



الم وأمل

السفر

السفر هو الانتقال من مكان إلى آخر في رحلة قصيرة أو طويلة المسافة أو المدة، وأما أن يكون من أجل العمل أو التعليم أو السياحة والترفيه عن النفس أو التجارة أو العلاج. وتتعدد وسائل السفر فيما أن يكون بالسيارة أو الطائرة أو القطار أو القارب أو بالمشي في بعض الأحيان. ففي طريق السفر، قد يطلع الإنسان على بعض المناظر الطبيعية الخلابة وأحياناً يقوم المسافر بالراحة في بعض الأماكن المخصصة لذلك، خاصة إن كان السفر بالسيارة أو سيراً على الأقدام. والمسافر العديد من الفوائد، حيث إنه وسيلة للترفيه عن النفس وكسر روتين الحياة الملل وتجديد النفسية وتقوية الذات لمواجهة تحديات الحياة، ويمكن للمسافر التعرف على ثقافات وفنون الشعوب في الدول التي يزورها والاستمتاع بالكالات هذه الشعوب ومشاهدة المتاحف التي تحكي تاريخ هذه الدول، ويعتبر على البلدان التي يزورها ويكتسب معلومات عنها، وكذلك فإن المسافر يتعرف على أصدقاء جدد ويمكنه التواصل معهم حتى بعد عودته إلى بلاده.

إن السفر يحسن الصحة النفسية والعقلية ويساعد على تقليل التوتر والقلق مما يؤدي إلى تجنب الإصابة بالأمراض التي قد يسببها والسفر يجدد نشاط الجسد من خلال المشي لمسافات طويلة والتنزه في الأسواق وفي أماكن الترفيه ويحسن مهارات التواصل مع الآخرين بالإضافة إلى تنمية المهارات الاجتماعية والتعرف على ثقافات جديدة ووجهات نظر مختلفة مما يعود بالنفع على الحياة العملية والحياة الشخصية. والسفر يطور مهارات لغة الجسد التي يستخدمها المسافر للتعرف على الاتجاهات والأماكن المعينة التي يرغب بزيارتها أو للتحدث مع سكان البلد التي يزورها من خلال التواصل اللفظي أو الوسائل الأخرى للتفاهم مع الآخرين.

وبالسفر تقوى الشخصية وتتعزيز الثقة بالنفس، بالإضافة إلى أن المسافر يشعر بالسماح مع الآخرين وينقل كل الثقافات بغض النظر عن الاختلافات. ويتبع المسافر عن جميع المشاغل والناس والتكنولوجيا لفترة من الوقت، حيث إن هذه الفترة تسمح له بقضاء وقت بمفرده مما يعيد له التوازن العقلي والجسدي للحصول على السلام الداخلي. والمسافر يجب أن يتقيد ببعض القواعد والبروتوكولات، حيث إنه يمكنه تعلم بعض الكلمات الأجنبية الخاصة بالبلد المسافر إليه للتواصل مع سكان هذا البلد. ولابد من التأكد من التعبير بالإيماءات الصحيحة حتى لا يساء فهمه وعلى المسافر الالتزام بالكلمات المهذبة وتجنب الكلمات البذيئة واحترام الثقافات والطقوس والعادات المحلية للبلدان المسافر إليها وترك الانطباع الجيد عن بلده التي يمثلها واحترام المواعيد ودقتها وخاصة مع شركات السفر والطيران والرحلات وضرورة البحث عن معلومات كاملة عن المكان الذي سيسافر إليه قبل السفر. إن السفر يعمق فهمنا للحياة ويجعلنا نعيش في تجارب مختلفة للتسلح بمعلومات أكثر دقة عن الحضارات المختلفة مقارنة بما سمعناه عنها.

وعلى المستوى العالمي تستضيف دولة الإمارات مؤتمر cop28 والذي تستمر أعماله من 30 نوفمبر إلى 13 ديسمبر في مدينة دبي، حيث سيشارك الدول الأطراف في بحث كيفية تحويل الغازات الدفيئة إلى طاقة نظيفة وحماية الأشخاص المتضررين من الكوارث الطبيعية ضمن خطة دولية تعتبر إحدى القضايا الحقوقية المهمة للإنسان ضمن دولة الإمارات.

