

انطلاق مهرجان حلب الثقافي



الوطن

افتتح وزير الثقافة محمد الأحمد فعاليات مهرجان حلب الثقافي في مسرح نقابة الفنانين في حلب، وتحدث خلال كلمة الافتتاح قائلاً: «سمحوا لي أن أستهل كلمتي بنص لشاعرنا الكبير نزار قباني يقول فيه: «كل الدروب لدى الأوروبيين توصل إلى روما.. كل الدروب لدى العرب توصل إلى الشعر.. وكل دروب الحب توصل إلى حلب».. نعم، حلب المدينة الأقدم والأعرق، حلب التي تعرضت على مدى سنوات لعدوان سافر من جماعات إرهابية تكفيرية، تدعمها تركيا والسعودية والولايات المتحدة الأميركية، ومن لف حولها من قوى إقليمية ودولية.. حلب التي عانت من العطش والجوع وانعدام الوقود والطاقة الكهربائية.. حلب التي فقدت الآلاف من أبنائها.. حلب الباسلة الصامدة، إن رؤيتك تنهض من غبار الحرب والدمار، وتتفضين عن نفسك رماد الحريق، كما عهدناك دائماً، ملكة متألقة للفن والجمال، لهو مشهد مؤثر رائع، ومظهر فاتن يرد الروح».

وأضاف: المدن التي عاشت لآلاف السنين، مثل دمشق وحلب، لا تموت، لقد أصبح لدينا مناعة ضد كوارث البشر والطبيعة، كم مر على حلب من غزاة وفاتكين، بدءاً من الإسكندر المقدوني، مروراً بالصليبيين والمغول والفرنسيين وانتهاءً بالعثمانيين الأتراك، وكما احترقت، ولكنها بعد كل غزوة تنهض من رمادها مجدداً مثل طائر الفينيق أكثر قوة وصلابة وجمالاً، وها هي الآن، بعد أن طردت الغزاة عن أرضها، تنهض من محنتها، وتداوي جراحها، في نهوضها ودواؤها مرتكزان على صلابه جذورها وعمق ثقافتها، نعم، إن مدينة عرفت أبا فراس الحمداني وأبا الطيب المتنبي وعبد الرحمن الكواكبي وصباح فخري ومحمد قنبة وعمر أبو ريشة ولؤي كيالي ووليد إخلاصي وغيرهم لا يمكن لظلم من التكفيريين مهما بلغ عدده وتسليحه، أن ينال منها، أو يهشم حضارتها.

وأكد أننا أثبتنا للعالم من حولنا شيئاً مهماً مفاده أن هذه الحرب الكونية التي تشن منذ سبع سنوات على سورية لن تقل من عزيمتنا ولا من قدرتنا على تذوق الجمال وصنعه، وأنا لا أمل من التكرار في كل مناسبة أن الفعل الثقافي هو فعل مقاوم للموت والخراب، وهو وقفة في وجه الفكر التكفيري الأسود الذي يسعى لجبرنا إلى الوراء قروننا طويلاً.

وأشار إلى أن مآثرة تحرير حلب، وتحرير المدن الأخرى، تقول لنا بالفم الملآن: لا خيار آخر لسورية، جيشها الياسل البطل سينزل يقاتل الإرهابيين المسلحين، ومنقفوها العقلائون الوطنيون سيظلون يقاتلون كل أشكال الفكر الرجعي الظلامي، وقوانين التاريخ تؤكد أننا لننصرن، وأنا أؤمن بقوانين التاريخ.

وتضمن حفل الافتتاح عرض فيلم قصير عن مدينة حلب وتكريم قامات أدبية كبيرة من مدينة حلب وهم فايز الداية وعبد الهادي نصري ومحمود حرياتي والأديب محمد أبو معروق والموسيقي سمير كويفاتي، والأديبة سلمى محجوب، والمخرج المسرحي كركيوك كلش والفنان التشكيلي وحيد مغاربة، وتلاه حفل فني للسيدة مياديس بسيليس بمجموعة من أشهر أغانيها إضافة إلى مجموعة أغانٍ تراثية برفقة الفرقة الموسيقية بقيادة سمير كويفاتي. ويشهد المهرجان إقامة معارض فنية وتشكيلية وعرضاً للكتاب من إصدارات الهيئة العامة السورية للكتاب يتخلله حفل توقيع ٣ كتب صادرة عن الهيئة ودواوت ثقافية وأسيات شعرية.

