كل الأسرة
KUL AL USRA

يوم المرأة العالمي..
الإماراتية
حاضرة وفاعلة

شارك واربح
جوائز قيمة
مسابقة
«يوم الأم»

الكذب يستفزها
والدلال يرضيها
هبة نور:
لم ولن أعتزل

#خلّيها-تعنّس
تكاليف الزواج تشعل
حرب «**الهاشتاج**»

زلات اللسان..
خراب البيوت
بالنيران
الصديقة

حواجب ملونة
وشعر مبتل
جمالك في
2019

5 نصائح
لحماية قلبك

NAZIH
NAZIH
WHERE BEAUTY BEGINS
www.nazih.com

6294008500028

كل الأسرة
العدد 1325 - 5 مارس 2019 - 28 جمادى الثانية 1440
Kul Al Usra - No 1325 - 5 March 2019

أناقة لا تقاوم
سرير أمل من فلو
WESTERN FURNITURE
شارع أم هرير، هاتف: 7152 337 04
بوتيك ويسترن للمفروشات، شارع الشيخ زايد، هاتف: 0777 338 04
sales@westernfurniture-uae.com • www.westernfurniture.ae
تابعونا على
flou
www.flou.it

اليوم العالمي للمرأة.. كفاح وتمكين

٨ مارس ١٩٠٩ – ٨ مارس ١٩٧٧ – ٨ مارس ٢٠١٩

ثلاثة تواريخ تشير لنفس اليوم والشهر وترتبط بالاحتفال باليوم العالمي للمرأة. التاريخ الأول اختاره الأمريكيون لتخليد ذكرى كفاح عاملات النسيج اللائي تظاهرن احتجاجاً على تدني الأجور وساعات العمل الطويلة وعمالة الأطفال وعدم تمتع النساء بحق الترشح والانتخاب. وكانت هذه التظاهرات حلقة أخيرة في الاحتجاجات النسائية لذات الأسباب والتي بدأت عام ١٨٥٦.

أما التاريخ الثاني فهو عندما اعتمدت منظمة الأمم المتحدة هذا اليوم للاحتفال به يوماً عالمياً للمرأة حيث يؤكد كفاحها في مسيرة مطالبها بالمساواة بالرجل في الحقوق والواجبات، ولحث الدول المختلفة على تبني المطالب العادلة للنساء.

أما التاريخ الأخير فهو الذي يحل علينا بعد أيام ونحتفل فيه مع العالم أجمع باليوم العالمي للمرأة. وهذا الاحتفال فرصة متجددة كل عام لتقديم مراجعة لما تم في ملف المرأة محلياً وعربياً وعالمياً، وما نطمح أن يتحقق أيضاً في المستقبل القريب. صحيح أن المؤشرات العالمية ما زالت ترصد بعض الظلم الذي تتعرض له النساء حتى في أكثر دول العالم تقدماً، إلا أن أوضاع المرأة محلياً وعربياً في تحسن كبير. فسياسات تمكين المرأة التي تنتجها الإمارات صارت محل ترحيب وتقدير كبيرين على مستوى العالم، حتى أن دولاً كبيرة يزور مسؤولوها الإمارات لا يخفون دهشتهم من الحضور النسائي الفاعل في كافة مناحي الحياة، والفضل لا بد أن ينسب لأصحابه، فالمغفور له الشيخ زايد بن سلطان آل نهيان باني نهضة الإمارات كان فكره ومنهجه يؤكدان أن المرأة شريك كامل في بناء الوطن، تماماً مثل الرجل. وبالتالي تبنى رحمه اللّه سياسات تشجيع الفتيات على التعليم وتوفير الفرص لهن للعمل. وكان للمساندة والدعم الكبيرين لأم الإمارات سمو الشيخة فاطمة بنت مبارك دور كبير في مسيرة تمكين المرأة. وواصل صاحب السمو الشيخ خليفة بن زايد آل نهيان، رئيس الدولة، حفظه اللّه، ومعه شقيقه صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد آل مكتوم، نائب رئيس الدولة، رئيس مجلس الوزراء، حاكم دبي، رعاه اللّه، النهج نفسه وواصلا ولا يزالان سموهما، انتهاج السياسات واتخاذ القرارات التي تعزز من هذا التمكين.

تحية للمرأة الإماراتية وتحية إلى كل نساء العالم في يوم الاحتفال بكفاحهن وسعيهن الدائم ليكن شريكات في صناعة المستقبل وبناء نهضة الأمم.