وبهذه المناسبة العريضة على قلوبنا، أرفع أسمى آيات التهاني والتبريكات باليوم الوطني الإماراتي إلى رئيس دولة الإمارات العربية المتحدة الشقيقة وإلى جميع حكام الإمارات وإلى السفير الإماراتي في الكويت د.مطر النيايدي وطاقم السفارة الإماراتية في البلاد، داعياً الله عزو وجل أن ترفل دولة الإمارات بثواب العزة والفخر والتقدم والازدهار، فها هي الإمارات اثنتان وخمسون عيداً ونماء مستداماً.

الأرجل تسعفها للهروب من قتلتها ومجرمي رصاص عبث بنادقها ولصوص غربيتها.

ورغم جهود الجهات المعنية والراعية للبيئة والطبيعة للحد من تلك التعديات تحت ظلام الليل، وفي ساعات الفجر البكرة لتقوم بواجبها المطلوب لكن «اليد الواحدة لا تصفق»، فبالإضافة إلى تنبيهات مؤسسات رسمية تحذيرية في هذا الشأن، المطلوب زيادة مستوى ذلك بالضبط والربط القانوني لحماية ثروات بيئتنا الطبيعية من المفسدين الذين يعتدون على البيئة بالصوت والصوره ويقتلون طائر الفلامنغو (زائرنا الذي يجب إكرامه، واحترامه، كما يجب حماية بيئتنا برا وبحرا).

كل شيء حتى الصغائر! مع مرور الأيام حدث خلاف بيني وبينه، فطلبت على أثره النقل إلى قرطبة فتم لي ذلك. العجيب في الموضوع أن مديري السابق في الخالدية اتصل هاتفياً بمديري في قرطبة وزوده بتقرير شفوي سيئ عني لكي يوغر صدره ويغير من نظرتي لي!

نصحة من القلب إلى كل معلم ومعلمة الالتزام بحديث الرسول ﷺ الذي ذكرته لكم آتفاً، وعدم التحدث في سيرة الناس بالسوء حتى ولو اختلفنا معهم في الرأي، وأن نكون من أصحاب الصدور السليمة التي أخبرنا عنها نبينا الكريم عليه أفضل الصلاة والتسليم، فهل من مدرك؟

● اقرا وانظف:

يقول الخليفة الخامس عمر بن عبدالعزيز رضي الله عنه: «لا ينفع القلب، إلا ما خرج من القلب».



سلطنة حرف

الإمارات.. 52 عيداً ونماءً واستدامة

طارق بوسلي

gstmb123@hotmail.com

وفي الاقتصاد والسياسة والرياضة تتفوق الإمارات العربية المتحدة وتصنف من أولى الدول العربية المتفوقة في هذه المجالات، أما في التنمية المستدامة فتقوم دولة الإمارات بتعزيز التنمية، من خلال مشاريع ومبادرات تعزز مفهوم البيئة والطاقة النظيفة وهذا العام 2023 أطلقت الإمارات رؤية «عام الاستدامة» تحت شعار «اليوم للغد» والذي يهدف إلى تعزيز العمل الجماعي الدولي لخلق حلول مبتكرة تواجه بها التحديات في هذا المجال المهم في التنمية.

واليوم وبعد اثنين وخمسين عاماً على قيام الاتحاد الإماراتي استطاعت دولة الإمارات العربية المتحدة أن تسابق دول العالم الأول في الثورة التكنولوجية وعلوم الفضاء وتمكين المواهب من خلال برامجها الدولية، وتميزت بالدور الريادي في إثراء الحركات الثقافية والأدبية من خلال ملتقى الشارقة الثقافي السنوي إلى جانب العناية بمستقبل أدب الطفل ولها حركة أدبية واضحة في هذا المجال، أما في الصحة والتعليم استطاعت أن تصل إلى مصاف الدول المتقدمة.

نقش الفلم



محمد عبدالحميد الجاسم الصقر

دخلك يا طير الوروار!

ومما يزيد الطين بلة هو جهل ممن يقومون بهذا التصرف بأن هذا الطائر الأوروبي المسالم لا يحمل لحوماً تؤكل، ولا شحوما تشويها النار! بل هي أجساد لطيبور تحمل صفات جمال الابل طولاً لرقابها، ومثلها

المسالمة، ما يجعله بحاجة إلى من يحمي حياته، ويحترم زيارته وتجمعاته الجميلة، بعد رحلته الطويلة من بقاع أوروبا شرقية وغربية طلباً للدفاع والأمان في أجمل موقع جغرافي سياحي على سواحلنا ذات أجمل اطلالة وصوره.

