

التفازك	بالة	٢٣٠٤٨	بالة	١٩٦٥٢
تروج	"	١٠٦٦٠	"	١٠٣٠٨
الكريك والبرازيل	"	١٧٤٤٧٢	"	٢٢٥٠٠٣

فقد خمس وثلاثين سنة كان مقدار موسم اميركا نحو اربعة ملايين ونصف من البالات وكانت معامل انتكثرا تأخذ منها نحو مليونين ومعامل اميركا نفسها تأخذ منها نحو مليون ومئتي الف بالة فصارت معامل انتكثرا تأخذ الآن ثلاثة ملايين بالة واما معامل اميركا فصارت تأخذ خمسة ملايين بالة وعمّا يقضي بالحب ازدیاد معامل القطن في الهند واليابان وروسيا والمانيا

باب تدبير المنزل

قد نعلمنا هنا الباب لكي نشرح في كل ما يهم أهل البيت معرفة من قرية المولاد وتدبير الطعام واللباس والديار والمسكن والزينة ونحو ذلك ما يعود بالنفع على كل عائلة

اوقات الطعام

من العادات السليمة في البلدان المتقدمة ان يأكل الانسان في اوقات معينة مرة او مرتين او ثلاث مرات او اكثر في اليوم وهي عادة حسنة لا بد لنا من السير عليها وتطبيقها على احوالنا التي نعملها يوميا فاذا اكلنا مرتين او اكثر وجب ان نأكل في الاوقات الحسنة لذلك وقد كان الرومان واليونان في ابلان يخدم لا يأكلون الا بعد انتهاء اعمالهم فكان فطروم عنقوداً من العنب او قليلاً من الفاكهة وكسرة من الخبز ثم يخرجون الى اعالم ولا يأكلون قبل عودتهم في آخر النهار وكان عشاؤهم في غاية اللذات واشبه يولائم هذه الايام ولا يصلح السير على هذا النظام في ابلاننا لان الاعمال التي نعملها لاسباب في البلدان الباردة تقتضي ان نأكل اكثر من مرة واحدة وبعضهم يأكل اربع مرات او اكثر كما في المانيا وانتكثرا ولا بد في تعيين اوقات الطعام وعدد الاكلات من ملاحظة الاعمال التي نعملها والاقوات التي نتكثر بها من اكل الطعام وضمير فالذين يشتغلون الاشغال العقلية مثلاً والذين يشتغلون جوارحاً قد يكثفون بالاكل مرة واحدة اما الذين يعملون الاعمال البدنية العنيفة فلا بد لهم ان يأكلوا مرتين في اليوم على الاقل والعادة السليمة في اكثر انحاء العالم في ابلان ان

ياكل الانسان مرتين في اليوم وهي افضل العادات من هذا التثليل لانه يكون للمعدة بذلك مدة كافية للهضم والراحة ففي فرنسا مثلاً ياكلون مرتين في اليوم المرة الاولى نحو الساعة الحادية عشرة صباحاً فيتناولون لوتاً من السمك ولوتاً من اللحم كالتكثلاثة وبجبة وفاكهة وجباً وبشربون مع الاكل خمرأ في غالب الاحيان - اما في الصباح فلا يتناولون الا فنجاناً من الشكولاتة او القهوة واللبن مع كسرة من الخبز ويكون ذلك غالباً عند بقضيتهم وقبل خروجهم من غرف النوم - وعشاؤهم بعد انتهاء اعمالهم اي بين الساعة السابعة والسابعة مساءً وهو مؤلف من الشوربا والسمك ولون او لونين من اللحم والحلويات والفاكهة والقهوة - وهذا النظام يكاد يكون عاماً عند اهل البلاد الانكليزية فان مراعيه الاكل فيها تختلف باختلاف طبقات الناس

والعادة الانكليزية والالمانية اي الاكل اربع مرات او خمساً في النهار مضرة جداً وتبب نخرة لان المعدة لا تجد وقتاً كافياً للهضم والراحة فلا يحسن ان ياكل الانسان اكثر من مرتين او ثلاث مرات على الاكثر

والطريقة المتبعة عند رجال الاشغال وموظفي الحكومة في مصر ان ياكل الواحد منهم ثلاث مرات في اليوم اي صباحاً قبل الخروج الى شغلهم وبين الساعة الثانية والساعة الثالثة بعد الظهر وبين الساعة الثامنة والتاسعة مساءً ولا غنى لهم عن ذلك بسبب اوقات الشغل عندهم

ويعطى الطعام للمساكر في الجيش المصري مرتين في اليوم فانهم يخرجون للتعليم وغير ذلك من الاعمال باكراً ثم يعودون نحو الساعة الثامنة صباحاً فيعطون طعام الصباح ثم يعودون الى اعمالهم ويعطون طعام المساء نحو الساعة الخامسة بعد الظهر

