و يسبب عطاساً وكثيراً ما يحدث دواراً وغيرهُ من الاعراض الثقيلة لان النيكوتين يزداد بالاختمار كمية وقوة . واما اذا اعتاد عليهِ الانسان فلا يسبب لهُ عطاساً ولكن يزاد * المفرز الخاطي فيفيد آلام الراس وامراض الآذان والعيون المزمنة كصرف . وكثيراً ما يفيد في تنبيه غير المعتاد عليهِ من الاغماء والاختناق . اما كثرة استعماله فتضرُّ جداً لانها تقلل الشم وتناقص الذاكرة وكثيراً ما تكون سبباً للدوار والشلل . واما استعمال السعوط الداخلي فممنوع على الاطلاق لانهُ يسبب ذرياً قوياً وغيرهُ من اعراض التسمم واذا وضع قليل منهُ في الخمر يجعلها مسكراً مهلكاً فليحترز منهُ

ثالثاً المضغ * ان كثيرين ممن لا تسمح لهم مصالحهم بشرب الدخان كمحتفري المعادن ومستخرجي زيت الكاز يمضغون اوراقهُ للتسلي وتسكين البال وكذلك النوتية لمداواة مرض يعتريهم وهو الاسكربوط ومضار هذا المضغ اكثر من ان تعد فنضرب عن ذكرها

هذا وكيفما استعمل التبغ والتنبك يسببان اعراضاً غير الاعراض المشار اليها آنفاً وذلك من تأثيرهما في المجموع العصبي فكلٌّ منهما بهيجهُ وينبههُ ثم يمكنهُ ويخدرهُ ولهذا ترى الذين يفرطون من استعمال احدهما متنبهين انتباهاً دائماً فاذا انقطعوا عنهُ مدة تخمد قواهم الجسدية والعقلية واذا عادوا اليهِ بعد الانقطاع عادت اليهم القوى كما كانت

فقد اتضح مما تقدم ان استعمال التبغ والتنبك عديم الفائدة لا بل الاضرار التي تنجم عنهُ كثيرة جداً واكثر العالم مغرور بسمها المستور في دسمها فحذار من شرها ان رمت العافية . على انني لم اقصد برسالتي هذه ابطال هذه العادة من بين اهلها والاَّ كنت كمن يضرب في حديد بارد وانما قصدت ان ابين لهم ما كمن من مضار هذا النبات المتلف للصحة والمال معاً فلا يتنافسوا * ولا يحسبوا استعمالهُ فريضة من فرائض التمدن ولا يشغلوا بال الخلي بدسمهِ و يغضوا الطرف عن سمهِ

الدودة

من قلم جناب جبرائيل افندي عبد الله الخوري المقيم غربي افريقية

كناريا عشرون جزيرة في الاوقيانوس الاتلانتيكي على ١٥٠ كيلومتراً من افريقية غرباً بين ١٤ و ٢١ درجة من الطول الغربي و ٢٠ و ٢٤ درجة من العرض الشمالي . اكتشفها الاسبانوليون سنة ١٣٩٥ وسموها بالجزائر السعيدة لحسن هوائها الاَّ ان العامرة منها سبع فقط وهي تنريف وكناري وپالمه ولانزاروطه وفورت فنتوره وكومبيره وهيرو واو جزيرة الحديد . وسكانها جميعاً ٣٨٤٠٠٠

نفس من الاسبانيوليين ومحاصيلها الحبوب والاثمار كالموز والبرتقال والليمون الحامض والتفاح والعنب ويكثر فيها الورد واهمّ محاصيلها الدودة وهي دويبة تربّى في هذه الجزائر كما تربى دود القز ولها موسمان في السنة الواحد في ايار والثاني في ايلول وتعيش على الواح الصبّير والاهالي يعتنون بزرعه كما نعتني نحن بالتوت ويقصّون الواحهُ في نهاية كل موسم ويخمرونها لكي يسمدوا الارض بها . اما تربية الدود فهي على هذه الصورة : متى تمّ جمع الموسم ينقون بعض الاناث منه ويضعونها في اكياس رقيقة في بيوت حرارتها ٢٦ درجة حتى اذا آن وقت ولادتها (لانها تلد ولا تبيض وهو اوّل ايار للموسم الاول واوّل آب للموسم الثاني) فرّقوا الاكياس بعضها عن بعض الى ان تتم ولادتها فيشقون الاكياس ويضعونها على الواح الصبّير فتدب الديدان الصغيرة عليه واذا كانت لا تحتمل حرّ النهار وبرد الليل لضعفها يغطونها بنسيج رقيق الى ان تكبر وتستطيع احتمالها . ومتى تمّ نموها في عشرين او ثلاثين يومًا حسب الطقس يكشطونها عن الواح الصبّير وينقون منها الامّات للموسم التالي ويخنقون البقية بقطع الهواء عنها ثم يجففونها في الهواء ويحزمونها ويرسلونها الى الجهات . وقد شاهدت الرجال والنساء يجمعونها وعلى ايديهم كفوف من جلد وعلى وجوههم الاغطية وعلى عيونهم العوينات وقاية من وبر الصبير لانهُ يتطاير باقل نسمة من الهواء

