

عالم المرأة

العدد الثامن والأربعون

السنة الأولى



موسوعة عالم المرأة

في هذا العدد

■ البرتقال بالجيلاتين
■ نخب الأستونات
■ هل يمكنني إعطاء أطفائي
كل ما هم بحاجة إليه
■ ماذا يقول لنا تحليل الدم، ج ٢

■ سرعة البديهة في الحديث
■ من زى الأمس إلى موضبة اليوم ج ١
■ من قضايا المهر
■ اللعب الخاصة بالأطفال
■ الشالب والأناقة

في المجتمع

سرعة البديهة في الحديث

عامة للحديث ، إذا أحست أن الجو يسوده التوتر ، كأن تتحدث عن حالة الجو ، أو عن آخر المباريات الرياضية التي أقيمت ، أو أن تفصلي بعض الأحداث الطريفة التي حدثت لك خلال آخر رحلة قمت بها مع الأسرة . كما يمكن أن يدور الحديث حول آخر الأنباء التي ظهرت في الصحف ، أو عن بعض الأخبار في محيط الأصدقاء ، كأخبار الزواج ، أو قدوم مولود جديد ، أو موت شخص معروف ، أو غير ذلك ، ولكن مع مراعاة عدم الدخول في التفاصيل . ويمكن أيضاً الحديث عن آخر كتاب طالعتيه ، أو أن تناقشي برامج الإذاعة ، أو التلفزيون ، أو أن تستمعي إلى الآراء التي يندى فيها ، أو أن تشيرى إلى مشكلة المواصلات ، أو أن تبدى رأيك عن آخر الأفلام التي شاهدتها . . . إلخ .

وهناك موضوع آخر يمكن التحدث فيه ، ويعد هاماً بالنسبة للجميع ، وهو موضوع الأطفال ، ومشاكل تربيتهم ، أو تعليمهم ، أو مستقبلهم . كل هذه جوانب هامة ، يحلو للجميع الحديث فيها ، وخاصة بين النساء . كما أن هناك موضوعاً آخر يهم جميع السيدات التحدث فيه ، وهو موضوع الشغالات ، ومآتانيه السيدات بسبب القلة الملحوظة في أعدادهن .

وأخيراً ، فإن ربة البيت الذكية اللامحة ، يمكن أن تكون لديها باستمرار ، ذخيرة طيبة من الموضوعات والأحداث ، التي تستطيع بها ملء وقت الفراغ ، أو الملاحظات التي توجد فيها بين صديقاتها ، ولا تجد واحدة منهن موضوعاً للحديث ، أو عندما تود التهرب من التحدث في موضوع معين . فهنا يجب عليها أن تكون في منتهى اللباقة والحدار ، بحيث تنقل الجميع إلى ناحية أخرى من الحديث ، دون أن يشعروا بذلك . إنها لو فعلت ، لعدت بطبيعة الحال مضيفة كريمة ، ومتحدثة لبقة ، وصديقة مخلص .

كل ذلك يمكن تلخيصه في عبارة واحدة ، نصف بها شخصاً ما ، وهو أنه سريع البديهة . فالشخص السريع البديهة ، هو شخص ذكي ، يمكنه تغيير الأفكار ، أو إبداء الملاحظات الهامة ، أو يمكنه كذلك تحرير معنى الكلام ، بحيث يفهم بالطريقة التي أرادها . وسرعة البديهة هذه ، تكون بمثابة سند له في جميع الأوقات .

وفي المجتمعات ، عند ما يوجد هذا الشخص بين العديد من الأشخاص ، يتعين عليه أن يكون سريع البديهة ، حاضر الذهن ، بقللاً ، ومتنبهاً لجميع الملاحظات التي تبدى ، ويمكنه الرد عليها بطريقة سليمة .

أما بالنسبة للمرأة ، فإن سرعة البديهة ، تعتبر ضمن المميزات التي يمكن أن تنصف بها بين صديقاتها وجيرانها ، فتكسب بذلك إعجاب الجميع واحترامهم ، وفي الوقت نفسه ، لا تزعج نفسها في أى موقف حرج ، قد يسبب لها ، أو لغيرها ، نوعاً من الضيق .

وسرعة البديهة ، يكون سبيلها طرق موضوعات

قد يحدث أن يمر هاتف خفي في سماء الغرفة ، ليقول لك خلسة ، إنه لا داعي لأن تتحدثي في الموضوع الذي كنت تتوين البدء فيه ، أو أنه لا داعي للإجابة بالطريقة التي كانت على طرف لسانك ، وكنت ستفوهين بها في نفس اللحظة . ويحدث نفس الشيء ، عندما يوافيك هذا الهاتف بسرعة ، بإجابة سريعة لسؤال كنت لا تتوقعينه ، أو كان سيوقعك في مأزق ما . وعادة ما يكون مرور هذا الهاتف ، الذي هو بمثابة النجدة أو الإسعاف لك ، في حالة وجود مجموعة من الضيوف ، أو الأقارب ، ويكون الحديث متبادلاً بين الجميع .

إن هذا الهاتف الذي يمكن تسميته « بالنجدة » ، إنما هو نجدة في جميع الأحوال . سواء في حالة السكوت ، أو في حالة الكلام ، أو في الأوقات التي يكون فيها الموقف متأزماً ، أو غير ذلك . فعند الرغبة في تغيير دفة الحديث ، أو التهرب من إجابة معينة ، لابد أن يكون هناك خاطر حاضر وسريع ، يؤدي الغرض المطلوب .



من زى الأمس إلى موضحة اليوم

الجزء الأول



٣) القرن الخامس عشر : زى إيطالى من
الصوف الأحمر ، مزخرف بالقطيفة السوداء ،
وتكلمه العمامة من نفس اللون والقماش



١) العصر اليونانى : زى
يونانى تقليدى من الصوف الأبيض



٢) العصر الرومانى : زى معقد ، مكون من سترة
مضمومة تحت الصدر ، وجلباب طويل ، وعباءة ،
والكل من الصوف الأبيض

ونحن نحاول هنا أن نقدم بعض هذه الأزياء ،
حسب ترتيب ظهورها ، فلسوف نرى كيف أن موضة
الأمس التي كانت ترتديها جداتنا ، قد عادت
إلى الظهور من جديد .
إن الموضة هي الإلهة الوحيدة التي تتبعها المرأة ،
كلما تغيرت من فترة إلى فترة ، ومن فصل إلى فصل .

ثم كان هناك الطابع الإمبراطوري ، الذي أدرجت
تحت جميع خطوط الأزياء الخاصة بالعصر النابوليوني .
هذا الطابع الذي عاد إلى الظهور في أيامنا هذه ،
كالشارلستون الذي كان سائداً سنة ١٩٢٥ ، والذي عاد
إلى الظهور سنة ١٩٦٦ ، وكذلك الـ(نيولوك) الذي انتشر
في سنة ١٩٤٨ ، والذي عاد إلى الظهور في سنة ١٩٦٩ .

إن الدراپيه المتعدد الأشكال ، الذي كان سائداً
أيام الدولة الإغريقية القديمة ، لم يندثر من الوجود ،
بل عاد إلى الظهور في عصر النهضة من جديد ،
وكان مصدر وحى للعديد من الابتكارات في عالم
الأزياء منذ القرن التاسع الميلادي ، حتى عصر
النهضة ، فيما بين القرن الرابع عشر والسابع عشر .

(٥) القرن السادس عشر : زى
فرنسي من البروكار المنقوش



(٦) القرن السابع عشر : زى أسباني
من قماش كيتونيه أسود ، يحليه كوك
كبير ، وأساور بيضاء مطرزة



(٤) القرن السادس عشر : زى
إيطالي ، يعكس طابع عصر النهضة ،
بما فيه من زخارف دمشقية مذهبة

ولكن ما هو السبب في ذلك ، أهو نقص أو قلة الأفكار الجديدة ، أم أنه ضيق الوقت الذي لا يتسع لمزيد من الابتكارات ، أم أنها النهضة الفكرية والثقافية ، التي أتاحت مزيداً من الفرص ، للإنتاج الصناعي ، والعمل الآلي ، مع استبعاد العنصر اليدوي بشكل يكاد يكون نهائياً .

وموضحة حديثة جداً . ولن نتحدث عن الزمن القديم ، أى ما قبل عصر النهضة ، ذلك لأنه خلال ذلك العصر ، كانت هناك فعلاً ابتكارات واستحداثات في عالم الأزياء ، وليكننا نتحدث عن أزياء اليوم ، التي ما هي إلا تكرار ، وإعادة مستمرة ، واسترجاع للماضى .

فهى كالنجم الذى يسطع في السماء ، ويتلألأ لفترة ما ، ثم يخبو ، ويعود إلى الظهور من جديد ، مع بعض التغيير . ولعل ذلك يتضح جلياً ، خلال فترة الأربعين أو الثلاثين سنة الماضية ، فإننا نجد أن جميع الأزياء التي كانت أمهاتنا وجداتنا يرتديها ، قد عادت إلى الظهور مرة أخرى ، كنوع جديد ،

(٩) العصر الإمبراطوري : زى من الهاتسة البيضاء ، مطرز بخموش حريرية ذات ألوان زاهية



(٧) القرن الثامن عشر : زى فرنسي من الحرير الكوردنييه الهبيج ، مع دانتيل بولوني من اللون البني



(٨) القرن الثامن عشر : زى فرنسي لنفس العصر السابق ، وهو من الأورجاندى الأخضر المقلم

يتمشي مع طبيعة التطور الذي أحدثته الثورة .
ودعوتها للحرية . حتى إن هذه الحرية ، اتضحت
معالمها في جميع الأزياء . حتى أزياء الأطفال ،
غدت عملية وأكثر بساطة .

(البقية في العدد القادم)

الرومانسي ، فله أيضاً ما يميزه . والجدير بالذكر ،
أن الأحداث التاريخية الهامة ، قد تركت بصماتها
واضحة على طابع الأزياء الذي ظهر بعدها .
ويكفي النظر إلى الثورة الفرنسية ، التي كانت
الأزياء المزركشة ذات الألوان الزاهية ، منتشرة
قبلها . كما هو واضح من الصورتين رقمي ٧ ، ٨ ،
وكيف أنه بعد الثورة . اتخذت الأزياء منهجاً جديداً .

وفي الواقع فإن الموضة ، ما هي إلا مرآة ، أو انعكاس
لعادات وتقاليده كل عصر تعيش فيه . فهي تمثل
الوضع الاجتماعي السائد ، وكذلك الحالة الاقتصادية
والفنية ، وحتى الأخلاقية ، لكل عصر من العصور .
فيكفي أن نتعرف على التاريخ وأحداثه ، لكي
نستطيع أن ننسب إليه ، كل زي من الأزياء
الشائعة . فعصر النهضة ، يتميز بالانطلاق ، أما العصر

(١١) سنة ١٩٠٠ : حرملة من اللونين الأحمر
والأسود ، مطرزة بالفصوص والخرز ،
ومعها جوبلة طويلة من الحرير الأسود



(١٢) سنة ١٩٠٥ : صوف لانا
أصفر ، يزيد من أنوثة هذا الفستان ،
المزود بالتطريز والتطيفة الخضراء

(١٠) نهاية القرن التاسع عشر : زي
جميل يرجع إلى عام ١٨٧٠ ، وهو من
الفاني البني القاتم ، ومحل بالدانتيل المطرز

من قضايا المهر

الاختلاف بسبب المهر ، لا يخلو حاله من أحد أمور ثلاثة :

الأول : أن يكون هناك اتفاق على القدر المسمى مهراً ، ولكن يحصل اختلاف في قبض شيء منه .

الثاني : أن يحصل الاختلاف في أصل تسمية المهر .

الثالث : أن يكون الاختلاف في القدر المسمى مهراً .

فإن كان الأول : وسلمت المرأة نفسها لزوجها ، ثم ادعت بعد ذلك أنها لم تأخذ من مهرها شيئاً أصلاً ، وهو ينكر ذلك ، لا تسمع دعواها ، لأن العرف والعادة تكذبها ، إذ العادة الجارية والمعروفة ، أن الزوجة لا تسلم نفسها للزوج ، إلا بعد أن تأخذ شيئاً من مهرها . وعلى كل حال ، يتبع في ذلك عرف البلد الذي تم فيه عقد الزواج ، لأن للعرف اعتباراً ، ويعول عليه في بعض الأحكام .

