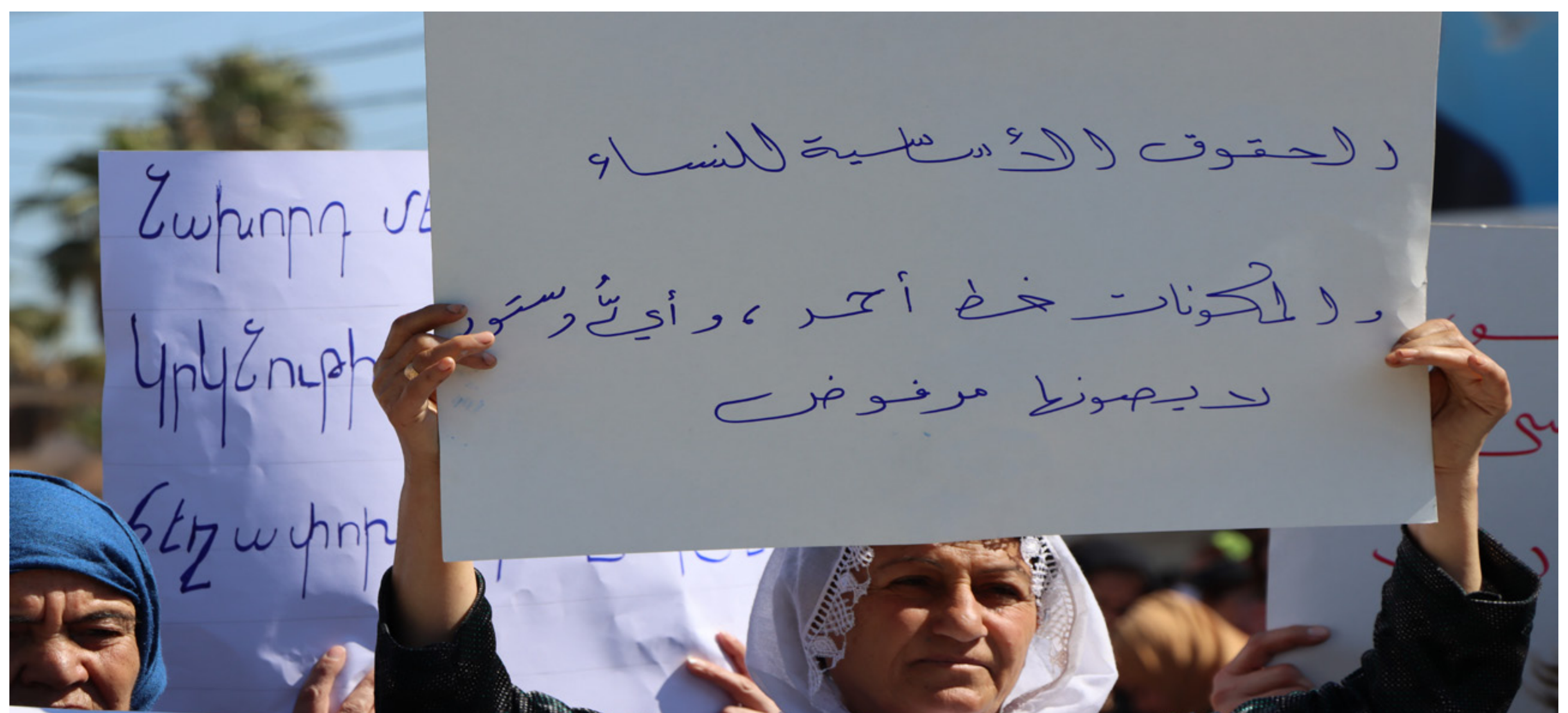
روناهي
عين الحقيقة
يومية سياسية ثقافية اجتماعية عامة تصدر عن مؤسسة روناهي للإعلام والنشر
أسست عام ٢٠١١ ـ السنة الرابعة عشرة | النسخة الإلكترونية ـ ٢٠٧٢ | الأربعاء ـ ٢ نيسان ٢٠٢٥م
(٥٠٠) ل.س

سليمان أحمد: حرية القائد عبد الله أوجلان ضمانة السلام والديمقراطية

أكد عضو المبادرة السوريّة لحرية القائد عبد الله أوجلان، سليمان أحمد، أن تركيا تحاول أن تظهر نفسها بأنها من ترعى الديمقراطية ومصالح الشعوب التركية، لكن أعمالها تثبت عكس ذلك، مشدداً على ضرورة التحرّك السريع لتركيا من أجل تهيئة الظروف القانونية والدستورية.ص-٥

إلهام أحمد: لا سوريا ديمقراطية في غياب المرأة صانعة القرار

أوضحت الرئيسة المشتركة لدائرة العلاقات الخارجية في الإدارة الذاتية الديمقراطية، لإقليم شمال وشرق سوريا «إلهام أحمد» إن تجربة المرأة الكردية ودورها الفاعل في جميع المجالات، شكّل نموذجاً ملهماً لمسيرة النضال النسوي في سوريا رغم التحديات المستمرة، وأكدت أن مستقبل سوريا لا يمكن أن يكون ديمقراطياً وعادلاً ما لم تكن المرأة جزءاً أساسياً منه، وأن المرأة من خلال استمرارها بالنضال والتنظيم تستطيع أن تضمن حقوقها وتحقق التغيير المنشود نحو مستقبل أكثر عدلاً ومساواة.ص-٢



عيد الفطر فرصة لتعزيز التسامح وإرساء ثقافة السلام في سوريا ص-٣

بلدية الشعب في تل حميس ودورها المحوري بتحسين جودة الخدمات ص-٧

الإدارة الذاتية تُهنِئ بعيد الأكيتو

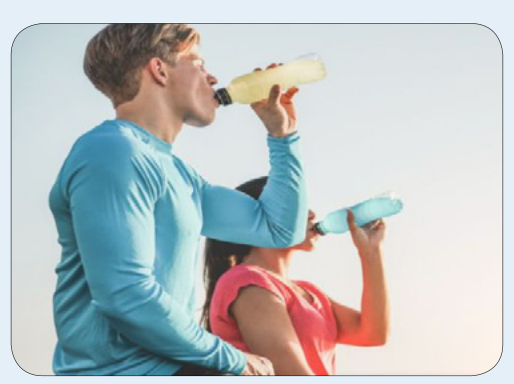
هنّأت الإدارة الذاتية لشمال وشرق سوريا، الشعب السرياني الآشوري، والشعوب السورية كافة، بعيد الأكيتو ٦٧٧٥، مؤكدةً على التعددية والمشاركة لضمان الحقوق في إطار مواطنة متساوية.ص-٤

هل ستبدأ نشاطات كرة القدم في الموعد المحدد لها بسوريا؟ ص-١٠

الاحتلال التركيّ لسوريا... هيمنة شاملة من الأرض إلى القانون

لم يكن التدخّل التركيّ في سوريا مجرد عملية عسكريّة عابرة، ولا محاولة مؤقتة لتوسيع النفوذ، بل تحولت أنقرة إلى قوة تُعيد رسم المشهد السياسيّ والعسكريّ في البلاد، مستخدمةً أدوات ناعمة وخشنة، من الجامعات إلى الجيش، ومن قاعات المحاضرات إلى قواعد التدريب العسكريّ.ص-٨

نصائح لاختيار مشروبات مناسبة أثناء ممارسة الرياضة ص-١١



فرقة كلبهار تراث الماضي ورمز المستقبل

في عصر تزدحم فيه الحياة بالتكنولوجيا وتسارع الأحداث، تظلُّ الثقافة والتراث صمام أمان يحفظان هوية الشعوب ويمدّان الجسور بين الماضي والمستقبل، وفي هذا السياق، برزت فرقة "كلبهار"، وهي فرقة مكونة من عدد من الأطفال من كلا الجنسين من الذكور والإناث.ص-٩

روناهي
عين الحقيقة
صحيفة روناهي
@NewspaperRonahi
ronahinewspaper
rojnama ronahi
صحيفة روناهي Ronahi Newspaper
ronahi_newspaper
www.ronahi.net
+963 984370218
r.ronahi2011@gmail.com
rronahinewspaper@gmail.com
+963 984370218
+963 052 423165
مؤسسة روناهي للنشر والتوزيع
ronahi belavkariye@gmail.com
0938374196 المكتب الرئيسي:
قامشلو - حي الغربي- طريق عامودا شارع روناهي (الغرزدق)

سريان مقاطعة الجزيرة يحيون رأس السنة البابلية الأشورية

قامشلو/ دعاء يوسف ـ احفل الشعب السرياني الأشوري بعيد الأكيتو لعام 6775 في ريف تربة سبي بقرية كرشيران، ضمن الفعاليات التي نظمتها الاحزاب السريانية صباح يوم الثلاثاء 2025/4/1، وقد حضر الاحتفال العديد من الشخصيات القادمة من الداخل السوري.

نظمت الأحزاب القومية السريانية في سوريا عدة احتفالات ضمن مقاطعة الجزيرة في قرية الحكمية بديرك وفي قرية تل ورديات في الحسكة وقرية كرشيران في تربه سبيه، وقد حضر الاحتفال ممثلي الإدارة الذاتية والأحزاب السياسية والمؤسسات المدنية والدينية.

وبدأت الاحتفالات بدقيقة صمت تلاها عرض لفرقة كشافة الجمعية الثقافية السريانية، وألقيت كلمة من قبل الرئاسة المشتركة لحزب الاتحاد السرياني سنحريب برصوم ووشيمرام دنحو وجاء في موجز الكلمة: "نحيي اليوم عيد الاكيتو الذي يرمز إلى بداية جديدة للطبيعة والأرض ونحن نعيش انطلاقة جديدة لسوريا بعد زوال وسقوط نظام القمع والاستبداد الذي جلب الويلات لسوريا والسوريين والعديد من الحقوق السوداء في تاريخ سوريا، ولكن بفضل ثورة أبنائها، تمكنت سوريا من التحرر من النظام البائد وفتح صفحة جديدة والتي تعبر عن مرحلة جديدة من بناء وطن لكل سوريا".

ثم قدمت فرقة يرثوتا للصغار لوحة فلكلورية، وألقيت كلمة باسم الإدارة الذاتية من قبل حسين عثمان، والذي هنأ وبارك هذا العيد على الشعب السرياني الاشوري الكلداني وجميع الشعوب السوريا، ودعا إلى ترسيخ مبدأ أخوت الشعوب.

وقدمت فرقة برمايا مجموعة رقصات فلكلورية تراثية، وألقيت قصيدة للشاعر ميشيل فيلو القادم من حوران ومهدات إلى الأول من نيسان في عيد الأكيتو، وقدمت فرقة يرثوتا للكبار بعض العروض الفلكلورية والرقصات الشعبية السريانية.

ثم ألقيت كلمة من قبل مسؤولة الجمعية الثقافية السريانية في قامشلو "ربا الفريحات" والتي قالت فيها: "نحن نؤمن بأن الثقافة ليست مجرد موروث، بل هي حياة تتجدد مع كل جيل، يجب علينا أن ننقل قيمنا، لغتنا، عاداتنا وتقاليدنا إلى الأجيال القادمة وان نستطيع أن نغرس في قلوب شبابنا حب الثقافة السريانية واعتزازهم بهويتهم".واختتم الاحتفال بعروض الرقة الفلكلورية لفرقة لاميتا.

والجدير بالذكر أن الاكيتو هو رأس السنة البابلية الأشورية وهو عيد قومي يحتفل به الشعب السرياني في بداية نيسان، ويعتبر عيد انبعاث الطبيعة والتجدد والخصوبة، كما كان الاحتفال به يبدأ من ٢١ آذار إلى الأول من نيسان إلا أن الاحتفالات اقتصرت على الأول من نيسان بعد الحروب والإبادة التي عانى منها الشعب السرياني.

أجواء العيد في ريف جنوبي مدينة تل حميس

روناهي/ تل حميس - يُمثّل العيد في ريف تل حميس أكثر من مجرد مناسبة دينية؛ إنه احتفال اجتماعي وثقافي يعكس أصالة العادات وكرم أهل المنطقة، تتجلى في هذه الأيام المباركة أبهى صور التلاحم الاجتماعي، حيث تُفتح البيوت التاريخية والعريقة لاستقبال الزوار من كل مكان، بلا دعوة مسبقة، في أجواءٍ مفعمة بالفرح والمحبة.

تُعدُّ المنازل التاريخية في ريف تل حميس رمزاً للكرم والضيافة، حيث يجتمع الناس فيها خلال العيد في تقليد متوارث يعبر عن عمق الروابط الاجتماعية، وتُفرض على هذه البيوت عادة مميزة، تبدأ بتحضيرات العيد في ساعات الفجر الأولى، إذ يتم ذبح الذبائح وطهي الطعام لتقديمه للزوار.

كرم أهالي قرى تل حميس

ولمعرفة المزيد عن هذه العادات؛ قامت صحيفتنا "روناهي " بزيارة قرية "الفرحانية " والتقت بابن هذه القرية والذي كلف بهذه الفعالية الاجتماعية "يوسف الباشا" ففي منزله تكون الدعوة عامة للجميع ليس فقط للمعايدة بل لوجبة طعام جماعية وقال عن هذا الطقس: "تبدأ احتفالات العيد في منازلنا بقراءة القرآن الكريم وخطبة العيد، ثم تُقام صلاة العيد بحضور العديد من أهالي المنطقة، وبعد الصلاة، تُقدَّم وجبة طعام جماعية تُجهز من الذبائح التي تم تحضيرها خصيصًا لهذه المناسبة، في مشهد يعكس الكرم العربي الأصيل".

ما يميز هذه المنازل أن الدعوة مفتوحة للجميع، دون الحاجة إلى دعوات شخصية، كل من يرغب في زيارة هذه المنازل يجد الترحيب والضيافة، حيث يتوافد الناس من مختلف القبائل والمناطق المجاورة،إنها دعوة عامة تعكس روح العيد كفرصةٍ لتوحيد الصفوف وتعزيز العلاقات بين أفراد المجتمع.

الأجواء المميزة للعيد

وتابع الباشا: "بعد تقديم وجبة الطعام، تتحول هذه المنازل إلى مراكز للجلسات الاجتماعية المتعة، يجتمع الكبار والشباب لشرب الشاي والقهوة في أجواءٍ مميزة، حيث تُروى الحكايات والقصص القديمة التي تحمل عبق الماضي وذكريات الأجداد، فهذه الجلسات لا تقتصر على التسلية، بل تعزز الروابط الاجتماعية وتعكس روح التآخي بين أهل المنطقة".

يتميز هذا المنزل باستقبال حشود كبيرة من الناس الذين يأتون للاستمتاع بأجواء العيد، ليس فقط لتناول الطعام، بل أيضًا للمشاركة في الأحاديث والقصص التي تُضفي على العيد طابعًا خاصًا، لا يقتصر إحياء هذه التقاليد على منزل "يوسف الباشا " بل تمتد إلى الكثير من المنازل التي يفرض عليها واقعها الاجتماعي أن تكون فاتحة أبوابها لاستقبال الجميع؛ أنها عادة من الزمن الجميل احتفظت بها مجموعة من المنازل وحافظت عليها.

وأضاف الباشا: "العيد في ريف تل حميس ليس مجرد طقس ديني، بل هو حدث اجتماعي وثقافي يُبرز القيم الإنسانية العميقة، من قراءة القرآن وأداء الصلاة إلى تقديم الطعام واستضافة الزوار، تُظهر هذه الاحتفالات روح التعاون والتكاتف التي تُعدُّ جزءًا لا يتجزأ من هوية المنطقة".

تُعتبر هذه التقاليد فرصة فريدة تجمع بين أبناء القبائل المختلفة، حيث تُعمق روح المحبة والتآزر بين الجميع، تقديم السكاكر والحلويات بكميات كبيرة، إلى جانب الذبائح والولائم، يجعل من هذه البيوت مراكز جذب لكل من يرغب في مشاركة أجواء العيد المميزة.

ففي النهاية نجد بأن استمرار هذه العادات المتوارثة في المنازل التاريخية، مثل "منزل يوسف الباشا" وغيره، يعكس تمسك أهالي ريف تل حميس بجذورهم وهويتهم الثقافية.

