

عالم المرأة

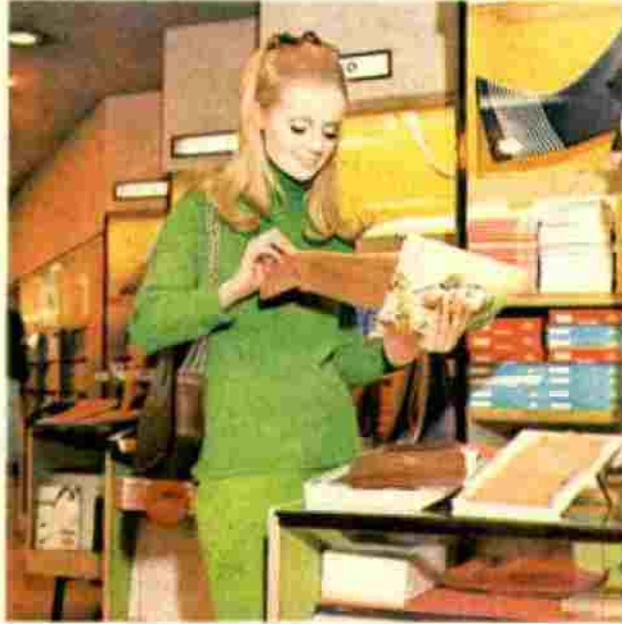
السنة الثالثة
العدد السابع عشر بعد المائة



- معشومات من الزجاج والكريستال -
- أطباق من فرنسا -
- تمرينات رياضية ترشاقة السابقين -
- الدعوات
- كيف تقبل - وكيف ترفض - وكيف ترفضاً -

- المرأة وجولة مع الموضة -
- الشعور بالوحدة وأسبابه -
- الفوائد من أنظمة التجميد -
- ماذات تدين بهد السباحة ؟
- جاكيت قصير تصغيرك -

المرأة وجولة مع الموضين



- ١- بالدور الأرضي ، تجدين كل ما يلزمك من أدوات « المساكين » لكافة الأذواق .
- ٢- وفي قسم الجوارب ، توجد مختلف درجات الألوان ، وعصوا البيع منها ، واللون الوردي الفاتح الجديد في نوبه . كما توجد مختلف أنواع « الإشارات » التي تتميز برسومات جميلة ، لا تستطيع المرأة مقاومة إغرائها .

ما تحتاجينه لأناقتك ، وصمرك ، وجالك ، بغية انتقاء أحدث ما تم التوصل إليه من إكسسوارات رائعة ، تم جميعها عن ذوق رفيع . ففي كبرى المحلات ، تستطيع كل امرأة أن تجد ما تحتاج إليه لكل فصل ، ولكل مناسبة : الفستان الثقيل لشهر يناير ، أو المايوه ورداء البحر لشهر أغسطس ، والملابس القطنية لشهر نوفمبر . . . كما ستجد المرأة كل ما يلزمها من « إكسسوار » رقيق ، وحقيبة وحذاء لأناقتها . كما ستجدين ياسيدتي كل ما يسر النفس ، من أدوات

هناك مئات من المصممين والمبتكرين الذين يقومون بابتكار خطوط « موضه » الأزياء « والإكسسوارات » التي تزيد من أناقة المرأة . ومن هؤلاء ، من يبرز اسمه مع حلول كل فصل من فصول السنة . إن أشهر بيوت الأزياء وكبرى المحلات ، وهي التي تعرض كافة ما تحتاجه المرأة من ملابس ، « وإكسسوارات » ، وأدوات « ماكياج » ، وحقائب ، وأحذية . . . إلخ . والآن تعالى معي ياسيدتي في جولة مع هذه الفتاة ، داخل أحد المحال الكبرى ، لنستعرض معاً بعض



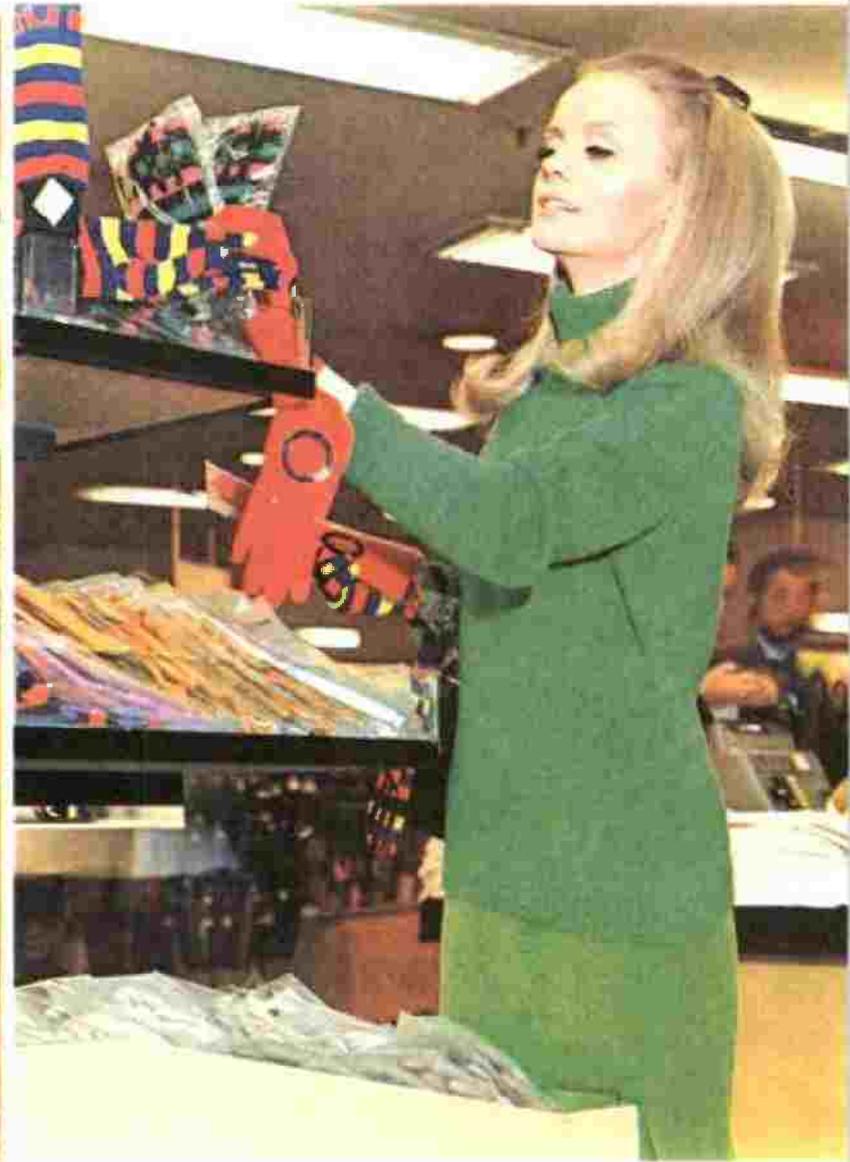
١ - وها هو حزام ، عبارة عن مجموعة من السلاسل ، تربط بينها حلقات معدنية . ويمكن ارتداؤه فوق فستان بسيط ، أو بلوزة اسبورت ، ليزيد من جمالها ، كما أنه يصلح لتقديمه هدية لصديقك .

٢ - بعد جولة طويلة بداخل المحل ، انبهري لمخاطات الاسترخاء والراحة في قسم « المسالكير » ، حيث تختارين أحدث درجات طلاء الأظافر .



وهناك قسم للملابس الجاهزة القطنية والصوفية ، وآخر لكافة «إكسسوارات»
الشعر من «توك» متعددة الأشكال والأصناف المعدنية ، منها والپلاستيك . كما
توجد شرائط الشعر ، « والتوك » المستديرة « سورات » . وعند زيارتك لقسم
الأحذية ، ستجدين به مايناسب قلمك ، ويضفي السحر على ساقيك ، ولك
أن تختاري منها أحذية الصباح المصنوعة من الجلد المطفى والثرنيه ، وأحذية
المساء المرصعة بالأحجار الثمينة .

« الماكياج » ، ومستحضرات تظهر البشرة ، والمستحضرات الخاصة بنظافة
الشعر ، وإضفاء السحر والجمال . والنعومة والبريق عليه . كذلك ستجدين كافة
أنواع الأحزمة المعدنية ، والجلدية ، والحوارب يشي أصنافها ، وألوانها ،
القصير منها والطويل ، الخفيف والثقيل ، الفاتح منها والقاتم . فضلا عن كافة
أنواع القفازات البسيطة الأسبور ، واللامعة للسهرات . أما الحفائب فتقابلك منها
أشكال لا حصر لها .

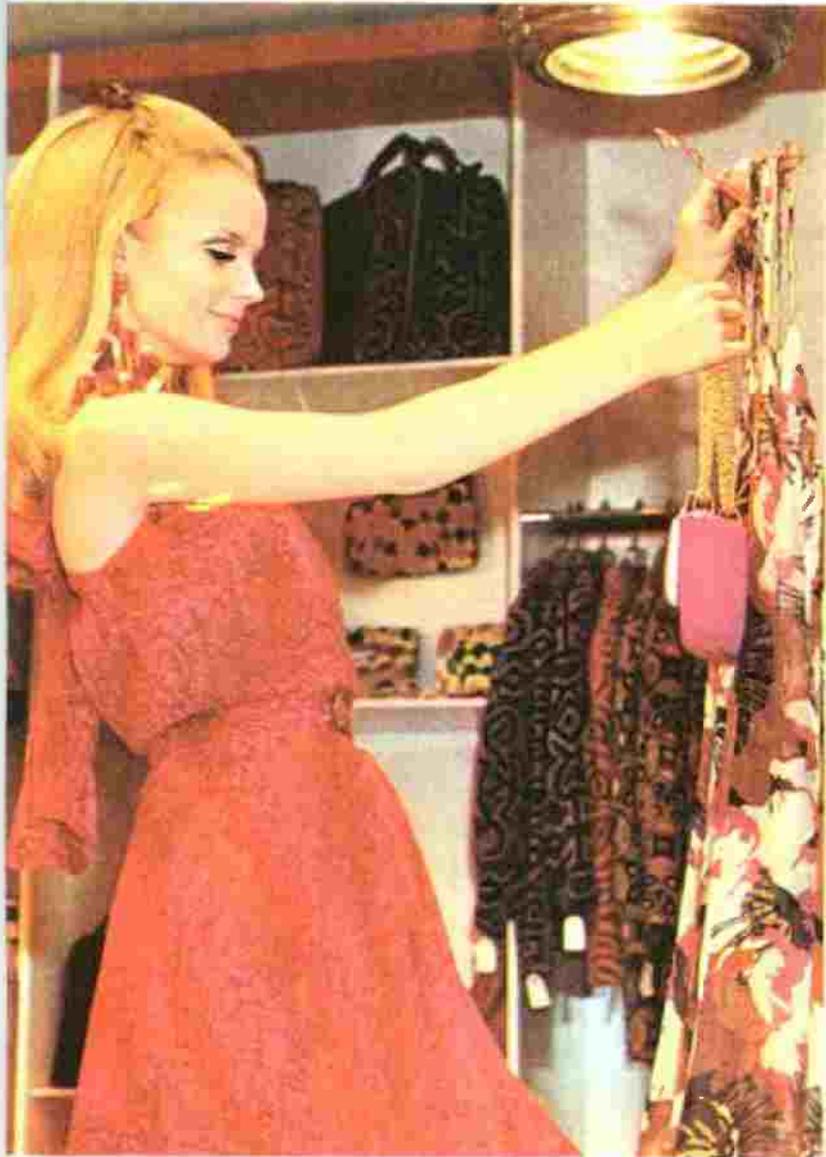


٤- في استطاعتك يا سيدتي ، أن تمرى وأنت سعيدة ، وبكل هدوء ، في
قسم الحفائب ، لتختاري ما يعجبك ، استكثالا لأنالك .

