

السنة الثامنة
العدد الخامس والتسعون

عالم المرأة



- ماكياج يضفي ويبرز أناقة
- وجه صاحب باهت
- أزياء حديثة
- استغلال الفراغات أسفل
- السوفا
- أسباب حب الشباب
- الحقوق المتعلقة بحركة المستوفى
- السرير المفلور
- تجديد الصوت
- سيكولوجية الأمومة

ماكياج يضفي ويبرز أناقة وجه صاحب باهت

يناسبها الكريم الذي يعتمد على (الرويال جيل) غذاء ملكات النحل + أما البشرة الجافة، فيناسبها كريم مغذ ومرطب.



٢ - يوضع كريم الأساس على أماكن متفرقة من الوجه، ثم ينسج بخفة على الوجه والرقبة، ولإخفاء الحالات القائمة الموجودة حول العينين، يستعمل نوع من كريم الأساس اللامع تسميا، المائل للون الوردي، ويسرد بأطراف الأصابع.

قبل أن نتحدث عن الخطوات التي تتبع في إعادة تجميل وجه هذه الفتاة، يجب أن نشير أولا، إلى أهمية إعداد البشرة لعمل الماكياج، ولا يفوتنا في هذا المجال، أن نذكر أن أهم الشروط، قبل البدء في أي عمل، هو النظافة التامة للبشرة.

وتعتمد عملية النظافة عادة، على استعمال لبن التنظيف، وفناع مصنوع من لقاح نبات السحلب، الذي يحتوي على سكريات، وبروتين ودهون (شحوم)، وفيتامينات. وتأثير هذه المواد، لا يقتصر فقط على كونه مظهرا للبشرة، ولكنه مرطب وملطف، ويمنح في آن واحد، فعلاوة على التخلص من الدهون المتراكمة على البشرة والقاذورات فإن ذلك يجدد أنسجة البشرة، بعناصر منشطة ومغذية، لها تأثير طيب تماما على الجلد.

وعند هذا الحد، تكون البشرة نظيفة ومتناسكة، وبعدة إعدادا كاملا لعمل الماكياج. كما أنه من الأهمية بمكان، اختيار نوع مناسب من كريم التغذية للبشرة، قبل عمل الماكياج، مما يساعد على تثبيت هذا الأخير بالوجه، بالإضافة إلى فوائد الأخرى. ويختلف هذا الكريم تبعاً لاختلاف نوع البشرة، فالبشرة الدهنية أو العادية.



٣ - توضع بعد ذلك طبقة من البودرة الخفيفة والشفافة، وهذه المادة عادة ما تحتوي على مسحوق من لقاح نبات السحلب، ولذلك فهي مظهرة ومغذية للبشرة أيضا، وتستعمل أسفنجية، أو قطعة من القطن، في وضع البودرة.



١ - يلاحظ أن وجه هذه الفتاة بدون ماكياج، يبدو باهتا وشاحباً، كما أن عظام الفك بارزة إلى حد ما، كذلك فإن عينها مستديرتان وصفتان، ولذلك سيكون الهدف من الماكياج، الإقلال من عرض العينين قليلاً وإخفاء المسافات الموجودة حول العينين، مع تكبير هاتين العينين الصغيرتين.



٧- يتم نزع الشعيرات الزائدة من الحاجبين بالملقط ، لكي يبدو كقوسين بيجان إلى النعالة إلى الخارج . ويستعمل بعد ذلك القلم البني في تعديلهما . أما تحت الحاجبين ، توضع طبقة من بودرة الرميل البيضاء ، على الجفن العلوي .



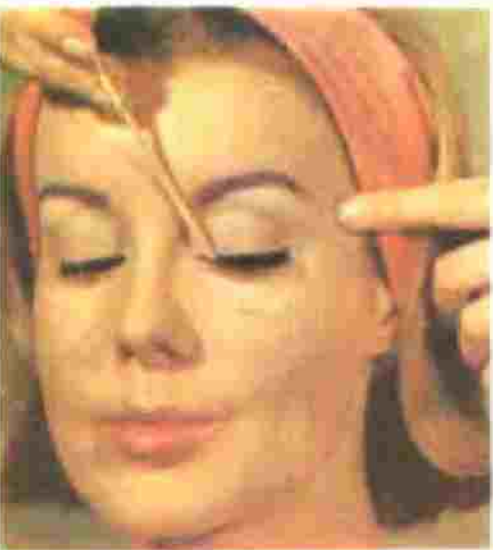
٨- توضع بعد ذلك طبقة أخرى من البودرة ذات لون وردي فاتح ، مع مسح الوجه بقطعة من القطن أو الإسفنج ، لتخلص من البودرة الزائدة .



٨- توضع بعد ذلك طبقة من القلم البودرة الأخضر ، على الجفن العلوي ، فوق العين مباشرة ، ليتناسب مع لون العينين الغليتين . والقلم المصنوع على شكل بودرة ، مناسب تماما ، وخاصة إذا كانت الجفون تفرز بعض الدهون .



٩- توضع طبقة من أحمر الخدود ، باستخدام الفرشاة الخاصة على عظمي الخد ، على أن يكون من لون وردي ، ليس مزيديا من الضوء على العينين ، كما أنه يظهر هذه المنطقة ، أكبر من حقيقتها ، مما يجعلها تتناسب و بروز الفكين .



٩- تستعمل بعد ذلك الرموش الصناعية ، التي يجب أن تثبت عن طريق المادة اللاصقة الخاصة بها ، على أن تثبت من المنتصف أولا ، ثم الطرفين الداخل ، وأخيرا الطرف الخارج ، ويضغط عليها بحقة ، بواسطة يد الريشة .



١٠- بواسطة الفرشاة أيضا ، توضع على الفكين ، طبقة من البودرة البيج ، على أن يكون لونها أخف قليلا من لون البشرة نفسها ، لكي يقلل من بروز الواضح لهما .



١٠- بالآي لايت
الأسود ، يعمل خط
رفيع جدا في الجفن
العلوي ، وعند منبت
الرموش ، وذلك لتغطية
مكان التصاق الرموش
الصناعية ، عل أن يطول
الخط قليلا ، في اتجاه
الزاوية الخارجية للعين.



١٢ - لكي تبدو
الرموش الصناعية ، كما
لو كانت طبيعية ،
تستعمل الماسكرا السوداء
في تغطيتها .



١١ - أما الجفن
الأسفل ، فلا يعمل به
خط كامل ، ولكن الجزء
الخارجي منه فقط ،
كما هو موضح بالصورة ،
وهذه العملية تفيد
في تكبير العين ،
وإظهارها أوسع من
حقيقتها .



١٤ - ترسم حواف
القم بالقلم الخاص ،
ثم تملأ الشفتان بالروج ،
عل أن يكون الخط ،
عل نفس الخطوط
الطبيعية للشفتين ،
لأنه لا يحتاجان لأي
تعديل .



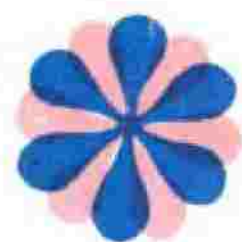
١٢ - ولية وسيلة
أخرى لإظهار العين أكبر
من حقيقتها ، وهي عبارة
عن رسم خط بالفرشاة ،
باللؤلؤ من اللون البني
الفاتح ، على هيئة قوس ،
في منتصف الجفن
العلوي ، بين العين
والجانب .



١٤ - وضع الروج
يكون عن طريق استعمال
الفرشاة ، ومن نفس
لون الخط الذي رسم
بالقلم ، عل أنه يمكن
أن يكون ألنح للبلل .

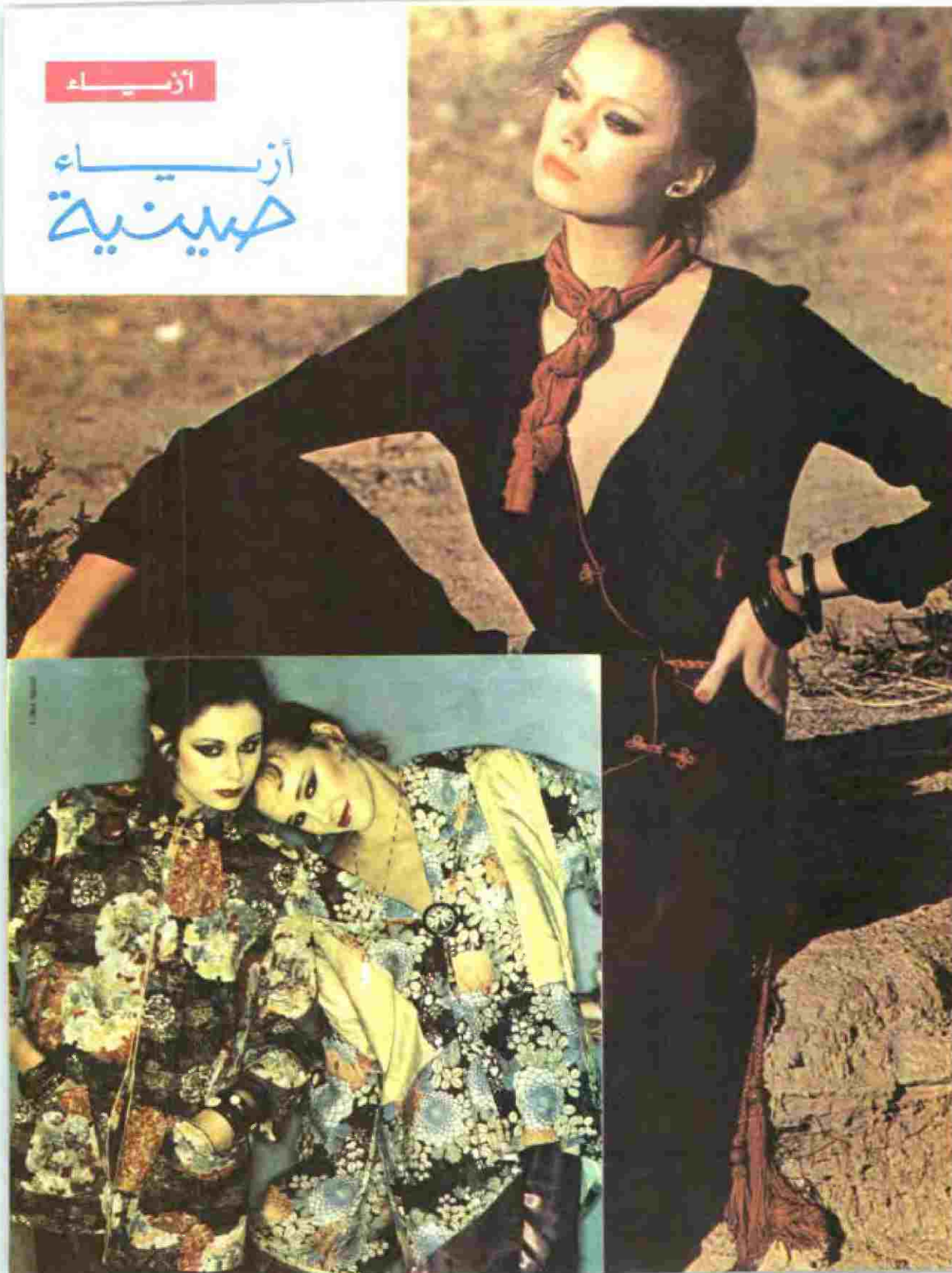


ولا شك أن نتيجة
هذا الماكياج تبدو
واضحة وإيجابية، فقد
بدت عينا الفتاة أكبر
من حقيقتها ، كما
أن بروز العيون قد
احتل نسيا . هذا
بالإضافة إلى تسريحة
الشعر ، التي أضفت
عليها مزيدا من التأنق
والأناقة .