فالعيد هنا ليس مجرد مناسبة عابرة، بل هو إرث حيّ يُنقل من جيل إلى آخر، يحمل في طياته قيم الكرم والعطاء والتلاحم، بهذه الروح، تبقى هذه التقاليد جزءًا من ذاكرة المنطقة، تعكس أصالة الماضي وتُشكّل أساسًا لمستقبل مشرق مليء بالتآخي والمحبة.

مراكز توزيع صحيفة روناهي واقتناء الكتب: اقليم الجزيرة- قامشلو (مكتبة سعدو- فرع (١) شارع زكي الأرسوزي- جانب البلدية ٤٢٥٩٩٧- فرع (٢) الشارع العام، مقابل جامع الشلاح ٤٥٢٠٨١/ مكتبة آواز- طريق عامودا ٤٣٩١٥٤/ مكتبة الحرية- الشارع العام ٤٢١٣٦٠/ مكتبة سومر- الشارع العام ٤٢٤٠٣٧/ مكتبة الراوي فرع (١) شارع الكورنيش، تجمع محلات الراوي ٤٤٤٠٢٨ - فرع (٢) مقابل الصيدلية العمالية ٤٤٥٨٢٠/ مكتبة الزهراء- دوار البشيرية ٤٦٠٦٩٩/ مكتبة الجواهري ٤٤٣٧٤٢/ مكتبة دار القلم - الشارع العام ٤٥٢٧١٤/ مكتبة الأنوار شارع عامودا ٤٣٨٢٠٧/ مكتبة الرسالة الشارع العام هاتف ٧٤٥٧٣٣-٠٩٦٦٢٧٨٤٥٧ /المكتبة الرئيسية - كركي لكي- ٧٥٤٤١٦ / عامودا (مكتبة آرين ٧٣٢٣٢٣) / درباسية (مكتبة سما ٧١١٤١٠) / جل آغا (مكتبة وائل ٧٥٥٥٥١) / تربه سبيه (مكتبة الجهاد ٤٧٠٦١٨).

إلهام أحمد: لا يمكن الحديث عن بناء دولة ديمقراطية إذا كانت المرأة غائبة عن صناعة القرار

قامشلو/ ملاك علي ـ أوضحت الرئيسة المشتركة لدائرة العلاقات الخارجية في الإدارة الذاتية الديمقراطية، لإقليم شمال وشرق سوريا "إلهام أحمد" إن تجربة المرأة الكردية ودورها الفاعل في جميع المجالات، شكّل نموذجاً ملهماً لمسيرة النضال النسوي في سوريا رغم التحديات المستمرة، وأكدت أن مستقبل سوريا لا يمكن أن يكون ديمقراطياً وعادلاً ما لم تكن المرأة جزءاً أساسياً منه، وأن المرأة من خلال استمرارها بالنضال والتنظيم تستطيع أن تضمن حقوقها وتحقق التغيير المنشود نحو مستقبل أكثر عدلاً ومساواة.

لم تكن مشاركة المرأة في السياسة أمراً مستحدثاً، بل كانت نتيجة تراكم طويل من النضال السياسي والتنظيمي داخل الحركة الكردية، حيث لعبت النساء أدواراً رئيسية في بناء مؤسسات الإدارة الذاتية الديمقراطية والمشاركة في صناعة القرار، ومن خلال نظام الرئاسة المشتركة، تمكنت النساء من أن يكنّ جزءاً أساسياً في مختلف الهيئات، ما منحهن صوتاً في رسم سياسات المنطقة داخلياً وخارجياً.

ومع اقتراب سوريا من صياغة دستور جديد وإعادة ترتيب مؤسساتها السياسية والإدارية، أصبح دور المرأة أكثر أهمية من أي وقت مضى، فمشاركتها في هذه العملية ستحدد مدى قدرتها على ترسيخ حقوقها ضمن القوانين والتشريعات المستقبلية، وضمان تمثيل عادل لها في الدولة الجديدة.

المرأة الكرديّة بقوة تنظيمها حققت العديد من المكتسبات

حول هذا الموضوع، تحدثت الرئيسة المشتركة لدائرة العلاقات الخارجية في الإدارة الذاتية الديمقراطية، لإقليم شمال وشرق سوريا، "إلهام أحمد" في لقاء خاص لصحيفتنا "روناهي"، عن أهمية مشاركة المرأة الكردية في هذه المرحلة المفصلية، والدور الذي لعبته في السياسة والدبلوماسية، بالإضافة إلى التحديات التي تواجهها في طريق تحقيق المساواة الفعلية؛ "إن المرأة استطاعت أن تحقق حضوراً قوياً، ليس فقط على المستوى المحلي، بل أيضاً على الساحة الدولية".

وأوضحت أن المرأة الكردية كانت منظمة منذ البداية، بما أتاح لها فرصة كبيرة للمشاركة في العمل السياسي بشكل فعال؛ "منذ بدء الأزمة السورية، كانت المرأة الكردية أكثر تنظيماً، وهو ما ساعدها على لعب دور ريادي في السياسة والدبلوماسية، فالنظام القائم في إقليم شمال وشرق سوريا، الذي يعتمد على الرئاسة المشتركة، ومنح المرأة فرصة متساوية للمشاركة في كل المجالات، وجعلها جزءاً أساسياً من عملية اتخاذ القرار".

وأضافت أن المرأة لم تكتفِ بالمشاركة السياسية فقط، بل كانت في خط المواجهة في الساحة الدبلوماسية أيضاً، حيث استطاعت أن تمثل قضيتها بفاعلية في المحافل الدولية؛ "لقد أثبتنا أن الساحة السياسية ليست حكراً على الرجال، بل هي أيضاً ساحة للنضال بالنسبة لنا كنساء، عندما تكون المرأة منظمة، واعية، ومتحررة من قيود المجتمع التقليدي، فإنها قادرة على تحقيق تغيير حقيقي".

على صعيد السياسة الخارجية، تؤكد "إلهام أحمد" أن المرأة لعبت دوراً مهماً في نشر وترويج النموذج الديمقراطي الذي تطبقه الإدارة الذاتية الديمقراطية؛ "عملنا على تقديم نموذج الإدارة الذاتية الديمقراطية في مختلف المحافل، لأننا نؤمن بأنه يمكن أن يكون حلاً مناسباً لمشاكل سوريا، هذا النموذج يقوم على الديمقراطية، والمساواة بين الجنسين، ومشاركة جميع الشعوب، وهو ما حاولنا الترويج له على المستوى الدولي".

لا يمكن إقصاء دور المرأة من مرحلة إعادة البناء

وفيما يتعلق بمستقبل سوريا، ترى "إلهام أحمد" أن المرحلة القادمة تتطلب مشاركة قوية من النساء، خاصةً في صياغة الدستور الجديد، وتوضح قائلةً؛ "سوريا اليوم في مرحلة إعادة بناء، سواء على مستوى المؤسسات الإدارية أو على مستوى الدولة ككل، والدستور الجديد سيكون الوثيقة التي سترسم ملامح سوريا المستقبلية، ولهذا من الضروري أن تكون المرأة جزءاً من هذه العملية".

ونوهت إلى أن إشراك النساء في صياغة الدستور سيضمن تثبيت حقوقهن؛ "القرن الحادي والعشرين هو قرن حرية المرأة، لذلك يجب أن يعكس الدستور الجديد هذه الحقيقة، يجب أن يتضمن قوانين تحمي حقوق النساء، وتضمن المساواة بين الجنسين، بما يتماشى مع متطلبات العصر".

كما شددت على أهمية إعادة النظر في تشكيل اللجنة الدستورية؛ "اللجان التي تُصيغ سياسات سوريا المستقبلية يجب أن تكون ممثلة لجميع الفئات، بما في ذلك النساء، لا يمكن الحديث عن بناء دولة ديمقراطية إذا كانت المرأة غائبة عن صناعة القرار".

تعزيز التنظيم والرؤى النسوية

مؤخراً، عُقد كونفرانس نسوي هام جمع النساء الكرد، في مدينة قامشلو، في إقليم شمال وشرق سوريا، لمناقشة سبل تعزيز دورهن في السياسة والمجتمع، وتصف "إلهام أحمد" إن هذا الكونفرانس خطوة مهمة في مسار تنظيم المرأة، ونوهت بأنه كان بداية جديدة لوضع أسس أقوى لتنظيم المرأة سياسياً واجتماعياً، ما خرج به من قرارات سيكون له تأثير ليس فقط على النساء الكرد، بل على جميع النساء في سوريا.

ونوهت أن الكونفرانس تناول عدة قضايا هامة، مثل القوانين التي تحمي المرأة، والقوانين الاجتماعية، والحقوق السياسية، إضافةً إلى مشاركة المرأة في الدبلوماسية؛ "نحن نريد وضع سياسات جديدة تعزز دور المرأة في مختلف المجالات، سواء من الناحية القانونية، أو الاجتماعية، أو الدبلوماسية، هذا المؤتمر كان بمثابة انطلاقة نحو تعزيز التنظيم النسوي ليكون له تأثير حقيقي في مستقبل سوريا".

في ختام حديثها، أكدت الرئيسة المشتركة لدائرة العلاقات الخارجية في الإدارة الذاتية الديمقراطية، لإقليم شمال وشرق سوريا، "إلهام أحمد" إن المرأة لن تتراجع عن المكتسبات التي حققتها، وأنها ستواصل نضالها لتحقيق المزيد من الحقوق والمشاركة في صياغة مستقبل سوريا؛ "لقد أثبتنا أن المرأة قادرة على أن تكون جزءاً من الحل، وليست مجرد متفرج، نحن هنا لنبني مستقبلاً تكون فيه المرأة شريكة حقيقية في كل القرارات السياسية والإدارية".

الكينوا: فوائد تجعلها غذاء صحي ومفيد

الكينوا نوع من الحبوب اللذيذة سهلة التحضير التي أصبحت تتصدّر الأغذية الصحية، اقرأ المقال التالي لتتعرف أكثر على فوائد الكينوا هذه وكل ما يتعلق بها.

فوائد الكينوا

إليكم أشهر فوائد الكينوا للجسم:

١.مصدر للبروتينات:

تحتوي الكينوا مجموعة من الأحماض الأمينية الأساسية، التي لا يمكن للجسم إنتاجها ويعتمد على الغذاء لأجل الحصول عليها، وتتميز الكينوا بأنها مصدر لمعظم أنواع الأحماض الأمينية الأساسية التي يحتاجها الجسم دون استثناء، فهي مصدر كامل للبروتينات المهمة، كل كوب من الكينوا المطبوخة يمد الجسم بما يقارب ٨ غرام بروتين، وهذا مايجعل منها خيار مثالي للرياضيين وللعديد من الحالات الصحية التي تتطلب تناول كمية كبيرة من البروتين، وللأشخاص النباتيين.

٢.مصدر غني بالألياف الغذائية:

الكوب الواحد من الكينوا غير المطبوخة يحوي معدل يتراوح ما بين ٢٧-١٧ غرام من الألياف بحسب نوعها، أي بمقدار الضعف عما تحويه الأنواع الأخرى من الحبوب الكاملة، معظم الألياف فيها من النوع غير القابل للذوبان، والقليل منها فقط قابل للذوبان، ومن المعروف أهمية الأغذية الغنية بالألياف لصحة الجهاز الهضمي والوقاية من العديد من المشاكل الصحية، مثل الإمساك، لها تأثير إيجابي على عمليات الأيض في الجسم،

إنها قليلة السعرات الحرارية ومصدر عالي للبروتين والألياف التي تزيد من طول فترة الإحساس بالشبع وامتلاء المعدة،

ذات مؤشر جلايسيمي منخفض، مما يساعد في السيطرة على معدلات سكر الدم وزيادة فترة الإحساس بالشبع، وبالتالي التقليل من تناول الطعام، وبهذا من الممكن إدخالها في العديد من الحميات الغذائية القليلة بالسعرات الحرارية،

٥.الوقاية من السكري:

قام مجموعة من العلماء في جامعة برازيلية بدراسة بعض أنواع البقوليات والحبوب للتعرّف على ما قد يجعلها مفيدة في السيطرة على السكري من النوع الثاني والوقاية منه، فوجدوا الآتي:

تصدرت الكينوا باقي البقوليات والحبوب بنشاطها المضاد للأكسدة بنسبة ٨٦٪ بالنسبة لعشر أنواع أخرى تم دراستها،

وجد أن للكينوا دور في السيطرة والتحكم بالسكري من النوع الثاني وضغط الدم المرتبط به،

٣.تحتوي على مضادات الأكسدة:

من فوائد الكينوا أنها مصدر ممتاز لمضادات الأكسدة، التي تقاوم الجذور الحرة، مما يجعلها فعالة في مواجهة علامات التقدم بالعمر والعديد من الأمراض الأخرى، وباحتوائها على مضادات الأكسدة القوية الفلافونيدات، فإنها تقوم بالآتي:

مضاد قوي للعدوى والفيروسات،

لها دور في الوقاية من السرطانات،

مضادة للاكتئاب،

٤.خسارة الوزن:

للكينوا خصائص تجعلها من الأغذية التي من الممكن أن تلعب دور في نجاح عملية فقدان الوزن، إذ أنها:

لها خصائص في تقليل الشهية وكبحها

أنواع الكينوا

بعد التعرف على فوائد الكينوا، تعد الكينوا من الأغذية الخالية من الجلوتين، مما يجعلها تدخل بشكل رئيسي ضمن أغذية مرضى حساسية القمح، وللكينوا ثلاث أنواع رئيسية هي:

الحبوب البيضاء،

الحبوب الحمراء،

الحبوب السوداء.

القيمة الغذائية للكينوا

بعد أن تعرفنا على أهم فوائد الكينوا، لا بدّ الآن من التطرق إلى محتواها الغذائي، حيث أن الجدول الآتي يبين القيمة الغذائية في كل ١٠٠ غرام من الكينوا المطبوخة بحسب الـ USDA:

القيم الغذائية	القيمة الغذائية لـ ١٠٠ غرام من الكينوا المطبوخة
السعرات الحرارية	١٢٠ سعرة حرارية
البروتينات	٤.٤ غرام
الكربوهيدرات	٢١.٣ غرام
الدهون	١.٩٢غرام
الألياف الغذائية	٢.٨ غرام

طريقة تحضير الكينوا

يمكن تحضير الكينوا بفترة لا تتجاوز ٢٠١٥ دقيقة، وذلك عن طريق الخطوات الآتية

إضافة كوبين من الماء لكل كوب من الكينوا مع ملعقة صغيرة من الملح، غليها على درجة حرارة متوسطة، لمدة ٢٠١٥ دقيقة،

إضافتها للعديد من الأطباق وخاصةً السلطات، والحصول على كافة فوائد الكينوا الصحية التي قد تم ذكرها سابقًا.

نصائح لاختيار مشروبات مناسبة أثناء ممارسة الرياضة

تعد ممارسة الرياضة هواية مهمة للجسم لما لها من فوائد عديدة، ولكن فقدان الماء هو أحد آثارها الجانبية، ومن الضروري الحفاظ على رطوبة الجسم طوال الوقت، خاصةً أثناء ممارسة الرياضة، ويعتبر تعويض السوائل بشكل كافٍ أمراً مهماً للوقاية من الجفاف.

تساعد كمية السوائل التي يجب تناولها، وتوقيتها، ونوعها على الشعور بأفضل حال أثناء ممارسة الرياضة، وتشمل النصائح ما يلي:

ـ اختر المشروب المناسب:

تقول نانسي كلارك، اختصاصية التغذية الرياضية إن أبسط الحلول أحياناً يكون هو الأفضل، وهذا ينطبق على اختيار مشروب التمرين، وإذا كنت شخصا عادياً، فإن شرب الماء بعد التمرين كافٍ.

ونصحت باختيار حليب الشوكولاتة إذا كان تمرينك أكثر كثافة، وتقضي أكثر من ٣ ساعات متواصلة في التمرين؛ حيث يحتوي حليب الشوكولاتة على الصوديوم والكالسيوم، اللذين يفقدهما الجسم عند التعرق كما يحتوي على الكربوهيدرات التي تُعيد شحن طاقتك وتُعطيك الطاقة، أما البروتين، فيساعد على إصلاح أي تلف في الخلايا أو الأنسجة.

