

العدد الثامن
الطبعة الثانية

عالم المرأة





التغلب على الآلام

التخدير الطبّي

٢

كيف يجري تخدير الكلي

التخدير الكلي بالاستنشاق : يضطر المريض ، لكي يتم تخديره بالاستنشاق ، إلى أن ينفس الغاز المخدر المخلوط بالهواء . وكانت الطريقة القديمة ، تلخص في وضع قطعة من الصوف ، مستندة إلى نوع من الشبك المعدل على شكل القناع ، فوق أنف المريض ، ثم إمقاط الإثير نقطة نقطة ، فوق قطعة الصوف . فيتبخّر الإثير بسرعة ، ويستشفه المريض ، فيقرب من الوعي . أما اليوم ، فإنهم يستخدمون أجهزة حديثة ، ولو أن الطريقة هي ذاتها .

وعادة لا يكون التخدير بالاستنشاق ، متساوياً لدى المريض ، الذي يبدو أنه القناع ، وكأنه شيء يعززون عبقه به ، وإن كان ذلك ليس من الواقع في شيء .

التخدير عن طريق الحقن : ويفضل اليوم اللجوء إلى هذه الطريقة أولاً ، ثم بعد ذلك استخدام القناع ، أي التخدير بالاستنشاق ، بعد أن يكون المريض قد غاب فعلاً عن الوعي ، وهذه هي الطريقة المتفصلة لدى المرضى ، الذين يقل خوفهم من الحقن عنه من القناع ، كما أنها لتجنب حركات غير محبذة لها تأثير نفسي .

سبب التخدير

إن مهمة طبيب التخدير في غرفة العمليات ، تعادل في أهميتها نفس مركز الجراح ، ذلك أن عليه أن يختار ، لكل حالة على حدة ، نوع المخدر الذي يستخدم ، كما أن عليه أن يقي المريض من كافة المضاعفات المحتملة ، التي تطرأ خلال وجوده تحت تأثير المخدر .

والجانب معرفته المتعمقة لكافة أنواع المخدرات - وهي لا حصر لها - فإن عليه أن يكون على دراية بمضاعفاتها ، لأن أي خطأ يحدث - يمكن أن يفضي على حياة المريض .

ماذا يحدث أثناء التخدير ؟

إن المريض يمر ، خلال تخديره ، عبر عدة مراحل ، متباعدة ، حالة اللاشعور بالألم ، وهي أولى مراحل التخدير ، وفيها لا يكون الألم قد زال تماماً ، ولكن تأثيره يقل تدريجاً . وفي هذه المرحلة ، فإن المريض يأتي بحركات ميكانيكية

غريزة ، كما لو كان محبلاً ، وهو يختار عابثاً أزمة نفسية ، يشكو خلالها ويكي ، بغير أن يكون شيئاً ، مما يحدث له فعلاً .

وحوال نهاية هذه المرحلة ، يفقد المريض كل شعور بالوعي ، على حين تأخذ أجهزة التخدير تلوي الآخر ، تفقد إحساسها ، بينما جهاز السمع لديه فقط ، هو الذي يقاوم المخدر .

حالة الفياج : يكون المريض قد فقد تماماً الانعكاسات الإرادية ، ولكنه يحفظ فقط بغيرية الدفاع عن النفس . وفي نهاية هذه المرحلة ، يدخل في دور المهدوء الكامل ، وفي هذا الوقت ، يبدأ الجراح في إجراء العملية .

حالة التخدير الجراحي : يكون المريض دائماً في هدوء ، بغير أن يصدر عنه أي رد فعل ، حتى بالنسبة للأشعة الضوئية ، أي حتى إذا وُجِع شعاع قوي من الضوء على عينيه ، فإنه لا يابه له .

سبب التخدير خطيراً ؟

يستطيع الشيوخ ومرضى القلب ، تحمل التخدير ، بغير أن يتعرضوا لأية متاعب ، وذلك بعد أن يتم إعدادهم ، بطبيعة الحال ، الإعداد اللازم . بيد أن الذبحة الصدرية فقط هي التي تشكل ، للأسف ، حالة غير قابلة على الإطلاق للتخدير .

وإصابات الكبد والكليتين بالغة الخطورة ، لآثارها تأثير التخدير . فالكبد في الواقع عليها مهمة تنقية الجهاز من المخدر ، كما أن على الكليتين مهمة إبعاده وإزالته . ولذلك فإنه لابد من توخي الحذر الشديد ، في حالة تخدير المرضى ، الذين يشكون من تعطل في وظائف الكبد والكليتين .

والنساء خلال الدورة الشهرية ، يتحملن في صعوبة محدودة ، عملية التخدير . والواقع أنه خلال هذه الدورة الشهرية ، تكون هناك حالة نزف دموي أكبر في جميع الأجهزة ، وخاصة الغضروف البشري ، الأمر الذي يترتب عليه تغيير غير سليم ، بظراً على الحالة النفسية للمرأة .

ولذلك ، فإنه يستحسن تجنب إجراء أية جراحة لها في هذه الفترة ، والتخدير في حالة الحمل ، قد يكون خطيراً ، وفي خلال الشهور الأولى من

الحمل ، يكون الخطر أقل ، سواء بالنسبة للأم أو للجنين ، ولكن في النصف الثاني من الحمل ، يكون التخدير ، وخاصة إذا كان كلياً ، كثيراً ما يمثل مشكلة خطيرة .

والواقع أن العقاقير المخدرة - وخاصة منها أنواع المورومات ، التي تدخل في دم الأم ، تنبئ أيضاً إلى دم الجنين ، فتسممه ، وهكذا فإن النتائج يمكن أن تكون مدمرة ، بالنسبة للأم والجنين معاً .

والخبرات الأقل خطورة - هي التي يتم تلويها عن طريق المسالك التنفسية ، أي الاستنشاق ، غير أنه لابد من أن تدخل في الاعتبار ، أنه حتى وظائف التنفس لدى الحامل ، تكون عرضة للتغيرات . ومن الأسف أنه يكفي أن يثقل الجنين من دم الأم كمية من الأوكسجين أقل مما يلزم له ، حتى يتعرض خلال وقت قصير جداً ، لخطر الاختناق .

وهناك حالة تخدير خاصة بطبيعة الحال لعملية القيصرية . فهذه العملية كما تعرفت تفور ، عندما يمثل الوضع الطبيعي صعوبة وخطورة .

وعندما يتم قرار إجراء العملية القيصرية مقدماً ، نتيجة لأن الحامل تعاني من أية تشوهات ، تحول دون أن تضع حملها بالطريقة العادية ، فإن التخدير والعملية يهربان بعد إعداد خاص . أما إذا اتخذ الطبيب هذا القرار بصفة مفاجئة ، فإن عليه في هذه الحالة ، أن يعطي الحامل أولاً مسكنات لتقليل من الألم ، ثم بعد ذلك يباشر عملية التخدير ، وذلك باستخدام أول أكسيد الأزوت - وهو أقل الغازات المخدرة ضرراً .



أهمية إزالة المكياج

لأن كانت عملية المكياج على جانب كبير من الأهمية ، فإن عملية إزالته لها نفس الأهمية تماما . ذلك لأن الغرض منها ، لا يقتصر فقط على تنظيف بشرة الوجه مما بها من اتساخ ، ومن مستحضرات التجميل ، ولكن أيضا للعمل على تقويتها وتغذيتها ، قبل الراحة الليلية التي تسبق المكياج الجديد .

نوع البشرة .

ذكرنا أكثر من مرة ، أنه لا يمكن الحصول على مكياج متن وجميل ، إلا إذا كانت البشرة نظيفة تماما ، ومعدة جيدا ، وذلك عن طريق المستحضرات الخاصة بالمكياج . كما أن عملية اختيار مثل هذه المستحضرات ، ليست بالأمر

التي « محنت » وأصبحت لينة نتيجة لعملية التدليك والتنظيف . كما أن من فوائد المادة المطهرة أيضا ، إزالة ما تبقى من رواسب ومتحضرات التجميل التي قد لا تبدو واضحة ، وكذا سد المسام التي كان الكريم المنظف قد فتحها ، بصورة لا يمكن تحاشيا .

ولعل أفضل طريقة لاستخدام التوي ، هو وضعه فوق قطعة من القطن ، سبق غمسها في ماء بارد ، ونمريرها فوق جميع أجزاء البشرة ، مع تكرار هذه العملية أكثر من مرة . حتى تابتني أن قطعة القطن أصبحت نظيفة ، ولا تحمل أي أثر من آثار المكياج . وبذلك نكون قد انتهينا من مرحلة التنظيف ، والتطهير ، والتقوية .

إزالة فقط والرؤوس السوداء

عند هذا الحد ، تكون البشرة قد أصبحت نظيفة تماما ، لا نحتاج لأي شيء آخر ، اللهم إلا إذا كانت بها نقط أو رؤوس سوداء تشوه جمال البشرة الأمر الذي تعاني منه الكثيرات من النساء .

وفي غالبية الأحوال ، تكون هذه الرؤوس والنقط السوداء ، ناجمة عن تجمع الشحوم في مسام البشرة . ويمكن إزالة هذه وتلك باستخدام كريم من نوع جيد ، أو القناع المناسب ، الذي يوضع على الوجه قبل النوم ، والذي يمكن إزالته بالماء الدافئ .

القناع المنزلة

وبهذه المناسبة ، نقدم لك يا سيدتي ، أفضل قناع يستخدم في عملية التقشير خلال فصل الصيف ، والذي في استطاعتك أن تعديه بنفسك : كما يلي :
اضربي بياض يضة - حتى يصبح كالرغاوى ، وأضيفي إليه بضع قطرات من السائل البني المصهور من ورقة الين ، وكذلك بضع قطرات من الليمون قلبي هذا المزيج جيدا : وادعني به وجهك الذي سبق تنظيفه تماما ، واتركي هذا القناع على الوجه لمدة أربعين دقيقة تقريبا .