وعلى هامش المهرجان ستقام عدة فعاليات خاصة بالأطفال والبالغين منها يوم مفتوح للأطفال في حديقة السيليل ورسوم على الجدران وحفل فني بعنوان مهارات الحياة وعرض مسرحي بعنوان حكايا جحا ومعرض من إنتاج الأطفال والبالغين في الورشات الفنية.

بيير داغر للمرة الأولى



الوطن - تصوير: طارق السعدوني

الممثل اللبناني النجم بيير داغر خلال حضوره الافتتاح الخاص لفيلم «طريق النحل» حيث يشارك في بطولته بأول ظهور له في السينما السورية.



من دفتر الوطن

الشيء بالشيء يذكر

زياد حيدر

تظاهر المعارضون لانفصال إقليم كتالونيا عن البلد الأم إسبانيا، أمس الأحد، في رد على قرار الانفصال الأحادي الجانب الذي اتخذته برلمان الإقليم قبل ساعات من حله.

الإعلام الكتالوني الرسمي والخاص تحدث عن مظاهرة ضمت ٣٠٠ ألف متظاهر ضد الانفصال، والإعلام الإسباني الرسمي والخاص تحدث عن مشاركة مليون و ٣٠٠ ألف متظاهر هذا النهار. الفرق مليون في تعداد الساحات، بين الطرفين.

قبل ذلك بأسبوع في مظاهرة للمؤيدين للانفصال عن إسبانيا، خرجت إحدى المنظمات لتتأهلي بالعدد الكبير للحضور، مقارنة إياه بأعداد مؤيدي الدولة الإسبانية، الذين يزيد عددهم بفعل «الباصات التي تأتي محملة بالإسبان من مدريد»، ولكن أين سمعنا هذا من قبل؟!!

طبعاً على القلب الآخر، يقول المؤيدون: إن الريف الكتالوني إضافة لفئة الشباب، هما السببان الرئيسيان في احتشاد الطرف الانفصالي، وذلك في تلميح لدقّة النضج السياسي لدى الفئتين، وتأثرهما بالبروباغندا الإعلامية الانفصالية.

هذه البروباغندا بدورها لا تخلو من مفارقات، فبعد تلميح الحكومة الإسبانية قبل أسابيع بإمكانية تعليق الحكم الذاتي في كتالونيا، وزع الانفصاليون فيديو يلكا حزناً بعنوان «ساعودنا» تتحدث فيه فتاة جميلة بعيون دامعة عن القمع الإسباني الممارس على سكان الإقليم مع فيديوهات في صور تركز على عنف الشرطة، في يوم الاستفتاء المقرر للجلد.

طبعاً للتوضيح، يميز الإقليم وسكانه بحكم ذاتي ذي استقلالية تفوق أي نظير أوروبي له، ويدير نفسه تقريباً كدولة، لكن التحشيد لا يقبل سوى بالتحريض، ومنه القول: إن ٩٠٠ شخص جرحوا في يوم الاستفتاء، علماً أن وكالة «فرانس برس» لم تحصل سوى على توثيق ٨٢ حالة، من وزارة الصحة الكتالونية، مع الإشارة أيضاً إلى أن حالة الالتهاب، وهي في أوروبا تحصل من صوت الألعاب النارية أحياناً، تعتبر حالة «إصابة» وفقاً لتصنيفات آلة البروباغندا الإعلامية.

هذه الآلة تتشغل على مستويات أخرى، فهي فيما تنفخ في سلبيات الطرف الآخر، تمهد طريقاً مملوفاً بالأفانق والأمال لدى جمهورها، فمثلاً يعتقد كثير من مؤيدي الانفصال أن دخلهم سيؤدي بالاستقلال بنسبة مئة بالمئة، وأن طريق الاستقلال لن يكون صعباً كما يقال، فمئة فنة جاهزة لتأسيس ودعم مصرف الدولة الكتالوني المركزي، وهي مؤلفة من «لوبيات مالية يهودية»! وباللمفاجأة.

