



## من دفتر الوطن

نازحو دبي!!

عبد الفتاح العوض

التعبير ليس لي بل لصديق التقية في دبي بصر على أنه «نازح» في دبي.. الصديق يريد بذلك التصرف كتنازح من حيث المعيشة لكن القضية ربما تأخذ الجميع إلى مسارات أخرى في المنأحي المختلفة.  
وكل اجتماع مع السوريين يكون الحديث عن حال البلد، حديثاً متشعباً ينتقل من نقطة إلى أخرى من دون أن تنتهي الأولى ومثل حال البلد كل في طريقه!!!  
لكن الشيء الذي يثير الاستغراب أن قسماً من السوريين حتى الآن لم يتعلموا شيئاً من سنوات الفجيعة، استخدام مفردات أصبحت منفردة من كثرة تكرارها وساجحة طرحها.  
المقابل ثمة شخصيات تلحظ أنها تخلت عن الثيرة العالية وعن السقوف المرتفعة وأخذت تتحدث بشيء من الواقعية، الشيء الذي برع فيه المفنؤون السوريون هو التوصيف والتوصيف المضاد، وعندما يصبح الحديث عن أفكار للحل تتلعثم الألسن وتضعب الأفكار، ورغم أنهم في دبي حيث ثقافة ابتكار الحلول.  
والحزن أيضاً أن كل الأطراف مع مروحة اختلافاتها أصبحت الآن تتحدث بلامر، بأن يكون الحل سورياً.  
بوضوح أكثر، الكلمة المختصرة عن الحل في سورية بأنه ليس بأيدي السوريين، بل بأيدي قوى العالم؟  
هذا المنطق يحمل في داخله التشاؤم والاحباط والإحساس بالعدمية، وإنما في مركب يقوده الآخرون، وليس لنا من الأمر شيء، حتى إن الاجتماعات التي تحدث عن سورية يغيب عنها السوريون.  
مع الأسف هذا المنطق ينتشر بين فئات كثيرة من السوريين، وما يكرسه ويعطيه حظه أكبر من الانتشار كثرة القوى التي تتدخل بشكل مباشر بالشان السوري، وكثرة التصريحات التي يقوم بها السياسيون من كل بقاع الأرض، كل هذا صحيح، ويعطي المسوغات القوية لخلق هذا الإحساس بعدم جدوى جهد السوريين في خلق حل لحالة بلدهم المساوية.  
دعوني أوضح أمراً هنا.  
الآخرون هم جزء من المشكلة، لكنهم لن يكونوا الحل.  
بواقعية لا يمكن حل الأزمة السورية إلا إذا توقف الآخرون عن صب الزيت على النار، وإن أهم مساهمة لهم في حل الأزمة السورية هو التوقف عن التدخل فيها وخاصة من جيراننا السوء!!  
فالسوريون يملكون كثيراً من المشتركات وكلها تقوم على مبادئ عامة يتفق عليها السوريون كما لو كانت «المثاق الوطني» غير المكتوب.  
انتظار الحل من الآخر هو انتظار غفود الذي لم يأت ولن يأتي!!

أين هيكل سورية؟

امتثال الإعلام بالحديث عن «الأسنان» الرجل الذي يعتبر مفخرة الصحافة العربية ومن ثم لا حاجة لمرثيات جديدة رغم أنه يستحق الكثير والكثير منها، لكنني هنا أريد أن أسأل لماذا لم نجد في الصحافة السورية من يشبه محمد حسنين هيكل، بمكانته وبياناته وبدوره؟  
مع العلم أنه في مصر ذاتها كانت هناك أسماء صحفية مهمة وقد آتت لها أن تكون قريبة من مكانته وإن لم ترق لدوره ونتاجه.  
ثم إن في دول عربية كثيرة أسماء إعلامية لها مكانتها، ويكاد يكون في كل بلد ما يشبه هيكل، لكن على مفاصل الدولة وحجمها، سورية واحدة من الدول العربية القليلة التي لم تلد «هيكلها»، لست في وارد الإجابة... أتركها لكم.

أقوال:

• أصحاب المبادئ يعيشون مئات السنين وأصحاب المصالح يموتون مئات المرات.  
• لا تصدق الكذبة التي ترضيك ولا تكذب الحقيقة التي تغضبك.

## ديمة قندلفت «صحفية»



النجمة ديمة قندلفت في مسلسل «أيام لا تنسى»، وتجسد فيه شخصية «دينا» الصحفية المتحررة في أكارها، والمقبلة على الحياة.

