

بَابُ شُؤْنِ الْمَرْأَةِ وَتَدْبِيرِ الْمَنْزِلِ

قد فتحن هذا الباب لكي ندرج فيه كل ما يهم المرأة واهل البيت معرفت من تربية الاولاد وتدير الصحة والطعام واللباس والشراب والمسكن والزينة وسير شهيرات النساء ونهضتهن ونحو ذلك مما يعود بالنفع على كل عائلة

اعاديت المقتطف الصحية

للدكتور شخاشيري

الفاكهة المجففة وقيمها الغذائية

نأكل انواع هذه الفاكهة المجففة كالزبيب (العنب المجفف) والبرقوق والتين والحوخ والمشمش والتفاح والكمثرى وغيرها ونكثر منها ولا ندرى تماماً مقدار ما لها من فائدة غذائية سوى انها لذيدة الطعم حلوة المذاق والواقع انها من احسن مصادر القوة السريعة للجسم لاحتوائها على سكر خفيف لا يحتاج في تمثله الى ان يسري عليه نظام عملية الهضم كسائر الاطعمة بل يتصل بالدم مباشرة بفعل الامتصاص . ولوجود هذا السكر شأن خطير لان الجسم يعتمد على اخذ قوته من الاطعمة التي يتناولها ويدخل في معظمها السكر . على ان سكر المائدة مزدوج التركيب بخلاف سكر الفاكهة المجففة . فان العصير المعدي الهاضم يتناوله بالتجزئة ويحوله الى النوع الخفيف لكي يسهل امتصاصه واتصاله بالدم وتنحصر مصادر هذه القوى في الزبيب (اي العنب المجفف) فيوجد فيه ٧٥ في المائة من السكر و ٥٦ في التين و ٥٧ في المشمش و ٤٧ في الكمثرى و ٣٩ في البرقوق و ٣٩ في الحوخ او الدرّاقن . وفضلاً عن هذه القوى التي يستمدّها الجسم من الفاكهة يحتاج ايضاً الى المعادن للاحتفاظ بنشاطه الطبيعي كالجير لتغذية العظام والفسفور لتغذية الدماغ والاعصاب والانسجة والحديد لتغذية الدم وهذه المعادن كلها موجودة في مختلف انواع الفاكهة المجففة مع المغنيزيوم والبوتاسا والصوديوم (معدن النطرون: شرف) والكلور والكبريت وحتى

