

# هزج ومرج عام 2003

عندما تغير النظام السابق عام 2003 ودخل من دخل مع القوات الأمريكية الكل تمنى خيرا وقتلنا سوف تبقى القوات الأمريكية وتغير العراق نحو الأفضل والمستقبل مزدهر وسوف تفتح لنا كل الطرق .لكن الذي حدث واتشاء تدخل القوات الأمريكية والهزج والمرج الذي اصاب العراق استغل من دخل مع هذه القوات بعض المنازل وبعض من مقرات الحزب السابق وبتفاق مع القوات المحتلة وضرب البنى التحتية وتفكيك الجيش العراقي السابق كذلك تهديم كل المصانع والمعامل وسرقة المكاثن والمعدات خاصة العائدة الى التصنيع العسكري .. وبدوا باستغلال العراقيين ووعودهم بتوفير كافة احتياجاتهم اليومية من كهرباء وماء صالح للشرب وزيادة بالحصص التموينية والسفر الى كل أنحاء العالم واعمار البلد كل هذا لم يلمسه اي عراقي من هذه الوعود

## العراق ينتصر

الكثير يراهن انه نهاية تشرين هناك من فرح وطبل وكان نهاية أحداث تشرين نهاية خير ونهاية عظيمة ومبشرة.

وهناك من خابت اماله وطموحاته ببلد ينعم به وقل ما يجده فيه أبسط مقومات الحياة وهناك من لم يؤيد الثورة من البداية لان الاغلب



سلمى الرواش - بغداد

## صخرة الظلم المساء

دع القلم يبوح ويكتب ما يشاء فلا تضعوا القيود وتكسروا مداد الأقلام ، القلم الجبار العنيد لا يخشى قلاع الظلم والاستكبار بل يكسر قضبان السجون ويهشم ابواب الحصون الحصينة ويسحق حيروت الجبابرة وهمايزن الطغاة والمستكبرين رغماً على أنوف الجرميين الفاسدين ، الكرامة ما هي الا ثورة الشعوب بالمسؤولية وكلمة حق وصرخة بوجه

## عابر في ترانيم الحياة

هنا اجول في قيد بحاصرني تكاليتي ذكرى يمشيت غاضبة حيث لا أمل يستكن فوضاي القديمة الأتية...هنا..حيث توقفت عقارب الزمنية عن المضي قدما في حرك خوض غ مجهول المهام هنا حيث اتخسب مسافاتن المسكون ياناثل من شسبن واسوق ملاح الخبزن لأخرى الغائلة لا أعلم اهو أنا الذي اراه...أم التي صورة المشوهة ليكانه المنذر هنا وهناك اجول في حلم يراودني على ان استقل بروج تصاحبني و لا تزعج مني و ان تهب عنها يضع أنفاس تستدليني إلى بي مني وتعيد ترتيب اجيدي الرضا

## الحب المستحيل بين كافكا وميلينا

يبدو انها عانت كثيراً من الحب حتى يبات لتأري فيه اي لذة ولاتشعر بأي طعم له .فقد أنتزع منها الشغور بالامان وانهب قواها كما يفعله المرض عندما ياكل الجسد تماماً حيث تطلعت لتأخذ نظرة عن الحب الذي كان يتقاسمه كافكا وميلينا لتخرج من قوقعة وتغير مجرى حياتها ونظرتها للحب من زاويتها المعتمة . كيف كان يمتج كل ذلك الحب والشغف لحبيبتة وهو يعلم ان اسامه معدودة حيث كان مصابا بداء السل الرئوي وكان من المستحيل ان يتزوج حبيبتة ميلينا كونها كانت امرأة متزوجة وكيف بدأت علاقتهما عن بعد حيث لم يحظى العاشقان بلقائهما الأول

ألفظض سوى كلمات بسيطة حيث كان لقاء شبه صامت في فينشا ويعدها الغوا مرة اخرى حيث كانت ميلينا تعمل مترجمة وقد ترجمت احدى رواياتها حين كان عمره اذناك ستة وثلاثين عاماً .. كان قد ارسل لها اول رسالة وهي حينها كانت تعاني من مشاكل مع زوجها ، بينما كانت ترجمتها لرواية كافكا بمثابة

