

رويدا عطية: تعرضت للشائعات



أعربت الفنانة السورية رويدا عطية عن سعادتها الكبيرة بنجاح أغنياتها «ضرب العصا»، وتوجهت بالشكر لأبناء وطنها سورية على دعمهم الكبير لها الذي هو سبب نجاح أغنياتها. وتحدثت عبر «المدينة إف إم» عن الأغنية واللحن الذي يعتمد على الإحساس العالي إضافة للصورة التي قدمتها المخرجة «سيلفانا المولى» درامياً وتحدثت فيها عن الخيانة المطلقة، واعتبرت أن أعظم خيانة هي خيانة الوطن. وكشفت رويدا أنها بعد الأغنية تعرضت للكثير من السباب والشائعات نتيجة تأثر الناس بها الذي عبروا عن تفاعلهم معها بالقول «وجعنا يارويدا». وأرجعت سبب نجاحها في الفترة الماضية لإدارة شركة المولى التي تتعامل معها حالياً وتحدثت عن مشاركتها ومهرجاناتها ومنها حفل الجزائر الأخير حيث قالت إنه ترك أضراراً إيجابية كبيراً داخلها متوجهة بالتحية لشعب الجزائر ولأهل سورية وخاطبت الشعب السوري بالقول: «رفعنا راسي كما تعودتموني منذ بداياتي»، وختمت: «أرجو من الله أن تعود سورية لسابق عهدها حتى نقيم الحفلات التي تعودنا عليها في قلب سورية الوطن».

طابع تذكاري بمناسبة يوم البيئة الوطني

أصدرت المؤسسة العامة للبريد بمناسبة يوم البيئة الوطني طابعاً بريدياً تذكاريًا بقيمة ١٠٠ ليرة سورية. ووضع هذا الطابع بالتداول بدءاً من أمس ويمكن للجمهور والهواة الحصول عليه من جميع المكاتب البريدية المنتشرة في المحافظات. وكانت وزارة البوابة لشؤون البيئة أعلنت العام الماضي عن إصدار طابع وطني للبيئة في الأول من شهر تشرين الثاني من كل عام من أجل الحث على بذل المزيد من الجهود لحماية البيئة ومواردها وزيادة مستوى الوعي البيئي لدى مختلف أفراد وفئات المجتمع.

الرجال يجدون المرأة الذكية أقل جاذبية

كشفت دراسة حديثة النقاب عن أن الرجال يجدون المرأة الذكية أقل جاذبية، بل ليس لها مكان بجانبهم. وقالت الباحثة «لورا باراك»، أستاذة مشاركة في جامعة «بافلو» في نيويورك: توصلت الدراسة إلى أن الرجال يفضلون النساء اللواتي هن أكثر ذكاءً ولكن لا لكي يصبحن شريكات حياتهم، حيث يرونهن أقل جاذبية في هذا الصدد. وتشير النتائج المتوصل إليها إلى المسافة النفسية بين الرجال والنساء اللاتي يتمتعن بالذكاء، والذي يلعب دوراً كبيراً من وجهة نظرهم في جعلهن أقل جاذبية من وجهة نظرهم. كان الباحثون قد أجروا ست دراسات منفصلة شملت ٦٥٠ بالغاً لتقييم وجهة نظرهم في أنماط النساء وأقربهم إلى أنماطهم وقلوبهم، وأكد ما يقرب من ٨٧٪ من المشاركين في الدراسة أنهم لا يميلون إلى المرأة الذكية بل يجدونها غير جذابة.

أمسية أدبية في مجمع دمر الثقافي

يقدم مجمع دمر الثقافي أمسية أدبية قصصية وشعرية يليقها كل من الشاعر سليمان السلطان والقاص سهيل الذيب والشاعر صالح الصالح والشاعر ماهر محمد وذلك الساعة الخامسة من مساء اليوم.

داكوتا جونسون في بيفرلي هيلز



الممثلة داكوتا جونسون خلال وصولها إلى حفل توزيع جوائز السينما في هوليوود في بيفرلي هيلز بكاليفورنيا. (رويترز).



