موجباً للاعتراض على كلمة بارلمان بعد ان صارت دلالتها مفهومة عندنا كما هي مفهومة عند غيرنا وقد سبق الفكر اليها حينما اريد تسمية مجموع المجلسين باسم واحد كما تقدم

الخلاصة

الخلاصة اذا تفضل ان يكون في البلاد المصرية حزبان لا اكثر كل منهما وقيب على الآخر وان يكون اعضاؤهما متقاربين عدداً على قدر الامكان فيقتسمان النظر في مصالح البلاد وملابساتها ويسميان باسمين شريفين في كل منهما دلالة على ما يمتاز به صاحبه مثل الحزب المحافظ والحزب الاقتصادي . وان يكون للنواب مجلسان لزيادة التدقيق مجلس النواب ومجلس السنات ويسمى مجموعهما بالبارلمان . واهم ما في هذا البحث اغراض البارلمان فانه ان لم يكن منها معايش السكان وحفظ مقام البلاد الاقتصادي فلا فائدة من الدستور ولا من المجالس النيابية ولا من الحكومة . وما العزة والسطوة والعلم والجاه الا للامم الغنية المستغنية عن غيرها وما الذل والجهل والصغار الا للامم الفقيرة المحتاجة الى غيرها

الملك امنمحت الثالث

عُرض بالامس في البلاد الانكليزية تمثال صغير كالبرتقالة يمثل رأس الملك امنمحت الثالث من الدولة الثانية عشرة المصرية وهو من حجر السج الصلب الشبيه بالزجاج الاسود فتبارى محبو الفنون وجامعو العاديات المصرية في المزايدة حتى بلغ الثمن الذي بيع به عشرة آلاف جنيه

صنع هذا التمثال نحات مصري منذ اكثر من اربعة آلاف وخمسماية سنة وصنع هو او غيره تماثيل اخرى لهذا الملك بين كبير وصغير بعضها لا يزال في القطر المصري في دار التحف المصرية وبعضها نقل الى متاحف اوربا . ومن ذلك تمثال مثل هذا كان في عاصمة روسيا ولعله لا يزال فيها ان لم يكن هو الذي بيع حديثاً في مدينة لندن

الدولة الثانية عشرة من الدول المصرية معروف تاريخها مما ابقت من آثارها اكثر مما يعرف تاريخ اية دولة مصرية اخرى قبل عهد البطالسة . حكمت نحو ٢٤٠ سنة وكانت نهاية حكمها سنة ٢٥٦٥ قبل المسيح على اختلاف بين علماء

الآثار المصرية سببهُ الاختلاف في المدة التي قضاها ملوك الرعاة (الهكسوس) في هذا القطر. وملوك هذه الدولة الثانية عشرة قلال ثمانية فقط في الراجح احدهم استرسن الاول حكم ٤٥ سنة وامنمحت الثالث الذي كلامنا فيهِ حكم ٤٤ سنة. وكانت مصر قد تخلصت من مشاكلها الخارجية والداخلية في عهد اسلافهِ فاستتبَّ لهُ الملك ووجه همتهُ الى ما يعود عليهِ وعلى بلادهِ بالفخر فارتقت الصناعة في عهدهِ كما يظهر من اتقان تماثيلهِ على صلابة حجارتها ومنها هذا التمثال ويظهر ايضاً من التفنن في صوغ القلائد التي صيغت لهُ كالقلادة المرسومة هنا وقد وجدت في دهشور وهي الآن في المتحف المصري. وعاد في عهدهِ الاتقان الى صناعة البناء بعد ما بلغ مداهُ الاسمى في عهد الدولة الرابعة التي بنى احد ملوكها الهرم الاكبر فان امنمحت هذا بنى لهُ هرماً كبيراً عند مدخل الفيوم كساهُ بحجارة كبيرة قطعها من طرة وبنى الى جانبهِ التيه (اللبرنث) الذي عدَّهُ من عجائب الدنيا وجعلهُ هيكلاً لكل الآلهة ودوراً لمجتمع الكهنة وتلامذتهم. قال هيرودوتس في وصفهِ «اني رأيتهُ فوجدتهُ أعظم من ان يوصف فان كل مباني اليونان واعمالهم العمومية لا يوازي مجموعها هذا التيه فيما انفق عليهِ وما اقتضاهُ من العمل. هيكل افسس وهيكل ساموس يستحقان الذكر والاهرام تفوق الوصف وكل هرم منها يعادل الكثير من المباني اليونانية ولكن هذا التيه يفوق الاهرام». ولكن هذا التيه الذي كان يفوق الاهرام عظمة بشهادة شيخ المؤرخين عفى اثرهُ الآن حتى لقد اختلف الباحثون في المكان الذي كان قائماً فيهِ

والهرم الذي بناهُ ليكون مدفناً لهُ نزعت كسوتهُ ولم تظهر عجائب الصناعة البادية فيهِ الا حيثما تمكن الاستاذ بتري من الوصول الى جوفهِ فوجد فيهِ من آيات الصناعة ما يعجز عن وصفهِ قلم البليغ. فالغرفة التي وضعت فيهِ تابوت الميت قطعة واحدة من المرمر الاصفر الزجاجي طولها ٢٢ قدماً وعرضها ٨ اقدام وسمك جدرانها قدمان وثقلها نحو ١١٠ اطنان وسقفها ثلاثة حجارة من المرمر ثقل كلٍّ منها نحو ٤٥ طناً.

