

# عالم المرأة

العدد الثامن والأربعون

السنة الأولى



# موسوعة عالم المرأة

## في هذا العدد

- سرعة البديهة في الحديث
- من رى الأمر إلى موضة اليوم «جاء»
- من قصصنا المبهرة
- اللعب الخاصة بالأطفال
- اشغال والأناقة
- التبرقعات بالحب والحب
- نخب الأناقة
- هل يمكن إعطاء أطفالنا
- كل ما هم بحاجة إليه
- ماذا يقول لنا تحليل الدم «جاء»

## في المجتمع

## سرعة البديهة في الحديث

عامه للحديث ، إذا أحست أن الجو يسوده التوتر ، كأن تتحدث عن حالة الجو ، أو عن آخر المبادرات الرياضية التي أقيمت ، أو أن تقص بعض الأحداث الطريفة التي حدثت لك خلال آخر رحلة قمت بها مع الأسرة . كما يمكن أن يلور الحديث حول آخر الأنباء التي ظهرت في الصحف ، أو عن بعض الأخبار في محيط الأصدقاء ، كالأخبار الزواج ، أو قدوم مولود جديد ، أو موت شخص معروف ، أو غير ذلك ، ولكن مع مراعاة عدم الدخول في التفاصيل . ويمكن أيضاً الحديث عن آخر كتاب طالعتيه ، أو أن تناقش برامج الإذاعة ، أو التلفزيون ، أو أن نستمع إلى الآراء التي يندى فيها ، أو أن تشير إلى مشكلة المواصلات ، أو أن تبدى رأيك عن آخر الأفلام التي شاهدتها . . . إلخ .

وهناك موضوع آخر يمكن التحدث فيه ، ويعد هاماً بالنسبة للجميع ، وهو موضوع الأطفال ، ومشاكل تربيتهم ، أو تعليمهم ، أو مستقبلهم . كل هذه جوانب هامة ، يحلو للجميع الحديث فيها ، وخاصة بين النساء . كما أن هناك موضوعاً آخر يهم جميع السيدات التحدث فيه ، وهو موضوع الشغالات ، وماتعانيه السيدات بسبب القلة الملحوظة في أعدادهن .

وأخيراً ، فإن ربة البيت الذكية النماحة ، يمكن أن تكون لديها باستمرار ، ذخيرة مليئة من الموضوعات والأحداث ، التي تستطيع بها ملء وقت الفراغ ، أو اللحظات التي توجد فيها بين صديقاتها ، ولا تجد واحدة منهن موضوعاً للحديث ، أو عندما تود التهرب من التحدث في موضوع معين . فهنا يجب عليها أن تكون في منتهى اللباقة والحدس ، بحيث تنقل الجميع إلى ناحية أخرى من الحديث ، دون أن يشعروا بذلك . إنها لو فعلت ، لعدت بطبيعة الحال مضيفة كريمة ، ومتحدثة لبق ، وصديقة مخلصة .

كل ذلك يمكن تلخيصه في عبارة واحدة ، نصف بها شخصاً ما ، وهو أنه سريع البديهة . فالشخص السريع البديهة ، هو شخص ذكي ، يمكنه تغيير الأفكار ، أو إبداء الملاحظات الهامة ، أو يمكنه كذلك تحرير معنى الكلام ، بحيث يفهم بالطريقة التي أرادها . وسرعة البديهة هذه ، تكون بمثابة سند له في جميع الأوقات .

وفي المجتمعات ، عند ما يوجد هذا الشخص بين العديد من الأشخاص ، يتعين عليه أن يكون سريع البديهة ، حاضر ذهن ، بطلاً ، ومتنبهاً لجميع الملاحظات التي تبدى . ويمكنه الرد عليها بطريقة سليمة .

أما بالنسبة للمرأة ، فإن سرعة البديهة ، تعتبر ضمن المميزات التي يمكن أن تتصف بها بين صديقاتها وجيرانها . فتكسب بذلك إعجاب الجميع واحترامهم ، وفي الوقت نفسه ، لا تزعج نفسها في أي موقف حرج ، قد يسبب لها ، أو لغيرها ، نوعاً من الضيق .

وسرعة البديهة ، يكون سبيلها طرق موضوعات

قد يحدث أن يمر هاتف خفي في مساء الغرفة ، ليقول لك خلعة ، إنه لا داعي لأن تتحدثي في الموضوع الذي كنت تتوين البدء فيه ، أو أنه لا داعي للإجابة بالطريقة التي كانت على طرف لسانك ، وكنت ستفهمين بها في نفس اللحظة . ويحدث نفس الشيء ، عندما يوافيك هذا الهاتف بسرعة ، بإجابة سريعة لسؤال كنت لا تتوقعينه ، أو كان سيوقعك في مأزق ما . وعادة ما يكون مرور هذا الهاتف ، الذي هو بمثابة النجدة أو الإسعاف لك ، في حالة وجود مجموعة من الضيوف ، أو الأقارب ، ويكون الحديث متبادلاً بين الجميع .

إن هذا الهاتف الذي يمكن تسميته « بالنجدة » ، إنما هو نجدة في جميع الأحوال . سواء في حالة السكوت ، أو في حالة الكلام ، أو في الأوقات التي يكون فيها الموقف متأزماً ، أو غير ذلك . فعند الرغبة في تغيير دفة الحديث ، أو التهرب من إجابة معينة ، لابد أن يكون هناك خاطر حاضر وسريع ، يؤدي الغرض المطلوب .



# من زى الأمس إلى موضحة اليوم

الجزء الأول



٣) القرن الخامس عشر : زى إيطالى من  
الصوف الأحمر ، مزخرف بالقطيفة السوداء ،  
وتكلمة العمامة من نفس اللون والفتاش



١) العصر اليونانى : زى  
يونانى تقليدى من الصوف الأبيض



٢) العصر الرومانى : زى معقد ، مكون من سترة  
مضمومة تحت الصدر ، وجلباب طويل ، وعمامة .  
والكل من الصوف الأبيض

ونحن نحاول هنا أن نقدم بعض هذه الأزياء ،  
حسب ترتيب ظهورها ، فلسوف ترى كيف أن موضة  
الأمس التي كانت ترتديها جداتنا ، قد عادت  
إلى الظهور من جديد .  
إن الموضة هي الإلهة الوحيدة التي تتبعها المرأة ،  
كلما تغيرت من فترة إلى فترة ، ومن فصل إلى فصل .

ثم كان هناك الطابع الإمبراطوري ، الذي أدرجت  
تحت جميع خطوط الأزياء الخاصة بالعصر النابوليوني .  
هذا الطابع الذي عاد إلى الظهور في أيامنا هذه ،  
كالشارلستون الذي كان سائداً سنة ١٩٢٥ ، والذي عاد  
إلى الظهور سنة ١٩٦٦ ، وكذلك الـ(نيولوك) الذي انتشر  
في سنة ١٩٤٨ ، والذي عاد إلى الظهور في سنة ١٩٦٩ .

إن الدراية المتعددة الأشكال ، الذي كان سائداً  
أيام الدولة الإغريقية القديمة ، لم يندثر من الوجود ،  
بل عاد إلى الظهور في عصر النهضة من جديد ،  
وكان مصدر حي للعديد من الابتكارات في عالم  
الأزياء منذ القرن التاسع الميلادي ، حتى عصر  
النهضة ، فيما بين القرن الرابع عشر والسابع عشر .

(٥) القرن السادس عشر : زى  
فرنسي من البروكار المنقوش



(٦) القرن السابع عشر : زى أسباني  
من قاشر كيتونيه أسود ، يحليه كوك  
كبير ، وأساور بهضاء مطرزة



(٤) القرن السادس عشر : زى  
إيطالي ، يعكس طابع عصر النهضة ،  
بحاقيه من زخارف دمشقية مذهبة

ولكن ما هو السبب في ذلك ، أهو نقص أو قلة الأفكار الجديدة ، أم أنه ضيق الوقت الذي لا يتسع لمزيد من الابتكارات ، أم أنها النهضة الفكرية والثقافية ، التي أتاحت مزيداً من الفرص ، للإنتاج الصناعي ، والعمل الآلي ، مع استبعاد العنصر اليدوي بشكل يكاد يكون نهائياً .

وموضة حديثة جداً . ولن نتحدث عن الزمن القديم ، أي ما قبل عصر النهضة ، ذلك لأنه خلال ذلك العصر ، كانت هناك فعلاً ابتكارات واستحداثات في عالم الأزياء ، ولكننا نتحدث عن أزياء اليوم ، التي ما هي إلا تكرار ، وإعادة مستمرة ، واسترجاع للماضي .

فهى كالتجم الذى يسقط في السماء ، ويتلاشى لفترة ما ، ثم يجبو ، ويعود إلى الظهور من جديد ، مع بعض التغيير . ولعل ذلك يتضح جلياً ، خلال فترة الأربعين أو الثلاثين سنة الماضية ، فإننا نجد أن جميع الأزياء التي كانت أمهاتنا وجداتنا يرتديها ، قد عادت إلى الظهور مرة أخرى ، كنوع جديد ،

(٩) العصر الإمبراطوري : زى من الهاتسة البيضاء ، مطرز بخيوط حريرية ذات ألوان زاهية



(٧) القرن الثامن عشر : زى فرس من الحرير الكوردنيه الهيج ، مع دانثيل بولون من اللون البنى



(٨) القرن الثامن عشر : زى فرس لنفس العصر السابق ، وهو من الأورجاندى الأخضر المقلم

يتمشى مع طبيعة التطور الذى أحدثته الثورة .  
ودعوتها للحرية . حتى إن هذه الحرية ، اتضحت  
معالمها فى جميع الأزياء . حتى أزياء الأطفال .  
غدت عملية وأكثر بساطة .

( البقية فى العدد القادم )

الرومانسى ، فله أيضاً ما يميزه . والجدير بالذكر ،  
أن الأحداث التاريخية الهامة ، قد تركت بصماتها  
واضحة على طابع الأزياء الذى ظهر بعدها .  
ويكفيها النظر إلى الثورة الفرنسية ، التى كانت  
الأزياء المزدكشة ذات الألوان الزاهية ، منشرة  
قبلها . كما هو واضح من الصورتين رقمي ٨٠٧ ،  
وكيف أنه بعد الثورة . اتخذت الأزياء منهجاً جديداً .

وفى الواقع فإن الموضة ، ما هى إلا مرآة ، أو انعكاس  
لعادات وتقاليد كل عصر تعيش فيه ، فهى تمثل  
الوضع الاجتماعى السائد ، وكذلك الحالة الاقتصادية  
والفنية ، وحتى الأخلاقية ، لكل عصر من العصور .  
فيكفى أن نتعرف على التاريخ وأحداثه ، لكي  
نستطيع أن ننسب إليه ، كل زى من الأزياء  
الشائعة . فعصر النهضة ، يتميز بالانطلاق ، أما العصر

(١١) سنة ١٩٠٠ : حرملة من اللونين الأحمر  
والأسود ، مطرزة بالقصوص والخرز ،  
ومعها جوبلة طويلة من الحرير الأسود



(١٢) سنة ١٩٠٥ : صوف لانتلا  
أصفر ، يزيد من أفولة هذا الفستان ،  
المزود بالتطريز والخطيفة الخضراء



(١٠) نهاية القرن التاسع عشر : زى  
جميل يرجع إلى عام ١٨٧٠ ، وهو من  
الغاي البنى القاتم ، ومحل بالدانتيل المطرزة

# من قضايا المهر

فبعض الزوج أن التاب بالوثيقة ليس هو المهر الحقيقي بل أكثر ، وإنما كتب على أساس أنه مهر العلانية بقصد الاقتحار ، وأن مهر السر ، وهو المهر الحقيقي ، أقل من التاب بوثيقة الزواج ، لكن العمل الآن على أن التاب بالوثيقة هو المعمول به ، لأنه ثابت بالكتابة ، ما لم يتم دليل قطعي على خلافه ، كورقة مكتوبة معترف بها ، وملون بها ما يخالف الوثيقة .

## حكم الهدايا

وإذا خطب رجل امرأة ، وبعث إليها هدية ، أو دفع لها كل المهر أو بعضه ، وامتنعت عن تزوجه ، أو امتنع وليها من ذلك ، أو ماتت قبل عقد الزواج ، فأراد الزوج أن يسترد ما أعطاه ، وامتنعت هي أو وليها عن رده ، فإنه يحكم للزوج باسترداد ما دفعه على أنه من المهر ، سواء كان موجوداً أو غير موجود ، فإن كان ما أعطاه موجوداً أخذه بعينه ، ولو نقصت قيمته بالاستعمال ، وإن كان هالكاً أو مستهلكاً ، أخذ عوضه ، وإنما رجع بالمهر لأنه معاوضة ، ولم تتم ، فجاز الاسترداد .

