

باب تدبير المنزل

قد نعلمنا هنا الرب لكي ندرك في كل ما هم أهل البيت معرفة من تربية الأولاد وتدبير البيت واللباس والشراب والمسكن والزينة وغير ذلك ما يعزده بالنفع على كل عائلة

الصحة

لمحضرة الدكتور وديع برهاري طبيب مستشفى النيا
 الصحة حالة يكون الجسم فيها سليماً من الأمراض والآفات ووظائفه منتظمة وأعضاؤه متممة ما يطلب منها وتداول هذه الحال غير ميسور لنا لكثرة الطوارئ التي تطرأ علينا ولأن أجسامنا مكتسفة بعامل التغير والفساد فالصحة التامة الحقيقية لا توجد إلا بوزن الفساد تولد مع الإنسان عند ولادته فتبني جسمه للأمراض المختلفة وقد يكون هذه البزور أو الاستعدادات خفية في بادئ الأمر أو ضعيفة ولكن بمرور الوقت في الحياة نكتسبنا عوامل الفساد وجراثيم الأمراض مع الأحوال المواتقة لها وتعرضنا للنوازل الكيميائية الناتجة عن اختلاف تركيب الأتربة وصرجة حرارتها ورطوبتها ولتأعب الجسدية والذهنية ولسوء تدبير الرياضة . كل ذلك يسهل السبل لتلك البزور فنظهر بعد الخفاء ونحو ونستولي بجراثيمها على البدن فننقل به على اختلاف طبائعها

وبدوي أنه ليس في الدنيا مكان وزمان ولا حالة تبقى على ما هي عليه فليس من حقنا على الإنسان أيام نعيم ورحاه تكون صحته فيها على أجودها ولكن لا بد أن نعلمنا خطورتها تسكر صفاءها وتذهب بنعيمها . ومهما طالقت أيام الصحة والعافية فانها لا تتوازي مشقات هذه الحياة وآلامها فكان لا يأم السرور أحسنه تطير بها أو كأنها البرق في قصر حقيق وذو نوره ولكن إذا نظرنا إلى ساعات الأمراض والآلام جلتها أشهراً بل سنين في طول مدتها فننزل علينا نزول الضيف الثقيل ونسيتاً مرارتها حلاوة أوقات الصحة كما أطول ليالي الآم وما أحسن مضاجعها وما أنعم ساعاتها

والإنسان لو حاز كل الأعياد والنعم التي تغلبها الشعراء وتلذذ بالمال والرزق والشرق الأبل وقد الصحة لحبت كل عظمته وأمواله أشواكاً في فراشه فكم من شغل وكبير بذل

امواله في سبيل الصحة وكم من عالم وطبيب زال المقام الاثني والثروة الطائلة لانه اكتشف
اكتشافاً لرد الصحة وشفاء المرض ولاعلاء منار الصحة العمومية

وقد تميز الاموال عن شراء الصحة فالصحة كنز لا يباع ولا يشترى والا لاقترا الفقير
ببعض درجعات لبيع ما ملكتهم الطبيعة اياه من الصحة فزاد فقره على فقر جبره فلا
يخفف ويلازم حينئذ غير الانتباه إلى التبر الماتوح الذي يستوي فيه الضعيف والقوي والفقير
والغني اذ لا يمكن اطراف الدمس والحريز وكل فراش وثير ان تحذف الآام الغني ليس لها
في ذلك مزية على اثياب البالية المرقعة التي يلبسها الفقير ولا يستطيع اعظم لاطباء اذ ذلك
ان يلي صراخ الغني المنقلب على فراش الالوجاع اكثر مما يستطيع دجال قرية المدعي الطباية
مع المريض الفقير . وربما كانت آام الفقير اشد من آام الغني . ولكن تعود المشاق العيشة
قد يجعله اقل احساساً واكثر احتمالاً للامراض وميلاً إلى النوم حيث تسكن
جميع الآام

وهل الجاه ان يكسر شوكة المرض ويذف سورة الام . هل حمت عظمة نابوليون وغيلباته
جسمه عند موته وهل تمكنت اكايل نصره ان ترد عنه غزوات الجرائم المهلكة وحملاتها
وهل لاج الملك الثمين ان يخفف صداع رأسه