يتم للهيموجلوبين قوامه يجب ان يصحب الحديد الذي يدخل في بنائه مقدار ضئيل من النحاس. وهكذا يقول الدكتور الفجون Elfejhon ومصادر النحاس في الاطعمة عديدة ولكن الدكتور المشار اليه آنفاً يضع الفاكهة المجففة في المنزلة الرابعة والفاكهة الطازجة في المنزلة الثانية عشرة . والحبوب في المنزلة الثالثة ولكنها تفقد بطبخها جانباً كبيراً من نحاسها . وعليه فيضع الفاكهة المجففة في المنزلة الثالثة لانها لا تفقد بتجفيفها شيئاً من ذلك المعدن الموجود فيها . ومقادير المعادن وان تكن ضئيلة فيها فتمثيلها في الجسم سهل وارتفاعه منها غير قليل. فالصوديوم والحير والمغنيزيوم والبوتاس تفاعلها قلوي بخلاف معادن الفسفور والكور والكبريت فان تفاعلها حمضي . وترجيح هذه الطائفة في تفاعلها على تلك تدل عليها حالة الجسم . فاذا انحطت قواه عن مستواها تكون الطائفة الحمضية هي السائدة على القلوية اي ان ما تفرزه بعض الاعضاء في الحالة العادية قلويًا يتغير تفاعله لاسباب طارئة فيصير حمضيًا وعند ذلك تبدو على الجسم اعراض التوعك والمرض . واذا كان هذا التفاعل الحمضي قليلاً ظهرت اعراض الزكام . وفي احوال تبدو عليها اعراض حموضة الدم . وقد ثبت ان الزيب اكثر انواع الفاكهة قلوية فانه يحتوي على ٢٣ر٦٨ من الجزء في كل مئة غرام والموز على ٥٦ر٥ والليمون على ٤٥ر٥ والبرتقال على ٦١ر٥ ما عدا الخوخ ففيه مادة تساعد على تكوين حمض الهيوريك وهذا مما يجعل البول حمضي التفاعل . وقد اشار روبنس Robbins وهويل Whipple في معالجتهم لحالات مصابة بنقر الدم ان للفاكهة المجففة كالحوخ والذراقرن والتفاح والزيب أثراً كبيراً في تجديد الهيموجلوبين يعلو على ما لسائر المأكول من الاثر. وألياف هذه الفاكهة وان تكن لا تحتوي على مادة غذائية فانها تنشط الحركة المعوية على اتمام وظيفتها بل تكون اكبر مساعدة لها في دفع فضلات الطعام من الجسم فهي من هذه الوجة تمتر كدرجة يدرج عليها ما يتخلف في الجسم من فضلات الطعام . ولبزور التين وقشرة الخوخ او الذراقرن اثر خاص في القبض اختبرناه بأنفسنا فاذا كان بك قبض وما عداه عادي فلا تسرع الى اخذ المسهل بل كل قدرًا من التين المجفف في المساء فيغنيك بفعله عن المسهل . وفي هذه الانواع من الفاكهة دهن وبروتين ولكن بمقادير صغيرة جداً لا تأثير لها وأقواها اهمية للجسم بالنسبة لاهمية سكر الفاكهة والمعادن . وثبت ان في الخوخ فيتامين (A) وفي الزيب والخوخ والتفاح فيتامين (B) وفي التفاح والخوخ فيتامين (C) فترى ان هذه الفاكهة المجففة تساعد دبة البيت على الارتفاع بمزايا انواع الفيتامينات جميعاً عدا مزاياها الاخرى

لقاح رامون ومرض الدفتيريا

اذا كان هذا اللقاح مانعاً لداء الدفتيريا حقاً كما يدعون فاي حائل يحول دون تعميمه والانتفاع بميزته وقد وهبته مصلحة الصحة لمن يعز عليه ثمه بعد ان وثقت من صحة ما نسب اليه من مزايا في دفع غائلة داء يخيف اسمه الوالدين ويقلق فعله بالاطباء على الاطفال وانت سترى فيما يلي انه جدير بتأييد مصلحة الصحة وتعزيد العلماء وخلق بنشر الدعاية له في كل مكان فانه دواء يتحوّل بعد انتشاره في الجسم واستقراره فيه الى سلاح دافع لمرض يقض ذكره مضاجع الاسر في مصر ويساورها الخوف والرعب والقلق على حياة صغير من افرادها قد شكا على حين فجأة الماء في الحلق وصعوبة في ازدراد الاكل وشرب الماء . ومن اهم الشروط المتبعة في استعماله ان لا يحقن به طفل لم يتم السنة الاولى من عمره لانه في الاشهر الاولى من حياته غير قابل للعدوى بالمرض ولا للصيانة منه . وانه يجب حقن جميع الاطفال بعد تلك السن . وكذلك الاولاد الذين في دور المراهقة والمقيمون في الاماكن الموبوءة والبالغون المعرضون بحكم اعمالهم للعدوى كالمرضات والاطباء والاسيا الذين يستدل من فحصهم على استعدادهم للمرض . ولكي يحصل الجسم على المناعة الكاملة يحقن ثلاث مرات ، فالحقنة الاولى مقدارها نصف سنتمتر مكعب والثانية تعطى بعد مضي ٢١ يوماً على الاولى وقدرها سنتمتر واحد مكعب والثالثة يكون ميعادها بعد خمسة عشر يوماً للحقنة الثانية وقدرها سنتمتر واحد ونصف مكعب . وقد دلت التجارب على ان ٩٨ في المائة من الذين حقنوا به ثلاث مرات قد حصلوا على المناعة الايجابية واثنان شك في مناعتهم او لم يحصلوا على المناعة . واذا انقطع بعضهم لاسباب عن اخذ الحقنة الثانية او الثالثة مدة تزيد عن الوقت المقرر لها بكثير او قليل فليس ثمة من باعث يدعو الى اعادة الحقنة الاولى من جديد بل يستأنف باعطائه الحقنة التي توقفت عندها

