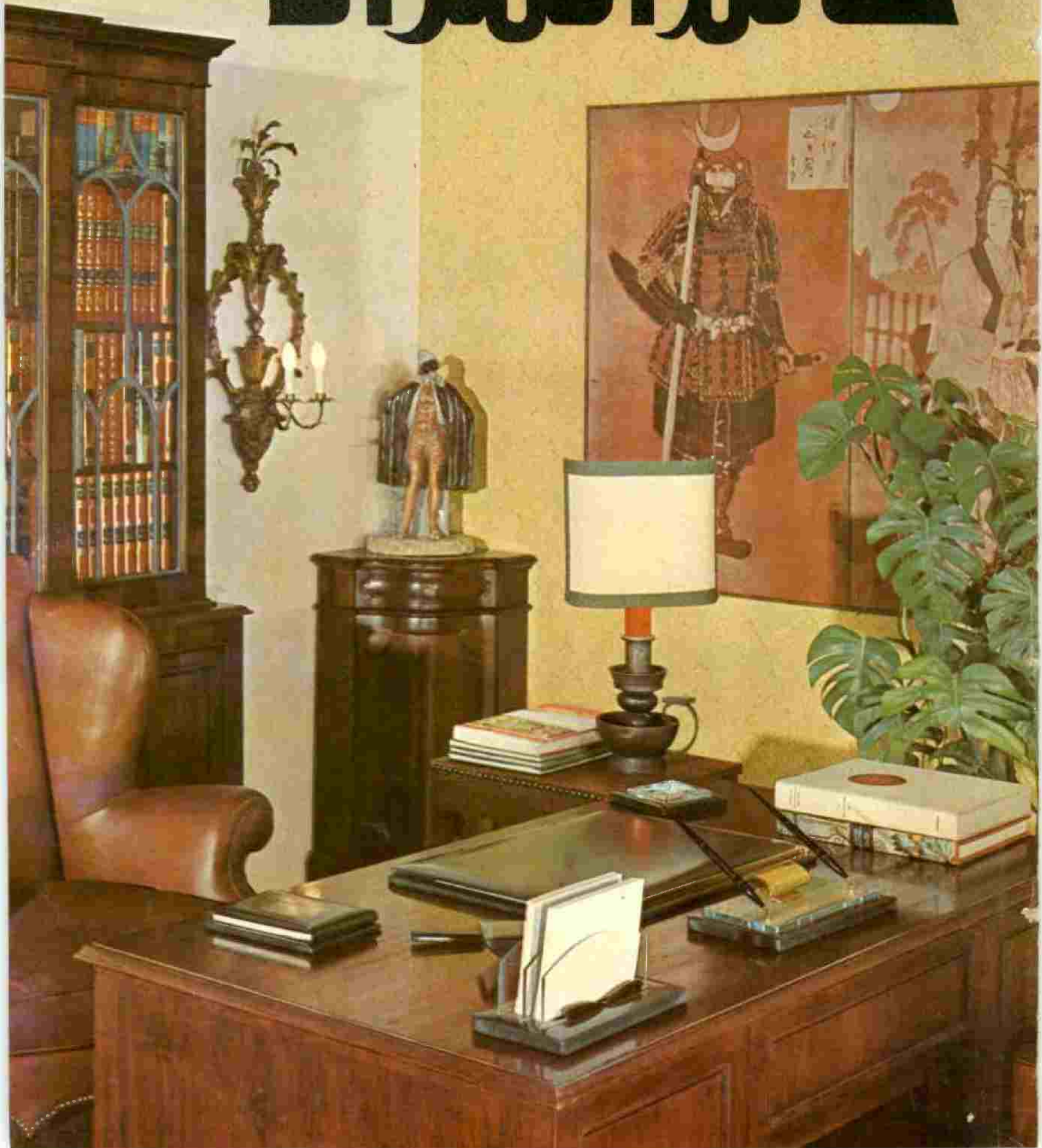


السنة الثالثة
العدد المأخر بعد المائة

عالم المرأة



في هذا العدد:

- كيف أنت وكيف تصبحين بعد
- الماكياج - ماكياج لوجه مئو بالتجاويف
- فن التحدث
- تصبهات شانيل تصيف ١٩٧٦
- كيف تنظم اللوحات
- الطمطنل والطبيعة
- الخزرف الانطيرزي
- وجبات عملية
- جاكيت بيچ
- الخزرفونك

موسوعة
عالم المرأة

كيف أنت وكيف تصبحين بعد الماكياج ماكياج لوجه مئو بالتجاويف



١ - إن وجه هذه السيدة ، منسط
الأسارير ، إلا أنه يتميز بالمخطوط غير
المنظمة . العينان صغيرتان إلى حد ما
وغائرتان . الأنف واضح وكبير إلى حد ما
أيضاً . والبشرة مليئة بالكلف (الفش) .
وجميع هذه الملامح . هي العيوب الأساسية بهذا
الوجه . والتي يتعين - بالضرورة - إصلاحها
وتهدئها . بل والعمل على إخفائها .

٢ - بأطراف الأصابع . إفردي على
البشرة النظيفة جداً . طبقة رقيقة من كريم
الأساس .

٣ - في القنوس الموجودة أسفل
الحاجبين . ضعي مسحة خفيفة من الظل

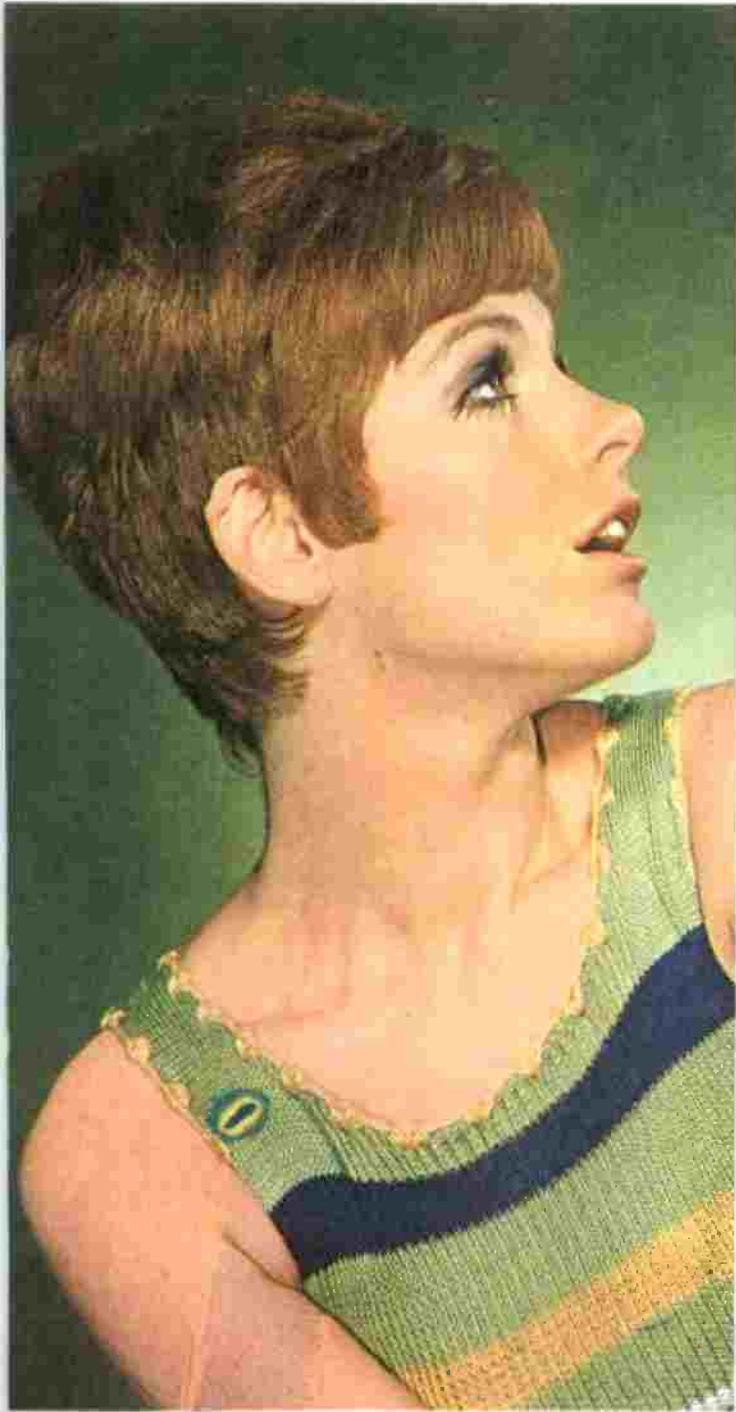


تجميل

٩ - أما الشعر الكستاني المائل إلى الصفرة فهو مقصود قصيراً جداً . ولاشك أن هذه الترسحة . مناسبة تماماً للوجه الشاب المحدود القسبات . ذلك لأنها تزيد من تعقيد الخطوط وقسبات الوجه . وتتطلب أن تكون قسبات الوجه صغيرة ورقيقة جداً . وفضلاً عن ذلك . فإن هذه الترسحة عملية جداً بالنسبة للمرأة الرياضية . التي تهرب من الجلسات الطويلة عند مصفف الشعر «الكوافر» . كما أنها قصة رائعة . من السهل



الأبيض . يضيق على هذه المنطقة الإشراقة . ويجعلها « مضيئة » . وفي منتصف منطقة الجفن . ارسمي هلالاً صغيراً على شكل إسبع موز . بالظل البني اللون . وفوق العين . ضعي طبقة رقيقة من الظل . من اللون الأخضر الفاتح . الذي يضيق على العين . بريقاً وإشراقاً . ويجعل حدقة العين مضيئة .
٤ - أما الشكل البيضاوي الطويل . فيمكن تصحيحه . بفرس قليل من كريم الأساس . في خط متواز مع خط العين .



٥ - بقطعة من الفظن . إفردي على الوجه . طبقة رقيقة من البودرة . من نفس لون كريم الأساس المستخدم . لكي تحصل على بشرة متجانسة غير شفافة .

