

البصر



- محمد المهدي

هو الآن..

أسرابُ الدُّجى، في رحابه
يضمُّ إلى عينيه غيمَ ارتحاله
يمرُّ على أبواب نجواه كئيباً
فيحظى بعددٍ آخر من وصاله
كأي غريبٍ يقرأ الغيبَ صدفةً
وفي نفسه: أميَّةٌ من ضلاله
يُصلي، ونصفُ الليلٍ محرَّابٌ جهسه
وتكبيرةُ الإحرامِ سقفاً ارتحاله
وكفأة في وجه السمواتِ صفحةً
جديرٌ بأبيات التَّجلى: لأثما
قَبابُ المرايا من رؤى كرتفاله

هو الآن عطرٌ مُبصرٌ، خائفٌ الدُّدى:
صيرتهُ، والحبُّ بعدُ فحوى جماله
بنفسجة في الثَّنا تلقى بنفسها
يُعيدُ إليها نفسَهَا باشتعاليه
وفي مقدس الغايات، خوفٌ مقابل
عليه من الرُّؤيا، كتابٌ غزاله
يُردهُ بين الصحاري وبينه
وكم كُتِب أسفاً لها من رماله!
ومن ظلم، القاه يشربُ دمهً
ويأكلُ من جوع، بقايا نعاله
توافلُه ملئُ الجهات، وخطوةُ
إلى كل شيءٍ.. متقلُّ بأثقاله
يضلُّ، لكي يهدي الليالي إلى الهوى
ويبكي على من خططوا لاغتياله

هو الآن، في المنفى، بلا ديمةً
قلوبُ اليتامى، وحدها، رأس ماله
تقابلُه شيخوخةُ الخُلم، والمدى
بلا قبلة، والفجرُ وجهٌ اكتماله
يُعبئ أحلام الصُّحى في زُجاجةٍ
فيكسرُها في رأس ليل انفعالهِ
ويخرجُ من نهد المائدان والقُرى
ويتركها تكلِّي بفوضى سؤاله

هو الآن، مسترخٍ على ظهره، يرى
إلى الأفق في عينيه، يرثي لحاله!!

أنسلق سلم هواجسي.. بينما..!

ضائغر الحرقه تتدلى موجوعة حتى خاصرة الألم، والبوح لاون له
، يُثقي الروى، الكنتى سالون فيك سواد ايامنا الكالحة.. واتحدى بك
كل الترهات، ومجون السياسات العاهرة في الأزمته النائمة في مخادع
الابتذال.. ساطرن بك الألووان الباهتة
.. وأروى بوجدانك جفاف القلوب
القاحلة.. وأموح بأجادك كوابيس
الأشباح الدموية..! أيا وطناً من دم
ودمع.. سيرحلون ويتبقى..!
أنسلق سلم هواجسي بينما تتجهج
القسوة في تجاعيد الألم.. تلججل
سخرينها من أهات الموجهين
ونزف أناتهم.. تترجف الأسطر قهراً
.. وتنزلزل الحروف كمدأ وحرقه..
فيفتج القلب حسرة من فيض الجراح
الغائبة.. ويذرف ليلخ المومج حجر
الصوان ..وهم ينعمون باحتساء نخب
انتصاراتهم على الأفضة الصغيرة..!
ويحتسون مع نشوتهم الدماء..! ففي
خضع طوفان الألم السحيق تدوي الجبال منددة بمدمني الأشلاء
المبعثرة: "ابتعدوا عن الأبرياء.. ابتعدوا عنهم ..! افروا جرمكم عن ما
تربى من أوطانهم المنتهكة.. وبصيص أمل من رخاء وسلام..!"
وترفع السمساء أكف الريحاء ليأرثها متضرعة: "يا كفيل المومج وحك
حسبهم وأنت الوكيل .. فلا أُنسى من تكلتي وتحضن رجعها.. فاجتعتها
.. وصورة فقيدٍ لها.. وعينها الغائرتان تسفحان من ماقي الألم .. تتسائل
الحيرة في ملتيتها وهي تحترق : من اغتاله أمام ناظري .. من قتلني
وانتزع روحى .. من أزهق قلبي وسرق نبضي .. من .. من .. من ؟!