التفاعل

وقد ظهر على ١٠ في المائة من المحقونين تفاعل اللقاح بعد يوم او يومين للحقنة الاولى او الثانية وقد يكون موضعياً فيدل عليه احمرار وورم في مكان التلقيح . وعمومياً فيشعر المريض بتوعك وانحطاط من نشاطه وحرارة تتراوح بين ٣٨ و٣٩ وليس في كليهما خطراً . ويغلب ظهور التفاعل على الاولاد والبالغين ويندر ظهوره على الاطفال والغريب انه كلما كان الطفل حديث السن قل ظهور التفاعل عايه ولا تمكث اعراضه اكثر من ٤٨ ساعة وفي جميع الاحوال الافضل ان يبقى الطفل في البيت يومين بعد الحقنة اذا لم يظهر عليه التفاعل وفي حال ظهوره يبقى يومين بعد زوال اعراضه

الاحوال المانعة للتلقيح

في حال كون الطفل مريضاً وحرارة جسمه مرتفعة ولو نصف درجة عن الطبيعية ، او كان على سطح جلده طفح او بثور فالأفضل ان لا يحقن بلقاح رامون حتى تزول الاعراض المرضية البادية عليه وتعود اليه صحته وبهجته . وليس هذا اللقاح مصلاً ولم يدخل في تركيبه مصل ولذلك لا مانع من اعطائه لمن كان قد حقن بمصل ضد الدفتيريا للتداوي او للوقاية القصيرة الامد . كما وانه لا يحول دون استعمال اي مصل بعده

تأثيره في المناعة

ويبتدىء تأثيره في المناعة بعد الحقنة الاولى بخمسة عشر يوماً ويستمر هذا التأثير في الزيادة حتى الحقنة الاخيرة فيبلغ اشدّه بعدها في اسبوعين وعلى ذلك فالمناعة تستكمل شروطها بعد الحقنة الثالثة بخمسة عشر يوماً او في ستة اسابيع من تاريخ الحقنة الاولى وكل تمويل ينبنى عليه في صيانة الجسم من المرض قبل ذلك الوقت خطأ . وكذلك في حال فشوِ الداء بين جماعة لا يفيد هذا اللقاح ولا ينبغي استعماله بحال وافضل منه وقتئذ المصل المضاد فيعطى منه للوقاية بمقدار الف وحدة لغير المريض ومدى هذه الوقاية اربعة اسابيع . واما المريض فيعالج به بحسب وطأة الداء كما يأتي وصفه فيما يلي . وليس من المعقول ان نجد ميكروب الدفتيريا في كل حالات التهاب الحنجرة او البلعوم او اللوزتين او اللهاة مع ظهور الغشاء على سطوحها جميعاً . ولكن من المعقول وفي مصلحة المريض ولاسيما اذا كان طفلاً ان نعتبر كل غشاء ظهر على تلك الاعضاء ميكروبات دفتيريا اي متسبباً عن ميكروب ذلك المرض الخفيف ونبادر في الحال الى حقن المريض بالمصل المضاد بمقدار يناسب شدة الالتهاب وامتداد الغشاء ولا يكون هذا المقدار اقل من ثمانية آلاف وحدة في حال لو كان الغشاء رقيقاً او مشكوكاً فيه . اما في حالة الترجيح انه غشاء دفتيري فيجب ان يكون المقدار عشرين الف وحدة على اقل تقدير وهذه الاجراءات الاولية لاخوف من العمل بها ولا ضرر ينشأ عنها حتى ولو جاء ببحث المعمل نافياً لوجود ميكروب المرض بل بالعكس تكون في جميع الحالات لخير المريض وسلاحاً ماضياً للدفاع عن كيانه . اما اذا جاء ببحث المعمل مثبتاً لوجود الميكروب فالمقادير التي يحقن بها المريض عندئذ تتوقف على وطأة الداء لا على سن المريض فالسن في معالجة هذا المرض لا محل له من الاعتبار واما الداء وشدة وطأته على الجسيم هو الذي يعتبر بحق خصباً عنيف البأس يجب محاربتة والتغلب عليه ولا سبيل لاخضاعه الا بالمصل المضاد له وكل طبيب يتقدم اليه مريض بالتهاب الحنجرة مع وجود غشاء على سطوح بعض اجزائها عليه ان يضع امام عينيه ذلك الخضم ويسرع الى مجالذته بذلك السلاح الوحيد الذي يضمن له النجاح

