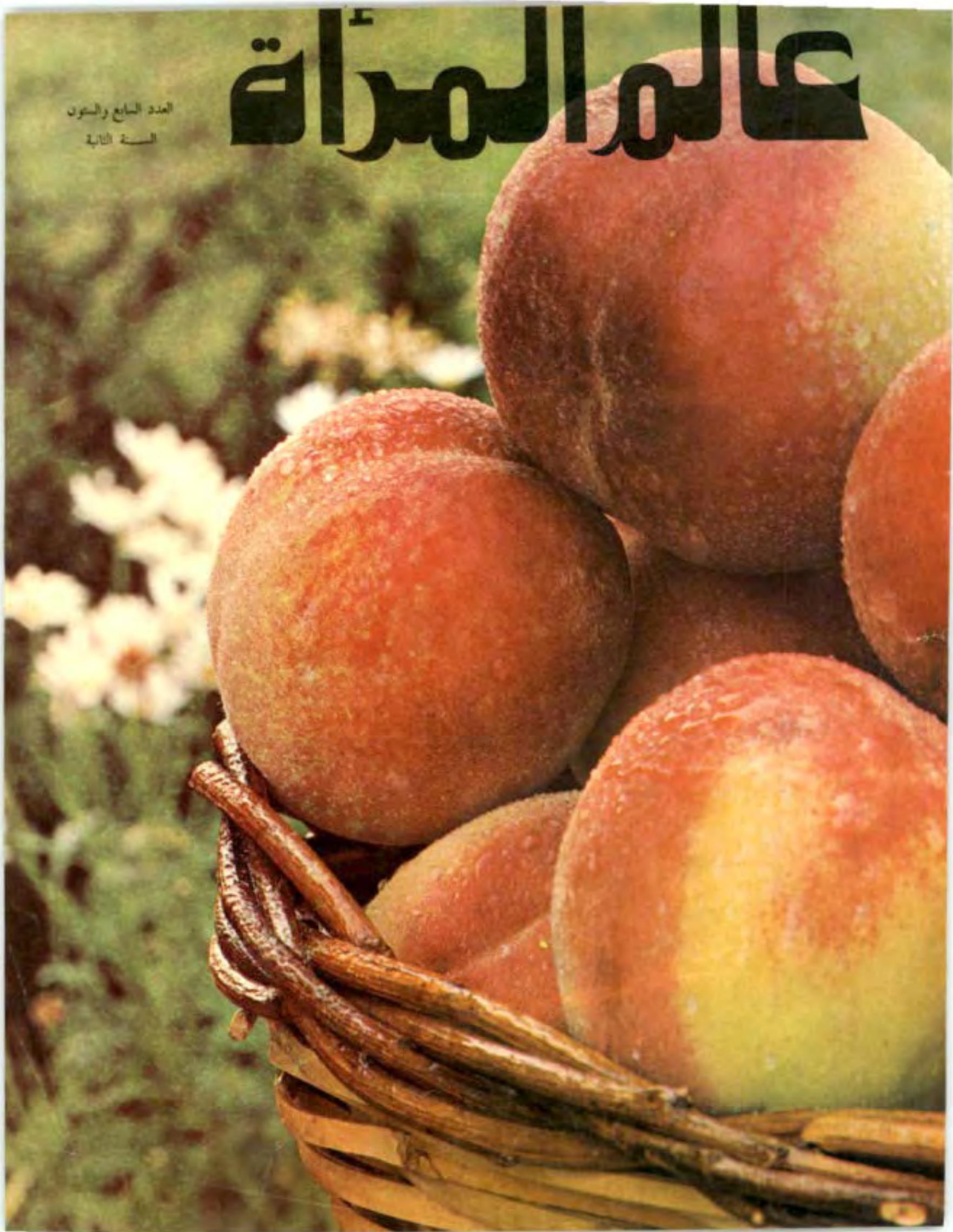


عالم المرأة

العدد السابع والستون
السنة الثانية



- كيف تصبغين شعرك بنفسك .
- كيف تصبغين شعرك بنفسك .
- الطفل يتعلم الكلام .
- الجوزيلة الطويلة تناسب السهلات المرحية .
- أكشوات البحر .
- شطائر « سندوتشات » الباذنجان .
- صلاة معيشة من وجه الربيع .
- جولة مع الحرف في الهند .
- الخيار نبات للجسمال .

فدالمجتمع

فالمحطة



وفي حانة عدم الاحتذاء إلى حال يقوم بنقل الحقائق ، فعلى المسافر نفسه أن يقوم بهذه المهمة . وفي هذه الحالة ، يجب أن يتم ذلك بهدوء ونظام . وعلى الشاب أن يقوم بمساعدة السيدة كبيرة السن على حمل حقائبها ، ولكن عليه أن يعرض عليها ذلك مقنماً . فإذا قبلت كان بها . أما إذا لم تقبل معاذرة ، فلا ينبغي عليه أن يضيقها بإصراره على مساعدتها .

في انتظار السفر :

في انتظار السفر . يجب عدم التزاحم على الباب . أو التدافع بالأيدي . فإذا قام أحدهم بدفع شخص ما ومزاحته ، فإنه يجب على الثاني . أن يلتصق له العنبر والأيرد له الفعل بمثله .

وقبل تحرك القطار ، يجب التخلص من الحوائج إذا كانت لا تزال مشتعلة . كما يجب التأكد من وجود التذكرة ، وجميع الحقائق في مكانها المخصص لها . وعند الجلوس إلى المقعد الخاص . يجب عدم طلب مبادلة تأخر مع أحد المسافرين . وإذا كان هناك شخص آخر يصاحب المسافر . فلا يجب أن يترسل معه في الحديث . ومرد الروايات بصوت عال . بحيث يسمع الباقون القصة . كما يجب عدم المبالغة في الضحك بصوت عال .

ويجب عدم الإشارة بامتداد . إلى بقاء سير القطار . لأن ذلك قد يقلق الآخرين . ولكن يمكن تخضية الوقت في قراءة كتاب مفيد ، أو مجلة ، أو جريدة ، دون إثارة قلق المسافرين الآخرين .

وأخيراً . يجب التأكد أولاً ، وقبل الصعود إلى القطار ، من وجهته وإلا وجدنا أنفسنا في النهاية ، في مكان آخر . غير ذلك الذي نقصده .

في السفرات الطويلة ، يفتدو من الأفضل حجز المكان مقدماً . فإذا لم يتسن ذلك ، فلا بد من الذهاب إلى المحطة . قبل موعد السفر بوقت كاف . لكي يكون هناك متسع من الوقت ، للحصول على مقعد مناسب . ووضع الحقائق في المكان المخصص لها . كما أنه يجب ألا نصحب المسافر إلى المحطة . فرقة من الأصدقاء ، أو الأقارب ، لتوديعه ، فإن مثل هذه الأمور ، يجب أن تتم في المنزل .

الحقائق :

يجب أن يتم البحث عن جمال ، انقل الحقائق في هدوء . دون إثارة جلبة . أو مضايقة للآخرين . ثم تعطى له بعد ذلك الحقائق . ويجدد له المكان الذي يجب عليه نقلها إليه ، فيذكر له رقم عربة القطار ، ومكان الجلوس ، على أن تبقعه في سيره . فإذا فقدنا أثره . أو غاب عن نظرنا . فإنه يجب عدم إثارة البلبلة . إذ ما من شك في أن الجمال يعمل بالمحطة . وأن لديه ترحيبها ، ورقمها خاصا ، وأنها قد علمنا بذلك مسبقاً عندما سلمناه الحقائق فلا نخوف من أن يهرب بها ، إذ أننا سنجدنا دون ريب .

ويجب أن تتم معاملة الخالين بالذوق والرفقة . كما يجب عدم التداخل في عمله . ولكن إذا كانت هناك بعض الأشياء القابلة للكسر ، فيمكن لنا أن نهبه الجمال إليها بهدوء .

وبعد أن يضع الحقائق في مكانها . يدفع له الأجر المفقود عليه . إذا لم تكن هناك تعريفه محددة لذلك ، مع إضافة مبلغ من المال ، كإكرامية .

