

السنة الثالثة
العدد السابع عشر بعد المائة

عالم المرأة



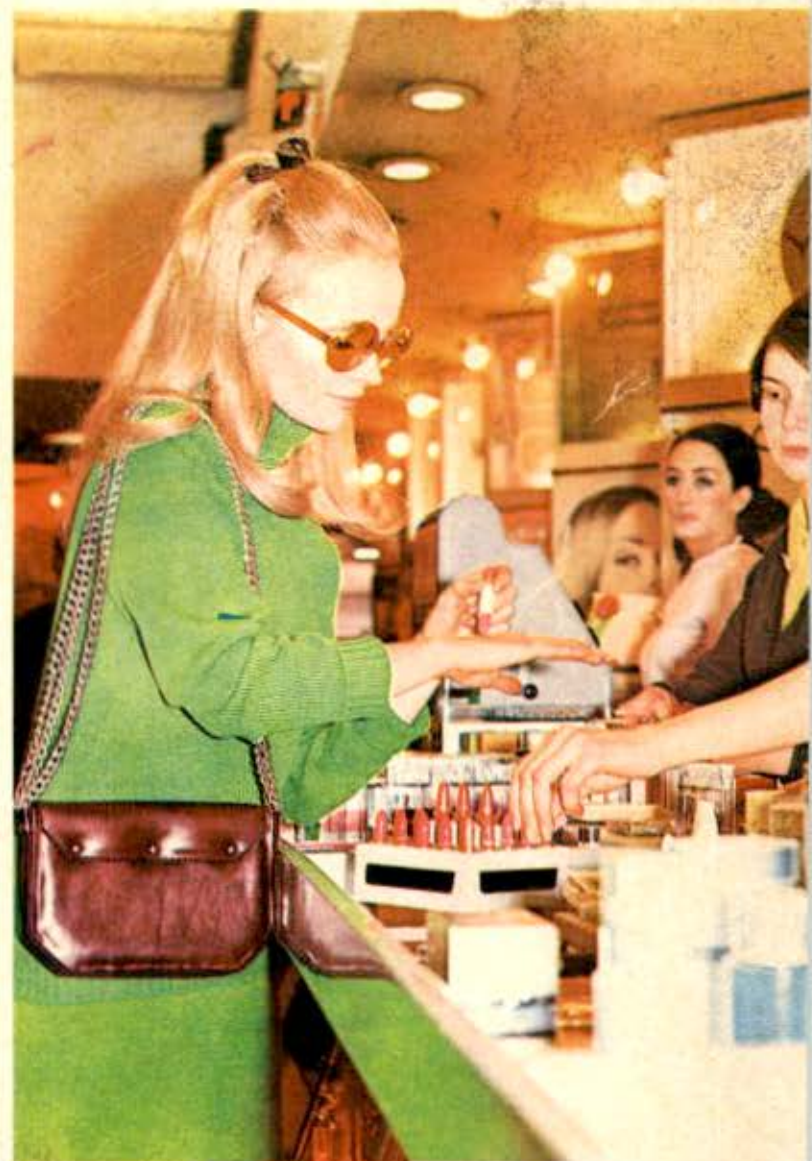
■ مصنوعات من الزجاج والكريستال ..
■ أطباق من فرنسا ..
■ تمرينات رياضية ترشاقة الساقين ..
■ الدعوات
كيف تقبل .. وكيف ترفض .. وكيف ترجأ ..

■ المرأة وجولة مع الموضحة ..
■ الشعور بالوحدة وأسبابه ..
■ التواصل أو نظام الجدران ..
■ ماذا تريدن بعد السباحة ؟
■ جاكيت قصير لصغيرتك ..

موسوعة

عالم المرأة

المرأة وجولة مع الموضحة



١ - بالدور الأرضي ، تجدن كل ما يلزمك من أدوات « المساكين »
لكافة الأذواق .

٢ - وفي قسم الجوارب ، توجد مختلف درجات الألوان ، وعصا البيع
منها ، واللون الوردي الفاتح الجديد في نوعه . كما توجد مختلف أنواع « الإشارات »
التي تتميز برسومات جميلة ، لا تستطيع المرأة مقاومة إغرائها .

مانتاجينه لأنافتك ، وسحرك ، وجالك ، بغية انتقاء أحدث ماتم التوصل إليه من إكسوارات رائعة ، تم جميعها عن ذوق رفيع . ففى كبرى المحلات ، تستطيع كل امرأة أن تجد ماتحتاج إليه لكل فصل ، ولكل مناسبة : القستان الثقيل لشهر يناير ، أو المايوه ورداء البحر لشهر أغسطس ، والملابس القطنية لشهر نوفمبر . . . كما ستجد المرأة كل مايلزمها من « إكسوار » رقيق ، وحقيبة وحذاء لأنافتها . كما ستجدين ياسيدتى كل مايسر النفس ، من أدوات

هناك مئات من المصممين والمبتكرين الذين يقومون بابتكار خطوط « موضه » الأزياء « والإكسوارات » التى تزيد من أناقة المرأة . ومن هؤلاء ، من يبرز اسمه مع حلول كل فصل من فصول السنة . إن أشهر بيوت الأزياء وكبرى المحلات ، وهى التى تعرض كافة ماتحتاجه المرأة من ملابس ، « وإكسوارات » ، وأدوات « ماكياج » ، وحقائب ، وأحذية . . . إلخ . والآن تعالى معى ياسيدتى فى جولة مع هذه الفتاة ، داخل أحد المحال الكبرى ، لنستعرض معاً بعض



٤ - وها هو حزام ، عبارة عن مجموعة من السلاسل ، تربط بينها حلقات معدنية . ويمكن ارتداؤه فوق قستان بسيط ، أو بلوزة اسبوز ، ليزيد من جماله ، كما أنه يصلح لتقديمه هدية لصديقتك .

٣ - بعد جولة طويلة بداخل المحل ، انتهزى لحظات للاسترخاء والراحة فى قسم « المسالكير » ، حيث تختارين أحدث درجات طلاء الأظافر .



وهناك قسم للملابس الجاهزة القطنية والصوفية ، وآخر لكافة «إكسسوارات» الشعر من «توك» متعددة الأشكال والأصناف المعدنية ، منها والپلاستيك . كما توجد شرائط الشعر ، « والتوك » المستديرة «سورنات» . وعند زيارتك لقسم الأحذية ، ستجدين به مايناسب قدمك ، ويضفي السحر على ساقك ، ولك أن تختاري منها أحذية الصباح المصنوعة من الجلد المطفى والقرنيه ، وأحذية المساء المرصعة بالأحجار الثمينة .

« الماكياج » ، ومستحضرات تظهير البشرة ، والمستحضرات الخاصة بنظافة الشعر ، وإضفاء السحر والجمال . والنعومة والبريق عليه . كذلك ستجدين كافة أنواع الأحزمة المعدنية ، والجلدية ، والجوارب بشتى أصنافها ، وألوانها ، القصير منها والطويل ، الخفيف والثقيل ، الفاتح منها والقاتم . فضلا عن كافة أنواع القفازات البسيطة الأسهورة ، واللامعة للسهرات . أما الحقائب فستقابلك منها أشكال لا حصر لها .



٤- في استطاعتك يا سيدتي ، أن تمرى وأنت سعيدة ، وبكل هدوء ، في قسم الحقائب ، لتختاري ما يعجبك ، استكالا لأنافتك.