وإن كان الثاني ، وهو الاختلاف في أصل تسمية المهر بين الزوجين ، بأن ادعى أحدهما تسمية قدر معلوم كسائة جنيه مثلاً ، وأنكر الآخر التسمية بالكلية ، بأن قال لم اسم شيئاً ، فلا يخلو الحال من أحد أمور أربعة : الأول . أن يكون الاختلاف بينهما قبل الطلاق وقبل الدخول ، والثاني . أن يكون قبل الطلاق وبعد الدخول ، الثالث . أن يكون بعد الطلاق وبعد الدخول ، الرابع . أن يكون بعد الطلاق وقبل الدخول . فالقائل بأن هناك تسمية يكون مدعياً ، والثاني للتسمية يكون منكراً . والقاعدة الشرعية أن البيئة على من ادعى . وإيجين على من أنكر . فإن أقام المدعى بيته على دعواه ، لزم صاحبه ما يدعيه . لأنه أثبت دعواه بالحجة ، وإن عجز عن إقامة البيئة ، فيحق له تحليف الآخر لأنه منكر ، فاليمين عليه . فإن وجهت الإيجين إليه ، فلما أن يمتنع عنها ، وإما أن يحلف ، فإن امتنع ثبتت دعوى صاحبه ، لأن الامتناع عن اليمين إقرار ، وإن حلف أنه لم يحصل تسمية أصلاً ، يقضى بمهر المثل ، لأن مدعى التسمية عجز عن إثباتها ، ومنكرها حلف على نفها . فلم تثبت الدعوى ، فيرجع إلى الأصل ، وهو مهر المثل ، لأن العادة أن النساء يتزوجن بمهور أمثالهن فيحكم به ،

ولكن لا يحكم بمهر المثل بالغاً ما بلغ ، بل بشرط ألا يزيد على ما ادعته المرأة ، إن كانت هي المدعية للتسمية ، ولا تنقص عما ادعاه الزوج ، إن كان هو المدعى لها . فإذا فرضنا أن المرأة هي المدعية للتسمية ، بأن قالت سمينا المهر مثلاً مائة وعشرين جنيهاً ، فإن كان مهر مثلها مساوياً لما ادعته ، حكم به ، وإن كان أقل منه بأن كان مائة ، حكم بها ، وإن كان زائداً عليه بأن كان مائة وخمسين جنيهاً ، حكم بما ادعته أيضاً ، لأنها راضية بهذا المبلغ ، فلا يزداد عليه . وإذا فرضنا أن الزوج هو المدعى للتسمية ، وهي المنكرة ، بأن قال سمينا المهر ثمانين جنيهاً ، وحدت ما أوجب الرجوع إلى مهر المثل ، فإن كان مهر مثلها مساوياً لهذا المقدار ، حكم به ، وإن كان زائداً بأن كان مائة جنية مثلاً ، حكم بالمائة ، وإن كان أقل بأن كان ستين جنيهاً ، حكم بثمانين ، لأن الزوج قد اعترف بأن هذا هو الواجب لها ، فيحكم به بدون نقص . وهذا الحكم في الأحوال الثلاثة الأولى . وأما في الحالة الرابعة ، وهي ما إذا كان الاختلاف بعد الطلاق وقبل الدخول ، فالحكم فيها أنه إذا لم تثبت التسمية لا بيينة المدعى ، ولا بامتناع المنكر عن إيجين ، لا يقضى بمهر المثل ، بل تجب المتعة ، لأن القرض أنها طلقت قبل الدخول ، والتسمية لم تثبت ، ومن كانت هذه حالتها تجب لها المتعة ، وهي عبارة عن كسوة للمرأة حسب حال الزوج يساراً أو إعساراً ، ولا يزيد عن نصف المهر .

وإن كان الثالث ، وهو ما إذا كان الاختلاف في القدر المسمى بين الزوجين ، بأن ادعى الزوج أن المهر المسمى مائة جنية مثلاً ، وادعت الزوجة أنه مائتان ، فإن كان مهر المثل شاهداً لها بأن كان مائتين كما ادعت أو أكثر ، كان القول قولها بيمينها ، لأن القول قول من يشهد له الظاهر مع يمينه ، فإن حلفت لزم الزوج ما ادعته ، وإن امتنعت عن اليمين ، وجب لها ما ادعاه الزوج ، لأن امتناعها إقرار بما ادعاه . وإن كان مهر المثل شاهداً له بأن كان مائة كما ادعى أو أقل ، صدق قوله مع يمينه ، فإن حلف لزمه ما أقر به ، وإن امتنع لزمه ما ادعته المرأة ، لأن امتناعه عن اليمين ، إقرار بما ادعته . وإن اختلف في المهر ومقداره يحدث كثيراً ،

فيدعى الزوج أن الثابت بالوثيقة ليس هو المهر الحقيقي بل أكثر ، وإنما كتب على أساس أنه مهر العلانية بقصد الافتخار ، وأن مهر السر ، وهو المهر الحقيقي ، أقل من الثابت بوثيقة الزواج ، لكن العمل الآن على أن الثابت بالوثيقة هو المعمول به ، لأنه ثابت بالكتابة ، ما لم يتم دليل قطعي على خلافه ، كورقة مكتوبة معترف بها ، ومدون بها ما يخالف الوثيقة .

حكم الهدايا

وإذا خطب رجل امرأة ، وبعت إليها بهدية ، أو دفع لها كل المهر أو بعضه ، وامتنعت عن تزوجه ، أو امتنع وليها من ذلك ، أو ماتت قبل عقد الزواج ، فأراد الزوج أن يسترد ما أعطاه ، وامتنعت هي أو وليها عن رده ، فإنه يحكم للزوج باسترداد ما دفعه على أنه من المهر ، سواء كان موجوداً أو غير موجود . فإن كان ما أعطاه موجوداً أخذه بعينه ، ولو نقصت قيمته بالاستعمال ، وإن كان هالكاً أو مستهلكاً ، أخذ عوضه ، وإنما يرجع بالمهر لأنه معاوضة ، ولم تتم ، فجاز الاسترداد .

وأما إن كان ما أعطاه على سبيل الهدية . فله استردادها إن كانت أعيانها موجودة ، فإن هلكت ، فليس له استرداد قيمتها ، لأنها في هبتها ، كالحبة المشروطة بالعوض وهو الزوج ، فإذا لم يحصل العوض ، يحق للواهب أن يرجع في هبته ، إذا لم يكن هناك مانع من الرجوع ، وهلاك الشيء من ضمن الموانع من الرجوع في الهبة .

ومن هذا يعلم حكم كثير في زماننا من أن الرجل يخطب امرأة ، ثم يأخذ يكسوها ، ويهدي إليها في الأعياد ، أو يعطيها نقوداً للنفقة ، أو نقوداً من المهر ، إلى أن يكملها لها طمعاً في العقد عليها ليلة الزفاف ، ومن ثم فلما إن امتنعت هي أو وليها أن تزوجه ، فيحق له الرجوع عليها بما أعطاه إليها ، على أنه من المهر ، سواء كان موجوداً أو غير موجود ، ويحق له أن يرجع أيضاً بالموجود فقط بما أعطاه على أنه هدية ، وأما ما هلك من الهدية ، فلا يجوز له استرداد عوضه .

قد لا تصدقون ... ولكنها بالفعل قطع أثاث صنعت من الورق

فيه ، أنه يستطيع - الآن - أن يكله بفعالية ، وذلك لإمكانية استخدامه في تأثيث أماكن معينة ، كحجرات الأولاد ، والأطفال ، بشكل مرغوب فيه ، ومحجب إلى النفس . والقطع المنشورة في الصورة - إلى أسفل - خاصة بـ Vedemé S.P.A. ميلانو - إيطاليا ، أما تلك المنشورة على الصفحة التالية ، فهي خاصة بـ Novelty, Distr R.M.C. ميلانو - إيطاليا .

في حجرة طفل : مكتب ، وكرسى ، ومكتبة ركنية وسلة لاحتواء الأوراق ، جميعها من الكرتون . إن خطوط هذه القطع بسيطة ، وهي لهذا تبدو محبة ولطيفة

في علب خاصة ، والتركيب سهل للغاية . إن الصور المنشورة ، تمثل بعض الأماكن الموثقة - فعلاً - بقطع أثاث كرتونية . كذلك فإن بقعة اللون التي توفرها هذه القطع ، تعد بحق من ثمار هذا الاكتشاف ، الذي استثمر خامة تقليدية معروفة للإنسان منذ قرون عديدة ، واستطاع أن يوظفها - باستخدام التكنولوجيا الحديثة - في استخدامات جديدة وهامة في عمليات التأثيث . ومن الطبيعي ، أننا لا نعتقد في قدرة هذا الأثاث الكرتوني ، على الحلول - في المستقبل - محل قطع الأثاث المصنوعة من الخامات التقليدية الصلبة ، لكن مما لا شك

بعد الأطباق ، والزهور ، والمفارش ، والملابس ، نجد أن الأسواق تقدم لنا الآن ، قطع الأثاث المصنوعة - أيضاً - من الورق المقوى «الكرتون» . إن الأمر ليس بدعة جاءت على سبيل التسلية ، بل إنها قطع أثاث فعلية ، تستطيع أن تؤدي وظائفها في الاحتواء ، والتأثيث ، وفي توفير الفراغات ، والأسطح القابلة لتحمل وضع الأشياء المختلفة عليها ، وهي بطبيعة الحال ، اقتصادية ، وتناسب الأماكن التي يراد لها الاتسام بالبساطة ، والرواء ، والبهجة . واليوم ، نقدم مجموعة من قطع الأثاث التي توجد في الأسواق ، في هيئة أجزاء ، تنتظر التركيب ، ومعدة





كل قطع الأثاث، والزخارف،
وحتى غطاء السرير، الموجودة
داخل حجرة النوم الحديثة
هذه، مصنوعة من الورق.
إن قطع الأثاث من صنع
فرنسي، وهي ذات ألوان
منهجة للغاية.

واحدة من قطع الأثاث الخاصة بحجرة النوم
كرسي صغير مخصص للأطفال الصغار، وهو واحد من
العناصر التي تكون حجرة النوم. يلاحظ أن هيكله
مصنوع من الكرتون المضغوط، وأن السطح والظهر
منجذبان ومكشوفين مزينين بزهور



منضدة صغيرة وكريسيان -
من الأحمر والأخضر - للأطفال
الصغار، مصنوعة من «الكرتون»
المجتمعة بدقة، والمغطى بطبقة
من البلاستيك قابلة للفصل.
حقاً؛ إن الزخارف رائعة

لعب الأطفال



تشبهها بوالدتها ، فلا تعزبها من هذه المتعة ، واشترى لها لعبة مشابهة لأدوات المطبخ ، وعلمها كيفية استعمالها . واطلب منها أن تقوم بإعداد ما يحلو لها من أصناف ، فإن حب التقليد هنا ، يكون مفيدا لها مستقبلا ، من ناحية المقدرة والشعور بالمسئولية .

وهناك الأم التي لا يهملها مقدار ماتنتفه من نفوذ في سبيل إرضاء طفلها . فهذه هي التي تجد أمامها نوعين من العرائس ، ثمها غال ، ولكن الأولى ليست لها جميع مميزات الثانية . لذلك فهي تختار لها العروسة الثانية ، وتدفق مقابلها ثمنا باهظا ، بالرغم من تأكدها من احتمال إتلاف الطفلة لها ، وخاصة إذا كانت صغيرة السن ، لا تقدر قيمة هذا النوع من اللعب .

أما طفل الخامسة من عمره ، فإنه يكون تواقا دائما إلى الخلق والابتكار ، فهو يريد أن يصنع شيئا ما بنفسه ، ولذلك فإن أفضل لعبة يمكن تقديمها إليه ، هي اللعبة المعدنية التي تتكون من قطع متعددة ، والتي يمكن بها عمل وتشكيل العديد من البناءات ، أو الصور التي يريدها . كما يمكن تزويده بالميكانيكا المبسط ، وليس بالميكانيكا

نفس الطفل ، وتقدم له فائدة أكبر . وتشبع رغباته ، وفي ذات الوقت ، تكون في مستوى إدراكه وفهمه . ولنضرب بعض الأمثلة : الطفل مثلا يطلب كرة ، فتقوم الأم بدلا من ذلك ، بإهدائه سيارة ، طنا منها أن ذلك سيسعده أكثر . ولكن يجب مراعاة ، أن الحكم الأفضل ، أو الاختيار الأفضل ، يجب أن يكون للطفل نفسه وليس للأم . فإذا أرادت الأم أن تستبدل باللعبة التي طلبها الابن ، لعبة أخرى ، فإن عليها قبل ذلك أن تستشير ، وأن يوافق على ذلك أولا .

