الى الذهن الاذن لا العين الاّ في ما ندر بخلاف المعارف العموميّة الّتي نذكرها في المقتطف فان المطالعة تكفي فيها وطريقها الى الذهن الاذن والعين على حدٍ سوى

اقتراح

نقترح على العلماء الفضلاء والكتّاب الادباء البحث في المواضيع التالية:

(١) في تاريخ العرب قبل الاسلام وتحقيق ما يعلم منهُ وتخليص ما ذكرتهُ كتب الاخبار والتواريخ من هذا القبيل

(٢) البحث في اي اللغتين اولى بالتعلّم الفرنسويّة ام الانكليزيّة اذا كان لا بدّ من تعلّم احداهما

(٣) لقد اخذت المدارس الاميريّة المصريّة تعلم بعض العلوم باللغة الفرنسويّة او الانكليزيّة فهل ذلك انفع من تعليمها باللغة العربيّة

باب تدبير المنزل

قد فتحنا هذا الباب لكي ندرج فيهِ كل ما يهم اهل البيت معرفتهُ من تربية الاولاد وتدبير الطعام واللباس والشراب والمسكن والزينة ونحو ذلك مما يعود بالنفع على كل عائلة

سرُّ النظافة

تمهيد

لو بُعث احد الكهنة من المصريين القدماء الذين شهدوا عزّ مصر ومنعتها وتدويخها لممالك الارض في عهد رعمسيس الكبير ووقعت عينهُ على نيل مصر وترعهِ في هذه الايام وما في مياهها من الاقذار والاوضار ورأى النساء حافيات عاريات على جوانب الترع يغتسلن في مائها القذر ثم يستقين منهُ لبكى والتحب على ما آل اليهِ حال النيل من القذارة بعد ان كان المصريون الاقدمون يكرمونهُ اكرام العابد للمعبود ولا يدعون حيواناً يخوض فيهِ ولا شيئاً دنساً يخالط ماءهُ . ثم لو رأى بوالع القرى والمدن تصبُّ في ترعهِ وخلجانهِ وجثث الحيوانات طافية على مائهِ لنادى بالويل والثبور وفضّل العود الى عالم الاموات على مشاهدة هذه المنكرات

وحقًّا اننا لا ندري ما صرف سكان هذا القطر عن النظافة التي امتاز بها اجدادهم حتى كانت عندهم فرضًا دينيًّا الى ما نرى جمهورهم فيه الآن من تطليقها بتاتًا فانهم لم يقتبسوا ذلك عن الفرس ولا عن اليونان ولا عن الرومان ويعسر على التصديق ان الدين المسيحي اباح لهم القذارة وهو ينهى عنها او ان الدين الاسلامي نهاهم عن النظافة وهو يعدُّها من الايمان. لكن التهاون في إقامة شعائر الدين وشرائط حفظ الصحة مع ما في هواء مصر من الغبار ومائها من العكر قد تكون اسبابًا لاهمال النظافة ثم يرسخ هذا الاهمال في النفوس لبقاء اسبابه وقلة السعي في مقاومتها. ومهما يكن من ذلك فلا شيء امسُّ في هذه الديار من تعليم الناس النظافة الى ان تصير ملكةً في النفوس

الغبار وازالته

من مزايا هذا القطر كثرة الغبار في هوائه وتراكمهُ على كل السطوح المكشوفة للهواء فاذا مسحت مرآةً من الغبار ونظفتها جيدًا ثم تركتها ساعة من الزمان تجد سطحها قد تغطى بطبقة أُخرى منهُ وقس على ذلك الموائد والستائر والحصر والبسط وما اشبه. وفي الغبار دقائق ترابيَّة واجزاء نباتيَّة وحيوانيَّة كما يعلم من الميكرسكوب وهي سبب كبير للوسخ وانتشار الامراض. فلا بدَّ لربة البيت من ان تتعهد كل اثاثه بالكنس والنفض يومًا بعد يوم. الَّا ان جانبًا كبيرًا من دقائق الغبار يثور في الهواء بالكنس ولا يزول من الغرف الَّا اذا نُثر على ارضها وعلى ما فيها من البسط شيء من اوراق النبات او من نشارة الخشب المبلولة بالماء حتى تلصق بها دقائق الغبار قبل كنسها فلا تثور في الهواء

