

الافشين الذي هو: «يا ابتاه القدوس» واذ لم يوجد اسقف فليكرس سبعة كنهة واذ لم يوجد سبعة ثلاثه وفي حين الضرورة الكلية يستطيع كاهن واحد ان يكرسه اما الصورة التي تتمثل حين مسح المريض فهي الافشين المذكور اننا اعني: «يا ابتاه القدوس الخ»

(القضية الحادية عشرة) اننا قد اقتبلنا العادة الجارية في الكنيسة الشرقية ان يمنح انكاهن سر التثبيت حالاً بعد المعمودية المقدسة فن حيث انه يطبع في النفس رسماً غير قابل المحو فلا يعاد بل انه اذا كان الاسقف حاضراً في وقت المعمودية فهو يمنح سر التثبيت كذلك اذا اتفق ان كاهناً لم يعط سر التثبيت حالاً بعد المعمودية لسبب ما فتثيته حينئذ للاسقف

(القضية الثانية عشرة) اننا نوجب الإجاباً واضحاً ان الخطبة التي صارت برضى من الطرفين بحضور انكاهن لا تُفسخ إلا بتامع من الموانع المذكورة من علماء اللاهوت. وتحليل الدرجة الخامسة العصية فهي خاصة تحليلها للسيد بطريرك المثلث (القضية الثالثة عشرة) قدسه افتتح الخطاب في تكميل اتحاد رهبنة مار باسيليوس اعني مجمع دير المخلص مع مجمع دير مار يوحنا الشريرو واضبط قصده في ذلك فيحتذر ارتضى الحاضرون ان السيد بطريرك يوضح رايه هذا شفاهاً لرهبان دير المخلص ويكتب به لرهبان مار يوحنا حتى ان كان يوجد لاحد الجمعيتين بعض عوائق في ذلك يوضحوها لبعضهم ولقدسه لكي يرقبها ويتفقوا على اصلاحها ثم

الأغذية في سرورية

بحث للدكتور هنري نكر احد اساتذة مكتبة الطبي الفرنسي (تابع)

البيض

كان آخر ابحاثنا في الاعداد الماضية (الشرق ٨ : ٦١٢ - ٦١٧) عن الحليب والجن والزبدة وخواصها الغذائية. وللبيض معها علاقة ومن ثم نبسط فيه الكلام هذه الدفعة لتبين ان له مقاماً ممتازاً بين الأغذية. فتزيد إقبال الوطنيين على اكله اذ لا زاهم يعتبرون اكله اعتباراً كافياً

البيض في سورياً غالباً صغير الحجم وزن الواحدة نحو ٥٠ غراماً يكون زلالها ١٥ غراماً ومغشها ١٥ غم والباقي زنة القشرة . فيكون المأكول من البيض ٤٥ غم يدخل في تركيبها العناصر الآتية :

مادّة زلالية	فراغات
دهنية دسة	٦
الليكتين	٥
اللا	١
املاح شئ	٢٢
	١

واكثر ما يدخل في زلال البيضة اللا . نحو ٨٥ في المئة ثمّ المادّة الزلالية ١٢,٥ في المئة . اماّ مع البيضة فلا يدخل في تركيبه من اللا سوى ٥٠ في المئة وهو اغني بالمادّة الزلالية البالغة $\frac{1}{100}$ وفيه مادّة دهنية بنسبة $\frac{1}{100}$ ويضاف اليها الليكتين (lécithine) بنسبة $\frac{1}{100}$ والليكتين هذه احد العناصر التي يتركب منها المخ والاعصاب في الحيوان

والبيض كما يلوح من مركباته غاية في المواقفة للغذاء فضلاً عن سهولة هضمه . وهو يشبه اللحم في كمية زلاله ويفضله بما يضاف اليه من الدم والليكتين والاملاح ومن ثمّ اذا اعتد وزن واحد من اللحم والبيض كان الفضل للبيض على اللحم وكان ينبغي ان يباع البيض بشئ اغلى من اللحم وهو في الحقيقة الخس منه ثمناً وذلك لتوفر البيض في بلاد الشام ووفرة تمتع من احصائه . اماّ سبب كثرة فسادة احوال الهواء التي من شأنها ان تبث في الدجاج الحرارة المناسبة لوضع البيض . وزد عليه سبباً اخر وهو تركيب سورية الجغرافي فان الجبال كثيرة والمواصلة بين القرى لا تجري غالباً الا بواسطة الدواب فلا بد ان تكثر بذلك الحشرات التي يتولها الكاربيون مع دوابهم . وهذه الحشرات تصلح صلاحية عظيمة لسوء الدجاج لان الدجاج تجدد في زبلها غذاءها مع الحرارة المناسبة لطبيعتها .