طفل آخر له من العمر ثلاث سنوات ، يرغب في التناء لعبة صغيرة على صورة سيارة ، ذات شكل معين ، كأن تكون من المعدن ومغلقة . هنا يجب إقناعه أولا ، بأن السيارة الأكبر حجما ، والمصنوعة من الخشب ، أفضل بالنسبة له . ويجب أيضا ترغيبه فيها عن طريق ذكر مميزات العربة المصنوعة من الخشب أمامه ، وإغراؤه ببعض النواحي الأخرى ، كأن تقول له إن السيارة الكبيرة أفضل ، وإنه يمكن جرها بجبل ، وغير ذلك .

أما طفلة السادسة أو السابعة ، فإنها غالبا ما تود المشاركة في أعمال المنزل ،

أو يبتكر ، فإنه يكون من الأفضل عدم شراء اللعب في هذه الحالة .

على أن هذه الحالة ، نادرا ما نجدها بين أطفالنا . لماذا ؟ ذلك لأن الأطفال الذين يعيشون في المدن ، بصفة خاصة ، يمضون أوقاتا كثيرة في حيز محدود من المكان ، ولهذا لا تنهيا لهم الفرصة ، ليجدوا في المحيط الذي يدور حولهم ، الوسائل ، والأدوات الطبيعية التي يمكنهم اللعب بها . كذلك فإن عامل التقليد يلعب دورا هاما جدا . فإذا كانت بنت الجيران مثلا ، لديها عروسة جميلة تلعب بها ، فإن الطفلة ، لن يلد لها ، أن تلعب بعروسة مصنوعة في البيت ، ولكنها تصر على أن تكون لها عروسة ، مثل تلك التي لجارتها .

فإن جانب أن اللعب تشبع الميول الطبيعية لدى الطفل ، فإنها أيضا تزيد الرغبة لديه في اللعب ، وتتيح فرصة لتطويره ذهنيا . ومن هنا كانت أهمية اللعب بالنسبة للطفل ، فهي ليست إنفاقا للأموال لا مبرر له ، كما يظن بعضهم .

ما هي اللعب التي يمكن تقديمها للطفل؟

يمكن القول ، بصفة عامة ، بأن أفضل اللعب ، هي تلك التي تدخل البهجة على

كلنا يعلم على وجه اليقين ، ما للعب الخاصة بالأطفال ، من أهمية كبرى في جوانب التربية المختلفة . لذلك سنحاول هنا مناقشة بعض الموضوعات التي تتعلق بهذه الناحية ، وذلك عن طريق الرد على بعض الأسئلة التي لابد أن تراود الكثيرين من الآباء والأمهات .

هل يجب إعطاء الأطفال ألعابا معينة ؟

وهذا السؤال يطرحه كثير من الأهل ، خاصة هؤلاء الأكثر تزمنا وصرامة ، أو البخل . فهؤلاء يظنون أن اللعب إنما تعمل على إفساد الطفل ، ومن ثم فهم يفضلون أن يكون لعب الطفل بالقليل منها ، كما كان سائدا فيما مضى ، أو كما يحدث حاليا في الريف ، حيث يلعب الأطفال بالقليل من قطع الخشب ، أو أي مواد أخرى ، يعملون على تشكيلها ، تبعا لأهوائهم ، وإراداتهم . فن المؤكد أنه إذا وجد الطفل لديه أدوات اللعب ، فإنه يعمل على قتل وقت فراغه بها ، دون حاجة إلى لعب مصنوعة جاهزة ، أو بمعنى آخر ، إذا وجد أن الطفل لديه هواية الابتكار والتجديد وأنه لا يحتاج إلى اللعب التي لا تجعله يفكر

كيف تدور ، وم تتكون . لا تنفسي من ذلك ، فهذا دليل على ذكاء الطفل ، وعلى أنه لا يتقبل الأشياء والأمور كما هي ، ولكنه يبحث ، وينقب ، ويحاول معرفة كل ما هو خاف عنه ، إن ذلك يعتبر مؤشرا على حسن تصرف الطفل ، وسلامة أفعاله مستقبلا .

الطفل الذي لا يرغب في اللعب :

إذا كان الطفل يعرض عن اللعب ، فإن الأم غالبا يساورها القلق من هذه الناحية فابتعاد الطفل تماما عن اللعب ، وعزوفه عنه ، قد يكون له كثير من الدلالات ، خاصة إذا استمر الطفل سائرا في طريقه . إن ذلك يتم عن قصور لدى الطفل في ناحية معينة ، سواء من الناحية النفسية ، أو الجسدية . فقد يكون السبب في ذلك ، منعه من اللعب بطريقته الخاصة فيما مضى ، أو أنه كان يطلب منه دائما عدم إثارة الضوضاء في وقت اللعب ، أو أنه كان ينهر دائما بعد اللعب ، بسبب اتساع ملاعبه ، وغير ذلك . وقد يكون السبب أيضا شعوره بالنقص ، بالتقياس إلى أقرانه ، بسبب ابتعاد الأصدقاء عنه ، أو عدم نجاحهم معه ، أو أنه يريد إثبات وجوده ، والتعبير عن ذاته ، وأنه قد بلغ مرحلة أكبر من السن ، فهو يريد ألا يبدو طفلا صغيرا ، إذ أنه قد كبر ، وابتعد عن لعب الأطفال .

بعد هذا الاستعراض السريع لبعض الحالات التي يتعرض لها أطفالنا في أوقات ومن اللعب ، يمكن القول بأن القليل من المساعدة والتشجيع للطفل ، لازمان تماما له مع العمل من وقت إلى آخر ، على متابعة تطور الطفل ، وبالتالي تطوير نوع اللعب ، التي تقدم له . كذلك يجب متابعة الطفل ، بصفة مستمرة ، أثناء اللعب ، والتعرف على ميوله ، ورغباته ، ومحاولة تنمية المواهب الكامنة فيه ، وتشجيع الاتجاهات الخلاقة لديه ، وترك المزيد من الحرية له أثناء اللعب . وإذا كان يريد الانضمام إلى مجموعة من الأطفال عند اللعب ، فلا بأس من ذلك ، إذ لا ضرر في اتجاهه هذا .

التقود لشراء اللعب المختلفة ، ولكن في هذه السن بالذات ، يمكن الاستعانة باللعب المصنوعة يدويا ، والتي تقومين بإعدادها بنفسك . ولا تنسى أن الطفل في هذه السن ، يفرح بالألوان ، وكل ما هو مزخرف ، أو مزين . تابعي طفلك أثناء لعبه ، وتعرفي على ميوله الطبيعية ، من خلال تلك اللعب . ولا شك أنك ستكتشفين أشياء وأشياء كانت خافية عليك .

أما الطفل الأكبر سنا ، فإنه يتفهم بعض الشيء ، طبيعة اللعبة المقدمة له . لذلك فإنه يفضل أن يستمر في اللعب بها ، حتى يسأمها ، ولا تعود إليه الرغبة في اللعب بها ثانية ، حينذاك يبدأ في البحث عما هو جدير بالنسبة له . اتركي له المجال ، الذي يستطيع في نطاقه إيجاد لعب أخرى . وهذا النوع من الأطفال ، يتعين أن يكون له دائما زملاء في اللعب ، فكل طفل لديه لعبته ، ويمكنهم جميعا أن يلعبوا سويا ، وأن يتبادلوا اللعب ، كل مع الآخر ، على ألا يزيد عددهم على اثنين . وإذا أردت أن تطول فترة استمتاع طفلك بلعبة ما ، فيجب عليك أن تختاري له اللعبة التي تشد انتباهه ، والتي تتطلب منه تفكيراً ومجهوداً أكثر ، كاللعب التي تفك أجزاءها ، ويعاد تركيبها ، ويصنع منها العديد من الأشكال .

الطفل القليل الاعتناء بلعبه ، كيف يمكن إصلاحه ؟

وهنا أيضا يمكن أن تكثر التفسيرات . فقد لا تعجبه اللعبة أو لا تروق له . ومن ثم يتعين عليك أخذ اللعبة منه ، وإخباره أنه لن يأخذها ، إلا عندما يرغب في ذلك . وقد تكون اللعبة محبة إلى نفس الطفل ، ولكنه يتسم بعدم النظام ، والميل إلى الفوضى ، فهنا يجب تقويمه ، وجعله يألف النظام ، وذلك عن طريق تهذيب سلوكه وتصرفاته ، وتنمية شعوره بالمسئولية . وثمة تفسير آخر ، وهو أن الطفل ، لشدة إعجابه باللعبة ، يود اكتشافها ، ولذلك فإنه عندما تقدمين إليه سيارة مثلا ، يحاول أن يفتحها ، ويعرف

من اختصاص السيدات فقط ، لأن ذلك سيفرس في نفسه فكرة دائمة ، بأن عمل المرأة ، إنما يقتصر فقط على الأعمال المنزلية ، وأنه ليس لها أن تخرج عن هذا النظام . لذا يجب تركه ، فكلما كبر ، وشعر بما يحيط به ، كلما قل اهتمامه تدريجيا ، وانتفت إلى لعب أخرى . وهناك طريقة أخرى ، يمكن استعمالها وهي ذات نفع كبير ، وتتلخص في أن يحاول الأب ، أن يتفرغ بعض الوقت للجلوس مع الطفل ، وأن يعمل على تشجيعه ، وتعليمه القيام ببعض الأعمال التي يجدها محبة إلى نفسه ، وبذلك فإن الطفل سيتجه شيئا فشيئا ، اتجاهها آخر .

الطفل ينتقل بسرعة من لعبة إلى أخرى هل هذا حسن ، أم أنه هناك إصلاحا لازما لذلك ؟

إن هذا التقلب وعدم الاستقرار في اللعب ، قد يكون له أكثر من معنى . فإنه خلال السنة الأولى من عمر الطفل ، تكون فائدة اللعب ، تنشيط الطفل ، فهو ينمي ، ويطور رؤيته ، وأحاسيسه ، عن طريق اللمس والسمع . مثال ذلك اللعب التي تعلق له في الفراش ، والتي تهتز باهتزاز السرير ، أو التي تحدث صوتا كالجرس الصغير ، وغيرها . ففي هذه المرحلة من العمر ، لا يلزم الطفل الكثير من اللعب ، ولكن قد تكون هناك حاجة إلى التغيير ، بعد الشعور بأن الطفل قد سئم اللعبة التي أمامه . ويمكن تنويع اللعب ، فمثلا يمكن أن يحصل جرس صغير ، وكرة ، و « خشيشة » محل ثلاث كرات ، أو حتى كرة واحدة كبيرة ، وبذلك يمكن تقديم لعبة واحدة للطفل ، ثم تقديم الأخرى ، ثم الثالثة ، وهكذا ، إلى أن يعمل كلا منها ، ويكون قد نسي سابقتها ، فيعاد تقديمها إليه وهكذا . أما إذا قدمت له اللعب الثلاث في وقت واحد ، وانتقل من لعبة إلى أخرى بطريقة طبيعية ، فلا ضرر في ذلك ، ولكن إذا لاحظت أنه يبدو متضايقا ، أو متمللا ، فالأفضل تغيير اللعب . وليس معنى ذلك ، أن تسرق في إنفاق

الكبير ، ذي المسامير والصواميل الذي لا يتناسب وسنه . كذلك هناك بعض الألعاب التي تتكون من القطع الخشبية ، ذات الاستعمالات الكثيرة ، أو المصنوعة من البلاستيك .

طفلي لديه العديد من اللعب ، ولكنه يفضل أن يلعب دائما بلعبة معينة فلماذا ؟

في هذه الحالة ، يجب عدم منع الطفل من اللعب باللعبة التي تروق في ناظره ، لأن زمنها لم ينته بعد . فإن الطفل هو الحكم الوحيد على مدى صلاحية ، ومدة استعمال اللعبة ، وهو الذي يعرف تماما متى يمكنه استبدال لعبة بأخرى . لذا يجب عليك أن تعلمي يا سيدتي ، أن تعلق الطفل بلعبة معينة ، إنما يمثل انعكاسا لنفسيته ، ولهذا يجب ترك الطفل يختار لعبته بحرية ، ونتيجة إلى أن يزول تعلقه بلعبته المفضلة ، نتيجة لشعوره بعدم الرغبة فيها . فلا تقطعي أواصر الصداقة التي نشأت بين الطفل ولعبته ، فقد أصبحا صديقين ، ومن المعلوم طبعاً أن الأصدقاء لا يمكن تغييرهم بسهولة . وهناك ملاحظة هامة يجب مراعاتها ، ألا وهي أنه يجب العمل على سحب اللعب التي لا تشغل بال الطفل ، والتي لا يستعملها ، على أن يكون ذلك بدون علمه ، وذلك للعمل على تقديمها إليه في وقت لاحق ، بعد أن يكون قد نسيتها تماما ، أو عندما يفتر اهتمامه باللعب القديمة .

