

## بَابُ شُؤْنِ الْمَرْأَةِ وَتَدْيِيرِ الْمَنْزِلِ

قد فتحنا هذه الباب لكي نخرج فيه كل ما يهم المرأة وأهل البيت من حيث  
من تربية الأولاد وتدير الصحة والطعام والناس والتراب والممكن والزينة  
وسير شهرات النساء ونهضتهن ونحو ذلك مما يسود بالفتح على كل طائفة

### اهدائيت المقتطف الصحية

للدكتور نخاعيري

#### الفاكهة المحففة وقيمها الغذائية

تأكل أنواع هذه الفاكهة المحففة كالزبيب (العنب المحفف) والبرقوق والتين والخوخ  
والشمس والبنّاج والكزى وغيرها ونكثر منها ولا ندوي تماماً مقدار ما لها من فائدة  
غذائية سوى أنها لذيذة الطعم حلوة المذاق والواقع أنها من أحسن مصادر القوة السريعة  
للجسم لاحتوائها على سكر خفيف لا يحتاج في تمثله إلى أن يسري عليه نظام عملية الهضم  
كأثر الأظمة بل يتصل بالدم مباشرة بفضل الامتصاص . ولوجود هذا السكر شأن خطير  
لان الجسم يعتمد على اخذ قوته من الأظمة التي يتناولها ويدخل في معظمها السكر . عل  
ان سكر المائدة مزدوج التركيب بخلاف سكر الفاكهة المحففة . فان العصير المعدى الحامض  
يتناوله بالتجزئة ويحوّله إلى النوع الخفيف لكي يسهل امتصاصه واتصاله بالدم وتحتصر  
مصادر هذه القوى في الزبيب (اي العنب المحفف) فيوجد فيه ٣٥ في المائة من السكر  
و ٥٦ في التين و ٥٧ في الشمس و ٤٧ في الكزى و ٣٩ في البرقوق و ٣٩ في الخوخ  
او الدراقن . وفضلاً عن هذه القوى التي يستمدّها الجسم من الفاكهة يحتاج ايضاً إلى  
المعادن للاحتفاظ بنشاطه الطبيعي كالحديد لتغذية النظام وانقصور لتغذية الدماغ والاعصاب  
والانسجة والحديد لتغذية الدم وهذه المعادن كلها موجودة في مختلف انواع الفاكهة  
المحففة مع المغنيزيوم والبوتاسا والصوديوم (معدن النطرون : شرف) والكور والكبريت وحتى