وقد يشعر البعض بالخمول عند شرب الحليب أثناء التمرين، لذا يُعد حليب الشوكولاتة مشروباً أفضل بعد التمرين، وكذلك تُعدّ المشروبات الرياضية، وماء جوز الهند، أو غيرها من المشروبات مناسبة إذا كنت لا تُفضل الحليب أو الماء، ويمكنك أيضاً تعويض نقص المعادن التي تُوازن بين الماء في الجسم ودرجة حموضة الدم، من خلال الأفوكادو، والموز، وعصير البرتقال.

ـ تناول الكمية المناسبة:

تنصح نانسي بالشرب "حتى لا تشعر بالعطش"، حيث لا توجد كمية محددة من الماء يجب تناولها أثناء التمرين، وهناك طرق لحساب معدل تعرقك ستحتاج إلى وزن نفسك قبل التمرين وبعده وإجراء بعض الحسابات،

والقاعدة العامة هي شرب قدر من الماء كل ٢٠١٥ دقيقة أثناء التمرين لتجنب الحسابات الرياضية والتعرق بكثرة.

ـ لا تشرب الكثير من الماء:

من الممكن شرب الكثير من السوائل حيث يزداد الخطر خلال سباقات الماراثون، والرياضيون الذين يستهلكون كثيراً من السوائل (حتى المشروبات الرياضية) ولكن بكمية قليلة من الصوديوم قد يُصابون بحالة تُهدد حياتهم تُسمى نقص صوديوم الدم، وتشمل أعراض نقص صوديوم الدم: (الانفعال والارتباك والإرهاق والصداع وانخفاض ضغط الدم وتشنجات عضلية، أو ارتعاش، أو ضعف وغثيان أو قيء ونوبات أو غيبوبة)،

ـ شرب السوائل قبل وأثناء التمرين:

توصي نانسي كلارك بشرب السوائل قبل البدء بالتمرين، خاصةً إذا كنت تُمارس تمريناً يتطلب قدراً كبيراً من القدرة على التحمل.

وقالت: "يجب أن تبدأ بالشرب قبل ساعة ونصف الساعة إلى ساعتين من جري الماراثون".

ويُعدّ شرب السوائل أثناء التمرين فكرة جيدة؛ حيث تقول كلارك: "لا تشرب كمية كافية أثناء التمرين، وهذا يُسبب لك إرهاقاً عند الانتهاء، ويدفعك لشرب المزيد من الماء، من الأفضل ألا تُسبب ذلك من الأساس".

ـ تناول كمية كافية من البروتين والكربوهيدرات:

تُعدّ ممارسة الرياضة مفيدة، ولكن من الشائع حدوث تلف طفيف في الخلايا أو الأنسجة بعد التمرين، ويمكن للبروتينات أن تساعد في إصلاح أي تلف، لذا اشرب مشروباً غنياً بالبروتين بعد التمرين المكثف.

ويستهلك الجسم طاقة كبيرة عند ممارسة الرياضة، لذلك يحتاج إلى كربوهيدرات أكثر بثلاث مرات من البروتين.

ـ اعرف مخاطر الجفاف:

قد تنتج العديد من المضاعفات عن عدم شرب كمية كافية من الماء، ولعل التعب من أكثرها شيوعاً حيث يزداد دمك كثافة، ويضطر قلبك إلى العمل بجهد أكبر إذا لم تشرب كمية كافية من الماء، مما يعني أنك ستصاب بالتعب.

وتشمل مخاطر الجفاف الأخرى: (الارتباك والإغماء وعدم التبول والصدمة وتسارع دقات القلب وسرعة التنفس).

فقدان ثلاث نساء حياتهن في إقليم كردستان خلال شهر آذار

مركز الأخبار - وثّقت وكالة "روج نيوز"، فقدان ثلاثة نساء في إقليم كردستان حياتهن خلال شهر آذار الفائت، بينهن حالتين في ظروفٍ غامضة،

نشرت وكالة "روج نيوز" على صفحتها الرسمية، بحسب بيانات وثّقتها الوكالة بنفسها، فقدان ثلاث نساء حياتهن، خلال شهر آذار الماضي، حيث أفادت الوكالة أنه، في الرابع من آذار، توفيت المعلمة "أوات محمد كرم" من سكان منطقة برادوست والقاطنة في بلدة جومان، بعد أربعة أيام من تلقيها العلاج في المستشفى،

وفي ١٣ آذار، تم العثور على جثة امرأة، بالقرب من قرية زينكان التابعة لحدود آكري، وكانت الجثة مقيدة بسلاسل،

وفي ١٧ آذار، توفيت امرأة تبلغ من العمر ٢٥ عاماً، وهي من سكان ناحية رانيا، في مستشفى شار بمدينة هولير، بعد أربعة أيام من تواجدها في المستشفى، وسط معلومات بفقدانها لحياتها بسبب تسرب الغاز في منزلها،

هذا وأكدت "وكالة روج نيوز"، بأنه شهد شهر شباط الفائت مقتل ثلاثة نساء في السليمانية وهولير، كما فقدت امرأة أخرى حياتها بظروفٍ غامضة،

كما وشهد شهر كانون الثاني مقتل ثلاث نساء، فيما فقدت امرأتان حياتهما بظروفٍ غامضة في مناطق السليمانية، وپنجوين، وهولير،

هل ستبدأ نشاطات كرة القدم في الموعد المحدد لها بسوريا؟

روناهي/ قامشلو ـ قررت الأمانة العامة في الاتحاد العربي السوري لكرة القدم وبالتشاور مع اللجنة الاستشارية بالاتحاد عن تحديد تاريخ 2025/4/10، موعداً لبدء النشاطات الكروية في سوريا، ومع اقتراب هذا التاريخ نتساءل هل الأوضاع تسمح ببدء هذه النشاطات بالموعد المذكور؛ وخاصةً إنه تشهد البلاد أوضاعاً أمنية صعبة في العديد من مدنها حتى الآن وخاصةً في الساحل السوري.

ومازالت الظروف الأمنية لم تصل لمرحلة الاستقرار الحقيقي بالعديد من المدن في سوريا ومنها مدن الساحل السوري على وجه الخصوص، والتي من المؤكد ستلعب دوراً هاماً في قضية عودة النشاطات الكروية للبدء مجدداً، يضاف لذلك معاناة الأندية من الجانب المادي وعدم قدرتها لدفع مستحقات ورواتب المدربين والإداريين واللاعبين لديها، وذلك بسبب تغيّب وجود داعمين كما السابق، فضلاً عن عدم توفر الاستثمارات لهذه الأندية، وبتاريخ ٢٠٢٤/١٢/١٤، تقرر أن تنطلق نشاطات لعبة كرة القدم الرسمية التي تدارمن قبل الاتحاد العربي السوري لكرة القدم في العاشر من نيسان الجاري، ولكن بحسب الواقع على الأرض لا يوجد أي شيء يوحي بانطلاقتها بالموعد المذكور؟

فحتى الآن العديد من الأندية لا يتواجد لها أي نشاط ظاهر على الأرض مثل نادي الجيش بدمشق، كما أن الاستعدادات ليست بالشكل المطلوب، حيث تركز فقط على الحصص التدريبية وغياب المباريات الودية القوية، والبعض منها اعتمد على المشاركة بالبطولات التنشيطية فقط، علماً الأندية أكثر ما يؤرقها هو قضية الرواتب للكوادر الفنية والإدارية واللاعبين كما ذكرنا، بحيث ابتعد الكثير من الداعمين لهذه الأندية عن منح هذا الدعم، لأنهم كانوا من مؤيدي النظام السابق، وحتى بعض التقارير الصحفية اتهمت هؤلاء بعملية غسيل الأموال في قضية دعم الأندية.

ويصعب في الوقتِ الحالي على الكثير من الأندية السوريّة إيجاد داعمين لها أو توفير فرص استثمار باستثناء البعض منها والتي استطاعت تأمين نفسها مثل نادي أهلي حلب الذي عقد اتفاق مع إحدى الشركات المحلية، فضلاً أنه من المتوقع وبسبب الظروف الأمنية السائدة في البلاد أن تكون بطولة الدوري السوري الممتاز عبر تجمعين في دمشق وحلب، وحتى أن تكون المباريات بدون جمهور علماً لم يتم إيضاح نظام اللعب الذي سوف يُعتمد في الدوري من قبل الجهات المعنية حتى الآن.

وبتاريخ ٢٠٢٤/١٢/٣، كان الاتحاد العربي السوري لكرة القدم التابع للنظام البائد وقتها قرر إقامة مباريات الدوري الممتاز للرجال بدون جمهور، ولكن تبعه قراراً آخر بتاريخ ٢٠٢٤/١٢/٤، بإيقاف الدوري إلى إشعارٍ آخر، كما قرّر وقتها أيضاً تأجيل مباريات أندية الدرجة الأولى (رجال وشباب) في المجموعتين الشمالية والجنوبية، ومباريات الدوري العام لفئتي الأشبال والناشئين في المجموعتين الأولى والثانية، وجاءت القرارات بسبب سقوط المدن السوريّة بدون أية مقاومة تُذكر من جيش النظام البائد، وتقدّم قوات ما تُسمى رد العدوان بقيادة هيئة تحرير الشام وفقها، لحين الوصول للعاصمة دمشق وإسقاط النظام البعثي هناك،

ومنذ ذلك الوقت تنتظر الجماهير الكروية عودة الدوري الممتاز للرجال، ولكن بأي طريقة ونظام لعب سيعود هذا الدوري؟ فهذا الأمر لم يتوضح من قبل الجهات المعنية حتى الآن، ناهيك عن الظروف الأمنية الصعبة التي تمر بها العديد من المدن، فضلاً عن الأوضاع المالية الصعبة للأندية، ولذلك يتساءل الجميع حالياً، هل ستبدأ النشاطات بالوقت المحدد لها، أم أنها ستتأجل لإشعارٍ آخر؟

مطاردة صلاح.. ليفاندوفسكي ماكينة أهداف لإنقاذ برشلونة

لا يزال روبرت ليفاندوفسكي، الاسم الأبرز في قائمة هدافي الليغا هذا الموسم، حيث يتصدّر سباق «البيتشيتشي» برصيد ٢٥ هدفاً، بعد ٢٩ جولة، متفوقاً على كيليان مبابي نجم ريال مدريد، الذي سجل ٢٢ هدفاً، لكن: تفوق ليفاندوفسكي، لا يقتصر على المنافسة الفردية، بل يمتد ليبرهن على مدى تأثيره في أداء برشلونة، ويقدم المهاجم البولندي هذا الموسم، مجموعة أرقام أفضل مما حققه في موسميه السابقين مع الفريق الكتالوني، على الرغم من الانتقادات التي يتعرض لها بسبب إضاعة بعض الفرص السهلة.

أفضل موسم بقميص البارسا

في موسمه الأول مع برشلونة (٢٠٢٢-٢٠٢٣)، نجح ليفاندوفسكي في تسجيل ٣٣ هدفاً بجميع المسابقات، بينها ٢٣ هدفاً في الليجا، مما منحه لقب الهداف «البيتشيتشي»، لكنه: هذا الموسم، تفوق على نفسه، بتسجيل ٣٨ هدفاً في جميع البطولات حتى الآن، بجانب تقديم ثلاث تمريرات حاسمة، متجاوزاً رقمه السابق مع الفريق الكتالوني، رغم أنه لا يزال أمامه، العديد من المباريات، لتعزيز سجله التهديفي.

كما أصبح ليفاندوفسكي، أول لاعب في الليغا هذا الموسم، يصل إلى ٤١ مساهمة تهديفية (بين تسجيل وصناعة)، متفوقاً على جميع لاعبي البطولة.

وعلى الرغم من هذا الأداء القوي، يتعرض النجم البولندي لانتقادات مستمرة بسبب إهدار بعض الفرص السهلة في المباريات، وهذا أمر طبيعي لأي لاعب يتصدّر المشهد الهجومي لفريق يصنع الكثير من الفرص،

إلا أن ما يميز ليفاندوفسكي، هو قدرته على التعويض دائمًا، وتسجيل مجموعة أهداف حاسمة في أصعب الظروف، كما فعل أمام جيرونا مؤخرًا، عندما سجل ثنائية، في مباراة انتهت بفوز برشلونة ٤-١.

٢١ نقطة

لم تقتصر مساهمة ليفاندوفسكي على تسجيل الأهداف فقط، بل كانت أهدافه سببًا مباشرًا في فوز برشلونة بـ ٧ مباريات في الليغا هذا الموسم، مما يعني أنه أضاف بمفرده ٢١ نقطة للفريق، وهو رقم يعكس مدى أهميته في الصراع على لقب الدوري، وحتى في المباريات التي لم يسجل فيها ليفاندوفسكي، فإن وجوده في الخط الأمامي، أجبر دفاع الخصوم على ارتكاب الأخطاء، مما منح بقية لاعبي البارسا، مساحات ومجموعة فرص تهديفية أكثر،

دور فليك

وصول المدرب الألماني هانز فليك إلى برشلونة، شكّل نقطة تحوّل مهمة في مستوى ليفاندوفسكي، إذ أعاد إحياء النسخة الأفضل منه، كما حدث عندما عملا معًا في بايرن ميونخ،

وتحت قيادة فليك، حقق المهاجم البولندي أفضل موسم تهديفي في مسيرته (٢٠٢٠-٢٠٢١) عندما سجل ٤١ هدفاً في الدوري الألماني، وفاز حينها بجائزة الحذاء الذهبي الأوروبي،

ولعل طريقة لعب فليك، التي تعتمد على الهجوم المباشر والضغط العالي والاستحواذ السريع، قد ساهمت في إعادة الحيوية إلى ليفاندوفسكي، حيث أصبح أكثر تكيفًا مع أسلوب برشلونة، كما استفاد من تحسن أداء لاعبي الوسط مثل فرينكي دي يونغ وبيدري وجافي، الذين أصبحوا أكثر قدرة على تزويده بالتمريرات الحاسمة، وهو ما ظهر جليًا في الهدف الذي سجله أمام جيرونا، بعد تمريرة رائعة من دي يونغ،

العمر مجرد رقم

على الرغم من أن ليفاندوفسكي سيبلغ ٣٧ عامًا في آب المقبل، إلا أنه لا يزال قادرًا على قيادة هجوم برشلونة بكفاءة عالية، ولم يفقد حسه التهديفي، ولا يزال منافسًا قويًا على الألقاب الفردية مثل البيتشيتشي والحذاء الذهبي الأوروبي،

وخلال الفترة الماضية، تلقى المهاجم البولندي، عدة عروض مغرية من أندية الدوري السعودي، التي كانت تسعى لضمه بعقود ضخمة، لكنه رفضها مفضلًا البقاء في برشلونة واستكمال مشروعه مع الفريق الكتالوني، وهذا القرار يعكس رغبته في مواصلة المنافسة على أعلى مستوى أوروبي، وإثبات أنه لا يزال في قمة مستواه رغم التقدم في العمر،

معركة مشتعلة

بعد تسجيله ثنائية أمام جيرونا، دخل ليفاندوفسكي بقوة في المنافسة على الحذاء الذهبي الأوروبي، حيث أصبح يحتل المركز الثاني برصيد ٢٥ هدفاً في الليغا، بفارق هدفين فقط عن محمد صلاح نجم ليفربول، الذي سجل ٢٧ هدفاً في الدوري الإنكليزي الممتاز حتى الآن،

وفي الوقت نفسه، يتفوق ليفاندوفسكي على مبابي، الذي يمتلك ٢٢ هدفاً، لكنه استفاد من تسجيل ستة أهداف من ركلات جزاء، مقارنةً بـ ٣ فقط لليفاندوفسكي،

وما يزيد من أهمية هذه المنافسة، هو أن النجم البولندي يريد تحقيق الحذاء الذهبي للمرة الثالثة، بعدما فاز به مرتين خلال فترة لعبه مع بايرن ميونخ في موسمي ٢٠٢٠-٢٠٢١ (٤١ هدفاً) و٢٠٢١-٢٠٢٢ (٣٥ هدفاً)،

ومع بقاء عدة مباريات حتى نهاية الموسم، فإن الفرصة لا تزال قائمة أمام ليفاندوفسكي، لمواصلة مطاردة صلاح، خاصة وأنه يعيش فترة تهديفية رائعة بتسجيله ٩ أهداف في آخر ٩ مباريات بالليغا، وإلى جانب أرقامه المميزة هذا الموسم، يقترب ليفاندوفسكي من تحقيق إنجاز شخصي آخر حيث أصبح على بعد ٣ أهداف فقط من الوصول إلى ١٠٠ هدف مع برشلونة منذ انضمامه للفريق في صيف ٢٠٢٢،

ولعل هذا الرقم يعكس مدى تأثيره خلال فترة قصيرة، ويضعه ضمن قائمة أفضل المهاجمين الذين لعبوا للنادي الكتالوني خلال القرن الحالي،

وبينما يقترب الموسم من نهايته، يبدو واضحًا أن ليفاندوفسكي ليس فقط أفضل هداف في الليغا، بل هو أحد أهم أعمدة مشروع برشلونة الهجومي، وأحد اللاعبين الذين يعول عليهم الفريق، في سباق اللقب أمام ريال مدريد، وبفضل أهدافه الحاسمة وخبرته الكبيرة ورفضه التخلي عن التحديات رغم تقدمه في العمر، يثبت النجم البولندي أن برشلونة لا يزال يملك هدافًا من الطراز العالمي، قادرًا على قيادته إلى المجد المحلي والأوروبي،

عيد الفطر فرصة لتعزيز التسامح وإرساء ثقافة السلام في سوريا

الطبقة/عبد المجيد بدر ـ أكد أعضاء مؤتمر الإسلام الديمقراطي في الطبقة أن عيد الفطر يجب أن يكون نقطة انطلاق جديدة للسوريين، نحو مجتمع يسوده العدل والتسامح، وأن قيم العيد يمكن أن تكون أساسًا لحل النزاعات وإرساء ثقافة السلام.

