

الابتدائية في المطالعة وفي التجارب العملية ووضئها بالكلام والكتابة واستنتاج النتائج العملية منها وانتقل من ذلك الى الكلام على تعليم الخليلين طريقة التعليم والى كيفية التعليم في المدارس العالية وقال انه يجب ان يوجه التعليم فيها الى تقوية العقل والتصور والاستقلال في الالفكار وختم خطبته بالكلام على المدارس الجامعة وقال ان نجاه الامة متروفة عليها ولكنها لا تنجها ما لم تكن عملية واسعة النطاق وما لم يكن الفرض الاول منها تعليم التلامذة واعاداهم ليعلموا غيرهم

## باب تدبير المنزل

قد فتحنا هنا الباب لكي ندرج فيه كل ما يهم اهل البيت معرفة من تربية الاولاد وتدبير الطعام واللباس والشراب والمسكن والزينة ونحو ذلك ما يورد بالنفع على كل عائلة

### الوالدان

الكلام على الزوج والروجة يوصل الى الكلام على الوالدين فقد ابنا سيف الجزء السابق مقومات الروجة وفي الجزء الذي قبله مقومات الزوج اي الصفات التي يتصف بها كل من الرجل والمرأة حتى يكونا زوجا وزوجة مستوفين الصفات اللازمة للزوجية . وسيكون الكلام في هذا الفصل على الصفات التي يجب ان يتصفا بها حتى يكونا والدين مستوفين حقوق الوالدية قادرين على تربية اولادها التربية الصالحة . وهذه الصفات يكاد يعرفها كل من أعطي فطنة كافية وراجع الاساليب التي يجري عليها والداه في تربيته وما كانا يحنان فيه وما كانا يسيان فأتبع الاول واجتنب الثاني

قالت احدي السيدات في مقالة نشرت حديثا في مجلة لندن ان الام الفاضلة هي التي اُمدت نفسها لتكون مثالا فاضلا لاولادها واتصافهم متى كبروا وتعاشرهم حتى يروها من اخلاص الاصدقاء والصق العشاء

وقليات من النساء ينتكرن سيف ما يجب ان تكون عليه الوالدة وكذلك قليلون من الرجال يهتمون ليكونوا من فضلاء الوالدين . ترى الوقا من الشبان يذلون كل مرتخص وضال لكي تقوى ابدانهم ويمهروا في الصراع او ركوب الخليل او الصيد والقنص ولكن كم شاب محرم نفسه الملاذ ويمتهد في تهذيب اخلاقه وتقوية جسمه لكي يولد له اولاد اصحاء جسدا وعقلا .

وكم شابة تهتم بتقوية جسمها وتهذيب طباعها وتدميت اخلاقها حتى تورث ذلك لاولادها وكم  
والدة تهتم بان تربي في اولادها الاخلاق الفاضلة النبيلة. اذا لم يشعر الولد ان امه اقرب الناس  
اليه واشفقهم عليه فاللوم عليها لا عليه لانها لو عرفت ان تربط قلبه بقلبها يرباط المحبة لا يربط  
بها ولم يفضل احداً عليها

وعلى الام ان تكتشف اميال اولادها فتقوي الصالح منها وتحمي وتضعف الطالح وتؤنوبه  
كما يفعل البستاني يستانه فانه يربي فيه النبات النافع ويقطع النبات الضار. وهي نفسها تفعل  
ذلك اذا كان لها بستان او حديقة فاحر بها ان تهتم بولدها على الاقل كما تهتم بيستانها. ومن  
القريب ان الوالدين لا يهتمون باولادهم كما يهتمون بمزروعاتهم

ومن هذا القبيل محاولة الوالدين صرف اولادهم عن الاعمال التي يميلون اليها بالطبع  
وجعلهم يعملون الاعمال التي لا يميلون اليها فاذا كان الولد ميلاً الى التجارة الزموه ان يدرس  
الطب واذا كان ميلاً الى الطب الزموه ان يدرس الحمامة مع ان الاول لو تعاطى التجارة لبرع  
فيها اكثر مما يبرع في الطب والثاني لو درس الطب لبرع فيه اكثر مما يبرع في الحمامة ولا يراد  
بذلك ان يترك الولد الى هواه ليحترف كل حرفة يميل اليها ولو كانت ضارة اولا تناسب مقامه  
ومقام اهله كلاً فان اهواء النبيان قد لا تكون مصيبة وقد تكون شاطئة جداً وحيث ان يجب  
صرف النتي عنها بكل واسطة ممكنة ولكن اذا مال الى حرفة شريفة نتكفل بمعاشره لم يكن من  
الحكمة صرفه عنها

