# باب شؤون المرأة
## وتدبير المنزل

نفتتح هذا الباب لكي يندرج فيه كل ما يهم المرأة واهل البيت معرفته من تربية الاولاد وتدبير الصحة والطعام واللباس والشراب والمسكن والزينة وسير شهوات النساء ونهضتهن ونحو ذلك مما يعود بالنفع على كل عائلة

## تعليم الاطفال (١)

من المشاهد المألوف ان الطفل ، إذا قص عليك خبراً — لجأ إلى تكرار الجمل كأنما يتثبت من معانيها في الفاظها المكررة ، فلتكتب له — وهو في هذه السن — محاكين اسلوبهُ الطبيعي في تكرار الجمل والالفاظ لتُثبِّتَ المعاني في ذهنه تثبيتاً ، ولتكرر له الجمل برشاقة لتُسهِّل عليه قراءتها ، فإن لكل مقام مقالاً

ومن المقرَّر ان الطفل — في هذه المرحلة — ملول يتهيَّب الكتاب ، فلنزع من نفسه هذا الملل ، ولنُحبِّبْ اليه الكتابَ ، بكل وسيلة ، فلنُبسِّط له الاسلوب تبسيطاً ونكثر له من الصور الجذابة الشائقة التي تسترعي انتباهه ، لنُشعِرَه ان الكتاب تحفةٌ تُهدى اليه اهداء ، وليس واجباً يكلف به تكليفاً . فان الطفل — إذا ساء ظنهُ بالكتاب صعب اجتذابهُ اليه بعد ذلك

وقد وفق اكثر من تصدّوا لتأليف كتب الاطفال توفيقاً عجيباً في تبغيض القراءة إلى نفوسهم ، وتنفيرهم من المطالعة ، فأصبحوا يمقتون الكتاب أشد المقت ويهربون من قراءته ، لان المؤلفين لم يراعوا سنَّ الطفل وميوله ورغباته ، ولم يترفقوا — أو هم على الحقيقة — لم يستطيعوا النزولَ إلى مستواهُ ومخاطبته باللغة التي يفهمها وترتاح اليها نفسه ومن الانصاف ان نقرر — بصراحة — أنهم لم يضعوا كتبهم على نسق خاص أو منهج بيّنٍ ، وأنهم في تأليفهم لم يتشبعوا بفكرة قيّمة تنتظم الكتاب وتؤلف بين اجزائه . لأنهم

(١) مقدمة كتاب « حكايات الاطفال » لمؤلفه كامل كيلاني . راجع باب مكتبة المقتطف

يتمون بتصيد موضوعات الكتاب — كيفما اتفق لهم أن يتصيدوها — فيخرج الكتاب خليطاً مضطرباً لا تؤلف بين اجزائه فكرة بعينها ، ولا يتناسب أسلوبهُ مع مدارك الاطفال

إن الطفل ميال — بطبعه — إلى الحكايات والقصص ، وهو — بفريزته — مفتون برؤية الصور الجذابة . فلنختر له منها ما يناسب سنه ، ويتفق مع ميوله ورغباته وتفكيره ، وقد حفزنا هذا الاعتبار الى تأليف « قصص للاطفال » بالامس ، كما حفزنا اليوم الى تأليف « حكايات للاطفال » . وقد كتبنا الاولى لكبار الاطفال ، والثانية لصغارهم . واقيت قصص الاطفال — من الاقبال والمثابة — ما شجعني على تأليف هذه الحكايات

***

اما الفكرة التي انتظمت هذه السلسلة « حكايات الاطفال » فهي « التكرار » ، يكثر في أولها ثم يقل — مع تقدُّم الطفل في القراءة — بالتدريج حتى يصل الى قراءة الاسلوب الموجز الذي لا تكرار فيه بلا مشقة او إعنات

وقد تدرجنا بالطفل في هذه السلسلة حتى يكون آخر جزء منها ممهداً لقراءة اول جزء من اجزاء السلسلة الاخرى « قصص الاطفال » ، وإنما عمدنا إلى التكرار عمداً ، بعد ان اقنعتنا التجارب العلمية ، أنهُ أصلح أسلوب يلائم الطفل الناشئ ويشجعهُ على القراءة

***

وذلك ان الطفل الناشئ لا يقرأ الكلمة إلا بمجهود كبير ، ولا يتم قراءة السطر إلا بشق الانفس ، فلنقتصد جهدنا في استعمال الالفاظ الجديدة ، ولنؤلف له من الالفاظ القليلة التي يقرؤها الكبير في بضعة اسطر عدة صفحات كاملة لندخل في روعه ان القراءة ليست صعبة كما يتوهم ، وليست شاقة مضنية ، كما ألفها في الكتب الأخرى ، بل هي سهلة ميسورة ، وهي — إلى سهولتها ويسرها — متعة شائقة . تملأ نفسه بهجة وانشراحاً ، وتبعث بشعر الطفل بثقة في نفسه إذ يرى أنهُ يقرأ صفحة كاملة بمجهود يسير ، فهو لن يتم قراءة السطر الأول حتى يسهل عليه قراءة السطر الثاني والثالث والرابع وهكذا ، لان الالفاظ لا تكاد تتغير في الجمل إلا بمقدار يسير

***

هذا هو المنهج الذي اخذنا به أنفسنا في تأليف هذا الكتاب وما يليه من الاجزاء . فان وفقنا في هذه الخطوة — ونرجو ان يكون ذلك — فقد ادينا بعض ما يجب علينا أداؤه لهذا الجيل الناشئ الذي نعلق عليه اكبر الآمال . . . .

