

الشيخوخة وأمالها حيوية

قالاً عن العلامة مثنيكوف

(٧) هل يمكن ان يُطال العمر^(١)

الانسان وهو اطول عمراً من كل ذوات الثدي يشكو على الدوام من قصر عمره . وهو الوحيد من بين الحيوانات الذي ترقس مودة الموت في ذهنه ويعلم صريحاً انه صائر اليه لا محالة فشكواه من دنوء مرة واما الحيوانات فتجهل ذلك واذا حاذرت الخطر فلما تحاذره بفرية الاحتفاظ بنفسها . ولهذا يجب ان يعنى البحث في هذا الموضوع حقاً من الاهمية لتعرف هل تزيد سعادة الانسان باطالة العمر عن حدوده الحالية ام لا يوتئى بعض المفكرين ان اطالة العمر لا تزيد سعادة الانسان بل قد تكون شؤماً عليه لان الشيخوخة يجتاحون الي آمن يعلم فهم وهق على الامة

اذا انتصرت الغاية على اطالة عمر الشيخ بدون تحسين حال الشيخوخة نفسها كان هذا الاعتراض صحيحاً وجديراً بالنظر وانما الغاية هي ان يسير العمر مع العقل والقوة سيراً واحداً . وقد ذكرنا في ماضى امثلة كثيرة تدل على امكان القيام بالعمل المفيد ولو في سن الشيخوخة فاذا قلت اوزالت الاسباب التي تجلب الشيخوخة الباكرة لم تبق حاجة لمساعدة الشيخوخة الذين يملون الستين والسبعين وقات تقايمهم عن عائق غيرهم بدلاً من ان تزيد يتكروا على الطب محافظةً على اصحاب الاستقام والمعامات الوراثةية ويقولون ان ذلك يؤول الى اضعاف الجنس البشري فلو تركوا للانتخاب الطبيعي لانتقروا وحل محلهم اشخاص اقوي بنية وافر عملاً . ويسمى هكل هذه المحافظة بالانتخاب الطبي ويقول انها طريقة لاخطاط الانسانية

على ان البنية الضعيفة قد تكونت كبيرة الفائدة للانسانية اذ وجد بين السلولين والمصابين بالزهمري المكتسب والوراثي وبين اصحاب المعامات من كل نوع من قام باعمال كبيرة لتجاع الجنس البشري وحينما ان تذكر منهم فرسنل وليوبارددي وويرو وشومان وشوبين وكثيرين غيرهم . ولا نعني بذلك انه يجب ان نحافظ على الامراض وان نتترك

(١) انتطنا هذه المقالة من بحث مستفيض للزلف في هذا الموضوع وانصرتنا في النفس على ما ساعدنا عليه لجمهور القراء . واما مقالات السابقة فتكاد تكون ترجمة حرفية

للاتقارب الطبيعي حفظ الاختصاص الذين يقرون عليها من ان يزال الامراض عموماً
وعيوب الشيخوخة خصوصاً بكل الوسائل الصحية والدوائية وان تستر الاقتراب العيني الذي
يقول به هكل مضافاً السعادة الجنس البشري . يجب ان نسمى بكل استطاعتنا لنسمل
قناس ان يكفوا ادوار حياتهم وان تمكن الشيوخ من القيام بوظائفهم المهمة ككثارين
وقضاة محكمين باختبارات حياتهم الطويلة

وقد جرت الناس في كل عصر بكل نوع من الوسائل للحصول على الغاية التي بشدوتها
من طول العمر وليس منهم من نظر في هذه المسئلة النظر الذي توجب الغاية الجوهرية التي
نطلبها في بحثنا هذا . فانصرفوا الى تركيب العقاقير المتعددة وقاعدة اكثرها الصبر ومنها
الاكسير لطول العمر الذي لا يزال اسمه محفوظاً الى الآن في المادة الطبية . وكان اكثر
الناس سعيًا لذلك اهل الصين يرون ان الاطباء القانونيين كانوا يصفون هذه
المساعي وينكرون فائدتها فقل الاهتمام بها على التوالي الايام خلا عقاراً واحداً ظهر حديثاً
بجشوا فيه بحثاً عملياً صحيحاً وهو السيكارين نسبة الى العلامة برون سيكار الذي اكتشفه
وجربه بنفسه وقال بفائدته وهو سائل يستخسر من عصير خصية الحيوان كالنكب والكوباي
ويستعمل حقناً تحت الجلد وقد استعمله برون سيكار وعمره ٧٢ سنة وراكد انه شعر برجوع
قوته وشبابه وعلى اثر ذلك شاع استعماله كثيراً ثم قلت اهميته اذ لم تحقق فائدته فاهمل في
كثير من البلدان ما عدا فرنسا حيث لا يزال استعماله شائعاً

