

## عزام فوق العادة وانتقادات باب الحارة



تلقي الجزء السابع من المسلسل السوري «باب الحارة» الكثير من الانتقادات، منها ظهور شخصيات قبل إنها ماتت في العمل، وكذلك بعض الأخطاء في الملابس، ما أثار حفيظة مخرج الجزاين السادس والسابع عزام فوق العادة.

وتداولت أخبار وجود جزاين جديدين من المسلسل، وفي هذا الصدد، أوضح المخرج خلال حديث خاص لموقع «نواعم» قائلاً: «حالياً لا شيء من هذا القبيل، ولا قرار رسمياً من الشركة المنتجة لإنتاج أجزاء جديدة من العمل، ولكن من الممكن أن يحدث ذلك بناءً على طلب المحطة العارضة». يذكر من ضمن الانتقادات التي واجهها العمل، وجود شخصية «أم موريس» في الجزء السابع وهي الشخصية نفسها التي أدت «أم سمعو» في الجزء الأول، الفنانة السورية سناء سواح، ولقت فوق العادة إلى أن الموضوع طبيعي، فالفنانة القديرة منى واصف، أدت دور عرافة في الجزء الأول في حين أدت شخصية «أم جوزيف» في أجزاء أخرى، وكذلك الفنان مصطفى الخاني أدى شخصيتي الواوي والنمس، وبالتالي هذه الحادثة ليست استثناء في العمل، وفيما يخص شارة المسلسل التي لاقت أيضاً انتقادات لجهة تسلسل الفنانين، نفى أن تكون من مهامه، فالشركة المنتجة تنفذها بناءً على العقود مع النجوم المشاركين في العمل.

## دبي تحتفي بتصوير الجزء الثالث من فيلم ستار تريك

سكون إمارة دبي محط أنظار المهتمين بالسينما العالمية خلال الفترة القادمة، حيث أعلنت لجنة دبي للإنتاج التلفزيوني والسينمائي عن اختيار دبي لتصوير الجزء الثالث من أشهر أفلام الخيال العلمي في تاريخ السينما العالمية «ستار تريك»، خلال الفترة القادمة.

وصرح المدير العام لمدينة دبي للاستديوهات ورئيس لجنة دبي للإنتاج التلفزيوني والسينمائي، جمال الشريف للصحفيين، قائلاً: «الإعداد لاستضافة هذا العمل الكبير سيتم من خلال تعاون عدة جهات حكومية في دبي لتقديم الدعم اللازم لفريق تصوير الفيلم، من بينها مهرجان دبي السينمائي، ودارة السياحة والتسويق التجاري في دبي، ومدينة دبي للاستديوهات التي تتولى تقديم الدعم التقني اللازم للتصوير».

وأكد جمال الشريف قائلاً: «إن تصوير جانب من «ستار تريك» في دبي سيكون له أثره الواضح في القاء مزيد من الضوء على العديد من جوانب التميز في الإمارة».

وحسبما ذكر موقع «إرم»، فإنه من المقرر أن يبدأ تصوير مشاهد الفيلم العالي قريباً جداً، ومن ثم سيتم عرضه في الإمارات بالتزامن مع طرحه في دور العرض الأميركية.

## جيهان عبد العظيم في «الوطن»



الوطن - تصوير: طارق السعدوني

الفنانة السورية جيهان عبد العظيم في زيارتها لمكتب «الوطن» بدمشق حيث تناولت آخر أنشطتها الفنية وأدوارها، وهذا ما سيكون في حديث لاحق.

## من دفتر الوطن

### خزانات الغضب

عبد الفتاح العوض



ساعة الغضب ليس لها عقارب. هكذا قال غاندي ذات يوم.. واليك من عجائب السوريين في هذه الأزمة أنهم يضبطون أعصابهم بنجاح في القضايا الكبرى، ويفقدون أعصابهم في الصغائر بجنون. أظن، الكثير منا عاين هذه الحالة التي يستسلم فيها للمشكلات العويصة أو للمواقف الصعبة التي يتعرض لها، ومنها ما يكون الاقتراب من الموت أو العيش في الخطر أو التعرض لخسارات كبيرة سواء خسارات بشرية من أهل وأصدقاء وما أكثرها؛ أم خسارات مادية وأيضاً ما أكثرها!

بالمقابل، الواحد منا يصبح نزقاً، وسريع الغضب في حالات أخرى مثل الدخول في جدال أو حتى نقاش مع صديق. أو تلك المشكلات الصغيرة التي تحدث في كل البيوت، أو حتى تلك الصغائر التي يتعرض لها البشر وهم يتعاملون مع بعضهم في أماكن عامة، كأن يختلف جاران في السرفيس أو يختلف اثنان على موقف سيارة وغيرها من الأشياء الاعتيادية.

