الوطن

عينٌ على الوطن...

سورية يومية سياسية مستقلة

الثلاثاء ٢٦ كانون الثاني ٢٠١٦ | الموافق ١٦ ربيع الثاني ١٤٣٧ هـ | العدد ٢٣٢٠ السنة العاشرة | **الناشر** | الشركة العربية السورية للنشر والتوزيع www.alwatan.sy

Al-Watan | Daily Syrian Independent Political Newspaper | January 26 , 2016 | No. 2320 | 10th year

أيمن زيدان: الأعمار بيد الله

انتشرت في الآونة الأخيرة شائعات عن وفاة الفنان السوري أيمن زيدان الذي لم يشعر بالصدمة لأنها ليست المرة الأولى التي يتم من خلالها الترويج لتلك السخافات التي تعبر عن نفوس أصحابها، مؤكداً في تصريح صحفي أنه لا يدري هل كان الأمر يندرج في سياق الحرب الإلكترونية التي كان جزءاً منها لأسباب سياسية.

وشدد على أن الأعمار بيد الله وحده، وليست بيد هؤلاء الذين لم يتأخروا عن قتل النفس على الأرض فكيف الحال عبر الإنترنت، مطمئناً من وصفهم بأنهم «الطيبون الذين غمروني بمحبتهم وحرصهم» على صحته، معرباً عن أمنيته بالخير والأمان لهم.

وعن استهدافه في وقت سابق بعدد من الشائعات أكد أنه لم ينزل إلى مستوى الكذب، ولن يفعل ذلك في المراحل المقبلة من حياته.

احذر تناول هذه الأطعمة على معدة خاوية

تضم لائحة أبرز الأطعمة التي يجب تجنب تناولها على معدة فارغة لما تسببه من أضرار مباشرة على المعدة والجسم الحليب حيث إن تناوله على معدة فارغة يؤدي إلى تفاعلها مع البكتيريا الموجودة بداخله والتي تؤدي بدورها إلى الإصابة بالإعياء والشعور بالتقيؤ.

كما تضم اللائحة الشاي، حيث يؤدي إلى امتصاص الحديد في الجسم، ما يسبب فقر الدم. ويُنصح بتناوله بعد وجبة الطعام بساعتين.

بينما تؤدي الطماطم إلى تفاعل الأحماض بداخلها في المعدة وعدم ذوبانها، ما يؤدي إلى تكوين الحصى في المعدة.

ويؤدي الموز إلى ارتفاع معدل المغنيسيوم في الجسم، ما يسبّب خللاً في التوازن بين الكالسيوم والمغنيسيوم واحتمال الإصابة بأمراض القلب وتصلب الشرايين.

أما الفول المتبل فإنه يؤدي إلى الإصابة بالتشنّجات، والشعور بالتقيؤ والحرقة. وحذر الأطباء كذلك من تناول كل أشكال الكافيين على الريق.. لأنها تؤدي إلى الإصابة بقرحة في المعدة على المدى الطويل.

سميحة أيوب: لم أكتب مذكراتي

نفت الفنانة المصرية سميحة أيوب، ما تردد عن استعدادها لتقديم مذكراتها الشخصية، في عمل درامي بعد أن انتهت من كتابتها.

وقالت: «على العكس، لم أبدأ في الكتابة من الأساس حتى أستعد لتنفيذها. الفكرة مطروحة ولكنني ما زلت في حاجة للتفكير ودراسة الأمر، ولم أشرع في تنفيذ المشروع كما تردد، لأنني ضد تقديم أي عمل من دون أن تكون له فائدة أو أعتبره إضافة في الحياة، مع ضرورة توفير عنصر المتعة والترفيه ولكن مع ضرورة أن يكون له معنى وهدف».

عارضة أزياء بفستان مفتوح

عارضة أزياء بفستان مفتوح للمصممة الإيطالية دوناتيلا فيرزاتشي خلال عروض أزياء خريف وشتاء ٢٠١٦ / ٢٠١٧ في باريس. (رويترز)

من دفتر الوطن

بنت الجيران!

عصام داري

حين يصبح الكَرْمُ حطباً، نتذكر العنب، وعندما تميل الشمس نحو المغيب عازمة الأفول، تعود ذكريات الطفولة، وتنتصب أمام أعيننا ملاعب الصبا، ويشدُّنا الحنينُ إلى تلك الأيام التي كنّا نحن أنفسنا، ولكن في طور البراءة، والزمن البكر، والعواطف النابعة من نفوس ما فارقت الطهر بعد.