من دفتر الوطن

الدواء.. بالأحلام!

عصام داري

قد يروق لنا الهروب مما نحن فيه إلى حلم جميل سافر نسجته من بنات الخيال ونعيش فيه برهة قبل أن يوقظنا منه كابوس مرعب اسمه الواقع اليومي. مع ذلك، نعيش لحظات بعيداً عن ذلك الكابوس، نشعر براحة مؤقتة، لكنها بطبيعية الحال راحة من نوع خاص، هي من صنعنا نحن، ونحن وحدنا من نعيش تفاصيلها الجميلة الرقيقة لأنها تشبهنا ولا تشبه عالماً فرض علينا بكل سوءاته وعبويه وقسوته وتوحشه. أشعر أحياناً أن الدنيا من حولي تميل إلى اللون الرمادي، الضباب يلف عالمي والكآبة تتسلل إلى نفسي وروحي فأدرك أنني حزين، وفي الوقت نفسه أشعر بسعادة لا محدودة، لأنني قادر على الخروج من هذه الحال بدواء سحري ابتكرته، إنه الحلم، فصارت حياتي مجموعة أحلام تتخللها مجموعة كوابيس، وحقائق صادمة. أحلامنا نوع من المسكنات التي تهدئ النفس وتفرمل اندفاعاتنا نحو هاوية اليأس، نتقلنا من عالم فولاذي الملامح، عصبي القرارات، مزاجه على مفاصل الموت والحروب والدمار، إلى عالم من حرير وأزاهير وطرور وعصافير. في هذا العالم نصنع حبيبة، نتخيل صبوية معجونة بالرحيق والحليب والشهد، مسروقة من حكايا الجنيات والساحرات والجنيات وعلاء الدين ومصباح السحري، ننشد القصائد تحت شبكاتها المختبئ خلف سور من الياسمين والورد الجوري الأحمر القاني. من هذا المهدي السحري، من الحلم أستمد قوة إضافية كي أستطيع مواجهة الحياة القاسية الظلمة التي لم تعرف العدالة يوماً، اعتدت هذا المخدر وأمدت عليه، إنه ينقلني دفعة واحدة من ظلمة اليأس إلى إشراق أمل واعد، ومن جفاف القلب إلى بساطين من الحب تعترف المحبوبة لك على قيثارتها الناعمة لحناً لم تسمع البشرية من قبل. عند حدود اللحن والنغم والعازفة الحسنة، تمنى الذوبان كالشمع بين أصابعها الخرافية، وتنهار كل جبهاتك أمام عينيها وصوتها، وسحر الأنامل، وترفع الراية البيضاء، إنه هو أول استسلام لذنب في كل حروب البشرية على مر العصور، وأول نهاية لحرب يكسب فيها الجميع. هنا، مع هذه الصورة الخيالية المصنوعة من خيال وحلم، تلوح البشائر في الأفق، فتشرق وجوه بعد عبوس وضباب وغياب، وتسرح نظرة نحو البعيد المجهول بانتظار ولادة المعجزة. ومن بين حداثق الورد الشامسي.. وشجيرات الياسمين ونجيماته البيضاء الرائعة لونا وطرراً، تنتجر ابتسامة طال انتظارها، وأن وقت قطاقها، وإني لقاطفها، حصاد سنوات طويلة بدأ هزيعاً لا يرضي الطموح.. لكن موسم عطاء واحداً قد يعوض عقود قحط وجفاف. وصفتي للمتعين والتائبين، واللاهئين وراء سراب معين، أن احلموا فبالحلم تقضون على نصف وقتكم ومشاكلكم وتعيشون روعة الإحساس بالسحر والجمال المقفود، أو ربما النادر، في عالمك الواقعي الذي يغتالكم في كل يوم وثانية. إنها وصفة مجربة وستعطيكم الشعور بالنتعة والاسترخاء، وتخفف عنكم عناء الأيام وغدر الزمان، وغياب العدالة وتحطم الميزان. مالنا بلا عدالة لنعترف بهذه الحقيقة لنريح ونرتاح، العدالة أكنوبة اخترعها الإنسان لسرقة وقمع وقهر أخيه الإنسان، وقولوا على العدالة السلام.

