا وعدد مماثل في سيراليون المجاورة. ولم تظهر أي حالات جديدة في ليبيريا. وتم إعلان خلو ليبيريا من الإيولا في التاسع من مايو الحالى.

إعدام وزير الدفاع بكوريا الشمالية رمياً بالرصاص "لأنه لا يحترم الزعيم"

أعلنت وكالة الاستخبارات الكورية الجنوبية يوم الأربعاء أن النظام الكوري الشمالي أعدم وزير الدفاع هيون يونج- شول رمياً برصاص مدفع مضاد للطيران، وذلك بتهمة عدم الولاء للزعيم كيم جونج-أون والتقليل من احترامه.

ونقلت وكالة "يونهاب" الكورية الجنوبية للأنباء عن نائب مدير وكالة الاستخبارات الوطنية هان كيم-بيوم قوله أمام لجنة برلمانية أن المئات من المسؤولين في النظام الكوري الشمالي حضروا عملية الإعدام التي جرت في ٣٠ إبريل.

عملاً بالمثل القائل إن قلت فلا تخف

وإن خفت فلا تقل

بقلم: مجدي ميخائيل

مروره بدون إقناع ومسائلة بالوقت الحالى.

كنت أتمنى بدلاً من القرارات الحاسمة وبدون إبداء الأسباب بمد ذلك الطريق للوحدات وكأنه الشريان المحبى الذى سينقذ مصر من الخراب الإقتصادى أن يتم التوضيح والإفادة بطريقة علمية ومستندة لخرائط وحسابات توضح لنا أنه ليس هناك بديل للإختراق المزعم وأن حجم التكلفة المادية لتفادى هذا الموقع الأثرى كبير جداً لا يمكن للدولة إحتماله ولا بديل غير إختراق تلك المنطقة الأثرية والمحمية الطبيعية وذلك الديرسواء كان معترف به أم لا.. ولا ننسى أن أغلب الجوامع والزوايا بمصر مبنية قسراً وعلى أراضى الدولة ورغماً عن أنف أى معترض وبدون إعتراف وزارة الأوقاف أو الأزهر ولكل من يخالفنى بذلك ما عليه إلا بالنظر لجامع المستشفى القبطى أو جامع شارع رمسيس بغمرة أوجامع الخلفاء الراشدين... إلخ وتلك مبنية بوسط القاهرة وليست بصحراء الفيوم

نريد توضيح عاجل لبدائل هذا الطريق وكم سيطول ذلك الطريق المزعم إنشائه إذا تفادى إختراق أراضى ذلك الدير أو تلك المنطقة الأثرية وحجم التكلفة للبديل مدعوماً بخرائط وحسابات حتى يقتنع الشعب القبطى بطريقة منطقية بتلك القرارات

أما عن رئيسنا المحترم السيسى والذى نحترمة ونريد أن نضع كامل ثقتنا فيه فنحن نذكره بوعده بإصلاح ما حرق وهدم من كنائسنا ومبانينا القبطية ونطالبه بوضع القضايا القبطية على قمة لسته المشاكل التى يجب حلها فنحن سئمنا ومللنا التأجيل والتسويق فيما أن تقى بما وعدت أو تنفض يدك من تلك القضايا ولا تعد بما لن تقى به وتدعنا نقاضى تلك الأيدى المجرمة الملوثة بحرق مبانينا ونطالب بالتعويض المادى المناسب من حصيلة مصادرة أموال الأخوان المسلمين ونختار نحن من يرمم ويعيد بناء أسقف الكنائس المهدمة بأسرع وقت ليجد الأقباط أسقف وجدران كنائس تحميهم

وتحتويهم

أيضاً نريد مراجعة تلك القوانين الظالمة والمفروضة على الأقباط فقط وما تسمى بإندراء الأديان

والواضح أنها موضوعة للأقباط فقط ولا تذكرنى بأبؤ إسلام فما هو إلا غطاء لذلك القانون الأعوج والذى تحته يتم تهديد وسجن شباب وشابات الأقباط مثل المعلمة المحترمة غصباً عن عين أى شخص دميانة عبد النور والشاب مايكل سند ألخ...

أكره أن أقول هى هي وأتمنى أن أكون مخطئ ولكن الظاهر أنها هى هى بشكل مختلف قليلاً.

فاكسات مهاجر

يرسلها: مدحت عويضة



السياسي

ما يحدث لأقباط الصعيد يعرضنا كمؤيدين لك في المهجر لإحراج شديد أرجوك نظرة لأقباط الصعيد وخصوصا في المنيا.

الشعب المصري

أزمة حمار المطار ثم سيدة المطار ثم أبو تريكة أثبتت أننا شعب ينعم بالرفاهية والدليل هيافة أزوماته.

ملك السعودية

كان المصريون في الماضي يخشون زوار الفجر أما السعوديون فأصبحوا يخشون قرارات الفجر.

أوياما

حرب اليمن فرحة لم تتم فقد أخذها تحرك الأسطول الإيراني وطار.

وزير العدل

ابن عامل النظافة قد يكون أفضل من ابن الوزير المحترم، والسياسة تحتاج لباقة في الكلام مش كلام دبش.

توكل كرمان

دلوقتي بتشكري في الجيش المصري!!! ما هو إخوانية يعني لا قيم ولا مبادئ ولا أخلاق.

ستيفن هاربر

والله انت محظوظ كاثلين وين من ناحية وغباء تريدوا من ناحية وأن شاء الله حكومة اغلبية محافظة مرة ثانية.

كاثلين وين

بتفكريني بمرسي كان غبي في قراراته زيك بالضبط.

عمر خضر

إللي فاكرين أن رجوعك انتصار ليهم الحقيقة أنت كارثة جديدة وحلت علي حزب الليبرال وربنا يكثر كوارث الليبرال يارب.

محب

وزير العدل غلط في «ابن العامل» لبس البيجاما ومحافظ المنيا حول المحافظة لمحافظة إرهاب ولسه مش لاقيين بيجاما مقاسه.

محمد أبو تريكة

حبك للكرة نصبك أميراً للقلوب وحبك للإخوان صنع منك خائن في عيون حتي الذين كانوا يحبونك.

وزير الشباب

بتقول مافيش بطالة وعندك أطفال بتقبض ٣ آلاف جنية، وأنا بسأل حضرتك وزير شباب مصر ولا بتتكلم عن جزر القمر مثلاً؟.

البرادعي

لو فعلا قولت أن مصر تمتلك أسلحة نووية يبقى حضرتك لازم ترجع مصر مش علشان تروح «طرة» لا العباسية



كندا بلد الحريات ... والإضرابات

ادوارد يعقوب

دائما ما امتدح كندا واعتبرها ارقى واحسن دولة فى العالم من حيث المستوى العام لحياة الإنسان بها. هذا رائى بعد ان قضيت على ارض كندا مايقرب من نصف عمرى للان، و ايضا بعد تجربة مريرة للحياة فى النصف الأول من عمرى على ارض موطنى الأصلي مصر. ولكن الإنسان هو الإنسان بطبيعته البشرية مهما وجد على اى ارض سواء دولة متقدمة غنية مثل كندا او فقيرة متخلفة مثل مصر. وسأناقش الموضوع من منطلق ما اسميه بعبادة الأصنام. جاء فى الوصية الأولى من الوصايا العشر: "لا يكن لك آلهة أخرى امامى. لا تصنع لك تمثالا منحوتا..ولا تعبد". بالطبع المقصود بتطبيق هذه الوصية فى عصرنا هذا، هو الآله المعنوى مثل المال اذا وصل فى تقديسه بان يقدمه الإنسان على اى شئ أخر وكذلك تقديس الإنسان للإنسان الى درجة العبادة وتقديمه ايضا على اى شئ أخر وهو ما يفعله البعض بالنسبة لرجال الدين حيث يقدمون لهم ولاء الطاعة العمياء التى تصل الى حد كسر وصايا الله وخصوصا التى تنادى بانه "ينبغى ان يطاع الله اكثر من الناس". قد تتحول الحرية الغير منضبطة الى صنم، وهذا مانراه فى الاضرابات التى ابتليت بها المجتمعات الغربية. درست عن احد اساتذتى الكنديين فى الاقتصادعند تحليله للعوامل التى تساهم فى اضعاف اقتصاد الدول الغربية المتقدمة وكان اولها الاضرابات التى تنظمها من وقت الى آخر الاتحادات العمالية بل انه وصف هذه الاتحادات بمعول يحاول الهدم لا بناء وتنمية اقتصاد الدولة وخصوصا كندا. والذى حفزنى للكتابة فى هذا الموضوع الآن رغم انه مر على اتمام دراستى فى مجال العلوم الادارية فى كندا ما يقرب من الثلاثين عاما ان احد ابنائى وهو فى المرحلة الثانوية هنا فى كندا متعطل عن الدراسة منذ ٣ اسابيع بسبب اضراب مدرسى المدارس الثانوي العامة فى منطقتنا والذى قرره اتحادهم العمالى. وتصوروا كم الأذى الذى لحق ومازال يلحق بهؤلاء التلاميذ وهم فى مستقبل العمر وتأثيره السئ على تحصيلهم الدراسى خصوصا الذين ينون تكملة تعليمهم الاكاديمى فى الجامعات. قبل ان نغوص فى هذا الموضوع الشائك بالنسبة الى البعض ساعطى فكرة عن تاريخ اتحادات العمال فى العالم. نشأت الحركة النقابية العمالية كرد فعل لما كان يعانىة العمال من استغلال اصحاب الأعمال لهم وخصوصا فى عصر النهضة

الأوربي وقيام الصناعات التى تعتمد على الميكنة والآلة بدلا من الصناعات اليدوية، حيث تعرض العمال فى ذلك الوقت لظلم شديد من حيث ضعف الأجور و اهمال اماكن العمل من الناحية الصحية وسلامة العامل وكذلك انخفاض الرعاية الصحية اذا مرض العامل و عدم وجود التكافل الاجتماعى فى حال عجزه عن العمل مما دعى الى تكتل العمال معا الذى بدا فى انجلترا حيث جائت فكرة الاضراب الجماعى عن العمل حتى تجاب مطالبهم العادلة فى ذلك الوقت. انى لأتعجب الآن...فماحاجة العمال او المهنيين فى الدول المتقدمة الى تلك الاتحادات العمالية؟! توجد الآن فى كل المجتمعات الغربية المتقدمة القوانين التى تحمى حقوق العمال مثل تحديد الأجر الأدنى و التأمين الصحى وتأمين البطالة والعجز وصناديق المعاشات والتى يجبر على تطبيقها اصحاب الأعمال. ولكن بحكم التعود خلال قرون من العمل النقابى اصبح ما يسمى بحقوق العمال صنما مقدسا لا يجوز انتقاده او المطالبة بالغائة بل اصبح يضر بأقتصاد الدولة ويعطى العمال او المهنيين الذين يكونون اتحادا عماليا ميزات واوضاعا متميزة عن باقى العاملين مما اخل بمبدأ تكافئ الفرص الذى يعتبر احد القيم الأساسية الذى تأسست عليه المجتمعات الغربية المتقدمة بل اكثر من ذلك اصبح نوعا من الأرهاب المقنع تحت شعارات فقدت معناها فى عصر قوانين حقوق الإنسان المتقدمة جدا فى المجتمعات الغربية. ورغم الدراسات العديدة الأكاديمية والبحوث الميدانية التى اثبتت ضرر هذه الاتحادات على باقى قنات الشعب الأخرى وما تسببة الاضرابات من خسائر واذى للدولة الا ان معظم الساسه ورغم سقف الحريات العالى لا يجرؤن على انتقاد الحركة النقابية عامة خوفا من الغوغاء الذين قد يتهمونهم بمعاودة الحقوق العمالية وان يفقدوا دعم الغالبية لهم. ولذلك اقول ان المد النقابى اصبح احد الأصنام التى تقدسها الأغلبية وايضا الساسة، ويطاح بمن يجرؤ على قول كلمة حق قد تعدد مضارها. واعتقد ايضا ان الاضرابات اصبحت اداة للابتزاز، تبتز بها النقابات من خلال الاضرابات باقى قنات المجتمع للحصول على مكاسب فنوية انانية دون مراعاة لما قد تسببة للاخرين ولأقتصاد الدولة من اضرار جسيمة. ويسمح القانون لاي تجمع عمالى يزيد عدد افرادة عن عدد محدد بالقانون ان يكونون اتحادا عماليا يمثلته مجلس ينتخب من هؤلاء

العمال او المهنيين يكون له ميزانية وأموال تجمع على شكل مبلغ مالى محدد يدفعه اجباريا العامل ويخصم من مرتبة كل مرة يصرف فيها مرتبه. و يفوضه هؤلاء العمال للتفاوض مع جهة العمل التى تشغل هؤلاء العمال لصالح العمال كاهم. وهناك اتفاقيات تعقد بين ممثلى اتحاد العمال ووجهة العمل التى تعطيهم اجورهم وتكون لعدد من السنين يحدده القانون وعند انتهاء مدة العقد، وقبل تجديده، يتقدم مجلس اتحاد العمال بطلبات اخرى اهمها رفع الأجور واحيانا طلباته تكون مبالغ فيها واذا لم تستجب جهة العمل لمطالبهم يحددون لها فترة زمنية قصيره اذا لم تتجاوب خلالها معهم فانهم يضربون عن العمل الى ان تتحقق مطالبهم. وقد تكلمت مع الكثيرين من العمال والمهنيين ذو الاتحادات العمالية و الذين لا يعجبهم هذا النظام وينتقدونه فيما بينهم ويودون ان يتخلصوا منهم ومن اعبائهم المالية، ولكنهم يخافون الافصاح بذلك لان من لا يطيع قرارات مجلس نقابته قد يتعرض للفصل وفقدان وظيفته! اليس هذا اربابا؟. ومثالا لذلك ومن اغرب ما سمعت من بعض الأطباء هنا فى كندا انهم فى بعض الاحيان لا يستطيعون ممارسة سلطتهم فى اعطاء تعليمات للممرضات و التى قد تقتضيها مصلحة المريض لان نقابة الممرضات لها من القوة بحيث يمكنها الوقوف بجانب اى ممرضة ومساندتها ضد الطبيب حتى اذا كانت الممرضة مخطئة. وساحكى لكم خبرتى الشخصية: منذ حوالى سنتين ونصف تعرض والدى الى ازمة صحية، وكان قد انتقل قبلها باربعة شهور الى بيت للمسنين، كان ابى بصحة جيدة ووعى كامل بل ذاكرة وتفكير أكثر من جيد ولا يعانى من اى مرض مزمن وكان يتمتع بمناعة عالية للأمراض ولكنه اصيب بدور برد عادى ونتيجة لأهمال دكتور بيت المسنين فى التواجد بانتظام لمتابعة حالته وتشخيصها التشخيص السليم وعدم عرضة على اخصائى امراض الرئة رغم تفاقم حالته وايضا اهمال الممرضات هناك، بالإضافة الى انه كان من النوع الذى يتحمل ولا يشتكى كثيرا فقد ظل لشهور يعانى من الكحه و أعراض البرد الأخرى. وفى يوم تعرض لالام مبرحة نتيجة لفقر قديم وبعد الحاح منا لنقله الى المستشفى الذى كان يتطلب تصريح من طبيب بيت المسنين ومحاولة الممرضة المسؤولة لاكثر من خمس ساعات الاتصال بالطبيب و الذى رد اخيرا على الممرضة وسمح بنقله الى المستشفى وفى قسم الطوارئ اكتشف الطبيب المسئول هناك انه مصاب بالتهاب رئوى حاد (عرفنا فيما بعد انه كانت هناك حالات التهاب رئوى فى دار المسنين وتكتم المسئولين عنها وجود هذه الحالات لأسباب تحتاج الى شرح طويل ومقالة اخرى باكملها) وان الفقر يستدعى اجراء جراحة سريعة هى فى مجملها تعتبر بسيطة ولكن المشكلة فى التخدير الذى هو خطر على

شال أبونا عبد المسيح المناهري في تورنتو ٢٠-٢٥ مايو
الأهرام الكندي: "شال" أبونا عبد المسيح المناهري سيكون
بمدينة تورنتو في الفترة من ٠٢ مايو وحتى ٢٥ مايو.

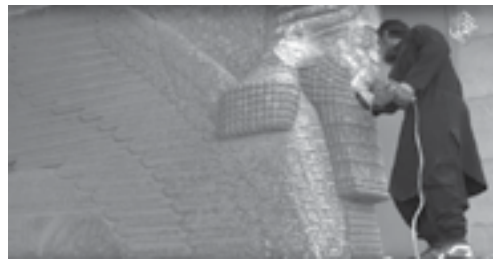


من يريد أخذ بركة الشال عليه بالاتصال بالاستاذ ناصر
حكيم للترتيب معه علي تليفون 4168878871

عناصر وهم يهدمون بجرافة مدينة نمرود الآشورية في شمال العراق. وقالت بوكوفا إن «نهب وتدمير المواقع الأثرية بلغ مدى غير مسبوق». وتابعت «إن هذا (التدمير) يستخدم كتكتيك في حرب تستهدف إرهاب السكان. إنها جريمة حرب». وحذر وزير الآثار المصري، محمود الدماطي، كذلك من الخطر الذي يهدد آثار المنطقة. وقال إن «المنطقة تواجه تحدي التدمير المباشر وغير المباشر للآثار والتراث الإنساني». وأضاف «هناك محاولة لتدمير التراث الإنساني، سواء كان ذلك في العراق أو ليبيا أو اليمن أو مصر». ويشارك مسؤولون من وزارات الخارجية والآثار في ١١ دولة عربية، من بينها السعودية والعراق وليبيا والكويت والسودان في هذا المؤتمر.

وقالت ديبوره لير، وهي رئيسة تحالف للأثريين تم تشكيله للتصدي لتدمير الآثار، إن هذا المؤتمر جهد من أجل «مكافحة هؤلاء الذين يأخذون منا تاريخنا المشترك». وأوضحت أن الهدف من المؤتمر هو «توحيد الجهود لإيجاد حل (للمواجهة) هذا الخطر».

اليونيسكو: تدمير الآثار في الشرق الأوسط غير مسبوق



حذرت المديرية العامة لمنظمة الأمم المتحدة للتربية والعلوم والثقافة (اليونسكو)، إيرينا بوكوفا، من أن تدمير المتطرفين للمواقع الأثرية في الشرق الأوسط بلغ «مدى غير مسبوق»، ودعت إلى جهود دولية لحماية الآثار في المنطقة. وكانت بوكوفا تتحدث في افتتاح مؤتمر تستضيفه مصر على مدى يومين ويعقد في ظل غضب دولي واسع بعد أن بث تنظيم داعش الشهر الماضي فيديو يظهر فيه

قرأت لك

نجوى غالى

إذا كنت تشعر بالوحدة فأقرأ هذا

By LYSA TERKEURST



جلوسي بمفردي هو من الرب ليهيئني لمهمة قادمة، وهذا ما أعتقد، هل كنت يا صديقي في هذا الوضع من قبل؟ الحقيقة إنني لم أكن في هذا الوضع فقط أثناء حفلة العشاء بل لقد قضيت فترة من حياتي هكذا كنت محاطة بالناس وأشعر بانني وحيدة تماما ولهذا أريد إن أقدم لك ثلاثة من الأفكار التي تشجعك حين تشعر بالوحدة والانعزال ،

- ١- انظر إلي هبة التواضع التي أعطيت لك فمع التواضع تأتي الحكمة التي تحتاجها في كل وقت
- ٢- انظر إلي هبة الانفراد التي تخلق في نفسك الإحساس بالرحمة للغرباء والمطرودين والذين ليس لهم احد وصدقي إنني الآن عندما اذهب إلي اجتماع ابحث عن الشخص الذي يجلس وحيدا وتأكد انه يعلم إنني لاحظته ،
- ٣- انظر إلي هبة السكون والصمت التي قد يفقدها الكثير من الناس والتي أحاول أنا الآن أن اجد لها مساحة اكبر في حياتي حتي استمع لصوت الله داخلي ، إنني اعرف كم هو مؤلم إن تكون وحيدا واعرف الأفكار التي تدور داخلك وتشعرك بانك غير مرغوب فيه ولكن عندما تصلي للرب لينزعها عنك فسوف تري شيء عجيب يحدث وستعرف ما يعده الله لك من خلال هذا

حان الوقت أن نحترس من الثعالب الصغيره المفسده للكروم» نش ٥١:٢٠؟

لقد كانت مشكلة أسقف فيلادلفيا- كما يقول القس انطونيوس فكري- أنه كان ينظر لمشاكل الخدمه الكثيره فيصاب بحالة يأس. والمسيح يشير على ملاك الكنيسه أن ينظر إلى السماء ويتأمل في المسيح القدوس كما يفعل الملائكه فيفتح الله عينيه ويرى ألحق عنده فلا ييأس بل يمتليء بالروح القدس فتكون كل خدمته وبالتالي قراراته متماشيه مع أرادة الله وليست من ذاته

أيها الأبناء لا يُخفى على فِطْنِكُمْ أن كلمة فيلادلفيا معناها محبة الأخوه ونحن بكل المحبه وكل الاحترام نكتب اليكم أنتم الذين تقودون مسيرة الكنيسه الاورثوذكسيه المستقيمه الراي والثابته في الطريق المستقيم ،التي أوتمنتم على تراثها القيم العريق في القِدَم نرجوكم أن «لا تنقلوا التخم القديم الذي وضعه اباؤكم و اباؤنا»(أم ٨٢:٢٢) بل بالاحرى نرجوكم أن تعلمونا كيف نتمسك بما عندنا.

دارت براسي الكثير من الأفكار تجاه اجتماع العشاء الذي دعيت إليه والذي يضم مديرون وقادة وتطلعت إلي حضوره متوقعة قضاء وقت ممتع والتعرف علي أشخاص جدد قد يعجبون بي وقد ارتبطت بصداقه معهم خصوصا اذا كان الحديث مبهج ومريح ،وعندما دخلت إلي قاعة الاجتماعات وجدت الناس الذين كنت متحمسة للقائهم يجلسون حول مائدة وضع عليها كروت بأسمائهم ، وأخذت ابحث عن اسمي حتي وصلت لأخر كرسي في المائدة دون إن أجده ، فدرت في القاعة ابحث عن مكاني وشعرت بحزن داخلي بانني ليس لي مكان هنا ، وفي احد جوانب القاعة وجدت اسمي موضوع علي مائدة لعشرة أشخاص ، وقلت لنفسي لابد إن للرب خطة في إن يجعلني اجلس مع هؤلاء الافراد وليس مع الآخرين ، وانتظرت حضور المرافقين لي علي المائدة وانتظرت وبدأت اشعر بالعصبية وبعد إن بدا تقديم الطعام لم يحضر احد ممن سيجلسون معي لسبب ما ، ولذا فقد جلست بمفردي وحيدة جدا ، واعتقد إن لا أحدا ممن حولي لاحظ وجودي ، فالجميع كانوا مشغولين بتناول السلطة وتبادل الخبز ، وبدأت اشفق علي نفسي وقلت لنفسي (هل تريدين قطعة من الخبز ؟ أو ربما ١٠ قطع من الخبز؟)، وأقلقتني فكري بسؤال هل كوني جالسة بمفردي في ركن من القاعة يعني إنني مرفوضة من الجميع؟ طبعاً هذا ما يريد عدو الخير إن يشعرنى به، وهو يريدني إن اشعر بعدم الأمان وانسي أن

من أبناء النور في جيلهم» «لوقا ٦١. فلن يجدينا نفعا تفسير احداث الكتاب المقدس وتعاليم الأباء بطريقه خاصه خلافاً لما توارثناه فنبتهد نسمع بعدم إنشقاق البحر الأحمر و نتجادل حول وجود الملاك الحارس من عنده. كما نبداً بان نترك التواضع الذي هو من أساسيات الحياه الروحيه ونبدأ في ألمغالاه في القابنا التي نطلقها على بعضنا البعض فما أكثر الألقاب التي نغفُها على من نحب بلا حساب فهذا نسر وذاك أسد حتى وصل الأمر إلى درجة أن يُلقب أحد الأباء بكروان الكنيسه. و دعوني أتساءل- بدون أي نيه للسخرية فهي ليست من طبعي على الاطلاق كما إن الأمر لا يحتمل بل هو جد خطير- ماذا أن كان أحد الأباء ذو مظهر جميل،هل سنطلق عليه وسيم ألكنيسه؟ أو اذا كان قوى البنيه،هل سنسميه بطل كمال أجسام الكنيسه؟ أيها الساده لقد كان السيد المسيح «كخروف صامت» (أعمال الرسل ٨ : ٢٣).والروح القدس دائماً ما يُصَوّر في شكل حمامه وهما دليل الوداعه والتواضع فمن أين أتينا بكل هذه الألقاب. وهل لازلنا متمسكين بما عندنا أم أن نفقده شيئاً فشيئاً ؟ أما

اهتمامك الاول

د. روز غطاس

يعتني بنا، لكن عزيزي هل هذه دعوة للتوكل ام الاتكال الكلي علي من صنعني وصنع السموات والارض؟ هل يشغل تفكيرك ومحور اهتماماتك وحديثك: ماذا ناكل ماذا البس او اين اسكن... حتي انك لا تنام الليل من كثرة التفكير؟ ارجع الي الوصية الاولى وهي: تحب الرب الهك واحفظ حقوقه وفرائضه ووصاياہ كل ايام حياتك وتحب قريبك كنفسك. اعتقد انها وصية صعبة ولكن الرب يسوع وضع متسائلاً كيف يمكنك ان تحب الرب الاله الذي لا تراه وفي ذات الوقت تبغض اخوك الذي تعيش معه؟ (الموعظة علي الجبل في متي ٥ ، ٦ ، ٧ ورسالة يوحنا الاولى ٢ : ١١)، لذلك عمل البعض علي انكار وجود الرب الإله حتي لا ينجس عليه ضميره العيشة وبالتالي يبغض ويدين ويكيل لأخاه بكل حرية بدون رقيب او مراجع. ويشدد بولس الرسول (فيلبي ٤ : ٢) علي اننا ينبغي ان نهتم اهتماما واحدا بعضنا نحو بعض ونفكر فكرا واحدا بجمعنا فيه المسيح يسوع وعمله الكفاري علي الصليب. اهتموا بما فوق لا علي الارض (رسالة كولوسي ٣ : ٢)، لذلك دعنا نهتم بما للرب يكفي اليوم شره.

