# الطعام والجوع

لا أعجب في تاريخ حياة الحيوان ولا أغرب من تمييزه تمييزاً لا يقبل الخطاء بين الضار وغير الضار له من الطعام الا نادراً وذلك اذا قامت في نفسه شهوة تفوق في قوتها على الغريزة الاولى . مثال ذلك اذا زربت المواشي مدة طويلة لم تعلف فيها الا طعاماً جافاً كالتبن والحبوب ثم سرحت من مزاربها الى المروج والمراعي النضرة جعلت تلتهم كل ما تصيب في طريقها من العشب حتى انها كثيراً ما تلتقم عشباً سامّاً بينها . ذكر لينيوس الباقي الشهير مثل ذلك منذ زمن طويل فقال انهم كانوا اذا اطلقوا سراح البقر في بعض القرى وارسلوها ترعى بعد طول زربها جعلت تأكل الاعشاب السامة التي لم تكن تأكلها في الاحوال العادية كأنها فقدت غريزة التمييز بين ما يؤكل وما لا يؤكل منها . اما الانسان فليست غريزة اختيار الطعام الملائم صحيحة فيه صحتها في سائر الحيوان ولا سيما في دور طفولته فان اختيار طعامه يستنير بوالديه ثم يكون مداره بعد ذلك على العقل والاختبار

والكلام على الطعام يسوقنا طبعاً الى الكلام على شهوة الجوع التي تسبقه وماهيتها . فمن قائل ان سبب الجوع احتكاك جدران المعدة بعضها ببعض في حال خلوها من الطعام . ومن قائل انه نتيجة التهيج الحاصل من تجمع العصارة المعدية فيها وفعلها في جدرانها ومن قائل غير ذلك . ومهما يكن من الامر فالظاهر ان سببه مشاركة المعدة لسائر الاعضاء في الشعور بدليل ان فتحتها المعروفة بالبواب ( وهي التي بين المعدة والامعاء ) قد تصاب بمرض يمنع عمل التمثيل فيشعر المريض بالجوع ومعدته ملآنة طعاماً

ومن الناس من اذا لم يجد الطعام الملائم له عمد الى طرق شتى يتعلل بها تخلصاً من الجوع . فترى البعض يمضغون التبغ وترى بعضهم يدخنونه وروي انه اذا دهم الجوع الجنود في اثناء السير الشاق الطويل جعلوا الحصى في افواههم تلهياً عنه . وفي الشرق يتعلل الصينيون بالافيون . وفي جنوب اميركا يمجلون الدلنان بشيء من نبات الكوكا ( الذي يستخرج الكوكايين منه ) ويصنعون من الجبلة كتلاً صغيرة يتلعونها عند الجوع . والهوتنتوت وكثيرون من البيض الذين يوغلون في داخلية افريقية للتجارة والايحاث العلمية يحملون ما يسمى بمناطق الجوع وهي مناطق يشدونها حول احقائهم اذا قلّ زادهم وخافوا الموت جوعاً

وهذه الطريقة هي طريقة ضغط الامعاء من شدة الجوع فعلاً في دفع الجوع (١)

