

## الطعام واختلاف قامات الاجناس

هل طعام الصينيين سبب قصرهم ؟

سباحة طرية طرفية

تقدم العلماء تقدماً كبيراً في مباحث الغذاء واثراً في الصحة والنمو. وقام حديثاً فريق منهم يربط هذه المباحث بشعر الانسان وتاريخ ارتقائه وتفرقه شعوباً واجناساً. يقال اذا كان لنوع الطعام هذا الاثر العظيم في نمو الجسم ويحتج افلا يجوز ان يكون الصينيون واليابانيون والكوريون واهالي جاري وغيرهم من شعوب الشرق الاقصى قصار القامة لانهم اكثر طعامهم الارز؟ او لا يجوز ان يكون بعض سكان افريقيا وابوربا كبار القامة لانهم وقوا على طعام من شأنه ان يزيد نمو الجسم وقوته؟ او لا يجوز ان يكون الانسان نفسه قد بلغ ما بلغه الآن من حيث شكله وقامته لانه اصاب في غير لشوئيه طعاماً خاصاً؟ وانه لو اصاب طعاماً مختلفاً وزاول تناوله لكان نشأ وشكل جسمه من حيث الطول والقصر والضعامة والنحافة غير ما هو الآن ؟

لقد ثبت بالتجارب والامتحانات العلمية الدقيقة ان جسم جرد من الجرذات وصفاته الحيوية تتوقف على تركيب طعامه الكيماوي . والجرذ لا ينجح اساس التجارب التي يقوم بها العلماء للنفوذ الى اسرار الغذاء واثره في الجسم الحي . فهو حيوان آكل للخبث واللحم في آن واحد ومع ان مدى عمره لا يزيد على ثلاث سنوات فقد ثبت ان افعال جسمه تشابه افعال جسم الانسان من حيث هضم الطعام وامتصاصه وتمثيله وهلم جرا . قار الاطعمة المختلفة في جسم الجرذ فمائل الى حد بعيد اثرها في جسم الانسان وبذلك تمكن العلماء من ان يتقدموا في مباحث الغذاء التقدم الذي اشرنا اليه في صدر هذا المقال اثبت الاستاذ مكلم من اساتذة مدرسة علم الصحة «الهيجين» بجامعة جوزهيكنز في تجارب اعادها مراراً أموراً جديرة بالناية والنظر . فكان يأخذ كل مرة طائفة من الجرذان عدداً فرادها ثمانية ويقسمها الى فريقين متعادلين وينذي الفريق الاول بمقدار معين من الماء والخنطة وينذي الفريق الثاني بمثل ما ينذي به الفريق الاول عاماً بمد ما يضيف اليه بضع اوراق لفت او بنجر . فكانت النتيجة في كل التجارب التي جربها ان جرذان الفريق الاول يبلغ جرم اجسامها جرم فيران كبيرة وجرذات

الفريق الثاني بلغ جرم اجسامها ضعف اجسام الجرذان. في الفريق الاول ونبا عدا ذلك لم يوجد فرق ما بين افراد الفريقين وتناول هذه المباحث الدقيقة طائفة من علماء اليابان بقصد تطبيقها على الناس فأخذوا يضيفون الى الاطعمة التي يتناولها تلاميذ بعض المدارس شيئاً من الاطعمة التي تتناولها الاجناس البيضاء ولا يتناولها اليابانيون عادة في المدارس او في البيوت. واستروا في تجريب هذه التجربة سنين متعاقبة فظهر لهم ان تلاميذ المدارس الذين تناولوا طعامهم بعد هذه الاضافة زاد طولهم بنصح بوصات على تلاميذ المدارس الاخرى الذين لم يتناولوا ما تناولوه هؤلاء. وما يقال في طول القامة يطلق على وزن الجسم ايضاً. ثم جربت هذه التجربة في جامعة من التلاميذ بمدينة بلطيمور الاميركية فأيدت نتائجها النتائج التي وصل اليها اليابانيون. وعليه يصح الاستنتاج بان اجسام الشعوب الكيرة القامة بلغت ما بلغت من الضخامة بسبب مواد غذائية تناولوها قروناً متعاقبة ولم يتناولها الصينيون واليابانيون

