

ومنها « وفرك » مجموع حسابها ٣٢٠ ومصطفى كمال ٣٢٠ وعقرب ٣٧٢ والشام ٣٧٢
ومنها: ودلق يسر رزق وأني بشير بطير لفرط الغرام
و«دلق» مجموع حسابها ١٣٤ وسعد ١٣٤ فأرأي حضرات القراء في هذه
الكراسة ؟؟ اسكندرية السيد حسين الصفدي

باب تدبير المنزل

قد فتحتنا هذا الباب لكي ندرج فيه كل ما يهم أهل البيت معرفته من تربية الأولاد وتدبير الطعام
واللباس والشرب والمكث والزينة ونحو ذلك مما يسود بالنفع على كل مائة

الغضب (١)

أسبابه وسبيل إصلاحه

ينشأ الغضب أو شدة الانفعال وسرعة التهيج عن حالة الإنسان العجيبة
كسوء المزاج أو شدة التنبه أو عدم النوم الكافي أو عدم استنشاق الهواء النقي
أو الحرمان من التمرينات البدنية . على أنه قد ينشأ أيضاً من عدم مباشرة الأطفال
لمن كان سنواً لهم في العمر وسرف أوقاتهم مع من هم أكبر منهم سناً وأقوى
قوة وأكثر علماً إذ ينشأ عند وجود تلك الفوارق في القوى البدنية والعقلية
اجتهاد الطفل الصغير في مناقشة الولد الكبير فيجهد قواه إلى حد لا يستتبع
احتماله فينتج من ذلك الاجتهاد المعسبي شدة التأثير وسرعة التهيج
ومن الجهة الأخرى فإن الطفل في هذه الحالة يستحيل عليه ميازة الكبير
للفوارق العظيمة الكائنة بينهما فيعمد إلى الغضب والانفعال لئلا ما ينقص من
عجزه الطبيعي الناشئ عن صرسته كمن يلجأ إلى المسكرات لتعويض ما ينقصه
من الشجاعة عند الاقدام على عمل يقتضي الجرأة والاقدام
أما وقد عرفنا الأسباب الدائمة إلى هذا النوع من الاخلاق فيسهل علينا تدبير الدواء

(١) من كتاب « التربية الاخلاقية » لابادير اندي حكيم الهامي

اشافي وذلك بزالة سبب ذلك المييب بالمعالجة الطبيعية لتقوية بدن الطفل بالتمرنات
ابدية والرياضية في الخلاء وفي اعالي الجبال وترويض الفكر بالمناظر الطبيعية
المختلفة فتنتظم حركة اعصابه الدموية ويملك قياد نفسه ولا يستسلم لثائرة غضبه

بقي علينا بيان طريقة معاملة الطفل عند قيام ثورة الغضب في نفسه وسقوطه
فريسة في مغالب الانفعال النفساني الذي يسطو عليه من وقت لآخر

الدواء لذلك هو التزله والهدوء . فتمن ترك الطفل في حالة انفعال مفرداً في
وسط هادىء عماط باسباب تسلي النفس وتطريها كهديقة غناء او غرفة مزينة
بالرسوم الجميلة مرتبة ترتيباً بديعاً وبها بعض ادوات الالعاب التي تصبو اليها نفسه
والكتب التي تلذله مطالمتها هدأت ثائرة غضبه وزالت عنه اسباب الحمق وسكنت
اعصابه فيثوب الى رشده ويرجع عن غيبه ويشعر بخطأه . وفي هذه الحالة يرى
كثيراً ان الطفل يلتمس من والديه الصفع عما ارتكبه من الخطأ فيفتح بذلك
لوالديه باب نصحه وارشاده لما يجب عليه عمله ويبان ما يلحقه من ضرر الاستسلام
لعوامل الغضب والحماقة ووخامة العاقبة على نفسه وجسمه . ويجب ان يلاحظ انه
اذا كان الطفل متلقاً فلا يترك وهو في ثورة غضبه في غرفة بها من الاثاث
والرياش ما يسهل كسره واتلافه وان سها على الوالدين هذا الاحتياط ومما كسر
الاواني واتلاف الاثاث فليتمننا عن التهديد والوعيد فان ذلك يزيد تيران غضبه
اشتمالاً وثوران نفسه انفصلاً بل يجب عليها تركه حتى يهدأ غضبه ومتى عاد الى
رشده وادرك قيمة ما اتلفه وطلب الصفع مما فرط منه من الخطأ ارشده الى
ما يجب عليه عمله لتعويض ما اتلفه