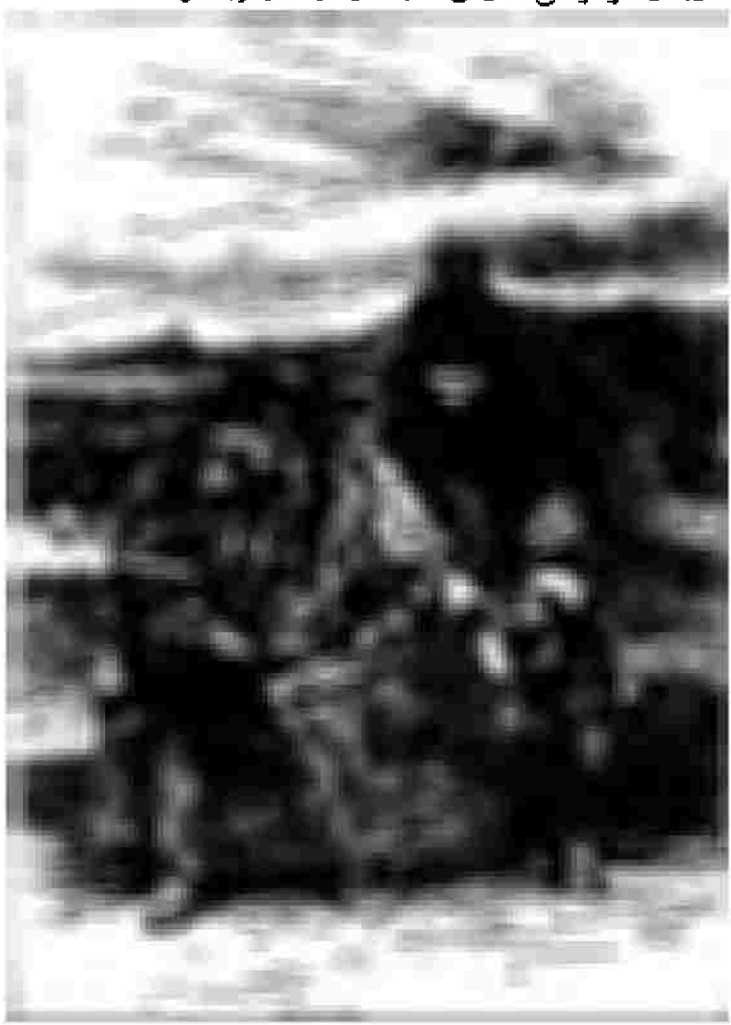
اما كمية الطعام التي يستطيع الفرد تناولها في وجبة واحدة فتختلف بحسب العادة . فمعظم المتمدنين يأكلون كميات معينة في اوقات معينة . فاذا زادوا عليها شعروا بثقل في المعدة وخوار في القوة . والقبائل المتوحشة التي قل تعتمد على التجارة والزراعة لتدبير معايشها بل معظم عتمادها على الصيد والقنص يعتاد الفرد من افرادها التهام كمية كبيرة من الطعام دفعة واحدة . والسبب في ذلك انهُ لما كان لا يدخر شيئاً لغدٍ بل يعتمد في رزق كلّ يوم على ما يصيبهُ من التوفيق في صيدهِ وقنصهِ يرى ان خير ما يعملهُ ان يحشو معدتهُ الى آخر ما

الشكل الاول بعض من بيوت قبائل الطنوس وفوقهم حيوان الزرنة

تحملهُ لعلّ ذلك يدفع عنهُ الجوع حتى يصيب صيداً آخر . قال احد المرسلين انهُ اضطرّ هو وجماعتهُ في بعض اسفارهم في جنوبي افريقية ان يشدّوا مناطق الجوع حول خصورهم شداً وثيقاً بعد ما قضوا عدة ايام لم يذوقوا فيها طعاماً جامداً الى ان ظفروا بحمار وحش فالتهموهُ التهاماً فنال المرسل منهُ نحو ثلاثة ارطال اكلها شواء ثم غلبهُ النعاس فنام . وأفاق ليلاً فرأى

(١) كان العرب اذا عضهم الجوع في خلال السير جمعوا الحصى في مناطقهم وشدّوها حول خصورهم فتدفع آلام الجوع عنهم الى حين ولا يزال عرب حوران يفعلون ذلك الى الآن

السود من رجالهم لا يزالون يأكلون وقد فاتهم وستفاق مزاجهم وهم يأكلون حتى تنتفخ بطونهم انتفاخاً وتطرحهم على الارض لا يكادون يستطيعون حركة



الشكل الثاني يتناول من بنات المطعوس

وحكى بعضهم الحكاية الآتية عن قبيلة المطعوس من اهل روسيا وسيبيريا في اثناء الشكل الاول وهي تدلُّ على ما للعادة والاقليم والاميال الوراثية من التأثير في القابلية والقوة الهاضمة قال: لما بلغت مدينة تبلاك رأيت غلاماً عمره خمس سنوات وقد تطرح على الارض

وجعل يلتقط بقايا الشحم ويحشو بها فاه فدهشت من ذلك وسألت عن اذا كان يفعله من جوع او عن ولوع بالشحم فقيل لي لا عن هذا ولا عن ذاك بل عن عادة قال اهل ذلك البلد تعودوا منذ الصغر ان لا يتركوا شيئاً يؤكل الا اكوه متى اصابوه . فأعطيت الغلام شمعة مصنوعة من اردإ انواع الشحم فالتهمها بنهم ثم ثانية فثالثة ففعل بهما فعله بالأولى . ثم اعطاه احد رجالي ما زنته عدة ارطال من الزبدة المجمدة فالتهمه باسرع من لمح البصر ثم قطعة كبيرة من الصابون الاصفر فاكلها ايضاً حتى ملنا ولم يمل

الشكل الثالث شابٌّ من قبيلة الطنغوس

اما قدرتهم على اكل جميع ما يصادفونهُ مهما اختلف نوعهُ وكيفهُ فغريبة تفوق التصديق . فهم يأكلون السمك ولحم اي حيوان كان ولو انهُ جيفة نتنة فقد رأيت بعضهم