٥- وفي قسم القفازات ، نقف الفتاة حائرة لا تستطيع مقاومة إغراء شراء بعضها ، بالرغم من عدم حاجتها المسلحة إليها .

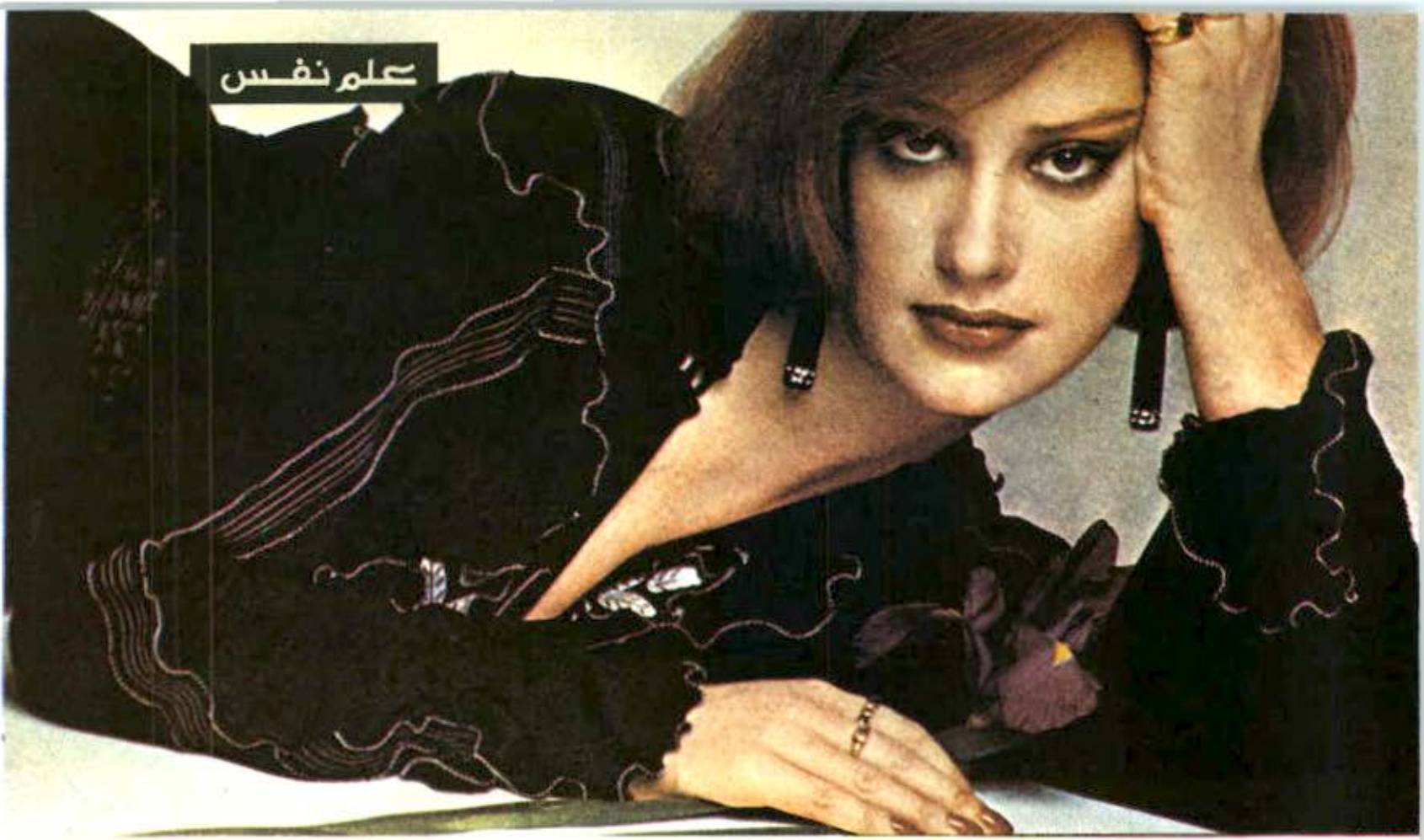


٧- هناك أقسام تلفت الأنظار ، وتجذب فصول المرأة ، وتثير الرغبة في نفسها ، نحو أشياء جديدة وجميلة ، فخمة وفاخرة ، من بينها الملبوسات والأحذية .



٩- ويقدم أدوات المبرة ، تلتقي مع « الفنازيه » ، وأحدث ما توصلت إليه « الموضة » ، وكل ما تلفت الأنظار إليك ، ويسيع عليك السحر والجمال .

٨- وفي قسم التريكو ، نجد حلولاً لشيء مشاكلك ، حيث البلوزات القطنية والصوفية ، والجاكيتات القصيرة والطويلة ، والهدولرات التي تضوئندف . ولا تفصم الجسم .



الشعور بالوحدة وأسبابه

حقيقة إن كلا منا يعيش وحيدا في هذه الحياة . فإن من يفضي المرء بمشاكله التي لا حصر لها ، إذا ما كان كل من حولنا ، تلاحقهم وتضايقهم مشكلات مماثلة ، أو متعاينة مع تلك التي نعاني منها ؟

إن « العزلة » لفظ نقله علماء علم النفس عن المشتغلين بالسيكيا ، ثم أدخلوه في اصطلاحاتهم ، كرادف وكسبب للاعتقاد ، ليمطى مفهوم الشعور بالوحدة ، إلى تحول دون بدء الحوار مع الآخرين . ولهذا ينمو لدى الشخص الشعور بالغبرة ، والعزلة ، والعزوف عن مخالطة الناس .

غير أن أسباب هذه العزلة ، لا ترجع فقط إلى نظم العمل ، ومطالب الحياة العصرية ، حتى ولو أن هذين العنصرين ، يقفان على قمة تدرج أسبابها . ومن أسباب العزلة ، نذكر : الهجرة ، والسن ، والأوهام ، كموامل بيئية ، ثم الخجل ، والأمراض النفسية ، والاحتقار الذاتي ، وعدم القدرة على التأثير كموامل فردية ، وفي بعض الأحيان كموامل مرضية .

وفي الأعوام الأخيرة ، ازدادت الدراسات العلمية ثراء بالأبحاث الشيقة ، وخصوصا في مجال دراسات علم النفس المتعلقة بالعزلة وأسبابها ، مما يعانى منها أغلبية شباب العصر ، الذين يهاجرون

من المناطق التي نشأوا فيها ، سعيا وراء البحث عن عمل في مناطق أخرى نائية . وغالبا ما يكون الرضا السريع عن النفس ، نتيجة للنجاح في الاندماج في بيئة عمل مليئة بالطموح ، والتعامل مع أناس كانوا ذات يوم محل غبطتهم ، مقترنا ذلك في بعض الحالات بحالة من القشل الذريع ، عندما يتم اعتبارهم دخلاء . كما قد يكونون في بعض الأحيان موضعاً للسخرية .

إن الرغبة في العزلة ، سواء أكان ذلك من أجل توازن هادئ للحياة المعنوية ، أم من أجل تلافى أحقاد من البيئة التي تحيط بالمرء ، حيث الحاقدون الذين يسرهم رؤية تعاسة الآخرين وسوء حظهم ، غالبا ما ينبع داخل من يعيش في وهم تطلعات عاطفية ، أو طموح في نطاق العمل . ومثل هؤلاء يكونون في أشد حاجة إلى صوت حنون صادق ، ولكن أين نعث على من يحسن اختيار أساليب المواصلة ، ومن يستطيع إبداء النصيح ؟ أين نجد مثل هذا الشخص الذي في مقدوره التغلب على الأزمة ، عن طريق وضع تخطيط لمستقبل جديد ، متحرر كلية من ماضٍ تعس حزين ؟ وما هو سبب آخر ومتكرر للعزلة المؤلقة . فإلى جانب هذه العوامل البيئية ، توجد أيضا أسباب أخرى تؤدي إلى العزلة ، وترتبط بالسمات الخاصة للفرد وبمحاله المعنوية .

