

كريم مزعة يروح فيها البنفسج وابنة لورد ونسلي رئيسة مدرسة لتعليم زراعة الجنائن . وابنة  
 اخي لورد دورمر تسع ابيرات  
 وبعض اشرف الانكليز يتعاضون الاعمال ايضاً فلارل هروك شركة في معمل نعمل  
 السكر ولورد روسلين شركة في معمل نعمل الطيوب ولورد هرنجتون كان يبيع الاثمار في  
 شارع تشانغ كروس واسم شريف هما كان وهو شرف للعامل

## بَابُ الْمُرَاصَةِ فِي الْمُرَاصَةِ

### السكر والكحول في التغذية

حضرة مشي المتنطف القاضين

اطلعت على مقالكم الاشيرة الروحية المدرجة في الجزء السادس من المتنطف الذي  
 صدر في الشهر الغائب فرائكم كما دتكم في كل السائل العلمية يمشون دائماً عن الحقيقة ولا  
 يدون رأياً الا واتم على يقين من صحته ورأيكم في الكحول حقيقة يجب ان يرجع اليها كلما  
 دعت الحاجة الى استعماله . على انه لا بد من مسبب جوهري لانتشار شرب المشروبات  
 الكحولية في اقطار العالم وخصوصاً في الاقاليم الباردة لان ذبل السكر لا يكفي وحده لتلليل  
 ذلك اذ اكثر الناس بشربون الخمر وغيرها من المشروبات الروحية لا لتلليل بها فقط  
 بل لفائدة يتوخونها منها . وعلى ما ارى ان الهم المستولي على الافكار وهو ان الكحول خذاء  
 توفيري ومولد للحرارة هو اكبر داع لتعميمه وانتشاره فلم ينسب اليه العلم خاصة الغذاء  
 التوفيري لما كان الناس يكثرثون له كثيراً او لم يكن له الا خاصة توليد الحرارة لا تقصر  
 استعماله بدون شك في نطاق ضيق . فلا غرابة اذاً من اقبال الجمهور على استعمال الاشيرة  
 الروحية لرسخ الاعتقاد بكونها اغذية توفيرية ومن كان ذا ميل اليها يتخذ ما ينتداه من  
 فائدتها ذريعة لتلليل بها فيسرفه التلليل الى الادمان وهذا الى الموت العاجل  
 وقد قام الجدل على هذه المسئلة وثارت لها خواطر الطاء ودرسها جلة منهم دورماً خاصاً  
 والتب بعضهم مجندات فيها ثبت لهم بعد الامتحانات العديدة في الانسان والحيوان فساد  
 الهم السابق وتحققوا ان ليس لكحول خاصة غذائية ولا هو من مولدات الحرارة ودرسوا

خصائص السكر من هذا التقييم للقبالة بين الاثنين وهانذا مورد للقراء خلاصة ابحاثهم  
السكر

تتم الاغذية باعتبار تركيبها الكيماوي الى نوعين يتروحيين وقاعدتها الحم وهيدروكربونية وقاعدتها النشأ وينسب للاول خاصة تكوين دقائق الجسم ولثانية خاصة توليد الحرارة للسكر المقام الاول بين الاغذية المولدة للحرارة وهو ايضا غذاء توفيري لانه يوفر المادة التيروجينية ويخزنها في الجسم فتصرف الى التكوين ويان ذلك ان التيروجين يبرز مع البول والكمية المعرزة تزيد بزيادة العمل العضلي فاذا اخفنا بول رجل بعد شغل عنيف وجدنا كمية التيروجين فيه كبيرة ثم اذا اخفنا الى طعامه سكرًا وعمل العمل نفسه واخفنا بوله وجدنا كمية التيروجين قد نقصت عما كانت عليه اولًا وذلك لان السكر وفر قسمًا من التيروجين وتخزنه في الجسم يساعد على تكوينه وعليه اذا كانت كمية التيروجين في الطعام فائضة عن المعدل اللازم للتهدية فالسكر يعرض عن نقصان يمنع الحرارة . وقد اتضح من الامتحانات التي اجريت في الحيوانات ان ١٠٧٦ غرامًا من السكر تقوم مقام ٢٣٠ غرامًا من اللحم فالسكر اذا ليس من نوازل الطعام بل هو غذاء من افضل الاغذية وله المقام الاول بين الاغذية التوفيرية والمولدة للحرارة . والقانون الذي سنه الحكومات لتقييد عند كان غاية في حسن الوضع لانه ساعد على زيادة مقطوعتي . ففي السنة الاولى من العمل جلد القانون زادت المقطوعة من ٥٤٩٦٥٣ طنًا الى ٥٩٤٤١٨ طنًا وقد اصبحت المقطوعة الشخصية سنة ١٨٩٦ فكانت ٣٠ غرامًا في انكلترا و ١٩ في الدانمارك و ١٢ في فرنسا والمانيا و ٩ في البلجيك و ٥ في روسيا وعرض عن نقص معدل في المانيا بزيادة شرب البيرة لانها تحتوي على مادة سكرية . واحتج بعضهم من ذلك ان زيادة المقطوعة هي سبب افضلية جنس الانكلوساكسون وتنصلتها هو سبب تدهور الروس على ان ذلك لا يخلو من النظر وقد افضح بالهجرة والمراقبة ان الجنود والذين يصعدون في الجو بالفرن والصيدان تزيد استطاعتهم على احتمال التعب باستعمال السكر وتتمتع قوامهم سريعًا باستعمال الكحول فزاد بذلك الميل الى زيادة استعماله وازدياد مقطوعتي . ولا تنحصر هذه الفائدة في الانسان بل تمتد الى الحيوان ايضا فقد ثبت ان الخيل المهددة لجر الاقبال تستفيد كثيرًا من الاغذية السكرية ويمجدد بالسافر او فارس السباق ان يضع في جيده قطعًا من السكر ليطمح حائلها منها عند ما يأنس منه التكلل