ويعلم أيضاً تقف روسيا بالمثل بانتظار إعلان الانفصال، لكي تقدم نفسها داعمًا رئيسياً للدولة الوليدة، وخلف روسيا من يأتي عادة؟ الصين، التي تحتاج مرفقاً كتالونيا لدعم أسواقها في إفريقيا.

يلعب مؤشر البروصة المالية الافتراضية، فيما ينخفض بقوة واقعية، حين يتم التذكير بأن كل هذا سيعيد الاتحاد الأوروبي صاغراً نادماً، ليعلن قبول كتالونيا ضمنه، بسبب قوة الإقليم المالية، ففي النهاية القضية هي دوماً «قضية مال ومصالح».

النتيجة الأخيرة، صحيحة بالمطلق، ولكن عناصرها تخضع لتبويب وتحريف كل طرف وفقاً لمصالحه، وطبعاً للإضاعة، غادرت ١٨٠٠ شركة الإقليم هذا الشهر، تراجع الاستهلاك ٤٠ بالمئة وانقسم المجتمع بحدّة، تنذر بعواصف من التصعيد، لكن الشيء بالشيء يذكر، أين حدث هذا من قبل؟ في كل مكان انقسم فيه مجتمع على هدف، يتقابل حشدان في الشارع، يهتفان بالخيانة ضد بعضهما البعض، تبدأ الانقسامات ضمن الأسرة الواحدة، وتلفق الأكاذيب، وثم...

لماذا يكرر هذا العالم نفسه كل مرة ولا تتعلم البشرية؟ لا إجابة كافية.

مرأة تجبر مرضى

السرطان على

الابتسام

وكالات

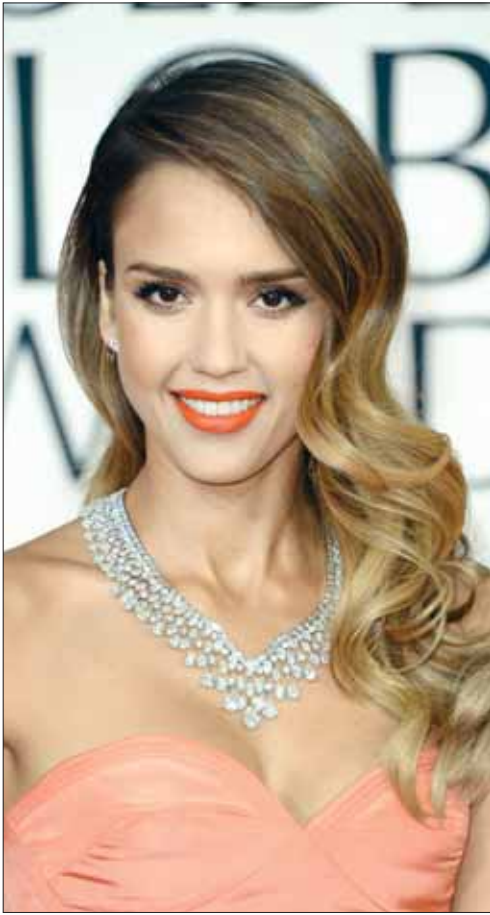
صمم باحثون امرأة ذكية خصيصاً لمرضى السرطان، لا تعكس صورة الوجه إلا عند الابتسام. وتأتي مرآة «Smile Mirror» على شكل شاشة مزودة بكاميرا في الإطار، حيث يحدد برنامج التعرف على الوجوه ما إذا كان الشخص الذي ينظر إليها يبتسم أم لا، وبعد ذلك تستحوّل الشاشة إلى سطح عاكس، واستلهم المصمم بيرك إلهان، فكرة المرآة بعد إجراء محادثة مع مريضة بالسرطان. وقال موضحاً: «تالت في المريضة أنه كان من الصعب عليها النظر في المرآة خلال الأيام الأولى بعد تشخيص حالتها، والاعتراف بإصابتها بالسرطان».

