

## صفاء سلطان تعرف النجاح



الوطن

نشرت النجمة صفاء سلطان أحدث صورها على شاطئ البحر مرتدية فستاناً موداً وعلقت: «النجاح هو حالة ذهنية فإذا أردت النجاح ابدأ بتخيل نفسك إنساناً ناجحاً، ومن الحقائق الثابتة أنك تستطيع أن تنجح بسرعة وبأفضل طريقة، عندما تساعد الآخرين على النجاح».

## علامات تنذر بحدوث سكتة دماغية

وكالات

قال الطبيب الروسي إيفان كاراسيف، المختص في جراحة الأورام، إنه توجد مجموعة من العلامات قد تظهر على الوجه تنذر بحدوث وشيك للسكتة الدماغية. ولفت إلى أن التغيير في تناسق وجه الإنسان، قد يكون من أولى إشارات التحذير لاقترب الجلطة الدماغية. وأوضح الطبيب أن كافة الأمراض تقريباً، تترك بصماتها المميزة على وجه الإنسان.

وذكر أن بشرة الوجه الجافة والمتشققة هي علامة واضحة يمكن أن تشير إلى مشاكل خطيرة في عمل الغدد. وأشار إلى أن جفاف الجلد وتشققه على الوجه، يعتبر علامة واضحة على إصابة الجسم بالجفاف، وهو ما يمكن أن يشير أيضاً إلى مشاكل خطيرة في عمل الغدد.

وأوضح أن ظهور كمية كبيرة من شعر الوجه عند النساء في منطقة الفك والذقن والشفة العليا، قد يشير إلى متلازمة تكيس المبايض.

وقال: «الخطوط الحمراء في بياض العين، تشير إلى الإرهاق العصبي والتعب المزمن، كما يشير اصفرارها إلى مرض في الكبد. وإذا كانت المنطقة المحيطة بالعيون وردية شاحبة، فهذا ينذر بإمكانية وجود مشاكل في المثانة والبروستات».

وحول لون الجلد قال: «اللون الشاحب للجلد هو أحد أعراض فقر الدم، على حين يشير اللون الأصفر إلى مشاكل في الكبد، في الوقت الذي يشير فيه اللون الأزرق للشهارة إلى وجود أمراض القلب والأوعية الدموية».

## عادة سيئة عند الاستحمام!

وكالات

حذرت الدكتورة اليسيا جيفري توماس النساء من عادة التبول أثناء الاستحمام، بسبب الأضرار التي تلحقها بالمثانة والحوض.

وقالت: «هذه العادة غالباً ما تجعلك لاحقاً تشعرين بالحاجة إلى التبول عندما تسمعين ماء جارياً، أو عندما تكونين بالقرب من مسطحات مائية».

وذكرت ستيفاني كيلب اختصاصية المسالك البولية أن البول هو غالباً عبارة عن ماء، ويمكن أن يحتوي على نسبة من المواد الأخرى، قد تكون عبارة عن اليوريا أو أوكريم، وكرياتينين، والأومونيا (المركب الذي يسبب الرائحة القوية للبول)، وفي حال تناول أدوية محددة، أو فيتامينات تذوب في الماء، فقد تخرج تلك المواد مع البول أيضاً، مشيرة إلى أن هذه المواد قد تعلق على الجسم وتلحق أضراراً به.

## من دفتر الوطن

### إدارة الاختناق

حسن م. يوسف



كان يقول لي ببساطة ووضوح إنه سيسافر، بحجة متابعة الدراسة، فور انتهائه من أداء خدمته الإلزامية، لأنه لن يستجدي فرصة عمل هزيل يمنحه إياه شخص هزيل ليمضي عمره وهو يراقب حياته الهزيلة وهي تتحول إلى مهزلة! وفي ختام كل نقاشاتنا كان يقول لي بلهجة حاسمة باردة «دعنا من العواطف المريضة» وغالباً ما كان يردد على مسعفي قول شاعر تونس الكبير أبو القاسم الشابي:

«أبارك في الناس أهل الطموح / ومن يستلذ ركوب الخطر / وأعلن في الكون أن الطموح / لبيب الحياة وروح الظفر».

