

عالم المرأة

العدد الخامس والخمسون
السنة الثامنة



في هذا العدد :

فن الطلاء
عسر الهضم
فن المطبخ

موبيليا لويس السادس عشر
البلويزات التي لا غنى عنها
التعليم المختلط

موسوعة
عالم المرأة



٢



٣



١

ماكياج حديث لوجه رومانتیکی الملامح

تكميل



٦



٥



٤



(١)



(٨)



(٧)



(١٠)

إذا ما تأملنا وجه هذه الفتاة ، تبيننا للوهلة الأولى ، أن تقاطيعه دقيقة ومتناسقة ، بحيث يمكن أن يكون الماكياج الخاص به متقنا تماما ، إذا ما أحسن وضعه . ولا شك أن الماكياج يختلف تبعا للوقت ، والمناسبة التي يوضع فيها . فالماكياج الخاص برحلة ، أو نزهة ، يختلف عن ذلك الخاص بسهرة ، أو أمسية خاصة . وعلى ذلك ، فالماكياج الذي يوضع للسهرة ، لابد أن يبرز خطوط الوجه بصورة أوضح ، ويزيد من تألق العينين ، بصفة خاصة ، ولا سيما إذا كانت الجفون بها بعض الانتفاخ وكان لون العينين فاتحا .

إن الشعر الكثيف الغامق ، يحيط الوجه بخفة . كما يمكن ، عن طريق استعمال الباروكة ، التغيير من الشكل العام للوجه ، تبعا « للموضة » ، وسابرة لكل ما هو حديث . (١) يجب قبل كل شيء ، تنظيف الوجه تماما ، باستخدام لبن التنظيف الخاص ، ثم استعمال مادة مغذية ومنشطة للبشرة ، بحيث تكونين على استعداد تام لبدء عمل الماكياج . ولا بد من معرفة بعض الأسرار ، التي يمكن عن طريقها الوصول إلى أفضل وأجمل ماكياج ، مع مراعاة أن يكون بسيطا ، ومعتدلا .

يبدأ أولا بعمل ولابة للوجه ، عن طريق بسط طبقة من كريم الأساس على الوجه كله ، بحيث تكون بمثابة طبقة عازلة ، تمنع تحلل الماكياج إلى عمق البشرة ، وبالتالي سد المسام .

(٢) تبسط طبقة خفيفة من كريم أساس من لون مناسب للون البشرة ، على الوجه كله ، وحتى منطقة الرقبة ، وهذه الطبقة تعمل على تنعيم الوجه ، والقضاء على أي « حفر » تكون موجودة به ، بحيث يصبح الوجه كله في مستوى واحد .

(٣) يستعمل بعد ذلك نوع من كريم الأساس الأكثر لونا للمنطقة التي تحيط بالعينين ، بحيث يخفي أي أثر للتعب والارهاق العاديين حولهما .

(٤) يستعمل بعد ذلك ظل الجفون السائل باستخدام الفرشاة . فيستعمل أولا اللون الفاتح ، ليغطي الجفن العادي كله من أسفل الحاجب حتى العين . ويكون لونه أزرق فاتحا . ثم يستعمل الظل الأعرق في أسفل الجفن العلوي ، وفي المنطقة الملاصقة للرموش .

والجدير بالذكر ، أن ظل الجفون يفيد في إضفاء مزيد من النضارة على العين ، مشكلاً نوعاً من التالقي ، عن طريق التدرج في الألوان .

(٥) يستعمل بعد ذلك الأي لايزر وبوساطة فرشاة رقيقة جداً ، يعمل خط رفيع فوق العين ، ابتداءً من الزاوية الداخلية للعين ، متجهاً إلى الخارج ، مع عمل «شرطة» صغيرة ، تزيد على العين ، فتعمل على تكبيرها ، دون أن تغير من الشكل الطبيعي لها .

وينفخ الفرشاة الرقيقة ، يتم عمل بعض الخطوط الرفيعة جداً على الجفن الأسفل ، بحيث تبدو وكأنها متداخلة مع الرموش الحقيقية .

(٦) في منتصف الجفن العلوي ، يعمل خط رفيع

بالقلم ، مما يضيف على النظرة مزيداً من العمق .

ولقد تكون هناك حاجة للمسات خفيفة بالقلم على الحاجبين لإصلاحهما ، عن طريق إطالتهما بعض الشيء إلى الخارج ، تمشياً مع شكل العين .

(٧) توضع بعد ذلك طبقة خفيفة من البودرة الشفافة ، مما يعمل على التخلص من بعض البقع التي تكون موجودة بالوجه . ولا بد من مراعاة ، أن تكون البودرة شفافة وفاتحة ، لأن هذا اللون يناسب الوجه الرفيع ، بعكس اللون الغامق ، الذي يزيد من نحافة الوجه .

(٨) يوضع بعد ذلك أحمر الخدود بوساطة الفرشاة ، ويراعى أن يكون لونه وردياً ، يعمل على تلوين الخدين

بصورة أقرب إلى الطبيعية . ثم يوضع أحمر الشفاه بالفرشاة أيضاً .

(٩) أخيراً ، يتم تثبيت الرموش الصناعية ، مما يزيد من جمال ورونق العينين ، ويضيف عليهما ظلاً جميلاً .

(١٠) وهنا بعد أن يكون الماكياج قد اكتمل ، تقوم الفتاة باستعمال باروكة جميلة ذات قصة (الاجرسون) ، مما يكسب الوجه مزيداً من الشباب : الشعر المستقيم ، والظرفان متفبان بفتحة على جانبي الوجه . ويلاحظ أن هذه التسمية مناسبة تماماً لهذا النوع من الوجوه ذات التقاطيع الدقيقة .

ثم هناك أيضاً أربع تسريحات أخرى جميلة ، تصلح لأي ساعة من ساعات النهار .



سواء خارج المنزل أو داخله ، مع مجموعة من الأصدقاء .
وهي تناسب في المقام الأول ، الشابة ذات الشعر الذهبي
الناعم .

(١٤) مجموعة من الخصل الذهبية ، تكون هذه التسمية الجميلة . تحملها بعض الخصلات الخفيفة على مستوى الشعر كله ، وهي تسمى تسريحة توأم جميع المناسبات والأعراس ، ويتم تصفيف الشعر بالفرازة ، مما يعطي هذه الطبيعة الهشة ، وتلاحظ الفرشة الخفيفة التي تغطي الجبهة كلها ، بحيث تكون بداية الوجه من الجانبين .

وهذه التمرجة أيضا ، تستلزم الشعر الناعم ، ويمكن
رشه بالمثبت للحفاظ على تماسكه .

ويتم تحميل هذه التصريحة ، بتلويين بعض الحصلات باللون النعبي ، وذلك برشها بمستحضر خاص ، مما يزيد من تألقها ، ويعمل على إظهار الجبهة ، وأجزاء الأسفل من الوجه .

(١٣) هذه التريخة الجميلة ، تصالح للشعر الذهبي الفاتح ،
وتواجم سيدة شابة ، ذات شعر متوسط الطول .

وفي هذه التسمية ، يقسم الشعر إلى ثلاثة أجزاء .
 ينسد جزءان يرفألة على جانبي الوجه ، أما الجزء الأوسط ،
 فهو مضموم بطريقة مبتكرة إلى الخلف ، بحيث يبدو في
 شكل شينون جميل على قمة الرأس .

وهذه الترخيصة تصلح للمناسبات الخاصة ، كاللمهرة

(١١) الشعر متوسط الطول ، من لون ذهبي داكن ، تحليله بعض المحصلات الفاتحة ، وتزيد من تألقه . يصفى الشعر بحيث يكون مرتفعاً في أعلى الرأس ، ثم ينترك لينسدل في عصابات هلهله ، مكونة هالة جميلة ، تزيد من أنوثة هذا الوجه وجماله . وهذه التدرجية تصلح تماماً للوجه ذى التقاطيع الدقيقة لأنها ، تخلق إطاراً حول الوجه ، تزيد من إبراز تقاطيع الوجه ، ومن ناحية أخرى ، تزيد من جمال الرقبة ، والمنظر الجانبي للوجه .

(١٢) تمريرة حديثة تصلح للشايات والسيدات أيضا .
إن الشعر من اللون الكستاني الفاتح ، والطول يتدرج
من قمة الرأس ، حتى يصبح قصيرا في أسفله . وتمرر الفرشاة
على الخصلات ، بحيث تبدو متموجة ومتباينة .



موبيليا لويس السادس عشر



قطعة رائعة من الصلب اللامع ،
مزودة بمقابض ، وغطاء ،
ومحمولة على طبق مستدير من نفس
الطراز . وهي تصلح لأن تكون
علبة للعلوى ، كما أنها - ولأناقيتها
البالغة - يمكن استخدامها كقطعة
تجملية .

عنصر آخر بمقدوره إضفاء
لمسات الجمال على ركن الطعام ،
إنه طقم شاي من الصلب اللامع
(طراز إنجليزى) يتكون من القطع
الأربع المتعارف عليها وهي : أبريق
الشاي ، أبريق القهوة ، وعاء
للسكر ، وآخر للين) ، فوق
صينية من نفس الطراز .



الركن بمقعدين فوق مئاثلين مكسوين بالقطيفة اللين. وفي النهاية ، يجب ألا ننسى الدور الهام الذي تلعبه بقية العناصر الأخرى : السجاد ، الثريات ، اللوحات ، المطبوعات الحائطية ، والأشياء التجميلية المتنوعة ، التي تسهم في دعم الانسجام الجمالي العام داخل المكان .

وفي الصورة الفوتوغرافية المجاورة : نشاهد لقطات تفصيلية ، لاثنتين من أجمل وأرق العناصر التي تسهم في خلق جو الأناقة داخل هذا المكان . وهي عناصر كلاسيكية ، لكنها تستطيع أن تثرى ، وتشارك في أي نوع من أنواع التأثيث ، لأن تأثيرها بالغ ، ولا يمكن إغفال وجودها .

كراسي من نفس الطراز (لويس السادس عشر) ، وهي منجدة ، ومكسوة بالقطيفة اللين ذات اللون البرتقالي الداكن المائل إلى الصفرة .

أما الركن الذي خصص للحديث والجلوس في هذا المكان ، فقد تم تشكيله من أريكة ضخمة ، من النوع المركب الذي يتكون من جزئين مئاثلين ، بجاورها - إلى اليمين - كرسيان « بلترونا » جاءا بدون مساند للأذرع ، بحيث يمكن ضمهما ليشكلا معاً أريكة صغيرة ، أو استخدامهما منفصلين . ولقد كسيت كل من الأريكة والكرسيين ، بنسيج رائع مزين بورود متداخلة ومتقاربة في درجاتها اللونية ، التي تميل إلى الأصفر الساخن الوضاء . ويكتمل هذا

بتميز ما تقدمه اليوم من أثاث وعناصر أخرى ، بميزات عدة أهمها : الأناقة ، والرقّة ، والتصنيع الدقيق ، والقدرة على التعايش ، والإسهام في تأثيث أي منزل ، وكما أن بعضه جاء تقليداً حرفياً لنماذج من الطراز القديمة ، فإن بعضه الآخر ، جاء حديثاً ومتفرداً .

وفي الصورة الفوتوغرافية المنشورة على هذه الصفحة - إلى أسفل - نشاهد مائدة الطعام ، وقد احتلت مكاناً لها داخل صالة المعيشة ، المائدة ذاتها مستديرة ، وهي من طراز لويس السادس عشر ، ومصنوعة من خشب الماهوجني ، وأرجلها بمشوقة ورشيقة . يحيط بالمائدة ويكملها ، أربعة





البلوزات التي لا غنى عنها

في رسم وتطريز هذه البلوزة ، وطريقة التلاعب بالوحدة ، لتجميل البلوزة .

