

مجلتة الغالبية

النقيب بحري علي الهاشمي
يحصل على براءة اختراع روبوت

قسم العلوم

مداد الحرف

قسم الرياضة

مرآة المجتمع



ALGALIL_VIP



71844452 - 71808666





تمهيد

" جبر الوطن "

قسم التحرير

رئيس التحرير
خميس بن سعيد الذيابي

نائب رئيس التحرير
خميس بن علي الهنداسي

هيئة التحرير
أحمد بن علي الهنداسي
نهى بنت علي الفزارية
ريم بنت يونس الهاشمية
أبرار بنت صالح الربحية
أنفال بنت حمد المزينية
رهام بنت أحمد البكرة

المشرفون

مشرف مرآة المجتمع
أشواق بنت مصبح العمري

مشرف القسم الرياضي
محمد بن سعيد الجهوري

التصميم والجرافيكس
عبدالله بن حميد الهنداسي

التنفيذ والإخراج
بيان بنت محمد الكيومية



صدرت من : فريق الغليل الإعلامي

وربقات مجلة نُقش حبرها من إبداعات أقلامكم المُشرقة ، وماهيه إلا نتاج جهود شبابية عانقت أرواحهم شغف الرُقي بروح الثقافة نحو الآفاق .

" جبر الوطن " مجلة عُمانية محلية تأسست ٢٠١٨ م بولاية السويق ، والتي بدأت مسيرتها الثقافية تحت مُسمى " صدى الغليل الإلكترونية ، تتضمن المجلة مجموعة مُتنوعة من المواضيع المحلية والعالمية التي إنبثق صداها إلى خارج السلطنة مما أسهم في إثراء المجلة بوهج شبابي مُتقد ، سخرُوا جهودهم للرُقي بالفكر والثقافة من أجل إخراج جيل يُبجل الحرف ودلالاته .



مرآة المجتمع.
مرآة المجتمع في جوانبها
الثقافية والاجتماعية
وشأنها المحلي والدولي

براءة اختراع لجهاز الروبوت لصيانة وتجبير بدن السفن تحت الماء

العُمانيّة/ خميس الصلتي

ويتميز الابتكار بعزل عالٍ للمياه ومقاوم للأوكسدة مع خاصية التحكم اللاسلكي عن طريق إرسال ذبذبات كهرومغناطيسية لإيصال الأوامر للجهاز تحت الماء، ويعد تنفيذ هذا الابتكار مكسبا كبيرا، حيث يمكن الاستعانة به في جميع الظروف الملاحية المختلفة لتنفيذ عمليات الصيانة والتجبير في بدن السفن تحت الماء في وقت قياسي. الجدير بالذكر أن المخترع النقيب بحري علي بن سعيد الهاشمي يعكف حالياً على تصميم أول نموذج اختباري لهذا الابتكار.

حصل النقيب بحري علي بن سعيد الهاشمي من البحرية السلطانية العمانية على براءة اختراع لجهاز الروبوت لصيانة وتجبير بدن السفن تحت الماء، وقد سجلت براءة هذا الاختراع في المكتب الوطني للملكية الفكرية بوزارة التجارة والصناعة وترويج الاستثمار بسلطنة عمان، والمنظمة العالمية للملكية الفكرية WIPO بجنيف، ومعاهدة التعاون بشأن البراءات PCT

ويهدف الابتكار إلى تقليل الاستعانة بالكادر البشري من الغواصين مستقبلاً لإصلاح الأعطال وتجبير بدن السفن تحت الماء، حيث إن الجهاز مزود بمستشعرات قادرة على كشف الثقوب في بدن السفن، ولديه القدرة على الالتصاق بأي موقع في بدن السفينة بمختلف الزوايا والتصاميم، وذلك لمعالجة تلك الثقوب قبل تفاقمها بطريقة آلية تتسم بالدقة والسرعة، الأمر الذي يسهم في إعادة السفينة للوضع الطبيعي مرة أخرى في وقت قياسي دون الحاجة لرفعها للصيانة، كما يستطيع الجهاز التخلص من شباك الصيد العالقة في السفينة، الخاصة في محور الدوران لحماية المحركات وصناديق التروس من الأعطال، وذلك بفضل وجود خاصية قص الشباك الآلية بحيث يتم تركيب مقص كهربائي ويتم توجيهه إلكترونياً إلى موقع الشباك.



ملتقى قرية الغليل الصيفي

بقلم: أحمد بن علي الهنداسي

ومن جانب آخر تم تخصيص مواقع لألعاب الترفيه للأطفال وقيادة الدراجات النارية، كما شاركت العديد من الأسر المنتجة في عرض منتجاتها من المأكولات الشعبية المتنوعة، كما تم تخصيص مواقع أخرى لقوارب النزهة للزوار لخوض تجربة الابحار حول محيط بطحاء الغليل، وكذلك تجربة قيادة قوارب الكاياك لمحبي المغامرة واستكشاف الطبيعة والتي لاقت صدى واشادة واسعة من الزوار. الجدير بالذكر بأن فريق الغليل البحري يسعى دائماً وبجهود شخصية وتطوعية على إقامة وتنظيم مثل هذه الفعاليات المتنوعة، والتي بلاشك لن تنجح لولا وجود التعاون المثمر والدعم المعنوي من قبل أهالي قرية الغليل التي تنفرد وتتميز عن باقي قرى ولاية السويق باحتضانها وبشكل دائم على إقامة الاحتفالات والفعاليات المتنوعة.

في عطلة صيفية ممزوجة بنسائم البحر الجميلة، وعلى رمال شاطئ غليل الهناديس الساحرة، نظم فريق الغليل البحري بالتعاون مع أهالي الغليل احتفالية صيفية تحت شعار- ملتقى قرية الغليل الصيفي- والذي يهدف لرسم لوحة تملؤها البهجة والسرور لجميع شرائح المجتمع، وتنشيط الحركة السياحية على شاطئ الغليل والذي بلاشك يعتبر من أجمل الشواطئ في ولاية السويق من حيث طبيعة وروعة وجمال موقع الشاطئ المميز.

تنوعت فعاليات الملتقى الصيفي حيث اشتمل على العديد من الفقرات المميزة كسباق القوارب السعفية (الشاش) لفئة الشباب ، ومسابقة الرمي بالشباك التقليدية لفئة كبار السن، والمسابقات المتنوعة للأطفال، وكذلك مشاركات الجمهور بفضن الميدان والقصائد الشعرية المتنوعة،



صيفي مرسو يافا

كتبت :خولتة محمد



بدعم من مكتب والي السويق ،أقام مرسو يافا صيفي للفنون والأشغال اليدوية في مقر جمعية المرأة العمانية بالسويق، وذلك خلال شهر متواصل من الأنشطة الفنية والإبداعية التي استهدفت فئة طلاب وطالبات المدارس ؛ لاستثمار أوقاتهم ، وتحفيز الجانب الفني والجمالي لديهم ، حيث أقيمت العديد من الورش في مجال الرسم بخامات متنوعة مثل : الرسم بالرصاص، والرسم بألوان الباستيل، وألوان الكريليك، تخللتها بعض الأنشطة الإبداعية في مجال طي الورق وصنع فواصل الكتب بطريقة جذبة للأطفال.

ومن جانب آخر تم تقديم ساحة المرسم للمبدعين والموهوبين لإتاحة الفرصة لهم لتقديم دروس في مجالاتهم الفنية المتنوعة ،حيث قدمت أسناء الصالحي ورشة التلوين بإستخدام ألوان الكريليك ، ولاقت إعجابا من المشاركات، كما تم انجاز العديد من اللوحات الرائعة.

بادرت أمريم العبيدلي لإقامة ورشة في صنع أكسسوارات الشعر، وأبدت الطالبات تفاعلا جميلا مع محتوى الورشة، وسيواصل المرسم بإذنه تعالى _ أنشطته الفنية خلال الشهر الجاري وفقا لجدول يتم الإعلان عنه بداية كل اسبوع، آمليين أن يحقق الاستفادة والمتعة للمشاركين .

"من ذاكرة الطفولة" موسم القيقظ موسم رزق

كتبه:

سعيد بن خميس الهنداسي



لما بذل من جهد في عز حرارة الجو، لنجد أنفُسنا نسبح في وادي من العرق.

عندها يجتمع الجميع عند "الحوض" مكان تجمع المياه والمخصص للسباحة، حيث نقوم بتشغيل "المكينّة" مضخّة مياه تعمل على سحب المياه من الآبار عن طريق الديزل، وبكل عفوية تتسابق مع اندفاع المياه بالحوض لنرمي أنفُسنا فيه ونسبح ونحن في فرح وسرور وبهجة، ثم نلعب قليلاً بعض الألعاب المرتبطة بالحوض والسباحة، مثل أجمل قفزة بالحوض، والأسرع بالسباحة، والأطول كتبه للنفس أثناء الغوص، والشخص الأكثر مهارة بالسباحة.

