

الملح يزيد خطر الإصابة بالربو

مهددة ايست اوغلايت

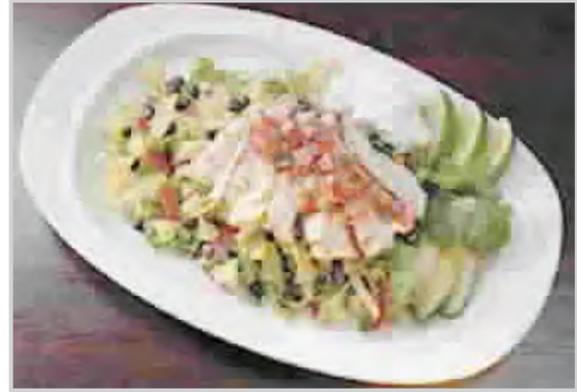
تناولوا الملح بكميات كبيرة اظهروا ضعفا واضحا في الوظائف الرئوية والتنفسية بعد ممارسة الرياضة حيث انخفض حجم الهواء الخارج بعد ٢٠ دقيقة من القيام بالتمارين بحوالي ٢٧,٤ في المائة على مدى اسبوعين مقارنة بانخفاض تناولت اقل مقدار من الملح.

ولاحظ هؤلاء وجود مستويات أعلى من خلايا القناة التنفسية في عينات اللعاب والبلغم التي جمعت من الأشخاص الذين اتبعوا نظاما غذائيا غنيا بالملح وهو ما يدل على إصابة حادة بالربو ووجود التهاب شديد إضافة إلى ظهور مستويات عالية من المواد الالتهابية التي تسبب انسداد المجاري الهوائية في دمائهم.

وأكد الخبراء في مجلة "الطب والعلم في الرياضة والتمرين" إلى أن تعديل الغذاء بما يتناسب مع الحالة الصحية يساعد في تخفيف المرض وشدته محذرين من أن الأطعمة المالحة ترتبط بعدد كبير من التأثيرات الفسيولوجية السلبية كزيادة ضغط الدم وحجمه الذي يؤدي بدوره إلى الانتفاخ والتضخم الرئوي وبالتالي إلى انسداد المجاري الهوائية وضيق التنفس.

واشنطن - حذر باحثون مختصون في جامعة انديانا الأمريكية من أن الملح لا يرفع ضغط الدم فقط بل يزيد خطر الإصابة مرضى الربو بأزمات صدرية متكررة أيضا.

فقد وجد الباحثون أن الأطعمة المالحة تثير إصابة مرضى الربو بالأزمات المحفزة بالرياضة وبالتالي فإن تغيير النظام الغذائي وتقليل مقدار الملح



الجنين إنسان

حين يعني الإجهاض قتلاً!

ترجمة - عادل العامر

المدة ٤٠ يوماً أو نحو ذلك". وقد اتفق العرف الانكليزي على وضع بداية الشخصية personhood بالحمل والولادة، بحيث يكون وقتها حين يعني الإجهاض قتلاً.

الأولى الى القبول وسط المسيحيين الغربيين. وكان الأقل شيوعاً بكثير احترام الشخصية وحقوق الانسان كبداية فقط في لحظة الولادة. غير ان نصاً عبرياً مهماً يسمح بالإجهاض صعوداً حتى الوقت الذي يبرز فيه رأس الطفل من الرحم، من دون ان يتضمنه ذلك.

ويبدو ان بعض الرواقيين قد افترضوا بان الانسان يتلقى روحه وهو طفل يستنشق نفسه لأول، تماماً مثلما يرحل الشخص وهو يستنشق نفسه الأخير.

وعلى كل حال، فإن رأي الأغلبية، خلال معظم تاريخ أوروبا الغربية كان يتمثل في أن الحياة الإنسانية الفردية تبدأ وقبل الولادة. وفي علم المصطلحات الفنية الأكثر طبيعية لقرون كما يبدو هو ان "نفخ الروح ensoulme nt" في الفرد يمكن تحديده تاريخياً في فترة معينة بعد الجماع الذي ينتج الذرية.