أما الصورة رقم (٢) فهي الوحدة المستخدمة بالحجم الطبيعي . وعليك أن « تشفى » هذه الوحدة ، وترسمها على وجه البلوزة ، على أن يكون الرسم من الناحية اليسرى للبلوزة . وأن ينقل نفس الرسم على الناحية اليمنى ، بعد قلبه لتكتمل الوحدة . أما أساور البلوزة ، فتطرز من تحت العروة ، بالوحدة المكبرة « بالحجم الطبيعي » ، على نحو ما هو موضح بالنموذج رقم (٣) .

وتطرز هذه البلوزة بغط المولينية الأبيض اللون ، على أن تطرز الوحدة الهندسية والأزهار ، بغرزة الظل ، من ظهر النسيج ، فتبدو على الوجه ، وكأنها شلالة جميلة . أما الأقفر فتطرز بغرزة الفرع ، على حين تطرز الكرات الصغيرة وقلب الأزهار ، بغرزة الحشو .

بلوزة من الحرير مطرزة بمجموعات من الأزهار

وهذه البلوزة الثانية من الحرير الأبيض أيضا ، وخطوطها مشابهة جدا للبلوزة السابقة . وهي

مطرزة بمجموعات جميلة من الأزهار ، بالخيط الأبيض أيضا ، حول الرقبة ، وعلى الصدر ، في خطين مستقيمين .

قوى « بشف » الوحدة على ورق خفيف ، ثم ارسمها على البلوزة . والصورة رقم (٤) توضح لك منظر البلوزة بعد تطريزها ، وتنسيق الرسم عليها . أما الصورة رقم (٥) فهي الوحدة المستخدمة بالحجم الطبيعي للجانب الأيسر . أما في الجانب الأيمن ، فتعين عليك قلب الورقة على الظهر ، لتحصل على الخطين المتوازيين ، وكذلك الرسم حول الرقبة . وهذه البلوزة مفتوحة من الأمام ، وكما سبق أن ذكرنا فإن هذه الوحدة الجميلة للأزهار ، مطرز على جانبي الفتحة . أما أسورة كم البلوزة ، فيمكنك تطريزها من تحت العروة ، بالوحدة المرسومة بالحجم الطبيعي رقم (٦) .

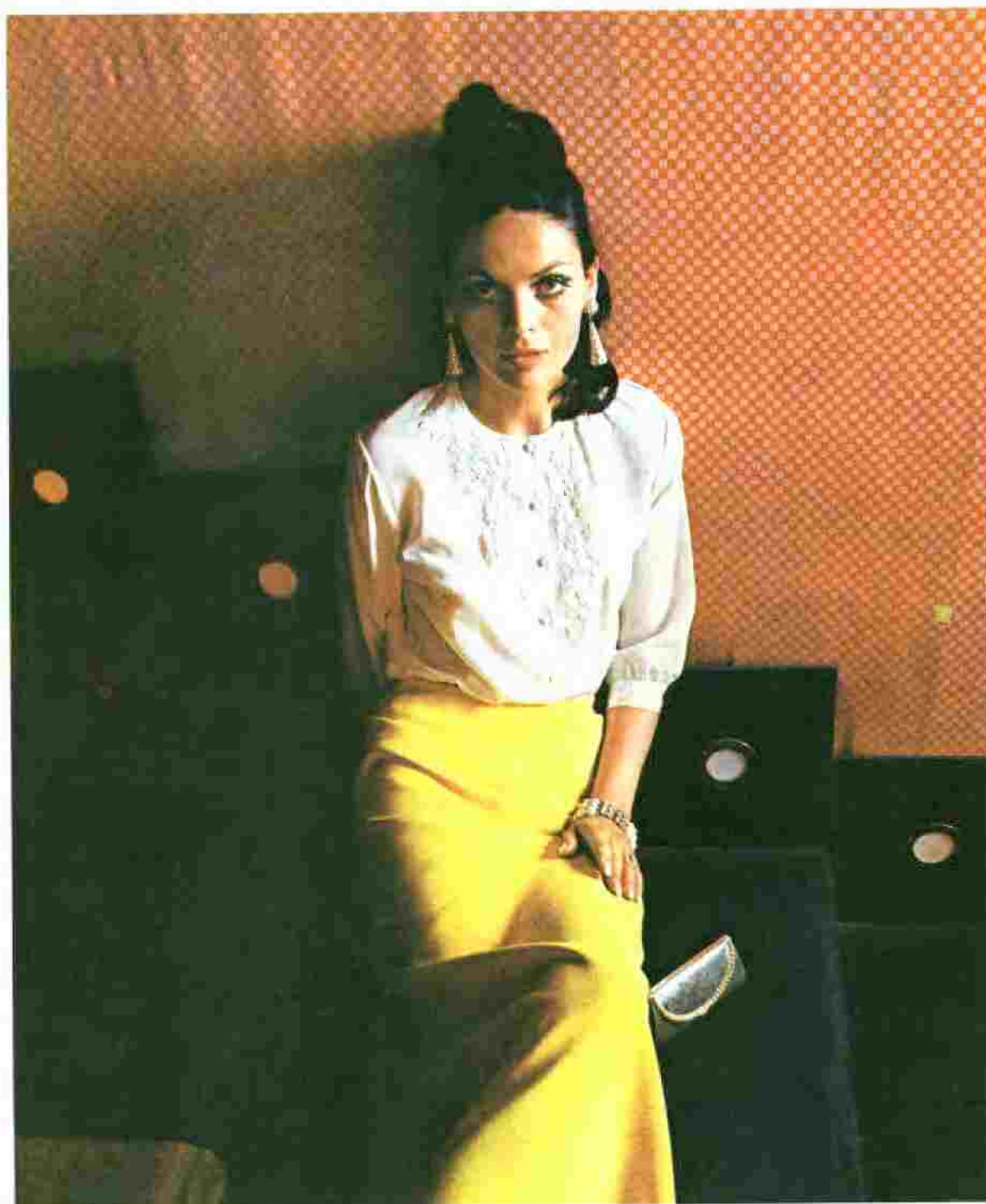
ويتم التطريز بالخيط المولينية الأبيض ، لجميع الأزهار ، بغرزة الظل من على ظهر القماش . كما تطرز أفرع الأزهار بغرزة الفرع . وتطرز كذلك أوراق الأزهار ، والكرات الصغيرة ، وقلب الأزهار جميعها ، بغرزة الحشو .

نقدم هنا عدداً من البلوزات لساعات النهار ، خلال فصل الصيف ، ويمكن تنفيذها في نسيج من الباتسة الخفيفة ، أو من الحرير ، أو الكريب ، بأكمام طويلة ، وأساور مطرزة . وهي تبدو رقيقة جدا ، نظرا لونها الأبيض ، وتطريزها باللون الأبيض أيضا .

بلوزة من الحرير بأزهار ووحدة جميلة

هذه البلوزة الأولى ، بفتحة على قدر الرقبة « رادى كو » ، وهي من الحرير الأبيض ، وبأكمام طويلة ، تنهى بأسورة . وصدر البلوزة مطرز بالخيط الأبيض أيضا ، بوحدة جميلة من الأزهار ، وأنصاف الدوائر الجميلة .

والصورة رقم (١) توضح الوحدات المستخدمة

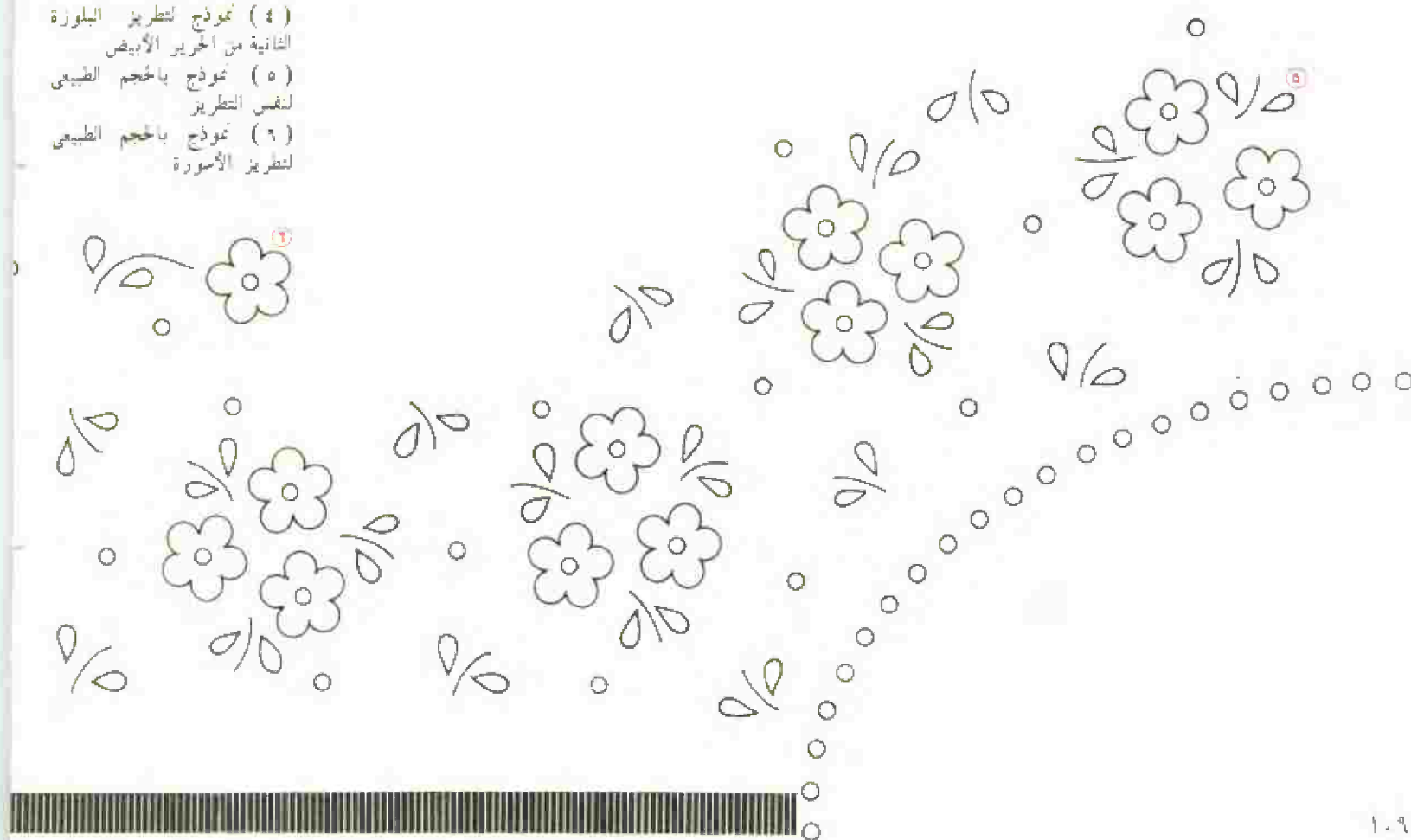


- (١) نموذج لتطريز البلوزة
الحريرية الأولى
- (٢) نموذج بالجسم الطبيعي
لنفس التطريز
- (٣) نموذج بالجسم الطبيعي
لتطريز الأسورة