وأما إن كان ما أعطاه على سبيل الهدية ، فله استردادها إن كانت أعيانها موجودة ، فإن هلك ، فليس له استرداد قيمتها ، لأنها في هبتها ، كالحبة المشروطة بالعوض وهو الزوج ، فإذا لم يحصل العوض ، يحق للواهب أن يرجع في هبته ، إذا لم يكن هناك مانع من الرجوع ، وهلاك الشيء من ضمن الموانع من الرجوع في الهبة .

ومن هذا يعلم حكم كثير في زماننا من أن الرجل يخطب امرأة ، ثم يأخذ يكسوها ، ويهدي إليها في الأعياد ، أو يعطيها نقوداً للنفقة ، أو نقوداً من المهر ، إلى أن يكملها لها طمعا في العقد عليها ليلة الزفاف ، ومن ثم فإنها إن امتنعت هي أو وليها أن تزوجه ، فيحق له الرجوع عليها بما أعطاه إليها ، على أنه من المهر ، سواء كان موجوداً أو غير موجود ، ويحق له أن يرجع أيضاً بالموجود فقط بما أعطاه على أنه هدية ، وأما ما هلك من الهدية ، فلا يجوز له استرداد عوضه .

ولكن لا يحكم بمهر المثل بالغا ما بلغ ، بل يشترط ألا يزيد على ما ادعته المرأة ، إن كانت هي المدعية للتسمية ، ولا تنقص عما ادعاه الزوج ، إن كان هو المدعي لها . فإذا فرضنا أن المرأة هي المدعية للتسمية ، بأن قالت سمينا المهر مثلاً مائة وعشرين جنباً ، فإن كان مهر مثلها مساوياً لما ادعته ، حكم به ، وإن كان أقل منه بأن كان مائة ، حكم بها ، وإن كان زائداً عليه بأن كان مائة وخمسين جنباً ، حكم بما ادعته أيضاً ، لأنها رضيت بهذا المبلغ ، فلا يزداد عليه . وإذا فرضنا أن الزوج هو المدعي للتسمية ، وهي المنكرة ، بأن قال سمينا المهر ثمانين جنباً ، وحدت بما أوجب الرجوع إلى مهر المثل ، فإن كان مهر مثلها مساوياً لهذا المقدار ، حكم به ، وإن كان زائداً بأن كان مائة جنب مثلاً ، حكم بالمائة ، وإن كان أقل بأن كان ستين جنباً ، حكم بثمانين ، لأن الزوج قد اعترف بأن هذا هو الواجب لها ، فيحكم به بدون نقص . وهذا الحكم في الأحوال الثلاثة الأولى . وأما في الحالة الرابعة ، وهي ما إذا كان الاختلاف بعد الطلاق وقبل الدخول ، فالحكم فيها أنه إذا لم تثبت التسمية لا بينة المدعي ، ولا بامتناع المنكر عن الجين ، لا يقضي بمهر المثل ، بل تجب المتعة ، لأن الفرض أنها طلقت قبل الدخول ، والتسمية لم تثبت ، ومن كانت هذه حالتها تجب لها المتعة ، وهي عبارة عن كسوة للمرأة حسب حال الزوج يساراً أو إعساراً ، ولا يزيد عن نصف المهر .

وإن كان الثالث ، وهو ما إذا كان الاختلاف في القدر المسمى بين الزوجين ، بأن ادعى الزوج أن المهر المسمى مائة جنب مثلاً ، وادعت الزوجة أنه مائتان ، فإن كان مهر المثل شاهداً لها بأن كان مائتين كما ادعت أو أكثر ، كان القول قولها بيمينها ، لأن القول قول من يشهد له الظاهر مع يمينه ، فإن حلفت لزم الزوج ما ادعته ، وإن امتنعت عن الجين ، وجب لها ما ادعاه الزوج ، لأن امتناعها إقرار بما ادعاه . وإن كان مهر المثل شاهداً له بأن كان مائة كما ادعى أو أقل ، صدق قوله مع يمينه ، فإن حلفت لزمه ما أقرو به ، وإن امتنع لزمه ما ادعته المرأة ، لأن امتناعه عن الجين ، إقرار بما ادعته . وإن الخلاف في المهر ومقداره يحدث كثيراً ،

الاختلاف بسبب المهر ، لا يخلو حاله من أحد أمور ثلاثة :

الأول : أن يكون هناك اتفاق على القدر المسمى مهراً ، ولكن يحصل اختلاف في قبض شيء منه .

الثاني : أن يحصل الاختلاف في أصل تسمية المهر .

الثالث : أن يكون الاختلاف في القدر المسمى مهراً .

فإن كان الأول : وسلمت المرأة نفسها لتزوجها ، ثم ادعت بعد ذلك أنها لم تأخذ من مهرها شيئاً أصلاً ، وهو ينكر ذلك ، لا تسمع دعواها ، لأن العرف والعادة تكذبها ، إذ العادة التجارية والمعروفة ، أن الزوجة لا تسلم نفسها للزوج ، إلا بعد أن تأخذ شيئاً من مهرها ، وعلى كل حال ، يتبع في ذلك عرف البلد الذي تم فيه عقد الزواج ، لأن للعرف اعتباراً ، ويعول عليه في بعض الأحكام .

وإن كان الثاني ، وهو الاختلاف في أصل تسمية المهر بين الزوجين ، بأن ادعى أحدهما تسمية قدر معلوم كمائة جنب مثلاً ، وأنكر الآخر التسمية بالكلية ، بأن قال لم اسم شيئاً ، فلا يخلو الحال من أحد أمور أربعة : الأول : أن يكون الاختلاف بينهما قبل الطلاق وقبل الدخول ، والثاني : أن يكون قبل الطلاق وبعد الدخول ، الثالث : أن يكون بعد الطلاق وبعد الدخول ، الرابع : أن يكون بعد الطلاق وقبل الدخول . فالقائل بأن هناك تسمية يكون مدعياً ، والثاني للتسمية يكون منكراً . والقاعدة الشرعية أن البينة على من ادعى ، واليمين على من أنكر . فإن أقام المدعي بينة على دعواه ، لزم صاحبه ما يدعيه ، لأنه أثبت دعواه بالحجة ، وإن عجز عن إقامة البينة ، فيحق له تحليف الآخر لأنه منكر ، فاليمين عليه . فإن وجهت اليمين إليه ، فلما أن يمتنع عنها ، وإنما أن يخلط ، فإن امتنع ثبتت دعوى صاحبه ، لأن الامتناع عن الجين إقرار ، وإن حلف أنه لم يحصل تسمية أصلاً ، يقضي بمهر المثل ، لأن مدعي التسمية عجز عن إثباتها ، ومنكرها حلف على نفسها . فلم تثبت الدعوى ، فيرجع إلى الأصل ، وهو مهر المثل ، لأن العادة أن النساء يتزوجن بجمهور أمثالهن فيحكم به ،

## قد لاتصدقون ... ولكنها بالفعل قطع أثاث صنعت من الورق

فيه ، أنه يستطيع - الآن - أن يكله بفعالية ، وذلك لإمكانية استخدامه في تأثيث أماكن معينة ، كحجرات الأولاد ، والأطفال ، بشكل مرغوب فيه ، وبحسب إلى النفس . والقطع المنشورة في الصورة - إلى أسفل - خاصة بـ Vedemé S.P.A. ميلانو - إيطاليا ، أما تلك المنشورة على الصفحة التالية ، فهي خاصة بـ Novelty, Distr R.M.C. ميلانو - إيطاليا .

في حجرة طفل : مكتب ، وكرسى ، ومكتبة ركنية وسنة لاحتواء الأوراق ، جميعها من الكرتون . إن خطوط هذه القطع بسيطة ، وهي لهذا تبدو بحبة ولطيفة

في علب خاصة ، والتركيب سهل للغاية . إن الصور المنشورة ، تمثل بعض الأماكن الموثقة - فعلاً - بقطع أثاث كرتونية . كذلك فإن بقعة اللون التي توفرها هذه القطع ، تعد بحق من ثمار هذا الاكتشاف ، الذي استثمر خامه تقليدية معروفة للإنسان منذ قرون عديدة ، واستطاع أن يوظفها - باستخدام التكنولوجيا الحديثة - في استخدامات جديدة وهامة في عمليات التأثيث . ومن الطبيعي ، أننا لا نعتقد في قدرة هذا الأثاث الكرتوني ، على الحلول - في المستقبل - محل قطع الأثاث المصنوعة من الخامات التقليدية الصلبة ، لكن بما لا شك

يبدد الأمياق ، والزهور ، والمفارش ، والملابس ، نجد أن الأسواق تقدم لنا الآن ، قطع الأثاث المصنوعة - أيضاً - من الورق المقوى «الكرتون» . إن الأمر ليس بدعة جاءت على سبيل التسلية ، بل إنها قطع أثاث فعلية ، تستطيع أن تؤدي وظائفها في الاحتواء ، والتأثيث ، وفي توفير الفراغات ، والأسطح القابلة لتحمل وضع الأشياء المختلفة عليها ، وهي بطبيعة الحال ، اقتصادية ، وتناسب الأماكن التي يراد لها الاتسام بالبساطة ، والزواء ، والبهجة . واليوم ، نقدم مجموعة من قطع الأثاث التي توجد في الأسواق ، في هيئة أجزاء ، تنتظر التركيب ، ومعدة





كل قطع الأثاث، والزخارف،  
ومن غطاء السرير، الموحدة  
داخل حجرة النوم الحديثة  
عده . مصنوعة من الورق.  
إن قطع الأثاث من صنع  
فرنس ، وهي ذات ألوان  
بهجة للغاية .

واحدة من قطع الأثاث الخاصة بحجرة النوم  
كرسي صغير مخصص للأطفال الصغار ، وهو واحد من  
العناصر التي تكون حجرة النوم . يلاحظ أن هيكله  
مصنوع من الكرتون المضغوط ، وأن السطح والظهر  
متجانسان ومكسوان بنسيج قطني مزين بزهور



منشدة صغيرة وكريسيان -  
من الأحمر والأخضر - للأطفال  
الصغار ، مصنوعة من «الكرتون»  
المجمع بدقة ، والمغطى بطبقة  
من البلاستيك قابلة للفصل .  
حقا ! إن الزخارف رائعة

# لعبة الأطفال



كلنا يعلم على وجه اليقين ، ما للعب الخاصة بالأطفال ، من أهمية كبرى في جوانب التربية المختلفة . لذلك سنحاول هنا مناقشة بعض الموضوعات التي تتعلق بهذه الناحية ، وذلك عن طريق الرد على بعض الأسئلة التي لابد أن تراود الكثيرين من الآباء والأمهات .

## هل يجب إعطاء الأطفال ألعاباً معينة ؟

وهذا السؤال يطرحه كثير من الأهل ، خاصة هؤلاء الأكثر تزمناً وصرامة ، أو البخل ، فيؤولوا ، يظنون أن اللعب إنما تعمل على إفساد الطفل ، ومن ثم فهم يفضلون أن يكون لعب الطفل بالقليل منها ، كما كان سائداً فيما مضى ، أو كما يحدث حالياً في الريف ، حيث يلعب الأطفال بالقليل من قطع الخشب ، أو أي مسود أخرى ، يعملون على تشكيلها ، تبعاً لأهوائهم ، وإراداتهم . فن المؤكد أنه إذا وجد الطفل لديه أدوات اللعب ، فإنه يعمل على قتل وقت فراغه بها ، دون حاجة إلى لعب مصنوعة جاهزة ، أو بمعنى آخر ، إذا وجد أن الطفل لديه هواية الابتكار والتجديد وأنه لا يحتاج إلى اللعب التي لا تجعله يفكر

أو يبتكر ، فإنه يكون من الأفضل عدم شراء اللعب في هذه الحالة .

على أن هذه الحالة ، نادراً ما نجدها بين أطفالنا . لماذا ؟ ذلك لأن الأطفال الذين يعيشون في المدن ، بصفة خاصة ، يمضون أوقاتاً كثيرة في حيز محدود من المكان ، وهذا لا تنهياً لهم الفرصة ، ليجدوا في المحيط الذي يدور حولهم ، الوسائل ، والأدوات الطبيعية التي يمكنهم اللعب بها . كذلك فإن عامل التقليد يلعب دوراً هاماً جداً . فإذا كانت بنت الجيران مثلاً ، لديها عروسة جميلة تلعب بها ، فإن الطفلة ، لن يلب لها ، أن تلعب بعروسة مصنوعة في البيت ، ولكنها تفر على أن تكون لها عروسة ، مثل تلك التي لجارتها .