كيف نمرر الخسارات الكبرى بلا غضب ولا نزق، على حين نجد أنفسنا نتحول إلى كتلة صراخ في الترافة من الأمور؟

التفسير البسيط ولا أدري إن كان صحيحاً أننا في المشكلات الكبرى لا حول لنا ولا قوة، نستسلم من ضعفنا ونضغط على انفعالنا بحيث لا تظهر، إما لأنه لا يقيننا أن تظهر وإما لأنها «تضربنا» أكثر إذا ظهرت.

بينما نترك لأنفسنا العنان ونحن نتجادل مع الأصدقاء، وندع غضبنا يتفجر في البيت، ونهتجر انفعالنا في العمل. كل هذا لأن ذلك ممكن وبلا عواقب «وخيمة»، ثم إنها تظهر بهذا الحجم والقوة ليس من الصغائر بل من مخزوناتنا من الكبار... تحولنا إلى خزانات نرذق تفجر في المشكلات الصغيرة.

كاننا نحفظ بكل غضبنا للقضايا الصغيرة.

جاء رجل إلى رسول الله صلى الله عليه وسلم وقال له: أوصني، فقال له الرسول: لا تغضب. مرة أخرى يسأل الرجل: زني يا رسول الله. ويعد الرسول النصيحة: لا تغضب. ومرة ثالثة يسأل الرجل السؤال ذاته ويجيب الرسول: لا تغضب.

في علم النفس يقولون إنك تحتاج من نصف دقيقة إلى دقيقة حتى تستطيع أن تتعامل مع الانفعال بحكمة، بمعنى آخر إنك تحتاج إلى هذا الوقت لكيح الغضب حتى تستطيع أن تعيد قراءة الموضوع بأحرف واضحة. نحن أنفقنا أربع سنوات ونصف السنة ولم ننجز بعد بالتحكم بغضبنا!!!!!!

\*\*\*

### الرجل الذي يفكر من لحيته

في نيسان من عام ٢٠١٠ - زمن العسل السوري القطري - كتبت هنا في هذه الزاوية عن «الرجل الذي يفكر من لحيته» وكانت عن أحمد منصور مذيع الجزيرة عندما أساء للشعب السوري كله في مقابله مع عبد الكريم الحلواني أحد رموز الانفصال. وقتها قال منصور عن الشعب السوري: إنه يقبل حذاء عبد الناصر وإنه شعب «بينضدك عليه».

أستذكر هذا العنوان من خلال مقابلة منصور مع طيار سوري أسير لدى النصر، في هذه المقابلة يتصرف منصور كحقق يتبع النصر، يريد أن يجعل الأسير يقول أشياء لا يعلمها لكنها أشياء تساعد منصور والنصرة معا.

كنت أقول إن الرجل يفكر من لحيته، يبدو أنه لم يعد «يفكر أبداً» أصبح كله لحية ولحية.....!!!!

### أقوال:

- لا يتال العلام من طبعه الغضب
- عندما يتصرف الإنسان بغضب يصبح كمن يتناول السم ويتوقع أن يموت به الآخرون.
- اكتب رسائل الغضب إلى أعدائك ولكن لا ترسلها إليهم.

## يارا وموعد قريب لكليب جديد



تطلق الفنانة اللبنانية يارا قريباً فيديو كليب أغنية «صح ابتدينا»، تحت إدارة المخرج جاد شويري، وهذا ليس التعاون الأول الذي يجمع يارا بجاد، فقد تعاونتا سابقاً في فيديو كليب «يا عايش يعوني»، لتبدأ مرحلة جديدة من كليات يارا التي طبعها عدد من المخرجين في فترة بداياتها الفنية.

يذكر أن يارا لم تحدد بعد موعد إطلاق الكليب، علماً بأنها لا تزال تعيش سعادة تخطي كليب «ما يعرف»، الذي جمعتها بالفنان اللبناني الكوميدي عادل كرم وحقق ٨ ملايين مشاهد، وذلك بعد مرور ستة أشهر على صدوره، وما رافقه من جدل كبير وانتشار أحاديث وشائعات عن علاقة تربطها ببطل العمل، حيث أطلقت إشاعة زواج يارا من عادل كرم إلا أنها نفت ذلك.

## أشرف عبد الباقي يرد على انتقاد مسرحه

أعلن الفنان المصري أشرف عبد الباقي، عن رأيه فيمن ينتقده ويقول إن ما يقدمه ليس مسرحاً، قائلاً: «من يقولون إنني لا أقدم مسرحاً هم على صواب». وأكد عبد الباقي خلال تصريحات لصحيفة «التحرير» المصرية، قائلاً: «السبب في ذلك أن ما تقدمه هو مسرح مختلف، فالمرسح المتعارف عليه مدة العرض فيه ٤ ساعات، ويتم عمل البروفات قبل العرض بثلاثة أشهر، ولا تُعرض على الفضائيات مباشرة، لافتاً إلى أن ما يقوم بعمله تجربة جديدة مدتها ساعة وتُباع للتلفزيون، في حين يقومون بعمل البروفات ثلاثة أيام فقط.