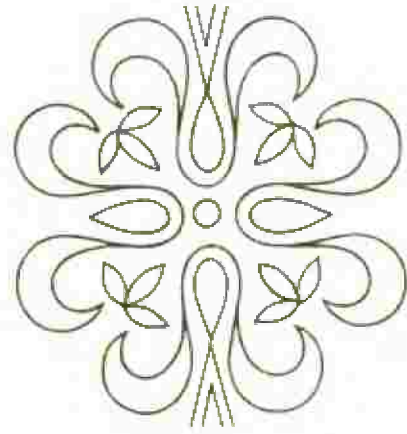


- (٤) نموذج لتطريز البلوزة
الثانية من الخريف الأبيض
(٥) نموذج بالحجم الطبيعي
لنفس التطريز
(٦) نموذج بالحجم الطبيعي
لتطريز الأسورة



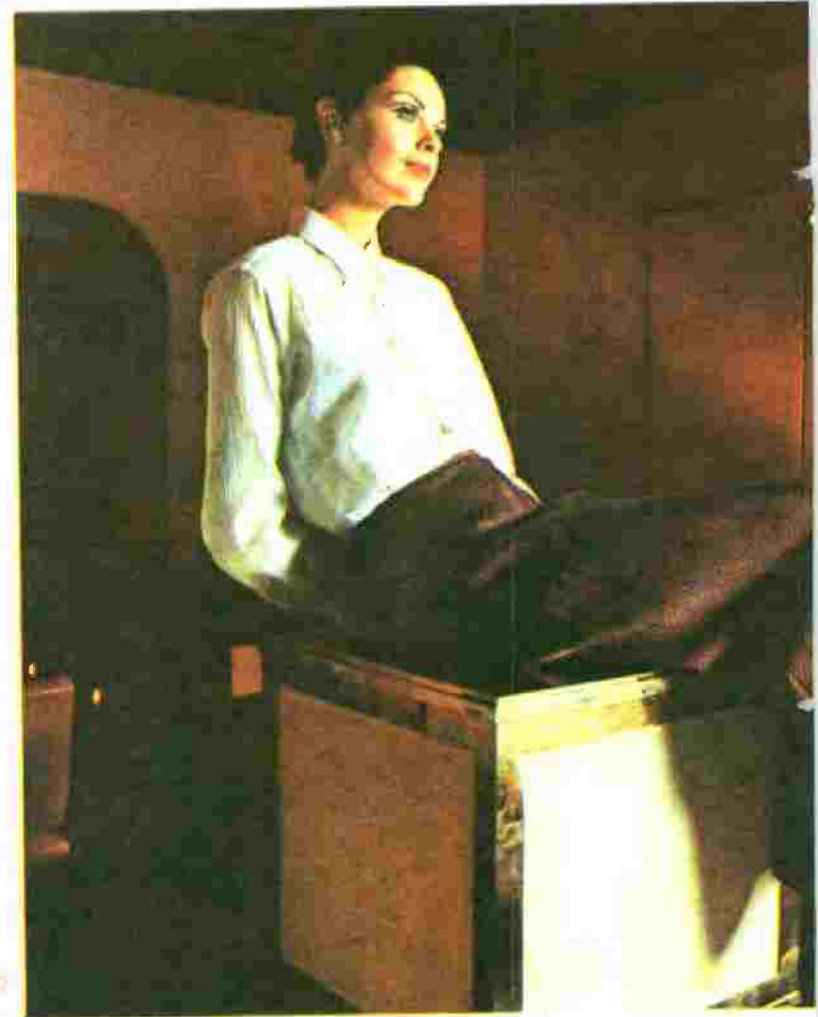
**بلوزة كالقميص الأفريقي من
فماش الكريب مطرزة بزهور بيضاء**

هذه البلوزة من فماش الكريب القطن الأبيض،
وهي بكم طويل أيضا كالبلوزات السابقة، وتتميز
بباندتين من الأزهار المطرزة بالحيط الأبيض،
تحيط بفتحة البلوزة الأمامية، التي تتوسط الباندتين.

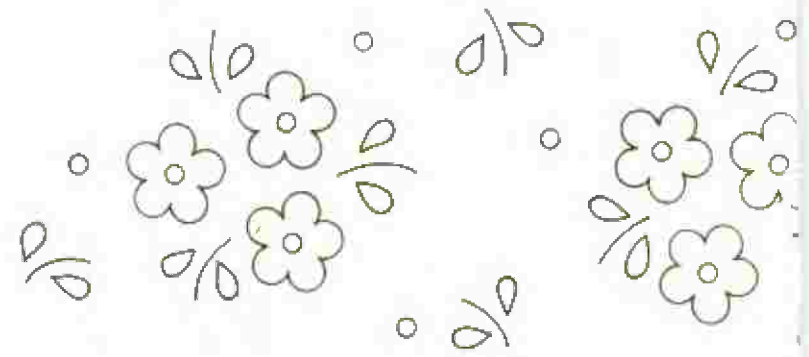


(٧) نموذج لتطريز البلوزة
الكريب

(٨) نموذج بالحجم الطبيعي
لأحدى الزهور التي تطرز على
البلوزة



قوى كما هو موضح بالصورة رقم (٧)
يرسم البلوزة في خطين متوازيين، بوحدة الزهور
المرسومة بالحجم الطبيعي شكل رقم (٨) والذي
يمثل زهرة واحدة، إذ أن هذا التطريز يعتمد
على تكرار هذه الوحدة عدة مرات في خطين
مستقيمين يبدآن من الكتف حتى نهاية البلوزة
وتطرز هذه البلوزة بالحيط الموليني بغرزة الحشو.



التطعيم

« التهاب الدماغ » ، لكنها لحسن الحظ لا تحدث إلا بنسبة ١ إلى ١٠٠٠ أو ١٥٠٠٠ .

كما أن احتمال التعرض لهذه الآثار الجانبية ، يقل أكثر ، إذا أجريت عملية التطعيم فيها بين العام الأول والثاني (أو قبل نهاية السنة الأولى مباشرة) ، وذلك بكونه بسيطة من الطعم ، يضاف إليها بعض الجلوتين المأخوذ من أشخاص سبق تحصينهم ضد الجدري أكثر من مرة .

وقد تحدث بعض الآثار الجانبية للأطفال الذين يعانون من الحساسية ، أو في الحالات التي يتم فيها التطعيم ، أثناء تعامله للعقل علاجاً أساسه هورمون القشرة الكظرية ، أي « الكورتيكوستيرويد » لذا وجب استشارة الطبيب المعالج ، في صدد إجراء عملية التطعيم . ومن النادر جداً ، أن يصاب طفل سبق تطعيمه ضد شلل الأطفال .

أما بالنسبة لشلل الأطفال ، فاحتمال الإصابة به ما زال قائماً ، حتى في المناطق الجغرافية التي يبدو أنه قد تم القضاء عليه فيها ، إذ أن الفيروس الذي يسببه ، قوى جداً ، ويمكن أن ينقل عن طريق شخص سليم .

ولهذا يعتبر الآباء الذين يفضلون تحمل العقوبات على إجراء التطعيم لأبنائهم ، مسئولين عن الضرر الذي قد يلحق هؤلاء الأبناء ، وبغيرهم من الأطفال . وللسنا في حاجة إلى الرجوع إلى كتابات الفيلسوف الألماني « إيمانويل كانت » لتبين أن تفكير مثل هؤلاء الآباء ، قد يعود بالتجمع في خلال جيلين ، إلى الوضع الذي كان عليه منذ مائة عام ، حين كانت نسبة الوفيات بين المواليد مرتفعة ، نتيجة للأمراض التي يمكن الوقاية منها بفضل التطعيم .

أنواع أخرى من التطعيم ،

تم التوصل في يومنا هذا ، إلى إمكان تحصين ضد أمراض أخرى مثل الحصبة ، والحصبة الألمانية ، والتيفوس ، وحتى الإنفلونزا . غير أن هذه الأنواع من التطعيم لم تعمم بعد ، وليست إلزامية اللهم إلا في حالة الأوبئة أو السفر إلى أماكن ينتشر فيها أحد هذه الأمراض (خاصة التيفوس) . وفي جميع الحالات ، يجب استشارة الطبيب عند تطعيم الأطفال ضد هذه الأمراض .

ذات النوعية المطلوبة . وهذه الأجسام المضادة ، تكفي لحماية الجسم مستقبلاً من تلك الميكروبات ، فإذا واجهها ، كان رد فعلها بالضرورة إيجابياً . واليوم تسمى « بالفاكسين » أو المصل كل المستحضرات المعنوية ، المكونة أساساً من البكتيريا ، أو الفيروسات التي عمل على إضعافها ، سواء كانت حية أو ميتة ، والتي ما أن تدخل في جسم الإنسان ، حتى تحصنه ضد الأمراض التي تسببها ذات البكتيريا أو الفيروسات . وتطلق كلمة « تطعيم » على عملية استخدام الطعم ، أو اللقاح ، بغرض وقائي . ومن الطبيعي أن كل مرض يتطلب معالجة وقائية خاصة به .

الطفل والتطعيم

تجرى للأطفال في السنين الأولى من أعمارهم سلسلة من عمليات التطعيم ، بغرض وقائهم من أكثر الأمراض خطورة وانتشاراً . وقد عني المشرعون في جميع الدول ، بسن قانون يلزم بتطعيم الأطفال ، ويحدد الفترات التي يجب إجراؤه خلالها . وتم عمليات التطعيم هذه ، في مكاتب الصحة ، أو في عيادة طبيب الأطفال المعالج . وفي كلتا الحالتين ، تعطى شهادة بتويع ، وتاريخ التطعيم ، لتسجيلها في البطاقة الصحية الخاصة بالطفل (وتكون عادة مرفقة بشهادة ميلاده) .

ويوضح الجدول المنشور على هذه الصفحات ، كيفية إتمام هذه العمليات ، والسن المناسبة بها . كما يوضح الاحتياطات الواجب اتخاذها ، قبل أو بعد التطعيم ، والآثار الجانبية المحتملة حدوثها ، مما يساعد الأم على ملاحظة طفلها بسهولة في هذه المناسبات ، دون الشعور بالقلق ، بمجرد ارتفاع بسيط في درجة حرارته ، أو معاناة طفلها من ألم لا يذكر .

الجدري وشلل الأطفال (الحصى السنجابية الشوكية) قد نسمع أحياناً ، بأن التطعيم ضد مرض من الأمراض ، كانت له عواقب وبيلة خطيرة ، مما يجعل الأبوين على التساؤل ، عما إذا كان من المناسب إجراء مثل عمليات التطعيم هذه لطفل في صحة جيدة . والواقع أن التطعيم الوحيد الذي قد تنتج عنه آثار جانبية خطيرة ، هو التطعيم ضد الجدري . وأخطر هذه الآثار هي

غالباً ما يعتبر التطعيم ، لإجراء يقيضاً ، يضطر الأبوان إلى اتخاذه ، إعمالاً بحكم القانون . غير أنه يجب عليهما أن يفكرا قليلاً في الدوافع التي أضحت من أجلها التطعيم إجبارياً .

لم تزل نسبة الوفيات في المواليد جد مرتفعة في البلاد النامية . ويرجع هذا إلى انتشار الأمراض التي اختفت في بقية الدول المتقدمة ، مثل الجدري والكوليرا ، والتيفانوس ، والدفتيريا . كما أن حالات الإصابة بشلل الأطفال ، تحسناً على البقعة . صحيح إن زمن أوبئة شلل الأطفال قد ولى ، ولكننا للأسف ، لا زلنا نشاهد آثار هذا المرض المؤلمة واضحة ، سواء عند بعض البالغين ، أو الصغار .

وتساعد عملية التطعيم على محاربة الأمراض المعدية . ومن الأفضل الوقاية من مثل هذه الأمراض على معالجتها بعد ظهورها بالفعل .