بم للمهوجولون قوامه يجب ان يصحب الحديد الذي يدخل في بنائه مقدار ضئيل من النحاس. وهكذا يقول الدكتور الفجون lifejhop ومصادر النحاس في الاطعمة عديدة ولكن الدكتور المشار اليه آتفاً يضع الفاكهة المحمفة في المنزل الرابعة والفاكهة الطازجة في المنزل الثانية عشرة. والحبوب في المنزل الثالثة ولكنها تفقد بطبخها جانباً كبيراً من نحاسها. وعليه فيضع الفاكهة المحمفة في المنزل الثالثة لانها لا تفقد بتجفيفها شيئاً من ذلك المدن الموجود فيها. ومقادير المادن وان تكن ضئيلة فيها فتشبهها في الجسم سهل وارتفاعه منها غير قليل. فالصوديوم والحير والمغنيوم والبوتاس تفاعلها قوي بخلاف مادن انفسور والكور والكبريت فان تفاعلها حمضي. وترجيح هذه الطاقة في تفاعلها على تلك تدل عليها حالة الجسم. فاذا انحطت قواه عن مستواها تكون الطاقة الحمضية هي السائدة على القلوية اي ان ما تفرزه بعض الاعضاء في الحالة العادية قلوتاً بتغير تفاعلها لاسباب طارئة فيصير حمضياً وعند ذلك تبدو على الجسم اعراض التوعك والمرض. واذا كان هذا التفاعل الحمضي قليلاً ظهرت اعراض الزكام. وفي احوال تبدو عليها اعراض حموضة الدم. وقد ثبت ان الزبيب اكثر انواع الفاكهة قلوية فانه يحتوي على ٢٣.٦٨ من الجزء في كل مئة غرام والموز على ٥.٥٦ واليسون على ٤.٥٥ والبرتقال على ٥.٦١ ماعدا الخوخ ففيه مادة تساعد على تكوين حمض الميبوريك وهذا مما يجعل البول حمضي التفاعل. وقد اشار روبنس Robbns وهويل Whipple في مطالبتها لحالات مصابة بقصر الدم ان لفاكهة المحمفة كالخوخ والدراق والتفاح والزبيب أثر كبيراً في تجديد المهوجولون بملو على ما لسا انما كل من الاثر. وألياف هذه الفاكهة وان تكن لا تحتوي على مادة غذائية فلها تنشيط الحركة المعوية على اتمام وظيفتها بل تكون اكبر مساعدة لها في دفع فضلات الطعام من الجسم فهي من هذه الوجهة تعتبر كدرجة يدرج عليها ما يتخلف في الجسم من فضلات الطعام. ولبزود التين وقشرة الخوخ او الدراق اثر خاص في القبض احتريناه بأنفسنا فاذا كان بك قبض وما عداه عادي فلا تسرع الى اخذ المسهل بل كل قدرأ من التين المحمف في المساء فينك بغمته عن المسهل. وفي هذه الانواع من الفاكهة دهن وروتين ولكن بمقادير صغيرة جداً لا تأثير لها وأقوا اهمية لتجسم بالنسبة لاهمية سكر الفاكهة والمعادن. وثبت ان في الخوخ فيتامين (A) وفي الزبيب والخوخ والتفاح فيتامين (B) وفي التفاح والخوخ فيتامين (C) فتري ان هذه الفاكهة المحمفة تساعد دية البيت على الاتضاع بتزايا انواع الفيتامينات جيماً عدا مزايها الاخرى

## لقاح رامون ومرض الدفتيريا

إذا كان هذا اللقاح مانعاً لداء الدفتيريا حقاً كما يدعون فاي حائل يحول دون تعميده والانتفاع بميزته وقد وهبته مصلحة الصحة لمن يزرع عليه ثمه بعد أن وثقت من صحته ما نسب إليه من مزايا في دفع غائلة داء بجنيف اسمه الوالدين ويخلق فعله بالاطباء على الأطفال وانت سترى فيما يلي أنه جدير بتأييد مصلحة الصحة وتمضيد العلماء وحظيق بنشر المطبوعة في كل مكان فإنه دواء يتحول بعد انتشاره في الجسم واستقراره فيه الى سلاح دافع لمرض يقض ذكره مضاحج الأمر في مصر وبساورها الحرف والرعب والقلق على حياة صير من افرادها قد شك على حين نجاة الماء في الحلق وصعوبة في ازدراد الاكل وشرب الماء . ومن ام الشروط المتبعة في استعماله ان لا يحقن به طفل لم يتم السنة الاولى من عمره لانه في الاشهر الاولى من حياته غير قابل لتعدوى بالمرض ولا للعيانة منه . وانه يجب حقن جميع الاطفال بعد تلك السن . وكذلك الاولاد الذين في دور المراهقة والمقيسون في الاماكن الموبوءة وبالبلغون الممرضون بحكم اعمالهم للتعدوى كالممرضات والاطباء والاسيا الذين يستدل من غصم على استعدادهم للمرض . ولكي يحصل الجسم على الماعة الكاملة يحقن ثلاث مرات ، فالحقنة الاولى مقدارها نصف سنتمتر مكعب والثانية تعطى بعد مضي ٢١ يوماً على الاولى وقدرها سنتمتر واحد مكعب والثالثة يكون يعاها بعد خمسة عشر يوماً للحقنة الثانية وقدرها سنتمتر واحد ونصف مكعب . وقد دلت التجارب على ان ٩٨ في المائة من الذين حقنوا به ثلاث مرات قد حصلوا على الماعة الإيجابية واتان شك في مناعتهم او لم يحصلوا على الماعة . واذا انقطع بعضهم لاسباب عن اخذ الحقنة الثانية او الثالثة مدة تزيد عن الوقت المقرر لها بكثير او قليل فليس ثمة من باعث يدعو الى اعادة الحقنة الاولى من جديد بل يتأق باعطائه الحقنة التي توقف عندها

