البناء

يومية سياسية قومية اجتماعية

الجمعة 22 كانون الثاني 2016 العـدد 1986 Friday 22 January 2016 Issue No. 1986

اننا احترمنا دائماً السلطة لا خشية ولا رهبة، بل تعلقاً بالنظام، ولكننا أقمنا نظاماً أساسه الحقّ ونرفض كلّ نظام أساسه الظلم والباطل.

سعاده

دردشة صباحية

من ذاكرة غسان تويني

◆ يكتبها الياس عشي

سألني أحدهم: لمَ هذا الموقف السلبي من اتفاق معراب؟

قلت له: سأتلو عليك بالحرف الواحد مقطعاً من ملف «غسان تويني يتذكّر».

قال: هاتِ ما عندك.

فتحت الصفحة الثامنة والعشرين وتلوت ما يلي:

يردّ غسان تويني على سؤال طرحه عبد الوهاب بدرخان عن ربع الساعة الأخير الذي عاشه في قصر بكفيا:

«... في الاجتماع الذي تمّ في قصر بكفيا في آخر يوم من جمهورية الرئيس أمين الجميّل، وتحديداً في 18 أيلول (1988)، كنت أهمّ بالانصراف عندما وصل الدكتور جعجع والاستاذ كريم بقرادوني (...)، وطلب مني الرئيس البقاء فبقيت.

وبعد مقدّمة من سمير جعجع حدّق إليّ وقال: أقترح الاتفاق على ريمون إدّه. ثمّ سألني رأيي، فقلت: لماذا تسألني؟ أنا لست نائباً ولا وزيراً ولا عندي ميليشيا أو حزب. أجاب: بس ريمون إدّه صديقك. قلت: صحيح أنا أؤيّد ريمون إدّه منذ أربعين سنة. فسألني: هل تؤيّده الآن؟ قلت: لا. فسألني: لماذا لا؟ أجبت: هل نريد انتخاب ريمون إدّه، أم نريد منع انتخاب رئيس للجمهورية؟

وتوقفت عن التلاوة، وسألت السائل: هل تريد المزيد؟

أجابني: وصلت رسالتك... وشكراً.

عدم تناول الإفطار صباحاً يسبّب الجلطة الدماغية

اعتبر الأطباء سابقاً عدم تناول وجبة الطعام الصباحية من الأسباب الرئيسية لسوء الحالة الصحية للشخص.

وها هي نتائج دراسة علمية جديدة أجراها علماء اليابان قد أكّدت أنّ وجبة الإفطار الصباحية ضرورية جداً للجسم. فقد اكتشف الخبراء وجود علاقة متبادلة بين الامتناع عن وجبة الصباح والإصابة بالجلطة الدماغية. واستنتج الخبراء أنّ عدم تناول وجبة الإفطار الصباحية يُسبّب سوء حالة الأوعية الدموية، وأنّ الذين لا يفطرون هم أكثر عرضة لحدوث نزف دموي في الدماغ.

اشترك في هذه الدراسة 82772 رجلاً وامرأة أعمارهم 45–74 سنة، وجميعهم بحالة صحية جيدة ولا يعانون من أيّة مشاكل في الأوعية الدموية، فراقب الخبراء حالتهم الصحية لمدة 15 سنة، خلال فترة 1995–2010.

وقد سُجّلت خلال فترة الدراسة هذه 3772 إصابة بالجلطة الدماغية بين المشتركين في الدراسة، منها 1051 كانت نتيجة جلطة دماغية نزفية. وإضافةً إلى هذا اكتشف الأطباء إصابة 870 منهم بالذبحة الصدرية.

وبعد دراسة هذه الحالات ونمط حياة المصابين، تبيّن أنّ الذين أُصيبوا بالجلطة الدماغية النزفية لا يتناولون وجبة الإفطار الصباحية.

ويعزو الخبراء ذلك إلى ارتفاع ضغط الدم، وخاصة في فترة الصباح. وبعد مقارنة النتائج ظهر أنّ الذين يتناولون وجبة الإفطار الصباحية نادراً ما يُعانون من ارتفاع ضغط الدم.

نفوق الحيتان... لغز حيّر العلماء!

يشكّل نفوق 12 حوتاً على سواحل بحر الشمال لغزاً يحاول الخبراء حلّه من خلال تشريح جثث الحيتان. ويقول العلماء، إنّ الجوع والتدريبات العسكرية في البحار يأتيان ضمن قائمة الأسباب المحتملة.

