



من دفتر الوطن

الألم ورصاص القلم

حسن م. يوسف

لست من أنصار معادلة الكلمة الرصاصة، والصورة الصاروخ، لأن بعض من يستخدموا هذه اللغة أرادوا إجحاف الكلمة والصورة مكان الرصاصة والصاروخ، فكان أن أفسدوا دور الكلمة والصورة والرصاصة والصاروخ في آن معًا! رغم ذلك أود أن أشير إلى مناسبة دخول الحرب على سوريا عامها الحادي عشر، إن دور الكلمة والصورة في هذه الحرب لم يكن أقل خطورة عن دور الرصاصة والصاروخ. وقد استنجدت من خلال أحاجيي مع عدد لا يأس به من المواطنين السوريين، من مختلف فئات المجتمع، أنهن جميعاً يأتون على منقفي البلد، ويشعرون ببرارة مسكتون عنها إباء بورهم الملتبس في هذه الحرب.

قبل الخوض في تفاصيل هذا الموضوع العقق، أود أن أشير إلى أن المثقفين ليسوا فئة متاجنة، فهم ينحدرون من مختلف طبقات المجتمع، ومن الطبيعي أن تكون مواقفهم متباينة وأن يكون فيهم الخير والشرين، الوطني التزيه والتكتنقراتي المستعد لتأجير كفاهته لمن يدفع أكثر.

والحق أن ظاهرة اختراق المخابرات الغربية للأوساط الثقافية ليست جديدة، ولا تقتصر على منطقتنا العربية، بل هي ظاهرة عالمية. ففي النصف الثاني من القرن العشرين نجحت المخابرات الغربية في استدرج بعض الأدباء من روسيا وأوروبا الشرقية كي ينشقوا على أوطنائهم مثل الكسندر سولجيتنسي، وميلان كونديرا، وقد أدرك كل منهما تاليًا خطورة ما أقدما عليه، فندم الأول وعاد في آخر حياته إلى وطنه روسيا وتوفي هناك عام ٢٠٠٨. على حين يقي الثاني في فرنسا، لكنه رفض إطار (المنشق) الذي حاول الغرب حشره فيه، فعندما سُئل مرة: «هل أنت شيعي؟» أجاب «لا، أنا روائي». «هل أنت منشق؟» «لا، أنا روائي». «هل أنت من اليمين أو اليسار؟»، «لست من اليمين ولا من اليسار، أنا روائي فقط».

لست أسمع لنفسي بلعب دور القاضي، لكنني رغم ذلك أستطيع القول: إن المثقفين السوريين الذين وقفوا على الضفة الأخرى، يقتسمون إلى ثلاثة فئات خارجية خبابراتية أكبر التكتنقرات، وهؤلاء باعوا مهاراتهم ومواقفهم لجهات خارجية خبابراتية ذات واجهات ثقافية، وقبضوا الثمن، وما زالوا يبيعون وبقبضون.

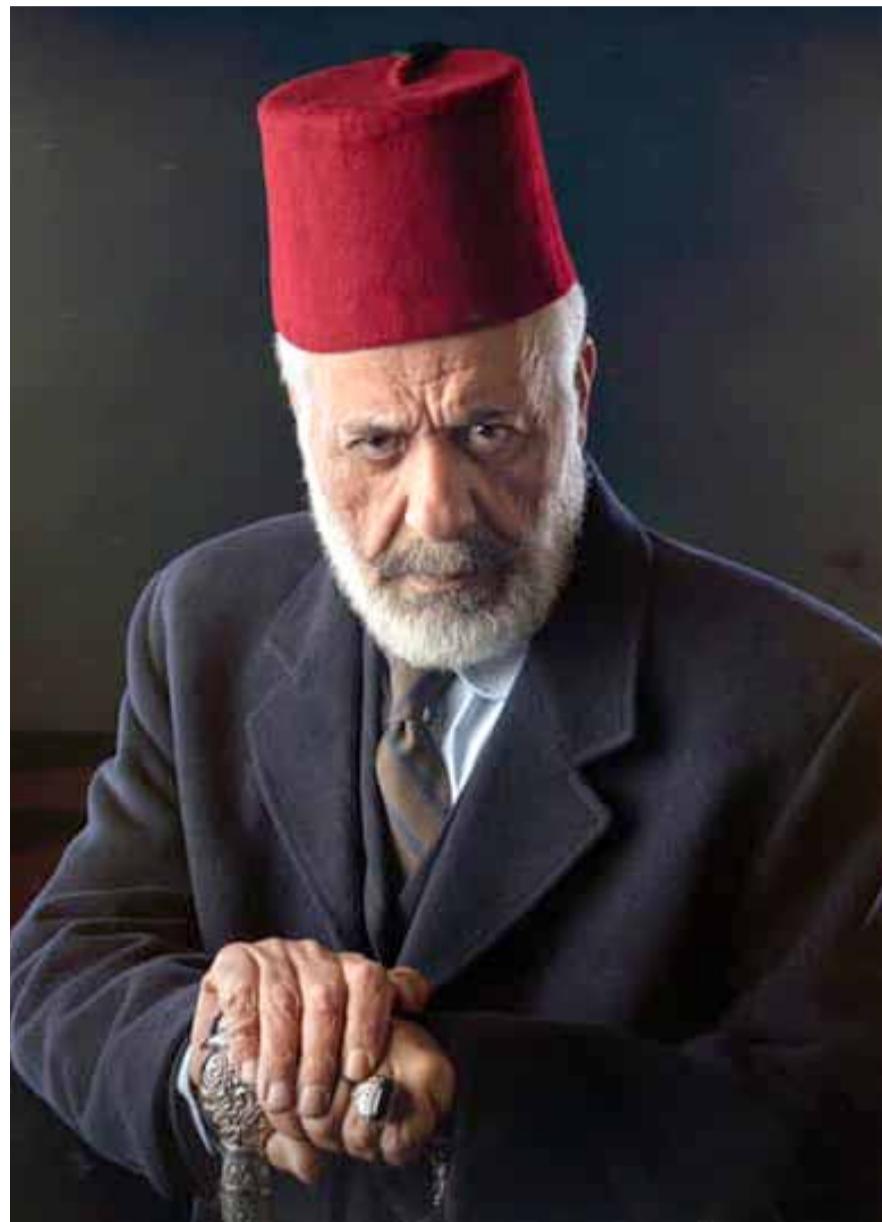
فتة المثقفين النافعين على الأوضاع، وهؤلاء ربطة مصيرهم بالفئة الأولى، وهم الآن يعانون، لأن الأفق بات واضحًا بالنسبة لهم، ولم تعد خدماتهم مطلوبة كما في السابق.

