

## كره أصوات بعينها يرتبط وراثياً بالقلق والاكتئاب



وقال الباحثون: «تشير نتائجنا إلى أن كراهية الأصوات واضطراب طيف التوحد هما اضطرابان مستقلان نسبياً فيما يتعلق بالتنوع الجيني»، موضحين أن «هذا يثير احتمال وجود أشكال أخرى من كراهية الأصوات، والتي يتم دفعها في الغالب من خلال تكيف المشاعر السلبية الأخرى لأصوات محفزة محددة معتدلة بسمات الشخصية».

وأشار الباحثون إلى أن نتائج الدراسة تقدم أدلة على المنطقة التي يمكن أن يتم التركيز عليها لإجراء المزيد من الأبحاث للعثور على الآلية البيولوجية وراء كراهية الأصوات.

الميسوفونيا» هي متلازمة حساسية الصوت الانتقائية، اضطراب عصبي يتميز بردة فعل سلبية تجاه أصوات معينة.

بينما يمكن لمعظم الأشخاص أن يتعاطفوا مع الشعور بعدم الارتياح عندما يكشط شخص ما أظفاره على السبورة، فإن أولئك الذين يعانون من كراهية الأصوات أو متلازمة الميسوفونيا يمكن أن يكون لديهم رد فعل قوي بنفس القدر للأصوات مثل ارتفاع الماء من الكوب بصوت مرتفع أو الشخير أو المضح أو صوت النقر على لوحة المفاتيح أو صرير القلم، بحسب ما نشره موقع Science Alert نقلاً عن دروية Frontiers in Neuroscience.

تشير دراسة استقصائية حديثة إلى أن كراهية الأصوات أكثر انتشاراً مما كان يُعتقد سابقاً، وتشير الأبحاث من أوروبا إلى أن هذه الحالة تشترك في الجينات مع القلق والاكتئاب واضطراب ما بعد الصدمة.

قام طبيب الأمراض النفسية بجامعة أمستردام ديرك سميت وزملاؤه بتحليل البيانات الجينية من مصادر

علمية موثوقة واكتشفوا أن الأشخاص الذين حددوا أنفسهم على أنهم مصابون بكراهية الأصوات كانوا أكثر عرضة لوجود جينات مرتبطة بالاضطرابات النفسية بالإضافة إلى طين الأذن.

كما أن المرضى الذين يعانون من طين الأذن - هم أكثر عرضة أيضاً للإصابة بأعراض نفسية للاكتئاب والقلق.

قال الباحث سميت إن «هناك أيضاً تداخلاً مع جينات اضطراب ما بعد الصدمة»، ما يعني أن الجينات التي تعطي حساسية لاضطراب ما بعد الصدمة تزيد أيضاً من احتمالية الإصابة بكراهية الأصوات، وربما يشير ذلك إلى نظام عصبي حيوي مشترك يؤثر على كليهما.

وبالتالي، يمكن استنتاج أن تقنيات العلاج المستخدمة لاضطراب ما بعد الصدمة يمكن استخدامها أيضاً لكراهية الأصوات. لكن لا تعني النتائج أن كراهية الأصوات وهذه الحالات الأخرى لها بالضرورة آليات مشتركة،

فقط يمكن استنباط أن بعض عوامل الخطر الجينية يمكن أن تكون متشابهة.

كما دعمت أبحاث سميت وفريقه، التي نُشرت العام الماضي، فكرة أن هناك روابط قوية مع سمات الشخصية مثل القلق والشخصية بالذنب والشعور بالوحدة والعصابية. ويمكن أن تتراوح الاستجابات لصوت محفز من الانزعاج والغضب إلى الضيق الذي يتعارض مع الحياة اليومية.

تبين أن الأشخاص المصابين باضطراب طيف التوحد أقل عرضة لتجربة كراهية الأصوات. وكان هذا غير متوقع لأن المصابين باضطراب طيف التوحد لديهم قدرة أقل على تحمل الأصوات.

## خلية النحل.. مدافن غامضة بين الرمال



تعدّ مدافن «خلية النحل» في شمال السودان، التي تعود إلى القرن السادس الميلادي، واحدة من أبرز المواقع الأثرية، التي تقدم لمحة عن حضارة النوبة القديمة.

