

## البدء بتصوير فيلم «قلب البلد»

الوطن

بدأت المؤسسة العامة للسينما تصوير فيلم «قلب البلد»، وهو روائي قصير، يقدم تفاصيل حياتية مريكة وقاسية عن مجموعة من الأشخاص الذين تجمعهم رغبات وأحلام لا يصلون إلى تحقيقها، وآخرون ما زالوا ينظرون إليهم بكونهم مطارح للاحتيال في زمن معاصر وفي قلب مدننا ما زالت صراعات الحياة ومطامحها تتصارع.

الفيلم من تأليف وإخراج حسن عبد الأمير نجم وتمثيل: بلال مارتيني وجمال العلي وعلي كريم ويوسف مقليل وصباح السالم وصفاء سليمان وكاسندرا ديباب وحسين أشرف ومحمد عيسى.

## رابط بين الشعور بالوحدة وزيادة معدل الكوابيس

وكالات

كشفت دراسة جديدة أن شعورنا بالوحدة قد يزيد من معدل الكوابيس، والتي تؤثر فينا حتى أثناء نومنا العميق.

ووجد الباحثون أن الأحلام السيئة يمكن أن تزداد في التكرار والشدة عندما يشعر الناس بالوحدة، ربما نتيجة للإجهاد الإضافي الناتج عن الافتقار إلى الروابط الاجتماعية القوية.

وكتب الباحثون: «إن إحدى سمات النوم المضطرب التي بدأ الباحثون في التحقيق فيها فيما يتعلق بالوحدة هي تكرار وشدة الكوابيس، وهي أحلام حية ومرعبة غالباً ما تقاطع النوم المريح بشكل متكرر».

وأجرى الفريق تحليلاً لبيانات 827 مشاركاً في الدراسة، وأظهرت النتائج وجود رابط بين الشعور بالوحدة بشكل أكبر وزيادة معدل الكوابيس، حيث تعمل مشاعر التوتر كوسيط.

وقال كولين هيسيم، عالم مهارات التواصل في جامعة ولاية أوريغون: «العلاقات الشخصية هي في الأساس حاجة إنسانية أساسية. عندما لا تتم تلبية حاجة الناس إلى علاقات قوية، فإنهم يعانون جسدياً وعقلياً واجتماعياً».

وأكد الباحثون أن زيادة معدل الكوابيس، يرتبط بنظرية تطويرية للوحدة وإنها علامة تحذيرية على أن الجسم يفتقر إلى مورد أساسي، وهو الدعم الاجتماعي.

وبحسب الدراسة فإن الشعور بالوحدة يرتبط على نطاق واسع بنوعية النوم السيئة، ومن المنطقي أنه إذا كانت عقولنا تفتقر إلى التفاعلات الاجتماعية التي تحتاجها في ساعات اليقظة، فقد يستمر ذلك في العقل أثناء الراحة.

## جورجينا تحتفل بشراء منزل



وكالات

نشرت عارضة الأزياء جورجينا صديقة لاعب كرة القدم البرتغالي كريستيانو رونالدو خبر شراء منزلها الجديد من دون أن تبدي أي تفاصيل أخرى.

جاء ذلك بعد أن ذكرت وسائل إعلام بريطانية أن قصر رونالدو بمقاطعة تشيشاير في إنكلترا لا يزال معروفاً للبيع، منذ رحيله عن مانشستر يونايتد قبل عامين.

ووفقاً لصحيفة «ديلي ميل»، فقد اضطر رونالدو لخفض سعر الإيجار الأولي في شباط 2023 البالغ 5,5 ملايين جنيه إسترليني بشكل كبير، ليصبح 5 ملايين جنيه إسترليني.

## من دفتر الوطن

### هل سقط العقل؟

حسن م. يوسف



هذه الأيام ليست كسواها، إن خسرتها خسرنا ما تلاها!

لا تكف هذه الكلمات عن نقر رأسي من الداخل كما لو أنها صوص اكتمل تكويبه فقرر كسر القشرة والخروج من البيضة الخاوية.

قال لي متسائلاً بانكسار: هل سقط عقل العرب؟

هذا السؤال الغريب لا يكف عن طرح نفسه عليّ منذ أن رأيت الفاشي اللعنة تنتبها يقسم منطقتنا بين «اللعنة والبركة». والحق إن هذا السؤال المر يصيح أشد إحاحاً كلما سمعت أو قرأت أصداء سموم النتن ياهو تتردد في كلام بعض أبنائنا الذين أعمتهم عصبيتهم وتحزباتهم، دافعة إياهم إلى أحضان الشيطان!

