الافراط في الوقاية كالتفريط فيها

ذهبنا بالامس الى دار الحيوانات في بستان الجيزة لنرى ما زاد فيها وما نقص منها فوجدنا الظباء تسرح وتمرح على جاري عادتها والاسد والدب والنمر والقرود الصغيرة كلٌّ منها ساكن في قفصهِ راضٍ بما قُسم لهُ من رخاء العيش ولو في سجن وثيق . واما الارانب اوتان الانسان الوحشي فقد قضى نحبهُ وبقيت زوجتهُ تُقرغ في ارض قفصها ضجرة ملولة كأنَّها تندب إلفها او تشكو اثقال الحياة . ثم فتشنا عن الافاعي في اقفاصها بل بيوتها الزجاجيَّة فلم نجد منها في قيد الحياة الاَّ واحدة او اثنتين . وعدنا الى قفص الارانب اوتان فوجدناهُ مغطًّى بالواح الزجاج الاَّ جانبًا صغيرًا منهُ كأنَّ حرَّاسها ظنوها غادة هيفاء تخافوا عليها من برد الظهيرة ونحن الآدميون كدنا نقع من حرها . وتبيَّن لنا حينئذٍ ان حرَّاس هذه الحيوانات قد ارتكبوا الخطأ الشائع وهو اتقاء البرد ولو باستنشاق الهواء الفاسد وغفلوا عن ان الحيوانات الَّتي يحرسونها ولدت وعاشت في الخلاء هي واسلافها من قبلها الوفًا من الاعوام ورثاتها وابدانها معتادة استنشاق الهواء المطلق الخالي من كل شائبة فلا تحتمل استنشاق غيرهِ ولا تستطيع التغلُّب على ما في الهواء المحصور من جراثيم الفساد واصول الامراض

وقد اطَّلعنا الآن على مقالة مسهبة للدكتور اوسولد الاميركي ذكر فيها خبر قردين قَتَل الاعتناء المفرطُ احدهما واحيا الاهمال الشديد الآخر وهاك ملخَّص ما قالهُ في هذا الشان

وُضع القرد الاول في دار الحيوانات واعتُني بامرهِ اعتناء لا مزيد عليهِ فوضع لهُ كرسي هزاز في قفصهِ وادوات كثيرة ليروض بدنهُ بها ووضعت لهُ مائدة ليتناول الطعام عليها واختير طعامهُ من اجود المآكل واصحها وانفعها وقُدِّم لهُ في ساعات معلومة كل يوم . وكان القفص واسعًا نظيفًا وروعيت فيهِ شروط النظافة اتم المراعاة حتى قيل انهُ فردوس في ما خلا الثمرة المنهيَّ عنها

ولكن خيف على هذا القرد من البرد فأُحيط قفصهُ بالواح الزجاج الثخين لكي لا تدخلهُ نسمة باردة وجعل الحرَّاس يحمون الهواء ويدخلونهُ فيهِ لكي تبقى حرارتهُ على درجة واحدة تقريبًا . وقد نسوا ان هواء الحراج الَّتي كان فيها في بلاد الكنغو بافريقية يختلف حرُّهُ بين النهار والليل من ١٠٥ درجات بميزان فارنهيت في الساعة الثانية بعد الظهر الى ٥٥ درجة بعيد نصف الليل

ولمَّا أُتي بهذا القرد الى تلك الدار كان على جانب عظيم من القوَّة والنشاط وكان يحير الناظرين اليهِ بخفة حركاتهِ وقوَّة عضلهِ فانهُ كان يترجح ساعات متوالية ولا يكلُّ ولا يتعب ولكن لم تمضِ عليهِ ثلاث سنوات حتى قلَّت حركتهُ وضعفت قابليتهُ للطعام وصار يستلقي على ظهرهِ ساعات متوالية لا يبدي حراكًا بعد ان كان يأبى السكون دقيقةً . واشتدَّ الحرُّ يومًا فقلق واضطرب وجعل يرمق رفاقهُ المقيمين في اقفاص مفتوحة لا زجاج حولها بعين الغيرة ان لم يكن بعين الحسد كأنهُ طفل مسكين رأى الموائد مبسوطة لاولاد الاغنياء وهو يتضوَّر جوعًا . وبدت على وجههِ امارات الهم والغم فقال حرَّاسهُ انهُ مصاب بسوء الهضم ولم يخطر لهم انهُ مصاب بمرض في رئتيهِ لانهم قالوا انهُ يستحيل ان يُصاب بهذا المرض ونحن قد وقيناهُ من كل نسمة باردة . ولم يدروا ان الزائد اخو الناقص وان الافراط في الوقاية كالتفريط فيها . ولم تطل عليهِ ايَّام الشدَّة حتى اسلم انفاسهُ واستراح من متاعب الحياة

واستدعى رؤَّساء دار الحيوانات جماعة من الاطباء ليشرحوهُ ويعلموا علة موتهِ فوجدوا انهُ مات بداء السل وان رئتيهِ مشحونتان بالتدرُّن