الخمسین مثلاً، واهتمامات الأب تختلف عن رجل الاعمال او أستاذ الجامعة.بالمثل مع فارق التشبيه الرب الاله اهتمامه وشغله الشاغل هو الانسان. فهو الذي قال: لذاتي مع بني آدم (امثال ٨ : ٣١). فقد خلقه ليبنى ويعمر الارض ويسمي الحيوانات ويعيش في علاقة وعشرة معه مستمتعاً بالحديث والحوار (تكوين ١-٣). كذلك اهتمام المسيح الاول هو تنميم خطة الخلاص والفداء وموت الصليب (متي ٢٦ : ٣٩). وعندما قال الرب في وصيته: تحب الرب الهك من كل قلبك وفكرك وقدرتك وقريبك كنفسك، كان يركز علي ان اهتمامك كإنسان يجب ان يكون لما يريده الرب اولا ومن حولك ثانياً(تنثية ١٠ : ١٢). فالرب يريد خير ونماء وبنیان الانسان هذه اهتماماته الأولى فقد صنع له كل شيء حسناً جدا منذ البداية ولكن الانسان اهتماماته ودوافعه اختلفت واختلت ففقد توازنه وبعد عن الرب الاله وعن اقواله وصرخ في وجهه: ابعد عني وبمعرفة طررك لا أسر. وبالتالي زأغوا وفسدوا وأعوزهم مجد الرب الاله (رومية ٣ : ١٢). ويركز الرب يسوع في اغلب احاديثه علي انه لا ينبغي ان نهتم او نقلق من اجل الاكل او الشرب او اللبس او اهتمامات الجسد لان الرب



تتعدد الأسباب والموت واحد واجد وارد، ولكن نتسأل ما هو الاهتمام الاول؟ فالأم التي وضعت طفلاً منذ دقائق معدودة يكون اهتمامها الاول وشغلها الشاغل هو وليدها؛ وتلميذ المدرسة اهتمامه الاول واجباته ودراسته وتقوّه ودرجاته؛ والخطيب محبوبته والعامل مصنعه والزارع حقله والفلاح بقرته؛ والطبيب ابائته ومرضاه، والمصري القديم كان اهتمامه الاوحد وشغله الشاغل الاول هو الموت ، لذلك دُنب علي بناء المعابد والمقابر وتحنيط الجثة وكنز مقننيات الفرد معه بالمقبرة حتي لا يتعب بعد رحلته في العالم الآخر فيجد كل شيء يساعده علي استرجاع كل ما كان اثناء رحلة حياته علي عكس الروماني الذي بني القصور والحدايق وتفنن في السلاح وعتاد الحرب الذي كان كل اهتماماته الارضية بالملذات والحياة الدنيوية الوقتية حيث ان ما بعد الموت غامض بالنسبة له فلا داعي ان يشغل تفكيره فاصبح شعاره: انا القوة ودعني اعيش اللحظة. فالاهتمام يختلف من فترة لأخري ومن موقف لآخر؛ فاهتمامات فتاة التاسعة عشر تختلف عن اهتمامات امرأة

«تمسك بما عندك»

بقلم سمير جرجس

التي تُحوّم حول الأجساد الضعيفه المُنهكة منتظره لحظة وقوع هذه الأجساد كيما تنتقض عليها لتُمزقها... ففي الفتره الأحيـره توالـت علينا الأخبار المُقلّقه مِن قائل بتغيير ميعاد الأعياد في أرض المهجر وآخر يقول بازالة كلمة «قبطيه» من أسم كنيستنا واستبدالها بكلمة «امريكيه».... واكثرُ ما يُفرّغنِي ويُقْضِ مضْجَعِي هو أحـساسِي الغامض إن هذا الأمر ليس وليدُ المصادفـه بل هو أمرٌ مخطـط و مُدبّرٌ بأحكام شديد لتمزيق هذا الجسد الواحد بل أنه فُخٌ مِن فِخاخ الصياد والذي - كالعاده الشمطاء في كل القَصَص - تقعُ فيه الحماـنم بكل بساطـه فقد تعودنا على القبول بكل شي كأن أعمال الفكر خطيئـه تستوجب التوبه وابتعدنا عن طريق الحكمة-التي لن أمل من التنبيه لخطورة افتقادها- لذلك أحسست أن هذا الشعار قد أرسله الله لنا في وقته تماماً لكي ينبهنا إلى الفخاخ التي تُنصّب لنا لنترك التمسك بما هو عندنا. وما هو عندنا أيها الساده ليس ألا شيئين فقط على جانب عظيم من الاهميه بل انهما يُشكّلان المَحور الذي تدور في فلكه كُل حياتنا لاننا لا نملك سواهما الا وهما الكتاب المقدس وُثْراتُ الأباء . الكتاب المقدس بآياتِه يرسم لنا طريق الخلاص وُثْراتُ الأباء بروحياته وطقوسه يوضح لنا كيفية وقانونية السير في هذا الطريق وما هي العلامات والمحطات المميزه لهذا الطريق.فما الذي يحدث لنا الآن

التي تُحوّم حول الأجساد الضعيفه المُنهكة منتظره لحظة وقوع هذه الأجساد كيما تنتقض عليها لتُمزقها... ففي الفتره الأحيـره توالـت علينا الأخبار المُقلّقه مِن قائل بتغيير ميعاد الأعياد في أرض المهجر وآخر يقول بازالة كلمة «قبطيه» من أسم كنيستنا واستبدالها بكلمة «امريكيه».... واكثرُ ما يُفرّغنِي ويُقْضِ مضْجَعِي هو أحـساسِي الغامض إن هذا الأمر ليس وليدُ المصادفـه بل هو أمرٌ مخطـط و مُدبّرٌ بأحكام شديد لتمزيق هذا الجسد الواحد بل أنه فُخٌ مِن فِخاخ الصياد والذي - كالعاده الشمطاء في كل القَصَص - تقعُ فيه الحماـنم بكل بساطـه فقد تعودنا على القبول بكل شي كأن أعمال الفكر خطيئـه تستوجب التوبه وابتعدنا عن طريق الحكمة-التي لن أمل من التنبيه لخطورة افتقادها- لذلك أحسست أن هذا الشعار قد أرسله الله لنا في وقته تماماً لكي ينبهنا إلى الفخاخ التي تُنصّب لنا لنترك التمسك بما هو عندنا. وما هو عندنا أيها الساده ليس ألا شيئين فقط على جانب عظيم من الاهميه بل انهما يُشكّلان المَحور الذي تدور في فلكه كُل حياتنا لاننا لا نملك سواهما الا وهما الكتاب المقدس وُثْراتُ الأباء . الكتاب المقدس بآياتِه يرسم لنا طريق الخلاص وُثْراتُ الأباء بروحياته وطقوسه يوضح لنا كيفية وقانونية السير في هذا الطريق وما هي العلامات والمحطات المميزه لهذا الطريق.فما الذي يحدث لنا الآن



«تمسك بما عندك» هو شعار مهرجان الكرازة لهذا العام ٥١٠٢ وهذا الشعار مأخوذ من سفر الرؤيا الأصحاح الثالث والأيه تقول: «هَـا أَنَا آتِي سَرِيعًا. تَمَسَّكْ بِمَا عِنْدَكَ لِئَلَّا يَأْخُذَ أَحَدٌ إِكْلِيلَكَ». وفيها يوصي الله القديس يوحنا أن يكتب هذا إلى ملاك الكنيسة التي في فيلادلفيا وقد مدح الرب خادمها لحفظ وصاية فهو انسان صالح لكن لسبب ما فقد كان ذا قوه يسيره والكنيسة التي في فيلادلفيا كانت قد اتسمت- كما يقول القمص تادرس يعقوب- بالتراخي في العمل وضعف الجهاد لذلك أرسل الله لها هذه الكلمات للتحذير والتشجيع والتحفيز لهم حتى يكونوا أمناء في خدمتهم و في هذه الرساله يقدم الله نفسه على إنه ألحق حتى تترك هذه الكنيسه تراخيها لتسلك طريق ألحق»وَاُكْتُبْ إِلَى مَلَاكِ الْكَنِيسَةِ الَّتِي فِي فِيلَادَلْفِيَا: هَذَا يَقُولُهُ الْقُدُّوسُ الْحَقُّ، الَّذِي لَهُ مِفْتَاحُ دَاوُدَ، الَّذِي يَفْتَحُ وَلَا أَحَدٌ يُغْلِقُ، وَيُغْلِقُ وَلَا أَحَدٌ يَفْتَحُ:». وما احوجنا في هذه الأوقات إلى التَمَسُّك بشعار «تمسك بما عندك». لان ثمة أمرٌ غريب يحدث الآن في حياتنا ... لست أدري ما هو كنههُ... لكن جل ما أدريه انه لا يدعو للتفوق على الاطلاق.....بل بالعكس فهو أمرٌ مُحيرٌ،مُحزنٌ،مُقيضٌ...شئٌ غير مفهوم يُحوّم في الهواء كما النسور



CENTUM
A1 Financial Inc.
Lic # 12212

MORTGAGES

Adel Ibrahim
Bus: 519-442-5588
Cell: 647-933-3800
adel_ibrahim@centum.ca
www.centum.ca/a1

2.59 % Fixed 5 Yr
2.15 % Variable 5 Yr

Office is Independently Owned and Operated



Nova Pharmacy

**Morteza Nasr
&
Ottavio Tulini**
Pharmacist

1674 Dufferin Street, Toronto
Tel: 416-901-7587
Fax: 416-901-7687

SUCCESS
IS
THE
PROGRESSIVE
REALIZATION
OF
worthwhile
GOALS
&
DREAMS

LOOKING TO BUY OR SELL YOUR HOME? DO YOU WANT A BIGGER HOME OR IS IT TIME TO DOWNSIZE?

GREAT BONUS
WHEN YOU LIST ON
MLS WITH JOANNA
SAVE
4% OFF
the typical MLS commission fees
when I represent the Buyer
and the Seller in a transaction
for the same property

Cell: (416) 804-6793 (24/7)
Tel: 1877 685 7888
Office: (416) 391-3232
e-mail: jlbishay@trebnet.com

www.RightAtHomeRealty.com

مفاجأة كبرى
عندما تعلن للبيع
على الـ MLS مع جونا
وفر ٤٪
من عمولة بيع العقار عندما أمثلك
ويكون المشتري أيضاً من طرفي

JOANNA BISHAY, Broker, B.Sc. Business

RIGHT AT HOME
REALTY

This is not intended to solicit properties currently listed for sale

VISION ACCOUNTING & TAX SERVICE

- Financial Statement Preparation
- Bookkeeping & Accounting Services
- Personal & Corporate Income Tax
- Payroll Services
- Business Plan, Registration and incorporation
- HST, EHT & WSIB

**خدمات المحاسبة والضرائب
للأفراد والشركات
جميع أنواع الاستشارات المالية**

**أساسك الدفاتر
ضرائب الدخل للأفراد والشركات
تسجيل الشركات وعمل المرتبات**

خبرة أكثر من ٢٠ عاماً

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

للاعلان بالجريدة اتصل على:
647 823- 6779/ahram.teeba@gmail.com

**دراسة: القهوة والشاي الأخضر
يخفضان خطر الموت بنسبة ١٥٪**

وكالات تبين ان تناول القهوة يومياً يخفض خطر موت متوسطي العمر والمسنين بنسبة تزيد على ١٥ بالمائة. جاء هذا في التقرير الذي نشره المركز الوطني الياباني للأمراض السرطانية، استناداً الى نتائج الدراسات التي اشترك فيها أكثر من ٩٠ ألف شخص، اعمارهم بين ٤٠ و ٦٩ سنة. طلب الباحثون من المشتركين في الدراسة املاء استمارة تتضمن معلومات عن نوع الأغذية التي يتناولونها يومياً. بعد ذلك قارن الخبراء هذه المعلومات مع احصائيات الوفيات خلال ١٩ سنة. استنتج الباحثون من نتائج عملهم هذا أن الذين يتناولون يومياً ٢-١ فنجان من القهوة يخفض خطر موتهم قريبا بنسبة ١٥ بالمائة، في حين ينخفض هذا المؤشر بنسبة ٢٤ بالمائة عند الذين يتناولون ٣-٤ فناجين يومياً. ويتميز الشاي الأخضر بنفس الخواص، حيث ان تناول ٥ أكواب منه يومياً بصورة منتظمة يخفض هذه النسبة عند الرجال الى ١٣ بالمائة، وعند النساء الى ١٧ بالمائة. وحسب قول البروفيسور مانامي اينوا من جامعة طوكيو، فإن آلية التأثير الايجابي للقهوة والشاي الأخضر في جسم الإنسان لم تدرس بصورة نهائية حتى الآن، ولكن يمكن القول ان الدور الفعال يعود الى مادة الكافيين الموجودة في القهوة والشاي الأخضر.



SREBROLOW • LEBOWITZ • SPADAFORA
SLS
PROFESSIONAL CORPORATION
PERSONAL INJURY & EMPLOYMENT LAWYERS

SREBROLOW LEBOWITZ SPADAFORA
INJURY AND EMPLOYMENT LAWYERS
439 UNIVERSITY AVENUE, 12th FLOOR, TORONTO
ONTARIO, M5G 1Y8

INJURED? WE CAN HELP!
YOU DON'T HAVE TO PAY UNLESS WE GET YOU MONEY!

Our team of experienced lawyers can help you with:

- Car Accidents
- Slip and Falls
- Disability Claims
 - (Short Term and Long Term Disability; CPP)
- Wrongful Dismissals

We can also Help with Criminal Law Matters and Traffic Tickets

مختصون في:
- حوادث السيارات
- حوادث الانزلاق
- الإصابات طويلة وقصيرة المدى
- الفصل من العمل

ونساعدكم أيضاً في الأمور الجنائية ومخالفات المرور



FOR A FREE CONSULTATION IN ARABIC OR ENGLISH, PLEASE CALL
Timothy Gindi
(416) 351-9222 Ext. 2262

للاستشارة باللغة العربية اتصل بـ : تيم جندي



نفسى اشوف فيكى امل

احلام فانوس
وينيچ - مانيٽوبا

من زمان ومعظم المتفوقين كنوا على بلاد بره امثال طبيب القلب العظيم «مجدى يعقوب» والمهندس النابغ «هانى عازر» وغيرهم وغيرهم من اكفاء لم يلاقوا اى تقدير فى وطنهم الام وحققوا كل النجاحات بعيدا عن احضان الوطن. ومع ذلك نجدهم يسارعون بمد يدى العون لهذا الوطن ببناء المستشفيات وتقديم الخدمات والمشورات وكل معونه يحتاجها هذا الوطن. الحقيقه احنا كمهاجرين نتمتع بكافة الحريات ولا نسال عن وظائفنا وطبيعه عملنا بل من العيب وغير اللائق ان تسال احدا عن طبيعة عمله او عن دينه. الشئ الجميل هنا هو اننا بداننا بالفعل نحترم الآخرين بصرف النظر عن طبيعة عملهم وارجو ان يكون هذا هو فعلا تفكيرنا جميعا ولا داعى لنظرة التعالى والعنجهيه او العنصريه التى جعلتنا او جعلت معظمنا يتر ك بلده ويهاجر. دعونا ننظر مع الى مهنة تلاميذ السيد المسيح وقد كان معظمهم صيادين سمك. وكان السيد المسيح نفسه يساعد القديس يوسف النجار فى مهنة النجاره. لا اقصد طموحهم ويشغلوا بحرف بسيطه ولكن اقصد وادعوا لاحترام هذه الحرف. ونفسى يامصر اغمض عيني وافتحها اشوف ان الاقاله دى حقيقته لشخص تعالى على الآخرين اولم يحترم تعبهم وشقايم من اجل لقمة العيش. ودعونى احكى لكم عن تجربه شخصيه لشخص كنت اراه فى مصر يعمل بحرفه يدويه مع انه حاصل على شهاده جامعيه ولكنه ورث هذ المحل عن ابيه وكان لا يجد غضاضه فى العمل بيديه فى هذا المحل وكنت كلما ذهبت الى هذا المحل اراه يعمل واضعا الانجيل بجانبه او يقرأ فى المزامير بجد احترمت هذا الشخص جدا. ومازلت احترمه، هذا الشخص الان رسم كاهنا والجميع يقبلون يديه التى تشرفت بالعمل اليدوى. امتى يامصر يابلدى الحبيب تحترمى كل الناس وامتى كل الناس تتعامل بالعدل (حتى لو م يصبحوا قضاة او معيدين فى الجامعات) امتى بس العدل يسود بجد مش عشان المظاهر او عشان نكون زى النعامه اللى بتدفن راسها فى الرمل. امتى يامصر اشوف فيكى امل. امتى بجد يسود العدل بجد.... حتى لا نضطر لاقالة وزير العدل

زمان شفنا فيلم «انتبهوا ايها الساده» وراينا كيف استطاع الزبال بفلوسه سحب السجاده من تحت رجل المثقف وشراء من حوله بامواله حتى الزواج من خطيبة المثقف. ده طبعا كان بيحصل زمان ومازال يحدث حتى الان مع اختلاف الاشكال فنجد مطربين كانوا فى الاصل سباكين او نقاشين او كانوا لامواخذ صبيع بلا شغل وربنا فتحها عليهم عشان يقرؤوا خلق الله بغناهم النشاز ويكرهونا فى العيشه وباريتهم كانوا فضلوا سباكين او غيره. نرى ايضا منتجين افلام فى نفس المنطقه السابقيه وبعض رجال الاعمال او المقاولين الذين يتكلمون فقط بفلوسهم. والسؤال الان هو عيب ان الواحد يكون سباك او جزار او زبال او غيرها من هذه الوظائف البسيطة. الاجابه النموذجيه طبعا «لا مش عيب خالص والانسان لا بيعيه نوع العمل الذى يمتنه وانما بيعيه التسكع والصياغه او ان يكون لصا او محتالا» والاجابه النموذجيه الاخرى «لا طبعا العمل شرف وحق وواجب» دى طبعا نماذج امتحانات للدرشه فقط وليست مقياسا يعكس مايدور فى رؤسنا من احتقار وتعالى على هذه المهن وعلى اصحابها. والحقيقه واحقا للعدل ان السيد وزير العدل (سابقا) كلفته هذه الصراحه الاستقاله او الاقاله من منصبه. ففى حبيب مع احد المذيعين حين ساله «هل ممكن ان يعمل ابن الزبال قاضيا اجاب «مش اوى كده» طبعا ياعين امه كان بالغ حبيبتين صراحه قبل هذا الحوار. هو صحيح بعد الاستقاله او الاقاله قال ان ده مزاله رايه وانه مصمم عليه بس طبعا لان الكرسى كده كده خلاص اتاخذ من تحتيه. والسؤال الان بصراحه ودون استفزاز لاحد هل فعلا ابن الزبال او ابن البواب ممكن ان يصبح قاضيا او مستشارا؟ سيبكوا من ولاد الزبال او البواب وخلوا السؤال كالاتى «هل يمكن ان يصبح المسيحي قاضيا او يقبل فى الكليات العسكريه او كليات الشرطه؟ هل يمكن ان يصبح طبيبا فى تخصصات معينه مثل امراض النساء والتوليد؟ هل ممكن لطالب مسيحي حاصل على امتياز ان يصبح بسهولة معيدا او دكتورا؟ الاجابه بكل صراحه لا؟ بس الحاجات دى والرفض ده بيتعمل من تحت الترابيزه من غير اعلانات ولا هيصه والحدق يفهم وطبعا الحمد لله المسحيين حدقين وفهموا الفوله

الانتظار !!!

لبدبا بؤانس

من حرمائه من أهله وأحبائه، وإذا كان من الأكابر سيجد نفسه أو نفسها ينحدر من مستوي معيشي مُعين إلى مستوي دون، سئ، قذر، ملي بالحشرات والأمراض، في الغالب تُهان الكرامة، وقد ينال قسطاً من التعذيب، وبالرغم من ذلك قد يعيش السجين، ولكن قد يموت تحت وطأة الانتظار والشعور بأنه ليس هناك شيئاً في الحياة يستحق الانتظار!

إنسان قد ينتظر وينتظر وينتظر أن يحمل فلذة كبده بين أحضانه، أن تدغدغ ضحكاته طفله البريئة أوتار قلبه، ولكن طال الانتظار وظلت الأحضان خاوية، والقلوب حزينة، الانتظار فشل في العلاج وحول الشئ إلى لا شئ، فأصبح ليس هناك شيئاً في الحياة يستحق الانتظار!

لحظات قاسية مريرة يعيشها الحبيب منتظراً المحبوب، قد يعيش علي أمل، منتظراً ومنتظراً ومنتظراً، ومازال المحبوب يدور في أفلاك العالم بعيداً عن مكان إنتظار الحبيب، لفت الأيام، وضاع الشباب، وحلت الشيخوخة، وأقربب النعش، ولم يتم اللقاء بالرغم من الانتظار! هل بقي شي في الحياة يستحق الانتظار؟

بدون شك الأفضل من الانتظار أو عدم الانتظار، هو الأشياء التي تحدث في حياتنا بالصدفة أي بدون إنتظار، ويحضرني هنا ما قالته أنا فرويد ابنة عالم النفس الشهير سيجموند فرويد "في بعض الأحيان أجمل شئ في الحياة يأتينا من دون أن نتوقعه أو أن نعمل من أجله فيكون بذلك هبة الحياة."

عوماً .. إحنا جينا الدنيا في لفه، وماشيين منها في لفه، وبين اللفتين بنأخذ لفه!

قد تكون اللفه صُدفه سعيدة، أو شئ مُبهج غير متوقع، أو الانتظار!!!

الحياة يستحق الانتظار!

نعم الانتظار مُؤلم ومُدمر، وعدم الانتظار أيضاً مُؤلم، ولكن عدم معرفة أيهما أفضل هو أسوأ أنواع المُعاناة!

الذين يسعدون بالانتظار هم أكثر تفاؤلاً، ويقضون فترة الانتظار مُحلقين بين الأحلام والواقع، ينعمون بالهدوء النفسي وبالتالي الجسدي، ويستغلون فترة الانتظار في حشد إمكانياتهم وطاقاتهم وكفاءاتهم لكي يستطيعون تحقيق أهدافهم والتي تعتمد بشكل كبير علي الانتظار.

فتجد من ينتظرون أن الأولاد يكبروا ليفرحوا بهم، ومن ينتظرون الحصول علي الشهادات الدراسية والدرجات العلمية، ومن يحملون وينتظرون شريك أو شريكة للحياة.

الانتظار هنا جميل وإن كان له مسؤولياته وإلزاماته، ولكن إن لم تسر المركب في الإتجاه الذي يُريده الشخص، حينئذ سنسمع مُر الشكوي منهم وحسرتهم علي السنين والعمر إللي ضاع وراء سراب وإنتظار.

أما الذين يُبغضون الانتظار ولا يُطيعونه، قد يتم تصنيفهم علي أنهم ليس لديهم إيمان بالمواعيد والوعود، وأنهم أناس ليس لديهم تفاؤل ومثابرة علي الحياة والإصرار علي التحدي، ولكن كما يقول المثل "للي أيده في الميه مش زي اللي أيده في النار."

إنسان كان قوياً جداً لا تهزه مشاكل الحياة، مرض فجأة وقال له الأطباء، ستموت في خلال ٣ شهور.

يأتري كيف مرت عليه فترة الانتظار؟ مهما إن كان قوياً روحياً أو جسدياً، أكيد عاني من عذاب الانتظار، وإن كان كبرياؤه منعه من الإفصاح بذلك.

الإنسان المسجون بالتأكيد يُعاني من قسوة المُعاملة، من تقييد حُريته،



لاحظت أنكم أناس تنتظرون وتنتظرون وتنتظرون ...

حياتكم كلها إنتظار!

تنتظرون طوابير في المحلات ..

تنتظرون إشارات مرور في الشوارع ..

تنتظرون أحباء ..

تنتظرون كريسماس وأعياد ميلاد ومناسبات ..

تنتظرون في عيادات أطباء ..

تنتظرون وظائف وتقارير طبية ونتائج إمتحانات ..

تنتظرون أصدقاء متأخرين دقائق أو ساعات ..

تنتظرون أحلام وأمانى قد تتحقق وقد لا !!!

في الواقع أنتم في حالة إنتظار مستمر ودائم رغماً عنكم!

أنتم تنتظرون وتنتظرون وتنتظرون وأحياناً في إنتظاركم يكون هناك سؤال: هل هناك شئ في الحياة يستحق الإنتظار؟

البعض سيقولون: نعم الإنتظار جزء من تحقيق الآمال والأمنيات التي بالتأكيد سنُحققها.

دائماً! هناك أمل يهمس لنا بأن في الغيب شئ جميل يستحق الإنتظار!

