الوطن

عينٌ على الوطن...

سورية يومية سياسية مستقلة

الأربعاء ١٨ تموز ٢٠١٨ | الموافق ٥ ذو القعدة ١٤٣٩ هـ | العدد ٢٩٤٥ السنة الثانية عشرة | الناشر | الشركة العربية السورية للنشر والتوزيع | www.alwatan.sy | Al-Watan | Daily Syrian Independent Political Newspaper | July 18, 2018 | No. 2945 | 12th year

«إيفاد التراث الثقافي السوري للأجيال القادمة»

الوطن

برعاية وزير الثقافة محمد الأحمد، تقيم المديرية العامة للآثار والمتاحف بالتعاون مع برنامج الأمم المتحدة الإنمائي ومعهد كاشيهارا للآثار ندوة بعنوان «إيفاد التراث الثقافي السوري للأجيال القادمة» يوم غد الخميس في التاسعة صباحاً في المتحف الوطني بدمشق.

«معرض الفن التشكيلي الجماعي»

الوطن

يفتتح اتحاد الإذاعات والتلفزيونات الإسلامية ومركز الثقلين الخيري «معرض الفن التشكيلي الجماعي» بعنوان «المقاومة خيارنا» مساء غد الخميس في السابعة مساءً في قاعة المعارض في دار الأسد للثقافة والفنون، ويستمر لغاية ٢٦ الشهر الجاري من الخامسة حتى السابعة مساءً عدا الجمعة.

اكتشاف سبب اكتساب الوزن الزائد

وكالات

توصلت دراسة أجرتها جامعة Aberdeen والأكاديمية الصينية للعلوم إلى أن تناول الكثير من الأطعمة الدهنية هو السبب الوحيد لزيادة الوزن، وليس تناول الكربوهيدرات.

وبذل الباحثون الكثير من الجهد لسنوات لمعرفة ما إذا كانت الدهون والبروتينات أو الكربوهيدرات، هي السبب في زيادة محيط الخصر.

وقدم الباحثون ما مجموعه ٣٠ حمية مختلفة للفئران على مدى ٣ أشهر، أي ما يعادل ٩ سنوات للبشر. وتم إجراء أكثر من ١٠٠ ألف قياس لتغيرات وزن أجسام الفئران، بما في ذلك استخدام جهاز التصوير بالرنين المغناطيسي الصغير لتقييم الدهون في الجسم.

ووجد الباحثون أن الفئران التي خضعت لحمية غذائية غنية بالدهون، استهلكت معظم السعرات الحرارية لأن الدهون حفزت مراكز المكافأة في أدمغتها.

وقال البروفيسور جون سبيكمان، الذي قاد الدراسة، إن النتائج الجديدة تقدم فكرة جيدة حول ما قد تفعله الأنظمة الغذائية المختلفة بالبشر. كما أوضح أن نتيجة هذه الدراسة لا لبس فيها، حيث أدى وجود الدهون في غذاء الفئران إلى زيادة وزنها. وأظهرت الدراسة أن الجمع بين السكر والدهون ليس له تأثير أكبر من الدهون وحدها. خلال الثمانينيات والتسعينيات، كان من الشائع جداً أن العامل الأكثر أهمية في زيادة الوزن، هو محتوى الدهون في غذائنا.

ومع ذلك، في الألفية الجديدة اقتُرح أن هذا التركيز على الدهون في غير محله، وكان العامل الرئيسي في زيادة السمنة هو الكربوهيدرات المكررة. وتم نشر العديد من الكتب ذات الشعبية الواسعة في تلك الفترة، ما يوحي بأن تناول الدهون قد يحمينا بالفعل من السمنة.

محمد الأحمد في السينما مجدداً

وكالات

الممثل السوري النجم محمد الأحمد في أحد مشاهد فيلم «نجمة الصبح» للمخرج جود سعيد.

من دفتر الوطن

الأخرس الفصيح!

عبد الفتاح العوض

ثمة ظاهرة لافتة في المجتمع لها علاقة بالقدرة على إبداء الرأي.