مع حلول عيد الفطر المبارك، تبرز قيم التسامح والتآخي كحاجةٍ مُلحّة في المجتمع السوري، الذي أنهكته سنوات من النزاعات، ليكون العيد أساس ترسيخ ثقافة الحوار والمصالحة وتعزيز قيم التلاحم الاجتماعي، وألا تنحصر ضمن إطار الاحتفال فقط، بل فرصة لنشر السلام، بخاصةٍ في ظل الظروف الراهنة، حيث سقوط بشار الأسد، وتأمل المجتمع في أن تُبنى سوريا الجديدة، بسواعد أبنائها وفق نموذج ديمقراطي لا مركزي، يحفظ فيها حقوق جميع الشعوب المتعايشة، كما في إقليم شمال وشرق سوريا، التي تمسكت بمشروع الأمة الديمقراطية، وأدارت الشعوب نفسها بنفسها، طوال بدء الثورة السوريّة وحُولها للأزمة، وللييوم،

عدنان عليوي

بوزان حمو

التلاحم أساس بناء مجتمع قوي

واستقبل أهالي إقليم شمال وشرق سوريا عيد الفطر هذه السنة بمزيدٍ من الآمال والتحديات، مؤكدين على إصرارهم على المقاومة والمشاركة في بناء سوريا جديدة، فيما ثمّن أعضاء من مؤتمر المجتمع الديمقراطية معنى هذا اليوم، وكيف يمكننا استغلاله لنشر السلام والديمقراطية والتكاتف،

في هذا السياق، تحدث رئيس رابطة آل البيت في مؤتمر الإسلام الديمقراطي في مقاطعة الطبقة "عدنان عليوي"، عن أهمية العيد في نشر ثقافة التسامح، قائلاً: "الإسلام علمنا أن العيد ليس مجرد احتفال، بل هو فرصة لنشر السلام والمغفرة، في مؤتمر الإسلام الديمقراطي، نؤكد أن التلاحم بين الناس هو أساس بناء مجتمع قوي، والعيد فرصة لتقوية هذه الروابط".

وأضاف: "العيد يذكرنا بالقيم الإنسانية المشتركة التي تجمعنا جميعًا، في سوريا، عانينا كثيرًا من الانقسامات، لكن المناسبات الدينية مثل العيد يجب أن تكون فرصة لإعادة بناء الجسور بين مختلف الشعوب".

واختتم رئيس رابطة آل البيت في مؤتمر الإسلام الديمقراطي في الطبقة "عدنان عليوي": "العيد هو فرصة لتعزيز هذا النموذج من خلال تشجيع الناس على الحوار والتفاهم بدلاً من النزاع".

الفكر الديمقراطي أساس حل الأزمة السوريّة

ومن جانبه أشار الإداري في مؤتمر الإسلام الديمقراطي في مقاطعة الطبقة "بوزان حمو": "نعمل على تنظيم لقاءات مجتمعية في الأعياد، حيث يجتمع الناس من مختلف الخلفيات للتواصل وحل الخلافات، هذه المبادرات أثبتت نجاحها في تقليل التوترات بين العائلات والقبائل".

وأردف: "الإسلام ليس دين حرب أو إقصاء، بل هو دين محبة وسلام، نحن نعمل على نشر فكر الإسلام الديمقراطي، الذي يحترم التعددية ويرفض التعصب والتطرف، عيد الفطر يجب أن يكون فرصة للسلام والمصالحة بين الجميع".

واختتم الإداري في مؤتمر الإسلام الديمقراطية بالطبقة "بوزان حمو": "نحن بحاجة إلى مشروع وطني يجمع السوريين تحت مظلة واحدة، بعيدًا عن الإقصاء والتمييز، الفكر الديمقراطي هو الأساس لحل الأزمة السورية، ونجدد تأكيدنا على ضرورة إنهاء الاحتلال التركي وخروجه من عفرين وكري سبي/ تل أبيض وسري كانيه، حيث لا يمكن تحقيق السلام والاستقرار في ظل استمرار الاحتلال والتهجير القسري".

مناوبون في سد تشرين: جرائم المحتل التركي لن تُخمِد روح المقاومة

كوباني/ سلافا أحمد ـ أدان مناوبون في سد المقاومة "سد تشرين" الجزرة المروعة التي ارتُكبت بحق عائلة بأكملها في جنوبي مدينة كوباني، وأشاروا إلى أن المجتمع الدولي والمنظمات الإنسانية شركاء في الجرائم التي يرتكبها المحتل التركي، مؤكدين على أن هجماته لن تُخمد شعلة مقاومتهم،

تواصل دولة الاحتلال التركي هجماتها الاحتلالية على مناطق شمال وشرق سوريا بشكلٍ مكثف، حيث صعّدت من حدة هجماتها على المنطقة منذ الثامن من كانون الثاني للعام المنصرم،

واستهدفت دولة الاحتلال التركي، ليلة ١٦-١٧ من آذار الحالي، مزرعة بين قرية قومجي وبرخ بوطان جنوب كوباني عبر طائرة مسيّرة، ما أدى إلى استشهاد عشرة أشخاص ثمانية أطفال ووالدهم ووالدتهم، وإصابة الطفلة نارين الوحيدة التي أنقذت من وحشية المحتل، الشهداء هم: الزوجان عثمان بركل عبدو ٤٧ عاماً، وغزال عثمان عبدو ٣٩ عاماً، وأطفالهم آهين ١٥ عاماً، ودجلة ١٤ عاماً، دلوفان ١٣ عاماً، فواز عامان، صالحة أربعة أعوام، ياسر ستة أعوام، أفيستا ثمانية أشهر، ورونيدا ١٨ عاماً التي التحقت بالشهداء من عائلتها بعد أيام من إصابتها البليغة، وعدم تمكن الأطباء من إنقاذها، أما المصابة والناجية الوحيدة في العائلة هي الطفلة نارين البالغة من العمر تسعة أعوام، لازالت تتعالج في مشافي مدنية كوباني لوحدها، نتيجة لإصابتها البليغة،

اختراق سيادة الدولة

وفي السياق المتصل: ندد المناوبون في سد المقاومة (سد تشرين)، الجزرة الوحشية التي ارتُكبت بحق عائلة عثمان عبدو من قبل المحتل التركي، والتي راح ضحيتها عائلة بأكملها، وشددوا على ضرورة محاسبة تركيا على جرائمها بحق الإنسانية في مناطقهم،

المواطن أحمد عيسى سمعو ناز من مدينة كري سبي/ تل أبيض، ندد وشجب الجزرة المروعة التي ارتكبت بحق عائلة في مزرعة بين قرية برخ بوطان وقرية قومجي، ووصفها بوصمة عار على جبين الإنسانية،

وأضاف: "تسعى الفاشية التركية من خلال هجماتها وانتهاكاتها بحق أبناء الشعب السوري عامةً، وشعوب شمال وشرق سوريا خصوصاً لإبادة أبناء المنطقة وتصفيتهم من الوجود".

ولفت: "منذ بداية الثورة السوريّة والدولة التركية تحاول إبادة الشعب السوري والنيل منه، بدايةً من مرتزقة داعش الإرهابي، الذين ارتكبوا أفظع أنواع الجرائم بحق الشعب السوري، حيث كانت تركيا الأب الروحي لها، وبعد فشل المرتزقة من تنفيذ جميع مساعيها في المنطقة، باتت تركيا حالياً تواصل خطى مرتزقتها الإرهابيين وتمارس أفظع أنواع الانتهاكات والجرائم بحق سكان المنطقة".

وتابع: "حّت حجج واهية وكاذبة، تركيا تحاول إبادة شعوب شمال وشرق سوريا، ضحايا هذه المجزرة الوحشية جُلهم أطفالٌ صغار وبينهم طفلة لم تُكمل حتى عاماً واحداً، فهل من المعقول طفلة عمرها أشهر تهدد أمن تركيا القومي؟!".

وأعرب سمعو عن سخطه وغضبه حول الصمت الدولي المخزي، وأكد بأن المجتمع الدولي والمنظمات الإنسانية كافة شريكة في جرائم تركية الإرهابية، مطالباً من رئيس سطلة دمشق الجديدة أحمد الشرع القيام بواجباته القانونية والإنسانية تجاه أبناء شعوب شمال وشرق سوريا، ووضع حداً لجرائم المحتل التركي التي تخترق السيادة السورية وتبيد الشعب السوري،

المقاومة ردع للاحتلال

وبدورها أشارت المناوبة أيسلم بصرو أن الهدف من جرائم تركيا الوحشي بحق شعبنا هي لتصفية شعوب شمال وشرق سوريا والنيل من إرادتهم الحرة،

وشددت على مواصلة نضالهم ومقاومتهم حتى الرمق الأخير، وقالت: «لا جرائم المحتل التركي ولا مجازرها ستخمد روح المقاومة والنضال فينا، وإننا مصرون على مقاومتنا حتى دحر الاحتلال من آخر شبر من أرضينا».

وشجبت صمت المجتمع الدولي والمنظمات الإنسانية، وأكدت على شراكتهم في جرائم تركيا التي تُقام بحق المدنيين والأطفال الأبرياء.

خلال عشرة أيام مقتل ٣٢٢ طفلاً في قطاع غزة

مركز الأخبار ـ أعلنت منظمة الأمم المتحدة للطفولة (يونيسيف)، مقتل ما لا يقل عن ٣٢٢ طفلاً خلال ١٠ أيام في قطاع غزة منذ استئناف إسرائيل القصف بعد هدنة مع حركة حماس استمرت شهرين، وأفادت اليونيسيف في بيانٍ يوم الاثنين ٣١ آذار ٢٠٢٥ إن «انهيار وقفٍ إطلاق النار واستئناف القصف العنيف والعمليات البرية في قطاع غزة تسببا بمقتل ما لا يقل عن ٣٢٢ طفلاً وإصابة ٦٠٩ آخرين بجروحٍ، أي بمعدل أكثر من ١٠٠ طفل يقتلون أو يشوهون يومياً خلال الأيام العشرة الأخيرة».

وتابعت اليونيسيف إن «معظم هؤلاء الأطفال كانوا نازحين لجأوا إلى خيام مؤقتة أو مساكن متضررة».

وأشارت المنظمة إلى أن هذه الأعداد تشمل الأطفال الذين قتلوا أو جُرحوا في الغارة على قسم الطوارئ في مستشفى ناصر في خان يونس بجنوب القطاع.

الإدارة الذاتية تُهنئ بعيد الأكيتو

مركز الأخبار ـ هنّأت الإدارة الذاتية لشمال وشرق سوريا، الشعب السرياني الآشوري، والشعوب السورية كافة، بعيد الأكيتو 6775، مؤكدةً على التعددية والمشاركة لضمان الحقوق في إطار مواطنة متساوية.

أصدرت الإدارة الذاتية الديمقراطية لإقليم لشمال وشرق سوريا الأول من نيسان الجاري، بياناً رسمياً، بثلاث لغات: العربية، الكردية، والسريانية، عبر موقعها الرسمي، وذلك بمناسبة حلول عيد الأكيتو (١ نيسان).

وجاء في نص البيان: "بمناسبة عيد الأكيتو - عيد رأس السنة السريانية الآشورية ٦٧٧٥، والذي يُصادف في الأول من شهر نيسان من كل عام، نتقدّم بالتهاني والتبريكات إلى الشعب السرياني الآشوري، وعموم الشعب السوري بكل مكوناته، هذا العيد الذي يُعدُّ رمزاً تاريخياً يعبّر عن أصالة وعراقة شعوب ومكونات سوريا، والتي ما زالت تحتفل به حتى يومنا هذا، وهو عيد له معاني عميقة في اختيار السنة الجديدة مع بداية الربيع، وتجدد الطبيعة".

وأشار البيان: "الإدارة الذاتية الديمقراطية لإقليم شمال وشرق سوريا، وبكل مؤسساتها، أصبحت الضامنة لحقوق جميع الشعوب والمكونات، واستمرارها على أرضها بكل ثقافاتها ولغاتها، واستطاعت أن تبعث روحاً جديدة لشعب المنطقة، من خلال ضمان الحقوق والحريات لجميع المكونات القومية والدينية في المنطقة، وخلق نموذج عصري في العيش المشترك، حيث نعمل من أجل أن يكون نموذجاً لسوريا الجديدة، وبالأخص إنّنا على أعتاب استحقاقات لمرحلة انتقالية تؤسس لسوريا المستقبل".

وأكد البيان، على "مشاركة جميع الشعوب والمكونات السوريّة، في استحقاقات المرحلة القادمة، وتكريس التعددية والتشاركية من أجل ضمان حقوق الجميع في سوريا، من السريان الآشوريين، والعرب، والكرد، وجميع المكونات الأخرى، تحت سقف المواطنة المتساوية التي تعترف بالحقوق الكاملة".

واختتم البيان: "يجب أن تكون سوريا وطن يصون حرية المرأة، ويحقق الحرية والعدل والمساواة، عيد أكيتو مبارك لجميع شعوب شمال وشرق سوريا، أكيتوبريخو".

حركة المجتمع الديمقراطي تؤكد أن الحكومة السوريّة الجديدة لا تُمثِّل إلا نفسها

مركز الأخبار - أصدرت حركة المجتمع الديمقراطي، اليوم الأول من نيسان الجاري، بياناً حول الحكومة السورية الجديدة، جاء في نصه: "بعد معاناة طويلة من قبل الشعب السوري، بمختلف أطيافه ومكوناته على يد النظام السوري لبائد، والمجموعات الإرهابية المتمثلة بداعش وأخواتها، استبشر الشعب السوري خيراً في سقوط النظام القمعي في الثامن من كانون الأول ٢٠٢٤، أملاً في بناء سوريا جديدة ديمقراطية، تعددية، ولامركزية، ليطوي بذلك صفحة من تاريخ البلاد رُوِيت بالدموع والدماء".