ورغم أن هذه المدافن اكتشفت قبل عقود، فإن أهميتها تزداد حالياً في خضم الحرب، حيث تقدم أدلة جديدة حول الحياة الروحية والثقافية في مملكة المقررة القديمة.

وتقع تلك المدافن في منطقة دنقلا العجوز، شمال البلاد، وتتميز بتصميم هندسي يشبه الخلايا المتراصة، حيث يُعتقد أن هذا الشكل كان رمزاً للخلود والاتصال بالعالم الروحي.

كما تتكون من تلال من الرمال تحيطها هياكل حجرية، وهو تصميم يعكس علاقة الإنسان بالموت وحياة الآخرة، ويؤكد ارتباط الثقافة النوبية بمعتقدات قديمة حول الوجود بعد الموت.

فيما أوضحت الدكتورة حباب إدريس، كبير مفتشي الآثار في السودان أن «هذه المدافن لا تمثل مجرد أماكن للدفن، بل هي شهادة على قدرة الحضارة النوبية على دمج الرمزية الدينية مع تصاميم معمارية فريدة»، وأضافت في تصريحات

في شمال إفريقيا، ما يوفر رؤية جديدة في دراسات الحضارات القديمة.

من هنا، فإن إدراج هذه المدافن ضمن قائمة التراث العالمي لليونسكو، إذا تم تحقيقه، قد يساعد في جذب المزيد من الاهتمام الدولي لهذه المنطقة الحيوية في تاريخ إفريقيا.

يشار إلى أن مملكة المقررة، إحدى أعرق وأعظم الممالك النوبية، نشأت في قلب وادي النيل في القرن السادس الميلادي، وكانت عاصمتها دنقلا العجوز بمثابة منارة للحضارة المسيحية، حيث تزينت الكنائس بزخارف فنية رائعة.

كما اشتهرت المقررة بعقد معاهدة «البقظ» الشهيرة مع المسلمين، ما ضمن لها الاستقلال لقرون طويلة. ورغم قوتها التي سادت المنطقة، فإنها انهارت في القرن الرابع عشر.

لكن إرثها ما زال ينبض في العمارة والثقافة النوبية. ومنذ ثلاثة أعوام، كشف فريق من العلماء البولنديين عن كنيسة ضخمة في دنقلا القديمة، قد تكون «الكاتدرائية» الأولى من نوعها في المنطقة، لتروي قصة المسيحية التي سادت قبل دخول الإسلام.

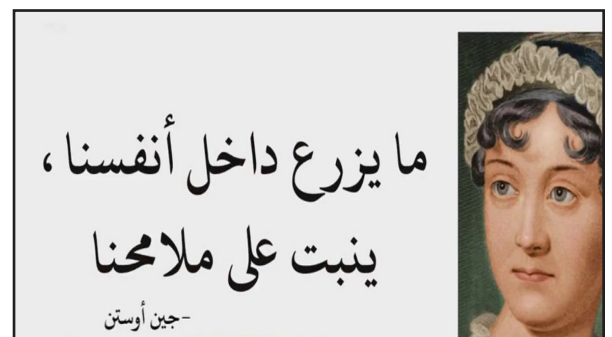
«العربية» أن «تصميم «خلية النحل» يعكس فلسفة الحياة والموت التي كانت سائدة في تلك الحقبة».

كما أشارت إلى أن «هذه المواقع ليست مجرد آثار قديمة، بل هي دليل على كيف كانت النوبة تشكل هيكليتها السياسية والاجتماعية من خلال الدين. وأردفت أن «معمارها يعكس تطور الحضارة النوبية في ظل مملكة المقررة».

لكن مع هذه الاكتشافات تأتي التحديات المستمرة في الحفاظ على هذا الإرث الثقافي الفريد، فبالرغم من تاريخها الطويل، تواجه مدافن «خلية النحل» تهديدات بيئية شديدة، تشمل التعرية الطبيعية والاحتكاك الناتج عن الأنشطة البشرية غير القانونية مثل التنقيب غير المنظم عن الآثار.

وفي السياق، أوضحت إدريس أن «الأثر التاريخي لهذه المدافن مهدد بشكل مستمر، ما يتطلب تعاوناً بين الحكومة السودانية والمنظمات الدولية لضمان حمايتها»، محذرة من «الفسل» ذلك قد يؤدي إلى فقدان جزء من تاريخنا لا يمكن استعادته».