ولما جيء بهذا القرد الى دار الحيوانات جيء بقردين آخرين الى ولاية أُخرى ولم يتيسر لصاحبها ان يصنع لها قفصًا كبيرًا كالقفص الذي مات فيهِ القرد الاوَّل فاطلقهما في بستانهِ وكان فيهِ بيت صغير فاويا اليهِ . والبستان على اكمة عالية طيبة الهواء مطلقة من الجهات الاربع يبلغ ارتفاعها ألفي قدم عن سطح البحر ويشتدُّ البرد فيها ولا سيما في فصل الشتاء حتى تسدَّ الثلوج طريق المركبات . فاقاما في ذلك البستان سنة بعد أُخرى الارض فراشهما والسماء غطاؤهما . ولم يعتنَ بطعامهما ولا بنظافة بيتهما . وبلادهما أُلفي ولدا فيها من اشد البلدان الافريقية حرًّا وقد نُقلا منها الى بلاد باردة في مدى شهر من الزمان ولم تستعمل واسطة من الوسائط لتدفئتها لا صيفًا ولا شتاء . وهما في نوعهما من القرود الشكسة الاخلاق الشديدة الحرَد وكان الاولاد يجتمعون حولها ويستعملون كلَّ واسطة لازعاجهما ومع ذلك كلهِ ازدادا صحة ونشاطًا لان الهواء البارد النقي عوَّضهما عما خسراهُ باختلاف الاقليم ولم يزالا حيين نشيطين الى الآن وسيبقيان كذلك الى ما شاء الله

ومنذ بضع سنوات هربت قردة من دار الحيوانات في فصل الخريف واقامت شهرًا في البريَّة تقتات مما تجدهُ من يابس الاعشاب . وطاردها صيَّاد بكلابهِ فقبض عليها

وردّها الى دار الحيوانات ولكنها افلتت بعد برهة وجيزة وهربت واقامت في الخلاء شهرًا آخر مع شدّة البرد والزمهرير واكتساء الارض بالثلوج واخيرًا اقتفت كلاب الصيد آثارها على الثلج وقبضت عليها وقتلتها واستخرج الاطباء رئتيها فوجدوهما سليمتين ليس فيهما الاَّ ثلاث درنات صغيرة حدثتا فيهما حينما كانت محبوسة ثم شفيتا لما افلتت وعاشت في الخلاء . ويتضح من هذه الحوادث وامثالها ان الهواء المطلق ولو كان باردًا كالثلج او ابرد انفعُ للصحة وألزم للحياة مِن الهواء المحصور ولو كانت حرارتهُ كحرارة البدن

ثم ذكر الدكتور اسولد حديثًا مختصرًا جرى بين الدكتور فردبرجر النمسوي وبعض الأطباء منذ خمسين عامًا . قال الاطباء انك قد شفيت كثيرين من داء السل أفلا تجد سبيلاً لشفاء ابن نبوليون الاول فقال لهم قد كان ذلك ممكنًا لو لم يكن ابوهُ نبوليون اما الآن وابوهُ معبود كالآلهة فلا سبيل لشفائهِ . فقالوا أتظن ان الحكومة تضنُّ عليهِ بواسطة من الوسائط فقال كلاَّ ولم يخطر ذلك ببالي وانما حياة هذا الولد اثمن كل حياة عند ذويهِ ولذلك يفرطون في وقايتهِ . والوقاية المفرطة هي ألّتي ستودي بهِ

ويمشي على ذلك ما ذكرهُ الدكتور باج في الجزء الاخير من جريدة الهيجين وذلك ان امرأة ارملة قالت لهُ ان زوجي لم يلبس قمصان الصوف الاَّ في السنة ألّتي مات فيها فانني اقنعتهُ بلبسها في خريف تلك السنة وسررت جدًّا لانهُ انقاد اليَّ وعمل بطلبي ولم يكن معرَّضًا للزكام قبل ذلك فاصيب بزكام شديد بقي معهُ الشتاء كلهُ ثم مات بذات الرئة في فصل الربيع . فقال لها لا شبهة في انك سبب موتهِ ولو لم يكن ذلك عن قصد منك. لا لان لبس قمصان الصوف يعرّض الابدان للزكام بل لان الجسم الذي اعتاد تحمُّل برد الشتاء ومقاومتهُ ينصرف عن ذلك اذا لم يرَ موجبًا لهُ فاذا اشتدَّ البرد ليلةً والجسم عارٍ من تلك القمصان انحرفت وظائفهُ عن مجراها وتمكَّن الزكام منهُ

وجملة القول ان الافراط في الوقاية كالتفريط فيها . وان ما اعتادهُ الجسم لا يحسن صرفهُ عنهُ ولا سيما اذا كان مما يقوّي الصحة ويدفع المرض . فمن شبَّ على نوع من المعيشة سواء كان في المأكل او المشرب او الملبس او المأوى ولم يجد منهُ ضررًا فهو جدير بالمواظبة عليهِ وان لحقهُ منهُ ضرر واراد التحوُّل عنهُ وجب ان يتحوَّل رويدًا رويدًا لا دفعة واحدة