وبعد صلاة الظهر يتم غراف الغداء ويجلس الجميع على سفرة واحدة ثم نرتاح قليلاً، وبعد صلاة العصر نشكل مجموعات عمل مرة أخرى، لتكتمل عملنا بجمع اللقاط وسقي أشجار النخيل وتوفير طعام الحيوانات، بالرغم بأننا نكون متعبين، إلا أن كل ذلك التعب يزول بعد ما نعود نسبح بالحوض ونلعب كما استمتعنا عند فترة الظهيرة فيزول التعب بعدما نقضى وقت جميل.

وعندما يحين وقت المغرب ننتقل من سكنة القيقظ بالنخيل إلى بيوت البحر، سيراً على الأقدام، فالبعض يفضل أن يتحرك قبل المغرب يحمل العشاء والفرش إلى "المهدن" فيما البعض الآخر يفضل أن ينتقل بعد صلاة المغرب وبعد تناول العشاء، وخلال تواجدنا على المهدن أو في بيوتنا التي على البحر فإنه يكون لدينا وقت بعد صلاة العشاء، حيث نقضيه باللعب مع الأصدقاء قليلاً فهناك ألعاب كثيرة نلعبها مثل القميص والسري وغيرها، بينما البعض يفضل الإستمتاع للحزاي، وبعد ذلك ينام الجميع مستمتعين بقضى يوم جميل كله نشاط وحركة وسرور، فهكذا ينتهي يومنا، فيا لها من أيام متعبه ومفرحه عشناها بجلوها ومرها واليوم تبقى الذكريات الطيبة جزءاً من حياتنا.

وفي نهاية الموسم فإن أصحاب المزارع يحصلون على عائد مادي جيد بعد قضي فترة عناء وجهد واهتمام بكل جزئيات النخلّة خلال عام زراعي كامل، فيفتنم أهل المزارع هذا الموسم ليعزّزوا من فرصة دخلهم، من خلال طنا النخيل وبيع الرطب ثم بيع التمر وبيع "النضجة" أي مخلفات التمر والتي تستخدم طعام للحيوانات، وكذلك بيع العسل وبيع الدعون، ويودع المزارعون الموسم على أمل عودته بسرعة فهو مصدر دخلهم الأساسي.

مع بداية شهر مايو من كل عام يبدأ فصل الصيف بقوة، فحرارة الجو تأخذ في الارتفاع التدريجي حتى تصل إلى ملامسة أكثر من خمسة وأربعون درجة مئوية، إلا أن الأهالي ينتظرون هذا الفصل بشغف وينتظرون أيامه ولياليه فكل منهم حكايات وقصص مرتبطة به، فهو موسم الخيرات والبركات ويسمى محلياً بموسم "القيقظ" موسم حصاد ثمار بعض أشجار الفاكهة الموسمية مثل أشجار النخيل وغيرها من أشجار الفاكهة.

أذكر في بداية السبعينات وأنا صغير، ارتبط موسم القيقظ بمجموعة من العادات التي يمارسها المزارعون على مدى أيام الموسم، ويعرف موسم القيقظ بموسم رزق وعائد مالي لأصحاب المزارع من خلال "طناء النخيل" أي بيع محاصيل ثمار النخيل، للأشخاص الذين لا يملكون أشجار النخيل ويودون شراء الثمار فإنهم يدفعون مقابل للحصول على الرطب ومن ثم التمر.

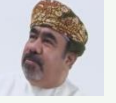
لذلك وجب الاستعداد لموسم الخير وشحن الهمم، لتحقيق أكبر قدر استفادة منه، فقد تم الانتقال من بيوت البحر وإقامة بيوت مؤقتة بالمزارع حتى يكون الجميع قريب من هذه الثروة، وليعيش الجميع خلال الموسم بين رحلتي الليل والنهار اليومية، على مدى أربعة أشهر على غرار رحلتي الشتاء والصيف السنوية، ففي الصباح الباكر نعود من سكنة بيوت البحر أو سكنة الليل "بالمهدن" مكان مرتفع بين الساحل والمزارع يتميز بلطافة جوه ليلنا، نعود سيراً على الأقدام وننقل فرشنا وأغراضنا المهمة لبيوت القيقظ، البيوت المنتقل لها بالمزارع مؤقتاً خلال الموسم.

وخلال لحظات تقوم الأمهات بإعداد القهوة والشاي مع وجبة إفطار بسيطة، وبعد تناولها نبدأ بتشكيل مجموعات عمل، قترية وروتينية فالقترية تهتم بخلاصة النخلّة والحداثة والتنبيت والخراف والجداة وأما الروتينية فيختص بري النخيل والأشجار واللقاط، فيما يقوم البعض بتوفير أكل الحيوانات بينما يحمل البعض "قفير" وعاء أو سلّة مصنوعة من سعف النخيل نضع فيها "اللقاط" وهو ما يتساقط من ثمار النخيل، وبعد امتلاء القفير نقوم بتغريغه "بالمسطاح" المكان المخصص لتجفيف ثمار النخيل وهو عبارة عن مجموعة "دعون" تفرش ومصنوعة من جريد النخيل، وقريب الظهر يكون التعب قد وصل بنا إلى مداه

مشاهد

بقلم:

محمد سعيد المنصوري



فكر قبل أن تحكم

فكر قبل أن تحكم، فليس الجميع لديه أصدقاء وأقارب، وأنت أحياناً حتى أهلك وأقاربك يتذمرون من وجودك إذا أطلت المكوث معهم، فكيف بهذا الشخص وهو لا يستطيع أن يجبر أحد على أن يبقى معهم طيلة الليل، وقس على ذلك الكثير. فكر قبل أن تحكم على الأشخاص من خلال تصرفاتهم، فكثير من الأحيان قد نرى جانباً واحداً من القصة ولا نرى القصة كاملةً إلا من صاحبها.



أقف هنا بسيارتي بعد أن تعذر علي عبور هذا الوادي الصغير، أشاهد الناس وهم يصطفون على جانبي الوادي مبتهجين برؤية جريانه، ومستمتعين بهذا الجو الماطر الجميل، وفي أثناء ذلك رأيت شخصاً أسوي على دراجته الهوائية، يحاول عبور ذلك الوادي، ياله من غبي، كيف له ذلك والسيارات لا تستطيع عبوره وذلك لخطورة وجود الحفر وغيره رغم أن منسوب الماء منخفض، لكنهم لا يجازفون، كما أنه يحمل شوالاً كبيراً على تلك الدراجة الهوائية، ولم أكد أعبّر عن استغرابي، إلا وأرى شخصاً آخر من الجهة الأخرى وقد عبر بالفعل إلى الجهة التي أقف فيها!

مشهدان في نفس اللحظة، أثاراً سخطي واستغرابي في نفس الوقت، لكن قبل أن أقول شيئاً، استوقفتني نفسي وخاطبني عقلي: انتظر يا هذا، وفكر قبل أن تحكم!

أنت الآن في سيارتك محتمي من المطر، بينما هذا الشخص على الدراجة الهوائية بلا غطاء يحمي رأسه، ولا سقف يقي ملبسه البلب، فكرياً هذا في أنك تستطيع العودة بسيارتك إلى بيتك وهو ربما بيته في الجهة الأخرى، فكرياً هذا إذا كان بيتك في الجهة الأخرى ولا تستطيع الوصول إليه، لكنك بضغطة زر من هاتفك تستطيع أن تقضي مساءك وليلتك عند أحد أقاربك أو أصدقاءك، وهو ربما لا يوجد لديه مأوى في الجهة التي هو فيها، فأين يذهب؟

قلم رصاص

كتب :

يوسف الشكيلي



الغرور: مهما بلغت أيها الإنسان من مناصب وملكت من الدنيا ما عندك من كل المتاع فتأكد أنك ميت ولن يبقى لك سوى عملك الطيب وأخلاقك النبيلة وحسن تعاملك مع ربك ومع الناس ومع نفسك الرضية، لم الغرور والتعالي على الناس، لم التكبر عن التحيّة لهم، فحين يرزقك الله فليس معنى هذا أنك يحق لك أن تصبح مغرور ومتكبر على خلق الله، الغرور هي صفة أو عادة رديئة لا يحبها المجتمع، وهي من صفات الشيطان، والذي تكبر بغرور حين أمر الله سبحانه وتعالى أن يسجد لأدم ولكن تكبر بغرور ولم يسجد وقال خلقته من طين وخلقته من نار

وفي الأخير من أنعم الله عليه من الخير والأنعم، فلا يتعالى ويصاب بالغرور بل يحمد الله على أن تبقى تلك النعمة بالشكر والتواضع والاحترام مع الناس، ويتذكر أن الرازق هو الله سبحانه وتعالى.