كيف تصفين شعرك بنفسك



إن مشكلة كل سيدة ، هي أن يكون شعرها منقفا دائما . ومما لا شك فيه ، أن مشاغل الحياة المختلفة ، تجعل من الصعب النهاب إلى د الكوافير ، باستمرار ، كلما اضطرب شكل التسريحة . لذلك كان من الأهمية بمكان ، أن تكون كل سيدة ، على علم بكيفية تسريح شعرها بنفسها ، تبعاً للظروف المختلفة . فالتسريحة المريحة البسيطة للنهار ، والرومانتيكية للأسيات العادية : أما التسريحة التي يجمع فيها الشعر على هيئة شتيون ، أو مجموعة بوكلاث ، فهي التي تناسب السهرات وهناك أشكال عديدة من الدبابيس ومشابك الشعر ، التي تستخدم كنوع من الاكسوار ، مما يزيد من تألق التسريحة وجمالها . كذلك يمكن الاستعانة بالهوسنيش ، لإظهار الشعر أغزر من حقيقته . وكل هذه تعتبر أدوات وعناصر لا يمكن الاستغناء عنها ، ولكن لا بد من أن نذكر ، أن القيام بتصفيف الشعر في المنزل ، لا بد له من التدرج بالصبر : والتمود على التكرار ، حتى يتم إتقان العمل . كما يراعى أن يكون الشعر نظيفاً بصفة مستمرة .

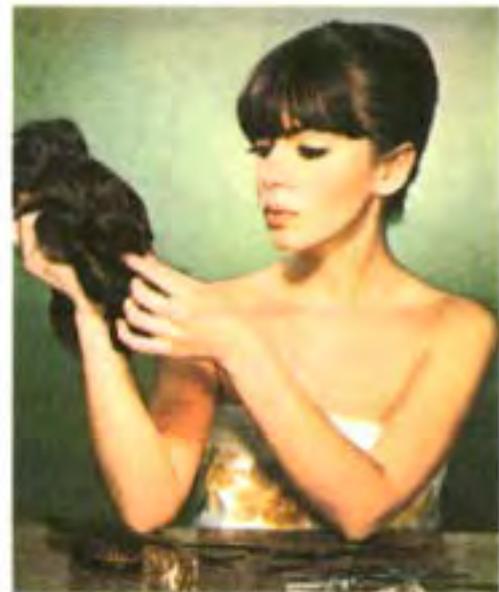
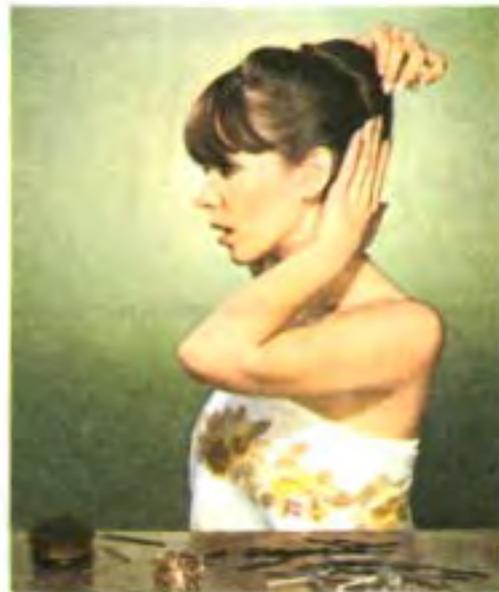
وعلى هذه الصفحات ، نقدم عدة تسريحات قامت بتنفيذها سيدة ذات شعر طويل وأسود ، مما ساعدها على تغيير التسريحة ، إلى عدة أشكال .





١ - هذه الطريقة تناسب
 للشباب التي تريد أن يكون
 شعرها مثلها طيلة اليوم ،
 ويمكن تزيينها في الصباح
 ليلية ، نظرا لسهولتها ،
 وبساطتها . يتم الشعر من
 الخلف إلى جزيين متساويين ،
 ويجمع كل جزء بواسطة
 مشبك أو توكة خاصة على
 جانبي الوجه . ويريد من
 جمال الطريقة ، القليلة
 العريضة التي تغطي الجبهة
 كلها

٢ - الطريقة الثانية ،
 تناسب الشابة التي ليس لديها
 الكثير من الوقت ، وتفضل



فإنها تناسب الترهات البسيطة مع الأصدقاء . يرحب الشعر بالفرشاة جيدا ؛ وباستخدام المشكوة ، تعمل بوكلتان على كل جانب ، بجزء بسيط من الشعر ، ويضم كل بوكل بكليس ، ويترك كذلك حين الانتهاء من تمرير بقية الشعر . أما باقي الشعر فيمشط ويعمل « كريباج » بسيط عند قمة الرأس . ثم تقرب البوكلات لتندمل على جانبي الوجه .

٣ - أما هذه التمريرة ، فإنها تنفذ عن طريق الاستماعة بيوسنيس صغير . ثم إهداده من قبل لدى الكوافير ، على هيئة خصلات صغيرة . وهذه التمريرة تناسب فترة بعد الظهر . أو سهرة بسيطة بين الأصدقاء ، من الشباب . يجمع الشعر حنف الرأس على هيئة أصبع الموز ، ويتم تثبيت اليوسنيس فوقه بعناية . ويلاحظ ما تصغيه الخصلات في انسيابها على جانبي الرأس ، من جمال ، بالإضافة إلى الفرشاة المبريضة التي تغطي أجبته .

الطفل يتعلم الكلام

– لا ترغبه على الدخول في معاملات مع الأهل والأقارب ، كأن تقول له « فل سعيدة ، صباح الخير ، غن لم ، ليعرفوا أنك « شاطر » . قل شكرا ، فإن عملية إرغامه على ذلك ، قد تحقق نتائج عكسية . فيخلق فيه ، بهدف الانتقام لإصرارك ، ويصت بعناد شديد .

– لا تستخدمى في إجاباتك على أسئلته ، كلمات صعبة ، إذ من المفروض ، أن تختارى إجابات تتفق ومستواه في التفكير . فإن استخدامك للإجابات الصعبة ، لا يساعده بطبيعة الحال .

وبعد ، فلا ينبغي عليك باصديق أن تنسى ، على وجه الخصوص ، أن « القدرة على الكلام » ترتبط بالنمو الجسدي والعقل للطفل . ولهذا ، وعلاوة على العوامل المساعدة الخارجية التي أوصفتها ، في الجدول السابق ، عليك أيها الأم ، أن تساعدى طفلك ، بنظام تغذية معقول ، وعناية صحيحة بالغة . وبأسلوب علاج ممتاز من جانبك ، عندما يتطلب الأمر ذلك .

أكتاب اللغة والكلام :

من هذه المقدمة ، فإننا على يقين من أن الشيء الذي سيسترعى انتباهنا واهتمامنا جميعا ، هو معرفة مراحل تطور النطق ، والوسائل المختلفة التي يعبر بها عن مطالبه ، طفل متوسط النمو ، ابتداء من الأسابيع الأولى من حياته ، حتى بلوغه ثلاثة أعوام من عمره . غير أننا ، فضلا عن ذلك ، نقدم النصح بعدم القلق والازعاج ، وتحميل الأمور أكثر مما يجب ، إذا ما لاحظت باصديق خلافاً بين ما نعرضه ، وبين تصرفات طفلك ، والأساليب التي يعبر به عن مطالبه ، فلكل طفل تطوره الخاص به . وعلى ذلك . فإن الجدول الذي نعرضه أمامك ، ما هو إلا نظرية متوسطة ، أو معدل متوسط للمعلومات عن الموضوع الذي نتحدث عنه .

التصرفات ، يمكن أن يميز بصورة فردية ، الشخص عن الآخر – علما بأن هذا الاختلاف ، قد يكون وقتيا . فالنوع الاجتماعي الذي يجب الاتصالات من المحتمل جدا ، أن يتكلم أفضل وأسرع من ذلك النوع المنقاد ، والمنطوى على نفسه .

ومن ثم فلا داعى يا سيدنى للقلق الشديد ، إذا كان طفلك قليل الكلام . أو أنه يتكلم وينطق بعبارات وأفظاظ أقل من غيره من الأطفال الذين في عمره . إذ أن ذلك لا يعنى شيئا . إلا في حالة ظهور بعض الأعراض الأخرى ، لتخلف العقل .

