

تجارب حياتية



@drjasem
د جاسم المطوع

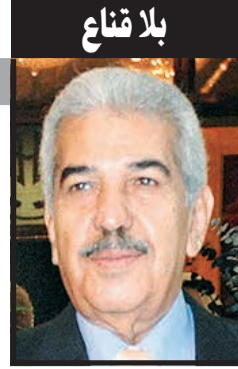
الرجال.. هكذا يفهمون الاحترام!

قال كررت على زوجتي ألف مرة أن معنى الحب عند الرجال يختلف عن النساء ولكنها غير مقتنعة، فالحب عندي يعني (الاحترام) بينما عندها يعني (الاهتمام)، وأنا أهرب منها كل يوم بسبب تعاملها السيئ معي وأخشى أن يأتي يوم فتخسرنى، وقد احضرتها لك حتى نتحدث معها عن قيمة الاحترام في عالم الرجال، فإذا أنت لم تنجح معها فمعنى هذا أن علاقتنا الزوجية فشلت.

قلت له: وماذا تقصد بالاحترام حتى أساعدك في حل مشكلتك مع زوجتك، فكل رجل ينظر للاحترام بطريقته ولكن أريد تفسيرك أنت للاحترام، قال: أنا كتبت ثمانية تصرفات لو فعلتها زوجتي لفهمت منها أنها تحترمني. أولا أن أشعر بأنها تثق بي فلا تشكك بكلامي أو تصرفاتي أو تكذب ما أقول أو تنهمني بالمبالغة أو أنني أقسر الأحداث على مزاجي فالثقة تعنى عندي الاحترام، فتتق بقدراتي وقراراتي وطريقة تفكيري، وأقول ذلك في حدود المعقول فأنا لا أطالبها بأن تثق بي بينما أنا كاذب عليها أو أغشها أو أخدعها، بل أعنى الثقة بالحدود الطبيعية، وثانيا من معاني الاحترام طلب المشورة وطلب المساعدة، فعندما تطلب مشورتي في أمور الحياة أو في قراراتها الحياتية فأنا أشعر باحترامها لي، بينما عندما تتصرف لوحدها حتى ولو كانت قادرة فأنا أشعر أنني على هامش حياتها وعندما أشعر بعدم الاحترام.

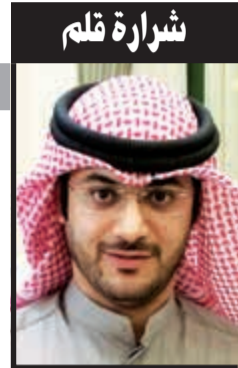
وثالثا أن تطلب مني القيام ببعض الأعمال مثل إصلاح بعض الأشياء أو ترتيب بعض الحجوزات أو التخطيط لرحلة أو بناء بيت أو علاج مشكلة صحية فأنا أقسر عليها هذا بأنها تثق بقدراتي وهذا يعني احترامها لي، ورابعا إظهار التقدير لي بالكلام الطيب والشكر على بعض الأعمال التي أعملها أو التضحية التي أقوم بها من أجلها وأجل الأبناء، فترتد على كفتي أو تقبّل رأسي أو تعبير ببعض العبارات مثل (أنا من غيرك لا أعرف كيف أعيش)، فتقولها حتى ولو لم تكن مقتنعة بها وتعتبرها عاجلا لرغباتي النفسية بحبي للتقدير والاحترام، وخامسا أن تعترف بنجاحاتي حتى ولو كانت بسيطة أو قليلة بدلا من الانتقاد بأنني لم أكمل المشروع أو أكمل المهمة، فالاعتراف بالنجاح ولو كان بسيطاً أنا أقمه احتراماً، وسادسا التقليل من النقد فإن زوجتي ناقدة من الدرجة الأولى وتريد أن تكون مثالية في كل شيء وهذا يتعني كثيرا فلا ترى أنني أقوم بفعل شيء، فعينها لا ترى إلا الأشياء الناقصة وهذا جعل عندي ردة فعل بعدم القيام بأي عمل وأنا أقصره عدم احترام.