الفئة الثالثة تشمل المخلصين المخدوعين من بساطة المثقفين الذين استخدموه كثيراً، وقبضوا قليلاً، وهو حالياً بين ثاريين، إذ يجدون أنفسهم في منتصف النفق، العودة بالنسبة لهم غير مغربية ولا مجده، والاستمرار هو ضرب من الانتحار.

إلا أن الفتة الأكثر سوءاً وإثارة لشفتي واحتراري من كل ما سبق، هي فتة (المثقفين) الذين يقدمون خدماتهم مجاناً لاءاء وطنهم دون علم منهم، إذ يكرسون مهاراتهم الفكرية، وما يتمنون به من شعبية، لخدمة أغراض المخابرات الغربية، وخاصة في المرحلة الحالية، ويأتي على رأس هؤلاء من يعمون الياس وبخطفهم القدوة، وبثيرون الشوك حول الهوية الوطنية، وجدوا ما قدمه شعبنا من تحضيرات.

لست أريد أن أقلل من حجم معاناة إخوتي السوريين، فالحق واضح إذا نظرنا إليه من خارج المصالح، رغم ذلك، أرجو من الجميع أن يذروا من المشاركة في الحرب الباردة التي تستهدف عقولنا مجدداً، فقد ديدن محتتنا على جبهة الكلمة والصورة، ومن المرجح أن تحسن أيضاً على جبهة الكلمة والصورة.

أيمن زيدان يعاقب نفسه!



الوطن

الممثل السوري النجم أيمان زيدان من مسلسل «الكندوش» بشخصية «عزمي بيك»، وهو أحد نبلاء الأحياء الدمشقية، شخص غني يمتلك منظومة من القيم الأخلاقية، محاط بحب الآخرين، وهو يحبهم أيضاً، يتعرض لمشكلة شخصية فتغير مساره وتعطفه لمسار آخر، يقرر فيه أن يعاقب نفسه.

أطعمة تسبب العطش في رمضان

| وكالات

بحرص الصائم على تناول كمية كبيرة من المياه خلال ساعات ما بعد الإفطار لحماية جسمه في اليوم التالي من العطش والتعب، ومن المعروف أن هناك بعض الأطعمة التي تسبب العطش والتي ينصح بتجنب تناولها خلال الشهر الفضيل. وينصح خبراء التغذية الصائمين بالتوقف عن تناول بعض الأطعمة التي تسبب العطش، ومن أبرزها «المخللات والزيتون والأسماك المملحة والوجبات المثلجة بالبهارات». ومن البديهي استهلاك الأطعمة المملحة والمثلجة بالليمون الحامض والتوايل يزيد من حالات حموضة المعدة المزعجة خلال الصوم، وبالتالي يزيد حاجة الجسم لمعاجنة السوائل ويزيد الشعور بالعطش. لذا ينصح خبراء الصحة بتجنب الأطعمة المسيبة للعطش، وتناول كمية كافية من الماء بعد الإفطار وتناول الوجبات الغنية بالألياف وذلك بعض الفوائد وذلك يمنع الجوع والعطش خلال النهار.

