اعصابك!..

هيثم امين

لاتصدق ان التوتر هو مرض العصر. ولاتظن انك سيء الحظ، لانك عشت في القرن العشرين او الواحد والعشرين، ولم تعش في امان واطمئنان مع اجدادك سكان الغابات والكهوف.

ان انسان الغابة لم يكن يقلقه الخطر النووي، وتذبذب الدولار والتسريح التعسفي من العمل او الوظيفة، ولم يعش في ظل حكومات دكتاتورية لاتنسى ان تتحدث دائما عن الديمقراطية...

مع ذلك فقد عاش جدك في توتر دائم. كان يخشى ان يموت من الجوع، والبرد، والحر، والعواصف. وكان يخاف ان يفترسه اسد، او ياكله دب، او يدهسه فيل.

فالتوتر نبض الحياة وايقاعها. فلا طموح بلا توتر وهؤلاء الذين رسموا لانفسهم اهدافا سامية عاشوا في توتر، وماتوا في توتر.

ولكنَ التوتر المفاجيء او الزائد هو الذي يدمر ويقتل. انه يقصر العمر. فالشيخوخة ليست تلك الخطوط التي رسمتها السنين على وجوهنا، انما هي تلك الطعنات النجلاء التي غرزها التوتر في قلوبنا، فأوهنها، وجعل كل شرايينها واوردتها مسدودة كشوارع بغداد الخانقة، او غير امنة كطرقات ضواحي بغداد عند الغروب.

والمرأة العصرية تعيش في توتر، فمطالبتها بالحرية والمساواة الاجتماعية، ومزاحمتها للرجل في المكتب والمصنع والفن والسياسة، جعلها عرضة لامراض الضغط والقلب التي كانت وقفا على الرجل وحده.

ومن المؤسف ان الطب يملك قرصا يعفيك مؤقتا من توترك. يجعلك تنام لعدة ساعات، ولكنه لاينسيك همومك ومتاعبك، ومشاكل حياتك اليومية.

ان دواءك الوحيد هو ان تعرف نفسك ان تتعلم كيف تعيش، وكيف تتصرف، وكيف تقرر. كيف تختار بين افضلين.

تعلم كيف تحب، فالحب يجعلك تفكر بالاخرين ، ويريحك من التفكير الدائم بنفسك، فأنانيتك هي السبب الرئيسي في توتر اعصابك.و... اعصابك.

الزواج المبكر والفشل الاجتماعي

زهور الجواهري

يعد الزواج احد الروابط الانسانية النبيلة لما له تأثير كبير في السلوكيات الاجتماعية لان الزواج يشكل النواة الاولى لبناء الاسرة وكل بناء يجب ان يكون مبني على اسس صحيحة ومتينة لانه سوف يؤثر ويتأثر بأخلاقيات المجتمع.. فالمجتمع مجموعة من العادات والتقاليد والمتوارثة من جيل الى جيل لتضمن الاستمرارية والتواصل الاجتماعي وانعكاسات تلك المضامين الاجتماعية على هيكلية الاسرة بشكل عام.. فالسن القانوني للزواج هو عند بلوغ الانسان.. اي عندما ينمو عقليا وفكريا وجسمانيا وبهذا البلوغ يصبح قادرا على ان يشكل الاسرة والتي هي كما اسلفنا هي نواة المجتمع وهي البذرة الاولى لتشكيل الشعوب والامم.. فالسن القانوني للزواج في الشريعة والقانون هو بلوغ الرجل او المرأة سن الثامنة عشرة من العمر وبهذا تكون المرأة تدرك وتعي ماتريد وما تفعل وتعرف بذلك المسؤوليات والواجبات التي على عاتقها اذا اقدمت على الزواج وكذلك الرجل يعرف مدى المسؤولية التي ستلقى على عاتقه وكلا طرفي العلاقة الزوجية يمكنهما عقد الزواج شرعيا وقانونيا.. وكذلك للرجل او المرأة اذا طلبوا الزواج وهم في سن الخامسة عشرة من العمر وبموافقة ولي الامر والمحكمة المختصة فبامكانهما عقد الزواج ولكن نلاحظ حالات من الزواج خارج المحكمة ودون السن القانوني وبموافقة ولي الامر وهذا يشكل سابقة خطيرة في المجتمع لما لها من تأثير في بناء الاسرة، لان كلا الزوجين لم ينضجا الى الحد الممكن لكي يكونوا مؤهلين لبناء الاسرة والحياة الزوجية،