حديث الجمعة



محمد العويصي

سلامة الصدر

أنه عصبي، شديد المراس، وصعب التعامل والتفاهم معه، فأجمعوا على مقاطعته وعدم التعاون معه عندما يأتي إلى مدرستنا، رفضت الاشتراك معهم في المقاطعة، وكانت النتيجة قطع علاقتهم معي!

● الموقف الثاني:

حصل في عام 2002 / 2003م عندما جاءني مدير مدرسة منقول من الفيحاء إلى الخالدية، كلفني المدير الجديد بأن اتسلم رئاسة

تحتفل دولة الإمارات العربية المتحدة في الثاني من ديسمبر كل عام بـ «اليوم الوطني» حيث قيام الاتحاد الإماراتي متحداً مستقلاً عام 1971 لتكون الإمارات العربية المتحدة دولة خليجية لها أدوارها الاقتصادية السياسية والعسكرية والاجتماعية والثقافية والإنسانية إلى جانب الدول الخليجية الشقيقة والدولية الصديقة.

وتعود فكرة الاتحاد الإماراتي إلى المغفور له، بإذن الله تعالى، المؤسس الشيخ زايد بن سلطان آل نهيان حاكم إمارة أبوظبي بالتعاون مع المغفور له الشيخ راشد بن سعيد آل مكتوم، حاكم دبي آنذاك، حينها تم عقد اجتماعات ثنائية أدت إلى الإعلان عن اتحاد إماراتي ضم إماراتي دبي وأبوظبي في عام 1968، ومن ثم تالت الاجتماعات بحضور حكام إمارة الشارقة وعمان وأم القيوين والفجيرة أما رأس الخيمة فقد انضمت للاتحاد في 10 فبراير عام 1972 ليكتتم عقد الاتحاد من الإمارات السبع.

ترنمت بكلمات هذه الأغنية وأطربت الجمهور مع الحانها حنجرة الفنانة القديرة فيروز في ستينيات القرن الماضي، راجية أن يسمع نصائحها الطائر اللبناني جميل الصوت والصوره، ولا يزال صوته وصوته يطرب أهله لبنان ويضيف إلى طبيعتها الساعرة، وهدية اللبنانيين إلى احترامه وتنقله بينهم بسلامة. أما عندنا وتحديداً بجوار جون بحرنا الخليجي خيال يكون «طائر الفلامنغو» خلال هجرته ضيفاً على الخويسات، والودحة، وعشيريح، والصبيبة، فلأسمى وجيل الألفا، جيل التحول الرقمي الحالي تلاحقه بنساق ورصاصات «أعداء البيئة والطبيعة» لتدمر حياته وتششت مجموعاته

قال تعالى: (يوم لا ينفع مال ولا بنون إلا من أتى الله بقلب سليم) الشعراء 88 - 89).
عن عبدالله بن مسعود رضي الله عنه: قال رسول الله ﷺ: «لا يُبلغني أحد من أصحابي عن أحد شيئاً، فإني أحب أن أخرج إليكم وأنا سليم الصدر».

في هذا الحديث النبوي الشريف يتضح مدى اهتمام الرسول ﷺ بسلامة الصدر، فهو ينهى ويحذر من أن ينقل إليه ما يوغر صدره ويغير قلبه تجاه أصحابه الكرام رضوان الله عليهم أجمعين.

● الموقف الأول:

علمنا في عام 1999 / 2000م بنقل مدير مساعد من الصليبخات إلى مدرستنا في الخالدية، فتحرق بعض المعلمين عن المدير المساعد الجديد، فعلموا



د.عبير عبدالله الهولي - أستاذة المناهج وطرق التدريس

التعليم المفتوح

تموثي جاورد عالم الرياضيات وأستاذ جامعة كامبريدج، استخدم التعليم المفتوح لحل أكثر المسائل الرياضية تعقيداً في العصر الحديث ليشركه في حلها أكثر من 37 عالم ومعلم رياضيات بأكثر من 800 تعليقي في مدونته الافتراضية، خرج معهم عن المألوف وقادهم في شراكة مثمرة في العلم المفتوح، ليحصل بذلك على جائزة Fields Medal، والتي غالباً ما يطلق عليها جائزة نوبل للرياضيات، وأسس مشروع «بوبي مات» لحل مشاكل الرياضيات المعقدة بشكل تعاوني افتراضي مفتوح.

