

باب تدبير المنزل

ندفعنا هذا الباب لكي ندرج فيه كل ما هم أهل البيت معرفة من تربية الأولاد وتدبير الطعام واللباس والدراب والمسكن والزينة ونحو ذلك ما يعود بالنفع على كل عائلة

مس غرايس نيل

هي سيده انكليزية كانت في بدء امرها خادمة لا شأن ولا قدر لها فآلفت باقدامها وجدها نقابة للخدم تنظر في شؤنهم وتعمل على تحسين حالهم فذاغت شهرتها لذلك حتى صارت من اللواتي يشار اليهن بالبيان وصارت الجرائد والمجلات تذكرها بين مشاهير العالم فضت سنوات في اوائل حياتها تخدم في بيت تنهض لتعمل الساعة السادسة صباحاً ولا يُسمح لها بالراحة الا حوالي الحادية عشرة مساءً وكانت احياناً تضطر الى مواصلة العمل حتى الساعة الواحدة بعد نصف الليل فحملها ذلك على التفكير في انشاء نقابة للخدم لكي تنصرف لهم اسوة بنعيم من العمال وتحقق وطأة الارهاق عنهم . وفي المثل من اخرجته لخرجته

وبقيت تدأب في هذا السبيل الى ان توفقت الى جمع ١٣ امرأة في آخر مارس من سنة ١٩١٠ لينظرن في انشاء نقابة للخدم وكان سبع منهن خادماً مثلها فقررن ان يعين سكرتيراً للنقابة فابترت هي لهذا العمل وعرضت خدمتها بلا مقابل . واعترض سبيلها وسبيل رفيقاتها عقبات حمة في اول الامر لم يحسن لها حساباً لانهن لم يكن يعرفن شيئاً عن تأليف النقابات وقد قالت ان جهلها وجول رفيقاتها في هذا الامر نقعن لانهن لو عرفن المصاعب التي تعترض سبيلهن لما اقدمن على تأليف النقابة ولا قامت لهن قائمة . ولكن العقبات مها صعبت لا تقبض معنى غس اليه الحاجة ويوقن القائلون به ان لا بد لم منه فلم تنقضى السنة الاولى على تقابهن حتى صار اعضاؤها خمسة وتسعين

وبعد تأليف النقابة طرد ثلاث من الخادماً السبع اللواتي عملن على انشائها من البيوت التي كن يخدمن فيها وخرجت مس نيل ايضا من البيت الذي كانت تخدم فيه وابته معلنها ان تعطيتها شهادة بحسن سلوكها وصدقها في الخدمة فكان ذلك دافعا لها على ان تبذل كل ما في وسعها وتستخدم نفوذ النقابة في سبيل اجبار المملات ان يعطين خادماً منهن

شهادات بحسن السلوك عند خروجهن من خدمتهن إلا إذا كان لديهن سبب واضح معقول يمنع من اعطاء هذه الشهادات

وقبل ان تمضي ثلاث سنوات على انشاء النقابة انشأت مكتب تخدم فاقبلت ربات البيوت على طلب الخدمات منها حتى صارت تجد صعوبة شديدة في تدبير الخدمات لجميع الذين يطلبون منها ومن اسباب قلة الخدمات ايضاً ميل البنات الى الاستخدام في غير الخدمة البيتية مرئياً من الامتحان وطالباً للحرية

ولكن إغراض البنات عن الخدمة في البيوت لا يروق من نيل ولا هو من مطالبتها فان غرضها التوفيق بين مصالح اصحاب البيوت وبين مصالح الخدمات حتى تصبح الخادمة تشعر انها حرة غير مستعبدة

ويمكن حصر مطالب من نيل في امور اربعة هي (١) حمل الحكومة على انشاء بيوت عمومية او ملاجئ للخدمات والخدمين (٢) ان يقوم على تدبير كل ملجأ من هذه الملاجئ جماعة من ذوي الاقتدار يعلمون الخدم الاعمال البيتية (٣) ان تعد في هذه الملاجئ اماكن للراحة البدنية وترويح النفس من عناء العمل وغرف للطالبة (٤) ان يكون استخدام الخدامين والخدمات بالساعة تتفق ربة البيت مع الخادمة ان تعمل لها ساعات معلومة كل يوم مقابل مبلغ معين فلا تعود الخادمة تشعر انها مستعبدة