٥- وفي قسم القفازات ، تقف الفتاة حائرة لا تستطيع مقاومة إغراء شراء
بعضها ، بالرغم من عدم حاجتها المسلحة إليها .



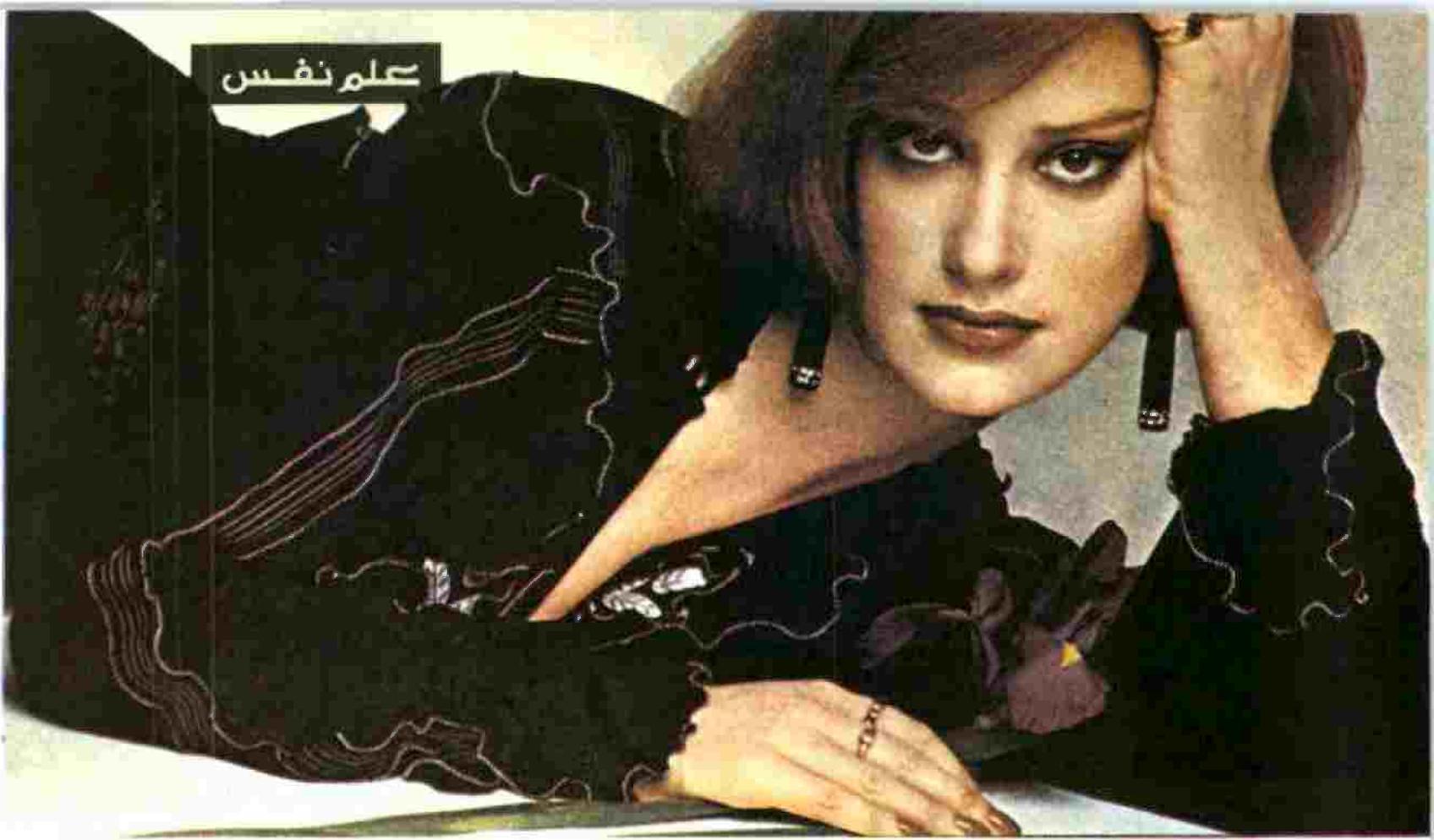
٧- هناك أقسام تلفت الأنظار ، وتجذب لفتول المرأة ، وتثير الرغبة في نفسها ، نحو أشياء جديدة وجميلة ، لينة ولاخرة ، من بينها الملبوسات والأحذية .



٩- ويقدم أدوات المبرة ، تلفن مع « المشايزه » ، وأحدث ما توصلت إليه « الموضة » ، وكل ما تلفت الأنظار إليك ، ويبيع عليك السحر والجمال .



٨- وفي قسم التريكو ، نجد حلولا لشي مشاكلك ، حيث البورات القطنية والصوفية ، والجاكيتات القصيرة والطويلة ، والبذورات التي تصالدهن ، ولا تصحون الجسم .



الشعور بالوحدة وأسبابه

حقيقة إن كلا منا يعيش وحيدا في هذه الحياة . فإل من يفرض المرء بمشاكله التي لا حصر لها ، إذا ما كان كل من حولنا ، تلاحقهم وتضايقهم مشكلات مماثلة ، أو متماثلة مع تلك التي نعاني منها ؟

إن « العزلة » لفظ ثقله عطاه علم النفس من المشتغلين بالسيكيا ، ثم أدخلوه في اصطلاحاتهم ، كمرادف وكسبب للاعتاد ، ليحيط مفهوم الشعور بالوحدة ، إلى تحول دون بدء الحوار مع الآخرين . ولهذا ينمو لدى الشخص الشعور بالغبرة ، والعزلة ، والعزوف عن مخالطة الناس .

غير أن أسباب هذه العزلة ، لا ترجع فقط إلى نظم العمل ، ومطالب الحياة العصرية ، حتى ولو أن هذين العنصرين ، يقفان على قمة تدريج أسبابها . ومن أسباب العزلة ، نذكر : الهجرة ، والتسن ، والأوهام ، كموامل بيئية ، ثم الخجل ، والأمراض النفسية ، والاحتقار الذاتي ، وعدم القدرة على التأثير كموامل فردية ، وفي بعض الأحيان كموامل مرضية .

وفي الأعوام الأخيرة ، ازدادت الدراسات العلمية ثراء بالأبحاث الشيقة ، وخصوصا في مجال دراسات علم النفس المتعلقة بالعزلة وأسبابها ، مما يعنى منها أغلبية شباب العصر ، الذين يهاجرون

من المناطق التي نشأوا فيها ، سعيا وراء البحث عن عمل في مناطق أخرى نائية . وغالبا ما يكون الرضا السريع عن النفس ، نتيجة لتجارب في الاندماج في بيئة عمل مليئة بالطموح ، والتعامل مع أناس كانوا ذات يوم محل عيبتهم ، مقترنا ذلك في بعض الحالات بحالة من القبول السريع ، عندما يتم اعتبارهم دخلاء . كما قد يكونون في بعض الأحيان موضعاً للسخرية .

إن الرغبة في العزلة ، سواء أكان ذلك من أجل توازن هادئ للحياة المعنوية ، أم من أجل تلافى أحقاد من البيئة التي تعبط بالمرء ، حيث الحاققون الذين يصرهم رؤية تعاسة الآخرين وسوء حظهم ، غالبا ما يتبع داخل من يعيش في وهم تطلعات عاطفية ، أو طموح في نطاق العمل . ومثل هؤلاء يكونون في أشد حاجة إلى صوت جنون صادق ، ولكن أين نعثر على من يحسن اختيار أساليب الموااة ، ومن يستطيع إيداء النصيح ؟ أين نجد مثل هذا الشخص الذي في مقدوره التغلب على الأزمة ، عن طريق وضع تخليط لمستقبل جديد ، متحرر كلية من ماضى تعس حزين ؟ وما هو سبب آخر ومتكرر للعزلة المؤلمة . فإلى جانب هذه العوامل البيئية ، توجد أيضا أسباب أخرى تؤدي إلى العزلة ، وترتبط بالسيات الخاصة للفرد وبمخالته المعنوية .

فهناك على سبيل المثال ، الشخص المحجول الذي يجب ، بل ويقتل العزلة ، والذي يكتب فقط ، عندما يتعين عليه أن يعيش في عصر يتطلب علاقات اجتماعية لا غنى عنها . كما يوجد الشخص المعصبي ، الذي يعيش في حلقات متصلة من المعاناة ، لأن حالته تحول دون عقد اتصالات

مع المحيطين به . إن الشخص الأول ، هو ذلك الذي يعانى من حالة من الاضطراب العقلي البسيط « جنون دورى » . وهو من ناحية أخرى ، خلو من المعانى الإنسانية تجاه المعاشرة الاجتماعية . كذلك فإنه الشخص الذي يعرب عن « سعادته » ، عندما يتنجح في العيش في عزلة ، دون أن يفكر في أن مثل هذا التصريح ، يذكرنا برواية التغلب الذي قال إنه لا يحب العنب ، لسكونه لم يتنجح في الوصول إليه .

أما الشخص الآخر المعصبي ، فهو أصدق مع نفسه . ذلك لأنه يستسلم لتحريم لا إرادى ، يمنع من مواجهة أى موقف يهدوه . إن مثل هذا الفرد صريح مع نفسه ، لديه الشجاعة على طلب المساعدة من الطبيب النفسانى ، بهدف الوصول إلى حالة المعاشرة الاجتماعية المرضية .

هذا ومن السهل معالجة من يطلق عليهم « ذوو القلوب المعتكفة » ، وهم أناس لم ينحبوا في العصور على قوام روحهم ، ليس فقط لأن الزمن لم يقدم لهم شيئا ، ولم يساعدهم على تحقيق أملمهم ، ولكن لأن عدم قدرتهم التأتيرية ، ونقص العاطفة لديهم ، قد حال دون بدء حوار ثقة ، وقبول وحدة بأقل أمل . فهناك كثير من الأوهام ، وعدم الثقة ، والشعور بعدم الأمان ، مما قد ، يؤدي إلى مثل هذا النوع من العزلة الذي يحتاج إلى طبيب نفسانى ماهر ، لتقديم المساعدة الضرورية للمصاب بهذه الحالة ، إن العزلة ليست رذيلة في حد ذاتها ، غير أنها قد تصبح كذلك ، بل وتزداد خطورة ، إذا ما صاحبها شعور برفض الصراع من أجل الحياة .

الفن واصل أونظائر الجدران

من الكريستال ، إلى الحوائط القصيرة . وكل حل من هذه الحلول ، له صفاته ومميزاته ، سواء من الناحية العملية أو الجمالية .
وعلى هذه الصفحات الثلاث ، نطرح مجموعة من الحلول والمقترحات المستحدثة التي تتمثل في الصور الفوتوغرافية المنشورة ، وخاصة أرقام ٢ ، ٣ ، ٤ . كما أن بقية الحلول ، تتميز بجوانبها الاقتصادية ، سواء من حيث الصنع ، أو التركيب ، أو الصيانة .

