ولم يأت القرن السادس عشر قرن شكسبير وباكون حتى تغير ذلك كله فان شكسبير نظم شعراً انكليزياً يفهمهُ اهل هذا العصر ويعدونهُ آية في البلاغة . وما ذلك الا لان اللغة الانكليزية تغيرت تغيراً كلياً في مدى قرنين فكأنها خلعت حلة ولبست حلة اخرى فامسى الفصيح القديم عيّاً مهملاً في العصر الجديد . وبعد شكسبير لم يطرأ على اللغة الانكليزية انقلاب كبير ولكن كثيراً من الكلمات الواردة في نظمهِ اهمل استعمالها الآن . فاذا فتشت عنها في معجمات اللغة عندهم وجدت قبالتها لفظة « مهملة » . ولقد صدق من قال : « لكل مقام مقال ولكل دهر دولة ورجال » (ن . ش)

طعام الانسان

لا جدال في ان طعام الامم عامل رئيسي في تربية اخلاقها وتكوين قوميتها لا يفوقهُ في ذلك الا الاقليم الذي تسكنهُ . لما قام المستر لويد جورج وزير مالية انكلترا سابقاً ووزير المبرة والذخيرة حالاً يخطب في ذم المسكرات أبان القومة التي قامت في انكلترا عليها اشار الى الشاي فاطراهُ ونسب الى شرب قومهِ اياهُ ما يدب في صدورهم من روح الهمة والاقدام . ولا ريب ان في هذا القول بعض المبالغة لان اسلاف الانكليز لم يكونوا دون ابنائهم همة واقداماً في حين لم يكونوا يعرفون الشاي . ولكن لا ينكر ان شرب الشاي في الاصقاع الباردة يساعد على توليد الحرارة الحيوانية اللازمة لقيام بالاعمال العادية . وبناء على كون الطعام عاملاً كبيراً في حياة الامم جعل نفر من العلماء همهم البحث فيهِ وفيما يلزم الفرد منهُ في يومهِ . فلا تكاد تتناول كتاباً من كتب علماء الصحة الا رأيت فيهِ ما يلزم الفرد كل يوم من اللحم والزبدة والمواد النشوية والنتروجينية كالرز والقطاني والقمح والبقول والاثمار الى آخر ما هنالك . حتى ليخيل الى قارئ احصاءاتهم انهُ ان لم يتناول الانسان كل يوم رطلاً من اللحم مثلاً ونصف رطل من الزبدة وبعض صاع من الرز والقمح وجانباً من التفاح والمجوز فصف في عنفوان شبابهِ . وان آكلي اللحم والزبدة هم وحدهم طوال الاعمار وآكلي البقول هم قصارها لذلك طالما سمعنا هذا العالم وذاك الاحصائي يقدران الموت العاجل للامم التي ليس اللحم قوام طعامها ويعزوان فتور الهمم في بلاد المشرق الى الاقتصار على اكل المواد النباتية الا نادراً . وينصحان لاهل الشرق بالاكثار من اكل اللحم اذا حدثتهم انفسهم بفتح الممالك وتدويخ البلدان والانتظام في اسلاك المخترعين والمكتشفين والمؤلفين . ونحن مع اعترافنا بفضل

الطعام على الامم في تربية اخلاقها وتكوين قوميتها لا يسعنا الاَّ القول بان تناول هذا اللون او ذاك من الوان الطعام يجب ان يلاحظ فيهِ الاقليم. فاهل الاصقاع المعتدلة الباردة لا غنى لهم عن المواد الدهنية للمساعدة على توليد الحرارة في ابدانهم. واهل البلاد المتجمدة لا يأكلون الاَّ اللحم والدهن. ولكن الاكثار من اكل اللحم والدهن في البلاد المعتدلة الحارة او الشديدة الحرّ مجلبة للامراض المختلفة ومقصّرٌ للاعمار. وقول علماء اوربا ان المرء يحتاج الى قدر معين من اللحم واشباههِ كل يوم ليعيش لا يصح في اهل اوربا انفسهم — اذ كم من فقير فيهم لا يأكل اللحم مرة في الاسبوع وربما عمَّر قرنًا والمتأنق في طعامهِ والمجيد لمطابخهِ يموت شابًّا او كهلاً — فما بالك بالشرقي ابن البلاد الحارة. ولقد صدق ابو الطيب حيث قال

