

Charismaaa
Newspaper

كاريزما



الاثنين (1-31) أغسطس 2022 العدد 55 - السنة الخامسة

الهدف بين يديك Monday - (August 1 - 31) - 2022 - Volume No. 5 - Issue No. 55

Tel.: +1 (626) 261-9969

Email: info@charismadaily.com

Editor-in-chief
Wael Loutfalla

الناشر ورئيس التحرير
وائل لطف الله

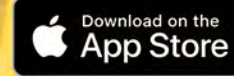
Charismaaa Newspaper
P. O. Box 280572, Northridge, CA 91328 USA



www.charismadaily.com

كل ما يهم المهاجر العربي

نزل التطبيق - الApp الخاص بـ كاريزما على تليفونك
باسم كاريزما ديلي charisma daily بالعربي أو الإنجليزي





**VAN NUYS - PANORAMA
DENTAL CENTER
Mahfouz Gereis DDS**

دكتور محفوظ جريس

All insurance
and union plans accepted

نقبل جميع أنواع التأمينات

Complete Dental Service:

Teeth Whitening, White Filling

Dental Implants, dentures, Root Canal and Extractions

**Special Treatment for Snoring
and sleep disorders**

(using removable dental appliance)



24 Hours
Emergency
Service



خدمات كاملة للأسنان:

تجبييل وتبييض الأسنان - حشو الأسنان (حشو أبيض بلون الأسنان)
علاج العصب - زراعة الأسنان
أطقم الأسنان الكاملة والجزئية
معالجة خاصة للشخير وأمراض النوم بأجهزة خاصة للفم

Complementary Oral Hygiene Kit with Your First Dental Exam

We accept all major credit cards Free parking in rear

We accept Medi-cal . Financing available

www.vnpanoramadental.com

8227 Van Nuys Blvd. panorama City, CA 91402

Tel: (818) 989-3074 Fax: (818) 989-3357



Amany Gobran

Real Estate Broker DRE# 01860869

Mortgage Loan Broker (Lender) NMLS# 836328

Amany Gobran

Cell/text (626) 665-2034

Toll free (844) 44-DEALS

(844) 443-3257

Email: amany@carealdeal.com

www.carealdeal.com

www.theloandeals.com

We will be thrilled and honored to assist you with
your Real Estate (selling/buying) as well as
Mortgage Loan journeys!



يسعدنا مساعدتك في رحلتك العقارية (بيع / شراء) بيت الأحلام
بالإضافة إلى رحلتك في الحصول على القروض العقارية لتقدره على الشراء

مكتب المستشار

جيهان توماس



الهجرة و اللجوء

محاكم الترحيل

الإستئناف بالمحاكم الفيدرالية

جميع أنواع الفيزا الإستثمار، البيزنس و العمل

الإقامة عن طريق العائلة

Tel: +1-310-203-2242 Fax: +1-310-203-2287

Email: gihanthomaslaw@yahoo.com

Address: 930 Colorado Blvd, Unit 2, Los Angeles, CA 90041

www.gihanthomaslaw.com

موقع ثقة الجالية العربية

متخصصون في جميع خدمات الهجرة

بمرور 70 عاماً علينا احتفلت القنصلية المصرية بلوس أنجلوس بثورة 23 يوليو المجيدة



وتواجد شخصيات بارزة مصرية أمريكية في المجتمع الأمريكي من جميع الأطياف والمجالات، دبلوماسيين وعلماء ورجال أعمال وإعلاميين وصحفيين وأطباء ومهندسين من صفوف المجتمع العربي الأمريكي. أرسل بالتهنئة فخامة الرئيس عبدالفتاح السيسي، للشعب المصري في الداخل والخارج قائلاً "أتقدم بالتهنئة للشعب المصري بمناسبة الذكرى السبعين لثورة 23 يوليو المجيدة، التي ستظل عالقة في الأذهان نفخر بها، ونستلهم من أهدافها السامية، روح العزم والإصرار والإرادة لتحقيق تطلعات الشعب المصري بمناسبة ذكرى ثورة 23 يوليو. شعب مصر وأماله في مستقبل مشرق للأجيال القادمة" كل عام وأنتم بخير ومصر الغالية في أمان وتقدم ووقفنا الله جميعاً لما فيه الخير لمصر.

الكبير من الجالية المصرية والعربية والأمريكية لإحتفال بهذا اليوم المجيد ثم بادرت من طرفها المتحدثة الرسمية لمجلس المشرقيين لمقاطعة لوس أنجلوس بالنيابة عن 10 ملايين من سكان هذه المنطقة بتقديم وثيقة اليوم الوطني لسعادة السفير أحمد شاهين ثم تقدمت بالشكر والتقدير والتأكيد على التعاون الدائم والمستمر الثقافي والتجاري والتعليمي بين البلدين مصر وأمريكا وسط تصفيق حار من ضيوف هذه الليلة ومن بين الحضور العديد من السفراء، سفير دولة الكويت وسفير دولة الإمارات وسفير دولة قطر وسفيرة دولة السنغال، ورجل الأعمال السيد / رأفت صليب رئيس الإتحاد العام للمصريين في الخارج وأمريكا وزوجته والمهندس هشام ستيته نائب رئيس الإتحاد وأعضاء الهيئة التأسيسية للإتحاد بكاليفورنيا

تحتفل مصر في هذه الأيام بالذكرى السبعين لقيام "ثورة 23 يوليو" سنة 1952م، التي تعد إحدى المحطات المهمة في التاريخ المصري الممتد آلاف السنين، وشرارة انطلاق ثورات تالية ببلاد كانت تن آنذاك تحت وطأة الاحتلال وقيوده. القنصلية المصرية بلوس أنجلوس احتفلت بعيد ثورة 23 يوليو المجيدة حيث أقام سعادة السفير السيد / أحمد شاهين فنصلى مصر العام بلوس أنجلوس والساحل الغربي وحرمة السيدة / دينا، وبحضور السيد / محمد بدر نائب سعادة السفير وزوجته وأعضاء البعثة الدبلوماسية بلوس أنجلوس حفل إستقبال كبير؛ لإحتفال بالذكرى السبعين لثورة 23 يوليو المجيدة. السيد / أحمد شاهين القنصل العام تفضل بإلقاء كلمته ثم رحب بالحشد

الإتحاد العام للمصريين بالخارج بالولايات المتحدة الأمريكية



لزيارة موقعنا للتواصل والاشتراك
في المصيرية وصفحات ال Social Media

www.egyptiansunited.org

www.charismadaily.com
Email: infocharismaaa@gmail.com
Email: wael@charismaaa.com

Charismaaa Newspaper
P. O. Box 280572,
Northridge, CA 91328-0572 USA

للكل الجالية العربية بأمريكا
ثقافية - فنية - إجتماعية - سياسية - إقتصادية
رياضية - موضة - أمومة وطفولة - شباب

Tel: +1 626-261-9969

الناشر و رئيس التحرير

وانسل لطف الله

المستشار السياسي والاقتصادي

د. م. جون جندى

إشراف الملحق الإنجليزى

نيفين لطف الله

أزياء وموضة

د. منسى أحمد شلبى

جاسمين نايق

رياضة

كاتب / إيهاب محمد

كاتب / هانى عزيز

فنون وديكور

سامر رياض

نيرمين مورييس

نيفين مفرج

منال شوكت

علاقات عامة

محمد - عليا - حسن - ماريانا - ماضي

أبو العنين - يوسف - مجدى

كل كاتب مسؤول عن كتاباته

BIG NEWS! Lighthouse Immersive ventures into the Valley of the Kings with Immersive King Tut! Using stunning visuals to tell the story of the Amduat, an important ancient Egyptian funerary text, this state-of-the-art video mapping and animation experience brings to life the story of King Tut's passage into the afterlife.

The exhibit is being launched to commemorate the 100th anniversary of archaeologist Howard Carter's discovery of the tomb of the ancient "Boy King" in November of 1922.

Denver | Beginning July 22
Toronto | Beginning August 12
Los Angeles | Beginning August 19
Phoenix | Beginning September 30
Chicago | Beginning October 14
Dallas | Beginning September 23 See less

IMMERSIVE
KING
TUT
MAGIC JOURNEY TO THE LIGHT

ANCIENT EGYPT,
BROUGHT
TO LIFE!
COMING TO TORONTO,
DALLAS, PHOENIX,
CHICAGO, DENVER
AND LOS ANGELES
THIS SUMMER

WWW.IMMERSIVE-KINGTUT.COM

فيلم (صاحب الحكايات) جائزة أفضل فيلم مصرى فى مهرجان مومباى الدولى للفيلم القصير بالهند

فيلم (صاحب الحكايات):

- تأليف وإخراج: مارينا إبراهيم

- هو فيلم روائى قصير عبارة عن مشروع تخرج من المدرسة العربية للسينما والتليفزيون تحت إشراف دكتورة منى الصبان.

- شارك الفيلم فى المهرجان القومى للسينما المصرية 2022 ومهرجان العودة السينمائى الدولى بفلسطين 2022

- حصل الفيلم على جائزة أفضل فيلم مصرى فى مهرجان مومباى الدولى للفيلم القصير بالهند.

- تدور أحداث الفيلم فى الفترة ما قبل ثورة 30 يونيو.. الفيلم يتحدث عن الشخصية المصرية من خلال شخصية "كريم نبيل" الذى يختفى فجأة وبعد سنة من اختفائه يسمع عنه أصدقاؤه وعائلته قصص غريبة كأن كل قصة تتحدث عن شخص مختلف تماما غير كريم الذى يعرفوه.. فهو الظابط الذى استشهد فى سيناء وهو الشخص الذى رآه البعض فى الجامع ورآه آخرون فى الكنيسة وهو أيضا من رآه الجميع يقوم بتوزيع استمارات تصرد.. وفى النهاية يظهر كريم مرة أخرى ويعود لأصدقاؤه وعائلته فى يوم 30 يونيو 2013.

مارينا إبراهيم:

- صيدلانية بمستشفيات جامعة الفيوم.

- خريجة المدرسة العربية للسينما والتليفزيون.

- عضو إتحاد كتاب مصر (شعبة السيناريو).

- أحد كتاب صفحة أجراس الأحد بجريدة الجمهورية.

- حاصلة على مركز أول ستاند اب كوميدى بملتقى كليات صيدلة مصر (2016).

- مؤسسه راديو صيدلة اف ام على الإنترنت (راديو كلية صيدلة بنى سويف).



شروط ومتطلبات الهجرة إلى أمريكا 10 طرق مختلفة للهجرة

الشخص من امريكا، و تغريم الشخص الذي يحمل الجنسية الامريكية بتهمة التلاعب.

- الهجرة إلى الولايات المتحدة عن طريق التبني:

الهجرة الى امريكا عن طريق التبني تعد من اسهل الطرق للحصول على الجرين كارد وتعتمد هذه الطريقة على قيام مواطني امريكا بتبني طفل من خارج الولايات المتحدة. بعد اتمام اجراءات تبني الطفل خارج الولايات المتحدة، يمكن لهذا الطفل السفر الى امريكا ومن ثم الحصول على الجنسية الامريكية بالتبني.

- هجرة المستثمرين الى الولايات المتحدة:

الهجرة الى امريكا عن طريق الاستثمار من الخيارات السريعة والرائعة للهجرة الى امريكا، لكن خيار الهجرة بهذه الطريقة ليس متاحا للجميع، و لكنه خيار متاح لفئة معينة من الناس، و هي الفئة صاحبة الاموال .

- شروط الاستثمار الاجنبي في امريكا:

شروط الاستثمار في امريكا ضمن برنامج المهاجر المستثمر من حيث المبلغ المطلوب للاستثمار في امريكا تبدأ من استثمار مبلغ 500 ألف دولار بحد أدنى أو استثمار مبلغ 1000.000 مليون دولار. بعد انتهاء اجراءات الاستثمار في امريكا، يحصل الشخص على بطاقة الإقامة الدائمة الجرين كارد، ومن ثم الحصول على جنسية امريكا بعد اتمام 5 سنوات من الإقامة في امريكا. شرط أن يكون لديه شركة حقيقية بمعنى كيان حقيقي في أمريكا وموظفين وتأمينات وضرائب مدفوعة لكل سنة مالية وخلافه.

- الهجرة للولايات المتحدة عن طريق اللجوء الإنساني أو الإضطهاد الديني:

يمكن السفر والاستقرار في امريكا عن طريق اللجوء الانساني. اذا كنت أحد الأشخاص المسجلين في المفوضية، فقد تتصل بك المفوضية في أي وقت لاجراء مقابل التوطين في امريكا وبعد المقابلة يقرر وفد السفارة من يمكنه الهجرة الى امريكا ك لاجئ ومن يتم رفضه. اذا تم قبول توطينك في امريكا، يمكنك حينها الهجرة الى امريكا و الاستفادة بالدعم الذي تقدمه الحكومة الامريكية للاجئين، أيضاً يمكن التقدم بطلب لجوء انساني الى امريكا بعد الوصول الى أرض امريكا عن طريق فيزا دراسية أو عن طريقة فيزا سياحية.

- الهجرة لامريكا عن طريق اللجوء السياسي:

اذا كنت أحد النشطاء السياسيين أو أحد القادة المعروفين، أو أحد المنشقين عن حكوماتهم أو ماشابه يمكنك حينها التمتع بوضع اللاجئ السياسي، فهو لا يمنع إلا للمشاهير.

- الهجرة الى أمريكا عن طريق الولادة:

ينص قانون الهجرة والجنسية الامريكي على منح الجنسية الامريكية لكل من ولد على أرض امريكا، فإذا كنت ترغب في حصول طفلك على الجنسية الأمريكية، يمكنك الترتيب لأن تضع زوجتك مولودها داخل امريكا. يمكن بعد ذلك لم شملك بطفلك والهجرة للولايات المتحدة، وفي المقابل من لا يحتاجون الهجرة أمثال الفنانين والمشاهير يرسلون زوجاتهم للولادة ليحصل أبنائهم على الجنسية الأمريكية عن طريق الولادة. هذه أشهر طرق الهجرة الى امريكا وبالطبع هناك أنواع هجرة أخرى، مثل هجرة رجال الدين مثل الشيوخ والقساوسة لكن هذا النوع مقتصر على فئة قليلة جداً من الناس.

من المتواجدين فعلياً في الولايات المتحدة، فقد يجد الشخص وظيفته مطلوبة لكن قديداً أيضاً ضمن شروط الوظيفة التواجد داخل امريكا لكن في النهاية، هذه المواقع كنز ثمين يمكن التنقيب فيه، وللبحث عن وظائف في امريكا يمكن الدخول لهذه المواقع:

www.jobsearch-usa.com
www.bestjobsusa.com

- الهجرة إلى امريكا عن طريق الدراسة:

السفر الى امريكا للدراسة من أشهر وأسرع خيارات الهجرة لأمريكا، فيمكن بعد اتمام الدراسة في امريكا، أن يستقر الشخص هناك، أيضاً يمكن بعد اتمام الشخص دراسته في امريكا والعودة لبلده أن يعود الى امريكا مرة أخرى للعمل وبالطبع من أتم دراسته في امريكا ستكون حظوظه في الحصول على عمل بأمريكا أكبر نتيجة علاقاته أثناء الدراسة. يمكن للشخص أثناء فترة دراسته في امريكا تكوين علاقات مع أصحاب العمل في امريكا خصوصاً اذا كان الشخص يعمل أثناء الدراسة بشكل جزئي، وبعد عودة الشخص إلى بلده يمكنه بعد ذلك العودة الى امريكا للعمل.

- الاوراق المطلوبة للفيزا الدراسية في أمريكا:

أول متطلبات الفيزا الدراسية الامريكية هو الحصول على قبول جامعي من جامعة أو معهد في امريكا، والغرض من هذا القبول، هو حجز مقعد دراسي للطالب في جامعة أو معهد في امريكا. قبل الحصول على القبول الجامعي، يجب أن يقوم الشخص بتوثيق الشهادات الدراسية الخاصة به في خارجية بلده، ومن ثم يقوم الشخص بالتواصل مع مكتب خدمات جامعية، أو يقوم الشخص بالتواصل بنفسه مع أي جامعة للحصول على مقعد دراسي لديها.

- الهجرة الى امريكا عن طريق لم الشمل:

هذا النوع من الهجرة مخصص للأشخاص الذين يتواجد ذويهم فعلياً في الولايات المتحدة، ويحملون الجنسية الامريكية وتعتمد هجرة لم الشمل لامريكا على أن تكون علاقة الشخص المتواجد في امريكا ويرغب في لم شمله مع ذويه أن تكون علاقة من الدرجة الأولى، مثل زوجته وأبنائه وأخوته. اذا كان لك قريب من الدرجة الأولى ومقيم في امريكا، ف بالتأكيد أنت على دراية به اجراءات لم الشمل في امريكا.

- الهجرة الى الولايات المتحدة عن طريق الزواج:

يعتبر الزواج من أسهل طرق الهجرة الى امريكا ومن ثم الحصول على الجنسية الامريكية، ويمكن أن يتم الزواج خارج امريكا، أو داخل امريكا ولكن غالباً يكون الزواج داخل امريكا محل شك خصوصاً اذا كان الشخص الذي يتزوج من مواطنه امريكية ليس مقيماً في امريكا. مثلاً اذا ذهب الشخص لحضور مؤتمر لمدة اسبوع، أو قام الشخص بزيارة امريكا لغرض السياحة في امريكا لمدة 10 أيام ومن ثم تزوج، فإن الأمور تصبح محل شك، لأن هذه المدة تعتبر قصيرة للتعارف والزواج.

اذا كان الهدف من الزواج فقط الحصول على الإقامة في امريكا ومن بعدها الجنسية، فإن هذا الأمر غير قانوني، وفي حال اكتشاف الأمر من قبل دائرة الهجرة الامريكية وإثبات دائرة الهجرة أن الزواج زواج مصلحة فقط، فإن دائرة الهجرة قد تقوم بترحيل

- شروط التسجيل في اللوتري الأمريكي 2022:

١- جواز سفر ساري المفعول مطلوب وهو شرط يطبق على أي شخص يرغب في التقديم على القرعة، وفي الوقت الحالي يعد جواز السفر شرطاً أساسياً من شروط تقديم اللوتري 2023. ملحوظة: من 2022 ألغى قاض فيدرالي قاعدة تتطلب من المتقدمين للحصول على تأشيرة لوتري ان تحصل على جوازات سفر قبل أن يتمكنوا من الدخول في يانصيب سنوي لأوراق دخول الولايات المتحدة.

٢- يجب أن يكون عمرك أثناء التقديم في لوتري أمريكا 18 عاماً أو أكثر.

٣- توضيح الحالة الاجتماعية الصحيحة خلال إجراءات التقديم للوتري الأمريكي 2022.

٤- قضاء 12 عاماً بالتعليم على الأقل وهو ما يعادل شهادة الثانوية العامة أو شهادة الدبلومات الفنية.

٥- أن تكون من دولة من الدول المؤهلة ل تقديم اللوتري القادم 2023، وهي الدول التي لم يهاجر 50,000 أو أكثر من مواطنيها إلى الولايات المتحدة الأمريكية خلال السنوات الـ 5 الأخيرة التي تسبق فتح باب التقديم على قرعة أمريكا.

٦- تقديم صورة حديثة الالتقاط لم يمض عليها أكثر من 6 أشهر من مواعيد تقديم الهجرة إلى أمريكا.

- الهجرة إلى أمريكا عن طريق عقد عمل:

هذه الطريقة تعتبر من أسرع الطرق التي تتبعها الشركات والمؤسسات العاملة في أمريكا لإيجاد عمالة ماهرة متخصصة للعمل لديها لفترة طويلة، ومن شروط الحصول على عقد عمل في امريكا أن تتوفر في الشخص أحد الشروط التالية: 1 _ أن يكون الشخص الذي يرغب في العمل في امريكا حاصلأعلى شهادة البكالوريوس أو حاصلأعلى أي شهادة أخرى تعادل هذه الشهادة. 2 _ أن تكون الوظيفة التي تعرضها الشركة أو المؤسسة العاملة في امريكا وظيفة لا يمكن لشخص متواجد في امريكا أن يشغلها، أو أن يكون العدد الذي يمكنه أن يشغل هذه الوظيفة قليل، وأن تبدي الشركة قناعتها بقدرات هذا الشخص.

- إجراءات الحصول على عقد عمل في امريكا:

يجب على الشركة أو صاحب العمل المتواجد في امريكا أن يتقدم بعرض عمل للشخص المتواجد خارج امريكا لكن قبل ذلك، على الشخص أن يقدم ما يثبت قدرته المهنية، وقدرته العملية.

- كيفية الحصول على عمل بأمريكا:

يمكن لصديق أو قريب متواجد في امريكا أن يرشح صديقه للعمل لدى مؤسسة أو صاحب عمل في امريكا، أو يمكن للشخص التواصل مع المؤسسات الأمريكية عن طريق الانترنت والاطلاع على الوظائف التي تقدمها هذه الجهات ومن ثم عرض سيرته الذاتية على الشركة.

أيضاً يمكن البحث عن فرص للعمل في امريكا عن طريق مواقع البحث عن العمل، لكن للحقيقة الحصول على عمل عن طريق هذه المواقع ضعيف جداً، إذ تفضل المؤسسات وأصحاب العمل في امريكا من يمكنهم شغل هذه الوظائف

الهجرة إلى أمريكا شروطها ومتطلباتها.. تختلف الشروط من طريقة لطريقة أخرى كما تختلف المتطلبات والأوراق اللازمة من طريق لطريقة أخرى أيضاً هناك طرق مجانية للهجرة وبالطبع أسهل طرق الهجرة لامريكا مجاناً هي القرعة العشوائية ”اللوتري“.

طرق الهجرة إلى أمريكا

- الهجرة العشوائية إلى أمريكا.
- الهجرة إلى أمريكا عن طريق عقد عمل.
- الهجرة لأمريكا عن طريق الدراسة.
- الهجرة عن طريق لم الشمل في امريكا.
- الهجرة للولايات المتحدة عن طريق الزواج.
- الهجرة الى الولايات المتحدة عن طريق التبني.
- هجرة المستثمرين إلى الولايات المتحدة ”برنامج المهاجر المستثمر“.
- الهجرة عن طريق اللجوء الإنساني
- الهجرة عن طريق اللجوء السياسي
- الهجرة الى امريكا عن طريق الولادة

أشهر طرق الهجرة للولايات المتحدة الامريكية كما تعد أسهل طريق للهجرة الى امريكا، لكنها في نفس الوقت غير مضمونة، إذ يعتمد نظام الهجرة بهذه الطريقة على نظام القرعة، ويتم اختيار المسجلين في القرعة بشكل عشوائي. نظام القرعة يتيح للأشخاص التسجيل والهجرة الى امريكا مجاناً، إذ لا يتطلب التسجيل دفع أي رسوم مسبقة، أما نسبة الفوز في القرعة الأمريكية ضعيفة، إذ يسجل في القرعة قرابة أكثر من 50 مليون شخص كل عام ويفوز في القرعة 50 ألف شخص فقط. يمكن التسجيل في القرعة عن طريق موقع القرعة الأمريكي الرسمي والوحيد من هنا

- الهجرة العشوائية إلى أمريكا:

انطلق التسجيل في اللوتري الأمريكي أو قرعة الهجرة العشوائية إلى امريكا 2023-2022 في السابع من أكتوبر الجاري، ويستمر حتى 10 نوفمبر المقبل، في 12:00 ظهراً حسب التوقيت الشرقي للولايات المتحدة الأمريكية ويتم إغلاق باب التسجيل في نفس الساعة في اليوم المحدد لإغلاق باب التقديم، وفقاً لما أعلنه موقع السفر التابع لمكتب الشئون الأمريكية.

التقديم في الهجرة العشوائية لأمريكا 2022 قرعة الهجرة العشوائية هو برنامج سنوي للحصول على رخصة الإقامة الدائمة في الولايات المتحدة الأمريكية، بتفويض من الكونجرس وتديره وزارة الخارجية الأمريكية، إذ يتم توفير 50 ألف تأشيرة سنوياً في قرعة عشوائية بواسطة الحاسب الآلي. ويتم الاشتراك في القرعة «مجاناً» وذلك عبر الرابط الإلكتروني لأبليكيشن الهجرة العشوائية لأمريكا 2021 من هنا.

<https://dvprogram.state.gov>

ويهدف البرنامج إلى تنويع السكان المهاجرين ويستهدف الدول ذات معدل هجرة منخفض للولايات المتحدة خلال السنوات الخمس الأخيرة، وكانت بدايته منذ عام 1995. تُعد قرعة الهجرة العشوائية أو «الجرين كارد» فرصة جيدة لمن يريد الهجرة إلى أمريكا، إذ يبلغ عدد المتقدمين عليها قرابة 10 ملايين شخص والفائزين حوالي 55 ألفاً فقط، من الدول الدولة المسموح لأفرادها بالتقديم على القرعة لنفس العام للمشاركة من أجل العمل أو الدراسة أو العيش في الولايات المتحدة الأمريكية.



كاريزما

5

www.charismadaily.com



بـقلم الأستاذ/ عوض عطية فوزي
محامي بالإستئناف العالي ومجلس الدولة
خاص لجريدة كاريزما

من له الحق في الإمتداد القانوني لعقود الإيجار القديمة (السكنية في مصر)

الخاص بها بعيد عن منزل أسرته على أنه:
" الزوج هو المزمع شرعاً بإعداد مسكن الزوجية وله على زوجته حق الإحتباس والقرار فيه، مما لازمه أن تكون إقامة الزوجة بمنزل الزوجية حقيقة أو حكماً تنفيذاً لحق الإحتباس الشرعي هي الإقامة التي يكون لها صبغة الإعتياد والإستقرار حال قيام الزوجة فتخرج بذلك إقامتها بغير مسكن الزوجية عن هذا المدلول ولا تسوغ إمتداد عقد الإيجار إليها وفقاً لنص المادة 29 المشار إليها مهما إستطلت وأيا كان مبعثها أو دواعيها إلا إذا أقامت الدليل على إستقرار إقامتها منذ زواجها بالمسكن الخاص بإسرتها إقامة دائمة ومستقرة بإعتباره وحده مسكناً للزوجية وذلك حتى الوفاة".