عندما يحب الطفل أن يلعب بالعروسة ، أو يحبك لها الملابس ، أو يقوم بأعمال المطبخ :

ليس هناك ما يدعو للقلق من هذه الناحية . فإن عرض الكثير من اللعب الأخرى عليه ، لن يثير اهتمامه ، لأن حبه للتقليد ، والتمثيل بما حوله ، هو الدافع له على ذلك . فإنه يحب لأمه ، وتعلقه بها ، إنما يريد أن يتشبها بها ، ويقوم بمساعدتها ، عن طريق تعلم ما تقوم به بنفسها من أعمال . وعلى الأم في هذه الحالة ، أن تتركه ، وألا تحاول أن تلت نظره ، إلى أن هذه الأعمال لا يقوم بها الرجال عادة ، وأنها

نصائح عملية

من الواجب ، الالتزام بإرشادات طبيب الأطفال ، فهو الذى يقرر الوقت المناسب لبدء الطعام ، وهو أيضاً الذى يطمئن الأم عما إذا كان النظام المتبع سليماً من عدمه . وفى النهاية ، فهو الذى يحل مشكلة عدم تقبل الطفل لأحد الأطعمة ، ويحدد النسب اللازمة من الكالسيوم ، والأملاح المعدنية .

التغذية الجيدة لا تكفى !

إن الهواء النقي ، والشمس ، والحركة ، والعناية البدنية ، كل أولئك من الضروريات اللازمة لصحة الطفل . شأنها فى ذلك شأن التغذية الجيدة .

فالشمس والهواء ، لا يكسبان الأطفال هذا اللون الوردى الذى يسعد الأمهات فحسب ، بل إنهما يساعدان على النمو السليم لعظام الطفل . فالمعروف أن الكالسيوم هو المادة الأولية للهيكل العظمى ، وأنه موجود بكمية كبيرة فى اللبن ومشتقاته . وبمساعدة توافر فيتامين « د » على احتفاظ العظام به . وحتى يحصل الجسم على القدر الكافى من هذا الفيتامين ، يكتفى تعريضه للشمس ، إذ أنه فى الكولسترول ، توجد مواد تتحول إلى فيتامين « د » على أثر مفعول الأشعة فوق البنفسجية .

كما يوجد هذا الفيتامين فى بعض الأطعمة مثل البيض ، واللبن ، وكبد الحوت (وبالطبع فإن كبد الحوت يعطى فى صورة مستحضر ، مثل زيت كبد الحوت الذى طالما تسبب فى تضرر الأجيال السابقة) . غير أن الكميات الموجودة بهذه الأطعمة جد قليلة ، إذا ما قورنت بالكمية التى يحتاجها جسم فى مرحلة نمو . والدليل على صحة ذلك ، هو أن طبيب الأطفال ، يشير بتناول كميات مركزة من هذه المستحضرات يومياً ، أو تناول جرعة أقوى مرة كل أسبوعين .

ولا يجب إعطاء الطفل أى دواء ، دون استشارة الطبيب ، فهو الوحيد الذى فى استطاعته تحديد جرعة الفيتامين « د » ، ذلك أن زيادة هذا الفيتامين فى

ابتغاء تحقيق التنوع فى الغذاء ، سواء من ناحية العناصر المكونة لها ، أو من ناحية طريقة تقديمها . وبهذا يبدأ الطفل فى الاعتياد على الاستمتاع بتناول الطعام . وبعد الطعام ، وإلى أن يبلغ العام الأول من عمره ، يحتاج الطفل إلى مائة سعر حرارى ، لكل كيلوجرام من وزنه . فالطفل الذى تبلغ سنه تسعة شهور ، والذى يزن تسعة كيلوجرامات ، يجب أن يحصل على تسعمائة سعر حرارى يومياً . وإذا بلغ وزنه فى نهاية العام الأول ١٠,٢٠٠ كيلوجرامات فسيكون فى حاجة إلى ١٠٢٠٠ سعراً حرارياً تقريباً . وقد يحدث أن يرفض بعض الأطفال تناول اللبن ، بعد تذوقهم الحساء المملح . فهم لا يقبلونه إلا فى الصباح ، عندما يكونون جوعاً ، وبعد ذلك يصرون على رفضه . وفى هذه الحالة ، يجب العمل على تزويد مثل هؤلاء الأطفال بمحاجتهم من الألبان (٥٠٠ جرام على الأقل ، للحصول على كمية الكالسيوم التى لا غنى عنها) ، وذلك بتقديم الكريمات الخفيفة والمصنوعة من اللبن ، وإضافة بعض اللبن للحساء .

ومن الأشياء المستحبة ، تقديم الفاكهة المهروسة ، أو المبشورة (مثل الموز ، والتفاح ، والشمس ، والكبرى) المضاف إليها اللبن والسكر . ويلاحظ أنه ينبغى تجنب القراولة ، والكريز ، والعنب ، والقراصية . فى هذه السن المبكرة ، وخاصة إذا كان الطفل يميل إلى كثرة التبرز .

ويمكن تجربة البسكويت المبسل باللبن . ومن الأطعمة التى ينصح بها اللبن الزبادى . ويجب ألا يفوتنا أن مرحلة الطعام ، من أدق المراحل فى حياة الطفل ، سواء من الناحية الصحية ، أو من الناحية النفسية . وسنعود فى عدد قادم ، فتكلم عن أثر الطعام فى نفسية الطفل ، عندما نتعرض لموضوع تطوره النفسى .

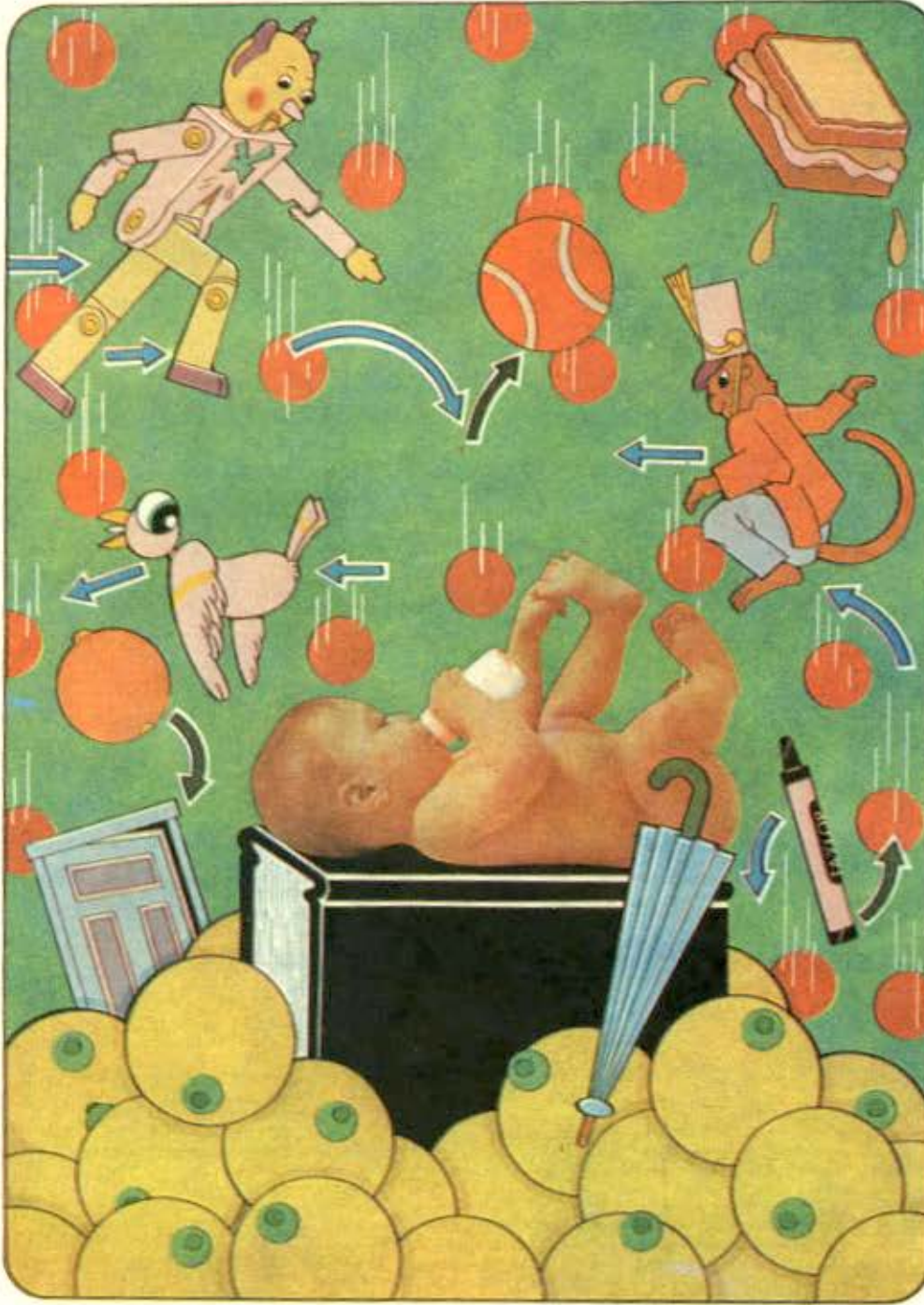
ولكى تغلبى على المشاكل التى قد يتعرض لها طفلك ، نتيجة لاتباع نظام غذائى معين ، بغدو

إذا كان طفلك يجد صعوبة فى تناول الأطعمة ذات القوام الغليظ بالملعقة ، فمن الأفضل أن تبدئى بتقديم حساء الخضار المصفاة ، بحيث تكون خفيفة القوام ، حتى يمكنه تناولها « بالهزأة » (وفى هذه الحالة ، اعلمى على توسيع ثقب الحلمة) ، وبذلك تساعدته على التعرف على المذاق الجديد ، وعلى الاعتياد ، فيما بعد ، على تناول الأطعمة الأغظ قواماً . باستخدام الملعقة .

وكقاعدة عامة ، يجب على الأم اختيار الوقت الذى تكون فيه صافية النفس ، هادئة المزاج ، لإعطاء أول وجبة مملحة لطفلها ، لأن تور أعصابها المحتمل ، يمكن أن ينتقل إلى الطفل ، فبأى تقبل هذا الصنف الجديد . ولو تبينت الأم أن طفلها لا يميل إلى المملحات فيمكنها ، فى بادئ الأمر ، إضافة بعض السكر لحساء الخضار المصفاة ، على أن تقلل الكمية شيئاً فشيئاً . ويجب ألا يفوتنا أن تكون كمية الملح التى تقدم للطفل ، أقل من المذاق الذى يستسيغه البالغون . ولا ينصح بالبدء بتقديم الأطعمة السكرية مثل (المهلبية ، والكريمات الخاصة بالأطفال والتى تباع معلبة فى الأسواق) ، لأنها تروق للأطفال إلى حد بعيد ، وقد تحمل الطفل على رفض الحساء مستقبلاً .

ولإعداد حساء الخضار المضاف إليه مسحوق الحبوب ، ثمة منتجات معلبة فى الأسواق ، يكتفى بإذابة محتوياتها فى بعض الماء الدافئ الذى سبق غليه . ومن الناحية الصحية ، تعتبر هذه المنتجات صالحة للغاية . غير أنه قد يحدث ألا تروق للطفل ، أو أن تعتقد الأم أن الأطعمة المعدة فى المنزل ، تفضل تلك المنتجات المعلبة ، حتى إنها تتردد فى إعطائها لياها . وفى هذه الحالة ، يستحسن إعداد كل شئ فى المنزل .

