

العدد الثامن والعشرون
السنة الثانية

عالم المرأة



- المكواة والشوار .
- أمراض الأطفال .
- أزياء أنيقة لرأس السنة .
- أضواء على "البورسلين" الألماني .
- الطفل والرياضة .
- نفقة زوجة الفائب .
- أساقفة الصفيريات .
- المقلبات المختلطة .
- الطفح الجلدي «الارتيكاريا» .
- الخبز تقديمه وتناولته .

المكواة والشوار

يمثل الشعر ، عنصرا رئيسيا وفعالا في جمال المرأة ، ولهذا يتعين أن توجه إليه عناية خاصة ، للحفاظ على جماله ، وحيويته ، ومظهره العام الجميل ، وكذلك نعومته ، ومرونته ، وتعديل هيئته إذا لزم الأمر .

ولهذا السبب ، كان هناك بحث دائم ، عن



الوسائل والأدوات اللازمة لتصفيف الشعر ، الشعر ، وتم اختراع الأجهزة الكهربائية التي تستخدمها اليوم أغلبية النساء . ومن هذه الأجهزة المكواة ، والشوار الذي على شكل مسدس . وكانت المكواة معروفة في القرنين السابع عشر والثامن عشر ، وكانت تستخدم في إعداد التسميمات التي كانت منتشرة في ذلك العصر . أما الشوار ، فهو على العكس من ذلك ، اختراع حديث جدا ، تم ابتكاره في هذا القرن فقط .

المكواة :

إن آخر ، بل أحدث نوع من المكاوي الخاصة بالشعر ، ينحدر من المكواة القديمة ، التي كان مصففو شعر السيدات ، يستخدمونها فيما مضى ، لتوجيه الشعر ، حتى بداية القرن العشرين . وقد أطلق على أول مكواة للشعر تم اختراعها اسم «بابيلون» ، وكانت هذه المكواة ، عبارة عن ثلاثة أعمدة ، كل واحد منها كان على شكل سن أسطوانى . وكانت الثتان من هذه السنون ثابتتين ، بينما كان العمود الثالث الموجود بالوسط متحركا ، إذ كانت له القدرة على فتح وإغلاق

الفراغ الموجود بين العمودين الآخرين . وفي نفس هذه الفترة أيضا ، كان مصففو شعر السيدات ، يستخدمون نوعا آخر من مكاوي الشعر يشبه الكاشة ، ينقبض جزأها اللذان فوق بعضهما بعضا ، على شكل سطح ذى أربعة أضلاع . وكانت هذه المكواة تستخدم عن طريق وضع خصلة من الشعر ، تلف على أحد المسطحين ، ثم يتم فردها بضغط المسطح الآخر ، ذى الأربعة أضلاع عليها .

وكان كل نوع من هذه المكاوي ، يستخدم بعد تسخينه على نار موقد كحول . وكانت المكواة تستخدم في ذلك العصر ، لفرد الشعر من التجاعيد ، نظرا لأنه لم يكن قد تم بعد اكتشاف الشوارات ، أو الأسطوانات الخاصة بلف الشعر «الرولو» .

هذا وقد تم بعد ذلك ، اختراع المكواة التي لا تزال تستخدم حتى عصرنا هذا . غير أن هذه المكواة الحديثة ، تتكون من عمودين فقط ، بدلا من الأعمدة الثلاثة ، التي كانت موجودة



بمكواة الشعر المستخدمة في القرن الثامن عشر . وأحد هذين العمودين أسطوانى الشكل ، والآخر مقعر ، بالصورة التي تسمح للعمود الأسطوانى بأن يدخل في العمود المقعر . وتفتح هذه المكواة ، وتغلق مثل المص . ولا شك أن هذه الآلة «المكواة ذات العمودين» كانت تستخدم في فرد الشعر ، في الوقت الذي لم يكن قد تم فيه ، اكتشاف الشوارات

والأسطوانات الخاصة بلف الشعر . وفي أوائل القرن الذي تلا اكتشاف الكهرباء انصرف التفكير إلى أسلوب يتم به تسخين المكواة بهذه الطاقة الكهربائية . وقد ظل هذا الاكتشاف مقصورا على سويسرا ، وأخيرا انتشر لتستخدمه جميع النساء .

استخدام المكواة :

غير أن هذا الجهاز «المكواة الكهربائية» لم يستخدم كألة لفرد الشعر ، ولكنه كان يستخدم فقط في ثني أطرافه إلى أعلى ، أو إلى أسفل ، أو في ثني خصلة من خصل الشعر ، عندما



لا يكون هناك متسع من الوقت لفرد الشعر ، وعمل التسريحة المرغوب فيها . ومن هنا ، نجد أن هذه المكواة الكهربائية ، كانت تستخدم في التعديل السريع لتسريحة الشعر .

أما المكواة ، فقد استخدمت بصفة خاصة ، لكي الشعر المجعد ، وتشكيل أطراف الشعر الناعم الطويل .

وللحصول على أفضل النتائج عند كي الشعر المجعد ، لا ينبغي قفل المكواة تماما ، لأن ذلك لا يسمح بكى الشعر جيدا ، كما لا ينبغي كذلك فتحها تماما ، الأمر الذي يصبح معه هذه العملية غير مفيدة ، ولا تحقق الهدف المرجو منها .

وللوهلة الأولى ، يبدو استخدام مثل هذا الجهاز «مكواة الشعر» سهلا للغاية . إلا أن



هذين الجهازين ، يمكنك يا سيدتي أن تصففي شعرك في أسرع وقت ممكن ، وتحسين هيئته ، وفرد ما به من تجمعات ناتجة عن رطوبة الجو ، أو بخار الماء ، أو في حالة ما إذا تسربت إلى الشعر مياه البحر .

محاولات عديدة لنشر هذا الاختراع . وتمت الدعاية له على نطاق واسع ، فقد قيل إنه جهاز لفرد الشعر وتصفيفه ، غير أن هذا الجهاز لم يحقق النجاح المرجو منه ، لأن استخدام مثل هذا الجهاز ، يحتاج إلى مران ، وإلى مهارة بالغة . كما أن هذا الجهاز ضار جداً بالنسبة لفروة الرأس ، لأنه يتسبب في جفاف الدهون الطبيعي . كذلك فإن هذه الطريقة في فرد الشعر ، قصيرة الأمد ، لا تبقى محتفظة بكيانها لفترة طويلة .

وعلى الرغم من مساوئ وأضرار هذين الجهازين ، إلا أنه ينبغي الاحتفاظ بهما لدى كل سيدة ، للاستفادة بهما في الطوارئ والمناسبات غير المتوقعة والمفاجئة . فبفضل

هذه العملية من الصعوبة بمكان لأن عدم الانتباه ، وعدم التدريب على استخدام مكواة الشعر ، قد يسفر عن نتائج غير محمودة العواقب . فإن لم يتم التحكم في درجة حرارة المكواة ، فقد يؤدي ذلك حتماً ، إلى احتراق الشعر ، والإضرار بفروة الرأس ، الأمر الذي يترتب عليه سقوط الشعر وجفافه .

وتستخدم هذه المكواة في فرد جميع أنواع الشعر ، وعمل مختلف التسريحات . وننصح بعدم استخدامها ، في حالة ما إذا كان الشعر مدهوناً بأحد الزيوت ، أو متسخاً ، لأن حرارة المكواة ، تساعد على إذابة الدهون فوق الشعر ، فتجعله ثقيلًا يتنافى كلية ، مع جماله ورونقه . كما ننصح باستخدام المكواة في عمل التسريحات وتشكيل الشعر وتصفيفه ، حسب رغبة كل سيدة أو فتاة .

وتوجد في الأسواق أيضاً ، مكواة للشعر بالزيت ، لا يتم تسخينها مباشرة بالتيار الكهربائي ، ولكن يتم تسخينها بصورة غير مباشرة ، عن طريق الزيت . غير أن هذه المكواة لم تلق رواجاً في الأسواق ، لأن الأنواع الأخرى أقل منها كثيراً في السعر .

السشوار :

ابتكر السشوار كجهاز لتجفيف الشعر الطويل ، وقد استخدم أيضاً في تجفيف الشعر بعد لفه على الأسطوانات الخاصة « الرولو » . ومن هذا نجد أن الغرض الأساسي من هذا الجهاز « السشوار » هو تجفيف الشعر . غير أنه تم في عام ١٩٥٧ اكتشاف أن لجهاز السشوار مقدرة كبيرة على فرد الشعر أيضاً .

وقد استخدم بالفعل السشوار الذي على شكل مسدس ، في عملية كي الشعر وتصفيفه ، وذلك بأن يمسك السشوار بيد ، وباليد الأخرى يتم كي الشعر ، بفرشاة صلبة تحت حرارة السشوار . بيد أن هذا الأسلوب لفرد الشعر ، بعد أسلوباً غير مناسب ، بل وضاراً تماماً ، لأنه يضعف فروة الرأس . فالهواء الساخن يتسبب ، في الواقع ، في جفاف الدهون الطبيعية ، وتقصف الشعر .

سشوار بقطع غيار :

وقد تم منذ أعوام قليلة مضت ، اختراع سشوار ذي قطع غيار : مشط من المعدن ، وفرشاة .

وفي أعوام ١٩٥٥ ، ١٩٥٦ ، ١٩٥٧ ، جرت

أمراض الأظفار

فما هو العلاج لهذه التغيرات التي تصيب الأظفار ؟ .