في شفاء المريض وانقاذه من الموت . ومن يتردد في حقن المريض او ينتظر نتيجة بحث المعمل يجعل حظ مريضه من الحياة والشفاء مما به معلقاً بالهواء وقد بلغ مقدار ما اخذته حالة قرية العهد من المصل وتم لها الشفاء ٤٢ الف وحدة وحالة ثانية اصغر من تلك سناً احتاجت للتغلب على المرض وازالة كل اثر للغشاء الى الفين ومائة الف وحدة والشواهد على اهمال سن المريض في نظام المعالجة اكثر من ان تحصى . ومن حسنات العلم وفضل العلماء ظهور لقاح رامون واقياً من هذا المرض المريع ودافعاً غوائله عن الاطفال وغير الاطفال فالاقبال عليه والاتقاع به خير ما يفعله الوالدون والمربون في الملاحي والمدراس وانه بالحق امضى سلاح لمحاربة اشد الامراض خطراً والقضاء عليه ومحو اثره

المعالجة بنور الشمس

التي السر هنري جوفن Gauvain وهو اول من ادخل هذا النوع من المعالجة لداء السل الجراحي في بريطانيا محاضرة في مؤتمر الجمع الملكي للصحة العمومية قال فيها « يرتاب البعض في فائدة المعالجة بضوء الشمس في بريطانيا لندرة يوم صحو كامل في جوها الذي لا يخلو قط من تلبده بالضباب والغيوم ولذلك يفضلون البلاد المشمسة عليها ولكن فاتهم ان الامر لا يكون دائماً كما يزعمون . فهذه سويسرا وهي تفضل على سائر البلدان الاوربية لهذه المعالجة تجدها مرتعاً خصباً لداء السل الذي بلغ من شدة انتشاره فيها ما ارغم الحكومة على انشاء مصحات خصوصية لطالبة الجامعات وينصح الاطباء المرضى بالاستشفاء في بلاد اخرى اقل تعرضاً لنور الشمس . ومثل سويسرا مصر والهند فقد استفحل مرض الدرن فيها مع ما هو معروف عن صفاء جوها وشدة حرارته . وشفاء كل انواع السل بالمعالجة الشمسية متعذر لان هذه المعالجة افضل ما تكون نتيجتها في مناطق البلاد المعتدلة الاقليم والمتقلبة الجو لا في بلدان المناطق الحارة . ويختلف الاشخاص في نسبة تاثرهم بنور الشمس كما يختلف تاثر الشخص نفسه في خلال اليوم والفصول . واكثر ما يكون هذا التأثير ظهوراً في الحيوان والنبات في اواخر الربيع واولل الصيف ويقل كلما تقدمنا في الصيف حيث تزداد فيه قوة الشمس كثيراً ويبطل انتفاعنا من ضوئها . لهذا السبب تتقدم صحة المريض في الارياف في اوائل الصيف ثم لا يلبث ان يتوقف ذلك التقدم عند ما تشتد حرارة الشمس عليه ويبطل تأثيره بها . وحتى نحفظ له قوة الانتفاع بحرارة الشمس نشير عليه بالانتقال الى الشواطىء البحرية او الى الاماكن القريبة من المياه حيث تلتطف حرارة الشمس بنسيم الجو العليل وهذا الانتقال كثيراً ما يفيد في اعادة نظام الهضم الى