## التفاعل

وقد ظهر على ١٠ في المائة من المحقونين تفاعل اللقاح بعد يوم او يومين للحقنة الاولى او الثانية وقد يكون موضعياً فيدل عليه احمرار وورم في مكان التلقيح . وعموماً فيشعر المريض بتوعك واحطاط من نشاطه وحرارة تراوح بين ٣٨ و٣٩ وليس في كليهما خطراً . ويطلب ظهور التفاعل على الاولاد والبالغين ويشتر ظهوره على الاطفال والبالغين انهما كلما كان الطفل حديث السن قل ظهور التفاعل عليه ولا تتمك أعراضه أكثر من ٤٨ ساعة وفي جميع الاحوال الافضل ان يبقى الطفل في البيت يومين بعد الحقنة اذا لم يظهر عليه التفاعل وفي حال ظهوره يبقى يومين بعد زوال أعراضه

## الاحوال الملائمة للتلقيح

في حال كون الطفل مريضاً وحرارة جسمه مرتفعة ولو نصف درجة عن الطبيعة ، او كان على سطح جلده طفح او بثور فالأفضل ان لا يحمّن بلفاح رامون حتى تزول الاعراض المرضية البادية عليه وتمود اليه بحة وبهجهته. وليس هذا اللفاح مصلاً ولم يدخل في تركيبه مصل ولذلك لا مانع من اعطائه لمن كان قد حقن بمصل ضد الدفتيريا للتداوي او للوقاية القصيرة الامد . كما وانهُ لا يجوز دون استعمال اي مصل بعده

## تأثيره في التاعة

ويبتدىء تأثيره في التاعة بعد الحقنة الاولى بخمسة عشر يوماً ويشترط هذا التأثير في الزيادة حتى الحقنة الاخيرة فيبلغ اشده بعدها في اسبوعين وعلى ذلك فالمناعة تستكمل شروطها بعد الحقنة الثالثة بخمسة عشر يوماً او في سنة اسابيع من تاريخ الحقنة الاولى وكل تعويل ينبت عليه في صيانة الجسم من المرض قبل ذلك الوقت خطأ، وكذلك في حال نشور الداء بين جماعة لا يفيد هذا اللفاح ولا ينبغي استعماله بحال وافضل منه وتقتد المصل المضاد يعطى منه للوقاية بمقدار الف ووحدة لتبر المريض ومدى هذه الوقاية اربعة اسابيع. واما المريض فينالج به بحسب وطأة الداء كما يأتي وصفه فيما يلي . وليس من الممقول ان نجد ميكروب الدفتيريا في كل حالات التهاب الخنجر او البلوم او اللوزتين او التهاب غشاء مع ظهور الغشاء على سطوحها جميعاً . ولكن من الممقول وفي مصلحة المريض ولا سيما اذا كان طفلاً ان لا يجرى كل غشاء ظهر على تلك الاعضاء ميكروبات دفتيريا اي متسبباً عن ميكروب ذلك المرض الخفيف وينادر في الحال الى حقن المريض بالمصل المضاد بمقدار يناسب شدة الالتهاب وامتداد الغشاء. ولا يكون هذا المقدار اقل من ثمانية آلاف وحدة في حال لو كان الغشاء رقيقاً او مشكوكاً فيه. اما في حالة الترحيح انه غشاء دفتيري فيجب ان يكون المقدار عشرين الف وحدة على اقل تقدير وهذه الاجراءات الاولى لا خوف من العمل بها ولا ضرر ينشأ عنها حتى ولو جاء بحث المصل تافياً لوجود ميكروب المرض بل بالعكس تكون في جميع الحالات لخير المريض وسلاحاً ماضياً للدفاع عن كيانه. اما اذا جاء بحث المصل مثبتاً لوجود الميكروب فالقادير التي يحمّن بها المريض عندئذ تتوقف على وطأة الداء لا على سن المريض. فالسن في معالجة هذا المرض لا محل له من الاعتبار واما الداء وشدة وطأته على الجسم هو الذي يعتبر بحق خصماً عنيف البأس يجب محاربهه والتغلب عليه ولا سبيل لاختضاعه الا بالمصل المضاد له وكل طبيب يتقدم اليه مريض بالتهاب الخنجر مع وجود غشاء على سطوح بعض اجزائها عليه ان يضع امام عينه ذلك الحصم ويسرع الى معالجته بذلك السلاح الوحيد الذي يضمن له العلاج