فإلى جانب أن اللعب تشبع الميول الطبيعية لدى الطفل ، فإنها أيضاً تزيد الرغبة لديه في اللعب ، وتتيح فرصة لتطويره ذهنياً . ومن هنا كانت أهمية اللعب بالنسبة للطفل ، فهي ليست إنفاقاً للأموال لا مبرر له ، كما يظن بعضهم .

## ما هي اللعب التي يمكن تقديمها للطفل ؟

يمكن القول ، بصفة عامة ، بأن أفضل اللعب ، هي تلك التي تدخل البهجة على

نفس الطفل ، وتقدم له فائدة أكبر . وتشبع رغباته ، وفي ذات الوقت ، تكون في مستوى إدراكه وفهمه . ولنعرض بعض الأمثلة : الطفل مثلاً يطلب كرة ، فتقوم الأم بدلا من ذلك ، بإهدائه سيارة ، فلنا منها أن ذلك سيسعد أكثر . ولكن يجب مراعاة ، أن الحكم الأفضل ، أو الاختيار الأول ، يجب أن يكون للطفل نفسه وليس للأُم . فإذا أرادت الأم أن تستبدل باللعبة التي طلبها الابن ، لعبة أخرى ، فإن عليها قبل ذلك أن تستشيره ، وأن يوافق على ذلك أولاً .

طفل آخر له من العمر ثلاث سنوات ، يرغب في التناء لعبة صغيرة على صورة سيارة ، ذات شكل معين ، كأن تكون من المعدن ومغلقة . هنا يجب إتباعه أولاً ، بأن السيارة الأكبر حجماً ، والمصنوعة من الخشب ، أفضل بالنسبة له . ويجب أيضاً ترغيبه فيها عن طريق ذكر مميزات العربة المصنوعة من الخشب أمامه ، وإغراؤه ببعض النواحي الأخرى ، كأن تقول له إن السيارة الكبيرة أفضل ، وإنه يمكن جرها بجعل ، وغير ذلك .

أما طفلة السادسة أو السابعة ، فإنها غالباً ما تود المشاركة في أعمال المنزل ،

تشبهها بوالدتها ، فلا تحرصها من هذه المتعة ، واشترى لها لعبة مشابهة لأدوات المطبخ ، وعلمها كيفية استعمالها . وأظن منها أن تقوم بإعداد ما يحلو لها من أصناف ، فإن حب التقليد هنا ، يكون مفيداً لها مستقبلاً ، من ناحية المقدرة والشعور بالمسئولية .

وهناك الأم التي لا يملكها مقدار مائنته من نفود في سبيل إرضاء طفلها . فهذه هي تجد أمامها نوعين من العرائس ، ثمها غال ، ولكن الأولى ليست لها جميع مميزات الثانية . لذلك فهي تختار لها العروسة الثانية ، وتدفع مقابلها ثمنها باهظاً ، بالرغم من تأكدنا من احتمال إتلاف الطفلة لها ، وخاصة إذا كانت صغيرة السن ، لا تقدر قيمة هذا النوع من اللعب .

أما طفل الخامسة من عمره ، فإنه يكون توالفاً دائماً إلى الخلق والابتكار ، فهو يريد أن يصنع شيئاً ما بنفسه ، ولذلك فإن أفضل لعبة يمكن تقديمها إليه ، هي اللعبة المعدنية التي تتكون من قطع متعددة ، والتي يمكن بها عمل وتشكيل العديد من البنايات ، أو الصور التي يريدها . كما يمكن تزويده بالميكانيكا المبسط ، وليس بالميكانيكا

كيف تدور ، وم تتكون . لا تنفسي من ذلك ، فهذا دليل على ذكاء الطفل ، وعلى أنه لا يتقبل الأشياء والأمور كما هي ، ولكنه يبحث ، ويتنبأ ، ويحاول معرفة كل ما هو خاف عنه ، إن ذلك يعتبر مؤشرا على حسن تصرف الطفل ، وسلامة أفعاله مستقبلا .

#### الطفل الذي لا يرغب في اللعب

إذا كان الطفل معرض عن اللعب ، فإن الأم غالبا يساورها القلق من هذه الناحية فابتعاد الطفل تماما عن اللعب ، وعزوفه عنه ، قد يكون له كثير من الدلالات ، خاصة إذا استمر الطفل سائرا في طريقه . إن ذلك يتم عن قصور لدى الطفل في ناحية معينة ، سواء من الناحية النفسية ، أو الجسدية . فقد يكون السبب في ذلك ، منعه من اللعب بطريقته الخاصة فيما مضى ، أو أنه كان يطلب منه دائما عدم إثارة الضوضاء في وقت اللعب ، أو أنه كان ينهر دائما بعد اللعب ، بسبب انتساخ ملابسه ، وغير ذلك . وقد يكون السبب أيضا شعوره بالنقص ، بالتقياس إلى أقرانه ، بسبب ابتعاد الأصدقاء عنه ، أو عدم نجاحهم معه ، أو أنه يريد إثبات وجوده ، والتعبير عن ذاته ، وأنه قد بلغ مرحلة أكبر من السن ، فهو يريد ألا يبدو طفلا صغيرا ، إذ أنه قد كبر ، وابتعد عن لعب الأطفال .

بعد هذا الاستعراض السريع لبعض الحالات التي يتعرض لها أطفالنا في أوقات ومن اللعب ، يمكن القول بأن القليل من المساعدة والتشجيع للطفل ، لازمان تماما له مع العمل من وقت إلى آخر ، على متابعة تطور الطفل ، وبالتالي تطوير نوع اللعب ، التي تقدم له . كذلك يجب متابعة الطفل ، بصفة مستمرة ، أثناء اللعب ، والتعرف على ميوله ، ورغباته ، ومحاولة تنمية المواهب الكامنة فيه ، وتشجيع الاتجاهات الخلاقية لديه ، وترك المزيد من الحرية له أثناء اللعب . وإذا كان يريد الانضمام إلى مجموعة من الأطفال عند اللعب ، فلا بأس من ذلك ، إذ لا ضرر في اتجاهه هذا .

التعود لشراء اللعب المختلفة ، ولكن في هذه السن بالذات ، يمكن الاستعانة باللعب المصنوعة يدويا ، والتي تقومين بإعدادها بنفسك . ولا تنسى أن الطفل في هذه السن ، يفرح بالألوان ، وكل ما هو مزخرف ، أو مزين . تابعي طفلك أثناء لعبه ، وتعرفي على ميوله الطبيعية ، من خلال تلك اللعب . ولا شك أنك ستكتشفين أشياء وأشياء كانت خافية عليك .

أما الطفل الأكبر سنا ، فإنه يتفهم بعض الشيء ، طبيعة اللعبة المقدمة له . لذلك فإنه يفضل أن يستمر في اللعب بها ، حتى يسأمها ، ولا تعود إليه الرغبة في اللعب بها ثانية ، حينذاك يبدأ في البحث عما هو جدير بالنسبة له . اتركي له المجال ، الذي يستطيع في نطاقه إيجاد لعب أخرى . وهذا النوع من الأطفال ، يتعين أن يكون له دائما زملاء في اللعب ، فكل طفل لديه لعبته ، ويمكنهم جميعا أن يلعبوا سويا ، وأن يتبادلوا اللعب ، كل مع الآخر ، على ألا يريد عدهم على اثنين . وإذا أردت أن تطول فترة استمتاع طفلك بلعبة ما ، فيجب عليك أن تختاري له اللعبة التي تشد انتباهه ، والتي تتطلب منه تفكيراً ومجهوداً أكثر ، كاللعب التي تفك أجزاءها ، ويعاد تركيبها ، ويصنع منها العديد من الأشكال .

#### الطفل القليل الاعتناء بلعبه . كيف يمكن إصلاحه ؟

وهنا أيضا يمكن أن تكثر التفسيرات . فقد لا تعجبه اللعبة أو لا تروق له . ومن ثم يتعين عليك أخذ اللعبة منه ، واختياره أنه لن يأخذها ، إلا عندما يرغب في ذلك . وقد تكون اللعبة محبة إلى نفس الطفل ، ولكنه يتم بعدم النظام ، والميل إلى الفوضى ، فهذا يجب تقويمه ، وجعله يألف النظام . وذلك عن طريق تزيين سلوكه وتصرفاته ، وتنمية شعوره بالمسئولية . ولغة تفسير آخر ، وهو أن الطفل ، لشدة إعجابه باللعبة ، يود اكتشافها ، ولذلك فإنه عندما تقدمين إليه سيارة مثلا ، يحاول أن يفتحها ، ويعرف

من اختصاص السيدات فقط ، لأن ذلك سيفرس في نفسه فكرة دائمة ، بأن عمل المرأة ، إنما يقتصر فقط على الأعمال المنزلية ، وأنه ليس لها أن تخرج عن هذا النظام . لذا يجب تركه ، فكلما كبر ، وتعرض بما يحيط به ، كلما قل اهتمامه تدريجاً ، وانتقلت إلى لعب أخرى . وهناك طريقة أخرى ، يمكن استعمالها وهي ذات نفع كبير ، وتتلخص في أن يحاول الأب ، أن يتفرغ بعض الوقت للجلوس مع الطفل ، وأن يعمل على تشجيعه ، وتعليمه القيام ببعض الأعمال التي يجدها محبة إلى نفسه ، وبذلك فإن الطفل سينتج شيئا فشيئا ، اتجاهها آخر .

#### الطفل ينتقل بسرعة من لعبة إلى أخرى هل هذا حسن ، أم أنه بحاجة لإصلاح لأمره لذلك ؟

إن هذا التقلب وعدم الاستقرار في اللعب ، قد يكون له أكثر من معنى . فإنه خلال السنة الأولى من عمر الطفل ، تكون فائدة اللعب ، تنشيط الطفل ، فهو ينمي ، ويطور رؤيته ، وأحاسيسه ، عن طريق لمس والسع . مثال ذلك اللعب التي تعلق له في الفراش ، والتي تهتز باهتزاز السرير ، أو التي تحدث صوتا كالجرس الصغير ، وغيرها . ففي هذه المرحلة من العمر ، لا يلزم الطفل الكثير من اللعب ، ولكن قد تكون هناك حاجة إلى التغيير ، بعد الشعور بأن الطفل قد سئم اللعبة التي أمامه . ويمكن تنويع اللعب ، فمثلا يمكن أن يحصل جرس صغير ، وكرة ، و « شحشيحة » محل ثلاث كرات ، أو حتى كرة واحدة كبيرة ، وبذلك يمكن تقديم لعبة واحدة للطفل ، ثم تقديم الأخرى ، ثم الثالثة ، وهكذا ، إلى أن يعمل كلا منها ، ويكون قد نسي سابقتها ، فيعاد تقديمها إليه وهكذا . أما إذا قدمت له اللعب الثلاث في وقت واحد ، وانتقل من لعبة إلى أخرى بطريقة طبيعية ، فلا ضرر في ذلك ، ولكن إذا لاحظت أنه يبدو متضايقا ، أو متسللا ، فالأفضل تغيير اللعب .

وليس معنى ذلك ، أن تسرق في إنفاق

الكبير ، ذي المسامير والصواميل الذي لا يتناسب وسنه . كذلك هناك بعض الألعاب التي تتكون من القطع الخشبية ، ذات الاستعمالات الكثيرة ، أو المصنوعة من البلاستيك .

#### طفلي لديه العديد من اللعب . ولكنه يفضل أن يلعب دائما بلعبة معينة فلماذا ؟

في هذه الحالة ، يجب عدم منع الطفل من اللعب باللعبة التي تروق في ناظره ، لأن زمناها لم ينته بعد . فإن الطفل هو الحكم الوحيد على مدى صلاحية ، ومدة استعمال اللعبة ، وهو الذي يعرف تماما متى يمكنه استبدال لعبة بأخرى . لذا يجب عليك أن تعلمي يا سيدتي ، أن تعلق الطفل بلعبة معينة ، إنما يمثل انعكاسا لتفسيته ، ولهذا يجب ترك الطفل يختار لعبته بكل حرية ، إلى أن يزول تعلقه بلعبته المفضلة ، نتيجة لشعوره بعدم الرغبة فيها . فلا تقضي أواخر الصداقة التي نشأت بين الطفل ولعبته ، فقد أصبحا صديقين ، ومن المعلوم طبعاً أن الأصدقاء لا يمكن تغييرهم بسهولة . وهناك ملاحظة هامة يجب مراعاتها ، ألا وهي أنه يجب العمل على سحب اللعب التي لا تشغل بال الطفل ، والتي لا يستعملها ، على أن يكون ذلك بدون علمه ، وذلك للعمل على تقديمها إليه في وقت لاحق ، بعد أن يكون قد نسيتها تماما ، أو عندما يفتر اهتمامه باللعب القديمة .