الترمس يساعد على خسارة الوزن

| وكالات

يحب الكثيرون أكل الترمس ويبدو أنهم على حق. فهذا النوع من الحبوب يحتوي على عدد كبير من الفوائد، كما أنه يُعد حليناً للأشخاص الذين يريدون خسارة الوزن أو يعانون من ارتفاع مستوى السكر أو الكوليسترول الضار في الدم. ذلك أن الترمس يحتوي على نسبة مرتفعة من البروتين تفوق تلك الموجودة في اللحوم والبيض، لذا يمكن الاعتماد عليه من أجل بناء الكتلة العضلية. ولأنه غني بفيتامين B، يعزز تناول الترمس عملية الأيض ويساعد على التخلص من الدهون والكريبوهيدرات. كذلك فإن احتواه على الفيتامين B₉ يجعله فعالاً في تعزيز جهاز المناعة وفي تجديد خلايا الجسم. ومن الممكن تناول الترمس في حال المعاناة من السكري أو ارتفاع مستوى الكوليسترول السكري. وقبل استهلاكه، من الضروري تقعه لمدة كافية في الماء من أجل التخلص من مذاقه الماء. وفي المقابل، يجب الانتباه إلى عدم تناول كمية كبيرة منه في حال المعاناة من حساسية الفستق أو البقوليات أو ارتفاع ضغط الدم.

روسيا تطور سيارة طائرة مبتكرة

| وكالات

كشف الصندوق الروسي للدراسات المتقدمة عن تطوير سيارة طائرة مبتكرة تدعى «سيكلوكار». ذكرت قناة «روسيا اليوم» أن السيارة الطائرة الجديدة تتميز بمحارف دوارة مصممة لحمل ستة أشخاص وتتمكّن القدرة على رفع ٦٠٠ كيلوغرام من البضائع مع سرعة تصل إلى ٢٥٠ كيلومتراً في الساعة وأوضح الصندوق أن السعة المميزة لهذه المركبة الطائرة هي القدرة على الهبوط على سطح مائل حتى ٣٠ درجة والرسو على الأسطح الرأسية. يشار إلى أن «سيكلوكار» هي عبارة عن سيارة طائرة يتم تحميلها وتحريكها في الهواء بفضل المراوح الدورية والتي تتيح لها التحكم السريع في ناقل الدفع من خلال ٣٦٠ درجة ومستوى ضوضاء منخفض.

امرأة تعرف بقتل أطفالها الثلاثة

| وكالات

كشفت امرأة من ولاية كاليفورنيا الأمريكية أنها أغرقت أطفالها الثلاثة الصغار لتخلصهم من سوء معاملة والدهم، في خضم معركة خسانة بين الزوجين. وقالت لورا كاريلو: «لقد أغرقتهم، لم أرغب في تعرضهم لمزيد من الإيذاء، لقد وعدتهم عندما ولدوا أتنبي سأحصيهم، عانقتهم وقبّلتهم وكانت أعتذر طوال الوقت.. أحببت طفلها». وتتابعت: «أتمنى أن يكون أطفالها على قيد الحياة، نعم.. هل أتمنى أنه لم يكن علي فعل ذلك؟ نعم، لكنني أفضل عدم تعرضهم للتغذية وسوء المعاملة بشكل منتظم لحقيقة حياتهم». وتزعم كاريلو، البالغة ٣٠ عاماً، أن زوجها إريك دنتون، أساء جنسياً إلى الأطفال، وقالت إنها تأسف لقتلهما، لكنها شعرت أن هذا هو السبيل الوحيد للحفاظ على سلامتهم. وقالت كاريلو إنها قادت السيارة شمالاً وكانت تتوى قيادتها نحو منحدر وقتل نفسها، لكن السيارة علت في حفرة، وبدلاً من ذلك استقلت سيارة بعض الأشخاص الذين توّقوها لمساعدتها، وتم القبض عليها على بعد ٣٢٢ كيلومتراً شمال مكان الجريمة.

«على صفيح ساخن» «تريند» في عدة بلدان عربية



كشف المخرج السوري سيف سبيعي أن صفعه باسم ياغور للملة أهل بوشوشة في أول حلقات مسلسل «على صفيح ساخن» لم تكن حقيقة، بل شعر المشاهد أنها حقيقة نتيجة العمليات الفنية والتصوير قائلاً إن المشهد أعيد تصويره ٤ مرات.

وقال سبيعي في تصريحات صحفية، إن عمليات التصوير أنتهت مساء أول من أمس بعد ٨٢ يوماً من العمل والتصوير في العشرات من المفاجآت كاشفاً أن هناك العديد من المفاجآت القادمة والتحولات إلى مستوى كل شخصيات المسلسل وتستمر هذه التحوّلات حتى الحلقات الأخيرة من المسلسل.

وقال سبيعي إنه سعيد لكون المسلسل المكتوب بطريقة حرفة عالية أصبح «تريند» في عدة بلدان عربية، وأضاف أنه عمل مع فريقه بحيث تبدأ أحداث المسلسل مباشرةً منذ الحلقة الأولى رافضاً فكرة أن تكون الحلقات الأولى من المسلسل للتعريف عن شخصيات العمل، لكنه طهوها لأن هذا يمكن أن يحد من تأثيره. ومن المهم في هذه الحالة تحبّلها طازجة والحرص على تفضيلها مشوّهة في الفن أو مطهوة على البخار.

ما هو الليكتين الذي يبطئ عملية الهضم؟

| وكالات