في شفاء المريض واتقائه من الموت . ومن يتردد في حقن المريض أو ينتظر نتيجة بحث المعمل يجعل حفظ مريضه من الحياة والشفاء مما به مطلقاً بالهواء وقد بلغ مقدار ما اخذته حالة قرية العهد من المعمل وتم لها الشفاء ٤٢ الف وحدة وحالة ثانية اصغر من تلك سناً احتاجت لتطلب على المرض وازالة كل اثر للشفاء الى الفين ومائة الف وحدة والشواهد على اهل سن المريض في نظام المعالجة اكثر من ان تحصى . ومن حشرات العنكبوت وفضل العلماء ظهور لقاح رامون واقياً من هذا المرض المريع ودافعاً غوائبه عن الاطفال وغير الاطفال فالإقبال عليه والاتقاع به خير ما يفعله الوالدون والمربون في الملاهي والمدارس وانه بالحق امضى سلاح لمحاربة اشد الامراض خطراً والقتضاء عليه ومحو اثره

### المعالجة بنور الشمس

التى السر هنري جوفن Gauvain وهو اول من ادخل هذا النوع من المعالجة لاداء السل الجراحي في بريطانيا عاضرة في مؤتمر الجمع الملكي للصحة السموية قال فيها « يرتاب البعض في فائدة المعالجة بضوء الشمس في بريطانيا لندرة يوم صحو كامل في جوها الذي لا يخلو قط من تلبده بالضباب والنيوم ولذلك يفضلون البلاد المشمسة عليها ولكن قائم ان الامر لا يكون دائماً كما يزعمون . فهذه سويسرا وهي تفضل على سائر البلدان الاوربية لهذه المعالجة تجدها مرتماً خصباً لاداء السل الذي بلغ من شدة انتشاره فيها ما ارغم الحكومة على اثناء مصحات خصومية لطلبة الجامعات وينصح الاطباء المرضى بالامتنع في بلاد اخرى اقل تعرضاً لنور الشمس . مثل سويسرا مصر والهند فقد استفحل مرض الدرن فيهما مع ما هو معروف عن صفاء جوها وشدته حرارته . وشفاء كل انواع السل بالمعالجة الشمسية متعذر لان هذه المعالجة افضل ما تكون نتيجةها في مناطق البلاد المعتدلة الاقليم والمعتدلة الجو لا في بلدان المناطق الحارة . ويختلف الاشخاص في نسبة تأثرهم بنور الشمس كما يختلف تأثر الشخص نفسه في خلال اليوم والفصول . واكثر ما يكون هذا التأثير ظهوراً في الحيوان والنبات في اواخر الربيع واولائل الصيف ويقبل كلما تقدمنا في الصيف حيث زداد فيه قوة الشمس كثيراً ويطن اتقاعنا من ضوئها . لهذا السبب تتقدم صحة المريض في الارياض في اوائل الصيف ثم لا يلبث ان يتوقف ذلك التقدم عندما تشتد حرارة الشمس عليه ويظل تأثره بها . وحتى نحفظ له قوة الاتقاع بحرارة الشمس نشير عليه بالاتقال الى الشواطىء البحرية او الى الاماكن القريبة من المياه حيث تلتطف حرارة الشمس بنسيم الجو الليل وهذا الاتقال كثيراً ما يفيد في اعادة نظام الهضم الى