# احاديث المقتطف الصحية

للدكتور شخاشيري

## الامراض العصبية

أود اليوم ان اوجه انظار القراء الى هذه الامراض التي تبدو بمختلف الصور والاشكال وتصيب جميع الناس اطفالاً وشباناً وكهولاً. ولا فارق لهاتين هؤلاء واولئك الا في تنوع الاماكن التي تحتلها من اجسامهم بميكروبها. والاعراض التي تظهر عليهم وفاقاً للجزء المصاب بسوئها. وانا انقل الى قراء المقتطف صورة شاملة لصورها ورأياً جامعاً لآراء اشهر العلماء في اسبابها وخطورة مضاعفاتها وطرق الوقاية منها. وقد يدل عليها في الاطفال ارتفاع الحرارة والتهاب اللوزتين او ورم في المفاصل مصحوب بالتهاب حاد والم مبرح. واحياناً تمر هذه الاعراض على فطنة الطبيب المعالج فلا يتنبه الى ما وراء ارتفاع الحرارة الفجائي في طفل من مرض مقبل. ولا الى ما وراء التهاب اللوزتين من سبب كامن فيبني علاجه على الاعراض البادية له. ويدل عليها في البالغين ورم حول المفاصل والتهاب فيها، والم في عضلات الفخذ. او الساق. او الذراع. او الكتف. او الظهر. ومع كون هذه الامراض غير معروفة باسبابها فهي مسؤولة عن تعطيل طائفة كبيرة من الناس عن اعمالهم. وانزال خسارة مادية فادحة على المجتمع الذي تركتهم عالة عليه. ولو اقتصر ضررها على هؤلاء وما تحدثهُ في المفاصل من تشويه وتيبس وتسببهُ من اجراء عمليات جراحية فيها. او ما تحدثهُ من التهاب الحنجرة واللوزتين ورفع في الحرارة والآلام في العضل. اقول لو اقتصر ضررها على ذلك فقط لهان امرها وصغر شرها. ولكنها تتعدى هذا كله وتزيد عليه الى ما هو ابعد منهُ خطراً واكثر ضرراً. ففي الولايات المتحدة يصاب بها في السنة نحو مائتي الف طفل وان اربعين في المائة منهم تتضاعف اصاباتهم بامراض القلب وعدد وفيات القلب كبير ومخيف. فلو صح علماء الصحة بدفع هذه الامراض او وفقوا الى مداواتها في بداءة ظهورها. لقللوا من امراض القلب ثمانين في المائة من حالاته المزمنة. ولعل تعجب بعد هذا البيان ان رأيت القوم جماعات وافراداً مهتمين جد الاهتمام بالامراض العصبية ونشر الدعاية الصحية للوقاية منها. واتخاذ الاحتياطات الدافعة لامراض القلب. ومن مضاعفات تلك الامراض مرض ( الرقص النجي او الحوريا شرف ). والغريب ان اسبابها لا تزال مجهولة ولكن لا شك ان العدوى بها تنتقل عن طريق الانف والحلق.

