

باب تدبير المنزل

قد فتحنا هذا الباب لكي ندرج فيه كل ما يهم المرأة وأهل البيت معرفته من تربية الاولاد وتدبير الطعام واللباس والشراب والسكن والزينة وسير شهادات النساء ونحو ذلك مما يعود بالنفع على كل عائلة

المال والاخلاق

لا مشاحة في ان للمال تأثيراً كبيراً في اخلاق الناس فهو المقوم وهو المروج هو المعمر وهو الخرب، هو السيد المستبد وهو العبد المطيع قال الشاعر

انت للمال اذا اسكتك فاذا انفتحت فللمال لك

المال مضمج انظار السواد الاعظم من البشر وقد اهتم في البحث عنه لاهرازه جميع الطبقات. فاهل السياسة والسلطان يحبون النصر في الحروب معقوداً بوائده وأهل الدين يرون فيه المروج لانجاح مقاصدهم ونشر مبادئهم وللاقتصاد بين وارباب الصناعة والتجارة هو المحور الذي تدور عليه كل اعمالهم. وكما رفع المال انساناً الى الذروة العليا وحط به قوم إلى الدرك الاسفل. واذا سألت الناس عن اختلاف اجناسهم عن مقام المال في نظرم لما وجدت له دائماً بل اسموك له كل مديح صريح بكل لسان فصيح. واذا انشدك بعضهم قول الحريري في الديار

تبا له من خادع عاذق اصفر ذي وجهين كالمنافق

فاجبه ان ابا القاسم بطل مقامات الحريري لولا فرط شغفه بالحصول على ذلك الديار

لا خط حرقاً في ذمه بل جعل كل المقال على هذا المنوال

اكرم به اصفر اوقت صفرة جواب آفاق ترامت صفرة

وزاد عليه قول آخر

ان الدرهم في المواطن كلها فكسر الرجال مهابةً وجمالا

فعي انسان لمن اراد فصاحةً وهي السلاح لمن اراد قتالا

ومما غالوا به في شدة تأثير المال قول بعضهم

حياتك من لم تكن ترجو تحيته لولا الدرهم ما حياتك انسان

قدّمنا هذه الدعاية ليس لأنها من جودر الموضوع بل لبيان عظم تملّقى الناس بهذا الحبر الصامت الذي لا تأثير له في ذاته ولا فائدة منه في تقويم الحياة لمخلوق من المخلوقات . فالنور والهواء والماء والنبات والحيوان لها فعلها الشديد في حفظ الحياة دون المال

أما من حيث تأثيره المضيئة في اخلاق الناس فلا ندعة لنا عن بيان شيء من التفصيل

(١) تأثير تحصيل المال في الاخلاق حسناً وفجاً — اول شرط لطالب المال في اي جهة قصده من جيات اسباب المعاش ان يكون رضيّ الاخلاق حاذقاً في الادارة خبيراً في اساليب كسب اميال الناس ليكون محبوباً ممن يأخذ ويعطي معهم ولو امكن ان يصدق عليه قول الشاعر

كأنك من كل الطباع مركب فانك الى كل الانام حبيب

ولا بدّ من قرن هذه المبادئ الطيبة بالصدق والامانة والقناعة بدعها حسن القصد . نعم ليس الجميع يرون ضرورة احراز كل ما ذكر من الصفات للحصول على المال وربما لا يعدونها من وسائل الكسب بل انما يشدون الريح بها ما داموا يرونها موصلة اليهم والآخر فانهم يتعاقبون منها الى تقيضاتها . فالصدق وتقصد به الخلوص في القول والعمل اذا قصده الانسان خسر ثقة الآخرين يوافجنيوا معاملته او عاملوه عن اضطرار مع الحذر الكلي . كثيرون يرون في المكذب مجالاً رحباً لاقتناص المال كيف التفتوا وانه يكفي ان يتلبس الانسان بما يرضي من معاملته ولو كذباً . ومع ان حيل الكذب قصير تجد لسوء المظ كثيرين من قصيري البصر يتكلمون بهذا الحيل القصير . والامانة تستدعي ان نعترف بما علينا وبما لنا وان نحافظ على حقوق الآخرين بكل دقة وضبط واذا حصل منا عرقاً شيء من الغبن ولو طفيفاً وخفي عن الآخرين فعلينا ان نسرّع نحن الى كشفه وازالته . انني اعرف انساناً كتبوا عملاه كثيرين لانهم عرفوا امانه في معاملاتهم . ولسوء الطامع تجد من هم عكس ذلك فلا يسلطون النار على الغبن اذا صدر منهم عرقاً فقط بل انهم يعمدون به بنصهم الاشرار لا صلياد البطاء ليلبونهم المال بهذه الطريقة الشائنة . والقناعة . ليس المقصود بها ان نقف عن الشيء عند ما نحوز مقداراً من المال . يكفي سدّ مطالب معيشتنا الحاضرة بل ان نقف عند الحق من الارباح المعتدلة . والافضل ان