وسخ الثياب والابدان وازالته

ومن مزايا هذا القطر ايضًا ان الثياب والابدان تتسخ فيه بسرعة تمَّا يلصق بها من غبار الهواء مع ما يفرز من الجسم. وهذا الوسخ لا يزول بالمسح والنفض ولا بالغسل بالماء الصرف لانهُ يفرز من جسم الانسان ثلاث وعشرون اوقية من العرق كل اربع وعشرين ساعة وهذا العرق يتبخَّر حالاً في الاحوال العادية فلا نشعر بهِ ومتى تبخَّر لا يطير كلهُ بل يبقى منهُ اكثر من اوقية (١٢ درهماً) من المواد الجامدة على سطح الجلد فيلصق بعضها بالجلد وبعضها بالثياب فتتسخ بها

ويفرز من الجلد عدا العرق مادة دهنيَّة او شمعيَّة تغذي الشعر وتلين الجلد وهي التي تتراكم في الاذنين فتتكوَّن منها افتها الذي يقيها من دخول الحشرات. وتمتزج المادة الدهنيَّة بالغبار والوسخ الذي على سطح الجلد فيلصقان بهِ بواسطتها ولذلك يكثر

اتساخ القمصان حول العنق والزندين حيث تحتكُّ بالجلد . وهذا الوسخ لا يذوب بالماء فلا يزول الاَّ اذا مزج الماء بمادة قلويَّة تذيب المادة الدهنيَّة المشار اليها آنفاً . والمادة القلويَّة موجودة في الصابون فالصابون ينظف البدن والثياب الوسخة بامتزاجهِ بالمادة الدهنيَّة الَّتي في الوسخ وتحويلها الى مركَّب يذوب في الماء

الاَّ ان المواد القلويَّة تضرُّ بالجسم فيشترط في الصابون لكي يفي بهذهِ الغاية ولا يضرَّ بالجلد ان تكون المادة القلويَّة الَّتي فيهِ متعدلة تماماً بالحامض الزيتي فاذا اذيب الصابون الجيد في الماء انحلَّ بعضهُ الى مادة قلويَّة والى حامض زيتي خفيف فالمادة القلويَّة تذيب المادة الدهنيَّة الَّتي تُلصق الوسخ بالبدن او بالثياب فيصير الماء قادرًا على نزعها وعلى نزع الوسخ معها . والحامض الزيتي يلين الجلد ويتَّحد ببقيَّة المادة القلويَّة ويمنع اضرارها بالجلد . وهذه مزيَّة الصابون الجيد على غير الجيد وعلى الغسل بالمواد القلويَّة مهما كان نوعها . الاَّ ان الصابون الجيد نادر في هذه البلاد واضرُّ انواعهِ الشفاف الوارد من البلدان الاوربيَّة لاجل غسل اليدين والوجهِ ولا سيما اذا كان طعمهُ حريفاً فانهُ يكون كثير المادة القلويَّة فيحمرّ اليدين ويخشنهما . وسنعود الى الكلام على انواع الصابون في فرصة اخرى . وحسبنا الآن ان نقول ان النظافة لازمة للصحة لزوماً لا انفكاك عنهُ لانهُ اذا سدَّت الاوساخ مسام الجلد صارت الحياة في خطر مبين