وفى حالة عدم وجود عقبات ، أى عندما تتأكد الأم من أن طفلها يحب الأطعمة الجديدة ويحسن هضمها ، يمكنها إعداد بعض أصناف أخرى ،



الجسم ، قد تكون لها عواقب سيئة . ولذا فمن المستحب
تعريض الطفل للهواء الطلق ، وتعريه ذراعيه وساقيه
منذ الشهور الأولى ، إذا كان الجو مناسباً ! وعندما
يكبر ويبدأ في الانتقال دون مساعدة من أحد ،
يجب تعريض جسمه بالكامل للشمس .

ويتميز الأطفال الذين يعيشون في الريف ، بطبيعة
الحال ، عن غيرهم . أما من يعيشون في المدن ،
فلأنهم في الواقع يكونون في حاجة إلى العرض على
الأطباء مرات أكثر ، للوقوف على كمية فيتامين
« د » التي يحتاجونها ، إذ أن نقص هذا الفيتامين
في الجسم ، مدعاة إلى الإصابة بالكساح . صحيح
إن هذا المرض أصبح نادر الحدوث في أيامنا هذه ،
غير أنه يمكن أن يظهر ، إذا كانت ظروف المعيشة
سيئة .

ومن الأمور التي لا غنى عنها للأطفال المقيمين
في المدن ، الخروج للنزهات في الهواء الطلق ،
والاستمتاع في عطلات نهاية الأسبوع ، بالرحلات
في الأماكن المشمسة ، على شريطة ألا نبالغ في ترك
الأطفال في الشمس لمدة طويلة في السنة الأولى
من عمرهم . ففي هذه السن ، يجب أن يتم تعريضهم
لأشعة الشمس تدريجياً ، على ألا يتم ذلك عندما تكون
الشمس في ذروتها ، ومن المستحسن إلباسهم
قبعة ، لوقاية رؤوسهم .

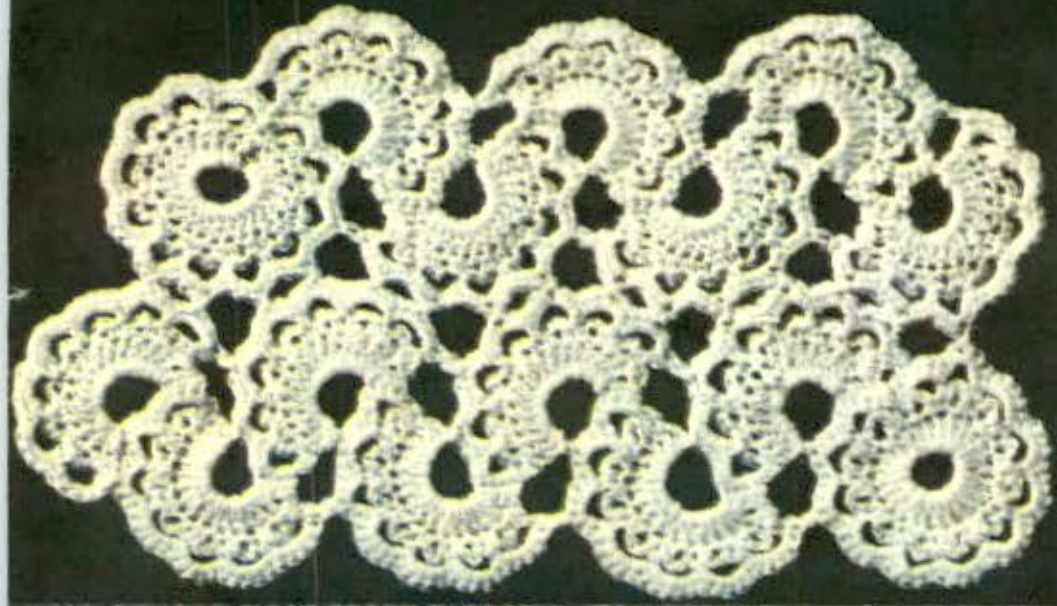
وإذا وجد الطفل على ساحل البحر ، فيجب
ألا يصطحبه أبواه إلى الشاطئ في الأيام الثلاثة أو الأربعة
الأولى ، وبعد هذه المدة ، يمكنهما الذهاب به
إلى « الهلاج » صباحاً قبل الساعة الحادية عشرة ،
ومساءً بعد الرابعة . وفي الأيام التي يكون فيها الجو
جميلاً ، يمكن اصطحاب الطفل في زيارات في عربته
الخاصة به .

وتعتبر النزهات في الأماكن التي تكثر فيها
الأعشاب ، وبين الأشجار ، مفيدة للغاية . فما أجمل
أن يقضي الطفل بعض ساعات من الصباح ،

على غطاء مفروش على الأرض المنبسطة ، بين
الشمس والظل !

ومن الأشياء غير المستحبة ، إقامة الأطفال الذين
تقل أعمارهم عن عام ، في الجبال ، على ارتفاع يزيد
على ألف متر ، في حين ينصح بإقامتهم في الجبال
الأقل ارتفاعاً ، أو في المناساطق الريفية ، بشرط أن

تخلو هذه الأماكن من الرطوبة .
وأخيراً ، نود أن نستعرض النظر ، إلى أن الطفل
الذي لم يبلغ بعد السنتين من عمره على الأقل ، لا يكون
قادراً في العادة على تحمل برودة جو الجبل ، كما أن
ثقل الملابس التي قد تضطر إلى فرضها عليه لحمايته
من البرودة ، قد تسبب في إعاقة حركته .



شال أنيق

نقدم لك يا سيدتي ، فكرة رائعة لعمل شال ، يمكن ارتداؤه مع فستان بسيط ، وأنيق ، في ليالي الأعياد ، فيضئ عليك فتنة ، وجمالاً . والشال الذي سنشرح لك طريقة شغله ، من اللون الأسود ، الذي يتلاءم وجميع ألوان الفساتين ، وهو مشغول بالكروشيه .

لوازم الشال :

٦٥٠ جراماً من الخيط الحريري الأسود « فتلة سمكة » ، أو ٥٠٠ جرام من خيط صوف أسود أربع فتلات - إبرة كروشيه رقم ٣ .

الغرز المستخدمة

١ - الغرزة الساقطة :

أدخل إبرة الكروشيه في إحدى عيون السلسلة الأساسية ، ثم اسحب الخيط من نفس العين ، واعمل لفة على إبرة الكروشيه ، وخذي الغرزتين في غرزة واحدة .

٢ - الغرزة العليا « العمود »

خذي لفة على الإبرة ، وأدخلي الإبرة في عين من السلسلة الأساسية ، ثم اعمل لفة ، وأخرجها من عين السلسلة ، فتكون بذلك على الإبرة ثلاث غرز . اعمل لفة ، وخذي ٢ فيها ، أي ٢ في واحدة ، ثم اعمل لفة أخرى ، وخذي الغرزتين المتبقيتين في واحدة .

٣ - غرزة امروحة !

ابدئي الشغل بعشر غرز سلسلة طائرة ، واقفليها معاً بغرزة ساقطة جداً ، لتحصلي على دائرة صغيرة .

الدورة الأولى

اشتغلي ٣ غرز سلسلة طائرة ، أدخل الإبرة في وسط الدائرة ، ثم اشتغلي ٢٣ غرزة عمود ، وأنهى الشغل بغرزة ساقطة جداً ، على ثالث غرزة سلسلة التي اشتغلتها في بداية الدورة . بعد ذلك اشتغلي غرزة سلسلة من أجل الدوران .

الدورة ٢

• غرزة ساقطة على كل واحدة من ال ٢ غرزة عمود اللتين تجديهما في اليسار ، ثم اشتغلي ٣ غرز سلسلة • كرري ما بين العلامتين ، حتى تتكون لديك ١٢ فيونكة ، وأنهى هذه الدورة بغرزة ساقطة جداً ، فوق الغرزة الساقطة التي اشتغلتها في بداية

أشغال إبرة

- اشتغلي المروحة الثانية . وفي نهاية الدورة رقم ٨ اشتغلي غرزة سلسلة ، وغرزة ساقطة على قمة القوس الحرة للوحدة الكاملة المشغولة بالشريط الثاني ، التي توجد بجهة اليسار . اشتغلي بعد ذلك غرزة سلسلة . وفي خلال الدورة رقم ٩ أوصلي القوسين الأوليين للمروحة التي تشغل بالقوسين الحرتين للمروحة الموجودة بالشريط الأول . أوصلي القوسين التاليين للمروحة المشغولة ، بالقوسين الأوليين الحرتين للمروحة التالية بالشريط الأول التي توجد بجهة اليمين . واصلی الشغل دائماً بنفس النظام .

- وفي الطرف الأيسر للشريط الثاني ، اشتغلي مروحة حرة . وفي الطرف الأيمن ، أوصلي على عكس ذلك ، المراوح بتلك المراوح الموجودة بالشريط المشغول سابقاً .

- وبالنسبة للشريط الثاني أيضاً المشغول بوحدة كاملة مكونة من ٤٢ مروحة ، أوصلي آخر مروحة بقوسى الوحدة الكاملة للشريط الأول . ثم اشتغلي أربعة شرائط أخرى ، على أن توصليها في كل مرة ، كما شرحنا بالنسبة للشريط الثاني .

الخطاطة

اعملی تشطيطات الأجناب الطويلة بالطريقة التالية : ابتدئي في القوس السادسة الحرة للوحدة الكاملة الأولى ، واشتغلي غرزة ساقطة فوق الغرزة الأولى مباشرة . وفوق الغرزة الثانية ، وفوق الغرزة الثالثة للقوس (أى ٣ غرزة ساقطة ، فوق الـ ٣ غرزة الساقطة التي تكون القوس) . ثم اشتغلي ٣ غرزة سلسلة ، وغرزة ساقطة على التوالي ، فوق الغرزة الرابعة الساقطة ، والغرزة الساقطة الخامسة للقوس نفسها . ثم اشتغلي غرزة ساقطة على التوالي ، فوق الغرزة الأولى والثانية الساقطة للقوس التالية . وبعد ذلك اشتغلي غرزة ساقطة فوق الثانية والثالثة الساقطة للقوس التالى ، واشتغلي ٣ غرزة سلسلة ، ثم غرزة ساقطة على التوالي ، فوق الغرزة الرابعة والخامسة الساقطة لنفس القوس . ثم اشتغلي غرزة ساقطة على التوالي ، فوق أول وثاني وثالث غرزة ساقطة للقوس التالية . وعقب ذلك ، اشتغلي ٣ غرزة سلسلة ، ثم غرزة ساقطة على التوالي فوق رابع وخامس غرزة ساقطة لنفس القوس . ثم اشتغلي غرزة ساقطة على التوالي ، فوق أول وثاني وثالث غرزة ساقطة للقوس التالية . وعقب ذلك ، اشتغلي ٣ غرزة سلسلة ، ثم غرزة ساقطة على التوالي فوق رابع وخامس غرزة ساقطة لنفس القوس . كررى ما بين العلامتين .

- اعملی تشطيطات الأطراف القصيرة ، بفرانشات مكونة من مجموعة من الحيوط ، طول كل مجموعة ١٥ سم . وتركب الفرانشات سواء في كل قوس حرة ، أو في نقطة وصل كل شريط .

- واصلی الشغل ، على أن تبدئي دائماً من الدورة الخامسة ، وعلى أن تشغلي دائماً سلسلة وغرزة ساقطة على قمة القوس الموجودة بجهة اليسار لآخر مروحة كاملة اشتغلتها .

التشفيد

- اشتغلي شريطاً بغرزة المروحة المكونة من الشكل كاملاً . وعندما تذهبن كلية من شغل المروحة رقم ٤٢ أسى الشريط ، بأن تقفلي آخر مروحة بغرزة سلسلة ، وغرزة ساقطة ، على قمة القوس الموجودة إلى يسار المروحة السابقة .

- اشتغلي بعد ذلك شريطاً آخر ، على أن تبدئي كما بينا بالنسبة للشريط الأول ، بالشكل المكتمل . ثم ضعى بعد ذلك الشريط الأول يمين الشريط الثاني ، بالصورة التي تكون فيها آخر مروحة بالشريط الأول ، بجانب الشكل الكامل الذى بدأت به الشريط الثاني .

