



من دفتر الوطن

اتجاه إيجاري!

عصام داري

تكشف لنا التجارب والأيام حقيق كانت أمام ناظرينا ولم نلاحظها على الرغم من وضوحاها، وفي لحظة خاطفة تشرق فكرة تدهشنا ونظن أنها تزورنا أول مرة، مع أنها موجودة من بدايات الحياة. نسأل، على سبيل المثال، هل نحن الذين نختار الدروب والمسارات، أم هي التي اختيارتنا؟ وهل كانت ييارتنا صائبة، أم إنها «صبية»! حلت بنا وسهلنا لها العبور إلى يياتنا لتكون أحد الأخطاء التي اقتربناها مع سبق الإصرار والترصد؟

أرى أننا نسير في اتجاه إيجاري منذ رأينا سوراً أول مرة وحثّه على الذهاب، وأن كل السبل التي سلكناها بمحض إرادتنا وخيارنا الحر لن تفلّي في تغيير الاتجاه الإيجاري المرسوم لنا، وهنا أستحضر أغنية محمد عبد الوهاب «من غير له» التي تطرح سؤالاً وجواباً يقول: (مشاورين.. يوم تفرّحنا.. يوم تجرّحنا وإحنا عارفين غربة ليالينا.. يوم تفرّحنا.. يوم تجرّحنا وإحنا عارفين ليه).

منذ البداية ونحن نبحث مما يسعدنا ويريحنا، لكننا نصل يوماً إلى ميتانا، نجد الدروب السالكة نحو جنة الحياة المسحورة التي تلقي بنا ليس كعابرين للحياة، بل كفاعلين فيها وأصحاب رسالةً عنوانها الحب، وتفرّعاتها النبل والخير والباقي.

كنت أظن أن رحلتي مستمرة نحو عالم شئونه الحياة والحب

والتحليق في آفاق لا حدود لها وأن الفرج آت حالها، نسيت أن

نهایات تلك الدروب إن تكون كما حلّمت بها، وأنها قد تقارب رأساً

على عقب، وأن السعادة التي نبحث عنها تسبّبتنا بمراحل وتدفعنا

المرة تو الأخرى إلى اللحاق بها، لكننا نفشل، ونعود ونكتشف

من جديد أننا لستنا من يمتلك صنع النهایات السعيدة، واتخاذ

القرارات الصحيحة، وأتنا لنجيد خطوة واحدة عن هذا الاتجاه

الإيجاري.

كثيرة هي أحلامنا التي لم تتحقق، ونادرًا جدًا أن تترجم أجزاءً

صغرى من الأحلام، حتى في أمور تبدو أنها في متداول اليد.

يختطفنا الوقت من زماننا، يسرق منا أجمل أيامنا، يلفينا حطاماً

على قارعة العمر، نصحو من غفوتنا لنجذبنا وقد وصلنا المحلة

الأخيرة، علينا الترجل، وإن خطواتنا الأولى كانت بارة عن

رحلة في طريق طويل واتجاه واحد محفوظ، لا وجود لشارع ذات

اتجاهات وتفعّلات مختلفة ومتنوعة، وإن سرتنا بالفعل في مثل

ذلك المسالك، لأنها ببساطة تصيب في نهاية المطاف في ذلك «الاتجاه

الإيجاري».

قلت ذات مرة: نحن زوار عابرون في هذه الدنيا، عندما ينكسر

الوقت وتذهب الدقاقة من ساعتها، وتلذّعقاريها بعنف وفقد،

وعندما يصمت الكلام، وتهجّم العتمة من دون استثناء، نعرف

أننا اقتربنا خطوةً إهداً سنوات عمرنا في قاتم الحياة.

