

الشيخوخة وأمالي حبيوة

قالاً عن العلامة مشنيكوف

(٧) هل يمكن ان يُطال العمر^(١)

الانسان وهو اطول عمراً من كل ذوات الثدي يشكو على الدوام من قصر عمره . وهو الوحيد من بين الحيوانات الذي ترسم صورة الموت في ذهنه ويعلم صريحاً انه صائر اليه لا محالة فشكواه من دنو مـرة واما الحيوانات فتجهل ذلك واذا حاذرت الخطر فلما تحاذره بفرية الاحتفاظ بنفسها . ولهذا يجب ان يعنى البحث في هذا الموضوع حقاً من الاهمية لتعرف هل تزيد سعادة الانسان باطالة العمر عن حدوده الحالية ام لا يوتئى بعض المفكرين ان اطالة العمر لا تزيد سعادة الانسان بل قد تكون شؤماً عليه لان الشيخوخة يجتاحون الي آمن بعولم فهم وهق على الامة

اذا انحصرت الغاية على اطالة عمر الشيخ بدون تحسين حال الشيخوخة نفسها كان هذا الاعتراض صحيحاً وجديراً بالنظر وانما الغاية هي ان يسير العمر مع العقل والقوة سيراً واحداً . وقد ذكرنا في ماضى اسئلة كثيرة تدل على امكان القيام بالعمل المفيد ولو في سن الشيخوخة فاذا قلت اذ زالت الاسباب التي تجلب الشيخوخة الباكرة لم تبق حاجة لمساعدة الشيخ الذين يملنون الستين والسبعين وقات تقايمهم عن عائق غيرم بدلاً من ان تزيد يتكرون على الطب محافظةً على اصحاب الاستقام والمعات الوراثةية ويقولون ان ذلك يؤول الى اضعاف الجنس البشري فلو تركوا للانتخاب الطبيعي لانتقضوا وحل محلم اشخاص افري بية وافر عملاً . ويسمي هكل هذه المحافظة بالانتخاب الطبي ويقول انها طريقة لاخطاط الانسانية

على ان البنية الضعيفة قد تكونت كبيرة الفائدة للانسانية اذ وجد بين المسلمون والمصابين بالزهمري المكتسب والوراثي وبين اصحاب الماعات من كل نوع من قام باعمال كبيرة لتجاع الجنس البشري وحيننا ان تذكر منهم فرسنل وليوباردي وويرو وشومان وشوبين وكثيرين غيرهم . ولا نعتي بذلك انه يجب ان نحافظ على الامراض وان تترك

(١) انطلقنا من المقالة من بحث مستفيض للزلف في هذا الموضوع وانصرتنا في النفس على ما ساعدنا عليه لجمهور القراء . واما المقالات السابقة فتكاد تكون ترجمة حرفية

للاتقارب الطبيعي حفظ الاختصاص الذين يقرون عليها من أن يزيل الامراض عموماً
وعيوب الشيخوخة خصوصاً بكل الوسائل الصحية والدوائية وان تستر الاقتراب العبي الذي
يقول به هكل مضافاً السعادة الجنس البشري . فيجب ان نسمى بكل استطاعتنا لنسمل
لقناس ان يكفوا ادوار حياتهم وان تمكن الشيوخ من القيام بوظائفهم المهنة كشارين
وقضاة محكمين باختبارات حياتهم الطويلة

وقد جرتب الناس في كل عصر كل نوع من الوسائل للحصول على الغاية التي يشدونها
من طول العمر وليس منهم من نظر في هذه المسئلة النظر الذي توجه الغاية الجوهرية التي
نطلبها في بحثنا هذا . فانصرفوا الى تركيب العقاقير المتعددة وقاعدة اكثرها الصبر ومنها
الاكسير لطول العمر الذي لا يزال اسمه محفوظاً الى الآن في المادة الطبية . وكان اكثر
الناس سعيًا لذلك اهل الصين يرونهم الا ان الاطباء القانونيين كانوا يسفون هذه
المساعي وينكرون فائدتها فقل الاهتمام بها على التوالي الايام خلا عقاراً واحداً ظهر حديثاً
بمشوا فيه بحثاً عملياً صحيحاً وهو السيكارين نسبة الى العلامة برون سيكار الذي اكتشفه
وجربه بنفسه وقال بفائدته وهو مسائل يستخسر من عصر خصية الحيوان كالنكب والكوباي
ويستعمل حقناً تحت الجلد وقد استعمله برون سيكار وعمره ٧٢ سنة وراكده انه شعر برجوع
قوته وشبابه وعلى اثر ذلك شاع استعماله كثيراً ثم قلت اهميته اذ لم تحقق فائدته فاهمل في
كثير من البلدان ما عدا فرنسا حيث لا يزال استعماله شائعاً

