العربية محلها ومانت القبطية شبئاً فشيئاً حتى ألغيت منذ مئتي سنة ولم تعد تسمع الاَّ في معابد الاقباط . الاَّ ان جماعة من الاوربيين عُنوا بدرسها حتى اتقنوها واستعانوا بها على قراءة الهيروغليف بعد ما وجدوا الحجر الرشيدي كما مرَّ آنفاً

اما اصل المصريين القدماء فيزعم الدكتور كرانت بك انهُ من شعب سامي اتى مصر من الشمال وشعب زنجي اتاها من الجنوب فامتزجا وولدا المصريين بامتزاجهما وذريتهم الاقباط . ودليلهُ على ذلك ان اللغة المصرية القديمة تشبه اللغات السامية في خصائص ضمائرها واللغات الزنجية في كون كلٍّ من اصولها المجردة مقطعاً واحداً فقط . وعندهُ ان الديانة المصرية كانت اصلاً تعترف بوجود الهٍ واحد فقط كما يستدلُّ من الكتابات المنقوشة على اقدم الآثار فانها تصف الاله بصفات التوحيد نحو "الاله العلي الواجب الوجود لذاتهِ الخالق السماء والارض" ولا اسم لهُ عندهم . ثم زعموا ان هذا الاله اوجد الهاً ثانياً غير مسمّى ايضاً ولذلك وصفوهُ بالاله المزدوج . ثم تعدَّد فاوجد طائفتين من الآلهة الواحدة سماوية والثانية انصاف آلهة من عائلة اوسيرس . وآلهة هاتين الطائفتين كانت عبادتها شائعة في البلاد كلها وكان عندهم آلهة غيرها تعبد في محال معينة وهي حيوانات واشجار وجبال مقدَّسة . وهذا يدل على ان اصل المصريين القدماء من شعب سامي وشعب زنجي لان الساميين كانوا موحدين والزنوج وثنيين فلما امتزجا امتزج التوحيد بالوثنية في ديانتهم

هذا وقد اسهبنا الكلام على وصف آلهة المصريين وديانتهم مع صور آلهتهم في محلهِ فمن رام التطويل في ذلك فعليهِ بمراجعة وجه ٦٠٢ وما بعدهُ من المجلد السابع من المقتطف

ادوار الحياة

وهي مقالات تتضمَّن زبدة الحقائق التي يجب على كل انسان معرفتها لحفظ صحتهِ وصحة عيالهِ

لجناب الدكتور امين بك ابي خاطر

اطلعت في الجزء العاشر من مقتطف السنة التاسعة على رسالة غراء لجناب العالم العامل واستاذي الفاضل الدكتور يوحنا ورتبات عنوانها ادوار حياة الانسان من الولادة الى الموت فتصفحتها فاذا هي كنز حقائق وفوائد . غير ان مؤلفها الفاضل اقتصر فيها على بيان التغيرات الادبية في تلك الادوار ولم يتعرض الاَّ نادراً للتغيرات الفيزيولوجية قاصداً افادة الجمهور

الذي تلاها عليه مراعيًا حال سامعيه والمقام الذي كان فيه فرأيت ان استمع منه فابحث في نفس موضوعه بحثًا صحيًا مطولاً واعتني خصوصًا بذكر التغيرات التي تطرأ على الاطفال املاً بافادة ارباب العيال وارشادهم الى ما به تطيب النفوس وسكان الخواطر . والله اسأل ان يجعل هذه المقالات وافية بالمراد نافعة للعباد

عمر الانسان

يراد بالعمر ادوار الحياة من الولادة الى الموت وعندي انه من العلوق الى الموت . ويراد بادوار الحياة اقسامٌ من العمر اصطلح العلماء على تحديدها كدور النمو ودور الوقوف ودور الانحلال وذلك تسهيلاً للوصف لا تبيينًا لحدود موجودة لان الانتقال من دور الى آخر لا يكون دفعةً واحدة بل على التدريج اذ لا فاصل بين دور وآخر

وللقدماء والمحدثين اصطلاحات شتى في تقسيم الحياة الى ادوارها لا اتعرّض لايرادها هنا خوف الاطالة على غير طائل اذ القصد من هذا التقسيم سهولة البحث كما ذكرنا فلذلك اقتصر على التقسيم الذي اجري عليه في هذه المقالات وهو تقسيم افضل المؤلفين في هذا الفن ولكني ازيد عليه الدور الجنيني اتمامًا للفائدة لان علماء الهيجين (علم حفظ الصحة) لم يذكروا هذا الدور في مؤلفاتهم بل تركوا الكلام عليه لعلماء الولادة . ولما كان الوصول اليه يعسر على السواد الاعظم من عامة القرّاء رأيت من الصواب ان ابحث فيه اولاً لانه اوّل ادوار الحياة فاكون بذلك قد خدمت آباء العيال خدمةً لازمة وان اكن قد خالفت علماء الهيجين في تبويبهم لا في علمهم . وعليه فادوار الحياة هي كما يأتي