وتحمل اعباءها النفسية والمادية ونرى الكثير من تلك الزيجات سرعان ما تنهار وتخلف وراءها آثارا نفسية واجتماعية في وقت مبكر للازواج واسرهم ناهين عن ذلك اذا تكللت الزيجة بانجاب الاطفال في ظل عائلة يسودها التخلف وضعف الخبرة في ميدان الحياة فانه يؤدي ذلك الى تنشئة جيل لايحمل الطموح وليس لديه الدافع المعنوي والاصرار على تكملة الدراسة والحصول على الشهادات العليا وانما يكتفي بحدود معينة من المستوى التعليمي لان اغلب الزواج في وقت مبكر يكون طرفاه قد تركا المقاعد الدراسية ولم يحصلوا على المستوى التعليمي الذي يؤهلهم بالثقافة والعلوم وبهذا ينقلونه الى اولادهم لان فاقد الشئ لايعطيه ان الاسباب وراء لجوء بعض الاسر الى زواج اولادهم وبناتهم في سن مبكر يعزي فشل الابوين في تنشئة وتربية ابنائهم حسب الاسلوب الصحيح واغلب اولياء الامور اما جهلة او يسودهم الطابع القبلي الذي يحيط بهم ونقص الثقافة وغياب الطموح هذا من جانب اولياء الامور، اما من جانب الاولاد او البنات فأما بسبب فشلهم وخيبة امل اسرهم بهم من خلال عدم قدرتهم في اكمال مسيرتهم الدراسية ورسوبهم المتكرر في المراحل التعليمية او بسبب كثرة المشاكل التي يثيرونها وبذلك يكونون عبا ثقيلا على الاسرة والمجتمع فيضطر اولياء امورهم الى زواجهم في سن مبكر بحثا وتفكيرا منهم على منحهم الاستقرار وتحميلهم المسؤولية الكبيرة في سن هم يكونون فيها غير مسؤولين على ذلك. وهنالك سبب اخر ومهم وهو زواج القربى فابن العم يأخذ بنت عمه لكي يمتنوا الروابط العائلية وحفاظا على النسب وبذلك يزوج الاخ بنته الى ابن اخيه او بالعكس وفي سن مبكرة ظنا بأنه سيحققون السعادة لهم ولاسرهم وهم لايعلمون انهم يدمرونهم لان الشخص غير المؤهل لايستطيع ان ينشيء اسرة كاملة وذرية صالحة وغالبا ما يكون هذا الزواج نهايته التفريق.. ان الزواج شراكة بين الرجل والمراة فيجب ان يكون طرفاها بمستوى هذه المهمة من حيث الادراك والوعي والشعور بالمسؤولية ليأسسوا بهذه الشراكة اسرة مبنية على اساس صحيح لترفد المجتمع بأبناء صالحين ونافعين للدولة والمجتمع.. فننصح العوائل التريث بزواج ابنائها وبناتها حتى يبلغوا اشدهم ويكونوا مؤهلين لذلك لرصانة الاسرة والمجتمع.

واحات

عدنان الحسني

annajar44@yahoo.com

الاتقان

المبالغة بمقدارها تقاس الاشياء بين الصفات هناك المتشابهات وهناك المتناقضات ومهما يكن فان الاشياء تبقى مترابطة بعضها بالبعض الاخر الا ان المعلوم هو ان الصفات تتفاوت في المكان والذي يطلق عليه بالحيز ففي الاتي من المواضيع سنتناول باذن الله مختلف المسميات وليس شرطا ان تتشابه او ان يكون هناك ترابط بين تلك المصطلحات وربما سيكون هناك تشابه او تضاد الا ان المؤكد هو ان التعريف بتلك المسميات سيكون في النمط المفيد بالمحصلة النهائية .