هذا ما وقفت عليه واود ان تخبرونا في مقتطفكم الاغرّ عن اصل هذا الحيوان وتاريخ اكتشافه

(المقتطف) الدودة المشار اليها من جنس المهيترا اي الحشرات المجنحة نصف تجنح فللذكر منها جناحان قائمان ولا جناح للانثى . رآها الاسبانيوليون في بلاد المكسيك بُعيد غلبتهم عليها وكان المكسيكيون يعتنون بتربيتها فحاول الاسبانيوليون اولاً حصرها في بلادهم ثم ادخلوها الى جزائر كناريا وادخلها الفرنساويون الى بلاد الجزائر سنة ١٨٤٤ والدانيركيون الى جزيرة جانا. وهي تعيش على الصبّير كما ذكرتم والانثى تبيض ويكون جسمها مغطيًا لبيضها ثم ينتف بيضها عن نحو الف دودة واكثرهنّ اناث وفيهنّ من الذكور واحد في المئة او المئتين . ثم تتزاوج فتحمل الاناث وتضخم وتلصق بالواح الصبّير فتكشط عنها كما ذكرتم وتخنق بوضعها في سلال وتغطيسها في ماء غالٍ او بوضعها في فرن او على حديد محمّى

الحبش

نقلاً عن العصر الجديد

لما كانت النفوس كثيرة التشوّف الى اخبار الامم وعاداتها كان التاريخ اوضح مبلغ واصدق راوٍ والمؤرخون خدمة الانسانية ينشرون ما وصل اليهم لينتفع بشرحهم الخاص والعام ونقف

الامم على عوائد كلٍّ ليتذكر من يتذكر وقد رأينا ان ننشر طرفًا من اخبار الحبشة مما وصل الينا عن ثقات الرواة وصادق الاخبار

بلاد الحبشة قطعة كبيرة في افريقية الشرقية يحدها من الشمال بلاد نوبية ومن الشرق البحر الاحمر ومن الغرب سنار ومن الجنوب سلسلة جبال مرتفعة بروي النيل منها قسمًا كبيرًا بفروعه وتبلغ مساحتها ٧٨٨ الف كيلومتر وسكانها من خمسة الى ستة ملايين . ارضها مرتفعة ومنخفضة فيها جبال شامخة يبلغ ارتفاعها اكثر من ٤٠٠٠ متر كثيرة البحيرات والانهر والجداول وهي مختلفة الهواء بين معتدل في الاماكن المرتفعة ورطب في الاودية يكاد يخنق . ارضها كثيرة الكلا يحصد فيها الزرع مرتين او ثلاثًا في كل عام وفيها كثير من المعادن كالذهب وغيره ومن الحيوان الزرافة وحمار الوحش وفرس الماء وكثير من الحيوانات الضخمة ومن الاشجار الكولكوال والجرجير والونسى والسدره والجنوس والجاجوري والكوسو والمرّ

تجارتها الصادرة الذهب وسن الفيل او العاج والرقيق وهذا الاخير اعظمها ويرد اليها الرصاص والقصدير والسجادات العجمية والحرير والجوخ والقطيفة

ملكها * استبدادي بحت وملكها يقال له امبراطور او النجاشي او ملك الملوك والرعية تخضع لرؤسائها خضوعًا كليًا وتتبعهم في السرّاء والضرّاء وهم مقامات اولهم الجند ويلبسون اقدم الملابس التي عرفت في الدنيا منها لباس كالبنطلون وقطعة من القماش طولها من ٨ الى ١٠ امتار وعرضها نصف متر ولا ينتعلون ولا يشتغلون بشيء البتة ولا يضعون على راسهم شيئًا وضباطهم يتشحون بجلود الاسد او النمر او الثعلب حسب اختلاف مراتبهم والملك دوامًا يشن الغارة برجاله ولذلك كانوا جميعًا ذوي بسالة واقدام

