

إنّ النهضة القومية الاجتماعية تعبر عن عودة فاعلية الأمة السورية وحيويتها إليها لتعود إلى القوة والنمو واستعادة ما خسرت من بيئتها الطبيعية.

سعادة

درشة صباحية

يكتبها الياس عشي

تساءل البعض: لماذا يترك ملايين الجزائريين والمغاربة والتوانسة بلادهم ويهاجرون (...). فيما تكاد تكون هجرة الليبيين من بلادهم شبه معدومة؟
كمال ديب الكاتب المميز أجاب على هذا التساؤل في كتابه «أزمة في سورية»، حين كتب في الصفحة 323:
«في عهد القذافي (...) كانت الكهرباء في ليبيا مجانية ومياه الاستعمال المنزلي والشفة مجانية، وسعر ليتر البنزين 8 سنتات، (...) وكان سعر السيارة الجديدة هو سعر مصنع بلد المنشأ بدون إضافات (...)، وكانت قروض البنوك بدون فائدة، ولم يوجد أي ضرائب على الدخل (...)، ولم يترتب أي دين داخلي أو خارجي على ليبيا في وقت بلغت ديون الدولة الفرنسية عام 2011 ميلادية 233 مليار أورو (...)، وبالنسبة للتربية والتعليم فقد دفعت الحكومة الليبية لكل تلميذ يرغب في متابعة دراسته في الخارج مبلغا يعادل 1627 أورو شهريا مع قسط الجامعة كاملا».
قارنوا... فكروا... انتظروني غدا لنهني المشهد.

تعرض نفسها للإيجار.. لكن لماذا؟

قُررت الأميركية نينا كينيلي الدخول في تجربة فريدة وشجاعة، حيث تعرضت نفسها للإيجار كام. تعرض المنتجة المسرحية نينا كينيلي من نيويورك نفسها للإيجار بصفة أم مؤقتة، ولأجل ذلك فتحت صفحة تحت عنوان «الحاجة إلى أم» في الشبكة الإلكترونية.
هذه المرأة تملك خبرة طويلة في تربية الأطفال (30 سنة)، ولكنها هنا لا تعرض نفسها كمربية أطفال أو ربة بيت، بل كام فقط. وتقول: «سأستمع بانتباه إلى ما يقوله أولادكم وأعلمهم التعليمات اللازمة التي تساعدكم في أن يصبحوا أشخاصا يبعثون بكرامة».

من المهام التي ستقوم بها «الأم المؤقتة» غسل القمصان، ومشاهدة الأفلام السينمائية مع الأطفال، وتحضير أطباقهم المفضلة وشراء هدايا لهم في عيد الميلاد. كما تعد بمساعدتهم في واجباتهم المدرسية وتعليمهم الكاراتيه ولعب الكرة.

كما تعهدت بعدم انتقاد تسيحة الزبون وأصدقائه أو ما يعجبه من المأكولات، وأنها لا تنتظر أي هدايا إضافية ومكافأة منهم، مع أنها لم تحدد المبلغ الذي يجب تسديده لها مقابل عملها.



سر النوم الهادئ.. تنظيف الأسنان في العتمة

قدمت دراسة بريطانية حديثة مقارنة جديدة عن أسباب الأرق أو النوم المتقطع ليلا، إذ ربطت هذه المشكلة الشائعة بنسبة التعرض لضوء اصطناعي قوي قبيل النوم.

حذر أستاذ علم الأعصاب بجامعة ليدز البريطانية راسيل فوستر، من خطورة التعرض لضوء الحمام القوي قبيل النوم، خصوصا أثناء تنظيف الأسنان، لأن هذا الضوء يسبب خلافا في عمل الخلايا العصبية المسؤولة عن النوم. وجاءت هذه الدراسة بعد بحث شمل عينة من البريطانيين تتراوح أعمارهم بين 30 و50 عاما، وأجمع ربع العينة على أن قلة النوم تؤثر على صحتهم، مثل الإصابة بالسكري والقلب والاكتئاب.

وفسرت الدراسة أنّ الضوء الصناعي يمنع استرخاء الجسم البشري، ويعطل إطلاق هرمون الميلاتونين الذي يساعد على النوم، وينشط الخلايا العصبية التي تعزز من يقظة الجسم.

