

الغوغاء قد اخطأوا طريق الوصول الى الرأي العام وخالفوا اهل
الادب والكمال فهم اجانب من الامة وان ولدوا في البلاد

مدرسة البنين

نديم وحافظ

يا ولدي المقصود من كلامي معك تهذيبك وتعليمك العلم الذي
به تعاشر اولاد المدرسة وغيرهم فخطبني في كل شؤنك واطلب مني بيان كل مالم
تفهمه من الكلام وتعريف ما تراه من وقائع الاحوال . ح . امي تضربني كل
يوم لأجل غسيل وجهي كل يوم فانا اغسل وجهي مثل الصغار . ن . غسل
الوجه لازم كل يوم لازالة الوحش الذي يصيبه حال المشي في الطرقات ونظافة
العينين من الرمض الذي نقول عليه العاص فان الهوا حامل لغبار دقيق كلما
مر فيه الانسان لصق بوجهه الغبار فغسل الوجه يزيله وينشط الانسان فالذي
فعلته امك معك لطيف لاجل ان تعلمك النظافة وتخرج متعوداً عليهم من الصغر
والا اذا تركتك من غير تعليم مثل اولاد الناس الجهلة المتروكين لهوي انفسهم
تطلع وسخا قدرا تنفر منك الناس وتكثر عليك الامراض . ح . اذا كان
كذلك قل لي على الذي يلزمني ما انام وما اقوم من النوم . ن . لما انتعشى امش في
البيت او العب مع اخيك او اختك قدر ساعة او ساعتين لاجل ينهضم الاكل
يعني تبقى نصف جيعان وبعد ذلك نلقع ثيابك التي كنت تلعب فيها وتلبس
ثياب النوم وتكون واسعة ليس فيها رباط للرجل ولا حزام للوسط ولا عمامة على
الراس فان ربط الاعضاء عند النوم يؤثر في تعويق حركة الدم ويحدث

امراضاً صعبة فلاجل تنفس جلدك يلزم ان تكون ثيابك واسعة فان جلدك
كلاه مسام اي عيون صغيرة تخرج منها البخر من داخل الجسد فاذا كتمتها
جلبت الضرر على نفسك ولا بد ان يكون نومك في قاعة نظيفة واسعة مرتفعة
السقف ونقول او الدتك والا لخادمك يقلب فرش النوم كل يوم ويفتح
الباب والشبابيك لاجل تغيير هوائها ولا تترك في قاعة نومك صناديق ولا
اواني فانها ان كانت مدهونة او بها امتعة امتصت الاشياء التي في الهواء
اللازمة لصحتك . واذا رايت الاكل ثقيلاً في جوفك فاعلم انه سوء هضم
فيلزمك تستعمل يديك في عمل يساعد على الهضم مثل نقل فرش من
جهة الى جهة او مرجحة في خشبة مرتفعة فان حركة اليدين تساعد على الهضم
احسن من المشي وعند النوم تنام على الجنب اليمين قبل تمام الهضم فان كبلك من جهة
اليمين وهي اقوى على تحمل حفظ المعدة بما فيها من القلب الذي هو في
اليسار وبعد الهضم يكون النوم على اليسار . ولا تنم على ظهرك نوم استغرق
فان الاستلقاء على الظهر لا يكون الا للراحة وقدح الفكر فيما يريد الانسان . ولا
تنم على بطنك نوم استغرق ايضاً فان ذلك مضر بالبصر والنخ وانما اذا كان عندك
سوء هضم او ضعف في معدتك لا بأس من نومك على بطنك مستيقظاً وجعل
معدة تحت صدرك لتحفظ الحرارة وتساعد المعدة على الهضم ولا تفتح شبابيك
القاعة وانت نائم ليلاً وان احتجت لفتحها نهاراً فلا تقعد امام تيار الهواء فان
الهواء عند مروره من الشبابك او الباب يكون كتيار الماء المندفع من عين
المنظرة وهو يضر الانسان ضرراً كبيراً . ونبه على والدتك او خادمك انها لا
تزعجك عند ما تنبهك من النوم بفتح الباب بقوة او بصوت عال او بتعريكك