وقد لوحظ في الهند والصين ، منذ قرون عديدة ، أنه إذا شق مريض بالجدري ، يصبح محصناً ضد الإصابة به مرة أخرى . وقد جرت العادة إذ ذاك ، على تلقيع الأصحاء « بلمفا » من مصاب ، ولكن هذه الطريقة لم تكن خالية من المخاطر الجسيمة . أما في الغرب ، وفي بداية القرن التاسع عشر ، فقد استخلص الطبيب الإنجليزي « إدوارد جينر » نتيجة فريدة في نوعها ، ألا وهي أن الفلاحين الذين تظهر على أيديهم آثار مرض غير مملوم ، أصيبوا به نتيجة ملاستهم لضرع الأبقار المريضة « بالفكسين » (وهو الاسم الذي يطلق على مرض يصيب الأبقار والخيول) يصبحون محصنين ضد الجدري . وقد أختبر تأثير كمية من مادة مستخرجة من أعضاء البقرة المصابة على الأنسجة البشرية ، ومن هنا أخذت عملية التطعيم الاسم الذي يطلق عليها بالفرنسية : « فاكسينا سبون » .

وفي نهاية القرن ، أجرى « باستير » تجربة مماثلة ، ونجح في تحصين الدجاج ضد الكوليرا ، وذلك بحفنه بميكروبات ضعيفة ، أو معيade ، من ذات الفصيلة .

والبدأ في هذه الحالات واحد ، وهو أن الجسم يقاوم مهاجمة هذه الميكروبات الضعيفة والمتعدمة ، ويسهل عليه إفراز الأجسام المضادة



التعليم المختلط

لم نعد اليوم تملكنا الدهشة ، إذا ما رأينا فتاة قد حصلت على شهادة عالية في الحقوق ، أو في الطب أو في الصيدلة ، أو في الهندسة . وليس بمستغرب أيضا منظر الفتيان والفتيات الذين يخرجون من باب الكلية معا ، منطلقين في الضحك ومترسلين في أحاديث شتى ، فهم يدرسون معا في فصل واحد ، ويجلسون متجاورين . هذا المنظر الذي أصبح مألوفا اليوم ، لم يكن ليخطر على بال أحد منذ قرن مضى . أو أقل من ذلك . ولكن لا شك أن هذه الامتيازات التي حصلت عليها الفتاة اليوم ، كانت نتيجة صراع طويل ، ومناقشات مستمرة وطويلة ، تتصل بالعادات ، والتقاليد ، والقوانين ، والنظم الاجتماعية .

وحتى بداية هذا القرن ، كانت الثقافة النسائية متخلفة كثيرا ، فكانت هناك نسبة كبيرة جدا من النساء أميات ، أي لا يعرفن القراءة والكتابة . وحتى القلة القليلة منهن ، التي كانت تتلقى قدرا ضئيلا من التعليم ، كانت تحصل عليه بهدف تربوي وديني فقط ، وكانت كل من تصل إلى مرحلة معينة من التعليم ، لا تستغل إلا في إدارة شئون البيت ، والاهتمام بالزوج والأولاد ، فلم يكن ذلك التعليم يخرج عن نطاق البيت ، بأية حال من الأحوال .

نواحي المعارضة

وكانت أبرز نواحي المعارضة التي واجهها تعليم الفتيات ، هو أن المرأة بطبيعتها ، تقل عن الرجل ذكاء ، ولذلك فلن تكون هناك فائدة ترجي ، من محاولة بنائها بناء غالبا ، لأن طاقاتها العقلية ، لن تمكنها من استيعاب المبادئ ، والأفكار الصعبة ، والمعقدة . وفي الواقع أن هذا الرأي - الذي نجد حتى الآن بعض مؤيديه له للأسف - إنما هو رأي جده خاطئ ، ولا يعتمد على أي أساس علمي .

وقد أجريت في هذا الخصوص ، العديد من الدراسات والبحوث ، التي أكدت أن الإناث في مجال التعليم ، ليس فقط مساويات للذكور بل كثيرا ما يتفوقن عليهم . وإذا قلنا أن استيعاب الإناث قد يكون أقل قليلا من الذكور في بعض النواحي ، لا سيما النواحي العلمية والرياضية ، فإنه مما لا شك فيه أن هذا الاستيعاب يفوق كثيرا استيعاب الذكور في نواح أخرى ، مثل التي تتعلق بالأدب ، والفكر ، ومن ناحية أخرى ، فإن الفتاة تكون دراسة أفضل ، من التي لأنها تحصل على درجات أعلى وتواجه مواقف فشل أقل منه ، كما أن عدد السنوات التي قد تصيب منها ، يقل عن السنوات التي تصيب من التي .

وهناك مجال اعتراض آخر ، كثيرا ما كان يثار . وهو أنه ليس من اللائق أخلاقيا ، الاختلاط في مجالات الدراسة بين الذكور والإناث ، بحجة أن هذا الاختلاط يتيح الفرصة لمزيد من الحرية التي قد يساء استغلالها من كلا الجنسين . وكان يظن أنه في مجال التربية والتعليم ، لابد من التفرقة في الدراسة ، بين كل من الفتي والفتاة ، حفاظا على روح الاحترام بينهما ، وإبقاء على الغموض الذي يجب أن يحيط بكل جنس تجاه الآخر .

نوع التعليم	السن التي يستحسن إجراء التعليم فيها	الاحتياطات الواجب اتخاذها لاجراء التعليم	رد الفعل	الحالات التي لا يجوز التعليم أثناءها
تعليم الفتيان	يبدأ التعليم في خلال الشهر الثالث من عمر الطفل ، بطعم «سايين» الذي يؤخذ من طريق الفم مرة كل شهر ، وذلك ثلاث مرات ، تبدأ عند الشهر الثالث من عمر الطفل ، علما بأن هناك بعض أطباء ، ينصحون بعدم نهائية الشهر الأول .	الامتناع عن الطعام والشراب لمدة ساعتين قبل التعليم .	-	١- أمراض مصحوبة بارتفاع في درجة الحرارة . ٢- أسهال . ٣- تطعيم حديث (منذ أقل من أربعة أسابيع) ضد الدفتيريا ، والتيفانوس ، والسعال الديكي ، أو الدرن . كما يشترط انقضاء شهر على الإصابة بأي من الأمراض المعدية عند إجراء التعليم .
تعليم الذكور ، والفتيات ، والسعال الديكي	منذ الشهر الثالث ، فصل واحد يحصل ضد الأمراض الثلاثة . ويؤخذ عن طريق حقنة في العضل ، ثلاث مرات ، بين كل مرة وأخرى ثلاثة أيام . وبعد مرور عام من المرة الثالثة ، تجرى إعادة التطعيم ثم كل خمس سنوات .	ليست هناك احتياطات معينة ، اللهم إلا أنه ينصح بإجراء هذا التطعيم مبكرا ، لوقاية الأطفال من السعال الديكي الذي قد يكون خطيرا .	آلام في مكان الحقنة . ارتفاع في درجة الحرارة في ال ٤٨ ساعة التالية للتطعيم .	الأمراض المصحوبة بارتفاع في درجة الحرارة .
تعليم الفتيات	يستحسن إجراء هذا التعليم أثناء العام الأول ، تجنب رد الفعل الحاد . ويتم عن طريق التشريط ، أي إجراء خدش بسيط في الجلد ، لإدخال المصل في الجسم . وبعد التطعيم في حالة عدم نجاحه ، يفتك في محاولتين أخريين ، يفصل بين كل منهما شهر كامل . ثم يعاد التعليم في سن ١١ سنة . ثم في سن العشرين في حالة الأزمنة .	ليست هناك إجراءات تسبق التعليم . لكن يستحسن تسميد الجرح ، لمنع انتشار الملم ، وفي اليوم السادس تقريبا ، تظهر بقعة لا تلبث أن تتحول إلى قشرة ، يعمل على تنظيفها لوقايتها من التلوث .	ارتفاع شديد في درجة الحرارة ، أحيانا آلام في الرأس ، وآرق . وبعد بضعة أيام ، استمرار في مكان التطعيم ، وتصلب قد يصل إلى الإبط .	١-الأمراض المصحوبة بارتفاع في درجة الحرارة ، وقرات الثقافة . ٢- الإكزيما ، أو أية التهابات جلدية . ٣- اضطراب في الجهاز العصبي . ٤- ضعف عام ، أو تطعيم حديث ضد شلل الأطفال ، أو الدرن .
تعليم الذكور	مبكرا ما أمكن ، ويتم عن طريق التشريط .	لا يجرى التعليم إلا في حالة اختبار مادة بروتين بكتيريا الدرن على الطفل ، وعندما تكون نتيجة الاختبار سلبية .	احمرار في مكان التطعيم ، وارتفاع بسيط في درجة الحرارة .	أمراض مصحوبة بارتفاع في درجة الحرارة .



الدراسية من ناحية ، ومن ناحية أخرى ، يمكن أن يكون هناك جو من التعاون بين كل من الجنسين ، بحيث تساعد الفتيات الفتيان في المواد التي يصعب عليهم فهمها بسهولة ، والعكس يحدث بالنسبة للفتيات .

(٣) هل من المجدي تعليم الفتاة ، وتصحيح الوتف في ذلك ، مع العلم بأنها سوف تزوج ، وأنها لن تستعمل هذه الشهادة التي حصلت عليها ؟

هذا سؤال يمكن اعتباره لا لزوم له ، أو من قبيل تحصيل الحاصل لأنه من المعروف أن مسألة الشهادة ، أو « قطعة الورق » التي تحصل عليها الفتاة ، سواء تزوجت أو لم تزوج تعتبر دائما عاملا أو عنصرا من عناصر الاستقلال الذاتي للفتاة . ولا شك أن هذا الحكم غير صحيح للآباء والأمهات ، يكون له أثر عكسي على الفتيات ، ويجعلهن سلبيات ، فحتى إذا كانت الفتاة لا تنوي الانخراط في مجالات العمل ، والاكتفاء بإدارة البيت ، ورعاية شئون الزوج والأولاد ، فإنه لابد لها من أن تكون متعلمة ، ومدركة لجميع أمور الحياة ، حتى يمكنها أن ترتفع بمستوى أمرتها ، وبيتها ، بالدرجة التي تليق بها ، وبالعصر الذي تعيشه ، والمجتمع الذي تعيشه .

(٤) ألا يمكن أن يحدث نتيجة لتلقي الفتاة ، دروسا مماثلة لتلك التي يتلقاها الفتى ، أن تصبح في المستقبل فتاة مشاغبة ومتعبة ؟

هذا الخطر قد يكون صحيحا ، ولكنه لا يكون نتيجة لتلقي نفس الدروس التي يتلقاها الشاب ، ولربما نشأ نتيجة لعوامل نفسية بحتة . فالمرأة لا تكون متعبة ومشاغبة ، إلا إذا أحست بأنها لا تستطيع أن تعبر عن كل ما يجول بخاطرهما ، وعندما تشعر بأنها لا تستغل جميع قدراتها الفعالة ، فإذا كان لديها قدر ضئيل من الذكاء والفهم ، أمكنها أن تستغل قدراتها في كل ما هو نافع ومفيد ، ولا شك أن نسبة الفتيات اللاتي يتصفن بأنهن مشاغبات ، جد ضئيلة لا تستحق الذكر ، وليس هناك ما يمنع من العمل على التغلب على هذا العيب وتلافيه . ويجدر القول هنا ، بأن هذه الظاهرة ليست موجودة فقط بين الفتيات ، ولكنها أيضا مشاهدة بين الفتيان .

