

رحيل الأديب والناقد وفيق سليطين

الوطن



رحل الأديب والناقد السوري وفيق سليطين عن عمر ستين عاماً. الراحل من مواليد اللاذقية عام ١٩٦١، حصل على دكتوراه في اللغة العربية وآدابها في جامعة القاهرة باختصاص أدب

ونقد، وهو أستاذ في كلية الآداب في جامعة تشرين. عمل سابقاً رئيساً لقسم المكتبات والمعلومات، وعضو اتحاد الكتاب العرب، وعضو تحكيم جائزة المزرعة الأدبية وعضو هيئة تحرير في مجلة «دراسات في اللغة العربية وآدابها». حاز جائزة وزارة الثقافة بدمشق عام ١٩٩١، وجائزة المنظمة العربية للتربية والثقافة والعلوم عام ١٩٩٨. له الكثير من المشاركات في الندوات الأدبية والعديد من المؤلفات.

خطر تناول الحلويات مع القهوة

وكالات

حذر خبير التغذية الروسي بافيل إيسانبايف، من ضرر الجمع بين شرب القهوة وتناول الحلويات في الوقت نفسه. وقال: «إن القهوة غالباً ما تشرب مع الحلويات، لكن الحلويات والقهوة لا يجتمعان، لأن القهوة تزيد مؤقتاً من مستويات الجلوكوز في الدم».

وشرح: «عند تناول القهوة مع الحلويات، يرتفع مستوى الجلوكوز بشكل مفرط ثم ينخفض بشكل حاد. قد يحدث نقص السكر في الدم، ما يولد أعراضاً مثل الضعف والدوخة والتعرق».

ويمكن أن يرتبط شرب الكثير من الكافيين بزيادة القلق واضطرابات النوم فعندما يستيقظ المرء في الصباح متعباً ويشرب القهوة ليشعر بالنشاط ومن ثم لا يستطيع النوم ليلاً لأنه شرب الكثير من القهوة، فهذا ما يسمى بالدورة السامة للقهوة.

ويعتقد العلماء أن القهوة لا تسبب الإدمان مثلما يدمن الناس المخدرات، لكن هذا لا يعني أنها لا تسبب أعراض الانسحاب الممنطة بالتعب والصداع والأرق إذا قررت أن تتوقف فجأة عن شرب الكثير من القهوة التي اعتدت عليها.

من سعد هينه إلى الجندي السوري



الوطن- تصوير: طارق السعدوني

الممثل السوري النجم سعد مينة في المؤتمر الصحفي الخاص بإطلاق مسلسل «لأنها بلادي» للمخرج نجدة أنزور، حيث أشار إلى أن مشاركته في العمل بمنزلة تقديم وردة صغيرة للجندي العربي السوري الذي حارب ودافع عن بلده في وجه الإرهاب العالمي.

من دفتر الوطن

إيه.. في أمل!

عصام داري



أول هدية تلقيتها من فتاة في حياتي كانت من بنت الجيران أمل، من يومها أدركت أن الأمل موجود في حياتنا، قلت يومها: «إيه.. في أمل!»، وبذلك سبقت زياد الرحباني وفيروز بحوالي نصف قرن!

القصة أنني كنت أمر في حارتنا وإذا بالصبية الساحرة أمل تتناديني باسمي وتطلب مني كتاباً مدرسياً لم أعد أذكر اسمه، لكنه كتاب للصف الخامس الابتدائي، نعم سيدي، لقد دخلت في عالم الغرام وأنا في الصف الخامس، ومازلت غارقاً في هذا العالم الجميل، ولا أدري متى يشفييني الله من مرض الغرام والعشق والهيام!

أومات لها بأنني سأفعل فوراً، لم أستطع النطق بكلمة واحدة، في تلك اللحظة كنت أسمع نبض قلبي إلى درجة أنني لم أعد أسمع ضجيج الحارة وأصوات البائعين وصراخ الأطفال وهم يتخاطفون كرة بلاستيكية يلهون بها. أردت أن أهول أو أركض إلى البيت لإحضار الكتاب لكنني خشيت أن تلحظ لهفتي وتضحك من ارتباكي أمام حسننها الأثني الأخاذ، وما إن دخلت إلى البيت توقفت ملياً لألتقط أنفاسي ومن ثم إحضار الكتاب.

أين الهدية في كل ذلك؟ باختصار قد تكون ابتسامتها وكلماتها القليلة وشعرها الذي تداعبه النسيمات هي أعلى هدية، لكن ما أقصده هو هدية مادية وهي الهدية التي تلقيتها من أمل بعد يومين إذ فتحت الكتاب لأجد وردة جورية مجففة وخصلة ياسمين، عندها شعرت أن الكتاب بإمكانه أن يعطر الكون كله، أو على الأقل مجرتنا، درب التبانة.

لا أخفيكم سرّاً أن سبب هذا الاهتمام بالفتاة الجميلة أمل هو أنها كانت مرغوبة من كل فتیان الحي، وإذا حدث وابتسمت لشاب أو فتى فإنه يطير فرحاً وتصير الابتسامة حديث الناس وتشبه إلى حد كبير الهبوط على سطح القمر!

ولأنها كانت مرغوبة إلى تلك الدرجة كنت أتجنبها لاعتقادي بأنني لن أحصل ولا على ريع ابتسامتها من صبية سحرت الجميع، حتى أبي كان يختلس النظر منها عندما يمر من تحت نافذتها، لذا كانت المفاجأة عندما طلبت الكتاب، والمفاجأة الأكبر عندما أعادته وهو يحمل في رحمه ورداً وأزاهير تنعش الفؤاد.

