﴿ المآء والجلة وشراب التفاح ﴾

قرأنا لبعض الاطبآء فصلاً في معنى هذه الاشربة الثلاثة والتفضيل بينها ولما كنا قد دخلنا في وقدة الصيف وكثر طلب الناس لما ينقع غلة العطش رأينا ان نحصّل الفصل المذكور لما فيهِ من الفائدة قال

يكثر في هذا الاوان طلب الناس للاشربة فهم يجترئون بكل نوعٍ من الشراب الا ان اجود هذه الانواع هو ابسطها وافضل ما يُختار من هذه المآء والجلة (البيرة) وشراب التفاح . على ان المآء هو افضل الاشربة على العموم وهو انما يكون ناجعاً اذا كان بارداً صافياً خفيفاً غير محجوب عن الهوآء خالص الطعم لذيذاً لا رائحة لهُ . ومن علاماتهِ ان ينضج البقول اليابسة انضاجاً تاماً ويحلّ الصابون من غير تقطيع

اما اصناف المآء فافضلها مآء الينابيع والآبار ويتلوهُ مآء المطر ومآء الانهار بشرط ان يصفّى واما مياه الغدران والمستنقعات فهي رديئة . ولا بأس باتخاذ المآء الغازيّ (الكازوزا) مما أُدخل عليهِ الحامض الكربونيك طبيعياً او صناعياً فانهُ مقوٍّ قليلاً ومعين على الهضم . وكذلك المآء المحمَّض بعصير بعض الفواكه فانهُ مسكنٌ للعطش لكن اذا أُفرط منهُ فانهُ يثير السعال ويشوش الهضم

اما مقدار ما يُشرَب من المآء فلا ينبغي ان يكون فوق الحاجة كثيراً ولا دونها كثيراً ولكن معدّل ما يكفي منهُ لترٌ في الاربع والعشرين ساعة ثم المآء البارد اذا أُخذ منهُ شيءٌ قليل قبل الطعام فهو من افضل

المنبهات للمعدة واما الماء المثلوج فقد يكون مؤذياً اذا شُرب منهُ مقدار كبير بمرةٍ واحدة ولا سيما في حال العَرَق او اذا كانت المعدة خالية . ولكي يُتحامى ضرر الاشربة المبرَّدة ينبغي ان تؤخذ جرعةً جرعةً مع التمهل او تُتناول بواسطة ممصّ . ومما يمنع ضررها ايضاً ان يقدَّم عليها شيءٌ من الطعام او تُعقَب بالمشي او الرياضة البدنية او يؤخذ بعدها شرابٌ حارٌّ من الاشربة العطرية كالشاي ونحوه

اما شراب التفاح فلا ينبغي ان يؤخذ قبل الاختمار لانهُ في تلك الحال يكون شاقّ الهضم بل ربما كان مسهلاً وقد يحدث عنهُ هيضةٌ او دوسنطاريةٌ واما اذا اختمر فانهُ بما يحدث فيهِ من الخواصّ المنبهة يكون من افضل الاشربة الصحية الاّ انهُ لا تحتملهُ كل المعد وعلى الخصوص اذا كان حامضاً واذا أُكثر منهُ احدث التسمم الذي يحدث بالاشربة الكحلية وان لم يكن فيهِ من الكحل زيادة على ٢ الى ٤ ٪

واما الجعة فهي صنفان يعرفان بالجعة الخفيفة والجعة الثقيلة . اما الخفيفة فافضلها صنفان احدهما الذهبية والثاني البيضاء . والاولى تتضمن من ٢ الى ٣ ٪ من الكحل (السبيرتو) وهي صافية اللون قليلة الازباد واذا كان فيها المقدار الكافي من حشيشة الدينار فهي شرابٌ محمود . والثانية تتضمن من ٢ الى ٩ ٪ من الكحل ولا فرق بينها وبين التي قبلها الا في اللون

واما الجعة الثقيلة فتخالف الخفيفة بأن عصيرها يركَّز حتى يكون مقدار الكحل فيها اكثر . والجعة على اصنافها بما فيها من المادة المرّة الآحيّة (الالبومينية) والسكّر وخلاصة النشاء من الاشربة المسمّنة وهي تسكّن

العطش وتنبه المعدة قليلاً الا ان من الناس من لا توافقهم ولا يستطيعون اعتيادها . وعلى كل حال لا ينبغي ان يُفرَط في تناولها لانها اذا أُخذت بمقادير كثيرة فعلت فعل غيرها من الاشربة الروحية

المرّاش ومينار

تقدم لنا في الجزء السابق نقل شيءٍ من رسائل المرحوم عبد الله المراش يُفهَم منهُ السبب الذي دعاهُ الى نقد ترجمة مروج الذهب للاستاذ برياي دمَينار وكان رحمهُ الله يبعث الينا بهذا النقد اجزآءً متتابعة يكتبها بهيئة تعاليق مقتضَبة من غير توطئةٍ ولا شرح الا في القدر الكافي لأَن يتناولهُ فهم اللبيب . وهذا نص ما كان يبعث الينا بهِ ننقلهُ بحرفهِ قال رحمهُ الله تعالى

المجلد الاول

(ص ٨) قال المسعودي « حتى صنفنا كتبنا من ضروب المقالات ... مع سائر كتبنا في ضروب علم الظواهر والبواطن والخفي الداثر وايقاظنا على ما يرتقبهُ المرتقبون ويتوقعهُ المحدثون » فظن الاستاذ ان المصنف قال « ما يرتقيهِ المرتقون » فطبع كما ظن وترجم هكذا

Nous y avons éveillé l'attention du lecteur sur les conjectures de ceux qui *remontent* le cours des ages pour étudier le passé et sur les prévisions de ceux qui interrogent l'avenir ...

ولا اظن ان « الصعود في مجرى القرون الماضية للاطلاع على ما غبر »