ثم ظهر عقار اخر من نوعه يعرف بالسيرمين استخسره بوهل الرومي وشهد كثير من
من العلماء المحققين بفائدته وقالوا انه يهض القوي التي تخط بالشيخوخة او بعد العمل الشاق
والسيرمين لا يدل اسمه على مساهم لانه يستخسر من المواد الكيماوية التي في الخصية
والبروستاتا والمبيض والبنكرياس والغدة السرقية والطحال فهو اداة مركب من مواد كثيرة
الانتشار في اعضاء ذوات الثدي من النوعين . ويقول الذين جربوه في الشيوخ الضعفاء
الذين فقدت قائلتهم وفي نومهم انه استندادوا منذ راسمتمت الفائدة عدة اشهر . على ان
الاهمية في علاج ضعف الشيخوخة لا تتوقف على السيكارين او السيرمين بل على الوسائل
الصحية التي يسر عليها الانسان في شبابه وكهولته سيراً منطناً وهي باجماع الآراء كما يأتي:
الحفاظة على قوة كل عضو من اعضاء الجسم . ومقاومة الامياله المرضية المكتسبة او
الموروثة . والاشدال في الطعام والشراب وفي كل ملذات الجسم . وابتساق الهواء التي
في البيت وخارجة . والريضة اليرمية . والنو . باكر . والينظة باكر . ونوم لا يتجاوز سيرة

ساعات . والاستحمام يومياً بالماء البارد أو السخن حسب استعداد الشخص وميله . والنخل
المرتب . وعيشة بخالطها الرجاء وبمازجها السرور بالحياة . ومقاومة الشهوات والانفعالات
العصبية . والامتناع عن المشروبات الروحية . واجتناب المخدرات والمواد المسكنة .
والذين يسيمون على هذه القواعد يجاوز كثيرون منهم المئة . فالرسائل الصحية هي التي يعمل
عليها في احوال العمر وفي جعل الشيخوخة قليلة الناء

ولا ريب في ان علم الصحة كان واسطة لاطالة العمر في الاعصر الاخير لان الزفيات
في الشعوب المتقدمة نقصت عما كانت عليه في الاعصر السابقة . ويرجع بعض السبب في ذلك
الى النقص في زفيات الاطفال في القرن السادس عشر كانت زفيات الاطفال في جنيف
٢٦ في المئة وتزلت في بداية القرن التاسع عشر الى $\frac{1}{16}$ في المئة . وحصل مثل ذلك في
برلين وهولندا والدانمارك وغيرها . وطالت ايضاً اعمار الشيخ لان قس البرنستات في
الدانمارك كان متوسط اعمارهم في القرن الثامن عشر يتراوح بين $\frac{1}{24}$ و $\frac{1}{89}$ سنة وكانت
زفياتهم ٢٢ في المئة وتزلت في القرن الثامن عشر الى $\frac{1}{164}$ في المئة . ومثل ذلك يقال عن
فس انكلترا وعن افراد البيوت المائكة في اوريا ذكوراً واناثاً وعن افراد الشعب في كل بلد
من البلدان المتقدمة . ولا ينبغي ذلك كون الذين عمروا في الاعصر السابقة اكثر من الذين
يمرون في الاعصر الحاضرة لان اولئك عمروا في ظروف واحوال خصوصية وشيوخ هذه
الايام يمرون اكثر منهم وبما لا ريب فيه ان العمر عموماً قد طال عما كان عليه في الماضي
وقد كان علم الصحة في القرن الثامن عشر واكثر التاسع عشر قاصراً قليلاً الانتشار
لكنه كان مع ذلك وسيلة قوية لاطالة العمر لان قواعد النظافة وحسن المديشة ساعدت
عليه . قال ليغ ان تمدن الامة يقاس بكيفية العابون الذي تستعمله . وقال احد الجراحين
الشهيرين ان السرطان قل كثيراً عن ذي قبل الا ان سرطان الجلد ولا سيما الجلد
المكشوف الذي تطاله اليد قد زاد وانه ينمو بنوع خصوصي على القروح والندوب وعلى
الاقسام التي تودخ سهولته ولهذا يندر السرطان في النئات التي تفتي بالنظافة

