

لا يخشى أحد من اللبنانيين قولنا تحيا سورية في لبنان لأننا نشعر أنّ لبنان هو في ذرى سورية.

زاوية

أقليات وأكثريات

سامي بوفواز

المتحد الاجتماعي هو مكان الاتحاد في الحياة، عبارة عن مجموعة محددة من البشر تجري حياتها في بقعة جغرافية معينة فتتحد في المصالح والمصير والعوامل المادية النفسية، وقد يكون المتحد قرية أو مدينة وليس ممكناً له مهما بلغ من السعة والقوة أن يكتفي بدورته الاقتصادية المحدودة بذاتها، بل هو دائم التطلع إلى امتدادات مجاورة لكي تكتمل دورته الاقتصادية - الاجتماعية. وتشكل المدن الكبرى كتلاً مغناطيسية ضخمة تستقطب المتحدات الصغرى حولها، وهكذا فإن تواصل العمران يقضي بتواصل انخراط دورات حياة المتحدات الاقتصادية الاجتماعية بعضها مع بعضها الآخر حتى تكتمل الدورة الحيوية الكبرى فيكتمل معها المتحد الأتم، ولذا نجد أنّ المتحد الأتم يضم جماعة من البشر تحيا حياة موحدة المصالح، موحدة المصير، موحدة العوامل النفسية - المادية، ويتشكل من متحدات صغرى مترتبة في ما بينها بدورة حياة كاملة في قطر وبيئة جغرافية محددين لا تسمح بتواصل عمراني ما بعد حدودها الطبيعية، إذ تنكسب من تفاعلها معها في مجرى التطور خصائص ومزايا تميزها عن غيرها من الجماعات. الأمة جسم واحد (مثل جسم الإنسان مثلاً، والأمتال تضرب ولا تقاس، فهي تقرب من جهة وقد تبعد من جهات) بلحاظ وحدة حياتها وتتشكل من أعضاء حيوية (رأس، أطراف، وجه، عيون...) هي المتحدات بلحاظ النظر في تفاصيل ذلك الجسم، فتلك الأعضاء الحيوية ضرورية لحياة الجسم عامة. ولو دققنا في المتحدات الصغرى المكونة للمتحد الأتم - الأمة - لوجدنا أنّ بعضها قد يختلف تكوينه الداخلي من ناحية معينة عن بقية المتحدات، وقد يكون الاختلاف مذهيباً، إثنياً، لغوياً، أو في النمط السائد في النشاط الاقتصادي، وغير ذلك... تماماً كما لو نظرنا في تفاصيل أي جسم حي لو وجدنا اختلافاً واضحاً في تفاصيل أعضائه الحيوية بعضها عن البعض الآخر، إلا أنّ ذلك لا يلغي وحدة هذا الجسم، فالأمة موحدة في عين كثرة مكوناتها إذ لا يمكن الفصل بين الأمة وأيّ من مكوناتها، كما لا يمكن فصل أي عضو من أعضاء جسم حي عن هذا الجسم، فمكونات الأمة لا يمكن أن تكون مستقلة عن سائر جسمها مهما تميّزت عن سائر مكوناتها فحين الإنسان مثلاً ليست مثل باقي أعضاء جسمه، كذلك اليد والرجل والأصابع والقلب والدماغ... لكن أيّاً منها لا يمكن أن يكون مستقلاً عن الجسم.