آزادي

آزادي حسينية





في بحر من الرمال ، يطلق المولان الأحمر الصيبي ،
مع الأسود اللامع - أزياء تونيك مع بتطونات مستقيمة ،
تساب في سهولة وبساطة ، لتكون معاً آخر صيحة من
صباحات الموضة .

١ - جاكيت تونيك مستقيمة ، بأكمام طويلة من
اللون الأحمر الباقوي ، مقوشة بفروع وأغصان متشابكة
من اللونين اللهب والأزرق - الجاكيت مفتوحة على
الجانب الأيسر ، واقصصة حمدة بشرط رفع حين
السائق الدقي ، ومضبوطة بمرام حرجولة على طريقة
براندبور . ويصاحبها بطون طويلة ويستقيم من الساتان
الدهني . ويلاحظ الثباين المضبوطة من الأحمر الباقوي
والدهني .

٢ - هذا اللون الأبيض من الساتان الأسود ، على
حيث كمنصور ، يفتحة راحة على الصدر ، ويقسم بتقس
نوع الغزل السابقة - وهي حمدة بشرط رفع من الساتان
الأحمر - المراري فصل حين المقصر فقط . أما باقي
الذي ، فهو مقنوع بنور من تحت البطون الأسود
الصنوع من نفس القماش . ويبرز ألوان هذا اللون
الإشراق الأحمر الساتان ، المقنوع على الرقة بطريقة
مستقرة . والمولان مصنوع من حيوط السكويينود الآخر .

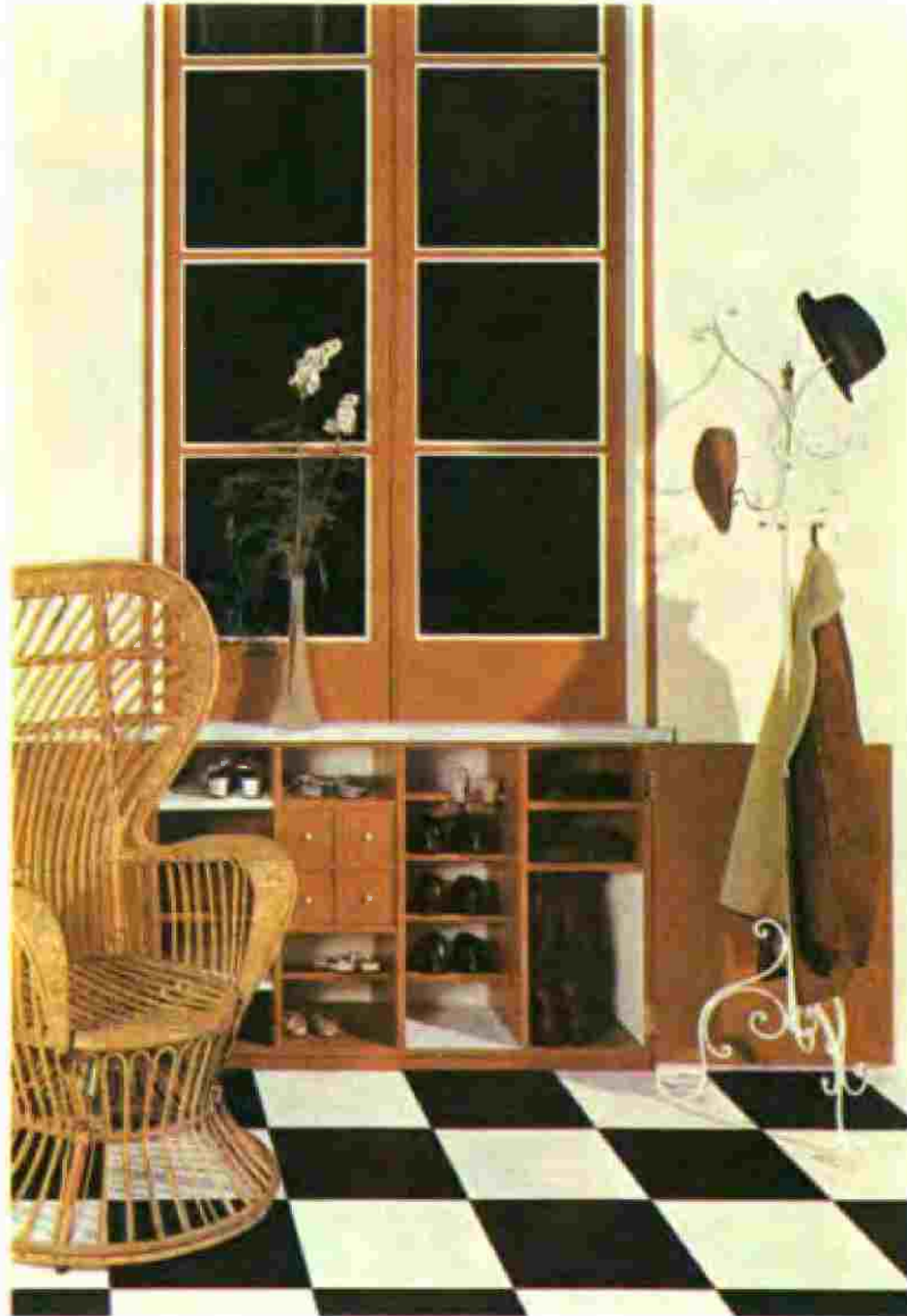
٣ - أزياء حبيبات - الجاكيت من البروكار المطوثر
بزعانف ميازة - والبطون من الساتان .

استغلال الفراغات

أسفل النوافذ

كثيرا ما تظل الفراغات ، التي تتوافر أسفل النوافذ ، محفلة خلف الستائر الطويلة - التي تفسد حتى الأرض - دون استثمار لمكانياتها . في خلق أماكن وأصوة صغيرة ، ذات استخدامات متنوعة . وتقدم اليوم على هذه الصفحات ، مجموعة الأفكار التي تتميز بالانفتاح بها ، والقدرة على التجميل في نفس الوقت .

ومن المؤكد أن الحلول التي نطرحها ، تستوجب أن تسند بالستائر الطويلة ، أخرى قصيرة . أو بقسمها جاليا - إذا تطلب الأمر - حتى لا تفقد ثرائها . كما هو واضح في الصورة التوضيحية المنشورة على الصفحة التالية . كذلك فإن هذه الحلول ، تستوجب - أيضا - غياب وسائل التدفئة ، التي تقع أسفل النوافذ ، وليس ذلك بالأمر الجديد ، أو الغريب ؛ فالمنازل القديمة كانت تحفي هذه الوسائل داخل الجدران ، كما أن كثيرا من المنازل الحديثة ، أجهت إلى بناء شبكات التدفئة تحت الأرضيات . لذلك فن الملاحظ بالنسبة للمنازل القديمة ، أنها كانت تنحى إلى استثمار الفراغات المتاحة أسفل النوافذ ، نظرا لمسك الجدران فيها ، مما وفر عبقا أكبر لهذه الفراغات ، ويسر فرص توظيفها في صور مختلفة . كذلك الأمر بالنسبة للمنازل القريبة العهد بالبناء ، أو الحديثة تماما ، فقد وفرت لها النوافذ الكبيرة (الهاورامية) إمكانيات لاحد لها ، لاستثمار هذه الفراغات ، وخاصة من وجهة النظر الجمالية .

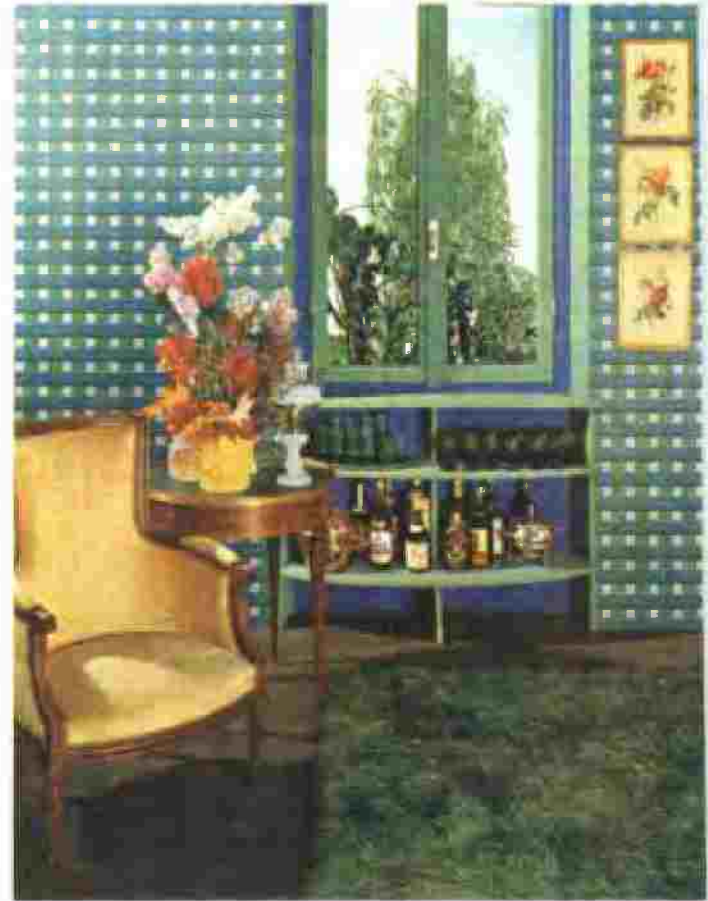


على مثل هذا ، يناسب حجرات حفظ الأشياء ، أو الحجرات المخصصة بالمهام . الفراغ لتأجير أسفل الشرفة ، نراه قد تحول ، باستخدام عدد من الأرفف والفصل ، والأدراج الصغيرة ، إلى مكانة حفظ الأحذية . وقد القيمة الأولية ، من أبرز العناصر الجديدة بالملاحظة ، إذ يتعب لود الجدران الأبيض ، فورا واضحا مع اللون البني الداكن ، الذي يسود الشرفة ، ولطمة الأثاث ، وكذلك مع اللون الأسود الخشبي الحسنة ذات للزبدان ، التي تشبه لوحة الشطرنج .