العلماء يكتشفون

مصدر الحساسية

تمكن علماء البيولوجيا لأول مرة من اكتشاف مؤشرات أحادية في البروتينات الموجودة في المواد الغذائية والوسط المحيط، التي تسبب ظهور الحساسية لدى البشر. ونقل موقع «روسيا اليوم» عن العلماء قولهم إن الحساسية هي رد فعل خاطئ لمنظومة المناعة على أشياء في الوسط المحيط، بين وقت وآخر تستقبل منظومة المناعة في الجسم الخارجية مثل الروائح والألوان الموجودة في الهواء الجوي أو في المواد الغذائية التي نتناولها، وكأنها أشياء معادية. وأضاف الموقع: إن عدد الذين تظهر لديهم الحساسية من مختلف الأشياء خلال السنوات العشر الأخيرة يزداد بسرعة. واستنتج العلماء من هذه الحالة أن منظومة المناعة مبرمجة لمكافحة الأحياء الطفيلية، لذلك تتطور الحساسية من المواد الغذائية، كما درسوا بروتينات الطفيليات التي وجدوها لدى سكان أوغندا، واكتشفوا مصدر الحساسية.

وحسب رأي العلماء أن الطريقة التي اتبعوها في الدراسة ستساعد في اكتشاف أنواع أخرى للحساسية وكذلك في ابتكار أدوية لعلاجها.

جينيفر لورنس تطالب بالمساواة



قالت الممثلة جينيفر لورنس: إن انتقادها في الأونة الأخيرة لعدم المساواة في الأجور بين نجوم ونجمات هوليوود أثار العديد من التساؤلات بشأنها وبشأن المدى الذي يمكن أن تذهب إليه للدفاع عن وجهة نظرها. وكانت لورنس قالت سابقاً إنها كانت تشعر بالإزعاج من أن تصنف كمشاكسة لدى التفاوض على أجور أفلامها لكن هذا الشعور بأن تحاول أن تبدو «ودودة» يبيخس حقها. وكانت لورنس -٢٥ عاماً- أكثر ممثلة في العالم نالت أجراً العام الماضي حيث حصلت على ٥٢ مليون دولار أرباحاً من أفلام وعقود.

الأنسولين يؤثر في اختيارنا الغذائية

كشفت دراسة طبية أن تراكم الأنسولين في المخ يرفع إفراز الدوبامين، وهو ما يؤثر في اختيارنا الغذائية. وأكد الباحثون على أن الأنسولين يلعب دوراً أقوى بكثير مما كان معروفاً في السابق فيما يتعلق بتنظيم إفراز الدوبامين. ويعتبر «الأنسولين» هرموناً ضرورياً لجميع الثدييات للسيطرة على مستويات السكر في الدم، ويعطي الشعور بالامتلاء بعد تناول الطعام، والدوبامين هو الناقل العصبي الذي يساعد في التحكم بمراكز المتعة والثواب في مراكز المخ. تشير النتائج المتوصل إليها إلى أن الأنسولين يساعد على تحريك امتصاص الدوبامين عند ارتفاع مستويات الأنسولين.

