رأي آخر

ملحق يصدر عن مؤسسة مفتاح / أيار ٢٠١٢

تقرير "أمان" الأخير حول الفساد: تعاونت الحكومة واستفز النائب العام...!

واسطة ومحسوبية في "المالية" ... وتبديد للمال العام في القضاء الشرعي
استمرار مظاهر الفساد السياسي.. وتساؤلات حول مصير آلاف مخالفات السير الملغاة
في مؤسسة الرئاسة: قضايا ستتم متابعتها في التقرير القادم لـ "أمان"

حوار خاص- "رأي آخر"

لم يثر تقرير مؤسسة "أمان" الأخير عن الفساد في القطاع العام ووزارات السلطة المختلفة ما يستحقه من متابعة واستقصاء في وسائل الإعلام المحلية على الرغم من النتائج الهامة التي توصل إليها التقرير، في وقت تعاملت فيه الحكومة مع هذا التقرير بإيجابية، وشرعت وزاراتها في إرسال الردود التوضيحية على بعض ما تضمنه.

لكن التقرير استفز آخرين، وعلى رأسهم النائب العام احمد المغني، الذي بعث برسالة إلى "أمان" أعلن فيها رفضه التعاون معها إزاء ما ورد فيه وجزء مهم منه يتعلق بالنيابة العامة...

هذه الردود على التقرير والمواقف منها، نلخصها في الحوار التالي مع د. عزمي الشعيبي المفوض العام لائتلاف أمان، خص به صحيفة "رأي آخر"، وفيه يسلط الضوء على كثير من القضايا، ما يلي نصه:

- كيف تقيمون نتائج تقريركم الأخير بشأن الفساد، وما تعليقكم على ما ورد من نتائج في استطلاع الرأي المرفق معه؟

** نعتمد في تقريرنا على مجموعة من مصادر المعلومات، وبشكل محدد على التقارير الاستقصائية التي تعدها "أمان" وتقارير ومعلومات من جهات رسمية ومؤسسات معينة في السلطة، والمجتمع الدولي مثل البنك الدولي، إضافة إلى القضايا المتعلقة بالفساد التي تصل إلى المحاكم وتقارير هيئة مكافحة الفساد ، وتقارير ديوان الرقابة الإدارية والمالية التي تشير إلى مواطن ضعف أو اشتباه بفساد ، وكذلك قرارات مجموعات العمل في المجلس التشريعي. ثم نجري في العام الواحد استطلاعين لآراء المواطنين ونقارن آراءهم بما ننتج عن تحليلنا لمجموعة المعلومات التي جمعناها من المصادر المختلفة ، وعلى ضوء ذلك نجري لقاءات مباشرة مع عدد من المسئولين أصحاب العلاقة في المواضيع المشار إليها، وبالتالي نستخدم استطلاعات الرأي لقياس مدى رضا المواطنين أو رأيهم في شأن القضايا موضوع البحث، وأحيانا تكون آراؤهم منسجمة مع الاتجاه العام الذي يبينه التقرير، وإن كان أحيانا لا يكون منطبقا مائة بالمائة مع نتائج ما توصلنا إليه، علما بأن الرأي العام الفلسطيني ما زال شديد الحساسية ضد الفساد، ومستوى الحساسية اتجاه هذه القضايا أعلى من الواقع، فيما يركز رأي المواطنين أحيانا على القضايا المباشرة التي يلمسونها. فمثلا في غزة وفي الضفة يهتمون بشأن الفساد في الوظائف العامة، لأن المواطنين بحاجة إلى وظائف ، وبالتالي ينتابهم شعور بأنهم لم يأخذوا حقهم في هذه الوظائف، أو في تلقي بعض الخدمات الأساسية مثل الصحة، وعليه فالواسطة والمحسوبية تحتل المرتبة الأولى هنا. أما في غزة، فقد ظهرت حديثا موضوعة الرشوة كشكل هام من أشكال الفساد في رأي المواطنين.

تتمة (٣/٢)

رأي آخر

مساحة إضافية للرأي والتعبير...

هـا هـو الـعـدد الـثـانـي مـن "رأي آخر" صحيفة دورية ومساحة للرأي والتعبير تفتح صفحاتها لطلبة الاعلام في جامعاتنا المحلية ولصحفيين غـادروا للتو مقاعد الـدراسـة لينخرطوا في ساحة العمل الصحفي في أولى بداياتهم... وفي رحلة صعبة من العمل الصحفي الشاق...

في العدد الأول الذي صدر العام المنصرم، كان لعدد من هؤلاء مساهمات رأينا أن ترى النور... وكانت إسهامات أيضا من صحفيين امتهنوا المهنة، وقصدنا من وراء ذلك أن نجمع بين هؤلاء وأولئك... واليوم نواصل المسيرة في عدد جديد... وفي إسهامات جديدة تعكس الموضوعات فيها رؤى هـؤلاء الصحفيين وتوجهاتهم وطبيعة موضوعاتهم التي قد لا ترى النور في صحفنا المحلية، لكننا لا نرى غضاضة في أن ننشرها تشجيعا لمن لازال على مقاعد دراسته، وحثا لمن أنهى سنوات تعليمه وسار بأولى الخطوات في درب هذه المهنة...

تنوع المشاركون إذن، وفي التنوع إضافة من أسهام زملاء مصورين صحفيين وكتاب رأي ومقال، تناولوا بالصورة والمقال والتحليل قضايا مجتمعهم ووطنهم وهموم الناس، فأحسنوا التعبير وأجادوا....

وفـي الموضوع الرئيس على صفحتنا الأولى طرقنا بصراحة باب الفساد الذي هو حديث الـنـاس..وحـاورنـا من يـرصـدون هذه الظاهرة ويتتبعونها ليس قذفا وتشهيرا، بل تأسيسا على معلومات لا تجامل مفسدا أو فاسدا وتضع الأصبع على الجرح...

في مادة الرئيس كثير مما يسلط الضوء على هذه الظاهرة، يجيب على ما خفي منه د. عزمي الشعيبي المفوض العام لائتلاف أمان... وهي قضية لم تجد حقها من المتابعة والقراءة والتحليل في صحفنا المحلية، وبالتالي فتحنا للحديث عنها بابا واسعا...

أمـا هـمـوم الـوطـن والـمـواطـن وأبـنـاؤه الأسرى الذين خاضوا معركة الأمعاء الخاوية وانـتـصـروا فحاضرة أيضا بـالـصـورة على صفحات "رأي آخر" ... ومعها ذكرى النكبة، ومفتاح العودة المقدس وأحلام اللاجئين في الوطن والمنافي... وبعض من حكايات الصمود والبطولة لرجال هم الرجال... هل تذكرون صبري غريب (أبو سمير) من بيت إجزا – شمال غرب القدس- حاضر هذا البطل معنا في حكاية صموده قبل أن ترتقس روحه إلى السماء وفي ذرات ترتب أرضه بعض من حبات عرقه ودمه...

لكل هذا فتحنا في "رأي آخر" كل الصفحات وبلا حدود....

المواد المنشورة في " رأي آخر " لا تعبر بالضرورة عن وجهة نظرها

تحسن وشفافية في الإدارة المالية.. لكن الواسطة والمحسوبية قائمة

مع ذلك، يشير تقرير أمان إلى أن الإصلاحات في السنوات الأخيرة لدى السلطة، أفضت إلى تحسن كبير وشفافية فيما يتعلق بالإدارة المالية، وهذا الواقع الجديد في التحسن لا يلمسه المواطنون، ومع الأزمة المالية التي شهدناها في السنة الأخيرة، فإن المواطنين الذين لديهم معاملات مع وزارة المالية شعروا بالغبن إزاء بطء التعامل مع معاملاتهم، ما اضطر بعضهم للجوء إلى الواسطة والمحسوبية، وهو أكثر المجالات التي رسخت قناعة الناس بوجود فساد في وزارة المالية مقارنة مع وزارات أخرى، بعكس السنة التي سبقتها حيث كانت هذه المشكلة في وزارة المواصلات. وقد قال ما نسبته ٢٧٪ من المواطنين الذين جرى استطلاعهم بوجود فساد وواسطة ومحسوبية في المالية.

أما في موضوع ملاحقة الفاسدين، فقد بدأ يحصل تحسن، لقيام هيئة متخصصة تبت وتتابع في هذه القضايا. ففي السنة الماضية تحديدا يقدم لأول مرة شخصيات في مواقع هامة للمحاسبة والمساءلة ، ومن وجهة نظرنا هذا تحسن كبير مقارنة مع السنوات السابقة، لأن تقديم وزراء للمساءلة بتهمة إساءة استخدام المنصب كان مشلولا بسبب غياب الإرادة السياسية، وكان هؤلاء الأشخاص محميون بقرار سياسي بعدم تقديمهم للمحاكمة. ولذلك فالدراسة الموضوعية ل"أمان" تشير إلى حدوث تحسن في جزء من هذه المجالات. والمثال الأخر على التحسن في مجال الواسطة لشغل الوظائف العامة ما يجري في وزارة التربية والتعليم لدى التقدم للوظائف، حيث بات هناك لجانا ورقابة ومعايير علمية موضوعية. والأمر ذاته فيما يتعلق بالمنح الجامعية، ومنح الطلاب للخارج حيث حصل تقدم كبير، كما أن التحول في عملية قبول الطلبة في الجامعات باعتماد القبول بالكمبيوتر لدى الجامعات المحلية أدى إلى تحسن كبير في مجال نبذ الواسطة.

** ما هي المجالات التي ظهر فيها فساد أكثر من غيرها كما يرد في التقرير؟

تدهور في مجالي الفساد السياسي والحريات العامة

حصل تدهور في مجالين كبيرين. المجال الأول أسميناه: الفساد السياسي، حيث أن قوة سياسية مثلا عطلت إجراء الانتخابات المحلية بسبب مصالح حزبية، وليس بسبب مصلحة عامة، حيث أن الانتخابات المحلية كانت مقررة في العام ٢٠١١.. وكان يجب أن تجري بقرار من مجلس الوزراء في موعد محدد، وفي اليوم الأخير من انتهاء الإقفال للتسجيل تم التأجيل بسبب صراع داخلي في ذلك التنظيم. وعليه ارتأينا أن قرار الرئيس بوقف إجراء الانتخابات ليس للمصلحة العامة، وهذا في رأينا فساد سياسي، لأن حزبا استغل موقع رئيسه ويتمتع بقدرة على الضغط على الحكومة لإلغاء الانتخابات لمصلحة حزبية.

أتينا أيضا بمثالين آخرين على الفساد السياسي، والمثال الثاني هو أن قوة سياسية كبيرة مثل حماس في غزة والتي تتحكم في مقاليد الأمور بغزة تمنع التجار في القطاع من تسليم فواتير الضريبة المضافة الخاصة بالمقاصة مع الجانب الإسرائيلي للسلطة، وتطلب منهم عدم تسليمها للسلطة، مما يؤدي إلى أن هذه الأموال - وهي حق للشعب الفلسطيني- تذهب إلى الخزينة الإسرائيلية، والسبب هو أن هذه القرارات أخذت بسبب صراع سياسي مع السلطة في الضفة الغربية، وهذا اعتبرناه فسادا سياسيا، لأنك تبدد مالا عاما بسبب موقفك من الحزب الآخر أو من الطرف الآخر.

أما المثال الثالث الذي أتينا به، فيتعلق بموضوع استخدام ما يعرف ب ا"السلامة الأمنية" لشغل الوظائف العامة. فلدى مراجعتنا من استخدمت ضدهم هذه الشهادات وجدنا بأنها استخدمت ضد قوى سياسية أخرى وليس لأسباب قانونية، وبالتالي اعتبرنا أن هناك تدخلا سياسيا في شغل الوظائف العامة وإقصاء لطرف آخر مستغلين قدرتهم على التحكم بالموافقة أو عدم الموافقة من قبل جهاز أمني غير محايد، وعليه فهو شكل من أشكال الفساد السياسي، وركزنا عليه في تقريرنا باعتباره ظاهرة لم تكن موجودة في السابق، ويحصل تغطية عليها بسبب الانقسام، أو لأسباب أخرى، وهذا أسوأ أنواع الفساد، أي أن تكون الطبقة الحاكمة أو مراكز اتخاذ القرار منخرطة في تشريع عملية الفساد السياسي.

تعسف في استخدام سلطة النائب العام

المجال الثاني الذي رأينا فيه تدهورا هو التراجع في موضوع الحريات العامة لأسباب سياسية. وكان هذا التدهور في مجالين: الأول: اتجاه حرية الإعلام، حيث حصل تراجع مفاجئ، ولما بحثنا في أسباب هذا التراجع ومن هي الجهات المستهدفة بالسيطرة عليها وتقييد حرياتها وجدنا أن الصراع مع جماعة دحلان كان العامل الأساسي الذي جعل النائب العام يصدر قرارات تتعلق بكم الأفواه، إما بسبب مجموعة جرى خلاف سياسي داخلها، وإما أن هناك مواقع الكترونية تحدثت عن قضايا فساد لأشخاص محددين إن كان في السلطة مباشرة أو في محيط الرئيس، أو بعض الوزراء، وبالتالي جرى تعسف في استخدام سلطة النائب العام والتغطية السياسية بالتضييق على حرية الإعلام لأسباب تتعلق بخلافات داخلية، وهذا من وجهة نظرنا تدهور لم يكن في السنوات السابقة، علما بأن الصراع في السابق كان مع حماس وجرى التضييق عليها، وبسبب بعض بوادر المصالحة حصل تحسن، حيث نرى اليوم إعلاميين في الضفة وغزة يعملون بحرية أفضل.

القضاء الشرعي: فساد.. ولا يوجد من يحاسبه

كذلك أشرنا إلى تدهور حصل في بعض المؤسسات التي ليس لها مرجعية، أو مرجعيتها شكليا مكتب الرئيس، لأن الرئيس ليس مؤسسة لديه أجهزة وأدوات لعملية الرقابة والمتابعة، وبالتالي بدأنا من إذاعة "صوت فلسطين"، وقد تحدثنا عن هذه الإذاعة في تقريرنا لعام ٢٠١٠. وفي العام ٢٠١١ تحدثنا عن أجسام كثيرة مثل جهاز القضاء الشرعي، فهذا القضاء بمجمله لا يوجد من يسائله أو يحاسبه، ويعتبر نفسه تابعا لمكتب الرئيس، علما بأننا نتحدث عن قضاء يتعلق بحياة المواطنين، وآلاف مؤلفة من الناس يترددون على المحاكم الشرعية . وفي هذا السياق أشرنا إلى موضوع التحرش الجنسي في الوظيفة العامة، وتطرقنا إلى وجوده في بعض المحاكم الشرعية. أما هذه السنة فأشرنا إلى وجود تعيينات خارج القانون، وإلى توزيع الأموال العامة على الموظفين بدون مبرر ، كما تطرقنا إلى مصالح ذاتية لعدد كبير من القضاة تتعلق بمصالحهم الشخصية، وهذا كان بالنسبة إلينا قضية أساسية تابعناها كسلطة قضائية.

السلطة الوطنية الفلسطينية
وزارة الاقتصاد الوطني
Palestine National Authority
Ministry of National Economy
التاريخ: 2012/4/26
الرقم: ش ن/ 309 CCO
الأخ د. عزمي الشعيبي حفظه الله
مفوض أمان لمكافحة الفساد

سلطة المياه: من ينفذ المشاريع هو من يقررها.. وهو من يراقب على نفسه

في حين أن موضوع سلطة المياه الفلسطينية هو موضوع حساس، وقد دعونا في تقاريرنا السابقة إلى ضرورة تعزيز النزاهة في هذه السلطة من خلال فصل الأطراف التي تنفذ المشاريع عن الأطراف التي تقرر. ففي سلطة المياه الأطراف التي تنفذ هي ذاتها الأطراف التي تقرر وهي أيضا من تراقب على حالها، بمعنى أنه لا يوجد فصل سلطات داخل سلطة المياه التي تتلقى أموالا هائلة، بينما مجلس المياه الذي يشرف على سلطة المياه هو برئاسة الرئيس، والرئيس غير متفرغ له، فيما المجلس لا ينعقد، وبالتالي تعمل السلطة التنفيذية في "المياه" بدون رقابة، ومن هنا كانت مشكلة التعرفة غير الموحدة للمياه في فلسطين، ما يترك المجال واسعا للفساد. كما أن خطة الإصلاح في سلطة المياه متوقفة لأنها غير مقرة في مرجعيتها وهو مجلس المياه، والأخير لا يجتمع لأن الرئيس مشغول دائما.