ذكرنا مسجدة ، تطلت في إقامة دار صغير ،
في الفراغ المتاح أسفل النافذة ، والذي كثيرا
ما يظل مهجلا دون أي استخدام . لاحظ أن
النافذة قد طليت باللونين الأخضر والأزرق ،
وهما اللونان المفضلين اللذين يسودان تجليده الجرافيك
ذات المربعات ، الإسكندرية القديمة .

اللونان الأخضر والأزرق يعطيان النافذة ،
وبلغها دوراً رئيساً على الطراز ذات المربعات
الإسكندنافية الحديثة . الأخضر هو أيضا لون
الأرض ، التي تحضر فوقها عتبات الأبواب -
إلى أمثل - ومصنوعة من إرصات ذات التي تحضر
بها القسط - إلى أسفل .



الفراغ المتاح هنا ، استمر في إقامة مسجدة جديدة ، وأربعة أرفاف في الوسط ، جميعها مغطاة باللون
الأخضر ، إلى هذا الحل . يصير بالتساقط والقدرة على حلاص أي مكان في المنزل . حيث
تبدو الحاجة إلى مزيد من الصلف ، ومزيد من الأرفاف ، لحفظ وتعليق الكثير من الأشياء
الصغيرة . والصور هنا تملأ حجرة الطعام مسجدة ، أما لفظة الأثاث التي تقع أسفل النافذة ،
فقد خصصت لحفظ اللوحات والفارسي ، وأدوات الأكل ... إلخ .



يصير هذا الحل - قبل كل شيء - سهولة التنقل ، ويحلب
بالدرجة الأولى حشرات الأثاث . وهو عبارة عن رف
مبني في منتصف الفراغ الواقع أسفل النافذة ، موضح عليه
جرامفون ، عتبات آت ، ومقاعد وفي الجزء الأسفل ، توجد
طية مغطاة لحفظ المستندات . وهنا - أيضا - كتاب الأمان
الأكبر ، على الشقة الأولى . لإكتساب هذا الفراغ سمات الأمان
والرؤى . إذ سجد كهذا يؤكد لنا ، أنه يتعدى المتاح في التحليل
النافذة واستثمارها . يمكننا الاستغناء عن استخدام الستائر .

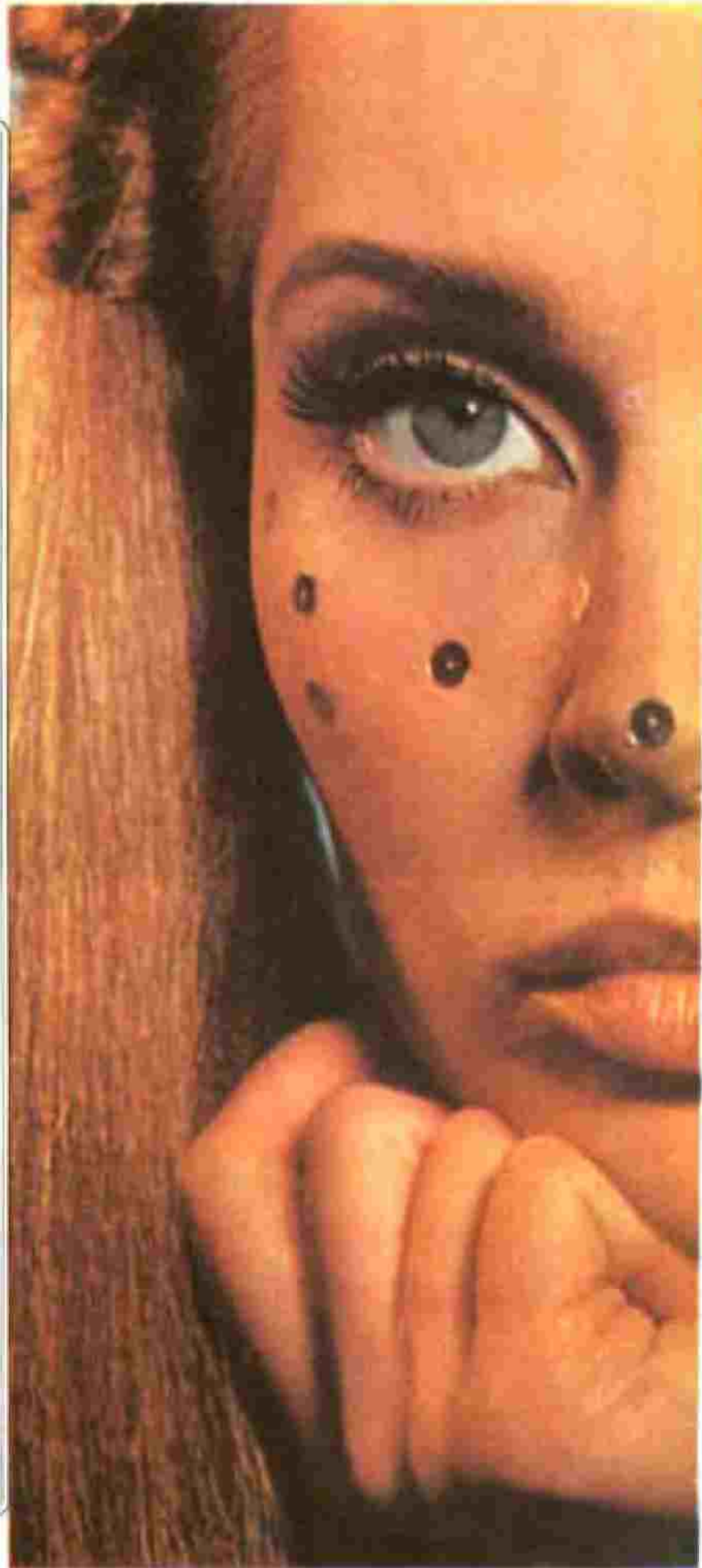
أسباب حب الشباب

عندما يصل جسم الإنسان إلى مرحلة البلوغ ، فإنه يتعرض لتغيرات جنسية وبيكولوجية ، تحدث نتيجة لعاصفة متدفقة من الهرمونات ، التي تتوالى في هذه المرحلة من العمر . فها هنا تبدأ حياة الإنسان الجنسية ، وإنتاج الهرمونات الأنثوية (الاستروجينية) والذكورية (الاندروجينية) . ويتعرض كل الجهاز البشري لتحولات ، يشترك فيها الجلد ، وبصفة خاصة الغدد الدهنية ، التي تنمو في حجمها ، وتغير من مكونات إفرازاتها ، فتزيد على سبيل المثال ، محتوياتها من الأحماض الدهنية ، التي عادة ما تكون كميات متوسطة في الغالب الأعم من الأحوال .

ونحن نعرف عن يقين ، أن الهرمونات الذكورية ، أي الهرمونات الأندروجينية ، تساعد على نمو الغدد الدهنية ، وتنحكم في إنتاج الزهم ، وهو مادة دهنية تفرزها الغدد الدهنية ، على حين أن الهرمونات الإستروجينية ، أي الأنثوية ، لها مفعول عكسي . أي أنها توقف نشاط الغدد الدهنية . والمرأة ، وكذلك الرجل ، يفرزان هذين النوعين من الهرمونات ، اللذين يتغير التوازن فيما بينهما بصورة دائمة .

وفي مرحلة المراهقة ، نلاحظ زيادة محسوسة ، سواء في الهرمونات الأنثوية ، أو الهرمونات الذكورية . إلا أن هذه الأخيرة ، هي التي تنظم نشاط الغدد الدهنية ، ولهذا السبب بالذات ، يظهر حب الشباب دائماً تقريباً ، في الشباب من الجنسين ، خلال مرحلة البلوغ .

وحتى حب الشباب في أبشع صورته ، الذي يلاحظ في الفتيات ، أثناء الأيام التي تسبق مباشرة الدورة الشهرية ، مرده إلى زيادة إفرازات الهرمونات الذكورية ، ونقص الهرمونات الأنثوية ، وهو ما يحدث عادة في هذه الفترة . وهذه التغيرات الهرمونية ، تحدث لكل النساء ، غير أنها لا تسبب إلا لبعض منهن ، في ظهور حب الشباب ، أو تفاقمه .



من هنا ، فإننا نجد زيادة المؤكدة في إنتاج الزهم ، وحساسية الغدد الدرقية ، لا بد أن يكون هناك شيء ما ، أو عامل شحني ما ، هو الذي يساعد على ظهور المرض ، جاعلاً مقبول الهرمونات الجنسية أكثر وضوحاً ، وأشد ضرراً .

ولسوف نسمي هذا « الشيء » بالأرضية في حالة ظهور حب الشباب ، نكوب « الأرضية » بمثابة عدة مجموعات من التغييرات في بناء الغدة الدرقية ، وشعر الجسم ، وهما عنصران مرتبطان فيما بينهما ارتباطاً وثيقاً .

وأول تغيير محتمل ، يتناول شعر الجسم ، ولقد سبق أن ذكرنا عدة مرات ، أن شعر الجسم ينمو فوق الطبقة العليا من الأدمة ، ماراً عبر الفتحة الجارية ، التي تكبر كلما كانت الشعرة ضخمة . أما إذا كان الشعر حقيقياً ، قليل الانتشار والضعف ، فإن الفتحة الجارية تكون صغيرة وضيقة .

في هذه الحالة ، فإن تلغز الزهم نحو الخارج يكون بطيئاً ، ومن هنا يسيل تراكمه ، مما يعطل عادة عمل الفتحة الجارية كمنفذ ، وبالتالي يحدث تراكم مواد أخرى فوقها .