(٥) إذا ما أسند إلى الفتاة نوع من العمل الشاق ، فكيف يتسنى لها أن توفى ما بين عملها وبين مسئولياتها كربة للبيت وزوجة وأم ؟

هذا السؤال كثيرا ما يطرح ، وهو يحس أهم أوتار المشكلة . ولكن في واقع الأمر أنه نظرا للتقدم الحضاري ، أصبح هذا السؤال غير ذي موضوع . فما لا شك فيه ، أنه لابد للمرأة ، من أن تعطى عملها القدر الكافي من المسئولية ، حتى تنجزه كاحسن ما يكون ، وفي نفس الوقت ، عليها ألا تقصر في مسئولياتها تجاه بيتها ، وزوجها ، وأولادها ، وبفضل الآلات والتقدم العلمي الذي جعل جميع الأعمال المنزلية تنجز في وقت قصير ، وبأقل مجهود ممكن ، وكذلك بفضل دور الحضانة ، التي أصبحت تستقبل الأطفال ، وتقوم برعايتهم في فترة غياب الأم في عملها ، غدا في مقدورها تأدية عملها المكثف ، وهي مطمئنة تماما ، إلى أن طفليها يلقي العناية الكافية . كما أن الأزواج في هذه الأيام ، نظرا لتفهمهم الواضح لأمور الحياة ، لا يتركون زوجاتهم يقمن بجميع الأعمال ، ويمكن مشاركون في جميع الأعمال ، التي يستفيدون الإسهام في إنجازها .

ومن هنا نعود إلى ما سبق قوله ، من أنه لا ضرر من اختلاط كل من الفتيان والفتيات منذ أول مراحل التعليم ، حتى يكون هناك تعاون كامل ، وتفهم متبادل بين الجنسين ، تمهيدا للمستقبل أفضل ، وحياة مشتركة سعيدة .

الصعوبات التي يجب مواجهتها والمشاكل التي مازالت قائمة

بالرغم من الصراع الطويل ، في سبيل إعطاء المرأة الحق في تنشئة مماثلة لتلك التي للرجل ، والذي يمكن القول بأن المرأة قد ربحت فيه الكثير إلا أنه في الواقع ، مازالت توجد هناك كثير من الصعوبات التي يواجهها الآباء والأمهات ، في مجال التربية والتعليم . وهنا نود أن نتحدث عن بعض هذه المشاكل حتى ولو كانت تشكل جانبا صغيرا من مشكلة أكبر وأعم . وهذه بعض الأسئلة الشائعة التي يطرحها الأهل :

(١) ألا يمكن أن يحدث نتيجة لاختلاط الفتاة في مجال الدراسة بالفتيان ، أن تصبح (منسوبة بالرجال) أي « مسترجلة » ؟

وللإجابة عن هذا السؤال ، لابد من ذكر أن هذه المجازفة أقل كثيرا عما سبق . ففي الواقع ، أنه في بداية هذا القرن ، كانت الإناث اللاتي يترددن على المدارس المخصصة للذكور ، يجدن أنفسهن في مكان غريب عنهن ، ويشعرن بذلك ، فيحاولن - سواء لتغلب على هذه الأسباب ، أو رغبة في التقليد - أن يتشبهن بزملائهن من الرجال ، وكان ينتهي بهم الأمر ، إلى الإتيان بجرعات ، أو تصرفات غريبة ، ولكن الجدير بالذكر أن الوضع حاليا قد تغير كثيرا . وللتأكد من ذلك ، يكفي مشاهدة وقت الانصراف من أية كلية ، أو معهد مختلط ، للافتتاع ببعد هذه الفكرة نهائيا عن محجة الصواب .

(٢) أن يكون من المفيد أكثر ، أن تخصص مدرسة مستقلة للفتيات ، وأخرى للفتيان ، بدلا من المدارس المختلطة ، مما يزيد من مدى استيعاب كل منهم للدراسة ؟

وبالنسبة لهذه النقطة ، تختلف الآراء حتى بين المختصين . فثلا في الفصول غير المختلطة ، ونظرا لأن الجو يكون كله متجانسا ، فإن المجهود الذي يبذل للمحافظة على النظام ، يكون أقل ، ويتم إنجاز العمل بسرعة أكبر . وفي مواجهة هذه المميزات ، هناك بعض العيوب التي قد تساويها ، أو تقوئها ، فالفتيان أكثر طيشا من الفتيات ، وهم جميعا متشابهون تقريبا في ذلك . ولكن عندما تكون بينهم بعض الفتيات ، فإنهم يرغبون إظهار كل ما لديهم من طاقات ، ومعلومات ، وخبرات ، مما يخلق جو من المنافسة ، يؤدي في النهاية ، إلى درجة كبيرة من الاستفادة

بيد أنه قد روى أن هذا الفصل بين الجنسين ، لا يؤدي القرض المطلوب ، بل في حالات كثيرة ، قد يؤدي إلى نتائج خطيرة ، لأن هذا الفصل كان يحمل كل جنس ، على محاولة التعرف على خفايا الجنس الآخر التي قد تمتد بالفشل . فبالنسبة للفتيات ، يظهر هذا الفشل ، في صورة أحلام ، وتخيلات ، وثرثرة ، وفصول . أما عند الفتيان ، فكان يظهر ذلك في صورة نوع من الحقد والفضيحة ، وازدراء الفتيات ، والنظر إليهن على اعتبار أنهن مخلوقات أقل منهم قدرا .

أما في أيامنا هذه ، فإن تنشئة الفتيات منفصلين عن الفتيان ، ينظر إليها على أنها نوع من الخسار لأنه في الحياة الزوجية ، يجب على كل من الزوج والزوجة ، أن يكون على دراية كافية ، وتفهم كامل كل للآخر ، حتى يتعاونوا على إقامة حياة سليمة ، وسعيدة ، قائمة على الفهم المتبادل ، والاحترام .

لتحول الاجتماعي

منذ حوالى أكثر من خمسين سنة ، ونتيجة للتطور الحضاري ، والنهضة الصناعية التي استلزمت الاستعانة بالأيدي العاملة النسائية ، كانت هناك ضرورة حتمية ، للجوء إلى إنشاء المدارس والمعاهد الدراسية ، التي يمكن عن طريقها ، تأهيل الإناث ، ليتمكن من القيام بالأعمال التي سوف تلقى على عاتقهن ، في حياتهن العملية .

حتى الطبقة البرجوازية ، شعرت أنه لابد لأم الأسرة ، من أن تكون على قدر واسع من الثقافة ، حتى يمكنها القيام بتربية أولادها تربية سليمة .

وقد شعرت بعض سيدات الطبقة المتوسطة ، التي ارتفعت نتيجة لتعليم أولادها ، بضرورة الاستزادة بقدر من التعليم ، حتى لو كان ذلك على أيدي بعض المعاهد أو الشخصيات المتخصصة ، وذلك ابتغاء مسيرة العصر الذي يعيش فيه ، والوضع الاجتماعي الذي أصبح يحتلته .

كل هذه الأسباب ، بالإضافة إلى رغبة المرأة ، في الحصول على وضع استقلال وذى مسئولية في المجتمع ، كانت السبب المباشر في التغيير الجذري الذي حدث بالمجتمع . فكان أن أنشئ العديد من المدارس الخاصة بالفتيات ، كما سمح للفتاة ، بأن تشارك الفتى في مجال الدراسة ، والعمل ، والبحث ، والمسئولية .

ف الطلاق

فيمن يقع طلاقه ومن لا يقع

المقرر شرعا أن الزوج عقد يفيد حل استمتاع كل من الرجل والمرأة بالآخر بشرط عدم المنافع الشرعية من العقد كأن تكون المرأة من المحرمات على الرجل بسبب النسب أو بسبب المصاهرة أو بسبب الرضاع مثلا :

ولما كان الزوج هو الذي له حق رفع قيده عقده الزوج - اشترط أن يكون العقد صحيحا إذ الطلاق لا يلحق عقد الزواج الفاسد ولا يقع الطلاق من الزوج إلا إذا كان هذا الزوج بالغا عاقلا سواء كان يحسن التصرف في ماله أو كان لا يحسن التصرف في ماله وهو السفیه الذي يضع ماله على خلاف ما يقتضيه الشرع والعقل ، وسواء كان صحيحا أو مريضا لوجود العقل عند كل واحد منهما ، أما إذا نشأ عن تأثير المرض اختلال في العقل فلا يقع طلاقه - إذ لا يقع طلاق الزوج لزوجته إلا إذا كان بالغا عاقلا ، فلو زال عقله فاما أن يكون زواله بسبب هو معصية أو بسبب ليس معصية فإن كان بسبب هو معصية كما إذا تناول الشخص شيئا محرما كخمر مثلا فسكر وغاب عقله بحيث صار لا يميز الأشياء عن بعضها بأن كان لا يعرف الرجل من المرأة ولا يميز بين اللون الأبيض من الأحمر وطلق زوجته ، قال جمع من الصحابة رضوان الله عليهم أنه لا يقع طلاقه ووافقهم بعض الفقهاء لأنه لا قصد له كالتام بل أسوأ حالا منه لأن التام إذا استوقف استيقظ بخلاف السكران ، إذ شرط صحة التصرف العقل ، وقد زال بالسكر فرواه كزواله بالدواء وغيره من أسباب شرعا ويرى بعض الفقهاء وقوع الطلاق لأن عقله زال بسبب هو معصية فيقع طلاقه زجرا له بخلاف ما إذا زال عقله بتناول شيء مباح ويرجع عدم وقوع طلاق السكران ولو سكر المخطور شرعا إذ وقوع الطلاق لا يعتبر عقابا له بل يترتب عليه قطع الزواج المترتبة عليه المصالح الدينية والنيوية والإضرار بالزوجة وأولادها وبأهلها فلو وقع طلاق السكران فيترتب عليه عقاب غير المذهب من الزوجة والأولاد وهو غير جائز شرعا قال تعالى « ولا تزدوا زورا أخرى » فلا يعاقب إلا السكران وعقابه يكون بإقامة الحد عليه نفسه فيزجر عن مثل هذا وفي ذلك عبرة لغيره .

أما إذا كان زوال العقل بسبب غير معصية كما إذا تعاطى المسكر للتداوى بعد أن تعين فيه الشفاء بأمراض ماهر أو شرب شيئا من المباحات ولكن لعدم موافقة الطبيعة زال عقله فلا يقع الطلاق وعلى هذا لو

أكراه على تعاطي ما يزيل العقل فتماعطاه أو كان مضطرا لشربه كما إذا كان يأكل فقص بالقتلة حتى خاف على نفسه الموت ولم يجد ما يحفظها سوى المخطور شرعا وتناول منه مقدارا يكشف ذلك فزال عقله وطلق لم يقع طلاقه وهذا هو الذي يجب التعويل عليه لأنه صدر منه انطلاق وهو غير مختار له .

طلاق المجنون والمعتوه :

لا يقع شرعا طلاق المجنون والمعتوه ، ذلك لأن أهلية التصرف إنما تكون بالعقل المميز ولا عقل لكل منهما ، والفرق بينهما أن المعتوه هو القليل البهيم المخلط الكلام الفاسد التدبير لكنه لا يضرب ولا يشتم بخلاف المجنون ومثل المجنون والمعتوه من احتل عقله سبب من الأسباب سواء كان لسكر أو مرض أو مصيبة نزلت به لأن أهلية التصرف بالعقل المميز وهو غير موجود عندهم - ولا يقع طلاق التام لأنه عدم الاختيار في التكلم وشرط صحة التصرف الاختيار فيه .

