

## القطن في الهند

الظاهر ان جردة الهواء التي ناسبت القطن المصري في هذا العام والذي قبله قد ناسبت ايضا القطن الهندي في العام الماضي فاخصب اخصابا لا مثيل له في تلك البلاد وبلغ الوارد منه الى بمباي وحدها في العام الماضي مليونين و٢٤٨ الف باله

## غلة القمح في الهند وفرنسا

قد رت الحكومة الهندية ان غلة القمح في بلاد الهند في هذا العام تنقص عن المتوسط السنين الخمس الماضية ثلاثة عشر في المئة مع ان مساحة الارض المزروعة قمحا زادت مليوناً وخمسة الف فدان . ويقدر ان غلة القمح في بلاد فرنسا هذه السنة اقل من احتياج البلاد باربعة او خمسين مليون بشل اي بخمسة مائة ملايين اردب

## باب تدبير المنزل

قد اتخذنا هذا الباب لكي ندرج فيه كل ما يهم اهل البيت معرفته من تربية الاولاد وتدبير الطعام واللباس والدراب والمسكن والزينة ونحو ذلك ما يعود بالنفع على كل عائلة

## نصائح للزوجة

من الامور المفترية ان نساء المتوحشين والطبقات الدنيا من الناس اصح بديهة واجود صحة في الغالب من نساء المتمدنين والمترفين . فكم نرى بين نساء المتوحشين من امرأة تحمل الحطب على رأسها وطفلها على ظهرها فيامتنع بيتا بين يديها وتغشي مع ذلك لتتصبه القامة طلفة الحيا كأنها تخطر في حديقته غناء . وكم نرى بين نساء الاغنياء والمترفين من امرأة نحيفة الجسم صفراء اللون تشكو من ألم ظهرها ولا تستطيع المشي من باب بيتها الى المركبة القائمة امامها في انتظارها . واثم من ذلك ان المرأة وشأنها الطبيعي اخلاف البتل تلد عشرة اولاد وعشرين ولداً اذا كانت من نساء المتوحشين . ولما تكون عاقراً . ولا تلد الا اثنين او ثلاثة اذا كانت من نساء المترفين وكثيرا ما تكون عاقراً . هذا ناهيك عن ان النساء الضعاف البنية يلدن اولادا ضعاف البنية ايضا ويكون اولاد الاولاد مصيبة على والديهم وعلى انفسهم . واذا كان الامر كذلك فلا بد من

سبب او اسباب غيّرت احوال المرأة وآلت الى اضعاف بنيتها وتقليل نسلها . وسنوالي البحث في هذا الموضوع لظهار الاسباب التي تضعف المرأة والعلاج الذي يصلح به هذا الضعف معقدين في ذلك على كتاب شهير في هذا الموضوع للدكتور شافاس وقد نمت الزوجة بالشجرة المثمرة ولا يخفى انه لا يخفى الثمار جيدة صحيحة من شجرة ضعيفة مريضة فالشجرة الضعيفة اما انها لا تثمر شيئاً او تثمر ثماراً ضعيفة سيئة وكذلك المرأة الضعيفة الجسم فانها اما ان تكون عاقراً او يكثّر اسقاطها لاولادها او تلد اولاداً ضعاف الاجسام ويوتون وهم اطفال او يعيشون بالهشيم والضعف حياتهم كلها ويودون او لم يولدوا

ولا تكون الزوجة قوية البنية صحيحة الجسم ما لم تستعمل الوسائط المؤدية الى ذلك . فالذي يزرع بذار الصحة يحصل صحة وعافية والذي يزرع بذار المرض والضعف يحصل مرضاً وضعفاً . والصحة مثل غيرها من المطالب لا تأتي بالتمني ولا بالترجي بل باستعمال الوسائط اللازمة . وهذه الوسائط ليست غالباً ما يسهل استعمالها ويبلغ لمستعملها ولكن العادة والممارسة تسهلان استعمالها . فالقيام الباكر عسر على الثناء الراية في مهد الدلال ولكنه ضروري لحفظ الصحة والمادة تسهل وتعمله من الامور المحبوبة بعد ان كان امراً مكروهاً . والرياضة الجسدية متعبة المعتادة على الرفاهة والكسل وكث المزاولة تسهلها وتعملها من الملائم . وغسل البدن يومياً ليس بالامر السهل على التي لم تعتده ولكن التي اعتاده تجد فيه بهجة وراحة . وكل هذه الامور تقتضي شيئاً من التعب ولكن الصحة وراحتها هي خير ما يتعب لاجله لان الحياة بلا صحة حمل ثقل على عاتق الانسان وذويها والصحة تاج على رؤوس الاصحاء لا يراه الا المرضى

ومها يكن شأن المرأة فانما قدر لها ان تكون زوجة ووالدة فلا يستحيل عليها ان تصلح صحتها اذا بادرت الى ذلك سريعاً ولم تهمل الامر ولم تسوّف . ولكن كثيراً من الزوجات ينهالمن في امر صحتهن الى ان يعدمتهما تماماً وحينئذ يندمن ولات ساعة مندم ومجاولن ارجاع ما فات فلا يجدن اليه سبيلاً

ومن شر الآفات على المرأة التسلم والترفع فانها تمنعان تطهر دما وتجدد جسمها فيكون شأنها شأن الآلة الحديدية المتروكة بلا عمل في مكان رطب الهراء فانها تصدأ وتخلل وظئتها بخلاف الآلة التي تستعمل فانها تبقى لامعة وافية بوظيفتها . واذا كانت الترفد والتسليم يدعوان الى التيام في البيت وعدم تعاطي شيء من الاعمال او الى اطالة

