ومعلوم ان تقوية الجسم انما تتمّ بالمحافظة على الحالة الصحية واستدامتها والاعضآء لا تقاوم الدآء وتثبت امام العوارض الا اذا كانت صلبة البنآء وهذه الصلابة ينبغي ان تُكتسب بالتدريج منذ الحداثة الاولى فليس شيءٌ من مُعِدّات الطفل للمرض مثل ان يربى كما يقال في علبةٍ من قطن. ولذا ينبغي للطفل منذ ولادهِ ان يعوَّد البرد فلا يُحصَر في حجرةٍ دافئة ولكن يعرَّض ما امكن للهوآء المطلق. ولمقاومة البرد يجب ان يعوَّد الرياضة البدنية التي بها تُحفَظ الحرارة الغريزية لكن بشرط تجنب الافراط فيها وانفع انواع الرياضة لهُ المشي ولا بأس باستعمال الدرّاجة لكن لا يحسن ان يكون ذلك قبل بلوغهِ الثانية عشرة من سنيهِ وبشرط ان تكون بحيث توافق قدّهُ وقواهُ وذلك مع كونهِ قويّ البنية بحيث لا يُعقِبهُ استعمالها تعباً يوجب الاعيآء ويفضي الى الهزال. وكذلك الرياضة الفنيّة المعروفة بالجمنستيك لكن مع التدريج البطيء في اطوارها. ولا بدّ مع استعمال الرياضة من العناية بامر التغذية لإخلاف ما يتحلل من البنية لكن من غير افراط

ومما ينبغي تجنب الافراط فيهِ المشروبات الروحية فانها تشوش اعمال الجهاز العصبي والهضمي والدوري وكثيرًا ما تكون مهيئةً لقبول العدوى وكذلك ينبغي تجنب الافراط في التنعم والرفاهية والراحة ومنع الضغط على الاعضآء بتضييق الملابس ولا سيما على الخصر والاعضآء الصدرية كما تفعلهُ المولعات بطلب الجمال وخصوصاً الشابّات اللواتي لم يتكامل نموّ بنيتهن بحيث يحوّلنَ اعضآء التنفس عن وضعها الطبيعي ويضغطنَ على آلات الهضم فان ذلك من اعظم المهيئات للعلل التدرنية

ويجب التوفر التام على العناية بامر المسكن فانهُ ينبغي ان يكون بحيث يدخلهُ النور والهوآء بكثرة وقد جآء في مثلٍ قديم من امثال الفرس « حيث يقلّ دخول الشمس والهوآء يكثر دخول الطبيب » فانهُ لا شيء اقتل للجراثيم المرضية من الشمس ولا شيء اشدّ ضررًا في المنازل من اكثار الستائر ومضاعفتها فانها اولاً تحجب النور الذي هو من اعظم اسباب الصحة وثانياً تكون موضعاً تعشش فيهِ تلك الجراثيم بما يتجمع بين اثنآئها من الغبار

هذا اهمّ ما ينبغي اتخاذهُ من اسباب الوقاية ولا حاجة الى ذكر سائر الاحتياطات المشهورة من مثل نظافة البدن والملابس والمسكن وتخير انواع الغذآء غير انهُ لا بدّ لنا ان نكرر الالحاح فيما يتعلق بامر الصغار وتربية ابدانهم على الطريقة التي تمنع اعدادهم لهذا الدآء الوبيل لما ان الامر يرجع في الاكثر الى حالة البنية كما اسلفناهُ فان قوّتها اعظم مقاومٍ لهُ وسلامتها اصدق ضامنٍ للوقاية منهُ والله الواقي

غوائل الحروب

ما ترى الطير اقبلنَ اسراباً تحسبها سحاباً يملأ عنان الفضآء ويحجب وجه السمآء فاجتمعنَ فوق بقعةٍ اعدّ فيها الانسان وليمةً من لحوم اخوانهِ وجسوم بني جنسهِ وتداعت الوحوش من الاودية والآكام وقد برزت من الكهوف والآجام فتواردت من كل فجٍّ متسابقةً متدافعةً