بلقيس احمد الكبيسي

من الملح، فهناك أبحاث برهنت على أنه له أثرًا في خفض نسبة الكوليسترول في الدم، ومن ما يتردد من نصائح في الكتاب، تأكيد سالدلمان على أن صعود السلالم في الأبنية، يمثل نشاطًا بدنيًا ممتازًا. وكانت النتيجة هي "أفضل بكثير مما كان قد توقعه الفريق العلمي لا يحتوي الكتاب على مجرد النصائح، بل ان المؤلف -الطبيب، ينطلق من ملاحظة أن أفضل طريقة لمعالجة نوع من انتفاخ القلب، الضغط على نقطة ما في الرقبة. المؤلف في سطور فريدريك سالدمان، طبيب أمراض قلب، يحظى بشهرة عالمية، متخصص في التغذية، سبق له أن قدم مجموعة كتب في مجال الصحة، كانت، لأسابيع عديدة، في رأس قائمة الكتب الأكثر انتشارًا، من بينها: الحياة والزمن؛ الدروع الجديدة ضد الشيخوخة. الكتاب، أفضل دواء هو أنتم - تأليف: فريدريك سالدمان الناشر: البيان ميشيل - باريس - 2013 - الصفحات: 272 - صفحة - القطع: المتوسط



أن يأخذوا وماذا يمكن أن يستبعدوا؟ إن التدفق لم يستأنز احد، فهو يعمل اليوم ليل نهار لتفكيك ما فكك من قبل، وذلك بتحويل المنطقة مقاطعات، او دويلات صغيرة لا تقوى على المواجهة، دويلات مهما استتباب الأمن وتوفير لقمة العيش للمواطنين، وتتناسى القضايا الكبرى للأمة. إن التدفق العابر للقوميات يتمكّن اليوم من الشراخ العربي بتواطؤ الداخل، ورغبة الخارج وهيمنته، فلا الداخل يستطيع الاعتراض، ولا الخارج يستطيع إيقاف الطمع، فالضعيف لا يستطيع وضع شروطه للقوي، والقوي يستغل الأوضاع ليحقق المزيد من المكاسب. إنه التدبير المرسوم الذي لا ترضاه الأمم لنفسها على أية حال ..

المتسارع، فقد لاحظ المواطن الفارق الحضاري بين العالم الأول، والعالم الثالث، ولذا أمن بما يأتي من الغرب، بل يراه أكثر مصداقية مما ينجز في الداخل العربي، ولهذا يلهث الكثير من العرب وراء إنجاز الغرب الفكري والحضاري متغافلين النفس العربية الإبداعية عندما امتلكت وسائل القوة والسيطرة. إن التدفق العابر للقوميات اخترق العقل العربي، كما اخترق عقول الأمم الأخرى، لكن العقل العربي رأى ما يحدث على انه من المعجزات العقلية التي لا تضاهى، وعلى انه الأتق الوحيد المتأزج بالعالم الحديث خاصة الغرب. إن التدفق هذا لم ينجح للعرب الفرصة لمراجعة بعض العطل الذي حدث للعقل، أو مراجعة الذات أو قراءة الفكر حتى يقرروا ما ذا يمكن

وهي صيغة مرضية وذلك باستعادة الماضي في صورة غير صورة الماضي، أي الصورة المشوهة، وهذه لا تعطيه صيغة واقعية علمية موضوعية في النظر الى قضايا الأمة. بل راكمت المشاكل الى الحد الذي يصعب الحل معه. لقد تبني خطاب العمل المركزية وفرض اللغة الاستعمارية على كل وسائل الاتصال والإعلام، فلم يقتنع الداخل الإقليمي بلغته المستقلة، ولا بطرائق التعبير عن القضايا، ولا بقدرته الإبداعية التي تمنحها اللغة، فالمركزية جعلت الأطراف تابعة لها بحكم الغلبة، وليس الرغبة. و لم يجد هذا مقاومة من أي مؤسسة تعليمية أو ثقافية. إن خطاب العولمة دمر الثقة بالنفس الإبداعية، وأوصلها الى الإحباط مما يحدث بالشكل