#### عندما يحب الطفل أن يلعب بالعروسة ، أو يلبسها الملابس ، أو يقوم بأعمال المطبخ :

ليس هناك ما يدعو للقلق من هذه الناحية . فإن عرض الكثير من اللعب الأخرى عليه ، لن يثير اهتمامه ، لأن حبه التقليدي ، والتميل بما حوله ، هو الدافع له على ذلك . فإنه يحب لأمه ، وتعلقه بها ، إنما يريد أن يتشبها بها ، ويقوم بمساعدتها ، عن طريق تعلم ما تقوم به بنفسها من أعمال . وعلى الأم في هذه الحالة ، أن تتركه ، وألا تحاول أن تلتفت نظره ، إلى أن هذه الأعمال لا يقوم بها الرجال عادة ، وأنها

# نصائح عملية

من الواجب ، الالتزام بإرشادات طبيب الأطفال ، فهو الذى يقرر الوقت المناسب لبدء القطام ، وهو أيضاً الذى يطمئن الأم عما إذا كان النظام المتبع سابقاً من عدمه . وفى النهاية ، فهو الذى يحل مشكلة عدم تقبل الطفل لأحد الأطعمة ، ويحدد النسب اللازمة من الكالسيوم ، والأملاح المعدنية .

## التغذية الجيدة لا تسكنى !

إن الهواء النقي ، والشمس ، والحركة ، والعناية البدنية ، كل أولئك من الضروريات اللازمة لصحة الطفل ، شأنها فى ذلك شأن التغذية الجيدة .

فالشمس والهواء ، لا يكسان الأطفال هذا اللون الوردى الذى يسعد الأمهات فحب ، بل إنهما يساعدان على النمو السليم لعظام الطفل . فالمعروف أن الكالسيوم هو المادة الأولية للهيكل العظمى ، وأنه موجود بكثرة كبيرة فى اللبن ومشتقاته . وبمساعدة توافر فيتامين « د » على احتفاظ العظام به . وحتى يحصل الجسم على القدر الكافى من هذا الفيتامين ، يكفى تعريضه للشمس ، إذ أنه فى الكولسترول ، توجد مواد تتحول إلى فيتامين « د » على أثر مفعول الأشعة فوق البنفسجية .

كما يوجد هذا الفيتامين فى بعض الأطعمة مثل البيض ، واللبن ، وكبد الحوت ( وبالطبع فإن كبد الحوت يعطى فى صورة مستحضر ، مثل زيت كبد الحوت الذى طالما تسبب فى ضرر الأجيال السابقة ) . غير أن الكميات الموجودة بهذه الأطعمة جد قليلة ، إذا ما قورنت بالكمية التى يحتاجها جسم فى مرحلة نمو . والدليل على صحة ذلك ، هو أن طبيب الأطفال ، يشير بتناول كميات مركزة من هذه المستحضرات يومياً ، أو تناول جرعة أقوى مرة كل أسبوعين .

ولا يجب إعطاء الطفل أى دواء ، دون استشارة الطبيب ، فهو الوحيد الذى فى استطاعته تحديد جرعة الفيتامين « د » ، ذلك أن زيادة هذا الفيتامين فى

ابتغاء لتحقيق التنوع فى الغذاء ، سواء من ناحية العناصر المكونة لها ، أو من ناحية طريقة تقديمها . وبهذا يبدأ الطفل فى الاعتياد على الاستمتاع بتناول الطعام . وبعد القطام ، وإلى أن يبلغ العام الأول من عمره ، يحتاج الطفل إلى مائة سعر حرارى ، لكل كيلوجرام من وزنه . فالطفل الذى تبلغ سنه تسعة شهور ، والذى يزن تسعة كيلوجرامات ، يجب أن يحصل على تسعة مائة سعر حرارى يومياً . وإذا بلغ وزنه فى نهاية العام الأول ١٠.٢٠٠ كيلوجرامات فسيكون فى حاجة إلى ١٠٢٠٠ سعراً حرارياً تقريباً . وقد يحدث أن يرفض بعض الأطفال تناول اللبن ، بعد تنويعهم الحساء المالح . فهم لا يقبلونه إلا فى الصباح ، عندما يكونون جوعاً ، وبعد ذلك يصرون على رفضه . وفى هذه الحالة ، يجب العمل على تزويد مثل هؤلاء الأطفال بمحاجتهم من الألبان ( ٥٠٠ جرام على الأقل ، للحصول على كمية الكالسيوم التى لا غنى عنها ) . وذلك بتقديم الكريمات الخفيفة والمصنوعة من اللبن ، وإضافة بعض اللبن للحساء .

ومن الأشياء المستحبة ، تقديم الفاكهة المهروسة ، أو المبشورة ( مثل الموز ، والتفاح ، والشمش ، والكزبرى ) المضاف إليها اللبن والسكر . ويلاحظ أنه ينبغى تجنب القراولة ، والكزبر ، والعب ، والقراصية . فى هذه السن المبكرة . وخاصة إذا كان الطفل يحيل إلى كثرة التبرز .

ويمكن تجربة البسكوت الميسل باللبن . ومن الأطعمة التى ينصح بها اللبن الزبادى . ويجب ألا يفوتنا أن مرحلة القطام ، من أدق المراحل فى حياة الطفل . سواء من الناحية الصحية ، أو من الناحية النفسية . وسنعود فى عدد قادم ، فتكلم عن أثر القطام فى تنمية الطفل ، عندما نتعرض لموضوع تطوره النفسى .

ولكى تغلبى على المشاكل التى قد يتعرض لها طفلك ، نتيجة لاتباع نظام غذائى معين ، بغدو

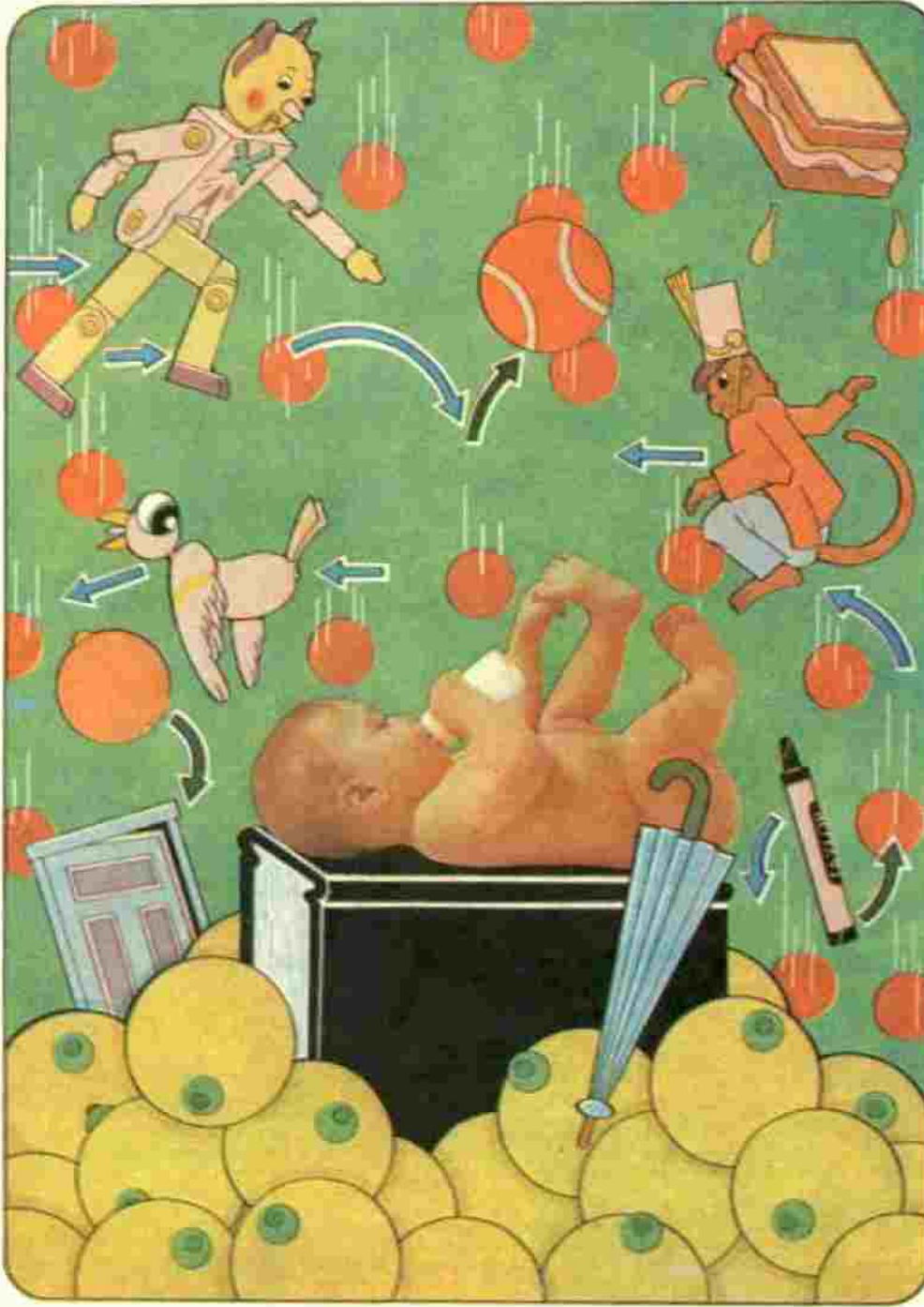
إذا كان طفلك يجد صعوبة فى تناول الأطعمة ذات القوام الغليظ بالملعقة ، فمن الأفضل أن تبدل بتقديم حساء الخضار المصفاة ، بحيث تكون خفيفة القوام ، حتى يمكنه تناولها « بالهزأة » ( وفى هذه الحالة ، اعملى على توسيع ثقب الحلمة ) ، وبذلك تساعدته على التعرف على المذاق الجديد . وعلى الاعتياد . فيما بعد ، على تناول الأطعمة الأغظ قواماً . باستخدام الملعقة .

وكقاعدة عامة ، يجب على الأم اختيار الوقت الذى تكون فيه صافية النفس ، هادئة المزاج ، لإعطاء أول وجبة مملحة لطفلها ، لأن تور أعصابها المحتمل ، يمكن أن ينتقل إلى الطفل ، فيأبى تقبل هذا الصنف الجديد . ولو تبينت الأم أن طفلها لا يحيل إلى المملحات فيمكنها ، فى بادئ الأمر ، إضافة بعض السكر لحساء الخضار المصفاة ، على أن تقلل الكمية شيئاً فشيئاً . ويجب ألا يفوتنا أن تكون كمية الملح التى تقدم للطفل ، أقل من المذاق الذى يستيعه البالغون . ولا ينصح بالبدء بتقديم الأطعمة السكرية مثل ( المهلبية ، والكريمات الخاصة بالأطفال ) التى تنبع مملحة فى الأسواق ) ، لأنها تروق للأطفال إلى حد بعيد ، وقد تحمل الطفل على رفض الحساء مستقبلاً .

ولإعداد حساء الخضار المضاف إليه مسحوق الحبوب ، ثمة منتجات مملحة فى الأسواق ، يمكنى بإذابة محتوياتها فى بعض الماء الدافئ الذى سبق غليه . ومن الناحية الصحية ، تعتبر هذه المنتجات صالحة للغاية . غير أنه قد يحدث ألا تروق للطفل ، أو أن تعتقد الأم أن الأطعمة المعدة فى المنزل ، تفضل تلك المنتجات المملحة ، حتى إنها تتردد فى إعطائها لياه . وفى هذه الحالة ، يستحسن إعداد كل شيء فى المنزل .

وفى حالة عدم وجود عفيات ، أى عندما تتأكد الأم من أن طفلها يحب الأطعمة الجديدة ويحسن هضمها ، يمكنها إعداد بعض أصناف أخرى ،

## أصوات



الجسم ، قد تكون لها عواقب سيئة . ولذا فن المستحب  
تعريض الطفل للهواء الطلق ، وتعربة ذراعيه وساقيه  
منذ الشهر الأولى ، إذا كان الجو مناسباً ! وعندما  
يكبر ويبدأ في الانتقال دون مساعدة من أحد ،  
يجب تعريض جسمه بالكامل للشمس .

