الواجب

قصة عن سكندر إزباخ

تطوّعت لتكون في الصفوف الأمامية أول يوم في الحرب . كانت قد أتمت السابعة عشرة ، ولكنها أصبحت رجال الجيش الأحمر ، الذين أمهدت جراحهم ، أختاً صغرى عبوبة مدلّلة ، تمر بيدها الناعمة الرحيمة على جباههم المتوقدة .

وذات مرة ، إبان موقعة حامية الوطيس ، عهد الى المرضة « تامارا كلينا » بترحيل جرحى رجال الجيش الأحمر وقواده . ووقف في الطارج سيارات نقل الصليب الأحمر في مكان مكشوف ، وربما كان هذا هو السبب في أن الفاشيين صمموا على تحطيمها ، عامدين يقضون على رجال الجيش الأحمر الذين تقلهم .

وكان سبع طائرات معادية تحوّم فوق الطريق ، فلما لمحت سيارات النقل ، انقضت جميعاً هاوية ذي على ٣٠٠ قدم ، ثم ١٥٠ — ١٠٠ — ٤٠ ، كادت تمس الأرض ، ومرّت تلك الطيور المفترسة مبتعدة في الفضاء . ولكنها عادت ، ثم ابتعدت ، فاذذة قافلة النقل برصاصات محرقة .

جلست تمارا في مقعدها وكأنها تُمّرت فيه ، متقطعة الأنفاس . وتعلل الجرحى . فردّت لفائفهم وأصلحتها ، وأطعمتهم مما من صُواعها ، فهدأوا وشعروا بأنهم أحسن حالاً .

وانهمر الرصاص ، وطوّقت ألسنة النار سيارة النقل . وقفت السيارة وسط الغابة ، يتدلع منها الفتى الحامي كأنها صواريخ حامية . وتدافع الجرحى وسقطوا من فوق المحفات ، ورموا بمصائبهم بعيداً . ضاقت أنفاسهم وهم يبتلعون هواء مفعماً بالدخان ، محاولين أن يجروا إلى رئاتهم ما يبقيها بالحياة . لحظة واحدة فقدت فيها تمارا حضور ذهنها . ثابت عن نفسها لحظة ، فرثبت من السيارة المحترقة ، لتهرب ، الى الغابة ، فراراً من موت سريع محقق .

ما هذا ؟ عاد اليها صوابها فجأة . قال أين تهرب ، تاركة وراءها هؤلاء الجرحى الذين عهد اليها بهم ؟ هي الشيوعية الصغيرة المتطوعة . كيف تستطيع أن تحتمل الحياة بعد هذا ؟ كيف ترى الناس ويرونها ؟

اندفعت ثانية نحو السيارة ، وبيديها

الصغيرتين الضعيفتين ، بدأت تجر الجرحى الى الخارج . ساعدها السائق أول الامر... ولكن هناك ... ها قد قدمت طيارات الاعداء ثانية . وللمرة الثانية أخذت تهاجم السيارة المشتعلة . . وجرح السائق جرحاً مميتاً فسقط فاقد الوعي .

أصبحت « تمارا » وحيدة ولا معين لها . فريدة في الغابة المخيفة ، وأمامها سيارة بها جرحى ، أخذ منهم القنوط وضرب على قلوبهم اليأس ، وهم في أشد الحاجة الى يدها ، ورصاص الأعداء يئز من فوق الرؤوس .

خمسة عشرة مرة وثبت الى السيارة المشتعلة . خمسة عشرة مرة لفت ذراعيها الصغيرتين من حول جثمان جريح هامد الجسد فاقد القوة عظيم الهامة ، وسحبته بعيداً ، تاركة ركبتيها المتعبتين الى كومة من الأرض بعيدة من الغابة . ثم وقفت تلتقط أنفاسها ، وتشبع رئتيها بقليل من الهواء الصافي وتطوّق النار التي علقت بملابسها .

عمل شاق . يظهر انه مستحيل لأول وهلة . يلوح كأنه خارج عن طوق البشر . ولكنه لم يكن فوق طاقة مخلوق بشري حقيق بالبشرية . فتاة لم يدخل الخوف قلبها ، فهزمت النار ، وهزمت معها الصقور القاشية ، بل استقرت على الموت نفسه .

كان بعض الجرحى في غيبوبة ناتئين عن الوعي . وفتح البعض أعينهم مرصلين على ذلك الخيال الذي تجسم في صورة فتاة ، اظهرت الحب والشكران ، جزاء ما جاهدت في سبيلهم .

