گالری جهان

وال‌استریت ژورنال اروپا
رای فنلاندی‌ها به تغییر قانون وام

■ تمام نیم‌تای نخست روزنامه وال‌استریت ژورنال اروپا به اتفاقی که اخیرا در فنلاند افتاده است، اختصاص دارد. براساس تیتر یک وال‌استریت ژورنال، فنلاندی‌ها به قانون تغییر اعطای وام رای داده‌اند. ماجرا از این قرار است که سال گذشته با ایجاد بحران اقتصادی در اروپا بسیاری از کشورها از جمله فنلاند برای کمک به دولت‌های آسیب‌پذیر مثل ایرلند و یونان دست به کار شدند. وام‌های فنلاندی به بانک‌های ورشکسته یونان و ایرلند رسید. راستش مردم فنلاند از این حرکت دولت، دل‌خوشی نداشتند. به همین خاطر هم حزب «ملی حقیقی فنلاند» قانون تغییر اعطای وام را به مجلس ارایه کرد و رای آورد. در عکس هم خوشحالی تیمو سوینی را می‌بینیم. او رییس حزب «ملی حقیقی فنلاند» است. در نیم‌تای دوم روزنامه وال‌استریت ژورنال هم گزارشی از وضعیت اقتصادی چین در چند ماه اخیر منتشر شده است. گویا افزایش تورم باعث پایین آمدن قدرت خرید این مردم شده است.

وال‌استریت ژورنال آسیا
نظارت بیشتر چینی‌ها بر وام بانکی

■ تیتر یک روزنامه وال‌استریت ژورنال آسیا درباره بحرانی است که به تازگی در بانک‌های چین به وجود آمده است. بانک‌ها در مرز ورشکستگی قرار گرفته‌اند. اعطای وام بعد از بالا رفتن قیمت‌ها و افزایش ارزش یوان مقابل یورو و دلار، دولت را به بحران کشیده است. حالا وال‌استریت ژورنال در تیتر یک خود خبر می‌دهد دولت چین برای کنترل بحران، اعطای وام را محدود می‌کند. در عکس یک هم حضور مدودف، رییس‌جمهور روسیه را در ساختمان بورسی هنگ کنگ می‌بینیم. این عکس مدودف را کنار دونالد تسانگ، رییس اجرایی بورس هنگ کنگ نشان می‌دهد. حضور مدودف در هنگ کنگ دو روزه است و محور گفت‌وگوها درباره قراردادهای اقتصادی و گسترش روابط تجاری است. مدتی است اخبار زلزله و سونامی ژاپن در صفحه یک این روزنامه معطوف به اخبار آسیا دیده نمی‌شود. خبر دیگری که در صفحه یک وال‌استریت ژورنال به چشم می‌خورد درباره تغییر استراتژی کمپانی توکیو الکترونیک پاور در پایگاه‌های هسته‌ای ژاپن است.

گاردین
ماراتن ازدواج سلطنتی

■ تیتر یک روزنامه گاردین درباره ماجراهای حوزه پزشکی است که این روزها گریبان شهروندان انگلیسی را گرفته است. با کاهش هزینه‌های دولتی درمان و بهداشت و البته کاهش تخت‌های بیمارستان پزشکان در نحوه درمان هم تغییراتی به وجود آورده‌اند. گاردین در تیتر یک خود می‌گوید بیماران به خاطر سهمیه‌بندی شدن عمل جراحی ناراحت هستند. سهمیه‌بندی عمل جراحی تغییری است که بیمارستان‌ها برای مدیریت بعد از کاهش بودجه ایجاد کرده‌اند. در عکس یک روزنامه گاردین هم دو نفر را می‌بینیم که لباس سنتی عروس و دامادهای سلطنتی را پوشیده‌اند. آنها ماسک‌های شاهزاده ویلیام و کیت میدلتون را به صورت زده‌اند. این نمایش، معنایی جز آغاز ماراتن ازدواج پرنس ویلیام و کیت میدلتون ندارد. شهروندان بریتانیایی این روزها سرگرم پیگیری اخبار ازدواج این دو نفر هستند. حتی برای پیگیری راحت‌تر ماجرا برنامه‌های کامپیوتری ارایه شده است. ماراتن به اصطلاح جایی است برای این مراسم سلطنتی. مدت‌ها ست شاهزاده ویلیام و دوشیزه کیت کارت‌های شرکت در مراسم را پخش و در خیابان و در حضور مردم حلقه نامزدی دست کرده‌اند اما هنوز خبری از پایان ماجرا نیست.

