

الأسير الفلسطيني باسم خندقجي يحصد جائزة «البوكر»

وكالات

أعلنت لجنة تحكيم الجائزة العالمية للرواية العربية «البوكر» في دورتها السابعة عشرة عن فوز رواية «قناع بلون السماء» للروائي الفلسطيني الأسير، باسم خندقجي، بالجائزة، بعد وصولها إلى القائمة القصيرة قبل أشهر.

واختارت لجنة تحكيم الجائزة رواية خندقجي من بين ١٣٣ رواية ترشحت للجائزة، باعتبارها أفضل رواية نشرت بين تموز ٢٠٢٢ وحزيران ٢٠٢٣، وتسلمت ناشرة الرواية رنا إدريس، صاحبة دار الآداب الجائزة بالإنابة عن خندقجي، المعتقل في سجون الاحتلال.

والروائي باسم خندقجي (٤٠ عاماً) من نابلس، اعتقل في تشرين الثاني عام ٢٠٠٤، وتعرض عقب اعتقاله لتحقيق قاسٍ وطويل، ولاحقاً حكم عليه بالاحتلال بالسجن المؤبد ٣ مرات.

وأصدر وهو في الأسر ديواني شعر وعدة روايات أدبية منها «نرجس العزلة» و«خسوف بدر الدين»، إضافة إلى روايته الأخيرة «قناع بلون السماء»، وترجمت بعض أعماله إلى اللغة الفرنسية.

ومنذ اعتقاله، كتب خندقجي مجموعات شعرية، من بينها «طقوس المرة الأولى» ٢٠١٠ و«أنفاس قصيدة ليلية» (٢٠١٣). وبينما أنهى الرواية الثانية «سادن المحرقة» من مشروعه «ثلاثية المرايا» يعكف خندقجي على إعداد الجزء الثالث والأخير بعنوان «شياطين مريم الجليلية».

حشو الثوم في الأنف

وكالات

نشر رواد منصة «تيك توك» فيديو لفتاة تحشو فصوص الثوم في أنفها، وتقول: «إذا وضعت الثوم في أنفك فإنه يفتح جيوبك الأنفية».

كما أوضحت أنها بعد تجربتها لهذا التحدي الذي استمر مدة دقائق شعرت بالحرقان والسيلان من أنفها.

في المقابل، حذر الأطباء من فعل ذلك، مؤكداً أن الثوم قد يؤدي إلى التهاب الجلد.

وقال نيل باتاتشاريا، طبيب الأذن والأنف والحنجرة: «إذا فعلت هذا بشكل كاف، سيبدأ الجسم بالتفاعل مع الزيوت والمواد الكيميائية الموجودة في الثوم ويسبب التهاب الجلد وتهيجه في الأنف».

كما أشار إلى أن هناك حلاً أفضل في حال كنت ترغب في استخدام الثوم للتخلص من الاحتقان، وذلك عبر سحقه في الماء المغلي واستخدام البخار من مسافة آمنة. مضيفاً: «اعتقد أن استخدام الثوم فقط في طعامنا هو الطريق الأمثل للاستفادة منه».

سلافة معمار: التمثيل مهنة مقلقة



الوطن

أكدت النجمة سلافة معمار أن مهنة التمثيل مقلقة جداً وقالت: «لا أحب عالم الشهرة، وأفضل الحياة البسيطة جداً، لاسيما أنك تتعب كثيراً عندما تكون شخصاً مشهوراً، إضافة إلى الشعور بالقلق والتوتر في أثناء التمثيل».

وعن شكلها قالت: «أشعر أن عندي كاريزما أكثر من الجمال. وأنا متصالحة جداً مع عمري، فالأنثى التي قاربت الخمسين تكون في قمة أنوثتها، وتحب نفسها أكثر، ولا تحب الضغط على نفسها لإرضاء الآخرين، ويصبح مهما إرضاء ذاتها، وتمتلك في هذا العمر القدرة على الرفض، ويكون التخلي عنها أسرع».

من دفتر الوطن

عصر الجنون!

عصام داري



عندما اخترت عنوان هذه الزاوية لم أقصد المسلسل الذي يحمل هذا الاسم، وإنما أقصد عصرنا الراهن الذي سيكتب التاريخ صفحاته لتكون عبرة لشعوب الأرض في المستقبل البعيد.

فكل ما يجري في عالم اليوم هو تجسد حي للجنون في أعلى درجاته على مستوى الدول وسياساتها وحروبها وأفاتها وأمراضها التي يتم تصنيعها في مخابر ومعامل مهمتها إنتاج الأوبئة والجوائح القاتلة.