نأتي الآن إلى هيئتنا الاجتماعية الراهنة فنجد أنّها تتشكل من مكونات متعددة من مذاهب وإتنيات وعرعات أخرى، ونجد دعوات استقلالية لبعض هذه المكونات على أسس مذهبية حيناً أو إثنية أحياناً، تحت عناوين حقوق الأقليات في تقرير المصير مثل الأقلية الكردية أو الآشورية أو الكلدانية، وغيرها من الإثنيات المنتشرة في مختلف أرجاء وطننا، ونسمع عن دعوات انفصالية تقسيمية من أقليات مذهبية مسيحية أو محمدية في كينانات الأمة، وإذا ما تمصرتنا قليلاً واقع هذه الأقليات، بمعزل عما تقدم من شرح علمي سوسولوجي عن الواقع الاجتماعي وتشكل المتحد الأتم، لوجدنا أنّ مجتمعنا يتكون من مجموعة من الأقليات بحيث لن نجد أكثرية ملحوظة لجهة معينة مذهبية أو إثنية فبقينا اليوم والكراد والكلدان وبقايا المجموعات التاريخية وغيرها من إثنيات صغيرة، وفيما السنة (على اختلاف فرقه) والشيعي (وفرقيه المتعددة) والدرزي والعلويون، وفيما الأرثوذكس والكاثوليك والموارنة وغيرهم، وفيما الصابئة والأرزيون، وغيرهم من الطوائف والمذاهب. أضف إلى ذلك مكونات أخرى، فلا يوجد أكثرية من أي منها، بل نحن مجموعة أقليات، وهذا التنوع أمر طبيعي وهو مصدر غنى للأمة ولا يجب أن يشكل حالة دائمة للتفجير المجتمعي من الداخل حربه على نفسه، هذا فضلاً عن المعيار العلمي الأساسي الذي على ضوءه اكتشفنا كيفية تشكل المتحدات الاجتماعية ونشوء الأمم، فكل من هذه المكونات لا يمكن أن تحيا خارج متحدها الأتم الذي به تكتمل دورتها الاجتماعية الاقتصادية ودورة حياتها، فمطلماً أن العين أو اليد لا يمكن أن تقوما بدهرهما بمعزل عن الجسم وخارجه، كذلك الأقليات لا كيان لها أو حتى وجود حقيقي خارج الأمة. هذا ما أثبتته الدراسات والأبحاث العلمية وما أقرته الفلسفة السورية القومية الاجتماعية القائمة على أساس علمي متين، وهي الدعوة الموحدة الجامعة، فلو افترضنا أنّ ناعرة أقلوية في مجتمعها هي thesis وأن النعرة الأقلوية المناقضة لها هي antithesis فإن القومية الاجتماعية هي synthesis الجامعة لجميع نعراتها الأقلوية المتناقضة، وبالتالي ستكون هي الأكثرية المطلوبة وهي الأكثرية العاملين لإعادة سيادة الأمة على نفسها وتعزيز ثقة شعبنا بنفسه، وكل دعوة أقلوية تحت أي شعار أو صيغة كانت وأياً يكن أصحابها فهم إما قليلو الوعي والفهم والمنطق السليم، إن حسنت نواياهم التي لن يسجلها التاريخ بل يسجل الأعمال والأفعال، أو هم دعيو الضمير والأخلاق إن كانوا على دراية بخطورة ما يفعلون على مصالح أمتهم وأبنائهم شعبيهم، من هنا نرى أنّ معظم قيادات تلك الدعوات الأقلوية (إثنية كانت أو طائفية - مذهبية) في تاريخ أمتنا كانوا مرتبطين بمشايخ معادية للأمة ومصالحها الحيوية، وخير دليل على ذلك ضميرهم من التاريخ المعاصر، فأصحاب مشاريع التقسيم الطائفي في الكيان اللبناني كانوا مرتبطين بالمشروع «الإسرائيلي»، كذلك حال أصحاب مشروع كردستان في الشمال، فلا يخفى على أحد حال التمسك التام بينهم وبين «إسرائيل». تلك الدعوات تشكل البيئة الحاضنة للمشروع «الإسرائيلي» القائم على يهودية الدولة بالمعنى الديني والعربي - الإثني كما يزعمون، إذ يعتقدون أنهم سلالة إثنية اتخذت من اليهودية ديناً.

المرأة تسبب التخمة

اكتشف العلماء وجود علاقة بين الإعجاب بالنفس بالنظر إلى المرأة وازدياد كمية الطعام التي يتناولها الشخص. يقول العلماء الهولنديون الذين اكتشفوا هذه العلاقة، إن هذا يشمل النساء بصورة خاصة. المرأة التي يعجبها النظر إلى نفسها في المرآة يظهر لديها قل ما يشعرون بالرغبة في تناول الطعام. وأجرى العلماء اختبارات شاركت فيها 107 نساء، قسمن إلى مجموعتين. سمح لنساء المجموعة الأولى بالنظر إلى المرآة في أي وقت يشئن، في حين منعت نساء المجموعة الثانية من ذلك تماماً. لاحظ الباحثون، أنّ اللواتي سمح لهن بالنظر إلى أنفسهن في المرآة، كن يتناولن الطعام حتى عندما لم يشعرن بالجوع. كما اكتشف الباحثون أنّ المرأة لم تكن السبب الوحيد في زيادة كمية الطعام التي تتناولها المشتركات في الاختبار، لأنه عندما عرضوا خلال الاختبار أسئلة فيديو دعائية عن هيئة الجسم، زادت كمية الطعام التي تتناولتها المشاركات، مقارنة باللواتي عرضت عليهن أسئلة فيديو محايدة. يقول الخبراء إن الشعور بالغضب بالمظهر الخارجي للجسم أمر طبيعي، ولكن الإفراط في ذلك يؤدي إلى ازدياد كمية الطعام التي يتناولها الشخص، أي إلى التخمة. إضافة إلى هذا، يصبح الشخص الذي يفرط في النظر إلى نفسه في المرآة أحياناً ويميل إلى الإصابة برهاب شكله «Dysmorphophobia».



