	ماء	بروتين	دهن	كربوهيدرات	الياف
لحم الثور	٧١	٢٢	٤	.	..
» العجل	٧١	٢٠	٦	.	..
» الضان	٦٧	٢٠	١٢	.	..
العدس	١٢	٢٢	١	٢	٥٩
اللوبياء	١٤	٢١	٢	٦	٥٥

وقلة مقدار البروتين في العدس واللوبياء اذا طبخا امر نسبي فقط لكثرة ما يدخلها من الماء . وزيادته في اللحم ناتجة من ان بعض مائه يزول منه بالطبخ

ويذهب اكثر الاطباء الى ان البروتين الحيواني اصلح من النباتي لتغذية الانسان وان ما في الاطعمة النباتية من الالياف يعسّر الهضم على غير فائدة . وخير الطعام ما كان ممزوجاً وفيه كل العناصر اللازمة للغذاء وكان مما يستطيع الجسم هضمهُ وفائدتهُ تساوي ثمنهُ

صيد الفيل حيًّا

وعدنا في الجزء الماضي ببسط الكلام على اساليب الهنود في اصطياد الافيال حية لتقوم مقام ما يموت من افيالهم . واشهر هذه الاساليب اثارة الافيال البرية قطيعاً كبيراً فيخرج فريق الصيادين من بنغال في فصل الشتاء وفيه ٣٧٠ رجلاً وهم يحسبون انهم بيقون في مطاردة الافيال ثلاثة اشهر فاذا رأوا قطيعاً منها انقسموا فرقتين واحاطوا بالافيال من جهتين متقابلتين وابقوا رجالاً منهم بين الفرقتين وبين الواحد والآخر نحو خمسين متراً فيكون منهم دائرة محيطها ستة اميال الى ثمانية . وللحال يقيمون حولهم سياجاً من نبات القنا الهندي ليكون شبه مظلة لهم في النهار . ويمنعون الافيال من الخروج منها باطلاق البنادق نهاراً واضرام النار ليلاً . ويعمل بعضهم في اقامة الحظيرة في وسط هذه الدائرة يجعلون قطرها عشرين متراً الى خمسين وينصبون حولها اعمدة من سوق الاشجار ارتفاع كل عمود منها نحو اربعة امتار ويمكنونها بالاوتاد ويجعلون لها باباً من احد جوانبها سعتهُ اربعة امتار يمتد منهُ الى الخارج سياجان متفرجان من الاوتاد العالية طولهُ مئة متر ويصير البعد بين طرفيهما في نهايتهما نحو خمسين متراً واذا تمّ ذلك جعل الصيادون يطاردون الافيال الى ان تدخل

بين السياجين المتفرجين فيتبعونها الى ان تدخل الحظيرة . ويكون لباب الحظيرة غلق من الاخشاب الغليظة فيحكمونهُ في مكانهِ

اذا دخل قطيع الافيال الحظيرة على ما تقدم بقي ان يمسك كل فيل منهُ على حدة وهنا تستخدم الافيال الداجنة لمسك الافيال البرية فيدخل الفيل الداجن وعلى عنقهِ فيالهُ وعلى مؤخرهِ رجل آخر معهُ حبل وتجعل الافيال الاليفة تفري الافيال البرية وتفصلها بعضها عن بعض الواحد بعد الآخر وكلما نفصلت فيلاً عن رفاقهِ رمى الفيّال حبلهُ حول رجليهِ وربطها بهِ معًا ثم ربط عنقهُ واحدى رجليهِ وقادهُ الى شجرة كبيرة في الغاب المجاور وربطهُ بهِ ربطاً محكمًا حيث يبقى الى ان تربط سائر افيال القطيع وبذلك يسهل اقتيادها

لكن الافيال الكبيرة الانياب قلما يتيسَّر صيدها على هذه الصورة فيستعمل لصيدها اسلوب آخر وذلك بان يُخرَج اربع او خمس من الاناث الدواجن والفيالون على ظهورها وقد ركبوا وتنطوا باحرمة تستر هم الى حيث يكون الفيل البري الكبير . وتجعل هذه الاناث ترعى كأنها في مراعيها وليس لها غرض آخر وهي تدنو من الفيل الكبير رويداً رويداً وتتودَّد اليهِ فيقيم معها يومين او ثلاثة ويكون الفيالون قد تركوها معهُ وبقي منهم معها واحد مناوبةً فيتعب الفيل وينام فتحيط الاناث بهِ وينزل اثنان من الفيالين خلسة ويربطان رجليهِ ربطاً محكماً وقد يربطانهِ بشجرة اذا وجدا شجرة قريبة منهُ فاذا استيقظ ورأى نفسهُ مربوطاً الى الشجرة حاول الافلات منها بكل جهدهِ واذا رأى نفسهُ مربوط الرجلين فقط حاول الافلات ايضاً حسب الامكان لكن الاناث يتبعنهُ حينئذٍ الى ان ينهكهُ التعب فيربط الى شجرة اخرى والغالب ان يموت كثير من الافيال وهي تحاول الافلات

