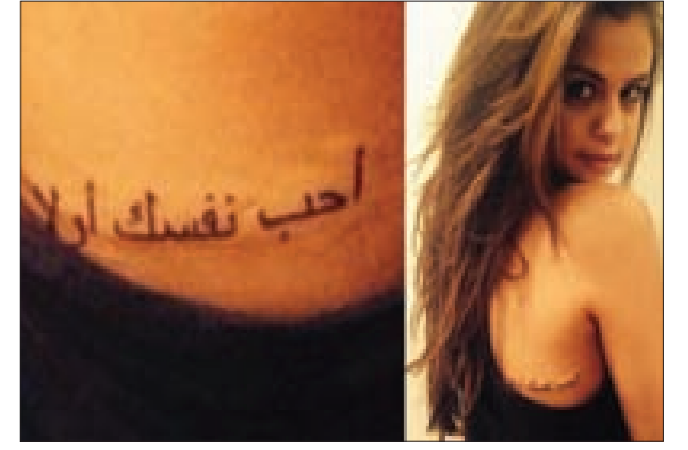


سورية تمثل لنا شخصيتنا الاجتماعية ومواهبنا وحياتنا المثلى ونظرتنا إلى الحياة والكون وعزنا ومصيرنا، لذلك هي لنا فوق كل اعتبار فردي وكل مصلحة جزئية.

سعادة

سيلينا غوميز تزين جسدها بوشم باللغة العربية



تناقلت مواقع الكترونية صورة للمغنية الأمريكية سيلينا غوميز يظهر فيها وشم باللغة العربية على ظهر النجمة. وقد بدأ الوشم المكون من 3 كلمات واضحا ومفهوما وهو «احب نفسك اولاً».

وكانت النجمة الشابة قد توجهت قبل حوالي شهر بالشكر لـ«بانغ بانغ ماكوردي» الذي نقش هذا الوشم على جسدها، علما أنه كان قد تحدث عن ذلك قائلا: «إن سيلينا كانت متطلعة بشدة لرسم ذلك الوشم»، وأنها حصلت عليه في الشهر الماضي. وأضاف الفنان أن غوميز اختارت بنفسها العبارة باللغة العربية التي أرادتها حلبة على جسدها، وأحضرت رسم الجملة لتعرضه عليه، مشيرة إلى أن نقش الوشم لم يتجاوز 45 دقيقة.

الجدير ذكره أن هذا ليس أول اهتمام بتدبيرة النجمة المكسيكية الأصل باللغة العربية، إذ سبق أن ارتدت قلادة تحمل اسمها، وذلك قبل التوجه إلى الإمارات للمشاركة في «أسبوع دبي للموسيقى» في أيلول الفائت.

الضغوط تعطل التمثيل الغذائي وتزيد الوزن

هرمون الكورتيزول الذي يزداد نتيجة التوتر. وأظهرت نتائج الدراسة أن المشاركين الذين أبلغوا عن تعرضهم للضغوط قد بلغ معدل حرق السعرات الحرارية لديهم بعد تناولهم وجبة عالية الدهون حوالي 104 سعرة أقل في الساعة مقارنة بمن لم يتعرضوا للضغوط، وذلك خلال 24 ساعة تالية للوجبة.

الملفت في نتائج هذه الدراسة أن تأثير الإجهاد يشبه تأثير الدهون السيئة، وأن نسبة الدهون الثلاثية ترتفع عند من لديهم تاريخ مع الاكتئاب أو نتيجة الضغوط اليومية.

وعن ذلك تقول مارثا بلوري أستاذة التغذية في جامعة أوهايو: «نحلم أننا لا نستطيع تجنب الضغوط في حياتنا أحيانا، لذلك علينا إبقاء خيارات صحية في الثلاجة وخزانات الطعام، بحيث تكون متوافرة أماننا عندما نتعرض لهذه الضغوط والتوترات».

عندما يتعلق الأمر بزيادة الوزن تُشير أصابع الإتهام إلى الوجبات السريعة والأطعمة السكرية أولاً، لكن بحسب دراسة حديثة نُشرت في مجلة الطب النفسي البيولوجي فالإجهاد والضغوط تسبب انخفاضا في معدل التمثيل الغذائي ما يجعل الحفاظ على الوزن مسألة صعبة.