الجنون على المستوى الفردي يعتبر مرضاً عقلياً يصيب الدماغ، وله الكثير من الأعراض، فيغيب صاحبه عن الواقع ويعيش في خيالات وأوهام، ويأتي بتصرفات وسلوكيات شاذة وغريبة.

التعريف السابق ليس من بنات وصبيان أفكار، بل هو تعريف علمي للجنون، وتستطيعون التأكد من ذلك من خلال البحث في الشبكة العنكبوتية.

البحث الذي أجريته شخصياً عن الجنون وأعراضه جعلني أشعر أنني شخصياً على طريق الجنون رسمياً، فأنا والكثير من السوريين غائبون عن الواقع، ويعيشون في خيالات وأوهام مستحيلة التحقيق.

ستجدون هؤلاء يسيرون في الشوارع بلا هدف محدد وهم يتحدثون مع أنفسهم همساً أو بصوت مرتفع عن أمور الحياة، ويطرحون العشرات من الأسئلة التي لا جواب لها مثل: كيف أستطيع تأمين طعام الأسرة وراتبي يعادل طبخة واحدة في الشهر؟

إذا مرضت واحتجت لعلاج، هل أشتري الأدوية أم أوفر ثمنها لشراء ربطة خبز ونصف كيلو بندورة ومثله بانجان وربع أوقية دهنه، وكيلو لبن وخمسة أقراص فلافل لتأمين وجبة غداء متواضعة؟

الأدوية صارت مرفعة الثمن كثيراً لا يقوى على شرائها سوى التجار والفاستدين الذين يبلعون المال العام، أو الذين يتلقون الرشاوى لقاء موافقتهم على معاملات الجماهير الكادحة التي يتغنى بها الشعراء والزجالون والدجالون الخارجون على القانون.

أشعر أنني بدأت مسيرتي نحو الجنون وخطوت خطوة واسعة نحو الجنون حسب توصيف علم النفس، لأن كل ما حوطني يدعو للجنون، حسب توصيف علم النفس.

أول أعراض جنوني أنني أسير في الشوارع وأتكلّم مع نفسي، ألم تسمعوا عن شخص يمشي و«يحيي مع حالي» هذا هو أنا والمئات من السوريين الذين ينتظرون رسائل ملوثة منها رسالة الغاز والبنزين والمازوت والرز والسكر والعسل والنوتة «الطون» وغيرها من مواد ضرورية لبني البشر صارت عملة نادرة في عصر الجنون، وعلى الأخص البنزين الذي صار سعر اللتر منه بسعر كيلو التفاح!

كثرت اليوم عن عصر الجنون وعن جنوني شخصياً فقط لأطرح سؤالاً على المسؤولين والراسخين في علم الاقتصاد والمجتمع: كيف أتجنب مرض الجنون، وهل يوجد دواء يخفف من أعراضه ويجعل المصاب بالجنون أنه سوي وعاقل، وأن بقية خلق الله هم المجانين حسب مسرحية توفيق الحكيم «نهر الجنون»؟

خلاصة الكلام: توصلت إلى نتيجة مفيدة للجميع وتتخلص بالاستسلام للجنون عن طيب خاطر، لأن الجنون نفسه هو أحسن وأفضل دواء لنا، ألا تذكرون فيلم إسماعيل ياسين «المجانين في نعيم»؟

ونعياً سلفاً.

طائرة تصطدم بمدرج عند هبوطها

وكالات

تمكنت طائرة بوينغ من الهبوط بنجاح بعد محاولة أولى محفوفة بالمخاطر.

وانتشر على وسائل التواصل الاجتماعي مقطع فيديو لعملية هبوط طائرة مدنية ضخمة قادمة من ألمانيا إلى لوس أنجلوس الأميركية.

وأفادت وسائل إعلام أن طائرة ضخمة تابعة للخطوط الجوية الألمانية، حاولت الهبوط مرتين على مدرج في مطار لوس أنجلوس الدولي، مشيرة إلى أن الطائرة هبطت بنجاح بعد محاولة ثانية.

وذكر الإعلام أن الطائرة اصطدمت بالمدرج بقوة وارتدت في المرة الأولى، ما دفع الطيار إلى إلغاء عملية الهبوط، والمحاولة مرة أخرى.