وعندها انه يجب ان ينظر الى راحة الخدم عند خدمة البيوت كما ينظر الى راحة اهل البيت وانه يجب اراحة الخدم بتجوير البيوت بالآلات التي تهوّن عليهم العمل . واذا شادت ربة البيت ان تكون عندها خادمة رهن اشارتها في الليل فعليها ان تساجر خادمة غير التي تخدمها في النهار

وقد وافقت الحكومة على قانون نقابة الخدم وعلى اغراضها التي يمكن حصرها في الامور التالية (١) تحسين حالة الخدم ورفع منزلتهم لكي يساووا غيرهم من العمال المستخدمين (٢) اجبار ربات البيوت على اعطاء الخدمات حين خروجهن من الخدمة شهادات بحسن السلوك (٣) جمع كلمة الخدم لكي يتمكنوا من الدود عن مصالحهم (٤) السهر على مصالح الخدم وتحصيل ما يهضم من حقوقهم ومساعدة من يضام منهم (٥) حمل الحكومة على سن قوانين تجبر بها ارباب البيوت على تجهيز كل ما يلزم لراحة الخدم وصحتهم وتحديد ساعات العمل والراحة (٦) رفع الغبن عن الخدم وجعل اجورهم مقابلة لانتاجهم (٧) مساعدة الذين يمسهن الضيق من الخدم (٨) اعالة الخدم الذين يتصبون اعتصاماً تصدق عليه النقابة

ورب فائل يقول ان تحقيق هذه المطالب من المستحيل ولكن جواب من نيل لمثل هذا هو قولها «لا تنس ان على الرؤساء كما على المرؤوسين ان يطبقوا امورهم على مقتضيات العصر الجديدة . وعلينا كلنا ان نعمل سوية على ان نجعل الخدمة في البيوت من المهن التي تبيل الناس الى العيش بها وان اتم ذلك في سنوات قليلة »

الذبان والامراض

ابنا غير مرة ان الدبابة التي تقع على يدك فلا تكاد تشعر بها خلفتها وتقوم على الخبز والغاكة وكل انواع الطعام هي أكبر اعداء الانسان لانها قادرة ان تبيله بكثير من الامراض والاورثة كالكلوبيرا والطاعون والسلب والبثرة الخبيثة والتيفويد وما اشبه ذلك لانها بطبعها تحوم على اليراز والبصاق كما تحوم على الطعام . وفلا يخلو يراز مريض او بصاقه من ميكروبات مرضه فتلتصق هذه الميكروبات بارجلها او بما تلتصق منها حتى اذا مشت بعد ذلك على الخبز او العنب او البطيخ او الشام او اى نوع كان من الطعام نقلت اليه تلك الميكروبات ورب فائل يقول ان كان الامر كذلك وجب ان تنقل هذه الامراض الى كل الناس لانه ما من احد يأكل طعاماً الا وقد مشت الذبان عليه مراراً . والجواب ان في بنية الانسان جنوداً لثيقه في الغالب من ميكروبات الامراض اذا كانت على تمام الابهة ولكن هذه الجنود وهي خلايا الدم البيضاء قد تضعف عن مقاومة الميكروبات اذا كانت الميكروبات كثيرة فتغلب الميكروبات عليها . واكثر ما يحدث ذلك في الصيف ولا سيما اذا كانت بنية الانسان ضعيفة او اذا كان صغير السن لم يند جسمه محاربة الميكروبات ومقاومتها ولهذا تكثر الامراض والوريات في فصل الصيف حينئذ تكثر الذبان

ومنع تكاثر الذبان ليس بالامر العسير فانها تبيض وتولد في اصطبيلات الخيل والدواب فاذا ابتعدت الاصطبيلات عن البيوت ورشت الاقدار والفضلات بقليل من البترول من وقت الى آخر هلك ما فيها من بيض الذبان . واذا غطيت الاطعمة بشباك دقيقة وغسلت الغاكة جيداً قبل تناول كل قل الخطر كثيراً

وقد يظن لأول وهلة ان الوقيات في الارياض اكثر من الوقيات في المدن في هذا القطر لقلة الاعتناء بالصحة في الارياض ولكن الامر على ضد ذلك والوقيات في المدن تزيد على الوقيات في الارياض نحو ١٣ في الالف وسكان المدن نحو مليون ونصف ووفياتهم نحو ٤٠ في الالف في السنة او نحو ٦٠ الف نفس مع ان متوسط الوقيات في القطر كلير نحو ٣٧ في

