

إنَّ الحق القومي لا يكون حقاً في معتزك الأمم إلا بمقدار ما يدعمه من قوة الأمة، فالقوة هي القول الفصل في إثبات الحق القومي أو إنكاره.

سعاده

## دراسة صباحية

### يكتبها الياس عشي

رعد المسلماني شهيد آخر من شهداء الحزب السوري القومي الاجتماعي ينضم إلى من آمنوا بدأن الحياة وقفة عزّ واحدة فقط. رعد المسلماني لم يشعر بأنّ ثمة مسافة بين النبي عثمان وأرض الشام، وعندما أعاد الوديعه إلى الأمة كان يؤكد حقه، وحقّ رفقاته، بمشروعية المطالبة بالغاء اتفاقية سايكس - بيكو. رعد المسلماني الذي قضى فتوته وشبابه يردد: لتحي سورية، حقه علينا أن نقف بتهيب أمامه، رافعين يدنا، مودعينه بما حبّ: لتحي سورية يارفيق رعد.

## النوم الطويل يحفز على الإصابة بأمراض مزمنة

بينت نتائج دراسة علمية أن الذين ينامون فترات طويلة خلال اليوم، هم أكثر عرضة للإصابة بأمراض مزمنة. وتابع علماء من جامعة كاليفورنيا الأميركية الحالة الصحية للناس على سبيل التجربة، وتبين أنه كلما كان الشخص ينام فترة أطول كلما كان أكثر عرضة للإصابة بالأمراض المزمنة. يوضح العلماء سبب هذه المسألة، بأنه خلال فترة النوم تتباطأ العمليات البيولوجية في الجسم، أي تنخفض عملية التمثيل الغذائي. للوصول إلى هذه النتائج أجرى العلماء تجربة وافق على الإشتراك فيها 60 ألف شخص. بينت نتائج هذه التجربة أن نوم الشخص البالغ مدة سبع ساعات في اليوم تكفي لاستعادة نشاطه اليومي. كما يشير الخبراء إلى أن النوم لمدة تسع ساعات وأكثر يؤثر سلباً في الجسم. لأنه بعد هذا النوم الطويل يكون مزاج الشخص سيئاً، ويشتكى من حالته الصحية. لذلك ينصح الأطباء بالنوم فترة معتدلة من أجل أن تبقى الحالة الصحية جيدة والمزاج رائعاً.



## آخر الكلام

### معالم الشرق الجديد

#### د. مروان فارس

إنَّ النظر إلى الحراك الشعبي الكبير في التاسع والعشرين من شهر آب الماضي إنما يشير إلى دلالات عدة لا بدّ من التوقف عند أبرز ما فيها:

1- إنَّ التعبير الشعبي خرج من حالة السكون التي هو فيها منذ تأسيس النظام السياسي القائم رهنًا في لبنان. إنَّ جوهر النظام هذا يقوم على الاقتسام الطائفي لإمكانيات البلد وقوامه. حالة السكون هذه تحمل في طياتها احتمالات الانفجار المستمر. ما يعني أنّ السكون أبلغ من الضجيج في الحالة العائنة في لبنان، فالخروج من الصمت إلى التعبير عن الاستياء بلغ ذروته في النزول من حالة الاستتباب إلى حالة الانفجار.

2- إنَّ جوهر الانفجار لا يتمثل فقط في المطالبة بحاجات المجتمع المدني، إنما يتمثل في احتمالات حدوثه المستمر. هذه الاحتمالات لا تلغي معالجة سريعة من قبل المتحكمين بالنظام رهنًا. إنما تلقى، كي لا تستمر، استجابة فورية من قبل الذين يريدون التغيير.

3- جوهر التعبير الذي تريده الحركة الشعبية التي ظهرت بقوة في شهر آب، يتمثل في إرادة التغيير، تغيير البنية التي يقوم عليها النظام السياسي في لبنان. والتي هي بنية طائفية وليدة حركة الاستعمار الغربي. فحركة الاستعمار الغربي التي رسمت في اتفاق سايكس - بيكو عام 1916 من القرن الماضي، لم تكتف بتقسيم الأمة السورية أجزاء متفرقة بغية إقامة الدولة اليهودية على حساب فلسطين. هذا على المستوى القومي، أما على المستوى الاجتماعي فقد كان جوهر المشروع الاستعماري يقوم على مبدأ تجزئة الأمة في الجغرافيا على قاعدة تقسيم الناس في المجتمع. لذا كانت الدعوة من قبل الزعيم أنطون سعاده لإقامة المجتمع الجديد، دعوة دائمة ومستمرة. فجوهر المجتمع الجديد الذي ينقذ الأمة من التقسيم الجغرافي هو الجوهر ذاته الذي ينقذ المجتمع المدني من التقسيم الاجتماعي. لذلك كُله كانت الطائفية في الجوهر أداة للتقسيم الجغرافي. التقسيم الجغرافي كان أداة حركة الصراع مع الفكر القومي.