## نذير نبعة في ذمة الله



رحل الفنان التشكيلي الكبير نذير نبعة الذي وافته المنية في دمشق عن عمر يناهز ثمانية وسبعين عاماً بعد مسيرة طويلة قضاهما في تطوير الفن التشكيلي السوري ووري الثرى في مقبرة الشيخ سعد في الرزة.  
ولد نبعة في دمشق عام ١٩٣٨ وتتمتع ميكراً على يدي الفنان الكبير الراحل ناظم الجعفري في مدرسة التحضير، ودرس الفنون الجميلة في القاهرة بموجب منحة دراسية في فترة الوحدة بين سورية ومصر، وبعد عودته عام ١٩٦٢ درس مادة الرسم في مدارس دير الزور، وأقام أول معرض فردي له في دمشق عام ١٩٦٥.  
نال نبعة نبعاً شهادة الدراسات العليا من الأكاديمية العليا للفنون الجميلة في باريس عام ١٩٧٤، وبعد ذلك درسى التصوير في كلية الفنون الجميلة وصار إنتاجه الفني غزيراً، وأقام العديد من المعارض الفردية والجماعية داخل سورية وخارجها بأسلوبه الفني المميز الذي مزج فيه بين الواقعية والتعبيرية السحرية، معبراً عن الأجواء الدمشقية والمرأة السورية بألوان فريدة تنتمي لمزيج بصري غني ومرتبط بالتراث والأسطورة الشريفة.

## تكريم الفائزين بمسابقة أجمل قصيدة وطنية



تصوير طارق السعودوني

كرم يوم أمس الشعراء الذين فازت قصائدهم بمسابقة الوكالة العربية السورية للأبناء لأجمل قصيدة وطنية كتبت خلال الحرب الإرهابية على سورية ضمن حفل أقيم بالمرکز الثقافي العربي في أبو رماتة في اختتام مراحل المسابقة التي نظمتها «سانا» بالتعاون مع دار الشرق للطباعة والنشر والتوزيع.  
ووفق نتائج لجنة التحكيم جاءت في المركز الأول قصيدة «الأملون» للشاعر فايد عبد الجواد إبراهيم بمجموع قدره ٢٧٧ من أصل ٣٠٠ درجة، وحلت ثانياً قصيدة «حق التراب على التراب» للشاعر أحمد إبراهيم صالح بمجموع قدره ٢٥٣، بينما جاءت في المركز الثالث قصيدة «دمشق يا قامة الريح» للشاعر فراس فرزت القنطان بمجموع قدره ٢٥١ درجة.  
يشار إلى أن الشاعر فايد عبد الجواد إبراهيم صاحب المركز الأول في المسابقة عن قصيدة «الأملون» من مواليد قرية القيو في حمص عام ١٩٥٢ حاصل على الإجازة في اللغة العربية من جامعة دمشق ١٩٧٤ وعمل مدرساً للغة العربية ومديراً في بعض ثانويات سورية وفي دولة الإمارات وله ستة دواوين منشورة.  
أما صاحب المركز الثاني عن قصيدة «حق التراب على التراب» الشاعر أحمد إبراهيم صالح فهو من مواليد حمص ١٩٨٣ يدرس حالياً في كلية الحقوق بجامعة دمشق تدرج من كتابة الخواطر إلى التفعيلية فالشعر العمودي له عدد من النشاطات الشعرية في منطقتة واختيرت قصيدتان كتبها ضمن الديوان السوري المفتوح. يحضر حالياً لمجموعته الشعرية الأولى تحت عنوان «اصطفاء الأشياء في شاعر أشلاء».

أما صاحب المركز الثالث عن قصيدة «دمشق يا قامة الريح» الشاعر الدكتور فراس فرزت القنطان فهو من مواليد قرية القبيبات في ريف حماة عام ١٩٧٩ حاصل على دكتوراه في العلوم السياسية من جامعة دمشق يعمل حالياً مدرساً في جامعة البعث وفاز بالمرکز الثالث في جائزة «الطيب صالح» العالمية للإبداع الكتابي في دورتها الخامسة عام ٢٠١٥ بمجال الشعر عن ديوانه «فوانيس كفيف».