المهر في المراقص والملاهي حتى ينقضي الليل في الاماكن المزدهجة والهلواء الفاسد بتفتن  
الناس وغارات الاضواء ثم الرجوع الى البيت عند اشتداد برد الصباح والاعتاضة  
عن نوم الليل بنوم ساعات قليلة من اول النهار حينما تكون الشوارع مزدهجة باقدام  
الناس والهلواء يعج بالضوضاء - انا كان الترفه والنعم يدعون الى هذه الامور  
وهي نتائج لازمة عنها فهما اكبر البلايا التي تصيب النساء ولا سيما في السنة الاولى من  
زواجهن . والى ذلك ينسب قلة نسل المترفات وضعف بنية اولادهن  
والراحة والترفه والنعم ليست من الامور المضرة بالذات ولكن الافراط فيها الى  
هذا الحد هو المضر . وسنوالي الكلام في هذا الموضوع الى ان ناتي على تنمؤ

### الخبز قلى انواعه

ذكرنا في الجزء الاول بعض انواع الخبز المشهورة ووعدنا باستيفاء الكلام على هذا  
الموضوع وانجازاً لذلك نذكر انواعاً اخرى مشهورة وهي  
الخبز الكبير المسام \* وهو يصنع باذابة اوقية من سكوي كربونات الامونيا في ماء  
كاف لعجن سبعة ارطال من الدقيق وعجن الدقيق بهذا الماء ويقرص ارغفة حالاً ويجز  
فيكون خبزه كثير المسام كانه الاسفنج وذلك لانه يذوب فيه غاز الامونيا حينما يوضع في  
الفرن ويبعد دقائق بعضها عن بعض . ولك ان تقسم ثلاثة ارطال من الدقيق الى  
قسمين وتمزج القسم الواحد بماء اذيب فيه اوقيتان من بي كربونات الصودا وتمزج القسم  
الثاني بماء فيه اوقية من الحامض الهيدروكلوريك الخفيف وعجن كل قسم وحده ثم امزج  
القسمين معاً وفرصها ارغفة واخبزها حالاً فيخذ الحامض بالصودا ويتكون منها ملح ويغلت  
غاز الحامض الكربونيك ويبعد دقائق الخبز بعضها عن بعض  
الخبز المزوج \* اغل ثلاثة ارطال من الارز في الماء حتى تنضج جيداً واسلق ست  
ارطال من البطاطا الجيد وقشرها وامزجها مع الارز المسلق واضف اليها ستة ارطال من  
الدقيق وعجن الجميع بما يكفي من الخميرة ثم فرص العجين حينما يختمر واخبزه حسب  
المادة

الخبز الفرنسي \* ضع ثلثي اواقي من الارز الجيد في كيس من الكتان المدين ولكن  
الكيس واسعاً حتى يكسها ان تمدد فيه واغلبها فيه من ثلاث ساعات الى اربع وامزجها  
وهي سخنة بسبعة ارطال من الدقيق وعجن المزيج بما يلزم من الخميرة والملح والماء

## شمول للشعر

اصنع ثلثين جزءا بالوزن من البورق و ١٥ من الكافور واذب المستحق في ١٥٠٠ جزء من الماء العالي . قبل ان هذا الماء ينظف الشعر ويتروى ويحفظ لونه ويمنع تساقطه باكرا . والكافور لا يذوب فيه كنه ولكن يذوب منه ما يكفي

## مقوي الشعر

امزج ستين درهما من ماء كولونيا وثمانية من صبغة الذرّاح واخف الى المزيج قطعا قليلة من زيت حصى الالبان وزيت اللاوندا

## باب الهدايا والنقاريظ

### تقرير سعادة الدكتور حسن باشا محمود

رفع صاحب السعادة الدكتور حسن باشا محمود ناظر مدرسة الطب ومدرس الامراض الباطنة فيها تقريرا الى عطفه تلو ناظر المدارس بين فيه اسلوب التعليم المتبع في تلقين العلوم الطبية في مدارس فرنسا وانكلترا والمانيا والنسائم قال " احيط عطفكم علما ان تعليم الطب في العواصم التي مررت بها اثناء سياستي الاخيرة في اوربا هو على اسلوب واحد تقريبا ولربما كان في المانيا ادق منه في ما عداها ومع ذلك فالتعليم النظري والعلي حاصلان في كافة البلاد بما لا مزيد عليه من العناية والاهتمام ومعامل الشرح الدني والكيمياء الطبية والتاريخ الطبي والعينات والاقرباذين واليكترولوجيا والنسبولوجيا والشريح والجيناكولوجيا كلها على ما ينبغي من النظام وكال الاتقان واكملت الامراض الباطنة والجراحة والبرد والولادة والامراض الجلدية والامراض الزهرية على ما يرام من حسن الترتيب والانتظام ومجاميع الشريح الطبي والشريح المرضي والتاريخ الطبي والحيوانات والنباتات على اختلاف انواعها وعلم المعادن والمادة الطبية والبياتين النباتية تشتمل على نفائس فاخرة مع ما هي عليه من حسن الوضع والظام وبمجلّي ان اخص بالذكر من هذه المعامل عمل الشريح الدني وعمل اليكترولوجيا وعمل النسبولوجيا التجريبية وعمل التظيم المضاد للكلب وعمل التظيم للجدي الحيواني . هذا ومستشفيات