



من دفتر الوطن

إلى أمي وأمهاتكم

زياد حيدر

يخطئ عظمنا حين يعتقد أنه قطع جبل السرة، بخروجه من رحم والدته. خلال حياتنا نظرتنا نوماً هي للأم، واندفعنا صعوداً من نقطة خروجنا الفسري للعالم الخارجي، إلى أفق قد يضيق أو يتسع، لكننا نحاول الانطلاق، خلفاً، والانطلاق للحلب الذي ما زال ملتفاً حول حضرنا، يشدنا للخلف، يحاول أن يمسك بنا ونحن نتفقّن من ثباته لعلته، وهي حافة هاوية لأخرى. توثر علينا أمهاتنا درجات مختلفة، وفق طباع كل منها وظروف كل أسرة، وتتبادل التأثيرات معهن، تحت تأثير تلك العوامل وغيرها فتتصبّس شخصياتنا في جزء منها منتظمة، متصالحة، رغم اختلافها وتباين الأجيال. تصيب في ذلك الجزء ذات الإنسان، فتتجمع في كل عوامل الزمن، الأيام المرة التي لا تذكرها ولكن تحفظها الأم تقاصدها، الأحداث السعيدة وتقضيها، كرياتيات أياً منها في زحفنا نحو التحرر من قيود القيود إلى العالم الخارجي، خصاماتها، وصراعات جيلينا حول الثقة والقيم والعادات والحال والحرام.

كل ذلك يتجمع في تلك المساحة الصغيرة التي تجلّنا وأمهاتنا إنساناً واحداً، جسداً واحداً تقدّراً، حين نلاحظ أننا نمتلك اكتساباً بعض ذات العادات الصحية، أو غير الصحيحة.

ندبات ما، شمامات، شكل أ NSF أو إبهام استثنائي الحجم، نرى أمهاتنا تزهد، في متصرف الفعل، فيما نحن نتباهي بفضلاتنا التكoria، أو أنوثة زهر، تكون أمهاتنا بآن يتبعهن لأن الشيب بلغ جذور الشعر، وأن تنبّيات المساء سارت أطول، وأكثر قلاً.

تشرق شموسنا، فتشرق وجهه أمهاتنا سعادتنا، واستقاللتنا وحريتها، وتحاول أننا نتفاهم، وتنجح في ذلك الجزء الذي نتشارك به، بصحة أمهاتنا ومساراتها المتوازية، يبقى ذلك الشيء الذي يدور الدار، في أيام صور طلاق، أما بصحتها، فيصبح ذلك الجزء شكل موعد لقاء مؤجل، أو هاجس دائم مميج، أو واجب لا بد من إنجازه، ولكن على الوقت، أو الظروف، أو الأقدار، عليها تتساعد.

أمهاتنا تستعاذهن في وضع مسوغات الغياب، وبينما ينمو الزمن ويحفر في أسمادهن، يبدأن حمل صورنا أيضاً ذهباً، وشم رواح ثيابنا الرثيبة في الخزان القديمة، حتى يأتي المخطوطة منهن حفيد وعيدهم شبابها، فتولد معه مجدداً أسباب استمرار الحياة، وتحدى سطوة الأيام.

ترافق نحن أمهاتنا في هذه الحياة، وننعلم أن المساحة الجامحة فيها عادت لتزيد، فبات في بيت كل منا، الزوجة، الأخ، الصديقة، إبنة الحال وابنة العروس والجارة وغيرهن، بتنا جميعاً نتشارك القadesa ذاتها، في بيتنا ومحظتنا.

ستتوسّع متاحفنا، كرجال بشكل خاص، معنى كل هذا، يأتيها حقيقة صادقة، كذا ترتفع في تأخيرها قدر الإمكان، حين تصيب جزءاً من يومياتنا.

إذا نحن كنا منذ ذلك اليوم الذي خيل لنا أن حبل السرة قد قص، نعتقد أننا أولاً القر لا أولاً أمهاتنا، وأبائنا، وأننا غادرنا المعبد المقدس للأم، وأن مراكبتنا أجررت بعيداً.

لكن الحبيب يأتي حالاً معه كل أهاماً، بالتأكيد خطوة خارج ذلك الحضن الآمن، فنادر إذاً إلى أي مكان، يلقيها في أحضاننا، نحن لم نغادرها يوماً، ونحوها خارج ذلك الحضن الآمن، المشبع برائحة الأرض والأشجار.

لم يغادرها يوماً، لكن فهم أخيراً أن العالم من دون أم، هو عالم فقد ألهته الحامية.

