

شهادوا أنثبتوا أنهم ليسوا بمتراجعين عن عقيدتهم
وانهم ماضون ليحققوا آخر غرض من أغراضها.
سعادة

الحساسية عند الأطفال سببها تلوث الهواء



اتضح للعلماء أن سبب حساسية الأطفال يعود لتلوث الهواء الجوي. أجرى علماء جامعة كولومبيا البريطانية دراسة على حالة 2700 طفل، بينت نتائجها أن السبب الرئيسي في الحساسية التي يعاني منها الأطفال يكمن في تلوث الهواء الجوي، ويلاحظ هذا بصورة خاصة في المدن الكبيرة. واكتشف الباحثون أن تلوث الهواء الجوي يسبب في البداية ضعف جهاز مناعة الجسم ومن ثم تظهر الحساسية من المواد الغذائية وصف الحيوانات وغير ذلك. ويشير الباحثون إلى أن 16 من كل مئة مولود جديد لديهم الاستعداد للإصابة بالحساسية التي تتطور إلى مرض. استناداً إلى هذه النتائج، ينصح الخبراء بضرورة تنظيف الهواء في المنزل باستخدام منظفات الهواء ومولدات الأوزون، وتهوية الغرف، خاصة المخصصة للأطفال. كما من الأفضل استغلال أي فرصة للخروج إلى الطبيعة بعيداً من ضباب المدينة وهوائها الملوث.



الطبيعة بمواجهها عبر آلاف السنين... تبعد نحتاً ولوناً وحياتاً!



أسرة يعيش أفرادها على تناول اللحوم الحمراء فقط

المقالات الطبية حول النظام الغذائي الذي يعتمد على اللحوم الحمراء دون غيرها، إلى أن اقتنعا بفوائده، وقرروا الإقتصار على طعام الأسرة على اللحوم. وبدأت الأسرة في البداية بالتوقف عن تناول أنواع الكرويهيرات كافة، إلا أنها كانت تتناول منتجات حيوانية أخرى كالبيض والأسماك ومنتجات الألبان ولحوم الدجاج. لكن أفراد العائلة شعروا بأن هذه المنتجات لم تكن مفيدة كما هي الحال بالنسبة للحوم الحمراء. ويعيش كل من جوي وشارلين وابنيهما شارلي (10 سنوات) و جورج (8 سنوات) على وجبة دسمة يومية على العشاء مؤلفة من لحم البقر الذي تشتريه الأسرة بعناية من الجزائر، والتأكد من أن نسبة الدهون منخفضة كثيراً في قطع اللحم التي يتم اختيارها.

يوصي خبراء التغذية بتناول اطعمة متوازنة تحتوي على نسب معينة من جميع العناصر الغذائية للتمتع بصحة جيدة. إلا أن أسرة أميركية كسرت هذه القاعدة من خلال الإقتصار على تناول اللحوم على مدى 17 سنة بهدف الحفاظ على صحة أفرادها. وبدأت قصة الأسرة مع تناول اللحوم في منتصف التسعينيات من القرن الماضي، عندما جرب جوي أندرسون (57 سنة) حمية غذائية غنية بالبروتينات، وعندما أصيبت زوجته شارلين (42 سنة) بداء لايم في عام 1998، كانت اللحوم الطعام الوحيد الذي يمكن أن تتناوله من دون حدوث أية مضاعفات لها. وبعد أن أخيرهما الأطباء أن اللحوم هي الغذاء الأفضل لصحة شارلين، أمضى الزوجان السنوات التالية بقراءة

أسترالي يوثق مشاهدته لطبق فضائي بكاميرته الخاصة

والذي يوثق صور الأطباق الفضائية على موقعه الإلكتروني الخاص «يوفو تيريتوري» إنه ضبط كاميرته على إعداد التصوير السريع عندما شاهد الطبق الطائر. وصرح السيد فيرغسون لصحيفة «دايلي ميل» الأسترالية، بأن مشاهدة أطباق الفضاء أصبحت أمراً اعتيادياً بالنسبة له، إذ أنه شاهد أكثر من 500 طبق فضائي طيلة حياته. وأضاف بان اهتمامه بالأطباق الفضائية بدأ في سيارة والدته البريطانية.

قال رجل أسترالي بأنه شاهد مركبة فضائية تجوب السماء فوق القطاع الشمالي من منطقة دارون الأسترالية والتي تعتبر أكثر المناطق التي تشهد ظهوراً لهذه الأطباق الغريبة وأنه صور هذه المركبة بكاميرته الخاصة. والتقط ألفين فيرغسون بكاميرته الخاصة صوراً لمركبة فضائية كانت تحلق في سماء منطقة دارون فوق منزله الواقع في منطقة أكاسيا هيلز. وقال فيرغسون وهو خبير بالمركبات الفضائية