وكما رأينا ، فإن الطفل الذى يتكلم أولا ، ويتكلم مبكرا ، فإن ذلك لا يعنى شيئا بالنسبة له . ومع هذا ، فإن الشئ الأفضل بالنسبة له ولك ، أن يصل بسرعة ، إلى الدرجة التي يستطيع معها ، أن يعبر عن مطالبه بكلمات سليمة ودقيقة . وإليك الأشياء التي ينبغي عليك القيام بها ، لمساعدته على الكلام ، وتلك التي يتحتم عليك تجنبها :

نعم

– في البداية ينطق الطفل ، بطبيعة الحال ، الكلمات بطريقة غير واضحة ، ضججه بركة ولطف في كل مرة ينطق فيها بكلمات جديدة ، وكررها أمامه بلطف ، حتى يتعلمها .

– وعندما يرغب ، على صييل المثال في تناول نفاخة . ويشير إليها بأصبعه ، أعطها إياه . وإسأله : « هل تريد هذه النفاخة ؟ » أو علق ببعض الكلمات . كأن تقول له : « ماما أعطت النفاخة لياسر » إن هذا الأسلوب غير المباشر ، يعجب الطفل كثيرا . ويوضح له كثيرا من الأشياء .

– تخدنى إليه بصوت منخفض ، مستخامة كلمات سهلة وعامة مختارة ، وعبارات قصيرة جدا .

لا

– لا تصيحى ولا تكوئى كالمعلمة .



« إن طفلى أذكى طفل ، لم يتم بعد عاما من عمره . ومع ذلك يقول بوضوح « بابا » ، بينما طفل السيدة نادية مسكين ! لا شك أنه غيبي ، إن لم يكن أبكم . فهو لا يزال يعبر عن مطالبه « بالمهمة أو المناغاة » أما أذكى طفل في الجميع ، فابنة السيدة ماجدة ، التي تبلغ من العمر ثلاثة أعوام : وتحفظ ثلاثة أناشيد . كم عاد المرات التي تسمع فيها الأمهات ترددن مثل هذه الأحاديث ؟ وكم عدد المرات التي سنتع فيها لى مثل هذه الاستفسارات : هل حقيبي أن الطفل الذى يتكلم قبل الآخر ، هو الطائر الأذكى ؟ هل حتى أن للطفل المتعثر في الكلام ، يوجد في جسده عضولا يعمل ؟

لكوت لا يعرضه الفهم

ونبادر فرد فوراً على جميعا هذه الاستفسارات فنقول : إن هذه الأمور جميعا ليست حقيقية . فلا توجد في الواقع علاقة مباشرة بين الكلام المبكر والذكاء . ومن المحتمل أن يبدأ أحد الأطفال في الكلام بصورة مبكرة . إلا أنه يظهر في حياته ذكاء عاديا ، كما أنه يمكن أن يحدث عكس ذلك ، فطفة طفل لا يبدأ مبكرا في الكلام ، إلا أنه يبدي ذكاء خارقا خلال حياته . وقد يبلغ طفل عامين ونصف ، ويعبر عن مطالبه ببعض الكلمات البسيطة جدا . ويصبح على مستوى حال من الذكاء ، وربما يمدو أيضا خطيبا ومتحدثا بارعا في مقبل عمره . وجدير بالذكر ، أن هذا التباين والاختلاف في

العمر	المدى المتوقع لتطور اللغة	الأمور المحيطة
خلال الأسابيع الأولى من حياة الطفل	ينام الطفل ، يأكل أو يبكي . وفي هذا العمر ، يكون أسلوب الوحيد للطفل للاتصال بالآخرين ، هو البكاء .	
في الشهر الثالث من عمره	يبدأ الطفل في أهمية الأولى ، والمناغاة	
في الشهر الرابع	يتنقل أكثر بالمناغاة ، ويضحك ، ويصدر أصواتاً مختلفة	إن الطفل يحب جدا ، من يتحدث إليه ، ومن يضحك معه ، ومن يفي له بعض الأغانى .
في الشهر الخامس	إنها المرحلة التي يكون فيها الطفل قادراً على إصدار أصوات مسبوقة ، تعبر عن الفرح ، أو التفرح ، وكذا النطق ببعض الحروف .	في هذه الفترة ، يحب الطفل من يتحدث إليه ، ومن يضحك معه ، ومن يفي له .
في الشهر العاشر	يبدأ الطفل في النطق بأولى الكلمات البسيطة ، جيداً بابا - تاتا - ماما .	ساعديه على التعبير عن مطالبه وأسلوب تفاعله معك ، ومع الآخرين .
في العام الأول	يبدأ في إدراك وفهم ، أن الأصوات التي يصدرها من له ، يمكن أن يكون لها معنى يفهمه الآخرون من حوله . ويبدأ في التحسين ، وذلك ينطق بعض الكلمات البسيطة ، والتعبير عن رفض بعض الأشياء ، بالنطق بكلمة لا . لا . لا .	ربما يتسل معرفة معنى ما يصدره من أصوات . ومن المؤكد أن في هذا تلبية كبيرة له ، غير أنها ستؤخر المرحلة التي سيبدأ فيها الكلام بوضوح . ومن الأفضل تركه ليبدل بجهوداً أكثر ، بأن تتصلى عدم فهمه ما زودته من كلمات ، وتنتظري ببطء فهم ما يريد .
في الشهر الخامس عشر	يعرف الأشياء والأشخاص الذين يعنيهم (ماما - بابا - دادة - تاتا)	
في الشهر الحادي والعشرين	حتم جيداً بمعرفة أسماء كل ما يراه من أشياء . يتنادى على من يريد من الأشخاص . يعجب جداً بالامتداح إلى بعض الأغانى والأناشيد . يبدأ في تكرار بعض المقاطع الصغيرة في الأغنية التي يستمع إليها ، ويردد كلمات وألفاظ لا معنى لها .	حتى على تنمية اهتماماته . ساعديه على نطق وترديد بعض المقصص التي تشتمل على الكلمات التي يعرفها .
في العام الثاني	يجب الامتناع إلى القصص القصيرة ، وعصوماً إذا كانت تقرأ من كتاب به بعض الرسوم التوضيحية . ويجب أن يعرف أيضاً أسماء الأشياء الموضحة بالرسم في الكتاب . وبعد مرور وقت قليل ، يصبح قادراً على تكرار القصص والحكايات التي تروي له ، بمساعدة لقصص التوضيحية .	عسى أن يسهل بعض رموز الإيضاح بالنسبة للأشياء التي سبق له معرفتها (أو الأشياء الجديدة) ، ووجهي إليه بعض الأسئلة البسيطة لتوافقه . ما هذا الذي تشاهده ؟ حمار .. أو أين الحمار ؟ ما هو ..
من عامين إلى ثلاثة أعوام	يكون الطفل قد حصل عدداً كبيراً من الكلمات والقيادات . وابتداءً من العام الثالث فصاعداً ، يكون على درجة ، يتسلح معها أن ينطق بصورة واضحة . أسماء كل ما يسترعى انتباهه ، ويبدأ في تكوين جملة بسيطة ... إلخ ، ويكون مجزئاً عما يعرفه من كلمات ، حوالي ألف وخمسة كلمة .	تبدأ الفترة التدريبية ، للاستفسارات والأسئلة عن الأحباب ، أسباب رفض . تلبية شيء يرغب فيه على سبيل المثال . وأجيبه وأجيبه من كل ما يوجهه إليك من أسئلة : لتطور لغة يكون أسرع ، كلما كانت نقاشته معك كثيرة ، أجيبه عن أسئلته بكل دقة ووضوح ،



①

①

الجهنونة الطويلة
السرواك المرحة

عندما تكون المرأة مدعوة إلى سهرة ، فلا شك أن ترى الطويل . هو أنسب شيء لنا . إذ أنه يظهر أنفاسها ، ويبرز أنوثتها ؛ والزى الطويل يكون ملائما جدا خاصة في فصل الصيف . وأفضل ما يناسب المرأة الشابة - منه ، البلوزة ، والجهنونة الطويلة . والمرأة الطويلة النحيلة مثلا ، تجدد أنفاسها في بلوزة ، وجونلة



طويلة ، وحزام عريض ، خاصة إذا كانت الجونلة من لون أفتح من البلوزة ، كما يبدو في الصورة رقم ٥ .
 كذلك الجونلة ذات الأعلام العرضية (الصورة رقم ٢) تناسب المرأة المثابة . ذات الجسم النحيل ، إذ أن الأعلام والعرض تظهر المرأة أكثر بدانة .
 أما الفتاة الشقراء المستلثة ، فيمكنها أن تختار الجونلة المبينة بالصورة رقم ٦ ، دليقوره ذات الأكتاف الواسعة ، والكراييز الداكن على الصدر ، من شأنها أن تخفي العيوب الموجودة بحجمها .
 رديما يختصر بالفتاة ذات القوام المتوسط ، أو القليلة الجسم ، فإن أفضل ما يناسبها ، البلوزة والجونلة المبينتان بالصورة رقم ٣ ، أي الجونلة البني . والبلوزة الجميلة التي تزيها وزود كبيرة متقاربة .
 وعند اختيار الجونلة الطويلة للامسيات والسهرات ، لابد من مراعاة ثلاثة عناصر أساسية ، هي : القود ، والحزام ، وطول الجونلة .





