

## من دفتر الوطن

### معركة الدستور

عبد الفتاح العوض



يراد في هذه المرحلة من الأزمة السورية معركة الدستور أن تحقق «للأغراب» ما عجزوا عن تحقيقه سواء بالسلاح والدم أم بالمفاوضات والسياسة.

الدستور ليس مجرد عنوان سياسي لأي بلد في العالم.. الدستور هو حياة هذا الوطن وليس فقط أبا القوانين أو أمها بل هو الطموح الذي تريد الأوطان أن تصل إليه.

ودوماً ليس من الحكمة إعطاء وثائق للوطنية من أحد لأحد، لكن في قضية الدستور شمة فاصل مهم يحدد الأشياء بطريقة صحيحة ويعطي مقياساً دقيقاً لدى التزام الإنسان بقضايا وطنه.

يمكن أن تكون مختلفاً عن الآخر في رؤيتك للدستور.. هل تريده علمانياً أو غير علماني، مدنياً أو غير مدني، رئاسياً أو شبه رئاسي؟ أو أي من تلك القضايا التي قد تكون خلافات في وجهات النظر واختلافات في المعتقدات الفكرية، لكن الشيء الذي لا يحق لأحد أن يناقش فيه هو القبول بأن يكون لأحد من «الأغراب» الحق في التدخل بكتابة ولو حرفاً منه.

والشيء الأخطر أن يكون أحد السوريين أبياً كان ممثلاً وناطقاً باسم أحد من «الأغراب» على طاولة كتابة الدستور السوري. فهناك دول تريد أن تحدد من يكونون في لجنة الدستور. تريد أن يكونوا «حمير طراودة»!

على مدار السنوات السابقة كانت كل المعارك والمعارك التي عاشها السوريون بكثير من الألم، بأيدي بعض السوريين، ومن الواضح أن استخدام حصان طراودة نجح في بعض المناسبات، لكن لا يمكن قبوله في هذه المرحلة من الحرب على سورية، ولا يمكن تفهم أن يكون أحد السوريين وضعياً للدرجة التي يمثل فيها سفارات وشعارات ومخابرات «الأغراب» في كتابة حروف الدستور.

إن صناعة الدستور السوري وإجراء أي تعديل عليه ليس إلا حالة سورية خاصة بكل نقاتها.

الخطاب الرسمي في هذا الموضوع صارم وواضح، وعبر عن نفسه بطرق مختلفة وصلت لمن يهمه الأمر «وجاهياً».

لكن السؤال أين الخطاب الشعبي؟ وما الطرق التي يجب من خلالها أن تصل الرسائل الشعبية لأولئك الذين ما زالوا لم يفقدوا الأمل بتحقيق غاياتهم من خلال واحدة من أهم أحر المعارك.

أقترح هنا أن يتم إنشاء هيئة شعبية للدفاع عن «سورية الدستور» وألا يفرض أحد من الخارج أي صيغة تسمح باختيار موظفي سفارات أجنبية في لجنة إعادة صياغة الدستور السوري، وأن يكون لهذه الهيئة عمل محدد تنتهي بنهايته، وأن يكون جزء من عملها إظهار الرأي الشعبي في كل القضايا والنقاط التي تتعلق بالدستور السوري.

معركة الدستور هي معركة شعب، سلاحها الأفكار والإعلام وإبداء الرأي. السؤال من يشكل هذه الهيئة؟

برأي الشخصي أن يكون أحد الاتحادات والنقابات المهنية هو المنصة الأولى، وهنا يمكن أن يكون لنقابة المحامين دور مهم، وأن يشارك فيها جميع النخب السورية التي تستطيع أن توصل الرأي العام السوري إلى من «يشغل الأمر».

### أقوال:

علمتي الفلسفة أن أفعل من دون أوامر ما يفعله الآخرون خوفاً من القانون. القوانين الجديدة تؤدي إلى خلق قوانين أفضل، والقوانين السيئة تؤدي إلى قوانين أسوأ.

إذا كان قانون الفيزياء يقول: إن الضغط يولد الانفجار، فقانون الاجتماع يقول: إن الضغط يولد التفاهت الاجتماعي.

ينبغي أن يكون للقانون سلطة على البشر لا أن يكون للبشر سلطة على القانون.

