

باب تدبير المنزل

قد فتحنا هذا الباب لكي نخرج فيمكننا من فهم اصل البيت معرفة من تربية الاولاد وتدبير الضمان والناس
وتدبير البيت والرفقة ونحو ذلك مما يعود بالنفع على كل عائلة

آداب دعوات العصر

من الدعوات ما يدعى فيه الناس لقضاء عصر النهار من الساعة الرابعة بعد الظهر الى
السادسة او السابعة ولا بد من ان يذكر ذلك في اوراق الدعوة ويذكر فيها ايضا الالصاب
التي يراد اللعب بها جيتنر وذلك في اسفلها . ويحسب للدعويين ان يحضروا في اية ساعة
ارادوا من ساعات الدعوة . فاذا كان اليوم صحوً تقضي في حديقة المنزل وتوضع للدعويين
موائد تحت الاشجار عليها المرطبات ونحوها او توضع لهم موائد سيف خيمة وتوضع عليها ما
يلزم من الشاي والقهوة والبيونات والامثال والكحك والاشربة المبردة والمرطبة والسكرير
ونحوها . ويكون في الحديقة او الضم كثير من الكراسي والمقاعد ليسترخي المدعويون عليها
واذا كان اليوم ماطرًا فلا بد من استقبال المدعويين في البيت ولكنه اذا كان شديد المطر
تؤجل الدعوة الى يوم آخر

ولا بد لرب البيت وربة البيت من ان يستبلا كل المدعويين والذين يأتون معهم من
الاصدقاء ويساخموا واحداً واحداً متى اقتضى الوقت واخذ المدعويون في الانصراف
وجب عن كل منهم ان يودع رب البيت وربة البيت ويشكرهما على فضلها ولا داعي
له لان يترك ورقة زيارته الا اذا كان المدعويين كثيرًا ولم ينطع ان يكلم رب البيت
او ربة البيت وجيتنر فالمرأة المتزوجة تضع ورقة من اوراقها وورقتين من اوراق زوجها
والارملة تضع ورقة واحدة والاغرب وورقتين

حفظ الشعر وتقويته

خير الوسائل لتقوية الشعر وحفظه ان يبرش بفرشاة كل يوم في المساء والصبح خمس
دقائق وينظف جلد الرأس دائماً واذا كان الشعر شديد الجفاف قميصاً فلا بد من دهنه
بقليل من الزيت او البوماده . ولا يحسن صبغ الشعر بصباغ مهما كان نوعه

الفاكهة في الصيف

كل الفواكه في أبنائها كلام مأثور وحكمة اتبناها الاغنيار. ولقد كان عصر لم يكن طعام الانسان الا اول فريد غير اثمار الاشجار وجذور النبات ولا تزال الاثمار والجذور طعام بعض قبائله حتى الآن

والغذاء غير كثير في كل الاثمار ولكن فيها سكرًا سهل الهضم وهو سكر النبات وماء تقيًا وحوامض آليّة ومواد اخرى مطلية وكلها في حالة صالحة للهضم حتى اذا كانت الاثمار ناضجة كانت كائنها طعام مهضوم تمتصه المعدة والامعاء حالًا يصل اليها

ومن الناس من يتعب من اكل الفاكهة وسبب ذلك انه يكثر منها جدًا او يأكل قشرها من غير ان يمضغ جيدًا او يأكل الكثير منها بين الاكئين حيثما تكون معدته وامساؤه مشغولة بهضم طعامه العادي. ولو اتصرت على اكل الفاكهة وحدها او لوقلت طعامه الاخر واكل الفاكهة بدل ما قلته منه لما رأى صعوبة في هضمها واما اذا شبع من الطعام ثم اكل الفاكهة فتره فانه يتعب لانه يكون قد اكل فوق الشبع

وخلاصة المقال ان الفواكه الناضجة سهلة الهضم جدًا بشرط ان تؤكل وحدها ولا تؤكل فوق الشبع. واما اذا مزجت بالخضر واللبن والزبدة والسكر ونحو ذلك من المواد فانها قد لا تعود سهلة الهضم لا لذاتها بل لما مزجت به