فالألوان القائمة ، هي التي تناسب الأجناس المتوسطة ، والطول المتوسط .
 أما الألوان الفاتحة ، فإنها تناسب المرأة الطويلة . أما بالنسبة للخرام ،
 فإنه يربط بحجم المرأة ، فالمرأة الطويلة ، يناسبها أي نوع من الأخرمة ،
 بينما يتعين على المرأة القصيرة ، حتى لو كان خصرها نحيفاً ، أن
 تجنب ارتداء الأخرمة .

وبالنسبة لظهور الأخرمة ، يجب أن تكون بطول مناسب بحيث
 تصل إلى الخداه ، وتغطي جزءاً منه .

١ - درجتان من اللون البوردي ، بكلانٍ بعضهما بعضاً

٢ - البلوزة كلها مزينة بوردات ، أما الجولنة فن لون بي غامق ، وهي
 تناسب المرأة النحيفة

٣ - الأبييض ، والذهبي ، والبيج ، والبنفسج ، تتجمع في هذا الزمى الجميل

٤ - الأسود والذهبي يتكاملان في هذا الانسابل الجميل . البلوزة من

اللون الأسود ، والجولنة بأرضية سوداء ، وزهور ذهبية ذات حجم كبير

٥ - جولنة من التوكاز . من ألوان الفسيفساء مع بلوزة بي عملاقة رقيقة

٦ - بلوزة جميلة ذات نقط كبيرة من اللون الأزرق . وهو نفس اللون
 المنسوجة منه الجولنة .



اكستوارا



حقيبة يد وديّة اللون :

(السوازي)

٢٠٠ جرام قش من اللون الوردى - إبروة كروشيه رقم ٤ - شريط من الكرتون مقاس ٢٤-٧ سم تقريبا - ٣٥ سم من قماش التيل الوردى - ٣٥ سم من الكرتون المنقوش بالأزهار - ٢٠٤٠ سم شريط من الجلد الوردى عرض ٦ مليمترات - ٣٥ سم من الكتان .

الغرزة المستخدمة :

(١) الغرزة الساقطة :

أدخلي إبروة الكروشيه في إحدى عيون السلسلة الأساسية ، واجبي الخيط من نفس العين ، خذي لفة على إبروة الكروشيه ، واقفلي الغرزتين في غرزة واحدة .

(٢) غرزة العمود :

خذي لفة على إبروة الكروشيه ، ثم أدخلي الإبرة في إحدى عيون السلسلة الأساسية ، واجبي الخيط من نفس العين ، خذي لفة على إبروة الكروشيه واقفلي غرزتين في غرزة واحدة . بعد ذلك خذي لفة أخرى ، واقفلي الغرزتين الأخرتين في غرزة واحدة .



(٣) غرزة فاننازي الزخرفية (المروحة) :

السطر الأول :

اشغلي بالغرزة الساقطة جميع الغرز على أن نهي السطر - بثلاث غرز سلسلة للموزان (أى لتغيير اتجاه الشغل) .

السطر الثاني :

• اتركي غرزتين من السلسلة الأساسية بدون شغل .
ثم في الغرزة التالية ، اشغلي غرزة واحدة عمود .
ثم غرزة سلسلة . ثم غرزة عمود .

كرري ما بين العلامتين - وانهي السطر بترك ٢ غرزة من السلسلة الأساسية بدون شغل ، وغرزة عمود فوق آخر غرزة ، ثم غرزة سلسلة للدوران وتغيير اتجاه الشغل .

المطر الثالث :

اشغلي ٣ غرز ساقطة ، أسفل كل غرزة سلسلة موجودة بين غرزتي العمود ، ثم اشغلي ٢ غرزة ساقطة في البداية ، وغرزة ساقطة في نهاية السطر . وانهي السطر بثلاث غرز سلسلة .

السطر الرابع :

استأنئي الشغل لإبتدائه من السطر الثاني .

الوجه :

إبدئي الشغل على ٥٢ غرزة سلسلة ، واشغلي عليها بغرزة المروحة الزخرفية ١٥ سطرًا . وإبتدئه من السطر رقم ١٦ اتركي ٦ غرز من على كل جانب .

وعندما تصلين إلى السطر رقم ٢٣ أوقفي الشغل .

- اشغلي الوجه الثاني بتقنية بنفس الطريقة .

الخطوات :

- قصي الكتان والتيل - بنفس مقاييس وجهي الحقية اللذين سبق شغلها بالكروشيه .

- ضعي القطع الثلاث فوق بعضها بعضا (القطعة المشغولة بالكروشيه ، وقطعة الكتان ، وقطعة التيل الوردى) بحيث تكون قطعة التيل الوردى في الوسط ؛ بين القطعة المشغولة وقطعة الكتان . ثم خبئها معا من جميع الأجناب . وبعد أن تنتهي من استدارة الأجناب على شريط الكرتون ، بطنه بقماش التيل الوردى ، وثبته في فاع الحقية . حتى أن يكون الجزء المبطن نحو الخارج .

- قصي البطانة على قماش الكرتون ، على أن

تزيدى متجماً من جميع الأجناب الخياطة -
 ثم خيطها - وأدخلها في الحقيبة لتطبخها بها -
 ثني البطانة يدق وعناية على الخفاة ، وفي قاع
 الحقيبة .
 - اقطعي شريط الجلد ، إلى ستة أجزاء متساوية .
 وخذى كل ثلاث قطع مع بعض بعضا ،
 واجامليها معا ، وبذلك تكون لديك بدا الحقيبة .
 وهما على شكل « صغيرة » .
 - ثني يدي الحقيبة في المكان الملائم بالحقيبة .

حقيبة مبروء :

الموازم :

٢٠٠ جرام من الكردون الحريري - إبرة كروشييه
 يتناسب سمكها وسمك الكردون - ١٣٠ سم
 من سلكة ذهبية - أربع حلقات ذهبية اللون، من
 لمعدن - ثلاثة أمثاق تقريباً من شريط نايلون من
 نفس صبغة الكردون ، عرضه ١.٥ سم - ٣٠ سم
 قماش بطانة من نفس صبغة اللون الأصفر - ٣٠ سم
 من الكتان .

الغرز المستخدمة :

(١) للغرزة الساقطة :

أدخلى إبرة الكروشييه في إحدى عيون السلكة
 الأساسية ، واسحبى الخيط من نفس العين ، ثم
 خذى لفة على إبرة الكروشييه ، واقفلى الغرزتين
 في غرزة واحدة .

(٢) غرزة العمود :

خذى لفة على مرة الكروشييه ، وأدخلى الإبرة
 في إحدى عيون السلكة الأساسية ، واسحبى الخيط
 من نفس العين ، ثم عملى لفة ، واقفلى غرزتين في
 غرزة واحدة ، وخذى لفة أخرى ، واقفلى الغرزتين
 في غرزة واحدة .

الستيف :

الوجه : يتم تنفيذ وجهى الحقيبة بصورة
 عمودية ، وبالخيط المزدوج .
 - إبتنى اشغل على ١٥ غرزة سلكة ، واشتغل
 فوقها كما يلي :

السطر الأول : اشتغل ١٤ غرزة ساقطة .
 السطر الثاني : اشتغل بالغرزة الساقطة ، مع
 زيادة غرزة في آخر غرزة
 بالسلكة الأساسية .

السطر الثالث : اشتغل بفرزة العمود ، مع زيادة
 غرزة واحدة في أول غرزة
 بالسلكة الأساسية .

السطر الرابع : بالغرزة الساقطة ، مع زيادة غرزة
 في آخر غرزة بالسلكة الأساسية .