عاداتها * اذا همّ الحبشي بسفر اخبر جميع اصحابه وكذلك عند عودته فيرسلون اليه الهدايا من بنّ وغيره واذا تزوج جاءت الهدايا من اصحاب العروسين فلا يتكلف المتزوج بوليمة لكثرة ما ياتيه من الهدايا وكذلك اذا رُزق بولد هنّأوهُ واتحفوهُ بالهدايا . القاتل عندهم يفتدي نفسه من اهل المقتول واذا لم يقدر على تأدية الفدية وهي تختلف بين ٣٠٠ و ١٠٠٠ ريال حسب منزلة المقتول فاهل المقتول يتفقون منهُ وقلّ ان يقع ذلك الاّ لمن قلّ اهله ونصراؤهُ الذين يرون من الفرض ان يساعدوهُ على افتداء نفسه . جزاء السرقة قطع اليد ومرتكب الذنب السياسي تُقطع رجله اليمنى وقطع الرجل عندهم سهل بحيث يبرأ الجرح في اقل من اربعين يومًا . ليس للانهر عندهم جسور فاذا اراد المسافر قطع النهر قطعهُ سباحة وعندها يكثرون من الصياح لينفر التمساح خشية ان يفترس من يقطع النهر . الضيافة عندهم بدوية فاذا زارهم

احد احتفلوا به وقاموا على الاقدام فاذا كان الزائر كبيرًا ارخى طرف مشلحه عند دخوله وان كان صغيرًا التى المشلح كله . اذا طلب الزائر الانصراف يلح عليه صاحب البيت بالاقامة فاذا لم يجبه ارفق به احد خدمه يوصله الى منزله واذا عنّت حاجة لصاحب المنزل يذهب بلا استئذان من الزائرين فيذهبون بعده واذا كان الزائر قادمًا من سفر غُسلت اقدامه وتُقدّم اليه الطعام فيأكل ثم يسألونه عن سفره والبلاد التي مرّ بها واذا تكلم لا يقطع كلامه احد . اما طباعهم فليّنة لطيفة وعندهم احتشام زائد الاّ ان كلامهم خشن لعدم تهذيب اخلاقهم واذا التقى اثنان منهم قال الكبير كيف حالك فيقول الصغير كيف حاله بضمير الغائب اشارةً للتعظيم والاجلال . نساؤهم بالاجمال جميلات والوانهم تختلف بين السمرة والسواد حسب اختلاف درجة الحرارة في ابدانهم . يكثر فيهم داء الدودة الوحيدة الاّ انهم يتداوون منه بشجر الكوسّو فاذا اصيب به احد احتجب لاخذ الدواء واعان اصحابه فلا يزورونه حتى يبرأ . لغاتهم مختلفة فانهم قبائل كثيرة ولكن الاصل واحد وكلها محرّفة عن العربية (كذا)

تاريخها * ان تاريخ الحبشة في الاعصر القديمة مجهول كتاريخ سائر الشعوب الاولية وعرفت بلاد الحبش منذ القديم باسم اثيوبيه وقيل ان منهم سكان خوس من اولاد سام وقد تقدم للاثيوبيين الاستيلاء على البلاد المصرية وجاء في تقاليدهم ان عائلة يهودية من نسل سليمان وملكة سبا حكمت الحبش مدة طويلة وممن حاول اخضاع بلادهم كامبيز وبطليموس وغيرهما ولكنهم لم يتحجوا

وفي القرن السابع غزا المسلمون الجهة الشرقية من الحبشة واختطوا مدينة زيلع وفي القرن الخامس عشر تداخل البورتوگاليون في امور الحبش فبعث الملك يوحنا ملك البورتوگال بسفارة الى ملك الحبشة عام ١٤٩٠ . وكذلك الملك لويس الرابع عشر ملك فرنسا بعث الى الحبشة سفيرًا الاّ انه لم يأتِ بفائدة وفي القرن السابع عشر انقسم ملك الحبشة الى عدة ممالك مستقلة اخصها مملكة تجري وشوا ودنكلى وامهرة وانجون وناريا وساماريا وكانت قبل ذلك تحت سلطة حاكم واحد يسمونه النجاشي الاكبر وفي عام ١٨٦٨ جردت الانكليز عسكرًا اوسلته لمحاربة الملك ثيودوروس تحت امرة الجنرال نابيه فلما رأى الدائرة عليه قتل نفسه فاخذ الانكليز ولدهُ ليربوهُ عندهم فمات في اواخر سنة ١٨٧٩