وكان هناك وسائط اللاهوتيين وعلماء القانون الكنسي، كما يخبرنا جونز، اجماع على ان الروح البشرية يخلقها الله مباشرة وانها تنفخ في الجنين حين يكون شكل الجسد كاملاً، والمعتقد به عموماً ان

تبرير الاجهاض او IVF والذين يؤكدون ان حقوق الانسان لا تبرز الا بعد وقت من الولادة. وفي العصور القديمة الوثنية، كان قتل الطفل مقبولاً على نطاق واسع جداً. ويقتبس جونز رسالة مفزعة من زوج في الاسكندرية الى زوجته في روما القرن الأول يقول فيها:

"إذا انجبت طفلاً قبل مجيئي، فاحفظي به ان كان ولداً، اما إذا كان بنتاً فأرهمي". ولم يكن هناك خط قاطع بين قتل الطفل والاجهاض، وكان الاجهاض كطريقة لضبط السكان، يعتبر ادنى من قتل الطفل، بما انه لا يميز بين النسل الصحي وغير الصحي.

وفي عصرنا نحن، هناك عدد من الفلاسفة العلمانيين المستعدين للدفاع عن قتل الاطفال الشديدي التنويه والعجز. وهم يستندون في موقفهم هذا الى نظرية عن الشخصية ترجع باصولها الى (الفيلسوف الانكليزي) جون لوك. فالأشخاص فقط لهم حقوق، وليس كل انسان شخصاً. فقط هو الذي، كما يعبر عن ذلك لوك: "لديه عقل وتفكير، ويعتبر نفسه نفسه، نفس الشخص المكر، في اوقات مختلفة واماكن مختلفة" فالاطفال الصغار جداً، كما هو واضح، لا يمتلكون هذه الدرجة من معرفة الذات، ولهذا فهم، كما تقتضي الحجة، ليسوا اشخاصاً ولا يملكون حقاً متبعا في الحياة. وبما ان هذه الفرضية مستبعدة تماماً من الموروثين اليهودي والمسيحي المسجلين في هذا الكتاب، فإن المؤلف لا ينفق وقتاً كثيراً في مناقشتها. وبدلاً من هذا، يأخذ نبت قتل الطفل كنقطة بداية لتقييم المواقف الأخر التي يأخذها بالفعل على محمل الجد. واية حجة تستخدم

مطهر بشكل مناسب. واف جونز لعلى حق بالتأكيد في تعامله مع مثل هذه الأوهام باعتبارها ضعيفة الصلة بأي نقاش اخلاقي معاصر. لكن بالإضافة الى اولئك الذين آمنوا بان الروح الفردية توجد قبل الحمل، كان هناك من يعتقدون بان الجسد الفردي يوجد قبل الحمل، في شكل مني الاب. وقد أراق اوتان، وفقاً لسفر التكوين، منيه على الارض ويعتبر هذا، في الموروث اليهودي، ليس فقط شكلاً للتدبير الجنسي، بل وإهانة للحياة. ومن المعروف ان القديس توما الكاويوني، في ال summa contra Gentiles، فصل عن " القذف المضطرب للمني" يعتبر الاستمناع ومنع الحمل معاً جريمة ضد الإنسانية تأتي في المرتبة الثانية بعد القتل. ووجهة النظر هذه طبيعية في سياق الاعتقاد البيولوجي بان خلية الذكر الجرثومية الناضجة gamete ووحدها التي توفر العنصر الفعال في الحمل، وهكذا فإن المنى هو مرحلة مبكرة لذات الفرد حين ينتهي به الأمر الى الولادة. فالاستمناع إذن، على مستوى ادنى، بمثابة تخل عن طفل في العراء. وكانت ذروة هذا الصنف من التفكير الحرمان الجنسي الذي فرضه البابا عام ١٥٨٨، ولا يلغيه الا البابا نفسه، على كل اشكال منع الحمل بالإضافة الى الإجهاض

غير ان وجهة النظر القائلة بان الاستمناع هو قتل انسان مسكين لا يمكنها بالطبع ان تواصل البقاء بعد معرفة ان خلايا الذكر والانثى الجرثومية الناضجة تساهم على حد سواء في التكوين الجنيني للنسل.

غير ان وجهة النظر القائلة بان الاستمناع هو قتل انسان مسكين لا يمكنها بالطبع ان تواصل البقاء بعد معرفة ان خلايا الذكر والانثى الجرثومية الناضجة تساهم على حد سواء في التكوين الجنيني للنسل.

غير ان وجهة النظر القائلة بان الاستمناع هو قتل انسان مسكين لا يمكنها بالطبع ان تواصل البقاء بعد معرفة ان خلايا الذكر والانثى الجرثومية الناضجة تساهم على حد سواء في التكوين الجنيني للنسل.