والبعض الآخر سيقولون: الإنتظار يُؤلد الانفجار، الإنتظار مَلل، الإنتظار يغتصب حياتنا ويُحولها إلي لحظات وأيام وسنين قاسية جداً، تُدمر نفوسنا ومشاعرنا وأجسادنا وتسرق ضحكاتنا وسعادتنا وعُمُرنا، عُمُرنا أقصر من أن نُقامر به في الإنتظار، فليس هناك شئ في

دراسة: ترتيب السرير عند الصباح يمنحك السعادة باقي اليوم



حياتك بحسب موقع إلبت دايلي ويدرك الكثيرون أن الخروج من السرير عند الصباح أمر صعب للغاية، وطالما كان السرير في حالة فوضى فهو يغري بالعودة للنوم، أما بعد عملية الترتيب التي لا تستغرق أكثر من دقيقتين، فيزول هذا الشعور، كما يشعر الإنسان بالنشاط والفخر بعد ترتيب السرير كونه أنجز أول مهمة في ذلك اليوم، وتزيد لديه الرغبة بإنجاز المزيد من المهام الأخرى. وتعكس غرفة النوم الحالة النفسية للإنسان، فإذا كانت مرتبة ونظيفة تعطي الحافز على العمل والنشاط، أما الغرفة الغارقة في الفوضى فتزيد الرغبة بالنوم والكسل. من أهم النتائج التي كشف عنها استطلاع موقع "هانش" أن ٧١٪ من الذين يرتبون أسرّتهم عند الاستيقاظ من النوم قالوا إنهم سعداء في حياتهم، في حين أن ٦٢٪ من الذين لا يرتبون أسرّتهم أكدوا أنهم لا يشعرون بالسعادة. ولا يرغب الكثيرون بداية نهارهم بترتيب السرير كونه مهمة مزعجة وخاصة عن الاستيقاظ من النوم، ولكن عند إنجاز هذه المهمة ستكون أكثر قابلية للتعامل مع مهام أخرى غير مرغوبة خلال باقي اليوم. كما يساعد ترتيب السرير بشكل يومي كل صباح على الانتظام في عادات إيجابية أخرى، بما ينعكس على حياتك بشكل إيجابي ويمنحك الشعور بالرضا والسعادة

للإعلان بجريدة الأهرام الجديد

647-823-6779

ahram.teeba@gmail.com

بمنه ضوء

عصر وراء عصر تطور برلمان مصر

فاروق عطية



وينتقد ويقدم التوصيات ومناهج الإصلاح، كما شهدت المرحلة دعوة لتأسيس حزب خاص بالأقباط تحت مسمى الحزب المصري كما بحث بعض الوطنيين إنشاء حزب باسم الحزب الجمهوري، وفي ذات الوقت تم تكوين حزب سياسي تحت اسم الحزب الاشتراكي المبارك.

وفي عام ١٩١٩ قامت الثورة الشعبية وظهر حزب الوفد بزعامة زعيم الأمة سعد باشا زغلول. وقد انجبت ثورة ١٩١٩ تجربة حزبية متكاملة متدفقة الحيوية طويلة العمر امتدت حتى قيام حركة الضباط ١٩٥٢. وكان السلطان أحمد فؤاد كسابقيه من الأسرة العلوية شغوفاً بالسلطة وميلاً لحكم الفرد، وعلي الرغم من إصدار دستور مصري لأول مرة "دستور ١٩٢٣" وبموجبه كان هناك مجلس للنواب وآخر للشيوخ إلا انه عمل دائماً على وضع العراقيل أمامه وحل البرلمان ووضع سلطاته فوق الدستور أي أنه أراد أن تكون الحياة النيابية شكلية ولهذا السبب فان جميع المجالس النيابية التي شكلت في عهده لم تستكمل مددها القانونية.

وفي عام ١٩٣٠ أصدر أحمد فؤاد دستورا لم يرض عنه الشعب ولم يعمر طويلا، وأمام الرفض الشعبي الجارف صدر قرار ملكي بحل مجلسي البرلمان اللذين قاما طبقاً لأحكامه وأعيد العمل بدستور ١٩٢٣ وتم تشكيل المجالس البرلمانية والتي حُلت أكثر من مرة وظلت على هذا الحال في عهد الملك فاروق حتى حريق القاهرة (٢٦ يناير ١٩٥٢) والذي على أثره كان حل آخر برلمان قام على أساس دستور ١٩٢٣ وظل الحال على ما هو عليه حتى قامت الثورة وأعلن انتهاء العمل بدستور ١٩٢٣.

وفي الفترة الجملوكية الأولى برياسة جمال عبد الناصر، اختزلت المشاركة السياسية في التنظيمات التي أنشئت بدءاً من هيئة التحرير عام ١٩٥٣ مروراً بالاتحاد القومي عام ١٩٥٧ انتهاء بالاتحاد الاشتراكي العربي ١٩٦٢ وكانت تنظيمات

الدواوين ورؤساء المصالح واثنين منتخبين من أعيان كل مديرية، وفي عام ١٨٢٩ قام محمد علي بإنشاء مجلس المشورة الذي كان مكونا من مائة وستة وخمسون عضواً وعين إبراهيم باشا رئيساً له، ومع انتشار الحركة فكرية نشأت حركة شبه معارضة منظمة ضد الحكومة والتدخل الأجنبي من جانب إنجلترا وفرنسا وقد وقف إسماعيل باشا مع الصحافة التي عملت على تحفيز المصريين وساهمت في نشر المبادئ الدستورية وقد أثمرت اتجاهات إسماعيل باشا في التطوير وال أخذ بالأسلوب الأوربي في إدارة الحكم.

وفي عام ١٨٦٦ أنشئ مجلس شورى النواب الذي يعتبره المؤرخون البداية الحقيقية للمجالس النيابية في مصر وكان يتكون من ستة وسبعين عضواً يتم انتخابهم كل ٣ سنوات. وفي عام ١٨٨٢ وبعد احتلال مصر أصدر توفيق باشا القانون النظامي الذي تم بمقتضاه تشكيل مجلس شورى القوانين من ثلاثين عضواً يعين توفيق أربعة عشر منهم بصفة دائمة ويُختار منهم الرئيس وأحد الوكلاء والباقيون يتم انتخابهم ويختار منهم الوكيل الثاني.

وفي عام ١٩٠٧ كانت النقلة الكبرى وهو ما يسمى بعام الأحزاب حيث شهد هذا العام قيام حزب الأمة كحزب سياسي على الرغم من سبق وجود تيارين سياسيين ما عرف بالحزب الوطني القديم (عراي) أو الحزب الوطني السياسي (مصطفى كامل) فهذان التياران لم يكن لهما هيئة تأسيسية ولم يكن لهما برنامج معلن وكان دورهما فقط معارضة الاحتلال الإنجليزي، ثم ظهر حزب الإصلاح وبعدها ظهر الحزب الوطني والملاحظ عن هذه الأحزاب انها كانت مؤيدة للحدويي (حزب الإصلاح) أما حزب الأمة فقد كان ممثلاً لكبار الملاك

وفي عام ١٩١٣ شكلت الجمعية التشريعية من ستة وستون عضواً منتخباً وسبعة عشر عضواً معينين من الوزراء والأعيان وكانت ذات طابع استشاري ولم تكن تمثل نظاماً برلمانياً حقيقياً يعارض

منذ ابتليبا بالغزو العربي الصحراوي من أكثر من ١٤ قرنا من الزمان ومصر تترزح تحت حكم ديكتاتوري استيطاني قمعي، المواطن القبطي (المصري) فيه يعيش غريبا في وطنه، مهانا في بلاده. العربي القادم من الصحراء الذي أزاح المصري واستولي علي أجود الأراضي هو مواطن من الدرجة الأولى فهو السيد الأمر، أما الأقباط فكانوا درجتين، القبطي الذي دخل الإسلام فهو مواطن درجة ثانية له بعض الحقوق كمسلم ولكنه لا يتمتع بحقوق السادة العرب، أما القبطي الذي احتفظ بدينه كمسيحي فهو مواطن من الدرجة الثالثة ليس له حقوق أخوه المسلم وبالطبع ليس له حقوق السادة العربان. واستمر الوضع كذلك، بل من سيئ لأسوأ بداية من عصر خلافة عمر بن الخطاب رضي الله عنه وانتهاء بالخلافة العثمانية لا رضي الله عنهم ولا أرضاهم. وبالطبع لم تعرف مصر خلال تلك العصور الظلامية الحياة النيابية، بل لم يعين قط مصريا حاكما للبلاد أو واليا عليها.

وحين عين محمد علي باشا واليا علي مصر تحقيقا لرغبة المصريين بزعامة الشيخ عمر مكرم، بدأ علي يديه عصر النهضة المصرية الحديثة. بالطبع كان محمد علي باشا حاكما مستبدا، بدأ حياته بالتخلص من جميع أعدائه من المماليك الذين قضى عليهم ذبحا في واقعة القلعة الشهيرة، ومع ذلك يمكن لأعماله الجليلة اعتباره مثال للمستبد العادل المستنير. كانت له تطلعات أن يستقل بالحكم عن الباب العالي له ولأولاده من بعده، فعمل علي إنشاء جيش وطني قوي من المصريين. وكان يريد أن يكون ملكه عظيما لا يقل تحضرا ولا رقبيا عما رآه في أوروبا فيبدأ في ارسال البعثات إلي فرنسا في شتي التخصصات. وحتى يعطي بعض الحرية للمصريين يبدأ في اتخاذ مستشارين ومساعدين له منهم. ثم بدأ متدرجا هو وخلفاؤه من بعده في منح الحياة النيابية.

ففي عام ١٨٢٤ أنشأ محمد علي المجلس العالي الذي كان يتكون من نظار

ذات طابع شمولي ولا تحمل في داخلها أي شكل من أشكال المعارضة السياسية للنظام.

أصدرت قيادة الثورة دستورا في عام ١٩٥٦ ويعد مجلس الأمة أول مجلس نيابي في عهدها وفي ظل أحكام هذا الدستور. وفي عام ١٩٥٨ بعد الوحدة المصرية السورية صدر الدستور المؤقت للجمهورية العربية المتحدة وشكل بمقتضاه مجلس الأمة للإقليميين الجنوبي والشمالي، ثم بعد الانفصال صدر في عام ١٩٦٤ الدستور المؤقت وفي إطاره شكل مجلس الأمة منتخب مكون من ٣٥٠ عضوا بخلاف ١٠ اعضاء يعينهم رئيس الجمهورية. وعقب نكسة ١٩٦٧ فكر عبد الناصر في إعادة النظر في أسلوب وإدارة الحكم لكن الله توفاه في ٢٨ سبتمبر ١٩٧٠.

وفي الفترة الجملوكية الثانية بقيادة أنور السادات في عام ١٩٧١ صدر الدستور الدائم وأجريت في ظله انتخابات مجلس الشعب وفي عام ١٩٧٦ كان تاريخ عودة التعدد الحزبي بشروط اخترعها السادات. كانت أولى خطى التعدد عام ١٩٧٤ حيث سُمح بنشوء منابر متعددة داخل تنظيم الاتحاد الاشتراكي، وفي مارس ١٩٧٦ تحولت المنابر إلى تنظيمات (اليمن / الوسط / اليسار) وفي نفس العام أصبحت هذه المنابر أحزاباً تحت مسميات حزب اليمن / الوسط / اليسار) وكانت أول محاولة للخروج من عباءة التنظيم الأوحد - ويعدها صدر القانون رقم ٤٠ لسنة ١٩٧٧ في شأن الأحزاب السياسية وقد كانت هذه الأحزاب تجميلاً لوجه النظام أمام الغرب وكي يظهر بالتفرد والاختلاف عن عبد الناصر وأيضاً استجابة لرغبة جامعة لدى طبقة الرأسماليين الجدد ورجال الأعمال الذين استفادوا من الانفتاح الاقتصادي والذي بدأ أولى مراحلها عام ١٩٧٤. تأسيس حزب مصر العربي الاشتراكي ١٩٧٦ تولى رئاسته ممدوح سالم رئيس الوزراء الأسبق. واستمر الحزب يمارس دوره الوطني باماته وإخلاص، وحين رفض اتفاقية كامب ديفيد ٧٥ عضوا من اعضاء الحزب داخل مجلس الشعب أدى الي مواجهه حاسمه مع الرئيس السادات مما دفعه الي الاعلان عن انشاء حزب جديد برئاسته اسماء الحزب الوطني الديمقراطي (١٩٧٨) الامر الذي ادي الي مسارعه الكثيرين من اعضاء مجلس الشعب والوزراء من حزب مصر الي الانضمام الي الحزب الجديد بينما ظل ٣٥ نائبا بالمجلس من اعضاء حزب مصر متمسكين بحزبهم فأصدر الرئيس السادات قراره في ١٩٧٩/٤/٢٠ بحل مجلس الشعب ليتخلص من اعضاء حزب مصر العربي الاشتراكي ثم صدر قرار من الأمين العام للاتحاد الاشتراكي بتشكيل لجنته لدمج حزب مصر العربي الاشتراكي في الحزب الوطني.

وفي الفترة الجملوكية الثالثة بعد اغتيال السادات عام ١٩٨١ تولى مبارك رئاسة الجمهورية أدخل عدة تعديلات بقوانين على نظام انتخاب مجلس الشعب، في عام ١٩٨٣ تم إقرار نظام الانتخاب بالقائمة الحزبية والتمثيل النسبي وشاركت فيها مختلف الأحزاب السياسية، في عام ١٩٨٦ صدر قانون بتعديل نظام الانتخاب على أساس الجمع بين نظام القوائم الحزبية والنظام الفردي غير ان التجربة أسفرت عن العودة إلى نظام الانتخاب الفردي ففي عام ١٩٩٠ صدر قرار بقانون العودة إلى ذلك النظام وقسمت الجمهورية إلى ٢٢٢ دائرة انتخابية، انتخب عن كل منها عضوان يكون أحدهما على الأقل من

العمال والفلاحين وأصبح عدد أعضاء مجلس الشعب ٤٥٤ عضواً منهم عشرة أعضاء يعينهم رئيس الجمهورية، وقد أكمل هذا المجلس مدته الدستورية في ١٢ من ديسمبر ١٩٩٥ حيث أجريت الانتخابية التشريعية وتم انتخاب المجلس الجديد الذي بدأ دور انعقاده الأول في ١٣ من ديسمبر ١٩٩٥ . وفي عام ٢٠٠٠ جرت أول انتخابات تشريعية لمجلس الشعب المصري تحت الإشراف الكامل للقضاء.

في الفترة الانتقالية بعد ثورة يناير ٢٠١١ تولى حكم البلاد المجلس العسكري، وتنحي مبارك عن الحكم وحُل الحزب الوطني الحاكم كما حُل البرلمان وعُلّق العمل بدستور ١٩٧٠، وأجري استفتاء علي التعديلات الدستورية التي وضعها المجلس العسكري تضمنت وضع قيد علي مدد الرئاسة بحد أقصى مدتين لفترة اربع سنوات، وبنود تتضمن الإشراف القضائي علي الانتخابات وسهولة أكثر في قي شروط الترشح للانتخابات الرئاسية، وتشكيل لجنة لصياغة دستور جديد بعد الانتخابات، وتضمنت تلك التعديلات أيضاً إقرار عقد الانتخابات البرلمانية في غضون ستة أشهر من تاريخ إقرار تلك التعديلات تقوم خلالها مجموعات العمل بإنشاء أحزاب سياسية جديدة، وعمل حملات للمرشحين وتشجيع الحضور بين أنصارهم. وفي النهاية سلم المجلس العسكري متوطنا مع من يسمون أنفسهم بالنبخبة الحكم لجامعة الأخوان بتزوير الانتخابات لصالح محمد مرسي العياط.

الفترة الجمخلافية حيث تولي الرئاسة محمد مرسي داعيا لإلغاء الحدود وعودة الخلافة الإسلامية، تولي منصبه في ٣٠ يونيو ٢٠١٢. في ٨ يوليو أصدر قرارا بإلغاء حكم المحكمة الدستورية بحل البرلمان ولكن في اليوم الثاني تراجع بعد أن حكمت المحكمة بإعادة حله. ثم توالى قراراته العشوائية التي أغضبت الجيش والقضاء والأحزاب منها: أصدر قرارا بالعفو عن ٥٧٢ مسجوناً منديا صدرت ضدهم أحكام من القضاء العسكري. كما أصدر قرارا يلغي الإعلان الدستوري المكمل ويقيّل المشير ورئيس الأركان ويعين الفريق أول عبد الفتاح السيسي قائدا جديدا للجيش. و أصدر قرارا بقانون بالعفو الشامل عن جميع المتهمين والمعتقلين في الأحداث التي تمت لمناصرة ثورة يناير منذ أحداث الخامس والعشرين من يناير ٢٠١١ حتى توليه رئاسة الجمهورية. اقالة النائب العام و تعيينه سفيراً لدى الفاتيكان. الا انه رجع عن قراره و قال أحد مستشاريه انها ترفيقه وليست اقاله. أصدرالإعلان الدستوري المكمل الجديد (نوفمبر ٢٠١٢) الذي أقال النائب العام وحسن القرارات السيادية لحين انتخاب مجلس شعب جديد. وافقت الأغلبية على الدستور واعتمد رسمياً كدستور للبلاد في ٢٥ ديسمبر ٢٠١٢. ونتيجة لقراراته المتضاربة اتفقت مختلف طبقات الشعب علي عزله وخرجت جحافل الشعب بالملايين لتملأ الميادين وعزلته القوات المسلحة في في ٣ يونيو ٢٠١٣.

وتولي المستشار عدلي منصور الرئاسة المؤقتة حتي تمت انتخابات نظيفة حصل عبد الفناح السيسي بمقتضاها علي الرئاسة (٨ يونيو ٢٠١٤). كانت خارطة الطريق التي تبناها السيسي بعد الإطاحة بمرسي تشمل ثلاثة بنود، تحقق منها بندين وهما انتخاب رئيسا للجمهورية وإصدار دستور للبلاد (دستور ٢٠١٤) وبقي البند الثالث تتمني الوفاء به قريبا وهو الانتخابات البرلمانية.

Repair & Renovation

- الاسقف
- الحوائط
- الارضيات
- دهانات
- موزايك
- تصليح
- تجديد
- تشطيب

Call:

RAAFAT: 647-833-7876

Free estimate

WE GO ANYWHERE



صحنين وعاقية

د.تباسيم جندى

الليمون



١٠ أيام في الثلاجة ولا يجب ان يوضع في أكياس بلاستيك ملاصق لبعضه والا تعرض للتلف السريع، ويستحسن ان تستخدم الليمون الأورجانيك اذا اردت ان تستخدم القشرة في عمل الأطعمة، اما اذا اردت ان تحتفظ بعصير الليمون يمكنك وضعه في أنية مكعبات الثلج، والليمون لا تزداد نسبة العصير فيه او الحلاوة بعد القطف كل ما يمكن ان يحدث هو الليمونة يكون احسن اذا كانت الليمونة في درجة حرارة الغرفة مما اذا كانت في الثلاجة، وأيضا اذا دلكتها براحة يدك على سطح صلب.

ولليمون فوائد صحية عديدة، فهو مصدر ممتاز لفيتامين سى مع البيوفلافينويد وهما مضادان للأكسدة وهامان في رفع كفاءة الجهاز المناعى والوقاية من كثير من الأمراض على قمتها البرد والأنفلونزا، ومن الجدير بالذكر ان الليمون ساهم في انقاذ كثير من القرى التي تعرضت لوباء الكوليرا.

كذلك بسبب احتوائه على فيتامين سى ومضادات الأكسدة هو نافع لوقاية الأوعية الدموية من المواد المؤكسدة التي تؤكسد الكوليسترول الرديء مما يسبب تراكمه داخل جدر الأوعية الدموية ويسهل تكوين الجلطات في شرايين المخ والقلب خاصة اذا كان المريض مصابا بمرض السكر، والليمون واقى للرتتين بسبب وجود فيتامين سى وله خاصية مضادة للهستامين الذى يسبب الحساسية وهو مضاد للمواد المؤكسدة التي تسبب انقباض العضلات المحيطة بالقصبة الهوائية وبذا تحمى الرتتين من امراض الحساسية والربو الشعبى.

نوع له عنق صغير وبعض البذور وجلد خشن ونوع آخر جلده ناعم بدون عنق او بذور.

- الليمون الأصفر الحلو: ومنه الماير وهو نتيجة تهجين بين الليمون والبرتقال او اليوسفى وله قشرة برتقالية ناعمة.

- الليمون الأخضر: وله نوعان:

- الليمون الأخضر الحادق: ويحتوى على كثير من حامض السيتريك الذى يعطى الطعم اللاذع، ومنها أنواع فارسية تنمو في فلوريدا وأنواع مكسيكية لونها اصفر وبها حامض سيتريك اكثر وتسمى Key Lime

- الليمون الأخضر الحلو: نسبة الحامض والسكر فيه أقل وهو غير متوافر في أمريكا الشمالية.

اما عن موسم الليمون فانت تراه في الأسواق طول السنة ولكن الليمون الأصفر يتوافر في شهر مايو ويونية واغسطس، والليمون الأخضر يتوافر طول السنة ولكنه يوجد بصورة أكبر من مايو الى أكتوبر.

والليمون يحتوى على مواد الأكزالات، لذا يجب ان يستخدم بحرص مع المصابين بحصوات الكلى والمصابين بكثرة افراز الأوكزالات، كذلك ينبغي التنويه الى ان عصير الليمون المعبأ للبيع يحتوى على مادة السالفيت كمادة حافظة وهى تسبب كثير من الحساسية لبعض الناس، كذلك يغطى الليمون بمادة شمعية لإطالة عمره.

وعندما تختار الليمون يجب ان يكون ثقيلًا ومرنا عند الضغط عليه ولا يوجد بالليمون الأخضر بقع بنية. ويمكن الاحتفاظ بالليمون

استطاع الليمون ان يتبوأ مكانة كبيرة في العالم كله منذ سنة ١٨٤٩ عندما عرف البحارة المسافرين قيمته الطبية في علاج مرض الأسقربوط المميت الذى عانى منه البحارة كثيرا، وبعدها في سنة ١٩٣٢ اكتشف الباحثون ان فيتامين C مع البيوفلافينويد هي العنصر الفعال في الليمون والذى يؤدى نقصهما الى مرض الأسقربوط الفتاك.

والموطن الأصلي للليمون هو جزر الكاريبي والمناطق الحارة في كل انحاء العالم. والليمون الأصفر Lemon هو نتاج تهجين بين الليمون الأخضر Lime مع نوع آخر من الموالح موطنه الصين او الهند، وقد بدأت زراعته منذ ٢٥٠٠ سنة، وفى القرن الثامن عشر أمرت البحرية البريطانية كل السفن ان تحمل الليمون الأخضر بداخلها لمنع مرض الأسقربوط الذى اعتاد ان يفتك بالبحارة.

والواقع ان الليمون الأصفر والأخضر كلاهما يعطيان نكهة جميلة لأغلب الأطعمة، والليمون بنوعيه هو جزء من الطعام الصحى، فالليمون يحتوى على مواد قوية مضادة للأكسدة او البيوفلافينويد مثل الهيسبيريدين والنارنجين وهى هامة لصحة القلب، هذا بالإضافة الى انه مصدر هام ممتاز لفيتامين C وهو فيتامين مضاد للأكسدة، والليمون يمتاز بانه قليل في سعراته الحرارية فيعطى نكهة وطعم جميل لكثير من المأكولات، فكل ربع كوب عصير ليمون يحتوى على ١٥ سعر حرارى.

أنواع الليمون:

- الليمون الأصفر: وهو نوعان:

- الليمون الأصفر الحادق: منه

دراسة: هشاشة العظام تزيد من مخاطر الإصابة بصمم مفاجئ

لندن-رويترز

قال باحثون في تايوان إن المصابين بهشاشة العظام ربما تزيد احتمالات فقدانهم المفاجئ لحاسة السمع بمقدار المثلين عن غير المصابين بهشاشة. وسبب الصمم المفاجئ غير معروف إلا أن فقدان السمع السريع لحاسة السمع يؤثر على أذن واحدة وتشير تقديرات إلى أن ذلك يصاب به واحد من كل خمسة آلاف أمريكي كل عام. وركز الباحثون دراستهم على حالات فقدان السمع الحسي العصبي التي تحدث عندما تتضرر الأذن الداخلية أو عندما يلحق ضرر بمرات الأعصاب من الأذن إلى المخ. وعوامل الخطورة التقليدية تتضمن أمراض القلب وارتفاع ضغط الدم وأمراض الكلى والسكري. ووفقا للقائمين على الدراسة فان الدراسة الحالية هي الأولى التي تبحث في أمر هشاشة العظام كعامل خطورة بالنسبة للمرضى الأسويين. وقال الطبيب كاي جين تين رئيس الفريق القائم على الدراسة وطبيب الغدد الصماء في مركز تشي مي الطبي في تايوان لرويترز هيلث في رسالة بالبريد الالكتروني "رأينا العديد من المرضى المصابين بهشاشة العظام وبعضهم كان يشكو من مشاكل في السمع ومن ثم بدأنا نبحث في الدراسات والأبحاث المعنية بهذا الأمر." وفقا لتقارير سابقة يبدو أن هناك علاقة سببية ولكن عامل الخطورة لم يكن واضحا. "وفي الدراسة التي نشرت في مطبوعة علم الغدد الصماء والأبيض حلل فريق تين بيانات من شهادات التأمين الصحي الخاصة بكل سكان تايوان تقريبا. وقران الباحثون ١٠٦٦٠ مريضا جرى تشخيص اصابتهم بهشاشة عظام بين عامي ١٩٩٨ و٢٠٠٨ بما يصل إلى ٣١٩٨٠ مريضا جرى اختيارهم بشكل عشوائي غير مصابين بهشاشة العظام. وتابع الباحثون حالة كل المرضى في عام ٢٠١١ وتبين لهم أن عدد من أصيبوا بصمم مفاجئ بين من يعانون من هشاشة العظام بلغ نحو عشرة أشخاص من كل عشرة آلاف شخص سنويا مقابل ستة أشخاص من كل عشرة آلاف شخص سنويا من غير المصابين بهشاشة العظام.

من عيادة الطب الطبيعي الارتجاع المعدي GERD



س: أعانى من حرقان في المعدة بعد تناول الطعام، فما هي النصائح الغذائية للتغلب على ذلك؟ وهل يوجد علاج بالطرق الطبيعية؟

ج: ارتجاع الطعام والحرقان هي شكوى عامة وكثيرة وخاصة في المجتمعات الغربية، وتقدر نسبته ما بين ٢٠-٤٠ في المائة، ويفهم البعض بالخطأ ان حرقان المعدة يرجع الى زيادة افراز حامض الهيدروكلوريك في المعدة، والواقع غير ذلك فهو يمكن ان يحدث في وجود قلة لإفراز الحامض، والأعراض تحدث بسبب ارتخاء في الصمام الذى يفصل بين المريء والمعدة مما يؤدى الى ارتجاع الطعام بما يحتويه من حامض المعدة و محتويات الاثني عشر وما تحويه من عصارة الصفراء وعصارات البنكرياس، ويؤدى ذلك الى تهيج في الغشاء المخاطي للجزء الأسفل من المريء. وفى الأحوال العادية يكون المريء قادرا على غلق الصمام بينه وبين المعدة ويساعد على ذلك الحجاب الحاجز الذى يفصل بين تجويف الصدر والبطن، فاذا تعطلت وظيفة الصمام بين المريء والمعدة ينتج الارتجاع او وظيفة الحجاب الحاجز يحدث ما يسمى فتق الحجاب الحاجز او هاييتس هرنيا.