ويستصعب كثيرون من الوالدين ان يعرفوا اميال اولادهم ومقاصدهم وسبب ذلك قلة  
اهتمامهم بهم فترى الوالدين يهتان بقرس يركبانه او بطائر يريانه او بشياهما واتمة يتهما  
اكثر مما يهتان باولادها واكتشاف ما يميلون اليه وما يسهرون وما يسوهم وهذا خطأ كبير  
عواقبه وخيمة على الوالدين وعلى اولادها

وحيلة القول ان الوالدين المستوفين شروط الوالدية يريان نفسيهما اولاً تربية جسدية  
وعقلية حتى يورثا اولادها الصحة النامة جسداً وعقلاً ثم يهتان بتربية اولادها الجسدية والعقلية  
ويامياهم ويبدلان جيدهما لجعل اولادها يصادقونهما ويساعدانهم على اتباع ما يميلون اليه اذا  
كان صالحاً شريفاً والابتعاد عنه اذا كان قبيحاً دينياً وبذلك يقومون بالحقوق الوالدية

### العلاج بالطعام

من الاقوال الماثورة ان تدبير الغذاء قبل الدواء وان اكثر الاوصاب من الطعام والشراب .  
ومن المشهور ان كبار الاطباء الذين مارسوا صناعة الطب السنين الطوال يعتمدون على تدبير

الغذاء أكثر مما يعتمدون على وصف الدواء. نعرف شيئاً جليلاً منهم كاد يقتصر على التدابير الصحية في علاجهم وبترك العقاقير الدوائية بخلاف صفار الاطباء فانك اذا دعوتهم عشر مرات في النهار الى مريض وصفوا له كل مرة دواءً جديداً ولم يخطر ببالهم ان يقولوا كلمة عن طعامه وما لا شبهة فيه ان الناس الذين يعتمدون بطعامهم وشرابهم فلا يأكلون الا الطعام الجيد ولا يشربون الا الماء النقي ويقتصرون على ما يقوتهم من الطعام وما يروي عطشهم من الماء لا يمرضون ولا يحتاجون الى الدواء الا نادراً. وقد عبر حكاه العرب عن ذلك بقولهم لا تجلس على الطعام الا وانت جائع وقم وانت بما دون الشبع قانع

وما دام الانسان صغير السن غير البالغ تمام نموه يكون طعامه لفرضين الاول اغناة جسمه باضافة مواد جديدة اليه والثاني التمييز عن الدقائق التي تلتف منه دوماً بالتنفس والحركة وسائر الاعمال الحيوية. واذا بلغ تمام نموه انحصرت فائدة الطعام بالتمييز عن الاجزاء التالفة الا في الذين يزيد سمهم بتقدمهم في السن فانه يذخر في ابدانهم حينئذ من الغذاء أكثر مما ي تلف منها

والغذاء لجسم البالغ كالوقود للآلة البخارية فما دامت كميته معتدلة وما دام نوعه صالحاً للاشتعال دارت الآلة على تمام الانتظام ولكن اذا زاد الوقود عن الحد المطلوب غص بالموقد وتعذر عليه الاشتعال وكذا اذا كان الوقود غير صالح للاشتعال فانه لا يشتعل ولا تكون منه الحرارة اللازمة لاجلاء الماء وادارة الآلة

ثم ان اعضاء الجسم مختلفة وكل عضو منها يحتاج الى الغذاء والتجديد فيجب ان يكون الطعام حاوياً لكل العناصر التي يحتاج اليها الجسم. ولا يعرف طعام واحد حاوياً لعناصر الجسم كلها الا اللبن والبيض والخبز

وتقسم الاطعمة كلها الى اربعة اقسام كبيرة الاول الطعام التيروجيني الذي يصلح لتكوين اللحم في جسم الانسان والثاني الطعام الدهني وهو يصلح لتوليد الحرارة والثالث الطعام النشوي والسكري وهو يصلح لتوليد الحرارة ايضاً وتسمين الجسم والرابع الماء والمواد الجارية كالملح وهي لازمة لبناء الجسم وتسهيل اعماله. والطعام الجيد الكافي يجب ان يكون شاملاً لهذه الانواع الاربعة على نسب معتدلة