وتابع البيان: "ما نجده من خطوات وتحركات من سلطات دمشق الجدد، منذ توليهم دفة الحكم، لا يبشر بدخول البلاد إلى مرحلة السلام ونبذ الطائفية، وذهنيات الانتقام والإقصاء، هذه الخطوات تعيد وتكرر تجربة النظام البعثي البائد، ما يشير إلى أن الذي تغير في سوريا هو شخص الرئيس لا أكثر، بينما بقيت ذهنية الدولة الإقصائية، والإنكارية للحقوق والثقافات والكيانات على حالها، وهذا ما يشكل ضربة لطموحات وآمال الشعب السوري في بناء وطن ديمقراطي، تعددي، لا مركزي، قادر على احتضان جميع الثقافات والأعراق والطوائف".

وتابع البيان: "منذ ما سُمي بمؤتمر النصر في ٢٠٢٥/١/٢٩، الذي لخص النصر بمجموعات عسكرية، من بينها مجموعات مرتزقة تلطخت أياديها بدماء السوريين، إلى "مؤتمر الحوار الوطني" في ٢٠٢٥/٢/٢٥، الذي غاب عنه ممثلو الشعب السوري الحقيقيين ذر الرماد في عيون الشعب السوري، والمجتمع الديمقراطي الحر، والقوى الوطنية، ولن تستطيع تمثيل شعبنا، وأن تكون قادرة على تحقيق بناء سوريا تعددية وديمقراطية".

واختتم البيان: "في الوقت الذي تسعى فيه بعض الجهات الإقليمية والدولية، تعويم هكذا حكومة لتحقيق مقايضات سياسية ومصالح لا تمت لمصلحة الشعب السوري، فإننا ندعو جميع القوى الوطنية والديمقراطية، والمنظمات النسائية، والأمم المتحدة والقوى الدولية الفاعلة، إلى تحمّل مسؤولياتها التاريخية في بناء سوريا تعددية لامركزية ديمقراطية، تلبي طموحات الشعوب والثقافات والمكونات السوريّة، وأن تكون لائقة بدماء أبناء وبنات هذا الوطن، ونؤكد بأن حكومة لا تضم ممثلي المرأة الحرة، وشعوب شمال وشرق سوريا والشعب السوري، لا تمثل إلا نفسها".

مجزرة مروعة في قرية حرف بنمرة التابعة لمدينة بانياس

مركز الأخبار- قضت مئات العائلات في قرية حرف بنمرة بريف مدينة بانياس ليلة ٢٠٢٥/٣/٢١، في البراري والأحراش المحيطة بالقرية، التي أصبحت خاوية تماماً بعد المجزرة المروعة التي ارتكبها مسلحون بحق سكانها.

ففي أول أيام عيد الفطر، هزّت قرية حرف بنمرة بريف بانياس التابعة لمحافظة طرطوس مأساة مروعة، حيث تعرضت لهجوم مسلح نفذته مجموعة مسلحة ملثمة، هذا الهجوم أسفر عن مقتل ستة مدنيين، بينهم مختار القرية، وترك خلفه جروحاً عميقة في أجساد وأرواح الناجين.

وتداولت الأنباء أن منفذي الهجوم ينتمون إلى مجموعة مسلحة تتمركز في معسكر الديسنة القريب من القرية، ما دفع العديد من العائلات إلى النزوح خوفاً من تكرار المجازر، أمضى النازحون ليلتهم في البراري والأحراش، حيث كان الخوف رفيقهم الوحيد، رغم التطمينات التي صدرت عن المسؤولين في المحافظة، لكن هذه التطمينات لم تكن كافية لإعادة الأهالي إلى منازلهم، وفق إفاداتهم.

ما زاد من وقع الجريمة هو صورة الطفل الذي كان يربط بنطاله بشريط أسود، في مشهد يعكس فقره المدقع، وعجزه عن شراء حزام، هذه الصورة أصبحت رمزاً للمعاناة التي تعيشها القرية، وأثارت موجة تعاطف واسعة.

يذكر أن هذه الجريمة، تأتي في سياق سلسلة من الجرائم التي تستمر دون ردع جدي من السلطات المختصة، مما يضع مسؤولية كبيرة على عاتقها لحماية المواطنين، ومع تصاعد جرائم الخطف والقتل في الآونة الأخيرة، لا تزال سلطات دمشق تراوغ وتماطل في اتخاذ موقف حاسم تجاه هذه الانتهاكات وفي محاسبة مرتكبيها.

الخارجية الإسرائيلية تَصِف تصريحات أردوغان بالمعادية للسامية

مركز الأخبار - أدان وزير الخارجية الإسرائيلي، جدعون ساعر، التصريحات الأخيرة لأردوغان، التي وصفها بأنها تكشف عن "وجهه المعادي للسامية".

وقال ساعر في تدوينة له على منصة إكس، إن أردوغان يشكّل خطراً ليس فقط على المنطقة بل أيضاً على شعبه، مشيراً إلى أن تلك التصريحات تمثل تهديداً للأمن والاستقرار في الشرق الأوسط.

وأضاف ساعر، أنه "يجب على المجتمع الدولي اتخاذ موقف حازم ضد سياسات أردوغان، داعياً حلف الناتو إلى التحرك سريعاً قبل فوات الأوان.

ومن جانب آخر، اعتقلت السلطات التركية، الصحفي السويدي، يواكيم مدين، الذي تم اعتقاله في إسطنبول بتهمة "الإرهاب وإهانة أردوغان"، فيما ندّدت صحيفة "اغنغز اي تي سي"، بالاتهامات التركية العبثية في حقّ مراسلها.

وجاء في بيان لمركز مكافحة التضليل الإعلامي، التابع للحكومة السويدية، أن التهم الموجهة للصحفي لا علاقة لها بالنشاط الإعلامي، وأشار البيان إلى طرد إعلامي يعمل لدى "بي بي سي" من تركيا مع اعتقال عشرة صحفيين لدى تغطيتهم للاحتجاجات الشعبية ضد أردوغان منذ اعتقال رئيس بلدية إسطنبول.

بدوره، ندد أندرياس غوستافسون، رئيس تحرير صحيفة «اغنغز اي تي سي» باعتقال الصحفي، وقال إن كل التهم عبثية وهي أفعال مهينة، وأشار إلى جهود للإفراج عن الصحفي وإعادته لبلاده.

بينما أكدت وزيرة الخارجية السويدية، ماريا مالمر ستينيغارد، أنها أبلغت بتوقيف مدين، وأن وزارتها تتعامل مع التطوّرات بجديةٍ كبيرة، وأن إطلاق سراحه بات أولوية قصوى للحكومة السويدية.

المقاتل والمُخرِج السينمائي الشهيد خليل داغ في الذكرى ١٧ لاستشهاده

يصادف الأول من نيسان الذكرى السنوية الـ ١٧ لاستشهاد المُخرج السينمائي خليل داغ، حيث استشهد داغ في الأول من نيسان ٢٠٠٨ في كمين نصبه جيش الاحتلال التركي، في منطقة بستا في بوطان شمال كردستان.

المقاتل والكاتب والمصور والسينمائي

طيلة ١٣ عاماً..عمل خليل داغ بجدٍّ في قمم الجبال مع الكثير من الطاقة والإيجابية والحب اللا متناهي، وخلّف إرثاً كبيراً وراءه، وكان كاتباً ومصوراً وسينمائياً، وثائراً، ومقاتلاً، ورفيقاً للقائد أوجلان وصديقاً للجبال.

حياة الشهيد خليل داغ

وُلِد في ألمانيا عام ١٩٧٣، وينحدر والده من مدينة أزمير التركية وأمّه من مدينة آكري في شمال كردستان، قضى سنوات دراسته الابتدائية بين ألمانيا وأزمير، ودرس المرحلتين الإعدادية والثانوية في مدرسة خاصة في أزمير، ثمّ انتقل إلى أوروبا وعمل في مجالات مختلفة، وحضر لفترة قصيرة دروساً مسائية في مجال التصوير، وتعرّف على حركة التحرر الكردستانية خلال السنوات الثلاثة التي قضاها في ألمانيا.

من أوروبا إلى مدرسة حزب العمال الكردستاني

شارك في تحضيرات إطلاق فضائية MED TV الكردية عام ١٩٩٤، وتوجّه إلى الشرق الأوسط في الأول من نيسان عام ١٩٩٥، لإجراء مقابلة مع القائد عبد الله أوجلان كمساعد لمصوّر ألماني.

ليتعرّف على قوات الدفاع الشعبي (الكريلا) خلال تصوير مشاهد في المدرسة المركزية لحزب العمال الكردستاني.

وقال الشهيد خليل داغ عقب هذه المقابلة:"كان أوّل عمل مهم بالنسبة لي" وقرّر البقاء في المنطقة، وبعد هذا القرار، انضم إلى حركة التحرر الكردستانية ليناضل مع مقاتلي حركة التحرر الكردستانية في جبال كردستان ككريلا، من جهة، وينخرط في العمل السينمائي من جهةٍ أخرى.

لم يخطر لي يوماً بأنني قد أُعدُّ فيلماً

ويتحدّث خليل داغ في يومياته عن بداياته في السينما قائلاً: "لم يخطر لي يوماً بأنّني قد أُعِدّ فيلماً، لم أكن أحلم بذلك.. ولو لم أتوجه إلى الجبال، وانضم إلى الكريلا، وأتعرف على أبناء الشعب الكردي الأعزاء، ولم أكن شاهداً على حياتهم، لما صنعت فيلماً أيضاً، لما تمكّنت من ذلك. السينما هي رحلتي في الجبال والتي بدأت بالتصوير".

أعمال الشهيد خليل داغ

في بداياته، كان خليل داغ يصور الجبال والمقاتلين وحياتهم، خلال هذه الفترة، تم إنتاج مجموعة من الأفلام الوثائقية القصيرة، في عام ٢٠٠٦، تم عرض فيلم "بريتان" الذي حظي بقبولٍ كبير في المجتمع الكردي، عرض خليل داغ من خلال فيلم "بريتان" حقيقة حزب العمال الكردستاني PKK ونضاله، وركز على مسار المقاومة الذي كان يتجنب الاستسلام عبر الفن والسينما.

يقدم فيلم "بريتان" مقاومة الناشطة الثورية غولناز كاراتاش بريتان أمام حزب الديمقراطي الكردستاني PDK، إلى جانب فيلم "بريتان"، أخرج أفلاماً مثل "تيريج (الضوء ٢٠٠٢)"، "عيني بيجا (المرايا الطويلة ٢٠٠٢)"، "أغنية من زاغروس و"دموع زاب (٢٠٠٥)".

كتاب لغة الحياة في الجبال

في أفلامه المُنتجة، لعب مقاتلو حزب العمال الكردستاني المنضمين حديثا أدواراً فيها، كما أنتج أعمالاً أخرى بأهداف ومبادرات كبيرة، كذلك، في عمله "المتوجهون إلى جبل آكري" عرض حياة المقاتلين في الجبال وأيضًا الصعوبات التي تواجههم، إلى جانب إخراجه للأفلام، ألّف كتباً أيضاً مثل "صديق الجبل الحميم" و"لغة الحياة في الجبال، إلى جانب ذلك، لديه ستة أفلام، والعديد من المقالات والأعمال التي تتحدث عن كردستان ومقاتليها.

نتيجة الاشتباكات التي اندلعت مع جنود دولة الاحتلال التركي في الأول من نيسان ٢٠٠٨ في منطقة بستا بشمال كردستان، ارتقى خليل داغ شهيداً مع ثلاثة من رفاقه.

فرقة كلبهار تراث الماضي ورمز المستقبل

روناهي/ تل حميس- في عصر تزدحم فيه الحياة بالتكنولوجيا وتسارع الأحداث، تظلُّ الثقافة والتراث صمام أمان يحفظان هوية الشعوب ويمدّان الجسور بين الماضي والمستقبل، وفي هذا السياق، برزت فرقة "كلبهار"، وهي فرقة مكونة من عدد من الأطفال من كلا الجنسين من الذكور والإناث.

حيث يتم تدريب الأطفال على أداء الدبكة الفلكلورية التقليدية تحت إشراف لجنة "الهلال الذهبي" في المركز الثقافي، هذه الفرقة، التي ولدت من الحرص على الحفاظ على التراث، تحمل اسم "كلبهار"، في إشارة إلى جمال الربيع الذي يُعيد الحياة إلى الأرض، تمامًا كما تُعيد هذه الفرقة الحياة إلى التراث الفلكلوري.

نشأة فرقة كلبهار

ولمعرفة المزيد عن أداء فرقة "كلبهار" زارت صحيفتنا "روناهي" المركز الثقافي في مدينة تل حميس حيث التقينا بالإداري في المركز وهو "مجدل الجمعة".

حيث بيّن لنا طبيعة التدريب وآلياته: "تتابع فرقة "كلبهار" تدريبات مكثفة منذ أكثر من شهرين، بإشراف المدربة "فاطمة الرحيل" التي تُعدّ رمزًا من رموز الحفاظ على التراث، خلال هذه الفترة، يتم تعليم الأطفال أساسيات الدبكة الفلكلورية، بدءًا من الحركات الإيقاعية البسيطة وصولًا إلى التناسق الجماعي الذي يُعدّ جوهر هذه الرقصة، التدريب لا يقتصر على الجانب الفني فحسب، بل يغرس في نفوس الأطفال قيمًا مثل الالتزام، التعاون، والعمل الجماعي، مما يجعل التجربة أكثر من مجرد أداء رقصة شعبية".

وتابع مجدل حديثه عن أهمية الدبكة الفلكلورية: "الدبكة الفلكلورية ليست مجرد رقصة، بل هي جزء من الهوية الثقافية للشعوب، إنها لغة تعبّر عن الفرح، الوحدة، والصمود، عبر أجيال متعاقبة، ظلت الدبكة رمزًا للتلاحم الاجتماعي، حيث كان الناس يجتمعون في المناسبات والأفراح ليؤدوها معًا، واليوم، من خلال فرقة "كلبهار"، يتم إحياء هذا التراث الأصيل، ليظل نابضًا بالحياة، ولبعيدنا إلى زمن بسيط وجميل، زمن كانت فيه الحركات الجماعية والإيقاع المتناغم تعبيرًا عن الفرح والانسجام بين الناس".

وأضاف المجمعة": لجنة "الهلال الذهبي"، التي تشرف على تدريب فرقة "كلبهار"، لها دور محوري في الحفاظ على التراث الثقافي والفني، من خلال تنظيم التدريبات في المركز الثقافي، تُظهر اللجنة التزامها العميق تجاه تعزيز الهوية الثقافية وتعليم الأجيال الجديدة أهمية التراث".

سبب تسمية الفرقة بـ «كلبهار»

اختيار اسم "كلبهار" لم يكن عشوائيًا، بل يحمل دلالة رمزية عميقة، فالاسم يشير إلى جمال الطبيعة وتجدد الحياة في فصل الربيع، وهو ما يتناسب تمامًا مع رسالة الفرقة، فكما يُعيد الربيع الحياة إلى الأرض، تُعيد فرقة "كلبهار" الحياة إلى التراث الفلكلوري، وتنشر عبق الماضي الجميل بين الأجيال الجديدة، الزمن الجميل الذي حلاوته أتت من بساطته، يعود من خلال خطوات الأطفال الصغيرة التي تنبض بالإيقاع، ومن خلال أيديهم المتشابكة التي تعبّر عن الوحدة.

فبعد أكثر من شهرين من التدريب، يصبح الأطفال في فرقة "كلبهار" مستعدين لتقديم عروضهم أمام الجمهور، لكن الإنجاز الحقيقي يمتد إلى ما هو أبعد من ذلك، فهؤلاء الأطفال لا يكتسبون مهارات الحركات الإيقاعية فقط، بل ينمون شعورًا عميقًا بالاعتزاز بهويتهم الثقافية، كما أن التجربة تزرع فيهم قيم الانتماء والمسؤولية، وتجعلهم سفراء لتراثهم الشعبي، ينقلونه بفخر إلى المستقبل.

