

FOTOĞRAFIN DÜŞÜNDÜRDÜKLERİ

Geçen sayımızda yer alan fotoğraf plak üzerindeki ses çizgilerini taşıyan elmas uçlu iğnenin büyütülmüş şeklidir.

Bu sayımızda yer alan fotoğrafın ise bakalım ne olduğunu bulabilecek misiniz?



Düşünmenizde kolaylık sağlayacak bir ipucu olarak aşağıdaki fotoğrafta yer alan konunun da normal boyutlarda değil, büyütülmüş olarak sergilendiğini hatırlatmak isteriz.



UYANIN, UYKU ZAMAN KAYBIDIR!

İngiltere'de, uyku ve yorgunluk üzerine sürdürülen araştırmalar, uykunun bedene yararının zannedilenden daha az olduğunu ortaya koymuştur. Günlük yaşamın yorgunluktan sonra, bedenin kendini toparlamasında en önemli faktörün yiyecek olduğu görülmektedir.

İngiltere Bilimi İlerlemesi Derneğinin yıllık toplantısında, çalışmalar hakkında bilgi sunan Loughborough Üniversitesi İnsan Bilimleri Bölümü uzmanlarından Dr. Jim Horne, uykunun, beslenmeyi önlemesi nedeniyle, bedenin zindelik kazanmasında ket vurucu bir etkisi olduğunu söylemiştir.

Dr. Horne, kişinin gerçekte ne kadar uykuya ihtiyacı olduğu, uykusuz kalmanın bedensel etkileri ve uykunun yorgunluğu ortadan kaldırıp kaldırmadığı konularının çelişkilerle dolu olduğunu bildirmiştir. Ancak araştırmalar, bu çelişkilere bir cevap getirebilecek niteliktedir. Uzmanlar şöyle demektedir: "Beklenenin aksine, beden uykusuz kalmayı pekâlâ kaldırmaktadır. Örneğin, uykusuz kalmak, bedenin hareket etme yeteneğini kısıtlamamaktadır. Fakat uykusuz kalan kişide, hareket yapma isteği azalır. Bu da, uykunun beynin dinlenmesi için gerekliliğini gösterebilir."

Dr. Horne, kasların uykuda olduğu kadar uyanık iken de dinlenebileceğini, buna karşılık beyinin uyanık iken dinlenme olanağı bulunmadığını, karanlık bir odada, gözler yumulu iken bile, beyinin her an faaliyete hazır bir halde olduğunu

nu, beyin faaliyetinin azalmasının ancak uykuda olabileceğini söylemektedir. Dr. Horn bir veya iki gece uykusuzluktan sonra psikolojik değişikliklerin daha belirgin hale geldiğini, ancak bu bozuklukların, kişinin mutlaka günde sekiz saat uyku uyumasını gerektirecek kadar fazla olmadığını, uykusuz kalan bir kişinin, normale dönmek için uykusuz kaldığı sürenin üçte biri kadar bir süre uyumasının yeterli olduğunu vurgulamıştır.

SİZ OLSAYDINIZ?

(Satranç Dünyasındaki soruların yanıtları)

Not: Diyagramlar öteki sayfada

Çözüm: I

1.d5! exd5 2.exd5 Fxd5 3.Axg6! hxg6 4.Vh5!
Şh7 (4. gxh5 5.h7 mat.) 5.Vxg5 f5 6.Fb5 Fc4 7.Fxc4
Axc4 8.Ke7 Kf7 9.Kxf7 Kxf7 10.Kd8 Vxd8 11.Vxd8
Axb2 12.Vd4 siyah terkeder (Plaskett-Andersen,
Guernsey-1982).

Çözüm: II

1.Vh4 Vxd3 2.Kb3 Vc2 3.e4 Ke8 4.Vg5!
(4. Şh8 5.Kxh7! ya da 4.Şf8 5.Kxh7) siyah terkeder. Ftacnik-Ree, Luzern-1982)

Çözüm III

1. Ax17 Şx17 2.Fxe5 Axe5 3.Vh7! Fg4 (3..Kh8
4.Fh5 Şe6 5.Vf5 mat.) 4.Kx16 Vxf6 5.Kf1 Fxe2
6.Kx16 Şx16 7.Ve4 Siyah terkeder. Çünkü: (7..Ke8
8.Vf4 Şg6 9.Fe5 Şh7 10.Vf5 Şh8 11.Vd7 Kg8
12.Fxg7) (Suba-Zadrina, Luzern-1982)

Bağımsızlığın tek yolu yasalara bağlı kalmaktır.

CICERO