أو ما يسمى بالجدران المتحركة ، وهي عبارة عن أسطح مثبتة أو متحركة غير شفافة ، تستطيع تقسيم مكان ما إلى جزئين أو أكثر ، مما يمكننا من استغلال كل جزء ، لأداء وظيفة منزلية معينة . والواقع أن الحلول في هذا المجال كثيرة ومتنوعة ، تبدأ من « البراثان » ، حتى الخائط النصفي المبنى بالطوب ، من الستائر البلاستيك ، حتى الفواصل التي تشبه « الدرايزين » المصنوع من الحديد المطروق أو من الخشب ، من الجدران المصنوعة

في المسكن الحديث ، حيث الاتساع المحدود ، والميل إلى التقسيمات الحرة ، والرغبة في تحقيق الفراغات التي تخدم أكثر من وظيفة ، كأن تشارك مائدة الطعام صالة المعيشة ، أو يرتبط المطبخ « بالسرفيس » ، والمدخل بالصالون وحجرة النوم بالمكتب ، في مثل هذا المسكن ، أصبح المشكل الرئيسي الذي واجهنا ، هو كيفية استثمار الفراغ الواحد ، لخدمة وظائف متعددة . ولتحقيق هذا الهدف ، جاءت الفواصل ،

①

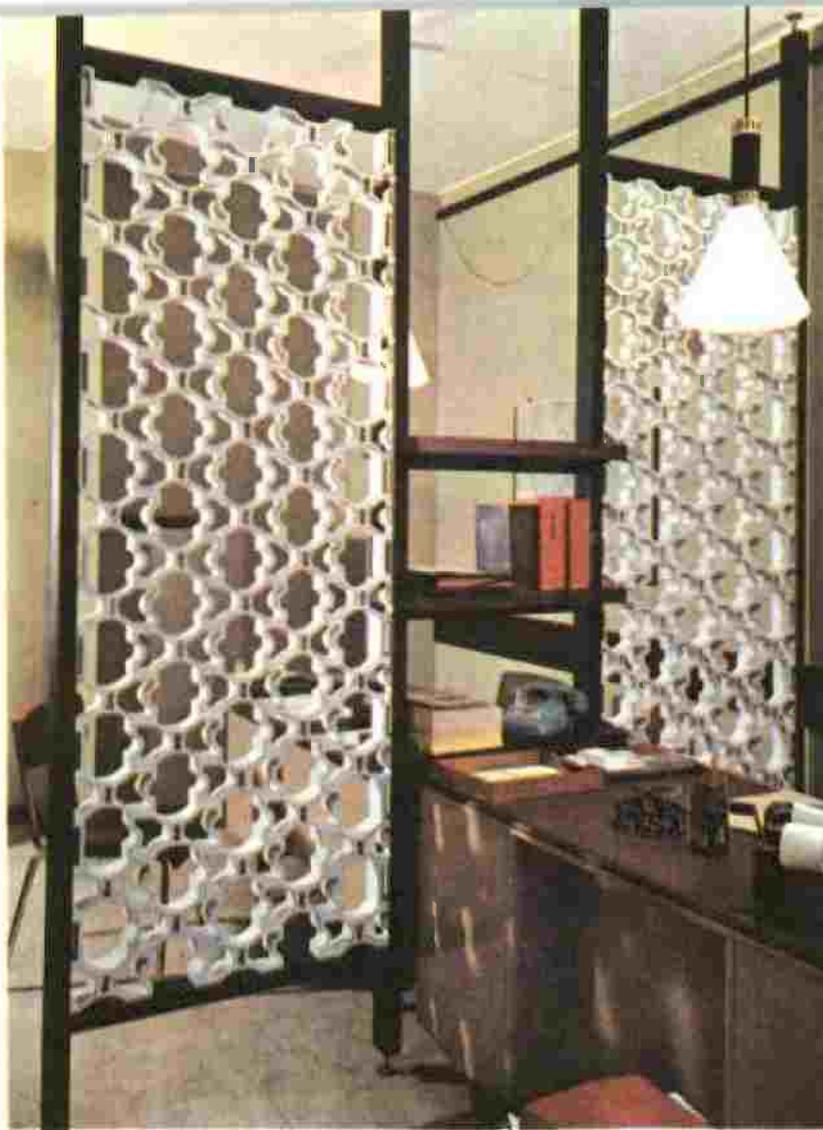


صالة معيشة جميلة ، تنقسم إلى جزئين بواسطة جدار نصلي مبنى بالطوب . في الجدار فتحت « نافذة - قريئة » ، مستطيلة الشكل وتضم أرفق من الكريستال ، ومحاولة بإطار خشبي ، وتضم مجموعة من القطع الأثرية النادرة المصنوعة من العاج . وبهذا الحل ، اكتسب المكان منظورا متعدد الزوايا .





▲ حل بييج أهد لسكان أمث تاليتا جميلا وحديتاً ، وشغل بجامة معاصرة
 هي الورق المضغوط ، الجدار - مكتبة ، نفذ بالعلب المغطاة بالورق
 الملون ، وقد صممت الواحدة إلى الأخرى بالورق اللاصق ، وبعض
 الكليسات ، . وبالتنوع ، اكتسبت المكتبة وجهين يتميزان بالثراء ،
 سواء في الأسطح الغائرة ، أو في الأرفف ، أو في الفتحات . والنتيجة
 - كما تشاهدنا - ملفنة تنظر ، وبخية إلى النفس .



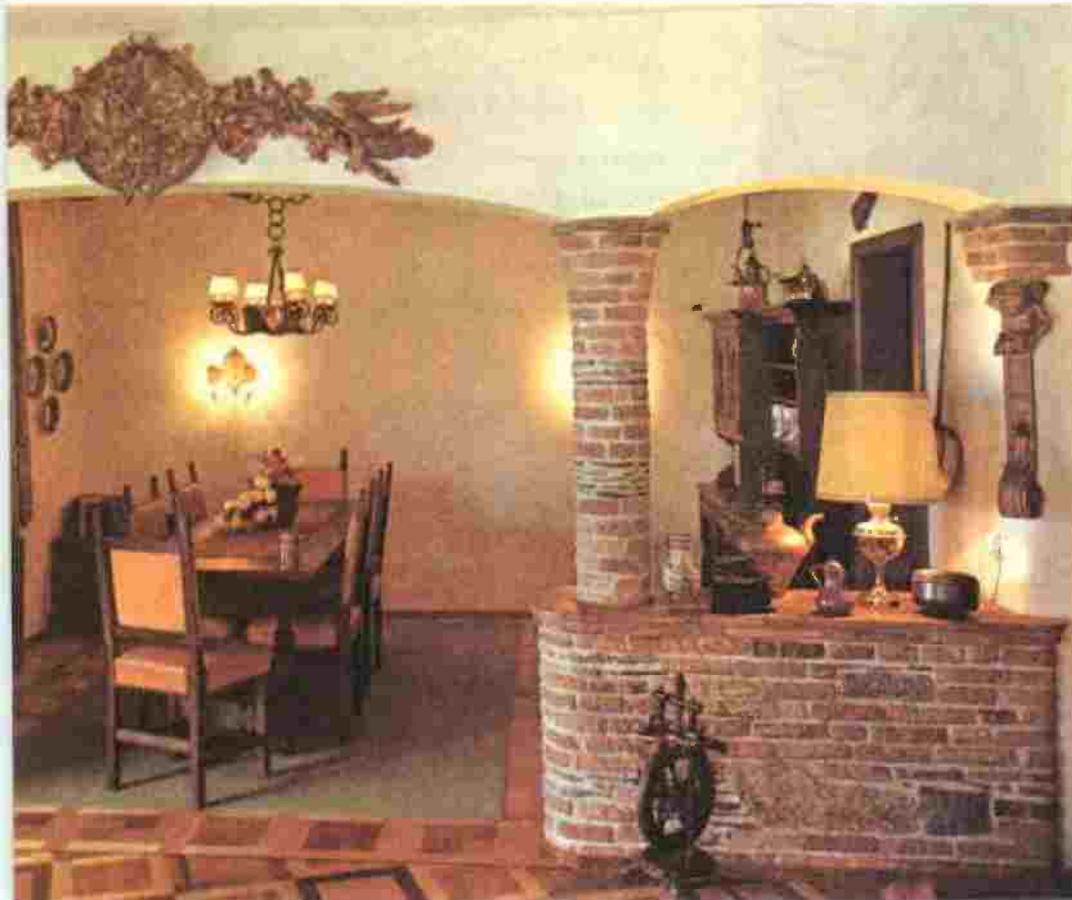
(٢)

فاصل آخر متواضع وغير مكلف ، مصنوع بخامة مناسبة تماما ، يصلح للاستخدام داخل المنازل الحديثة ، كأن يقسم إلى جزئين ، حجرة نوم تخص أحويين ، أو لفصل حجرة نوم - مكتب ، تخص مهين شاب . الخامة هي « الايتونيت » المثلل باللون الأبيض ، والدعامات من الخشب .



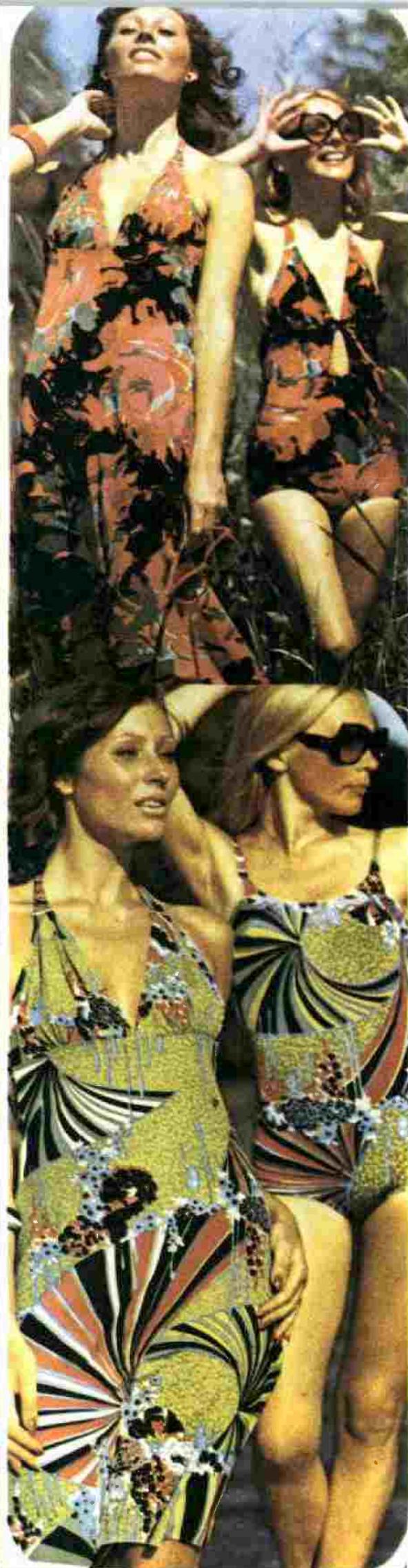
(٣)

▲ فاصل تتخلله فتحات ، بعد مثابا لمكان مؤنث بأثاث حديث ، تملأ بالوحدات (التي تستخدم عادة في الشرفات أو في « التراس ») ، وأحيانا بإطار خشبي بسيط . إن اللعب بالأصواء وبالشفافية ، صنع تأثيرا زخرفيا رقيقا ورائعا .