يموت راعي الضأن في جهلهِ ميتة جالينوس في طبّهِ
وربما زاد على عمرهِ وزاد في الامن على سربهِ

فعلو الهمة في صدر امة من الامم متوقف على اليمها اي مركزها من عروض هذه الكرة فاعظم الناس همة هم اهل البلاد المعتدلة المائلة الى البرد يليهم اهل البلاد المعتدلة المائلة الى الحرّ. اما اهل البلاد الشديدة القر كالاسكيمو او الشديدة الحرّ كالزنوج فلا عزم عندهم ولا اقدام.

وربما كانت مسئلة الطعام من اعظم عثرات الاستعمار الاوربي لبلاد الشرق. فان المستعمرين الاوربيين الذين اعتادوا الاكثار من اكل اللحوم في بلادهم لا يستطيعون الاقلال من اكلها بحكم العادة اذا انتقلوا للسكن في بلاد حارة. وحينئذٍ يفعل الحرّ والاكثار من اكل اللحوم فعلهُ الهادم لابدانهم المخرّب لصحتهم. وزد على هذا وذاك ان انتصار الشرقي على المآكل النباتية الرخيصة الثمن يجعل مزاحمة الغربي لهُ في اعمالهِ صعبة وخصوصاً طبقة العمال. فان العامل الشرقي يقنع باجرة لا يرضاها الغربي وبطعام لا يكفي الغربي ولا يراهُ. فالعامل الاوربي لا يستطيع مزاحمة العامل المصري الاَّ اذا كان صناع اليدين في حرفتهِ. وهذه الاعتبارات هي التي ولّدت المسئلة الاميركية الشرقية في اميركا والمسئلة الانكليزية الشرقية في مستعمرات انكلترا. فان العمال والصناع من صينيين ويابانيين وهنود اكثروا من المهاجرة الى اميركا والمستعمرات الانكليزية مثل استراليا وجنوب افريقية وكندا وجعلوا يزاحمون اهل البلاد في بعض الحرف كالتعدين والشيالة وغسل الملابس وكيها وهم يعيشون باقل منهم ويرضون اجوراً اقل من اجورهم فهبَّ الاميركيون والانكليز معترضين وافضى اعتراضهم هذا الى مشاكل صعبة الحل تفاقم امرها غير مرة بين اميركا

واليابان من جهة وبين الهند واستراليا وجنوب افريقية من جهة اخرى ولم تحل حتى الآن. فالاميركيون يطلبون التضييق على مهاجري اليابان والصين الى بلادهم. وحكومتا اليابان والصين تريان في ذلك اجحافاً على قومهما. واهل المستعمرات الانكليزية البيض يطلبون التضييق في مهاجرة الهنود الى بلادهم والهنود ينكرون ذلك ويحسبونهُ ظلماً عليهم وهم ابناء السلطنة الانكليزية

بحث كاتب اميركي في طعام اهل الولايات المتحدة وما طرأ عليهِ في السنين الاخيرة من التغيير في صفتهِ وكميتهِ وقابل بين طعام الاميركي وطعام بعض اهل الشرق فقال ان مسئلة طعام اهل اميركا مسئلة حديثة العهد. فمنذ خمسين سنة كان السمك والحمام والغزال والديك الرومي البري وطير الماء والسماني والجاموس البري كثيرة. وكذلك الاثمار برية وبستانية. وكان الطعام رخيصاً وكافياً للجميع ومتعدداً يأخذ كلٌّ منهُ ما يلائم ذوقهُ. اما الآن فقد تغير ذلك كلهُ. فطيور الصيد زالت. والاثمار عادت ولا شأن لها في طعام الاميركيين. وقد اخذ اهل البلاد يزيدون ٢٠ في المئة او اكثر كل عشر سنين حتى قصرت زيادة الطعام عن زيادة السكان. واذا دامت الزيادة على سرعتها الحالية بلغ سكان الولايات المتحدة الاميركية نحو ٥٠٠ مليون في آخر القرن الحالي. فهل تكفي ارض اميركا الزراعية حينئذٍ لاطعام ذلك العدد العديد من الناس ومساحتها لا تزيد على ثلاثة ملايين ميل مربع

