علمنا ان التنبه الكهربائي والاحساس موجودان ولم يحصل في لون الجلد تغير كما زعم بعضهم فمن هذا كله تبين لنا ان هذا المريض مصاب بشلل اهتزازي سببهُ الشبق فاخذنا في علاجهِ

المعالجة

قد عالجتُ هذا المريض مدة ثمانية اشهر حتَّى شفي والحمد لله وكان العلاج محصورًا في اتخاذ الملينات حيث كان الامساك مستمرًّا وفي استعمال المركبات اليودية من الباطن بالكميات المنصوص عليها في فن العلاج مع استعمال الدلكات الجافة والدوائية المناسبة من الظاهر وفي اعطاء المريض الاغذية المناسبة لازمنة المرض مع استعمال الكهربائية المغنطيسية هذا هو اجمال حال المعالجة ولو اردنا ذكر تفصيلاتها لطال بنا المطال بالنسبة الى طول زمن الاعتلال

واما النتيجة فان المرض زال بالتدريج فوقف الارتعاش اولاً ثم تجدَّدت القوة العضلية ولانت العضلات حتَّى تيسر للمريض المشي بدون مساعد غير انهُ كان مصحوبًا ببعض اهتزاز مدة ثلاثة اشهر ثم زال الاهتزاز ورجعت صحتهُ كما كانت في الاصل فقام باشغالهِ وتفرَّغ لادارتها بنفسهِ وطلب مني ان اصرح لهُ بالزواج ايضًا لان احدى زوجاتهِ كانت قد توفيت فمنعتهُ عن ذلك بل اكدت عليهِ بان يمتنع عن ذلك مدة حذرًا من عود المرض ثانيةً وها هو الآن في الصحة وقد مضى عليهِ نحو ثلاثة اشهر وهو كما كان قبل المرض

الامزجة وتاثيرها في الحياة

ترجمت من خطبة لجناب الدكتور غرانت بك نظم حضرة يوسف افندي بشلي

المزاج العقلي

وهو النوع الثالث من الامزجة ويتناول المخ والجهاز العصبي وبهِ يبرز العقل فعلهُ بالحواس والانفعالات النفسانية والتفكر والشعور . فالجهاز العصبي يمتد من المخ الى اسفل الجسم داخل السلسلة الفقرية ويتفرع منها الى جميع اطرافهِ بعضهُ للحس وبعضهُ للحركة . اما المخ فينمو الى الاعلى طبقة فوق اخرى حتَّى يملأ الجمجمة . وذهب علماء التشريح الى ان مخ الانسان في صغرهِ يشبه مخ بعض الحيوانات ثم يرتقي تدريجًا من مخ السمك او الضفدع الى مخ الكلب فالقرد فالانسان . وهذا خارج عن دائرة بحثنا هنا فنتركهُ لاهلهِ واما ما يهمنا نحن معرفتهُ فهو ان المخ يبتدئ بالنمو في الجهة السفلى من الجمجمة حيث اعضاء الحياة ثم

يكتسي طبقة فوق اخرى الى الجهة العليا حيث تستقرُّ الحواس الاديَّة والمدارك العقليَّة . وتتألف هذه الطبقات من مادَّة عصبيَّة تزداد القوة العقليَّة بالنسبة الى كثافتها . والمخ مع الجهاز العصبي يشبهان شجرة جذرها المخ وجذعها العمود الفقري وإغصانها الاعصاب المتفرعة الى اقصى انحاء الجسم التي تنقل من العقل واليه كلما يطرأ على الجسم من التأثيرات

وتتفاوت خواص الجهاز العصبي كما تتفاوت العظام والعضلات والشعر والبشرة في الرقة والكثافة باختلاف الاشخاص . وبتفاوتها هذا تتنوع صفات العقل وقواهُ . فكلما نعمت البشرة ولمست ازدادت الاعصاب معها رقة وظهرت قريبة من سطح الجسم فتنشط الحواس وتقوى الحركة وكذلك الشعور العقلي لاشتراك وظائف الجسد بعضها مع بعض وارتباطها معًا