أو كل شيء ، يتعين دائماً البحث عن الأسباب العامة والموضوعية التي تسبب هذه التكوينات ، والعمل على إزالتها . ثم بعد ذلك ، ينبغي تعاطي الفيتامينات ، والحديد ، والأحماض الأمينية ، وكلها ذات نفع كبير ، بوصفها علاجاً موضعياً ، تختلف من حالة إلى أخرى ، بالنظر إلى تعدد مظاهر كل منها .

التهاب الأظفار :

إن لفظ التهاب الأظفار يطلق على الأمراض التي تصيبها ، وهي كثيراً ما تحدث ، وتعود أساساً إلى الطفيليات .

وأكثر الأظفار إصابة هي ظفر الإبهام ، والأصبع الخنصر ، وكذلك الأصبع الكبيرة في القدم . وهذا المرض يتخذ شكلاً مزمنياً ، إذ يبدأ في حافة الأظفار أو جوانبها ، ثم ينتشر بعد ذلك .

وفي البداية ، تظهر خطوط صغيرة ضاربة إلى اللون الأبيض ، ثم تمتد إلى الظفر بأكمله ، فتجعله هشاً قابلاً للقص . وتسقط حافة الظفر عند أقل إصابة ، وتبدو خشنة مشققة .

ويصحب تقصف الأظفار ، زيادة في سمكها ، وينتهي بها الأمر ، إلى ظهور تغيرات في شكلها ، ويبدأ اللون الأصفر يشوبها .

وحالات التهاب الأظفار ، آخذة في الزيادة ، وهي حالات تصيب النساء بصفة خاصة .

أما العلاج فقد يطول أمده ، إذ يصل إلى عام أحياناً . ولكنه مع ذلك يعطي نتائج فعالة . وأساس هذا العلاج ، هو مضادات الجراثيم الفطرية ، واستعمالها موضعياً ، كما أن الاستعانة بالعلاج العام أمر لا غنى عنه ، للحصول على نتائج طبية طويلة الأمد .

وفي الحالات المستعصية ، يمكن مؤقتاً اللجوء إلى الجراحة ، فيستأصل الظفر المصاب ، ثم بعد ذلك يمكن استخدام الأظفار الصناعية بصفة مؤقتة ، لأغراض التجميل .

بسهولة ، ويسمى الجلدية ، وهذه تعتبر على جانب كبير من الأهمية ، لأن الكثير من الآفات يستقر بها ، وخاصة نتيجة عملية المانيكير .

وأما جسم الظفر ، فهو مصنع الظفر ، الذي يتكون من الأدمة ، ويضم ما بين عشر وعشرين طبقة من الخلايا المركبة فوق بعضها بعضاً ، الغنية بالكيراتين ، الذي هو بروتين الظفر ، والتي تزايد كلما صعدنا من الطبقة السفلى إلى ما يعلوها .

التغيرات التشكيلية :

إن التغيرات التي تتعرض لها البنية التشكيلية للظفر ، والتي هي الشكل الغالب في أمراضها ، هي التي تتعلق بحجمه ، سواء كان أقل من الحجم الطبيعي ، أو أكبر منه ، ثم بشكل الظفر ، الذي قد يكون مفطوحاً ، أو مقعراً ، أو محدباً .

وفضلاً عن أن هذه التشوهات ، قد تكون راجعة إلى أسباب مهيجة خارجية ، وخاصة نتيجة للعوامل الكيميائية ، أو الأمراض بصفة عامة ، التي يمكن أن يكون مظهرها على سبيل المثال الأظفار المقعرة ، أو إلى نقص في الحديد .

وقد تظهر في الأظفار ، ثلثات عرضية منخفضة ، قد تتكاثر في بعض الأحيان ، مما يجعل الظفر يبدو وكأنه مضلع ، كما قد تظهر فيها هذه الثلثات طولية ، وذلك نتيجة للعوامل المهيجة الخارجية .

إن القلوبات هي المسؤولة عن تقصف الأظفار ، كما يمكن أن يعود ذلك إلى الأمراض بصفة عامة ، والحالات العصبية ، ونقص الفيتامينات بصفة خاصة .

وفيما يتعلق بتغير لون الأظفار ، فإن ذلك كثيراً ما يحدث ، لكن أكثر هذه الألوان خطورة ، وهو ما يقتضي عرض الحالة على الطبيب ، هو اللون الأسود ، الذي يظهر على هيئة ثلثة مستعرضة ، أو بالانتشار في الظفر بأكمله . وقد يكون ذلك دليلاً على وجود ورم دموي تحت الظفر ، أو بقعة ملونة ، إلا أنه قد يخفى تحته نوعاً من الورم القاتل .

يواجه الطب ، يوماً بعد يوم ، مشكلات جديدة ، تنشأ نتيجة الظروف المتغيرة في الحياة وفي العمل . ذلك أن مناطق في جسم الإنسان كانت مصنوعة قبل ذلك ، أصبحت موطناً لأمراض أخذت تطرأ عليها ، وتصيبها بين الحين والحين ، الأمر الذي وسع في دائرة الأمراض التي يقال لها الأمراض الاجتماعية .

وحتى طب التجميل ، انغمس بدوره في هذا الوضع الجديد ، وبات عليه أن يدخل في دائرة اهتماماته أمراضاً ، كانت حقاً من الأمراض التي كان يندر أن يصاب بها الإنسان .

وهذا ما ينطبق على مرض « التهاب الأظفار » الذي أخذ يتكاثر هذه الأيام ، وبصفة خاصة بين النساء . والواقع أن المرأة العاملة ، وربة البيت ، تتعرضان بشكل مستمر ، للملحمة أشياء تضر أظفارهما ، وتصيبها بعدد من الآفات ، وخاصة المواد الكيميائية التي يصل مفعولها إلى الأظفار ، فتغير من مركباتها ، وتساعد على تشوهات ، وإصابتها بالبكتريا والتآكل .

ولابد في هذا المقام ، من الإشارة سريعة بتشريح الأظفار ومعرفة طبيعتها ، لكي نتفهم بطريقة أفضل ، أسباب التغيرات التي تطرأ عليها . والطابع المميز لها .

إن الأظفار جزء من الملحقات الجلدية ، مثلها في ذلك مثل الشعر والغدد الدهنية ، والغدد التي تفرز العرق .

وتتكون الأظفار من سطح رقيق (هو جسم الظفر) ، والمادة الأصلية ، والقاعدة التي تستند عليها (مهد الظفر أو مجرى الظفر) ، والجلد الذي يحيط بالظفر .

أما السطح الرقيق . أو جسم الظفر ، وهو الجزء الحقيقي منه ، فإنه يتكون من حافة قابلة للنمو والانطلاق ، ومن جذر يدخل في الجلد ، وهو عادة غير مرئي ، إذ على صورة شريط ضارب إلى اللون الأبيض ، يسمى اللال ، ويقع عند أسفل الظفر .

وفوق هذا اللال ، يبرز شريط يمكن رفعه

ورم الأصابع :

ونختتم هذا العرض الموجز ، بتقديم نوعين من الأمراض المنتشرة ، التي لها علاقة ثانوية بالأظفار . فهناك الورم الذي أساسه نوع من البكتيريا ، التي تسبب فيها الجراثيم العنقودية .

ففي بداية الإصابة بهذا المرض ، نجد أنه يسبب في ورم حافة الأصابع الملاصقة للأظفار ، وهذا الجزء يتحول إلى اللون الأحمر ، ويشعر المصاب بالألم ، بسبب وجود تقيع يخرج عند الضغط عليه . ويستمر هذا المرض فترة ، وقد يزول ويعود عدة مرات ، ثم بعد ذلك يصيب طبقة الظفر نفسها ، فيبدو الظفر خشنا متعرجا .