## هيسون أبو أسعد بإطلالة أنيقة



الوطن- ت: طارق السعدوني

المثلة السورية النجمة هيسون أبو أسعد خلال حضورها فيلم «أمنية» للمخرج أيمن زيدان حيث تميزت بإطلالة أنيقة.

## قمر كيلاني في ندوة «سوريات صنعن المجد»

الوطن

تقيم وزارة الثقافة عند السادسة من مساء اليوم ندوة الأربعة الثقافية الشهرية «سوريات صنعن المجد» بعنوان: «قمر كيلاني.. الريادة والالتزام»، وذلك في قاعة المحاضرات بمكتبة الأسد الوطنية في دمشق.

وتتضمن الندوة عدة محاور، هي «قضايا وطنية وإنسانية في أدب قمر كيلاني، لبيد صقور، و«أفاق الحداثة في روايات قمر كيلاني» لناظم مهنا، و«صور عن قرب» للبيبا كيلاني، و«بدير الندوة حسين جمعة».

وقمر كيلاني هي كاتبة وباحثة سورية رائدة تخرجت في جامعة دمشق كلية الآداب في الخمسينيات، وحصلت على شهادات في التربية، وفي التعليم للمرحلة الثانوية ودور المعلمين، وعملت في التدريس بدور المعلمين والمعلمات إلى جانب الكتابة، ثم في اللجنة الوطنية لليونسكو، ومنذ عام ١٩٧٦ مقرّفة لأدب وعضو المكتب التنفيذي لاتحاد الكتاب العرب وحالياً رئيسة تحرير مجلة الآداب الأجنبية الصادرة عن اتحاد الكتاب العرب.

ومن مؤلفاتها: «التصوف الإسلامي، أيام مغربية، عالم بلا حدود، بستان الكرز، الصيادون ولعبة الموت، الهودج».

## «على سطح دمشق» أفضل فيلم متكامل

الوطن



حصد الفيلم السوري الروائي القصير «على سطح دمشق»، للمخرج المهني كلثوم الجائزة الكبرى «أفضل فيلم متكامل» ضمن المسابقة الرسمية لمهرجان النور السينمائي الدولي بالدار البيضاء المغرب والذي شارك به ١٣ فيلماً.

ويؤيد سيناريو الفيلم للكاتب سامر محمد إسماعيل عن حكاية جيل يعيش حياته افتراضياً ويعجز عن تحقيق ذلك في الواقع الذي فاقمت الحرب مفارقاته الصادمة وأحالت

الأمم المتحدة إلى حواف خطيرة للغاية معلناً حب الاستمرار في العيش رغم جميع أنواع الموت والبحث عن الحب مهما كان مستحيلاً.

والفيلم من إنتاج المؤسسة العامة للسينما وبطولة كل من ليلى حوارنة ووسيم قزق ولارا بدري وعامر العلي وهنوف خربوطلي ويامن سليمان وحمامة سليم.

وكان قد حصد فيلم «على سطح دمشق» العديد من الجوائز العربية والعالمية أخرى جائزة أفضل سيناريو ضمن المسابقة الرسمية لأفلام الاحترافية في مهرجان تطاوين الدولي لسينما الحب والسلام في مدينة تطوان بالمغرب.

## الإعلامي فؤاد بلطاط ضيف «أماسي»

الوطن

تستضيف «أماسي» في نسختها الـ(٢١) الإعلامي السوري «فؤاد بلطاط» في حوارية بعنوان: «مسيرة نصف قرن»، وذلك عند السادسة من مساء اليوم في المركز الثقافي العربي في أبو رمانة، وتتضمن الأمسية عدداً من المحاور، التي تتناول مسيرة «بلطاط» الإعلامية، والممتدة إلى نحو ٥٠ عاماً.

يشار إلى أن بلطاط مؤسس مدينة الميادين في محافظة دير الزور ١٩٤٠، وحاز إجازة في اللغة الإنكليزية وآدابها من جامعة دمشق، وبدأ رحلته مع الإعلام، محرراً في صحيفة الاشتراكي عام ١٩٦٨، كما ساهم في تأسيس اتحاد الصحفيين السوريين، وشغل مناصب عديدة.