ولتين لا ياكلون الا البقول لا يكفيمهم الاكل مرة او مرتين في اليوم فلا بد لهم ان ياكلوا ثلاث مرات او اربعاً لان المواد الغذائية في البقول اقل منها في اللحم والبيض وما اشبه

العرق وغازاته

العرق من فضول الجسم تفرزه عددٌ صغيرة جداً متشعبة في الجلد يبلغ عددها نحو ٢٣٠٠٠٠٠٠ غدة أكثرها في مقدم الجسم وقد حسب بعضهم عددها في الزاحين واخصي القدمين فوجد في كل عقدة مربعة نحو ٢٧٠٠ منها لذلك يكون العرق في اكثر الناس غزيراً في هذه الاماكن

والعرق ماء فيد غر خمسة في الالف من الاملاح وام الاملاح التي فيه كلوريد الصوديوم اي ملح الطعام وليس من الحكمة منع افراز العرق او ايقاف التدد التي تقررة بوضع الادوية وما اشبه نكته متى كان غزيراً جداً في اليدين والقدمين لا بأس بهلاجير . وطرق علاجه كثيرة افضلها ما يأتي

غسل اليدين والقدمين

حامض نيك	٣ غرامات
ماء ورد	١٥ غراماً
الكحول	٧٥ غراماً
ماء	٩٠ غراماً

تفسل اليدين او القدمان بالماء والصابون وتشفان جيداً ويوضع عليهما الفسول صباحاً ومساءً

صفة مسحوق

حامض كربونيك	غرام واحد
شبه محروق	٤ غرامات
نشا	٢٠٠ غرام
طباشير	٥٠ غراماً
زيت الليمون	غرامات

يسحق ويوضع في الجوارب

صفة مسحوق آخر يستعمل في الجيش الالمانى

حامض سليليك	٣ اجزاء
مسحوق النشا	١٠ اجزاء
مسحوق الطلق الناعم	٨٧ جزء

تفسل القدمان ثلاث مرات او اكثر في اليوم بالماء السخن والصابون وتشفان جيداً ويرش المسحوق بين الاصابع وتلبس الجوارب فوقه . وفي الجيش الاميركي يستعمل هذا المسحوق ولكن يستعاض عن النشا بمسحوق الحامض البوريك . وتظن الطريقة الاخيرة افضل الطرق لمعالجة عرق القدمين

الآبار الآسنة

كثيراً ما نسمع أو نقرأ في الجرائد أن رجلاً نزل إلى بئر قديمة لينزحها أو إلى آبار لتخرج الجير منه فمات اختناقاً ثم نزل آخر وراءه ليبري ما أصابه فمات أيضاً وهكذا الثالث والرابع كما حدث منذ بضعة أيام في ضواحي مصر . وهذه الحوادث كثيرة في هذا القطر وغيره وتحدث في أوروبا وأميركا في معادن الفحم الحجري . وسبب هذا الاختناق كثرة ما يحوطه في الأماكن المذكورة من الغازات السامة فلا يكاد الرجل يصل إلى أسفل البئر حتى يخشى عليه ويموت . وإذا كان الغاز اسماً قليلاً لم يمت الإنسان حالاً بل أصابته أعراض قد تنتهي بالموت وإم هذه الأعراض صداع ودوار وطنين في الأذنين وناس يتنهي بالاغماء والموت

والعلاج اخراج المصاب من البئر حالاً إذا كان مربوطاً بحبل أو خروجه منه عطلاً يشعر بصداغ وضيق نفس ووضع في الهواء التي واستعمال التنفس الاصطناعي . ويجب الانتباه الكلي قبل النزول إلى الآبار القديمة وأفضل طريقة لمعرفة وجود الغازات السامة فيها أن يدلي مصباح إلى أسفل البئر فإذا انطفأ كان ذلك دليلاً قاطعاً على أن الهواء في أسفل البئر لا يصلح للاستنشاق

آداب الرسائل

مما يفرضه كتاب الافرنج في كتابة الرسائل القواعد التالية
لا تكتب رسائلك الخصوصية على تذاكر البوستة فانها تكتبه الامور المتعلقة بالاعمال والاشغال وما اشبه

ولا تكتبها على ورق مسطر او على الورق التجاري الذي عليه اسمك او اسم محلك بل اكتبها على ورق خاص من نوع جيد ولا مانع من ان تكون الاحرف الاولى من اسمك مطبوعة في اعلاه وليكن كل ذلك بعيداً عن الزخرفة ما أمكن
لا تنس ان ترد جواباً عن كل رسالة تأتيك وإذا كانت دعوة الى طعام أو غيره يجب ان تكتب الى من أرسلها سواء قبلت الدعوة أو رفضتها

لا تكثر من اعطاء مكاتيب التوصية أو التي تعرف فيها شخصاً بآخر فان الشخص الذي ترسلها إليه قد لا يكون في مكانه العمل بموجبها

