

باب تدبير المنزل

قد فتحنا هذا الباب لكي ندرج فيه كل ما يهم اهل البيت معرفته من تربية الاولاد وتدريب
للطعام واللباس والسرابة والسكن والزينة ونحو ذلك مما يعود بالنفع على كل طائفة

اسباب الشقاء في الزواج

في مدينة نيويورك جمعية همها اسداء المشورة للذين لا قبل لهم باستخدام محام
يدافع عنهم او يهديهم الى الطريق الصواب في المسائل القانونية . وقد كتب احد
مديري هذه الجمعية مقالة بسط فيها خلاصة ما عرفت عن اسباب الشقاء بين المتزوجين كما
يستخلصها من حوادث الطلاق التي استشير فيها او اتصلت بعلمه وقال ان الحوادث الزوجية
التي عالجتها هذه الجمعية في سنة واحدة بلغت اربعة آلاف حادثة

وفي رأيه ان اهم اسباب الشقاء في الزواج ثمة وهي كما يلي : - عدم تلاهم
الدوقين بين الرجل وامرأته ثم تداخل الاقارب في شؤونهما ثم الفيرة وبتلوها الاخلال
بالشرف الزوجي والاسراف والجنل وعدم ترتيب الزوجة وفقد الشعور بالمسؤولية
من احد الجانبين والاختلاف في المعتقدات الدينية . قال الكاتب

ساء مكتنبا في احد الايام فتاة الطلعة حسنة المندمام وبعد تردد وتلعثم سردت
لي حكايتها وطلبت مني ان اخبرها هل في امكانها الحصول على تصريح قانوني بالطلاق
فألتها ولكن لماذا تريد ان تطلقي من زوجك ؟ الا يقوم بنفقاتك ؟

فقلت يلي انه يقوم بجميع نفقاتي ولكننا لا نستطيع ان نتفق في امر من الامور فهو
لا يفهمني فيعني من المظاهرين بالعلم لاني احب المطالعة والقراءة وانا اراه كثير
التردد على الملاهي ولذلك قل ما يجتمع معاً واذا اجتمعنا فلا نستطيع ان نتحدث لان ما
يلد في لا يلد له وما يلد له لا يلد لي

وعلمت بعد ذلك ان زوجها دخلاً سنوياً كبيراً فكان يعطيها منه ما يكفي نفقاتها ولا
يعاملها معاملة فظة في حال من الاحوال وكان لها ابن كان واسطة الاتصال بينها الى زمن
لكن حتى محبته لم تنور على ما ينبغي من نفور لجأت امره تطلب الطلاق
ان خير الوسائل لاجتناب الشقاء في الزواج ان يتأكد الزوجان انهما متلائمان في

ذوقها وان هناك جامعة تجمع بينهما ويجب ان يعرفا ان الفرق كبير بين مقابلة الناس بعضهم لبعض في المجتمعات والاندية والحفلات وبين الميثقة البيئية الدائمة حيث يكشف عن حقيقة الاخلاق التي قد تسترها تقاليد الاجتماع وآداب السرك

واذا كان للمرأة عقيدة دينية تختلف عن عقيدة الرجل فالراجع انها يختلفان يوماً ما وتنع شقة الخلف بينها اذا لم ينسج صدر احدها ويحلّ الساهل فيه محلّ التعصب. فالغاية من الدين اسعاد الناس ونكحي عرفت انما بلغ منهم التعصب لعقائدهم مبلغاً استحلوا معه هدم العائلة واشقاء اعضائها. وقد اتصلت في قصة جرت حديثاً تبين العاقبة الربيلة التي نفيهم عن التعصب وتداخل الاقارب في شؤون الزوجين. وذلك ان فتاة اسكتلندية تزوجت رجلاً من مذهب ديني غير مذهبها. مضت عليهما بضع سنوات وملاك السعادة يرف فوقعها ووُلد لها ابنتان. لكن والدي الزوج كانا شديدي التعصب فذهبوا وساءها جداً ان ابنها تزوج فتاة من غير مذهبها وما زالوا ينقران على هذا الوراثة حتى استمالاه قليلاً عنها ثم جملا بهزان بها لانها لا تصلي كما يسليان وجريا على المقارنة بينها وبين كنفاتها الاخرى في حضرتها وبالطبع كانا يفضلان اولئك عليها وكان زوجها ضعيف الادارة فلم يحامر عنها كما كان يجب عليه. اخيراً تخاصمت عائلتها مع عائلة زوجها فانعت شقة الخلف بين الزوجين وتلا ذلك انفصالها فأخذت الزوجة ابنتها وجعلت تشتغل نكي تعولها اما الغيرة فمن اصعب ما يلاقيه الزوجان وهي لا تدخل بيتاً الاخرته لانه من اعسر الامور ان تكلم كلاماً معقولاً مع من اوغرت صدره الغيرة وزد على ذلك فقد تدفع الغيرة الرجل او المرأة الى اعمال لا يتصورها العقل السليم