من يومها وأنا أدافع عن الأمل وأوزع رسائل صباحية عبر حسابي على الفيسبوك حالياً وعبر لقاءاتي وكتاباتي سابقاً ولاحقاً، وأقول على مدار الساعة: إيه.. في أمل، لكنني دائماً عندما أكتب عن الأمل تقفّر أمل، بنت الجيران، من بين الكلمات والحروف وتسحرنني بتلك الابتسامات ذاتها!

منذ أيام شاهدت أمل من بعيد وهي تعبر الشارع، صدقوني شعرت بالارتباك نفسه الذي شعرت فيه يوم أهدتني زهورها وورودها، و... حبها، لكنني هذه المرة ابتعدت مسرعاً قبل أن تلحظ وجودي وارتباكي، والمفاجأة كانت أن ابتسامتها العذبة لم تتغير على الرغم من كل السنوات التي مرت علينا، وهذه الابتسامات نفسها التي جعلتني لا أندم على انحيازي إلى معسكر المدافعين عن الأمل على الرغم من كل ما مررنا به من تجارب ونكسات وأزمات، إن كان على المستوى الشخصي أو على مستوى الوطن.

ويا أمل التي أشرقت ابتسامتك على الروح والنفس، ويا من عطرت أزاهيرك مجرة درب التبانة، أعود اليوم لأقول لك: نعم، و.. إيه.. في أمل.

منشفة مقلية في وجبة طعام

الوطن

وكالات

بعد النجاح الكبير الذي حققه مسلسل «الهيبة»، بدأ أخيراً عرض العمل على إحدى القنوات الهندية بعد دبلجته إلى اللغة الهندية. ويعرض العمل على إحدى القنوات الهندية يومي الخميس والجمعة من كل أسبوع ويلقي رواجاً كبيراً في الشارع الهندي. يذكر أن النجوم تيم حسن ومنى واصف وعيدو شاهين وعبد المنعم عماديري وآخرين يواصلون تصوير مشاهدهم في الجزء الخامس والأخير من المسلسل الذي يحمل عنوان «الهيبة جبل».

أصبحت فتاة بصدمة كبيرة، بعدما اشترت وجبة دجاج مقلية من أحد المطاعم المحلية للوجبات السريعة بجزيرة كورسيكا الفرنسية، لتكتشف أن ما حصلت عليه ليس إلا منشفة قاسية الملمس وتم قليها جيداً في الزيت. وعبرت الفتاة عن استيائها مما حدث معها، قائلة: «هذا أمر مزعج حقاً، كيف نؤضع المنشفة في الخليط وتقلي في الزيت، لم أكن أعتقد أن الشكاوى التي يقولها البعض حقيقة، إلى أن شاهدت بنفسني ما حدث معي، ذلك أمر مثير للاشمئزاز ومرح لل غاية». وأضافت: «الآن، لا أستطيع حتى التفكير في الدجاج على الإطلاق، ولا كيفية قلي الدجاج للزبائن، في الزيت نفسه الذي تم قلي المنشفة فيه».

«الهيبة» يصل الهند



«كورونا» قد يتسبب في فقدان الدماغ

وكالات

كشفت دراسة حديثة أجراها باحثون في المملكة المتحدة أن فيروس كورونا قد يؤدي إلى فقدان بعض المرضى حاستي الشم والذوق إلى الأبد، كما قد يتسبب في فقدان الدماغ على المدى الطويل. وأوضح الباحثون أنه قد يكون هناك بعض الخسارة على المدى الطويل في أنسجة المخ بسبب الفيروس، مشيرين إلى أن ذلك بعض العواقب طويلة المدى. وأضافوا إنه يمكن تعويض ذلك بمرور الوقت، لذا قد تختفي بعض الأعراض، لكنك لن تستعيد النسيج أبداً إذا تم تدميره بفعل الفيروس.

وتمكن الباحثون من إجراء اختبار صور الدماغ لحوالي ٤٠ ألف شخص، وذلك قبل بدء جائحة فيروس كورونا. وفي عام ٢٠٢١، طلبوا من مئات الأشخاص الذين كانوا مصابين بكورونا إجراء المزيد من فحوص الدماغ، فاستجاب نحو ٨٠٠ من بين هؤلاء الأشخاص، وكانت نتيجة اختبار ٤٠٤ مرضى إيجابية لكورونا، وخضع ٣٩٤ منهم لفحص دماغي قبل الإصابة وبعدها. وبالمقارنة بين نتائج فحوص الدماغ قبل الإصابة وبعدها، تبين أن هناك تأثيرات كبيرة للفيروس في الدماغ مع فقدان المادة الرمادية في أجزاء منه وهي مرتبطة بالرأحة والذوق.

اصطدام مقدمة طائرة بالأرض

وكالات

اصطدمت مقدمة طائرة ركاب تابعة للخطوط الجوية البريطانية بأرض مدرج مطار «هيثرو» في العاصمة البريطانية لندن. وتداولت وسائل إعلام صوراً للطائرة وقد تدمر جزء من مقدمتها لتلتصق بأرضية المدرج، وقد حضر على الفور عدد من رجال الإطفاء والإسعاف. وأوضحت وسائل إعلامية بريطانية أن الطائرة التي تعرضت للحادث هي طائرة ركاب من طراز «بوينغ ٧٨٧-٨»، وتحوي على ١٥٤ مقعداً من الفئة الاقتصادية و٢٥ مقعداً من الفئة الاقتصادية الفاخرة، و٣٥ من فئة «الزنس».