

## باب تدبير المنزل

قد فتحنا هذا الباب لكي ندرج في كل ما هم أهل البيت معرفته من تربية الأولاد وتدبير الطعام  
بالياس والشراب والسكن واثريته وغير ذلك ما يورد بالنفع على كل عاينه

### الطيور والسماك والمخار

ذكرنا في بعض الاجزاء الماضية ما يؤكل من الغنم والبقر اي ما يؤكل من لحمها  
ودهنها وشحمها ودماعها واحشاشها المختلفة . وما في ذلك كله من الغذاء . نسويها بمعضة الى  
بعض سواها كان الحيوان سميتا او هز بلا او بين بين . وقد رأينا الآن ان نستطرد الى ذكر  
ما يؤكل من الطيور والسماك ومخار البحر

#### الطيور

الطيور التي تؤكل عادة هي المديوك الرومية والسجاج ( الفراخ ) والوز وما يصاد من  
الطيور البرية . واذا قوبلت بعضها ببعض ولم تكن مسخنة وجد في لحمها من الماء والبروتين  
والدهن ما تراه في هذا الجدول

ماء	بروتين	دهن	رماد
٥٥,٥ في المئة	٢١,١ في المئة	٢٢,٩ في المئة	١,٠ في المئة
٦٣,٧	١٩,٣	١٦,٣	١,٠
٤٦,٧	١٦,٣	٣٦,٢	٠,٨

لكنها اذا كانت مسخنة زاد الدهن فيها كثيرا فقل الماء ثم ومن كانت الطيور المسخنة اكثر  
غذاء من غيرها ويجب ان تكون اغلى ثمتا ولكن ذلك لا يستلزم ان تكون انسج من غيرها  
للذين يأكلونها لان هضم الدهن ليس بالامر السهل والبعض لا يستطيعون هضمه ومن ثم  
يفضل اطعام السقاين ( لحم الصدر الابيض ) للمرضى والناهين لانه اقل دهنا من غيره  
واسهل هضمًا . واما ما يقال من ان تولد الحامض اليوريك يكون اقل فيه مما هو في غيره  
من النجوم فلا دليل على صحته . والحمام واليهام وكل ما يصاد من انواع الطيور كالعصفور والبط  
والسباتي قليا تختلف عن الطيور الالهية ولكنها تختلف كثيرا من فعل الى آخر بمقدار ما فيها  
من الدهن

## السحك

السحك من الدوم المنذبة السهلة الهضم وهو كالدجاج من هذا القبيل وبعضه يقم في الانهار وبعضه في البحار وبعضه يقضي جانباً من عمره في البحر وجانباً في النهر .  
وانواع السحك كثيرة جداً في كل البلدان وهي تختلف في مقدار ما فيها من الدهن  
ويختلف طعم النوع الواحد من السحك حسب كونه ذكراً او انثى وحسب عمره والفصل الذي  
يصاد فيه والطريقة التي يطبخ بها والغالب ان طعمه يتوقف على مقدار ما فيه من الدهن  
فهو في سحك المشط نحو ١٤ ونصف في المئة وفي السلون نحو ١٣ في المئة وفي الانكليس  
( ثمان البحر ) ٩ في المئة وفي المرجاني الاحمر ( السلطان ابراهيم ) اقل من خمسة في المئة

وقد استغن ملتر مقدرة الانسان على هضم لحم الطير ولحم السحك ولحم الحمار فاذم رجلاً  
من سحك السلون المحفوظ في العلب وآخر من لحم القدر الطري المقلو وآخر من لحم الفراخ  
المحفوظ في العلب وآخر من لحم البط المشوي فوجد انهم هضموا نحو ٩٦ في المئة من لحمها  
ونحو ٩٧ في المئة من دهنها اي انهم هضموها كما يهضمون لحم النعم والبقر بل ظهر ان لحم  
السحك القليل الدهن ولحم الدجاج القليل الدهن كلاهما اسهل هضمًا من لحم البقر القليل  
الدهن . ولحم السحك والطير الكثير الدهن مثل لحم البقر الكثير الدهن من حيث سهولة  
الهضم ولذلك اذا اريد تنويع الاكل فيبدل لحم النعم والبقر بلحم الطير والسحك والحمار