تجنبوا المصاعد واستخدموا الدرج

وكالات

رغم أن استخدام المصعد قد يبدو مغرياً لتوفيره الراحة، لكن اختيار الدرج يمكن أن يساعد حقاً على التمتع بالصحة طوال عمرك، حسبما أفادت دراسة حديثة. وأراد العلماء التحقق ما إذا كان صعود الدرج، كشكل من أشكال النشاط البدني، يمكن أن يلعب دوراً في تقليل مخاطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية المسببة للوفاة المبكرة.

لذا قاموا بإجراء تحليل كبير شمل تسع دراسات سابقة وما يقارب من ٥٠٠ ألف شخص تتراوح أعمارهم بين ٣٥ و٨٤ عاماً.

وتم تضمين الدراسات بغض النظر عن عدد درجات السلالم وسرعة الصعود أو النزول، كما شملت الدراسات كلاً من المشاركين الأصحاء وأولئك الذين لديهم تاريخ سابق من النوبات القلبية أو أمراض القلب.

وكشف التحليل أنه بالمقارنة مع عدم صعود السلالم، ارتبط صعودها بانخفاض خطر الوفاة لأي سبب بنسبة ٢٤ بالمئة، وانخفاض خطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية بنسبة ٣٩ بالمئة، بما في ذلك النوبات القلبية وفشل القلب والسكتة الدماغية على مدى ١٤ عاماً.

وكتب الباحثون: «مع تزايد انتشار السلوكيات المستقرة والمخاطر الصحية المرتبطة بها، هناك ضرورة متزايدة لاستكشاف إستراتيجيات سهلة المنال وعملية للتخفيف من مخاطر القلب والأوعية الدموية».

وتسلط هذه النتائج الضوء على أهمية تعزيز الأنشطة اليومية، حتى داخل مكان العمل والمنزل، لتعزيز أنماط الحياة الصحية.

وتشير البيانات إلى أن أكثر من واحد من كل أربعة بالغين في جميع أنحاء العالم لا يحقق المستويات الموصى بها من النشاط البدني.

جدير بالذكر أن دراسات سابقة وجدت أن التمارين البسيطة مثل صعود الدرج يمكن أن توفر فوائد كبيرة للقلب والعضلات.

طلال مارديني: أكذب بسبب ومن دون سبب

الوطن



عبر الفنان طلال مارديني عن إعجابه بالفنانة اليمنية بلقيس فتحي، وذلك بعد أن طلب منه اختيار فنانة للزواج منها، ليرد قائلاً في لقاء تلفزيوني: «بلقيس أنا بحبك كثير كثير، وطالب يدك للزواج... مزح طبعاً».

وتحدث عن الصفات السيئة في شخصيته والتي يعاني بسببها، وأولها الكذب، لافتاً إلى أنه يكذب بسبب ومن دون سبب، رغم أنه لا يؤذي أحداً بكذبه، ولا يؤلف قصصاً عن أحد، لكنه يكذب «كإنعاش للخيال».

وعن عمليات التجميل، قال: «المشكلة أن التجميل قضي على الكثير من ملامح النجمات الطبيعية، والمشكلة أن الكثير من النجمات خضعن للبيوتوكس».

ولفت إلى أن هناك أشخاصاً العمليات أضافت لمسات جمالية على ملامحهم لأنهم توقعوا عند حد معين، ولكن في المقابل هناك أشخاص استمروا في الخضوع للتجميل وتشوهت ملامحهم.

ملاحمهم.

ملاحمهم.

تطبيق يحتوي غضب النساء

وكالات

طور مجموعة من المبرمجين تطبيقاً جديداً يستخدم الذكاء الاصطناعي، لجعل المستخدمين يملكون بتجربة مواجهة سيدة غاضبة، بعد تعليمهم كيفية احتواء غضب النساء.

ويمكن للمستخدم الحصول على تجربة الوقوف في وجه امرأة غاضبة في مواقف مختلفة، مثل التأخر عن موعد للعشاء، أو الاختلاف على بعض الموضوعات.

وتتيح الخدمة أيضاً بعض السيناريوهات والمواقف مجاناً، ولكن إذا أراد المستخدم تكرار المحاولة واستخدام الخدمة مرة أخرى في فترة قصيرة، أي في اليوم نفسه مثلاً، فإن المستخدم سيحتاج إلى الاشتراك في الإصدار المدفوع.

وكي يتمكن المستخدم من الحصول على سيناريوهات مختلفة داخل التطبيق، سيحتاج إلى دفع اشتراك شهري ٦,٩٩ دولارات.

ملاحمهم.

ملاحمهم.