السطر الخامس : بالغرزة الساقطة ، مع زيادة غرزة
 في أول غرزة بالسلكة الأساسية .

السطر السادس : بالغرزة العمود ، مع زيادة غرزة
 في آخر غرزة بالسلكة الأساسية .

السطر السابع : بالغرزة الساقطة ، مع زيادة غرزة
 واحدة في أول غرزة بالسلكة
 الأساسية .

السطر الثامن : بالغرزة الساقطة ، مع زيادة
 غرزة واحدة في آخر غرزة
 بالسلكة الأساسية .

السطر التاسع : بالغرزة العمود ، مع زيادة غرزة
 واحدة في أول غرزة بالسلكة
 الأساسية .

السطران ١٠، ١١ : بالغرزة الساقطة ، بدون زيادة
 أية غرزة .

السطر ١٢ : بالغرزة العمود دون زيادة .

السطران ١٣، ١٤ : بالغرزة الساقطة بدون زيادة .

السطر ١٥ : بالغرزة العمود بدون زيادة .
 يمثل هذا السطر الأخير حصة الوسيط . واصلى
 المشغل بنفس النظام ، متبعة نفس الخطوات ، مع
 تنفيذ الغرز بدلا من زيادتها ، حتى تحصل على
 الوجه الثاني مخفية ، ويتكون أثناء الشغل ، الختام ،
 يضيق كلما اقتربنا إلى أعلى .

- اشتغلى على الجانب الآخر الطويل ، ومن على
 وجه الحقيبة ، بالغرزة الساقطة بصورة أفقية ،
 وذلك سبعة أسطر بالغرزة الساقطة ، على طول
 الخفاق العلوية مخفية ، مع مراعاة عمل عروتين ،
 في السطر الرابع ، على مسافة ٦ سم تقريبا من
 الطرفين .

اشتغلى الوجه الثاني لخفية بنفس الطريقة ، أى
 اشغل سبعة أسطر بالغرزة الساقطة ، مع عمل
 عروتين بنفس الطريقة السابقة .

الخياطة :

- « دككي » شريط النايلون ، في الأسطر المشغولة



– استثنى تشغل مرة أخرى بإبرة الكروشيه رقم ٣½ . واشتغلي دورة بفرزة العمود ، ثم ابدئي في عمل الرأس . وذلك بأن تشغلي عشر دورات بالفرزة الساقطة ، مع زيادة بعض الغرز تدريجاً كل بصمة ستحمرات ، حتى تظل الدائرة مسطحة ، دون أن تتقوس نحو الداخل . اشتغلي أربع دورات أخرى بالفرزة الساقطة بإبرة الكروشيه رقم ٤ دون عمل أية زيادة . حتى تحصل على استدارة خفيفة .

– اختي الشغل . بدورة بالفرزة الساقطة . مشدودة فوق آخر دورة .

الخصائص :

وفي نهاية حافة القصة ، ٤ دككي في أول دورة مشغولة بفرزة العمود ، الشريط المنسوج من الجلد . بحيث يمر الشريط أسفل عرزة عمود ، ومن فوق الغرزتين التابيتين . ثم انتهى عنية « التدكيك » ، يربط طرفي الشريط على شكل فيرنكة صغيرة .

إبتداء من الدورة الثانية .

(٣) غرزة العمود :

خذى لفة على إبرة الكروشيه ، ثم أدخلها في إحدى عيون السلسلة الأساسية ، واحببي الخيط من نفس العين ، وخذى لفة على إبرة الكروشيه . لأقل غرزتين في غرزة واحدة ، ثم اعلى لفة أخرى . واقفلي الغرزتين المتبقيتين في غرزة واحدة .

الخصائص :

– بإبرة الكروشيه رقم ٣½ ، اشتغلي دائرة من ١٢ دورة بالفرزة الساقطة (قطرها حوالي ١٥ سم) مع عمل الزيادات اللاتمة ، حتى تظل الدائرة مسطحة ، دون أن تتصعر . ثم واصلى الشغل خمس دورات أخرى ، بدون زيادة بالفرزة الساقطة أيضاً .

– بإبرة الكروشيه رقم ٦ ، واصلى الشغل عشر دورات أخرى ، بالفرزة الزخرفية .

بفرزة العمود ، الموجودة على وجهي الخفية ، على أن نمدري الشريط أسفل عروقي عمود ، وفوق الغرزتين التابيتين .

– قصي بعد ذلك الكتان والبطانة . بنفس مقاييس وجهي الخفية المشغولتين بالكروشيه .

– خيطي الخفية من على طول جانبيها . والجانب المنحني ، وثبي في الوقت نفسه . البطانة الصفراء بين الجانب المشغول بالكروشيه والكتان .

– فوري بعد ذلك بعمل بطانة الخفية ككفن . بحيث تفصليها . بنفس مقاييس الخفية . مع زيادة ستبتمبر من جميع الجوانب للخياطة .

– حبتي البطانة . ثم أدخلها في الخفية . واثبتها بعناية من على الحافة .

– ركبي بعد ذلك الحلقات المعدنية المذهبة . عند محل صابع أحذية . أو أحزمة . وذلك في نفس الفراوى التي سبق عملها . وفي هذه الحلقات ركبي السلسلة المذهبة التي تمثل بدى الخفية .

قيمة حزام بلون الفراولة :

اللباس :

١٠٠ جرام من القش الأحمر بلون الفراولة – إبرة كروشيه رقم ٣½ – إبرة كروشيه رقم ٤ ، إبرة كروشيه رقم ٦ – ٨٠ سم شريط من الجلد من نفس لون القش ، عرضه ٦ ملمترات .

الفرزة المستخدمة :

(١) الفرزة الساقطة :

أدخلى إبرة الكروشيه في إحدى عيون السلسلة الأساسية . واحببي الخيط من نفس العين ، ثم خذى لفة على إبرة الكروشيه . واقفلي الغرزتين في غرزة واحدة .

(٢) الفرزة الساقطة الزخرفية :

الدورة الأولى :

اشتغلي غرزة سلسلة ، ثم غرزة ساقطة ، غرزة سلسلة ، اتركي غرزة بدون شغل . ثم اشتغلي غرزة ساقطة في الغرزة الأساسية التالية ، كرري ما بين العلامتين ، وانهي السطر بفرزة ساقطة ، في آخر غرزة بالسلسلة الأساسية . ثم اشتغلي غرزة سلسلة لدوران الشغل وتغيير اتجاهه .

الدورة الثانية :

– اشتغلي غرزة ساقطة ، أسفل غرزة السلسلة الموجودة بين الغرزة الساقطة والغرزة الأخرى بالدورة السابقة ، ثم اشتغلي غرزة واحدة سلسلة ، كرري ما بين العلامتين ، وانهي السطر بفرزة ساقطة ، فوق آخر غرزة بالسلسلة الأساسية التي تكونت نتيجة شغل الدورة السابقة . اشتغلي غرزة سلسلة لدوران الشغل وتغيير اتجاهه . كرري دائماً



صالة معيشة من وحى الربيع



المكان الذى تقدمه اليوم على هذه الصفحات ، يتميز بجفته ، وحيوته ، فهو يذكرنا بالربيع ، والصيف ، وبالفصول الجميلة . ولقد تم تأثيره كاملا يقطع أثاث من الخيزران . وهو يشتمل - لى جانب ركن البار - على مجموعة الصالون ، التى تتكون من أربعة مقاعد « بلرونا » ذات ظهور مرتفعة ، من بينها ، اثنا عشر متجاوران ، ولقد استُخدمت معها « الثلث » لتصبح أكثر تحقيقا للراحة . أما « الثلث » ذاتها ، فقد صُنعت من الإسفنج المكسو بنسيج « النيل » ذى اللون الأزرق البحرى . وتكتمل مجموعة الصالون هذه ، بمتصدين من الخيزران . سطح كل منهما مصنوع من العيدان الملفوفة .

ولقطع الأثاث الخيزرانية ميزات عديدة فهى : خفيفة بسهل نقلها وتحريكها ، متينة ، مرنة ، سهلة التنظيف ، وأسعارها معتدلة . كذلك فإنها تتميز بأشكالها المحببة إلى النفس ، بحكم صنعها من خامات طبيعية ، شأنها فى ذلك شأن كل الأشياء المصنوعة من النباتات ، أو العيدان الطبيعية ، التى نشعر حيالها بنوع من الفضول ، أو الرغبة فى الاكتشاف . كالمانيللا ، والبابو ، والقش - الخ . والى بتناوفا الصناعات الفنونى بالثنى ، واللف ، والتصغير ، لتشغيل مشغولات تنم بالأناقة ، وانطلاق الفكرة ، وسعة الخيال . وفى كثير من الأحيان . يتم تنفيذ هذه المشغولات ، طبقا لتصميمات وضعها أشهر مهندسى التصميم .