نشنال‌نیوز
رکورد ۵۵ میلیارد درهمی دوبی

■ روزنامه نشنال‌نیوز در تیتر یک خود خبر می‌دهد درآمد امارات از روابط تجاری نفتی و غیرنفتی به ۵۵ میلیارد درهم رسیده است. در توضیح تیتر یک هم می‌خوانیم تجارت غیرنفتی این کشور ۲۸ درصد رشد داشته است. گزارش مفصلی هم درباره این خبر در صفحه یک نشنال‌نیوز نوشته شده است. گزارش و تیتر یک نشنال‌نیوز باب میل خوانندگان نشریات در این کشور است. در عکس یک این روزنامه هم ماکتی از شهر ابوظبی پایتخت امارات را می‌بینیم. پایتخت قرار است در چند سال آینده جزو پنج شهر پیشرفته دنیا قرار بگیرد. شرکت‌های ساختمان‌سازی خارجی در این پروژه فرمان را دست گرفته‌اند و با پول نفت امارات قرار است یکی از پنج شهر توسعه‌یافته و مدرن دنیا را بسازند. طبق معمول شهرهای مدرن و امروزین، برج‌های سر به فلک کشیده در ماکت ابوظبی مشخص است. یادداشتی تحلیلی هم درباره اتفاق‌های اخیر مصر و درخواست مردم از شورای نظامی و برخورد نظامیان با ماجرا هم در صفحه یک نشنال‌نیوز منتشر شده است.

