



من دفتر الوطن

بوابات الريح

عصام داري

عندما ينكس الوقت وتهرب الدقائق من ساعتها، وتل遁ا عقاربها بعنف وحقد، وعندما يصمت الكلام، وتهجم العتمة من دون استثناء، تعرف أنت افتقرنا خطيبة إهدا سنتين عمرنا في مقام الحياة.

خذن قافر بذلك السنوات التي كتب لنا أن نقضيها على هذا الكوكب الأرضي الذي يحمل كل التناقضات، تماماً كالنفس الإنسانية، فهو كوكب السحر والجمال والحياة، وهو أيضاً كوكب الغرب والدمار والماء التي لوحت بالآلام والأهبة والتربيه والبنات.

وكيفنا اكتسب كل صفاتنا، وربما نحن الذين اكتسبنا الفسحة والعنف وطبايع الأعاصير والرعد والبرق والزلزال من هذا الكوكب، هل من الممكن أن يتقصى كوكب ما شخصيات آدميّة، أو أن تتقصى الشخصيات الآدميّة صفات كوكب؟ وهل هناك تفاعل بين الكوكب والأجرام السماوية وبين المخلوقات؟!

من أين يأتي كل هذا العنف والكراهيّة والأخذاد إلى قوس كانت لأشخاص يشبهون البشر، فصاروا مخلوقات تقتزز منها حتى الحيوانات؟

إذاً كانت كل بوابات الحياة الجمال والحب والسرور، متوجهة على مصاريعها الأمامية، فلماذا تختر بوابة الريح يأتي منه الربيع سده واسترى؟ أم إنها هوا اللعب بالثار والتعبي؟ والأعاصير والدمار، والريح لا يأتي إلا بالدمار.

أنا من المؤمنين بأأن الحياة أكبر وأوسع وأرحب من أن تدخل في أضيق الزوايا، وببحث فيها عن أصغر الأمثلة، ولا ترى فيها إلا العياب المطل، وماذا بعد الظلمة؟.. وهل بعد الصحراء صحراء لا تدور لها من دون أمل حتى يحلم من سراب؟.

لماذا تحمل أنفسنا ونبغي مع وجنتنا وأمزاجنا وظمة أرواحنا، ما دام في العمر بقية من سنوات وأشهر ودقائق، لا تذكر أنت على بوابة مدينة أتعبيها التعب والوحوج والسفر في مكان ليس كلامك، وزمان ليس مثل الأمومة !! لكننا نملك مقاييس الغد إذا أضاعنا مقاييس الأمس، فكلنا في سفر أبيدي وكلنا أصدقاء الوجه ورشقة أهل وحمة ضوء، وكثير من العنة، التي أعيجها المقام في مصاريعنا، فلارات أن تصيب جيانتها لونها الأسود الفاحم.

كنت أقول دائماً: إننا أبناء الحياة والحرية والفرح، أصحاب الشعر والزجل والموسيقى والألحان السماوية، وأصحاب الحب والعشق والحبة، وكل القيم النبيلة التي تميز الإنسان عن بقية مخلوقات الكون الفسيع، ولأننا كذلك لا يمكن أن تهزمنا الظلة، ولا أن تجرئنا الأشواك، ولا ان تسقط على أول مفرق طريق.

لأننا كذلك أدعوك إلى أن تعلم معاً على «سد بوابات الريح» وتعالوا ننسج معاً من ألوان الطبيعة الخلابة أثواباً من أحالم مشتتها منذ نهور، ونرسم لوحات تحاكى جمالاً هو أقرب للسرور والخيال والخراقة منه إلى الواقع البائس الذي شهرونا جميعاً، ونعقد أثواباً من سجنوا أرواحنا في قمقم حكم الإغلاق.

نسير معاً على دروب عشق ظلالها الفراشات والأذاهير، وأسراب الحمام.. لن توتفتنا أشواك يزرعهن في طريقنا، أو ألغام وضعوها في دروب مستقبلنا، ولن ينجح من يحاول اغتيال حلم طفولة جميل عمره ملايين السنوات.