من ذلك ابي كنت اعرف فتاتين من يتين مشهورين كلفنا محب شاب غطب احداها. وفي اليوم السابق ليوم العرس جاءت صديقات العروس الى بيتها يزرنها ويرين جوارها وكانت يتين الفتاة مزاحمتها على خطيبتها لجلسن يتحدثن ثم انصرفن وبقيت هذه الفتاة مع الخطيبة واذا بالخادم يدعو الخطيبة من الغرفة. فقايت عنها نحو تلك ساعة ولما عادت اليها وجدت صديقتها قد مزقت كثيراً من اجمل اثوابها واغلاها وفي جملتها ثوب حفلة الاكيل غيرة منها. وقد بلغتني حادثة اخرى تدل على تأثير الغيرة وذلك ان امرأة كان لها زوج مصور كانت تعلقه بما يبدو عليها من مظاهر الغيرة. لانه يصور قيات ونساء بارعات الجمال وبلغت الغيرة منها انها ذهبت الى مكتبه فرأت فيه صورة بديعة لفتاة جميلة فاخذت دوس برنيتها وجعلت لتقمها انتقاماً منها

وليس النساء وحدهن اللواتي يقمن فريسة الغيرة بل الرجال مثلهن معرضون لذلك ومن أسباب الشقاء في الزواج اختلاف العمران ذلك بشأ عنه اختلاف في الأذواق والامبال . فحتى تزوج رجل طاعن في السن بفتاة لا تزال في ميعة المبالغة ان الشقاء على الغالب سائر في اثرهما ولكن قلما جاءتا شاب تزوج من امرأة كبيرة السن يشكو منها وذلك لانه في الغالب يكون قد تزوجها لانيها غنية فيقبل كلما يقسم له في سبيل ذلك ولا شك ان الاسراف من جانب الزوج او من جانب الزوجة أكبر أسباب الشقاء في العائلة . جاء في شاب في احد الايام وقال « امرأتى تنفق أكثر مما أكسب وفي كل يوم يزداد الدين علي » فجزينا ان نساعده وبخنا عن نفقات امرأته فوجدنا ان لها معارف على جانب وافر من الثروة وانها كانت تحب ان تقتصد في اثوابها ما زالت في دائرتهم الاجتماعية . فجمعنا بين الرجل وامرأته في مكتبنا كما تفعل سيفه امثال هذه الحوادث وبخنا في الموضوع بصراحة تامة فقال الشاب لامرأته « انت تعلمين انك تنفقين فوق طاقتي وان عندك من الاثواب ما يزيد على حاجتك ولكنك تقضين في شراء اثواب جديدة » فانها ضميرها وشعرت انها اذا استمرت على تلك الحال خسرت زوجاً فاضلاً فقبلت كلامه بسة صدر وعادا الي بيتها بعد ان عازمت ان تقتصد طاقتها كذلك الخجل والتفتير كالاسراف من أكبر أسباب الشقاء في العائلات . حدثنا امرأة مكينة لها سبعة اولاد ان لها زوجاً يتناول راتباً اسبوعياً قدره ٣٠ ريالاً ويلزمها الأثواب أكثر من ريال واحد في اليوم على اعادة العائلة . وكان يعيرها اذنا صمماً حينما كانت تجتهد ان تقتصد بان ريالاً لا يكفي ثمن الخبز لثانية اتقار . فجمعنا بين الرجل وامرأته في مكتبنا واجتهدنا ان تقتصد باننا نخطئ في عمله فقال

