القطن الحريري

مبدي الفاضلين منشئي المقتطف الاغر

قرأت في الجزء السادس من المجلد الثاني والاربعين نبذة عن نبات القطن الحريري الذي ينبت في براري السودان وان الحكومة السودانية اذا اعتنت به كان لها منهُ نفع كبير. وقد عرفتُ مدة اقامتي في سورية ان هذا الصنف ينبت في جهة غوريسان وان اشجارهُ تنمو كثيراً وتشتبك بعضها مع بعض وتبقى من سنة الى اخرى وان العرب الذين هناك يستغلونهُ ويستعملون قطنهُ لفرشهم ودثارهم ويسمونهُ القطن الحريري ايضاً لمشابهتهِ للحرير لونًا ونعومة . وقد طلبت من مخبري ومن بعض اصدقائي الذين يترددون على هاتيك النواحي ان يحضروا لي بعض البذور منهُ لنزرعها في القطر المصري على جوانب الترع والمصارف والاراضي الزراعية آملاً ان يكون لها نفس الحظ الذي تأملونهُ في السودان

وقد سألت الذين شاهدوهُ في غوريسان عن اصل زراعتهِ فاجابوا انهم لا يعلمون عنهُ شيئاً وهم يظنون انهُ من بقايا الدول الغابرة التي استعمرت تلك الجهات والتي لا تزال آثارها شاهدة على عمرانها العظيم . وما هو حري بالذكر انهم اخبروني ان لوزتهُ تكبر الى قدر البرتقالة وان شعرهُ تطول حتى يصير طولها طول اللوزة وانهم رغماً عما يقطعونهُ منهُ ويحرقونهُ ينبت بكثرة فائقة حتى تضيق بهِ الطرق والمسالك . الياس عازار الخوري

باب تدبير المنزل

قد نقلنا هذا الباب لكي تعرج فيه كل ما يهم اهل البيت معرفتهُ من تربية الاولاد وتدبير الطعام واللباس والشراب والمسكن والرياضة وغير ذلك مما يعود بالنفع على كل عائلة

الاسنان

الاسنان من اهم مقوّمات الجمال فاذا طرأ عليها عيب تشوّه الوجه . وسلامتها شديدة الاهمية لحسن النطق وجودة الصوت وصحة الجسم عمومًا ولذلك وجب الحرص عليها والمحافظة على صحتها . واذا ابيت لم تعد تمضغ الطعام جيداً فيكون ذلك سبباً لاجهاد المعدة وتحميلها ما لا تطيق ومتى ضعفت المعدة ضعف الجسم كلهُ لانهُ يستمد غذاءهُ منها زد على ذلك

ان الانسان اذا ساء هضمهُ ساء خلقهُ وانقلب نظرهُ في الامور حتى يبدو كأنهُ يراها من وراء زجاجة سوداء فلا يرى فيها الاَّ ما يسوءهُ

وليس نوع من الامراض يسير مع المدنية ويكثر كما زادت اسبابها مثل امراض الاسنان فان انتشارها يزيد على انتشار اي نوع آخر من الامراض تنسب كثرتهُ الى الاحوال التي يعيش فيها الانسان في العصر الحاضر . ومن اسباب كثرتها اطعام الاطفال الاطعمة المستحضرة التي يبتلعها الولد من غير ان يمضغها فتضعف اسنانهُ لانها لا تتروض على العمل الذي وجدت لاجلهِ وتضعف معدتهُ لان الطعام يأتيها من غير ان يمتزج باللعاب الذي يهيئهُ للهضم في المعدة . واسنان الاسكيمو المتوحشين سكان الاصقاع الشمالية والهوتنتوت المتوحشين سكان جنوب افريقية سليمة لانها تقوى عليها الامراض والآفات لانهم يروضونها بمضغ الاطعمة الصلبة

واذا اعتاد الولد مضغ الاطعمة الصلبة بين الثانية والسادسة من عمرهِ لم تأتِ اسنانهُ متراكبة غير منتظمة في فمهِ لان فكهُ يكبر بالاستعمال فيسعها كلها . واكثر امراض الاسنان تحدث في طور الطفولية او عند البلوغ فعلى الوالدين ان ينتبهوا لاسنان اولادهم عند ذلك اذ يكون الاولاد انفسهم قاصرين لا يهتمون لها . ويحسن عرض الطفل حينئذٍ على الطبيب لينظر في اسنانهِ سواء شكا منها او لم يشكُ