آخر الكلام

القضية الفلسطينية اليوم

د. إبراهيم علوش

في الذكرى السابعة والستين لاحتلال فلسطين، الواقعة في الخامس عشر من شهر أيار من كل عام، ذكرى إعلان تأسيس دولة الاحتلال الصهيوني، يتكشف المشهد العربي عن حقيقة أساسية لم يعد ممكناً إنكارها وهي أن ما يسمى «الربيع العربي» همّش القضية الفلسطينية ووضعها في حيز لم يضق يوماً إلى هذا الحد، وإن ذلك جرى لأن ذلك «الربيع»: (1) حمل في بداياته برنامجاً مستورداً ومنبتاً عن التحرر الوطني هو «الإصلاح» بمقاييس غربية، (2) انطلق من تهميش التناقض مع الإمبريالية والصهيونية، (3) تمخض عن تحالف اللاحقين الرئيسيين فيه معهما، (4) انتهى لخلق ظروف تفكيك وصراعات طائفية وقبلية وأثنية أجبرت حتى المعنيين بالقضية الفلسطينية على التركيز على مواجهة الهجمة عليهم بدلاً منها. لا بل يمكن القول إن «الربيع العربي» جاء كنتمة مباشرة للعدوان على العراق ليسفر عن استهداف الجيوش العربية التي قاّلت العدو الصهيوني يوماً: السوري والعراقي والمصري بخاصة، وأن ذلك لعب استراتيجية ومصالحة الكيان الصهيوني بالضرورة.

فلسطينياً، تمخض «الربيع» المزعوم عن تبني حركة حماس رسمياً لبرنامج «الدولة الفلسطينية» في حدود الأراضي المحتلة عام 1967، مع أن ذلك التوجه بدأ رسمياً مع خطاب خالد مشعل في دمشق في حزيران عام 2009 رداً على خطاب أوباما في جامعة القاهرة آنذاك، وبذلك لم يعد الصراع بين حماس والسلطة الفلسطينية صراعاً بين برنامج مقاومة وتحرير من جهة وبرنامج تسوية واستسلام من جهة أخرى، بل تحول إلى صراع فصائلي على سلطة غير موجودة في دولة مفتقدة السيادة. فالسلطة الفلسطينية رسخت دورها كوكيل أممي للعدو الصهيوني في الضفة الغربية، أما حماس فباتت تبدو أكثر فاعلاً كمن يناطح السلطة على سلطتها، لا كمن ينطلق من برنامج سياسي مختلف جذرياً عن برنامج السلطة، وقد تعزّز ذلك بعد وصول الإخوان المسلمين للحكم في مصر وتونس، بالتفاهم مع الإدارة الأميركية، كنتاج مباشر له «الربيع العربي»، وشعور الإخوان المسلمين في كل الإقليم أن اللحظة التاريخية حانت لتسلم الحكم في كل البلدان العربية، ومنها السلطة الفلسطينية طبعاً. وصارت معضلة قيادة حماس، ولا تزال، نيل الاعتراف الدولي والرسمي العربي بسلطتها في غزة، لا برنامج المقاومة والتحرير، وصارت تلعب، كما لعبت قيادة فتح من قبل، لعبة القتال حتى الوصول لطاولة المفاوضات... ولا بأس من تنظيف حركة الإخوان المسلمين في الإقليم بالدم الفلسطيني بين الفينة والأخرى طبعاً.

في الآن عينه راح الجمهور الصهيوني يزداد يمينيةً وتطرفاً، وطلق يجنح أكثر فأكثر نحو انتخاب قوى سياسية تتمسك ببرنامج التهويد الشامل للأرض العربية الفلسطينية المحتلة وللنظام السياسي في دولة الاحتلال، وصار أقل استعداداً لتقديم تنازلات شكلية تافهة من نوع «تجميد الاستيطان» من أجل استمرار مهزلة المفاوضات مع السلطة الفلسطينية و«العملية السلمية» في المنطقة! ومع أن مثل ذلك الموقف المتشدد استغفز الأتحاد الأوروبي وإدارة الرئيس أوباما، اللذين كررا التزامهما الأبدى أيضاً من العدو الصهيوني وتفوقه العسكري، فإن حكومة نتنياهو وحلفائه من غلاة الصهاينة لم يتراجعا، بل ازدادوا تشدداً، وراحوا يخوضون معركة سياسية ضد الرئيس الأميركي في ملعبه الخلفي في مجلس النواب والشيوخ الأميركيين، من دون مراعاة حاجة الإمبريالية العالمية، في سياق المعركة الدولية ضد الدول المستقلة مثل روسيا والصين، لتجنيد العرب والمسلمين في صفها.

أكثر ما يغيب في الذكرى السابعة والستين لاحتلال فلسطين هو برنامج المقاومة والتحرير بعد أن تخلى عنه معظم أهله، إلا من رحم ربي، وهم موجودون بالطبع، ولا يزالون يقبضون على الحجر، لكن الحقيقة المؤلمة تبقى أن قيادة حركة فتح عبر مسيرتها، ومنذ برنامج النقاط العشر عام 1974، ثم قيادة حماس السياسية، بالإضافة لقيادة عدد من الفصائل اليسارية، ثم أقطاب المنظمات غير الحكومية الممولة أجنبياً في فلسطين وجوارها، تمكّنوا من زحمة قطاع واسع من الشعب العربي الفلسطيني باتجاه برنامج «الدولة المستقلة» على خمس فلسطين بعيداً عن برنامج التحرير، وجاءت مداخله أدوار سعيد وعزمي في إشارة لتتم ذلك التلوث السياسي بتلوث آخر، عقائدي، أكثر خطورة، بالحدديث عن «دولة واحدة» لكل مواطنيها، عربية - يهودية، ولتوجه ضربة إيديولوجية لفكرة عروبة الأرض، وهي أساس الصراع منذ البدء: هل الأرض عربية أم يهودية؟

