



من دفتر الوطن

تدوّق العمر

عبد الفتاح العوض

السوري أفاق - وربما لم يفق بعد - وقد زاد عمره عشر سنوات. فالطفل الذي كان قبل الحرب محظاً بين طفولته ومراهقته يعيش حالياً منتصف العشرينات ويبحث في كومة خيارات عن خيار المستقبل. والفتاة التي تخرجت في الجامعة كانت قبل الحرب تبحث عن مجال عمل والآن وهي تتوسط الثلاثينيات تتلقى بخيبة أذلاء محبيها بأن يأتيها النصيبي... والرجل الذي كان قد بلغ النضج في الأربعين وفي يده مبتدأ النجاحات هو الآن في الخمسينيات وعلى رأسه خبر الشيبات.

هل مضى العمر مسرعاً؟ لا بأس هذا السؤال لا يخص السوريين فقط.. بل هو محل دراسات في عدة جامعات غربية... مارك فيتنان وسائراً نحوه - عالمان نفسيان، أجريا دراسة لمصلحة جامعة لودفيج ماكسيمilians بميونخ وطلباً من عينة مختلطة الأعمار وصف شعورهم بسرعة مرور الزمن، بتعابيرات تبدأ من أنه يمر «بطيء شديد» إلى وصفه بأنه يمر «بسرعة شديدة».

وقد لا يحتاج لدراسات ولا لأبحاث علمية لنعرف أن السنوات السعيدة تمر بسرعة وأن الأوقات الصعبة تمر بطيئة جداً.. لكن السؤال الذي 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 تنتهي من أعمارهم فيشعرون بأن النهايات اقتربت وينظرون خلفهم فيجدون أحداً من قبيلها يكادون يتذوقون طعمها ثم يتذكرون وقد مر عليهم 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 ولو لا مواعيد أخذ الدواء ربما لم يعد يعنهم كم الساعة...!!

والتفصير هنا وأيضاً حسب معدى الدراسة أن قلة النشاطات يجعل الوقت أبطأ. وبختصار - وبالدراسة - أن الجميع في نهاية الأمر يشعرون أن الحياة مرّت بسرعة والمسألة الأكثر أهمية عندما تنظر للخلف وتبتسم وتقول لنفسك لقد عشت حياة جميلة... حياة كما أشتقي.

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

كسوريين فإن سنوات الحرب مرّت قاسية وبطيئة وحزينة وكلها تؤكد الشعور ببلادة الوقت لكن بالوقت نفسه تشعر أننا اكتشفنا أنفسنا وقد كبرنا وأن عشر سنوات ضاعت من حياتنا. ومنها من ضاع عمره كلها.

أجد أن أكثر وصف يمكن أن أقوله براحة ضمير.. الوقت مر ببطء وال عمر مضى بسرعة.

أقول:

- فما لي لا أقول ولن لأن، وقد نطق الزمان بلا سان.
- وإنك يا زمان لذو صروف وإنك يا زمان لذو انقلاب.
- أشكو إلى الله الزمان فصرفة ألبى جيد قواي وهو جيد
- محن إلى توجه فكانني قد صرت مفناطيس وهي حدي

قتل صعقاً خلال عملية سرقة

وكالات

توفي مواطن لبناني صعقاً 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 متدهلة 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، فقصقه التيار الذي وصل إلى الشبكة فجأة فجرأ. وحضر عناصر من الدفاع المدني وأترلوه عن العمود ونقلوه بسيارة إسعاف إلى المستشفى.

علاقة حبوب من الحمل بمرض السكري

وكالات

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

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

أروى جودة: متصالحة مع شكلي



المشروبات الغازية الأسوأ لمن هم فوق الخمسين

وكالات

كشف خبراء صحة، عن أسوأ مشروب من هم فوق سن الخمسين عاماً. ونقلت معنى بالشوفون الصحية، عن خبراء الصحة قولهم إن المشروبات الغازية السكرية تعد الأسوأ لمن هم فوق سن الـ ٥٥، مؤكدين أن هذه المشروبات تزيد من خطر مقاومة الأنسولين مع تقدم العمر.

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

وأكروا أن المشروبات الغازية تؤدي العقل أيضاً، مشيرين إلى دراسة أكدت أنه كلما زادت المشروبات السكرية التي تتناولها، انخفض حجم دماغك وستكون ذا ذكراك أسوأ. وشددت الدراسة، على ضرورة أن يكون هناك بدائل صحية كتناول المياه الفواردة المثلثة، والتي يمكن أن تكون بدلاً جيداً، مشيرة إلى أنه في حالة الرغبة بتناول مشروب حلو، وهناك الكثير من الخيارات الأفضل كحلب الشوكولا الذي يجعل الناس يشعرون بالرضا أكثر من المشروبات الغازية.

دب يهاجم امرأة حاملة

وكالات

في حادثة كادت تتحول عرضاً في إحدى قاعات السيرك بمقطعة أريوال الروسية إلى مأساة، بعد أن هاجم دب سيرك امرأة حاملة مساعدة للمروضين.

وتقول وسائل إعلام محلية إن الدب بدأ هادئاً في البداية، قبل أن يصبح فجأة عدائياً ويهاجم المرأة أمام مئات المتفرجين. وسارع المروضون العاملون في السيرك إلى إنقاذ المرأة، وهي حاملة ونقلتها إلى المستشفى، من دون أن تحدث التقارير الإعلامية عن حالتها الصحية لاحقاً.

كارول سماحة: هناك رجال لا يطاقون



الوطن

أشارت الفنانة اللبنانية كارول سماحة في لقاء مصور إلى أن الأم دائماً ما تتجأ إلى تمييز الصبي عن الفتيات في التربية، وتنمّن عن قسوتها 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 ليوتارد، 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 صممته تشارلز غولد، لشركة كاري في عام ١٨٢٥ تقريباً وهو أحد ستة مجاهر باقية مرتبطة بداروين. ويترافق تاريخ تصنيعه مع الوقت الذي كان داروين يدرس فيه الكائنات الحية، مثل البرجان وشقائق النعمان البحرية.

وسينعرض المجهر في مزاد كريستيز للكتب والمخطوطات القيمة في ١٥ كانون الأول القادم، ويقدر سعره بين ٥٠ ألفاً و٣٥٠ ألف جنيه إسترليني (أي ٤٨٠,٥٠٠,٢٧٠,٣٤٣,٥٠٠ دولاراً).