المريض ويشعر كأنه استعاد صحته كاملة. وفائدة هذه المعالجة تتوقف على المؤثرات والعوامل مثل الهواء النقي او الهواء الملطف بماء البحر فضلاً عن التغذية على القواعد الصحية الاخرى وهناك ايضاً الاختلاف اليومي في نسبة التأثر بنور الشمس . فضوءها في الصباح اكثر فائدة منه في الظهيرة وسبب هذا عائد الى ان التأثر بالنور اكثر ما يكون بعد الظلام . فالانتقال من الظلام الى النور من شأنه ان ينبه ما في الجسم من استعداد للانتفاع من النور وعليه فالظلام اذن ضروري كالنور لهذه المعالجة والتعرض المستمر لنور الشمس في الصيف اقل فائدة وابطأ فعلاً من التعرض للنور تارة وللظل اخرى او للحرارة ثم للبرد او للهواء الجاف ثم للهواء الرطب . ولنزول المطر مدة اسبوع في الصيف اثر كبير في زيادة الفائدة من هذه المعالجة وبما تقدم يتضح لنا ان طقس انكلترا المتقلب كثير الملاءمة لاجراء عملية المعالجة بالشمس . فالشاب القوي النشط الذي تلوحه الشمس بسرعة يزداد نشاطه وقوته بالتعرض لنور الشمس الساطع بخلاف الضعيف الجسم الحامل القوى فانه قد يصاب من هذا التعرض بامراض يتعذر شفاؤه منها

لذلك يمكن القول ان هذه المعالجة توافق الانكليز عامة ما دام جو بلادهم ملائماً لها لان الانكليزي يعادل غيره من الشعوب الاخرى سلامة بنية وصحة جسم ان لم يفقه ولو لم تكن هذا حالته لما امكنا هذا القول . وتقدم صحة المريض تتوقف على درجة استعداده للتأثر من نور الشمس لاعلى درجة استفعال علة او نوعها وسرعة تطورها . فالاطفال والطاعنون في العمر والذين اشتدت عليهم وطأة المرض ليس من مصلحتهم ان يتعالجوا بنور الشمس لشدة ضعفهم وعدم استعدادهم لفائدتها

صيانة اللبن في ميلانو وعندنا

بعد ان جرت التجارب العديدة في صيانة اللبن من الجراثيم المرضية ودرس مختلف الطرق التي توصلهم الى تحقيق غرضهم الشريف في دفع الامراض عن الاطفال وغير الاطفال الذين يتغذون باللبن ويعتمدون عليه في تنمية عودهم استقر الرأي على انشاء مستودع عام في ميلانو (ايطاليا) وفعلاً تم لهم ما ارادوه وقرروه وبدأوا بجلب الالبان اليه وحفظها فيه وتعقيمها قبل توزيعها على الناس وقد ابتداء في توزيع ثمانين الف لتر من اللبن في اليوم وبعد مدة قصيرة بلغ توزيعه مائتين وعشرين الف لتر . واللبن يجمعونه من الضواحي والارياف على ابعاد لا تتجاوز ١٨ كيلو متراً وكل زريبة من الابقار يجب ان تكون مجهزة باحدث الوسائل العملية لحفظ اللبن سليماً من التلوث بالجراثيم كالمبردات وسواها ومع ذلك فلا يقبل المستودع اي مقدار من اللبن قبل ان يجري فحصه ويتثبت من محتوياته ومقدار

فلسفة الأولاد العقلية

الحركة الجسدية في الطفل

من اهم ما نلاحظه في الطفل وهو بين الثالثة والثالثة عشرة حركة دأمة لا تملها العضلات ولا تتعب منها الاعضاء يلعب وبعده ويقفز ويضحك فلا يكف عن الحركة ولا يخلد الى السكينة الا اذا اضطر الى ذلك . تراه جالساً هادئاً واذا هو يصرخ باعلى صوته ثم يعدو الى الحديقة لاحقاً فراشة زاهية الالوان مرت امام النافذة . او ينظر زهرة جميلة على المائدة في الردهة فيقترب منها ويأخذها يلعب بها حتى تذوي بين يديه . ذلك لانه عرضة لانقلابات نفسية لا سلطة لارادته عليها فلا يستطيع ان يجعل تلك الاعمال رهن اوامر عقله . وكثيراً ما يفضب المتقدمون في السن من حركة الصغار الدأمة فيعاقبونهم عقاباً شديداً ولسان حالهم يقول اهدأ ! اسكن ! ماهذه الحركة ! وهم لو درسوا فلسفة نمو الولد في الجسد والعقل والاخلاق لرأوا ان القوة المبدعة لم توجد تلك الحركة عبثاً بل لوجودها اسباب طبيعية وعليها ترتب نتائج وفوائد لها اكبر اثر في نمو الولد ونشوئه الجسدي والعقلي

