



توزع مجاناً في الجامعات

الجامعة

تصدر عن النادي الصحفي JC في الاتحاد الوطني لطلبة الكويت - العدد 138 - يوليو - أغسطس 2010

فلسفة خريجة

النادي الصحفي
نظم فنون
إعلامية 2010

ما رأي الطالبات
في رحلة فتيات
الكويت إلى غزة ؟



الافتتاحية

إلى الرفوف والكفوف

لم يكن هدفها يوما الصدور لأجل الصدور فحسب، وزيادة أوراق تتناثر في أروقة الجامعة، فمنذ تأسيسها عام ١٩٨٥ وإلى اليوم أرادت التميز واختارت التفوق وتربعت على عرش الإبداع ، لتكون نموذجا راقيا تقدم رسالة هادفة ، وتعبر عن صوت الطالبة في كل مكان .. إنها مجلتكم (الجامعية) عادت بعد انقطاع دام فترة لأسباب اقتصادية بحتة ، فعاش العالم في العام الماضي أزمة مالية ولا زالت المؤسسات والشركات تعاني منها إلى هذه اللحظة ، فكيف لمطبوعة طلابية تطوعية ومجانية أن تستمر في زورقها الصغير وتبحر، أمام أمواج ثائرة أغرقت سفن وياخرات ضخمة في بحر الإعلام بشكل خاص، وأساطيل أخرى أعلنت غرقها في محيطات الاستثمار والعقار وغيرها من المجالات، لهذا قرر طاقم الزورق مع ريانته أن يستريح قليلا في إحدى الجزر الآمنة حتى يتوقف الطوفان وتهب الأجواء . واليوم تعود إليكم الجامعية لتملأ الرفوف وتزين الكفوف، الجامعية .. تلك الحساء الناعمة التي ستبهركم بجمال صفحاتها ورونق مواضيعها، ولأن الكمال صفة لا تليق إلا برب الأكوان وخالق الإنسان، فلا بد من بعض الشوائب التي قد تزعج الناظر والقارئ، فنلتمس العذر منكم على أي تقصير من أسرة التحرير، آملين لكم المتعة والزاد المعرفي الوفير .

ومعكم نلتقي لكي نرتقي



50

السبت :
إبرة وخيط...
حلم تحول إلى واقع



يا جماعة، الحب صناعة!



18

العماري: توستماستر
يساعد على تطوير مهارات
الخطابة والتواصل

أسرة التحرير

رئيسة التحرير
سارة الرجيب

مديرة التحرير
سمية الميمني

العضوات

أسماء الميمني
حياة الياقوت
رهام الشاهين
سارة الهندي
آسية محمد
فاطمة المغربي
لينة النجار
مها بورحمة
فاطمة الفلاح
آلاء السعيدي
سارة العسكر
نوف مبارك

إخراج وتصميم

زيد العنزي

Zaid4art@hotmail.com

دورة تدريبية (جامعتي مصنع شخصيتي) في AOU

ثم يخرج في الوقت المناسب، والسبيل الرئيسي لتحقيق الثقافة هو القراءة ، وهو أول فعل أمر نزل في آخر الرسائل السماوية على خير البشر من رب الأكوان ألا وهو (اقرأ)

مسابقات شيقة

وتخلت الدورة تمارين ابداعية شيقة أضفت جوا وديا ومنافسا بين الطالبات ، وتطرق الميمني إلى الشخصية المؤثرة التي تأثر على من حولها بالايجاب للتحسين وتغير الأوضاع إلى الأفضل ، وكذلك الشخصية المتأثرة التي عليها التأثير بما يناسب القيم والعادات والمبادئ الاسلامية ورفض كل ما هو دخيل علينا كمجتمعات عربية محافظة ، ثم جاء الحديث عن العمل النقابي في الجامعة من خلال الانتخابات، حيث أن العمل النقابي مدرسة عظيمة تقدم دروس مجانية ودورات تدريبية وسمعة طيبة بين الجماهير الطلابية، والطالبة مخيرة لا مسيرة عليها اختيار قائمتها وكليتها وصديقاتها وكذلك نمط تفكيرها واسلوب حياتها .

الجامعة غير مقيدة مما يساعد على الحركة والتنقل في بساينها والقطف من ثمارها ، حتى تكون لدى الطالبة باقة مميزة من مختلف الزهور قبل التخرج . وبالتالي على الطالبة استغلال الأوقات في الجامعة ومحاولة تطوير ذاتها وصقل مهاراتها من خلال أمور عديدة تم تلخيصها ب (مجموعة طالبات)

وأوضحت الميمني أسس وقواعد الغوص في بحر الجامعة الواسع حيث على الطالبة أن تبحر في أعماقه وتخرج أثمن كنوزه ، واقرحت الميمني على الطالبات أن تحاول كل واحدة منهن أن تصبح مجموعة طالبات، والتي عبارة عن الطالبة المتفوقة التي تبذل قصارى جهدها من خلال تنظيم وقتها وترتيب أولوياتها لتكون متفوقة في دراستها ، وان تكون الطالبة الطموحة التي تضع الأهداف الصعبة أمامها ثم تسعى لتحقيقها، والطموح لا حدود له ولا قيود ، والثقافة من أهم شروط نجاح وتميز الطالبة، فالثقافة هي المخزون الحي الذي يستوعبه العقل ويتنتجه



العمرية دليل واضح وكبير على حبهم للعلم والتعلم وكسب المعرفة، ورغبتهم الكبيرة في نيل الشهادة العليا رغم الانشغالات المهنية والأسرية. الجامعة فرصة ذهبية لتثقيف العقول وتطوير العلاقات ثم أشارت الميمني أن فترة الدراسة بالجامعة هي فرصة ذهبية لاحتكاك الطالبة بمختلف الشخصيات من الأساتذة وغيرهم ، مما يساعد على تلاقي الأفكار وتثقيف العقول وتكوين شبكة علاقات واسعة، مع مختلف الكليات والإدارات، كما أن طبيعة

نظمت لجان الطالبات في الجامعة العربية المفتوحة دورة تدريبية للطالبات تحت عنوان (جامعتي مصنع شخصيتي) والتي قدمتها مديرة تحرير مجلة الجامعة سمية الميمني في مقر الجامعة. في بداية حديثها أوضحت الميمني مميزات الدراسة في الجامعة المفتوحة ، حيث أنها تتميز بوجود مختلف الفئات العمرية وتستقبل الموظفين وربات البيوت كطلبة ، مما يعطيها جوا فريدا وطبيعة مختلفة بخلاف الجامعات التقليدية ، وتواجد هذه الفئة

اجتماع أسرة تحرير مجلة الجامعية

لمواكبة آخر الأحداث الطلابية والمجتمعية، كما التقينا بجميع محررات المجلة لمناقشة الزوايا المختلفة وما تحتاج من إضافات وتغييرات من حيث التصميم والإخراج والمواد التحريرية ، وقضى الجميع أوقاتا ممتعة في أجواء أسرية حميمة .

الوطني لطلبة الكويت بأن الجامعية هي المجلة الوحيدة المعبرة عن صوت الطالبة، وهي تعتبر من الوسائل الفعالة للتواصل مع الطالبات من مختلف الكليات . كما أكدت الرجيب على أهمية التطوير والتجديد في صفحات المجلة

إلتقت أسرة تحرير مجلة الجامعية مع عضوات لجان الطالبات على مائدة غداء في مطعم شيرين بانو ، وذلك لمناقشة أهم مواضيع الساحة الطلابية. وأوضحت سارة الرجيب رئيسة تحرير المجلة ونائبة رئيس الاتحاد



عضوات المجلة

خلال زيارة الوفد السعودي للاتحاد

البداية : العمل النقابي علمني الكثير واستفدت من تجربته

معهن، متمنين للاتحاد التوفيق والتطوير بأعماله ودوره بالجامعة والمجتمع . واختتمت الراشد حديثها بالشكر الجزيل لإدارة السكن و عمادة القبول و التسجيل على تسهيل هذه الزيارة و ترتيبها متمنية أن يكون الوفد قد استفاد من التجربة النقابية الطلابية .

سابقة المهندسة فاطمة البداية والتي تطرقت فيها لتجربتها الشخصية كيف أثرت وتأثرت بهذه التجربة العميقة والمفيدة ، كما أكدت البداية أن العمل النقابي يعلم الطلاب الكثير من المهارات الحياتية خلال المرحلة الجامعية، وأعرب الوفد السعودي عن سعادته بالاستماع لتجربة طلبة الكويت والاستمتاع

وتم تعريفهن في البداية بتاريخ الاتحاد العريق منذ بدايته الي يومنا هذا وما هي هيكلته و دوره المهم في الجامعة والمجتمع الخارجي ، كما تم اعطاء هن خلال اللقاء لمحة عن دور المرأة بالاتحاد وذلك من خلال حلقة نقاشية مع رئيسة لجان الطالبات بالهيئة الادارية و رئيسة لجنة المرأة بالهيئة التنفيذية في أعوام

أوضحت مسؤولية العلاقات العامة والاعلام في لجان الطالبات بالاتحاد الوطني لطلبة الكويت مريم الراشد أن الوفد السعودي من جامعة الملك عبدالعزيز زار جامعة الكويت واتحاد الطلبة لمعرفة تجربة الاتحاد الطلابية، في الكويت وكيفية الاستفادة من التجربة وتحويلها بطريقة تتناسب مع جامعتهم.

شالسالفة بالعلوم الطبية ؟



من حضريات، وتهويد على يد الصهاينة وسعيهم لطمس معالم المدينة وإسلاميتها، وأتبعها الشاب محمد المطيري وهو المسئول عن الحملة الإعلامية ” الكويت أبية وللاقصى وفيه ” بفقرة شنسوي؟؟ ناقش فيها خطوات عملية لدور الشباب الفعلي تجاه القضية ودعمها وقدم تجربته الخاصة كمثال واقعي ممكن.

نظمت لجنة القدس في الاتحاد الوطني لطلبة الكويت بالتعاون مع النادي الطبي حملة إعلامية بعنوان ((شالسالفة)) وتبعها ندوة في كلية العلوم الطبية، انقسمت الفعاليات إلى قسمين الأول ندوة ”شالسالفة“ حاضر فيها الأستاذ سامي العدواني، المنسق العام لمؤسسة القدس الدولية فرع الكويت والتي تحدث فيها عن تفاصيل ما يجري في القدس

خلال زيارة م. تهاني النقيب

المنديل : نطالب بعودة قسم الكتب المستعملة



النقيب أبدت تعاونها كبيرا في هذا الأمر وأثرت على هذا المقترح بشكل كبير، واختتمت المنديل حديثها بان الاتحاد يسعى دائما لخدمة الجموع الطلابية في شتى مجالات حياتهم الجامعية ، كما شكرت الإدارة الجامعية والمهندسة تهاني لتعاونها الكبير مع الاتحاد .

بعد ان تم إزالته من المكتبة، فقد قدم الاتحاد مقترحا بأن يكون هناك مكان بديل ودائم لهذه الكتب ، وذلك عن طريق أخذ جزء من مقر لجان الطالبات الموجود بكلية الآداب بقسمه الى قسمين وأضافه باب خارجي لتكون غرفه منفصلة. كما أوضحت المنديل أن م. تهاني

صرحت مسؤولة الشؤون الطلابية في لجان الطالبات الاتحاد الوطني لطلبة الكويت فرع الجامعة هند خالد المنديل ان الاتحاد قام بزياره مديرة إدارة الإنشاء والصيانة م.تهاني النقيب، وذلك لمناقشة موضوع إنجاز الاتحاد السابق ، ألا وهو قسم الكتب المستعملة الموجود بمكتبة الطالب الجامعي

عروب الدعيج: معرض المستلزمات لبي الاحتياجات الطلابية



جانب من المعرض

مستلزماتها من كتب وأجهزه الكترونيه ومعدات طبيه وكوبونات خصومات مبينة أن الاتحاد يسعى دائماً الى توفير كل ما يفيد الطلبة في مسيرتهم الدراسيه ، وأن الاتحاد لايتوانى أبدا في خدمة الطلبة والاهتمام بشؤونهم من الناحيه الأكاديمية بشكل الخاص وعموم حياة الطالب بشكل عام .

صرحت عروب الدعيج مسؤولة البرامج والأنشطه في الاتحاد الوطني لطلبة الكويت - فرع الجامعة بان الاتحاد قد أقام معرضا للمستلزمات الطلابيه في كلية الطب في الجابريه على مدى اسبوع . حيث اشتمل المعرض على مجموعه من الشركات والمكتبات التي قامت بعرض مجموعه من

ورشة عمل حول تفعيل دور الشباب في دعم غزة



دولة الكويت، وتبلورت الندوة عن تجربتهم في دخول غزة عن طريق حملة شريان الحياة، وتفاصيل الحياة والمعاناة في غزة بعد الحصار، ولقد كان التفاعل ملفتا من قبل الطالبات حيث قاموا بتشكيل ورشة عمل مصغرة للنقاش حول دور الشباب في دعم تلك الحملة، والخطوات العملية التي قام بها الأخوات في تركيا لتفعيل دور الشابات وظهرهم بقوة ملفتة إعلاميا على الساحة التركية.

نظمت لجنة القدس - الإتحاد الوطني لطلبة الكويت فرع الجامعة ندوة بعنوان they broke in والتي حاضرت فيها كل من نالان وجولدان، وهما عضوتان أساسيتان في المنظمة الاغاثة التركية العالمية i.h.h. التي لديها انتشار واسع في العالم، وتعني بمسائل الإغاثة وحقوق الانسان وقد مثلتا الوفد التركي، أما الأستاذة فاطمة محمدي من الوفد الأمريكي والأستاذة هيا الشطحي مثلتا



جانب من الورشة

قدمها ناصر العرفج من الوطن

ورش تدريبية وأمثلة واقعية في دورة الإعداد التلفزيوني



الماجد يكرم العرفج

نظم النادي الصحفي في الاتحاد الوطني لطلبة الكويت دورة (الإعداد التلفزيوني) للإعلامي ناصر العرفج وذلك ضمن سلسلة الدورات الإعلامية (فنون إعلامية ٢٠١٠). في البداية قام العرفج التعريف الخاص بالمعد دوره الرئيسي في إعداد البرامج التلفزيونية، والمهارات الواجب توفرها في المعد الناجح وذلك بناء على خبرته في الإعداد في برنامج تواليل في قناة «الوطن» وبرنامج أكاديمية الوطن كذلك قام باستعراض بعض المفاهيم والعناصر الرئيسية للإعداد المميز، بالإضافة الى ان الدورة قد تخللت ورشة عمل استمتع فيها المشاركون بإعداد برنامج تلفزيوني كامل وذلك تطبيقا للنبود والمهارات التي سردها المحاضر. وشارك كافيته غلوريا جينز في تقديم المشروبات الباردة للحضور



ركن الضيافة



الأسبق وأستاذ قسم الإعلام د. أنس الرشيد .

وخلال الدورة تطرق د. الرشيد لمحاور هامة منها مصداقية الصحفي في مهنته الصحفية والشفافية في نقل الأخبار، وكيفية زرع الثقة مع المصادر والمحافظة على السرية بالتعامل معهم، مبينا أن العمل الإعلامي رسالة هامة يجب على العاملين في مجاله توخي الحذر، والأخذ بجدية دون التهاون.

وتفاعل الحضور خلال الدورة وقدم النادي الصحفي درعا تذكارية وإهداء للدكتور أنس الرشيد لحضوره وتقبله دعوة النادي.

خلال دورة أخلاقيات العمل الإعلامي

د. الرشيد
: يجب على
الصحفي
أن يتميز
بالمصداقية
والشفافية
في عمله

نظم النادي الصحفي (JC) في الاتحاد الوطني لطلبة الكويت بالتعاون مع الاتحاد العام لطلبة ومتدربي الهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب سلسلة دورات فنون إعلامية ٢٠١٠ السنوية، والتي شملت على عدة دورات إعلامية تفيد الراغبين في صقل مهاراتهم الصحفية. وكانت باكورة الدورات دورة «أخلاقيات العمل الاعلامي» والتي قدمها وزير الاعلام



جانب من التكريم

العنزي قدم العلاقات العامة



المؤسسات لما لها من أهمية في إعطاء انطباع جيد للعملاء عن المؤسسة باعتبارها طريقة للتواصل مع الجمهور لتحقيق مصلحة بين الطرفين، وأشار إلى أن هنالك عدة أدوات تستخدم في العلاقات العامة كالمطبوعات والمناسبات والأخبار والأنشطة المجتمعية والدعايات، مشيراً إلى مواصفات موظف العلاقات العامة وأهم خصائصه، مع توضيح الكثير من الأمثلة والمواقف اليومية مستنداً ببعض الآيات والأحاديث النبوية.