وللتلقيح بلقاح الجدري شأن كبير في تقليل الزفيات في النصف الثاني من القرن
الثامن عشر اي ليل اكتشاف جتر طريقة التطعيم كانت الزفيات بالجدري في برلين ٩,٨
في المئة من كل حوادث الموت ويموت به ٦ في المئة من عمرهم ١٥ سنة و ٩٩,٣ في المئة
من سنهم اقل من ذلك . واما الشيوخ قتل من كان يموت منهم به اذ يرجح انهم اصبوا به
في صغرهم فلما منهم في كبرهم

فإذا كان علم الصحة على ضعفٍ وعدم انتشاره في تلك الأيام قد افاد في اطالة العمر
فن الضرورة ان تزيد قائمته في هذه الأيام بعد تقدم المعارف الطبية وزيادة انتشارها بين
العامة - فاصح انقاء الامراض العنقية والساربة كالتزمرى وذات الرئة والتيفويد والهواء
الاصفر اميل مما كان سابقاً - وصار في الاسكان تحسين الامزجة والايال المرضية بترتيب
المعيشة والسير على القواعد الصحية

وقد اوضح مما سبق في المقالات السابقة ان العناصر الشريفة متى ضعفت في جسم
الشيخ شرع انكروفاغوس يفتربها فدعا ذلك الى الظن ان اتلاف المكروفاغوس او
اضعافه قد يكون وسيلة لاطالة العمر ولكن المكروفاغوس ضروري لمقاومة العوامل المرضية
وخصراً العوامل التي تسبب الامراض المزمنة كالسل فن الضروري ان نحافظ على سلامته
ونسعى لايجاد دواء يقوي العناصر الشريفة ويجعلها اقل عرضة لان يفتربها بانكروفاغوس
تكتب في كتابنا « دروس في الطبيعة الانسانية » على مشئلة مصل الحيوانات الذي
يذيب الكريات الدموية من حيوان آخر من غير نوعه ثم اتبع نطاق البحث في هذا الموضوع
واكتشف علماء البيولوجيا انواعاً كثيرة من المصل واختصها المصل المعروف باليتروتوكسيك
اي الذي يسم العناصر الحويصلية

فن الحيوانات ما يصل دمها ومصل دمها فمل سم بعد ادخلها الى جسم حيوان آخر
كدم الحنكليس والافس لاننا اذا حقنا حيراناً من ذوات الثدي كالارنب والكوباي والجرذ
بكية من دم الافعى فالحيوان المحقون يموت بعد مدة قصيرة ولو كانت الافعى غير سامة
ومن ذوات الثدي ماله هذه الخاصة ولكن باقل درجة من الافس فاذا حقنا حيراناً
من ذوات الثدي بدم حيوان من غير نوعه ظهرت في الحيوان المحقون اعراض التسمم
ودم الكلب يمتاز بقوة سمي عن دم بقية ذوات الثدي وعكس دم الزنم والمعزى والحليل لان
الحيوانات والانسان تحملمة بسهولة ولهذا يفضلونها لتحضير انواع المصل التي تستعمل في الطب
ثم ان مصل الدم غير سام يتحول الى مصل سام اذا اخذ من حيوان بعد حقنه بدم حيوان
من جنس غير جنسه - مثال ذلك اننا اذا حقنا الخروف بدم الارنب ثم اخذنا مصل دم الخروف
وحقنا به الارنب اذاب الكريات الحمراء فيه اي ان دم الخروف اكتسب من دم الارنب
قوة على تذويب الكريات الحمراء ولكن هذه القوة ينحصر تأثيرها في الارنب ولا تؤثر في
الحيوانات الاخرى - فحقن الخروف بدم الارنب بكمية خاصة جديدة لا تظهر الا على
الكريات الحمراء في دم الارنب فيحصل فيه ما يماثل فعل المصل في الامراض العنقة اذ يحصل من

الحسان بمدقته بكروبات الدثيرة يا مصل بشني الدثيرة يا ولا بفعل في الثنائوس او الطاعون وقد ظهر في سير هذه الابحاث ان المصل يكون سماً بقدر معين فاذا نقص عنه فعل فعلاً معاكساً اي انه بالكيفية الكبيرة يذيب الكريات الحمراء ويقلل عددها في الدم وبالكريات الصغيرة يزيد عددها . وبعد ان ثبت ذلك بالتجارب في الحيوانات ظهرت فائدة التجارب في المصابين بفقر الدم فزادت فيهم الكريات الحمراء وظهر اللون الاحمر على وجوههم بمد حقنهم بكية صغيرة من مصل الدم . ثم حسن بعضهم هذه الطريقة فاعد مصلان من دم الحيوانات بمد حقنها بدم الانسان وجرب هذا المصل في عدة اشخاص مصابين بفقر الدم من اسباب مختلفة وقد ثابت في بعضهم الملاجبات السابقة فكانت النتيجة باهرة اذ زادت الكريات الحمراء بدرجة زيادة كبيرة بمد حقنهم بكيات صغيرة منه