## ابتكار جديد للطباعة ثلاثية الأبعاد

اختراع علماء روس تكنولوجيا جديدة للطباعة ثلاثية الأبعاد باستخدام فخاريات ممتدة جداً، ما يعتبر اختراقاً علمياً سيسبق منه في شتى المرافق الإنتاجية.  
وذكر موقع «روسيا اليوم» أن هناك عدداً كبيراً من الطابعات ثلاثية الأبعاد التي تستخدم المعادن والمواد البلاستيكية الكثيرة، لكن استخدام الفخاريات يواجه مشاكل رغم أن قطاعات الطاقة والإلكترونيات البلاستيكية والكيمياء والدفاع هي بحاجة ماسة إليها لأن مواصفاتها الفخاريات تفوق كثيراً خواص المعادن والمواد البلاستيكية. وأضاف الموقع: إن تكنولوجيا تصنيع الأجزاء الفخارية المعقدة الأشكال في التطبيق باستخدام الطابعات ثلاثية الأبعاد تراوح في مكانها نظراً لنوعية الطين الذي تصنع منه الفخاريات فيضطر الخبراء إلى إضافة مواد لاصقة إلى الطين ليستخدم في الطابعات ثلاثية الأبعاد. كما أن الغراء لا يتحمل درجات حرارة عالية فهي تجعل الفخاريات هشّة وغير متينة وبالتالي غير صالحة للاستخدام داخل المحركات مثلاً.

ويمكن العلماء في مدينة تومسك الروسية من إنتاج فخاريات متينة جداً وصالحة للطباعة ثلاثية الأبعاد وتقوم تكنولوجياهم على تصنيع مسحوق خزفي مقاوم للحرارة يتسم بمواصفات نادرة تجعله صالحاً للاستخدام في الطابعات الثلاثية الأبعاد.

## رشا إبراهيم ضحية التفجير الإرهابي



خرجت الممثلة السورية رشا إبراهيم من مستشفى الأهلي بحمص بعد تعرضها لعدة إصابات متآثرة بالتفجير الإرهابي الذي ضرب حي الزهراء بحمص قبل يومين.  
وعلمت «الوطن» أن وضعها الصحي بات مستقرًا وقد رقدت خلال اليومين السابقين تحت المراقبة الطبية قبل أن تعود إلى منزلها صباح أمس.  
وكانت رشا قد تعرضت لحادث سير مروع دخلت إثره العناية الفائقة قبل نحو العامين، قبل أن تعود للعمل قبل أشهر في مسلسل «صدر الباز».

## خصوبة الرجال في خطر

حذر علماء، في دراسة علمية جديدة، من أن الرجال الذين يحملون هواتفهم الجوالية في جيب البنطال أو يتحدون مدة ساعة واحدة يومياً معرضون لخطر الإصابة بمشاكل في الخصوبة. وبينت البحوث أن عدد الحيوانات المنوية يمكن أن ينخفض وخاصة إذا ما تم التحادث بالهاتف خلال شحنته، أو حتى إبقائه أثناء الشحن في مكان قريب من سرير النوم ليلاً. ووجد البحث أن كفاءة الحيوانات المنوية لدى الرجال في الدول الغربية تتناقص باطرء، ما يجعل ٤٠٪ من الأزواج يجدون صعوبة في إنجاب أطفال.  
ويظن أن الحرارة والموجات الكهرومغناطيسية التي تنبعث من الهاتف المحمول تسبب في ارتفاع درجة حرارة الحيوانات المنوية إلى درجة يمكن أن تموت معها تماماً. وقد دفعت نتائج هذه الدراسة خبراء الخصوبة في بريطانيا إلى إصدار تحذيرات للرجال حول مخاطر «إيمان» الهواتف النقالة.  
وقد اعتمدت الدراسة على مراقبة مجموعات كبيرة من الرجال، وتسجيل الملاحظات المرتبطة بمدى استخدام الهاتف النقال يومياً، ومدى تأثيرها على كفاءة الحيوانات المنوية، بعد فترة طويلة من الاستخدام. وجاءت النتيجة مؤكدة أن الذين يتحدون أطراف الحديث على الهاتف لأكثر من ساعة يومياً يعانون من انخفاض كفاءة الحيوانات المنوية مقارنة بأولئك الذين يتحدون أقل من ساعة يومياً لفترات طويلة، كما وجد الباحثون تأثيرات مباشرة في الأشخاص الذين يتحدون بالهاتف أثناء شحنته من مصدر كهربائي، أو الذين يضعون الهاتف أثناء شحنته ليلاً قريباً من أماكن نومهم. أما الأشخاص الأكثر تضرراً على الإطلاق فهم أولئك الذين يحتفظون بهواتفهم على مسافة قريبة من الخصيتين داخل جيوب البنطال لفترات طويلة.

