

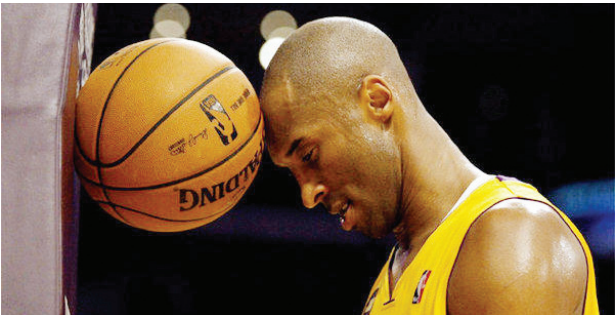
تهران	شیراز	مشهد	اصفهان	تبریز	غروب آفتاب
3	3	2	8	1-	۱۶:۵۲
6	15	10	5-	4	آذان مغرب
					۱۷:۱۲
فرار					نیمه شب شرعی
					۲۳:۱۴
اذان صبح	طلوع آفتاب	اذان ظهر			
۵:۳۶	۷:۰۶	۱۱:۵۹			

دوشنبه ۲۳ آذر ۱۳۹۴ ■ ۲ ربیع الاول ۱۴۳۷ ■ ۱۴ دسامبر ۲۰۱۵ ■ شماره ۱۸۳۰ | Mon | 14 Dec 2015 | vol.07 | No. 1830

زندگی با توپ

درباره کوبی برایانت و خداحافظی اش از دنیای بسکتبال

کهنه سرباز می رود



«از زمانی که جوراب‌های پدرم را در هم پیچیده و با آن شش‌ت‌های لحظه آخر خیالی می‌زدم در کنفرانس بی‌نظیر غرب می‌دانستم یک چیز واقعی است: اینکه عاشق تو شده بودم؛ عشقی چنان عمیق که به خاطرش هرچه داشتم، به تو دادم – از ذهن و بدنم تا روح و جانم – به‌عنوان یک پسر ۶ ساله که به‌شدت عاشقت بودم، هیچ‌وقت پایان راه را تصور نمی‌کردم.»
جملات کوبی برایانت برای خداحافظی از دنیای بسکتبال و NBA آن‌قدر دردناک بود که نمی‌توان درباره آن چیز زیادی گفت. از روزی که «مامای سیاه» طی دو نامه پر از احساس تصمیم خود را برای خداحافظی از دنیای حرفه‌ای اعلام کرد، گویا بسکتبال دنیا که بخش مهمی از آن در اتحادیه ملی بسکتبال (NBA) معنی می‌شود، از حرکت ایستاد. اما آنچه که خداحافظی کوبی را سخت‌تر از پیش کرد، مخاطب نامه او بود: «بسکتبال عزیزم!»

دو هفته از زمانی که کوبی برایانت جملات آغاز این متن را برای ترسیم پایان فعالیت حرفه‌ای خود نوشت، می‌گذرد؛ اما همچنان واکنش‌ها به آن ادامه دارد. از مایکل جوردن، شکیل اونیل و لبرون جیمز گرفته تا لئو مسی و دیوید بکام نام‌های بزرگی هستند که به خداحافظی کوبی برایانت واکنش نشان داده‌اند. کار به جایی رسید که مهم‌ترین باشگاه‌های فوتبال جهان و قهرمانان رشته‌های مختلف ورزشی نیز وارد میدان شدند و اسطوره بسکتبال آمریکا را گرامی داشتند. اما گویا در این میان نامه تیم بسکتبال ایتالیایی ویولا رچیو سالبریا که پدر کوبی برایانت برای آن بازی می‌کرد، حس و حال دیگری داشت: «اینجا همیشه برای تو جا هست. شاید رویای ما خیلی بزرگ باشد؛ مثل رویایی که تو به‌عنوان یک کودک هشت‌ساله وقتی اینجا بودی داشتی. از تو می‌خواهیم به خانه‌ات بیایی.»

بسکتبال در NBA با بسکتبال در سایر نقاط دنیا متفاوت است. می‌توان ساعت‌ها درباره این تفاوت حرف زد اما یکی از مهم‌ترین تفاوت‌های آن حضور بازیکنانی است که هرکدام می‌توانند تاریخ بسکتبال باشند. NBA در طول سال‌های حیات خود بازیکنان بزرگ که اتفاقاً تاریخ ساز بوده‌اند کم ندیده است. هنوز مایکل جوردن و شکیل اونیل از خاطرات نسل ما پاک نشده‌اند. پس از این نیز نام لبرون جیمز تا سال‌ها در خاطرات باقی خواهد ماند. اما کوبی برایانت از آن دست بازیکنانی است که همه خصوصیات تاریخ‌ساز بودن را در خود دارد.