اليوم أدرك معنى هذه الفكرة، وأدعى أنني تأثرت بما لفهم الناس

الزمان، ويسعون لهم ساهمو في كتابة تاريخهم في هذا الزمان،

وأنهم لم يحاولوا القاطف ثانية تشبه وضحة برق كاتد تغیر مسار

حياتهم، وبما كانت ستقوهم إلى ذلك الفردوس المفقود الذي

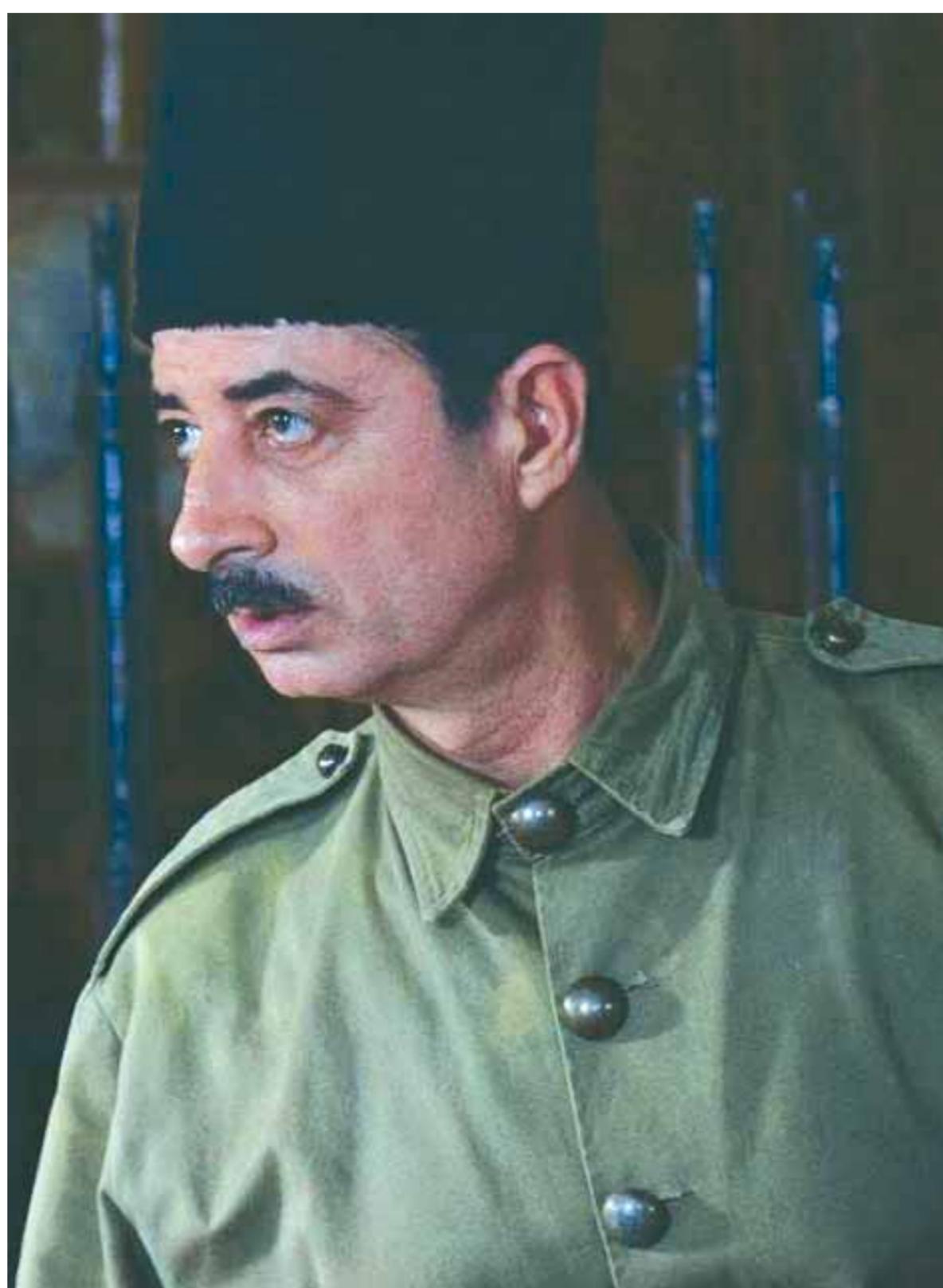
نبث عنه جميعاً على مدار الدهور والغضور.

سنواصل السير في الاتجاه الإيجاري، وستقوتنا «خطاوبينا» إلى

مشاورين تفرّحنا حيناً، وحزّنا حيناً، ولن توقف في أي محطة،

لأن الحياة لا تعرف التوقف أبداً!

أندريه سكاف رئيس الكراكون



| الوطن

الممثل السوري النجم آندريه سكاف في أحد مشاهد مسلسل «حريم الشاويش»، ويؤدي فيه شخصية «نشأد اليوبيashi»، رئيس الكراكون.

