المآكل اللحمية والنباتية

بقلم حضرة الاديب اسعد افندي المعلوف

قام منذ مدةٍ في اوربا واميركا اناسٌ يقولون بوجوب الامتناع عن اكل اللحوم وكل ما فيهِ حياة حيوانية لان اللحم فيما يذهبون اليهِ لا يخلو من موادّ مضرة فضلاً عما تشتمل عليهِ جسوم الحيوانات احياناً من الامراض وما يتعلق بها من المكروبات المرضيّة وعلى الخصوص اذا أُكل لحمها من دون طبخ او اذا لم يبالَغ في انضاجهِ حتى يموت كل مكروب فيهِ . وقد اثبتوا بالامتحان ان الانسان يمكن ان يعيش على النبات وحدهُ ويستغني بهِ عن كل طعام حيواني خلافاً للاعتقاد الشائع

على اجتذاب القلوب . ازوجها ابوها بمنيلاس ملك لاكونيا وميسينيا اخي اغا ممنون وقدم بعد ذلك پاريس بن پريام ملك طروادة على منيلاس فاكرم وفادتهُ وانزلهُ في بلاطهِ على الرحب والسعة ثم سار الى بعض غزواتهِ وكان ذلك في القرن الثاني عشر قبل الميلاد فمدّ پاريس الى هيلانة علائق الحب واجتذبها اليهِ بما لهُ من بارع الحسن وسحر الكلام وواطأها على الفرار فهربا معاً بعد ان استلبا قسماً من اموال زوجها فكان ذلك باعثاً على حرب طروادة الشهيرة التي دامت فيما قيل عشر سنين وانتهت بفتحها عنوةً واحراقها بالنار . وعلى عشرة ايام من اعوام هذه الحرب رتب هوميروس الياذتهُ التي طار ذكرها في الآفاق وهي قصيدة يؤخذ عنها جل تواريخ ابطال اليونان القدماء ووقائعهم وعوائدهم وقد ترجمت الى لغاتٍ كثيرة من قبل ثم نقلها نظماً الى اللسان العربي صديقنا العلامة سليمان افندي البستاني بعد ان الحق بها شروحاً ضافية ومقدمةً وافية هي آيةٌ في الجلاء وحسن التصرف في اساليب الترسل والانشاء

من ان اللحم لا بدّ منهُ لتغذية جسم الانسان لان النبات يشتمل على جميع الخواص الغذآئية ويفضل اللحم بخلوّهِ من الموادّ المضرّة والجراثيم المرضية

على اننا اذا تفقدنا طوائف البشر وجدنا ان جانباً كبيراً من الناس لا يأكلون اللحم مطلقاً فان اهل آسيا على العموم لا يزيد الذين يأكلون اللحم منهم على عشرين في المئة والباقون لا يذوقونهُ اما تديُّناً كاكثر اهل الهند لان شريعتهم تحرّم ذبح الحيوان ومثلهم في ذلك جانبٌ كبير من اهل الصين واما لضيق ذات يدهم واضطرارهم ان يقتصروا على المآكل النباتية كالفلاحين وغيرهم من اصحاب الحِرَف الدنيئة وهم العدد الاكبر من اهل كل بلاد وتراهم مع ذلك اقوياء الابدان وربما كانوا اطول اعماراً من غيرهم اذا لم يكونوا من المتهافتين على المفاسد التي تجلب الامراض او تنهك القوى وتقرّب الآجال

وقد دلّت التجارب التي عُملت في اوربا واميركا ان آكلات اللحوم من الحيوانات اذا مُنع عنها اللحم وقُصِرت على اكل الموادّ النباتية تفضل غيرها من نوعها وقد امتحنوا ذلك في الاماكن التي يربّون فيها الكلاب فوجدوا ان الكلاب التي تُقصَر على الاغذية النباتية تكون اسرع حركةً واكثر فهماً واقلّ شراسةً من التي تأكل اللحم . والاعتقاد الشائع عندنا ان الكلب اذا أُعطي كثيراً من الشحم واللحم يصير شرساً فاذا ارادوا وصف انسان بالتناهي في الشراسة وسوء الخلق قالوا هو كالكلب المشحَّم والظاهر ان هذا لا يخلو من الصحة

وقد شاهدت عند احد وجهآء السودان اسداً ولبؤةً لم يكن يغذوهما

الا بالطعام المطبوخ واكثرهُ من الطعام النباتي فسألتهُ في ذلك فقال ان الحيوانات المفترسة اذا استُمرّ على تغذيتها باللحم تزداد شراسة وتوحشاً بخلاف ما لو أُعطيت الاغذية النباتية فان شراستها تلين وتكون ادنى الى الالفة والانقياد

فثبت من ذلك كلهِ ان الانسان يستطيع ان يستغني بالنبات عن اللحم الغنآء التام لكن لا بد من جمع انواع من النبات تشتمل على جميع الجواهر المغذّية التي توجد في اللحم وهذه متوفرة باسرها في الحبوب والقطاني من نحو الحنطة والشعير والذُرَة والحمص وغيرها . على ان بلاداً كمصر والسودان لا يوافق فيها الاكثار من اللحم لشدّة الحرّ لان اللحوم مغذية مهيجة بخلاف المآكل النباتية فانها مغذية كاللحم ولا تهيج فيها ولا سيما الخضراوات والبقول والفواكه فانها فضلاً عن ذلك تسبب رطوبة في الجسم ليناً في المعدة والامعآء مع حفظ النشاط ومنع الفتور الذي تسببهُ شدّة الحرّ

مطالعات

ثقل جمهور من الناس — لا ريب ان معرفة ثقل الجماهير تكون في بعض الاحوال من الامور المهمّة لانهُ لا بدّ في بنآء اماكن المجتمعات العمومية والجسور ونحوها من مراعاة الثقل المُرصَدة لحملهِ حتى تكون من القوة بحيث تحتملهُ . ومن غريب الامتحان في ذلك ما اجراهُ احد مهندسي الالمان فانهُ اقام على مساحة خمسة امتار مربعة ٤٠ عاملاً حسب