في عام 1997، أثناء دراستي في برنامج الدكتوراه تعرضت University of Virginia للنفذ الشديد بسبب الإخفاق في برامج خدمة المجتمع، واجتمعت على أثر ذلك كل كلية مع أقسامها العلمية لإيجاد حلول تمكنهم من خدمة مجتمعهم، وعليه صممت صفحة إلكترونية تفاعلية يتم فيها تبادل المعارف ومناقشة وحل المشكلات من خلال التواصل المباشر بين كل معلمي العالم وأعضاء هيئة التدريس في كلية التربية Curry School of Education ويشكل يومي.. ومع تزايد التفاعل اشركت باقي الكليات في الجامعة لتقديم خدمات البحث العلمي لطلبة الدراسات العليا في العالم، وحصلت بذلك على جائزة التميز. هذه قصص نجاح لمبادرات فردية واجتهادات تخدم مكاناً أو تخصصاً معيناً.

وفي طني الكويت مقر لجامعة تعد نبراسا للعلم في الوطن العربي، صرح أكاديمي غير تقليدي غير ربحي مرن للعلم المفتوح، ليست له حدود جغرافية أو حواجز تقلص من دوره العلمي والاجتماعي والثقافي، ليس له عمر زمني يمنع بسببه الفرد من التعلم، ولا التزام بعمل يحول دون التزود بالمعرفة الحديثة والارتقاء بالدرجة العلمية ليوفر لنفسه حصة أفضل وعمل أكثر كفاءة، صرح أكاديمي يعتبره أغلب منتسبيه فرصة ثانية لحياة أفضل: لإنسان يحتاج لحو أميته التكنولوجية لمسايرة التطور في الذات والحياة، أو لطلاب العلم من مسوددي الدخل، أو لمن لم تمكنهم ظروفهم الأسرية، أو لوالدين فضلوا تربية جيل صالح على اللحاق بالجامعات في شبابه.. صرح جامعي استطاع أن يحل معضلة التعليم التقليدي الجامعي منذ عقود وهي الطاقة الاستيعابية.

إنها الجامعة العربية المفتوحة التي واکب تأسيسها التطور وسائر التغيير، رفضت الجمود في العلم لتصنع جامعة ببرامج أكاديمية معتمدة من الجامعة المفتوحة البريطانية لجعل حديث لا يمكن تعليمه بنفس الطريقة التي تعلم بها والده، فعلى بن أبي طالب - كرم الله وجهه - قال «علموا أبناءكم لزمان غير زمانكم».

جيل الاتمتة GenZ وجيل الألفا، جيل التحول الرقمي الحالي والمستقبل القريب، يتمتع بالبرونة، فالتعلم في قناعاته لا يقتصر على وجودهم في الفصول الدراسية، بل يحدث في هواتفهم وأجهزتهم النقلة في أي وقت وفي أي مكان. ومن أهم خصائصهم:

- 1 - رواد أعمال بالظفرة.
- 2 - مفتوحون على مختلف الثقافات وأنماط الحياة.
- 3 - يعتمدون على التكنولوجيا في إدارة حياتهم ومالهم وتعلمهم وعملهم،
- 4 - يرفضون أسلوب التعلم السلبي (التلقين).
- 5 - يتعلمون بالتفاعل والتجارب والمناقشات الجماعية الرقمية.
- 6 - يعيشون التعلم الذاتي لتقنيهم وقدرتهم على الوصول إلى كم هائل من المعلومات والعلم الحديث بسرعة فائقة.

حاولت الجامعة العربية المفتوحة فشل الآخرين إلى نجاح يحسب لها، وهنا أستذكر معكم ما حدث أثناء جائزة كورنوا - عاقاكم الله وإيانا - حين توقف التعليم العام والعالي وسكرت المدارس والجامعات أبوابها.. وشعرنا بإحباط شديد. لكن الجامعة العربية المفتوحة استمرت في تقديم العلم بمنصات رقمية، ومع تسارع تدفق العلم والمعرفة وتضخمها.. أرى أن التحدي هو إما أن نعمل جاهدين لتغيير فكرنا التقليدي الجامد.. لنفرض نحو التميز المعرفي المفتوح على العلم الحديث.. أو نقاوم التغيير فيتدهور عندنا التعليم. وكما نذكر ابن القيم «من لم تكن له بداية محرقة فلن تكون له نهاية مشرقة»، نفسية نجاح التغيير في التعليم العالي تعتمد على مدى وضوح الرؤية وكفاءة قائد التغيير ودرجة الجهود المبذولة.