طلاق الصغير وطلاق أبيه عنه :

ولما كان بشرط لوقوع الطلاق من الزوج أن يكون الزوج عاقلا بالغا فإن طلاق الصبي يكون غير واقع ولو كان مرافقا أي قريبا من البلوغ لأن أهلية التصرف إنما تكون بالعقل المميز ولا عقل للصبي بهذا الوصف والصبي وإن اتصف بالعقل حتى صح إسلامه لكنه ليس بمعتدل قبل البلوغ فلا يعتبر ذميا يترتب عليه مضرة له ، فلو فرض لبعض الصبيان المراهقين عقل جيد لم يعتبر أيضا لأن المدار على البلوغ ، وكما لا يقع طلاق القاصر عن زوجته لا يقع طلاق أبيه عليها لقوله عليه الصلاة والسلام « إنهم الطلاق من أحد بالساق » والمراد به الزوج .

طلاق الآخرس :

من المقرر شرعا أن وقوع الطلاق لا يشترط فيه أن يكون باللفظ بل يجوز أن يكون بالإشارة بشرط عدم القدرة على التلفظ ولذلك فيقع طلاق الآخرس بإشارته الموعودة الدالة على قصده الطلاق لأن إشارته صادرة منهومة فتكون كالعبارة في الدلالة فتصح بها جميع تصرفاته سواء كانت زواجا أو طلاقا أو غيرها . لكن إذا كان الآخرس يحسن الكتابة فلا يقع طلاقه بالإشارة لاندفاع الضرورة بما هو أدل على المراد من الإشارة وهو الكتابة إذ أنها تبين حقيقة المقصود له .

الطلاق بالكتابة :

والطلاق كما يكون بإشارة غير انقادر على التلفظ يكون بالكتابة سواء كان الكاتب قادرا على اللفظ أو غير

قادر عليه - إلا أن الكتابة على نوعين : الكتابة المرسومة ، الثاني الكتابة غير المرسومة - فالمرسومة هي ما يكتب إلى الغائب بأن تكون مصدرة ومعنونة على جهة الرسالة كأن يكون مثلا شخص غائب في جهة ما أي جهة وكتب رسالة ذكر فيها لزوجته « أنت طالق » فإنه في هذه الحالة يقع الطلاق نوب أو لم ينو ، فلو قال لم أكن أقصد وإنما قصدت تجربة القلم لم يصدق قضاء وإنما يصدق ديانة لأن الإرسال إليها دليل على قصده الطلاق - ولكن الطلاق في هذه الحالة أما إن يكون متجزا أو معلقا على وصول الجواب مثلا فإذا كان متجزا كما إذا قال بعد كلام ذكره في الجواب . أما بعد فأنت طالق وقع الطلاق بمجرد الكتابة فتعتبر عندها من هذا الوقت ، وإن كان معلقا بوصول الجواب إليها كما إذا قال . أما بعد فإذا وصلت جوابي هذا فأنت طالق فإن الطلاق في هذه الحالة لا يقع إلا إذا وصل الكتاب فإن وصل إلى غيره فزوجه ذلك الغير فلا يقع الطلاق سواء أخبرها بذلك أو لم يخبرها لأن الطلاق معلق على وصول الجواب إليها ولم يحصل فلا يقع الطلاق مالم يسلم إليها الكتاب المنزق .

أما الكتابة غير المرسومة فإما أن تكون مستبينة وواضحة أو غير مستبينة فالواضحة كالكتابة على الرمل والخالط على وجه يمكن فهمه وقراءته وغير الواضحة ما يكتب على الهواء والماء في المستبينة غير المرسومة يقع الطلاق إذا نواه وهذا هو المعول عليه وفي غير المستبينة أي غير الظاهرة لا يقع الطلاق ولو نواه .

الوكالة في الطلاق :

ولما كان المقرر شرعا أن الزوج يملك الطلاق على زوجته بمجرد العقد عليها فله أن يوقعه بنفسه وأن يوكل غيره في إيقاعه لأن القاعدة أن كل من ملك شيئا له أن يتولاه بنفسه وله أن يقيم غيره وكذا عنه في ذلك الشيء سواء كان الوكيل هو ذات الزوجة أو غيرها فإذا كان الوكيل هو نفس الزوجة وأمرها أن توقع الطلاق على نفسها وعلى غيرها من صرائرها أي زوجاته غيرها كان هذا الأمر تفويضا بالنسبة لها هي . وتوكيلا بالنسبة لغيرها ، فلو وكل رجل غيره في تظليق زوجته فإن ذلك الغير أن يطلقها لأنه استفاد من له ولاية الطلاق ولا شك في أن الموكل أن يعزل الوكيل في أي وقت شاء لكن إذا تعلق بالوكالة حق للغير فليس للموكل عزل وكيله إلا برضا ذلك الغير لأن الوكالة في الأصل من العقود غير اللازمة - ومحل الطلاق هي المرأة التي يكون الزواج قائما بينها وبين زوجها بأن لم يحصل من الزوج طلاق أصلا أو حصل ولكن أعادها إليه بعده .



بازدنجان محشو

(مقدار يكفي لـ ٤ أفراد)

المقادير :

أربع ثمرات بازدنجان روى متوسطة الحجم ،
متساوية بقدر المستطاع - أربع ثمرات طماطم -
بصلة - حزمة بقدونس - فص ثوم - رغيف
من الخبز الأفريقي « الغينو » - قليل من اللبن -
٧٥ جرام جبن روى مبشور - بيضة - زيت -
قلقل - ملح .

الطريقة :

- اغسل البازدنجان ، وانزع قعقه الأخضر ، ثم
قطعه إلى نصفين طوليين .
- رشي البازدنجان بالملح ، وضعيه على شواية ،
بحيث يكون الوجه الأبيض إلى أسفل ،
واتركيه هكذا لمدة ساعة تقريباً ، إلى أن يتم
التخلص تماماً من كمية كبيرة من المياه التي
يشتمل عليها ، ثم جففيه بعد ذلك .
- ضعي على النار طاسة ، تحتوي على قليل من
الزيت . وعندما يتم قدهه ، ضعي فيه

هكذا لمدة ساعة ، ليتم التخلص من جزء كبير
من الماء الذي يحتويه .
- افري البقدونس ناعماً ، مع الجزرة ،
والكرفس ، والبصلة .
- ضعي على النار ، كسرولة تحتوي على كمية
الزبد ، وملعقتان كبيرتان من الزيت ، ثم
صبي فيها الخضروات المفرومة ، واتركها
ليتم تشويحها على نار هادئة ، مع التقليب
المستمر . بعد ذلك أضيفي إليها الطماطم
المقطعة إلى قطع صغيرة ، وتليها بالملح
والقلقل ، واتركها لتتفح على نار هادئة
لمدة ٣٠ دقيقة ، معقليها باستمرار .
- ينبغي مراعاة أن يكون الصوص في نهاية
الطهي غليظ القوام .
- نشفي البازدنجان ، وحمريه (اقلية) في زيت
مغل ، ثم انشليه .
- ضعي كمية قليلة من هذا الصوص في قاع
الصينية ، أو قالب الفرن .
- رشي فوقه طبقة من البازدنجان المقل ، ثم طبقة
أخرى من شرائح الجبن الصان ، ثم رشيه
بالريحان المفري ناعماً ، والصوص ، والجبن
الروى المبشور ، وهكذا ، حتى تنتهي
تماماً من رص جميع المقادير في الصينية ،
على أن ترشيها في النهاية بكمية قليلة من الصوص .
ضعي هذه الصينية في فرن درجة حرارته
١٩٠ لمدة ١٥ دقيقة حتى ينضج . ثم قدميه
على المائدة ، وهو ساخن .

البازدنجان ، و« شوحيه » على نار هادئة ،
إلى أن يصبح قلب البازدنجان ليناً . « قوري »
قلب كل نصف بازدنجان .
- خذي هذا القلب ، وافريه ناعماً مع البقدونس ،
والبصلة ، والثوم . ثم ضعيها جميعاً في
كسرولة ، مع صلح ملائق من الزيت ،
واتركها ليتم تشويحها ، ثم صبيها في سلطانية .
انقلي رغيف الخبز في الفرن .
- قشري الطماطم ، وضعيها إلى قطع صغيرة
جداً . واهرس الخبز في اللبن ، وصبيه
في نفس السلطانية . ثم أضيفي إلى ذلك أيضاً
الطماطم المقطعة إلى قطع صغيرة ، وكذلك
الجبن المبشور ، والبيضة . تبل هذا الخليط
بالمح والقلقل . وهذا الخليط ، قومي بحشو
البازدنجان ، ثم رشي البازدنجان المحشو في
صينية مدهونة بالزيت ، وقومي بطهيه في فرن
متوسط الحرارة .

طبق الجبن بالبازدنجان

(هذا المقدار يكفي لـ ٤ أفراد)

المقادير :

٥ ثمرات بازدنجان - ٥٠ جرام جبن روى -
٢٠ جرام زبد - قطعتان كبيرتان من الجبن الصان -
١٠٠ جرام طماطم - بصلة - جزرة - ورقة
كرفس - حزمة بقدونس - حزمة ريحان - زيت -
قلقل - ملح .

الطريقة :

- قشري البازدنجان ، وقطعيه إلى شرائح طويلة ،
ورشي فوق شواية ، وملحيه ، واتركه



كوسة مقليّة بالصلصة

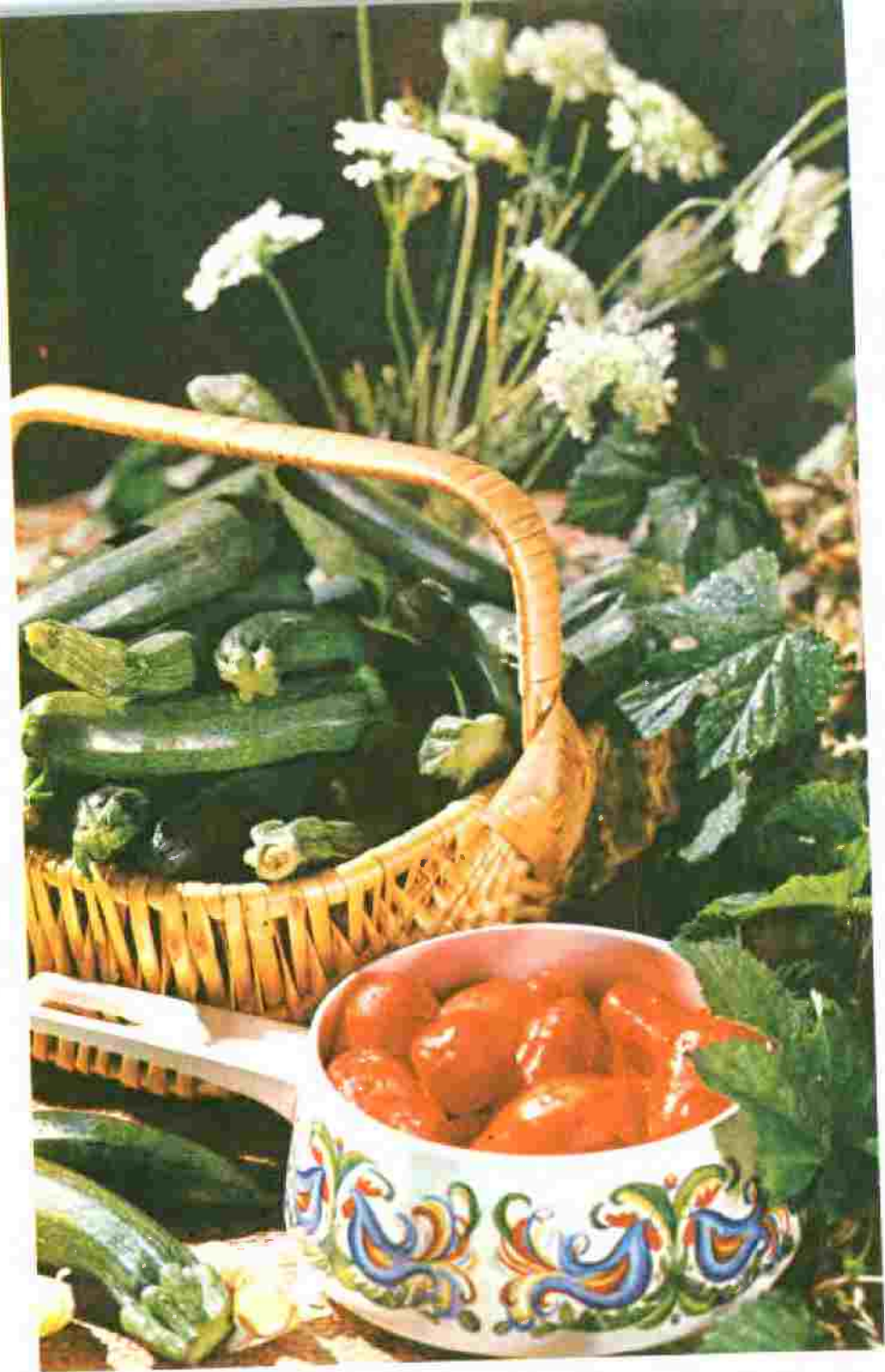
(هذا المقدار يكفي لسته أفراد)

المقادير :

- كيلو قرع كوسة صغيرة الحجم - فص ثوم -
- حزمة بقدونس - ثمرة فلفل أحمر حريفة -
- زيت زيتون - خل - ملح .