ففرقة "كلبهار" ليست مجرد مجموعة من الأطفال الذين يؤدون رقصة شعبية، بل هي رمز للأمل في أن يبقى التراث الفلكلوري حيًا في قلوب الأجيال القادمة، إنها رسالة بأن الحفاظ على التراث لا يعني مجرد الاحتفاظ بالذكريات، بل يعني إعادة إحيائها وجعلها جزءًا من الحاضر والمستقبل، بفضل جهود لجنة "الهلال الذهبي" يمكن القول إن التراث في أيدٍ أمينة، وأن فرقة "كلبهار" ستكون نموذجًا يُحتذى به في الحفاظ على الفن الفلكلوري.

في ختام لقائنا المقتضب أكد "مجدل الجمعة" بأن فرقة "كلبهار" هي أكثر من مجرد فرقة دبكة، إنها جسر يربط بين الماضي والحاضر، ورمزٌ لاستمرار التراث الثقافي في مواجهة متغيرات الزمن، بفضل التفاني في التدريب، والرؤية الواضحة للحفاظ على التراث، تظل "كلبهار" مثالًا حيًا على أن الجمال الحقيقي يكمن في البساطة، وأن الحفاظ على التراث هو واجب جماعي يعيد للأجيال القادمة هويتهم وثقافتهم.

الاحتلال التركيّ لسوريا... هيمنة شاملة من الأرض إلى القانون

محمد عيسى

لم يكن التدخّل التركيّ في سوريا مجرد عملية عسكريّة عابرة، ولا محاولة مؤقتة لتوسيع النفوذ، بل تحوّلت أنقرة إلى قوة تُعيد رسم المشهد السياسيّ والعسكريّ في البلاد. مستخدمةً أدوات ناعمة وخشنة، من الجامعات إلى الجيش، ومن قاعات المحاضرات إلى قواعد التدريب العسكريّ. لم تعد سوريا بالنسبة لتركيا ساحة نزاع بين أطراف إقليمية فحسب، بل أصبحت مشروعاً سياسيّاً متكاملاً، يتم نسجه بخيوطٍ دقيقة، حيث يتداخل القانون مع السلاح، والسياسة مع الاقتصاد، في مزيج يهدف إلى خلق «سوريا التركيّة».

أكاديميون بملامح سوريّة وأفكار تركيّة

في قلب هذا المخطط، ظهرت لجنة قانونيّة جديدة، تبدو في ظاهرها مؤسسة سوريّة مستقلة، لكنها في جوهرها انعكاس للنفوذ التركيّ العميق. الأسماء التي جرى اختيارها، لم تكن مجرد شخصيات قانونيّة بارزة، بل كانت امتداداً لمشروع أنقرة الطموح للسيطرة على مستقبل البلاد.

عبد الحميد عواك، رجل قانون يحمل دكتوراه في القانون الدستوريّ، محاضر في جامعة مارين أرتوكلو، الجامعة التركيّة التي كانت لسنوات مركزاً لصياغة السياسات التركيّة في المنطقة، اختيار رجل تلقى علومه القانونيّة في بيئةٍ تركيّةٍ، ليكون في قلب صناعة القرار القانونيّ السوريّ، لم يكن محضَ صدفة، بل جزءٌ من رؤيةٍ تسعى إلى زرع كوادر مؤهّلة، تؤمن بأنقرة قبل أن تؤمن بسوريا.

إلى جانبه، تأتي الصحافية والباحثة بهية مارديني، الحاصلة على دكتوراه في الحقوق، امرأة درست وعاشت في بريطانيا، لكنها لم تكن بعيدة عن التأثير التركيّ. حيث كانت جزءاً من مشاريع بحثيّة تموّلها مؤسسات مرتبطة بأنقرة، في ظاهر الأمر، تبدو مارديني شخصية مستقلة، لكن وجودها داخل اللجنة القانونيّة الجديدة يثير تساؤلات عميقة: لماذا يقع اختيار السلطة الجديدة على شخصيات مرتبطة بالخارج، وتحديداً بأنقرة، لصياغة القوانين السوريّة؟

ثم هناك محمد رضا جلخي الذي يحمل دكتوراه في القانون الدوليّ من كلية الشريعة والحقوق بجامعة إدلب. تلك الجامعة التي أصبحت مركزاً لصناعة العقول المؤيّدة لتركيا في الشمال السوريّ. وإدخال رجل تلقى تعليمه في مؤسسة خاضعة بشكل كامل لأنقرة، إلى مؤسسة قانونيّة سوريّة رسميّة، يعكسُ كيف تحاول تركيا صناعة طبقة قانونيّة تابعة لها داخل بنية الدولة الجديدة.

أما ياسر الحويش، الذي جرى تعيينه عميداً لكلية الحقوق في جامعة دمشق، فقد كان وجوده بمثابة الحلقة الأخيرة في سلسلة الهيمنة القانونيّة التركيّة. فالرجل يحمل شهادة دكتوراه في القانون الدوليّ. لكنه جزء من شبكة قانونيّة تمتد خيوطها إلى أنقرة. ما يعزز الفرضية بأنّ كلّ خطوةٍ قانونيّةٍ في سوريا، من صياغة الدستور إلى التشريعات المستقبليّة، ستكون تحت عيون وأيدي تركيا.

إعادة هيكلة الجيش السوريّ

لكن تركيا لم تكتفِ باختراق البنية القانونيّة والسياسيّة، بل حرّكت مباشرةً نحو المؤسسة الأكثر حساسيّة: الجيش السوريّ.

ففي خطوة لم تكن مفاجئة لمن تابع التمدد التركيّ في سوريا، أعلنت وزارة الدفاع التركيّة أنها بصدد تعيين مستشار عسكريّ للجيش السوريّ. خطوة قد تبدو تقنية في ظاهرها، لكنها تعني شيئاً أعمق بكثير: إعادة تشكيل الجيش السوريّ بما يتناسب مع الرؤية التركيّة، والخطط التركيّة لا تتوقف عند هذا الحد، بل تشمل إعادة هيكلة الجيش بالكامل من خلال:

إدخال ضباط أتراك كمستشارين في القيادة العامة، بحيث يكون التوجيه العسكريّ تحت إشراف تركيّ مباشر، تدريب الضباط السوريين على الأساليب القتاليّة التركيّة، وهي خطوةٌ تهدف إلى خلق جيش بعقيدة قتاليّة تركيّة، بدلاً من الإرث العسكريّ السوريّ السابق،

إمداد الجيش السوريّ بأسلحةٍ ومعداتٍ عسكريّة تركيّة، ما يعني أنّ الاعتماد التسليحيّ سيكون على أنقرة، وهو ما يضمن بقاء سوريا تحت الهيمنة التركيّة على المدى الطويل.

إنشاء قاعدتين جويتين تركيتين في وسط سوريا، ما يمنح أنقرة القدرة على التحرك بحرية داخل الأراضي السوريّة، وتوجيه العمليات العسكريّة بما يخدم مصالحها.

هذه الخطوات تُعيد إلى الأذهان ما فعلته تركيا في شمال قبرص بعد احتلالها عام ١٩٧٤، حيث فرضت هيمنة عسكريّة واقتصاديّة على المنطقة، وخلقت جيشاً محليّاً تابعاً لها بالكامل. وسوريا اليوم تواجه المصير نفسه. ولكن على نطاق أوسع وأكثر تعقيداً.

قلق إسرائيليّ عميق

في تل أبيب، لم يكن التوسع التركيّ في سوريا مجرد حدثاً عابراً، بل تحول إلى ملف استراتيجيّ يشغل دوائر صنع القرار، إسرائيل، التي لطالما ركّزت على النفوذ الإيرانيّ في سوريا، واعتبرته تهديدها الأكبر، تجد نفسها اليوم أمام معضلةٍ جديدةٍ لا تقل خطورة: تركيا تقترب من حدودها، ليس عبر أدواتها التقليديّة من مساجد وجمعيات خيريّة، بل من خلال توغلٍ عسكريّ واقتصاديّ وسياسيّ متسارع. يُعيد رسمَ خارطة النفوذ في المنطقة.

رئيس الوزراء الإسرائيلي بنيامين نتنياهو، وفقاً لتقارير إسرائيليّة، لم يُخفِ قلقه المتزايد، في اجتماعاتٍ مغلقةٍ مع كبار مستشاريه الأمنيين، كانت عبارة واحدة تتكرر: «المواجهة مع تركيا حتميّة». هذا التصعيد في اللهجةِ يعكسُ خوفاً في التفكير الإسرائيليّ، حيث لم تعد تل أبيب ترى أنقرة مجرد منافسٍ إقليميّ، بل تعتبرها تهديداً مباشراً لمصالحها الاستراتيجية.

التقارير الاستخباراتية الإسرائيلية حذرت من أن الجيش السوريّ الجديد، الذي يتلقى تدريبه وتسليحه على يد الأتراك، قد يتحوّل إلى أداة في يد أنقرة، بما يغير قواعد اللعبة بالكامل. هذا الجيش، الذي ينشكل تحت إشراف تركيا، لا يشكل فقط قوة عسكرية ناشئة، بل يمثل امتداداً لنفوذ أنقرة في قلب المشهد السوريّ، وهو ما قد يهدد المصالح الإسرائيلية بشكل غير مسبوق.

لجنة «ناغل»، المختصة بمستقبلِ الأمن القوميّ الإسرائيليّ، قدمت تقريراً لرئيس الوزراء في كانون الثاني الماضي، خلص إلى أن «التحالف السوريّ - التركيّ قد يشكل تهديداً يفوق حتى الخطر الإيرانيّ». هذه الجملة لم تكن مجرد تحذير بل كانت بمثابة جرس إنذار بنذر بأن المنطقة قد تكون على أعتاب صراع جديد، حيث تتقاطع المصالح التركيّة مع الخطوط الحمراء الإسرائيلية. ما قد يدفع تل أبيب لإعادة تقييم استراتيجياتها الأمنية والعسكريّة في سوريا والمنطقة.

«تدمر» مقايضة سوريّة - تركيّة

لم تكن تدمر يوماً مجرد مدينة أثريّة عريقة، بل كانت دائماً عقدةَ الصراع في قلب سوريا، حيث تتقاطع المصالح الإقليميّة والدوليّة كما تتقاطع قوافل التجارة منذ آلاف السنين، واليوم، تعود تدمر إلى الواجهة من جديد، ليس فقط كموقعٍ تاريخيّ، ولكن كمفتاح استراتيجيّ تتنازعهُ القوى الكبرى، في مشهدٍ يعيدُ إلى الأذهان صراعات قديمة دارت رحاها في هذا المكان بالذات.

في الوقت الذي تتحدث فيه التقارير عن صفقة يجري التفاوض عليها بين أنقرة ودمشق، تتعلق بتسليم مناطق قرب تدمر للقوات التركيّة مقابل دعم اقتصاديّ وعسكريّ، يبدو أنّ هذه المدينة تتحول مرة أخرى إلى نقطةِ ارتكازٍ جديدةٍ للعبةِ النفوذ في المنطقة، فتركيا، التي ترى في تدمر بوابة نحو الهيمنة في وسط سوريا، تدرك جيداً أنها بهذا التقدم لا تفرض سيطرتها على الأرض فحسب، بل تتحكم في طرق الإمدادات الحيويّة التي تربط العراق بسوريا، والبادية السوريّة بالساحل، وخطوط الطاقة من الخليج إلى المتوسط فأوروبا.

ولكن تركيا ليست الوحيدة التي تدرك أهمية هذه المدينة، فإسرائيل تتابع التحركات التركيّة في تدمر بقلق متزايد، معتبرةً أنّ تحولها إلى قاعدةٍ تركيّةٍ سيؤدي إلى تغيير جذريّ في توازن القوى في المنطقة، فالمخاوف الإسرائيليّة لا تتوقف عند مسألة التواجد التركيّ بحد ذاته، بل تمتد إلى ما يمكن أن يعنيه هذا التواجد على المستوى العسكريّ والاستراتيجيّ في المدى البعيد، خاصةً مع الحديث عن تنسيق عسكريّ بين أنقرة ودمشق يهدف إلى إعادة هيكلة الجيش السوريّ، ما قد يمنح تركيا موطئ قدم دائماً في وسط سوريا، على مقربة من الجولان وحدود إسرائيل الشماليّة.

ولكن المفارقة الكبرى أنّ تدمر لم تكن يوماً خارج دائرة التنافس بين الحلفاء أنفسهم، فبل أن يتصارع الحليفان التركيّ والإسرائيليّ على تدمر اليوم، وقبل أن تتنافس إيران وروسيا على النفوذ في سوريا خلال العقد الماضي، كانت هذه المدينة محور التنافس بين الحليفين الفرنسيّ والبريطانيّ قبل أكثر من مئة عام، قبل أن تتحول الأنظار لاحقاً إلى الموصل الغنية بالنفط.

فمنذ انهيار الدولة العثمانيّة، أدركت القوى الاستعمارية أنّ السيطرة على تدمر تعني التحكم بمفترق الطرق الحيويّ في المنطقة، حيث تلتقي طرقُ التجارة بين الشرق والغرب، وتتفرع الممرات الاستراتيجيّة التي تربط بلاد الشام بالجزيرة العربية والعراق، وفي معاهدة سايكس بيكو، لم يكن الصراع على سوريا محصوراً بين الفرنسيين والبريطانيين فقط، بل كان في جوهره سباقاً للسيطرة على المناطق التي تشكل عقدة طرق الطاقة والممرات التجاريّة، والتي كانت تمر في قلبها.

يبدو أن من يستحكم بتدمر يسيطر على مفاصل سوريا في الاتجاهات الأربعة، ويتحكم في الممرات البريّة الكبرى، وخطوط الطاقة الحيويّة نحو البحر المتوسط، ومنه إلى أوروبا، واليوم، تعيد القوى الكبرى ترتيب خرائط نفوذها في سوريا، ولكن بالعقليّة القديمة نفسها: السيطرة على تدمر تعني التحكم بقلب المنطقة، وبالنتيجة الإمساك بمفتاح المستقبل.

وما يفاقم خطورة هذا الوضع أنّ سلطة دمشق الجديدة، التي شطبت على زنوبيا من مناهجها الدراسيّة، تبدو وكأنّها تستعد لشطب تدمر بالكامل، ليس من الكتب فقط، بل من الجغرافيا السياسيّة أيضاً، فبعدما كانت زنوبيا رمزاً للكرامة والسيادة، أصبحت تدمر اليوم سلعة معروضة للبيع لأول مشترٍ في سوق المصالح التي تحددها صفقاتُ القوة والنفوذ.

بصمات احتلاليّة واضحة

منذ انعقاد مؤتمر ما يسمى بـ«النصر» في ٢٩ شباط، حيث تم الكشف عن الخطوط العريضة للمرحلة السياسيّة المقبلة في سوريا، بات واضحاً أنّ الدور التركيّ يتجاوز مجرد الدعم الخارجيّ للسلطة الجديدة، ليصل إلى مرحلة الشراكة الفعليّة في رسم ملامح المستقبل السوريّ، فالأمر لم يقتصر على التأييد السياسيّ أو المساعدات الاقتصاديّة، بل امتد ليشمل إعادة هيكلة شاملة لمفاصل الدولة، بما يضمن أن سوريا القادمة لن تكونَ دولةً ذات سيادة مستقلة، بل امتداداً مباشراً للمشروع التركيّ في المنطقة، بملامح يُعاد رسمها وفق رؤية أنقرة، لا وفق المصالح الوطنيّة السوريّة.

أحد أبرز الشواهد على هذا التغلغل التركيّ هو الدستور السوريّ الجديد، الذي يُفترض أن يكونَ الوثيقة الأهم التي ستحدد شكل البلاد لعقود قادمة، لكن من صاغوا هذا الدستور، ومن وضعوا أسسه القانونيّة، ليسوا سوى شخصيات لها ارتباطات مباشرة بأنقرة، سواء عبر الجامعات التي درسوا فيها، أو من خلال المؤسسات القانونيّة التي عملوا بها، أو حتى عبر المناصب التي تقلدوها سابقاً في إدلب وتركيا، ليس الأمر مجرد مصادفة، بل مخطط متكامل يهدف إلى خلق بيئة قانونيّة تتماشى تماماً مع المصالح التركيّة، وجُعل من سوريا الجديدة تابعة سياسيّاً واقتصاديّاً وعسكريّاً لأنقرة.