گزارش یک

مادربزرگ همه زبان‌ها

عباس زندباف

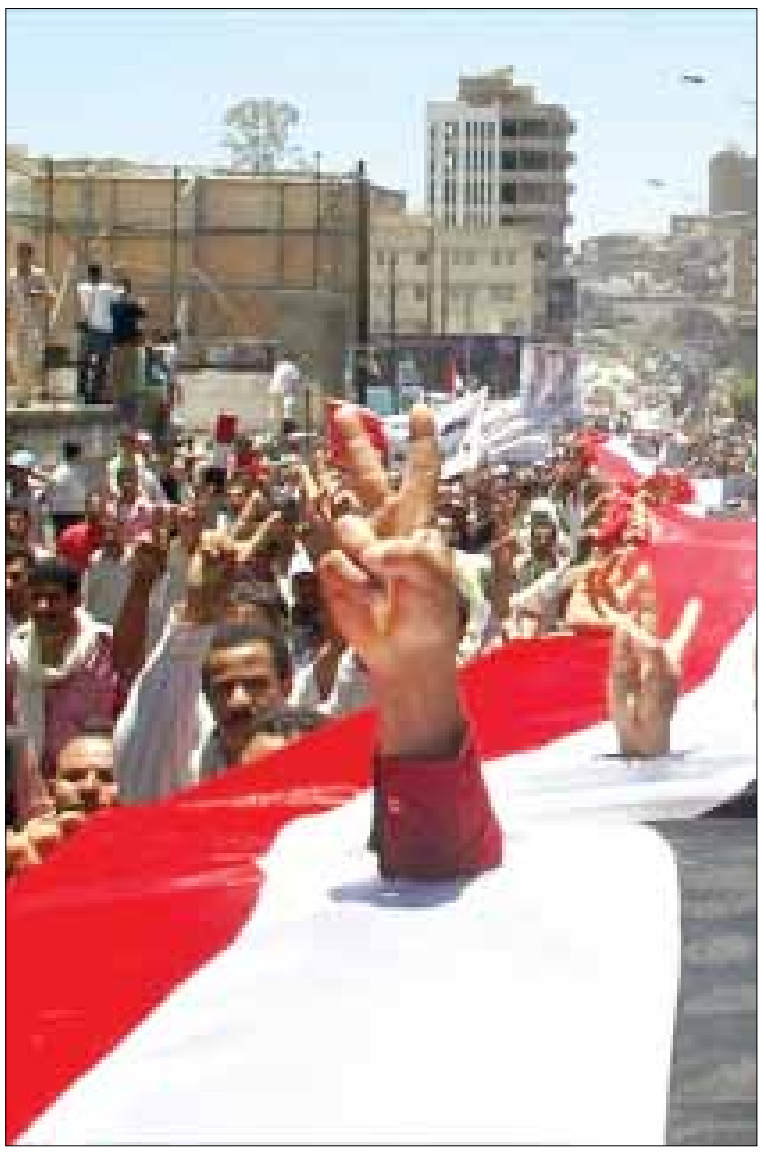
بر پایه بررسی تازه‌ای، زبان آفریقایی‌های نخستین در ۵۰هزار تا ۷۰هزار سال پیش نیای شش هزار واندی زبان‌های امروزی جهان است. به یاری این یافته که در مجله ساینس انتشار یافته است، می‌توان توضیح داد که نخستین زبان گفتاری چگونه پدید آمد، گسترش یافت و به تکامل نوع انسان کمک کرد. کوینتین اتکینسون، استاد روان‌شناسی تکاملی دانشگاه اوکلند زلاندنو و نویسنده این بررسی، کشف کرده است که پایه‌گذار تمام فرهنگ‌های جهان نخستین مهاجرانی هستند که آفریقا را ترک کردند و با خود زبانی را به ارمغان آوردند که مادربزرگ تمام زبان‌های جهان است. دکتر اتکینسون می‌گوید: به این ترتیب گسترش بشریت شتاب گرفت و ما همه نیز حاصل همان گسترش هستیم. حدود ۵۰هزار سال پیش (در مورد زمان دقیق هنوز اختلاف نظر وجود دارد) رفتار انسان‌های نوین دستخوش تغییری ناگهانی و چشم‌گیر شد و به خلق آثار هنری در غارها، ساختن کاردستی با استخوان‌ها و شکارافزارهای پیشرفته‌تر روی آوردند. به نظر بسیاری از کارشناسان احتمال دارد این شکوفایی غیرعادی فعالیت‌های آفرینشی به علت یک نوآوری کلیدی باشد، یعنی زبانی پیچیده که امکان تفکر انتزاعی را فراهم کرد. بررسی دکتر اتکینسون نیز پشتیبان چنین نگرشی است. اساس پژوهش اتکینسون، واج‌ها، یکاهای متمایز صوت مانند حروف صدادار، حروف بی‌صدا و نواخت‌ها و دیدگاهی وام گرفته از اصل «اثر بنیان‌گذار» در علم ژنتیک جمعیت‌ها است. طبق اصل «اثر بنیان‌گذار» وقتی شمار بسیار اندکی از افراد از جمعیت بزرگی منشعب می‌شوند، پیچیدگی و تغییر ژنتیک به تدریج در این گروه منشعب از میان می‌رود. دکتر اتکینسون اصل «اثر بنیان‌گذار» را به واج‌ها تعمیم داد و به این دیدگاه رسید که ارتباطات گفتاری نوین از آن قاره سرچشمه گرفت و سپس به جاهای دیگر گسترش یافت. دکتر اتکینسون با واکاوی ۵۰۴ زبان جهان متوجه شد که به طور میانگین گویش‌هایی که بیش‌ترین واج‌ها را دارند در آفریقا رواج دارند و زبان‌های دارای کم‌ترین واج‌ها نیز در آمریکای جنوبی و جزایر استوایی اقیانوس آرام. همچنین طبق یافته‌های این بررسی الگوی کاربری واج در جهان بازتابی از الگوی تنوع ژنتیکی انسان‌ها است و این تنوع نیز با ایجاد سکونت‌گاه‌های جدید توسط انسان نوین در جاهای دیگر رو به کاهش گذاشت. امروزه در مناطقی چون ناحیه زیر صحرای آفریقا که هزاران سال سکونت‌گاه انسان بوده‌اند همچنان زبان‌هایی رواج دارد که نسبت به سکونت‌گاه‌های جدید پرواج‌تر هستند. دکتر اکهارد ولف استاد افتخاری زبان‌شناسی و زبان‌های آفریقایی دانشگاه لایپزیک آلمان هم که مقاله منتشر شده در مجله ساینس را خوانده است در پشتیبانی از فرضیه کوچ از آفریقا می‌گوید: کشف بسیار جالب و قطعه دیگری از معمای کلی را نمایان کرده است. یافته‌های دکتر اتکینسون با نظریه رایج مربوط به منشا انسان‌های نوین معروف به فرضیه کوچ از آفریقا نیز همخوان است. طبق این فرضیه که شواهد ژنتیکی جدید هم پشتیبان آن است انسان نوین حدود ۲۰۰هزار سال پیش در آفریقا پدید آمد. سپس حدود ۵۰هزار تا ۷۰هزار سال پیش اندک‌شماری از آنها از آفریقا کوچ کردند و در جاهای دیگر جهان سکونت گزیدند. همین کوچندگان، نیاکان تمام غیرآفریقایی‌های کره‌زمین هستند. در مورد خاستگاه زبان‌های اولیه ابهام بیش‌تری وجود دارد، زیرا شواهد تجربی چندانی از زبان‌های باستانی باقی نمانده است که دانشمندان بررسی کنند. بسیاری از زبان‌شناسان معتقدند در مورد زبان‌های هشت هزار سال پیش و قبل‌تر چیز چندان مشخصی نمی‌توان گفت زیرا ردشان طی این چند هزار سال پاک شده است. اما به گفته موری گلمن از موسسه سانتافه در نیومکزیکو نیز که مقاله مجله ساینس را خوانده و با آن موافق است، مقاله مجله ساینس و مشاهدات جدید نشان‌گر آن است که می‌توان با داده‌های به دست آمده از زبان‌های نوین به خاستگاه‌شان در ۱۰هزار سال پیش یا قبل‌تر رسید. تنها انسان‌ها هستند که دارای توان زیست‌شناختی برای ارتباط برقرار کردن از طریق زبان‌های غنی مبتنی بر نمادها و قاعده‌ها هستند و به همین دلیل ما انسان‌ها می‌توانیم فرهنگ و دیدگاه‌های خود را به نسل‌های آینده انتقال دهیم. بدون وجود زبان، فرهنگی که امروز می‌شناسیم، وجود نمی‌داشت و از همین رو دانشمندان مشتاق پیدا کردن خاستگاه زبان هستند.