(٤)

▲ شبه جدار ، يناسب تماما منزلا مؤنثا قائما بسيما (روستيك) وحينما بالطوب الأحمر ذي التأثير الجمالي الأصيل . يلاحظ الخط العلوي المنموج - هذا الفاصل - الذي تراه ، ولد اكتمل نفس لون بقية الجدران ، مما أسهم في تأكيد وضوح القطعة الزخرفية المصنوعة من الخشب المعالج بالحفر . فوق سطح الجزء المبني بالطوب الأحمر ، نستطيع أن نشاهد مجموعة جميلة من الأشكال والقطع البسيطة (الروستيك) .



أزياء

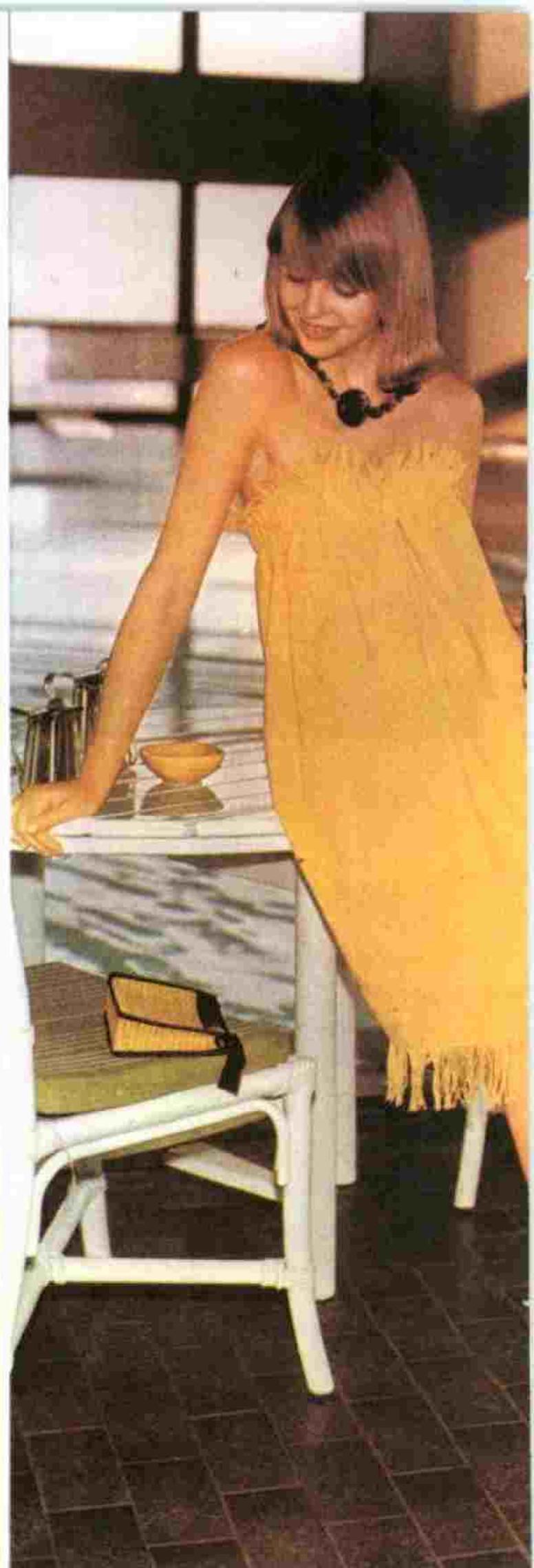
ماذا ترتدين
بعد

السباحة؟



السباحة رياضة محببة ممتعة، ومنعشة في نفس الوقت،
تكسب القوام رشاقة، وتلطف من حرارة الجو.
وكثيرات من السيدات، لا يكدن يخرجن من
الماء، حتى يحثن عما يمكن أن ترتديه الواحدة منهن
مباشرة، حتى لا تظل فترة طويلة « بالمياه ».
وفي السنوات الأخيرة، بدأ أيضا مصممو الأزياء
يفكرون في تصميات تلبى احتياجات الشاطئ ومحامات
السباحة.

ولصيف ١٩٧٦، قدم المصممون الفرنسيون،
مجموعة متنوعة جداً للأزياء، التي يمكن ارتداؤها
عقب الخروج من الماء: بعضها مصنوع من قماش
البشكير، وبعضها الآخر مصنوع من الجرسية الصناعي،
الذي لا يفقد قوامه، إذا تعرض لبعض قطرات من
الماء.. وقد قدم المصممون أيضا أنواعا من « الشال »
و« البانشو » يمكن ارتداؤها فوق « المياه ».
ونقدم لك هنا مجموعة مختارة، مما يمكن أن ترتديه
بعد السباحة.



چاكت قصير لصغيرتك



يتميز هذا الجاكت بستين رئيسيين ، ،
ألا وهما : الكتف المتضخ ، وحردة الرقبة التي
تتمدد على شكل مستطيل ، وتنسى بصق أزرار .
حقيقة إن « موديل » هذا « الجاكت » ،
يخرج عن الموديلات المعتادة ، بينما احتفظ بالطابع
الوردي الفاتح جداً ، المحبب إلى نفس كافة
الأمهات .

السوازم :

١٠٠ جرام صوف أربع فتلات من اللون
الوردي الفاتح (الروز) - زوج إبر تريكو
رقم ٢½ - زوج إبر تريكو رقم ٣ - ٤ أزرار
من الصدف .

(الجاكت لطفلة عمرها حوالي عامين) .

الغرز المستخدمة :

- (١) غرزة الجرسية :
- سطر عدل ، سطر مقلوب .
- (٢) غرزة اليبس ١١ :
- غرزة عدل ، غرزة مقلوب .

التبديل :

يتم شغل هذا « الجاكت » قطعة واحدة ،
ابتداء من فتحة الرقبة ، وذلك على النحو التالي :
على إبر التريكو رقم ٣ ابدئي الشغل على ٤٨ غرزة ،
واشغلي بغرزة الجرسية سطرين . وفي السطر
الثالث ، ابدئي في إضافة غرز لحدرة الراجلان
بالطريقة التالية :

زيدى غرزة واحدة في أول غرزة ، ثم
اشتغلي غرزتين معاً في غرزة واحدة . اشتغلي
بعد ذلك غرزتين عدل ثم زيدى غرزة واحدة
في الغرزة التالية ، ثم اشتغلي ١٠ غرز عدل ،
زيدى غرزة واحدة ، وغرزتين عدل . ثم زيدى
غرزة واحدة ، واشغلي ١٢ غرزة عدل . زيدى
غرزة واحدة ، وغرزتين عدل . زيدى غرزة
واحدة ، ثم اشتغلي ١٠ غرز عدل . زيدى غرزة

الأول ، ثم انسى السطر .
واصل الشغل بعد ذلك ، على أن تشتغلي
الغرز في الأسطر المقلوبة ، مع مراعاة عمل زيادة
انتفاخ الكم ، حتى يصل عدد الغرز الزائدة عشر
غرزة في الأسطر العدل ، وشغل الغرز الزائدة
مقلوبة في الأسطر المقلوبة .

وينبغي أن تكون نتيجة هذا الشغل ، هي
ظهور خطين مائلين ومتوازيين لايميلان نحو
الوسط . وبعد الزيادات العشر ، اشتغلي في جزءي
الأكمام سطرين بدون زيادة ، ثم في نفس منطقتي
الأكمام ، ابدئي في عمل التنقيص العمودي على
الزيادات ، وذلك بأن تشتغلي غرزتين معاً مقلوب
١٨ مرة في كافة الأسطر العدل والمقلوبة .

وعند هذا الحد ، أوقفى الشغل على جزءي أمام
« الجاكت » ، والجزء الخاص بالظهر ، وواصلى
الشغل على الكعبين حتى تتهيأ تماماً ، وذلك عن
طريق شغل ٤ أسطر ، فيها يتم مواصلة تنقيص غرز
الكم المنفوش فقط . ثم اشتغلي ٤ أسطر بغرزة

واحدة ، وغرزتين عدل ، ثم زيدى غرزة واحدة
في آخر غرزة . - اشتغلي كل السطر التالي مقلوباً .
واصلى الشغل ، مع مراعاة عملية زيادة الغرز
في الأسطر العدل فقط ، ودائماً على جانبي
الغرزتين العدل ، حتى يصل العدد الكلى للغرز
الزائدة ، عشر غرز (على أن يتم شغل الأسطر
المقلوبة بدون زيادة) .

وعند هذا الحد ، قومي بعمل انتفاخ الأكمام ،
وذلك عن طريق شغل الغرز الموجودة ، بعد
أول غرزة راجلان (بما في ذلك الزيادة) على
النحو التالي :

١١ غرز عدل ، زيدى غرزة واحدة ، ثم
١٠ غرز عدل ، زيدى غرزة واحدة ، ثم اشتغلي
١٠ غرز عدل . وعند هذا الحد ، واصلى الشغل ،
مع عمل ثلثي راجلان بزيادته ، واشتغلي عدل
غرز الظهر . واصلى بعد ذلك الشغل وعمل الراجلان
الثالث ، ثم على غرز الكم الثاني ، ابدئي في عمل
انتفاخ الكتف الثاني (الكم المنفوش) مثل الكم



الجرسيه ، ثم بإبر التريكو رقم ٢½ اشتغلي ٨ أسطر بغرزة البليسيه (غرزة عدل ، غرزة مقلوب) . استأنفي الشغل على الغرز التي سبق أن تركتها معلقة والخاصة بجزءي الأمام والظهر . واشتغلي سطرين بغرزة الجرسية ، ثم زيدي في بداية ونهاية السطر ١٦ غرزة ، وهي التي سنستخدم في تقاطع المرد الأمامي للجياكت (الكوروازيه) . وبعد ذلك اشتغلي ١٦ سطرًا بغرزة الجرسية . وفي السطر الثاني ، وعلى الغرز الـ ١٦ الخاصة بالمرددين الأماميين ، وعلى الجانب الأيمن ، افنحي عروتين على غرزتين ، على أن تكون المسافة بينهما هي ١٠ غرز . وبعد الـ ١٦ سطرًا المشغلة بغرزة الجرسية ، ابدئي في شغل البانده بغرزة البليسيه (١/١) بإبر التريكو رقم ٢½ . وفي السطر الثاني للبليسيه ، افنحي عروتين أخريين مطابقتين للعروتين السابقتين .

وبعد عشرة أسطر بغرزة البليسيه ، سدي كافة الغرز مرة واحدة .