فهناك على سبيل المثال ، الشخص المحجول الذي يحب ، بل ويقل العزلة ، والذي يكتسب فقط ، عندما يتعين عليه أن يعيش في عصر يتطلب علاقات اجتماعية لا غنى عنها . كما يوجد الشخص العصبي ، الذي يعيش في حلقات متصلة من المعاناة ، لأن حالته تحول دون عقد اتصالات

مع المحيطين به . إن الشخص الأول ، هو ذلك الذي يعانى من حالة من الاضطراب العقلي البسيط « جنون دورى » . وهو من ناحية أخرى ، خلو من المعانى الإنسانية تجاه المعاشرة الاجتماعية . كذلك فإنه الشخص الذي يعرب عن « سعادته » ، عندما ينجح في العيش في عزلة ، دون أن يفكر في أن مثل هذا التصريح ، يذكرنا برواية التغلب الذي قال إنه لا يحب العنب ، لسكونه لم ينجح في الوصول إليه .

أما الشخص الآخر العصبي ، فهو أصدق مع نفسه . ذلك لأنه يستسلم لتحريم لا إرادى ، يمنعه من مواجهة أى موقف يهدو . إن مثل هذا الفرد صريح مع نفسه ، لديه الشجاعة على طلب المساعدة من الطبيب النفساني ، بهدف الوصول إلى حالة المعاشرة الاجتماعية المرضية .

هذا ومن السهل معالجة من يطلق عليهم « ذوو القلوب المعتكفة » ، وهم أناس لم ينحبوا في العصور على توأم روحهم ، ليس فقط لأن الزمن لم يقدم لهم شيئا ، ولم يساعدهم على تحقيق أملهم ، ولكن لأن عدم قدرتهم التأثيرية ، ونقص العاطفة لديهم ، قد حال دون بدء حوار ثقة ، وقبول وحدة بأقل أمل . فهناك كثير من الأوهام ، وعدم الثقة ، والشعور بعدم الأمن ، مما قد ، يؤدي إلى مثل هذا النوع من العزلة الذي يحتاج إلى طبيب نفساني ماهر ، لتقديم المساعدة الضرورية للمصاب بهذه الحالة ، إن العزلة ليست رذيلة في حد ذاتها ، غير أنها قد تصبح كذلك ، بل وتزداد خطورة ، إذا ما صاحبها شعور برفض الصراع من أجل الحياة .

الفن والاصول أونظائر الجدران

من الكريستال ، إلى الحوائط القصيرة . وكل حل من هذه الحلول ، له صفاته ومميزاته ، سواء من الناحية العملية أو الجمالية . وعلى هذه الصفحات الثلاث ، نطرح مجموعة من الحلول والمترجمات المستحدثة التي تتمثل في الصور الفوتوغرافية المنشورة ، وخاصة أرقام ٢ ، ٣ ، ٤ . كما أن بقية الحلول ، تتميز بجوانبها الاقتصادية ، سواء من حيث الصنع ، أو التركيب ، أو الصيانة .

أو ما يسمى بالجدران المتحركة ، وهي عبارة عن أسطح مثبتة أو متحركة غير شفافة ، تستطيع تقسيم مكان ما إلى جزئين أو أكثر ، مما يمكننا من استغلال كل جزء ، لأداء وظيفة منزلية معينة . والواقع أن الحلول في هذا المجال كثيرة ومتنوعة ، تبدأ من « البرافان » ، حتى الحائط النصفي المبنى بالطوب ، من الستائر البلاستيك ، حتى الفواصل التي تشبه « الدرايزين » المصنوع من الحديد المطروق أو من الخشب ، من الجدران المصنوعة

في المسكن الحديث ، حيث الاتساع المحدود ، والميل إلى التقسيمات الحرة ، والرغبة في تحقيق الفراغات التي تخدم أكثر من وظيفة ، كأن تشارك مائدة الطعام صالة المعيشة ، أو يرتبط المطبخ « بالسرفيس » ، والمدخل بالصالون وحجرة النوم بالمكتب ، في مثل هذا المسكن ، أصبح المشكل الرئيسي الذي واجهنا ، هو كيفية استثمار الفراغ الواحد ، لخدمة وظائف متعددة . ولتحقيق هذا الهدف ، جاءت الفواصل ،

①



صالة معيشة جميلة ، تنقسم إلى جزئين بواسطة جدار نصفي مبنى بالطوب . في الجدار فتحت « نافذة - قريئة » ، مستطيلة الشكل وتتضمن أرفف من الكريستال ، ومحاطة بإطار خشبي ، وتضم مجموعة من القطع الأثرية النادرة المصنوعة من العاج . وبهذا الحل ، اكتسب المكان منظورا متعدد الزوايا .



▲ حل بهيج أعد لمكان أثاث تاليتا جميلا وحديثاً ، ومنفذ بخامة معاصرة
 هي الورق المضغوط . الجدار - مكتبة ، نفذ بالعلب المغطاة بالورق
 الملون ، وقد صممت الواحدة إلى الأخرى بالورق اللاصق ، وبعض
 « الكلبسات » . وبالتنوع ، اكتسبت المكتبة وجهين يتميزان بالثراء ،
 سواء في الأسطح الغائرة ، أو في الأرفف ، أو في الفتحات . والنتيجة
 - كما نشاهدها - ملفتة للنظر ، ومحبة إلى النفس .



٢

فاصل آخر متواضع وغير مكلف ، مصنوع بخامة مناسبة تماما ، يصلح للاستخدام داخل المنازل الحديثة ، كأن يقسم إلى جزئين ، حجرة نوم تخص أخوين ، أو لفصل حجرة نوم - مكتب ، تخص مهني شاب . الخامة هي « الايتر نيت » المطلي باللون الأبيض ، والدعامات من الخشب .

١



▲ فاصل تتخلله فتحات ، يعد مثاليا لمكان مؤث مثاث حديث ، نفذ بالوحدات (التي تستخدم عادة في الشرفات أو في « التراس ») ، وأحيط بإطار خشبي بسيط . إن اللعب بالأصواء والشفافية ، صنع تأثيرا زخرفيا رقيقا ورائعا .



٥

شبه جدار ، يناسب تماما منزلا مؤثنا تأثيثا بسيطا (روستيك) ومبليا بالطوب الأحمر ذي التأثير الجمالي الأصيل . يلاحظ الخط العلوي المتموج - هذا الفاصل - الذي نراه ، وقد اكتسب نفس لون بقية الجدران ، مما أسهم في تأكيد وضوح القطعة الزخرفية المصنوعة من الخشب المعالج بالحفر . فوق سطح الجزء المبني بالطوب الأحمر ، نستطيع أن نشاهد مجموعة جميلة من الأشكال والقطع البسيطة (الروستيك) .