- وأثناء شغل الدورة رقم ٤ للشكل الكامل الذى يشكل بداية الشريط الثاني ، اشتغلي ٥ غرزة ساقطة أسفل كل قوس من الـ ٥ أقواس السابقة . وفي القوس رقم ٦ اشتغلي ٣ غرزة ساقطة ، ثم غرزة سلسلة ، وأخرجي لإبرة الكروشيه من الحيط ، أى من عين غرزة السلسلة ، وأدخلی الإبرة في الغرزة الثالثة الساقطة ، التي توجد على اليمين مباشرة . بعد ذلك أدخلی الإبرة من جديد ، في عين السلسلة التي سبق أن تركتها ، وأخرجيها من الغرزة الساقطة التي أدخلت فيها الإبرة ، ثم اشتغلي بعد ذلك غرزة سلسلة ، ٢ غرزة ساقطة في القوس المشغولة . وبهذه الطريقة ، تكونين قد أوصلت الشريطين معاً . كررى ما بين العلامتين ، كى تكلى شبك الشريطين معاً ، من جميع الجوانب . أوصلي القوس التالية بالوحدة المشغولة ، بالقوس التالية لآخر مروحة بالشريط الأول ، وأوصلي القوسين التاليين للوحدة المشغولة ، بالقوسين الحاليين للمروحة التالية الموجودة بالشريط الأول .

- اشتغلي بعد ذلك ٥ غرزة ساقطة مباشرة ، أسفل القوس العاشرة والحادية عشرة والثانية عشرة للوحدة المشغولة بالشريط الثاني ، ثم اشتغلي غرزة سلسلة .

- اقلبي الشغل ، ثم اشتغلي غرزة ساقطة فوق كل غرزة من الغرز الثلاث الساقطة لآخر قوس للوحدة الأولى المشغولة . وعندئذ اشتغلي أول مروحة للشريط الثاني ، متبعة في ذلك نفس الخطوات التي شرحناها لك ، بالنسبة لشغل المروحة الأولى بالشريط الأول .

- وفي نهاية الدورة رقم ٨ اشتغلي غرزة سلسلة ، ثم غرزة ساقطة على قمة القوس الوحدة السابقة المشغولة والموجودة باليسار .

للدورة ، ثم اشتغلي غرزة سلسلة من أجل الدوران .

الدورة ٢

٤ غرزة سلسلة ، غرزة ساقطة فوق أول غرزة ساقطة التي توجد في جهة اليسار . كررى ما بين العلامتين ، وانهى الدورة بغرزة ساقطة جداً ، فوق أول غرزة ساقطة توجد في بداية الدورة . وبذلك تكون قد تكونت لديك ١٢ قوساً ، ثم اشتغلي غرزة سلسلة للدوران .

الدورة ٤

اشتغلي ٥ غرزة ساقطة ، تحت كل قوس تكون من الدورة السابقة ، ثم اشتغلي غرزة سلسلة من أجل الدوران .

الدورة ٥

٣ غرزة ساقطة في وسط القوس الأولى التي توجد باليسار ، ثم ٨ غرزة سلسلة ، غرزة ساقطة على الـ ٣ غرزة الساقطة للقوس السابقة ، و ٢ غرزة سلسلة من أجل الدوران .

الدورة ٦

أدخلی لإبرة الكروشيه تحت قوس الـ ٨ غرزة سلسلة طائفة ، ثم اشتغلي ١٥ غرزة عمود ، وانهى هذه الدورة بغرزة ساقطة ، على أول غرزة ساقطة اشتغلتها في الدورة السابقة ، واشتغلي غرزة سلسلة من أجل الدوران .

الدورة ٧

أدخلی لإبرة الكروشيه بين آخر غرزة ساقطة اشتغلتها في الدورة السابقة ، وبين غرزة العمود التي تليها ، ثم اشتغلي غرزة ساقطة ، و غرزة ساقطة أخرى فوق أول غرزة عمود توجد إلى اليسار . ثم اشتغلي ٣ غرزة سلسلة ، غرزة ساقطة فوق كل غرزة من غرزتين العمود التاليين . كررى ما بين العلامتين ، إلى أن تحصلي على ٧ فيونكات ، وانهى هذه الدورة بغرزة سلسلة من أجل الدوران .

الدورة ٨

اشتغلي غرزة ساقطة فوق الغرزة الساقطة الموجودة بجهة اليسار . ثم اشتغلي ٤ غرزة سلسلة ، غرزة ساقطة فوق أول غرزة من الغرزتين الساقطتين الموجودتين بجهة اليسار . كررى ما بين العلامتين ، إلى أن تحصلي على ٧ أقواس ، ثم اشتغلي غرزة سلسلة ، و غرزة ساقطة فوق الغرزة الثالثة الساقطة للقوس الموجودة بيسار الشكل السابق ، بعد ذلك اشتغلي غرزة سلسلة للدوران .

الدورة ٩

٥ غرزة ساقطة أسفل كل قوس بالدورة السابقة (وبهذه الطريقة تكون قد تكونت لديك مروحة) . استأنئي الشغل من الدورة رقم ٥ واشتغلي مروحة أخرى . وفي نهاية الدورة رقم ٨ اشتغلي غرزة سلسلة ، ثم غرزة ساقطة على قمة القوس الأولى التي توجد بجهة اليسار للمروحة الكاملة . وعندئذ اشتغلي الدورة التاسعة .



الجزء الأبيض لقشور البرتقال بقدر المستطاع ،
ذلك لأن هذه القشور البيضاء ، تجعل طعم
الجيلاتين يشوبه شيء من المراحة .
- انقعي أوراق البرتقال « الجيلاتين » في ماء بارد .
- صفي فصوص البرتقال بمنخل سلك ، أو
بمصفاة يدوية .
- ضعي عصير البرتقال في كسرولة ، وأضيفي
إليه عصير الليمونة + السكر السنترفيش .
- ضعي الكسرولة على النار ، واتركي العصير
ليغلي ، إلى أن يتكثف الشراب ، ويغلظ قوامه
لحدا ما .
- وعندئذ انزععي الكسرولة من على النار ،
وأضيفي إلى العصير على الفور ، الجيلاتين
المذاب تماما ، وقلبيه بشدة ، حتى يختلط
الجلاتين مع شراب البرتقال اختلاطا تاما .
- صبي هذا الخليط في طبق واسع وعميق ، وضعي
الجلاتين بالبرتقال في الثلاجة ، إلى أن
يتجمد .
- وقبل تقديم سيق البرتقال بالجيلاتين بعشر
دقائق ، قطعيه إلى مكعبات ، وأملئي به
قشور البرتقال .
- قومي بخفق القشدة يرفقة ، حتى لا تتحول
إلى زبد من شدة الخفق ، وأضيفي إليها السكر

المقادير

ست ثمرات برتقال - ٢٥٠ جرام سكر
سنترفيش - ٥٠ جرام سكر ناعم - ٢٥٠ جرام
قشدة أو كريمة لباني - ليمونة - ورقنا جيلاتين
« تنقال » .

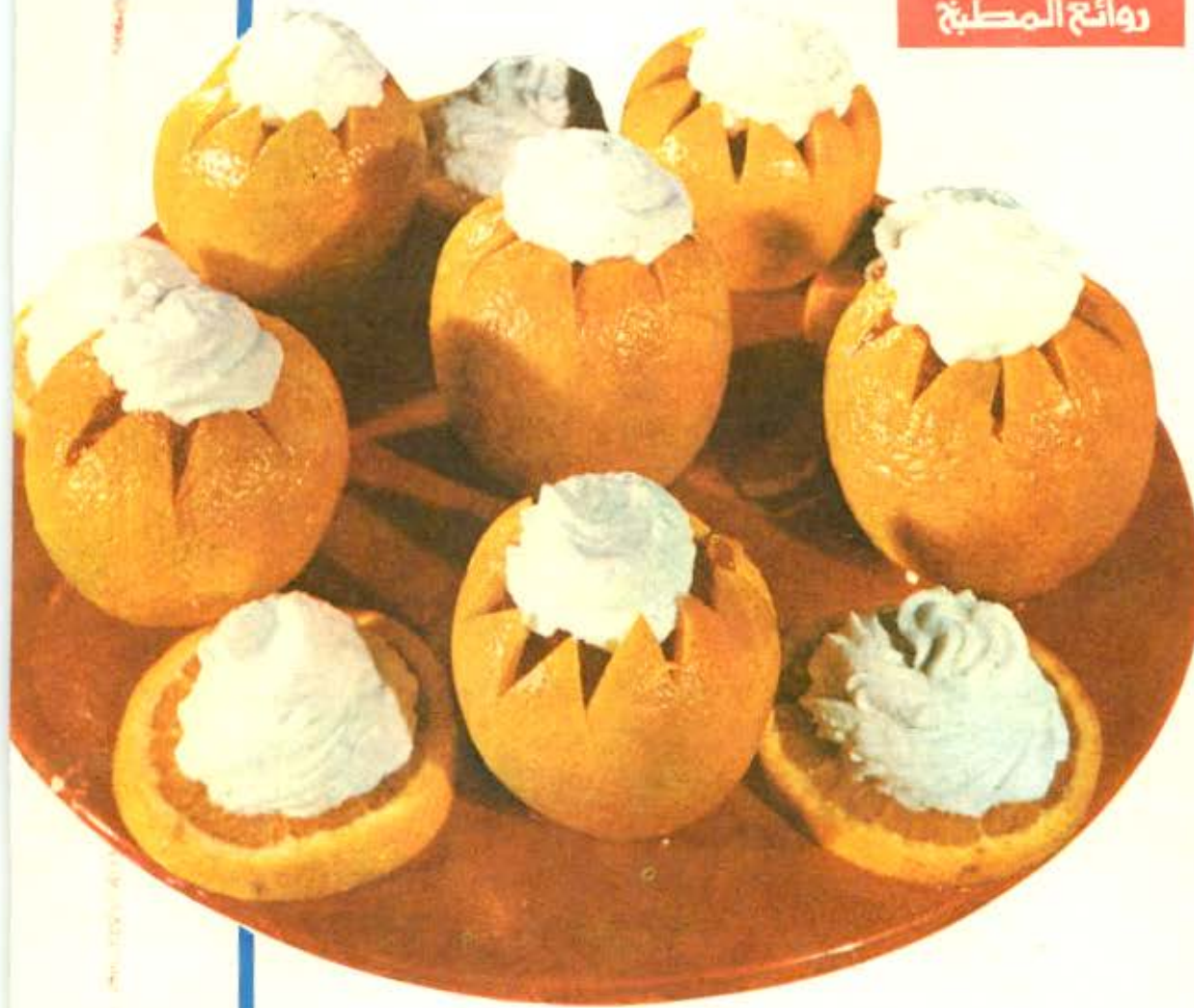
الطريقة

- اختاري ثمار البرتقال المتساوية الحجم بقدر
المستطاع ، وذات القشرة الرقيقة .
- وبقطع أفقي ، اقطعي جزءاً من أعلى قشرة كل
برتقالة ، وأفرغي قلب البرتقال من القشور ،
ثم احتفظي بفصوص البرتقال جانباً ، على
أن تستخدم في ذلك ملعقة صغيرة ، لكيلا
تحدث أي قطع في القشرة ، وبذلك تظل سليمة .
- ضعي قشور البرتقال هذه في ماء مغلي لدقائق
قليلة ، ثم اغسبها في ماء بارد .
- بسكين صغير ، وبذقة متناهية ، قومي بنزع

برتقال بالجيلي وحلوى البرتقال



روائع المطبخ



- خلصى القشور من جميع الأجزاء البيضاء ، وقطعها إلى شرائح طويلة .
- ضعى القشور لمدة دقائق في ماء مغل ، ثم ضعيها في مصفاة ، ليتصل الماء تماما ، ثم جففيها .
- قومي بوزن القشور . وفي كسرولة ، ضعى نفس الوزن من السكر .
- أضيق إلى السكر ، ملعقة كبيرة من الماء ، وارفعي الكسرولة على نار هادئة جدا ، مع التقليب المستمر ، بملعقة خشبية .
- وعندما يذوب السكر تماما ، ويسفر لونه ، أضيق إليه قشور البرتقال ، واستمري في التقليب ، حتى يتكون لديك كراميل .
- وعندما يصبح لون السكر غامقا ، انزعى كراميل البرتقال من على النار ، وصبيه فوق سطح من الرخام ، مدهون قليلا بالزيت ، أو أية مادة دهنية .
- اتركيه ليبرد إلى حد ما ، ثم افصل كل شريحة من قشور البرتقال عن الأخرى ، وجعل بها سطح حلوى البرتقال .
- وإذا كنت ستقدمين هذه الحلوى كوجبة خفيفة « تصبيرة » ، فيمكنك أن تقدمي معها عصير برتقال .