تذكرى دائما أن مثل هذا القناع ، يوضع على البشرة فقط ، في حالة ما إذا كانت نظيفة تماما . مستخدمة في ذلك أصابع اليد ، أو فرشاة ناعمة خاصة بهذه العملية .

وعليك يا سيدتي أن تنتهي تماما ، إلى عدم استخدام هذا المزيج المزلي في المنطقة المحيطة بالعين ، لأن البشرة في هذه المنطقة ، تكون رقيقة جدا وحساسة للغاية . وعلى هذا ، فإن الكريم الجيد المخصص للتقشير ، يكون أفضل شيء في مثل هذه المناطق الحساسة من البشرة .

وتنتهي مثل هذه العملية ، بغسل الوجه بالماء الدافئ « الفاتر » وتدليك بشرة الوجه بأحد الكريمات المنشطة .

هذا ، وإذا كانت الرؤوس السوداء عديدة . فيغدها أيما فائده ، استخدام قناع من عصير الفاكهة والزبادي ، بمقدارين متساويين ، على أن يوضع هذا المزيج على الوجه ، ويترك عليه لمدة ساعة على الأقل .

السهل ، لأنها تتوقف أولا ، وقبل كل شيء ، على ضرورة التعرف على نوع البشرة ، وما إذا كانت دهنية ، أو جافة ، أو مختلطة ، تجمع بين الدهنية والجافة ، مع الاتجاه إلى مساعدة بائعة مستحضرات التجميل : لتعاونك في اختيار المستحضرات التي تتواءم مع نوع بشرتك .

وبالنسبة للبشرة الدهنية ، فإن أفضل مادة منظفة ومطهرة . هي الصابون . وتنصحك باختيار الأنواع ذات الرغاوى الخفيفة . وأما إذا كانت البشرة جافة ، فينبغي في هذه الحالة ، أن تكون مادة التطهير دهنية ، أي أنها تشمل على نسبة كبيرة من الزيوت أو الشحوم .

كيفية إزالة المكياج

ضعي على الوجه قليلا من المادة المطهرة ، موزعة على الجبين ، والوجنتين والذقن ، والرقبة . ثم دلكي الوجه والرقبة ، حتى يذوب كل المكياج ، ويمكن تنظيف تلك الأجزاء ، بدون تهييج للبشرة . وينبغي التدليك بحفنة ، مع مراعاة أن الرقبة يجب أن تعامل كأي جزء من أجزاء الوجه - وعندما تلاحظين أن البشرة قد ارتفعت حرارتها (محنت) نتيجة لعملية التدليك « المساج » ، خذي ورقة رقيقة جدا وناعمة ، من تلك الأوراق الخاصة بشرب الكريمات ، ومرريها على الوجه ، والرقبة ، مزيلة بذلك كريم التنظيف ، وما ذاب من مستحضرات المكياج . وبذلك تخلصين مما على الوجه من المكياج .

وبفضل أن تكرر هذه العملية ، مرتين أو ثلاث مرات خلال اليوم ، وإذا ما تم تنفيذ مثل هذه العملية بدقة ، فإن ذلك يكون بمثابة تدليك مثالي وممتاز ، من أجل بسط (فرد) تجعدات الوجه ، وتخوية البشرة ، وكذا عضلات الوجه المترهلة ، وكذلك لكي يكتب جلد الوجه والرقبة ، حيوية ونضارة .

المادة المطهرة والمنظفة :

ولتحقيق هذه الحساب الآتفة الذكر ، دلكي منطقة الوجنتين (الحدود) من الوسط ، متجهة نحو الخارج ، بحركة دائرية . افتحى بعد ذلك الفم على شكل دائرة « 00 » ثم بالأيدى ، دلكي الوجنتين متجهة إلى أعلى نحو الصدغين مرري الأصابع بخفة حول الأنف ، بصورة دائرية ، حتى أسفل العينين . وأيضا دلكي بصورة أفقية ، الجزء الأسفل للجبين ، من أعلى الأنف ، وعلى طول كل القوس الموجودة على الحاجبين حتى الصدغين ، ثم دلكي اجداء من وسط الجبين ، بحركة دائرية ، حتى مثبت الشعر .

وينبغي أن يتم تدليك الرقبة في اتجاه القلب ، اضربي بخفة ، المنطقة الموجودة أسفل الفم ، بأصابعك وهي مبللة بمحضر التطهير . وبعد الانتهاء من عملية تنظيف وتطهير البشرة ، وإزالة ما عليها من مواد وبقايا المكياج ، يبي دور المقويات .

ماء المقوية

إن الهدف الرئيسي من المادة المقوية ، هو تنشيط وتقوية عضلات الوجه ،

لزياء مرحية ذات نقوش مبتكرة

١ - فستان أسود طويل - تحليه أسلام وزهور مبتكرة -
الديكولتيه واسع فالظهر عار والصدر تفضي حاملتان تلتقان
حول الرقبة .
٢ - بالظلم مطر من لون على يصلح للنهار ونحوه فستان بنون



وفتحة الصدر ثم ذيل الفنان .
٤ - انسابل من بلوزة وجونلة من قماش الكريب تلتني فيه
الأكلام بنقوش الزهور مع السادة ، أما الألوان فهي الأخضر
والأزرق ، والوردي .

أكام وحزام بنقوش متداخلة . تتكرر النقوش على فتحة الرقبة
مما يجعلها تتلاءم مع النقوش الموجودة على أسفل الجونلة أيضا .
٣ - فستان طويل من اللون الأزرق بأكام واسعة مثل أكلام
الكيمويو بياض النقوش عبارة عن رسوم وزهور تعلو الأكام كلها



ركن المكتب

لعل أهم سمّة من سمات هذا العصر : انتشار الورقة المطبوعة ، في هيئة كتاب ، أو جريدة أو مجلة ، وتزايد تأثيرها يوما بعد يوم ، في مجريات الأمور ، وفي حركة الثقافة . ولذلك أصبحت تشكل لكل فرد في أي أسرة ، مشكلة نوعية ، ألا وهي كيفية الحفاظ عليها ، وطريقة تداولها ، وحتى مشكلة ترتيبها - عمليا - بأمور التأنيث ، وتحتاج إلى حلول خاصة ، نهم بالدرجة الأولى ، مصمى الأثاث ، ومهندسى الديكور المعاصرين .

وركن المكتب ، بوصفه المكان المخصص للنشاط الثقافي والعلمي داخل المنزل ، يصبح مناسباً تماماً لإقامة مكتبة ، تحتوي على الكتب ، والمجلات ، والمطبوعات التي هي بمثابة الأدوات الأساسية التي يحتاج الإنسان ، إلى أن تكون في متناول يديه ، عندما يقرأ ، أو يكتب ، أو يستذكر .

والمكتب قد يقام منفصلاً ، أو مستغلاً ، كما يمكن أن يقام كركن للمكتب داخل صالة المعيشة ، أو داخل حجرة النوم . وفي الحالة الأخيرة ، لا يكون مكتملاً بصورة متخصصة ، لكنه يجب أن يكون مريحاً ، وشاملاً على مجموعة من العناصر البسيطة جداً ، التي تحقق وظائفه ، مثل مجموعة الأرفف ، مكتب أو منضدة ذات أذراع ، كرسي مريح ، و «أباجورة» .

وحتى في حالة وجود مكان خاص أو حجرة للمكتب ، فإن العناصر الأساسية لا تختلف كثيراً عما سبق ذكره ، بل - فقط - أن يضاف إليها كرسيان من الكراسي « القوي » لاستقبال الزوار ، وأريكة ، إذا ما سمح المكان بذلك .



١ - ركن المكتب - ويتكون من أرفف حائطية . يستند إليها سطح المنضدة ذات الأرجل المعدنية .

٢ - حجرة المكتب . ندو وهي متصلة بمدخل كبير . يمكن استخدامها - أيضاً - للانتظار . ويفصل بين المكتب وصالة المعيشة وباب مروحة . لاحظ أن النافذة ، وهي مصدر الضوء الطبيعي . تقع إلى اليسار .





٣ - قطعة أثاث - مكتبة ، تشتمل على أرفف ،
وأدراج ، وضلعة متحركة ، بجيرة لنقوه مقام
مكتب صغير



٤ - قطعة أثاث - مكتبة ، جزؤها العلوي مفتوح
والجزء السفلي مغلق ، السطح المخصص للكتابة ،
من النوع الذي يتم جذبه إلى الخارج . الجزء السفلي
مقسم إلى جزئين . القطعة مصنوعة من خشب
البليساندر



وفي كل الأحوال ، قلن دكن المكتب ، يجب
أن يظل متميزا بالبساطة والاعتدال ، وذلك لتوفير
مزيد من الهدوء ، وقدرة أكبر على التركيز .
من أجل هذا ، يجب أن نتحاشى استخدام الأعداد
الكبيرة من قطع الأثاث ، أو من الأشياء الأخرى ،
وأن نستخدم - قدر المستطاع - الألوان المألوفة ،
والجماليات ، الديكورات ، المعتدلة ، وذلك لأن
وظيفة المكتب في تحقيق الهدوء والراحة ، مرتبطة
أشد الارتباط ، بالبساطة في شكله العام .