لا تقبل مكاتيب التوصية بل سلمها الى الشخص الذي كتبت لفائدته مفتوحة

ازياء النساء

كتبت احدي السيدات في مجلة نائية نقول :-

يفتق كثيراً ان ترى سيدة في ملابس جميلة جداً وهي لا تفتق عليها عشر ما تفتق سيدة غيرها على ملابسها وانسرت في ذلك لبس في اتباع الازياء فقط بل في حسن النوع واختيار الزي الموافق والالوان المناسبة . وليس فضلاً عن ذلك قواعد اساسية لا تغير منها تغيرت الازياء . مثال ذلك الثياب التي نعملها النساء عند الخياطين قديماً اذا كانت من النوع البسيط لا يصلح لها لبس البرانيط الكبيرة ذات الريش الطويل المتدلي فاذا لم تتمكن السيدة من اقتناء برنيطة لكل نوع من اللبس فلنكن بربطتها بلا ريش او ريشها صغير فانها تصلح لهذا النوع من اللبس والضره .

ومن الاغلاط التي يرتكبها بعض السيدات انهن " يفضن الى ملابسهم البسيطة شيئاً من الزخرفة والفتنلا وما اشبه حتى تصير صالحة لعمل الزيارات والخروج للترعة وهو خطأ كبير . فاما ان تكون الملابس بسيطة وهو ما يلبس للخروج الى السوق او تكون من النوع اللائق لعمل الزيارات وتكون البرنيطة من نوعها ايضاً

والسيدات البارزيات مشهورات بحسن ذوقهن في اللبس وقلما ترى واحدة منهن ماشية في الشوارع في النهار الا بالملابس البسيطة ولا يسن بالملابس المزخرفة فانهن يعتقدن ان التي تلبس ملابس كهذه في النهار يجب ان تكون في مركبتها لا ماشية على قدميها

تناقص الزواج

نشر الاستاذ برتالو . مقاله في جريدة الاقتصاد الانكليزية ذكر فيها اسباب تناقص الزواج بين الطبقة العليا والطبقة الوسطى في البلدان المتقدمة وهي ما يأتي اولاً . طول المدة التي يستمد فيها الثبان للاعمال التي يعاطونها في مستقبل حياتهم فان ذلك يؤخر الزمن الذي يتزوجون فيه

ثانياً . صعوبة القيام بعماس العائلة لما تقتضيه الهيئة الاجتماعية من النفقات
ثالثاً . تغيير مركز المرأة في الهيئة الاجتماعية فقد انشلت من عبوديتها للرجل الى مساواته ومزاحمته في الاعمال فصار من السهل عليها اكتساب ما يقوم بعاشتها فزال سبب من الاسباب الداعية الى زواجها

رابعاً - ازدياد المزاوي التي يتبع بها العزب والتي يحرمون منها إذا تزوجوا فان بعضهم يفضل العزوبة على المنهضة الزوجية بسبب ذلك
خامساً - تراخي الرجل والمرأة تعبير عما كان عليه قبلاً فصارت النساء اكثر انتقاداً من ذي قبل ولم يعد للخيال التأثير الذي كان له وكما تقدم الرجل في السن زالت منه الخيالات والتصورات فصارت تطالب اموراً لم يكن يتطلبا قبلاً

حفظ انكروتشوك

بصعب كثيراً حفظ انكروتشوك (الستيك) لاسيا في هذه البلاد فلا يمضي عليه زمن حتى يجف ويفقد مرونته وسبب ذلك تيزر السوائل المدونة التي فيه وافضل طريقة لاعادة المرونة اليه ان يعرض لبخار كبريتيد الكربون الثاني او الخمس في مذرب الفاسلين بضع ثوان ثم يخفض في مكان حراره ١٠٠ من مقياس سنتغراد - ويجب ان يحفظ في زجاجات متفلة لا في صناديق من الخشب واذا وضع معه في الزجاجه وطاء مكشوف فيه قليل من البترول حفظ مرونته زمناً طويلاً

بَابُ الْإِسْتِصْحَابِ

فائدة رياضية

اذا رسمنا مثلثاً ذا زاوية قائمة فمن المعلوم ان مربع وتره أي الجانب الأكبر المقابل للزاوية القائمة فيه يساوي مجموع مربعي ساقيه أي الجانبين الآخرين الموقفين لتلك الزاوية وبالعكس أي اذا كان مربع احد الجوانب الثلاثة في مثلث ساوياً لمجموع مربعي الجانبين الآخرين فلا بد ان يكون في ذلك المثلث زاوية قائمة - وهذه المثلثات قد لا يمكن قياس جوانبها بالضبط او التعبير عن طول تلك الجوانب بأرقام عددية حقيقية محدودة كما لو كان طول الجانبين الموقفين القائمة في مثلث ٦ و ٤ فالجانب الأكبر المقابل لتلك الزاوية يكون $\sqrt{52}$ وليس لهذا العدد أي ٥٢ جذر سالي حقيقي محدود

مثال آخر - مثلث طول وتره ٦ وطول الجانبين الآخرين $\sqrt{26}$ و $\sqrt{10}$ فان في كل من