«قهرمان‌ها می‌آیند و می‌روند اما اسطوره‌ها برای همیشه هستند.» این جمله دیوید بکام برای توصیف کوبی برایانت است. مردی که بیشتر از هر شخص دیگری در زمینه گسترش جهانی بسکتبال نقش آفرینی کرده است. مردی که حالا و در آستانه ترک دنیای بسکتبال در تمام دنیا این ورزش را با او می‌شناسند. مردی که دیوانه‌وار در طول همه سال‌های فعالیتش به‌دنبال بهتر شدن بوده است و امروز در حالی که با ۳۷ سال همچنان بازی‌های درخشانی از خود به نمایش می‌گذارد، خود می‌گوید که بدنش دیگر توان فشار بازی‌های اتحادیه ملی بسکتبال آمریکا را ندارد. کوبی پذیرفته است که دوران درخشان هر اسطوره روزی به پایان می‌رسد، اما به احترام غروب یک ستاره جملاتی را می‌گوید که می‌تواند در ذهن‌ها بماند؛ جملاتی تاریخ‌ساز از یک اسطوره: «احساس می‌کنم پدر بزرگ بقیه هستم... من یک کهنه‌سرباز به حساب می‌آیم. یادم می‌آید در بازی مقابل پورتلند، کودکی از روی صندلی‌اش بلند شد و به من گفت که ما را امشب شکست خواهند داد. من به او نگاه کردم و گفتم: من یک قانون دارم؛ وقتی من بازی را شروع کردم، تو هنوز به دنیا نیامده بودی؛ پس نمی‌توانی کری بخوانی. او فقط نگاه کرد و بدون هیچ بحثی فقط گفت: بله آقا.»

تاثیر استرس بر آلزایمر

فرهیختگان| مطالعات اخیر نشان می‌دهد که احساس استرس خطر ابتلا به اختلال شناختی خفیف و آلزایمر را در سالمندان افزایش می‌دهد. به گزارش «مدیکال‌نیوزتودی»، حدود ۴۷۰ هزار آمریکایی مبتلا به آلزایمر هستند. اولین علامت این بیماری اختلال شناختی خفیف است که نوعی علامت پیش‌آلزایمر محسوب می‌شود و خطر ابتلا به آلزایمر را در ماه‌ها و سال‌های بعد افزایش می‌دهد. محققان دانشکده پزشکی آلبرت انیشتین نیویورک ارتباطی را بین استرس مزمن و ابتلا به اختلال شناختی مزمن یافتند که یکی از ویژگی‌های اصلی کاهش حافظه در افراد است.



آزمایشگاه

محققان اطلاعات مورد نظر خود را از حدود ۵۰۷ نفر به‌دست آوردند و علاوه‌بر آزمایش‌های مختلف، میزان استرس را در آنها ارزیابی کردند. محدوده میزان استرس طبق اندازه‌گیری محققان باید بین صفر تا ۵۶ باشد که بالاتر از آن می‌تواند بیانگر استرس زیاد باشد. شرکت‌کنندگان در این تحقیق، در ارزیابی‌های اولیه هیچ‌گونه علامتی از اختلال شناختی خفیف یا زوال عقل نداشتند و پژوهشگران به‌طور متوسط هر سه تا ۶ سال آنها را مورد مطالعه قرار می‌دادند. درنهایت محققان دریافتند که به ازای هر پنج نمره افزایش استرس، خطر ابتلا به آلزایمر ۳۰ درصد بالا می‌رود.

نقطه

سکوت در برابر کشتار مرجان‌ها



فرهیختگان| صخره‌های مرجانی در سراسر آب‌های زمین در معرض خطر نابودی قرار دارند. در سال جاری پدیده سفیدشدگی مرجان‌ها به صورت فراگیر دیده شده است. به گزارش «هافینگتون‌پست»، زیست‌شناسان موجودات دریایی را به‌عنوان سلاح‌های مخفی برای مبارزه با مرگ مرجان‌ها معرفی می‌کردند و چنین تصور می‌شد که آنها می‌توانند از مرجان‌ها در برابر آلودگی‌های ناشی از فعالیت‌های انسانی محافظت کنند. به گفته مایک گیل، زیست‌شناس دریایی که مطالعه تازه‌ای را به‌عنوان تز دکتری در دانشگاه UF فلوریدا انجام داده است، گیاه‌خواران دریایی نمی‌توانند اثرات مفیدی در برابر ضررهایی که از سوی انسان به مرجان‌ها تزریق می‌شود، داشته باشند و برای حفظ صخره‌های مرجانی دیگر نمی‌توان تنها به ماهیان اکتفا کرد. زباله‌های دریایی، آلودگی‌هایی که از طرف کارخانه‌ها به بستر دریا تزریق می‌شود و افزایش دمای اقیانوس‌ها از عوامل جدی نابودی مرجان‌هاست و به نظر می‌رسد انسان‌ها در برابر انقراض این موجودات سکوت کرده‌اند.