الطريقة :

- « الكحّي » القشرة الخارجية للكوسة ، واقطعي عنقها ونهايتها ، ثم قطعيها إلى شرائح طولية ، وملحيها وربيها في مصفاة أو فوق شواية ، حتى تتخلصي من جزء من الماء الذي يحتويه . بعد ذلك انقليها ، وضعها في مصفاة لتصف .
- ضعي على النار ، طاسة تشنبل على كمية غزيرة من الزيت . وعندما يتم قذح الزيت ، اقلي شرائح الكوسة فيه . وعندما تحمر من على الجانبين ، انقليها من الزيت ، وضعها فوق ورقة لتتصمما بها من زيت القلية .
- ملحها ، واتركها لتبرد .
- رصيها فوق طبق لتقديم كبير الحجم ، واضعة الشريحة بجانب الأخرى ، وهكذا .
- قومي بعد ذلك بإعداد الصلصة كالآتي :
- اغري البقدونس ناعما ، بعد غسله جيدا ، وكذلك فص الثوم ، وقرن الفلفل الأحمر .
- ضعي هذه الخضروات المفرومة ناعما في إناء ، ثم تليها بكمية وفيرة من الزيت والخل (مع مراعاة أن تكون كمية الخل حوال نصف كمية الزيت) ، وقلبي هذه الصلصة جيدا .
- صبي هذه الصلصة فوق الكوسة المقليّة ، واتركها ليتم نفعها تماما . ويمكنك تجميلها بخلفات الثوم ، والفلفل الأحمر ، أو إلى نوع من الخللات (الترشّي) .
- وهذا الطبق يمكن تجهيزه أيضا ، بأن تستبدلي بالكوسة ، الباذنجان المقلّى . وفي هذه الحالة ، ينبغي تقشير الباذنجان ، وتقطعيه إلى شرائح طولية مثل الكوسة ، وتليجه ، ليتخلص مما يحتويه من ماء ، ثم اقليه في كمية غزيرة من الزيت ، كما سبق شرحه بالنسبة للكوسة .



صحة

إن بعض الوجوه الكالحة ، وبعض التعبيرات التي تنطق بالضعف والمرنسة عليها ، كثيرا ما وجدت تفسيراً لها ، في عسر الهضم ، أكثر مما يكون ذلك راجعاً إلى سوء طبع أو خلق .

وهناك تعبير عام يطلق على رئيس العمل فقط ، هو أنه إنسان مصاب بعسر الهضم . والواقع أن عسر الهضم ، هو الذي يجعله في صحة معتلة ، ويجسوله إلى إنسان لا يطاق ، ولا يشعر بالسعادة .

ومن هنا ، كان هناك أكثر من سبب يدعونا إلى الاهتمام بعسر الهضم ، لكي نتحدث عن أشكاله المختلفة ، وطرق الوقاية منه .

ما هو ؟

إن عسر الهضم ليس مرضاً بالمعنى الصحيح ، ولكنه ظاهرة قد تبدو مع عدد كبير من الأمراض .

ويدل ذلك بصفة خاصة ، على أن الإنسان لا يهضم طعامه جيداً ، وأن عملية الهضم لديه ، تجري بصورة تسبب له بعض الألم .

من هم الأشخاص الذين يصابون به

عسر الهضم ، مثله مثل التوتر العصبي ، يمكن أن يصيب أي إنسان ، وفي أي عمر .

وأخطر أشكال عسر الهضم ، هي التي تصيب الأطفال الرضع ، أو الأطفال في أعوامهم الأولى ، الأمر الذي يسبب شعوراً بالثقل لدى الأمهات . فإذا حدث أن أصيب أحد الأطفال بهذا العارض ، تعين علاجه على الفور ، لأنه ، كما سنرى بعد ذلك ، يمكن أن يعرض الطفل لحياته للخطر .

أسبابه

تظهر أعراض سوء الهضم لأسباب كثيرة ، وأهمها بالنسبة للكبار ، تلك الالتهابات المعوية ، وهي الالتهابات التي تصاب بها الأغشية الداخلية في المعدة ، والتهابات الاثني عشر ، والبنكرياس (وهو الغدة التي تفرز الأحماض الهضمية) ، ثم مرض الكبد بجميع صورته ، وأخيراً قلة بعض المواد ، أو الفيتامينات في الطعام .

أعراضه

عندما يشكو الإنسان البالغ من أحد أشكال عسر الهضم الخفيفة ، فإنه يشعر بصعوبة ما في هضم بعض الأطعمة (كالدّهون ، أو اللحم ، أو البيض) التي تسبب لديه إحساساً بالثقل في المعدة .

أما في الحالات الخطيرة من عسر الهضم ، فإن الطعام يحدث في المعدة شعوراً بالغثاس ، مصحوباً بالألم في البطن ، كما يصاب في بعض الأحيان بشيء من الإسهال .

سورج الشمس

المقادير:

٥٠٠ جرام مشمش طازج - ١٠٠ جرام سكر ناعم - ١٥٠ جرام خبز غير طازج « بايت » - ٢٠ جرام زبد - ثلاث بيضات - كوب صغير من شراب محلى .

الطريقة:

يغسل المشمش جيداً ، ويقطع إلى نصفين ، مع التخلص من النوى .

يقطع الخبز إلى قطع صغيرة ، وينقع في الشراب ، مع التقليب .

يضرب صفار بيضتين ، بالإضافة إلى بيضة كاملة مع السكر ، إلى أن يتم الحصول على كريمة هشة وناعمة .

يضاف إلى البيض المخفوق ، خليط الخبز بالشراب ، ويقلب جيداً .

في إناء آخر ، يضرب بياض البيضتين ضرباً جيداً ، ويضاف إلى الخليط السابق .

يدهن قالب فرن بالزبد ، ويوضع في القاع قليل من الخليط ، ثم ترص فوقه طبقة من أنصاف المشمش ، ثم طبقة أخرى من الخليط ، ثم طبقة من أنصاف المشمش ، وهكذا حتى ينتهي المقدار ، مع مراعاة أن تكون الطبقة الأخيرة من الخليط .

يوضع القالب في فرن درجة حرارته ١٧٠° لمدة ساعة تقريباً .

عندما ينضج البودنج ، يتم إخراجها من الفرن ، ويترك ليبرد ، ثم يوضع في الثلاجة حين التقديم . ويمكن تجميل طبق التقديم ، بكريمة من أنصاف المشمش ، يرش عليها قليل من الشراب .

حنوي المشمش

المقادير:

٥٠٠ جرام مشمش طازج - ٢٠٠ جرام سكر - ٢٥ جرام مسحوق كستور - أربع بيضات - ليمونة - قليل من القانيليا - نصف لتر لبن - قطعة من الزبد في حجم عين الجمل .

الطريقة:

يضرب صفار البيض جيداً في إناء ، مع إضافة القانيليا إليه (يحفظ البياض لاستعماله فيما بعد) .

تضاف نصف كمية السكر إلى البيض المخفوق ، ويضرب جيداً ، حتى يكون في شكل كريمة .

يضاف مسحوق الكستور بعد ذلك ، ويقلب في الخليط ، ثم يضاف اللبن دافئاً وتدرجياً .

يرفع الإناء على النار ، مع التقليب المستمر ، إلى أن يصل إلى درجة الغليان .

يرفع الإناء من على النار ، وتصب الكريمة في قالب يترك ليبرد ، مع التقليب من حين إلى آخر ، حتى لا تتكون أية قشرة على السطح .

يتم تخليص المشمش من النوى ، ويصفى في كسرولة ، مع ملعقة من السكر ، وقليل من الماء ، وقليل من عصير الليمون ، ويترك لمدة عشر دقائق على نار هادئة ، ثم يرفع من على النار ، ويصفى ، ويمرر عبر منخل سلك ، ويترك ليبرد .

في إناء آخر ، يضرب بياض البيض جيداً ، حتى يكون هشا .

يضاف باقي السكر إلى الفاكهة « المهوكة » ، وتقلب جيداً ، ويضاف إليها بياض البيض المخفوق ، ويصب الخليط في قالب مدهون بالزبد ، ويوضع في الفرن لمدة ٢٠ دقيقة تقريباً ، على أن تكون درجة حرارة الفرن حوالي ١٨٠° .

يقدم قالب المشمش مع الكريمة السابق تردها .



الهضم

ونظرا إلى أنه ، كما رأينا ، يتوقف على سبب محدد ، فإنه من الضروري أن نحري على أنفسنا فحوصا قد تبدو باعثة على الضيق ، ولكنها تقيد في معرفة الطريقة التي نحري بها عملية الهضم لدينا ، وتؤدي إلى إقرار علاج سليم .

ويتم العلاج ، بصفة عامة ، بتناول خاثر هاضمة (مثل) البيسين ، وعصارات البنكرياس ، أو البنكرياتين) ، وكذلك الخمائر اللبنية ، والمستحضرات التي تقوم على الفيتامينات (وخاصة فيتامين أ أو فيتامين ب) ، مع استبعاد أية أطعمة يصعب هضمها ، أو تكون كثيرة الدهون (كالشواء ، واللحوم المختلفة ، ولحم الخنزير ، وفوايح الشبقة) .

الريجيم

وفيما يتعلق بعلاج عسر الهضم ، فإن الريجيم يعتبر عاملا أساسيا ، إذ ينبغي ، أول كل شيء ، أن نحدد على وجه الدقة ، عن طريق تحليل البراز ، ما إذا كان عسر الهضم من النوع التخمرى ، أو من النوع المتعفن ، وذلك لاختيار الطعام المناسب .

فإذا كان عسر الهضم حمضيا ، أو من النوع التخمرى ، تعين في هذه الحالة ، تقليل كميات السكر من طعامنا ، وكذلك الأطعمة التي تحتويه ، وخاصة المواد النشوية ، أو ذات التحلية العالية (كالبطاطس ، والخبز ، والبسكويت ، والحلوى ، والأرز ، وغير ذلك) ، ونعوضها بأطعمة غنية بالبروتينات (مثل اللبن والبيض ، واللحم ، والجنين) . وبالنسبة للأطفال ، فإن الريجيم يجب أن يضم أيضا موادا نباتية .