هكذا يحاول الخبراء حلّ لغز نفوق 12 من حيتان العنبر تمّ العثور عليها في ثلاث جزر واقعة قبالة مدينة بريميرهافن الألمانية، ويجري فحص جثثها التي يزيد طولها عن 10 أمتار، من أجل التعرّف على سبب نفوقها، هذا بعد أن جنحت باتجاه الشاطئ.

وقد جرى نقل الحيتان من الجزر لتسهيل عملية تشريحها، ووصفت «آلموت كوتفيتس»، وكيلة وزارة البيئة بولاية سكسونيا، عملية نقل الحيتان من الجزر بـ«الصعبة ولكن المدهشة في الوقت نفسه»، وترجع صعوبة نقل الحيتان لوزنها الضخم، إذ إنّ وزن أنثى حوت العنبر يصل إلى حوالى 15 طناً، فيما يصل وزن الذكر إلى 60 طناً.

جرى أولاً فصل جلد الحيتان عن جسدها، قبل نقلها باستخدام أجهزة الرفع، وهي عملية وصفها أحد المتابعين بالقاسية، وقال: «ثمّة شعور بالألم عند رؤية عملية تقطيع وتشريح هذا الحيوان الجميل».

ومن المقرّر نقل الهيكل العظمي لأحد الحيتان إلى جامعة «غيسين»، حيث يعمل الخبراء على معالجة العظام بطريقة تسمح بعرض الحيتان على الزوار.

وقد أظهرت النتائج الأولية لتشريح الحيتان، أنّها كانت تعاني من نقص حاد في التغذية. وتقول آلموت كوتفيتس، إنّ معدة وأمعاء الحيتان كانت خاوية تماماً، وهي تحتاج لالتهام كميات هائلة من الطعام، الأمر غير المتوافر في بحر الشمال، لذا يرجّح الخبراء أنّ الجوع هو على الأرجح سبب نفوق هذه الحيتان.

لكن متابعة التشريح أظهرت أنّ بعض الحيتان النافقة لم تكن تعاني من الجوع، إذ إنّ معدتها كانت ممتلئة، ولذا يبحث الخبراء عن أسباب أخرى لنفوقها.

وحيتان العنبر بشكل عام يصعب عليها العيش في بحر الشمال الذي يبلغ عمقه 100 متر فقط، فهي تغطس عادة إلى عمق آلاف الأمتار، وبالتالي فليس لديها فرصة كبيرة للعيش في بحر الشمال، كما يوضح خبراء الطب البيطري.

هذا وتُعتبر هذه الواقعة أخف وطأة بكثير ممّا وقع في الهند الأسبوع الماضي، حيث جنح أكثر من 80 حوتاً إلى سواحل ولاية تامل نادو، ونفق معظم هذه الحيتان بعد جنوحها باتجاه الساحل. ويقول العلماء، إنّ عدد الحيتان التي تجنح باتجاه الشواطئ يقدّر سنوياً بالآلاف.

جدير بالذكر أنّ بعض أنواع الحيتان تتّسم بالانتماء الشديد لمجموعاتها، وهو ما يزيد من فرص نفوق أعداد كبيرة منها، ففي حال جنوح أحد حيتان هذه المجموعات باتجاه الشاطئ فإنّ باقي المجموعة غالباً ما يتبعه كنوع من التعاطف والولاء، وبالتالي تواجه نفس المصير.

ويحذّر العلماء من أنّ الضوضاء التي تُحدثها السفن والتدريبات العسكرية والأنشطة البشرية الأخرى، تُضرّ كثيراً بهذه الكائنات الحية البحرية. فالحيتان بشكل خاص تتميّز بسمع مرهف للغاية، لذا فإنذ الضّوضاء تُربكها بشدّة وهو ما يزيد من احتمال جنوحها ثم نفوقها، كما يقول علماء الأحياء المائية.

وتؤدّي العواصف الشمسية أيضاً إلى اضطراب في المجال المغناطيسي للأرض الذي تعتمد عليه الحيتان في تحديد اتجاه تحركها، وبالتالي تؤدّي هذه العواصف إلى خلل في آلية حركة الحيتان وتسهّل جنوحها. ووفقاً للخبراء، حدثت 3 من هذه العواصف بنهاية كانون الأول 2015، وهو ما ربما كان أحد أسباب جنوح الحيتان باتجاه بحر الشمال ثمّ نفوقها لاحقاً.

آخر الكلام

شريعة قتل الأغيار مبادئ عامة للتسلية

◆ بلال شرارة

الأسبوع الراهن محطة ترقب في الشرق الأوسط على وقع عمليات ميدانية في دير الزور وأرياف حلب واللاذقية سورياً وأطراف الأنبار عراقياً، وعمليات قنص جوي لأهداف (داعشية) في ليبيا.