ويتميز الأطفال الذين يعيشون في الريف ، بطبيعة  
الحال ، عن غيرهم . أما من يعيشون في المدن ،  
فإنهم في الواقع يكونون في حاجة إلى العرض على  
الأطباء مرات أكثر ، للوقوف على كمية فيتامين  
« د » التي يحتاجونها ، إذ أن نقص هذا الفيتامين  
في الجسم ، مدعاة إلى الإصابة بالكساح . صحيح  
إن هذا المرض أصبح نادر الحدوث في أيامنا هذه ،  
غير أنه يمكن أن يظهر ، إذا كانت ظروف المعيشة  
سيئة .

ومن الأمور التي لا غنى عنها للأطفال المقيمين  
في المدن ، الخروج للزحافات في الهواء الطلق ،  
والاستمتاع في عطلات نهاية الأسبوع ، بالرحلات  
في الأماكن المشمسة ، على شريطة ألا نبالغ في ترك  
الأطفال في الشمس لمدة طويلة في السنة الأولى  
من عمرهم . ففي هذه السن ، يجب أن يتم تعريضهم  
لأشعة الشمس تدريجياً ، على ألا يتم ذلك عندما تكون  
الشمس في ذروتها ، ومن المستحسن إلباسهم  
قبعة ، لوقاية رؤوسهم .

وإذا وجد الطفل على ساحل البحر ، فيجب  
ألا يصطحبه أبواه إلى الشاطئ في الأيام الثلاثة أو الأربعة  
الأولى ، وبعد هذه المدة ، يمكنهما الذهاب به  
إلى « البلاج » صباحاً قبل الساعة الحادية عشرة ،  
ومساءً بعد الرابعة . وفي الأيام التي يكون فيها الجو  
جميلاً ، يمكن اصطحاب الطفل في زحافات في عربته  
الخاصة به .

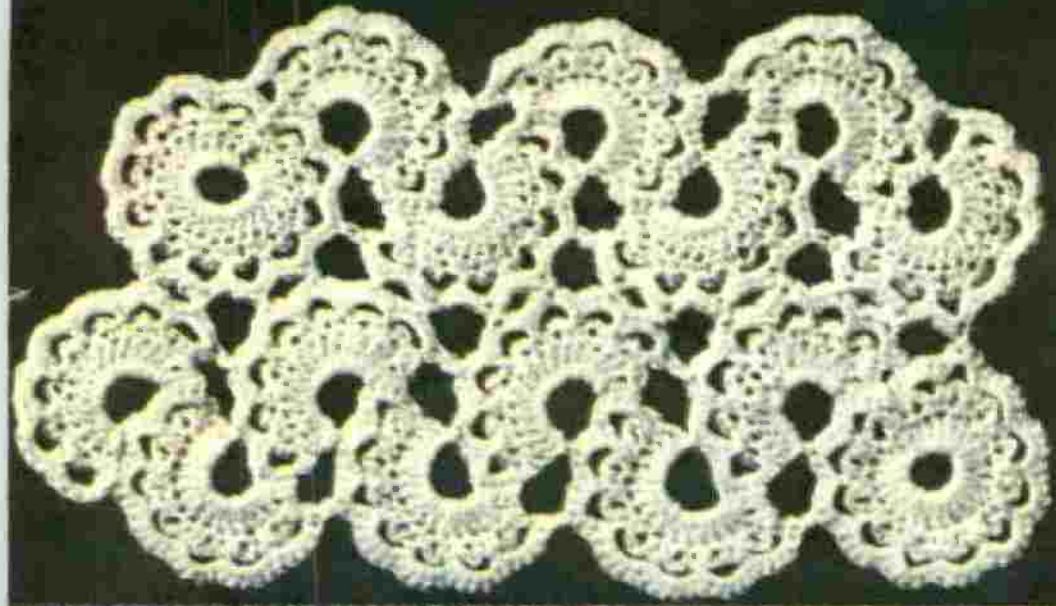
وتعتبر الزحافات في الأماكن التي تكثر فيها  
الأعشاب ، وبين الأشجار ، مفيدة للغاية . فما أجمل  
أن يقضي الطفل بعض ساعات من الصباح ،

على غطاء مفروش على الأرض المنبسطة ، بين  
الشمس والظل !

ومن الأشياء غير المستحبة ، إقامة الأطفال الذين  
تقل أعمارهم عن عام ، في الجبال ، على ارتفاع يزيد  
على ألف متر ، في حين ينصح بإقامتهم في الجبال  
الأقل ارتفاعاً ، أو في المناساطق الريفية ، بشرط أن

تخلو هذه الأماكن من الرطوبة .

وأخيراً ، نود أن نسترعى النظر ، إلى أن الطفل  
الذي لم يبلغ بعد السنتين من عمره على الأقل ، لا يكون  
قادراً في العادة على تحمل برودة جو الجبل ، كما أن  
ثقل الملابس التي قد تضطر إلى فرضها عليه لحمايته  
من البرودة ، قد تسبب في إعاقة حركته .



# شال أنيق

نقدم لك يا سيدتي ، فكرة رائعة لعمل شال ، يمكن ارتداؤه مع فستان بسيط ، وأنيق ، في ليالي الأعياد ، فيضي عليك فتنة ، وجرأاً ، وجمالاً . والشال الذي سنشرح لك طريقة شغله ، من اللون الأسود ، الذي يتلاءم وجميع ألوان الفساتين ، وهو مشغول بالكروشيه .

لوازم الشال :

٦٥٠ جراماً من الخيط الحرير الأسود ، فتلة سميكة ، ، أو ٥٠٠ جرام من خيط صوف أسود أربع فتلات - إبرة كروشيه رقم ٣ .

## نقرز المستخدمة

### ١ - الغرز الساقطة :

أدخل إبرة الكروشيه في إحدى عيون السلسلة الأساسية ، ثم اسحب الخيط من نفس العين ، واعمل لفة على إبرة الكروشيه ، وخذي الغرزتين في غرزة واحدة .

### ٢ - الغرز العليا « العمود » :

خذي لفة على الإبرة ، وأدخلي الإبرة في عين من السلسلة الأساسية ، ثم اعمل لفة ، وأخرجها من عين السلسلة ، فتكون بذلك على الإبرة ثلاث غرز . اعمل لفة ، وخذي ٢ فيها ، أي ٢ في واحدة ، ثم اعمل لفة أخرى ، وخذي الغرزتين المتبقيتين في واحدة .

### ٣ - غرزة مشروحة :

ابدئي الشغل بعشر غرز سلسلة طائرة ، واقفليها معاً بغرزة ساقطة جداً ، لتحصلي على دائرة صغيرة .

## الدورة الأولى

اشتغلي ٣ غرز سلسلة طائرة ، أدخل الإبرة في وسط الدائرة ، ثم اشتغلي ٢٣ غرزة عمود ، وأنهى الشغل بغرزة ساقطة جداً ، على ثالث غرزة سلسلة التي اشتغلتها في بداية الدورة . بعد ذلك اشتغلي غرزة سلسلة من أجل الدوران .

## الدورة ٢

• غرزة ساقطة على كل واحدة من ال ٢ غرزة عمود اللتين تحديتهما في اليسار ، ثم اشتغلي ٣ غرز سلسلة • كرري ما بين العلامتين ، حتى تتكون لديك ١٢ فيونكة ، وأنهى هذه الدورة بغرزة ساقطة جداً ، فوق الغرزة الساقطة التي اشتغلتها في بداية

## أشغال إبرة

- اشغلي المروحة الثانية . وفي نهاية الدورة رقم ٨ اشغلي غرزة سلسلة ، وغرزة ساقطة على قمة القوس الحرة للوحدة الكاملة المشغولة بالشريط الثاني ، التي توجد بجهة اليسار . اشغلي بعد ذلك غرزة سلسلة . وفي خلال الدورة رقم ٩ أوصلي القوسين الأولين للمروحة التي تشغل بالقوسين الحرتين للمروحة الموجودة بالشريط الأول . أوصلي القوسين الثالثتين للمروحة المشغولة ، بالقوسين الأولين الحرتين للمروحة التالية بالشريط الأول التي توجد بجهة اليمين . وأصلي الشغل دائماً بنفس النظام .

- وفي الطرف الأيسر للشريط الثاني ، اشغلي مروحة حرة . وفي الطرف الأيمن ، أوصلي على عكس ذلك ، المراوح بتلك المراوح الموجودة بالشريط المشغول سابقاً .

- وبالنسبة للشريط الثاني أيضاً المشغول بوحدة كاملة مكونة من ٤٢ مروحة ، أوصلي آخر مروحة بقوسى الوحدة الكاملة للشريط الأول . ثم اشغلي أربعة شرائط أخرى ، على أن توصليها في كل مرة ، كما شرحنا بالنسبة للشريط الثاني .

## الخياطة

اعمل تشطيات الأجانب الطويلة بالطريقة التالية : ابدئي في القوس السادسة الحرة للوحدة الكاملة الأولى ، واشغلي غرزة ساقطة فوق الغرزة الأولى مباشرة . وفوق الغرزة الثانية ، وفوق الغرزة الثالثة للقوس ( أى ٣ غرزة ساقطة ، فوق الـ ٣ غرزة الساقطة التي تكون القوس ) . ثم اشغلي ٣ غرزة سلسلة ، وغرزة ساقطة على التوالي ، فوق الغرزة الرابعة الساقطة ، والغرزة الساقطة الخامسة للقوس نفسها . ثم اشغلي غرزة ساقطة على التوالي ، فوق الغرزة الأولى والثانية الساقطة للقوس التالية . وبعد ذلك اشغلي غرزة ساقطة فوق الثانية والثالثة الساقطة للقوس التالي ، واشغلي ٣ غرزة سلسلة ، ثم غرزة ساقطة على التوالي ، فوق أول وثاني وثالث غرزة ساقطة للقوس التالية . وعقب ذلك ، اشغلي ٣ غرزة سلسلة ، ثم غرزة ساقطة على التوالي ، فوق رابع وخامس غرزة ساقطة لنفس القوس . ثم اشغلي غرزة ساقطة على التوالي ، فوق أول وثاني وثالث غرزة ساقطة للقوس التالية . وعقب ذلك ، اشغلي ٣ غرزة سلسلة ، ثم غرزة ساقطة على التوالي فوق رابع وخامس غرزة ساقطة لنفس القوس . كرري ما بين العلامتين .

- اعمل تشطيات الأطراف القصيرة ، بفرانشات مكونة من مجموعة من الحيوط ، طول كل مجموعة ١٥ سم . وركب الفرانشات سواء في كل قوس حرة ، أو في نقطة وصل كل شريط .

- وأصلي الشغل ، على أن تبدئي دائماً من الدورة الخامسة ، وعلى أن تشغلي دائماً سلسلة وغرزة ساقطة على قمة القوس الموجودة بجهة اليسار لآخر مروحة كاملة اشغلتها .

## الاشغال

- اشغلي شريطاً بغرزة المروحة المكونة من الشكل كاملاً . وعندما تنتهين كلية من شغل المروحة رقم ٤٢ أنهي الشريط ، بأن تغفلي آخر مروحة بغرزة سلسلة ، وغرزة ساقطة ، على قمة القوس الموجودة إلى يسار المروحة السابقة .

- اشغلي بعد ذلك شريطاً آخر ، على أن تبدئي كما بينا بالنسبة للشريط الأول ، بالشكل المكتمل . ثم ضعي بعد ذلك الشريط الأول يمين الشريط الثاني ، بالصورة التي تكون فيها آخر مروحة بالشريط الأول ، بجانب الشكل الكامل الذي بدأت به الشريط الثاني .

- وأثناء شغل الدورة رقم ٤ للشكل الكامل الذي يشكل بداية الشريط الثاني ، اشغلي ٥ غرزة ساقطة أسفل كل قوس من الـ ٥ أقواس السابقة . وفي القوس رقم ٦ اشغلي ٣ غرزة ساقطة ، ثم غرزة سلسلة ، وأخرجي إبرة الكروشيه من الحيوط ، أى من عين غرزة السلسلة ، وأدخل الإبرة في الغرزة الثالثة الساقطة ، التي توجد على اليمين مباشرة . بعد ذلك أدخل الإبرة من جديد ، في عين السلسلة التي سبق أن تركبتها ، وأخرجها من الغرزة الساقطة التي أدخلت فيها الإبرة ، ثم اشغلي بعد ذلك غرزة سلسلة ، ٢ غرزة ساقطة في القوس المشغولة . وبهذه الطريقة ، تكونين قد أوصلت الشريطين معاً . كرري ما بين العلامتين ، حتى تكمل شبك الشريطين معاً ، من جميع الجوانب . أوصلي القوس التالية بالوحدة المشغولة ، بالقوس التالية لآخر مروحة بالشريط الأول ، وأوصلي القوسين الثالثتين للوحدة المشغولة ، بالقوسين الحالتين للمروحة التالية الموجودة بالشريط الأول .