« ان النساء يظلمن نفوداً أكثر مما يلزمهن . وقد عازمت عزماً قاطعاً ان لا ازيد غرضاً واحداً على ما اعطيها اياه الآن فلا تراجع في ذلك » . لكننا اقنا عليه قضية وحسكت عليه المحكمة بدفع معظم راتبه الاسبوعي الي امرأته لكي نعول تلك العائلة الكبيرة

لا شك ان الزواج من اعظم الامور شأناً في الحياة والذي يقدم عليه يجب ان يعرف ما يلقى عليه من مسؤولية في القيام بواجباته . مع هذا لا يندر ان ترى من ينظر اليه نظره الى وسيلة هو او تلبية . عرفت امرأة كانت قبل زواجها من ابى النيات طلعة كثيرة الطلاب . ولكن ما لبثت بعد زواجها ان اخذ زوجها في طريق الكسل والغلول فجز دخلاً عن القيام بتفاتها وكانت ولدت ابناً فاضطرت انها ان تساعد اولادها .

لكن زوجها لم يهتم بها وبأنه على الاطلاق وسدت اخلاقه من معاشره الفاسدين . وفي احد الايام ترك بده وسافر الى بلد آخر ثم جاءت منه رسائل بانها بدأ عملاً هناك ولكنها لم يرسل نقوداً لامرأتها ثم انقطعت اخباره فجعلت تشتغل لتحويل ابنها وتكسوه وتعلمه ولا تزال تشتغل الى الآن . كل شاب كهذا يقدم على الزواج قبل ان يدرك ما فيه من المسؤولية والشأن الخطير يشقي امرأته واولاده شقاء مراراً

ويجب على كل امرأة ان تكون ليقه مرتبة في لبها وفي بيتها لان الرجل الذي يعمل طول النهار يتوق ان يعود الى بيته في المساء فبراه نظيفاً مرتباً فيه وسائل الراحة فيلذ له البقاء فيه . واذا كانت المرأة عكس ذلك كره البقاء في البيت فيتولد النور بينها قال الكاتب ولا اريد القارىء ان يفهم مما رويت ان الزواج كله شقاء بشقاء انما الغاية منه تمثيل العبرة من اختيار الناس بامثال واضحة . واذا كانت اشغال هذه الحوادث تعد بالالوف فالعائلات السعيدة تعد بالملايين . وقد ختمت المقالة بالوصايا التالية

وصايا للزوجة

- ١ - لا تكوني مسرفة لان كل رجل يود ان يكون مستقلاً مستقلاً مالياً فالزوج يفقد كل لذة في العمل وكس النقود اذا وجد ان ما يكسبه ينفق من غير حساب
- ٢ - ليجي بيتك نظيفاً مرتباً فالبيت النظيف المرتب يريح الرجل التعب
- ٣ - اعني بهندامك لان المرأة التي لا اتقان في هندامها تفري زوجها على لافتان بنيتها
- ٤ - لا تظهرى اهتمامك بها يوجهه نحوك بعض الرجال من العناية الخاصة فكثيراً ما توضع الغيرة والزينة قلب الرجل من غير سبب
- ٥ - لا تقاومي زوجك اذا اراد تأديب اولادك وكان التأديب معقولاً
- ٦ - لا تقضي وقتاً طويلاً عند أمك
- ٧ - لا تقبلي نصيحة من اهلك او جيرانك في مسائل تتعلق ببيتك وعائلتك قبل ان تتألمي في امورك وتخاصي زوجك في شأنها بصراحة تامة
- ٨ - شمعي زوجك على الدوام ونشيط
- ٩ - كوني بشوشة
- ١٠ - لا ننسى ان الامور الصغيرة كبيرة الامة فكوني حذرة واستعملي مع زوجك

وسائل اللطف فالرجال يكرهون ان يتأدوا ولكن يحرمون ان ينجخوا ما يطلب منهم بكلمة لطيفة ترافقها بسمة حلوة