حين يتراكم الثلج فوق المروج والسهول والجبال، وفي داخلنا، يطيب لنا أن نشعل الذاكرة على أيام كان الصيف فيها يعني الارتماء في أحضان الطبيعة، وكتابة أسماء العشاق على جذوع الشجر، والسهر حتى ساعات الفجر الأولى بانتظار صبية قد تطل من نافذتها، أو لا تطل، وهي تومئ بتلويحة، وابتسامة، معلنة لنا أن وقت النوم قد حان، لكننا كنا لا ننام ونرسم صوراً مبهجة عن لقاء قريب.

لا يمكن أن يغفل شريط الذكريات «بنت الجيران» التي كانت مشروع حبيبة وخطيبة وربما زوجة، في وقت كنا نجهل فيه المعنى الحقيقي للزواج.

في تلك المرحلة العمرية، كنا نخترع المسببات لرؤية بنت الجيران، فنزعم مثلاً أننا نسينا كتاب التاريخ في المدرسة، نذهب إلى الجارة ونستأذنها بالحديث مع ابنتها بغرض استعارة الكتاب، بعد لحظة، تطل ليلى بنت الجيران، تبتسم وتسأل بخبث طفولي: واليوم أي كتاب نسيت في المدرسة؟.

تحمر الوجنتان، ونقول: كتاب التاريخ، ويا له من تاريخ يسجل بدايات أناس كثيرين، منهم من صار من الأعلام المشهورين، ومنهم من جاء ورحل من دون أن يترك أثراً، ولم يبصم في حياته بصمة تذكر الناس به، وأظن أن أقرب الناس إليه نسي أمره وكأنه لم يكن.

تحضر ليلى الكتاب، تعطينا إياه ببطء كي يطول اللقاء، نتعمّد لمس الأنامل، ونتجرأ قليلاً فنتشبث باليد، أو نتجرأ أكثر، فنخطف قبلة سريعة من وجنتها المتوردة، ويزيدها حمرة الخجل تورداً، فتتحول إلى نار تكاد تحرقنا.

لا يعرف معنى لمس أنامل الحبيبة إلا من عاش في زماننا البكر، ولمسة اليدين حينها كانت تعادل، أشهراً من العلاقات الحميمة في الغرب حينذاك، أو عندنا في الوقت الراهن.

نعود إلى البيت وكلنا لهفة لمعرفة الكنز الذي تركته بنت الجيران في كتاب التاريخ، والكنز قد يكون وردة مجففة، أو كلمات تحمل معاني الحب والعشق والهيام، أو أن تضع خطوطاً تحت كلمات محددة، فإذا جمعناها إلى بعضها تصبح جملة حب، أو موعداً في آخر النهار قرب الجدول البعيد، فتسكننا الفرحة، وتخطف النوم من أعيننا.

في الموعد المحدد، يحضر الفتى، وينتظر على أحر من الجمر، وبنت الجيران تتأخر عن سابق إصرار، وعندما تجمعهما شجرة الصفصاف العجوز، يهرب الكلام، وتتذكر أغنية فيروز:

«كنّا نراسل بالوما ونقول شرح يطول، ولما اجتمعنا لحالنا نسينا شو بدنا نقول، لشو الحكي، طالل علينا قمر»!.

وشرح تلك الأيام يطول، وربما أحتاج إلى مجلد أسرد فيه ذكريات تلك الأيام، وهي ليست ذكرياتي وحدي، إنها ذكريات جيل كامل عرف الحب الحقيقي حتى في بداياته الأولى في سن المراهقة، زمن الخير و«العيش الهني»، والتلاحم الأسري والمجتمعي، وكل القيم التي نكاد نقول إنها انقرضت في زمن الرعب والخوف والتوحش... والآتي أغرب وأخطر وأكثر بشاعة.

أطلق لحيتك للتمتع بصحة أفضل

كثير من الرجال يعمدون إلى حلق اللحية بشكل يومي أو شبه يومي، إما بداعي النظافة أو لتحقيق ستايل معين، لكن الحقيقة غير ذلك؛ حيث كشفت دراسة حديثة أن لحية الرجل تحمي وجهه من البكتيريا أكثر بمرات من الرجال الذين يحلقونها بشكل متواصل.

وكشفت الدراسة أن الرجال الذين يحلقون لحاهم ينقلون البكتيريا المقاومة «MRSA» أكثر من ذوي اللحى، بعد أن تم جمع النتائج بعد معاينة خزعات من ٤٠٨ لحى، لتأتي النتائج عكس دراسة سابقة زعمت أن لحى الرجال تحتوي على بكتيريا أكثر من مقاعد الحمامات.