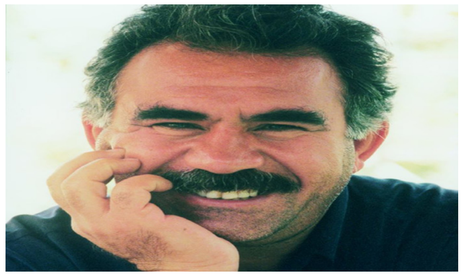
فهذا الدستور الجديد لا يُصاغ في دمشق بمعزلٍ عن التأثيرات الخارجيّة، بل يُكتب تحت إشرافٍ غير مباشر من أنقرة، التي تدرك أنّ التحكم في القوانين هو المدخل الرئيسيّ للسيطرة طويلة الأمد، فبمجرد أن يتم ترسيخ المبادئ القانونيّة التي تخدم تركيا في قلب الدستور السوريّ، يصبح من المستحيل تقريباً تغيير المسار السياسيّ والاقتصاديّ والعسكريّ للبلاد دون مواجهة عراقيل قانونيّة ضخمة.

وليس الدستور وحده ما يحمل بصمات أنقرة، بل المشهد بأكمله يعكس إعادة تشكيل سوريا وفق النموذج التركيّ، فإلى جانب القوانين الجديدة، هناك تغييرات تطال بنية الجيش، وإعادة هيكلة للمؤسسات الأمنيّة والاقتصاديّة، وتعزيز للحضور التركيّ ليس فقط عبر المستشارين العسكريّين والاقتصاديّين، ولكن أيضاً عبر اختراق النظام التعليميّ والإعلاميّ، ما يعني أنّ الأجيال القادمة ستتربّى على مفاهيم تخدم الرؤية التركيّة، بدلاً من المفاهيم الوطنيّة السوريّة.

في ظل هذه التحولات، لا تبدو سوريا الجديدة دولة مستقلةً بالمعنى الحقيقيّ للكلمة، بل كياناً يتم إعداده ليكون جزءاً من المحور التركيّ في المنطقة، سواء من خلال القوانين التي تُسنّ، أو المناهج التي تُدرَّس، أو السياسات الاقتصاديّة التي تُنفَّذ، فقد بات واضحاً أن أنقرة لا تفرض وجودها بالقوة العسكريّة فقط، بل تستخدم العقول والسياسات والتشريعات لترسيخ نفوذها، الأكاديميون، القضاة، الضباط، القواعد العسكريّة، وحتى الدستور نفسه، كلها أدوات تُستخدم اليوم لترسيخ هذه السيطرة، وتحويل سوريا إلى دولة تابعة للقرار التركيّ، لا دولة ذات سيادة حقيقيّة،

سليمان أحمد: حرية القائد عبد الله أوجلان ضمانة السلام والديمقراطية

قامشلو/ علي خضير - أكد عضو المبادرة السوريّة لحرية القائد عبد الله أوجلان، سليمان أحمد، أن تركيا تحاول أن تظهر نفسها بأنها من ترعى الديمقراطية ومصالح الشعوب التركية، لكن أعمالها تثبت عكس ذلك، مشدداً على ضرورة التحرّك السريع لتركيا من أجل تهيئة الظروف القانونية والدستورية، وأشار إلى أنه لا يمكن التوصل إلى سلام وحل القضية الكردية في تركيا دون تحقيق الحرية الجسدية للقائد عبد الله أوجلان.



الندّاء التاريخي للقائد عبد الله أوجلان، شكّل نقطة انعطاف كبيرة في مسيرة السلام بين الكرد والأتراك، وعلى تركيا اليوم القيام بكل ما يمكنه المساهمة بالسير في طريق السلام الحقيقي. كما أن من واجبها التقرب بمسؤولية تجاه رسالة السلام والديمقراطية، والكلام وحده عن السلام لا يكفي لتحقيق الغاية المنشودة، ما لم يتبعه الخطوات العملية الفعلية على أرض الواقع.

لتذليل كل العقبات التي تقف عائقاً أمام الحل السلمي للقضية الكردية في تركيا، والمنطقة أيضاً، وحتى الآن لم تُقدم تركيا ما هو مطلوب لوضع السلام في الطريق الصحيح، ومن أهم الخطوات التي يجب أن تقوم تركيا باتخاذها وبشكلٍ فوري، إطلاق سراح القائد عبد الله أوجلان، وهي تعلم تماماً بأن كل مفاتيح الحلول بيده.

تهيئة الظروف القانونية والدستوريّة

وفي السياق، التقت صحيفتنا بعضو المبادرة السوريّة لحرية القائد عبد الله أوجلان «سليمان أحمد»، والذي تحدّث فقال: «التطورات التي تحصل في المنطقة، وبشكلٍ خاص في تركيا، أمر طبيعي نتيجة لممارسات وسياسات حكومة أردوغان ومصادرة إرادة الشعوب في تركيا، والحركات والأحزاب السياسية، وتتحدث تركيا دائماً عن حقوق الإنسان، وتطبيق القوانين والمواثيق الدولية، وتحاول أن تُظهر نفسها بأنها هي التي ترعى الديمقراطية، ومصالح الشعوب التركية، ولكنها تفعل العكس تماماً».

وتابع: «الدولة التركية مقبلة على أيام صعبة وقد تنهار في أي لحظة، وذلك من خلال الممارسات التي تطبقها بحق المعارضين السياسيين لها، وخاصةً في مسألة القائد عبد الله أوجلان، وطرحه مشروع الحل الديمقراطي، والمجتمع الديمقراطي للدولة التركية، وبالرغم من التزام الطرف الكردي بكل بنود الاتفاق، من وقف إطلاق النار، واستعدادها للحوار والنقاش، وعقد المؤتمرات من أجل حل القضية الكردية، فإنّ الدولة التركية لم تتحرك حتى الآن بهذا الشأن».

وتابع: «ما زالت تركيا مصممة على تطبيق نظام الإبادة والتعذيب على القائد عبد الله أوجلان، وهذا أمر غير قانوني الدولة التركية تتخبط ومشاكلها الداخلية تزداد، لذا: عليها السعي لحل القضية الكردية، وإطلاق سراح القائد عبد الله أوجلان، لأن جوهر حل القضية الكردية، هو الحرية الجسدية للقائد عبد الله أوجلان، وإتاحة الفرصة له من أجل إدارة دفة الحل الديمقراطي في تركيا، والتوصل للحل النهائي للصراع الكردي التركيّ»، وأضاف: «اليوم تعيش تركيا في أوضاع لا تُحسد عليها، حيث تزداد وتيرة العنف بسبب السياسات الخاطئة للحكومة ورئيسها أردوغان، هناك بطش ضد الشعب الكردي والتركي أيضاً، لهذا لا يمكن حل أي قضية في تركيا دون تحقيق الحرية الجسدية للقائد عبد الله أوجلان، ويجب أن يفهم الساسة الأتراك بأن كافة الحلول مرتبطة بالحرية الجسدية للقائد عبد الله أوجلان».

وأوضح: «من أجل قيام الدولة التركية بواجباتها، يجب عليها التحرك السريع وتهيئة الظروف القانونية والدستورية، من أجل حل قضية القائد عبد الله أوجلان، واكتمال الشروط التي يستطيع من خلالها القائد الاستفادة من حق الأمل، الذي يعتبر حق طبيعي له، وتركيا من الدول التي وقعت عليه، كما يجب تطبيق مواثيق حقوق الإنسان الدولية، والأوروبية، وعدم خرقها».

وفي الختام أكّد عضو المبادرة السورية لحرية القائد عبد الله أوجلان «سليمان أحمد»: «من المهم اليوم وبخاصةٍ أن الأزمات والتحديات تزداد في تركيا، أن تقوم بوجهها كدولة بالتوجه والرد على رسالة القائد عبد الله أوجلان، بما يضمن تحقيق السلام والديمقراطية في تركيا والمنطقة بشكلٍ عام».

مثقفون وناشطون: الوحدة الكرديّة مطلب تاريخي ووطني

جدد مثقفو وناشطو مدينة الحسكة، مطالبتهم للأحزاب الكردية بضرورة تجاوز الخلافات الحزبية الضيقة، والعمل على تحقيق الوحدة الكردية، المطلب الذي ينتظره الشعب الكردي منذ قرن من الزمن.

في ظل التطورات السياسية التي تشهدها سوريا، ومنطقة الشرق الأوسط، تتزايد الحاجة إلى توحيد صفوف الكرد، لتحقيق وضمان حقوقهم المشروعة التي حُرموا منها على مدار عقود.

رمضان فتاح

محمد زيدو

محمد أشرف

شيرين عباس

الوحدة الكردية مصيرية

وحول الموضوع، أكد الرئيس المشترك لمكتب شؤون المنظمات في الحسكة، رمضان فتاح في تصريح لوكالة هاوار للأنباء: إن «الوحدة الكردية في هذه المرحلة أمر مصيري، خاصةً مع المتغيرات التي يشهدها الشرق الأوسط، حيث يتم رسم معالم جديدة للمنطقة».

وأشار: «انقسام الأحزاب الكردية يضعف موقفها جميعاً، ويؤثر على مصير الآلاف من الكرد، ما يستوجب الإسراع في تحقيق الوحدة والابتعاد عن الأجندات الخارجية، الأحزاب الكردية يجب أن تضع الخلافات السابقة جانباً، وأن تفتح صفحة جديدة تقوم على التعاون والتكاتف، مشدداً على ضرورة محاسبة أي طرف يعرقل مسار الوحدة لصالح مصالحه الحزبية الضيقة».

من جهته، قال عضو مؤسسة اللغة الكردية، محمد زيدو: إن «الشعب الكردي يترقب إعلان الوحدة بفارغ الصبر، وتحقيق الوحدة الكردية سيمنح الكرد حقوقهم الشرعية والسياسية والدستورية في سوريا، وسيعزز موقعهم في أي تسوية سياسية مستقبلية».

أما عضو حزب الاتحاد الديمقراطي، محمد أشرف، فأوضح، بقوله: إن «ليس هناك انقسامات بين صفوف الشعب الكردي، ولكن موجودة بين الأحزاب التي انشغلت بالمصالح الحزبية على حساب القضية الكردية».

وأضاف: «بعد مئة عام من الظلم والتشريد، أصبح تحقيق الوحدة ضرورة حتمية، والشعب الكردي يدرك أن هذه فرصة تاريخية يجب استغلالها لمصلحته».

وبدورها، شددت الناشطة الاجتماعية، شيرين عباس، على ضرورة أن يجتمع الكرد على طاولة حوار واحدة، من أجل توحيد مطالبهم وحقوقهم في أي مفاوضات مع دمشق، بشأن الدستور السوري الجديد، ومستقبل البلاد.

ودعت شيرين عباس، في ختام حديثها، لممارسة الضغط الشعبي على الأحزاب السياسية، لإبعاد المصالح الشخصية والحزبية عن مسار الوحدة الوطنية الكردية.

ومع تواتر هذه الدعوات، يعيش الشارع الكردي حالة من الترقب والأمل في أن تؤدي الحوارات الجارية إلى اتفاق شامل يضع حداً للانقسامات، ويؤسس لمرحلة جديدة من العمل السياسي الموحد، الذي يحقق تطلعات الشعب الكردي في الحرية والحقوق المشروعة.

روكن أحمد: النظام الديمقراطي يؤسس لبناء سوريا الجديدة

أكدت عضوة لجنة العلاقات والتحالفات السياسية الديمقراطية، بمؤتمر ستار، روكن أحمد، بأن هناك حاجة لوحدة الشعوب، ووجود نظام ديمقراطي من أجل بناء سوريا المستقبل

ما يحدث يتعارض مع مطالب السوريين

في السياق، تحدثت عضوة لجنة العلاقات والتحالفات السياسية والديمقراطية، في مؤتمر ستار، روكن أحمد، لوكالة فرات للأنباء، فقالت: إن «العملية السياسية الحالية في سوريا، تمر بمرحلة مهمة، وسلطات دمشق اليوم تدير الأمور في حالة من التهميش لبقية الشعوب والمكونات السورية، وأيضاً، يتم تجاهل حقوق المرأة، وهذا الأمر غير مقبول ويشكّل خطراً على مستقبل الشعب السوري».

ونوهت: «يجب إيجاد حل للأوضاع في سوريا بطريقة سياسية، ولكن سلطات دمشق، غير مبالية لمطالب الشعب السوري، وكل ما حدث منذ تسلم السلطة، لا يعني الشعب السوري بشيء، وكل ما يحدث يتعارض مع مطالب الشعب، ومن هنا على الشعب السوري اليوم، التحضر والمطالبة بحقوقهم في سوريا ديمقراطية لا مركزية».

وأكدت: «الإعلان الدستوري، كان أحادي الجانب، ولم يراع تنوع المجتمع السوري، لذا، لا بد من إعادة النظر في الإعلان الدستوري وبنوده، وإعادة صياغته من جديد، وبمشاركة جميع السوريين، ومن الضروري مشاركة النساء في كتابة أي دستور سوري جديد».

ولفتت: «لا يزال الظلم والمجازر بحق العلويين في الساحل السوري مستمرة، وعلى العالم إنهاء تلك المجازر، والتدخل السريع لإعادة الأمن والأمان إلى الساحل السوري، وبقية المناطق والمدن السورية».

واختتمت روكن أحمد، حديثها، بقولها: «يجب إيجاد الحل السياسي في سوريا، بما يتوافق مع مطالب الشعب السوري، ويكون تحقيق ذلك من خلال تشكيل نظام ديمقراطي، وإشراك السوريين في القرار، من أجل سوريا حرة ديمقراطية لا مركزية».

حكومة دمشق الجديدة بين شبح المركزية وسياسات الإقصاء «رؤية في الضباب»

د. هشام محفوظ

في خطوة أثارت الكثير من الجدل والانتقادات، أعلنت سلطات دمشق عن تشكيل حكومة جديدة في مراسم رسمية وسط تباشير أملٍ بتغيير المشهد السياسي. لكن، ما يبدو في الظاهر من خطوات تقليدية يحمل في طياته في عمقه مواصفات يرى كثيرون من المحللين أنها تعيد إلينا صورةً مألوفة للحكم المركزي وحصار التنوع الحقيقي في المجتمع السوري، كما يتضح من البيان الرسمي الصادر عن الإدارة الذاتية الديمقراطية لإقليم شمال وشرق سوريا. فإن هذه الحكومة لم تكن سوى استمرارية في السياسات التي تعزز التهميش وتقصي جميع الأصوات التي لا تنتمي السياسي القديم.

لقد ظل السوريون على مدى الأسابيع والأشهر الماضية يترقبون بعيون ملؤها الأمل تشكيل حكومة وطنية شاملة، تنبض بروح الديمقراطية التشاركية وتعكس تعدد هوية هذا الشعب الذي طالما عانى من التجاوزات والتهميش، إلا أن ما تم الإعلان عنه في دمشق جاء مخيبا للآمال؛ مماثلاً لما سبق؛ حكومة تبدو في جوهرها زينة سياسية منتهجة للمركزية المطلقة، حيث تظل السلطة مُحاصرة بيد فئة واحدة لا تهتم سوى بإحكام قبضتها على مقصورات السلطة.

المقاطعة السياسية وتجاهل التنوع

أوضح البيان الذي أصدرته الإدارة الذاتية: «لم تأخذ الحكومة التنوع السوري بعين الاعتبار»، بما يعكس بوضوح سياسة الإقصاء التي لا تترك مجالاً إلا لتلك التي تُشبه سابقاتها. في حين يتم تجاهل الأصوات المختلفة التي تمثل التعددية في المجتمع السوري. فسياسات السلطة المركزية لا تبني إلا جسوراً من الانقسام، وتترك خلفها آثاراً سلبية على بنية الدولة وروح الشعب الذي ينادي بالمشاركة العادلة وتوزيع السلطة.

