

باب تدبير المنزل

قد فتحنا هذا الباب لكي ندرج في كل ما يهم أهل البيت معرفته من تربية الأولاد وتدبير
الطعام واللباس والشرب والمكن والزينة ونحو ذلك مما يسود بالنفع على كل طائفة

عمل المرأة في الكون

بثُّ الوحي في الرجل

كلام للمكسيم غوركي الكاتب الروسي المشهور

لوقالت امرأة لشاب اتفخ وقلقل الشس من مركزها لتفخ وان كانت
يستقد ان تفخه لا يفيد شيئاً وان سألته ان يجمع لها بعض زهورات والمطر منهل
اتدفع للرجال بنفسه بلع ما زريده

هذا ما قاله المكسيم غوركي مندوب جريدة البرلينغيميلات بينا كانا يتحدان
عن مقام المرأة في الفنون والعلوم الادبية والنجاح المادي والمباحث الفلسفية

قال غوركي لان الهممة التي يطلب من المرأة تأديتها هي ان تبث في الرجل
الوحي وتجهزه بالحرضات والمستفزات وتمده بالحياة وتوقد فيه مشعال الحماسة
وهي القوة الكبرى بمد الله تعالى التي تدفع الانسان للعمل والسكد والنشاط

توقف عظمة المرأة على مقدرتها في تنبيه الرجال للشولية المتفاعة عليهم
ومركزها بالنسبة للرجل يشبه تماماً مركز ملكة النحل في القفير التي تدفع اليها سيب
للمعمل. والمرأة ان اكبست شهرة فسيبها الرجال الذين بشت فيهم الوحي

والتاريخ حافل بذكر النساء اللواتي اتين الفرائب واثمنن في حياة غيرهن حياة
جديدة وقوة جديدة. فكاترينا خدست المدنية والتهذيب اكثر مما خدمها بطرس
الاكبر في ثلاثين سنة ومارقا بوريتز كيا قاومت بنجاح افان الهائل اكثر مما قاومه
غيرها. وها الملكة اليبابات ألم يكن العصر الذي عاشت فيه من ارقى العصور وازهاها?
الم تمهد ازابيل ملكة اسبانيا السيل للرحالة المشهور خريستفورس كولومبوس
لتحقيق ما كان يصبو اليه بعد ان رفض ملوك اوربا اقتراحه باحتقار وازدراء

النظر الى الدور الذي لعبته الكاتبة المشهورة جورج ساند (جورج ساند اسم

مستعار للكاتبه الافرنسية المشهورة ديديفانت عاشت من سنة ١٨٠٤ الى سنة ١٨٢٦)
 فع ان هذه الكاتبه لم تكن من التابعات الا انها اثرت كثيراً في حياة شوين ولست
 ودي موسى وترجينف ودوسنوفكي

ان النساء هن القوة الابدية الوحيدة وعدوات الموت الازليات والقوة التي
 تكافح وتناضل وتنتصر . الحياة تبتدى وتنتهي بين فني الدقيفة التي يقضي الموت
 على فرد من العائلة البشرية تلد المرأة مولوداً آخر

المرأة دليل الحجة فالحجة تنمو وتزدهر بجهادها لابعاد غائلة الجوع عن ولدها
 وعن الذين تحبهم كزوجها ووالديها واخوتها واصدقاتها . وبكلمة ثانية ان جهادها
 محصور في دائرة معينة وخدمة بيتها وعائلتها واصدقاتها وجيرانها وابنائها وطنها
 فما كتبتا للعيشة البدوية المتنقلة مهدت السبيل للعيش في بيوت ثابتة وذلك لان
 ولدها ينتقل من مكان الى آخر لا يكون في حالة مأمونة فرأت ان بيتاً ثابتاً آمن
 من المتنقل ومن ذلك نشأت المدن والقرى

المرأة هي اول من اكتشف بعض الحقائق الطيبة وذلل الحيوانات البرية
 وتعلم وعلم صنع الثياب من النبات — كل ذلك تم بواسطة غريزتها الطبيعية لحاجة
 ملكها وهي القوة النشيطة الباعثة للاكتشافات العلمية والفنية وذلك لانها هي التي
 استغزت الرجل ودفعته ليستقصي في البحث والتشقيب ليزيد رفاهيتها المادية

