

التوقي الطبيعي كي لا يزيد على ضرر السكر ضرراً بسبب ان الحوامض قد تهلك شيئاً من الكحول او تحوّلته او تخفف ضرره . ثم انه مما يزيد في الدلالة على هذا الطبع الواقي انك لو سقيت كأس خمر لمن لم يذوقها قط وعرضت عليه شتى المآكل فانه لا يتناول منها الا الحامض ولو كان محباً للحلوى

ثم انه مما شوهد ايضاً ان السكير يكون قليل الرياضة ضعيف الرغبة فيها فهو لا يمشي مشياً طويلاً الا عن اضطرار كما انه لا يتعلق بالالعاب الرياضية على اختلافها ولا يتصيد في البر والبحر ولا يمرّ عضلاته في منزل او حديقة ولذلك تعتبر الرياضة من جملة العلاج الذي يمنع عن السكر فاذا اتفق ان امكن تعويده الرياضة وتحبيبها اليه فانه يصير كارهاً للخمر . الا ان كل هذا يحتاج الى ارادة قوية كارادة التطوع الديني فانها اشد ما يكون في الانسان كما هو مشاهد في كثيرين من المسلمين في رمضان فانهم يكونون من اشد الناس ولوعاً بالسكر حتى لا انقطاع لهم عنه ليل نهار ولكنه حين يأتي رمضان تراهم هجروه هجراً وطلقوه بئساً وهم يعانقون لذلك ضيقاً شديداً في بدء الامر ولكن التطوع الديني يهون عليهم كل ضيق بحيث انه لو كانت مدة الصوم شهرين او ثلاثة لاقلع كثيرون من المسلمين عن الخمر واعتادوا هجرها ولكن الظاهر من صنيعهم بعد رمضان ان شهراً واحداً لا يكفي

اما سائر العلاجات التي تخرج عن المبدأ المتقدم فكما لا تفيد شيئاً بالاطلاق لان داء السكر اذا صح عليه اطلاق هذا الوصف لا يعد داء جسم وانما هو داء شبيهة تضعف وتقوى بمؤثرات شهواته الاخرى



فائدة القذارة

يمر الانسان النظيف المسكن والملبس بكثيرين من الناس القذرين الذين يفرشون الارض ويلبسون الملابس القذرة ويأكلون المآكل الفاسدة فيعجب اذ يجدهم على صحة تامة ونشاط ظاهر بل يعجب لكونهم احياء مع هذه المتلفات لانه لو تصور نفسه ايام بالقياس الى حالته لوجد ان موته محتم مع حالهم تلك ولكنهم مع هذا عاشوا على صحة وقوة لانهم القوا القذارة وجراثيم الامراض فلم يعد يؤثر بهم ويؤذيهم الا تركها . ولولا ان يكون ذلك كذلك لانقرض معظم البشر لانهم من هذه الطبقات

ثم ان مناعة الانسان من الامراض لا تكون لاثلافه بجراثيمها واعتياده فتكها بالتدريج حتى لم يعد لها فتك بل هي تأتي من حرقته وعادته وما يتفق له من ملابس ومبيت ولكنه قل ان يدري ان ذلك كان السبب بل جل ما يديره انه سليم معافى على حين جاره معتل بل كل بلدته ذات وباء جارف ساحق

ولقد كان في جملة ما حدثوه من ذلك ان الطاعون الذي يفتك الان بالهند ويقتل من اهلها كل يوم نحو ثلاثة آلاف نفس انما يصيب المتوقي والمهمل على السواء تقريباً ولكن لا ينجو منه الا باعة الزيت لان ميكروب الطاعون لا يعلق بهم والزيت على ابدانهم وشبابهم مع ان الجرذان المطعونة تكون مائة حوانيتهم وهذا ليس بغريب بل الغريب عدم التنبيه اليه قديماً اذ المشهور عن الزيت انه مطهر من الفساد وانه طارد لاكثر الحوام فهو كما انه يطرد

ما هو منظور من الاحياء كذلك يطرد ما يخفى من الجرائم ومثله القطران فان الجرائم تهرب منه كما تهرب الخنافس والبراغيث ونحوها ولذلك لا يصاب بالطاعون من كان مشغولاً بالقطران ملتصقاً به كما شوهد عياناً على ما يقولون

ولقد كان في جملة ما حدثوا عنه في هذا السبيل ان الحمى الصفراء الشديدة الفتك حينما علت في سنة ١٨٨٧ بمقاطعات لوزيانا وتكساس وفلوريدا من اميركا الشمالية تناولت فيها اكثر الناس على اختلاف حرفهم وحالاتهم وامكنها تخطت المشتغلين بحرفة الطباعة وقد كان مثلها الهواء الاصفر فانه حين انتشر في شيلى مرة وقتل من اهلها الوفاً لم يتناول واحداً قط من رجال الطباعة بشهادة جمعية الطباعة نفسها . ولعل هذا صحيح لاننا نذكر ان احداً من المشتغلين بهذه الحرفة عندنا قدمنا بالطاعون او الهواء الاصفر حين انتشارها بيننا وقد يكون ذلك بسبب الذرات المتطايرة من الرصاص او بسبب الحبر وما فيه من زيت وسخام ولقد حدثوا عن تأثير طرق عديدة على نحو ما تقدم وكلها مما يقضي بالعجب ويدل على ان اقبح الحرف في الظاهر وادعائها الى السقم والموت قد تكون في بعض الحالات من اشد الموانع المرضية واكثرها حرصاً على سلامة متعاطيها

هذا ولا يبعد ان تكون الخمر والحشيش والافيون وامثالها من المنبهات الخدرات مانعة لكثير من الامراض المعدية لانه يوجد من متعاطيها الوف قد طالت اعمارهم وحسنت صحتهم وهم يتعاطون في الظاهر اشد دواعي السقم والموت

كتاب اولادي - (تابع ما قبله)

اما شرف النفس فانه شديد الارتباط والعلاقة بجزية الضمير والاخلاص اذ هو كتكميل لهما بما يزيده عليهما في علائق الرجلين بعضهما بعض من شعائر الطمأنينة والارتياح التي تملئها مبادئ الشرف وتوحي بها روح الاستقامة وعلى الجملة فان من تبع جادة الاستقامة وسلك طريق الصلاح فقد حوى في شخصه جميع الكمالات التي تقدم لنا ذكرها وكان عادلاً حازماً نزيهاً وافر القسط من الهدى والرشاد بعيداً عن مظان الزيف والضلال فما مثل الاستقامة فضيلة تتضمن افضل ما يجعل الانسان من اهل الصلاح والخير والشبان الذين احرزوا او اخذوا باحراز مجموع هذه المناقب والحامد يكونون قد وفوا قسطاً كبيراً من تثقيفهم الادبي وعلقوا باهداب الكمال بحيث لا يكون باقياً لهم لبلوغ قته الا اليسير من الشروط الثانوية التي هي قريبة المنال سهلة الادراك بدون كبير عناء . ولكن لا يجوز مع ذلك اغفالها نظراً لما لها من الاهمية في حد ذاتها واني اجتزى عن التبسط في الكلام عنها بسردها سرداً بسيطاً وهي

الاعتدال في الاقوال والافعال الذي يؤخذ دليلاً على قوة الارادة وسلامة الفكر

الكتان وحفظ اللسان وهما شرطان اذا لم يراعيا حق المراعاة اصبحت العلاقات بين الرجلين حتى الصديقين مفصومة العرى واهية الرباط التواضع وهو الذي قال عنه لا برديير انه ضروري للفضل ضرورة الظلال للصور المرسومة فهي تزيدها ظهوراً وبهاء