Sahafi [journalist]. 'Sus al-'Umran' [The worm of civilization, or The harmful habit]. *Al-Hilal* 15 Feb. 1901: pp. 304-5.

باب السّؤال والاقتراح: ﴿سوس العمران﴾ أو العادة المضرّة

﴿مصر﴾ صحافي

خالج ضميري منذ بضعة أعوام أن أبعث اليكم بهذه الشكوى الّتي يئن تحت ثقيل نيرها معظم شبّان العصر وهي العادة المضرّة الّتي كبلتني بقيودها منذ ستة أعوام وطالما وددت أن امتنع عنها فرأيت الأمر فوق استطاعي مع علمي بمضرّتها وسوء مغبتها. ليس من مطالعتي ما ورد في هلالكم المنير فقط ولكن قبلهُ بأعوام عند درسي العلوم الطبيعيّة وبالأخص الفسيولوجيا.

ثم ظهرت عليّ العلامات المؤْذنة باقتراب أجلي وهي نحول زائد وانحناء وارتخاء وعدم مقدرة على السّير الطّويل أو مزاولة أي عمل. ولو لم تكن الكتابة صناعتي ومن شقّ هذه الغابة الدقيقة تكسبي لما تمكنت من أن أخط حرفًا. وبالإيجاز فإني استشرت عددًا عظيمًا من الأطباء فأشاروا عليّ بالرياضة والتمرين العضلي فلم أعبأ بما أشاروا لعلمي بمصدر الدّاء وعدم نفع ما يصفون.

سآمة في المعيشة... وانحطاط في القوى... وامال تجول بالمخيلة ثم تنقشع كأفول الشّمس... هذه بعض أحوالي وأنا لم أبلغ الخامسة والعشرين من عمري فهل لكم أن تتكرموا على شاب هذه حالهُ بالإفادة على السؤال الآتي.

قرأت ما اوردتموه في الهلال من الأدوية النّافعة لمنع الشبان من مزاولة العادة

Questions and suggestions column: The Worm of Civilization, or The Harmful Habit.

Cairo, a journalist.

My conscious has been preoccupied for several years with the thought of writing you of this grievance, which has been weighing heavily on most young men of our time – the harmful habit, which has been binding me in its shackles for the last six years. I have repeatedly tried to abstain from it, but have found this beyond my capabilities, although I know of its harm and its ill effects. Not only from what I have read that has been published in your enlightening *al-Hilal*, but also many years before that, during my study of the natural sciences, and especially physiology.

Then harmful symptoms started appearing on my body, as time passed. These included weight loss, the twisting and weakening [of my body], inability to walk for a long period or to perform my work. Had I not been a professional writer, who gains from cutting this jungle into fine [pieces], I would not have been able to write a single word. In short, I consulted a great number of doctors and they recommended sport and exercises of the muscles, but I did not heed their advice because I knew the real source of my ailment and therefore knew that what they prescribed would do no good.

Weary of my existence, decline of physical power, hopes occupying the mind and then vanishing like the setting sun. This is just part of my condition, and I am not even 25 years of age. Will you be so kind as to [help] a young man in this state, by answering the following question:

You published in *al-Hilal* several remedies designed to help young men to rid themselves of the harmful habit, but I find myself incapable of following your

المضرّة ولكنني لم أقدر على اتباعها. ولي صديق أخبرني أنّه كاد يموت من الامعان في هذا الأمر إلى أن هداني بعضهم إلى كتب في هذا الموضوع. نعم إنني وجدت فيها عدّة أدوية ولكنّي رأيت ما بها من المركبات مَضَرًّا فجئت راجيًا ارشادي على صفحات الهلال ولو على الغلاف إلى الدواء النّاجع. ولا أرى حرجًا عليكم في ذلك مع العلم بتحريمه دينيًّا ولكن تبعًا لقول القائل "إذا لم يكن ما تريد فأرِد ما يكون" وأتضرّع إليك أيّها المفضال أن ترحم شبيبة انسان يعمل على نفع وطنه وأهله وهو إنّما يريد الحياة ليتمكّن من خدمة مواطنيه. (صحافي)

advice. I have a friend who told me he almost died of excess in this thing, until someone guided me to books on this subject. Yes, I found some remedies there, but I also noticed that some of them contain harmful ingredients. I came hoping for guidance in the pages of *al-Hilal* and even written on an envelope, toward an effective cure. You are at complete liberty on this issue, knowing that it is forbidden by religion. As they say – 'if you do not have what you want, you should want what you have'. I therefore beg you to have mercy on a young man, who works for the benefit of his country and people, and wants to continue to live in order to be able to serve his countrymen.