اما القواعد العمومية للعناية بالاسنان فنها تنظيفها بعد تناول الطعام وخصوصاً بعد تناول الحلويات في المساء وغسلها كل يوم جيداً بالماء والصابون او الملح الناعم او بعض مساحيق الاسنان غير المضرة . وقد يستغنى عن هذه المواد كلها ويكتفى بالماء والصابون . ويجب الاحتراس من اكل الطعام الساخن بعد البارد او البارد بعد الساخن بدون فترة بينهما فان هذا يضر بالاسنان كثيراً ومثلهُ الخروج الفجائي من غرفة دافئة الى الهواء البارد

الهم وسوء الهضم

ذكر الدكتور صليبي في كتابهِ المنون «الم مرض العصر» ان فتاة خطبت ثم اضطربت احوال خطيبها وتعسرت امورهُ فاضطرَّ ان يؤخر زواجهُ . فقلقت لما اصابهُ واثَّر قلقها وانشغال بالها في صحتها فزالت البهجة من وجهها وتولاها الارق . ففي اول الامر صار نومها خفيفاً كما ظهر من كثرة احلامها لان الانسان اذا حلم حلماً طويلاً كثير

الحوادث وتذكر حوادثهُ بعد يقظتهِ فذلك دليل على ان نومهُ لم يكن تامًّا مريحًا . ثم قلَّ نومها وطال ارقها وانتابها الكابوس الدال على سوء الهضم ثم لم تعد تنام مطلقًا . وصلحت احوال خطيبها بعيد ذلك فتزوج بها وزال ما كان يدعو الى قلقها وارقها ولكن الارق لم يزُل بل استمرَّ كما كان مع زوال اسبابهِ العقلية . اي ان همها السابق بقي تأثيرهُ فيها وصارت سريعة الشعور بالتعب فقبلما خُطبت كانت كثيرة المشي ولكن لما اصابها القلق المشار اليهِ صارت تتعب لاقل حركة . وقد يُعلَّل بعض ذلك بما اعتراها من سوء الهضم ولكن سوء الهضم لا يعلل انها كانت تشعر بالتعب حالما يخطر ببالها السبب الذي اقلقها واذا غفلت عنهُ لم يظهر التعب عليها لا جسدًا ولا عقلاً

وكان هضمها قبل ذلك على غاية الانتظام فلما قلقت اصابتها تخمة شديدة لغير سبب ظاهر مصحوبة بنوب من الالم الشديد حتى اذا كانت ماشية واعترتها النوبة لم تعد رجلاها تحملانها . وقد مضى عليها الآن اربع سنوات وسوء الهضم لم يفارقها يومًا واحدًا مع ان طعامها لم يتغير عمَّا كان عليهِ قبلما اصابها القلق وكل ظواهره تدل على انهُ عصبي لا طبيعي اي انهُ حادث من تأثر اعصابها المتسلطة على اعضاء الهضم

ونحف جسمها جدًّا وقد يُعلَّل ذلك بانهُ نتيجة سوء الهضم ولكن اصابها من نحافة الجسم ان ضعف شعرها وسقط اكثرهُ وهذا لا يعلل بسوء الهضم . ومعلوم ان الالم والقلق يضعفان الشعر اي يقللان تغذيتهُ فيسقط او يشيب باكرًا . (وما احسن ما قالهُ المتنبي في هذا المعنى

والهمُّ يخترم الجسيم نحافة ويشيب ناصية الصبي ويهرمُ

واذا حدث الصلع من الشيخوخة ابتدأ في مكان واحد واتسع نطاقهُ رويدًا رويدًا ويبل شعر الغذال غالبًا كما يرى في الشيوخ . ولكن اذا حدث الشيب والصلع من الم والقلق اصابا شعر الرأس كلهِ في الغالب اي انتشر فيهِ الشيب انتشارًا . وقد سقط ثلثا شعر هذه المرأة وبقي ثلثهُ فلم يصبها الصلع في بقعة واحدة من رأسها بل قلَّ شعرها كلهُ بنوع عام بما سقط منهُ . وهذا شأن الذين يشيبون من الهم وهم شبان او كهول فان الشيب يقع في قروة الرأس كلها ثم يزداد رويدًا رويدًا او سريعًا حتى يبيض الشعر كلهُ او اكثرهُ