وخواص السائل العصبي مختلفة تتوقف على خواص جهاز الافراز والاقليم ونسق المعيشة وحال الصحة وهذا اشبه شيء بالمركب الكيماوي الذي تنطبع عليهِ الصورة الفوتوغرافيَّة فان كان هذا المركب جيدًا ارتسمت عليهِ الصورة باجلى وضوح وان كان ضعيفًا ظهرت عليهِ باهتة ومشوهة فهكذا لو اعتبرى هذا السائل عاهة فالمخ يفتكر ويعقل الاَّ انهُ لا يتم ظهور افعالهِ للعيان بل يصبح العقل كانهُ مغشًى مكدرًا . وهذه علة ضعف اذهان بعض الفلاسفة في سنيهم الاخيرة اذا عمّروا طويلاً فان ضعف قواهم الجسديَّة يضعف الجهاز العصبي فيعجزون عن اظهار مداركهم العقليَّة وما اكتسبوهُ من الدرس والبحث مدة صباهم

ومن الناس مَن يخسر في كبرهِ من قواه الحيويَّة والعصبيَّة اكثر مما يمكن تعويضهُ فيهِ سريعًا

ويغلب المزاج العقلي في اصحاب الشعر الناعم الخفيف الفاتح والبشرة الرقيقة الملمسة اللينة والعيون الصافية الثاقبة البرّاقة والوجوه الطلقة البشوشة والصدور الصغيرة الضيقة والبطون الخمصانة والاكتاف المخنية والصوت الحاد الصافي والعظام الصغيرة والقامة القصيرة والعضلات النشيطة والادراك الدقيقة والانوف المروَّسة والاسنان الصغيرة السريعة الفساد والصوت الرائق الحاد . وهؤلاء يميلون الى سرعة الحركة ويشعرون بالالم شعورًا شديدًا ويميلون الى الدرس والافتكار والكتابة والتعليم والتكلم وممارسة الفنون الجميلة والى الاشغال العقليَّة اكثر من الاشغال اليديَّة — فتتغلب عقولهم على اجسادهم وبالتدريب والتهذيب يصيرون ذوي اذهان وقادة واحساس حاد وشعور شديد للفرح والالم وغيرهما من المؤثرات الظاهرة والباطنة

وقد خصَّ اصحاب المزاج العقلي بالحرَف الدقيقة كالصياغة والهندسة والعلوم والفنون

والكتابة والتعليم والتجارة الى غير ذلك من الاعمال التي تحتاج الى التامل والتروّي . وهم لا يصلحون لمعاطاة الاعمال الشاقة التي يلزمها القوة والتعب الجسدي

وقد اطلقنا اسم العقلي على هذا المزاج لانهُ حينما تغلّب الجهاز العصبي قويت قوى العقل الاّ انهُ لا يشترط في كل شخص من اصحاب هذا المزاج ان تكون مداركهُ العقلية اسمى من غيره فان كثيرًا ما تحول دونهُ الصعوبات فتمنعهُ عن اكتساب العلوم وتثقيف العقل . ولكن المقدور لكل شخص من اصحاب هذا المزاج ان يبرع في العلوم العقليّة متى ساعدهُ التعليم والتدريب

قلنا سابقًا ان المزاج الحيوي يحيي الانسان فتتولد فيهِ القوى الحيوانية والمزاج الحركي يقويهِ على احتمال المصاعب والمشاق وتتميم الاعمال العظيمة . اما صاحب المزاج العقلي فيبلغ اسمى المدارك الطبيعية اذ بواسطتهِ يشعر ويميز ويتقدم في علمٍ من العلوم الى الاحسن منهُ . وفيهِ يتسلط المخ على بقية وظائف الجسم ويستخدمها في اجراءاتهِ العقلية . فاذا كان المخ ذا حجم كبير بالنسبة الى الجسم كان الجسم عرضة للضعف والهزال بسبب فعل المخ وتأثيرهِ فيهِ واذا كان المخ صغيرًا بالنسبة اليهِ فالجسم في هذه الحالة يخو ويزداد لقلة ما يخصهُ بالاشغال العقلية ولكون صاحبهِ في مأمنٍ من الموت العاجل الذي ينشأ غالبًا عن ضعف الاعصاب واضمحلالها . والاجدر بالانسان ان تتوازن فيهِ هاتان القوتان حتّى يتوازن فعلهما فيصبح صحيح البنية شديد الاعصاب سليم العقل قوي المدارك

