

تابع الرضاعة

(فيما يجب عمله قبل تلقين)

(الرضيع الثدي لأول مرة)

بعد نوال الوالدة والمولود بالنوم الراحة التي هما مفتقران اليها يجب قبل الارضاع غسل الحلمة بنبيذ أحمر مر (مز) دافئ أو بقليل من الكونياك الدافئ لتقوية نسيجها حتى لا تتشقق باللمس ثم بعد ذلك ببضعة دقائق تغسل الحلمة بالماء الفاتر لتلين ويهون على الرضيع تلقنها. ويزول عنها كل المفرزات الجلدية التي تغشي فوهة الانثى اللبنية وتضطر الرضيع الى المص الطويل لازالتها

والاحسن اعادة هذا العمل قبل كل ارضاع في الايام الاولى لتحفظ الحلمة من التشقق ولتتخلص المعدة الرضيع من بقايا اللبن الذي يجمد في فوهة الانثى بعد تمام الرضاعة السابقة

(مواقيت الرضاعة)

قال العلامة بلاش ان في عدم انتظام وعدم تحديد مواقيت الرضاعة ضرراً عظيماً يعود على صحة الرضيع فيؤثر له ويعرضه للاسراض وخصوصاً للقيء والاسهال وتمدد المعدة لان المعدة الطفل تحتاج الى الراحة بعد الهضم كما تحتاج اليها المعدة كل انسان لتتمكن من تحمل طعام آخر بعد الاول واجادة هضمه .

فالرضيع الذي يلقي الثدي كلما بكى او كلما خطر لوالدته يتعب مرضعه ويتمب معدته دون ان يستفيد مما يرضعه شيئاً مذكوراً ، لان اللبن الذي

يفرزه الثدي يفقد بمكوثه في الاقنية اللبنية أكثر قواه الغذائية وأول اللبن الذي يخرج من الثدي في أوائل كل رضاعه يكون مائلاً لاكثر فيه المواد المغذية الا بعد خروج ما كان باقياً منه في الاقنية اللبنية على أثر الرضاعة السابقة . وبما ان الرضيع متى تعدد رضاعه يستكنى بالليل فهو لا يكاد ان يمتص اللبن المنافع حتى يشبع ويترك الثدي قبل ان يفرز له الغذاء المفيد . فيجب اذاً تحديد المواعيت للرضاعة وذلك لا يصعب متى وجد الترتيب والعزم لان الطفل عند ميلاده لا تكون عنده عادة بعد ويسهل تدريجه على أي العوائد التي نريدها

(فترات الرضاعة)

يجب ان تكون الفترة بين الرضاعة والاخرى ساعتين في النهار . وكل أربع ساعات في الليل يرضع الطفل مرة واحدة وبهذا تمكن الممرض من النوم ليلاً كله دون ان تستفيق فيه سوى مرة واحدة
 وقد يمكن ان المولود في الليالي الاولى من عمره لا يتحمل هذه الطريقة قبل اعتياده عليها فيستفيق غير مرة باكياً فالاحسن حينئذ ان يسكت دون تلقيه الثدي واذا استمر بالبكاء فليسقى ملىء ملعقة أو ملعقتين صغيرتين في محلول اللبن البقري بالماء وبعد ليلتين أو ثلاث يناد على المواعيت فلا يعود يستفيق الا متى استفاقت والدته

(المسرق واحداً)

مستقبل الشعب أولاده . والاهتمام بأجسامهم وعقولهم وأدبهم أكبر دليل على ارتقاءه الحقيقي في سلم المدنية وعلى راحته المعنوية . خذ شعوب أميركا

وأوربا مثلاً تجدها لا تالوا جهداً في درس الطفولية والبحث عن مبلغ مداركها كي تتمكن بذلك من جعل الولد ينتفع من سني حياته فلا يدعها تضاف الى الزمن الماضي دون ان يكتسب منها بقدر امكانه علماً وتهذيباً يكون له أساساً متيناً يبني عليه مستقبل حياته وهنائه في هذه الدنيا . فقام من بينها رجال ونساء لا يلهمهم عن مباحثهم هذه نفع ذاتي أو غرض شخصي أو املاء جيوب وتشديد قصور أو اهتمام بالملذات البدنية وما شاكل بل جعلوا محط امالهم ومتهى غايتهم الوصول بالناشئة الى درجة تمكنها من فهم مبادئ العلوم وتلقن وأصولها الاولية دون أن تجعلها تشعر بتعب الدرس أو تحررها من ملذاتها الولدانية وراحتها البدنية فدرّسوا كل الطرق التي تمكنهم من تهذيبهم وتعليمهم وتربيتهم مع حفظ قواهم ومداواة صحتهم من الوقوع تحت وطأة الامراض الى أن وصلوا الى أحسن نتيجة وأقوم سبيل وكفانا بذلك جان جاك روسو ولوك وهربرت سبنسر وفروبل وبستالوزي وكريستين كارباينيه وكثير غيرهم دليلاً على كلامنا فهم اوصلوا الاليل بأطراف النهار بحثاً عن طرق جعل الناشئة تنتفع من أيام طفوليتها باستخدام قواها العقلية وتدريبها على الفكر والانتباه حتى لا تدع شيئاً يمر تحت انظارها الا وتتأمل به وتدرك منشاؤه ومبناه وهالك دستور بستالوزي الذي كان يصدر به كل تأليف له «الانتباه هو المعرفة» اما العائلات فعند ما بان لها نفع أقوال أولئك العلماء الاعلام وظهرت لديهم صحتها أخذت تأتمر بأوامرهم وتنتهي بنواهيهم في تربية أولادهم منذ نشأتهم فبدلت القديم للعديم النفع بالجديد المفيد وتجنبت كل أمر من شأنه افساد تهذيبهم فصارت السيدة منهم مهيماً كانت غنية وذات مركز سام لا تسلم ولدها قط لمرضع أو ظئر بل