فقط الذين استفادوا من رفحاء والمعوين بزمن النظام وهؤلاء هم من يريدون الحكومات التي تعاقبت على حكم العراق بان يستمروا ويبقى العراق على ما هو عليه . والدليل كل من يحكم العراق من عام 2003 ولحد الان تجده خارج العراق متنعم بالأموال التي سرقها اثناء تواجده في العراق وقبل اسام تداول في التواصل الاجتماعي فديو لاحد السياسيين وهو ينسوق في احدى محلات السوبر ماركت في لندن والمواطن العراقي لم يستلم راتبه وغيره كثير ممن سرق العراق والذي لم يغير شيء اثناء حكمه وبقي العراق يفترح عن العالم الذي تطور وتطور وهذا بسبب حقدهم على العراقيين .. واليوم نرى الكاظمي يلعب لعبته ضد العراق خصوصا في ظل الظروف التي يشهدها العراق والتي لم يغيرها الحكومة والتعيينات واسكت غيرهم من كان العراقي يحترم آرائهم ويتابعهم على



شاشات التلفاز اشترى سكوتهم وبخيرات العراق واخذ ما اخذ وغادر بغار منه العرب والذي كان ممر للسباح الاجانب .. فكل من دخل مع

## طائر على وشم ضباب

ولكن كيف ؟.. اذا احببتك وكنا من نفس الذنابة حتى وان ابعدتنا المسافة

فالان يجب ان تكون ثورة عقول وعي . وفكر جديد .فكر يكون فيه العراق اولاً واخراً يجب ان نتوقف احيالا لاتنتهي الى جهة او حزب سياسي مهما الوحيد بناء العراق والنهوض بالواقع الصحي التربوي .السياسي والاقتصادي ثورة يجب ان يتجرد الشخص فيها من الانتمائات الحزبية والوطنية وخصوصا الثورة يجب ان لاتكون ثورة مناجرات بين ابناء الجلدة الواحدة او الشعب الواحد الثورة يجب ان تكون ثورة ناضجة ثورة معلم يوادى حق تلاميذه في صهفهم لا في المعاهد الخصوصية وطبيب يعنتني بمرضاه بامستشفيات لا في العيادات وموظف لابقبل الرشوة وقلم حربه لايباع ويشترى واعلام حر نزيه فالتعير يجب ان يكون في افراد المجتمع الواعي والطبقة المثقفة في المجتمع من اساتذة واطباء وخبريجين اكفاء في كافة المجالات التخصصية لانا وبلاش شعب واعى يتوقف بمرض الدل بكافة انواعه وسيعود العراق بامجاده وينتصر العراق بثورته وتنبابه

## خلوة حب

في ذات نهار بدأت اناقش عظمي لأسألة ما رايك لاختلي بنفسي بضع دقائق؟  
جاابني:  
بالتاكيد موافق فسارتاح قليلاً من الضروا...  
أخذت عظمي على محمل الجد ودخلته إلى اجرتي لأخلى مع ذاتي  
أعمت عيني لبرهة فإذا بظفك يزورني

## إلى حياتك لأبقى

مكتوفين الأيدي واللسن والأقلام يقتلهم الجبن فهم سكوت يطاردهم الخوف ، إلا الأحرار الشجعان يعز عليهم السكوت وهم اول من يضحى من أجل الجميع ليستفيد وينتفع من بعدهم المعاند والموالي لهم ، لذا فإن ومع المظلوم اين ما يكون ، و لنصرخ بصوت عال و ننتقد كل سلبيات هذه الحياة الشائذة واهلها وأصحابها و عبيد اهلها و اهلها العبيد ، اولئك الذين يلحسون قراع السلطان الظالم الذي يرمي بالعظام بعد جردها من ما بقي فبرق قلبه عليهم بالعظام للخدم كتاب الخدم من فقات فضلات ما اكل ، وهم يهفون له يتكلمون عليه وينساقون على خدمته بكل ما يملكون من اموال واعراض ويفتخرون بسوء قبيح ما يصنعون . الحقيقة التي نعتقد بها تقول بكل وضوح ، ان هؤلاء "المتعلمين" (الناشبه) في آخر المطاف يستخرون وينقلبوو عليك حين تحترق بالسيفية بالتالي هذا حال الدنيا بقاء الحال من المحال ، ويكونوا هم اول من يلقي نفسه في البحر حين تشتعل بها النيران وتنتشر بها و تحول إلى هشيم.

غالب الحبكي - واسط



مصلحتهم وكل ما يصحرون به مجرد اعلام لا اكثر ...فالعراق عيار عن ينك استنولي عليه مجموعة من الحاقدين ليس لهم

علاقة لا بالسياسة ولا بحكم ولا بداراة دولة ...  
عادل الربيعي - بغداد

كيف ... ؟ وانت تشارك النور في متاهات حب غارقة، تحرفني امواج عشقك إلى حيث انت ولكن سواحل حبيبت وانت الذي تعلم لن اهب حيك الفاسي وكلما حاولت التمس بك لتعود لي، اعود أنا وقلبي وحبي وحنيني ولهفتي ميكبة بالباس، من المذنب يا هذا...؟ هل هو الحب الذي ليس من نفس الديانة ؟ أم الحب من الديانة ذاتها ؟ لا دخل للأديان في الحب، ولا الظروف تمنع من الوصول إلى الحبيب .