رهیافت دکتر اتکینسون محدودیت‌های خاص خود را هم دارد. ژن‌ها طی نسل‌هایی پرشمار به آهستگی تغییر کرده‌اند اما با تکامل زبان‌ها، تنوع واج‌ها در میان یک جمعیت، می‌تواند به سرعت تغییر کند. بر اساس میزان فاصله از آفریقا می‌توان تا ۸۵ درصد تنوع ژنتیکی جمعیت انسان را توضیح داد اما این شاخص برای تغییر تنوع واجی فقط ۱۹ درصد است که به نظر دکتر اتکینسون باز هم به لحاظ آماری بامعنا است.

طبق نظریه دیگری در مورد خاستگاه انسان نوین که به فرضیه چند منطقه‌ای معروف است، خاستگاه انسان‌های اولیه آفریقا است و سپس به تدریج در تمام مناطق دنیای قدیم کالبد جدید انسان شکل گرفت. طبق این فرضیه چندین گونه از زبان انسان نوین به طور مستقل در جاهای مختلف سربرآورد و نه فقط از آفریقا.

منبع: online.wsj.com

خیابان



صنعا در فکر آرامش نیست. حتی وقتی نمایندگان مخالفان دولت به ریاض سفر می‌کنند تا سر میز، دور هم بنشینند و راه‌حلی برای خداحافظی کم‌هزینه‌تر صالح، رییس‌جمهور یمن پیدا کنند، توده مخالف، کار را در خیابان دنبال می‌کند. خیابان‌های صنعا، پایتخت یمن، به حضور این مردم خو گرفته است. تا به حال تصویری از خشونت این توده ناراضی منتشر نشده است. آنها تنها در خیابان، برکناری صالح از قدرت را فریاد زده‌اند، اما پلیس امنیتی یمن گاه‌گاه حرمت آرامش این مردم را نگه نداشته و متوسل به باتوم و گاز اشک‌آور سعی در خانه‌نشین کردن آنها داشته است؛ سعی‌ای که راه به جایی نبرده است و هنوز این مردم خواستار پایان قدرت بلامنازع صالح هستند. باید منتظر نشست و تقابل مقاومت این مردم و البته سماجت و خودخواهی صالح را دید. دست صنعایی‌ها به نشانه پیروزی بالاست.