أما التغيير الثاني ، فيتناول الخلايا التي تبطن الجدار ، الذي تبرز منه الغدة الدرقية إلى هذه الخلايا ، نتيجة لنوع من الخطأ في تطورها ، تصبح غطاءً قريباً (يشبه الطبقة العليا من الجلد) ، وتكون نوعاً من « البدادات القريبة » ، التي تغلق الغدة الدرقية ، فتتأثر بشرة ذات رأس أسود ، وهي البثرة التي إذا ضغطت عليها ، برزت منها مادة ذهبية ، تسمى « كوميدون » .

ولابد أن نذكر ، من بين الأسباب التي تحدث حب الشباب ، شيئاً آخر كثيراً ما نلاحظه ونقلل من قيمته ، ألا وهو تلك الأطعمة التي تزيد من سوء هذا المرض ، مثل : الشيكولاته ، والبيض ، ولحم الخنزير بأنواعه ، وفواكه البحر مثل أم الخلول ، والخبث ، وبلح البحر ، والكافور ، والأكل الذي يحتوي على بهارات مثل « المسبك » والشطة .

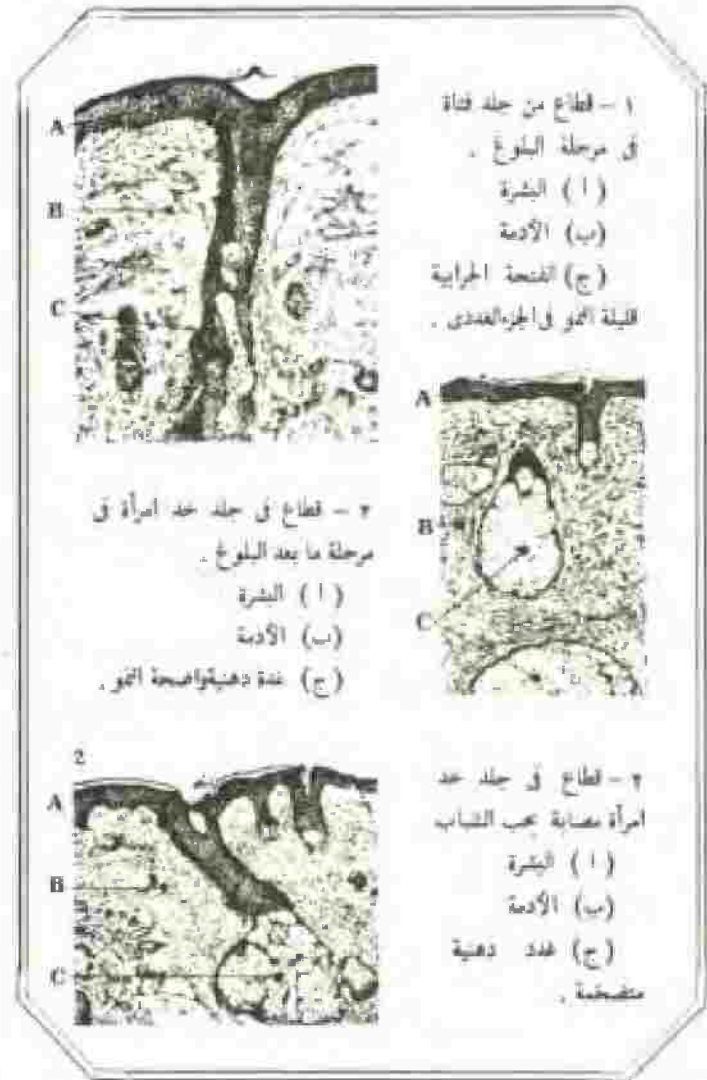
ويقتصر حب الشباب أيضاً ، عقب تناول الأدوية ، التي تحتوي على مواد البروم أو اليود (ويقال ذلك أيضاً عن الكلور الذي يستخدم في تنقية الماء) ، وما له أهمية كذلك في زيادة حدة حب الشباب ، ذلك الاحتلال الذي يحدث على وظائف الغض ، وأكثر أعراضه خطورة : الإمساك .

هذا ويمكن التأكيد ، أن حب الشباب مرض شديد التعقيد ، ومن ثم فإنه يتطلب أن يتروى المريض به عدة مرات على الطبيب (ويشترط أن يكون متخصصاً في ذلك) ، كما أنه يستلزم عدة اختبارات كيميائية معملية ، وذلك لمحاولة حصر وتقدير جميع العوامل ، التي من شأنها أن تسبب حدوث المرض . وفي نفس الوقت ، فإنه يجب الامتناع تماماً ، عن اللجوء إلى الوصفات البلدية للعلاج ، التي لا تفيد إلا في زيادة حالة المرض سوءاً ، إنما الذي ينبغي على من يصاب بهذا المرض عمله ، هو أن يعهد بالحالة إلى طبيب

إحصائي ، لكي يستقصي كل ما يتعلق به أجهزة الجسم ، ثم بعد ذلك يجد له الأسلوب العلاجي السليم ، الذي ستعرض له بالحديث في مقال تالي . إن كل من يصاب بمرض حب الشباب ، يود أن يشفى منه على وجه السرعة ، وأن يكون شفاؤه كاملاً ، لكن الغالب في أكثر الأحوال ، أن ذلك لا يتم ، إلا بعد علاج يسم بالضرر الطويل ، ويتقدم حينئذ ، وعلى مراحل ، وتحت إشراف الإحصائي ، الذي من شأنه وحده ، أن يغير الآثار التي أسفر عنها العلاج ، يوماً بيوم .

ومن الضروري أن يعرف المريض ذلك ، حتى لا تسوء حالته المعنوية خلال الأيام الأولى من العلاج ، إذ عليه أن يعلم الانتظار ، قبل أن يرى النتيجة .

وكذلك فإن التعاون مع الطبيب المعالج ، والشفقة فيه ، من شأنهما تسهيل التوصل إلى الشفاء التام ، ومع ذلك ، فعادة ما يحتاج حب الشباب في سن ٢٥ - ٣٠ سنة .



الحقوق المتعلقة بتركة المتوفى

اتفق جمهور الفقهاء ، على أن ما كان للمورث من وقت وجوده في هذه الدنيا ، إلى حين وفاته ، من أموال ، أو عقارات ، أو منقولات ، أو حقوق مالية محضة ، كالديون التي له طرف الغير - انصفوا على أنه يورث عنه ، ويقوم وراثته مقامه ، والمتعلق بالتركة حقوق ثلاثة ، تؤدي من التركة بحسب الترتيب الآتي :

أولاً : ما يكفي لتجهيز الميت ، ومن ثمّ نزع نفقته من الموت إلى الدفن . **ثانياً :** ديون الميت . **ثالثاً :** ما أوصى به في الحد الذي تنفذ فيه الوصية ، ويوزع ما بقي بعد ذلك على الورثة .

الحق الأول :

ويتعين إخراجها من التركة قبل أي شيء آخر ، وهو القبر الذي يكفي لتجهيز الميت من نفقات غسله ، وكفنه ، وحمله ، ودفنه ، وكل ما يقتضيه تجهيزه حسب العرف - إذ العرف معتبر شرعاً - بغير إسراف ولا تقتير ، حتى يوارى في قبره ، فهذا يقدم على أداء جميع ديونه ، أياً كان نوعها ، والسبب في هذا ، أن المدين في حال حياته ، لا تؤدي ديونه ، إلا فيما فضل عن حاجاته الضرورية ، ولهذا لا يباع لتسديد ديونه ، المنزل الذي يسكنه ، والثوب الذي يلبسه ، والقرن الذي يقات به . فكذلك المدين بعد وفاته ، لا تؤدي ديونه ، إلا بما فضل من تركته ، بعد ما يحتاج إليه . وكذلك يبدأ من تركته بتجهيز من نزع نفقته إذا مات قبله ، ولو بلحظة ، كوالده ، والدته .

وزوجته ، ولو غيبة ، وكل قريب له ، يجب عليه نفقته شرعاً .

الحق الثاني :

تؤدي من تركة الميت ، ديونه التي لها مطالب من جهة العباد ، فتخرج من ماله بعد تجهيزه بدون إسراف ولا تقتير ، والدين في العرف ، وجوب مال في الذمة ، بدلاً عن شيء آخر ، كدين القرض ، وثمن الشراء ، كأن يكون الميت اشترى شيئاً من آخر ، ولم يدفع ثمنه كله أو بعضه ، فالتركة مثلاً ، لا تعتبر ديناً ، لأن الواجب فيها لمليك مال من غير أن يكون بدلاً عن شيء آخر ، وقد اتفقت كلمة جمهور الفقهاء ، على أن ما زاد على حاجة الميت في تجهيزه بالمعروف من الإسراف في المنقولات والمظاهر ، وانفقات التي لا يقرها الشرع ولا العقل السليم ، لا تختص من ماله القاصر ، إذا كان في الورثة القاصر ، ولا من أنصاء الورثة غير القاصر إلا برضاهم ، وللدائن حتى الاعتراض عليها ، وعدم الرضا بتقديمها على ديونهم ، ومن أُلقي هذه النفقات ، فهو الضامن لها .

الحق الثالث :

من الحقوق المتعلقة بالتركة ، تنفيذ ما أوصى به الميت من ثلث ما بقي منها ، بعد التجهيز وقضاء الدين ، لا من ثلث كل المال . فإذا أوصى شخص بثلث ماله ، وهو ألف جنيه مثلاً ، وكانت تركته ثلاثة آلاف ، ولكن صرف عليه في تجهيزه وقضاء دينه ٥٠٠ خمسة مائة جنيه ، فأراد الموصي له أخذ كل الألف لأنها ثلث

التركة ، أخذ ثلث الباقي فقط ، أي ثلث الـ ٢٥٠٠ جنيه لأنه القدر الذي تنفذ فيه الوصية . إذ هو اشترى بعد التجهيز وقضاء الدين ، والسبب في تقديم حتى الدائن على حتى الموصي له ، مع أن الوصية مقدمة على الإرث ومؤخرة عن الدين . وظاهر الآيات القرآنية بلبس ذلك لقوله تعالى : « من بعد وصية يوصي بها أو دين » لأنها تشبه الميراث في كونها « أخوة بالأعوان » ، فيشترى إخراجها على الورثة ، فكانت لذلك مظنة للهاون فيها ، بخلاف الدين ، فإن نفوس الورثة مطمئنة إلى أدائه لكونه في مقابل شيء ، وربما كان هذا الشيء موجوداً في التركة ، كأن يكون الميت اشترى منزلاً موجوداً ضمن التركة ، ولم يسدد ثمنه جميعه أو بعضه ، وقد ورد عن الإمام علي كرم الله وجهه ، أنه قال رأيت رسول الله صلى الله عليه وسلم يبدأ بالدين قبل الوصية ، أما إذا كان ما أوصى به يزيد على ثلث ما بقي من التركة ، بعد التجهيز وتسديد الدين ، فإن الوصية لا تنفذ فيما زاد إلا بإجازة الورثة ، سواء كان الموصي له أجنبياً ، أو وارثاً ، فإذا لم يوجد للمتوفى وارث يستحق الباقي بعد الحقوق الثلاثة ، فإن الوصية بما زاد على ثلث المال تكون نافذة ، وذلك أن الجزء الزائد إنما توقفت لحاقه بحق الورثة ، فإذا لم يوجد ورثة ، فإن الوصية بالزائد تنفذ لعدم وجود من يتوقف في ذلك ، ووجه النظر ، أن في تنفيذ الوصية بهذا الزائد ، تحقيقاً لرغبة الموصي وإرادته في ماله الذي لا يستحقه وارث ، وإذا لم يوجد مستحق للتركة مطلقاً ، آلت التركة بعد أداء الحقوق سالفة البيان ، إلى الخزانة العامة .

