



من دفتر الوطن

«الإرهاب والكتاب»!

عصام داري

خيراتنا، على ساحة الوطن، تبدو محدودة بفضل تقلص المناطق الآمنة، وضيق ذات اليد، وهجنة الغلا الفاحش التي يُعجّبها تحالف المال مع السياسة، والفساد مع الجيش والطعام وتجار الزئنة مع صيادي الفوضى والمحتكرين وكل إرهابيي الداخل الذين نقاولهم كل يوم وهم يتسمون لنا في الصباح، ويسيرون هنا حتى ريف الخبر قبل أن يذهبوا إلى صلاة الظهر؟

هكذا أردت أن أبدأ هذه الزاوية لأن الكيل قد فطح، والفساد صار مهنة، يفاخر بها الفاسدون وأسرهم، وصار حب الوطن ترقى لا معنى له، فانقلب المفاهيم، واحتلّت الأمور حتى أصبحت «سلك لين تمر هندي !!». اليوم، لم يعد في المواطن سوى الاختباء في منزله كي لا تستقر ورقة الثوت التي تخفي عورته، ولا تنتكشف أوضاعه الاقتصادية التي وصلت إلى حد عدم قدرته على تأمين لقمة العيش ولو اقتصرت على الفلافل، التي صارت سباق أسعار اللحوم، وغير الحال الانزواء في ركن من البيت ومارسة لغة التأمل والأمل.

أما هذه الأوضاع التي يعيشها معظم السوريين، تتذرّخ الكلمات والمعاني والأفكار في رحلة طولية بين العقل والجنون، بين العقول واللامعقول، وكثيراً ما تذهب الفكرة الأساسية التي كان ينبع تصوّيرها على الواقع، وتتطور نحو الأفضل أو الأسوأ، لكننا في الماليين نندم على فكرة دارت في آذاننا ولم تستطع ترجمتها كلاماً إلى أيّ المصحف.

والأسأ، أتنا قبل أن ندخل إلى ملم الموت الموقت، أي النوم، تخطر لنا أفكار وكلمات، وربما قصائد شعر، تقول: «الصالح رياح، في الصباح سندون ما فكرنا به»، لكننا في الصباح لا نتذكرة حرف واحد، فتذهب رواية قصة، قصيدة أو مقالة لراوح الرياح.

كنت قد فكرت الليلة الماضية في أن أكتب ما شئه البوح والرومانسيّة لأنتشل نفسي، ولو مؤقتاً، من بوس اللحظة، وتوخش بحاصرنا، متذكرًا شعر محمود درويش: «حاصر حصار لا يفرّ، لكن الحظة كانت أقوى من رغبتي في الهروب والتناسي، فكانت السمات تلاحق حروفي، والعاقيل والأنتم تزرع في دروب أبجديني، وتأخذني على واقع موري، ومسليس من الجمر والنار يومناً وأهالينا التي شغل كل ثانية من حياتنا.

تغزوني موجات متباينة من الشاعر، فيختلط الحزن بالفرح، والحزن بالكراهة، والتفاؤل بالإحباط، فأجاد نفسي وقد ففت توانني وقدرتني على المحاكمة العقلانية السليمة.

لأننا نحن، نحب ونفخر بطابا من نحب، نحزن، لكننا نبحث عن فرح عابر يداوينا أحزاننا، نصل إلى حافة النأس، إلا أننا في لحظة تأمل نكتشف الدروب المؤدية إلى الغد المشرق، وأفضل تلك الدروب والمسالك هي الأمل والتفاؤل.

لا تهمنا الكراهة والبغضاء، ولا يجد التطرف والحق والجهل والتجهيل طريقاً ليناً وإلى فوسنا التي حصلناها ولقحناها ضد كل الأراضي التي تسبّب بعض ضعاف النفوس من البشر، وأظن أنّنا تعلمنا كثيّر نصّنف أفرادنا، ونتعالى على الأحزان وأن نظر لأذنّة وقصيدة أو لحن مفرّ.

على الرغم من «فورة الدم» و«فترة الخلق» التي بدأت فيها هذه المقالة، أجد نفسي أمام حالة تفاؤل لأنّها في ابتسامة طفل صغير، أو في تداعب نفسي لحظة فرح آتية من ابتسامة صبية تشبه الحلم، أو في الحلم نفسه، ووسائل أحلم مع الحالين.