تنطبق هذه الاحوال على القاعدة العمومية المعروفة في الطب وهي ان السموم بالجرعات الصغيرة تقوي العناصر الحساسة وبالجرعات الكبيرة تنكها وتبنيها . ففي الطب يقولون القلب يجرعات صغيرة من السموم القلبية كالسجالتين وفي الصناعة يقولون صل الخمير بكية صغيرة من مادة قيمته بكية كبيرة كفلوريد الصوديوم

يرأخذ من هذه المطرقات الثابتة مبدأ ثابت وهو ان العناصر الشريفة تقوى بالمصل السام (البيروكسيك) الذي من نوعها الا انه يصدر الحصول على مصل لكل نوع من العناصر ودون تحقيق ذلك صعوبات حمة لاننا نستطيع ان نحصل على دم انسان ونحقن به حيواناً فنحصل منه على مصل يقوي الكريات الحمراء . ويبدو كيتنا الا انه يصدر علينا ان نحصل على الاعضاء السليمة التي يجوز استعمالها الغاية عملية وعلمية لان القانون لا يبيح تشرح الجثة الا بدفوات الفرصة اي بمد ان تقصد وتمتن هذا عن ان الاعضاء كثيراً ما تكون مصابة بطل تمنع استعمالها والفائدة منها . وانقل ما يمكن الحصول عليه من هذا القبيل اعضاء الاطفال الذين يموتون بمرض الولادة اذ تكونت اعضاءهم سليمة وعلى الحالة الطبيعية الا ان هذه العراض نادرة وزادت تدريجياً بتقدم علم الولادة

فاذا كان من الصعب ان نجد دواء تقوية عناصرنا الشريفة المستخرجة من السهل ان تمنع حصول هذا الضعف الذي يقف عثرة دون تحقيق آمالنا في الحياة الطويلة وبما ان المولدات المنكوبة هي التي تقصد استجنا في هذا السبيل يجب ان نبحث عن حل لهذه المسئلة عند ما يولد الطفل تكون اعضاءه خالية من المكروبات . والسائل الذي تحتويه يتألف من الصفراء ومن العناصر الواردة من النشاء المخاطي المعوي فهو وسط صالح لاستنبات

المكروبات اذ بعد الولادة يوضع ساعات تظهر في براز مكروبات عديدة من انواع مختلفة وهي تستطرق اليه مع الهواء بطريق الفم والاسهت وبعد ان يوضع لبن امه نقل هذه المكروبات ولا يبقى منها سوى مكروب واحد اكتشفه تيسيه ومناه بانيلوس بيفيدوس والطفل الذي ينفذ بلبن البقر تكثر المكروبات في برازه اكثر من الطفل الذي ينفذ بلبن امه فالعذاه اذا يؤثر في المكروبات المعوية وهي تختلف باختلاف التغذية وعلافاً التغذية بالمكروبات تدعو الى السمي للوقوف على الوسائل التي لتتبع بها المكروبات المعوية بحيث يحل محلها مكروبات مفيدة

عرفنا مما سبق بيانه في المقالات السابقة ان المعى الغليظ مستودع واسع لحفظ فضلات الطعام وستنبئ للمكروبات الكثرية وانه كبير الفائدة للحيوانات التي تغتات بالنبات وعدم الفائدة للانسان وقد اثبتت المشاهدات انه اذا استواصل قسم كبير منه او اذا فقد وظفته بقيت صحة الانسان جيدة وبقي جسمه سليماً ولا يلزم من ذلك ان يتواصل المعى كما تتواصل الزائدة الدودية بل ان تقتل المكروبات او يخفف ضررها وقد استعملوا هذه الغاية العقاقير التي يسمونها بمضادات الفساد وهي كثيرة كالبازوتوتول والسالول والشجول والفتالين وغيرها ومثلها الماهل وخصوصاً الكالومل وقد ظهر منها بعض الفائدة ولكنها لم تفه بالفرض لانها لا تقتل المكروبات بالجرعات الضئيلة وتفسر المعى بالجرعات الكبيرة ولان الماهل لا يجوز الاستمرار عليها طويلاً