أيها الغائب: لم تغب عني بل أنت تعيش في أفكار في كل حين مهما طال البعد بيننا، يبقى الحنين في داخلي يزداد اشتياق للقياك، فأنت العمر الذي ضللت أن أصادفه ولكن قد شاء القدر أن لا نكون في مسار واحد، بقيت القلوب مع بعضها والعيون بنظراتها في شوق ولهفة، ما أقسى الأيام وأنت في أحضان العمر تتجادل الأهواء، وقد بات رمح الهوى ينوح من هم المواجه والجروح، قد تغيب ولكن يظل القلب في حبك طموح، سأكتب من أشعاري قصائد الحب والغزل في حبك الغالي الذي لا ينتهي، ويبقى الزمان والمكان عندي.

بكل الحب: أنا ممتن لكل صديق وعائلة ومتابع يقف بجانبني ويشجعني في كل خطوة أخذها، لقد نمت وتطورت بفضلكم وأعدكم ببذل قصارى جهدي لأظل أثبت جداتي بدعمكم، شكراً لكم مرة أخرى على وقوفكم بجانبني، وثقتكم ودعمكم المستمر، سيظل لدي طموح كبير لتحقيق المزيد والمزيد، وسأعمل جاهداً للاستمرار في تقديم محتوى ذو قيمة وإلهام لكم جميعاً.

حد المعرفة: لكل واحد منا معرفته الشخصية وهذا يحد ذاته أمر في غاية الأهمية وله مدلول واسع من القيم والثبات، لذلك لا نعلم أحد في منابر حياته عند تصرفاته وملكه مهما كان التغيير لا يعجب ذوقنا، فالأمر شي طبيعي في دواخلنا ولا بد نعطي لكل حق حقه في قراراته أو معاملاته، ولا بد أن ندرك معنى الاحترام والقبول فهي المعرفة التي تجعلك تفهم ذلك الشخص، والأسلوب الذي يتبعه في نهج حياته.

أطباع البشر تتغير حسب الشخص وميوله وحبه على ما يفعله وهذا أمر إيجابي وليس سلبي كما يعتقد بعض الناس، فالإنسان له الحرية بما يفعله فلا نطرح أسئلة بلا معنى لها من جواب، فالنهج الذي يتبعه بعض الأشخاص إنما هو فضولي باتجاه الآخرين، وقد يحصل انشقاق وخلاف في وجهة الرأي ويزيد من تباعد الأفكار والرؤى في مفاهيم الحياة والأمور الشخصية مما يعمق المشكلة في دواخلنا، لما نطالب الآخرين أن يكونوا مثلنا في كل ما نطرحه وبما نحسه في توجهاتنا ولا نترك للآخرين بما هم يرونه لأنفسهم وهو الشئ الصحيح الذي يعطي من الحرية والاختيار للفرد في حياته وتوجهاته الحسية.

تقديرنا لبعضنا يثبت بذور التوافق والاحساس للآخر، وعدم التدخل في شؤون الآخرين أو التجريح.

حين تغيب الأفكار: جلست مع نفسي طويلاً وناظرت إلى تلك المبادئ من الأفكار لعلها تسهل عليّ مرور الكتابة لا أبذل لها، ما في خاطري من كلام أعبر فيه بما أحسه من اختلاق ما تجود به النفس من مشاعر وأحاسيس، تختلج في داخلي حس العاطفة والرضا بما في خاطري، تعبت وأنا أصارع تلك الأفكار وأسهر الليالي والشوق قد جاش في خاطري للكتابة بكل أمل واشتياق لعل الألقى المكان المناسب والوقت المحدد، ولكن بقيت تلك الأفكار في رأسي تدور وأتخيل وأنا في حيرة ماذا أكتب ولما أفكاري متشتتة، ليس لدي حافظ لأكتب، تراكمت كل أفكار في رأسي وغابت، والشعور متى تراودني الأفكار حتى أكتب.

سلامٌ على روح "فاضل" الطاهرة

بقلم: غفران صالح الهدابي

بالرغم من مرارة الفقد وأثره الكبير على النفس، إلا أن الإنسان المؤمن بالله يرضى بقضاء الله وقدره، ولا يقول إلا ما يرضي الله "إنا لله وإنا إليه راجعون" كل من في هذه الأرض ضيف وعندما يشاء الله سوف يودعها. وجميعنا خلقنا لسبب وهو عبادة الله المطلقة، وعمارة الأرض وعدم الفساد فيها، نحن ملك لله وحده وما دون الله فهو فاني، قال تعالى: ((كُلٌّ مِّنْ عَلَيْهَا فَانٍ وَيَبْقَىٰ وَجْهَ رَبِّكَ ذُو الْجَلَالِ وَالْإِكْرَامِ)).

اللهم اجعلنا من أصحاب الأثر الطيب وذوي الأخلاق الحميدة في الدنيا والآخرة، تاركين من خلقنا أناساً يذكرون حسن أخلاقنا وطيبنا بعد الممات.

"اللهم ارحم من كان لنا عم وأب في أن واحد "فاضل" وزده من فضلك وكرمك وأحسن إليه كما أحسن للناس ابتغاءً في مرضاتك".



فجعنا وصدمننا وبكيننا على فراقك، فمنذ رحيلك ونحن في حالة من الدهشة نقلب يميناً ويساراً رؤوسنا أنا وأخوتي محاولين أن نستوعب ما الذي حدث وكيف حدث ذلك، هل أنتهت قصة ذاك الجواد العالم حقاً، هل حقاً لن نر نور وجهه من جديد، وضحكته وكلامه وحواراته ومناقشاته التي لطالما كانت ممتعة للغاية جداً تحيي في أنفسنا إلهاماً وأملًا وسعيًا خلف أحلامنا بكل عزيمة وإصرار، دون تردد أو خوف من شيء.

فقد كان عماء ذلك المغوار المقدم الذي لم يعرف للخوف معنى. نشأ فريداً ومميزاً بعض الشيء عن كانوا في عمره، حيث قضى منذ صغره حياته في التعلم، والتعليم، والترحال بين البلدان، والاستطلاع والإطلاع على كافة العلوم من: أدب، وسياسة، وفقه، واجتماع، وقلبه أيضاً فاض حبا لكتاب الله وسنة رسوله الكريم محمد (صلى الله عليه وسلم)، حفظ القرآن الكريم بصوته الشجي حيث كان يرتله بكل سلاسة وحب أكاد أشبهه بماء عذب يخرج من فمه.

يحزنني الاعتراف بأن الأيام سريعت جداً في سرقة من نحب دون أي إنذار مسبق، حيث بدأ لي بالأمس أن هذا الاعتقاد صحيح عندما فقدت من أحب دون وداع. فضي الفقد ألم، ووجع، وحزن، وشوق، وحنين، كلها مشاعر وأحاسيس تحدث في المرء تغيير بإمكانها أن تطفئ المرء دون أن يعي أو حتى أن لم يتدارك نفسه يجعلها تسيطر على قلبه وعقله، فاقداً للخطوط الدفاعية إلا وهي: الصبر، والإيمان بالله التيام والتسليم له وحده، قال تعالى: ((فصبرٌ جميلٌ ۗ وَاللَّهُ الْمُسْتَعَانُ))، فيصبح بعد ذلك أشبه بإنسان غريق في عمق البحر عاجزاً عن النجاة؛ لأنه لم يتعلم السباحة يوماً ما.

فأنا الان أبكيك بدموع، وأرثيك بقلم، وأفتقدك بكل حواسي الخمسة؛ أفتقد النظر إليك بكل فخر واعتزاز، والحديث معك بكل دهشة وأعجاب، والاستماع إلى دندنة صوتك العذب وشم رائحتك بدهن عودك الأحب إلى قلبك، ولمس يدك المبسوطة للخير دائماً وتقبيل رأسك بكل احترام وتقدير. ما زالت صدمة رحيلك لها أثراً في نفسي وكأني قد ودعت جزءاً مني ذهب برفقتك ليبقى ذكرى بيننا.

كل ثلاثاء

الكاتب :

أحمد علي القطيطي



متى سأتقاعد ..؟!

عندما نجد أنفسنا أمام طريقتين كلاهما محضوفين بالشوك أحدهما شوك ظاهر وآخر لا يعلم أحد مكانه، ونحن تائهون فيه، دربنا غامض أكملنا الخمسين فهل سننتظر حتى نكمل الستين وهل سيكون لنا نوراً حينها نبصر به أم سنكون في عداد المرحومين.