يسرا تدخل قاعات المحاكم



سباق يُفرق ١٧ شخصاً

وكالات

تواصل الممثلة المصرية يسرا تصوير مشاهد مسلسلها الجديد «أدبنا أقول أخرى»، وهي من إخراج المخرج أحمد حمدي، وتدور أحداث العمل في داخل قاعات المحاكم، ولتنبّه بذلك من عدم اشتغالها بالقضاء، وتقديرها لدور المحامي، وتختتم في العدد السادس منه.

وكالات

بعد انطلاق قاربين خلال سباق جنوبي الصين في مدينة قويلين، تم العثور على ١٧ شخصاً غرقاً أثر الحادثة.

وفاة شريك الحياة في مرحلة متأخرة مرتبطة بضعف الإدراك

وكالات

قال باحثون إن كبار السن الذين يقدون شريك الحياة يمكنون أكثر عرضة للإصابة بضعف الإدراك فيما بعد وهو ما يتطلب توفير المزيد من المراقبة والدعم لهم.

وفي دراسة شملت ما يقرب من ٧٠٠٠ بن كبار السن في منتصف العمر وأكبر من ذلك بما يقارب الإدراك على الجميع لكنه ظهر بدرجات أعلى وبوتيرة أسرع على من فقدوا شركاءهم بغض النظر عما إذا كانوا كروراً تجربة الزواج.

وأقل من ذلك على قيد الحياة يحمي فيما يبدو من ضعف الإدراك المرتبط بفقدان الشريك.

وقال باحث آخر في نفس المشاركة في هذه الدراسة جيون كيم: «بينما كانت تتوسع اكتشافاً آخر فقدان الشريك في ضعف الإدراك فوجئت بالآثار الوسائلية لوجود شقيق واحد على الأقل على قيد الحياة أو تحصيل مستوى أقل من التعليم».

و واستناداً إلى نظرية تقول إن زيادة الضغوط تساهم بمرور الوقت في ضعف الإدراك وإن وفاة شريك الحياة قد تزيد من التوتر، حلل الباحثون بيانات ٧٦٦ أميركيًّا فوق سن الخمسين في الفترة بين عامي ١٩٩٦ و ٢٠١٢.

ونخصت الدراسة حالات الأشخاص ودرجات اختبارات وظائف الإدراك وغيرها من العوامل التي تضمنت الحerman والتعليم والزواج مرة أخرى والحالة الصحية والعرق وأفراد العائلة الذين ما زلوا على قيد الحياة.

واعتمدت أسلمة وظائف الإدراك على أداء مهام مختلفة منها تذكر الكلمات على الفور أو تذكرها ببعض الوقت أو العد التنازلي من رقم ٢٠ والقدرة على تسمية الأشياء وتذكر البيانات وحتى اسم الرئيس الحالي ونائبه.

وأظهرت التحليل أن ٢٤٢ شخصاً في الجملة فقدوا شركاءهم وأن معظم من تجاوزت أعمارهم السبعين فقدوا شركاءهم من انتهاء

حنان ترك: الحجاب لم يمنعني من التمثيل



رياضة التأمل تعزز صحة القلب

وكالات

أظهرت دراسة أمريكية حديثة أن ممارسة رياضة التأمل ساعة يومياً يمكن أن تقلل من مشاعر القلق وتعزز صحة القلب. وتبين الدراسة التي أجريت على مجموعات مختلفة من الأشخاص الذين مارسوا رياضة التأمل لجلسات واحدة انتهت بـ ٦٠ دقيقة أن تلك الكتابة خفضت من تension المفهوم.

وينظم امتحان المسابقة في ١٦ من أيار المقبل عند الساعة العاشرة في القاعة الثانية في مكتبة الأسد الوطنية على أن تعلن النتائج وتوزع الجوائز في حفل رسمي يقام في تشرين الأول بمكتبة الأسد الوطنية.

وتشمل المسابقة جميع الفئات العمرية حيث يمنح الفائز الأول ٧٠ ألف ليرة سورية والثاني ٦٠ ألف ليرة سورية والثالث ٥٠ ألفاً وكل فائز من أولئك الحفظة عنوان من طبعات هيئة الكتاب حول علوم العربية وأدابها.

قالت الفنانة المصرية حنان ترك إن ارتداءها للحجاب لم يمنعها من التمثيل بشكل قاطع، وإنها قامت بأداء آخر من ٦ مسلسلات بعد ارتدائها للحجاب.

وأضافت إنها فضلت اعتزال التمثيل فيما بعد، بمعدل عن الحجاب، حتى تتفرّغ لتربيتها أولادها.