لقد طالبنا بأن يعيد الرئيس صلاحياته لمجلس المياه وإلى رئيس الوزراء ويطلب منه عقد مجلس المياه، وليس صدفة أننا نتكلم عن مؤسسة ذات علاقة مع مؤسسات دولية فاعلة مثل الوكالة الأمريكية للتنمية الدولية، والبنك الدولي. وليس صدفة أيضا أن بعض القضايا أصبحت في المحاكم بسبب فساد مقاولين، فيما رئيس سلطة المياه السابق مطلوب للعدالة وهارب، ومع ذلك لا يجتمع مجلس المياه.

مخالفات السير: لماذا تشطب.. وأين تختفي...؟

وفيما يخص تبديد المال العام، فقد ضربنا مثلا واضحا، وهو مصير رسوم مخالفات السير. فقد اكتشفنا في دراسة أعددناها وجود ٥٠ آلاف مخالفة تم تحريرها في محافظات الضفة، وهذه المخالفات من وجهة نظرنا يجب أن تذهب إلى المحكمة إذا لم يدفعها صاحبها في غضون شهر، ونحن ننصح المواطن بدفعها مباشرة حتى لا يذهب إلى المحكمة، وبالتالي طالبنا بأن لا تحول هذه المخالفات إلى النيابة العامة بل إلى المحاكم مباشرة، لأننا وجدنا عددا كبيرا من القضايا لا تصل إلى المحكمة بل تضيع ما بين الشرطة وما بين النيابة ، فيما ترد الشرطة بأنها سلمت جميع المخالفات للنيابة، علما بأن عدد ما سلم من مخالفات لا يتطابق مع العدد الذي تسلمته إدارات المحاكم، ما يعني أن عددا غير محدد من المخالفات يتم إلغاؤه. ونحن نعتقد أن هذا العدد كبير جدا، وأن الإلغاء لأسباب تتعلق بالواسطة والمحسوبية ويتم في النيابة العامة، حيث لا نتوقع أن يجري المواطن البسيط العادي اتصالا مع النائب العام، أو وكلاء النيابة من أجل مخالفة، فمن يجري الاتصال بحوزته تلفون النائب العام أو لديه اسم وعنوان يتوجه إليه ويتحدث معه، وبعض الأشخاص في النيابة العامة أبلغوني شخصيا بالتالي: حين يأتي إلينا وزير أو يتصل بنا فلان من المجلس التشريعي ، أو محافظ، أو عضو في القضاء، هل نرسلهم إلى المحكمة من أجل مخالفة؟ ما نفعله هو أننا نمزق المخالفة ويغلق الملف. هذا ما رواه أشخاص في النيابة، وبعبارة أخرى هم يقولون بأننا نشطب مخالفات المسئولين، أي من ينتفع من هذه الحلقة في الواسطة والمحسوبية هم الواصلين، وبالتالي يبدو أن النيابة العامة لا تريد لهؤلاء الأشخاص المرموقين الوصول إلى المحكمة، وكان الأولى بها أن تنصح هؤلاء إلى دفع المخالفة كي يتجنبوا الوصول إلى المحكمة، في حين أن بعض القضاة أيضا وفي كثير من الحالات يخفضون من قيمة المخالفة، علما بأن القانون يعطيهم السلطة التقديرية ليس في القضايا التي فيها مخالفات ، وعليه لا يجوز أن تحرر مخالفة سير على مواطن ما بقيمة ٥٠٠ شيكل مثلا، وتفرض ذات المخالفة على شخص آخر بقيمة ١٠٠ شيكل فقط ، ولذلك كان التخفيض في بعض القضايا غير مبرر، والأسوأ من ذلك أنه بعد أن تصدر المحكمة حكمها، فإن عددا كبيرا من المخالفين المحكومين وعددهم كبير ويعدون بالآلاف لا يدفعون تلك المخالفات التي تضيع على الخزينة لأن وزارة المواصلات غير مرتبطة الكترونيا مع المحاكم حتى تسجل قيمة المخالفة على رخصة السيارة ، كما هو عليه الحال في كل الدول المحترمة التي لا تجدد للسائق رخصة مركبته إذا وجدت عليه مخالفة سير لم يسددها، ولم يدفع غرامة التأخير على سدادها، بينما لا توجد لدى وزارة المواصلات لدينا أي سجل عن السيارات المخالفة، وبالنتيجة، فإن ثلث المبالغ التي تسدد كفواتير تصل إلى الخزينة العامة، أما الثلثان الآخران فيضيعان، والحديث هنا يدور عن مبلغ لا يقل عن ستة ملايين شيكل.

فساد في وزارة المالية

- تحدثت عن فساد في وزارة المالية... هل من تفسير لهذا الفساد في واحدة من أهم الوزارات؟

** التقرير يشير إلى التحسن الذي حصل في تقارير وزارة المالية وضبط الخزينة، وقلت أنه بالرغم من هذا التحسن، فإن للمواطن رأي آخر، وقد حاولنا أن نجد تفسيرا لرأي المواطن الذي يرى وجود فساد في وزارة المالية. وقد بدا واضحا بأن الأزمة المالية التي تعانيها السلطة أدت إلى عدم دفع عدد كبير من المستحقات لأعداد كبيرة من المقاولين في القطاع الخاص والتأخر في دفع مستحقات هذا القطاع المرتبط بعلاقة مع وزارة المالية. ولذلك يتعقد أن هناك أناسا يدفع لهم من خلال الواسطة، في حين أنه لا يستطيع الدفع لأنه ليس لديه مثل هذا الواسطة، وقد تعمق هذا الشعور لدى المواطنين الموظفين اللذين بدأت تدخل بأصل رواتبهم أزمة تأخير حيث أبدى عدد كبير من المستطلعين برأي عبروا من خلاله عن اعتقادهم بوجود واسطة في وزارة المالية، في حين أن بعضهم يعتقد أنه من أجل دفع مستحقاته، لا بد من الاتصال بموظفين في "المالية"، ليقدم معاملته على غيره، وبالتالي أدى الضغط على الطلبات إلى زيادة الواسطة، واعتقد أن هناك موظفين في وزارة المالية يقدمون معاملات على أخرى، وهناك بعض الحالات التي بحاجة إلى تحقيق، لا نستطيع نحن التحقيق فيها لأن هذه مسؤولية وزير المالية. لقد قال لنا بعض المقاولين أنهم حصلوا على مستحقاتهم من المالية من خلال دفع مقابل لبعض الموظفين حتى يمروا معاملاتهم، وللأسف رفض هؤلاء المقاولون إعطاءنا أسماء هؤلاء الموظفين، كما رفضوا تقديم شكوى رسمية، أو أن نقوم نحن بتتبعها، بينما الأمر السيئ هو أن هناك من يتحدث عن الفساد، وحين نطلب منه تقديم طلب أو بلاغ رسمي بالتحقيق يرفض، وهناك حالة واحدة، وهي أن شخصا أفضى بمعلومات عن شخص في المالية أرسل إلى هيئة مكافحة الفساد، وجرى التحقيق فيها، وأوقف الشخص.. أي أن هناك احتياجا للعمل مع وزارة المالية، وهناك أموال كثيرة بسبب الأزمة المالية لم تحول إلى الوزارات، بينما باتت الوزارات تؤجل كل دفعاتها وتطلب من المواطنين مراجعة وزارة المالية. أنا أعتقد أن الضغط على وزارة المالية، إضافة إلى عدم الرضا من الوزارة هو مؤشر خطير يستوجب إصلاحات وتدوير للوظائف في الوزارة، وتعزيز الرقابة الداخلية، ويمكن لوزير متفرغ للمالية العمل على ضبط الوزارة.

- هل طالبتم وزير المالية بالتحقيق في تهم الاشتباه بالفساد في وزارته؟ وماذا كان رده؟؟

** نحن نعتقد أن وزير المالية قد قام بفحص بشكل مدقق بعد التقرير واقع الموظفين في وزارته، وطالب الدكتور سلام من المسؤولين في وزارته الاهتمام بالتوصيات الواردة بالتقرير، ، وبدأت تصلنا ردودا من الوزارات حول ما أثرناه بهذا الشأن ، وأشرنا في تقريرنا إلى أن من رفع مكافآت لعدد من الموظفين فيه مجال كبير للتحريض على وزارة المالية، والسؤال الذي جرى تعمقه من قبل أطراف أخرى : لماذا يدفع فقط لموظفي المالية؟ وليس جزءا من سياسة عامة يعلن عنها، ويعلن عن معايير دفعها؟. لقد أشرنا في التقرير أن الاستطلاع الذي أجريناه كان في وقت تعرض فيه د. سلام فياض وزير المالية إلى هجوم كبير لأسباب أخرى تتعلق بقانون ضريبة الدخل الجديد، وكان ذلك مصادفة، وهو ما نوهنا إليه في تقريرنا.

- هل تورطت وزارات أخرى في الفساد في وزارة المالية؟

** وزارة الصحة كانت أكثر الوزارات التي أجرت عطاءات مع مقاولين، وظهرت بعض المشكلات المتعلقة بالأولويات في الدفع للموردين، لأن وزارة الصحة هي التي تحضر قائمة الأولويات في الدفع للمقاولين، وبسبب الأزمة المالية وتوريد أدوية، وتوريد بعض المواد الغذائية للمستشفيات (تحميل جميلة) ولأن الوزارة لا تدفع مباشرة مقابل هذه المواد بسبب الأزمة المالية، ولهذا فهي تفضل غض الطرف عن مستوى المواد للوزارة وبجودة أقل من المستوى المطلوب، ومن وجهة نظرنا، فإن تقليل جودة الخدمة لأسباب مالية هو أيضا فساد يشترك فيه القطاع الخاص مع القطاع العام.. فالأخير يقبل والقطاع الخاص يستغل، فيورد بضائع غير مطابقة للمواصفات.

- ماذا عن الفساد في الإعلام الرسمي والخاص... وهل تعتقدون بأن الإعلام المحلي يقوم بدوره في متابعة الفساد؟

** أولا ليس هناك إعلام رسمي. ولقد تناولنا في تقريرنا لسنة ٢٠١٠ الإذاعة والتلفزيون، وتبين لنا أن كل ما يصرف من أموال على هذه لمؤسسة لا ينسجم مع النتائج التي يتم الحصول عليها، وأن هناك تبديدا للمال العام من خلال الأعداد الكبيرة للموظفين غير الضروريين أو غير المناسبين، أي أنهم معينون لأسباب لا علاقة لها باحتياجات المهنة. وقلنا أنه كان في عام ٢٠١٠ مصالح لأشخاص يعملون في التلفزيون وخارجه، كما أن ممتلكات التلفزيون تستخدم لأغراض خاصة. أما في العام ٢٠١١، فلم نشر إلى الإذاعة والتلفزيون، لكن قلنا أن هذه مؤسسات لا يوجد لها نظام إداري ومالي معتمد، مثلها مثل مؤسسات أخرى كثيرة.

نحن لسنا بحاجة إلى إعلام رسمي، ولا نرى أي مبرر لوجوده، حتى إعلامنا الذي يصرف عليه لا يعبر عن موقف الحكومة، ولذلك تستخدم الحكومة الإعلام الآخر، فهي تركز على الصحافة المحلية، وحديثا عمل الأستاذ غسان الخطيب تقليدا جديدا لدى الحكومة، وهو جلسات المساءلة العلنية للصحافيين يدعى إليها الوزراء، وقد اعتبرنا ذلك تحسنا ليس في الإعلام الرسمي، بل تحسن في الأداء الإعلامي للمؤسسة الرسمية، وبالتالي، إذا كانت الحكومة لديها كل المنابر الإعلامية من "معا" والقدس والأيام و"الحياة الجديدة"، والمؤسسات الإعلامية العربية والدولية، فما داعي لوجود مؤسسة خاصة تنشر فيها.

- لكن ماذا عن جودة المادة الإعلامية في الإعلام المحلي؟ هل هي بالمستوى المطلوب؟

** الرقابة الذاتية في صحفنا ومراكز إعلامنا مبالغ فيها، وهؤلاء لم ينتبهوا إلى التغييرات الحاصلة في عالمنا، .. هم لا زالوا في ذات الضوابط التي كان فرضها عليهم في السابق الجهاز الأمني، نحن في وقت حصل فيه اختلاف على مستوى الإرادة السياسية في مستوى قيادة الشعب الفلسطيني، وأيضا جرى اختراق ومن حيث التطور في وسائل الإعلام المختلفة التي أصبحت فيه القيود الخارجية غير ممكنة، وبالتالي فإن استمرار الصحف في السير وفق الضوابط القديمة يدل على أننا بحاجة إلى مراجعة جدية، وقد أشرنا كثيرا إلى القطاع الخاص، وكنا نتوقع الاهتمام بالشركات الكبيرة التي تقدم خدمات عامة محتكرة مثل الكهرباء والمياه والاتصالات، والمواصلات العامة، وقلنا يمكن أن الصحف تفضل إعلانات هذه المؤسسات على الدخول بتفاصيل قضايا الفساد وغيره، ولكن في القضايا ألأخرى ليس هناك أي مبرر في أن لا تنشر الصحف تقارير وتحقيقات.

أما على مستوى الصحافيين، فيظل موضوع ضعف المهنية هو العنصر الذاتي المقلق، إذ ليس من مهمة الصحافي أن يأتي بالخبر ويرسله إلى الصحيفة، فهو ليس مراسل ناقل للأخبار، ونحن لم نعد بحاجة إلى مراسل يرسل الأخبار، لأننا نرسل أخبارنا عبر البريد الإلكتروني مباشرة. لقد حدث معنا مؤخرا ما يمكن وصفه بـ"النهفة"، فقد عقدنا قبل إعلان نتائج التقرير الأخير جلسة مساءلة لوزير المالية حول الموازنة العامة وفي هذه الجلسة وزعنا الدعوة لحضور المؤتمر السنوي الذي سننشر فيه نتائج تقريرنا وفي الدعوة جدول أعمال المؤتمر والمتحدثين فيه، وحضر أحد الصحفيين الجزء الأول من جلسة المساءلة ، وبعد أن حصل على أوراق الجلسة بما في ذلك الدعوة للمؤتمر السنوي وأعماله، ذهب إلى مكتبه، دون أن يلتفت إلى نص الدعوة المتعلقة بالمؤتمر، فنشر جلسات المؤتمر الذي لم يكن انعقد بعد، وعدد المتحدثين فيه، وبالتالي ما قام بهذا الصحفي المسكين كان نموذجا على المستوى الصحفي الذي يفتقد إلى المهنية.

في رأيي أن دور الصحفي حين يقرأ التقرير، بما يشتمله من قضايا تستحق الاستقصاء أن يقوم بمتابعتها وتحريها. نحن مؤسسة مهنية تكشف عن بعض القضايا، لكننا لا نملك بعدها الاستقصائي التفصيلي، وبالتالي نحن عبارة عن مصدر بمعلومات، وعليه أن يذهب هو ويعد تقاريره الاستقصائية، لقد تحدثنا عن سلطة المياه، ومخالفات السير، والقضاء الشرعي، لماذا لا يذهب إلى تلك الدوائر ويكتب عما يجري فيها مستندا إلى ما ورد في تقريرنا مثلا؟.. لماذا لا يكتب عن المحاكم التي توزع الأموال المحصلة من عقود الزواج مثلا على الموظفين، رغم أنهم يتقاضون رواتب من الحكومة وهم موظفين رسميين.. بعبارة أخرى، فكرة الصحفي الاستقصائي غير ناضجة حتى الآن، وحتى من يجري مقابلات صحفية لا يدخل في عمق التفاصيل.