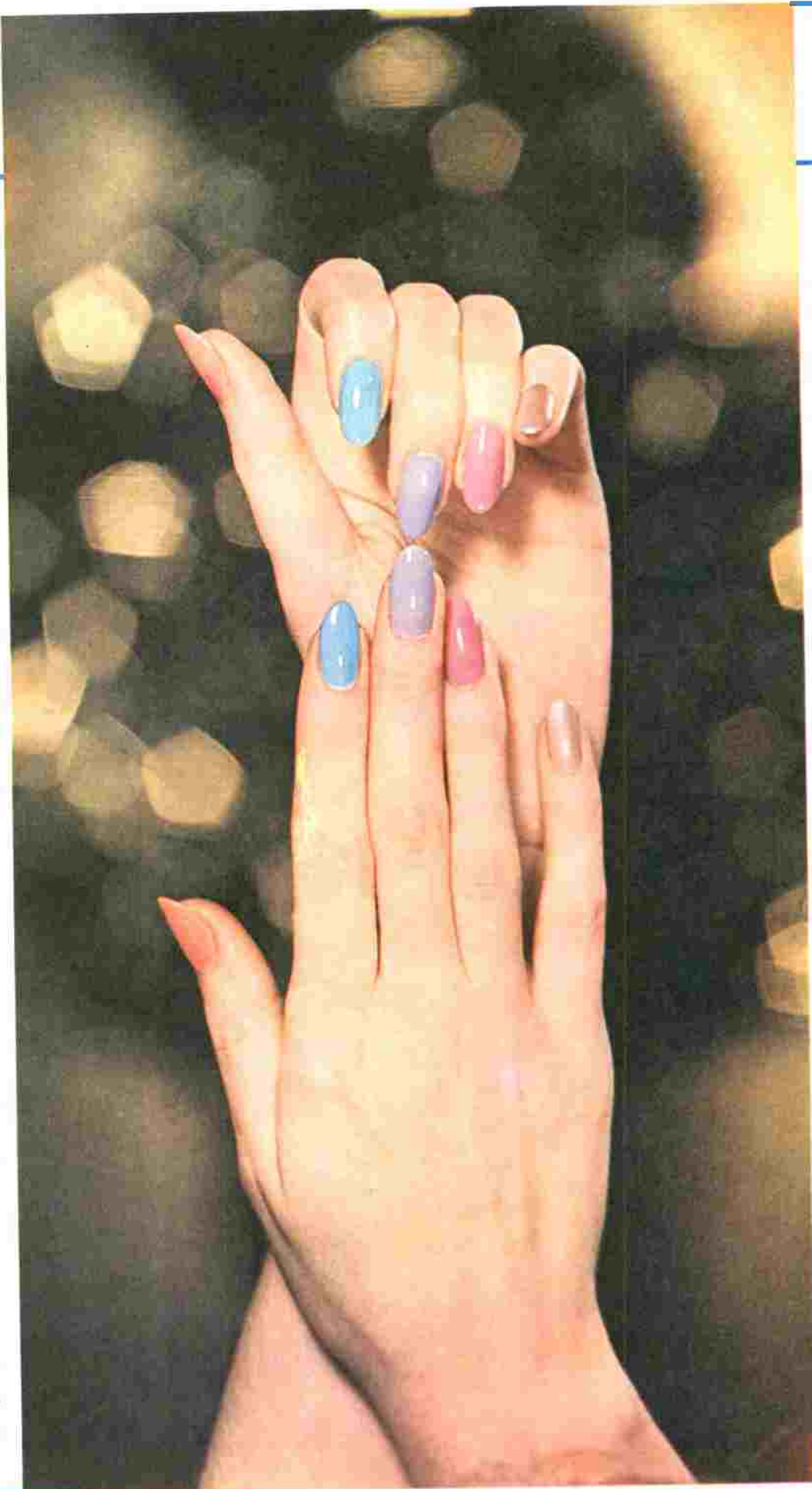
إن الجرثومة التي تحمل هذا المرض ، هي عادة طارئة على الجلد ، وقد تصبح ضارية نتيجة لعوامل خارجية ، مثل اتصال الأصابع بصفة مستمرة بالمواد الكيميائية الكاوية ، مما يجعل الجلد يفقد قدرته على الدفاع .

وتصاب بهذا المرض ، بصفة خاصة ، ربات البيوت ، ومن يقمن بأعمال الغسيل والطبخ .

أما علاج هذا المرض موضعيا ، وبصفة عامة ، فأساسه المضادات الحيوية . وفي الحالات المستعصية ، لابد من إجراء جراحة سطحية .

وهناك نوع آخر من الجراثيم ، تتعرض الأصابع للإصابة به ، مما يجعل الأظفار تبدو ممبكة بشكل ملحوظ ، ويصبح سطحها غير منتظم ، يادى الحشونة ، تنتشر فيها خطوط ذات ألوان بنية ضاربة للصفرة . وهذا المرض بدوره ، يصيب ربات البيوت ، والعاملات في بعض مصانع الحلوى والمأكولات ، وذلك نتيجة لملاسة المواد الكيميائية ، التي تساعد على الإصابة به .

وعلاج هذه الحالة ، يقوم على استعمال المضادات الحيوية موضعيا ، وبصفة عامة ، ويتعين تناولها لمدة طويلة ، مع تجنب ملاسة المواد الكاوية بقدر المستطاع .

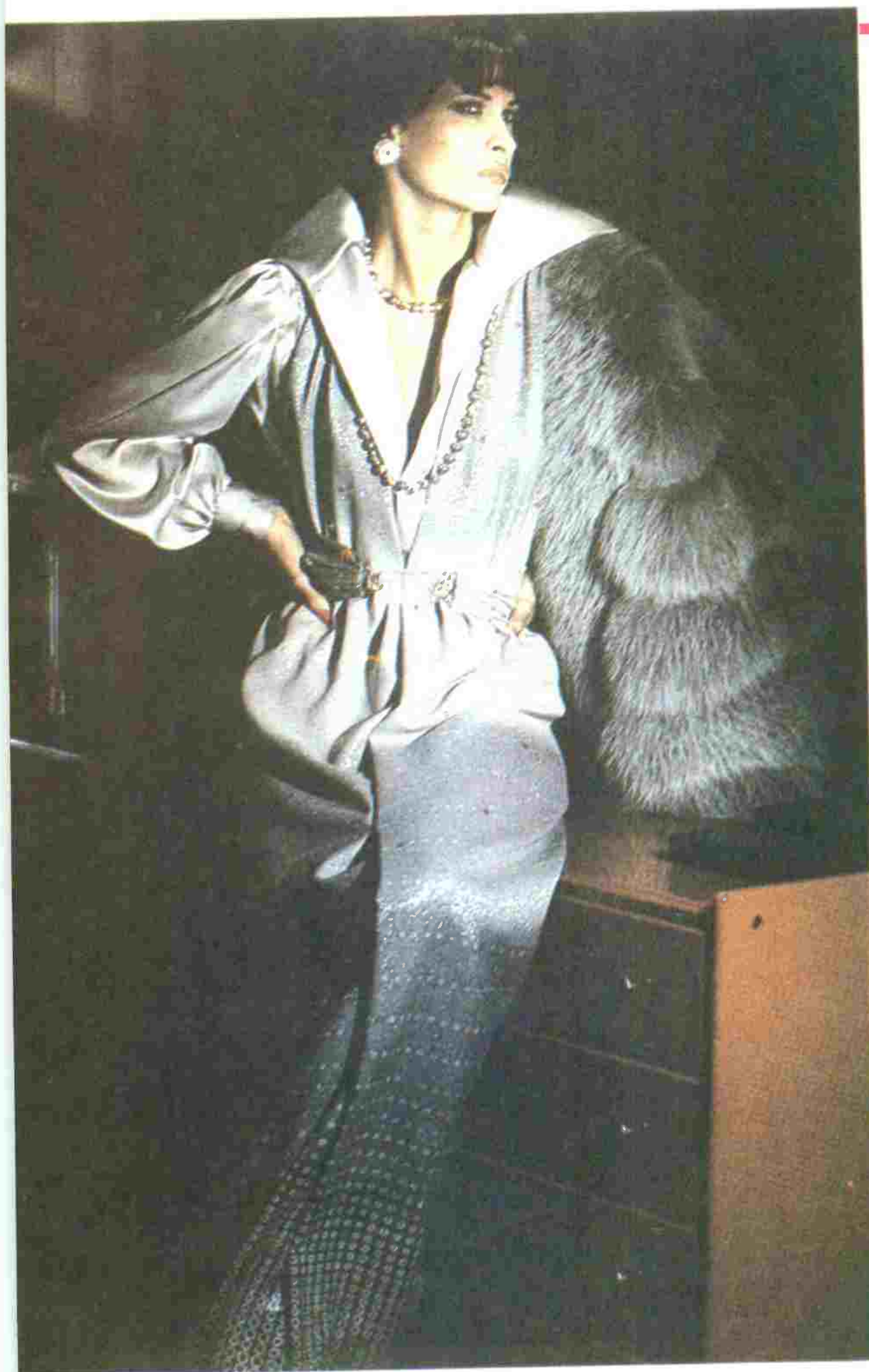


الأزياء النقية للأمة السنت

فستان طويل من الحرير بنقوش هندية يصاحبه إشارب طويل من نفس القماش يلف حول الرقبة محلي بفرانشة عريضة

زى مكون من ثلاث قطع من الحرير المنقوش بألوان متعددة عبارة عن فستان طويل وضيق ومعطف واخيرا إشارب طويل والجميع من قماش واحد.





فستان طويل من الحرير الرمادي الفاتح ، كمناره
دوائر صغيرة ترتفع حتى مستوى الركبة. فتحة
الصدر تصل حتى للوسط . الكول الداخلي من
الحرير السادة . الياقة كبيرة تصل للكتفين .
الأكمام طويلة وبأسورة

أضواء على "البورسلين" الألماني

كثيرا ما تحدثت رسائل الإرساليات الأوروبية التي كانت تعيش في الصين ، خلال القرن السابع عشر ، عن خطوات صناعة الخزف البورسلين الشرق . ومع هذا ، وحتى ذلك الحين ، لم يتمكن الأوروبيون من وضع هذه الخطوات موضع التنفيذ العمل . واستمرت السفن ، بعد ذلك ، تحمل من الصين شحنات ضخمة من القطع الخزفية لمحبي البورسلين ، وهواته من الأوروبيين حتى جاء عام ١٧٠٨ ، ليتم اكتشاف صناعة البورسلين وانتشارها في مناطق مختلفة من أوروبا ، حتى أصبحت تضارع تماما ما ينتج في الشرق ، ولقد ازدهرت هذه الصناعة في ألمانيا بشكل خاص ، حتى غدت تمتلك أكبر عدد من مصانع البورسلين في أوروبا كلها . ولم يمض وقت طويل ، حتى

أصبحت المصانع التي تزخر بها مقاطعات ميسن ، ودريدا ، وبرلين ، وفوريستبرج وهويست ، ذات شهرة عالمية ؛ ولا يزال بعضها ينتج حتى اليوم قطعاً خزفية ذات جمال نادر ، وأناقاة فائقة ، إلا أن قطع اليوم ، لا ترقى إلى القطع الأثرية النادرة (التي تصل أسعارها عند تجار الآثار ، وهوارة القطع النادرة ، إلى آلاف الجنيهات) . واليوم - على هذه الصفحات - سوف نتناول بالحديث أربعة من بين أكبر مراكز صناعة البورسلين أهمية وشهرة في ألمانيا ، وهي : ميسن ، وبرلين ، وفرانكنتال ، ونيفينبرج .