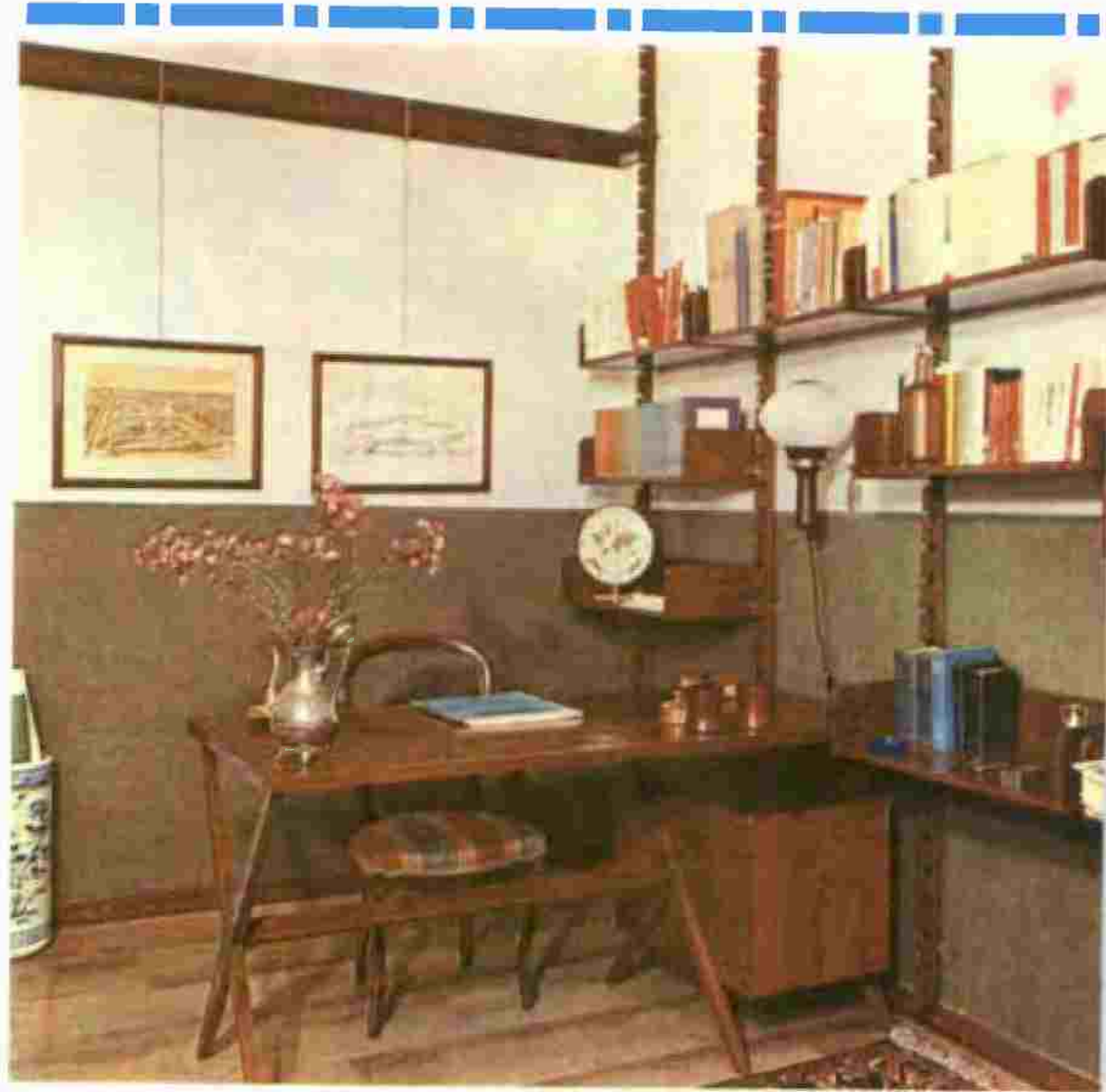
ولنتقل الآن ، لنحدث بتفصيل أكثر ، عن
عناصر المكتب المختلفة : الأرفف ، وهي في حالة
وجود المكتب ، كمركن من أركان صالة المعيشة ،
يمكن أن نقام على هيئة حاجز . أما إذا كان المكتب
مستلما ، فمن الأفضل أن نقام الأرفف - بشكل
متنوع - على الجدران مباشرة ، وفكرة ارتكاز
المكتبات المعلقة إلى الجدران مباشرة ، جاءت
بسبب أن المكتب أيا كانت - قبله أو كثيرة ،
ثمين أو زهيدة ، متخصصة أو عامة ، لها دائما
قدرتها على التزيين ، وتستطيع بذاتها ، أن تكسب
المكان نوعا من الاستثناس . وعلى ذلك : أصبحت
الأرفف ، تحتل نوعا من الأثاث الجداري ، التي
نصح بإقامته مستلما دون تجزئة ، بحيث تصنع
مجموعة الأرفف ، نظاما جاليا منسقا . ولكي
تحقق المكتبة وظائفها كاملة ، يبدو من الأفضل
أن تزود بمجموعة من الأرفف المعلقة بصلف
زجاجية ، وذلك للحفاظ على الكتب من التراب ،
الذي يمثل واحدا من أخطر أعدائها ، إذ يتخذها
بمثابة مخازن له .

وهناك الكثير من المكتبات الخالية من الصلف
في جزئها العلوي (وهي لذلك أقل تكلفة) بينما
في الجزء الأسفل ، حيث يوجد العمق الأكبر عادة ،
تقام الفراغات المعلقة بصلف خشبية ، ليست حفظ
الكتب الثمينة ، كما يمكن - للبار - وللأجهزة
الكهربائية ، أن نجد مكانا لها فيها .

شيء آخر يجب أن ننتبه إليه . وهو أن المكتب الخاصة بالأسرة في زيادة مستمرة ، لذلك فمن الأفضل أن يعمل حساب لذلك ، حتى لا يمرض البيان الأماسي للمكتب . للتغير المستمر . ولنتذكر أن هناك نوعا من الأرفف ، أو المكتبات القابلة للزيادة المستمرة ، عن طريق تركيب أجزاء جديدة لها ، دون أى عناء .

ولتحدث الآن عن العنصر الأماسي الثاني : وهو المكتب أو المنضدة . الذى يحتل العديد من الحلول المتنوعة . فنضدة قديمة قيمة ، تستطيع أن تقوم بوظائف المكتب العادى . بعد أن توضع عليها الأدوات المكتبية المعروفة ، ويعتبر هذا الحل ، حلا متميزا ورائعا من وجهة النظر الجمالية . وعلى نقبض ذلك . استخدام المكتب العادى ذى الأدراج الجانبية المصنوع من المعدن . وهو وإن كان يبدو غريبا على الاستخدام المزملى . إلا أنه قد يكون أكثر ملاءمة من وجهة النظر الشعبية .

وبين هذين الحلين ، نقف مجموعة كبيرة من المقترحات الحديثة لشكل هذا المكتب . ولكن



٥ - مكتب على هيئة منضدة بسيطة ، تمتد إلى المكتبة الحائطية المركبة من عناصر متشابهة . يشاهد حامل الأدراج إلى يمين المنضدة ، وهو يكتلها . بحيث تقوم بوظائف المكتب العادى .

٦ - مكتب من خشب البلياندر ، تكمله قطعة أثاث مكونة من عجل صغير ، وهو مرود بمجموعة من الأدراج . إن سطح إحدى هاتين القطعتين مجهزة ليعتبل الآلة الكاتبة ، أو التليفون .



على عمل صغير ، التوفير الكبير قبل يمكن من
سهولة الحركة ، حتى أثناء الجلوس عليها .

أما بالنسبة للإضاءة داخل المكتب ، فيجب أن
تكون ذات مصدرين : الأول . لإضاءة المكان
كله . بحيث يكون الضوء خفيفا وممتشرا .
والثاني . لإضاءة بسيطة . أو ذات مواصفات جمالية
معينة . واستخدام الضوء المركز ، يصنع بؤرة
شديدة الإضاءة ، متباعدة مع الضوء الخافت - نسبيا -
لبقية المكان . الأمر الذي من شأنه . أن يشعرنا
بصغر الاتساع . مما يوفر جوا من الشعور بالتفرغ .
والامتثال داخل المكتب . أما عن الإضاءة
الطبيعية . فمن الضروري . أن يكون مصدرها .
آتيا إلى سطح المكتب من جهة اليسار . حتى تحاشي
« الزغلة » التي قد تسببها الأشعة الضوئية . عند
سقوطها على الصفحات البيضاء .



واستكمالاً لهذا الحديث ، نضيف قولنا . أن
التوافقة الشاملة الاتجاه ، قد تكون أنسب من غيرها .
كصدر للضوء ، مع العلم بأنه يمكن التغلب على
المضايقات التي تسببها اتجاهات المصادر ، وعن
طريق استخدام الشاشات ، أو ما يسمى « بالستائر
على الطريقة الفينسية » . التي تسمح بدخول الضوء
الطبيعي إلى الحجرات . عن طريق تحويل الأشعة .
لتنتشر على الأسقف ، أو على الجدران .

ومن بين الطرق المتنوعة . لفصل ركن المكتب
عن بقية أركان صالة المبيتة ، الحواجز الجاهزة ،
التي تتكون من عناصر يتم تركيبها ، لتصبح مكتبة
نحيط بالمكان . ونقصه - بصريا - على الأقل ،
وهذه الحواجز . يمكن أن تكون متحركة . لتسمح
بمزل المكان . أو ربطه بالأجزاء الأخرى حسب
نشاء . ومن المفضل أن يقام ركن المكتب ، بحيث
يظل متصلا بمدخل المنزل ، ليتسنى بذلك إتمام
الزيارات الخاصة . دون الحاجة إلى اختراق بقية
أجزاء صالة المبيتة .

ما نود أن نؤكد ، هو أنه الإنسان . يحتاج في
عملية القراءة أو الاستذكار ، إلى سطح لا يقل عن
٧٥ × ٥٥ سم ، بارتفاع ٧٥ سم من الأرض ،
ولتحقيق هذا الحل الأخير ، يمكن أن يقام سطح
متحرك ، داخل المكتبة ذاتها . وعلى نفس الارتفاع
من الأرض ، أو أن يقام مرتكزا إلى الحائط مباشرة ،
مع الأخذ في الاعتبار مقدار القرب أو البعد عن
النافذة . أو مصدر الضوء .