تتولى تربيته بنفسها وذلك بقا للأصول التي رسمها آياها لها أولئك الجهابذة
 العلماء فلم تعد تلقن الولد لفظة أو عبارة تخجل أن تسمعه يلفظ بها متى صار
 رجلا مع تعويده على الانتباه والاستعلام عن كل أمر وذلك بخلاف الحال عندنا
 إذ لا نجد أقل اهتمام بالناشئة حتى عند العائلات التي نحسبها من أسمى الطبقات
 وإذا بحثت عن أولادها لا تجدكم إلا بين أيدي الخدامين الذين لا يعلمون ماهية
 التهذيب وحسن التربية فلا تكون الفاظ أولئك البررة الأولى من لغتهم سوى
 الشتم والسب القبيح حتى لقد ترى الوالدين أنفسهم يأمرزون الولد (كي يتبرج
 فلبها باستماع الفاظه الأولى) بقولهما له : اشم الدادا ببني اشم الدادا . ثم لا
 يكاد ولدهم هذا يبلغ الثالثة من العمر إلا ويدخلونه كتاباً قد فسد هواة
 بكثرة الأولاد المزدهجين فيه وعلت جالبتة بما يصم الأذان ويقبض الأنف
 وتراكت أوساخه وقام في وسطه رجل جاهل لا يعلم من مبادئ التهذيب
 والتربية والعلم الا تلك الأحرف أو اللفاظ التي يلقنهم آياها دون أن يدرك
 هو نفسه معناها . فتطمس بذلك قريحة ذلك الولد المسكين ويستصعب العلم
 ويأثف الذهاب إلى الكتاب إلى درجة تجعله يبكي متألماً كلما ذكر لديه .
 لكنه لا يجد من والديه من يواسيه أو يرق لدموعه بل يرغمانه على الذهاب
 بكل طرق الترهيب والترغيب معاً . فيذهب مكرها وهناك يقبض من
 رفاقه كل الحلال الذميمة والأخلاق المميبة التي لو جئت لأعدها لضائق
 بها الصنف

نعم إن أوركانت في الأجيال المظلمة واقعة تحت نفس هذا الداء الذي
 نشكو منه نحن الآن فكانت الكتابات عندنا بالآلاف لكنها لما بان لها
 ضررها استبدلت بما يسمى قاعات الملجاء حيث تعلم فيها الطفل مبادئ

العلوم مهما كان حديث السن وهو يلعب ويتلذذ أي بلا أدنى تعب لذلك كنت
 لا تجد في شوارع تلك البلدان ولو سرت فيها أياماً ولداً يقضي أوقاته على
 قارة الطريق فيتلقن منها الكذب والسرقة والنميمة والالفاظ السفهية دون
 رادع ولا وازع. أجل ان شعوب أوروبا وأمركا لم تستطع الوصول الى
 هذه الدرجة من الرفعة والمكانة الا باهتمامها بالناشئة من كل الطبقات
 وايصال العلم اليها على السواء لافرق بين الغني والفقير وتحبيب العمل اليها
 والنشاط به فترى الشخص منهم رجلاً كان أو امرأة قد اعتاد منذ حداثة
 ان لا يصرف دقيقة واحدة من حياته دون ان يؤدي بها نفعاً أما له أو
 للآخرين وبذلك يذوق لذة الحياة الحقيقية التي لا تقوم الا بالعمل وبذلك
 وحده يحق لهم ان يدعوا اقواماً متمدين تمدناً صحيحاً يقتدى به لان تمدنهم
 مبني على العمل وليس على الزينة الخارجية فقط والبهرجة الظاهرة فكيف
 يحق لنا والحالة هذه ان ندعو أنفسنا متمدين والرجل منا تراه على آخر زي
 وقد يمتنع عن الحركة خشية من تعجيد ياقته وذهاب رونق كياها بينما تكون
 اولاده حفاة عمراء تكاد القذارة تحجز النور عن اعينهم وهم يطوفون
 الشوارع القذرة وينوصون في الاحوال المترامة فلا يعودون المسما الى بؤسهم الا
 ويكونون قد اكتسبوا رأسالاً من السفاهة والميل الى البطالة واللهو ما
 يزيدهم في الغد تشبثاً بموائدهم المكتسبة والقاضهم الحشنة حتى يصير كل ذلك
 فيهم ملكة يتعذر على المدارس فلعلها منهم مهما صرمت قوانينها وقست .
 بل كيف يأتي لتلك المدرسة ان تحمل الولد على الاقلاع عن الكذب
 او السرقة وهو يكون قد صرف السنوات الاولى من حياته بين المتشردين
 الذين لا مهنة لهم يقتاتون منها الا السرقة والاحتيال والسلب والنهب الذي