٦ - ارسمي بالآي لاينر . خطأ رقيقاً يحدد فقط الجفن العلوي . وذلك بهدف إبراز خط العين الذي يتخذ شكل اللوزة . أما الحاجبان . فيتم عمل ماكياج لها . بعدد من الخطوط الصغيرة . مع تنسيقها بالفرشاة إلى أعلى .

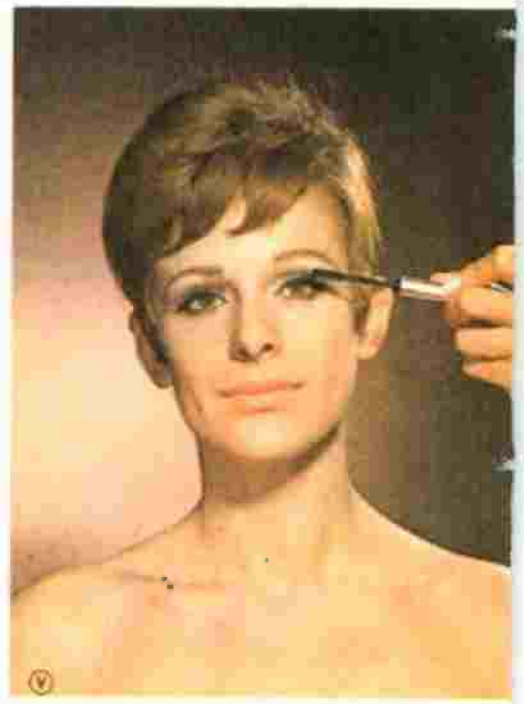
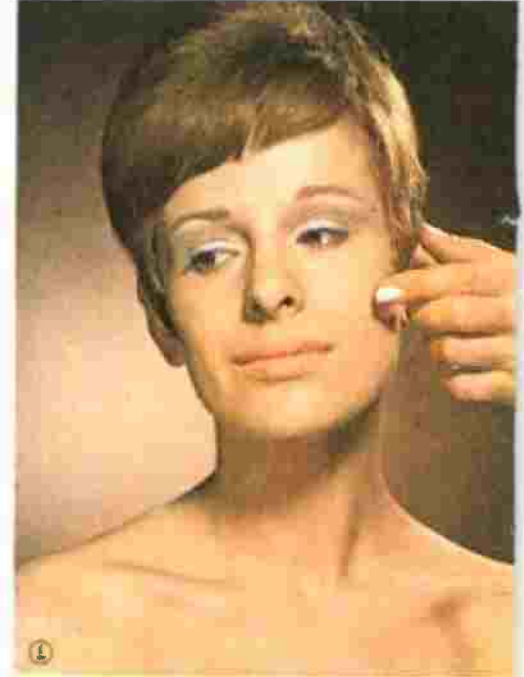
٧ - ضعي على الرموش . طبقة من الماسكرا السوداء اللون . هذا ويلاحظ أن استخدام الماسكرا . يزيد من كثافة الرموش . فتبدو متناسقة مع ألوان الظلال المستخدمة . وهي تسهم أيضاً في إضفاء مزيد من العمق والحاذية على نظرائك .

٨ - كما أن لمسة من أحمر الشفاه . لا بد أن تبرز خطوط الفم . وتضيق عليه مزيداً من السحر والجمال .

وإذا أردت الحصول على ماكياج رقيق . ففقط استطاعتك ان تحققي « الشمس » باستخدام قلم بتي . وهو « الشمس » الذي تستطيعين إخفاءه بطبقة من كريم الأساس .

ومن الضروري . بطبيعة الحال . أن تلجئي إلى تصحيح هذه العيوب في حالات محدودة . وأن تكون يدك خفيفة جداً . حتى لا تثقل على خطوط الوجه .

ونتيجة هذا الماكياج . هي أن وجه هذه السيدة . أصبح أكثر حيوية وشباباً . كما أن هذا الماكياج أضيق على وجهها . مزيداً من الجمال والأنوثة .



لون الشعر أفسر مائل إلى الذهبي .
وتتميز هذه التريحة ، بخصلات مفرودة ،
وأخرى بموجة ، وتسقط بعض هذه
الخصلات ، في منظر جميل ، فوق الجبين ،
على جانبي الوجه . وهذه التريحة الجميلة ،
تلائم تماماً الوجه البيضاوي الشكل ، الشديد
الطول ، لأنها تحدد من هذا الطول ، ولذلك
فإنها تعتبر عنصراً أساسياً في تصحيح هذا
العيب . ونعني بذلك الاستطالة الشديدة في
شكل الوجه ، ونضق عليه الاستدارة التي
يفتقدها .

الخلف ، غير أنه يغطي العنق ، ويصل من
الأمام حتى نهاية الأذنين . كما أن هذه
التريحة الجميلة تصلح جداً للمناسبات
الهامة ، وتصلح أيضاً للشعر الناعم الطبيعي ،
وكذلك للشعر المفرد باللكوة أو
الباليرمينات .

١١ - أما هذه التريحة الحديثة ،
فتلائم إلى حد بعيد السيدات في سن
الثلاثين ، وهي تبدو كالتاج فوق رأس هذه
السيدة ، فتريد من جمال ملامح وجهها
وفنتها .

تجديدها من حين لآخر ، كذلك فإنه من
السهل جداً ، غسل الشعر من حين
لآخر ، بنوع جيد من الشامبو لأن العناية
بالشعر ، أمر لا غنى عنه ، بل لا بد منه ، من
أجل الحفاظ على جمال هذه التريحة
والقصة .

١٠ - شعر أفسر غامق ، مقصوص
مدرج ، تتساقط خصلاته الجميلة فوق
الجبين ، وعلى جانبي الوجه ، مع وجود
فرائشه تسدل فوق الجبين ، ويندرج من



فن التحدث

قطع حديث الأخرين أو تصحيحه لهم

فصل المجتمع



٤ - لا : تجس أن تلتصق حديث زوجك .

مفاجيء ، أو لتحويل دفة الحديث إلى موضوع آخر . وإذا كان الأمر كذلك ، فن البدعي أيضا ، وجوب عدم قطع حديث الشخص الذي يتحدث إلى آخرين أثناء وجودنا .

وحتى في حالة ما إذا كان الحديث مكرراً ، أو مملأ ، أو غير ذي أهمية ، أو لا يخصنا ، فإن قواعد الفوق ، تتطلب منا التذرع ببعض الصبر ، وعدم إظهار شيء من الضيق أو التبرم .

إذا كان المتحدث هو الزوج

حتى إذا كان المتحدث هو زوجك ، فن المستحسن عدم قطع حديثه أو تصحيحه ، ولكن عليك أن تنتظري حتى ينتهي من حديثه ، ثم تبدئي أنت حديثك .

وليس هناك من منظر كريمة ، مثل منظر الزوجة التي تكون ضمن مجموعة من الأشخاص أو الأصدقاء ، وفي أثناء حديث الزوج ، أو سرده قصة معينة . تحاول أن تصصح له خطأ وقع فيه ، أو تضيف معلومة إلى حديثه .

ليس من حق الزوجة أن تفعل ذلك ، إذا كانت يفسدها مع زوجها ، فما بالنا إذا كان ذلك أمام الآخرين . وينطبق نفس الكلام أيضا على الزوج تجاه زوجته .

تجنب الخطأ

فئة حالات خاصة يسمح فيها بقطع حديث المتحدث ، أو تصحيح الخطأ ، بل يكون من الواجب والمهتم ، القيام بذلك ، ومنها أن يكون المتحدث متورطاً في الحديث ، بحيث يسيء إلى أحد الموجودين ، دون أن يشعر ، أو أن يكون حديثه في أمور خاصة بالنواحي السياسية ، أو بشئون الحكم ، مما يشكل بعض الخطر عليه .

في هذه الحالات ، يكون من الواجب قطع الحديث ، وتحويل مجراه إلى موضوع آخر .

قطع الحديث

إذا كان من غير اللائق ، تصحيح الأخطاء ، فإن ما هو أفدح من ذلك ، قطع حديث المتحدث ، فسد يعتبر ذلك في بعض الأحيان ، من قبل عدم الكياسة واللياقة .

لذلك كان من المتعين ، عدم قطع حديث الشخص الذي يتحدث إلينا ، مهما كان السبب ، سواء كان ذلك للتصحيح ، أو لإلقاء سؤال

نلتق أحيانا في المجتمع ، ببعض الأشخاص الذين يبدأون على تصحيح الأخطاء التي قد يقع فيها الشخص المتحدث أثناء حديثه ، وذلك كعقوب من إظهار الحيرة والتفاقة ، أو قد يحدث ذلك عفوا دون قصد . والمدير بالذكر ، أن هذه العادة تعتبر جد سيئة ، خاصة إذا ما حدث ذلك أمام أشخاص آخرين .

إلا أنه يمكن قطع حديث المتحدث ، وتصحيح



٢ - نعم : يسمح بتصحيح خطأ الشخص إذا كان بفرده .



١ - لا : قطع الحديث معناه إخراج المتحدث .

الخطأ في الحالات الآتية :

١ - عندما لا يكون هناك أشخاص آخرون يستمعون إلى الحديث ، وبالتالي إلى التصحيح .
٢ - عندما يكون الخطأ فادحا جداً ، وقد يشكل خطراً على قائله .
٣ - عندما لا يكون هناك شخص أكبر سناً ، قادر على القيام بذلك ، مثل الأب ، أو الأم ، أو المعلم .

٤ - عند الشعور بأن المتحدث يتقبل ذلك بروح طيبة ، دون تبرم أو ضيق من جانبهم وفيما عدا هذه الحالات ، يجب ترك الشخص يخطئ . فنطق كلمة أو حرف خطأ ، أو ذكر تاريخ خطأ ، أو سرده قصة مبالغ فيها . كل ذلك لا يستدعي منا أن نقطع الحديث ، ونظهر لجميع الموجودين ، الخطأ الذي وقع فيه المتحدث ، والذي قد يكون الآخرون لم يفسطنوا إليه بدورهم .