وركزت الدراسة على الرجال العاملين في القطاع الصحي والمستشفيات؛ حيث تكثر البكتيريا المسببة للأمراض. ومع ظهور دراسات وأخرى مضادة، يصعب تحديد الخيار الأفضل والأصح للرجال، فالحلاقة المتواصلة تتسبب بتكاثر البكتيريا وتحديداً عند حدوث جروح بسيطة في الوجه والرقبة، في حين نمو الشعر يجمع أيضاً البكتيريا الضارة والمفيدة في آن معاً.

وكان تحليل أجراه الدكتور آدم روبرتس من جامعة لندن تمكن من خلاله حصر نحو ١٠٠ نوع من البكتيريا التي تعيش في اللحى، وتبين أن واحدة من هذه البكتيريا تتطور في واقع الحال لتعمل كجندي مجهول يكافح للالتهابات.

شكران مرتجى باكية: أنتِ يا شام لي

تأهلت الفنانة السورية شكران مرتجى إلى الحلقة الختامية من برنامج «ديو المشاهير» لتتنافس على اللقب يوم الأحد القادم مع اللبنانيين طوني عيسى ووسام صليبا.

وأشعلت مرتجى المسرح بتقديمها أغنية «لبيروت» للسيدة فيروز ختمتها باكية بالقول: «أنت يا شام لي».

ومن المقرر أن تتبرع بالمبلغ التي ستحصل عليه لجمعية «ساعد» السورية الخيرية.

لهذه الأسباب يجب ألا تهمل الغناء لطفلك

الدندنة للرضيع والغناء له بين الحين والآخر، مسألة تبدو بسيطة لكنها تعود بفوائد عديدة على الرضع، بداية من تقوية صلته بالأم وحتى الإسراع في تعلم اللغة والمهارات الجديدة. ويحاول البعض ربط الأطفال بالموسيقا حتى قبل مولدهم.

لا تقتصر فوائد الغناء أو حتى الدندنة للطفل الرضيع، على تهدئته فقط عندما يبكي، بل إنه يساعد على تدريب وتقوية حاسة السمع لدى الرضيع كما يدربه على حفظ التوازن، ولاسيما أن معظم الآباء والأمهات يقومون بهز الطفل عند الغناء له. ويلعب الغناء دوراً مهماً في تحفيز حركات الطفل منذ شهور عمره الأولى، فالموسيقا بشكل عام تحث الإنسان على الحركة وهو أمر يمكن ملاحظته بوضوح مع الأطفال الأكبر سناً.

وترصد المختصة بالتربية الموسيقية ايفا فابيني، من خلال دورات للآباء والأمهات الجدد، تأثير الموسيقا على قدرة الطفل على التواصل. وتقول فابيني في تصريحات لموقع «فاميليه» الألماني: «يفهم الرضع الكثير من خلال نغمة الصوت وحركات الوجه وهي أمور كافية لنقل حالة مزاجية كاملة».

ويبدأ إدراك الرضيع لنغمات الصوت بداية من فترة الحمل إذ يدرك الجنين صوت ضربات قلب الأم. وتساعد كل الأمور المرتبطة بالغناء ومن بينها التواصل بالعين واللمس وزيادة الانتباه، في تقوية علاقة الرضيع بالأم والأب وبالتالي فهي تساعد في اكتساب اللغة. كما أن التدريب على تحريك الشفاه وقراءة تعبيرات الوجه، من الأمور التي تجعل الطفل يتعلم بشكل أسرع.

الطريف أن الاهتمام بسماع الرضيع للموسيقا لم يعد يبدأ بعد الولادة، إذ ابتكرت شركة إسبانية مشغل موسيقا «إم بي ثري» تقوم الأمهات الحوامل بتركيبه عن طريق المهبل حتى يستمع الجنين للموسيقا وهو في بطنها. وتقول مصادر الشركة وفقا لتقرير نشرته مجلة «فوكوس» الألمانية، إن الجهاز يهدف للمساعدة على النمو العصبي للجنين. وتنصح الشركة بالبدء في استخدام الجهاز من الأسبوع الـ١٦ للحمل ولمدة تتراوح بين ١٠ إلى ٢٠ دقيقة يومياً. وتقدم الشركة النصائح حتى في نوعية الموسيقا التي يسمعها الجنين وتحديداً موسيقا موتسارت وبيتهوفن.

