

الهواة فالطعام والشراب فاللباس فالماوى فالاثاث . ويُسمى هذا الترتيب ناموس تدرّج الحاجات
وغني عن البيان ان حاجات الناس لا حد لها من جهة العدد وان تكن كل واحدة منها
محدودة من جهة الكمية ولذلك لا يصح قول من قال

لو يجمع الله ما في الارض قاطبة عند امرء لم يقل حسبي فلا تزيد

عند التخصيص وان صح عند التعميم . فاذا اقتصر احد على ازدياع الخطة وكثرت حنطته حتى
فاضت عما يمكنه ان ياكله او يبيعه فإفاض بها عد في حكم المهدوم اذ لا فائدة منه وقس على ذلك
اكثر الاصناف التي تلف اذا طال عليها الزمان . ولكن الاخبار والضرورة قد علما الناس ان
لا يصرّوا ما لم على صنف واحد . فاذا كثر زرع القمح حتى زاد عن المطلوب عدل بعض
الزارعين عن زرعهم وزرعوا صنفاً آخر واذا كثر السكافون حتى صارت الاحذية اكثر من المطلوب
عدل بعضهم عن السكافة الى حرفة اخرى . وكذا في بقية الاعمال والحرف . وهذه القاعدة غير
مرعية الارعاء التام في بلادنا وغيرها من البلدان الشرقية فان اهل حوران يزرعون القمح ولو
اضطروا ان يحرقوه في آخر العام وعرب البادية يتصرفون على النعم ولو فاضت بها الصحراء
ولذلك كان من اول اغراض علم الاقتصاد ان يعلم الناس ان لا يتعمروا الا بما ينفعهم وان يسدوا
حاجاتهم الخفيفة على اسهل سبيل وهذا لا يتم لم الا اذا علموا انه لا حاجة لشيء زائد عن الحاجة .
فالتيار يجب ان يكثر من الكراسي ويقال من الموائد (اي الخواوين) لا ان يكثر من الموائد
ويقال من الكراسي لان كثرة الموائد مع قلة الكراسي خسارة بلا نفع . واذا علموا ايضا ان يعتمدوا
على كل واسطة تقل التعب وذلك حده الامتياز من بانه علم الوسائط لسد الحاجات على
اخصر طريق واسهل اسلوب

تخفيف اضرار التبغ

من مقالة للدكتور فلكنس برمون نشرت في جرنال الصيغيين الفرنسيين

اليكم ايها المتدخون يساق الكلام لعلّي أختف عنكم اضرار التدخين وان لم يكن لي في زواها
مطعم . ولو اتبعت قانون الصحة لحنمت عليكم بالامتناع التام عن التدخين . ولكن هيئات ان ارى
لي منكم مجيياً وكلّمكم قد استعبد للتبغ وحلف على ولائه ولو ردّ لو لم يلبسه قط . ولا أخفي عنكم اني
أفضل التدخين على الطعام واصدق ما رواه احد الرواة عن الاب شوين مدير حديقة الملك
لويس فيليب فقد روى ان الملك قال له ذات يوم أتدخن في حضرة الملكة والاميرات ايضاً
فقال شوين اذا لم ترتض جلالتك بذلك فلا بدّ لي من الاستعفاء من خدمتك وربما مثّ كيتاً

بسبب ذلك ولكي اموت والنصبه في في
 ويدخن التبغ كما تعلمون بالسواكير والسيكارات والغلابين فالسواكير مضره جدا لانها
 تباشر الفم عند التدخين . ويخفف ضررها بوضعها في بر واحد من البزاز ما كان من القصب ان
 الخشب فانها يتصان بعض المواد السامة من الدخان وها رخصان فيمكن طرحها كلما عثقا
 قليلا . وادأها ما كان من المعدن او الكهرياء او الصدف او الزجاج او العظم . وللبر فائدة اخرى
 وهي ان الذين يصنعون السواكير لا يتخلو بعضهم من الداء الزهري الخبيث وهم يفرضون طرف
 السيكار بفهم فلا يحسن ان يدخن ما لم يوضع في بر يبعد طرفه من الفم (انظر الملقح)
 واحسن السواكير سواكير هافانا (قاعدة جزيرة كوبا) ولكن ما كل سمراء نعمة فقد جاء في
 جرنال الهيجيين ان السواكير نصع في اوربا وترسل الى هافانا "فندمغ" فيها وتعاد الى اوربا
 وتباع كائما من تبغ هافانا . وقال مسيو كاردون ان السواكير نصع في هيرغ وفرينكتور وترسل
 في البحر فتلقى بالسفن آتية من كوبا فتعود معها وتدخل الجمر ك فيدفع عليها الرسم المعتاد كائما
 آتية من هافانا وتوضع عليها سمة الحكومة ثم تباع بعشرة اضعاف

واقول السواكير ضررا الجافة لان النيكوتين وهو اشد مواد التبغ ساء يطير من تنسو فاذا
 جفت طارا اكثر منها . والتدخين البطيء اقل ضررا من السريع لان الفم يتنص من النيكوتين في
 الاول اقل مما يتنص في الثاني

