



من دفتر الوطن

تذوق العمر

عبد الفتاح العوض

السوري أفاق - وربما لم يفق بعد - وقد زاد عمره عشر سنوات. فالطفل الذي كان قبل الحرب محطاً بين طفولته ومرافقته يعيش حالياً منتصف العشرينيات ويبحث في كومة خيبات عن خيار المستقبل.

والفتاة التي تخرجت في الجامعة كانت قبل الحرب تبحث عن مجال عمل والآن وهي تتوسط الثلاثينيات تتلقى بخيبة أذعية محبتها بأن يأتيها النصيب... والرجل الذي كان قد بلغ النضج في الأربعين وفي يده مبتدأ النجاحات هو الآن في الخمسينيات وعلى رأسه خبر الشيبات.

هل مضي العمر مسرعاً؟

لا بأس هذا السؤال لا يخص السوريين فقط... بل هو محل دراسات في عدة جامعات غربية... مارك فيتمان وساندرا لنهوف - عالمان نفسيان، أجريا دراسة لمصلحة جامعة لودفيج ماكسميليان بميونخ وطلبا من عينة مختلفة الأعمار وصف شعورهم بسرعة مرور الزمن، بتعبيرات تبدأ من أنه يمر «ببطء شديد» إلى وصفه بأنه يمر «بسرعة شديدة».

وقد لا نحتاج لدراسات ولا لأبحاث علمية لمعرفة أن السنوات السعيدة تمر بسرعة وأن الأوقات الصعبة تمر بطيئة جداً.. لكن السؤال الذي تباينت حتى الدراسات في الإجابة عنه تلك التي تناولت من يشعر بأن العمر يمر بسرعة الكبار بالسن أم الشباب أم الأطفال؟

البعض وجد فعلاً أن الكبار بالعمر ينظرون للعمر وقد مر بسرعة وفي التفسير حسب علماء النفس أنهم ينظرون إلى ما تبقى من أعمارهم فيشعرون بأن النهايات اقتربت وينظرون خلفهم فيجدون أحداثاً من قريبا يكادون يتذوقون طعمها ثم يتذكرون وقد مر عليها عقدان أو أكثر من الزمن. في حين الشباب يرون أن ما مر مجرد بدايات لما هو آت. دراسات أخرى وجدت أن الكبار يشعرون بأن الزمن يمر ببطء فالحياة رتيبة ومملة ولولا مواعيد أخذ الدواء ربما لم يعد يعنيهم كم الساعة!!!

والتفسير هنا وأيضاً حسب معدي الدراسة أن قلة النشاطات تجعل الوقت أبطأ. وبظني - وبلا دراسة - أن الجميع في نهاية الأمر يشعرون أن الحياة مرت بسرعة والمسألة الأكثر أهمية عندما تنظر للخلف وتبتسم وتقول لنفسك لقد عشت حياة جميلة... حياة كما أشتتها.

إن كنت من هؤلاء فهذا هو الشعور الأنيق للحياة فإن لم تفعل فهذا حال معظم البشر.


كسوريين فإن سنوات الحرب مرت قاسية وبطيئة وحزينة وكلها تؤكد الشعور ببلادة الوقت لكن بالوقت نفسه نشعر أننا اكتشفنا أنفسنا وقد كبرنا وأن عشر سنوات ضاعت من حياتنا. ومننا من ضاع عمره كله.

أجد أن أكثر وصف يمكن أن أقوله براحة ضمير.. الوقت مر ببطء والعمر مضي بسرعة.

أقوال:

- فما لي لا أقول في لسان، وقد نطق الزمان بلا لسان.
- وإنيك يا زمان لنؤ صروف وإنيك يا زمان لنؤ انقلاب.
- أشكو إلى الله الزمان فصرفه أبلج جديد قواي وهو جديد قد صرت مغناطيس وهي حديد مَحَنٍ إلى توجّهت فكأنني

أروى جودة: متصالحة مع شكلي



الوطن

ردت الفنانة المصرية أروى جودة على تعرضها للتمتر من البعض بعد ظهور أجزاء من جسدها خلال مهرجان الجونة السينمائي وقالت: «أعرف عيوبي جداً ومتصالحة معها ولا أرى نفسي أحلى واحدة، ومتصالحة مع شكلي ومن المفروض أن ألعب رياضة ولكن هذا لا يحدث حالياً لذلك يوجد سليلويت، وهذا الأمر لا يضايقني».

المشروبات الغازية الأسوأ لمن هم فوق الخمسين

وكالات

كشف خبراء صحة، عن أسوأ مشروب لمن هم فوق سن الخمسين عاماً. ونقل معنى بالشؤون الصحية، عن خبراء الصحة قولهم إن المشروبات الغازية السكرية تعد الأسوأ لمن هم فوق سن الـ ٥٠، مؤكداً أن هذه المشروبات تزيد من خطر مقاومة الأنسولين مع تقدم العمر.

وأضافوا أن المشروبات المحلاة بالسكر مرتبطة بمعدلات أعلى للإصابة بمرض السكري، ناصحين لمن هم فوق الخمسين عاماً بالالتزام بالخيارات الصحية مثل الماء والشاي الأخضر.