من المسميات الشائعة في عموم المجتمعات الاتقان اذ ان الاتقان مطلوب في كل مزاولة لعمل ما سواءا كان ذلك العمل ذا اهمية بالغة او كان ضمن السياقات المعمول بها عامة حيث النتائج الحاصلة من الانجاز تتاثر ايما تأثر بمدى الاتقان وبعد ذلك تصل المراحل النهائية الى الحد الذي لا يمكن التراجع عن انجاز العمل كنتيجة اذن كان لابد للمنجز من الاعمال ان يتاثر بالاتقان فيطلق على هذا المنجز من العمل بالمتقن وليس المتقن هنا بمعنى الكمال فالكمال لله وحده ولكن ان يكون المتقن بمعنى الوصول الى اعلى نسبة من المراد الوصول اليها كنتيجة وقد يترتب على هذا الكثير وللوصول الى تلك النتيجة هناك الكثير من الامور المتعلقة بالاتقان لابد للمتقن من ان يهيء لها بغيةاستحصال النتيجة على تلك المقاييس من الاهداف...

المبالغة: كلمة نسمع بها كل حين وحين ترى هل ان المبالغة ضرب من الصدق ام هي ضرب من الكذب ان الناس قد درجوا على تسمية الصفة تلك بالمبالغة اذ ان المطلوب ليس بالضرورة ان تكون نتيجته مبالغ فيها الى الحد الذي يتجاوز حد المعقول...

وكم من القول نسمع وما ان مر هذا القول بمراحل مكانية او زمانية حتى كانت النتيجة مبالغ فيها ترى هل ان الشخص المبالغ يبلغ بذلك ما يريده هو لاشباع رغبة فيه تتارجح بين ان يكون صادقا وكاذبا في الوقت عينه الا ان النتيجة تكون صفة عدم الصدق...

رسالة المغتربين..

ذنون محمد

لم أكن أعي وأنا صغير أن أرضي ربما تهجرني أو تحاول طردي فلم تكن هذه الارض مجرد تراب مهمل فاقد الاهمية بل هي اثر انساني خالد سجل في الاسفار القديمة بل أن الكثير من المدونات القديمة قد وصفته بأنه جنة الله المنتظرة.. فعلاقتي مع هذه المدينة كرباط مقدس أو سفر سجل في الكتب القديمة لايمكن لأي قوة أن تفكه أو تنال منه فهذه الارض لا أعرف غيرها مكان يمكن أن يحضنني أو يلم جروحي وأنا أشكوا تعبا أو أشعر بمرض أصابني او أتضور جوعا كنت أتصور أن الشمس لاتشرق كاملة الا على مدينتي وأن القمر لايحلوا له الليل وسمرة العاشق الا عندما ينير شوارعنا المتعبة فمكانه فوق تلك البيوت القديمة والتي يقطنها بعض أصحابي ومعارفي بل كنت أقول أن القمر هذا القمر هو تكريم الهي فهو جالس فوق بيتنا المتعب من ثقل السنين وأنين الارض وبحيرات الدماء المسكوبة.

ولم أكن أعي وأنا صغير أن تصبح حقيبة السفر يوما ما من الاشياء الملازمه لي في كل لحظة والتي بها سأحمل وطني الجريح وهم مدينتي المنكوبة فتدور عجلة التاريخ وتتأبط يداي تلك الحقيبة الحلم وهي محملة بهموم أنسانية بالدرجة الاساس أو ربما محملة أيضا بفيض من نسمات الحرية التي أصبحت كالسابق مكبلة او مكممة الافواه خصوصا وأن الكاتب بحاجة الى هذه النسمات العطره لينسجها مع كلماته أو مع خطوط مقالاته في الهواء الطلق دون خوف.

أن القهر الاجتماعي والماساة المطنعة ولدت في داخل الانسان حالة من الكبت والضياع بل اوجدت فيه جرحا لايمكن ان تضمده السنين فأصبحت تائها ومعلق التفكير فأصبحت من الباحثين عن وطن قد يعوظني بعض ما فقدته هناك او حتى قطعه من الارض تلم جسدي المتعب او الذي أتعب قسرا أو أشعر كما يشعر المنتمون او الذين وجدوا المأوى وشعروا بألامان والطمأنينة يا لضحالة تفكيري أحيانا فأنا أبحث عن شى فقدته في مكان أخر وتركته مجبرا.

فأصبحت أتجول على نقاط الحراسة الدولية أبحث عن منفذ يدخلني الى دولة هاربا من جحيم بلادي ونارها المصطنعة علني أجد ما فقدته في وطني من حياة أو سعادة مفقودة فلم أعد مرغوبا فيه الالدى المهربين وتجار الحدود فأنا بضاعة سمينة لديهم وأنا المطلوب دائما في أي مخفر.

