

## مرة أخرى

## البيئة أو السرج على !!



محيط محكيه يعتمد (التستسة) ( بخطاب الأنثى !! ولحم أن تتخيلوها وهي تجيب عن سؤال : كاترين شلونتس !!! هذا إن لم يزيدوا الطين بله بتدليلها " كتروتة " !!! وحتى لا يذهب الحديث للنماذج السلبية : ساختمه بإنسانة تمثل النموذج الكامل لتجربة الأنثى المحترمة جدا ، ليستحق ظهورها أن يكون نموذجا نسايا راقيا ومعتمد في امتداد الخليج العربي لتكون المستحقة تماما للقلب ( شاعرة ) الخليج ) لأنها « الجفول » بنت الخليج حقيفة التي لم تنزع عنها كل تفاصيل بيئتها لتتوهم التميز والتفرد على الطريقة الغربية فكانت الأيقونة والأجمل حضورا بشاعرية متفردة ، وتركت للمتغيرات تمثيل النموذج المضحك !! وهذا الحديث ينطبق على الجنسين فكرته ونسقه ؛ حتى إنك تجد الكثير من الحالات التي ينطبق على ممثلها المثل " يا شين السرج على .."

فواز بن عبدالله

Fawaz11100@hotmail.com

تحدثت أنا وصديقي " محمد يوسف آل مطر " عن عدم لباقة الزي الأفرنجي على الرجل السعودي ويتسع هذا الحديث جغرافيا ليشمل بقعة عريضة من موطن الخليج العربي ؛ وبذات مستوى الحديث طلبت من أبنائي الطلاب أن يتخيلوني بشعر أشقر وعيون زرقاء و بشرة بيضاء يخالطها بعض الإحمرار !! وللأسف ؛ لم أنته من طلبي إلا وترجمة النظرة في عيونهم : " معصي !! " ، وما كان هذا الخلل في النقاطين إلا لأن " الإنسان ابن بيئته " ظاهره ودخله ؛ يقل منه التطور على أساسها ولا يقبل منه الخروج عنها لتبني تفاصيل بيئة أخرى !! اللباس ، الأكل ، القيم ، الشعور ، ومنها الفكر ؛ متى ما خرج الإنسان في أحدها عن بيئته الأصل ظهر كارجوز مضحك أكثر منه مدهش !! فَمَا قَلت الانقلاب على الأساس لا يؤدي إلى بناء يستحق الاحترام ويضمن للتجربة الخلود !! وعوضا عن التطوير كانت فكرة التغيير الكلي هي حدث الناس بفهم ومن غير فهم وفي كلا الحالتين هي حالة خروج وإن اقتنع بها صاحبها فلن يفتح الناس !! واختلال التأثير في المحيط أصل حكم بالفشل !! ومسوغ للتندر وقد صرحت بها في حسابي بتويتر بتغريدة نصها " أقرأ لبعض الفتيات سباقات الانسحاق خلف الترحر و الحرية والتقدم !! ولا أجد في نفسي وأنا أقرأ إلا : ( يا شين السرج على النفس ) ..!!" فالأنثى هنا بطريقة القفز على واقعها وإعلان الخروج عنه ينسف كل المبادئ والإعراف !! كانت كمن اسمها " كاترين " في

## رسمت الوهم

رسمت الوهم بيديني مناظر مالها مضمون  
بريشه حزنها طاغي غزير الدمع يغرقها  
أعائق وهمي الكاذب واغنيها فرح ولحون  
شبيهه مكذب الكذب وأول من يصدقها  
أنا ما اعري القلب الجريح بمسرح مجنون  
ولا أبيع الكرامه لو تباع الشمس مشرقها  
أنا ادفن داخلي حزني ولا فيه البشر يدرون  
صبور ه لو قسى وقتي على روي وطوقها  
كتومه لو تقطعني خناجر حدها مسنون  
كتمت الصرخة وحلقي خنقته قبل يطلقها  
جزومه لو تحاربني الضباع وذيبها مفتون  
نسي باسسه وتاريخه وأصبح مايفارقها  
حسافه كيف تابعها وصار بجبلها مقرون  
وراهها يمشي ويتبع خطاها مايسابقتها  
جمع ماينهم حقد دفين ينفضح بعيون  
نجوم ليلها المظلم ضياء الشمس يحررقها  
خلاصة قولي الفايث إذا له من فكر مضمون:  
لو ان اوهامهم تصدق أموت ولا أصدقها