مراراً يأكل اربعين رطلاً من اللحم يومياً . ولا بدَّ ان يكون تركيب معدهم مختلفاً عن تركيب معدنا بدليل ان الواحد منهم يشرب الشاي او الفرق دفعة واحدة وهو شديدة السخونة ولا يشعر بأقل ازعاج . ورأيت مرةً ثلاثة منهم اكلوا حيواناً من الزنه وهو يكاد يكون كالثور الصغير ولم يبقوا منهُ شيئاً . ترى في الشكل الثاني صورة بنتين من بناتهم وفي الثالث صورة شاب وفي الرابع صورة كاهن

الشكل الرابع كاهن من كهنة الفلشوس

وروى اميرال روسيٌّ عن قبيلة الجاكوت ( في الشكل الخامس صورة امرأة من نسائها ) ما يؤيد الحكاية المتقدمة قال :

قصَّ لي بعضهم كلَّ غريبة وعجيبة عن رجل اكول نهم فلما رأيتهُ وجدتهُ نحيفاً ضئيلاً فلم اصدق ما سمعتهُ عنهُ فعزمت على تجربة قدرته على الاكل بنفسي فأعددت لهُ شوربة

مؤلفة من اوزٍ وزبدة ووزنتها بعد طبخها قد وزنها ٢٨ رطلاً فوضعتها امامهُ وكان قد اكل قبيل ذلك فالتهم كل ما وضع امامهُ بنهم لم اعهدهُ نبلاً في احد ولم يبدُ عليهِ اقلُّ انزعاج او تعب سوى ان معدتهُ كبرت من فرط امتلائها

الشكل الخامس صورة امرأة من نسله الجاكوت

ومما يروى عن عظم القابلية وتأثيرها في بعض الامراض ان رجلاً أُصيب بحمى انهكت قواهُ وتركتهُ جلداً منشوراً على عظم حتى لم يعد اطباؤهُ يرجونهُ فتركوهُ وشأنهُ وكانت قابليتهُ قد اشتدت كثيراً والاطباء يمنعونهُ من الاكل فلما أهملوهُ عزم على توديع هذه الدنيا بأكل كل ما تشتهيهِ نفسهُ من المآكل المغذية مهما تكن كميتها فطفق يأكل ست مرات في اليوم وكان طعامهُ لحم بقر وضانٍ وطيور وغيرها من الاطعمة المغذية وشرابهُ اقوى الخمور

بحيث كان يبلغ وزن ما يأكله كل يوم ٦ ارطال من الطعام الجامد فلم يمض عليه الا القليل حتى صار نبضهُ اقل سرعةً واكثر امتلاء واخذت قوتهُ تزيد حتى شفي تمام الشفاء . وهذا مما يدلُّ على ان الجوع قد نشأ عن ضعف في القوى (١)

زار احد مشاهير الاطباء بلاد تروج فكتب عنها فصلاً جديرًا بان يعيرهُ الاطباء جانب الالتفات قال : العجب الناظر الى فلاحي تروج مما يراهُ على اجسامهم ووجوههم من لوائح الصحة والعافية . والتروجيون مشهورون بحسن القابلية والتأنق في اعداد الطعام ومع ذلك لا ترى اثرًا لداء سوء الهضم بينهم ولو اكل انكليزي ما يأكلهُ الواحد منهم لابتلي بسوء الهضم وقضى شهرًا يأكل المآكل الخفيفة . ولا يعلم هل السبب في ذلك العادة او الاقليم . فقد عالجت امراة بريطانية مصابة بسوء الهضم حتى اعياني العلاج ولم تستفد شيئاً وقضت سنين طوالاً لا تأكل الا ابسط اصناف الطعام ولم تذق الزبدة البتة . فسافرت الى تروج ولم تمض عليها شهور قليلة فيها حتى زال عنها كل اثر لسوء الهضم وكانت تأكل ما يأكلون وتكثر اكثارهم ولكنها اقتبست عادات اخرى من عاداتهم فكانت تنهض باكرًا وتنام باكرًا وتكثر من الرياضة نهارًا في الخلاء