نعم ان الصين والهند تخرجان من الطعام ما يكفي سكانهما وهم يعدون بمئات الملايين ولكن الصين والهند زراعيتان في الاكثر وجمهور سكانهما فلاحون. اما اميركا فمعظم زيادة سكانها حاصل في المدن لا في الاقاليم

وتدل الاحصاءات الاميركية على نقص في الصادرات ففي سنة ١٩١٢ نقصت صادرات الجبن ٨٥ في المئة عنها سنة ١٩١٠. وصادرات لحم البقر ٦٥ في المئة. ولحم الخنزير ٣٠ في المئة. والذرة ٨٠ في المئة. والقمح ٥٧ في المئة. اي ان اميركا باتت سنة ١٩١٢ اشد حاجة الى الاصناف المذكورة منها سنة ١٩١٠ فلم تصدر منها الى الخارج الاَّ على النسبة المذكورة. ولكن اميركا لا يحتمل ان تخرج من الطعام ما يكفي اهلها دائماً ولو استمرت على تقليل صادراتها. بل جعلت الآن تستورد اللحم والذرة من الخارج. وليس هناك مجال للخوف من ان يقل الطعام فيها عن حاجة سكانها في مستقبل قريب ولكن لا مناص لهم من ادخال تغيير على نوع طعامهم. ففي سنة ١٩١٠ كانت التربة تخرج نحو اردب وثلث قمحاً وستة ارادب ذرة ونحو اردب بطاطس و٤٠ رطل سكر لكل نفس من السكان. وكان في

البلاد نحو ستين مليوناً من البقر والغنم ونحو سبعين مليون خنزير ما عدا الاثمار والبقول واللبن وما يصنع منهُ والهرطمان وغيرهِ من الحبوب . وفي سنة ١٩١٢ زرع من الذرة في اميركا ما لو زرع في حقل واحد بالأوجه المانيا وفرنسا معاً . وهذا القدر من الذرة يكفي اكثر من مئتي مليون من النفوس لو اقتصروا عليهِ ولكنهم لا يأكلون منهُ الاَّ النزر اليسير

للطعام وظيفتان رئيستان في الجسم . الاولى تقديم المواد التي يبنى الجسم منها . والثانية تقديم المواد اللازمة لتوليد الحرارة الحيوانية فيهِ . وربما كانت الثانية اهم من الاولى لان قوة الجسم على العمل تتوقف عليها . والنباتات وحدها القادرة على جمع القوة المستمدة من الشمس وادخارها . فاذا اكل الحيوان من تلك النباتات تمكن من استخراج تلك القوة المذخورة فيها والانتفاع بها . مثال ذلك اذا علفت عجلاً ذرة تحوّل ٣ في المئة من القوة المذخورة في الذرة لحماً للأكل والباقي يستخدمهُ العجل في جسمهِ للاعمال والوظائف المختلفة اللازمة لتكوين اللحم . اما الخنزير فيحول ١٦ في المئة من علفهِ لحماً والبقرة الحلوب ١٨ في المئة . وهذا اسراف ظاهر من حيث انتفاع الانسان لا يبررهُ الاَّ كون اللحم واللبن الذ طعماً من الذرة

اما مساحة الولايات المتحدة فضعفا مساحة الصين او الهند فهي تستطيع لذلك ان تعول ضعفي سكان الواحدة منها او ان تعول سكان الصين والهند معاً على شرط ان يأكل الاميركي ما يأكل الصيني او الهندي عادة . وهذا يقتضي ادخال تغيير كبير على صفة طعام الاميركي

وصف بعضهم طعام الصيني الذي يأكلهُ عادة في يومهِ فقال :

« يتألف طعام الصيني من ارز مطبوخ على البخار وكرنب مسلوق في مقدار كبير من الماء . فاذا انتهى منها قضم بعض اللفت المخلل مكان الفاكهة الاَّ اذا شاء الاسراف في فاكهتهِ وحينئذٍ يشتري شيئاً من بزر البطيخ (اللبّ) الناشف . هذا طعام جمهور الصينيين لا الشحاذين ولا المدقعين بل طبقة العمال والصناع في المدن الكبرى والقرى . وجهد ما يحلمون بهِ من الاطايب اوقية او اوقيتان من اللحم يأكلونهُ في النادر مطبوخاً مع الرز والكرنب ويشربون معهُ الشاي ثم يدخنون »