(الطعن رقم 3060 لسنة 63 ق جلسة 1999/2/21)
ولمحكمة الموضوع مطلق السلطة في التحقق من توافر شروط الإقامة من عدمه، دون معقب عليها من محكمة النقض متى أقامت محكمة الموضوع قضاءها على أسباب سائفة تكفي لحمله. (نقض مدني في الطعن رقم 211 لسنة 53 قضائية - جلسة 1991/3/6 مجموعة المكتب الفني - السنة 42 - ص 655 - فقرة 3).

عدم الإقامة مع المستأجر والإقامة في العين بعد وفاته غصب لها:

فمن المقرر في قضاء النقض أنه: "إذا توفي المستأجر الأصلي في أثناء تمتعه بالامتداد القانوني لعقد الإيجار ولم يكن أحد مقيماً معه في العين المؤجرة قبل وفاته، ثم أقام فيها بعد وفاته أحد من أقاربه، فإن إقامته هذه تعتبر شغلاً للعين بدون سند، وبالتالي غصباً، فيجوز مالك العين ولو لم يكن هو المؤجر للمستأجر الأصلي الذي توفي أن يطلب طرد الشاغل الجديد باعتباره غاصباً وذلك استناداً إلى ملكيته فقط ودون حاجة إلى الاستناد إلى عقد الإيجار". (نقض مدني في الطعن رقم 1077 لسنة 49 قضائية - جلسة 1984/11/1).

الإقامة اللاحقة حق وليس واجب:

من المقرر في قضاء النقض أن: "النص في المادة 1/29 من القانون رقم 49 لسنة 1977 يدل على أن الإقامة التي يعتد بها لامتداد العقد لصالح المذكورين من أقارب المستأجر هي الإقامة المستقرة مع المستأجر والممتدة لحين وفاته أو تركه المسكن دون اشتراط إقامة لاحقة فإذا توافرت الإقامة بشروطها على النحو المتقدم أضحت من امتد إليه العقد مستأجراً أصلياً بحكم القانون الذي أوجب على المؤجر في الفقرة الأخيرة من المادة المذكورة تحرير عقد إيجار له - مادام أنه لم يكشف عن إرادته في التخلي عن العين بعد وفاة المستأجر الأصلي - ولا إلزام عليه من بعد أن يقيم بالعين المؤجرة، إذ أن انتفاعه بها حق له وليس واجبا عليه". (نقض مدني في الطعن رقم 2059 لسنة 56 قضائية - جلسة 1992/4/22 مجموعة المكتب الفني - السنة 43 - ص 640 - فقرة 1).

ملخص لما سبق:

يكفي لكي تتمتع الزوجة أو الأولاد أو أي من الوالدين بميزة الامتداد القانوني لعقد الإيجار ان تثبت له اقامة مستقرة مع المستأجر بالعين المؤجرة ايا كانت بدايتها بشرط ان تستمر حتى تاريخ الوفاة أو الترك تقدير توافر الإقامة المستقرة من عدمه يخضع لسلطة محكمة الموضوع بما لها من سلطة فهم الواقع ويحث الادلة والمستندات وتقدير اقوال الشهود.

المساس بالمراكز التي استقرت عليها في احكام سابقا.

الإقامة شرط الاستفادة من الامتداد القانوني:

ثبوت إقامة أي من الفئات الثلاثة بعين الداعي قبل وفاة المستأجرة الأصلية، والمقصود بالإقامة المستقرة الهادئة التي لا تكشف عن إرادة التخلي صراحة أو ضمناً. حيث أنه من المقرر في قضاء النقض أن: "مفاد نص الفقرة الأولى من المادة 29 من القانون 49 لسنة 1977 وعلى ما جرى به قضاء محكمة النقض- أنه يكفي لكي يتمتع أي من هؤلاء بميزة الامتداد القانوني لعقد الإيجار أن تثبت له إقامة مع المستأجر بالعين المؤجرة، أيا كانت مدتها وأيا كانت بدايتها بشرط أن تستمر حتى تاريخ الوفاة أو الترك". (نقض مدني في الطعن رقم 3025 لسنة 59 قضائية - جلسة 1994/3/27 مجموعة المكتب الفني - السنة 45 - ص 561 - فقرة 6).

- المقصود بالإقامة:

ويقصد بالإقامة التي تبيح وتتيح للمستفيد من الامتداد القانوني التمتع بهذه الميزة، أن تكون - كما عرفتها محكمة النقض بأنها: "الإقامة المستقرة المعتادة وانصراف نية المقيم إلى أن يجعل من هذا المسكن مراحه ومغذاه بحيث لا يعول على مأوى دائم وثابت سواه، فتخرج الإقامة العارضة والعبارة والموقوتة مهما استطلت وأياً كان مبعثها ودواعيها... وكان الفصل في كون الإقامة مستقرة أم لا مطلق سلطة قاضي الموضوع دون معقب عليه متى أقام قضاءه على أسباب سائفة". (نقض مدني في الطعن رقم 146 لسنة 43 قضائية - جلسة 1977/12/28).

- وقت الاعتداد بالإقامة:

ووقت الاعتداد بالإقامة هو وقت وفاة المستأجر الأصلي، فلا يعتد بالإقامة اللاحقة، حيث أنه من المقرر في قضاء النقض أن: "الإقامة التي يترتب عليها امتداد عقد الإيجار لصالح المستفيدين من حكم المادة 29/1 ق 49 لسنة 1977. بعد وفاة المستأجر أو تركه العين. المقصود بها. الإقامة المستقرة حتى الوفاة أو الترك دون الإقامة اللاحقة". (نقض مدني في الطعن رقم 3246 لسنة 60 قضائية - جلسة 1994/11/30).

- إثبات الإقامة:

لما كانت "الإقامة" هي واقعة مادية، وبالتالي يجوز إثباتها بكافة طرق الإثبات بما فيها البيينة (شهادة الشهود) وقرائن الأحوال، ومن أهم تلك القرائن أن الأصل في الزوجة أنها مع زوجها (المستأجر)، وإن كان ليس هناك ما يمنع من حدوث العكس، حيث يقيم الزوج في منزل أسرة زوجته، لأنه ليس في ذلك ما يتنافى مع أحكام قوانين الأحوال الشخصية. (نقض مدني جلسة 1978/5/31 مجموعة أحكام النقض 29 - 1373 - 266). وكذلك فالأصل في الأولاد غير المتزوجين أنهم يُقيمون مع والديهم، فإن ادعى المؤجر العكس كان عليه إثبات ذلك. وقد اعتبرت محكمة النقض تمسك الابنة المتزوجة باستمرار إقامتها بمنزل أسرته قبل الزواج وبعده وعدم تخليها عن الإقامة فيه، تمسكاً منها بالثابت أصلاً، فلا تكلف بإثباته. (نقض مدني في الطعن رقم 13 لسنة 48 قضائية - جلسة 1978/12/23) إلا إذا أثبت المؤجر عكس ذلك وثابت أنها تقيم بمسكن الزوجية الخاص بها بعيد عن منزل أسرته. وقد إستقرت أحكام محكمة النقض في هذا الشأن وهو ان الابنة المتزوجة تقيم بمسكن الزوجية

الإخلاء لانتهاء العقد ب وفاة المستأجر أو تركه العين هيدعوى لا تتعلق بتركته التي تكون محلاً للتوريث، ومن ثم فلا يكون ثمة محل لوجوب اختصام ورثته". (نقض مدني في الطعن رقم 2511 لسنة 65 قضائية - جلسة 1996/2/7 مجموعة المكتب الفني - السنة 47 - ص 313 - فقرة 1)

امتداد عقد إيجار المسكن للأقارب من الدرجة الأولى فقط:

فالامتداد القانوني لعقود إيجار المساكن الخاضعة لأحكام الفقرة الأولى من المادة 29 من القانون رقم 49 لسنة 1977 سائفة الذكر، لا يستفيد منها إلا أقارب المستأجر من الدرجة الأولى فقط بعد صدور الكثير من أحكام المحكمة الدستورية العليا بعدم دستورية النص الأصلي لتلك المادة. ولما كانت المحكمة الدستورية العليا قد حكمت في القضية رقم 116 لسنة 18 قضائية "دستورية" المنشور بالجريدة الرسمية بالعدد رقم "33" بتاريخ 1997/8/14 بعدم دستورية ما نصت عليه المادة 29 من القانون رقم 49 لسنة 1977 في شأن تأجير وبيع الأماكن وتنظيم العلاقة بين المؤجر والمستأجر من أنه "وفيما عدا هؤلاء من أقارب المستأجر نسباً حتى الدرجة الثالثة، يشترط لاستمرار عقد الإيجار، إقامتهم في المسكن مدة سنة على الأقل سابقة على وفاة المستأجر أو تركه للعين أو مدة شغله للمسكن أيتهما أقل". لما كان ذلك، وكان من المقرر في قضاء المحكمة الدستورية العليا أنه: "نص المادة 49 من قانون المحكمة الدستورية العليا الصادر بالقانون رقم 48 لسنة 1979 على أن أحكام المحكمة في الدعاوى الدستورية... ملزمة لجميع سلطات الدولة ولكافة. وتُنشر الأحكام... في الجريدة الرسمية ويترتب على الحكم بعدم دستورية نص من قانون أو لائحة عدم جواز تطبيقه من اليوم التالي لنشره. ومفاد هذا النص أن الأحكام الصادرة في الدعاوى الدستورية - وهي بطبيعتها دعاوى عينية توجه الخصومة فيها إلى النصوص التشريعية المطعون عليها بيبب دستوري - تكون لها حجية مطلقة ولا يقتصر أثرها على الخصوم في تلك الدعاوى التي صدرت فيها، وإنما ينصرف هذا الأثر إلى كافة وكذلك جميع سلطات الدولة، كما أن مؤدى عدم جواز تطبيق النص المقضي بعدم دستوريته من اليوم التالي لنشر الحكم - وعلى ما جاء بالذاكرة الإيضاحية للقانون - لا يقتصر على المستقبل فحسب، وإنما ينسحب على الوقائع والعلاقات السابقة على صدور الحكم" (الطعن رقم 48 لسنة 3 قضائية "دستورية" - جلسة 1983/6/11 مجموعة المكتب الفني - السنة 2 - ص 148 - فقرة 1).

مما مؤداه إن الامتداد القانوني لعقد الإيجار المنصوص عليه في المادة 29أنفة الذكر أصبح مقصورا على الزوجة والأولاد وأى من والدي المستأجر، وهم الأقارب من الدرجة الأولى فقط دون غيرهم.

مسألة الامتداد للحفيد:

امتداد عقد الإيجار للحفيد اذا توفي المستأجر الاصلى (الجذ) قبل 2002/11/15 حتى ولو توفي والد الحفيد(ابن المستأجر الاصلى) بعد هذا التاريخ استقر قضاء محكمة محكمة النقض على انه بصور حكم المحكمة الدستورية العليا رقم 70 لسنة 18ق الصادر بجلسته 2002/11/15 في اصبغ لا يجوز امتداد عقد الإيجار الالجيل واحد فقط الا انه لايعمل بهذا الحكم الا من اليوم التالى لتاريخ نشره اى بعد 2002/11/15 كما انه لايطبق بأثر رجعى فقد اوقفت المحكمة الاثر الرجعى كما انها امتنعت عن

تنص الفقرة الأولى من المادة 29 من القانون رقم 49 لسنة 1977 في شأن تأجير وبيع الأماكن وتنظيم العلاقة بين المؤجر والمستأجر على أنه: "لا ينتهي عقد إيجار المسكن ب وفاة المستأجر أو تركه العين إذا بقي فيها زوجه أو أولاده أو أي من والديه الذين كانوا يقيمون معه حتى الوفاة أو الترك ...". ويبين من نص الفقرة الأولى من المادة 29 سائفة الذكر، أنه يشترط لامتداد الإيجار لصالح زوج وأقارب المستأجر إذا توفي أو ترك العين خلال فترة الامتداد القانوني للإيجار توافر الشروط الآتية:

١- وفاة المستأجر الأصلي أو تركه العين المؤجرة.
٢- أن يكون المستفيد من الامتداد لفئات ثلاثة وهم: الزوجين والأولاد والوالدان.

إقامة الزوج والأولاد والوالدين في العين المؤجرة حتى الوفاة أو الترك.

الشرط الأول- وفاة المستأجر أو تركه العين المؤجرة:
والمقصود بالترك في هذا الخصوص هو تخلي المستأجر الأصلي عن العين المؤجرة لصالح من كانوا يقيمون معه وقت حصول الترك تخلياً فعلياً، والترك المعلن عليه هو الترك الإرادي وتعبير المستأجر عن إرادته في التخلي عن العين المؤجرة قد يكون صريحاً وقد يكون ضمناً. وواقعة ترك المستأجر العين المؤجرة لآخر من مسائل الواقع وتستقل محكمة الموضوع بتقديرها متى أقامت قضاءها على أسباب سائفة.

الشرط الثاني - " أن يكون المستفيد من الامتداد الزوج أو الأولاد أو الوالدان":

والزوج يشمل الذكر والأنثى، فإذا كان الرجل هو مستأجر المسكن وترك المسكن أو توفي فإن زوجته تقيّد من حكم الامتداد، وإذا كانت الزوجة هي المستأجرة وتركت المسكن أو توفيت أفاد الزوج من حكم الامتداد. والمقصود بالأولاد الذين يقيّدون من الامتداد الأبناء الحقيقيون، والأبناء الذين يثبت نسبهم للمستأجر الأصلي طبقاً للشريعة الإسلامية. أما الأبناء بالتبني، فلا يقيّدون من الامتداد.

درجة القرابة والإقامة - وليس الإرث - شرط للامتداد:

إذا كان الشخص المقيم مع المستأجر قبل الوفاة أو الترك ليس زوج ولا ابن ولا والد للمستأجر فلا يفيد من حكم النص ولو كان وارثاً للمستأجر. إذ أنه من المقرر قانوناً أن حق المستأجر في البقاء في العين المؤجرة بعد انقضاء مدة عقده (الثابتة في عقد الإيجار) للامتداد القانوني (بقوة القوانين الاستثنائية لإيجار الأماكن)، هذا الحق هو حق شخصي لصيق بشخص المستأجر فينتهي بوفاته ولا يوجد في تركته وبالتالي لا يورث عنه ولا يجوز لورثته أن يتمسكوا به لمجرد كونهم ورثين له، وإن كان يجوز أن ينشأ لهم حق في الاستمرار في الإجارة إذا أثبتوا أنهم درجة القرابة المنصوص عليها في المادة 29 سائفة الذكر وأنهم كانوا مقيمين معه في العين المؤجرة لحين وفاته. هذا، ومن المقرر في قضاء النقض أن: "المقرر - في قضاء محكمة النقض - أن النص في الفقرة الأولى من المادة 29 من القانون رقم 49 لسنة 1977 يدل على أن المشرع عدد حالات استمرار إيجار المسكن الخاضع لتشريعات إيجار الأماكن بعد وفاة المستأجر الأصلي أو تركه العين حصراً، جاعلاً القاعدة فيمن يستمر العقد لصالحه من ذويه الذين أوردتهم تنديداً- هي "الإقامة" مع المستأجر الأصلي ولم يجعل ركيزة هذه القاعدة علاقة "الإرث" بين المستأجر الأصلي وورثته، مما مفاده أن دعوى



هل فيتامين [د] (Vitamin D) الرجل الأخضر (Hulk) في عالم أقزام الفيتامينات؟!



بقلم دكتور . باسم أيوب
Dr. Basim Ayoub, MD, FHM, DABOM
خاص لجريدة كاريزما

www.eat4healthy.com

صورة من صورته فيتامين ولا هرمون لابد من تواجده وبوفرة في أجسامنا التي باتت كأرض بور مشققة تتوق إلى ربيها بماء فيتامين د بعد سنين جفاف الأكل الصناعي إلى أكلها الجراد!

المطب الهوائي الخامس والأخير:

كيفية التأكد من وفرته وعلاج نقصه المشنوم إن تم تشخيصه، أنصح بقياسه وإذا كان ناقصاً عن 30ng/ml أو إن تعسر عليك قياسه لارتفاع ثمن الاختبار (الافات الجنيهات) فهنا ينصح العلماء والهيئات العالمية بتناول 4000-2000 وحدة من أجود الأنواع الحالية من الشوانب والمواد السامة يومياً وهذا من المعروف أنه آمن ودون خطر أعراض الزيادة المفرطة في الجرعات وبالتالي في الدم! ويفضل الفيتامين د حيواني المصدر Vitamin D3 المدعو كولي كاسيفيرول Cholecalciferol وهو الصورة الأسهل إمتصاصاً بكثير من Ergocalciferol النباتي الأصل من فيتامين د!

والآن وفقط الآن تستعد طائرة رحلة Charisma 777 للهبوط الأمن لأرض الأمان والصحة حيث الحياة الصحية المفعمة بالنشاط والسعادة الفامرة الحالية أيضاً من الأمراض وبالذات من تلك التي من السهل جداً منعها بأسلوب حياة صحي يبدأ بالتعرض للشمس بصفة منتظمة صحية حتى لو دقائق معدودة يومياً وأكل غني بالفيتامين د وأخيراً إن تعسر علينا رفع النسب في الدم إلى المستوي المرغوب فيه -بالعامية إلى بيخلي موسيقار معزوفة وظايف خلایانا صاحي ونشيط طول الوقت- حينئذ يمكن اللجوء لكمالات غذائية وكبسولات وأقراص لرفع مستوي فيتامين د Vitamin D وأفضل Vitamin D3 طبعاً لسهولة إمتصاصه والآن يمكنك أن تدعوه بقلبه الجديد هرمون د! والآن لقد هبطت الطائرة بأمان في أرض أمان الشمس وأكل ربنا الطبيعي ويمكن للركاب نزع حزام الأمان لأنك الآن أصبحت فاهماً ومطمئناً لىء خزان فيتامين د في جسمك! د. باسم أيوب

محامي الدفاع عن Vitamin D الرجل الأخضر Hulk الذي أصبح في أيامنا هذه ضعيفاً هزيلة فلنعيد إليه كرامته وقوته المسلوبة.

يمكنكم زيارة موقعنا المتخصص في التغذية باسم
www.eat4healthy.com

وقناتنا على الـ YouTube
https://www.youtube.com/user/sooomatube

د. باسم أيوب Dr. Basim Ayoub (كفاية بفي)
وفي الـ TikTok (تكتوكايفه حكاية)

تدمير الـ UVB لنضارة الجلد والكولاجين Collagen بصورة مباشرة ولكن للأسف مالت الكفة إلى صالح تفادي الشمس أو عدم التعرض لها بالمرّة لدرجة أن مستويات فيتامين د في دم بعض مرضاي تأتي بنتائج محزنة لا تصدق Undetectable levels وهو أقل من 7ng/ml وهذا حتماً سيؤدي إلى على الأقل بعض الأعراض لهذه الأمراض الخطيرة سابقة الذكر وإذا لم يتم علاجها سريعا تسوء الحالة ومنها أمراض مناعية صعبة العلاج إذا نشبت مخالبتها في لحم صحة الإنسان قد يصعب جداً التخلص منها!

المطب الهوائي الرابع:

اكتشف العلماء مؤخراً أن كثيراً جداً من الخلايا ومنها خلايا المخ والأمعاء والكبد والكلية والعديد من أعضاء برلمان Parliament جسمنا البشري الأخرى تحوي على مستقبلات مرتبطة جداً لفيتامين د Vitamin D Receptor يدعى VDR وهذا يعمل عند فتح قفله -الذي بات "قفيل مصدي" في حياتنا اليوميين دول- بمفتاح فيتامين د الأخضر السحري المفعول يعمل بمثابة لوحة تحكم لمفاتيح عديدة داخل النواة بكل خلية حيث تعمل على غلق وفتح العديد من المفاتيح بالعامية المصرية الجميلة "الزراير" الكثير قوي بقی، مما يغير تماماً بالإيجاب وفي حالة عدم وجوده بالسلب طبعاً، لأن فيتامين د عندما يفتح قفل الـ VDR بمفتاحه الشخصي الأخضر السحري المفعول الذي كالرجل الأخضر Hulk في قوته وعنفوانه! ولا يستطيع آخر مثله على عمل هذا! أو عازفاً مشهوراً يقود الأوركسترا لمنع النشاز في أجمل معزوفة في الدنيا مكتوبة نوتتها الموسيقية بوحى إلهي! وأرجو أن يتركك هذا عزيزي القاريء بالإنطباع الصحيح وهو عدم وجود هذا الرجل الأخضر الملامح هرموناً كان أو حتى فيتاميناً بوفرة تصل إلى 40ng-70ng/ml (لا يجذب أكثر من 100ng/ml) سيؤدي هذا النقص بطريقة أو بأخرى إلى الكثير من الأمراض منها مثلاً مرض السكري النوع الأول والثاني والقليلون يعرفون عبيء المشكلة ولذا أخذت على عاتق منصة "تكتوكايفه حكاية" وتكبدت عناء أن أجوب شوارع السوشيال ميديا والجراند والمجلات مبوقاً بوق حربي ضد كل أمراض الدنيا عموماً ودافقاً لناقوس خطر نقص فيتامين د خصوصاً من أسطح المنازل وقارعا على عقول الناس قبل قلوبهم وأبواب منازل صحتهم منذراً من العواقب الوخيمة لنقصه الفيتامين الذي توجه العلماء مؤخراً ملكاً في مملكة المكملات والفيتامينات حيث أنه تمت ترقيته بصورة شبه رسميه سوشيومعملية إلى رتبة هرمون وهي أعلى كثيراً ولكنه في أي

مناعة، وتصلب لويحي متعدد في المخ Multiple Sclerosis وهو مدمر للمخ في غضون سنين قليلة، ومرض آلام العضلات المزمن Fibromyalgia وضعف عضلات وضعف ذاكرة Dementia وإكتئاب MDD وزيادة معدلات السرطان وأمراض المناعة الذاتية Autoimmune Diseases ونقص المناعة مما قد يؤدي العدوي بغيروسات عديدة منها الكورونا ومرض السمنة Obesity الذي أيضاً بدوره يصيب حوالي واحد من كل اثنين بأمريكا 42% وهذا الأخير وحده قد يصطحب معه ٢٣٦ مرضاً آخر! وأخيراً مرض السكري النوع الأول والثاني وليس آخر! أيضاً زيادة معدلات الموت للعديد من الأسباب المذكورة أعلاه وغيرها الذي لا يسعنا المجال هنا ذكرها لمجرد الحصر!

المطب الهوائي الثاني:

لا يدعى فيتامين أشعة الشمس Sunshine Vitamin دون سبب وهو أن التعرض للشمس بالقدر الكافي (معظم الجسم كما يحدث في الصيف على الشواطئ) قد يمثل نصيب الأسد من مصادر فيتامين د الطبيعية لأجسامنا، ولكن لك منى شيك واقع مر Reality Check حيث أن واقعنا التكنوقراطي Technocratic قد حتم علينا عدم التعرض للشمس لمعظمنا بالقدر الكافي وهو على الأقل ١٠-٣٠ دقيقة يومياً حسب التوقيت حيث تكون أشعة الشمس فعالة جداً لوجود أشعة UVB بوفرة جداً حول الظهيرة مما يؤدي إلى تحويله إلى هرمون في الجلد أولاً ومنه إلى صورة أكثر نشاطاً في الكبد Calcidiol ومنه إلى الكلي ينبوع قوة فيتامين د وأكسير "خضرة شبابه" حيث يتحول إلى الرجل الأخضر Hulk وهي صورته المعروفة Calcitriol.

المطب الهوائي الثالث:

قليلة هي المأكولات التي تتمتع بغنى بفيتامين د ويتربع على عرشها زيت كبد سمك الكود Cod Liver Oil حيث تحتوي المعلقة الواحدة منه 15ml على أكثر مما يحتاجه الإنسان في اليوم كله وهو هرمون يتم تخزينه لأسابيع وأحياناً إلى شهور في الدهون ولكنه متوفر أيضاً بصورة جيدة في سمك السلمون والتونة والسردين وسمكة السيف وصفار البيض حيث تحتوي البيضة على معظم الفيتامينات المهمة ومنها فيتامين د فيما عدا فيتامين سي وهذه هي المصادر الغنية في عالم الأكل الحيواني والمشروم (عيش الغراب أو المعروف أيضاً بالفطر) وهذا يكمل دور الشمس الذي أصبح ناقصاً في حياتنا التكنوقراطية الملامح بسبب كثرة حمايتنا لأنفسنا من الشمس وتفادياً لتقليل نسب سرطان الجلد وتفادي

أخيراً تمت ترقيته فيتامين (د) (Vitamin D) لهرمون والعالم كله لازم يعرف أن فوائد لا تقتصر على مجرد إمتصاص كالسيوم أكثر وعظام قوية! نقصه هو بمثابة الوباء الصامت القاتل البطيء جداً الذي للأسف ظلاماً وجهلاً لا ولابد أن يملأ أولى صفحات الجراند والسوشيال ميديا!

لو استعملنا "جهاز قياس الشهرة" لقياس شهرة الفيتامينات والمكملات فسيترجع فيتامين د Vitamin D الفيتامين صاحب الاف الأسئلة في صفحتي وقناتي ومن الالاف من الناس خصوصاً المهتمين منهم بالتغذية السليمة والعلاجية! وهو مستحق الشهرة ولكن لأسباب قد تختلف تماماً عما يغازل مخيلتك، والآن عزيزي القاريء فلنربط حزام أمان مقعدك في طائرة رحلة "Vitamin D" التي ستقلع الآن متجهة إلى "أرض الصحة" في هدوء مترقباً رحلة لا شك ممتعة ولكن قد يكدر صفوها القليل من المطبات الهوائية. ثق عزيزي القاريء في مهارة قيادة قبطانها المدعو Captain "تكتوكايفه حكاية" ولتستمتع بالرحلة الصحية المليئة بالإثارة الكهرومعلوماتية (Neologism!) في رحلة طيران رقم Charisma 777.