اختتم النادي سلسلة دوراته بدورة العلاقات العامة التي حاضر فيها مدير العلاقات العامة بشركة الساير د. خالد العنزي وسط إقبال كبير ولاقت إعجاباً من المشاركين. حيث استعرض د. العنزي مفهوم العلاقات العامة كعلم يدرس اليوم وكفن من الفنون التي من المهم أن يتعلمها الإنسان لكونها عملية اتصال بين طرفين أو أكثر عن طريق جهات اتصال أخرى للاستقبال، وبين العنزي الدور الرائد الذي تلعبه العلاقات العامة في مختلف

المليفي أبداع في دورة المقال الصحفي



الفكرة هي المحدد الأساسي لقوة المقال. وبهذا الصدد أوضح نائب رئيس النادي الصحفي سلمان الكندري أن هذه الدورة من الدورات المهمة والتي يحرص النادي سنوياً على تنظيمها وذلك لأهمية كتابة المقال الصحفي كوسيلة وأداة إعلامية لها التأثير الكبير.

نظم النادي الصحفي دورة المقال الصحفي والتي قدمها الكاتب محمد المليفي وتطرق فيها عن العناصر الأساسية لكتابة المقال الصحفي الناجح، وأشار المليفي إلى أن هنالك أخلاقيات يجب على الكاتب أن يتحلى بها وهي صدق المعلومة ومراعاة أعراف وتقاليده المجتمع والتجرد عن الاهواء إضافة إلى، وأفاد المليفي أن الفكرة هي المصدر التي ينطلق المقال حيث تعتبر قوة

تدريب ميداني في دورة التصوير



نظم النادي الصحفي في الاتحاد الوطني لطلبة الكويت دورة فن التصوير الفوتوغرافي التي قدمها مشرف عام نادي بيت لوزان للتصوير الفوتوغرافي بهاء الدين القزويني.

وأكد رئيس النادي عبدالله الكندري أن دورة التصوير من أكثر الدورات التي لها اقبال من قبل الطلبة وغيرهم ويحرص النادي الصحفي على تنظيمها سنوياً ضمن سلسلة الدورات الإعلامية التي يقدمها لجمهوره ، كما يتعاون النادي دائماً مع الأستاذ المصور المحترف بهاء الدين القزويني لما يتمتع من خبرة طويلة في هذا مجال التصوير، حيث قدم القزويني في الدورة مبادئ التصوير بشكل عام، وأنوع العسات والكاميرات، وكيفية اختيار الزوايا المناسبة للتصوير مبيناً كيف يمكن الإبداع في مجال التصوير الذي يعتبر من أبرز الفنون في هذا الوقت، كما قام المشاركون بالتدريب الميداني على شاطئ بحر الشويخ .

خلال دورة أسرار العلاقات العامة في الإدارية الميمني : مميزات كثيرة يجب أن يتحلى بها موظف علاقات عامة الناجح



خاص وحول عموم المعلومات بشكل عام ، هذا بالإضافة إلى اتقانه العلوم الإعلامية من صياغة الأخبار وإجراء اللقاءات وقدرته على إقناع الآخرين واللباقة والدبلوماسية في التعامل، وأن يكون حسن المظهر لما للجانب الشكلي دور كبير في حياتنا .

وأكدت الميمني على أن العمل في هذا المجال له مميزات عديدة منها تكوين شبكة علاقات واسعة بين الناس وكسب ثقتهم، وتخلق هذه المهنة العاملين بشخصية قوية واثقة من نفسها، كما طرحت أمثلة ونماذج حية من واقع العمل اليومي في القطاعين العام والخاص، كما تم توزيع عديدين من مجلة علاقات السعودية وتصفح لبعض مواضيعها الهامة، حيث شاركت مجلة علاقات برعاية هذه الدورة واهتمت بدعم الطلبة في جامعة الكويت، وهي مجلة حديثة متخصصة في صناعة العلاقات العامة، واحتوت الدورة على تدريبات عملية ومناقشات بين الطالبات والرد على استفسارات الحضور.

نظمت شعبة الاقتصاد الاسلامي في كلية العلوم الإدارية دورة تدريبية للطالبات بعنوان (أسرار العلاقات العامة) وذلك في مقر الكلية بجامعة الكويت على مدى يومين ، وقدمت الدورة الإعلامية ومديرة تحرير مجلة الجامعة سمية الميمني لما لها من خبرة وممارسة في هذا المجال.

أوضحت الميمني في بداية كلمتها أهمية دراسة فنون العلاقات العامة لكل شخص حتى ولو لم يعمل بهذا المجال ، لأن كل فرد موظف علاقات عامة في مؤسسة الحياة ، وبينت خلال الدورة التدريبية مفهوم العلاقات العامة على المستوى الفردي والمؤسسي، وأهميته في إظهار الصورة الإيجابية والسمعة الطيبة عن المؤسسة، لأن قسم العلاقات العامة هو المرآة التي تعكس عمل المؤسسة ، وأشارت أن للعلاقات العامة فنون وأسرار يجب على العاملين في هذا المجال اكتشافه ودراسته ومعرفته، مؤكدة الصفات الرئيسية التي يجب أن يتحلى بها موظف العلاقات العامة الناجح ألا وهو أن يكون ذو شخصية إجتماعية مرنة سهلة التعامل مع مختلف الفئات، وأن يكون ذو ثقافة واسعة واطلاع كبير في مجال عمل مؤسسته بشكل

معرض، وورشات عمل، وندوات، ومسابقة للطلبة

العلوم الاجتماعية أقامت "تكنو-اجتماعي"



والثانية كانت بعنوان "بنوك المعلومات الصحافية" وقدمها حمزة عليان، مدير مركز المعلومات بدار القبس. كما أطلقت الوحدة مسابقة تكنولوجيا للطلبة بهدف زيادة الوعي التكنولوجي، وتم السحب على ١٠ جوائز خلال الحفل الختامي الذي أقيم تحت رعاية عميد الكلية وتم فيه تكريم الجهات الراعية والجهات المشاركة في المعرض والحاضرين وفريق عمل وحدة التكنولوجيا. وشكرت الياقوت د. عبد الرضا أسيري على دعمه المستمر وإيمانه الدائم بدور التكنولوجيا في تطوير الكلية، شكرت أيضا الجهات الراعية للفعالية وهم "غلوريا جينز كوفيز" وجريدة الرؤية، وجمعية المكتبات المتخصصة.

التي قدمت مشروبات لزائري المعرض. وأفادت أ. حياة الياقوت رئيسة وحدة المعلومات والتكنولوجيا بكلية العلوم الاجتماعية أن الأسبوع شمل بالإضافة إلى المعرض مجموعة فعاليات منها ورش عمل مجانية عن: استخدام البريد الجامعي، والمصادر الإلكترونية في مكتبات جامعة الكويت، واستخدام نظام التعليم الإلكتروني "BlackBoard"، والشبكات الاجتماعية، وكيفية كتابة التقارير ببرنامج MS Word. كما أنه تم عقد ندوتين حول مواضيع تكنولوجيا مختلفة، الأولى كانت بعنوان "الحكومة الإلكترونية والوعي المعلوماتي" وحاضر فيها د. سلطان الديحاني ود. سهى العوضي،

كل من: مركز نظم المعلومات - نظام معلومات الطالبات، وقسم البريد الإلكتروني، ونظام بلاكبودر للتعليم الإلكتروني، وشركة "تراك" للتدريب الإلكتروني، وإدارة المكتبات بجامعة الكويت، وقسم علوم المكتبات والمعلومات، ووحدة المعلومات والتكنولوجيا، وجريدة الرؤية، ودار ناشري للنشر الإلكتروني، وغلوريا جينز كوفيز

تحت رعاية عميد كلية العلوم الاجتماعية أ. د. عبد الرضا أسيري دشنت وحدة المعلومات والتكنولوجيا بكلية العلوم الاجتماعية أسبوع التكنولوجيا الذي يُقام في الكلية لأول مرة، وذلك تحت شعار "تكنو-اجتماعي".

وافتح عميد الكلية المعرض المقام على هامش الأسبوع التكنولوجي والذي يشارك فيه



تكريم عبدالعزيز بولند



العماري: توستماستر يساعد على تطوير مهارات الخطابة والتواصل

في سلسلة لقاءات الجامعية مع متطوعين شاركوا بأنشطة إيجابية، التقينا مع عضوة في نادي توستماستر (Toastmaster) التي عرفتنا على النادي المختص في تطوير مهارات الخطابة والتواصل، وتحدثت لنا عن تجربتها المميزة في العمل التطوعي.



كيف ومتى كانت بدايته في الكويت؟

ولدت فكرة التوستماسترز بالكويت منذ عام ١٩٩٩ بنادي باللغة الإنجليزية

ما أهداف النادي؟

تقوم المنظمة على رؤية واضحة بجعل التواصل حقيقة واقعة عالميا بين كل الناس، وهذا ما نفتقده بشدة في عالمنا اليوم على الرغم من توفر كل وسائل التقنية التي حولت هذا العالم الكبير إلى بيت صغير، نادي التوستماسترز يوفر بيئة إيجابية تساعد أعضاء النادي على تعلم مهارات التواصل كالخطابة والحديث الارتجالي

أجرت اللقاء: رهام الشاهين

البطاقة الشخصية
نوف مبارك العماري
٢٨ عاما

ليسانس حقوق - جامعة الكويت

عضو بمنظمة التوستماسترز الدولية

عضو بنادي Black gold الخاص بموظفي القطاع النفطي

مؤسس والرئيس الأول لنادي توستماسترز الليوان لعام ٢٠٠٧-٢٠٠٨

الراعي ومؤسس أول نادي ناطق باللغة الفرنسية بالشرق الأوسط La Perle Du Koweit





مل
داولة
عرب
بين
سبا
مس
يما
بوض

يعود تاريخ ولادتها لعام ١٩٢٤
فتحن تتفاعل مع برنامج عمره
٨٥ سنة تقريبا بمختلف مهارات
التواصل والقيادة، وللبرنامج
حوالي ١٢,٠٠٠ ناد في ٩١
دولة.

يقوم برنامج التوستماسترز بتطبيق الخطة التعليمية من خلال نادي التوستماسترز وغير

وفن الإنصات والمهارات القيادية من فنون الإدارة المختلفة، وبالطبع ذلك يمنح كل منا تطور ملموس بشخصيته وقدرته ونمو ملحوظ على المستوى الشخصي.

عدد الأندية حاليا بالكويت ٢٥ ناد، بثلاث لغات مختلفة وهي الانجليزية والعربية والفرنسية.

يقوم النادي على نشاط
تعليمي مستمد من منظمة
التوستانسترز الدولية والتي

يستمد العضو
مهارات القيادة
والتخطيط والإدارة
الفعالة من خلال
أنشطة النادي

بأن تستثمر بنفسك.

كيف استطعت التوفيق بين
عملك التطوعي بالنادي
والتزاماتك الأخرى؟
حقيقة لا أخفيك أنني في
البداية اكتشفت أن لدي مشكلة
بإدارة الوقت ولكن استطعت
تفاديها بوضع الأهم ثم المهم.

ما كلمتك للفتيات حول العمل
التطوعي؟
ثقافة راقية جدا لا بد من
ممارستها مدى الحياة لأنها
تعزز الإنسانية الجميلة التي
تسكننا

كيف يمكن التسجيل والتواصل
مع النادي؟
يمكنك لأي شخص الحضور
كضيف بالنادي وعندما يقتنع
بالفكرة يمكنه الاشتراك بالنادي
التي يجده ملائما له، ويمكن
التعرف على الأندية وأوقات
اجتماعها عبر موقع المنظمة
www.Toastmasters.org. am
ولكن الأفضل أن يشاهد
الشخص البرامج والأنشطة
بنفسه من خلال استقطاع ١٢٠
دقيقة من وقته ليحضر أحد
لقاءات النادي.



اليوم لأنه المكان الأنسب الذي
يساعدك على أن تكون أفضل،
وتكتشف القدرات التي بداخلك
لكن المسألة تحتاج إلى الصبر
والمثابرة.

ما الذي استفدته من النادي؟
الكثير .. الكثير .. لقد لمست
القائد الذي بداخلي، كما أن
التوستماسترز بيئة مثالية
لعقد صفقات الخبرة الحياتية،
فأنت تتفاعل بقوة في مجال
العلاقات العامة مع مختلف
الأشخاص، ومن وجهة نظري
فإن أفضل أشكال الاستثمار
هو الاستثمار البشري ويبدأ

هل يحصل المشاركون في النادي
على أية شهادات؟
نعم بالتأكيد، وهناك شهادات
تحفيزية داخل النادي وأخرى
معتمدة وموثقة من المنظمة
الأم والتي يقع مقرها في ولاية
كاليفورنيا بالولايات المتحدة
الأمريكية، ولكن الأهم من ذلك
هي الخبرة والمهارة المستمدة
من البرنامج التعليمي.

متى التحقت بالنادي؟ ولماذا؟
التحقت بالنادي عام ٢٠٠٣
بدأت بدعوة من إحدى
زميلات الدراسة وتحولت إلى
إلى عضوية مستمرة، حتى

عدد أندية

توستماستر بالكويت

٥٢ ناد، ويوفر بيئة

مثالية لعقد صفقات

الخبرة الحياتية

المسئول عن إدارة وقت الاجتماع
وعداد ملأ الفراغ والمدقق
النحوي الذي يراقب اللغة خلال
الاجتماع واختيار الأنسب من
الكلمات، ومنسق موضوعات
الساحة المسئول عن ترتيب هذه
الفقرة وتقديمها وكذلك المقيم
العام المناط به تقييم الاجتماع
بشكل عام مع مقيمي الخطب
بالطبع، كل هذه الأدوار يلعبها
أعضاء النادي بالتناغم مع
بعضهم البعض ويستمدون منها
مهارات، وقد يلعب العضو دورا
مختلفا في كل لقاء أو يعيد الكرة
مع الدور ذاته، وكل هذه الأدوار
مستمدة من الكتيبات التي تمنح
للعضو لدى اشتراكه بالنادي.

كيف هو الإقبال على النادي من
قبل الشباب؟
كبير جدا وهذا ما يسعدني فعلا
بأن ألمس بمجتمعنا الكويتي
الصغير أن هنالك أناسا تبحث
لتكون أفضل.

ما هي شروط الالتحاق
بالنادي؟

فقط أن يتجاوز عمرك ١٨ سنة
مع رسوم اشتراك بسيطة جدا،
أما من لم يتجاوز هذا العمر
فيمكنه المشاركة في أندية
الجافل والموجودة باللغتين
العربية والإنجليزية.

حصاد الرفوف

من جد و جد .. ومن قرأ حصد

تحصدها لكم: سارة أسعد الهندي

حينما يجتمع العلم بأصالة الإبداع، و حداثة الفكرة، و روعة العرض، يبرز لدينا ابتكار ثقافي فريد ينعش الساحة المعرفية، إذ تتسابقه أكف المتميزين، وتتأهبه عقول المبدعين، وهذا ما تضرعت به "شركة الإبداع الفكري" التي بدورها تدعم "حصاد الرفوف" لهذا العام، لإيماننا باستعارة نهج الآخرين و خبراتهم السابقة و عقولهم الكادحة للاستفادة من نتاجهم الثقافي، إذ يقول تريسي: تعلم من الخبراء فإنك لن تعيش طويلاً بشكل كاف لتتعلم كل شيء بنفسك.



الآخرين، و أن نحفظ عدة قوانين وعبارات نتسلح بها إذا رمتنا الأقدار في مواقف لا نحسد عليها

قالت عن لجام اللسان:

"اللسان كالفرس المنطلق مسابقاً الريح، يود الاندفاع بأقصى سرعته، فلا بد له من لجام يلجمه، ويتحكم باتجاه سيره، ويوقفه حين يجب التوقف"

قالت عن القراءة والثقافة:

" للقراءة فوائد جمة بجانب زيادة العلم والثقافة، فهي خير مقوم للسان، و معلم للغة الفصيحة الصحيحة، فالإنسان كثير القراءة يستطيع التعبير عما بداخله بسهولة وطلاقة، سواء كان ذلك التعبير كتابياً أم شفهياً، فالقارئ غالباً ما يكون متحدثاً طليق اللسان، أو كاتباً بديع البيان"

البطاقة التعريفية للكتاب

اسمه : قوانينك الخاصة.
مؤلفه: إيلاف الريش.
تقديم: د. طارق السويدان والأستاذة
بثينة الإبراهيم.
عدد صفحاته: 176 صفحة.
تصنيفه: تطوير الذات
محتوياته: 5 فصول: (القوانين
الإيمانية والقوانين الأخلاقية
والقوانين العلمية، وقوانين النجاح
وقوانين السعادة)

نبذة عن الكتاب:

صاغت الكاتبة مؤلفها على طريقة قوانين شخصية في 5 مجالات: (الإيمانية والأخلاقية والعلمية والنجاح والسعادة) كما قامت بتفصيل كل جانب على حدة، إذ أنها سنت قوانين عامة يستقي منها كل شخص في حياته، وأفردت الكاتبة تجاربها الشخصية واقتباسات متنوعة من مصادر مختلفة من كتب ودورات وسكتهم في مجالات القوانين الخمسة.