كل الأسرة

KUL AL USRA

كل الأسرة

KUL ALUSRA
Weekly Independent
Published By
DAR AL - KHALEEJ SHARJAH - U.A.E

كل الأسرة
مجلة أسبوعية مستقلة
تصدر عن
دار الخليج للصحافة والطباعة والنشر

أسسها: تريـم عمـران
عبدالله عمران

المدير العام رئيس التحرير: أميرة عبدالله عمران

مديرة التحرير: فاطمة النعيمي

مدير التحرير التنفيذي: مجدي عبدالمجيد

CREATIVE ART DIRECTOR: نتـالي عـوض

ART DIRECTOR: فـادي فيـاض

HEAD OFFICE
TEL: +9716 5777777 :هاتف
FAX: +9716 5774999 :فاكس
P.o.Box (30)
E.mail: kulalusra@alkhaleej.ae
Printed in: Dar Al - Khaleej Press
Sharjah - U.A.E.

الإدارة والتحرير:
هاتف: 5777777 +9716 :TEL
فاكس: 5774999 +9716 :FAX
ص.ب: (30)
E.mail: kulalusra@alkhaleej.ae
الطباعة : مطابع دار الخليج - الشارقة
الشارقة - الإمارات العربية المتحدة

OFFICES :
Cairo: 25799318 - 25784090
Beirut: 347208 - 348774

المكاتب:
القاهرة: 25799318 - 25784090
بيروت: 347208 - 348774

ADVERTISING DEP
TEL: +9716 5777888
FAX: +9716 5777622
E.mail: kaumkt@daralkhaleej.ae

الاعلان والتسويق
هاتف: 5777888 +9716
فاكس: 5777622 +9716
E.mail: kaumkt@daralkhaleej.ae

DISTRIBUTION:
TEL: +9716 5777444

التوزيع :
TEL: +9716 5777444

kulalusramag kulalusramag

الإمارات 5 دراهم . البحرين 500 فلس . الكويت 500 فلس . السعودية 8 ريالات . سلطنة عُمان 500 بيسة . قطر 6 ريالات . اليمن 80 ريالاً . العراق 500 فلس . مصر 10 جنيهات
الأردن دينار واحد . سوريا 20 ليرة . لبنان 3000 ليرة . المغرب 10 دراهم . تونس 500 مليم . ليبيا 500 درهم . الجزائر 5 دنانير . لندن جنيهان استرلينيان . باريس 10 فرنكات

تعاونية الاتحاد
UNION COOP
Quality Pioneers رواد الجودة

عروض مفرحة Happy Deals

الصحة والجمال
health & beauty

From 1st until 10th March 2019 | من 1 لغاية 10 مارس 2019

AED ~~43.05~~
AED 29.50
قسيمة استرجاع نقدي
Tamayaz Cash Back Voucher
AED 6.25
زيت دوار الشمس 1.8x2 لتر
Mazola Sunflower Oil 2x1.8 Ltr

~~68.78~~
AED 37.50
أرز بسمتي 5 ك/غم
Tilda Basmati Rice 5Kg

~~25.95~~
AED 15.00
آيس كريم 500 مل متنوع
Haagen-Dazs Ice Cream 1x500 ml Assorted

AED 40.80
قسيمة استرجاع نقدي
Tamayaz Cash Back Voucher
AED 9.25
حليب مجفف قليل الدسم 900 غم
Nido Low Fat Milk Powder 900gm

~~14.50~~
AED 10.00
حليب طويل الاجل متنوع 1x4 لتر
Nadec UHT Milk Assorted 4x1Ltr

AED ~~20.79~~
AED 16.54
قسيمة استرجاع نقدي
Tamayaz Cash Back Voucher
AED 4.00
جبنة قابلة للدهن 200x2 غم
Light Philadelphia Cheese Spread 2x200gm

~~51.92~~
AED 29.95
شامبو 400 مل + بلسم
Dove Avocado Shampoo 400ml+Conditionner

تميّز Tamayaz
AED 102.90
65.50
شامبو 385 مل + بلسم
Ogx Shampoo 385 ml + Conditioner Assorted

~~55.13~~
AED 27.50
ماسك للشعر 300 مل
Argana Oil Hair Mask 300ml

OR

~~127.05~~
AED 52.50
علكة بالفيتامين أوميجا 3
Sunshine Nutritions Cool Gummies
Omega-3 Buy1 Get 1Free

تميّز Tamayaz
AED 121.80
52.95
كريم ليلي ونهاري تبييض للوجه
Eveline Day and Nghit whitening Cream

AED ~~111.30~~
AED 78.00
قسيمة استرجاع نقدي
Tamayaz Cash Back Voucher
AED 5.00
كريم ليلي للوجه
Olay Total Effects Night Firming Moisturiser Dual Pack

تسوقوا واحصلوا على استرجاع نقدي
SHOP & GET CASHBACK

- The Tamayaz cash back coupon is redeemable within 30 days.
- Coupon issued is not exchangeable or extendable. In case of any product return, the respective coupon value will be deducted from net amount.

