

من ارجلها الست المؤنزة وفي بطنها عشرة مفصل وليس فيها غدود للسلج ومشرفها كل منها مزدوج ومنن وذكرها اصغر من انثائها وانثى وهذه الحشرة موجودة في آسيا واوربا وافريقية واميركا . وهي ليلية رتيارية واكثرها سريع الجري واكثر طعامها الخنافس ونحوها من الحشرات وقد تهاجم العقرب وتفتك بها ولم يذكر انها سامة

عقيدة التوحيد

حضرة الافاضل اصحاب مجلة المتطوف الغراء المحترمين
بعد السلام ارجو من حضرتكم ادراج ما يأتي ولكم مني الشكر صلوات
لرات في متنظفكم الاخر مجلد ٤٢ سنة ١٩١٣ رد الاستاذ الفاضل محمد ابي الفضل
شيخ علماء الاسكندرية على جوابكم في عقيدة التوحيد وما ضمنه حضرتكم من الشروح
المسببة في ذلك الى ان وصلت الى توليد والدليل على لزوم العلم الصحيح وعدم انفكاك
عنه ان من علم ان العالم متغير وان كل متغير يمكن اذا استحضرتين المقدمتين ولاحظ
تزييها احتمال ان لا يعلم ان العالم يمكن . فارجو من حضرة الشيخ الاستاذ الدليل على
ان العالم متغير وما البرهان على ذلك مع ان معلوماتنا العلمية توضح لنا بان كل ما في الكون
غير متغير اي ان مادته واحدة والتغير هو في الصور
انطونيوس بالث

باب تدبير المنزل

قد نفا هذا الباب لكي ندرج فيه كل ما هم اهل البيت معرفته من تربية الاولاد وتدبير الطعام واللباس
والنواب والمسكن والزينة ونحو ذلك ما يعود بالنفع على كل حال

مسامرات طيبة وفوائد اجتماعية

المسامرة الاولى

في الاسباب المرضية

كل ما في هذا الكون من قوى الطبيعة ونتاج الارض وبتدافع الصناعة وعما من المدينة
هو من العوامل النافسة للانسان التي يجب ان تعمل لتفريته ببيتته ونحوه وسحبه واطالة حياته .

وهي ايضا من العوامل المضرة التي تضمر البنية وتفسد الصحة وتقصّر العمر. وهذا التناقض في انماها ينتج من سوء ادارة الانسان الذي لا يحسن استعمالها ولا يعرف كيف يستفيد منها. فهو اشبه بمدير محل كبير يعمل تحت ادارته عمال كثيرون فاذا كان عاقلاً حكيماً حدد ساعات العمل ووزع الاعمال على العمال فيقوم كل منهم بما يعطى له ولم يحمل وقتاً ما مرابطة الاعمال والاشراف على العمال واذا وجد واحداً لم يحسن العمل عزله واستبدله بآخر فحسن بذلك ادارته وينجح عمله والأفدت الادارة وتشوش العمل وانتهى المحل بالفلاس. والانسان اذا لم يراع هذه الاحوال مع العوامل المحيطة به انتقلت طيبه وعملت على تقويض اركان بنائه

المغزى ظاهر ومع ذلك فيحسن ايراد بعض الامثلة تأييداً للبداهة وزيادة للايضاح
 ١ المعدة يجمع فيها الغذاء تهيبته وتجهله صالحاً لان يتحول الى دم وينتفي الاعضاء والانسيجة على انواعها فالاحساس بالجوع ليس خاصاً بالمعدة بل هو في الجسم كله وهو يدل على طلب الطبيعة لقوة جديدة تعرض بها عن القوة التي خسرتها الاعضاء بتضاد وظائفها فتكلف المعدة بجلب ما يلزم لها من الخارج. فالمعدة اذاً رسول الطبيعة ولا تأخذ مما تحصله إلا ما يصيبها منه بنسبة بقية الاعضاء. واذا انها مكلفة ايضاً باعداد ما تجلبه ليكون صالحاً لتغذية الاعضاء فلا يجوز ان تعطى اكثر مما تطلبه الطبيعة او ان تعملها اكثر من استطاعتها والأداءت تحت المحل وعجزت عن ايسال الامانة الى صاحبها ويظهر عجزها بالقيء والاسهال والحمى الخ