عکس: رویترز

گالری جهان

عرب نیوز
رهبران مخالفان یمن سر میز گفت‌وگو

■ شورای همکاری کشورهای حاشیه خلیج‌فارس بالاخره حرفش را به کرسی نشاند. فرض کنیم نتوانست صالح را به برکناری از قدرت مجاب کند اما توانست رهبران گروه‌های مخالف را به ریاض دعوت کند و سر میز گفت‌وگو با نمایندگان شورای همکاری خلیج‌فارس بنشاند. آنها قرار است به توافقی همه‌جانبه بر سر نحوه کناره‌گیری رییس‌جمهور یمن دست پیدا کنند. عرب‌نیوز این خبر را برای تیتر یک خود انتخاب کرده است. در عکس یک این روزنامه هم نمایندگان مخالفان یمنی را کنار نمایندگان شورای همکاری خلیج‌فارس می‌بینیم. آنها به ریاض آمده‌اند. خبر مهم دیگری که در صفحه یک روزنامه عرب‌نیوز دیده می‌شود درباره دادگاهی شدن وزرای سابق مصر تصویر سه وزیر اقتصاد، کشور و نخست‌وزیر پیشین مصر در کنار این گزارش دیده می‌شود. خبر دیگری که در نیم‌تای دوم این روزنامه منتشر شده درباره بحرین است. در تیتر خبر می‌خوانیم بحرینی‌های متهم در پرونده قتل پلیس این کشور به دادگاه فراخوانده شده‌اند.

چاینادیلی
زنان در لباس رزم

■ عکس یک روزنامه چاینادیلی، ربطی به مسایل داخلی این کشور ندارد. عکس یک روزنامه انگلیسی زبان چاینادیلی زنان اسلحه به دست کوبا را نشان می‌دهد. این زنان ارتشی در پنجاهمین سالگرد حمله آمریکا به کوبا در خلیج خوک‌ها رژه می‌روند. کوبا در کنار چین از کشورهایی به شمار می‌رود که همچنان مدعی کمونیسم است. چاینادیلی بالای عکس نوشته، زنان در لباس رزم. تیتر یک این روزنامه هم خبر کنترل اعطای وام بانکی توسط دولت است. در کنار این مطالب کاور استوری جالبی منتشر شده است. موضوع کاور استوری تلاش دولت چین برای استفاده از شبکه‌های اینترنتی جهت خبررسانی درباره فعالیت‌های دولتی است. این گزارش می‌گوید حدود ۴۵۷ میلیون کاربر اینترنتی در چین وجود دارد که هر کدام هم اهل خبرخوانی از سایت‌ها و بلاگ‌ها هستند. حالا دولت تصمیم گرفته از این ظرفیت خبرخوانی استفاده کند. چاینادیلی نیم‌تا منتشر شده است و نیم‌تای دوم در اختیار آگهی است.

اینترنشنال هرالدتریبیون
خاموشی رآکتورها در دستور کار ژاپن

■ سونامی و زلزله، مسوولان ژاپن را وادار کرده تصمیم بگیرند رآکتورهای این کشور را خاموش کنند. البته هنوز این تصمیم عملی نشده است اما بعید نیست این اتفاق بیفتد. زلزله خسارت‌بار ژاپن باعث نشت رآکتورها و ایجاد بحران هسته‌ای در این کشور شد. روزنامه اینترنشنال هرالدتریبیون این خبر را به عنوان مهم‌ترین تیتر صفحه یک خود برگزیده است. عکس یک هم درباره واکنش خشمگینانه زنان یمنی به عکس عبدالله صالح است. در عکس می‌بینیم زنان تصویر صالح، رییس‌جمهور یمن را پاره می‌کنند. علت این حرکت هم این است که چندی پیش صالح برگزاری تظاهرات مخلوط زنان و مردان یمنی را محکوم کرده بود. ادعای صالح هم در نوع خود جالب است. چشمان او جمعیت معترضان را نمی‌بیند و حضور مداومش در قدرت را خلاف شرع نمی‌داند اما این را که زنان در کنار مردان دست به اعتراض زده‌اند، خلاف شرع می‌داند. گزارشی از رنج مردم شرق لیبی هم در صفحه یک این روزنامه منتشر شده است. گویا آمریکایی‌ها دنبال راهی می‌گردند تا قذافی را از این کشور خارج و جایی برایش پیدا کنند. همین باعث شده تا نیروهای موافق سرهنگ آتش سنگین‌تری بر سر مردم بریزند.

تودیززمان
مانیفست جدید حزب عدالت و توسعه

■ روزنامه تودیززمان چاپ ترکیه در تیتر یک خود خبر می‌دهد، نخست‌وزیر این کشور اعلام کرده مانیفست حزب عدالت و توسعه بر اساس اصول دموکراتیک تغییر خواهد کرد. رجب طیب اردوغان، نخست‌وزیر ترکیه و برخاسته از این حزب اسلامی است. او می‌خواهد اصول حزب عدالت و توسعه به دموکراسی نزدیک‌تر شود. ترک‌ها برای آنکه بتوانند در اتحادیه اروپا جایی برای خود پیدا کنند باید بیش از پیش به دموکراسی نزدیک شوند. عکس یک هم تصویری است از برگزاری مراسم هجدهمین سالگرد درگذشت تورگوت اوزال، هشتمین رییس‌جمهور ترکیه. او نماد سیاستمدار روشنفکر و لیبرال در ترکیه بوده است. او در اثر حمله قلبی درگذشته اما روزنامه تودیز زمان از این واقعه با عنوان حمله قلبی مشکوک یاد می‌کند. در عکس می‌بینیم مردم برای برگزاری این مراسم در ساختمان یادمان اوزال در استانبول دور هم جمع شده‌اند. خبر پیروزی همیلتون در مسابقات اتومبیلرانی چین هم در صفحه یک تودیز زمان و بالاتر از لوگوی این روزنامه منتشر شده است.