تعتبر مادته جامعة ولامعة، ساقية وراقية، عكست من خلالها عقلية مؤلفته رغم صغر سنها، كما تميز أيضاً بأنه الكتاب الوحيد الذي قدمه الثنائي: د. طارق السويدان وأ. بثينة الإبراهيم.

اقتباسات مضيئة:

قالت عن القوانين الحياتية:

"نحن بحاجة لأن نلقي الضوء على تجاربنا وتجارب

احصل على نسختك المجانية من الكتاب بطلبه عبر البريد الإلكتروني:

sara-jc@hotmail.co.m مع إرسال (الاسم، العنوان، رقم الهاتف) وسيرفق معه آخر إصدار لمجلة الإبداع.

حبر.. ذو أثر

(كثيرا ما نقرأ ونطوي الصفحات..أما هنا عبارات نعاود لها
الكلمات..فتحفر في المخيلات)

- الكلمة الرقيقة بسيطة ولكن.. صداها بلا نهاية.
- ليست الحكمة أن تعرف الطريق الصحيح.. بل أن تمشي فيه.
- يتأسف الناس على ثروتهم المفقودة .. ولكنهم قلما يتأسفون على
زمنهم الضائع.
- أن تكون كالسلحفاة في الطريق الصحيح.. خيرٌ من أن تكون غزالاً
في الطريق الخطأ.
- القطرة مع القطرة نهر.. والدرهم مع الدرهم مال.. والورقة مع الورقة
كتاب.. والساعة مع الساعة عمر.
- هناك أسئلة لا يجاب عنها إلا .. بالصمت.



Think..
Pink

أفكار.. بابتكار !!

(في حياتنا اليومية تتقاذف من حولنا الأفكار..ولكن كيف
نطبقها بابتكار؟!)

معادلة صناعة الأفكار المبتكرة:	الوظيفة الأساسية: صناعة
(قدرة على التخيل + صفات	الأفكار
شخصية + مناخ ملائم = فكرة	الأولويات: تنوع الأساليب
مبتكرة)	مفتاح التحفيز: الحرية
بطاقة الهوية الخاصة بالمبتكر:	العدو الأساسي: كثرة اللوائح
الشعار: التوسع في جميع	القوانين
المجالات	أسلوب الأداء: قادر على التكيف
الرمز: الطائر المحلق	الكفاءة الرئيسية: تعدد المهام
أبرز نقاط القوة: التخيل	المرونة: مرن بامتياز
أبرز نقاط الضعف: عدم	الصورة الذهنية: الأصالة
التظيم	



قصة وعبرة..

(وان كانت للخبرة مساحة في حياتنا..لابد من عبرة تلهم مسامعنا..بقصة تسحر مفاهيمنا)

قصة:

إن رجلاً عجوزاً كان جالساً مع ابن له يبلغ من العمر ٢٥ سنة في القطار. وبدا الكثير من البهجة والفضول على وجه الشاب الذي كان يجلس بجانب النافذة. اخرج يديه من النافذة وشعر بمرور الهواء وصرخ "أبي انظر جميع

الأشجار تسير ورائنا!! فتبسم الرجل العجوز متماشياً مع فرحة ابنه. وكان يجلس بجانبهم زوجان ويستمعون إلى ما يدور من حديث بين الأب وابنه، وشعروا بقليل من الإحراج فكيف يتصرف شاب في عمر ٢٥ سنة كالطفل!!

فجأة صرخ الشاب مرة أخرى: "أبي، انظر إلى البركة وما فيها من حيوانات، أنظر..الغيوم تسير مع القطار" .. واستمر تعجب الزوجين من حديث الشاب مرة أخرى. ثم بدأ هطول الأمطار، وقطرات الماء تتساقط على يد الشاب، الذي إمتلأ وجهه بالسعادة وصرخ مرة أخرى: "أبي إنها تمطر، والماء لمس يدي، انظر يا أبي". وفي هذه اللحظة لم يستطع

الزوجان السكوت وسألوا الرجل العجوز: "لماذا لا تقوم بزيارة الطبيب والحصول على علاج لإبنك؟" هنا قال الرجل العجوز: "إننا قادمون من المستشفى حيث أن إبني قد أصبح بصيراً لأول مرة ف / حياته".

عبرة:

(لا تستخلص النتائج حتى تعرف كل الحقائق)

Think..
Pink

By: Asiah Almainany
asiah_iec@hotmail.com

اختبري معلوماتك..

٧ - ١٣٦٦ خٲٲٲٲ

٨ - ١٣٦٦

(٣٦٦) (٣٦٦)

٩ - ٣٦٦٦

١٠ - ١٣٦٦

١١ - ١٣٦٦

١٢ - ١٣٦٦

١٣ - ١٣٦٦

١٤ - ١٣٦٦

١٥ - ١٣٦٦

١٦ - ١٣٦٦

١٧ - ١٣٦٦

١٨ - ١٣٦٦

١٩ - ١٣٦٦

٢٠ - ١٣٦٦



- ٣ - مغارة و مليئة بالحجارة ؟
- ٤ - ما هو الشيء الذي يتكلم كل لغات العالم ؟
- ٥ - تراه بالماء و هو في السماء ؟
- ٦ - سأل القاضي الزوجة عن اسمها فقالت: اسمي سارة، وسأل الزوج فقال: اكتبني بعدها ، ففهم القاضي اسم الزوج..فما اسم الزوج ؟
- ٧ - يجري ولا يمشي، فما هو ؟
- ٨ - ما هو الباب الذي لا يمكن فتحه ؟

(في لحظات قد نستقبل زخماً من المعلومات..ولحظات أخرى تمر سقيمة بلا مدخلات.. فالإختبار خياراً ننتذكرها باستمرار)

- ١ - من سائل إلى مسؤول، يختبر العقول، والآن عقلك به مشغول فما هو ؟
- ٢ - قطعة وراء جبل، تلتقط كل خبر ؟

ما رأي الطالبات في رحلة فتيات الكويت إلى غزة ؟



أجرت التحقيق : مها بورحمة وفاطمة المغربي

عشنا الأيام القليلة الماضية أحداث أسطول الحرية مع الأسر الكويتية والوسائل الإعلامية ، هذا الأسطول المتجه من تركيا إلى غزة حاملا على متنه مساعدات من مختلف بلدان العالم، لأهل غزة المحاصر والمحتل من قبل العدو الصهيوني ، كما حمل على متنه أبناء الكويت مع أشقائهم من العرب والمسلمين بل وغيرهم ممن آمن بقضية فلسطين، لكن بعد الهجوم العنيف من العدو الإسرائيلي الغادر على الأسطول المسالم تحرك العالم واجتاحت موجة غضب عنيفة ، ولكن لا ننسى أن بداية شرارة الحركة من الكويت كانت بحماس أخوات فاضلات ، ووجود النساء في هذه الرحلة البحرية الفريدة من نوعها ، لاقت اهتماما إعلاميا وتشجيعا كبيرا من البعض وبالمقابل كانت هناك آراء متضادة وغير مؤيدة لخروج نون النسوة لهذا العمل ، لما فيه من مشقة وخطورة كبيرة على حياة وأعراض النساء .. ولأن من ضمن المشاركين وجدنا فتيات صغار في عمرهن ذات حماس وهمة كبيرة ، أردنا في مجلة الجامعة رصد آراء الطالبات الجامعيات حول هذه المشاركة لأخواتهن ، وكانت الآراء متفاوتة كالتالي



**فاطمة الحملي: هذه
قضية المسلمين ولجميع
البشر وليست مقتصرة
على جنس معين**



**مريم الفيلكاوي:
قدوة لبنات الكويت
وللمرأة في العالم
العربي والإسلامي**



**أنوار الكندري :
دور بطولي
يحتاج للشجاعة
و الجرأة**



**هبة الكوس : النساء
فعلن ما لم يستطع
الكثير من الرجال فعله
لمناصرة غزة**

مقتصرة على جنس معين أو ديانة معينة أو بلد معين وكان ولا بد من مساهمة الجميع كل بما يستطيع من أجل كسر الحصار أولا ومن ثم تحرير فلسطين من الغاصبين، وأشجع الرجال والنساء ممن لديهم القدرة على الذهاب بالأل يتقاعسوا ويبدلوا الغالي والنفيس من أجل نصرة غزة وفلسطين بشكل عام.

جمانة الحمدان

كما أشارت جمانة الحمدان إلى أن كان للمرأة دورا بارزا في تلك الرحلة المباركة، حيث استطعن أن يرفعن معنويات أبطال القافلة من الرجال، وكن بمثابة الشرارة الأولى التي أشعلت روح الحماس لدى الرجال للذهاب إلى غزة، وقد صرح الأخ وائل العبدالجادر بذلك فقال إن سبب ذهابه للرحلة هي ابنته المجاهدة سندس العبدالجادر.

وعن رأيي في ذهاب الفتاة لمثل تلك الرحلة أؤيد وبشده ذهابها،

التطوعي فأصبحن قدوة لكافة بنات الكويت وللمرأة على مستوى العالم العربي والإسلامي، وأشعر بالفخر وتغمرني السعادة لما قمن به، وأنا على يقين أن أول من أشعل الحماس للبدء بفكرة أسطول الحرية هم نساء الكويت وأصبحن ممن يشار لهن بالفخر، فهنيناً لهن بما قدمن ونسأل الله تعالى ألا يحرمهن أجر ما قمن به، وأؤيد بشدة ذهابهن لأنهن حملن معهن لأهلنا في غزة الحب والسلام والرحمة، وبحمد الله تعالى فقد توجت جهودهن بالنجاح، ونسأل الله تعالى أن يمن علينا بالتحرير الكامل لكافة مقدساتنا الإسلامية.

فاطمة الحملي

وأعربت عن إعجابها فاطمة الحملي قائلة أعجبن كثيرا ذهاب المرأة لغزة لأن هذه قضية فلسطين العادلة هي قضية كل مسلم وعربي وقضية جميع البشر وليست

لنصرة قضايا أمتها الإسلامية والعربية، حيث أنهن خاطرن بأرواحهن تاركين ورائهن حياة النعيم والترف وذهبن لتقديم العون والنصرة لإخواننا في غزة وإيصال المساعدات الإنسانية، وأؤيد بشدة ما قمن به لأنه دور إسلامي وإنساني وهي ليست قضية فلسطين وحدها وإنما قضية كافة المسلمين في أرجاء الأرض، واعتقد أننا كمسلمين وبعد ما رأيناه من متضامين من شتى بقاع العالم لفك الحصار عن غزة فنحن كمسلمين أولى بذلك وأتوجه بالشكر لكل من ساهم في أسطول الحرية أو طالب بفك الحصار عن غزة.

مريم الفيلكاوي

وقالت مريم الفيلكاوي هؤلاء هن فتيات الكويت اللاتي ضربن أروع الأمثلة في التضحية والفداء، وأثبتن بعزيمتهن أن يمكن لأي شيء أن يثي المرأة عن عملها

هبة الكوس

قالت الطالبة هبة الكوس أؤيد رحلة الحرية ووجود الفتيات على متنها ، فعلى الرغم من أنهن خاطرن بأرواحهن لمساعدة إخواننا الجياع والمرضى في غزة، يبقى أن هذا واجبنا الإسلامي في مساعدة المحاصرين في غزة والدفاع عن قضية المسلمين الأولى وهي القدس الشريف، وقد شعرت بالفخر والعزة لما قمن به، شعرت بعزة الأمة الإسلامية والعرب، فهؤلاء الفتيات فعلن ما لم يستطع كثير من الرجال فعله لمناصرة غزة، ورسولنا الكريم صلى الله عليه وسلم قال ”من لم يهتم بأمر المسلمين فليس منهم“.

أنوار الكندري

وأضافت الطالبة أنوار الكندري أعتبر أن ما قدمته النساء المشاركات هو دور بطولي يحتاج لشجاعة وجرأة، وهذه هي المرأة الكويتية كما عرفناها دوما سبابة



ديمة بدر : أنا معارضة

للفكرة أساسا ..

وخصوصا خروج الفتيات

.. والبطولة للأتراك

فاطمة الخرجي : أعتز

بالدور البطولي لكني لا

أؤيد مشاركة الفتيات في

وجه العدو الصهيوني

هيا العبد الجادر :

القافلة حققت أهدافها

بفتح المعابر .. وفخورة

ببنت عمي

جمانة الحمدان :

رفعن معنويات ابطال

القافلة وكن

الشرارة الأولى

والثناء، وعملهم البطولي أدى لفتح معبر رفح بعد ان كان مغلقا منذ سنين وهذا بحد ذاته انجاز كبير منهم ، ولكن نأتي للأهم وهي الطريقة التي تمت بها التعاطي مع هذا العمل الإنساني، أولا من خلال التكثيف الاعلامي على هذا المشروع مما فوت الفرصة على الكثير من أهل الخير للمساهمة بأموال ومساعدات أخرى كانت ستزيد من الخير الذي سيوجه لأهل غزة، ثانيا من خلال مشاركة الأفراد في هذا العمل الإنساني البطولي بلاشك، ولكني أرى أيضا أنه عمل انتحاري، فنحن نستطيع مساعدة أهل غزة وكسر الحصار عنهم دون تعريض أنفسنا للخطر، وبالأخص مشاركة الفتيات في التصدي للعدو الصهيوني الذي بلادين ولا أخلاق ولا إنسانية ، فلايتوانى عن فعل اي تصرف وحشي فقط للانتقام من كل مسلم فلافرق لديه بين امراه وطفل وشيخ ، وارى ان دور الفتيات كبير جدا وريادي من خلال التحضير وتجميع الصدقات والمساعدات

المشاركين على هذه السفينة ، وأضافت العبد الجادر حول ردة فعل الشعوب والإعلام فقالت ردة فعل غير مسبوقة ومشرفة سلطت الضوء على إفلات اليهود من المبادئ والقيم وعدم التزامهم بالمواثيق الدولية ، وكان للشعوب تأثير بغض النظر عن ديانتهم في هذه القضية الإنسانية، ولقد عشنا في ترقب والبحث عن آخر الاخبار لمعرفة ماذا سيحل بالوفد الكويتي والدعاء والاستمرار في الدعاء ، وأتمنى أن تنشأ في الكويت مؤسسات لتتقيف وتوعية الأجيال بخصومه والعداوة الحققة لأمتنا الإسلامية والمسلمين وللإنسانية جميعا .

فاطمة الخرجي

وننتقل الآن لآراء أخرى لها وجهات نظر قد تخالف المجموعة الأولى فقالت فاطمة الخرجي أحبي كل الاشخاص الذين شاركوا في قافلة الحرية من رجال ونساء، وعلمهم بلاشك عمل بطولي شجاع يستحق كل التقدير والاحترام

فقالت أؤيدهم وبكل جدارة « انها قضيه انسانيه كبيره» فهذا واجب علينا وعلى العالم ككل لايقاف معاناه شعب يتعرض لكل يوم للموت ، فأخواتنا الغاليات أحبيهم على مبادرتهم الطيبه وشجاعتهم لنصره اخواننا أهل غزه وفك الحصار عنهم، حقا رفعوا رأس الكويت ليس غريب على أهل الكويت مساعدته أخوانه المسلمين فإنه دائما سباق للخير حفظ الله الكويت حكومتا وشعبا من كل مكروه.

هيا العبد الجادر

شاركتنا الطالبة هيا صلاح العبد الجادر من الجامعة العربية المفتوحة برأيها قائلة إنه لدور مشرف من فتيات الكويت ، رفعوا رأس الكويت والأمة الإسلامية من خلال مبادرتهم، كما أن القافلة حققت أهدافها بفتح المعابر، وهذا أقل ما نفعله كفتيات لأمتنا الإسلامية ، ولي الشرف أن يكون عمي وأهل العبد الجادر وابنته سندس من

ولا ننسى أن الأخت هيا الشطي لعبت دورا بارزا في ظهور تلك أسطول الحرية ومعها الأخت الفاضلة سنان الأحمد ونسأل الله تعالى أن يجعل جهودهن المباركة في ميزان حسناتهن.

شوق الشايح

وأضافت شوق الشايح أنهنهن على ما أقدمن عليه من عمل مشرف وأفخر بهن وبما قمن به من خطوة جريئة وتمنيت لو كنت معهم وما كنت لأعارض ذهابهن فقد ذهبن لعمل إنساني بحث مع محارمهم من اب او اخ او زوج ولكن..وبعد ان تفاجأ العالم بأسره بردود افعال العدو الصهيوني وما بدر منه من تصرف اخرق اهوج فاعارض تكرار المحاولة لفتياتنا ، حتى لا يكون مصيرهن سجون العدو وما به من اساليب قذرة من التعذيب، واتمنى ان لا يثني هذا الحدث شبابنا ويخمد عزيمتهم ..