ما حجم المشكلة؟

عندما تعلم أن تقريباً حوالي واحد من كل اثنين في أمريكا الآن قد يعاني من نقص فيتامين د والسمنة أيضاً للأسف وقد تتساءل هنا من خلق أولاً الكتكوت أم البيضة؟! تبقى أماننا مشكلة عويصة شائكة صعبة المراسي! وبإليتها مجرد مشكلة عظام وهشاشة فقط خصوصاً في ظل الأمان الكاذب تحت "شمسية" نادرة مرض الكساح Rickets ظن البعض خطأ إلى نهايات القرن العشرين وبدايات القرن الحادي والعشرين، أن المشكلة أكبر بكثير من مجرد عظام ضعيفة ولا حتى مكسورة فقط!

المطب الهوائي الأول:

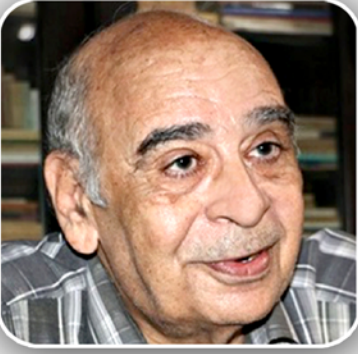
حالياً نعرف أنه هنالك المئات من الجينات من حوالي 23,000 جينات آدمية التي تكون الـ Human Genome في الخلايا التي تعتمد على فيتامين د لتقوم بوظيفتها في أفضل صورة وأعلى كفاءة وقد تتعجب عزيزي القارئ حين تعرف أن خلايا الدهون والمخ والجلد والأمعاء والعضلات والأعصاب والقلب والكلية والكبد وخلايا الدم عموماً والخلايا البيضاء المناعية خصوصاً وهذا ليس للحصر طبعاً! وهذا يعني أنه ليست مفاجأة بل ومن المنطقي جداً علمياً ومعملياً المفاجأة أن تعرف أن نقص فيتامين د تحت 20 ng/ml قد يؤدي إلى نقص



كاريوكا

7

www.charismadaily.com



بقلم د. أحمد الخميسي

قاص وكاتب صحفي مصري

توفيق الحكيم .. النخبة والجماهير

الجماهيرية يرجع إلى الجموع التي تحيط بنجوم تلك الفنون بعنايتها ولا تبخل عليهم بأخر ما في المحفظة من مال. أليس ذلك اعلانا بما يأتي لدى الجماهير في المقام الأول؟ واعلانا بأن الانسان لم يخلق لمعانة الإبداع بل للراحة واللهو والتسلي بالحياة. من الذي جانبه الصواب؟ النخبة؟ أم الجماهير؟ تطرح أجور النجوم الخرافية ذلك السؤال بقوة. وعلى سبيل المثال فقد بلغ أجر الممثل محمد رمضان بقدراته المتواضعة خمسة وأربعين مليون جنيه عن مسلسل "موسى" بينما عاش الأديب مارك توين حياة قاسية مثل مثل معظم الكتاب، وحين سألهم أحدهم ذات مرة:

ماذا تفعل هذه الأيام؟. أجابه: "أؤلف القصص" فعاد يسأله: " وهل بعث شيئا؟". أجابه مارك توين: " نعم. بعث ساعة يدي وقريبا سوف أبيع ثيابي!" ولو كانت الجماهير تحسب أو تؤمن بأن للأدب والفكر دوره وأهميته، لأحاطت الأدباء وأعمالهم برعايتها، لكن الجماهير حتى حين تشتري شيئا من الأدب فأنها تشتري روايات "أجاثا كريستي" وهي الأكثر مبيعا في تاريخ الرواية، لأنها مسلية وشيقة! في المقابل سنجد كاتباً كبيراً هو جيمس جويس يلخص الهوية بين النخبة والجماهير حين يقول: " يظل الكاتب يكتب لأن حاجته إلى التأليف توازي حاجته إلى التنفس يظل يكتب رغم الوحدة والفقر وأكوام رسائل الرفض من دور النشر، ورغم الأهل الذين يقولون له : لماذا لا تزاول وظيفة حقيقية أيها الأحق؟".

هل اختارت النخبة طريقاً مسدوداً حين راحت تبذل عصارة خيالها وقلبها وعقلها لترتقي بالشعور والفكر؟ ينما تؤكد الجماهير كل يوم أنها لا تعباً بذلك الجهد. عندنا يمكنك أن تسأل أي عابر طريق عن عمرو دياب وعبد القادر المازني، وسوف تقودك الاجابة إلى التساؤل نفسه: من كان على حق؟ ومن جانبه الصواب؟ الأحلام أم الواقع اليومي؟ الأقلام؟ أم الأقدام؟

عن جريدة الدستور

في 26 يوليو 2022 ذكرى رحيل توفيق الحكيم الخامسة والثلاثون. وقد أشار نجيب محفوظ إلى دور الحكيم حين فاز بجائزة نوبل فقال إنه لو كان الحكيم حياً لكان هو الأجدر بتلك الجائزة. بهذه المناسبة تحضرني عبارة كالصبيحة أطلقها الحكيم ذات يوم حين كتب: " انتهى عصر القلم وبدأ عصر القدم"، وأردف يوضح : " لقد أخذ لاعب كرة في سنة واحدة ما لم يأخذه كل أدباء مصر من أيام إخناتون"! بكلماته تلك طرح الحكيم سؤالاً يلج على من يومها: هل جانب الصواب النخبة الثقافية التي وهبت العالم عصارة قلبها وعقلها فكراً وفناً وفلسفة بينما لم يلق إبداعها على مدى التاريخ اهتماماً يذكر من الجماهير؟ بل وفضلت الجماهير دائماً أن تمنح مالها وأعاجيبها ونظراتها للاعب كرة القدم والمطربين ونجوم السينما؟ هل كانت الجماهير على حق في إيمانها الواعي أو غير الواعي، المعلن أو غير المعلن، بأنه لا ينبغي اهدار الحياة في كدح الهموم الفكرية، وأن الحياة لحظة لا بد من أن نغتنمها ونستمتع خلالها باللهو ولألعاب الحظ والصور المتحركة والأغاني والرقص؟.

تري من كان على حق؟ النخبة؟ أم الجماهير؟ لم يعيا توفيق الحكيم إلى وقتنا ليري لاعب كرة القدم "كيليان مبابي" يحصل على مليون جنيه استرليني في الأسبوع! بينما لم يجدوا تحت وسادة عباس العقاد حين توفي سوى ربع جنيه فقط لا غير! ولم يكن الحكيم ليصدق أن اللاعب ليونيل ميسي يتقاضى 960 ألف استرليني في الأسبوع؟! بينما عاش الأديب العظيم فيودور دوستويفسكي يكتب رواياته فصلاً بعد الآخر للمجلات الأسبوعية ليسدد ما عليه من الديون التي تطارده. وعلى حين يبلغ دخل مغني الراب الأمريكي "شون كومبس" مئة وثلاثين مليون دولار سنوياً كان نجيب محفوظ مضطراً لكتابة سيناريوهات أفلام لأن راتبه لا يكفي لسد احتياجات المعيشة. والسبب الرئيسي في تلك الهوية الشاسعة بين شظف حياة الأدباء ورفاهية حياة نجوم الفنون



بقلم فاطمة ناعوت

f.naoot@hotmail.com

الكاتبة الصحفية و الشاعرة
الإعلامية المنيرة

أيها الوحيدون ... اصنعوا زحامكم

معركة بين مارتن لوثر كينج وهتلر. ناصرت الأول وشبكت زهرة في عروة قميصه، وركلت الثاني فانزوى ويكي. وقبل أسبوعين أنصتُ إلى جوديث شقيقة وليم شكسبير، وهي تقول له باكية: "أنا أكثر منك موهبة، لولا أنك ولدت وأنا بنتٌ في مجتمع يظلم النساء. ظلمني نوعي فلم أشتهر، وأنصفك نوعك فاشتهرت." فابتسم ولم يُجب، ثم التفت معي إلى معركة ساخنة بين ابن تيمية وابن عربي انتهت بأن مزّق كل منهما مخطوطات الآخر. ولكم أن تتخيلوا حال بيتي بعد تلك المعارك بين العقول التي تسكن معي، والتي تُسفر دائماً عن مزهریات مهشمة، ووسائد مقلية هنا وهناك ومقاعد مقلوبة وأرائك تقف كالتوابيت في ساحة الوعى. بيتي يعوزه الهدوء. وفجأة يصدق فيولبين تشايكوفسكي مع صوت فيروز تغني للعصافير واليمامات التي تزور شرفتي كل صباح تقول لي: "صباحك سكر يا فاطمة"، ثم تطير بعدما تلتقط القمح من كفي. تملأ عيني ألوانٌ بیکار ومختار وحليم ووانلي. العام الماضي قضيت عدة نهارات أصلح إحدى طواحين "فان جوخ" الهوائية بعدما تدلت ريشة من طاحونة وكادت تسقط من اللوحة على الأرض. وبعدما أصلحتها فرح جوخ وكافأني بثلاثة عيدان قمح من إحدى لوحاته لأخبز بها رغيفاً لعشائي مع زراع البطاطس الفقراء. وبعد العشاء، استأذنت بيتهوفن في عزف "فور اليس" على بيانو في لوحة "بولديني": "ليانيسيتا. قبل النوم، انتهت على صخب وهرج ومرج في قاعة المعيشة! فإذا بها معركة عنيفة بين رينوار وماتيس حيث غضب الأول لأن الثاني وضع باللوحة لوناً أسود، والأسود، في رأيه، ليس لوناً بل بقعة من الحواء أو مزق في اللوحة، وأصرّ الثاني على أنه سيد الألوان! ثم تجاوز ماتيس في غيّه ورسم عنقاً طويلاً لرجل ولونه بالأخضر، حتى يغيب رينوار. صالحتهما معاً لأنني أحبهما معاً، ولم أناصر أحداً على أحد فغضبا مني كلاهما وخاصماني! غداً أصالحهما بكعكة شيكولاته وأهدي كلا منهما علبه ألوان جديدة. بيتي صغير جداً! ومزدهم جداً. زحام في بيتي ولكن لا أحد. أولئك الذين يشاركوني البيت لن ييکوا عليّ حين أموت فهم لا يعرفون الدمع؛ لأنهم جميعاً صنّاع فرح. أيها الوحيدون، اصنعوا زحامكم الخاص من الكتب والاسطوانات، واستضيفوا طيور السماء في شرفاتكم وامتحوها بعض القمح.

عن المصري اليوم

ويرحب بك دائماً بغض النظر عن حالتك وضعفك وبعدك عن الله لسنوات طويلة لكن ثِقْ أنه في الوقت الذي تطرق فيه باب السماء سوف تجده مفتوحاً وسيسمع الله لك خامساً: هناك بعض من الناس ما زالوا يصرخون وذلك بسبب أنه ليس لديهم أي عكاز يستندون عليه في هذه الحياة، و للأيضاح أقول لعلنا نلاحظ أنه كلما تقدم بنا العمر ولا تستطيع أقدامنا أن تحملنا نستعين ببعض أنواع من العكازات لتعزز عليها خوفاً من السقوط وذلك بسبب أننا لا نجد حولنا ولا سيما من أقرب المقربين من نستطيع أن نعتمد عليه ونستند عليه ومثل هؤلاء أريد أن أوضح أن الله أمين وأن تخلي كل البشر فهو لا يتخلى ويظل الأب والصدیق والرفیق الذي يصدق لا يمكن أن ينكر نفسه. دعنيؤكد لك عزيزي القاريء أن الله الذي خلقك وسمح لك بالحياة لهذا اليوم هو من وعدك أن يظل معك للمنتهي فهو الي الشيخوخة يحملك ويرفعك ويسندك حتي وأن لم تجد من تستند عليه ويخيب أملك ورجاؤك فيه أرفع عينك الي السماء وثق أن الله أقرب اليك من نفسك فهو من يعوضك عند رحيل القريب الغالي وهو من يقف بجوارك عند وحدتك وهو من يعينك لتواجه الحياة بكل ما فيها من صعاب وهو الباب الوحيد الذي لا يغلق أبداً وهو خير سند وعكاز تستند عليه.



خاص لجريدة كاريزما

بقلم جميل يوسف

مرخات مستجابة

سنوات ومنا من يعمر لسنين طويلة ولكن المحصلة النهائية أننا سوف نرحل والأهم أن الحياة لا تنتهي بانتهاء حياة من نظن أنهم حياتنا وبدونهم لا حياة لنا وليس لها أي قيمة ودعنيؤكد لك أنه حتي وأن فارقونا أقرب وأعز الناس فلا تنسى أن الله هو السند الحقيقي والصديق الأثرق من الأخ لا يتخلى عنا ولا يتركنا فعندما لا تكن لنا القدرة أن نقف على أقدامنا نجدده هو وحده من يمدنا بالقوة ويعيننا لتكمل الرحلة فهو خير سند تتكل عليه ومن أتكلم عليه لا يخيب رجاءه أبداً هو الحي الذي لا يموت مع السنين ثانياً: كم من مرات علي صراخك بسبب أحساسك بأنك وحيد وأنه لا يوجد من يهتم لأمرك ويشاركك همومك وأحزانك فجاءه تضيق بنا الحياة وكل منا يهتم بأمره فقط وهنا نشعر أننا بمفردنا وليس لنا من يعيننا أو يمسك بأيدينا نستطيع أن نقوم من كسرتنا أو وقعتنا الصعبة وهنا أود أن أشجع كل من يشعر بهذا الأمر أن الله في السماء يراك ويشعر بك وفي وقت أن تشعر أنك وحيد تذكر أن لك اله قريب منك وفي كل يوم يميزك

من اهم ما يميز علما عندما تأتي اليه لأول مره هو الصرخه التي يسمعها الطبيب عندما يخرج المولود من رحم أمه والتي تعلن عن قدوم مولود جديد الي علما والصرخه النابعه منه هي دليل أنه حي وان كان الصراخ هو الدليل. وهنا يأتي السؤال أعتقد أنه من الصعب أن يأتي أي مولود لأي امرأة في هذه الحياة بدون هذه الصرخه ومن هنا يتضح لنا أن الصراخ أصبح من العلامات المميزه لعلما ومن المؤكد أيضا أنه اختبار يمر به الكثيرين أن لم يكن الجميع مع اختلاف أسبابه وحديثي اليوم معكم عن صرخات نتعرض لها ولأبد أن نصدق اليوم أنها غير منسيه وغير مهمله لكن هناك من يهتم بها ويسمعها ويجب عليها بطريقته الخاصه بدايه أتسأل كم منا صرخ وأرتفع صراخه بسبب رحيل أقرب الناس اليه فقد يكون الأب أو الأم أو الأبن أو الأبنه أو الأخ أو الأخت ونظن أن حياتنا قد أنتهت برحيلهم عنا وليس هناك من يستطيع أن يوقف صرخاتنا فقد توهما أن حياتنا بدونهم مستحيله وأنه لا معني لها لكن عزيزي القاريء أسمح لي أن أوضح أمر هام أن مهما طالبت الحياة بنا أو قصرت فمن المؤكد أنه سوف يأتي اليوم الذي نرحل فيه من هذا العالم فمننا من يرحل سريعا ومننا من يرحل بعد بضعه

خاص لجريدة كاريزما

الكاتب والإعلامي

بقلم يوسف متي

عندما ينتهر المنطق

ليس من المنطق أن تأتي الأشياء بلا منطق كثيراً ما نعيش حالات يكون المفروض فيها مغايراً عن الواقع ، هنا المنطق يقول أن احدهما (المفروض أو الواقع) جاء مغايراً لقواعد المنطق مثال ذلك عندما يخطط الرسام اللون الأبيض باللون الأسود بنفس القدر فمن الطبيعي أن يحصل علي اللون الرمادي وهذا هو منطق الأشياء، لكن عندما تأتي النتيجة بلون آخر غير الرمادي، فهذا يعني أنه أمراً غير منطقياً. هنا يجب أن يكون لنا وقفة تأمل بعض الأشياء قد تبدو بلا منطق، الايمان قد يبدو بلا منطق، والحب قد يكون بلا منطق الغرائز قد نطن أنها بلا منطق، لكن هذا ليس هو الواقع، المؤمن بالوراثه وبلا منطق الذي يتبع سياسة القطيع ومسايرة العقل الجمعي إيمانه كاذب مهما ارتدي من أقنعة، الحب ليس أعمى كما تقول الأسطورة، الحب له بصر وبصيرة حادة ،لكي يجمع بين قلبين لابد أن يكون بينهما عناصر جذب كثيرة وكيمياء خاصه هي التي تحرك سهام كيوبيد، هكذا يقر المنطق، حتي الغرائز لا تتحرك بلا منطق الإثارة والجوع العاطفي هما اللذان يحركان هرمونات الرغبة، المنطق حاضر في كل الحالات . لكن مما لاشك فيه أن الإنسان أحياناً ما يعمل ضد الواقع وضد حقيقة الأشياء، حين يلوي عنق الحقيقة ويعصب عيون ماعت الجميلة ليفرض منطقته هو، مما يدفع المنطق علي الانتحار كمدأ .

دقق النظر حولك في الواقع الذي نعيشه الآن علي إمتداد الكوكب الذي نقيم عليه، وعلي مستوي الوطن الذي نعيش فينا ونعيش فيه، منذ بدء الخليقة وقاينين مازال يعمل قتلاً في هايل، لم يخلو قرناً ولا جيلاً ولا حتي يوماً لم يسال دم الإنسان بيد أخيه الإنسان علي هذه المسكونه بلا مبرر أو منطق !! ، كم من ملايين البشر يتضررون جوعاً وتفتك بهم الأمراض والأوبئة ويعيشون حياة غير آدميه في فقر مدقع بينما المليارات تتراكم وتتكاثر في جيوب صناع الحروب وتجار السموم، أين المنطق في هذا؟ اليس هذا إعلاناً سافراً عن غياب المنطق، اليس هذا انتحاراً للمنطق؟؟؟ دعنا نخرج من العام إلي الخاص ونقل من نصف قطر الدائرة ومحيطها، هل هناك منطق يرر ما آلت اليه أمة قال عنها العالم بريستيد أنها فجر التاريخ، وشهد لها شامبليون قاتلاً: يتداعي الخيال ويسقط بلا حراك تحت أقدام الحضارة المصرية القديمة، الأمة التي بنت الهرم عجيبة عجائب الدنيا، هل من المنطق أن تغيب شمس التحضر عنها وتغرب خلف كتيان رمال الصحراء، ذاك الشعب الذي كان له الريادة في المنطقة علماً مبهراً وفناً راقياً وأدباً رفيعاً ، عندما تسحب السجادة من تحت أقدامه بواسطة أقزام بلا حضارة تواطئ معهم بعض الخونة منا، و تغزونا ثقافة غربية مهترأهة، أقل ما يقال عنها أنها ثقافة التوكنوك، لا تسأل عن المنطق، فقد أنتحر عندما تكون حفيداً لصناع أعظم حضارة علي مر التاريخ، أرقى حضارة علي كل خطوط الطول وخطوط العرض فوق سطح تلك الكرة الأرضية، ثم تغزوك ثقافة الرعاع الوهايبية الشريرة، وتتغلغل في كل مفاصل الدولة وينتشر سرطان الأفكار الرجعية المتخلفة العفنة في سلوك الناس، لسنوات وعقود طويلة سنوات عجاف عملت علي طمس هوية البلد والتنكر للقومية المصرية مما دفع الكثير من أصحاب العقول والمواهب أن يصبحوا طيوراً مهاجرة تغرد وتعمر في بلاد الناس بعيداً عن حضن الوطن الذي أصبح عنصراً طارداً لأبناءؤه ، هكذا غاب المنطق ، بل انتحر ، نعم عندما يغيب اسم كيمت الجميل، عندما تزور هوية وطن علي مدي عقود طويلة، أين المنطق عندما يلصق باسم الدولة صفة العربية، إن كانت مصر

عربية فماذا يكون أهل جزيرة العرب ! الهوية ليست باللغة ولا بالدين ولا باللون الهوية بالأرض ، وأرضنا مصرية ونحن جمهورية مصر المصرية، وليست مصر العربية، ما معني أن يكون علي أرض العاصمة المصرية مبني جامعة الدول العربية ولا يوجد علي نفس الأرض اكاديمية علم المصريات Egyptology، ماعدا ذلك لا منطق فيه ..شعوب الأمازيغ ومنهم الأمازيغ المصريين في واحة سيوة المصرية مازالوا يحتفظون بلغتهم الامازيغية، شعب الأرمين رغم المجازر الوحشية التي تعرض لها من العثمانيين الاتراك غلاظ القلب تشنتوا في قرابة المائة وعشون دولة ومازالوا يحتفظون بلغتهم الأم ويعلموها لأبنائهم جيلاً بعد جيل ،الأكراد وغيرهم من الشعوب حافظوا علي لغتهم الأم لأن اللغة وعاء الثقافة لأي شعب ونحن أجبرونا قهراً علي ترك لغتنا المصرية الأم، والحكومات المتعاقبة تغض الطرف عن تدريس اللغة المصرية للمصريين رغم الدعوات التي يح فيها الصوت من أجل إعادة تواجدها في حياتنا فهي لم تمت لأنها خالدة كأصحبها اللغة التي حفظها أصحابها علي متون الاهرام واسطح المسلات وأوراق البردي ، ماذا يمنع تواجدها بجوار اللغة العربية وكل اللغات الحيه لا شئ غير غياب المنطق ، كيف لدولة أن تطلع لمستقبل أفضل وقدر أعلي من التحضر وهي ترتدي عبائة الدين التي تعرقل أي خطوه نحو مستقبل أفضل ، كيف لعقول تعادي العلمانية وترفضها دون فهم أو عن سوء نيه كيف لها أن تطمح في مستقبل أفضل ، منذ أن أضاف الرئيس المؤمن المادة الثانية في الدستور كرشوه للناخبين ليبقي ملتصقاً بكرسي السلطة، ولا أحد يجرو علي طلب إزالة هذه المادة العنصرية الغير منطقية ، لأن الدولة ببساطه شديده ليس لها كيان مادي ملموس ليكون لها دين، وإن تجرأت تتهم باذراء الدين ويلصق بك التهم المعبأة مسبقاً وينبري أي محامي كفته من هواة الشهره ليمارس هواية التملق، أي دول العالم المتحضر أو المتخلف تحمل بطاقة الهوية خاتمة تبين ديانة المواطن فيها ، الغرض من بطاقة الهوية أصلاً توصيف صاحب الهوية شكلاً وليس إيمانياً، هذه الخاتنه الحمقاء المقصود بها التمييز بين المواطنين ليس أكثر، للأسف تجد من يدافع عنها زوراً بمبررات وهمية بلا منطق . أي منطق يقول أن يبقني علم مصر بلا بصمة مصرية، مجرد ألوان ثلاثة، مثل عشرات الاعلام الأخرى التي لا يفهم لها معني ونحن لدينا ثروة من الرموز المصرية تركها لنا أجدادنا في كل المعابد والأهرام من زهرة اللوتس وعين حورس وماعت والخرطوش الملكي وعنخ مفتاح الحياة ومراكب الشمس، أي من هذه الرموز يوضع علي علمنا كبصمة مصرية تؤكد هويتنا، اليس هذا من المنطق لهذا نحن نعاني من التفسخ والانحلال في المزاج والذوق العام، بعد أن كنا نظرب بفريد وحليم تعودت أذاننا الآن علي بيكا وشاكوش ، وبعد أن كان فتي الشاشة رشدي أباطه تصدر الأفيش نموذج البلطجي نمبر زيرو، حتي فوازير الفراشة نبيلي تبدلت بسخافات رامن جلال كلما أذداد الهبوط في الذوق العام كلما انحدر أيضاً السلوك العام للمواطن، العلاقة عكسية وليست طردية بين ثقافة وتحضر شعب ما وبين الفن الهابط والفكر السطحي والاعلام التافه، القوي الناعمة عندما تكون بحالة صحية يصح بدن الامة، وعندما يصبح الأقزام فكراً والفقراء ابداعاً والطالبون اعلاماً هم اللذين علي الساحة تغطيهم عبائة الدراويش، فقل علي الدنيا السلام، وتأكد عندئذ أن المنطق قد انتحر.

خاص لجريدة كاريزما

بقلم م. مجدى عزيز

كاتب وشاعر ومحلل سياسي

حصان طروادة (Trojan Horse)

هي سفرة صغيرة يتم تحميلها مع برنامج رئيسي من البرامج ذات الشعبية العالية، ويقوم ببعض المهام الخفية، غالباً ما تتركز على إضعاف قوى الدفاع لدى الضحية أو اختراق جهازه وسرقة بياناته. هو نوع من البرمجيات الخبيثة التي لا تتناسخ من تلقاء نفسها والذي يظهر لكي يؤدي وظيفة مرغوب فيها ولكن بدلا من ذلك ينسخ حمولته الخبيثة. وفي كثير من الأحيان يعتمد على الأبواب الخلفية أو الثغرات الأمنية التي تتيح الوصول الغير المصرح به الى الكمبيوتر أو الجهاز الهدف. وهذه الأبواب الخلفية تميل إلى أن تكون غير مرئية للمستخدمين العاديين. أحصنة طروادة لاتحاول حقن نفسها في ملفات أخرى مثل فيروسات الكمبيوتر. أحصنة طروادة قد تسرق المعلومات، أو تضرر بأنظمة الكمبيوتر المضيف. وقد تستخدم التنزيلات بواسطة المحركات أو عن طريق تثبيت الألعاب عبر الإنترنت أو التطبيقات

القائمة على الإنترنت من أجل الوصول إلى أجهزة الكمبيوتر الهدف. والمصطلح مشتق من قصة حصان طروادة في الأساطير اليونانية لأن أحصنة طروادة تستخدم شكلا من أشكال "الهندسة الاجتماعية"، وتقوم بتقديم نفسها على أنها غير مؤذية، ومفيدة، من أجل إقناع الضحايا لتثبيتها على أجهزة الكمبيوتر الخاصة بهم • عدم تحميل برامج أو ملفات غير موثوقة. • تثبيت برامج مضادة للفيروسات ك Avast أو Avira.