ثم هل في الكون نفة من الناس لم تعرف الاواض او هل استطاع احد ان يرجع ما فقد
او ان يهدي الى سبيل الصحة الحقيقية فيشترها الغني بأمواله والفقير بدمه والملك برجاله .
وما كان ذلك مخيلاً عدت ام الارض الصحة خير مقبتي واحلها المحل الاول . وعوا جهودهم
في طلبها او المحافظة عليها وسنوا لها شرائع ونظامات دينية حسب الاحوال المختلفة . وربما لم
تطبق تلك الشرائع الدينية على الشرائع العقلية والعلمية ولكن اهلها وضررها على قدر معرفتهم
وحسب ما يوافقهم فان التاريخ يعلمنا ان كمة القدماء مثل الاشوريين والاصريين واليونانيين
وغيرهم كانوا اطباءهم وقد طبقوا النظامات الصحية على الدين لتظهر انها شرائع سماوية
اطاعتها واجبة فامتنع انتقال الامراض بقدر الامكان وشجنت الصحة . مثال ذلك ان يرها
معبود الخرد امر باكل المآكل النباتية على انواعها ونهي عن كل المآكل الحيوانية اعتقاداً
ان النباتات احسن المآكل لكان المنطقة الحارة . وهذا القول خاطئ لكن واضعي شريعة
يها اعتقدوه صواباً ولا يطالب المرء باكثر مما يعرف

والحقيقة ان ما كان من هذا القبيل من الاوامر والنواهي لا يخلف عن اوامر الحكومة
المصرية ونواهيها ايام نقشي الكوليرا فانها منعت الشرب من بعض الترع مثلاً مخافة ان تكون

مصدرًا للمدري وقد أصدرت تلك الاوامر والنواهي بيوتة ادارية حيا بحجز الامة ثم الغاها لما علمت ان الخطر زال . ولو كانت حكومتنا حكومات الايام السالفة لجمعت تلك الاوامر دينية واجتمعتها إلى ما شاء الله وان تعطلت الاحوال وانقطعت الاسباب التي فادت على وضع تلك الاوامر

ثم اذا نظرنا إلى شرائع موسى كمنع اكل بعض الطيور والاسماك مثلا ما وجدنا لذلك سببا غير زيادة الاحتفاظ بالصحة والبقاء الامراض وقد حفظ اليهود تلك الشرائع على وجه الايام فامتدوا بذلك عن سائر الامة الذين سكنوا بينهم في الهيئة والاخلاق والعادات في كل زمان ومكان . وقد وضع اليونان قواعدهم للصحة بيوتة شرائع سياسية واعتقدوا عميها ان تقوية البنية والعضلات خير الوسائل لتوسيع العقول وتيقنها . فمن الحكمة لذلك نظامه الصحي المشهور وهو اعدام كل الاطفال الضعفاء والذين فيهم عاهات تمكن من تهينة نسل قوي البنية لتلك الامة العظيمة وتحمين الصحة العمومية ولم تفكر شريعة الاغريق بل تناولت الامة بأسرها . ثم نرى عن اليونان ان يكرهن قصد بسن شريعة وصول إلى واسطة فبالتة للدفاع عن البلاد ولإعلاء مطوتها وتوسيع املاكها وأسليطها على الامم اخرى فلم يرسبلا إلى ذلك الا سبب ذلك النظام الصحي لان الصحة اس العمل فيمكن ان يكون قد قصد من نظام اعداد الامة لان يخرج منها العالقة العظام والشعراء الجيدين اذ يستحيل ان يكون قد جهل ان اضعف الاجسام قد يضعف اكبر العقول واكثر الاجسام اصغر العقول وانها لالعلاقة للعقل والدكاء بالقدب او بيوتة القدم

واذا نظرنا إلى التواعد الدينية عموماً وأبناها خير الوسائل لحفظ الصحة . فان الاديان جميعها تنهى عن الزنى منكم إلا اراما يذون ولا ينجم غنة من ضعف العقول والبنية العقلية كما لا يخفى اعظم واسطة الإحابة بالشر الامراض كالتشل على انواعه والامراض العقلية على انواعها والجون . وهي ايضا تنهى عن المسكرات وضررها اعظم من أن يذكر وتأثير يوم في الاسوع يسرع الانتكاي ليد من تشاق الاعمال الجسدية والعقلية في سبته فإياه يتوالج وتما تقدم لتضع اهمية الصحة جليا وسعي الامة في سن شرائع للسير بقية شامها . ومن فضل التمدن الحالي اصبح كل يوم يترقى بين الضار والنافع بعد استشارة الاطباء في شئ من ذلك ان يعتني بنفسه وقد كارت الكتب المديدة في الصحة ونشرت هذر الحجة الشهيرة فصولا كثيرة منذ عشرين سنة إلى الآن فضلا عن اهتمام الحكومة بالمحافظة على الصحة العمومية وسن القوانين اللازمة على مقتضى الاحوال