ضحى السعيدى

أوضحت ضحى السعيدى رأيها



ضحى السعيد:
أبطال الحرية
رفعوا رأس
الكويت

بخصوص مشاركة الفتيات اللواتي ذهبن على القافلة لغزة ، فلا بد بأن عاطفتهم ورغبتهم بالمساندة هي التي دعتهن للقيام بذلك ، لكن في نظري فأنه لم يكن هناك حاجة ماسة لذهابهن و خصوصاً أن القافلة كانت متجه باتجاه العدوان الصهيوني الذي لا يراعي أي خلق أو قانون و لا معنى للإنسانية لديهم، فلم تعرض نساء المسلمين إلى الصهيونيين الظالمين ؟؟ ولا يخفى علينا أن المرأة لها صفات خاصة تختلف بها عن الرجل بجسدها الأقل قوة والأكثر ليونة ، وإلى الآن لم تصل الحاجة الماسة إلى مشاركة النساء في ذلك و لو وجدت الحاجة فكان لابد أن يكون مكاناً آمناً ما أمكن حتى لا يعتد عليها معتد من أعداء الإسلام ، أما بالنسبة لتقديم المساعدة فإن طرقها تتعدد من غير إيذاء لنساء المسلمين، ولعل المجتمع و الأسره أحوج للمرأة فتستطيع أن تتجاهد بتربية الأبناء و حرصها على نشر تعاليم الدين الإسلامي و المساهمة في رقي و صلاح المجتمعات .



شوق الشايع: تمنيت
لو كنت معهم
وعملهم إنساني بحت

ذلك يقتصر على المساعدات والتمريض كما كان في عهد الرسول صلى الله عليه و سلم

روان الكفيف

أما الطالبة رزان الكفيف فتري أنه لا داعي لهذه الرحلة من الأصل، ولا تؤيد خروجهم لمساعدة الفلسطينيين، لأن الشعب الفلسطيني لا يستحق هذه المساعدات بل البدون في الكويت أحق ، لانهم لا ينكرون أفضال الكويت، وللأسف الكويت رغم أنها دائماً سباقة للخير إلا أن الوسائل الإعلامية تهضم حقها، ولم نعرف عن الاسطول إلا من بي بي أم ولم اجد أحد ذكر مباداة الكويت وعملها في الإعلام العربي.

دانة الكندر

وأعربت دانة محمد الكندري عن رأيها قائلة لابد من كلمة حق لكل من كان على قافلة الحرية المتجهة إلى غزة لمساندة الشعب الفلسطيني وأسأل الله تعالى أن يجزيهم خير الجزاء، ولكن



دانة الكندري : جهاد
المرأة في مجتمعا وتربية
أبنائها أهم من خروجها
للعُدو الصهيوني

، فكيف يخرج مواطنون كويتيون من بلدهم و يمثلونها ويرفعوا اسمها أمام العالم باكملة وتم ذلك بعد تخطيط ودراسة، ولم يبلغ عنها؟ ويتفاجأ الكل بها بعد مغادرتها تركيا، حيث تم التكتم والتزام الصمت الى ان غادروا شواطئ تركيا ، ثم تم نقل احداث رحلتهم السرية للملا عبر القنوات الفضائية واغلبيتها لم تبث الحدث أو بالأحرى لم تعرف بالخبر الا بعد مهاجمة القوات الاسرائيلية لهم !!! فهل حدث ذلك لأسباب سياسية ؟؟ أو دينية ؟؟ او لتمثيل تيار معين ؟؟ وردة الفعل كانت جدا طبيعية فكل دولة من الواجب ان يعرف شعبها بما يحدث من حولة، والدور البطولي لم يشمل إلا الأتراك والشعب التركي، أما بالنسبة لاقتراحي فإن من يريد المساعدة أو الدفاع عن الإسلام والمسلمين يكون ذلك تحت جمعية أو لجنة مختصة تجمع الفئات والمذاهب يتم المشاركة فيها لكل مسلم يريد الدفاع عن الإسلام والمسلمين ويكون دور المرأة في

روان الكفيف : لا داعي
للرحلة.. والشعب
الفلسطيني لا يستاهل ..
البدون أحق بالمساعدات

ولكن كنت اتمنى ان ينتهي دورهم عند هذا الحد، دون المشاركة في الذهاب الى غزة وتعريضهن للخطر والاساءة من العدو الصهيوني واعطاء الفرصه له في إهانة نساء المسلمين أكثر. اعتر بمشاركة الفتيات ولكننا نريدن معنا حتى يستمر العطاء بهن لانريد فقدانهن في أي عمل كان من الممكن أن يؤدي دون خسائر في الأرواح.

ديمة بدر

وبهذا الرأي شاركت ديمة بدر موضحة : أنا أعارض وبشدة فلم يكن بالضرورة ذهاب الفتيات ، حيث إنهم كانوا ذاهبين إلى عدو طاغية معادي للإسلام والأمة الإسلامية والمسلمين منذ عام ١٩٤٨ اي ٦٢ سنة وهو عدو صهيوني لايعرف الدين، و يعادي كل من يعادية وكان بإمكانه التعرض للفتيات التحرش بهن او تعرضهن للاعتداء بشتى أنواعه من قبل هذا العدو اللذي لا يهاب شىء ، أنا معارضة للفكرة أساسا

نائبة رئيس اتحاد طلبة التطبيق لشؤون الطالبات

الحمادي : استطاعت الفتيات كسر حاجز الصمت العربي والعالمي بمبادرتهن

الإعلام سواء المحلية أو الدولية فقد كان موقفها ممتاز حيث تابعت بكل اهتمام تطورات الموقف أولاً بأول وإبراز مدى أهمية القضية في قلب كل مسلم، وأخص بالذكر الإعلام الكويتي فلهم منا كل الشكر والتقدير.

س٣ هل لديك اقتراحات؟

أقترح على العالم الإسلامي والعربي أن يتوحد وهذه أمنية كل عربي ومسلم غيور على دينه، وأن ننتهز فرصة تعاطف العالم مع القضية الفلسطينية وأن يستمر الضغط على الكيان الصهيوني المتفطرس حتى يتم كسر الحصار المفروض على غزة بل وتحرير القدس الشريف، وأنتمنى تجهيز أسطول الحرية ٢ وأسطول الحرية ٣ وهكذا إلى أن يتم كسر الحصار والنصر بإذن الله تعالى، كما أتمنى على زعماء العالم الإسلامي والعربي توحيد كلمتهم والضغط على أمريكا لتقوم بفطام إسرائيل وأن تقوم بواجبها تجاه تسوية عادل لقضية فلسطين وبكل أسف نرى أن العالم الإسلامي والعربي لم يتخذ موقفاً حازماً ضد أمريكا لتتخلى عن مناصرتها لإسرائيل وأن يكون تعاملها مع كافة دول المنطقة من منظور واحد وأن يطبق القانون الدولي على الجميع.



لجان الطالبات



ضحى الحمادي

وعاشت حياتها تنصر الإسلام في شجاعة وبطولة.

س٢ ما رأيك بردة فعل الدول العربية وشعوبها ووسائل الإعلام؟

ردود الفعل كانت طيبة ومشرفة، ولكن كنا نتمنى أن يكون هذا التحرك والتفاعل بين الشعوب الإسلامية والعربية قبل إرسال أسطول الحرية، لأت قضية فلسطين بشكل عام ليست عربية فقط وإنما هي قضية العالم الإسلامي، ولكن هذا التفاعل ولو أنه وصل متأخراً فهو خير من ألا يصل، ولنا الفخر والاعتزاز بأن دولة الكويت كانت أقوى الدول العربية في ردة فعلها، خاصة فيما يتعلق بتوصيات السلطات التشريعية والتنفيذية بضرورة الانسحاب من المبادرة العربية للسلام، أما عن دور وسائل

على تحريك ضمير العالم، وهاهي تجني ثمار بطولتها حيث تحرك العالم أجمع بعد أن انكشف الوجه القبيح للاحتلال الصهيوني الذي لطخ يده بدماء الشهداء من المدنيين العزل في عرض البحر، وإن كان الفتاة لم تكسر الحصار حتى الآن فقد استطاعت أن تكسر حاجز الصمت العربي والعالمي ووضعت الكيان الصهيوني في موقف حرج لا يحسد عليه، فذهاب تلك النخبة من الفتيات كان قراراً صائباً، والفتيات مثال يحتذى به والتاريخ يشهد لمثلهن ومنهن «الخنساء» التي شاركت في حرب القادسية ودفعت بأبنائها الأربعة للجهاد في سبيل الله، وكذلك أسماء بنت أبي بكر رضي الله عنها حيث أبلت في الهجرة بلاء حسناً فسمها الرسول صلى الله عليه وسلم بذات النطاقين

التقينا بنائبة رئيس الاتحاد العام لطلبة ومندوبي الهيئة ورئيسة شؤون الطالبات الطالبة ضحى محمد الحمادي وأجرين لقاءاً سريعاً معها

ما رأيك بدور الفتيات اللواتي ذهبن على القافلة لغزة؟ وهل تؤيدين أم تعارضين ولماذا؟

الفتاة الكويتية هي تلك التي صمدت إبان الغزو الصدامي على الكويت، نعم الفتاة الكويتية كما عهدناها دوماً كانت وستظل رمزاً للتضحية والفداء، وهي اليوم تضرب أروع الأمثلة في البطولة والدود عن دينها ووطنها الإسلامي والعربي حينما شاركت مع الأبطال في كسر الحصار عن غزة الجريحة المحاصرة منذ ما يقرب من ١٠٠٠ يوم في ظل صمت عربي وعالمي، فركبت البحر وتحدثت الصعاب لتثبت للعالم أن هذه هي الفتاة الكويتية



Bait Lothan Photography Club

تصوير : ميثم مسري

اجلسي في لحظات التأمل .. وتمعني بالمشهد الذي أمامك ..
ثم انسجي من خيوط أفكارك .. تعليقا يليق باللقطة المختارة
.. وانثري من حبر كلماتك للإجابة عن ” أجمل تعليق “ وقد
تحظين بحصولك على إحدى الجوائز .. فنحن بانتظارك :

جوائز قيمة للفائزات

المركز الأول 75 د.ك .. المركز الثاني 50 د.ك

المركز الثالث 25 د.ك

لمن ترغب بالمشاركة .. عليها ارسال التعليق على ايميل معدة
الصفحة مع الاسم الثلاثي للمشاركة والكلية وأرقام الاتصال .

ملاحظات مهمة :

- المسابقة لطالبات الجامعة والمعاهد والثانوية .
- لا يحق لمحررات مجلة الجامعة المشاركة في المسابقة .
- لا يزيد التعليق عن 10 كلمات في جملة معبرة.

مسابقة أجمل تعليق

تعدّها أسماء الميمني :
musabaqaa@gmail.com

عندما يكون للحرف بوح
ساحر .. ومعنى زاهر ..
ولون زاهر
أهلاً ومرحباً بإبداعات
أقلامكم .. وبروح
إلهامكم
هنا .. ننشر إبداعاتكم
بكل حب

إعداد آلاء السعيد

«غزة» ..

فقد تعبت فلسطين
من الترفيع في الصدر
من التعليق في العجز
من الحشو من الدهر
من الذل من القهر
ورقص عروبة تلهو
بأثواب من العهر!
أنا بالسلم كافرة
و بالصهيون كافرة
و باسرائيل كافرة
و للعدل معادية
و للسامية الكبرى
مناهضة مقاتلة
أنا بوعودهم حيرى
أنا بحوارهم ثكلى
مكذبة و جاهلة
أمام الذبح و العدوان
أمام القتل و الطفغان
و مجزرة و محرقة
تبرى منهما الشيطان
فأفقه لهجة صمدى
تصيح بأنها الإنسان!
غرزت القلب يا غزة
بسيف مثقل متعب
و ييكي ذل أنفسنا
تسولنا لكي نغضب
يقبل خمص أرجلنا
لكي نبقى و لا نذهب
و لكن أيها السيف

دلال البارود

تعبنا من فم الدنيا
كما الأشلاء يعلكنا
كما الحشرات يسحقنا
و بين الطين مرغنا
على التاريخ يبصقنا
يحاول مضغنا المجد
فيجتر و يتقلنا!
تعبنا من نتانتنا
و من غسل خرافى
يحاول يوهم الطهر
باخفاء نجاستنا
لأن العار كوانا
و عفنا و أدرانا
وسوما من عروبتنا!
كفانا أيها الشعر
فقد غصت بنا الأبيات
فلولا الحرف محتبس
لصرصر جرحه الويلات
و لو أن البكا ييكي
بكت مأساتها المأساة!
فقد شلت قصائدنا
و أقوتها فعاثلنا
فصار كلامنا مسخ
ترمم وجهه الصفعات!
كفانا أيها الشعر

مستبدة

آلاء السعيد

الاستصغار ..
لا تلمني ..
على جرأتي ..
وشجاعتي ..
وإشعالي للنار ..
لا تلمني ..
فأنا خلقت ..
لكي أكون ..
من الأحرار ..
ولقسوتهم ..
سأكون ..
مستعدة ..
يا واصفي ..
بالمستبدة
بالله ..!
ف الكون ..
ما الكون ؟؟
إن لم أكن مستبدة ؟
أكون ..
وسأكون ..
لحناً ..
يموسق أسماعهم
فجراً ..
يسرق أبصارهم ..
ولن يعرفوا ..
معنى .. غير أسمي ..
من بعده ..
« مستبدة »
مستبدة ..
أوذني ؟
أنني ..
لست ..
ك بقية النساء ؟
أوذني ..
أنني ..
خلقت ..
بقلب ..
يغفر ..
لمن أساء ..
وحتى بغفراني ..
مستبدة!
فكل جمر رموه ..
بطريقي ..
كل حرف ..
حاولوا به إطفاء بريقي ..
فوضت أمره ..
للمولى ..
وحتي منهم ..
حتماً سأسترده !
مستبدة ..
فلا تلمني ..
على تمردى ..
على تجردى ..
على تفردى ..
ونبذى لمنهج

أجواء لندنية ..

سارة الملا ..

يبللني!!
كم أحبك يا مطر .. لأنني
تحت قطراتك أبكي ..
أنوح وأشهى ! ولا احد
يفترق بين دموعي وبين
قطراتك !!
أعشق تلك الحرية وأنا
أمشي إلى المجهول !
إلى طريق لا أعلم هل هو
مبتغاي أم لا !!
أمشي وأمشي حتى
سئمت !
وقررت الجلوس وما أن
جلست حتى بدأت العين
تأخذ حريتها في البكاء
والنحيب !
بكي وبكيت ...
إلى أن تبللت من قطراتك
يا مطر وأصبحت مبللة
بمطر حزين مع دموع
حارقة !!
أحبك أيها المطر !!

أحب المطر !!
وأعشق الأجواء اللندنية
التي تجتاح بلادي !!
تلك الأجواء الرومانسية
تذكرني بجرح أليم وماضي
قديم !!
أمشي بكل هدوء ... وأنا
أضم كتبي الحزينة !!
وكلما زادت قطرات المطر
زاد تمسكي بها !!
وكأنني أم تحمي
أطفالها !!
لا أريد أن تبلل كتبي ..
ولا أريد أن تختفي كلماتي
ويصبح حبري مائعا على
أسراري !!
فتصبح كلماتي بلا
معنى !!
أمشي بكل كبرياء رغم
الألم الذي يسكنني !!
ورغم الدمع الذي

قررت إستراجاعها ...

شيخة الخميس ..

قررت ان لا انظر خلفي
قررت ان أحبي أحلامي المقتولة
قررت أن أحرر أمنياتي البريئة
المسجونه
قررت ان أزهو بنفسي رغم كل
الآلام
فأنا ..
لونت قلبي بالبياض ورسمت
على ثغري ابتسامة طفلة سعيدة
بألعابها
فهناك من يستحق
هناك من يعشق ابتسامتي !

مللت من تلك القلوب القاسية
التي تحاول سرقة ابتسامتي
مللت من دموع اهرما في سبيل
تلك الأفواه الحاقده ..
والآن .. قررت !!
منذ زمن قريب
قررت !!
اعادة ابتسامتي للحياة
واسترجاع ما قد سُرّق مني
وتبديد معاني .. الآه

فلسطين ..

إلهي وحده العالم
بجرح العجز و الدمع
و يسحق سطوة الظالم
و ينجي من القمع
فرغم العجز و الظلم
يكفهر وجهه النصر
و يصحو من قبور الذل
يعلي صوته الدهر
لقد أقسم الوحي
بأن الفتح يرقبنا
و أن النصر ينظرنا
فإن الحق لا يغفو
و إن نامت عزائمنا
و وسط الحزن ذا أمل
على فرس يحررنا
فوسط الشوك قد تتب
زهور الحق تتفتحنا

فقاتل أيها الحق
غرور القتل و الطغيان
و اكتب أيها الشعر
قصيد الزجر و الإذعان
فلن تتفك هذي الأرض
تلفظ كلمة الإنسان
ولن ينفك هذا الشعب
تحضن ذكره الأزمان
فلسطين..وقد أبكي
و لكن في دعا الرحمن
غرست كامل الجرح
عسى أن يقبل المنان
عسى أن يقبل المنان...