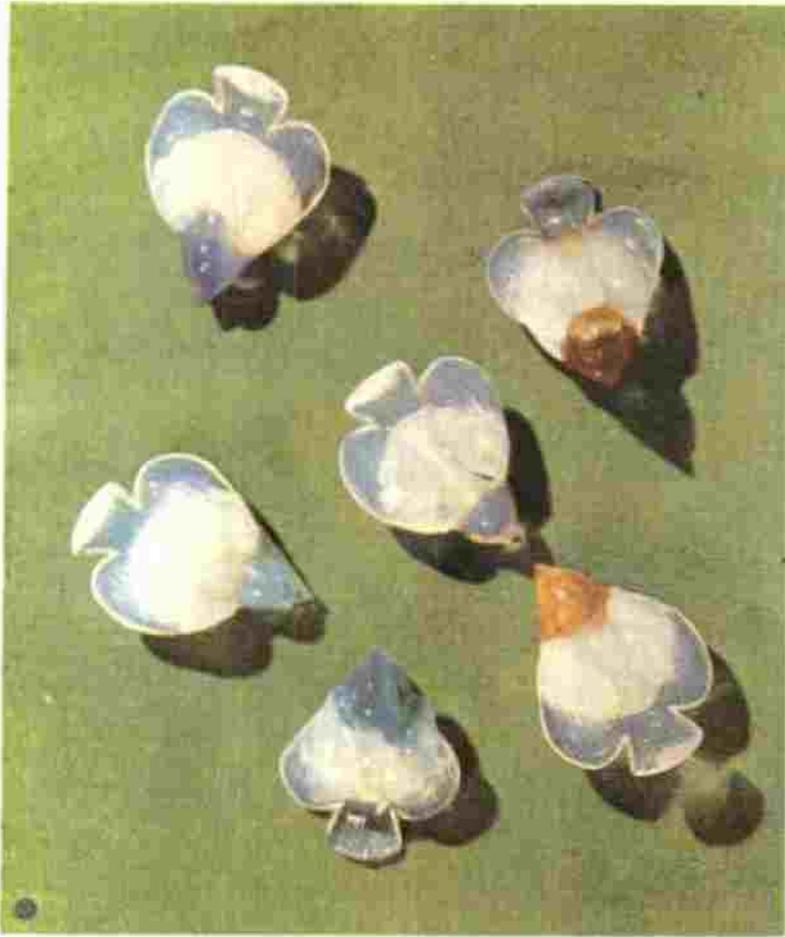
الخياطة :

خيطي الجزء الصغير المفتوح في الأكمام ، ثم بإبر التريكو رقم ٢½ القطبي كافة الغرز الموجودة على طول فتحة حردة الرقية والكوروازيه ، واشتغلي بغرزة البليسيه (غرزة عدل ، غرزة مقلوب) ٤ أسطر .

ركبي أربعة أزرار على الجانب الآخر من المرد الأمامي ، وفي الأماكن المطابقة للعراوي الأربع .

الوردي الفاتح رايق جدا ، وهو لون كلاسيكي ، إلا أن وقته تلتحم والموديل المطاط لهذا الجياكت القصير الذي سننتجه صغيرتك به إتمام صنعته

مصنوعات من الزجاج والكريستال



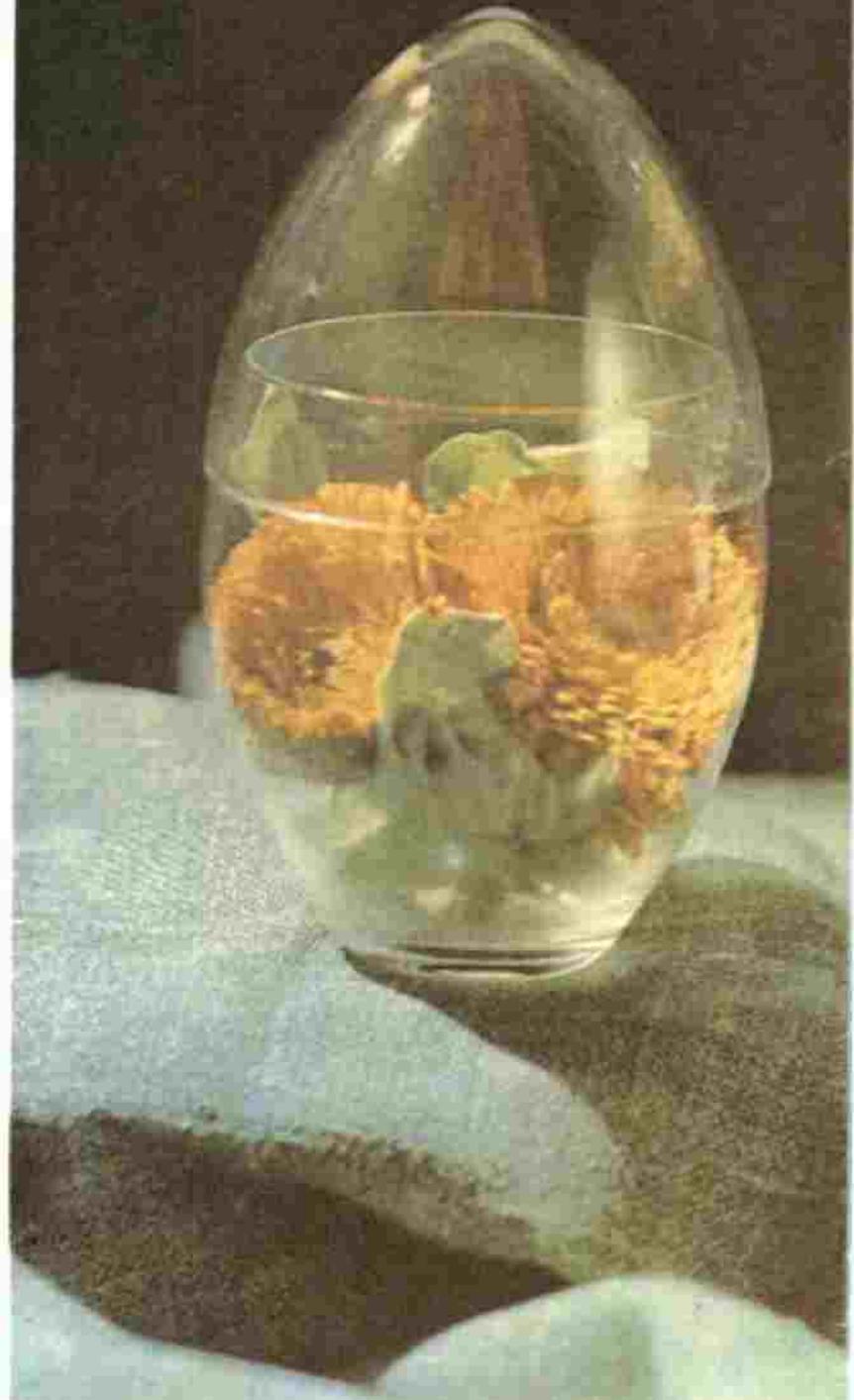
تقدر كل ربة بيت ، أهمية الدور الذي تلعبه قطع التزيين داخل عملية التأثيث ، فكل قطعة فخارة يدق رفيع ، من شأنها أن تضيق على المكان لمسة جمال جديدة ، وتدمج نظامه واتساقه العام ، وتكسبه طابعاً مميزاً ، كما أن لون القطعة ، وشكلها ، وخامتها ، يسهم في تحقيق توافق سعيد ، أو تباين مريح .

وسيقصر حديثنا اليوم ، على القطع المصنوعة من الزجاج الكريستال ، سواء كانت تقليدية أو حديثة . إنها قطع تتميز بسهولة إشراكها داخل التأثيث ، كما أنها شديدة الانتشار في عصرنا هذا .

تاريخ الزجاج
إن أصل الزجاج قديم جداً فلقد اكتشفته - طبقاً لما رواه الكثيرون - مجموعة من التجار الفينيقيين ، أثناء إحراقهم بعض النترات على الرمال ، عندما لاحظوا تحول هذه المواد إلى سائل شفاف . ولقد انتجت الشعوب القديمة ، وخاصة تلك التي كانت تقطن حوض البحر المتوسط ، أنواعاً من الزجاج ، وكانت تصدر منه ، أشكالاً وقطعا ذات صنع ممتاز . كما أن الرومان مارسوا هذا الفن ، والتخذوا من الإنتاج المصري القديم نموذجاً وقدوة . وبحوالى عام ١٠٠٠ قدم الإنتاج الزجاجي في فينيسيا أعظم اكتشافاته . ومن القرن الثالث عشر ، حتى القرن السادس عشر ،

سادت فنون بلدة « مورانو » التي تميز إنتاجها بتوطين أساسيين : الأول التصوير المزجج ، والثاني زخرفة الزجاج على البارد . ولقد ظلت « مورانو » لعصور تالية ، قادرة على الحفاظ على مستوى في إنتاج الزجاج . وحتى اليوم لا يزال إنتاجها من أجود ما يوفره الإنتاج الإيطالي . وتقر الكثير من الدول ، كإنجلترا وفرنسا وألمانيا وبلاد شمال أوروبا ، بزيادة إيطاليا في هذا المجال .

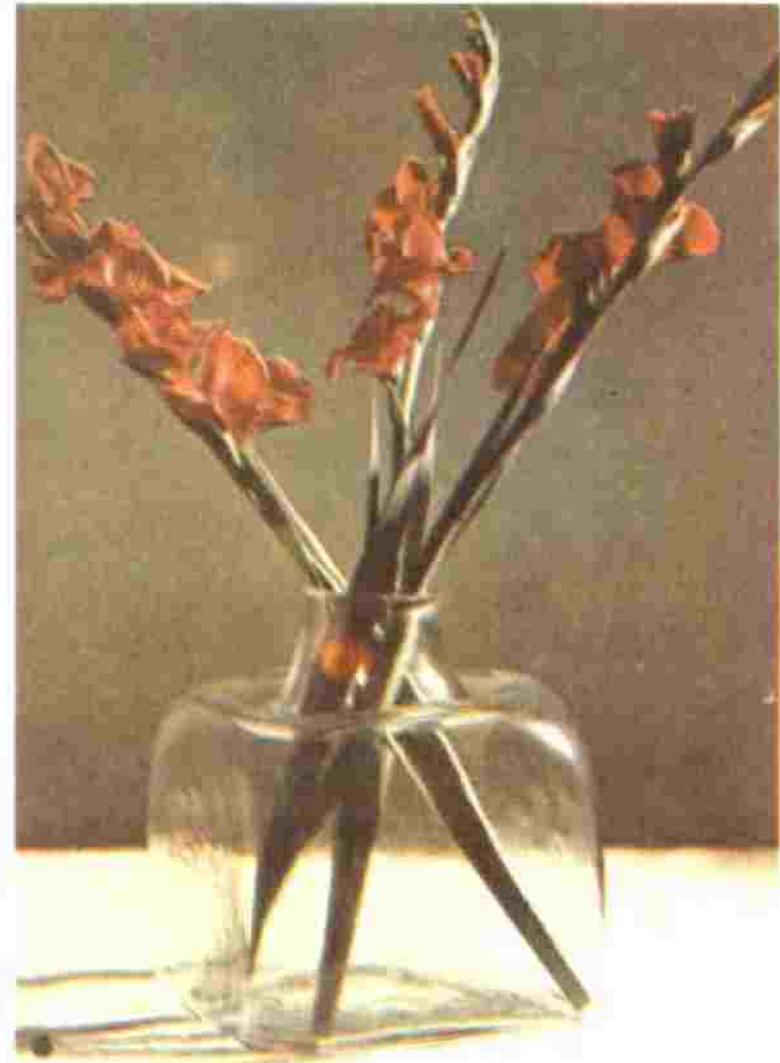
تنوع من أنواع الزجاج بحره
ينقسم الزجاج إلى : زجاج عموماً أو عادي ، وهو ما يطلق عليه الزجاج الأبيض ، ويستخدم في صناعة الأكواب والألواح الزجاجية وما شابه ذلك . وهناك الزجاج الكريستال (الذي سنتحدث عنه فيما بعد) ، ويستخدم بالدرجة الأولى في صناعة القطع الفنية والتزيينية الفاخرة ، كما يوجد أيضاً الزجاج الخاص الذي يستخدم داخل المصانع ، وبالذات مصانع البتروليوكيمويات . وهناك أيضاً الزجاج المصنفر ، وزجاج الأوبالين الذي تتحقق مواصفاته ، باستخدام الفلقاتيع المنهية الصغر ، كما توجد أنواع أخرى .





