

فاسيا أكثر البلدان استخراجاً للسكر وتلونها اميركا فاستراليا . اما اوربا فيزرع القصب فيها في اسبانيا لاغير . ولا يعد ان تنسج زراعته في افريقية بعد ان رخصت ليها قدم الاوربيين

باب تدبير المنزل

قد نخذا هنا الباب لكي ندرج فيوكل ما هم اهل البيت معرفته من تربية الاولاد وتدبير الطعام والشراب والشراب والسكن والزينة ونحو ذلك ما يعود بالنفع على كل عائلة

البيض في الطعام

امتحان البيض

فرخ الطائر يولد من بيضة فيتكون منها لحم وعظمة ودماعه واعصابه وريشه . في البيض كل العناصر اللازمة لتكوين جسم الحيوان لحمًا وعظماً وجلدًا وشعرًا ودمًا وأعصابًا ومن طبيعة البيض انه يفسد سريعاً ولا سيما في البلدان الحارة فلا يؤكل الا اذا كان جديداً او خالياً من الفساد ويعلم ذلك بان نضع البيضة بين عينك ونور الشمس الساطع فاذا بان معها (صفارها) مشدراً والزلال حوله صافياً تقياً فهي جديدة او خالية من الفساد . وكذلك اذا وضعت البيض في اناء وصبت فيه ماء فالجيد يبقى في الماء واما غير الجيد فيطفو عليه

سلق البيض

يلقى البيض متى كان جديداً والأعرس سلقه ولم يشطب طعمه . وينلى الماء اولاً وتوضع كل بيضة فيه على حدها بملققة تصلها الى اسفل الاناء لئلا تقع فيه وتكسر . والمدة اللازمة لسلقه في الماء الغالي من ٣ دقائق الى ١٥ دقيقة فاذا ترك في الماء ٣ دقائق فقط بقي كأنه غير مسلووق واذا وضع ٦ دقائق بقي ليناً كالزبدة واذا سلق من ١٠ دقائق الى ١٥ دقيقة اشيد كثيراً وهو الصالح لعمل السلطة ونحوها

وخير من ذلك ان يوضع البيض في اناء فيه ماء بارد ثم يوضع الاناء على النار عشر دقائق . او ان تأخذ لسلق ست بيضات اناء يع اربعة ارطال مصرية من الماء وتغلي الماء فيه ثم تضعه في مكان دافئ وتضع البيضات فيه وتتركها عشر دقائق فتسلق جيداً واذا اردتها اشد قواماً فانتركها في هذا الماء عشرين دقيقة فتسلق طيناً

البيض بالزبدة

خذ ملعقتين من الزبدة وملعقتين من الدقيق ورطلاً من اللبن وأربع بيضات وملعقة صغيرة من الملح وأربع ملعقة صغيرة من الفلفل ونصف بصلة صغيرة وقليلاً من الخبز المحمص .
 واسلق البيضات ٢٠ دقيقة وضعها في الماء البارد وبنى بردت انزع قشرها واقطع كل بيضة ست قطع واضرم البصل فرماً دقيقاً وضع الزبدة في مقلاة صغيرة واحمها على النار وحمّر البصل فيها حتى يصفر ثم انزع البصل من الزبدة وضع فيها الدقيق وسخنة قليلاً واحترس لئلا يحترق ثم ابدد المقلاة عن النار وصبّ اللبن فيها فوق الدقيق وردّها الى النار حتى تغلي ثم ضع الملح والفلفل والبيض وقدم ذلك علي قطع من الخبز المحمص مدهونة بالزبدة . ويمكن ان يعوض عن البصل المقروم بزوم البصل

البيض بالمفائق

خذ ملعقة صغيرة من مقروم البصل وأربع ملاعق كبيرة من لحم المفائق ونصف ملعقة صغيرة من الملح وثلث ملعقة صغيرة من الفلفل وحمّر البصل في اللحم فوق نار شديدة خمس دقائق واكسر ثماني بيضات واخبطها جيداً واضف اليها الملح والفلفل وضع اللحم والبصل في المقلاة على مكان بارد نوعاً من الفرن وصبّ البيض فيها وحركه حتى يجمد وضعه في صحنه سخنة وقدمه مع خبز محمص عليه زبدة

صحة الحوامل

نشرت مجلة المنار الغراء في اجزائها الماضية بدءاً متوالية من رسائل معرّبة اسمها اميل القرن التاسع عشر تظهر منها مزية التربية الانكليزية ويليق بكل ربوات البيوت ان يطالعنها بالامعان من ذلك رسالة في الجزء ٤٥ الصادر في ٢٠ يناير نقول كاتبها فيها
 " جاء الدكتور وارنجتون واسرته الى هنا وامضوا يومين فنس لي شبه قانون اجري عليه في معيشي بل هو الذي يتبعه معظم الانكليزيات الحوامل اللاتي يوصفن عادة بانهن في حالة شاغلة . اصح لي بادامة الرياضة البدنية والتنزه ثم قال ما نصه ايالك والاقتراب مما تقهر مطالعتك من القصص التي تولد من قراءتها الاتفعالات السيئة الشديدة . كان اليونان أعقل منا لانهم كانوا يحيطون نساءهم في مدة الحمل بالتأثيل والصور الجميلة النسوية لشاهير الاساتذة في فن التصوير واني لست أجزم بان هذا كان سبباً في اتيان اولادهم حسان الخلقة ولكنني على كل حال اقول اذا كان مثل هذه التأثيل والصور وغيرها من الاشياء البديعة الصنع يحدث في نفوس