لقد طالبت بالأصعب
فنحن الذل يلبسنا
و يجلدنا يعذبنا
عروبتنا بنا تصلب
فذاك العز نجعله
و ذاك الفخر نكفهره
و ذاك المجد نفسقه
و تلك كرامة ثقلت
و يعجز حملها المنكب!

فوا غزة.. أنا خجلى
تبرى مني القدر
فذاك الطفل مرمي
تبلور عنده الحجر
و تلك أمومة تكلى
و يجثو عندها الكبير
أمام دماء غزتنا
تراحم ركبها السور
و وجه العرب يلطمه
يدوي عنده الخطر
صلاح الدين في القبر
أمام العجز يصطبر
رفات العز تتحب
تتادي المجد: يا عمر!
لقد جفت محاجرنا
و إن الدمع ينتحر
فما فينا صلاح الدين
و ما في عربنا عمر!

فلسطين..فلسطين!
لقد ماتت بنا العزة
و إن الجرح سكين
تموت بشحذها غزة
فأموات بداخلنا
و ما للميت من هزة
تصحيه..تقويه..
تبث حياتها فيه
و تخلقه..تسويه
أما الذل معتزا..



MRS

الجامعية

إعداد .. M & S

ملف خاص للطالبة التي دخلت القفص الذهبي ، نقدم لك على طبق من ذهب بعض **المهارات الزوجية** التي تزين حياتك مع شريك العمر، ومعلومات عن **صغيرك** قطعة فؤاد وقرة عينك، ولأن الجمال من صفاتك نقدم لك الوصفات السرية والسحرية لـ **جمالك**، كما أننا نحرص أن نقدم لك ألد الأطباق على **مائدتك** .. فبالصحة والعافية .

يا جماعة، الحب صناعة! 

طفلك والحلوى .. تفيده أم تضره ؟ 

تمتعي ببشرة نضرة من سلة الفواكه والخضار 

شاورما الدجاج.. حلو الكورن فليكس 

يا جماعة، الحب صناعة!

حياة الياقوت

hayat@nashiri.net

(المخيم رقم ١)

الحب شيء جميل؛ الكثير من الزهور الحمراء، والدببة اللينة المبتسمة، والشوكولاتة المنمقة. الحب قوس قزح كبير يلف خاصرة الأرض، من أجله يصير لون السماء ورديا، وتبدو الغيوم كـ«شعر البنات»، ويظل القمر بدرا طوال الشهر. الحب رحيق الحياة، الحب يجعل الأرض تدور!

(المخيم رقم ٢)

مهلا، مهلا! ما هذه الأباطيل؟ إليكم حقيقة الحب الحقيقية: الحب ذل وويل، الحب قطعة من العذاب، بل هو العذاب بعينه. أما يكفيكم أن تتدبروا فيما حدث لرومي، وقيس بن الملوّح، و«نرسيوس» عاشق ذاته، وغيرهم من الضحايا لتعلموا أن الحب شيء يجب أن يكافح كما تكافح القوارض والأوبئة. الحب يحدث حين يتفلسف القلب من لجام العقل. الغرام، ذلك الزكام الذي يجب اخذ التطعيمات والأمصال الواقية منه. الحب، ذلك الشريك الأصغر!

(سين جيم: حوار ذاتي بحثا عن موقع تخيير صالح)

س: حسن، مع أي الفريقين يقف الحق يا ترى؟

ج: لاحظي بداية أنني في هذه المقالة أتكلم عن الحب بين الجنسين فقط، على اعتبار أن

بقية أنواع الحب المسكينة تعاني كسادا وتجاهلا لا أظنني قادرة على حله في مقالة متواضعة، ولذلك قد أطلب معونة البنك الدولي في تقديم قرض حسن للتسويق لبقية أنواع الحب، لعل وعسى.

على فكرة، وبما أن الشيء بالشيء يذكر، لماذا لا تُفرض «ضريبة حب» على غرار «ضريبة الكربون»؟ فقد أسقمنا المؤلفون والمنتجون بسيرة الحب في أفلامهم ومسلسلاتهم وأحاديثهم وإنتاجاتهم حتى أفسدوا ذائقة الناس وصار الحب ممجوجا مملولا. لقد استهلكوه حتى كادوا أن يهلكوه، ويهلكونا معه. لقد صرنا نكره الحب من

بصيغ أخرى، وأن صرعة عصر ما تعود مجددا (مثلا عودة نسق ملابس السبعينيات). لكن ألا يقرأ القوم التاريخ؟ ألم لا يحفظوا أن البشر ومنذ أيام العرب القدامى استهلكوا الحب حتى صاروا يهدون بأبيات مضحكة مثل «أحبها وتحبني ويحب ناقتها بعيري»؟

س: لا تتهربني وأجيبني على السؤال من فضلك، مع أي من الفريقين يقف الحق؟

ج: إذا تفكرنا جيدا، سنجد أن المسافة الفاصلة بين الدماغ وبين القلب لا تتجاوز في الغالب ٤٠ سنتمترا، ورغم ذلك فإننا كبشر لا نحسن الموازنة بينهما. طبعاً أنا هنا أخذ بوجهة نظر الشارع التي ترى أن الحب مصدره القلب، في حين أن الأطباء يقولون أن الحب مجرد تفاعلات تحدث في الدماغ لا في القلب، علما بأنها تأخذ دورتها الطبيعية (تقول بعض الدراسات أن عمر الحب الافتراضي سبع سنوات) ولا يظل بعدها سوى العشرة الطيبة والتعود. وهذه وجهة نظر جديرة بالتأمل، إذ أنها تعني أن الدماغ (وهو أساس تكليفنا كبشر) هو المسؤول عن قراراتنا العقلانية، وأيضا عن قراراتنا العاطفية، أي أن المسافة تقلصت تماما ويفترض أن تكون الأمور بذلك أسهل.

س: هل نفهم من كلامك أن الحب شيء يؤخذ بالمسطرة والفرجار، ولا مكان للعواطف



فيه؟

ج: لا، لا، أبدا، ثمة عنصر لا يمكن نكرانه: «الارتياح»، أو «الاستلطاف»، أو «الكيمياء». ومحل حدوث كل هذا هو الروح التي هي من أمر ربي. ألم يقل المصطفى صلى الله عليه وسلم «الأرواح جنود مجنده، ما تعارف منها ائتلف وما تناكر منها اختلف؟» وأي قرار زواج دون وجود هذه «الكيمياء» ضرب من الانتحار.

س: من تكلم عن الزواج الآن؟
موضوعنا عن الحب.
ج: سؤال وجيه كالعادة!

س: لا تحاولي استمالي ورشوتي بالمديح، أجيبني على قدر السؤال من فضلك.

ج: البداية الصحيحة للحب هي الزواج لدينا كمسلمين، ولا يوجد خيارات أخرى. لاحظي أنني أقول البداية، وليس النهاية. مشكلة البشر أنهم يظنون أن الزواج هو «النهاية الطبيعية» للحب، وهذا ما يجعل بيوتهم مقابر!

س: لكن هل تنكرين أن الواقع أثبت بما لا يدع مجالا للشك أم الحب يتلاشى بعد الزواج؟ ثم ألم تقولوا أن الأطباء يقولون أن للحب عمرا معينا يزوي بعده؟ كيف تدافعين عن نفسك أمام هذا التناقض؟

ج: ما تكلم عنه الأطباء هو الحب الهرموني الذي يتزيا بثياب الحب، وما أتكلّم عنه هو الحب المصنّع. وللمرة الأولى في التاريخ البشري يتفوّق المنتج المصنّع على المنتج الطبيعي، هل تصدقين ذلك؟! فهذه «الشرارة» المبدئية التي فطرنا الله عليها شيء جميل، لكنه للأسف ينطفئ بسرعة. كم

مشكلة البشر أنهم يظنون أن الزواج هو «النهاية» للحب، وهذا ما يجعل بيوتهم مقابر.

هل الحب من أول نظرة موجود؟



الحب صناعة .. لأن السماء لا تمطر ذهباً ولا فضة ولا حبا ما رأيك بمقطع الأغنية .. عشقتك والعشق أكبر مصيبة؟!

س: اممم، حسنٌ، دعيني أسألك عن جانب آخر من الأمر: لماذا تفشل الزوجات غالباً التي تسبقها قصة حب مهولة برأيك؟
ج: شيء منطقي أن تفشل، لا تصدقوا السينما ولا تصدقوا الروائيين، كل القصص التي تسبقها ملحمة عشق، تنتهي نهاية محزنة لأنها ليست إلا شهوة تتدثر بثياب الحب، ويجب أن تتم محاكمتها بتهمة انتحال الشخصية!

عدد الأشخاص الذي نلتقي بهم و«نرتاح لهم»، ثم يتبعون إلينا بأفعالهم؟ وكم عدد الأشخاص الذين كنا لا نطيقهم، ثم يتحببون إلينا بأفعالهم وطيب معادتهم في وقت تنفض فيه الجموع؟ الحب يفنى، ولا يبقى سوى «التحب». يقول الرافعي «ليس كل ما يعجبك يرضيك، ولكن كل ما يرضيك يعجبك» وهذه قمة الصواب، فالذي يعجبك وتحبه ليس بالضرورة يرضيك وينفعك على المدى البعيد.

٢٠٪ من الحب قبول نفسي (تلك الشرارة أو الكيمياء) ولكن ٨٠٪ من صناعة! أجل، لا تتظنوا إليّ هكذا، يا جماعة الحب صناعة! صناعة المودة والرحمة. لا تتوقعوا أن يهبط الحب من السماء هكذا دون جهد وتعب من أجله، ف«السماء لا تمطر ذهباً ولا فضة»، ولا حبا أيضاً. المشكلة أن ما يحدث اليوم أن هناك تعويل واعتماد مبالغ فيه على ال ٢٠٪ من الارتياح النفسي المبدئي، فتتحول إلى قصة عشق وهيام، وطبعاً تعرفون النهاية السعيدة لكل قصص الحب حين تزورها صخرة الواقع الصلدة على رأسها المجيد! لقد نسينا ال ٨٠٪، لقد نسينا أن الحب معاملة ومراعاة، وهو أمر يُصنع ويُخطط له ولا يأتي عفواً القريحة. ما فائدة الغرام والهيام دون أن يراعي الطرف الأول مشاعر الطرف الثاني وحاجاته ويسعى فيها والعكس؟ هناك «واجب بيتي» على الطرفين أن يصنعا لأنفسهما اهتمامات مشتركة، بل وهموماً مشتركة أيضاً. كثير من العشاق تصيبهم حالة غرور واكتفاء على ما هم عليه، فلا يحاولون السعي في التعرف على الطرف الآخر والسعي في رضاه، ومن هنا تنشأ المعضلة. بل أن العشق قد يتحول إلى كره بقدر هذا العشق قياساً على قانون نيوتن الثالث «لكل فعل رد فعل، مساو له في القوة ومضاد له في الاتجاه». ألم يقل المصطفى صلى الله عليه وسلم «أحب حبيبك هونا ما، عسى أن يكون بغيضك يوماً ما»؟

س: هل أفهم من كلامك تشجيعاً على «الزواج التقليدي»؟
ج: الزواج التقليدي عبارة

الحب هو رغبة لا تقاوم في أن نكون مرغوبين بشكل لا يقاوم

هل تنكرين أن الحب يصنع المعجزات؟

ج: أريد -وبشدة- أن أصدق هذه العبارة التفاؤلية، لكن المشكلة أنني لا أستطيع أن أجد مثالا واحدا يعينني على ذلك. وإذا صحت هذه العبارة، فهذا يعني أننا مثلا يمكننا الاستغناء عن خدمات البعارين (الجمال) الشهيرة التي عجزت عن حمل الفساد في العالم العربي، لأن العشاق المتيمين قادرون على تحقيق أعجوبة وإيجاد حل للمعضلات الكبرى التي تواجه العالم العربي. أظن أنني سأكون شاكرا لهم جدا، وكذلك الجمال. لكنني أعتقد أننا -أي أنا والجمال الصبورة- سننتظر طويلا، إلى أبد الأبدين ربما إذا كنا سنعتمد على أصحاب الصبابة!

لها ولا خطام. جميل حين يتعقل الحب ويكون مودة متزنة، تظهر على شكل الرحمة والمراعاة والإيثار. في العلاقات طويلة المدى كالزواج، لا تحتاج الفتاة إلى «دون جوان»، بل إلى رجل «إن أحبها أكرمها، وإن أبغضها لم يظلمها». هل تذكر تلك الأغنية مسلسل «مدينة الرياح» التي كنت نردها يوم كنا صغارا: «واللي معدنه طيب ما تغيره الأيام؟» الحب لا يحتاج إلى «كيوبد» يطلق سهمين على شخصين فيقعان في الحب. مهلا، مهلا، سمعتم هذا التعبير؟ «الوقوع» في الحب؟ تعبير ظريف ومعبر جدا، ها ها ها! لماذا نقول أن الناس تقع في الحب ولا نقول أنها تسمو به أو فيه؟

س: رجاء، أنا من أطرح الأسئلة وليس أنت! وسؤالي التالي هو:

كما ينسجون السدود أو شباك الصيد، بإتقان، وبصبر كبير. قد يقول قائل أنهم مضطرون للتكيف مع الوضع القائم، فلا خيار لهم سوى الزواج الذي يتم عن طريق الأهل، وإنهاؤه يجز مشاكل كبيرة على مجتمعهم الصغير. نعم، هذا صحيح، لكن احزروا ماذا حدث؟ هذا الزواج -على علاقته وجوره وعدم مراعاته لمشاعر الطرفين- أنجح من زواجيات الحب! أرجو ألا يفهم أحد أنني أشجع الزواج دون تعارف الطرفين ودون حصول الارتياح المبدئي، كل ما أريد قوله هو أن زواجياتهم نجحت لأنهم صبوا جهودهم على الـ ٨٠٪، في حين أصابت حالة غرور المعتمدين على الـ ٢٠٪ فنسوا أن يصنعوا شيئا لتتحول العاطفة إلى «مودة ورحمة» وليس مجرد عواطف شائرة سادرة متبعثرة لا لجام

مطاطة وغير محايدة. إذا كان المقصود بها الزواج دون تعارف (أسميه زواج امسح وقد تريح!)، فهذه جريمة وشر مستطير، حينها سيكفر العشير وسترد الحداثق. أما إذا قصد بها أن يسرع الطرفان المرتاحان والمقتنعان ببعضهما إلى الزواج دون أن يحولا الأقصوصة إلى رواية قابلة للتحويل إلى مسلسل مكسيكي-تركي، فإني حقا أدعو الله أن يكون هذا النوع من الزواج لدينا هو التقليد السائد.

س: سأعيد صياغة السؤال: ما رأيك بالزواج أيام الأجداد والجدات؟

ج: أفهم ما تعنين. كلنا في قرارة أنفسنا نتساءل، لماذا كانت زواجيات الأقدمين تتجح وتستمر؟ والإجابة بسيطة: لأنها كانوا يصنعون الحب، ينسجونه

طفلك والحلوى .. تفيده أم تضره ؟

من كم السكريات الإجمالية التي يستهلكها الإنسان. × ترويض أسنان طفلك الحلوة: على الأمهات عدم الانتظار على تقديم الحلوى حتى يعرفها الطفل من وسائل الإعلام أو من المحيطين به، فمن الأفضل أن تقوم الأم بنفسها بعمل ذلك حتى تضمن الكم والتوقيت الملائم لتناولها .. فلا مانع أن تبدأ الأم بإعطاء طفلها الحلوى ما بين ١٨ شهراً حتى عامين، فبعد أن يأكل الطفل وجباته من الخضراوات والفاكهة تُقدم الحلوى له عند طلبه إياها.

الاستمتاع بالحلوى

تقديم الحلوى باستمتاع للطفل مثل الوجبات الغذائية، ولا يكون إدراجها فقط من أجل الثواب أو منعها بغرض العقاب. فسبق وأن ذكرنا أن الشيء الممنوع مرغوب، وبالتالي سوف يكون هناك تعلق إدماني بها على عكس ما تريده الأمهات من أبنائهن عند التعامل مع الحلوى.