أزياء

ماذا ترتدين
بعد

السباحة؟



السباحة رياضة محبة ممتعة، ومنعشة في نفس الوقت،
تكسب القوام رشاقة، وتلطف من حرارة الجو.
وكثيرات من السيدات، لا يكدن يخرجن من
الماء، حتى يحثن عما يمكن أن ترتديه الواحدة منهن
مباشرة، حتى لا تظل فترة طويلة « بالمياه ».
وفي السنوات الأخيرة، بدأ أيضا مصممو الأزياء
يفكرون في تصميمات تلبى احتياجات الشاطئ ومحامات
السباحة.

ولصيف ١٩٧٦، قدم المصممون الفرنسيون،
مجموعة متنوعة جداً للأزياء، التي يمكن ارتداؤها
عقب الخروج من الماء: بعضها مصنوع من قماش
البشكير، وبعضها الآخر مصنوع من الجرسية الصناعي،
الذي لا يفقد قوامه، إذا تعرض لبعض قطرات من
الماء.. وقد قدم المصممون أيضا أنواعا من « الشال »
و« البانشر » يمكن ارتداؤها فوق « المياه ».
ونقدم لك هنا مجموعة مختارة، مما يمكن أن ترتديه
بعد السباحة.



چاكت قصير لصغيرتك



يتميز هذا الجاكت بسمتين رئيسيتين ، ،
ألا وهما : الكتف المنتفخ ، وحردة الرقبة التي
تتمدد على شكل مستطيل ، وتنهى بصنى أزرار .
حقيقة إن « موديل » هذا « الجاكت » ،
يخرج عن الموديلات المعتادة ، بينما احتفظ بالطابع
الوردى الفاتح جداً ، المحبب إلى نفس كافة
الأمهات .

اللوازم :

١٠٠ جرام صوف أربع فتلات من اللون
الوردى الفاتح (الروز) - زوج إبر تريكو
رقم ٢½ - زوج إبر تريكو رقم ٣ - ٤ أزرار
من الصدف .

(الجاكت لطفلة عمرها حوالى عامين) .

الغرز المستخدمة :

- (١) غرزة الجرسية :
- سطر عدل ، سطر مقلوب .
- (٢) غرزة اليليسيه ١١ :
- غرزة عدل ، غرزة مقلوب .

التفصيل :

يتم شغل هذا « الجاكت » قطعة واحدة ،
ابتداء من فتحة الرقبة ، وذلك على النحو التالى :
على إبر التريكو رقم ٣ ابدئى الشغل على ٤٨ غرزة ،
واشغلى بغرزة الجرسية سطرين . وفى السطر
الثالث ، ابدئى فى إضافة غرز لحردة الراجلان
بالطريقة التالية :

زيدى غرزة واحدة فى أول غرزة ، ثم
اشتغلى غرزتين معاً فى غرزة واحدة . اشتغلى
بعد ذلك غرزتين عدل ثم زيدى غرزة واحدة
فى الغرزة التالية ، ثم اشتغلى ١٠ غرز عدل ،
زيدى غرزة واحدة ، وغرزتين عدل . ثم زيدى
غرزة واحدة ، واشغلى ١٢ غرزة عدل . زيدى
غرزة واحدة ، وغرزتين عدل . زيدى غرزة
واحدة ، ثم اشتغلى ١٠ غرز عدل . زيدى غرزة

واحدة ، وغرزتين عدل ، ثم زيدى غرزة واحدة
فى آخر غرزة . - اشتغلى كل السطر التالى مقلوباً .
واصلى الشغل ، مع مراعاة عملية زيادة الغرز
فى الأسطر العدل فقط ، ودائماً على جانبي
الغرزتين العدل ، حتى يصل العدد الكلى للغرز
الزائدة ، عشر غرز (على أن يتم شغل الأسطر
المقلوبة بدون زيادة) .

وعند هذا الحد ، قومى بعمل انتفاخ الأكمام ،
وذلك عن طريق شغل الغرز الموجودة ، بعد
أول غرزة راجلان (بما فى ذلك الزيادة) على
النحو التالى :

١٠ غرز عدل ، زيدى غرزة واحدة ، ثم
١٠ غرز عدل ، زيدى غرزة واحدة ، ثم اشتغلى
١٠ غرز عدل . وعند هذا الحد ، واصلى الشغل ،
مع عمل ثاى راجلان بزيادته ، واشتغلى عدل
غرز الظهر . واصلى بعد ذلك الشغل وعمل الراجلان
الثالث ، ثم على غرز الكم الثانى ، ابدئى فى عمل
انتفاخ الكتف الثانى (الكم المنفوش) مثل الكم

الأول ، ثم انهى السطر .
واصلى الشغل بعد ذلك ، على أن تشتغلى
الغرز فى الأسطر المقلوبة ، مع مراعاة عمل زيادة
انتفاخ الكم ، حتى يصل عدد الغرز الزائدة عشر
غرز فى الأسطر العدل ، وشغل الغرز الزائدة
مقلوبة فى الأسطر المقلوبة .

وينبغى أن تكون نتيجة هذا الشغل ، هى
ظهور خطين مائلين ومتوازيين لايميلان نحو
الوسط . وبعد الزيادات العشر ، اشتغلى فى جزءى
الأكمام سطرين بدون زيادة ، ثم فى نفس منطقتى
الأكمام ، ابدئى فى عمل التنقيص العمودى على
الزيادات ، وذلك بأن تشتغلى غرزتين معاً مقلوب
١٨ مرة فى كافة الأسطر العدل والمقلوبة .

وعند هذا الحد ، أوقفى الشغل على جزءى أمام
« الجاكت » ، والجزء الخالص بالظهر ، وواصلى
الشغل على الكمين حتى تنهيهما تماماً ، وذلك عن
طريق شغل ٤ أسطر ، فيها يتم مواصلة تنقيص غرز
الكم المنفوش فقط . ثم اشتغلى ٤ أسطر بغرزة



الجرسيه ، ثم بإبر التريكو رقم ٢½ اشتغلي ٨ أسطر بغرزة البليسيه (غرزة عدل ، غرزة مقلوب) . استأنفي الشغل على الغرز التي سبق أن تركتها معلقة والخاصة بجزءي الأمام والظهر . واشتغلي سطرين بغرزة الجرسية ، ثم زبدي في بداية ونهاية السطر ١٦ غرزة ، وهي التي ستستخدم في تقاطع المرد الأمامي للجياكت (الكوروازيه) . وبعد ذلك اشتغلي ١٦ سطرأ بغرزة الجرسية . وفي السطر الثاني ، وعلى الغرز الـ ١٦ الخاصة بالمرددين الأماميين ، وعلى الجانب الأيمن ، افتحي عروتين على غرزتين ، على أن تكون المسافة بينهما هي ١٠ غرز . وبعد الـ ١٦ سطرأ المشغلة بغرزة الجرسية ، ابدئي في شغل البانده بغرزة البليسيه (١/١) بإبر التريكو رقم ٢½ . وفي السطر الثاني للبليسيه ، افتحي عروتين أخريين مطابقتين للعروتين السابقتين .

وبعد عشرة أسطر بغرزة البليسيه ، سدي كافة الغرز مرة واحدة .

الخياطة :

خيطي الجزء الصغير المفتوح في الأكمام . ثم بإبر التريكو رقم ٢½ القطعي كافة الغرز الموجودة على طول فتحة حردة الرقبة والكوروازيه ، واشتغلي بغرزة البليسيه (غرزة عدل ، غرزة مقلوب) ٤ أسطر .

ركبي أربعة أزرار على الجانب الآخر من المرد الأمامي ، وفي الأماكن المطابقة للعرابي الأربع .