والجنوسة، و حقوق الإنسان، والسياسة والدين، والتكنولوجيا وهي افكار الهيمنة الرأسمالية. وهو خطاب يحاول ضم القوميات في إطار سياسي واحد، تحكمه الولايات المتحدة بكل هيمنتها، وهذا خلق فجوة بين الماضي والمستقبل، لعدم قدرة العربي على الربط بين النظامين الثقافييين. فقد كانت المجتمعات العربية والاسلامية تعاني الصراعات الأيديولوجية والسياسية المشحونة بالعداء والوعي المتوتر، وفلسفات الهوية والتصور المختلف لها، والصراع في تمثيل الواقع بين الطوائف السياسية العربية في الأقاليم العربية، فكل طائفة ادعت الحقيقة مع ان الواقع يعكس غيابها تماما عن الشارع العربي وهذا مؤشر على العجز الفكرية العميقة التي دخلها العرب، ومؤشر على محدودية العقل العربي في التعامل مع خطاب العولمة. تراجمت الثقافة القومية العربية أمام هذا التدفق المخيف الذي أكل الأخضر واليابس في الواقع العربي، فقلل الإنتاج الفكري العربي، وكذلك العمل الثقافي الرسمي، لأن العولمة اهتمت بالأشكال الثقافية الشعبية، والثقافة الاستهلاكية خاصة ثقافة الصورة التي اخذت تشكل الواقع العربي حسب شروط الثقافة المهيمنة، وخطابت خطاب بدلا عن الروح. أنتجت العولمة جسد العربي عن مواجهة ذلك بالتركيز على القيم والاتجاهات الثقافية وخطاب الحرية الشخصية،



■ صدام الشيباني

وهو الكثير من المثقفين العرب على الدور العملي الذي دخل المنطقة العربية بقناع (العولمة)، على انها المنقذ المعاصر الذي سوف يغير الثقافة العربية وقواعدها، وسيخلق مجتمعاً عربياً جديداً. على ان العولمة ستقوي الروابط العالمية وستعدها وذلك بتدفق السلع والبشر والصور ورأس المال والمعرفة، والجريمة والأزياء والمعتقدات الى الحدود الإقليمية وقد تم هذا التدفق الى الداخل العربي، وأخذ أشكالاً وعلقات وشبكات، وهو ناتج عن التطورات التقنية وأنظمة الاتصالات والرغبة في التحرر. في مرحلة لم يكن العرب على استعداد لتقبل كل النتائج الناجمة عن هذا النظام الثقافي الجديد، فقد اخذت الثقافة التقليدية تشن هجوماً على التغييرات الثقافية لأنها لمست المواطن وغيرت مجرى حياته، وأرغمته على الإقبال على الحياة المادية والتقنية بكل شراهاة خاصة في الدول التي تمتلك وفرة اقتصادية، وصنعت هذه الثقافة فجوة بين الماضي والمستقبل، لعدم قدرة العربي على الربط بين النظامين الثقافييين. فقد كانت المجتمعات العربية والاسلامية تعاني الصراعات الأيديولوجية والسياسية المشحونة بالعداء والوعي المتوتر، وفلسفات الهوية والتصور المختلف لها، والصراع في تمثيل الواقع بين الطوائف السياسية العربية في الأقاليم العربية، فكل طائفة ادعت الحقيقة مع ان الواقع يعكس غيابها تماما عن الشارع العربي وهذا مؤشر على العجز الفكرية العميقة التي دخلها العرب، ومؤشر على محدودية العقل العربي في التعامل مع خطاب العولمة. تراجمت الثقافة القومية العربية أمام هذا التدفق المخيف الذي أكل الأخضر واليابس في الواقع العربي، فقلل الإنتاج الفكري العربي، وكذلك العمل الثقافي الرسمي، لأن العولمة اهتمت بالأشكال الثقافية الشعبية، والثقافة الاستهلاكية خاصة ثقافة الصورة التي اخذت تشكل الواقع العربي حسب شروط الثقافة المهيمنة، وخطابت خطاب بدلا عن الروح. أنتجت العولمة جسد العربي عن مواجهة ذلك بالتركيز على القيم والاتجاهات الثقافية وخطاب الحرية الشخصية،

جائزة الشيخ زايد وشخصية العام الثقافية

أوبولي / انطلقت جائزة الشيخ زايد للكتاب بفروعها التسعة لكي تغطي حقول المعرفة والنشاط الثقافي الإنساني المتميز والخلق. وفي هذا السياق، وضعت الجائزة في اعتبارها تكريم المنجز البشري سواء كان اعتبارياً أم طبعياً، بوصفه عملاً أصيلاً يضيف جديداً بمنهجية جديدة.