الاسباب

- ١ — قوة الحياة — اذا لم يجد البخار المتجمع المحبوس في المرجل منفذاً يخرج منه ليحرك الآلات او ينتشر في الفضاء تكاثف قليلاً قليلاً واشتد ضغطه لجدران المرجل وانفجر انفجاراً هائلاً ينجم عنه هلاك كثيرين من الناس وخسارة مقدار كبير من البضائع والاموال وقوة الحياة المودعة كل عضلة من عضلات الولد وكل خلية من خلايا جسمه لا تختلف عن البخار في تمشيها على هذا الناموس الطبيعي . بل هي في قوتها تفوق قوة الماء والهواء والبخار والكهربائية . فتسل من يقول للولد « اسكن ! اهدأ ! » مثل الربان الذي يوقد النار تحت المرجل ولا يترك للبخار منفذاً . تلك هي سنن الطبيعة ولا قبل لنا بمقاومتها
- ٢ — تركيب الجهاز العصبي — يلتقط الولد كل ما يرى ولو كان ناراً محرقة ويلعب بكل شيء يلمسه ولو كان افعى سامّة تحرك عضلاته وكل ما يؤثر في حواسه الخمس يدفعه الى الحركة مهما يختلف نوعها ومقدارها وسبب ذلك تركيب جهازه العصبي

الاسلاك العصبية على ثلاثة انواع — اعصاب الحس واعصاب الايصال واعصاب الحركة . فاذا رأى الولد تفاعلة جميلة انتقل الشعور بوجودها على اعصاب الحس التي تتأثر بوجود النور الى الدماغ فالى المركز المتسلط فيه على حركة اليد ومن هذا الاخير تنتقل الرسالة العصبية الى اعصاب الحركة فتسير الى عضلات اليد فيمدها ليأخذ التفاعلة . هذا اذا لم يمتنع عن اخذها بدافع آخر مثل تنبيهه سابق بل لا يمد يده الى شيء لا يخصه . وكل ما يؤثر في حواسه يجري هذا الجري اي أنه يتحول الى حركة تختلف باختلاف المؤثر الخارجي . ولا فرق بين الرجل الكبير والولد الصغير . اما سبب الاختلاف الظاهر هو هذا : يستطيع الرجل المدرك ان يتوقف عن القيام بعمل يعلم عاقبته لأنه عرف بالاختبار ان نتيجة هذا العمل حسنة ونتيجة العمل الآخر قبيحة . اما الولد الصغير الذي لم يتسن له بعد ان يبلى الحياة فلا يستطيع ان يحكم ولا يستطيع ان يتوقف عن اتيان بعض الافعال المستهجنة لأنه لا يعلم انها كذلك . فعلى من يربيه ان يبين له الصحيح من الفاسد والصالح من الطالح

٣ — غرائزه — من العوامل التي تدفع الولد للحركة هي الغرائز او الاميال الفطرية التي يرثها من اسلافه مع ما يرثه من القوى الحيوية فهو يعرف كيف يرضع حين ولادته ويخاف من الظلام فيبكي ويوضع الطعام في فيه فيعلمه وهم جراً : تلك هي الاعمال التي يأتيها لان فيه باعثاً داخلياً او تركيباً خاصاً في جهازه العصبي ورثه من اسلافه . لكن هذه الغرائز لا تظهر جميعها عند ولادة الطفل بل في اوقات معينة لان حياة الولد قبل ولادته وبعدها تاريخ موجز لنشوء الجنس البشري