قم بفحص الملفات التي حملتها باستخدام كيفية حماية الحاسوب من الفيروس • فايروس توتال. • اجتنب تحميل أو تثبيت النسخ المقرصنة Cracked Softwares • عدم الدخول لمواقع ويب غير موثوقة

منقول

خاص لجريدة كاريزما

بقلم سلوى رزق

كاتبة وصحفية

أوراق من شجرة حياة الهروب إلى الله

كيفية الهروب إلى الله، بالرجوع إلى الله بالصلاة: الصلاة هي العلاقة السرية مع الله بدون رقيب كما نرمم الترتيمة... الصلاة هي الاتصال بالله فهي حالة لا بد أن لا تنقطع من حياة الإنسان لحظة واحدة. الصلاة يكون فيها الفكر مرتبط بالله والقلب يشعر بمحبة الله وحنانه والجسد يتم جميع وظائفه ومحافظا على تقائه وطهارته لما يأخذه من الاتصال الدائم بالله فتنتطبع الصفات الطاهرة في حياته ويذكرنا بموسى النبي حين كان يكلم الله على الجبل كان يرجع إلى الشعب بوجه المشع بنور الله.. الصلاة تثير العقل وتجعله يميز الخير عن الشر.. الصلاة حصن حصين وقت الأزمات والضيقات.. الصلاة هي تجديد حياتنا باستمرار وتمحيص لنفوسنا إذا غابت النفس عن شمس البر الذي هو رب المجد يسوع المسيح والروح القدس يجدد مثل النسر شبابنا في الصلاة.

التوبة الحقيقية والإعتراف والتناول من الأسرار الالهية :

توبوا لأنه قد اقترب منكم ملكوت السماوات (متى 17:4) أن التوبة هي مرحلة حقيقية في حياة الإنسان.. لأنه ليس احد بلا خطية ولو كانت حياته يوما واحدا على الأرض (اي 4:14) من منا لا يحتاج باستمرار إلى طبيب النفس والروح والجسد الذي قال لا يحتاج الاصحاء إلى الطبيب بل المرضى انه الخالق الذي يعلم ببواطن نفوسنا انه السيد المسيح كلمة الله الأب الذي ولد من العذراء مريم أخذا جسدا مثلنا. التوبة تكتمل بسر الاعتراف والتناول لنثبت في الله والله فينا يعمل الروح القدس لنرم ونقول جعل الإثنين واحدا اى السماء والأرض لكى نكون ملائكة ارضيين أو أناس سمانيين.

الصوم:

من أجمل الصلوات عن الصوم هي صلاة القسمة في ايام الصوم الكبير. الصوم والصلاة هما اللذان يخرجان الشياطين إذ قال إن هذا الجنس لا يخرج إلا بالصلاة والصوم (القداس الالهى) والصوم في المفهوم الروحى انه ليس مجرد تغيير طعام ولكنه عبارة بركة طاعة لله لأن في بدء الخليقة لم يطعيا الرب آدم وحواء فكانت عصيان وعدم طاعة لله ان لا ياكل من شجرة معرفة الخير والشر. ويحضرننا الان طاعة ابونا ابراهيم ابو الآباء حين قدم ابنه إسحق ذبيحة للمحرقة ولذا بالطاعة لله حسب لأبناء ابراهيم برا يتعلم منه جميع الأجيال وايضا بارك نسله .. ومن المبادئ الأساسية للصوم هو أننا نقتدي برب المجد يسوع المسيح الذى صام عنا أربعين يوم وأربعين ليلة قبل ما يقدم نفسه فداء عن حياة العالم ... والصوم هو صلب الأهواء

الدينية وسحق الذات واللذات العالمية الفانية.

القراءات الروحية:

(فتشوا في الكتب لأنكم تظنون أن لكم فيها حياة ابدية (يو 39:5) قراءة ودراسة الكتاب المقدس كدستور لحياتنا باستمرار حتى إذا اخطنا في بجزع أو حماقة قلب يردنا الروح القدس سريعا إلى الحلة الثورانية ولا تغطينا ظلمة الخطايا. وللحقيقة أن أسفار العهد القديم تعطينا الدواء للداء لما قدمه للعالم بالوحي الالهى عن قصص الآباء والأنبياء منهم البار ومنهم الآثيم . منهم من تاب بعد اثمه كداود النبى على سبيل المثال ومنهم من فقد علاقته بالله كشمشون . لذلك فوائد كثيرة نستفيد لحياتنا حين نرتبط بالكتاب المقدس. ... أيضا في العهد الجديد قدم لنا السيد المسيح بنفسه القدوة الحسنة للحياة على الأرض كإنسان وترك لنا الأمثال المختلفة التي تعبر عن كل حالات الإنسان الفنى والفقير.. الدرهم المفقود.. وقدم لنا دستورا مسيحيا سهل التنفيذ وهو الموعدة على الجبل. أما عن سفر الرؤيا فهو عبارة عن تشويق روحي رائع عن السماء والابدية ليشجعنا أن نجاهد لنكون ضمن الصفوف السمائية ... وايضا كثير من الرسائل الجامعة ورسائل معلنا بولس الرسول تنظم كثير من الأحوال المدنية والروحية والجسدية لكافة المؤمنين المسيحيين.

التدريب الروحية:

اروم ان تكون ناجحا وصحيحا كما أن نفسك ناجحة (3 يو 2:1) التدريب الروحية مهمة جدا للإنسان حيث أنها بمثابة الأم التي تلقى أطفالها كيف ياكلون وكيف يشربون.. الكنيسة الأرثوذكسية العظيمة تلقن اجيالها كيف يحيون حياة إيمانية عميقة وبسيطة وغير معقدة.. في الكنائس أبائنا الموقرين يمارسون ويخدمون بقلب طاهر شعب كنائسهم بالعمل الفردي اى يجلس الأب الكاهن الذى يناديه الشعب بلقب (أبونا) جلسات فردية يكتشف ما هو يسر به وما يحزن وينزعج منه الإنسان وبالتالي يعطيه اهتماما وجبا روحيا اجتماعيا . يجعل للإنسان رفيق يرجع إليه في كل شئ. لذلك هذا النظام يضمن للإنسان حياة مستقرة هادئة. ... فالهروب إلى الله قامه روحية تسعى أن نصل اليها إلى آخر نفس في حياتنا لنحظى بالنعيم الابدى ربنا يعطينا أن نتبارك بالمثل أمام الله بلا لوم وان نتمتع بالعمرة معاه هنا على الأرض لكى نكمل بقية حياتنا في الدهر الآتى في أورشليم السمائية.



خاص لجريدة كاريزما

بقلم القس اغسطينوس حنا

قصص قصيرة وطرائف

مأساة مصرع جون كيندي



عشرين سنة بدون كلمة شكر!

أنت امرأة قروية يوماً بكومة من علف الماشية ووضعتها أمام أفراد أسرتها بدلاً من الطعام. فصاح هؤلاء في وجهها: "هل جنتت" فما كان منها إلا أن قالت لهم: "وما أدراني أنكم ستلاحظون الفرق؟ لقد ظلت أطبخ لكم طعامكم عشرين سنة ولم أسمع منكم كلمة شكر، أو أي كلمة تطمئنني إلى أنكم تميزون الفرق بين الطعام الجيد وعلف المواشي؟! وبمناسبة أننا في بلد يحتفل بعيد للشكر في كل عام يا ليتنا لا نكون بخلاء في شكرنا لله وللناس، وإن نبدأ في تدريب أنفسنا على تنفيذ هذه الوصية المقدسة: "أشكروا في كل شيء" (1 تس 5 : 8). فنبداً يومنا بالشكر ونختمه بالشكر. ولا نسرع في تناول الطعام مهما كنا جياح بدون شكر. ولا نضحك على أولادنا إذا نفذوا ما تعلموه في مدارس الأحد بضرورة الصلاة والشكر قبل الأكل بل نشجعهم ونشاركهم ونشكرهم لأنهم ذكرونا بشئ أهملناه. علينا أن نشكر الله صانع الخيرات على احساناته اليومية الكثيرة لنا، سواء الروحية أم الجسدية أم المادية. بل ويجب علينا أيضاً أن نشكر الله حتى على الأشياء التي قد نظن أنها في غير صالحنا حسب نظرتنا البشرية القاصرة، لأن الكتاب يعلن بأن "كل الأشياء تعمل معاً للخير للذين يحبون الله" (رو 8 : 28).

اندروكليس والأسد

من قصص التاريخ هذه القصة المشهورة اندروكليس الذي هرب من عبودية سيده إلى مغارة في جبل. وإذا به يسمع أنبنا من داخل الكهف المظلم. ولما دقق النظر لح اسداً ضخماً رابضاً متوجعاً يئن من الألم كالقط الأليف. ارتعب اندروكليس ولكنه تشجع وغلبته الشفقة إذ رأى شوكة كبيرة مفروسة في قدم الأسد فذهب إليه اندروكليس وانتزع الشوكة من رجله... وشعر الأسد بالراحة وصار صديقاً له. وبعد شهر غادر اندروكليس المغارة وقبض عليه وحُكم عليه بالموت أيام الاضطهاد الدموي والقوه للوحوش المفترسة. ورأى المتفرجون منظرًا عجيباً. وإذا بالأسد الجائع يقترب من اندروكليس ويركع عند قدميه ويلق قدميه معبراً شكره وحفظه للجميل ولا يؤذيه! كان هو نفسه الأسد الذي أخرج الشوكة من قدمه! كانت شوكة واحدة في قدم أسد جعلته يتوجع ويتأوه هكذا ويحفظ الجميل فما بالنا ياكل من الأشواك البرية الكبيرة المؤلمة تغرس في رأس المسيح!؟

لقد حمل الرب أشواكنا كلها على رأسه، سواء شوكة الخطية أو شوكة المرض أو شوكة الموت حتى يستطيع كل مؤمن أن يهتف "أين شوكتك يا موت؟" فهل تكف عن الخطية والتذمر والشكوى وتحفظ جميل من أحبنا وتألم عنا فنبدله حباً بحب ونكرس له حياتنا؟

أحدث خبر مأساة سقوط طائرة جون كيندي الأبن مع زوجته كارولين وأخت زوجته لورين في المحيط وموت الثلاثة في الحال. أصداء واسعة من الحزن العميق والاسى. ولقد احتل هذا الخبر صفحات الجرائد الأولى والمجلات في العالم، وشغل الإذاعات والتلفزيون 24 ساعة متواصلة لمدة أسبوع كامل. أن الذي يهمنا في هذا كله من منظور روحي، ليس الأخبار المثيرة والذكريات الأليمة وأستعراض اليوم الصور من الميلاد إلى الممات، ولكن الرد على التساؤلات الآتية: ١- هل كان جون الأبن وزوجته وأخت زوجته مستعدين لهذا الموت الفجائي والوقوف أمام الله بهذه السرعة؟! ونفس السؤال ينطبق على والده الذي كان رئيس جمهورية عظيم ومحبوب، وانتهت حياته فجأة أيضاً بجريمة قتل فهل كانوا جميعاً مستعدين للأبدية؟ ٢- يقول الحكيم سليمان في سفر الجامعة: "لأن الإنسان أيضاً لا يعرف وقته. كالأسماك التي تؤخذ بشبكة مهلكة، وكالعصفير التي تؤخذ بالشرك كذلك تقتنص بنو البشر في وقت شر إذ يقع عليهم بغتة" (جا 9 : 12). ٣- ما أقرب الحزن إلى الفرح في هذا العالم، فقد مات الثلاثة وهم في طريقهم لحضور فرح أبنة عمهم فلم يحضروا العرس الذي أنقذ أو تأجل وتحول الفرح إلى جنازة! لا ضمان ولا أمان ولا استقرار على حال في هذا العالم الذي نتعلق به. ٤- كان شاباً في ربيع العمر - 38 سنة - ابن رئيس جمهورية، محام ورئيس تحرير مجلة، يملك أكثر من خمسة مليون دولار وطائرة خاصة وعريس جديد متزوج منذ سنتين وإينما سار تسلط عليه الأضواء، ولكن يا للأسف كل ذلك ضاع في لحظة ولم يضمن له سلامة ولا سعادة. فهل أدرك شبابنا أن طموحات العالم ليست كل شيء، وأن ملكوت الله يجب أن يكون طموحهم الأول، ويقدرن نعمته أن يكونوا أولاداً للملك الملوك ورب الأرباب الذي ليس للملكه نهاية؟ 5- جميل أن يملئ الشارع أمام بيته زهوراً وشموع ودموع، فالناس عاطفيون يتوجعون للحوادث الأليمة. ولكن هل لقي الملايين من ضحايا الحروب الوحشية، أو الشهداء القديسين الذي لم يكن العالم مستحقاً لهم، شيئاً من هذا الاهتمام الضخم؟! ***

البخيل

قصة البخيل الشهيرة للأديب الفرنسي موليير تتلخص أن هذا البخيل دعى يوماً بعض أصحابه على العشاء وكتب لهم على باب غرفة الطعام "يا فطة" تقرأ هكذا: "إننا نأكل لكي نعيش. ولا نعيش لكي نأكل!" ومهما كانت هذه العبارة باعثة على الضحك، إلا إنها تطوى على حكمة. فأن الذين يعيشون لكي يأكلوا هم الحيوانات ذوات الأربع. أما الإنسان العاقل الحكيم فهو الذي يأكل لكي يعيش، وعندما يعيش فإنه يضع أمامه أهدافاً أعلى وأسمى من الأكل والشرب والبس والأمور الجسدية التي تطلبها الأمم الوثنية. وأما الإنسان المسيحي فيطلب "أولاً ملكوت الله وبره" (مت 6 : 33).

خاص لجريدة كاريزما

بقلم كريستين عادل

كاتبة وصحفية

تخلص من الكراكيب



ما، ممكن أن يساعدك هذا لتصبح مفكراً أو كاتباً. وإذا وجدت نفسك مُحباً للإهتمام باللياقة البدنية، ممكن أن تنمي ذلك في إطار التركيز على رياضة تفيدك. وإذا وجدت نفسك مُحباً للتسويق، يمكنك أن تدخل في مجال البيع والشراء والترويج لمنتجاتك. وإذا كانت لديك مهارات الاكتشافات التكنولوجية، فيكون ذلك حماساً لك لتصبح متخصصاً في المجال التكنولوجي... وهكذا. هنا تقف برهةً مع نفسك لتتخلص من كراكيب الوقت الضائع الماضي، وتقرر العمل فيما هو عائد عليك بالنفع المعنوي والفكري أو البدني. كما يمكن أن يعود عليك بالنفع المادي في بعض الأحيان إذا استطعت. ولكن لا تجعل السبب المادي هو السبب الأول أو الوحيد لكي لا توقف حياتك. تخلص أيضاً من كراكيب الندم من وقت لآخر على ما سكتته من لبني. صحيح أنه من حقد أن تحزن في الوقت الذي تات فيه الأحزان ولا يجب أبداً بكت مشاعرك أو الحجل منها. ولكن المطلوب ألا تستسلم لنفس الحالة وقتاً طويلاً من عمرك. فالجميل أن نساعد أنفسنا على الخروج من هذه الحالة بقدر الإمكان. وإذا لم نستطع، نطلب مساعدة الله والأحباء بالإمسك بأيدينا للنهوض واستكمال الحياة. يمكننا أن نُشغل وقتنا بكل ما هو مفيد لتنشيط أذهاننا وقلوبنا. لأننا نعلم جيداً أن الحياة على الأرض ليست كاملة لدى أي شخص. فإذا ظللنا نبحث عن الكمال دائماً في الأشخاص أو الأحداث أو الأشياء، لن نخطو خطوة واحدة في قراراتنا، ولن نتمتع بالعيش فيها. وتخلص أيضاً من كراكيب الخوف من تخطي خطوات جديدة في حياتك مُتجنباً تارة بتأخر الوقت، وتارة بعدم وجود طاقة للتخطي، وتارة أخرى من الفشل سابقاً أو نقص الإمكانيات. فتذكر أن لكل تجربة موجهة في الماضي أو لكل فشل ماضي سبباً في تحقيق نجاحات في المستقبل وفهم أكثر لجوانب الحياة. فإن سارت حياتنا كلها نجاحات، لن نفهم كيف نحافظ على ما حققناه، ولن نفهم كيف نتجنب الأخطاء. فلننظر معاً إلى الكوب الملائن من كل ما تخطيناه في مراحل عمرنا كي ما تمتلئ نفوسنا من حب الحياة. ولننتبه إلى التخلص من كراكيبنا أول بأول لننظم العيش فيها. معاً لنساعد بعضنا بأن نمسك بأيدي بعضنا البعض حينما يقع أحد فينا، ومعاً لتتخلص من كل غبار مرّ علينا.

في كل مرة تقرر أن تدخل غرفتك وترتيبها تتمسك بكل ما هو هام فيها، وتجذ الكثير من الأشياء التي لم تعد لها نفع لك لتضعها جنباً وتقرر التخلص منها. ثم تقوم بتنظيفها من أي غبار بها حتى تتمتع بالجلوس فيها. هكذا هي حياتنا من حين لآخر وفي كل مرحلة عمرية، نحتاج أن نُنظفها من غبار العلاقات والأزمات والأشياء التي كانت سبباً لضياح وقتنا وأن نُؤتيها بكل ما هو جديد ومثمر لمنفعتنا النفسية والجسدية. نتمسك بكل ما كان يبيننا من الماضي لنستمر به في المستقبل. ونتخلص بما لم يعد يفيدنا وجدانياً وفكرياً وروحياً.

نتأمل في علاقاتنا، فنحتاج الكثير من الإهتمام منا. إذ هناك علاقات سريعة تمر علينا بصفة مؤقتة سواء علاقات عمل أو علاقات بهدف تحقيق مصالح مشتركة كتقديم أوراق دراسة أو بيع أو تسجيل أية بيانات من خلال مصالح حكومية. هي علاقات سريعة ومؤقتة وليس فيها سوى تبادل المصالح المشتركة، لأنك تحصل على خدمة ما بمقابل مادي. نحرص على تكرار التعامل مع من أراحنا ولا نكرر التعامل مع من ضايقنا. وإذا اضطررنا إلى تكرار التعامل نحاول ألا نوتر أنفسنا حتى ينتهي التعامل. وهناك علاقات لم تكن في خاطرك أن تستمر معها طويلاً وتكون هي سبباً لسعادتك كعلاقة صداقة أو علاقة زواج أو عمل أيضاً. كما أن هناك علاقات فُرضت عليك بحكم الفطرة كعلاقة الأبناء مع الوالدين أو علاقة الأخوة. هنا تقع بين حيرة الاختيارين. فأحياناً تجذ أنها علاقة نفع وحب مشتركة، وأحياناً لا تشعر من خلالها بأي ببيان. لأنه هناك من يحرصون على هذه العلاقات فقط من أجل الصورة الخارجية لشكل الصداقة أو العائلة أو من أجل أنها صلة رجم يجب أن يعمل الضمير من أجلها أو من أجل الحفاظ على الصورة الخارجية. كراكيب العلاقات هي العلاقات السامة في حياتنا التي هي السبب في فقدان سلامنا الداخلي. فإذا استطعنا بتر هذه العلاقات أول بأول، كان هذا نفعاً لنا. وإذا لم نستطع، فالحل الأمثل تجنب الخلافات التي تنتج من هذه العلاقات باختصار التعامل معها بقدر المستطاع. كما نتأمل في الأحداث التي جرت في حياتنا ما أفادنا منها؟ وما كان سبباً في هدم جوانب جميلة في شخصيتنا؟ وما كان سبباً أيضاً في إكتشاف العديد من الجوانب الإيجابية فينا. فمثلاً حينما تجذ نفسك مُحباً للقراءة وكتابة أرائك حينما تتضايق من موقف ما أو شخص

١- الثمن

هناك جملة انجليزية جميلة تقول : (توقف عن السؤال ما إذا كانت هي تستطيع الطبخ أم لا... طالما انت لا تستطيع أن تدفع ثمن البقاله) تشبه في معناها " اطحى يا جاريه، كلف ياسيدي " ولكن الجملة الانجليزية تركز علي نقطه أبعد بكثير ..

فالناس دائما ما تبحث عن الصفات الأفضل في الآخرين ..

فالعريس مثلاً يطلب أن تكون العروس "رائعه" في كل الصفات (مديرة بيت شاطرة .. متدينة وجميلة و مثقفه) ولا يوجد شخص يسأل نفسه (هل لدى استعداد ان ادفع ثمن استمرار هذه الصفات بعد الجواز؟)

هل لدى استعداد أن ادفع ثمن الكتب لكي تظل هي مثقفه...؟ ثمن المكياج والكوافير والجيم لكي تستمر هي جميلة؟

بنفس المبدأ... كلنا في تعاملاتنا مع الناس نطالبهم ان يكونوا (رائعين) بالرغم من أنه ليس معنا الثمن ..

بالمناسبة... هناك ثمن يدفع دائماً في مقابل كل شئ جميل في الدنيا لكي يستمر جميل كما هو ..

محتاج صاحب جدع.. ستدفع انت ثمن

خاص لجريدة كاريزما

بقلم صورييل نبيل

مستشار إعلامي

حلو الكلام..

(الجزء الثاني)



- يا راجل! ... انت عايزني اجادل الناس واتعب مخي وأحرق في اعصابي؟
- ليه لا؟.. طالما مبدؤك "وجادلهم بالتى هي أحسن."
يا صديقي.. لقد اتينا الي العالم لكي نصنع فرقا.. لا لكي ندخل الي الحياة و نخرج منها صامتين.. اتينا لنصنع فرقا للأفضل.. لنعط فكرا وعملا مختلفا...
تخيل مثلا لو أن أرسطو او أفلاطون او ابن رشد.. قرروا "تربيع دماغهم".. مع ان فعلا كلامهم "جاء لهم الكافيه" وكلهم ماتوا مقتولين من تحت رأس كلامهم وأفكارهم.. ولكن أفكارهم عاشت قرون.. وغيرت تفكير ملايين من البشر.. وغيرت العالم للأفضل للأحسن...
لو كل واحد سيكت عن فكره و" كبر دماغه" وقتها كلنا هنكون شبه بعض... والحق سيضيع وسط السكوت...

الجذعنه مقدما وستكون انت الجذع... محتاج ست بيت اذا عليك ان تكون انت على قدر المسؤولية لكي تتركها هي مهتمه بالبيت فقط ...
كل شئ في الدنيا له ثمن.. سواء انت دفعت الثمن أو غيرك دفعه.
لذا قبل أن تشتري . فكر في كيف ستستمر في دفع الثمن؟ ...
والا.... فتوقف عن طلب المثالية في الآخرين وتقبل انك أيضا غير مثالي.

٢- انت و الصباره الراقصه
لماذا لم ترد علي تفاهاته التي قالها؟
- ياخي انا مريح نفسي ويقول لكل واحد انت صح.. "عمار يا دماغى."
و- انت فرقته ايه عن لعبة الصبارة الراقصه؟. بالعكس هي أحسن منك...
اللعبة بترقص وهي تكرر الكلام .

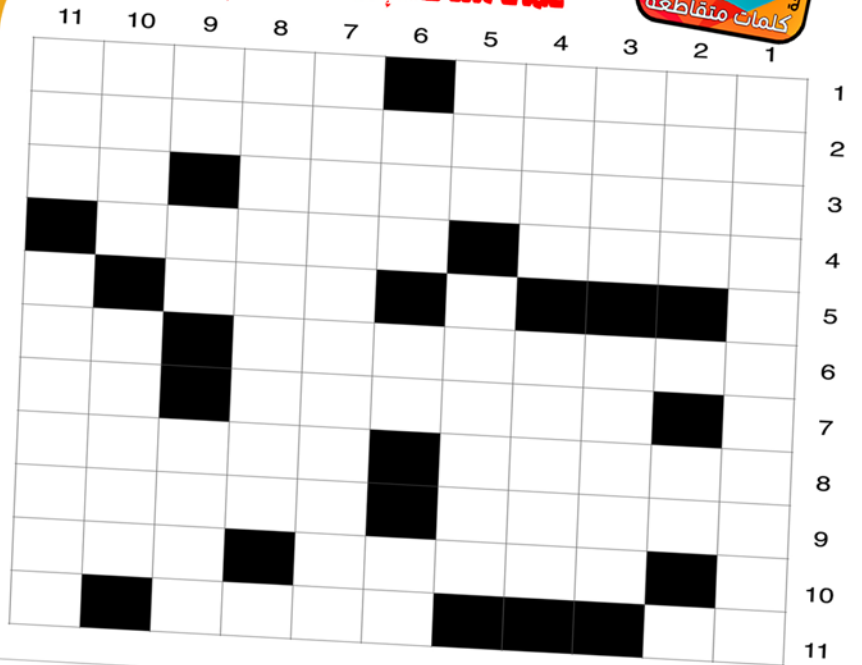
كن مختلفا.. ولكن أرجوك لا تكن متخلفا

٣- الدنيا

- لا يوجد شخص يهتم بالحقيقة .. كلهم يبحثون عن مصلحتهم فقط..
- غريبه !!!.. هل اكتشفت ذلك الان فقط؟
- اتهازأ بي ؟ الدنيا اتقل خيرها فعلا .
- لا أعرف .. ولكن من وقت ما كانت الدنيا أربعه فقط.. قام أحدهم بقتل الآخر... والتاريخ مليء بالشكر العظيم الموجود في نفوس البشر...
- ماذا تقصد ؟.
- يا صديقي لا تجعل الشيطان يخدعك فالدنيا شريرة منذ أن خلقت.. و ادم نزلها لأنها عقاب و هي ليست مكافأة... أتذكر.. هو أخطأ في الجنة ونزل إلى الأرض كعقاب... فهل تتوقع أنها ستكون جنة؟
- ولكن.. ألا توجد فرحه؟
- بالتأكيد... أعط الفقير. ساعد المحتاج. أعط من علقك لمن يحتاجه.. و دافع عن الحق حتى لو ستخسر. كن أنت الشمعه في ظلام العالم.. هذه كلها ستفرح قلبك الحزين
- وما الفائدة طالما في النهاية لا أحد يشكر...؟
- هناك من سيعمل جميلك إلى الأبد... من؟
- الذي "لا ينام".