دياناتها * الدين المسيحي ادخله اليها تاجر يقال له فورمانزيوس سالاما عام ٣٣٠ م وقيل بل ادخله القديس فومانس عام ٣٣٠ وهو الاصح وبعد ذلك بقرنين دخلت عندهم ارطقة اوتيخوس المونوفيزيتية وهم متمسكون بها الى الآن وعلماء الدين عندهم يدعون (دفترا) ورئيس

اساقفتهم يختارهم بطرك القبط في الاسكندرية ويحل عندهم ان يتزوّج الرجل بنساء كثيرة . وفي القرن السابع عشر جدّ الجزويت (اليسوعيون) لارجاع الحبشيين الى الدين الروماني الكاثوليكي ونجحوا زماناً الى عام ١٦٣٢ حين خلع الملك الذي كان يعتقد الدين الباباوي فطرد اليسوعيون وحكم عليهم بالموت والنفي . اما العلوم عندهم فهي لا تزال في سن الطفولية ومعارفهم الصناعية تكاد لا تقوم باحتياجاتهم الجزئية

الرياضة الجسديّة

الرياضة حركة عضلية يقصد بها حفظ الصحة وهي ضرورية لحفظ صحة العقل والجسد فاذا نقصت عن القدر اللازم اختل العقل او الجسد او كلاهما . الاّ ان اكثر الناس لا يراعونها حق المراعاة امّا لانهم مجهلون اسباب اتروكها او لانّ اهمالها صار ملكةً فيهم فلا يفطنون الى شرهِ ولذلك رأينا ان نذكر في هذه المقالة بعض طرق الرياضة ونتائجها فنقول

الطعام غذاء الجسد لكنهُ لا يغذّيهِ ما لم يهضَم وتستخلص منهُ المواد المغذية وينقلها الدم الى كل اعضاء الجسد . والدم يجري الى هذه الاعضاء في الشرايين وهي انابيب تخرج من القلب وتتشعّب في سيرها شعبًا كثيرة وتستدقّ بتشعبها حتى تصير اطرافها شبكة دقيقة تسمّى لدقتها بالاوعية الشعرية . وهذه الاوعية مالئة الجسد تقريباً حتى لا تغرز فيهِ ابرة الاّ وتثقب بعضها فتسيل الدم منهُ . وكما انها تتشعّب من الشرايين تجتمع الى انابيب اكبر منها وهذه الى اكبر فتعود الى القلب كبيرة . ويقال لهذه الانابيب الراجعة الى القلب اوردة وللدم الجاري في الشرايين دمًا شريانيًا وللجاري في الاوردة دمًا وريديًا . فكأنّ القلب مركز شجرتين تلتقي اغصانها من اطرافها بخيوط دقيقة فيخرج الدم من القلب في جذع الشجرة الشريانية ويجري في اغصانها المنتشرة في كل الجسد الى الخيوط الدقيقة الواصلة بينها وبين اغصان الشجرة الوريدية وينتقل من ثمّ الى اغصان الشجرة الوريدية ويعود بها الى القلب . هذه هي دورة الدم والدم يدور كذلك في النهار والليل في اليقظة والمنام طول ايام الحياة ويقضي في دورتهِ هذه ثلاثة امور مهمة وهي حمل الاكسجين من الرئتين الى كل اجزاء الجسد وايصال الغذاء الى هذه الاجزاء ونقل الفضول منها الى الاعضاء التي وظيفتها دفع الفضول من الجسد . فكل ما يزيد دوران الدم يزيد هذه الاعمال والرياضة الجسدية تزيد دوران الدم فهي تزيد هذه الاعمال اي حمل الاكسجين والغذاء الى اجزاء الجسد ونقل الفضول منها . وذلك لان الاوردة التي يعود فيها الدم الى القلب جارية بين العضلات كل مجرى فاذا تحركت العضلات ضغطتها في بعض الاماكن ووسعت عليها في غيرها فاجبرت الدم