## سرير طافش: تيم حسن أخ عزيز



الفنانة السورية نسرين طافش خال استضافتها في برنامج Rating» حيث إنها لا تسعى لمنافسة أحد في مصر، وإن إطلالتها الأولى على الجمهور المصري من خلال «ألف ليلة وليلة» تمثل بصمة شخصية لها لا تشبهها بصمات أخرى. وعندما طلب منها أن تضع تعليقاً على صورة سرها للتتو، كانت المفاجأة بأن صاحب الصورة هو تيم حسن، فأجاب: «تيم زميل أحترمه وأعزه وهو أخ عزيز».

## أمل بوشوشة: أحب الأناقة المريحة



قالت الفنانة الجزائرية أمل بوشوشة إنها تحب البساطة وال أناقة المريحة، مضيفة: قد أتّهراً أحياناً وأعجب بظهورى الكائن اتسك بالاظهر الطبيعي، وأفضل السهل الممتنع والمايكاج الخفيف على الرغم من أنّي أميل إلى اعتماد عيدين خاصتين، وتابعت: تبنّي إطلالتي المفضلة، الجينز مع الحذاء الأنثوي.

## امرأة حامل بـ٢٧ جينياً

في واقعة نادرة، دخلت سيدة مصرية تدعى إحسان عبد الخيلم (٤٠ سنة) مستشفى سوزان ميدوك في مدينة المنيا جنوب مصر لإجراء فحوصات طبية، فتبين أنها حامل بـ٢٧ جينياً. وأظهرت نتيجة التحاليل والأشعاعات الطبية أن لديها حملًا عقديوباً داخل رحمها مكوناً من ٢٧ جنيناً، ما دفع الأطباء إلى إجراء عملية تفريغ لهذا الحمل، حفاظاً على حياتها. وقال مدير المستشفى إن حال المريضة استدعت جزئياً، حيث إن لديها حملًا حويصلياً متقدّياً وهو تورم سرطاني بالرحم، يستلزم استئصال الرحم حفاظاً على حياتها.

## القرفة تخفض نسبة السكر

نشرت مجلة «ديابيتيس كير» المتخصصة بمرض السكري دراسة حول دور القرفة في مواجهة مرض السكري، وكانت النتيجة أكثر من مبشرة، لافتة إلى أنه أجريت الدراسة على ٦٠ شخصاً من الذين يعانون النوع الثاني من مرض السكري، تم تقسيمهم إلى سبعة مجموعات، وتم إعطاء كل مجموعة من هذه المجموعات كمية معينة من القرفة، وهي نصف غرام وثلاثة غرامات وستة غرامات من القرفة، وبعد ٢٠ يوماً من تناول القرفة، تبين أن مستوى السكر كان متخفضاً بشكل لافت للنظر لدى المجموعة التي تناولت كمية أكبر من القرفة، لحظ أن مستوى السكر «أي ستة غرامات»، وبعد ٤، يوماً من التناول اليومي للقرفة، لحظ أن مستوى السكر متخفضاً بشكل رائج لدى المجموعتين المتبقيتين، وترافق هذه الانخفاض من ١٨ إلى ١٠ بالملنة.

كما لوحظ في هذه الدراسة أن القرفة تخفض أيضاً نسبة الكوليسترول الضار في الدم ودهونه الثلاثية، وترافق هذه الانخفاض من ١٠ إلى ٤٢ بالملنة بالنسبة للكوليسترول، و ٢٣، وبالنسبة للدهون الثلاثية، في حين بقيت مستويات الكوليسترول الجيد كما هي.

صوم عَ باقة  
وفطار عَ باقة

للتفاصيل عن عرض ثاني عشرة أيام من رمضان:  
صوم عَ باقة وفطار عَ باقة  
أرسل [email] م إلى الرقم المجاني 1020.

- بعد تفعيل العرض تحصل على:  
١٠ فرصة عند كل استهلاك بقيمة 10 ل.س.  
١٠ فرص عند كل مرة يتم تفعيل العرض بها.  
٢٠ فرصة عند استخدامك لهاتفك الخلوي لمدة ٣ أيام خلال فترة العرض و ٥٠ فرصة عند استخدامك له لمدة ٦ أيام.

حُري السحوبيات كل عشرة أيام خلال شهر رمضان وبإشراف المؤسسة العربية للإعلان.

أقرب إليك  
سيتيل SYRIATEL

## فعل أحد عروض رمضان لتدخل السحب على سيارة كل عشرة أيام

باقتك ساعة  
وأي ساعة

صوم عَ باقة  
وفطار عَ باقة

وفر طول اليوم

# رمضان كريم