واستلهم قائلاً أن «تعبيرات الوجه تؤثر في كيفية شعورنا، وإذا قمنا بتثبيت عضلات الوجه في وضع الابتسام، فإن أدمغتنا تعتقد أن شيئاً جيداً حدث ونتيجة لذلك نشعر بالسعادة».

وفي عام ٢٠١٢، وجدت دراسة أن إجبار الأشخاص على الابتسام باستخدام العبدان، يؤدي إلى انخفاض معدل ضربات القلب بعد أداء المهام المثيرة للقلق، مقارنة بالأشخاص الذين قاموا بالمهام نفسها من دون ابتسامة.

ولكن إجبار مرضى السرطان على «التفكير الإيجابي»، يمكن أن يكون له تأثير ضار على الصحة العقلية. واقتُرحت محاضرة أجريت في عام ١٩٩٤ أن مفهوم «التفكير الإيجابي»، يضع عبئاً عاطفياً لا مبرر له على مرضى السرطان، ويمنعهم من القدرة على مواجهة الواقع والاستعداد للمستقبل.

جيسكا ألبا في أشهر حملها الأخيرة



وكالات

شوهدت النجمة الأميركية جيسكا ألبا مؤخراً في مطار لوس أنجلوس الدولي، حيث كانت متوجهة إلى ولاية نيويورك الأميركية. وظهرت الممثلة البالغة من العمر ٣٧ عاماً، مرتدية ملابس مانتة وجهدا المنتفخ قبل أشهر من وضعها طفليها الثالث.

مؤسس «أمازون» يتصدر قائمة أثرياء العالم

وكالات

تصدر مؤسس شركة «أمازون»، جيف بيزوس، قائمة أثرياء العالم، بعد أن أضيف ثروته أكثر من ١٠ مليارات دولار، عقب ارتفاع سهم شركة التجارة الإلكترونية بدعم من نتائج أعمال فصلية قوية. وتجاوزت ثروته ٩٣.٨ مليار دولار، ليصبح الأغنى في العالم متفوقاً على مواطنه بيل غايتمس، مع الإشارة إلى أن الأخير أضاف أيضاً إلى ثروته بدعم من ارتفاع سهم «مايكروسوفت»، عقب نتائج أعمال قوية أيضاً، نحو ٥٥٠ مليون دولار، لتصبح ثروته نحو ٨٨.٥ مليار دولار. وهذه ليست المرة الأولى التي يصبح فيها بيزوس أغنى رجل في العالم، فقد تصدر القائمة لفترة وجيزة في السابع والعشرين من تموز الماضي لأول مرة على الإطلاق، عندما سجل سهم الشركة ١٠٥٠ دولاراً.

كم يزيد وزنك أسبوعياً

عند الحرمان من النوم؟

وكالات

يمكن لنقص النوم أن يصبح أمراً خطيراً على الصحة البشرية من عدة نواح، وقد يكون اكتساب الوزن الزائد أحد تلك المخاطر.

ووجدت دراسة جديدة أن النوم أقل من سبع ساعات في الليل يؤدي إلى تناول الناس لسعرات حرارية إضافية تقدر بـ ٢٨٥ سعرة حرارية في اليوم، وهو ما يعني زيادة في الدهون في منطقة الخصر بحوالي رطل كل أسبوع.

وتوصلت الدراسة إلى أن نقص النوم يشكل خطراً على الأشخاص لأنه يؤدي إلى تناول المزيد من الأطعمة الغنية بالدهون في اليوم التالي بدلاً من تناول وجبة خفيفة من الفواكه والخضراوات.

وأجرى الباحثون من كلية كينغز في لندن تحليلاً لـ ١١١ دراسة لتحديد ما إذا كان لدة النوم مساهمة في زيادة الوزن.

وبدر الباحثون ١٧٢ شخصاً لمعرفة ما إذا كانت مدة النوم مرتبطة بزيادة الوزن، ووجدوا أن نقص النوم لديهم لم يدفعهم لتناول كمية أكبر من الطعام بل جعلهم يلجؤون لخيارات غير صحية.

