



## من دفتر الوطن النجاح الزائف!!

عبد الفتاح العوض

شهادات خالصة من المجتمع. الحديث عن الجانب الأسري يعرفه الشخص نفسه وأكثر الناس يدركون مدى النجاح الذي حققوه في الأسرة.. لأن هناك كثيراً من الأسر تعيش «دراما» الواقع والبعض منهم يمثل أدوار السعادة والفرح وزاد ذلك على التواصل الاجتماعي فيما تعاني بيوتها من برودة المشاعر.

حسب امتحانات المجتمع العنصر الأساس في اعتبار الإنسان ناجحاً أم لا هو المال فإن حققت كل ما سبق وتجاوزت هذه الامتحانات الصعبة ولم تملك المال فإن نتجتك أنك فاشل.

النجاح الحقيقي هو الرضا عن النفس وتحقيق السعادة الداخلية وإرضاء الضمير... وكلها لا تخضع لامتحانات أحد إلا نفسك.. فقط أنت وحدك تعرف إن كنت ناجحاً أم لا ما عدا ذلك فكلها نجاحات زائفة.

على هامش كل ذلك وبالتزامن مع نتائج الشهادات فإن امتحانات الدراسة صعبة جداً ومع ذلك يتفوق السوريون على أنفسهم وظروفهم وليس في مدارسنا السورية فحسب بل يتفوق السوريون في كل الدول التي هاجروا إليها.

أخيراً سأقدم لكم سراً من أسرار النجاح كما جاء في الكتب.. أن تقول لنفسك: «لا أستطيع تحمل الخسارة».. هذه نصيحة ذهبية جربتها ولم تنجح!!

### أقوال:

- أفصح الخطباء هو النجاح.
- يظن الناس أن الشعور بالسعادة هو نتيجة النجاح ولكن العكس هو الصحيح.
- يلقي في روع الطالب أن الدراسة للنجاح، والنجاح للشهادة، والشهادة للوظيفة، والوظيفة من أجل المال، والمال من أجل المتعة.
- إذا كان مصعد النجاح معطلاً، فاستخدم السلم درجة درجة.

## مروان خوري: جمهور سورية.. ناظركم



الوطن

يحيي النجم اللبناني مروان خوري رابع حفلات مهرجان «ليالي قلعة دمشق»، حيث كتب عبر مواقع التواصل الاجتماعي: «جمهور سورية الحبيب، ناظركم بمهرجان ليالي قلعة دمشق يوم الخامس من آب المقبل».

ويشارك في المهرجان أيضاً النجم التونسي صابر الرباعي ونجوم لبنان كارول سماحة وجوزيف عطية وزيد برجي إضافة إلى النجم السوري محمد المجذوب.

## سترة «الخروف الأسود» للأميرة ديانا في مزاد

وكالات

تُعرض سترة «الخروف الأسود»، التي ارتدتها الأميرة البريطانية الأميرة الراحلة ديانا، للبيع في مزاد في وقت لاحق هذا الصيف بسعر تقديري يصل إلى ٨٠ ألف دولار.

والسترة من تصميم علامة «وورم اند ووندرفل» للملابس، وستعرضها دار سودبي للبيع في مزاد عبر الإنترنت من المقرر أن تقيمه خلال الفترة من ٣١ آب إلى ١٤ أيلول.

وارتدت ديانا السترة أول مرة في حزيران عام ١٩٨١ وكانت حينها تشاهد الأمير تشارلز وهو يمارس لعبة البولو قبل شهر من زواجهما، ما يثير تكهنات بخصوص أهميتها.

وتحمل السترة صورة لخروف أسود وسط مجموعة من الخراف البيضاء.

ويتوقع أن تجلب السترة ما بين ٥٠ ألف دولار و٨٠ ألف دولار.

## أشغلت خطوط الإسعاف لشعورها بالوحدة

وكالات

ألقت الشرطة اليابانية القبض على امرأة تدعى هيروكو اتاجامي تبلغ من العمر (٥١) عاماً بتهمة إشغال وعرقلة خطوط الإسعاف المحلية لأسباب زائفة.

واعترفت هيروكو أن سبب إقدامها على فعلتها تلك هو رغبتها بلفت الانتباه بسبب شعورها الكبير بالوحدة في حياتها، فهي تسكن وحدها وعاطلة من العمل منذ سنوات. وأضافت إنها كانت تريد أن تشكو منها وتحدث مع أحد لا يعرفها حتى لا تشعر بالإحراج.

من جانبه، قال أحد المسعفين للشرطة: إن عدد المكالمات التي أجرتها المرأة قد بلغ ٢٧٦١، حيث بدأت بتنفيذها منذ عامين تقريباً، ومعظمها كانت من الهاتف المحمول نفسه، لكن بعضها أجري من هواتف أرضية.

وأضاف إن جميع مكالمات السيدة كانت زائفة وكاذبة، فأحياناً كانت تدعي ألماً في معدتها ومرات أخرى في ساقها وأحياناً كانت تدعي تناولها لكميات كبيرة من الأدوية وشعورها بالهذيان، وعند وصول المسعفين لمنزلها كانت تمنعهم من الدخول والاقتراب منها بحجة خوفها من ركوب سيارة الإسعاف.