تختلف ألسن البشر لكنهم يميلون إلى التعبير بإيجابية



قالت دراسة جديدة إن البشر يميلون بشكل عام للنظر إلى النصف الممتلئ من الكاس، باعتبار أنّ اللغات في معظم أنحاء العالم تشير إلى أنّ التفاؤل متاصل في الطبيعة البشرية. ودرس علماء من أستراليا والولايات المتحدة نحو 100 ألف من العبارات الأكثر شيوعاً في اللغات العشر الأكثر استخداماً في العالم، مستخدمين التحليل الرياضي، فوجدوا أنّه بغض النظر عن ثقافتهم، الناس أكثر ميلاً لاستخدام الكلمات الإيجابية من السلبية. وشملت الدراسة الأقوال المستخدمة في الصحف والكتب والأفلام والإنترنت، إضافة إلى مواقع التواصل الاجتماعي مثل «تويتر» و«فايسبوك»، ووجدت أنّ للبشر ميلاً

طبيعياً للنظر إلى الحياة من الجهة المشرقة. يقول الدكتور لويس ميتشل من جامعة أدنبايد: «السعادة أمر رئيسي، لكن من الصعب تحديده

19 آلاف من أكثر الكلمات المنطوقة في عشر لغات، وهي الإنكليزية والألمانية والفرنسية والإسبانية والبرتغالية والعربية والإنديونيسية والصينية والكورية والروسية. وطلب الباحثون من الناطقين بهذه اللغات تقييم إذا كانت تلك الكلمات «سعيدة» أو «حزينة» على مقياس من 1 إلى 9، فأشارت النتائج التي نشرت في دورية الأكاديمية الوطنية للعلوم إلى أنّ غالبية الكلمات أتت إيجابية وسعيدة. ورغم أنّ اللغات العشر كانت منحازة بشكل إيجابي، إلا أنّ هناك بعض الاختلافات بينها، إذ تبين العلماء أنّ الإسبانية والبرتغالية من اللغات الأكثر سعادة، في حين أنّ الصينية والكورية والروسية من اللغات الأكثر تعاسة.

الناجون من السكتة الدماغية أكثر عرضة للسرطان

وتحدث عندما تضيق أو تنسد الشرايين التي تصل إلى الدماغ، ويؤدي تخثر الدم من مشاكل الشرايين المتضررة. وقال البروفيسور مالك عادل المشرف على الدراسة: «نعرف أنّ مرضى السرطان معرضون بشكل أكبر لخطر الإصابة بالجلطة والسكتة الدماغية، وكان لدينا تساؤل عن إمكان حدوث العكس بخصوص خطر الإصابة بالسرطان بعد السكتة، وهو ما علمت الدراسة على الإجابة عليه». وفحص الباحثون بيانات 3247 مريضاً أميركياً 1.45 مرة لدى من تقرب أعمارهم من الـ 50 أو تزيد.

وكانوا قد أصيبوا بجلطات دماغية خفيفة. وتمت مقارنة بياناتهم ببيانات المعهد الوطني للسرطان في الولايات المتحدة، ورصدت معدلات الإصابة بالوفاة بالسرطان بينهم بعد الإصابة بالجلطة. وتوصلت النتائج إلى أنّ معدل الإصابة بالسرطان قد ارتفع في 1.2 مرة بين المصابين بالجلطات الدماغية خلال العام الأول بعد الجلطة، وارتفع 1.4 مرة خلال العام التالي. لاحظ الباحثون زيادة احتمالات الوفاة بالسرطان بين من سبق لهم الإصابة بالسكتة الدماغية بمعدل 1.45 مرة لدى من تقرب أعمارهم من الـ 50 أو تزيد.