أما إذا كان عسر الهضم من النوع المتعفن ، فيتعين أن ننظم الريجيم بصورة عكسية ، أي أن نقلل من المواد التي تحتوي على البروتينات (كاللحوم ، والأسماك ، والبيض ، والجنين) ، ونزيد بدلا من ذلك الأطعمة النشوية ، والسكرية .

وبالنسبة للأطفال ، فإن هناك بعض الحالات ، ترجع فيها اضطرابات المعدة ، إلى عدم قبولها للدهون ولذلك فإن هذه المواد ، يجب أن تخفض عند وضع الريجيم ، مع استكمال القيمة الغذائية ، بتناول فيتامينات (أ ، ب ، ج ، د ، هـ) .

وهكذا ، فإن مسألة علاج عسر الهضم شيء معقد . والمرضى يجب أن يتم علاجه حالة حالة ، وفي عناية بالغة ، مع اللجوء إلى خبرة الطبيب ؛ وفي حالات الأطفال ، إلى الطبيب المختص بهم .

عسر

والسبب في هذه الآلام بصفة عامة ، هو قلة إفراز الأحماض الهاضمة والأمينية ، وهي الأحماض التي تجعل كلا من المعدة ، والكبد ، والبنكرياس ، والأمعاء لا تعمل بالنشاط المطلوب .

وفي الطفل في سنواته الأولى ، وعلى وجه التحديد بين بضعة أشهر من عمره ، وحتى يبلغ أربع أو خمس سنوات ، يكون عسر الهضم ، كما قلنا شديدا الخطورة ، وخاصة إذا هو لم يعالج كما ينبغي .

وعادة ما تفتن الأم إلى الأعراض الأولى للمرض ، عندما تجد أن طفلها غير راغب في الطعام ، وأنه يبكي لأقل سبب ، ويرفض أى طعام يقدم إليه ، ويتألم من بطنه ، ويصاب بالإسهال . وفي هذه الحالة ، فإن الصغير ينحف ، ويظهر تدهور في حالته بصفة عامة ، ويبدو عليه الضعف .

فعل كل أم ، قبل أن يصل طفلها إلى هذه الحالة ، وبمجرد ظهور أول هذه الأعراض ، أن تسرع به لمرصه على الطبيب .

مضاعفاته

إذا نحن أهملنا عسر الهضم فترة طويلة ، فإنه يحدث للبالغ نتيجة لذلك ، أن يصبح شخصا غير محتمل ، سريع الغضب ؛ ويصاحب ذلك ضعف في قواه الدفاعية عن أجهزته ، مما يعرضه بسهولة للإصابة بأمراض أخرى .

أما بالنسبة للطفل ، فإن الأمر يكون أسوأ من ذلك ، فالتدهور في صحته يكون أسرع ، ويتم بشكل واضح ، ويصاب الطفل بعدد من الأمراض ، التي تنال منه بسهولة .

وفضلا عن ذلك ، فإن عسر الهضم نفسه ، إذا نحن أهملناه ، وبصفة خاصة في الرضاع ، قد يؤدي إلى الوفاة .

كيف يمكن الوقاية منه ؟

لعله من الأمور الطبية ، لكي نضمن هضما جيدا ، أن نعالج في الوقت الملائم أى تدهور عضوى ، وأن نتجنب تناول الطعام في سرعة وأن نحاول إبعاد حالات التوتر ، وألا نفرق أنفسنا في حياة ثقافية مكثفة لفترات طويلة ، وأن ننظم ساعات تناولنا للطعام ، مع تنظيم أنواع الأطعمة وكمياتها .

كيفية علاجه ؟

وعسر الهضم يمكن أن يلازم الإنسان مدة طويلة ، فهو من الظواهر التي تبحث على الضيق ، ويصعب على العلاج ، كما أنه يتطلب في جميع الأحوال ، أن نلجأ بسبه إلى الطبيب .



فالمطعم

جزء ١

ها نحن في المطعم .. أحد الأماكن التي يكون حسن التصرف فيها من أهم الأشياء ، وفي الوقت نفسه من أصعب الأشياء .
ولتبدأ منذ اللحظة التي نعبر فيها مدخل هذا المكان . وكما يحدث في أي مكان عام ، يجب على الرجل ألا يترك المرأة تتقدمه ، ولكن عليه أن يتقدمها هو ، لأنه يعد بمثابة الحارس لها .

ثم بعد الدخول إلى المطعم ، ليس هنالك أي داع للتجول بين المناضد ، بحثاً عن المكان الأفضل ، ولكن يمكن التوقف بعيداً ، واختيار المنضدة المناسبة . ويجب مراعاة أنه ليس من قبيل الذوق أبداً ، الجلوس على منضدة ما ، ثم تركها بعد برهة ، لوجود أخرى أفضل منها . فكل المناضد سواء . ولذلك يجب اختيار إحداها ببساطة وسرعة ، دون مضايقة بقية الجالسين ، بالذهاب والرجوع بين الممرات عدة مرات .

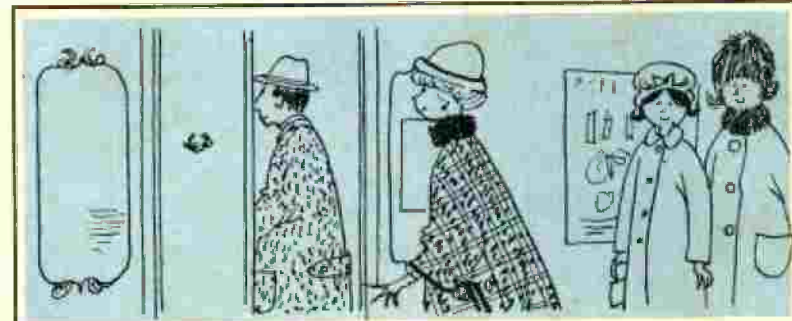
وبعد اختيار المنضدة المناسبة ، يأتي دور التحرر من الملابس والأدوات الزائدة كالمعاطف ، والقفايزات إذا وجدت . ويجب على الرجل ألا يخلع سترته أبداً ، حتى لو كان الجو شديد الحرارة .

وعند الجلوس إلى المائدة ، يراعى أن يكون جلوس السيدات إلى جانب الحائط ، لكي يتمكن من رؤية الصالة ، الأمر الذي يشبع رغبتين بالطبع ، أما الرجال ، فيجلسون في مواجهتهن . وإذا كانت المجموعة تتكون من زوجين وزوجتين ، فإن كل زوجة يجب أن تجلس على يمين زوج الأخرى .

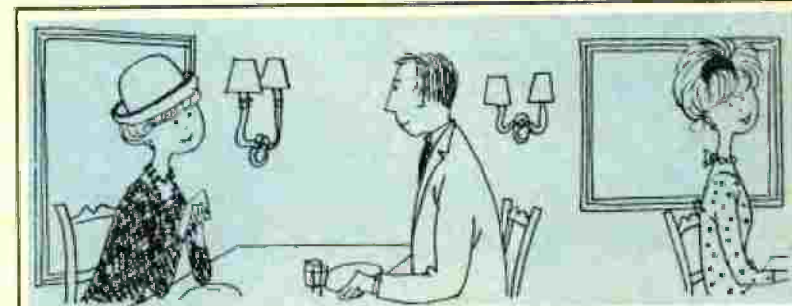
وتكون على الرجل مهمة استدعاء النادل « الجرسون » . ويتم ذلك بهدوء وليس بإحداث ضجة ، كأن يطرق الصحن بالسكين مثلاً ، أو ينادى بصوت عال ، أو يصفق بشدة ، ولكن عليه أن يستدعيه بإيماءة خفيفة من رأسه .

وبالنسبة لقائمة الطعام (إذا لم تكن هناك إلا واحدة فقط) يجب أن تقدم إلى السيدات أولاً . ويجب أن يتم اختيار الأطعمة المطلوبة بسرعة ، وببساطة ، دون الدخول في مناقشات حول طبيعة الأطعمة ، وما يتعب منها المعدة ، وما يضر بالكبد ، وغير ذلك . فالمعروف أن « الجرسون » لديه من الأعمال الأخرى ، ما يتطلب منه ألا يقف أمام كل مائدة لأكثر من لحظات قليلة . ويكون طلب الأطعمة عن طريق الرجل ، فلا يجب على السيدة أبداً ، أن تخاطب « الجرسون » ، ولكن تخبر رجلها بطلبها ، فيقوم بدوره بطلبه من « الجرسون » .

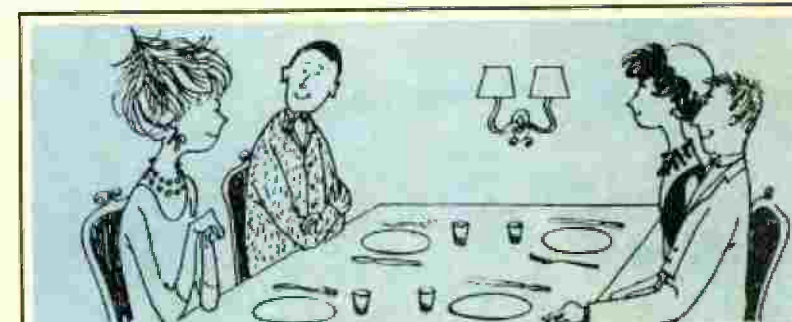
عندما تأتي صحاف الطعام ، يجب ألا ننكب عليها كالذئب الجائعة . ومن ناحية أخرى ، يجب عدم تناول الطعام ببطء شديد ، لأن الاعتدال والبساطة أفضل . ويتم تناول الطعام بطريقة طبيعية جداً ، وليس فيها أي تعقيد ، مع مراعاة قواعد الأكل المعروفة . وهذا ما سوف سنتحدث عنه في العدد المقبل .



عند الدخول إلى المطعم ، على الرجل أن يسبق السيدة ، فإن قواعد الذوق تستدعي ذلك .



عند الجلوس إلى المائدة يجب على الرجل أن يترك للمرأة المكان الأفضل ، وهو المجاور للحائط ، حتى تتمكن من رؤية الصالة كلها .



عندما يكون الجالسون إلى المائدة زوجين وزوجتين ، فإن كل زوجة تجلس إلى يمين زوج الأخرى .

سعر النسخة

السودان ١٥٠ مليم	اليمنيين ٢٥٠ قس	ع ٤٠٠ - ٤٠٠
ليبيا ٢٠ قس	قطر ٢٥٠ قس	سبستان ١٢٥ - ١٠٠
ستونس ٢٥ قس	درب ٢٥٠ قس	سورييا ١٥٠ قس
الجزائر ٣ دينار	أبوظبي ٢٥٠ قس	الأردن ١٥٠ قس
البحرين ٣ دينار	السعودية ٢٥٠ قس	العراق ١٥٠ قس
	عبدن ٥ قس	الكويت ٢٠٠ قس

Copyrights pour le monde
Fratelli Fabbri, Milano
1974 Copyrights pour l'édition arabe
EDITRADE SA - Genève

الناشر : شركة إيدبتراب - شركة مساهمة مسجلة - بيروت

كيف تحصلين على نسختك

- اطلعي نسختك من باعة الصحف والكتبات في كل مدن الدول العربية
- إذا لم تتمكني من الحصول على عدد من الإصدارات فخطبي :
- في م.ع : إدارة التوزيع - مبنى مؤسسة الأهرام - شارع الجلاء - القاهرة
- في البلاد العربية : الشركة الشرقية للنشر والتوزيع - بيروت - ص.ب. ١٥٥٧٩٥