وانضل ما جرى عليه الانسان من بداوته الى الآن اخذه الغذاء مطبوخاً على النار ولا تدخل المكروبات الى الامعاء الا مع الاطعمة النيئة فاذا لم يؤخذ الغذاء الا مطبوخاً ولم يتناول الشراب الا بعد غلاته امكن انقاء شر المكروبات الا ما شذ وتندر ولا يتوهم احد ان تمقيم الاغذية يضعف قيمتها ويمسر هضمها لان رواد القطب الشمالي يشنون مدة طويلة على الاغذية المعقمة بدون ان يتالم ادنى ضرر والطفل الذي ينفذ بالحليب المعقم اقل عرضة للالتهابات المعوية من الذي ينفذ بنمير المعقم - وقد اثبتت المراقبات ان الشعوب التي تنفذي باللبن الزائب كالبلغار والبدو همرون طويلاً ويتقنون بصحة جيدة حتى في اقصى الشيخوخة لان الحامض اللبني من مطهرات الامعاء وقد اشتهر الدكتور باسيلين في مداواة الامراض المعوية وهو العقار الذي حضره منشيكوف من خميرة اللبن وقوامه مكروبات الخمار اللبني وقد عرفنا ان تسمم الاعضاء بالمكروبات المولدة من التعفن المعوي هي من اكبر دواعي الشيخوخة الباكرة فاذا سار المضم سيراً حسناً ومنع التعفن المعوي قل

تعرض الاعضاء لتسحم واستطاع الانسان ان يسير سيراً حسناً في كل ادوار حياته واسمح
 أكثر اهلية ليلوغ شينوخة كبيرة قليلة النعب والنصب . ولهذا يجدر ان يبحث في كل ملاحى .
 العجزة عن المكروبات المعوية في الهجائز وعن الاغذية التي توافقتهم . والى ان نصل الى نتيجة
 هذا البحث نصلح لمن يرغب في طول العمر مع سلامة العقل ان يستدل في معيشته ويسير
 على القواعد الصحية التي ذكرناها آنفاً . انتهى
 الدكتور امين ابو خاطر

في بادية الشام

هالتي وانا في الشباه من الجبوت الجنيكيزي هول أوجت منها في نفسي خيفة
 واستشعرت من ضرورها المشطيرة في العرب خشية . ولما ايقنت بان حكومة الترك التورانية
 قد عزمت عزماً شديداً ان تنفضي على الزوج القومية العربية قضاءً مبرماً في طامة هذه
 الحرب الكبرى وذلك بالقضاء على اعيان العرب وفتيان حطان وعلمت بعد ذلك انهم امروا
 زبانيهم بالبض طي فاستخرجت من المطاب بالسباب ومن المرادي بالبوادي ولذت من
 عقاب العجزة الاشرار باجناب عقاب المفارز والاورار . وما زلت لابساً قبعة الاخفاء
 مشوارياً عن السيون والرقباء يوماً بجبل الشيخ او جبل الثلج على رأي حسان و يوماً على متن
 العاصفات الجياد تقطع سهول حوران . ومن غرائب الاتفاقات التقاتي بصديقي جلال الدين
 البخاري فاراً من عدوان الاتراك فوافقتي وراققتي حتى هبطنا البلقاء (مزاب) والتمينا عصا
 التسيار او التمرار في عرب بني صخر الخيميين قرب قرية الزرقاء . وحظنا ضيفين مستجيبين على
 شاهر الخريشة ابن عم حديثة شيخ هؤلاء الاعراب ولم ننزل في سرادق الشيخ لسرور الى
 دمشق لاستلام المرءة وهي الانارة التي يتفاضها البدو مسانحة من الترك

بنو صخر من الاعراب التي اتخذت البلقاء منازلها وهم يتجمعون الى قسمين الخرشاش
 والفارز فالخرشان نسبة لخريشة الأب الاول وبلغ عددهم نحو ٥٠٠٠ نفس لا عيش لهم
 الا بالبله التي يتقلون عليها الحمول بالاجرة صيفاً في مجلن وحوران ويحملونها عند تقربهم
 وعودتهم من البادية ملتحاً من قربات الملح الواقعة في قائحة وادي السرحان من جهة الشام .
 ويعيشون ايضاً بالغزو المستديم وهو حرفة الاعراب من القديم وأكثر غزوم للدروز وقد
 شاهدتهم يمشون في قرى الشراكسة فسأداً فيمرعون مراعيهم ويقطعون من مغارمهم
 اشجار الصفصاف يتخذون منها اعمدة خيامهم واوتاداً