٣ - لا : محظور قطع حديث من يتحدث إلى آخرين .



تصميمات شانيل لصيف ١٩٧٦

إعداد وتقديم : نادية خيرى

هذه باقة مختارة ، مما قدمه بيت أزياء شانيل
لصيف ١٩٧٦ .
① - فستان من الجرسية الحرير الأبيض ، له
ثلاث كسرات عميقة فى الجيوب ، ومعه معطف
من النسيج المجدول .

وكذلك الفساتين ذات الأكمام الطويلة . أما طول
الأزياء ذاتها ، فهو تحت الركبة مباشرة .
أما الخط العام ، فإنه الخط المستقيم من
الجانبيين ، وبه أحياناً كسرات ، تعطيه الاتساع
المطلوب .

يتميز بيت أزياء شانيل ، بأنه يقدم دائماً
أزياء تتسم بالقصة الفنية ، والمظهر البسيط ،
وتميل إلى أزيائه ، المرأة الرزينة الهادئة الطبع .
وقد قدم هذا البيت ، مجموعة متنوعة لصيف
١٩٧٦ ، من بينها عدد كبير من «التابيرات» .



تمثل اتجاهات موسم صيف ١٩٧٦ .

أزياء

① - الأسود . الكول والأساور من الحرير الأبيض .
والفستان له « إشارب » من الشيفون الأسود ،
يعقد من الأمام على شكل الفراشة .
② - للسهرة ، تونيك من القمماش اللامع ،
ومعه جوب بلسيه من الحرير الأبيض ، وخطوطه

① - تاير للنهار ، من التيل المربعات الكحلي
مع الأحمر . الجسكت بأربعة أزرار ، وهي
قصيرة . والجوب مستقيمة ، بها كسرات
عميقة .
② - فستان لبعث الظهر من الكريب

كيف تنظم اللوحات والطبوعات والطرانيا على

جدران منازلنا

تة أهمية بالغة لتجميل جدران المنزل باللوحات والملصقات والطرانيا ، أو بأية عناصر أخرى ، يمكن أن تسهم في إثراء الجانب الجمالي ، ومصدر هذه الأهمية ، هو إحساسنا بأن الجدران الحسالية ، إنما تؤدي إلى عدم الانسجام والانتزان في شكل التأثيث العام ، بينما يؤدي وجود هذه العناصر ، إلى إنهاء ، أو - على الأقل - التخفيف من العيوب ، أو نقاط الضعف التي قد يتضمنها نظام التأثيث ذاته ، وذلك عن طريق التناغم بين مناطق الاتصال ، والفصل الذي يتم بين السقف والأرضية ، وعن طريق توزيع العناصر ذات الأهمية على المناطق المختلفة للمكان .

والجدران عبارة عن مسطحات هندسية ، يتم شغلها بلوحات أو عناصر ، هي بدورها مسطحات هندسية ؛ ويتم العلاقة بينها ، تبعاً لطبيعة العناصر ، والمكان ذاته ، إذ لا توجد قاعدة بعينها ، يمكن تطبيقها حرفياً على كل الحالات . ومع ذلك ، فهناك ميدان أساسيان ، يمكننا الانطلاق منها : الأول ، وهو يتركز على تجميع العناصر في مسطح معين من الجدار ، أما الثاني فيهتم بنظام العناصر المنتظمة في هيئة صفوف ، سواء أكانت رأسية أم أفقية . وهو أمر يعتمد على دقة عين الإنسان في ضبط العلاقة بين نقطتين متباعدتين . وعلى أية حال ، فالصفوف الرأسية ، يمكن أن تكون في محاذاة أحد الأبواب ، والأفقية في محاذاة إحدى قطع الأثاث .

واللوحة (منظر طبيعي ، طبيعة صامتة ، أو صورة شخصية « بورتريه ») التي كانت خلال القرن التاسع عشر ، تحتل الجدران الرئيسية للمكان ، أصبحت اليوم مرتبطة بتقدير آخر في التنظيم والترتيب داخل منازل العصر ذات الاتساع الأقل ، والأثاث الحديث . وهو ترتيب تابع من كونها لا تحتل الجدران بمفردها بالضرورة ، فهناك من يشاركها في ذلك ، كالمصقات والرسوم



تكوين المجموعة من الإعلانات والطبوعات التي انتظمت تحت قيادة حسن لوى مرهف . الإعلانات منشئة مباشرة بواسطة ديباسي الرسم . أما الطبوعات المزودة بأطر خشبية مظللة باللون الأسود ، فهي بمثابة تكرار لحلق المدخل . من تصميم «فرانكو مانزوكيلى تارتالينو»

والاعلانات . . إلخ . إنه ترتيب يتم بالهجة ،
ويوحده الرؤية العامة لكل العناصر مجتمعة . فلقد
أصبحت الرؤية المتكاملة للوحات ، كالرؤية المتكاملة
للكتب ، تمثل عاملا قادرا على الإيجاء بالدوق
الفنى ، والثقافة العامة لأصحاب المنزل . وفي هذا
الصدد ، علينا ألا نغفل دور الامكانيات المادية في
تحديد قدرة المرء على اقتناء اللوحات الأصلية . فإذا
لم تتوفر القدرة المادية ، يكون الاتجاه إلى اقتناء
أعمال المحفر والليتوجراف ، التي تعد أيضا أعمالا
فنية ذات قيمة عالية ، لأنها موقعة مباشرة من
الفنان . حتى وإن كانت أقل .

ويسهم طراز التأنيث ، بطبيعة الحال ، في تحديد
نوعية اللوحات المراد ترتيبها على الجدران . ليس

فقط من أجل توحيد نوعية العناصر ، ولكن أيضا
لتلاقي النشاز ، وعدم الانسجام .

كما أن طريقة تسليط الإضاءة ، تسهم إلى حد
كبير ، في وضوح اللوحة بشكل جيد ، أو غير
جيد ، فاللوحة المعلقة على الجدار ذي النافذة ،
تبدو أقل قيمة أثناء النهار ، وذلك لسوء توزيع
الإضاءة . وهي نفسها ، وعلى نفس الجدار ، تصبح
ذات شأن آخر ، عند استخدام ضوء صناعي جيد .
فإذا وضعت على الجدار المقابل للنافذة ، فإنها
تعرض لانعكاسات ، قد تضر بحسن رؤيتها . وإذا
جاء الضوء جانبيا ، فإن ذلك من شأنه أن يفضح
العيوب ، وقد يشوه رؤية اللمسات ، أما الإضاءة
التوجيهية ، فهي التي تسقط على اللوحة بزوايا

قدرها ٤٥° ومن اتجاه مماثل اتجاه انتشار الضوء في
اللوحة ذاتها ، عند ذلك تبدو كل تفاصيل اللوحة
وبروزاتها ، في أفضل هيئة . وبالنسبة للوحة ذات
الإطار الزجاجي ، فإنه لا يمكن - لسبب
الانعكاسات التي يصدرها الزجاج - وضع المصدر
الضوئي أمامها مباشرة . ولهذا فهناك مصابيح خاصة
ذات أفتحة ، تسمح بإصدار إضاءة مناسبة ، في
حدود أبعاد اللوحة فقط . وبطبيعة الحال ، فإن مثل
هذه الإضاءة ، يتم تركيبها عندما تكون اللوحة ذات
قيمة عالية .

كيف نعلق لوحاتنا فوق الجدران ؟

لكي نؤمن إمكانية تحريك اللوحات ، وتغيير
مواقعها وارتفاعاتها ، دون إحداث ثقوب كثيرة في



الجدران ، فإن النظام الأمثل ، هو تثبيت عوارض
خشبية مستمرة في الجزء العلوي من الجدران ،
وتزويدها بمشابك أو (علاقات) على مسافات
متقاربة ، تصلح لأن تتدل منها خيوط من النايلون

حجرة نوم صممها « فيوريو » لأحد جامعي اللوحات المعاصرة . إلى اليسار لوحة كبيرة للمصور
« باج » التي اقترح شكل الإطار ، وقام بتلوينه بنفسه . إن التناغم بين الأحجام الكبيرة والصغيرة ،
نراه وقد تحقق لوجود اللوحة الصغيرة الأفقية الاتجاه . على الجدار المقابل ، تساعد لوحتين للفنان
« لوتشيو ديل بيتزا » . الكبيرة لها إطار بسيط . أما الصغيرة (المصنوعة على الورق) فهي ذات
إطار يحيط بشباك عريض من الورق الملون الأبيض .



أمثلة متنوعة لأطر اللوحات : إطار كلاسيكي من الخشب المذهب ، يحيط بصورة شخصية « بورتريه » من القرن الثامن عشر . إطار ذو تركيبة شعبية ، تعود إلى القرن السابع عشر ، مزود برسوم ملونة ، وهو من اقتراح الفنان « باج » صانع اللوحة . ثم إطار حديث مغلق ، أُرسيته فضية ، ومحاط بإطار ذهبي ، ويحتضن لوحة للفنان « فونتانا » وأخيراً إطار رفيع من اللوزين الفضي والأبيض ، يحيط بلوحة حديثة للفنان « إميليو ناديني »



أو المطبوعات . في خط مستمر . الواحدة بجوار الأخرى ، وعلى ارتفاع موحد أو متاثر . وفي صالة المعيشة ، يمكن للوحات أن تحيط ونثرى ركن الحديث . . . وهكذا .

