

ان تكلم عن المقامات اثبت شذرات في الموسيقى العربية فيها كلام عن العود القديم وحالة الموسيقى عند العرب القدماء وما اتصل بنا من اخبارها ثم قابل المقامات الانجليزية بالعربية وقد اتى في القسم العملي على النظر في الغناء والتوقيع على الآلات الموسيقية على اختلاف اشكالها

والكتاب موضح بالرسم الموسيقية وفيه صور كثير من الآلات المعروفة لكن طبعه مقيد يتمب النظر وتفر منه العين وهو كثيره من الكتب الموضوعه لتعليم الموسيقى لا يعني الطالب عن معلم وانما يرجع اليه في استجلاء غامض او حل مشكل فنشئ على حضرة المؤلف ونحث المولعين بهذا الفن على اقتناء كتابه لاسيما للمحبين للموسيقى العربية

رسالة

هي رسالة في صمام نودون الكهر باني تلاها حضرة الدكتور عيد الطيب المشهور في هذه العاصمة في مؤتمر الكهر بائية الطبية العالم في برن عاصمة سويسرا وصف فيها هذا الجهاز وبين مزاياه في استحضار اشعة رنتجن وقلة نفقته بحيث يتسنى لجميع الاطباء توليد هذه الاشعة به وقد ادمجت هذه الرسالة في وقائع جلسات المؤتمر المذكور

باب تدبير المنزل

قد فتحنا هذا الباب لكي ندرج فيوكل ما هم اهل البيت معرفته من تربية الاولاد وتدبير الطعام واللباس والدراب والمسكن والزينة وغير ذلك مما يعود بالنفع على كل عائلة

بنات مصر والتعليم

كنا قبيل كتابة هذه السطور نتكلم مع احد العلماء الاعلام عن مستقبل اهل الاسلام في هذا القطر وغيره من الاقطار وهو غيور على امته وملتزم باذل اقصى جهده في تنوير اذهانها وتميز اركانها يرى ان لا بد لاصلاحها من معاول تهدم معاول الخرافات والاهوام التي شادها اهل السيادة الدينية والسياسية لكي يتسلطوا بها على العقول . واتصل بنا الحديث والحديث ذو شجون الى نهضة الامة القبطية واندفاعها بتيار واحد نحو تعليم ابنائها وبناتها حتى لم تعد تكتفي بالمدارس المصرية والسورية بل صارت ترسل ابنائها الى البلاد الانكليزية ولا تطلب

معونة الحكومة في ذلك لعلها ان من يتعلم على نفقة الحكومة فلما يبلغ مثل من يتعلم على نفقته. واخبرناه بما شاهدناه بالامس في احد الاعراس فانا رأينا بنات الابطاط وبنات الافرنج في حفلة واحدة وليس بين الفريقين فرق لا في الثياب ولا في دلائل الذكاء والتجاجة وحسن التهذيب البادية في الوجه ولا بد من ان يكون هؤلاء البنات قد نعلن وشهدن في المدارس كما تعلم اخوتهم. فاذا تزوجن بنتيان متعلمين متهذبن مثلهن ناظرت بيوتهن واولادهن احسن العيال الاربوية ولا تخفي سنون كثيرة على الامة القبطية حتى تفوق غيرها من ام هذا القطر لانها احدثت الى الطريق السوي وهو ان تعلم بناتها كما تعلم ابناها ولو اقتصر على تعليم ابنتها دون بناتها لتعد عليها الارتقاء المطلوب

فنظر ذلك العالم نظر المفكر ثم تهتد وقال ها نحن آخذون المعاول لهدم معاول الاوهام والخرافات التي شادتها العصور الغابرة حتى نميد الى المرأة حقوقها التي خولها اياها شرعنا ثم نعلمها وتهذيبها لتعلم لنا اولادنا وامتنا ولا ترقى بغير ذلك

والظاهر ان هذا الاعتقاد اخذ يشيع في القطر الآن فسابقت مدته الى انشاء المدارس للبنات واخذت تنتش عن المعلمات وتعرض عليهن الاجور الغالية حتى ان احد المديرين كتب الينا بالامس يطلب معلمة لمدسة في مدينته ووعد ان يدفع اليها راتباً لا يتاله احد الان من الذين نالوا الشهادة الثانوية . واتانا آخر يطلب معلمة يعطيها اثني عشر جنيهاً في الشهر . واذا استمرت هذه النهضة لا تخفي سنوات كثيرة حتى يظهر لها اثر كبير في الهيئة الاجتماعية لكن يبقى عدد مدارس البنات دون المراد لقلّة البنات المصريات اللواتي يرضين ان يكنّ معلمات فمسي ان نتجه المسم من الآن الى ترغيب البنات في التعليم واتناع والديهن وازواجهن ان حرفة التعليم شريفة لا تشين امرأة تكتسب بها بل تزيد رتبة في عيني زوجها وبين بنات جنسها