۵ دقیقه ایران

تا چند سال دیگر یک صفر باز می‌گردد؟

مجید یوسفی

پویا جبل عاملی، سرمقاله‌نویس روزنامه دنیای اقتصاد در یادداشت خود با عنوان «تا چند سال دیگر یک صفر باز می‌گردد؟» ماجرای حذف صفرها از پول ملی را مورد توجه قرار داده است. عاملی با رد این تصور که چاپ پول درشت‌تر برابر با کاهش ارزش پول است. این عمل را یک روش اداری برای کاهش هزینه‌ها دانسته و تصور افزایش ارزش پول با حذف صفرها را نیز بدون کنترل میان مدت تورم نادرست می‌داند. نویسنده دنیای اقتصاد با محاسبه تورم نزدیک ۲۰ درصد کنونی و فرض ثبات این تورم در چند سال آینده پیش‌بینی می‌کند که پس از حذف چهار صفر از ریال پس از ۱۲ سال نخستین صفر باز می‌گردد. این در حالی است که به گفته وی با نرخ هشت درصدی تورم این مدت به ۳۰ سال افزایش می‌یابد و در اقتصادهایی با نرخ تورم دو درصد امکان برگشت یک صفر بیش از یک قرن خواهد بود.

روزنامه جمهوری اسلامی در بخش جهت اطلاع خود در صفحه دوم، به موضوع جالب توجهی پرداخته است. این روزنامه در این ستون می‌نویسد: پرداخت مبلغ ۴۰ میلیون تومان به یک خواننده برای حضور ۴۵ دقیقه‌ای در سیمای جمهوری اسلامی موجب اعتراض شده است. بنیامین خواننده پاپ ۴۰ میلیون تومان برای حضور در یک برنامه نوروزی شبکه دو دریافت کرده است. براساس همین گزارش چندی پیش هم حامد بهداد برای حضور در یکی از شبکه‌های سیما چنین رقمی را دریافت کرده است، اما علاوه بر اعتراض‌هایی که این اقدام حتی در میان کارمندان صدا و سیما برانگیخته، اصولا چنین هزینه‌هایی براساس چه ضابطه‌ای بر بیت المال تحمیل می‌شود؟ افراد مطلع در سازمان صدا و سیما می‌گویند این سازمان برای برنامه نوروزی کلاه قرمزی هر دقیقه یک‌میلیون و چهارصد هزار تومان پرداخت کرده است.

سعید لیلاز در روزنامه روزگار سرمقاله‌ای تحت عنوان: «ادغام وزارتخانه‌ها سیاستی با اثر خنثی» نوشته که می‌گوید: «سیاست ادغام وزارتخانه‌ها اگر با هدف متناسب کردن حجم دولت و حرکت به سوی آزادسازی اقتصاد از قید و بند درونی باشد، سیاستی بسیار مطلوب است زیرا آثار اجرایی آن در آینده در سه وجه متناسب شدن اندازه حجم دولت، کاهش بوروکراسی اداری و کاستن سردرگمی در تصمیم‌گیری‌ها خود را نشان خواهد داد. اما زمانی که رشد بودجه دولت به مراتب سریع‌تر از رشد اقتصاد ملی است یا مداخله دولت به اشکال مختلف در اقتصاد افزایش یافته، آیا می‌توان از سیاست ادغام انتظار خاصی را داشت؟ در شرایطی که اقتصاد ایران با واردات بی‌رویه مواد غذایی و برخی کالاها مثل سنگ قبر از چین مواجه است، در این صورت از ادغام برخی وزارتخانه‌های تولیدی و تجاری چه توقعی می‌توان داشت. با این ملاحظات سیاست ادغام وزارتخانه‌ها، سیاستی با اثر خنثی در اقتصاد ایران است و اجرای آن نه فایده‌ای نصیب کشور می‌کند و نه زیان خاصی که بتوان به آن اشاره کرد».