سابعاً أن تستجيب لي بما أحب وكره، فعندما أقول لها أنا لا أحب أن تتعاملني أو تتحدثني مع فلان أو عندما اتخذ قراراً مع أولادي فهي تكسر هذا القرار فأفهم من هذه التصرفات بأنها لا تحترمني، وثامنا لا تنتقدني أمام الناس أو أمام أهلي أو أهلها، ولو كان عندها ملاحظة على ما قلت أو قررت فيكون بيني وبينها عندما نركب السيارة أو في البيت ثم سكت. فقلت له: إن المعاني التي نكرتها يحتاجها كل رجل وهي مهمة جدا لاستمرار ونجاح العلاقة الزوجية، قال: إن هذه النقاط الثماني كتبتها بعدما ما جمعتها تحضيراً لمقابلتك لأنني حدثت بها زوجتي أكثر من مرة ولكن دون فائدة، وأريدك أن تقولها بأسلوبك لعلها تسمع منك وكما قيل (مغني الحبي لا يطرب)، قلت له: سأفعل إن شاء الله ولكن أريد أن أخبرك بسر من أسرار المرأة، فنظر إلي وقال: وما هو؟ قلت إن المرأة بطبيعتها العاطفية أحياناً تتجاهل أو تنسى التوجيه والاتفاق الذي عملته معها بحكم قوة عاطفتها وهي لا تقصد عدم احترامك أو تجاهلك فقدر أنت لها ذلك، قال طيب والآن سأدخل زوجتي حتى تكلمها، قلت: طيب، فادخل زوجته وعرضت عليها النقاط الثماني التي يفهم منها زوجها بأنها تحترمه، وكتبتها بهذا الغال لتمع الفائدة وحتى يهديها كل رجل يشعر بعدم احترام زوجته له.



فروق فردية

تنص أكثر دساتير دول العالم إن لم تكن كلها على المساواة بين الناس، ولكن البشر أنفسهم غير متساوين ويعانون من فروق فردية، في كثير من أمور الحياة ومتطلباتها وفي تركيبتهم الجسدية أيضا. ومما استوقفتني وأنا أفكر في هذا الموضوع، هو التفاوت في الفهم ودرجات الذكاء بين الناس والقدرة على الاستيعاب وتنمية القدرات العقلية والاستفادة من المعلومات المكتسبة وتوظيف المعارف. في الأنظمة التعليمية كلها نقيم لقدرات كل دارس من خلال متابعة المدرس لتلاميذه وأيضا من خلال الامتحانات والاختبارات التي تجرى من أجل الحكم على قدرات الدارس. ومما أن نظام المراقبة والمتابعة للتلميذ يبدأ منذ العام الدراسي الأول بل ومنذ الأيام الأولى، فإن في ذلك



مواول واضح ولا إصلاح مخادع!

تفسير الإصلاح السياسي لدى بعض السياسيين خاصة ممن يعتبرون أنفسهم سادة منابر الإصلاح في الساحة السياسية والتي باتت مواقفهم تثير الاستغراب، حتى أننا وصلنا إلى قناعة بأن «الإصلاح» لدى البعض أصبح مجرد لحن موسيقي يصنعه سياسي متلون كي يطرب به جماهير مغفلة تكسو أفكارها بضجيج الجهل والتعصب والكرهية! لو تجردنا فقط من فكرة التعصب النتن والفزعات الجاهلية التي دائما ما تحجب عنا حقيقة من جعلهم سادة الإصلاح ليس مجرد متابعين لمواقفهم بقدر ما تتحكم به عواطفنا الخداعة، حتما سنكتشف خطورة هؤلاء وهم قادة السياسة الذين يدعون الإصلاح خط الإصلاح دعاية لخداع السذج للوصول لمبتغاهم ومصالحهم والتي تكمن في حالات الابتزاز السياسي المكشوفة، والجماهير للاستغلال صنف لهم بحرقه وكانهم أوصياء الأرض ولكن ما هي الحقيقة؟!.

katebkom@gmail.com

صالح الشايجي

فرصة لتقييم الطلبة مبكرا لتوجيههم لما يصلح لهم وما يصلحون له وما يتوافق مع ميولهم أو قدراتهم ومواهبهم، وبهذه الطريقة يتم تنمية قدراتهم للاستفادة منهم استفادة صحيحة ونافعة لمجتمعاتهم. إن التعليم النظامي المعتاد الذي نعرفه في بلداننا له أخطاؤه التي لا بد من إعادة النظر فيها وتصحيحها لأنه ليس مناسباً للجميع ولا تتم الاستجابة لإفرازاته ونتائج، فلماذا مثلا يستمر الطالب متكرر الرسوب والإعادة أو حتى المتدني في فهمه وتحصيله ودرجاته؟ لماذا يستمر في طريقه الدراسي نفسه ولا يحول إلى تعليم آخر قد يكون حرقيا أو فنيا أو رياضيا أو أي شكل آخر من أشكال التعليم التي تنمي مهارات المتعلم؟ حيث من الممكن أن يبدع هناك ويصبح عنصرا جيدا بدل حبسه