البورسلين في ميسن :

أين ؟ : يتم تصنيع هذا البورسلين في مقاطعة ميسن الصغيرة التابعة لإقليم ساكسونيا .

ميسن ، إنتاج قديم : مجموعة من الشخصيات التي تمثل عرساً شرقياً .



كيف ؟ : كأول مكتشف خامه الكامولين في أوروبا .

متى ؟ : مع بداية القرن الثامن عشر . ولا تزال منطقة ميسن تنتج البورسلين حتى اليوم .

ولقد ظل الأوروبيون شغوفين بالتعرف على أسرار صناعة البورسلين ، الذي تولى التجار جلبه من الشرق ، حتى جاء يوم ، هو بالتحديد يوم ١٥ يناير ١٧٠٨ ، تمكن فيه العالم الألماني « بوتجر » بطريق غير مباشر (لكونه كان يجري أبحاثاً مختلفة تماماً في مجال تنقية الذهب) من اكتشاف الكامولين ، وهو الخامه الأولية في صناعة البورسلين . وبعد هذا الاكتشاف مباشرة ، تم نقل أول معمل لهذه الصناعة من قلعة « أوجوستو الفورتي » إلى المقاطعة الصغيرة « ميسن » . ولقد كان طبعاً بالنسبة لقطع البورسلين الأولية التي أنتجت في ميسن ، أن تكون غير دقيقة ، فالعجينة صفراء نسبياً ، والحريق غير ناضج بالقدر الكافي أو

أخرى للتجميل ، استوحيت - في البداية - « فنون الباروك » ، ثم انتقلت إلى طراز « إمبرو » .

الوحدات الزخرفية :

جاء الإنتاج الأولي لبورسلين « ميسن » ذا لون أبيض ، ووحدات زخرفية بارزة ، كانت مستوحاه قطعاً من الأشكال الصينية واليابانية ، ومزودة برسوم ملونة ، بألوان منسجمة على أرضيات بيضاء .

بعد ذلك اتجه إنتاج « ميسن » إلى تكبير المساحات المخصصة للوحدات الزخرفية ، وأصبحت الزهور والحيوانات ، هي أساس هذه الوحدات . بل لقد أصبح بورسلين « ميسن » مشهوراً بهذه العناصر : الزهور الحمراء ، الكلاب المنطلقة ، والأسود الصفراء ، ومجموعات النحل .

الألوان :

يعتبر الأزرق ، والأصفر ، والأحمر والأخضر ، الألوان الأولى التي استخدمها



ميسن ، إنتاج قديم : إناء للعلوى على هيئة بطة . يلاحظ أن الجزء العلوى منفصل ليستخدم كغطاء .

ميسن ، إنتاج قديم : رأسان جميلان لأمرتين من هولندا ، لونا بألوان رقيقة وأنيقة .

بورسلين « ميسن » . بعد ذلك جاءت الألوان التي تشتمل على الدرجات اللونية ، فالأصفر أصبح يتضمن عدة درجات من الأصفر القاتم الذي يتدرج حتى الأصفر الليموني ، وهكذا . . . والأخضر يبدأ من الأخضر العميق ، ويتدرج حتى الأخضر المتلألئ . كما استخدم لون الذهب ، غير أنه لم يكن قوياً ، كما نشاهده في إنتاج اليوم .

المطلوب ، كما أن الطبقة المزججة ليست مستوية تماماً . ولكن في عام ١٧٢٥ بدأت المعجينة تتجه إلى أن تكون بيضاء تماماً ، والطلاء الزجاجي دسماً ولامعاً . وبذلك بدأ العصر الذهبي للبورسلين في ميسن ، فأنتجت قطعاً ذات قيم جمالية عالية ، كالفازات الرائعة التي كانت تحاكي « شكل الفازات الصينية واليابانية » ، وقطع « سرفيس » للشاي والمائدة ، وقطعاً



برلين ، إنتاج حالي : شمعدان (طراز باروك) محدد بخطوط ذهبية ، ينتهي في جزئه الأعلى ، بشكل لطفل يكتب .



برلين ، إنتاج حالي : « سكرية » شكلت طبقا للطابع القديم ، وقد زود سطحها الخارجي بفتحات .



برلين ، إنتاج حالي : « فازه » بيضاء قريبة من شكل « الأنفورا » مزين بحليات قليلة ومعتدلة من الذهب .

يشتير بها پورسلين برلين .

الألوان :

إن اللون الوردي ، واللون الأحمر ، ولون زهرة الزنبق ، هي أكثر الألوان استخداما في پورسلين برلين خلال كل العصور .

الوحدات الزخرفية :

تعتبر الزهور في إطارها الأوروبي والشرقي ، وكذلك الطيور الصغيرة ، والمناظر الميثولوجية ، والريفية ، والطبيعية ، أكثر الوحدات الزخرفية التي

لإنتاج « ميسن » ما بين ١٧٢٥ و ١٧٥٦ .

البورسلين في برلين :

أين ؟ : تم تصنيع هذا النوع في عاصمة ألمانيا ، التي اتخذ منها اسمه . كيف ؟ : بمجهود « كاسپر فيجيل » .

العلامة التجارية :

تنوع العلامات التجارية تبعاً لسمات كل عصر . وكانت علامات البورسلين الأولى في أوروبا ، على غرار العلامات الصينية ، إذ جاء أغلبها باللون الأزرق .

نيسنبرج ، إنتاج قديم : شمعدانات مزينة بزهور صفراء ملونة .



نيسنبرج ، إنتاج حالي : أشكال لكلا من الأبيض والأسود ، ترتكز على قواعد ملونة .



فلقد أسس فيجيل مصنعا بمساعدة عامل كان يعمل في مصنع آخر مشهور في ألمانيا ، اضطر إلى إغلاق أبوابه بعد عدد من السنين ، وهو مصنع هوكيست . متى ؟ : منذ عام ١٧٥٢ وحتى اليوم . لم يكن الإنتاج الأول متقنا في بادئ الأمر ، إذ جاء مائلا إلى اللون الرمادي ، كما أن الطلاء الزجاجي ، لم يكن لامعا بالقدر الكافي . ولكن سرعان ما أصبح هذا الإنتاج ، وبالتحديد منذ عام ١٧٦٣ م ذا كفاءة تقنية عالية ، بحيث أصبح معادلا لإنتاج « ميسن » السالف الذكر .

تلت ذلك خطوة ، جاءت بعدها العلامات في هيئة توقيع حاكم ساكسونيا . وتعتبر العلامة التجارية ، التي لا تزال حتى اليوم على پورسلين « ميسن » ، أكثر العلامات شهرة في ألمانيا ، وهي تتكون من سيفين متقاطعين ، كانا يربسان في البداية باللونين الأحمر والأسود ، ثم بعد ذلك ، أو بالأحرى بعد عام ١٧٢٥ ، نراهما وقد رسا باللون الأزرق . ويلاحظ أنه عند نقطة بين السيفين المتقاطعين ، فإن ذلك يعني أن هذه القطعة تنتمي إلى فترة التدهور ، التي تلت العصر الذهبي

الطفل والرياضة

لا يستطيع أداء حركات غير متماثلة ، تتطلب من جزءين متباينين من الجسم ، أداء عمليتين مختلفتين . كما أنه في هذه السن ، يتم توجيهه عموماً ، إذ أنه لا يعرف معنى الأحجام ولا المسافات ، ولذا فإنه يكون معرضاً للأخطار . غير أنه من المستحب أن يكثر الطفل من الحركة ، لأن ذلك يكسبه مهارة ، ويقوى عضلاته . والدراجة ذات الثلاث عجلات من الألعاب التي ينصح بممارستها ، وإن كانت لا تدخل في زمرة الألعاب الرياضية ، إلا أنها تعتبر تمريناً بدنياً ممتازاً .

وفي سن الرابعة ، يستطيع الطفل ، التوفيق بين حركاته ، فهو يصعد الدرج ، ويهبط متفادياً العقبات . كما أنه يركب دراجته ذات العجلات الثلاث ، ببراعة واقتدار .

وفي سن الخامسة ، يمكنه الاحتفاظ بتوازنه عند السير على جدار قليل العرض . وهناك بعض الأطفال ينجحون في ركوب الدراجة ذات العجلتين . والملاحظ أن تشجيع الطفل عند ممارسته هذه الرياضة ، يكسبه مهارة ، ويزيد ثقته في نفسه ، ويجعله أكثر رشاقة في أداء حركاته . وعندئذ سيتعرف على نوع السعادة التي يحصل عليها ، باستخدام أعضاء جسمه - السعادة البدنية - وذلك عندما يشعر باستجابتها لأوامره . كما سيتذوق لذة الراحة ، بعد ما يبذله من مجهود .

الرياضة في سن الخامسة :

يعتبر العدو ، أفضل أنواع الرياضة في هذه السن . ومن المستحسن أن يجرى الطفل على أرض مرنة ، مكسوة بالنجيل أو الرمل . كما أن الأرض التي بها منحدرات ومرتفعات ، تفيد في تمرين عضلات قدميه وساقيه ، وتكسبه القدرة على التحكم الدقيق في حركاته ، كأن يتفادى حفرة أو عقبة ما . وقد يحدث أن يسقط على الأرض ، وأن نخدش ركبته . هذا الحادث المألوف لا يجب أن نعبه أهمية ، فهو يحتمله بسهولة ، لأنه يعلم أنه قد تسبب في حدوثه .

