

(المادة الثالثة) تعليمهنّ التدبير المنزلي علماً وعملاً وقانون الصحة وتربية الاطفال والاسعافات الوقية في الطب

(المادة الرابعة) تخصيص عدد من البنات لتعلم الطب بأكمله وفن التعليم حتى يقمن بكفاية النساء في مصر

(المادة الخامسة) اطلاق الحزبية في تعلم غير ذلك من العلوم الراقية لمن تريد

(المادة السادسة) تعويد البنات من صغرهنّ الصدق والجد في العمل والصبر

وغير ذلك من الفضائل

(المادة السابعة) اتباع الطريقة الشرعية في الخطبة فلا يتزوج اثنان قبل ان

يجتمعا بحضور محرم

(المادة الثامنة) اتباع عادة نساء الاتراك في الاستانة في الحجاب والخروج

(المادة التاسعة) المحافظة على مصلحة الوطن والاستغناء عن الغريب من

الاشياء والناس بقدر الامكان

(المادة العاشرة) على اخواننا الرجال تنفيذ مشروعاتنا هذا



﴿ الجنس اللطيف ﴾

« لما يذبل قبل الأوان وما هي الطريقة الواقية له من ذلك ؟ »

(طرق الوقاية)

قد ذكرنا في القسم الثاني من هذا البحث الاسباب التي تساعد على ذبول المرأة باسرع من الرجل فبقي علينا الآن ان ننظر في امر الوقاية من هذه الآفة وما الطرق التي يجب على الجنس اللطيف اتباعها للوصول الى ذلك فنقول :

ليس من السهل كما لا يخفى ايجاد علاج لكل من الاسباب التي سبق القول عنها لكنها اذا تعذرت البراءة منها جميعاً فلا تعذر من بعضها على الاقل فقد قيل ان ما لا يدرك كله لا يترك جله فهل من سبيل اولا لتقوية المرأة بحيث تصبح في

حالة تمكنها من التغلب على طواريء الدهر وطوارق الحدثنان وتقيه شر الأحن والمحن
ثم هل من واسطة لترويض عقل الانثى واشغاله باعمال ذهنيه تصرف عنه تلك
الافكار المقبضة والهواجس المزعجة فنقول ان كلا الامرين ممكن ولا حائل بحول
دون بلوغ تلك الغاية الشريفة والمقصد النبيل واليك البيان :

العاقلة من النساء من قابلات هجمات الدهر بقلب جسور وجأش ثابت ونظرت
الى الامر نظر الفيلسوف الحكيم الذي يدور مع الدهر كيفما دار فعيش ناعمة البال
قريبة العين راضية بما قسم لها المولى

وللحصول على تلك الحالة المرضية يجب عليها ان تخرج عن عزلتها وتسعى في
معاشرة فضليات القوم لا اسافلهم والتردد عليهم وما ضر المرأة العاقلة لو انضمت الى
الجمعات الخيرية واشركت نفسها في اعمال الصلاح بل ما احراها لو اتظمت في
سلك النساء اللواتي يفدن ويستفدن فانها لا شك تجد في تلك المتدييات الادبية
ما يزيل عن فؤادها كل هم وحزن ويضمن لها الغلبة على عوامل الذبول وبذلك
تضارع الرجل همة ونشاطاً ولا تعود تكثر الى القليل مما يطراً عليها من النوائب
والاكدار ثم يحسن بالمرأة ايضاً ان تقضي اوقات الفراغ بقراءة الكتب الادبية
المفيدة ومطالمة مجلات العلم والفكاهة فيقتدي عقلها بما فيه من الحكم الباهرة
والارشادات الجليلة فتصبح نصوحة نفسها وخير مثال لغيرها

غير ان رياضة العقل وحده لا تكفي ولا تفيد الفائدة المقصودة بالذات ما لم
يعط الجسم نصيبه من الرياضات ايضاً كما قيل ان العقل السليم في الجسم السليم فان
مزاولة الاعمال لا تشك تورث الضجر وتولد الملل وفقر الهمة وكساد الذهن فتأتي
الهموم والاكدار وترجع كما كنا

فبالطبع يتضح مما تقدم ان الرياضة العقلية والبدنية لازمتان للمرأة لزوم الغذاء
للجسد ولا يخفى ايضاً ما للمنتزهات من المنافع العديدة والفوائد الجزيلة
فاستنشاق الهواء الخالص وتسريح الطرف في الرياض الفناء وسماع خرير المياه
تحت ظل الارائك كل ذلك من شأن تفریح الكروب وتبديد غياهب الاكدار

وجاء صدأ القواد والله در من قال فاصاب وجاء بفصل الخطاب
ثلاثة تجلو عن القلب الحزن - الماء والخضرة والوجه الحسن . واذا اردت
زيادة الايضاح فعليك بالمقارنة بين عقيلة قوم شبت على حب الادب والعلم والرياضة
واخرى حرمت الخروج وآثرت البقاء تحت ظل دارها الوريث فالاولى كالوردة
تنمو بقوة اشعة الشمس البهية ونسيم الاسحار العليل قزهو وتزهر وبنضارتها تباهي
وتفخر بينما ترى الثانية في ذبول لا يعلم سببه وانحطاطه ربما اعيا الاطباء شفاؤه

وقد اتفقت العلماء على ان المرأة اذا كانت من الطبقة السفلى فلا نصيب لها
في الحياة سوى الهم والكدر فضلاً عما تخلفه في قلب بنيتها من الجبن والغبوة وقلة
الادب لانها تتبع خطة لا تحيد عنها طرل العمر فحى كآلة الصماء التي قلما انحرفت
عن سيرها المعلوم ولا تعتبر الرياض العقلية والجسدية الا من ضروب التمدن الحديث
الذي هي سعادتها في غنى عنه او هي كفاكية لا يعول عليها في الغذاء ولا تزال على
هذا الظن الفاسد حتى تموت شهيدة الجهل

وبالجملة فلا يحسن للمرأة ان تقتصر على زيارة اقاربها وجاراتها وتتجنب معاشره
فضليات القوم لاسيما اذا اتصن بحسن الاخلاق وجميل الطباع والعفاف وان تثار
على الرياضة ما استطاعت : راضن ان في هذا القدر من النصح كفاية ولا يظن
حضرات القراء ان المرأة تترك منزلها في اغلب الاوقات وتذهب للرياضة وتهمل
واجباتها معاذ الله ولا نخال احداً يابى تلك النصائح او يتعامل علينا لما ابدينا من
الاراء في هذا الصدد واملنا ان يسى الانسان كل جهده ويبدل ما في وسعه
للمحافظة على صحة ونضارة والدته او شقيقته او زوجته ممن عرف الدواء واهمل
معالجة الداء كان كالجاني على نفسه والباحث على حثفه بظلفه والسلام على من اتبع
الهدى

اندر اوس يوسف

(ز . ح)

أحد اعضاء جمعية زهرة الآداب

بالقلي بمصر