- هل مؤسسة الرئاسة مستثناة من مساءلة.. وكيف نفحص ما يدور فيها؟

** الدراسات التي تعدها أمان ذات علاقة بالشأن العام، وذات الصلة بالرئاسة، نرسل إلى الأخيرة رسائل استيضاح، أو نرسل أشخاصا إلى مكتب الرئيس، والحقيقة أن مكتب الرئيس متعاون معنا، وهم يجيبون على أسئلتنا ويزودوننا بالمعلومات، ليس بالضبط كما نريد، لكنهم على الأقل يردون علينا ويجيبون على استفساراتنا. علما بأن مكتب الرئيس غير مجهز بالموارد البشرية التي تمكنه من القيام بالإشراف أو بالإدارة بشكل فعال خاصة أن عددا كبيرا من المؤسسات العامة جرى ربطه بمكتب الرئيس لأسباب تعود إلى موضوع الصراع الداخلي على السلطة، بل هو مصمم على أن يكون فيه الرئيس وعدد من المستشارين، في حين أن العدد الكبير من المعينين عند الرئيس أحيل إلى التقاعد، ومنهم عشرات كانوا يتلقون رواتبهم وليس لهم أي دور في مؤسسة الرئاسة، ولكنهم كانوا مسجلين على فاتورة الرواتب بعضهم كمستشار في مكتب الرئيس.

في مكتب الرئيس هناك بعض القضايا التي سنعمل على متابعتها في تقريرنا للعام ٢٠١٢. وقد كنا تحدثنا في تقريرنا للعام المنصرم عن موضوع المساعدات، وقلنا أن المساعدات التي تقدم من مكتب الرئيس يجب أن تحال إلى وزارة الشؤون الاجتماعية، لأنه من غير الواضح المعايير التي يتم بموجبها توزيع هذه المساعدات، وفي هذه السنة دخلنا في سلطة الرئيس على المحافظات، ولدينا دراسة انتهت وهي تشير إلى وجود مشكلات حقيقية في الأسس التي يتم بموجبها اختيار المحافظين، ومدى تدخل الجانب ألأمني والتنظيمي في تعيين المحافظين ، وأشرنا إلى أن كل المحافظين هم من لون سياسي واحد بلا استثناء، وهم آتين من مصدرين: إما من المجلس الثوري لحركة فتح، أو من الأجهزة الأمنية ، ونأمل أن يطلع الرئيس على توصياتها بشأن المحافظين وستصدر قريبا وهو ما يحتاج إلى معالجة. كما أشرنا في التقرير على دور الرئيس في إصدار المراسيم بالتعيينات، وقلنا أن مفهوم دور الرئيس في التعيين خاطئ، الرئيس ليس مسؤولا عن التعيين، ولكن الرئيس يصدر المرسوم للتعيين، ولكن صلاحية الاختيار للمعينين قرارات التعيين يجب أن تناط بالجهات المسؤلة، ودور الرئيس هو دور رقابي، وليس أن يصبح الرئيس مرجعا للمعين، وبالتالي دور رقابي، واعتقد أن هذا بحاجة إلى تفسير أكبر للرئيس.

- وماذا عن الفساد في المؤسسة الأمنية، وهل من معطيات يشار إليها بهذا الشأن؟

** نحن أشرنا في تقريرنا إلى أن المخابرات والأمن الوقائي يتدخلان في التعيينات بالوظيفة العمومية، وهذا ليس من صلاحياتهما، ونعتبر ذلك جزءا من الفساد السياسي، وتطرقنا إلى وجود عاملين في المؤسسة الأمنية ليسوا على رأس عملهم،والتغطية عليهم من قبل مسئوليهم اعتبرناه تبديدا للمال العام، وفسد مالي وإداري، وقلنا أن هناك آلاف الأشخاص يتلقون رواتبهم على فاتورة موظفي الأمن، ما يبدد مالا كثيرا من الخزينة العامة، ومن بين هؤلاء طلاب وزوجات، ومنهم من هم خارج البلاد، وبعضهم يعملون في القطاع الخاص، وقد أشرنا إلى ذلك في التقرير. لكن حصل تحسن كبير في الإدارة المالية في المؤسسة الأمنية خلال العام ٢٠١١، يتمثل في أن مسئولي هذه المؤسسة لم يستلموا أموالا من أي جهة، وهذا يعتبر تحسنا كبيرا جدا. واعتقد أن هذا الموضوع عولج بحيث توقف، ولكن لم تتم المعالجة والمراجعة وفي محاسبة دقيقة عن أموال قبضت في السابق للتأكد من أنها صرفت في الأمن، وربما هذا هو الذي أدى إلى تأجيج الصراع بين الأخ محمد دحلان وبين الرئاسة، ليس لدي معلومات، ولكن قد يكون هذا أحد الأسباب في الملاحقة المالية لمحمد دحلان. مع ذلك حصل تحسن في الإدارة المالية للأمن، حيث تشرف وزارة المالية على كل عطاءات المؤسسة الأمنية، ونعتقد أن وحدات الشرطة حصل فيها تحسن كبير، وقيادتها الحالية تعمل على مأسسة جهاز الشرطة على أسس أكثر شفافية من السابق.

- كيف أثر الانقسام بين الضفة الغربية وغزة على عملكم في "أمان" وعلى موضوعية التقارير التي تصدرونها بشأن الفساد؟

** أحد التحديات التي تواجه "أمان" هو عملنا في قطاع غزة. نحن لدينا مكتب فرعي في غزة صحيح أن حماس لم تغلقه وما زال موجودا، لكن درجة التعاون التي نتلقاها في الضفة من قبل السلطة بشكل عام لا تلقى الترحاب في مؤسسات السلطة بغزة، بالرغم من كل محاولاتنا وعلاقاتنا الشخصية مع مسئولين في القطاع وعلى أعلى المستويات، إلا أننا لم نصل إلى حالة انفراج. ونحن نتكلم عن محدودية الحصول على المعلومات لأن جزءا كبيرا من معلوماتنا تصل من مصادر المؤسسات الرسمية، وفي غزة بالرغم من أن الجهة الرسمية تقول بأن لا قرار بعدم التعاون، لكننا أبلغنا من بعض الموظفين هناك بعدم إمكانية التعاون معنا بناء على قرارا من فوق. فمثلا بالرغم من أن الأنفاق رسميا يشرف عليها من قبل السلطة في غزة، إلا أنهم لم يعطوننا حجم إيراداتها، وما المعايير ووفق أي قانون يتم جمع الأموال، ومن هي الشركات التي تدير هذه الأنفاق. أيضا طلبنا عقد جلسة مساءلة لوزير المالية في غزة، وأن ندعو له وسائل الإعلام، لكنهم تذرعوا بعدم قدرتهم على إجراء هذا اللقاء، وبالتالي لم نحصل منهم على معلومات كافية، ولم يسمحوا للموظفين بالتعاون معنا، ولا قبلوا الخضوع لمساءلة المجتمع المدني، وبالتالي، فإن التقرير لا ينقل واقع الضفة وغزة مائة بالمائة، بل يعكس أكثر واقع الضفة، وقلنا فيه بأننا لم نشر إلى قطاع غزة، إلا وفق المعلومات المتوفرة.

- كيف تقيمون مستوى التعاطي مع نتائج التقرير من قبل السلطة التنفيذية. هل أنتم راضون عن هذا التعاطي؟

** في السنوات الثلاث الأخيرة بدا الاهتمام كبيرا بتقرير "أمان" السنوي، وينعكس هذا من خلال الحضور الرسمي للإطلاع على التقرير كما كان واضحا في هذه السنة. وقد فوجئوا بأن التقرير لا يعلن عنه إلا بقراءاته في نفس المؤتمر، وكل عام يزيد الاهتمام من قبل الجهة الرسمية بالتقرير ونتائجه.

في هذه السنة طورنا آلية متابعة حيال تحديد الجهات الموجهة التوصيات إليها، منها ما هو للحكومة، ومنها ما هو لمكتب الرئيس،ولكل وزارة أو مؤسسة بحد ذاتها . وعلى ضوء التقرير عقدت الحكومة جلسة خاصة ناقشت خلالها التقرير، وطلبت من كل وزارة أن ترد على ما ورد فيه، بما في ذلك وزير المالية، وبدأت تصلنا الردود، ونحن سعداء بها، وندرك أن كل وزير سيدافع عن نفسه مقدما تبريراته، بينما أخذ البعض قرارات مهمة فيما يتعلق بنتائج التقرير، بما في ذلك موضوع "السلامة الأمنية"، واليوم نضغط في موضوع الفساد السياسي خاصة الانتخابات المحلية، ويبدو أن السيد الرئيس قد أخذ قرارا بهذا الشأن، ودورنا في "أمان" قيادة المجتمع بالحوار في الضغط على مراكز القرار للعمل بهذه التوصيات.

النائب العام استفز... وقال أنه لن يتعاون مع نتائج التقرير

لكن هناك عددا من ردود الفعل السلبية، فبعض الوزراء هاجموا المجتمع المدني وطالبوه بالبحث عن أخطائه، والنائب العام استفز كثيرا، وكذلك القضاء، وجرى شن هجوم في مؤتمر لمجلس القضاء والنائب العام على المجتمع المدني دون الإشارة إلى "أمان" بالاسم، ونحن من طرفنا لسنا غاضبين، بل هذا يعني أننا نسير في الطريق الصحيح، وحجمهم ضعيفة ، وعليهم أن يردوا على المشكلات التي لديهم. فالفساد في بعض مواقع النيابة العامة ناتج عن بعض الأشخاص الذين تسربوا في سنوات بناء السلطة إلى النيابة بالواسطة أو المحسوبية، وعلى النائب العام أن يشكرنا على كشف ذلك، لأنه يساعده في التخلص من أشخاص غير أكفياء، وصلوا إلى مواقعهم وهو يعرف كيف وصلوا إلى تلك المواقع بالواسطة والمحسوبية ليس بالضرورة في عهده، أو عن طريقه لكنهم وصلوا، وبالتالي لا أعرف لماذا يستفز؟. فالكل بالضفة يعرف انه في فترة من الفترات جرى تعيين عدد كبير القضاة والنيابة العامة بالواسطة والمحسوبية، وأنا أرى مشكلة بوجود هؤلاء في مواقع حساسة، وليس صدفة أن النيابة تخسر عددا كبيرا من القضايا في المحاكم بسبب عدم وجود كفاءة لدى الأشخاص الذين يمثلونها في المحاكم، وبالتالي نحن نطالب برفع سن من يعينون في النيابة العامة والبلد مليانة من الكفاءات.

- وماذا عن الفساد في القطاع الأهلي؟

** هناك فساد في هذا القطاع أيضا، وحسب استطلاعات المواطنين، فإن نحو ٧٥٪ سيجيبك بذلك، لأن هناك مظاهر فساد واضحة في بعض مؤسسات العمل الأهلي يراها المواطن بعينه، وبالتالي لا ألومه لأنه يعممها، فهو يقول انطباعه وما يراه.. فهو أولا يرى رواتب العاملين في هذا القطاع عالية، ويراهم يتصرفون كشريحة مخملية في مجتمع يعاني من بطالة وفقر، لذلك يقول نعم بوجود فساد في هذا القطاع. أما لماذا أقل من الآخرين، فلأن الخدمات الأساسية لا تقدم عبر هذا القطاع الأهلي،بل عبر القطاع العام، أو الشركات الخاصة المحتكرة للخدمة العامة.

- هل تلقيتم تهديدات على ضوء بعض النتائج التي تتضمنها تقاريركم سواء التقرير السابقة أو الأخير؟

** تلقينا شيئا من هذا القبيل من النائب العام، ولكن أنا لا أعتبرها تهديدا، وتربطنا بالنائب العام علاقات عمل، وقد ساعدناه في إعداد المدونة وفي عمل مشترك، كما ساعدت "أمان" القضاء" والنيابة العامة، ووقعنا مذكرات تفاهم مع القضاء ، وفي النيابة العامة أيضا، لأننا بحاجة إلى معلومات تزودنا بها، وهي معلومات عبارة عن مؤشرات نستخدمها لتتبع حالة الفساد، نشكرهم عليها. ولكن النائب العام له رأي آخر لأننا عرضنا إشكاليات تتعلق بتبديد المال العام من خلال النيابة، وأشرنا إلى دور النيابة من خلال الفساد السياسي الناتج عن كبت الإعلام، واختلفنا مع النائب العام، الذي اتصل تلفونيا أكثر من مرة وبعث برسالة يريد منا إطلاعه على مصادر المعلومات التفصيلية، وهو يعلم بأننا غير مرغمين على تقديم مصادر معلوماتنا له، وبدلا من ذلك عرضنا عليه تشكيل لجنة تحقيق رسمية يشكلها هو أو رئيس الوزراء لبحث ما أشرنا إليه في قضايا تتعلق بالنيابة العامة وسنقبل نتائج التحقيق، فإذا كنا أخطأنا سنعتذر له وجاهزون للمحاسبة، أما إذا ثبت العكس، فعلى النائب العام الاعتذار لنا، أو على الأقل أن يقوم بعملية إصلاح داخل النيابة. رغم ذلك، فقد بعث لنا رسالة بأنه لا يريد أن يتعاون معنا، علما أننا لا نريد صراعا مع أحد، لأن المصلحة تقضي أن تفتح لنا المؤسسات أبوابها، وما يهمنا في النهاية هو الإصلاح، ومن طرفنا سنعاود الضغط عليه كي يتعاون معنا، وهذا حق لنا.

السلطة الوطنية الفلسطينية
وزارة الماليـــة
مكـتب الـوزيـر
Palestinian National Authority
Ministry of Finance
Office of the Minister
الرقـم : وم/ل.ن.م/2012/190
التاريخ : 2012/4/29
No. :
Date :
معالي الأخ د. عزمي الشعيبي المحترم
المنسق العام للائتلاف من اجل النزاهة والمسائلة – أمان

نكبة واستقلال

بقلم: جميل السلحوت

يحيي الشعب الفلسطيني هذه الأيام ذكرى النكبة الكبرى التي تمخضت عن إعلان قيام دولة إسرائيل في ١٥ أيار ١٩٤٨ على ٧٨٪ من مساحة فلسطين التاريخية، وتشريد ثلثي الشعب الفلسطيني في أصقاع الأرض، وإسرائيل تعتبر هذا الحدث استقلالا لها، تحتفل بذكراه كل عام حسب التقويم العبري..وإذا كان الشعب الفلسطيني لم يتنازل عن أملاكه وحقوقه في أرضه التي اغتصبوها بقوة السلاح، ولا يزال وسيبقى يطالب بحق العودة إليها، بالرغم من آلة البطش العسكري التي بقيت تلاحقه منذ ذلك التاريخ، والتي حصدت أرواح مئات الآلاف من أبنائه، فإن إسرائيل التي احتلت ما تبقى من فلسطين في حرب حزيران ١٩٦٧ لم توقف أطماعها التوسعية يوما، وهذه الأطماع تتعدى حدود فلسطين التاريخية، معتمدة على قوتها العسكرية الهائلة والتي تتفوق على القدرات العسكرية لدول المنطقة مجتمعة، وعلى الدعم اللا محدود من قوى كبرى وفي مقدمتها الولايات المتحدة الأمريكية، التي ترى مصالحها مؤمنة في المنطقة من خلال الحفاظ على اسرائيل قوية، ومنع العرب من بناء أيّ قوة تستطيع مواجهتها..وهذا أدى بإسرائيل إلى أن تدير ظهرها للقانون الدولي ولقرارات الشرعية الدولية، ولاتفاقات جنيف الرابعة وللوائح حقوق الإنسان، ويبدو أن الصراع سيستمر طويلا ما دام العرب لا يعملون على بناء قوتهم، ويعتمدون على وعود"الأصدقاء" الأمريكان بحلّ الصراع، وما دامت اسرائيل غير معنية بتحقيق السلام الدائم والعادل، معتمدة على تحقيق أهدافها بالقوة العسكرية المتزايدة.