4- في هذه المرحلة من تطور الأحداث في بداية القرن الحادي والعشرين تظهر مؤشرات عدّة في انطلاقة جديدة للقرن الحادي والعشرين. هذه الانطلاقة تتمثل في ما حدث من هزيمة للمشروع الاستعماري الغربي في الاتفاق النووي الذي قضى بإمكان الحصول على إنجازات حركة العلم النووي تبرز قدرة الشعوب في المواجهة مع حركة الاستعمار. ما يعني أنّ حركة الاستعمار يمكن مواجهتها ويمكن الانتصار عليها. تمامًا كما حدث في لبنان في حرب تموز عام 2006.

ففي هذه الحرب استطاعت المقاومة أن تهزم الجيش «الإسرائيلي» الذي اعتبر طويلًا جيشًا لا يهزم. كما أننا نرى أنّ الاتفاق النووي الغربي الإيراني سيشكل بوابة فعلية للقرن الحادي والعشرين. فإننا نستطيع القول بأنّ هزيمة الدور «الإسرائيلي» في لبنان على أيادي رجال المقاومة هي بداية فعلية للقرن الجديد.

5- لقد أكدت المقاومة بغض النظر عن انتماءاتها القاعدية أنها واحدة في مشروعها الذي تمثل في إرادة هزيمة المشروع الصهيوني. فلقد أصبحت هزيمة المشروع اليهودي احتمالًا ممكنًا في زمن كان يعتبر فيه سقوط الجيش «الإسرائيلي» غير محتمل. هذا الاحتمال الذي أصبح واقعًا، يشير إلى إمكان حصول وقائع جديدة في هذا الشرق الذي يفعل الهزائم التي تُني بها (في حرب حزيران وغيرها من الحروب منذ عام 1948، وتقسيم فلسطين كمقدمة لإنشاء الدولة اليهودية فوق أرضها) بدأت تظهر معالمه الجديدة بفعل المقاومة.

6- في مطالع القرن الجديد، تظهر معالم للقرن الجديد. وكما لا تكون هذه النظرة نظرة تفاؤلية فقط لا بدّ من الإشارة إلى أنّ حركة الاستعمار الغربي لا يمكن لها أن تظل حركة دائمة، طالما أنّ هناك إرادات تتمثل في العالم بفعل تغيرات كبيرة تحصل على المستوى الدولي. فالولايات المتحدة الأميركية التي حاولت أن تبرز ذاتها قوة وحيدة في العالم بعد سقوط الاتحاد السوفياتي وسقوط دول المنظومة الاشتراكية، لم تعد القوة الوحيدة في العالم، بل نشأت قوة مواجهة لها تمثلت في استعمال حق النقض - الفيتو في مجلس الأمن الدولي من قبل روسيا والصين حفاظًا على سورية والنظام السياسي فيها القائم على المواجهة مع مشروع الغرب الاستعماري. في هذا السياق، تثبت سورية بانها في المواجهة مع أكثر من ثمانين دولة أنها قادرة على الاستمرار في المواجهة ومن ثمّ على الانتصار في الاحتفاظ بوحدة سورية وبقوة النظام لمواجهة العدو الصهيوني. فثبات سورية في هذا الموقع، موقع المقاومة، يشير فعلاً إلى أنّ بداية القرن الحادي والعشرين هي بداية في كامل خريطة القرن الجديد.

7- إنَّ معالم هذا القرن هي معالم جديدة في جوهرها احتمال الانتصار على العدو الصهيوني وعلى مخططات الغرب الاستعمارية، فما كان غير ممكن في القرن الماضي، أصبح بفعل المقاومة ممكنًا في الشرق العربي وفي إيران وفي كل الأمكنة من هذا العالم الذي تتفوق فيه إرادة الحياة بعزة وكرامة على الخضوع والتبعية لإرادات الآخرين.

## العلماء يبرهنون أن الغذاء يسبب الإدمان لدى البدناء



عمل دماغ الأشخاص الرشيقين يعمل الأشخاص الذين يعانون من الوزن الزائد. تمت هذا المقارنة باستخدام طريقة التصوير بالرنين المغناطيسي، حيث عرض الباحثون على كل فرد من المشتركين في المقارنة خلال عملية التصوير لوائح فيها أطباق طعام شهية، ولوائح أخرى اعتيادية. بينت نتائج هذا الاختبار أن اللوائح التي فيها صور أطباق الطعام، تسببت في تفاعل مناطق مختلفة من الدماغ. ففلا مناطق مركز الذاكرة ورد الفعل المشروط تبادلت «الاتصال» في ما بينها. في حين نشطت مراكز المتعة وتقييم الغذاء لدى الذين يعانون من الوزن الزائد. أي الشيء نفسه الذي يجري في دماغ المدمنين على المخدرات. بحسب رأي العلماء، بهذه الطريقة يمكن تحديد فيما إذا كان الشخص البالغ أو الطفل يميل إلى البدانة، وتحديد الحماية الغذائية التي عليه أن يتبعها لتفادي ذلك.