مبادئ المتقدمة :

إن أفكار التطرز هذا الغرض ، عديدة
ومتنوعة . وبذلك يساعد أن تختار منها
الفكرة التي تناسب وذوقك الشخصي . وإليك
بعض هذه الأفكار :



وحدة التطرز لمحاكاة المتقدمة في تطريز
وسط غطاء السرير (الكوفرة) الأبيض البهجة .
ومن وحدة كلاسيكية ، نسج بالزلف والجمال .

إن غطاء السرير المصنوع من قماش البنيكة
الأبيض ، والمطرز بوحدة كلاسيكية . يعد أنيقاً
دائماً ، ويناسب وجميع طرز أثاث حجرات النوم .
وإن روعة ، ونفاسة ، ورقة هذا الغطاء (الكوفرة)
وتنوع وحدات تطريزه وجماله . تجعلك بلا شك ،
تتوقن إلى تنفيذه من أجل حجرة نومك . وغطاء
السرير الذي تقدمه لك ، يتكون من قطعة واحدة
أطولها ١,٧٢ × ٢,٤٧ متر . ونظراً لأن قماش
البنيكة الموجود بالأسواق ، والنحاس يعمل غطاء
السرير (الكوفرة) بترابح عرضه ما بين ٢,٤٠ متر
و ٢,٧٠ متر ، لذا يتعين عليك أن تقصّي ثريها

السرير المطرز

لسرير ، أيضا ، مثاله في التطريز .
تكل قطعة من قطع السرير ، يمكن أن تزين
بوحدة رسم جميلة ، تطرز بتخطيط الأبيض ،
أو خطوط التطريز المثلثة ، وذلك ابتداء من
غطاء السرير (الكوفرة) حتى كعب الوضوء



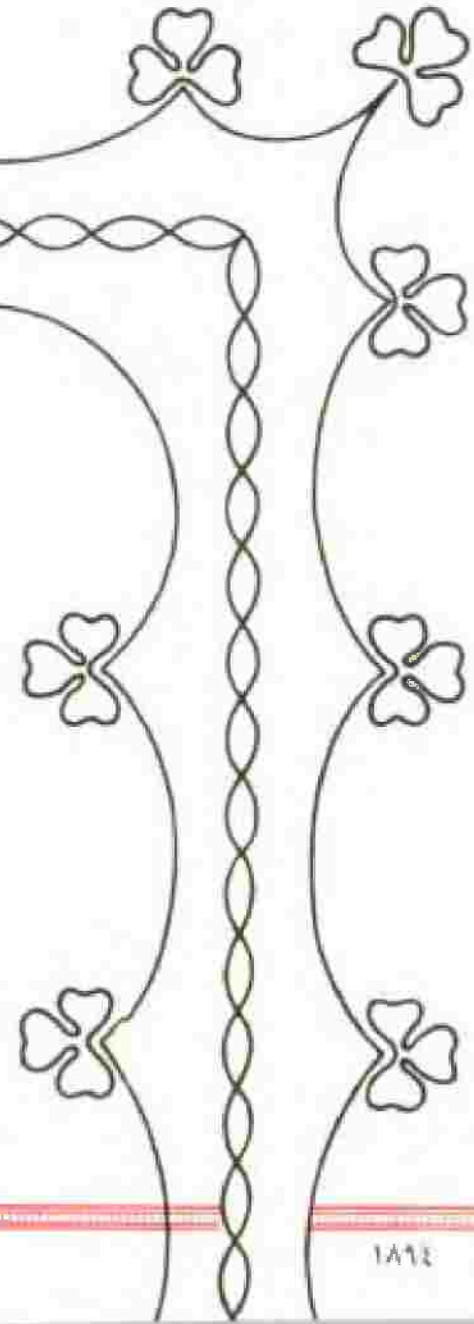
من عرض القماش ، يتراوح ما بين ٦٠ - ٩٠ سنتيمترا .
ومن ثم ، ينبغي أن تشتري ٢.٥٠ متر . وهو
ما يعادل طول السرير ، مضافا إليه الجزء الذي
مستطك في الثنيات ، أو التطريز بالقستون .
هنا وتطرز ثلاثة جوانب هذا الغطاء ، بوحدة
القستون ، على أن تطرز بغرزة الكوردون ، أو
القستون ، أما الجانب الرابع ، وهو القريب من الرأس
أي القريب من الوسادة ، فيتم تشطيه بعمل ثنية ،

ملاحظة السرير : وبخاصة الوسادة ، زلة استخدمت
في تطريزها ، الوحدة المستخدمة في تطريز غطاء
السرير (الكوردون)
والأمل : الوحدة المستخدمة في تشط هذا
التطريز بالحجم الطبيعي

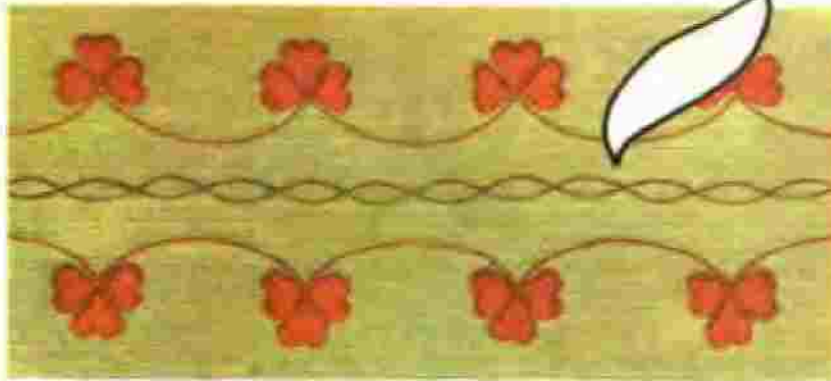
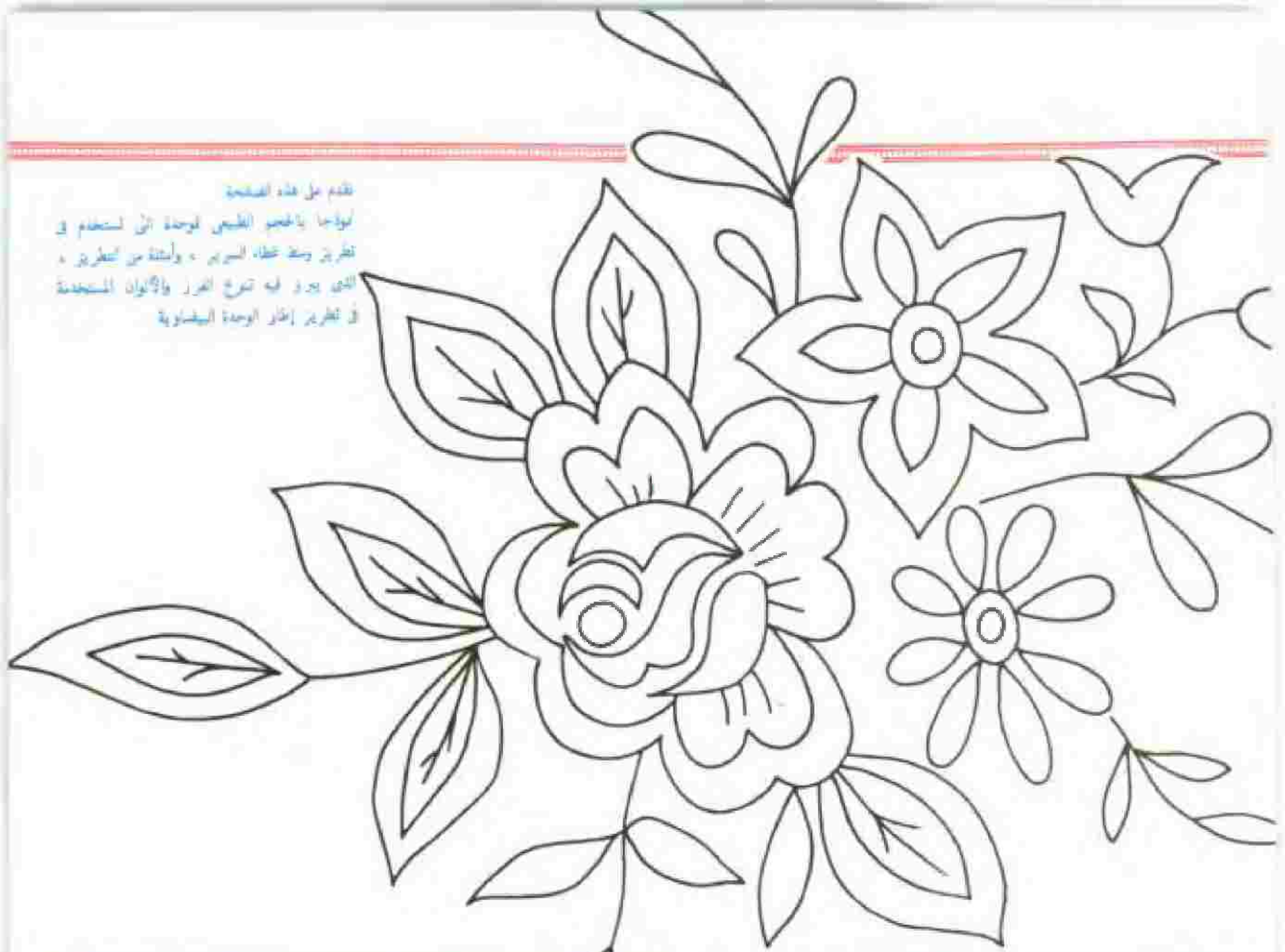


فإذا كانت الأرضية من اللون الأزرق ، مثلا ،
فإنه يتعين عليك أن تطريز الأجزاء الخارجية من
الوحدة بغرزة الفرع ، أو الساكنة ، على أن تطريز
بغرزة الحشو ، الوحدة الموجودة بالوسط .
أما إذا كانت الأرضية من اللون الأخضر الفاتح
جدا (الفسقى) ، وأعني بذلك لون القماش المراد
وبغرزة الفرع ، أو الساكنة ، في تطريز الوحدة
الموجودة بالوسط ، وكذلك الخطوط الموجهة .