المريض ويشعر كأنه استعاد صحته كاملة. وفائدة هذه المعالجة تتوقف على المؤثرات والموامل مثل الهواء النقي أو الهواء المنطفي بماء البحر فضلاً عن التغذية على الفواصد الصحية الأخرى وهناك أيضاً الاختلاف اليومي في نسبة التأثير بنور الشمس، ففضوها في الصباح أكثر فائدة منه في الظهيرة وسبب هذا فائدته إلى أن التأثير بالتور أكثر ما يكون بعد الظلام. فالانتقال من الظلام إلى التور من شأنه أن ينبه ما في الجسم من استعداد للانتفاع من التور وعليه فالظلام أذن ضروري كالتور لهذه المعالجة والتعرض المستمر لنور الشمس في الصيف أقل فائدة وأبطأ فضلاً عن التعرض للنور تارة وللظل أخرى أو للحرارة ثم للبرد أو للهواء الجاف ثم للهواء الرطب. ولنزول المطر مدة أسبوع في الصيف أثر كبير في زيادة الفائدة من هذه المعالجة وبما تقدم يتضح لنا أن طقس أنكلترا المتقلب كثير الملاءمة لأجراء عملية المعالجة بالشمس. فالشاب القوي النشط الذي تلوحه الشمس بسرعة يزداد نشاطه وقوته بالتعرض لتور الشمس الساطع بخلاف الضعيف الجسم الحامل القوي فإنه قد يصاب من هذا التعرض بأمراض يتندر شفاؤه منها.

لذلك يمكن القول إن هذه المعالجة توافق الانكلتزية عامة ما دام جو بلادهم ملائماً لها لأن الانكلتزي يعادل غيره من الشعوب الأخرى سلامة بنية وصحة جسمه إن لم يفقه ولو لم تكن هذا حالته لما أمكننا هذا القول. وتقدم صحة المريض تتوقف على درجة استعداده للتأثر من نور الشمس لا على درجة استفحال علة أو نوعها وسرعة تطورها. فالاطفال والطاعنون في العمر والذين اشتدت عليهم وطأة المرض ليس من مصلحتهم أن يتعاملوا بتور الشمس لشدة ضعفهم وعدم استعدادهم لفائدتها.

### صيانة اللبن في ميلانو وعندنا

بعد أن جرت التجارب العديدة في صيانة اللبن من الجراثيم المرضية ودرس مختلف الطرق التي توصلهم إلى تحقيق غرضهم الشريف في دفع الأمراض عن الأطفال وغير الأطفال الذين يتغذون باللبن ويستمدون عليه في تنمية عودهم استقر الرأي على إنشاء مستودع عام في ميلانو (إيطاليا) وفلائم لهم ما أرادوه وقرروه وبدأوا بحلب الألبان إليه وحفظها فيه وتقسيمها قبل توزيعها على الناس وقد ابتدأ في توزيع ثمانين ألف لتر من اللبن في اليوم وبعد مدة قصيرة بلغ توزيعه مائتين وعشرين ألف لتر. واللبن يجمونه من الضواحي والأرياف على إبعاد لا تتجاوز ١٨ كيلو متراً وكل زريبة من الأبقار يجب أن تكون مجهزة بأحدث الوسائل العلمية لحفظ اللبن سليماً من التلوث بالجراثيم كالبردات وسواها ومع ذلك فلا يقبل المستودع أي مقدار من اللبن قبل أن يجري فحصه ويتثبت من محتوياته ومقدار