وقد عمدت جائزة الشيخ زايد للكتاب إلى تخصيص فرع شخصية العام الثقافية بوصفها "جائزة تقديرية تُمنح لشخصية اعتبارية أو طبيعية بارزة، وعلى المستوى العربي أو الدولي، بما تتميز به من إسهام واضح في إثراء الثقافة العربية إبداعاً أو فكراً، على أن تتجسد في أعمالها أو نشاطاتها قيم الأصاله، والتسامح، والتعايش السلمي". مُنحت الجائزة إلى المترجم البريطاني الجنسية، الكندي الأصل، الدكتور دينيس جونسون ديفز، لما قدمه من مساهمات كبيرة في مجال ترجمة بعض عيون الأدب العربي الحديث والقديم إلى اللغة الإنجليزية، منذ منتصف خمسينيات القرن العشرين حتى الآن، وكذلك لنشره عدداً من كتب الأطفال باللغتين الإنجليزية وتربو على أربعين كتاباً مستوحاة من روائع الأدب السُريدي العربي.

وفي الدورة الثانية 2008، تم منحها إلى المغربي الدكتور محمد بن عيسى الذي أسهم في تأسيس (مهرجان أصيلة للفنون والثقافة والفكر)، والذي صار ملتقى سنوياً للمبدعين من مختلف دول العالم، فضلاً عن أدواره الأخرى في مجالات العمل الثقافي والإعلامي المؤسساتي.

وفي الدورة الثالثة 2009، مُنحت الجائزة إلى المستعرب الإسباني بيدرو مارتينيز



العمل الثقافي على المستوى الإقليمي والعالمي. وفي الدورة الخامسة 2011، تم منح الجائزة إلى المستعرب الصيني تشونغ جيكون تقديراً لما قدمه لأكثر من نصف قرن في حقل تعليم اللغة العربية، والترجمة، والدراسات العلمية في اللغة العربية بدول الشرق الأقصى. وفي الدورة السادسة 2012، فقد فازت بها منظمة الأمم المتحدة للتربية والتعليم والثقافة (اليونسكو) التي تستحق التقدير للدور الثقافي الذي نهضت به منذ تأسيسها في تشجيع الحوار، وفهم الآخر، والحفاظ على التنوع الثقافي والتعدد اللغوي، والتأكيد على نشر التعليم، وحماية الذاكرة الثقافية للشعوب، إضافة إلى ترويج التفاهم المتبادل بين الشعوب، واحترام حقوق الإنسان،

موتابيث، الذي يعدُّ رائداً في مجال مدَّ الجسور بين الثقافتين العربية والإسبانية، وكذلك جمعه للمستعربين الأسيان والمستعربين في أمريكا اللاتينية. ناهيك عن ترأسه لـ (جمعية الصداقة الإسبانية- العربية)، و (الجمعية الإسبانية للدراسات العربية). وترجمته للعديد من الأعمال الإبداعية الشعرية العربية الحديثة إلى اللغة الإسبانية، وعدد آخر من الدراسات والبحوث. وفي الدورة الرابعة 2010، تم منح فرع هذه الجائزة إلى صاحب السمو الشيخ الدكتور سلطان بن محمد القاسمي، عضو المجلس الأعلى للاتحاد، حاكم الشارقة، تقديراً لجهوده الريادية الكبيرة التي بذلها سموه في سبيل تحويل إمارة الشارقة إلى حاضرة ثقافية، وفي سبيل تعزيز التنمية الثقافية في دولة الإمارات العربية المتحدة، ودعم مسيرة

وعملية التشييط هذه تكمن في اكتشاف عدد من الحركات التي يمكنه أن تلعب دورا علاجيا، والتعريف على الأغذية المفيدة للصحة، وعلى أسرار فوائد الصيام، والنسيان الكامل للأنظمة الغذائية التي تندرج تحت خانة الريجيم.. وفهم وظائف عدد من النقاط العصبية في جسدنا، وتغيير الكثير من السلوكيات اليومية المتعلقة بالصحة... المهمة الأساسية لكل ما يقترحه فريدريك سالدمان، من ممارسات صحية، يحددها في كسب معركة الوقاية. وهو يذكر، في السياق، أن الطب العلمي الذي يمتلكه بالتاكيد، قدرات كبيرة تتعاظم أكثر فأكثر مع التقدم العلمي والتكنولوجي، لا يولي أي انتباه مشهود لواقع أن: "الدماغ والجسد الإنساني يمتلكان قوى كبيرة"، هذا إلى درجة أنهما يعرفان كيف ينظلمان آلية عمل الين، عندما يحصل أي عدوان عليه.

