

والطريقة التي يجب على المرأة السمينة أن تستعملها لتخفف من سمها هي أن تتناول في المساء قليلا من الغذاء وأن تخرج صباحا قدحا كبيرا من الماء الساخن عليه عصير ليمونة وان لا تتناول طعاما بعد الا في الغذاء

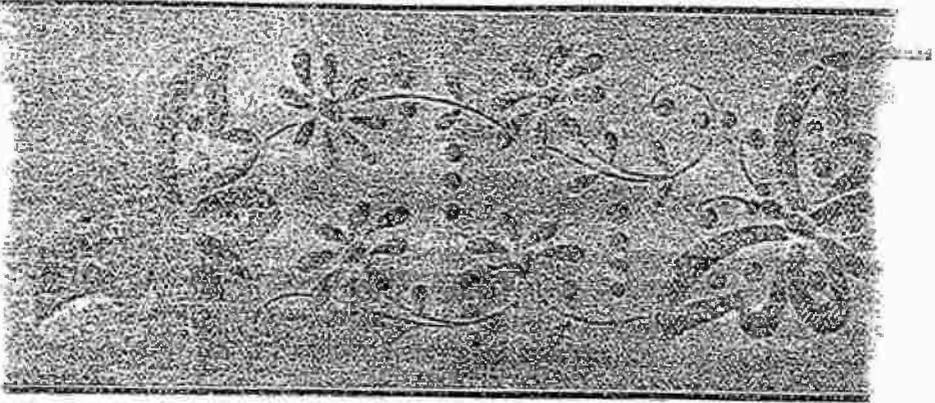
## للتطريز

الغرام



يطلقون على هذه الصورة اليدوية من قطع التطريز اسم الغرام لزوجة شكلها وجمال تنسيقها وهي تصلح لتزيين كثير من الأشياء لزوايا الغطاء وملاءات السرير ومساند أو مقاعد الكراسي وتحلية الستائر وغير ذلك وهذه القطعة اليدوية يجب ان يكون طولها ٢٤ سنتيمتراً وعرضها ١٧ سنتيمتراً وتصنع من الخيوط

الدقيقة المشبكة في مربعات فينيز الموجودة على قطعة القماش أو التل أو الدنتله أو  
أركان العطاء والملايات وغير ذلك وهذه القطعة المسماة « الفرام » تعطي للقطع التي  
تتحلى بها رونقاً



هذه القطعة تصنع بطريقة التطريز الانجليزي المقسمة

## اغاني البيوت

نشيد زفاف العروس — الى المغنين والمغنيات

يا عروس أقبلي

في نفائس الخلي

واخطري في المحفل ملء عين المجتلي

فاخطري في الحربر الابيض

واظهري دمية في معرض

واسفري عن جمالك الوضي

في القناع المسبل

اشرفي في المهرجان بين غيد آفات

وتشي عصن بان في القدود المانسات

ويعلي  
للعيان بالمعيون الناعسات  
والسكري في منزل

والتواني في الجلاء  
تحت ضوء الكهروبا  
تتلاقى بالضياء

جدولاً في جدول

والمقائل  
في التلائل  
كالتلائل  
كاسيات . بالزهود  
ناشرات . للمير  
صادحات . في الطيور

بلسان البلب

حسن اي حسن  
كل ما يعلي الوطن

فأعني على الزمن للملا والمنزل  
حسنك من جمال يوسف  
أصلاك معرق في الشرف  
طاهر آية من مصحف

في فم المرئيل

فخدي السعد قرينا  
واهناي دنيا وديننا  
بالرفاء والبنينا

محمد الهراوي

في الزمان المقبل