وأحيانا يكون الارتجاع بسبب بعض العقاقير مثل الاسبرين وادوية الالتهابات الروماتيزمية وبعض ادوية الضغط والقلب.

والميلاتونين منتج طبيعي مناسب للارتجاع فهو يحسن الدورة الدموية في الأغشية المخاطية للمريء، وهو يسهل النوم لذا ينصح بأخذه قبل النوم والجرعة صغيرة من ٢-٣ مجم، ولقد اثبت البحث وجود تشابه في التركيب بين الميلاتونين وعقار الأوميبرازول المستخدم في علاج الارتجاع.

ودتمت فى صحة

د.تباسيم جندى

ومن اهم العوامل الغذائية المؤدية الى هذا هو الافراط في تناول القهوة والشاي والكحوليات

دراسة: "الموز" يساعد على خفض الوزن



بوسطن-رويترز

توصل باحثون في جامعة الينوى الأمريكية إلى أن الروائح الطبية كالنعناع الأخضر والفانيليا، تساعد الأشخاص المصابين بالبدانة وإفراط الوزن

على التخلص من الوزن الزائد. كما وجدوا بعد تقييم تأثير الروائح المختلفة في السيطرة على وزن الإنسان على أكثر من ثلاثة آلاف متطوع مصابين بإفراط الوزن، أن الأشخاص الذين يتمتعون بقدرات شم قوية واستنشقوا روائح طيبة عند شعورهم بالجوع، فقدوا حوالي كيلوجرامين ونصف الكيلوجرام شهرياً، لمدة ستة أشهر، دون أن يغيروا من طبيعة غذائهم اليومي. لاحظ الباحثون أيضاً أن المتطوعين فقدوا وزناً معقولاً عند استنشاق الروائح الطيبة، خاصة النعناع والموز والتفاح الأخضر، على الرغم من تناولهم وجبتين إلى أربع وجبات يومياً، ودون تغيير عاداتهم الغذائية أو أنماط الحركة والرياضة التي يتبعونها. كما أفادت دراسة حديثة بأن تناول كميات معتدلة لبعض الفواكه، مثل الموز والخضراوات الغنية بالألياف بصفة يومية يعد أقصر طريق للرشاقة، حيث تبين أن تناول كميات معتدلة من الموز والخضراوات الغنية بالألياف بصفة يومية، قد يساعد على إفراز هرمون «الكوليستوكين» الذي يرسل إشارة إلى الجهاز العصبي لتنبيه الأمعاء بالتشبع والامتناع عن تناول المأكولات ما يساعد الإنسان على الرشاقة والشباب المتجدد. ويعتقد أن تناول الموز والماء فقط، المساوي لدرجة حرارة الغرفة على الإفطار، يؤدي إلى فقدان الوزن، بغض النظر عما يتم استهلاكه من طعام بقية اليوم



فرعونيّات

زواج الفراعنة..



الفراعنة والملوك بدرجة أكبر من العامة، حيث تزوج رمسيس الثاني من عدّة زوجات كانت أشهرهن نفرتارى، وتزوج خوفو أكثر من واحدة أيضاً، أما أمنحتب الثالث فقد امتلأ قصره بالجوارى الحسنات وكانت له أكثر من زوجة، حيث كان متزوجاً من: تى، وحيلوخيا المينائية، وكذلك الأمير "مرى رع" كان متزوجاً من ست زوجات، وتحتمس الثانى تزوّج من حتشبسوت وإيزة أم تحتمس الثالث، أما "أمينى" - وهو أحد نبلاء الدولة الوسطى - فكانت له زوجتان فقط: حنوت ونبت، فسّمّت الأولى إحدى بناتها باسم نبت وسّمّت الثانية بنتها باسم حنوت، وهو ما يدل على مدى تقارب الزوجات المختلفات وقبولهم لفكرة التعدّد، لكن على مستوى الطبقتين الوسطى والدنيا لا نجد لهذا الأمر تأثيراً كبيراً نظراً للظروف المادية الصعبة للمجتمع، وذلك وفقاً لما ذكره الدكتور إبراهيم مهران فى كتابه "حضارة مصر القديمة"، والدكتور عبد العزيز صالح فى كتاب "الأسرة المصرية فى عصورها القديمة".

- وبالتبعية إنهاء الحياة الزوجية المشتركة - معروفة ومشروعة، حيث كانت العصمة فى يد الرجل، وكانت صيغة الطلاق تقول: "لقد هجرتك كزوجة لى، وإننى أفارقك وليس لى مطلب على الإطلاق، كما أبلغك أنه يحل لك أن تتخذى لنفسك زوجاً آخر متى شئت"، ولكن الطلاق لم يكن شائعاً بدرجة كبيرة، وذلك بسبب تقليد التمسك بدفن الزوجات إلى جانب أزواجهن فى نفس القبر، حيث كان المصريون القدماء يؤمنون بمقولة: "الزوجان شريكان فى الحياة ولا يُفَرِّقهما حتى الموت، بل يظلان عاشقين فى الآخرة".

تعدّد الزوجات واقتران الإخوة كان زواج الفرعون من أخته عُرفاً مصرياً معروفاً فى بعض الأسرات القديمة للغاية، وكانوا يلجؤون إليه فى محاولة للحفاظ على نقاء دم ولى العهد الجديد وصفاء ألوهيته حينما لا تكون فى الأسرة بنات أو رجال آخرون، لذلك انتشر زواج الإخوة بين الملوك إلا أنه لم ينتشر بين أفراد الطبقة الوسطى أو الدنيا لأنه لا حاجة لهم بنقاء الدم الذى يبحث عنه الملوك والفراعين.

كذلك انتشر تعدّد الزوجات بين

وكان يطلق على المكان الذى يجلس فيه العروسان اسم "الكوش"، بينما كانت تسبق الزواج فترة للتعارف - تشبه الخطوبة الآن - من أجل تقارب الشاب والفتاة واختبار كل منهما لطبائع الآخر، وغالباً ما كانت تمتدّ هذه الفترة لسنة كاملة.

كانت دبلّة الخطوبة المصنوعة من الذهب معروفة عند قدماء المصريين تحت مُسمّى "حلقة البعث"، وكانوا يرتدونها فى اليد اليمنى وتُنقل بعد الزواج إلى اليد اليسرى كرمز لدوام العشرة والإخلاص، والشائع أن الزوج كان يُقدّم مصروفاً للبيت مع مطلع كل شهر، بالإضافة إلى مصروف خاص بزينة زوجته مع بداية كل عام، وتُكتب فى بداية طقوس ومراسيم الزواج قائمة بكل المنقولات التى تمّ تجهيز العروس بها قبل انتقالها إلى منزل الزوجية، تشمل كل ما أحضرته من حُلَى وخلاخيل وأدوات زينة وقلاند.

الطلاق.. شريكان لا يُفَرِّقهما حتى الموت

فى حال استحالة استمرار الحياة الزوجية بين الزوجين فى مصر القديمة كان الطلاق هو الحل، وكانت هذه الطريقة لإنهاء الخلافات

كان المصريون القدماء يُقدّسون الحياة الزوجية ويعتقدون بقوة وتبجيل فى خصوصية العلاقة بين الشريكين، ويحفظون للزوجة حقوقاً وواجبات محدّدة ومعروفة، ضمناً لاستمرار الحياة حتى إلى ما بعد الممات، حيث كان الزوج والزوجة يُدفنان إلى جوار بعضهما فى نفس المقبرة.

كان سن الزواج يبدأ عند الفراعنة من ١٥ عاماً للشباب و١٢ عاماً للفتاة، وتتم الطقوس بأن يؤدّى الشاب القسم بالفرعون على مكيال مُحدّد من الفضة والغلّال اللتين يقدّمهما كمهر لعروسه مُتعهّداً بالإيفاء بكل الالتزامات الواجبة عليه نحو زوجته، وكانت طقوس الزواج تتمّ فى المعبد ويقوم الكاهن بتوثيق عقد الزواج بين طرفى العقد: العريس ووالد العروس، بحضور الشهود الذين يبدأ عددهم من ٣ وحتى ١٦ شاهداً، ولكن فى القرن السابع قبل الميلاد سُمح للمرأة بحضور عقد قرانها خاصة إذا كان قد سبق لها الزواج.

وكانت قاعة الزفاف تُزيّن بزهور الياسمين، لأنه فى اعتقادهم زهر الجنة ورائحته هى رائحة الجنة،

نجحت الحضارة المصرية القديمة فى التميّز وإدهاش العالم فى مختلف جوانب الحياة والاجتماع والعمران والثقافة، وإلى الآن ما زلنا نكتشف يوماً بعد يوم جوانب السبق التى أرزها أجدادنا فيما يتّصل بالحياة فى شتّى صورها، فبقليل من البحث ستأكد أن كل ما نعرفه الآن فى حياتنا وعلاقتنا له أصول قديمة وعريقة لدى أجدادنا الأوائل.

وبين أهم أنماط وصور العلاقات الإنسانية والاجتماعية يأتى الزواج على رأس قائمة التواصل والعمران البشرى، بما يحقّقه من تآلف وتقارب واستمرار للنوع واستقرار للروح والنفس، وقد عرف المصريون القدماء قواعد وتقاليد عديدة للعلاقات الإنسانية بين الرجل والمرأة، وما يتّصل بكل جوانب الزواج وتفصيله وحقوق وواجبات كل طرف من طرفيه، والمدّش أنهم عرفوا فترة الخطوبة كاختبار للتوافق بين الزوجين، كما عرفوا الطلاق وإن لم يدعموه أو يتقبّلوه نفسياً، فالعلاقة الزوجية فى مصر القديمة كانت بقداسة المعابد والدين والبعث والخلود.

الزواج.. اللقاء الأعواد الخضراء

الخارجية تتسلم قطعا أثرية من المانيا



تسلمت السفارة المصرية فى برلين من الشرطة الألمانية ستة وأربعين خرزة حجرية أثرية، كانت تمثل عقدا علفت به إحدى التماثم الأثرية التى تسلمتها السفارة بداية شهر أبريل الماضى، وذلك بعد إتمام الإجراءات القانونية اللازمة لعملية التسليم.

كانت السفارة قد اكتشفت ببيع مجموعة من التماثم الأثرية المصرية فى أحد معارض المشغولات اليدوية بمدينة برلين فى نوفمبر ٢٠١٣، حيث قامت وزارة الخارجية بالتنسيق مع وزارة الآثار بتقديم تقارير فنية توضح أثرية تلك القطع، حيث تم التحقق من أثرية ٧ تماثم منها، استردتها مصر فى احتفالية بمقر السفارة يوم ٢ أبريل ٢٠١٥ بحضور السيد د. ممدوح الدماطى وزير الآثار الذى كان يزور برلين فى ذلك التوقيت. وذكر بيان لوزارة الخارجية اليوم إنه وأثناء عملية ترميم التماثم وفصلها عن الإكسسوارات الحديثة التى لصقت بها، قيل تسليمها إلى مصر، تبين للخبراء الألمان أن العقد الذى علفت به إحدى تلك التماثم مكون من خرز حجري أثرى، فقاموا على الفور بإبلاغ الشرطة الألمانية التى قامت بالتحفظ على الخرز وإبلاغ السفارة المصرية، التى قامت بدورها بالانتهاء من الإجراءات القانونية اللازمة لاسترداد الخرز المكون للعقد.

وتعد مجموعة التماثم والخرز الواقعة الخامسة التى تنجح فيها مصر فى استرداد آثار مهربة فى ألمانيا خلال عام.

اكتشاف مقر الجيش المصري في عصر الفراعنة بسينا

تم الكشف عن جزء من أكتاف البوابة الشرقية لقلعة ثارو والتي تمثل مقر الجيش المصري في عصر الدولة الحديثة، بالإضافة إلى عدد من المخازن الملكية المبنية من الطوب اللبن والتي تخص الملكين "تحتمس الثالث" و"رمسيس الثاني" بسينا، حسبما صرح وزير الآثار المصري، ممدوح الدماطي.



وقال الدماطي، في تصريحات الأحد، إن الكشف ضم عددا من الأختام عليها اسم الملك تحتمس الثالث، وجبانة كبيرة من



عصر الأسرة الـ٢٦ تضم العديد من المقابر المبنية بالطوب اللبن وعددا من المقابر الجماعية لهياكل عظمية آدمية عليها آثار معارك عسكرية، وذلك ضمن أعمال البعثة المصرية العاملة بالضفة الشرقية لقناة السويس بمنطقة تل حبة على مسافة ٣ كيلو مترات شرق قناة السويس.

وأوضح وزير الآثار، أن الجزء المكتشف من أكتاف البوابة عبارة عن ٣ كتل من الحجر الجيري عليها نقوش للملك رمسيس الثاني يبلغ طولها ٣ أمتار وعرضها متر، الأمر الذي يؤكد على ضخامة البوابة والتي كانت تمثل نقطة الانطلاق للجيش المصرية لتأمين حدود مصر الشرقية عبر طريق حورس الحربي بين مصر وفلسطين.



إعلان جريدة الأهرام الجديد الاتصال على

647-823-6779

«الأهرام الجديد»، تلتقي:

الكاتب، والمفكر الاردني: جهاد العلاونة..

حاوره: عادل عطية



- من البداية، لم تكن أمة اقرأ: تقرأ!
- صورة بالف رفض!
- من حق كل إنسان أن يقرر ما هو معتقده، من غير تجريح!
- أنا مع لغة الحوار الديني؛ لنصنع السلام العالمي!
- كذبة المجتمع المدني!
- حور عين.. كلمة، معناها صادم!
- مُتهم، أنا، بالتطبيع مع المسيحيين!
- المسجد الذي بناه الأقباط!

أعطته الحياة كتبها؛ فقرأ. وتعلم..

حتى أصبح صوتاً صارخاً في بركة العقل: قوموا طريق المعرفة!

يدعو بقلمه الكثيرين إلى معمودية الفكر. حيث يغتسل العقل من أدان: ”اجهل“!

ومع ذلك، فهو المذنب في مجتمعه: لأنه يستعمل عقله!

هذه التهمة.. كانت كفيلة، بأن تدع الحاقدين عليه، يفارقون ما يكتبه بمجرد رؤية اسمه. وأن يحتمل كل الكلمات المركبة من الحروف التهكمية: لينال شهادة الضم!

ومع ذلك، فهو يؤكد باستمرارية رسالته..

أنه: ليس من هؤلاء الذين يُغلّفون أنفسهم باسماء مستعارة؛ ليكتب وينتقد ثقافة جرفتها نوة التعصب. وعقول تجوب في ظلام الجهل. وهي بعيدة عن كل فكر مستتير!

نلتقي جهاد العلاونة..

يفتح لنا عاقلته: مرحباً بأسئلتنا.. وهو الذي دأب على تفكيك ثقافة الخوف من الأسئلة!



عرّفنا عن نفسك: من هو جهاد علاونة؟

اسمي كما هو بالوثائق الرسمية: جهاد علي محمود علوان، وكلمة علاونة هي جمع لكلمة علوان، ولدتُ في الأردن بمحافظة إربد وهي إحدى محافظات الشمال، في قرية الطيبة وكان لي أخ توأم إلا أنه فارق الحياة وهو في السنة الثانية من عمره، درست وتعلمت في مدارس الحكومة من الصف الأول إلى الصف الثالث الإعدادي وهو ما يعرف اليوم بالتاسع، بعدها خرجتُ من المدرسة وهربت منها وبدأتُ أعمل في أعمال بناء الطوب، ونجارة الباطون وتسليحه حتى هذه الساعة. توفى أبي وأنا في الصف السادس، واضطرت أُمي للعمل للإئناق على المنزل وكان هذا سنة ١٩٨٤م.. ولأن ثقافة العيب كانت منتشرة بشكل أوسع مما هي عليه اليوم، فكان عيب كبير أن تعمل المرأة، مما أدى إلى أن أعتقد من هذه المسألة وهذا هو الشيء الوحيد، أو الأول، الذي أدى بي للتمرد على العادات والتقاليد، وحتى على إيماني!

لا أحد بتولياً حين يتعلق الأمر بالتعصب.. ولكن لماذا التعصب العربي، تعصب مُدبر.. لأنه تحول إلى إيمان جامع، أم ماذا؟

التعصب العربي منبعه الإيمان بكتاب واحد، ونبي واحد، وأيضا التعصب العربي ينبع من إيمان العربي المسلم بأن دينه هو الدين الوحيد الصحيح، وبأن باقي الأمم والشعوب على خطأ، حتى الناس أسلافنا الذين عاشوا قبل أن يأتي الإسلام يعتقد شيوخ الإسلام أنهم في النار، من ذلك الحديث الشريف لمحمد(ص)... بما معناه أنه حتى أمه وأبيه في النار كما ورد في الحديث عن الرجل الذي سأله عن أمه وأبيه...الخ، ومن المعروف أن أي إنسان يقرأ كتاب واحد ولا يقرأ معه الكتب الأخرى من المعروف جيدا أن هذا النوع من القراءة سيفقد إلى التعصب الأعمى، المسلمون لا يقرؤون التوراة، ولا الإنجيل، ولا الكتب الدينية الأخرى؛ وبالتالي من الطبيعي أن يتجهوا للتعصب الأعمى، فهم يرون أنفسهم بأنهم على حق، ولهم وحدهم الجنة.. وبأن باقي الأمم والشعوب الأخرى على باطل، ومصيرهم جهنم!

لماذا طُردت من اتحاد الكتّاب الاردني؟

أولا أنا تقدمت لعضوية رابطة الكتّاب الأردنيين بناء على رغبة الرابطة في فترة استلام رئاسة الرابطة من قبل جماعات يسارية، تدّعي أنها تقاوم التطبيع مع إسرائيل، وبأنها ضد الرأسمالية والليبرالية. في الواقع أنا لا أؤمن بمؤسسات المجتمع المدني الأردني من حيث استقلاليتها؛ فهناك جهاز أمني هو الذي يدير تلك المؤسسات، وقد تم الاتفاق بين كل التيارات السياسية والثقافية بعد اتفاقية السلام مع إسرائيل على طرد أي عضو من الرابطة إذا أبدى الرغبة في التطبيع الثقافي مع إسرائيل، وعلى العموم أنا متهم بالتطبيع مع إسرائيل، وبالتطبيع مع المسيحيين. أما السبب الأساسي لطردني؛ فأنا أعتقد أنه بسبب ما كتبتُه حول حقيقة بناء المسجد الأقصى، وبإمكان القارئ أن يلجأ إلى الجوجل؛ لمعرفة التفاصيل،

بكتابة: ”جهاد علاونه والمسجد الأقصى“. هذا المسجد الذي تم بناءه بأموال الأقباط المصريين، حيث استعمل الخليفة الأموي خراج مصر بالكامل من أجل بناء المسجد والقبّة ومن ضمن الخراج ما كان يحصل عليه بأسم الجزية، وبناء رجل سرياني أسمه : رجاء بن حيوة،وأنا بالنسبة لي أعتبر أن المسجد الأقصى تم بناءه على أنقاض الهيكل الذي دمره الرومان سنة ٧٠-٧٢ قبل الميلاد.

مقالك: ”مسيحي بس محترم“، كشف عن ثقافة منتشرة في أكثر من بلد عربي.. متى بدأت الانفتاح الصادق والمطلق على التجربة الدينية للآخر؟

أنا انفتحت على الآخر منذ الصغر، ولكن لم تتح لي أي فرصة للتعبير عن آرائي الفكرية؛ إلا بعد ظهور الإنترنت، وشيكات التواصل الاجتماعي. و”مسيحي بس محترم“، هي أيضا الإجابة على السؤال الأول أي أن المسلمين يعتقدون بأنهم وحدهم من لديه أخلاق رفيعة المستوى، ومعظم وجهات نظرهم عن المسيحيين مبنية على مغالطات تاريخية في فهم الآخر، ومبنية عن أساس أن المسلمين دينهم يجعل بعض المتمسكين به محترمين جدا.. ويصاب المسلم بالصدمة حين يصادف مسيحيا محترما ويستغرب من ذلك.. ويعبر عن استغرابه هذا بصورة عفوية، فيقول مثلا: لي صديق مسيحي بس محترم، أو: لي زميلة مسيحية بس محترمة!

ما هو تفسيرك لموقف الشارع العربي تجاه ما يُعرف بالغرب.. فيمقدار كراهيتهم الشديدة لثقافته، يسعون باجتهاد ودأب وبكل السبل للوصول إليه، والعيش به؟!

هذه قمة التناقض: مثل الذي يأكل في الصحن ويصق فيه، ومثل الذي يشرب من البئر ويلقي فيه الحجارة. الناس هنا مزدحمون على أبواب السفارات الأجنبية من أجل أن يهربوا من واقعهم الممتلئ بالمرارة.. العرب يستسلمون دائما للتكنولوجيا الغربية، ولكنهم لا يستسلمون للتكنولوجيا الاجتماعية. والغريب أنهم يحبون اليهود ويتجاورون معهم في العمل، وفي السكن هناك، ولكن حين يعودون إلى بلادهم العربية يبدؤون بشتم اليهود وسبهم، ويعربون عن نيتهم بريمهم في البحر!

هل أنت مع الجدل الفكري والديني، أم أنك ترى أن كل إنسان هو حر فيما يعتقد، ويؤمن به؟

نعم، أنا مع حرية الرأي والاعتقاد، فنحن لا نمشي في الشارع وحدنا، وأنا وأنت لسنا وحدنا من يقود سيارته في الشارع، الشارع مكتظ بالناس وبالسيارات التي تتمر الشوارع، وكذلك الأديان.. هنالك ملايين غير مسلمين، وملايين غير مسيحيين، وملايين غير يهوديين. هنالك على الساحة أديان أخرى حية، ومن حق كل إنسان أن يقرر ما هو معتقده من غير تجريح. ولكن الجدل الذي أؤمن به ربما ليس ما تعنيه أنت، أنا مع لغة الحوار الديني لنصنع السلام العالمي الذي يوفر لنا وللأجيال القادمة الحياة الكريمة، أنا مع حق اليهود بإقامة دولتهم المستقلة، ومع المسيحيين بحرية ممارسة دينهم، وأنا كذلك مع فكرة إقامة حوار ثقافي وديني بين أقطاب الدين الواحد، فكما نعلم المسيحيون ليسوا طائفة واحدة، وكذلك المسلمون ليسوا طائفة واحدة، وكذلك اليهود. أنا مع كل هؤلاء من أجل إقامة مشروع سلام عالمي جديد يضم كافة الأديان، والمعتقدات، والمذاهب؛ وذلك لكي تتمكن في النهاية من إنشاء دين واحد يضم كل الأديان، والمعتقدات، والمذاهب. أنا لست مع الجدل الديني الذي يريد إلغاء الآخر، أو قتله، أو جعله طعاما للأسماك.. أنا بالعكس أنا مع الجدل عن طريق ثقافة التواصل والاتصال من أجل تقريب وجهات النظر بين كافة المعتقدات. وبما أن الحكومات لا تريد السلام العادل والشامل، فأنا اقترح ان نحقق ثقافة التواصل مع الآخرين من غير أن نلجأ إلى الأحزاب المنغلقة على نفسها وكذلك الجمعيات المنغلقة على نفسها والتي تسمي نفسها بمؤسسات مجتمع مدنية مع أنها تبعد عن المدنية بعد الأرض عن السماء.. وايضا الحكومات ترفض إقامة حوار مع اليهود، لذلك أعتقد أن نجري الحوار مباشرة بين أصحاب المذاهب من أفراد وجماعات مستقلة تحترم حرية الرأي.

ما هو تفسيرك لظاهرة أمة من المفترض انها بدأت من ”أقرا“، ولكنها أصبحت تعادي القراءة، وتخشى من الأسئلة؟!

أمة أقرأ من يوم يومها ما كانت أمة قراءة؛ بدليل

أن عمر بن الخطاب أنهى عن قراءة التوراة.. فمنذ البداية كان الإسلام ضد التقارب من الآخر، وضد قراءة الأديان، والمذاهب، والأفكار الأخرى.

برأيك، هل الانتحاري حين يفجر نفسه؛ يسعى بذلك للحصول على حور العين، أم أن هناك أسباب أخرى؟!

لم أقرأ بحياتي عن أغبي رجل في العالم إلا وكان ذلك الرجل، الذي يقوم بقتل إنسان آخر، ويعتقد أن ربه يكافئه على ذلك، ويدخله الجنة!.. دعني أضحك قليلا: هههه، لست أدري من أين لهذا الرجل كل هذا الغباء!!! معقول أن رجلاً غيباً يقتل رجلاً بريئاً، ويدخله الله الجنة؟ فقط لأنه مجرم!! ويكافئه بـ ”الحور العين“.. وهو لا يدرك أن ”حور عين“، كلمة أرامية معناها: العنب الأخضر المصفر، الذي يُظهر، لشفافيته، ما بداخله.. وليس معناها نساء من بلور. أنه أيضاً الهوس الجنسي، هؤلاء جميعهم مصابون بالهوس الجنسي.

