

يوم	ساعة	وصف
دسمبر ٢٣	٠٧ صباحاً	يقترن عطارد بايدانوس فيقع $17^{\circ}2'$ شمالاً
		اقترانات القمر بالسيارات
أكتوبر ٠٥	٠٨ صباحاً	يقترن بعطارد فيكون عطارد $56^{\circ}5'$ شمالاً
" ٠٥	٠١ مساءً	بالزهرة فيكون الزهرة $75^{\circ}6'$ "
" ٠٧	٠٨ صباحاً	بالمرئح فيكون المرئح $14^{\circ}3'$ "
" ٠٧	الظفر	بالمشتري فيكون المشتري $14^{\circ}4'$ "
" ١٠	٠٤ صباحاً	برحل فيكون زحل $27^{\circ}1'$ "

أوجه القمر

يوم	ساعة	دقيقة	وصف
أكتوبر ٠٤	٠٩	١٩ مساءً	الحلال
" ١٢	٠٨	١٥ صباحاً	الربع الاول
" ١٩	١٢	١٠	البدر
" ٢٦	١١	٤٥	الربع الاخير
" ١٦	١٢	٢٣ مساءً	القمر في الاوج
" ٢٨	٠٧	٢٣ صباحاً	" الخفيض

باب تدبير المنزل

قد فتحنا هذا الباب لكي ندرج فيه كل ما يهم أهل البيت معرفة من تربية الأولاد وتدبير الطعام واللباس والشراب والمسكن والزينة وغير ذلك مما يعمد بالبيع على كل عائلته

مبادئ علم الطب

فلما في الجزء الماضي ان الطعام يقضي غرضين مبدئين الاول التعريض عوت التدفائق التي تخص من الجسم دواماً والثاني حفظ حرارته عنى درجة واحدة. وانه على ثلاثة انواع فيتزوجيني كاللحم الدهن وكر بوني كالدهن والسكر ودمروج من الاثنين كالحب والحبوب على انواعها

والكربون هو العنصر اللازم لتوليد الحرارة ويوجد بكثرة في النشا . والنشا موجود في كل الحبوب والجلود وعلى نسب مختلفة كما ترى في هذا الجدول

مقدار النشا في دقيق الارز من ٨٤ الى ٨٥ في المئة	" " " " " " " "	الذرة " " " " " " " "	٧٧ " " " " " " " "	٨٠ " " " " " " " "
" " " " " " " "	" " " " " " " "	القمح " " " " " " " "	٣٩ " " " " " " " "	٧٧ " " " " " " " "
" " " " " " " "	" " " " " " " "	الشعير " " " " " " " "	٦٧ " " " " " " " "	٧٠ " " " " " " " "
" " " " " " " "	" " " " " " " "	الفول والحمص " " " " " " " "	٤٢ " " " " " " " "	٤٣ " " " " " " " "
" " " " " " " "	" " " " " " " "	البطاطس " " " " " " " "	١٣ " " " " " " " "	١٥ " " " " " " " "

وترى في هذا الجدول اختلافاً كبيراً في مقدار النشا الذي في دقيق القمح وسبب ذلك اختلاف طرق طحنه في الطرق القديمة كان القمح يكسر كسراً ويؤخذ الدقيق الناعم من قلبه ليكون شديد البياض ويترك ما حوله سميماً فيكون أكثر النشا في الدقيق الابيض وأكثر الغلوتين او المادة النيتروجينية في السميد . اما الآن فيطحن القمح كله معاً فيكون دقيقه قليل النشا كثير الغلوتين كالدقيق الروسي المعروف ولذلك يكون شديد الحيل

والكربون كثير في الزيوت والادهان على انواعها وهو نحو ٨٠ في المئة من وزنها . ويوجد قليل من الزيت في الحبوب ايضاً في الذرة نحو ٩ في المئة وفي القمح من ١ الى ٣ في المئة والزيوت والادهان عمرة المضم وتقتضي افراز كمية كبيرة من الصفراء ولذلك لا تصلح لتصاف المعدة ولكن لا بد منها اذا كان الهواء بارداً جداً كما في البلدان الشمالية التي تكاد تعيش عليها تقتصر على اكل المواد الدهنية

ثم ان الكربون كثير في السكر . والسكر كثير في كل الاثمار والخضر وفي اللبن ايضاً . وفي كل مئة ذرة من السكر اربعون ذرة من الكربون . ولذلك لا يصلح الاكثار من المواد السكرية في فصل الصيف حين لا يحتاج الجسم الى زيادة الحرارة