hassankuw@hotmail.com

حسن الهداد الشمري

أولا: بعض مدعي الإصلاح تجد إعلاناتهم الانتخابية تكلفتها تقدر بمئات الآلاف ولا نعلم من أين جاءت تلك الأموال؟! ثانيا: بعض مدعي الإصلاح تجد جميع أقرابهم في مناصب قيادية ماسية جاءت من خلال القفز على حقوق الآخرين، فأين معارضتكم من أجل الحقوق والعدالة؟! ثالثا: بعض مدعي الإصلاح تجدهم يملكون عقارات داخل وخارج البلاد تقدر بملايين الدنانير، فكيف جاءت هذه الثروة فجأة خاصة بعد ما يسمى بالربيع العربي والنمو؟! رابعا: بعض مدعي الإصلاح تجد كل أقرابهم وطاقتهم لمواقفهم بقدر ما تتحكم به عواطفنا الخداعة، حتما سنكتشف خطورة هؤلاء وهم قادة السياسة الذين يدعون الإصلاح خط الإصلاح دعاية لخداع السذج للوصول لمبتغاهم ومصالحهم والتي تكمن في حالات الابتزاز السياسي المكشوفة، والجماهير للاستغلال صنف لهم بحرقه وكانهم أوصياء الأرض ولكن ما هي الحقيقة؟!.

رؤية



Hanan.AlRoumi@gmail.com

حنان بدر الرومي

الحسد

له حكاية

هناك من يرى أن الخير يقضي على الشر وأن ارتفاع مستوى المعيشة وتوافر وسائل الرفاهية سيقيضي على السلوكيات السلبية، ولكني أكاد أجزم بأن هناك اختلالا واضحا في منظومتنا الاجتماعية ومن دون أي إكتران من المجتمع، فهناك ارتفاع جلي للسلوكيات الضارة كالحسد والحقد والغيرة والكره والنميمة وجميعها سلوكيات مذمومة دينيا واجتماعيا وتعود في أصلها للإنسان نفسه وأسلوب تفكيره. يعتبر الحسد أقوى السلوكيات الضارة والتي يؤاخذ عليها العبد ويحاسب عليها لأن فيها ضررا للغير، فالحاسد إذا رأى نعمة أتممها الله على أحدهم أو أي نجاح للإنسان تحركت نفسه الخبيثة وغيته القبيحة لإيذاء من يحسده وإزالة النعمة عنه، ولعل حسد الأقران هو أكثر ما تعانيه أمتنا العربية والإسلامية قاطبة اليوم، قال رسول الله ﷺ: «لا يزال الناس بخير ما لم يتحاسدوا» وبسبب الحسد قطعت كثير من العلاقات الجميلة وحصلت الكراهية والبغضاء وتنازرت القلوب، ولعل من أغرب ما سمعته من قصص الحسد أن امرأة تكره حمواتها (خوات الزوج بالكويت) كراهية تصل لدرجة الحسد، وبعد إعلان وفاة والد الزوج والذي كانت وفاته مفاجئة لتمتعه بالصحة ومع انشغال الحموات بحزنهن وترتيب أمور العزاء كرهت هذه المرأة أن تكون حمواتها مركز الاهتمام وأن يتفاعل الأهل معهن، فتفتق ذهنها الحاسد عن فكرة مريضة كصاحبيتها الحاسدة فقامت بإرسال رسائل نصية للأهل المقربين تدعوهم للحضور يوميا وبعد انتهاء العزاء في الغرب إلى الخيمة المنصوبة في بيتها لتوسيع صدورهم حسب كلامها وطوال أيام العزاء كما قامت بإكرام الحضور وبذل كل جهد ماهر لتخفيف الصدمة بوفاء عميد العائلة وتوسيع صدورهم على الوجه الأكمل، وطبعا هناك دائما حمام زاجل يحب الخير للجميع نقل الأخبار للحموات اللاتي اجتهدن لتجاهل مرارة الخير لتمر أيام العزاء على خير ولكن ظل هناك جرح غائر في قلوبهن مع فتور تام في علاقتهن بالأهل.