ثم ظهر عقار اخر من نوعه يعرف بالسيرمين استخضره بوهل الرومي وشهد كثير من
من العلماء المحققين بفائدته وقالوا انه ينهض القوى التي تخطب بالشيخوخة او بعد العمل الشاق
والسيرمين لا يدل اسمه على مساهمته لانه يستخسر من المواد الكيماوية التي في اخصية
والبروستاتا والمبيض والبنكرياس والغدة السرقيه والمغزول فهو اداة مركب من مواد كثيرة
الانتشار في اعضاء ذوات الثدي من النوعين . ويقول الذين جربوه في الشيوخ الضعفاء
الذين فقدت قائلتهم وفي نومهم انه استندادوا منذ راسمتم الفائدة عدة اشهر . على ان
الاهمية في علاج ضعف الشيخوخة لا تتوقف على السيكارين او السيرمين بل على الوسائل
الصحية التي يسير عليها الانسان في شبابه وكهولته سيراً منظماً وهي باجماع الآراء كما يأتي:
الحفاظة على قوة كل عضو من اعضاء الجسم . ومقاومة الايائل المرضية المكتسبة او
الموروثة . والاشدال في الطعام والشراب وفي كل ملذات الجسم . وابتساق الهواء التي
في البيت وخارجة . والريضة اليرمية . والنوم باكراً واليقظة باكراً . ونوم لا يتجاوز سيرة

ساعات . والاستحمام يومياً بالماء البارد او السخن حسب استعداد الشخص وميله . والنخل المرتب . وعيشة نظافته الرجاء . ومجازجها السرور بالحياة . ومقاومة الشهوات والانفعالات العصبية . والامتناع عن المشروبات الروحية . واجتناب المخدرات والمواد المسكنة . والذين يسيرون على هذه القواعد يجاوز كثيرون منهم المئة . فالرسائل الصحية هي التي يعمل عليها في احوالهم وفي جعل الشيخوخة قليلة العناء

ولا ريب في ان علم الصحة كان واسطة لاطالة العمر في الاعصر الاخير لان الوفيات في الشعوب المتقدمة نقصت عما كانت عليه في الاعصر السابقة . ويرجع بعض السبب في ذلك الى النقص في وفيات الاطفال في القرن السادس عشر كانت وفيات الاطفال في جنيف ٢٦ في المئة وتزلت في بداية القرن التاسع عشر الى $\frac{1}{16}$ في المئة . وحصل مثل ذلك في برلين وهولندا والدانمارك وغيرها . وطالت ايضاً اعمار الشيخ لان قس البرنستات في الدانمارك كان متوسط اعمارهم في القرن الثامن عشر يتراوح بين $\frac{1}{24}$ و $\frac{1}{89}$ سنة وكانت وفياتهم ٢٢ في المئة وتزلت في القرن الثامن عشر الى $\frac{1}{164}$ في المئة . ومثل ذلك يقال عن قس انكلترا وعن افراد البيوت المائكة في اوربا ذكوراً واناثاً وعن افراد الشعب في كل بلد من البلدان المتقدمة . ولا ينبغي ذلك كون الذين عمروا في الاعصر السابقة اكثر من الذين يمرون في الاعصر الحاضرة لان اولئك عمروا في ظروف واحوال خصوصية وشيوخ هذه الايام يمرون اكثر منهم وبما لا ريب فيه ان العمر عموماً قد طال عما كان عليه في الماضي وقد كان علم الصحة في القرن الثامن عشر واكثر التاسع عشر قاصراً قليلاً الانتشار لكنه كان مع ذلك وسيلة قوية لاطالة العمر لان قواعد النظافة وحسن المديشة ساعدت عليه . قال ليغ ان تمدن الامة يقاس بكيفية العائون الذي تستعمله . وقال احد الجراحين الشهيرين ان السرطان قل كثيراً عن ذي قبل الا ان سرطان الجلد ولا سيما الجلد المكشوف الذي تطاله اليد قد زاد وأنه ينمو بنوع خصوصي على القروح والندوب وعلى الاقسام التي تودخ سهولته ولهذا يندر السرطان في النشآت التي تفتي بالنظافة