لكن الواقع يثبت أن الفلسطينيين لم يستطيعوا تحقيق حلمهم بالعودة، ولم يستطيعوا تحقيق حلمهم في تقرير مصيرهم وإقامة دولتهم المستقلة على أراضيهم التي احتلت في حرب العام ١٩٦٧ وفي مقدمتها القدس

العربية، وفي المقابل هل حقق الإسرائيليون "استقلالهم"؟ وهل يعمل قادة اسرائيل على حماية دولتهم وشعبهم؟ وهل عملوا حقا على تحقيق الأمن الذي يطالبون به ليل نهار؟ وهل تعلموا من التاريخ الذي مروا به؟

وفي الواقع فإن سياسة الحكومات الإسرائيلية المتعاقبة هي من تجلب الويلات لدولتهم ولشعبهم تماما مثلما تجلبها لدول ولشعوب المنطقة، فهي لم تتوقف عن سياساتها التوسعية والعدوانية والتي تتمثل في الاستيطان، وامتهان كرامة وحقوق الفلسطينيين الإنسانية، فهي تصادر الأرض وتقمع وتقتل وتعتقل، وكأنها فوق القانون، ويساعدها في ذلك حلفاؤها وفي مقدمتهم أمريكا التي تستعمل حق النقض"الفيتو" لمنع صدور أي قرار يدين الممارسات الاسرائيلية المخالفة للقانون الدولي ولقرارات الشرعية الدولية، والممارسات الاسرائيلية هي المحرض الأول والرئيس للفلسطينيين ولغيرهم لمقاومة هذه الممارسات، فالدول العربية والاسلامية وبقية دول العالم تعترف بدولة اسرائيل في حدود الرابع من حزيران ١٩٦٧، وهي حدود تصل الى ١٥٠٪ من الأراضي التي منحها إيّاها قرار التقسيم -١٨١- الصادر عن الجمعية العامة للأمم المتحدة في ٢٩ نوفمبر ١٩٤٧، لكن اسرائيل لا تزال تواصل استيطانها في الضفة الغربية وجوهرتها القدس، مما يعني عملها الدؤوب لفرض سياسة الأمر الواقع ومنع قيام الدولة الفلسطينية، والتنكر لحق الشعب الفلسطيني في تقرير مصيره كبقية شعوب الأرض، ومما يعني أيضا تهديد أمن دول وشعوب المنطقة بما فيها أمن اسرائيل وشعبها. واسرائيل التي تمتلك السلاح النووي، وترى فيه سلاحها الأخير للدفاع عن وجودها، يبدو أن قادتها لا يدركون هم وحلفاؤهم حتى الآن أن هذا السلاح إذا ما استعمل، فقد يكون فيه نهايتها ونهاية شعبها تماما مثلما هو نهاية لدول وشعوب المنطقة، وهذا يعني تهديدا للسلم العالمي لأن نتائجه الوخيمة قد تتعدى حدود الشرق الأوسط.

وبعد مرور ٦٤ عاما على نكبة الفلسطينيين و"استقلال اسرائيل" فإن الصراع يزداد شراسة وخطورة، والسبب هو الفكر الصهيوني القائم على التوسع، والمتمترس خلف فكر ديني غيبي، والذي يتناسى أنه يواجه فكرا دينيا معاكسا، فإذا كانت الصهيونية تؤمن بالوعد الإلهي في "أرض اسرائيل الكاملة"، فإنه يواجهها الفكر الديني الاسلامي الذي يعتبر فلسطين التاريخية أرض وقف اسلامي، مما يغيب أي حلول وسط تحقن دماء شعوب المنطقة.

واللافت أنه كلما ظهرت أصوات عقلانية بين الفلسطينيين والعرب، كلما قابلتها اسرائيل بأصوات التطرف اليميني الذي يوغل في أطماعه التوسعية، والذي يرفض أن تكون اسرائيل وشعبها جزءا من دول وشعوب المنطقة، بل يرون في أنفسهم امتدادا للغرب الاستعماري.

واسرائيل التي تراهن على استسلام الشعب الفلسطيني قد لا تستوعب مثلا العبر من حرب الأمعاء الخاوية التي يخوضها أسرى الحرية، باذلين أرواحهم دفاعا عن كرامتهم وإنسانيتهم التي يستبيحها قادة اسرائيل، ولا سلاح لهؤلاء الأسرى سوى إرادتهم القوية وعشقهم لحريتهم وإنسانيتهم.

١٢ أيار ٢٠١٢

نكبتنا فينا باقية !!

بقلم: ابراهيم جوهر

لا طيور . لا تغريد . لا فرح .
الشمس بدت شاحبة (عاصبة الجبين) ؛
أسقط حالتي النفسية وإحساسي بالأشياء على حركة هذا النهار .

هكذا رأيت مسيرته الأبدية هذا الأسبوع ؛ متشائمة ، سوداوية ...أحاول التقاط جزء من تفاؤل أتشبث به ، وأبني عليه ، وأنطلق منه لأرسم أفقا من حلم ..فتصدمني المعطيات اليومية ؛ الطبيعية ، والبشرية على حد سواء !!

هل أخذ مني التعب والوجع مأخذه فأسلمني للحيرة ، والتساؤل ؟!

أم هي الحياة نفسها ... تلك التي عرفت أنها تقول ؛ حذار حذار من فتكي وبطشي ؟!

حذّرت الحياة وهي تقدم دروسها ، وعبرها ولكننا ، كمجموع ، لم نتعظ ، ولم نعتبر ، ولم نتعلم .

(فكّر بغيرك) قالها درويش ..فصفقنا ! ولم نفكّر بغير ذواتنا !

يصدمني الجو الخماسيني غير المستقر . الخماسين ؛ حرارة وهواء وعرق ونفس ملبدة بالهموم . الهموم تتزاحم على بوابة النفس ؛ (... أبنت الدّهر عندي كل بنت فكيف وصلت أنت من الزحام ؟!!)

أفكّر بذوي الأمعاء الخاوية وهم يواصلون إضرابهم عن لقمة الذل لأجل قليل من كرامة وحقوق افتقدناها نحن في المعتقل الكبير المسيّج بالجدر ، والخوف ، والقلق ، والخنوع ، والذاتية ، والأنانية ، والجبن ، وسوء التقدير ، والتعب ، والأنا المتورّمة حد الانفجار ! أنا (النبوّة) المعجبة بجهلها ...

ما الذي جمع حكومة وحدة (وطنية) إلى جانب نتنياهو ؟
لماذا لا تجتمع وحدة (وطنية) إلى جانب القدس ؟!
تحيرني الأسئلة فأضيع مع رمل الخماسين ، وسخونة الجو ، وأضواء المآذن .
وماذا عن اليوم ؟ لا نهار في اليوم . ليل ، وضباب ورمل ، وحرائق هنا وهناك . ومطافئنا معطلة .
اليوم الثاني من (أسبوع النكبة) هذا اليوم . أسير في بعض طرق القدس فأرى الكآبة . وأرى الضياع ؛
نكبتنا في الإنسان قائمة تتوالد ، نكبتنا في المكان .
نكبتنا في فهمنا الناقص ، و (نبوّتنا) المتواصلة .
للنكبة ألوان وأجنحة !!
ما كل الصباحات تسرّ ! ولا كلّ الذكريات ...
عند السادسة تماما تجادلت مع عامل النظافة ، فارتفع صوتي ! وعلا صوته ...سوء فهم فقط لقول قلته ...
صباح ابتعد عن المعتاد من الطبيعة ، والهدوء النسبي ، والجمال والخيال ؛ صباح (زبالة) !! فكيف سيكون نهار بدأ بها ، وبصوت مرتفع ، وتشنّج ؟!!
ما كل الأحاديث تسرّ ، ولا تجري الساعات كما يتمنى المرء ...ليتها تسير وفق هوانا ، ليتها !!
أميل إلى تدوين الإيجابي الذي يحمل قليلا من الإشراق ، لكن غروب الفهم ، وارتفاع الثقة الزائدة بالنفس وتضخّم الأنا ، تفعل فعلها الذي قد لا نتفق عليه ، ولا معه ...
شعب من (الأنبياء) نحن !! ؛ (في إحدى زياراته إلى الهند حيث تكثر الديانات والشعوذة والأساطير طلب منه المسؤولون الهنود التوسط لدى ابن شعبه الفلسطيني ليقنعه بالتراجع عن " نبوّته" . فوافق على التوسّط . عرض " أبو عمار" على " النبي" المدّعي العودة معه إلى فلسطين ...وأغراه بتعيينه وزيرا . فسأل "النبي" أبا عمار : كم يبلغ تعداد شعبك ؟ أجاب : ١٠ مليون ، فقال " النبي" : أتباعي هنا ٢٠ مليون ، كلهم يستمعون ويستجيبون لما أطلبه منهم ...فقال أبو عمار : هذا صحيح ، لكن ال١٠ مليون كل منهم يرى في نفسه "نبيا" مثلك...)
أرأيت يا طويل العمر ؟!!!
نحن شعب نرى "النبوة" فينا ..لذا كان عامل النظافة هذا الصباح كبيرا في عين نفسه ، فأغضبني ..ولديّ شواهد أخرى في ندوتنا الأسبوعية من المواظبين على الحضور ، ومن الضيوف ...!
فعاليات أسبوع النكبة بدأت هذا الظهر .
أضواء السواد نقلتها أخبار الاستيلاء على العقارات ، والتهديد بالاستيلاء القادم ...
القدس تضيع ،
التشكيل الوزاري قيد البحث والتشاور ،
الملائكة ما زالوا يقفون على رأس الدبوس ،
الحرائق تعم وتطغى ،
المختطفون ما زالوا مضربين عن الطعام .....
ال ١٠ ملايين لهم ثلاث دول !!
للعار ألوان ، وألسنة ...وللنكبة تنويعات وأشكال .

المعمرة صفية الشرباتي:
"عشت أكثر من مائة عام ... ولكن ذكريات الماضي أتعبتني..."

هبة القصراوي

صمت عيونها ينطق، والماضي بكل ذكرياته يعتصر داخلها.. ملامح جمالية تختفي خلف التجاعيد التي رسمت رحلة عمر طويلة، وعندما تمضي اللحظات يبقى صدى الذكريات يئن في داخلك ، فجدران البيت المتآكلة تشهد لها، وبابها الحديدي الصغير تعصف به رياح يسكنها الفرح.. تتساقط على أخاديد وجهها قطرات من الحنين، فالحاجة صفية الشرباتي البالغة من العمر مائة وخمسة أعوام رواية ذات فصول متعددة ، وعندما يصمت العمر تبدأ التجاعيد بسرد القصة . تقول الحاجة صفية:" قضيت مائة وخمسة أعوام بالخليل وعاصرت أحداثا كثيرة مازالت راسخة في ذاكرتي ولم أنسها " .

نسيم العمر يحمل معه ذكريات مدونة في دفاتر الحاجة صفية، فالصفحة الأولى في حياتها تعتبرها إنجازا أدخل الفرحة إلى أعماق قلبها. تقول:"بدأت حياتي بحفظ القرآن عند جارتي" نهيلة" ، فكنت أذهب إليها باستمرار إلى أن حفظته كله والحمد لله ، وحتى هذه اللحظة لم أنس آياته .. هذا من فضل الله علي ".

تتنهد الحاجة صفية عندما يدور دولاب العمر ويتوقف عند الحروب التي عاصرتها، فتبتسم قليلاً وتنهمر دمعتها على فقدان الأحبة. تقول:"عندما كنت صغيرة عاصرت الإنجليز ورأيت إجرامهم وكنت أنظر إلى بطولات الفدائيين، ومازالت تلك اللحظات الجميلة والقاسية أيضا في مخيلتي إلى هذه اللحظة".

حكاية أخرى من حكايات الحاجة صفية تتسلل من بين عروق يديها المزدحمة بالتجاعيد ، فرحيلها من بيت لآخر حولها إلى قاموس يحمل في جعبته ذكرياتِ لهذا البيت وضحكات لأشخاص غابوا عنها وتركوها تكمل رحلة العمر لوحدها.

تقول:"سكنت في البلدة القديمة - حارة القزازين - وعندما اجتاح اليهود مدينة الخليل انتقلنا إلى منطقة خلة النصارى لفترة قصيرة , والآن أعيش في منطقة الحاووز , فكل مكان سكنت فيه ما زالت أيامه الحلوة في وجداني، حتى أنني أذكر الهدنة التي حصلت بين اليهود والشيخ علي الجعبري عندما اجتاحوا الخليل.. آنذاك طلب الشيخ من أهل المدينة رفع الراية البيضاء".

مر على الحاجة صفية أجيال كثيرة ، مازال بعضهم يعيش معها , ولكنها فضلت العيش بمفردها رغم أن عائلتها التي تحيط بها كبيرة، فالعمر أبحر فيها وأوصلها إلى شاطئ متقدم من العمر ، وجسدها لم ينحن وتستطيع القيام بكل ما يلزمها لوحدها دون أن تعاني من تعبٍ وإرهاقٍ وبكل خفة ومرونة دون كلل أو ملل.

تقول: " أشعر بالسعادة الآن لأنني رأيت أحفاد أحفادي وهم يعاملونني معاملة حسنة، ودائما يتمنون لي أن أبقى معهم ولا يفرق الموت بيني وبينهم"...

ينظر أبناؤها وأحفادها إليها نظرة إجلال.. لا تتواني أبدا عن مد يد المحبة والحنان لأحفادها لتزرع في قلوبهم محبة كبيرة.

يقول فايز نجل الحاجة صفية البالغ من العمر "٦٩"عاما:"اسأل الله أن يطيل عمرها أكثر وأكثر لأنها بركة هذه العائلة، وأن يتم عليها صحتها وعافيتها، ..".

الحاجة صفية لا تنفك تجالس الأطفال، تروي لهم الحكايات، وترسم البسمة على وجوههم، فقصصها لا تنتهي وكل يوم ليلة لديها جديد يقال...

تقول جومانة "١٩" عاما حفيدة الحاجة صفية:" نحنا ما بنشبع من قعدتها بتاخدنا من عالمنا الكئيب لعالمها الجميل المليء بالمفاجآت فكلنا نجلس حوليها بشكل دائري وبتبلش حجتنا صفية تطلق العنان لنفسها وبتتذكر....."

الجدة سرية السعافين:
حكايات وذكريات من ماض جميل

فلسطين ديريه

ما زالت تعشق ماضيها الجميل، ففي كل جلسة نجلسها تتذكر أيام زمان، وما في تلك الأيام منبركة وفرحة ورزق..

إنها الجدة سرية السعافين (أم عزيز) ٧٥عاماً، في عقدها السابع، تفني وقتها في تذكر أيام زمان. تقول " يا ريت أيام زمان ترجع، لترجع معها المحبة والخير والفرح لأنو ما في أحلى من هالأيام، كانت الناس مترابطة مع بعضها البعض يساعدوا بعضهم بالأفراح والأتراح وما كان حدا يزعل من التاني".

على الرغم من أن تلك الأيام شهدت أوقاتا سارة للحاجة سرية، إلا أنها كانت لها تذكارا حفر بالذاكرة لم تنس ما فيها من أحداث مؤلمة عاشتها ولازمتها .. فهي دائماً تتذكر حروب إسرائيل ورسوخها بذهنها ، فمثل تلك الأحداث لن تنسى أبداً..

" في حرب إسرائيل في ١٩٦٧م طردونا اليهود من بلادنا من الفلوجة غرب مدينة الخليل، وتهجرنا وطلعنا على نوبا وخاراس وإذنا وبعديها رحنا على مدينة الخليل وتركزنا فيها، وكنا نتخبى بالتبن ونحمي حالنا ونقسم الخبزة لسبع أشخاص لحتى الكل يوكل وكان القصف والطائرات فوق روسنا الله يستر من عواقبهم واللي فينا ينصاب بجرح ونعالجه واللي استشهد ،وكنا نتكشف على بعض زلام ونسوان ما في فرق والله أيام سودة عشناها".

لأفراح زمان نكهتها الخاصة من البساطة والزينة المستقاة من الطبيعة وما فيها من الورود والأزهار الجميلة .. فالأعراس اشتهرت بها الشبابة والناي واليرغول، أما ليالي السمر والسهر فكان أهل الحي والمنطقة والجيران يجتمعون طيلة أسبوع كامل يرقصون ويتبادلون المزاح واللعب والغناء والشعر ويرتشفون القهوة والعصائر ويتناولون الحلوى، وكان العريس لا يعرف العروس إلا ليلة العرس، وحسب حظه إذا كانت العروس جميلة يفرح كثيرا، وان لم تكن كذلك لا يهمه الأمر، في المقابل تجتمع صديقات وأقارب العروس لتجهيزها برسم الحنة على أيدي العروس ونغسل شعرها بالخروب لإعطاء الشعر لمعة وجمالا إضافيا لها، كما أنها ترش بالعطر والمسك، وفي النهاية ترتدي الثوب المطرز بالخيوط الحريرية والخرز الجميل، وعندما تجهز يقدم إليها أهل العريس بزفة كلها أغاني وطبل وتركب العروس على الجمل ذو الزينة المزدهرة الرائعة

أما "طبخات" زمان فكانت لها لذة وطعم شهي لاحتوائها على أغنى المكونات وأنقى التوابل ، فاشتهرت آنذاك البامية الخضراء" من الطبخات اللي كنا دايماً نطبخها البامية الخضرا.. كنا بنلقطها ونفرزها وبنظفها وبنفردها في الصينية في الشمس حتى تتجفف وبعدها بننقعها بالماء بالطنجرة وبنجهز البندورة المعصورة والبهارات، وبنحطها في الطابون لمدة ساعة، لتستوي ويا الله شو بتكون شهية وفيها بركة. أما الخبز فكنا نخبز بالطابون لأسبوع وشهر ونحسب حساب جيرانا".