جاءت تلك المنافع في سطور منظمت لكنها غير مفهومة لم يأتي أحداً كي يضع الشرح في طاولة الدرس، بقينا تلاميذ لكننا لا نتجاوز الإختبار، كتبنا ممزقة ودفاترنا باهتة لم يكتب فيها سوى أنتظر الستين، وإن وصلت الستين كيف سأكون الآن؟ أنا في الخمسين وأشعر أنني بطيء النمو فكيف سأنمو مع إرتفاع فاتورة الكهرباء والماء والغاز والهاتف، كيف لي أن أشبع رغبة محفظتي وهي خاوية على عروشها، يأتيها المال زائراً بعد حين كل شهر يتكرر نفس الشعور وتكرر نفس المأساة!

لم يتمنى الإنسان أن يكون ستينياً إلا في هذه الأيام حيث من المرتقب أن يكون يناير ٢٠٢٤ أول شعلتة أمل تضيء دروب الستين وتعطي بصيص أمل إلى من هم تحت الستين



جنيتي (١)



بقلم :

إبراهيم بن سعيد الرويضي

جنيتي تصفق لي وتصفر
وأنا على جنونها سأصبر
جنيتي تخبرني أن هناك جيب خاوي من
الأفكار وجيب ممتلئ بالمال لوجه كالج
وساخن....
جنيتي.. تدهشني..
طلباتها لا تنتهي..
ومما أمنحها.. لا تكتفي..
ترعبني بأفكارها... بما تراه في منامها..
تحلق بي نحو النجوم كي اسامرها..
كطائر فرد جناحيه في سماءها..
ثم تعود وقد نثرت على جناحي قطرات من
مطر..
ثم تعود لتكللني بأكليل غار معطر بنفحات
من زهر..
جنيتي من صنع خيالي.. وجميع أفكاري..
تتنزه في عقلي وتخاطب وجداني
ولكنها تمردت فتمادت حتى غدت أنانيت
خطيرة..
جنيتي..
تطلب مدينت غير مدينتي..
ومرأة غير مرآتي..
وشكلا غير شكلي..
ودما غير دمي..
وجلدا غير جلدي..
تطلب أن تلبسني هنداماً غير هندامي..
لتتعدى خطوط الطول والعرض وتبحر في
سماء دول العالم وقوانينه..
تطلب كسر قوانين الدول..
وتغيير الأنظمة..

وتجريد حكام العالم من مناصبهم..
وتنصيب أصحاب الضمائر والهمم..
جنيتي.. تطالب بالقصاص من اللئام..
والقضاء على طيور الظلام..
ربما تطلب المستحيل في زمن فيه عم
الفساد.. واستشرى في نفوس بعض العباد..
جنيتي الخطيرة.. لا تكتفي بخريشات
الصحف.. ولا الإعلام النائم في الأرفف..
لا تكتفي بخبر زائف ومسكن للآلام..
ولكنها تناست أنها سكنت يوما في رأسي
كأحد الغاصبين لأحلام النيام..
جنيتي الآن تحضر لمشروع جديد..
ارادت أن تثقف نفسها..
أن تتعلم لتختبر قدراتها..
أن تعيش الواقع حتى تنال مرادها..
أرشدتها غرورها لأن تصنع من أحلامها
مجرة..
تزينها بكواكب ونجوم مبهرة..
وتنام كل ليلة على كتف الغيوم
السابحة..
لتهز جدران بيتي في الصباح..
تخبرني أن الفجر لاح..
تخبرني أن أحلامها لم تعانق يوما وجه
الحقيقة.. وقلبا المكوم.. أثقله النواح..
تخبرني أن النجاح دوما رهين بالكفاح..
وأنها عادت إلى عقلي.. لتدهشني.. لتصفق
وتصفر في أذني.. وطنين منها بات يورقني.

رسالة إلى أبي

بقلم بدرية مبارك الدرعى

ف لآدر دورفى رعاىة الأبناء ومما لاشك فىه أن لآلاب دورفى تربىة أبناءه ورعاىةهم فهناك بعض الآباء من يهمل تربىة ابنه ظلنا منه أن دوره يقتصر فقط على تأمين الأكل والشرب والكساء ونسى أن التربىة أهم ما يمكن أن يقدمه له.

فقد علمنا الرسول صلى الله عليه وسلم بعض الوصايا وهى من واجبات الأب فى تربىة الأبناء ومنها النىة ، وهو أن يجعل فى نىته أن ينشأ هذا الطفل تنشئة إسلامىة، من خلال تربىته على العبودىة وأن الله واحد أحد حتى يعبده حق عبادته ويخبره بأن الله يراقب حركاته وسكناته وأنه يعلم ما فى سرىرتة، وأيضاً مراعاة الأبناء من الجانب النفسى فىقول لهم حسناً ويرفق بهم ويكلمهم كلام طيب ويداعبهم ويستمع إليهم ولايستعين بما يبيثونه له من مشاكلهم. لقد كان الحبيب محمد صلوات الله وسلامه عليه أسوتنا فى ذلك فقد كان رقيق القلب واسع الصدر طيب القول جميل المعشر فىقول ربنا جل وعلا ﴿فبما رحمة من الله لبت لهم ولو كنت فظا غليظ القلب لانفضوا من حولك فاعرف عهدهم واستعفف لهم وشاورهم فى الأمر فإذا عزمت فتوكل على الله إن الله يحب المتوكلين﴾ آل عمران: ١٥٩ فإذا كان هذا تعامله مع أصحابه فكيف بأهل بيته، وأيضاً على الأب أن يعلمهم الكرامة وعدم الإهانة وعدم قبول أى إساءة من شخص مهما بلغ من قيمة أو أهمية.

عزيزى القارئ: بروا أبناءكم صغاراً يبرونكم كباراً جاء رجل إلى عمر بن الخطاب - رضى الله عنه - يشكو إليه عقوق ابنه، فأحضر عمر الولد وابنه، وأتبه على عقوقه لأبيه، ونسيانه لعقوقه، فقال الولد: يا أمير المؤمنين، أليس للولد حقوق على أبيه؟ قال: بلى، قال: فما هى، يا أمير المؤمنين؟ قال عمر: أن ينتقى أمه، ويحسن اسمه، ويعلمه الكتاب - يعنى: القرآن قال الولد: إن أبى لم يفعل شيئاً من ذلك أما أمى فإنها زنجية كانت لمجوسى، وقد سماني جعلاً وهو من أسماء الخنساء، ولم يعلمنى من الكتاب حرفاً، فالتفت عمر إلى الرجل، وقال له: جئت إلى تشكو عقوق ابنك، وقد عققته قبل أن يعقك، وأسأت إليه قبل أن يسيء إليك.

وعن عبد الله بن عمر رضى الله عنهما عن النبي صلى الله عليه وسلم قال: (ألا كلكم راع، وكلكم مسئول عن رعيته، فالأمير الذى على الناس راع، وهو مسئول عن رعيته والرجل راع على أهل بيته، وهو مسئول عنهم) كلنا يعلم أن تنشئة الأبطال ليس بأمر سهل فأصبح الكثير مما يدخل معنا فى هذه التنشئة كالتكنولوجيا والبيئة والأصدقاء وغير ذلك وحتى يعلم الأب أبناءه أمور دينهم وأمور حياتهم فهو يحتاج للكثير من الصبر والمزيد من التكرار وبذل الجهد وأعطاء الوقت لذلك. يقول الإمام بن القيم فى تربىة الآباء لأطفالهم "فمن أهمل تعليم ولده ما ينفعه، وتركه سدى، فقد أساء غاية الإساءة وأكثر الأولاد إنما جاء فسادهم من قبل الآباء وأهملهم لهم، وترك تعليمهم فراض الدين وسننه فأضاعوهم صغاراً، فلم ينتفعوا بأنفسهم، ولم ينتفعوا بأبائهم كباراً.

هيمن طفل بريطانى على الرأى العام فى بلاده بعد أن لاسم بكلماته أحاسيس الناس ومشاعرهم برسالة مملوءة بالحب بعث بها إلى والده المتوفى تزامن مع احتفالات عيد رأس السنة الميلادىة فى بلاده وربطها ببالون منفوخ وأطلقها فى الهواء وعثر عليها رجل يدعى، ستىوارت ماکول، وبعد أن سقطت فى مدينته "دونفيرملين" باسكتلندا، وتبعد عن لندن نحو ٧٠٠ كيلومتر شمالاً، تأثر الرجل بما كتب فى الرسالة ويحث عن هذا الطفل فى دور حضانات الأبطال لكن دون جدوى وكتب الطفل فى مضمون الرسالة (أنا فى حضانه للأبطال لأن أمى مريضة وتعدر عليها رعايتى وأذنى مغلقة منذ يوم الإثنين الماضى وأعلم يا أبى أنتى أفتقدك وأفتقد المدرسة وأعرف أنك فى الجنة لكن هل تشعر بالأمان؟ سأكتب لك يا أبى الأشياء التى أحتاجها فى عيد الميلاد حذاء وملابس لآعبي ريال مدريد وكرة قدم وشبكة مرمى وزينه، أما حلمى أن تكتب لى رسالة وتضعها أسفل مخدتى لآجدها فى الصباح.