٢ الرئة عضو التنفس تستشق الهواء من الخارج وتأخذ منه احد عناصره وهو الاكسجين فتطهر به الدم وتصلح كرياتة التي ضفت قوتها بدورانها في تيار الدم لتغذية اقسام الجسم المختلفة فاذا لم يكن هواء الاستنشاق نقياً ولم يحدث على ما يكفي من الاكسجين لاصلاح كريات الدم كمواد القهوات والحللات التي يمتد فيها خلق كثير فسدت وظيفة الرئة وفسدت تغذية الاعضاء فتتوالى عن قضاها وظائفها وتعمل عوارض متنوعة كتنقر الدم والاثزنة الخشربة

٣ يحتاج كل كائن حي الى درجة معينة من الحرارة ويقوم حسن كيانه بالمحافظة عليها فاذا زادت او نقصت ولحق عيب على حياته لان زيادة الحرارة المحيطة وتقصاتها وتغييراتها الفجائية تحدث من العوارض ما يفسد الصحة ويفضي احياناً كثيرة الى الموت كالحقنات الدماغية وضربة الشمس وداء الجنب الخ

١ ان الطبيعة مجهزة بكل وسائل الدفاع لدفع المرض وحفظ الصحة . ومن هذه الوسائل الكائنات الصغرى الحية التي تعيش في سرائل الجسم والسحج وأغشيتة ويطلق عليها اسم الميكروبات الصحية . فهي جنود قائمة على خفارة الاعضاء والمحافظة على سلامتها فاذا رأت عدواً مفاجئاً دافعت عن موافها دفاعاً حسناً ومنعت العدو من الدخول والاحلال ولكن اذا ضعفت بسبب ما ولم يكن عندها من معدات الدفاع ما تقاوم به العدو المفاجئ فانه يتغلب عليها ويحل موافها ويفعل بها فعل الغزاة الظالمين . وهذا هو الغالب في حدوث الامراض الميكروبية كالسل والتيفويد وغيرها لان ام السبل المتروحة للميكروب هي قهر الدم والوادات السيئة وكل الاسباب الميئة لضعف البنية

فالاسباب المرضية اذا كثيرة وما تقدم منها يكفي للدلالة عليها وعلى وجوب الاحتياط لها ويمكن ان نحصرها في اربعة انواع

١ الاسباب الطبيعية

حياة الانسان علاقة قوية بالقوى الطبيعية التي تحيط به كالحرارة والنور والكهربائية والهواء والضغط الجوي الخ فاذا اخلت تلك العلاقة بزيادة او نقصان اخلت وظيفة العضو او الاعضاء وانخرقت من صيرها فيحصل المرض

٢ الاسباب الكيماوية

يتناول الانسان من الخارج العناصر اللازمة لغذائه فاذا دخل جوقه منها ما من شأنه ان يحدث تغييراً كيميائياً في السحج حدثت فيها اضطرابات متنوعة وقد تمتثل وظيفتها ويكون ذلك سبباً للموت

٣ الاسباب الميكروبية

يعيش الانسان في وسط مملوء بالكائنات غير المنظورة بعضها مديق ومنالم له والبعض الآخر عدو من اشد الاعداء قملآ وأكثرها ضرراً فاذا دخل جسمه احد الاعداء عاش على نفقة تتناصره وغا في موائله غمراً عظيماً وتوالد وكثر حتى ينهك السحج الذي يحمله وينهك البنية ويكون غالباً سبباً للموت

٤ الاتصالات التناسلية

الغضب والجزع والخوف والحزن وغيرها اسباب لامراض كثيرة ودواعي لامتنعاج امراض سابقة ولا يبعد ان تكون مورداً للموت

ولد قدما آتفاً مثالا لكل منها وقلنا ايضاً ان الجسم الضعيف تضعف فيه قوة الدفاع

يُنْتَلَب على امرؤ ويقع تحت سلطة المرض ولهذا كان الاخطال والاحداث أكثر تمرحاً لها من الشبان والكهول فيجب ان يعتنى بهم عناية شديدة الى ان يجوزوا طور الحياة الضعيف وتقوى فيهم وسائل الدفاع ليشقوا بها الطوارئ المرضية

واعلم ان انقضاء المرض خير من شفائه وقال المثل: لا تكليزي ان رطل منع خير من قطار دواع. وتقوم الوقاية باجتناب الاسباب المرضية وذلك بالاعتناء التام بنظافة الجسم والاعتدال في الطعام والشرب واجتناب العادات السيئة لان الومع والشراهة والانفاس في البسات اسباب لا أكثر الللل التي تنتاب الانسان