الحفاظ على اللآلئ

الحفاظ على اللؤلؤ الأبيض (الأسنان) لا يكون بمنع الحلوى، فنوعية الطعام نفسه لا تسبب التسوس كما يعتقد الكثير منا. فحوالي ٩٠٪ من مجمل الأطعمة التي يتناولها الإنسان تحتوى على سكريات ونشويات، فليس من العقل فى شيء منعها لأن كليهما يؤدي إلى التسوس. والأهم الذى ينبغى أن يعيه الآباء هو طول المدة التي تبقى فيها الأطعمة فى الأسنان والضم التي تضر بحتها وليست نوعية الأطعمة، فقد

إنها البداية لرحلة الطفل وشغفه بالحلوى ورفضه للأطعمة الصحية الأخرى التي تحتوى على السكريات من الفاكهة على سبيل المثال والتي يحتاجها الجسم للبناء. ودائماً ما يكون الرفض حليف الأطعمة التي بها سكريات طبيعية .. ومع هذا الرفض يبدأ الصراع فى تعليم الآباء لأبنائهم أن الحلوى ما هى إلا جزء بسيط جداً فى النظام الغذائي، والأصح هو ما يرفضه الأبناء من الأطعمة الصحية المتوازنة. ما هو الغذاء الصحى المتوازن؟ بالتأكيد أنه من المفيد إذا قللنا من كم السكريات والدهون فى حياة أطفالنا، لكن القاعدة المعروفة لدينا جميعاً أن الممنوع مرغوب، ومع استحالة منع الأطفال من أكل الحلوى كلية لأن الطفل بطبيعته يحبها .. ينبغى أن تكون هناك خطوات أكثر واقعية للتعامل من خلالها مع حب الطفل للحلوى بحيث تكون ضمن نظام غذائه الصحى

ما هو تعريف الحلوى/الحلويات؟ الحلوى أو الحلويات هى نوعية من الأطعمة التي يكون المكون الأساسى فيها هو السكر بكافة أنواعه بما فيه العسل. تتكون الحلويات بشكل أساسى من السكر، بالإضافة إلى بعض العناصر الأخرى حسب نوعية الحلوى، يجب ألا تزيد نسبة السكر المكرر عن ١٠٪





فوائد خاصة للسكريات
السكريات لها فوائد خاصة من
تعديل السلوك السلبي للطفل
في حالتين هامتين
عند رفضه لل طعام وترك ثدي
الأم وعدم قبوله اللبن الحليب،
فلا مانع من أن تقوم الأم
حينها بتحلية اللبن حتى يتقبل
أخذه وستكون النتيجة إيجابية
لاستخدام السكريات.

الأمر الثاني، عند مرض الطفل
ورفضه لأخذ الدواء المرفيمكن
للأم إضافة بعض مواد التحلية
لتساعده على الشفاء.

- متى يـدق ناقوس
الخطر، إذا كان الطفل:

- ١- يجادل مع الآباء بشأن الحلوى.
- ٢- يلجأ إلى طلبها كثيراً.
- ٣- يعاني من مشكلة صحية
مرتبطة بأكل السكريات.

هناك تدخل من جانب الآباء-
والذى سيكون بالطبع ضد رغبة
الطفل- فى إدخال عناصر أخرى
لا تحتوى على سكريات من أجل
عمل توازن فى نظامه الغذائى
وهذا ما يقبله الطفل بصعوبة.

له، اصطحابه للملاهى ... الخ
قد تكون بالفكرة الحسنة عدم
إعطاء الطفل الحلوى قبل
إتمامه العام الأول من عمره،
لكن إذا أدرجت فى غذائه
فى مرحلة مبكرة جداً سيكون

يكون على العكس الحلوى من
الشيكلاته أو الآيس كريم تزول
آثارها بواسطة اللعاب بمجرد
الانتهاء من مضغها، أما رقائق
البسكويت على الجانب الآخر
فقد تختبئ فى ثنايا الضروس
وتسبب ضرراً بالغاً. والأهم من
ذلك كله ضمان نظافة الأسنان
بشرب الطفل للماء أو اللبن
بعد تناوله للحلوى، ثم غسيلها
بالمعجون والفرشاة

المكافأة

المكافأة بعناصر أخرى غير
الحلوى، إذا كانت هناك مناسبة
ما للاحتفال بالطفل فلا شرط
أن ترتبط بتقديم الحلوى له
فقط.. وإنما توجد وسائل أخرى
متعددة للتعبير عن الاحتفال،
مثل: نزهة لمكان يفضلها، الذهاب
للسينما، شراء ملابس جديدة



تمتعي ببشرة نضرة من سلة الفواكه والخضار

شراب عصير الجزر على الريق صباحاً يعطى الوجه لوناً مشرقاً، للعلم فهناك أنواع من مساحيق التجميل تقوم أساساً على الجزر، وهى تغذى البشرة وتصونها من التجاعيد.

دهان الوجه بعصير الأناناس مفيد لتقوية بشرة الوجه

البقدونس: للحصول على بشرة وضاعة جميلة للوجه، يغسل الوجه صباحاً ومساءً ولدة أسبوع بمغلى قبضة من البقدونس فى لتر ماء لمدة ١٥ دقيقة .. ويستعمل هذا المغلى فاتراً. أما لعلاج الوجه من الحبوب والبثور فيغسل الوجه مرتين بعصير أو ماء منقوع فيه البقدونس. يراعى أن يغسل البقدونس جيداً قبل استعماله.

ماء قشر جوز الهند (النارجيل) يزيل الكلف والنمش.

دهان وتدليك الشامات والبقع السمراء التى تظهر على الوجه وظاهر اليد فى الشايخوخة بزيت الخروج صباحاً ومساءً.

الخس: مغلى أوراق الخس مضافاً اليه ماء الورد يستعمل فى غسل العيون المتعبة والجفون المتورمة.

الخيار: نظراً لاحتواء الخيار على نسبة عالية من الكبريت فإن عصيره الطازج ينقى جلد الوجه ويكسبه نضارة .. والخيار يستعمل موضعياً فى حالات خشونة الجلد واحتقان الوجه وانتفاخ الجفون. ومن أجل الحصول على نقاء ونضارة جلد **الوجه:** يدهن الوجه بعصير

الوجه.

زيت الزيتون: لإزالة تجعدات الوجه والرقبة، يطلى الوجه والرقبة بمزيج قوامه نصف ملعقة صغيرة من زيت الزيتون، صفار بيضة، وبضع نقط من عصير الليمون .. ثم يغسل الوجه بعد ثلث ساعة بماء فاتر.

دهان الوجه بعسل النحل وتركه لمدة ساعة يومياً يكسب البشرة الحيوية والنضارة ويساعد على إزالة تجاعيد الوجه

الليمون مفيد جداً للبشرة خاصة البشرة الدهنية، لأنه ينظفها ويغذيها ويجعل أنسجتها تشد وتتماسك - كما أنه فعال

ضد المسام الكبيرة .. ولعمل « ماسك الليمون » تعصر

ليمونة، ويمزج عصيرها ببياض

بيضة مخفوقة .. تغسل البشرة جيداً وتجفف، ويدهن الوجه بالمزيج مع ترك مسافة حول منطقة العين .. يترك هذا المزيج على الوجه لمدة ١٥ دقيقة تقريباً حتى يجف .. يغسل الوجه بعد ذلك بالماء الفاتر مع استخدام قطعة من القطن للتنظيف.

الشمام: يستعمل الشمام فى تجميل بشرة الوجه، فهو يكسبها نضارة ونعومة خاصة البشرة الجافة .. حيث يغسل الوجه بالتركيب الآتى: ماء مقطر + حليب طازج (غير مغلى) + عصير الشمام .. بمقادير متساوية.

الطماطم: يستخدم عصير الطماطم مع الجليسرين وقليل من الملح، وتدهن به بشرة الوجه والأيدى فتصبح ناعمة.

العنب: يستعمل عصير العنب لغسل الوجه وترطيبه، وذلك بمسح الوجه باستخدام قطعة من القطن بعد غمسها فى العصير .. يترك الوجه مبللاً بالعصير لمدة عشرة دقائق حتى يجف .. ثم يغسل بماء فاتر مع قليل من بيكربونات الصوديوم.

الفراولة: تستخدم لتجميل بشرة الوجه.

- تهرس حبات الفراولة ويدهن بها الوجه قبل النوم، ويترك حتى الصباح. فيغسل بماء البقدونس الأفرنجى .. وهذا يساعد على تنشيط الجلد وإزالة التجاعيد.

المشمش: يعمل من المشمش كمادات توضع على الوجه لتقوية الجلد وتفتيته.



شاورما الدجاج المميز



شرائح من صدور الدجاج مقطعة قطع مناسبة للشاورما ومتبله بالفلفل الأسود والكمون والثوم والملح وزيت الزيتون) الثوم ٦ فصوص مدقوقة + رأس بصل ناعم جداً للتبيل .

- مايونيز (حوالي ٤ ملاعق كبار) - ملعقة كبيرة عصير ليمون .

- سلطة لحشو السندوتش خس طماطم خيار جزر بصل اختياري.

- زبد لقلي الدجاج - بصل مشوي أو مقلي .

الطريقة:

يوضع الدجاج في وعاء ونضع له التتبيل ونقلبه في الزبد حتى الإستواء. ثم اخلطي مايونيز (حوالي ٤ م ك) مع ٢ م ك عصير ليمون ثم تضاف لقطع الدجاج وتقلب نحضر

الخبز اللبناني ويقطع لمربعات (٨ قطع) وتوضع الحشو على الطرف وتلف مثل السويس رول مع الخس والطماطم والبصل المشوي ثم تغلف بورق الشاورما أو في خبز لبناني صغير كامل المخللات.

حلو الكورن فليكس



المقادير :

لفة شعيرية باكستانية ،،
٢/١ كوب زبدة أو زيادة لكن مو كثير ،،
٢ كوب كورن فليكس مكسر ،،
٢/١ علبة حليب نستلة ،،
قليل من الفانيليا ،،

الطريقة :

١- تذوب الزبدة على النار ،،
٢- تكسر الشعيرية وتضاف إلى الزبدة وتقلب في النار حتى يصبح لونها ذهبيا ،،
٣- يضاف النستلة ومقدار

كوبين من الكورن فليكس والفانيليا على الشعيرية وتقلب وتقلب حتى تمزج المقادير جيدا ثم نرفعها من على النار ونتركها تبرد قليلا ،،
٤- تكور في اليد ثم ندحرج الكورن على المقدار المتبقي من الكورن فليكس ،،
٥- تقدم مع القهوة ،،
ملاحظة : يمكن تزيينها ايضا بصب قلييل من النستلة فوق الكورن فليكس ،،

السبت : إبرة وخيط.. حلم تحول إلى واقع



عائشة السبت

البطاقة الشخصية
الاسم: عائشة أحمد السبت
تاريخ الميلاد: ١٩٨٠/١١/٢
الكلية: الكلية الاسترالية
التخصص: هندسة
الالكترونية
الهواية: القراءة
التمتع بالمناظر
الطبيعية، المشي، تصميم
الازياء والاكسسوارات.
الايميل
ebra.khait@hotmail.com

حدثينا عن بدايتك مع هواية
التصميم والاعمال اليدويه
كيف كانت؟

كانت بدايتي عندما قمت بتصميم فستان يخصني لحضور حفل احدى قريباتي، كنت أريد شيئاً مميزاً غير الموجود في الاسواق، وعملت أيضاً اكسسوار مناسب لذلك الفستان، وفعلاً لاقى الفستان اعجاب الجميع.

ومنذ ذلك اليوم وأنا اقوم بعمل أزيائي الخاصة بالمناسبات كالأعراس والاستقبالات

والأعياد .
ماذا تعني لك هذه الهواية؟
 المتعه، فكم أستمتع بأعمالي اليدوية وأشعر بالسعادة عندما أرى أي فتاة ترتدي من تصاميمني فالانسان قادر على فعل أي شيء يريد و يسعى اليه .

هل هناك إسم معين لعملك
ويترك بصمتك ؟

نعم سميت (إبرة وخيط) وكان يجول هذا الإسم في خاطري منذ فترة ، وهو يعبر بدقة عن طبيعة عملي ، حيث أن الابرة والخيط من أهم مستلزماتي ، ويسعدني أن أرى هذا الحلم الصغير يتحول لحقيقة على أرض الواقع .

ماهي الأدوات الرئيسية التي
تحتاجينها أثناء التصميم
والتطبيق؟

المقص الصمغ أدوات الخياطة الكرستال والاحجار وقطعة الخام.

هل تلاقين تشجيع من
الأهل والأصدقاء لتطوير
هوايتك؟كيف؟





ماهي نوعية تصاميمك وأي الألوان تجذبك؟

أغلب تصاميمي عبارة عن فساتين للاستقبالات والأعياد ، وما يميزها أن لكل فستان اكسسواره الخاص بالإضافة إلى ملابس الأطفال ، وأراعي دائما في عملي عاداتنا وتقاليدها ومبادئ ديننا فعملي كله يكون في ما يرضي الله، وأحب جميع الألوان وبالأخص الأبيض والفوشي والأصفر.

ماذا استفدت من هوايتك؟
معرفة الناس والاحتكاك بمختلف الفئات وتوسيع شبكة

الفتاة قادرة على التميز والابداع ولديها قدرة على التحمل وتميزها عاطفة الجياشة.

لها ذلك الفستان الذي فيه رتوش من الكرسنالات، وتميزه بالورود الجميلة مع باند للشعر، وعندما شاهدوا صديقاتي أعجبن به كثيرا، وطلبن مني العمل لأطفالهن، وحينما رأيت كثرة الطلبات بدأت العمل في هذا المجال، أنه عمل ممتع جدا خاصة للأطفال.

**متى أنجزت عملك أول مرة ؟
أوصفي لنا شعورك في ذلك اليوم؟**

سأتحدث عن عملي في مجال أزياء الأطفال على وجه الخصوص .
ذلك كان عندما رزقني الله بطفلي الصغيرة هاجر، أردت تزيينها بأحلى الزينة فعملت

نعم فتشجيع الأهل والصديقات لا غنى عنه، فعندما اقوم بعمل أي قطعة ومن ثم أسمع كلمات الإعجاب والتشجيع ، ذلك يعطيني طاقة لعمل المزيد ويدفعني دفعة قوية الى الأمام.

هل من صعوبات واجهتك في بداية مشوارك؟ وكيف تغلبت عليها؟

الصعوبات موجودة في كل المجالات ،لكن الذكي هو الذي يجعل من هذه الصعوبات طريقا للصعود ودافعا للتطوير من نفسه.





الأزياء تجمل المظهر والعلم يجمل الجوهر .. والجوهر هو الأهم

في الكويت؟

تهتم الصحف والمجلات
بشكل واضح وكبير خصوصا
في الآونة الأخيرة .

ما رأيك هل الفتاة قادرة
على الابداع في كل المجالات

كيف تحقق ذلك؟

بالطبع ، الفتاة قادرة على
التميز والابداع والنجاح في كل
المجالات، فאלله اعطاها قدرة
على التحمل والصبر وميزها
بعاطفتها الجياشة ، فأني فتاة
تجد نفسها تميل الى أي مجال
سوف تبذل فيه، وأي نجاح لا
ياتي الا مع الاصرار و المثابرة
والخطة المدروسة.

معظم شبابنا يعاني من الفراغ
والفراغ قاتل وهؤلاء الشباب هم
المستقبل،

فكم هو جميل لوكانت هناك
مراكز وجهات حكومية وخاصة
لرعاية أي موهبة شبابية
ودعمها علميا وماديا .

مارأيك باهتمام الصحف
والمجلات بإبراز المواهب الشبابية

بفئة الشباب، ولكن تنقصها
الدعاية والاعلان، فالكثير من
الأهل لا يعلمون بوجود تلك
المراكز وأيضا تكلفتها المادية
لاتناسب دخل الكثير من الأسر،
لذلك الاقبال عليها أما ضعيف
أو تكون الجهة غير معروفة .

ماهي اقتراحاتك لتطوير وزيادة
الاهتمام بالمواهب الشبابية؟

العلاقات ، وكونت الكثير
من الصداقات من خلال
هذا المجال.

كيف تجددين الاقبال على
فن التصميم في الكويت؟

بكثرة والحمدلله ، فهذا
المجال ناجح جدا في الكويت
فالفتاة الكويتية دائما تبحث
على مايميزها، وتسعى دوما
لتطوون فريدة ومختلفة عن
غيرها .

مارأيك بالجهات المختصة
بتطوير المهارات الشبابية ؟ هل
تدعمها بشكل واضح؟

هناك الكثير من المراكز الناجحة
في تطوير المهارات والاهتمام





يجمل الجوهر والجوهر هو
الاهم.

كلمة لجيل الشباب؟

لكل إنسان منا قدرة وطاقة
عظيمه وهبنا الله إياها
أقول للشباب ولأبناء جيلي
اسعوا في الأرض واكتشفوا
قدراتكم ووتميزوا بمجالاتكم
تخلقوا بمكارم الاخلاق
واستعينوا بالله. فالفاشل
لا مكان له في هذه الحياة،
والحياة التي تخلوا من الانجاز
لا خير فيها، الحياة تسير ولا
تنتظر أحدا فمن لا يتقدم معها
سيتراجع الى الوراء

الذكي هو الذي يجعل من الصعوبات طريقا للصعود ودافعا لتطوير نفسه.