بحث الرجل طويلاً عن هذا الطفل ليعطيه ماتمنى كهدىة لكنه لم يعثر عليه، ورغب فى إنشاء صفحة على الإنترنت لیساعده الآخرون فى التبوع بهدايا لتوزع فى دور الأيتام والحضانات عله يكون بينهم.

السؤال الذى يراودنى ما الذى فعله هذا الأب حتى يترك هذا الأثر فى قلب ابنه الصغير؟ فىقول الله عز وجل فى كتابه العزيز فى سورة النساء آية ١١ "يُوصِيكُمُ اللَّهُ فِي أَوْلَادِكُمْ" صدق الله العظيم.

هيمن طفل بريطانى على الرأى العام فى بلاده بعد أن لاسم بكلماته أحاسيس الناس ومشاعرهم برسالة مملوءة بالحب بعث بها إلى والده المتوفى تزامن مع احتفالات عيد رأس السنة الميلادىة فى بلاده وربطها ببالون منفوخ وأطلقها فى الهواء وعثر عليها رجل يدعى، ستىوارت ماکول، وبعد أن سقطت فى مدينته "دونفيرملين" باسكتلندا، وتبعد عن لندن نحو ٧٠٠ كيلومتر شمالاً، تأثر الرجل بما كتب فى الرسالة ويحث عن هذا الطفل فى دور حضانات الأبطال لكن دون جدوى وكتب الطفل فى مضمون الرسالة (أنا فى حضانه للأبطال لأن أمى مريضة وتعدر عليها رعايتى وأذنى مغلقة منذ يوم الإثنين الماضى وأعلم يا أبى أنتى أفتقدك وأفتقد المدرسة وأعرف أنك فى الجنة لكن هل تشعر بالأمان؟ سأكتب لك يا أبى الأشياء التى أحتاجها فى عيد الميلاد حذاء وملابس لآعبي ريال مدريد وكرة قدم وشبكة مرمى وزينه، أما حلمى أن تكتب لى رسالة وتضعها أسفل مخدتى لآجدها فى الصباح.

بحث الرجل طويلاً عن هذا الطفل ليعطيه ماتمنى كهدىة لكنه لم يعثر عليه، ورغب فى إنشاء صفحة على الإنترنت لیساعده الآخرون فى التبوع بهدايا لتوزع فى دور الأيتام والحضانات عله يكون بينهم.

" ألم الاحتياج "

بقلم : نرجس البلوشية

ألم لم يعودوا يشعرون بضيق قلوبنا
وشوق عيوننا
كفضنا أدمعنا رغما عنا
نبحت عنهم ونفتش عليهم بين دقات
قلوبنا
ونبض شرياننا فلا نجد غير صدى
الصوت
يتردد على مسامعنا
سراب لا وجود له
فقد الاحتياج صعب في زمن صار يعرقل
حواسنا
فليس بوسعنا غير ضم أنفسنا
والتأقلم مع كافة ظروفنا.



شعور الاحتياج مؤلم جداً
للحد الذي يجعلك تحتبس دموعك
وتبقيها بين محجريك
لأناس أصبحوا جزءاً من روتين
حياتك
تفتقر إلى الاهتمام
شحوب في حديث عابر
تتجرع المرارة تتنهد
وتتمنى لو أنه بجوارك
ليخفف من وطأة أقدارك
تتلهف لوجوده بجانبك في أسوأ
حالات
البرود وبعد واختفاء في قمت
الاحتياج
تتمنى لو أن الأرض تنشق وتبتلعك
تلجأ إلى النحيب في زاوية
وتنطوي على نفسك متوسد الضيق
رفيق الوحدة
هل هم نسونا؟!
ألم ظروف الأقدار ووحشة الأسفار
وقسوة الحياة مالت بهم في غير
طريقنا

القسم الرياضي

الشؤون الرياضية المحلية والعالمية





عمان ومزون يفوزان في الجولة قبل الأخيرة بكرة الركرة والظهير لعام ٢٠٢٣

كتب: خليفة البلوشي
تصوير: المعتصم السناني



وعن أهداف هذا التجمع والملتقى الكروي صرح محمد السناني المدير الفني للدورة قائلاً: الهدف الأساسي من تنظيم هذا الدوري يكمن في ترسيخ جسور التواصل الإيجابي وتعزيز قيم التكاتف والتضامن في إطار الفعاليات والأنشطة الاجتماعية والثقافية والرياضية الذي تنظمها الفرق الأهلية، وكذلك يهدف النشاط إلى تضيغ الطاقات الرياضية لديهم وإعطاؤهم مساحة أكبر في التعبير عن رغباتهم وحرياتهم وصل مواهبهم، وأضاف السناني هناك رغبة أكيدة في تنظيم بطولة للمناطق الجبلية خلال المواسم القادمة، والتجاوب يبشر بالخير للمشاركة من الفرق الرياضية الواقعة على الشريط الجبلي، فانتظروا المتعة والتشويق بشكل أوسع وأشمل في الأنشطة والفعاليات القادمة بعون الله تعالى وتوفيقه.

الشوط الأول: دخل فريق عمان وفريق مجان المباراة بغيايات مؤثرة في أبرز لاعبي الفريقين، فريق عمان يريد ثلاث نقاط من أجل التنافس على المراكز الثلاثة الأولى بعد خسارته في الجولة الماضية مع فريق الغبيراء بهدفين مقابل هدف، وفريق مجان يلعب وليس لديه ما يخسره بعد أن ودع مبكراً المنافسات على لقب الدوري إثر الخسائر التي تعرض لها في مبارياته الماضية التي خاضها، وشهد هذا الشوط هدوء نسبي من جانب الفريقين مع محاولات خجولة لم تشكل أي خطورة على مرمرى الفريقين لينتهي بالتعادل السلبي.

الشوط الثاني: في الشوط الثاني نزل الفريقان أرضية الملعب بأداء مختلف ويتحسن في المستوى من أجل تسجيل هدف السبق لأي من الفريقين، ومن تسديدة قوية بعيدة المدى واستغلالاً لتقدم الحارس الذي لم يستطع التعامل مع الكرة بشكل جيد سجل اللاعب محمد مطر السعيد هدف التقدم لفريق مجان، وذلك في د/٧٨، بعد الهدف أجرى فريق عمان بعض التبديلات بغية التعديل في النتيجة وكان له ما أراد بعد دخول اللاعب أحمد المعمري الذي لم تمضي سوى ٣ دقائق ليسجل هدف التعادل في د/٨١، واشتدت سخونة المباراة وضغط فريق عمان ليستغل نفس اللاعب الخطأ الدفاعي معلناً عن إحراز الهدف الثاني له، بعد الهدفين فقد لاعبين فريق مجان التركيز وكثرت التدخلات القوية ضد لاعبين فريق عمان مما أشهر الحكم البطاقة الصفراء لكل من اللاعب نبهان السعيد واللاعب أحمد النخيلي، وقبل نهاية المباراة بعشر دقائق تم طرد اللاعب نبهان السعيد أيضاً من فريق عمان تم طرد اللاعب هزاع السناني بعد تعمدهما للخسونة الزائدة والتدخلات القوية، زادت معاناة فريق مجان بعد النقص العددي، ومن تمريره عرضية إلى اللاعب أحمد المعمري الغير مراقب انتهت بتسجيل ثالث الأهداف و"الهاتريك" له ويعتلي صدارة الهدافين برصيد ثلاثة أهداف لتعلن صافرة الحكم عبد العزيز الزبيدي عن نهاية المباراة وفوز مستحق لفريق عمان بثلاثة أهداف مقابل هدف لفريق مجان، وقد حصل اللاعب أحمد عبد الله المعمري من فريق عمان على جائزة أفضل لاعب في المباراة.