الوردي الفاتح رقيق جدا ، وهو لون كلاسيكي ، إلا أن رفته تنسجم والموديل المعتاد لهذا الجياكت القصير الذي سترتديه صغيرتك بعد إتمام صنعه

مصنوعات من الزجاج والكريستال



تقدر كل ربة بيت ، أهمية الدور الذي تلعبه قطع التزيين داخل عملية التأثيث ؛ فكل قطعة عذراة بذوق رفيع ، من شأنها أن تصق على المكان لمسة جمال جديدة ، وتدعم نظامه واتساقه العام ، وتكسبه طابعاً مميزاً ، كما أن لون القطعة ، وشكلها ، وخامتها ، يسهم في تحقيق توافق سعيد ، أو تباين مريح .

وسيقصر حديثنا اليوم ، على القطع المصنوعة من الزجاج الكريستال ، سواء كانت تقليدية أو حديثة . إنها قطع تتميز بسهولة إشراكها داخل التأثيث ، كما أنها شديدة الانتشار في عصرنا هذا .

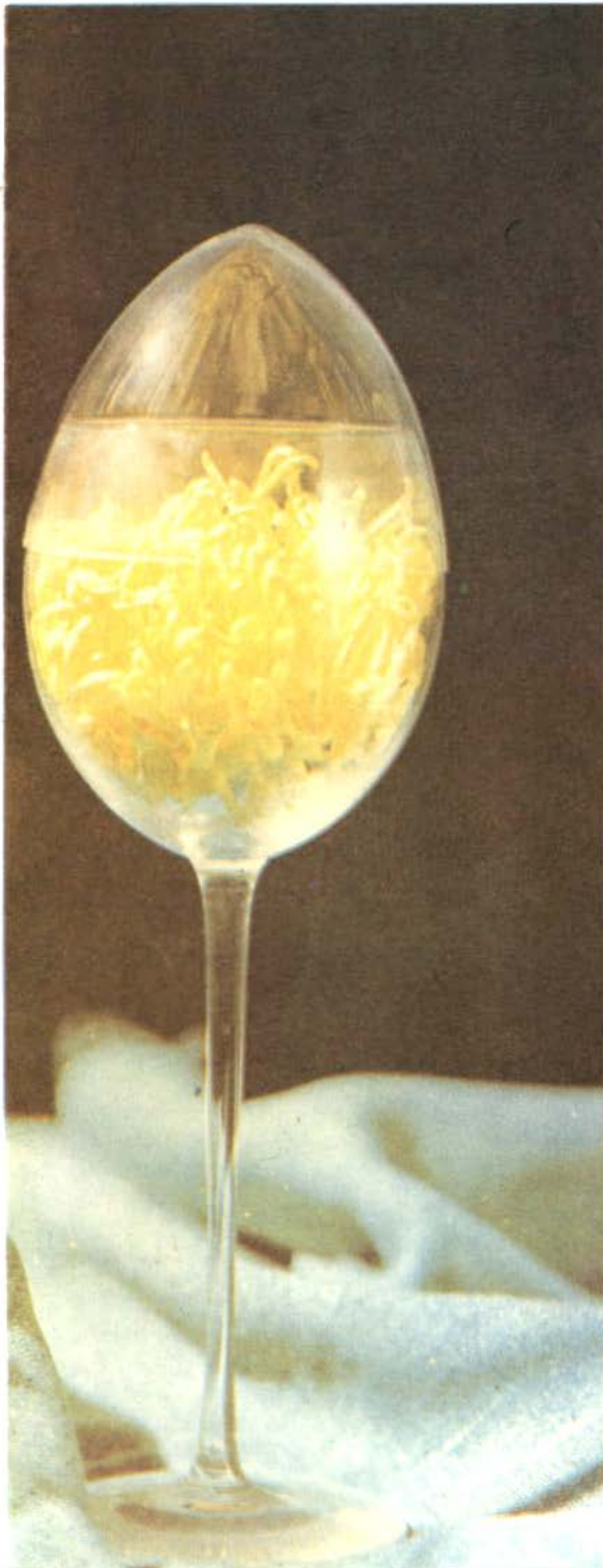
تاريخ الزجاج : إن أصل الزجاج قديم جداً فلقد اكتشفته - طبقاً لما رواه الكثيرون - مجموعة من التجار الفينيقيين ، أثناء إحراقهم بعض النترات على الرمال ، عندما لاحظوا تحول هذه المواد إلى سائل شفاف . ولقد انتجت الشعوب القديمة ، وخاصة تلك التي كانت تقطن حوض البحر المتوسط ، أنواعاً من الزجاج ، وكانت تصدر منه ، أشكالاً وقطعا ذات صنع ممتاز . كما أن الرومان مارسوا هذا الفن ، واتخذوا من الإنتاج المصري القديم ، نموذجاً وقدوة . وبحوالى عام ١٠٠٠ قدم الإنتاج الزجاجي في فينيسيا أعظم اكتشافاته . ومن القرن الثالث عشر ، حتى القرن السادس عشر ،

سادت فنون بلدة « مورانو » التي تميز إنتاجها بنوعين أساسيين : الأول التصوير المزجج ، والثاني زخرفة الزجاج على البارد . ولقد ظلت « مورانو » لعصور تالية ، قادرة على الحفاظ على مستواها في إنتاج الزجاج . وحتى اليوم لا يزال إنتاجها من أجود ما يوفره الإنتاج الإيطالي . وتقر الكثير من الدول ، كإنجلترا وفرنسا وألمانيا وبلاد شمال أوروبا ، بريادة إيطاليا في هذا المجال .

أنواع من أنواع الزجاج نعرفها ؟ ينقسم الزجاج إلى : زجاج عموى أو عادى ، وهو ما يطلق عليه الزجاج الأبيض ، ويستخدم في صناعة الأكواب والألواح الزجاجية وما شابه ذلك . وهناك الزجاج الكريستال (الذى ستتعده عنه فيما بعد) ، ويستخدم بالدرجة الأولى في صناعة القطع الفنية والتزيينية الفاخرة ، كما يوجد أيضا الزجاج الخاص الذى يستخدم داخل المصانع ، وبالذات مصانع البتروكيماويات . وهناك أيضا ، الزجاج المصنفر ، وزجاج الأوبالين الذى تتحقق مواصفاته ، باستخدام الفقاعات المتناهية الصغر ، كما توجد أنواع أخرى .

