

خلق الانسان لاحتمال مصائب الزمان
 كثرة التجربة تولد الشكوك
 كثرة المال تولد الاقارب
 ان احسن امرأة هي التي نجح بين جمال النساء وشجاعة الرجال
 نم جوعانا ولا تبت مديونا

فكاهات

كانت سيدة مشهورة باقتناء الآثار العتيقة والتحف القديمة وقد
 جاءت سيرتها يوماً بين اثنين من علماء الآثار فقال احدهما وهل عندها
 حقيقة كل هذه الآثار القديمة . فاجاب الآخر اذا لم يكن عندها غير شهادة
 ميلادها أثراً قديماً لكفى . . .

قصد شاب « خطابة » (وسيطة زواج) فقالت له عندي فتاة جميلة
 يتيمة ذات اراد عظيم فقال عليّ بها فقد شعرت منذ الآن بانني احبها .
 فقالت ولكن بها عاهة خفيفة . فقال وما هي فقالت « قتب » تحمله على
 ظهرها فقال لا بأس فسايساعدها على حمله . . .

دعت سيدة ابنها النفل الى النوم في سريره فرفض . فقالت له هيا
 يا حبيبي الى سريرك فقد جاء وقت النوم . اما رأيت الفراخ الصغيرة تمود
 الى اقفاصها متى غربت الشمس ؟ فاجاب نعم ولكن امها تراقفها لتنام معها

- القهوة والشاي -

القهوة والشاي من المشروبات المنبهة التي لا تضر اذا لم يفرط الانسان في تعاطيها اما اذا افراط فيها فهي تحدث تسمماً بطيئاً. زمناً لا يرى تأثيره الا بعد حين وكل يعلم ان بعض الشرقيين وهم ليسوا بالعدد القليل يتناولون من القهوة عشرة او عشرين فنجالاً في اليوم وهذا افراط لا بد لنا من التنبيه الى عواقبه

ان اختلاف السن والمزاج والبنية والترية لها تأثير عظيم على فعل السعيات مهما كان نوعها على الجسم مثال ذلك انك ترى شخصاً يتناول كأساً واحداً من الخمر فيضيع صوابه او يكاد وتري آخر يتناول كؤوس الخمر بالمشروبات ولا تحدث في حالته العقلية ولا الجسدية الظاهرة تأثيراً يذكر ومثل ذلك يشاهد في تأثير المخدرات والمكيفات ونحوها . ومع ذلك فيمكننا ان نقول ان تناول من فنجالين الى اربعة فناجيل قهوة في اليوم الواحد لشخص صحيح الجسم معتدل البنية لا تضر . اما عواقب الافراط في شرب القهوة والشاي فهي فقدان شهية الطعام مع تمدد في المعدة وبطء في الهضم واسساك مزمن وفي بعض الاحيان يصحب هذه الاعراض المعديّة المعوية مغص وألم معدي شديد

ويلاحظ عند المفرطين في شرب القهوة الأرق والنوم المتقطع تتخلله احلام مفرقة . وشرب القهوة يصبح طبعه سريع التهيج والتأثير . ومنهم من يصاب بحكة في جسمه وتتميل في جلده او نقاط احمر على بشرته وقد يشتد تأثير القهوة فيحدث خفقاناً في القلب وتقطعاً في النبض وقد يقضي الامر الى « النوراستينيا » وضعف الاعصاب العمومية

ومن الغريب ان كل هذه الاعراض تزول بأزالة السبب اي بامتناع المصاب بها عن القهوة والشاي ولا تزول الا على هذا الشرط ومتى امتنع السبب تعود الصحة شيئاً فشيئاً وتزول الاعراض المرضية واحداً بعد الآخر

(مختصر عن المجلة الصحية)