اولاً . الدور الجنيني من بداءة الحمل الى الولادة
ثانيًا . دور الولادة او الطفل المولود حديثًا
ثالثًا . دور الطفولية الاولى من الولادة الى سن السنتين
رابعًا . دور الطفولية الثانية او الصبوة من سن السنتين الى ١٢ او ١٥ سنة
خامسًا . دور الشباب او سن البلوغ من ١٢ او ١٥ الى ١٨ او ٢٠ سنة
سادسًا . دور الرجولية والكهولة من ٢٠ الى ٦٠ سنة
سابعًا . دور الشيخوخة من ٦٠ سنة الى الموت
ثامنًا . زمن الموت

وبناء على ما تقدّم نقسم كلامنا على هذه الادوار الثانية الى ثماني مقالات

المقالة الاولى . في الدور الجنيني

يمتد هذا الدور من بداءة العلوق الى زمن الولادة . ويقتضي لدرس التغيرات التي تحدث فيهِ مباحث تشريحية وفيزيولوجية عميقة لا نهمنا معرفتها الآن . واما القواعد الهجيينية الخاصة بهذا الدور فهي نفس قواعد هجيين الحمل لان واجبات المرأة الحامل تختلف عن واجبات غير الحامل فالحامل لا تعيش لنفسها بل لثمرة احشائها ولذا ابسط الكلام على القوانين الصحية التي يجب عليها مراعاتها فاقول

لا علامة للعلوق سوى انقطاع الطمث في حينهِ وقد يبتدئ في بعض النساء العصبيات بتشنجات في الاعضاء التناسلية وذلك نادرٌ . وينقسم الحمل الى مدتين الأولى اربعة اشهر والثانية خمسة . ففي الأولى يميل الجسم في اكثر النساء الى الامتلاء بسبب انقطاع الحيض . ومتى اخذت الرحم في النمو تضغط الاحشاء الحوضية وتحدث فيها انحرافاً واختلالات مميائرية بعيدة اهمها في المعدة فتشكو الحامل غثياناً مزعجاً وتكلفاً متواتراً للقيء واحياناً قيئاً شديداً وقيء دم وقرفاً وعسر هضم وقبضاً وذرباً وزحيراً وانحطاطاً وأرقاً وألماً في الرأس والاسنان وغير ذلك . وقد تتحرف شهواتها وينشد ذوقها الى درجة تشتهي فيها الاشياء المستهجنة كاكل الاوساخ والشعر والجلود وبلع الابر والمسامير وقطع الزجاج ونحوها . وقد يتحرف الادراك فيها ايضاً الى درجة من الجنون الوقتي فتميل الى القتل او الانتحار او اكل لحم البشر غير ان ذلك نادر واذا حدث فلا بدَّ له من الطبيب والعلاج الادبي

واما في المدة الثانية فترتفع الرحم من الحوض الى البطن وتتضح الحركات الجنينية التي لا تظهر حتى نهاية الشهر الرابع ويسرع نمو الجنين وتقل الانحرافات العصبية المذكورة ولا سيما القيان والقيء وتتم الوظائف بسرعة ونشاط غير ان الحركة تبطئ احياناً والتنفس يتعسر بسبب ضغط الرحم على المعدة والحجاب الحاجز وتحدث ايذيما في الطرفين السفليين بسبب ضغط الاوردة

القواعد الهجيينية (الصحية) (١) يجب على الحامل ان تزيل المشد (الكورست) من اول الحمل وتنزع كل لباس يضغط الصدر او البطن وتلبس الثياب المتسعة التي لا تعارض نمو الرحم عند ازديادها بازدياد حجم الجنين . وفي الشهر السادس تجتنب اقل ضغط على البطن والخاصرتين لئلا يتعذر تأثير الضغط الى الجنين فيحرف عظامهُ عن استقامتها وهي رخوة ويحني العمود الفقري في ظهرهِ او يجعل في تركيب رأسهِ عيباً من العيوب