المياه القديمة ، حيث كان يتربسب لأسباب طبيعية . ولقد وصلت صناعة كريستال الصخرة ، إلى أقصى درجات تألقها في الفترة التي تعرف بـ « الكارولينجيو » ، وكان انتشارها سريعاً ومتسعباً ، وأصبحت صقلية ومصر الإسلامية من أعظم مراكز صناعته . ولا غرو فإن الكريستال المستخدم في كنيسة سان ماركو بفينيسيا ، هو كريستال عربي ، وإن كان جزء منه قد حاكى الفنون الحرفية الفينيسية التي بدأت تزدهر منذ عام ١٢٠٠ . وفي عصر النهضة ، اتجه عن الكريستال إلى صناعة « الغازات » الكبيرة والقطع المخفورة ، وهو اتجاه أو ذوق مصدره فلورنسي - وإن كان قد انتشر أيضاً في شمال إيطاليا - يعتمد على الزخارف المتنوعة ، والمشاهد الكاملة المستوحاة من الأساطير القديمة ، التي تشغل كل سطح القماز . كما أن الأشكال اكتسبت قيمة زخرفية عالية ، وتداخلت معها تفاصيل عديدة ، وصلت في كثير من الحالات ، إلى درجة التعقيد ، بما تحويه من أشكال للحيوانات الخرافية والسفن ... الخ ، دون اتساق أو توافق ، مع الشكل العام للقطعة .

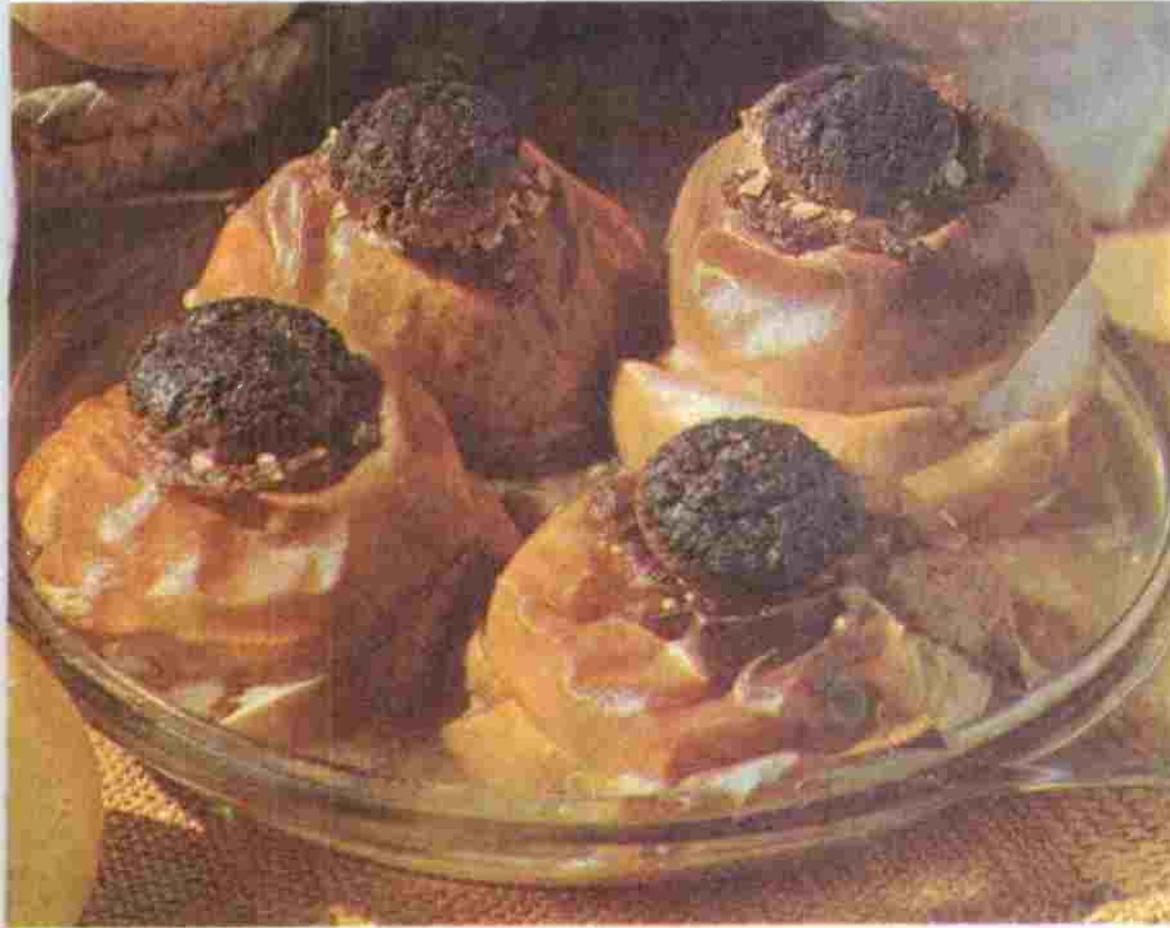
البقية في العدد القادم



روائح المطبخ

طريقة إعداد الكريمة

- اغل اللبن مع القانيليا . ثم اخربي صفار البيض (احتفظي بالبياض جانبا) مع السكر .
- استمري في ضرب الخليط ، حتى يصبح كالرقاوي ، وأضيفي إليه دقيق الذرة المنخول والمذاب في ملعقتين كبيرتين من اللبن . ثم أضيفي إلى هذا الخليط باقي مقدار اللبن ، ولكن بالتدريج (قليلا قليلا مع استمرار تقليب الخليط) .
- ضعي هذه الكريمة على النار لمدة دقيقة واحدة ، ثم صبها في سلطانية ، واتركها لتبرد تماما .
- قسي هذه الكريمة إلى نصفين أحدهما ضعفي الآخر .



- أضيفي إلى الجزء القليل ، الكاكاو واللوز المقشر الذي سبق تخميصه وتحويله إلى دقيق ، عن طريق صنته في الحاون ، وتعطيره بملعقة عصير فاكهة ، أو ماء ورد ، أو زهر حسب الرغبة .
- اقطعي قطيرة التورotte إلى أربع شرائح طولية .
- ضعي أول شريحة فوق قالب فرن ، ثم رشيها بقليل من عصير الفاكهة . وبعد ذلك المردي فوقها قليلا من الكريمة الصفراء ، وغطها

- بضرب الخليط جيدا إلى أن يبرد تماما ، ويصبح غليظ القوام ، ناعم الملمس .
- أضيفي إلى هذا الخليط الدقيق المنخول . ثم « سحبي » الزيت وأضيفيه وهو دافئ فوق الخليط ، مع استمرار التقليب .
- صبي هذا الخليط في قالب الكيك المستطيل الشكل ، الذي سبق تجهيزه ثم اخبزي هذه القطيرة في فرن درجة حرارته ٢٠٠° مئوية لمدة ٤٠ دقيقة .

أطباق من فرنسا

تورotte المبراج :

المقادير :

لإعداد التورotte

- ١٣٠ جرام دقيق - ١٢٥ جرام سكر - أربع بيضات - ٤٠ جرام زبد .

لإعداد الكريمة :

- نصف لتر لبن - أربع بيضات - ١٥٠ جرام سكر - ورقة فانيليا - ٥٠ جرام كاكاو - ١٠٠ جرام لوز - ٣٠ جرام زبد - ٤٠ جرام دقيق ذرة - ١٠٠ جرام مربي ، عصير فاكهة .

لإعداد المبراج :

- بياض ست بيضات - ٣٠٠ جرام سكر بودرة .

طريقة إعداد التورotte :

- ادعي قالب كيك مستطيل بالزبد ، ورشيه بالدقيق .
- وقي كسرولة ، اخفقي البيض مع السكر ، ثم خذي كسرولة أكبر حجما ، بحيث يمكن إدخال الكسرولة السابقة فيها بسهولة .
- ضعي في هذه الكسرولة الكبيرة قليلا من الماء ، وارفعها على النار ، حتى تصبح المياه دافئة . وعند هذا الحد ، ضعي بداخلها الكسرولة الأصغر حجما ، والتي تحتوي على البيض المخفوق بالسكر ، واتركي الكسرولة هكذا على نار هادئة ، حتى يصبح الخليط دافئا ومتنفخا .
- ارفعي الكسرولة من على النار ، وفومي

بشريحة الكيك الثانية ، ورشها بقليل من
العصير أيضا ، ثم غطيها بطبقة رقيقة من
المرق ، وضعي فوقها الشريحة الثالثة من
قطعة التورته ، وغطيها بطبقة من كريمة
الكاكاو ، ثم ضعي فوقها آخر شريحة
كيك ، وغطيها في النهاية بالكريمة الصفراء .
- غطي ككل الحلوى بالميرانج المعد على النحو
التالي :

طريقة إعداد الميرانج

- اخفقي بياض أربع بيضات ، مع إضافة
بياض البيضتين الأخيرين الواحد بعد الآخر ،
وأضيفي إليه ذرة ملح .
- وعندما يصبح بياض البيض كالزغوى ،

طبق الكزري الربيعي :

(هذا المقدار يكفي لسة أفراد) .

المقادير :

ست ثمرات كزري - بيهستان - ١٠٠ جرام
سكر بودرة - ١٥٠ جرام سكر ستريفيش -
٣٠٠ جرام فراولة طازجة (حلبة فراولة محفوظة
إن لم تتوافر الفراولة الطازجة) - يمونة - عصير
فاكهة - قليل من الزبد - قليل من الدقيق .

الطريقة :

- ادعوي صاج فرن أو صينية فرن بالزبد ،
ورشيها بالدقيق .
- اخفري بياض بيضتين حتى يصبح كالزغوى
وأضيفي إليه السكر البودرة ، وتليهما معاً

وبالإلة الخاصة ، انزعي ما بداخلها من بذور
وأجسام صلبة ، مع الحرص الشديد حتى
لا تنهشم الكزري .

- ضعي الكزري في وعاء من الفخار ، ورشيها
بجوال ١٠٠ جرام من السكر الستريفيش ،
واغريه بربع كوب من عصير الفاكهة ،
وعصير الليمونة ، وارفعيه لينضج على النار
لمدة عشر دقائق .
- اتركي الكزري لتبرد في شرابها .
- وقيل تقدم حلوى الكزري بعشر دقائق ،
ضمي الفراولة عبر منخل سلك ، وغطريها
ببيض فطرات من ماء الورد ، أو ماء الزهر ،
ثم حليها بباقي مقدار السكر الستريفيش .
- رصي الكزري فوق طبق لتقديم الحلوى فوق
كعكة الميرانج ، ولكن بحرص شديد حتى
لا تنهشم الكعكة .
- رشي هذه الحلوى بعصير الفراولة ، وحليها حسب
الرغبة ، واحفظيها في الثلاجة حتى لحظة تقديمها .

حلوى التفاح المحشو

المقادير :

خمس ثمرات تفاح - ١٠٠ جرام مربوب من أي
نوع حسب الرغبة - ١٠٠ جرام سكر ستريفيش -
٢٥ جرام زبد - ١٠٠ جرام لوز مر - ٥٠ جرام
لوز حلو - يمونة - عصير فاكهة .