ويقسم المزاج العقلي الى ثلاث وجهات اللفاويّة والحسية والتهذيبية او الفنية

فالوجهة اللفاويّة تجعل الانسان ميّالاً الى التفكر والتامل والدرس واكتساب المعارف والآداب وسماع الخطب والتردد على الاندية العلمية . وتحببهُ في جمع الكتب وتوسيع نطاق المراسلات والمكاتبات . وتؤهلهُ لاطلاقة اللسان في الكلام والكتابة والبلاغة في الخطابة والمباحثة واجراء العمليات التجريبية ومعاشرة بني جنسهِ ومبادلة الافكار والبحث في المسائل السياسية

والوجهة الحسية يستدل عليها بتغلّب اعصاب الحركة والشعور المنتشرة في جميع اطراف الجسم والتي تختلف خفة ونشاطًا باختلاف بنية الاشخاص . وهذا الاختلاف يشاهد في العجاوات ايضًا فبعضها تراهُ سريع الحركة سهل الالفة قابلاً للتعلم وعمل الاعمال المفيدة دون البعض الآخر . وهذه الوجهة تجعل الانسان قادرًا على ادراك كل ما حولهُ . والتمتع بالمسرّات والافعال العقليّة والجسديّة . وتحدوهِ الى سرعة الخجل والوجل والحب والكراهة

وعدم التشبث بآرائهم وشدة التأثر بالمديح والتوبيخ والى الاهتمام بالظواهر الخارجيَّة والانشغاف بالضيافة والمسامرة وملاطفة الغير واجتذابهم نحوهُ وتظهر على صاحبها ملامح النجابة والمباهاة والرقة والحنو واللطف . الاَّ انهُ لا يتصف بالثبات والاحتمال

والوجهة التهذيبيَّة اسمى هذه الوجهات مقامًا وارفعهنَّ قدرًا وهي تنوى في الاجسام الرشيقة القد المعتدلة القوام ذات الصدور الصغيرة والذقون والاعناق الدقيقة والجبهات العريضة والبشرة الرقيقة الناعمة . ويمتاز اصحابها بكثرة التفكر والتولع في الفنون الجميلة كالشعر والنقش والتصوير والموسيقى وفي مشاركة العواطف والهيام بالخيالات العقليَّة والتصورات الوهميَّة والتمسك بالاعتقادات الدينيَّة . ويكونون في الغالب ذوي حماسة وحمية وتهيج يحبون كل جديد ويميلون الى الوقوف على النظريات والآراء والمشروعات الحديثة والاختراعات المفيدة وغير ذلك من الفنون والمعارف . وهذه الوجهة تحدو بهم الى الهواجس وتسريح الافكار في الاشغال العقليَّة وتصرفهم عن المبالاة بالملاهي العاميَّة وبالاحتياجات الجسديَّة الاَّ انها تصيرهم عاجزين عن مقاومة المصاعب وشظف العيش