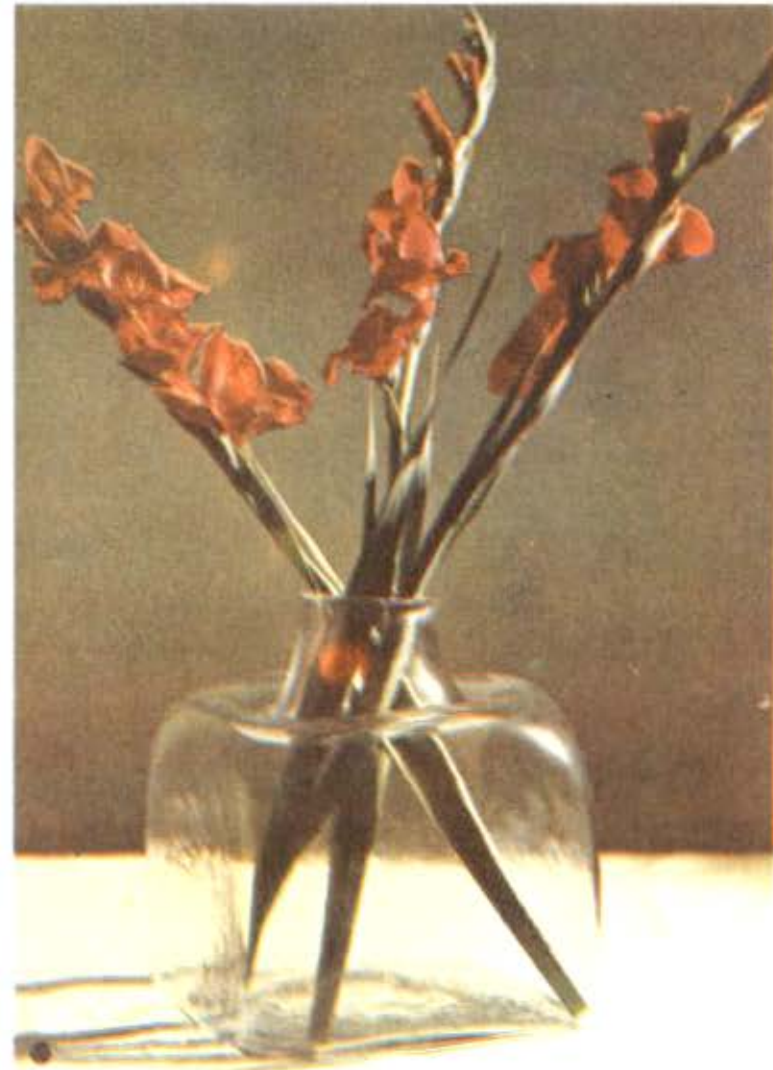
ما هو الكريستال ؟ اسم الكريستال مشتق من كلمة يونانية تعنى (الثلج) ، أطلقت للمرة الأولى ، على الكوارتز ، أى كريستال الصخرة ، الذى كان ينتق من





المياه القديمة ، حيث كان يترسب لأسباب طبيعية . ولقد وصلت صناعة كريستال الصخرة ، إلى أقصى درجات تألقها في الفترة التي تعرف بـ « الكارولينجيو » ، وكان انتشارها سريعاً ومتشعباً ، وأصبحت صقلية ومصر الإسلامية من أعظم مراكز صناعته . ولا غرو فإن الكريستال المستخدم في كنيسة سان ماركو بفينيسيا ، هو كريستال عربي ، وإن كان جزء منه قد حاكى الفنون الحرفية الفينيسية التي بدأت تزدهر منذ عام ١٢٠٠ . وفي عصر النهضة ، اتجه فن الكريستال إلى صناعة « الفازات » الكبيرة والقطع المجفورة ، وهو اتجاه أو ذوق مصدره فلورنسي - وإن كان قد انتشر أيضاً في شمال إيطاليا - يعتمد على الزخارف المتنوعة ، والمشاهد الكاملة المستوحاة من الأساطير القديمة ، التي تشغل كل سطح الفاز . كما أن الأشكال اكتسبت قيمة زخرفية عالية ، وتداخلت معها تفاصيل عديدة ، وصلت في كثير من الحالات ، إلى درجة التعقيد ، بما تحويه من أشكال للحيوانات الخرافية والسفن ... الخ ، دون اتساق أو توافق ، مع الشكل العام للقطعة .

البقية في العدد القادم



طريقة إعداد الكريمة :

- اغل اللبن مع الفانيليا . ثم اخرب صفار البيض (احتفظي بالبياض جانبا) مع السكر .
- استمرى في ضرب الخليط ، حتى يصبح كالرغوى ، وأضيفي إليه دقيق الذرة المنخول والمذاب في ملعقتين كبيرتين من اللبن . ثم أضيفي إلى هذا الخليط باقى مقدار اللبن ، ولكن بالتدريج (قليلا قليلا مع استمرار تقليب الخليط) .
- ضعى هذه الكريمة على النار لمدة دقيقة واحدة ، ثم صبها في سلطانية ، واتركها لتبرد تماما .
- قسى هذه الكريمة إلى نصفين أحدهما ضعف الآخر .



أطباق من فرنسا

تورته المبرانج :

المقادير :

لإعداد التورته

- ١٣٠ جرام دقيق - ١٢٥ جرام سكر - أربع بيضات - ٤٠ جرام زبد .

لإعداد الكريمة :

- نصف لتر لبن - أربع بيضات - ١٥٠ جرام سكر - ورقة فانيليا - ٥٠ جرام كاكاو - ١٠٠ جرام لوز - ٣٠ جرام زبد - ٤٠ جرام دقيق ذرة - ١٠٠ جرام مربى ، عصير فاكهة .

لإعداد المبرانج :

- بيضات ست بيضات - ٣٠٠ جرام سكر بودرة .

طريقة إعداد التورته :

- ادعى قالب كيك مستطيل بالزبد ، ورشيه بالدقيق .
- وقى كسرولة ، اخفق البيض مع السكر ، ثم خذى كسرولة أكبر حجما ، بحيث يمكن إدخال الكسرولة السابقة فيها بسهولة .
- ضعى في هذه الكسرولة الكبيرة قليلا من الماء ، وارفعها على النار ، حتى تصبح المياه دافئة . وعند هذا الحد ، ضعى بداخلها الكسرولة الأصغر حجما ، والتي تحتوى على البيض المخفوق بالسكر ، واتركى الكسرولة هكذا على نار هادئة ، حتى يصبح الخليط دافئا ومتنفخا .
- ارفعى الكسرولة من على النار ، وقوى



- أضيفى إلى الجزء القليل ، الكاكاو واللوز المقشر الذى سبق تحميصه وتحويله إلى دقيق ، عن طريق صحنه في الحاون ، وتعطيره بملعقة عصير فاكهة ، أو ماء ورد ، أو زهر حسب الرغبة .
- اقطعى فطيرة التورته إلى أربع شرائح طولية .
- ضعى أول شريحة فوق قالب فرن ، ثم رشها بقليل من عصير الفاكهة . وبعد ذلك افردى فوقها قليلا من الكريمة الصفراء ، وغطتها

- بضرب الخليط جيدا إلى أن يبرد تماما ، ويصبح غليظ القوام ، ناعم الملمس .
- أضيفى إلى هذا الخليط الدقيق المنخول . ثم « سيمى » الزبد وأضيفيه وهو دافئ فوق الخليط ، مع استمرار التقليب .
- صبى هذا الخليط في قالب الكيك المستطيل الشكل ، الذى سبق تجهيزه ثم اخبزى هذه الفطيرة في فرن درجة حرارته ٢٠٠° مئوية لمدة ٤٠ دقيقة .

بشريحة الكيك الثانية ، ورشها بقليل من
العصير أيضا ، ثم غطيها بطبقة رقيقة من
المرب ، وضعي فوقها الشريحة الثالثة من
قطعة التورته ، وغطيها بطبقة من كريمة
السكاكاو ، ثم ضعي فوقها آخر شريحة
كيك ، وغطيها في النهاية بالكريمة الصفراء .
- غطي كل الحلوى بالميرانج المعد على النحو
التالي :

طريقة إعداد الميرانج :

- اخفقي بياض أربع بيضات ، مع إضافة
بياض اليفستين الآخرين الواحد بعد الآخر ،
وأضيفي إليه ذرة ملح .
- وعندما يصبح بياض البيض كالرغوى ،

طبق الكثرى الربيعي :

(هذا المقدار يكفي لسته أفراد) .