وفي اللقاء الثاني الذي جمع فريق مزون بفريق الغبيراء كان قوياً وسريعاً خاصة من جانب فريق مزون الذي شن عدت هجمات خطيرة على حارس مرمرى الغبيراء بغيبة الفوز في هذا اللقاء، ولكن جميعها لم يكتب لها التوفيق، وفي الجانب الآخر الغبيراء لعب بأسلوب مغاير عن مبارياته الماضية مما أفقد لاعبيه التركيز وعدم التمرکز في خط الهجوم حتى انتهى الشوط الأول بالتعادل السلبي، ونزل الفريقان في الشوط الثاني بغية كل واحد منهما تسجيل هدف السبق، ومحاولات خطيرة من فريق الغبيراء ولكن وجدت جداراً صلباً في خط دفاع فريق مزون بقيادة الحكامتين مروان الدرهمي، ومن كرة عرضية حولها اللاعب البيظان العبري برأسه معلناً عن هدف التقدم لفريق مزون في د/٩٠ من عمر المباراة، بعد الهدف حاول فريق الغبيراء تعديل النتيجة ولكن بدون فائدة تذكر، وتأتي د/٩٢ في الوقت (بدل الضائع) احتسب حكم المباراة ضربة جزاء لصالح فريق مزون نفذها اللاعب البيظان العبري بنجاح ليقتضي على آمال فريق الغبيراء في المنافسات على لقب الدوري ويصل إلى (٦) نقاط، وبهذه النتائج ستكون المباراة الختامية يوم الجمعة القادم، حيث سينتقل فريق مزون مع فريق أرض اللبان ولا مجال لدى فريق مزون إلا الفوز إذا ما أراد التتويج ببطولة الدوري، جائزة أفضل لاعب بهذا اللقاء كانت من نصيب اللاعب البيظان بن علي العبري من فريق مزون.



فريق عمان



فريق مزون

لوكاكو.. طفل تائه في الميركاتو

بقلم :

سيف معتر محي



وبالفعل ظهر النجم البلجيكي بمستوى أفضل مع النادي الإيطالي، ووصل معه إلى نهائي دوري أبطال أوروبا أمام مانشستر سيتي، ليعلن الإنتر أن عودة لوكاكو بشكل نهائي للفريق تعد أولوية، خلال الميركاتو الصيفي الجاري.

صدمة توصل إنتر ميلان بالفعل لاتفاق مع تشيلسي على الصفقة، بعد مفاوضات طويلة بين الجانبين، قبل أن يتفاجأ النيراتزوري بأن لوكاكو أجرى مفاوضات مع الغريم يوفنتوس، وهو ما أشعل غضب مسؤولي الإنتر وعلى الفور، انسحب الإنتر من صفقة ضم لوكاكو، ليعيش المهاجم حالة من الفوضى والعشوائية وعدم وضوح المصير، خصوصاً بعدما رفض عروضاً كبيرة للانضمام إلى الهلال السعودي. ووسط كل التقارير التي تؤكد أنه سينضم ليوفنتوس، ظهر المهاجم خلال حوار مع أحد مشجعي إنتر، على أنه لن يلتحق بصفوف يوفنتوس ليشير المزيد من التساؤلات والتكهنات حول مستقبله، ويبدو كأنه طفل تائه في الميركاتو المقبل.

بالرغم من اقتراب عجلة الدوريات الأوروبية من الانطلاق مجدداً، إلا أن البلجيكي روميلو لوكاكو، مهاجم تشيلسي، لم يستقر حتى الآن على وجهته الجديدة، رغم تأكيد خروجه من حسابات البلوز.

وأحدث المهاجم البلجيكي حالة من الفوضى، خلال الأسابيع الماضية، بعدما تسبب في انهيار علاقته تماماً بإنتر ميلان، ليخسر نادياً كان سبباً رئيسياً في عودته للساحة الأوروبية بقوة، أكثر من مرة.

واشتهر لوكاكو طوال مسيرته بكونه لاعبا "رحالاً"، نظراً لأنه دائم التنقل بين الأندية، فمنذ عام ٢٠١١ عندما حط رحاله في تشيلسي قادماً من أندرلخت، تنقل الدولي البلجيكي سبع مرات بين خمسة أندية.

وبعد فترة من التذبذب وعدم الرضا في مانشستر يونايتد، قرر الأخير بيعه إلى إنتر ميلان، في صفقة بلغت قيمتها حوالي ٧٤ مليون يورو.

عودة للحياة خلال موسمها الأول مع النيراتزوري، انفجر لوكاكو مسجلاً ٣٤ هدفاً في ٥١ مباراة. ولم يحقق أي بطولة في ذلك الموسم، لكنه وصل رفقة إنتر لنهائي الدوري الأوروبي، الذي خسره النيراتزوري بسبب لوكاكو نفسه، عندما أحرز هدف الفوز لإشبيلية عن طريق الخطأ في مرماه.

وكان الموسم الثاني للوكاكو أكثر توهجاً، حيث ساهم في تسجيل ٤٠ هدفاً، خلال ٤٤ مباراة لعبها، محرراً ٣٠ هدفاً، ليقود إنتر للفوز بلقب الاسكوديتو لأول مرة منذ ١١ عاماً. وبعد الموسم الاستثنائي (٢٠٢٠-٢٠٢١)، اتخذ لوكاكو قراراً بالعودة إلى تشيلسي، مقابل أكثر من ١٠٠ مليون يورو، ليظل حبيساً لدكتة البدلاء، ويقرر المغادرة مرة أخرى، بعد موسم واحد فقط، إلى إنتر ميلان معاراً وباحثاً عن استعادة مستواه مجدداً.



التكنولوجيا في خدمة الرياضة

الأستاذ المستشار:
نعمان عبد الغني



تعزيز السلامة في الرياضة، تعتبر السلامة ضرورية، لأنها تسمح للرياضيين بالحفاظ على مستوى ثابت من الأداء، ومواصلة حياتهم المهنية دون إصابات، ومن ثم، فقد ابتكر صانعو المعدات مجموعة متنوعة من التقنيات، لتقليل الإصابات والحد من الحوادث، فقد تعرض سائق سباقات السيارات السويسري والفرنسي رومان جروجان، لحادث مأساوي خلال سباق الفورمولا ١ في البحرين عام ٢٠٢٠. انفجرت سيارته واشتعلت بها النيران، ولكن بفضل التقدم التكنولوجي، فإن حوذات الفورمولا ١ الحالية، تهدف في المقام الأول إلى الحماية من إصابات الرأس، وكذلك الحرائق الكبيرة، على سبيل المثال، يجب إطفاء الخوذة ذاتيا بعد تعرضها للهب بدرجة ٧٩٠ مئوية، لتلبية متطلبات الاتحاد الدولي للسيارات «FIA وفقا لصحيفة ديلي ميل».

إن التكنولوجيا تعمل على تحسين وإعادة اختراع، عناصر مختلفة في حياتنا من بينها الرياضة، ولن نكون قادرين على تحسين سلامة الرياضيين، من خلال توفير معدات محسنة، وتحسين التحكم من خلال توفير إعدات فورية وحكام فيديو، وتحسين مستوى أداء الرياضيين باستخدام التكنولوجيا القابلة للارتداء، التي تجمع البيانات لتحليل وتحديد المناطق الضعيفة والقوية، إذا كنا لم ندمج التكنولوجيا.

تقنية VAR «الحكم الفيديو المساعد»، ويسمى اختصارا بـ«فار»، صممت هذه التقنية، لأول مرة، تحت إشراف الاتحاد الهولندي لكرة القدم سنة ٢٠١٠.

عين الصقر Hawk-Eye تسمى أيضا بـ«تقنية خط المرمى»، وهي عبارة عن مجموعة من الكاميرات الذكية، تثبت في زوايا الملاعب والمرمى لتحديد عبور الكرة للخط.

العلاج بالتبريد Cryotherapy انتشرت هذه التقنية في العلاج، في السنتين الأخيرتين، للتعافي من الإصابات واستعادة اللاعبين طراوتهم البدنية في ظرف وجيز، وناش عضلاتهم وتجديد دمانها. **تتبع الأداء EPTS** تقنية «الأداء الإلكتروني وأنظمة التتبع» شبيهة بالصدريات الأسترالية، تقدم إحصائيات وبيانات تقنية بخصوص أداء اللاعبين في أرضية الملعب.

صدريات GPSports هي صدريات ذكية يرتديها اللاعبون المحترفون، تحتوي على أجهزة استشعار عديمة الوزن تقريبا، تقدم الإحصائيات من معدل نبضات القلب أثناء المجهود والجري. تتنافس الشركات يشدد المدرب الرياضي هاشم جميل، على أن الرياضة لم تعد تقليدية فقد انتهى زمن القوة البدنية، والطرق الكلاسيكية، فأصبح المدريون يتبعون أساليب علمية في التدريب، بوجود أحدث المعدات والأجهزة الذكية، التي تقدم إحصائيات عن اللاعب محترفا كان أم هاويا، وبيانات حول قدرته وفعالته ونقاط قوته وضعفه. ويضيف أن الشركات العالمية بعد أن كانت تتنافس، في إنتاج الأحذية والكراوات والملابس والألات، انتقلت إلى المجال التكنولوجي في المنظومة الرياضية ككل، للعب أو الحكم بهدف جعل الممارسة أكثر عطاء وعدالة، ونقل الرياضة إلى مستقبل أكثر تطورا.