قالت دراسة حديثة أجريت أخيراً في مؤتمر الجلطات الذي تنظمه الرابطة الأميركية للجلطات أنّ الناجين من السكتة الدماغية لا يقتصر الفلح على صحة أوعيتهم الدموية فقط، بل ينبغي أن يكون الفلح الأساسي من إصابتهم بالسرطان بسبب زيادة خطر الإصابة به. وأشارت نتائج الدراسة إلى أنّ خطر الوفاة بالسرطان في حالة الإصابة به بعد السكتة الدماغية تكون مرتفعة. وتعتبر السكتات الدماغية الإقفارية الأكثر شيوعاً حيث تشكل نسبة 85 في المئة من حالات السكتة،

الإفراط في التمارين الرياضية يضر بالصحة!



«كل ما يزيد عن حده ينقص»، هذا المثل الشعبي الذي تتوارثه الأجيال ينطبق على الصحة والتمارين الرياضية. ووفقاً لدراسة هولندية جديدة فإن الإفراط في ممارسة التمارين الرياضية مضر بالصحة. يعتقد العلماء أنّ ممارسة التمارين الرياضية بشكل مفرط قد يعود بنتائج سلبية على الصحة، تماماً كعدم ممارسة الرياضة على الإطلاق. ووفقاً لدراسة نشرت في مجلة الكلية الأميركية لأعراض القلب، وشملت أكثر من 1000 شخص على مدى فترة 12 سنة، أظهرت النتائج أنّ الركض بوتيرة ثابتة لمدة تقل عن ساعتين ونصف الساعة أسبوعياً يفيد الصحة بشكل عام، في حين أنّ تخلي هذه الفترة يؤدي إلى نتائج سلبية. وينصح الخبراء بالأ تخلي التمارين الرياضية مدة 150 دقيقة في الأسبوع.

مستشفى كوبنهاغن إن «الاهتمام بالصحة لا يتطلب الإفراط والمبالغة، التوصيات هي بعدم تخلي العتية الأمانة». وتشير الدراسات السابقة إلى نتائج مماثلة أيضاً، لا سيما دراسة أجريت على الفئران وأظهرت نتائجها أنّ الإفراط في ممارسة الرياضة يؤثر في ضربات القلب، وأن الاستمرار على هذا المنوال لوقت طويل يمكن أن يؤدي إلى تلف عضلات القلب.

وقالت مورين تالبوت، ممرضة في مؤسسة القلب البريطانية إن هذه الدراسة تشير إلى أنه «من غير الضروري أن نرضح المارافون إذا أردنا الحفاظ على صحتنا، الرياضة الخفيفة والمعتدلة مثل المشي يمكن أن تكون أكثر فائدة من الرياضة الشاقة». وأضافت: «المشي السريع هو الرياضة المثلى للصحة، كما أنّها الخيار المناسب للأشخاص الذين لا يمارسون الرياضة ويريدون أن يبدأوا بتوازن وسهولة».

