

الرئين ويقل تطهير الدم بالتنفس الطبيعي وتضغط الرئة اليمنى منها على الكبد
فتضطرب وظائفها ويكون من الاسباب المتممة لتوليد الحميات فيه ويمنع بروز
حلمتي الثديين فتضمران كما تضمر عضلات القفص الصدري وينشوه العمود
الفقري بالتواءات العارضة وتخلع الكلى ويبرز البطن ويخفق القلب وتنقص شهوة
الطعام وتصير جميع العواطف محزنة وربما انفجرت بعض العروق في الاثف فيسيل
الدم رعاقا وينذر بالسّل الذي تستك من ذكره المسامع وتهلع القلوب وتنهر
شآبيب الدمع دماً واذا لم تواته الاحوال ولم يجد سيلاً للحلول في اهم اعضاء
الثابة ينيب عنه اعواناً له كآفة من آفات القلب او علة من علل الدماغ
وليُعلم ان قوام المرأة الادبية الفاضلة يكون باعتدال الصحة وجودة العقل
وحسن الادب والصبر وابهى حلي لها هو الحياء الذي لم تعطله وساوس سوء
المعاشرة ولم تتلفه سموم الولع بمضرات الاهواء فان الماديات المؤذية من شرّ ما
ابتلي به الانسان لان لكل امرئ من دهره ما تعود

❦ اسئلة واجوبتها ❦

القاهرة - ارجو الافادة عن هذين السؤالين

(١) ما اصلح الاستضائة ليلاً لمن اراد القراءة والكتابة والرسم وما

الطريقة التي تُقي نظر المدمن عليها من الضعف

(٢) ما الذي يعين الانسان على الاشغال العقلية وصرف الهوم

يوسف احمد

القلبية

رسام لجنة الآثار

العربية

الجواب - اما السؤال الاول فافضل ما استُصيح به النور الابيض بشرط ان لا يكون شديداً جداً ولا ضعيفاً وافضل ما يُختار لذلك هذا النوع من المصابيح الاميركانية الذي لا زجاج عليه فانه فضلاً عن بياض نوره وقاوته غير معرض للكدر الذي يعلو الزجاج في غيره من المصابيح المألوفة. واما وضع المصباح فالاصح ان يكون مرتفعاً عن موازاة العين او مائلاً الى جهة الوراة ما امكن حتى لا تقع اشعته على الحدقة مباشرة. وعلى كل حال فان ادمان الاشغال الدقيقة على ضوء المصباح مضرٌ بالبصر مؤذراً على التلاميذ الى ضعفه وربما حدثت عنه آفات لا تؤمن عواقبها كالساديم وهي ما يترآى للعين من الاشباح الكاذبة وتزول الماء وشلل العصب البصري وغير ذلك. فان لم يمكن ان يُجتنب او يُخفف فلا اقل من اخذ فتراتٍ كل نصف ساعة في الاكثر مدة خمس الى عشر دقائق يُتشاغل فيها بالحديث او غيره ريثما يستريح البصر ثم يُستأنف الشغل واما السؤال الثاني فافضل ما يستعان به على الاشغال العقلية اغتنام اوقات الفراغ للترهة في الاماكن الخضرية والمناظر الفسيحة والاشتغال بشيء من لهو الحديث او السماع مع اعطاء الجسم حقه من الراحة والنوم والغذاء والرياضة واجتناب الكظة من الطعام واختيار المأككل السريعة الهضم والتجافي عن الشغل في اوقات الامتلاء والانصراف الى الراحة كلما شعر العقل بتعب او ارتباك واما صرف الهوم فقد يفيد فيه كثيرٌ مما ذكر وانفع ما يوصف له بعد ذلك توطين النفس على مصابرة النوازل ورفعها عن مذلة الانكسار لقوارع الدهر واخذها بالملاينة والملاطفة وتعليلها بتقرب الفرج فان النفس اشبه بالطفل الصغير سريعة الافعال سريعة الرضى ولو بالحال وذلك مع العلم بان كل مبتدأ لا بد ان ينتهي الى آخر. ثم اختيار الصديق الصدوق ذي المروءة والشفقة