وما يمجدر ذكره ان السكر يخفف العطش خلاقًا للاعتقاد العام وبأنه يزيد . والمخلصة

ان السكر غذاء توفيري ومولد للحرارة ومنبه للقوة وكاسر لحدة العطش

الكحول

واما الكحول فهو ضده تماماً وقد ثبت بالتجارب العلمية العكسيرة وبعد الجدل الصنيف والطويل انه ليس من الاغذية التوفيرية ولا من الاغذية المولدة للحرارة والاعتقاد القديم الذي يسب هذه اغصاصة اليه فاسد وقد لاحظ ذلك اولاً السياح الذين كانوا يعتمدون كثيراً على قائدتهم هذه فقلت اهميته لديهم واما التجارب العلمية فأظهرت ان الكحول انفسرت اي الذي لا يصلح للشرب يفرز خمسة بلا ذائفة والارسة الاخماس الباقية يتسرع تركيبها في الجسم فتتشمق قوته على توليد الحرارة الى النصف اي يتولد من الحرارة نصف ما كان يجب ان تولده الجرعة المأخوذة منه . واما الكحول اللذيذ المشرب كالكونياك والروم فقد ظهر لهم ان قوته على توليد الحرارة اذنى من قوة الزبدة والشوكولاته والسكر والارز . وقوة الطور التفرية الكحول اذنى من قوة اللبن . فيكون اذاً من صالح السياح وخصوصاً الذين يسافرون في البلاد الباردة ان يختاروا السكر لتوليد القوة والحرارة . وقد عرف ذلك رواد القطبين وتحققوا الاسرار التي تنشأ عن المشروبات الروحية فنبذوها وامتنعوا عنها بالمواد السكرية والمواد الدهنية . واذاً بندها السياح الذين كانوا يعتمدون في اسفارهم عليها فأحرم عن كان مقبلاً في يتو ومصطنع لا تتطلب القائمة المرجوة منها ان يندها بتاماً

واما الزم ان الاشربة الروحية منبذة في المضم ففاسد ايضاً لان تكرار استعمالها يجلب اسراراً كثيرة ومن الثابت انها تعمل اولاً فعلاً متبهاً يعقبه ككل في الاعصاب الحركة اللاوعية فيقف بذلك المضم عدا عن ان الكحول يقضي المواد التذائمية فيجيز العصارة الممدية عن هضمها الا بعد جهد عنيف ومدة طويلة ويثبت ذلك باننا اذا اخذنا قطعة لحم ووضعناها في إناء وغمرناها بالكحول صلبت وحفظت فيه مدة طويلة بغير ان يطراً عليها النساد الحيواني وليس من يجمل انه اذا زادت جرعة الكحول زادت القابلية وان بعد الشرب يتبلغ باليسر من الطعام