- اشغلي بعد ذلك ٥ غرزة ساقطة مباشرة ، أسفل القوس العاشرة والحادية عشرة والثانية عشرة للوحدة المشغولة بالشريط الثاني ، ثم اشغلي غرزة سلسلة .

- أقلبي الشغل ، ثم اشغلي غرزة ساقطة فوق كل غرزة من الغرز الثلاث الساقطة لآخر قوس للوحدة الأولى المشغولة . وعندما تشغلي أول مروحة للشريط الثاني ، متبعة في ذلك نفس الخطوات التي شرحناها لك ، بالنسبة لشغل المروحة الأولى بالشريط الأول .

- وفي نهاية الدورة رقم ٨ اشغلي غرزة سلسلة ، ثم غرزة ساقطة على قمة القوس الوحدة السابقة المشغولة والموجودة باليسار .

للدورة ، ثم اشغلي غرزة سلسلة من أجل الدوران .

## الدورة ٣

٤ غرزة سلسلة ، غرزة ساقطة فوق أول غرزة ساقطة التي توجد في جهة اليسار . كرري ما بين العلامتين ، وأنهى الدورة بغرزة ساقطة جداً ، فوق أول غرزة ساقطة توجد في بداية الدورة . وبذلك تكون قد تكونت لديك ١٢ قوساً ، ثم اشغلي غرزة سلسلة للدوران .

## الدورة ٤

اشغلي ٥ غرزة ساقطة ، تحت كل قوس تكون من الدورة السابقة ، ثم اشغلي غرزة سلسلة من أجل الدوران .

## الدورة ٥

٣ غرزة ساقطة في وسط القوس الأولى التي توجد باليسار ، ثم ٨ غرزة سلسلة ، غرزة ساقطة على الـ ٣ غرزة الساقطة للقوس السابقة ، و ٢ غرزة سلسلة من أجل الدوران .

## الدورة ٦

أدخل إبرة الكروشيه تحت قوس الـ ٨ غرزة سلسلة طائرة ، ثم اشغلي ١٥ غرزة عمود ، وأنهى هذه الدورة بغرزة ساقطة ، على أول غرزة ساقطة اشغلتها في الدورة السابقة ، واشغلي غرزة سلسلة من أجل الدوران .

## الدورة ٧

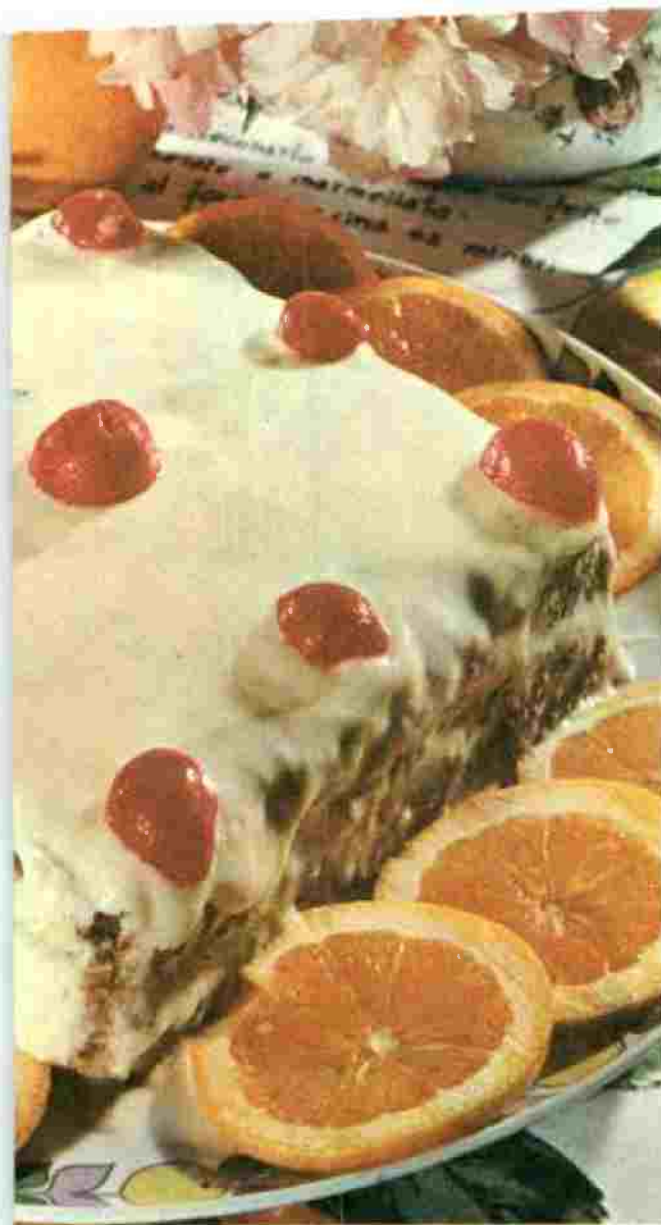
أدخل إبرة الكروشيه بين آخر غرزة ساقطة اشغلتها في الدورة السابقة ، وبين غرزة العمود التي تليها ، ثم اشغلي غرزة ساقطة ، و غرزة ساقطة أخرى فوق أول غرزة عمود توجد إلى اليسار . ثم اشغلي ٣ غرزة سلسلة ، غرزة ساقطة فوق كل غرزة من غرزتين العمود التاليتين . كرري ما بين العلامتين ، إلى أن تحصلي على ٧ فيولكات ، وأنهى هذه الدورة بغرزة سلسلة من أجل الدوران .

## الدورة ٨

اشغلي غرزة ساقطة فوق الغرزة الساقطة الموجودة بجهة اليسار . ثم اشغلي ٤ غرزة سلسلة ، غرزة ساقطة فوق أول غرزة من الغرزتين الساقطتين الموجودتين بجهة اليسار . كرري ما بين العلامتين ، إلى أن تحصلي على ٧ أقواس ، ثم اشغلي غرزة سلسلة ، و غرزة ساقطة فوق الغرزة الثالثة الساقطة للقوس الموجودة بيسار الشكل السابق ، بعد ذلك اشغلي غرزة سلسلة للدوران .

## الدورة ٩

٥ غرزة ساقطة أسفل كل قوس بالدورة السابقة ( وبهذه الطريقة تكون قد تكونت لديك مروحة ) . استأنئي الشغل من الدورة رقم ٥ واشغلي مروحة أخرى . وفي نهاية الدورة رقم ٨ اشغلي غرزة سلسلة ، ثم غرزة ساقطة على قمة القوس الأولى التي توجد بجهة اليسار للمروحة الكاملة . وعندما تشغلي الدورة التاسعة .



## برتقال بالجيلي وحلوى البرتقال

المقادير  
ست ثمرات برتقال - ٢٥٠ جرام سكر  
سترفيش - ٥٠ جرام سكر ناعم - ٢٥٠ جرام  
لشدة أو كريمه لبان - ليمونة - ورقنا جيلاتين  
« تقال » .

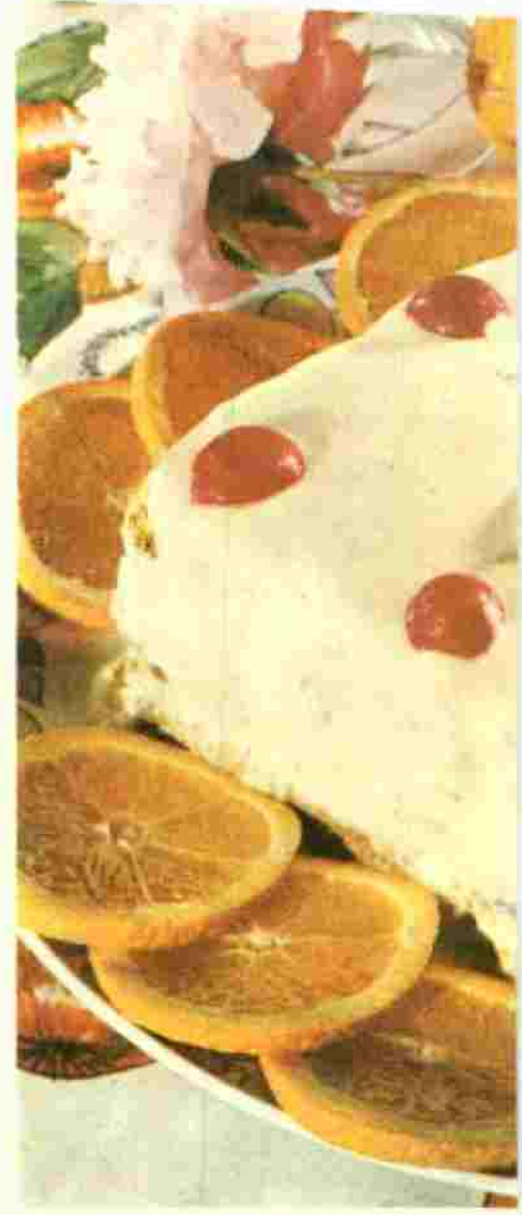
### الطريقة

- اختارى ثمار البرتقال المتساوية الحجم بقدر  
المستطاع ، وذات القشرة الرقيقة .
- وبقطع الفى ، اقطعى جزءاً من أعلى قشرة كل  
برتقالة ، وأخرجى قلب البرتقال من القشور ،
- ثم احتفظى بفصوص البرتقال جانباً ، على  
أن تستخدمى فى ذلك ملعقة صغيرة ، لكيلا  
تحدث أى قطع فى القشرة ، وبذلك تظل سليمة .
- ضعى قشور البرتقال هذه فى ماء مغلى لدقائق  
قليلة ، ثم اغسبها فى ماء بارد .
- يسكين صغير ، وبلعة متناهية ، قوى ينزع



- الجزء الأبيض لقشور البرتقال بقدر المستطاع ،
- ذلك لأن هذه القشور البيضاء ، تجعل طعم  
الجيلاتين يشوبه شئ من المرارة .
- انقى أوراق البرتقال « الجيلاتين » فى ماء بارد .
- صبى فصوص البرتقال بمنخل سلك ، أو  
مصفاة يدوية .
- ضعى عصير البرتقال فى كسرولة ، وأضفى  
إليه عصير الليمونة + السكر السترفيش .
- ضعى الكسرولة على النار ، واتركى العصير  
ليغل ، إلى أن يتكثف الشراب ، ويغلظ قوامه  
لحداً .
- وعندئذ انزعى الكسرولة من على النار ،  
وأضفى إلى العصير على الفور ، الجيلاتين  
المذاب تماماً ، وقلبيه بشدة ، حتى يختلط  
الجيلاتين مع شراب البرتقال اختلاطاً تاماً .
- صبى هذا الخليط فى طبق واسع وعميق ، وضعى  
الجيلاتين بالبرتقال فى الثلاجة ، إلى أن  
يتجمد .
- وقبيل تقديم سيق البرتقال بالجيلاتين بعشر  
دقائق ، قطعه إلى مكعبات ، وأملئى به  
قشور البرتقال .
- قوى يخفق القشدة برفقة ، حتى لا تنحول  
إلى زيد من شدة الحفق ، وأضفى إليها السكر

## روائع المطبخ



- خلص القشور من جميع الأجزاء البيضاء ، وقطعها إلى شرائح طولية .
- ضعي القشور لمدة دقائق في ماء مغلي ، ثم ضعيها في مصفاة ، ليصق الماء تماما ، ثم جففيها .
- فومي بوزن القشور ، وفي كسرولة ، ضعي نفس الوزن من السكر .
- أضفي إلى السكر ، ملعقة كبيرة من الماء ، وارفعي الكسرولة على نار خفيفة جدا ، مع التقليب المستمر ، بملعقة خشبية .
- وعندما يذوب السكر تماما ، ويصفر لونه ، أضفي إليه قشور البرتقال ، واستري في التقليب ، حتى يتكون لديك كراميل .
- وعندما يصبح لون السكر غامقا ، انزعى كراميل البرتقال من على النار ، وصبيه فوق سطح من الرخام ، مدعونا قليلا بالزيت ، أو أية مادة دهنية .
- اتركيه ليبرد إلى حد ما ، ثم افصل كل شريحة من قشور البرتقال عن الأخرى ، وجعل بها سطح حلوى البرتقال .
- وإذا كنت ستقدمين هذه الحلوى كوجبة عفيفة « تصيرة » ، فيمكنك أن تقدس معها عصير برتقال .