يقودهم فيما بعد الى وهدة العار اني وأيم الحق ليلقني العجب أشده عند
 ما أرى بعض العائلات عندنا وقد جعلها الله في بسطة من العيش وسعة من
 الرزق الذي لانجد آثاره الا على ربيه الذين لا يحزمان أنفسهم من كلاً
 يشتمانه فتراهما يصرفان المصاريف الباهظة التي لا طائل تحتها في تتبع سير
 الازياء بينما يتركان أولادهما يرتدون باطمار بالية ويصرفون سنتي حداتهم في
 الشوارع والاحياء فيدعيانهم الى هذا الوجود غدير مختارين ثم يتركونهم
 تلعب بادابهم وأخلاقهم وصحتهم أيدي الظروف والاقدار . أليس يعلمان
 بان الله الذي اختارهما ليكونا قيمين على مخلوقاته لن يررها من جرمهما
 هذا العظيم يقتل أنفس ذريتهما وضياع أدابهم وربما صحتهم أيضاً وأبسامهم
 أليس لهما من ضميرهما ووجدان قلبهما زاجر يردهما عن اهما لهما هذا
 ويذكرهما بالعهد الذي اتخذه على نفسيهما يوم دعيا أولادهما لرؤية نور
 الوجود وما ذلك العهد الا انهما سيدلان ما عندهما من الوصايات بل
 سيفرغان الجهد بحفظ أجسام أولادهما وتغذيتهم وتقديمهما لهم كل احتياجاتهم
 المادية وتشقيف مداركهم وتنوير اذهانهم كي يكونوا مستعدين لتحمل صعوبات
 الحياة وواجباتها الى ان يبلغوا أشدهم فيتمكنون من القيام بأود أنفسهم وتسيير
 خطواتهم نحو كمالا يوجب نفعهم وصلاحهم . اجل انه لن تقوم للشرق قائمة
 مالم يهلك كل والد بموجب هذا العهد ومن لا يتمكن من حفظه فالا حري
 به ان لا يتزوج ولا يخلف لنفسه نسل يثقي به ويكون مجلبة عار على الوطن
 ومفسد لدعائمه . ان الشرق لن يخطو في ميدان المدنية الحققة خطوة طالما
 تكون الازقة غاصة بأولادنا حيث يتشبث فيها حب البطالة والوهو والكسل
 . ان الشرق لن يضاهي الممالك الاوربية الا متى أمحت من بيننا تلك الكتابات

التي تجعل عقل الولد آلة ميكانيكية يمد ألقاها ولا يدرك معناها فتى تمت
لاحداثنا تلك الشروط وعم العلم الحقيقي بين طبقات الشعب فلبشر عندئذ
الشرق بحسن الحال وسعادة الاستقبال والله الموفق الى السداد

السفر في ارلندة

لا يزال الاعتقاد بالسحر والجن وما أشبه ذلك راسخاً في بعض انحاء
جزيرة ارلندة لذلك أحببت ان آتي بهذا الخبر تفكهة للقراء .
فن جملة اعتقادهم الشائع بخصوص الجن انه اذا سقم ولد أو امرأة
يقولون ان الجن احتمات ذلك الشخص ووضعت مكانه شخصاً سقيماً في
شكله وهيئته أو ان ساحرة اختطف ذلك الشخص وقعدت مكانه لتجلب
الويل على أهل البيت ولا دواء لذلك الداء الا الحرق بالنار فاذا كان السقيم
ولداً يحمون مساة من حديد في النار حتى تحمر ويحرقون بها الولد . واذا
كان العليل بالنار يستحضرون له طبيب الجن فاذا لم يند علاجه شؤوا العليل
بانار فيزعمون ان الشخص الاصلي الحقيقي يرجع الى البيت باحراق المثل
له من جنية أو ساحرة .

فاتفق ان صانع براميل كان له زوجة عمره اسبع وعشرون سنة وله
منها اولاد واسمه ميشل كليري وكان ساكناً وعياله في بيت في البرية خارج
مدينة كلوغل من كونتية كورك وكان مشهوراً بطيب أخلاقه وحسن
سيرته وحبه للشغل وتعفقه عن السكر واللعب . فرأى أشغاله منذ مددة في
تأخر ورأى ان زوجته ضعفت وهزلت والزمها العلة ان تأوي الى الفراش
فلحار وتعجب من أين أتاه هذا المصاب المزدوج فلم يخطر له الا ان الجن