

فوائد صحية

منشقة من رسالة للدكتور داود اندي الى شعر

بارد ويفصل يديه ووجهه قليل الشرب وياكل
كسرة خبز

اذا شرب احد ماء باردا جدا او اكل شيئا
باردا وشعر بتعب في معدته فليبادر الى شرب
شحن عطر كالشاي او القهوة او ماء القرفة او الخمر
وليضع على معدته لصقة خردل او يستحم بماء حار
الاغسال بالماء البارد يقوي الجسم ويدفع
الالتهابات وينظف الثرى وينظف الفروج .
ويحسن الاغسال بكل صباح

الماء الحار وكل المشروبات الساخنة تزيد
حرارة المعدة وتزيجها فهي نافعة قبل الطعام الا
ان الاستمرار على شرب المشروبات الساخنة يسبب
خولا مستمرا في المدة يعقبه عسر الهضم والاستحمام
المستطيل بالماء الحار مضر لانه يسبب ضعفا
وانعطاشا

لا يجوز الافراط بشرب الماء البارد قبل
الطعام ولا بعده

الماء الرديء يضاعف الهضم ويثقل المعدة
ويحدث فيها زكاما مزمنيا وقد يند تائمه الى الكبد
فتحس وتنضم ولذلك كان الرومان حين اذا فتحوا
بلادا ذبحوا كثيرا من مواشيها وطبخواها ونظروا
في اكبادها فاذا كانت سليمة حكموا بجودة ما فيها
فمكروها والا ففسادها وهجروها

ماء اليمون افضل للمياه للشرب ما لم يبر
تزا من ارض سجة . ويتلوه نفعاً ماء الآبار غير
ان الآبار اذا لم تستعمل دائما تولد فيها حيوانات
صغيرة فيصير ماؤها مضرًا . ثم ماء الانهر وشرطه
ان يكون جاريا بسرعة على ارض رملية او صخرية
او ان يكون متقدرا من علو ومتكسرا على الصخور
لانه يختلط حينئذ بالماء فيزداد نفعه . واما اذا
صبت فيه الافئدة او خالطة مواد متعفنة فلا
يعود صالحا للشرب الا اذا رشح وروق جيدا .
ثم ماء المطر ولا يصلح للشرب الا اذا طال مكثه
في الصهاريج فخالطة الحامض الكربونيك . ثم ماء
التنج والجليد وهو لا يصلح للشرب الا اذا حرك
كثيرا حتى يختلط بالماء . ثم مياه الجبرات
والاجام وهي لا توافي الصحة ابدا لكثرة ما فيها
من المواد الحيوانية والنباتية الفاسدة

الماء البارد منبه للجموع العصي ومقوي
الهضم بشرط ان يشربه الانسان وهو صحيح الجسم
وغير تعب ولا عرقان واما اذا شربه وهو تعب
او عرقان اضر به ضررا بليغا

لا يجوز شرب الماء البارد اذا كانت المعدة
فارغة . ولا قبل شرب القهوة ولا باس
من التخمض به حينئذ . واذا كان الانسان
تعبا او صائما وعطش فليشرب قليلا من ماء غير

فوائد

معدن الحروف

قد ذكرنا الطريقة الآتية لعمل المعدن
الذي تصنع حروف الطبع منه . أحسب لكل
عشرين اقة من الرصاص ثلاث اقات من
الانتيمن . ثم احمر الرصاص الى درجة الحمرة
وكسر الانتيمن كسراً صغيرة جداً واقها عليه
فيمترج المعدنان . ثم ضع لكل عشرين اقة من
الترنج اقة من القصدير وابق الكل على نار خفيفة
مدة يومين حتى يتم امتزاجه . ثم ضع قليلاً من الشمع
او من الزيت على وجهه وحركه فتنظف الاوساخ
على وجهه فانزعها عنه فيصير صالحاً لسكب
الحروف . واحذر من دخول التوتياء في التمرج
لئلا يفسد الرصاص . واما الحروف النعيفة
والمكسرة فتندويها على النار تنظف اوساخها
فتقع عنها . واذا شئت ان تبقي الحروف لينة قليلاً
فقلل الانتيمن كذا يفعل عند سكب حروف
الحركات العربية او الشرط الرفيق (عجربة)

اقلام لتلوين الزجاج

الاقلام التي يرسم بها على الزجاج والصيني
ونحوها بالوان مختلفة تركب في جرابها من
الاجزاء الآتية

الاسود * هباب ١٠ اجزاء وشمع العمل
الابيض ٤٠ وشم ١٠

الابيض * الزناك الابيض ٤٠ جزءاً

وشمع العمل الابيض ٢٠ وشم ١٠

الازرق الفاتح * الازرق البروساني

١٠ اجزاء وشمع العمل الابيض ٢٠ وشم ١٠

الازرق الفاتح * الازرق البروساني

١٥ جزءاً وشمع عربي ٥ وشم ١٠

الاصفر * اصفر الكرومر ١٠ اجزاء وشمع

العمل الاصفر ٢٠ وشم ١٠

واما عمل الاقلام من هذه الاجزاء فيكون

بمزجها في اوعية مغلقة وتعجنها معاً ثم انها تبرد حتى

يصير قوامها صالحاً لنقلها الى المضاعط . فتضغط

بتلك المضاعط كما يضغط الطوماجين لعل

اقلام الرصاص

معاملة الدابة الحرون

قال منشي جريدة الفلاحة الامبركانية قد

اتفق لي مراراً ان يحزن جوادتي بي فأكسر عليه

المصا ولا يخطو خطوة . فبدا لي مرة ان ادس

في فوكشة من التراب فشي حالاً . فجعلت من ثم

ادس في فو التراب فيمشي . والظاهر ان الخيل

اذا حزن توطد فكرها على ان لا تمشي فاذا

حوّل فكرها عن ذلك الهم نسبت ما وطدته

عليه ومشت . اه . ويوافق ذلك ما ذكره احد

مبشري الهند عن حصان حرون كان اذا حزن

لا يمشي ما لم يعلق باذنه قضيباً فيه انشطة

ويقتل الانشطة مراراً كثيرة