آخر الكلام

حذار الجنون والتعصب والعبودية

الياس عشي

ما رأي بعض اللبنانيين فيما لو قصدوا، في يوم من الأيام، مدينة جبيل، على سبيل المثال لا الحصر، ورأوا على مدخلها لافتة كتب عليها: «جبيل قلعة المسيحيين»؟ وما رأيهم لو انتقلوا إلى بعلبك، وفوجئوا ببافطة تعلن بأن بعلبك هي «قلعة الشيعة»، وفي مكان ثالث: «المختارة قلعة الموحدين»... و... من دون أن ننسى أن طرابلس، مدينة ماء الورد كما أسميها دائماً، قد سبقتهم في هذا «الإبداع» ورحبت بزوارها بعبارة «طرابلس قلعة المسلمين». من الطبيعي، لو حدث هذا الافتراض، أن تحذو حذوهم الطوائف الأخرى، طالما أنّ النظام الرسمي للدولة اللبنانية هو نظام طائفي كرس في وثيقة الطائف. من الطبيعي أيضاً أن ينسحب العلم اللبناني من الخدمة، ويترك السماء للذين يتقاتلون عليها، ويقدم استقالته، فمسحاً في المجال لرايات دينية تتحول كل منها، مع الزمن، إلى علم رسمي للمدينة التي ترفعها، وتسميت في الدفاع عنه. من الطبيعي أيضاً وبالأخص أن تنشط السوق السوداء، ويزداد الطلب على شراء الأعلام، والباقيات، والتعابير، والشعارات الدينية والطائفية، وأن تأخذ الفكرة برقاب الأخرى، فيستولي رجال الدين على السلطة، ويصبح الكلام على الزواج المدني الاختياري جريمة يحاكم عليها القانون! ولم لا؟ فالمدنية مدينتهم، والراية رايتهم، والمنابر لهم، والربط والحل في أيديهم، ولا تسقط شعرة من رؤوس الناس إلا «بإرادتهم»، وليس بإرادة «أبيهم الذي في السماء». قبل أيام أطل الجدال البيزنطي برأسه من ساحة عبد الحميد كرامي، وانقسم الناس بين مؤيد ومعارض للبايقة التي تكرس طرابلس «قلعة للمسلمين»، وللراية السوداء التي خرجت، نتيجة الحوادث، من التعميم إلى التخصيص. أحسست بلوثة تتجاذق مدينة العلم والعلماء، تنكرت المغفور له دولة الرئيس رشيد كرامي الذي قال لمن سأله عن مشاعره وهو يرى اسم الجلالة على المنصة ذاتها التي كان يحتلها المغفور له والده عبد الحميد، فأجاب على ذمة الراي: «بيدو أنّ الله سبحانه وتعالى لي يجد أظهر من هذا المكان، فأختره منصفه له». موقف نبيل، وكلام هادئ، وحنكة سياسية. صفات تدفع إلى التساؤل: ماذا جرى حتى سقط الجميع في الهاوية؟ وهل بقي عملاقة أم أنّ عصر الأقرام قد بدأ؟ ألم يقل الفيلسوف جست: «الذي لا يستطيع أن يفكر يكون مجنوناً، والذي لا يريد أن يفكر يكون متعصباً، والذي لا يجرو على أن يفكر يكون عبداً». فإذا اجتمع الجنون، والتعصب، والعبودية، بشر بالخراب، وقل على الدنيا السلام.

مجزرة لطير الغاق لإنقاذ سمك السلمون

قرر عسكريون أميركيون إنقاذ سمك السلمون في نهر كولومبيا عن طريق القضاء على ما يزيد على عشرة آلاف من طيور الغاق (النهم) التي تتغذى بصغار أسماك السلمون بشكل نشيط جداً. بناء على خطة حكومة الولايات المتحدة ستكلف قوات الهندسة بمهمة رش زيت نباتي على بيض طيور الغاق المذكورة ما سيمنع تقطيس هذا البيض. كما يخطط لقتل 11 ألفاً من هذه الطيور التي تعتنش في جزيرة إيست ساند في السنوات القليلة المقبلة. وكان هناك زهاء 100 زوج فقط من طيور الغاق في أراضي جزيرة إيست ساند عام 1989. في حين ازداد عدد هذه الطيور إلى 15 ألفاً بحلول عام 2015. وتتغذى هذه الطيور بـ 11 مليوناً من صغار سمك السلمون سنوياً. وفي سبيل إنقاذ سمك السلمون المهده بالانقراض هناك اتخذت السلطات الاتحادية قراراً بقتل هذا العدد الكبير من الطيور. من جهة أخرى، أعلن نشطاء من جمعية دراسة الطيور وحمايتها استحالة اعتبار طيور الغاق عنصراً معادياً وحيداً لسمك السلمون لأن هذا النوع من الأسماك يتأثر سلباً بالسود والمصانع في تلك المنطقة أكثر بكثير من تأثره من طيور الغاق التي جعلتها السلطات الأميركية كيشاً للغذاء. وبقيت أشهر عدة فقط للبدء بتنفيذ خطة القضاء على الطيور المذكورة، وفي حالة عدم إغاثتها ستبدأ خدمة حماية الأسماك والحيوانات البرية بتسليم رخص الصيد وباستدعاء المتطوعين المستعدين لقتل طيور الغاق رمياً برصاص البنادق. ستنتقل هذه الخطة بحلول الربيع المقبل عندما ستعود الطيور إلى الجزيرة لبناء أعشاشها.



الإدارة والتحرير

بيروت. شارع الحمراء. استرال سنتر
هاتف 01-748920. 1. 2
البريد الإلكتروني info@al-binaa.com
التوزيع شركة الأوائل 01-666314.5

هيئة التحرير

رمزي عبد الخالق - جورج كعدي
نظام مارديني - إنعام خروبي
المدير الفني محمد رمال

رئيس التحرير

ناصر قنديل

البناء

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

المدير الإداري

زياد الحاج

المدير المسؤول

محمد عقل

المستشار العام

ربيع الدبوس