كنت قد علمت أنه سرح من الجيش قبل أشهر وتمكن من الحصول على قبول في إحدى الجامعات الألمانية، بسبب علاماته الممتازة، لهذا فوجئت عندما صادفته في مطلع الأسبوع الماضي واقفاً على باب أحد مراكز التصوير الشعاعي في أحد المشافي الحكومية، كنت أعلم أن والده يعاني من داء النقرس فأشرت برأسي إلى مركز التصوير متسائلاً: «السيد الوالد؟» فهز رأسه بالنفي قائلاً بأسي: «الوالد أعطاك عمره منذ نصف عام»، هممت أن أسأله عن ينتظر فالنقط السؤال من عيني قبل النطق به.

قال: أثناء خدمتي في الجيش نشأت صداقة طيبة بيني وبين شاب من ناحية السبخة شرقي الرقة، وأثناء إحدى الدورات انفجر فيه لغم أدى لاستشهاده وقبل أن ترتقي روحه الطاهرة إلى بارئها أوصاني بأمة المريضة التي ليس لها أحد سواه. نظرت إليه باحترام قائلاً: وماذا عن «الطموح، لبيب الحياة وروح الظفر». في تلك اللحظة فتح الباب وبرزت ممرضة تدفع كرسياً متحركاً تجلس عليه امرأة ستيينية يغطي الوشم وجهها. شكر الشاب الممرضة وأخذ مكانه خلف العربة وراح يدفعها ثم التفت نحوي قائلاً بلطف لم أعهد فيه: «الطموح يجب أن ينتظر».

راقبته وهو يبتعد في المر، في عيني حرقة، وبى رغبة جارفة لأن أركض خلفه وأعانقه. لكنني بقيت في مكاني خشية أن ينادى باسمي للدخول إلى المران. رحمت أراقبه وهو يبتعد ويذوب في الزحام.

تذكرت هذه الحالة الإنسانية العالية عندما قرأت قبل أيام لسان حال لأستاذ جامعي مشهود له بالنزاهة والكفاءة يقول فيه إنه قد قلب لسان الحال في رأسه لفترة طويلة دون أن يكتبه إما بسبب «ضيق الخلق أو عدم الرغبة في قول أي شيء»، ربما لأن عقله مشغول كلياً، «بمسألة الماء وتنغيس الدينامو وتناغم مجيء الماء مع مجيء الكهرباء، وكيفية ضبط وقت نزوله من البيت وعودته إليه مع مجيء الكهرباء كي لا يضطر لصعود مئة وستين درجة دون أن يطلق الشتائم بسبب انقطاع نفسه وهو يصعد إلى شقته الواقعة تحت سدره المنتهي بطابق واحد! لكنه قرر أخيراً أن يبقى البحصه وأن يرد على السنة حال بعض الأصدقاء المتألمين لهجرة العقول، وأنا منهم.

خلاصة ما قاله صديقي الأكاديمي الرصين هو أنه مع هجرة كل الشباب إلى خارج البلد وخاصة منهم ذوي العقول، لأن العقول المبدعة والنظيفة، على حد قوله، تداوس وتهمش وتقرم «بقانون عطالة جهنمي مشغول عليه ببحث وعناية شديدة منذ عقود طويلة». وهو يبرر دعوته المتطرفة هذه بقوله دعوا هذه العقول الشابة «تتفتح في بيئات تقدرها وتستحقها»، أو من عميقاً في قلبي أن هذا الكلام الذي أطلقه صديقي الأكاديمي ما هو في حقيقة الحال سوى فشة خلق، وأكبر دليل على ذلك هو أنه شخصياً ما يزال هنا رغم كل الإغراءات الشديدة التي عرضت وتعرض عليه بفضل سمعته العطرة كمدرس فهم لا ترقى إليه الشبهات.

لكن لسان الحال الذي أطلقه صديقي الأكاديمي، ليس مجاناً بل هو مؤثر خطير يجب على كل ذوي القرار أن يولوه اهتمامهم عليهم يدركون أنه قد أن الأوان لحل الأزمات الخائفة بدلاً من إدارة حالات الاختناق.