## أميرة تجرد من لقبها لتتزوج موظفاً

وكالات

تزوجت الأميرة اليابانية أياكو من كي موريا وهو من عامة الشعب، في حفل تقليدي في مزار ميجي في طوكيو، لتصبح أحدث نساء الأسرة الإمبراطورية.

اللائي تخلن عن صفتهن، وتزوجت الأميرة البالغة من العمر ١٨ عاماً، وهي الابنة الثالثة للأمير تاكامادو ابن عم الإمبراطور أكيهيتو، من كي موريا (٣٢ عاماً) الموظف بشركة نيبون يوسين للشحن.

وارتدت الأميرة كيمونو متعدد الطبقات ووصفت شعرها بالطريقة التقليدية اللطيفة للاستقرارية في حين ارتدى موريا سترة نوكسيدو سوداء مع بنطال رمادي في المزار المهدي لروح جدّها الأكبر الإمبراطور ميجي.

وأعربت الأميرة في مؤتمر صحفي بعد حفل الزفاف، عن سعادتها الغامرة بالزواج، كما عبرت عن فرحتها بزيارة عدد كبير من الناس في مزار ميجي للتهنئة.

ويحق لأفراد العائلة الإمبراطورية الزواج ممن يختارونه منذ ثلاثة أجيال على الأقل، وكان الإمبراطور أكيهيتو أول من عهد يتزوج من عامة الشعب، التي أصبحت الإمبراطورة ميتشيكو بعدما التقيا في ملعب التنس.

ويتعين على الأميرة أياكو التخلي عن صفتهن الإمبراطورية بعد زواجهن من فرد من عامة الشعب وفقاً لقانون الخلافة الإمبراطوري الخاص بالنساء، وستحمل اسم أياكو موريا بعد توقيع أوراق الزواج.

## «شو بخاف عليكي» جديد عاصي الحلاني

وكالات



وكالات

طرح الفنان اللبناني عاصي الحلاني، أغنيته الجديد «شو بخاف عليكي»، عبر قناته على «يوتيوب»، وكان عاصي قد نشر مقطع فيديو مع زوجته وهما في شوارع باريس عبر حسابه على «إنستغرام»، قائلاً: «شو بخاف عليكي من شوارع باريس وما أجمل الخوف على من تحب بحبكم، وأتمنى شو بخاف عليكي تلال إعجابكم».

## احذري تقبيل طفلك

وكالات

حذرت اميركية الامهات من تقبيل أطفالهن حديثي الولادة أو السماح لأخريهن بتقبيلهم، بعد أن تعرضت طفلتها لعدوى فيروسية خطيرة تسببت في وفاتها. وتوفيت الرضعية ألينزا روز بعد ٨ أيام فقط من ولادتها، بسبب فيروس «إتس إس في-١» الذي يسبب مرض القوباء الوليدية، الذي يمكن الوقاية منه، والذي يعتقد أن سببه «قبلة الموت».

وتقول أليغيزل: إن رضيعتها عاشت بشكل طبيعي ٣٦ ساعة فقط، قبل أن تدخل في سبات، وتنفذ القابلية للرضاعة، ثم هاجمتها الحمى بشكل شرس. ويقول الأطباء، إن العدوى انتقلت إلى الرضعية عن طريق قبلة من أحد المصابين بالمرض، أو ملامستها بيد شخص غير مغسولة بشكل جيد.

## فيتامين يحارب الأمراض

وكالات

يحتاج الإنسان إلى سلسلة من الفيتامينات الأساسية للحفاظ على الصحة الجسدية والعقلية والنفسية، ولتعزيز مناعة الجسم بشكل عام، ويوجد العديد من الفيتامينات المعروفة، ولكن يمكن أن يفاجأ معظمنا بوجود ما يسمى بفيتامين P. ولا يوجد ما يدعى للحيرة، فقد تم اقتباس هذا المصطلح لأول مرة في الثلاثينيات من القرن العشرين، لوصف مجموعة من المركبات التي توفر الصبغة للنباتات، ويعتقد أن لها فوائد صحية، وتعرف هذه المركبات الآن بـ«الفلافونيد».

وحدد العلماء ما بين ٤ و٦ آلاف نوع مختلف، تعرف الآن أنها مسؤولة عن العديد من نكهات ورائحة الفواكه والخضراوات، وكذلك دورها الرئيسي في حمايتها من الفطريات والأفات والبكتيريا.