كيف ... ؟ وانت تشارك النور في متاهات حب غارقة، تحرفني امواج عشقك إلى حيث انت ولكن سواحل حبيبت وانت الذي تعلم لن اهب حيك الفاسي وكلما حاولت التمس بك لتعود لي، اعود أنا وقلبي وحبي وحنيني ولهفتي ميكبة بالباس، من المذنب يا هذا...؟ هل هو الحب الذي ليس من نفس الديانة ؟ أم الحب من الديانة ذاتها ؟ لا دخل للأديان في الحب، ولا الظروف تمنع من الوصول إلى الحبيب .

كيف ... ؟ وانت تشارك النور في متاهات حب غارقة، تحرفني امواج عشقك إلى حيث انت ولكن سواحل حبيبت وانت الذي تعلم لن اهب حيك الفاسي وكلما حاولت التمس بك لتعود لي، اعود أنا وقلبي وحبي وحنيني ولهفتي ميكبة بالباس، من المذنب يا هذا...؟ هل هو الحب الذي ليس من نفس الديانة ؟ أم الحب من الديانة ذاتها ؟ لا دخل للأديان في الحب، ولا الظروف تمنع من الوصول إلى الحبيب .

نور احمد الدليمي - الرمادي

قرب مني يلمسي ويكلمني ويفتح الصغيرة وينثر خصلات شعري فاخذ يدي وراقصني على انغام الهيام بحركة بيكيني واخرى يصحكني وبعدها قبلة من الوجنتين اعادت لي

قرب مني يلمسي ويفتح الصغيرة وينثر خصلات شعري فاخذ يدي وراقصني على انغام الهيام بحركة بيكيني واخرى يصحكني وبعدها قبلة من الوجنتين اعادت لي

سمراء يوسف - بغداد

رجاء! هو احكم من ان يعيش ، واضيق من ان يقاوم لكن ضعفه هو ضعف اولئك المرهقين العاجزين عن مواجهة الخوف وسوء الفهم . وكانت قد توفيت ميلينا بعهده في الاربعينات ويبدو ان رسائلها إلى كافكا انها كانت قد اُلفت .. ومن اجل ماكتبه لها ذات يوم : - وانت يا ميلينا لو احبك مليون



عماد الخطاوي - واسط

نرحب بإسهام القراء وآرائهم وطروحاتهم في مختلف القضايا السياسية والفكرية والاقتصادية والاجتماعية التي نأمل ان تكون جادة وجريئة وموضوعية من اجل اتاحة الفرصة للرأي والرأي الآخر ليأخذ مساحة اوسع للحوار والجدل وتبادل الافكار من دون خشية او تردد .. وللجريدة الحق في اختيار أجزاء من الرسائل والردود التي تردنا بما يتناسب مع اهمية الموضوعات والمساحة المتاحة لها والرأي قبل شجاعة الشجعان