شايلين وودلي تروج لفيلمهما



النجمة شايلين وودلي خلال ترويجها لفيلمهما الروائي الطويل «Snowden» في مهرجان سان سبياسيان في إسبانيا. «رويترز»

مهرجان الإسكندرية يكرم سلاف فواخرجي

عقد مهرجان الإسكندرية السينمائي، على مامش فعالياته، ندوة للنجمة السورية سلاف فواخرجي حيث قام رئيس مهرجان الإسكندرية الأسير أماللة بتكريمه تقديرًا لمسارها الفني خلال الفترة الماضية.

وقالت فواخرجي: إنه قام بها بمئنة الإخراج ما هي إلا هواية وليس مهنة حيث قدم بال اختصار من أجل خوض التجربة للتكتسب خبرة أكبر في الحياة لأن حياة الفنان تعتمد على مجموعة من التجارب في الحياة خاصة المجال الفني، وأوضحت أنها قدمت على مدار مشوارها الفني ١٠ أفلام وهو عدد كبير بالنسبة للسينما السورية على الرغم من العدد القليل لهذه الأفلام ولكن قدمت بجودة عالية من حيث الموضوع والإخراج والتنفيذ لتترك بصمة مع الجمهور، مبشرة إلى أنه خلال زيارتها للسودان وحضورها مهرجان الفيلم العربي رأت أن السينما السودانية ستفتح خطوة وفتحت بابها عيدها.

وأضافت إنها تعتز بصلة دولة لها كيان فني وسينمائي كبير يستطيع أن يحتضن كل الشعوب العربية.

الم الهيئة العامة للإذاعة والتلفزيون تحصد ٤ جوائز في مهرجان الغدير الدولي

حصلت الهيئة العامة للإذاعة والتلفزيون ٤ جوائز في مهرجان الغدير الدولي لل الإعلام في العراق.

وتفصّلت الجوائز بـ«أفضل كليب حماسي «وطن الأنطاب» لقناة سوريا دراما، وجائزة لفترة الإخبارية السورية عن القضية الفلسطينية «خبوط العنكبوت»، وجائزة أفضل عمل حواري «زن المقامة» لإذاعة صوت الشعب، وجائزة أفضل أنشودة إذاعية «وصلات يا حلب» لإذاعة صوت الشعب.

سيفي يومياً تزيد من السعادة

قام علماء النفس في جامعة كاليفورنيا في إرفاين بدراسة سبل مساعدة التكنولوجيا في تحسين سعادة طلاب الجامعات، ولابسماً بالقطط المصور لخفيف التوتر، وأوضح بونشن، من إدارة المعلوماتية بالجامعة بالنظر إلى أن جميع طلاب الجامعة تقرّبًا يحملون هواتف محمومة، قررنا التركيز على وظائف الهاتف المحمول لخفيف التوتر.

وأظهرت هذه الدراسة أن التقاط صورة «سيفي» يومياً يزيد من السعادة، خلافاً لما تناوله في تقارير وسائل الإعلام حول الأثر السلبي لاستخدام التكنولوجيا، وشارك في هذه الدراسة، ٤١ طالباً (٢٩ ذكوراً و١٢ شابة)، واستبياناً عاماً، وحضرها مقابلة غير رسمية ي شأن سعادتهم قبل الاختبارات.

وفي إطار الدراسة تم تقسيم المشاركون إلى ٣ مجموعات، القليلة المجموعة الأولى صورة «سيفي» يومية، والقليل المجموعة الثانية صورة «أشداء» تجعلها سعيدة، على حين القليلة المجموعة الثالثة صورة «أشداء» يعتقدون أنها ستجعل شخصاً آخر سعيداً، وسجل المشاركون خلال الدراسة أن القاطط سيفي استغرق ٤ أيام، كيف يشعرون بذلك في اليوم عند استخدام تطبيقات الهواتف الذكية.

وأظهرت تنتائج الدراسة، التي نشرت في دورية «علم نفس الرفاهة»، وشملت ما يقرب من ٢٠٠ طالباً، أن المجموعات الثلاث شهدت زيادة المزاج الإيجابي بشكل مختلف في كل مجموعة، وفقاً للدراسة، سجلت مجموعة «السيفي» زيادة في النّفحة وراحة، وتغيرت اهتماماتهم لتعكس هذا، أما في المجموعة الثانية فسجل الشبان وآساليات أثمن أكثر تاماً وتقديرًا، أما المجموعة الثالثة فسجل هدوءاً، ويتواصلون بشكل أفضل مع عائلتهم، وهو ما أدى بدوره لخفيف التوتر.