معظم أسباب الضغوط تتعلق بالمساجرات الزوجية والخلافات مع زملاء العمل والأصدقاء والضغوط المرتبطة بترتيبات العمل. في دراسة مجلة الطب النفسي والبيولوجي جرى سؤال المشاركين والمشاركات عن الضغوط والإجهاد التي تعرضوا لها في اليوم السابق على زيادة الوزن، وكان الوزن قد زاد لدى البعض بما يعادل تناول وجبة إضافية من البرغر والبطاطا المقلية.

وتبين من قياس معدل التمثيل الغذائي، وهو المعدل الذي يستغرقه الجسم لحرق السعرات الحرارية والدهون، أن تراجع هذا التمثيل الغذائي راجع إلى ارتفاع مستويات



مرض يحول جميع أفراد عائلة إلى «دببة»



تشكل عائلة تركية مادة مهمة للبحث بين العلماء منذ اكتشاف وجودها عام 2005 من أجل تفسير السبب الذي جعل جميع أفرادها يسيرون كالديببة على أيديهم وأرجلهم عاجزين عن الوقوف كسائر البشر.

ويعد أن كان يعول على هذا الاكتشاف للعثور على الحلقة الضائعة التي لطالما حاول الخبراء فلغزها حول كيفية انتقال الإنسان البدائي إلى قامته المستقيمة، أكد العلماء بعد 9 سنوات من التحاليل أن هذه العائلة ليست النموذج الذي يمكن الاستناد إليه لهذا الغرض.

ويحسب صحيفة «دايلي ميل» البريطانية، أطلق العلماء على هذه الحالة مصطلح «التطور العكسي»، مرجعين هذا المرض النادر إلى

وجود عيب جيني وراثي له علاقة بالتوازن. لكن هذا المرض لا يعني تشبيهمهم بنمط الحياة التي عاش فيه الإنسان القديم.

وما زال الأشقاء الخمسة الأتراب الذين تتراوح أعمارهم بين 18

لكن قد يكون هناك سبب ثالث لإطلاق اسم لوبيز على الكائن الجديد، وهو أن العلماء واطلبوا على متابعة مباريات كأس العالم الأخيرة في البرازيل، التي شاركت في افتتاحها الفنانة المشهورة. عشر فريق العلماء من مونتينيغرو (الجبل الأسود) والهند وأمريكا على الكائن الجديد على عمق 70 مترا تحت الأنقاض، في الشعاب المرجانية لمعبر موناخ المائي بين بورتوريكو وجمهورية الدومينيكان.

ويؤكد الفريق أن الكائن المُكتشف يتميز عن نظرائه بأنه

اكتشف علماء أحياء كائناً مائياً جديداً (قردة) بالقرب من بورتوريكو، أطلقوا عليه اسما شبيها باسم أشهر شخصية من الجزر التابعة لاميركا، أي جينفر لوبيز، فصار اسمه «Litarachna Lopezae».

ربما جاء اختيار هذا الاسم انطلاقاً من أن جذور لوبيز تعود إلى بورتوريكو، لكن العلماء يؤكدون أنهم كانوا يستمعون إلى أغاني الفنانة ذات الصوت المميز أثناء إعدادهم تقريراً حول الكائن المائي الجديد، تعبيراً عن امتنانهم لها.

أفريقية في الستين تتزوج طفلاً في التاسعة



أولاد تتراوح أعمارهم بين 28 و 38 سنة: «أنا وأولادي سعداء بزواج هيلين، ولا مشكلة لدينا أن نتزوج طفلاً، لا يهمنا ما يقوله الآخرون».

تحول ماسيليا (9 سنوات) إلى أصغر عريس في العالم، بعد زواجه من هيلين شبانغو (62 سنة) في حفل زفاف أقيم في إحدى القرى جنوب أفريقيا.

ونشرت صحيفة «ميرور» البريطانية، صوراً لحفل زفاف حضره نحو 100 شخص من أصدقاء العائلة.

وقال ماسيليا إنه أقام الحفل لجعل زواجه رسمياً، مؤكداً أهمية اتباع تقاليد بلاده، بينما اعتبر بعض سكان القرية أن الزواج بين امرأة وطفل يصغرهما بنحو 53 سنة أمر مفرق.

