



من دفتر الوطن

صورة السوري!!

عبد الفتاح العوض

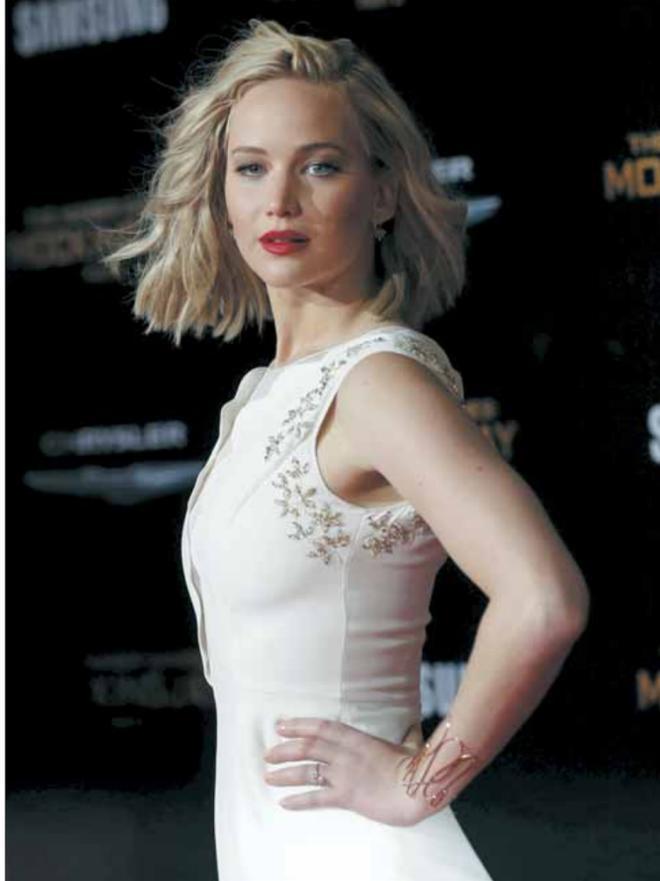
بالغنا في الإساءة لبعضنا. ورغم معرفتنا أن الصورة بنظر الآخر عنا لن تكون مصفحة بحسب المواقف السياسية، إلا أننا نصادفنا في الإساءة لبعضنا في تعابير جارحة، واحتفظ الآخر بهذه الصورة السلبية بعيداً عن حدودها. لهذا فإن الجزء الذي يقع على عاتقنا أن ندبل اللغة واللهجة تجاه بعضنا وأن يكون لنا الفرصة لإعادة صياغة صورة صحيحة عن السوريين. لا شك أن البعض سيقول إن هذه الصورة فيها بعض الحقيقة، ومنا من يقول عن صفاتنا التي طالما تغنينا بها كانت مزيفة وكشفت الأزمة حقيقتنا... وأنا لا أرى هذا الرأي صائباً... نحن مرضى الأزمة وفي حالة المرض يكون الجسد متعباً وضعيفاً وتظهر عيوبه بصورة أكبر.. وتظهر صورة السوري النمطية والواقعية أنه شخصية ذات كرم وكرامة وفيها رقي وحضارة آلاف السنين، ولا شك أننا نمتلك القدرة على استعادة صورتنا الذهبية، وربما علينا أن نعمل على ذلك منذ الآن وهذه مسؤولية عامة، واقتراح أن تقوم جهة عامة أو خاصة بتبني مهمة مقدسة: إزالة الغبار عن صورة السوري في العالم.. وهي مهمة ليست مستحيلة.

أقول:

■ قال صلى الله عليه وسلم: «هل تدرون ما يقول الله تعالي للشام؟ يقول: أنت صفوتي من بلادي أدخل فيك خيرتي من عبادي»
■ صفات أهل الشام التوسط في السكن والناس والأقوات والصنائع والابتعاد عن الانحراف. ابن خلدون
■ الحب جميع بطاق، والحياة بلا حب نعيم لا يطاق الشاوي