هذه واحدة من القصص التي تذكرنا ببركة أيام زمان وخيراتها ومحبة الناس لترسم فينا البهجة والأمل والتمني الذي تتمناه الحاجة أم عزيز قائلة:" يا ريت أيام ..."

جمعهما "الحب" وفرقتهما "الأخوة"

أسامة أبو حسين

أي نوع من الأخوة التي تفرق بين حبيبين، فيما الأخوة تجمع، ولا يفرق بينها سوى الموت، لكن في قصتنا هذه كانت " الأخوة بالرضاعة " السبب في الفراق بين زوجين تحابا منذ صغرهما، وجاء موعد فراقهما بعد زواج امتد لثلاثين عاما، رغم الحب الذي جمعهما منذ صغرهما والحنان الذي نبع من صدر الحاجة "أم محمود " عندما أرضعت ابن عم ابنتها " أبو احمد " مع ابنتها "أم احمد" وهما طفلان رضيعان.

كل شي تمنياه في حياتهما إلا الفراق، ولكن " المكتوب على الجبين بتشوفه العين " .. عينا الحاج يوسف ارفاعية "٦٥ عاما " وزوجته الحاجة " أم احمد " من سكان مدينة الخليل، جمعهما منذ نعومة أظفارهما الحب وفرقت بينهما الأخوة، ولكن أي نوع من الأخوة التي تفرق بين زوجين حبيبين أنجبا أولاداً وأصبحوا شباباً وآباءً، وبات لهما أحفادا، .. إنها" الأخوة بالرضاعة "...

تقول الحاجة " أم محمود" والدة الحاجة" أم احمد" : " فوجئت بعد عمر طويل بأن الأخوة بالرضاعة لا يجوز أن يكونا زوجين، وعندما علمت بحرمة زواج الأخ والأخت بالرضاعة ، تذكرت ابنتي" أم احمد " بأن زوجها رضع مني لأنه كان يسكن معنا في نفس البيت، وهو ابن عم لزوجته " أم احمد" .

يقول احمد "٣٥ عاماً " وهو الابن الأكبر لهذين الزوجين " كانت هذه الرواية جديدة علينا وعلمنا بها فجأة من جدتي "أم محمود" وكان الموقف صعباً علي وعلى إخواني عندما علمنا بهذه القصة، وأصبحت عقولنا مشوشة من حدة الموقف...

" كم كان الموقف صعباً علي لحظة الفراق "، هذا ما قالته " أم احمد" عندما قرر القاضي الشرعي بوجوب الفصل والطلاق بينهما وأضافت " هذا آخر ما كنت أتخيله في حياتي لحظة الطلاق والفراق بيني وبين زوجي أبو أبنائي وحب طفولتي...

إن أصعب لحظات الحزن التي تصيب أي إنسان، البعد والفراق التي تحجب الأحباب وتبعدهم عن بعضهم البعض، رغم أن البداية كانت محبة ومودة نابعة من حنان " أم محمود" التي أرضعت "يوسف" وهو رضيع ابن عم ابنتها، وتزوج من ابنتها التي أحبها منذ صغره، لكن النهاية كانت مليئة بالظلم والفراق بين من أحب وتزوج وأنجب أولادا ممن أحبها.

كان الإمساك بينهما بالمعروف والتسريح بمشيئة القدر، فظلا إخوة رغم الفراق وعاشا إخوة بعيدين عن بعضهما البعض، فالحاجة "أم احمد" عاشت مع أبنائها، أما الحاج "أبو احمد " فعاش وحيدا لفترة من الزمن، حتى ألح عليه أبناؤه بالزواج خلاصا له من وحدته القاسية...

حكاية لاجئ

مي القصراوي

جالسة على كرسي خشبي تحتفظ بملامحها الفلسطينية, لا تنفك تحدثك عن النكبة، رغم مرور أكثر من ستين عاما عليها..

المواطنة رؤوفة صادق الجعبري ثمانون عاما اجتازت خلالها فترات كثيرة من الحزن والأسى، وبعض لحظات الفرح وما أقل هذه اللحظات..

ولدت وترعرعت في البلدة القديمة من مدينة الخليل وعندما بلغت الخامسة عشرة تزوجت من عبد الحليم عبيدو، وهي الآن جدة لخمسين حفيداً , وبعد زفافها انتقلت من الخليل إلى يافا لمواصلة مشوار حياتها هناك...

تقول:"... لم أشاهد أجمل من هذه المدينة في حياتي عشقت ترابها ورائحة برتقالها " نعم إنها يافا عروس البحر المتوسط.

وتتابع " كان زوجي يملك منزلا وفندقا يطل على البحر المتوسط، وكان له منزل آخر في مدينة القدس في حي يطلق عليه (البقعة الجديدة) ويسمى الآن (تلبيوت) لم نسكن هذا المنزل، لأن العمل ببنائه انتهى مع بدء حرب ١٩٤٨م.. لقد قضيت أجمل أيامي في ذلك الحي لكن كانت هذه الأيام قليلة... "

توقفت عن الحديث وبدأت تغني بعض الاغاني القديمة .. (سبل عيونو)، وعندما استمعت إليها عادت بي الى ذلك الزمن الجميل فشممت عبق الماضي وعبيره .

تتابع: " قال الجميع بأن اسرائيل ستشن حربا على فلسطين، فلم يصدق أحد هذا الخبر، وبقينا في منازلنا ولم نستعد لأي حرب، ولكن بشكل مفاجئ بدأت اسرائيل بضرب يافا بالطائرات والمدافع والاعتداء على المنازل وقتل النساء والاطفال واعتقال الشبان أو إعدامهم لا أعلم كيف نجوت من هذه الحادثة، فقد عدت الى مدينتي، ولكنني واجهت صعوبات في طريق عودتي، ومما أتذكره هو أن زوجي أرسلني في سيارة لصديقه، دون أن أحمل أي شئ من ممتلكاتي.. فقط كنت احمل في أحشائي جنينا.. لقد تركت ملابسي وذهبي وكل شئ أملكه.. كنت فقط أريد أن أصل بأمان إلى أهلي وكنت خائفة على زوجي الذي لم يترك يافا، حيث قال لي آنذاك: لن أترك المدينة ولو كلفني ذلك حياتي " .. كما أتذكر أيضا جيرانا لنا من عائلتي (الزماميري واشكونتنا) هجروا منازلهم...

هدأت الاوضاع ووضعت الحرب أوزارها واستولى اليهود على العديد من المدن ومنها يافا، ووضعوا يدهم على الفندق والمنزل الذي كنا نملكه ...

تلك بعض من ذكريات هذه المسنة الفلسطينية... إنها حكاية شعب.. لا تنتهي إلا بنهاية لجوئه وشتاته...

وانتد

صبروا

العمل التطوعي بين عزوف الشباب وتجاهل المؤسسات

بقلم: نادر العملة

يكتسب العمل التطوعي يوماً بعد يوم أهمية بالغة ورعاية خاصة من قبل القائمين والمعنيين على المجتمعات التي تصبو إلى مجاراة التغير المتسارع.

والعمل التطوعي هو سمة من أهم السمات التي يتمتع بها المجتمع القائم على ركائز التطور والديمقراطية والرقي الحضاري، في وقت شهد فيه هذا العمل عدة تغييرات وتطورات في مفهومه ووسائله ومرتكزاته، بسبب التغيير المتسارع في عجلة الحياة والتي تفرض علينا نمطاً ولوناً من العمل النوعي الذي باستطاعته مجاراة معايير تلك العجلة التي لا ترحم من يقف بين تروسها، بل تلزم علينا المسير قدماً وسباق الزمن كي لا نزج في عالم من التخلف والنسيان.

وتكمن أهمية العمل التطوعي في تعزيز انتماء ومشاركة الشباب في مجتمعهم، وتنمية قدرات الشباب ومهاراتهم الشخصية والعلمية والعملية، ويتيح للشباب التعرف على الثغرات التي تشوب نظام الخدمات في المجتمع، كما يتيح لهم الفرصة للتعبير عن آرائهم وأفكارهم في القضايا العامة التي تهم المجتمع، ويوفر للشباب فرصة تأدية الخدمات بأنفسهم وحل المشاكل بجهدهم الشخصي، كما يوفر للشباب فرصة المشاركة في تحديد الأولويات التي يحتاجها المجتمع، والمشاركة في اتخاذ القرارات.

ومن أبرز أسباب عزوف الشباب من الجنسين عن العمل التطوعي هو النزعة الفردية في سـياق المتغـيرات الاقتصـادية والاجتماعية، ولهذا تراجع الاهتمام بالعمل الطوعي وأصبحت الالتزامات الخاصة بالفرد أكثر من الأعمال التي يؤديها تجاه الإنسانية أو المجتمعية، خاصة أن النزعة الفردية جعلت كل فرد ينظر في حدود متطلباته ومسؤولياته فقط، ولأن العمل الطوعي خيار، لذا يفضل الفرد أن تكون خياراته تجاه نفسه ومسؤولياته فقط، ونظرا لأن العمل الطوعي غير ملزم، فإننا لا نأخذه بعين الجد والاعتبار فضلا عن أن هناك ثغرة كبيرة في تنشئتنا الاجتماعية. فالفرد منا لم ينشأ النشأة الصحيحة التي تزرع فيه حب الخير والإيثار والتعاون ومساعدة الغير، وهذا ناتج عن النزعة الفردية. كما أن تنشئتنا الاجتماعية بعيدة عن غرس مثل هذه القيم فضلا عن اختلال الأولويات وكثرة المشاغل وسيادة النزعة الفردية وجمود الخطاب الفكري الذي يقول: «أنا وبعدي الآخرين». فليس هناك خطاب فكري يقول لك: ماهي ايجابيات العمل الطوعي النفسية والاجتماعية، أو ماهو شعورك وأنت تقدم خدمة للآخرين!.

كما أن من أسباب عزوف الشباب عن العمل التطوعي عدم الشعور بالمسؤولية الملقاة على عاتق كل فرد في المجتمع، وقلة الوعي بأهمية العمل التطوعي وضعف الإيمان بالفوائد المرجوة منه، وندرة وسائل الإعلام المستخدمة في ميدان العمل التطوعي، وغياب العقلية الإدارية والرؤى المؤسساتية التنظيمية عن هيكلة العمل التطوعي، بسبب الركود الفكري والثبات غير التجددي واستقطاب كوادر غير مؤهلة ومتناسبة مع التغيرات الجارية لمواقع صنع القرار، وتنحي الشباب عن المشاركة في اتخاذ القرارات ما تسبب عنه انتزاع الثقة من قلوب أولئك الراغبين في الانخراط في العمل التطوعي، وتدني الحافز المادي والمعنوي، وقلة تشجيع العمل التطوعي، والظروف الاقتصادية السائدة وضعف الموارد المالية التي تدعم المنظمات التطوعية.

في حين أن عزوف الشباب عن العمل التطوعي يؤدي إلى انغماس الأفراد في ملذات هذه الدنيا وانشغالهم بما سوف يجلب لهم الضرر والفساد. ويجعل من الفرد فريسة سائغة وسهلة بين أنياب الفراغ القاتل، كما يؤدي إلى عدم الشعور بالآخرين والوقوف عند همومهم ومشاكلهم يؤدي بالضرورة إلى قطع روابط الصلة بين الأفراد وعدم استتباب الأمن والاستقرار في المجتمع. ووصول الشباب إلى مرحلة عدم القدرة على تغيير المجتمع واستئصال المشاكل العالقة في سماء المجتمع وتحول الفرد إلى شخص اتكالي.

من هنا لا بد من تفعيل العمل التطوعي بين الشباب، من خلال غرس روح العمل التطوعي عند الفرد منذ سنوات الأولى من طفولته، والتعريف بالعمل التطوعي من خلال اللقاءات والندوات، وخلق بعض المشاريع التي تتماشى مع ميول الشباب ورغباتهم، وسن القوانين والتشريعات التي من شانها تطوير العمل التطوعي، وكسب ثقة الشباب من خلال البدء بطرح مشاكلهم ومحاولة إيجاد الحلول لها بشكل جماعي ومتعاون، وتنظيم العمل التطوعي من خلال صهره ووضعه في قالب تنظيمي إداري ومؤسساتي، وتقديم الدعم المادي والمعنوي للمؤسسات القائمة على الأعمال التطوعية، وتشكيل لجنة إعلامية ودعائية مسؤولة عن شرح مفهوم العمل التطوعي وفوائده ونشاطاته، وما يترتب على تركه من أضرار، والاستعانة بالوسائل الحديثة والطرق التكنولوجية المبرمجة في العمل التطوعي، وتفعيل العمل التطوعي في الساحة الاجتماعية، وإقامة احتفالات التكريم للمشاركين كنوع من التحفيز وتجديد الإيمان بالعمل التطوعي، وخلق فرص جديدة ومتنوعة لاستيعاب قدرات الشباب وتفريغ ميولهم ورغباتهم فيها.

ناتنياهو ..... أريد أبي

بقلم: عرين العملة

لن تسدل ستارة الليل على ذلك المشهد، فالحكاية بلا نهاية وتنتظر النهاية ..

بعد حلكة الليل ما عادت تحتمل مزيدا من الظلمة عند عائلة الصباح، فبزوغ الفجر طال، والشمس على ما يبدو تستحي بأن تبعث بخيوط فجر الحرية على احمد الصباح الذي أطفأ عشر شمعات من عمره خلف القضبان وخرج ليطفيء شمعته الأولى مع أحبته و أهله .

بعد عشر سـنوات مـن الاعتقال أشرقت شمس الحرية، نبضات قلبه بدأت خفقانها.. إنها الفرحة واللهفة.. هي الشوق والحنين لأهل وأحبة لطالما حضن صورهم وبللت عبراته أطرافها... كان ينتظر غدا ويحرق شوقه الثواني التي تمر كاهله كعجوز شاخت من البؤس، ينام احمد ويحلم بأطفاله ينادونه بابا ويستيقظ على ركـلات الجنود ليأخذوه مـرة أخـرى إلى التحقيق. يقول احمد:" الشهور الأخيرة في الاعتقال كانت تمر وكأنها دهر وكنت انتظر الإفراج, ويا ليتني ما خرجت فقد كان ينتظرني سجن آخر أكثر لعنة".

أحلامه حبكتها خيوط الـذاكـرة على مهل، عندما يأتي الليل ينتظر الصباح بفارغ الصبر لما في حضن الليل من قسوة فهو بالتأكيد لا يشبه حضن أمه وأطفاله وزوجته.

العشرون من نيسان ٢٠١٠ موعد الإفراج عنه لم ينم تلك الليلة، وبقي مستيقظا حتى بزغ الفجر وأوتي به ليبلغ بالإفراج عنه إلى غزة بدلا من مكان إقامته في الضفة..

هم أخـر أطبق على أنفاس احمد . يقول: (فلذات كبدي الذين لا يعرفون أباهم في الضفة.. أمي.. زوجتي.. أهلي، لماذا ابعد إلى غزة هذا أشبه بالأفلام يا ليتني بقيت في السجن خيرا من هذا العذاب).

لدى زيارتي عائلة احمد استوقفتني كلمة طفله الأصغر علي (١٠ سنوات) يقول: (ناتانياهو .....أريد أبي) وكأنه يعرف المسؤول عن مأساته ومأسـاة القضية.. أطفال يرضعون السياسة واكفهم الصغيرة ترسم معالم القضية .

يعتصم احـمـد الـيـوم على حـاجـز ايـرز (بيت حانون) ويناشد العالم وكل المنظمات الحقوقية في العالم بان توقف معاناته فورا... كلمات نطقها احمد يأمل بها لقاء توج بالإبعاد القسري..

ينام احمد اليوم في خيمة اعتصام على الحاجز, ويـنـادي بأعلى صوته بـأن ينصف فلسطينيا لطالما لم يعترفوا بوطنه على خريطة، فكيف سيعترفون به كبشر.

