

- الماء كالي أربع وعشرين ساعة أي قدحهن مع كل طعام
 ٣ ان يجتنبن الماء كولات التي تكثر فيها البهارات لانها تساعد على
 حدوث التجمعات في الوجه
 ٤ ان لا يجضرن أكثر من مائتين في الشهر
 ٥ ان يتنمن امتناعاً تاماً عن الاكل قبل النوم لانه يفقد طلاوة
 الوجه نظراً لمدام غام الخضم
 ٦ ان يتنمن عن استعمال النقاب الخيطي (فواليت) لانه يعمل
 جلد الوجه كثير الاحساس
 ٧ ان يمتنعن بلبس الماء في الفراش او في قطار سكة الحديد
 حتى لا تنمب العين

تدبير النشر

بيننا كذا فنكر في انتخاب موضوع نكتبه في هذا الباب اقل ان طالعنا
 في مجلة المتطاب لهذا عن الغسل بتلوهما نصائح للنساء رأيناها حريصة بالنشر
 في الجرائد لما فيها من الفوائد المهمة لمديرات امور المنازل

طرق الغسل

ان غسل الثياب عادة قديمة جداً والناس فيه مذاهب مختلفة فطرق الغسل في
 بلادنا تكاد تكون واحدة في المدن والضواحي الا حيث يعد الماء عن الضواحي فهناك
 تذهب النساء الى مجاري المياه ويمسكن الثياب عندما يرون الغرباء يمشون على
 طرق الغسل ان بعض الجرائدين لا يسمون ثيابهم الا مرة او مرتين في السنة ويكون
 يوم الغسل هو ايام الغسل عندهم بعيد المائة كلها ويوم فرح وطرب والتمسك في بلاد
 الهند منوط بالرجال والنساء واسمه بقمهم ذوي يرث هذه الصناعة عن ابيه وحده
 ويشتريها الصخر الذي يغسل الثياب عليه فيعمل الثياب من دون ذبالته ويضيها

الى النهر مسافة اميال فيعطسها في مائة ثم يغمها على الصخر الذي ورثه من اسلافه
ويحيطها بالخيط فتظف او ينظف ما يبقى منها سائلاً بعد خطفه الغثيف

والنساء في ورثا يقمن الثياب عند الانهر غالباً ولكل منين صادق على حافة
النهر محشو بانى وله ثلاثة جوانب فقط فترقع عليه المورثع الثياب على حجر او لوح
وتحميها بخيط او تدلكها بحجر حتى تظف ولا تترك بالهاتون الا القدر منها الذي لا
ينظف بالخيط او بالدلك . فقول ان النساء في ورثا معمرات الغسل على هذه الصورة
حتى انهن لا يبنين في بيوتهن اما كن القدر ولا يقمن ثيابهن في الغسل المعسوية
التي انتشت في بعض المدن

نصائح للمسالن

١ الصابون العالي ارفع من الرخيص . فان الصابون الجيد العالي ربه ١٠
والصابون الرخيص ثلاثة ارباقه ١٠

٢ يجب ان لا تغسل كل الثياب معاً بل تقسم الى اقسام خارج والنول والشاش
تغسل وحدها والبيض ودمه والاشيات الملوقة وحدها ودهم جراً

٣ يجب ان تغسل الثياب حملاً تسوخ اي لا تترك وسخة مادة طويلاً

٤ يفضل ان تنقع كل الثياب البيضاء في الماء المصروج قليلاً من الصفة او الصودا
قبل الغسل طيلة كان ذلك يسهل نظيفتها

٥ اذا سلك ما الغسل بارد لم تزل الاوساخ عن الثياب الا بصعوبة واذا كان
شديد الصلابة فقد لا تزل الا بل تبيت بين ياف الثياب وفيه فيجب ان يكون
معتدل الصلابة

٦ يجب ان لا تغلى الثياب الا بعد ازالة الاوساخ عنها ولا تغلى اكثر من ربع
ساعة في الماء الذي فيه قليل من الصابون

٧ اذار الحبر والحديد تزال عن الثياب بالحمض الا كسابون او اكسالات البوتاسا

٨ الغلا لا تغلى با . فاعم خالي من الصفة لا صودا فيه ولا بوتاسا لان القلوبات
(كالصودا والبوتاسا) تصفر الانسجة الصوفية وتسكهم وان كانت تسهل ازالة الوسخ عنها