ما صورة السوري الآن في العالم؟! كيف يرانا الآخرون.. كيف أصبحنا في عيونهم؟! بغض النظر عن صيغ السؤال المتتوعة فإن الإجابات ستكون أكثر تنوعاً.. ففئة تنظر إلينا على أننا شعب يقاقل وبعضه بعضاً، وفئة تنظر إلينا على أننا مجموعات لاجئة تتسول العيش في ديار الآخرين. ففئة تنظر إلينا بتلك الصورة القبيحة للمجرمين القتلّة الذين صار وجودهم في مكان يبعث على الخوف وعدم الأمان. آخر الأخبار بأن السوري غير مرحب به في ملاذات الجوء!! أي نقيصة في مجتمع ما أصبحت بشكل بديهي تلصق «بالسوري»!! هذا ناهيك عما يقال عن السوريات في أكثر من بلد، وعن تجارة الزواج التي راجت في مخيمات اللجوء. ربما ليس من الإنصاف إتكاف هذه الصورة كلياً واعتبارها جمعاً مجرد أكاذيب على السوريين، لكن أيضاً سيكون ظلماً فادحاً لو تم التعامل مع هذه الصورة السلبية على أنها حقيقة السورين. ثمة صورة ناصعة جداً.. عن السوري الذي استطاع أن يبقى متماسكاً بعد كل هذه الفطائع التي تجري عليه وعلى بلده. أيا ما كان.. فلسنا الصورة البالغة القمامة.. وكذا لسنا البالغة النقاء. نحن بشر يمتلكون القدرة على إعادة تأهيل حياتهم بما يؤدي إلى تكريس البياض وإنارة الظلام. مقابل الأحداث السلبية التي ارتبط بها السوريين، بشكل أو بآخر.. ثمة مظاهر كثيرة تشع بياضاً وبقاءً لكن دخان هذه الكارثة غطى عليها ومنع رؤيتها. لكن ولنعترف نحن (السوريين) أيضاً

جينيفر لورانس تتألق بالأبيض



حضرت النجمة جينيفر لورانس العرض الأول لفيلمها Hunger Games: Mockingjay - Part 2 في لوس أنجلوس، وبدت متألقة بالأبيض. ومن زملاء جينيفر الذين حضروا معها على السجادة الحمراء ليام هيمسورث وجوش هاتشرسون وناتالي دورمر وإيزابيث بانكس وجينا مالون وودي هارلسون وديتالاند سترياند.

عبير شمس الدين «فنانة مغمورة»



تشارك الفنانة السورية عبير شمس الدين في مسلسل «سليمو وحريمو»، وتجسد فيه شخصية فنانة مغمورة هدفها بالحياة الشهيرة، لتفشل في النهاية من تحقيق غايتها. والعمل من تأليف وإنتاج وإخراج فادي غازي، وبطولة عبد المنعم عماد، وجيني إسبر، وجمال علي، وغادة بشبور وآخرين سيحلون ضيوفاً على حلقات المسلسل. وتكثفت عن تأثر مسيرتها الفنية بجياتها الخاصة، وذلك في ظل وجود ثلاثة أبناء عليها أن توفر لهم احتياجاتهم من وقت وجهد وعاطفة أمومة.

ثلاثة طوابع عن حيوانات من البيئة السورية مهددة بالانقراض

أصدرت المؤسسة العامة للبريد ثلاثة طوابع بريدية تذكارية قيمة كل منها ١١٠ ليرات سورية تحمل صور حيوانات من البيئة السورية مهددة بالانقراض وهي الوشق والذئب السوري والمها العربي. ووضعت هذه الطوابع بالتداول منذ العاشر من الشهر الجاري ويمكن للجمهور والهواة الحصول عليها من مكاتب البريد في المحافظات.

عبد الكريم حمدان يصور أغنيته قبل العمل الجراحي

يحاول الفنان السوري عبد الكريم حمدان رغم حالته الصحية التي تستلزم إجراء جراحة سيخضع لها قريباً، الالتزام بتصوير أغنيته الجديدة «ياولي» قبل أن يجري العملية الجراحية، حيث انتهى من تسجيلها في بيروت قبل أيام. وتحدث عبد الكريم عن أغنية «يا ولي» قائلاً: «الأغنية شبابية، إيقاعها سريع، وتأتي بلون لبناني محب وملتصق بالحياة وينبض بها. كلماتها استغرقتني منذ سمعتها أول مرة من كاتبها، وعلى ذلك اعتمدتها لتكون ثاني أعمالها لهذا العام». وأكد أن الأغنية الجديدة ستصور قبل العمل الجراحي، قائلاً: العملية الجراحية ستجري الشهر المقبل وتحديداً بعد أن تنتهي من تصوير أغنية «يا ولي» بطريقة الفيديو كليب.