هذا وتعتبر مدافن «خلية النحل» جزءاً من التراث العالمي الذي يمثل تاريخاً متداخلاً بين الحضارات القديمة على ضفاف النيل، وقد تكون، إذا تم الحفاظ عليها بشكل مناسب، مفتاحاً لفهم أعمق للعلاقات الثقافية بين النوبة والشعوب المجاورة



ما يزرع داخل أنفسنا،

ينبت على ملامحنا

-جين أوستن



## مقترح أمريكي بإدراج 3 أنواع من الزرافات

ضمن قائمة «المهددة بالانقراض»

أعلنت هيئة الأسماك والحياة البرية الأمريكية (FWS) عن اقتراح جديد يهدف إلى إدراج ثلاثة أنواع فرعية من الزرافات ضمن قائمة الأنواع المهددة بالانقراض بموجب قانون الأنواع المهددة بالانقراض (ESA)، واقتراح بتصنيف نوعين آخرين كأنواع مهددة.

يهدف هذا القرار إلى منح الزرافات الحماية الفيدرالية اللازمة لمواجهة تدهور أعدادها بشكل كبير.

يشمل الاقتراح إدراج ثلاثة أنواع فرعية من الزرافة الشمالية (Giraffa camelopardalis) في قائمة الأنواع المهددة بالانقراض: الزرافة غرب الإفريقية (G. c. peralta)، زرافة كردفان (G. c. antiquorum)، وزرافة النوبة (G. c. camelopardalis).

كما يُقترح إدراج الزرافة الشبكية (Giraffa reticulata) وزرافة الماساي (Giraffa tippelskirchi) ضمن قائمة الأنواع المهددة، مما يمنحها حماية أكثر تخصيصاً.

وأوضحت الهيئة أن الاقتراح جاء استجابةً للتراجع الحاد في أعداد الزرافات، حيث انخفضت أعداد الأنواع الثلاثة الشمالية بنسبة 77% منذ عام 1985، من 25,653 زرافة إلى 5,919 فقط. وفي العديد من موائلها الأصلية في غرب إفريقيا، اختفت هذه الأنواع تماماً.

تعزى أسباب هذا التراجع إلى فقدان الموائل الطبيعية أو تجزئتها، الصيد الجائر، والتأثيرات السلبية لتغير المناخ، الذي زاد من التداخل بين البشر والحياة البرية ورفع من معدلات الصراع بينهما.

وعلى الرغم من أن الزرافات لا توجد بشكل طبيعي في الولايات المتحدة، إلا أن قانون الأنواع المهددة بالانقراض ينطبق على الكائنات الحية داخل البلاد وخارجها، فوفقاً لاتفاقيات دولية تلتزم بها الولايات المتحدة، يهدف القانون إلى حماية الأنواع المهددة بالانقراض عالمياً.

يتضمن الاقتراح، في حال اعتماده، تدابير متعددة تشمل فرض تصاريح استيراد أمريكية للحد من الصيد والتجارة غير القانونية بالزرافات، وزيادة الوعي العالمي، ودعم الأبحاث، وتوفير التمويل لبرامج الحفاظ على الزرافات في موائلها الأصلية.

وفي هذا السياق، قالت مديرة هيئة الأسماك والحياة البرية، مارتا ويليامز: «توفر الحماية الفيدرالية للزرافات فرصة للحفاظ على هذا النوع الضعيف، ودعم التنوع البيولوجي، وتعزيز صحة النظم البيئية، ومكافحة الاتجار غير المشروع بالحياة البرية، وتشجيع الممارسات الاقتصادية المستدامة».

وأضافت: «هذا الإجراء يعزز جهود الحفاظ على الزرافات ويضمن أن الولايات المتحدة لا تسهم في تفاقم أزمتهما».

لعبة السودوكو هي لعبة تتكون من 9 مربعات كبيرة 3×3 و 81 مربعا صغيرا 9×9 وتتكون أولاً بعض المربعات الصغيرة مضافة ببعض الأرقام وعلى اللاعب إكمال اللعبة بوضع الأرقام من 1 إلى 9 دون تكرار في كل مربع من المربعات التسعة الكبيرة وفي كل صف وفي كل عمود.