فضلات البيوت والمدن

تتراكم الفضول في البيوت والمدن كما تتراكم على البدن الاَّ ان ازالة هذه الفضول موكول في البلدان المتمدنة لرجال الحكومة او للذين بيدهم حفظ الصحة العامَّة فهم مكلفون بايجاد الطرق اللازمة لنزع الفضول يوميًّا وابعادها عن البيوت والمدن لانهُ يتعذر على كل احد ان ينزع فضول بيتهِ وشارعهِ بنفسهِ وينقلها الى مكان بعيد وهو يستسهل ان يكل ذلك الى الناس يتكلمون بنزعها وتطهير البيوت والشوارع منها . فاذا ارادت المدن المصريَّة ان تجاري البلاد المتمدنة فلا مندوحة لحكومتها عن ان تشتغل بنزع الفضول من بيوتها وشوارعها مهما بلغت نفقات ذلك

بحث حديث في حفظ الصحة

وضع الدكتور شونيلد الانكليزي فصولاً سيفي هذا الموضوع بناها على احدث الابحاث العلميَّة وجمع فيها خلاصة ما يتعلَّق بحفظ الصحة من المهد الى اللحد ونشرها في

احدى المجلات الشهريَّة فلخصنا بعضها في الفصول التالية لما فيها من الفوائد العمومية النفع لكل قراء المقتطف واضفنا اليها ما تتمُّ بهِ الفائدة

حرارة الطفل

يولد الطفل محاطاً بالمخاطر من كل صوبٍ واكثر هذه المخاطر من جهل الذين يربونهُ فان كانت بنيتهُ جيدة من ولادتهِ فقد يتغلَّب على هذه المخاطر وينجو منها والاَّ فالمرجح انهُ يقضي نحبهُ قبل السنة الثانية من عمرهِ

واول شيءٍ يتعرَّض لهُ الطفل البرد فان سطح جسمهِ واسع جدًّا بالنسبة الى الجسم نفسهِ كما يعلم ذلك الرياضيون واذا اتسع سطح الجسم كثر تعرضهُ للبرد وخروج الحرارة منهُ . وهو مع ذلك مضطر ان تبقى حرارتهُ على الدرجة ٣٧ بميزان سنتغراد اي اكثر من حرارة الهواء بعدة درجات ولاسيما في فصل الشتاء . فيجب على الذين يعتنون بالاطفال ان يقوم من البرد وقاية تامة ويلبسوهم الثياب الَّتي يدفأون بلبسها

عنا الطفل

اول شيءٍ يجب الانتباه اليهِ من جسم الطفل عيناهُ فان كثيرين من الاطفال يُصابون بالعمى من اهمال والديهم فاذا كانت عين الطفل تدمع او تفرز رمصاً (عاشاً) ولم تعالج جيدًا فقدت البصر في اربع وعشرين ساعة اما علاجها فبتنظيفها جيدًا واستعمال قطرة السليماني وهي مصنوعة باذابة قمحة من السليماني في الني قمحة من الماء ويجب ان يعتمد على رأي الطبيب في ذلك

تنظيف الطفل

لا بدَّ من غسل الطفل يوميًّا ويجب ان تكون حرارة الماء الذي يغسل فيهِ ٣٦ درجة بميزان سنتغراد . فحالما يولد تغسلهُ القابلة في مغسل صغير طولهُ اقل من قدمين وعرضهُ قدم وعمقهُ قدم حتى يغمر الماء جسمهُ كلهُ ما عدا رأسهُ وتبقيهِ في الماء كذلك دقيقة او دقيقتين ثم ترفعهُ من الماء الى حضنها وتمسح بدنهُ بقطعة فلانلا وماء الصابون اولاً عينهِ ثم رأسهُ ثم بقيَّة جسمهِ وتنشفهُ جيدًا بمنشفة ناشفة وتذر عليهِ البودرا ولا سيما على الاماكن المعرضة للاحتكاك والالتهاب كالابطين وبعد ذلك تغسلهُ على حضنها كل يوم صباحاً ومساء الى ان يسقط الحبل السري فتصير تغسلهُ في المغسل صباحاً وعلى حضنها مساء . وسيأتي الكلام على كل ما يتعلق بالاطفال والاولاد والبالغين من حيث حفظ الصحة