ووصف آخر طعام الهنود العادي فقال : « لعلّ ثلاثة ارباع الهنود يقتاتون بحبوب السمسم او القطاني على انواعها . والرز قوام طعام الهنود في بنغال السفلى وبعض بلاد مدراس وبمباي وبرما وسيلان . وفي غيرها لا يأكلهُ الاَّ الاغنياء »

ووصف بعض قناصل اميركا في اليونان طعام الجمهور في تقرير كتبهُ سنة ١٩٠٨

فقال: « ويكون العشاء غالباً رزّاً مطبوخاً بالبقول وزيت الزيتون مع شيء من الخبز او بقولاً مطبوخة بالزيت مع شيء من الخبز . ويأكل العامل اللحم ثلاث مرار في السنة عادةً اي في عيد الميلاد والعيد الكبير وعيد مولد السيدة . وعائلة مثل التي اصفها هنا اي عائلة العامل العادي قلما ترى الزبدة والبيض واللبن واشباهها او لا تراها البتة »

ولا يخفى ان طعام الفلاحين في هذا القطر رخيص ساذج فانهم يكتفون بخبز الشعير والذرة وقلما يأدمونهُ بغير المش او السليق وقد لا يأدمونهُ بشيء ولذلك فالعامل الذي اجرتهُ ثلاثة غروش في اليوم يكتفي بها فتكفي لمعيشتهِ ومعيشة زوجتهِ وولدهِ والمرجح ان العشرة الملايين من الفلاحين ونسائهم واولادهم لا ينفقون في السنة على طعامهم ولباسهم اكثر من ثلاثين مليوناً من الجنيهات فيصيب النفس منهم اقل من غرش في اليوم والمليونان الباقيان ينفقون بقية دخل القطر وهي نحو ٤٠ مليوناً من الجنيهات

هذا وان موسم الذرة في اميركا لسنة ١٩١٢ كان يكفي ٢٣٠ مليون نسمة يعيشون عيشة العامل في الصين او الهند او غيرهما . على ان الاميركي لا يستطيب الذرة ولا يعول عليها كثيراً في طعامهِ حتى لقد شاع وذاع في اميركا ان الذرة لا تصلح طعاماً للانسان بل لبهائمهِ ومواشيهِ ولم يغير الاميركيون رأيهم فيها مع ان الحكومة الاميركية انتدبت الخبيرين لفحصها فاثبتوا في تقاريرهم انها مثل القمح في سهولة هضمها وقوتها الغذائية

وسيبقى دقيق القمح في المنزلة الاولى بين دقيق الحبوب ولكن لا مشاحة في ان دقيق الذرة سيصبح يوماً ما اكثر استعمالاً في اميركا مما هو الآن لكثرتهِ ورخص ثمنهِ وشدة الحاجة اليهِ وكونهِ ليس دون دقيق القمح في تغذيتهِ وسهولة هضمهِ ولاسيما اذا اتخذت التدابير اللازمة لتحسين طعمهِ وطبخهِ الوانًا مختلفة من الطعام . وما يقال في الذرة يقال ايضاً في الهرطان والشعير والجودار وبذر القطن والكستان . والخلاصة انهُ لا بد ان يأتي يوم يستحيل فيهِ الاميركي من رجل يعتمد على اللحم في طعامهِ الى رجل يأكل اللحم ويكثر معهُ من اكل البقول والقطاني فيقل اكل اللحم من غير ان يضر ذلك بالصحة العامة

ومع شدة عناية الانسان باكلهِ وكثرة درسهِ لطرق الغذاء والتغذية لم يوفق حتى الآن الى وصفة معينة لطعامهِ ترشدهُ في انتقاء افضل المواد اللازمة لهُ وتنفية المواد التي لا تلزم لهُ او التي تضرهُ ولكنهُ وفق الى مثل تلك الوصفات في طعام مواشيهِ وانعامهِ . وليس ببعيد ان يجيء يوم يتمكن فيهِ من وضع قاعدة لطعامهِ مثل بهائمهِ فيأكل الناس طعامهم على حسب القواعد العلمية الطبية لا كما يأكلونهُ الآن وكيفما اتفق