وتأتي السعرات الحرارية الزائدة من تناول الوجبات الخفيفة غير الصحية بما في ذلك الشوكولا ورقائق البطاطا والحلويات، وينصح الخبراء الأشخاص الذين تتراوح أعمارهم بين ١٨ و ٦٤ عاماً، بالحصول على ما بين ٧ إلى ٩ ساعات من النوم كل ليلة، وفقاً لما ذكرته مؤسسة النوم الوطنية، ويشدد الخبراء على أن هذا الأمر حتمي للحفاظ على نظام غذائي صحي.

وبعد النوم بشكل غير كاف في الليل، يعتقد الأشخاص أنهم في حاجة لبعض الطاقة وهذا يؤدي إلى اتباع نظام غذائي غني بالدهون ولا يتضمن سوى كميات قليلة من البروتينات التي هي ضرورية لعمل خلايا الجسم.

وعلاوة على ذلك، وجد الباحثون أيضاً أن الذين ناموا أقل من ٧ ساعات كانوا أقل عرضة للقيام بأي أنشطة في اليوم التالي، لذا فإن هذا ما يؤثر في قدرة الجسم على حرق السعرات الحرارية ومنع زيادة الوزن.

وفي المتوسط، يحتاج الجسم إلى حرق ٣٥٠٠ سعرة حرارية في الأسبوع (أو ٥٠٠ سعرة حرارية في اليوم) لفقدان رطل واحد من الوزن، لذلك، إذا كان الشخص يكتسب نحو ٤٠٠ سعرة حرارية يومياً بدلاً من حرقها، فإن ذلك سينتهي بزيادة في الوزن في كل أسبوع.

ويوصي الخبراء بأن يولي الناس اهتماماً أكبر لعادات النوم الخاصة بهم، بحيث لا يعوق هذا الأمر نظامه الغذائي في اليوم التالي.

مايا دياب: ديو مع فنان مغربي



وكالات

أطلقت الفنانة اللبنانية مايا دياب لباس مغربي لأول مرة، وعبرت عن إعجابها به عندما كانت في الدار البيضاء بهدف إطلاق ماركة أدوات تجميل. وقالت في تصريحها للصحفيين إنها تنضم لمفاجأة كبيرة وهي عبارة عن ديو يجمعها بفنان مغربي وإن الديو سيكون «سكوب»، قوي جداً. وعن طبيعة علاقتها بمواطنها فarris كرم، قالت إنهما صديقان مقربان جداً خارج الفن وهو شخص قريب للقلب.

عدم انتظام

ضربات القلب

يزيد مع تقدم

العمر

وكالات

تشير دراسة حديثة إلى أن خطر الإصابة بعدم انتظام ضربات القلب يزيد كلما تقدم الإنسان في العمر أو أصيب بزيادة الوزن أو البداية ليرتفع بعد سن الخمسين بالنسبة للرجال وسن الستين بالنسبة للنساء.

وراجع الباحثون بيانات نحو ٨٠ ألف شخص تراوحت أعمارهم بين ٢٤ عاماً و ٩٧ عاماً في أربع دراسات أوروبية، ولم يكن أحد من المشاركين يعاني من رجفان أذيني عندما انضموا للدراسات.

وبعد متابعة نصف المشاركين لمدة ١٣ عاماً على الأقل ويعرضهم لفترة وصلت إلى نحو ٢٨ عاماً وجد الباحثون أن ٤.٤ بالمئة من النساء و ٦.٤ من الرجال أصيبوا برجفان أذيني.

وقال الباحثون في دورية (سيركلينش) إنه عند المقارنة بأشخاص لم يصابوا بالرجفان الأذيني زاد احتمال وفاة من أصيبوا بذلك ثلاث مرات خلال فترة الدراسة.

وقالت معدة الدراسة الطبية كريستينا ماجنوسن بمرکز القلب الجامعي في هامبورج ألمانيا إن الوزن المفرط فسر معظم تزايد خطر الإصابة بالرجفان الأذيني.

وأضافت: «زاد معدل الرجفان الأذيني بنسبة ٣١ بالمئة عند الرجال و ١٨ بالمئة عند النساء مقابل كل عشرة أرطال زيادة في الوزن».

وعند الإصابة بالرجفان الأذيني يرتجف الأذنين بدلاً من أن ينبض لتقل الدم ببطء.