

عمر حلمي الغول

نبض الحياة

## الإرهابي الإسرائيلي والضحية

في علم السياسة عموماً، والصراع بين الدول والشعوب من غير الجائز والمنطقي التعامل مع العدو بردود فعل، وخطابات شعبية، وشعارات تهيجية، لأن الصراع في حالات السلم والحرب يحتاج دائماً إلى روية، وخطة عمل، واليات وادوات للتعامل مع الخطط والسياسات المعادية. ويفترض أن تكون الجاهزية واليقظة والاستعداد دائمة، ولا تخضع للتكهن، أو الانتظار، وردود الفعل المتعجلة على المواقف الناشئة عن العدو. كما لا يمكن الثقة، أو الركون للمعاهدات والاتفاقات المبرمة مع الأعداء، لأن العدو، الذي قام على الغدر والتزوير والخديعة، ولا يرتبط وجوده بمعطيات التاريخ والجغرافيا، ولا يثق بروايته ووجوده كإسرائيل الاستعمارية لا يقبل القسمة على أية معاهدة، أو اتفاقية، ودائماً ما تتربص بالعرب عموماً والفلسطينيين خصوصاً، وتقيم خططها، ورواها، ومشاريعها الاستعمارية وفق تطور موازين القوى، وتعيد تركيب أهدافها التكتيكية والاستراتيجية ارتباطاً بما تقدم، ولا تضع فرصة من بين يديها لتثبيت خيارها الاستعماري في سياق سيرورته وصيرورته وفق المعايير الموضوعية المساعدة، أو المعطلة لمشاريعه. ما تقدم ينطبق على كل السياسة الإسرائيلية من الأساسيات حتى التفاصيل، ولو أخذنا موضوع نهب اموال المقاصة نموذجاً، ماذا نجد؟ ولماذا الآن، وليس قبل أو بعد؟ وهل جاء بالصدفة المحضة، أم ارتبط بالشراطين الذاتي والموضوعي، والجاهزية التامة للتعامل مع الواقع العربي عموماً والفلسطيني خصوصاً؟ من المؤكد ان الأمر لم يات عرضياً، ورده فعل آنية متسرعة، وليست مرتبطة باللمحة الانتخابية في إسرائيل، وان كان لها تأثير، فان تأثيرها مرهون باستعمالها ورقة لدغدة عواطف المستعمرين الاسرائيليين، لكن أسبابها ومحدداتها سابقة على الانتخابات، لأن القرار المتعلق بها، تم اتخاذه قبل تحديد موعد الانتخابات، وهي مرتبطة بالخطط الاستراتيجية الإسرائيلية لتصفية القضية الفلسطينية، وشطب وتبديد خيار السلام، مستفيدة من العوامل الدولية والعربية والفلسطينية. فعلى المستوى الدولي بالإضافة لغياب ارادة دولية ضاغطة لتحقيق خيار حل الدولتين على حدود الرابع من حزيران/يونيو ١٩٦٧، جاءت ادارة الرئيس دونالد ترامب لتلقي بثقلها لتبديد الأمل بإمكانية إحداث تحول نسبي ايجابي في الموقف الدولي، ليس هذا فحسب، بل ووضعت نفوذها السياسي والعسكري والاقتصادي والثقافي والديني لدعم الخيار الإسرائيلي عبر ما أطلقت عليه «صفقة القرن»، وللأسف تم ذلك في ظل شرطين فلسطيني وعربي مساعدين. وهنا ليس المقصود الموقف الصلب والشجاع للقيادة الفلسطينية عموماً وموقف الرئيس أبو مازن خصوصاً، انما المقصود الانقلاب الحمساوي الأسود على الشرعية الوطنية قبل ١٣ عاماً خلت، والذي بات جزءاً أساسياً من الصفقة ذاتها، وامسى أحد اعمدتها بواقفة، وتعاون حركة حماس، التي جاءت بانقلابها على الشرعية واسط ٢٠٠٧ كراس حربة لما يسمى «الربيع العربي». ولم يكن الوضع العربي افضل حالاً، لا بل هو ذاته، الذي أدى الى نجاح الانقلاب، واستمراره حتى الآن، وما كان للانقلاب الحمساوي وإسرائيل الاستعمارية، ولا للولايات المتحدة الإعلان عن وقفها الكامل والمطلق في الخندق الإسرائيلي، وتبني خيارها الاستراتيجي لولا ذلك التهالك العربي، ليس هذا فحسب، بل ان بعض العرب كانوا عرابين للسياسة والروية الاميركية الاسرائيلية. اذا الإرهابي الإسرائيلي بدءاً من نتيانها، وبيبيت، وليبرمان، وديختر، وسموثير تش وغيرهم، لم يكن بإمكانهم التطاول على اموال الشعب الفلسطيني (المقاصة) لولا تلك العوامل، والجاهزية الاسرائيلية للانتقال فوراً إلى خيار بناء «دولة اسرايل الكاملة» على كل الأرض الفلسطينية، وذات السيادة، وعاصمتها القدس الشرقية على حدود الرابع من حزيران ١٩٦٧، واستباحة حقوق ومصالح الضحية الفلسطينية دون تردد، والاتفات للخلف، او التحسب لموقف عربي سلبي، العكس صحيح، ان كلا من اميركا وإسرائيل تعملان باريحية شديدة جداً، وبمساندة ودعم أولئك العرب المطبوعين، وكلتا الدولتين تعدان العدة، اذا قدر لهما على قبر المشروع الوطني، وتأييد امارة حماس، وكتنوتات في الضفة الفلسطينية، ان لم يتم تنفيذ خيار الترانسفير، والدفع بخيار الوطن البديل. لذا على القيادة الفلسطينية وضع روى وخطط لمجموعة من السيناريوهات الاسرائيلية الاميركية الافتراضية، لمواجهةها، ووادها في المهدي، وعدم الركون للأكاذيب والمنارات الاسرائيلية الاميركية. ولا يجوز رهن الذات الوطنية لسياسة الانتظار، علينا مغادرة هذه المحطة باسرع وقت ممكن لتفادي الأخطر من مخططات الأعداء. a.a.alrhman@gmail.com