وأخيرا نود القول ، بأن هذا النوع من الأثاث : يصلح للاستخدام فى الحدائق ، وفى « التراس » ، وفى الشرفات ، كما يصلح - أيضاً - للاستخدام فى التأثيث الداخلى ، سواء بسواء .



شطائر "سندوتشات" الباذنجان

(هذا المقدار يكفي ستة أفراد)

المقادير

- ٦ ثمرات باذنجان رومي متوسطة الحجم -
- ١٠٠٠ جرام لسان -
- ١٠٠٠ جرام جبن جرويير -
- ٥٠٠ نوع من الجبن المخلو -
- ٥٠٠ جرام جبن رومي -
- ٢٠٠٠ جرام ريكوتة -
- ٢٤٠ جرام زيت -
- ثلاث بيضات -
- قليل من اندقيق -
- حزمة بندونس -
- بقسماط -
- زيت -
- فلفلن -
- ملح .

الطريقة

- انزعج قيع الباذنجان الأخضر، وفشريه ، وفضليه إلى شرائح مستديرة، حلك الواحدة نصف سنتيمتر .
- صفي شرائح الباذنجان فوق شواية ، أو في صفي مفر . واتركيها فذرة ، حتى تفقد جزءاً منا تحتويه من ماء . ثم صمبها في مصفاة ، ليتم التخلص تماماً من ماء .
- صفي الريكوتة بمصفاة يدوية ، أو بمنخل منسك ، وضمبها في سلطانية .
- أضبقي إلى الريكوتة ، اللسان المقروم ، والجبين الجرويير المشور ، والجبين كرومي ، وصفاار بيضة سبق صنتها وتريرها ، من منخل حلك . ثم أضبقي أيضا البندونس المفترى .
- ولفلفل . والملح . وقلبي هذه المقادير جميعا .
- خذي شريحتين من الباذنجان منفاوييتين في الحجم ، وضمبي في وسطهما قليلاً من الحشو الذي سبق إعدادة .
- مرري الشطائر « سندوتشات الباذنجان » أولاً في الدقيق ، ثم في باقي البيض المخفوق المضاف إليه ذرة ملح ، ثم في البقسماط .
- ضمبي على النار ، طاسة تحمير نحوي على كية الزبد ، وكية وفجرة من الزيت .
- وعندما يتم فذج الزيت والزبد تماماً . اقلبي فيه شطائر الباذنجان من عل الجانبين .
- وعندما تصبح شطائر الباذنجان وردية اللون ، انشليها ، وضمبها فوق ورقة . لثتمس ما بها من زيت ثقيلة ، ثم وصبها في طبق تقديم ، وقدميها على الفور وهي ساخنة .

قرع الكوسة بالبشاميل :

(هذا المقدار يكفي لأربعة أفراد)

المقادير

- ٤ ثمرات قرع كوسة كبيرة الحجم -
- ٥٠٠ جرام جبن كرويير -
- ٤٠٠ جرام جبني رومي -
- ٥٠٠ جرام زبد -
- ٥٠٠ جرام جبن رومي -
- ٣٠٠ جرام سيط مدقوق -
- زغيف جبني -
- أفريجي صبر متفوع في اللبن -
- بيضا -
- حزمة بندونس -
- نصف لتر لبن -
- ملح -
- فالفل .

الطريقة :

- انقي رعيب الجبني في قليل من اللبن .
- في كسرولة ، ه صبي ٤٠٠ جراماً من الزبد ، وأضبني إليه الدقيق ، وقنيه جيلاً ،



مع مراعاة التخلص تماما ، من أية كتل أو
حبيبات ملتصقة من القيق ، ثم صبي بعد ذلك
بإلى الجبن ساخنا . ه قبل ه التبخيل بالبنج ،
واتركيه على النار لينضج ، ماء حتى دقائق .
اتزعيه بعد ذلك من على النار ، وأضبي إليه
جبن الجرويير ، اهروس مع اللسيق . ثم
أضبي البيضة كاملة للبشاميل ، مع التقليب بقوة .

اسلقي الكوسة لدقائق قليلة في ماء مغل متبل
بملح . انشليها . وقشرها . وقطعيها إلى
لصعين بالعرض ، ثم الزعي قليها بسكين ،
أو مقور . ضعي هذا القطب ، وصيه في
سلطانية ، وأضبي إليه رغيف الخبز الفري
سبق نغمة في الفرن ، والبقدونس المفري ناعما ،
ونصف الجبن الرومي المبشور . وتبلها .
الخليط بالملح والفلفل .

وبهذه الخلطة ، فوي يحشو الكوسة ، ثم
رصها في صينية مدهونة بالزبد ، وصبي فوقها
صنعة البشاميل . ورضي السطح بالسليط
المذقوق ، وياق الجبن الرومي المبشور .
ضعي الصينية في فرن حار ، إلى أن تنضج
الكوسة ، ويحمر سطحها . انخرجها من
الفرن ، ثم قدمها بعد ذلك .

لحم البتلو بالفلفل :

(هذا المقدار يكفي أربعة أفراد)

المقادير :

٦٠٠ جرام شرائح لحم بتلو أحمر ه بليتك ه -
٢٠ جرام زبد - أربع ثمرات فلفل أخضر رومي
« من النوع المثلث باللحم » - حزمة بقدونس -
يمونة - قليل من البليق - زيت - فلفل - ملح .

ثمرات الفلفل بعد ذلك ، بضعمة قاش صينة
انزعي ما بداخل الفلفل من بيور ، وفل
بيضاء ، ثم قطعيه إلى قطع صغيرة ورقيقة .
ضمي على النار إناء به كمية الزبد ، ويضع
ملاعق كبيرة من الزيت ، وعندما تقذع تماما ،
ضمي فيه شرائح لحم التي سبق تشهيها من
الزيت . وعصر الليمون المتنوعة فيه .
بعد غمسها في الدقيق .

بعد أن حمر ذرائع اللحم من الجانبين .
« رصها » بتقليب من القساء المقصوف . به عصير
ليمونة . أو قليل من الخل . واتركي اللحم
على النار ، إلى أن يتحمر الماء .

أضبي بعد ذلك غنفل - وتركيه على النار
ليتم تشويحه . وبعد ذلك أضبي كمية من الماء
المثلج . أو بهريز ، بحيث تكفي لتغطية
اللحم والفلفل . واتركي اللحم على النار حتى
ينضج تماما . مع التقليب من حين لآخر .
بعد تسم النضج ، ارميدي من على النار
ورصيه في طبق تقديم ، وقدميه ساخنا .

طبق خمظيفه الباذنجان :

(مقدار يكفي أربعة أفراد)

المقادير :

أربعة باذنجانات متساوية الحجم - حزمة

بقدونس - حزمة ريحان أو نعناع - خمس شرائح
أنشوجة محفوظه في الزيت - ١٠٠ جرام زيتون
أسود - ٢٠ جرام فلفل أخضر - بقمساط -
زيت - فلفل - ملح .

الطريقة :

قطعي الباذنجان إلى نصفين بالعرض . ثم
« قوريه » وفرغي قلبه . وذلك بسكين
مديب . أو مقور . قضي قلب الباذنجان .
واحتفظي به جانبا .

انزعي نوعي اربيتون ، والفريه ناعما مع الفلفل
الأخضر . والأنشوجة . والبقدونس
والريحان أو النعناع .

ضعي هذه الأشياء المثوية ناعما في سلطانية
وأضبي إليها قبل ذلك ناعما حتى يبرد .
ثم أضبي إلى هذه الخلطة ، قشرا من الزيت .

قوي بحشو الباذنجان هذه احتفقا .

رصي الباذنجان المحشو في قالب أو صينية فرن ،
ثم تبليه بالملح ، والفلفل ، ورصيه بقديل من
البقمساط ، وكية غزيرة من اربيت ، وصيه
لينضج في فرن درجة حرارته ١٧٠ مئوية .