كلمات متقاطعة إعداد/ هشام الخطيب



أفقي:

1	غرفة لأن الأضواء مشعلة	سيارة لنقل الجرحى والمرضى
2	أعلى بناء في المطار ويحوي أجهزة اتصال	ما قاله الغرب للغرب (مقلوبة)
3	شركة الطيران الروسية	جمع قرين أو صديق
4	أحد أعضاء الشركة المساهمين	
5	إثنية من اسيا الوسطى غزت الشرق وبهدلته	أصبح قليلا
6	أشعل النار في وسيط عقارات (كلمات)	حرف مكرر مرتان
7	أحد وسائل النقل في المدينة (مقلوبة)	حلت عليه البركة
8	مذكر حبيبة (مقلوبة)	حاضرة كانت تبني من الطين
9	جمع مصر (مقلوبة)	حدث الشخص ولامه على فعلته
10	اشتهر المصريون ب وخفة الدم (مقلوبة)	خبرة وطول أمد في الحرفة
11	أداة نداء	

عموديا:

1	بت تلفزيوني من الموقع (كلمات)	شريك الأم (مقلوبة)
2	أسمى البصر	مشكلة صعبة
3	يركض	يعمل دبل في السبما فهو (مقلوبة)
4	يعمل عند الكوا فهو يتقن ال (مقلوبة)	ما يحضر له التلاميذ في نهاية العام الدراسي
5	يضعون الاغنية في التلاجة لمنعها من ال (مقلوبة)	يؤدي تناوله الى المرض أو الموت
6	يجع (مقلوبة)	
7	المرات التي يسلكها مسافري الجو (كلمات)	
8	حاجز تصنعه الجرافات حول المطار	تلكم عن الشيء مرارا حتى نحسه
9	خالف والديه وأحزانها	مثنى قمر
10	وضّح الشيء وأظهره	المكان الذي يحوي الكتب
11	فصل قطعة قماش عن أخرى	



حل الكلمات المتقاطعة للمعد السابق

برج الحمل (21 مارس - 20 أبريل):

حاول ترتيب الأمور بطريقة ودية بدلاً من العيوس. قد تزداد الملذات المادية في الحياة الزوجية أو علاقات الحب بسبب وجود الزهرة، فاعل الملذات المادية في منزلك الرابع. يجب أن يستمتع مواليد برج الحمل إلى مخاوف حبيبهم أو زوجاتهم ومحاولة فهم مشاعرهم. إذا تواجد كوكب الزهرة في برجك بقوة، فستزدهر العلاقات.

برج الثور (21 أبريل - 21 مايو):

في هذه الفترة، يمكن أن يكون موقع الشمس والزهرة وعطارد مقيّداً في إحداث العديد من التغييرات الإيجابية في حياتك. وهذا قد يمكنك من قيادة حياة أسرية سلمية. في الوقت نفسه يمكن رؤية مواليد برج الثور يعملون جيداً في مجال التعليم بسبب عبور كوكب المشتري في منزله والجانب الكامل منه في منزلك الخامس. ومع ذلك، عليك أن تكون حذراً بشأن صحتك في شهر أغسطس. قد تواجه مشكلات صحية وقد تأتي المشاكل العقلية أيضاً في طريقك.

برج الجوزاء (22 مايو - 21 يونيو):

قد تواجه مشاكل من الناحية الصحية ولذلك ننصحك بالحذر حيال ذلك. في الوقت نفسه قد يواجه طلاب علامة البروج هذه تحديات في دراستهم، هناك احتمال أن يظل جانبك المالي مريحاً. إلى جانب هذا، سيكون هناك اقتران بين الشمس والزهرة في منزلك الثاني، منزل العائلة، ونتيجة لذلك، من المحتمل أن تحصل على التعاون الكامل من شيوخ العائلة. قد يواجه سكان علامة البروج هذه أيضاً العديد من المشكلات في حياتهم العاطفية. يجب أن تتحكم في لغتك وأن تتصرف بلطف أثناء التعامل مع حبيبك.

برج السرطان (22 يونيو - 23 يوليو):

قد تظهر بعض أوجه سوء التفاهم والصراعات في علاقة الحب الخاصة بك. قد يكون لديك خلافات حول قضايا تافهة خلال هذه الفترة وقد تتضايق، ولكن هناك كوكب المشتري في منزلك الخامس، ونتيجة لذلك، من المحتمل أن تستعيد حبك وعاطفتك. قد يدخل عزاب برج السرطان في الزواج في هذه الفترة. في الحياة الزوجية، يمكن حل الخلافات القديمة وهناك احتمال وجود علامات إيجابية في التفاهم المتبادل.

برج الأسد (24 يوليو - 23 أغسطس):

من المرجح أن يكون هناك نتائج إيجابية في مجالات مختلفة من الحياة. في بداية الشهر، قد تضطر إلى مواجهة بعض المشاكل فيما يتعلق بحبك وحياتك الزوجية، والصحة، وما إلى ذلك، بينما من المحتمل أن تكون جوانب مثل العمل والأسرة وما إلى ذلك مريحة خلال هذا الشهر. في النصف الأخير من الشهر، سيكون اقتران الشمس وعطارد في منزلك الأول، ونتيجة لذلك، يمكنك أن تتجج في تقديم الأفضل في مجال التعليم.

برج العذراء (24 أغسطس - 23 سبتمبر):

يُنصح بتوخي الحذر الشديد بشأن صحتك خلال هذا الشهر. قد تسبب بعض المشكلات الصحية القديمة في حدوث مشكلات لك بسبب وجود كوكب زحل في المنزل الثاني عشر من منزلك السادس. سيبقى زحل في منزلك الخامس وقد يؤثر سلباً على حياتك الأسرية خلال هذا الوقت. هناك احتمال وجود اختلافات في حياتك العاطفية أيضاً. بالحديث عن المهنة، قد يكون الشهر ذا قيمة بالنسبة لمواليد برج العذراء. من المحتمل أن تحقق النجاح بسبب موقع عطارد القوي.

برج الميزان (24 سبتمبر - 23 أكتوبر):

أنه من المحتمل أن يكون شهر أغسطس مليئاً بالصعود والهبوط لمواليد برج الميزان. هذا الشهر، هناك احتمال أن يكون لديك سلوك اندفاعي. من المحتمل أن يؤثر هذا النوع من السلوك سلباً على حياتك المهنية والعائلية. إلى جانب هذا، قد تظل قلقاً بسبب الحياة المنزلية في هذه الفترة. قد تندلع الخلافات حول قضايا تافهة في الأسرة وقد تظل مستاءة.

برج العقرب (24 أكتوبر - 22 نوفمبر):

تشير التوقعات بأنه قد يكون شهر مثمراً في جميع مناحي الحياة لمواليد برج العقرب. سيبقى كوكب المشتري، المستفيد من التعليم والمعرفة، والسيد الحاكم لمنزلك الخامس في منزلك الخامس. نتيجة لهذا، من المرجح أن يكون الشهر أكثر إشراقاً بالنسبة لك. إلى جانب ذلك، قد تواجه العديد من التحديات في حياتك المهنية بسبب الجانب الكامل للمريخ في برجك.

برج القوس (23 نوفمبر - 22 ديسمبر):

تشير توقعات البرج نتائج متباينة لمواليد برج القوس في جوانب مختلفة من الحياة. خلال هذه الفترة، من المرجح أن يأخذك موقع عطارد القوي إلى مستويات أعلى في حياتك المهنية. قد يحصل العاطلون عن العمل على وظيفة جديدة. في الوقت نفسه، قد تعاني في مجال التعليم الخاص بك بعض التحديات في دراستك. إلى جانب ذلك، ربما تكون قد بذلت جهوداً إضافية للحصول على نتائج جيدة في الدراسات.

برج الجدي (23 ديسمبر - 20 يناير):

تشير التوقعات سيكون مثمراً لمواليد هذا البرج. سيكون للزهرة والشمس وعطارد تأثير كبير على مختلف مناحي حياتك. إلى جانب ذلك قد يلعب زحل والمشتري دوراً حيوياً في إحداث تغييرات في حياتك، في الوقت نفسه، يؤدي جانب المريخ في منزلك العاشر، ونتيجة لذلك قد يلاحظ الغضب في سلوكك وقد يؤثر ذلك على حياتك المهنية بشكل سلبي. قد تضطر إلى مواجهة الصعود والهبوط وقد يكون لديك أفضلية.

برج الدلو (21 يناير - 19 فبراير):

حافظ على توازنك واعلم أنك يجب أن تستغل طاقتك وتوجهها بطريقة إيجابية. لا تستعجل في إلقاء اللوم على الآخرين. قد تواجه بعض التغييرات المفاجئة فيما يخص مستقبلك المهني واعلم أنك ستحتاج لإجراء الكثير من الأبحاث للوصول لأصل أي موضوع. قد تبدو مذنبا إذا لم تقل كل الحقيقة. ستكون أيامك هذا الشهر كلها مشغولة وخاصة أن الأطفال سيكونون جزءاً من انشغالك. معظم أحداثك السعيدة هذا الشهر ستكون أيام الاثنين.

برج الحوت (20 فبراير - 20 مارس):

من المرجح أن يعطي أغسطس نتائج متباينة لمواليد برج الحوت. خلال هذا الوقت، قد تظل حياتك العاطفية ممتعة. ومع ذلك، قد يتم ملاحظة بعض التغييرات في سلوكك وقد يؤثر ذلك على حياتك الأسرية بالإضافة إلى جوانب أخرى من الحياة بشكل سلبي. من الناحية الصحية يجب على مواليد برج الحوت توخي الحذر بشأن صحتهم خلال هذا الشهر. قد تسبب الأمراض القديمة مشاكل معينة مرة أخرى. في مثل هذا السيناريو، يُنصح بضبط عاداتك الغذائية. قد تواجه بعض المشكلات في حياتك المهنية في بداية الشهر. في الوقت نفسه، سيتم تشكيل اقتران الشمس والزهرة في منزلك الخامس، بيت التعليم والأطفال ونتيجة لذلك، قد يبدو أنك تقوم بعمل جيد في عملك.



للإيجار في منطقة
Covina
(626) 583-8036
للإيجار في منطقة
Glendora
(909) 561-8973

NourWithLove
Beautiful handmade jewelry with a wide varieties
For more collection, visit our store (NourWithLove) on amazon & Etsy
#beads #weavedjewelry
#handmadejewelry #beadedjewelry
Email: semha200@yahoo.com
Also you can see the New Collections on Instagram or facebook
Special order is available upon your request

Torrance Mini Market & Deli
INTERNATIONAL FOODS
310-543-9696
New Catering Egyptian foods
3737 Torrance Blvd., #107
Torrance CA 90503
Open 7 Days - 9AM:9PM



California

Egyptians Cuisine

أكلات مصرية وعربية... إتصل الآن

THE HOME OF TASTE

WE ARE READY TO CATER YOUR EVENT

+1(323)597-7589



Adel Lotfy عادل لطفى



Broker Associate



MGR
Real Estate
Commercial Brokerage

Sales, Purchases,
Leases & 1031 Tax-Free
Exchange, Residential,
Residential Income
& Commercial Properties

لكافة إحتياجاتكم
فى كاليفورنيا
من شراء وبيع
العقارات السكنية
والتجارية والإستثمارية والأراضى

Cell: 714-742-7888-Direct: 949-878-7930
Email: adellotfy21@aol.com

SAWSAN BESHAI
Insurance Broker

Medicare & Long Term Care
Health & Life Insurance
Home & Auto Insurance
Commercial & Workers Comp

نحن نتحدث اللغة العربية
We Speak Arabic

Cell: 714-624-2686
Fax: 714-603-7572
www.executivequeenservices.com
Email: sue.beshai@gmail.com
Address: 1170 W Hampshire Ave
Anaheim, CA 92802
Address: 8700 Warner Ave suite #260
Fountain valley, CA 92708

ST. MARK FAMILY DENTAL

818-992-4600

دكتور / ماجد النجار

General and Cosmetic Dentistry



حشو عصب - تجميل الأسنان - جراحة الفم - أطقم كاملة وجزئية - أسنان أطفال



Root canal - Teeth Whitening Zoom

Digital X-ray - Veneers

Implant - Crown, Bridge

Denture - Periodontics

YOUR SMILE IS OUR PRIORITY

20913 Sherman way, CANOGA PARK, CA 91303
stmarkfamilydental@gmail.com
www.stmarkfamilydental.com



EGYPTIAN ANKH FESTIVAL

August 27, 2022
11am to 8pm

August 28, 2022
12pm to 6pm

Come Join the Fun



- Raffle
- Music
- Games
- Food
- Shopping
- Tile Painting
- Games for the kids
- Tour the new church



FREE ADMISSION



ARCHANGEL MICHAEL
Coptic Orthodox Church
1122 Appleton Rd., Simi Valley, CA 93065

A LITTLE PLANNING MAKES A BIG DIFFERENCE



GIVE YOUR FAMILY PEACE OF MIND

Let me show you the emotional and financial benefits
of pre-planning your funeral arrangements.
Call now for your free Final Wishes Organizer.

FOREST LAWN®

FUNERALS • CREMATIONS • CEMETERIES



Trevena Hanna

Planning Advisor
Forest Lawn - Covina Hills

626-367-9417 Cell 626-732-2403 Office
thanna@ForestLawn.com

Cemetery License CES 60080
Life Insurance License 4192548
CDI License No 0D08477

Funeral planning is funded through the purchase of whole life insurance from National Guardian Life Insurance Company, Madison, WI (NGL). A qualified Forest Lawn planner, who has been both licensed by the state and appointed as an agent of NGL, can answer any questions. Forest Lawn is an agent of NGL. National Guardian Life Insurance Company is not affiliated with The Guardian Life Insurance Company of America, aka The Guardian or Guardian Life.

Covina Hills FD 1150 • 21300 Via Verde Dr., Covina, CA 91724

Forest Lawn Memorial-Parks & Mortuaries

TERMIKEPESTCONTROL.COM

Got termites?

*Protect your home
from termites*

حماية منزلك من
الحشرات المدمرة لأخشاب البيوت

TERMKE

P E S T C O N T R O L

اتصل الآن للتحديد فحص مجاني



PR8832

**CALL 714-222-1326 TODAY
TO SCHEDULE A FREE TERMITE INSPECTION**

*with experienced termite inspector **Mickael Labib***

OUR TERMITE SERVICES

At Termike Pest Control, we've provided the best in complete termite control services.



Structural Fumigation

- Low Cost Termite Fumigation
- Fumigation Warranty



Termite Control Service

- Localized Termite Treatment
- Preventive Solutions



Termite Damage Repair

- Dryrot, Fungus & Termite
- Prevent Future Damage

\$200 OFF

FIRST TERMITE CONTROL SERVICE



Just mention this ad when you contact us.
Can not be combined any other offer.
One coupon per customer. Expires 12/31/2022

\$50 OFF

TERMITE ESCROW INSPECTION*



Just mention this ad when you contact us.
Can not be combined any other offer.
One coupon per customer. Expires 12/31/2022

20955 Pathfinder Road, Suite 100, Diamond Bar, CA 91765

Tel: (714) 222-1326 Fax: (909) 843-6350 info@termikepestcontrol.com



**عرض الشهر
لقراء كاريما
جبنه رومي
بـ \$5,99**

بيع منتجات الدواجن والطيور الطازجة بجميع أنواعها (الحمام - البط - الدجاج - الأرناب)
جبنه رومي - جبنه ملوي - جبنه إسطنبولي - جبنه براهيملي - جبنه فلانك - جبنه ريكنفورد - جبنه إسكندراني - جبنه قريش - لاشون حلال - مرتديلا سادة - مرتديلا بالفتق - بسطمة بلدي



Aghapy Mart

مؤسسة جيني للهجرة والضمان الإجتماعي

إخدم والدك أو والدتك وأحصل على \$3400 شهرياً

الإسم الأكثر ثقة لدى الجالية العربية

في معاملات الهجرة والجنسية

مركز متكامل لإدارة الهجرة والجنسية

أفضل الطرق أماناً للنجاح

بإمتحان الجنسية الأمريكية



تسري سارة للجالية العربية أينما كنتم في أمريكا

أحصل على الجنسية الأمريكية
بدون إمتحان

خدمات الضمان الإجتماعي

راتب العجز وعدم القدرة على العمل SSI- SSA
المعونات الصحية Medi-Cal
الإجور المدفوعة لأفراد العائلة للإعتناء بذويهم
سماع الدعاوى والإستئناف بقضايا الجنسية
يمكن زيادة المساعدات المالية التي تحصلون عليها
أحصل على الحد الأعلى من المعاش الشهري وهو \$930

خدمات الهجرة

الإقامة عن طريق العمل أو الأقارب أو الزواج
الحصول على تراخيص العمل وتجديدها
تجديد تأشيرات الدخول
إستخراج وثائق السفر
طلبات رفع القيود عن طلبات الإقامة
الحصول على الإقامة بطريق القرعة العشوائية

يمكنك الإستفادة من تقديم إمتحان الجنسية الأمريكية باللغة العربية
إذا كنت فوق 55 عاماً، وتحمل الجرين كارت منذ 15 عاماً
أو إذا كان عمرك 50 عاماً أو أكثر وتحمل الجرين كارت منذ 20 عاماً

خدماتنا تشمل أيضاً

Notary & Live scan Fingerprint Services

ترجمة وتصديق الوكالات - كاتب عدل - بصمات الأصابع

الشحن - صور جوازات السفر

Tel:(818) 242-8196

Fax:(818) 2393197

1436 W . Glenoaks Blvd., Glendale, CA 91201



قصة قصيرة بقلم / جون مرجان

خاص لجريدة كاريزما

تساويح خوشقدم

الجزء الأول

عسكر الباشا العثمانية على الناس فقد هيا لعلي بك الفرصة السانحة حتى يستعرض قوته و صلابه ممالكه امام الجميع، يرهب الوالي الجديد و يخيف أمراء الممالك الخارجين عن طاعته و ايضا يخضع الناس و يضمن مشيخة البلد دون نزاع أو شجار على السلطة. واما في بيت السيد ابراهيم المالكي أحد كبار التجار فقد كان هناك شجار من نوع آخر. تشاجر الحريم في بيت السيد ابراهيم حول حجاب مصنوع من الجلد وملفوف حول زلطة سوداء كانت قد وجدته إحدى الجوارى في قعر زير الماء الكبير بجوار ماجور العجين. تصرخ زينب الزوجة الثانية للسيد ابراهيم وهي غاضبة (و مقام سيدنا الحسين ما حد يعمل العملاذي إلا إنت يا بوز الفقر)

تصفق بهية زوجة السيد ابراهيم الأولى بقوة رافعة ذراعها للأعلى قائلة في غضب واستنكار وتعير (لا يا عنيا... قال طلع من الشق يشقن و ليه عنين و حواجب بحق... بوز الفقر دي هي الي دخلت علينا بالحنجل و المنجل ولا عار فينلها أصل ولا فصل... وراس سيدي سغان الغريب انت الي دسيتي الحجاب) يحمي الشجار و يكثر التعيير و الكلام القبيح، فليس بينهم من تنجب للسيد ابراهيم ولده الذي ينتظره و يتمناه بل ليس بينهم من أنجبت على الإطلاق حتى الآن، تشاك السيدتان فتهرع كل جارية لنصرة سيدتها، يعلو صوت الحريم، و أما زهرة الزوجة الثالثة للسيد ابراهيم فكانت مستلقية في استرخاء غير مبالية بما يدور من حولها... جلست تستمتع بتكيس الجارية الحشيشة لساقها الممدودتان على اريكة ذات وسائد قمرزية ... و من يجرو على الشجار معها أو المساس بها وهي ابنة حسان بك أحد كبار أمراء الممالك في المنصورة.

وفجأة يدخل السيد ابراهيم إلى الحرمك غاضباً و قد امسك في يمينه عصاً رفيعة من الخيزران... يصمتن جميعهن و يقفن زهارات حانيات رؤوسهن في خضوع .. تعتدل زهرة من نومتها ثم تقف بدلال ناضرة مباشرة في عينيه... و اما السيد ابراهيم فينظر بغضب الى الجميع عاقداً حاجبيه و بصوت خافت يقول غاضباً و هو يكر على أسنانه. (إنت اتجننتي يا ولية منك ليها... صوتكم جايب لآخر الحارة يا مواشي ... عليا الطلاق بالتلاته لو سمعت صوت واحدة فيكم ثاني لكون عامل فيها زي ما عمل قايماز في مراته)

وضعت كل من زينب و بهية كلتا يداها على فمها و نظرتا اليه في ارتعاب و هما تومنان براسيهما بالخضوع و الموافقة و أما زهرة فوقفت ترمقه بتلك النظرة الساخنة و المتحدية في أن واحد و كل ما يجول بخاطرهما و تود لو انها تقول (رجل مثل الفحل ... شوارب عريضة و لحية منمقة كثيفة كرش متعظم يكاد يخترق جلبابه الحريري الأبيض، صدر واسع كمطرحة العجين و مؤخرة مستديرة، اذرع مفتولة و سيقان قوية... أموال و أملاك لا حصر لها... و لكن حسرة على الرجال ... ريش على مافيش...و لكن من تجرؤ على البوح بمثل هذا...حتي أمي منعني من البوح بما الاقيه من خيبة كل ليلة حتى لا تجدني مسمومة اذا علم هذا الغضنفر بافتتاح امره و اما أبي فموتي عنده أهون من طلاق من زكية الاموال تلك ... الكل باعني من اجل مصلحته كما يباع الرقيق)

هكذا قالت زهرة محدثة نفسها و هي تنظر مباشرة في عينيه بينما زاع هو بصره بعيداً عن عينيهام موجهاً نظراته الغاضبة نحو باقي الحريم... و بعد لحظات من الصمت رحل السيد ابراهيم عن الغرفة تاركاً خلفه الخوف الذي يضمن به السكوت. بينما استدارت زهرة بسرعة متسائلة في توتر (و هو قايماز ده عمل ايه يا ستات)

اجابت زينب قائلة في حسرة و ما زال الخوف يسكن عيناها (لا هو إنت ما دريتيش بالي جري)

أومات زهرة بالرفض محركة رأسها المزين بسلاسل الفضة وقصوص الكهرمان، و أما زينب فنظرت إليها في تعجب وهي تمصص شفتيها باستنكار... فهي تؤمن في قرارة نفسها أن ادعاء زهرة بعدم المعرفة هو من باب كهن الحريم ليس إلا وبراءة مصطنعة لا تليق بابنة واحد من أشهر أمراء الممالك في حبك الدساس و المؤامرات ، و مع ذلك يبقى إخبار زهرة بالأمر ومشاهدة الخوف في عينيها و قفلة راحتها أمر يستحق معاناة التطلع إلى وجهها الذي يذكر زينب كلما تلطعت إليه بفارق العمر بينهما.

يتبع في العدد القادم..

مستور الناس واخراج القصص والحكايات عن البيوت والعائلات... البصاين و العسكر يسعدون بتلك القصص فهم من يجبر الناس على فضح بعضهم البعض فممنها يعرفون دواخل الناس ومستطنهم... و يتلاسن الناس فيما بينهم عن السر وراء جمال درويشة و ملامحها الافرنجية بما يختلف عن ملامح اهل مصر قبلي او بحري ان علاقة قديمة محرمة جمعت بين أمها وتاجر فرنسي... والبعض الآخر يقول ان الام لم تكن تجبل تهبط الست عين السلم الداخلي للدار و تتجه مباشرة نحو ماجور العجين... تزيح الخادمة من أمام الماجور بغضب وتجلس مكانها... ترفع العجين وتطرحة في غل وغضب... تضرب العجين بقوة وهي تفكر (لن أسمح بتلك الزيجة طالما حييت... دخول الموت أهون عندي من دخول بنت بحرية إلى الدار... درويشة و أمها تسحران للصبي و تعملان الأعمال... لا بد من زيارة المبروكة و طلب المدد... سوف اطلب من الشيخ عبد اللطيف حجاب يجعل الصبي يكره الفتاه ... سوف اطلب من الشبيخة شلبية أن ترقبه حتى يشفى و ينزاح عن قلبه حب تلك الدرويشة) وفيما كانت الست عين تعد الطعام تطلع السيد خطاب نحو ولده وهم قانلا (تعالى معيا يا عبد الرحمن ننزل نطمئن على الدكان ونشوف حل مع العسكر الي تحت دول ... نسترضيهم بكلمتين ولا نديهم المعلوم يمكن يغوروا من هنا بدل وقف الحال ده) يرد عبد الرحمن في فرح:

(ننزل فين بس يابا... اذا كان كبرات الحارة ما نزلوش هننزل إحنا... لا السيد بهاء الدين و لا السيد ابراهيم المالكي حد منهم إتحرك ولا سأل... إستنى بس شوية و إنشاء الله ربنا هيغورهم من هنا) يهز السيد خطاب راسه في رفض لما يسمع من ولده ويضرب كفاً على كف و يقول في غضب (وهما علموك كده في الازهر يا سيدنا الشيخ... تسبب غيرك يدورك على حقا... إحنا لازم ننزل نحمي الدكان لبتسرق في الهوجة) وفجأة يقطع الحديث صوت يدوي و كأنه الرعد... لم يعد الصوت غريباً على اهل المحروسة... إنه صوت سلاح ناري مما يحمله الممالك و عسكر الباشا العثمانية، و فجأة تلا ذلك الصوت صيحات و عويل... بكى الأطفال في البيوت خوفاً و صرخن النساء فرحاً... تزايد دوي الطنبجات و صليل السيوف ... تطلع عبد الرحمن بسرعة من خلف المشربية... إنهم بعض العسكر العثمانية تسللوا فوق سطح بيت الشهنبر جمال الدين الذهبي و يطلقون النار على مراد الشركسي مملوك على بك و ممالكه. يدور العراك شرساً بين عسكر الباشا العثمانية و ممالك علي بك لا يقف في وجه عسكر الباشا المخلول إلا ممالك علي بك الكبير وتلميذه محمد بك ابو الذهب، يجوب الممالك شوارع المحروسة وحواريها شاهرين السلاح... سدوا أبواب المحروسة بالمناريس واوصدوا أبواب الحارات، يقاتلون عسكر الباشا العثمانية أينما وجدوهم قتال ليس فيه شئ من رحمة... يدافعون عن المحروسة بأرواحهم... و لكن هل حقاً كان قتالهم دفاعاً عن المحروسة؟ قتال الممالك لم يكن يوماً حباً في مصر و لا المصريين... فالمملوك عادة لا يحب و لا يكره، يتعامل مع الناس و الظروف من حوله من منطق واحد وهو المصلحة... و المصلحة الشخصية فقط هي ما تحرك المملوك، و ما يعود عليه بالنفع هو ما يشكل أراءه و يحدد ردود أفعاله، هكذا تمت تنشأتهم منذ أن جاناو جلبانا إلى مصر من هنا وهناك... حلم و طموح الإمارة و الوصول الي أعلى مراتب السلطة هم الشغل الشاغل للملوك منذ بيعه كأداة حرب و حتى نهاية حياته.