لا تغير في معاملتك بين النبيه الفهم والتفكر النسيم وحين تقول السر محدود لا نجعل حده
قمة جبال حملايا بل مقداراً معتدلاً بالنسبة الى السعر العام . وهذه الطريقة نجد بعد
الاختبار انها تأتينا بالربح الكثير

هذا ولا نسهر عملاً بولده احرار المال عند البعض من عزمة النفس والتكبر عن
الدنيا فضلاً عن انه يمكن صاحبه من المحافظة على مقامه الادبي . فالغني حقيقة هو من
استغنى عن بذل ماء وجهه في سبيل الحصول على حاجاته ونيل مقاصده وبذلك يبقى
رافعاً رأسه محتزماً جانباً مرعياً مقامه

وعلى الاجمال تلاحظ الناس في معاملاتهم المختلفة يتطانون ويظهرون الاستعداد
للخدمة والمساعدة فيجمل بعضهم الثقال بعض كل ذلك تسليلاً لكسب الاموال بربح
الامال قليلة المهارة والتفنن وعظم راس المال كافية لتحويل الارباح الى اكتساب
ثقة العموم فتعامل الناس حسب مبادئك القوية لا حسب درجتهم في الثقل والتفكر
واكتساب الثقة يتطلب مع القليل بالصفات الحسنة المارة الذكر دماثة الطباع ومهابة
الاخلاق ولين البريكة

(٢) علاقة إتقاني المال بالاخلاق — لدى بعضهم مهارة عميقة لاتفاق المال
خصوصاً اذا حصل عليه دون سعي يذكر كالميراث والمقامرة ونحوهما لان الذي لا تعب
عليه الا بادي لا تشفق عليه القلوب . واول ما يتطلبه المترف عديم التبصر والحكمة
قضاء شهوات جسدهم بالتتمتع بملاذ الحياة دون اعباء نظر في منية الامور
فينغمس نومة في حماة الفجور غافلاً عن السم الخبوء في الدمع وتارة يجلس بين الدنانير
لمعاقرة بنت الحان وطوراً يدخل في معترك النفوذ السياسي فيناطح الاقران طلباً للتفوق
ولو بالظلم والاعتصاف . وانك لترى كثيرين من اولاد الاغنياء الذين يلقون هذا اللفظ
ضئال الاجسام خائري القوى لان الوسائل ميسورة لهم لا طلاق عنان الشهوات فيهرمون
في زمن الشيبة وقد تشب المنية اطفالها في اجسامهم النخوة تنتهي حياتهم باكراً دون
ان يأتوا بفائدة صحيحة لانفسهم او لبني جنسهم . نعم ليست هذه الصورة عامة لأهل
الثروات لانك تجد اناساً قد حصلوا المال بقرق الوجه وما خلوهم لبنيهم الا بعدد او كانتهم
الى ما هذبهم به من طرق العمل النافع واتفاق كل شيء في محله على ما هو مفيد لا بل
يتدرجون على استشاره فيزداد غناهم غنى . ويانصرف افكارهم الى الاعمال يلهون بها
عن مفاسد البطالة

وإذا التفتنا إلى المشرفين من طلبة العلم نرى كثيرين منهم لاهم لهم إلا اختراع الطرق لاتفاق المال دون اكتراث بتحصيل العلم إذ يستقلون عناء الدرس فيستولي عليهم الكسل والخمول وبالنتيجة يقصرون وينشغلون . هذه حال بعض الطلاب المومنين بينما تجد من اولاد الفقراء كثيرين يجهدون وبكدون فيمتازون في الدروس والامتحانات وكانهم بلسان حالهم ينشدون