هل تعتقد أن العلمانية، وفصل الدين عن الدولة، حلم يمكن تحقيقه في عالمنا العربي، ولماذا؟

نعم، ولكن بشرط تغيير النظم العربية الحاكمة؛ حيث أن أغلبها يحتال على الغرب وعلى أمريكا.. فلا توجد عندنا مؤسسات مجتمع مدني بالشكل الصحيح، ولا توجد أحزاب سياسية علمانية، وبصراحة الدول العربية ليست دولاً اسلامية، ولا مسيحية ولا عشائرية، هي مزيج من أشخاص عبارة عن عصابة همهم الالتفاف حول السلطة وليس الوطن، ومفهوم المواطنة معدوم لديهم، أنا في البداية أفكر بإقامة مشروع تعزيز مفهوم المواطنة، المواطنة، نعم المواطنة، أنا مثلاً مواطن أردني، بغض النظر عن جنسي أو لوني أو ديني أو مذهبي، نعيش كمواطنين في دولة ذات سيادة تحترم الحريات العامة، دولة تحكمها مؤسسات مجتمع مدنية وليس المسجد، أو الكنيسة. دولة قانون ومؤسسات وليست دولة عنصرية أو دينية، المواطن فيها أهم ما تملكه الحكومة ودولة تستثمر في المواطن وفي العقول والمواهب بدل تجريد الدولة من المواهب والعقول الخلاقة.

”طريطش حكي“، هو أحدث غلاف لكم.. هل لك أن تقص علينا معاناتك في توزيعه؟



آه ثم آه، الكتاب كلفني ٢٠٠٠ دينار أردني أي ما يعادل ٣٠٠٠ دولاراً أمريكياً، ووضعت على لوحة الغلاف صورة تقريبية للمسيح في موعظته على الجبل؛ لذلك الكتاب تم رفضه من معظم المؤسسات الحكومية وشبه الحكومية، ولم أبع منه إلا لأفراد مسيحيين على عدد أصابع اليد.

الكتاب الآن بجانيبي وأنا أنظر إليه بشفقة، الكتاب فيه أكثر من عشرين عنوان عن: المسيح، ويسوع، والمخلص.

هل ترى أن الثراء النفطي لبعض الدول الإسلامية، وراء هذه الصحوّة الإراهية؟

لا شك في أن أموال النفط، تُدعم هؤلاء الذين يظنون أن حياة الناس دؤلت باسمهم، ليخبروهم بما يؤمنون، وكيف يعيشون. وقد استغلت الولايات المتحدة الأمريكية هذه الزعة، التي يترعّمها الفكر الوهابي المتطرف، ووجدت في عغه وصلابته مادة المواجهة الحقيقية مع المعاندنين الذين يقاومون نفوذها، وهيمنتها على العالم.

كلمة ختامية، تود اضافتها إلى سطور قراءك.

أنا رجل قرأت على نفسي، وعلمتُ وثقفتُ نفسي بنفسي، وأقول قناعاتي التي أقتنع فيها، سجنّت واعتقلت بسبب آرائي الدينية والثقافية، وتمّت مطاردتي من قبل جهاز المخابرات مدة ١٥ عاما.. وما زلت مراقباً. ومع ذلك لم أغير ولم أبدل برأيي، وعندنا الحكومات العربية حين تريد الطعن بمثقف ممتاز يتهمونه اتهامات جنسية وأخلاقية وقد تعرضت لهذا كثيرا، وأيضاً يطلقون ضده شائعات تقول عنه بأنه ليس ثابتاً على رأي واحد، وأنا أعرف أين من الممكن أن تصطادني خفافيش الظلام، لذلك خذوا حذركم منهم. وأنا شخصيا يضايقونني هنا اقتصاديا فقط لا غير، ولكن دائما الرب موجود، الله يعرفني، كما أنه يعرفهم.

Sears Sherway Home
1860 The Queensway. Etobicoke,
ON. M9C 5L4
T: 416-695-3888
F: 416-626-8212
TF: 1-800-664-1888

Sears

نتحدث العربية ونرحب بآبناء الجالية العربية
**We have the best selection from
the best manufacturers.**

Ragui Felestin

راجي فلسطين

Sales Manager

مدير المبيعات



Appliances

Whole Home-

Natuzzi

Chateau d'Aix
ITALIA

SUPERSTYLE
FURNITURE LTD.

SAUDER

elran PALLISER

Beautyrest
LIVING LIFE FULLY CHARGED

Electrolux

Panasonic



Kenmore

BOSCH
Invented for life

Whirlpool

FRIGIDAIRE

BROAN

SAMSUNG

LG

Mattresses

S&F
STEARNS & FOSTER

KINGSDOWN
A TRADITION OF INNOVATION
"Sleep to Live"
Over 100 years of sleep innovation

Sealy

Serta

Furniture

KitchenAid
FOR THE WAY IT'S MADE

GE

اجتماع لجميع شعب الكنيسة

حقائق إيمانية

كل يوم ثلاثاء من ٧ إلى ٩ مساءً
بكنيسة السيدة العذراء والبابا
أثناسيوس بمسيحيا جا

يعقبه مائدة أغابي بسيطة

تعال وادع آخرين لتعرف معاً على حقائق إيماننا المسيحي
(مستعدين لمجاوبة كل من يسألكم عن سبب الرجاء الذي فيكم)

١ بط ١٥:٣

المصدر الأخير المتعلق بالجيش اليمني هو "الغنائم" التي استولى عليها المسلحون عقب محاصرتهم وأسروهم لعناصر عديدة من الجيش خلال فترات مختلفة من النزاع أبرزها الحرب الرابعة والخامسة والسادسة.

في بداية المعارك، كانت أسلحة الحوثيين هي ما تمتلكه القبائل في اليمن عادة، إيه كيه-٤٧ وآر بي كي وقنابل يدوية وآر بي جي وعقب كل حرب، كان الحوثيون يحصلون على مزيد من الأسلحة المذكورة أنفاً بالإضافة إلى إم ٢ براونينغ وبنادق عديمة الارتداد وإم ٢٥٢ وجي ٣ ومضادات خفيفة للطائرات عدلها المقاتلون الحوثيون لاستخدامها ضد الدبابات والمدركات على الأرض. وعدد من إم-١١٣ وتي-٥٥ وهامفي مصفحة تصفيحاً خفيفاً، وهذه غنموها عقب اشتباكاتهم مع السعوديين عام ٢٠٠٩.

إسقاط مروحيات ميل مي-٨ التابعة للجيش اليمني كان بأسلحة صغيرة وليس بصواريخ أرض جو فلا يمتلك الحوثيون هذه. زعمت الحكومة وحلفائها أن الحوثيين يمتلكون كاتيبوشيا كدليل على علاقتهم بإيران، ولكن الجيش اليمني هو من كان يقصفهم بتلك الصواريخ.

[البقية العدد القادم]



بالسلاح والمقاتلين وهو مامنع الحوثيين من مواجهة نقص في إمدادات السلاح.

المصدر الثالث لأسلحة الحوثيين هو الجيش اليمني نفسه. أسباب عديدة تقف خلف هذه الظاهرة أبرزها ضيق وحدات في الجيش من النفوذ الوهابي/السلفي الذي يمثل على محسن الأحمر في المؤسسة العسكرية، وضالة المرتبات التي يتلقاها الجنود، وإستغلال النزاع في مراحل المتقدمة وبالذات خلال الحرب الخامسة والسادسة من قبل مراكز القوى الحاكمة لتصفية بعضهم بعضاً فهناك جيشان في اليمن، جيش موال لعلي عبد الله صالح وآخر موال لعلي محسن الأحمر وأسباب حدوث هذا الإنقسام متعددة.

مرتبات الجنود في الجيش اليمني ضئيلة للغاية وراتب الجندي لا يكفي لتأمين أساسيات الحياة الكريمة له ولأسرته، الظروف المادية الصعبة والإلتزام الأيدولوجي المحدود للقتال أدى إلى "فقدان" عدد كبير من الجنود لأسلحتهم خلال مواجهتهم للحوثيين، هم لم "يفقدوها" ولكنهم باعوها لقاء الأموال.

مجموعة أكبر من الأسلحة تأتي من القادة الميدانيين وضباط التمويل أنفسهم الذين يسطون على مخازن السلاح الحكومية ويبيعونها عبر وسطاء لجهات مختلفة منها الحوثيون وعدد من الضباط التمويل كان يخبر هؤلاء الوسطاء عن توقيت مرور القوافل المحملة بالأسلحة ومسارها، فينقل هؤلاء الوسطاء المعلومات للمسلحين الحوثيين للسطو عليها.

ومن أسباب ذلك هو ضيق هؤلاء الضباط من العناصر الحنابلة المجندة كمرتزقة ومن تأثيرهم العام على المؤسسة العسكرية

Century 21 www.8LeeCentre-1608.com

PERCY FULTON LTD. BROKERAGE

Nabil Daniel Broker
Direct 416-258-4390
Office 416-298-8200
nabil@nabildaniel.com

JUST LISTED!

www.homesintorontoforsale.ca

من هم الحوثيون ولن ينتسبوا (٣)

فاطمة الجناني

المعارك مع حزب الإصلاح

مصادر أسلحتهم

هناك ثلاث مصادر رئيسية لأسلحة الحوثيين :

تجار السلاح.

الحلفاء القبليون.

الجيش اليمني نفسه.



حصار دماج :-

كان الحوثيون يحصلون على أسلحتهم من سوق الطلح وأسواق السلاح في مأرب خلال أول جولتين من المعارك، العديد من تجار السلاح كان يمددهم بالأسلحة إما تعاطفاً معهم لإنهم زبيدة أو لإنهم مرتبطون قبلياً بكثير من المسلحين أو إنتقاماً من الجيش للتدمير الذي حل بمناطقهم.

وهناك سبب آخر وهو حقيقة أن تجارة السلاح تزدهر في ظروف وأوضاع كهذه، فكثير من تجار السلاح ينظر للنزاع نظرة مادية صرفة، بل أنهم استفادوا من الجهود الحكومية لمنع بعض الأسلحة وإغلاق الأسواق لرفع أسعار السلاح. واعتقد بعض التجار أن النزاع سيكون قصيراً فباعوا أعداداً كبيرة من الأسلحة في فترة وجيزة.

التعاون مع الأميركيين لتطوير جهاز خفر السواحل حد من قدرة التجار على التهريب ولكن بدرجة ضئيلة. بعد الحرب الثانية، تقلص اعتماد الحوثيين على تجار السلاح إلى حد ما فكانوا يعتمدون على علاقاتهم القبلية لتأمين الإمدادات.

في البداية هناك القبائل المقاتلة في صفوف الجماعة وهؤلاء لديهم مخازنهم الخاصة للسلاح. وهناك القبليين الذين جندتهم الحكومة كجيش إضافي، لديهم مخازنهم بالإضافة للأسلحة الموزعة عليهم من الحكومة، وهذه القبائل تغير ولائها بسرعة كبيرة من طرف لآخر في أرض المعركة لأسباب مذكورة أعلاه، فتصبح أسلحتهم والأسلحة المقدمة لهم من الحكومة في يد الحوثيين.

مصادر عمال الإغاثة قالت إن الحكومة والحوثيين على حد سواء، يطلبون من مشايخ قبليين في المنطقة أن ينضموا إليهم إما بإقناعهم عن طريق التقارب الأيدولوجي أو تهديدهم بالإنقسام حال إنضمامهم للطرف الآخر. هذه الحالة تعني إمداد الحركة

في عام ٢٠١١، أغلق الحوثيون المعابر المؤدية لدماج. في محاولة لتطهير صعدة من السنة ولكن الحوثيون ينفون هذا الاتهام ويقولون أنهم لا يحاصرون مدرسة دار الحديث ولكنهم يتحققون من دخول الأسلحة والعناصر الأجنبية إلى المدرسة. وتجددت الاشتباكات في أكتوبر ٢٠١٣ بدعم من حسين الأحمر للوهابية بزعم أن من سماهم الروافض يقتلون حفاظ كتاب الله وكان حسين الأحمر نفسه قد توسط لدى الحكومة اليمنية للإفراج عن فارس مناع أحد كبار تجار السلاح في اليمن والمقرب من الحوثيين قام الرئيس عبد ربه منصور هادي بأرسال عبد القادر هلال عام ٢٠١٤ وتم توقيع اتفاق لوقف إطلاق النار سرعان ما تم خرقه وكلا الطرفين الحوثيين ومواقع مساندة لعائلة الأحمر يتهم الطرف الآخر بخرق شروط الهدنة ولم يتسنى التأكد لعدم توفر تحقيق مستقل. إلا أن حسين الأحمر نفى وجود اتفاق لإيقاف إطلاق النار وأنه يستكمل مسيرة الدفاع عن الجمهورية على حد تعبيره وذلك بعد يوم واحد من إعلان الحوثيين عن قتلهم لعدد من أفراد أسرة الأحمر وسكرتير الجنرال علي محسن الأحمر المدعو خالد العدولي ويزعم الحوثيون أن فرقا من الجيش اليمني تقاثل بجانب عائلة الأحمر تم اغتيال عدد من السياسيين المقربين من الحوثيين مثل عبد الكريم جذبان وأحمد شرف الدين خلال سير جلسات مؤتمر الحوار الوطني اليمني توقفت المعارك في دماج بعد قرار رئاسي يقضي بطرد المسلحين الحنابلة السنة الأجانب الوافدين على اليمن من دماج وجمعت ٨٣٠ جثة من جثث الحنابلة كانت حصيلة المواجهات مع الحوثيين ورغم أن القرار الرئاسي قضى بخروج الأجانب فحسب إلا أن الحنابلة الحاملين للجنسية اليمنية قرروا الخروج

Christ is Risen... Truly He is Risen

Coptic Orthodox Patriarchate
Ti Agia Maria and Saint Demiana The Martyr
Coptic Orthodox Church (Etobicoke)

Under the auspices of
His Holiness Pope Tawadros II
Cordially invites you to attend

**The 2015 Festival of
Saint Demiana the Martyr**

Revival Period: Monday
May 18, 2015 / 10 Bashans, 1731
From 7:00 To 9:00p.m.

Tuesday May 19, 2015/ 11 Bashans, 1731
(Eve of St Demiana's Feast)
From 6:30 to 9:30p.m.

6:30 P.m..... Raising of Incense
7:00p.m..... Sermon and Tamageed
8:30p.m..... Choir and Agapi
(Dinner with tickets only)

Wednesday May 20, 2015 /12 Bashans,
The Divine Liturgy
From 8:00 to 10:30 a.m. (followed by brunch)

Church Location
87 Elmhurst Drive @ Islington, North of 401
Tel / Fax (416) 745 - 1643

Priest: Fr. Youssef A Andwres
Tel: 647-608-0225

المسيح قام... بالحقيقة قام

بطريركية الأقباط الأرثوذكس
كنيسة
تي أجيا ماريما والقديسة الشهيدة دميانة
إيتوبيكو

تحت رعاية و بركة صلوات صاحب القداسة والغبطة
البابا المعظم الأنبا تواضروس الثاني
بابا الإسكندرية وبطريكس الشرق
وسائر بلاد المهجر
تدعوكم
الكنيسة لنوال البركة

في احتفالات عيد القديسة الشهيدة دميانة
لعام 2015 ميلادية - 1731 شمعا

وتتكرر مرور العام الخامس والعشرين على تأسيس الكنيسة

حسب البرنامج الموضح

وكل عام وشعب المسيح في خير وهناء وبشاعة
القديسة مريم العذراء وعلقات القديسة الشهيدة دميانة
والشهداء الأربعين عذراء

بهمة العيد: الاثنين
18 مايو 2015 (10 بشنس)
من الساعة 7:00 إلى 9:00 مساءً

عشية العيد: الثلاثاء
19 مايو 2015 (11 بشنس)
من الساعة 6:30 إلى 9:30 مساءً

+ راق بطور عشية + تولة
+ عظة + تمجيد
+ ترانيم / غزليات
+ عشاء (بالتفريغ) من 8:30 مساءً

يوم العيد:
20 مايو (12 بشنس)
برفقة حضور شعب الكنيسة وممسي القديسة دميانة
والأربعين عذراء

+ قداس الأنبياء (صباحاً) من 8:00 إلى 10:30
+ أغاني
وتقام الاحتفالات بطر الكنيسة

جمعية الأنبا رويس الدولية للخير
Anba Rueiss International Aid society

ARIAS

الملحقة بكنيسة مارجرس والانبأ رويس بتورنتو
141 Bond Avenue
North York, Ontario, Canada M3B - 1M1

تدعوكم لمساندة أخوتكم المحتاجين
نعالوا يا مباركى امي رنوا الملوكوت المهد لكم منذ تأسيس العالم - مت ٢٤:٢٥

تكونت هذه الجمعية منذ عام ١٩٩٧ في مدينة تورونتو برئاسة
قداسة البابا شنودة الثالث
وبرعاية صلوات
قداسة البابا تواضروس الثاني

نشاط الجمعية:

- اعانة مالية لعائلات الغير قادرين
- اسكان العائلات المنكوبة
- ايواء الأطفال الأيتام
- شراء ادوات بسيطة لمساعدة المتعطلين
- دفع المصروفات الدراسية لمن ليس لهم عائل
- مساعدة المرضى علي العلاج الطبي

تصل كل عطايك بالكامل بدون خصم أى مصاريف ادارية
كما تأخذ عنها إيصال للخصم من الضرائب
« طوبى للرحماء » لأنهم يرحمون - مت ٥

من فضلك اكتب الشيك باسم
ARIAS

فنان بريطاني يصمم جسراً مبنياً من الورق الأحمر



صمم فنان بريطاني جسراً فريداً من نوعه مصنوع من الورق فقط ولم يستخدم فيه أي نوع من الصمغ لتثبيت الأوراق. وأصبح الجسر الأحمر المصنوع من حوالي ٢٢٠٠٠ ورقة في منطقة ليك ديسرتيكت بمقاطعة يورك شاير البريطانية، معبراً للأشخاص وراكبي الدراجات. ويعتبر هذا الجسر الورقي قطعة فنية رائعة تقع فوق غدير ماء في وادي غريس داييل بين جبال هيلفلين كومبريا. وصمم هذا الجسر المذهل الفنان ستيف ميسام من مدينة تيسدايل البريطانية، إذ أمضى ثلاثة أعوام في تصميم هذا الجسر إلى أن وصل إلى شكله النهائي وفق مبادئ هندسية أصيلة. وقال ميسام بأن هذا البناء متين ويمكن أن يتحمل وزن المارة لأنه مبني من ٤,٥ طون من الورق، ما يجعله أقوى بمرتين من خشب البلوط. ويبلغ طول الجسر الورقي الأحمر الذي أصبح قيد الاستخدام، ٥ أمتار. وينسجم هذا الجسر العصري مع البيئة المحيطة به إذ أنه يضيف على الوادي منظراً فريداً من نوعه وجمالية تجمع مع مفردات الطبيعة الأخرى من أعشاب ومياه وصخور. وكان متسلق الجبال ألان هينكيس أوبي من شمال يوركشاير أول من عبر هذا الجسر. وقال هينكس أوبي بأنه توخى الحذر أثناء العبور لأن الجسر مصنوع من الورق، لذا قام بالعبور بخطوات هادئة وبطيئة. وأكد بأن الجسر لم يتأثر أبداً بعد هطول الأمطار الغزيرة في المكان وكان يبدو آمناً للغاية. وأضاف أن منظر الجسر الورقي يعطي صبغة عصرية على الوادي بكل عناصره الطبيعية. بحسب صحيفة الدايلي ميل البريطانية. عن الدستور

للإعلان بجريدة الأهرام الجديد
647-823-6779



إشراف جوى غالي

كندا رقم ٢٠ في قائمة أفضل البلاد في رعاية الأمومة والطفولة



مع معدلات متدنية نسبيا في وفيات الحوامل بسبب صعوبات في الولادة وبسبب وفيات الأطفال حديثي الولادة وبسبب ارتفاع نصيب الفرد من الدخل وللسنوات التعليم الرسمية فان كندا تقع في المرتبة رقم ٢٠ في

قائمة أفضل البلاد في العالم لرعاية الأمومة والطفولة ، وتقول منظمة إنقاذ الأطفال إن الأمهات الكنديات أفضل بكثير من نظرائهن في البلاد الأخرى ولكن لا تزال كندا تقع في ترتيبها وراء بلاد مثل أستراليا وسنغافورة والعديد من البلاد الأوروبية ، وقالت نتائج عام ٢٠١٥ إن النرويج هي أفضل بلد في العالم في رعاية الأمومة والطفولة ، وتليها فنلندا وأيسلندا وتقع الصومال في المرتبة الأخيرة بين ١٧٩ دولة في القائمة ، وجاءت الولايات المتحدة في المرتبة ٣٣ والمملكة المتحدة في المرتبة ٢٤ وقد تم ترتيب البلاد وفقا للإحصاءات التي تعني بوفيات الأطفال دون سن الخامسة وإحصائيات التعليم ودخل الفرد وعدد النساء في الحكومة ، وقد وجد التقرير إن واحدة من بين ٥٢٠٠ من الأمهات في كندا تموت نتيجة أسباب تتعلق بالحمل وهذا الرقم اكبر بثلاثة مرات من النرويج وبالنسبة لوفيات الأطفال دون سن الخامسة، يتوفى ٥,٢ طفل من كل ١٠٠٠ طفل وهذا ضعف عدد الأطفال الذين يموتون في أيسلندا، ويركز التقرير علي تأثير المدنية والفقر علي حياة الأمهات والأطفال ، ووجد أن هناك ارتفاع في عدم التوازن في المدن فالأمهات الأكثر فقرا في العالم والأطفال المعرضون للخطر يعيشون في مدن مثل بنجلاديش والهند وكينيا وأن الفجوة بين الأغنياء والفقراء كبيرة جدا لدرجة إن احتمالات موت الأطفال الفقراء هي من ٣ إلي ٥ مرات عن الأطفال الأغنياء، وأن أسوأ المناطق التي يمكن للأمهات الحوامل أن يعشن فيها هي المناطق العشوائية في المدن، وكتبت مارجريت تشان المديرة العامة لمنظمة الصحة العالمية تقول انه يجب إعطاء المزيد من الاهتمام للاحتياجات الصحية للفقراء في المدن ، وقد جعلت الحكومة الكندية من ضمن أولوياتها الاهتمام بالأمومة والأطفال حديثي الولادة وقال هاربر في كلمة ألقاها أمام الأمم المتحدة أن موضوع صحة الأم والطفل قريب جدا لقلبه.

محمد فهمي يرفع دعوي قضائية ضد قناة الجزيرة بـ ١٠٠ مليون دولار



أقام الصحفي الكندي محمد فهمي الذي يحاكم بتهمة الإرهاب دعوي قضائية ضد قناة الجزيرة القطرية وقال انه يطالبها بتعويض قدره ١٠٠ مليون دولار للأضرار التي لحقت به وبتهمهم بالإهمال في حقه، واعلن فهمي هذا من

القاهرة ولكنه سيقدم الدعوي القضائية أمام محكمة كندية ، وقد اعتقل محمد فهمي مع زميلين آخرين عام ٢٠١٣ واتهم بعدة جرائم مرتبطة بالإرهاب ، وقد قضى فهمي أكثر من عام في السجن وافرغ عنه بكفالة في وقت سابق من هذا العام ويخضع حاليا لمحاكمة ثانية بعد نجاح الاستئناف في قضيته .

رغم كل الاعتراضات تمت الموافقة على قانون مكافحة الإرهاب (سي-٥١)



أوتاوا: فاز مشروع مكافحة الإرهاب المثير للجدل والمعروف أيضا باسم (سي-٥١) بموافقة مجلس العموم وبفضل الأغلبية من حزب المحافظين الحاكم ومساعدة أعضاء الحزب الليبرالي وصوت ١٨٣ عضو بالموافقة و ٩٦ بعدم الموافقة ، وهذا القانون يعطي دائرة الاستخبارات

الأمنية الكندية المزيد من السلطة لإحباط مؤامرات إرهابية يشتبه فيها وليس فقط جمع معلومات عنها ، وأيضا يزيد تبادل المعلومات الأمنية للحكومة الفيدرالية ويوسع صلاحيات الحظر الجوي ويقيم تهمة جنائية علي الشخص الذي يشجع احد ما علي القيام بهجوم إرهابي ، وأيضا يسهل حصول الشرطة الفيدرالية علي قيود السلامة التي تقيد حركة المشتبه فيه ويمكن الشرطة من زيادة مدة حجز المشتبه فيه حجز وقائي. وقال وزير السلامة العامة ستيفن بلاني أن هذا القانون يحافظ علي الكنديين في مأمن من هجمات الجهاديين الذين يغمر بهم مثل تلك التي أودت بحياة اثنين من الجنود الكنديين في شهر أكتوبر الماضي .

هاربر غير نادم بعد الأفراج عن عمر خضر

أوتاوا: رئيس وزراء كندا ستيفن هاربر غير نادم عن الجهود الفاشلة لحكومته لإبقاء عمر خضر خلف القضبان ، وقال هاربر أن عمر خضر اعترف بأنه مذنب في جرائم خطيرة بما في ذلك القتل ، وأن خواطرنا وصلواتنا مع أسرة الرقيب الأمريكي كريستوفر سبير الذي اعترف خضر بقتله عندما القي قنبلة يدوية علي جنود القوات الخاصة الأمريكية عام ٢٠٠٢ أثناء اطلاق للنار في أفغانستان ، وقال هاربر انه لن يقول شيء آخر حيث أن القضية أمام المحكمة ، وقد قضى عمر خضر ما يقرب



من ١٣ عاما وراء القضبان منها ٤ أعوام كمجرم حرب وقد القي القبض عليه بواسطة القوات الأمريكية في أفغانستان عام ٢٠٠٢ وكان عمره وقتها ١٥ عاما ، واعتبر وقتها اصغر سجين في مجمع السجون الأمريكية في خليج جواتانامو بكوبا ، وقد تم الأفراج عن عمر خضر يوم الخميس ٧ مايو ويبلغ الآن من العمر ٢٨ سنة وقال عن نفسة بعد خروجه (انه شخص افضل مما يظن هاربر عنه) وقد رفضت قاضية محكمة الاستئناف في ألبرتا محاولة الحكومة الأخيرة لا بقاؤه في السجن ، وقالت أن الحكومة أخفقت في إثبات أن الأفراج عن خضر سوف يؤدي مصالحها أو فيه خطر علي العامة ، وجاء الأفراج عن عمر خضر مع قائمة من القيود التي تحد من تجوله ووضع سوار إلكتروني حول كاحله لتتبع حركاته ومساره.