واما التفرية يد فقد ظهر من التجارب في الجيش الانكليزي وفي البحرية ان الرجل الذي يجذف الكحول من طعامه يحمل التعب اكثر من الرجل الذي يداوم عليه . وثبت لشركات ضمان الحياة ان المتعدين يعمرون اكثر من الذين يعاطون السكر ولو باعتدال وهي كما ذكرتم في مقالاتكم ترفض ضمان الذين يدمرون السكرات . واخلاصة ان الاشربة الروحية تحفظ بالجرعات الصغيرة اضطرابات وعللاً متنوعة وبالجرعات الكبيرة قد تجلب الموت العاجل لان

الكحول وكل متولدات الاختار التي ترافقها مواد سامة جداً وقوة السم في الاشربة الوجيهة اشد مما تدل عليه نسبة ما فيها من الكحول  
 واذا نظرنا اليه من جهة النقطة رأينا انه أكثر تنفعة من المواد الغذائية المولدة للحرارة فتلويد  
 ١٠٠ من الحرارة يتفق من الارز او البطاطا ما ثمنه سنتيان ومن السكر ومن الزبدة ٤  
 ومن العرق ٦-٧ ومن اللبن ٧-٨ ومن الجبن ١٢ ( اذا حسب ثمن التز ٦٠ سنتياً )  
 فهو كما ترى عديم الفائدة الاقتصادية وقدرته مساوي لتقدر مثله من السكر يرك حرارة اقل  
 ويكذب تنفعة أكثر فلا فائدة منه الا اذا استعمل دواءً لانه منبه سريع الانتشار - وقد  
 تدعو بعض الاحوال المرضية الى استعماله توصلاً الى الغاية المطلوبة بسرعة فعليه وما خلا  
 ذلك فلا يجني منه الا الضرر الفادح واذا اراد احد ابداله بغيره لرموخ الاعتقاد بقائده  
 فعليه ان يزيد على طعامه قليلاً من الزبدة والسكر فيحصل على الفائدة المطلوبة  
 الدكتور امين ابو خاطر

### طريقة جديدة في التربية

او الشورى في المدارس

حضرة سيدي الفاضلين

اشتهرت مدرسة عين السلام لجمعية الفرنديز الانكليزية في برمانا ( جبل لبنان ) باقتضاد  
 اقوم الطرق في التربية الدينية والعلمية والادبية وزرع شريف الميادى في صدور الطلبة  
 واشتهر عن ريسها وهو رجل انكليزي محب للوطنيين شدة اهتمامه بالتهذيب المبني على احداث  
 الاساليب وتما عرف به الرغبة في اقتباس اصنع مناهج التعليم واسدعا - وقد اتى في بعض  
 السنوات المتأخرة بطريقة حديثة عن بعض المدارس الانكليزية والاميركية نرضها على  
 ارباب المدارس وعلماء التربية والاخلاق وجهابذة العلم لابداء آرائهم فيها وفيما اذا كانت  
 توافق مدارسنا اولا . وقد دعاه اليها ما لاحظته من اشتغال واشتغال الاسانذة بمسائل  
 التلامذة الخارجية فيما يخص سلوكهم ودخولهم وغروجهم والماهيم الخ مما يضيع اوقات  
 التدريس فضلاً عن انه قد يولد نفور التلاميذ من المعلمين لتخاصن اجروه او اتمهار اتمهوه  
 فيكون حذرة في سبيل التعليم فرأى هذا الاسلوب خيراً وسيلة لتوفير وقت الاسانذة وتربية روح  
 الشورى في نفوس الاحداث

ويمكن لنا ان نسمي هذه الطريقة بالطريقة الشرورية وهي ان يسوس التلامذة نفوسهم بنفوسهم فيما يتعلق بالامور الادارية (لا التعليمية) يميز عن العلقين وعن الرئيس نفسه الأما تقتضيه واجباتهم من التصح والارشاد وتعتبرها المدرسة مدينة بمسكنها ومصلحة الفرد منهم مصلحة الجمهور وبالعكس . وكل عضو فيها حر مطلق في القول والعمل بشرط ان لا يفسر بالغير

وتؤلف هذه الهيئة المدرسية مجلساً دستورياً من ستة اعضاء او نواب ورئيس منتخبين تدعوه المجلس المدرسي ومنهم مختار فناء وكتابة وهيئة ادارية يرأسها والي او "شيخ" ولها شرطة وروساء شرطة ومحافظون وتعيين محامين احدهما عام والآخر خاص ولكل منهم واجبات مدارها المحافظة على انقاذ الشريعة والالتزام بتربية المدينة المدرسية او المدرسة المدنية وقاعدة شريعتها "كما تريدون ان يفعل الناس بكم فافعلوا انتم ايضاً هكذا بهم" ووجهها السليبي "لا تفعلوا بالغير ما لا تريدون ان يفعله الغير بكم" فلا تسي الى احد ولا تتخالف الآداب والفضائل الانسانية ولا الشروط الصحية

