

المركب والامزجة المركبة الاكثر شيوعاً في المزاج العصبي الدموي وبغلب وجوده في الرجال وفي سكان الجبال وهو في الاصل مزاج دموي صرف تنوع بهواه الجبال . والمزاج العصبي اللطافي وبغلب وجوده في النساء . والمزاج الدموي اللطافي وبغلب وجوده في الرجال .

باب تدبير المنزل

قد فتحنا هذا الباب لكي ندرج فيوكل ما يهم اهل البيت معرفته من تربية الاولاد وتدبير الطعام والسكن والشراب والسكن والزينة ونحو ذلك ما يعود بالنفع على كل عائلة

قواعد مهمة في تربية الصغار وتهذيبهم

- (١) لا ترسل الاولاد الى المدرسة الا اذا كانت عيونهم صحيحة خالية من كل آفة بشهادة طبيب ماهر في طب العيون
- (٢) لا ترسلهم الى المدرسة الا بعد ان يخصصهم الطبيب ويشهد بمناسبة ستم للدرس ويخلوهم من الامراض والاستعداد لها او يشير بانواع الدروس ومقدارها اذا وجد قهيم مرضاً او استعداداً للعرض
- (٣) لا يكتفي جسم الولد باقل من عشر ساعات بنامها كل يوم . ويجب ان ينام باكراً جيداً
- (٤) يجب ان تكون الغرفة التي ينام فيها الاولاد قسيحة لها شبابيك وسبعة تدخلها الشمس . والاجدر بكل عائلة ان تخصص احسن غرفة من بينها بناية الاولاد لا ان تجعلها قاعة لمقابلة الزوار
- (٥) يحسن ان يطعم الاولاد على مائدة خاصة بهم الى ان يبلغوا عشر سنوات من العمر ويكون الطعام الثميل في الظهر لا في المساء اذا امكن
- (٦) اذا اردت ان تمتع الامراض عن اولادك او تقللها بقدر الامكان فامنعهم عن اكل انواع الحلوى والتطائف والافانغ غير الباشيجة وكل ما يحرف وظيفة اظنم
- (٧) اخرج الاولاد الى الخارج كل يوم ساعتين او اكثر ليسند مشغول الفعالي التي ولا تعرضهم للهواء البارد الا لادين نياباً فقمهم منه . واذا كانوا معرضين للتدرن او للبخار يري فربهم في الجبال او الارياض حتى يبلغوا السنة الثامنة من عمرهم

(٨) امنع الاولاد عن قراءة كل كتاب من الكتب المهيجة ولا سيما القصص والروايات التي توصف فيها طرق القتل والمكر والوقوع في الاخطار الشديدة . ورغهم في قراءة الكتب التي ترويح القلب وتوسع العقل ويهذب الذوق

(٩) رتب فيهم قوة الذاكرة فان الذاكرة القوية عون للانسان على تحصيل العلوم والفنون وكل اسباب الشهرة

(١٠) رغهم في الالعاب التي تنوي الجسم ولو ضاع بها جانب من اوقات الدرس

(١١) لا تدع الاولاد يدرسون في المساء على نور القناديل . واذا كانت اوقات الدرس في المدرسة لا تكنهم ولا بد لهم من ان يدرسوا في البيت فليدرسوا في الصباح على نور النهار لا في المساء على نور التنديل

(١٢) يجب على الوالدين والمعلمين ان يفحصوا عقول الاولاد ويعرفوا ميلهم الطبيعي وبربوم ويعلمهم بحيث يقوى فيهم هذا الميل اذا كان جيئاً وبضعف اذا كان رديئاً . والغالب ان يكون لكل ولد ميل خاص الى علم من العلوم او فن من الفنون فتتقوية هذا الميل اولى من اضعافه وتقوية ميل آخر

حفظ الصحة وطول العمر

قد نبين من احصاء اعمار الناس في بعض انحاء اوربا ان معدل العمر قد زاد فيها سبع سنوات في مدة مئتي سنة واسباب ذلك كثيرة ولكن اعظمها مراعاة قوانين الصحة . وقوانين الصحة لا تعرف جيداً ولا تحسن مراعاتها ما لم تنشر مبادئ العلوم الصحية وتعم معرفتها . ولما كان الانسان عبداً للعادة متقاداً الى امرها كان التعمد على الاعتناء بالصحة بانتقاء ما يضرها واعتماد ما ينفعها اسلم الطرق واشدها فعلاً لحفظ الصحة وطول العمر وكانت المرأة ربة البيت ومرية الاولاد في المطالبة بتعويدهم اولادها على اعتماد المنافع وتجنب المضار . وما يعتاده الانسان صغيراً قلماً يتحول عنه كبيراً

الطعام الفانسد

الانف والنم حاجبان امينان وطيبان ماهران يعلمان ما ينفع الانسان وما يضره فيسحمان بدخول النافع ويرغبان النفس فيه ويتعمان من دخول الضار ويضراهما منه وقلما يحفظان في حكمها . ولكن الانسان طبعه العصيان فيعصيهما المرة بعد الاخرى ويجبرها على قبول ما يكرهان فيه لان واجباتها ويفضان الطرف عن دخول الضار كما يسحمان بدخول النافع . ولذلك ترى كثيرين يأكلون المأكول المشته من اللحم والسمك المتعدد فتبليهم بالامراض والاوصاب . ذكر احد العلماء