ذوي الفطر السليمة من الناس شعور الارتياح والانبساط ويكون فيها مدعاة اعتدال الامزجة وتوافق الطباع فلم لا يكون من موجبات حفظ الصحة . كثير من السيدات عندنا يطلب عليهن في طور الحمل الخمود وفقر القوى بسبب البطالة التي هي منشا الامراض العصبية فانهم لا يشغل لمن فيه سوى مساورة الاوهام ومطاردة الخيالات . اما انت فلما اعهدته فيك من الشغف بالمناظر الخلوية اوصيك بالسعي وراء اجتهاد ما في الخليقة من رائع الجمال ورائق الحسن وبان تغذي لنفسك اعمالاً مربوية تشغل بها يدك وعقلك

ولقد رأيت ان هذه النصائح كلها حكمة وعلم فاخذت نفسي بها وخرجت للتنزه من اليوم التالي لخلقها بعد تدبير بعض الشؤون البيتية فلما رأيتي نساء القرية مبكرة على الطريق بصين كرم اخلاقهن على ان يتدبرني بالتحية فائلات " صباح بهي وبكرة سنية " ولم يكن الصباح كما قلن ولكنها عادة الناس هنا اذا تبادلوا التحية بالوقت فهم دائماً يميلون الى امتداحه قليلاً فشكرت لمن حن قصدهن

لم أسر في تنزيهي على الخليج بل اعتسفت الطريق في ريف جنتح فيه الفضاة للمائي كلما جد به السير وبما لاحظته ان نساء كورنواي بضمن على رؤوسهن برانيط من القش وقد اخترت ان احذو مثلهن في ذلك فرضعت واحدة منها انقاء لحر الشمس وجباً لما فيها من البساطة الكلية واخالي اروق في نظرك لو رأيتي بها . كنت أقدم في هذا الريف على جهل من قراءه ولكنني كنت آمنة من الضلال لاني ما كنت قاصدة جهة معينة وكان ذلك اليوم من الايام التي كثيراً ما ترى في غرب انكلترا فكانت مياؤه منحجبة بالغيمة وكانت تأتي من البحر ريح بليل فيجري بين اشجار المليق فتولد فيها رعدة طويلة وكانت الطيور تعرد حول عشاشها . فدأتني علي حين من الدهر كنت فيه اجد على الخليقة اذا بدت عليها سمات الاغنياب والسرور وانا حزينة الفؤاد متبلبة الأفكار فما زلت لي حتى أثبت لي ان هذا الوجد والانتعال باطلان بيدان من الانصاف وناشتان من الاثرة وحب الاختصاص فاصححت الآن بنض نصحك لي اسر بما احده في سائر المخلوقات من آثار الفرح والابتهاج وقد تبين لي في ذلك اليوم بما اتبع في قلبي من وجدان الحنان والرحمة وبما عابنته في المخلوقات من شواهد الفضل والنعمة ان الله سبحانه لم يلعن الارض ولم يغضب عليها

كانت بكرتي هذه من البكر التي انت تعرفها يدور في هوائها على سكونه مادة غزيرة مختلفة العناصر للتوليد والخصب فكان ينبعث من اشجار العوسج وحقول القمح والمسالك الموطأة نسيات فائرة مقوية كانت تسري بسببها الحرارة في جسمي فتصل الى وجهي فكان الارض كانت

مصابة بحمى الربيع . ولقد ذكرتك في تسياري بين هذه المزارع وفكرت فيما سأناله عما قليل من شرف الامومة ان لم يحدث من الطوارئ ما يقطع موصول آمالنا . وفي هذا الوقت أحس قلبي بما الطوى عليه مكتوبك فتابقت الى ذهني منذ هذه الكلمات وهي "فاني قد استودعتك اياه" عند ذلك صحت قائلة لماذا لا اكون أنا في الحقيقة معلمة ولدي ؟ اليس من المعروف عن نساء الولايات المتحدة ان معظم تعليم الاطفال ذكورا كانوا او اناثا موكول اليهن ؟ بل ان عما يؤكده العارفون انهن يفضلن الرجال في القيام بهذه الوظيفة الصعبة واني سأجرب نفسي في الاقتداء بهن على ان هذا هو ما يراه زوجي فمن حيث انه قد عول على ترك المزايا التي لمدارستا وغيرها من معاهد التعليم لاعتبارات أقدرها حتى قدرها فلا بد ان احل محله ولو حينا من الزمن في القيام على تليذنا الآتي وتربيته وسيكون هذا أكد فرض علي واخص ما افتخر به وازهر . اشهد الله سبحانه على ما اتقول واشهد عليه ايضا امومة الفطرة الكبرى التي تدعوني بما فيها من القدرة الى العمل واناء جميع قواي