وإذا كانت الفواكه حامضة فلا بد من مضغها جيدًا ليتخرج اللب منها ويعدل حموضتها بفعله القلوي. ولا يراد بالفواكه الحامضة ما يحلوا اذا نضج كالعصرم وقرعون الشمس لان هذه يجب ان تترك حتى تنضج جيدًا وتحلوا بل يراد الفواكه التي يبقى فيها شيء من الحموضة ولو نضجت كبعض انواع التفاح فان التفاح الجيد الذي يبقى فيه شيء من الحموضة ولو نضج مغليًا ولا يصعب هضمه الا على الذين لا يمضغونه واذا مضغت الفاكهة وبقيت مع ذلك عسرة الهضم فالسبب من الاطعمة التي تؤكل معها لانهما فلتت كل وحدها. والحامض القليل الذي في بعض الفاكهة من احسن المنظفات للذات الهضمية والتاتلات للجراثيم المرضية. والذين جربوا عصر الاثمار في الحيات المنبهة كالشيفريد يفصلونه على خلاصة اللحم فانه ينش الجسم ويميت البكتروبات

والفائدة الكبرى من الاثمار ناتجة عما فيها من السكر فان سكرها نوع من الشاه المهضوم المهد لان يتعمد الجسم ولهذا السبب فجد الانسان ينتمش اي انتعاش اذا كان متعبًا جدًا

واكل برتقالة او تفاحة او اجماسة او هنقود حنبل او فطمة بطيخ لان السكر الذي فيها يدور في بدنه حالاً ويفذي الدقائق المشبعة من الثعب

يقول الاوربيون ان الفاكهة ذهب في الفطور وفضة في الغداء ورماس في المشاء
يسنون انها تنبئ كثيراً في الصباح وتقل في المساء - اما فائدتها في الصباح فلا نزاع فيها
واما ما يتبع عنها من الثعب في المساء فسيببها اكلها بعد ان تمتلئ المعدة من الطعام الغليظ
فلواتصر المشاء على التليل الخفيف من الطعام لكانت الفاكهة خيراً ما يضاف اليه
ولا بد من كون الفاكهة ناضجة تماماً فليس من الحكمة اكل اللب منها ولا سيما اذا كان حامضاً لانه يتعب المعدة والامعاء . واذا قطفنا الفاكهة قبل ان تنضج واربد اكلها وجب شربها قبل ذلك لكن الناضجة اسهل هضمًا واكثر غذاءً من غير الناضجة ولا داعي لظننا سببنا كما يفعل بعض الاوربيين بل ان شربها يذهب بلذتها ويجانب من فائدتها ولا يزيدنا هضمًا

واذا كان لا بد من طبخ الفاكهة وجب ان يتل السكر الذي يضاف اليها على قدر الامكان اي سكر الثعب لانه ليس مما يسهل هضمه . وبعض الفاكهة يؤكل يابساً اي زيباً كالزبيب الذي هو عنب مقدد والبن اليابس وكلاهما كثير الغذاء سهل الهضم يمتن ان يؤكل اذما مع الخبز فيضوي الغذاء الكافي . وما اصبح ما كان يثبات يد الاقدمون في زمن داود وسليمان والانبيااء رغيث خبز وهنقود زيب . طعام قليل لا يمتن وتكمن يني عن جوع ويحفظ الصحة والقوة ولا يتعب المعدة

فلما ان الفاكهة يجب ان تكون ناضجة لكي تفيد ونقول ايضاً انها يجب ان تكون ناضجة على امها لا مقطوفة هجراً ومدروكة زماناً طويلاً حتى تنضج فانها تحترق حينئذ جانباً كبيراً من فائدتها وهو شأن اكثر التفواكه التي يتاجر بها من بلاد الى اخرى فانها ترسل هجراً فتضج في اثناء الطريق ولكن شتان بينها وبين التفواكه التي تنضج على امها في ضمها وتكتمها اكلنا قبل كتابة هذه السطور مشمشاً لوزياً قطف من حديقة في حلوان بعد ان نضج على امه نوجدنا حلاوته لا تقل عن حلاوة السل مع ان منظره يدل على انه ليس من اجود انواع المشمش اللوزي ولا هو ناضج على مهل في حر مستدل . واكلنا بعده مشمشاً لوزياً اتانا من بيروت وقد قطف هجر حتى لا يثقل في الطريق ومنظره يدل على انه من اجود انواع المشمش اللوزي كبير الحجم ايض اللون مررد الخدين فوجدنا طعمه دون طعم الاول مع انه لو ترك يومين آخرين حتى نضج على امه لكان الفاكهة تحت السماء

