حكمة

« لا يكتب الإنسان كتاباً فى يومه إلا قال فى غده : لو غُيِّرَ هذا لكان أفضل . ولو زِيدَ هذا لكان أحسن . ولو نقص هذا لكان أصوب .

وهذا أبلغ العبر . وهو دليل على استيلاء النقص على كل البشر » .

« ابن خلدون »

* * *

لهذا أنصحك بقراءة الطبعات الجديد دائماً . ولا تقنع بقراءة الطبعات السابقة .

* * *

إهداء

إلى النفوس الأبية . التى ترفض الاستعباد - أياً كانت نوعيته - ولو فى صورة سيجارة .

إلى العقول الواعية التى ترفض قيود العادة - أية عادة - ولو عادة التدخين .

إلى الأجسام الصافية التى ترفض التلوث بقذارة النيكوتين .

إلى الأنوف الشمّاء التى تتقزز من رائحة التبغ الكريهة .

إلى شباب هذا الجيل . الذى نحرص على نقائه . وشفافيته . وآدميته .

.. أهدى هذا الكتاب .

مصطفى محرم

* * *

عزيزى القارىء ..

أنا لا أكتب لك من فراغ ، فقد قرأتُ لك مئات الكتب والأبحاث وآلاف النشرات والمحاضرات . وأصدرتُ عدة صحف لمكافحة التدخين منها : البشير . الدعاية . مجلة المجلات . العدالة . الكاشف . الحسان . العروبة . كلها أصدرتُ منها أعداداً خاصة عن التدخين : أضراره . وطرق الخلاص منه . وتجارب التائبين عنه . وأنشأتُ « جمعية مكافحة التدخين » منذ ٥٠ عاماً . وشاركتُ رعيل المجاهدين لمحاربته : الدكتور شخاشيرى . والدكتور الشرباصى والدكتور محمود فريد وإبراهيم دسوقى أباظه (باشا) والأساتذة سلامه موسى . منيرة ثابت . فائق الجوهرى .. إلخ ، وكلهم سبقونى إلى دار الحق .. ويسعدنى أن يحمل الشعلة أعلام هذا الجيل : صلاح منتصر . أنيس منصور . نبيل عصمت . ثريا حنفى . الدكتور ممدوح جبر . الدكتور إسماعيل السباعى . الدكتور الجوجرى .. إلخ .

وإنى أُحمِّل الأمانة أكثر للأدباء والكُتَّاب . إذ ليس من السهل تغيير عادات الناس وتطبيعهم بعادات أخرى فهذه قدرة لا يبلغها العلم وحده .. ولكن هناك درجات من المواهب الأدبية والفكرية يبلورها القدرة على التعبير فتستطيع تغيير عادات الذين يقعون تحت سحر الكلمات ..

المؤلف

* * *

فى ندوة جمعية مكافحة التدخين : صورة تذكارية منذ ٤٠ عاماً يظهر فيها المؤلف (يحمل لافتة ممنوع التدخين) والى يمينه الدكتور شخاشيرى والدكتور السبكى والدكتور محمود فريد ..

* * *

إنك لن تستفيد من هذا الكتاب إطلاقاً إذا قرأته قراءة عابرة . عليك أن تقرأه أكثر من مرة فى مكان هادىء . قراءة المتمعن . المتأمل . وركِّز أثناء القراءة كل فكرك فى سطوره . لا تدع ذهنك يشرد لحظة واحدة . وإذا فُرِضَ وأفلت منك الزمام فى شاردة أو واردة . فارجع فىَ التو وأعد قراءة ما فاتك .

مقدمـــة

هذا القاتل

كيف يدين أهل الأرض من مختلف الأديان لإله جديد يسمى « التبغ » ، وكيف أصبح هذا الإله معبود ملايين البشر ينفقون فى سبيله صحتهم ومالهم بسخاء ؟ هذا هو الذى حيَّر علماء العالَم وأفزعهم فقاموا ينشرون تجاربهم التى تثبت أثر التدخين لرهيب فى أجساد الناس وعقولهم وتحث الحكومات المتحضرة على محاربة ذلك الإله البغيض وتخليص المجتمع من عبوديته .

ولكن يبدو أن حُكَّام العالَم يدينون هم الآخرون بالولاء لـ « التبغ » ولذلك تركوا الشعوب تحترق على مذبحه . بل ساروا فى مقدمة الموكب يحترقون مع شعوبهم ليكونوا قدوة شريرة لرعاياهم . فالثابت تاريخياً أن الملك إدوارد السابع ملك إنجلترا توفى عام ١٩١٠ عن ٦٩ سنة متأثراً بنزلة شعبية حادة لأنه كان يدخن ٢٠ سيجاراً ضخماً يومياً . ثم الملك جورج الخامس الذى مات بنفس الداء عام ١٩٣٦ ، وبعده جورج السادس الذى أُصيب بسرطان بالرئة أودى بحياته فى عام ١٩٥٢ وكان يدخن ٤٠ - ٥٠ سيجارة يومياً .. وهكذا قضى التدخين على ملوك إنجلترا خلال القرن العشرين .

المؤلف

* * *

شكر ورجاء

لا شك أن إصدار طبعة جديدة من هذا الكتاب هو فرصة طيبة لتقديم الشكر والاعتراف بالجميل للأنصار والمشجعين والصحف النزيهة التى شملت مؤلفه بعطفها . ولأصحاب رسائل الشكر والتقدير الذين استمادوا منه .

بَيْدَ أن كل أُمنيتى أن يقوم القارىء بنصيبه فى الدعوة إلى محاربة هذا المنكر . ولا يكتفي بأن ينقذ نفسه من شره ، وأنه ما دام يتمتع بصفة الآدمية ، فعليه أن يسعى لتطهيرها من هذا الوبال . لعلنا نستطيع أن نساهم فى شطر من الدعاية الاستقلالية التي تقوم أول ما تقوم على تحرير الجيل الناشىء من رِبقة العادات حتى لا يستسيغ العبودية فى أى مظهر من مظاهرها .

وإذا كان من دواعى فخرى أن كان كتابى الصغير ، مادة خصبة لجميع الذين كتبوا أو حاضروا فى موضوع التدخين . فإنه يكون أثلج لصدرى لو تكرموا بالإشارة إليه كمرجع متواضع أخذوا عنه . واللّه يحب المنصفين .

مصطفى محرم

* * *