كثافته اللعنية ومن التغيرات التي تحدث عادة فيه سواء اكانت ناشئة عن وداة غذاء الحيوانات ام عن تطورات في حياتها الجنسية . وبعد قبوله بوزن وبرشح للمرة الاولى من الاجسام النرية التي يحتمل سقوطها فيه وقبل غليانه يوضع في المردات بحرارة ٣٠° ستقراد وهذه الحرارة تمنع توليد الجراثيم فيه وبمدغليانه بحرارة ٤٠° ستقراد برشح للمرة الثانية ويقف بطريقة باستور بحرارة ٦٣° ستقراد وهذه الحرارة كافية باادة جميع الميكروبات المرضية بدون ان تحدث تغييراً في عناصره العضوية وثم يبرد تدريجياً في ثلاثة ادوار وبهذه الطريقة وفر المستودع ٥٠ بالمئة من تكاليف التودالت التي كانت تدفعها مدينة ميلانو او نحو مائتي الف ليرا ايطالية فضلاً عما في عمله من دفع توادى الامراض عن الاطفال والمرضى . وبوزع اللبن بزجاجة مغلقة وعليها طابع المستودع والتاريخ كما تفعل مدرسة الزراعة في الجزيرة وقد سبق ان كتبت في هذا الموضوع وقرأت لخصرات الافضل زملاء الشيء الكثير عنهُ وآخر ما قرأته انه اهتمام الحكومة بدرس مشروع صيانة اللبن من الاقذار والميكروبات وبعد ان وقفت على طريقة ميلانو رأيت ان الفت نظر ولاة الامور اليها عليهم يحدون الصالة المشودة وأني على يقين من فائدة انشاء المستودع ومن جلب الابان التي تستهلك في القاهرة من الضواحي وهو يتولى تعقيمها وتوزيعها على الناس وليس من طريقة افضل لصيانة اللبن منها ، ولما لانجاري القوم ومنتدي بهم . وان الحكومة اني تنهض بهذا المشروع وتنشئ في القاهرة مستودعاً او أكثر وتقيم نفسها شارية لكافة الابان فتجلبها اليه وباتمة فتوزعها منه على الناس بعد تعقيمها وليس هذا فقط بل تضع تشريعاً يحفظ لها عند باعة اللبن حقها في الاتيلاء على البانهم باتمان مشدلة ومحرم عليهم في الوقت ذاته عرض هذا الاتاج على سواها . وان تصادر الابان التي ترض للاستهلاك لانكون صادرة عن المستودع العام وليس عليها طابعه فضلاً عن مقاضاة من يخالف هذا التشريع ويخرج عليه . اتول ان الحكومة التي تخرج لنا هذا المشروع الى عالم الوجود تنقش لها في تاريخ مصر فضلاً يبتش على النمر ذكره ويستمر اثره بادياً في صحة الاطفال مدى الاحيال . وأنت تلم ان نسبة الوفيات بمصر اكبر منها في جميع بلاد العالم معدا الهند والصين . وان اسبابها اوسطم اسبابها اللبن وما يحمله من الجراثيم المرضية فاذا قامت مصر وجدير بها ان تقوم وانشأت كما انشأت حكومة ميلانو مستودعاً يجمع فيه كافة الابان التي تستهلك في القاهرة وراقبت توزيعها على الناس كما يفعل التسج الآن سواء بسواء دفعت ولا شك عن الاطفال غائلة الامراض المعدية وانقذت حياة كثيرين منهم ومهما عظمت تكاليف هذا المشروع المادية والادارية فلا تطلو على النتيجة المنتظرة منه