وللتلجج بلقاع الجدري شأن كبير في تقليل الوفيات في النصف الثاني من القرن الثامن عشر اي ليل اكتشاف جتر طريقة التطعيم كانت الوفيات بالجدري في برلين ١,٨ في المئة من كل حوادث الموت ويموت به ٦ في المئة من عمرهم ١٥ سنة و ٩٩,٣ في المئة من سنهم اقل من ذلك . واما الشيوخ قتل من كان يموت منهم به اذ يرجح انهم اصيبوا به في صغرهم فلما منهم في كبرهم

فإذا كان علم الصحة على ضعف وعدم انتشاره في تلك الأيام قد افاد في اطالة العمر
فن الضرورة ان تزيد قائمته في هذه الأيام بعد تقدم المعارف الطبية وزيادة انتشارها بين
العامة - فاصح اتقاء الامراض العنقية والساربة كالتزمرى وذات الرئة والتيفويد والهواء
الاصفر اميل مما كان سابقاً - وصار في الاسكان تحسين الازرجة والايال المرضية بترتيب
المعيشة والسير على القواعد الصحية

وقد افصح مما سبق في المقالات السابقة ان العناصر الشريفة متى ضعفت في جسم
الشيخ شرع انكروفاغوس يفتربها فدعا ذلك الى الظن ان اتلاف المكروفاغوس او
اضعافه قد يكون وسيلة لاطالة العمر ولكن المكروفاغوس ضروري لمقاومة العوامل المرضية
وخصراً العوامل التي تسبب الامراض المزمنة كالسل فن الضروري ان نحافظ على سلامته
وننسى لايجاد دواء يقوي العناصر الشريفة ويجعلها اقل عرضة لان يفتربها بانكروفاغوس
تكتب في كتابنا « دروس في الطبيعة الانسانية » على مشئلة مصل الحيوانات الذي
يذيب الكريات الدموية من حيوان آخر من غير نوعه ثم اتبع نطاق البحث في هذا الموضوع
واكتشف علماء البيولوجيا انواتاً كثيرة من المصل واختصها المصل المعروف باليتوتوكسيك
اي الذي يسم العناصر الحويصلية

فن الحيوانات ما يصل دمها ومصل دمها فمل سم بعد ادخلها الى جسم حيوان آخر
كدم الحنكليس والافى لانا اذا حقنا حيرانا من ذوات الثدي كالارنب والكوباي والجرذ
بكية من دم الافى فالحيوان المحقون يموت بعد مدة قصيرة ولو كانت الافى غير سامة
ومن ذوات الثدي ماله هذه الخاصة ولكن باقل درجة من الافى فاذا حقنا حيرانا
من ذوات الثدي بدم حيوان من غير نوعه ظهرت في الحيوان المحقون اعراض التسمم
ودم الكلب يمتاز بقوة سمه عن دم بقية ذوات الثدي وعكسه دم الذئب والمعزى والخليل لان
الحيوانات والانسان تحمله بسهولة ولهذا يفضلونها لتحضير انواع المصل التي تستعمل في الطب
ثم ان مصل الدم غير سام يتحول الى مصل سام اذا اخذ من حيوان بعد حقنه بدم حيوان
من جنس غير جنسه - مثال ذلك اننا اذا حقنا الخروف بدم الارنب ثم اخذنا مصل دم الخروف
وحقنا به الارنب اذاب الكريات الحمراء فيه اي ان دم الخروف اكتسب من دم الارنب
قوة على تدويب الكريات الحمراء ولكن هذه القوة ينحصر تأثيرها في الارنب ولا تؤثر في
الحيوانات الاخرى - فحقن الخروف بدم الارنب بكمية خاصة جديدة لا تظهر الا على
الكريات الحمراء في دم الارنب فيحصل فيه ما يماثل فعل المصل في الامراض العنقية اذ يحصل من

الحسان بمدقته بكروبات الدثيرة يا مصل بشني الدثيرة يا ولا بفعل في الثنائوس او الطاعون وقد ظهر في سير هذه الابحاث ان المصل يكون سماً يقتل معين فاذا نقص عنه فعل فعلاً معاكاً اي انه بالكيفية الكبيرة يذيب الكريات الحمراء ويقتل عددها في الدم وبالكريات الصغيرة يزيد عددها . وبعد ان ثبت ذلك بالتجارب في الحيوانات ظهرت فائدة التجارب في المصابين بفقر الدم فزادت فيهم الكريات الحمراء وظهر اللون الاحمر على وجوههم بمد حقنهم بكية صغيرة من مصل الدم . ثم حسن بعضهم هذه الطريقة فاعد مصلان من دم الحيوانات بمد حقنها بدم الانسان وجرب هذا المصل في عدة اشخاص مصابين بفقر الدم من اسباب مختلفة وقد ثابت في بعضهم العلاجات السابقة فكانت النتيجة باهرة اذ زادت الكريات الحمراء بآلة زيادة كبيرة بمد حقنهم بكيات صغيرة منه