وأكدوا أن المشروبات الغازية تؤدي العقل أيضاً، مشيرين إلى دراسة أكدت أنه كلما زادت المشروبات السكرية التي تتناولها، انخفض حجم دماغك وستكون ذاكرتك أسوأ. وشددت الدراسة، على ضرورة أن يكون هناك بدائل صحية كتناول المياه الفوارية المنكهة، والتي يمكن أن تكون بديلاً جيداً، مشيرة إلى أنه في حالة الرغبة بتناول مشروب حلو، فهناك الكثير من الخيارات الأفضل كحليب الشوكولا الذي يجعل الناس يشعرون بالرضا أكثر من المشروبات الغازية.

دب يهاجم امرأة حاملاً

وكالات

في حادثة كادت تتحول عرضاً في إحدى قاعات السيرك بمقاطعة أريول الروسية إلى مأساة، بعد أن هاجم دب سيرك امرأة تعمل مساعدة للمروضين.

وتقول وسائل إعلام محلية إن الدب بدا هادئاً في البداية، قبل أن يصبح فجأة عدائياً ويهاجم المرأة أمام مئات المتفرجين.

وسارع المروضون العاملون في السيرك إلى إنقاذ المرأة، وهي حامل ونقلها إلى المستشفى، من دون أن تتحدث التقارير الإعلامية عن حالتها الصحية لاحقاً.

قتل صقلاً خلال عملية سرقة

وكالات

توفي مواطن لبناني صقلاً بالتيار الكهربائي، بعد أن كان يحاول سرقة أسلاك شبكة الكهرباء النحاسية من عمود عليه محول يغذي البلدة بالتيار.

وأفادت الوكالة الوطنية للإعلام بعثور أهالي بلدة الجميلية على جثة شخص متدلية على عمود كهرباء عليه محول يغذي البلدة بالتيار. وأشارت الوكالة إلى أنه على الفور، قام مختار البلدة بإبلاغ القوى الأمنية التي حضرت، ليتبين أن الجثة لشخص مجهول الهوية كان يحاول سرقة أسلاك شبكة الكهرباء النحاسية، فصعقه التيار الذي وصل إلى الشبكة فجأة فجراً.

وحضر عناصر من الدفاع المدني وأتزلوه عن العمود ونقلوه بسيارة إسعاف إلى المستشفى.

علاقة حبوب منع الحمل بمرض السكري

وكالات

كشفت دراسة أجرتها جامعة برمنغهام في المملكة المتحدة، أن حبوب منع الحمل يمكن أن تقلل من خطر الإصابة بمرض السكري من النوع الثاني بأكثر من الربع لدى النساء المصابات بمتلازمة تكيس المبايض. وأظهر البحث أن النساء المصابات بمتلازمة تكيس المبايض لديهن ضعف خطر الإصابة بمرض السكري من النوع الثاني، إضافة إلى ذلك ترتبط هذه المتلازمة، التي تصيب ١٠ في المئة من النساء في كل أنحاء العالم بحالات أخرى طويلة الأمد، مثل سرطان بطانة الرحم، وأمراض القلب والأوعية الدموية، والكبد.

ولفتت الدراسة إلى أن أعراض متلازمة تكيس المبايض تشمل عدم انتظام الدورة الشهرية، ما قد يؤدي إلى مشاكل في الخصوبة، وغالباً ما تعاني تلك السيدات من زيادة الوزن، وتستجيب خالياً أجسامهن بشكل أقل للأنسولين. وهو الهرمون الذي يسمح للجسم بامتصاص الجلوكوز (سكر الدم) في الخلايا للحصول على الطاقة. ويمكن أن يؤدي انخفاض الاستجابة للأنسولين إلى ارتفاع مستويات الجلوكوز في الدم، كما قد يحفز الجسم على إنتاج المزيد من الأنسولين، الذي بدوره يؤدي إلى إنتاج المزيد من الأندروجينات في الجسم.

كارول سماحة: هناك رجال لا يطاقون



الوطن

أشارت الفنانة اللبنانية كارول سماحة في لقاء مصور إلى أن الأم دائماً ما تلجأ إلى تمييز الصبي عن الفتيات في التربية، وتمتنع عن قسوته في بعض الأحيان، في وقت تدع الفتاة تصارع الحياة بمفردها، فتصبح ذات خبرة أوسع. ولفتت الانتباه إلى أنه يجب على الصبي أن يتحلى بالشجاعة كي يختبر الحياة أكثر.

وفي الوقت عينه قالت إن هناك نساء أيضاً لا يمكن العيش معهن تماماً كما أن هناك رجالاً لا يطاقون.

مجهر عمره ٢٠٠ عام للبيع

وكالات

يعرض مجهر أعطاه عالم الطبيعة البريطاني تشارلز داروين لابنه ليونارد، وبقي في العائلة لما يقرب من ٢٠٠ عام، في مزاد في كانون الأول، ومن المتوقع أن يباع بما يصل إلى ٤٨٠ ألف دولار.

هذا المجهر صممه تشارلز غولد، لشركة كاري في عام ١٨٢٥ تقريباً وهو أحد ستة مجاهر باقية مرتبطة بداروين.

ويتزامن تاريخ تصنيعه مع الوقت الذي كان داروين يدرس فيه الكائنات الحية، مثل المرجان وشقائق النعمان البحرية.

وسيُعرض المجهر في مزاد كريستيز للكتب والمخطوطات القيمة في ١٥ كانون الأول القادم، ويقدر سعره بين ٢٥٠ ألفاً و ٣٥٠ ألف جنيه إسترليني (أي بين ٤٨٠,٢٧٠ و ٣٤٣,٥٠٠ دولاراً).