ومن واجبات اعضاءها ابلاغ الموظفين بطريقة ظاهرة ما يحدث من الاخلال والتخالف والتعدي على شريعتها المكتوبة من اي فرد كان

وللمجلس معاقبة المجرمين بمنتهى مواد قانونية لا يتعداها ومن مواد العقاب

(١) لا قصاص بدني على الاخلاق

(٢) لا يقل قصاص المجرم عن انذار عمومي ولا يزيد على نزع عضوية من الهيئة المدرسية وذلك بعد اجراء المحاكمة على هذا النمط : يعقد المجلس برئاسة الرئيس وحضور الكتاب فتقرأ اسماؤه من اعلن من المذنبين الشكوكين وبلاغ الشكوى فيسأل القاضي كلاً منهم بالنتائج المجرم انت فان اجاب نعم يسأل عن السب ثم يتداول القاضي القائم بالحكم والقاضي المشاور فينطق عليه الاول بالعقاب المقرض

وان اجاب لا يستحضر الشهود ان كانوا فيشهدون بما رأوا وسمعوا مشينين او نافرين ثم تسمع مرافعة المحامي عنه والمحامي ضده ويحكم بعد المداولة بتجريمه او تبرئته وله بعد الحكم ان يبتز يد التديق فيعين له في الاحوال المعمة ستة اعضاء آخرين للمشاركة في التحقيق والقضاء ثم تعرض الاوراق وتحيي الحكم على الرئيس المطلق يبرئها او يعيد التحقيق وكذا اذا ميز اليه الحكم فيعنده او يعقر له بعد التحقيق اللازم واذا زار احد المدرسة لعجب من رؤية التلامذة جلوساً مكبين على الدرس والمطالمة

بكينة وهدوء ولا ملين ولا نظار معهم ويتزيد تجميداً إذا حضر المجلس حين انعقادهم وسمع مداعبات ومواقفات المتداعين والخامين والمطون جانسون كبعض أفراد المجلس بلا مزية ولا تقوؤ وثر كانت المسئلة تطلق بهم شخصياً

وقد سارت المدرسة على هذه الطريقة سنة غير كاملة ثم حال دون متابعتها مواع لا محل لذكرها فانقصرت على انشاء جمعيات التهذيب العلية والادبية  
 [المنتطف] لاحد وجهاء الاسكندرية اربعة اولاد وهم يجري في تربيتهم على هذه الطريقة تماماً فهم يحاكون المذنب منهم ويأتبرونه

## بَابُ الْأَحْيَاءِ الْعَلِيَّةِ

### التعليم العالي

ذهب ملك الانكليز في اوائل الشهر الماضي (يوليو) الى بلاد وايلس ووضع الحجر الاول من البناء الجديد الذي يقام الآن لمدرستها الجليلة وتكتم في الاحتفال الذي أعد له لتلك قتال :- ان الشغل العلمي العظيم الذي اشتغلته هذه المدرسة وهي في بنائها الاول الوقتي كان معلوماً لدي كما هو معلوم لدى الجميع وانا واثق ان فائدتها ستزيد في البناء الواسع الذي وضعت الآن الحجر الاول منه . فان المتأخرة في كل الاعمال ولاسيما في الاعمال المبنية على العلم والصناعة قد زادت جداً في هذا العصر ولا بد من مقابلتها بزيادة الاجتهاد وتحسين

الوسائل . وعندني ان هذه المناظرة افادت العالم ولكن لا بد لكل امة من الام ان تبذل أقصى جهدها لكي تحفظ مقامها في هذا الجهاد السيف ولذلك فالتعليم العالي امر لازم اشد الاكراه لانه مما كانت مواهب الانسان الطبيعية عقيمة لا يستطيع ان يجاري عصره اذا لم يتعلم في صغره والغالب ان الذين يتفكرون هم الذين يتعلمون

### المسيو شارل تربيته

توفي المسيو شارل تربيته مدير مرصد الجزائر وكان من علماء الفلك الماسلين ولاسيما في عمل الزيج الجديد لتيجوم . تولي ادارة مرصد الجزائر سنة ١٨٨٠ وكتب في كثير من المواضيع الفلكية ولاسيما في البحث عن