انفاس كلماتك المعتذرة وتستشقتها وجوداً جديداً مقدساً معتمراً هالة الوجد . ايتها العامرة بالحب والفرح مدي الى روحي اصبعين من يدك المقدسة يفتحان شباك الضحك الاقدس الابدوي، أو شباك العشق الذي لا عشق بعده أو شباك الروح حيث تحتفل شجيرات الروز والكاردن والليليك والحبق والقرفنفل، وحيث تغني الكاردينيا احلى اغنياتها تحت اطلالة قمر ما بعد الليلة العاشرة.

ها أنت تقولين - احبك من جديد- وهذا هو يوم فرحي الأول فتزعين عن روحي اغلالها وعن قلبي شرنقته وقيوده، يسألني صديقي اللدود -هل سامحتها- ؟ فاسأله: ومتى تظن اني ادنتها يا رجل ؟

ها انت تقولين - احبك -واقول لك اني اكثر، فتخجل النجوم من فضولها وهي تصفي البنا، ويخجل القمر، وتسعى سواحل الشواطئ وهي تقدم لنا مناديل مائها الناعمة منقوشاً عليها أغنياتها البديعة، اذكر اسمك ثريا الروح فيضر النور من مطالعه الي، وحالما تختبئ الشمس يبدأ تلقين جفني واهداب عيوني سر الرؤيا وتعليمي تلك النغمة التي لا تنسى .. ولا تني تساقط حملها ومساء العراق الذي ما مثله مساء سيدة التين والزيتون والربط فاهمس لروحي وعصبي -طولي ياليله- طولي ياليله عدنا الحلو خطار طولي ياليله- وحين اهاتفك تقسمين انك ما كنت زعلائنة، وانك انما كنت تبتدلين.. اضعك مرة اخرى في فلك افراحي ومثل درويش عابق بروح الله اصلي لعينيك واستكين لكلمتين منك -احبك صاي- مثل قطة برية اغواها فخ -طعمه الشوق والحنان وخضرة الربيع الازلي.



بقلم - أنتوني كيني ضد The times literary supplement

المفاتيح التي تستخدم مع الأمر winnt32.exe عند تنصيب ويندوز XP

إعادة الإقلاع بعد انتهاء مرحلة نسخ الملفات بحيث يمكنك تنفيذ أمر آخر قبل ذلك.
 ٨ /letter/ drive_spart-syspart يقوم بنسخ ملفات الإعداد الى القرص الصلب بحيث عندما يتم نقل القرص الصلب الى جهاز آخر فإنه عند بدء تشغيل الجهاز فإنه سيتم إكمال إعداد ويندوز XP على الجهاز الجديد. يجب استخدام هذا المفتاح مع المفتاح الثالث، كما أن هذا المفتاح يعمل فقط من خلال ويندوز NT4 أو ويندوز ٢٠٠٠ أو ويندوز XP. unattend -9-يجري عملية Upgrade لتويندوز و لكن دون أن يسألك أي سؤال خلال عملية الإعداد حيث سيأخذ كل الإعدادات من الويندوز السابق.

الجهاز ليتأكد من أنه متوافق مع الحد الأدنى من متطلبات إعداد الويندوز XP. m/ -5-يعلم برنامج الإعداد ليقوم بنسخ ملفات من موقع آخر و هذا مفيد إذا أردت التزود بمشغلات جديدة من أجل أجهزة محددة ، سيقوم برنامج الإعداد بالبحث أولاً في المجلد المحدد بالوسيط m ثم في المجلد الافتراضي.
 ٦- /cmdcons-يضيف خيار Recovery Console الى خيارات قائمة أنظمة التشغيل عند بدء تشغيل الجهاز وهذا الخيار مفيد لحل مشاكل الويندوز دون الحاجة لاستخدام القرص المضغوط لتويندوز XP. /noreboot-7-يعلم الإعداد بعدم

sourcepath/ s : -إيحد موقع مصدر ملفات الويندوز XP ويجب أن يمثل sourcepath مسار كاملاً .
 ٢- /makelocalsource-يغطي تعليمات الى برنامج الإعداد لإنشاء مجلد مصدر محلي لجميع ملفات التثبيت على القرص الصلب مثال: c:\i386\winnt32 / makelocalsource / s drive_letter/ tempdrive -3- يحدد السواعة التي تتضمن ملفات الإعداد المؤقتة ، تحتاج تقريبا الى ٣٠٠ميجابايت ، وإذا لم تحدد سواعة فسيختار السواعة C ولكن إن لم يتوفر فيها مساحة كافية فسيكون هذا المفتاح مفيدا
 ٤- /checkupgradeonly-يخصص