٤ — افكاره — افكار الولد قوى محررة فهو لا يفرق مطلقاً بين مجرد الفكر وتنفيذه . طالما يخطر على باله امر ما نراه قد ابرزه الى عالم الوجود لا يثنيه عنه ثاب داخلي وذلك طبيعي فيه لان اختبار ضئيل فلا يستطيع ان يعرف نتائج الامور قبل ان يبلوها بنفسه او قبل ان يستعلم عن حقيقتها من معلميه

النتائج

١ — بالاكل المغذي والنوم الكافي والتعرض للهواء النقي واشعة الشمس المنعشة المطهرة البانية ينمو جسد الولد ولكن اذا اضطر ان يبقى هادئاً ساكناً اقتصر نموه على زيادة في الحجم والوزن ولا يتعداه الى زيادة قوة عضلاته ومناعة جسمه . وما ذلك الا لان لامضات عملاً هو الحركة ولا تستطيع ان تحافظ على قوتها ونشاطها الا بالتمرين الكافي .

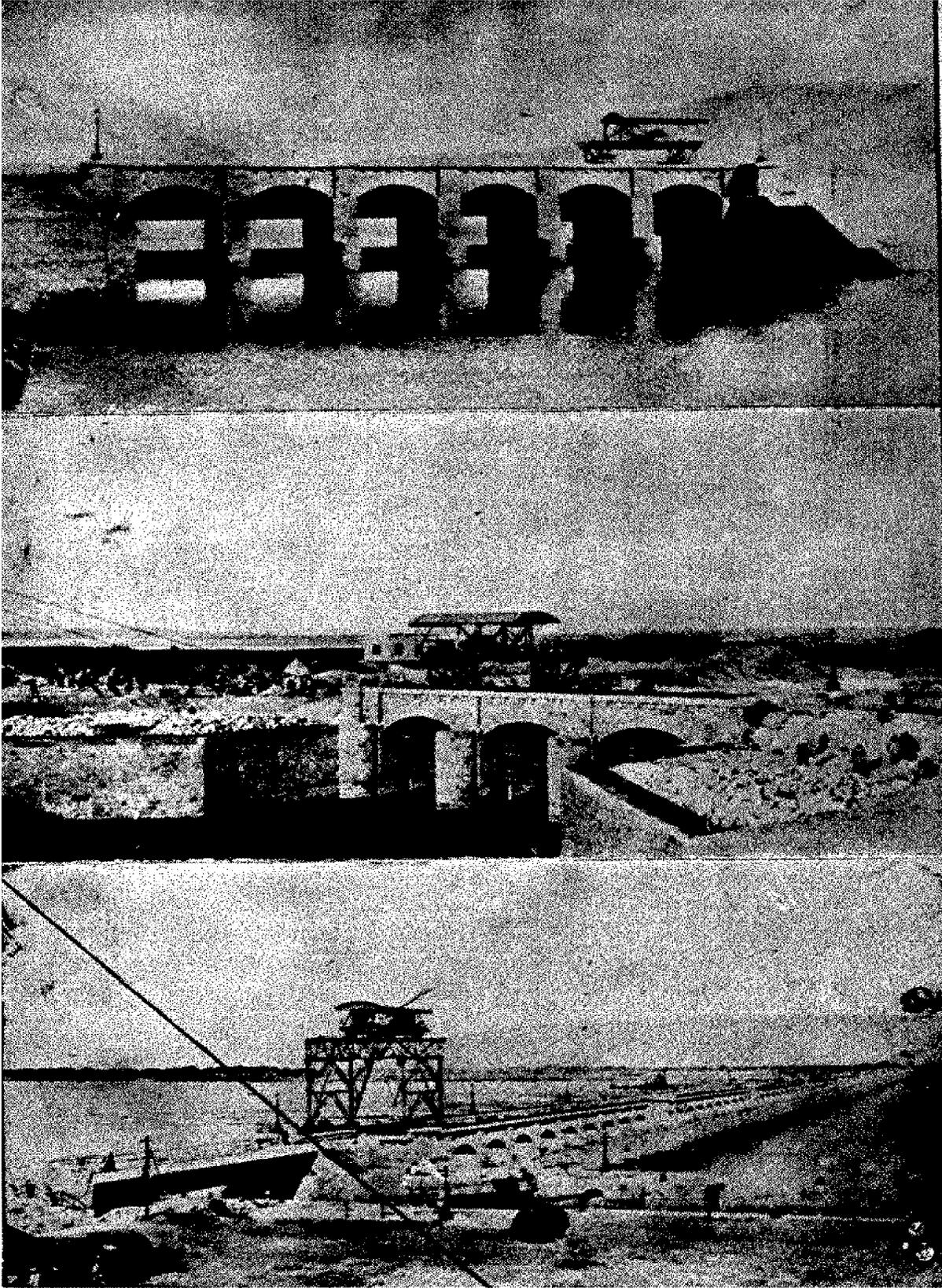
فالحركة الجسدية في الطفل تساعدهُ على انماء قوة عضلاته وهذه القوة هي حصن صحته الحصين الذي يدفع عنه في المستقبل نائبات الامراض