المقادير :

ست ثمرات كثرى - بيهستان - ١٠٠ جرام
سكر بودرة - ١٥٠ جرام سكر سنترفيش -
٣٠٠ جرام فراولة طازجة (علبة فراولة محفوظة
إن لم تتوافر الفراولة الطازجة) - يجمونة - عصير
فاكهة - قليل من الزبد - قليل من الدقيق .

الطريقة :

- ادغني صاج فرن أو صينية فرن بالزبد ،
ورشيها بالدقيق .
- اغربي بياض يفتين حتى يصبح كالرغوى
وأضيفي إليه السكر البودرة ، وقلبيهما معاً

وبالآلة الخاصة ، انزعى ما بداخلها من بذور
وأجسام صلبة ، مع الحرص الشديد حتى
لا تنهشم الكثرى .

- ضعي الكثرى في وعاء من الفخار ، ورشيها
بحوالى ١٠٠ جرام من السكر السنترفيش ،
واغريه برقع كوب من عصير الفاكهة ،
وعصير الليمونة ، وارفعيه لينفج على النار
لمدة عشر دقائق .

- اتركي الكثرى لتبرد في شرابها .
- وقبل تقديم حلوى الكثرى بعشر دقائق ،
ضعي الفراولة عبر منخل سلك ، وعلريها
ببضع قطرات من ماء الورد ، أو ماء الزهر ،
ثم حليها بباقي مقدار السكر السنترفيش .
- رصي الكثرى فوق طبق لتقديم الحلوى فوق
كمكة الميرانج ، ولكن بحرص شديد حتى
لا تنهشم الكمكة .

- رشي هذه الحلوى بعصير الفراولة ، وجعلها حسب
الرغبة ، واحفظيها في الثلاجة حتى لحظة تقديمها .

حلى التفاح المحشو

المقادير :

خمس ثمرات تفاح - ١٠٠ جرام مرب من أى
نوع حسب الرغبة - ١٠٠ جرام سكر سنترفيش -
٢٥ جرام زبد - ١٠٠ جرام لوز مر - ٥٠ جرام
لوز حلو - يجمونة - عصير فاكهة .

الطريقة :

- اغسل أربع ثمرات تفاح ، وانزعى ما بداخلها
من بذور وأجسام صلبة ، مع الحرص التام حتى
لا تنهشم . قومي بعد ذلك بعمل حفر خفيف
حول كل ثمرة تفاح ، وذلك لتفادى قلع
القشرة أثناء الطهى .

- اعدى خليط الحشو الذى ستلئين به قلب كل
تفاحة ، وذلك على النحو التالى : قشري
التفاحة الخامسة ، وقطعيها إلى مكعبات صغيرة ،
وضعيها في كسرولة ، ورشيها بحوالى ٢٥ جرام
سكر ، وبشر قطعة صغيرة من قشر الليمونة
مع إضافة ربع كوب عصير فاكهة . ارفعي
الكسرولة على النار لتنضج مكعبات التفاح تماماً .
اهرسي التفاح وصفيه بمنخل سلك في سلطانية .

- أضيفي إلى هذا التفاح ، المرب واللوز المر
الذى سبق تقشيريه وفريه ناعماً ، وكذا اللوز
المقشر والمحمص والمفري ناعماً .

- بهذا الخليط ، قومي بحشو التفاح ، ثم ضعي
فوق كل تفاحة محشوة ، قطعة صغيرة من الزبد .

- رصي هذا التفاح في صينية فرن ، ورشي
بباقي مقدار السكر ، وكوب من عصير
الفاكهة ، وضعيه في فرن حار .

- قدمي حلوى التفاح المحشو وهي ساخنة ،
كما يمكن تقديمها وهي باردة .



أضيفي إليه السكر البودرة المنخول ، مع
استمرار الضرب بشدة .

- افردى هذا الخليط فوق الخلوى ، مع وضع
جزء منه في كيس من التيل في نهايته بلبلة
مشرشرة ، وذلك لاستخدامه في تجميل سطح
التورته .

- ضعي هذه التورته بالميرانج في فرن معتدل ،
واتركيها ريثما يتخذ سطحها لونا ورديا
جميلا .

بغفة . ضعي هذا الخليط في كيس من التيل
في نهايته بلبلة ملساء ، ثم اضغطي أعلى الكيس ،
لينزل الخليط على شكل أسطوانة فوق قالب
الفرن . ضعيه بعد ذلك في فرن درجة حرارته
منخفضة ، تتراوح ما بين ١٠٠ - ١٢٠°
مئوية ، وذلك لمدة تتراوح ما بين ١٥ و ٢٠
دقيقة ، حتى تجف الحلوى (مع مراعاة ألا يحمر
لونها) .

- قشري الكثرى ، مع تركه المتقشقا بها .

تمارين رياضية لرشاقة الساقين

مع حلول فصل الصيف ، وكما هي الحال دائماً ، تبدو على النساء مظاهر القلق ، ويصبح جهاظهن مشغلهن الشاغل ، سواء أكان ذلك متعلقاً بالملبس ، أم بتقديم أنفسهن في أفضل صورة ، حتى يكون مظهرهن أكثر بهجة . حينئذ تتكشف أمامهن ، وعلى الفور ، مشكلة جسيمة ، وخصوصاً بالنسبة لهؤلاء اللاتي يعترزن قضاء الإجازة الصيفية على شاطئ البحر ، ونعني بذلك المشكلة المتعلقة بالسيقان . فقد حان الوقت ، لتظهر السيقان على حقيقتها عارية من أى كساء ، بعد أن كانت تغطيها « الموديلات » الطويلة . وسرعان ما تتكشف العيوب التي تشوه جهاظهن ، ومنها : ارتخاء العضلات ، والبدانة المفرطة ، واحتقان الأنسجة . ولا يغيب عن البال ، أن تكوين المرأة بصفة عامة ، يسمح بنمط جمالي للسيقان ، يظهر في تلك العظام الطويلة المستقيمة . والعضلات المرنة . ويكفي من أجل هذا كله ، القليل من العناية ، للحفاظ على جمال هذه السيقان . كما يتعين على المرأة التي ترغب في التغلب على هذه المشكلة ، خلال هذه الفترة ، أن تبدأ على الفور في تغيير « المساج » التجميلي ، الذي تستخدم فيه بعض أنواع من الكريمات الخاصة ، وتستعير عنه بممارسة بعض التمرينات الرياضية ، التي ينبغي عليها أن تكرر ها أكثر من مرة خلال اليوم ، وخلال فترة لا تقل عن شهر كامل .



١ - اجلسي على الأرض ، والساقان مضمومتان معاً ، ومثنيتان وملتصقتان بالفخذ الأيمن « صورة رقم (١) » ، ثم المرديهما في خط مستقيم ، ولتتصقا معاً لتلتصقا بالفخذ الأيسر (١) ب « وهكذا . كرري هذا التمرين من ٢٠ - ٣٠ مرة على الأقل .



٢ - اجلسي على الأرض والساقان مفردتان إلى الأمام . اثني إحدى الساقين حتى تلامس الركبة صدرك « ٢ » ، ثم افرديهما في الوقت الذي تقومين بسحب الساق الأخرى وثنيها ، حتى تلتصق ركبتها بصدرك ، وهكذا مع زيادة سرعة تنفيذ هذا التمرين بصورة تدريجية ، حتى تصل الحركة إلى أقصى سرعة ، يمكنك القيام بها .