وخلصت الدراسة إلى تأكيد أنّ الوقت الذي يخسره الإنسان في النوم من الممكن أن يصل إلى أكثر من 15 يوما في العام، بينما يحتاج الإنسان إلى سبع ساعات ونصف على الأقل من النوم ليلا، حتى يستطيع العمل بكامل طاقته.



نضال ديب

آخر الكلام

فوضى الإعلام الإلكتروني ومواقع التواصل الاجتماعي

رأسم عبيدات

المفروض أن توظف وتجدّد مواقع التواصل الاجتماعي والمواقع الإلكترونية الإخبارية لخدمة هبات شعبنا الفلسطيني ومشروعنا الوطني وقضيتنا العادلة، وأن يكون ممثلا الأول والأخير فضح وتعرية الاحتلال وما يرتكبه هو وسوابه مستوطنيه من جرائم وممارسات عنصرية وإذلالية بحق شعبنا الفلسطيني، وخير دليل على ذلك ما جرى من إعدامات ميدانية وإطلاق النار على شباننا وقتلاتنا بقصد القتل، تحت حجج وذرائع طعنهم أو محاولات طعنهم بالسكاكين أو دهسهم بواسطة السيارات، كما جرى مع الشهداء فادي علون ومصطفى الخطيب واسحق بدران والفتيات شروق دويات وأسراء عابد ومرح باكير «أصلا» والطفل أحمد منصور والمفروض أن تعطي تلك المواقع الإعلامية والالكترونية قدرا كبيرا من المصداقية لما يجري تداوله من أخبار وصور وأحداث، ولكن ما نلاحظه ونشاهده أنه في حمى التسابق على النشر للخبر أو الحدث أو الصورة أو الفيديو، تجد من ينقلون الخبر ويثوون يعتمدون على الرواية الإسرائيلية الموجبة والخادمة وجهة نظر الاحتلال وأهدافه، وإعلام الاحتلال موجه، همّه الأول والأخير وسم نضال شعبنا بالإرهاب ونزع تلك الصفة المتأصلة عن جيشه ومستوطنيه الذين يقومون بقتل وتصفيّة شباننا بدم بارد. قتل يستهدف بث الربح في صفوف أبناء شعبنا، قتل يغطي كيري وأوباما والمجرم بليز وبان كي مون وغيرهم... ماكينة الإعلام الفلسطيني يجب أن تتوخد وتعزف على وتر واحد من أجل أن نفضح ونعزّي هذه الدولة المارقة التي مكّنتها الحزبية كلها من المتطرفين الداعين لقتل شعبنا وطرده وتهجيريه.

لا يجوز ولا يحق لمن لديه (ا) صفحة على الفيسبوك أو تويتر أو غيرها، أن يعمل على نشر أخبار أو تعليقات أو فيديوات أو صور من دون التأكد من مصدرها، فهناك الكثير من الأخبار المشوهة أو التي من شأنها أن تحدث بلبلة وإرباك ليس عند الأهل فقط، بل في أوساط جماهير شعبنا.

يجب على كل مستخدم صفحتا التواصل الاجتماعي تكون مجموعات «غروبات» تعمل على إيصال الأخبار والمعلومات والصور والفيديوات التي تقضح وتعزّي الاحتلال وجرأته، وأن يتولى عدد منهم الترجمة إلى لغات عدة لتلك الأخبار والمعلومات، فالإعلام جزء هام في الحرب الدائرة الآن مع المحتل، الذي يجيد الذب واليكاء وتشويه الحقائق معتمدا على جهلنا وغبائنا وتسرعنا في نشر الإخبار. ففي العديد من الأحيان لا يكون هناك أية عملية فدائية، وما يجري هو عملية إعدام بدم بارد لطفل أو شاب أو فتاة، وتعطي الفرصة والمبرر والذريعة للعدو لكي ينجو بفعلته وجريمته، والتي يجب أن نوثقها كجرائم ضدّ الإنسانية والمفروض أن يتم جلب قاداته إلى المحاكم الدولية لمحاكمتهم كمجرمي حرب.