تثبت بغرزة التفقة غير الظاهرة ،
قوى بتطريز الوحدة الداخلية بغرزة السلسلة ،
أما الوحدة البيضاء ، التي على شكل بيضاوي
بداخلها وحدة زهور مدببة ، والتي تقلد بوسط غطاء
السرير ، فإن الزهور تطريز بغرزة الحشو ،
أما الفروع ، فتطرز بغرزة الفرع .
وقضلا عن ذلك ، فهناك طريقتان أخريان
لتطريز الوحدة الداخلية لغطاء السرير (الكوردون) .



نقدم على هذه الصفحة
نموذجاً بالخشب النخس لوحدة التي تستخدم في
تطريز وسط غطاء السرير ، وأيضاً من التطريز
التي يرد فيه تنوع الفرز والالوان المستخدمة
في تطريز إطار الوحدة البيضاوية



٢,٩٠ متر من قماش ملاهات عرضه ١,٦٠ متر تقريباً.
ويتم تطريز وحدات الرسم بقرعة السلسلة .
أما كيس الوسادة (البيضاء) ، فيحتاج تنفيذها
إلى متر واحد من قماش عرضه ١,٤٠ مترياً .
ويستخدم في تطريزه نفس وحدة التطريز المستخدمة
في ملاهة السرير ، ويطرز أيضاً بقرعة السلسلة .
هذا ويمكن تطريز نفس هذه الوحدة بفرز
مختلفة أيضاً .

مقدرتك في تنفيذ هذه الفرز . ولك ياسيدتي الحرية
في اختيار ما يناسبك منها .
سلة سرير وميضية وسادة بحافة معشوقة
بهاتين القطعتين (ملاهة السرير ، وكيس الوسادة)
المطرزتين بنفس وحدة التطريز المستخدمة في تطريز
غطاء السرير (الكوفرتة) ، يصبح لديك طقم كامل .
من رياضات السرير ، يقسم بالجمال والزفة .
ويلزم لتنفيذ ملاهة السرير من قطعة واحدة ، حوالي

ويبقى أيضاً أن تستخدم غرزة الفرع ، أو الشلالة
الصغيرة ، في تطريز أطراف الوحدات ، التي
تطرز بقرعة الحشو . لأنه من شأن ذلك . أن
يعطى سمكاً لقرعة الحشو ، ويبرز الوحدة المطرزة .
هذا ولا يقتصر التطريز على الفرز التي قدمناها .
فهناك العديد والعديد من غرز التطريز ، التي
تصلح لتنفيذ غطاء السرير . ولا شك أن اختيار
غرز التطريز ، يتوقف على ذوقك أولاً ، ثم على

روائع المطبخ

شطائر "ساندوتشات" اللحم

(هذا المقدار يكفي لأربعة أفراد) .

المقادير :

١٠ أرغفة صغيرة من الخبز يالين - ١٣٠ جرام زبد - ٣٠ جرام دقيق - ٢٥٠ جرام لحم مفروم (نصف أنكية من اللحم البتلو ، ونصف الآخر من اللحم الكندوز) - بصلة صغيرة - بيضتان - كاري - نصف لتر لبن - $\frac{1}{4}$ بهريز - ملح .

الطريقة :

- اقطعي من كتي رغيف ، جزءاً من سطحه ، ثم اترمي الباقية من داخله .
- ضعي على النار ، إناء به ٣٠ جرام زبد ، والبصلة المبشورة ، وعندما تحمر البصلة ، أضيفي إليها الدقيق ، ودرة كاري ، واتركي الخليط يحمر ، مع استمرار التقليب .
- أضيفي البهريز الساخن ، قليلاً قليلاً ، واتركي الصلصة تغل لمدة دقائق ، ثم أضيفي اللحم ، وتبل الخليط بالملح ، وأعيدي تثليبه .
- املئي بهذا الحشو ، الخبز الصغير الذي تم نوع الباقية من داخله ، ثم غطي الحشو بقطعة الخبز ، التي سبق أن نزعناها من كل وجه الخبز .
- اخبري البيض جيداً ، مع قذرة ملح والبن .
- صبي البيض المخفوق مع اللبن ، فوق "ساندوتشات" الحشوة ، واتركيها هكذا ، حتى يصبح الخبز طرياً ، وينشرب كل السائل تقريباً .

سقي على النار ، وعاده باني مقدار الزبد ، وعندما يتم قدسه تماماً ، حبري فيه "ساندوتشات" التي سبق حشوها في الدقيق ، قليلاً من تطاير فقط وريذاً الزبد عند تلامس "ساندوتشات" المبللة بالزبد المقذوح ، أو لتصلقها بقاع طاسة التعمير . وعندما تنحمر هذه "ساندوتشات" ، اأشليها ، وقدميها وهي ساخنة .



الفطائر المقلية

المقادير:

- ٢٥٠ جرام دقيق - ١٥ جرام خميرة بيرة -
- ٢٥ جرام زبيب - ٢٠ جرام قشر برقوق مسكر -
- ٢٥ جرام من الدهن أو المسلي - قفاحان
- من النوع المتوسط الحجم - $\frac{1}{2}$ لتر لبن -
- زيت - ملح .

الطريقة:

- انقعي الزبيب في ماء بارد ، حتى يلتفتح .
- قشري القفاح ، وقطعيه إلى قطع صغيرة جداً ، مع قشر البرتقال المسكر (أو شرائح من مري النارنج) .
- في سلطانية كبيرة ، صبي الدقيق ، والحاميرة المذابة في قليل من اللبن الدافئ* ، ثم أضفي ملعقة صغيرة من المسليح ، وقليل من اللبن ، وقلبي المقادير ، وافرقي العجين ، فتخلص تماماً من الحبيبات المتجمدة ، وأضيفي باقي كمية اللبن (يتعين أن تكون لديك كمية كريمة متوسطة القوام) .

- أتركي العجينة لتخمر ، ثم أضفي إليها الزبيب المنقوع ، بعد تصفيته ، وتجفيفه جيداً ، وكذلك الفاكهة .

- ضعي على النار ، طاسة التحمير وبها كمية المسلي ، وكمية غزيرة من الزيت .

- وعندما يقدح الزيت ، خلي جزءاً من الخليط بملعقة كبيرة ، وأسقطيه بمساعدة ملعقة أخرى ، بداخل الزيت المقدوحة (لتسهيل هذه العملية ، ينبغي دهن الملعقة أولاً بالزيت ، حتى لا يلتصق الخليط بها) .

- وبعد تمام تحمير هذه الحلقى ، انشليها ، وضعيها فوق ورقة امتصاص لتتسرب ما بها من زبوت . ثم رصيها فوق طبق تقديم ، ورشيها بالسكر البودرة ، وقدميها على المائدة ، وهي ساخنة جداً .

فطائر التفاح المقلية

المقادير:

- كيلو تفاح - ١٢٥ جرام سكر ستروينر -
- ٢٥٠ جرام دقيق - ملعقة صغيرة لوزة ناعمة -
- $\frac{1}{2}$ لتر لبن - سكر بودرة لرش وجه الفطائر -
- زيت - ملح .

الطريقة:

- قشري التفاح ، وبالألة الخاصة ، اربي ما بداخله من بقور ، وألياف صلبة .

عرجس شديده ، حتى يظل التفاح سلباً .

- قلبي التفاح بعد ذلك إلى شرائح مستديرة ، لا يتعدى سمك الشريحة الواحدة ، سائلاً ونصف .

- اغلطي السكر ، مع القرفة الناعمة ، ورشي حلقات التفاح بهذا الخليط .

- أتركي الفاكهة هكذا لمدة ٣٠ دقيقة .

- صبي الدقيق في سلطانية ، مع قرفة ملح .

- وبقليل من اللبن ، أصبى الدقيق ، مع قرفة بين اليدين ، لتخلص تماماً من حبيبات الدقيق المتجمدة .

- أضفي باقي اللبن ، وأكثلي عملية العجين .

- افرقي بالشوكة ، أو بملعقة خشبية ، خليط العجين جيداً .

- ضعي على النار طاسة التحمير ، وصبّي فيها كمية غزيرة من الزيت .

- وعندما يتم قدح الزيت تماماً ، اقلي فيه شرائح التفاح المستديرة ، بعد لمسها في خليط العجين

الذي سبق إعداداه .

- أتركي فطائر التفاح لتتفتح ، وتأنح لونها ورودها من على الجانبين ، ثم انشليها ، وضعيها فوق ورقة امتصاص ، لتتسرب ما بها من زيت التحمير .

- احتفظي بها في مكاناً دافئاً ، حتى تنثني تماماً من عملية تحميرها .

- رصي فطائر التفاح في طبق تقديم ، ورشيها بالسكر البودرة ، وقدميها على القور وهي ساخنة .

- وبغس خليط العجين ، يمكنك ألبها أن تجهزي فطائر من اللوز ، أو البرتقال ، أو التفاح ، على أن تقدم جميع هذه الفطائر ، وهي ساخنة ، ومرشولة بالسكر البودرة ، أو سكر البودرة المعطر بالفايولي .

- الفطائر المقلية ، وكذلك فطائر التفاح المقلية ، يمدحها البولنديون ، بصفة خاصة ، في عيد رأس السنة .



تجديد الصوان من الداخل

وقص نفس المقاييس على نوع من البلاستيك ، الذي يشتمل على مادة صمغية لأن هذا النوع لا يحتاج إلى مساعدة أية مادة أخرى للصق .

الصق البلاستيك على جدران الصوان الخشبية .

وللصوان المصنوع من الخشب القيام باختباري لتبطين جدرانه ، البلاستيك ذا الخطوط العريضة ، والألوان الزاهية والفاخرة .