نقطه سر خط

تولید برق از ادرار



فرهیختگان| محققان مرکز زیست انرژی بریتول در دانشگاه غرب انگلیس جورایی ابداع کرده‌اند که از ادرار برای تولید برق استفاده می‌کند. به گزارش گیزمگ، ادرار دفع شده در سلول‌های سوخت میکروبی بسیار کوچکی داخل جوراب ذخیره می‌شود و از آن برای فعال کردن فرستنده‌ای به‌منظور ارسال سیگنال‌های بی‌سیم به دست‌تاپ کامپیوتر استفاده می‌شود. تولید این نوع جوراب‌ها نخستین سیستم خودکفایی است که انرژی مورد نیاز خود را از ژنراتور انرژی پوشیدنی مبتنی‌بر فناوری سلول سوخت میکروبی تامین می‌کند. این خلأقیت روش غیرمعمولی است که موارد ارگانیک را به‌طور مستقیم به برق تبدیل می‌کند. در داخل سلول سوخت میکروبی ترکیبی از میکروارگانیسم‌های بی‌هوازی عادی قرار دارند که الکترون‌های تغذیه‌کننده را داخل ادرار آزاد می‌کنند. این سلول‌های نرم در نوعی جوراب حمایتی کار گذاشته و پمپی در قسمت پاشنه آن تعبیه می‌شود. میکروب‌ها باید در این سلول‌ها بچرخند تا زنده بمانند و بازتولید و سوخت‌وساز کنند.



از روی دیوار به روایت فرهیختگان

گلزار جان اخم فرموده‌اند

محمد رضا گلزار همچنان بر این باور است که گلزار جذاب، گلزار اخم‌وست، او چندی‌پیش به‌واسطه تبلیغات یکی از کالاهای بهداشتی دهان و دندان مجبور شد کمی بخندد؛ اما دیروز با گذاشتن این عکس یک اخم اساسی حواله دنبال کنندگانش کرد تا جماعت بدانند که او «دوش مسی‌آمد و رخساره بر افروخته بود». از سوی دیگر گلزار که معمولاً توضیحی برای عکس‌هایش نمی‌نویسد زیر این اخم بر سر سخن رفته است آن‌هم نه در حد سلام و احوال. محمدرضاجان کلی حرف‌های مهم زده‌اند: «انسان‌هایی هستند که دیوار بلندی را می‌بینند ولی به دنبال همان یک آجر لق میان دیوارت هستند که تو را فرو بریزند...! تا تو را انکار کنند...! تا از رویت رد شوند...! مراقب باش! دست روزگار هلت می‌دهد؛ ولی قرار نیست تو بیفتی، اگر بی‌تاب نباشی و خودت را به آسمان گره زده باشی، اوج می‌گیری... به همین سادگی... تو خوب باش». این ستاره اخم به ایرو در انتهای یادداشت خود هم نوشته است: «سلام، عرض ادب و احترام. هفته‌ای سرشار از سلامتی، برکت و موفقیت برای شما آرزومند هستم». یکی از دنبال‌کنندگان پای این همه احساس از سر ناسازگاری بلند شده و گفته است: «گلزار رفت آمریکا تو فیلم‌های هالیوودی راهش بدن ولی بهش گفتن تو استخوان‌بندیت به پالیوود هم نمی‌خوره چه برسه به هالیوود». ای کاربرجان به‌راستی درست است که آدم در برابر ستاره سرزمینش چنین ادبیات ناسازگار و زاویه‌دار و غیرهمراهی انتخاب کند؟



فراسو

آب شدن یخچال‌ها، بالای زمین



فرهیختگان| دانشمندان به تازگی اعلام کرده‌اند ذوب شدن یخچال‌های طبیعی که به دنبال بالا رفتن درجه حرارت کره زمین رخ می‌دهد، عامل اصلی کاهش ناچیز سرعت چرخش زمین است که پیش از این

تصور می‌شد تغییرات آب و هوایی جهان روی این امر اثرگذار است. به گزارش «رویترز»، تغییرات ایجاد شده در چرخش کره زمین که توسط ماهواره‌ها ارزیابی شده است، نوعی بالا آمدن سطح دریاها را به دنبال دارد که در نتیجه ورود آب ناشی از ذوب شدن یخچال‌ها به درون اقیانوس‌هاست. به گفته محققان دانشگاه هاروارد، از آنجایی که یخچال‌ها در عرض‌های جغرافیایی بالا قرار دارند، با ذوب شدن آنها، آب از قسمت‌های بالا به عرض‌های جغرافیایی پایین هدایت می‌شود و همین امر سرعت حرکت زمین را کاهش می‌دهد.