8	1	3	6	2	7	9	4	5
5	2	4	9	8	1	7	6	3
7	9	6	5	3	4	1	2	8
6	4	9	2	7	5	3	8	1
3	7	8	1	9	6	4	5	2
1	5	2	3	4	8	6	9	7
9	8	1	4	5	3	2	7	6
2	6	7	8	1	9	5	3	4
4	3	5	7	6	2	8	1	9

## كلمات متقاطعة

10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
									1
									2
									3
									4
									5
									6
									7
									8
									9
									10

افقياً:

- مدينة برازيلية.
- ساحة • جزيرة اندونيسية.
- والدتي «معكوسة» • مخترع المصباح الكهربائي.
- لقياس السرعة • للنفي.
- صوت الذباب • مضىء.
- من الفاكهة.
- دعا • من الأبجدية.
- كثير العطاء • جمع لون.
- عقائد وملل • ضد يدوي.
- حاجز مائي • للتعريف • متشابهان.

## حل العدد السابق

10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
س	م	د	ا	م	ر	د	س	م	س
ح	ن	ا	ن	و	ت	ل	د	و	د
م	ن	ي	ر	ا	ن	ر	ا	ن	ر
د	ي	ن	ب	ا	ر	ي	س	ر	ر
أ	ل	ب	ب	م	د	م	ا	م	ا
ل	ا	د	ا	ن	ب	ا	ل	ا	ل
س	ر	ن	ا	ن	ا	ن	ل	ع	ع
ق	ا	ب	ي	ل	ن	ي	ر	ر	ر
أ	ل	ا	ا	م	ا	س	ا	ا	ا
ا	ل	ا	س	ا	ب	ا	ن	ق	ق

عمودياً:

- ممثل مصري.
- تقوى وورع • علم مؤنث «معكوسة».
- محب • صمام.
- أحد الوالدين «معكوسة» • دولة أوروبية.

## السودوكو

			٥	٦	٨		٤		
		٣		٨					
		٢					١		
									٩
					٣	٤			
			١						
				٧			٦	٢	
						٤			
٨							٩		

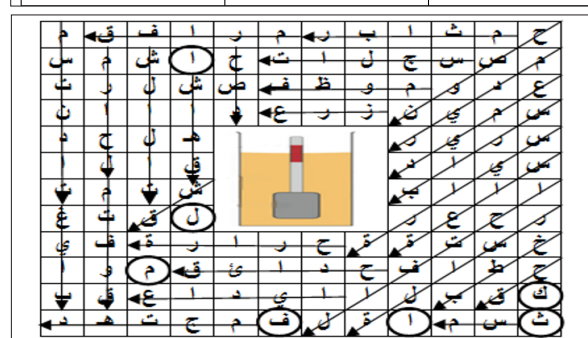
إعداد / منى فضل عبدالله

## الكلمة المفقودة

اشطب الكلمات أدناه في الجدول في كل الاتجاهات لتجد كلمة السر المكونة من 8 حروف، وهي اسم إحدى قارات العالم.

س	ا	ر	ب	م	ا	م	ق	ر	و	ج	س
ل	م	م	ب	ح	ع	م	س	ب	ب	د	د
ط	س	ل	ي	ا	ا	ر	و	ف	ظ	ا	ق
ا	ث	ج	ك	ر	ع	ر	و	ش	و	ا	ن
ن	م	ل	د								
خ	ك	ا	ج								
د	ا	ا	ء								
م	ل	د	ب								
ط	س	ي	م	ت	ر	ف	م	ظ	ي	ب	ب
غ	ي	ا	ل	ا	ن	ل	ل	ع	ب	ا	د
ه	و	ا	ع	م	ح	ا	س	ب	ل	ا	ط
ي	م	ص	ر	د	ظ	ب	ب	ا	م	خ	خ

سلطان	مسؤول	طباخ	ورق
ملك	قبطان	معلم	نقد
امير	ربان	محاسب	ثلج
خادم	بحار	طبيب	ماء
دليل	كابتن	طيار	ربيع
مساعد	لاعب	غوص	فل
معاون	عميد	هم	لص
مرشد	خياط	سجد	جد



الحل  
(المخائف)