ما أن دخلت مدينة أو وطئت قدماي مطار حتى أعلنت صافرات الانذار معلنه دخول عراقي. فأصبحت في نظر القائمين على المطارات عبارة عن حزام ناسف أو قنبلة موقوتة فأنا بنظرهم الارهابي الذي يضع الاخرون لي الف حساب وحساب وأنسان أن صحت تسميته هناك تسلط اليه كاميرات المراقبة ما أن يعرفني رجل شرطة حتى يهرول الي بالاصفاد فأنا المطلوب دوما حتى دون تهمه فتهمتي الوحيده بنظرهم انني عراقي.

يأيها الذائبين في بحار الغرب وحضاراتهم ويا أيها العاشقين لجمال الوطن ونهاره ويا أيها التائهين على حدود العالم الاخر فقد تبعثرت الورود في مدينتي وفقدت رائحتها العطرة وأصبحت مجرد أشواك تقرص العاشقين وتثير في النفوس علامات اليأس.

أن البحث أصبح سمتي وأصبحت المعاناة مرضا مزمنا لاأستطيع الخروج من قيوده فأصبحت ذلك الانسان المحطم الذي غايته البحث. لقد تاهت الاماني الجميله التي كنت أحلم بها وأنا صغير في دوامة البحث عن ارض الميعاد التي تعطيني مجالا لطرح الرأي وليس لأكل الشعير فقط..

مسؤوليات المواطن تجاه بلده

هادي سلمان

منذ سقوط النظام البائد في التاسع من نيسان عام ٢٠٠٣ والاوضاع الامنية والاقتصادية غير مستقرة، لقد بذلت الحكومات المتعاقبة جهوداً متباينة ولم تفلح في فرض الاستقرار امنيا واقتصاديا وهنا نتساءل ما السبب وهل كل ما يحصل يرجع الى ضعف الحكومات وفسادها أم تعاظم قوى الارهاب في البلاد أم ان دور المواطن لم يكن بالشكل الوطني الصحيح وهنا نقول للمواطن دور كبير في استقرار البلد امنيا واقصاديا ففي مجال الامن بمقدور المواطن رفد ومعاونة الاجهزة الامنية بمعلومات عن الخلايا الارهابية والمخربين وعدم ايواء او مساعدة اي من هذه الزمروفي كل مكان تكون فيه ويحرص على امن بلده كما يحرص على اهله وعياله فلو تصرف كل مواطن بهذه الروح الوطنية لم يكن للارهاب والارهابيين مكان في البلد وليعم الاستقرار مختلف المناطق. فما الذي ننتظره من اجهزة الامن ان لم نمد لهم يد العون ليكون لهم دائما دافعا معنويا للتفاني في عملهم فليس بمقدورنا طلب الامن منهم ونحن نساهم باخلال الامن. اما في مجال الخدمات فتجد الكل ينتقد عمل الحكومات ولم يفكر يوما في مسؤوليته في هذا المجال فترى كثيرا من الناس يساهمون في تردي الخدمات ولم يكن لهم اي دور في تحسينها التي تمس حياتهم بل على العكس فهم يهدرون ويعتمدون في صرف الماء الصافي الذي لا يصل اليهم الا بشق الانفس ويعتدون على انابيب المياه ويعبثون بها وبمرأى ومسمع الجميع وبلا ذرة من المسؤولية وترى اخرين يرمون انقاض البناء والنفايات في الجزرات الوسطية وفتحات المجاري وتتكرر هذه الحالات ولمئات المرات فصلا عن الاعتداء على الاسلاك الكهربائية والمغذيات ولاتجد مساهمة واحدة بأطفاء مصباح او شمعة بها منظومة الكهرباء المتردية وهنا لا اريد ان ابرئ الحكومات والقائمين عليها من التقصير في الامن والخدمات فالتقصير موجود والفساد موجود ولكن الذي يقضي على التقصير والفساد هو المواطن كيف لا وهو يصنع الحومات فالعالم المتحضر لم يكن بهذا الرقي الا بمسؤولية فمتى نصل الى هذه الدرجة من المسؤولية ونشمر عن سواعدنا ونبني بلدنا ونجعل الله سبحانه وتعالى رقيب على اعمالنا وكما جاء في محكم كتابه..