والغالب ان الاطباء يصفون لحم الطير والسحك اي اللحم الابيض حيث يحبون ان  
اكل اللحم الاحمر عسر الهضم او غير نافع . ومن المحتمل ان لحم الطير والسحك اسهل هضمًا  
من لحم النعم والبقر ولكن لا دليل على وجود فرق كبير بين النوعين لاسيما وان هضم الطعام  
وتأثيره في الجسم يتوقفان غالباً على الطريقة التي يطبخ بها وعلى اعتياد الجسم له ورغبته فيه  
فمن الناس من يستطيع السحك ويفضله على كل طعام ويهضمه بسهولة تامة ومنهم من لا  
يستطيع ان تفرغ نفسه من رائحته ولا يهضمه اذا اكله . والذي يستطيع السحك قد  
يستطيع المقلوبة ويكره المالح او المخبوخ على صورة اخرى . ومنهم من يستطيع بعض  
انواع السحك ويكره النواك اخرى او يستطبخها اذا كانت سمينة ويكرهها اذا كانت خيفة  
عجفاء . ومنهم من يستطيعها مع التوابل كالطرطور والمايونيز ومنهم من يكرهها اذا كانت  
كذلك وهم جزءاً . وقس على ذلك لحم الطيور على انواعها فان سهولة هضمها وفائدتها  
يتوقفان على نوعها واعتيادها والطرق التي تطبخ بها

## الحمار

يراد بالحمار انواع الخلازين والاصداف والمراطين البحرية التي يؤكل لحمها . وكلها ليست مما يكثر اكله عندنا ولكن الاوربيين والاميركيين يكثرون من اكله ويعتنون بتربيته في البحر . ويقدر ثمن لحم الاصداف البحرية الذي يؤكل في الولايات المتحدة سنوياً باربعة ملايين من الجنيهات . ويعترض على اكل هذه الحيوانات انها اذا صيدت من قرب شاطئ مدينة حيث نصب قاذوراتها فنما خمار على اكلها لان القاذورات قد يكون فيها مكروب التيفويد فيقيم في ابدان هذه الحيوانات ويصل منها الى اكلها كما اوضحنا غير مرة ولذلك فقد يكون من اكلها خطر على اكلها لاسباب وانها لا تطبخ قبل اكلها طهيًا عييت الكرويات المرضية منها . وهالك جدول المواد الغذائية في بعض هذه الانواع

ماء	بروتين	دهن	
٨٥,٨	٠,٦	٠,٠	لحم الصدف الطويل
٨٦,٢	٠,٥	٠,٤	الصدف - المتدبير
٧٧,١	١,٦	٠,٢	السرطان
٧٩,٢	١,٤	٠,٨	الكركند
٨٦,٩	٠,٢	٠,٢	الباطليوس
٧٤,٥	٢,٢	٠,٥	الخطاة

ويظهر من هذا الجدول ان لحم انواع الحمار اكثر ماء من لحم السمك واقل منها دهناً ولكنها تشبهها في مقدار البروتين

والطيور الاليفة اي الدجاج وانوز والدجاج الرومي غير قليلة في هذا النقطر وكذلك الحمام كثير ايضاً ولكننا نرتاب في فائدة هذه الطيور من باب تجاري لان ما تأكله من الحبوب قد يساوي ثمن بيضها وفراخها ولكن اذا كانت الدجاج مطاقمة في الاطيان حتى تأكل تماماً ففائدة فيها من الحشرات ولا تأكل البدار وكذلك اذا اقام الرز في الترع والساقى واكتفى بما يجده فيها من الحوام والحشرات والجذور فنما كلها ربح كبير