يُفترض في حالة وقوع أي جريمة والتأكد منها، أن يتحوّل كل منا إلى مراسل يقوم بإيصال المعلومات إلى أكبر عدد من الناس، مستخدمين كل الوسائل التكنولوجية والمعلوماتية في نقل وتوزيع ما يرد من معلومات عن تلك الجرائم، وأن نحرص على صياغة المعلومات حول تلك الجرائم بقصص إنسانية مؤثرة، تظهر مدى عدوانية وحشية جنود الاحتلال ومستوطنيه المنفلتين، والعالم لا يتفهم لغة الندب والبكاء والتشكي، بل يفهم معلومات وصورا مؤثرة وحقائق، وليس نقلا عن، أو حسب ما قالوا أو أشاعوا، فأي خبر أو معلومة أو رواية أو تغذية تكون غير دقيقة ولا تستند إلى حقائق من شأنها أن تضعف جنتنا وروايتنا والثقة في معلوماتنا، وهذا يمكن المحتل المالك للتكنولوجيا وماكينة إعلام ضخمة ومنظمة وسيطرة على الفضاء الإعلامي الدولي، أن يقلب الحقائق ويظهر بمظهر «الضحية» وليس الجلاذ الذي سوطه مشرع دائما لضربنا وقتلنا.

الجميع عليه أن يفهم سواء، من هم مسؤولون عن مواقع الكترونية، أو من لديهم صفحات على مواقع التواصل الاجتماعي، بأننا نحن في معركة مكثّة للمعارك في الميدان والسياسة، وفي كل الساحات، ولذلك البوصلة والوجهة الأساسية والأولوية في النشر والنقل والتعليق، هي كيف نفضح ونعزّي عدونا وما يقوم به من جرائم وانتهاكات بحق شعبنا ومقدساتنا وأرضنا وحقوقنا، وكذلك علينا بتوعية شعبنا في المواقع والميادين والساحات كلها، وكيف نحمي أنفسنا من الاحتلال ومرترقته وأعدائه؟ وكيف نحمي جبهتنا الداخلية من الاخرق؟ والأ نغرق صفحاتنا ونضيق معظم وقتنا في سجلات ومناكبات داخلية على حساب الحلقة المركزية، ألا وهي العدو الصهيوني وكيفية اعتناقتنا وتحزّر شعبنا من نيره.

هذه ساحة من ساحات النضال والكفاح الهامة إذا ما أحسنا استثمارها، بما يخدم شعبنا وقضيتنا، فهذا من شأنه أن يساهم في أن نتقدم خطوة على طريق حلما في الحرية والاستقلال، فالدعوات الي مقاطعة المحتلين ومحاكمتهم على جرائمهم، ومقاطعة منتوجاتهم وبضائعهم محليا ودوليا من شأن ذلك أن يقصر في عمر الاحتلال ويعمق أزمتة وعزله على المستوى الدولي، وخصوصا أننا نشهد تعاظما دوليا شعبيا ورسما في مقاطعة الاحتلال بسبب جرائمه وانتهاكاته لحقوق شعبنا.

ولذلك يجب أن نعزف على الوتر نفسه ولا نغرد خارج السرب، ليس بالمعنى السياسي، بل يجب أن نتوحد في معركتنا ضدّ المحتل الذي يستهدف وجودنا واقتلاعنا بالقتل والطرده والتهجير، وهو يعتقد بأن مسلسل الذبح الذي ينفذه بحق أطفالنا وشباننا وبناتنا، سيئال من عزيمتنا وإرادتنا، ويجعل قرأتنا ترتعد من الخوف، ناسيا أو متناسيا بأن شعبنا وجيلنا هذا المولود ما بعد أو سولو بسنوات قد كسر حاجز الخوف وأدرك الحقيقة التي لا يستطيع التخلي عنها مهما عظمت وثلت التضحيات: حقيقة أنّ هذا المحتل عليه أن يرحل عن أرضنا، وأن ننعّم بالحرية في وطن لا حواجز ولا جدران فيه كباقي شعوب العالم التي تعيش بحرية واستقرار.

الفوضى على صفحات التواصل الاجتماعي والمواقع الإلكترونية يجب أن تنتهي، في ما يخص تداول الأخبار ونقلها وتوزيعها، وكل ما هو مرتبط بها من صور وفيديوات، و«يوتيوبات» وغيرها، وخاصة ما هو متعلق بشهداء وجرحى وإعدامات بدم بارد لأطفالنا وبناتنا وشباننا، بحيث نتوخى الحذر والدقة والمصداقية في النشر مع التأكد من المصدر، وألا نجعل وسائل إعلام الاحتلال هي المصدر لروايتنا ومعلوماتنا وأخبارنا، فوسائل إعلامه مجنّدة لخدمة مشروعه وأهدافه وأكاديبه، والتي الهدف الأول والآخر من تشويه ملامتنا ونضالاتنا ووسمها بالإرهاب، وإظهار الاحتلال بدلا من أن يكون الجلاذ فيكون الضحية. وهذه دعاية ورواية دأبت عليها الدولة العبرية منذ التأسيس: تمارس القتل والعريضة والبطيحة والزعرنة، وتتجج في تسويق نفسها بأنها دولة مظلومة ودولة «ديمقراطية» في غاية من القمع والديكتاتورية، أن الألوان لكشف زيف دولة الاحتلال وفحسها وتعزيتها.