## أهمية ودور مجلس الشعب في الحياة الوطنية

تقيم قيادة اتحاد شبيبة الثورة الندوة الفكرية المركزية بعنوان «أهمية ودور مجلس الشعب في الحياة الوطنية» في الحادية عشرة من صباح اليوم بمدينة الشباب بالجزيرة في إطار التحضيرات لانتخابات الدورة التشريعية الثاني لمجلس الشعب وضمن الحملة الوطنية الشببية للمنظمة «شارك».

## مصطفى علي يتحدث عن تجربته

يتحدث النحات السوري العالمي مصطفى علي عن تجربته الفنية ضمن ندوة الأربعماء الثقافي التي يقمها اتحاد الفنانين التشكيليين في الساعة ٤ من مساء اليوم في صالة الرواق العربي بالنعيف. والفنان من مواليد اللاذقية عام ١٩٥٦ تخرج في كلية الفنون الجميلة بدمشق عام ١٩٧٩ قسم النحت ودرس بعدها في أكاديمية الفنون الجميلة في إيطاليا عام ١٩٩٦ أعماله مقتناة في متاحف سورية وعربية، أقام معارض فردية عديدة في دمشق وبيروت والأردن وبني فريسا وشارك في عدد من المناسبات منها الملحق العالمي للنحت في الهواء الطلق في ألمانيا عام ١٩٨٧ وفي الملحق العالمي الأول للنحت في لبنان عام ١٩٩٤.

## الشوكولا تحسن كفاءة وظائف المخ

أظهرت دراسة أميركية حديثة أن تناول معشوقة الملايين حول العالم يعمل على تحسين كفاءة وظائف المخ.  
وقال القائمون على الدراسة إنهم وجدوا أن استهلاك الشوكولا مرتبط بتحسين الوظائف الإدراكية، بصرف النظر عن العادات الغذائية الأخرى للشخص.  
وحلل الباحثون، وفقاً لصحيفة «ديلي تليغراف» البريطانية، بيانات تم جمعها في إطار بحث على سكان مدينة سيراكيوز بولاية نيويورك، تم خلاله إخضاع المشاركين لسلسلة من الاختبارات المخصصة لقياس الوظائف الإدراكية.  
وأظهرت البيانات أن الذين يستهلكون الشوكولا بشكل منتظم جاء أداءهم أكثر كفاءة في مختلف الاختبارات الإدراكية.  
وأشار الباحثون إلى أن الاستهلاك المنتظم للشوكولا يمكن أن يساعد في الحماية من التدهور الإدراكي الطبيعي الذي يصيب الإنسان بفعل التقدم في العمر.  
كانت دراسات سابقة قد أظهرت أن الشوكولا مفيدة لصحة القلب والدورة الدموية وتقلل خطر الإصابة بالسكتة وتخفف الكوليسترول وتحمي الجلد من أضرار الشمس.

## ليا ميشيل «مكسورة القلب»



انقضت النجمة ليا ميشيل عن حببيها ماثيو بايتز في بداية هذا الشهر علماً أنه هو من أنهى العلاقة، وتركها فجأة وهي مكسورة القلب.  
وقال مصدر: إن ليا ليس لديها أي تفسير أو سبب للانفصال، وقد التقيا في موقع تصوير فيديو كليب ليا On My Way عام ٢٠١٤.

## هل تعرفين فوائد فرك بشرتك بالملح؟

أكد العديد من الدراسات الطبية أن الملح أفضل صديق للبشرة؛ الوجه كان أم الجسم؛ فحسبكم من مكنواته الأملاح المعدنية التي يحصل عليها من الخضّر والماء والفواكه. أما استخدام الملح في التجميل فقد لا يكون منتشرًا في العالم العربي، إلا أنه كان موجوداً على مر العصور وفي كل الحضارات التي عرفها الإنسان، وهناك جملة من الفوائد الصحية التي يترك أثرها الملح على جلدك وبشرتك.  
وأوضحت الدراسة أن للملح فوائد عدة للوجه؛ فهو يعمل على إزالة إفرازات الغدد الدهنية، وبالتالي تسبب تراكم الدهون مع الأتربة وبقايا الجلد، ما يتسبب بظهور حب الشباب والرؤوس السوداء؛ ولعلاج ذلك أنبهي ملعقة من الملح في كوب من الماء الفاتر، واغسلي بها وجهك مرتين يومياً.  
وذكرت الدراسة أن الملح يحتوي على البوتاسيوم؛ فحين تنظيف الوجه به يحافظ على ترطيب الخلايا الماء فيها، كما أنه يحوي الكبريت الذي يعمل على زيادة تركيز الأكسجين الغذائي الأساسي للبشرة.