هذا ويليق بكل فرد ولا سيما المذرجين ان يبحث عن قوانين حفظ الصحة وطريقة المعيشة والتربية في كل دور من ادوار الحياة اذ كل دور يختلف عن الدور الآخر في مطالبه وساذكر ما لكل دور من الهبات والمطالب والقوانين على اختلاف الاحوال . وقد أحسن الدكتور جنس في تدبير حياة الانسان إلى عشرة ادوار مدة كل دور سبع سنوات

الدور الاول

وهو يشتمل على تاريخ الطفل الطبيعي منذ ولادته حتى يبلغ السنة السابعة من العمر يولد الطفل ويعيش الدور الاول من حياته منذ اذ بالفرغزة الحيوانية فهو يرضع ويكسب وينام مجرداً عن القوى العاقلة في حين ان خلايا دماغه تكون في عمل دائم لتجهيز السبيل الى القوى العاقلة المدركة التي تظهر فيه في المستقبل . ننتقظ حواسه جميعها وتبديىه بواسطة العالم الخارجي فتؤثر مؤثراته في دماغه وتنطبع على عينيته فتعطي صورة يوما بعد يوم وهكذا يوضع اساس الذاكرة والتمييز . ويقال بالاختصار ان الطبيعة تسمى في هذا الدور سعيًا متواصلًا في بناء البنية ونقيتها والنقل مهمهم يبرزت المواد اللازمة للتأمل والتفكر في المستقبل وهذا اساس الاخلاق والطباع . وهذه المواد جميعها تدخل عن طريق الحواس في حال تيقظها فلا تدع شيئاً يفرتها . فالطفل في هذا الدور اشتهى بمرآة نظير الاشياخ فيها كما هي . فيجب على الوالدين اذ ذاك ان يتنبهوا انتباهًا تامًا الى سلوكهم وقوتهم امام اطفالهم ويتنوا باسرتيهم صغارًا اذ العلم في الصغر كالنقش في الحجر

وفي هذا الدور يضع الوالدين اساس سعادة اولادهم في صحة اجسامهم وعقولهم او اساس يؤسهم وشقايتهم في ضمها وحملها ويشون فيهم الميل الى هذا الشيء او ذاك . فان كان الوالد كاذبًا او صادقًا اتخذ الولد خلة الصدق او الكذب ابتداءً بايو

وفي الطفولة تكون انقرة الجبوية في ايمان عملها . فكون الطفل قلق له وراحة لعب وحركته سرور وابتهاج . وهو وان كان ادراكه قليلًا لكن دماغه يجرى بموت اعضاءه بتدليل ميل الطفل إلى الانتكار لان طي دماغه يتوقف تدبير شؤون جسده . فلو ولد الطفل بقوة الادراك والتفكر لما بقي في دماغه قوة عصبية كافية لادارة المضم والامصاص فتنتفي قوته ويشرف نموه . وما نراه من ضعف العقل والبنية احيانًا والتوقف عن النمو الطبيعي في بعض الاولاد والميل إلى الجبن او ضعف الذاكرة وعدم الانتدار على الدرس ناشى عن اجهاد الوالدين لعقول صغارهم والاضط علىهم بالدرس ومنع اللعب عنهم وحصر عقولهم وهو في الحقيقة امانة لها واضاف لغوام الجديدة لان الجسم يتألم بتألم العقل وهذا ما يجب ان

ينبغي ارباب العائلات اليه وهو ابن الاربعة سنين الى المدارس ولا يسعوا في تعليمه قبل بلوغه السنة السابعة على الاقل . هكذا اذا كانت بنية الولد قوية واما اذا كانت بنية ضعيفة فلا يجوز حصر عقله قبل السنة العاشرة . لان ما يكتبه الطفل في السنة الخامسة عشرة من عمره اذا بدأ بالشغل العقلي في السنة العاشرة هو اضعاف ما يقدر ان يكتبه لو بدأ بالشغل العقلي في السنة الخامسة مثلاً . وما يكتبه في الحالة الاولى يوسع اكثر ويهدوم اطول . وسياقي الكلام على كيفية معيشة الطفل في هذا السن

الاعتناء بالشعر

لحشرة الذكيرة غراس مومي

لو كان الشعر ينطفي ولا يظهر منه شيء ما كان الاعتناء به من المصالح الهامة وزد على ذلك انه ميزان الصحة فاذا اعلت الصحة خف الشعر وزال منه اللان والوجه الطبيعي فيكون الاعتناء به موجبا في الحقيقة الى الاعتناء بالصحة