ويعتبر الأطوار « البرواز » من العناصر ذات الأهمية ، لأنه بكل العمل الفني ، ومحدده وكقاعدة عامة ، فإن اللوحات الزيتية لا تحتاج بالضرورة إلى سطح واثق ، بينما اللوحات المرسومة على الورق ، تحتاج - بالضرورة - إلى سطح واثق ، لأنها معرضة للتلف الناجم عن الأتربة ، والتعرض للضوء . واختيار الإطار أمر مرتبط - بطبيعة الحال - بشكل ونوع العمل الفني ، فاللوحة التي تحمل تفاصيل في مقدمتها ، كالتصوير الصامتة ، تحتاج في العادة ، إلى إطار عريض وورسين . بينما اللوحات الموحدة التركيب ، كاللناظر الطبيعية ، واللوحات التجريدية ، تفضل لها الأطر ذات الخطوط

(التي لا تكاد تراها) ، مزودة بمخاطيف متحركة ، لتسهيل وضع اللوحة في الارتفاع المناسب . ويمكن أن تستبدل بمحيط النايلون ، خيوط الحرير السمكة ، القادمة على حمل أنفاله بينها ، وحتى تصبح اللوحات - بعد تعليقها - مائلة بقدر بسيط جداً ، لا يكاد يُلاحظ ، وذلك لتخفيف حدة الانعكاسات الضوئية الضارة ، فإنه من الضروري تثبيت حلقات التعليق المعدنية ، عند أقصى ارتفاع ممكن للإطار الداخلي للوحة (أي من الخلف) .

والجدير بالذكر ، أن كل ركن ، وكل مكان داخل المنزل ، إنما يوحى هو نفسه بنظام التعليق ، ففي حجرة النوم - على سبيل المثال - يمكن ترتيب مجموعة من اللوحات أو المطبوعات ، في نظام أفق ، متوافق مع الخط الأفق لظهر السرير . وفي المدخل أو الممر ، يمكن ترتيب اللوحات

البسطة .

واللوحات الزيتية لا تتطلب في العادة مسطحات . أو ما يسمى بالشباك . للفصل بينها وبين الإطار . بينما أعمال الحفر والرسم والمطبوعات واللبتوجراف تحتاج لوضعها أو تثبيتها . فوق أو من خلف مسطح أو شباك كبير من « الورق المقوى » ومن الممكن أن يغطى هذا الشباك بالقماش . ولون الشباك عادة أبيض . أو عاجي . أو أي لون فاتح تماما . وذلك لتلاقي ما يمكن أن تسببه الألوان القوية للتكوين .

وهناك طريقة أقل تقليدية لعمل أطر اللوحات المصنوعة على الورق . وهي تتمثل في وضع اللوحة بين سطحين . أحدهما من الورق المقوى أو من الخشب المضغوط . والآخر (مسام له في الحجم)

من الزجاج . ويتم تثبيت الاثنين بشباك (كلبسات) . وهي طريقة عملية تماما . لأنها تسمح بتغيير اللوحة . كلما أردنا ذلك . دون أدنى عناء . وهناك الإطار الخشبي أو الإطار الخشبي الذي يشبه « الجراب » وهو يناسب الأعمال الصغيرة الهشة . لحمايتها من الأتربة . أما أكثر الطرق حداثة في عرض الرسم واللبتوجراف والمصنوعات . فهي تثبيت هذه الأعمال على مسطحات من الفلين أو الخشب المضغوط بواسطة المغناطيس الصغير . الذي أستحدث كبديل لدبابيس الرسم القديمة .

إن تزيين الجدار . من شأنه تعديل المكان كله . وللحصول على هذه النتيجة . ليس من الضروري الاعتماد فقط على اللوحات والرسوم والمطبوعات . أو أية أعمال لها أطر . فمن الممكن إثراء أية عناصر أخرى ترتضيها أذواقنا . وعلى سبيل المثال .

فإن مجموعة من الإعلانات ذات القيمة الفنية . بوسعها إيجاد حل مريح لجدار . وتحقيق ذلك ليس بالشيء العسير . إذ يكفي لصنع هذه الإعلانات مباشرة على الجدران . بواسطة القراء الأبيض .

وكما أشرنا من قبل . فإن الطريقة المثلى لتعليق اللوحات . هي تثبيت عوارض خشبية عند أعلى الجدران . بحيث تتدلى منها خيوط النايلون . لحمل اللوحات . ولكن إذا كان من غير الممكن تنفيذ ذلك فعندئذ علينا أن نتجه إلى طريقة « الشناكل » ذات « القلاووظ » الحائط بطبقة من « الكاوتسوك » فهي عند تركيبها . تحكم إغلاق الثقوب تماما . ولعمل الثقوب بدقة . يفضل استخدام المثقاب الكهربائي . مزودا برأس خاص بالجدران . وفي حالة عدم توافر هذا الجهاز . فلنستخدم أزميلا مخصصا للتعامل مع مواد البناء .



بعض نماذج لأطر
القديمة والحديثة . إلى
اليسار أطر خشبية
مطلية بألوان مختلفة .
وهي حديثة الطراز . ثم
نماذج من فلورنسا القرن
السادس عشر . وأسفل
من جينوا متصفا
القرن الثامن عشر . ثم
أطر طراز « إمبرو » .
ثم إطار من نابولي القرن
التاسع عشر . وأخيرا
نماذج لأطر من مدينة
بولونيا خلال القرن
السابع عشر .

الطفـل والطبـعة

لقد بدأنا نعيد النظر ، في التشويه الذي أحدثناه في بيئتنا الطبيعية . هذه البيئة التي تضم أيضاً الحيوان والنبات . وذلك خوفاً من أن يؤدي هذا التشويه ، إلى تغير ظروف المعيشة . وبالتالي تصعب حياة الإنسان .

ومن الحقائق المسلم بها ، أن الإنسان كلما ابتعد عن الطبيعة ، كلما قلت لديه ملكية التأقلم مع البيئة . حتى إن أمد حياته يتأثر بذلك . والمقصود بالبيئة ، ليس فقط المكان الذي نعيش فيه . بل مجموعة المؤثرات المختلفة المنبثقة من هذا المكان . ويعيش البالغ ويتحرك ، في بيئة تحكم إلى حد ما . في إختيارها لنفسه . أما الطفل ، فيكون في حاجة إلى ظروف متكاملة تنمو البدن والعقل ، وتكوينه الخلق . وهذه الظاهرة تكون ذات أهمية بالغة . إذ أن شخصية الطفل . تتبلور في السنوات الأولى من عمره . وفيها بعد يصعب تعديلها . وكلما كبر الطفل . كلما اكتسب مهارة : فهو يجد سعادة في الجري والتسلق في كل مكان ، ونتيجة للحركة . تقوى عضلاته .

وأحياناً نقلل من شأن قوة الطفل العضلية . فقد يحدث أن يدعى التعب . بعد نزهة قصيرة عبر تسوارح المدينة . ويطلب من مرافقه أن يجعله . بحجة أنه فقد قدرته على المشي . لكننا إذا حللنا أسباب هذا التعب . نبين لنا الآتي : أحياناً لا يكون الطفل مستريحاً في ملابسه . أو أن قدمه تؤلمه . بسبب الحذاء غير المريح . أو أن السيارات تنبعث منها رائحة كريهة . أو أن المارة لا يعيرونه أية أهمية . وما أن تزول هذه المشاكل . حتى يستعيد الطفل طاقته كاملة .

والطفل وسط الطبيعة . يتحرر من العظورات التي تقيد ، وصرير من الوسط الذي لا يناسبه . والطفل في حاجة إلى الحياة في الهواء الطلق . حيث يتمكن من تحريك عضلاته . واكتشاف العالم المحيط به . باللمس المباشر . وباستخدام جميع حواسه . فإذا سمع صوت عصافير في الريف . أو الجبل . بدأ بغير علاقة بين الصوت الذي وصل إلى مسامعه . والطيور الذي لا يمكن لمسه . وإذا فاجأته عاصفة أثناء الزهقة . أمكنه ملاحظة أن السحب تتجمع بسرعة . وفي الشتاء . سيتعرف على الجليد . عندما يراه ينساقط . ويلمسه . ثم يتوقه . ويكتشف

عندئذ أنه أبيض اللون . بارد اللمس . رطب . عديم المذاق .

والطفل يحب استخدام يديه . ويبدى ارتيحاً عندما يلوث نفسه من فة رأسه إلى أخمص قدميه . كما يسعد به بعد ذلك الاغتسال . أما أولى اكتشافاته العلمية . فإنه يحققها في السنوات الأولى من عمره . عندما يوجد وسط الطبيعة . فهو يرى أثناء لعبه على الشاطئ . أن المياه تحفر لنفسها طريقاً في الرمال . ويجذب انتباهه . منظر الزورق الشراعي الذي يدور حول نفسه . عندما تجره الدوامة .

والملاحظ أن محاولتنا لحمله على الإعجاب بجمال الزهور . أو روعة منظر غروب الشمس . لا تجدي . فاهتمامه يقطف زهرة من زهور الزينة . أو زهرة برية بسيطة . وتفتيح بنلاتها . يكون أكبر من اهتمامه بجمالها ونوعها .

ويعتقد الطفل . أن الطبيعة قد خلقت للإنسان : فالجبل مخلوق ليسلقه . وكل عنصر من عناصر الطبيعة . له وظيفة معينة متصلة به . وطريقة تحدث البالغين عن الطبيعة . تؤكد هذا الاعتقاد الصياني . الذي يقضي بأن الجهاد له دور وتنشاط . وبالتالي إرادة . ثم يقال له إن الشمس ستغرب « وإن » السحب تنثر بسقوط الأمطار ؟ « فني نظر الطفل . أن الرياح مادامت « نهب » . فهي نشطة وبالتالي حية . والطبيعة مزودة بإرادة وسلطة مطلقة . وهي في أغلب الأحيان . تستخدم الإنسان وترفق به . غير أنه يخشى قدرتها . فهو يتخيل مثلاً أن القمر يتابعه ويسجل حركاته . أما مظاهر الطبيعة غير العادية فتزعجه . فهو يخاف من العاصفة والبرق . وكل الكوارث الطبيعية . التي تشهده بضعفه . ونقلل من شأن البالغين في نظره . فأبواه يبدوان لا حول لها ولا قوة . أمام جبروت الطبيعة . أما إذا حملاه على الإنصات لصوت الرعد . وعلواه كيف ينظر إلى البرق . زال خوفه شيئاً فشيئاً . وتحول إلى دهشة وإعجاب . ثم إلى اهتمام حقيق بعناصر الطبيعة .

