

فانظر وتأمل ايها القارئ الكريم افرق بين الاولى والثانية حقيقة انها لم تصلح لان تكن امماً للاطفال فانها اذا كانت امماً للاطفال لاسماء تربيتهم وحالهم فنحث ارباب العلم بأن يوجدوا قسم ادب في مدارس البنات وقسم يدرس فيه تربية الاطفال واعيد بأنه لا حاجة لشغل الحريز وتعلم اللغات لانها لا تفيد بشيء اصلاً في مستقبل الابنة فمسي ان يكون كلامي وقع موقع استحسان لدى القراء

ا. مسابكي

واجبات الطبقة المتنورة من الامت

اذا تقرر ان الانسان مطالب بفعل الخير لغيره بعد نفسه وان الذي يعلم بهذا الواجب قبل كل شخص هو المتنور كان على مجموع المتنورين من الامت واجبات فيما نحن بصدد تلخيصها في الآتي

(١) عليهم السيطرة على منازلهم والافتناع باب تربية الاطفال في العائلات المصرية البحتة او العائلات المسلمة التي قدم استيطانها مصر ليست على شيء من العقل والتصورات

(٢) الاسترشاد من اهل الفن ليس لمعالجة من يمرض من الاطفال فقط بل لبقاء صحتهم كيلا يمرضوا

(٣) السخاء في استجماع ما يستدعي حفظ صحة الاطفال

(٤) مطالبة المدارس الاهلية للبنات بتعليمهن وتهذيبهن على تربية الاطفال

وحفظ صحتهم

(٥) تقنين العادات المضرة بالاطفال التي اعتادها الاهلون بطريقة النشر

(٦) ارشاد الغير الى تربية الاطفال بالوسائل المعروفة فينا بطريق النشر

(٧) الرسائل تكون على قدر الامكان سهلة العبارة صغيرة الحجم يسهل على

العامه فهمها واقتنائها

(٨) مطالبة الجرائد اليومية بادراج تبذ تتعلق بصحة الاطفال وتصريح المؤلفين لها بنقل ما تستجسسه من كتبهم
شفيق الدسوقي بسنديلة

اوقات الطعام

يجب ان تكون اوقات الطعام منتظمة بحيث يترتب على ذلك عادة تألفها الطبيعية . فقد شوهد من التجارب انه اذا صار تناول الطعام في اوقات معينة كان الهضم اصح والتغذية اتم مما لو كان في ازمته غير معلومة . وفضل العادات من هذا القبيل ان يكون الطعام ثلاث مرات في اليوم اي في الصباح والظهر والمساء . اما فطور الصباح فيجب ان يكون حالاً بعد النهوض من النوم لكي ينال الجسد من القوة والنشاط ما يحتاج اليه قبل الشروع باعمال النهار . لانه تقرر بالتجربة ان عدم الفطور ينتج بسببه امراض كثيرة كالذوخة وضعف المعدة . وبما ان الانسان بعد الفطور يقوم حالاً للعمل فيجب ان يكون اكله مغذٍ وسهل الهضم والافوق هو اللبن والبيض وذلك لانتواء الاول على جميع المواد المنمبة للجسم اما جودة اللبن فتختلف باختلاف الجهات اذ في المدن لا يتركونه على حالته الطبيعية كالارياض فان الباعة يضيفون اليه الماء او تدقيق الادرد او البطاطه مع جزء من السكر . اما الماء فيغير لونه الى صبغة زرقاء خفيفة ولا تتخلف عنه قشطة كثيرة اذا ترك قليلاً بعد الغليان اما الثاني فيرمب جزء منه في اسفل الوعاء الذي تغلي اللبن فيه وكثيراً مما يعطي له طعم الحرق

اما الثالث فيصنّب على الانسان ان يستكشف الغش اذ ان هذه المادة تكسبه لوناً لطيفاً وشكلاً مناسباً ولا يمكن معرفة الغش الا اذا تحال تحليلاً كيميائياً ولذا من الضروري وجود ميزان اللبن في كل منزل حتى يختبر اللبن ولا يتيسر للبائع ان يغش ربة الدار . وهذا الميزان يوجد بجميع الصيدليات . ويؤخذ من اللبن ايضاً القشطة والزبدة والجبن . ويطبخ اللبن على انواع كثيرة منها بالارز وبالنشاء