السفير الروسي أليكساندر كينشاك يزور الوطن



خلال اللقاء مع الميلين رئيسي التحرير ومدير التحرير



السفير أليكساندر كينشاك



يزور مختلف أقسام الصحيفة



السفير في القسم السياسي

نوم الرجال يختلف عن النساء

كشف العلماء في جامعي (مكينيل) (داهوسى) الكذين وكذلك في جامعة كولومبيا الأميركيه أخلاف نوم النساء عن نوم الرجال.

وكان الفريق نفسه من العلماء قد أجرى في وقت سابق دراسة بدت على أن نوم المرأة توقف على دورتها الشهرية، ثم قام الباحثون تحت إشراف بياناً يوهين بدرة نوم ١١ امرأة في مراحل مختلفة من دورتها الشهرية معأخذ تعاطيهن حبوب منع الحمل بالحسين ونوم ٥ رجال.

كما درس الباحثون الإيقاعات القصيرة للنوم والبقاء حيث اقترح على المشاركين في التجربة ٣٦ دورة تضم ٦٠ دقيقة فقط.

ثم دقّق نوم، وفأله في أثناء التجربة بقياس نسبة مادة الميلاتين في العيناء وسخونة الجسم، كما تأكّل الباحثون من عمق النوم لدى الرجال والنساء وشدة قيامتهم.

وبيّنت الدراسة أن النساء ينخدلن إلى النوم ويستقرن عادة بعد الرجال، وأنقض أيضاً أن الرجال يقدّمون على النساء فيما يتعلق بشدة اليقظة، ويعني ذلك أن الرجال يدعون أكثر ترددًا من النساء في نوبات العمل الليلي.

ولاحظ الباحثون أن النساء المشاركات في التجربة واجهن مشاكل أكثر فيما يتعلق بالعمل الذي يتطلب تشغيل وظائف الدماغ المعرفية مقارنة بالرجال المشاركون فيها.

وأشار أصحاب الدراسة إلى أن النساء شعور النساء بالتعب في الصباح الباكر، وقالت بياناً يوهين إن فهم الفريق بين نوم النساء ونوم الرجال سيساعد على وضع سبل علاج لاضطرابات النوم.

سطع من الطابق ٤٢ وبقي حيا

أفادت معلومات صحافية أن «شاباً روسيّاً نجا بعد سقوطه من الطابق ٤٢»، لأحد المباني السكنية في مدينة نوسيبيرسك، موضحةً أن الشاب انحاوا على القائم بغير رياضي على هذا العلو، غير أنه فقد السيطرة على نفسه، وسقط على سطح سيارة تاكسي من طراز «رونو» كانت مرکونة بالقرب من قبة المسجد، وإنفقت إلى أن «الشاب نقل إلى أحد المستشفيات حيث تقدّر حالته الصحية حالياً بالمستقرة».

العنور على ٤٢ في القمامه الذهب في

أفادت وكالة «نوفوستي» الروسية أن «موظفي في خدمات الجمارك بمطار موسكو الدولي في قصبة بنيغاش» كانوا أكلوا أن الراوح قد يساعد على إبقاء الشخص رشيقاً، فقد كشفت رؤساء أجرجت على أشخاص يعانون من مرض السكر أنه إذا كان الشخص أعزب فهو معزز لزيادة الوزن بمقدار ضعف أولئك الذين تزوجوا.

وأشارت الصحيفة إلى أن الباحثين اكتشفوا أن الرجال المتزوجين كانوا أقل عرضة للمعاناة من متلازمة التشتت الغذائي (المتابوليزم) (وهي مرض من مرض السكر وارتفاع ضغط الدم والبدانة التي تضر الأوعية الدموية) ولكن لا ينطبق الأمر نفسه على النساء.

وقال الخبراء الذين قدموا نتائج دراستهم خلال اجتماع الرابطة الأوروبيّة للدراسة مرض السكر في ميونيخ بألمانيا، إن الحماية مع زوج تعزّز دعامة اجتماعية أساسية.

ويعرف الأطباء، منذ فترة طويلة أن الزواج يساعد الناس على البقاء في صحة جيدة.