

طول الحياة

نشرت رابطة الأهرام القراء من إحدى الجولات العامة الأميركية فصلاً ممتداً بعنوان
«طول الحياة» إن ما جاء به مبني على معلومات مستقاة من إحصائية تضمنها كتاب هنري
«طول الحياة» أصدرته شركة «نتروبوليتان» للتأمين على الحياة «فأولاً نلاحظ أن متوسط
يتأثر عمر الإنسان طولاً وقصراً بعوامل شتى أهمها : الحالة (الوراثة والأجداد)
والبيئة والجنس (ذكر أو أنثى) والوزن والطول والعمل والبيئة والثقافة والحالة الزوجية
والمؤثرات ... ولا شك أننا إذا أخذنا هذه العوامل أساساً نقيس به أطوال
الأعمار قامت أمامنا مشكلة لها اعتبارها هي أن حكماً ينطبق على جماعة ما ، قد لا
ينطبق دائماً على كل فرد من أفراد هذه الجماعة ، وإن كان يستثنى من هذه القاعدة
أن ابن الثمانين ينسل أبناء ثمانية ، وإن البنت تورت وفاة مبكرة .

لهذا نجد أن القارئ الكريم أن تشوب ما سيحيى بعد من حقائق استيعاباً
عاماً ونقيسها بعد ذلك على أهوالك فإذا خرجت من هذا القياس بصورة لا ريبك
فلا تخزن بل عليك أن تستمد الشجاعة والمروءة من تلك الحقيقة الناشئة مما أن هذا
شواذ وليس ثمة ما يمنع من أن تكون أنت واحداً منهم .

«البيئة» المقيمون في الريف والمحتشرون في معيشتهم على المزارع ، لهم أن
بأمثواني عمر يزيد سنة أو سنتين على أعمار المقيمين بالمدن . وسجل الإحصاءات
أماوتاً بين أعمار سكان الولايات الأمريكية المختلفة بحسب مواقعها الجغرافية
وأحوالها المناخية . فالمقيمون بالمناطق الصناعية تسجل أعمارهم بعض الشيء من
متوسط أعمار بقية المواطنين .

ويمكن القول بصفة عامة إن الطقس اللطيف لا تأخر له في طول الحياة أو قصرها .
فأهل ولايتي كاليفورنيا وفلوريدا (المشهورتين بمجودة المناخ) يحصي «ترتيبهم» بعد
بقية أهالي البلاد في قائمة أطوال الأعمار ومرص الحياة .

«الجنس» - ثبت قطعاً أن النساء أكثر تعميماً من الرجال وهذا ما يبرر عنه

مطاء الاحصاء « بالظاهرة البيولوجية » المرأة العادية إذا تساوت سنها بس زوجها كان لها أن تتوقع عمراً أطول من عمر زوجها بمخمس سنوات

هو الوزن والطول - إذا كنت تقصد عمراً مديداً فيجدر بك أن ترقب وزنك بعين البصيرة والحذر وبخاصة إذا جاوزت سن الأربعين . واعلم بأنك إن سمحت لوزنك بتخطي حد الوزن الطبيعي المرسوم ، فكأنك بهذا أغرى بك أعصا الآفات كالبدون السكري وأضطرابات القلب وضغط الدم العالي وما إليها من العلل والأدواء . ولا يفك ذلك أن البدن قد يمينا حياة مريحة صالحة ولكن يندب أن يمينا طويلا مديدة .

ويعت من طوال القامة قبل سن الأربعين أكثر ممن يموت من قصارها . ولكن إذا مات على الطوال هذه السن الحسنة كان لهم أن يأملوا في حياة أطول من حياة قصار القامة . هو العمل والمهمة - المصلحون بالأعمال الوافية أملوا آمالاً من العمل الاجراء وان كانت نسبة أعمار الآخرين زادت بعد الحرب الأخيرة زيادة كبيرة .

والفلاحون أطول أناس عمراً . ويلهم المعلمون والمدرسون والمهندسون والعلماء والموظفون الإداريون تزيد سنر حياتهم قليلاً عن سني حياة الموظفين الكتابيين ، ولكنهم لا يضاهون رجال الدين والأطباء في بسطة العمر .

هو الثقافة - بين ثقافة الشخص وسنر عمره صلة فيما يبدو من بعض الاحصاءات : فالباحثون والباحثات يمدون طويلاً . والذين يترقبون من الطلبة يعيشون أكثر من المختلفين بنحدر سننهم في المتوسط .

هو السلاة - لا شك أن أسير الآباء والأجداد له تأثير ظاهر في أعمار سلااتهم ، ولكن لا إلى الحد الذي نتوهمه ، فقد ظهر من بعض النصوص أن اناساً نسلموا من الدين مائة كلهما عن ٧٥ سنة معاً صاروا في سن السابعة والعشرين لم يزد ما يؤمل لهم من حياة مقبلة سوى سنتين ونصف السنة أكثر مما يؤمل لأناس نسلموا من الدين مائة قبل العشرين .

هو الحالة الزوجية - يعيش الرجل والمرأة حياة أطول إذا كان متزوجاً أو كانت متوجة وما بقيا متزوجين . أما المزاب من الجنين لحياتهم أقصر . وأقصر عمراً من أولئك وهؤلاء ، الأرامل ذكوراً وإناثاً وكذا المطلوق والمطابقات .

وبعد، فهذه احصاءات إن بدت لك طائفة ، فلا تنس أن كثيرين أفترنا من أحكامها .