غير أننا يجب أن نعلم الأطفال أصول الجري . فرشداهم إلى وجوب رفع الساق عند ممارسة هذه الرياضة ، بالقدر الكافي ، والاكتفاء بوضع أطراف القدم ، عند إنزالها على الأرض ، والعمل على توافق حركة الذراعين مع الساقين . وهناك بعض أطفال يتميزون برشاقة متأصلة ، وآخرون قد يكونون

تهيئة أفضل الظروف لفتحهم . ويجب ألا يغيب عن خاطرنا ، أن المنافسة في الرياضة ، تتطلب مجهوداً ، قد يعد عتيفاً بالنسبة للطفل . كما أن الأنشطة الرياضية التي لا تعمل على « تشغيل » جميع أجزاء الجسم بصورة متساوية ، قد تمثل بعض الخطورة ، إذا مارسها الطفل في السن المبكرة (مثل الشيش أو كرة القدم) ، إذ أنها تؤدي إلى اختلال انسجام النمو ، وتزيد حالات التشوه العضلي والعظمي ، التي كان المفروض أن تختفي تلقائياً ، إن لم تكن قد تسببت أصلاً في حدوثها . فالطفل حتى السادسة من عمره ، يجب أن يقصر نشاطه الرياضي ، على تلك الأنواع التي تتطلب مجهوداً من أعضاء الجسم مجتمعة مثل الجري ، وركوب الدراجة ، واللعب بالكرة ، والسباحة .

وينصح بالابتعاد كلية عن كل هذه الأنواع قبل سن الثالثة . هذا فضلاً عن أن الطفل نفسه ،

يتساءل الأبوان أحياناً ، عن السن التي ينبغي فيها تدريب الطفل على هذا النوع أو ذاك من الرياضة . وعندما يسمعون بعض أصدقائهم يتحدثون عن نبوغ طفل في الرابعة ، وإجادته السباحة إجادة الأبطال ، يخشون أن يكون طفلهما متأخراً . غير أن ممارسة الرياضة ، لا ينبغي أن تبدأ مبكرة أكثر من اللازم .

قبل ممارسة الرياضة :

هناك عدة نقاط ، يجب أخذها في الاعتبار ، قبل حمل طفلنا على ممارسة أى نوع من أنواع الرياضة ، حتى في حالة ما إذا كنا نعدده ليصبح أحد أبطالها ، مثل : بنيتة ، ونموه ، وقدرته على تحمل التعب . وبعد استعراض كل هذه النواحي ، يمكننا إعداد « الرياضي العظيم » ، وذلك باختيار أنسب الفروع لإمكانياته . وفي الفترات التي يعبر فيها جسمه مرحلة نمو سريع ، يجب علينا أولاً ،



يتم ذلك في الأماكن قليلة العمق .

أما تلقين القواعد الخاصة بطرق السباحة المختلفة ، فإنها من اختصاص المدرب .

الرقص الكلاسيكي :

ويعتبر الرقص الكلاسيكي حلم الكثير من الأمهات ، لأنه بالفعل ، يكسب الفتيات رشاقة وحرية في الحركة . لكن لا يجب ممارسته على الإطلاق قبل سن الخامسة ، لما يتطلبه من مجهود عضلي ، وشد أطراف القدم . فحلم الأمهات هذا ، لا يعتبر غير قابل للتحقيق ، وإنما يجب إرجاء تحقيقه لما بعد .

التزحلق على العجلات :

يجد الطفل في الرابعة من عمره ، سعادة غامرة لدى التزحلق باستخدام « القيقاب » ذي العجلات ، لكنه لن ينجح في التحكم في حركاته ، وإجادة التزحلق ، وتقاضى السقوط المتكرر ، قبل مرور عام آخر . وعندئذ يطير فرحاً من فرط السعادة . ومن المستحب أن يتعلم الطفل التزحلق ، في صحبة أخ أكبر ، أو صديق أكبر . أما إذا تعذر ذلك ، فيمكن للأبوين أن يمسكا بيده ، ويعلماه كيف ينقل قدماً بعد أخرى ، كمن يصعد الدرج . وبمجرد أن يشمر الطفل بثقته في نفسه ، فإنه برفض تلقائياً هذه المساعدة ، وينصرف بمفرده .

أن تعلمه التحكم في حركاته ، يعتبر ذا فائدة كبرى .

السباحة :

إن السباحة ليست أقل فائدة من الجري ، لأنها تدرب جميع عضلات الجسم ، وتساعد على نمو القفص الصدري . ومن الناحية النظرية ، يقال إن الطفل ، يمكنه تعلم السباحة ، قبل أن يتعلم المشي . وهناك مواليد في الشهر الثامن أو التاسع ، يسبحون كالضفادع (وقد نشرت صحف كثيرة ، صوراً لهؤلاء النواج) . ومن المؤكد أن الماء ، يعتبر العنصر المفضل لمثل هؤلاء الأطفال ، في حين أن هناك من البالغين من يخشونه . وفي الواقع ، أن إجادة السباحة الحقة ، نادراً ما يتحقق قبل سن الثامنة أو العاشرة . لكن ما أن يقبل الطفل على الماء بمحض إرادته ، ويبدأ في تعلم الحركات التي لا غنى عنها للعوام على سطح الماء ، حتى يكون قد سلك الطريق السليم . وعلى الأبوين أن يتذعرا بالصبر ، ليساعدا طفليهما على التأقلم مع الماء ، دون إجباره فيجب أن يعلماه كيف يقتحم الماء دون خوف ، ويشرحاه بوضوح ، الحركات التي ستمكنه من العوم على السطح (وفرد الظهر على سطح الماء) ، مما يساعده على اكتساب الثقة في نفسه . وقد يبدأ خوفه من إنزال رأسه تحت الماء . وللتغلب على ذلك ، يمكن التحايل ، بإغرائه بالبحث عن القواقع تحت الماء ، أو ما شابه ذلك ، على أن

أقل مهارة ورشاقة . وإن مشاهدتهم لبعض أنواع الحيوان أثناء الحركة ، تكون أفضل بكثير من الشرح النظري . وثمة أيضاً أطفال كسالى لا يرغبون في الجري ، فإذا جعلناهم يلعبون بطائرة من الورق ، مثبتة في طرف خيط ، أو مع كلب صغير ، منحملهم على الجري دون أن يشعروا بذلك .

الكرة :

يعتبر اللعب بالكرة ، من أبسط وأفضل الوسائل لحمل الطفل على الجري ، وإجباره على التحرك ، و « فرد » جسمه ، عند محاولة الإمساك بالكرة . كما أنه يساعد على تحقيق توافق حركات الطفل ، وتدريبه على سرعة الاستجابة للمؤثرات المحيطة به . كذلك فإن الكرة ، تهيب له عادة ، أول فرصة للعب الجماعي ، لأن اللعب بها يحتاج إلى زميل أو أكثر .

الدراجة ذات العجلتين :

تحل الدراجة ذات العجلتين ، محل ذات العجلات الثلاث . وكما سبق أن أشرنا ، فهي تقوى عضلات الساقين والظهر ، وفضلاً عن أنها تضطر الطفل ، إلى المحافظة على توازنه . ويمكنه في هذه السن ، ركوب العجلة بين الأشجار ، أو متبعاً خطاً معرجاً ، نرسمه له على الأرض ، الأمر الذي ينمي قدرته على المحافظة على توازنه . إن هذه اللعبة ستسليه ، دون أن تضطره إلى بذل طاقته الحزونة ، وهو ما يمثل خطورة في مرحلة النمو . هذا إلى جانب



نفقة زوجة الغائب

المقرر عند الفقهاء أنه إذا غاب الزوج ، ولم يترك لزوجته ما تنفق منه على نفسها ، ورفعت أمرها إلى القاضي تطلب نفقة لها ، أجابها إلى هذا الطلب . فإن كان للزوج مال ، فرض القاضي لها النفقة فيه ، سواء كان هذا المال موجودا في منزل الزوج ، أو غير موجود فيه ، بأن كان مودعا عند غيره ، كما لو أعطى شيئا لغيره ليحفظه له ، فإنه يكون ملكا للغائب ، وهو مودع عند من أعطاه له .

فإذا ادعت الزوجة أنه ترك مالا مودعا عند شخص ، فإن القاضي يحضر ذلك الشخص ، ويسأله عن دعواها ، فإن أقر بالزوجية والوديعة ، فرض القاضي لها النفقة في ذلك المال ، وأمر المودع بإعطائها النفقة منه ، لأنه لما أقر بالزوجية والوديعة ، فقد أقر بأن للزوجة حق الأخذ ، لأن لها أن تأخذ من مال الزوج حقها من غير رضاها ، إن أن إقرار من عليه الدين ، مقبول في حق نفسه ، وإذا ثبت عليه الحق بإقراره على نفسه ، تعدى إلى الغائب ، فيؤمر بإعطائها النفقة من ذلك المال ، وفي الأمر بالإتفاق على الزوجة ، إبقاء على الألفة الزوجية ، لأن لها أن تطلب تطليقها من الغائب لغيبته ، وعدم إنفاقه عليها . وبما أن القاضي مقام ناظرا للمصلحة العامة ، ومحافظا عليها ، وأميناً ، فعندما يفرض النفقة للزوجة في مال الغائب ، يتعين عدم الأمر بتسليمه إليها ، إلا إذا أخذ كفيلاً أى ضامناً للمال المستحق لها ، لأنه في أخذ الضامن مصلحة للغائب . فإذا تبين بعد ذلك أن المرأة لا تستحق ما أخذته على سبيل النفقة ، يكون للغائب الحق في أن يأخذ من المرأة أو من الضامن . ولا شك أن هذا أضمن لأموال الغائب ، لاحتمال أن لا يكون عند المرأة شيء يستوفى منه ما أخذته ، فيأخذ من الكفيل الضامن .

