فانظر ايها القارى واتعجب وابك او اضحك واستغرب من هولاء الناس الانجاس الذين شيدوا للجهل قصوراً من غير اساس (ولعمرك ما هي قصور) بل هو قصور عقل وخمول فكرة وبلادة طبع وسوء تربية اساءوا بها من سلف وهم له بئس الخلف خصوصاً في هذا الزمان الذى اتسع فيه نطاق الحضارة والعمران

كما اني ارجوك ايها القارئ ان تستلفت معي انظار الجرائد لمثل هذه النوادر خصوصاً عن الاغنياء الاغبياء الذين يبخلون على العلم واهله وفاتهم ان الجرائد هي اساتذة الامم وبها تهذيبها وتأديبها وبث ما لا يعلم لها من اخبار العلوم والفنون والصنائع والعادات اذ عليها مدار اعمالهم وانتظام احوالهم كي تحفظ النفوس العاتية وتهتدى العاطلة وتستنير الفاضلة باستجلاء اسرار العلوم واستكشاف غوامضها وحل رموزها وفتح كنوزها وكفاها انها المخبر العام والزاجر الصادع والواعظ بالحق المربي بالحكمة والمشير بالصواب والمنذر بالبرهان والمفصل بالاجمال والحافظ لآثار السلف والمصلح للخلف قياماً بواجب الكمالات الانسانية وتلبية لداعي المعاملات الوطنية

«البقية تاتي»

الوصايا الصحية العشر

كانت مطبعة هاشت المشهورة في فرنسا قداقترحت في الرزنامة التي اصدرتها العام الماضي عدة اقتراحات بجوائز ومن جملتها اقتراح بتلخيص شروط الصحة في عشر وصايا وقد وقفنا في رزنامتها التي اصدرتها هذه

السنة على الجواب الذي نال جائزة هذا الاقتراح وهو لاحد الاطباء فاحببنا نقله الى القراء لما وعاه من سديد النصح وما تضمنه من ثمين الارشاد

اولاً نم باكراً وانهض باكراً واعمل نهارك كله

ثانياً قوام الحياة بالخبز والماء وانما الهواء النقي والشمس ضروريان للصحة

ثالثاً القناعة خير اكسير لطول الحياة

رابعاً النظافة نقي من الصدآء. انظر الى العدد والالات التي تتعاهدها يد النظافة والصيانة فانها تكون طويلة العمر مديدة البقاء

خامساً القليل من الراحة يعيد النشاط ويجدد القوة والكثير منها يورث الخمول والارتخاء

سادساً يقوم اللبس الجيد في ان تحفظ للجسم مع حرية حركاته الحرارة الكافية وان تقيه من التأثر بتقلب العوارض الجوية

سابعاً المنزل اللطيف البهيج يحبب الى الانسان بيته

ثامناً اللهو والتسلية يصقلان الفكر وينبهانه ولكن الافراط فيهما يقود الى الافات والمنكرات

تاسعاً سرور النفس يحبب الى الانسان الحياة. وحب الحياة هو نصف الصحة وكدرها بالعكس يستقدم الشيخوخة والهرم

عاشراً اذا كنت تشتغل بعقلك فلا تضنه ولا تهكه ولا تهمل امر اعضائك الباقية

هذه هي الوصايا العشر ولا نخال احداً يتبعها الا ويطول عمره او لا يموت ابداً....

حديث الانيس

الفقر خلق من اخلاق الطبيعة ولازم من لوازمها لا يصح بدونه الاجتماع اذ لا يكون كل انسان غنياً الى حد الكفاف ولكننا لم نكن نعهد ان الفقر تكون منه حرفة وصناعة مستقلة للكسب لا تكون من الغنى حتى قرأنا اخيراً ان الفقراء في ايطاليا وفرنسا ذوو صناعة في التسول غريبة جداً فانهم لا يكتفون بان ترخص لهم الحكومة بالاستعطاء فيكون مع كل واحد منهم شهادة بانه يستحق الصدقة بل صاروا يتطرفون في امرهم ويجتمعون حول اناس يعلمونهم ارق عبارات الذل والمسكنة ليثيروا بها اشجان المتصدقين عليهم فيجودوا عليهم بقلوب حزينة ثم زادوا في احتيالهم فصاروا يجتمعون زرافات ويتساءلون عن الاغنياء المحسنين واين منازلهم ومتى يستفيقون من نومهم وفي اية الساعات يكونون بها ارق قلباً واقل شغلاً فيقصدونهم في تلك الساعات المعينة كما يقصد الدائن مدينه عند وقت الوفاء . وهذا من عجيب ما وصل اليه امر المتسولين في بلاد الغرب ام الغرائب . ولقد ذكروا ان جمعيات من رجال هذه الحرفة يسافرون في قطرات الحديد ويقطعون مسافات بعيدة بنفقات كثيرة احتيالاً على الكسب من هذه الحرفة الرابحة . اما في بلادنا الشرقية فلم يبلغ المتسولون هذا الحد من المهارة والتفنن ولكن اكثرهم مع ذلك يستاهلون العقاب بدل الثواب لانهم يتسولون عن غير حاجة ويسرقون احياناً كثيرة اذا اعياهم التصدق والعطاء فعسى ان تنتبه اليهم حكوماتنا بما يمنع ضررهم وامتداد حرفتهم ولكن دون ان تعطيهم شهادات

بانهم فقراء كي لا يدعون انهم لصوص رسميون بشهادات حكومة

بلغت امرأة في ليفربول المئة والسبع سنين من عمرها وهي على اتم الصحة وقد سئلت عن سبب تعميرها الى هذا الحد فقالت انها لا تدري لذلك سبباً غير ارادة الله ومحبته ثم ذكرت ان طول العمر وراثي في اسرتها فان اباها مات وهو في سن المئة ولها اخت (صغيرة) تبلغ الان الثمانين وان خالها قد مات عن ١١٥ عاماً ساح بها الدنيا كلها وقد ظل يشتغل الى السنة المئة والرابعة عشرة ثم قالت انها تنسب طول بقائه الى انه كان دائماً يستنشق الهواء النقي وهذا هو الاصح فيما نظن وان تكن مسألة الوراثة في طول العمر لا تخلو من بعض الصدق لان حسن التركيب وجودة البنية مما يدفع اكثر الامراض

وقد توفي اخيراً في بلاد الانكليز رجل يبلغ الثالثة بعد المئة وذكروا عنه انه لم يكن يذوق الخمر قط ولكنه كان مولعاً جداً بالتدخين وكان كثير المزاح واللهو وقد قضى كل حياته ضاحكاً مسروراً لا يبالي بخطوب الدهر ولعل مسرته الدائمة كانت السبب في طول بقائه والله اعلم

من غريب ما توصل اليه الافرنج في اعمالهم ان احد الكونتية اراد ان يخصص حياته كلها لزيارة سجون الدنيا واكتشاف شؤونها وكتابة مجلد ضخم عنها وهو عمل لم يهتد اليه سواه ولا خطر لفكر احد ولكنه لم يكن يزور السجون زيارة محقق او مؤرخ بل كان يزورها زيارة جان اثيم ليتحقق بنفسه كيف يعامل المسجونون فكان يجني الذنوب ليقبض عليه