٢ — ان نموّ الجنين تاريخ مختصر للدوار التي مرت على الجنس البشري . كذلك حياته بعد الولادة تاريخ موجز لدوار للنشوء التي مرت فيها المدنية البشرية . فزى الطفل مشبهاً لرجال العصور الاولى في ضعف قواه العقلية وقصور مداركه عن فهم الامور التي نحسبها اليوم اوليات بسيطة . ونمو هذه المدارك بنمو جسدك ولكنها لا يقدران يفهم ما في الكتب من المعاني ولا يستطيع ان يستوعب الافكار البعده الغورا اذا حاول معلمه ان يطلمه عليها ولو باسلوب خالٍ من الاصطلاحات . بل يخرج بنفسه الى العالم كمكتشف صغير فتكاشفه الطبيعة ببعض اسرارها عن طريق حواسه الحس وليس له معلم ولا استاذ سواها . كل حركة يأتها الولد في مختبر الطبيعة الواسع بمثابة عمل كباوي او تجربة في مختبر الفيلسوف الطبيعي . كل شيء يراه او يسمعه او يذوقه او يلمسه او يشمه يترك في جهازه العصبي اثرًا . ولذلك حينما تعرض له امور تشبه الامور التي عرفها من قبل يتجنبها اذا كانت قد تركت اثرًا سيئًا في جهازه العصبي ويقبل عليها اذا كان اثرها الباقي صالحًا . وعلى هذا النمط تأخذ افكاره بالتكوّن . ولا افكار قوى محرّكة تدفع الى العمل وتكرار العمل الواحد مراراً ينشئ عادة ومن مجموع عادات الانسان سواء كانت في تفكيره او في كلامه او في عمله تبني اخلاقه التي عليها المعتمد في حياته

نرى مما تقدم ان للحركة الجسدية ثلاث نتائج هي نموّ الجسد ونموّ المدارك ونموّ الاخلاق ولكل منها اثر كبير في حياة الولد وتكوين شخصيته

فتلك الاسباب وهذه النتائج تجري على نوااميس طبيعية مقررة وعلى المرابي ان يسلك منهجاً واحداً في تربيته وهو تدريب الولد على استعمال قواه في السبل الصالحة . اما اذا حاول المرابي ان يضغطها لمنع ظهورها على الاطلاق بدلاً من ان يحوّلها من المظاهر الضارة فقط ثارت وكانت نتيجة تلك الثورة ضلال نفس بشرية وهلاكها . واذا اهمل الاعتناء بهذه القوى ولم يتعهدا بكل ما هو ضروري وصالح لها تاهت في طرق الزين والاعتساف والنتيجة هي ضلال ! فهلاك !





قطار نجع حادي (الوسطى) فم التربة الفاروقية (السفلى) منظر عام لقناطر نجع حادي
امام الصفحة ١٠٩ (المليا) فم التربة القوادية
مقتطف يناير ١٩٣١