وتحلف المرأة على ثلاثة أشياء :

- (١) أن زوجها الغائب لم يترك النفقة قبل سفره .
- (٢) أنها لم تكن ناشزا أى خارجة عن طاعته بغير حق .

(٣) أن زوجها الغائب لم يملكها قبل سفره . والمراد من الغيبة التي يفرض القاضي النفقة للزوجة بسببها ، ألا يسهل لإحضار الزوج ومراجعته .

لائحة الزوجة بفرض المسكن وهما الكسوة والسكنى شرعا

المقرر شرعا ، أنه كما تجب على الزوج نفقة الطعام لزوجته بمجرد عقد الزواج الصحيح ، سواء انتقلت إلى بيت الزوج أو لم تنتقل ، كذلك تجب الكسوة لها ، لأن النفقة شرعا تشملها ، لأنها عبارة عن ثلاثة أشياء ، هي : الطعام ، والكسوة ، والسكنى ، فيجب على الزوج أن يكسو زوجته كسوة الشتاء والصيف ، في كل فصل بما يناسبه ، والمعتبر في تقديرها حال الزوج من يسار أو إعسار ، كذلك يعتبر عرف البلد بالنسبة للكسوة ، فلباس المدينة غير لباس القرية ، إذ لكل جهة ملابس مخصوصة ، بهيئة معلومة ، فيجب على الزوج أن يأتي للزوجة بالكسوة التي تناسب عرف البلد .

والقاعدة الشرعية ، أن العرف في الشرع له اعتباره ، والزوج هو الذي يتولى الإنفاق على زوجته ، فإن قام بالواجب فيها ونعمت ، وإن اشكت منه الزوجة ، ورفعت أمرها إلى القاضي ، وادعت أنه لا يكسوها ، وثبت ذلك ، قدرت لها النفقة ، وأمر بإعطائها إياها لتشتري بها . وكما تجب نفقة الطعام والكسوة على الزوج لزوجته ، تجب عليه السكنى لها بقدر حاله من يسار وإعسار . وعلى الزوج إسكانها في دار خاصة بهما ، أو في بيت من دار ، كشقة من عمارة مشتملة على المرافق الشرعية التي يحتاج إليها الإنسان . وإنما وجبت السكنى لأنها من حق الزوجة ، فتجب لها كالنفقة ، وقد أوجبها الله عز وجل بقوله « أسكنوهن من حيث سكنتم » ، أى اسكنوهن مسكنا لائقا تقبلونه لأنفسكم ، سواء كان ملكا أو إجارة ، ولا تضاروهن . وإذا كانت السكنى حقا للزوجة ، فليس للزوج أن يشرك غيرها معها ، لأنها تضطر به ، إذ أنها

لا تأمن على متاعها ، ويمنعها ذلك من تمام المعاشرة مع زوجها ، إلا إذا رضيت هي بإسقاط حقها . وليس للزوج جواز إسكان أحد معها مطلقا ، سواء كان من أولاد من غيرها ، لكن له أن يسكن معها ولده الصغير غير المميز ، لأن المعاشرة لا تتعطل بوجوده ، وله أن يسكن من يحتاجه لخدمته من غير رضاها . فالزوج هو الذي يسكن الزوجة حيث أحب ، ويشترط أن لا تضطر ، فإن تضرت من الزوج ، بأن قالت إنه يضربني ويؤذي ، ألزم الزوج بأن يسكنها بين قوم صالحين ، لتأمن على نفسها ومالها ، وإن تضرت من غير الزوج كأقاربه مثلا ، لزم أن ينقلها إلى مسكن بعيد عنهم ، إذا كانوا يؤذونها بالقول أو بالفعل ، لأن الواجب منع الأذى عنها ، فتجانب إلى نقلها إذا طلبت ذلك .

كذلك لها الحق في طلب السكنى بعيدا عن ضررتها ، لأن التنافر بين الزوجين كبير ، واسم ضرة يشعر بالتنافر ، فالأفضل للزوج أن يقتصر على زوجة واحدة فقط ، قال تعالى « فإن خفتم ألا تعدلوا فواحدة » وأنى يوجد العدل في هذا الزم .

ومجمل هذا أنه متى جمعها مسكن واحد مع أقاربه ، أو مع الضرة ، وطلبت الانتقال منه ، تجب لها السكنى . ويعلم مما سبق ، أن جميع ما تحتاج إليه الزوجة ، واجب على الزوج ، بل ويلزمه فرش البيت ، وإحضار الغطاء ، لأن الزوج هو الذي يتولى شراء الأمتعة لها . إلا إذا ماطل في الشراء ، فلها حينئذ أن تتولى بنفسها ، أو وكيلها ، شراء ما يناسب ، ويلزم بالنش . فلو كانت لها أمتعة بالمنزل ، من فرش وغطاء ونحوه ، لا يسقط عن الزوج ذلك ، ولا يلزمها أن تنام على فراشها ، إذا كان ذلك من مالها . فإن رضيت هي بذلك ، كما هو جار الآن بين الأزواج ، كان حسنا ، لأن فيه تعاوناً ، تنشأ عنه الألفة والمحبة ، وحسن المعاشرة بين الزوجين .

أناقة الصغيرات



سبق أن قدمنا لك في العدد السادس والسبعين ،
تحت عنوان : أناقة الصغيرات ، مجموعة من ملابس
النوم لطفلك ، عبارة عن قفطان نوم وبيجامات .
واليوم نستكمل هذا الموضوع ، فنقدم لك ثلاثة
نماذج لبيجامات لطيفة ورقيقة .

بيجامة من اللون الوردي محلاة برسم على هيئة كتكوت :

قوى بشف الرسم الموضح بالحجم الطبيعي
بالصورة رقم (١) على جانبي الجاكيت الأماميين
إلى أسفل ، مع مراعاة أن يكون اتجاه كل كتكوت
إلى الداخل ، كما هو موضح بالصورة رقم (٢) .
استخدمى خيط كوتون بيرليه رقم ١٢ فى التطريز ،
علما بأن جسم الكتكوت ، يطرز بغرزة الحصىرة ،
بينما يطرز كل من المنقار ، والعين ، والزهرة ،
بغرزة الحشو ، أما ساق الزهرة ، فتطرز بغرزة
الفرع .

بيجامة من قماش مربعات :

- « شفى » وحدة التطريز الموجودة على الصفحة
المقابلة بالحجم الطبيعي (رسم رقم ١) على
الجانب الأيسر للجاكيت ، وبالتحديد فوق
الجيب .

- على قطعة من قماش التيل الأبيض ، قوى برسم
نفس الشكل وقصه ، وثبتي التيل على الرسم



الموجود بالبيجامة بوساطة غرزة الفستون ،
وكذلك بالنسبة للبطلة ، طرزى بعد ذلك العينين ،
واللسان ، والياقة ، والأزرار ، وعصا البطلة ،
بغرزة الخشو . ثم حددى العينين والياقة ،
بغرزة الفرع ، وكذلك الأفرع الموجودة أعلى
التبعة ، والخط المتعرج الموجود بالبطلة .
- الخيط المستعمل هو الكوتون بـ ١٢ ،
وبنفس الألوان الموجودة بالصورة .
- الصورة رقم (٢) توضح وحدة التطريز بعد
تنفيذها .



(٢)





بيجامة صفراء :

قوى برسم الوردات الصغيرة الموجودة بالشكل رقم (٥) على الجزء العلوى للجانب الأيسر للبيجامة ، وكررى نفس الرسم على الجانب الأيمن المقابل له . استخدمى الخيط المولينية ، فى تطريز الوردات بغرزة الحشو ، وكذلك الأوراق الصغيرة . قوى بمحاكة شريط شريط من الدانتيل الرفيع ، على جانبي صدر البيجامة بالماكينة ، مما يزيد من أناقة إلحاكيت ، ويشكل رسم سفرة على الصدر .





المقليات المختلطات على طريقة فيورنتينا

(هذا المقدار يكفي لسته أفراد)

المقادير :

- نصف مخ - ٣٠٠ جرام كبد بتلو ولسان -
- ست شرائح كستلته ضأن - ست ثمرات خرشوف -
- ٣٠٠ جرام قرع كوسة - حزمة كرفس -
- بيضتان - ١٥٠ جرام دقيق - ليمونة - ذرة
- جوز طيب - زيت - فلفل - ملح .
- الطريقة :
- نظفي الخرشوف ، وضعيه في ماء مملح ،

- مضاف إليه عصير ليمونة ، واتركيه يغلي لمدة دقائق .
- اسلقي المخ واللسان ، وقشري الجلدة
- الريقة البيضاء التي تحيط بهما ، ثم قطعيهما
- إلى شرائح صغيرة .
- قطعي الخرشوف إلى شرائح طولية أيضا .
- « دققي » الكستلته ، وقطعي الكبد والكوسة
- إلى شرائح طولية .
- ضعي الدقيق في سلطانية ، وأضيفي إليه
- قليلًا من الملح ، والفلفل ، وملعقتين

- كبيرتين من الزيت + صفار البيض ، وذرة
- من مبشور جوز الطيب . قلبي هذه المقادير
- جميعا ، مع عصير ليمونة ، وكية من الماء ،
- تكفي لأن يتكون لديك خليط شبه سائل ،
- ثم اتركي هذا الخليط مدة نصف ساعة ، وأضيفي
- إليه بعد ذلك بياض البيض المخفوق .
- ضعي على النار طاستي تحمير ، تحتوى كل
- واحدة منهما ، على كمية غزيرة من الزيت
- الذي يشتمل على الكرفس .
- وعندما يتم « قلدح » الزيت تماما ، حمري

في إحدى الطائفتين اللحم ، وفي الثانية الخضروات ، بعد غمس كل منهما في الخليط الذي سبق إعداده ، أى السائل الذي تم تجهيزه وتركه لمدة نصف ساعة كما ذكرنا آنفاً .