## مشروبات طبيعية تنظف الجسم والأعضاء بعد رمضان

بعد رمضان تعاني معدة الجسم من آثار الصيام والإفراط في تناول الطعام غير الصحي، لذا ينصح الأطباء على الدوام بتنظيف الجسم كلياً بعد رمضان، للتخلص من دهونه الزائدة وأملاحه وغيرها من الأسباب التي تسبب له الخمول والإرهاق. والمشروبات الصحية تعتبر كلمة السر في تنظيف الجسم والأعضاء، لأنها سهلة وسريعة الامتصاص ما يجعلها أكثر قدرة على النفاذ للجسم وإمداده بالعناصر والفيتامينات وأداء وظائفها بشكل مثالي وسريع، وينصح الأطباء بتناولها لمدة ٣ أيام بعد مرحلة الصيام في رمضان وهي: كوب من الينسون مضاف إليه بعض قطرات الليمون، إضافة إلى كوب من المياه الدافئة ينقع فيها عودان من البقدونس، وعود من الكرفس، وبعض حبات الشعير.

## كل كعكة عيد تحمل ٤٠٠ سعرة حرارية وتعادل ٣ أرغفة

يقترّب عيد الفطر المبارك وتبدأ كل أسرة في شراء وإعداد كعك العيد، وتشير بعض الحقائق الغذائية عن كعك العيد إلى مدى خطورة الإكثار منه على الأصحاء والمرضى على حد سواء.

إن مكونات كعك العيد هي الدقيق والسمن البلدي والسكر والسمنس وكلها تعطي سرعات حرارية عالية فيتراوح مقدار السرعات الحرارية لمقدار كعكة واحدة من ٢٠٠ إلى ٤٠٠ سعرة حرارية، ولكي ندرك قيمة هذا الرقم فهو يعادل ثلاثة أرغفة من الخبز، فتناول كعكة واحدة يعادل تناول ثلاثة أرغفة من الخبز، ولو أردت تذوق الكعك في كل منزل تزوره في أيام العيد فقد تصل لتناول نحو أربع كعكات خلال ساعة، أي ما يعادل ١٢ رغيف خبز، ولكي تحرق السرعات الحرارية في مقدار كعكة واحدة فنحتاج لممارسة رياضة الجري للتخلص من السرعات الحرارية.

وتشير الدراسات إلى أنه لم تقتصر مخاطر الكعك عند سعرته الحرارية بل تكمن أكثر في نوع الدهون المستخدمة وهي السمن البلدي، وهي من نوع الدهون المشبعة وهذا النوع من الدهون يزيد من ترسبات الكوليسترول والدهون الثلاثية في الدم، وهو ما قد يزيد خطورة الإصابة بتصلب الشرايين والجلطات وأمراض القلب.

## نجوى كرم تطلق كليب «بوسة قبل النوم»



عرضت الفضائيات العربية البارحة كليباً جديداً للفنانة «نجوى كرم» لأغنيتها «بوسة قبل النوم»، والأغنية من كلمات الشاعر السوري «فادي مرجان» والمحن السوري «علي حسون»، ويذكر أن عمليات التصوير تمت في كرواتيا بإدارة المخرج اللبناني «فادي حداد».

## نوم الطفل

### أكثر من اللازم يقضي بعضه على الطبيب

للنوم تأثير كبير على عملية نمو الطفل، وهو ما نلاحظه مع الأطفال حديثي الولادة الذين ينامون بمعدلات أسرع من المراحل العمرية الأخرى، ورغم أهمية النوم في نمو الطفل إلا أنه في حال ملاحظة الأم استمرار نوم الطفل لساعات أطول من المعتاد، فعليها الاهتمام وعدم الإهمال لأن ذلك قد يكون مؤشراً للمشاكل الصحية.

وتشير الدراسات إلى أن الشخص يقضي ثلث حياته في النوم نظراً لأهمية النوم لنمو الجسم السليم، وتجديد الطاقة والحفظ وتخزين المعلومات، والقدرة على التركيز لذلك فالأطفال حديثي الولادة ينامون فترة أطول مقارنة بالأطفال الكبار لأن النوم يساعد على النمو السريع وإفراز الجسم للهرمونات المسؤولة عن النمو وزيادة طول الطفل. وتضيف الدراسات إنه يجب على الأم في حال ملاحظة نوم طفلها لعدد ساعات أطول من المعتاد عرضه على الطبيب لأن ذلك قد يعطي مؤشراً أو دليلاً على وجود بعض المشاكل الصحية وأهمها: همدان وارتفاع درجة حرارة الطفل أو نزلة معوية.