ومع كثرة البيض في بلاد الشام لا ترى الاهلين ياكلون منه الا القليل . ولعل السبب ان الطباخين في هذه البلاد لا يصلحون اصلاح البيض على اشكال متنوعة . وهم يأتون من اكل البيض النبرشت ولا يحبون العجة فقي الغالب لا ياكلون غير

البيض المسلوق . وان طلبت تغليظ ذلك اجبنا ان للبيض السوري اذا عتق طعمًا تنمًا لا ينفيه إلا السائق

وهنا لا بُدَّ من بعض الملاحظات في تعريف احوال البيض ليدرك القارئ علّة ما يطرأ عليه من الطوارئ الخلة به . اعلم ان قشرة البيض نخرة ينفذ الهواء الى داخلها . فاذا وضعت الدجاجة بيضها تكون البيضة مملوءة حافلة بموادها الغذائية فاذا بقيت مدّة تبحّر ماؤها ودخل الهواء مكانه فاجتمع في طرفها الغليظ . وتسا عتقت البيضة زادت الحرارة للهوائية سعة واذا غمستها في الماء طفحت على وجهه وهي تقوم على طولها والرأس الفارغ فوق الماء . اما البيض الطري فلي خلاف ذلك يرسب في قعر الماء ويتدّأ اقبًا . وعلى قدر زمان البيضة تراها تملو في الماء وتعمل متعنية فبعد ثلاثة الى خمسة أيام ترى طرفها الفارغ مائلًا بعض الميل فتكون زاوية ميلها بالنسبة الى الافق عشرين درجة . وبعد ٨ أيام يقوم الطرف الى ٤٥° وبعد ١٤ يومًا الى ٦٠° ثم الى ٧٥° بعد ٢١ يومًا . وبعد الشهر تقوم البيضة على راسها عموديًا . واذا زاد مهادها طفت فوق الماء . وفي الغالب ان اردت ان تعرف عتق البيضة يكفيك ان تستشفيها في الشمس . اما السوريون فانهم لا يفحصون البيض الا بتحريكه عند اذنهم فان سمعوا له حركة قويّة حكموا بقدمه . وهذا فحص ليس بكافٍ لانّ للبيض قشرة داخلية تدعى الفرقى تسك شيئًا فشيئًا فتضع المواد الغذائية من الحركة والتضويت

وما يجدي السوري طعمًا كرمًا ان في سورية عددًا وانفرا من نقي دود القز والدجاج تنهات عليه فتأكله اكملًا ذريعًا لكثرة يوزر في طعم يرضهن تأثيرًا سيئًا

فتلافياً لهذه المساوي يفضل الوطنيون اكل البيض مسلوقًا لانّ كثرة السلق تبطل هذا الطعم الفاسد . ولو علم الاهلون اصلاح البيض كما يفعل الاوربيون لامكهم ان يتخذوا منه اكثر من خمسين شكلًا طيبًا وتريد بذلك شهوتهم واقبالهم عليه رغما عن قدمه

السمك

ان لحم السمك في الاجمال اخف واقلّ غذاء من لحم الحيوانات الحارّة الدم لغنى لحومها بالماء . مع قعرها بالمواد الزلالية التي هي فيها اقل منها في لحوم المواشي بنجر

الثالث . ومع هذا فإن السمك يناسب ذوي المزاج اللطيف والضعفاء والناقيين من المرض اللهم إلا بعض الاشكال التي يكون لحما ثقيلًا

ومع كثرة ما في بلاد الشام من السمك يمكننا القول اجمالاً ان اكله قليل جداً في هذه الاقطار وليس قولنا هذا جزافاً كما ستري . وان اعتبرت أولاً سمك المياه العذبة فأنك لا تكاد تجد له أثراً لأن انهار السواحل الجارية من الشرق الى الغرب هي في الغالب سيول جاحفة تنشف في الصيف فلا يمكن السمك ان يعيش فيها . فيبقى النهران العاصي الجاري الى الشمال والليطاني المنحدر الى الجنوب وكلاهما كثير المياه على موازاة سلسلة جبل لبنان . أما الليطاني فإن صيد السمك فيه ليس امراً مذكوراً . أما العاصي فيكثر فيه الحنكليس من بحيرات قلعة المضيق الى انطاكية وهو يباع في كل سواحل الشام . وكذلك يتوفر السمك في بحيرة طبرية . ومع هذا فإن الريح قليل أما لقلة المواصلات لنقله وأما لقلة الوسائل لصيده

وليس سمك البحر قليلاً وسواحل بحر الشام مشهورة بجيئانها . ومع هذا ترى السمك زهيداً وأكله افراداً فقط . وعلى ظننا ان أدوات الصيد الحالية لا تفي بالرام فإن اصطياد السردين والطنون يحتاج الى شباك ناعمة غاية في الدقة وقوارب خصوصية ملائمة . ومن المعلوم ان بطون البحار كنوز لا تفتنى بل تتجدد كل يوم كحياة البشر فار كان استثمارها ممقولا لأدت بين يرتق منها الى غنى وافر لا يتقطع ورده . لكن هذا انكز لا يزال دفيناً في غمر البحار وذلك لأن الصيادين يشغلون بادوات ذير كافية للعمل وركبون سفناً صيدية لا تستطيع الابتعاد عن الشواطئ . ومنهم من يحطاد بالمواد الاتجارية كالديناميت وهر بنس العمل لأنهم يتأصلون بذلك شاقة السمك ويقفلون عن المستقبل لأن الديناميت يهلك عدداً لا يحصى من صغار السمك دون فائدة فييد النسل شيئاً فشيئاً ولعالم لا يدرك الحيتان انكبار الامور صيدها . فلا عجب بعد هذا ان يكون السمك المبيع في اسواق بيروت قليلاً بالنسبة الى كبر المدينة وعدد سكانها وهذا القدر على ما تحققت لا يتجاوز كل يوم مئنة كيلوغرام . وما قول عن بيروت يصح في بقية مدن الساحل (له بقية)