هناك اعتقاد غير مؤكد تاريخياً بأن العرب القدماء كانوا يستخدمون العقال لربط الناقة من أجل تثبيتها في المكان، وأن الواحد منهم كان يضع العقال نفسه فوق غطاء رأسه، عندما يريد الانتقال بناقته إلى ربوع أخرى، ليعيد ربط الناقة به من جديد عندما يتوقف عن المسير. ويقال إنهم أصبحوا يستخدمون العقال بشكل دائم عندما اكتشفوا أنه يثبت غطاء الرأس ويمنعه من السقوط عند الحركة، أو عند هبوب الرياح.

لا أحد يعرف على وجه الدقة متى بدأ لبس العقال، لكن بعثة أثرية من جامعة مؤتة عثرت في عام 2012 أثناء تنقيبها في منطقة «قلبان بني مرة» جنوب الأردن، على أقدم منحوتة لرجل يرتدي عقالا على الرأس يرجع للقرن الثالث أو الرابع قبل الميلاد.

يقال بأن العقال العربي كان أبيض اللون، ثم تحول إلى الأسود القاتم عقب خروج العرب من الأندلس حزناً على الفردوس الضائع.

عندما فتحت عيني على الدنيا رأيت أبي رحمه الله يرتدي العقال الأسود، وقد رسخ في ذهني باكراً أن للعقال هالة من الاحترام تصل حد التقديس، كما رسخ في ذهني أن إسقاط العقال عن رأس لا يسهه ليس إهانة لمن يرتديه وحسب بل هو إهانة تتعداه إلى الجماعة التي ينتمي إليها.

ويقال أن هالة الاحترام التي يحاط بها العقال لها حكاية غريبة بطلها النعمان بن المنذر بن امرئ القيس اللخمي، الملقب بأبي قابوس صاحب يوم البؤس ويوم النعيم، الذي اشتهر بحبه لشقائق النعمان وحمايته لها، وأمره بزراعتها حول قصره الخورنق. يقال إن كسرى الثاني قد طلب الزواج من ابنة الملك النعمان، فأشترط عليه أن يعرض الأمر على العرب، فإن وافقوا زوجها له، لكن العرب لم يوافقوا على الزواج، فغضب كسرى، غير أنه كتم الأمر في قلبه، وبعد مدة دعا النعمان إلى وليمة في المدائن، وعندما حضر، قيده كسرى بعقال بغير، ويقال بأنه ألقاه تحت أرجل الفيلة، فوظفته، فهلك. ولما عرف العرب بذلك قرروا وضع عقال البعير على رؤوسهم تشريفاً للنعمان. يقال إن هذه الحادثة كانت هي الشرارة التي أدت لتوحيد القبائل العربية واشتعال الحروب بينهم وبين الفرس، والتي توجت بمعركة ذي قار التي حقق فيها العرب انتصاراً كبيراً.

للعقال عدة أنواع، لعل أشهرها عقال المرعز الذي يصنع من شعر الماعز المستحضر من بادية شمال العراق وسنجار، وقد جاء ذكره في الأغاني الشعبية: «يا بو العقال المرعز/ عدل بريكم مايل/ حسينا العشرة تطول/ صبح ضعنهم شائل».

## اشربوا الماء على الريق

وكالات

وجد الباحثون أن كمية صغيرة من الماء (200 مل) كانت كافية لتخفيف الشعور بالعطش وتخفيف الغضب والتعب، في حين أظهرت النتائج أن شرب كمية أكبر (500 مل) ضروري لتحسين الذاكرة بشكل كبير جداً، كما أن شرب كميات أقل من ذلك لن يضيف أي تحسن على الحالة المزاجية أو الذاكرة.

ونصح الخبراء بالحرص على وجود إبريق من الماء بجوار السرير للمحافظة على روتين الشرب يوميًا عند الاستيقاظ، لافتين إلى أن شرب كميات كافية من الماء خلال النهار يساعد في الحصول على نوم أكثر راحة في الليل.