﴿**الهلال**﴾ كثرت شكوى الشبّان من عواقب هذه العادة. وكثرتها بشارة حسنة لأنها تدلّ على تنبه الأذهان إلى ملافاتها. ولا ننكر على حضرة الكاتب ما يلاقيه أصحاب هذه العادة من المشقّة في إبطالها. أما الوسائل المساعدة على ذلك فقد ذكرناها في الهلال غير مرّة. فمن كانت تلك الوسائل لا تفيده أو كان لا يستطيع العمل بها لضعف إرادته فما عليه إلّا أن يسلم قياده إلى من يتولى نزع هذه العادة منه بالعنف فيعامله معاملة القاصرين أو المصابين بضعف العقل ولا غرو إذا عددنا ذلك ضعفًا في عقولهم لأن العاقل إذا رأى النّار تتقدُ بين يديه لا يلقي نفسه فيها.

Al-Hilal: Many young men are complaining of the effects of this habit. This large number is a good sign, as it testifies to the care people take in such cases. We do not deny the distinguished writer's claim of the difficulties in ridding oneself of the habit. But we have written more than once about the means for doing so. If none of these helps him, or if he cannot follow them due to his weak willpower, he must surrender himself to someone else, who would take over the assignment of removing this habit from him by force, and treating him like one treats a feebleminded minor. It is no wonder that we see this as feeblemindedness, since a person in full possession of his mental faculties, when he sees a fire burning in front of him, does not throw himself at it.

ومن كان مطلعًا على الفيسيولوجيا والطبيعيات كما ذكرتم وتحقق بالبرهان الحسّيّ عواقبَ تلك العادة الوخيمة ثم يعترف جهارًا مع ذلك أنّه لا يستطيع العمل بالنصائح المؤديّة إلى التّخلص منها-فلا بدّ من الحجر عليه وأن يتولّى حراسته بعض ذوي قرابته على أن لا يفارقه ليلًا ولا نهارًا ويسوسه سياسة الأطفال بنصائح طبيّة يعرفها الأطباء. ونعرف كثيرين بلغوا إلى هذا الحدّ من ضعف الإرادة واتبع بعضهم هذه المعالجة القهريّة فنجوا وظلّ آخرون على حيائهم وجبنهم وضعفهم فأصيب بعضهم في عقولهم وآخرون أصيبوا في صدورهم أو في غير ذلك وكانت العواقب محزنة فيهم.

A person well informed in physiology and the natural sciences, as you have mentioned, who is given the strongest evidence of the consequences of this dangerous habit, and then confesses in public that despite this, he is incapable of implementing the advice given to him to rid himself of it, should definitely be placed under the supervision of those closest to him, who will not leave his side day and night, and treat him like a child, and follow medical advice. We know that many have reached such a state due to their weak willpower. They submitted themselves to this coercive treatment and were saved. Others remained shameful, cowardly, and weak, until they harmed their minds, their chests, or other things. These are sad consequences.

ومن أراد زيادة التفصيل فليشرّف إدارة الهلال فنزيده بيانًا ولا نلتمس على

Whoever wants more details is welcome to write *al-Hilal*, and we shall provide him with more information, without asking for any compensation or even

ذلك أجرًا ولا شكورًا.

ونستميح قرّاء الهلال عذرًا على الكتابة في هذا الموضوع مع ما فيه من بواعث الخجل ولكن يظهر أنّ الحاجة ماسّة إليه لتمكنه من معظم الشّبان والعلّة المؤدية إلى انحطاط الأمم أو هو سوس ينخر جسم الهيأة الاجتماعيّة.

gratitude.

We apologize to *al-Hilal*'s readers for writing about this subject, which might cause embarrassment, but it is clear that there is a dire need for it, as it might afflict most young men, and as it is the cause for the decline of nations, and it is the worm eating away at the body of society.