ومن المزمع ان تسعة اعشار الموسرين وجانباً كبيراً من غير الموسرين يأكلون أكثر مما تحتاج اليه ابدانهم والزيادة عن الحاجة تضر ولا تنفع لانها تعيب اعضاء الهضم فتهمم او تلتف قبل الزمن الذي تهمم فيه او تلتف لو كان الطعام الى حد الكفاف. وأكثر المصابين بسوء

والمواد الزلالية فيها ما في المواد النشوية من الكربون والاكسجين والهيدروجين وفيها ايضاً نيتروجين وفستور وكبريت واهم هذه المواد الزلال نفض الجبن والتبرين . وهذه المواد تذوب في المعدة وتنقل الى الدم ويتكون منها لحم الحيوان الهير والدهن ايضاً . وهي كثيرة في بعض الحبوب كالقول والكرسنة والعدس فان نسبتها فيها نحو ٢٢ في المئة من وزنها وتوجد ايضاً في الشعير والذرة ولكنها اقل نبيها منها في القول والحصص والعدس فانها نحو ١٠ في المئة فقط يظهر بما تقدم ان علف المواشي اما خالي من النيتروجين او حار للنيتروجين والاول يشمل المواد النشوية والنشوية او الدحبية والزيتية والثاني يشمل المواد الزلالية وكلها لازم للعلف على حدٍ سوى ولكن الاول يستعمل اكثر من الثاني ولا سيما ما فيه زيت ودهن لان المواد بالتسمين تكثير الدهن والشحم في بدن الحيوان

الا ان الذين يربون المواشي يقصدون ايضاً غرضاً آخر غير تسمينها وهو ان يكون زيلها سجاداً جيداً للارض ولا يكون السجاد جيداً للارض ما لم تكن فيه مواد نيتروجينية . فان قيمة الزيل تختلف باختلاف العلف من حيث كثرة المواد النيتروجينية فيه وقتها كما ترى في هذا الجدول وقد ذكرنا فيه قيمة الطن من الزيل حسب اختلاف العلف

اذا كان العلف كسب بزر القطن المقشور	قيمة طن الزيل	غرضاً
القطن غير المقشور	٣١٧	•
فولاً	٣٠٩	•
درسياً	٢٠٢	•
شعيراً	١١٧	•
تبين القول	٨٥	•
القمح	٤٩	•
الشعير	٤٩	•
من العلف والجزر	٢٠	•

قربى من ذلك ان فائدة الزيل تكون على اكثرها اذا كان العلف من كسب بزر القطن المقشور لانه غني بالمواد النيتروجينية ثم من كسب بزر القطن غير المقشور ثم من القول . وزيل المواشي التي تأكل فولاً اجود من زيل المواشي التي تأكل درسياً وهو بالطبع اجود من زيل المواشي التي تأكل برسياً بما لا يقدر اما نسبة انواع العلف بعضها الى بعض من حيث وجود المواد المغذية فيها فتظهر من هذا

المطبوخ باللبن مع قليل من الخبز المحمص ثم قليلاً من البيض وتدرج الى اكل السمك والفراخ واخيراً باكل اللحم

### غسل الحرير

الشائع ان الثياب الحريرية تنقد لمعانها اذا غُسلت وهذا خطأ الا اذا غُسلت على اسلوب يتلفها اما اذا غُسلت على الاسلوب الآتي بقي لمعانها فيها وهو ان يذاب الصابون في قليل من الماء ويضاف منه الى الماء الساخن ما يكفي لتوليد الرغوة فيه ويجب ان لا يكون الماء شديد السخونة لان الحرارة الشديدة تجعل لون الحرير اصفر. ثم اتنص ثياب الحرير حتى يقع عنها كل ما هو لاصق بها من الغبار وضعا في الماء بعد ان ترغي الصابون فيه واغسلها برغوتيه واعصرها ولا يجوز فرك الحرير وقت غسله لانه يفتح بالفرك أي تباعد خيوط السدى وتجمع بل يرتص تريبصاً كما يعجن الدقيق ثم يعصر. ولا بد من شطفه من الصابون جيداً لانه اذا بقي فيه شيء منه اصفر لونه به. وبعد شطفه من الصابون كله يفرغ بالماء الساخن ثلاث مرات متوالية اي ينقل من ماء الى ماء واخيراً يفرغ بماء بارد. واذا كانت الحرير ايضاً يحسن ان يفرغ اخيراً في ماء نقي فيه قليل جداً من التيلة ثم يعصر. وعندهم آلة لعصر الضيل يخرج الماء منه بالضغط وذلك خير من اخراجه بالمثل واذا كان الحرير ملوناً يضاف الى كل عشرة ارطال من الماء الذي يفسل فيه ملعقة صغيرة من الخلل واذا كان ملوناً بلونين وخيف من ان يطلع احدهما الآخر يضاف الى الماء الذي يشطف به ملعقة صغيرة من الملح