ارتبطت التكنولوجيا والرياضة في الفترة الأخيرة، بشكل وثيق جعل كلا منهما يعتمد على الآخر اعتمادا أساسيا، وهو ارتباط يفترض أن يتوثق أكثر في المستقبل.

ومع الوقت يزداد استخدام الرياضيين للتقنية، فالرياضيون المحترفون وعشاق اللياقة البدنية على حد سواء، يستخدمون التكنولوجيا القابلة للارتداء، لأنها مناسبة لمجموعة واسعة من الأنشطة، التي يمكن أن تستخدم تتبع السرعات الحرارية والخطوات والمسافة، والنض ومعدل ضربات القلب.

كما دخلت التكنولوجيا والتطور الصناعي، حتى في ابتداء ملابس ذكية قابلة للارتداء، ابتداء من ملابس السباحة وركوب الدراجات، وصولا إلى ملابس لاعبي كرة القدم.

ويرتدي لاعبو كرة القدم على سبيل المثال سترات GPS، خلال التدريبات والألعاب، لتتبع وقياس أدائهم في الملعب.

وقد صممت السترة لتكون مزودة بنظام تحديد المواقع العالمي، بتردد ١٠ هرتز ومقياس تسارع ومقياس مغناطيسي بين لوحى الكتف.

كما دخلت التكنولوجيا القابلة للارتداء مجالات رياضية عدة، ابتداء من الساعات إلى أجهزة الاستشعار المعقدة الأخرى، التي يمكن استخدامها لتتبع أداء الرياضي، وحتى غير الرياضي، ففي مختلف أجهزة الجوال ثمة تطبيقات، تعطي الشخص فكرة شاملة عن كمر مشى أو جرى، وكم سرعة أحرق، كما يتتبع عدد من الرياضيين نبضهم وأنماط تنفسهم، باستخدام أجهزة مراقبة معدل ضربات القلب، إضافة إلى ذلك، يمكن استخدام مستشعرات VBT «التدريب القائم على السرعة» لقياس الأداء في غرفة الوزن، ويمكن استخدام أجهزة تتبع النوم لمراقبة عادات النوم وتحسينها. وتحسن التكنولوجيا القابلة للارتداء، جمع البيانات لمساعدة الرياضيين على تحسين أدائهم، ويمكن أيضا استخدامها للوقاية من الإصابات، من خلال تحديد الحركات أو الأنماط الخطرة والتنبؤ بها. **جدول VAR** بقي الVAR موضوعا مثيرا للجدل، لأن هناك من يعارض التكنولوجيا في التحكم، بحجة أنها تحرم الناس من المتعة والتسارع في اللعبة، بل وحتى الأخطاء التي تعد نمطا وجزءا من السلوك البشري التحكمي، لكن الVAR ساعد الحكام في اتخاذ خيارات دقيقة، وبالتالي تعزيز مبدأ العدالة.

في كأس العالم ٢٠١٨ عندما نفذ FIFA حكم مساعد الفيديو «VAR» لأول مرة، غضب بعض من الناس وشعروا بالإحباط من هذا الوصول التكنولوجي الجديد، بينما كان البعض الآخر متقبلا ومؤيدا.

تستخدم الرياضات الأخرى، مثل التنس الذي يستخدم تقنية عين الصقر Hawk-Eye، للمساعدة في الحكم عما إذا تجاوزت الكرة الخطوط أم لا، وتستخدم لعبة الكريكت نظام مراجعة قرار Umpire (UDRS) لمساعدة مسؤولي المباراة في صنع القرار، كما يستخدم الدوري الوطني لكرة القدم «NFL» مراجعة الإعادة، لقد كانت الحاجة إلى استخدام التكنولوجيا أمرا بالغ الأهمية، حيث إن العصر البشري في الحكم عرضة لارتكاب الأخطاء، خاصة في الألعاب الرياضية ذات المجالات الكبيرة، التي يصعب على الحكام ومساعدتهم تغطيتها.

مِداد الحرف

قطرات المِداد هي ومضات فكرٍ وخلجات شعور يتنفس بها الأدباء
في ساحة جبر الوطن



يقينا إن بعد العسر يسرا يحيى بن علي الضامري



علام اليأس والأفضال تترى
عليك وما ترى للفضل قدرا؟

وما أحوالنا إلا ابتلاء
ننال بصبرنا والشكر أجرا

وكم نعم تحوز وأنت ناس
أدم - كيما تدوم عليك - شكرا

لئن أقبلت في يوم كسيراً
لذنب يسبل الرحمن سترا

وان أحسنت في فعل جميل
أثابك واهب الخيراتِ عشرا

فإن وافاك - يا إنسان - هم
فهنيئ - حينما يأتيك - صبرا

وان أهدى لك الرحمن عسراً
يقيناً إن بعد العسر يسرا

كذب المشاعر

شيخة المقبالي

كذب المشاعر والأحاسيس ترفيه
لن الأوامر تعتبرها تسالي

لا قدّم اعذاره خديعه وتمويه
كته ملح بارود لا تارصالي

ون قلت له كافي عليك المشاريه
اغلق عليك اجواء كل المجالي

يهديك من زهر المحبّه وتهديه
والشوك في يميناه وايضا شمالي

لا تجرح المجروح كافيّه تشويه
صدق المحبّه بين حرب ونضالي

يأذيك بفعاله ومن دون تأذيه
تصبر ولا تنطق عن أوّل وتالي

ترضى بحكم الله على كل ما فيه
صابر و صبرك دوم مضرب مثالي

يكويك لو في جمرة الحب تكويه
واحاساسه البالي من الحب خالي

مهما تحاول فيه ما ظنّ ترصيه
يقطع جسور الود فوق الوصالي

الناس بعض احيان تحتاج توجيه
لن الطموح أكبر وقدره خيالي

مثل المطر

يعقوب الحوسني (يعقوبيات)