ويفضل بالنسبة للأثاث اللاكيه ، البلاستيك ذي الصبغة الواحدة السادة ، والألوان الصارخة . أما الأثاث الاستيل من القرن الثامن عشر ، فاختاري له نوعا من البلاستيك ذي أرضية قاتمة ، منقوشة بأزهار صغيرة ، من ألوان زاهية .

ويحتاج صوان الحمام ، إلى بلاستيك من ألوان متداخلة ، أو ذات رسومات صغيرة ، أو من لون واحد سادة .

كسوة الأرفف

تحت أفكار وحلول عديدة ومتنوعة لكسوة الأرفف . تتوقف على كيفية ، بل ونوعية استخدام هذه الأرفف في الأغراض المختلفة . وإذا كان ينبغي غسل الأرفف باستمرار ، فعليك بكسوتها بالبلاستيك الذي يشتمل من ظهره على مادة لاصقة ، أو بالبلاستيك العادي ، أو الورق الذي يمكن غسله بسهولة .

وإذا كان من المفروض أن تكون الكسوة ضخمة ، ويستطاع تجديدها من حين لآخر ، فيمكنك في هذه الحالة ، استخدام الورق المقوى والسليك الأبيض اللون . وإذا ما احترت الورق أو البلاستيك في كسوة أرفف الصوان ، فعليك أن تبقي في ذلك الخطوات التالية :

أثني جزءا صغيرا من حافة البلاستيك ،

على الرغم من أن داخل الصوان والدولاب لا يحتاج إلى متطلبات جمالية محددة ، إلا أنه جد هام : فالنظام يجب أن يعبر عليه من الداخل .

وفي هذا المقال ، تقدم بعض الإرشادات الخاصة بتجديد الصوان من الداخل ، وعصوفا القديم الذي قد أهمل بعض الوقت . وجدير بالذكر ، أن الفكرة التي نقدمها قليلة التكاليف ، وذات نتائج أكيدة .

العمليات الأولية :

إذا كان الخشب قاتما ومغطى بطبقة غير شاذة ، فعليك أن تنظفه بفرشاة مغموسة في ماء ساخن ، يحتوي على مادة منظفة ومطهرة . ثم تقويين على الفور ، بتجفيف الخشب بعناية ، حتى لا ينتشر الرطوبة .

وإذا كان الصوان من الداخل ، تتبعث منه رائحة نتيجة لعلقه مدة طويلة ، فاستحى الخشب بقطعة من القماش مبللة بمحلول التربنتينا ، الذي يحفظ الخشب أيضا من الرطوبة ، والزناخة ، (الرائحة الكريهة) .

ارتكي صلب الصوان مفتوحة ، حتى يجف الخشب تماما .

أما رائحة التجارة ، فيمكن التغلب عليها - على العكس من ذلك - من داخل جميع قطع الأثاث ، عن طريق مسح بقطعة من القماش ، مبللة بقليل من محلول اللاقندر .

كسوة الجدران :

إذا كان الصوان من الداخل ، ليس مكسوا ، وسطح خشب جدرانه ليس ناعما أملس كما ينبغي ، ففوي بسفرة الأجزاء الخشنة ، بقطعة من ورق سترة الخشب ، ثم « نفضيه » من الأتربة .

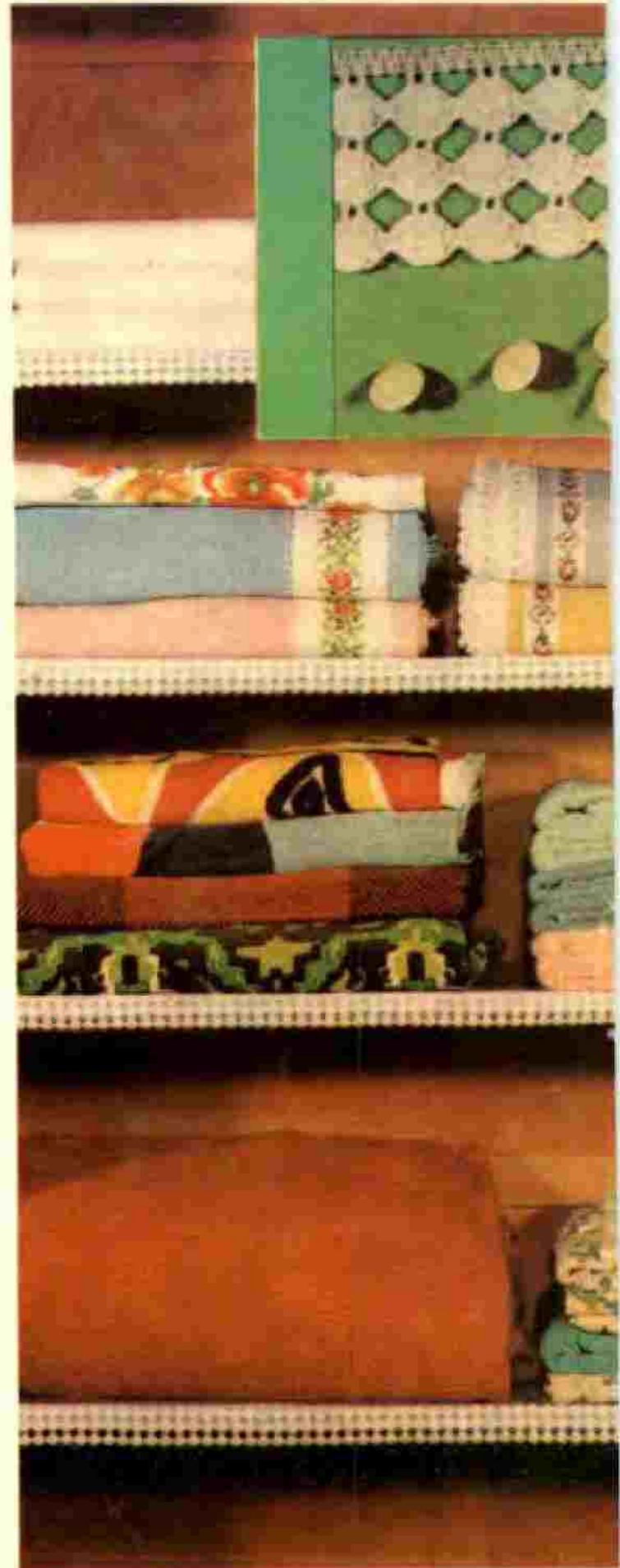
ينبغي بدقة الأجزاء المراد كسوتها ،

أو الورق المستخدم ، لتزويدي من ممك الحافة ، ثم تبقي هذه الحافة بدبابيس الرسم ، على طول الرف التي تتجه نحو على الصوان . لى الورق أو البلاستيك المستخدم في كسوة الرف نفسه ، مع مراعاة لمرده جيدا وبناية ، تلاصقا للشوة أية ثنيات أو تجعيدات أثناء لصقه على الخشب ، التي بعد ذلك الحافة الأخرى المقابلة ، ثم تبقي البلاستيك أو الورق المستخدم ، بصف من دبائيس الرسم ، أو المسامير الصغيرة ، وذلك على حافة بداية الكسوة . وهذه الطريقة ، تم كسوة الرف تماما ، ويكون الجزء العلوي والغسل منه ، أملس تماما ، وبسطنا بالكسوة ، كما أن المسامير الصغيرة ، أو دبائيس الرسم التي استخدمت في تثبيت الكسوة ، لا تظهر على الإطلاق لمراقى . اضرمي بعد ذلك في كسوة جميع أرفف الصوان المتحركة ، بنفس هذه الطريقة .

أما إذا كانت الأرفف ثابتة ، ففوي تثبتت ١٥ سنتيمترا تقريبا من البلاستيك أو الورق ، على السطح السفلي من الرف ، ثم اصمحي البلاستيك تاحيتك ، ولتتبع في نهاية الرف ، فوق سطحه العلوي ، باستخدام دبائيس رسم ملونة بألوان تنطق ولون الورق المستخدم في كسوة الأرفف .

كيفية تجميل حافة الأرفف :

بعد الانتهاء من كسوة الأرفف ، إليك ها سيدتى فكرة رائعة لجعل الصوان من الداخل ، أكثر جمالا ، ورونقا ،



وروعة . ولتخلص في وضع شريط جميل يتدل من الرف قليلا ، وذلك عن كل رف .

وإذا كان الصوان من الطراز الحديث جدا ، فيمكنك عمل هذا الشريط الذي تزين به حافة الأرفف ، من قماش الكتان المطرز بوحدة رسم يونانية ، بفرزة الحشو على اليد . ويستحسن أن يطرز هذا الشريط على ماكينة التطريز ، باللون الأحمر الطوي ، أو الأخضر القاتم .

أما إذا كان الصوان من الطراز الاستيل القديم ، فعليك أن تعدى الشريط من الحرير ذي الخطوط غير الشفافة ، بحيث ينتهي بفراشة من الحرير أيضا .

ومادا بالنسبة للألوان ؟ اختاري هذا الشريط اللون الأصفر الفاتح ، أو الأخضر الفاتح ، أو الوردي الفاتح .

وأما الصوان من طراز القرن الثامن عشر ، فاختاري له شريطا من قماش القطن بأرضية حمراء فاتحة ، بحيث يكون منقوشا بأزهار صغيرة ملونة . وطرزي حافة هذا الشريط بفرزة الفستون .

يحتاج الصوان البلاكي ، إلى شريط من الزفير ، من لون سادة ، أو مربعات ، ينسج بفراشة من القطن الأبيض .

كذلك يحتاج الصوان السويدي الطراز إلى شريط من الكتان لونه سادة ، لكي تغطي عليه شريطا من الدانتيل ، أو الجالون الجميل ، دورا ، أو دورين ، أو ثلاثة أدوار ، ذلك على الماكينة ، وفي حط مستقيم اختاري من الجالون ما يتناسب وذوقك ، سواء كان جالون سادة ، أو منقوش بأزهار أو مرسوم عليه بعض الفواكه . ويمكنك أيضا استخدام شريط أبيض من الدانتيل ، أو تغطي على شريط الكتان ، جالونا ملونا في خطوط متوازية على الماكينة ، أو على اليد ، بفرزة تطريز غير ظاهرة .