(٢) متى جعل امتلاء الجسد يزيد في اوائل الحمل تعتدل الحامل في المأكل وتمتنع عن

المآكل الغليظة او الكثيرة الغذاء لانها تفضي الى استراغ دموي لا تحمد عواقبهُ فضلاً عن عسر الهضم وضعف المعدة . وزعم النساء انهُ في اشهر الحمل الاوّل يجب ان يكون نصيب الحامل من الطعام مثل نصيب اثنين باطل ويكفي لاظهار بطلانهِ ان يعرفنَ ان الجنين لا يزيد في شهرهِ الاول عن بيضة الحمام حجمًا ويبقى في الشهر الرابع صغيرًا حتى لا تشعر أمهُ بهِ . فالافراط في المآكل في اوائل الحمل لا يفيد الجنين بل يضرُّ بصحتهِ وبنيتهِ ويوقف سير نموهِ . وبعد ذلك يلزم ان يكون طعامها اكثر غذاء بأن تقلّل كمية الطعام وتزاد عدد الاكلات في اليوم لان نقصان الغذاء حينئذٍ يضرُّ كما تضرُّ زيادتهُ في الاوّل . والامتناع عن اللحوم المملّحة والمقددة والمخلّلات والمجبنات وكل الاطعمة الحارة التي تحدث قيئًا واجب على كل حال وكذلك الاقتصار على الاطعمة المليّنة اللطيفة

(٢) على الحامل ان تتروّض الرياضة المعتدلة مشيًا وتستنشق الهواء النقي وتجتنب الاسباب المكدرة والانفعالات النفسانية وتمتنع عن ملذات العالم وملاهيهِ كالرقص والمراح والاندية العمومية التي يزداد فيها الازدحام

(٣) تعتني بنظافة جسدها وملابسها وتستحم بالماء الفاتر ولا سيما في الشهر الاوّل والاخير أما في الاوّل فلانهُ يزيل الاختلاج العصبي ويسكن هيجان الرحم واما في الاخير فلانهُ يليّن الاعضاء التناسلية بحيث تقبل زيادة في التمدد ويتسهل معها اتساع فم الرحم . اما التحنيات وذوات المراج الليموني فيستبدلنَ الاستحمام بالمسح والغسولات المخففة المعطّرة . ويجب في كل حال الاحتراس من الانتقال فجأةً من هواء حار الى هواء بارد

(٥) يجتنب الاقتراب الجنسي على قدر الامكان من الشهر السادس فصاعدًا والاولى الامتناع عنهُ تمامًا لانهُ كثيرًا ما يفضي الى عواقب وخيمة مثل الازقة الرحمية وعسر الولادة وسوء التكوين في الطفل

(٦) للناس عادة قديمة في فصد الحامل وهو عظيم الخطر عليها ولا يجوز فيها الاّ اذا اشار بهِ الطبيب لضرورة ما

(٧) لا بأس من التحن المليّنة لاطلاق البطن واما غيرها من المسامل والادوية فلا تستعمل الاّ اذا اشار بها الطبيب

فاذا راعت الحامل هذه القوانين الصحية كان مولودها على الغالب حسن الصورة كامل التكوين اذ المقرر ان اكثر العيوب الخلقية مسبّبة عن مخالفة هذه القوانين واشباهها . واما الاعراض المختلفة التي تحدث اثناء الحمل كالقيء والاسهال والارق والقرف ونحوها فيعالج كلٌّ منها على حدتهِ