## نجاح سياسة التجويع

كان هناك رجل مسكين ذهب الى رجل حكيم يشكو سوء حاله ياحكيمنا لقد مسنتي الضر وباتت الحياة صعبة علي فقال الرجل الحكيم ماالذي اصابك ورد عليه الرجل المسكين اني لاملك فقط قوت يومي ولي ستة ابناء وانا اعيش في سكن ضيق ذي غرفة واحدة ومعني امي امرأة عجوز ولايكاد يكفيننا الطعام . فرد عليه الرجل لاباس اذهب واشترى ديكاً واجعله يعيش معكم داخل تلك الغرفة ولاتسال عن السبب . ذهب الرجل المسكين واشترى الديك وذهب الى البيت يحمله وهو مستغرب لنصيحه الحكيم مضى ايام وعاد الرجل المسكين الى الحكيم واخبره يالايها الحكيم لم يتغير الحال ولم يكن ليكمل شكواه حتى اخبره الرجل الحكيم ان يشتري حماما ويعيش معه بنفس الغرفة الضيقة ندهش الرجل المسكين لطيبه واخبره ان لايسال عن السبب فذهب الرجل المسكين وقام بشراء الحمام وذهب الى البيت ولم تكن مضت ايام حتى عاد الى الرجل الحكيم ليشكي سوء الحال حتى اخبره الحكيم ان يشتري نجة ويذهب بيها الى بيته وتعيش معهم بنفس المكان وبعد عدت ايام ضجر الرجل من سوء حاله وذهب مسرعه الى الرجل الحكيم ولم يعد يصبر على حاله يالايها الحكيم الحال أصبحت لتلاطق تدور وضعتي والحيوانات ضابقتني بمكانتي وهي تشاركني الطعام ولايكاد يكفي لاهلي ولهم .. فنظر الي الرجل الحكيم واخبره ان يذهب ويبيع الديك وبعد لي بعد يومين ذهب الرجل وياع الديك وبعد يومين ذهب الى الحكيم واخبره ان الوضع افضل بقليل ورد عليه الحكيم ان يعيد الحمام الذي اشتراه وتعال بعد يومين وذهب المسكين وتخلص من الحمام وبعد يومين عاد للحكيم وهو مبتهم واخبره ان الحال افضل من السابق ورد عليه الحكيم ان يبيع النجعة ويأتي اليه بعد يومين فاسرع الرجل المسكين الى التخلص من النجعة وبعد يومين ذهب الى الحكيم وهو سعيد ويقبل يده واخبره الان لاغيره المسافة ولا يخبره إهمالك فانا المدينة التي احتلتها منذ زمن فهي باسمك باقيه على ما خلفت فيها من خراب ودمار، الروح ممرقة لا تئسى ولا يجزؤ احد على تريميها

عبير حامد صليبي

عبدالرشيد

## الإفراط في التفكير

من اهم اعراض الإفراط في التفكير هو القلق والخضب والارتباك والتعب الجسدي والنفسي ؛ فدانما ما نلاحظ ان القلق هو احد اهم الأسباب التي تدعو الانسان للتفكير بأمور غير مهمة ؛فمثلا يمر عليه موقف لا يستحق حتى التفكير فيه لولمة ؛الا ان بعض الأشخاص يعطي للموقف او لشخص معين مكن يكون مهم في حياتهم تأثير اكبر في نفسه؛ حيث يشعر المصابون بالتفكير بالقلق التام تجاه كل الأفعال او الممارسات اليومية التي يقومون بها هم او غيرهم من الأشخاص المحيطين بهم ؛من اهم السببات للقلق والتفكير هو المنافسة والصراع من اجل الوصول الى هدف متشابه؛ وبالتالي تحدث منافسة شرسة من اجل الوصول الى الهدف ويبقى الصراع للقلق قائم حتى وان حصل الانسان على اصداف ؛وهنا نلاحظ ان الأناثية بدت واضحة في السلوكيات بالاضافة الى الأمراض التي تصيب الانسان سواء التقرحات المعدية او الصدمات الراسية او القلبية ؛ نعم فبالاضافة الى الصداغ في الرأس فقد يصيب الانسان بأمراض شتى نستطيع ان نطلق عليها بانها أعراض قلبية كالتجلط والنزف الدماغي وتصلب الشرايين وغيرها ...

لذلك نرى احيانا ان الكثير من المصابين يتخطون هذه الأعراض من خلال السيطرة على بعض المواقف المرعبة والسلبية التي تواجههم من الايام والأشخاص المحيطين سواء في العمل او حتى من المشاركين في السكن (أفراد العائلة )..

التفكير بشكل مبالغ باشياء حدثت في الماضي هو ما يسمى بإفراط التفكير ؛ باشياء سلبية حدثت بشكل عفوي او تعتمد في مواقف معينة ؛ سواء من أصدقاء او مقربين ؛ومن أعراضه أيضا هو عدم التفاعل مع الآخرين ومع الذات ايضا؛ أي لا توجد نشاطات ذهنية اخرى كالقراءة والكتابة او ممارسة هواية معينة سوى التفكير بمواقف تافهة اثرت في دماغ الانسان منذ سنوات ... ويمكن التخلص من هذه المشكلة من خلال الانتباه والتركيز على الأشخاص وكلماتهم قبل الحكم عليهم وبالتالي ستفهم سريرتهم وايضا فان أي فكرة سلبية تعتري ذمك حاول كتابتها في ورقة قبل النوم وقم بتمريرها ... هكذا ستكون خفيفا في منامك.. وفي النهاية نحن لا نستطيع التوقف عن التفكير كل يوم ؛كلنا نعاني التفكير والقلق والغضب والارتباك والتحول والشغوب لكن يا حبيذا لو يكون تفكيرنا صحيا بعيدا عن آية إساءات ...

هالة التميمي

الفاسية