"وقل اعملوا فسيرى الله عملكم ورسوله والمؤمنون".

تكنلوجيا الأنترنت خلقت جيلاً يعاني من العزلة

اعداد/ يسرى حسين البياتي

ان ظاهرة استخدام الانترنت قد تكون منتشرة لدى جميع المجتمعات في العالم بسبب توفر لاجهزة الحاسوب في كل بيت تقريبا وأن لم يكن موجودا يكفي للفرد الذهاب الى احد الاصدقاء او المقاهي التي توفر له استخدام الأنترنيت.

وان استخدام الزائد لشبكة الانترنيت قد تدفع الشخص للأدمان فعند الجلوس امام الحاسوب يشعر الفرد بالهدوء والحالة المزاجيةالجيدة وعند الانفصال عن شاشة الحاسوب يشعر بالاكتئاب ان زيادة عدد ساعات الجلوس امام الحاسوب تؤدي الى عدة مشكلات منها السهر الارق التاخر عن العمل واهمال الواجبات الاسرية والزوجية ومايعقبه من خلافات ومشاكل وهذا لايعني التوقف عن استخدامه بل ان الاستخدام المعتدل والامثل هو الحل ولاسيما ان شبكة الانترنيت فتحت عصرا جديدا من عصور الاتصال والتفاعل بين البشر مع الكم الهائل من المعارف والمعلومات التي تقدمها لمستخدميها.

لكن هناك مخاوف مشروعة من الاباء على الابناء وخصوصا في سن المراهقة من الآثار السلبية التي قد تنتج من الاستخدام الزائد لشبكة الانترنيت نتيجة لدخول الابناء او البنات دون علم الاهل المواقع الاباحية او مواقع الدردشة او توقفهم عن ممارسة انشطة وهوايات اخرى كالقراءة وممارسة العاب رياضية وكل ذلك استوجب وضع ضوابط وحدود لاستخدام الانترنيت مع ضرورة وجود الرقابة الاسرية وهذا وحده لايكفي اذ يجب ان تكون هناك تربية من ناحية الاهل معرفة الصح والخطأ ومعرفة الحلال والحرام وزرع القيم الاخلاقية والاصلية والدينية منذ مرحلة عهد الطفولة وخصوصا ونحن نعيش في عصر تتغير فيه القيم والعادات والمفاهيم بسرعة البرق في ظل التطور الكبير، ومع تزايد الاقبال على شبكة الانترنيت وسوء استخدامها متمثلا في قضاء اوقات طويلة في الابحار فيها، كظاهرة لامجال لتجاهلها تكمن في أن معظم مستخدمي الانترنت لايعرفون حدود خطورة هذه الظاهرة، وبالتالي فهم عرضة لخطر الادمان دون ان يشعروا بذلك.

لذا لابد من قيام وسائل الاعلام بتوعية الافراد والطلاب من خطورة الاستخدام الزائد لشبكة الانترنت وما ينتج عنها من حدوث عزلة اجتماعية، او اضطرابات في النوم، او مشاكل دراسية واجتماعية، او حدوث نوبات غضب وعنف عند الابناء عند محاولة الوالدين وضع ضوابط لاستخدام الشبكة، وهذا قد يؤدي بالبعض منهم للتحايل على الاباء للدخول على الشبكة وقضاء أوقات طويلة لممارسة العاب الكومبيوتر، وهنا يبرز دور الاعلام في توعية الفرد من مخاطر الافراط في استخدام شبكة الانترنيت عن طريق تقديم برامج ثقافية ليس باسلوب صعب يكره الناس التفرج عليها اذ ان للاعلام دور فعالا في توعية الناس في هذا الجانب.

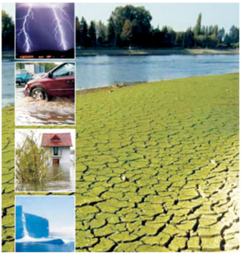
من يهتم للتنوع البيولوجي؟

بهرا ـ وكالات

التنوع البيولوجي يعني تنوع الحياة على الارض والترابط الضروري لجميع الكائنات الحية وتشمل الحيوانات والنباتات والتي تأثرت بالفعل نتيجة النشاط البشري وحاجاته الضرورية لتحقيق رفاهيته. ان معدل وحجم التغير المناخي الناجم عن انبعاثات غازات الدفيئة سيبقى يؤثر على التنوع البيولوجي، لذا فقد تجاوزت المعدلات الحالية وحجم انقراض الانواع بكثير المعدلات الطبيعية.