واما ما يحدث الآن في المحروسة من فوضى و اضطراب فهو ما خطط له علي بك الكبير منذ شهور... خلع الباشا العثماني فرصة يجب أن يقتنصها علي بك لفرض سيطرته على كل المحروسة ومنع السلطان من إرسال أي ولاة جدد الى مصر هو ما يريد... يجب أن يعرف السلطان والولة و الامراء من هو الحاكم الفعلي للمحروسة و من هو صاحب الكلمة العليا و الأخيرة... واما اعتداء

وقف عبد الرحمن بن خطاب العطار خلف مشربيته يتمتم بأبيات الشعر لأبو تمام و هو مُتله في عشق يعتصر فؤاده، ثبت ناظره على بيت درويشة غير أنه بما يدور من حوله... رأى خيالها يتواري من خلف مشربيتها فغمض عيناه محتضناً صورتها بين أحفائه يتخيلها جالسة الى جواره تبادل له نظرات العشق في سكون، تنتهد فيما تنظر الى

عيناه في وجد فينتهد هو بعمق ثم يهمس في لوعة بصوت شجي من ابيات ابن الفارض (ولقد خلّوت مع الحبيب وبيننا سراً زق من النسيم إذا سرى) (وأباح طري في نظرة أملتُها فغدوتُ معروفاً وكنتُ مُتُكراً) (فدهشتُ بين جماليه وجلاله وغدا لسان الحال عني مُخبراً) وفجأة يستفيق من غيبته فزعاً على صوت أمه الست عين قائلة في لوم و تهكم (عوض علي عوض الصابرين يا رب ... إنت يا سيدنا الشيخ على قلبك مراوح كده ليه ؟ البلد والعة لا هي على حامي ولا على بارد و إنت بسلامتك قاعدلي هنا تقول شعر في المضروبة بنت بحرية) تطلع عبد الرحمن نحو أمه و عيناه مازالتا تفيضان عشقاً، و كمن فاض به الكيل قال معاتباً (أنا مش عارف بس إنت ليه مش بتحبها يا أمي) ردت أم عبد الرحمن بغضب و بلهجة واثقة مؤكدة على كل حرف يخرج من فمها قالت (عشان مش من مقامنا يا روح أمك... و ما تقوليش دول جيرانا ياماً، و النبي وصي على سابع يا جار ياماً... جيرة الصدامة و الندامة... دي واحدة...) صمتت الست عين للحظات و كأنها تستجمع شتات نفسها الغاضبة لتلاينفلت اللسان فينطق بما لا يليق... تنهدت وهي تنظر في عيني ولدها ثم قالت و قد ضمت كتفي ولدها عبد الرحمن بين راحتيه في حنان (يا واد إنت طالب علم في الأزهر... وبكرة تبقى شيخ ولا عالم ولا يمكن قاضي ... و ابوك هو راخر قاري في الأزهر و لولا وقوفه جنب أمه و إخواته بعد أبوه ما مات كان زمانه كمل علامه و بقى عالم من العلماء... و بصريح العبارة كده دول ناس ما ينفعوناش)

تخرج الكلمات من صميم قلب الولد العاشق مخترقة ضلوعه فيصرخ في لوعة (ليه بس يا أمي).

ينعقد لسان الأم للحظات ثم تقول كمن فاض بها الكيل (إنت عمرك سألت نفسك يا سيدنا الشيخ هي إزاي البت درويشة طالعة بيضة و عينيهام ملونة و شعرها أصفر وشبه الحواجبات وهي لا أبوها ولا أمها شكلهم كده) يتعجب عبد الرحمن من سؤال والدته... لينظر اليها كمن يرجوها ان توضح مقصدها بهذا السؤال... و قبل ان تنطق بكلمة يصل الى مسامعهم صوت همهمات متتالية تقترب نحو الغرفة. (الحمدلله. الحمدلله. الحمدلله. استغفر الله. استغفر الله. استغفر الله) يسرع عبد الرحمن نحو أبيه الذي يدخل الغرفة و هو ما زال يستغفر ... يقبل يده ثم يقبل مسبحة الاب في خشوع... يقف عبد الرحمن بجوار والدته الست عين خاضعين برؤوسهم امام الوالد الذي يجلس على اريكة خشبية مزخرفة. ينتهي الشيخ خطاب من ذكره ثم يقدم المسبحة إلى زوجته التي تأخذها من يده بأذب شديد لتقبلها ثم تضعها على رأسها تبركاً ثم تسمح بها على صدرها طلباً للهدوء و السكينة... فمسبحة العقيق الخضراء تلك لها شأن و مكانة لدى عائلة خطاب العطار فقد كانت نفحة منحة احد الاولياء عابري السبيل الى الجد البهنساوي الكبير عندما سقاه الجد و اطعمه و اكرمه فما كان من الشيخ الولي الا ان منح الجد تلك المسبحة بعد ان قرأ عليها دعاء خالصاً من القلب الى الله ان يوسع رزق حامل المسبحة و يكثر نسله ... و اتفق ان حملت زوجتا البهنساوي اللتين في توائم من بعد زيارة الشيخ الولي و رزق البهنساوي اربعة اولاد دفعة واحدة مما جعل كل من رغبت في البنين جاءت الى الجد البهنساوي لتتبرك من مسبحته.

تطلع الشيخ خطاب نحو زوجته و قال بلهجة جادة و هو يرمق زوجته بنظرة تدل على عدم قبوله لما وصل الى مسامعه (جري ايه يا عبد الرحمن... هي وصلت لآنا نجيب في سيرة الجيران كمان و لا ايه... إتقى الله و استغفري ربك كده و روجي يلا اعمليلنا لقمة نتأوت بيهام و سيبيلي الشيخ عبد الرحمن عشان عاوزه في كلمتين) خرجت الأم وهي تلوي شفتيها يمينا ويساراً علامة على عدم الرضى... تعرف ان زوجها لن يمنعه الولد عن الارتباط بمن يحب ... حتى لو كانت تلك المحبوبة فتاة مشكوك في نسبها و ثمرة علاقة محرمة.

دأب الناس في المحروسة منذ زمن طويل على تداول السير و كشف

هل الأمريكيون حقاً أسعد شعوب العالم؟

بثلم / جاك عطا الله - خبير تمويل عقاري

خاص لجريدة كاريزما

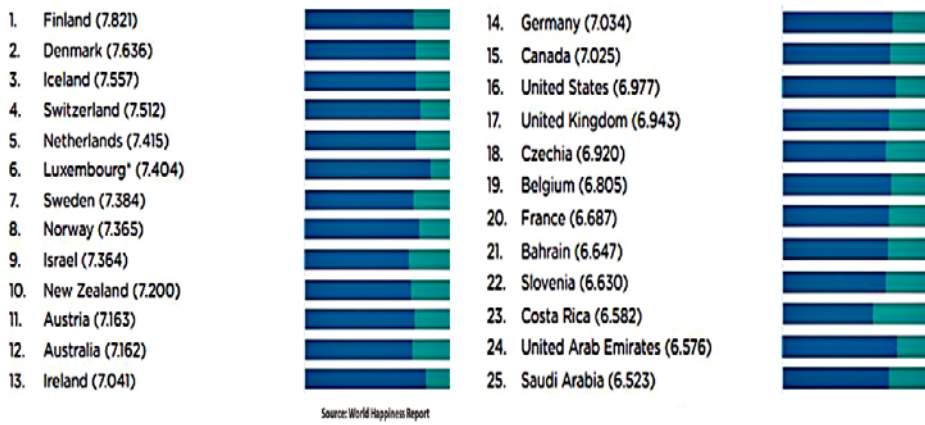
The Hedonic Treadmill



تقرير السعادة العالمي لعام 2022 يشير الى تصدر الشعب الفنلندي شعوب العالم في السعادة يأتي بعدهم شعوب الدنمارك ثم ايسندا ثم سويسرا بينما تأتي الولايات المتحدة في المركز رقم 16. في الوقت نفسه جاءت البحرين في المركز الـ 21 عالمياً والأول بين الدول العربية كأكثر الشعوب العربية

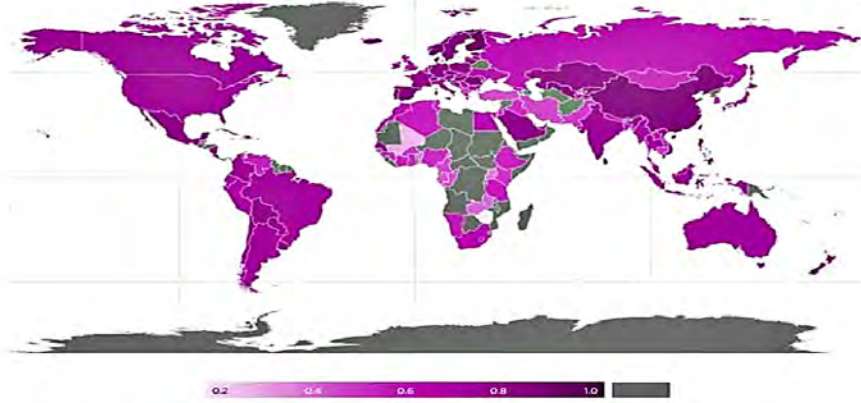
سعادته ثم الإمارات العربية المتحدة في المركز رقم 24 وبعدها السعودية في المركز الـ 25. يعتمد مقياس السعادة في المؤشر على ثلاثة عناصر رئيسية للرفاهية هي تقييمات الحياة والعواطف الإيجابية والعواطف السلبية.

Figure 2.1: Ranking of happiness 2019-2021



أشار التقرير أيضاً الى قياس رضا المواطنين عن التوازن في أوجه الحياة المختلفة حيث احتلت فنلندا ومالطا المركز الأول حيث أن 90% يشعرون بالتوازن بين أوجه الحياة المختلفة. يليهم في المراكز التالية كل من سويسرا (88.7%) رومانيا (88.3%) البرتغال (88.2%) ليتوانيا (88.1%) النرويج (87.5%) سلوفينيا (87.2%) الدنمارك (87.1%) وهولندا (86.9%). في المقابل يأتي كل من كمبوديا (55.1%) الكاميرون (49.4%) الكونغو برازافيل (48.0%) الغابون (46.5%) زامبيا (44.0%) بنين (42.5%) أوغندا (41.9%) لبنان (39.1%) مالي (32.1%) وأخيراً زيمبابوي (20.2%) كأقل شعوب يشعرون بتوازن في حياتهم.

Figure 6.1: Global distribution of people's life being in balance population



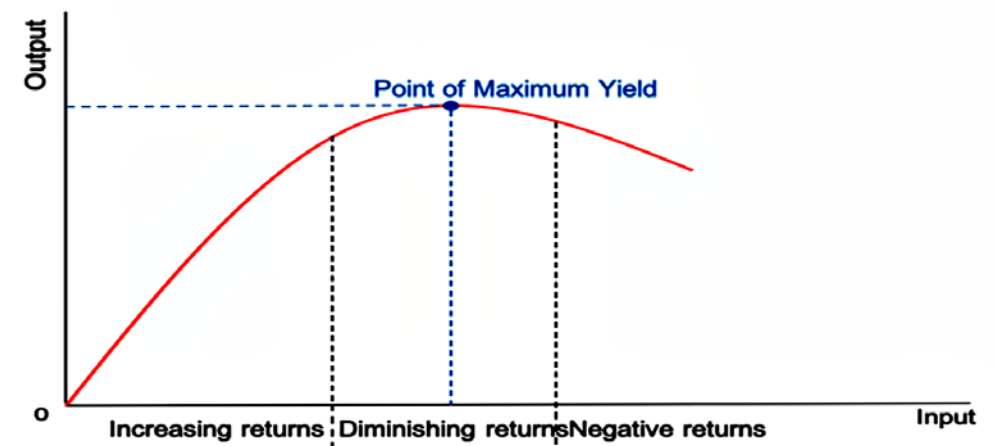
بعض الأبحاث أيضاً وجدت تأثير كبير لمواقع التواصل الاجتماعي على درجة سعادة الأفراد. فالأفراد الذين يقضون وقت أطول على مواقع التواصل الاجتماعي هم الأقل سعادة من غيرهم حيث يكونون في مقارنه دائما بين انفسهم وبين ما يشاهدون من نجاحات الآخرين وممتلكاتهم التي لا يستطيعون تحقيقها. أيضا من يتابعون أخبار الحروب وحوادث العنف في جميع أنحاء العالم والتي لا علاقة لهم بها يؤلّد لديهم شعور بالخوف ويقلل درجة السعادة. كثير من الأبحاث وجدت أيضاً أن الأشخاص الذين يقضون أوقات في العمل المجتمعي وخدمة الآخرين او ممن يشاركون غيرهم بالوقت والمجهود دون مقابل يشعرون بسعادة أكثر بكثير من غيرهم لرضائهم عن أنفسهم وإحساسهم بأهميه ما يقومون به. في النهاية يمكن القول ان السعادة ليست مرتبطة بالظروف الاقتصادية وحسب بل هناك عوامل أخرى كثيرة تساعد في تحديد درجة السعادة لدى الأفراد. فالنمو الإقتصادي للدولة يساعد على زيادة درجة السعادة ولكن لا يحدد السعادة.

السعادة لا تُستورد.. بل من داخلنا تولّد.

يمكنكم متابعه المزيد من خلال صفحته الـ Facebook

LoanBag Jak Ataalla جاك عطا الله

السعادة شعور جميل يتمنى الجميع التمتع به في ظل مشاكل الحياة اليومية والظروف المحيطه بنا التي تسبب الإحباط تاره والحزن تاره أخرى. فليس هناك شخص على وجه البسيطة لا يبحث عن السعادة ويتمنى ان يعيش سعيد. البعض يظن ان السعادة موجوده في الدول الغنية ذات الإقتصاد القوى والبعض الآخر يظن ان سعادة الشعوب تعتمد على دور الحكومات في إسعاد شعوبها. ويظن الكثيرون ان الأمريكيين هم أسعد شعوب العالم كونهم يعيشون في أقوى دولة إقتصادياً وعسكرياً وبين هذا وذاك دعونا نناقش مفهوم إقتصاديات السعادة وعلاقة السعادة بإقتصاد الدول. في العصور الماضيه إهتمت كل الدول بالنتائج المحلي الإجمالي GDP ونصيب الفرد GDP Per Capita كنوع من النمو الإقتصادي الذي ينعكس بدوره على المواطن مما يزيد من سعادته ورضاه عن الحكم والقاده. ولكن في الآونه الأخيره ظهر مفهوم جديد عن إقتصاديات السعادة وهو قياس مدى تأثير النمو والإزدهار الإقتصادي في الدولة على سعادة المواطنين ورضاهم. وأصبحت الأمم المتحده تصدر تقريراً سنوياً عن السعادة على مستوى الدول الأعضاء من خلال شبكة حلول التنمية المستدامة World Happiness Report أظهرت الدراسات ان النمو الإقتصادي وزيادة نصيب الفرد من الناتج المحلي الإجمالي للدولة يزيد من فرص سعادة المواطنين ورضاهم. فحصول الفرد على وظيفه يزيد من إستقراره المادي والإجتماعي ويساعد على تقويه قدرته الشرائيه مما يزيد من سعادته. في عام 2010 اظهرت بعض الدراسات في الولايات المتحده الأمريكيه انه إذا كان دخل الفرد السنوي 75 الف دولار فإنه سيكون سعيد ولكن تقل درجه السعادة مع إرتفاع التضخم وإنخفاض القدره الشرائيه. وايضاً إذا تحول الفرد من العمل بدوام جزئي الى العمل بدوام كامل يزيد من سعادته. أيضاً الدول التي تقدم مساعدات ومنح لمواطنيها في مجالات التعليم والصحة والنقل تساهم بشكل كبير في سعادة ورضاء المواطنين عن أنفسهم وعن الحياة بشكل عام. ولكن في المقابل أيضاً أظهرت الدراسات أن سعادة الأفراد لا تتوقف فقط على النمو الإقتصادي والدخل لان هناك عوامل أخرى مثل حرية الرأي والتعبير والحصول على التقدير والمكانه الإجتماعيه والتوازن بين العمل والحياة الأسريه و غيرها عوامل كثيره. طبقاً لنظرية المنفعه الحديه المتناقصه Law of diminishing utility فعلى الرغم من سعادة الافراد من التحول في العمل من وظيفه بدوام جزئي الى وظيفه بدوام كامل إلا أن سعادتهم تبدأ تقل مع زياده ساعات العمل مما ينعكس بالسلب. كذلك أيضاً الدخل .. فكلما زاد الدخل زادت سعادة الفرد إلى أن يصل إلى حد معين يختلف من شخص لآخر يصبح فيه الدخل ليس مصدراً للسعادة.



ليس الدخل وحده بل أيضاً بُعد مقر العمل عن مكان السكن يقلل من سعادة الفرد لقضاءه وقت طويل في التنقل. بالإضافة الى الديون التي تسبب القلق وتقلل من سعادة الأفراد. التضخم أيضاً يلعب دوراً هاماً في عدم السعادة للأفراد بسبب خطر فقدان قيمة مدخراتهم. وجد الإقتصاديون أيضاً نظريه تسمى بالـ References - income hypothesis وهي مقارنه مستوى معيشتي بمن اسكن واعيش حولهم. فلو كنت ذا دخل متوسط واسكن في منطقته فقيره فسأشعر بالسعادة وانني افضل من الآخرين بينما إذا سكنت في حي سكني للأثرياء سأشعر بعدم السعادة لإحساسى بأنني أقل على الرغم من أن دخلى لم يتغير في الحالتين. ففى بعض الأبحاث المبنيه على بيانات الدخل من التعداد السكاني في الولايات المتحده وجد الباحثون أن الأمريكيين كانوا أكثر سعادة عندما كانوا يعيشون في أحياء غنيه في المقاطعات الفقيره طالما أن الفقراء لا يعيشون بالقرب منهم. وهذا ما يقودنا الى ما يعرف باسم Hedonic Treadmill وهو التعود على وسائل الراحة المختلفه مما تفقدها قيمتها في إسعادنا. فسعادتنا بإختراع أول تليفون محمول في العالم لم تبقى كما هي الان لأنه فقد قيمته لأننا إعتدنا الان وجود التليفون المحمول بل واصبح جزء أصيل من حياتنا فوجوده لا يشكل سعادة بل فقدهه يسبب مشاكل.

أمثالنا الشعبية : تعرف على أصل أشهر أمثالنا الشعبية وسبب قولها

المتعوس متعوس ولو علقوا في رقبتهم فانوس:

يحكى انه في يوم من الايام كان هناك رجلين يعملان في مجال التجارة، وكانوا اخوات، وكانوا متميزين في تجارتهم، حيث انهم كانوا يساعدون بعضهم البعض في تسهيل العمليات التجارية، وذات يوم حدثت مشكلة كبيرة لأحد الاخوات جعلته يفقد كل أمواله، وبالتالي فقد تجارته، وأصبح فقيراً. ولكن هذا الرجل رغم فقد تجارته وأمواله، الا وانه كان لديه كرامة وعزة في نفسه، فلم يكن يقبل اى اموال من اى شخص، حتى أن كان هذا الشخص هو أخوه الذي كان يعمل معه في مجال التجارة، وظل هذا الرجل بعد فقدان تجارته على هذا الحال، وذات يوم اراد أخيه أن يساعده بمبلغ من المال حيث أنه أصبح فقيراً بسبب فقد تجارته. فكر الأخ الغنى كثيراً في كيفية مساعدة أخيه الذي فقد تجارته لأنه يعلم أنه لم يقبل منه أموال، ففكر في طريقة يعطى بها أخيه الفقير أموال دون أن يتسبب في جرح مشاعر أخاه، فطلب من اخاه أن يأتي إليه في يوم، ووضع صرة من الدنانير في الطريق الذي يمشى منه أخوه، وبالتالي سيجد أخيه الفقير صرة الدنانير، وبهذه الطريقة ينجح الأخ في اعطاء اموال لأخيه دون أن يجرح مشاعره. وبالفعل دعا الأخ الغنى أخاه الفقير ووضع له صرة من الدنانير في الطريق الذي يسير منه، ولكن عندما وصل الرجل الفقير الى بيت اخاه الغنى، لم يقل اى شيء عن صرة الدنانير فأراد الاخ الغنى أن يسأل أخاه هل وجد أموال في الطريق وهو قادم اليه ام لا؟ وبالفعل قام الأخ بسؤال أخيه الذي فقد تجارته، ولكن كان الرد صادماً، حيث قال له الأخ الفقير أنه:- “راهن نفسه اليوم انه يسير إلى بيت اخيه مغلق العينين”. فرد الاخ الغنى على أخيه الفقير قائلاً “المتعوس متعوس ولو علقوا في رقبتهم فانوس”، ومنذ ذلك الوقت أصبح هذا المثل “المتعوس متعوس ولو علقوا في رقبتهم فانوس”، مثلاً شعبياً كبيراً، تتداوله حتى الان وذلك في المواقف التي تعبر عن سوء الحظ رغم اقتراب الفرص.

الي خدته القرعة تاخده أم الشعور:

مثل شعبي نردده باستمرار وخاصة الزوجات اللاتي يعانين من بعض المشكلات مع أزواجهن. والعلاقات الزوجية دائماً تكون تربة خصبة لاختراع أمثال جديدة، والمثل الشعبي : “الي خدته القرعة تاخده أم الشعور، معناه سخرية الزوجة من نظر زوجها لامرأة أخرى. ولم تكن الأمثال الشعبية قديماً تتحدث من العدم، لكنها كانت وليدة مواقف معينة حدثت بالفعل فقبل عنها المثل، وترجع حكاية المثل الشعبي “الي خدته القرعة تاخده أم الشعور” إلى امرأة جميلة تزوجت من رجل فقير قبيح المنظر ولم يحسن معاملتها وتحملت معه فقره وعبويه وسوء معاملته لها، وذات يوم أخبرها إنه سيتزوج من فتاة أخرى شابة وفائقة الجمال، حزنت زوجته كثيراً على أيام عمرها التي أضاعتها معه وشبابها وجمالها اللذان اختفيا بسبب المعيشة الضنك التي رأتها معه وقالت له “الي خدته القرعة تاخده أم الشعور” لتأكدوا أن زوجته الجديدة ستلقى نفس مصيرها وستتغير حالها وجمالها قريباً.

لو كان فيه خير ما رماه الطير:

هذا واحد من الأمثال الشعبية المشهورة التي راجت، واعتادت الألسن قولها في البلدان العربية، والمقصود بهذا المثل، أن الشيء المتروك من قبل لا خير فيه، فعندما يقبل أحد لأخذ، يقال: “لو كان فيه خير ما رماه الطير”، فلو كان المتروك ذافائدة، لتبارى الآخرون في الحصول عليه. قصة مثل “لو كان فيه خير ما رماه الطير” المقصود بالطير، هو: “الباز أو الصقر”، والذي من صفته التسلط على غيره من الطيور، وقد اعتاد شيوخ العرب تدريبه على صيد جميع أنواع الطيور والعودة بها إليهم، فهي هواية متعارف عليها منذ القدم كصيد الأسماك وغيرها من الحيوانات والطيور البرية، وكان العرب يطلقون على الصقر لقب الطير، فيقول البعض: “لقد أرسلت الطير ليحضر لي صيداً ثميناً”، وهو بذلك يقصد صقره الذي رياه ودربه على الصيد مذ كان صغيراً. لقد كان من عادة الباز أن يأتي بأنواع عديدة من الطيور، إلا البومة إذ إنه لرائحتها النتنة يبادر الصقر إلى التخلص منها بمجرد إن يلتقطها؛ فيقتلها ويرميها، وقد أطلق على البومة بسبب رائحتها تلك أن لا خير فيها، أي أن المقصود بالمثل: “لو كان في البومة خير ما كان رماها الصقر”، ورغم انتشار المثل وتداوله إلا أنه يعتبر ظالم بعض الشيء، فالصقر هنا هو القاتل والبومة هي الضحية، ورغم ذلك تتعت بأنه لا خير فيها، وكان الخير كله في الصقر.

مثل القطط بسبعة أرواح:

يضرِب هذا المثل في الشخص الذي يتعرض للعديد من المصائب والمشكلات والحوادث ويخرج منها من غير سوء أو إصابات أو خسائر، حيث يقال أنه مثل القطط بسبعة أرواح، ولعل التشبيه بالقطط تحديداً لأن القطط تستحق إطلاق هذه الصفة عليها، فلعلك لاحظت من قبل أن القطط تقفز من ارتفاع شاهق ولا يؤثر فيها ذلك إطلاقاً بل على العكس تشعر أنه يكسبها حيوية حيث تقوم تجري بعدها مباشرة وكأنها لم تقفز من ارتفاع كبير للتو، وذلك يرجع إلى مرونة عضلات القطط وقدرتها على امتصاص الصدمات، وبالتالي من الطبيعي أن تقفز من ارتفاعات شاهقة دون أن تصب بسوء أو يؤثر ذلك فيها، وتله هذه المقولة الأقدمين ليطلقوا أحد أشهر الأمثال الشعبية بذلك.