- بعد تحمير الخضروات واللحوم ، ضعها فوق ورقة امتصاص ، لتتسرب ما بها من زيت القلية .

- رصى هذه المقلبات فوق طبق تقديم ، وجعلها بفصوص الليمون ، وقدمها ساخنة

طبق تنوع من المقلبات على طريقة ميلاد
(هذا المقدار يكفي لسته أفراد)

المقادير:

٣٠٠ جرام لسان - ٢٥٠ جرام كلاوى
بتلو - ٢٠٠ جرام طحال - ١٥٠ جرام زبد -
ست ثمرات قرع كوسة - ٤ ثمرات خرشوف -
قنبيطة صغيرة الحجم - عرق كرفس - حزمة
بقدونس - قليل من الدقيق - ليمونتان - خل -
ملح - فلفل .

الطريقة:

- انزعى الدهون من حول الكلاوى ، وخلصها من الجلد الرقيق الذى يحيط بها ، وافتحها وقطعها إلى قطع صغيرة ، واغسلها جيداً بالماء ، ثم بالماء المضاف إليه قليل من الخل .

- اغسل اللسان جيداً ، وكذلك الطحال ، ثم ضعيها عدة دقائق مع الكلاوى في ماء مغلى مملح ، مضاف إليه قليل من عصير الليمون .

- انشليها من الماء المغلى ، وخلصها من الجلد الرقيق الذى يحيط بها ، وقطعها إلى قطع متساوية تقريباً .

- نظفى الخرشوف من الورق الجاف الذى يحيط به ، وقطعه إلى شرائح طولية ، بحيث تقطع كل خرشوفة إلى أربعة أجزاء ، واحتفظى به في ماء مضاف إليه عصير ليمونة .

- قطعى الكوسة إلى شرائح .
- ثم اسلقى القنبيطة ، بعد تقطيعه ، إلى قطع صغيرة ، وكذلك الكرفس المقطع إلى قطع صغيرة .

- ضعى على النار ، طاسة تحتوى على ٨٠ جراماً من الزيت . وعندما يتم قدها تماماً ، حمري فيها اللحوم ، بعد غمسها في الدقيق .

- ضعى بعد ذلك الزيت في الطاسة ، وأضيفى إليه كمية من الزيت ، ثم حمري الخضروات ، بعد غمسها في الدقيق .

- وإذا كان الخرشوف غير طازج ، ننصحك بسلقه قبل تحميره ، وذلك في ماء مغلى ، مضاف إليه قليل من عصير الليمون .

- رصى بعد ذلك اللحوم المحمرة ، وكذلك الخضروات فوق طبق تقديم .

- سيجى الزيت المتبقى في كسرولة صغيرة ، واثركيه إلى أن يقدح تماماً .

- بالبقدونس المفرد ناعماً ، وقليل من عصير الليمون ، رشى هذه اللحوم والخضروات المحمرة ، ثم رشها بعد ذلك بالزبد المقدوح .

يقدم هذا الطبق مع بطاطس محمر ، أو فطائر لحم ، أو سحوق .

صلصة الدجاج المسلوقة

المقادير:

الصلصة الحريفة

١٠٠ جرام كوامخ « مخلل » متنوعة -
١٠٠ جرام تونه - ١٠٠ جرام أنشوجة -
حزمة بقدونس - فص ثوم - ثمرة فلفل أحمر -
بيضتان - صلصة طماطم - كوب زيت -
٣/٤ كوب خل - ملح .

الطريقة:

- اسلقى البيض ، بتركة يغلى لمدة عشر دقائق في ماء مملح ، ثم اتركه يبرد تحت ماء بارد ، وتشربه .

- نظفى البقدونس ، واغسله جيداً ، وافريه ناعماً ، ثم أضيفيه إلى باقى المقادير التى سبق فرمها .

- ضعى هذه الأشياء المفرومة جميعاً في سلطانية ، وأضيفى إليها الخل ، والزيت ، وصلصة الطماطم ، ثم تليها بالملح . قلبى هذه المقادير جميعاً ، إلى أن تحصل على صلصة غليظة القوام .

- صي هذه الصلصة في الإناء الخاص بها ، وقدميها .

- وفى إمكانك الاحتفاظ بهذه الصلصة في الثلاجة لعدة أيام ، على أن تراعى تماماً ،

عدم تعرضها للهواء ، وذلك عن طريق تغطيتها بطبقة رقيقة من الزيت .

- وتقدم هذه الصلصة مع اللحوم المسلوقة والمحمرة ، كما يمكن تقديمها كطبق فاتح للشهية ، مع شرائح الخبز ، أو بحشو الطماطم الطازجة بها ، على أن تقطع الطماطم إلى نصفين ، ويزرع مابداخلها من بذور ، وتحشى بهذه الصلصة .

صلصة المستردة

المقادير:

بيضة - كرفس - جزرتان - ملعقتان كبيرتان من البازلاء - ليمونة - ملعقة صغيرة من المستردة - زيت - فلفل - ملح .

الطريقة:

- بصفار البيض + ١/٢ لتر زيت + عصير ليمونة + ملح + فلفل ، أعدى صلصة مايونيز .

- افري ناعماً الكرفس ، بعد غسله جيداً ، ثم اكحلى الجزر ، واغسله ، وقطعه إلى شرائح طولية صغيرة جداً .

- اخلطى مع الكرفس ، والجزر ، والمستردة ، وتبليها بالزيت ، والملح ، والفلفل ، وعصير الليمون .

- اتركى الصلصة لمدة ساعة . وقبل تقديمها بلحظات ، أضيفى إليها البازلاء المسلوقة والباردة تماماً ، وكذلك صلصة المايونيز ،

- صي الصلصة في الإناء الخاص بها ، وقدميها على المائدة مع اللحوم المسلوقة ، أو المحمرة .



الطفح الجلدي "الأرتيكاريا"

الأرتيكاريا ، أو الطفح الجلدي ذو البثور الحكاكة ، قد يكون أكثر الأمراض الجلدية المعروفة ، كما أنه بالتأكيد أكثرها من حيث انتشاره ، والإصابة به .

وتصاحب هذا المرض أعراض متميزة ، هي فقاقيع وحكة ، مما يجعل من السير التعرف عليه ، حتى بالنسبة لأبسط الناس ، الأمر الذي يتيح تتبع سبب الإصابة به ، أو على الأقل ، مما يساعد على تشخيصه ، ثم التمكن من الأخذ بالعلاج السليم .

والأرتيكاريا بصفة عامة ، مرض لا يستمر طويلا ، إذ لا يتعدى بقاءه ما بين سبعة أيام وعشرة ، إذا عولج علاجاً صحيحاً وسريعاً . وقصر هذه المدة ، يتيح التغلب على الحكة ، التي تكون الرغبة شديدة فيها ، وتحمل متاعبها في شيء من المرح . إن الظاهرة المتميزة في الأرتيكاريا هي الفقاقيع ، وهذه عبارة عن انتفاخات وردية اللون ، أو ضاربة إلى البياض ، وهي في الغالب لينة مترجرجة ، تتخذ أشكالاً وأحجاماً متعددة .

والمواقع المفضلة للإصابة بها ، هي الأجزاء المغطاة من جسم الإنسان ، مثل الصدر ، والذراعين . غير أن المرض قد يصيب أي جزء آخر ، وخاصة أماكن معينة ، مثل الجفون ، والشفتين ، وغير ذلك ، حيث يكون النسيج أكثر ليونة ، وفي هذه الحالات ، يستطيع المرض أن يغير من شكل المريض تماما .

أما الحكة التي تسبق المرض وتصاحبه ، فهي التي تجعل الفقاقيع تتخذ أشكالاً أكبر ، وتبدو أكثر وضوحاً خلال الليل .

ما هي الأرتيكاريا ؟ :

تعتبر الأرتيكاريا ، في أغلب الحالات ، واحداً من أمراض الحساسية ، الذي يتطور في ثلاث مراحل متتابعة . ففي المرحلة الأولى ، يحدث اتصال بين جهاز الإنسان وبين عنصر غريب ،

يقال له « باعث التجاوب » ، ويكون في حالتنا هذه ، من العناصر الغذائية ، مثل الأسماك البحرية ، أو من العناصر الدوائية ، مثل المضادات الحيوية .

وفي المرحلة الثانية ، يقوم جهاز الإنسان ، بتكوين عناصر للدفاع ضد هذا الوافد ، ويوجهها للقضاء على « باعث التجاوب » . ويحمل الدم عناصر الدفاع معه .