وصايا للزوج

- ١ — لا تكن بخيلاً مقترراً فللزوجة حق في ان تحصل على ما يقرم بنفسقاتها وهي اذا دعت الحال قادرة ان لتبصد الى درجة لا تصدق
- ٢ — لا تتداخل في امور المنزل التي من شأن زوجها. فهي افضل منك ربة بيت
- ٣ — كن بشوشاً لان الرجل المقطب الحاجبين يشقى زوجته
- ٤ — لا تجرح عواطف زوجته . فالمرأة تكون في الغالب سريرة الاتفعال واقرب من الرجل الى التأثير بكلمة نظة
- ٥ — لا تشرف عن اظهار حبك لزوجتك بمظاهر مختلفة
- ٦ — لا تكلمها كلاماً خشناً
- ٧ — لا تسكن مع احلك ولا مع اهلها
- ٨ — لا تسكن في منزلك عائلة اخرى
- ٩ — اعن بهندامك
- ١٠ — انصف اولادك فاذا لم تكن كذلك انحازت معهم عليك

اسباب الزكام وعلاجه

كتب الدكتور بوب من مشاهير اطباء نيويورك مقالاً بهذا العنوان فرأينا ان ثبت خلاصته لان في هذا الفصل من فصول السنة يكثر التقب في حرارة الهواء فتجهم عنه اصابات كثيرة بالزكام والانفلونزا وما يشعب عنهما من الامراض والاختلاطات ينلب ان يصاب كل انسان بالزكام مرة او مرتين في السنة وبعض الناس يصابون ثلاث مرات او اربع وقد قدر احد الباحثين ان ربع الذين يصابون بالزكام يمنعون عن العمل المنتج ثلاثة ايام او اربعة في كل اصابة . فاذا اردت ان تحب اغصارة الناجمة عن اصابة الناس بالزكام بلغت ملايين من ايام العمل ولكن الامر المهم ليس في الزكام نفسه بل فيما قد يجهم عنه من الاختلاطات وبعضها خطر كالتهاب الشعب الرئوية والنزلة الصدرية والتهاب الاذن الوسطى والنتائج الروماتيزية وغيرها

ولو سئلت ان اخصر القواعد التي يجب ان يجري عليها كل احد لاجتناب الزكام
لاخصرتها في قاعدتين بسيطتين في استطاعة كل احد ان يجري عليها وهما
الاولى - اجنب ان تبرد برداً فجائياً كما في الخروج من غرفة حارة الى الهواء البارد
الثانية - لكن اثوابك كافية في فصل الشتاء وفي فصلي الربيع والخريف حين يكثر
التقلب في حرارة الهواء. وام قاعدة يجب الجري عليها في مسألة الثياب هي اجتناب التغيير
الفجائي في اللبس لان كل انسان يستطيع ان يعوّد نفسه احتمال البرد اذا اراد فلا
يضره اذا تعرض له ولكنه اذا كان قد تعود لبس ثياب دافئة وخلعها ولبس ثياباً
خفيفة فقد يضره ببرد قليل

ويجب ان تذكر الامر التالي وهو انك تستطيع ان تتعرض للبرد وتنتهي عواقبه اذا
كنت في صحة جيدة. ولكن اذا كنت ضعيفاً فقد تصاب من هذا التعرض بمرض وبيل
مثلاً يكثر الشغل على احد الرجال فيتأخر عن الميعاد الذي يقص فيه شعر رأسه
فيكشف على الرقبة ومضى ذهب الى الخلاق يطلب اليه ان يقصه اقصر مما يقصه عادة .
وقد عرفت كثيرين اصابوا بزكام شديد من تغيير فجائي بسيط كهذا. ومن هذا القبيل ما
يحدث لامرأة حينما تسي ان تلف رقبته. ويبتاد بعض الرجال ان يرفعوا طوق البانطير
في الشتاء دفعا للبرد فيجئ يوم من الايام ينسون فيه ان يرفعوه وينفق ان يكون اليوم
بارداً فيحدث هذا التغيير الفجائي ضعفاً في مقاومة الميكروبات ويصاب الرجل بالزكام
ولا يخفى ان الاصابة بالزكام اصابة ميكروبية وميكروبات الزكام ينسا دائماً فاذا كانت
مقاومتنا لها شديدة يتينا محافظين على صحتنا وقوتنا ولكن حالما تضعف المقاومة نتكهن
بالميكروبات من الجسم ونصاب بالزكام