### اختيار المنزل الصحي

اذا غشّ اللبّان لبنة او السماء ممته حتى صاراً مضرين بالصحة قبضت عليهما الحكومة وعاقبتهما عقاباً صارماً ولكن اصحاب المنازل ينوونها على اسلوب يضر بصحة السكان ولا يظالمهم احد لانه ليس في القانون ما يمنعهم عن ذلك

واول شيء يلتفت اليه في اختيار المنزل في القطر المصري ان يكون متجياً الى الشمال لكي تدخله الرياح الشمالية الباردة في ايام الحر وان يكون متجياً ايضاً الى الشرق او الغرب او الجنوب لكي تدخله اشعة الشمس

ثم يلتفت الى ما يجاور المنزل فاذا كان في جواره قهاري او دكاكين لبيع الفراخ او السمك او اللحم او اسطبلات للخيل او صنّاع ينهضون قبل الفجر ويشرون الخشب او يدقون المسامير او يظرقون الحديد او كان المنزل مجاوراً لسكة الحديد او سكة يمر عليها الترام فالسكن في ذلك المنزل متعب جداً بعد عنه كل من يراعي صحته وراحته

والمواد الزلالية فيها ما في المواد النشوية من الكربون والاكسجين والهيدروجين وفيها ايضاً نيتروجين وفصنور وكبريت واهم هذه المواد الزلال نفضة والجن والفبرين . وهذه المواد تذوب في المعدة وتنتقل الى الدم ويتكون منها لحم الحيوان الهبر والدهن ايضاً . وهي كثيرة في بعض الحبوب كالقول والكرسنة والعدس فان نسبتها فيها نحو ٢٢ في المئة من وزنها وتوجد ايضاً في الشعير والذرة ولكنها اقل فيها منها في القول والحص والعدس فانها نحو ١٠ في المئة فقط يظهر مما تقدم ان علف المواشي اما خالٍ من النيتروجين او حارٍ للنيتروجين والاول يشمل المواد النشوية والغروية او الدهنية والزيتية والثاني يشمل المواد الزلالية وكلاهما لازم للعلف على حدٍ سوى ولكن الاول يسمن اكثر من الثاني ولا سيما ما فيه زيت ودهن لان المراد بالتسمين تكثير الدهن والشحم في بدن الحيوان

الا ان الذين يريدون المواشي يقصدون ايضاً غرضاً آخر غير تسمينها وهو ان يكون زيلها سهاذاً جيداً للارض ولا يكون السهاذاً جيداً للارض ما لم تكن فيه مواد نيتروجينية . فان قيمة الزيل تختلف باختلاف العلف من حيث كثرة المواد النيتروجينية فيه وقلتها كما ترى في هذا الجدول وقد ذكرنا فيه قيمة الطن من الزيل حسب اختلاف العلف

إذا كان العلف كسب بزر القطن المشور	فقيمة طن الزيل	غرضاً
الطن غير المشور	٣١٧	•
فولاً	٣٠٩	•
دريساً	٢٠٢	•
شعيراً	١١٧	•
بنن القول	٨٥	•
القصح	٤٩	•
الشعير	٤٩	•
من اللفت والجزر	٢٠	•

ترى من ذلك ان فائدة الزيل تكون على اكثرها اذا كان العلف من كسب بزر القطن المشور لانه غني بالمواد النيتروجينية ثم من كسب بزر القطن غير المشور ثم من القول . وزيل المواشي التي تأكل فولاً اجود من زيل المواشي التي تأكل دريساً وهو بالطبع اجود من زيل المواشي التي تأكل برسيمًا بما لا يقدر اما نسبة انواع العلف بعضها الى بعض من حيث وجود المواد المغذية فيها فتظهر من هذا