الالف فلو كان متوسط الوفيات في المدن ٢٧ في الالف فقط لبلغ عدد الرقيات فيها اربعين الفا فقط وعليه فيموت من سكان المدن عشرون الف نفس كل سنة زيادة عما يجب ان يموت لو كان معدل الوفيات فيها مثل معدل في القطر كله وهذه العشرون الفا تذهب ضحية الازدحام والذباب

غذاء الطفل

اذا كان الطفل وامه صحيحين لا مرض فيهما وكان ابن الام كافيا لتغذية الطفل وجب الانتصار عليه مدة الاشهر الثلاثة الاولى . في الايام الثلاثة الاولى بعد الولادة لا يدر اللبن منها كافيا ولا يكون في قوامه كاللبن العادي بل يكون سائلا كالماء ومع ذلك يجب ان ياتم الطفل الثدي ويضع هذا اللبن لانه مسهل فيقيد في اخراج ما في امعائه من البراز الجامد . ورضاعة الطفل حينئذ تساعد الثديين على ادرار اللبن ولا يحتاج الطفل الى غذاء آخر في الثلاثة الايام الاولى

ومتى اخذ اللبن يدر كافيا تنظم اوقات رضاعه فيرضع كل ساعتين او ثلاث ساعات نهائيا وكل اربع ساعات ليلا ولا تطول مدة ارضاعه كل مرة اكثر من عشر دقائق ولا يحسن ان يرضع في غير الاوقات المعبنة فانه يعتاد ذلك حالاً فيستريح ويرجع امه واذا لم تستطع انه ان ترضعه لسبب من الاسباب التي يرضع ترضعه او اعطي لبن البقر بالرضاعة . ولا بد من كون الموضع صحيحة الجسم سليمة البنية وان يكون عمر طفلها مقارباً لعمر الطفل الذي يراد ان ترضعه

وكيفما كانت الحال لا يجوز اطعام الطفل غير اللبن مدة الاشهر السبعة الاولى من عمره . وانفضل ما يقوم مقام لبن المرأة لبن البقر بعد معالجته على الاسلوب التالي لان تركيبة ليس مثل لبن المرأة تماماً ولو كان قريباً منه كما ترى في الجدول التالي

مواد جبنية	سمن	سكر	املاح
٢ في المئة	٢,٧٥ في المئة	٥,٠ في المئة	٢ في المئة
٠,٠٤	٠,٠٤	٠,٠٤	٠,٠٦

فالمواد الجبنية والسمنية والاملاح كثيرة في لبن البقر اكثر منها في لبن المرأة ولذلك يجب ان يزداد الماء في لبن البقر حتى تصبح نسبة هذه المواد فيه الى مجموع كتلتها في لبن البقر الى مجموعها وحينئذ تقل نسبة السكر كثيراً في لبن البقر عدا عن انها قليلة طبعاً . وواضح

من ذلك ان الماء يجب ان يتضاعف في لبن البقر والسكر يجب ان يتضاعف أيضاً وان تزداد المادة السخية قليلاً اي القثدة ومع ذلك لا يصير لبن البقر مثل لبن البشر لان المادة الجينية التي في لبن البقر تجهد بسهولة في معدة الطفل ويسر عليه هضمها ولذلك لا يحسن ان يلبأ الى لبن البقر في الشهور الاولى الا عند الضرورة

ومما يسهل العمل به في كل البيوت ان يوقى بلبن البقر جديداً حالما يحلب ويمزج بما عائلته من الماء الصرّف او ماء الشمير وقليل من السكر ثم يقلل مقدار الماء ووبداً رويداً حتى يسطل تماماً متى صار عمر الطفل سبعة اشهر او يصير الطفل يوضع لبن البقر كما هو وحينئذ تصير معدته قادرة على هضم الاطعمة النشوية والخبز المطبوخ باللبن ثم يقطع بين الشهر العاشر والثاني عشر وفي السنة الثانية من عمر الطفل يكون أكثر طعامه من اللبن وما يطبخ به ويطعم أيضاً قليلاً من الشوربا والبيض والخبز ولكن لا يطعم لحماً الا بعد مضي السنة الثانية

واذا أُرضع برضاعة في السنة الاولى من عمره وجب ان تبقى الرضاعة نظيفة دائماً ولا يترك فيها شيء من اللبن او آثاره من مرة الى اخرى لئلا يفسد فيها ولا سيما في شهور الصيف ويتم تنظيفها بتفطيسها يومياً في الماء النقي وبناصب ان يكون في البيت رضاعتان تستعملان دوايك يوماً بعد يوم ومتى استعملت الواحدة تكون الاخرى متقوعة في ماء اذيب فيه الحامض البوريك (البورق).