- قسيمة الاسترجاع النقدي صالحة لمدة 30 يوم
- القسيمة غير قابلة للاستبدال النقدي أو التمديد في حالة استرجاع أي منتج سيتم خصم قيمة الكوبون من المبلغ الاجمالي للفاتورة

وفر أكثر مع بطاقة تميز
SAVE MORE WITH TAMAYAZ

www.unioncoop.ae info@unioncoop.ae 800 8889

Terms & Conditions:
- Purchase limit may apply
- Purchase limit of maximum 6pcs per customer
- Promotion items are not sold seperately
- Offers valid till stock last
- Images are only for illustrative purpose
- Offers are available at selected outlets

الشروط والأحكام
- شراء المنتجات بكمية محدودة
- ٦ قطع لكل منسوق كحد أقصى
- منتجات الحملة لا تباع بقطع منفردة
- العروض سارية حتى نفاذ الكمية
- الصور المعروضة للتوضيح فقط
- العروض متاحة في فروع مختارة

كن على حق واعرف حقوقك مستهلك
Be Right Know Your Consumer Rights
718401
600 545555

Google play
App Store
ISO 9001
DUBAI CHAMBER CSR LABEL

السطوة Satwa | الراشدية Rashidiya | الطوار Al Twar | الحمرية Al Hamriya | المنخول Mankhool | جميرا Jumeirah | العوير Aweer | الوصل Al Wasl | مردف Mirdif | البرشاء Al Barsha | أم سقيم Umm Suqeim | المدينة العالمية International City | أبو هيل Abu Hail

كوب كوب THE POINTE | الممزر AL MAMZAR | البرشاء مول Al Barsha Mall | اتحاد مول Etihad Mall

في هذا العدد

52

64

كل الأسرة KUL AL USRA

فهرس العدد 1325

منوعات:

22 «متحف المرأة» ذاكرة زمان ومكان نساء الإمارات

26 منى حارب: العطاء يشبع رغبتنا بالسعادة

42 تكية أبو الدهب... متحف لنجيب محفوظ

46 المرأة الفرنسية متحررة.. ومضروبة!!

تحقيقات

18 يوم المرأة العالمي.. الإماراتية حاضرة وفاعلة وملهمة

30 «زلات اللسان» أخطاء بـ «الجملة» تهدد الحياة الزوجية

36 خليها تعنس تثير جدلاً في مصر

144

أزياء:

52 استغلال عملي للموضة

68 أبرز صيحات الجمال لصيف 2019

شباب:

82 هل أنت عاقلة أم تهوين لحظات الجنون؟!

فنون:

88 هبة نور: عدت بعدما استردت الدراما العربية وعيها

92 خليفة الكعبي: مسلسل «قلبي معي» فتح لي أبواباً كثيرة

94 ولاء الشريف: لا أصلح للأدوار الجريئة

صحة وتغذية:

120 5 نصائح للوقاية من أمراض القلب

124 حساسية القطط الأسباب.. الأعراض والعلاج

128 لماذا نشعر بالرغبة في تناول المأكولات المالحة؟

سلطان شهد انطلاق مسيرتها
القافلة الوردية
تواصل مسيرتها بالوعي والأمل

حاكم الشارقة يشهد انطلاق مسيرة فرسان القافلة الوردية التاسعة

اختتمت القافلة الوردية إحدى مبادرات جمعية أصدقاء مرضى السرطان مسيرتها، تلك المبادرة صاحبة النتائج الأوضح في الحد من مخاطر المرض في المجتمع الإماراتي ومنح الأمل لأعداد كبيرة من المصابات اللواتي وجدن الدعم الطبي والمعنوي المطلوب حتى تحقق لهن الشفاء.شملت مسيرة الفرسان هذا العام وللمرة الأولى تقنية الفحص الجيني للأشخاص، الذين تم اكتشاف إصابتهم بسرطان الثدي خلال أيام المسيرة، وتجلت أهمية وقيمة هذا الفحص في الدور الذي لعبه في تحديد العلاج المناسب لكل حالة، كما تم تخصيص عيادة فحوص طبية جديدة، صممت لترافق الفرسان طوال أيام المسيرة في إمارات الدولة السبع، وهدفت إلى توفير الفحوص الطبية لكل المراجعين على طول مسار الفرسان وفي المحطات التي توقفوا عندها.رافقت مسيرة الفرسان التاسعة أكثر من 30 عيادة طبية متنقلة، إلى جانب سبع عيادات طبية ثابتة بواقع عيادة في كل إمارة، وعيادة القافلة الوردية الطبية المتنقلة، وقدمت العيادات الفحوص المجانية للكشف عن سرطان الثدي لكل فئات المجتمع طيلة أيام المسيرة.