برهن العلماء على أن الغذاء يسبب الإدمان لدى الأشخاص الذين يعانون من البدانة والوزن الزائد. واكتشف فريق دولي من علماء فيزيولوجيا الأعصاب ما يثبت أن سلسلة الخلايا العصبية في دماغ الأشخاص الذين يعانون من البدانة والوزن الزائد، هي نفسها المسؤولة عن الإدمان على المخدرات. يقول العالم أورين كونتريراس - رودريغيز من جامعة غرينادا في إسبانيا: «نحن اليوم نناقش بكثرة فيما إذا كان بالإمكان اعتبار البدانة ظاهرة «الإدمان على الغذاء» ولكن مع الأسف يوجد عدد قليل من الباحثين الذين يرغبون بإجراء دراسات وبحوث موسعة لمعرفة الأسباب الحقيقية في هذه المسألة. الاستنتاجات التي توصلنا إليها، تشير إلى أن مركز المتعة لدى الأشخاص البدناء يتفاعل عند تناول الطعام بالصورة نفسها التي يتفاعل بها دماغ المدمن على المخدرات». توصل الفريق العلمي إلى هذا الاستنتاج من مقارنة

## لماذا تسمن النساء مع التقدم بالعمر؟



بعد كل عشر سنوات يزداد وزن المرأة، بسبب تقلص حجم الأعمال المنزلية التي تقوم بها. أجرى علماء جامعي «مانشستر» و«لندن» دراسة لمعرفة سبب ازدياد وزن النساء مع التقدم بالعمر. لأجل ذلك أخذوا الإحصاءات الرسمية الخاصة بعدد الساعات الحرارية التي تحصل عليها المرأة من أطباق الطعام التي تتناولها النساء خلال السنوات العشر الأخيرة، وكذلك معطيات عن متوسط وزنها. توصل العلماء إلى أن أحد الأسباب الرئيسية التي تؤدي إلى ازدياد وزن النساء مع التقدم بالعمر في بريطانيا، هو تقلص حجم الأعمال المنزلية التي تقوم بها، حيث أن الوقت الذي تصرفه على تنفيذ هذه الأعمال أقل بـ 20 في المئة مما كانت تصرفه في ثمانينات القرن الماضي. أولاً- تقضي المرأة وقتاً طويلاً في الدائرة التي تعمل فيها. ثانياً - التقدم العلمي سهل القيام بالأعمال المنزلية. أي أنه انخفض حجم نشاطها البدني، وبالتالي تحرق سرعات أقل. إضافة لهذا يشير العلماء إلى أن الرجال يقومون حالياً بأعمال منزلية مختلفة أكثر مما كانوا يفعلونه قبل 30 سنة.

## طفلة تساعد الشرطة في القبض

### على لص اقتحم منزلها



للشبهة به ما ساعد الشرطة في الإلقاء القبض عليه في وقت وجيز. ولا تزال الشرطة تحقق مع جويس حيث وجهت إليه تهمة اقتحام المنزل وتحطيم ممتلكات الغير بحسب صحيفة «دايلي ميل» البريطانية.

الدخول إليه، إلا أن الطفلة خرجت من الخزانة والتقطت له صورة بهاتفها النقال. وأذنت الشرطة على تصرف الطفلة حيث قال الرقيب سكوت ميل من قسم شرطة أوبورن بأنها قامت بعمل ممتاز والتقطت صورة

تصرفت طفلة أميركية في الثانية عشرة من عمرها بسرعة بديهية عندما أحست بوجود لص يحاول اقتحام منزلها أثناء وجودها لوحدها في المنزل، حيث قامت بالاتصال بالشرطة من داخل الخزانة والتقطت صورة للمشتبه به قبل أن يغادر. اعتقلت الشرطة كلينتون جويس (53 سنة) من منطقة ورسستر بعد محاولته اقتحام منزل في شارع هامتون بعد ظهر الإثنين، وقالت الشرطة بأن الفتاة التي كانت وحيدة في المنزل اختبأت في الخزانة واتصلت برقم الطوارئ، بعد أن بدأ المشتبه به بمحاولة فتح البوابة الأمامية والجانبية للمنزل.

ودار حوار بين الطفلة وعاملة مقسم الطوارئ قالت فيه الطفلة بأن اللص يحاول فتح بوابات المنزل للدخول وأنه لا يحمل سلاحاً، وأنها لا تدري كيف تتصرف. وبعد أن ياس اللص من دخول المنزل، اتجه إلى منزل الجيران وحاول

# بلا

# حصانة

TUESDAY  
20.30

OTV