## مواد غذائية تزيد القلق والاكتئاب

وكالات

أعلن علماء جامعة أصفهان الإيرانية أن الأشخاص الذين يتناولون أطعمة غير صحية مثل عصائر الفواكه والبطاطا والحبوب المكررة والأطعمة الغنية بالسكر أكثر عرضة للقلق والاكتئاب.

وأكدوا أن تناول الأطعمة النباتية الصحية (الخضراوات المفيدة، الحبوب الكاملة، الفواكه، المكسرات، البقوليات، الزيوت النباتية، الشاي والقهوة) لم ترتبط بها مخاطر الإصابة بهذه الاضطرابات. وأظهرت نتائج الدراسة أن المشاركين الذين تناولوا الكثير من الأطعمة النباتية غير الصحية، يعانون أعراض القلق والاكتئاب، ولكن لم يتمكن الباحثون من تحديد العلاقة السببية في هذه الدراسة، لذلك قرروا تخصيص الدراسة القادمة لتحديد هذه العلاقة.

## شكل «الأيفون» المستقبلي قد يكون مثل السجادة

وكالات

لم تطلق شركة «أبل» الأميركية هاتف «أيفون» قابلاً للطي مثل منافستها الكورية الجنوبية «سامسونغ»، واستغرب الكثيرون ذلك.

لكن «أبل» قد توظف براءة اختراع جديدة تجعل من هاتفها الشهير «أيفون» قابلاً للدوران ليبدو مثل السجادة أو لفافة ورق.

وتحنى شاشة الهاتف الرفيعة، وفقاً لبراءة الاختراع، عند محاور معينة.

ويحتوي الجهاز المستقبلي على طبقة حماية من الزجاج لحماية الواجهة من الخدوش وأي أضرار أخرى تلحق به مع تكرار عمليات فتحه وإغلاقه.

واقترحت براءة الاختراع إضافة طلاءات إلى الطبقة الخارجية ضد الضباب والانعكاس والكهرباء الساكنة.

ومن المتوقع أن تطلق «أبل» هاتفها الجديد «أيفون ١٥» في أيلول المقبل، لكن لا يتوقع أن يظهر «الهاتف السجادة» في هذا الحدث المنتظر، فأقرب موعد ممكن هو عام ٢٠٢٤.

ومع ذلك، فقد حصلت شركة «أبل» على العديد من براءات الاختراع التي لم تتحول مطلقاً إلى تقنيات حقيقية.

وبصرف النظر عن ذلك، فإن الابتكار الجديد يمكن أن يمثل نافذة لما سيكون عليه شكل الهواتف في المستقبل.

وكانت الهيئة المسؤولة عن براءات الاختراع قد نشرت قبل أيام عن براءة الاختراع هذه، علماً بأن القائمين عليها قدموا طلباً بشأنها في تشرين الثاني الماضي.

وأدرجت براءة الاختراع هاتف «أيفون» والحاسوب اللوحي «آيباد» كمرشحين محتملين لهذه التقنية.

## أريانا غراندي تثير شائعات انفصالها

وكالات



أثارت المغنية الأميركية أريانا غراندي، شائعات انفصالها عن زوجها دالتون غوميز، بعد ظهورها من دون خاتم زفافها في نهائي بطولة ويمبلدون للتنس.

ورغم أنها ليست المرة الأولى التي تظهر فيها من دون الخاتم، إلا أن عدم وضعه في حدث ضخم كهذا جمع نجوماً عالميين اعتبر خطوة صادمة للبعض، ولاسيما أن الفنانة كانت في المباراة مع النجمين جونان بايلي وأندرو غارفيلد، حيث جلست في مقعد يتوسطهما، بينما لم يكن زوجها في الأرجاء.

ولفتت بعض التقارير أن علاقة غوميز وغراندي ليست على ما يرام في الآونة الأخيرة، إذ يواجهان بعض المشاكل الزوجية، وليس معروفاً ما إذا عملا على حلها أم لا.

## عواقب الإفراط في استهلاك السكر

وكالات

أعلن الدكتور ارتيوم فيريس خبير التغذية الروسي أن الإفراط في استهلاك السكر يؤدي إلى زيادة الوزن وتسوس الأسنان وشيخوخة مبكرة ومشكلات صحية أخرى.

وأشار إلى أنه للحفاظ على وزن طبيعي يجب اتباع نظام غذائي متوازن من البروتين والدهون والكاربوهيدرات، ولكن عند تناول كمية أكبر من الكاربوهيدرات بما فيها السكر فإن السرعات الحرارية الفائضة تتحول إلى دهون وتتراكم في الجسم، ما يؤدي إلى زيادة الوزن.

ووفقاً له، يجب على البالغين تخفيض استهلاك السكر إلى ١٠ بالمائة من إجمالي السرعات الحرارية والأفضل تخفيضه إلى ٥ بالمائة، أي إلى نحو ٢٥ غراماً في اليوم، ومن الأفضل التخلي عن السكر تماماً.