ولا يخفى ما يعيب المجموع المصبي من هذه الثورات النفسية وما يتركه الغضب في
الجسم من اثر التعب فترى الطفل بعد زوال العاصفة يميل الى الراحة والنوم . فيجب
على الوالدين في هذه الحالة اراحة الطفل وعمل الوسائل الكفالة لانعاشه فانه بذلك
يصوض كثيراً مما اصابه من ضعف القوى وانتهاك البدن الناشىء عن الحدة
والانفعال النفساني . ويتزايد هذا الضعف البدني وتشد وطأته على الانسان كلما
تبددت هذه النوبات فيضعف بذلك المجموع ويضعف معه الارادة وقوة المقاومة
يتوالي العواصف العصبية

ولذا يجب على الوالدين بذل ما في وسعهما لتفيم كل الاسباب التي تثير هذه

المواسف النفسية ومنع رفاق الطفل من اغاظته واحاجه عواطفه ولكن يجب مع ذلك الاحتراس من عدم ادراك الطفل لذلك الامر لئلا يتخذهُ ذريعة لقضاء اوطاره منها وزيادة مطالبه ودرغائه الصبانية التي قد يرى الرالدان في احابتها ضرراً عليه فيمتنعان عن اجابة الطلب فيثير عاصفة غضبه عمداً ليرغم والديه على اجابة طلبه وبهذا المنيع يقضي الطفل على نفسه من وجهين اولهما تمسك الحدة والغضب من نفسه وما ينشأ عن ذلك من ضعف قوة بدنه وراحتته وثانيهما نيله اموراً تلحق به اضراراً اديية وبدنية وتسلطه على والديه الى حد لا تؤمن معه المواقب ولا يعلم مصيرها وسوء اثرها في نفسه وعائلته الا الله

تقوية الذاكرة

اذا كانت ذاكرتك ضعيفة و اردت ان تقويها فعليك بالامرين التاليين : اقرأ كتاباً بلذًك موضوعاً بامعان . وكما اعتدت قراءة صفحة متنة اغلق الكتاب وجرب ان تفكر في موضوعها . جرب ان تتذكر الافكار التي قرأتها فيها وان تصيغ تلك الافكار بعبارةك كأنك تفسرها لصديق امامك . فاذا واظبت على القيام بهذين الامرين أي القراءة بامعان وتذكر ما تقرأ قويت ذاكرتك بما تخزنه فيها من الافكار والآراء التي تطالعها ويسهل عليك ان تتذكر كل ما يتعلق بها او يعاظمها بقوة اثتلاف الافكار

ومن الامور المضرّة بالذاكرة القراءة السطحية فيمر القارئ على صفحات عديدة دون ان يفهم فكراً واحداً بوضوح وجلاء . ومن هذا القبيل قراءة الجرائد بالمرور على عناوين مقالاتها وتلغرافاتها كأنه استوعب معانيها وهو لم يدرك معنى منها

ومن الالعب البنّية المفيدة التي تساعد على تقوية الذاكرة اللعبة الآتية : يخرج الذين يريدون ان يلعبوا بها من الفرقة ويوضع اثناء غيابهم على طاولة في وسط الفرقة بضعة اشياء جمعت احتياطاً يكون عددها بين الخمسة عشر والعشرين وتغطي . ثم يوذّن للاعبين بالدخول فتكشف امامهم تلك الاشياء مدة خمس عشرة ثانية وتغطي ثانية . ثم يطلب من كل منهم ان يكتب اسماء الاشياء التي يتذكرها . فان هذه اللعبة وامثالها مفيدة ومسلية لأنها تمرّد الاولاد دقة الملاحظة وتساعد على تقوية الذاكرة

فوائد يتيمة

غسل الكفوف - اذا كانت الكفوف من قطن وانسخت يرغى عليها الصابون وتنقع في ماء فاتر بضع ساعات ثم تفرك جيداً ويصبر منها الماء الوسخ وتغسل ثانية بماء سخن وصابون حتى تنظف تماماً . ويستعمل وقت غسل الكفوف بفرك الاجزاء الوسخة منها اكثر من غيرها . وقد يحسن ان يلبس الكف باليد وتفرك الاناكن الوسخة بفرشاة صغيرة وبعد ما تنظف جيداً تشطف بالماء الفاتر ثم بالماء البارد واذا كانت بيضاء يضاف الى الماء قليل من الزهرة حتى يزول منها اللون الصفير بامتزاجه بازرق النيلة

واذا كانت الكفوف من الحرير فتغسل بماء فاتر بعد ان ترغى الصابون به اي انها تغسل برغوة الصابون في الماء الفاتر وتنقل من ماء فاتر الى ماء فاتر فيه رغوة صابون جديدة الى ان تنظف جيداً . ويجب ان لا يشمل الماء السخن مطلقاً لئلا يبيض لانه يصفره ولا يفرك بالصابون لانه يصفره ايضاً . ويكون الفرك برغوة الصابون لا بالصابون نفسه . وبعد ما تنظف الكفوف تشطف بماء فاتر ثم بكثير من الماء البارد وتترك في الماء البارد برهة لكي لا يبق شيء من الصابون لاصقاً بها . واذا كانت الكفوف بيضاء يضاف الى الماء قليل من الزهرة لكي يزول الاصفرار منها