فريق البيئة الكندي يوافق على دفن النفايات النووية قرب بحيرة هورون



تورنتو : وافق فريق البيئة الكندي علي مشروع لدفن النفايات النووية الخطرة قرب بحيرة هورون بعد تقييمهم للمشروع وقالوا أن هذه افضل طريقة للتعامل مع النفايات النووية ، وقال تقرير اللجنة المكون من ٤٣٠ صفحة أن وضع النفايات في مستودع جيولوجي عميق أو ما يسمى (دي جي آر) يمثل خطر ضئيل علي البحيرة ، وانه ليس هناك أي احتمال أن يتسبب المشروع في تأثيرات بيئية ضارة ، ويقضي المشروع المقدم من هيئة توليد الطاقة في أونتاريو بدفن مئات الألوف من الأمتار المكعبة من النفايات النووية المنخفضة والمتوسطة الخطورة تحت الأرض علي عمق ٦٨٠ متر في طبقة الصخور السفلي بقرب من منطقة كنيكارديني في أونتاريو وعند مفاعل بروس النووي ،ورفض الفريق واحد من اكثر الأمور قلقا وهو أن مكان دفن النفايات قد يصبح أيضا مستودعا للنفايات النووية العالية المستوي والأكثر خطورة ويقول مؤيدو المشروع أن الصخور العميقة مستقرة جيولوجيا وسوف تتيح الأغلاق المحكم والمنعزل لمنع وصول أي إشعاع نووي إلي البحيرة التي تبعد ١,٢ كيلومتر عشرات الآلاف من السنين القادمة ، واستهجن ١٥٢ من المجتمعات الكثير منها في الولايات المتحدة هذه الخطة، واعرب بيفرلي فرنانديز من مجموعة تسمى (توقفوا عن إلقاء المخلفات النووية في البحيرات) عن خيبة املة لموافقة فريق البيئة علي المشروع ، وقال أن هذا القرار سوف يؤثر على منطقة البحيرات العظمى لمدة ١٠٠٠٠٠ سنة قادمة وان آخر مكان لدفن المواد النووية المشعة هو بجانب اكبر منبع للمياه العذبة علي وجه الأرض ، وقد أعطي فريق البيئة مدة ٤ اشهر لوزير البيئة الفيدرالي ليقرر رايه في هذا المشروع وطلب منه التشاور مع الشعوب الأولى في المنطقة للحصول علي مزيد من الموافقات قبل البدء في تنفيذ المشروع الذي يأمل الفريق أن يبدأ في عام ٢٠١٨

كلمة رئيس وزراء كندا في عيد الأم في ١٠ مايو ٢٠١٥

أوتاوا : أونتاريو : ادلي ستيفن هاربر بالبيان التالي بمناسبة عيد الأم ، اليوم نحتفل بجميع الأمهات في جميع أنحاء كندا وفي كل العالم لحبهم غير المشروط ولتقانيهم في دعم أسرهن والأمهات هن حجر الزاوية في الأسرة فهن يوفرن التوجيه والمشورة والعطف لأبنائهن و أزواجهن بينما تقوم الكثيرات منهن بالعمل في وظائف والاعتناء بالمسنين من أفراد الأسرة ويساهمن في خدمات مجتمعاتهم المحلية ، أن حكومتنا تقر بأهمية دعم الأمهات وأسرن وهذا هو السبب في أننا نتخذ إجراءات لدعم الأسر من خلال التدابير الضريبية والفوائد مثل خفض الضريبة علي نطاق الأسرة واستحقاقات رعاية الطفل عالميا وخصم مصروفات رعاية الطفل والائتمان الضريبي لمقدمي الرعاية في الأسرة وتعويضات التأمين العمالي لمقدمي الرعاية في الأسرة ، وهذه التدابير تستفيد منها الأسر الكندية وتسمح لهم بقضاء وقت جيد والاحتفاظ بالمزيد من الأموال في جيوبهم ، وتواصل حكومتنا اتخاذ دورا قياديا دوليا في تعزيز الأمومة وحماية الأطفال حديثي الولادة وصحة الأطفال حتي تظل التنمية العالمية ضمن أولويات الحكومة ، وفي هذا اليوم الخاص فان زوجتي لورين وانا نكرم كل الأمهات والجداات لعملهن الدؤوب في خدمة أسرهن ولحبهم المستمر والمتفاني.

ما تحتاج أن تعرفه عن أضراب معلمي الابتدائي في أونتاريو



بعد ٨ اشهر من المفاوضات غير الناجحة بين اتحاد معلمي الابتدائي في أونتاريو وبين المقاطعة اعلن اتحاد المعلمين عن اتخاذ موقف كنوع من الأضراب المتدرج واعلن سام هاموند رئيس اتحاد معلمي الابتدائي في أونتاريو انهم سيقومون بأضراب تدريجي في طبيعته وانهم سيواصلون ذلك حتي تسحب المقاطعة بعض شروطها التي يتفاوضون عليها أو حتي تقرر نقابة المعلمين إجراءات إضافية مطلوبة ، وهذا تعريفا بالمواضيع المتنازع عليها : يقول مجلس إدارة المدارس العامة في أونتاريو والذي يقوم بالمفاوضات مع المعلمين أن عدد المعلمين وكمية العمل لم تواكب التغيرات في الفصول المدرسية ويذكر موقع مجلس إدارة المدارس العامة علي الانترنت أن المساومة الجماعية مع المعلمين يجب أن تأخذ في الحسبان انخفاض معدل الالتحاق بالمدارس والأنصاف والشمول و تطبيق التكنولوجيا ، ولكن نقابة المعلمين تقول أن المطالب التي قدمتها إدارة التعليم والمقاطعة تشمل أحكام قد تزيد عدد الطلاب في الصف الواحد وتتحكم في كيفية وطريقة تحضير المدرسين للدروس وعدالة وشفافية ممارسات التوظيف ، وتريد أيضا التحكم في طريقة المعلم في التدريس ، وقد قامت نقابة المعلمين بتوزيع نشرة يوم ٨ مايو تتضمن ماذا يجب علي المعلمين عمله الآن ، وتقول النشرة أن المعلمين سيستمرون في التدريس وتقيد عدد الحضور للصف وتقديم مساعدات إضافية للطلاب وسوف يستمرون في الاتصال بالوالدين خلال اليوم المدرسي ، وسيسجلون درجات الطلاب عن شهر يونيو ويقدمونها للإدارة المدرسية وسيواصلون المشاركة في الأنشطة خارج المنهج والرحلات الميدانية في الوقت الحالي ، ولن يقوم المعلمين بالاتي : لن يكتبوا تعليقات في بطاقة التقرير (الشهادة المدرسية) ولن يحضروا أية اجتماعات تقيمها وزارة التعليم ولن يقوموا باي عمليات تقييم في القراءة أو الكتابة أو الرياضيات ما لم يكن هناك ضرورة علي المعلم أن يقدم تقريراً عن تقدم الطالب ، ولن يشارك المعلمين في أية ندوات أو أنشطة أو ورش عمل للتطوير المهني تقيمها الوزارة وسيمتنع المعلمين عن القيام باي نشاط يتصل بنوعية التعليم في المقاطعة وبالمكتب المسؤول عن التعليم والذي سيجري اختبارات موحدة في المواضيع الرئيسية للصفوف الثالث والسادس والتاسع. وقالت النشرة أيضا أن هذه هي المرحلة الأولى من خطة العمل للنقابة ولم يذكر كيف ستكون المرحلة اللاحقة وموعدها.

عالم أحياء امريكى: اللحي مليئة بالميكروبات



بوسطن-رويترز حذر علماء في مركز كويست لتشخيص الأمراض في نيومكسكو بالولايات المتحدة من أن اللحي قد تكون "مصدراً كبيراً للميكروبات والقذارات". وقال العلماء المتخصصون في علم الميكروبات إن أي شخص ممن يعتزم أن يطلق لحيته، وهو توجه بدأ يزداد في أنحاء كثيرة من العالم، عرضة لأن يجتذب شعر لحيته الكثرة الكثير من الميكروبات. وقال عالم الأحياء الدقيقة جون جولوبيك، من مركز كويست، إنه قام بعملية مسح لعدد كبير من اللحي بحثاً عن ميكروبات، مضيفاً أنه لم يتفاجأ بالنتيجة، وأشار إلى أن نتيجة المسح أظهرت أن العديد من اللحي تحتوي على عدد من البكتيريا، لكن كثيراً منها احتوت أيضاً على "قاذورات أكثر من تلك الموجودة في الحمام". غير أن عالم الأحياء الدقيقة قال إن ما عثر عليه من بكتيريا لا يصل إلى مستوى التسبب بالأمراض، مشيراً إلى أنه "قد يكون هناك مستوى من انعدام النظافة يصل إلى حد الإرباك". وشدد على أن غسل الأيدي بكثرة وتنظيف اللحي باستمرار كفيل بزوال هذه البكتيريا و"القاذورات"، مطالباً أصحاب اللحي بضرورة إبعاد أيديهم عن وجوههم ولحاهم قدر الإمكان.

العلماء يكتشفون سبب الجوع الليلي



وكالات تبين ان سبب الجوع الليلي يعود الى ضعف تحكم الدماغ بشعور الجوع في فترة الليل، وحصوله على لذة اقل من تناول الطعام. يقول تريفز ماسترسون الخبير في فيزيولوجيا الأعصاب من جامعة برجام يونج الأمريكية "عادة نأكل كثيراً في الليل لأننا لا نشعر بمذاق الطعام، أو انه يبدو اقل شهية في الليل. أي أننا نحصل على متعة أقل من الطعام ليلاً، لذلك نأكل أكثر للحصول على متعة كافية". توصل ماسترسون وفريقه العلمي الى هذا الاستنتاج من متابعتهم لعمل دماغ مئات الأشخاص الذين كانوا يقومون بعمل غير اعتيادي، وهو مشاهدة صور انواع مختلفة من الأغذية صباحا ومساء. يوضح ماسترسون انه والفريق العلمي كانوا يتوقعون في البداية رؤية رد فعل المشتركين في الاختبار ضعيفا في الصباح والنهار حيث نأكل أكبر كمية من الطعام، ورد فعل قويا مساء. ولكن في الواقع كل شيء كان عكس توقعاتنا، حيث كان رد فعل الدماغ صباحا ونهارا أقوى مما في المساء والليل. هذا ما لاحظناه عند مشاهدتهم لأطعمة عالية السعرات وكذلك المنخفضة السعرات، على حد سواء. ادهشت هذه النتائج العلماء، لأنهم توقعوا ان الطعام ليلا يكون أكثر شهية، لأن سكان الدول المتطورة يأكلون حتى التخممة، لذلك يجب ان يكونوا اقل اهتماما وانجذابا الى الطعام.

ولكن حسب قول ماسترسون، فإن تفاعل الدماغ بهذا الشكل يوضح بصورة جيدة، لماذا العديد من الناس يأكلون ليلاً كمية كبيرة من الطعام، لكي يشعروا بالمتعة ومن ثم العودة الى الفراش ثانية. لم يحدد الباحثون سبب هذه العلاقة غير الطبيعية بين ساعات اليوم والانجذاب نحو الطعام، وهل يجب مكافحة هذه الظاهرة الشاذة أم لا. من جانب آخر يعترفون بأن هذا يمكن ان يسبب زيادة الوزن والبدانة. لذلك سوف يحاولون في دراسات جديدة معرفة ما إذا كان هذا صحيحا، وكيفية مكافحة ضعف الشعور بالشبع.

الواحدة



يحررها هاتى نصحي



حسنا المطار

بقلم: مدحت موريس
(voicy2005@yahoo.com)

وهو يتابع معها محتوياتها وبعد دقائق قليلة ظلت المشكلة كما هي دون حل...ظل بجوارها يحاول ان يساعدها وهو يخشى ان تطلب منه اية مبالغ نقدية لا يستطيع تدبيرها والحقيقة انه لو كان يملك عملة اجنبية لاعطاها لها في الحال فالشهامة تجرى في عروقه كابن بلد مصرى اصيل. قطع صوتها الساحر حيرته وهي تسأله « هو حضرتك معاك شططة واحدة؟» رد عليها بالايجاب « تبقى عملت لى جميل كبير واخرجتنى من الورطة اللى انا فيها» نظر اليها في تساؤل فاكملت « ممكن حضرتك تأخذ حقيبة من حقائبى؟..فى الحالة دى لا انا ح ادفع وزن وانت كمان مش ح تدفع حاجة» ضرب جبهته بيده وهو يقول «ازاى ماجتش على بالى الفكرة دى؟» ناولته احدى حقائبها ووقفت خلفه فى الصف وبدأ عملية الوزن وتلته هى، مرت الامور بسلام وصعدا الى الطائرة وتمنى ان تجاوره المقعد لكن جاء مقعدها فى خلفية الطائرة...بعيداً عنه. عاد يفكر فى التدريب وتطبيقاته والتقارير الذى سيقدمه والتطوير الذى يجب ان يتم بالمصنع...ثم طار فكره ليخلق فى سماء الوطن الذى اشتاق اليه وقرر ان يسافر الى الاسكندرية ليقضى يومين للاستجمام فيها. نظر الى الخلف لينظر المرأة الحسنة فمحتة ابتسامة رقيقة. حلقت الطائرة فى الجو ثم مضى بعض الوقت، نهض من مقعده متحججا بالذهاب الى دورة المياه وهو فى الحقيقة ينوى التحدث مع حسناء المطار، توقف بجوار مقعدها وسألها ان كانت تشعر بتحسن بعد انتهاء المشكلة التى كانت تخشاها فاخبرته انها بخير واسمعه من كلمات الشكر والاطراء ما اراد هو ان يسمعه...سألها محاولاً الا يبدو متطفلاً «بفالك كثير فى ايطاليا» اجابت فى اختصار وهي تظهر ميلها للنوم «اسبوع....كنت بازور اختى»...شعر بالحرج وقد ابدت له انها مرهقة فانهى الحوار قائلاً لما نوصل بسلامة الله انا ممكن اوصلك لاي مكان ترغيبه»... «اشرك لكن ابن خالى سيكون فى انتظارى» انسحب عائداً الى مقعده وهو يشعر بخيبة الامل. اغمض عينيه وهو يتعجب عن سفرها لمدة اسبوع واحد فقط، وما العجب فى ذلك، لعلها تعمل ولا تستطيع ان تتنازل اكثر من اسبوع واحد اجازة... ثم انها كانت فى زيارة عائلية...اسبوع واحد فقط وتعود بثلاثة حقائب؟ اليس امراً غريباً. وما الغريب فى الامر لعلها هدايا لاسرتها سواء منها او من شقيقتها المقيمة فى ايطاليا. او لعلها تاجرة شنة لكن امر يبدو مستبعداً فلم يعد هناك مجال للمخاطرة والبهذلة لمجرد تهريب ملابس ثم ان الصناعة الوطنية افضل من الكثير من الملابس المستوردة يقول هذا بحكم خبرته فى مجال تصنيع الملابس. تهريب الملابس اصبح موضة قديمة. رفع ظهره المسترخى على ظهر المقعد والتفت للخلف نحو حسناء المطار التى راحت فى غفوة....«مهربة؟» يا نهار اسود...تهريب مجوهرات مثلاً؟...أو...أو...مخدرات...بودرة...هيروين. ابتلع ريقه بصعوبة.... يا نهار اسود.....

لا...لا سيسلمها حقيبتها بمجرد نزوله المطار.... اى مصيبة وضع نفسه فيها. تكدست الافكار برأسه لم تكن بينها فكرة واحدة طيبة...كلها كانت افكار سوداء، تمنى لو تأخرت الطائرة قليلاً لكي ينظم تفكيره ولكن صوت الطيار تحده وهو يعلن عن دخول الطائرة للمجال الجوى المصرى.. ريط الحزام استعداداً للهبوط وهبطت الطائرة وهبط معها قلبه الذى كاد ان يتوقف. فى طابور الجوازات كانت واقفة فى انتظار دورها، اما هو فكان واقفاً فى صف آخر، ادشده انها لم تبحث عنه ولم تلتفت نحوه وكأنها لا تعرفه...الا تخشى ان يذهب بحقيبتها؟ الا تخشى على فقدان الحقيبة؟ ام انها تتنصل من ملكيتها لها؟ اصابته الافكار بالعرب - لا سيما بعدما انتهت اجراءات الخروج وخرجت الى صالة وصول الحقائب واختفت عن ناظره بينما بقى هو فى الصف البطيء الحركة. نصف ساعة او اكثر وهي غائبة عن نظره، تسلم جواز سفره ومشى راكضاً لاستلام حقائبه....لا بل حقيبتة الوحيدة اما الحقيبة الاخرى فسيعيدها اليها قبل التفتيش مهما كلفه الامر. نظر فى كل الاتجاهات باحثاً عن حسناء المطار....ياالله لقد اختفت تماماً، تلاشت كالدخان فى الهواء. تقدم نحو سير الحقائب....سياخذ حقيبتة فقط وسيترك الحقيبة الملعونة...وبالفعل التقط حقيبتة من فوق السير وهم بالمغادرة لكنه تذكر ان الرقم الذى تم لصقه على الحقيبة هو رقم مقعده على الطائرة ومسجل بالكمبيوتر بل ان هناك كاميرات فى كل مكان سواء فى مطار روما او فى مطار القاهرة... سيصلون اليه حتماً...ولكن الكاميرات ستصور ايضاً تلك المرأة الملعونة وهي تعطيه حقيبتها.... لا..لا...لن تثبت الكاميرا اى شيء ضد المرأة فقد كانت من الذكاء بحيث ان حقيبتى وحقائبها الثلاث حولنا وعندما طلبت منى ان احمل حقيبة من حقائبها امسكت بحقيبتين وتركت الثالثة لى وهكذا يبدو الامر طبيعياً لكل من يشاهده وبالطبع فقد تركت حقيبة المخدرات فى متناول يدى. لم يكن امامه بد من ان يعود الى سير الحقائب ويلتقط الحقيبة الاخرى...تأخر كثيراً وغادر معظم ركاب الطائرة صالة التفتيش. تقدم فى بطء وارتياب نحو موظف الجمارك الذى فحص جواز سفره وسأله الاسئلة التقليدية عن فترة مكوثه خارج البلاد وعمّا اذا كان معه اجهزة كهريائية او اليكترونية. وضع الحقيبتين امام الموظف فى ارتباك واضح بل انه شك فى موظف الجمر ك قد سمع ذقات قلبه الذى غطى على صوته فلم يعد يسمعه...من فضلك افتح القفل؟ قفل ايه....ياالله حقيبة المرأة الملعونة وضعت عليها قفل؟....ضاع....مفتاح القفل ضاع...قالها وهو يتحسس جيوبه فى حركة تمثيلية فاشلة اشعلت الريبة فى نفس الموظف ولفتت انتباه موظفى الجمر ك الآخرين الذين بدأوا فى متابعة الموقف باعينهم. تم تطعيم القفل وتفتيش الحقيبة بعناية مبالغ فيها...فى دقائق شعر فيها بالدوار وانه سيسقط مغشياً عليه وارتفع صوت مصارينه فى كركبة صوتية غير منظمة بل والادهى من ذلك انه كان على وشك ان يصرخ باعلى صوته من اجل ان يحملونه لدورة المياه. اخرج موظف الجمارك كل محتويات الحقيبة والتي لم تكن سوى ملابس نسائية مستعملة ورخيصة الثمن...بعدها بدأ رجل الجمارك فى تحسس وفحص الحقيبة من الداخل بينما استعد هو للسقوط مغشياً عليه عندما يعلن العثور على جيب سرى داخل الحقيبة ثم يخرج منه الهيروين...ما اھون السبب الذى سيساق بسببه لغرفة الاعدام. انهى الموظف التفتيش وسلمه جواز سفره قائلاً«حمد الله على السلامة»... الله يسلمك..قالها وهو يريد ان يحتضن موظف الجمر ك ويقبله. لملم حاجيته وخرج فى خطوات بطيئة وساقيه بالكاد تحملاه. بحث عن الحسناء يريد ان يصرخ فى وجهها ويلعنها الف لعنة، كانت واقفة هناك بابتسامة بدت له خبيثة لكنه مع اقترابه منها وجد معها ابن خالها المزعوم قوى البنية مغتول العضلات ينظر اليه بوجه جامد بيد يأخذ حقيبة المرأة وبالياد الاخرىبصافحه شاكراً.... ابتعدا وهو يودع حسناء المطار بنظراته ويتمنى الا يلتقيها مرة اخرى فهو متأكد تماماً بأن حقيبة الحسناء كانت تحمل مالم يكتشفه موظف الجمارك.

بصراحة

تدريس الجنس لأطفالنا.. المشكلة والحل

محدث عوبضة

في المعارك السياسية أنت لا تحصل علي كل ما تطالب به، ويتشابه الأمر في النزاع القضائي، فالمحامى الذكي هو من يضيف لطلباته طلبات أخرى تكون غير أساسية بالنسبة له، ولكنه يضعها في طلباته من المحكمة وهو يعلم أنها سترفض بينما هو يهدف لقبول طلباته الأساسية، نعم نحن معترضين لا لتدريس الجنس للأطفال في سن مبكرة، ولكن لو أظهرنا أننا نعارض فقط من أجل السن المبكرة قد نخسر القضية ولكننا نظهر معارضتنا لتدريس المناهج ككل في كل الصفوف فإذا توصلنا لتدريس المناهج في مرحلة سنية أكبر نكون قد حققنا هدفنا.

في المعارك السياسية عليك أن تعد نفسك لتقسيم المعركة لعدة مراحل فإذا خسرت جولة عليك الاستعداد للثانية، فالمعركة الأولى هي معارضتنا للمناهج ككل، الثانية هي معارضتنا لتدريس المناهج للمراحل العمرية الصغيرة، الثالثة هي دعمنا الكامل للمدارس الكاثوليك في رفضها لتدريس المناهج.

ومشكلة تدريس المناهج قد تحل بأحدي الطرق، الأولى أن يتم تدريس هذه المناهج لمراحل عمرية مناسبة ويحظر تدريسها للأطفال في مراحل عمرية معينة، أو أن تقوم الحكومة بطرح الموضوع برمته لاستفتاء شعبي وعلي الجميع أن يحترم نتيجة الاستفتاء. أما الحل الأخير فهو أن تدرس المناهج في مدارس ”البيبيك“ وتمتنع المدارس الكاثوليك عن تدريسها، وفي هذه الحالة تتوفر عدة حقول دراسية، منها نسبة التلاميذ الذين سيقومون بالتحويل من مدارس البيبيك للكاثوليك أم من الكاثوليك للبيبيك وهي احصائيات ستعكس المزاج العام لشعب المقاطعة، مع الوضع في الاعتبار هؤلاء الذين يرغبون في التحويل للكاثوليك ولا تنطبق عليهم شروط المدارس الكاثوليك، أعتمد لو حدث هذا لفقد كثير من العاملين في مدارس الكاثوليك وظائفهم نظرا لقلة أعداد التلاميذ، كما سيتوفر لدينا حقول دراسية لكثير من المظاهر تلك التي يعتبرها البعض ميزة للمناهج والتي يعتبرها البعض عيوب بها، كلها ستدرس وبإحصائيات دقيقة لنعرف مدي الفائدة العملية لأبنائنا وما هي الأضرار الفعلية.

ولو طرحت الحكومة أحدي هذه الحلول تكون قد أبدت مرونة كبيرة، وتكون قد قدمت حولا مقبولة ومعقولة للمشكلة التي شغلت كل أولياء الأمور في المقاطعة.

أثارت كاتلين وين رئيس وزراء أونتاريو الرأي العام في مقاطعة أونتاريو بعد قرارها ببدء تدريس مناهج الجنس في المقاطعة. الأمر الذي يجب أن نتصدى له بكل قوة وحزم، ولكننا كجالية مصرية بذلنا جهود جبارة لنقدم أنفسنا كجالية علمانية منفتحة حرة علينا أن لا نخسر هذه النظرة في مجتمعنا في إطار هذه الحرب، فمثلا اشتراكنا في حربنا المشروعة مع شركاء راديكاليين يخسرنا كثيرا من سمعتنا ويضيع جهودا كبيرة بذلتها الجالية في السابق، فمثلا يحسب لنا كمصريين بالمهجر أننا في ظل معارضتنا لنظام مبارك رفضنا الاشتراك مع الإسلام السياسي المصري فكيف نشترك مع الإسلام السياسي العالمي في مشاريع واحدة الآن؟؟ فعلينا أن نختار شركائنا بعناية إذا، المشكلة الثانية هي أن العالم المتحضر كله أصبح يؤمن بحقوق الشواذ جنسيا وعلينا أن لا نخط بين معركتنا ضد تدريس مناهج الجنس وبين موقفنا المعارض للشواذ وهي مسائل تحتاج حنكة وخبرة كبيرة في التعامل معها.

كاتلين وين تعتمد علي أن لديها حكومة أغلبية وهذه واحدة من عيوب حكومات الأغلبية، لكنها ارتكبت خطأ غير أخلاقي وربما يمكن أن ينشأ نزاع بأن ما تقوم به غير دستوري أيضا، لأن برنامجها الانتخابي لم يحوي أي إشارة عن عزمها تطبيق هذه المناهج حال فوزها، مما يتيح فرصة لنا بالظعن في القرار بعدم الدستورية لأن القرار ليس بالشئ القليل فهو يؤثر في كل أسرة بالمقاطعة، ولو كانت قد وضعت أو أشارت لرغبتها في ذلك في حالة فوزها لما كان لنا حق في المعارضة فالأغلبية تكون ضمنيا صوتت بنعم للقرار عندما منحت أصواتها لحزب الليبرال، ولكن لكونها لم تشراليه فعليها أن تطرح استفتاء شعبي، وهو الأمر الذي غاب عن كل من تكلم في القضية، وهي ضرورة الضغط علي الحكومة بطرح استفتاء شعبي ليحل هذه المشكلة.