ولكن اعظم اعمال هذا الملك واتقنها انهُ اقام في الفيوم سداً كبيراً طولهُ نحو عشرين ميلاً فاستحيا بهِ نحو عشرين الف فدان من اجود الاراضي الزراعية. وسنأتي على تفصيل ذلك في الاجزاء التالية

الطعام والطريقة المثلى التي يجب ان تنظف بموجبها لها اهمية عظيمة واذا لم تُتَّبع فقد ينتج عن اهمالها ضرر كبير بدلا من المنفعة المقصودة

ان كنس ارض الغرف وهي جافة وقبل رشها ومسح الاثاث بقطعة قماش جافة شديد الخطر على الصحة . لانهُ بهذا الكنس يتطاير الغبار بما فيهِ من الجراثيم في الهواء الذي تستنشقونهُ فيلوثهُ ثم يرسب ثانية على الارض والاثاث والادوات التي سمحتمرها او على الطعام الذي تأكلونهُ فتنشأ عن ذلك العدوى

فالغسل بالماء والمسح بخرق مبلولة بالماء (او الاحسن بمحلول مطهر) مع الفرك لازالة الاوساخ الجامدة هي الطرق المفيدة الواجب اتباعها . ويجب القاء الزبالة والكناسة في صناديق فيها ماء قبل نقلها الى عربة الكناسة لمنع تطاير الغبار منها اثناء نقلها

(٢) لا يجوز البصق على الارض بل من النوافذ . والاحسن وضع مباصق في محلات العمل والمنازل

(٣) يجب تهوية كل الغرف يومياً وفتح الشبابيك لدخول اشعة الشمس وحرارتها

(٤) لاحظوا نظافة الجسم والثياب والاثاث وادوات الطعام والادوات التي تتناولها الايدي واعتنوا خصوصاً بنظافة الايدي واغسلوها مراراً وتكراراً

(٥) اجتنبوا عادة وضع الانامل في الانف او الفم

(٦) لا تناموا في غرفة شبابيكها مقفلة وكلما زاد عدد النائمين فيها وجب زيادة التهوية . واختاروا للنوم اكثر الغرف تعرضاً لاشعة الشمس والتهوية

(٧) لا تأكلوا اللحم الا مطبوخاً والاصح طبخه شرائح غير سميكة او قطعاً صغيرة لان الحرارة التي تصل الى داخل قطعة سميكة اثناء الطبخ لا تكفي لقتل مكروب السل . ولا تشربوا اللبن الحليب الا بعد تسخينهِ بدرجة ٨٠ س الى ٨٥ على الاقل مدة خمس دقائق . خوفاً من ان يكون من حيوان مصاب بالسل . وكونوا شديدي الحرص على الماء الذي تشربونهُ فانهُ يجب ان يرشح قبل شربهِ ثم يوضع في اناء مغطى . كذلك يجب تغطية كل سواد الطعام لئلا يقع عليها الذباب ناقل العدوى او الغبار الملوث فيلوثها

(٨) ضعوا دراهمكم والاوراق المالية في محفظة ولا تضعوها في جيوبكم

كما هي تلافاً تعرّض الجيوب لما فيها من الميكروبات

(٩) لاحظوا انيمية المتغذية البعيدة عن كل افراط وليكن غذاؤكم من النوع الذي يكفل حسن التغذية ولا يحدث اضطراباً في المعدة . وناموا المدة الكافية في مواعيد منتظمة

(١٠) اياكم والادمان من الاشربة الروحية فالادمان يضعف البنية ويعرضها لامراض عديدة خصوصاً السل الرئوي

(١١) لاحظوا انتظام الامعاء فالامساك والاسهال مضران

(١٢) لا تهملوا نظافة اسنانكم وافواهكم وانوفكم

(١٣) اجتنبوا الاجهاد الجسماني والقلق الفكري المستمر

(١٤) عليكم بتخصيص بضع ساعات يومياً للرياضة البدنية خارج الابواب والتنزه في الهواء النقي المطلق

(١٥) لا تكنوا منزلاً قبل تطهيره ورشه (طرشه) بالجير او دهنه بالبويه ويجب اعادة رشه مرة كل سنة مدة اقامتكم فيه

(١٦) يجب استعمال الوسائط المعلومة لقتل الذباب والحشرات من المنازل ومحال العمل

(١٧) لا تقبلوا خادماً في منازلكم ولا عاملاً في محل عملكم قبل ان يفحصه طبيب ويثبت انهُ غير مصاب بمرض معدٍ وتذكروا ان من كان سليماً اليوم قد يعتريه المرض بعد وقت قصير ولذلك يجب انتداب طبيب لاعادة فحص الخدم مرتين في العام على الاقل

(١٨) لا تستعملوا منشفة يستعملها الغير وامّا في الاندية والمحلات العمومية فاحسن ما يمكن استعمالهُ هو مناشف صغيرة الحجم ترمى بعد كل مرة تستعمل فيها

(١٩) اجتنبوا المحلات المزدحمة اذا لم تكن وسائل تهويتها مستوفاة او اذا كانت الوسائل الصحية لم تراعَ فيها حسب الاصول

(٢٠) وبالاختصار تجنبوا كل ما من شأنهِ ان يعرضكم للمرض او يضعف اجسامكم وينهكها تلافياً بهاجمكم المرض واجسامكم غير قادرة على مقاومتهِ . وبادروا الى استشارة الطبيب عندما تشعرون بانحراف الصحة

الدكتور
وديع برباري