يقول: "الفصائل جميعها وقفت معي وقفة مشرفة، ولكن هذا لا يكفي لا أريد خطابات على منابر ولا نـداءات خجولة أريـد إنهاء مأساتي فعليا... "

عند النظر في عيون زوجة احمد تلمح أطيافا من الألم باتت تستنفذ صبر الجسد المنهك, تظلل عينيها غمامة تحاول إخفاءها بخجل، فتسقط عبرة لتفضحها، وتقول:" أما آن لأولادي أن يتعرفوا على والدهم، فقد تعبت تعبت تمثيل دور الأم والأب، وآن الأوان ليعرف أطفالي أباهم وينادونه بابا.."

ليس هناك من شي يستطيع أن يكبح جماح الإرادة. فاحمد يرفض بأن يكون عنوانا لذاكرة منسية، ورغم ماضيه الذي تعثر بقضبان الحديد الصلبة، فمستقبله يحمل الأحلام والآمال التي رسمها في سنوات عمره العشر التي قضاها في السجن ليحققها الآن، ولكن بدون خيمة اعتصام، وبدون حاجز، وسيعود يوما إلى أهله ولو كان في رمقه الأخير.

رسالة إلى صديقي الغائب

بقلم: دعاء الجيلاني

صديقي الغائب... المسافر دائما على شراع الذاكرة دون أن يعثر على وطن ، صديقي الذي أصبح منهمك الفكر ، مشغول البال إلى درجة أنني لم أعد أجد متسعا لي في باله ، صديقي السارح هنا وهناك ... الضائع ... صديقي الذي لم يعد هو جعلني أتساءل كل صباح ... من أنا ... ومن هو ... ومن السبب ؟!

صديقي الذي شغله الوقت والزمن ونسي موعده الأخير ... هناك حيثما انتظرته حقا ، حينما كنت أعتقد أن هناك معان قطعا لا يلغيها أي معنى آخر ، صديقي المسافر أخذ حقيبته مجردة من كل شيء وأغلق الأبواب خلفه ، فخاب أمل المكان الذي انتظره.

صديقي الـذي كـان يـدون تاريخ لقائنا على الشجر ويحدث أخبارنا للأرض والحجر ، ها هو اليوم يضيع رقم هاتفي ، ويتخاصم مع ساعي البريد لأن كثرة الرسائل باتت تزعجه ، وحينما أسأله عن أخباره يسألني ساخرا عن إذا ما رأيت صفحته وتابعت أخباره على موقع "الفيسبوك " أم لا ويعاتبني لأنه يتابع صفحتي وأنا لا أتابع مايجري في صفحته الخاصة، صديقي الذي تعلمت منه تقدير الاخر ها هو اليوم يلغي التقدير دون أن يدري ...

صديقي الـذي أصبح همه أن يسبقني إلى العتاب جعلني أشكك بنفسي ، حتى أصبحت أقدم اعتذاري له دون داع لذلك ، صديقي الذي كنت أفتخر به أمام العالم أجمع حينما أجدهم يشككون في الصداقة الحقيقية ويصورونها بالمستحيلة ، أصبحت الآن لا ألتقيه إلا في المناسبات ، وأصبحت المجاملات حلقة الوصل بيننا ...

صديقي الذي كنت أكتب له دائما ... وظننت في يوم من الأيام أن القلم عندما يكتب عن الصداقة فإنه لن يذكر سوى اسمه ، ها أنا اليوم أكتب له رسالتي الأخيرة وأنا أحاول أن أقلل حروفي المكتوبة حتى لا يصيبه الضجر عند قراءتها ..صديقي المجهول غائب وحضوره في القلب يبرر له كل شيء ... إلا الغياب ...

"خضراء.. صفراء.. زرقاء".. ليست مجرد ألوان هنا

بقلم: ولاء خضير

"فعلا نحن بين مطرقة العنصرية وسنديان الصورة الخاطئة لدى العرب عنا، يصولون ويجولون مدعين تناسينا لعروبتنا أي ذنب اقترفناه لمجرد أن إسرائيل أقامت كيانها على أنقاض قرانا ومبانينا، فأصبحنا فجأة مواطنين فيها.. لدي الكثير لأشرحه ، لعلك تصوغين العروبة وقتها بمعنى آخر "

هذا أول تعليق ردت به طالبة في الجامعة العربية الأمريكية تقيم في عكا، حين سألتها: هل انتماؤكم للعروبة متأصل فيكم أصلا، أم أن العيش المريح في إسرائيل يجعلكم تنسون قوميتكم العربية..؟؟ .

وأكملت الطالبة شرحها " أتدركون أن عنصرية العدو المتعاقبة تزداد في تعاملها مع السكان العرب سوءً كل يوم، في كل ما يتعلق بمجالات حياتنا : الأرض والبناء والتعليم والثقافة والبنية التحتية، والميزانيات المخصصة للمجالس والقرى العربية، والقمع السياسي الذي يفضح "ديمقراطية" هذه الكيان، والتهديدات المتواصلة بهدم المنازل، ومع ذلك ما زلنا هنا " .

الصورة مشوشة، فالنظرة إلي أولئك القادمين من الخط الأخضر ما زالت مختلفة، أي حد وصلناه لنسلب منهم العروبة، وبكل بساطة نقول " لا يفرقون عن اليهود بشيء" ، لا نخص الحديث عن الشخصيات العامة التي أثبتت عروبتها، بل عن أفراد يأتون كل يوم بسياراتهم ذات النمر الصفراء إلى الضفة، وإلى الأسـواق والطرق والـشـوارع، في ظاهرة حديثة تشهدها مدننا حيث سمح لحاملي الهوية الزرقاء الدخول متى شاءوا، دون أي تصاريح لدرجة أن أيام السبت لا ترى سواهم، ولكن لا نعلم عنهم سوى القليل.

هؤلاء "عرب ال ٤٨ " أو "عرب الداخل"، أو "فلسطينيو الداخل" – كما يطلق عليهم- يعيشون داخل حدود إسرائيل ويحملون بطاقة الهوية الإسرائيلية، وفي وسائل الإعلام الإسرائيلية يشار إليهم بمصطلح الوسط العربي، أو" أبناء الأقليات" , هل نكون نحن والعدو عليهم ! .

هـؤلاء العرب يقارب عددهم المليون والنصف، أي ما نسبته ٢٠٪ من سكان إسرائيل، ٨٣٪ منهم من المسلمين، ١٢٪ مسيحيون، ٥٪ دروز، حسب أخر إحصائية رسمية، لا تتنكروا لهم، فدماؤنا واحدة.

إيراني في الخليل: حكاية لجوء وإقامة وأمل بالعودة إلى تبريز

الخليل

تبريز

بقلم: هيثم الشريف

"مير مطلب طيبي" الإيراني الشيعي المولود عام ١٩٤١ قبل أن يستبدل اسمه باسم آخر هو فهد عبدالله طيبي بعد أن إستقر في الخليل منذ العام ١٩٦٦.

التقيته في منزله المتواضع وسألته عن رحلة سفره التي انتهت بالإقامة في مدينة الخليل حيث روى تفاصيل عن رحلة الانتقال من تبريز في إيران إلى مدينة الخليل في فلسطين.

من تبريز إلى الخليل

يقول مير:" ولدت عام في تبريز في أذربيجان إلى الشمال الغربي من إيـران ، وانتقلت برفقة والدي وشقيقتي للعيش في طهران بعد أن توفيت والدتي، و منذ طفولتي شغفت بالكاميرا، وكنت أنظر للأشياء دائما كما لو أنها عدسة مصور، لذلك اعتدت الذهاب إلى أحد ستوديوهات التصوير يوميا بعد مغادرتي "مدرسة خزائلي"في طهران العاصمة، بهدف ممارسة المهنة التي أحب".

وأضـاف: " وبـعـد أن تـزوج والـدي مـن أخـرى، وأصبحت شابا، انتقلت للسكن وحدي، وعملت في أحد ستوديوهات التصوير في طهران، ولدى بلوغي الثالثة والعشرين قررت السفر إلى دولة قطر، لعلي أجد فرصة عمل جيدة، أملا في تحسين وضعي المادي ودون أن اعلم أحدا من أهلي أو حتى والدي، سافرت إلى قطر في العام ١٩٦٤، حيث عملت في أحد ستوديوهات التصوير في الدوحة، وبعد عام ونصف العام سافرت إلى ألمانيا للهدف ذاته، وبعد خمسة أيام فقط اضطررت لمغادرتها لأنه لم يتم إعطائي إقامة فيها، وفي طريق عودتي إلى قطر نزلت في سوريا وتمكنت من العمل في ستوديو الدار السورية) في دمشق.

لقاء مصادفة

وبعد عام ونصف تعرفت حيث أعمل على شخص اسمه عدنان الشريف ، حيث كان يبحث عن مصور ليعمل لديه في المملكة الأردنية الهاشمية، وتحديدا في مدينة الخليل حيث يعيش، إذ أن الشريف الذي عرض الفكرة عليّ قال أنه شريك مع شخص من آل حسونة في أحد ستوديوهات التصوير في الخليل، ويرغب بانتقالي معه للعمل في الأستوديو مقابل ٤٠ دينارا أردني شهريا، وبالفعل لبيت طلب الشريف لسببين: الأول لأن الأجر جيد والثاني لأنه بالنسبة لي "لن تفرق معي سوريا عن الأردن في شيء، ففي الحالتين أنا غريب، وبالتالي قدمت برفقته إلى مدينة الخليل في مطلع العام ١٩٦٦، حيث بدأت فعليا العمل في ستوديو ريم ، وبقيت لمدة شهرين أنام في "أوتيل خليل الرحمن "بمنطقة باب الزاوية"وسط المدينة" وبعد ذلك استأجرت بيتا صغيرا في حارة الشيخ " بأجر شهري ٦٥ دينار سنويا.

فهد بدلا من مير

وحـول تغيير اسمه الإيـرانـي مـن "مير مطلب طيبي"إلى فهد عبد الله طيبي أوضح قائلا" بعد حرب عام ١٩٦٧ غادر عدنان الشريف إلى الدوحة للعمل في الصحافة ، وجرى في حينه إحصاء للناس فذكرت للقائمين على عملية التسجيل اسمي الإيراني"مير مطلب طيبي"والذي يعني بالفارسية "عبد المطلب الطيب" فقالوا لا يجوز أن نسجل اسم مير حتى لا يظن البعض أنك يهودي لكون الاسم قريب من اسم "مئير"بالعبرية!! لذا عليك اختيار اسم عربي بدلا من الفارسي، فقلت لهم سجلوا فهد عبد الله طيبي !! وفعلا تم ذلك وبعد فترة معينة أخذت هوية وأصبحت مواطنا فلسطينيا. وفي العام ١٩٧٠ قمت أنا وشريكي من عائلة حسونة ببيع أستوديو ريم بعد أن أصبح لي حصة فيه "للمصور أسعد العالول"، وفتحنا بدلا عنه ستوديو الأمل في باب الزاوية" .

ويضيف" وحتى هذه الفترة لم أكن أجيد العربية بالرغم من أنني عملت في كل من قطر وسوريا، وبالرغم من إجادتي للغتي الأم الفارسية والتركية، كما أنني وفي تلك الفترة لم أتواصل مع أهلي في إيـران، لأنني كنت على خلاف معهم على خلفية سفري من طهران، لذا كنت أعرف أخبارهم فقط عن طريق صديق لي كان يزورني في فترات متباعدة، حيث أخبرني في إحدى المرات أن والدي مريض.. وبعد فترة علمت بوفاته".

استوديو إيران في القدس

يضيف طيبي:" نحن نعمل في ستوديو الأمل، إلا أننا فتحنا بعد ذلك ستوديو في القدس، وتحديدا خلف البريد في شارع صلاح الدين وأسميناه" أستوديو إيران" لكننا بعد عدة سنوات قمنا ببيعه !ووجدت أن أفضل شيء العودة إلى إيران لأكون عند أخواتي فهن بحاجة إلي، وفعلا سافرت إلى إيران عام ١٩٧٨ ونزلت عند أختي الوحيدة من أمي ، وزرت كذلك شقيقاتي الأربع من زوجة أبي، وفتحت ستوديو آخر في طهران أسميته ستوديو برامونت) ولكن حدثت الثورة الإيرانية عام ١٩٧٩ مما اضطرني إلى مغادرة إيران والعودة إلى هنا!!. فنزلت في مطار بن غوريون (بحيث لم يكن الحظر الجوي بين البلدين قائما بعد) ودخلت بجواز سفري الإيراني ، وإن كنت احمل هوية ومواطنة.

الاستقرار في الخليل

ويقول فهد الإيراني"- كما يطلق عليه الخلايله-: " قـررت الاسـتـقـرار نهائيا في الخليل بالرغم مما عانيته فيها منذ إقامتي الأولـى ، حيث كان بعض الناس يظنونني يهوديا أو حتى عميلا لأنني غريب عنهم!! والأصعب من ذلـك أن اليهود أيضا بعد الثورة الإيرانية كنت بالنسبة إليهم جاسوسا إيرانيا، فشعرت بأنني ضحية، ولكي يزداد انخراطي في نسيج المجتمع الذي عشت فيه وألفته ، وبعد أن فتحت مجددا ستوديو آخر باسم ستوديو تمارا طرقت أكثر من باب طالبا فيه الزواج من الخليل، لكنني جوبهت بالرفض ، وفي العام ١٩٨٠ تقدمت بطلب يد فتاة من عائلة القواسمي، لكن عائلتها رفضت في بادئ الأمر، ثم أخذ والدها يتحدث لي كثيرا عن الدين الإسلامي ويسأل عن مذهبنا لأنني شيعي، وفي النهاية انتصر النصيب، فقد وافقت العائلة وتزوجتها بعد عدة أشهر ، وبعد أن قبلت بما اشترطوا وهو أن لا أترك الخليل وإلا دفعت ١٠٠٠ دينار لخوفهم مني، سكنت وزوجتي في شقة استأجرتها في شارع طريق بئر السبع مقابل ٢٥٠ دينارا سنويا، وأنجبت زوجتي أربعة أولاد هم"علي، محمد، توراج(إسم فارسي يعني إسم ملك إيراني توارج شاه)،وأميت (ويعني أملي بالله)، وقد دخلوا المدارس والجامعات وبعضهم يعمل معي.

سافر فهد قبل أعـوام إلى إيـران لتكون تلك زيارته الأولى بعد أكثر من ربع قرن. يقول:" بقيت هناك حوالي ٣٥ يوما، ولكي أثبت أقـدام أبنائي خطبت لابني علي ابنة أختي، حيث آمل أن يتزوج أولادي من إيران، وكل ما أتمناه الآن فقط هو أن آخذ الأولاد وأذهب بهم إلى إيران، إذ أن أجمل شيء في إيران هو أنني بين أهلي، وبالتالي فإن أصعب شيء أن لا تراه، واكبر غلطة ارتكبتها في حياتي، هو أنني حرمت أولادي من أهلهم".

بعض زمـلاء وأصـدقـاء وحتى جيران فهد وصفوه بأنه دمث الأخـلاق ومصور بـارع. يقول أسعد العالول الذي اشترى "ستوديو ريم منه عام ١٩٧٠" فهد من الشخصيات المحبوبة في الخليل، وقـد كـان فنانا، خاصة بالتصوير الكهربائي (الأسود والأبيض).

أما جـاره منذ ستينيات القرن الماضي زكريا الشريف، فيعتز بصداقته لـ فهد حيث قال"كل إخواني في عمان وأنا الوحيد هنا، وكذلك فهد، لذا فأنا أعتبره شقيقي وهو كذلك".

أمـا عدنان الشريف الـذي يعمل في قناة الجزيرة الفضائية فقد تحدث إلينا عبر الهاتف عن قصته مع فهد الإيـرانـي، فقال" في أحد ستوديوهات دمشق رأيت في ذلك الشاب لمسة فنية مميزة ، وبعد المقدمات المعتادة للتعارف عرضت عليه العمل في الخليل، عندها سألني أين هي الخليل؟ ورغم غضبي منه لأنه لا يعرف مدينتي الحبيبة، إلا أنني تماديت في إغرائه، ووعدته براتب شهري قدره٤٠ دينارا أردنيا في الوقت الـذي لم يكن راتـب الموظف يتعدى حينها العشرين دينارا، فوافق مير على خوض التجربة".