انه مات في مدينة واحدة مئة وخمسون شخصاً من أكل المقاتق . وذكر غيره ان وباء شديداً
انتشر في جهات نهر الفلغا من أكل السمك المقدد . ولو عرف الناس ان الطعام المتخف يضر
آكليو بل يئتم لانتهوا الى حوادث كثيرة تحدث في بيوتهم كل سنة وهم يجهلون سببها
اذا فسد اللحم خبث رائحته ولكن ذلك غير مطرد في كل المواد التي يحل فيها الفساد لان
سموم الفساد قد تكون مركبات كيمياوية خالية من الرائحة . وهذا الامر لم يعد في حيز الخدس
والتحسين بل قد اثبت العلماء بالتجارب فان كثيرين منهم قد صنعوا هذه السموم وسموا بها
الحيوانات فاماتنها

ويظهر من الامتحانات الحديثة ان طائفة من هذه السموم تتولد في اللحم والسمك والحجبن
والخسبروزلال البيض اذا كانت في مكان رطب الهواد . والمقاتق اشد تضرراً لتولد هذه السموم
من غيرها لانها لا تجف بسرعة ويؤيد ذلك كثرة نسم الناس من أكل المقاتق . ولا بد من ان
كثيرين قد لاحظوا ان اللحم او غيره من انواع الاطعمة يفسد في الاماكن التي هي رطبة كثيرا
الرطوبة اشد مما يفسد في الاماكن الجافة الهواه . فاللحم في مدينة بيروت لا يقيم يوماً كاملاً في
ايام الصيف ما لم يغيره الفساد ولكنه يقيم عدة ايام على رؤوس جبل لبنان حيث الهواد الجفاف
ولو في ايام الصيف الحارة كما ثبت لنا بالاخبار . والحرارة تسرع الفساد ايضا ولذلك تنتن الاطعمة
في فصل الصيف اسرع مما تنتن في فصل الشتاء . نذكر انه منذ مدة لما اشتدت رطوبة الهواه
وحرارة الصيف انبضان النيل صار دكان احد القائلين كالتعبير المقتضى بما فيوم من السمك القديم فلو
عرف الشرطة مضرة هذا السمك لاجتمعوا حول ذلك الدكان كما يجتمعون حول مفارة اللصوص
ولمحا التلثة وحرقوا كل ما فيوم من المتلدات المشنة

وربة الليث لا تطالب باصلاح شأن المدينة ولا بالتنبش عن راحة اهاليها ورفاهتهم ولكنها
تطالب باصلاح بينها والتفتيش عن راحة زوجها واولادها ورفاهتهم فان وكلت ذلك الى الخدام
الجهلاء لم تعلم من المطالبة كما ان حاكم البلد لا يعلم من المطالبة اذا وكل امور بلدى الى طائفة من
جيلة البوليس

والسموم المذكورة تفعل بالانسان اذا دخلت جرحاً في بدنه اكثر مما اذا دخلت معدته .
وهذا الامر معروف عند برايرة افريقية واستراليا فانهم يصنعون رؤوس حراهم من العظم
ويشغونها في الخبث المشنة ثم يدمنونها بمادة صافية تقيها وحينما يريدون الري بها يغطونها في الماء
حتى يدوب الصبغ ثم يرمون بها الانسان او الحيوان فيسري السم في بدنه حالاً ويميت . ولهذا
السبب يأكل بعض الناس الماء كل المشنة ولا تضرهم ولكن ما يسلم منه زيد قد يموت بوعر .

والشم يجب اتقاؤه في كل حال اضراً لم يضر لان المخاطرة في ذلك كالمخاطرة في اقتحام الممالك
 وحياة القول ان الاطعمة الفاسدة سامة كلها وعلى ربة البيت ان لا تطعم اهل بيتها طعاما حل
 فيه الفساد منها كان نوعه

باب الرياضيات

الظواهر الفلكية في شهرت ا (اكتوبر) سنة ١٨٨٦

	الرمز	الساعة	اليوم
يقترن اورانوس بالشمس	♅ ♂	مساء	١ في ١
يقترن المريخ بالقمر فيقع جنوبي القمر ١١°	♂ ☾	"	١ " ١
يقترن عطارد بالمشتري فيقع جنوبي المشتري ٢٢°	♁ ♂	صباحاً	٤ " ٤
يقترن المشتري بالشمس	♃ ♂	مساء	٧ " ٩
يقترن الزهرة باورانوس فتقع شمالية ٥٢°	♃ ♂ ♅	"	٢ " ١٤
يكون زحل في التربيع مع الشمس اي انه يكون بينهما ٩٠°	♄ ☉	"	٥ " ١٥
يقترن زحل بالقمر فيقع شمالي القمر ١٦°	♄ ☾	صباحاً	٩ " ٢٠
يقترن الزهرة بالمشتري فتقع شمالية ١٨°	♃ ♂ ♁	مساء	١١ " ٢٢
يقترن المشتري بالقمر فيقع جنوبي القمر ٢٥°	♃ ☾	صباحاً	٩ " ٢٦
يقترن الزهرة بالقمر فتقع جنوبية ٢٦°	♃ ☾	"	٢ " ٢٦
يقترن عطارد بالقمر فيقع جنوبي القمر ٢٧°	♁ ☾	"	٢ " ٢٨
يقترن المريخ بالقمر فيقع جنوبي القمر ٥°	♂ ☾	مساء	١ " ٢٠

اوجه القمر

يكون القمر في الربع الاول	صباحاً	١	٥
يكون القمر بديراً	"	٦	١٤
يكون القمر في الربع الاخير	مساء	٥	٢٠
يكون القمر في الحاق	صباحاً	١	٢٧
يكون القمر في الخسوف	"	٢	٩
يكون القمر في الاوج	"	٢	٢٥