الوحام

هو فسادٌ في القابليّة والشهوات النفسانية والادبية يظهر على اشكال واحوال متنوّعة أشرنا الى بعضٍ منها آنفًا . واستيفاء وصفها يستغرق المجلدات الضخمة فلا نتعرض له لقلة فائدته . والذي تهمّنا معرفته الآن هو الجواب على هذه المسألة وهي : هل للوحام تأثير في الجنين كما هو شائع . نقول في جواب ذلك ان تصوّرات الانسان تؤثر في جسدهِ على صورٍ شتّى فتزيد الافراز وتسرع دوران الدم في بعض اعضائهِ وتنبه فيهِ عواطف مختلفة الى غير ذلك مما هو دائم المشاهدة ظاهرٌ لدى كل متأمّلٍ . ولكن لم يثبت بالبرهان ولا بالتجربة ان للافكار سلطانًا على القوة التكوينية الى درجة تبلغ تأثيرها الى الجنين فتكسبهُ الميّنات المختلفة التي يزعم العامة انها تحدث عن الوحام . على اننا نقرُّ ان افكار الحامل وتصوّراتها القوية وعواطفها النفسانية تؤثر في وظائف اعضائها فتزيدها سرعةً او بطوءًا او تلحق بها تغييرًا ما من الوجوه ولا سيما في وظائف الجهاز الرحمي الذي يكون عمله نشيطًا مدة الحمل ولكنها (اي الافكار والعواطف) لا تبلغ تأثيرها الى الجنين ما لم تُحدث في اعضاء امهِ حركةً وارتعاشًا ويستمرّ تأثيرها زمانًا طويلاً ويكن الجنين مستعدًا لقبولهِ استعدادًا خصوصيًا مثل كونهِ رخوًا ليّنًا بحيث اذا أثّر الفكر في الجسد ومرض الجهاز الرحمي تؤثر الرحم في الجنين وهو ضعيف غير قادر على مقاومة تأثيرها فيتأثر ويتغير بحسب المؤثر فيهِ . فالجنين لا يتأثر والحالة هذه من الاسباب التي يزعمها العامة بل اعظم سبب في تشويه خلقتهِ مرضُ الرحم والاحوالُ الپاثولوجية الطارئة على جسد امهِ فيمتدُّ تأثيرها اليهِ والعوارضُ التي تعترض نموهُ كالضغط المستمر على البطن واللطمات والصدمات ونحوها . هذه هي اعظم الاسباب في تشويه خلقة الطفل واحداث العيوب التي تولد معهُ وليس الوحام سببها كما يزعمون

الاّ ان بعض العيوب الخلقية لا يكون ذلك سببها فان منها ما يحدث عن تهيج موضعي او عن انصباب السوائل بغزارة الى محل محصور او عن افراط في حيوية عضو او نقصانها الى غير ذلك من الاسباب التي لا ضابط لها فتحدث بذلك البقع الدموية الحمراء اللون او الملونة بلون البن والشامات والثآليل من ذوات الاعناق وذوات القواعد المتّسعة وغيرها مما يشبه في هيئتهِ ولونهِ الاثمار والخضراوات والحشرات ونحوها كالكرز والتوت والقطر والدودة والعنكبوت والسرطان ولحم الخنزير وشفة الارنب ووبر الهرّ وما شاكل ذلك مما سموهُ شهوةً وهو في الحقيقة ليس بشيء من الشهوة بل نتيجة مرَضية ناشئة عن اسباب داخلية او عن عوارض عارضت عمل الرحم ووظيفتها

ولو صحّ زعم العامة لكثرت العيوب الخلقية المشوّهة وانذرت الصورة الانسانية الجميلة

وجاء مكانها صور شنيعة مختلفة الهيئات مشوّشة التراكيب اذ يندر ان تسلم امرأة من مزعجات الوحام والرعب اثناء الحمل ولا بد من توجيه قواها وافكارها الى امر من الامور حينئذٍ . ولو صحّ زعمهم لكان جنس المولود تحت ارادة والدته فاذا اشتهت — وبالغت في الاشتهاء — ان يكون مولودها ذكرًا وجب ان تلد ذكرًا او انثى فانثى وهو خلاف الواقع .

وبناء على ما تقدم فليس من الواجب على الزوج سدّ مطالب زوجته كلها في الوحام ولاسيما لانها لا تقف على حدّ بل قد يقرب ان يكون صدورها عن الجنون بعينه فيجب لها العلاج الادبي . على ان اهل اليسر اذا شاؤا اجابة طلب نسائهم فلا لوم عليهم ولا تثريب

الحمل الباكر والاسقاط والولادة

كلما بكّر الحمل في المرأة ازداد قبولها للتأثر وازداد وجوب الاعتناء بها . والاسباب المادية تؤثر في اديانها وبالعكس . فيجب ان تحترس من العوارض الخارجية وتلزم الحكمة والرزانة في سلوكها ومعيشتها . وما ذُكر من القوانين الصحية كافٍ فيقاس عليه ما لم يُذكر ويعمل به الى ان تأتي الولادة وتؤمن غائلة الاسقاط

هذا وبعض الحوامل يعتريهنّ انزعال مدة الحمل بلا سبب ظاهر والبعض بحمّى . وتعليل ذلك ان اللواتي يهزلن يكون الجنين فيهنّ نشيطًا وقوة التمثيل والامتصاص فيه شديدة فيمثل لنفسه العصارة المغذية ويسلب امه جانبًا كبيرًا منها واللواتي يحمّى تكون قوة التمثيل في اجنتهنّ ضعيفة فيخشى عليها ان تولد ضعيفةً او غير قابلة للحياة

