



## لماذا نرّمش أعيننا؟

السؤال يبدو بسيطا لأن معظم الناس قد تجيب أنه يساهم في ترطيب وتبليل العيون، ومنعها من الجفاف. هذا صحيح ، لكن وتيرة حركة الجفون (15 الى 20 في الدقيقة) أعلى بكثير من الحاجة لترطيب العيون.

توصل علماء الأعصاب من جامعة أوساكا إلى أن هذه الظاهرة تسمح للدماغ بالراحة، حيث بينت تجارب التصوير الدماغية التي أجراها الباحث "تامامي ناكانو" وزملاؤه، أنه عندما ترمش العيون، يتحول الدماغ من وضعية التركيز إلى وضعية الاسترخاء. ويبدو أن إغلاق الجفون هو بمثابة عامل أساس لهذا التحول. أما في الحالات التي يحتاج فيها الإنسان إلى تركيز عالي فتقل حركة الجفون بشكل كبير.

فنحن بالتالي نرّمش العيون للمرور بشكل مؤقت إلى حالة الاسترخاء الذهني، وتفادي البقاء طوال الوقت في حالة تركيز، والذي يمكن أن يؤثر على الدماغ.

وقد بدأت الدراسة قبل سنوات، على مجموعة من الأشخاص شاهدوا شريطا ، حيث لاحظ العالم "تامامي ناكانو" أن حركة الجفون تكون عادية عند المشاهد التي تتطلب قدرا أقل من الاهتمام، بينما تقل حركتها في المشاهد التي تشد الانتباه وتتطلب تركيزا أكبر.

وفي إحدى الدراسات الأخرى، وجد أن عيون المتهمين في بعض الجرائم تقل حركة جفونهم عندما يكذبون، نظرا لحاجتهم إلى التركيز الكبير، وبمجرد الانتهاء من الكذب، يلاحظ أن وتيرة حركة الجفون تسترجع إيقاعها المعتاد.

فما عليكم الا ملاحظة رمشات جفون محاوركم لكي تكتشفوا بسرعة درجة انتباههم واهتمامهم بخطابكم.

البحث العلمي المنشور على [الرابط](#)