وأضاف ماسيليا: «أنا سعيد بزواجي من هيلين لأنني أحبها»، مؤكداً عزمه على إكمال دراسته باجتها، بيد أنه عاد ليؤكد أنه سيترزوج فتاة في سنه عندما يكبر. بينما أكدت هيلين سعادتها



آخر الكلام

الحرب العالمية الرابعة

عادة ما تدرس الحروب العالمية على قاعدة أسبابها وأحداثها ونتائجها، وتأتي تسميتها استناداً إلى شموليتها تاريخياً. في هذه التسمية، تجاوزنا الحرب العالمية الثالثة، كونها وقعت افتراضياً، لانعدام القدرة على تنفيذها عملياً، باعتبار أدائها العمالية، أي السلاح النووي، قد وضع على الرف مؤقتاً، لاستحالة استخدامه كسلاح يؤمن أهداف الحرب الحقيقية وليست المعلنة. فأهداف القوى الاستدمارية تتلخص في الهيمنة والنهب الاقتصادي، وبالتالي يتعذر استخدام أسلحة التدمير الشامل، لتقويضها الحجر والبشر في منطقة عملياتها، وهو يمنع الاستفادة من الثروات الطبيعية التي تطمح القوى الغازية إلى استثمارها في حلقة النهب المخطط لها.

قانونياً، انتهت الحرب العالمية الثالثة، فور التوقيع على معاهدتي «سالت 1» و«سالت 2» بين جباري أو قطبي الحرب الباردة. أما فعلياً فقد وضعت أوزارها جدياً بسقوط الاتحاد السوفياتي، إذ انتهى ما يسمى بالردع النووي، وزالت الاستراتيجيات المتعلقة به لمصلحة ما يسمى بالشراكة العالمية.

أما الحرب العالمية الرابعة، فبدأت إرهاباتها عام 1990 مع خطاب بوش الأب الذي أعلن قيام نظام عالمي جديد بقيادة الولايات المتحدة الأمريكية يقوم على السلام العالمي والشراكة الدولية في مواجهة الإرهاب العالمي. غير أن هذا السلوك السياسي الأخلاقي الظاهر كان يبطن السيطرة العسكرية والهيمنة الاقتصادية للولايات المتحدة. هذه الدولة التي لم تعرف في سلوكها التاريخي أي معنى أو مضمون لمفهوم الأخلاق. فتاريخها مستند إلى عقيدة الحرب الطويلة منذ عام 1940 وصولاً إلى استخدامها وحيدة القنابل النووية على هيروشيما وناكازاكي في اليابان، والتي قامت باجتياح بنما 1989 وقبلها غرنانادا. ولم يتبدل سلوكها حتى بعد خطاب بوش نفسه، بدءاً من اجتياح تشيكوسلوفاكيا ومنطقة البلقان وصولاً إلى حرب الخليج تحت عنوان الدفاع عن سيادة الكويت عام 1991. هذه النزعة العدوانية تبلورت، وطفقت على ما عداها بعد أحداث 11 أيلول، فاجتاحت أفغانستان ومن ثم العراق وبعدها في جورجيا، وتدخلت تقريباً في جميع دول أواسط آسيا المنفصلة عن الاتحاد الروسي.

إن الحرب العالمية الرابعة التي أرسى أهدافها هنري كيسنجر وأوجزها بنقطين فقط: السيطرة الكاملة على منابع النفط والغاز، وضخ الحقد للسيطرة على الشعوب التي تحيط بمصادر القوة.

هذه الحرب التي أسمتها أميركا بـ«الحرب العادلة»، قامت على قتال عدو خارجي، كانت الولايات المتحدة قد خلقتها أثناء صراعها مع الاتحاد السوفياتي في أفغانستان، وشنت الحرب بما دعتة الضربات الاستباقية، وهي عمليات خطت لها سابقاً تحت عنوان الحفاظ على خطوط الأمن القومي.