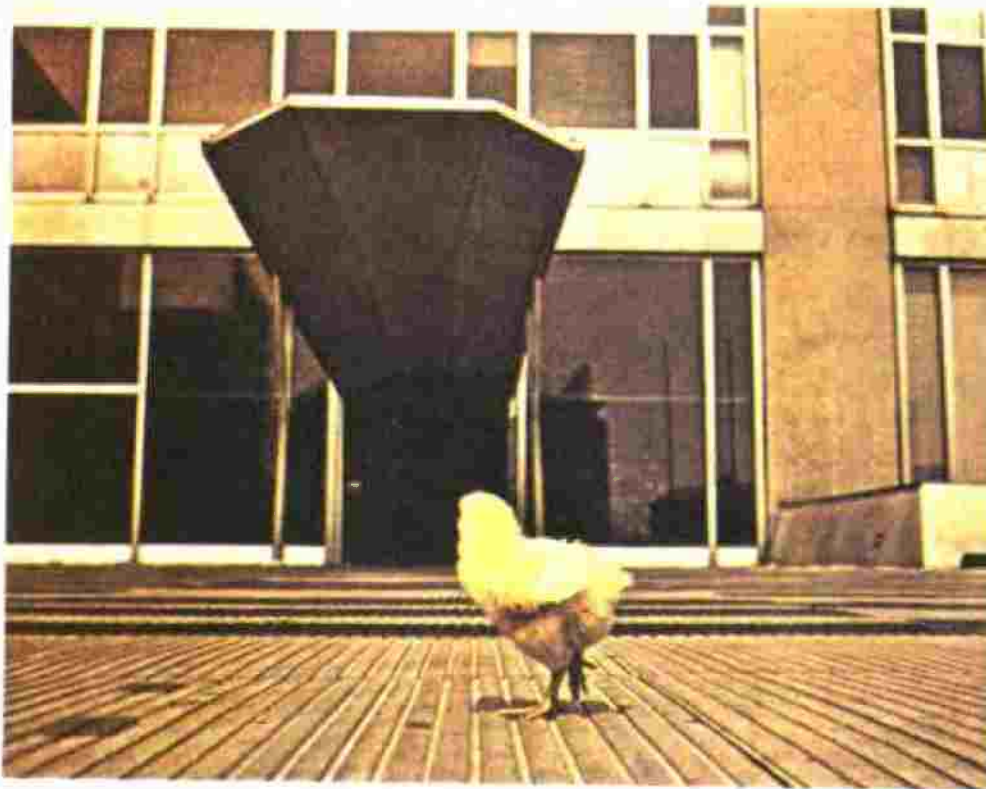
الطفل والحيوانات :

ويتشأ خوف الطفل من الحيوانات . بنفس الطريقة : فهو يرى في الحيوان الحسي . صورة من صور الحياة . أكثر تطوراً من تلك التي تبدو فيها النباتات أو الكواكب : فهو بالتالي يحسنه أكثر .

وتصرف الأيوين . يكون الفصيل في هذا المجال . فأكثر الحالات التي يعزى فيها خوف الطفل من الكلاب . إلى جملة كهذه : « أنت أحمق . إن الكلب الذي يعوى سبأً لبعضك ! » وكثيراً ما نجد أطفالاً يحشون الحيوانات . وإن لم يسبق تهنئتهم بها . ويرجع ذلك إلى أسباب غير مفهومة . وإن كانت أقل خطورة . ومصيرها إلى زوال .

والملاحظ أن الحيوانات تجذب الأطفال عموماً . غير أن الصلة بينها وبينهم . تقل يوماً بعد يوم في زمننا هذا . وخاصة في المدينة . رغم ما يعود من هذه الصلة من فوائد . ورغم جهل الأطفال بقصة الملك سليمان . وما ورد فيها عن قدرته على محادثة الحيوانات . فاجدهم يوجهون لها الحديث . وكلهم ثقة من أنها تفهمهم : « صباح الخير يا قطني » . « هل تأنين معي » . « عما تبحث أيتها العصفور » ؟ « هل أنت جوعان ؟ » وعندما لا يجيب الحيوان . ويتخلص الطفل من لحظة التعجب وخيبة الأمل . يبدأ في ابتكار الإجابات . ظناً منه أنه يعبر بها عن رغبات الحيوانات وأفكارها . ونراه يقف موقف الراعي بالنسبة للحيوانات الضعيفة . التي تحتاج إلى رعاية وعطف . فهو يتصرف كالبالغين تجاه قطه مريضة . أو عصفور سقط من عشه . وهذا هو السبب . الذي يدفعه إلى طلب امتلاك حيوان خاص به . حتى في حالة وجود كلب أو قط بالمنزل .

وحق سن الثالثة . يفضل الطفل السمكة حمراء . فهي تكون بالنسبة له . بمثابة لعبة تتحرك بصفة مستمرة . ورغم كونها محبوبسة في إنائها . إلا أنها ملك له . نتيج له فرصة إبداء ملاحظات مشوقة : فهو يتأملها عندما تصعد إلى السطح لتأكل . أو عندما تتحرك . وبعد فترة . يطلب بحيوان أكثر قدرة على تسلية . كالقط . وأحياناً يطلب بكلب . ثم يميل إلى الحيوانات التي يعز عليها . مثل السحالي والعصافير الضالة . والضفادع . ومن المسنحس ألا تمنع في أن يحتفظ بها . فالطفل سيتعلم الكثير من معايشته لهذه الحيوانات . فهو قبل كل شيء يحب أن يعلم أنه يتعامل مع كائن حي . فلا يجب أن يسيء معاملته . أو يتخلى عنه . بعد فترة . حسب أهوائه . بل يجب أن يعرف . أن هذا الحيوان . في حاجة



إلى حبه وعطفه . ومن معايشته للحيوانات ، يستطيع الطفل أن يتعرف على قوانين الحياة : مثل الميلاد والوفاة ، إذا نسي له حضور مولد صغار حيوانه الأليف ، أو في حالة وفاة هذا الحيوان . لذلك من الخطأ ، أن نحقق عن الطفل خبر وفاة الحيوان ، الذي تسبب في إصابته بغير قصد ، وأن نستبدل به آخر راقه به . بل يجب أن ندعه يعيش أكبر عدد ممكن من التجارب مع الحيوانات . فيتقبل نتائج مثل هذه الحوادث بجلد . ويصبح أكثر حرصاً عليها في المستقبل .

وقد يحدث أن يغير الطفل معاملته مع الحيوان الذي كان يلاطفه ، ويحنو عليه فجأة . فتجده يفسو عليه ، ويضربه ، ويقتل الحشرات بلا تردد . ولتعلم أن هذا التصرف لن يدوم ، وأن الطفل لم يسلك هذا السلوك ، إلا ليعبر عن سلطته وقوته .

حديقة الحيوان غنية بالمعلومات :

وهناك حديقة الحيوان ، التي يجب على أطفال المدينة التردد عليها ، كلما تسر لهم ذلك ، لأنها الفرصة الوحيدة التي تمكنهم من رؤية حيوانات غير الكلاب والقطط . أما بالنسبة للأطفال الآخرين ، الذين يعرفون الكثير من الحيوانات الأليفة ، فزيارة حديقة الحيوان ، ستفتح لهم آفاقاً جديدة على هذا العالم القريب من قلوبهم .

إن الزيارات المتكررة ، تجعل الأطفال يتألفون مع حياة الحيوانات : فهم يشاهدونها أثناء تناولها الطعام ، أو عندما تكون مستلقية تحت الشمس ، أو أثناء رعايتها لصغارها ، ويتأملون من منها يلجأ إلى جحره ، يشهد الدفء ، أو على عكس ذلك يبدي سعادة بالجو البارد . ولا عجب إذا رأينا طفلاً معجباً بحيوان أقل أهمية من حيوانات الغابة المفترسة مثل العنزة . ولا يجب أن نؤثر عليه في ذلك ، فهو مع الوقت ، سينتقل من حيوان لآخر . وعلينا أن نعلم أطفالنا ، أن هذه الحيوانات ، حيوانات واقعية ، تعيش في عالمنا ، وأن الإنسان لم يجسها في الأقفاص ، بغية تعذيبها ، بل ليتيح للجميع ، فرصة التعرف عليها ، ويجب ألا يفوتنا ، أن القوة والصبر والحنق والرفقة ، التي قد تصدر عن الحيوانات ، في الظروف المختلفة ، صفات جليلة ، يقدرها الطفل . وتكون بالنسبة له من أفضل الدروس .

السيراميك الإنجليزي

السمات المميزة للسيراميك الإنجليزي :

يتميز السيراميك الإنجليزي بطابع البساطة والألفة ، على عكس سيراميك بقية بلدان أوروبا ، التي كانت تميل إلى رفع شأن أهمية العنصر الفني . فصانع السيراميك الإنجليزي ، كانت نزغته في تصنيع وطرح منتجات وأدوات عملية ، تعزوها الناحية الجمالية ، إذ كان يتم أيضا الاعتناء بتجميلها ، ولكن ليس على حساب الناحية العملية للمنتجات والأدوات . والسيراميك كان فناً مكرساً لإضفاء جو من الود والألفة ، وليس لإبراز عظمة بعض الأماكن وفخامتها ورونقها . وعلى ذلك كان رسام الزخارف أو رجل الديكور ، ذا أهمية محدودة ، وكان الشيء الذي يتميز به ، وبالتالي يقدر فيه فنه ، هو المصافقة والمفطنة وحسن الاختيار .

وفي بعض الأحيان ، شدد الروكوكو الزخرفي ، بخطوطه المعقدة ، وازدهار المخطوط المنحنية ، ورسومات الزخرفة والديكور ، ووحدات التزيين ، صناعات السيراميك الإنجليزي . وجعلهم يتحسرون من المقياس التقليدي وخطوطه التي كانوا يتبعونها . وفضلا عن ذلك ، فليس بالأمر النادر ، أن نجد واضعاً في السيراميك الإنجليزي ، تأثير الفنون الصينية ، والفن الياباني ، وفن دلفت وسكسونيا وسفريز .