مفيد للأطفال والكبار على السواء، ولا يمكث في المعدة طويلا، إذ إنه سريع الهضم كما يمض بسرعة داخل الجهاز الليمفاوي ليصل إلى الدم، ومن فوائده أيضا أنه يعالج اضطرابات الجهاز الهضمي، فهو يزيد من نشاط الأمعاء ولا يسبب تخمرا لمرضى الجهاز الهضمي، ولا يسبب تهيجا لحدوث القنوات الهضمية، ويعمل على تنشيط عملية التمثيل الغذائي بالإنسجة، ويجعل عملية الإخراج سهلة، ويلقي تأثير الحموضة الزائدة في المعدة، فيمنع الإصابة بقرحة المعدة والاثني عشرية، كما أنه يخفف من حدة الأرق ويساعد على النوم السريع الهادئ. ويستخدم كذلك في علاج الصداع العصبي والالتهاب العصبي لاحتوائه على فيتامين «ب1». فسبحان الله العلي القدير الذي جعل في بطن «حشرة» من حشرات الأرض كل هذه الفوائد مجتمعة، وهذا إن دل على شيء فإنما يدل على عظمة الخالق سبحانه وتعالى.



dr_walhashash @ Dr.wafaa_alhashash

د. وفاء الحناش

أرشدنا تقرير إلهي سماوي من رب العزة إلى أن العسل شفاء وليس دواء، لأن الدواء قد يسبب الشفاء، أما العسل فإنما هو شفاء مضمون فسبحان الله، فلقد أثبت الطب الحديث فوائد عظيمة وجلية للعسل لا تحصى ولا تعد، ولقد عرف الإنسان العسل منذ القدم، واستعمله للغذاء والعلاج، فقد نلت بعض الوثائق القديمة على استعمال الأشروريين للعسل في العلاج، كما استعمله الفراعنة لنفس الغرض. وفي الصين كان الأطباء يعالجون المرضى المصابين بالجذري بدهن جلودهم بالعسل، لما راوه من إسراره في عملية الشفاء من البثور الجلدية الناتجة عن الإصابة بالجذري. أما الهنود القدماء قاستعملوا العسل لعلاج بعض أمراض العيون. وجاء المسلمون بعد ذلك، واتسع نطاق استعمالهم للعسل، فتصدقا لقول الله عز وجل في وصف العسل: (وأوحى ربك إلى النحل أن اتخذني من الجبال بيوتا ومن



وقفلة صحية

شفاء أم دواء؟ «العسل»

@ghunaimalzu3by

م. غنيم الزعيبي

تأم وعدم تدخل من وزارة التربية لإجبار الشركة الفائزة بالمناقصة على صرف مستحقات هؤلاء المساكين. يقعون في غرف صغيرة في أطراف جميع مدارسنا الحكومية. تراهم في الصباح وهو يقومون بدور مهم وكبير في تنظيم دخول الطلبة والمدرسين للمدارس هذا غير مهمتهم الكبرى في حراسة المدارس 24 ساعة. الظلم ظلمات وهذا الواقع يجب أن يتغير ولنا أمل كبير في تدخل معالي وزير التربية د.محمد الفارس لحسم هذا الموضوع لصالح حراس المدارس. والذين أتمنى أن يتم ضمهم إلى موظفي

الشجر ومما يعرشون ثم كلي من كل الثمرات فأسلكي سبيل ربك نلأ يخرج من بطونها شراب مختلف الوانه فيه شفاء للبائس إن في ذلك لآية لقوم يتفكرون) سورة النحل (68، 69). وللعسل في عالمنا اليوم فوائد طبية مذهلة، وتؤكد وتثبت عظمة الخالق عز وجل ومن هذه الفوائد المكتشفة حديثا والتي لا يتسع المجال لحصرها في هذه الزاوية الضيقة: ثبت أن كيلوغراما واحدا من العسل يفيد الجسم بمقام 3 كيلوغرامات ونصف الكيلو من اللحم، أو 12 كيلوغراما من الخضراوات، أو 5 كيلوغرامات من الحليب، كما أن العسل يعمل على تعويض السكريات المستهلكة بالجسم، بسبب المجهود الجسماني أو الذهني، وذلك لاحتوائه على الجلوكوز السهل الامتصاص والتمثيل بالجسم والفركتوز البطيء الامتصاص، والذي يحفظ سكر الدم، كما أن العسل سادة علاجية ووقائية وغذائية عالية القيمة فهو