٣ - استلقي على الأرض ، والذراعان مفردتان ، ثم أدبري جسمك على الجانب الأيمن ، مع محاولة تقريب مشط القدم اليسرى ، بقدر المستطاع ، نحو اليد اليمنى (٣) . عودي إلى الوضع السابق في خط مستقيم ، ثم قومي بعمل نفس التمرين بالاتجاه نحو الجانب الآخر . كرري هذا التمرين من ١٠ - ٢٠ مرة .







الدعوات كيف تقبل .. وكيف ترفض .. وكيف ترجأ

الدعوة المكتوبة :

عل دعوة مطبوعة ، تحمل في أحد أركانها عبارة الرجا لإرسال الرد « ، ينبغي الرد قورا كتابة ، سواء أكان بالقول أم بالرفض . وإذا كانت الدعوة محررة بالطريقة الآتية : « السيد فلان وحرمة يسعدهما أن يوجها دعوتهما إلى السيدة فلانة . . . » ، لابد أن يتم الرد بنفس ضمير الخطاب ، كأن يقال مثلا : « السيدة فلانة تعرب عن بالغ سعادتها بقبول هذه الدعوة... » وإذا كانت الدعوة موجهة على بطاقة دعوة ، فينبغي الرد أيضا بطاقة مماثلة ، سواء أكان ذلك بالقبول أم بالرفض . وإذا ما تم قبول هذه الدعوة ، فلا بد من الإعراب عن ذلك بكلمات موجزة ، رقيقة ومهذبة ، تحمل في طياتها العرفان بالجميل ، ومنها على سبيل المثال : « شكرا جزيلا على دعوتكم الرقيقة التي يسرنا جدا أن نقبلها ، شاكرين فضلكم » وإذا كان الرد بالرفض ، فينبغي الإفصاح عن سببه . ولا تكتفي على الإطلاق مثل هذه العبارة التالية فقط : « إنني آسف لعدم استطاعتي قبول دعوتكم » ، فإن ذلك ليس من الياقة في شيء ، إذ ينبغي الرد بمثل العبارة التالية : « انني آسف لعدم استطاعتي تلبية دعوتكم ذلك لأنني قد ارتبطت مسبقا بتلبية دعوة السيد فلان في هذا المساء . وأرجو أن تتاح لنا فرصة أخرى لتلتق معا في القريب العاجل على خير » .

الدعوة الشفوية :

يتم الرد على الدعوة الشفوية ، بطبيعة الحال ، شفويا . وإذا كانت هناك نية لقبول الدعوة ، فينبغي قبولها على الفور ، دون تردد أو شروط أو إرجاء ولا ينبغي على الإطلاق ، ترديد مثل هذه العبارة : « هه : حسنا ، كان يسعدني جدا أن أحضر ، غير أنني لست على يقين من أن وقتي سيسمح بذلك . ألا يزعلك أن أخبرك برأيي في المحظرات الأخيرة ؟ » . إن مثل هذا التصرف قد يعطى انطباعا إلى من وجه الدعوة بأن هناك نية لقبول دعوة أخرى أكثر أهمية من دعوته ، الأمر الذي يحمله أيضا غير متأكد من عدد الأشخاص الذين سيلبون دعوته . ومن الأفضل رفض الدعوة على الفور ، إذ يعتبر ذلك أكثر صوابا .

وإذا كانت هناك نية للرفض ، فيجب الإفصاح عنها بصورة طبيعية ، معبرين على الأقل عن الأسف « الصادق » على عدم إمكان تلبية الدعوة ، مع ضرورة إفصاح أسباب الرفض ودواعيه . ولا بأس من إضافة بعض الكلمات التي تعبر عن التنيات الطيبة للمشاركة في مناسبة أخرى ، بأن تقول على سبيل المثال : « يا للأسف !! إنني مشغولة يوم الخميس القادم ، لأنني قد ارتبطت بحجز تذاكر لحضور مسرحية . . . » .

إرجاء الدعوة :

في حالة ما إذا تم قبول الدعوة ، فلا ينبغي على الإطلاق ، مخالفة هذا الارتباط ، إلا في حالات الضرورة القصوى ، مثل المرض ،

الحداد ، الارتباطات المفاجئة والحامة جدا في العمل ، الحوادث ، أو الكوارث العنيفة .

وينبغي أيضا أن يؤخذ في الاعتبار ، أن من يوجه الدعوة ، قد يضطر إلى إرجائها لأسباب خارجية عن إرادته . ومن المفضل أن يتم إرجاء الدعوة تليفونيا ، لأن ذلك يعتبر أسرع وسيلة للاتصال وكسب الوقت . كما ينبغي أن يكون ذلك دون التفسير في شرح الأسباب ، وإبداء الضيق الشديد والأسف : « إنني لمهومة ، غير أنني للأسف الشديد مضطرة ، بل وليس أمامي سوى إرجاء دعوة الغداء إلى يوم الأربعاء القادم ، ذلك لأن زوجي قد استدعى للسفر إلى بلدة كذا (أو « لأن ابنتي مريضة » أو « لأسباب أخرى خطيرة » ، إلى غير ذلك من الأسباب) ، فهل في استطاعتنا إرجاء هذه الدعوة إلى وقت لاحق...؟ » وينبغي على الفور ، إذا كان ذلك ممكنا ، تحديد موعد آخر للزيارة . . . ذلك حتى لا يوضع المدعو في حالة من التشكك والحرج ، وحتى لا تساوره أدنى هواجس تجاه سبب الرفض ، الأمر الذي قد يعرضه لحالة من القنوط ، إذ يترك في حالة انتظار لدعوة ثانية ، قد لا تتحقق على الإطلاق . وعلى أية حال ، فإن أسباب خلف الموعد ، أو إرجاء الزيارة ، يجب أن تكون دائما ذات عذر واضح ، وسند بين يمكن قبوله : فانتحال الأعدار ، واختلاق المآذير يمكن أن يظهر زيفها ، مما يترك انطباعا سيئا ، مع ما يترتب عليه أيضا من فقدان للأصدقاء .

سعر النسخة

ج ٤-٢٠٠٠	١٥٠٠	مبدا	البحرين	٢٥٠	فلسا	السودان	١٥٠٠	مبدا
ليبستان	١٢٥٠	د.د	قطر	٢٥٠	فلسا	ليبيا	٢٥٠	فلسا
سوريا	١٥٠	د.د	درب	٢٥٠	فلسا	سونس	٢٥٠	فلسا
الأردن	١٥٠	فلسا	أبوتلي	٢٥٠	فلسا	الجزائر	٢٥٠	فلسا
العراق	١٥٠	فلسا	المعوية	٢٥٠	فلسا	لغريب	٢٥٠	فلسا
الكويت	٢٥٠	فلسا	عبدن	٥٠	فلسا			

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

الطبعة: شركة مطبعة لبنان - شركة مطبعة سورية - بيروت

كيف تحصلين على نسختك

- أطلى نسختك من باعة الصحف والأشياء والمكتبات في كل مدن الدول العربية
- إذا لم تتمكني من الحصول على عدد من الأعداد القصوى ب :
- ف ج م ع : الإشراف : إدارة التوزيع - مبنى مؤسسة الأهرام - شارع الجلاء - القاهرة
- في البلاد العربية : الشركة الشرقية للنشر والتوزيع - بيروت - ص ب ١٥٥٧٨