وإذا لم يكن في استطاعتك أن تقوى بعملية الخياطة على الماكينة بإتقان ، الأمر الذي قد يتسبب في تقليل القيمة الجمالية للشريط ، أثناء تركيب شرائط الجالون عليه ، فننصحك في هذه الحالة ،

باستخدام شريط من الدانتيل العريض ، بدلا من الكتان ، الذي يتعين عليك تجميعه بالجالون ، أو كورنيش الزكامة ، أو الدانتيل الربيع .

اعمل تشطيبات الشريط ، التي تجعل حافة الأرفف ، بأن تثنى حافته من على الظهر إلى الداخل ، ثم تثبته على حافة كل رف ، مستخدمة في ذلك دبابيس الرسم . وعندما تثنى عليها باقي الشريط ، لن تظهر الدبابيس ، إذ أنها تخفى تماما تحت شريط تجميل حافة الأرفف .

كسوة الأدراج

إذا كنت قد اخترت الورق المصنع في كسوة أرفف الصوان ، فينبغي عليك أن تستخدمى نفس الورق في كسوة الأدراج الفضي من هذا الورق مستطيلا بنفس أطوال قاع الدرج ، ثم الصلبيه بقامه ، ولصق شريطا آخر طويلا ، بنفس طول الدرج ، ونفس العرض ، ويطبق هذا الشريط ، جميع جذوان هذا الدرج .

وفي حالة ما إذا كنت قد اخترت الورق أو البلاستيك العادي ، فعليك أن تقصى المستطيل أكبر قليلا من قاع الدرج ، ثم اثنى جميع جوانب هذا المستطيل إلى الداخل ، لكي تصبح حبيكة إلى حد ما ، ثم ثبتي هذا المستطيل بقاع الدرج ، مستخدمة في ذلك مجموعة من دبابيس الرسم ذات الرؤوس المسنونة .

تذكرى مائية

أن تصمي أكياس اللاقندر الصغيرة بداخل الأصونة والأدراج . أو أية أكياس عطور أخرى ، ويتوافر منها الآن بالأسواق ، العديد من الأنواع ، وأشكال الزخرفة ، على هيئة زهور ، أو شرائط جميلة .

كما تتوفر بالأسواق ، وبأسعار زهيدة ، أكياس من العطور الخاصة تبيع منها رائحة ذكية لمحتويات الصوان ، اشترى منها ما يناسبك ، فإن القليل من نكهتها تعطر الصوان كله .

لتخلص من الرائحة التي تنجم عن غلق الصوان فترة طويلة ، رشي قليلا من الاسبراي الخاص بتعطير الصوان .

سيكولوجية الأمومة



إن سلوك الأمومة ، في الواقع ، يمكن أن نلصق ونعثر عليه ، حتى لدى النساء اللاتي لم يكن من قبيل المصادفة أو الارتجال ، أن أطلق عليهن اسم « الأم » ، وكذلك لدى نساء لم ينجبن أبناء . فترى منهن من تفيض منها عاطفة الأمومة ، فتعقد العطف والرعاية على أحفاد لها ، أو على طفل تبنه ، أو حتى على حيوان أليف .

ويقول علم النفس في ذلك ، إن عاطفة الأمومة ، تساعد على حدوث حالة إشباع كافة لمطلين ، مما نصير إليهما المرأة بصفة خاصة ، وهما الرجعية والمساوية . وقد يحدث نتيجة مثل هذه المطالب الطبيعية ، أن تصاب المرأة بحالة من الشلوك السيكولوجي . قد تصل إلى حالة جد خطيرة ، إذا هي جعلتها - مثلا - غير مشغولة إلا بشيء واحد . هو إما أن تكون دائما محبوبة وموضع إعجاب ، وإما أن تترك نفسها فريسة لحالة من الاكتئاب ، تنصرفوا إلى حدود غير معقولة .

على أن هاتين الحالتين تبدلان - كلتاهما - في المرأة الأم ، إذ أن جانبها كبيرا مما فيها من الرجعية يفضل ، لكي تحيط به أنها ، وبذلك تتحول الناحية السلبية ، فيها ، إلى روح نشيطة . مصحوبة بمظاهر ، لا تزال تتسامى حتى تصل في بعض الأحيان ، إلى سلوك يعلو على كل سلوك بشري . غير أن ذلك لا يتم في أغلب الأحوال ، إلا بعد سلسلة طويلة من الرفض والمنع ، ثم تنبئ إلى الاعتراف بأكثر قدر من الاستقلال السيكولوجي للابن ، عندما يصل إلى من البلوغ .

إن أي كائن بشري ، ووجوده الكامل ، لا يمثلان سوى حلقة واحدة ، في سلسلة طويلة من التطور التاريخي . لكن هناك جانباً من تيار الحياة الأبدى السرمدي ، هو ذلك الذي تبدل في الأمومة ، بما يكاد يشبه الإعجاز الخالد . وإدراك البشر لهذا الإعجاز ، وشعورهم بأن هناك حدثاً جليلاً يوشك أن يتحقق ، هو الذي يجعل المرأة الحامل ، موضع التبرجيل والاحترام ، في كل زمان ومكان . ومثل ذلك كان يحدث في المجموعات البشرية

عن طريق اطلاعها على سير عمليات مماثلة ، لكي لا يعثرها أي خوف من وقوع أي خطر . وإنما النوع الأول يتضمن ، فضلاً عن الردد على غرف الولادة لتعود عليها نفسياً ، برنامجاً عريضاً لتكوين تقاني حقيق للمرأة ، من النواحي السيكولوجية ، والاجتماعية ، والجسدية .

إن الغرض من ذلك ، هو تخليص المرأة من الخوف ، عن طريق بث شعور الثقة فيها . وفي كون الناحية السيكولوجية في حالة الحمل ، وفي حياتها الجنسية ، أمراً طبيعياً ، يتطلب منها السعي إلى التوقف على نصائح المتخصصين ومشورهم ، بغير ذلك الحياء القديم الذي لا داعي له .

ومن الأفضل أن تعرف كل امرأة ، أن حالة الأمومة ، على الأقل في مراحلها الأولى ، تفتقر بانخفاض في المطالب الجنسية . ويفسر ذلك من الناحية السيكولوجية ، بانتقال وتحول حاجة الجسد إلى التكامل ، إلى مستويات أرق وأكثر نبلا . ومن هنا ، فإن التضاد السيكولوجي بين المرأة العاشقة ، وبين المرأة التي توشك أن تكون أما ، تعود جذوره إلى هذه الطبيعة .

وتلك هي واحدة من الحقائق ، التي علينا أن نتقبلها ، إذا نحن عرفناها في ضوء طبيعتها المطلقة ، وأن نعيشها ونتغلب عليها ، على أنها تفاصيل نسحق أن نأخذها في الاعتبار ، ولكنها غير ذات أثر . في ذلك الإطار الرائع ، الذي هو : الأمومة .

البدائية ، التي سيطر عليها طابع الأمومة ، وكانت فيها الوراثة والتعاقب من حقوق المرأة . وفي الأسرة الحديثة التي يغلب عليها طابع الانتباه إلى الأب ، فإن المرأة التي لا تزال تطالب بحقها في المساواة ، وتحصل عليه تدريجياً ، تجد ما يعرضها عن ذلك ، فيما تلقاه من احترام لأمومتها ، وفي الإكثار المشوب بالعاطفة من جانب الرجل . وهذا هو أرق المشاعر الإنسانية ، التي لا تحصى به سوى المرأة .

وإلى جانب هذه الناحية الاجتماعية ، فإن الأمومة ، وإن كانت تجربة فردية ، إلا أنها ليست مجرد تعبير عن قضية بيولوجية . وإنما هي كيان سيكولوجي كامل ، يجمع في داخله عددا لا يحصى من الجارب ، والذكريات ، والرغبات ، والخاوف ، والحالات النفسية التي يترجم بها قلب المرأة . حتى من قبل أن تصبح أما بوقت طويل .

وستنصرفنا على إبراز مدى الأهمية التي يتعدى عليها التوازن السيكولوجي السليم للمرأة . وهو ما يجعلها تعيش حياة طبيعية مرضية . إن الوصول إلى هذا التوازن ، ثم الاحتفاظ به ، هو الهدف الرئيسي من علم جديد يعرف باسم الولادة بالإعزاء النفسي ، ويعتبر واحداً من أحدث فروع التوليد وأنجحها .

والولادة بالإعزاء النفسي ، أكثر مما يقال لها ، الولادة بدون ألم ، وهي تتطلب قيام الحامل ، بتدريبات رياضية تعدها للولادة ، أو بتبنيها لذلك ،

توزيع النسخة

ع ٢٠ - ١٥٠	البحريني	ع ٢٠ - ١٥٠	السوداني	ع ١٥ - ١٠٠
ع ١٥ - ١٠٠	قطر	ع ٢٠ - ١٥٠	ليبيا	ع ١٥ - ١٠٠
ع ١٥ - ١٠٠	البحرين	ع ٢٠ - ١٥٠	البحرين	ع ١٥ - ١٠٠
ع ١٥ - ١٠٠	البحرين	ع ٢٠ - ١٥٠	البحرين	ع ١٥ - ١٠٠
ع ١٥ - ١٠٠	البحرين	ع ٢٠ - ١٥٠	البحرين	ع ١٥ - ١٠٠
ع ١٥ - ١٠٠	البحرين	ع ٢٠ - ١٥٠	البحرين	ع ١٥ - ١٠٠
ع ١٥ - ١٠٠	البحرين	ع ٢٠ - ١٥٠	البحرين	ع ١٥ - ١٠٠
ع ١٥ - ١٠٠	البحرين	ع ٢٠ - ١٥٠	البحرين	ع ١٥ - ١٠٠
ع ١٥ - ١٠٠	البحرين	ع ٢٠ - ١٥٠	البحرين	ع ١٥ - ١٠٠
ع ١٥ - ١٠٠	البحرين	ع ٢٠ - ١٥٠	البحرين	ع ١٥ - ١٠٠

Copyright pour le monde
Faito Fattori, Milano
1974 Copyright pour l'édition arabe
EDITEUR SA - Ginevra

الطبعة الأولى: ١٩٧٤ - الطبعة الثانية: ١٩٧٤

كيف تحصل على النسخة

- اطلب نسخة من إدارة المبيعات والكتابات في مركز الدراسات والبحوث
- إذا لم تكن من المصنفين في عدد من الأعداد المصنوعة
- في ج ٢٠٠٠ : الإدارة التوزيعية ، مبنى مؤسسة الأموم ، شارع الجدة ، القاهرة
- في البلاد العربية : الشركة الشرقية للتوزيع والنشر - بيروت - ص ١٥٠٠