ويرتبط حديثنا عن المكتب ، بالحديث عن
الكرسي المستخدم معه ، والذي يكملة بالضرورة .
ويفضل لهذا الكرسي ، أن يكون ذا مسندين
للأذرع ، في هيئة « فوق » ، حتى لا يرهق من
يستخدمه لساعات طويلة أمام المكتب . أما تجديده ،
فيمكن أن يتم بالأكشة ، والأفضل من ذلك . أن
يتم بالجلد ، لكي يتميز عن بقية كراسي المنزل .
وإذا كان الظهر مرتفعا ، فيفضل أن يكون تقليديا
في خطوطه . وهناك العديد من أشكال الكراسي
المكتبية ، التي يمكن استخدامها داخل المنزل .
مثل الكراسي المنجدة بالپلاستيك . أو المحمولة

٧ - مكتب من خشب البلياندر ، المدمج بشرايط
وناب من الصلب إلى الجين تشاهد أجزاء الخواص
بالأحراج . وهو مصنوع أيضا من خشب البلياندر



الملكة فيكتوريا

فالقة من الاسفلان ، وكثيرا ما كانت تور خاصة .
الأمر الذي كان له أثره في صياغة طبيعتها في تلك
الجو الصارم العويص .

كانت أمها قد أهدتها من البلاط الملكي ، فلم
تكن فيكتوريا تجد حولها سوى مربياتها بأخلاقهن
القيية . والحقيقة أن دوق كنت ، كانت تكره
أخا زوجها ، الملك غليوم الرابع ، كرها شديدا .
وكثيرا ما كانت الفضايح تتكشف بين هذين
القريبين ، وكانت فيكتوريا الصغيرة تشاهد تلك
الثورات وهي ترتجف فرحا . كانت أمها في دنانلية
نفسها ، تكتفي سرعة وفاة الملك ، لكي تنولي الوصاية
على العرش . ولكن فيكتوريا سرعان ما بلغت سن
الرشد ، وهو الثامنة عشرة . والملك ما يزال حيا .
وفوق ذلك ، فقد منح ابنه أخيه دارا بعيدة عن
دار أمها ، وفي ٢٠ يونيو ١٨٣٧ . وبعد شهر واحد
من بلوغ ابنه أخيه السن ، توفي غليوم الرابع .
ولو أن هذه الوفاة حدثت قبل ذلك ببضعة أشهر ،
لأرت دوق كنت أحلامها بتحقيق ، بالخطوس
على العرش وصبة على ابنها . وفي ذلك اليوم ،
العشرين من يونيو ، وفي الساعة الخامسة صباحا ،
وصل رئيس أساقفة كنتيري مهرولا إلى قصر
كلمنتون ، وقد اقتضاه الأمر كثيرا من الصبر
والتحليل ، لكي يتجاوز الحصار الذي فرضه
الحكم على القصر ، ثم يقع الأم بإقفاط ابنها
فيكتوريا . وهكذا احتلت العرش تلك الملكة الجديدة التي
لم يكن أحد يتوقع منها إنجازا كبيرا .

وهكذا يتوافق اعتلاء فيكتوريا العرش ، وبلوغها
سن الرشد . ومع ذلك فقد كانت المسئولية الضخمة
التي وجدت نفسها تحاياها ، وهي في الثامنة عشرة
تبدو مثيرة للدهشة ، التي وجدت نفسها لأول
مرة وقد تحررت من سيطرة أمها ، وشعرت
بالاستقلال الفعلي . وكثيرا ما كانت فيكتوريا تكتب
في مذكراتها الخاصة فالقة : « الآن أستطيع أن
أصدر القرارات ، وحدي ، وكما أفهمها » . لقد
خلقت فيكتوريا لأول الملكة المطلقة . وسرعان ما
تمكنت الملكة الشابة من إثبات وجودها ، وتولت
مهامها . وكان من حسن الحظ ، أن وجدت فيكتوريا
نفسها ، منذ الساعات الأولى ، محاطة بمجموعة
خيرة من المستشارين . فالوزير مليون ، الذي أولته
قمتها على الفور ، أخذ يلجأها على فنون الدبلوماسية ،
وكانت فيكتوريا تصغي إليه بأناة وصبر ، وهي
محظنة ثقة بنفسها . وكثيرا ما أشارت إليه في مذكراتها .

قد يكون من الصعب علينا ، أن نتصور أن
الملكة فيكتوريا ، التي كانت تحكم إمبراطورية
شاسعة ، أنها أعظم دول العالم في القرن ١٩ ، كانت
يوما ما طفلة صغيرة « هشة » . لقد جبل الإنسان على
ألا يتذكر سوى السمات البارزة للأطفال الذين
يصوغون التاريخ ، فإذا ما ذكر اسم الملكة فيكتوريا ،
أصبح التفكير إلى سيدة مسنة ، مهية الطلعة ، قوية
الشخصية ، ممثلة حيوة . سرعان ما تتحول إلى
امرأة مرحة . إذا ما استحوذ عليها الغضب . هذا
كله صحيح ، ولكن هناك غير أيضا .

في يوم ٢٤ يوليو ١٨١٩ ولدت بقصر كلمنتون
أميرة صغيرة فائقة ، كان أبوها إدوارد دوق كنت .
ولم يكن من الشخصيات الالامعة . سواء بدكاته ،
أو بحسن سلوكه . فقد عرف عنه ارتكابه أفعالا
بالغة الوحشية في جبل طارق . عام ١٨٠٢ ، وهو
يحاول الإيجار على بعض الثوار ، للبرجة أنه
أضيق من قيادته . كان رجلا غاملا ، غارقا في
الديون حتى أذنيه . ولم يكن زواجه من فيكتوريا
دنى لايجين . وهي أرملة في الثلاثين من عمرها ،
سوى زواج مصلحة . وحول مهد الوليدة الجديدة ،
بدأ النزاع : كان والد الطفلة قد اختار لها اسم
إليزابيث ، ولكن خالفا عارض هذا الرأي في
إصرار . ولما كان أسبين الطفلة هو القصر ألكسندر
الأول نفسه . فقد استقر الرأي على تسميتها
ألكسندرينا . وبالرغم من ذلك . وفي أثناء حفل
التصديق . أصبح دوق كنت على أن يضاف إلى هذا
الاسم اسم آخر . هو اسم أمها فيكتوريا . أما المقربون
لأسرة الدوق . فكانوا يفضلون عليها في طفولتها « ماري » .
لم تكن الطفلة تبلغ التسير السادس من عمرها ،
حتى توفي والدها ، إثر نوبة برد فالقة . وهو يعد في
الوحيمة والحسين من عمره . ولما كان الدوق لم
يترك وراءه سوى الديون . وكانت الأم لا تحملك
سوى القدر اليسير من المال . فلن تكل ما ورثته
من كنوز . لم يكن يتجاوز الطفلة . كانت دوق
كنت . لا تكف عن الأمل في أن تربي ابنها ملكة ،
عن طريق الزرارة ، والملك فقد شرعت لتوها
في الاستعداد لهذا المستقبل المشهود ، فهيأت لابنها
تربية صارمة . وقد شبت فيكتوريا الصغيرة المسيكية ،
تحت تير أم ومربيات . كان غرور من أكثر من
ذكاكين . وهكذا نجد أن الفتاة الشابة ، وإن كانت قد
تلفت قشورا من اللاتينية والفلسفة ، إلا أنها لم تتعمق في
المعارف العامة . كانت في نفس الوقت تتميز بدرجة

وعندما وصلت حفلة تنويرها ، التي تمت يوم
٢٠ يونيو ١٨٣٨ . كتبت تقول : « كان اللورد
مليون العظيم . ينفذ إلى جاني طوال الحفل .
وأخيرا غلبه التأثر . وأخذ ينظر إلى بنظرات متناهية
في الرقة . نظرات أبوية خالصة . وكانت الحفلات
تصاعد قوية . وأصوات الطبول . والأبواق .
وظلقات المدافع ، تصي مهابة على الحفل . وعندما
ركع عزيزي اللورد مليون ليقبل يدي . ضغط
عليها . كما صغلت أنا الأخرى على يده بكل قلبي .
وعندئذ نظر إلى بعينين مغرورتين مالدروع ،
وقد بدا عليه التأثر الشديد . وظل كذلك طوال
الحفل . » وهذه الملاحظات التي دونتها فيكتوريا
في مذكراتها فم عن دلالة هوية على طبيعتها .
شابة ، سريعة التأثر . تبحث فيمن حولها عن
التعبيرات التي تنفر لها بالسلطة ، لكي تستلهم هو
الأخرى أن تمارس هذه السلطة . كانت فيكتوريا
تسيطر على الموقف . وعلى عواطفها الخاصة .
واستطاعت أن تدرس أخلاق مستشاريها دراسة سهلة .

نجحت فيكتوريا في التغلب على الأزمات السياسية
التي أطاحت بمليون من على المسرح السياسي في عام
١٨٣٩ وأعادته للحكم في نفس العام ، وتمكنت من
أن تقود بلادها . في طريقها لغزو العالم . وفي عهدها .
افتتح أول خطوط السكك الحديدية . و صدر أول
طابع بريد يحمل صورتها . ويعتبر يوم ١٨ مايو
١٨٤٠ يوما مشهودا . إذ تزوجت فيكتوريا ،
من لبرت دي ساكس كوبورج . الذي كانت
متلفة في حبه . وفي صبيحة يوم الزواج . أرسلت
الملكة إلى خطيبها هذه الرسالة الرقيقة : « حبيبي
القالي . كيف حالك اليوم ؟ هل تمت جيدا ؟ أما
أنا فقد استرحت جيدا . وأشعر بأني في خير حال
اليوم . يا له من جو . ومع ذلك فإني أعقد أن
المطر سوف يتوقف فيكتوريا . ملكة . الخلفة
لك جدا » .