## الدش وفرشاة الأسنان يعجان بالفيروسات

وكالات

كشفت دراسة جديدة أن هناك مئات الفيروسات التي تعيش في رأس الدش وفرشاة الأسنان، لافتة إلى أن هذه الأماكن هي أرض خصبة مثالية لتكاثر الميكروبات، نظراً لتعرضها للرطوبة المستمرة.

غير أن هذه الفيروسات ليست من النوع الذي قد يسبب نزلات البرد أو الإنفلونزا («أو ما هو أسوأ»). بل تسمى العاثيات، وتعتبر العدو الطبيعي للبكتيريا إذ تطاردها وتهاجمها.

وحلل فريق الدراسة 34 فرشاة أسنان، و92 رأس دش بحثاً عن الميكروبات والفيروسات الموجودة على سطحها.

حيث حدد الباحثون، في المجمل، 614 فيروساً مختلفاً في العينات. وعلى رؤوس الدش، نشأت كثير من الميكروبات من مصادر المياه، فيما جاءت تلك الموجودة على فرشاة الأسنان من خليط من الفم والبيئة المحيطة.

في السياق أفادت الأستاذة المساعدة في كلية ماكورميك للهندسة بجامعة نورث وسترن التي قادت الدراسة، إيريكا هارتمان، أن عدد الفيروسات التي وجدناها هائل للغاية.

كما أوردت في بيان: «لقد وجدنا كثيراً من الفيروسات التي لا نعرف عنها سوى القليل وكثيراً من الفيروسات الأخرى التي لم نرها من قبل. إنه لأمر مدهش مدى التنوع البيولوجي غير المستغل الذي يحيط بنا».

إلا أن الباحثين فجروا مفاجأة من العيار الثقيل، حيث لفتوا إلى أن هذه الفيروسات هي من العاثيات البكتيرية، التي تستخدم بالفعل في التجارب السريرية لقتل مسببات الأمراض وتشكيل أساس لأدوية جديدة لعلاج البكتيريا المقاومة للمضادات الحيوية.

وقالت هارتمان: «إن الخبر السار هو أنه بما أن البكتيريا العاثية لا تصيب الخلايا البشرية، لا اعتقد أن أي شيء في نتائجنا يثير القلق».

كما أكدت أن الميكروبات موجودة في كل مكان طوال الوقت حولنا، ولن نكون قادرين على هضم طعامنا أو صد العدوى إذا لم تكن لدينا ميكروبات في أجسامنا.

## سيلين ديون في ورطة

وكالات



بعد الضجة التي رافقت ظهورها على المسرح في باريس قبل أشهر، تعرضت النجمة سيلين ديون لموقف محرج وللكثير من الأخبار التي تشكك في أداؤها المباشر بسبب معاناتها من مرض «متلازمة الشخص المتيبس».

وإذعى خبراء في مجال الموسيقى في فرنسا أن الأداء المباشر الذي قدمته النجمة الكندية خلال افتتاح دورة الألعاب الأولمبية في باريس 2024 كان مسجلاً سابقاً ولم يكن مباشراً.

وأكد عدد من المتخصصين في المجال الموسيقي أن أداء سيلين لأغنية «ترنيمه الحب» للمغنية الفرنسية الشهيرة إديث بياف، أمام برج إيفل لم يكن مباشراً بل تم خداع الجميع به.

وأشار الملحن إتيان غويرو إلى أن ما سمعناه على التلفاز كان يتضمن الكثير من التعديلات الصوتية، في حين قال مهندس صوت لم يذكر اسمه: «كان مسجلاً بشكل سابق بنسبة 100 بالمائة، ويمكن ملاحظة ذلك من التغمات الأولى».

## علقوا في

المصعد 6

ساعات

وكالات

جرى إنقاذ 12 شخصاً بعدما ظلوا عالقين لنحو 6 ساعات في قاع منجم سابق للذهب بولاية كولورادو الأميركية بعد تعطل أحد المصاعد في الموقع السياحي.

وقالت الشرطة إن المصعد كان يهبط إلى منجم مولي كاثين للذهب بالقرب من بلدة كريبيل كريك عندما تعرض لمشكلة ميكانيكية على عمق نحو 500 قدم (150 متراً) تحت السطح، ما شكل خطراً شديداً على المشاركين، وتسبب في مقتل شخص واحد.

وتابع: «إن 12 من البالغين علقوا على عمق ألف قدم (305 أمتار) داخل المنجم ولكن كان بإمكانهم الوصول إلى المياه وكان الجو يعتبر جيداً».