تنطبق هذه الاحوال على القاعدة العمومية المعروفة في الطب وهي ان السموم بالجرعات الصغيرة تقوي العناصر الحساسة وبالجرعات الكبيرة تهتكها وتبنيها . ففي الطب يقولون القلب يجرعات صغيرة من السموم القلبية كالدجنالين وفي الصناعة يقولون صل الخمر بكية صغيرة من مادة قيمته بكية كبيرة كفلوريد الصوديوم

يرخذ من هذه المطرقات الثابتة مبدأ ثابت وهو ان العناصر الشريفة تقوى بالمصل السام (البتركيك) الذي من نوعها الا انه يصدر الحصول على مصل لكل نوع من العناصر ودون تحقيق ذلك صعوبات حمة لاننا نستطيع ان نحصل على دم انسان ونحقن به حيواناً فنحصل منه على مصل يقوي الكريات الحمراء ويزيد كيتها الا انه يصدر علينا ان نحصل على الاعضاء السليمة التي يجوز استعمالها لغاية عملية وعلمية لان القانون لا يبيح تشریح الجثة الا بدفوات الفرصة اي بمد ان تقصد وتنتج هذا عن ان الاحشاء كثيراً ما تكون مصابة بطل تمنع استعمالها والفائدة منها . وانقل ما يمكن الحصول عليه من هذا القبيل اعضاء الاطفال الذين يموتون بمرض الولادة اذ تكونت اعضاءهم سليمة وعلى الحالة الطبيعية الا ان هذه العراض نادرة وزادت ندرتها بتقدم علم الولادة

فاذا كان من الصعب ان نجد دواء تقوية عناصرنا الشريفة المستخرجة من السهل ان تمنع حصول هذا الضعف الذي يقف عثرة دون تحقيق آمالنا في الحياة الطويلة وبما ان المولدات المنكروية هي التي تقصد استجنا في هذا السبيل يجب ان نبحث عن حل لهذه المسئلة عند ما يولد الطفل تكون اعضاءه خالية من المكروبات . والسائل الذي تحتويه يتألف من الصفراء ومن العناصر الواردة من الششاء المخاطي المعوي فهو وسط صالح لاستنبات

المكروبات اذ بعد الولادة يوضع ساعات تظهر في براز مكروبات عديدة من انواع مختلفة وهي تستطرق اليه مع الهواء بطريق الفم والاسهت وبعد ان يوضع لبن امه نقل هذه المكروبات ولا يبقى منها سوى مكروب واحد اكتشفه نيسيه ومنها باسيلوس بيفيدوس والطفل الذي ينفذ بلبن البقر تكثر المكروبات في برازه اكثر من الطفل الذي ينفذ بلبن امه فالعذاه اذا يؤثر في المكروبات المعوية وهي تختلف باختلاف التغذية وعلافة التغذية بالمكروبات تدعو الى السمي للوقوف على الوسائل التي تتروج بها المكروبات المعوية بحيث يحل محلها مكروبات مفيدة

عرفنا مما سبق بيانه في المقالات السابقة ان المعى الغليظ مستودع واسع لحفظ فضلات الطعام وستنبت للمكروبات الكثيرة وانه كبير الفائدة للحيوانات التي تقنات بالنبات وعدم الفائدة للانسان وقد اثبتت المشاهدات انه اذا استواصل قسم كبير منه او اذا فقد وظيفته بقيت صحة الانسان جيدة وبقي جسمه سليماً ولا يلزم من ذلك ان يتواصل المعى كما تتواصل الزائدة الدودية بل ان تقتل المكروبات او يخفف ضررها وقد استعملوا لهذه الغاية العقاقير التي يسمونها بمضادات الفساد وهي كثيرة كالبازوتنتول والسالول والشيمول والنفالين وغيرها ومثلها الماهل وخصوصاً الكالومل وقد ظهر منها بعض الفائدة ولكنها لم تنفع بالفرض لانها لا تقتل المكروبات بالجرعات الضئيلة وتفسر المعى بالجرعات الكبيرة ولان المساهل لا يجوز الاستمرار عليها طويلاً