وفي الطعام عناصر اخرى لازمة جداً ولو كانت قليلة . ومن هذه العناصر النقصور الذي لا بد منه لتغذية الدماغ وهو يوجد في البيض والسمك والطحار والطيور والحبوب والبطاطس ولذلك يحسن بالذين يشتغلون اشغالا عقلية ان يكثرُوا من اكل هذه الاطعمة . ومنها الكبريت وهو لازم لنمو الشعر والاضافر والعظام والغضاريف وهو كثير في البيض واللبن والحين . ومنها الحديد وهو لازم للدم ويوجد في اللحم الطير والبيض واللب . ومنها الفلور وهو لازم لتكوين العظام ويوجد في الحبوب والبن . وخير الاطعمة للصغار الحليب واللبن فان فيها ما ينمي الجسم

وبدئته فضلاً عن ان اللبن يسهل هضمه اذا مزج بالخبز
 والظاهر ان الاختيار الطويل هدى الناس الى الطعام الذي يصلح لهم اي الذي يكتفيهم
 بما فيه من الغذاء ويسهل عليهم الحصول عليه من حيث ثمنه . فالقول الذي ينسب به فقراء
 هذا القطر يلو اللحم في مقدار النيتروجين ولذلك يكثر من اكله . والنيتروجين كثير في
 النجمل واللبن والكرنب ولذلك ترى الفقراء يأتممون بها في خبزهم ويعشرون عليها . هذا في البلدان
 الحارة انا في البلدان الباردة فاكثر طعام الناس من المواد الدهنية والشوية لكثرة الكربون فيها
 اذا عرفت ربة البيت هذه المبادئ رأيت سبباً كثيرة لتقليل النفقة وجعل الطعام
 صالحاً لتغذية الاجسام وانماها

آداب المائدة

سما تصنع الانسان في سلوكه لم يستطع ان يتصنع على المائدة بل لا بد من ان يظهر كما
 هو حقيقته . وقد يكون في البيت كثير من ادوات الزينة وحسن الذوق ولكن لا تظهر حقيقة
 اهلها الا وهم على المائدة فتظهر حينئذ آدابهم ولا سيما اذا كانوا صغاراً يعسر عليهم التصنع .
 واذا دعي الاولاد للطعام عند احد فهناك يظهر بروع خاص مقياس آدابهم في بيتهم . والولد
 منبأ بالطبع الى الانتداه بالدين اكبر منه فاذا رأى والديه يحسان التصرف على المائدة
 مراعيين الآداب الشبعة فلغالب انه يقتدي بهما واذا اخل بآداب المائدة ففتت الخبز يواقرق
 اللبن وذري الطعام وجب على والديه ان ينهياه عن ذلك ويراقباه مراقبة دقيقة حتى تصير
 آداب المائدة ملكة فيه .

والفرق بين البيوت التي اهلها متهذبون والبيوت التي اهلها غير متهذبين واضح جداً ففي
 الاولى لا تسمع صراخاً ولا صوتاً عالياً ولا ترى احداً يعدوا او يدفع الباب بعنف او يكلم من
 بجانبه كلاماً يسمة البعيدون عنه . وهذه الامور كلها على ضد ذلك في البيوت التي اهلها
 غير متهذبين . وكذلك الموائد فانك ترى اعضاء العائلة في البيوت الاولى جلوساً عليها يتأرون
 في طعامهم ويكلمون بصوت منخفض ويساعد بعضهم بعضاً في تقديم ما يحتاج اليه ورب البيت
 يقطع اللحم ويوزعه بالتالي التأم . وترام في الثانية يتساقون تساقاً ويصيحون ويحلبون ولا
 يبالي احد منهم عن معه . وهناك بعض القواعد التي لا بد من مراعاتها وقت الاكل

- (١) سكين الاكل لقطع الطعام فقط لا لتقلو الى التمسك
- (٢) لا تشرب قبل ان تسمع فك بخرطة المائدة لئلا تفسح حافة الكاس من شفطيك