ومن الاجراءات الجاري عليها القوم في اوربا واميركا هي ان كل طفل يشكو ألماً في حلقه او التهاباً بالحنجرة او اللوزتين يحرص على بقائه في سريره بضعة ايام او الى ان يزول دور الالتهاب وتهبط الحرارة الى الدرجة العادية. وهذه الاجراءات تدفع عنهُ بلا ريب غائلة الحمى القصية ومضاعفاتها. ومما يجب ذكره ان من اصيب مرة بهذه الحمى يصح اشد استعداداً للاصابة بها مرة اخرى. ومعنى هذا اذا لم يكن تأثر قلبهُ في المرة الاولى تأثر ولا بدَّ في المرة الثانية على انهم وجدوا ان في استئصال اللوزتين صيانة لهُ من تكرار العدوى . وقد اتضح من تجارب عديدة ان منشأ مرض المفاصل المزمنة هو التهاب مزمن في جذور الاسنان لم يداوَ او مثله في الحوصلة المرارية سكت عنهُ او في الحلق او في بعض جيوب الانف او في اي مكان آخر في الجسم ترك ولم يعبأ بشأنه وان معظم هذه الاسقام والعلل كان في الامكان تجنبها وعدم تأتيها بالقضاء على مقوماتها. واهم شروط الوقاية منها هي المعيشة على نظام صحي والعناية بالملابس من حيث النظافة والملاءمة لفصول السنة . فقد يكون من اكبر اسباب هذه الامراض التي احدثنا عنها البرد والرطوبة وسوء في التغذية والمعيشة والتهوية واقلال في الرياضة والتعرض لضوء الشمس . فالاهتمام باصلاح هذه المسائل والاخذ بها اخف كلفة واقل مشقة من الاهتمام بما ينشأ عن اهمالها من مرض وعلة وما من احد الاَّ واختبر بنفسه متاعب الداء واحس بتكاليفه المزدوجة في الصحة والمال حتى ولو كان من اخف الادواء وطأة واقلها نفقة على الدواء والتمريض الذي هو الزكام. فهذا المرض البسيط في مظهره والرشيق في تنقلاته وزياراته قد يتحول الى اشد الامراض وطأة واكثرها خطراً على الحياة اذا أُهملت في مداواته او ترك من غير مداواة وبلا مبالاة . ووسائل الوقاية منهُ تكون على اكبر تقدير اقل من اصغر قيمة من تكاليف مداواته. وبحث الاسنان بالاشعة والعناية بسلامتها من التسوس وجذورها من الالتهابات وبحث اللثة والحلق وسائر اعضاء الجسم والتثبت من خلوها من التهاب او خراج ومداواة هذه العلل وشفاء الجسم منها يقضي على عدد غير قليل من حالات آورام المفاصل او يقضي عليها كلها. وعلى هذه النسبة تقل مضاعفات القلب وتنعدم اسباب وجود اولئك المساكين الذين يقعدهم المرض عن اعمالهم . هذا ايجاز في القول عن امراض لا تزال غامضة في كل شيء ما عدا الاعراض التي تنم عليها والغرض منهُ اثارة اهتمام القارىء بها كما يجب ولاسيما الام التي بيدها الناعمة قوة لا يستهان بها اذا اتجهت للدفاع والمقاومة ليس عن هذه الامراض فحسب بل عن كل مرض يهدد طفلها في حياته . نعم في استطاعة الام العاقلة ان تدفع عن ولدها شر هذه الامراض وتنقذه من مضاعفاتها الخطيرة وقد رأيت ان خطرها غير قليل.

في حال ما يشكو الطفل من الم في حلقه وترتفع حرارة جسمه ولو قليلا عن المعتاد يجب ابقاؤهُ في سريره الى ان تهبط الحرارة الى حدها الطبيعي ويزول ما يكون في الحلق وغير الحلق من ورم والتهاب

## عادات هندية

جاء في التقرير الذي قدمته لجنة سيمون عن الهند ان الاحصاء الاخير دل على ان عدد الرجال يزيد تسعة ملايين عن عدد النساء ومعظم هذه الزيادة آتية من سن العاشرة الى العشرين . وقد اخذ الوقت الذي تخرج المرأة فيه على عادات من شأنها القضاء على شخصيتها وانوثتها يظهر كعادة الزواج الباكر والانقطاع عن الناس والاعتكاف في البيت وجهل القابلات وما ينشأ عن ذلك من الاضرار الجسيمة بالحامل ويعرض صحتها للهلكة . وان من نتائج الزواج الباكر ان نصف البنات يتزوجن قبل سن الخامسة عشرة وفي الاحصاء الاخير ان مئة الف من المليونين منهن اصبحن ارامل قبل ان يبلغن السن العاشرة

ولذلك وضع قانون جديد يمنع زواج البنات قبل ادراكهنَّ سن الرابعة عشرة والرجل قبل ادراكه السن الثامنة عشرة ويقضي بتغريم من يخالف ذلك وتنفيذ سن هذا القانون يعود بلا شك على البلاد بفائدة ادبية وصحية لانهُ يوجه الميول الى التعليم ويوفر اسباب ترقية الفتاة . وعدد المتطلعات الآن يكاد لا يذكر وعلى رغم ذلك فان المساعي المبذولة في هدم العادات السخيفة التي تقيد المرأة وتستعبدها وتجر عليها الاضرار الفادحة في جسمها وعقلها وتحول دون تقدمها وظهور اثرها في الحياة مضمونة النجاح . ومن تلك العادات عزل الفتاة وحجزها في دارها عند ما تدرك سن المراهقة فلا يسمح لها ان تتحدث الى احد من الرجال غير افراد عائلتها ولا تخرج الا محجبة او في عربة مقفلة وربما حرمت من الخروج فتبقى سجينة غرفة في بيت صغير لا نافذة فيه او يكون له في الصيف طاقة صغيرة لدخول النور ولا يخفى على احد ما في هذا المألوف من اضرار صحية اهمها مرض السل وفقر الدم ولين العظام او الكساح . ووفيات الاطفال في الهند تزيد على متوسط كل بلاد في العالم ومثل ذلك الامهات فمعدل الوفيات بينهنَّ يعلو كثيراً عن كل معدل معروف والسبب في ذلك يرجع الى الجهل والزواج الباكر . ويوجد في الهند كلها اربعمائة طبيبة وهذا العدد قليل جداً وكثيرات منهن ملتحقات بالارساليات الطبية ومن دون شك لا يستطعن القيام بكل ما تتطلبهُ البلاد من خدمات