ويمتاز صلع الهم عن صلع الشيخوخة بان الاول لا يلزم ان يستمرَّ لانهُ حادث عن سبب مفارق وهو قلة التغذية الناتجة عن ضعف الاعصاب المتسلطة على توزيع الغذاء في الجسم فاذا زال سببهُ اي اذا زال الهم واستردت الاعصاب المغذية قوتها عاد الشعر الى نموهِ لان بصلاتهِ تكون بالية في الجلد حية ولا ينقصها شعر الا الغذاء الكافي فمتى زال الهم اصلحت

تغذية الجسم كلهِ وتغذية بصلات الشعر معهُ . وحدث ذلك في هذه المرأة فان شعرها نما ثانية وعاد الى اصلهِ

ولكن ما اصاب شعرها من العود الى اصلهِ لم يصب كل بدنها لان البدن الضعيف يؤثر في العقل كما ان العقل المتعب يؤثر في البدن . زال همها وانشغال بالها او ما سبَّب همها وانشغال بالها ولكن ما اصابها بسببهما من سوء الهضم لم يزُل بزوالها كما زال الصلع لان سوء الهضم الذي كان عند اول حدوثهِ مقتصراً على وظيفة اعضاء الهضم لضعف فعل الاعصاب ايفت بهِ اعضاء الهضم نفسها اي انهُ كان وظيفياً فصار عضوياً . وهذا امر عادي اي ان السبب العصبية اذا طالت صارت سببـًا عضوية او آلية . تكون اولاً ناتجة من ضعف فعل الاعصاب باعضاء الهضم فتصير ناتجة من ضعف اعضاء الهضم نفسها . واذا ضعفت المعدة وضعف الهضم فهناك البلية الكبرى لان العقل خاضع للمعدة . وكانت تلك المرأة اذا اكلت طعاماً سهل الهضم وهضمتهُ من غير تعب رأيتها مسرورة متهللة في احسن حالاتها البشر يتدفق من وجهها والسرور منتشر حولها . واذا ساء هضمها تولاها الهم والقلق ولو لم يكن لها سبب موجب فصارت تعظم اخف الاسباب واضعفها وتكبرهُ وتقلق لهُ كأنهُ من اعظم موجبات القلق . وهذا امر عادي ايضاً ترى مَن يتولاهُ سوء الهضم يقلق ويسخط اذا سمع طفلاً يبكي او اذا تأخر طعامهُ عن ميعادهِ بضع دقائق او اذا لبست زوجتهُ ثوباً لم يعجبهُ لونهُ . اي انهُ لا يقلق ويسخط لغير سبب ولكنهُ يعظم الاسباب الطفيفة . والعلة الحقيقية في جوفهِ وقد اثَّرت سيء اعصابهِ فعوَّجت احكامهُ وكبَّرت همومهُ وقد يعلم اذا ثاب الى عقلهِ ان قلقهُ في غير محلهِ وسخطهُ لا موجب لهُ ولكن الانسان قلما يرتشد بعقلهِ والمرشد الاكبر لهُ هو الاخلاق والعادات

البنت في البيت

انتصف الصيف وأقفلت مدارس البنات فخير ما تعملهُ البنت في بيت والديها ان تساعد امها في كل اعمالها مهما كانت درجتها . وقد يتفق ان لا تكون امها صناع اليدين ولا من المهتمات بامر بيوتهن الاَّ ان ذلك يجب ان لا يضعف همة البنت ولا يصرفها عن خدمة البيت . والغالب ان المرأة التي تعمل كل اعمال بيتها ينشأ بناتها كارهات للعمل والتي لا تهتم الاهتمام الواجب بامور بيتها ينشأ بناتها محبات للعمل والاهتمام . فاذا كانت المرأة حريصة على بيتها وجب عليها ان تتعمَّد الاتكال على بناتها وترك اعمال البيت لهنَّ تشجيعاً