الطعام والغذاء

ترى العمال الذين ينون البيوت او يرضفون الطرق جلوساً في الظهيرة فرقاً فرقاً وامام كل فرقة اناة من الخبثات يغمسون خبزهم فيه او قطعة من الجبن يضمون منها في القدمة اقل من قلقة الحصة ويكتفون بهذا الطعام وهم اصحاء الاجسام اقوياء الابدان واهل الثروة والرفاهة يأكل الواحد منهم رطلاً من اللحم مع كثير من الخبز والحلين والفاكهة والحلويات ويشرب اللبن والشاي والقهوة والخمر وهو مع ذلك ضعيف ضئيل او سمين بدين ولكن لا قوة في عضله ولا

متانة في اعصابه . يتضح من هذا باجلى بيان ان جانباً كبيراً من غذاء الاغنياء يذهب سدًى لان اجسامهم في غنى عنه ولو اقتصروا على القليل مما يأكلون لما اعتلت ابدانهم بل زادت صحة وقوة

والاغنياء لا يهتمون الاكثار من الطعام والشراب من الوجه المالى بل هم لو استطاعوا ان يعودوا الى ما كان يفعله الرومانيون وهو املاء بطونهم بفاخر الطعام ثم استفراغه واكل غيره مجرد التلذذ بالماكل الطيبة لفعالوا ولكن الاواسط والذين دونهم الى ان تأتي الى الفقراء المعوزين يهتم جداً امر ما يأكلون وما يشربون لانهم ينتقون الجانب الاكبر من دخلهم على طعامهم فاذا كان القليل من الطعام بقي الجسم في صحته وقوته فالكثير منه اسراف مضر تدعو الحكمة الى اجتنابه

وقد بحث كثيرون من العلماء عن مقدار ما في الطعام من الغذاء ونسبة الاطعمة بعضها الى بعض من هذا القبيل ويحتمل لا يخفى من فائدة عظيمة لكن ليس العبرة بمقدار الغذاء في الطعام كالعبرة بما تهضمه المعدة منه وما يقتدي الجسم به منه فان الطعام الكثير قد يدخل المعدة والامعاء ويخرج منها من غير ان يقتدي الجسم الا بالقليل منه والطعام القليل قد يدخل المعدة فلا يكتفي بتقديم ما فيه من الغذاء للجسم بل يساعده على الاغذاء بغيره من الاطعمة . ترى زيدا يأكل رطل لحم ورغيفاً من الخبز فلا يزيد وزنه اكثر مما يزيد وزن عمرو لو اكل ذلك الرغيف بدرهمين من الجبن لان في درهمي الجبن من الغذاء قدر ما في رطل اللحم بل لان الجبن يهيئ النفس للاغذاء كأنه يهيئ الاعصاب الحاكمة على الهضم والتمثيل فتدفع اعضاء الهضم والتغذية الى هضم الخبز كله والاغذاء بكل ما فيه من الغذاء وخير قاعدة وضعت لمقدار الطعام الذي يكفي الجسم ولا يزيد على حاجته ان يأكل الانسان ممهلاً ويمضغ طعامه جيداً وياكل الى حد الشبع ولا يزيد . ومع ذلك فمعرفة ما في الاطعمة المختلفة من انواع الغذاء ومقاديرها لا تخلو من فائدة لانها تساعد ربة البيت على اختيار الاطعمة الكثيرة الغذاء اذا كان ثمنها مثل ثمن غيرها بما غذاؤه اقل من غذائها فاذا كانت الاطعمة من الجذور كالبطاطس والبنجر والجزر واللفت فالوزن الذي يساوي ستين غرشاً من البطاطس يساوي من البنجر خمسة واربعين غرشاً ومن الجزر نحو اربعين غرشاً ومن اللفت نحو خمسة وعشرين غرشاً . وعليه اذا بيع قنطار البطاطس بستين غرشاً وجب ان لا يباع رطل اللفت باكثر من خمسة وعشرين غرشاً

واذا كان الطعام من الحبوب والقطاني كالقمح والذرة والارز والبقول فهناك نسبة بعضها الى

بعض اذا ساوى قنطار القمح ٢٧ غرشاً فقنطار الذرة الصفراء يساوي ٢٤ غرشاً . وقنطار الذرة البيضاء يساوي ٢١ غرشاً . وقنطار الارز يساوي ٢٢ ١/٢ غرش . وقنطار النول يساوي ٣٧ غرشاً . وقنطار الصندس يساوي ٣٦ غرشاً . وقنطار الترمس يساوي ٤٥ غرشاً . وقنطار السمسم يساوي ٣٨ غرشاً . وقنطار النول السوداني يساوي ٤٩ غرشاً . وقنطار التفاح والكمثرى لا يساوي غرشين ونصف غرش . وقنطار الكومى والقرع والبقطين لا يساوي غرشين