غلامرضا کمالی پناه در سرمقاله روزنامه ابتکار نوشته است: چندی پیش بود که آقای احمدی‌نژاد با سرودن و ارایه شعری چهارمصراعی (رباعی) بحث‌های جدی و غیرجدی را برانگیخت. همان روزی که علی معلم از شعر و شاعری اعلام بازنشستگی کرد! عنوان این مقاله برگرفته از یکی از مصراع‌های شعر آقای رییس‌جمهور است که گفته «در شرار فتنه آخر سیاووشیم» با توجه به فضای سیاسی جامعه به نظر می‌آید که واژگان کلیدی مصراع مزبور آگاهانه بوده و گره‌خوردگی عجیبی با واقعیت فعلی و اتفاقات آینده سیاسی جامعه دارد. گوینده با تلمیح ظریف و معناداری، به پیش‌بینی حوادث ناخوشایندی می‌پردازد که البته خود را بی‌گناه قلمداد می‌کند و در مقابل، مخالفان خویش را تلویحا متهم کرده که ساز فتنه را کوک کرده‌اند و در حال برافروختن آتشی هستند که بی‌گناهی همچون او، باید از میان شراره‌های مهیب آن عبور کند.

وبلاگ

مدیتیشن جایگزینی برای مسکن‌های قوی

پیش از اینکه آثار درد پدیدار شود، مراقبه می‌تواند به طور غافلگیرکننده‌ای در جلوگیری از آنها موثر باشد. پژوهشی جدید نشان داده که تمرینات ذهنی می‌توانند به اندازه داروهای بسیار قوی حس درد را در انسان کاهش دهند. مدیتیشن یا مراقبه جزو علومی نیست که نتوان آن را بر مبنای روش‌های علمی اثبات کرد، بلکه دنیای دانش همواره مزایای بیشتری در مورد مراقبه را کشف می‌کند. پژوهش‌های جدید نشان می‌دهند که تمرینات ذهنی توانایی دقت و تمرکز را افزایش می‌دهند. در این میان به‌ویژه برای پزشکان تاثیر چشمگیر مراقبه در کاهش درد از اهمیت زیادی برخوردار است. تیم پژوهشی دانشگاه «ویک فارست» در ایالت کارولینای شمالی آمریکا به بررسی میزان این تاثیر پرداخته است. آنها همچنین چگونگی تاثیر تمرینات ذهنی روی بخش‌های مختلف مغز را مشاهده کرده‌اند. نتایج این پژوهش در مجله‌ای با عنوان Journal of Neuroscience منتشر شده است. دانشمندان در جریان این پژوهش برای ۱۵ نفر داوطلب چندین تمرین ذهنی را به مدت چهار روز در نظر گرفتند. داوطلبان باید این تمرینات را هر روز به مدت یک ساعت‌ونیم انجام می‌دادند. آنها در جریان تکنیک‌های مراقبه، یاد گرفتند که روی تنفس خود تمرکز کنند. دانشمندان برای کشف ارتباط بین مراقبه و احساس درد، پیش از شروع مراقبه ابتدا دستگاهی گرم‌کننده را به پای راست داوطلبان وصل کردند که دمای آن به ۵۰ درجه سانتیگراد می‌رسید. این دستگاه برای بیش از پنج دقیقه با فاصله‌ای به مدت چند ثانیه مرتب خاموش و روشن می‌شد و به این ترتیب شرایطی را ایجاد می‌کرد که معمولا برای بیشتر افراد بسیار دردناک است. داوطلبان سپس باید حس خود را در مورد دردی که احساس کرده بودند، توصیف می‌کردند. در عین حال از فعالیت مغز در جریان این آزمایش نیز عکس‌برداری شد. داوطلبان یک‌بار هم هنگام مراقبه باید این درد را تحمل می‌کردند. این بار دانشمندان متوجه شدند که میزان شدت درد نزدیک به ۴۰ درصد و احساس ناخوشایند حاصل از آن تا ۵۷ درصد کاهش یافته است. این تاثیر به مراتب بیشتر از برخی داروهای قوی است که برای تسکین درد تجویز می‌شوند. به طور مثال در جریان پژوهشی مشابه، ثابت شده که حتی تاثیر مورفین مقداری کمتر از تاثیر مراقبه روی کاهش درد است. دانشمندان در عین حال بخش‌هایی از مغز را که مسوول ایجاد تاثیر تسکین‌دهنده مراقبه روی حس درد هستند، شناسایی کرده‌اند. آنها با استفاده از دستگاه‌های پیشرفته عکس‌برداری متوجه شدند که فعالیت آن بخش از مغز که مسوول دریافت شدت درد است، به طور چشمگیری کاهش می‌یابد. تغییراتی نیز در بخش دیگری از مغز مشاهده شده که مسوول دریافت پیام‌های حسی است. دکتر فادل زیدان، سرپرست تیم پژوهشی دانشگاه «ویک فارست» احتمال می‌دهد که مراقبه دقیقا به خاطر تاثیر همزمان روی بخش‌های مختلف مغز می‌تواند در کاهش درد ثمربخش باشد.