ربما اضحكك مني هذه المزاعم واني لعل علم بكل ما يعزني لاداء هذا الواجب الصعب المهمل لاني بتقصي كثير من المعارف وان كان والداي لم يفلا تربيته الاولى ولكن ما الذي يمنعني من الاستمرار على التعلم بنفسي اذا كنت لا ازال في السن الملائم له فساعلم ولدنا في الزمن الذي يشب فيه وينمو واتعلم انا ايضا بتعليمه ولن اعتقد اني امه حقا الا اذا نقتت في روعه انكارك وزرعت في نفسه اصولك

سنعاون بقلينا على هذا الامر الخطير فعليك الارشاد وعلني العمل وقد وعدت بان اكون قوية وهذا هو قصدي وسأبذل ما ملتمسة من الرياضة البدنية والمطالعة ما يلزمني من الصحة والعافية في جسمي وعقلي لاداء هذا الفرض العظيم . ومعاذ الله ان يكون من قصدي ان اصير الى احسن مما انا عليه الان . نعم اني لست من الوليات ولا من النساء فقد اتى علي زمن كانت تجذبني فيه جواذب اللذات الدنيوية وليس هذا الزمن عني يبعيد فاني لم اتجاوز الثالثة والعشرين من عمري ولم يكن تركي معاهد التمثيل وملاهي الفناء واندية الظرفاء التي كنت افتخر فيها بمصاحبتك مبنيا على رغبتني عنها وميلتي الي غيرها وانما كان ذلك لما اصابنا من صروف الدهر ونوائبه التي سيظل ما جرته لي من الكآبة والحزن محيما علي طول حياتي . على اني لست آسى على شيء مما فات فارجو ان لا تظن في ذلك واعتقد اني لو كنت معطلة من قيود هذه المصائب لما انفككت عن اختيارك لي خلا وفرينا واعلم ان القراق لم يزدني فيك الا حبا وانما انا أشكو من الم في نفسي . . . ولكن كما توجد طرق مادية لحفظ صحة البدن توجد ايضا طريقة معنوية

لحفظ النفس وسلامتها من الامراض وهي رقعا الى معالي الامور وسأجرها فان ذلك على ما يقال يمكن من الآمها واذا صح هذا فاي غاية تسمو اليها افكاري وتعلم بها نفسي أشرف من رعاية ولد أربي على اصولك واخلاقك . ان هذا هو أكل قصد وقتت نفسي على ادراكك .
أنا مع انتظاري لهذا العمل الجليل أشتمل الآن بشؤون بيتة محضة . أما قويدون فانه قد صمم على ان يعمل عمل المزارعين فانه قد جلب الى مسرح الدواجن في بيتنا دجاجاً وبطاً وماعزاً وغيرها وكان في البيت برج عتيق مهيور فعمره بالحمام . واني مهتمة غاية الاهتمام بكل هذا العالم الصغير وكنت قبلاً اعتقد في نفسي اني على شيء من علم الحيوانات لما قرأت من الكتب المختلفة في التاريخ الطبيعي اما الآن فقد تبين لي مقدار خطائي في هذا الاعتقاد فاني كل يوم أشاهد من عجائب الحيوانات ما لم يقل عنه العلماء شيئاً . وأنا وجورجية نوزع الحبوب على جميع هذه الدواجن التي يظهر من حالها انها تدرك محبتنا اياها لانها تأتس بنا وتفرح لرؤيتنا . انتهى

(المقتطف) هذه اقوال يحق ان تكلمت بالتهرام كل زوجة . ويمثل هذه المعاني الراضحة في نفوس النساء الانكليزيات والاميريكيات ارتقت هاتان الامتان وامنازنا على ام الارض كما يشهد مناظروها من الفرنسيين والالمانيين والايطاليين . لكهما لم تبلغا ما بلغته عقوا ولا احتفظتا به من غير عشاء بل ان كل ذوي الافلام فيها وكل من قويت في نفسه الغيرة الوطنية وكل خدمة الدين ومعلمي المدارس والمحسنين والمتصدقين رجالاً ونساء كل هؤلاء يسمون دواعي في التعليم والتهديب ونشر المعارف العلمية والادبية

بَابُ الرِّيَاضِيَّاتِ

السيارات وحركاتها في شهر مارس ١٩٠٠

لخبرة الاستاذ وصت مدير مرصد المنيرة الكلية الاميركية في بيروت واستاذ الفلك فيها

عطار

يكون عطار در نجم المساء في اول الشهر ويبلغ تباينه الاعظم شرقا اي $18^{\circ} 16'$ دقيقة عن الشمس في ٨ الشهر الساعة الاولى بعد الظهر . وتسهل رؤيته قبل ذلك وبعده بايام في