الأمر الآخر، معارضتنا لتدريس الجنس لا ينبغي أن تكون” لا“ لمجرد أننا نقول لا، بل ينبغي أن ندرس هذه المناهج بعناية وتكون هناك فرصة لشرح هذه المناهج لأبناء الجالية والتركيز علي النقاط التي نراها غير صالحة، ولكن أن ندعوا الناس للتظاهر ثم نجد وسائل الإعلام تسال المتظاهرين لماذا أنت معترض هل قرأت المنهج وتكون الإجابة بلا فهذه كارثة، ومشكلة شرح المناهج وشرح أسباب معارضتنا لها مسئولية تقع علي من يدعون الناس للتظاهر.



من ملفات طبيب د/ رأفت جندي ، طبيب عائلي هل تأخذ أدويةك في زيارتك للطبيب؟

علمت في الزيارة التالية ان مريضى قد تحسن بمجرد عودته لهذا الدواء وانه استرد عافيته، وان الصيدلي أصيب بالإحراج من هذه الغلطة.

في عالم الطب وتعقيدات الادوية وتعددها فإن الطبيب قد يخطئ كما ان الصيدلى قد يخطئ أيضا، فليحرص المريض على ان يكون استيعابه على قدر امكانه بأدويته، ولو كان هذا المريض الذي لا يعرف ادويته التي يتناولها لم يحضرها معه لما أصبح في إمكانى ان اعرف فوراً سبب ضعفه المفاجئ وعلاجه منه.

فان لم تستوعب ادويةك التي تتناولها لأي سبب فاحرص على ان تأخذها معك في كل زيارتك للطبيب.

موعدنا العدد القادم ان شاء الرب.

لفترة طويلة يسبب توقف الغدة فوق كلوية عن العمل، ولو اردنا إيقاف هذا الدواء فيكون بالتدريج البطيء لكى تعاود هذه الغدة نشاطها بالتدريج أيضا.

بالطبع اشرت للمريض ولأهله ان سبب ضعفه المفاجئ غالبا بسبب توقفه وعدم تعاطيه هذا الدواء. رجعت للملف ولآخر روشنة طبية فوجدت انى قد كتبتة، ولكن بالخطأ لم يصرفه له الصيدلي.

بالتأكيد أرسلت المريض لفحوصات أخرى لكى استبعد أسباب أخرى لضعفه ولكن الفحوصات بعدها كانت في حدود المعقول.

توقف هذا الدواء المفاجئ يؤدى لهبوط في الدورة الدموية وأحيانا تكون العواقب وخيمة.

هو مريضى منذ أكثر من ٢٥ عاما وفى أواخر الستينيات من عمره، اتى مع زوجته وابنته لأنه ان يعاني من ضعف شديد ولا يقوى على السير طويلا وكان يستند عليها.

هذا المريض مصاب بمشاكل صحية متعددة، ولهذا فهو على ادوية كثيرة ومتعددة الأوقات، ولذلك يتم وضع ادويته في ”بلستر باك“ أي ان الادوية معبأة في بلاستيك لكل وقت من اليوم لكى لا ينسى احدهما.

بعد الكشف الطبي عليه وجدت ان حالته مستقرة ولكن ضغط الدم منخفض بعض الشئ.

راجعت كل ادويته في الـ ”بلستر باك“ وقارنتها بما عندي في الملف فوجدت ان الادوية ينقصها دواء الـ ”بريندينزون“ الذي يتناوله المريض منذ فترة بسبب مرض ربو مزمن شديد في الصدر، وإعطاءه للمريض

تمرين بالتنفس فقط للنوم في خلال ٦٠ ثانية



زادت الثورة الرقمية في القرن ٢١ من صعوبة الحصول على كميات كافية من النوم، خاصة مع الحاجة المستمرة للبقاء ”أونلاين“ لأطول فترة ممكنة في اليوم. ومع ذلك يعتقد ”ويل“، أحد أكبر المؤمنين في قدرة تمرينات التنفس الشاملة على مكافحة الإجهاد والقلق والأرق، يعتقد أن هذا الأمر يمكن تداركه من خلال تمرين تنفسي بسيط. وكتب ”ويل“ على موقعه على الانترنت: ”التنفس بقوة يؤثر على وظائف الأعضاء وعمليات التفكير، بما في ذلك الحالة المزاجية، وبمجرد تركيز الاهتمام على قوة التنفس دون أن فعل شئى آخر، يمكن التحرك بسهولة في اتجاه الاسترخاء“. ويستخدم ”ويل“ هذه الفلسفة في تمرينه المعروف ”تمرين التنفس ٧-٨-٨“، الذي يسمى أيضا ”تنفس الاسترخاء“، والذي يعزز النوم بشكل أفضل، ويستند إلى ممارسة هندية قديمة تعني بـ ”تنظيم التنفس“، ويصفه ويل بأنه ”مهدئ طبيعي للجهاز العصبي“، ينقل الجسم إلى حالة من الهدوء والاسترخاء.

ما هي كيفية أداء التمرين ٧-٨-٨ ؟

تقنية ”ويل“ في هذا التمرين بسيطة ومثيرة للصدمة، ولا تستغرق أي وقت، ويمكن القيام بها في أي مكان في ٥ خطوات فقط، وعلى الرغم من إمكانية ممارستها في

صاحبة مقهى تقرر زيادة فاتورة أي بريطاني صوت لحزب المحافظين

لندن-أش أ

قررت صاحبة مقهى في العاصمة البريطانية لندن فرض ١٠٪ إضافية على فاتورة أي شخص صوت لحزب المحافظين في الانتخابات العامة الماضية. وعلقت صاحبة المقهى في شمال لندن لافتة أثارت انتباه المارة، حيث كتبت فيها ”من فضلكم من صوت لحزب المحافظين فليعلن عن نفسه لدى دخوله المقهى، سأكون سعيدة بفرص ١٠٪ إضافية (ضريبة حزب المحافظين) على فاتورة القهوة“. وأضافت ”أنا متأكدة أنه يمكنكم تفهم القرار الصعب

الذي اتخذته، لأنني بحاجة إلى موازنة الميزانية“. وأوضحت ”فيرست سوكباييون“ لصحيفة ”إيفنج ستاندارد“ أنها قررت اتخاذ هذا القرار للمساعدة في ”موازنة الميزانية“ في سخرية منها للضرائب التي تفرضها حكومة حزب المحافظين لموازنة ميزانية الدولة.

ويقع المقهى في ”هاكني“ وهي إحدى المناطق المشهورة بدعمها لحزب العمال، إلا أن صاحبة المقهى قالت إنه حتى الآن لم يدخل أحد المقهى ويعلن دعمه لحزب المحافظين. وأضافت أن معظم الناس يضحكون من اللافتة الموضوعية خارج المقهى ولا يأخذون الأمر على محمل الجد.



قصيدة الرهبان

حليم منجّد

وأذا سقط على حجر واصيب بأذى
بسرعة يطيب الجرح من غير دوى
وتحت شجرة التفاح ألقى بيهزها الهوى
يجلس يقرأ كتابة أليقدس ويشكر ألسما
عايش متواضع عمرة ما قال أنا
وعمرة ما أشتكى من اى حدا

صحيح أنهم عايشين بين الكهوف
لكن روح اهلي فوقهم يطوف
فأنتزع من قلوبهم أى خوف
حياتهم تسبيح وترنيم بالدفوف

الراهب يبقضى حياته داخل المغارة
يتركها عند العمل والزيارة
ولآنة عايش فى محضرة ليلة ونهارة
تحلى با لحكمة فى كل قول وعبرة

فأذا كنت عايز من اتعاكب تستريح
بيع كل ما تملك وأتبع المسيح
تتحول حياتك لصلاة وتسبيح
تتمتع بعشرته وريحته منك تقيح

واسال كل من جاء الية واقترب
أسال من امتلنوا بمحبة تطفئ اللهب
هتلاقى حياتهم حب وفرح وطرب
لأن كل منهم على أبليس أنتصر وغلب

تأمل فى حياة هؤلاء الرهبان
لماذا تركوا الاسرة والاهل والخلان
حياة فى نظر العالم عزلة وحرمان
وظنوا أن حياتهم هى ذل وهوان

والبعض يراها كسجن خلف القضبان
ولم يعلموا أن

هؤلاء أنفتحت أعينهم فى عالم العميان
فتركوا العالم وأنتصروا على شهوة الابدان
فأصبحت رمال الجبال وحجارتها لهم
بستان

فلا تزعجهم وحوش البريه
ولا هول الليل ينزع منهم الامان
ولأنهم فى حماية الراعى الحنان
أنتصروا على العالم وقوة الشيطان
فامتلات قلوبهم بمحبة تطفئ النيران

عايشين فى شركة مع ألة كل يوم
حياتهم مشرقة ما فيهاش غيوم
ميعرفوش العداوة ولا الخصوم
لأن حياتهم حياة صلاة وصوم
والأراهب لما

يكون عطشان الصخرة تطلعة مياة يرتوى
ويمشى على رمالها الحامية من غير ما
يتكوى

التاج المُستهدف!!

بقلم: عادل عطية

فالعرب، يعتبرون أن رأس المرأة عورة،
ويجب اختفائه بعنّا «الحجاب»، رضى
المفتي عنه وأرضاه!

وفي الغرب، يعتبرون أن تاج المرأة شعرها؛
لذلك يفضلون أن تغطي المرأة رأسها عندما
تصلي، وكأن مجد الشعر يتعارض مع مجد
الصلاة!

تُرى لماذا هذا التاج الإلهي، مُستهدف منا؟..
هل: لأننا نَعْجز عن عده؛ فنود لو أن نُعجزه
عن فهمنا المُعْجَز؟

أم: لأن لونه يتفق وبشرة وعيني صاحبه؛
فنعاقبه حيث نريد أن نعاقب صاحبه؟

أم: لأن المرأة المنحلة كانت تترك شعرها
دون غطاء، ومن هنا جاء المثل الشرقي
عن المرأة المنحرفة، أنها: «دايرة على حل
شعرها»؟..
....،...،...

أخشى أن لا تكون مشاعري تجاه الشَّعر،
دليل على اتهامي بقرض الشَّعر، الذي قيل
عنه أنه من الهامات الشياطين!...

مع أنه التاج الطبيعي الجميل الذي وضعه
الخالق - سبحانه - على رأسنا، إلا اننا
جعلناه الضحية الأبدية لتصرفاتنا المجنونة،
ولمتعهدي التحريم!

فقد كان دأب الأمم، قديماً، خلق الرأس
للدلالة على الحزن!

بينما رأى المصريون حلقه إلا في حالة
الحزن!

(دوِّخناه معنا)..
أضف إلى ذلك، ما نصرخ به في غضبنا:

«أشد في شعري؟»!..
أما أعجب ما ناله الشَّعر منا، أخيراً وليس

آخرأ، ما أفتى به عالم أزهرى، بأن:
«تسريح الشَّعر ثلاث مرات في اليوم حرام
شرعاً»!

المدهش أن شَّعر المرأة، نال المعانة
الأكثر..

خروب وعرق سوس و سوبيا في شوارع امريكا لتنشيط السياحة في مصر

بدأت مجموعه نيو ايجيبيت بالتعاون مع هيئة تنشيط السياحة عبر مكتبها في نيويورك التحضير لفاعليات الجولة الثالثة في شوارع الولايات المتحدة الأمريكية لدعم السياحة في مصر.

واعلنت المجموعة عن بعض المفاجآت التي سوف تتضمنها الوقفة الجديدة و المنتظر حدوثها قبل نهاية الشهر الجاري

نحن لا نعرف التصفيق

بقلم: مدحت قلادة



الجديدة الرئيس عبد الفتاح السيسي وللأسف
تعكس النتائج عكس توقعاتهم، والحاضر
ضد آمالهم وسلكت الدولة سلوك مريب
فأصبح حزب النور هو الحزب المدلل
والمدرج رغم أنف الدستور المصري
وتحولت عددا من محافظات مصر إلى
كرات نار ملتھية وتمكن الغوغاء والدهماء
من قيادة المحافظات بتخطيط وتنفيذ أدوات
الدولة التنفيذية امن ومحافظ وأصبحت
أعمال الخطف شبه يومية للأقباط والاتاوات
بالملايين فى المنيا واسيوط وسوهاج
...والامن غائب ان لم يكن راض ومخطط
بدافع تحطيم الأقباط قبل الانتخابات .

ومن العجيب يهلل العديد للقيادة السياسية
فى مصر ويرقص العديد من الاعلاميين
فرحا وطربا غير مكترئين بآلام شعب
وأحلام وطن وسط دموع أم مكلومة فى
بنتها القاصر وسط تواطؤ كل مؤسسات
الدولة ...وبينما الصورة سيئة والظلام
قادم ،هناك عددا محدودا من الاعلاميين
لديهم جرأة وحس وطنى وانسانية مازالوا
لم يلوثوا، لهم خط واضح يصرخون لانقاذ
النظام من حصد كراهية شعبه أو أن ينال
نفس مصير سابقه.

بينما موكب الراقصين يزداد ودموع
المسالمين تنهمر وعويل الأقباط فى محافظة
المنيا يعلوفنظام المصرى شعاره لا أسمع لا
أرى لا أتكلّم ...وبينما صوت الشرفاء من
الاعلاميين يوميا منبهين ومحذرين هناك
آلاف من الاعلاميين والسياسيين لا يجيدون
سوى الرقص مهللين ومكبرين للأخطاء
الفادحة للنظام يما نحن نعلى صوتنا
رافضين هذا السلوك المشين ضد العدالة
والانسانية والدستور .

فنحن لا نعرف التصفيق ولم ولن نكن
فى طابور الخونة أو المهللين شعارنا دائما
نحن لا نعرف التصفيق بل أعمالنا تعكس
الوطنية أملين فى تعديل مسار النظام الحالى
أن الرهان على الدولة والجامعات الدينية
سيحصد هذا النظام طبقا لشرع الجماعات
ولكم عبرة فى السادات مثلا .

وللسيد الرئيس عبد الفتاح السيسي « من
رفع نفسه عن النقد بعد عن الكمال » فمن
ينقد وطنى أكثر ممن يسير بالمباخر لكم
.....

وقال ماجد أمين منسق مجموعة نيو ايجيبيت في بيان اليوم الثلاثاء ان العرض الجديد لكن يكون
فرعوني فقط ولكن توقعوا ظهور الملايات اللف و توزيع السوبيا و عرق سوس و خروب علي المواطن
الامريكي الذي يعشق التراث المصري.

واضاف منسق المجموعة ان رد الفعل الكبير للحملة يضع علي عاتقنا مسؤوليه كبيره تجاه الوطن الام
مصر في الفترة العصبية ولكن تحركنا كأفراد قد يساهم ولو بشكل بسيط في تنشيط السياحة المصرية
فعلي سبيل المثال وليس الحصر قام مواطن مصري اسمه علي سعد وبعض أصدقائه بعمل عرض
مصري في إحدى المدن الصغيرة في نيويورك ولكن العرض كان له دوي السحر لدي الأمريكان .

ودعت المجموعة المصريين في الخارج الي العمل علي دعم مصر والمصريين حتي ولو فرد واحد
كما فعل المواطن علي سعد.

وكانت قد قامت مجموعة نيو ايجيبيت قبل ذلك بعمل فاعليات لحمله زورونا لتنشيط السياحة المصرية
من خلال مهرجان كبير بوسط مدينة نيويورك بميدان تايم سكوير أكبر ميادين المدينة ، وفاعلية أخرى
قبلها بشوارع نيويورك

مضى قول السيد المسيح لحريم المجدلية «تلمسيني»

د. جبر (جبر كامل)



أولئك أنه حتى وقد نظرت له لم يصدقوا» (مر١٦: ٩-١١)

وبهذا ترى كيف أكرم السيد المسيح أمه العذراء والدة الإله: إذ لم يظهر لمريم المجدلية في زيارتها الأولى مع مريم أم يعقوب وسالومة. بل ظهر لها حينما حضرت مع أمه. وفي تلك الزيارة تم تنفيذ رغبة السيد المسيح بسرعة في إبلاغ تلاميذه كما ذكر القديس متى إذ خرجنا من القبر «راكضتين لتخبرا تلاميذه» (مت٢٨: ٨)

الزيارة الثالثة (إنجيل لوقا ٢٣: ٥٥، ٢٤: ١١)

بعد أن أخبرت مريم المجدلية التلاميذ بقيامة السيد المسيح، أرادت مريم المجدلية ومريم أم يعقوب أن تذهبا مرة أخرى إلى القبر مع مجموعة من نساء عديدات. وقد أورد القديس لوقا في إنجيله هذه الزيارة بعد أن سرد أحداث الدفن يوم الجمعة. وراحة يوم السبت

«وتبعته نساء كن قد أتبن معه من الجليل ونظرن القبر وكيف وُضع جسده. فرجعن وأعددن حنوطاً وأطياباً. وفي السبت استرحن حسب الوصية. ثم في أول الأسبوع أول الفجر أتبن إلى القبر حاملات الحنوط الذي أعددنه ومعهن أناس فوجدن الحجر مدحرجاً عن القبر. فدخلن ولم يجدن جسد الرب يسوع. وفيما هن محتارات في ذلك إذا رجلان وقفاه بهن بثياب براقه. وإذا كن خائفات ومنكسات وجوههن إلى الأرض. قالاً لهنّ: لماذا تطلبن الحى بين الأموات. ليس هو ههنا لكنه قام. إذكرن كيف كلمكن وهو بعد في الجليل قائلاً: أنه ينبغي أن يُسلم ابن الإنسان في أيدي أناس خطاة ويصلب وفي اليوم الثالث يقوم. فتذكرن كلامه. ورجعن من القبر وأخبرن الأحد عشر وجميع الباقيين بهذا كله. وكانت مريم المجدلية، ويونا، ومريم أم يعقوب، والباقيات معهن اللواتي قلن هذا للرسل. فقرأى كلامهن لهم كالمذيان. ولم يصدقوهن» (لو٢٣: ٥٥-٢٤: ١١)

بعد هذه الزيارة إذ لم يصدّق الآباء الرسل كلام النسوة بدأ الشك يساور مريم المجدلية فقررت أن تذهب إلى القبر بمفردها. وهذه هي الزيارة التالية:

الزيارة الرابعة (إنجيل يوحنا ٢٠: ١-١١)

ذهبت إلى القبر بمفردها قبل نهاية بقايا ظلمة الليل. وأورد القديس يوحنا الإنجيلي هذه الزيارة كما يلي:

«وفي أول الأسبوع جاءت مريم المجدلية إلى القبر باكراً والظلام باق. فنظرت الحجر مرفوعاً عن

جداً. ولما دخلن القبر رأين شاباً جالساً عن اليمين لابساً حلة بيضاء فاندھشن. فقال لهن: لا تندھشن. أنتن تطلبن يسوع الناصرى المصلوب. قد قام ليس هو ههنا. هوذا الموضع الذى وضعوه فيه. لكن اذهبن وقلن لتلاميذه وليطرس أنه يسبقكم إلى الجليل هناك ترونه كما قال لكم. فخرجن سريعاً وهربن من القبر لأن الرعدة والحيرة أخذتاھن ولم يقلن لأحد شيئاً لأنھن كن خائفات»

الزيارة الثانية (إنجيل متى ٢٨: ١-١٠)

بعد عودة مريم المجدلية من الزيارة الأولى إذ لم تخبر أحداً بما قاله الملاك في الزيارة الأولى لأنها كانت خائفة، ذهبت مرة أخرى في صُحبة القديسة مريم العذراء لتنتظرا القبر. وقد أورد القديس متى في إنجيله هذه الواقعة دون أن يذكر القديسة العذراء مريم بالتحديد مسمياً إياها «مريم الأخرى»

«وبعد السبت عند فجر أول الأسبوع جاءت مريم المجدلية ومريم الأخرى لتنتظرا القبر. وإذا زلزلة عظيمة حدثت. لأن ملاك الرب نزل من السماء وجاء ودحرج الحجر عن الباب وجلس عليه. وكان منظره كالبرق ولباسه أبيض كالثلج. فمن خوفه ارتعد الحراس وصاروا كأموات. فاجاب الملاك وقال للمرأتين: لا تخافا أنتما. فإنى أعلم أنكما تطلبان يسوع المصلوب. ليس هو ههنا لأنه قام كما قال. هلما انظرا الموضع الذى كان الرب مضطجعاً فيه. واذها سريعاً قولا لتلاميذه أنه قد قام من الأموات. ها هو يسبقكم إلى الجليل. هناك ترونه. ها أنا قد قلت لكم. فخرجتا سريعاً من القبر بخوف وفرح عظيم راكضتين لتخبرا تلاميذه. وفيما هما منطلقتان لتخبرا تلاميذه إذا يسوع لاقاهما وقال سلام لكم. فتقدمتا وأمسكتا بقدميه وسجدتا له. فقال لهما يسوع لا تخافا. اذهبا قولا لإخوتى أن يذهبوا إلى الجليل وهناك يروننى»

في قول القديس متى «إذا زلزلة عظيمة قد حدثت» لا يعنى أن الزلزلة قد حدثت وقت تلك الزيارة، بل سبقتها وسبقت الزيارة الأولى أيضاً. كأنه يريد أن يقول زلزلة عظيمة «كانت قد حدثت».

وقد أورد القديس مرقس هذه الزيارة باختصار في إنجيله، وهي الزيارة التى رأت فيها مريم المجدلية السيد المسيح وهي في صحبة القديسة مريم العذراء. وذكر هذه الواقعة بعد أن ذكر الزيارة الأولى: «وبعدما قام باكراً في أول الأسبوع، ظهر أولاً لمريم المجدلية التى كان قد أخرج منها سبعة شياطين. فذهبت هذه وأخبرت الذين كانوا معه وهم ينوحون ويبكون. فلما سمع

لو تتبعنا نصوص الأناجيل الأربعة فيما يتعلق بظهور السيد المسيح لمريم المجدلية نجد الآتى:

بعد زيارة مريم المجدلية ومريم الأخرى (أم يسوع) للقبر ورؤيتهما ليسوع سجدتا له وأمسكتا بقدميه (مت٢٨: ٩)

إذن مريم المجدلية لمست السيد لكن عندما ذهبت مريم لتخبر التلاميذ بعد أن لمست الرب وعاينته لم تكن مصدقة تماماً بعد لأن التلاميذ أنفسهم بما في ذلك المقربين اليه لم يصدقوا من كلامها أن هذا هو المسيح فعادت مرة أخرى إلى القبر لتتأكد فربما أخطأت في القبر فلم يكن هناك وضوح كامل للرؤية إضافة الى الدموع والإنفعالات النفسية وتكذيب التلاميذ لها وجلست تبكى فظهر لها ملاكا الرب وقالا لماذا تبكين يا امرأة؟ فأجابتهن أخذوا ربى ولا أعلم أين وضعوه وهنا ظهر لها المسيح مرة أخرى.

وعندما أتت تلمسه قال لها لا تلمسينى أى أنك لمستينى وعاينتينى من قبل ولكنك لم تصدقى بعد وبهذا الإيمان الضعيف لا تلمسينى

و قداسة البابا شنودة الثالث قال أن مريم المجدلية زارت قبر المسيح خمس مرات في فجر أحد القيامة:

وقد استغرقت أحداث هذه الزيارات -وبأكثر تحديد الزيارات الأربعة الأولى- الفترة ما بين ظهور أول ضوء في الفجر «إذ طلعت الشمس» (مر١٦: ٢)، وتلاشى آخر بقايا ظلمة الليل «والظلام باق» (يو٢٠: ١). وهي مدة لا تقل عن ٢٠ دقيقة إلى نصف ساعة في المعتاد يومياً

وكانت مريم المجدلية تذهب لزيارة القبر، ثم تعود إلى مدينة أورشليم بمنتهى السرعة، ثم تأتى إلى القبر مسرعة في زيارة تالية وهي تجرى وتلثث.

ونظراً لأهمية ترتيب أحداث القيامة، نورد فيما يلى بياناً بالزيارات الخمس لمريم المجدلية عند القبر حسبما أوردها الإنجيليون الأربعة بترتيب حدوثها:

الزيارة الأولى (إنجيل مرقس ١٦: ١-٨)

الدليل على أن هذه الزيارة كانت الأولى أن مريم المجدلية ومريم أم يعقوب كن يقلن فيما بينهما «من يدحرج لنا الحجر عن باب القبر» (مر١٦: ٣) إذ لم تكن مريم قد رأت الحجر مدحرجاً بعد.

«وبعدما مضى السبت اشترت مريم المجدلية ومريم أم يعقوب وسالومة حنوطاً لياثتين ويدهنه. وباكراً جداً في أول الأسبوع أتبن إلى القبر إذ طلعت الشمس. وكن يقلن فيما بينهما: من يدحرج لنا الحجر عن باب القبر. فطلعن ورأين أن الحجر قد دُحرج. لأنه كان عظيماً

المجدلية وأخبرت التلاميذ أنها رأت الرب وأنه قال لها هذا»

في هذه الزيارة الخامسة والأخيرة للقبر، نرى مريم المجدلية وهي في اضطراب وشك وبكاء واجهاد، تردد قولها السابق الذى قالته للرسولين بطرس ويوحنا. فقالت نفس العبارة للملاكين الجالسين داخل القبر «أخذوا سيدى ولست أعلم أين وضعوه» (يو ٢٠: ١٣). ثم وصل بها الحال أن قالتها للسيد المسيح نفسه عند ظهوره لها للمرة الثانية «يا سيد إن كنت أنت قد حملته فقل لى أين وضعته وأنا آخذه» (يو٢٠: ١٥). وكانت قد ظنت أنه البستانى ولم تعلم أنه يسوع (أنظر يو٢٠: ١٥-١٥)

وحينما ناداها السيد المسيح باسمها قائلاً «يامريم» (يو٢٠: ١٦) كان يريد أن يعاتبها على كل هذه البلبلة والشكوك التى أثارته حول قيامته، وعلى ما هى فيه من شك فى هذه القيامة المجيدة، ثم رغبتها فى الإمساك به لنلا يقلت منها مرة أخرى بعد أن أمسكت سابقاً بقدميه وسجدت له فى ظهوره الأول لها مع العذراء مريم (أنظر مت٢٨: ٩) قالت له «يا معلم» فهذا كانت لا تزال رؤيتها وفكرتها عنه بينما توما الذى شك عندما رأى المسيح صاح «ربى وألهى»

فى هذه المرة قال لها مؤنباً وموبخاً «لا تلمسينى لأنى لم أصعد بعد إلى أبى» (يو٢٠: ١٧)

كان هذا تأنيباً شديداً لها لأنها شكّت فى قيامته، وتريد أن تمسكه لنلا يختفى مرة أخرى ومع التأنيب أيضاً يطمأنها لا تنتشبنى بى فإنى باق معكم فترة من الزمن قبل أن أصعد الى أبى.