وسرعان ما اكتسبت الأسرة المالكة رضاء جميع
أفراد المملكة . كانت فيكتوريا تبدو أكثر حيوية ،
وأكثر إشعاعا منها في أي وقت مضى . وكانت
نتيجة هذا الزواج تسعة أطفال ، أولاهم الأميرة
فيكتي التي ولدت في عام ١٨٤١ . وكما هو حال
الأمير فيليب اليوم . كان على الأمير ألبرت أن
يقف في المركز الثاني ، كلما تطلب الأمر من الملكة ،
أن تصدر قرارات سياسية . غير أنه كان يبذل جهده
في سبيل النزاع بعض السلطة لنفسه . ولكنه لم



النصفية التي تمثل ألبرت ، ترين كل أركان القصر . ولم يكن هناك ما يبدو ممكنا ليخفف من حزن فكتوريا . وكثيرا ما كانت تنفذ زمام أعصابها . فتتألم نوبات عنيفة ، تتلاحق معها الأوامر . وعندما تزوج ابنها . أمير الغال الذي صار الملك إدوارد السابع العظيم ، لم تظهر فكتوريا في الحفل ، إلا للفتة وجيزة . كما أخذت ترفض مقابلة شخصيات البلاط ، حتى أكثرهم قربا منها ، واكتفت بإزالة خادم اسكتلندي قديم لزوجها يدعى جون براون . وجعلت من هذا الوصف البسيط ، موضعا لثقافتها أمام نظرات استنكار جميع أفراد البلاط . وفي ذلك الوقت . واصلت إنجلترا ازدهارها . وفي عام ١٨٦٨ تولت وزارة جلاستون الحكم . وفي عام ١٨٧٥ اخترى إدوارد أسهم قناة السويس من الخديو إسماعيل . وأخذ المستكشفون الإنجليز ينجويون أرجاء القارتين الأفريقية والآسيوية : كما قصدت جماعات منهم لاستكشاف جبال الهالايا . وجماعات أخرى لاستكشاف المناطق القطبية : وفي عام ١٨٧٧ بلغت فكتوريا ذروة عهدها . عندما صارت لأميرة طورة على الهند .

وباستطاعت أن تسبب في تعداد الظواهر الجديدة والمثيرة التي عاصرت الإمبراطورية ابتداء من عام ١٨٧٧ . ولكن الواقع أن الذي يهم هو المرأة . فقد أثبتت فكتوريا بشجاعتها ، وصلابة رأيها لحد التطرف ، أنها الحاكم الوحيد للملكة . كانت تدبر كل صغيرة وكبيرة بنفسها . وحتى عندما ضعف نظرها ، لدرجة أن عجزت عن القراءة أو كادت ، كانت تطلب أن تعاد عليها قراءة التقارير والمعقود التي كانت توقعها . كانت تملئ مذكراتها على حفيداتها ، وكانت فظاظة أخلاقها في اجتماعات البلاط . تبعث على تفككه مؤرخي العصر . وعند بداية القرن ٢٠ ظهرت بوادر الاضطرابات في الصين . ثم أفريقيا الجنوبية . وهنا شعرت الملكة فكتوريا أن نهايتها تقترب . ولكنها ظلت تسك بطاقة مسعورة حتى النهاية . وهي تلفظ آخر أنفاسها يوم ٢٢ يناير ١٩٠١ . لقد أطلق اسم فكتوريا على أسلوب متحلق ، لم يكن في الواقع يمت إليها بصلة ، فقد كانت فكتوريا تحمل تحت مظهرها الصارم ، قلب تلك الفتاة العاطفية الجذابة التي كانت تبدأ خطاباتها بتلك العبارات التي تنفصح عن حماسها ، «إني مفتونة ، مسحورة ، مبتهجة ، مهتمة ..»

المتحدة ، كما اكتشف فاراداي طريقة الاستخدام العملي للكهرباء . وكانت بداية عصر الصناعة . إننا نالنا بالرخاء العظيم للتعجب . ومع ذلك فقد كان لهذا العصر ضحاياه . وكان وقوده من الرجال المستعبدين . أفراد الطبقات العالية . ولذلك فقد اقتضى الأمر . إصدار التشريعات الاجتماعية المناسبة لمواجهة خطر الثورات . وفي عام ١٨٦٠ بدأ نجم الملكة في الأفول . فقد توفيت أمها ، وكانت تصالحت معها بعد اعتلائها العرش بقليل . وبعد وفاتها . وفي نفس العام . أصيب الأمير ألبرت بالنيفود . وقد عجزت الملكة عن تحمل هذه النكبات المفادحة . فأخذت حيونها تنضام .. ونراها وقد كتبت في مذكراتها بوضوح يكاد يكون مأسويا : « لقد انتهت حياتي العبدية ! لأن العالم بالنسبة لي قد اختفى . » وكانت وفاة ألبرت قد هزتها هزة عنيفة ، حتى لقد خيف عليها من اعتلال قواها العقلية . لقد تركت حجرة الأمير زوج الملكة . كما هي ، وملابسه موضوعة فوق أحد المقاعد . وفي كل مساء كان خدم القصر يحضرون له حاجة الجلالة ، إيريقا من المساء الساخن لاستكان زيارتها . كانت الألواح . والتماثيل

يقف في معاه على المستوى اليامي . ولذلك فقد قنع بالأنشطة الأكثر هدوءا . وأخذ يجمع . وقام بصنفة خاصة بتنظيم معرض ١٨٥١ . تمجيذا لعصر الصناعة وعظمة الإمبراطورية .

كان هذا الإنجاز الأخير الذي قام به الأمير ألبرت . باعنا على إعجاب الملكة ، وقد عبرت عن ذلك في مذكراتها قائلة : « .. كان يوم أول مايو أعظم أيام تاريخنا . وأجملها وأكثرها روعة . كان مشهدا لم يسبق لأحد أن شاهده . وكان ذلك نصرا لمحبب ألبرت . كان العمل رائعا جديرا بالأمم . وكان الكثيرون يكون تأثيرا . تخرج في نفوسهم عواطف الإخلاص العميق . كان ذلك اليوم أسعد أيام حياتي وأعظمها ، ولا أستطيع أن أفكر في شيء آخر عداه . لقد خلده اسم ألبرت المحبوب . بسبب هذا الإنجاز الذي يرجع الفضل فيه إليه وحده . وقد أظهرت بلادي العزيزة أنها جديرة به . » كان ذلك العصر بالنسبة للملكة الشابة . عصر أمجاد أبدية . كانت الإمبراطورية توطد أركانها ، في استراليا ، وكندا . وبعد ذلك في الهند . وفيه كتب داروين مؤلفه عن أصل الأجناس . وافتتح أول كابل تليفوني يصل إنجلترا بالولايات



فلتريه صقلية

وجميعها من رسومات الفلتريه ، اتي الشهرة بها جزيرة صقلية .

وهناك طريقتان لتطريز فلتريه صقلية ، وهما : تحديد الرسم الموجود بداخل الفلتريه بغرزة الرفي ، أما الطريقة الثانية ، فهي تحديد هذه الرسومات بغرزة الكوردون .

وفي وحدات الفلتريه الثلاث التي تقدمها لك ، نستخدم الطريقة الثانية في تطريز الفلتريه ، ألا وهي تحديد معالم الرسم الداخلى بغرزة الكوردون .

— اختاري أحد هذه الرسومات لتطريز البشكير . ثم انقل الرسم على ورقة مربعات ، بحدة الحدود الداخلية والخارجية لوحدة الفلتريه .

وبعد ذلك ابدي الشغل ، بعمل سراجة تحدد بصورة دقيقة ، المحيط الداخلى والخارجى لوحدة الرسم . أعني وحدة التطريز . وقبل عمل السراجات ، بنخى تحديد عدد الخيوط التي ينبغي تسليها ، وذلك التي يتحتم تركها لكل مربع (وبصورة عامة ، يصل دائما عدد الخيوط إلى أربع فتلات) .

— قولى بعد ذلك بتحديد وحدة التطريز من الداخل والخارج ، والمرسومة بغرزة السراجة ، بغرزة الكوردون .

« تسلي » خيوط العمق طولاً وعرضاً ، ثم اقطعى القتل « المنسلة » بمقص مدبب الأطراف ، وثبني مجموعات الخيوط المتبقية بغرزة الكوردون .

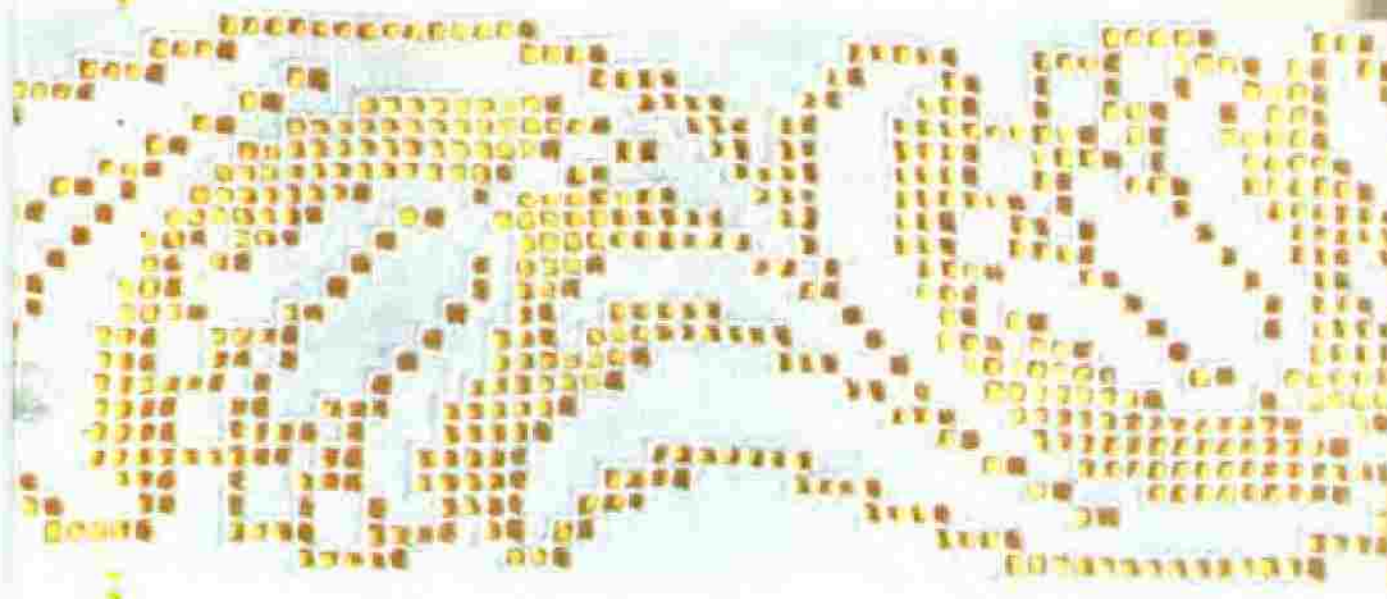
وتستخدم في هذا النوع من التطريز « الفلتريه » خيوط قطن التطريز الشلل رقم ٣٠ .