بناء الشعر

عدا العطاء الشعر في الرأس فوجدوا انه يختلف فزاره باختلاف لونه فالاشقر اغزر من الاسود والاسود اغزر من الاحمر . والقالب ان يكون في كل عقدة مربعة عن الرأس من ثمانية شعرة الى خمس مئة . ويشيب الشعر بالتقدم في السن لكنه قد يشيب من اطراف والنم في بضع ساعات . رأيت فتاة لم تقط من سكة الحديد فشاب شعرها كله في لحظة ثم عاد اسود بعد بضعة اشهر

ومتوسط عمر الشعرة من سنين الى سبعة سنين ومتوسط ما تنموه في السنة يعتبرون سنة تقريبا . ولا يد من سقوط بعض الشعر يوميا ومتوسط عدد الساقط منه في اليوم من خمسين الى ستين شعرة وبين الشعر الساقط شعر صغير قصير فاذا زاد عاكفا حتى ربح الشعر الساقط فالشعر آخذ في القلة ويجب الانتباه اليه

خفة الشعر والصلع

خفة الشعر والصلع شائمان ولا سببا في الرجال حتى ظن البعض ان رأس الرجل سينفذ

من الشعر مع الزمان . ومعنى تقدم الانسان في السن تضيق الأوعية الدموية الشعرية التي تنفذي بها اصول الشعر فتضيق ويسقط الشعر ويحدث مثل ذلك في الحيات لكن الشعر الذي يسقط على اثر مرض قد يرد فيشعر غزيراً وأما الذي يسقط من التقدم في السن فيعسر عوده . وقد ظن البعض ان الصلع مسبب عن نوع من الميكروبات وان الرجال يعطى بعضهم بعضاً بواسطة مقراض الحلاقين (الزيتين) وامشاطهم وقد يسقط الشعر أيضاً لان الغدد الزيتية يقل افرازها فيصغر الشعر ويقع او تنكثت الفشرة (المبرية) عليه فتضعفه

الاعتناء بجلد الرأس

جلد الرأس لين مرين بالطبع ويجب ان يبلى ليناً مرناً فادلكم باناملك اذا فسا واذا قل الدهن منه فادمنه بشيء من الزيت او الدهن . وقد ملح اللانولين كثيراً لهذه الغاية وهو زيت طبيعي مستخرج من صوف الغنم لكنه لزج فلا يستعمل وحده بل مع الفاسلين او الفليسرين تدهن به اصول الشعر يوماً ولأولاً . اذا كان هناك ميل الى الصلع والكهروناية فليد أيضاً في تقوية الشعر وأما اغسل بالماء فلا تنع منه

قص الشعر

شبه بعضهم نمو الشعر بنمو الشجر فقال انه يتقوى بقصه كما تقوى الاشجار بقصها والبعض يحرقون رؤوس الشعر حاسبين ان الحرق اسلم من القص لان القص يدمي الشعر في زرعهم واما الحرق فلا يدمي لكن الذين يؤخذ بقولهم يقولون ان قص شعر البنات لا يزيدن نمواً وخير منه قص رؤوس الشعر فقط كلما تشقت او زالت مساواتها

مشط الشعر وفرشته

تسريح الشعر بالمشط خير من محوه بالفرشاة لان الفرشاة تسحب الشعر سحباً . والذين عملهم الاعتناء بالشعر يقولون ان الفسل المتكرر يزيل الدهن الذي يلين الشعر وخير منه التنظيف بمح البيض يمزج مع بيضة جملعة صغيرة من مسحوق الصابون وملعقة من الكولونيا في فنجان من الماء الساخن ويفرق الشعر وتدهن اصوله بهذا المزج ويفرك جيداً فيتكون منه رغوة كثيفة . ومعنى نظف الشعر تماماً وجلدة الرأس يقل بناه جيداً وينشف بسرعة ويكرر ذلك مرة كل اسبوعين

الهبرية

الهبرية في الرأس كحب الصبا في الوجه زيادة في افراز اللغدة الدهنية. وعلاجها بسيط وهو التنظيف مع البيض كما تقدم مرّة في الاسبوع وفرك الرأس بعد ذلك جيداً لتقوية الدورة الدموية في جلده. ويمكن أيضاً استعمال الامونيا المخففة ومذوب اليورق وكريستالات البرتاسيوم لكن التنظيف مع البيض هي المراد وقد قال كثيرون ان التجديد يضر بالشعر كثيراً وفي ذلك مبالغة فاتجديد لا يضر الا اذا كانت الملائط حامية جداً حتى يحترق بها الشعر ولكن لا بد من تسريحه باليد بل بالاصابع لتجديده لئلا ينقطع