ويمكن ترتيب اوقات الرضاع شهراً ولبلاً حسب الجدول التالي

السن	الفترة بين الرضعات شهراً	مرات	مرات الرضاع	مقدار اللبن	مقدار اللبن
			في ٢٤ ساعة	كل مرة	في ٢٤ ساعة
الاسبوع الاول	ساعتان	٢	١٠	١ الى ١ ١/٢ اوقية	١٠ الى ١٥ اوقية
الاسبوع الثالث والرابع	"	٢	١٠	١ ١/٢ الى ٢	١٥ الى ٢٠ "
الاسبوع الخامس والسادس	"	١	٩	٢ ١/٢ الى ٣	٢٢ الى ٢٤ "
الاسبوع السادس الى الشهر	ساعتان ونصف	١	٨	٣ الى ٤	٢٤ الى ٢٦ "
الشهر اعالت الى الخامس	٣ ساعات	١	٧	٤ الى ٥	٢٢ الى ٢٨ "
" الخامس الى التاسع	" ٤	"	٦	٥ الى ٦ ١/٢	٢٤ الى ٣٠ "
" التاسع الى ١٢	٤ الى ٤ ١/٢	"	٥	٦ ١/٢ الى ٧	٢٨ الى ٣٥ "

واذا كان الطفل متعباً فلا بد من تعقيم اللبن له ولكن في الاحوال العادية يكفي ان يستغن اللبن حتى يغلي

(١) والاوقية هنا نحو ١٢ درهما او ملء ملاعق من ملاعق الشراب

المبرلتين

من المواد التي يكثر استعمالها لتليج الشعر مادة اسمها المبرلتين وهي تصنع من درهمين من زيت اللوز المر و ١٢ درهماً من السبوتو النقي وكمية كافية من زيت الزيتون

مقويات للشعر

(١) امزج درهماً من كبريتات الحديد (الزاج) وثمانية دراهم من السبوتو النقي و ١٢ نقطة من حمى اللبني و ٧٠ درهماً من الماء ومضى امتزجت جيداً استعمالها لدهن الشعر فبزيد قوة ويميل لونه الى الاسوداد

(٢) ضع ٣ دراهم من مسحوق الدراج الجديد في ١٤٠ درهماً من الماء الغالي حتى يغل فيه جيداً وغطه الاناء نحو ساعتين وحينئذ يبرد المحلول اعصر الدراج جيداً واصلح الماء واخلط اليه قليلاً من روح حمى اللبني او زيت الصمغ . وهذا المحلول يقوي الشعر وقد ينبت اذا كان الصلع حديثاً

(٣) امزج درهماً من الكينا بربعين درهماً من ماء الورد واخلط اليها ١٥ نقطة من الحامض الكبريتيك الخفيف و ١٦ درهماً من السبوتو النقي ثم اخلط الى المزيج درهمين من الفليسرين وست نقط من مادة عطرية . وحرك المزيج جيداً وحقه في اليوم التالي ورشحه . يدهن به جلد الراس مرة او مرتين في اليوم

(٤) امزج اربعة دراهم من صبغة الجابورندي وثلاثة دراهم من اللانولين و ١٦ درهماً من الفليسرين واخلط الى المزيج قليلاً من الصابون وافرك به الشعر كل ليلة قبل النوم

(٥) امزج ٢٠ قعقة من الكينا ودرهمين من صبغة الدراج ودرهمين من خلاصة الجابورندي السائلة و ١٦ درهماً من السبوتو و ١٦ درهماً من الفليسرين و ٥٠ درهماً من الروم الفاري وما يكفي من ماء الورد ليصل المزيج ١٢٠ درهماً . يذاب الكينا اولاً في السبوتو بعد تسخينه قليلاً ثم تضاف سائر المواد

(٦) امزج ٣ دراهم من صبغة الدراج ودرهماً من صبغة الفلفل ودرهمين من الامونيا ودرهمين من الفليسرين ومن ماء كولونيا ما يكفي ليجل المزيج ١٣٠ درهماً . لهذا السائل ينظف الشعر ويقويه

(٧) امزج ٢٨ درهماً من التنين وثمانية دراهم من صبغة المر واربعين درهماً من الفليسرين فيكون من ذلك دهن مقوٍ للشعر