رضينا فسمه اخلاقاً فينا لنا علمٌ ولجهال — مالٌ

فان المال بنى عن قريب وان العلم ليس له زوالٌ

هذا هو الوجه الاسود لاتفاق المال مع الصفات غير اللائقة بل الفارقة اللازمة له . بقي ان نلفت الى وجه الاتفاق الناصع البياض الملازم للصفات الطيبة والاخلاق الشريفة . نحمد به ما كان الدافع اليه حب الخير العام وروح الاخوة البشرية وبدأ الخير في الخدمة والمشاريع السموية . فكم من غيرة جمع القناطير المنقطرة من المال ثم تفرغ لبذلها في كل ما فيه النفع لبني البشر دون تمييز بين البلدان والاجناس والمذاهب . فهذه المستشفيات والملاجئ والميتم والمدارس واشباهها تم جميعها على روح الخفاء والمحبة العامة والشفقة . وقد عد بعض الشعراء الخفاء احد ثلوث سكارم الاخلاق قال

مكارم الاخلاق في ثلاث — مضمومة

بين الكلام والخفاء والتمنى عند المقدرة

(٤) إسكك المال — ان الشح في الانسان وان كان بقيه احياناً من بعض المفاسد

التي تستدعي الاتفاق عن سعة فهو من الجهة الاخرى يمنع المرء من الاتصاف بكثير من مكارم الاخلاق . ومن شر عيوب البخل انه يحرم نفسه التمتع بما منحه الله من الرزق خلافاً طيباً قال الشاعر

يُنْفِي البخلُ جميعَ المالِ مدته وللحوادث والايام ما يدعُ

كدودة القز ما تنفد يدها وغيرها بالذي تبني بتنع

فقراءه يبق عائلاً عيشه المدم منصرفاً على ما تنفق من الطعام وما رث من لباس لان النيس منها بقاضاه فتح كفه لخراج الدرام وهو

لا يخرج الدم من كفه ولو ثقبناها بمسار

فقله مثل الحمار يحمل اسفاره كلها علم وحكمة بل هو

كالنيس في البذاء يقتلها الضأ والماء فوق ظهورها محمول

ولا يحق للثاني ان يتعجب بما يجده من المال ولو حوى مال قارون لانه لم ينتفع هو
بذلك المال ولا اطلق مراحه ليفيد سواء من البشر قال الشاعر
اذا حمل النصار على نياق فأي الفضل يُصّر للنياق
لا بل تحسب حاله احطاً من فقر الفقراء
من عاش بالتعبد من ذوي النى فانه أفقر من فوق الثرى
وعلى هذه الكنية ينقسم ذوي الثروة الى فرقتين

ينعم البعض بما لا يُحتجى وبمضهم يبدله في ما اشتهى
دعنا نحن بلغ هذه الدرجة من الشح ولننقل الى من هو ارق حالاً منه أعني الذي
يتفق على نفسه بعض الشيء ولكن مع اتفاقه بقي المال الحكيم الأعلى في كل شيء من شؤونه
فليس من سلطان فوق سلطته فاذا ألجى لثبت في امر من الامور يتوقف حكمه على
تأثير ذلك الحكم في ماله فان كان له صديق مثلاً ورأى مجافاته اربح من مصافاته قلب
له ظهر الجن وطلب الجبهة الواجحة . واذا وجد حزة النفس تسوق اليه الحارة رضي المذلة
والاستهان لكي لا يقع في الحسرات

وحما لا شبة ربة فيه ان من يصحى بصحة وقامه واصدقائه وراحة أمرته وهناء عيشه
حرمًا على ماله المدفون الذي سوف يتركه لمن بعده دون جدوى له او لغيره في حياته
لمو الشق من ولادة امرأة بيروت نسيم الملو

نفايح طبية صحية

سبق ان نقلنا الى قراء المقتطف مقالات طبية صحية بسيطة التناول يكتبها الدكتور
وليم سدلر في المجلة الاميركية فوقعت لدى جمهورهم موقفاً حسناً وقد اطلعتنا الآن
على مقالة من هذا القبيل لزوجته وهي طيبة انما فاقطعتنا منها ما يلي
نقسم الامراض التي تصيب الكبار الى ثلاثة اقسام عامة

١ — الامراض التي لها اعراض ظاهرة كالتهاب الزائدة الدودية والدل والحصبة والتهاب
اللوذين وغيرها من الملل المعروفة

٢ — الامراض التي لا تدل على وجود مرض على الاحلاق وهي في الغالب من نوع
الخلل العصبي كالنورسيتينا