فهد الإيراني اعتاد العيش في الخليل، احترم فيها الناس فاحترموه، فعاش أفراحهم وأحزانهم، ومع ذلك يقول:" لو عادت الأيام وعدت شابا عمره ٢٣ سنة لما فكرت نهائيا بالسكن والإقامة في الخليل لأنني بصراحة .حشرت هنا.. ولو لم تحدث الثورة الإيرانية، لكنت الآن في إيران ولم أغادرها، لكنها إرادة الله .. وما شاء فعل.

صبري غريب (أبو سمير):
ارتقى الرجل الشجاع... وترجل الفارس قبل الأوان....

خاص - "رأيآخر"

يعرفه كثيرون .. ويتذكره قليلون... هل تعرفون هذا الرجل الشجاع .. فارس الأرض وهو من طينتها ومن صوان صخرها...

هل تعرفون أسدا كهذا الرجل المنحوتة تقاسيم وتعاريج وجهه من صخر قريته الرابضة على خاصرة قرانا شمال غرب القدس... بيت أجزا...

للرجل يا قوم حكاية بعمر الاحتلال وبعمر اغتصاب الذرى في قدسنا الأعز والأغلى من كل بقاع الأرض...

حكايته تمتد نحو أربع عقود وحتى آخر يوم في حياته..

في سنين طويلة مضت حضر الغاصبون إلى أرضه أحاطوها بالسياج وزرعوا أوتاد النهب لتلد فوق الأرض دفيئة جديدة أطلقوا عليها "حداشاه"...

وحده أبو سمير امتشق الفأس والمجرفة وتصدى لهم...

سخر الضابط ، وقال: من هذا "العربي القذر" .. وتساءل من يكون...؟

كان أبو سمير فلاح أرضه وزارعها... وشقوق الراح والكفين تكتبان ذاكرة الأرض وتاريخها...

لا يعي تلك اللغة إلا المنزرعون في أرضهم الراسخون في عشقها... فكان أبو سمير رجل تلك الأرض وسيدها...

لم يفت من عضده اعتقالاته المتتالية والمتوالية...

عشرون اعتقالا أو يزيد... ظل "صبري" عنوان صبر وصمود .. حتى بعد أن اغتالت بكره (سمير) رصاصة جبان في إصلاح ذات بين...

صبر الرجل إيمانا ويقينا" وبشر الصابرين..."... وظل إيمانه بالأرض عقيدة راسخة تعلو على الشعارات وخطب المتفذلكين...

لم يمنحهم توقيعه... وظل يقاتل وحده سلاحه الإيمان وحبات الثرى المجبول بعرق آبائه وأجداده.. وبدم سمير الذي قضى وارتقى وترك من خلفه للأب المكلوم حفيدا...

هل تعرفون هذا الرجل المكابر المرابط حتى الرمق الأخير... وهل تتذكرونه..؟

ليتكم تعرفونه.. وليتكم تتذكرونه...

على أرضه فاض من دمه زيت أضاء سراج القدس والمسجد الأقصى...

يا لهذا الرجل بكوفيته البيضاء وعقاله الأسود...

يا لصخرة صموده وقد أرادوا تحطيمها.. فما نالوا منه.. حتى بعد أن طوقوا البيت بالسياج... ونمت من حول البيت مساكن الغرباء في "حداشاه"...

صار بيت الرجل "استثناء" وسط تلك المساكن المسكونة بالرطن العجيب... وبالعساكر تحرسهم من جارهم المتحفز دوما لقتال...

قضى الرجل وارتقى...

وترجل فارس الأرض قبل الأوان...

في ذكرى الأرض ويومها... وفي الربيع من نيسان...

تفيض روحه الريحان... وفي رحم الأرض شقوق من أنامله يسقيها دمه المسفوح في كل ذرة...

طوبى لك أيها الراحل من كمد ومن حسرة...

طوبى فساعداك الأسمران ترسمان عشقا أبديا لأرضك المقدسة...

ولك منا سلام نكبته دمعا يتحجر في المآقي... ونكتبه شوقا إليك وقد عز علينا الرحيل....

فسلام عليك يوم ولدت.. ويوم مت ... ويوم ستبعث حيا....

احمد العملة: من ثلاجات الموتى إلى ملاعب كرة القدم

محمود فراش

لم يكن يوم الأحد الحادي والعشرين من شهر تشرين ثاني من العام ٢٠٠٤ يوما عاديا في حياة احمد محمد العملة (ستة عشر عاما) والمولود في بلدة بيت أولا وعاش وترعرع فيها ودرس في مدارسها...

في ذلك اليوم كان احمد متوجها إلى المدرسة كالعادة، ولدى وصوله إلى المدرسة فوجئ بآليات الاحتلال تحاصر مدرسته وتطلق الغاز المسيل للدموع باتجاه التلاميذ، الذين انتظموا في مسيرة سلمية للاعتراض على الجدار.

كان احمد من بين الطلاب الذين نظموا هذه المسيرة.. شاب قوي البنية محب لأرضه غيور على كرامته وكرامة أبناء بلدته، واجه إطلاق النار بكل ما لديه من قوة حتى أصيب بعيار ناري اخترق كتفه وخرج من منطقة الخصر..

نقل احمد إلى مستوصف البلدة حيث لم يستطع الأطباء هناك التعامل مع حالته لأنها كانت في منتهى الخطورة. ومن هناك نقل إلى المستشفى الأهلي في مدينة الخليل، وكان قد نزف معظم دمه، فأدخل مباشرة إلى غرفة العمليات ، وأعطي أكثر من عشر وحدات من الدم فحص، قبل أن يخضع لعملية في البطن استأصلوا فيها طحاله وكليته اليسرى، ليدخل بعدها في حالة غيبوبة وموت سريري، ما افقد الأطباء الأمل في نجاته، فتقرر نقله إلى ثلاجة الموتى.

يقول احمد العائد من ثلاجة الموتى:"لقد سمعتهم يتهامسون. أحد الأطباء قال لزميله: " لقد مات". وقال آخر:" بل هو في حالة موت سريري". ثم اجمعوا على وضعي في الثلاجة، ولكن احد الأطباء وهو الطبيب محمد الهشلمون كان لديه أمل بسيط حيث قال:" بدنا نعمل كل اللي علينا ونترك الباقي على الله وننتظر منه معجزة ليحييه، وحتى لو عاش فمن المستحيل أن يعود كما كان ، فقد يصاب بالشلل".

استفاق احمد ساعتين من غيبوبة تواصلت ليومين دخل بعدها في غيبوبة جديدة استمرت يوما ونصف اليوم، أفاق منها بعد ذلك وأخذت صحته تتحسن شيئا فشيئا. كان تحسن احمد مدعاة لتعجب الأطباء والناس، فبعد أن كان في عداد الأموات، وكان الناس ينتظرون خبر وفاته عادت إليه الحياة من جديد , وعلق احد الأطباء على ذلك قائلا :"يحيي العظام وهي رميم".

نقل احمد بعد فترة إلى قسم الجراحة حيث بقي يعاني من ألم شديد في صدره، ومن هناك حول إلى مستشفى المقاصد الخيرية في القدس ليستكمل علاجه , وبعد إجراء عملية استكشاف للرئة اليسرى تبين للأطباء وجود تهتك والتهاب في رئته، فقرروا معالجته عن طريق الأدوية الصناعية لمدة أسبوع. ولكن لم يستجب احمد للعلاج وأخذت حالته بالتدهور فقد كان وضعه الصحي لا يسمح بإجراء عملية أخرى، ولكن بعد فقدان الأمل من العلاج بالأدوية قرر الأطباء إجراء العملية.

أدخل احمد إلى غرفة العمليات وأجريت له عملية استمرت ثماني ساعات ونصف تم خلالها استئصال جميع الأورام والالتهابات التي كانت على الرئة، وبعد العملية تحسنت صحته ليخرج من المستشفى بعد رحلة طويلة مع الألم والمرض والخوف استمرت.

كانت أمنية أحمد في ذلك الوقت الانتساب إلى الجامعة ودراسة اللغة العربية، إلى جانب تميزه في كرة القدم التي كانت تشكل جزءا من حياته، ولكنه عندما أصيب فقد الأمل في تحقيق حلمه.

بعد شفائه عاد احمد إلى حياته الطبيعية ليكمل دراسته الثانوية بنجاح وينتسب بعدها إلى كلية الآداب في جامعة الخليل قسم اللغة الغربية. ثم إلى نادي بيت أولا الرياضي، إلى أن أصبح الحارس الرسمي لفريق كرة القدم التابع للنادي، وكان سببا في فوز الفريق في كثير من المباريات، ثم انتسب لاحقا إلى فريق كرة القدم التابع لشركة رويال حيث حقق معه المزيد من التقدم والفوز.

عمر غانم: براءتا اختراع وحكاية مخترع

طه أبو حسين

عمر غانم شاب من مدينة الخليل لم يتجاوز الحادية والعشرين من عمره.. لم يعرف الكلل أو الملل، وحرص دوما على مواكبة التطور التكنولوجي وتحدي المستحيل وصولا إلى أهدافه التي طالما حلم في تحقيقها للارتقاء باسم فلسطين تكنولوجيا بين دول العالم الأكثر تطورا في المجال التكنولوجي...

شغف بالتكنولوجيا

يسترجع عمر ذكرياته مع والدته، ويبدأ حديثه مبتسما: " منذ طفولتي شغفت بالأجهزة الكهربائية والالكترونية، لكنني كنت أواجه عائقا يمنعني من العبث بتلك الأجهزة، وهي أمي خوفا علي من مكروه يصيبني، وغالبا ما كانت تتعمد تعطيل تلك الأجهزة، ولكن بعد فترة قصيرة تفهمت شغفي وفضولي بتلك الأجهزة ومحاولة تطويرها، بل أنها عملت على توفير بعض الأجهزة القديمة وحتى الحديثة لي للاطلاع عليها.

يروي عمر حكاية ارتباطه بالتكنولوجيا الحديثة والالكترونيات، بالإضافة إلى الكهرباء قائلا :" عندما كنت صغيرا في سن السابعة من عمري، كنت لا أترك جهازا حتى أستحوذ عليه وأفككه قطعة قطعة، مستكشفا تركيبه وجزيئات وطريقة عمل كل جزئية، محاولا البحث عن علاقة مشتركة بين عملي بالكهرباء والكمبيوتر، وكلما أردت عمل شيء لم أتوان عن التفكير في ربط العملية بالكمبيوتر، ليقيني بأنه من خلال الكمبيوتر نستطيع خلق صلة توافقية في الصناعات الحديثة، ثم بدأت أدرس بشكل فردي لغة البرمجة العصبية، وعلم النفس على وجه الخصوص، لرابط مهم في علاقتها مع الالكترونيات...

اختراعان

ويضيف:" بدأت مسيرتي في هذا المجال بإصلاح بعض الأجهزة الالكترونية والكهربائية، ومن ثم تطور الوضع إلى تطوير تلك الأجهزة بميزات إضافية، وصولا إلى حصولي على براءتي اختراع وهما "نظام المبنى الذكي" و "الانتركوم المتطور" .

وعن طريقة عمل المبنى الذكي يوضح عمر: "هو نظام تمديدات كهربائي جديد من نوعه، يقوم على قدرة التحكم بالمنزل بجميع أجهزته الكهربائية الداخلية والخارجية، من خلال الجوال النقال أو من خلال جهاز الحاسوب، وقد خطرت لي فكرة هذا المبنى لان الراحة تستهويني، ولذلك أشغلت تفكيري في كيفية الحصول على وسيلة تحكم بالبيت، سواء أكان ذلك من داخل البيت نفسه أو من مكان بعيد حتى اشعر بالراحة طويلا.. ".

"الانتركوم" المتطور حسب ما يصفه عمر الذي عمل على تطويره هو نظام يضاف للإنتركوم العادي، حتى يتمكن صاحب المنزل من التواصل الدائم به أثناء تواجده خارج البيت ، حيث يتم بشكل مبرمج الكتروني من الاتصال هاتفيا بصاحب المنزل عند قيام أي شخص بقرع جرس بيته .

طموح لا يتوقف

لم يقف طموح عمر على أبواب مشاركته ببعض المعارض التي أقيمت في فلسطين والتي كان أهمها مشاركته بمعرض "الاكسبوتك" بمدينة رام الله والذي يعد بوابة انطلاقه لتحقيق آفاق طموحه، وبعد مشاهدته من قبل رئيس الوزراء الفلسطيني د. سلام فياض أعجب بمشروعه ووعده بتبنيه لكل مشاريعه التي تحتاج إلى دعم مادي كبير .

يختم عمر حديثه بالقول: " أنا لا أبحث عن القليل ولا أبحث عن الوظيفة أيضا كباقي الخريجين، أنا من يوجد تلك الوظائف، وباختصار أرفض أن أكون موظفا لأنها تعد وسيلة لكبت مسيرتي الإبداعية الابتكارية، ولهذا سأفتتح قريبا شركة لتصنيع وتطوير الأجهزة الالكترونية، لمضاهاة الواردات الأجنبية بكل قوة" .

تلفاز خطر في بيوتكم .... فاحذروه..!!

ديما نادر دعنا

" طفلي الذي لا يتجاوز السادسة من عمره عندما شاهد أحد المسلسلات التي كانت تعرض مشهد (إعدام) حاول تقليد ما رآه تماما، ولولا ستر الله لكان فارق الحياة ، هذا بالإضافة إلى عدوانيته مع زملائه بالمدرسة نتيجة تأثره ببعض البرامج ". هذا ما قالته (أم سمير) وهي تروي لنا كيف أثر التلفاز على طفلها في واحد من برامج تعرض على الأطفال ويتأثرون بها.

الخطر الأكبر على الطفل...

يرى أستاذ الإعلام في جامعة بير زيت محمد أبو الرب، أن التلفاز بات يتوسط علاقة الطفل بأسرته. فمن خلال قضاء الطفل ساعات طويلة في مشاهدة التلفاز، يتحول تلقائيا من التركيز على بناء الخبرات الأولى من الواقع العياني إلى الالتفات إلى الخبرات المكتسبة من واقع الشاشة وبرامج الرسوم المتحركة.

وحذر من خطورة إدمان الأطفال على مشاهدة التلفاز على بناء قدراتهم العقلية النقدية، وخصوصا فعالية التعلق التلفزيوني بالرسوم المتحركة في إطلاق خيال الطفل إلى فضاءات غير واقعية، فدوافع الأطفال تختلف عن الراشدين فالراشدون يشاهدون التلفاز بدافع التسلية والترفيه ، أما الأطفال فيستخدمونه لفهم العالم بشكل أفضل، ويصعب عليهم التمييز بين الحقيقة والخيال، الصواب والخطأ أو ما يسمى " بقتل الحس النقدي للطفل وذلك بسبب فهمهم الضيق للعالم فلا يستطيع الطفل بسهولة فرز المعلومات التي تأتي في سياقات متعددة ملونة.

ونوه أبو الرب إلى أن هدف التلفزيون ليس إعطاء المعلومات عن العالم الواقعي للأطفال أو لغيرهم، وإنما هدفه البيع، فهو بشكل جوهري أداة اقتصادية ، والقيمة التي لديه هي قيمة السوق، وبنيته ومحتواه يعززان هذا الهدف، علما بأن معدي البرامج التلفزيونية ليس لديهم أي سبب في أن يأخذوا بعين الاعتبار الواقع أو من يشاهدهم ، وإنما هدفهم كسب اكبر عدد من المشاهدين لكسب اكبر قيمة ربح.

وأوضح المربي إبراهيم عفانه أن الطفل – وفق بعض الدراسات العلمية - حتى وهو جنين يتأثر بما يدور حوله، فهو ابن بيئته يتأثر بما حوله من موجودات وتصرفات منها تصرفات الوالدين والإخوة والأصدقاء والمار ة في الشوارع، فقد تأثر آدم عليه السلام ببيئة إبليس اللعين ،

قال تعالى : " وعصى آدم ربه فغوى، ثم اجتباه ربه فتاب عليه وهدى "، فكل إنسان يتأثر بما حوله والطفل هو الأكثر استجابة للبيئة المحيطة به ، وبعض العائلات قد يقضون سهرة كاملة على فيلم من الأفلام أو مسلسل من المسلسلات ومعهم أطفالهم الذين يرون فيهم مثلهم الأعلى وقدوتهم الفضلى ومع تقدم الأطفال في السن فإنهم يحرصون على مشاهدة تلك البرامج بهدف الترويح عن النفس، وقد يبلغ الأمر ببعض الأفلام والمسلسلات مبلغا كبيرا من العنف غير المبرر ومن الأذى والقسوة التي تنشئ الأطفال على العدوان، حب الانتقام، عدم التسامح، وربما الإعجاب بالرشوة والسرقة والتسلط والنفاق، فيتخذون من أبطالها قدوة يتمثلون بهم في حياتهم الحاضرة والمستقبلية فيسيئون بذلك لأنفسهم، إضافة إلى اللقطات الخليعة التي قد تدفع بالمراهقين لاقتناص الفرص في استهداف أمثال تلك القطات فينحدرون إلى الرذائل والموبقات .