الطريقة :

ه دققي ه . شرائح اللحم ه واتقنها في
ملاعق كبيرة من الزيت ، وقطعي من عصير
الليمون ، والبقدونس المفري ناعما ، والملح
والفلفل .

وفي أثناء ذلك ، عرضي ثمرات الفلفل النار
إلى أن تنفشر القشرة البيضاء الرقيقة ، ثم امسحي

جولة مع الحرف في الهند

حضراء كنيهة ، كما يحدثنا « كيهنج » عن التماثيل والمعادن التي انتقلت بالثقوش ، حتى تبدو وكأنها شرائط من الخمرات « الداتيل » ، ولا تزال الهند ، بحرفها الفنية الهندية ، من ألرب البلاد إلينا ، لأن الصناعة الهندية بها ، لم تكسب ممركتها بعد ، في هذا البلد المترامى الأطراف .

تذكرنا ألوال وقصص « كيبونج » التي سجلها خلال رحلاته ، بالهند وما تتم به من صنوف ، والروعة ، ونحوها عن ثرواتها العظيمة ، وبؤسها غير المحدود ، وعن حكم المهراجا ، وعن القصور الساحرة التي تبدو للمشاهد ، كما لو كانت قطعاً من الأحجار الكريمة ، وقد رصعت بها غابة

بالدرجة الأولى ، إلا أنها تتوافق أيضاً مع قطع الأثاث الهندية ، على شريطة أن تكون خطوطها انسيابية نسبياً .

وتقدم الحرف الهندية في الهند ، الكثير لمنازلنا ، ولصليات الديكور ، ولقد قننا بتصوير مجموعة جميلة ومختارة من هذه المنتجات ، لنشرها على هذه الصفحات : منها ما هو تجسلي ، يسهل في إكساب التماثيل ، لسة جمال آتية من بعيد ، ومنها ما هو نصفي ، نه ارتباط بجمالتنا اليومية ، ولقد صنت هذه العناصر من الخشب المطلي ، أو الطبيعي ، أو المطعم ، أو من

ولنتفتح أبواب منازلنا ، لاستقبال منتجات هذه الحرف التقليدية الهندية ، التي تتمتع بانطلاق الفكرة ، ورحابة الخيال ، أنها قادرة على حلن جو من التراء الجماني ، والآنافة بأشكالها ، وأزوانها المحببة إلى النفس ، التي تدعو الصيوف - أيضا - إلى إزجاء انشاء وسوق المايح ، لفوق ربة الهييت ، التي تمتك مجموعة مختارة من المشغولات الهندية .

المسوجات والألوان :

إن الحرف الفنية الهندية شديدة التنوع ، إلا أن المسوجات تعتبر أكثر هذه الحرف شهرة ، وذيوها في جميع أنحاء العالم ، وبخاصة للمسوجات القطنية ، والحريرية بالدرجة الأولى .

الحريز الهندى ، يصنع بالوانه الرائعة ذات البريق الخاص ، وتطويح التي تتسع بمهارة ، وبزخارف الصريحة المنيرة . والهنود لم يراع وحسرات في من المسوجات ، يرجع العهد بها إلى أربط آلاف عام ، حين كانوا يصنعون للمصريين القدماء ، الحريز ونوما آخر من المسوجات القطنية « الموصلين » ، التي استعملها المصريون في حفظ المومياء .

وكنتا عرف ، أو أعجب ذات مرة بروعة وجمال ألوان النوشاح الهندى ، الذي تلفت به المرأة الهندية . وعند وضع سنوات ، انتشر « اللولار » الهندى الرابع في أنحاء العالم ، شتيراً بوحدهاته الزخرفية النباتية ، والهندسية ، وبانجاسم ألوانه . تلك الألوان التي تميزت بها الفنون الهندية ، لكونها تحمل معاني ودلالات رمزية ، أكسبتها أهمية أكبر ، فنون الزفير الأزرق ، هو لون الأرض ، والأصفر يرمز إلى الربيع ، أما البني والأسود ، فهما لونا الألم ، كما أن الأبيض والأزرق ، من الألوان المفضلة لدى الهنودس .

وتستعمل المسوجات الهندية ، في صنع الملابس ، أكثر من استخدامها في عمليات الأثاث ، ولكن ذلك لا يعنى عدم وجود مسوجات هندية تصلح للتجميل ، فهناك نوع رائع ، يبدو كما لو كان قد تم نسجه يدويا ، ومن ثم فإنه يناسب تماما تجميل قطع الأثاث . ففى الشكل رقم ٤ ، نلاحظ - في الأرضية - قطعة نسيج حيكة من القطن ، مطرزة يدويا بمجموعة من الوحدات النباتية ذات ألوان الرقيقة ، مما يجعلها صالحة للاستخدام ، كغطاء سرير ، كسوة لكرسى « بديرونا » ذي أهمية خاصة ، أو « كبانوه » زخرفى . فتناسب المسوجات الهندية الأثاث الكلاسيكى



خامات معدنية كالفضة ، أو الذهب ، أو النحاس ، أو البرونز .

قطع أثاث قليلة ، وعناصر كثيرة :

اعتاد الهنود - قبل وصول تأثيرات الحضارة الغربية إليهم - على استخدام قطع أثاث قليلة جدا ، نتيجة لطبيعة حياتهم ذاتها ، التي اقتت بشدة البساطة . ومن بين هذه القطع « الشاراب » وهو سرير تقليدى بسيط ، يشابه السرير « الفرى » أما بقية قطع الأثاث الأخرى ، فإنها لا تناسب المنازل الحديثة ، ولذلك فهي محدودة الانتشار .

وسوف نختار الآن بعض القطع البسيطة والتي يظهر فيها هذا الفن جليا . ومن بينها منضدة صغيرة بخروطة الشكل وقد تم تشغيلها كلها يدويا . السلح مطعمم بالعاج - أما الأجناب فهنا من الخشب المفرغ - وهي تنسم بالبساطة والوقفة ويمكن وضعها في أى مكان بالتأزل .

وحرفة النضيم في الهند كلها يدوية ، وهي تذكرنا بمشابلها في إيطاليا وفي مصر ، أما الخناجات الأكثر استخداما فهي : العاج ، القرون ، الزجاج ، الخشب





إلى اليمن - نشاهد رأس بوذا مصنوعا من البرونز الملون ، عظمه صريحة وقوية ، والهيون محدة مخطوط حمراء ، وفي منتصف الجبهة . تتألق قطعة من المرجان ؛ إنها قطعة فنية ، تناسب وضعها داخل جزء عائر في صالة المعيشة ، أو في مقدمة سلم داخل كبر مصقون ، وقاخر ، ونفس هذه القطعة . يمكن أن نجدها في أحجام أصغر . وعندئذ يمكن وضعها على أحد أرفق المكتبة . أو على عود صبر ، ليضفي تأثيرا جماليا مرغوبا .

الأحمر ، خشب الصندل ، الصفح ، النقطة ، وبعض المصانيد الأخرى . وأكثر الأشكال هي : المظلات ، والداور ، والمريمات ، التي تنضم أو تنقسم إلى أجزاء أصغر . والألوان السائدة هي : الأخضر ، والأزرق ، والأسود ، وتعتبر مدينة « ميسوري » أشهر مركز يعمل فيه صناع النظم الهندي . حيث يقومون : أولا بخضرتصميم على العاج ، وتقطعه بظلام قائم . ثم لإزالة هذا الغطاء . بعد ذلك من الأسطح البارزة ، ليبدو النظم في النهاية رائع التأثير . وفي شكل ٢ نستطيع أن نشاهد جدول النظم الهندي . في صحنه كسكب مصنوع من الخشب ، يتميز بالبساطة والدقة في نفس الوقت . وهو يناسب تماما . وضعه فوق رف في المدخل أو فوق منضدة - مكتب .



وهناك قطعة أخرى صغيرة . ولكنها رائعة يمكن استخدامها لأكثر من وظيفة ، إنها (الكرسي الجمل) شكل ٣ ، وهي عبارة عن مقعد صغير . يمكن فكه إلى عدة أجزاء : أرحله مزينة بمسامير نحاسية . وسطحه مزود « بشئنة » مكنوزة بالجلد الأحمر ، أما اسمه ، فشتق من كثرة استخدام الجمالين ، أو قادة الأتباع له . إنه قطعة جميلة ومتميزة . تصلح لوضعها أمام التمرجحة في حجرة نوم فناء محاصرة ، أو صيد من المعجبات بالأنبياء ذات الطابع انقريب والغريب .