اما الوقاية من الامراض الوائية فهي من عمل الادارة الحكاكة وهي التي تعني بتوزيع مياه الشرب النقية وتزانب الاغذية الجيدة وتشرف على الاماكن التي يجتمع فيها خلق كثير كالمدارس والمعامل والمرايح وهي التي ترشد الاهالي الى السبل القويمة التي يجب ان يتخذوها في تلك الاحوال وبذلك ترفق سير الرياء وتمنع نشية

الدكتور

امين ابو خاطر

النساء الغنيات

من الغريب ان اغني الاماثل امرأة واغني الفرنسيين امرأة فالالمانية ابنة كروب صاحب معمل المدافع المشهور وتقدر ثروتها بنحو ١٦ مليون جنيه والفرنسية مدام لابودي ام السيولابودي الذي لقب نفسه امبراطور الصحراء فان ثروتها تبلغ ثمانية ملايين من الجنيئات وهي صبة ثقيل عليها فانها ساكنة في فرساليا في بيت حدير متحلة اسماً مستطراً وليس عندها الا خادمة واحدة ولكنها تصدق بكل دخلها سرّاً ويقال انها تنفق على جريدة ملكية ١٦٠٠٠ جنيه كل سنة . اما الغنيات الاميريكيات فاعنى من ذلك كثيراً فان ثروة مسز رمل ساج تبلغ الآن ٢٨ مليون جنيه

الوصايا في الاستحمام

ذكر الدكتور تبصن في المجمع الطبي البريطاني الذي عقد في مدينة بريطن بعض الوصايا الصحية لاجل الاستحمام وهي

- (١) افضل الاشهر للاستحمام في البحر يوليو واغسطس وسبتمبر
- (٢) افضل الساعات للاستحمام بعد التطور وقبل الغداء ولا بد من الخروج من الماء قبل ان يتبدى رد الفعل في الجسم

- (٣) مدة البقاء في الماء من خمس دقائق الى ١٥ دقيقة وبكرت الاستحمام مرة واحدة في اليوم
- (٤) البياض في الاستحمام وفي لبس الثياب بعده مضران ولا بد من فرك البدن بمنشفة خشنة حال الخروج من الماء
- (٥) لا تبقى في الماء حتى يزول منك الشعور بالحر ويبتدىء الشعور بالبرد
- (٦) لا يجوز لاحد ان يقدم على حمامات البحر قبلما يستشير طبيبه
- (٧) يحسن بالمرء ان يستحم اولاً بماء البحر المالح ثم يتدرج الى الاستحمام بالماء البارد
- (٨) الاستحمام مفيد ولا سيما للناقمين والنهوكين والمصابين بالسل

قوائد منزلية

لوق الزنجبيل مفيدة مثل لوق الخردل ولا تنقع الجلد مثلها وهي تصنع كما تصنع لوق الخردل

اذا اضيف قليل من السكر الى البازل وقتما تطفح جاد طمسها واذا اضيف اليها قليل من كربونات الصودا لانت وبقي لونها الاخضر فيها

اذا وضع قليل من اللدقيق او النشا الناعم على الجرح اقتطع زوف الدم منه

اذا كثر عرق الكفوف في البلاد الحارة فاغسلها مراراً بماء حار اضيف اليه قليل من الشب الابيض او الخل نيقل العرق او يزول

اقرص النعنع نقتل الشعور بالجوع فاذا اضطر احد ان يقيم بلا طعام مدة واكل قرصين او اكثر من اقرص النعنع زال شعوره بالجوع او خف والسكر الذي فيها وكل انواع الملبس تغذي تغذية كافية لازالة الشعور بالجوع

الآية المدهونة بالدهان الياباني لا يصلح ان تنظف بالماء الحار اذا اتسخت بل تدمن بتليل من الزيت ثم تترك بحرقه ناعمة من القلانلا

يخفف ألم الضرس بالوضعيات السخنة كصخرة فيها ملح ناعم سخن او بطاطس مشوي او اي مادة اخرى سخنة جافة تحفظ حرارتها مدة طويلة

الغالب ان الغراء والصمغ العربي يتصلبان سريعاً والورق المنزوي او المصنوع يلزوي ويتشقق ما عليه من الغراء او الصمغ ويتبع ذلك بان يضاف اليها قليل من الفليسرين