إهداء: نيرمين فرج - الرسومات للفنان المصري: محسن أبو العزم

على رأسه ريشة:

طبعاً سمعنا هذا المثل العربي الشهير والذي يعد من أشهر الأمثال الشعبية في بلداننا العربية وهو للدلالة على الشخص المميز مطلقاً بينما بمرور الوقت أصبح للدلالة على الشخص المميز ولكن بطريقة سلبية، ويشبه هذا المثل: المثل الآخر الذي يقول من على رأسه بطحة يحس عليها، وقصة هذا المثل تعود إلى سنوات عدة حيث كان هناك رجل فقير سرقت دجاجاته من كن الدجاج الذي يملكه، والأمر تكرر كثيراً لدرجة فاقت الحد، فذهب إلى شيخ مسجد القرية التي كان يسكن فيها وشكا إليه سرقة دجاجاته، فقال أن غداً سيكشف له السارق، وبالفعل كان اليوم التالي هو يوم الجمعة واجتمع رجال القرية كلهم للصلاة فبعد الصلاة تحدث الشيخ وطلب من المصلين عدم مغادرة المسجد وأخبرهم أن هذا الرجل الفقير تسرق دجاجاته وأن هذا فعل مشين ولا ينبغي على هذا الشخص الذي يسرق أن يفعل هذا وأنه لم يكتف فقط بالسرقة، بل ببجائته أتى للصلاة ولا زالت آثار الريش على رأسه، فمسح اللص رأسه وقام بكشف نفسه بسبب غبائه وذكاء الشيخ، ومن هنا أصبح التعبير على رأسه ريشة واشتقت منه فيما بعد: من على رأسه بطحة يحس عليها، للتدليل على من يرتكب خطأ لا بد وأنه سيكشف نفسه بنفسه بسبب شعوره بالتوتر، ليصبحا أهم وأشهر الأمثال الشعبية التي نداولها بيننا يومياً.

امسك الخشب:

لعل هذه المقولة هي أغرب ما يمكن تسمعه في باب الأمثال الشعبية لأنك لا تعرف تحديداً لماذا يجب على أن أمسك بالخشب بغرض التبرك والحماية من الحسد؟ وما علاقة الخشب بذلك؟ هل تعلم أن هذا ليس مثلاً ذو أصل عربي، بل هو عالمي حيث هناك تعبير شائع بالإنجليزية يقولون فيه “touch the wood” ولعلك تستغرب كيف يعرفون هذا التعبير وما علاقة الأجانب به؟ ولكنك ستستغرب عن علاقته أنت به وستبحث عن كيف انتشر هذا التعبير ليصبح أحد الأمثال الشعبية المشهورة، هذا المثل أصله وثني حيث كان يعتقد الأقدمون أن هناك أرواحاً خيرة تعيش في الأشجار، وبالتالي صار الإمساك بالأشجار يقصد به التبرك والحماية، ثم لاحقاً بعد انتشار المسيحية في العالم تم استخدام هذا التعبير للإشارة إلى الصليب الخشبي، ويروى أنه في عهد الإمبراطور قسطنطين كان جموع المؤمنين بالمسيحية يسيرون في مسيرات عامة أشبه بالموكب ويمسكون الصليب الكبير والمشاركون في المسيرة يلمسونه بغض التبرك والحماية من الحسد

ثم بعد ذلك وضع الصليب الخشبي الكبير في كنيسة القسطنطينية وصار الناس يمسكون به بغرض التبرك والتطهر والحماية من الحسد، وصار استخدام تعبير الإمساك بالخشب للدلالة على التطهر والحماية ثم تم استعمال التعبير على نطاق أوسع كي يصلنا ونستعمله وليصبح أحد الأمثال الشعبية المشهورة في حياتنا اليومية.

يا عيب الشوم:

يروى في هذا المثل الشعبي أنه كان هناك فتاة بدوية تنتزه في الصحراء وكانت ترتدي ثوباً أبيض، وبينما هي تتجول إذ صادفت وردة من نوع اسمه “الشوم” وهو ورد جميل جداً ولكنه يفرز ألوان على الملابس والجلد، وعندما أخذتها الفتاة لتلعب بها وجدت أن ثوبها الأبيض قد أصبح مبقعاً ببقع الألوان التي أفرزتها الوردة، فرددت: “يا عيب الشوم”، ومن هنا أصبحت الكلمة تدل على الشيء المريب السيئ، ويرجح أن يكون المقصود بالشوم أيضاً “الشؤم” أي اللعب المشؤم شديد الحزى والعار، ولكن بعض القبائل العربية تسهل الكلمات فتحذف الهمزة منها، وعلى أي حال يعتبر هذا التعبير من أشهر الأمثال الشعبية للدلالة على العيب الشديد.

مثل القطط بسبعة أرواح:

يضرِب هذا المثل في الشخص الذي يتعرض للعديد من المصائب والمشكلات والحوادث ويخرج منها من غير سوء أو إصابات أو خسائر، حيث يقال أنه مثل القطط بسبعة أرواح، ولعل التشبيه بالقطط تحديداً لأن القطط تستحق إطلاق هذه الصفة عليها، فلعلك لاحظت من قبل أن القطط تقفز من ارتفاع شاهق ولا يؤثر فيها ذلك إطلاقاً بل على العكس تشعر أنه يكسبها حيوية حيث تقوم تجري بعدها مباشرة وكأنها لم تقفز من ارتفاع كبير للتو، وذلك يرجع إلى مرونة عضلات القطط وقدرتها جسداً على امتصاص الصدمات، وبالتالي من الطبيعي أن تقفز من ارتفاعات شاهقة دون أن تصب بسوء أو يؤثر ذلك فيها، وتله هذه المقولة الأقدمين ليطلقوا أحد أشهر الأمثال الشعبية.

القشة التي قصمت ظهر البعير:

أحد الأمثال الشعبية الشهيرة، ويضرِب في الشخص الذي تحمل كثيراً ثم جاء موقف تافه جداً جعله ينفجر أو ينهار، ويروى أنه كان هناك شخص مسافراً حمل على جملة أمتعة كثير بما ينوء بجملة ثلاثة جمال، وليس جملاً واحداً، وأخيراً تبقى شيء صغير جداً بوزن القشة، فوجد أن الجمال قد انهار وسقط، فقال الناس هذه هي القشة التي قصمت ظهر البعير، وبذلك أصبحت هذه القصة أصلاً لأشهر الأمثال الشعبية، وتضرب في أن كثرة الضغط قد يؤدي إلى الانفجار، وكثرة تحميل الأعباء قد يؤدي إلى الانهيار.

سبيلنى أعيش..

شعر / م. مجدى عزيز - أمريكا



وأفكارك رجعيه
ليه دايمًا بتكشّر
ليه كلامك بينقّر
ونخش في نقاشات
ونضيق أوقات
في دا قال ودا عاد
ودا صدّق أو كاد
ومنفعة مفيش
وموش عارف اعيش
الدين يا صحاب
موش زببيه وقبقاب
الإيمان موش بالسلاح
بل بالمحبة والسماح
إرجع ياللا بسرعة وتوب
وركب والله دا رب قلوب
وبنسنتى رحمة ربنا
م الى بيجرى حولنا
عشان نعرف نعيش

بتسأل عن دينى
آل عاوز تهدينى
طب انت مالك
خلليك في حالك
هوا انت بترزقنى
أو ناوى تعشينى
وللا انت وكيل ربنا
بعتك تنظر في أمرنا
وتعرف اللى ف قلبنا
وتختبر شكى و يقينى
خلليك في حالك
وسيينى اعيش
هوا انت عالم بالنوايا
وللا خالى م الخطايا
وبتعاذى الناس وتعادينى
وتسيطر على عقلى
ولمناهه تودينى
ونروح ما نجيش
ماتسيينى اعيش
ليه بتطبق على صدرى
تتحكم ليه ف أمرى
في مظاهر شكلية

قرأت لك.. حسيبة برما إعداد/ م. مجدى عزيز

– كم بيضه كانت بالقفص؟
– فقالت: لو أحصيت البيض بالثلاثة
تبقى بيضة، ولو بالأربعة تبقى بيضة، ولو
بالخمسة تبقى بيضة، ولو بالستة تبقى
بيضة، ولو احصيته بالسبعة فلا يبقى شيئا.
فأخذ الشخص يحسب البيض بعد قولها فوجد
أن البيض كان 301 بيضة لكن وصل إلى ذلك بعد
تفكير طويل وصعب ومن هنا أصبحت مقولة
تقال إلى الشخص الذي يجد صعوبة في حساب
شيء ما فأصبحت هذه الحسيبة الشغل الشاغل
للقرية، وتنافس الجميع لمعرفة عدد البيض الذي
كان يتواجد في السلة، وظل الأمر يتداول ويتداول
حتى عم أرجاء طنطا ومنه إلى محافظة الغربية
وغيرها من المحافظات، ومن هنا أصبحت هذه
المقولة من تراث الشعب المصري، وتقال عندما
يتعثر شخص ما في حل مسألة حسابية معينة.

(حسيبة برما)، مقولة مصرية دارجة
نقولها ونسمعها كثيرا، عندما يختار الفرد
في الحساب، وقد وردت في موسوعة حلوة
بلاى للكاتبة إبراهيم خليل إبراهيم: وترجع
قصة هذه المقولة إلى العصر العثماني.
"تبعد قرية برما عن (طنطا) بنحو 12 كيلو متر
تقريبا، وهي قرية تشتهر بتربية الدواجن حيث
إنها تسهم بإنتاج ثلث دواجن مصر وذكرها
على مبارك في كتابه الخطط التوفيقية، حيث
قال أنها قرية كبيرة من قرى مديرية الغربية
بقسم إيبار، لها شهرة بمعامل الدجاج وبها
عدة بساتين وسواقي، وأن بها جامع بمئذنة.
وجاءت حسيبة برما حين اصطدم أحد
الأشخاص بسيدة كانت تحمل سلة بها مجموعة
من البيض فتحطم البيض بأكمله فأراد الشخص
تعويضها عما فقدته من البيض وقال لها:

قرأت لك.. كتاب "امبراطورية التأثير" عن أسرار شركات التكنولوجيا الصينية

الشركة المنعزل البالغ من العمر 50 عامًا ما هواتينج
Ma Huateng، الذي يطلق عليه اللقب الإنجليزي
"pony".
تؤكد لولو تشين في كتابها أن مؤسس شركة تينسينت
الصينية ما هواتينج الملقب باسم بوني هو رجل أعمال
خاص ازدهر في اقتصاد تهيم عليه الدولة من
خلال الباقية والدبلوماسية والحس السياسي الحادق
(عضو في المجلس التشريعي الصيني الذي يجتمع
مرة واحدة سنوياً في بكين لمناقشة الأجندة الوطنية).
كما يكشف الكتاب أيضا عن العواض التي
يسببها تداخل مصالح شركات التكنولوجيا
في العالم خصوصا بين الصين وأمريكا وما
يسببه ذلك من توترات على المستوى الدولي
أيضا نتيجة لرفض بكين السماح لمراجعي
الحسابات الأمريكيين بتفتيش الشركات الصينية.

على سبيل المثال حاول دونالد ترامب كما يذكر
الكتاب منع الشركات الأمريكية من التعامل
مع تطبيق WeChat المملوك لشركة تينسينت
الصينية كما كانت هناك على مدار السنوات الماضية
المزيد من المنعطفات الحاسمة والمعارك الحاسمة
لتينسنت بينما يؤكد المؤلف أن آلية عمل الشركات
التكنولوجية العملاقة التي تشكل منتجاتها
حياتنا لم يتم حتى الآن فهمها بشكل صحيح.
يذكر أن لولو تشين مؤلفة الكتاب تعمل مراسلة في
بلومبرج وقد تلقت تعليمها في بكين والولايات المتحدة
وتخرجت بمرتبة الشرف من كلية الدراسات العليا
للسحافة بجامعة كولومبيا كما عملت أيضا في منصات
الوسائط المتعددة، بما في ذلك CNN Money.

منذ خمسة أعوام تفوقت شركة التكنولوجيا
الصينية تينسينت Tencent على فيس بوك
لتصبح خامس أكبر شركة في العالم وعلى الرغم
من أنه لا يزال اسما غير مألوف للكثيرين في
الغرب إلا أن Tencent مساهم رئيسي في شركات
ومنتجات التكنولوجيا بما في ذلك Spotify
و Tesla و Monzo و Snapchat بالإضافة إلى صانعي ألعاب الفيديو مثل Fortnite
و Clash و League of Legends و Call of Duty
وتصل اهتمامات الشركة إلى عوالم التمويل والحوسبة
السحابية والوسائط والمراسلة وبث الفيديو وإنتاج
الأفلام، وفي الصين تدير الشركة تطبيق WeChat
وهو جزء من منصة وسائط اجتماعية وجزء من
المحفظة الرقمية - يستخدمه حاليا 1.3 مليار شخص.
إن تحقيق Tencent للسيادة الرأسمالية الدولية
من قاعدة شيوعية أمر مذهل على الرغم من أن
قراء كتاب المؤلفة لولو تشين الصادر تحت عنوان
"امبراطورية التأثير" قد لا يتفاجأون لو علموا أن
الشركة فعلت ذلك من خلال الحفاظ على علاقات
وثيقة مع الحكومة الصينية، التي تقدر الوصول
إلى سيول المعلومات التي تجمعها Tencent يوميا
مع وجود عدد من قوانين حماية البيانات المعمول
بها بينما يقال إن الحكومة استخدمت التطبيقات
المملوكة لشركة Tencent لمراقبة المستخدمين.
في Influence Empire أوامبراطورية التأثير تسعى
مراسلة بلومبرج لولو تشين إلى سرد قصة نجاح ريادة
الأعمال الأكبر في الصين كما يمكن القول أن الكتاب
يكشف عن الخيوط التي تربط نظام زى جين بينج Xi
Jinping بحسابات Snapchat، مع تعريفنا بمؤسس

خير في سلامة وسلامة في خير بقلم الأديبة الشاعرة والإعلامية/ عبير حلمي - مصر



الخَيْرِ وَالسَّلَامَةِ دَائِمًا أَصْحَابُ وَالسَّعَادَةِ
مُتَعَاهِدُونَ وَمُتَوَافِقُونَ،
مَنْ يَمْنَحُ الْخَيْرَ وَالسَّلَامَةَ هُوَ اللَّهُ .
وَمَنْ يَسْتَعْمِلُهُمْ هُمُ الْبَشَرُ،
كَيْفَ تَرَبَّحُ السَّعَادَةُ ؟!
إِنْ لَمْ تَسْتَغْمَلْ تِلْكَ الصِّفَاتِ، وَتَجَرَّ فِي الْخَيْرِ
وَتَسْعَى لِلسَّلَامِ
هَكَذَا تَضْحَكُ لِكَ الْأَيَّامِ وَهَكَذَا تَتَحَقَّقُ بِكَ وَلِكَ
الْأَحْلَامُ ،
وَنَحْيًا جَمِيعًا فِي هُدُوءٍ دُونَ أَيِّ اضْطِرَابٍ ،
وَيَكُونُ الْخَيْرُ وَالسَّلَامُ ... هَدَفَ حَيَاةٍ
كَيْفَ نَصْنَعُ الْخَيْرَ لِلغَيْرِ ؟
وَهَلْ سَيَعُودُ عَلَيْنَا وَلَنَا ذَلِكَ الْخَيْرِ فِي يَوْمٍ مِنْ
الْأَيَّامِ ؟
بِالتَّأَكِيدِ هَذَا مَا سَيَحْدُثُ ،
لِكُلِّ فِعْلٍ رَدُّ فِعْلٍ
وَالدُّنْيَا دَوَّلٌ فَيَوْمًا لَكَ وَيَوْمًا عَلَيْكَ .
وَمَا تَقْدَمُهُ الْيَوْمَ تَجِدُهُ بِكُلِّ تَأَكِيدٍ بِالْغَدِ .
وَعِنْدَمَا تَقْدُمُ الْخَيْرِ تَجِدُ فِي ظِلِّهِ السَّلَامَ بِالطَّبَعِ
وَهَذَا السَّلَامُ يَحَقِّقُ لِلنَفْسِ الْهُدُوءَ وَالِاسْتِقْرَارَ
وَالنَّمِيَّةَ وَالرِّخَاءَ
وَبِهِ تَتَحَقَّقُ السَّعَادَةُ، فَمَا أَرْوِعُ الْخَيْرَ وَالسَّلَامَ
وَمَا أَسْعِدُ مِنْ يَسْعَى لِهِمْ فِي الدُّنْيَا وَ الْآخِرَةِ

نسعى جميعًا لتحقيق تلك المعادلة فهي ليست
بالمعادلة الصعبة ولكنها بالمعادلة المستعصبة
فنحن من نستعصب السعي لتحقيق الخير
والسلام،
ونكتفي بما تحمله لنا الأيام من أفراح ومن
أحزان ،
وهنا نَوَأكُلُ وليس نَوَأكُلُ ؟؟؟؟؟
فالنحيا بالتَوَكُّلِ على الله، بمساعدته لنا
بمحاولتنا الصادقة الواعية لتحقيق السَّعادة
وهي التي نتحقق بالفعل عندما نسعى للخير
للغير ،
ونحيا معه في محبة وسلام
فالشعوب تتقدم بالسَّلام ،
وتهدم بالمعارك والحروب ،
ومن يرغب في التقدُّم والتطوُّر وتحقيق أهداف
التَّميَّةِ المستدامة فيكون له هدف واحد وهو
تحقيق العدل والمساواة والسلام .

بقلم/ عبير حلمي - مصر

حكاية إلهام

تغرد الطيور تعلن للموسيقى بقاء
هنا نعلم و هنا تدوي الذكريات
بخيال الواقع المنشود بالرجاء
نتقابل من جديد وللحنين مزيد
تمر الصفحات عابرة للقرارات
تحاكي المشاعر بالصدر الواسع
تتوسم الحنين من قلب أمين
يترجى لها السكون بالأحضان
فأين أنا من تلك الأفكار ؟
هل هناك مزيد من الانتحار ؟
ام إخفاء ما تبقى دون إعلان

جاءني موعد مع الإلهام
في حلم عشته دون إغفال
أيقظ مشاعري حين اللقاء
فندمت على الهجر والاستغناء
ليلة أمس أنست بوحديتي
والافكار تداعبني تارة تهدأ
وتارة التمس منها العناء
وفي لحظة أجدتها تهرب
تتركني وحيدة دون سابق إنذار
وتهرب بعيدا دون أن تعود
وفي حنايا الصمت أبحث
عن سبيل من أجل البقاء
فاجمع شتات فكري بفضل الدعاء
تعانقت الأفكار مع كافة الأهواء
و لذ وطاب لها بلحظات الإخفاء
تظاهرت هنا بالوجود العجيب
لحين الهجر أو تمادي البقاء
تتسارع لحين الحزم والإشداء
بظن المغفرة بنظرة حنين اللقاء
فاضحة الدموع تنهال باستثناء
أدعو لها بدعوة قلب ومحاكاة

سعادة المرء في لقاء ووفاء
وشقائه في غدر بلا إنذار
هربت الأفكار لحين الاستغفار
تمتلك أدوات القدرة والمقدرة
ترفض في يوم الاستعلاء
والتركيز هنا مر لحظات وساعات
بين مفر و مفر بين المدونات
والحلم باقي و حكاية إلهام
تتعانق الروح بأحلى الذكريات

بقلم/ عبير حلمي - مصر

لجوج السماء

ضوءها يمحي ألم وطول انتظار
غياب وجودها محط كل الأنظار
لا تمحى أبداً من ذاكرة الأطفال
عشق هواة الرسم صغار وكبار
أنها جمال السماء ..زهو وإبهار
بغيا ب نجمة الشمس الكل ينهار
غياب نجمة القمر عتمة بإقتدار
وجودك بالحياة أمل و إزدهار
غيابك يثير التساؤل

سألتنى النجوم حين سطوعها
هل تراني في يوم العيون؟
تنهدت بحكمة وأجبتها
كما تشعرين هكذا لك يكون
فقالت لي: وهل يكفي الشعور؟
فصمتُ حينها لحظات وتذكرت
كم مرة نظرتُ للغُلا وتطلعت
وجدت السماء بها سُحب وغمام
طال النظر و تأملت لساعات
ظهرت نجمة بأعلى السماوات
صرخت بعلو الصوت ها أنت
وكانني طفلٌ يشير إلى لُعبةٍ
يتمنى الإمساك بها ولو للحظات
تساقطت الدموع من عيني
بكيت ولم أجد غير ضوئها
ينير لي ويمحي الظلام
هنا تيسمت

ما كم السُحب الهائل وأين الفرار؟
عودي يا نجمة بالأمل والرجاء
عودي لشوق وملتقى الأحباب
عودي بالتهليللعنان السماء
تبتهج العيون و السنة الحكماء
يكتب لك الشعر بكافة الألوان
تتغزل الأقوال وتتنغم بالألحان
تتنصف بك أشهر من في الزمان
تتحلى بكالصور والجدران
تنزين وتتجمل كافة الصفحات
بالوصف اتصف بك كل النجمات
تعجب من جمالك الأنس والجنان

للإعلان بالجريدة رجا الإتصال على +1 626-261-9969



أوراق مجهولة في حياة الفنان كمال الشناوي عمرها أكثر من 67 عاماً

- 19 أبريل 1955: موعد مع الأستاذ أنور وجدي والأستاذة ليلى مراد
- 19 يوليو 1955: بداية تصوير فيلم الحبيب المجهول صباحاً مع ليلى مراد
- موعد مع نيازى مصطفى بحل الجبال بشارع عدلى 7 مساءً
- سبتمبر 1955: تناولت العشاء مع فريد شوقي 7 مساءً
- 2 سبتمبر 1955: أول يوم تصوير فيلم الجسد مع الفنانة هند رستم 8 صباحاً
- 19 مايو 1955: توفي اليوم الأخ أنور وجدي فى استوكولم إلى رحمة الله



عثر عليها: نبيل سيف

خاص لجريدة كاريزما

أوراق

في 22 أغسطس 2011 رحل الفنان كمال الشناوي بعد رحلة طويلة مع الفن قاربت على الـ 70 عاماً، تبرع خلالها على عرش الفن الأول للسينما المصرية لسنوات طويلة. وفي ذكره تكشف عن وثائق ورسل مجهولة في حياة الفنان الراحل، كان أهمها مذكرات يومياته قبل 67 عاماً، حيث كتب بالتفصيل يومياته بشكل منظم.

يوميات أكثر من 67 عاماً:

كان الفنان كمال الشناوي حريص على تدوين يومياته في مفكرة صغيرة بعجينة تظل معه طوال العام حتى العام الذى يليه، ومن ضمن ما عثرنا عليه هي مفكرة الفنان الراحل لعام 1955 حيث كتب في بدايتها بخط يده قائلًا:

1943 إحدى عشر عاماً انشغلت بالتدريس حتى الثالث والثلاثين وقد مضى على تخرجى من كلية التربية الفنية بجامعة حلوان في الاثنين 17 يناير 1955 داعياً من الله عز وجل أن يوفقنى ويحبب في خلقه حتى أحصل على رضى الله والوالدين والناس.

الجمعة 21 يناير 1955 قابلت فاتن حمامة الساعة 9 صباحاً مع ليلى مراد، وبعيداً عن ليلى مراد، ومن الاثنين 25 فبراير 1955 التقيت الفنانة هند رستم في جروبى الساعة 9 صباحاً.

الثلاثاء 8 مارس 1955 خلف كبير مع أنور وجدي كامل في محل الجبال بشارع عدلى في 8 مساءً.

الأحد 15 أبريل 1955 موعد مع الأستاذ أنور وجدي والأستاذة ليلى مراد.

الخميس 28 مايو 1955 توفي اليوم الأخ الأستاذ أنور وجدي في مستشفى حسان الصيغى.

السبت 2 يونيو 1955 التقيت الأستاذة ليلى مراد والأستاذة ليلى مراد في مستشفى حسان الصيغى.

الأثنين 4 يوليو 1955 اليوم بداية تصوير فيلم "الحبيب المجهول" مع الفنانة ليلى مراد، قصة الأستاذ أنور وجدي، وإخراج حسن الصيفى.

السبت 16 يوليو 1955 الذهاب للتصوير الساعة 7 صباحاً، وموعد هام جداً مع الفنانة شادية الساعة 5 مساءً.

الأثنين 1 أغسطس 1955 الذهاب للتصوير في الساعة 8 صباحاً، وموعد هام جداً مع الفنانة شادية الساعة 5 مساءً.

7 أغسطس 1955 الذهاب للتصوير الساعة 8 صباحاً، وموعد هام جداً مع الفنانة شادية الساعة 5 مساءً.

11 أغسطس 1955 الذهاب للتصوير الساعة 8 صباحاً، وموعد هام جداً مع الفنانة شادية الساعة 5 مساءً.

الجمعة 2 سبتمبر 1955 قابلت الأستاذة ليلى مراد الساعة 5 مساءً بالزمالك.

الثلاثاء 6 سبتمبر 1955 بداية تصوير فيلم الجسد مع ليلى مراد، وموعد هام جداً مع الفنانة شادية الساعة 5 مساءً.

24 سبتمبر 1955 قابلت الأستاذة ليلى مراد الساعة 5 مساءً بالزمالك.

الأربعاء 28 سبتمبر 1955 قابلت الأستاذة ليلى مراد الساعة 5 مساءً بالزمالك.

الأربعاء 9 نوفمبر 1955 قابلت الأستاذة ليلى مراد الساعة 5 مساءً بالزمالك.

الأثنين 25 ديسمبر 1955 قابلت الأستاذة ليلى مراد الساعة 5 مساءً بالزمالك.

اشترك التأمينات الاجتماعية - محل الأستاذة ليلى مراد الساعة 7 مساءً.

ويعتبر استمارة اشترك التأمينات الاجتماعية - محل الأستاذة ليلى مراد الساعة 7 مساءً.

كمال محمد حسين الشناوي - محل الأستاذة ليلى مراد الساعة 7 مساءً.

والاشترك الشهري 3 جنيهات و60 مليه.