www.sabaaneh.com سابعنا

## تجنبني تنظيف هذه الأشياء بالمكنسة الكهربائية

يوفر استخدام المكنسة الكهربائية على ربة المنزل الوقت والجهد، ويساعدها على التخلص بفعالية من الأوساخ والغبار.

لكن بعض الأشياء لا يجب تنظيفها بالمكنسة الكهربائية، وفيما يلي أهمها، حسب موقع وان غود ثينغ:

الزجاج المحطم: عند تحطم كوب أو صحن زجاجي، تجنبني استخدام المكنسة الكهربائية لتنظيفها، لأن الزجاج يمكن أن يتلف المكنسة.

الماء: إذ لم تكن المكنسة مخصصة لشطف السوائل، لا تستخدمها لتنظيف بقع الماء والأشياء الرطبة، لأن الرطوبة تساعد على تشكل العفن داخلها، والتسبب في تماس كهربائي.

بقع المكياج: إذا حاولت استخدام المكنسة الكهربائية لتنظيف بقع المكياج من على السجادة، فربما تصبح الأمور أكثر سوءاً، لذلك يفضل البحث عن وسائل أخرى لتنظيفها.

الشعر الطويل: يمكن أن يلتف الشعر الطويل على شفرات ومحرك المكنسة الكهربائية، ما يؤدي إلى تلفها وتوقفها عن العمل، لذلك يفضل إزالة الشعر قبل كنس المنزل.

الرماد والغبار الناعم: معظم المكناس الكهربائية غير مصممة للتعامل مع الجسيمات الدقيقة مثل الرماد، والغبار الناعم، التي قد أن تسد المكنسة وتوقفها عن العمل.

العملات النقدية: الأجسام الصغيرة والثقيلة مثل العملات النقدية يمكنها إتلاف أجزاء المكنسة الكهربائية، لذلك يجب التأكد من غيابها أثناء استخدام المكنسة.

الحيال والأسلاك: يمكن أن تلتف على محرك المكنسة وينتج عن ذلك الكثير من الفوضى، ويمكنها إتلاف المكنسة الكهربائية.