- ثم انزعى من داخله قشرة البرتقالة .
- أضيق إليه عصير برتقالين .
- اضربي القشدة بخفّة ، وأضيفيها إلى الكريمة .
- رشي قالباً مربعا أو مستطيلا ، بقليل من عصير البرتقال .
- صي في قاعه قليلا من الكريمة ، ورصي فوقها طبقة من ترانشات الخبز باليانسون المبلى ، لحظة إعداد هذه الحلوى ، في عصير البرتقال ، ثم غطيها بطبقة من الكريمة ، وهكذا حتى تنقش تماما من جميع المقادير .
- ضعى على سطح الحلوى ، ورقة مبلة بالزيت ، ثم ضعى القالب في الثلاجة ، حتى لحظة تقديم هذه الحلوى .
- وعند تقديمها ، اقلبي القالب في طبق تقديم ، وجعلى سطح الحلوى ، بالكريز المحفوظ ، وحلقات البرتقال المتبق .
- وفي استطاعتك أيضا ، أن تعدى كراميل من قشور البرتقال . وستقدم لك طريقة تجهيزها وهذه الكراميل ، يمكنك أن تغطى تماما سطح الحلوى ، فزيد من جمالها وقيمتها الغذائية .
- وإليك طريقة إعداد الكراميل :
- انزعى قشور البرتقال قبل عصره .

- الناعم ، وقلبيهما بخفّة .
- ضعى القشدة المخفوقة في كيس من التيل ، بهايته بليلة .
- جعل سطح قشور البرتقال بهذه القشدة ، أو الكريمة الباني .
- جعل الطبق بحلقات البرتقال المزينة بالقشدة المخفوقة .

حلوى البرتقال

المقادير

- رغيف خبز باليانسون وزنه ٣٠٠ جرام
- تقريرا - ٢٠ جرام دقيق - ٥٠ جرام سكر -
- ٢٥٠ جرام لبن - ١٢٥ جرام قشدة - بيضتان -
- أربع ثمرات برتقال - بعض ثمرات من الكريز
- المحفوظ « كبوت كريز » - عصير برتقال .

الطريقة

- قطعى رغيف الخبز إلى ترانشات .
- اخلطى على البارد في كسرولة : الدقيق + السكر + البيسفيتين كاملتين « صفار وبياض » + اللبن + قطعة صغيرة من قشرة برتقال ، لتعطى للكريمة رائحة جميلة .
- ضعى هذا الخليط على النار ، مع التقليب المستمر ، واتركيه يغلى لمدة خمس دقائق ، ثم ارفعيه من على النار ، واتركيه ليبرد تماما ،

نخر الأسنان

من الأمراض الخطيرة التي تصيب الفم ، قلقلة الأسنان قبل الأوان ، وسقوطها المبكر ، بالإضافة إلى نخر وتسوس الأسنان .
وتنشأ هذه الأمراض ، بصفة عامة ، بعد سن الأربعين ، إلا أن عددا من أمراض الأسنان ، يصيب - للأسف - الشباب ، وهي ظاهرة تزداد انتشارا ، يوما بعد يوم .

مرض نخر الأسنان

وهذا المرض الذي ينبغي ألا تخلط بينه وبين سقوط الأسنان في سن الشيخوخة هو ما يعرفه الجميع منذ القدم باسم « الصدير النخري » .
ويرتبط مرض نخر الأسنان بعوامل السلالة ، كما أعلن ذلك الدكتور للعلامة آرثر هروسكا الذي ظل يعمل أستاذاً في هذا المجال منذ عام ١٩١٣ ، كما أنه ذو طابع وراثي ، بحيث ينتقل من الآباء إلى الأبناء ، بشكل ظاهر ، على نحو ما .
وعندما يصف الطب نوعاً من الأمراض بأنه (علة ذاتية) ، أى أنه لا ينشأ ولا يتولد من مرض آخر ، فإن ذلك يعنى أن المرض قد نشأ في المكان المحيط بالعضو المريض .

ففي حالة الإصابة بنخر الأسنان اللداني ، نجد أن ظهور المرض ، يكون بطريقة عادية ، وبلا أعراض سابقة تقريبا ، وينتشر في الأسنان ، مع قدرة على الحركة غير قابلة للتفسير بشكل سريع .

وبمعنى آخر ، فإن الأسنان التي كانت حتى قبل اكتشاف المرض ، لا تسبب آلاما ، والتي كانت ثابتة صلبة في أماكنها تبدأ فجأة في التقلقل من هذه الأماكن ، ثم تهتز .

وعند ذلك تنتابنا دهشة كبيرة ، نتيجة لأن مجموعة الأسنان التي تصاب بهذا المرض ، تكون عادة سليمة تماما ، كما أن الأسنان ، في حد ذاتها ، تكون لها تيجان ذات لون ناصع ، وليس فيها أى أثر للتسوس أو النخر .

إن هذه الحالة بالذات ، هي التي تبين كيف أن المرض لا يمكن في الأسنان ، ولا في الرابطة بينها ، ولكنه كامن في الأرضية التي تحيط بها ، وتحتويها .
وبالإضافة إلى الشكل السليم لمجموعة الأسنان ، فإن هناك دائما حالات عديدة ، تكون فيها الإصابة مزدوجة ، أى تجمع بين التسوس والنخر . وبمعنى آخر ، فإن وجود التسوس ، لا يمنع على الإطلاق ظهور النخر وبالعكس .

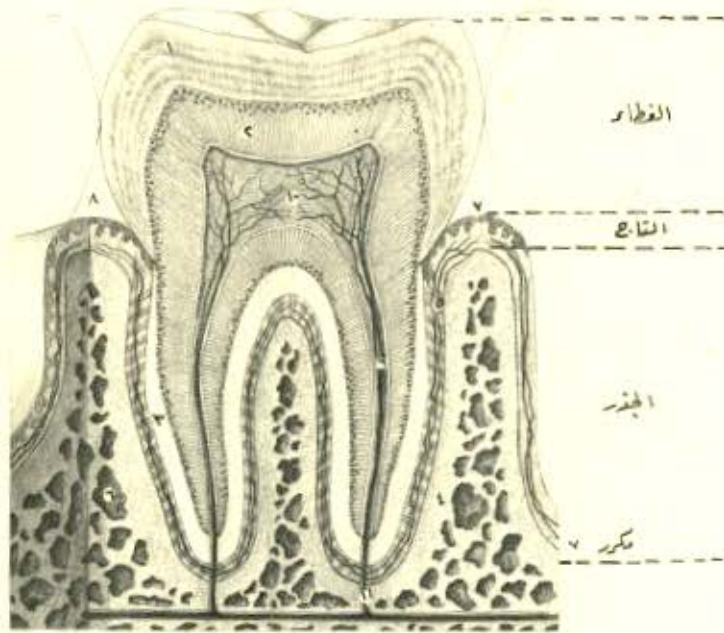
والمرض الذي نحن بصدد الآن ، يتخذ اسمه من تعبير طبي ، يراد به الإشارة إلى الأستجة المختلفة ، والبنيان الذي يشكل الفك الأعلى ، والفك الأسفل ، في الجزء الذي تنغرس فيه الأسنان ، وتضم : اللثة ، وعظام التجويف بما فيها التجاويف نفسها ، والمادة الأسمتية في جذور الأسنان التي تربطها بعظام التجويف ، وتلك المجموعة الدقيقة من الأوعية الدموية ، والأوتار ، والأعصاب ، والخلايا الكثيرة ، التي تتكون منها أجهزة الربط بين الأسنان والعظام .

إن كل هذه المجموعة ، وظيفتها أن تسند الأسنان في أماكنها ، وتجعلها مشرعة في الفم . والأرضية التي سبقت الإشارة إليها ، هي ما يحيط بالأسنان ، فكان المرض يصيب هذه الأرضية ، ولا يصيب الأسنان نفسها .

وفي المرحلة التي يظهر فيها مرض نخر الأسنان ، تبيين إلى جانب التقلقل المبلى ، عدة أعراض ، منها التهابات اللثة ، والآلام التي تصدر عنها ، وحالات النزف البسيطة ، والإحساس بالألم حول الأسنان ، وعدم الرغبة في مضغ الطعام الصلب ، والشعور بتبيح عميق في اللثة .

ومع تقدم المرض ، يزداد التهاب ، كما تبدو عوامل أخرى معقدة ، ممثلة في عضويات ميكروبية ، تدخل في المناطق المحيطة بالأسنان ، حيث تتكاثر بسهولة ، في أرضية مهيأة لذلك مسبقا . والتهاب اللثة بدوره ، يزداد خطورة ، ويجعل العظام التي هي أصلا مهيأة للمرض وراثيا ، على أهبة الاستعداد لتلقي الإصابة . ويحدث ذلك عن طريق تكوين دائرة معتلة ، تأخذ في التدهور تدريجا ، نتيجة للقلقلة التي تحدث للأسنان .

وقلقلة الأسنان هي العلة في شكلها اللداني ، وهي تصيب على نحو ما ، جميع أسنان الصغار ، وإن كانت قد لوحظت في قطاع معين منها . ويتخذ ضصور العظام معدلا غير منتظم ، وغير متساو ، وبينما يكون في بعض الأحوال ، ذا شكل « أفقي » ، وفيه يتخذ الضصور العظمي شكلا متسقا ، ويتركز في عظام التجويف السفلى المعتل ، كما أنه في بعض الأحوال يتخذ شكل الجيوب العميقة ، التي تتكون بين جذور السن وبين العظام ، فتحدث على المدى الطويل .



- | | | | | | |
|---|-------------|---|---------------|----|--------------|
| ١ | المينا | ٥ | دوران التجويف | ٨ | قراغ الاسنان |
| ٢ | عاج الأسنان | ٦ | قاعه | ٩ | قناة الجذر |
| ٣ | أسمتية | ٧ | لثة | ١٠ | قناة الأسنان |
| ٤ | عظام | ٨ | كثرة | ١١ | نخر النصف |
| | التجويف | | التجويف | | |

البور للصديدية ، التي تسمى (بيوريه) . وفي هذه الحالة ، تسمى الإصابة « عمودية » .

وتستمر هذه التغيرات في نحر الأسنان في التفاقم ، إلى أن يتم لفظ السن من مكانها .

التهاب اللثة

على أن جهاز المضغ ، يتعرض بدوره لمجموعة من التغيرات والأمراض . ومن بينها التهاب اللثة .

ويمكن كذلك لالتهابات اللثة ، أن تظهر عليها أعراض شبيهة بأعراض نحر الأسنان ، فتؤدي بدورها إلى قلقلة سن واحدة أو عدد أكثر من الأسنان .

ومع ذلك ، فإنه على حين أن نحر الأسنان يصيب ، بآدي ذي بدء ، التجويف العظمي بأكمله ، إذا بالتهاب اللثة ، يصيب في البداية ، الأجزاء اللينة فقط .

ويمكن لالتهابات اللثة أن تعالج وتشفى ، ومن هنا فإنها تعتبر من الأمراض التي يمكن التغلب عليها . بينما نحر الأسنان مرض لا يبرء منه ، أي لا يمكن علاجه .

ولا يعنى ذلك ، على كل حال ، أن علاج الأسنان الحديث ، لا يمتلك الأسلحة والوسائل الفعالة حقيقة ، من أجل الاحتفاظ أطول ما يمكن بالأسنان في أماكنها .

انحرافات الأسنان وعدم تطابقها ..

وإلى جانب التهابات اللثة ، فإن هناك أسباباً أخرى قد تؤدي إلى حدوث الالتهاب ، وإلى قلقلة الأسنان ، وضمور العظام في سن أو أكثر . ومن هذه الأسباب ، سوء وضع الأسنان ، وعيوب عدم تطابقها .

وفي هذه الأحوال ، تكون الإصابة من قبيل العيوب الخلقية ، أي الميكانيكية التي يحدث بسببها ضغط ، يقلل من درجة مقاومة الأسنان . وعندما يتم علاج هذه العيوب ، فإن المريض يشفى ، وتعود أسنانه إلى حالتها الطبيعية ، لكي تؤدي وظيفتها . وهكذا يمكن إنقاذ السن أو الأسنان المعتلة ، وجعلها تعمل ثانية .

وكما رأينا ، وبالنظر إلى كثرة الأسباب ، التي يمكن أن تصيب موضع الأسنان ، وبالتالي تهدد استمرار الأسنان في تأدية وظيفتها ، وبقيائها في أماكنها ، كان لزاماً أن تسارع لدى أول بادرة من الشك ، أو لدى ظهور أول أعراض أي مرض ، بأن نعرض أنفسنا على طبيب الأسنان .