وقفه



د.غنيمة محمد العثمان الحيدر

الوحدة الفاسية

الشعور بالوحدة أمر خطير على الصحة، إذ إن الانعزال البشر قد يولد ضغوطاً نفسية وجسدية لكثير من الناس، على المدى الطويل، كما يمكن أن تؤدي الوحدة إلى أمراض خطيرة مثل الاكتئاب وأمراض القلب والأوعية الدموية أو الزهايمر. نعم الوحدة أن تكون في عالم ليس به اتصال حسي أو فكري أو مشاعر الحب مع الأهل والصحية وزملاء الحياة المختلفة من أهل وجيران وعلاقات اجتماعية متنوعة.

لي صديقة من العمر الطويل تشتكي لي من الوحدة والانعزال وهي في بيت يتجاوز عدد أفرادها 11 شخصاً من البنات والأولاد، بالإضافة إلى زوجة ابن.

ولكن للأسف كل شخص له عالمه الخاص، يلتقون بالصدفة في منزل مساحته تعدي الألف متر، لا تجمعهم الطاولة التي يرص عليها أشكال الطعام، كل فرد لديه وقت للحضور للمنزل ويبرد الأكل ثم يوضع في السخان، ومن يود أن يأكل يفتح السخان وإذا لم تعجبه الوجبة، فهناك الطلبات من أي مطعم لا تعلم كيف أعد الطبخ فيه. الدليفري الذي يطرق الباب أكثر من مرة في اليوم. ماذا يحدث في عالمنا الاجتماعي؟! ماذا اهتزت عند البعض صورة رب الأسرة الذي له هيبة وقدر تلتف حوله الزوجة والأبناء يتحاورون بحب كيف كان يومهم في العمل أو في الدراسة ومناقشة كل شيء دار في يومهم. للأسف أصبح الشائع حالة الوحدة مع جهاز الهاتف الذي سحق العادات والتقاليد.

نعم إن أحد أسباب الوحدة والعزلة والانطواء هو الهاتف الذي لم يعد الشخص يستطيع التفتت منه ولا الابتعاد عنه، فيشعر الفرد بالقلق والتوتر، وعدم القدرة على التعامل مع الآخرين، أو لربما لصدمة قد أصابت الإنسان، فبيداً بالانسحاب من المجتمع يوماً بعد يوم إلى أن يبقى وحيداً يفضل الجلوس في المنزل بدلاً من ملاقة الأصدقاء والأحبة.

كما إن الانشغال بمواقع التواصل الاجتماعي من الأمور التي سببت للكثيرين الميل إلى العزلة والانطواء وهذه الحالة الافتراضية التي تساعد في الترفيه عن النفس بالعديد من السبل. فقد ساهمت هذه المواقع بشكل كبير في القضاء على الحوارات والأحاديث المتبادلة بين الأشخاص وخاصة في محيط الأسرة، فكل فرد فيها يجلس أمام الجهاز الذكي ليقتضي معظم وقته في هذا الأمر. أنصح أحبتي أن يكونوا مع الأهل والعائلة والأصدقاء الصالحين ناصحين، فيفيدونهم ويستفيدون منهم، فأحرصوا جميعاً على الروابط العائلية والصداقة التي تفيدكم وابتعدوا عن الوحدة، وبما إن دراستي في الترويج عن النفس بأنه إدخال السرور والفرحة، وإزالة الكرب من قلب الشخص نفسه، فإن الترويج عن النفس يعتبر من الأشياء الضرورية في حياة كل فرد، حتى لا يدخل في حالة من الاكتئاب والوحدة، ولما يسببه الترويج عن النفس من اتزان نفسي وعقلي وبدني، تحديداً في الفترة التي يشعر الشخص فيها بالضيق والوحدة.

أخيراً أعيد التأكيد على أن أجمل ما في الحياة الاجتماعية هو التجمع مع الأهل والأحبة والأصدقاء، فأحرصوا عليها وابتعدوا عن الوحدة والكتابة، والله يسعدكم.

حمامة السلام



مهدى بلال