## فلسفة الأولاد العقلية

### الحركة الجديدة في الطفل

من أهم ما نلاحظه في الطفل وهو بين الثالثة والثالثة عشرة حركة دائمة لا عليها العضلات ولا تمتص منها الاعضاء يلعب وبعده ويقفز ويضحك فلا يكف عن الحركة ولا يخذل الى الكينة الا اذا اضطر الى ذلك . تراه جالساً هادئاً واذا هو يصرخ باعلى صوته ثم يعدو الى الحديقة لاحتماً فراشة زاهية الالوان مرت امام النافذة . او ينظر زهرة جميلة على المائدة في الرعدة فيقترب منها ويأخذها يلعب بها حتى تزدوي بين يديه ذلك لانه عرضة لاقلابات تقية لا سلطة لارادته عليها فلا يستطيع ان يجعل تلك الاعمال رهن اوامر عقله . وكثيراً ما يقضب المتقدمون في السن من حركة الصغار الدائمة فيعاقبونهم عقاباً شديداً ولسان حالهم يقول اهدأ ! اسكن ! ماهذه الحركة ! وهم لودرسوا فلسفة نمو الولد في الجسد والعقل والاخلاق لرأوا ان القوة المبدعة لم توجد تلك الحركة عبثاً بل لوجودها اسباب طبيعية وعليها ترتب نتائج وفوائد لها اكبر اثر في نمو الولد وتنويعه الجسدي والعقلي

### الاسباب

- ١ — قوة الحياة — اذا لم يجد البخار المتجمع المحبوس في المرجل منفذاً يخرج منه ليحرك الآلات او ينتشر في الفضاء تكاثف قليلاً قليلاً واشتد ضغطه ليجدر ان المرجل وانفجاراً هائلاً ينجم عنه هلاك كثيرين من الناس وخسارة مقدار كبير من البضائع والأموال وقوة الحياة المودعة كل عضلة من عضلات الولد وكل خلية من خلايا جسده لا تختلف عن البخار في عشيها على هذا الناموس الطيمي . بل هي في قوتها تفوق قوة الماء والهواء والبخار والكهربائية . فنسب من يقول للولد « اسكن ! اهدأ ! » مثل الربان الذي يوقد النار تحت المرجل ولا يترك للبخار منفذاً . تلك هي سنن الطبيعة ولا قبل لنا بمقاومتها
- ٢ — تركيب الجهاز العصبي — يتنقط الولد كل ما يرى ولو كان ناراً مبرقة ويلعب بكل شيء يلسه ولو كان اقمى سامة حواسه تحرك عضلاته وكل ما يؤثر في حواسه الحس يدفعه الى الحركة فهي مختلف نوعها ومقدارها وسبب ذلك تركيب جهازه العصبي

الاسلاك العصبية على ثلاثة أنواع — اعصاب الحس واعصاب الايمان واعصاب الحركة . فذا رأى الولد تقاحة جملة اتقل لشعور بوجودها على اعصاب الحس التي تتأثر بوجود النور الى الدماغ فالى المركز المتسلط فيه على حركة اليد ومن هذا الاخير تنتقل الرسالة العصبية الى اعصاب الحركة تسير الى عضلات اليد فيسدها ليأخذ التقاحة . هذا اذا لم يمنع عن اخذها بدافع آخر مثل تشبه سابق بل لا يمد يده الى شيء لا يخصه . وكل ما يؤثر في حواسه يجري هذا المجرى اي انه يتحول الى حركة تختلف باختلاف المؤثر الخارجي . ولا فرق بين الرجل الكبير والولد الصغير . انما سبب الاختلاف الظاهر هو هذا : يستطيع الرجل المدرك ان يتوقف عن القيام بعمل بعلم عاقبه لانه عرف بالاختيار ان نتيجة هذا العمل حسنة ونتيجة العمل الاخر فيسيحة . اما الولد الصغير الذي لم يتسن له بعد ان يلو الحياة فلا يستطيع ان يحكم ولا يستطيع ان يتوقف عن اتيان بعض الافعال المستهجة لانه لا يعلم انها كذلك . فعمل من يربيه ان يبين له الصحيح من الفاسد والصالح من الطالح

٣ — غرائزه — من العوامل التي تدفع الولد للحركة هي الغرائز او الاميال الفطرية التي يرثها من اسلافه مع ما يرثه من القوى الحيوية فهو يعرف كيف يرضع حين ولادته ويخاف من الظلام فيبكي ويوضع الطعام في فيه فيأكله وهلم جرا . تلك هي الاعمال التي ياتيا لان فيه باعثاً داخلياً او تركيباً خاصاً في جهازه الحيوي ورثه من اسلافه . لكن هذه الغرائز لا تظهر جميعها عند ولادة الطفل بل في اوقات معينة لان حياة الولد قبل ولادته وبسببها تاريخ موجز لنشوء الجنس البشري