وتدربهنَّ على العمل . وهنَّ لا يتصرفنَ للاهتمام باعمال البيت الاَّ اذا شعرنَ انهنَّ مسؤولات عن ذلك . واذا تيسَّر للمرأة ان تسافر من بلدها وتقضي بضعة ايام او اسابيع في زيارة بعض نسيباتها وترك بيتها لبناتها ليقمن بخدمته كلها فذلك اصلح لها ولهنَّ من بقائها في البيت وعمل اعمالها بيدها وترك بناتها بلا عمل

ثم ان البنات يملن الى قراءة القصص التي تهيج العواطف وقد يقوى هذا الميل فيهنَّ وهنَّ في المدرسة فيجب على والدتهنَّ ان تجتهد لتقيهنَّ من قراءة هذه القصص كما تجتهد لتقيهنَّ من الجدري والطاعون لان قراءتها تضيع الوقت وتضعف العقل وتضني الجسم وليس منها اقل فائدة . وقراءة القصص التاريخية والعلمية اقل ضرراً وقد يكون منها شيء من الفائدة اذا تحرى منشؤها ذكر الحوادث الصحيحة ولم يمزجوها بما لا صحة له ولكن هذا نادر والغالب ان يذكروا امراً صحيحاً و يمزجوه بامور غير صحيحة فيتعذر على القارئ ان يفرق بين الصحيح وغير الصحيح و بين الحقيقة والوهم . والخطأ ألصق بالذهن من الصواب

واذا وجدت البنت متسعاً من وقتها للمطالعة فلتطالع كتب التاريخ الصحيحة التي لا تكتفي بسرد الحوادث بل تبين دلالاتها وكتب الرحلات التي اشتهر اصحابها بصدق رواياتهم والمجلات العلمية . وليبقَ في ذهنها انها تتعلَّم بالعمل اكثر مما تتعلَّم بالمطالعة فاذا تيسَّر لها ان تزور معملاً او متحفاً او بستاناً من بساتين الحيوانات فانها تتعلَّم فيه اضعاف ما تتعلَّمه بمطالعة كتاب كُتب عن ذلك العمل او المتحف او البستان

كيفية المطالعة

اذا اردت ان تعرف كيف يقتل الشبان والشابات اوقاتهم ويحقون سنين كثيرة من عمرهم فانظرهم يمسكون رواية ولا يطرحونها حتى يقرأوها من اولها الى آخرها و يضيعون نصف عمرهم في قراءة الروايات واذا سألتهم عن مفاد رواية قرأوها بالامس رأيتهم لا يتذكرون شيئاً منها

ما كذلك نقرأ الكتب ولا يجوز ان يقتل الوقت على هذه الصورة وهو اثمن ما يملكه الانسان

اذا اردت ان تقرأ وتستفيد مما تقرأه فاختر كتاباً لمؤلف من المؤلفين المشهود لهم بحسن المعاني وانسجام العبارات واقرأه فصلاً فصلاً . وكلما قرأت فصلاً منه اكتب خلاصته في دفترك ثم كرر قراءته من اوله الى آخره فانك تستفيد من قراءته الثانية مضاعف ما استفدته من قراءته الاولى

الفرش الابيض لليوم الاسود

من عاشر الانكليز ورأى فقراءهم والمتوسطي الحال منهم ينفقون كل دخلهم يعجب من عدم اهتمامهم للغد ولكنهُ اذا دقق النظر في احوالهم رأى ان الامة الانكليزية استعدت لنوائب الدهر استعداداً لا مثيل لهُ فاجتهدت واقتصدت منذ مئتي سنة الى الآن حتى جمعت ثروة وافرة وهي الآن تستثمرها في كثير من الاعمال العظيمة في الدنيا وتتمتع بريعها. وقد ضربت حكومتها الضرائب على اغنيائها لكي تساعد بها فقراءها فتطعت معاشاً لكل الشيوخ والعجزة والمرضى والزمنى اي انها جمعت الفروش البيض للايام السود. وفعلنا نحن على ضد ما فعلت فانهُ لما لم يكن على القطر المصري دين يذكر وكان القطن غالي الثمن بسبب حرب اميركا جعلت الحكومة المصرية تستدين الاموال الاوربية بالربا الفاحش وحمّلت القطر حملاً يثقل تحملهُ الآن ولم يكتفِ اهلوهُ بما استدانتهُ حكومتهم بل حمّلوا هم انفسهم وما يملكونهُ احمالاً ثقيلة من الدين حتى يتعب اولادهم بعدهم اكثر مما تعبوا هم ولم يخطر لهم ان يبقوا الفرش الابيض لليوم الاسود بل ابقوا لهُ الدين والفقر والهم والغم. والآن ينتقل الاوربيون من عيد الى عيد ونحن في هذا القطر لا همّ لنا الاّ طاعون المواشي ودودة القطن وشحّة ماء الري وثقل المناوبات وتأخر طني الشراقي. وكأن لا شغل لنا الاّ الجهاد في طلب لقمة الخبز وعبرُ الدهر تحاول خطفها من ايدينا