إلا أنّ الوقائع تشير إلى أنّ تحالف الراغبين الجوي بقيادة الولايات المتحدة سيُعيد النظر في استراتيجية عمله العسكري في سورية والعراق على خلفية اجتماع باريس العسكري هذا الأسبوع (الأربعاء) لوزراء دفاع الولايات المتحدة، بريطانيا، استراليا، المانيا، هولندا، إيطاليا، وبالتأكيد فرنسا، في وقت بادرت فيه واشنطن إلى إرسال المزيد من الخبراء والقوات البرية إلى منطقة الحدود العراقية السورية وشنّ عمليات إبرار جوية. في هذا الوقت ورغم الإعلان الروسي عن تحرير 270 قرية سورية (نحو 1000) كيلو متر مربع خلال 100 يوم من التدخل العسكري الروسي في سورية، إلا أنّ هذا الإعلان ترافق مع (هجوم إغاثي) لمساعدة السكان في المناطق المحرّرة.

وهكذا بين انعقاد أو عدم انعقاد اجتماع جنيف للمكونات السورية في 25 كانون الثاني، وبين إمكانية انعقاد أو استبعاد انعقاد اجتماع جنيف للمكوّنات اليمنية وتفجير المجموعات الإرهابية لأحد خطوط نقل النفط نحو ميناء عدن، وبين عجز الحكومة الليبية الانتقالية التي تكوّنت بعد اتفاق المكوّنات الليبية الرسمية عن وضع اليد على الأرض، وعملياً انتقال «داعش» إلى حالة الهجوم في المثلث النفطي الليبي. تمضي الأطراف المحلية والإقليمية والدولية في تجميع أوراقها استعداداً للمرحلة المقبلة، وبانتظار – ربما – المرحلة التطبيقية لاتفاق إيران مع دول 5 + 1 ونتائج المسعى الصيني للتهدئة بين الرياض وطهران على خلفية زيارة الرئيس الصيني للبلدين، ابتداء من أول من أمس الأربعاء (20/1)، بانتظار ذلك يستمرّ الموت العربي الراهن خلال هذا الأسبوع، بل بقية الشهر الحالي في ثلاجة الانتظار؟

يبقى أنّ للموت طعماً آخر في فلسطين، حيث تستمرّ القيامة الشعبية من دون ترخيص رسمي (من السلطة ومعارضتها)؛ وهناك في فلسطين استحدثت «إسرائيل» وسائل جديدة للموت تتجاوز القتل على الشبهة (المقتول ربما يحمل سكيناً) وإطلاق النار على راشقي الحجارة إلى (القتل من أجل التسلية) عبر قنص الجنود «الإسرائيليين» للمدنيين الفلسطينيين، وصولاً إلى آخر اختراعات رئيس حكومة العدو نتنياهو ضدّ صوت الأذان.

الدراسات «الإسرائيلية» نفسها تعترف أنّ الشبان الفلسطينيين الذين اعتقلوا على خلفية عمليات الدهس والطعن نفذوا عملياتهم ضدّ الجنود «الإسرائيليين» الذين يرمزون للاحتلال.

لا أحد يعرف أو يمكن أن يعرف أو يتكهّن متى ستحدث عملية الطعن أو الدهس أو الرشق الفلسطينية المقبلة للاحتلال، ولكن يمكننا أن نتكهّن بأنّ عمليات القتل بواسطة القنص الجوي أو البري والنسف والتجريف والاستيطان «الإسرائيلية» ستقع كلّ لحظة، وهي ربما وقعت أثناء كتابة أو قراءة هذا المقال.