الانسان يستفيد بشكل مباشر من الكائنات الحية ضمن مجال واسع لا يمكن الاستغناء عنه وتتعدى فائدة الانواع لاثراء الانسان بالاوكسجين والغذاء والدواء واستقرار المناخ والمياه النظيفة ونباتات الزينة وايضا المنفعة الاجتماعية مثل البحوث والتعليم والترفيه والسياحة الى التنمية الاقتصادية وتوفير احتياجات الفقراء من الموارد البيولوجية، الا انه بات من المرجح ان يصبح التغير المناخي واحدا من اهم العوامل لفقدان التنوع البيولوجي مما يجبرها على التكيف اما من خلال تحويل الموائل وتغيير دورات الحياة او تطوير الصفات البدنية الجديدة.

وتسابق دول العالم بهدف خفض درجات حرارة الارض يتوافق تماما في الحفاظ على الارضية الطبيعية والمياه النظيفة واستعادة النظم الايكولوجية المتدهورة والتي تشمل التنوع البيولوجي وبذلك نشهد خطوة للامام للحد من الآثار السلبية لتغير المناخ. ان المحافظة على الموائل له أهمية بخفض غازات الدفينة من المحيط الجوي، وهذا يساهم في التصدي للتغير المناخي وذلك يفسر اهمية الغابات عن طريق تخزين الكربون حيث ممكن ان تساعد ايضا كمصد للفيضانات والاعاصير. لطبيعة الترابط بين جميع الكائنات الحية فوائد كبيرة للانسان فالطحالب تعتبر بمثابة مثبتات النتروجين من خلال توفير المواد العضوية للتربة، والقوارض تساهم بتهوية التربة وتحسن قدرتها على الاحتفاظ بالماء، وديدان الارض تسهم بخصوبة التربة التي في النهاية يستفيد منها الانسان في طعامه وسكنه ورفاهيته.

اما رد الجميل من قبل الانسان فتمثل باستعمال التقنيات الصناعية والزراعية اضافة للمواد الكيمياوية التي ادت لتدمير التنوع البيولوجي في التربة ومعها افتقدنا لخصوبة التربة. والتنوع البيولوجي يعد ضروريا لضمان الامن الغذائي العالمي وان زيادة تنوع الجينات داخل الانواع يقلل خطر الاصابة بالامراض، كما ان التنوع البيولوجي يستعمل في أكثر من ٧ آلاف مصنع لاغراض الطب، اما خدمات النظام الايكولوجي العالمي فتقدر بنحو ١٦ الى ٦٤ تريليون دولار لذا فأن أهمية التنوع البيولوجي أمر حيوي لرفاه الانسان والتنمية المستدامة والحد من الفقر. ومقابل ذلك ان تعديل نظام بيئي يؤدي الي تغييرات في خدمات الانظمة الايكولوجية الاخرى ومثال ذلك عندما نقوم بالخطوات اللازمة لزيادة الانتاج الغذائي حيث ممكن ان يؤدي لخفض توافر المياه من حيث الكمية والنوعية ونتيجة ذلك ادى لتدهور العديد من الخدمات كمصائد الاسماك وامدادات المياه وتأثيرها على الشعب المرجانية والحماية من الاخطار الطبيعية. وحقيقة الارقام تعطينا ادلة دامغة للفائدة او الضرر الكبير للتنوع البيولوجي فمثلا الشعب المرجانية توفر مصدر دخل لاكثر من ٥٠٠ مليون شخص في العالم وتعد ايضا مصدر للغذاء والترفيه. والى جانب هذا فإن المناطق المحمية من خلال احتوائها على الغطاء النباتي فهي تخزن ١٥ % من الكربون، وتتضح أكثر مقدار انبعاثات ما يقرب من ٢٠ بالمائة من غازات الدفيئة بواسطة ازالة الغابات. وجميع الحقائق تشير لواجبنا بغية الحفاظ على الكائنات الحية وعدم التفريط بها ذلك ان اردنا المحافظة على كوكب الارض من الكوارث البيئية والملوثات بمختلف اسبابها.