

باب تدبير المنزل

قد فتحنا هذا الباب لكي ندرج فيوكل ما هم اهل البيت معرفته من تربية الاولاد وتدبير الطعام واللباس والشراب والمسكن والزينة ونحو ذلك بما يعود بالنفع على كل عاقل

زينة المائدة

لا نقول كما قال بعضهم "لناكل ونشرب لاننا غدا نموت" ولا كما قال الآخر
انعم ولذّ فللمور او اخر ابدأ اذا كانت لمن اوانل
ولا كما قال الآخر

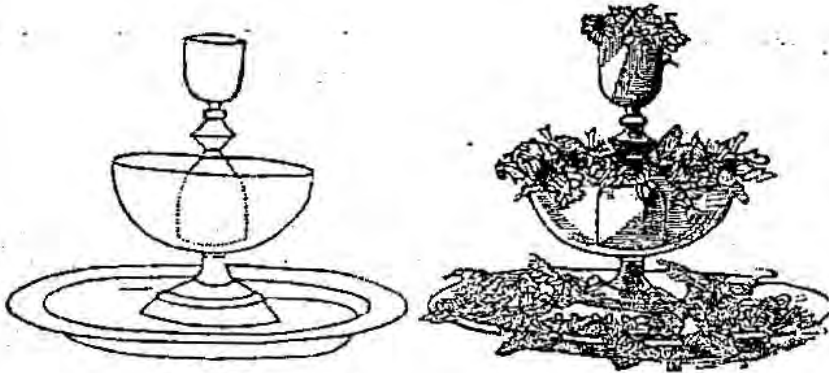
ولا تضيع فرصة المرور فا تدري أيوما تعيش ام دارا

بل نقول كُن واشرب وانعم ولذّ ولا تضيع فرصة المرور ما دمت تجد نفعاً من الاكل والكرب واللذة لان ذلك مباح لك بل مطلوب منك . ونعيم الحياة أكثر من بؤسها ونجومها اجبال من شحها . وأكثر ما فيها من المر والغم ناتج عن عدم الاعتدال في المطالب او عن مخالفة شرائع الكون . وعلى م لا تسر يا ابن آدم وقد سخرك الله كل ما في هذه الدنيا . وعلى م لا يكون بينك وطن المحب والمحبور وسجون البر وطير السماء وسك البحر وكل ما في الارض غيرك جزل طرب بمواهب الطبيعة

قال ارسطو المائنة اساس الاجتماع الانساني وقال غيره انها بؤرة محبة الوطن ونحن نجاسر ونقول انها القالب الذي يُفرغ فيه الانسان . فكل ما يظهر منه من المحامد والمعائب قد عُرس فيه وهو في حجر ابي وتحت عين ابي . وكل ما تميل نمسه اليه من الغم والكدر او السرور والحبور قد ربي فيها وهو في بيت ابي وعلى مائتي

اوردنا فصلاً كثيرة في باب تدبير المنزل ابناً فيها وجوب ترتيب البيت والمائدة حتى لا يكون فيه ولا عليها الا ما يشرح الصدر ويسلي العقل ويهدب الذوق . وقد اطلعنا في اجدى الجرائد الزراعية على اسلوب بديع لتزيين المائدة يستطبعة الذهن لا يستطيعون ان ينهوا بالمواد الثمينة النادرة . وهو ان يوضع في وسطها صحفة كبيرة مستديرة الشكل او اهليجية و يوضع فيها صحفة صغيرة مقلوبة وينام على الصحفة المقلوبة كأس كبيرة ما توضع فيه الاثمار ويوضع

فيها كأس أخرى صغيرة مقلوبة وينام عليها كأس ثالثة كما ترى في الشكل الاول. ثم توضع اوراق
واغصان صغيرة في الصحفة الاولى الكبيرة وتوضع فوقها الاغصان المختلفة وبينها شيء من الازهار.
وتوضع في الكاس الكبيرة اوراق واغصان من المراخس والمتعرشات حتى تملأها وتدلى منها



الشكل الاول

الشكل الثاني

وفي الكاس العليا طاقة من الازهار الصغيرة كما ترى في الشكل الثاني. وان لم توجد الازهار
فالانوار والاوراق تغني عنها اذا رتب ترتيباً جميلاً. والغرض من كل ذلك بهجة النواظر
وتسليمة الخواطر وترية الذوق على حسب الجمال في الصغار. فعسى ان يجرب ذلك كثيرات من
ربات البيوت ويتفنن فيه بحسب ذوقهن ومتقضى الحال