ويلحق بالمزاج العقلي امراض وعوارض خاصة بهِ . وبما ان العقل مرتبط بالجسد ارتباطًا شديدًا فما يؤثر في الواحد يؤثر في الآخر كالحمى الدماغيَّة والجنون والبلاهة وعوارض العمود الشوكي والامراض العصبيَّة بانواعها وعسر الهضم والسل . وكما يصاب الجسم بهذه الامراض فهكذا يقال عن بعض العقول انها مريضة ايضًا فمنها ما يعتريهِ عسر الهضم مثلاً ومنها ما يصاب بالنقرس او بالسل الخ . وكما ان بعض الاجسام يبقى نحيفًا ضعيفًا شبيهًا بهيكل متحرك من العظام مهما افرط صاحبهُ من تناول الطعام والبعض الآخر يسمن مع انهُ ياكل البقول لا غير وبعضها يعتلّ فيهِ جهاز الهضم دوامًا رغمًا عن الوسائط الكثيرة التي يستعملها لاصلاحهِ والبعض يكون سليم البنية فيهضم كل ما يقدم لهُ كأن الطبيعة خصتهُ بمواهبها الخصوصيَّة ومتعتهُ بالصحة الدائميَّة . فهكذا من العقول ما يبقى عقيمًا قليل المعرفة معاكسًا لكل الآراء الحديثة مهما اكثر صاحبهُ من الدرس والمطالعة . مع ان شخصًا آخر قليل الدرس والبحث يستعمل معارفهُ القليلة بما يأتي بالفائدة والنفع العظيم . ومن الناس من يقرأ بكل تأنٍّ فيكتسب بقدر ما يطالع ويحفظ ما قرأهُ حرفيًّا ومنهم من تكون آراء مؤلف الكتاب الذي يقرأهُ كمفتاح لعقلهِ تفتح امامهُ سلسلة افكار جديدة تجرّ وراءها مباحث يبتكرها وامورًا يبتدعها

ومما يؤثر في الامزجة اختلاف الجنسين فالنوع الواحد من المزاج يختلف فيهما كالحركي

مثلاً . فقد يكون فعّالاً في الرجل وغير فعّال في المرأة وعكس ذلك المزاج العقلي وسببه زيادة تأثر المرأة ورقة مداركها العقليّة والاديبيّة وعدم مقدرتها على تحمل المشاق

ومن المقرر ان كل شخص يكون ذا بنية عاديّة تظهر فيه جميع انواع الامزجة معًا بقوات متفاوتة فيتغلب هذا المزاج في زيد و يتسلط ذاك المزاج على عمرو . ولكن لما كان لهذا الاختلاف تأثير مهم في الصحة والحياة والعقل والعمل كما تقدّم معنا كان الاجدر بنا بذل الجهد في جعل هذه الامزجة متساوية القوة فينا حتّى لا يتغلب احدها على الآخر فينفرد بالتسلط المطلق على الجسم . وبموازنتها يسهل علينا التمتع بالصحة المعتدلة والحصول على السعادة والراحة والقدرة على التقدم والنجاح الى غير ذلك من الفوائد العموميّة

والغالب ان مزاج المرأة خليط من المزاج الحيوي والمزاج العقلي وان مزاج الرجل خليط من الحركي والعقلي ولذلك اذا شابه الابن امه في البنية يكون قد اكتسب المزاج الحيوي اكثر من المزاج الحركي مع تغلب المزاج العقلي فيه

المزاج الحيوي الحركي

اذا تغلب هذان المزاجان معًا في شخص امتاز في ربعة قدهِ وعرض اكتافهِ وارتفاع عظم خدهِ وكبر انفهِ وبروز صدغهِ وشقرة شعرهِ او اسوداده وخشونة طباعهِ وارتباك حركاتهِ الاّ انهُ يكون قادرًا على العمل مستعدًّا لملاقاة المصاعب وتجشم المشاق قابلاً للتقدم والنجاح في ما يعملهُ يرتاح الى اجراء الاعمال العظيمة ولكنهُ لا يميل بكليتهِ الى الانهماك بالامور العلميّة . وهذا الفريق من الناس يترقى بالمزاولة والاجتهاد ولكن مداركهُ العقليّة تكون في الغالب قاصرة