٤ — ابتكاره — افكار الولد قوى محركة فهو لا يفرق مطلقاً بين مجرد الفكر وتنفيذه . حالاً يخطر على باله امر ما زراه قد ابرزه الى عالم الوجود لا يشبه عنه فان داخلي وذلك طبيعي فيه لان انتخاره ضئيل فلا يستطيع ان يعرف نتائج الامور قبل ان يلوها بنفسه او قبل ان يستلم عن حقيقتها من بعليه

### النتائج

١ — بالاكل المنفذي والتوم الكافي والتمرض للهواء التي واشعة الشمس المنعشة المطهرة البناءية يمو جسم الولد ولكن اذا اضطرد ان يبنى هادئاً ساكناً انصرف نموّه على زيادة في الحجم والوزن ولا يتعداه الى زيادة قوة عضلاته ومناعة جسمه . وما ذلك الا لان للاضلات عملاً هو الحركة ولا يستطيع ان يحافظ على قوتها ونشاطها الا بالتمرن الكافي .

فحركة الجسدية في الطفل تساعد على انماء قوة عضلاته وهذه القوة هي حصن صحتة الجسدية الذي يدفع عنه في المستقبل نائبات الامراض

٢ — ان نمو الجنين تاريخ مختصر للدوار التي مرت على الجنس البشري . كذلك حياته بعد الولادة تاريخ موجز لدوار لنشوء التي مرت فيها المدينة البشرية . فرى الطفل مشهاً لرجال العصور الاولى في ضعف قواء العقلية وتصور مداركهم عن فهم الامور التي تحسبها اليوم اوليات بسيطة . ونمو هذه المدارك بنمو جسمه ولكنه لا يقدر ان يفهم ما في الكتب من المعاني ولا يستطيع ان يستوعب الافكار البعدة التور اذا حاول مله ان يظلمه عليها ولو بأسلوب خال من الاصطلاحات . بل يخرج بنفسه الى العالم ككتشف صغير فكاشفة الطبيعة يعض أسرارها عن طريق حواسه الحس وليس له يعلم ولا استاذ سواها . كل حركة يأتها الولد في مختبر الطبيعة الواسع بمثابة عمل كيموي او تجربة في مختبر الفيلسوف الطبيعي . كل شيء يراه او يسمعه او يدوقه او يلمسه او يشه يترك في جهازه العصبي اثرأ . ولذلك حينما تعرض له امور تشبه الامور التي عرفها من قبل يتجنبها اذا كانت قد تركت اثرأ شيئاً في جهازه العصبي ويقبل عليها اذا كان اثرها الباقى صالحاً . وعلى هذا النمط تأخذ ابتكاره بالتكوين . ولا ابتكار قوي بحركة تدفع الى العمل وتكرار العمل الواحد مرأوا يفتش في عادة ومن مجموع عادات الانسان سواه كانت في تفكيره او في كلامه او في عمله تبنى اخلاقه التي عليها المتعمد في حياته

\*\*\*

نرى مما تقدم ان للحركة الجسدية ثلاث نتائج هي نمو الجسد ونمو المدارك ونمو الاخلاق ولكل منها اثر كبير في حياة الولد وتكوين شخصيته تلك الاسباب وهذه النتائج تجري على نواحيس طبيعية مقروء وعلى المرين ان يملك منهجاً واحداً في تربيته وهو تدريب الولد على استعمال قوائمه في السبل الصالحة . اما اذا حاول المرين ان يضغطها ليتمتع ظهورها على الاطلاق بدلاً من ان يحولها من المظاهر انضارة فقط ثارت وكانت نتيجة تلك الثورة ضلال نفس بشرية وهلاكها . واذا اعمل الاعتناء بهذه القوى ولم يصبها بكل ما هو ضروري وصالح لما تاهت في طرق الزيف والاعتساف والذريعة هي هي ضلال ! فهلاك !