فنحن في مجتمع يحاسب الناس على آرائهم، ويتم تقييمهم على هذا الأساس، بل يتم التعامل معهم قرباً وبعداً بناء على ما يقولونه، لهذا فإن الظاهرة تنوس بين ألا يبدي الإنسان رأياً وأن يحتفظ به، وعليكم أن تراجعوا كم المقدسات والمأثورات والحكم التي تمتدح الصمت وتذم الكلام، أو أن يقدم الإنسان رأيه كما يشتهي جليسه، بحيث يتعامل مع الرأي كسلعة المهم أن ترضي الزبون.

تقنية إرضاء الآخر تقوم أولاً على معرفة ما يحب سماعه، ثم يبدأ في العزف على رغبات وآراء الجليس وخاصة إذا كان من ذوي الأمر.

إذا أردت أن تقارن بين ألا تبدي رأيك وبين أن تبدل رأيك حسب الطلب فإنه بالمقارنة يبدو أن تلون الرأي أسوأ جداً من الاحتفاظ به.

ولعل هذه الحالة ليست جديدة على المجتمع السوري لكنها في سنوات الحرب أصبحت أكثر وضوحاً، ورغم تنافر الآراء والمواقف فإن «البعض» بقي يحافظ على هذا التلون البشع.

النموذج الذي أراه أكثر فجاجة في هذه الظاهرة أولئك الذين غادروا سورية، وبغض النظر عن سبب المغادرة، وبلا أي حق للوم فإن الشيء المثير للاستغراب أن يتحول الأخرس فيهم إلى الفصيح!

وهو في بلاد أخرى أوروبية أو خليجية أو غير ذلك فإن مستوى الفصاحة لديه يرتفع لدرجة أنه يصبح ناقداً لكل شيء.

ولاشك أن في سورية الكثير الكثير مما يستحق النقد والانتقاد، وأكثر منه ما لا يعجب معظم السوريين.

لكن هؤلاء أصبحوا أكثر كفاءة في النقد والكلام ما إن وصلوا إلى مطارات تلك الدول أو إلى شواطئها! هؤلاء كانوا أكثر سرعة على «الاندماج» مع مجتمعاتهم الجديدة وأصبحوا يتحدثون عن سورية كما لو كانوا «مستشرقين» زاروها في رحلة بحث تاريخية ثم عادوا إلى بلدانهم الأصلية وآن الأوان ليكتبوا عما شاهدوه وسمعوه وعايشوه في رحلتهم «القصيرة»!

والغريب أن معظمهم كان يعمل لمصلحة مؤسسات «رسمية» جداً، غالباً ما أحاول أن أجد أعذاراً للآخرين، وبشكل أو بآخر أفتش عن هذه الأعذار لكن في حالة هؤلاء لم أجد لهم عذراً.

قضية حق إبداء الرأي والأسلوب الذي تبدي به الرأي تحتاج إلى ثقافة مجتمعية عامة.

للأسف لا نمتلك هذه الثقافة حتى الآن، ولاشك أن حياة سياسية طبيعية تحتاج إلى تنمية مهارات القدرة على التعبير وإبداء الرأي مع كل الاحترام للآراء الأخرى.

بين الصمت وعدم إبداء الرأي وبين التطرف في التمسك بالرأي علاقة ما تشبه علاقة إخوة الرضاعة من الجهل. كل الحالات خاطئة ويبدو أننا نعانيها وإذا فكرنا بالحلول لهذه الظواهر بالتعامل مع التعبير عن الرأي فسنحتاج إلى شبكة معقدة من الاقتراحات، وكلها تحتاج إلى وقت طويل لأننا نتحدث عن ظاهرة اجتماعية لا يمكن تغييرها بسهولة أو في وقت قصير.

بين أن نحتفظ بآرائنا خوفاً أو نبديها غروراً تكمن الفضيلة.

أقوال:

لا يمكننا أبداً التأكد من أن الرأي الذي نحاول كبته رأيٌ خاطئ، ولو كنا متأكدين فكبته سيظل إثماً. – جون ستيوارت ميل

الإنسان الذكي كالإنسان الغبي، كلاهما يعد من يخالفهما في الرأي إنساناً غبياً. – فيودور دوستويفسكي

من نكد الدنيا أن يكونَ الرأيُ لمن يملك، لا لمن يرى. – المهلب بن أبي صفرة.