سجناء يؤلفون الكتب لتخفيف عقوبتهم

ينكبّ سجناء في رومانيا على الكتابة، إذ بات القانون في هذا البلد يسمح بتقصير مدة العقوبة عن السجن الذي يؤلف كتاباً في زنازنته. وكان آخر من خرجوا من السجن بفضل هذا القانون، لاعب كرة القدم الدولي جورجي بوسكو الذي حكم عليه بالسجن ثلاث سنوات في قضية تهرب ضريبي، وقد أخلّى سبيله في الرابع من تشرين الثاني بعدما أنهى كتابة أربعة كتب حول لعبة كرة القدم. وقد أقرت هذه المادة القانونية عام ٢٠١٣، وبعد بداية حجولة في الكتابة وراء القضبان، ازدهرت عملية الكتابة وصدر أكثر من ١٥٧ كتاباً بين العام الماضي وعام ٢٠١٥ الحالي. ويشترط أن يحصل السجن على ترشيح من أستاذ جامعي متخصص في المجال الذي يرغب السجن الكتابة فيه. كما ينص القانون أنه في حال وافقت لجنة متخصصة على الطلب، يصبح للسجين الحق في زيارة مكتبة السجن والحصول على جهاز كومبيوتر غير موصول بالإنترنت. ثم يتعين على السجن الكاتب أن يعثر على دار نشر توافق على إصدار كتابه على نفقته الشخصية. وبحسب دور النشر، يكلف طبع مئات النسخ من كتاب ما يقارب ألف يورو، وهو مبلغ زهيد في حسابات بعض السجناء الذين يوصفون بأنهم من الدرجة الأولى.

داليا البحيري تقدم الإغراء لكن بشروط



كشفت الفنانة المصرية داليا البحيري أنها لا تعارض تقديم سينما الإغراء أو الاستعراض، إلا أنها تشترط أن يكون هذا العمل هادفاً ويحمل رسالة تقدم عنصر التشويق للجمهور، لافتة إلى أن مجرد تقديم استكشاش فقط فهذا لا يناسب رسالتها. وأكدت أنها لن تقدم سينما المهرجانات أو الاستعراض غير الهادف، لافتة إلى أن هذا ليس اعتراضاً على ما يتم تقديمه، إلا أنه يعتبر تأنيباً في الاختيار وتقديم عمل يفيد الجمهور بشكل عام. وتحدثت داليا عن الإشاعة، مؤكدة أنها لا تتلف لها مهما كانت، لأن الالتفات إليها يؤكد الاهتمام بها، مشيرة إلى أنها تعيش بتفاؤل كأي فتاة عادية تحب عملها بالتفصيل، كما أنها تحب عمل الحلويات وتعشق المطبخ.

انتحر بلدغة كوبرا

نكرت صحيفة «ذا دايلي نيوز» أن شاباً أمريكياً انتحر بتسليم يده بكل إرادته لأفعى كوبرا كان يرببها في متجر عائلته المخصص لبيع الحيوانات، بينما لم يتضح الدافع الذي جعله ينتحر بهذه الطريقة. وحسب الصحيفة عثر على الشاب غرانت توميسون مقتولاً في سيارته الرباعية المتوقفة بجانب الطريق في مدينة أوسن الأمريكية، ولم يظهر آثار اعتداء على جسده سوى بعض الجروح في زراعه بجانب بعض الأفاعي الموضوعة في أقفاص داخل السيارة، وخلال تشريح جثته، تبين أنه أصيب بأزمة قلبية نتيجة اضطراب في مجرى التنفس، دون وجود أي آثار تدل على تعرضه للاعتداء أو القتل. ولققت الصحيفة في أن توميسون كان ينوي الانتحار من خلال تعليق كتبه قبيل الحادثة على موقع التواصل الاجتماعي الفيسبوك قائلاً: «أعنتر».