خطر العودة إلى ممارسات الماضي

إن استمرار مثل هذه السياسات لا يمثل مجرد استمرار لخطاب قديم، بل هو خطوة نحو إعادة البلاد إلى المربع الأول، حيث يكون الحكم مركزياً والعملية السياسية خالية من التمثيل الحقيقي لكل مكونات الشعب، فتلك الاستمرارية تُعيد فتح جراح الماضي وتعمّق الانقسامات، ما يزيد من خطورة الأزمات التي تعاني منها البلاد، ومع إصرار قوى السياسة على إبقاء السلطة في مقصوراتها، تتزايد المخاوف من أن يؤدي ذلك إلى تفاقم التحديات الاقتصادية والاجتماعية والأمنية، في وقت يحتاج فيه الشعب السوري إلى حلول شاملة وجذرية، ومن ثم فهذه دعوة للمسار الديمقراطي التشاركي حتى لا يتهدد الجميع بخطر العودة إلى ممارسات الماضي.

في هذا السياق، تأتي مطالب الإدارة الذاتية الديمقراطية لإقليم شمال وشرق سوريا كصرخة من قلب مجتمع طالما نُفي عن تقرير مصيره، إنها دعوة واضحة لوقف سياسات الإقصاء والتهميش، والاتجاه نحو احتضان جميع أبناء الوطن بمختلف مكوناته، أديانهم وطوائفهم، إنها دعوة لإعادة النظر في أسس الحكم، لتصبح سوريا دولة ديمقراطية تشاركية لا مركزية تضمن حقوق المواطنين وتحقق لهم مشاركة عادلة في صياغة مستقبلهم.

الأمر إذن - لا يحتمل المماطلة

يبقى السؤال الأبرز: هل تستطيع سوريا الخروج من دائرة التكرار السياسي الذي يقودها إلى هاوية المزيد من الانقسامات والأزمات؟ وهل ستشهد الأيام القادمة خطوةً حقيقياً في المشهد السياسي السوري يسمح بتوزيع السلطة وتطبيق مبادئ العدالة والمساواة؟ الوقت وحده كفيل بالإجابة، ولكن ما يبدو جلياً هو أن الطريق الذي يسلكه النظام الحالي لا يبشر بثمار الإصلاح السياسي الحقيقي، بل يعيد إلى الواجهة ملامح الماضي المظلم الذي نعتزم جميعاً تركه وراءنا.

بأسلوب نقدي لا يلتف حول الحقيقة، يظل علينا أن ننتظر بقلوب مطمئنة، مع العلم أن التغيير الحقيقي يتطلب إرادة شعبية وإصلاحات جذرية تعكس تعدد الهوية السورية، ولا تقتصر على مجرد إعادة صياغة رمزية للحكومة دون أن تُحدث فرقاً في واقع حياة المواطنين.

إيران في المرمى الأمريكي مباشرةً

فوزي سليمان

عادت التصريحات النارية بين الولايات المتحدة الأمريكية وإيران في الآونة الاخيرة لتتصدر المشهد العالمي وبشكل مغاير تماماً عن سابقاتها. إذ رافق ذلك حشد لأساطيل أمريكا في بحار المتوسط والخليج والأحمر حيث تعتبر الأضخم في التاريخ. ويأتي ذلك بعد إقصاء شبه تام لحلفاء إيران ووكلائها عن المشهد العسكري السياسي بدءاً من حماس وحزب الله ومروراً بنظام الأسد الابن وانتهاءً بالحوثيين في اليمن، والحشد الشعبي في العراق.

ورغم الرسائل المباشرة وغير المباشرة بين الإدارة الأمريكية الجديدة وإيران إلا أنها لا تخرج عن إطار التهديدات المتبادلة، حيث يتضح إنهما لا يزالان بعيدان جداً عن التفاهم والتهدئة. فلا إيران تقبل بالشروط الأمريكية القاسية جداً، ولا لأمريكا نيّة لإبقاء إيران كقوة تفرض حضورها في العديد من الساحات وتهدد المصالح الأمريكية والغربية على حدٍ سواء. إذاً الى أين تتجه الأمور...؟! وهل فعلاً إيران هي الهدف الحقيقي لأمريكا ...؟! أم إن ما وراء الأكمة ما وراءها وهناك هدف آخر...؟!

ولتوضيح الصورة أفضل لا ضير بالعودة بعض الشيء للوراء، إلى عهد ولاية الرئيس الأمريكي السابق جو بايدن وتحديداً إلى قمة حلف الناتو وكذلك إلى قمة ال G7 واللتان لا يفصل بينهما سوى أيام، حيث قام جو بايدن بوصف الصين وروسيا بالأعداء ...! وقد سبق ذلك التصريح خروج بريطانيا من اتحاد الدول التي تتعامل باليورو (الاتحاد الأوروبي) وكأنه أشبه بعقاب لأوروبا...! وخصوصاً فرنسا التي سُحبت من يديها صفقة الغواصات النووية مع أستراليا لصالح بريطانيا وأمريكا والتي وصفتها فرنسا آنذاك بالخيانة العظمى. وليتم بعدها مباشرةً بإعلان حلف أوكوس الثلاثي في مثلث المحيط الهادي وبحر الصين الجنوبي، بين كل من أمريكا وبريطانيا وأستراليا ويرجح أن تنضم إليه كلاً من الهند واليابان أيضاً، لتكون بذلك الصين قد حوصرت وقيدت حركاتها في أهم الممرات المائية العالمية، والتي وصفتها الأخيرة بتصعيد خطير يستهدفها مباشرةً.

وجاءت الحرب الاوكرانية الروسية متممة لذاك الهدف وبمعنى أدق أنها حرب متعددة الأهداف فبغض النظر عن استنزاف الروس في أوكرانيا وتدمير الأخيرة تماماً، فهي في الوقت عينه تعتبر تهديد أمريكي غير مباشر لأوروبا التي باتت غير راضية عن هيمنة الشريك الأمريكي وخصوصاً فرنسا وألمانيا وإيطاليا، ويبدو أن المساعي الحثيثة لأمريكا إلى تهدئة الأوضاع في أوكرانيا ما هي إلا غاية للتوجه إلى إشعال بؤرة أخرى تعدُّ واحدة من أقوى حلفاء الصين وروسيا - ألا وهي إيران - والتي يبدو أن قرار تحييدها قد اتُّخِذ.

عود على بدء، ما هي فرص إيران لتجنب ذلك...؟! على ما يبدو أن إيران أضاعت الكثير من الفرص لتنأى بنفسها عن صراع لن تكون فيه إلا الخاسر الوحيد. وذلك نتيجة سياساتها الخارجية والداخلية على حدٍّ سواء، وخصوصاً الداخلية منها إذ تواجه حكومة الملالي احتقان شعبي كبير على مستوى الحريات وحقوق الإنسان والمستوى المعيشي المتردي، وعلى رأس القضايا القابلة للانفجار في أي لحظة هي قضية الشعب الكردستاني ومواجهتها للشعب الكردستاني كما الأنظمة الأخرى المحتلة لكردستان بالحديد والنار، وعدم التوجه نحو حل تلك القضية التاريخية. وهكذا فإن إيران في وضع لا تُحسد عليه، ورغم قيامها في الآونة الأخيرة ببعض الخطوات المخجولة إلا أنها لا تفي بشيء، ولا تنجيها من العاصفة التي تتجه نحوها، مثلها في ذلك مثل تركيا حيث إذ أضحتا تناطحان الدول المهيمنة ضد مصالحهم في العديد من الساحات وتشكل تهديداً مباشراً لتلك المصالح وعلى سبيل المثال وليس الحصر الشرق الأوسط وإفريقيا . ويبدو العد التنازلي قد بدء والغرغرينا التي عبّر عنها القائد عبد الله أوجلان قد استشرت في إيران وتركيا على حدٍّ سواء . والمسألة أقرب من اليقين إلى الشك، وهكذا يكون الطوق الأمريكي قد أُحكم تماماً على آسيا برمتها وخصوصاً الصين ومن دار في فلكها

بلدية الشعب في تل حميس ودورها المحوري بتحسين جودة الخدمات

روناهي/ تل حميس ـ تعمل بلدية الشعب في تل حميس بشكلٍ مستمر في تحسين جودة الخدمات المُقدمة للأهالي، كما أكد الرئيس المشترك لبلدية الشعب في تل حميس بتنفيذ عدة أعمال في العام المنصرم، إلى جانب وضعهم مجموعة من المشاريع خلال هذا العام، التي تهدف إلى تعزيز البنية التحتية في مدينة تل حميس والمناطق المحيطة بها.

إن تحسين الواقع الخدمي ليس مجرد وعد بل هو هدف أساسي تضعه بلدية الشعب في تل حميس في كل عام أمامها في تحسين جودة الحياة للمواطنين، حيث تسعى جاهدةً لتلبية احتياجات الأهالي وتحقيق تطلعاتهم إدراكاً لأهمية الخدمات الأساسية مثل فرش الطرق وتحسين نظام الصرف الصحي.

الأعمال المنجزة

وللمعرفة أكثر عن الأعمال المنجزة لبلدية الشعب في تل حميس؛ التقت صحيفتنا "روناهي" الرئيس المشترك للبلدية الشعب في تل حميس "نصر الدين البرهو"، والذي أشار في بداية حديثه إلى المشاريع التي تم تنفيذها خلال عام ٢٠٢٤، والتي تركزت بشكلٍ أساسي على تحسين الخدمات الأساسية في المنطقة.

وأكد البرهو؛ "لقد تم إنجاز عدد من المشاريع الخدمية الهامة، بما في ذلك تطوير الطرقات، وشبكات المياه، والصرف الصحي، بالإضافة إلى إصلاح محطات المياه، هذه المشاريع جاءت في إطار تحسين جودة الحياة للمواطنين وتلبية احتياجات الأهالي".

الخطط المستقبلية لهذا العام

فيما تطرق في تكملة حديثه إلى الخطط المستقبلية للمشاريع المفترض تنفيذها في عام ٢٠٢٥؛ "لقد تم تحديد مجموعة من المشاريع التي تهدف إلى تعزيز البنية التحتية في مدينة تل حميس والمناطق المحيطة بها، إلى إشارة إلى أهمية تطوير الطرق وفرشها بهدف تأهيل شبكة الطرق وتسهيل حركة المرور مما يُسهم في تقليل الازدحام ويعزز الراحة أثناء التنقل في القرى التالية؛ مسعد، الطريق العام، حنوة كبيرة، سوق الغنم، قرية ربيعة، قرية ناعم الهيار، قرية الهلكانة، قرية فلسطين، قرية خويتلة رعيدات، وقرية الأحمد، بالإضافة إلى مشاريع في قرى أخرى مثل الأحمد والخُمصية، التفاحيات، مزرعة الطرموز، ومزرعة المطلق".

وأضاف البرهو؛"كما تم وضع خطط لتمديد شبكات مياه الشرب إلى عدة مناطق، بما في ذلك مياه طولكرم، ومياه العشوان، ومياه الخليوي، ومياه عكار، ومياه عتويه، مما يعكس الجهود المستمرة للبلدية في تحسين مستوى الخدمات وتلبية احتياجات كافة السكان".

كما نوه البرهو إلى؛ "تحسين شبكات الصرف الصحي مسألة ضرورية، نعطي اهتماماً خاصاً لمشاريع الصرف الصحي، حيث تم إطلاق مشاريع تهدف إلى معالجة المشكلات الموجودة في هذا المجال".

واختتم الرئيس المشترك لبلدية الشعب في تل حميس "نصر الدين البرهو" حديثه على استمرارية بلدية الشعب تل حميس في "العمل على تحقيق أهدافها التنموية، من خلال تنفيذ مشاريع تعود بالنفع على الأهالي، وتلبية احتياجات السكان، من خلال الخطط المستقبلية، وتعزيز الخدمات العامة، وتحسين البيئة المحلية".

انخفاض حاد في إنتاج النفط الأمريكي لأدنى مستوى منذ ١١ شهراً

أظهرت بيانات إدارة معلومات الطاقة الأمريكية يوم الاثنين المصادف ٣١ آذار المنصرم أن إنتاج الولايات المتحدة من النفط الخام انخفض من ٣٠٥ آلاف برميل يومياً إلى ١٣،١٥ مليون برميل يومياً في كانون الثاني، وهو أدنى مستوى منذ شباط ٢٠٢٤.

وأظهرت البيانات إن هذا هو أكبر انخفاض في إنتاج النفط الأمريكي الشهري منذ كانون الثاني من العام الماضي، كما خفضت إدارة معلومات الطاقة أيضاً تقديراتها لإنتاج النفط الأمريكي القياسي في كانون الأول بنحو ٤٠ ألف برميل يومياً إلى ١٣،٤٥ مليون برميل يومياً.

يأتي ذلك في وقت أظهر فيه استطلاع أجرته رويترز أن أسعار النفط ستظل تحت ضغط في ٢٠٢٥، إذ تؤثر الرسوم الجمركية الأمريكية وتباطؤ النمو الاقتصادي في الهند والصين على الطلب، بينما تمضي «أوبك+» قدماً في خططها لزيادة الإنتاج.

وتوقع الاستطلاع الذي شارك به ٤٩ خبيراً ومحللاً اقتصادياً في آذار أن يبلغ متوسط سعر خام برنت ٧٢،٩٤ دولار للبرميل في ٢٠٢٥، بانخفاض عن تقديرات شباط البالغة ٧٤،١٣ دولار، ومن المتوقع أن يبلغ متوسط سعر الخام الأمريكي ٦٩،١٦ دولار للبرميل، بانخفاض طفيف عن توقعات الشهر الماضي البالغة ٧٠ دولاراً، وقال فلوريان جرونبرجر كبير المحللين لدى كبلر إنه مع توقع اتساع أرصدة النفط الخام العالمية ٣٠٠ ألف برميل يومياً هذا العام يتأرجح السوق على حافة فائض، وأضاف؛ «يعود هذا التحول إلى ضعف التوقعات الاقتصادية الكلية في الصين وضعف الطلب من الهند، وهو ما عوض بل وتجاوز التحسن الطفيف في الطلب الأوروبي».

وتوقعت منظمة البلدان المُصدرة للبترول (أوبك) هذا الشهر ارتفاع الطلب العالمي على النفط بمقدار ١،٤٥ مليون برميل يومياً في ٢٠٢٥، و١،٤٣ مليون برميل يومياً في ٢٠٢٦، ومع ذلك، يحذر المحللون من أن خطط الرئيس الأمريكي دونالد ترامب المتعلقة بالرسوم الجمركية ربما تُعرقل هذا المسار، إذ قد تؤدي إلى تباطؤ اقتصادي وارتفاع التضخم العالمي.

ومنذ عودته إلى البيت الأبيض في كانون الثاني عاود ترامب فرض «سياسة أقصى الضغوط» على إيران لخفض صادراتها النفطية إلى الصفر، وأعلن فرض رسوم جمركية ٢٥٪ على أي دولة تشتري النفط أو الغاز من فنزويلا.

ويقول محللون إن محادثات السلام الجارية بين روسيا وأوكرانيا ربما تتوّج في وقتٍ ما برفع العقوبات الأمريكية المفروضة على روسيا.

وأضاف فرانك شالينبرجر رئيس أبحاث السلع الأولية لدى إل.بي.بي.دبليو؛ «فرض مزيد من العقوبات الأمريكية على منتجين مثل إيران وفنزويلا قد يؤدي إلى انخفاض المعروض العالمي من النفط وارتفاع أسعار الخام». لكن عودة النفط الروسي إلى الأسواق قد تؤثر سلباً في الأسعار.

ويتوقع محللون على نطاق واسع أن تحافظ «أوبك+»، التي تضم أعضاء «أوبك»، إضافة إلى حلفاء من خارجها بقيادة روسيا، على مرونتها بشأن زيادات الإنتاج. وقالت ٤ مصادر لرويترز؛ إن من المرجح أن تلتزم المجموعة بخطتها لزيادة إنتاج النفط للشهر الثاني على التوالي في أيار/مايو.

وقال جون بايزي رئيس شركة ستراتاس أدفايزرز؛ «لا نعتقد بأن (أوبك+) ستزيد العرض زيادة ملموسة هذا العام، لكنها ستحاول بدلاً من ذلك دفع أسعار النفط إلى الارتفاع من خلال السماح للطلب بتجاوز العرض خلال الأرباع الثلاثة الأخيرة من العام».