## بدر البدر



## مسارح

## « معادلات فوضوية »



إن كنت تريد أن تحيا بسلام عيش في داخلك ولا تمنح لأحد الحق أن يمسك حتى .  
حين تصل لمرحلة عدم القدرة على التقدم أكثر .. توقف .. أغمض الباب .. وأغلق عينك جيدا .. ثم تخلص من المفتاح .  
إن كان ودك بروحك .. خلك بروحك .  
اللا تكون نعم أحيانا .  
الحذر واجب وطني خوفك عليك يحتم عليك أن تلتمز به .  
الشيطان صديقك إن أردت أن تعرف عدوك من صديقك .  
معادلة فوضويه : كُنْتُ هُنَا قَبْلَ أَنْ أُرْحَلَ لَمْ أَتْرَكْ حَيْثُ كُنْتُ أَتْرَكْتُ مَعِي وَأَحْتَفَلْتُ بِي .. قَوَائِمُ تَخُونُنِي حِينَ أَفْكَرُ بِالْإِنْفِصَالِ عَنِّي .  
وصل إلى قناعة بأن التعديل أصبح من المستحيلات ، المستحيلات التي لم يكن يؤمن بها يوما .  
أضناه السفر والتنقل من مكان لآخر وبعد أن حاول كثيرا أن يغير بعض المفاهيم المنتشرة في بلدته وبعض البلديات المجاورة بدأ اليأس يتسلل إلى نفسه .  
التفاصيل الموجهة التدقيق فيها أكثر راحة .  
عابر السريير لم يبق لك شيء منك أخذك معه ورحل ستبقى وحيد ستبقى عنه وعنك بعيدة -  
قهوة الصباح شيء منها وأشياء لها .  
المرأة التي تبعد عنها جدا هي أكثر امرأة تحبك جدا

بدر الموسى

@b\_almosa

## بين سطرين

## عندما تصبح القراءة علاجاً

وهو يقول إن « الكتاب الذي يوصف للمريض ينبغي أن يكون في حدود ثقافته، لذا فقد اتبع الدكتور طريقة العلاج الجماعي، حيث أعطى المريض كتاباً ، يقرأه ويلخصه ثم يعرض تلخيصه على الجماعة. موضحاً أن من شأن هذه الطريقة أن تقوي التركيز، وتعالج أيضاً الاكتئاب والاضطراب. عموماً ورغم أننا لا ننكر أهمية القراءة المتعددة في تغذية الروح وعلاج النفس فإنه يبقى أن أقول بأنه ليس ثمة كتاب خير من كتاب الله عز وجل في شفاء النفس والبدن معا يؤكد ذلك قول الخالق تبارك وتعالى ( ونزل من القرآن ما هو شفاء ورحمة للمؤمنين ) كذلك قوله عز وجل ( قل هو اللين آمنوا هدى وشفاء والذين لا يؤمنون في آذانهم وقراً وهو عليهم عمى ) وليس هذا فحسب بل إن قراءة القرآن تضاعف الحسنات وترفع الدرجات في الدنيا والآخرة ... ( اللهم اجعلنا من أهل القرآن الذين هم أهل الله وخاصته )

نجاة الماجد

نفسية جيدة وراحة أكيدة . وقد أدرجت موسوعة ويكيبيديا تعريفاً مفصلاً لهذا العلم جاء فيه ( العلاج بالقراءة هو استخدام مواد قرائية مختارة كمواد علاجية مساعدة في الطب البدني أو الطب النفسي وكذلك في التوجيه إلى حل المشاكل الشخصية من خلال القراءة الرشيدة ) ويقال بأن هذا العلم «العلاج بالقراءة» قد أسسه العالم الروسي «نيقولاس روباكن» في مطلع القرن العشرين، وأضعا أسس وقواعد هذا النوع من العلاجات في كتابه الصادر عام 1904 بعنوان «البيبلويوتيرابي» - علم نفس القراءة .. غير أن البعض الآخر يرون أن الفيلسوف اليوناني «أفلاطون» هو أول من أشار إلى إمكانية علاج بعض العوارض النفسية عن طريق القراءة، مؤكداً أن «أفلاطون» كان سباقاً في هذا الصدد، ولكن الحقيقة أن المصريين القدماء هم أصحاب السبق في استخدام القراءة لداواة المرضى كما أشرت إلى ذلك في بداية هذا المقال .

ومن أوائل من مارسوا العلاج بالقراءة في العالم العربي الدكتور محمد شعلان، أستاذ الطب النفسي في «جامعة الأزهر»

والعلاج بالقراءة يعززي القارئ ليس شيئاً جديداً وإنما بدأت ممارساته منذ العصور القديمة ، فقد كان الفرعون يكتبون على جدران المكتبات المصرية القديمة مثل: مكتبات معبد (رمسيس)، ومكتبة معبد (إدفو) هذه العبارات (هنا علاج الروح)، و(هنا بيت علاج النفس) ثم انتقلت هذه المفاهيم إلى المكتبات البابلية والآشورية، ثم المكتبات اليونانية والرومانية ، ثم العربية. وفي ذات السياق أورد الأستاذ محمد الشموتى مقالاً يوضح جذور هذا العلم عبر التاريخ والذي بدأ على حد قوله منذ كانت قراءة التمامم والتعاويد تستخدم لحماية وعلاج المصابين بالخوف، والضرع، وأنواع مختلفة من الأعراض، مروراً بحلقة من أصحاب رسول الله عليه السلام، يسألونه علاجاً لأحدهم، فيخبرهم أن يقرأوا عليه الفاتحة. أما في العصر الحديث بدأ التنظير لهذا العلم في بداية القرن العشرين. حيث كانت كاتلين جونز تعمل أمينة مكتبة في مستشفيات ماكلين في ويفرلي في ماساشوستس، وكانت على قدر كبير من الخبرة والتأهيل في اختيار المواد الموجهة لمرضى ونزلاء المستشفى، والتي تضمن لهم