نؤمن بوجود العالم الآخر، لكنَنا لا نَؤمن بوجود الرأي الآخر.

قتلوا ٢٩٢ تمساحاً انتقاماً لصديقهم

وكالات

قتل سكان من مدينة سورونغ بمقاطعة بابوا الغربية في إندونيسيا جميع التماسيح في مزرعة محلية انتقاماً لمقتل أحد أصدقائهم.

ونشرت صحيفة «The Jakarta Post» أن عاملاً في مزرعة إنتاج «التوفو» (جبن مصنوع من حليب الصويا) يدعى سوغيتو (٣١ عاماً) كان يجمع الأعشاب للماشية من مزرعة التماسيح في المنطقة حين هاجمه تمساح فيها.

وسمع السكان المحليون أصوات صراخه وهرعوا لإنقاذه، لكنهم وصلوا متأخرين ليجدوه ميتاً بفعل هجوم التمساح.

وهجم أصدقاء سوغيتو، بعد أن دفنوه في اليوم التالي، على مزرعة التماسيح المحلية بالسكاكين والهراوات، وقتلوا كل التماسيح فيها من صغيرها إلى كبيرها.

وقال المدير العام لوكالة حماية البيئة في إقليم بابوا الغربية، باسار مانونلانغ إن قتل التماسيح بشكل جماعي خرق لقوانين حماية الملكية الشخصية، والتماسيح هي أيضاً من مخلوقات الله التي تحتاج إلى الحماية أيضاً.

تامر حسني يسيطر عربياً

وكالات

يحقق الفنان المصري تامر حسني نجاحاً منقطع النظير بعمله المصوّر الجديد «عيش بشوقك».

الكليب الذي حصد نسب مشاهدة قياسية تخطت مليوني مشاهد في ٢٤ ساعة، وتصدر قوائم الفيديوهات الأكثر رواجًا عبر موقع «يوتيوب».

الوحدة معدية وقد تكون قاتلة

وكالات

تعد الوحدة حالة شائعة تؤثر في واحد من كل ٣ بالغين، حيث تدمر الدماغ وجهاز المناعة ويمكن أن تؤدي إلى الاكتئاب وزيادة خطر الوفاة قبل الأوان بقدر تأثير التدخين في حياة الإنسان.

وفي حال كنت تشعر بالوحدة، فأنت تميل إلى الشعور بمزيد من التوتر في المواقف التي يتصدى لها الآخرون بشكل أفضل، وعلى الرغم من حصولك على قسط كاف من النوم، إلا أنك لا تشعر بالراحة خلال اليوم.

ولا تشير الوحدة بالضرورة إلى عدد الأشخاص الذين تتحدث معهم أو عدد معارفك، حيث يمكن أن تمتلك العديد من الناس حولك في ظل شعورك بالوحدة التي ترسخ التناقض بين عدد ونوعية العلاقات التي تريدها، وتلك التي لديك بالفعل.

ويمكن أن يكون لدى الفرد صديقان فقط، ومع ذلك، قد يشعر بأنهما يلبيان الاحتياجات التي لا تجعله يشعر بالوحدة. كما يمكن أن تعيش بين حشد من الناس وتشعر بالوحدة.

وفي بعض الأحيان، يعتقد الناس أن السبيل الوحيد للخروج من الشعور بالوحدة، هو مجرد التحدث إلى عدد قليل من الأشخاص. ولكن على حين إن ذلك يمكن أن يساعد، تدفعنا الوحدة للتصرف ورؤية العالم بشكل مختلف، من خلال ملاحظة التهديدات في البيئة المحيطة بشكل أكثر سهولة، وتقدير الأشخاص الذين نتفاعل معهم بشكل أكبر.

ويمكن للأشخاص الذين تتحدث معهم أن يشعروا بذلك، ما يدفعهم إلى الابتعاد عنك، ومن ثم استمرار دورة الوحدة الخاصة بك.