الاسقاط * اما الاسقاط فهو اخراج الجنين قبل ان يكمل نموّه ويصير صالحًا للحياة ومثاله مثل ثمرة حديثة تموت وهي على غصنها فتسقط عند اهتزاز الغصن اقل الاهتزاز . واسبابه كثيرة جدًّا وهي تنقسم الى ادبية وطبيعية

فالاسباب الادبية هي كالفرح والحزن والغيظ ونحوها وتأثيرها في اسقاط الجنين ينضح من انه يوجد بين الرحم واعضاء كثيرة اشتراك سمپاثوي فكل الانفعالات الشديدة كالفرح والحزن والغضب والرعب الفجائي وغيرها ما يزيد حركة القلب فيسرع دوران الدم ويحدث احتقانًا في الاعضاء يؤدّي الى الاسقاط وهذا يُوصى باجتنابه

والاسباب الطبيعية كثيرة واهمها

العمر . فالمخصبات يتعرّضن في حداثتهنّ للاسقاط لان الرحم لم تبلغ فيهنّ كمال نموها . ويتعرّضن له بعد تقدمهنّ في السن لانها تفقد جزءًا من حيويتها ومرونتها

والمزاج . فالامزجة المفرطة مضرة بالحمل ومعرضة للاسقاط اما المزاج الدموي فيسبب

التعرض للتريف واما العصبي فبسبب زيادة الاحساس والصفراوي فبسبب التأثيرات الادية واللمفاوي فبسبب الضعف وقلة المقاومة

والملابس . فاذا كانت الملابس ضيقة ضاغطة كالمشد (الكورست) والسالو مما يصبو اليه محبّات الازياء كانت سبباً لحمل متعب ينتهي غالباً بولادة كاذبة واذا بلغ الولد وقته ولد ضعيفاً او تحيفاً او معيباً

وكيفية المعيشة . فزيادة التنعم والراحة مخلة بالحمل كالتعب المفرط والسهر الطويل والرقص وركوب الخيل والسباحة وسوق العربات والرياضة العنيفة وبالاجمال كل الحركات القوية تؤثر في الجنين تأثيراً مضراً وكثيراً ما تكون سبباً للاسقاط

والكبق . فانهُ شديد الخطر على الجنين في الشهر الاوّل وفي الشهرين الاخيرين

والوراثة والعادة . فقد ظهر من المشاهدة ان اللواتي اسقطت امهاتهنّ او جداتهنّ معرضات للاسقاط وان التي تسقط اوّل حملها قد يتولد فيها ميل الى تكرار الاسقاط

والامراض الداخلية او العامة . فكل الامراض الثقيلة تفضي الى الاسقاط

والامراض الموضعية . فكل امراض الرحم كالالتهابات والانتفة والامراض العصبية وانحرافات عنق الرحم والسيلانات البيضاء الغزيرة والاورام ونحوها هي اسباب هائلة قلما تنتهي بغير الاسقاط

وعوارض الحمل . فان عوارض الحمل الكثيرة التي مرّ ذكرها كالقيء والقبض والاسهال والتشنج والبواسير وما شاكلها قد تكون اسباباً للاسقاط ان لم يُتلافَ شرها

والتأثيرات الجوّية . فالتعرض لتغيرات الجوّ الفجائية وتنطيس الرجلين في الماء البارد وهما مبتلتان بالعرق وتعريض الساعدين والصدر للهواء البارد كما يحدث للراقصات كلها اسباب للاجهاض ايضاً

الولادة * اما الولادة في المدن فاعسر منها في البر حيث الناس على نوع من الخشونة لان الذين لا يزالون على حال الفطرة قلما يحتاجون الى مولّد في الولادة بخلاف اهل الحضر فانهم لا يستغنون عنهُ الاّ نادراً فكأن الحضارة قد غيرت نظام الطبيعة

والولادة الطبيعية تتمّ في نهاية الشهر التاسع من بداءة الحمل اي بعد ٢٧٥ يوماً على المعدل. وتشرع الطبيعة في تهيئة دفع الولد قبل ولادتهِ بعشرين او ثلاثين يوماً حتى اذا حان وقت الولادة خرج الجنين بسهولة . ولذا كان للولادة علامات مهيئة وعلامات متممة اضربنا عن ذكرها احتراماً للمنام واعتماداً على معرفة الطبيب او القابلة التي درست فن الولادة على اهلهِ . وحسبنا ما تقدّم على الحياة الجنينية او حياة الانسان في بطن أمّهِ