- ثم انزعى من داخله قشرة البرتقالة .
- أضفي إليه عصير برتقالين .
- اصري القشرة بحقة ، وأضيفيها إلى الكريمة .
- رشي قالباً مربعا أو مستطيلا ، بقليل من عصير البرتقال .
- صي في قاعه قليلا من الكريمة ، ورشي فوقها طبقة من ترائشات الحبز باليانسون المبلل ، لحظة إعداد هذه الحلوى ، في عصير البرتقال ، ثم غطيها بطبقة من الكريمة ، وهكذا حتى تقضى تماما من جميع المقادير .
- ضعي على سطح الحلوى ، ورقة مبلة بالزيت ، ثم نسي القالب في الثلاجة ، حتى لحظة تقديم هذه الحلوى .
- وعند تقديمها ، ألقى القالب في طبق تقديم ، وجعل سطح الحلوى ، بالكريز المحفوظ ، وحلقات البرتقال المشق .
- وفي استطاعتك أيضا ، أن تعدى كراميل من قشور البرتقال . وستقدم لك طريقة تجهيزها وهذه الكراميل ، يمكنك أن تغطي تماما سطح الحلوى ، فزيد من جمالها وقيمتها الغذائية .
- وإليك طريقة إعداد الكراميل :
- انزعى قشور البرتقال قبل عصره .

- الناعم ، وقلبيهما بحقة .
- ضعي القشرة المحفوقة في كيس من القليل ، بهايته بليلة .
- جعل سطح قشور البرتقال هذه القشرة ، أو الكريمة البالي .
- جعل الطبق بحلقات البرتقال المزينة بالقشرة المحفوقة .

## حلوى البرتقال

### المقادير

- رغيف حبز باليانسون وزنه ٣٠٠ جرام
- تقريبا - ٢٠ جرام دقيق - ٥٠ جرام سكر -
- ٢٥٠ جرام لبن - ١٢٥ جرام قشدة - بيضتان -
- أربع ثمرات برتقال - بعض ثمرات من الكريز
- المحفوظ - كبوت كريز - - عصير برتقال .

### الطريقة

- قلمي رغيف الحبز إلى ترائشات .
- اخلطي على البارد في كسرولة ، الدقيق + السكر + البيضتين كاملتين + صفار وبيض +
- + اللبن + قطعة صغيرة من قشرة برتقال ، لتعطى للكريمة رائحة جميلة .
- ضعي هذا الخليط على النار ، مع التقليب المستمر ، واتركيه يغلي لمدة خمس دقائق ، ثم ارفعيه من على النار ، واتركيه ليبرد تماما ،

## نخر الأسنان

من الأمراض الخطيرة التي تصيب الفم ، قلقلة الأسنان قبل الأوان ، وسقوطها المبكر ، بالإضافة إلى نخر وتسوس الأسنان .  
وتنشأ هذه الأمراض ، بصفة عامة ، بعد سن الأربعين ، إلا أن عددا من أمراض الأسنان ، يصيب - للأسف - الشباب ، وهي ظاهرة تزداد انتشارا ، يوما بعد يوم .

### مرض نخر الأسنان

وهذا المرض الذي ينبغي ألا تخلط بينه وبين سقوط الأسنان في سن الشيخوخة هو ما يعرفه الجميع منذ القدم باسم « الصديد للنخروفي » .  
ويرتبط مرض نخر الأسنان بعوامل السلالة ، كما أعلن ذلك الدكتور العلامة آرثر هرويسكا الذي ظل يعمل أستاذاً في هذا المجال منذ عام ١٩١٣ ، كما أنه ذو طابع وراثي ، بحيث ينتقل من الآباء إلى الأبناء ، بشكل ظاهر ، على نحو ما .  
وعندما يصف الطب نوعاً من الأمراض بأنه (علة ذاتية) ، أي أنه لا ينشأ ولا يتولد من مرض آخر ، فإن ذلك يعني أن المرض قد نشأ في المكان المحيط بالعضو المريض .

ففي حالة الإصابة بنخر الأسنان الذاتي ، نجد أن ظهور المرض ، يكون بطريقة عادية ، وبلا أعراض سابقة تقريبا ، وينتشر في الأسنان ، مع قدرة على الحركة غير قابلة للتفسير بشكل سريع .

وبمعنى آخر ، فإن الأسنان التي كانت حتى قبل اكتشاف المرض ، لا تسب آلاما ، والتي كانت ثابتة صلبة في أماكنها تبدأ فجأة في التقلقل من هذه الأماكن ، ثم تهتز .

وعند ذلك تنتابنا دهشة كبيرة ، نتيجة لأن مجموعة الأسنان التي تصاب بهذا المرض ، تكون عادة سليمة تماما ، كما أن الأسنان ، في حد ذاتها ، تكون لها تيجان ذات لون ناصع ، وليس فيها أي أثر للتسوس أو النخر .

إن هذه الحالة بالذات ، هي التي تبين كيف أن المرض لا يمكن في الأسنان ، ولا في الرابطة بينها ، ولكنه كامن في الأرضية التي تحيط بها ، وتحتويها .  
وبالإضافة إلى الشكل السليم لمجموعة الأسنان ، فإن هناك دائما حالات عديدة ، تكون فيها الإصابة مزدوجة ، أي تجمع بين التسوس والنخر . ومعنى آخر ، فإن وجود التسوس ، لا يمنع على الإطلاق ظهور النخر وبالعكس .

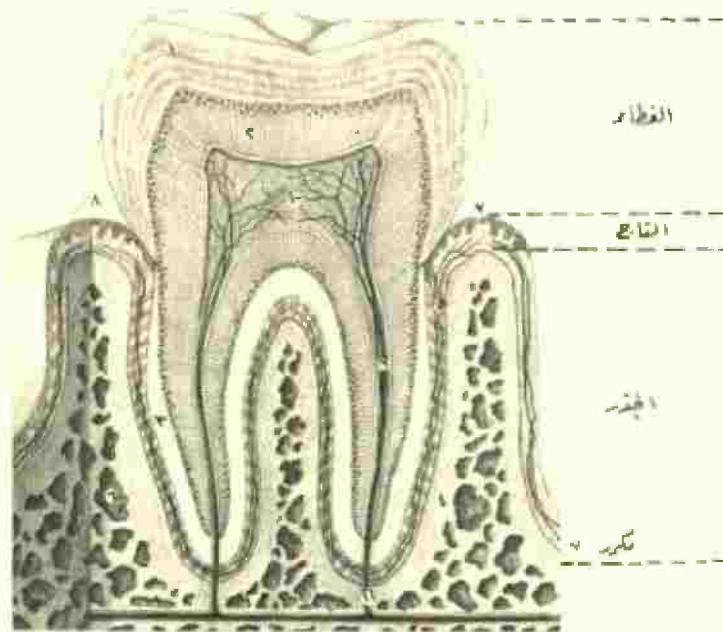
والمرض الذي نحن بصدده الآن ، يتخذ اسمه من تعبير طبي ، يراد به الإشارة إلى الأنسجة المختلفة ، والبنيان الذي يشكل الفك الأعلى ، والفك الأسفل ، في الجزء الذي تنغرس فيه الأسنان ، وتضم : اللثة ، وعظام التجويف بما فيها التجاويف نفسها ، والمادة الأسمتية في جذور الأسنان التي تربطها بعظام التجويف ، وتلك المجموعة الدقيقة من الأوعية الدموية ، والأوتار ، والأعصاب ، والخلايا الكثيرة ، التي تتكون منها أجهزة الربط بين الأسنان والعظام .

إن كل هذه المجموعة ، وظيفتها أن تسند الأسنان في أماكنها ، وتجعلها مشرعة في القم . والأرضية التي سبقت الإشارة إليها ، هي ما يحيط بالأسنان ، فكأن المرض يصيب هذه الأرضية ، ولا يصيب الأسنان نفسها .

وفي المرحلة التي يظهر فيها مرض نخر الأسنان ، ننتقل إلى جانب التقلقل المبني ، عدة أعراض ، منها التهابات اللثة ، والآلام التي تصدر عنها ، وحالات النزف البسيطة ، والإحساس بالألم حول الأسنان ، وعدم الرغبة في مضغ الطعام الصلب ، والشعور بتبيح عميق في اللثة .

ومع تقدم المرض ، يزداد الالتهاب ، كما تبدو عوامل أخرى معقدة ، ممثلة في عضويات ميكروبية ، تدخل في المناطق المحيطة بالأسنان ، حيث تتكاثر بسهولة ، في أرضية مهددة لذلك مسبقا . والتهاب اللثة بدوره ، يزداد خطورة ، ويجعل العظام التي هي أصلا مهددة للمرض وراثيا ، على أهبة الاستعداد لتلقي الإصابة . ويحدث ذلك عن طريق تكوين دائرة معقدة ، تأخذ في التدهور تدريجيا ، نتيجة للقلقلة التي تحدث للأسنان .

وقلقلة الأسنان هي العلة في شكلها الذاتي ، وهي تصيب على نحو ما ، جميع أسنان الصغار ، وإن كانت قد لوحظت في قطاع معين منها . ويتخذ ضصور العظام معدلا غير منتظم ، وغير متساو ، وبينما يكون في بعض الأحوال ، ذا شكل « أفقي » ، وفيه يتخذ الضصور العظمي شكلا متسقا ، ويتركز في عظام التجويف السفلي المعلن ، كما أنه في بعض الأحوال يتخذ شكل الجيوب العميقة ، التي تتكون بين جذور السن وبين العظام . فتحدث على المدى الطويل .



- |               |                |                |
|---------------|----------------|----------------|
| ١ المينا      | ٥ بؤبؤ التجويف | ٨ فراغ الاسنان |
| ٢ عاج الأسنان | ٦ قاعه         | ٩ قناة الجذر   |
| ٣ أسنانه      | ٧ لثة          | ١٠ لحم اللثة   |
| ٤ عظام        | ٨ مكرر (كثرة)  | ١١ نخر الفم    |
| التجويف       | التجويف        |                |

البور للصديدية ، التي تسمى ( بيورية ) . وفي هذه الحالة . تسمى الإصابة ( عمودية ) .

وتستمر هذه التغيرات في نحر الأسنان في التقادم . إلى أن يتم لفظ السن من مكانها .

### التهاب اللثة

على أن جهاز المضغ ، يتعرض بدوره لمجموعة من التغيرات والأمراض . ومن بينها التهاب اللثة .

ويمكن كذلك لالتهابات اللثة ، أن تظهر عليها أعراض شبيهة بأعراض نحر الأسنان ، فتؤدي بدورها إلى قلقلة سن واحدة أو عدداً أكثر من الأسنان .

ومع ذلك ، فإنه على حين أن نحر الأسنان يصيب . بأذى ذي بدء . التجويف العظمي بأكمله . إذا بالتهاب اللثة . يصيب في البداية ، الأجزاء اللينة فقط .

ويمكن لالتهابات اللثة أن تعالج وتشفى . ومن هنا فإنها تعتبر من الأمراض التي يمكن التغلب عليها . بينما نحر الأسنان مرض لا يبرء منه ، أي لا يمكن علاجه .

ولا يعنى ذلك ، على كل حال ، أن علاج الأسنان الحديث . لا يمتكئ الأسلحة والوسائل الفعالة حقيقة ، من أجل الاحتفاظ أطول ما يمكن بالأسنان في أماكنها .

### انحرافات الأسنان وعدم تطابقها ..

وإلى جانب التهابات اللثة . فإن هناك أسباباً أخرى قد تؤدي إلى حدوث الالتهاب ، وإلى قلقلة الأسنان . وضمور العظام في سن أو أكثر . ومن هذه الأسباب ، سوء وضع الأسنان . وغيوب عدم تطابقها .

وفي هذه الأحوال ، تكون الإصابة من قِبل العيوب الخلقية ، أي الميكانيكية التي يحدث بسببها ضغط ، يقلل من درجة مقاومة الأسنان . وعندما يتم علاج هذه العيوب ، فإن المريض يشفى ، وتعود أسنانه إلى حالتها الطبيعية . لكي تؤدي وظيفتها . وهكذا يمكن إنقاذ السن أو الأسنان المعتلة ، وجعلها تعمل ثانية .

وكما رأينا ، وبالنظر إلى كثرة الأسباب ، التي يمكن أن تصيب موضع الأسنان ، وبالتالي تهدد استمرار الأسنان في تأدية وظيفتها . وبقائها في أماكنها ، كان لزاماً أن تسارع لدى أول يادرة من الشك ، أو لدى ظهور أول أعراض أي مرض ، بأن نعرض أنفسنا على طبيب الأسنان .