ما أعرفه أنّ فلسطين في وادٍ ونحن بقية العرب في وادٍ آخر؛

تُرى متى نعود إلى أنفسنا؟

اليانصيب الوطني

الإصدار العادي الثاني سحب 21 كانون الثاني 2016

– 100 ألف ليرة لكل غلاف ينتهي بأحد الرقمين:	196 – 113
– 5 آلاف ليرة لكل ورقة تنتهي بالرقم:	5
– 10 آلاف ليرة لكل ورقة تنتهي بالرقم:	79
– 20 ألف ليرة لكل ورقة تنتهي بالرقم:	961
– 30 ألف ليرة لكل ورقة تنتهي بأحد الأرقام:	8358
– 40 ألف ليرة لكل ورقة تنتهي بالرقم:	5919 – 1498
– 100 ألف ليرة لكل ورقة تنتهي بالرقم:	2569 – 8794
– 200 ألف ليرة لكل ورقة تنتهي بالرقم:	9649 – 8364
– مليون ليرة لكل ورقة تحمل أحد الأرقام:	74187 – 76894 – 77340 34160 – 23322 (أ–ب)
– 2 مليون ليرة لكل ورقة تحمل أحد الرقمين:	78679 (أ – ب)
– 3 مليون ليرة لكل ورقة تحمل أحد الرقمين:	57135 (أ – ب)
– 10 ملايين ليرة للورقة التي تحمل الرقم:	32306 (أ – ب)
– 10 ملايين ليرة للورقة التي تحمل الرقم:	22865 فئة (أ)
– 100 مليون ليرة للورقة التي تحمل الرقم:	22865 فئة (ب)
– 20 مليون ليرة للورقة التي تحمل الرقم:	10058 فئة (ب)
– الجائزة الكبرى 200 مليون ليرة للورقة التي تحمل الرقم:	10058 فئة (أ) (غير مباعة)

اللوتو اللبناني

1372

2 19 22 23 25 27 5

	المرتبة	القيمة الاجمالية	الشبكات الرابحة	القيمة الإفرادية
6 أرقام مطابقة	1			
5 أرقام مطابقة	2	104.861.860	1	104.861.860
5 أرقام مطابقة	3	56.899.080	34	1.673.502
4 أرقام مطابقة	4	56.899.080	1.401	40.613
3 أرقام مطابقة	5	151.184.000	18.898	8.000
المبالغ المتراكمة للمرتبة الاولى للسحب المقبل				2.019.891.274
المبالغ المتراكمة للمرتبة الثانية للسحب المقبل				

1372

الارقام الرابحة	المرتبة	القيمة الاجمالية	الأوراق الرابحة	القيمة الإفرادية
93876	1	75.000.000	1	75.000.000
3876	2			900.000
876	3			90.000
76	4			8.000
المبالغ المتراكمة للسحب المقبل				25.000.000

تناول الخضار الورقية يخفّض احتمال الإصابة بالغلوكوما

يعتقد الكثيرون أن تناول الجزر مفيد للعيون، ولكن العلماء أثبتوا أنّ الخضروات الورقية هي المفيدة للبصر وليس الجزر. وأثبتت مجموعة علمية من المدرسة الطبية التابعة لجامعة هارفرد الأميركية، أنّ تناول الخضروات الورقية «الخس والكرنب (الملفوف) والسبانخ، وغيرها» هو الذي يُفيد البصر وليس الجزر كما يعتقد الكثيرون بعد دراستهم لحالة 105 آلاف شخص.

واتضح للفريق العلمي أنّ مادة سولفورافان Sulforaphane الموجودة في أغلب نباتات الفصيلة الصليبية «الكرنبية» تحمي الجسم من الإصابة بالسرطان. ومن أهم الخضروات الغنية بهذه المادة البروكلي والقرنبيط، وكرنب بروكسل.

وقد استمرّت هذه الدراسة خلال أعوام 1984 – 2012، وكان عمر المشتركين فيها عند بدايتها حوالي 40 سنة، ولم يكن أي منهم يعاني من مرض الغلوكوما «الماء الأزرق». فدرس الفريق العلمي نوع وكمية الخضروات التي كان يتناولها المشتركون في الدراسة.

وتبيّن من هذه الدراسة أنّ الذين تناولوا الخضروات الورقية أُصيبوا بالغلوكوما أقلّ من الآخرين بنسبة 20–30 في المئة، مقارنة بالذين لم يتناولوا الخس والسبانخ بصورة منتظمة.

ويعتقد الخبراء أنّ تناول الخضروات الورقية يؤدّي إلى زيادة تركيز أكسيد النتروجين الضروري لتنظيم حركة السوائل في العين، لأنّ الذين يعانون من «الماء الأزرق» يكون تركيز هذا الأكسيد في عيونهم منخفضاً.

لذلك ينصح الأطباء كل من بلغ الستين من العمر وأولاد الذين أُصيبوا بهذا المرض تناول الخضروات الورقية يومياً.

البناء

تصدر عن «الشركة القومية للإعلام»

صدرت في بيروت عام 1958

رئيس التحرير

ناصر قنديل

المدير المسؤول: رمزي عبد الخالق

هيئة التحرير: نظام مارديني

أحمد طيّ - إنعام خروبي

المدير الفني: محمد رمّال

المدير الإداري

زياد الحاج

الإدارة والتحرير

بيروت. شارع الحمراء. استرال سنتر

هاتف 2 . 1 . 01-748920

فاكس 01-748923

الموقع الإلكتروني www.al-binaa.com

البريد الإلكتروني info@al-binaa.com

التوزيع شركة الأوائل 5 . 01-666314