لم يبدأ التدهور في الوضع الفلسطيني مع «الربيع العربي»، إنما جاء «الربيع» المزعوم ليزيد الوضع الفلسطيني تدهوراً. فالتدهور بدأ مع تقهقر المشروع القومي في بلادنا، وتكرس مع زيارة أنور السادات للقدس عام 1977، ومع التخلي عن المسؤولية العربية عن فلسطين في مؤتمر الرباط عام 1974 تحت عنوان «الممثل الشرعي والوحيد»، ثم «نقل» بما يقبل به الفلسطينيون! لكن لا بد أن نصر على أن ذلك التدهور هو بالضرورة حصاد نهج التسوية والاستسلام، عربياً وفلسطينياً، وأنه نتاج ضرب العراق وإخراجه من معادلة الصراع، وأنه سيزيد مع استنزاف سورية والجيش المصري وبقية البلدان العربية. وأن وضع حد لذلك التدهور لا يكون إلا بالعودة لبرنامج المقاومة والتحرير، وتحقيق شروطه السياسية والتعبوية والعسكرية.

أخيراً، عند تناول ذكرى احتلال فلسطين، لا بد من التنبيه إلى خطأ شائع هو وصفها بـ«النكبة»، وهو المصطلح غير الموفق بتاتا الذي أطلقه المفكر قسطنطين زريق. إذ تجب الإشارة لهذا الاحتلال بكونه احتلالاً، وعدم الوقوع في شرك القبول بدور الضحية من خلال مصطلح «النكبة». فالنكبة أو الاغتصاب حدث من الماضي لا يمكن تغييره، كالكارثة الطبيعية مثلما التي تأتي وتمضي ولا نمك إلا أن نتأقلم معها. ولذلك يمثل استخدام تعبير «نكبة» أو «اغتصاب» من دون كلمة احتلال اعترافاً ضمناً، ولو عن حسن نية، بالكيان الصهيوني. ولا مشكلة باستخدام أي تعبير مع كلمة احتلال طبعاً، ما دام المقصود بالاحتلال كل فلسطين، لا الأراضي المحتلة عام 67 فحسب.

صيني يرفض مساعدة الأطباء له بعد قضاؤه 14 يوماً وراء جهاز الكمبيوتر



ورفض صيني من أهالي محافظة أنخوي مساعدة الأطباء بعد أن قضى 14 يوماً لاعباً في لعبة «Word of Warcraft» وفقد الوعي. ولم يغادر الصيني سامو البالغ من العمر 21 سنة مكانه وراء جهاز الكمبيوتر في مقهى الإنترنت إلا نادراً عندما يذهب للتدخين. وكان الشاب طيلة تلك الفترة لا يستحم، ويتعاطى وجبات الطعام الخفيفة فقط. وقالت إحدى صديقاته التي رافقته بعد ذلك في زيارته لمحل بقالة إنه لم يستطع الوقوف على الرجلين بشكل مستقل، وكان جسمه يطلق رائحة كريهة.

وفقد الشاب الوعي بعد أن خرج من المقهى. وحاول فريق الأطباء مساعده. لكنه قال لهم: «أتركوني وشغلوا لي جهاز الكمبيوتر». وقال الشاب في ما بعد إنه هرب من بيته بعد أن شعر بادمائه على الألعاب الإلكترونية. ولا يعتبر هذا الحادث فريداً من نوعه. وأفادت وسائل الإعلام الصينية في مطلع آذار الفائت بأن شاباً من أهالي شغهاي مات بعد 19 ساعة من أداء اللعب المتواصل بلعبة «Word of Warcraft». وقطع شاب آخر في مدينة نانغون الصينية يده في محاولة للتخلص من الاعتماد على عقدة اللعب الكمبيوترية.



تجيب أن الأشخاص الذين يعانون من الأرق تزداد عندهم الآلام، ما يسبب لهم سوء حالتهم الصحية العامة. يقول رئيس الفريق الطبي التروجي من معهد الصحة العامة، الذي أجرى الدراسة «الآلام والنوم مرتبطان مع بعض. والآلام المزمن يلاحظ عادة عند الأشخاص الذين يعانون من اضطرابات في النوم».

الأرق يزيد من شدة الألم

وفق نتائج هذه الدراسة، التي بدأت عام 1974 وشملت أكثر من 10000 متطوع، فإن الأشخاص الذين يعانون من الأرق يكونون أكثر إحساساً بالألم، ما يسبب سوء حالتهم الصحية. كما أثبتت هذه الدراسة العلمية أن الإحساس بالألم له ارتباط مباشر بالوقت الذي يحتاجه الشخص ليغلبه النعاس وينام. وأجرى فريق البحث تجربة