« لا تقلقوا أيها الفتيان » — قالت ذلك هامسة وهي تحرك شفتيها الجافتين بصعوبة . « لا بأس . سيعود كل شيء إلى مجاريه الطبيعية . إني سوف لا أتركم أبداً . سوف لا أتخلى عنكم » .

عيناها ، لا غيرهما ، هما اللتان كانتا تبتسمان لهم . عيناها الكبيرتان الفعمتان بالعاطفة .

ظلت السيارة تحترق طوال الوقت الذي كانت « تمارا » تنقل فيه الجرحى إلى الفجوة التي اختارتها لهم . وأخذت تمزق ثيابها الهلهلة ، غير آبهة بالآلام التي كانت تأكل أطرافها ، ومضت نصف حالمة تجري طوراً ، ثم تمشي متباطئة وزاحفة على ركبتيها إلى أول محلة للاسعاف . وبهمس متقطع ، روت لهم الحادث ودلتهم على المكان ، ثم سقطت ثانية من الرشد .

انقذ نجا الجرحى . خمسة عشر فتى ، نقلوا إلى المستشفى .

إن كثيراً منهم لم يعرفوا اسم تلك البطلة التي أنقذتهم بتفانيها وشجاعتها . إنها « تمارا كالينا » . لعلك لا تنسى الاسم ثانية .

هي في فراش المرض ، وهي على شفا الموت : حروق أكلت أطرافها ، والتهاب

حادٌّ في صدرها . ولكنها انقذت من الموت . وأنقذت منه ، بعد إن أنقذت أرواحاً كثيراً .

سوف تعيش .

وعندما يفكّر عظام الفنّانين من مواطنينا في إقامة أثر يخلدون به ذكرى الانتصار والمجد ، إلى جانب مجاري بيننا ، إلى جانب جاستلو ومايدوف ، وإلى جانب طيارينا ورجال الدبابات وحملة البنادق والرماة ، اذاً فليقيموا إلى جانب هؤلاء جميعاً تمثال فتاة صغيرة ضئيلة على ذراعها شارة الصليب الأحمر . تمثالاً صغيراً للشيوعية الباسلة « تمارا كالنينا » .

بأمر المجلس الحربي في الميدان الشمالي الغربي ، فلدت « تمارا كالنينا » وسام لينين .

أسنانك والحلوى بالرغم من أن أطباء الاسنان غير متفقين على حقيقة السبب الذي يؤثر في الاسنان فيحللها ويفسدها ، فقد بدأ يتبين للباحثين ان كمية السكر المركز في الطعام ، لها أثر في ذلك . فان تخمر السكر في الفم تهيء بيئة صالحة لتوالد الفصيلات (البكتريا) المولدة للاحماض . وسواء أكانت الفصيلات ام الاحماض هي التي تؤثر في سنا الاسنان ، فان وجود الحمض في الفم له أثر كبير وعلاقة وثيقة بانحلال الاسنان .

في جامعة كاليفورنيا ، يحدد أطباء الاسنان ١٢٥٠ مريضاً طلب قبيم تأكل سريع في الاسنان يمثل عشر فجوات في السنة . والى جانب هؤلاء انتخبوا ٢٥٠ مريضاً أسنانهم بعيدة من التأكل . فاتضح من الفحص الطبي ان سبب التأكل يرجع الى التراكم الحمضي ، وان ذوي الاسنان السليمة أفواههم خالية من الاحماض .

حرم على الذين انتكلت أسنانهم بعض الاغذية ، وسرطان ما قل التأكل عندهم بنسبة ٨٧ في المئة في بضعة أسابيع ، وقل تكوين الفجوات . كذلك لم تتكون فجوات جديدة عند ٦٢ في المئة من أولئك الذين عرف انهم يصابون بمعدل عشر فجوات كل سنة ، و ١٨ في المئة أصيبوا بفجوة او فجوتين في خلال سنتين . وقد اتضح ان تحريم بعض الاغذية على الذين تأكل أسنانهم ، قد أزال نسبة الاصابة او محاها في ٨٠ في المئة منهم .

ما هو ذلك سر الغذائي ؟ يقول أطباء الاسنان ان السر هو في الحرمان من الاغذية الفحمائية (Carbohydrates) كالسكر والحلوى والمشروبات السكرية والعنب والعسل والمربى والهلام السكر وما شاكل ذلك . وقد عوض الجسم عما يفقد بالامتناع عن هذه الاغذية من وحدات السعرة بالبن ومنتجاته واللحم والسمك والخضر .