كما وجد ابتكار إنجليزي هام في فن السيراميك ، يرجع الفضل فيه إلى بعض النحاتين الذين يستخدمون طلاء المينا (وهو طلاء خزفي ثمين جداً) في زخرفة الأدوات والمنتجات المصنوعة من السيراميك ، كما أن طبع وحدات الرسم والديكور ، قد أحدثت ، على العكس من ذلك ، ثورة كبيرة ، في فن السيراميك . وقد تم اكتشاف الطباعة واستخدامها في

تزيين الأدوات والمنتجات المصنوعة من السيراميك في عام ١٩٥٣ على وجه التقريب . كما أمكن استخدام الطباعة ، في تزيين المنتجات المصنوعة من الخزف ، والفخار ، والصيني ، والبورسلين .

سيراميك ويدجورد :

أين ؟ ظهر في أبهى هاوس ، بالقرب من بير سليم ، وهي مركز صغير في ستافورد شائر .

كيف ؟ على يد أحد العمال المهرة والمتخصصين في السيراميك ، يدعى جوزيه ويدجورد .

متى ؟ بعد منتصف السبعينات بقليل .

في مركز صغير بستانفورد شائر ، قام عامل سيراميك ، لم يكن معروفاً حتى ذلك اليوم ، يدعى جوزيه ويدجورد ، بتأسيس مصنع للسيراميك ، في منتصف القرن الثامن عشر على وجه التقريب ، وقد حقق هذا المصنع نجاحاً هائلاً ، ليس فقط في إنجلترا ، ولكن أيضاً في جميع أنحاء أوروبا . ويبدو أن الملكة شارلوت ، أبدت في عام ١٧٦٥ إعجابها بطقم من أطباق السيراميك ، لونه كريم « أصفر فاتح جداً » . كان ويدجورد قد قدمه لها ، لكن تصرح له بأن يطلق على هذا النوع من السيراميك اسم « سيراميك الملكة » . وبعمر الوقت لم يتضاءل ولم يضعف ما حققه الإنتاج الأول من السيراميك ،



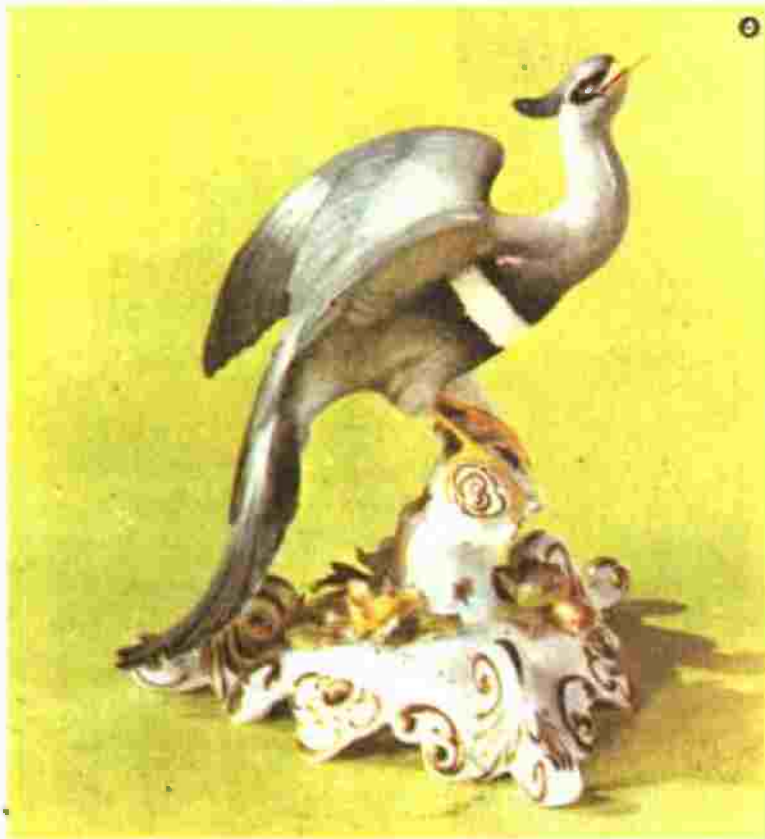


أما علب السيكلاته التي على شكل قلب ، والمصنوعة من سيراميك جاسير ، فهي على العكس من ذلك ، أنيقة ولطيفة وكثيرة الانتشار في أيامنا هذه : لون أرضيتها سماوي ، بيتاً تحلبها صورة صغيرة كلاسيكية من اللون الأبيض ، كما تزينها وحدات رقيقة ، وخطوط رقيقة على سطح الآنية ، أو القطعة الفنية .

وتشتق « ماركة » المصنع من اسم ويدجسود أو « ويدجسود » و « بتلي » (حيث أن هذا الأخير كان شريكاً في السيراميك الذائع الشهرة) .

وحافته من اللون الكرم « الأصفر الفاتح » ، ومهلى بإكليل رقيق من الزهور ، من اللون التوركواز . أما الوسط ، فن اللون الأبيض ، تحلبه باقة من الأزهار ، أو سلة فاكهة رقيقة ذات ألوان عديدة ، من أبرزها اللون الأخضر والبيفسجي .

وإنه وإن كان أقل دقة ورقة ، إلا أنه أكثر بهجة ومرحاً . هذا الطقم الثاني للنساء ، المصنوع من السيراميك الأبيض (صورة رقم ٢) . وهو مهلى بوحدات بهجة وزاهية من الأزهار الحمراء والكستانية والحضراء .



وتجميل سطحه ، برسومات ملونة باللونين الأحمر والأبيض . على نفس لقط الأدوات والأواني اليونانية ، التي تم العثور عليها في مقابر القدماء . ولقد سمى المصنع الذي ينتج هذه الأواني والزخريات اليونانية ، باسم « إتروريا » ، وهو غالباً ما يوجد أيضاً على « ماركة » المنتجات التي تصنع في هذا المصنع ، ومن السيراميك الأسود . تم تصنيع تماثيل للنصف العلوي من جسم الأشخاص للعالم الكلاسيكي ، كما تم إنتاج زخريات « قازات » ، وكذا القازات القديمة ذات الأيدي الطويلة ، وأيضاً كافة الأدوات والمنتجات والأواني التي نقلنا إلى جو العالم القديم .

وقد انتقل ويدجسود من السيراميك الأسود الذي اشتهر باسم « بازالت » ، إلى « الجاسير » وهو نوع من السيراميك الرخامى مثل المرو « الكوارتز » ، ويعنى بذلك البورسلين (الصيني) غير المطلق . على نفس نمط منتجات مصنع سفيريز (السيفر) . ويتميز سيراميك « جاسير » ، بأن لونه غالباً ما يكون أزرق فاتحاً جسداً ، ونادراً ما يكون أزرق فاتحاً بلون ماء البحر ، أو رمادياً مائلاً إلى اللون الأخضر . وفي بعض الحالات الاستثنائية ، يكون « أصفر اللون » . أما الديكور الذي يحلبه ، فهو عبارة عن وحدات بارزة ملونة باللون الأبيض ، حتى تبدو واضحة على السطح الملون . وقد تغير سيراميك ويدجسود ، بأن له تأثيراً كبيراً ، وأناقة ورقة ملحوظة ، ولاتزال هذه القطع المصنوعة من سيراميك ويدجسود تحظى بتقدير واستحسان الجميع ، ويبحث عنها هواة السيراميك ، في محال بيع التحف . إن طقم النساء اللين بالصورة رقم (١) هو من البورسلين (الصيني) .

بل ازدهار هذا التجاع ، وانتشر بشكل كبير . واليوم عادت منتجات السيراميك التي صنعها ويدجسود لتصبح « مودة » في عصرنا هذا وجميع المتجات الحديثة ، مستوحاة من التماذج القديمة ، كما أنها حظيت بتقدير عشاق السيراميك ، وهي تبدو في أي صورها ، سواء وضعت فوق قطعة من الأثاث القديم ، أو فوق قطعة من الأثاث الحديث .

هذا ، ويمكن تقسيم المنتجات المصنوعة من السيراميك إلى مجموعتين :

تحت المجموعة الأولى ، تدخل الأدوات العنبية (كأطقم الأطباق والنساء والفهوس) . أما المجموعة الثانية ، فهي التي تشتمل على العناصر الديكورية البحتة ، المستوحاة دائماً من الفوق الرفيع (كالتماثيل والزخريات والعلب) .

وقد سادت بين عمال السيراميك في مصنع ويدجسود ، الرغبة في إعادة إنتاج الأدوات المستوحاة من الفن الكلاسيكي القديم . ولهذا حاول ويدجسود ، البحث عن خلق مادة تسمح لهم بإحياء سيراميك من هذا الطراز . وكان من نتيجة المحاولات والأبحاث ، أن تم التوصل إلى اختراع السيراميك الأسود الذي عرف باسم « المصري الأسود » .

وقد قام ويدجسود بنفسه بتحسين هذا النوع من السيراميك ، وتهذيبه ، وتنقيته ،



وجبات عملية

(جميع الأطباق التي نستخدمها لك
يا سيدتي . تحتوي على مقادير تكفي أربعة
أفراد)

مكرونة إساجي بالجنودفل

- ضعي على النار . إناء يحتوي على كيلو جنودفل مفسول بالماء .
- وعندما تبدأ الأصداف في التفتح .
- ازرعي من داخلها حيوانات الجنودفل . واستعدي الأصداف .
- صلي البهريز .
- حمري فص ثوم . في خمس ملاعق كبيرة من الزيت . وأضيق إليها عجة عصير طماطم .
- اتركي صلصة الطماطم على النار حتى تنضج . ثم أضيق إليها ماء طهسي الجنودفل .
- تيل الصلصة بالملح والفلفل .
- أضيق الجنودفل وحزمة مقدونس مفري ناعماً .
- اسلقي ٤٠٠ جرام مكرونة إساجي . ثم ضعيها في طبق تقديم . وغطها بصلصة الجنودفل .