كثرة المشي تطيل العمر

قرر العلماء الأستراليون دراسة مدى تأثير المشي اليومي في القدمين في طول عمر الإنسان. واتضح أن زيادة عدد الخطوات التي يخطوها الإنسان يومياً في مشيه يقلل من خطر الموت المبكر. وأجرى العلماء تجربة على ٣ آلاف متطوع تتراوح أعمارهم بين ٤٨ و٥٢ عاماً. فترود كل واحد منهم بعدد الخطوات، وزاد المشاركون في التجربة التي استغرقت ١٥ عاماً عدد الخطوات التي كانوا يخطونها. وأخذت الدراسة بالحسبان وزن كل متطوع وعمره ونمط حياته. وأثبتت التجربة أن الناس الذين زادوا كل يوم من عدد الخطوات قلصوا خطر الموت المبكر بنسبة ٥٠٪. يذكر أن العلماء ينصحون بالخطو يومياً ٣٠٠٠ خطوة، ما يسمح بتجنب الموت المبكر بنسبة ١٢٪.

كيف تتغلب على شراهة الأكل ليلاً؟

نشرت مجلة «التايم» بعض النصائح لمن يعاني متلازمة الأكل الليلي التهم، حيث شددت على «الأكل كل يوم ثلاث وجبات رئيسية: الفطور والغذاء والعشاء بكميات مناسبة وملائمة»، ناصحة «بتجنب تناول المأكولات الغنية بالكربوهيدرات النشوية في المساء وهي مواد لا تحتوي على قيمة غذائية ومن ذلك: الدقيق أو الطحين الأبيض والسكر الأبيض وكل المواد الغذائية المحتوية على الكربوهيدرات والأفضل من ذلك هو أكل مواد غذائية كالخبز الأسمر المحتوي على الحبوب الكاملة، أو كذلك البطاطا». وأوضحت المجلة أنه «ينبغي أن يكون طعام العشاء غنياً بالبروتينات لأنها تشبع الإنسان أكثر من الكربوهيدرات النشوية»، مشيرة إلى «أهمية استبعاد المأكولات الحلوة والنشوية من البيت أو إخفائها أثناء الليل»، لافتة إلى أنه «ينبغي أن يكون نصف العشاء من الخضار ومن السلطات: فالكثير من الحميات الغذائية تسمح فقط بأكل كميات قليلة من الطعام ولكن هذا غير مفيد في حالة اضطراب الجوع الليلي، ومن أجل تجنب السعرات الحرارية الزائدة ينبغي أكل الكثير من الخضار لاحتوائها على سعرات حرارية قليلة «أقل من منتجات العجين واللحوم»، وفي الوقت نفسه تجعلك تشعر سريعاً بالشبع». وذكرت المجلة أنه «إذا استمرت المشكلة بعد تصحيح سلوك الأكل اليومي ينبغي الذهاب إلى الطبيب فربما تكون هناك مسببات نفسية أو جسدية أخرى. وحتى الآن لم ينجح لنا البحث العلمي بالكثير حول ظاهرة النوم الليلي، ولكن ثمة طرق علاجية حققت بعض النجاح عبر مستحضرات طبية نفسية، والمعالجة بالضوء، والطرق المؤدية إلى الاسترخاء، وكذلك تحرك المصاب كثيراً ودعمه ومرافقته نفسياً».

حماران يعطلان حركة المرور بمدينة أميركية

أفادت وكالة «رويترز» أن حمارين وحشين تمكنا من الهرب من سيرك بمدينة فيلادلفيا الأميركية تسببا في تعطيل حركة المرور، لافتة إلى أن الحمارين تحولوا في شوارع المدينة لساعة كاملة، كما دخلا أحد مراكز اللياقة البدنية. وأوضحت الوكالة أن سيارات الشرطة طارت ببطء الحمارين اللذين ناورا بين السيارات، قبل أن يجري الإمساك بهما. من جانبها، أكدت الشركة المشغلة للسيرك عودة الحمارين بسلام، بعدما فرا بشكل مفاجئ.

من الشام إلى حلب، حمص، اللاذقية، حماة، طرطوس



أرسل حوالاتك المالية بين المحافظات عبر الجوال مع خدمة "تم" من بنك البركة

بـ # 987 *

لأننا في بنك البركة نؤمن بأهمية الوقت والأمان ابتكرنا لكم خدمة (تم) لتحويل الأموال عبر الهاتف الجوال تتيح خدمة تم من بنك البركة - سورية إجراء المعاملات المصرفية المباشرة عبر هاتفك الجوال في كل مكان وزمان ودون الحاجة للإنترنت

خدمة تم تتيح لك التحويل إلى أي شخص أو مؤسسة على أن يكون الطرف المحول إليه مشترك بخدمة تم

شركاء في الإنجاز

مركز الاتصالات 011-9525
www.albarakasyria.com