بعد تبدل شكل عملياتها من الحرب المباشرة إلى الحرب غير المباشرة التي تستفيد من الأدوات المحلية للصراع، كان الإعلام أهم أسلحة هذه الحرب، وخصوصاً ما يتعلق بعناوين الحرب. فالاعتداء على غزة مثلاً، صار في إحدى المحطات المحلية «الحرب على إسرائيل». والهجوم العسكري يعتبر تدخلاً إنسانياً كما حصل في ليبيا، والغزو يصبح حماية ودفاعاً ضد الإرهاب كما سُميت حرب تموز 2006. والقتل الجماعي يصبح أضراراً جانبية، تماماً مثلما حدث في مجزرتي قانا ويكرنار يومياً في غزة.

إن الحرب العالمية الرابعة قد بدأت بالفعل، ولكنها حرب تجرى على مراحل، أهمها في المسرح الوسيط التي يسمى الشرق الأوسط. ومركز قيادة الجيش الأمريكي في قطر هو من يخطط العمليات الفعلية على الأرض التي تشمل المنطقة الممتدة من البحر الأبيض المتوسط إلى أفغانستان على الحدود الصينية. فالعراق وسورية وليبنان والأردن وفلسطين هي الهدف الحالي لضرب عناصر قوة الممانعة التي تقف سداً منيعاً في وجه هذه القوة الغاشمة، تمهيداً لاستكمال نظرية كيسنجر في السيطرة والهيمنة.

إن امتنا في حالة بين الحياة والموت، والمخرج الفعلي الحقيقي يكمن في تعزيز التعاون والتنسيق وعلى كل المستويات بين القوى المقاومة لاجتياز هذه المرحلة الفاصلة في تاريخنا. إنها فعلاً معركة وجود.

* عميد ركن متقاعد

ارتفاع درجات الحرارة

يؤدي إلى تكوّن حصى الكلى

اكتشف خبراء أعدوا دراسة نشرت في مجلة «Environmental Health Perspectives – آفاق الصحة البيئية»، وجود علاقة بين عدد الأيام الحارة خلال العام وبين خطورة تكوّن حصى في الكلى، في عدد من المدن الأمريكية، التي شملتها الدراسة.

هذه المدن هي أتلانتا وشيكاغو ودالاس وفيلاديلفيا ولوس أنجلوس، حيث أن ارتفاع درجات الحرارة إلى أكثر من 10 درجات مئوية، يتسبب بزيادة خطورة تكوّن الحصى لدى المصابين بأمراض الجهاز البولي.

ويعاني حالياً 9 في المئة من سكان الولايات المتحدة الأمريكية من تكوّن الحصى في الكلى. ويقول الدكتور غريغوري تازيان الأخصائي بأمراض الجهاز البولي: «بيدو أن درجات الحرارة الأعلى يمكن أن تزيد من خطر تكوّن الحصى لدى الأشخاص الذين لديهم استعداد لذلك». ويضيف: «هذا الاكتشاف يشير إلى التأثير الذي تحدثه التغيرات المناخية على صحة المجتمع».

درس الباحثون معلومات عن الحالة الصحية لـ60433 شخصاً بين عامي 2005-2011، وقارنوها بمعطيات الطقس المسجلة في مدن أتلانتا وشيكاغو ودالاس وفيلاديلفيا ولوس أنجلوس للفترة نفسها. فلاحظوا نتيجة المقارنة أنه بعد تغير درجات الحرارة اليومية، ازداد عدد الأشخاص الذين راجعوا الأطباء لمعالجتهم من حصى الكلى.

ويوضح الباحثون هذه العلاقة، بأن درجات الحرارة العالية تسبب جفافاً في الجسم، يؤدي إلى ارتفاع تركيز الكالسيوم وغيره من العناصر في البول، ما يسبب تكوّن الحصى.

الإدارة والتحرير

بيروت - شارع الحمراء - استرال سنتر
هاتف 2-748920. 01-748920
البريد الإلكتروني info@al-binaa.com
www.al-binaa.com الموقع الإلكتروني
التوزيع شركة الأوتل 5-666314.01
فاكس 01-748923

هيئة التحرير

رمزي عبد الخالق
نظام ماريني - جورج كعدي
المدير الفني محمد رَمال

رئيس التحرير

ناصر قنديل

البناء

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

المدير الإداري

زيد الحاج
المدير المسؤول
محمد عقل

المستشار العام

ربيع الدببس