في البيت يجب ان يغرس الاجتهاد والاقتصاد حتى يكتسب الاهلون كل ما يمكنهم كسبهُ ويوفروا منهُ كل ما يمكن توفيرهُ. فمتى اوفوا ديونهم وديون حكومتهم وصار عندهم اموال تستثمر في المشروعات الصناعية في الدنيا امنوا نوائب الدهر. وما تجاهلنا الحالة التي نحن فيها الاّ من استحكام الداء وتعذُّر الشفاء

الوقاية من السرطان

وضع احد الاطباء القواعد التالية للوقاية من السرطان وهي

تجنّب الاكثار من تدخين التبغ لانهُ قد يسبب سرطان الشفتين واللسان

اذا كان في فمك سن مكسورة فاحشها او اقلعها لان الاستمرار على احتكاك لسانك بها قد يحدث فيهِ سرطاناً

لا تعتد اكل الاطعمة الشديدة السخونة ولا شرب الاشربة الشديدة الحرارة لانها تهيج الحلق والقناة الهضمية

تجنّب ادمان المسكرات لانها تهيج انسجة الجسم وكل تهييج مستمر في جزء من اجزاء البدن يعدهُ لحدوث السرطان فيهِ

تلميع الاحذية بالغليسرين

ابرش الحذاء حتى ينظف من الغبار ثم بلّ اسفنجة صغيرة او قطعة من الجوخ بقليل من الغليسرين وامسحهُ بها جيداً وابرشهُ بفرشاة ناعمة فيلمع جيداً ويعود لمانهُ كما يُرش وتلين قرعتهُ ويسهل لبسهُ

باب الزراعة

زراعة الكتان في القطر المصري

اهم ما يجب ان تتجه اليهِ الانظار في القطر المصري زرع موسم آخر مع القطن تكون متطوعيتهُ كبيرة ثابتة كمتطوعية القطن ويمكن اصدار فاتحهِ بسهولة الى البلدان الاوربية والاميركية ويبلغ محصول الفدان منهُ ما يبلغهُ من القطن او يزيد عليهِ ولا خوف من بقائهِ من سنة الى سنة . لانهُ ليس من الحكمة ان يبقى اعتماد البلاد في مصادراتها على موسم واحد اذا اصابتهُ آفة ما رزحت البلاد كلها تحت احمالها

والمحاصلات التي تتوفر فيها هذه الشروط كلها قليلة جدًّا لا تخرج عن ثلاثة وهي الكتان والقصب والتبغ ولا بدَّ من البحث في كلٍّ منها على حدتهِ لعلنا نصل الى الضالَّة المنشودة

اما الكتان فاراضي القطر المصري تصلح لهُ ويبلغ ثمن محصول الفدان منهُ من ١٢ جنيهاً الى ٢٠ جنيهاً وهو زراعة شتوية لا تقتضي نفقة كبيرة اي انهُ كالقمح من هذا القبيل . وتزرع الارض بعدهُ زراعة نيلية بسهولة . ومتطوعيتهُ كبيرة في الدنيا فان روسيا تزرع منهُ اربعة ملايين فدان والنمسا نحو مئتي الف فدان وايطاليا مئة وعشرين الفاً وسائر ممالك اوربا نحو خمس مئة الف فدان اي يزرع منهُ في اوربا نحو خمسة ملايين فدان فاذا زادت الزراعة مليون فدان وكانت من الكتان الجيد اغنت عن مليون فدان من روسيا حيث الكتان غير جيد . والكتان كالقطن والحرير يمكن ابقاؤهُ من سنة الى سنة فلا يضر بهِ السوس ولا السفن ولذلك فالشروط المتوفرة في القطن متوفرة كلها فيهِ