فالعارض الاول من اعراض الزكام هو الشعور بانسداد المجاري الانفية يرافقه تعب
عام في اعضاء الجسم وقد يسبق هذا الشعور او يرافقه قشعريرة . ولا يبدأ افراز
الانف قبل مرور اربع وعشرين ساعة على الشعور بالاعراض الاولى . ويكون هذا
الافراز في البدء سائلاً لا لون له ثم يتحول فيصير شديداً القوام نوعاً ابيض اللون لان
اخلايا التي قتلت في المراك بين الدم والميكروبات اخذت تفرز ويسمى الافراز على هذا
النمط نحو اسبرع او يستر حويلاً وذلك يتوقف على مقدرة الجسم في مقاومة الميكروبات
فاذا عرض الزكام حسب الطريقة الآتية في بدنه فالراجح ان تزال الميكروبات من
المسالك الانفية فلا يبادى الزكام الى حد بعيد

المعالجة - يشمل رشاش اني مؤلف من نصف اوقية من مذوب الادريالين
قوة الجلب واوقية ونصف من سائل دوبل Dobell. ضع هذا المزيج في رشاشة ورش
داخل الانف بها ثلاث مرات متتالية ثم انتظر خمس دقائق واجد العملية. فهنا الرشاش
لا يشفي الزكام ولكن يقلص الغشاء المخاطي الذي يغطي داخل الانف فتقل فيه الطيات
التي تحتوي فيها المكروبات وتوالد وبعد الرشة الثانية انتظر خمس دقائق واغسل الانف
من الداخل بمحلول مضاد للفساد وخير محلول لذلك هو محلول الارجيبرول من قوة
١٠ في المائة واحذر من استعمال ارجيبرول قديم لانه اذا كان قد مضى عليه أكثر من
اسبوع الواحد هيج الغشاء وترك بقعاً عليه

وتعاد هذا المعالجة ثلاث مرات بين المرة والاخرى اربع ساعات وفي كل مرة
رش الانف بزيت لطيف بعد غسله بالارجيبرول ويركب هذا الزيت في الاجزاخانة
كما يأتي Extract Bini Canadensis, ½ Dram; Olei Germain 4 drops; كما يأتي
Abolene enough to make a fluid ounce ويحسن ان ترفق هذه المعالجة بمحام
سخن حتى يكثر افراز الجسم للعرق

واذا كان الزكام قد خرج عن دوره الاول فهذه المعالجة لا تنيد كثيراً في شفاؤه
ويجب على كل احد حينئذ ان يعتمد على قوة المقاومة في جسمه ولكن يحسن البقاء في
السرير وشرب مشروب سخن حتى يفرز الجسم عرقاً. ويجب شرب سهل وتناول
مقوي وعندني ان افضل المسهلات زيت الخروع ومن افضل المقويات قحمة من سلفات
الكينا او برشانة تركب في الاجزاخانة كما يأتي

Salol gr. 18; Quinine hydrochlorate. gr. 12; Phenacetine gr 12.
يقسم هذه المركب في ٦ يرشانات وتؤخذ واحدة منها كل ثلاث ساعات او اربع الآ
اذا كانت الكينا تسب دواماً في الرأس. حينئذ يجب التوقف عن تناول المقوي
وعلى المصاب بالزكام ان لا يتناول هذا المقوي أكثر من اسبوعين في اي حال

وقد عملت بالتجربة انا حين نصاب بالزكام مرة لسدي انفسنا ثانية باستعمال المناديل
التي تمسح بها افراز الانف. فهذا الافراز يحوي مكروبات الزكام وكما استعملنا انديل
عاد بعض هذه المكروبات الى الانف. ولذلك وجدت ان خير وسيلة لاجتنابه
استعمال قطع صغيرة من الشاش المعقم ومع الغطاء بواحدة منها ثم رميها في صندوق
في الحمام الكربوليك او بحرقها