فادي ابو بكر

## ما وراء لجنة حماس لمواجهة «صفقة القرن»؟

الانقسام، والأزمة المالية وصلتا إلى حد غير مسبوق في كلا البلدين، وينظر الولايات المتحدة وإسرائيل أصبح كل شيء مباحاً في ظل هذين المتغيرين. في ضوء ما سبق، يمكن القول إن قرار حركة حماس بتشكيل ما يسمى هيئة عليا لمواجهة «صفقة القرن»، يُمثل تساوفاً واضحاً مع الصفقة، لأنه من شأنه أن يرفع الرهان الأميركي - الإسرائيلي على تمريرها. ولهذا فإن على من يريد أن يواجه صفقة القرن الاصطفاً خلف القيادة الشرعية التي ترفض هذه الصفقة، ولا تتعاطى معها، خصوصاً أن الموقف الرسمي العربي والدولي لا يعترف إلا بمنظمة التحرير والرئيس محمود عباس كممثل شرعي ووحيد لشعبنا.

لم تقم القيادة الفلسطينية بتشكيل أي لجان أو هيئات مختصة لمواجهة «صفقة القرن»، لأنها تعي جيداً أن «مجلسنة» هذه المعركة ستُقلل من شأنها، وأن هذه المواجهة تتطلب تحركاً فلسطينياً مشتركاً في المنظومة العربية؛ لتجديد كل شجعان الرفض، وتحويل قرارات المجالس العربية التي ترفض صفقة القرن إلى برنامج عملي على الأرض.

المتضررة من مرامي صفقة القرن، فهي تتعرض لتهديدات أميركية وإسرائيلية متواصلة، في سبيل قبول التسوية الخاصة بالمنطقة البحرية المتنازع عليها بين لبنان وإسرائيل، والتي تقدّر مساحتها بـ 860 كلم مربعاً، بحيث تحصل لبنان على 600 كلم مربع، مقابل 260 كلم لإسرائيل. وما نية إسرائيل لمهاجمة مصانع حزب الله بلبنان، والتي كشفت عنها فرنسا، إلا في سياق الضغط المتواصل على لبنان. تراهن الولايات المتحدة الأميركية و«إسرائيل» على حالة الانقسام المهني، والأزمة المالية الخائفة التي تعيشها لبنان، في سبيل فرض بنود «صفقة القرن»، تماماً كما في فلسطين التي تتعرض سلطاتها الوطنية لأعنف الأزمات المالية بعد أن قطعت الولايات المتحدة مساعداتها المالية لها، واقتطعت حكومة الاحتلال الإسرائيلي قيمة مخصصات أهالي الأسرى والشهداء والجرحي من أموال المقاصة الفلسطينية، إضافة إلى حالة الإنقسام السياسي المستمرة منذ 12 عاماً بفعل انقلاب حركة حماس في قطاع غزة في صيف عام 2007م. حيث إن أزمة

تعتبر قيادة لمنظمة التحرير الفلسطينية، وعلى رأسها الرئيس محمود عباس «أبو مازن» أول من وقف في وجه المشروع الأميركي الذي يسمى «صفقة القرن»، و لم تُعلن تفاصيله حتى الآن. وعلى الرغم من الجولات والحراكات المتواصلة، التي تقوم بها القيادة الفلسطينية على المستوى الدبلوماسي والإعلامي وحتى الشعبي، إلا أنها لم تُشكل لجنة أو هيئة خاصة لمواجهة صفقة القرن. فما الذي يجعل حركة حماس تشكل لجنة خاصة لهذا الغرض؟ وما هي دلالات توقيت هذه الخطوة؟

لم تُشكل القيادة الفلسطينية لجنة لمواجهة صفقة القرن، لأن ذلك يقلل من شأنها، فالمواجهة ليست حكرًا على لجنة، أو هيئة معينة، أو حتى على الفلسطينيين أنفسهم. فكل الدول العربية وتحديداً مصر وسوريا، ولبنان، والأردن في مرمى نيران الصفقة، ما يضع المسألة الجغرافية في سلم أولوياتهم أيضاً. بمعنى أن المواجهة إن احتاجت للجنة، فإن هذه اللجنة يجب أن تكون عربية. لا حمساوية ولا حتى فلسطينية. وإذا ما أخذنا لبنان مثلاً، كإحدى الدول العربية

## فوائد وأضرار حبوب منع الحمل

المبيض بنسبة الثلث. الآثار الجانبية. حساسية الثدي لللمس، وبعض النزيف بين الدورة والأخرى، والدوخة وفي بعض الأحيان القيء، والصداع، والاكئاب، وتغيّر الرغبة الجنسية. و بالنسبة للنساء المدخنات يزيد تناول حبوب منع الحمل خطر ارتفاع ضغط الدم والإصابة بأزمة قلبية.