وأظهرت الدراسات أن الأشخاص غير المعزولين الذين يقضون أوقاتهم مع الناس الوحيدين، هم أكثر عرضة لأن يشعروا بالوحدة، لذا تعد معدية مثل السعادة.

ويُقال إن الرجال الوحيدين أقل مرونة، ويميلون إلى الاكتئاب أكثر من النساء الوحيدات، وذلك لأنهم قد لا يعترفون بأنهم يشعرون بالوحدة ويميلون إلى الانتظار لفترة طويلة قبل طلب المساعدة.

وللتغلب على الشعور بالوحدة وتحسين الصحة النفسية، هناك ممارسات معينة يمكننا القيام بها، بما في ذلك زيادة عدد الأشخاص الذين تتحدث معهم، وتحسين المهارات الاجتماعية وتعلم كيفية مجاملة الآخرين.

ولكن، يبدو أن العامل الأهم يتمثل في تغيير تصوراتك للعالم من حولك والابتعاد عن التفكير بالجوانب السلبية للحياة.

وفاة عارضة الأزياء أنابيلا نيلسون

وكالات

فارقت عارضة الأزياء أنابيلا نيلسون، الزوجة السابقة للمليونير نات روتشيلد الحياة، عن عمر يناهز ٤٩ عاماً.

وأكدت الشرطة البريطانية أن سيارة إسعاف كانت قد ذهبت إلى منزل الراحلة الذي تبلغ قيمته ٣,١ ملايين يورو (٤,١ ملايين دولار) في تشيلسي بمدينة لندن، لنقل جثمانها.

ذبابة تقلب شاحنة!

وكالات

انقلبت شاحنة كبيرة في ولاية إنديانا الأميركية في حادث سير غريب تسببت به ذبابة أزعجت السائق. وقال موقع «UPI» الإخباري: إن ذبابة دخلت عبر النافذة إلى قمرة قيادة شاحنة كانت تسير على الطريق السريع «I–٦٥».

وحاول السائق التخلص منها إلا أنه فقد السيطرة على مقود الشاحنة التي اصطدمت بسياج معدني على حافة الطريق ثم بحاجز خرساني.

وانفصلت المقطورة عند الاصطدام وانتشرت محتوياتها التي تزن ١٩ طناً من اللفافات البلاستيكية على الطريق، وعرقلت حركة المرور في مكان الحادث.

وغرم السائق بمبلغ مالي لانتهاكه قواعد السير، لكنه لم يصب بجروح خطرة، ورفض المساعدة الطبية. ولم يعرف مصير الذبابة «المجرمة» بعد.

«قنبلة حمم» تضرب قارباً وتصيب العشرات

وكالات

صرحت إدارة الإطفاء في جزيرة هاواي بأن «قنبلة حمم» تتكون من قطعة طائرة من الصخور المنصهرة، اصطدمت بقارب كان يقوم بجولة في المحيط وأدت إلى إصابة من كانوا على متنه.

وأحدثت «قنبلة الحمم» ثقباً في سقف القارب الذي كان يجري جولة بالقرب من جزيرة هاواي الكبيرة، وأدى ذلك إلى إصابة ٢٢ شخصاً على الأقل، من أصل ٥٢ كانوا على متنه.

ووصفت إحدى الإصابات بالخطرة، وتلقى ١٠ أشخاص العلاج فور وصول القارب إلى ميناء وايلوا، بينما نقل الباقون إلى المستشفى.

ولم يكن السياح الذين غامروا في رحلة محفوفة بالمخاطر يتوقعون «الاستحمام» بالحمم البركانية، إلا أن الشركة التي نظمت الرحلة كانت قد وعدت بـ«تجربة تغير الحياة».

وتعرف «قنبلة الحمم» بأنها ظاهرة طبيعية تحدث عندما تختلط التدفقات الساخنة من الحمم البركانية مع مياه المحيط الباردة، ما يؤدي إلى حدوث انفجار.

وأصدرت إدارة الأراضي والموارد الطبيعية في هاواي بياناً قالت فيه: إن التقارير الأولية تشير إلى أن القارب كان يبحر خارج منطقة الأمان المحددة من خفر السواحل الأميركي في اللحظة التي تعرض فيها لقنبلة الحمم.