لا يمكن أن يدور حديث عن الفلتريه ، وتبادر على الفور ، إلى الأذهان ، جزيرة صقلية ، منشأ أصل هذا النوع من التطريز .

وقد انتشر الفلتريه بكل مكان . وعرفت جميع أنواعه . غير أن المرأة بجزيرة صقلية . على وجه الخصوص ، اشتهرت بدقها . ومهارتها . وانتقالها لهذا النوع من التطريز « الفلتريه » ، الذي يشبه شبكة الصياد ، والذي يقدر على قتل من الثيل الحقيقي . ويستخدم الفلتريه في تطريز البياضات . والمفارش . والنوط بجميع أنواعها وأحجامها .

وتماذج الفلتريه التي نراها على هذه الصفحات ، جميلة جداً من ناحية إتقانها . ويزيد الفلتريه من فخامة القوط الأنيقة المصنوعة من الكتان . ويستخدم هذا النوع من التطريز ، في تحصيل وتزيين المفروشات البيضاء ، فيجعلها رائعة تسترعى إعجاب من يراها . ولتنفيذ القوط الكبيرة (الشاكير) التي تقدمها لك . اشترى . لكل قوطة واحدة ، قطعة من قماش الكتان مقاس ١٢٠ سم ٧٠ سم .

« اكفى » الطرفين القصيرين بقطعة القماش ، بغرزة الآجور المزدوج . أما الطرفان الطويلان فلا يحتاجان لذلك . نظرا لوجود الهرسل الذي يغني عن الثنية . وعلى مئول أحد الأجناب القصيرة للنقطة ، ننذى الوحدة التي تروق لك من الوحدات الثلاث ،





كعكة الكد

المقادير

٣٠٠ جرام لوز - ٣٠٠ جرام سكر
سترفيش - ثمان بيضات - قرفة - زبدة -
سكر بودرة .

الطريقة

- رشى قالباً صغيراً بطبقة جوالي ١٨
ملتبغراً ، بالسكر البودرة والقرفة الناعمة .
- قترى اللوز ، وحمصه فى الفرن ، ثم
الغريه ناعماً .
- أذبي السكر السترفيش فى ملعقةين
كبيرتين من الماء ، وذلك فى إناء نظيفه على
نار معتدلة ، ثم صبي فيه اللوز ، وظلى
الخليط بقوة ، وارفعى الإناء على الفور
من على النار .
- استمرى فى عملية تقليب الخليط بقوة .



- اتركى الخليط عدة دقائق ليبرد ، ثم
اقلبها فوق طبق تقديم يضافى الشكل .
- جمل جوانبه ووسطه باللوز المحمص ،
وقدى الخليط عندما يبرد تماماً .

تورقة جوز الهند المحشوة

المقادير

المكونات

٢٥٠ جرام دقيق - ١٥٠ جرام سكر -
٥٠ جرام لوز - ست بيضات - قطعة زبد
بحجم عين الحمل ،
١٧٠° مئوية تقريباً ، لمدة ٢ ساعة .

القالب فوق طبق . ويبدك شكله هذه
الخلوى ، على شكل كمكة مرغة
من الوسط .

- رشها بالسكر البودرة .

- ويمكن أن تحبز هذه الخلوى فوق هذه
الحالة ، متحصلين على الكعكة الموجودة
بالصورة السفلى . وذلك بأن تصبى الخليط
فى قالب الماظبة مدهون بالزبد ، ومرشوش
بالسكر السترفيش .

- اعيزى الخليط فى فرن درجة حرارته
١٧٠° مئوية تقريباً ، لمدة ٢ ساعة .

وأضيق إليه صفار البيض المخفوق ، الواحد
بعد الآخر ، مع التحليب المستمر بقوة
أيضاً .

- ارفعى الإناء مرة أخرى على النار ،
واستمرى فى تقليب الكريمة ، حتى تبدأ
فى التكتف ، ويغلظ قوامها ، وبعد ذلك
ارفعها من على النار مرة أخرى .

- صبى هذا الخليط فى القالب ، الذى سبق
رشه بالسكر البودرة والقرفة الناعمة ، وضعى
القالب فى التلاجة ليبرد .

- وعند تقديم حلوى اللوز هذه ، اقلبى

١٥٠ جرام سكر بودرة - صغار بيضة -
نمونة - ١٠٠ جرام جوز هند مبشور

طريقة إعداد التورتة :

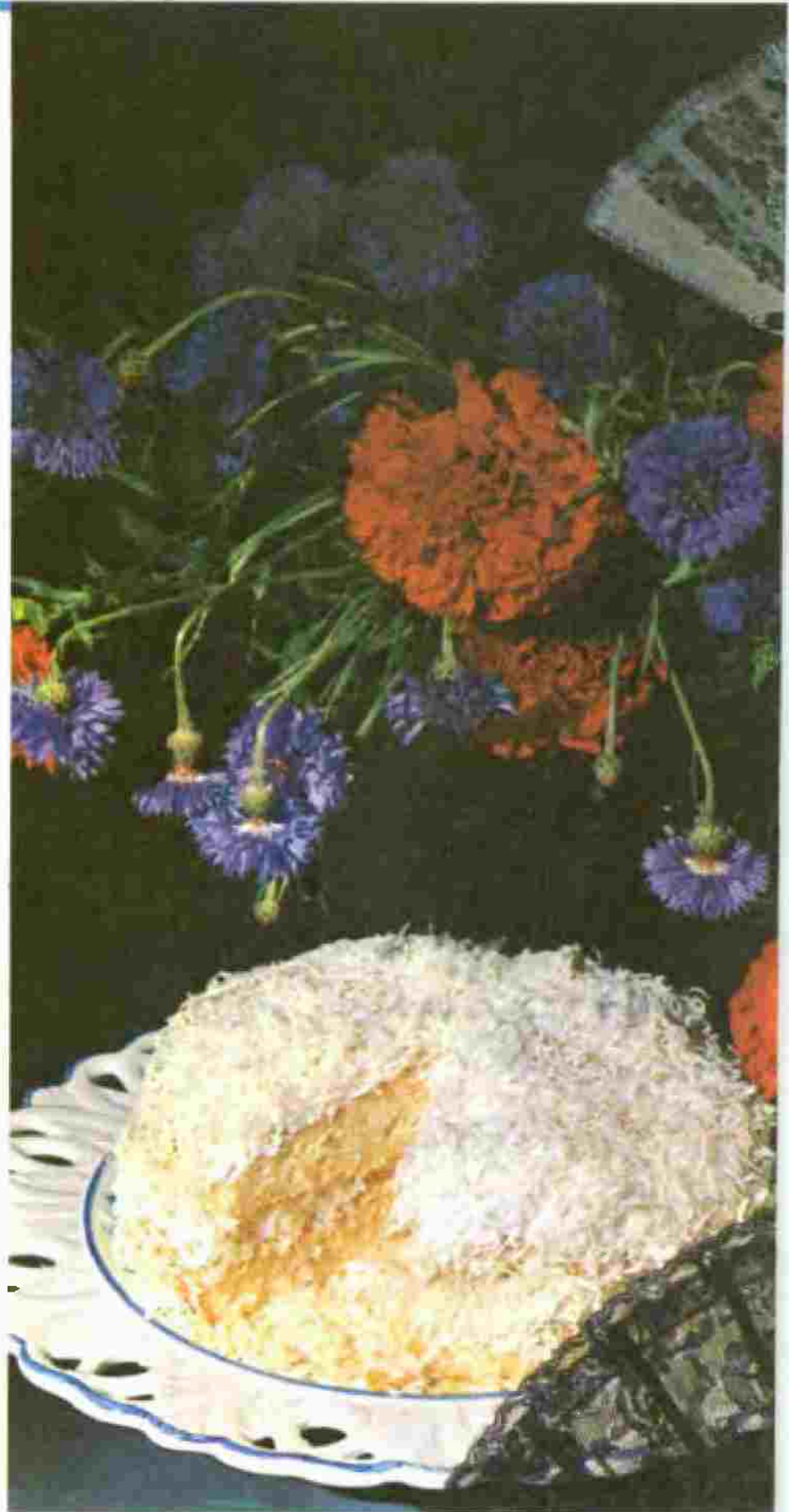
- ادهني صينية مقاس ٢٠ أو ٢٣ بالزبد .
- ثم رشها بالدقيق .
- قشري اللوز ، وحمصه ودهنيه في الهاون ، حتى يتحول إلى دقيق .
- اضربي البيض مع السكر .
- أضفي الدقيق ، بإزالة عبر منخل حرير .
- ثم أضفي دقيق اللوز ، وقلبي الخليط جيدا .
- صبي الخليط في قالب التورتة ، أو الصينية التي سبق دهنها بالزبد ورشها بالدقيق . واحبريها في فرن درجة حرارته ١٨٠* مئوية لمدة نصف ساعة تقريبا .
- اقلي التورتة فوق منخل سلك ، واتركها حتى تبرد تماما : ثم قطعيها إلى نصفين أفقيين ، وبذلك تكونين قد حصلت على دائرتين متساويتين .