وهناك باحث آخر يدعى الكولونل ماكريسن من اطباء مصلحة الصحة الهندية لاحظ ان اجسام قبائل « السخ » و « الباتان » اكبر من اجسام قبائل « المدراسي » وغيرهم من سكان الهند مع ان كل هذه القبائل تعيش ظاهراً في احوال متماثلة من الفقر وشظف العيش. ولما تناول البحث في ذلك ثبت له ان طعام قبائل السخ والباتان يختلف اختلافاً يتناً عن طعام القبائل الاخرى لان القبائل الاولى تتناول كثيراً من الالبان آناً جيناً وآناً قريشة وكثيراً من الخضراوات الورقاء وبعض اللحم. وهذه المواد كانت مفقودة من طعام الآخرين. ولكي يثبت ان هذا الفرق في الطعام هو سبب الفرق في كبر القامة اخذ، كالاستاذ مكلم طائفة من الجرذان من اصل واحد وعمر واحد وتسمها الى فريقين غذى الفريق الاول منها بطعام قبائل السخ والباتان والفريق الثاني بالطعام الذي يتناوله عامة الهنود فبلغ افراد الفريق الاول حجماً كبيراً وبقى افراد الفريق الثاني صغاراً نحافاً واطاد التجربة مراراً فكانت النتائج واحدة وبعد ذلك توسع في التجربة وجاء بطائفة كبيرة من الجرذان وتسمها الى فرق مختلفة واجلهم كل فريق منها الطعام الذي يتناوله احد الاجناس عادة. فنها فريق تناول الطعام الذي يتناوله فقراء العمال الاكثري ومنها فريق تناول الطعام الذي يتناوله اليابانيون وهم جراً. فكان افراد الفريق الذي تناول الطعام الذي تأكله قبائل السخ

والباتان مادة كبيرة الحزم مناء الجلد . وكانت أفراد الفريق الذي تناول طعام عمال الأتكلز الفقراء تقارب الفريق السابق جرمًا ولكنها كانت خشنة الجلد بيالة الى الزم والحرب . اما الفريق الذي تناول طعام اليابانيين وسكان فيلين وجاوى فكانت افراده صغيرة القامة وظهرت فيها بعض صفات هذه الشعوب

\*\*\*

وهنا نعرضنا مسألة خطيرة اخرى وهي: هل لاختلاف الطعام اثر في تشوه الصفات الخاصة التي تميزها الشعوب بعضها عن بعض؟ وهل تاريخ شعب من الشعوب كان يختلف عما هو مدون لو انه اصاب طعاماً غير الطعام الذي جرى عليه؟ وهل اذا غيرنا الطعام الذي يتناوله شعب من الشعوب الآن نستطيع ان نغير بعض مميزات الجسدية والنفسية؟ لا يستطيع الباحث ان يخرج من المباحث المتقدمة باجوبة شافية عن هذه الاسئلة . ولكن مما لا ريب فيه ان الغذاء اكبر نصيب في كثير من الامراض التي تصيب مختلف الشعوب وتصف ابناءها عن العمل وقد نجد فيهم شمة الذكاء والتبوغ

فالبري بري مرض يصيب ملايين من سكان الهند والشرق الاقصى على الاخص قيمت منهم نحو مائة الف كل سنة ويتفشى غالباً بين الشعوب التي تعتمد في طعامها على الارز الايض المقشور ويمكن منعه بابدال الارز الايض المقشور بالارز الاسمر غير المقشور . وذلك لان في ثمرة حبة الارز عناصر غذائية لازمة للصحة والنمو . وهي الفيتامين . ومرض البلاغرا يصيب سكان الولايات الجنوبية بالولايات المتحدة الاميركية وهو يفشو بين القبائل التي لا تتناول غذاء كافياً ويكون غذاؤهم في الغالب الذرة وهي لا تحتوي على كل العناصر اللازمة للصحة والنمو

وهناك نوع من الامراض التي تصيب العين كالعشاوة سيء فقد فيتامين (A) من الطعام وقد اثبت احد العلماء انه يمكن احداث بعض الامراض الجلدية باستخلاص بعض عناصر الغذاء من الطعام واحداث احد الاطباء اليابانيين قرحاً في المعدة على هذه الطريقة ثم شفاها باطعام المصاب الطعام كائلاً . ولا يخفى ان الكماح سبب قلة التغذية وبشيء يتناول زيت كبد الحوت ( زيت السمك )

فما تقدم يتضح ان للتغذية شأنًا كبيراً في احداث بعض الفروق بين اجناس البشر وفي حفظ صحتهم . والام التي تأخذ بما يكشفه العلماء من اسرار الغذاء تستطيع ان تمنع كثيراً عن الامراض التي تصيب ابناءها وتطيل اعمارهم فتهد لهم سبيل الزمامة بين الامم