الطريقة :

- اغسل أربع ثمرات تفاح ، وانزعي ما بداخلها
من بذور وأجسام صلبة ، مع الحرص التام حتى
لا تنهشم . قومي بعد ذلك بعمل حفر خفيف
حول كل ثمرة تفاح ، وذلك لتفادي قطع
القشرة أثناء الطهي .
- أعدى خليط الحشو الذي ستلئين به قلب كل
تفاحة ، وذلك على النحو التالي : قشري
التفاحة الخامسة ، وقطعيها إلى مكعبات صغيرة ،
وضعيها في كسرولة ، ورشيها بجوال ٢٥ جرام
سكر ، وبشر قطعة صغيرة من قشر الليمونة
مع إضافة ربع كوب عصير فاكهة . ارفعي
الكسرولة على النار لتنضج مكعبات التفاح تماماً .
أخفري التفاح وصفيه بمنخل سلك في سلطانية .
- أضيفي إلى هذا التفاح ، المرق واللوز المر
الذي سبق قشره وفريه ناعماً ، وكذا اللوز
المقشر والمهصن والمفري ناعماً .
- بهذا الخليط ، قومي بحشو التفاح ، ثم ضمي
فوق كل تفاحة محشوة ، قطعة صغيرة من الزبد .
- رصي هذا التفاح في صينية فرن ، ورشي
بباقي مقدار السكر ، وكوب من عصير
الفاكهة ، وضعيه في فرن حار .
- قدمي حلوى التفاح المحشو وهي ساخنة ،
كما يمكن تقديمها وهي باردة .

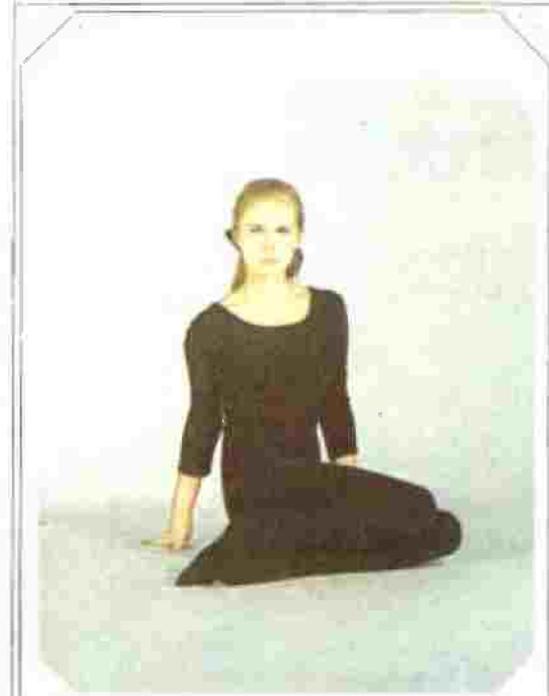


بغفة . ضمي هذا الخليط في كيس من التيل
في نهايته بلبلة مساه ، ثم اخفطي أعلى الكيس ،
لينزل الخليط على شكل أسطوانة فوق قالب
الفرن . ضعيه بعد ذلك في فرن درجة حرارته
منخفضة ، تتراوح ما بين ١٠٠ - ١٢٠ °
متوبة ، وذلك لمدة تتراوح ما بين ١٥ و ٢٠
دقيقة ، حتى تجف الحلوى (مع مراعاة ألا يحمر
لوناً) .
- قشري الكزري ، مع ترك العنق ملتصقاً بها .

أضيفي إليه السكر البودرة المنخول ، مع
استمرار الضرب بشدة .
- ارفدي هذا الخليط فوق الحلوى ، مع وضع
جزء منه في كيس من التيل في نهايته بلبلة
مشرشرة ، وذلك لاستخدامه في تجميل سطح
التورته .
- ضمي هذه التورته بالميرانج في فرن معتدل ،
واتركيها ريثما يتخذ سطحها لونا ورديا
جميلا .

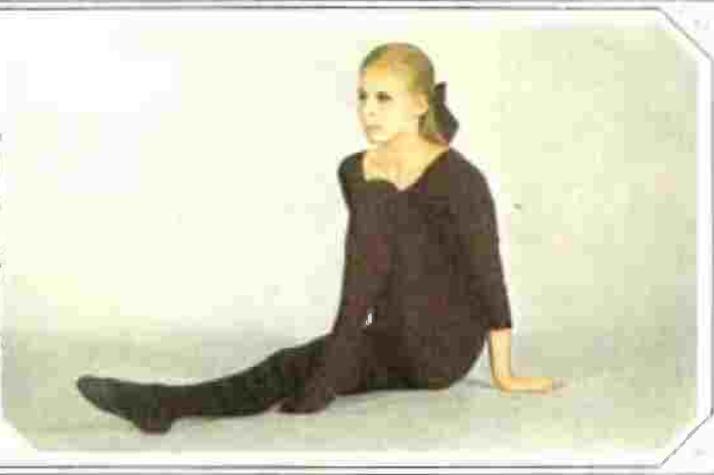
تمريبات رياضية لرشاقة الساقين

مع حلول فصل الصيف ، وكما هي الحال دائماً ، تبدو على النساء مظاهر القلق ، ويصبح جهاظهن مشغلهن الشاغل ، سواء أكان ذلك متعلقاً بالملبس ، أم بتقديم أنفسهن في أفضل صورة ، حتى يكون مظهرهن أكثر بهجة . حينئذ تتكشف أمامهن ، وعلى الفور ، مشكلة جسيمة ، وخصوصاً بالنسبة لحولاء اللاتي يعترهن قضاء الإجازة الصيفية على شاطئ البحر ، ونعني بذلك المشكلة المتعلقة بالسيقان . فقد حان الوقت ، لتظهر السيقان على حقيقتها عارية من أي كساء ، بعد أن كانت تغطيتها الموديلات الطويلة . وسرعان ما تتكشف العيوب التي تشوه جهاظهن ، ومنها : ارتخاء العضلات ، والبدانة المفرطة ، واحتقان الأنسجة . ولا يقرب عن البال ، أن تكون المرأة بصفة عامة ، يسمح بخط جهاظي للسيقان ، يظهر في تلك العظام الطويلة المستقيمة . والعضلات المرنة . ويكفي من أجل هذا كله ، القليل من العناية ، للحفاظ على جهاظ هذه السيقان . كما يتعين على المرأة التي ترغب في التغلب على هذه المشكلة ، خلال هذه الفترة ، أن تبدأ على الفور في تغيير « المساج » والتجمليل ، الذي تستخدم فيه بعض أنواع من الكريزمات الخاصة ، وتستعيض عنه بممارسة بعض التمرينات الرياضية ، التي ينبغي عليها أن تكررهما أكثر من مرة خلال اليوم ، وخلال فترة لا تقل عن شهر كامل .

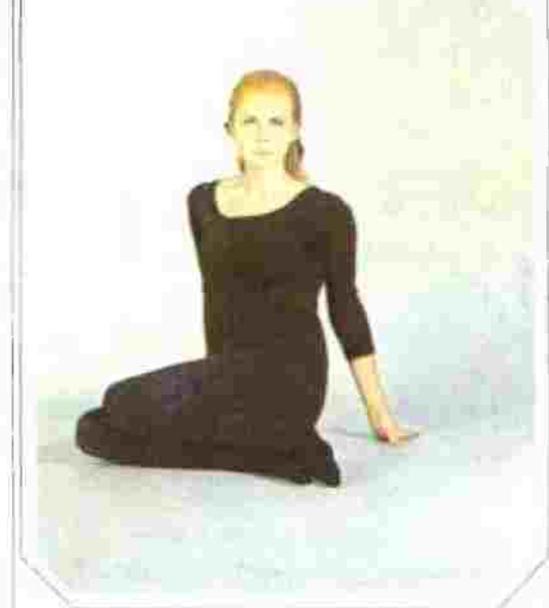
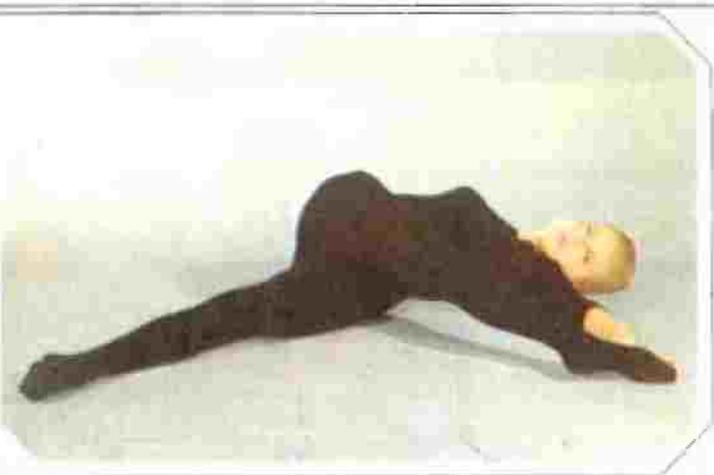


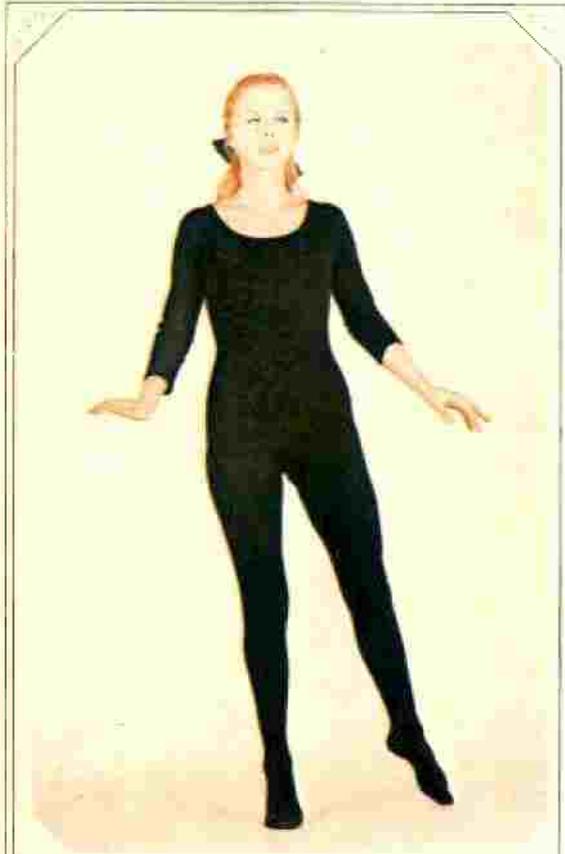
١ - اجلسي على الأرض ، والساقان مضمومتان معاً ، وبتنبتان وملتصقتان بالفخذ الأيمن «صورة رقم (١)» ، ثم المرديهما في خط مستقيم ، واثنيهما معاً لتلتصقا بالفخذ الأيسر (١) ب « وهكذا . كرري هذا التمرين من ٢٠ - ٣٠ مرة على الأقل .

٢ - اجلسي على الأرض والساقان مفردتان إلى الأمام . اثني إحدى الساقين حتى تلامس الركبة صدرك «٢» ، ثم المرديها في الوقت الذي تقومين بسحب الساق الأخرى وثنيها ، حتى تلتصق ركبتيها بصدرك ، وهكذا مع زيادة سرعة تنفيذ هذا التمرين بصورة تدريجية ، حتى تصل الحركة إلى أقصى سرعة ، يمكنك القيام بها .



٣ - استلقي على الأرض ، والذراعان مفردتان ، ثم أدبري جسمك على الجانب الأيمن ، مع محاولة تقريب مشط القدم اليسرى ، بقدر المستطاع ، نحو اليد اليمنى (٣) . عودي إلى الوضوح السابق في خط مستقيم ، ثم قومي بعمل نفس التمرين بالاتجاه نحو الجانب الأيسر . كرري هذا التمرين من ١٥ - ٢٠ مرة .