—٥٥٥—

العين الزائد ومعالجته

ذكرنا في الجزء الماضي والذي قبله خمس وسائل لمعالجة العين الزائد وهي الادوية
المضغنة وتقليل الطعام وتجنب الاطعمة والاشربة الهيدر وكربونية وضع الطعام جيداً وتقليل
النوم. وهالك واسطتين آخرين نغتم هذا الباب بها
الواسطة السادسة. غسل الجسد وفركه جيداً. وذلك بان يغسل العين وجهه
ورأسه كل صباح وينشئها جيداً. ثم يمسح صدره وذراعيه وكتفيه وظهره الى الوسط
باصفحة مبلولة بالماء البارد فقط وينشئها جيداً بمنشفة كبيرة حتى تكل بدهاء من التعب
ويجمر جلده من شدة الفرك. وهذه كيفية التنشيف بأخذ المنشفة بين اليدين وفرك بها اليد
اليسرى حتى تكل من التعب ثم يأخذها باليسرى وفرك بها اليمنى حتى تكل ايضاً ثم يأخذها

بكلتا يديه وبتركبها صدره حتى يجرحم يدها على كتفيه ويجذبها بكلتا يديه الى اليمين وإلى اليسار وعلى الكتف الواحدة والخاصرة المقابلة لها ثم على الكتف الاخرى والخاصرة المقابلة لها حتى يكل من التعب فيترك المشقة ويعود الى الاستغنية فيسبح بها وسطه ويطنه الى ركبتيه ويفركها بالمشقة كما فعل بصدروه وظهروه حتى تنحمر من شدة الفرك . ثم يسبح رجله ويفركها كذلك . ويمكن ان يفرك بدنه في المساء ايضاً بدون ان يسبح بالاستغنية وان مسحة فليكن الماء فاتراً لا بارداً . فاذا واطب على ذلك اياماً كثيرة بقوى بدنه وبقل سبعة

الواسطة السابعة الرياضة الجسدية . اشده انواع الرياضة الجسدية ثقيلاً للسن رياضة اعضاء النفس وهي تتم بالجري المتزايد يوماً بعد يوم . فعلى السمين الصحيح اي غير العليل ان يجري مئة خطوة صباحاً قبل الاكل ومساءً قبل النوم وبوظب على ذلك اسبوعاً او اكثر حتى يصير يجري الشوط المذكور بلا تعب . ثم يزيد رويداً رويداً حتى يصير قادراً ان يجري نصف ميل في الصباح ونصف ميل في المساء بقليل من التعب . وبأتي بعد الجري في المنفعة المطاردة على الخيل والتجديف في القوارب والدل بالاعمال العضلية المختلفة فان كل ذلك يقوي الجسد ويقل دهنه

ولا بد لكل من يروض جسده رياضة عنيفة ان يسرع الى خلع ثيابه التي بللها العرق حين ينهي من الرياضة وينشف بدنه ويلبس ثياباً ناشئة حالاً . ولا بد ايضاً من الاعتدال في الرياضة عند الشروع فيها لانها اذا زادت كثيراً تضعف الانسان فينتفع عنها ويعود الى الاكل والشرب والنوم ويزيد سمنة سماً . ولا بد ايضاً من المواظبة على استخدام الوسائط المتقدمة اسابيع وأشهر حتى تحصل منها الغاية المطلوبة

واعلم ان كل ما تقدم من الوسائط ما عدا الواسطة الاولى يقلل سمن اللحم ويزيد لحم العظام ويقوي الجميع ويزيد العافية واللذة من الحياة

الكيمياء البيئية

في طبع الجبن

الجبن مادة حيوانية مع انه لا يوجد الا في لبن الحيوان . وهو ذاتب في اللبن ويبقى فيو ولو تخض اي لو نزع منه كل سمنه . فاذا كان نقياً جداً فهو اصفر اللون لاطعم له ولا رائحة اما الطعم والرائحة اللذان في الجبن العادي فليسا اصلين فيه ولذلك تشترك بين الجبن العادي والجبن الصرف الذي نسميه كاسينا . تبعاً للكيمياء بين وتذكر صفات الكاسين الطبيعية

تهيئاً لما ستذكر من طبع الجبن واستعماله طعاماً فنقول .
 الكاسين يذوب في الماء ولا يجيد بالحرارة وإذا كان مذوبة في الماء مشبعاً وعرض للهواء
 اتن حالاً وإذا لم يعرض للهواء بل اضيف اليه الكحول رسب كانه اليومن متغير . فاذا
 كان الاكحول قليلاً سهل تذويب الكاسين ثانية وإذا كان كثيراً فورياً عسر تذوية او
 امتنع . والحوامض تجيد أيضاً او ترسبه ولكن اذا عدلت بقلوي ذاب الكاسين ثانية . والجبن
 لا يجيد بالحوامض بل بالمنفحة (المسوخة او الحبيبة) على السلوب لانعلم حقيقته حتى الآن .
 اما المنفحة فقطعة من كرش المجدي او العجل اذا وضع درم من غسلتها في ثلاثة
 آلاف درم من اللبن جمد اللبن وصار جناً . والجبن التي المصنوع على هذه الصورة جامد
 اصفر قرني اذا وضع في الماء لان وانتفش ولكنة لا يذوب في الماء ولا في الاكحول ولا في
 الحوامض الخفيفة . والحوامض الحمادية القوية تحله ولكن القلوبات تذوية بسهولة وإذا سخن
 قليلاً لان وامكن مطه خيوطاً طويلة وإذا اشددت الحرارة عليه سال