اما صيد الافيال بالحفر فمن اشد طرق الصيد قسوةً لكثرة ما تتكسَّر فيها عظام الفيل او تقطع حينما يسقط في الحفرة . والغالب ان يكون عمق الحفرة ١٥ قدمًا وطولها عشر اقدام ونصف قدم وعرضها سبع اقدام ونصف قدم ولم يصفرونها كذلك لانها اذا كانت كبيرة سهل على الفيل ان يحفر مخرجًا لهُ منها بنابيهِ . والفيل الهندي شديد الحذر لا يسير على جسر ما لم يختبر متانتهُ ولكنهُ يقع في الحفر بسهولة

وصيد الافيال بالوهق هو الصيد الحقيقي . يؤتى بثلاثة افيال او اربعة سريعة العدو ويركب فيّال على رقبة كلٍّ منها ووهّاق على ظهرهِ وسائق على عجزهِ ويكون معهم حبل طويل غليظ مربوط حول بدن الفيل ولهُ في طرفهِ انشوطة كبيرة وهو الوهق فاذا رأت الافيال البرية فيلاً داجنًا هربت منهُ باسرع ما تستطيع فيعدو الفيل وراءها والغالب ان

يعدو فيلان وراء الفيل البري والاثنان يستحثونهما الى ان يدانياه فيرميه الحابل بالوهق في عنقه ويوقف فيله عن السير واذا اوقفه بغتة فقد يخنق الفيل البري . وهذا الاسلوب من الصيد كثير المخاطر ولا يمسك به الا الافيال القليلة السرعة . واهالي سيلان يصيدون الفيل بالوهق على الاقدام يطارده اثنان ويرميانه بالوهق ويربطان طرفه بشجرة

وثمن الفيل الصغير غير البالغ ١٥٠ جنيهاً وثمن الانثى الكبيرة ٢٠٠ جنيه الى ٣٠٠ وثمن الفيل الكبير النابين ٨٠ جنيهاً الى ١٦٠ جنيهاً

ويستخدم الفيل الداجن الآن في بلاد الهند لنقل الامتعة الثقيلة للجيش ولجر الخشب الى الانهار ولجر مركبات المدافع بدل الخيل ولا يستغنى عنه في البلاد التي لا طرق فيها او طرقها متخربة فانه يستخدم مثل دواب الحمل ومثل دواب الجر . ولا يزيد حمله على اربع مئة اقة اذا كانت الارض سهلاً وعلى مئتين وخمسين اقة اذا كانت الارض جبلية . واذا استخدم لجر الاثقال ربطت له بحبل قصير فيمسك طرفه باسنانه ويرفع جانباً منه عن الارض ويسير به بين المعلّق والمجرور . والذكور اقوى من الاناث واكثر استداداً وكل ما يستخدم لذلك ليس من الافيال الحسنة الخلق لان هذه يغالى بها ويقتنيها الملوك والامراء مراكب لهم ولصيد البراي النمر الهندي المخطط

الانتقاد في بلادنا

عدم في ثوب موجود

اكثر القراء يعلمون ما هو الانتقاد ولا يجهلون المراد به فلا حاجة اذاً الى تعريفه وهو انواع كثيرة منها الانتقاد الاجتماعي للاخلاق والعادات والانتقاد السياسي لاعمال رجال الحكومة . والانتقاد العلمي الادبي لبضاعة الكتاب والادباء وكل ما تخطه اقلام العلماء وتمليه قرائح الشعراء والخطباء . وهو المقصود من هذه المقالة

على ان كثيرين من القراء يزعمون ان هذا الانتقاد انما وضع لتزييف أسقاط بضاعة الادب التي ذهب بها الخطأ كل مذهب حتى باتت مأكلاً للركاكة ومشرباً ومعيشاً للسخافة وملعباً . فاذا عثروا على انتقاد احد الكتب في صحيفة او مجلة حكموا عليه في الحال بانه من سقط المتاع واعرضوا عن اقتنائه والانتفاع بمطالعته . وشيوع هذا الزعم كان من اكبر الاسباب التي اضاعت على القراء فوائد الانتقاد وشوهت محاسنه في عيون المؤلفين فانكروه ولم يشجعوا احداً من المشتغلين به على نقد مؤلفاتهم كما سيأتي الكلام