

حسناً لا حق لي فيه ولكن يطمعني فيه ثقتي بـحبك . اما العقاب فاترك
لك اختياره . واما الجزاء فاريد منك ولو في الامر مشقة ان تجهدني
نفسك على حبي

- بلا اجهاد ولا كلفة يا حبيبي . اني احبك ولا ازال على حبك حتى
اموت . اما العقاب فهو ان تلزم نفسك بعد ارجاعها عن شرها وزجرها
عن غيرها ان تقاوم علة شقائنا وآفة سعادتنا وان لا ترى الغيرة الا داء دواؤه
الثقة والمحبة وبذلك تكون حقيقة قد قمت بما يببض تلك الصحائف
السوداء . واني اكرر لك القول بان كن على ثقة اني كما احببتك مسيئاً احبك
محسناً واني قد غفرت ونسيت ما مضى فلا اعاده الله ذكراً ولا فعلاً
وهنا هم زوجها قبلها ما بين عينها قلة كانت فاتحة الحياة السعيدة
وخاتمة تلك الحياة الشقية

م . ب . داود

باب تديير طفولية الاولاد

« نوم الطفل »

في خلال الستة اسابيع الاولى لولادة الطفل يقضي القسم الاكبر من الوقت في
النوم والباقي في الرضاعة فيشاهد نومه بتواصل في الاوقات التي تتخلل الرضاعة كي ينمو
جسمه وتقوى اعضائه

يتراعى عدم نوم الطفل بمحل يكثر فيه اللفظ والضجة او ان يعلق باب غرفته
بشدة لو ان يسقط شيء بغتة يحدث له فرعاً ربما يؤدي الى تشنج او رعشة اعصابه
فيعيش خائفاً وجلاً ضعيف القلب والاعصاب

يستيقظ الطفل قهما من النهار من الاسبوع السادس الى الشهر السادس وكل

ما تقدم في السن يزداد وقت اليقظة ومن الصعب تقدير ساعات نومه في مثل هذا الوقت وعلى العموم يجب وضعه في سريره منذ الساعة السادسة مساءً حتى الساعة السادسة صباحاً وإذا لم ينام نوماً هادئاً في خلال هذه المدة يجب على القائمة بترتيبه ان تداعبه حتى لا يكثر من النوم نهاراً وان تعمل له حماماً عند المساء وتجعله يمشي فيه من عشر دقائق الى خمس عشرة دقيقة فذلك يدعو للراحة والنوم ويزيل عنه الرياح والتشنجات العصبية . اما ما تفعله بعض النساء الجاهلات من حمل الطفل والمشي به في الغرفة وضربه على ظهره طلباً لنومه فذلك امر غير مشكور لانه يسبب له دوخان وربما اعتاد على ذلك ولا ينام نوماً طبيعياً . كذا من الضرر العظيم جداً الذي تلام عليه الام شديد اللوم اعطاؤها بعض العقاقير مثل (ابو النوم) وخلافه بصفة لعوق لتنويم الطفل وبما ان ذلك مضر بحياته وربما كان سبباً لهلاكه فانصح الامهات بالاقلاع عن هذه العوائد الذميمة والاستعاضة عنها بالحمامات كما اسلفنا

« قاعة الطفل »

يجب ان تكون غرفة الطفل واسعة يتخللها النور والهواء والشمس وان لاتستعمل للجلوس ويتراعى فتح الشبايك صباحاً لحد الساعة العاشرة ويتراعى ان لا تكون مفعمة الاثاث بل ما يوجد بها يمكن غسله وذلك تحفظاً من العفار

« سرير النوم »

احسن سرير للطفل ما كان من الحديد وذلك لكونه ثابت الحركة وسهل النقل اذا حوته الحشرات اما فرش السرير فيحسن ان يكون من الكتان او القش والثاني ارحس واصح لانه لا يمتص افرازات الطفل ولا تبقى به رائحة بعد تهويته بالشمس خلاف الصوف والقطن فهما غير صحيين ويلزم اجتابهما لانهما يمتصان الافرازات ومن ثم ينبعث عنهما رائحة البول . والافرق ان يوضع فوق فرش الطفل قطعة من اللباد حتى لا تصل الافرازات اليه ويجب ان لا يوضع سرير الطفل بجانب الحائط منعاً للرطوبة ولا بجانب شبك أو باب خوقاً من المجرى الهوائي

اما نوم الطفل مع والدته أو مرضته في سرير واحد فهو عادة سيئة يقتضي اجتنابها وخصوصاً من كان نومهم ثقيلاً لأنه كم من اطفال ذهبوا ضحية هذه العادة لان الام تعطي ثديها للطفل وتنام فيكم نفسه ويموت خنقاً . فكيف تكون حالة الام لما ترى انها هي التي اماتت طفلها المحبوب؟

الوقت

يدعو الى تعليمها ورفيها

من امعن النظر في مرآة التاريخ وبحث بحثاً دقيقاً في حوادث القرون الماضية والعصور الخالية رأى ما كانت عليه الامم من الهمجية والجهل المسيطران على العباد اذ ان الفرق عظيم ومسافة الخلق متسعة بين ايماننا واياهم وبين علومنا وعلومهم . ولو قارنا القرن العشرين بالقرون السابقة لظهرت لنا هذه الحقيقة بأجلى بيان كيف لا وهو المعروف بعصر التمدن والحضارة . عصر النور . عصر الجهد والعمل . عصر رفع فيه لواء العلم والحرية ومحيت معه معالم الجهل وتبددت امام اشعته مظالم الاستبداد . عصر رجاله يميزون الخير عن الشر والضار عن النافع . عصر رجاله يقدرون حق الوطنية ويعطون لكل ذي حق حقه . عصر رجاله يرفلون في حلل الهناء وبجبوحه العيش . عصر تجسست فيه عوامل الحرية والمساواه والاخاء فاتفق فيه الملاك والملوك والغني والصلوك والذئب والخروف يربعان معاً والضبع والثور يرضان سوية . فاذا كان هذا حال عصر غمرنا بنعمائه ورتعنا فيه بجبوحه خيراته فما لي ارى فتاة مصر تبكي وتندب سوء حظها ؟ ما لي اراها حزينة ولا تريد ان تعزى ؟ ما لي ارى صفوها متكدرأ وهناك متعكراً ولم تقابل الجيل العشرين بالترحاب والتبجيل كما قابلته فتاة الغرب بكل سرور وفرح اذ علمت ان هذا العصر متمم لرفيها ومؤيد لحريتها التي طالما حن جزعها اليها . فويل يمكن ان يكون هذا احساس انجنتا المصرية ؟ وهل هي ايضاً شاعرة بما تستقيه من