٣ — الامراض التي لا اعراض لها وهي عادة مرتبطة بالتقدم في العمر كارتفاع ضغط

الدم وما يتجيم عنه من التعرض لداء النقطة او الشلل . وامراض التكبد والتهاب نسيج
انكليتيت (مرض يربط) وامراض القلب. فهذه الامراض ليس لها اعراض ظاهرة في الغالب
ان الطبيعة مستعدة دائماً لتحذيرنا من الامراض التي تصيبنا فاذا وقنا وانمنا النظر في
تحذيرها تمكنا من انتاء كثير من الامراض والقضاء عليها في مهدها

خذ مثلاً وجود القشرة (الهبرية) في جلد الرأس . فهذه علة بسيطة في الظاهر
ولكنها تقدم الصلع غالباً لانها اذا استمرت سنة بعد سنة فتق ان الصلع في الزها وكل
صلاح يقتضي على القشرة بتي من الصلع

وخذ ايضاً مسألة المزال وهبوط وزن الجسم عن المتوسط الطبيعي . نعم انت الهم
والقلق يضعفان الجسم ولكن الراجح ان علة غير ظاهرة هي سبب هذا المزال ولا بد من
فحص طبي دقيق لمعرفة السبب . فاذا لاحظت رجل يتراوح عمره بين الاربعين والخمسين ان
وزنه يقل بسرعة فذلك في الغالب دليل على وجود غو مرطاني خبيث في جسمه والبحث
عن هذا الغو في بدنه قد يؤدي الى استئصاله . واذا حدث المزال في دور الصبا فقد
يكون دليلاً على تطرق مكروبات السل الى الرئتين وتمكنها منها والسل داء يسهل شفاؤه
اذا شرع في معالجته باكراً واذا كان المزال ناجماً عن القلق والهم فلا بد من الاتباء
لحالة العقلية والنفسية

اما التعب او الضعف العام فهو في الغالب مظهر لاعياء عصبي يزول حين التزام جانب
الراحة والرياضة اللطيفة . ولكن امراض السل والسكر وغيرها يصحبها الاعياء والضعف
فلا بد من البحث عن سبب هذا الاعياء والاهتمام بازالته

وخذ الروماتزم ايضاً فهو كالصداع ليس داء ولكنهما عرضين للعلل اُخرى . فالصداع
يدل على وجود بعض اللل [وقد عدت انكاثية بنشر مقالة مسببة عن الصداع في عدد
تال من المجلة] والروماتزم والثوراجيا يدلان على وجود عدوى ميكروبية في الاسنان او
اللوزتين او الزائدة الدودية او المرارة او غيرها من الاعضاء

ولا بد من ذكر التآكل فانها في الغالب نواحي غير خبيثة ولكن يجب معالجتها في بدنها
لانها قد تصير نواحي خبيثة متى تقدم صاحبها في العمر

ويحسب الارق في كثير من الاحيان من الاعراض المرضية الخطيرة ولكنه في الغالب
لا يدل على علة خطيرة لا جسدية ولا عقلية

ولا بد من تحذير قراء هذه المقالة من اعراض لا تدل مطلقاً على وجود علة ما فكأنها

يرى حَلْبَ مثلها « الدوخة » وهي في الغالب لا تدلّ مطلقاً على علة خطيرة . وكثيرون من الناس يعتقدون خطأً ان التخدير الموضعي في الرجل مثلاً سابق للشلل . وقد يكون خفقان القلب ناتجاً بعض الاحيان عن ضغط الغازات في المعدة فيجب خطأً من امراض القلب

ولما كانت هذه الاعراض التي لا دلالة محدودة لها لتعب العقل وثقلته لان صاحبها يتوهم انه مصاب بمرض كذا او بمرض كذا فمن خير العادات لمقاومتها الذهاب الى طبيب الجسم وطبيب الاسنان لفحص الجسم والاسنان فحماً دقيقاً فاذا عرف ان جسمه سليم لم يلق لبعض الاعراض المرضية واذا عرف ان اصول احد الامراض اخذت لتتمكن منه عالجها في بدنها والراجع ان يتم له الشفاء منها