بعنف فان قيام الانسان من النوم بالفزع يسبب امراضاً خطيرة وربما قتل الانسان فجأة . وعند ما تقوم من النوم لا تخرج من الفرش بسرعة وانت عرقان او محاط ببخار جسمك الذي كان محفوظاً تحت الغطاء بل زحزح الغطاء عنك شيئاً فشيئاً حتى يحيط الهواء البارد بجسمك ثم قم وخذ عليك غطاءً مثل عباءة او حرام او ملاءة وافتح باب القاعة وانتظر برهة حتى يتغير هواؤها وتستنشق الهواء الجديد الداخل فيها ثم اخرج لقضاء الضرورة وعند ما تدخل بيت الضرورة لا تكثر من الجلوس فيه الا بقدر الحاجة ثم اغسل المحل بعد الفراغ غسلًا جيدًا برفق من غير عبت فيه ولا ضغط بقوة زائدة فان القصد ازالة الوسخ لتحفظ ثوبك من القدر وتمنع التعفن عن المحل فان بقاء القدر عليه يحدث الباسور والناصور وشقوق المقعدة والمسح بالورق يكفي عندنا معاشر المسلمين اذا ازال عين النجاسة ولم ينتشر الخارج حول المحل ولذلك ترى أثر القدر في ثياب الذين مسحون بالورق بلا اعتناء ولا بأس بتنشيف المحل بعد الاستنجاء فان بقاء البلولة في الثوب يوجب التصاق الاوساخ به اذا قعد الانسان على فرش غير نظيف او كرسي مغطى بالتراب . وبعد خروجك من بيت الحاجة تملأ الابريق ماءً نظيفاً مروقاً وتقعده على كرسي عال او مخدة لتبعد عن رشاش الماء وتغسل وجهك في الطشت والاحسن انك تتعلم الصلاة وتوضأ وتصلي الصبح لتخرج من صغرك مواظباً على الصلاة وكذلك رفيقك بطرس يلزمه ينظف نفسه ويصلي على حسب اعتقاده وقواعد دينه فان الشخص الذي لا دين له لا ذمة له والانسان اذا كان لا يخاف من نار ولا يطمع في جنة فان القانون لا يمنعه من فعل ما يشتهي من قبيح

ومليح وثمره الاديان حفظ النفوس من الفجور والتعدي على الغير وحث
الانسان على السير المستقيم والمحافظة على حقوق اخيه وجاره ووطنيه . ح .
انا لا اعرف الصلاة ولا الوضوء . ن . في الدرس الثاني تعرفنا ان شاء الله تعالى

مدرسة البنات

حفصة وبنتها سلمى

ح . يا بنتي انت كبرت وبقيت عروسه حقتك دلوقت تمسكي شغل
البيت ولا تخلي حد يعمل حاجه على شان نتوضي من دلوقت يا سلمى .
البت ان ما كانتشي تفتح عينها وتعلم كل حاجه تبقي زي قلتها . با ترى يا
بنتي اذا تزوجت في بيت ولك فيه سلايف والاّ اخت لجوزك والا قراب
وكنت لوحدك لا معاك جار به ولا خدامه اللي رايح بعمل لك حاجتك مين
سلفتك والا حماتك ولا اخت جوزك . وخايك اجوزتي في بيت ما فيه شي
حد غيرك مين يعمل لك حاجتك ان كنت فاكره في غني ابوك وخدامينه
دا يبقى عقلك بطل افتكري انت في جوزك اللي رايحه تعاشره طول العمر
بالكي يا بنتي كان فقير ولا كان غني وافنقر تعملي ازاي وقتها يا ترى تقعدوا
من غير اكل ولا من غير نوم ولا من غير لبس هدموم ولا تعملوا ازاي . س .
هوا انت قدمتيني للحاجه وانا قلت لا موش تقولي لي اعمل ازاي . ح شوفي
يا سلمى يا بنتي اول حاجه تازم الست منا انها تعرف ترتيب مخزنها تحط
السمن في حته نظيفه متبطني طيب وتمسح الماعون من برا كل يوم احسن
ما يبجي عليه الوسخ وينضح على السمن وترمي عليه فوطه فوق الغطا على شان