المرأة تعرف ماذا يجب ان يستقصى وتبذل ما في وسعها لايجاد روعي قلما تخطى
 هذه الدائرة بخلاف الرجل فانه يسعى لاكتشاف الاشياء التي هي فوق ادراكه
 اي انه يبحث وراء الدائرة المادية المحسوسة — وتأملاته الفلسفية دليل على ذلك
 ومع ان الرجل لم يخطئ خطوات كبيرة في الفلسفة المحضة الا انه ايجاد كثيراً
 في الفلسفة العملية والكهربائية في مظاهرها المختلفة أكبر دليل على صحة هذا القول
 قال الكاتب ثم سألتها وما مقام المرأة في الفنون وبكلمة ثانية ما آتته في هذه
 الوجهة ؟ قال « لا اذكر ان امرأة تفوقت في تكييف الاشياء مع ان الواحد ينتظر
 ان المرأة التي تربي ولدها وتغذيته تكون حاذقة في قولته وسبكه بل بالعكس وجدنا
 ان اعظم المكيفين كانوا رجالاً وما اقوله عن عدم تفوقها في فنون التكييف اقوله
 ايضاً عن عدم تفوقها في الموسيقى والرسم والتصوير فهي وان كانت ماهرة في اظهار
 الموسيقى الا انها لا تستطيع الابداع والاستنباط فيها »

وحيث اني اعرف بان غوركى من اشد انصار السلام سألته كيف يفسر

اندفاع النساء اثناء الحرب الاوربية الكبرى لتحبيذ الحرب وممانعتها والهزء بالذين كانوا يجمعون عن خوض غمارها مع ان وظيفة المرأة الوراثةية هي حماية الحياة البشرية والمحافظة عليها

اجاب « ان هذا الاندفاع من الجنس اللطيف مسبب عن مطالب مديتنا المضلة . كل امرأة بطبيعتها الاصلية مقاومة للحرب طامية للحياة محافظة عليها ويسؤني ان اقول ان مديتنا الحاضرة قد شوهدت هذه الفرزة وصرقتها في غير مجراها الطبيعي واقصد بالمدنية الحاضرة المدنية في كافة انواعها من قومية وشعبية بما فيها من محبة الوطن وتزاع الاحزاب وكفاحها
ثم سألت عن حقوق المرأة وامتيازاتها ؟

اجاب ان هنالك بعض امتيازات وحقوق يجب ان تعطى لها واخرى يجب صرف ذهنها عنها . مثلاً لا اظن من المناسب ان تدرس فن الحمامة . وعلم التشريع وكل القوانين التي تسنها في هذا الموضوع تكون على الغالب ناقصة لان ذلك خارج عن دائرة اختصاصها

ان الامور التي يجب ان نوجه نظرها اليها هي علم الصحة والتغذية والشؤون البيتية والعائلية . واثرها في هذه العلوم ومعرفة ما اعلى مقاماً وابعد اثرأ من معرفة الرجل فلذا استحسن انتخاب المرأة للمجالس النيابية لمعالجة هذه الامور الحيوية التي يتوقف عليها نمو العائلة وبالتالي الجنس البشري عموماً

نجيب نصار

بيروت — الجامعة الاميركية

وظائف الجلد والعناية به

للجلد اربع وظائف مهمة الاولى وقاية الاعضاء والانسجة وحفظها من المكروبات المنتشرة في الهواء . فالمكروب قلما يستطيع ان يخترق الجلد لينصل بالاعضاء والانسجة ما زال الجلد سليماً . لذلك يجب الاهتمام به حينما يجرح فيصل الجرح بالمطهرات ومضادات الفساد حتى لا يمكث فيه المكروب فيتكاثر ويسبب التهاباً فيه اما الوظيفة الثانية فافراز بعض المواد السامة التي تتولد في الجسم حين تقوم الاعضاء باعمالها وهذه المواد تفرز مع العرق والعرق جانب منه سائل يتبخر وجانب منه جامد يلصق بمسام الجلد . ويفرز الجلد ايضاً عدداً من مواد دهنية وهو معرض دائماً للتلوث بالانبار فضلاً عما يبقى لاصقاً به من خلاياه التي تحوت.