أثار غير مباشرة .. لكنها عميقة.....

أما الدكتور هاشم نيروخ اختصاصي طب أطفال فأشار إلى علاقة عكسية بين المدة التي يقضيها الطفل أمام التلفاز والنمو المتوازن للطفل واضطراب النظام الغذائي للطفل ، موضحا أن عملية حرق السعرات تصبح قليلة فالطفل يتناول الغذاء ولا يقوم بأي أعمال تعمل على حرقها فيصاب بالكسل والخمول مما يسبب له البدانة ، ومن الاثار السلبية على الطفل ، عندما يجلس ويشاهد التلفاز فإن عضلات الرقبة تكون مرفوعة فمع المدة التي يقضيها على التلفاز تتيبس عضلات الرقبة، وبالتالي على الطفل ألا يجلس أكثر من ساعتين على التلفاز .

وعن التأثير النفسي أكدت الاختصاصية النفسية في جامعة بير زيت آمال دحيدل أن مشاهدة الأطفال للتلفاز فترات طويلة دون رقابة أو انتقائية يفرز سلوكيات سلبية أبرزها الأنانية والعدوانية، عدم التعاون مع الآخرين وعدم الإحساس بمشاعرهم بل والسخرية منهم إلى جانب التقليد الأعمى في المأكل والملبس والسلوك، عبر لجوء الطفل إلى العدوانية وعدم قدرته على ضبط النفس، والافتقار إلى الأمان والشعور الدائم بالخوف والقلق، إضافة إلى أن مشاهد العنف قد تبعث لدى الطفل الشعور بالاكتئاب ، فكلما قلت مدة الوقت الذي يقضيها الطفل امام التلفاز قل احتمال السلوك العدواني والنزوع إلى الجريمة. وأضافت :" هناك علاقة مباشرة بين مدة مشاهدة التلفاز والتحصيل الدراسي، فالأطفال المتفوقون دراسيا هم الأقل مشاهدة للتلفاز .

أما الدكتور سليم بشارة اختصاصي طب العيون، فقال إن طول المشاهدة قد يصيب البصر بالإرهاق والضعف بسبب طول مدة المشاهدة، أو لعدم مراعاة المسافات اللازمة أو القواعد الصحيحة للجلوس.

وكانت دراسة علمية أجرتها منظمة الأمم المتحدة للتربية والعلوم والثقافة (اليونسكو) لمعدلات مشاهدة الأطفال العرب للتلفزيون بشكل عام، أشارت إلى أن الطفل وقبل بلوغه الثامنة عشرة يقضي أمام شاشة التلفاز ٢٢ ألف ساعة مقابل ١٤ ألف ساعة يقضيها في المدرسة خلال المرحلة نفسها مشيرة إلى انه مع بدايات القرن الحالي زاد المعدل العالمي لمشاهدة الطفل للتلفزيون من ثلاث ساعات و ٢٠ دقيقة يوميا إلى خمس ساعات و ٥٠ دقيقة نتيجة الانتشار الواسع للفضائيات التلفزيونية .

عصام جمعة: علم الطاقة البشرية الحل الأمثل لمشكلات الحياة ومنها الاكتئاب

ولاء خضير

قليل من عرف أو سمع بعلم الطاقة البشرية، رغم أن الغرب يدرسونه تخصصا متكاملاً في الجامعات، وقد وصل طورا متقدما إلا انه تأخر في العالم العربي وخاصة فلسطين والذي عرف مؤخرا وأصبح متداولا ، فعمل مركز الحياة للتنمية في نابلس وغيره دورات في علم الطاقة وتأثيره الكبير على الإنسان.

يعرف الأستاذ عصام جمعة المدرب في علم الطاقة والتنمية البشرية، أن علم الطاقة هو علم إصلاح العلاقة مع الذات أولا ، يختص بإطلاق القدرات الجسدية والعقلية الكامنة في جسم الإنسان، مشيرا إلى أن الإنسان لا يستخدم أكثر من ١٠٪ من قدراته، وان علم الطاقة يخرج الطاقات من عقالها بشكل صحي وسليم، وكيفية مواجهة الضغوطات , ومشاكل الحياة اليومية بشكل ملائم، ويشمل فنون التعامل مع الآخرين، وكيفية التأثير عليهم في ظل عصر مرهق، ويصل حد هذا العلم بالتدريب للوصول للشخصية الحالمة التي يتمناها كل شخص.

ويشير الأستاذ جمعة إلى أن علم الطاقة يشمل الجانبين النظري والعملي، بهدف اكتساب الصحة الجسدية والنفسية والعمل على إزالة الإمراض النفسية والتخفيف من آثارها، وحتى تقوية الذاكرة، علما بأن ثلاثين خطأ يوميا شائع لدى سلوكيات الأفراد تؤدي إلى أمراض أخطرها ارتفاع ضغط الدم، والسكري، والسرطان، منوها إلى إن ٧٠٪ من أمراض العصر هي أمراض نفسية وأن ٧٠ ٪ من الأمراض النفسية هي أمراض وهمية نابعة من الداخل، وليست ناتجة عن أسباب خارجية، فعلم الطاقة يؤثر بشكل قوي ومباشر على الذات ويحفزها بالإصلاح، وتقوية العلاقة مع الآخرين.

التخلص من عادات سيئة

ويضيف الأستاذ جمعة أن إتباع بعض السلوكيات تؤدي إلى التخلص من عادات سيئة كالتدخين، ومعالجة حالات الاكتئاب والإحباط والتخلص من الضغوطات،من خلال ما يسمى بالطاقة الكونية التي تدخل جسم الإنسان من سبع مناطق تسمى الشكرات أي دولاب الطاقة، يتطور الإنسان وتزيد من قدرته على التحمل، وتؤدي إلى تغير في الخلايا والمخ، ولولا هذه الطاقة لبقي عقل الإنسان حجريا، ويؤكد تأثر الشكرات بالبعد الديني لدى الإنسان، والتمارين الرياضية، والتعرض لأشعة الشمس لتعزيز الطاقة، وتناول الغذاء الصحي المتوازن، في حين أن كثيرا ممن يعانون من انغلاق مناطق الشكرات يكونون معرضين للأمراض أكثر من غيرهم.

التعامل مع الآخر

كما تحدث الأستاذ جمعه حول كيفية التعامل مع الآخر، بالمقارنة مع الرجل ذي العقل الصندوقي أي أن طريقة عمل المخ بشكل متخصص بحيث يختص بالتركيز على عمل واحد، في حين أن المرأة ذو العقل الشبكي المتشعب، فإنها تستطيع التركيز أكثر وبأداء أكثر من عمل في آن واحد. وأضاف إن الرجل في حالات الضغط والتوتر الشديدين يدخل صندوق اللاشيء، يكون اقرب إلى العصبية بلا سبب، لذلك لا بد من تحاشي التعامل معه، في حين أن المرأة تحت الضغوطات تلجأ إلى البكاء والثرثرة، فلا بد من معرفة كيفية التعامل مع العقل الباطني.

ويوجه الأستاذ جمعه بعض السلوكيات على الصعيد الدراسي، وكيفية تقوية الذاكرة، وترسيخ المعلومة، وذكر أهمها أن الدارسة بالعين لا تكفي فلا بد من القراءة بصوت مرتفع، والتكرار، وفيما يتعلق بالنوم فإنه يعمل على ترسيخ المعلومة، وان الاستيقاظ الباكر في المراجعة مهم ومفيد ولكن ليس قبل وقت قليل من الامتحان بالإضافة إلى القيلولة بمدة لا تزيد عن اثنتي عشرة دقيقة خاصة بعد فترة الظهيرة، وعدم إهمال وجبة الفطور لزيادة النشاط، مشيرا إلا أنها نصائح يختص بها علم الطاقة بشكل معمق.

وعبر الأستاذ جمعه عن أمله في أن يكون علم الطاقة علما يدرس في المناهج والجامعات على اعتبار انه من اخطر العلوم وأكثرها انتشارا إلا انه نادر وغير معترف به في فلسطين، وان يحظى بمباركة حكومية , ليتمكن علم الطاقة من زيادة الوعي والنهوض بالشباب، سيما انه حل جذري لجميع مشكلات العصر والحياة اليومية.

قائمة أطعمة للتخلص من الكرش

من منا لا يحلم بالحصول على بطن مشدود خال من أي دهون متراكمة أو ترهلات تسئ لمظهر الجسم العام، ولكن مع ممارسة التمارين الرياضية التي تساعد على شد عضلات الجسم والبطن، لا غني عن اتباع نظام غذائي صحي أو التركيز على تناول عدة أطعمة بعينها.

ونحن هنا نقدم لك معلومات بسيطة عن بعض الأطعمة التي تساعدك في الحصول على بطن مشدود بدون دهون متراكمة:

اللوز:

بخلاف فوائد حبات اللوز للبشرة لاحتوائها على فيتامين E و بروتين، فإنها أيضا غنية بالألياف التي تجعلك لا تشعرين بالجوع لفترة طويلة، كما أثبتت الدراسات العلمية التي أجريت للكشف عن الأطعمة التي تحتوي على سعرات حرارية عالية في عام ٢٠٠٧ ، أن حبات اللوز لا تساعد بأي شكل من الأشكال على تراكم دهون البطن.

لذلك ينصحك خبراء التغذية بتناول حفنة من حبات اللوز يوميا، كوجبة خفيفة "سناك" في منتصف الصباح.

الخضراوات ذات الأوراق الخضراء:

إذا كنت تعانين من الإمساك أو انتفاخ المعدة بصورة مستمرة، تناولي الخضراوات ذات الأوراق الخضراء لأنها العلاج الأقوى والمثالي في تلك الحالة، لذا احرصي على إضافة البقدونس و الجرجير والسبانخ و الخس و الكرفس وغيرها لكل وجبات الطعام اليومية.

فالخضراوات السابق ذكرها تحتوي على العديد من الفيتامينات والمعادن دون وجود أي سعرات حرارية تذكر، كما أنها تمنح الجسم عنصر الماء دون أن تخزنه فيه مثلما ينتج من تناول بعض الخضراوات الأخرى.

الشوفان:

ربما تندهشين إذا علمت أن الشوفان من الأطعمة التي تساعد حقا على فقدان الوزن الزائد، ولهذا فإن تناول كمية صغيرة من حبات الشوفان في الفطار بشرط أن تكون قليلة السعرات الحرارية، يعد من الوسائل الفعالة في منح الجسم الطاقة المطلوبة في بداية اليوم دون أي زيادة في الوزن تذكر.

زيت الزيتون:

حقيقة مجنونة ولكنها حقيقة وهي أن الدهون تساعدك على خسارة الوزن الزائد، فزيت الزيتون يحتوي على دهون غير مشبعة تتغلب على الاحساس بالجوع، كما يحتوي زيت الزيتون على حمض الأوليك الذي يعمل على تكسير الدهون الموجودة في الجسم والتقليل أيضا من نسبة الكولسترول في الدم.

الفاصوليا:

أي كمية صغيرة من الفاصوليا غنية بالقيم الغذائية من بروتين وألياف بخلاف أنها قليلة السعرات الحرارية، ونتيجة لذلك أنت تشعرين بالشبع عند تناولها كما أن نسبة البروتين الموجودة في الفاصوليا تساعد في تقوية عضلات الجسم.

لذلك حاولي بقدر الإمكان استبدال البرجر و اللحم البقري بطبق من الفاصوليا.

النعناع:

من المعروف أن النعناع من الأعشاب التي تعالج انتفاخ البطن وتسهيل عملية الهضم، لذلك عندما ترغبين في جعل بطنك أملس، لا تتردي في وضع مشروب النعناع ضمن قائمة حميتك الغذائية.

في حالة إذا كنت لا تفضلين مشروب النعناع الخالي من أي إضافات، يمكنك وضع عود منه فقط في كوب الشاي فهو يفي بالغرض، ولكن يفضل أن تشربي ثلاثة أكواب من النعناع بدون أي إضافات لتنقية البشرة وتنظيف البطن.

الشاي الأخضر:

يعمل الشاي الأخضر على طرد السوائل الزائدة من الجسم، مما يساعد على تقليل الانتفاخ المحيط بالمعدة، كما أنه يسرع من عملية الهضم وبالتالي حرق السعرات الزائدة.

خل التفاح:

إذا كنت تبحثين عن أسرع طريقة للتخلص من السموم العالقة في الجسم "ديتوكس"، فخل التفاح هو الطريقة المثلى لذلك، حيث إضافة القليل منه لوجباتك اليومية تعمل على تخليصك من السموم ألم البكتيريا الموجودة في الأمعاء و الماء الزائد المخزن حول المعدة.

جربي إضافة القليل من خل التفاح عند طهي الطعام أو على السلطة.

عصير التوت:

يحتوي عصير التوت على نسبة عالية من المواد المضادة للأكسدة و فيتامين C، مما يشجع الجسم على التخلص من السوائل الزائدة التي تسبب انتفاخ البطن، لذلك احرصي على شرب كوب من عصير التوت البري الخالي من السكر يوميا في الصباح.

الهليوم:

يعد خضار الهليوم من أنسب الاختيارات للتخلص من الدهون العالقة في البطن، فهو يحتوي علي فيتامين A و B المركب و C و E، كما أنه غني بنسبة عالية من عنصر الزنك و البوتاسيوم اللذين يساعدان على نقاء البشرة، و التخلص من السوائل الزائدةبالإضافة إلى أن الهليوم يساعد في علاج الروماتيزم و آلام المفاصل أيضا.

الطماطم:

تعد ثمرة الطماطم محاربا شرسا لدهون البطن، حيث إنها تخلصك من انتفاخ المعدة و احتباس الماء غير المرغوب فيه، كما تحتوي الطماطم على هرمون بروتيني يسمى "ليبتين" يساعد علي تنظيم معدل الهضم و مستوى الشهية مما يجعل له دورا أساسيا في خسارة الوزن.

الثوم:

على الرغم من محاولاتنا المستميتة للتخلص من مذاق الثوم المضاف إلى طعامنا، فهو من المواد المضادة للأكسدة، كما أنه يحتوي علي مادة كيميائية طبيعية تسمى الأليسين والتي تتفاعل مع الدم لخلق منتج قادر على قتل البكتيريا الضارة، وتخليص جسمك من العديد من الفيروسات.

كما أن لفصوص الثوم دورا كبيرا في تنظيف الأمعاء والتخلص من الانتفاخ والغازات، ولهذا ينصحك خبراء التغذية بإضافة بعض فصوص الثوم الخام على الطعام قبل تقديمه مباشرة للحصول على أكبر قدر من فائدتها.

المشـــاركـــون

ديما دعنا - صحافية
فلسطين ديريه – طالبة - جامعة الخليل
هيثم الشريف - صحفي – الخليل
مي القصراوي – طالبة - جامعة الخليل
دعاء الجيلاني- خريجة إعلام - جامعة بير زيت
أسامة أبو حسين- طالب - جامعة الخليل
هبه القصراوي- طالبة - جامعة الخليل

ولاء خضير- طالبة - جامعة النجاح الوطنية
محمود فراش- طالب - جامعة الخليل
عرين العملة - خريجة إعلام - جامعة الخليل
أماني النتشه – طالبة - جامعة الخليل
نادر العملة - مسؤول الشؤون الطلابية - كلية العروب
جميل السلحوت - كاتب وصحفي مقدسي
ابراهيم جوهر- كاتب مقدسي

طه أبو حسين – طالب – جامعة الخليل
عصام الريماوي – مصور صحفي
عرين الريناوي – مصورة صحفية
عصام أحمد – رسام كاريكاتير

أسرة التحرير
محمد عبد ربه، رهام نمري آلاء كراجة، موسى قوس، جوهرة بكر

Konrad Adenauer Stiftung
MIFTAH
telephone: 02-2989490 / fax: 02-2989492
website: www.miftah.org / email: info@miftah.org
مطابع الأنباء ٢٩٨٧٣٤١/٤