الميلاد المصوره - مواليد 26 ديسمبر 1921 - واجره الشهري 400 جنيهه



أول لقاء كمال الشناوي
كل عام وأنت بألف خير
مباركة عيد الفطر المبارك
أشوق وحبيبك
أشوقك
١٩٨٢/١٨/١٢

أشوقك
كل عام وأنت بألف خير
مباركة عيد الفطر المبارك
أشوق وحبيبك
أشوقك
١٩٨٢/١٨/١٢

أشوقك
كل عام وأنت بألف خير
مباركة عيد الفطر المبارك
أشوق وحبيبك
أشوقك
١٩٨٢/١٨/١٢

أشوقك
كل عام وأنت بألف خير
مباركة عيد الفطر المبارك
أشوق وحبيبك
أشوقك
١٩٨٢/١٨/١٢

أشوقك
كل عام وأنت بألف خير
مباركة عيد الفطر المبارك
أشوق وحبيبك
أشوقك
١٩٨٢/١٨/١٢

أشوقك
كل عام وأنت بألف خير
مباركة عيد الفطر المبارك
أشوق وحبيبك
أشوقك
١٩٨٢/١٨/١٢

أشوقك
كل عام وأنت بألف خير
مباركة عيد الفطر المبارك
أشوق وحبيبك
أشوقك
١٩٨٢/١٨/١٢

أشوقك
كل عام وأنت بألف خير
مباركة عيد الفطر المبارك
أشوق وحبيبك
أشوقك
١٩٨٢/١٨/١٢



أشوقك
كل عام وأنت بألف خير
مباركة عيد الفطر المبارك
أشوق وحبيبك
أشوقك
١٩٨٢/١٨/١٢

أشوقك
كل عام وأنت بألف خير
مباركة عيد الفطر المبارك
أشوق وحبيبك
أشوقك
١٩٨٢/١٨/١٢

انطلاقة جديدة وقوية للإحتفال السنوي لمؤسسة جريس.. ملتقى المهاجرين المصريين والعرب GRACE

مؤسسة خدمية إجتماعية أيضاً للمصريين والعرب في أمريكا وتساعد على حل مشاكلهم وتجميعهم من خلال حفلات وتجمعات مثمرة وأكد على دور المؤسسات الخدمية في أمريكا خلق تكتلات مصرية قوية لها صوت وكيان واضح وفعال، وفي هذا اليوم كانت تتوفر ندوات تعليمية تثقيفية توعية للجالية هناك من متخصصين كلاً في مجاله، واختتم المهندس رضا بشاى بالشكر لجميع الحضور والمتكلمين والقادة، فكان يوم ثمر بالمعلومات المفيدة على جميع الأصعدة وتواجد الإعلام والصحافة لتغطية هذا اليوم الممتع، بجانب توفير الوجبات والحلويات الشرقية والمشروبات الذيدة في هذا اليوم. شكراً لأسرة مؤسسة جريس للخدمات الإجتماعية والطبية وقائدها المهندس رضا بشاى.

وتقديم خدمات القنصلية بقدر الإمكان في أسرع وقت ممكن وأفضل خدمة، وبدوره رئيس مؤسسة جريس المهندس رضا بشاى قدم درع الشكر لسعادة السفير أحمد شاهين على مجهودات سعادته الكبيرة لصالح الجالية المصرية من خلال القنصلية، ثم ألقى رجل الأعمال الأستاذ/ رأفت صليب رئيس الإتحاد العام للمصريين في الخارج بأمريكا كلمة لتشجيع كل مصري ليكون عضو من أعضاء الإتحاد لنصبح جميعاً كمصريين أمريكيين على أرض أمريكية يد واحده نؤثر في القرارات الأمريكية بقوة وحدثنا وإيماننا بقدراتنا، وأشاد بهذا اليوم أيضاً، أما عن المهندس هشام ستيته نائب رئيس الإتحاد كانت كلمته عن تجربة مؤسسة البيت المصري بدورة من المؤسسين، فهي

تجمع لأصحاب الأعمال والشركات المتنوعة أكثر من 50 شركة التي تخدم الجالية العربية المتواجدة في كاليفورنيا، لشرح نوعية وطبيعة العمل وما هي الفوائد المتعددة من هذه الخدمات المقدمة للمهاجر في الولايات المتحدة الأمريكية، الإقبال كان كبير رغم أن هذا التوقيت كان يتوافق مع أيام عيد الأضحى المبارك ورغم ذلك التوقيت كان على رأس الحاضرين سعادة السفير السيد/ أحمد شاهين فنصل مصر العام بلوس أنجلوس والساحل الغربى وكان تشريف سعادته بمثابة تقدير كبير لمؤسسة جريس ومجهوداتها وإحتوائها للجالية المصرية وتقديم الخدمات المفيدة للجالية. ألقى سعادته كلمة تشجيع وترحيب للجميع والتأكيد على دور القنصلية في مساعدة المهاجرين المصريين

أقيم الإحتفال السنوي الكبير لمؤسسة جريس للخدمات الإجتماعية والطبية للمهاجر المصري والعربى في دورته الثالثة. انقسم إلى يومين، الأول يوم السبت 9 من يوليو 2022 لشباب الجيل الثانى والثالث المولود في أمريكا من أصول مصرية عربية للتعارف والمشاركة في العديد من الأنشطة وخلق فرص لتقوية هذه العلاقات بينهم وبين بعض والتفاعل وتبادل الخبرات والتواصل لخلق تنوع ثقافي غنى يخبرات متعددة من خلال سرد وشرح خبرات وثقافات ودراسات كل شخص للأخر، من خلال ندوات وبرتوكول يعم بالفائدة على الجميع، أما اليوم التالى يوم الأحد 10 يوليو 2022 كان هذا اليوم خاص بالأسرة المصرية والعربية وأكبر







الغربة وتحدياتها في تربية أبنائنا..

بثلم / ماريان إدوارد - أخصائية إرشاد أسرى وتعديل سلوك

خاص لجريدة كاريزما

لكن نتيجة أنشغال الشخص عن الله بسبب عمله أو بسبب الأنغماس في الخطيئة والوقوع تحت وطأة العالم بهيمومه لا يكون لديه وقت لله ولا للعبادة وبهذا يتراجع الشخص روحيا ويفتر تدريجيا وهكذا أن لم يتأسس الأبناء والآباء في الإيمان ويتأصلوا كنسيا وروحيا سوف يضيع الأبناء في العالم الشرير من حولهم.

من أجل ذلك:

١- أشجعكم كأب وأم أن تهتما بحياتكم وحياة أبنائكم روحيا وأن يكون لكل فرد فيكم علاقة شخصية مع الله.

٢- قدما التوبة باستمرار وعلمنا أبنائكم التوبة والاعتراف.

٣- أن تلتصقا بالكنيسة ولا تجعلا العالم ومشكلاته تشغلكما - أبحثا عن كنيسة مناسبة لكم تسير على مبادئ الكتاب المقدس.

٤- أهتموا بعمل المذبح العائلي مع الأبناء ولو مرة أسبوعيا.

٥- صلوا صلوا لأجل بيتكم وأبنائكم.

التحدي السادس - توفر الماريجون والمخدرات والكحوليات في المجتمع:

للأسف الكحوليات وبعض المواد المخدرة كالماريجوانا تباع في بعض الأماكن بحرية شديدة دون رقابة أو عقوبة لمن يتناولها، بجانب المخدرات وأن حتى لم تكن تباع بحرية لكن يسهل الحصول عليها، ففي هذه المجتمعات لم يقتصر رؤية هذه المواد بين تجار المخدرات فقط ولكن قد يتداولها أطفال المدارس فيما بينهم مما يهدد خطر تشنئة أبنائنا في هذه البلاد - فهو تحدي كبير يواجهنا كأباء أذ نريد لأبنائنا الحصول على تعليم جيد من مدارس أجنبية في بلاد أجنبية ولكن قد تكون أبنائنا محاطة بالخطر في المدارس ذاتها كما ذكرت عن المواد المخدرة لذلك من المهم أن تكون أول اهتماماتنا هو التواصل المستمر مع أبنائنا، نعلمهم عن الصواب والخطأ وما يليق وما لا يليق نلاحظ تصرفاتهم، نسأل عنهم وعن كيف كان يومهم باستمرار نشجعهم على العلاقة الروحية مع الله، نرسخ فيهم الإيمان نصلى لأجل حمايتهم ونستودعهم في يد القدير لحمايتهم.

التحدي السابع - تحدى شعور عدم الانتماء:

هذا المشاعر تترك العديد من أبناء المهاجرين اذ يشعرون بالتأرجح وفقدان الهوية، فلا يستطيعون أن يشعروا بالانتماء إلى بلادنا نحن التي جننا منها لأنهم لم يولدوا ولا حتى عاشوا فيها وفي نفس الوقت فاقدين الأحساس بالانتماء إلى البلد الجديد حتى كانت مسقط رأسهم ومكان مولدهم ولكن شعور الغربة وعدم الانتماء متمركز في أعماقهم، هذه المشاعر تؤثر بشكل واضح على نفسياتهم وعلى مدى أحساسهم بالاستقرار والهوية من خلال ما سبق فأنه يقع على عاتق الأب والأم الدور الأعظم ليكونوا الوطن لأبنائهم -الحضن والحصن -أجعلوهم يشعروا بالانتماء لكم ولعائلتكم و للكنيسة فهذا قد يخفف من حدة المشكلة، لأن الشخص الذي لا يشعر بالانتماء عموما وخصوصا في سن المراهقة سوف يبحث عن مجموعة ينتمي إليها حتى أن كانت مجموعة شباب تعاطي المخدرات أو ربما يضطر أن يدخل في علاقات غير مشروعة ويقدم أي تنازلات للشلة حتى يشعر بالانتماء لهم ولذلك كى تتجنب أن يلجأ أبنائك إلى هذا الطريق ويبحثوا عن أي مجموعة أي أن كانت ينتموا إليها أو أي شئ ينتموا إليه ويخلصوا له، شجعهم أنت على الانتماء والاشتراك في فريق رياضة معينة أو فريق كشافة، أو مجموعة شباب في الكنيسة ولا تهمل أن تشعرهم بأنتمائهم اليكم ك أسرة. في نهاية المقال أشجعك أيها القارئ العزيز أن كنت أباً أو أماً أن لا تستهين بدورك في حياة أبنائك ولا تقف كالمفرج تاركا أبنائك للمجتمع أن يربيهم بل كن متواجدا في حياتهم، أشبعهم حباً وعطفا وأماناً -كن لهم ملجأ وأباً وأماً - ساندتهم واندمج معهم في المجتمع الجديد ولا تتركهم أن ينصهروا ويذوبوا فيه بمفردهم دون رقابة ورعاية وحب.

معهم وتعرف على مدى عمق هذه الأفكار لديهم وعالجها.

التحدي الثالث - تحدى غلاء المعيشة:

أن طبيعة الحياة في هذه البلاد ربما تكون أفضل نوعاً ما عن غيرها في بلاد أخرى إلا أنها تتطلب أن يعمل الأب وربما الأم لعدد ساعات طويلة حتى يستطيع أن يؤمن المال اللازم لهذه الحياة من دفع الفواتير والضرائب وكل ما تتطلبه الحياة الجديدة مما يترتب عليه ترك الأبناء لفترة طويلة دون مرافقة أو رقابة - فمثلاً أن كان عمل الأب طوال النهار من الصباح ويعود إلى المنزل في المساء منهكاً متعباً غير قادر على الكلام أو التفاعل مع الآخرين، هذا بدوره يعوق عملية التواصل مع أبنائه ويمنعه من أن يستمع لمشكلاتهم ومساعدتهم في حلها أو أن يشجعهم على القيام بالصواب وردمهم عن الخطأ يحرم الأبناء من التعلم من أبايهم كيفية التعامل الصحيح مع المشكلات -لذلك أن كان الهدف من عمل الآباء هو توفير حياة كريمة للأبناء مادياً إلا أن فقدان التواصل هذا يؤدي إلى ضياع الأبناء وحرمانهم من الإشباع العاطفي وحرمانهم من الشعور بالأمان والأمن ويؤثر على نموهم النفسي والوجداني . والآن بعد ان عرفت مقدار الخسارة الغير مادية التي يتسبب فيها عملك وتأثيرها على الأولاد فأنها دعوة لك لأن تدبر أمورك وظروف عملك من أجل حياة أفضل نفسياً لأبنائك فنتاح لك الفرصة لقضاء الوقت معهم وأن تعمل على تسديد احتياجاتهم النفسية والوجدانية - فالأبناء يحتاجون اليك أكثر من إحتياجهم للمال.

التحدي الرابع - تحدى اضطراب العلاقات في المنزل:

يتأثر الكثير من المهاجرين بالثقافة من حولهم فيصبح كل فرد في الأسرة مستقلاً عن الآخر كعادة أهل البلد - كل شخص يعتمد على نفسه -مستقل بذاته - له عالمه الخاص الذي يدور فيه - قد يجمع المنزل بين حوائطه أفراد العائلة ولكنهم للأسف منفصلين نفسياً لا يستطيعون أن يشعروا ببعضهم وجدانياً فيتناسلون الأحزان ويتشاركون الأفراح مما يؤدي إلى توتر العلاقات وسهولة الانفصال هناك علاقات زوجية كثيرة تعرضت للفتور بعد السفر والهجرة وذلك لعوامل عديدة مما أدى إلى ظهور مشكلات ونزاعات أثرت على الجو العام في المنزل وبالتالي هذه الخلافات قد تترك أثراً ملحوظاً في نفسية الأبناء وتفقدتهم الشعور بالأمان وليكن معلوما لدينا جميعاً أنه أن ضاع الأمان والاستقرار في المنزل فهذا يؤدي إلى البحث عن الأمان في أشياء خارجية تساعد على إستقراره النفسي مثل المخدرات أو الكحوليات التي توجد بكثرة فيما حولهم والدخول في علاقات غير مشروعة بحثاً عن الحب الغير موجود داخل البيت لذلك دعونا نتذكر القول "أن تصل متأخراً خير من أن لا تصل" بمعنى حتى أن كنت تعتقد أنه فات الآوان في علاقاتك وأصبحت الحياة مستحيلة، أدعوك أن تحاول مرة أخرى من أجل أبنائك من أجل حياتهم وحياتك، راجع نفسك في علاقتك بشريك الحياة وعلاقتك بكل فرد في المنزل فانت تستحق أن تحيا في أسرة سوية وهم أيضاً يستحقون أب وأم يهتموا بهم ويهتموا بحياتهم.

التحدي الخامس - تحدى الفتور الروحي:

ليست كل الكنائس في بلاد المهجر منتعشة روحياً، قد نجد العديد من المناطق التي تقتصر فيها الكنيسة على فئة المسنين فقط فتجدها تأخذ طابع بطيء في طريقة العبادة والنمو، ولا يوجد فيها من يهتم بالأجيال الصغيرة أو جيل منتصف العمر تفتقر الكنائس لمن يهتم بجيل المراهقين وإجتماعات الشباب.

للأسف هناك أيضاً كنائس غربية تخضع لقوانين البلاد وتكرر تعاليم الكتاب المقدس وتسمح ببعض الأمور التي لا تليق بالزواج وإلى آخره من أمور وللأسف قد يرتاد أبنائنا هذه الكنائس أن لم تكن مركزين معهم ولا نعرف ما يحدث معهم وإلى أين يذهبون ومع من يجتمعون.

كما أن ضعف بعض الكنائس ليس السبب الوحيد في الضعف الروحي بل بالعكس هناك الكثير من الكنائس المنتعشة روحياً

ربما تعددت وإختلفت الأسباب وراء هجرة وتغرب كل منا، فهناك من جاء بحثاً عن مستقبل أفضل له ولأسرته أو سعياً لتعليم عال وحياء أرقى، ومنا من جاء للعمل وبحثاً عن لقمة العيش، وأيضاً من جاء بحثاً عن ما لم يجده في بلده من حرية ورفاهية ولكن.. أى كان السبب وراء هجرتنا فأننا عندما غادرنا بلادنا التي ولدنا فيها تاركين من نحب فأننا أصبحنا أغراب. ونسميها بالغربة لأن كل شيء فيها أصبح غريباً عن ما اعتدنا عليه وكبرنا ونشأنا فيه من مبادئ وقيم وأسس وأخلاق وأيضاً من حيث التمسك بالدين وبالعقيدة...

وهنا تبدأ مع كل مهاجر سلسلة من التحديات للعيش في بلاد الغربة وخصوصاً مع الآباء والأمهات في تربية أبنائهم، ورغم أن وجودهم في هذه البلاد ربما في البداية كان حلماً يتوقون إلى تحقيقه في يوم من الأيام إلا أنه مع كثرة التحديات قد يتحول هذا الحلم إلى كابوس. ولكننا في هذا المقال نحاول أن نخفف عليك عبء هذه التحديات التي سوف نتناول بعض منها كي نعالجها ونغلب عليها:

التحدي الأول - تحدى اللغة:

تعد اللغة من أهم وأقوى التحديات التي تواجه الجيل الأول(جيل الآباء) في بلاد غربيته وأقصد هنا أن اللغة قد لا تكون عائق فقط في التعاملات مع مواطنين البلد الجديدة أو استخدام اللغة كضرورة للاتحاق بعمل مناسب، بل تظهر مشكلة اللغة في تعامل الآباء مع الجيل الثاني(أبنائهم) الذين يتعلمون اللغة الجديدة بسهولة وذلك لصغر سنهم ولا يستطيعون أن يتحدثوا لغة الآباء(اللغة الأم) فعندها يحدث فجوة في التواصل بين الآباء والأبناء وفي متابعة ما يقرنه الأبناء أو ما يستمعوا إليه ويشاهدوه مما يزيد صعوبة التحدي في تربيتهم في بلاد المهجر- كما تقف اللغة عائق في التعرف على أصدقاء أبنائهم والتحدث معهم خاصة إذا كانوا من جنسيات أخرى وبالتالي هناك خطر على الأبناء مع احتمالية أن يكون هؤلاء الأصدقاء أصدقاء سوء فيشجعوهم على فعل أمور لا تليق ولعدم فهم الآباء ما يدور في محادثاتهم قد يضيع الأبناء. وأضيف أيضاً أن اللغة قد تكون عائق في متابعة دروس الأبناء ومستواهم الدراسي وأريد أن أشجع كل أب وأم بأخذ خطوة إيجابية في حل هذه المشكلة متذكراً أن الهدف الأول الذي تغربت لأجله هنا هو أولادك ولكي تحميهم لا بد أن تتكلم وتعلم كلامهم ونفهم- لذلك أبذل كل ما لديكم من طاقة لنلا تفقد أولادك وأبدأ بأخذ خطوة عملية في هذا الموضوع مثل أن تشترك في مدرسة مجانية أو أي برنامج تعليمي لتعلم اللغة وإبدء بممارستها حتى تستطيع أن تتواصل مع أولادك وتعرف عنهم ما كنت لا تعرفه من قبل. أيضاً ساعد أبنائك لتعلم لغتك الأصلية قراءة وكتابة حتى يستطيعوا أن يتواصلوا معك ومع الآخرين من الأقارب والأحباء.

التحدي الثاني - الثقافات المختلفة:

فمن أصعب التحديات التي يواجهها الآباء في بلاد المهجر هي الثقافات المختلفة من حيث اختلاف المبادئ والقيم - فتعدد الجنسيات يعني تعدد الثقافات والأفكار - بجانب اختلاف معايير الصواب والخطأ حتى أننا نرى أن بعض الأمور التي نشأنا وكبرنا عليها على أنها أمور لا تليق نجدها بحسب شعوب أخرى هي نوع من أنواع الحرية ولكنها حرية مضررة بالنسبة لنا - مثل الثقافات التي تنادي بالإلحاد وعدم وجود الله - أو الحرية في اختيار جنسك وأيضاً فكرة صديق الولد وصديق البنت من الجنس الآخر - أو ثقافة ترك الابن أو الابنة المنزل عندما يصل إلى سن معين وما إلى ذلك وأكثر من أفكار منتشرة حولنا تمثل تحدي كبير جداً على الآباء في تربية أبنائهم بشكل صحيح . و لمواجهة هذه الأمور والأفكار ينبغي أن نتبع التالي:

١- علينا كأباء وأمهات أن لا ندفن رؤوسنا في الرمال بل نمارس الحوار المستمر والتواصل الجيد مع الأولاد عن كل فكر يدور حولنا في المجتمع ونصح لهم المفاهيم الخاطئة.

٢- إزرع المبادئ الصحيحة في أذهان أبنائك، والأسس الدينية والاجتماعية الصحيحة السليمة التي تليق. -"كن حقيقى أمامهم وعش مبادئك الصحيحة".

٣- لا توبخهم على أى فكر غريب يأتوا به بل تعامل بلطف



LAW OFFICES OF JOHN MIKHAIL

www.lawofficejohn.com



المحامى
جون ميخائيل

نحن نتحدث العربية
الإستشارة مجانية
FREE Consultation

(310)806-1231

معكم فى الأوقات الصعبة

إصابات العمل - التعويضات - حوادث السيارات

No Risk: No Attorney
Fee if No Recovery
Car Accidents



Serving all of Southern California

Notice

Making a false or fraudulent workers' compensation claim is a felony subject to up to 5 years in prison or a fine of up to \$50,000 or double the value of the fraud, whichever is greater, or by both imprisonments and fine.

ميلاد تامر
أعمال التجديدات بالمنازل
أعمال الأرضيات والدهانات والمطابخ والنجارة
و جميع التشطيبات بشكل محترف
Melad Tamer
For All: Flooring Works
Paintings Kitchens Carpenter
+ 1 (562) 270-8002

شريف للهجرة
تراجع - تصديق كل المستندات - الجنسية ومشاكلها - كاتب عدل
لم الشمل - اللجوء - التعامل مع السفارات - رخص القيادة الدولية
714-491-0748
www.immigrationland.net
Email: immigration_center@hotmail.com
Packages & Cruises For Emergency: **714-924-6286**
1811 W.Katella#211, Anaheim, CA 92804

**كتب مسيحية ونبذات وقصص وطرائف
للقس أفستينوس حنا**

تطلب الكتب من مكتبة كنيسة مار يوحنا الحبيب
كوفينا - كاليفورنيا
(909) - 592 - 0475
(909) - 592 - 8847

من الأدوار الطرية
السلاسل النحاسية
العمل الفردي
علاقة كلمة الله بالصلاة
شالوم وإشالوم!
أو السلام المفقود والسلام الموجود
شخصيات فى الظل
القس أفستينوس حنا
THE DIVINITY OF CHRIST
By Fr. Augustinus Hanna
مسيحيون راغب حنا
وسيلة من التحريف
إبراهيم نوح الخليل
كنيسة مار يوحنا الحبيب بكوفينا
تراث نصيف الليل
القس أفستينوس حنا
المرأة
فى مرآة مسيحية
نصف الليل
القس أفستينوس حنا
المرأة
فى مرآة مسيحية
نصف الليل
القس أفستينوس حنا

Evergreen Realty
HOMESMART
Della Fahim
REALTOR®
Cal BRE# 01983293
Direct: **(949) 280-8887**
DellaFahim@msn.com
27802 Vista Del Lago, Ste. E2, Mission Viejo, CA 92692

فى كل مكان
Charisma Daily
www.charismadaily.com
جريدة شهرية
لكل الجالية العربية بأمريكا



Financial & Insurance Solutions, Inc
Lic 6000224

نقدم الحلول المالية والتأمينية



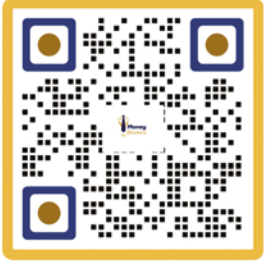
WE DON'T SELL
WE EDUCATE
WE TREAT
WE PREVENT

نعتقد أن الإستثمار ليس فناً فحسب، بل يتطلب أيضاً عناية وإهتمام:

- نحن نفخر بوجود نخبة من الشركاء وإستراتيجيات الإستثمار المتطورة التي تم تصميمها لتسهيل جميع أهدافك الإستثمارية.
- نشيق أن مستشارونا سوف يوفر لك مستوى من الثقة والخبرة والفائدة الكبيرة لكم.
- متخصصون بالتأمين على الحياة بجميع أنواعه، وظيفتنا تلبي إحتياجاتك وحماية أسرتك وممتلكاتك في حالة فقد الدخل أو عامل الأسرة.
- نحن نفتخر بتمثيل العديد من كبرى الشركات التأمينية على مستوى أميركا والعالم..

Free 30 Minutes Consultation for

التأمين على الحياة - الإستثمار - التقاعد
إتصل الآن للإستشارة المجانية



Our YouTube

1 + (855) 584-3637



Our Facebook

من نحن؟

نحن ندرك أن التوتر النفسي يمكن أن يكون له تأثير كبير على حياة الناس. نحن نؤمن بان الوضع المالي يمكن ان يكون مصدر أرق لبعض الناس . سوف يستمع لك اطباء المال ، يتفقدون صحتك المالية ويصفون العلاج المناسب لوضعك المالي لتعيش حياتاً خالية من الضغط النفسي.

لماذا اطباء الأموال؟!

مع سنوات من الخبرة إلى جانب الدعم غير المحدود من العديد من أكبر المؤسسات المالية على مستوى العالم، نحن ملتزمون بالقيام بما هو أفضل لك فقط.

- ✓ عملية العمل السريع
- ✓ فريق متخصص
- ✓ دعم لجميع الأعمار

خدماتنا



التخطيط للتقاعد

حماية الأملاك
والدخل



برنامج تحصيل الأهداف
للأباء الشبان



خدمات لأصحاب
الأعمال



شركائنا في النجاح

Foresters
Financial
Since 1874

FG
ANNUITIES & LIFE
Since 1959

Lincoln
Financial Group
Since 1905

MA
North American Company
for Life and Health Insurance
Since 1886

Mutual
Omaha
Since 1909

Allianz
Since 1890

AIG
Since 1919

Protective
Since 1907

ATHENE
Since 1931

AMERICAN
NATIONAL
Since 1905

More

+1 (855) 584-3637 www.TheMoneyDoctors.com Newport Beach - CA @TheMoneyDrs

Advisory services offered through Foundations Investment Advisors, an SEC Registered Investment Adviser. Insurance Services will be solely offered through Insurance Companies which we are properly appointed with.