والى جانب ذلك توفر حبوب منع الحمل حماية من نقص الحديد (الأنيميا)، وهشاشة العظام، والصداع النصفي المصاحب للدورة الشهري، وجفاف المهبل، وزيادة شعر الجسم، وحب الشباب، وأكياس المبيض. وتفيد دراسات بأن تناول حبوب منع الحمل يقلل خطر الإصابة بسرطان

والصداع النصفي المصاحب للدورة، وحب الشباب مميزات الحبوب. تمتاز حبوب منع الحمل بأنها سهلة الاستخدام، وتوفر نوعاً من الحماية ضد التهابات الحوض التي يؤثر عدم علاجها على الخصوبة، وقد يؤدي تناولها إلى تخفيف نزيف الدورة الشهرية وانتظامها وتقليل تقلصات البطن المصاحبة للدورة.

منذ طرح حبوب منع الحمل في الأسواق عام 1960 وهي لاتزال أكثر الوسائل استخداماً، كما تعتبر من أكثر الأدوية خضوعاً للأبحاث الطبية، وهي آمنة صحياً. لكن قد يؤدي تناولها إلى زيادة بعض المخاطر، أو وجود آثار جانبية لدى البعض. توفر حبوب منع الحمل حماية من الأنيميا، وهشاشة العظام،

## ما الفيتامين الذي يساعد على التخلص من الكرش؟



هل تريد التخلص من الدهون حول البطن؟ هل تشعر أنك ستكون أفضل حالاً إذا تخلّصت من بضعة كيلوغرامات زائدة يحملها جسمك؟ قد يتطلب الأمر وقتاً لتغيير العادات الغذائية والنشاط البدني والحركة اليومية، لكن بالإمكان تسريع عملية حرق الجسم للدهون إلى جانب الإجراءات الأخرى التي تقوم بها، وذلك عن طريق تناول فيتامين «د»، وزيادة مدخلات الجسم منه.

قد يكون الصيام مناسبة رائعة لاستعادة الرشاقة إذا تناولت كميات فيتامين «د» و«ب» والمغنيسيوم سيكون عليك أيضاً تحطّي وجبة، أو جزءاً من وجبة في بعض الأيام، وقد يكون الصيام مناسبة رائعة لاستعادة الرشاقة، لكن سيساعدك تناول فيتامين «د» أو التعرّض للشمس المباشرة وليس من وراء زجاج على تسريع التمثيل الغذائي وتحويل الطعام إلى طاقة بدلاً من تخزينه حول البطن.

وقد أظهرت دراسات أن تناول كميات فيتامين «د» تساعد على التخلص من الكرش لدى البالغين مقارنة بمن يتناولون نفس الكمية من الطعام ويمارسون نفس معدّل النشاط.

كذلك يساعد فيتامين «ب»، والمغنيسيوم، والحديد على تحسين مستوى التمثيل الغذائي، وبالتالي حرق الدهون الزائدة في الجسم.

مجموعة مسلماني  
MASLAMANI GROUP

يَهْنَأُون

شركة  
مطاحن بن الرشيد

أبو رشيد  
جودة عالمية  
ISO 22000

PREMIUM QUALITY

بمناسبة حصولهم على شهادة  
الجودة العالمية (ISO 22000)

متمنين لهم دوام التقدم والنجاح.

SAMSUNG LG PLECK ARISTON Whirlpool Bompani elica Luxo Moulinex  
Tefal Babyflor KRUPS Philips 220 Lumiaro PYREX OXO  
Tescoma Oxo ZWILLING iteal 3L MARKET 1000 Alga