والسيكارات وهي التبغ "المفروم" الملفوف بالورق الرقيق اشد ضررا في بعض الاحوال
 من السواكير . قال الدكتور باره في جرنال الشعب الفرنسي ان الذين يدخنون سيكارات كثيرة
 يشعرون بانضغاط على الجانب الايسر ويخفقان القلب . الى ان قال "ان اكثر امراض القلب
 حادث من تدخين السيكارات" . اما انا فلم لاحظ ذلك ولكي لاحظت ان الذين يدخنون
 السيكارات يصيهم شيء من التهاب الحلق بسبب بلعهم للدخان . وبلغ الدخان عادة مضره يجب ابطاها
 ويظن كثيرون ان اضرار السيكارات ناتجة عن نوع الورق الذي تلف به . وقد طال
 جدال العلماء في هذا البحث ولم يمكنهم ان يبيحوا غلى شيء حتى الآن . والصحيح ان السيكارات
 الرطبة تضر اكثر من السواكير للسبب الذي تقدم ولا فرق هنا كان نوع الورق

اما الغليون (البحر) فآلة المدخين الكبار فالغليون يتمتع غليوناً رخصاً من الخرف والنهي
 غليوناً ثميناً من الميرشوم^(١) الخرم المرصع بالنضه والكهرياء والقصد من كليهما احراق التبغ في اناء
 لا يمترقق وايصال قصبة اليه ليجري فيها الدخان الى الفم . ومهما كان هذا الاناء فلا يجوز ان

(١) نوع من الخرف الابيض يغلى بالزيت او بالشمع ثم يشوى

كونه غليوتاً وارخصه اجوده واغلاؤه ارداه . ولو عدت الغلابين حسب جودهما لعدت غلابين الخرف الطري اولاً ثم غلابين المبرشوم ثم الخرف الصلب ثم الخرف الصبغى ثم المعدن . وذلك لان الخرف الطري يتص كثيراً من النيكوتين السام بخلاف المعدن الذي لا يتص شيئاً منه . ومهما اظنبت الشعراء في وصف الغلابين القديمة الاستعمال فان الناظر الى الصحة يعافها كلها ويفضل عليها الغلابين الجديدة التي لم تشرب سموم التبغ . واذا كان الانسان لا يستطيع ان يتناح غليوتاً جديداً كل مئة قليض غليوتة العتيق في النارمة حتى تروى منه كل المواد السامة التي امتصها فيصير كالجديد . واحسن الغلابين ما كانت قصبة طويلة حتى يبرد الدخان فيها وترسب منه اكثر المواد السامة قبل ان يصل الى الفم . اما اللصبات القصيرة التي تسخن كثيراً فتصح اللثغين وتسبب جلدتها . وغني عن البيان انه يجب ان يكون لكل مدخن غليون خاص به وان لا يستعمل احد غليون غيره .

وسواء دخن الانسان سيكارة او سيكارة او غليوتاً فعليه ان يتبها جيداً الى هذين الامرين الاول ان لا يفسد الهواء الذي يتنفسه وليعلم ان التدخين في الخارج اقل ضرراً من التدخين في البيت . والتدخين في الغرفة الكيرة اقل ضرراً من التدخين في الصغيرة ولذلك يجب اطلاق الهواء في غرف التدخين من وقت الى آخر حتى يبقى هواؤها نظياً . والثاني ان ينظف فمه دائماً فيحسن بكل مدخن ان يعتاد على غسل فمه واسنانه كلما منحت له الفرصة وان يتفرغ كل صباح بماه فاطر مطيب بشي من الطيوب

ملحق * جاء في المجلد الخامس من المختطف الكلام الآتي : قال الدكتور منسل في جريدة اللست وهي جريدة طيبة شهيرة ان فتاة امت اليه وطلبت منه ان يداوي حبة في شفتها قد صارت لها ثلاثة اسابيع فنظر الحبة فاذا هي حبة من الزهري (المحب الافرنجي) فسألها كيف اتصل اليها هذا المرض فقالت انها تعلم في محل السواكير (الافرنجية) فتبلى الورقة الاخيرة من السواكير بريقها وتلصقها ثم تفرض رأس السواكير باسنانها وزعمت انها اعدت بهذه الوساطة من شخص مسك السواكير قلبها . قال الدكتور المذكور ومهما يكن السبب في اعدائها فاني لم اعتبره كثيراً (لان اكثر العاملين في هذه المعامل مصابون بهذا المرض) بل اعتبرته امراً آخر وهو ان هذه الابنة تبلى بريقها كل يوم ٢٤٠ سيكارة على ما اخبرتي فكم قد اعدت من البشر بالمحب الافرنجي بواسطة السواكير التي مرت على شفتها هذه الاسابيع الثلاثة انتهى . فمن منكم ايها المدخنون بالسواكير الافرنجية يأمن على نفسه ان يضع سيكارة من هذه السواكير في فمه . فاذا كان لا يبد من التدخين بالسواكير الافرنجية فلتوضع في بر على الاقل يومين شرها بعض الامن