لتروي ظمأها من دم الانسان وتملأ بطونها من لحمهِ فتقتصّ منهُ عما ارهقها من الجهد والبلآء والمطاردة في اكناف العرآء وهي تتحدث بقسوتهِ وفظاظة طباعهِ وقد بلغ منهما ما لم تبلغهُ هي على شراستها ودناءة جبلتها. وذلك بعد معترك قام بهِ الطعان بين فئتين من بني الانسان والتحم القتال فاظلم الفضآء بالدخان المتكاثف وارتجت الارض بالرعود القواصف من دويّ المدافع التي تنبعث كراتها الهائلة فتحصد النفوس حصداً وتخرّ لها المدن والاسوار هدًّا. وقد فُقدت من الانسان عاطفة الرقة والحنان فانقلب وحشاً ضارياً ينقضّ على ابن جلدتهِ فيمزقهُ كل ممزق وتراكم جثث القتلى فتحسبها تلالاً وما هي بتلال وانما هي اجساد الرجال بجوهرها الانساني ونفوسها الناطقة. ويمشي القائد الظافر مفتخراً يكاد ينطح برأسهِ السمآء ويداهُ ملطختان بالدمآء يفضّ بهما رسائل التهانئ من الملوك والامرآء فتتركان فيها اثر الهمجية والعار وسمة الخزي والشنار

وليت شعري اي فضل اتى ذلك القائد واي سعادة جرّها الى الانسانية حتى ينال لاجلها جميل الذكر ويكافأ عليها بالثنآء والشكر سوى انهُ كان قاسي القلب فظّ الطباع جامد الشعور فأمر بسفك الدمآء وتدمير البلاد وصبر على مشاهدة ما ارتُكب من الفظائع في بني جنسهِ دون ان يندى لهُ جفنٌ او تتحرك فيهِ عاطفة ثم داس برجليهِ ركام القتلى وخاض بهما سيول الدمآء وهو يتخيل انهُ انما يدوس يفاع الفخر ويخوض غمار المجد وقُصاراهُ ان ينقلك في هنيهةٍ من عصر الحضارة والنور الى ما سبق من ظلمات الخشونة في سالف العصور

هل بلغ من غباوة البشر ان سُدِل على تصوراتهم هذا الحجاب الكثيف ام انحط الانسان بجبلتهِ عن الدرجة التي خُلق عليها ام لا يزال يتسلسل فيهِ ما ورث عن آبآئهِ الاولين من ان السلب والقهر عنوان العزة والفخر وان السفح والتدمير اساس المجد والحسَب النمير ايام قام امثال اسكندر وأنيبال وتيمور ونابوليون الذين دمروا المدن وابادوا مئات الالوف من بني الانسان وعاثوا في جسم الانسانية فساداً ففعلوا بهِ ما لم تفعلهُ الاوبئة المخيفة والناس مع ذلك يقيمون لهم التماثيل ويخصّونهم بكل تعظيمٍ وتبجيل وقد ملأوا صحف التواريخ بذكر اعمالهم محفوفةً بالثنآء عليهم والاعجاب بما أُوتوا من الذكآء والاقدام وهم لم يستخدموا ذلك الذكآء الا فيما يؤيد سطوتهم ويمكّن هيبتهم في النفوس ويبلّغهم ما تطمح اليهِ مطامعهم من الاثرة والسيادة ولا رأينا من اقدامهم الا استباحتهم لكل محظور من المظالم والمحرمات وركوب الفظائع والموبقات مع انهُ لا يصعب على الانسان كما قال احد فلاسفة الفرنسيس ان يتصف بالظلم ويمارسهُ ولا هو مما يحق الافتخار بهِ. وليت شعري الا يُفضَّل على هؤلآء امثال ارسطو وابقراط ونيوتن وبستور وسائر اهل الفلسفة ورجال الطب وخدام المدنية وناشري الوية العلم الذين كشفوا للناس سرّ الوجود واسسوا لهم قواعد الحضارة وارشدوهم الى سعادة الحياة وخففوا عنهم وطأة الشقآء فما اعظم الفرق بين الفئتين

وان قيل ان فضل اولئك الغزاة انهم خدموا بلادهم ووسعوا نطاقها وزادوا ثروتها بما ساقوا اليها من موارد الكسب وما اخضعوا لها من الامم