إنها بشكها فى قيامته تكون فى شك من قدرته الإلهية فى أن يقوم من الأموات. وكأنه ليس هو رب الحياة المساوى لأبيه السماوى فى القدرة والعظمة والسلطان. وبهذا يكون لم يرتفع فى نظرها إلى مستوى الأب.. كما إنها تريد أن تمنع اخفائه من أمام عينيها لكى لا تشك فى القيامة.. وبهذا تكون كمن يريد أن يمنع صعوده إلى السماء. وماذا يكون حالها اذن بعد صعوده فعلاً ليجلس عن يمين الأب؟

مريم المجدلية, مثل معظم من تبعوا بثقة المسيح, لم تكن قد استطاعت أن تدخل بعمق فى سر لاهوته. لأنه لولا ذلك ما كانت تحزن وهي تري القبر فارغاً بل كان عليها أن تفرح مدركة أن المسيح قام كما سبق وقال لهم. لذلك هي الآن، إذن,حيث تري أمامها المسيح القائم تقترب منه من جديد كمعلم لها, حيث بالنسبة لها لم يتوقف عن أن يكون معلماً وانسانا عادياً.



تشخيص سرطان عنق الرحم عن طريق جهاز "السمارت فون"

بوسطن - أش أ توصل فريق من الباحثين الأمريكيين في جامعة بوسطن لاكتشاف سرطان عنق الرحم الذي يعد النوع الثالث من السرطانات الأكثر انتشارا في العالم وخاصة في الدول النامية حيث يمثل ٨٠ ٪ من حالات سرطان الرحم وذلك عن طريق استخدام جهاز السمارت فون الأكثر انتشارا في دول العالم الثالث. تعتمد عملية الكشف على وضع العينة أمام عين الكاميرا وأرسال الصورة التي تم الحصول عليها إلى الطبيب عن بعد ليقوم بتحليلها وحذف أو استبعاد الخلايا الخبيثة عن الخلايا التي تتحول إلى خلايا سرطانية في عنق الرحم. وبما أن السمارت فون لا يمتلك قدره الميكروسكوب فقد أضاف الباحثون إلى العينات التي يتم اختبارها / ميكرو - كره / موصلة بأجسام مضادة مما يسمح لها بالتعلق بالخلايا السرطانية، وهذه / الميكرو - كره/ أو الكريات الصغيرة لها القدرة على انحراف الضوء مما يسهل عملية الكشف وصور الانكسار تستطيع بعد ذلك تعطي صورة للخلايا الخبيثة التي يمكن استبعادها لتقديم العلاج وتستمر هذه العملية ٤٥ دقيقة وتكلف ١,٧٠ يورو . ويأمل العلماء في تطبيق هذه العملية مع أمراض أخرى



٤ خضروات تقاوم السرطان عند مضغها

وكالات قالت نتائج دراسة جديدة من جامعة ولاية ساوث داكوتا إنه يمكن الاعتماد على تناول ٤ خضروات هي: البروكلي، والملفوف، والجرجير، والقرنبيط في منع تكرار وانتشار الخلايا السرطانية، خاصة لدى من سبق لهم الإصابة بالورم. عصير الخضروات لا يحقق النتيجة التي تحدث أثناء المضغ، والتي تؤدي إلى إطلاق مواد معينة تقضي على الخلايا الجذعية للسرطان بحسب تقرير لموقع "شايين" وجد الباحثون أن الخضروات الـ ٤ تطلق مادة أثناء مضغها في الفم تتسبب في القضاء على ٧٥ بالمائة من الخلايا الجذعية للورم خلال ٢٤ ساعة. أشارت نتائج الدراسة إلى أنه بعد القضاء على الورم السرطاني من خلال العلاج الكيميائي أو الإشعاعي تظل الخلايا الجذعية السرطانية داخل الجسم، والتي تشكل حوالي ٥ بالمائة من الورم، ويمكنها أن تنتقل عن طريق الأوعية الدموية. هذه الخلايا صغيرة جداً ويصعب كشفها، من هنا تأتي أهمية الكشف عن دور بعض الخضروات في القضاء على هذه الخلايا. لفتت النتائج الانتباه إلى أن عصير الخضروات لا يحقق النتيجة التي تحدث أثناء المضغ، والتي تؤدي إلى إطلاق مواد معينة من الخضروات الـ ٤ المشار إليها، والتي تبين أنها تقضي على الخلايا الجذعية لسرطان عنق الرحم، وأنواع أخرى من السرطان. كانت دراسات سابقة قد أشارت إلى أهمية البروكلي والسبانخ في الوقاية من سرطان القولون وتقليل احتمالات الإصابة به. وبينت دراسات أخرى أهمية البروكلي في الوقاية من سرطان المثانة، وإبطاء نمو خلايا سرطان الثدي والبروستاتا.



دراسة تحذر من استهلاك الحوامل لمشروبات تحتوي على كافيين

نيويورك - أش أ اثبتت دراسة جديدة استغرقت ١٥ عاما أن الحوامل اللاتي يستهلكن مشروبات تحتوي على كميات عالية من الكافيين أثناء الحمل يصبحن عرضة بنسبة ٨٩ ٪ للبدانة وولادة أطفال ببناء مقارنة بالأمهات اللاتي لا يفرطن في تناول هذه النوعية من المشروبات. فقد أظهرت النتائج التي توصل إليها الدكتور "دى كون لى" الباحث في معهد البحوث بمؤسسة كايزر وكلية ستانفورد للطب أن الأطفال الذين يولدون لأمهات يستهلكن أكثر من ١٥٠ مجم من الكافيين يوميا أي ما يعادل كوب متوسط الحجم من القهوة الأكثر عرضة لولادة أطفال ببناء. كانت الدراسة قد شملت أكثر من ٦٠٠ سيدة وأطفالهن تم تتبعهن على مدى ١٥ عاما ، حيث تم جمع البيانات حول نظامهن الغذائي ومعدلات تناولهن للكافيين فضلا عن السجلات الصحية لهؤلاء الأطفال الذين تم فحصهم. وقد لوحظ تأثير الكافيين على تطور أجزاء من المخ مسؤولة بصورة مباشرة على آلية التمثيل الغذائي في الجسم بل يخترق الكافيين من حواجز المشيمة بسهولة. وتشير الدراسات التي أجريت في هذا الصدد على الحيوانات أن الكافيين لديه القدرة على التأثير السلبي على آلية تمثيل السكر في الجسم ويزيد من مقاومة الأنسولين التي من شأنها رفع مستويات السكر في الدم .

تناول الشكولاتة الداكنة للتغلب على الشعور بالخمول أثناء النهار



نيويورك - أش أ أظهرت دراسة طبية حديثة احتواء الشكولاتة الداكنة على خصائص ومضادات أكسدة ومركبات طبيعية لها تأثير كبير على مستويات ضغط الدم. و اوضحت الدراسة انها تساعد في التخلص من الضغوط

والشعور بالخمول أثناء النهار من كثرة العمل عن طريق توسيع الأوعية الدموية وخفض ضغط الدم المرتفع على المدى الطويل ، إلا أن بعض الشكولاتة تحتوي على منشطات قوية لتصبح منها قويا . وتعد هذه الدراسة الأولى التي تكشف النقاب عن التأثيرات الحادة للشكولاتة على وظائف المخ وتأثيرات استهلاكها بمعدلات مرتفعة . فقد كشفت الصور الملتقطة بأشعة الرنين المغناطيسي لخلايا مخ العديد من الأشخاص تناولوا بانتظام الشكولاتة الداكنة زيادة النشاط بشكل ملحوظ في خلايا المخ خاصة المراكز المعنية بالذاكرة والإدراك ، فضلا عن تحسين كفاءة عمل الأوعية الدموية ومن ثم تخفيض معدلات ضغط الدم المرتفع بصورة ملحوظة.

السمنة والاكتئاب وراء الشعور بالنعاس والنوم المفرط أثناء النهار



نيويورك- أش أ حذرت دراسة طبية من أن البدانة تعد أحد أهم الأسباب الرئيسية المسؤولة عن تنظيم الشعور بالنعاس وليس مجرد الحرمان من النوم، بل وتعمل على زيادة النوم المفرط أثناء النهار. وتشير البيانات إلى أكثر من ٣٠ ٪ من إجمالي حالات النعاس أثناء النهار تحدث بين البدناء ومفرطي البدانة على مدار اليوم .كان الباحثون بجامعة ولاية " بنسلفانيا " الأمريكية قد أجروا أبحاثهم باستخدام البيانات البيولوجية المتعلقة بالنوم لتحديد الأسباب والآلية وراء تزايد الشعور بالنعاس والنوم لساعات طويلة أثناء النهار .وفى بداية الدارسة عكف الباحثون على دراسة هذه الظاهرة على أكثر من ١,٣٩٥ رجل وسيدة ليتم تتبعهم لنحو ٧,٥ عام مع الأخذ في الاعتبار المشاكل الصحية والبدنية والعقلية ومدى تعاطي المخدرات والكحوليات ومدى معاناتهم من ظروف صحية بدنية وعقلية. هذا وقد توصلت الدراسة إلى وجود علاقة طردية بين مؤشر كتلة الجسم وبين زيادة معدلات العشور بالنعاس والنوم لفترات طويلة أثناء النوم فضلا عن الاكتئاب.

فنجان من الشاي يمكنه تنشيط عقلك في غضون ٣٠ دقيقة فقط



نيويورك - أش أ توصلت دراسة طبية إلى أن تناول فنجان من الشاي يمكنه أن يزيد من مستوى نشاط ذهنك في غضون ٣٠ دقيقة بفضل مضادات الأكسدة الغنى بها خاصة " الفلافونويد " المسؤول عن السيطرة عن الالتهابات وتعزيز وظائف الأوعية الدموية والحد من انسداد الشرايين. وشدد الباحثون على أنه في حالة الرغبة في الاسترخاء فإن كوبا من الشاي يمكن أن يكون الخيار الأمثل لتحقيق هذه الرغبة فضلا عن فعاليته في تحسين أداء المخ وفقا للأبحاث. وأوضحت الأبحاث أن نشاط الجهاز العصبي يتحسن بشكل ملحوظ بعد حوالي نصف ساعة من تناول الشاي سواء الأسود أو الأخضر خاصة العمليات المرتبطة بالذاكرة واتخاذ القرارات. ومن غير الواضح أي من المكونات الموجودة في الشاي مسؤولة عن هذا التأثير إلا أن الأبحاث الطبية السابقة كانت قد أشارت إلى أن مضادات الأكسدة المعروفة " بالفلافونويد " تلعب دورا هاما في تعزيز كفاءة المخ.

دراسة: الأوميغا ٣ تعالج تلف الأعصاب لمرض السكري



كشفت دراسة جديدة أن تناول أوميغا ٣ يعالج تلف الأعصاب، ويوقف تطور الاعتلال العصبي الذي يسببها مرض السكري. وأفادت الدراسة التي أجريت في مركز VA الطبي في ولاية أيوا سيتي الأمريكية أن "Resolvin D1"، التي تنتجها أحماض أوميغا ٣ الدهنية الموجودة في الأسماك، يوقف ليس فقط تطور الاعتلال العصبي، ولكن في الواقع يعالج تلف الأعصاب. وأوضح الباحث مارك يورك، أن الاعتلال العصبي السكري هو أمر مرتبط بمرض السكري، كما إنه

السبب الرئيسي لقرح القدم وعمليات بتر الأطراف. وأشار يورك إلى أن مكملات زيت السمك، "Omega 3"، تعتبر آمنة جداً ويمكن استخدامها بسهولة خلال الرعاية اليومية. وأضاف يورك "زيت السمك "أوميغا ٣" من السهل أن يتناوله الأشخاص الذين يعانون من مرض السكري، مثل فيتامين (أ)، وقد تكون له بعض الآثار الجانبية عندما يؤخذ جنبا إلى جنب مع بعض الأدوية الأخرى". وقد وجدت العديد من الدراسات السابقة أن الأحماض الدهنية أوميغا ٣ الموجودة في الأسماك تساعد مرضى السكري على ضبط مستويات السكر في الدم على نحو أفضل، والحد من الالتهاب، وتحسين وظائف الكبد.

دراسة: تناول الطماطم يوميا يساعد في خفض الوزن



بوسطن-رويترز أكدت دراسة حديثة أن تناول كوب من عصير الطماطم يوميا على الأقل يسهم في خفض الوزن، خاصة إذا كان العصير ضمن برنامج غذائي محدد، ومن خلال الدراسة التي أجريت على ٨١ حالة يعانون السمنة وأمراض القلب والسكر بولاية بوسطن الامريكية، تبين أن المجموعة التي أضيف لوجباتها عصير الطماطم تمكنوا من التخلص من ٢ كجم إضافية عن المجموعة الثانية التي لم يكن في وجباتها نفس العصير. وأكد الباحثون أن

السبب وراء ذلك حالة الشبع التي يشعر بها الشخص بمجرد تناوله للطماطم مما يساعد بالتالي علي عدم الإكثار من الأطعمة الأخرى. يذكر أن الطماطم من الأكلات المفيدة جداً للصحة نظراً لاحتوائها علي مركبات مضادة للأكسدة.

المعاناة من الأرق تؤدي لزيادة الاحساس بالألم



نيويورك - أش أ أظهرت الدراسة التي أجريت على أكثر من ١٠ آلاف بالغ خضعوا لاختبارات الحساسية والألم حيث طلب منهم وضع أيديهم في مياه شديدة البرودة لأطول فترة ممكنة. وقد لاحظ الباحثون أن الأشخاص الذين يعانون من نوبات الأرق كانوا الأكثر سرعة لإخراج أيديهم من المياه الباردة مقارنة بأقرانهم الذين يتمتعون بأنماط نوم طبيعية. وحذرت الأبحاث من أنه في حالة معاناتك من صعوبة في الخلود إلى النوم بصورة طبيعية ليلا ربما تعاني من حساسية للألم وفقا للأبحاث الطبية التي أجريت في هذا الصدد حيث أن الأشخاص الذين يعانون من الأرق يصبحون أقل قدرة على تحمل الألم لفترات طويلة مقارنة بالأشخاص الذين لا يعانون من مشكلات في النوم . وترتبط نسبة وحدة الحساسية بالمدة التي يستغرقها المريض في الخلود إلى النوم وفقا للتقرير الصادر عن الجمعية الدولية لدراسة الألم. وكان باحثون نرويجيون قد أجروا أبحاثهم على أكثر من ١٠,٠٠٠ بالغ لاختبار قياسى من حساسية الألم عن طريق وضع أيديهم في مياه باردة لأطول فترة ممكنة ليتم مقارنة نتائجهم بالأشخاص الذين لا يعانون من الأرق. وأشارت المتابعة إلى قدرة الأشخاص الذين لا يعانون من الأرق كانت أعلى على تحمل برودة المياه مقارنة بالأشخاص الذين يعانون من الأرق حيث نجح البعض في الاحتفاظ بأيديهم لنحو ١٠٦ دقائق في مقابل ٣٢ دقيقة. وتشير النتائج إلى أن العوامل النفسية قد تسهم في العلاقة بين مشاكل النوم والألم على الرغم من أن هناك حاجة لإجراء مزيد من البحوث لمعرفة دور الناقلات العصبية التي تؤثر على كل من الألم والنوم. وتعد الناقلات العصبية مواد كيميائية في المخ التي تتصل بالمعلومات في جميع أنحاء المخ والجسم في الوقت الذي تظهر فيه الدراسة الحاجة إلى تحسين أنماط النوم بين المرضى الذين يعانون من الألم الزمن.



بتكليف من قداسة البابا المعظم الأنبا تاووضروس الثاني وخت رعاية وإشراف قداسته وشريكه في الخدمة الرسولية نيافة الحبر الجليل الأنبا مكاريوس، تم إنشاء أول دير قبطني أرثوذكسي في كندا بإسم القديس العظيم الأنبا أنطونيوس ليكون مجتمعاً لأباء رهبان الذين يطلبون نمط من الحياة شبيه بحياة الشركة للقديس مكاريوس الكبير

قام قداسة البابا المعظم الأنبا تاووضروس الثاني ، في احتفال روحي وشعبي وسط فرحة غامرة وبحضور الالباء الأساقفة والكهنة، بوضع حجر الأساس لدير القديس العظيم الأنبا أنطونيوس - بيرث ، أونتاريو، يوم الجمعة الموافق ١٦ سبتمبر ٢٠١٤.

الزيارات اليومية: أبواب الدير مفتوحة لمن يرغبون بالزيارة من ٩ صباحا حتى ٦ مساء - صلوات مسائية/عشية كل يوم

تتم إقامة القداس الأسبوعي كل يوم سبت من ١٠ صباحا إلى الثانية عشر ظهرا. الجميع مدعوون لنوال البركة

يرحب دير الأنبا أنطونيوس بالزائرين، ولكن من يرغبون بالمبيت عليهم الترتيب مسبقا

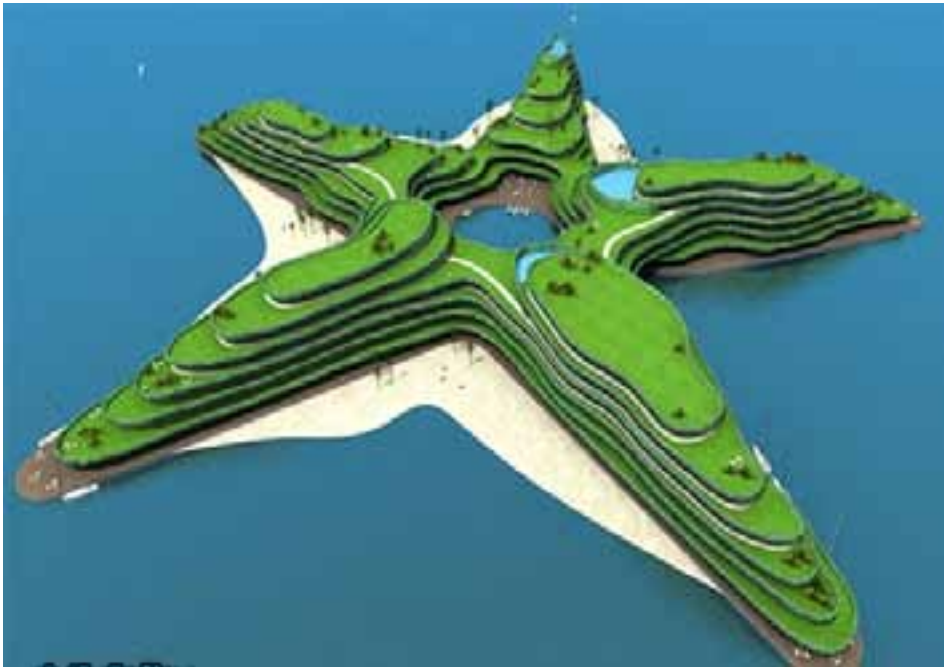


608 Miners Point Rd Perth, ON K7H 3C5
+1-613-264-8071
Abbaanthony.ca

"المعطي المسرور يحبه الرب" ٢ كو ٩:٧

الدير يعطي إيصال ضريبي

الجزر الطافية: لإنقاذ جزر المالديف من الغرق!



يسمي البعض جزر المالديف جنة الأرض! لكن هذه الجنة مهددة بالغرق والزوال بالكامل في المستقبل بسبب ظاهرة الاحتباس الحراري!

وهو الأمر الذي دفع الحكومة المالديفية للاجتماع تحت الماء عام ٢٠١٠ للفت انتباه العالم لهذا الخطر الذي لا يهدد المالديف وحدها قدما يهدد كل جزر وسواحل العالم!



وبقدر طرافة هذا الاجتماع الذي عقدته الحكومة المالديفية بقدر غرابة الحل الذي أعلنت عنه للحفاظ على دولتها من الفناء، وهو تحويل المالديف إلى جزر صناعية طافية!

فهذا الشكل الذي تشاهدونه هو الحل الذي أعلنته الحكومة المالديفية بالتعاون مع شركة داتش دوكلاندز Dutch Docklands. حيث وقعت الحكومة المالديفية عقداً مع هذه الشركة يقضي ببناء وتطوير مجموعة من الجزر الصناعية الطافية التي تحوي مراكز مؤتمرات وملاعب جولف بغرض سياحي كمرحلة أولى. على أن تقوم الشركة بتقديم حلول طافية أخرى كمنازل ومناطق سكنية في المستقبل.

و يتضح من الصور التي أعلنتها الشركة أنها ستكون على شكل نجمي وستكون مغطاة بأكملها بمناطق خضراء تحوي أسفلها مباني وغرف إدارية وفندقية.



Advanced Solutions Signs & Print
www.advanced-solutions.ca
info@advanced-solutions.ca
Celebrating our 10th year business anniversary.

لافتات إعلانية وطباعة

3D Letters - Window Graphics & Safety Film - LED Signs - Light Box Display System

Channel Letters Display System LED Signage

416.319.4794

4-4140 Steeles Ave West, Woodbridge, ON L4L 4V3 Ashraf Elkhanagry, B.Arch

Wagih Mitry
Sales Representative

Cell: 416-895-7006

www.mitryrealty.com

mitry@mitryrealty.com

- Free home evaluations
- Complementary staging consultation
- HomeLife™ Home Warranty Program

RESIDENTIAL | COMMERCIAL

Bus: 905-712-9888
Fax: 905-712-9886

HomeLife Hearts Realty Inc.
Brokerage Independently Owned & Operated
151 Courtney Park drive West #101
Mississauga, Ontario L5W 1Y5

MAGED KODSY
647-338-8942
info@Ultimatehomeinspections.ca
Ultimatehomeinspections.ca

Ultimate Home Inspections

- Pre-purchase inspections
- Pre-listing inspections
- New home inspections (PDI)
- Pre-warranty expiration inspections

Member of (OAH) Ontario Association of Home Inspectors

Homelife Landmark Realty Inc., Brokerage
Independently Owned and Operated

Fady Daoud B.Sc., M.A.
SALES REPRESENTATIVE

Direct: 647-608-0680
www.HomesByFady.com

Sutton
GEORGE ABRAHAM
Sales Representative
(204) 475-9130

Fax: (204) 477-4381
Cell: (204) 951-8600
gabraham@sutton.com
www.sutton.com

sutton group - kirkcaldy real estate
AN INDEPENDENT MEMBER BROKER
663 Stafford St., Winnipeg, MB R3M 2x7

كلمتين وخلاص

عن ما يحدث في مصر من انفجارات ومفرقات لتصيب وتقتل ابرياء تصادف وجودهم بالقرب من الحدث.. هذا تعودنا عليه ولكن هناك انفجارات اخري تنفجر في وجه الجميع ونضار منها نفسيا كتصريحات السيد وزير العدل السابق المقال او المرفود من الوزارة ان صح التعبير.

اين انت يا سيادة المستشار تهاني الجبالي؟

الاسكاروسى

روماني يبتكر سيارة من قطع "الليجو" تسير بالهواء

وكالات: ابتكر شاب روماني، يوصف بـ "عقري التكنولوجيا"، سيارة صُنعت بالكامل من قطع الليجو، والعجيب في الأمر أنها تعمل، ويمكن أن تسير بالهواء فقط، بحسب ما نُشر على موقع "سوبر أوسوم ميكرو بروجيكت" المخصص لها. وشكل المبتكر راؤول أويدا (٢٠ عاماً)، بمساعدة المبتكر الأمريكي ستيف سامارتيانو، سيارة من أكثر من ٥٠٠ ألف قطعة ليغو، حتى المحرك بأكمله، ويمكن تشغيله وتحريك السيارة بلا أي وقود وأطلق المبتكران تغريدة عبر تويتر طلباً لدعم مشروعهما مادياً، وحصل على دعم من أربعة مليارات أستراليين. وتبلغ سرعة سيارة الليجو هذه ٢٠ ميلاً للساعة، ويعمل المبتكران على تطويرها.

WINONA HEARING AID CENTRE

Get 2 digital hearing aids for as little as \$895.00 your cost All styles All sizes

847 St. Clair Ave West
Tel: (416) 652-0201

Discount and ADP applied to listed price

bioBidet
You can order online on our website
www.plstrade.com

شحن مجاني وكفالة لمدة عام

لقد تم أحدث أنواع الشطافات الكهربائية المعتمدة في كندا وأمريكا يتم توصيلها بالمانا البارد فقط، خزائن لحفظ الماء الساخن، صوفات هواء قاعدة مدققة تحكم إلكتروني لدرجة الحرارة وضخمة المياه عن بعد (Remote Control)

Best certified 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

The harmony BB400
عرض خاص

BB 13000
شطافة ذات محركين متحركين للنساء والنساء 2 movable Nozzles, Hydraulic Seat & Cover Feminine Medicine Reservoir

BBC 270
شطافة ذات محركين للنساء وتنظيف ذاتي خلا بارد Double Nozzles Hot & Cold Plus Self - Cleaning Nozzles

BB 70
شطافة ذات محرك واحد للنساء وتنظيف ذاتي سهلة التركيب للماء البارد فقط

الرجاء عدم شراء أي شطافة من الأسواق إذا كانت لا تحمل اسم (biobidet) وهنا الشعار

bioBidet
منتجات (biobidet) الكورية المتشوعة والمعدية تحتل المرتبة الأولى في مجال الشطافات

شطافة يدوية سهلة التركيب على جميع أنواع الحشوات/المفاصل Bio Hand Shower bidet

Toll Free 1877.234.8272
www.biobidets.com www.biobidet.ca www.plstrade.ca

شحن مجاني وكفالة لمدة عام