## كارديشيان تقطع الطريق أمام الشائعات



أسباب زيادة الوزن بعد الارتباط

| وكالات

على متخصصون في علوم الصحة، العامة والتغذية على تناول دراسة، كشفت أن المتزوجين أو المتزوجين عادةً ما تزداد أوزانهم بمعدلات أكبر، ووتيرة أسرع من العزاب. وأجريت الدراسة على نحو ١٥ ألف شخص في ستين دولة، بينها الولايات المتحدة الأمريكية، حيث أظهرت النتائج أن النساء المتزوجات يزنن أكثر من النساء اللواتي لا ينتمي إلى زواج، وهذا ينطبق على الرجال.

وعلّت بروفيسور الصحة العامة في جامعة غالاسغو كاترين هانكي، نتائج الدراسة بعدة عوامل، بعضها يعود نسبياً عن العادات الغذائية، وقالت: «اعتقد أن التغذية الواضحة لذلك أكمل تعداد عزب، وهذا ربما يجعل أقل اهتماماً باليانصيب وزنك».

ويتفق معها خبير التغذية المتخصص في المساحة والتناول، أرماندو فورناري قائلاً: «التأثير من الناس (العزاب) لديهم الدافع ليكونوا في صحة أفضل ويفعلون أكثر جاذبية من أجل الارتباط بشريك».

لكنه يضيف: «يجرد الكثير من الأعزب من زوجاتهم، يختفي الكثير من هذه الأسباب».

وبالتالي فإن هذا لا يعني أن الزواج في الواقع مصيري كل المتزوجين، حسب غورناليز الذي يرى أن السلطات المحلية لا تعرف حتى الآن ما نوع العقوبة التي يجب إلهاجه بالطفل، لأن هذه هي المرة الأولى التي يواجهون فيها مثل هذه الحادثة.

## وضعية النوم تؤثر في صحة الدماغ

| وكالات

عبرت دراسة حديثة سبيباً جديداً للنصح بالنوم على الجانب، فقد أجرى فريق بحثي من جامعة STONY BROOK في نيويورك بحثاً توصل إلى خلاله لنتيجة قيادها أن النوم على الجانب أكثر صحة للدماغ ومن الممكن أن يساعد في الوقاية من الأمراض العصبية. بينما نحن نائمون، تقوم الدماغ بالخلص من «فضلات الدماغ» التي هي كيماويات والتي يعتقد أنها مسؤولة عن عدد من الأمراض مثل الزهايمر وباركنسون وأمراض عصبية أخرى.

ويعتقد الباحثون أن الأدلة تكون فلاته أثقل في عملية التخلص من الكيماويات خلال النوم على الجانب.

من المعلوم أن التمارين الرياضية تساعد في درء الزهايمر، ولكن القرفة القائلة إن النوم على الجانب يساعد في الحماية من الزهايمر هو أمر غير الافتراض.

استخدم الباحثون موسحاً لأدمعة القوارض لرسم خريطة تحدد حركة سوائل الدماغ والمخاخ خلال النوم.

وتشير النتائج المشورة في مجلة علم الأعصاب عام ٢٠١٥ أن النوم الجانبي يسمح للسوائل التي يتم فلترتها في الدماغ بان تتفق بشكل أفضل، والخطوة التالية هو تجربة هذه النتائج على البشر.

ومن حسن حظنا بأن معمل البشر يتم على الجانب، بل حتى الحيوانات، ومن الواضح أن النوم على الجانب يساعد في التخلص من نفايات العملية الأيضية في حالة الوعي.

بالإضافة لهذا السبب، هناك أسباب حدها الباحثون سابقاً للنوم على الجانب منها أن النوم على الضفاف يزيد من الشخير ويزيد من احتمال توقف التنفس أثناء النوم، كما أن النوم على البطن يسبب مشكلات في الورك تؤثر بالتالي في النوم.

## ركاب طائرة يطالبون بتعويض بسبب عنكبوت

| وكالات

قام أربعة ركاب بمقابلة شركة الخطوط الجوية الفرنسية، بالتعويض المادي لهم بسبب تعطيل الرحلة الجوية قليلاً. نظراً لوجود عنكبوت على متن الطائرة.

وفي التفاصيل: إنه أثناء الرحلة من العاصمة الكويتية هافانا عبر باريس إلى هافنور تم العثور على عنكبوت، ما دفع بقائد الطائرة إلى القضاء عليه، من خلال رشه بمبيد حشري ما أدى إلى إخلاء الركاب من الطائرة.

من جهة أخرى رفضت شركة الطيران الفرنسية هافانا عرضها من قبل، لأنها تطلب تعويضاً بحسب انتشارها أن سبب العطل هو وجود العنكبوت وليس سبباً تinci.