فوقها منظرها

- (٣) لا تكبر لقمك فان تكبير القم يخالف لآداب المائدة
- (٤) احسن الشور يا من جانب المعلقة لا من رأسها ولا تدخلها كلها في فمك
- (٥) لا تجهد في مسح صحفة الشور يا من كل ما فيها
- (٦) امتنع عن التصويت وقت نحو الشور يا
- (٧) لا تمدن لكمة كبيرة بالزبدة ثم تأكلها تشكراً بل ادهن لكمة صغيرة قدر ما تفتح في فمك
- (٨) لا تقطع كل اللحم الذي في صحنك قطعاً صغيرة ثم تأكله بل اقطع قطعة واحدة وكثيراً ثم اطعم غيرها وكثيراً وعلم جراً
- (٩) لا تضع قشر الاثمار على غطاء المائدة
- (١٠) لا يلقى تنظيف للمخضفة بقطعة من الخبز
- (١١) لا تمدن من المائدة كثيراً ولا تتمد عنها كثيراً ولا تجلس على حافة الكرسي ولا تفحن يدك الى وراء بل اجلس مستقيماً
- (١٢) المائدة ليست متكأة في هذا العصر كما كانت في عصر الرومانيين فلا تستند عليها بمرتبك (كوعيك) . ولا تستند الى ظهر الكرسي كأنك أصبت بتيش في المهرك
- (١٣) لا تلب بما على المائدة سواك كأنك حاضر جمعاً غائب عقلاً
- اذا كان الناس في دعوة الى الفداء والشاء وجب على الرجال ان يساعدوا النساء سيرة الجلوس على المائدة ويجلس السيدة التي لها المقام الاول في تلك الدعوة عن يمين صاحب الدعوة وتقدم لها الوان الطعام قبلما تقدم الي غيرها فاذا حدث ذلك لها اول مرة ولم تعلم كيف تتصرف وجب عليها ان تأخذ قليلاً من الطعام وتنظر غيرها فتري كيف يفعلون وتعمل مثلهم لانه لا يطلب منها ان تشرع في الاكل قبل غيرها واذا كانت نبيهة ذكية القواد سرت الدين حرقاً بكلامها واشغلتهم عن الانتباه الى حيرتها
- عالمنا تجلس على المائدة نشر التوضئة على صحنك واذا اقبل الساق ليلاً كاهنك خيراً لا نعمة ولو كنت لا تشرب الخمر لان المائدة ليست اليك المناس لاطهار ما تحبه وما تكرهه يؤكل اسماك بالشركة فقط اربها وبقطعة من الخبز ويؤكل الطيبون بالاصابع اذا لم يكن ملوحة بمادة سائلة والا فالشركة . ويؤخذ من كل لون ولو قليلاً ويؤكل منه ولو بعضه واذا كان المرة ممتوحة عن طعام باسر اللط لم يجوز له ان يذكر ذلك على المائدة ولا ان يبحث في المسائل الصحية ونفع الطعام وضرره

اوراق النظفة لا تقطع بالسكين وقت اكلها بل تطوى طياً بالشوكة حتى يسهل ادخالها الفم
اترك السكين والشوكة في الصفحة عند انتهاء كل لون حتى ترتفع معها
سكين الجبن تقطع بها قطع الجبن وترفع بها وتوضع على الخبز ولكن لا ترتفع بها الى الفم مباشرة
عم السب ينزع بالانامل من الفم ويوضع على طرف الصفحة
الكاس التي تفضل فيها الايدي وقت اكل الفاكهة تمطس فيها الانامل فقط ثم تشف
بقوطة المائدة وتوضع القوطة بجانب الصفحة من غير طي عند الانتهاء من الطعام
اذا حدث حادث على المائدة كأن وقعت ملعقة او فخورها او اريق الماء او الخمر وجب على
من حدث منه ذلك ان يعتذر الى ربة المنزل ولا يزيد في الاعتذار ولا يحاول عمل شيء
ولكن يدع الخادم يضع له ملعقة اخرى او يعطي مكان الماء او الخمر. وعلى ربة البيت ان
لا تظهر اقل كدر ولو انكسر اثنان ما عندها من الكؤوس. واذا حانظ الجلوس معهم على آداب
المائدة لم يحدث شيء من ذلك.

حينما يقتضي الاكل تقوم ربة البيت اولاً وتدعها الضيوف تجلس النساء في غرفة الاستقبال
ويعود الرجال الى غرفة المائدة ليشربوا القهوة ويدخنوا السيج. واذا كان في الصفحة شيء
كطاقة زهر او فخورها وجب على الضيف ان يأخذها معه تدكراً من ربة البيت
وحديث المائدة يكون خصوصياً في الغالب بين كل شخص والذي بجانبه ولكن الدعوات
العمومية تستلزم احياناً ان يكون الحديث عمومياً. وعلى كل احد ان يجتهد ليرى الذين يكلمهم
بجوارسار او نكتة هزلية او نحو ذلك.

ولا يليق بربة البيت ان تلج على ضيوفها لياخذوا مرة ثانية او ثالثة من طعام بناء على ان
الموجود منه كثير. ولا ان توجه كل عنايتها الى ضيف واحد دون غيره. واذا كان على المائدة
اولاد فيحسن ان يقدم لهم الطعام مع غيرهم في وقت واحد ولا يتركوا الى الآخر

مربي القرع (الكوسى)

قطع القرع قطعاً صغيرة كقطع السكر الذي يحلى به الشاي. وضعه في اناء فيه ماء
بارد واتركه فيه ١٢ ساعة ثم صب الماء عنه وابطئه في صحفة واسعة ورش عليه سكرًا ناعمًا
واتركه ١٢ ساعة اخرى ثم ضعه في اناء وخذ لكل رطل منه رطلًا من السكر ولبونة حامضة
واوقية من الرجيليل الصحيح وعن السكر اولاً في قليل من الماء وامرت الرجيليل وضعه مع
قشر الليمونة في كيس من القماش الرقيق وضع هذا الكيس في السكر وغليه معه ثم اصف اليه
قطع القرع وعصارة الليمونة وادم الغليان حتى يصفر الشراب ويصير بالقوام المطلوب