والاطباء عمومًا يحسبون سوء الهضم ناشئًا عن داء في المعدة نفسها والحقيقة ان معظم الاصابات به ناشئة عن مشاركة المعدة لسائر الجسم في عوارض ضعف الم به فتضعف مثلهُ . فان فقد الدم وكثرة الهموم وقلة الرياضة والنوم المتأخر وما شابهها اذا تفشى الى اضعاف جميع اعضاء الجسم والمعدة في جملتها فلا يفيد المريض والحالة هذه ان يصف لهُ الطبيب ترتيب امر طعامهِ وادوية يراد بها المعدة والكبد فان ذلك قد يزيد الطين بلَّة بل لا بدَّ من تطلب مصدر الداء ومسببهِ الحقيقي لا عرضهِ المرافق . فقد تضعف المعدة احيانًا من التهاب لتحاق ويكون سبب ضعفها الارق الذي يجلبهُ هذا الداء . وقد تتعطل وظيفة الهضم بواسطة ردّ الفعل الناشيء عن اصابة احد اعضاء الجسم بمرض ما

وكثيرًا ما تشتدُّ قابلية الانسان للطعام الى حدّ ان يحاول سدَّها بأكل كل ما يقدَّم اليهِ فلا يغنيهِ ذلك عن جوع ولا يشفيهِ من قرم وهذا العارض هو ما يسمى بالجوع الكلبي او البقري وقد يصيب الذين بهم البول السكري . ذكر احد الاطباء رجلاً ادركهُ الجوع البقري فانتهى الى ان صار يأكل الاقدار سدًّا لجوعهِ واشتهوا مرة في الهٔ ذبح ولدًّا واكلهُ .

(١) وعلى هذا المبدإ يعالج المستولون في مصحات اوربا فان معظم علاجهم يقتصر فيهِ على الاكثار من اطعامهم المآكل المغذية وتنفس الهواء النقي مدة لحمو وما بعقبها من الزلال وخوار القوى

ومن اغرب ضروب هذا الجوع ما يصيب اهل جزائر الهند الغربية من الوطنيين فان المصاب منهم يهم يشتهي اكل الجير والرماد والتراب . والنساء المستيريات يصبن بشيء مثل هذا فان قابليتهن للطعام تزيد فيشتهين كثيراً مما يضرهن كالدلفان مثلاً ويأكلنه اذا لم يمنعن من اكله

وبالضد من ذلك قد تضعف قدرة الانسان احياناً الى حد ان يعيش زماناً طويلاً لا يأكل الا النزر اليسير . ومن هذا القبيل ما نسمعه عن صيام بعضهم ايامًا بل اسابيع لا يذوقون في خلالها طعاماً مطلقاً او يشربون بعض السوائل . فقد روي عن فتاة اسمها جوهنا نوتون انها صامت ٧٨ يوماً لم تذق فيها سوى عصير الليمون والغالب ان الذين يدعون انهم صاموا زماناً طويلاً يستعملون الغش والخداع جرًّا للربح فيأكلون ويشربون سرًّا اذ قد ثبت طبيًّا ان الانسان الصحيح الجسم لا يعيش بلا طعام ولا شراب سوى عشرة ايام على الاكثر وقد شذ عن ذلك رجل واحد على ما هو مسطر فانه صبر على الصيام الى اليوم الثامن عشر . اما الحيوانات الدنيا كالضفدع والافعى والسلحفاة والحشرات وهي في دور الزيز فانها تصبر عن الطعام زماناً اطول مما يصبر الانسان ومثل ذلك الحيوانات التي تقضي معظم الشتاء في سبات عميق فان عدم حركتها وضعف حيويتها في تلك المدة هما اهم الاسباب في احتمالها الصوم الطويل

# زلزلة سان فرنسسكو

انقضت زلزلة سان فرنسسكو ولم ينقض خبرها بل لا يزال صداه يرن في الآذان . وانتهت مهمة الناعي وبدأت مهمة الجيولوجي والمؤرخ والباحث في العلة والمعلول عبرة للاجيال الآتية واحتياطاً . فترسل المجلات العلمية ولا سيما الاميركية منها ملأى بتفصيل الزلزلة وما يتعلق بها من خراب ودمار وسبب ومسبب . فهذا يبدي رأياً في ما يجب عمله تداركاً لاذاها في المستقبل ودفعاً للنكبة او تخفيفاً لوطأتها اذا لم يمكن دفعها . وذاك يخطب في سببها وما على ان تدل عليه من الحقائق العلمية الجيولوجية

وآخر ما في هذا العدد خطبة خطبها الدكتور برانر رئيس احدى الكليات الاميركية على المجمع الاميركي لترقية العلم فبحث اولاً في علاقة الزلازل باطن الارض فقيل الرأي القديم القائل بان بطن الارض مائع وقال ان الاعتقاد الشائع الآن بين العلماء هو ان بطن الارض جامد ما خلا بقعاً متفرقة محوّاة مادة مائعة وعلى ذلك فالمظنون ان ليس ثمة علاقة مباشرة بين الزلازل والبراكين . وكل الطبقات الجيولوجية رسبت في بادىء امرها على