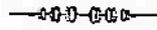


الضئج وهو اما ان يقصد به اخراج الغذاء من المسلوقات الى الماء الذي تملق فيه او ابقائه فيها فاذا اريد الاول وضع ما يراد سلقه في الماء البارد وأغلي بالدرج زماناً طويلاً فينتقل كل الغذاء او اكثره الى الماء واذا اريد الثاني وضع ما يراد سلقه في الماء غالياً فينتج ويبقى الغذاء فيه . ولا يخفى ان ذلك يصدق على اللحم اكثر مما يصدق على الخضراوات لانها متزومة فلا تدخل تحت قانون واحد اما الخبز فيجب ان لا يغلط طحينه كثيراً وان لا يوكل الا بعد خبزه باربع وعشرين ساعة على الاقل والاطعمة اما ان تضر بذاتها كالبجن العتيق واللحم المتفنن والحليب الحمض وكل الاطعمة المحمضة والتي تخرج غير مهضومة واما ان تضر بكميتها ككل الاطعمة اذا اكل منها اكثر من الاقتضاء فانها تضر ضرراً بليغاً ولو كانت من افضل المغذيات



الدكتور تتر

ارتاب البعض في صحة صوم الدكتور تتر اربعين يوماً إما لانه قد تقرر في عقولهم عدم امكان ذلك اولاهم صدقوا ما اتعاه بعض الجرائد من ان الدكتور ترك ان يقات مدة صومه بوسائط خفية . وبما اننا نشق بالجرائد التي نقلنا عنها خبر صومه رأينا ان تثبت صحة بالادلة معتدين في ذلك على جرادة من اشهر الجرائد العلمية فنقول

الجسد مؤلف من عناصر مركبة تراكيب كيمياوية اكثرها سريع الانحلال فاذا اخلل ولم يعوض عنه بالطعام والشراب والتنفس او اذا لم يكن مقداره كافياً في الجسد لم يلبث الجسد صحياً بل اخلل نظامه واسى في خطر جسم . وهذه المركبات السريعة الانحلال على ثلاثة اقسام . قسم يتغلب فيه الكربون وقسم يتغلب فيه النتروجين وقسم يتغلب فيه الفسفور . فالقسم الاول يصر في توليد الحرارة الحيوانية باتحاد كربونته بالأكسجين الهوائي وهذا الاتحاد ليس الا استعجالاً بطيئاً مستمراً في كل الجسد مدى الحياة . وقد جرد الدكتور تتر من ثباته عندما شرع في الصوم لظهور بنية جسده وبلغ ان ليس تحت ثباته شيء من الطعام ولا ما يوصل الطعام اليه فاذا جسمه مغطى بطبقة من الدهن تكفي للحرارة اكثر من اربعين يوماً فلم يكن خطر على حياته من هذا التيبال اذا صام اربعين يوماً عن الطعام

والقسم الثاني اي الذي يتغلب فيه النتروجين يخل من الالياف العضلية دائماً في اليقظة والنمائم اي ما دام شيء من عضلات الجسد يتحرك فيجلى الدم الى الكليتين وهما ترعاونه منه وشرراؤه مع البول . ومقدار ما يفرز منه في ٢٤ ساعة في البالغ من ٢٥ كراماً الى ٣٥ كراماً كاتين بالامتحانات الكثيرة . ولما شرع الدكتور تتر في الصوم كان مقدار المترز منه من هذه المادة في ٢٤ ساعة ٢٩ كراماً وكان المتظرارة

اذا صام حقيقة يقل هذا المنز على التوالي . وهكذا حدث فانه قل من تسعة وعشرين كراماً الى ثلاثة وعشرين فعشرين فسعة عشر فستة عشر وما زال يقل حتى بلغ ثلاثة عشر كراماً ووقف على هذا الحد تقريباً دلالة على ان هذا المنز من الانحلال حادث من الحركة الضرورية لحفظ الحياة . فلو اكل جفنة ولو قليلاً لزيد مقدار المنز عن ثلاثة عشر كراماً كما لا يخفى ولكنه لم يزد قط وهذا دليل على انه لم يأكل شيئاً من الاطعمة الترويجية كاللحم والبيض واللبن ونحوها من الاطعمة التي لو اكل لاكل منها والقسم الثالث اي الذي يتغلب فيه النضور يغلب أكثره من الدماغ والاعصاب . وكل تغلب عنلي وكل تهيج عصبي يصاحبه انحلال شيء من هذا المركب . واذا انحلت أفرز مع البول ملحاً ذاتياً . اما الدكتور تر فلم يقل مقدار المنز من هذا المركب في اوائل صومه بل زاد وسبب ذلك ان احد اطباء أتمه انه كان يأكل خلسة بارشاء احد الحراس فاشغلت هذه التهمة باله وكدرت عينه فكثرت انحلال دماغه بسببها . ولما رأى ذلك اطباءه اوجسوا منه خيفة فتلافوا الامر بان اركبوا الدكتور تر مركبة وجعلوه يتقه فيها كل يوم فارتاح باله وتحسن نومه والحال قل مقدار النضور المنز من وقد رأينا نحن صورة هذا الرجل قبل صومه وبعد فاذا هو في الاولى سمين طلق الوجه وفي الثانية نحيف كاسف البال بما يفوق التصديق حتى اننا لو لم نعلم حقيقة انها صورتنا شخص واحد ما عرفنا ذلك قط من مجرد النظر اليها وما هذا الا لان جسده كان يفعل دائماً الصوم وهو لا يستعيب بالطعام عما يفعل منه

هنا من قبيل الأدلة النسيولوجية على صدق صومه وهناك أدلة اخرى لا يلبق السمكوت عنها منها ان الدكتور تر رجل حازم اعز نفماً واثمد مروة من ان يخدع احداً ولم يصم جبياً ولا ارتباطاً برهان بل كان حراً مجبورين ان يقدموا له الطعام حالما يأمرهم . اما ما جرى عليه النسيولوجيون قبلاً من ان الانسان لا يقدر ان يصوم عن الطعام أكثر من اسبوعين فبني على ان ضاة في الخامسة عشرة مصابة بالهستيريا والمل قطعت الأكل اسبوعين فانت ولكن ما صدق على هذه الضاة السقيمة لا يصح ان يصدق على كهل بين الاربعين والخمسين سمين الجسم صحيح البنية عالي الهمة قد اعتاد الصوم منذ زمان طويل . فقد غلط من وزن الناس كالم يميزن واحد غير مراعاة هذه الاحوال

عنكبوت هائلة * من غريب ما جله معرض الحيوانات بلندن عنكبوت من نوع من العناكب التي تكثر في غابات امريكا الجنوبية . بدنها مغطى بالشعر وطوله ثلاثة فراريط وطول ارجلها مناسب لطول بدنها حتى انها تظهر بقدر الجرذ الكبير . وهي تنبت بالفيران وصغار الطير فتصددها في جوف الشجر او تحت اوراقه حتى اذا دنت منها وثبت عليها واقترسها كما تقترس عناكب بلادنا