والمعرفة ، لا شك أنني أحب
تصميم الأزياء لكن هذا المجال
مجرد هواية لا يغنيني عن العلم
ولا يصدني بأن أحصل على
أعلى الشهادات، فنحن أمة
أقرأ وبالعلم نرتقي ونتطور،
وسبب تقدم الامم هو الثقافة
والعلم .
الأزياء تجمل المظهر والعلم

العجمي عائشة العنزي شروق
اليتامى منى المطيري وشيخة
الوردان ، فلهن الفضل من بعد
الله في دفعي الى الامام كلما
شعرت بالاحباط.
أمنياتك وطموحاتك ؟
أهدافي وطموحاتي ليس لها
حدود .
أهم شيء عندي هو العلم

من وراء نجاحك؟

النجاح ينبع من النفس،
فمهما تكن المحفزات
الخارجية مالم يصاحبها
عزيمة وإرادة من الشخص
نفسه تصبح بلا جدوى،
ولكني أيضا لا أنسى القلوب
التي لم تبخل يوما بالعطاء،
أمي الغالية التي مهما سطرت
من كلمات لن أوفيقها حقها
،وكل الشكر والتقدير لصديقتي
العزيزة هدى العبيدلي والاخت
الفاضلة حبيبة الخراز التي
أعطتني من خبرتها الكثير.
كما أقدم جزيل شكري لزميلاتي
في العمل مها العصيمي وضحة



متى تتحقق لنا متعة القراءة؟!

تحقق لنا متعة القراءة عندما نحسن اختيار الكتاب الذي نقرأ، وعندما نجيد اختيار الوقت الذي نقرأه فيه، والأهم عندما نستفيد مما جاء في الكتاب من معلومات.

ولأن الاستفادة من المعلومات لا تتم إلا بتدوينها، والعمل بما جاء بها من حكم وأقوال ونصائح. لهذا السبب، يبدع الكثيرون في إيجاد طرق مبتكرة لتدوين الملاحظات. ولهذا السبب أيضا أتيت إليك اليوم بفكرة خاصة جدا وسهلة لصنع فاصل كتاب..

ما هو فاصل الكتاب؟
فاصل الكتاب هو أحد أهم الأدوات التي نحتاجها أثناء ممارستنا للقراءة. أجمل ما فيه أنه أبسط مما تتخيل، فقد يكون لوح من خشب، قطعة من كرتون، منديل من ورق، أو خيط من صوف. وأروع ما فيه أنه يحمل بصمات إبداعنا عليه.

هل تعلمين؟
إن أسوأ ما قد يحدث لنا ونحن نقرأ، أن نضطر لترك الكتاب لبعض الوقت، لننهي عملا ما، أو لنستقبل زائرا جاء حين فجأة. عندها لا بد لنا من ترك ما يدل على ((أين توقفنا ؟)) أو نعلم إلى ثي طرف الصفحة كعلامة، وهو ما لا أحب اللجوء إليه.

كيف نصنع فاصل كتاب؟
لنصنع فاصل كتاب علينا أولا أن نحدد حاجتنا منه. لأنه حين نحدد حاجتنا من القراءة يسهل علينا صنع فاصل الكتاب المناسب لنا.

فاصل هذا العدد..
نهديه لك أنت عزيزتي. لتبدئي معه رحلتك الجميلة والممتعة في قراءة كتب متنوعة تضيف إليك في كل مرة المعلومة والفائدة.
نحتاج إلى صورة فوتوغرافية. قد تكون صورة لمعلم من معالم دولتنا الحبيبة الكويت. أو منظر طبيعي التقطته كاميرا الديجيتال خاصتك في إحدى رحلاتك. أو لقطة تجمعك مع صديقاتك في جهاز هاتفك النقال.
بعد طباعة الصورة على ورق، نقص وجهي الفاصل الأمامي والخلفي.
يمكنك بعد تثبيت الوجهين الأمامي والخلفي معا، تثبيت شريط مناسب اللون.

إذا كان ورق الطباعة قليل السمك يمكنك تغليف الفاصل حراريا فيكتسب قواما سميكًا ويحتفظ بألوانه وجماله لفترة أطول.
عند استخدامك صورة فوتوغرافية حقيقية لا تغلفها حراريا لأنها ستلتف حيث تختلط ألوانها مع بعضها البعض.
أتمنى أن يحوز فاصل هذا العدد على رضاك وإعجابك.
تمنياتك لك بقراءة ممتعة وفائدة عظيمة

هند عبد العزيز

بهجة عمري



إلى من أضاءت دروبي في ظلام دامس لا ضوء فيه ، أمي هي الشمس التي ترسم ظلالها الجميلة علي لاكتشف أنها مصباح منير في حياتي لايتوقف عن بريق أضوائه، الي من احتضنتني بدفء ومحبة تتبعث بأشراقه لا نهاية لها ربتني علي أجمل الصفات، أندرين البسمة التي على ثغرك تجعلني أعيش في عالم التفاؤل وأتخطى كل خطوة مليئة بالصعاب ؟؟

فلولا وجودك لضللت الطريق وبحثت عن مخرج يؤنني من وحشة الظلام والخوف لابحث عن الشمس التي تنير حياتي بأكمله ، فلولاك لكأنت الدنيا بالأحرى ظلام يرسم الأمل وموسيقى تعزف سيمفونيتها الحزينه فوجودك مهم كثيرا يا أمي لو كانت النجمة بجانبها لأضاءت من شدة نورها الساطع المشرق .. فمن هي ياترى ؟ أندرون من ؟؟ هي أمي حفظها الله ورعاها .. فما أجمل ان أراها مبتسمة وراضية عني، أني ممته لها كل الامتنان وأشكرها من أعماق قلبي .وهذا لايفي بجزء مما عملته معي فأمي سنبله من سنابل المحبة والطيبة وقمر يتلألأ من شدة جماله في سماننا الزرقاء المضيئة .

فنصيحة مني ... الأم جوهرة فلا تهملوها بل احتفظوا بها وبروها لأن الجنة تحت أقدامها فاهتموا أكثر بمشاعرها

حصه السريع

الجامعة العربية المفتوحة



فلسفة خريجة

وتغيير ردود أفعالنا تجاهها أسهل من إلغائها فيجب أن نكون سادة لظروفنا، تعلمت أنه يجب على المرء ألا يحاول أن يكون إنساناً ناجحاً، إنما أن يحاول أن يكون إنساناً له قيمة وبعدها يأتي النجاح تلقائياً، تعلمت أنه خير للإنسان أن يندم على ما فعل من أن يتحسر على ما لم يفعل، تعلمت أن أتحمّل المسؤولية مهما عظمت طالما أتصدي لها بكل إرادتي الحرة وأتحمّل كافة نتائجها، تعلمت أن السمعة الجيدة هي من أعظم الثروات التي يجب المحافظة عليها، ومن أروع ما غرس في أعماقي أن أكون النجم الذي يقضي عمره من أجل بثّ النور للجميع دون أن أنتظر من أحد رفع رأسه ليقول شكراً، وهنا لا بد لي أن أشير أن الطريق الذي سلكته لم يكن سهلاً أو مفروشا بالورود بل كان مليئاً بالتحديات التي تحتاج لكثير من الصبر والإصرار، وإن فشلت مع بعض الأشخاص فإن شرف الخصومة يمنعني من البوح بالأسباب لكن باختصار هي دروس وخبرات أضيفت لرصيدي، وبذلك تتحول جميع الإخفاقات إلى نجاحات.

أعزائي قبل أن أختتم هذا المقال أسوق لكم هذه القصة، التي توجز رسالتي إليكم، يحكى أن ملكاً كان يحكم دولة واسعة جداً، أراد هذا الملك يوماً القيام برحلة برية طويلة، وخلال عودته، وجد أن أقدامه تورمت بسبب المشي في الطرق الوعرة، فأصدر مرسوماً يقضي، بتغطية كل شوارع مدينته بالجلد، ولكن أحد مستشاريه أشار عليه برأي أفضل، وهو عمل قطعة جلد صغيرة تحت قدمي الملك فقط، فكانت هذه بداية نعل الأحذية، إذن إذا أردت أن تعيش سعيداً في العالم فلا تحاول تغيير كل العالم، بل أعمل التغيير في نفسك ومن ثم حاول تغيير العالم بأسره.

ختاماً لا بد أن أعترف لكل من أخطأت وأسأت بحقه، وأن أتوجه بالشكر الجزيل لكل من ساندني وعانديني في رحلتي السابقة ستظل ذكراكم في قلبي وعقلي فيفضلكم بعد الله عز وجل رسمتم طريقاً لحياتي وتركتكم بصمات لم ولن أنساها.

م. سارة يوسف الرقيب

رئيسة لجان الطالبات

نائبة رئيس الاتحاد الوطني لطلبة الكويت

ما أسرع الأيام تمر بنا دون أن نشعر، ففي أمس القريب كنت أخطو خطواتي الأولى في هذا العالم الجامعي المثير، يملؤني شوق لمعرفة ما خلف هذا الصرح، وما أنا اليوم يلغني سيل من الذكريات التي تتزاحم أمام ناظري، أودع هذا الصرح الشامخ الذي لطالما عشت فيه أجمل مراحل حياتي، أعزائي أهديكم هذه السطور، التي أحببت من خلالها أن أنقل إليكم تجربتي المتواضعة، فمن يدري لعل بها فائدة أو حافظاً لغيري ليبذلوا المزيد من الوقت والجهد فتكون لحياتهم الجامعية أبعاداً أخرى، وأهدافاً كبرى، ولينظروا إلى الأمور بمنظار التحدي والأمل.

”الطالب الذي يعرف أن وجوده في الجامعة ليس فقط للدراسة سيكون نجماً لأنه عرف معنى وجوده في الجامعة“ كانت هذه محطة التغيير ونقطة التحول الأولى، والتي ما أن وقعت عليها عيناى حتى غيرت مجرى حياتي الجامعية بأسرها، جعلتني اتخذ قراراً بأن يكون يومي الجامعي حافل بالعطاءات، قررت أن لا أخرج إلا برصيد من الخبرات والإسهامات مضافاً إلى شهادتي الجامعية، كان هذا القرار دافعاً لأن أكون التغيير الذي أريد في هذا العالم الصغير من حولي، والذي لطالما أحسست أن الانتقادات اليومية والتذمر الدائم لن يجدي نفعا في اصلاحه، فانخرطت في مدرسة العمل النقابي التطوعي التي صقلتني بالكثير من المهارات والخبرات، وكونت من خلالها العديد من العلاقات وال صداقات.

من أجمل ما اكتسبته وطبع في أعماق روحي خلال السنوات القليلة الماضية من عمري أضعة بين أيديكم على عجالة، تعلمت أن البدايات دوماً تكون أصعب اللحظات لكنها حتماً تكون أجملها، تعلمت أن السعيد من وعظ بغيره ولم يكن عظة لغيره، تعلمت أن المتسلق الجيد يركز على هدفه ولا ينظر إلى الأسفل حيث المخاطر التي تشتت الذهن، تعلمت أن الشجرة المثمرة هي من يهاجمها الناس، تعلمت أن تعود الابتسامة والكلمة الطيبة لا يكلف شيئاً لكن لهما تأثير سحري على الآخرين وهما مفتاح القلوب، تعلمت أن هناك أناساً يستحيل إرضائهم وإن أشعلت أصابعك العشر شموعاً لهم فإن ذلك لن يرضيهم، تعلمت أنه يوجد هناك فرق كبير بين خبرة السنوات وبين سنوات الخبرة، هناك أشخاص لديهم ١٠ سنوات خبرة، ولكنها سنة خبرة تتكرر ١٠ مرات، تعلمت أنه إذا كان الأفضل ممكناً، فالجيد ليس كافياً، تعلمت أن أستمع لكل رأي وأحترمه وليس بالضرورة أن أقتنع به، تعلمت أن مفتاح الفشل هو محاولة إرضاء كل شخص أعرفه وأن الفشل فرصة جديدة للنهوض بذكاء أكبر، تعلمت أن صعوبات الحياة أمر حتمي

شبابنا و الإعلام نظم حياتك في صلاتك



اهتمت وسائل الإعلام اهتماما كبيرا فيما يخص توعية وتوجيه الشباب الأطفال والأجيال الناشئة، فيعتبر دور وسائل الإعلام في المجتمع هام جدا، كما خصصت الدول والحكومات له أقساما ودوائر ووزارات تتولى أموره ، وذلك لتحقيق أهداف سواء داخلية أو خارجية عن طريق وسائل الإعلام، ومن تلك الأهداف رفع مستوى الناس ثقافيا وتطويع أوضاعهم الاجتماعية والاقتصادية ، كما أنها تهدف إلى تعريف العالم بحضارة الشعوب وواجهات نظير الدول .

ولكن هل حقا هذا ما يهدف إليه الإعلام الحالي ؟ .. إنه لمن المقلق حقا ونحن على عتبة القرن الحادي والعشرين أن يكون الإعلام سبب انحلال و تطرف سلوك الشباب والأطفال، و إنه لمن المؤسف أننا جالسين في بلادنا ولكننا غريباء فكريا وسلوكا، فوسائل الإعلام هي إحدى المؤثرات الرئيسية التي تساعد على تعديل القيم أو تغييرها عند الشباب والأطفال والأجيال الناشئة، ووسائل الإعلام لها تأثير كبير على المجتمع ككل ، و لها فاعلية سواء سلبية أو ايجابية ، فاييجابياتها تتمثل من خلال ما تقوم به هذه الوسائل من وظائف توجيه وإرشاد وتكوين مواقف ، وزيادة المعلومات والترفيه ، وتوفير سبل التسلية و قضاء أوقات الفراغ ، بالإضافة إلى الدعايات والإعلانات . وما يبدو أن التأثير السلبي هو الغالب في مجتمعنا، فهل تساءل أحدنا من أين جاءت تلك العادات السيئة والقيم الغربية عن مجتمعنا ؟ إن كل ما نراه في شبابنا مستورد من عوالم أجنبية غريبة ، تختلف عنا في الدين والعادات والتقاليد والقيم ، والأسوأ من ذلك ما جاء من البلدان العربية في تقليد ومحاكاة الغرب . فأوصي الجهات الإعلامية بأن يتم مراقبة ما يبيث في إعلامنا كي نقلل من وجود العادات والقيم الدخيلة، والحرص على تقديم برامج مفيدة تساعد لا على هدم مجتمعنا بل على رقيه وعلوه بين المجتمعات، ليدعو بنا إلى الفخر به ..

تنظيم حياتنا فيها نواحي كثيرة أبرز ما يهمنا اليوم هو الجانب الايماني والدراسي و (السؤال) كيف سوف ننظم حياتنا في صلاتنا في الجانب الايماني والدراسي بنفس الوقت؟

الجواب في تنظيم حياتك في صلاتك ...

هناك نظرية نظمها لكم كتبها واستفيدوا منها ..

((الصلاة + تنظيم الوقت = ترتيب حياة))

سوف نتكلم عن صلاة الفجر ونستشهد بالآية القرآنية الكريمة بسورة الفجر (والفجر وليال عشر) تفسيرها والفجر (القسم بوقت الفجر)، أرايتم كيف أن وقت الفجر عظيم؟؟ وثبت علميا أن أثناء وقت صلاة الفجر ينزل غاز الأوزون وهذا الغاز ينشط الجسم والدماغ ، فهو أنسب وقت للمراجعة وحفظ القرآن.. أما صلاة الظهر والعصر

فهو وقت الغداء والجلوس مع الأهل و أيضا القيلولة ..

صلاه المغرب والعشاء فهو وقت ركود النشاط و نستشهد بالحديث الشريف

عن جابر بن عبد الله رضي الله عنه أن النبي صلى الله عليه وسلم قال : إِذَا كَانَ جُنْحُ اللَّيْلِ أَوْ أَمْسَيْتُمْ فَكُفُّوا صَبِيَانَكُمْ ، فَإِنَّ الشَّيْطَانَ يَنْتَشِرُ حِينَئِذٍ ، فَإِذَا ذَهَبَ سَاعَةٌ مِنَ اللَّيْلِ فَخَلَوْهُمْ ، وَأَغْلَقُوا الْأَبْوَابَ وَادْكُرُوا اسْمَ اللَّهِ فَإِنَّ الشَّيْطَانَ لَا يَفْتَحُ بَابًا مُغْلَقًا ، وَأَوْكُوا قَرَبَكُمْ وَادْكُرُوا اسْمَ اللَّهِ ، وَخَمَرُوا أَنْيَتَكُمْ وَادْكُرُوا اسْمَ اللَّهِ وَلَوْ أَنْ تَعْرِضُوا عَلَيْهَا شَيْئًا ، وَأَطْفُوا مَصَابِيحَكُمْ ..

هل تعلمون أن في القرآن الكريم كل آية فيها عشرات الحروف وكل حرف ١٠ أمثاله ..

و أن تقول (قل هو الله أحد) عشرين مره تصبح بالشهر ٦٠٠ مره و في السنه ٧٢٠٠ مره (سبحان الله)

سارة إبراهيم العوضي
كلية الآداب

هيا صلاح العبد الجادر

جسور.. مدت الجسور



التنازلات لإرضاء الجميع، فكل ذلك لا تتعلمه في مجتمع يتبنى سياسة (كل شي ok) فالاتفاق جميل ولكن الاتفاق على كل شيء وأي شيء (خطأ) وتبعية لأن كل إنسان يظل يختلف عن الآخر وإن كانت هناك نقاط متشابهة ولكن يكون الاختلاف بصورة إيجابية تكميلية للآخرين.. كما يقال تماما (لنتعاون فيما اتفقنا عليه، وليعذر بعضنا بعضا فيما اختلفنا فيه).