## شاكيرا تحتفل بمرور ٢٠ سنة على هذه الأغنية



وكالات

نشرت الفنان الكولومبية شاكيرا مقطع فيديو من أغنيتها التي اشتهرت من خلالها «When-ever Wherever» واحتفلت بمرور ٢٠ عاماً على صدورها. وكشفت أنها كانت من أولى أغنياتها التي تؤديها باللغة الإنكليزية، وعلقت: «عيد ميلاد سعيد لمرور ٢٠ عام على أغنية When-ever Wherever» واحدة من أولى أغنيتي باللغة الإنكليزية، لا يمكنني أن أنسى كم من الأبواب فتحتها في هذه الأغنية».

## نقل «كورونا»

١٨ تلميذاً

وكالات

تسبب مدرس غير ملقح في مدرسة ابتدائية في كاليفورنيا بنقل عدوى «كورونا» إلى ٢٦ شخصاً على الأقل، من بينهم ١٨ تلميذاً.

وظل المدرس يزاول عمله بعد يومين من شعوره بالأعراض، ظناً منه أنه يعاني حساسية.

ولم يضع أكثر من مرة الكمامة في الصف، رغم التوصيات المرعية الإجراء في منطقة مارين في ضاحية سان فرانسيسكو.

وفي المجموع، أصيب ١٢ تلميذاً في صفه بالعدوى، من بينهم ٨ كانوا يجلسون في المقاعد الأمامية، والنقط العدوى أيضاً ٦ تلاميذ من صف آخر.

بسبب تفاعلات بين التلاميذ في المدرسة، وكلمهم دون الثانية عشرة من العمر وغير مؤهلين لتلقي اللقاح.

وأحصيت أيضاً ٨ حالات أخرى في أوساط أهل التلاميذ وأشقائهم.

## أطلق النار عشوائياً على أصدقاء نجله

وكالات

أطلق رجل جزائري النار بصفة عشوائية ما تسبب في إصابة ٤ أشخاص بجروح متفاوتة.

وأشهر المتهم سلاحه من أجل تصفية أصدقاء ابنه الذي عثر على جثته معلقة بإحدى غرف البيت العائلي.

وحاول المتهم قتل رفقاء ابنه بعدما حصلهم مسؤولية انتحار ابنه البالغ من العمر ١٩ سنة بسبب الضغوط التي مارسوها عليه من أجل إرغامه على تسديد مبالغ مالية كان قد استدان بعضها وبعضها الآخر يعود لعائدات المتاجرة بالأقراص المهلوسة التي لم يسلمها لأفراد مجموعته التي يمتن عناصرها التعاطي والمتاجرة بها.

## يمارس النصب من داخل سجنه

وكالات

بقي أحد السجناء في الكويت مخلصاً لما اعتاد أن يمارسه حيث واصل النصب من وراء القضبان، ليقوم ضحايا جديداً لنشاطه بينهم محامون ووزراء ونواب سابقون.

السجين الشاب محكوم بـ ١٠ سنوات بتهم النصب وغسل الأموال وانتحال صفة، لكنه نجح بالنصب على أحد الضحايا بمبلغ ٩٠٠ ألف دينار، وعلى شخصية أخرى مرموقة بـ ٥٠٠ ألف دينار.

أحد الضحايا تلقى اتصالاً من السجن ادعى الأخير فيه أنه سكرتير لمسؤول يعد شخصية رفيعة معروفة، وقال إن تلك الشخصية توزع بعض القسائم والأراضي سراً على بعض الشخصيات المفضلة، وعرض عليه أن يكون أحد المستفيدين.

وأضاف إن السجن عاد ليتصل به، ويعرض عليه أن يعاين بعض القسائم ويختار من بينها، ثم طلب منه ثبوتياته الرسمية، قبل أن يخبره أن ثمة «رسم تسجيل بسيطاً» مقداره ٤٠ ألف دينار. ويقول: «نجح في أخذ المبلغ عبر إرسال أحد الأشخاص لاستلامه».

وقال الضحية إن السجن حصل منه على رقم صديقه المحامي وأنه نصب عليه لاحقاً، بالطريقة نفسها وبمبلغ ٣٤ ألف دينار. وتمكن السجن من جمع ما يزيد على مليوني دينار من ضحاياه، وإنه كان يغسل تلك الأموال عبر شراء خيول من دول أوروبية ثم بيعها، وإعادة توزيعها على جهات غير معلومة.