واذا كانت كفوف الحرير ملوثة تنقع في ماء بارد فيه قليل من الملح قبل غسلها لكي لا يزول لونها بالفصل . والكفوف التي الوانها مختلفة يغسل كل لون منها على حدة . ويسرع في غسلها . ويضاف الى الماء الذي تشطف به اخيراً قليل من الملح

واذا اريد ان يعاد اليها اللعان الحريري فاضف الى الماء الاخير قليلاً من السبيرتو اي ملعقة صغيرة لكل كوية من الماء ثم تعصر

واذا كانت الكفوف من الجلد الناعم (الشاموي) فتغسل برغوة الصابون كما تغسل الفلانلا . وعند باعة الكفوف ايد من الخشب تلبس الكفوف بها وتترك حتى تجف

لماذا تضيق الفلانلا

قد يستعمل الانسان قيص الفلانلا ستة او اكثر وهي تفصل كل اسبوع مرة او مرتين ولا تضيق عليه وقد تضيق بعد ما تفصل مرة او مرتين وسبب ضيقها اما لان الفسالة فركت عليها لوح الصابون بدلاً من ان تفركتها برغوة الصابون او بالماء الذي اذيب فيه قليل من الصابون او لانها غسلتها او شطفها بماء شديد الحرارة . او لانها بلستها وتركها لتتشف رويداً رويداً بدلاً من ان تنشر في مكان مطلق الهواء حتى تنشف بسرعة او لانها جفتم اقرب النار حتى خرج الماء منها بخاراً او لانها كوتها وهي مبللة بمكواة شديدة السخونة فيجب الامتناع عن ذلك كله فلا تضيق الفلانلا

الشاي

لا تشتري مقداراً كبيراً من الشاي دفعة واحدة لثلاً يقدم عندك ويخسر جانباً من نكهته . واشتر منه ما كانت اوراقه مفتولة وغير صغيرة

الصابون والشح

اشترى مؤونتك كلها من الصابون في الوقت المناسب لانه يجف ويجود مع الزمن على ضد الشاي وكذلك الشح الابيض فانه يجود مع الزمن

علب الطعام

السردين واللسان واتواع اللحوم المحفوظة في العلب قد يمتريها الفساد فتصير سامة . والغالب ان مكروب الفساد يكون فيها حينما توضع في العلب وتلحم فيزيد رويداً رويداً ويظهر ذلك بانتفاخها ولو قليلاً لان الفساد يكون فيها غازات تنفخها فاذا كانت علب الطعام مغفوخة ولو قليلاً وجب ان لا تؤكل اي يجب ان تكون مقفورة من اعلاها واسفلها لا معدبة

الزبدة الصناعية

الزبدة الصناعية خالية من الفيتامين فلا تقوم مقام الطبيعية في تنفيذ الاجسام ولا سيما في تنفيذ الصغار فلا قائمة من رخصها

تنظيف المرايا

يجب نفض انبار عنها اولاً ثم يرخذ وعاء فيه ماء فاتر ويضاف اليه قليل من الامونيا وتبل به اسفنجة ناعمة او قطعة من جلد الشاموي وتمسح ويمسح بها وجه المرآة . ويجب ان لا يُبل خشبها وخصوصاً اذا كان مذهباً . ثم تنشف بمسفة ناعمة وتصفل بمجذ الشاموي او قطعة حرير
 وأذا كان على المرآة يقع يصب ازلتها بالطريقة المذكورة آنفاً يصنع معجون من البودرة الناعمة والسبيروتو ويمسح المرآة به بقطعة فلانلا وحينئذ ينشف تنفض البودرة وتمسح المرآة كما ذكر آنفاً

البيض الجديد

اسك البيضة الجديدة بين عينيك والنور فاذا كانت جديدة رأيتها ساقية لا كدر فيها واذا كانت قديمة رأيت فيها بقعة مظلمة او جزءاً قائماً كأنه غيمة

باب الصناعة

فتح جديد

للصناعة الكبرى بالشرق

المعصرة البخارية لزيت الزيتون بالرامنة

اذافات التضامن الشرق في كثير من ممالكه فليس يجاز ان يفوته التضامن في امور الصناعة الحديثة . ومن هذا القبيل يصح ان نعتقد ان وراء كل من اوطاننا انظمة ووطناً عاماً لنا من حيث الصناعة هو الشرق وعلى الخصوص الشرق العربي الى هذه الوجهة في النظر نضم وجهة في النظر اخرى :
 ان الشرق ولاسيما العربي يهد لحياته السياسية التي هو جدير ببلوغها في كل قوتها وامتنانها ولم يلغها بعد بمثل هذا التضامن الذي لا تخفى منافعة