طريقة إعداد الحشو :

- ضعي السكر مع ١ لتر ماء في كسرونة ، وارفعيها على النار .
- عندما يبدأ الشراب في التكثف ، وببدا قوامه يغلظ ، ارفعيه من على النار ، وأضفي إليه على الفور : جوز الهند المبشور ، وقلبي جيدا .
- رشي دائرتي التورتة بعصير فاكهة من أى نوع ، حسب رغبتك .
- غطي سطح إحدى الدائرتين بالحشو (جوز الهند) وغطيه بالدائرة الثانية ، وبذلك تحصلين على فطيرة مشوة من الوسط .

طريقة تجميل سطح التورتة :

- ضعي بياض البيضة في سلطانية صغيرة ، واضربيها جيدا ، ثم أضفي إليه السكر البودرة الذي سبق تخله بمنخل سلك ضيق ، ثم أضفي إلى ذلك : بضع فطرات من عصير الليمون ، وصبي هذا الخليط فوق سطح التورتة .
- جملي السطح أيضا بجوز الهند وفدى التورتة ، وهي باردة تماما .



يعتبر الكحول ، ومع الطباق ، من المنتجات المنبهة والمثيرة للهواس ، والتي تستهلك على نطاق واسع ، نتيجة انتشارها بين كافة الطبقات .

ويخضع توزيع الكحول لأحكام خاصة من القانون ، وذلك في حد ذاته ، كافٍ للدلالة ، ليس على خطورته من وجهة النظر الاجتماعية فحسب ، وإنما يدل أيضاً على مدى ما يحتويه من سوء ، يتعرض لها الجهاز البشري ، بصورة غير مباشرة .

وفي دول مثل السويد ، والدانمارك ، والولايات المتحدة ، وهي الدول التي كانت فيها الخمور ، ولا زالت حتى الآن ، مما ينظر إليه على أنه كارثة اجتماعية ، لما له من تأثير ضار ، وخاصة على الشباب ، فإن بيع الكحول ، يقع تحت الإشراف الصارم الدقيق ، بل إن بيعة في بعض الأحوال ، يكون مقصوداً على بضعة أيام من كل أسبوع .

وكما هي الحال بالنسبة للطباق ، فقد لوحظ في بعض الدول ، أن استهلاك المواد الكحولية قد زاد ، والواقع أن ارتفاع مستوى المعيشة في عصرنا الحاضر ، وتوافر الوقت المتاح من الفراغ ، والظروف الاجتماعية الجديدة للمرأة ، والنظرة المختلفة لمفهوم العلاقات الاجتماعية والإبقاء عليها ، وتعدد أسباب التوتر العاطفي ، وضعف الاتزان السيكولوجي لدى الفرد ، كل ذلك قد أدى إلى ارتفاع ملحوظ ، في استهلاك المشروبات الكحولية ، حتى في غير الأوقات والمناسبات العادية ، التي يجوز فيها تناولها في بعض البلاد ، وخلال الطعام على سبيل المثال .

أشوار النفسية :

إن الكحول ، من وجهة النظر الغذائية ، يعتبر واحداً من المواد التي يسارع الجهاز البشري إلى استخدامها في وظائفه ، لما لها من قدرة حرارية سريعة ، بالمقارنة بأي نوع آخر من الأغذية . ذلك أن أية كمية قليلة منه ، تحدث آثاراً مختلفة في الإنسان ، فقد تزيد لدى بعض الأشخاص القدرة على العمل (وهذه تكون عادة زيادة مؤقتة فحسب) ، على حين أنها تقلل من هذه القدرة لدى آخرين . وهي على العموم تعمل بمثابة عامل مثير للمرح ، ولكنها في بعض الأحيان ، تعمل كغيبات عن الوعي . فبينما توحى للمرء بالشعور برضاء نفسي ، إذا بها ، على العكس من ذلك ، تجعله رد الفعل لديه مشوباً بالاضطراب .

ومن الناحية السيكولوجية ، فإن الكحول ، يجعل من يتعاطاه يتغلب على المشاعر التي يتعين عليه كبتها اجتماعياً أو أخلاقياً ، ويزوده بالحساس بزيادة من الأمن ، والثقة بالنفس ، وقدرتها على إثبات أي شيء . وروحه بأن في استطاعته بسهولة ، تجاوز جميع الصعاب والحواجز ، في علاقاته الاجتماعية .

أما من الناحية الطبية ، فإن المشروبات الكحولية ، تستخدم

للإفادة فقط من طاقتها الحرارية ، وبصفة خاصة ، من أثرها المظهر في الظروف الطارئة ، وفي حالات الاضطرابات في الأعوية ، كالهبوط ، والإغماء ، والتوتر الانفعالي ، وكذلك حالات الإرهاق . وفيما هذا الاضطرابات التي تنشأ عن التسمم بالكحول ، فإن الإدمان على تناول المشروبات الكحولية ، ينطوي على خطورة بالغة على الجهاز البشري . سواء لأن تناول كميات متزايدة منها ، يعود إليه السبب في حالات مرضية خاصة ، أو لأنه حتى المقادير التي قد تعتبر من حيث الشكل ، مما يدخل في نطاق الاستخدام الطبي ، قد تنطوي على أضرار معينة ، وبالغة الخطورة ، بالنسبة لبعض الإصابات ، التي تتطلب علاجاً لا يتفق مع الكحول .

إلا أن الخطر الأكبر ، هو ما يتمثل في التسمم الكحولي الحاد والمزمن . مع الإصابة بكافة الأمراض المنزلية عليه باطنياً ونفسياً . ولكي نعطي فكرة عن ذلك ، نشير إلى ما جاء في تحقيق صحي أجرى في فرنسا ، وهي الدولة التي يعتبر استهلاك الكحول فيها بالغ الارتفاع . فمن بين ٥٣٠٠٠ من العمال الذين تراوح أعمارهم بين الثالثة والعشرين والخامسة والخمسين ، كشف هذا التحقيق عن أن ١٢ في المائة منهم مصابون بالتسمم الكحولي ، مع ما يترتب ذلك من أضرار اجتماعية وأخلاقية ، وأضرار تنال الأمرة ، وتهدد بالقدرة على العمل .

ويؤدي التسمم الكحولي ، إلى اضطرابات في النظام الغذائي ، وفي عمليات الهضم والامتصاص ، وذلك لما ينطوي عليه من تأثير على الجهاز العصبي ، من شأنه إضعاف القدرة الدفاعية لدى الجهاز البشري ، وبصفة خاصة ، إزاء الإصابة بالعدوى .

وعلى العموم ، يمكن إدراج أضرار الكحول ، في قوائم الأمراض النفسية ، وكذلك في قوائم الأمراض الباطنة .

الأمراض النفسية :

تتضمن الأمراض الكحولية : الاضطرابات العقلية ، التي تنشأ من حالات التسمم المزمن ، والتي يمكن تقسيمها كما يأتي :

التسمم الكحولي المزمن :

يتميز التسمم الكحولي المزمن ، بهبوط مستمر في النشاط النفسي ، مع ضعف في القدرة على الانتباه ، وضعف في الذاكرة . والقدرة على التقدير ، وضعف في القوى النحوية ، والشعور بالحيال ، وترتب على هذا النوع من التسمم ، تغير يطرأ على الناحية الأخلاقية ، مع تفاقم حالة حب النفس (الأنانية) ، وإهمال الواجبات العائلية ، كذلك الاجتماعية ، وزوال الشعور بالذنب ، واحترام مشاعر الآخرين .

ويلاحظ فيمن يصاب به ، وجود وعشة تداوده بين الحين والحين ، وثقل في يده وفي لسانه ، وصعوبة في التنسيق بين حر كانه الإرادية .

الكحول

وقفاً على
الطبيعة

الهذيان الرعاش :

وهو ما قد ينشأ ، بصورة حادة ، في شكل مرضي ، مصحوب بهبوط وإرهاق . ويظهر على هيئة اضطراب ، عقلي كعدم القدرة على الشعور بعامل الزمن ، أو إحساس بالمكان ، أو بحسب تقني الوعي والادراك ، وحالات هذيان ، مصحوبة بنوع من التهديد ، وهلوسة ناجمة عن رؤية حيوانات وهمية .

ويكون مزاج المصاب في الحضيض . وقد يشعر بعذاب أو ألم . وإلى جانب ذلك ، يعاني الجسد متاعب متعددة : منها عدم القدرة على تحريك اللسان ، ورعدة حادة .

الهلوسة الكحولية :

وهي تشبه الحالة السابقة ، ولو أنها تختلف بظهور الكثير من الهذيان . الذي تصحب به هلوسات ، ولكن مع انطلاق في الإدراك ، وصفاء الذهن . وهي لا تنشأ لعامل داخلي ، وإنما نتيجة للتأثير المباشر للكحول على الأشخاص ، الذين لديهم استعداد لذلك .

هذيان الفيرة :

هو أحد أشكال الهذيان ، الذي تكرر الإصابة به ، وينشأ في شيء من البطء ، فإذا ما غدته « الهلوسة » ، تخافم لدى أي شعور بالاشمئزاز .

وتظهر أيضا أعراض خطيرة . فيما يتعلق بالذاكرة ، لا يمكن للمصاب أن يذكر معها أي عمل أقدم عليه . فهو لا يدرك أي شيء عن الزمن ، ويعيش في الماضي السحيق ، وتغلب على أحاديثه الخيالات التي يجدها .