قلنا ان هذه هي الاثرة بعينها فان هذه من المنافع الخاصّة بفريق دون آخر بل هي من تضحية قومٍ لقوم على ان شرائع العدل الطبيعي لا تجيز ان يُبلَغ الى الثروة على اجسام الرجال ولا ان تشرى البلاد بالنفوس الغوال

ألا ما لزعمآء الاصلاح واهل النور ودعاة التمدن وارباب الاحكام وواضعي الشرائع قد صمَّت آذانهم وصمتت افواههم وسدل ذكر الفوز ستارًا على ابصارهم فهم لا ينظرون وقد كانوا من قبل ينادون بسموّ فطرة الانسان وعلو شأنهِ في الوجود وصيانة حقوقهِ وحفظ كرامتهِ واجتناب مضرّتهِ فما بالهم لا يبالون بالالوف منهُ تسقط تحت حدود السيوف وتتناثر اشلآؤها في مجازر الوغى وتُهدَم ديارها وتُغنَم اموالها ويُغصَب عقارها وتذهب نسآؤها وعيالها فريسة الجوع والشقآء وسائر انواع البلآء

افي العدل ان يرفع احدهم يدهُ الى السمآء متهدّداً باسم الشرع كل فردٍ من الامة يعتدي على اخيهِ او يغصب حقًّا من حقوقهِ ثم يسلمهُ باليد الاخرى سيفاً ويأمرهُ ان يذهب ويقاتلهُ حتى اذا عاد ظافرًا نال على ذلك اسنى المكافأة وعُدّ من عظمآء الرجال

اوَليس من الغريب انهم يجتهدون في اختراع اشدّ الآلات فتكاً واعظمها ابادةً وتدميرًا فيرسلونها الى ميادين الحرب ثم يُصحبونها باعضآء جمعيات الرحمة لمداواة المرضى واساوة المجروحين . فكيف يكون بعد تلك القسوة شفقة ام هل يجتمع الظلم والرحمة والعنف واللين . لا جرم ان تلك فصول تمثيلٍ مضحك يموّه بها على عيون الناظرين فيشتغلون بلهوها عن ان يسبروا غورها وما زال الانسان وحشيّ الطبع وان تنكر تحت ثوب

الانس والرقة تمويهاً وزورًا وتستر بما يسميهِ تمدناً وهو عن التمدن بمراحل

ويسألون متى يتاح للمجتمع الانساني ان يتمتع بنعيم السلام وهنآءة الالفة والوئام فيُطرَح السلاح وتلغى الحروب وتنقضي الغارات وتبطل الفظائع وتنصرف الامم الى اصلاح شؤونها والتوفر على اسباب سعادتها ونعيمها وهل يدخل الانسان ذلك الطور في احد عصورهِ ام تبقى تلك الامنية في رؤوس بعض عظمآء الرجال لا تخرج عن حيز التمثُّل والخيال . وهيهات ان ذلك لما يستحيل بلوغهُ على الانسان وهو على ما عُرف بهِ من الطمع والأثرة التي غرستها فيهِ يد الفطرة فليس ينزع عنهُ الا بتوالي العصور وتمام انتشار العلم والمعارف حين تتطهَّر الاهوآء وتعلو النفوس فلا يساق افراد الامة الى طريق الخير كرهاً وهم جاهلون المصير بل يسعون اليهِ عن رغبةٍ واقتناع . وان قيل ان امتداد التمدن لا يكفل بلوغ تلك الغاية لانهُ يشاهَد بامتدادهِ امتداد الشرور وبانتشارهِ انتشار فظائع جديدة لم تكن معروفة من قبل فهو غير قادر ان يستأصل من الفطرة الانسانية ما لازمها من الخواص الحيوانية قلنا ربما لا يصعب على الطبيعة التي تخفض الجبال وترفع السهول وتغير وجه البسيطة في كل زمان ان تغير شيئاً من فطرة الانسان

موسى صيدح

عدد السبعة

لحضرة الفاضل ميخائيل افندي اسطنبولية في دمشق

(تتمة ما في الجزء السابق)

وقد بقي في كلامهم عدة آثار تدل على اعتقادهم الفضل والقوة في السبعة