## تكريم سميكة سعيد أيقونة للأناقة

| وكالات



العلماء يحفظون الذكرة بعد الموت

| وكالات

شرح مختصو شركة «Netcome» كيفية حفظ ذاكرة الإنسان بعد موته لاستخدامها في خدمة الطب العلاجي في المستقبل.

وتخلص تقنية ذكرة الذكرة باستبدال دم الميت بسائل تحفيز، يسمح تركيبة بتخزين المعلومات طويلاً جداً يمكن استخدامها في العلاج من الأمراض المزمنة.

ويعد المختصون من الذكاء الاصطناعي بعدها مكتافر فيه، ويتم اشتغال المستحضر الجديد من مكونات بذاتية آمنة وغير سامة، لذلك يأمل العلماء بذلك أن يجدوا لهذا العلاج مكان التطعيم التقليدي في المستقبل.

ويجعل العلاج الوريدي على دراسة المادة الجديدة المستحصلة من السر من ذهابه إلى المثانة، مما يفتح المجال للعلاج من المرض.

وتحتشر تقنية ذكرة الذكرة وتحتشر تقنية ذكرة الذكرة باستبدال دم الميت بسائل تحفيز، يسمح تركيبة بتخزين المعلومات طويلاً جداً يمكن استخدامها في العلاج من الأمراض المزمنة.

ويعد المختصون من الذكاء الاصطناعي بعدها مكتافر فيه، وبعد ذلك يدخل العلاج حالياً في مجال الإنترنت والمعلومات الرقمية.

نسخة رقمية من الدماغ البشري، بطيول عالم ٢٠٤٠، بعد أن تم تجربة هذه التقنية على أرباب الاختبار.

وتحتشر تقنية ذكرة الذكرة باستبدال دم الميت بسائل تحفيز، يسمح تركيبة بتخزين المعلومات طويلاً جداً يمكن استخدامها في العلاج من الأمراض المزمنة.

ويعد المختصون من الذكاء الاصطناعي بعدها مكتافر فيه، وبعد ذلك يدخل العلاج حالياً في مجال الإنترنت والمعلومات الرقمية.

نسخة رقمية من الدماغ البشري، بطيول عالم ٢٠٤٠، بعد أن تم تجربة هذه التقنية على أرباب الاختبار.

وتحتشر تقنية ذكرة الذكرة باستبدال دم الميت بسائل تحفيز، يسمح تركيبة بتخزين المعلومات طويلاً جداً يمكن استخدامها في العلاج من الأمراض المزمنة.

## طفل يقتل أخيه رميًا بالرصاص

| وكالات

اطلق طفل أمريكي يبلغ من العمر ٩ أعوام النار على أخيه أثناء تزاح حول لعبة فيديو، وتوفيت الطفلة الصغيرة ديفونا بيل (١٣ عاماً)، في مستشفى مفيس في ولاية ميسسيسيبي، إثر إصابتها بطلق قاتلة من مسدس.

وتعتذر الشرطة المحلية إلى صراح بين الطفل وأخيه التي رفضت إعطاءه حصص التحكم ب اللعبة الفيديو، فطلق الصبي النار على شقيقته في مؤخرة رأسها، وأخترقتها إصابتها بطلق الصبي النار على شقيقته كما أن السلطات المحلية لا تعرف حتى الان ما نوع العقوبة التي يجب إلهاجه بالطفل، لأن هذه هي المرة الأولى التي يواجهون فيها مثل هذه الحادثة.

تحل المغنية المغربية سميكة سعيد ضيفة شرف على حلقة مهرجان Middle East Fashion Festival في القاهرة، وذلك مساء اليوم في القاهرة.

ومن المقرر أن يكرّها القائمون على المهرجان واحدة من أهم أيقونات الأناقة طوال الأعوام الماضية على أن يسلمها التكريم السفير الفرنسي بالقاهرة سفيان روماتي.

## الأحد العرض الخاص لفيلم «على سطح دمشق»



| الوطن

تقدم المؤسسة العامة للسينما العرض الخاص بالفيلم القصير «على سطح دمشق» في السادسة من مساء الأحد المقبل في دار الأسد للثقافة والفنون، حيث تقام العرض السينمائي عرض غنائي لكورال مدارس أبناء وبنات الشهداء.

يطرح الفيلم قضية جيل كامل يعيش حياة افتراضية ويعجز عن تتحقق ذلك في الواقع الذي فاقت الحروب مفارقاته الصادمة معلناً حب الاستمرار في العيش رغم جميع أنواع الموت.

كتب سيناريوجي الفيلم سامر محمد إسماعيل وأخرجته المندى كلثوم، وهشام سليمان وربى الحجي ويمثل قرق وعلا وطارق علي.