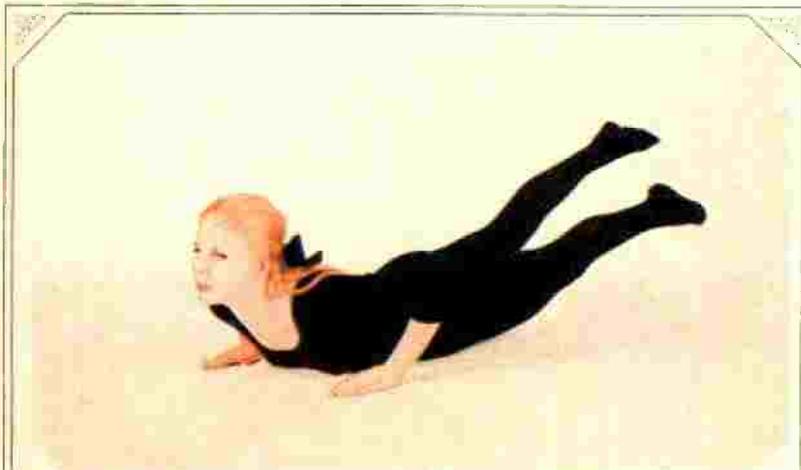


٧- قف والذراعان في حالة استرخاء تام ، وقوي بعمل عدة قفزات باستبدال القدمين قفزان على القدم اليسرى ، واثنان على القدم اليمنى ، مع مراعاة أن تكون الساق المرفوعة في حالة استرخاء تام ، وممتدة قليلاً نحو الخارج (٧) .

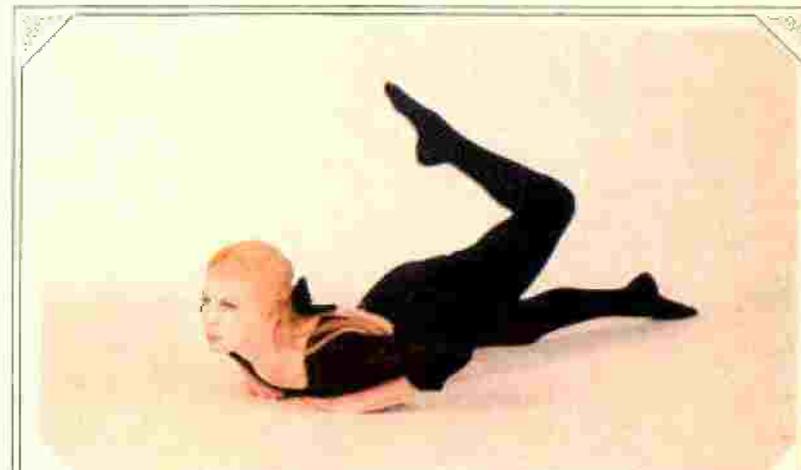
٤- استلق على ظهرك ، واقبض يديك على رصع القدم ، وارفعي الساق إلى أعلى في عطف مستقيم ، بينما الساق الأخرى مفرودة تماماً إلى الأمام . ثم قومي بنفس التمرين مع استبدال القبض على رصع القدم الأخرى يديك ، ورفعيها إلى أعلى (٤) وهكذا. وفي هذا التمرين ، قد يرتفع الكتفان قليلاً من على الأرض ، غير أن الغرض منه ، هو على وجه الخصوص ، تدليك العضلات. استريحي برهة ، ثم كرري هذا التمرين .



٥- استلق على ظهرك فوق الأرض ، ثم قومي بالساقين بعمل الحركة التي تقومين بها أثناء ركوبك الدراجة (٥) . زبدي تدريجاً سرعة الحركة ، لتعودي مرة أخرى إلى إبطائها - أي الحركة - شيئاً فشيئاً. استريحي قليلاً ثم كرري التمرين .



٨- استلق أرضاً على بطنك ، والذراعان شبه مثنيتين بجانب جسمك . ارفعي الساقين قليلاً من على الأرض ، ثم قومي بعمل ضربات سريعة كما لو كنت تمارسين السباحة (٨) . استريحي ثم كرري التمرين . هذا التمرين مفيد للاستعداد للسباحة .



٦- استلق أرضاً على بطنك ، والذراعان شبه مثنيتين تحت الصدر . اثني الركبة ، وارفعي الساق إلى أعلى ، وحاولي إنزالها بتدرج المستطاع ، لكي تقصيري الفخذ بقصبة القدم (٦) . قومي بنفس التمرين بساقيك الأخرى . استريحي قليلاً ، كرري نفس التمرين . إن هذا التمرين مفيد تماماً ليطن الساق .



الدعوات كيف تقبل .. وكيف ترفض .. وكيف ترجأ

للعمرة المكشوفة :

عل دعوة مطبوعة ، تحمل في أحد أركانها عبارة الرجا إرسال الرد « ، ينبغي الرد قورا كتابة ، سواء أكان بالقول أم بالرفض . وإذا كانت الدعوة محررة بالطريقة الآتية : « السيد فلان وحرمة يسعدهما أن يوجها دعوتهما إلى السيدة فلانة . . . » ، لابد أن يتم الرد بنفس ضمير الخطابية ، كأن يقال مثلا : « السيدة فلانة تعرب عن بالغ سعادتها بقبول هذه الدعوة... » وإذا كانت الدعوة موجهة على بطاقة دعوة ، فينبغي الرد أيضا بطاقة ماثلة ، سواء أكان ذلك بالقبول أم بالرفض . وإذا ما تم قبول هذه الدعوة ، فلا بد من الإعراب عن ذلك بكلمات موجزة ، رقيقة ومهذبة ، تحمل في طياتها العرفان بالجميل ، ومنها على سبيل المثال : « شكرا جزيلاً على دعوتكم الرقيقة التي يسرنا جدا أن نقبلها ، شاكرين فضلكم » وإذا كان الرد بالرفض ، فينبغي الإفصاح عن سببه . ولا تُكتفى على الإطلاق مثل هذه العبارة التالية فقط : « إنني آسفة لعدم استطاعتي قبول دعوتكم » ، فإن ذلك ليس من اللياقة في شيء ، إذ ينبغي الرد بمثل العبارة التالية : « انني آسفة لعدم استطاعتي تلبية دعوتكم ذلك لأنني قد ارتبطت سيقا بتلبية دعوة السيد فلان في هذا المساء . وأرجو أن تتاح لنا فرصة أخرى لتلتقي معاً في القريب العاجل على خير » .

الدعوة الشفوية :

يتم الرد على الدعوة الشفوية ، بطبيعة الحال ، شفويا . وإذا كانت هناك نية لقبول الدعوة ، فينبغي قبولها على الفور ، دون تردد أو شروط أو إرجاء ولا ينبغي على الإطلاق ، ترديد مثل هذه العبارة : « مه : حسنا ، كان يستحق جداً أن أسفر ، غير أنني لست على يقين من أن وقتي سيسمح بذلك . ألا يزعلك أن أخبرك برأيي في العظات الأخيرة ؟ » . إن مثل هذا التصرف قد يعطى انطباعاً إلى من وجه الدعوة بأن هناك نية لقبول دعوة أخرى أكثر أهمية من دعوته ، الأمر الذي يجعله أيضا غير متأكد من عدد الأشخاص الذين سيلبون دعوته . ومن الأفضل رفض الدعوة على الفور ، إذ يعتبر ذلك أكثر صواباً .

وإذا كانت هناك نية للرفض ، فيجب الإفصاح عنها بصورة طبيعية ، معربين على الأقل من الأسف « الصادق » على عدم إمكان تلبية الدعوة ، مع ضرورة إفصاح أسباب الرفض ودواعيه . ولا بأس من إضافة بعض الكلمات التي تعبر عن التنيات الطيبة للمشاركة في مناسبة أخرى ، بأن تقول على سبيل المثال : « يا للأسف !! إنني مشغولة يوم الخميس القادم ، لأنني قد ارتبطت بجزء تذاكر لمخضور مسرحية . . . » ، وكم يضائقني ذلك !! » .

إرجاء الدعوة :

في حالة ما إذا تم قبول الدعوة ، فلا ينبغي على الإطلاق ، مخالفة هذا الارتباط ، إلا في حالات الضرورة القصوى ، مثل المرض ،

الخداع ، الارتباطات المفاجئة والهامة جدا في العمل ، الحوادث ، أو الكوارث العنيفة .

وينبغي أيضا أن يؤخذ في الاعتبار ، أن من يوجه الدعوة ، قد يضطر إلى إرجائها لأسباب خارجية عن إرادته . ومن المفضل أن يتم إرجاء الدعوة تليفونيا ، لأن ذلك يعتبر أسرع وسيلة للاتصال وكسب الوقت . كما ينبغي أن يكون ذلك دون التفسير في شرح الأسباب ، وإبداء الضيق الشديد والأسف : « إنني لمهومة ، غير أنني للأسف الشديد مضطرة ، بل وليس أمامي سوى إرجاء دعوة الغداء إلى يوم الأربعاء القادم ، ذلك لأن زوجتي قد استعدت للسفر إلى بلدة كذا (أو « لأن ابنتي مريضة » أو « لأسباب أخرى خطيرة » ، إلى غير ذلك من الأسباب) ، فهل في استطاعتنا إرجاء هذه الدعوة إلى وقت لاحق...؟ » وينبغي على الفور ، إذا كان ذلك ممكنا ، تحديد موعد آخر للزيارة . . . ذلك حتى لا يوضع المدعو في حالة من التشكك والحرج ، وحتى لا تساوره أدنى هواجس تجاه سبب الرفض ، الأمر الذي قد يمرضه لحالة من القنوط ، إذ يترك في حالة انتظار الدعوة ثانية ، قد لا تتحقق على الإطلاق .

وعلى أية حال ، فإن أسباب خلف الموعد ، أو إرجاء الزيارة ، يجب أن تكون دائما ذات عذر واضح ، وسند بين يمكن قبوله : فانتحال الأظفار ، واختلاق المماذير يمكن أن يظهر زيفها ، بما يترك انطباعاً سيئاً ، مع ما يترتب عليه أيضا من فقدان للأصدقاء .

سعر النسخة

ع ٤٠-٤٠٠	البحرين ٤٥٠	السودان ١٥٠
ع ١٤٥	قطر ٤٥٠	ليبيا ٢٠
ع ١٥٠	دبليو ٤٥٠	سويسرا ٢٥
ع ١٥٠	امبوتشي ٤٥٠	الجزائر ٤
ع ١٥٠	المغربية ٤٥	لغزيب ٣
ع ٢٠٠	عمان ٥	

Copyrights pour le monde
Produit Faber, Milano
1974 Copyrights pour l'édition arabe
EDITHRADE SA - Genève

الطبعة الأولى: ١٩٧٤ - الثانية: ١٩٧٥

كيف تحصلون على نسختك

- اطلب نسختك من باعة الصحف والأكشاك والكتبات في كل مدن الدول العربية
- إذا لم تتمكن من الحصول على نسخة من الإصدار فقم بـ :
- ر.ح م.ج. : الإذاعات ، إدارة التوزيع ، مبنى مؤسسة الأهرام ، شارع جلاء - القاهرة
- في البلاد العربية : الشركة المصرية للنشر والتوزيع - بيروت - ص.ب ١٥٧٧٥