تأم وعدم تدخل من وزارة التربية لإجبار الشركة الفائزة بالمناقصة على صرف مستحقات هؤلاء المساكين. يقعون في غرف صغيرة في أطراف جميع مدارسنا الحكومية. تراهم في الصباح وهو يقومون بدور مهم وكبير في تنظيم دخول الطلبة والمدرسين للمدارس هذا غير مهمتهم الكبرى في حراسة المدارس 24 ساعة. الظلم ظلمات وهذا الواقع يجب أن يتغير ولنا أمل كبير في تدخل معالي وزير التربية د.محمد الفارس لحسم هذا الموضوع لصالح حراس المدارس. والذين أتمنى أن يتم ضمهم إلى موظفي

تأم وعدم تدخل من وزارة التربية لإجبار الشركة الفائزة بالمناقصة على صرف مستحقات هؤلاء المساكين. يقعون في غرف صغيرة في أطراف جميع مدارسنا الحكومية. تراهم في الصباح وهو يقومون بدور مهم وكبير في تنظيم دخول الطلبة والمدرسين للمدارس هذا غير مهمتهم الكبرى في حراسة المدارس 24 ساعة. الظلم ظلمات وهذا الواقع يجب أن يتغير ولنا أمل كبير في تدخل معالي وزير التربية د.محمد الفارس لحسم هذا الموضوع لصالح حراس المدارس. والذين أتمنى أن يتم ضمهم إلى موظفي



ألم وأمل

د. هند الشومري

الأعييب السياسية

نفس الصحة

ما تعلمنا في كلية الطب وما تدرسه جميع كليات الطب في العالم هو أن الطب مهنة طبية وإنسانية وأن الطبيب يتعامل مع المريض كإنسان، ولا يجب أن تتدخل السياسة في الطب أو الصحة إلا بهدف الدعم والمساعدة ووضع القوانين المتعلقة بالصحة والتأكد من أن الميزانيات المخصصة للصحة كافية وأنها تصرف في الأوجه المناسبة للرعاية وعلاج الأمراض وليس لأغراض أخرى. وفي الأونة الأخيرة تزايدت ظاهرة التدخل السياسي في الصحة لأسباب غير واضحة واختلقت الأوراق ببعض وتدائل الاختصاصات ونشلت مواقع التواصل الاجتماعي لنشر ما عززت عنه الألسنة عن الإفصاح به. بل إن الأمر قد وصل إلى ابتزاز وتهديد وزير الصحة بالصعود إلى منصة الاستجواب ما لم ينفذ مطالبهم ويقبل مسؤولين بالوزارة. نعم وصل التدخل إلى هذا الحد السافر، وبينما تختلط أوراق الصحة مع السياسة وتنتشر إحدى الصحف ما تقشعر منه الأبدان من مخالفات مالية تتعلق بأحد المكاتب الصحية بأوروبا وهي الملايين من الأموال العامة والتي لم يتخذ معها الإجراء المناسب كباقي المخالفات من المثل العام، وتتداول مواقع التواصل الاجتماعي أمثلة ومستندات تكشف عن تسبب وانفلات في الرقابة على حسابات العلاج في الخارج. فإن كان الخلل في المكاتب الصحية فلا تتردد يا وزير الصحة في إلغاء المكاتب التي تحولت إلى أوكار للفساد المالي والتفتيح على أن تقوم الصفقات بدور المكاتب الصحية إلى أن ينصلح الحال ويتم اختيار الكفاءات لهذه المهمة دون واسطة أو محاباة. وللقم الأجهزة الرقابية والمالية بكامل مسؤولياتها للمحافظة على المال العام لأن المحزن أن العقوبة لا تتعدى خصم أسبوعين من الراتب عن ثبوت إدانة تسببت في إهدار الملايين من المال العام بسبب التسبب في المكتب الصحي وضعف الرقابة والابتزاز السياسي للفتيح، ويجب ترك ملف الصحة بعيدا عن الأعييب السياسية حتى لا يكون الثمن باهظا من الحياة ومن الصحة. ويجب ألا تتأثر يا وزير الصحة بما يستخدمونه من أسلحة التهيب والابتزاز وليكن القرار بيدك في أمور الصحة ولا تتشغل بالتهديدات والأعييب فقد يستغلون عدم الحنكة السياسية لك لتوريطك في قرارات لا تخدم الصحة ولكن تخدم أجندات شخصية ليست لها علاقة بالصحة المهنية الطبي. وكفانا الكثير من الأخطاء الطبية والسياسية التي تؤثر على التنمية وتؤدي إلى حدوث المضاعفات والكوارث للصحة ولحياة المرضى.