وفي مواجهة مثل هذا التجاهل، يقدم سالدمان نظرية مهمة، يدعّمها بالحجج والبراهين من واقع ممارساتهم لجهة الطب، مفادها أن البشر هم أطباء أنفسهم. إن المؤلف -الطبيب، يتعرض لأشكال الخلل الصحي في

آلية عمل الجسد، من اضطراب النوم إلى الإفراط في الوزن، ويقدم في جميع الحالات، عدداً من النصائح التي تذهب، كما يؤكد، في اتجاه الطريق السليمة. وهكذا مثلا، يحدد القول ان ممارسة نشاط بدني لمدة 30 دقيقة يوميا، يقلص إمكانية الإصابة بمرض السرطان بنسبة 40 في المئة. كما أنها عملية مفيدة بالنسبة ذاتها، للوقاية من مرض الزهايمر والأمراض القلبية- الوعائية. يبقى القلق وقلة النوم ونقص ممارسة النشاطات البدنية والإفراط في تناول الأطعمة، وفي الكحول والتدخين، كما يلح المؤلف، بمثابة أسباب أساسية تشجع تسارع تخريب آليات الضبط الذاتي التي يمارسها الجسد الإنساني. وبالتالي يفقد هذا الجسد أكثر عرضة للأمراض. وفي المقابل، يرى أن قدرا قليلا من الحس السليم ومن الانضباط، يمكن أن يقلصا كثيرا من المخاطر الصحية.

ويستعيد الإنسان نمطا صحيا للحياة. وبالطبع في جميع الحالات، من دون اللجوء إلى تعاطي أية أدوية. وعلى صعيد الممارسة الغذائية اليومية، يؤكد المؤلف -الطبيب، على قاعدة الكثير من الفلفل الأسود والقليل

وعملية التشييط هذه تكمن في اكتشاف عدد من الحركات التي يمكنه أن تلعب دورا علاجيا، والتعريف على الأغذية المفيدة للصحة، وعلى أسرار فوائد الصيام، والنسيان الكامل للأنظمة الغذائية التي تندرج تحت خانة الريجيم.. وفهم وظائف عدد من النقاط العصبية في جسدنا، وتغيير الكثير من السلوكيات اليومية المتعلقة بالصحة... المهمة الأساسية لكل ما يقترحه فريدريك سالدمان، من ممارسات صحية، يحددها في كسب معركة الوقاية. وهو يذكر، في السياق، أن الطب العلمي الذي يمتلكه بالتاكيد، قدرات كبيرة تتعاظم أكثر فأكثر مع التقدم العلمي والتكنولوجي، لا يولي أي انتباه مشهود لواقع أن: "الدماغ والجسد الإنساني يمتلكان قوى كبيرة"، هذا إلى درجة أنهما يعرفان كيف ينظلمان آلية عمل الين، عندما يحصل أي عدوان عليه.

وفي مواجهة مثل هذا التجاهل، يقدم سالدمان نظرية مهمة، يدعّمها بالحجج والبراهين من واقع ممارساتهم لجهة الطب، مفادها أن البشر هم أطباء أنفسهم. إن المؤلف -الطبيب، يتعرض لأشكال الخلل الصحي في

إصدارات

أفضل دواء هو أنتم

كانت كتب عديدة قدّمها الطبيب في مستشفى جورج بومبيدو الأوروبي، في باريس، فريدريك سالدمان، قد عرفت نجاحا كبيرا.. واحتلت مكانة مرموقة في قائمة الكتب الأكثر انتشاراً لأسابيع متعاقبة.. وهو يقدم أخيراً، كتاباً جديداً بعنوان: "أفضل دواء هو أنتم". يقترح المؤلف -الطبيب، في هذا الكتاب، طريقة بسيطة وقابلة للتطبيق، في دون عناء، كي يستفيد الإنسان من رأسماله الأساسي، المتمثل بصحته الجيدة، والوصفة المركزية المفصلة هي الاعتماد على جسدا، ذلك أنه، وبلا معرفتنا، يشكل مصدرا دوائيا كبيرا.. إذ يمكنه أن يكون طوق النجاة في مواجهة الإفراط باستخدام العقاقير. ولا يتردد المؤلف -الطبيب، في التأكيد على أن الجسد الإنساني، يمتلك قدرات غير معروفة، ولكنها في غاية الفعالية، بلقياس إلى عدد كبير من الأدوية التي يصفها الأطباء لمريضهم. ويشعر المؤلف إلى أن هذه القدرات التي يمتلكها الجسد، لا تحتاج سوى إلى من ينشطها.