Quds.45@gmail.com



جاكسون يواسي

شقيقه التوأم إندي في مرضه



ويحسب صحيفة «دائلي ميل» البريطانية، تمكّن الأطباء من إنقاذ الطفل على الفور، لكن ما أثار دهشة والديهما فرانشيسكا هو بقاء المولودين متشابكي الأيدي حتى بعد وصولهما إلى منزلهما.
وقالت الأم: «شعرت أنّ ابني جاكسون كان يحاول طمأنة شقيقه الصغير بأنه سيتمكن من الصمود ومواجهة الخلل في جهازه التنفسي، ليس فقط بالانوية، بل من خلال دعمه بعد 9 أشهر من البقاء سويا في بطن واحدة».

أصبحت أم بالدهشة حين رأت طفلها يمسك بيد شقيقه التوأم بعد لحظات من ولادتهما، في لحظة مؤثرة سارعت إلى توثيقها بهاتفها المحمول.
وفي التفاصيل، ولد التوأم إندي وياكسون بفارق 9 دقائق، غير أنّ الشقيق الأصغر إندي بدأ يعاني من مضاعفات في جهازه التنفسي نتيجة التهاب في الصدر، فحاول شقيقه الأكبر جاكسون، وبغريزة طفولية، مواساته ومساندته بإمساك يده في لحظة نادرة الحدوث.

عمر المرأة عند الانجاب

يؤثر في إطالته

الهرمونية الخاصة بمنع الحمل، التي يمكنها أن تؤثر في طول عمر المرأة.
وأوضح لهم أنّ النساء اللواتي يضعن مولودهن الأول في عمر 26 - 30 سنة عمرهن أطول من اللواتي يصبحن أمهات في عمر أقل من 20 سنة، أو بعد بلوغهن الثلاثين من العمر. كما أوضحت للخبراء أنّ إرضاع المرأة لطفلها له تأثير إيجابي في صحتها، ويُطيل عمرها.

استنتج علماء يدرسون الأمراض السرطانية والتغذية، أنّ هناك علاقة بين عمر المرأة عند إنجابها المولود الأول، وطول عمرها.
استمرت الدراسة التي اشترك فيها 322972 امرأة من 10 دول في العالم، 20 سنة متتالية تمّ خلالها تحديد العوامل المؤثرة في طول عمر الأمهات.
درس العلماء في البداية في أي عمر أنجبت الفتاة مولودها الأول، مع الأخذ بالاعتبار تناول المستحضرات



قرية إندونيسية تنبش قبور سكانها كل 3 سنوات

في طقوس غريبة تمارسها قرية إندونيسية كل 3 سنوات، يقوم الأهالي بنبش القبور لاستخراج الجثث والبالسهم النياب والحنفي من أجل تكريم أرواح الموتى.
ويُعرف هذا الطقس بالماينين، أي احتفال تنظيف الجثامين حيث ينش سكان القرية قبور أقاربهم

ويقومون بغسلهم وتنظيفهم ومن ثمّ يأخذون الجثث للأماكن التي توقوا فيها، ويعودون بها للقرية مرة أخرى.
وسكان القرية من السفر لمسافات طويلة، إذ أنّ في حالة وفاتهم لن يستطيع ذووهم المشي بجثامينهم تلك المسافة الطويلة في طريق العودة.



الإدارة والتحرير

بيروت . شارع الحمراء . استرل ستتر
ماتف 01-748920-1 . 2
فاكس 01-748923-01
الموقع الإلكتروني www.al-binaa.com
البريد الإلكتروني info@al-binaa.com
التوزيع شركة الاوائل 01-666314.5

المدير الإداري
زياد الحاج

المدير المسؤول: رمزي عبد الخالق
هيئة التحرير: نظام مارديني
أحمد طي - إنعام خروبي
المدير الفني: محمد رسال

رئيس التحرير
ناصر قنديل

البنا

تصدر عن «الشركة القومية للإعلام»
صدرت في بيروت عام 1958