وأفضل الطرق التي تستخدم في تشخيص أمراض الأسنان ، هي الفحص عن طريق الأشعة ، التي تبين خبايا كل نصف دائرة الأسنان .

وبطبيعة الحال ، فإن هناك أعراضاً لا تخفى على طبيب الأسنان ، الذي يعرف معناها . ويستطيع أن يفسرها ، ويضعها في مكانها الصحيح .

وفي عدد قادم ، ستحدث بإسهاب ، عن أنواع العلاج المختلفة ، وخاصة ما هو حديث منها ، ومدى قدرتها على الشفاء .

ماذا يقول لنا تحليل الدم؟ (الجزء الثاني)

سرعة ترسب الكرات الحمراء .

هذا النوع من تحليل الدم يفيد في إيضاح السرعة التي ترسب بها الكرات الحمراء في الدم ، أي الكرات التي تحترق في قاع المخبار . وهو واحد من التحاليل القديمة للتأكد من الروماتيزم .

سرعة تخلط الدم

إنه التحليل الذي يقرر مدى الوقت الذي يستغرقه الدم لكي (يتجلط) . مما يجعله يحول دون حدوث نزيف . وهنا نوعان من هذا التحليل .

— قياس زمن النزف . . . وذلك بإحداث ثقب صغير جداً في الأذن . ثم قياس الوقت الذي ينقضي قبل أن يتوقف النزيف البسيط الذي يحدث نتيجة لذلك . والوقت الطبيعي هو حوالي ثلاث دقائق .

— قياس سرعة التجلط . . . ويصلح لتحديد الوقت الذي يستغرقه الدم في التجلط . ويحول دون خروج زيف أشد . والوقت الطبيعي في درجة حرارة ٢٥ مئوية . يتراوح بين خمس وعشاني دقائق .

فإذا زاد الوقت عن ذلك . كان معناه وجود أمراض متعددة كالكلبد أو حالة تسمم أو عناصر آزوتية في الدم . وإذا قل الوقت عن ذلك ، كان هذا من أعراض عدة أمراض . منها الالتهاب الرئوي أو الروماتيزم الحاد .

اختبار السكر

هذا التحليل الذي يحدد كمية السكر الموجود في الدم . والنسبة المثوية الطبيعية للسكر في الدم . يجب أن تتراوح بين ٠.٨ و ١.١ في الألف . فإذا كانت النسبة أعلى من ذلك (٢ - ٣ في المائة أو أكثر) . كان معنى ذلك إصابة بنوع من مرض السكر (حمض عسلي) . أو عدم كفاية وظائف الكبد . أما إذا كانت النسبة أقل من ذلك ، كان هذا إشارة إلى وجود نقص في كميات السكر . وذلك له خطورة خاصة عندما يظهر خلال العلاج من مرض السكر .

اختبار النشروجين

وهذا التحليل أيضاً الذي يجري بكثرة لتحديد مدى قيام الكليتين بوظائفهما . له أهمية كبيرة . فهو يبين كمية الأزوت أو النشروجين الموجودة في الدم ، التي تكون منخفضة للغاية في الظروف الطبيعية . أي ما بين ٢٥ إلى ٤٠ سنجرام من الأزوت في كل لتر من الدم .

اختبار وظائف الكبد

اختبارات وظائف الكبد في الغالب تكون غاية في البساطة . فهي تجري لمعرفة إذا ما كان يوجد في الدم عناصر لا تظهر في الحالات الطبيعية (كالصفراء على سبيل المثال) . وإذا كان هناك تغيير فد طرأ على النسب المختلفة في الدم . ومن هنا فإن هذه التحليلات نجح في الغالب سلبية للأشخاص الطبيعيين ، على حين تكون إيجابية في مرضى الكبد . ويمكننا أن نشعر بالطمأنينة في كل مرة نقرأ فيها في ذلك البيان كلمة (سلبية) . بينما يتعين علينا أن نعد أنفسنا لنظام تغذية صارم وعلاج خاص . إذا قرأنا فيه كلمة (إيجابية) .

اختبارات الجراثيم

وهناك أحوال كثيرة . يشك فيها الطبيب في وجود مرض معد . وعند ذلك ينصح بإجراء أحد هذه الاختبارات على الدم . وتفيد في الكشف عن جرثومة معينة في الدم . أو وجود عناصر معينة (مثل البكتيريا أو الفيروس) . ومن هنا فإن كشف التحليل يحمل كلمة (سلبية) عسلاً لا تكون هناك عدوى . وكلمة (إيجابية) في الحالة العكسية .

علم نفس

خاطيء . فلا تدعى السرعة ، والعمل . ومشاعلك
والرغبة في السلطة ، تقف حائلا بينك وبين أولادك
أو أن تقلل من حنانك نحوهم . فالأبناء أحوج
ما يكونون إلى الحنان .

(٢) الألمان

إن عالم الحياة ، يكون دائماً عالماً غريباً بالنسبة للطفل . فهو يحتاج إلى من يفهمه شيئاً فشيئاً ، حتى يصل إلى المرحلة التي يمكنه فيها أن يكون آمناً مطمئناً . مساعدته في هذه الناحية ، من حيث احتياجه للأمان والطمأنينة . أجبني عن كل أسئلته بطريقة مناسبة . اشرح له ، بقدر الإمكان ، كل ما يود معرفته وحاول أن تقللي من المشاكل التي تشغل باله .

(٣) العدالة

إن تكوين أخلاقيات الطفل ، قد تكون رهنا بما تقدمه يداك ، فعليك بالجدية والحياد وعندما يكون لابد من النطق بكلمة « لا » فهي « لا » ، وعندما تكون « نعم » فهي « نعم » ، ولا شيء غير ذلك . فتنعك لطفلك من إثبات عمل ما ، يجب ألا ينصب عليه وحده ، ولكن ما يسرى عليه يسرى على الآخرين ، ولا تتركى مجالا لتغيير مملكتك بين يوم وآخر ، فلا تكونى صارمة اليوم ، منساهلة غدا ، ولكن اعلمى أن الطفل يحتاج إلى مملك يتسم بالاستقرار والثبات .

١٤١ المثل العاشر

الحديث الطب . والنصائح . والإرشادات .
 من تكون ذات فائدة مجدية . إذالم تكن مصحوبة
 بالمثل النصائح . والحو العائلي المناسب . وما من
 شك . في أنه من الصعب الوصول إلى الكمال .
 ولكن يمكن بقدر الإمكان . تجنب الخطأ .
 ومحاولة إظهار الجوانب الطيب للأبناء . لينتمثلوا به .
 خاصة عندما يكونون في سن صغيرة . تفرض
 عليهم محاكاة أقرب الناس إليهم . وهم والوالدان .

(5) المحبة المتبادلة

هذا العنصر أساسى فى ارتباط أفراد الأسرة ، كل بالآخر . فهو يعتبر بمثابة كثر ثمين ، يجب عليك أن تراعيه ، وأن تحافظى عليه . فإنه بدليل العقيات ، وقد يكون سنداً فى الأوقات العسيرة .

وهناك أم أخرى تجيب بالآتي : « لا شيء ..
 إنني حتى الآن ، لم أنتج أبدا في إعطائهم كل
 ما يريدون » . هذه هي الإجابة التي تقولها الأم
 المثالية حقا . إنها دائما تشعر بأنها لم تعط ، وأنها
 لا بد لها من المزيد لتعطيها لأولادها . إنها تبحث
 عن الظروف الأفضل ، والوضع الأحسن .
 إنها تشعر بالمسئولية الكبرى الملقاة على عاتقها .
 هذه هي الأم التي تفيد فائدة كبرى ، والتي تعد
 الأكثر نفعاً لأولادها .

« ما الذى يمكننى عمله لهم أكثر من ذلك » .
 هذه إجابة أخرى . إنها إجابة الأم الغنية ، التى
 لا تفكر إلا فى توفير أسباب الرفاهية لأفراد أسرتها .
 أكثر من أى شيء آخر ، فهى تعتنى بالمسكن .
 والملبس ، والمأكل ، وكل ما يعينها أن يكون
 أولادها فى صحة جيدة . ثم تكون النتيجة ، أن
 يعتد الأولاد عكس ذلك تماما . بالرغم من كل
 ما تفعله الأم .

أما الأم الفقيرة التي لا تفكر إلا في الطريقة التي توفر بها الملابس اللازمة لأولادها ، والأدوات المدرسية التي يطلبونها . وجميع المطالب الأخرى الملحة التي لا يمكن للأسرة أن تستغنى عنها ، فإنها تشعر دائماً بعجزها أمام مشكلاتها . وقد يؤثر ذلك كثيراً على نفسها ، وصحتها بصفة عامة . هذه الأم يكون أولادها أكثر عرفانا بالجميل ، وأشد تواضعاً من غيرهم .

من ذلك يتضح أن الإجابات كثيرة ومتعددة .
وأنها تختلف من أم لأخرى بالرغم من أنها متعلقة
بموضوع واحد ، وهو الاحتياجات الأساسية
للأبناء . والتي غالبا ما تكون متشابهة في جميع
الأحوال ، ولا تختلف من حيث الفقر أو الغنى .

ولكن في الواقع : ماهو الذي يحتاجه الأبناء فعلا؟

١٩٩ الحب والحنان

يبقى هذا في المقام الأول . وفيل كل اعتبار آخر . فإذا أحبت ابنك حبا عميقا فلا تخاف من الردى في أخطاء . فإن دافعت . وإصرارك على عاطفتك . وسيكون المرشد لك في جميع تصرفاتك . وسيكون أيضا المنبر لك ، إذا ما سرت في طريق



هل يمكنني
إعطاء أطفائي
كل ما هم
بحاجه اليه ؟

« هل يمكنني إعطاء أطفالي كل ما هم بحاجة إليه ؟ » قد تكونين على وشك أن تصحى أما ، أو تكونين قد أصبحت أما بالفعل . وأنت سادرة في لقاء هذا السؤال .

لا شك أن هذا السؤال قد طرحته كل أم ، حتى لو كان ذلك مرة واحدة خلال حياتها . ولا شك أيضاً أنها بحثت كثيراً عن إجابة له . والإجابة على هذا السؤال ، تختلف من شخص إلى آخر ، وليست بالضرورة مرتبطة بالحالة الاقتصادية للأسرة . « لقد أعطيت كل شيء لأولادي .. كل شيء .. » . هذه هي العبارة التقليدية التي تقولها كل أم تشعر في قرارة نفسها ، بأنها قد ضحت كثيراً من أجل أولادها . ولكن الجدير بالذكر ، أن هذه الأم ، إذا ما شعرت بأن عطاءها لأولادها ، يمثل بالنسبة لها تضحية كبرى ، مما يجعلها تشعر بالأسف ، فإنها تكون قد أعطتهم ، بالإضافة إلى سائر تضحياتها ، جميع حزنها ، وجل ضيقها ، وكل أعصابها .

سفر التثنية

ج ٢٠٠ ع ١٥٠	ملها	البحرين	٢٥٠	فلسا	الصومال	١٥٠	ملها
ليبانا	١٤٥	ق	قطر	٢٥٠	فلسا	ليبيا	٢٠
سوريا	١٥٠	س	رفا	٢٥٠	فلسا	استراليا	٢٥
الأردن	١٥٠	فلسا	أبوظبى	٢٥٠	فلسا	الجزائر	٣
عراق	١٥٠	فلسا	السعودية	٢٥٠	فلسا	الغربية	٣
مصر	١٥٠	فلسا	عبد	٥	فلسا		

© Copyrights pour le monde
Fratelli Fabbri, Milano
© 1974 Copyrights pour l'édition arabe
EDITRADE SA — Genève

لَا تُدْرِكُهُ الْبَصَرُ وَلَا هِيَ تُدْرِكُ الْبَصَرَ

طابع الأعراس الممثلة

كيف تحصيلهم على نسخته

أملنى شيخنا من راحة الصحف والاكتشافات والمكتشفات في كل مدن الدول العربية

إذا لم يتمكن من الحصول على عدد من الأعداد، انصاف ب :

١٠٣٤
٢٠٠٧

في ج. م. : الأثاث الكلاسيكي - إدارة التوثيق - مبنى متحف الأهرام - شارع الجلاء - القاهرة

في البلاد العربية : الشركة الشرقية للنشر والتوزيع - بيروت - ص ١٩٧٩