وأفضل الطرق التي نستخدم في تشخيص أمراض الأسنان . هي الفحص عن طريق الأشعة ، التي تبين خبايا كل نصف دائرة الأسنان .

وبطبيعة الحال ، فإن هناك أعراضاً لا تخفى على طبيب الأسنان ، الذي يعرف منها . ويستطيع أن يفسرها ، ويضعها في مكانها الصحيح .

وفي عدد قادم ، سنتحدث بإسهاب . عن أنواع العلاج المختلفة ، وخاصة ما هو حديث منها ، ومدى قدرتها على الشفاء .

### ماذا يقول لنا تحليل الدم ؟ ( الجزء الثاني )

سرعة ترسيب الكرات الحمراء .

هذا النوع من تحليل الدم يفيد في إيضاح السرعة التي ترسب بها الكرات الحمراء في الدم . أي الكرات التي تحزن في قاع اختبار . وهو واحد من التحاليل القديمة للتأكد من الروماتيزم .

سرعة تخلط الدم

إنه التحليل الذي يقرر مدى الوقت الذي يستغرقه الدم لكي ( يتجلط ) .

مما يجعله يحول دون حدوث نزيف . وهنا نوعان من هذا التحليل .

- قياس زمن النزف . - وذلك بإحداث ثقب صغير جداً في الأذن . ثم قياس الوقت الذي ينقضي قبل أن يتوقف النزف البسيط الذي يحدث نتيجة لذلك . والوقت الطبيعي هو حوالي ثلاث دقائق .

- قياس سرعة التجلط . - ويصلح لتحديد الوقت الذي يستغرقه الدم في التجلط . ويحول دون خروج ريف أشد . والوقت الطبيعي في درجة حرارة ٢٥

مئوية . يتراوح بين خمس وثلاث دقائق .

فإذا زاد الوقت عن ذلك . كان معناه وجود أمراض متعددة كالسكري

أو حالة نسم أو عناصر آزوتية في الدم . وإذا قل الوقت عن ذلك ، كان هذا من أعراض عدة أمراض . منها الالتهاب الرئوي أو الروماتيزم الحاد .

اختبار السكر

هذا التحليل الذي يحدد كمية السكر الموجود في الدم . والنسبة المئوية الطبيعية

للسكر في الدم . يجب أن تتراوح بين ٠.٨ و ١.١ في الألف . فإذا كانت النسبة

أعلى من ذلك ( ٢ - ٣ في المائة أو أكثر ) . كان معنى ذلك إصابة بنوع من

مرض السكر ( حمض على ) . أو عدم كفاية وظائف الكبد . أما إذا كانت

النسبة أقل من ذلك . كان هذا إشارة إلى وجود نقص في كميات السكر . وذلك

له خطورة خاصة عندما يظهر خلال العلاج من مرض السكر

اختبار النروجين

وهذا التحليل أيضاً الذي يعنى بكثرة لتحديد مدى قيام الكلوتين بوظائفهما .

له أهمية كبيرة . فهو يبين كمية الأروت أو النروجين الموجودة في الدم . التي

تكون منخفضة للغاية في الظروف الطبيعية . أي ما بين ٢٥ إلى ٤٠ سنتيغرام

من الأروت في كل لتر من الدم

اختبار وظائف الكبد

اختبارات وظائف الكبد في الغالب تكون غاية في البساطة . فهي تجري

لمعرفة إذا ما كان يوجد في الدم عناصر لا تظهر في الحالات الطبيعية ( كالصفراء

على سبيل المثال ) . وإذا كان هناك تغيير قد طرأ على النسب المختلفة في الدم .

ومن هنا فإن هذه التحليلات نجى في الغالب سلبية للأشخاص الطبيعيين .

على حين تكون إيجابية في مرضى الكبد .

ويمكننا أن نشعر بالغبائية في كل مرة نقرأ فيها في ذلك البياض كلمة ( سلبى ) .

بينما يتعين علينا أن نعد أنفسنا لنظام تغذية صارم وعلاج خاص . إذا قرأنا

فيه كلمة ( إيجابي )

اختبارات الجراثيم

وهناك أحوال كثيرة . يشك فيها الطبيب في وجود مرض معد . وعند

ذلك يتصعب بإجراء أحد هذه الاختبارات على الدم . وتفيد في الكشف عن

جراثيم معينة في الدم . أو وجود عناصر معينة ( مثل البكتيريا أو الفيروس ) .

ومن هنا فإن كشف التحليل بعمل كلمة ( سلبى ) عندما لا تكون هناك

عدوى . وكلمة ( إيجابي ) في الحالة العكسية .

## علم نفس

خاطيء . فلا تدعى السرعة . والعمل . ومشاعلك والرغبة في السلطة . تقف حائلا بينك وبين أولادك أو أن تقلل من حنانك نحوهم . فالأبناء أحوج ما يكونون إلى الحنان .

### (٢) الأمان

إن عالم الحياة . يكون دائما عالما غريبا بالنسبة للطفل . فهو يحتاج إلى من يفهمه شيئا فشيئا . حتى يصل إلى المرحلة التي يمكنه فيها أن يكون آمنا مطمئنا . ساعديه في هذه الناحية . من حيث احتياجه للأمان والطمأنينة . أجبني عن كل أسئلته بطمينة مناسبة . اشرح له . بقدر الإمكان . كل ما يود معرفته وحاول أن تقلل من المشاكل التي تشغل باله .

### (٣) العدالة

إن تكوين أخلاقيات الطفل . قد تكون رهنا بما تقدمه يداك . فعليك بالجدية والحياد وعندما يكون لابد من التعلق بكلمة « لا » فهي « لا » . وعندما تكون « نعم » فهي « نعم » . ولا شيء غير ذلك . فتعك لطفك من إتيان عمل ما . يجب ألا ينصب عليه وحده . ولكن ما يسرى عليه يسرى على الآخرين . ولا تتركى مجالا لتغيير ملكك بين يوم وآخر . فلا تكونى صارمة اليوم . متساهلة غدا . ولكن اعلمى أن الطفل يحتاج إلى ملك يقدم بالاستقرار والثبات .

### (٤) الطفل الصالح

الحديث الطيب . والنصائح . والإرشادات . لن تكون ذات فائدة مجدية . إذا لم تكن مصحوبة بالمثل الصالح . والحو العائلي المناسب . وما من شك . في أنه من الصعب الوصول إلى الكمال . ولكن يمكن بقدر الإمكان . تجنب الخطأ . ومحاولة إظهار الجانب الطيب للأبناء . لينموا به . خاصة عندما يكونون في سن صغيرة . تفرس عليهم محاكاة أقرب الناس إليهم . وهم الوالدان .

### (٥) تربية متدنية

هذا العنصر أساسى في ارتباط أفراد الأسرة . كل بالآخر . فهو يعتبر بمثابة كثر أمين . يجب عليك أن تراعيه . وأن تحافظى عليه . فإنه يذلل العقبات . وقد يكون ستدا في الأوقات العسيرة .

وهناك أم أخرى تجيب بالآتى : « لا شيء » . إننى حتى الآن . لم أنجح أبدا في إعطائهم كل ما يريدون . هذه هي الإجابة التي تقولها الأم المثالية حقا . إنها دائما تشعر بأنها لم تعط . وأنها لابد لها من المزيد لتعطي لأولادها . إنها تبحث عن الظروف الأفضل . والوضع الأحسن . إنها تشعر بالمسئولية الكبرى الملقاة على عاتقها . هذه هي الأم التي تفيد فائدة كبرى . والتي تعد الأكثر نفعاً لأولادها .

« ما الذى يمكننى عمله لم أكثر من ذلك » . هذه إجابة أخرى . إنها إجابة الأم الغنية . التي لا تفكر إلا في توفير أسباب الرفاهية لأفراد أسرتها . أكثر من أى شيء آخر . فهي تعتنى بالمسكن . والملابس . والمأكل . وكل ما يعنىها أن يكون أولادها في صحة جيدة . ثم تكون النتيجة . أن يعتبر الأولاد عكس ذلك تماما . بالرغم من كل ما تفعله الأم .

أما الأم الفقيرة التي لا تفكر إلا في الطريقة التي توفر بها الملابس اللازمة لأولادها . والأدوات المدرسية التي يطلبونها . وجميع المطالب الأخرى الملحة التي لا يمكن للأسرة أن تستغنى عنها . فلنأثر دائما بعجزها أمام مسئولياتها . وقد يؤثر ذلك كثيرا على نفسها . ومحبتي بصفة عامة . هذه الأم يكون أولادها أكثر عرفانا بالجميل . وأشد تواضعا من غيرهم .

من ذلك يتضح أن الإجابات كثيرة ومتعددة . وأنها تختلف من أم لأخرى بالرغم من أنها متعلقة بموضوع واحد . وهو الاحتياجات الأساسية للأبناء . والتي غالبا ما تكون متشابهة في جميع الأحمال . ولا تختلف من حيث الفقر أو الغنى .

ولكن في الواقع : ماهو الذى يحتاجه الأبناء فعلا؟

### الحب والحنان

بأنى هذا في المقام الأول . وفيل كل اعتبار آخر . فإذا أحبت ابنك حبا عميقا فلا تخافى من الردى في أخطائه . فإن دافعك . وإصرارك على عاطفتك . سيكون المرشد لك في جميع تصرفاتك . وسيكون أيضا المنبر لك . إذا ما صرت في طريق



هل يمكننى  
إعطاء أطفالى  
كل ما هم  
بحاجه إليه ؟

هل يمكننى إعطاء أطفالى كل ما هم بحاجة إليه ؟ قد تكونين على وشك أن تصبحى أما . أو تكونين قد أصبحت أما بالفعل . وأنت سادرة في إلقاء هذا السؤال .

لا شك أن هذا السؤال قد طرحه كل أم . حتى لو كان ذلك مرة واحدة خلال حياتها . ولا شك أيضا أنها بحثت كثيرا عن إجابة له . والإجابة على هذا السؤال . تختلف من شخص إلى آخر . وليست بالضرورة مرتبطة بالحالة الاقتصادية للأسرة . « لقد أعطيت كل شيء لأولادى . كل شيء » . هذه هي العبارة التقليدية التي تقولها كل أم تشعر في قرارة نفسها . بأنها قد ضحت كثيرا من أجل أولادها . ولكن الجدير بالذكر . أن هذه الأم . إذا ما شعرت بأن عطاءها لأولادها . يمثل بالنسبة لها تضحية كبرى . مما يجعلها تشعر بالأسف . فلنأثر تكون قد أعطتهم . بالإضافة إلى سائر تضحياتها . جميع حزنها . وجل ضيقها . وكل أعصابها .

#### سعر النسخة

|                  |                    |                   |
|------------------|--------------------|-------------------|
| ج ٤٠٠ - ١٥٠٠     | اليمنيين ٢٥٠ - ٢٥٠ | السودان ١٥٠ - ١٥٠ |
| ليبيا ١٢٥ - ٢٥٠  | قطر ٢٥٠ - ٢٥٠      | فلسطين ٢٥٠ - ٢٥٠  |
| سوريا ١٥٠ - ٢٥٠  | درب ٢٥٠ - ٢٥٠      | تونس ٢٥٠ - ٢٥٠    |
| الأردن ١٥٠ - ٢٥٠ | أبوظبي ٢٥٠ - ٢٥٠   | البحرين ٢٥٠ - ٢٥٠ |
| العراق ١٥٠ - ٢٥٠ | السعودية ٢٥٠ - ٢٥٠ | عمان ٢٥٠ - ٢٥٠    |
| الكويت ٢٥٠ - ٢٥٠ | عمان ٢٥٠ - ٢٥٠     | قطر ٢٥٠ - ٢٥٠     |

Copyright pour le monde  
Frédéric Fabon, Milano  
1974 Copyright pour l'édition arabie  
EDITHA SA - Genève

توزيع على جميع دول العالم باستثناء دول الشرق الأوسط

#### كيف تحصلين على نسختك

- أطلبين نسختك من مجلة الصباح والأخبار وتكتاتيك كل من الدف العربة
- إلا لم تتكلى من الحصول على عدد من الأعداد الخمسين -
- ل ج م ع - الإشراف : إدارة التوزيع - عرب مؤسسة الأهرام - شارع جلال - القاهرة
- في البلاد العربية . الشركة الشرقية للنشر والتوزيع - بيروت - ص ١٥٧٧٨