أنواع متنوعة من السمك المقل

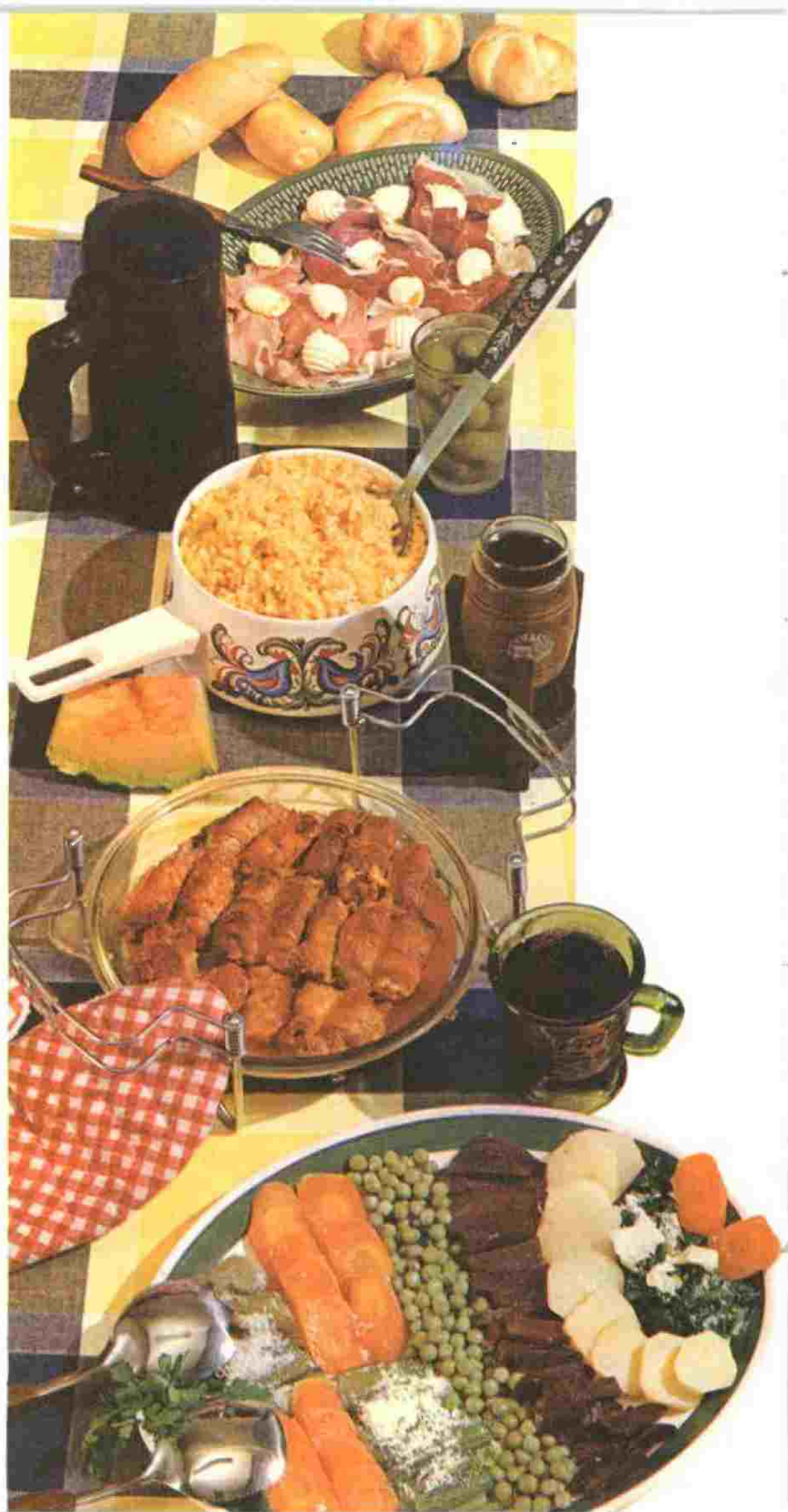
- بعد هذا الطبق . من أنواع متنوعة من السمك صغير الحجم . بحيث يقطع رأسه وذيله .
- اغسل ٨٠٠ جرام من السمك الصغير من أنواع مختلفة .
- صفيه من ماء الفسيل . بوضعه في مصفاة . ثم اغسبه في الدقيق . واقليه في زيت غزير مقدوح . انشليه من الزيت . وضعه فوق ورقة امتصاص . للتخلص من الزيت المتخلف من القل .
- تيل السمك المقل بالملح والفلفل . رصيه فوق طبق تقديم . وجليه بمخلقات الليمون .

طبخ الأرز بفرع الكوسة

- في أربع ملاعق كبيرة من الزيت ، وقطعة زبد بحجم عين الجمل ، حمري بصلة مشوية ناعماً ، وأضيق إليها ٥٠٠ جرام من فرع الكوسة المكحوت ، والمقطع إلى مكعبات صغيرة .
- وعندما تنعمر الكوسة ، أضيق إليها قليلاً من الماء ، وقليلاً من الملح ، واتركها على نار هادئة حتى تنضج .
- أضيق إلى الكوسة ٤٠٠ جرام من الأرز ، سبق تنقيته وغسله جيداً .
- قلبي الأرز جيداً بملعقة خشبية ، وأضيق إليه قليلاً قليلاً ، حوالي لتر ونصف لتر من الهريرز المغل ، واتركي الأرز على النار ، إلى أن ينضج تماماً .
- بعد تمام نضج الأرز ، تبليه بذرّة من جوز الطيب ، وقليل من عصير الليمون ، ويمكنك أيضاً إذا شئت أن تضيق إلى الأرز بالكوسة ، قطعة من الزبد الطازج ، وأربع ملاعق كبيرة من الحنّ الرومي المشور .

أسطوانات اللحم بالخضروات

- « دققى » ثمان شرائح من لحم البتلو الأحمر (المهزّه الخاص بالبتيك) بقطعة اللحم .
- فوق كلّي شريحة ، ضعي قطعة من السحق ، وقليلاً من الخضروات المشوية المتنوعة ، ومنها : الجزر ، والكرفس ، والمقدونس .
- لقي اللحم على هيئة أسطوانات ، بحيث يكون الحشو بوسطها ، ثم اربطها بالخيط ، وحرّسها في طاسة تحتوي على ثلاث ملاعق كبيرة من الزيت + ٣٠ جراماً من الزبد ، رشها بعد ذلك بقليل من الماء المضاف إليه عصير ليمونة ، أو ليمونين ، واتركه على نار شديدة ، حتى ينضج الماء .
- تبلي اللحم بالملح والفلفل ، وأضيق إليه بملعقة كبيرة من صلصة الطماطم المذابة في قليل من الماء ، أو الهريرز .
- غطي الإناء ، واتركي اللحم على النار ، حتى ينضج ويغلظ قوام الصوص .
- قدمي هذا الطبق ساخناً مع الخضروات الشتوية المتنوعة .



جمالك تبيج



اللوازم :

٣٥٠ جراماً من الصوف البيج - زوج إبر تريكو رقم ٣ - زوج إبر تريكو رقم ٤ . الجاكيت مقاس ٤٦ .

الغرز المستخدمة :

غرزة الپليسه ١٠/١٠
اشتغلي ١٠ غرز عدل . ثم ١٠ غرز مقلوب .

غرزة الپليسيه ١/١
اشتغلي غرزة عدل . ثم غرزة مقلوب .

التنفيذ :

الظهر :

على إبر التريكو رقم ٣ ابدئي ١٠٠ غرزة . واشتغلي بغرزة الپليسيه ١٠/١٠ . على أن تبدئي السطر وتتيه به ٥ غرز عدل . وبعد عشرة أسطر . واصل الشغل على الإبر رقم ٤ . وعندما يصل الطول الكلي للشغل ٤٤ سم . انقصي من على جانبي الشغل . من أجل حرمة الإبط كما يلي :

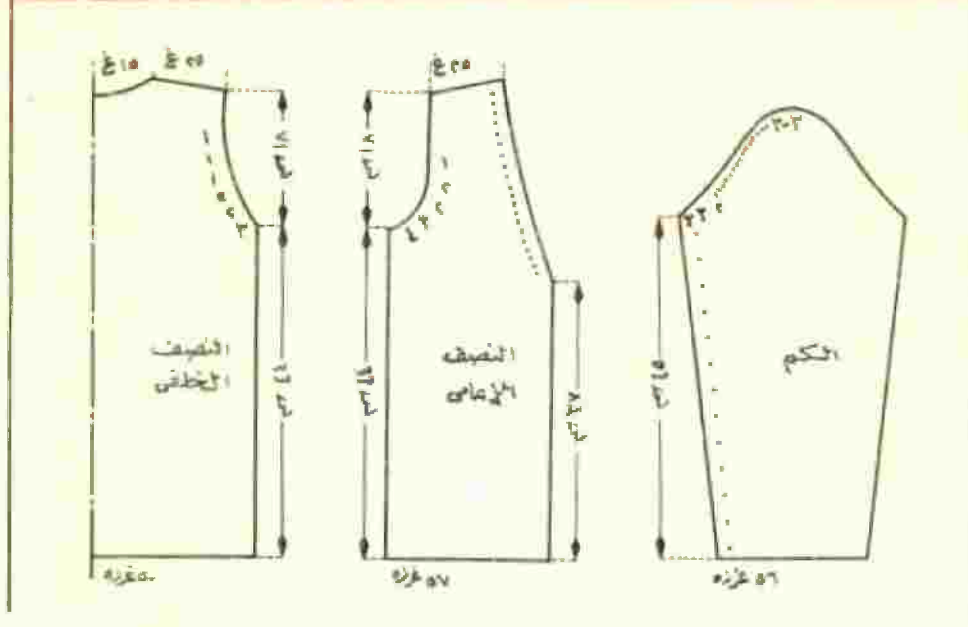
حرمة الإبط :

انقصي من على كل جانب ٣ غرز مرة واحدة . ثم غرزين مرتين . ثم غرزة واحدة ثلاث مرات . وتكون حرمة الإبط بالأرقام هي (١ ، ٢ ، ٣) .