منبع: دویچه وله

۵۰ سال پیش

ملت ایران از این مجلس راضی نیست

غزاله اصلان بیک

کیهان ۳۱ فروردین ۱۳۴۰

وقتی سازمان برنامه به بن‌بست خورد. آرامش، وزیر مشاور و سرپرست سازمان برنامه امروز رسما در مجلس اعلام کرد: «برنامه دوم با کامیابی توام نبوده است» اکنون سازمان برنامه از نظر مالی در مضیقه جان‌فرسایی است. کیهان عکس بزرگی از اجتماع مردم مقابل مجلس چاپ کرده است. امروز گروه کثیری از دانشجویان و طبقات مختلف در بهارستان اجتماع کردند. الهیار صالح در جلسه امروز مجلس در میان تشنج و همهمه شدید نمایندگان گفت: «ملت ایران از این مجلس راضی نیست» مجلس باید با حق‌گویی و حق‌طلبی، افکار را جلب کند. اکثریت مردم روشنفکر پایتخت، شرکت در انتخابات را تحریم کردند. کاسترو بار دیگر کوبا را در مشت آهنین خود گرفت. رادیو دولتی کوبا، امروز رسما اعلام کرد: «مخالفان فیدل کاسترو شکست خوردند» ارتش کوبا کنترل سراسر کشور را در دست دارد و اوضاع در تمام شهرها آرام است. کاسترو طی بیانیه‌ای شکست قطعی مهاجمان و پیروزی خود را اعلام داشت. جنگ آمریکا با کمونیست‌ها از نقطه‌ای به نقطه‌ای دیگر در جهان ادامه دارد.» آمریکا در لائوس با کمونیست‌ها وارد جنگ می‌شود.» پیش روی سریع کمونیست‌ها، وضع لائوس را سخت بحرانی کرد و دولت هوادار غرب را به استمداد از آمریکا واداشت. ایالات متحده نیز با ارسال اسلحه و مهمات و شرکت افسران آمریکایی در جنگ لائوس موافقت کرد. ایران چشم به راه کمک‌های مالی آمریکا! «دولت برای افزایش کمک مالی آمریکا مذاکره می‌کند» این افزایش میزان کمک دولت ایالات متحده به منظور اجرای برنامه‌های اجتماعی و اداری است که پیشنهاد اجرای آن را آمریکایی‌ها به ایران کرده‌اند و بر این اساس، سازمان‌های مختلفی با مخارج زیاد به‌وجود آمده‌اند. زمانی که در تهران خیابانی را به اسم ملکه انگلیس نام‌گذاری می‌کردند؛ اوج غرور و افتخار ملی! «امروز طی مراسمی با حضور سفیران مشترک‌المنافع از خیابان ملکه الیزابت پرده‌برداری شد.»

اطلاعات ۳۱ فروردین ۱۳۴۰

اطلاعات در تیتر اول خود به ناکامی مخالفان فیدل کاسترو پرداخته و عکس رهبر کوبا را چاپ کرده است «فیدل کاسترو، نیروهای مهاجم را در هم شکست» ستاد ارتش مهاجمان نیز اعلام کرد: شورشیان برای جنگ پارتیزانی به کوه‌ها پناهنده شدند. تظاهرات در همه جای دنیا به طرفداری از کوبا و کاسترو ادامه دارد. جهانگردانی که به مقصد نرسیدند. «هواپیمای جهانگردان آمریکایی در گردنه شتوه سقوط کرد.» چهار جهانگرد به همراه خلبان ایرانی درگذشتند. «طلسم اجاره‌خانه‌ها در تهران می‌شکند.» در شمال شهر، اجاره‌خانه‌ها به‌طور محسوسی پایین آمده است. دولت با سودجویانی که خانه‌های خود را خالی نگه داشتند، برخورد می‌کند.