ففي نجمت كل هذه المواد على سطح الجلد سدت مسامه فيصعب عليها تأدية وظيفتها وهي افراز الفضول فيعود ذلك على الصحة بضرر كبير فضلاً عن الروائح الكريهة التي تتولد من هذه الفضول . فتتظيف الجلد من هذه الاقذار ضروري جداً لحفظ الصحة . وخير الوسائل لذلك الاستحمام وافضل الاستحمام ما كان بالماء الحن في الماء لان الماء الحن ينظف الجلد كل التنظيف وبمده يذهب المستحسّم الى سريره فلا يتعرض للبرد . ولا بد من اختيار صابون ينظف الجلد ولا يبيجه وخصوصاً في الصغار لان جلدهم اذق شعوراً وامرع تبيجاً من المتقدمين في السن والوظيفة الثالثة تعديل حرارة الجسم مع كل تغير في حرارة الهواء حتى تبقى حرارة الجسم طبيعية . ولكي يتم وظيفته هذه يجب ان يكون شديد الشعور بتقلبات الهواء من حر وبرد . فاذا شعر الجلد بهبوط الحرارة لجأ تأتت بذلك اوعية الدم التي فيه فتقبض جدرانها ويقل ورود الدم الى سطح الجلد فيقل اشعاع الحرارة منه فيحافظ بذلك على حرارة الجسم الطبيعية في الايام الباردة . وما شعور الانسان بالبرد حينئذ دليل على ان حرارة الجسم قد هبطت بل هو دليل على قلة ورود الدم الى الجلد حيث اعصاب الحس بالحر والبرد

واذا كان الهواء حاراً شعر الجلد بذلك فتأثر اوعيته الدموية فتتخني جدرانها ويكثر ورود الدم اليها فيزداد اشعاع الحرارة من الجسم ويزداد افراز العرق وهو يتبخر ويخفض حرارة الجسم فتبقى على حالها الطبيعية في الايام الحارة ولجعل الجلد شديد الاحساس بتقلبات حرارة الهواء يحسن استعمال الحمام البارد صباحاً فانه ينبه الاعصاب . وما يعقبه من الشعور بالحرارة برد الفعل يعود الاوعية الدموية تلبية الاعصاب فيصح الجلد مستعداً للقيام بوظيفته الثالثة احسن قيام

اما الوظيفة الرابعة فهي وظيفته كمضو اليهس نحس به بالبرد والحر والخشونة والتعومة وما اشبه . وهذه القوة يستطاع تمرينها حتى تصير دقيقة الشعور ولقد روي ان بعض الصبيان استطاعوا ان يستعملوا جلودهم بدل عيونهم وقد قام حديثاً في فرنسا رجل يدعي انه يستطيع تمرين جلد الانسان حتى يرى به المرئيات كما ذكرنا في باب الاخبار العلمية بمقتطف ابريل سنة ١٩٢٤

ولا شبهة ان شعور بعض الناس بايديهم دقيق جداً وبي يقرآن افكار غيرهم وشعور غيرهم قليل الى حد ان بعض الزوج والبرابرة بمكون الجمر بايديهم ولا يتأون

أثر العواطف والانفعالات في الصحة

يقول بعض الفلاسفة أن العقل له ثلاثة أركان أساسية هي العواطف أو الانفعالات والادراك أو الفهم والارادة. والرأي الشائع أن انفعالات النساء أقوى من انفعالات الرجال وأبعد أثراً ولكن الامتحان يبطل هذا الاعتقاد فقد ظهر أن انفعال النساء كالحركة السطحية التي تصيب وجه البحر عند ما يهب عليه النسيم وأن انفعال الرجال كاضطراب الامواج الكبيرة في عاصفة هوجاء.

والاختبار يؤيد القول بأن الجسد والعقل في تفاعل دائم فربما عاطفة تبه فيك قوة وشاطراً ورباً أخرى تسوقك الى الخمول. ولا تباين ذلك راقب رجلاً ورد عليه خبر مشوم وآخر وردت عليه انباء سارة

والظاهر أن الذين يميلون الى الجذل والسرور بطبيعتهم اقل تعرضاً للأمراض من الذين يشكون دائماً ولا يرون من الامور سوى وجهها القاتم وزد على ذلك قاسم الفریق الاول أسرع شفاء من الفریق الثاني اذا اصيب بمرض ما وهالك المثل التالي :