وهو اكثر كل المواد غذاءه ففي كل مئة درم من لحم البقر $\frac{1}{2}$ درم من الماء ومن لحم
 الضان $\frac{1}{2}$ درم ومن لحم الطير $\frac{2}{3}$ الدرهم وما الجبن ففي كل مئة درم مئة $\frac{1}{4}$ درم
 من الماء فقط فحوائده اكثر من مضاعف جواد اللحم الجيد . وفيه من الغذاء ثلاثة امثال
 ما في اللحم كله اذا اضفنا اليه عظمه . واكن اكثر الممد لا يهضم الجبن جيداً وهو على حاله الطبيعية
 فلا تفندي بكل ما فيه من الغذاء وذلك لانه جامد عسر الذوبان ولكن اذا مزج بمادة
 قلوبية كاللبن المجدي سهل ذوبانه ولا سيما اذا اضيف اليه شيء من كبرونات البوتاسا . وقد
 وصفنا طريقة لطبخه في الصفحة ٥٥٥ من المجلد الثامن مفادها ان يمزج بالماء واللبن المجدي وفي
 كبرونات البوتاسا وي سخن فيذوب ويسهل هضمه . ويظن متيو وليس ان ملح البوتاسا هذا
 ضروري جيداً ولا يخرج ان هذا هو سبب اللذة التي يراها آكل الجبن اذا آكله مع الخضر
 كالخيار والثناء لان الخضر فيها املاح البوتاسا فتكمل نقص الجبن وتسهل هضمه

الحمام المائي في الطبخ

ذكرنا غير مرة في الكيمياء البيئية ان في اللحم نوعاً من الاليومين وذكرنا ايضاً ان الاليومين
 يجيد على درجة من الحرارة دون الدرجة التي يغلي عليها الماء وانه اذا بلغت حرارته حرارة
 الماء الغالي قسا وصار كالمجد . ونصلنا هذا في ما كتبناه عن سلق البيض . ولذلك اذا سلق
 اللحم في ماء غال يفسد اولاً حتى يكاد يعسر قطعة ثم يلين عند ما يطول اغلاقه لان الاليومين

الذي تلحم به اليافه يتزع منها فينصل بعضها عن بعض. واللمح المسلوق على هذه الصورة غير لذيق الطعم فالأولى ان يسلق كما يسلقه الفرنسيون وذلك بان يوضع في اناء مع قليل من الماء سخن ويوضع هذا الاناء في اناء آخر فيه ماء غالي ويوضع على النار كما يفعل في تدويب الغراء فلا تبلغ حرارة اللحم درجة الغليان ولكنها تبلغ درجة كافية لاتضاجه بدون تجريد الاليوم فيخرج لذيذا جدا ولو اقتضى له مضاعف الوقت الذي ينضو لو طبخ على الاسلوب العادي

صابون لازالة البقع

قطع ٢٦٤ جزءا من الصابون الجيد قطعاً صغيرة واضف اليها ١٠٨ اجزاء من الماء و ١٥٦ جزءا من مرارة البقر وضعها في قدر وغطها واتركها ليلاً كاملاً. وفي الصباح اشعل تحت القدر نارا خفيفة حتى يذوب الصابون بلا تحريك. ثم اضف اليها تسعة اجزاء من التريبتينا و $\frac{1}{3}$ من البازين النقي وامزجها جيدا ثم صبا في قوالب واتركها بضعة ايام قبل استعمالها

المناظرة والمراسلة

قد رأينا بعد الاختبار وجوب فتح هذا الباب فنفخاه ترغيبا في المعارف وانهاضا للهمم وتحميماً للاذمان. ولكن الهدية في ما يدرج فيه على اصحابه فحسن ير الاسنة كلو. ولا تدرج ما خرج عن موضوع المنتطف ونراعي في الادراج وتدعو ما يأتي: (١) المناظر والظواهر مشتقان من اصل واحد فيمنظرك نظرك (٢) انما الغرض من المناظرة التوصل الى المحقائق. فاذا كان كاشف اغلاط غيره عظيما كان المعترف باغلاطه اعظم (٣) خبير الكلام ما قل ودل. فالملات الوافية مع الاجبار تستجار على المطالعة

الحاجة من ارسال الانبياء

حضرة منشي المنتطف الناضلين

شكر لنا صدقتنا البارح سليم بك رحي اقداما على البحث في مقام شكرنا له قبلا. الاقدام على السؤال فيولانه اظهر من مكونات درر المحقائق ما كان محجوبا باصداف الخناء وسألنا ازالة ما خطر له في رسالتنا فحسن بكل قبول نكتب ما امكنا من التبول فان ازال ما خطر له والّا فلا خطر له