وانضل ما جرى عليه الانسان من بداوته الى الآن اخذ الفذاء مطبوخاً على النار ولا تدخل المكروبات الى الامعاء الا مع الاطعمة النيئة فاذا لم يؤخذ الفذاء الا مطبوخاً ولم يتناول الشراب الا بعد غلاته امكن انقائه شر المكروبات الا ما شذ وتندر ولا يتوهم احد ان تعقيم الاغذية يضعف قيمتها ويمسر هضمها لان رواد القطب الشمالي يشنون مدة طويلة على الاغذية المعقمة بدون ان يتالم ادنى ضرر والطفل الذي ينفذ بالحليب المعقم اقل عرضة للالتهابات المعوية من الذي ينفذ بنغير المعقم - وقد اثبتت المراقبات ان الشعوب التي تنفذي باللبن الزائب كالبلغار والبدو همرون طويلاً ويتشعرون بصحة جيدة حتى في اقصى الشيخوخة لان الحامض اللبني من مطهرات الامعاء وقد اشتهر الدكتور باسيلين في مداواة الامراض المعوية وهو العقار الذي حضره منشيكوف من خميرة اللبن وقوامه مكروبات نظائر اللبن وقد عرفنا ان تسمم الاعضاء بالمكروبات المولدة من التعفن المعوي هي من اكبر دواعي الشيخوخة البكرة فاذا سار الهضم سيراً حسناً ومنع التعفن المعوي قل

تعرض الاعضاء لتسحم واستطاع الانسان ان يسير سيراً حسناً في كل ادوار حياته واصبح
 أكثر اهلية لبلوغ شيخوخة كبيرة قليلة التعب والنصب . ولهذا يجدر ان يبحث في كل ملاحظي .
 العجزة عن المكروبات الممرية في الهياكل وعن الاغذية التي توافقتهم . والى ان نصل الى نتيجة
 هذا البحث نصلح لمن يرغب في طول العمر مع سلامة العقل ان يستدل في مبحثه ويسير
 على القواعد الصحية التي ذكرناها آنفاً . انتهى
 الدكتور امين ابو خاطر

في بادية الشام

هالتي وانا في الشباه من الجبوت الجنيكزي هول أوجت منها في نفسي خيفة
 واستشعرت من شرورها المنطيرة في العرب خشية . ولما ايقنت بان حكومة الترك التورانية
 قد عزمت عزماً شديداً ان تنضي على الزوج القومية العربية قضاءً مبرماً في طامة هذه
 الحرب الكبرى وذلك بالقضاء على اعيان العرب وفتيان حطان وعلمت بعد ذلك انهم امروا
 زبائتهم بالقبض على فاسخوت من المعاطب بالسياس ومن العوادي بالبوادي ولذت من
 عقاب العجزة الاشرار باجنياز عقاب المفارز والاوراق . وما زلت لابساً قبعة الاخفاء
 مشوارياً عن اليون والرقاء يوماً بجبل الشيخ او جبل الثلج على رأي حسان و يوماً على متن
 العاصفات الجياد قطع سهول حوران . ومن غرائب الاتفاقات التقاتي بصديقي جلال الدين
 البخاري فاراً من عدوان الاتراك فوافقتي وراققتي حتى هبطنا البلقاء (مواب) والتمينا عصا
 التسيار او التمرار في عرب بني صخر الخيميين قرب قرية الزرقاء . وحظنا ضيفين مستجيبين على
 شاهر الخريشة ابن عم حديثة شيخ هو لاء الاعراب ولم تنزل في سرداق الشيخ لسفره الى
 دمشق لاستلام المرءة وهي الانارة التي يتقاضاها البدو مساهمة من الترك

بنو صخر من الاعراب التي اتخذت البلقاء منازلها وهم يتعمرون الى قسمن الخرشاش
 والفارز فالخرشان نسبة لخريشة الأب الاول وبلغ عددهم نحو ٥٠٠٠ نفس لا عيش لهم
 الا بالبله التي يتقلون عليها الحمول بالاجرة صيفاً في مجلرون وحوران ويحملونها عند تقربهم
 وعودتهم من البادية ملتحاً من قربات الملح الواقعة في قائحة وادي السرحان من جهة الشام .
 ويعيشون ايضاً بالغزو المستديم وهو حرفة الاعراب من القديم وأكثر غزوم للدروز وقد
 شاهدتهم يعيشون في قرى الشراكة فساداً فيرعون مراعيهم ويقطعون من مغارمهم
 اشجار الصفصاف يتخذون منها اعمدة خيامهم واوتاداً