مقويات الشعر

ينظر الى حال جلد الرأس فيقرر الى الشعر نفسه فاذا ضعفته الدورة الدموية في جلد الرأس وجفده الشعر ولم يعد فالجلد يتحرك بسهولة على العظم الذي تحته فلا يثبت استعمال الوسائل التي تقوي الدورة الدموية ومن افضلها ذلك (الكيس او التجديد). وقد شاهدت شخصاً اصلع تماماً فاشعره ثانية بماء غزير بمجرد ذلك. ولكن اذا زالت بقلات الشعر فلا شيء يبيده. وبما يزيد ايضاً صبغة القزاح اذا كان سقوط الشعر ناتجاً عن ضعف الدورة الدموية. ولا بد ايضاً من الدهن بالانولين والناولين وقد يضعف الشعر من كثرة افراز المواد الدهنية وهذه الحالة عكس الحالة الاولى وعلاج ذلك الاكترول والامونيا والنسل بالصابون ولا بد من فرك النسل ايضاً اذا عالج الشعر بمواد دهنية كما في الحالة الاولى. ويند في هذه الحالة ايضاً النشولات التي فيها كينا وتينين ولا بد من فرك اصول الشعر بها فركاً جيداً. والسبب الاكبر لعدم النجاح هو عدم المواظبة على استعمال هذه العلاجات

وحالة الشعر تتوقف على حالة الصحة العامة فكل ضعف عصبي وكل ما يوجب الرأب ويوجب الصداع يضر بخذية الشعر وتكون نتيجة سقوط الشعر وسرعة شديد

تسريح الشعر الزائد

الوبر الصغير يزول او يقل بماء صابون الكافور والامونيا والحامض ولكن لا بد من استعمال الخفيف من هذه المواد لئلا تحرق الجلد ولا فائدة مضطربة لاستعمالها لان فعلها

يختلف باختلاف الأشخاص ولكن لا بد من الابتداء بالخليل الخفيفة ثم يتدرج منها إلى الثقيلة ويرف عند الحد الذي يحشى منه الضرر إذا زاد طوي
والواسطة الأكيدة لنزع الشر في أمانة أصول الشعر بأمر تجري عليها الكهر بائية ولكن استعمالها صعب مؤلم ولا يستطيعه إلا من تمرن على ذلك . وإذا كان الشعر قليلاً منفرداً يتف شقاً يلقط أو يترك وشأنه

المنظرة والمراسلة

قد رأينا بعد الاختيار وجوب فتح هذا الباب ففضاه ترغيباً في المعارف وانهاضاً للهمم واتجيداً للادمان . ولكن الهدية في ما يدرج فيه على اصحابه نفس براءه منه كلو . ولا تدرج ما خرج عن موضوع المقتطف ونراعي في الادراج وعدمه ما يأتي : (١) المناظر والنظير . مشتقان من اصل واحد فمناظره تناظره (٢) المناظر من المنظرة التي يرسل اليها المحتاج . فإذا كان كاشف اغلاط عموره عظيماً كان المعترف بالاعلاط واعظم (٣) بحر الكلام ما قل ودل . فالقالات الرفاقية مع الاجازة تستفاد على المطلعة

رد الاعتراض على الخط الجديد

حضرة استاذي الدكتورين العظيمين مشيخي المقتطف الاغر

ورد الجزء الاول السنة الحادية والعشرين من المقتطف الاغر فالتيت فيه اعتراضاً لاحد الفضلاء على الخط الجديد الذي استنبطته . واني بعد ادائه واجب الشكر لحضرتي على اهتمامه به واعتناؤه بانقادوا شأن الفضلاء الذين همهم البحث والتنقيب عن الحقائق ارجو من حضرتي العفو عن بيان ما لاح لي من وجود الة على بعض القضايا من مقالته الانتقادية ان حضرتي بعد ان ابدى حسن ظني بهذا الحقير تماماً هو من شيم الكرام وذكر رأيه مع رأي اصحابه الفضلاء في تسهيل القراءة ورخص الكتب العربية لو كتبت بحروف منفصلة قال " ثم اخذنا نتمرن على الحروف التي وضعها وبقينا الساعة والساعتين نمارس ذلك ثم عدنا اليها في اليوم التالي فسر بعضنا في معرفتها وكتابتها ولم يهر البعض الآخر فاجع رأينا على ان تعلمها يمكن ولو انتضى وقتاً اطول من الوقت الذي ذكره مستبهاها . فانقول ان القول بانتهاء