لكن فائدة الطعام لا تقتصر على ما فيه من الغذاء بل على ما يستفيد منه الجسم منه فقد يكون قليل الغذاء جداً كقطعة الجبن التي يستعملها الفقير اذماً يأكل بها خبزاً كله فان جسمه قد يستفيد منها أكثر مما يستفيد جسم الغني المترفة من اكل حمامة او فرخة كما تقدم

نصائح لتقوية الشعر

- (١) يضل الشعر مرة او مرتين في الاسبوع بماه فاتر او بارد ثم يفرك جيداً بمشقة حتى ينشف ولا يحسن تشيئة بشير ذلك
- (٢) مشط الشعر وفركه بالفرشاة يقربانه ويجب ان تكون الفرشاة ناعمة وان يكون المشط خالياً من الكسور
- (٣) يحسن ان تضع المرأة ملقعة صغيرة من الزيت المطيب في يدها مرة في الاسبوع وتدهن به شعرها من اصوله وتفركه به جيداً ثم تفرقه بمشقة حتى لا يبقى بللاً بالزيت . ولا يحسن فرك الشعر بالزيت كل يوم الا في احوال نادرة جداً
- (٤) يجب ان لا يترك الشعر يطول كثيراً فاذا زاد طوله نقص اطرافه لان زيادة الطول تضعفه فيصير يسقط من نفسه . واذا جعل الشعر يسقط بكثرة وجب ان يخلق او يقصر كثيراً
- (٥) تسمع الحواجب كل يوم بفرشاة في جهة ميلها ويحسن ان تدهن مرة او مرتين في الاسبوع بقليل من زيت الزيتون

اعمال النساء

اذا جلت في هذا القطر شمالاً وجنوباً تجد أكثر النساء يساعدن رجالهن في اعمال الزراعة المختلفة وفي البيع والشراء ويعملن أكثر الاعمال التي يعملها الرجال . واذا دخلت المدن والبنادر الكبيرة وطلت في بيوت الطبقة العليا من السكان وجدت النساء جلوساً لا يعملن عملاً يذكر وقد استولت عليهن السامة والضمير . وهذا شأن نساء الطبقة العليا في كل البلدان بل صار شأن نساء الطبقة الوسطى في الغالب

وقد رأى اهالي اوربا واميركا ان هذه الحال تعود على المرأة بالرجال وعلى نسلها بالضعف والاضمحلال فشجعوا المرأة على احترام الخرف وتعاطي الاعمال المختلفة التي يتعاطها اجوتهم اوزواجهم فدرس بعضهم علم الطب وبرعن فيه ولاسيما اللواتي ذهبن الى بلاد الهند حيث يفضل السكان دخول الطبيبات الى بيوتهم على دخول الاطباء. ودرس بعضهم فن الصيدلة حديثاً ويقال انهن بارين الرجال ولاسيما في المستشفيات. ودرس بعضهم طب الاسنان فبرعن فيه ولا مانع يمنع نجاحهن ولاسيما اذا عالجن اسنان النساء والاولاد. وقد شاهدنا النساء مشتغلات بطب الابدان وطب الاسنان والصيدلة ابتداءً وهن بارعات فيها واخذ النساء الآن يشتغلن بالتصوير الشمسي فبرعن فيه وهو صناعة جميلة شريفة واشرف الصناعات صناعة التعليم ولا بد لها من النساء ولاسيما اذا اريد تعليم الصغار. وما من بلاد نجح التعليم فيها وعم اهاليها الا بعد ان سلم تعليم صغارها لنساها واذا شامت المرأة ان يرتفع مقامها في الهيئة الاجتماعية وتجد مسرة لاسامة في الحياة لم تر لها بدءاً من مشاركة الرجال في عمل من الاعمال ولاسيما الاعمال التي لا تمنع حالتها الطبيعية من تعاطيها

باب الطبسكالك

(١) بكاء الاطفال

مصر. محمد اندي زكي يوسف. هل من دواء لعدم بكاء الطفل الرضيع وهل يجوز استعمال الخشخاش (ابو النوم) كما تستعمله النساء احياناً لاطفالهن

ج لا يجوز استعمال الخشخاش مطلقاً اما بكاء الطفل فالتالب انه عادة يالتها فاذا احسنت مداراته من حين ولادته لم يعتد البكاء وقد يكون سببه مفض يصيبه اودبوس

يشك في بدنه او نحو ذلك من الاسباب التي يسهل تلافيتها

(٢) رجة الاقنار

مصر. نقولا اندي بدران. هل الرجة التي شعر بها سكان القاهرة وضواحيها على اثر الاقنار الهائل الذي حدث في مخزن البارود في القلعة ناتجة من فعل الاقنار نفسه او من قوة الصوت الناتج عنه
ج ان الاقنار هو تحول مقدار صغير