مثل المطر لما ع قلبي تمرين
تخضّر أرض الموت وتفيض أنهار

من وين ما مرّت أياديك وتجين
تنبت خزامى ورد .. وحقول أزهار

تهدين لجروح الوجد رحمتك طين
تروي جفاف العاطفة ماي وأمطار

تمشي نهر تروي يibas الشرايين
ضفتك سحابة خير تمشي بالأقدار

ترمي على وجه العذر بلسم يزين
ثوب ٠ تلبسينه ستر قبح الأعدار

يسحر دلائك لو تمرّي البساتين
والطير غنى لجل عينك ع الأشجار

يهدى جمالك ظلمة الليل نجمين
يغضّر ذنوب الضي يهديه أقمار

وحدك تثيري القلب لو ما تودين
لحظة تمرّي صار بالقلب إعصار

كـ سألـت

محمد الثوعي

كـ سألت الفؤاد اللي يدور حنينك
قلت وينه حبيبك شمسنا المشرقة

لج صوته بصدري كيف تترك ضنينك
مثل طفل يتيمٍ دمعه تغرقه

كل عمري رهينته عقب غيبته سنينك
حبك اللي سطا بالقلب هو يحرقه

بين قسوة جفاك وبين غنجك ولينك
مدري وين الطريق الصبح لو بطرقه

القلب عافك ومالك عندنا من يعينك
دام نفسك مع الطيشان مستغرقه

والحقيقتة غرامك ذنب تبّت يديـنك
صرت ما بين سندانك ويا المطرقة

خلنا انتفارق

جمعه الحديدي

خلنا انتفارق اللقاء صار فاتر
حتى الكلام وجلسة الوصل عادي

إحساسنا في بعض قد صار قاصر
أنا ف وادي عنك وانتة ف وادي

ما عاد نعمر بعضنا بالمشاعر
كل شي طبيعي جونا حيل هادي

ما صرت تلقاني بآمر وحاضر
وما عدت لك من قبل أشوفك أنادي

صار اللقاء مثله مثل شي عابر
فيه الإرادي والذي لا إرادي

حتى العتب ما بيننا شبه نادر
وما صرت تشره لو يطول ابتعادي

خلنا نجرب بالهوى شي آخر
نقطع وصل.. نهجر.. نهاجر.. نعادي

مانلتقي وكل لوجهه يسافر
ومحد يجيب لصاحبه لو ينادي

قلّي إذا قادر؟ أنا بعد قادر
ياخي كفاية بس خلنا انتمادي

بعض الألم يحيي ضمير الخواطر
بعد الفراق من مننا يصير صادي

ير قلبي يا عرب

خلفان بن محمد الكعبي

ير قلبي يا عرب يره
 ريم حذري ماله امثالي
 في الخليج وساحله ويره
 لا ولا في ربعنا الخالي
 ما يفارق خاطري ذكره
 من عرفته ليوما الحالي
 مولع به من زمن صغره
 وراخص له الحال والمالي
 له خدم في شوره وامره
 وان زقرني قلت له الغالي
 وش تبا يا فوعت الزهره
 لك يهون العمر لو غالي
 الوصاه قبري حذا قبره
 ادفنوني يوم لرحالي
 ناقل في عصره ووتره
 ملبسه م السندس الغالي
 نورياضي من سنى نجره
 غض غضيب العود ميالي
 شل فكري وركبه بفكره
 وارتمس ذكراه في بالي
 ثم سقاني الحنظل ومره
 ولا نشد عني ولا سالي
 حط لي وسط القلب جمره
 ثم رمانى بسهم سلالي
 وانتهيت انوح في حسره
 عاشق بي ضايق أميالي
 استجير واطوح الزقره
 بالذجى يوم الملا اذهالي
 كني معقوق في صحره
 لا بني عم ولا خالي
 يسعف الي حالته خطره
 من صواب الحب بعلالي
 وسبب لي ماخذ الشهره
 ريم حوري ظبي يقالي
 يسلب العشاق بالنظره
 لي ينظره يتبع الحالي

سهير ليالك

جاسم الركاض أبو خالد



الليل ونجوم السماء تسأل عليك
مكانك الخالي يا قمر محدٍ ملاه

مظلمه من غبت كلها لياليك
وسهير ليالك صايره عتمه سماه

شخص يحبك صعب أنه يجافيك
متعلقه الآمال قربك .. والحياة

كل ماغفت عيني بأحلامي أناديك
صرخت العاشق ليتها توصل جداه

زورني يا قمر ليله الله يهديك
ياشبيه القمر من حسنه وغواه

الورد .. ينتعش من لمست أياديك
حتى قلبي ينبض من أجلس حذاه

والمها تغار من مشيت خطاويك
يعينه الله لي لقاك في كل إتجاه

الكناري تغني طرب لا مرطاريك
ساعة وصولك المسك يغمرنا شذاه

لا البوسنة ولا المغرب حد يساويك
سبحان ربي حسن وجمال عطاءه

الليل ونجوم السماء تسأل عليك
مكانك الخالي يا قمر محدٍ ملاه

خاطرة أم ياسين

إلهي يارب العالمين، يا من اصطفيت من عبادك
محمدًا الصادق الأمين، نور قد جاء ورحمة لكل
العالمين..

وما زال وسيظل نوره دائم مستمر، يهدي كل
السائرين ويغيض كل الحاقدين والجاحدين، ولقد
خاب وسيخيب كل الأعداء والأشقياء أن يحجبوا
هذا الضياء الذي لولاه لما كانت أرض ولا سماء ولا
ماء ولا هواء.

فيا منكري صاحب الفضل والعطاء والدعوة
العصماء، لن تستطيعوا قطع هذا النداء: الله أكبر
_ لا إله إلا الله _ محمدًا رسول الله، لا وألف لا.

ما دام هذا النداء فلا خوف عليكم يا أمة خير
الأنبياء، فكونوا حماة أوفياء للإسلام ودافعوا عن
كل المستضعفين، في كل الأرجاء، وأعيدوا
للأمة مجدها وعزها، واعلموا أن حياة الأمة لن
تستقيم حتى يحكم في الأرض بهذا الدين.

" أريد أن أعيش "

بقلم: علياء بنت حمد الغافرية

أيتها الحياة
أريد أن أعيش
حياة عظيمة
بتفاصيلها البسيطة
وعفويتها البريئة
بدون قيود وزيف
وأن أمتطي ذاك الفرس
ونتسابق مع سرعة الريح
وأفرد يداي وأنا كلي ثقة
بالوصول إلى ذاك الأفق.
وأن أتزلج على الثلج
وأرقص على سطحه وأطير
بخفتة وانسجام
وأن أمشي تحت المطر
لمسافات بعيدة
حتى تتبلل ملابسي
وأعيد ذكريات طفولتي
وأن أسافر على متن الباخرة،
وعلى الطائرة، والسيارة
أن أطلق صرخات مدوية
وضحكات رنانة
أن أشعر بأن أنا... هي أنا
بدون زيف وخداع
أو اتصنع خلف القناع
أريد أن أعيش حياة عظيمة
وأركض بحرية ف البقاع

قسم

العلوم والتكنولوجيا

المعلومات العامة في جوانب العلوم والتكنولوجيا
البشرية حول العالم



فوائد أكل السمك

متابعة: حبر الوطن

كما بيّنت بعض الدراسات فوائد السمك للمرأة الحامل وجنينها حيث يساهم السمك في زيادة لزوجة الدم وبالتالي تسهيل مرور كميّة أكبر من الغذاء للجنين فينعكس ذلك إيجاباً على صحّة الجنين وخروجه من بطن أمه بصحّة جيّدة ووزن جيّد. كما أنها تحتوي على عناصر مهمّة مثل الفسفور، والرّزك، والمغنيسيوم والكالسيوم، وهي عناصر لازمة لأنسجة الجسم وخلاياه المختلفة، كما ويساهم الفسفور تحديداً في تنشيط ذاكرة الإنسان وجعلها متوقّدة على الدّوام. فيما يختص بالجانب النفسي فإنّ الأسماك باحتوائها على بعض الأحماض الأمينيّة مثل تريبتوفان تجعل الإنسان في صحّة نفسيّة أفضل وشعور نفسي إيجابي بعيداً عن الاكتئاب والإحباط. تحتوي الأسماك على عناصر محفزة وبخاصّة في بيض السمك، وبالتالي فهي تعد مصدراً هاماً لمن يرغبون بتنشيط الطاقة الجنسيّة لديهم.

سخر الله تعالى للإنسان كثيراً من التعم التي ينتفع منها في حياته وتحديداً في مأكله ومشربه، فعلى الأرض تجد أنواعاً مختلفاً من الحيوانات التي يستفيد منها الإنسان، وفي البحر تجد الأسماك التي سخرها الله لكي يأكل منها الإنسان لهما طرياً، فالأسماك هي بلا شك نعمّة من الخالق سبحانه وتعالى، كما وتعد الاسماك من الأطباق الرئيسيّة لكثير من الشعوب مثل شرق آسيا وأندونيسيا واليابان وإفريقيا وغيرها من البلدان الساحليّة، وإلى جانب الطعم اللذيذ للأسماك ولحمها الذي يمتاز بطراوته وسهولته الهضم، فإنّ للأسماك فوائد كثيرة لصحّة الإنسان التفسّيّة والبدنيّة نذكر منها:

حمايّة الإنسان من الإصابة بأمراض الرّبو وأمراض الجهاز التنفسي، فقد ثبت من خلال الدّراسات الصحيّة والتجارب العمليّة أنّ تناول الأسماك يقلل من خطر الإصابة بأمراض الرّبو والجهاز التنفسي. تنظيم مستوى السكر في الدم، فقد بيّنت الدّراسات أنّ تناول السمك يساعد على تنظيم مستويات هرمون الانسولين في الجسم.

تزود الأسماك جسم الإنسان بما يحتاجه من الأحماض الدهنيّة المفيدة والبروتين، ويعتبر الحمض الدهني أوميغا ٣ من أنفع الأحماض الدهنيّة في الأسماك والتي تفيد صحّة الإنسان وتحميه من الكثير من المشاكل الصحيّة، وقد توصل الباحثون إلى أنّ هذا العنصر موجود تحديداً في خلايا غشاء القلب وبالتالي فإنه يعمل على تنظيم نبضات القلب ومنع الحركات غير المنتظمة أو تقليلها إلى أدنى حد، وبالتالي تقليل خطر الأزمات القلبيّة التي تحدث بسبب الحركات غير المنتظمة بسبب زيادة الشحنت العصبية وغير ذلك.

كما بيّنت الدّراسات الصحيّة فوائد السمك في تقليل حدوث الجلطات القلبيّة، ذلك بأنّ السمك بما يحتويه من عناصر يعمل على التقليل من مستوى الدهون الثلاثيّة الضارة في الجسم





ريشة توحيّر

إحتواء فنون يدعها الفنان بين زوايا الإحتراف
والمهارة

ريشة وحبير

الفنانة: شيماء بنت أحمد السيابية





مخلة ضروس



ALGALII VIP



71844452 - 71808666