حقاً ان الناس قليلو الاهتمام بصحتهم . ماذا نقول في صاحب بنك لا يفحص دفاتر حساباته الا حينما يسرق امين الصندوق المال ويفرّ به ؟ وماذا نقول في مهندس لا يفحص الآلات التي يستعملها الا متى انكسرت احداهما ؟ ومع ذلك فمن السهل جداً ان يأتي صاحب البنك بصراف امين بدل الصراف السارق والمهندس بآلة جديدة بدل الآلة المكسورة . ولكن ماذا تعمل انت اذا حلّ باحد اعضاءك الرئيسية داء عفال ؟ لا بد لك من ان تهتم بالآلات جسمك الحية وهي اعضاؤك لان هذه الاعضاء الحية التي ولدت معك تلازمك طول الحياة وتموت معك ويندر ان تستطيع استبدال احدهما بالآخر كما يفعل المهندس بآلك وصاحب البنك بصرافه

ان مرضي معلقة الصحة يقدرون ان يمنعوا انتشار الادواء المعدية الويلة بما يتخذونه من الاحتياطات لانقاذها ولكن ماذا يستطيع ان يفعل وكيل مصلحة الصحة وكل الاطباء والموظفين الذين معه في العزل التي سببها عدم جريك على القواعد الصحية في معيشتك ؟ غير لك ان تفهم انه بقدر ما تهتم بالجري على هذه القواعد الصحية في شبابك تعدّ ذخراً من القوة والنشاط لمقاومة الامراض التي تصيبك او تتعرض لها في كهولتك وشيخوختك

اما الملل التي تصيب الناس في الكهولة والشيخوخة فهاذا نقول في منعها وانقاذها . كل ما نستطيع عمله لانقاذها هو الجري على القواعد الصحية في المعيشة وعلى الذهاب الى الطبيب كل سنة لفحصنا فحماً طيباً دقيقاً . واما الامراض التي من قبيل تعب الاعصاب وهي اعراض لا تدلّ على وجود علة ما فكل ما يجب فعله فيها هو تعود البشاشة وطول الافاة وغيرها من العادات الادبية الطيبة

وفي الختام اذكر بعض القواعد الصحية التي لا بد منها لحفظ قوة الجسد كاملة لمقاومة الامراض

- ١ — الاستحمام . احفظ جلدك نظيفاً ودورته الدموية في حالة صحية
 - ٢ — الغذاء . يجب الاحتفاظ بوزن الجسم الطبيعي المناسب للسن والقامة . فاذا زاد وزنك عن المتوسط الطبيعي كنت معرضاً لالتهاب الرئة وما إليها من العلل . واذا نقص وزنك صرت معرضاً لأنواع الزكام
 - ٣ — الرياضة الجسدية . الرياضة المعتدلة تزيد قوة الجسم على مقاومة الامراض . وعلى الفرد من ذلك ان التعب والاعياء يهدان السبيل لفعل المكروبات المرضية . واكثر ما تكون معرضاً لفعلها حينما تكون متعباً من العمل وتعرض للبرد والرطوبة
 - ٤ — المباشرة في الغلاء . لا بد من اللعب والنزهة في الغلاء لان الهواء الطلق واشعة الشمس من افضل الوسائل في قتل مكروبات الامراض
 - ٥ — الماء النقي . الاكثار من شرب الماء القراح في اثناء النهار يجعل الدم قتيلاً وكرباته البيضاء مستعدة للنضال عن الجسم
 - ٦ — السموم . اجتنب تناول السموم سواء تناولتها مخدرات او في ما كلك وشربك
 - ٧ — الثقة والشعور بالقوة من افضل الوسائل التي تساعد الجسم على مقاومة الامراض كما ان الهم والقلق والخوف تفعل ضد ذلك
- وقيل اختتام هذا الكلام لا بد من القول ان في الدم نوعين من الكريات — الكريات الحمراء واهم اعمالها قتل الاكسجين النقي من الرئتين الى الاعضاء وقتل الحادض الكرونيك من الاعضاء الى الرئتين فيخرج بالزفير . والكريات البيضاء وعملها مهاجمة مكروبات الامراض التي تدخل الجسم ومقاتلتها
- فكل ما يزيد حموضة الدم كالاكثار من اكل اللحم وتناول انواع المخدرات والمنبهات كالكحول والشاي والقهوة والتدخين يسبق الكريات البيضاء عن اتمام عملها . وهذه اذا خمدت الى السموم التي تولد من سوء الهضم او الامساك المزمع تضعف فعل الكريات البيضاء في مقاومة المكروبات
- ومما يساعد هذه الكريات على اتمام عملها الحمامات الباردة القصيرة المدى وزيادة قلبية الدم . ولثم زيادة قلبية الدم عادة بالسبح على نظام غذائي نكثري فيه من اكل اللبن وما يصنع منه والفاكهة والخضراوات