وفي شكل ٤ تم تجميع عدد من القطع التي تعتبر بين أجسام ما أنتجته الحرف الفنية الهندية ؛ وهي تتضمن قطعة النسيج الرائعة التي تحدثنا عنها من قبل . والتي يسودها اللون القهروزي - إلى اليسار - نشاهد منضدة صغيرة ، سطحها مغطى بالعاج وترتكز على أرجل ثلاث . مربعة بتفرجات جميلة . وتسير هذه القطعة - أيضا - بطبقة القابل لكك . بحيث يتك استخدامها - بعد فكه - كصينية . وفرد هذه القطعة ، وضع أهرق جميل من النحاس المحلى ؛ بأعمال الفرغ والتميل . يجاوره عدد من مكابيل الأوز المصنوعة من البرونز والنحاس . وهي جميعا لطف صنعت من عدة قرون ، ولذلك المانها ذات قيمة أثرية . وهي تناسب وضعها فوق قطع الأثاث ، كما أنها تتفق مع التناثيث التقليدي والحديث ، على حد سواء . أما فيما يخص المكابيل ، فإنها قابلة للاستخدام كقطعايات للجانور .

وفي شكل ٥ - أيضا - إلى أسفل نستطيع أن نشاهد إناء نحاسيا مشغولا كله بأعمال الحفر والتميل . إنه قطعة رائعة وندرة ، تتمم بالانساق والزركة . وأخيرا -



الخيار لجمال نباتات الجمال

ناجح وطبيعي . بالرغم من أنه بدائي . وتقول بدائي . لأنه ليس من السهل الاحتفاظ بعناصر الخيار سليمة . إلا بالطرق العلمية الحديثة ، التي لا ترقى إليها الطرق التقليدية المذاحة .

ويمكن القول بأن الخيار إذا ما وضع في الخللا . بحيث يتم تقطيعه . ومزج مكوناته كمنها بما فيها البذور . فإنه يصبح إنتاجا طبيعيا ذا فائدة مؤكدة في خدمة الجمال . والعجينة التي تتكون بخلطه مع دقيق النشا . تعمل على «تفتيح» لون البشرة . وتبييضها . وغلق المسام لتفتحه .

ومن المعروف أن اللبن والزبد المخلوط بالخيار . على شريطة عدم استعمال عصيره . من أفضل المتحضرات للتجميل .

وعصير الخيار يصبح صالحا للحفظ . إذا ما أضيف إليه ٣٠٪ من وزنه من الجلوسرين . أو ٢٥٪ كحول تقي بدرجة ٩٥ و ٠.٢ جم من مادة التيباجين . وهي مادة تساعد على حفظ المواد .

ويمكن تحضير سائل مهدئ ومفيد للبشرة . بإضافة عصير الخيار إلى ١٥ جم من مادة الكوتينا و ٥ جم زيت زرعون أو زيت الأفوكادو و ٠.٢ جم تيباجين . ويضاف إلى هذه المواد عصير خيار . بحيث يصل وزن الخليط كله إلى ١٠٠ جرام .

وعلى ذلك . فإن الخيار . نظرا لتوافره بالأسواق في معظم فصول السنة . يندر من المنتجات الطبيعية التي تستخدم الجمال بتكاليف هيدة . وبآثار ذات نتائج مؤكدة على البشرة .

عظيم الفائدة في الوسائل المتبعة للتجميل . للمعوله المؤكدة على البشرة . والأظافر . والشعر . ويرجع ذلك لما يحتويه من فيتامينات تفيد الخلايا . وكذلك المركبات الكربونية .

ولتفادي صعوبة هضم الخيار . يفضل تقشيرها . نظرا لما تحتويه القشرة من مادة السيلولوز النباتية . ثم تقطيعه إلى قطع صغيرة ، أو شرائح . ورشه بعد ذلك ببعض الملح . لتخلص من نسبة من الماء الموجود به . وبذلك يصبح أكثر ليونة . الأمر الذي يزيد من سهولة هضمه .

وإذا اصنع الخيار استعمالا ظاهريا ، فإنه يفيد البشرة . كعشر . ومهدئ . وملين أيضا . وأفضل وجه للاستفادة من الخيار . استعماله لترطيب البشرة . والقضاء على الالتهابات . في حالة نصب الشرابين ، والإكزيما . والالتهابات السطحية . وغيرها مما يسبب البشرة . بالا نتفاخ والاحمرار . ومن المؤكد أن فاعله الخيار ترجع لما يحويه من مواد كربونية وأملاح . ثم بالإضافة إلى ذلك ، الزيوت العطرية . بالرغم من ضآلتها . مثل الإنزيمات والتونينال . والتونادينال التي تتميز بها رائحة الخيار .

أما في حالة خشونة البشرة وجفافها . فإن الخيار . يلعب دوراً فعالاً . إذ أنه يدخل في تركيب بعض متحضرات التجميل الحديثة .

ويجاء القرويون إلى استخدام الخيار . كمهدئ وموظف ضد الالتهابات التي تصيب القدم أو اليد . وكعلاج للحروق . أو لدغ الحشرات . وهو علاج

الخيار ثمرة من التفصيلة القرعية ، تزرع في حقول الخضار . وتوفر في جميع الأسواق . وتتكون من ٩٥٪ تقريبا من الماء و ٣٪ من الكربوهيدرات (مواد سكرية) و ٥٪ أملاح و ١٪ بروتينات و ١٪ دهنيات .

ومفردات المواد البروتينية كالآتي : فيتامين د ١٠٪ مليجرام - فيتامين ب ٠.١٪ مليجرام - حامض البانتوتينيك ٠.٢٪ مليجرام . وعنصر جزري فعال ٠.١٪ مليجرام . وفيتامين أ ٣٠٪ وحدة دولية . أما العناصر المعدنية فهي قليلة ، إذا قيست بلارتفاع نسبة الماء ، ولكنها ذات قيمة فعالة فالكالسيوم ٠.٠٠٦٪ جرام . والفسفور ٠.٠١٨٪ جرام ، والحديد ٠.٠٠٠٢٪ جرام .

ويجب عدم إغفال العناصر المميزة للخيار . من رائحة طيبة . وكفائح للشهية . الأمر الذي جعله من الخضار التي لا يستغنى عنها في أي مطبخ . كما أن صناعة الأطعمة المحفوظة . تختار الخيار الرفيعة منه بالنسبة للكولمخ (المخللات) .

ويبادر بالقول بأن الخيار الذي . سواء وضع في السلاطة أو مهروسا . لا يتم هضمه بسرعة . إلا بالنسبة للذين يتمتعون بعمدة قوية . اعتادت على هضم الخضار النيئة . إذ أن عناصر السيلولوز التي يحتوي عليها الخيار . عسيرة لهضم . ومن ثم فلا ينصح للأطفال ، أو المرضى . أو كبار السن . بتناوله كثيرا .

إلا أن الخيار . على شكل عصير . أو شرائح .

معلومات

ج ٤٠٢ - ١٥٠	مب ٤٥٠	البحرين ٤٥٠	السودان ١٥٠
لبنان ١٢٥	ق ٤٥٠	قطر ٤٥٠	ليبيا ٤٠
سوريا ١٥٠	د ٤٥٠	د ٤٥٠	تونس ٤٥٠
الأردن ١٥٠	م ٤٥٠	م ٤٥٠	الجزائر ٢
عمان ١٥٠	م ٤٥٠	السعودية ٤٥٠	مغرب ٢
كويت ٤٠٠	س ٤٥٠	س ٤٥٠	س ٤٥٠

Copyright pour le monde
Fraseri Pabst, Milano
1974 Copyright pour l'edition arabie
EDISTRAD SA - Genève

تتمتع الشركة بترخيص من شركة ساهمة مصرية

كيف تحصل على نسختك

- اطلب نسختك من باعة الصحف والأكشاك والمكتبات وكومند الدولية
- إذا لم تتمكن من الحصول على عدد من الأعداد فقم بـ
- إرسال ٤٠٠ ج. ا. ا. لإدارة التوزيع - مبنى مؤسسة الأمل - شارع الجمال - القاهرة
- في البلاد المصرية . الشركة المصرية للتوزيع والنشر - بيروت - مر ب ١٥٥٥٥٥