والموز الذي يورثي يد إلى هذه العاصمة من جزائر الهند الغربية هو من أجود أنواع الموز والموز يتطاب عادة قبل أن ينضج لأنه لا ينضج كله دفعة واحدة ولكن هذا يتطاب كلما ينضج بكثير ولذلك تزول نكهته ولا يكون فيه نصف الخلاوة التي تكون فيه عادة لو قطف حالاً يشرع ينضج

وفي الموز ٢٥ في المئة من سكر الأثمار وغيره من المواد المغذية فهو من أكثر الاثمار غذاءً ويكاد يماثل الزبيب والتين اليابس من هذا القبيل ولرطل من الموز الجيد يموي من الغذاء قدر ما يموي رطل من اللحم وإذا كان ناضجاً جيداً سهل هضمه على اصعب المتد وقد شاع الآن تجفيف الموز الناضج وطحنه وعمل عصيدة من طحينه اوشوربة وهي مقذبة جداً وسهلة الهضم

والتمر من أكثر الاطعمة غذاءً ولذلك لا نحب إذا قيل لنا ان الرجل من الدراديش كان يفتات في يومه بقليل من التمر وحلته من القدرة ويصبر على تحمل المشاق والاحوال لان التمر كله غذاء. وكذلك التين الاخضر واليابس لا سيما وان في التين مادة نيتروجينية ايضاً تزيد غذاءه وإذا اضيف الجزر والوز إلى الاثمار اليابسة كالتين والزبيب كل الغذاء لاننا نكون قد جمعنا بين المواد الدهنية والسكرية والنيتروجينية

ومن العيب ان يوجد عند الناس خبز من القمح او ذرة وحبوب كالفول والعدس وفاكهة طرية كالعنب والتين والموز والبرنقال وياضة كالزبيب والتمر والتين اليابس وهم لا يكفون بهذه الاطعمة ويستغنون عن اللحم والحاجين وكل الاطعمة التالية التي المنفعة للعدة

وقد اثبتنا في الجدول التالي ما في انواع بعض الفاكهة من الماء والسكر والبروتينات (اي المراد التي تكوّن اللحم) والمواد الحلاوة

ماء	سكر	بروتين	حلاوة
١٥	٨	٠	البنفسج
٨١	٤٠	٠	البنفسج
٧٧	٢٠	٠	الموز
٨	١٠	٠	الكرز
٣٨	٥٧	٠	التمر
٧٩	١٨	٠	التين الاخضر

ماء	سكر	بروتينيد	هلام	
٣١	٥٠	٤٠	٢٠	التين اليابس
٧٨	١٤	٦	٢	النسب
٣٢	٥٥	٢٥	٧	الزبيب
٨٧	٤٥	٨		البرتقال
٩٠	٨	٥		الشمام
٩٢	٧	١٠		البطيخ
٨٠	٤٥	٧	٧	الطوخ
٨٣	٨٢	٤	٣	الكثري
٨٩	٨٩	٤	٢	الاناناس
٨٥	٦	٤	٦	البرقوق

ولا يخفى ان هذه المواد تختلف باختلاف اصناف النوع الواحد من الفاكهة فالشفاح اصناف كثيرة بعضها سكري كثير السكر وبعضها شرابي كثير الحوامض وكذلك المشمش اللوزي والجوي والكلابي اصناف كثيرة بعضها يسيل حلاوة وبعضها ناشف لا طعم فيه وفس على ذلك الموز والنسب والتين والبرتقال والشمام والبطيخ والخرخ (الذراقرن) والكثري (الاجاص) لانها كلها ذات اصناف بستانية مختلفة في الجودة واجودها ما اكثر سكره ومائته ونكهته وطعمه وهو اكثرها غذاء واسهلها هضمًا

بَابُ التَّفْرِيطِ وَالْإِتِّفَاعِ

اعظم تذكار للعثمانيين الاحرار

لم يكذبُ بطلن المستور في البلاد العثمانية حتى قام كشرورون من العلماء ينتهون بأنه مطابق للشرع الشريف كأنهم حسبوا ان الناس مرتابون في مطابقتهم للشرع فقصدوا نوع الريبة من نفوسهم ومن قبيل ذلك هذا الكتاب الذي وضعه احد علماء بيروت وهو كتاب نفيس اثبت فيه مؤلفه بالنصوص الصريحة على انواعها ان مجالس الشورى والحريية موافقة للشرع الشريف فاثبت مشروعية مجلس المبعوثان الشوروي باثني عشرة آية ونسب الحريية الى