٥ عادات سلبية

يجب أن تتوقف عنها فوراً

نشرت صحيفة «التايم» الأميركية أهم خمس عادات سلبية ينصح بالتوقف عنها على الفور، وهي ألا تستخدم البريد الإلكتروني أول شيء في الصباح أو آخر شيء في الليل، موضحةً أنه إذا بدأت يومك بتصفح بريدك الإلكتروني، فبماكانك توديع الخطط التي أعدتها مسبقاً لقضاء ذلك اليوم، وإن أنهيت يومك بالفعل بنفسه، فلن تكسب شيئاً سوى ليلة مملوءة بالأرق، ولذلك فلتصبر على تصفح بريدك حتى الساعة العاشرة في الصباح، أو بعد إنهاء أول مهمة على الأقل في جدولك اليومي. وشددت الصحيفة على عدم الموافقة على الدخول في اجتماعات أو مكالمات بلا أجندة واضحة أو وقت محدد إذا كانت هناك نتيجة منشودة لأي اجتماع أو مكالمة عمل وتم وضع أجندة للموضوعات أو القضايا التي يجب التعامل معها، فلن يستغرق أي اجتماع أو مكالمة أكثر من ٣٠ دقيقة، فلذلك اطلب مسبقاً من الطرف الآخر في مثل تلك اللقاءات تحديد الهدف المنشود ووضع أجندة واضحة حول الأمر حتى تتمكن من الإعداد الجيد والاستفادة من الوقت. ونصحت الصحيفة بعدم تفحص البريد الإلكتروني باستمرار، وحاول قدر الإمكان التحقق من بريدك الإلكتروني في أوقات محددة من اليوم مرتين على سبيل المثال، فإن صندوق البريد الوارد الخاص بك قد يشكل نوعاً من الإدمان لك ويمكنك الاستعاضة عن ذلك باستخدام الردود الآلية أو تطبيقات إدارة البريد الإلكتروني التي تتبع لك جدولاً مواعيد إرسال رسائلتك. كما أشارت الصحيفة إلى أهمية ألا تكيل نفسك طوال اليوم بالقيود الإلكترونية حاول ترك هاتفك الذكي على الأقل يوماً واحداً في الأسبوع في مكان لا يمكنك الوصول إليه بسهولة وخصوصاً إذا كنت من الأشخاص الذين يشكون من الإرهاق المستمر. وأضاف: لا تضع وقتك في حديث لا طائل منه. قد تبدو هذه النصيحة قاسية نوعاً ما، لكنها ضرورية، فإن النقاشات الصغيرة دائماً ما تستهلك وقتاً كبيراً، ولذلك عندما يبدأ شخص ما في سرد تفاصيل الوقت الذي قضاه في عطلة نهاية الأسبوع يجب عليك استئذانه بأدب والتلميح له بانسغارك في أمر ما ولكن عليك الحذر لأن تلك الطريقة لا يمكن استخدامها في كل الحالات ومع جميع الأشخاص.

تايلور سويغت متهمه بالسرقة



تواجه مغنية البوب الأميركية، تايلور سويغت، دعوى قضائية للمطالبة بتعويض قدره ٤٢ مليون دولار، بتهمة سرقة كلمات أغنيها الشهيرة Shake It Off، التي أنتجت عام ٢٠١٤. واتهمها جيسي براهام بسرقة كلمات أغنية كتبها عام ٢٠١٣ باسم Haters Gone Hate، وبالإضافة إلى التعويض المادي، يطالب بتسجيل اسمه كمؤلف للأغنية.

عرضت نفسها للإيجار كأم مؤقتة

قررت المنتجة المسرحية الأميركية نينا كينيللي الدخول في تجربة عريضة وشجاعة، حيث عرضت نفسها للإيجار كأم مؤقتة. هذه المرأة تمك خبرة طويلة في تربية الأطفال ولكنها هنا لا تعرض نفسها كمربية أطفال أو ربة بيت، بل كأم فقط. وتقول: «سأستمع بانتباه وأعطيتهم التعليمات اللازمة التي تساعدهم في أن يصبحوا أشخاصاً يبعثون بكرامة». من المهام التي ستقوم بها «الأم المؤقتة» غسيل القمصان ومشاهدة الأفلام السينمائية مع الأطفال وتحضير أطباقهم الفصلة وشراء هدايا لهم في عيد الميلاد. كما تعد بمساعدهم في واجباتهم المدرسية وتعليمهم الكاراتيه ولعب الكرة. كما تعهدت بعدم انتقاد تسريحة الزبون وأصدقائه أو ما يعجبه من المأكولات، وأنها لا تنتظر أي هدايا إضافية ومكافأة منهم، مع أنها لم تحدد المبلغ الذي يجب تسديده لها مقابل عملها.