اخرت أن يكون توقيت هذا المقال في هذه الأيام التي تشهد المعرض الدولي للكتاب في الرياض ومن هنا سأدلف لموضوع العلاج بالقراءة مباشرة دون مقدمات إستناداً على قول قد قرأته ذات مرة للروائية الرائعة أحلام مستغانمي التي تذكر أنها قد وجدت روايتها ( فوضى الحواس ) تباع في صيدلية في شارع الحمراء في بيروت ، مع كتب الحماية وعلاج السكري وأمراض القلب والشرايين ، وتذكر أن العلاج بالقراءة الانتقائية احد أحدث طرق العلاج النفسي ، وقد صدر في باريس كتاب يضم مائة عنوان لروايات علمية مقسمة حسب احتياجات كل حالة نفسية يمر بها القارئ .. والان قد يتبادر إلى ذهن البعض أن العلاج بالقراءة هو أحدث اكتشافات الطب وتطوراته ولكن الأمر مختلف عن ذلك تماماً وهذا ليس بمستغرب يا عزيزي القارئ فإذا كان الإنسان لا يستطيع أن يحيا بدون الهواء والماء والطعام فإن هناك من الناس من لا يستطيعون الحياة بدون القراءة وكما أن هناك علاج بالرسم، وعلاج بالزيوت العطرية، وعلاج بالموسيقى، وعلاج بالرياضة... فهناك أيضاً علاج بالقراءة

## مقام مرتفع

## السؤال الأكثر جدلاً !!

البطل المحفل الذي كان يقف خلف بعض الأسماء الشعرية سواء لشعراء أو شاعرات أن يمارس ذات الدور في الخفاء في تويتر أم أن تويتر انهي كل بطولاته المزعومة؟! أخيراً ، وفي ظل حقيقة شاعرية البعض من عدمها و وصف « شاعر » و « شاعرة » الذي أصبح يهدى لمن هب ودب « يبقى السؤال الذي أشرت له في البداية والذي يسبب جدلاً واسعاً و يفتح ملفات كثيرة حول الشعر ، هل من كسر في أبياته نسميه شاعر ومن كسرت في أبياتها نسميها شاعرة؟! الأجابة لديكم .

ريم علي  
reemali@

هو أنزه من أن يكون مادة فاسدة تباع وتشتري! من منطلق هذا وجود تويتر اكتشفنا كثيراً من الأبيات التي مرت علينا من حسابات كثيراً من الشعراء والشاعرات وكانت ابيناتا ضعيفة جدا وأحيانا مليئة بالكسور! ، وأحيانا وزن وفاقية لكن دون شعر يذكر ! فتصطر لا شعوريا أن تقول " يا ربنا!!!!!! ما الذي يحدث في تويتر؟! ولا تتفاجئ أن تغترب لهجتك فجأة وقلت " يا لهوووووي " ! وتذكرت أيامهم الخوالي عندما كانت تصنفهم مجلاتهم بنجوم الشعر. الحقيقة التي اظهرها تويتر والوضع الذي كشفه لنا أنخلنا في دوامة من التساؤلات من يكتب لمن؟! ومن كتب لمن؟! ولماذا عجز

هناك سؤال دائماً ما يكون مثيراً و يسبب جدلاً كثيراً ويفتح معه ملفات عدة! سأطرحه في النهاية ، دعونا نتفق بداية أن العم "تويتر" كان له الدور الكبير والفارق في تعرية شعراء وشاعرات " الغفلة " و اظهرهم على حقيقتهم و حجهم الطبيعي الذي كانت تختبيء خلف بعض المجالات الشعرية والمنتديات الأدبية. تويتر كان بمثابة الثورة التي قضت على الفساد الأدبي الذي كانت تمارسه هذه المجالات الشعرية الذي انتهى عصرها ويمارسه متحفذين في الساحة الشعرية وأكبر فساد هو أن تصنع من لاشيء " شاعرا " أو " شاعرة " وتقدمهم على أنهمالموهبة القادمة والفضة ، فتظلهم وتظلم الشعر الذي

عبد الهادي بن راجس



## الأرض بتتكلم شعبي

ياوي فنجال شربته لحالي  
فنجال ماله ثاني بالفناجيل  
فنجال من غالي يمدد لغالي  
وتهديه قبل ايديه سود مضاليل  
مده علي وقال خذ يا حلاللي  
لا يا بعد من ينقل الققال والقيل  
واخذت فنجاللي وريحت بالي  
وثنيت رجلي عندهم للتعاليل