وتساعد هذه المواد الغذائية في الحفاظ على صحة العظام والأسنان، وإنتاج الكولاجين البروتيني الذي يوفر البنية للأوعية الدموية والعضلات والجلد.

كما يقال إنها تساعد الجسم على التعامل مع بعض الدوافع الرئيسية للمرض، بما في ذلك التهاب الأوكسدة، وهي عملية طبيعية يمكن من خلالها أن تتعرض خلايا الجسم «للشيخوخة»، كما يمكن أن تتلف أو تشوه. وهذا يعني أنه يمكن لهذه المركبات المساعدة في الحماية من الأمراض المزمنة، بما في ذلك السرطان وأمراض القلب.

ووجدت الدراسة المنشورة في مجلة «Nutrition»، أن الأشخاص الذين تناولوا طعاماً غنياً بالفواكه والعصائر، وهي المصدر الرئيسي لفئة الفلافونيد المعروفة باسم «الفلافونونات»، كانت لديهم مخاطر أقل بنسبة ٣١٪ للإصابة بالسكتة الدماغية، مقارنة بمن تناولوا القليل من الفاكهة.

وأظهرت دراسة الصحة التي أجرت تحقيقات في النظام الغذائي وعادات نمط الحياة لدى ٧٠ ألف امرأة، نتائج مماثلة تتعلق بقلة مخاطر حدوث السكتة الإقفارية، التي تحدث بسبب ضيق الأوعية الدموية في الدماغ، بنسبة ١٩٪ لدى النساء اللواتي يستهلكن أعلى كميات من الفلافونيد.

وترتبط مركبات الفلافونيد بانخفاض ضغط الدم، وأيضا خفض مستويات الكوليسترول. ويعتقد أن لها تأثيراً واثقاً على جدران الأوعية الدموية، ما يحسن من مرونتها.

وتجدر الإشارة إلى أن الشاي يحتوي على نوع معين من الفلافانول (الكاتيكين)، وهي مركبات تتبع لفئة من الفلافونيد، ويمكن أن يكون الفلافانول الموجود في الكاكاو، مفيداً أيضاً للوظيفة الإدراكية.

## هيلاري داف ترزق بمولودتها الثانية



وكالات

رزقت المغنية والممثلة الأميركية هيلاري داف بمولودتها الأولى من حبيبها ماثيو كوما وأطلقت عليها اسم Banks Violet Ba.

ولدى داف ولد آخر من زوجها السابق ويعيش معها ومع حبيبها الحالي في الولايات المتحدة الأميركية.

## مطعم يقدم

### العشاء الأخير

لزيابته

وكالات

افتتح في حي شينغوكو الناشئ بالحياة بطوكيو، مطعمًا غريبًا يقدم أطباقاً تعد الأخيرة في حياة المجرمين قبل إعدامهم.

وأطلق على المطعم الذي افتتح في مبنى مكتبة سابقة، تسمية «نيجين»، التي تعني إنسان، وتحتوي قائمة الأطباق في هذا المطعم الغريب على مجموعة من الوجبات التي طلب تناولها المجرمون الأمريكيون الخطرون المحكوم عليهم بالإعدام، قبل تنفيذ الحكم بهم، وتندرج الأطباق الغريبة في القائمة ضمن ترتيب زمني محدد من الأقدم إلى الأحدث.

والطبق الأول في القائمة، هو آخر طبق طلبه في حياته المجرم غاري مارك غيلمور، عام ١٩٧٧، المدان بجرائم قتل وعمليات سطو مسلح.

ويتكون الطبق من شطيرة هامبرغر وبطاطا مهروسة وبيضضة مسلوقة و٣ كؤوس من الكحول.

أما طبق المجرمة، جودياس بويانو، الملقبة بـ«الأملة السوداء»، التي قتلت زوجها وابنها وعشيقيها في ثمانينيات القرن الماضي، فقد طلبت وجبتها الأخيرة من الطعام الصحي فقط: البروكلي والهليون والفراولة والطماطم الكرزية، أما طبق المجرم جون واين جاسي، الذي اعتصب وقتل ٣٣ ضحية شاببة، فهو من محبي الوجبات السريعة:

دجاج كنتاكي وبطاطا مقليّة وجيمبري مقلي وفراولة.