واربح من ذلك كله تربية السمك في بركة قاررت بالنيوم وفي كل البرك والبحيرات والمستنقعات والاعشاء بمساهد الاسماك على سواحل بحر الروم فان الربح من السمك يفوق كل ربح لانه قليل النفقة جداً ولحمه مغزى مهل المضم كما تقدم . واذا بذلت العناية بتربية السمك على الاساليب العلمية كانت منه تجارة واسعة

## وفاة اللادي باكر

نعت اخبار انكلترا اللادي باكر ارملة السر صموئيل باكر المشهور باكتشافاته واعماله في السودان المصري وصاحب الفضل على مصر في استعادة املاكها السودانية

قالت مجلة ناشر في تأييدها: « لا ريب ان معظم الفضل في تحويل باكر من صياد صرف الى مكتشف جغرافي ثم الى سياسي عالم عليها . وهي مجرية الاصل مرضت باكر في اثناء مرض شديد المزمع وهو عازب فتزوجها وكان اقترانهما نادراً في الفتنه وقنع . اما فتوئل باكر من صياد الى مكتشف فكمايتة بالاخصار انه قصد اعالي النيل للصيد فغولت همه الى الاكتشاف الجغرافي . ولما رأيا سوء حال الاهالي هناك من الرقة وتجارتهم شهراً حرباً قلية طبع لصد استئصال شائعه فافضى ذلك الى حملة السودان الاولى والى اعمال غوردن المشهورة . وظاهر ان توسيع باكر لدائرة مشاغله وصنع رحلاته الافريقية بصيغة المروءة والياسة كان اجابة لداعي زوجته . فانها صحبته الى الحبشة في رحلته اليها سنة ١٨٦٠ - ١٨٦٢ والى اعالي النيل في رحلته سنة ١٨٦٢ - ١٨٦٥ وهي التي انتهت باكتشاف بحيرة البرت نيازرا

وصحبه ايضا في الرحلة التالية اليها سنة ١٨٧٠ وهي الرحلة التي ابدت السلطة المصرية على تلك البلاد . ومن هذا التاريخ بدأت حربهما الطويلة لمقاومة الرق في السودان فاسعدهما الجند نارة وخاتمتها اخرى ولكن تم لها النصر اخيراً بانكسار شوكة المهدوية واستعادة السودان للمرة الثانية والاخيرة

وما تجدر الاشارة اليه في اعداد فواصلها انها كانت حادة الذهن تقرأ نيات السودانيين الذين جالت هي ولربنها بينهم من ملامح وجوههم وان سرعة ادراكها للمخاطر التي تعرضت لها الحملة برأسة قربنها وسرعة تدارك تلك المخاطر انقذتها الحملة من الروبال »

اما السر صموئيل باكر قربنها فاشترى سنة ١٨٢٤ ارضاً في مقاطعة سوث دفرن بانكلترا واقام فيها حتى وفاته سنة ١٨٩٣ اي نحو ١٩ سنة . وحاشت قربنته نحو ٢٣ سنة بعده وتوفيت في مارس الماضي

## انواع الخبز الغربية

يقال ان اهالي جبال كورسكا التي يكثر شجر السديان فيها يبيسون بلوطه ويخمنونه  
ويصنعون منه خبزاً جيداً وهو طيب الطعم مفيد جداً ويبقى طرياً اسبوعين . واهالي نروج  
يصنعون الخبز من بعض الطحالب يجففونها ويحقونها ويخبزونها . ولا يخفى ان فلاحى  
هذا القطر يصنعون خبزهم من القرة البلدية بعد ان يمزجوها بقليل من الحلبة ويستطيون  
هذا الخبز وهو مفيد لم

## درت ولدك على العمل

كتب المستر كلارك رئيس مدرسة كلارك الكلية بمدينة لندن ان خير وصية يوصي  
بها الوالدين ان يدربوا اولادهم على العمل الذي يختارونه ليكون حرفة لم في حياتهم كلها .  
ليجب ان لا يسروا بالعمل الوقتى لا اولادهم ولو كان ربحه كثيراً بل ينبغي ان يفضلوا عليه  
العمل الذي يواد انقطاعهم له ولو لم يمطوا اجرة في اول الامر . ويجب ان يثمروا له  
ويدربوا عليه جيداً ويحاولوه حتى يتقنوه