وفي المرحلة الثالثة ، ونتيجة لحدوث اتصال آخر بين « باعث التجاوب » والجهاز الإنساني ، تكون عناصر الدفاع التي أعدها الجسم ، كتلة قادرة على إطلاق عناصر كيميائية خاصة ، هي العناصر المعروفة باسم الستامين والسيروتونين ، والبراديكين .

وتتوهم هذه العناصر بإحداث أوعية جانبية ، هي التي تسبب الاحمرار ، مع إفراز مصل من الأوعية الدموية بكميات كبيرة ، هي التي تتكون منها الفقاقيع .

ولا يحدث دائماً أن ينجى « باعث التجاوب » من خارج الجسم ، كما رأينا في حالة مجيئه مع الأطعمة أو الأدوية ، إنما قد يأتي ضمن عناصر سامة ، سببها التهابات اللوز ، أو غير ذلك ، أو على صورة طفيليات معوية .

وفي هذه الحالات ، فإن الأرتيكاريا تميل إلى أن تصبح مزمنة .

وهناك نوع آخر من الأرتيكاريا ، يصيب الشباب بصفة خاصة ، ويحدث نتيجة لانطلاق مادة الأسيتيكولين في الدم ، على أثر التوتر العصبي الناتج عن الصدمات العاطفية ، أو القيام بنشاط جسماني مكثف .

وفي حالات أخرى ، تكون طبيعة العنصر الذي يسبب الإصابة بمرض الأرتيكاريا مختلفة عن ذلك . فهناك على سبيل المثال ، زهور أو أعشاب ، تحتوي على مواد سامة ، تحدث تغيراً في قدرة مسام أوعية الجلد ، وبالتالي تحدث الطفح والفقاقيع .

ولمى جانب هذه الأنواع البسيطة من الأرتيكاريا ، توجد أنواع أخرى أكثر تعقيداً ، وفيها يحدث إلى جانب وجود « باعث التجاوب » الغذائي ، اختلال في وظيفة أي عضو في الجهاز الهضمي ، فيصبح عاجزاً عن القيام بعملية التمثيل الغذائي على خير وجه .



وأخيرا ، فإن هناك سببا آخر يحدث هذا المرض ، هو سبب يستند إلى الحالة النفسية .

عناصر تسبب الحساسية :

إن العناصر الغذائية التي تسبب الحساسية ، هي التي توجد في التوابل البحرية ، والأسماك ، والفراولة ، والشكولاته . إلا أن جميع الأطعمة ، في الحقيقة ، يمكن أن تحدث مرض الأرتيكاريا ، إذا كان الجسم لا يتقبلها .

والروائح التي تسبب المرض هي : العطور ، ورائحة الريش ، أو الرائحة المنبعثة من جلود الحيوانات المستأنسة .

وتكاد جميع الأدوية التي يتعاطاها الإنسان ، أن تسبب الإصابة بمرض الأرتيكاريا ، ومن هذه على وجه الخصوص البنسلين ، والاسترپتومايسين ، وحامض السالسليك ، والبيراميدون ، وهي جميعا عناصر تدخل في تركيب منتجات كثيرة الاستعمال .

ومما يستحق الإشارة ، نوع خاص من الأرتيكاريا ، على شيء من الغرابة ، إذ يحدث نتيجة حرارة المكان ، أو رطوبته ، كما يحدث نتيجة ملامسة الماء البارد .

والشمس كذلك ، يمكن أن تصيب الإنسان بالمرض ، ولو أن ذلك نادر الحدوث ، إذا تعرض لأول أشعة منها ، بعد احتياجها مدة طويلة .

وعلى أية حال ، فإن الإنسان متى تعرض للحساسية ، يتعين عليه أن يخضع جسمه لفحص دقيق ، وبصفة خاصة الجهاز الهضمي ، الذي مهمته القيام بعملية التمثيل الغذائي على أكل وجه .

العلاج :

يجب أن يتركز اهتمام المريض ، أول كل شيء ، على تشخيص طبيعة الحساسية التي يصاب بها ، عن طريق الفحص المعمل ، وإجراء اختبارات إكلينيكية ، التي وإن كانت طويلة وباعثة على الملل ، إلا أنها تتيح التوصل إلى نتائج طيبة .

ومنى اكتشف سبب الحساسية ، تعين تجنب الاتصال به ، مهما كانت الأحوال . أما إذا كانت الإصابة بالأرتيكاريا ، ناتجة عن شيء آخر غير الحساسية ، فإنه ينبغي في هذه الحالة ، الاستئثار على وجه الدقة ، من طبيعة هذا السبب ، سواء كان نفسيا ، أو نتيجة العدوى .

ولدينا الآن أدوية لنوعى الأرتيكاريا ، وهي ذات فوائد جمة في علاجهما .

خبز ..

تقديمه وتناوله



من المعروف أن الخبز ، يعتبر الصنف الذى لا يمكن أن يغيب عن أية مائدة طعام ، وفى كل الوجبات ، منذ الصباح حتى المساء . ولذلك فلن تناول الحديث عنه ، مثلما تحدثنا عن أصناف أخرى ، أى عن أصول تقديمه ، أو قواعد تناوله . وقد يبدو أنه عنصر عادى ، ليست له أهمية تذكر ، ولكن فى الواقع ، أن هناك بعض النقاط المحددة ، التى إذا ما أغفلت ، أعتبر ذلك نوعا من قلة الذوق ، وعدم الكياسة ، ومن ثم كان لابد من مراعاتها .

تقديم الخبز :

إن إحضار الخبز إلى المائدة ، يجب أن يكون ، كما هى الحال فى الماء ، آخر الأصناف التى توضع على المائدة .

وفى الموائد الرسمية ، فإن سلة الخبز لا توضع على المائدة ، ولكن على المائدة المجاورة (مائدة الخدمة) . وعلى الشخص القائم بالخدمة ، تقديمه إلى الآكلين . من حين إلى آخر ، مع مراعاة أن يكون تقديم الخبز من على يسار الشخص .

أما فى حالة عدم وجود شخص للخدمة ، فيمكن أن توضع سلة الخبز على المائدة ، على أن يتناول كل شخص حاجته منها بنفسه ، مع تقديم مساعدته للآخرين أيضا .

أما فى المائدة العادية ، فإنه عند إعدادها ، يوضع إلى أعلى يسار كل شخص ، طبق صغير يحتوى على شريحتين من الخبز ، فى حين يوضع باقى الخبز فى السلة الخاصة به .

وإذا كانت قطع الخبز صغيرة ، فتوضع بكاملها وتقدم قطعة واحدة إلى كل شخص . أما إذا كان حجم الخبز كبيرا ، فيقطع إلى قطع متعددة ، أو شرائح . ويراعى أن الخبز الشرائح (التوست) يقدم مع الإفطار ، وأنه يقطع إلى قطع متعددة ، توضع فى طبق تقديم ، وتوضع على المائدة . وعلى كل شخص أن يتناول ما يحتاجه منه .

تناول الخبز :

إذا كانت سلة الخبز موضوعة على المائدة ، فلا ترددى طويلا عند تناول قطعة الخبز ، ولا تأخذى قطعة ثم تعيدها إلى السلة مرة أخرى ، كما لا تنتقى قطعة معينة ، ولكن خذى أقرب القطع إليك . ولا تقطعى الخبز بالسكين بتاتا ، ولكن قطعيه إلى قطع صغيرة بيديك ، وانقلبه إلى الفم بإحدى

اليدين .

وإذا كان الخبز عبارة عن رغيف كبير الحجم ، فلا يقطع كله دفعة واحدة ، ولكن يقسم جزء منه إلى شرائح ، ويترك الباقي كاملا ، ليقطع عند انتهاء الجزء الأول .

ومن الخطأ أخذ قطعة كبيرة من الخبز دفعة واحدة فى الفم ، وملؤه بها ، ولكن يجب أن يكون حجم قطعة الخبز معقولا ، بحيث لا يسبىء إلى منظر الفم عند المضغ .

كذلك من الخطأ أيضا ، غمس قطعة الخبز فى الحساء ، أو فى أى طعام سائل .

وأخيرا يجب عدم تناول الطعام عن طريق إمساك الخبز بين الأصابع و« التغميس » فى الطعام ، ولكن يمكن وضع قطعة الخبز فى الشوكة ، وغمسها فى الطعام إذا كان لا معدى من ذلك .

سعر النسخة

السودان	١٥٠ مينا	البحرين	٢٥٠ فلسا	ج. ع.	٢٠٠ مينا
ليبيا	٢٠ مينا	قطر	٢٥٠ فلسا	لبنان	١٢٥ ل. د.
تونس	٢٥٠ مينا	د. ف.	٢٥٠ فلسا	سوريا	١٥٠ ق. س.
الجزائر	٣ مينا	أبوتلى	٢٥٠ فلسا	الأردن	١٥٠ فلسا
د. ن.	٣ مينا	السعودية	٢٥٠ ريال	العراق	١٥٠ فلسا
المغرب	٣ درهم	عمان	٥ مينا	الكويت	٢٠٠ فلسا

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

الناشر: شركة إيد يتريد - شركة مائة سويسرية - جنيف

كيف تحصلين على نسختك

- أطلبى نسختك من باعة الصحف والأشكال والمكتبات فى كل مدن الدول العربية
- إذا لم تتمكنى من الحصول على عدد من الأعداد اتصل بـ :
- في ج. ع. : الاشتراكات : إدارة التوزيع - مبنى مؤسسة الأهرام - شارع الجلاء - القاهرة
- فى البلاد العربية : الشركة الشرقية للنشر والتوزيع - بيروت - ص. ب. ١٥٧١٥