تُفْضِي إِلَيْهِ بِسْرِكَ وَتُكَاشِفُهُ بِمَكْنُونِ بَيْتِكَ فَإِنْ لَمْ يَسْتَطِعْ إِزَالَةَ شِكْوَاكَ فَلَا أَقْلَ
مَنْ أَنْ يَتَوَجَّعَ لَكَ فَإِنَّ النَّفْسَ إِذَا آتَتْ شَرِيكًا لَهَا فِي الْبَلَاءِ شَعَرَتْ مِنْ
التَّاسِي بِمَا يَخْتَفِ عَنْهَا مِنْ عَيْبِهِ وَيَهْوَنُ عَلَيْهَا أَحْتِمَالُهُ

بني سويف - في اطلاعي على الجزء العاشر من مجلتيكم الفراء (صفحة
٤٠٠) عثرت على طريقة لمعرفة ايام السنة لحضرة الفاضل محمد افندي راغب
في قسم الادارة عندنا ثم اطلت في الجزء الثاني عشر (صفحة ٤٦٤) على
طريقة تماثلها لحضرة الفاضل قاسم افندي هلاي مهندس بعموم ري وجه قبلي
بالمنيا . وبمحص الطريقتين تراى لي ان طريقة هلاي افندي انصب واسهل
لكن اشكل علي فيها امر التمس ايضاحه لي وهو ان القاعدة التي ذكرها الافندي
المشار اليه ان يؤخذ عدد السنة الواقع فيها اليوم المراد معرفته موضوعاً تحت
حرف (ج) وَيُضَمُّ مَعَ رَبْعِهِ إِلَى عَدَدِ الْيَوْمِ نَفْسِهِ وَالْعَدَدُ الْمَفْرُوضُ لِلشَّهْرِ وَيُقَسَّمُ
المجموع على ٧ عدة ايام الاسبوع . وعليه فاذا كانت تلك السنة هي سنة ١٩٠٠
فل نجتمع مع الاعداد المراد جمعها < ٩٠٠ > ام < ١٠٠ > ام < ١٩٠٠٠ > وكذا
اذا كانت ١٩٠١ هل نجتمع مع تلك الاعداد < ٩٠١ > ام < ١٠١ >
ام < ١٩٠١ > ام < ١ > . ارجو افادتي عن ذلك ولكم الفضل محمد راقم

الجواب - ان الطريقة المذكورة تتشى على عموم السنين الآتية والماضية

١ قد بعثنا بالسؤال نفسه الى حضرة هلاي افندي فورد علينا منه الجواب
الذي تراه وهو مع صحته لا يخلو من مبانة لما تقرر من العمل بهذه الطريقة في
موضعها لان الذي اخذ من عدد السنة هنا هو رقم المئات فما دون حالة ككون

اعني انه يؤخذ ربع سنة ٩٠٠ سنة ٩٠١ سنة ٩٠٢ وهلمَّ جرًّا الى سنة ١٠٠٠ وبوضع الربع تحت حرف (د) ثم توضع السنة فسيها تحت حرف (ج) كما تقدم ويجري العمل . مثاله انك اذا اردت ان تعرف اول يوم من يناير سنة ١٩٠٠ تجري في العمل على هذه الصورة

ا ب ج د

$1 + 3 + 900 + 225 = 1129 \div 7$ يكون الباقي ٢ وهو يوم

الاثنين الموافق لاول يناير سنة ١٩٠٠ وهو المطلوب

قاسم هلاي

مهندس

القاهرة - لم نثر في كلام الجاهلية ولا صدر الاسلام على لئظة
• ايضاً • مع انها اذا اعتبرناها مصدرًا لآض بمعنى رجع عربيةً صحيحة فترجو
ان تعرفونا رأيكم فيها ومن اول من استعمالها من المولدين د . ع

الجواب - الاظهر ان الكلمة قديمة الاستعمال وان لم تروها في كلام
قديم فان جميع مؤلفي اللغة يذكرونها في كتبهم بالمعنى المتعارف لها اليوم وقد
علمتم ان اصحاب اللغة لا يكادون ينقلون الآما ثبت استعماله عن العرب



الذي اخذ هناك هو رقم المشرات فنادون ولو حاولنا توحيد الطريقة بترك المثات
هنا او زيادتها هناك لم يستقم الجواب ولذلك لم يكن بد من معاودة هذه الطريقة
وتحريها بحيث يكون العمل بها مطردا على وجه واحد