حرکت یخ و آب ناشی از ذوب یخ‌ها همچنین باعث جابه‌جایی اندک محور کره زمین یا قطب شمال می‌شود که به آن «سرگردانی قطبی» اطلاق می‌شود. این تحقیق، تغییرات ایجاد شده در چرخش و محور کره زمین را با توجه به بالا آمدن سطح آب دریاها در قرن بیستم به دنبال افزایش درجه حرارت جهانی بررسی می‌کند. ذوب ورقه‌های یخ و افزایش سطح دریاها محور چرخش زمین یا قطب شمال را سالیانه به اندازه کمتر از یک سانتی‌متر جابه‌جا می‌کند. این ذوب شدن، سرعت چرخش زمین را کاهش داده و مدت آن را در یک روز تا حدود یک‌هزارم ثانیه طی قرن بیستم افزایش می‌دهد. این امر، اثرات زیادی روی تغییرات آب و هوایی ایجاد شده به دست انسان روی کره زمین به‌جا می‌گذارد.

روی خط سلامت

کودکان در معرض تهدید کستروл بد

مرکز ملی سلامت آمریکا آمار تکان‌دهنده‌ای از کودکان مبتلا به کستروл بد ارائه داده است



فرهیختگان| چند سالی است که شیوع کستروл بالای خون در کودکان سراسر جهان موجب نگرانی خانواده‌ها و کارشناسان پزشکی شده است. وجود کستروл بد در خون عامل

اصلی ابتلا به بیماری‌های قلبی است و ابتلا به آن از سنین پایین می‌تواند تهدیدی جدی برای به خطر انداختن سلامت نسل آینده باشد. بروز این عارضه در سنین پایین علاوه‌بر دلایل ژنتیکی می‌تواند به‌واسطه آداب غذایی غلط شکل بگیرد. در فرهنگ‌هایی که سبک غذایی‌شان شامل غذاهای شیرین و چرب می‌شود، شیوع کستروл بیشتر مشاهده می‌شود. همچنین یکجانشین شدن کودکان و روی آوردن به بازی‌های رایانه‌ای نیز از دیگر عوامل کاهش سن ابتلا به کستروл بد محسوب می‌شود.

طبق تحقیقات اخیر مرکز ملی سلامت آمریکا درباره جمعیت کودکان مبتلا به کستروл، گفته می‌شود از هر پنج کودک آمریکایی یک کودک مبتلا به کستروл بد بالاست. به گزارش nbc وضعیت کستروл در بیش از هشت درصد کودکان آمریکایی در حالت نگران‌کننده قرار دارد و بیش از ۱۴ درصد کودکان ۶ تا هشت سال دارای سطح کستروл بد بالا هستند. در آزمایش خون نزدیک ۲۷ درصد نوجوانان آمریکایی ۱۶ تا ۱۹ سال نیز حداقل یکبار کستروл بد مشاهده شده است. بین این افراد کسانی که با اضافه‌وزن مواجه هستند بیشتر در معرض کستروл بد قرار دارند و بیش از ۲۳ درصد کودکان چاق از سطح کستروл بد بالایی برخوردارند. جولیا برادر، متخصص پیشگیری از بیماری‌های قلب و عروق در بیمارستان کودکان فیلادلفیا، یکی از محققان این تحقیق است. به گفته این پزشک، نتایج بالای آمار اخیر بیشتر از آنکه پزشکان را غافلگیر کند، ترسانده است. آکادمی اطفال آمریکا توصیه می‌کند تمام کودکان ۹ تا ۱۱ سال باید تحت آزمایشات غربالگری کستروл قرار بگیرند.



احمد رضا سهرابی

▲ زمین در تب می‌سوزد



مسابقه بابائونلی

نام بابائونل، به عنوان شخصیت تاریخی در فرهنگ عامیانه مسیحیان، با جشن کریسمس آمیخته شده است. این پیر چاق پامزه با آن ریش‌های سفید بلند و لباس قرمز هر نیمه‌شب نونل (شب کریسمس) با سورتمه‌اش از فراز آسمان به زمین می‌آید و کودکان را با هدایای خود شاد می‌کند. برای پاسداشت این سخاوت تاریخی



عکس، | Pablo Blazquez | GettyImages