المرض الباطني :

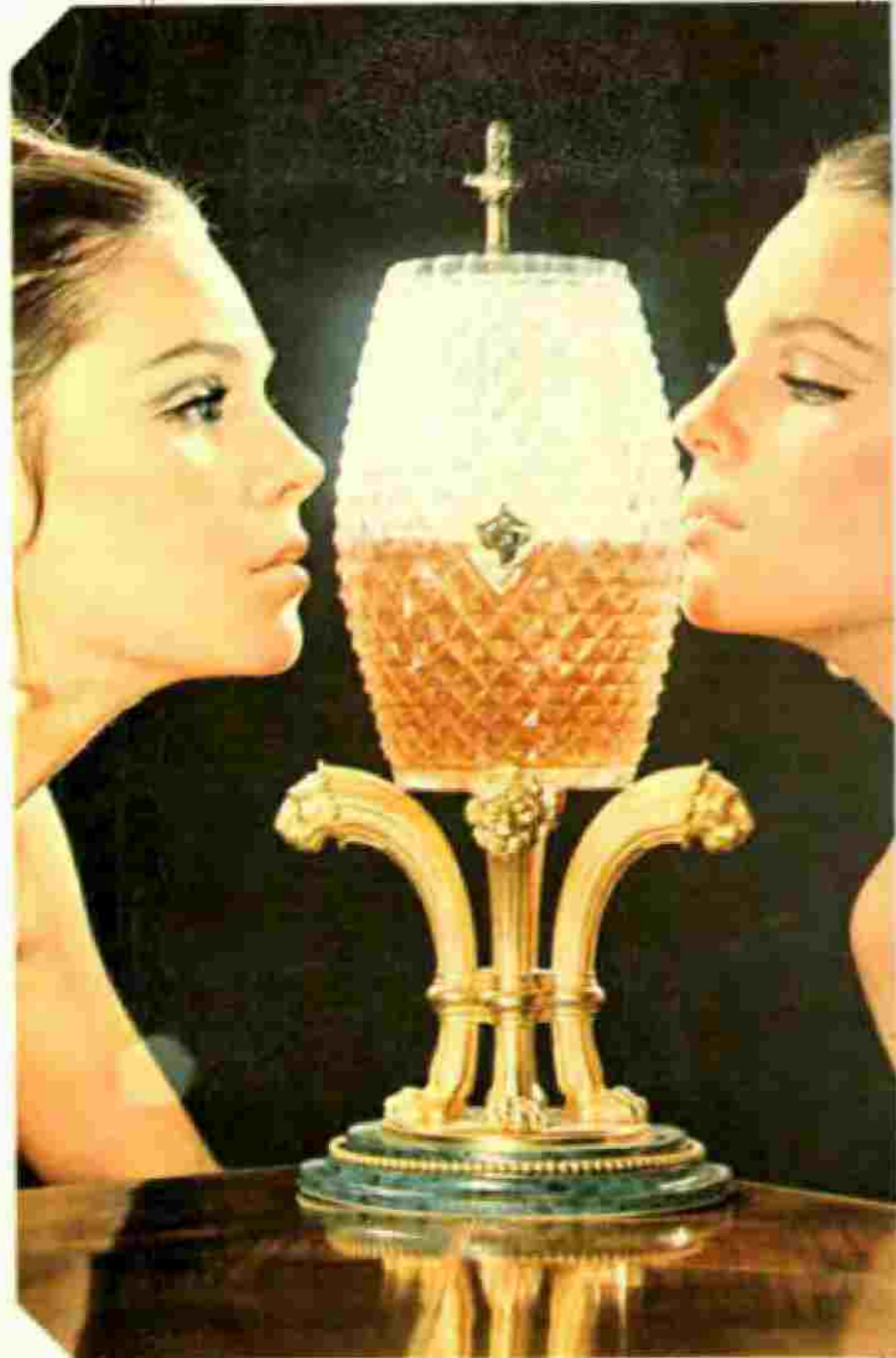
تظهر آثار الكحول بصفة خاصة في الجهاز الهضمي ، وفي أوعية القلب ، وفي الجهاز العصبي .

وتبدأ ، متاعب الجهاز الهضمي بالقيء الذي يعاني منه المريض كل صباح ، مع شعور بحرقان في المعدة ، وصعوبة وبطء في الهضم . وتظهر جميع أعراض الالتهاب المعدي المزمن ، التي تأخذ في الضيق ، إلى أن تصل إلى الإصابة بالقرحة .

وتكرر كذلك الاضطرابات في الأمعاء ، إلى جانب مرض الكبد . الذي يعاني من الكحول ، أشد ما تكون المعاناة .

وثاني الأعراض هي ما يصيب القلب ، وهي أعراض لا يمكن علاجها طبييا .

لكل هذه الأسباب ، فقد حرمت الأديان السماوية ، تناول الخمر ، باعتبارها أم الكيثر . لما لها من آثار خطيرة على صحة من يتناولها ، فهي تنال من اعتباره ، وتفق من كرامته ، وتذهب بصحته وماله .



البرتقال والنارنج



يعتبر كل من النارنج « اللارنج » والبرتقال ، من فصيلة الموالح ، ويستغلان في أغراض صناعية متعددة ، مثل إنتاج الخلاصة العطرية (الإيسانس) والعصير . ويستغل إنتاجهما في صناعة العطور ، ومستحضرات التجميل ، والأدوية ، وأيضاً في صناعة المرطبات ، وبعض المشروبات الروحية .

النارنج :

تجمع الزهور والأوراق في فصل الربيع : في حين تقطف الثمار في نهاية فصل الخريف ، وتغسل يابوا ، أو آيا ، ثم تقطع إلى شرائح .

ومنحلب زهور النارنج (٢٠ جم لكل لتر ماء ، أو ملعقة لكل فنجان شاي محلو ماء) له رائحة ذكية . وقد اتضح أخيراً ، أنه يساعد على النوم ، وهو من أمدأ ، والطف ، وأنجح المستحضرات الباعنة على النوم . والتي عرفت حتى الآن ، وهو يصلح : بصفة خاصة ، لتناول بعد العشاء لهذا الغرض .

كما أن عصير النارنج ، يصلح في تحضير مستحضرات التجميل ، وذلك لصناعة معجون قابض ومفيد في علاج البشرة الدهنية . كذلك فإن الناتج من تحطير زهور النارنج بالماء ، يستعمل كثيراً في تحضير مقويات ، وأقنعة مهدئة ، كما أن له تأثيراً واضحاً ضد التهابات العين .

وروح الزهر مرغوب فيه كثيراً لرائحته الذكية ، ويشار إليه باسم لسانس النبرولي Neroli . أما روح الأوراق ، وهو أقل قيمة من الأول ، فإنه يطلق عليه اسم إيسانس بتي جران Petite-Graine وروح قشر اللارنج معروف باسم Bigaradia Zeste ، وتدخل الأنواع الثلاثة في صناعة ماء الكولونيا والعطور .

البرتقال :

لا تستغل منه ، على نقيض النارنج ، الزهور ، أو الأوراق ، وإنما الثمرة فقط ، سواء لاستخراج روح البرتقال ، أو للعصير الذي يستعمل في عدة أوجه ، حتى في مستحضرات التجميل .

وعصير البرتقال غني بفيتامين « ج » ، وكذلك بفيتامين « ا » ، ومجموعة فيتامين

« ب » . أما بالنسبة للطعام ، فإذا ما تم تناول عصير البرتقال بصفة منتظمة ، فإنه يقاوم السوم ، والميكروبات ، ويساعد على عملية التمثيل الغذائي . كما أن له تأثيراً لا بأس به في إدرار البول . ولا يخفى علينا جميعاً ، ما لتناول البرتقال من تأثير حميد على البشرة .

فإذا استعمل عصير البرتقال استعمالاً ظاهرياً ، فإن تأثيره على البشرة كقابض للجلاب ، وكملاج ، له فوائد عظيمة لاسيما بالنسبة للبشرة الدهنية . ومع ذلك ، فإن عصير البرتقال ، بالنسبة للبشرة الجافة أيضاً ، لا يخلو من فائدة ، نظراً لما يحويه من نسبة عالية من الفيتامينات .

ويمكن تحضير قناع من البرتقال ، باستعمال السكر ، مع عجينة من مسحوق بيرة الكان ، أو النشا ، أو البطاطس المسلوقة ، أو الضاح . ويوضع القناع على الوجه لمدة عشرين دقيقة ، فتكون له أفضل النتائج بالنسبة للبشرة ، لأنه يغنيها ، ويقويها ، ويرطبها في آن واحد .

وتصلح شرائح البرتقال لاستخراج مادة معينة ، تدخل في المركبات المختلفة في علاج اضطرابات البشرة ، ومستحضرات التجميل المديدة .

وأخيراً :

فإن من شك ، في أن البرتقال والنارنج ، سواء كان أي منهما في صورة عصير ، أو خلاصة عطرية ، أو منحلب . إلخ . له تأثير محقق ، في علاج البشرة ، والحفاظة عليها .

سعر الوحدة

ج ٤٠٠..... ١٥٠٠	ليبيا ٢٥٠..... ٢٥٠	السودان ١٥٠..... ١٥٠
ليبيا ٢٥٠..... ٢٥٠	قطر ٢٥٠..... ٢٥٠	ليبيا ٢٥٠..... ٢٥٠
سوريا ١٥٠..... ٢٥٠	درب ٢٥٠..... ٢٥٠	متونس ٢٥٠..... ٢٥٠
الأردن ١٥٠..... ٢٥٠	ابوظبي ٢٥٠..... ٢٥٠	الجزائر ٢٥٠..... ٢٥٠
المغرب ١٥٠..... ٢٥٠	المعمدية ٢٥٠..... ٢٥٠	تونس ٢٥٠..... ٢٥٠
البحرين ٢٥٠..... ٢٥٠	عمان ٢٥٠..... ٢٥٠	دعهم ٢٥٠..... ٢٥٠

Copyright pour le Maroc
France Patrice, Milano
1974 Copyright pour l'édition orale
EDITION SA - GENEVE
الشركة الفرنسية للنشر والتوزيع

كيف تحصل على نسخة

- اطلب نسخة من إدارة المصنف والاكتفاء بالكتاب في كل من الدول الممثلة
- إذا لم تتمكن من الحصول على عدد من المصنفات ، فاطلب نسخة
- في جميع الحالات ، إدارة التوزيع ، هي مؤسسة الأهم : شارع الجلاء - القاهرة
- في المملكة العربية : الشركة المصرية للنشر والتوزيع - بيروت - س ب ١٥٥٧١٥