امرأة مصابة بالتهلة الصدرية ، افكارها مضغمة وحياتها معلقة في ميزان القدر . لها ولد عيثار يجري حب هواه في بلاد نائية تترقب انباءه مخوف شديد لكلا يجيشها عنه خبر لا يسرها . وانها كذلك يزورها احد اقاربها ويخبرها خبراً ساراً عن ابنها هذا فترق امرتها وتنبه قواها فتفهم ما يقال لها ثم تهافت عليها ذكرياتها الطيبة فيخالجها شوق شديد لان تمشي ولا تلبث اياماً حتى تبدو على وجهها امارات التقدم والعافية

وعلى الضد من ذلك من يخاف مرضاً من الامراض فان خوفاً هذا يضعف قوة جسمه على مقاومة المرض

فالحفاظة على الصحة تستلزم البشر والبشاشة والتفاؤل المعقول

ولا ادعى الى نقي التشاؤم من معاشرة الناس . قابل بين رجل عليه ان يتناول طعام الشاء وحده وقبل ان يتعشى يقضي الوقت باحثاً في كتب الطب عما يأكله لكلا يصاب بسوء الهضم وبين هذا الرجل نفسه وقد دعى الى بيته بعض الاصدقاء يحادثهم قبل العشاء وعلى مائدة الطعام فيما يبدله وينسيه ما يساوره من الخوف والقلق على معدته

اوخذ لك مثلاً آخر . يشعر احدهم انه اُصيب بصداع فيرفض الذهاب الى العزبة

فيبقى في بيته شاعراً أن معائب الدنيا قد حلت عليه . وإذا بصديق يشوش بزوره
فيتحدثان في أمور سارة وينقلب الحديث مناقشة وجدالاً فيسمى الأول ما كان
يشعر به من الصداق

ولا شك أن خير أنواع المعاشرة ما كان ادعى إلى الضحك لذلك قيل إن من
يضحك الناس يحسن إليهم . ولذلك يحسب شارلي شابن من نفعي الناس

فوائد منزلية

إذا أردت تنظيف نحف من البرونز فلا تغسلها بل امسحها بقطعة حرير وحيث
لا تصل قطعة الحرير استعمل فرشاة ناعمة . فإذا لم تغلف تماماً بل اسفنجة بالييرا
وامسح النحف بها وحيثما تشفى اصقلها بقطعة من جلد الشاموي
إذا أردت تنظيف كراسي خشبها من خشب السديان فامسحها بييرا فاترة
لأنها تحسن لونها . والييرا في هذا المقام اصلح من الماء والصابون . وحيثما تشفى
ادهنها بدهان الاثاث

وتنظف الكراسي المصنوعة من الجلد متى اتمخت بغسلها بالماء الفاتر والصابون
ويجب ان لا يكون الماء كبيراً فتترك فركاً خفيفاً بأسفنجة ثم يمسح الصابون وتشفى
بمسح ناعم وبعد تشفيفها تصقل بزيت زرد الكتان او بزلال البيض بعد خفقه
وإذا كان الاثاث مصنوعاً من خشب مصقول فامزج ملةتين كبيرتين من
السيرتو مع ثلاثة قناجين شاي من الماء وامسح بها الخشب ثم نشفه واصقله بجلد الشاموي
اذا وضعت محوون سخنة على خشب مصقول تركت عليه بقعاً بيضاء وهذه
ترال بمسحها بروح الكافور . ثم يصقل الخشب كالعادة

وإذا كانت البقع بقع حبر ترال متى مسحت بقليل من الحامض الاكساليك .
ويجب ان لا ينتشر الحامض على الخشب اكثر من البقعة . وخير ما يستعمل لفرك
هذه البقع قطعة من الفلين . ثم يغسل مكان البقعة بماء فاتر ويصقل
بعض الصور الزيتية الثينة تعلق على الجدار بسلسلة من نحاس . وهذه تنسخ مما
يلق بها من الغبار فتنظف بمسحها اولاً بفرشاة لازالة ما عليها من الغبار الذي
يمكن ازالته بالفرشاة ثم تمسح في وعاء فيه ملاء مغلى اذيب فيه قليل من الصودا
وتترك فيه حتى يبرد الماء ثم تغسل بماء وصابون وتنظف وتنشف وتغسل
بجلد الشاموي