ورغم وجود مؤيدين لهذا الجهاز، إلا أن بعض الخبراء لديهم الكثير من التحفظات على مثل هذه الأجهزة. وبالرغم من تأكيد روزا بوتس، رئيس اتحاد دعم تربية ما قبل المولد، أن الجنين يكتسب الكثير من الأمور إذ إن تركيب مخه في الأسبوع الثامن من الحمل يشبه تركيب مخ البالغين.

وتؤكد بوتس، أنه على الرغم من هذه المعلومات، لا ينبغي أن تستخدم الأمهات مثل هذه الأجهزة لدعم نمو الجهاز العصبي للجنين، وتنصح الخبيرة بدلاً من ذلك بالحرص على تقوية الارتباط الشعوري مع الجنين.

وتوضح بوتس سبب تركيز الخبراء على موسيقا موتسارت الكلاسيكية للأجنة والرضع، بأن مقطوعات موتسارت تشبه في نغماتها دقات قلب الطفل، لكن بوتس تؤكد أن الأم التي لا تميل لموسيقا موتسارت لا ينبغي أن تقوم بتشغيلها من أجل طفلها وإنما عليها اختيار ما تحب هي أيضاً من الموسيقا.

ملكة جمال الكون تحارب الإيدز

قالت بيا ألونسو فورتسباخ أول فيليبينية تتوج ملكةً لجمال الكون خلال أكثر من أربعين عاماً أنها ستقضي مدة تقلدها اللقب في نشر الوعي بقضايا، منها الفايروس المسبب للإيدز، وحشد الدعم للدول المعرضة للكوارث. وتُوجت باللقب في حفل مثير للجدل في كانون الأول الماضي شهد خطأ من مقدم الحفل، حين أعلن في بادئ الأمر فوز ملكة جمال كولومبيا.

إعادة سمكة للحياة بعد تجميدها

تداول رواد مواقع التواصل الاجتماعي مقطع فيديو، يظهر مجموعة من الأشخاص في اليابان يمسكون بسمكة مجمدة ويضعونها في إناء به سمكة تسبح بداخله.

والغريب في الأمر أن السمكة المجمدة بدأت في التحول لدرجة الحرارة العادية، ومن ثم بدأت تسبح بجوار نظيرتها.

ونشر الفيديو بعنوان: «إعادة سمكة للحياة بعد تجميدها لفترة زمنية».

طلاق سعودية بعد شهر من زفافها.. والسبب؟!

أشارت مصادر إخبارية إلى أن برنامج «زد رصيدك»، الذي يعرض على قناة «بداية» في السعودية، أدى إلى طلاق زوجة بعد شهر واحد فقط من حفل زفافها. وفي التفاصيل، فقد بدأت الواقعة عند عودة الزوج إلى منزله فوجد زوجته تبكي ودموعها تتساقط، حيث اعتقد في بداية الأمر أن مكروهاً حدث لأسرتها، وعندما سألها عن سبب البكاء ردت عليه بعد وقت وهي تشهق بالدموع بأن متسابقاً معيناً خرج من برنامج «زد رصيدك».

وسرعان ما رد الزوج بغضب على زوجته وقال لها: «هو خرج من سباق البرنامج وأنت تخرجين من البيت لبيت أهلك»، معتقداً أن بكاءها على شخص آخر عدم تقدير له، حيث يذكر أن برنامج «زد رصيدك» كان قد أثار الجدل في مواقع التواصل الاجتماعي، حيث يتهمه البعض بتوفير بيئة للاختلاط بين النساء والرجال.

ومن جهة أخرى، أعلن المدير التنفيذي لقناة بداية والمشرف العام على برنامج «زد رصيدك» سامي الجعوني، عبر حسابه على موقع التغريدات القصيرة «تويتر» عن إلغاء بيع التذاكر المُخصّصة للنساء والاكتفاء بحضور الرجال في الحفل الختامي لبرنامج «زد رصيدك» المُقرّر إقامته يوم الجمعة ٥ شباط الموافق ٢٦ من شهر ربيع الثاني الجاري، بمركز الملك فهد الثقافي.

وتابع الجعوني: «بناءً على طلبكم سيتم نقل الحفل الختامي لبرنامج زد رصيدك٥ على الهواء مباشرة»، بينما تردّدت أنباء أن منع الحضور النسائي للحفل جاء بطلب من هيئة الأمر بالمعروف والنّهي عن المنكر في مدينة الرياض رغم توفّر قاعة خاصّة بالنساء في المركز الذي سيشهد إقامة الحفل.