المزاج الحيوي العقلي

حينما اشترك هذان المزاجان وتغلبا على المزاج الحركي كان صاحبهما غيورًا حارًّا رقيق الحواس شفوقًا سريع التأثر بالهفوات الصادرة عنهُ زكيًّا نبيهًا . واذا اتصف بالفصاحة كان طلق اللسان شديد الحركات قوي الشعور . ويمتاز بدقة الهيكل وصغر القامة وامتلاء الصدر والحيا وتناسب الاعضاء واحمرار الوجه . ويكون إما شديد السرور والابتهاج واما كئيبًا تعيسًا بحسب احوالهِ . ويرى اشتراك هذين المزاجين في الشعراء نظرًا لفصاحتهم و بلاغتهم وشدة تأثرهم ولين عريكتهم وقدرتهم على اجتذاب الافكار وسحر العقول واقناع الجمهور

المزاج الحركي العقلي

متى تغلّب هذان المزاجان معًا في شخص كان طويل القامة أهيف القد قليل اللحم

بارز العظام كبير الانف حادّ البصر كبير الاسنان طويل الاصابع والاطراف والسحنة . يميل الى التفكر والاحتجاج والاختراع والاقدام على وضع المشروعات الجديدة . واظهار النشاط والحزم والعزم والترأس على الاعمال الكبيرة ومباشرة العمل حتّى منتهاهُ

واذا امتزجت جميع الامزجة وتوازنت قوةً كان الشخص قويًّا نشيطًا جسدًا وعقلاً ذا بنية قادرة على تنفيذ ما يأمرها العقل بهِ بدون تكلف او عناء

هذا ولا يعسر على الانسان تهذيب امزجتهِ واصلاحها وتقويتها وتغيير صورها وذلك باستعمال الوسائط القويّة التي تؤثر في الاعمال الخاصة بكل مزاج . لكن لا بدّ لهُ قبل ذلك من اختبار طويل وبحث دقيق حتّى يقف على معرفة تلك الوسائل

ومن البديهي ان العصمة والكمال للخالق وحدهُ فلا تتكامل بعض المزايا الحميدة في شخص الاّ ويضعف فيهِ البعض الآخر . وهذا الامر ليس بقليل الندرة بل مشاهد بوفرة فكل من انفرد بموهبة خصوصيّة في الجهة الواحدة كان ذا علة ظاهرة في الجهة الاخرى

صناعة التنفس

ستبدي لك الايام ما كنت جاهلاً ويأتيك بالاخبار مَن لم تزوّدِ
ويأتيكَ بالاخبار مَن لم تبعْ لهُ بتاتًا ولم تضرب لهُ وقت موعدِ

وما قالهُ طرفة بن العبد البكري في هذين البيتين العامرين يصدق على ما نحن فيهِ كما صدق على كثير من المكتشفات والمخترعات التي اكتشفها او اخترعها اناس يعدون من المتطفلين على موائدها . فقد قرأنا في هذه الاثناء مقالة صحيّة لقائد من قوّاد الحرب وهو الجنرال درپسن الانكليزي بيّن فيها ما يعدُّ من اتقع المكتشفات مع ان كل احد كان قادرًا على معرفتهِ واستعمالهِ وهو ان التنفس السريع يطهّر الدم ويزيل كثيرًا من الآلام والاضطرابات . وايضاحًا لذلك نلخص كلام المكتشف من مقالة نشرها حديثًا في الجزء الاخير من جريدة القرن التاسع عشر الانكليزيّة قال :

ان الانسان يتنفّس عادةً من غير ان يقصد ذلك قصدًا ويُدخِل الى رئتيهِ كل اربع وعشرين ساعة نحو ٤٣٥ قدمًا مكعبةً من الهواء وهو لا يكاد يشعر بذلك . ومعلوم ان هذا الهواء الذي تتنفسهُ ضروري لحياتنا لا نستغني عنهُ بوجه من الوجوه بل هو ألزم من الطعام والشراب فان الانسان يستطيع ان يصبر على العطش اياماً وعلى الجوع اسابيع ولكنهُ