وعندما يصل طول الشغل ١٨ سم ابتداء من حرمة الإبط . احصدي الكتف بأن تنقصي من على الجانبين . أو بالأحرى تقفلي الـ ٢٥ غرزة الموجودة على كل جانب . على ثلاث مرات . وتقفلي الـ ٣٠ غرزة الموجودة بالوسط دفعة واحدة . من أجل حرمة الرقبة .

الأممام :

على إبر التريكو رقم ٣ ابدئي بـ ٥٧ غرزة . ثم اشتغلي بغرزة الپليسيه ١٠/١٠ . على أن تبدئي السطر بـ ٧ غرز عدل . وبعد عشرة أسطر . واصل الشغل بالإبر رقم ٤ . وعندما يصل الطول الكلي للشغل ٣٧ سم . ابدئي في حرمة الرقبة . بأن تنقصي غرزة واحدة كل ٤ أسطر ٢٠ مرة .



غرزتين مرة واحدة ، ثم غرزة واحدة عشر مرات ،
وتكون الحردة بالأرقام على النحو التالي (٣ ، ٣ ،
١ ، ١ ، ١ ، ١ ، ١ ، ١ ، ١ ، ١ ، ١ ، ١ ، ٢) .
(١)
بعد ذلك انقصى غرزة واحدة في بداية ونهاية كل
سطر ٥ مرات ، ثم انقصى ٣ غرز مرتين (٣ ،
٣) ، وسدى باقى الغرز مرة واحدة .

الباندة :

يأبر التريكو رقم ٣ ابدى على ١٩ غرزة ، ثم
اشتغل بغرزة البليسيه ١/١ مسافة ١٤٠ سم
(أو حتى مسافة تعطى تماماً الجزء من الأماميين
للجياكيت ، وكذا حردة دوران الرقبة) ، بحيث
تراعين فتح العراوى على أحد جانبي باندة
الجياكيت .

الحيطة :

خيطى أمام الجياكيت مع ظهره من على الجانبين
والكتفين . ثم خيطى الكين وركبيها في مكانها بحردة
الإبط . ركي الباندة على طول جانبي أمام
الجياكيت ، وحصول دوران الرقبة ، على أن تكون
العراوى على الجانب الأيمن للجياكيت . وأخيراً ركي
الزراير على الجانب الأيسر ، في مقابل العراوى .

وعندما يصل الطول الكلى للشفل ٤٤ سم ،
انقصى من على جانب الشغل لحردة الإبط ٤ غرز
مرة واحدة ، ثم ٣ غرز مرة واحدة ، ثم غرزتين
مرتين ، ثم غرزة واحدة مرة واحدة . وتكون حردة
الإبط بالأرقام على النحو التالي (٤ ، ٣ ، ٢ ،
١ ، ٢) .

وعندما يصل طول الشغل ١٨ سم ، ابتداء من
حردة الإبط ، احرصى الكتف ، بأن تسدى الـ ٢٥
غرزة على ثلاث مرات .

نفذى الناحية الأخرى للجياكيت ، متبعة نفس
المخطوات .

الأكمام :

يأبر التريكو رقم ٣ ابدى على ٥٦ غرزة ،
واشتغل بغرزة البليسيه ١٠/١٠ : ١٥ سطرأ ، على
أن تبدى السطر وتختتمه بـ ٣ غرز مقلوب . واصل
الشغل يأبر التريكو رقم ٤ حتى يصل الطول الكلى
للشفل ٤٥ سم ، مع إضافة غرزة واحدة من على
كل جانب كل ١٠ أسطر ، وذلك ١٣ مرة .

حردة دوران الكم :

انقصى من على الجانبين ٣ غرز مرتين ، ثم



الخرشوف



الخرشوف بالطريقة التي يستخدم بها ، يحتوي على ٨٠ إلى ٨٥ في المائة من الماء ، و ٢ إلى ٣ في المائة من المواد البروتينية ، و ٣ إلى ١٢ في المائة من هيدرات الكربون ، والقليل من العناصر الغازية (من ٠,١ إلى ٠,٣ في المائة) ، ولكنه على العكس ، يحتوي على كمية لا بأس بها من العناصر المعدنية (من ٠,٨ إلى ١ في المائة) وخاصة من الكالسيوم ، والحديد ، وعلى شكل فوسفات .

إن ما يتضمنه الخرشوف من الفيتامينات نسبة منخفضة ، سواء فيما يتعلق بفيتامين ج ، أو فيتامين أ ، أو مجموعة ب . والقيمة الحرارية فيه ، أي في الجزء الذي يؤكل منه ، تتراوح بين ٣٥ ، ٥٠ وحدة حرارية في كل ١٠٠ جرام . ومن هنا كان الخرشوف نباتاً ذا قيمة غذائية منخفضة ، يحتوي على نسبة عالية من السيليلوز ، لا قبل للمعدة الضعيفة على هضمها .

ومع ذلك ، فإن طعمه اللذيذ ، وليونته ، وخاصة بعد طهيها ، إنما تجعل منه واحداً من النباتات التي يقبل عليها الناس .

وإذا كان الجزء الصالح منه نباتاً ، فإن الكمية الصغيرة من المادة الدايفة التي يحتويها ، تعمل بمثابة مطهر خفيف ، وقابض معوي ، والخرشوف ينشط الشهية ، بما فيه من سيليلوز . وأفضل طريقة لتناوله ، هي صنع نوع من السلاطة ، وخاصة إذا وضع عليه الزيت ، وقليل من الفلفل الأخضر والملح . أما الخرشوف المطهو ، فله طعم بالغ الجودة .

وأوراق الخرشوف شديدة المرارة ، وأطرافها شائكة . إلا أن هذه الأوراق بالذات ، هي التي يستخرج منها أكثر العناصر فعالية في الخرشوف ، وهو السينارين .

ومشتقات أوراقه ، لما تحتويه من السينارين ، تعتبر عوناً كبيراً بالنسبة للكبد . والواقع أن من الأمور المعروفة ، مفعول هذا العنصر النشط ، الذي يزيد من عصارة الصفراء ، ويفيد في شفاء التهابات المرارة .

ولما كانت الكبد تعمل كمصفاة لتنقية الدم من السموم ، ولها دور هام في عملية التمثيل الغذائي ، وخاصة لوقاية الجسم ، فإن الخرشوف له أهمية كبرى للكبد ، باعتبار أنه هو الذي يسهم في نشاطها . وإلى جانب ذلك ، فقد دلت أبحاث تمت أخيراً ، على أن ما يستخرج من أوراق الخرشوف ، يقلل إلى حد كبير من الكوليسترول في الدم .

لقد كان القدماء يعرفون الخصائص الصحية التي لأوراق الخرشوف بالنسبة للكبد ، وكانوا على علم ، بأنها تحتوي على العناصر الفعالة ، التي هي أصل تلك الخصائص ، التي أثبتها العلم الحديث .

ويشرب عصير أوراق الخرشوف ، بمجرد عصره ، في جرعات تتراوح بين ٣٠ - ٥٠ جراماً مخلوطاً بالنبع الأبيض . ويمكن زيادة هذه الجرعات إلى مثل ضعفها ، استجابة للصحة .

وهناك بعض المناطق ، التي تستخدم فيها الجذور أيضاً ، تعد مشروباً من الأوراق ، وذلك بمخلوط ٣٠ - ٤٠ جراماً من العصير الطازج ، لكل لتر من الماء .

وشراب الخرشوف يمكن الحصول عليه ، بأخذ ٢٠ جراماً من الخلاصة السائلة ، و ٨٠ جراماً من الشراب العادي .

وتساعد كل هذه المستحضرات على التخلص من السموم في أجهزة الجسم ، كما أنها منشطة لوطنان الكلى .

ولو أخذت خلاصة الخرشوف السائلة (التي يساوي كل جرام فيها جراماً من الأوراق) ، بنسبة ملعقة صغيرة أربع مرات في اليوم ، فإنها تشق العيوب الجلدية ، وعسر الهضم ، وتقضي على التسمم الغذائي ، الذي دائماً ما تكون له آثار على البشرة . وتكفي أربعة أيام من هذا العلاج ، لكي تتحسن جميع هذه الحالات .

وتستخدم خلاصة أوراق الخرشوف ، كعنصر رئيسي في الكريم الذي ينصه الجلد ، وهي ذات مفعول مهدئ للبشرة ، ومساعد لوظيفة التغذية الجلدية ، وخلايا الأنسجة تحت الجلد .

سعر النسخة

ج ٣-٤ - ١٥٠ - ١٥٠	البحرين ٤٥٠ - ٤٥٠	السودان ١٥٠ - ١٥٠
ليبيا ١٢٥ - ١٢٥	قطر ٤٥٠ - ٤٥٠	ليبيا ٤٠ - ٤٠
سوريا ١٥٠ - ١٥٠	دبي ٤٥٠ - ٤٥٠	مكوتن ٤٥٠ - ٤٥٠
الأردن ١٥٠ - ١٥٠	الكويت ٤٥٠ - ٤٥٠	الجزيرة ٣ - ٣
العراق ١٥٠ - ١٥٠	السعودية ٤٥٠ - ٤٥٠	البحرين ٣ - ٣
الكويت ٤٥٠ - ٤٥٠	عمان ٥ - ٥	قطر ٤٥٠ - ٤٥٠

Copyrights pour le monde
Fratelli Fabiani, Milano
1974 Copyrights pour l'édition arabe
EDUTRADE SA - Genève

الطبعة الأولى: ١٩٧٤ - شركة طباعة سورية - بيروت

كيف تحصلون على النسخة

- اطلبون النسخة من إدارة الصحف والاشتراكات والكتابات في كل مدن الدول العربية
- إذا لم تتمكنوا من الحصول على النسخة من الأصدقاء فاطلبوا من
- إدارة الطباعة ، إدارة التوزيع ، مبنى مؤسسة الأهرام - شارع الجلاء - القاهرة
- في البلاد العربية ، الشركة المصرية للنشر والتوزيع - بيروت - ص ب ١٥٤٤٥