ولقد جرت عادة اصحاب المعامل والاشغال الكبيرة ان يدربوا اولادهم على العمل في  
مكاتب اخرى غير مكنتهم ومعامل اخرى غير معاملهم حتى يعلموا هناك كأنهم غرباء  
ويعطوا اجرة لا تزيد عن اجور امثالهم من الصناع او المستخدمين فاذا تدربوا على العمل  
جيداً يعودون الى مكاتب والديهم او معاملهم ويوضحون في الدرجة التي يستحقونها بين العمال  
وكما اتقنوا حرفاً نقلوا الى غيره الى ان يتقنوا كل فروع المهمل ويتأهلوا لادارته كله  
وام ما يجب الانتباه له ان لا يعطى الولد من الاجرة الا ما يعطى لامثاله ولو كان  
ابوه على جانب كبير من الثروة وهو صاحب العمل حتى يشعر الولد انه كسب اجرة باحتساقه  
فيتدرب على الانفاق منها بالحكمة والاقتصاد

ولا يخفى انه اذا كان الولد لا يميل الى العمل الذي يختاره له والديه وثبت لها ذلك  
بعد التجربة وجب ان لا يجبراه على تعاطيه لانه لا يفتح فيه كما يفتح في العمل الذي يميل  
اليه . وكثيراً ما يجبر الشاب على عمل قهراً يضعه مشروبات ثم يتركه ويعود الى العمل  
الذي يرى من نفسه . يلاً اليه

وشر الامور كثرة القلب والانتقال من عمل الى عمل فان في ذلك اضراراً للوقت  
وترسيخاً لمنفعة عدم الثبات ولو كان فيه بعض الفائدة في توسيع الاختيار

## فوائد منزلية

لا تترك بندفية او مسدساً في البيت واخرطوش فيها اذ يبيد بل اتزعه منها قبل تركها

اذا اردت ان تصب ماء سخناً في كأس من الزجاج وخفت ان تتكسر فضع فيها معلقة  
من الفضة او المعدن وصب الماء عليها

اذا وضع في فتاجين الشاي مادة ابقت عليها لطخة يصير نزعها بالفضل بالماء فانركها بالمخ  
والخل لتزول

اذا قطع السمك بسكين فبقيت رائحة لاصقة بها فانركها بليمونة حامضة فتزول رائحة  
السمك منها

حان الوقت لرفع السجادات والبسط ووضع الفراش والسياب الصوفية كلها جانباً الى زمن  
الشتاء . وحان الوقت ايضاً لظهور العث واتلافه الامتعة الصوفية . اما السجادات والبسط  
وما اشبه لتنظف جيداً وتطوى ويوضع في طياتها حبوب النعناعين واما الفراش والسياب  
الصوفية فتوضع في اكياس من البنته النظيفة وتحمط جيداً او تدرز درزاً حتى لا يبق فيها  
سبيل لدخول فراش العث

واذا وجدت ان العث دخل السجادة وعسر اخراجه منها قبل ان ينشق بالماء الساخن  
وابسطها عليها وامر عليها مكواة حامية فيدخل بخار الماء الساخن بين خيوط السجادة ويقتل  
ما فيها من العث

اذا اذبت اورية من الصمغ العربي الابيض الذي في ثنائي اواني من الماء الغالي واخذت  
ملقحة من هذا المذوب ومزجت بها رطلاً من النشا اكتسب ما ينشئ به من القمصان والقبات  
لمعاناً شديداً

اذا شعرت بسوء هضم وكنت تكره شرب الدواء فاحسن علاجك تعالج به نفسك الصوم  
فلا تأكل في الصباح او اكتف بفتحان من اللبن او بكسرة من الخبز قمضها جيداً او بيضة  
مسلوقة . وقلل ما تأكله في الغذاء والشاء حتى يكون نصف ما تأكله عادة وامضه جيداً  
فالمخالب ان سوء الهضم يزول في يوم او يومين