فهما قرأنا من الكتب النظرية ومهما سمعنا في المحاضرات اليومية عن أهمية تدوين الرؤية و الأهداف والخطط الاستراتيجية لحياتنا.. تظل الورش العملية هي المؤثر المباشر للتطبيق الفوري و جعل الأفكار و الأحلام مكتوبة على ورق يمثل مرجعا هاما خلال مسيرة الحياة.

فكل الشكر والتقدير لد. شفيق الغبرا رئيس شركة (جسور عربية) على تدريبه اليومي وتعاونيه في المناقشات، وأشكر الأستاذة المبدعة مقبولة ياسين وجميع المشاركين الذين مدوا جسور التواصل في هذا الموسم التدريبي المتألق.

آسية الميمني

Asiah_iec@hotmail.com

ياله من أسبوعٍ ذهبي بالأحداث والإنجازات.. محطة "جميلة استوقفتني وجعلتني أنظر إلى الخلف وأتساءل: ماذا فعلت؟ وأين أسير؟ وإلام أصل؟" اشتريت قبل فترة في (البرنامج القيادي الشبابي الثاني) الذي أقامته الشركة الرائدة (جسور عربية) لمجموعة مختارة من فئة الشباب تتراوح أعمارهم (١٨-٢٨) سنة، حيث تم قبولي للمشاركة بفضل الله ومما زادني تحفيزا أنني كنت أشارك في أي دورة أو ندوة مع إحدى الصديقات أو الأهل أما هنا فلم أعرف أحدا من قبل إلا نفسي، والملاحظ في هذه المجموعة أنها لم تكن من تيار واحد أو فئة معينة أو جنس متطابق بل شمل هذا البرنامج كل شاب أحب أن يطور نفسه ويخدم غيره، وأهم ما تميز به البرنامج تنمية الذات وتعليم مفهوم القيادة الصحيحة..

سبعة أيامٍ تعلمت فيها ما لم أتعلمه في أشهر.. ولم أتعلمه في أي مجتمعٍ يربطه فكرٌ أو تيارٌ واحد، فعند اختلاف الآراء وتنوع الأفكار وتعدد القناعات في قاعة واحدة، تجعل منك إنسانا محترفا في التعامل مع مختلف الأنماط، شخصا متحكما في آرائك و تصرفاتك، إنسانا يقنع الآخرين بالرضا ويقدم بعض



ديمة مومن الدلال



جمانه السعيد - منيرة الزامل
ومنيه العناز

صفحة متخصصة للقاء البراءة واحتضان الطفولة، صفحة تجعلك تبسم وإن كنت لا تود، حين تقع ناظريك على صور زهور الحياة وبراعم الدنيا، عزيزتي الطالبة الجامعية .. نستقبل صور طفولتك وشقاوتك إن كنت تودين إعادة عجلة الذكريات للوراء ، كما نرحب بصور الأطفال من حولك من الأسرة والأهل والأصدقاء ، بشرط أن لا يتجاوز سن الطفل عن 10 سنوات ، وذلك على ايميل albra3im@gmail.com



شهد الخرجي وغدير الماجد
ومريم الجارالله



زينب العنزي



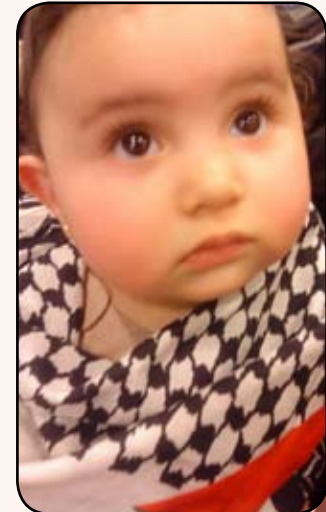
رغد القصار دانه الوشمي ومريم الفاضل مع صديقتهم



فاطمة الخطيب وشيخة الحمدان



ندى الحمازي- فاطمة المطر - تسية المزروعى- الغالية العناز
- لطيفه الوزان.



سلمى



مريم ونورة الجارالله



هاجر الكندري



محمد الكندري



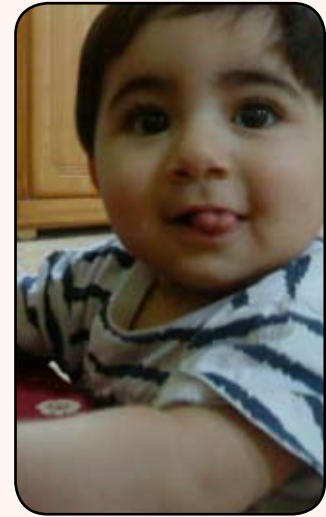
انوار خالد



محمد خالد



شاهة السبيعي



نايف الخالدي



عائشه عبدالسلام كمال



مريم عبدالله



علي احمد التميمي



عبدالله محمد ال علي

By Lina Al Najjar

You might be wondering, “Well, can I actually choose whether I am an interesting person or a dull person?” The answer is: To a large extent you can. There are things you can do to make your company and your conversation interesting and there are things you can do that will make you boring. If you want to be dull try the following list. If you want to be interesting do the opposite:

1. Talk a lot about yourself. Tell people about yourself and your life. Don't ask questions. Don't show an interest in other people and above all do not listen to what they say.

2. Watch a lot of TV. Do not waste time reading, going out or with hobbies – just keep up with soaps, sport and popular entertainment programs.

3. Do the same things. Get into a regular routine and do not diverge from it. Don't try anything new or adventurous.

4. Don't waste time on books or the arts. Avoid books, the cinema, the theatre, literature, magazines, new kinds of music or live performances.

5. Stay at home. Don't waste time and money travelling to new places and experiencing different cultures, activities or lifestyles.

6. Stick with the same group of friends. Keep to the people you have known for a long time. Do not go out of your way to meet people or make new friends.

7. Do not have goals or a plan. Drift along the way you are doing now. Do not set yourself difficult objectives that you might not achieve. Go with the flow and see what happens.

8. Never change your mind. Once you have a simple and clear view of the world, stick with it. Do not let new facts or opinions

sway you. Stay firmly committed to what you know and brush aside uncomfortable ideas.

9. Take very poor care of yourself. Eat a lot of fatty foods, and get very little exercise. Stay up late and be sleep deprived.

10. Stay up all night playing Farmville on Facebook. Drain your energy. Use little mental capacity. Get your eyes sore and tired. Wake up lethargic and have trouble focusing during the day.

DISCLAIMER: These 10 steps should NOT be followed; else you will risk being dull for real.



10

**GREAT WAYS
TO BECOME
EXCEPTIONALLY
BORING**



On average, you breathe 23,000 times a day.

On average, you speak almost 5,000 words a day – although almost 80% of speaking is self-talk (talking to yourself).

Einstein's brain was of average size (1375 grams – 49oz).

Over the last 150 years the average height of people in industrialized nations increased by 10 cm (4 in).

If the amount of water in your body is reduced by just 1%, you'll feel thirsty.

It is impossible to sneeze and keep one's eyes open at the same time.

55% of people yawn within 5 minutes of seeing someone else yawn.

A person can live without food for about a month, but only about a week without water.

You'll drink about 75,000 liters (20,000 gallons) of water in your lifetime.

Men lose about 40 hairs a day. Women lose about 70 hairs a day..



The muscle that lets your eye blink is the fastest muscle in your body. It allows you to blink 5 times a second.

On average, you blink 15 000 times a day. Women blink twice as much as men.

We have four basic tastes. The salt and sweet taste buds are at the tip of the tongue, bitter at the base, and sour along the sides.

Unless food is mixed with saliva you cannot taste it.

The liver is the largest of the body's internal organs. The skin is the body's largest organ.

Not all our taste buds are on our tongue; about 10% are on the palette and the cheeks.

On average a hiccup lasts 5 minutes.

Fingernails grow nearly 4 times faster than toenails.

Your middle fingernail grows the fastest.

About 13% of people are left-handed, up from 11% in the past.

In 1900, a person could expect to live to be 47. Today, the average life expectancy for men and women in developed countries is longer than 70 years.

A newborn baby's head accounts for one-quarter of its weight.

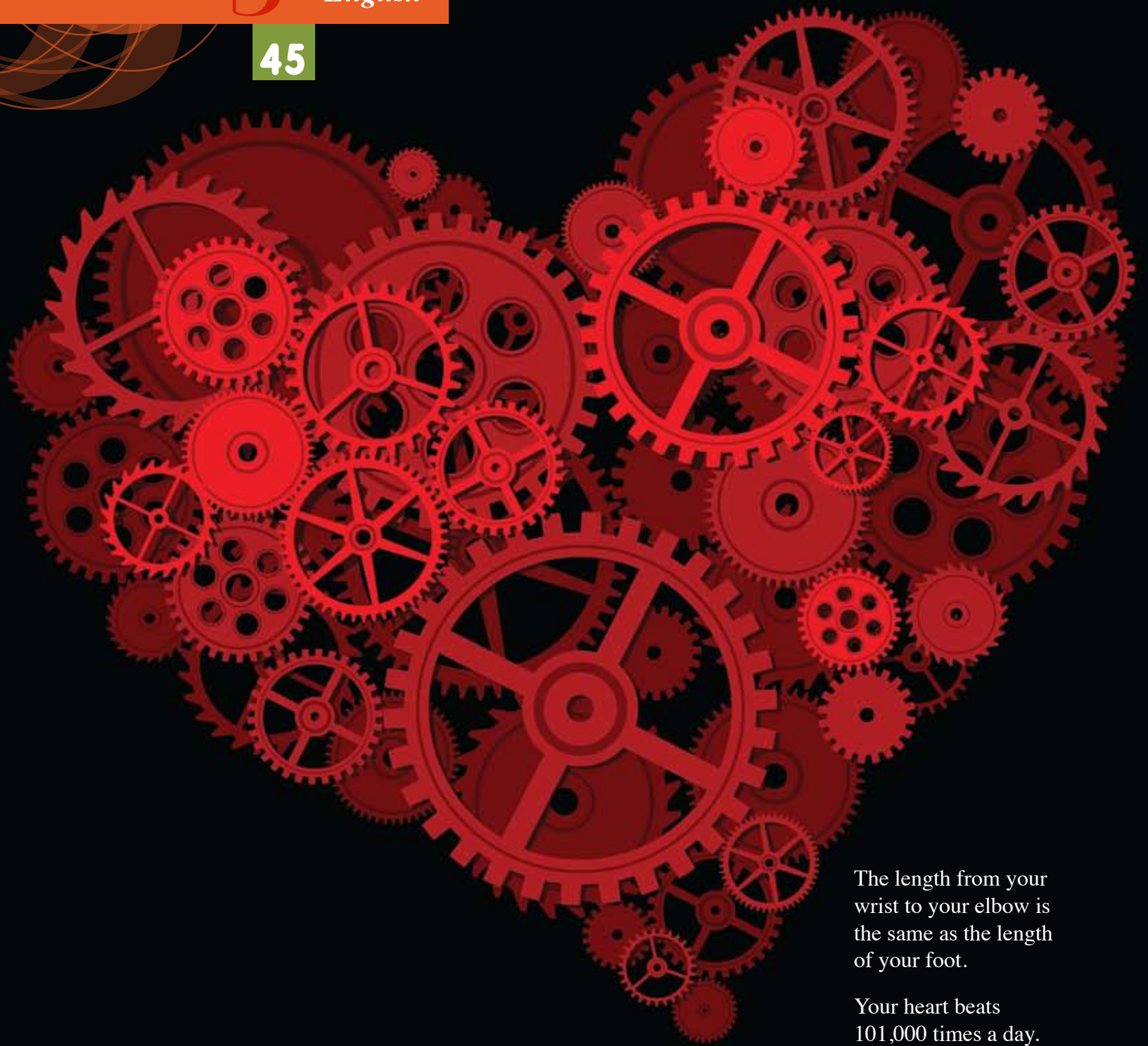
Our eyes are always the same size from birth.

Every person has a unique tongue print.

If all your DNA is stretched out, it would reach to the moon 6,000 times.

Approximately two-thirds of a person's body weight is water. Blood is 92% water. The brain is 75% water and muscles are 75% water.

We actually do not see with our eyes – we see with our brains. The eyes basically are the cameras of the brain.



The Amazing Human Body: Fast Facts

The length from your wrist to your elbow is the same as the length of your foot.

Your heart beats 101,000 times a day. During your lifetime it will beat about 3 billion times and pump about 400 million liters (800 million pints) of blood.

On average, people can hold their breath for about one minute. The world record is 21 minutes 29 seconds, by [David Merlini](#).

الإصرار على الاستمرار

مشاهد عديدة تتجسد أمام ناظرينا ومواقف كثيرة تمر بحياتنا نراها مثالا لثمرة الإصرار رغم العواصف والإعصار، وغيرها لا تحصى من أحداث تضل الطريق وتتصهر بسهولة لانهازمها وعدم صمودها أمام التحديات، فهناك أناس جبلوا على المواجهة وغيرهم اكتسبوا هذه الصفة لتحقيق مرادهم، لكن تبقى الحقيقة ثابتة وهي أن من عظمة قدرة الله في الإنسان أنه عزوجل خلقه ناقصا ليستمر في طلب العلو والكمال، وإن كان التاريخ يشهد لنا بمواقف عديدة لرجالات تحملوا وصبروا حتى نالوا ما أرادوا في مجالات كثيرة، فكانت في سجل هذا التاريخ صفحات زهرية نقشت سطورا ذهبية لانجازات نسائية قد لا يسعني ذكرها في مقالي هذا، لكنها موجودة بحق وثبتت لنا أن المرأة برغم استغلال العالم لعاطفتها، وجعل مشاعرها (شماعة) يعلق عليها أي تقصير منها، إلا أنها عندما تنوي وتعتزم لا ترضى أن تنهزم.

وها هو أسطول الحرية الذي عاند الأمواج ليعانق أهل غزة حمل على منته أخوات من الكويت قدمن نموذجا يحتذى به، ومثالا لدور المرأة في التحفيز والتشجيع لشمع الهمم الرجالية وإخراج ذاك العملاق الذي يسكن بداخلهم، ومن خلال متابعتنا للصحف والقنوات الفضائية وجدنا اعترافات على لسان الرجال الذين لم يترددوا بل افتخروا بدور النساء معهن، فها هم جميعا اتفقوا أن من أوقد شرارة الهمة وشعلة الانطلاق هي الأخت العزيزة **هيا الشطي**، بعد أن رأت بأعينها معاناة شعب غزة من خلال زيارتها الأولى لهم، وها هو الإمام والخطيب الشيخ صلاح الجارالله يرفع رأسه عاليا لهمة شريكة حياته الداعية الفاضلة **سنان الأحمد (أم عمر)**، التي بفضل الله عزوجل ثم بقوة علاقاتها ونشاطها الخيري استطاعت جمع أموال لشراء سفينة بدر الكويتية، لتتضم إلى القافلة المحملة بمساعدات لأناس ينتظرون أبسط ضروريات الحياة، ونموذج آخر لابنة بارة استطاعت أن توقد الحماس في قلب والدها ليشترك معها هذه الرحلة، فما كان من قائد الفريق الأستاذ وائل العبدالجادر إلا أن يوافق على إصرار ابنته **سندس العبدالجادر**، بل ويذكر ذلك باللقاءات التلفزيونية بكل اعتزاز، إنها سندس طالبة جامعية ورئيسة شؤون الطالبات في الاتحاد الوطني لطلبة الكويت في العام الماضي، ليت طالباتنا يقتدين بها بدلا من جعل المطريات والفنانات مثالا أمامهن كل يوم، وللإعلام أعلام يرفرفون على ساحته، فشاركت بفعالية إعلامية خبيرة **أم حسين منى شستر**، التي مدحها النائب وليد الطبطبائي لموقفها البطولي حين ضحكت لتقهقر جنود الإسرائيل لحظة قيدهم ليديها، وبهذا أرسلت للعالم رسالتها السامية تشهد لقوتها رغم ضعف المرأة، ولا ننسى الناشطة في مجال الإغاثة الإنسانية **نجوى العمر** التي رافقها ابنها في الأسطول عبدالله إبراهيم، وهو أصغر المشاركين سنا والذي حتما سيفتخر بين أقرانه في جامعته بتلك الأم الشجاعة، التي أثبت أن يرافقها ابنها الأسواق والأسفار بل غرست فيه البطولة عبر البحار.

إنهن نساء الكويت الفاضلات، رفعن راية التضحية والإسلام، ورفعن علم الوطن يرفرف أمام، إنهن اللاتي ترجمن بحرفية مقولة تاريخية تنص على أن (المرأة تبلغ بضعفها ما لا يبلغه الرجل بقوته).

ولهذا لا بد من الإصرار على الاستمرار، رغم المحن والحصار حتى آخر رمق في هذه الدار، لنصل إلى فردوس جنة الأبرار فهناك الخلد والاستقرار.



همسة قلم



سمية محمد الميمني
Alhind00@hotmail.com