متابعة: مروة محمد حسين

«القافلة الوردية» أثناء تقديم فحوص سرطان الثدي

Julia Roberts

Constance Wu

Sarah Paulson

أناقة نجمات الأوسكار

تألقت نجمات السجادة الحمراء لحفل الأوسكار بإطلالات غاية في الأناقة، اعتمدت الكثيرات على ألوان جذابة من الباستيل إلى تدرجات النيون الخاطفة، خاصة الوردي منها، والذي كان اللون الأكثر قوة على السجادة الحمراء هذا العام، كما كان الأبيض خياراً لعدد كبير منهن، إضافة إلى الأسود الشيك، والظلال المعدنية خاصة الفضي منها.

Amy Adams

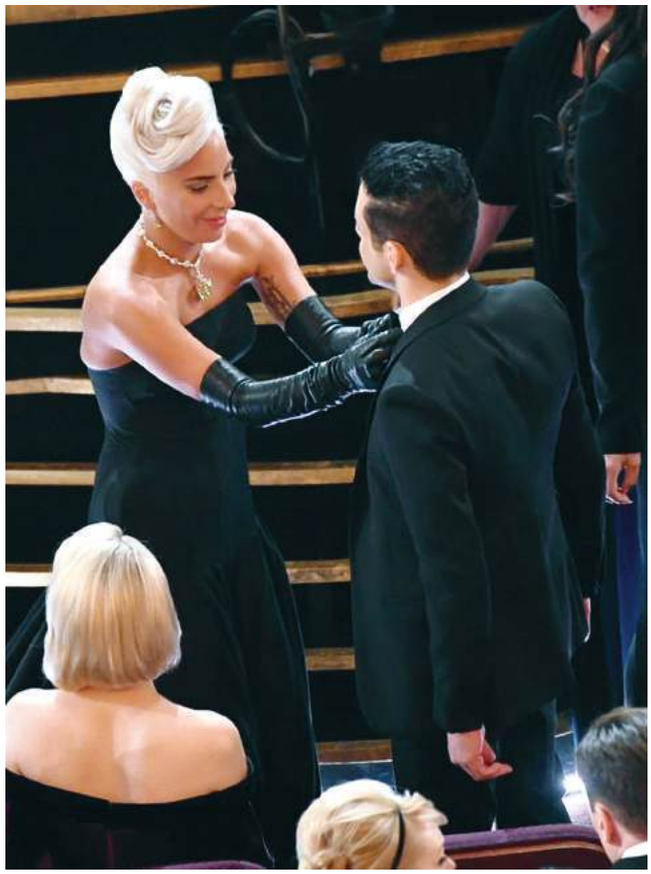
Emilia Clarke

Glenn Close

Lady Gaga

البابيون الحائر

يبدو أن النجم الفائز بجائزة أوسكار أفضل ممثل لهذا العام رامي مالك لم يتعود على ربطات العنق أو البابيون. فما حدث في حفل الأوسكار الذي تابعه الملايين حول العالم أن بابيون رامي لم يكن يبدو بشكل صحيح وتدخل أكثر من شخص لضبط بابيون النجم، حتى الفنانة ليدي جاجا تقدمت للمساعدة في وقت ما.



سيلفي النجوم

كان حفل الأوسكار الـ 91 فرصة لكثير من النجوم للقاء بعضهم البعض وتسجيل تلك اللحظة المهمة. هنا النجمان صامويل جاكسون وجلين كلوز يلتقطان «سيلفي» في قاعة الحفل الكبير.

خيط وإبرة وروبوت

بينما يعاني كثيرون مع تقدم السن في وضع الخيط في سم الإبرة، ها هو روبوت جديد يستعرض مهاراته في هذه الحركة الصعبة بالمفهوم البشري. الروبوت ظهر على هامش مؤتمر للتقنيات استضافته مدينة برشلونة الإسبانية.

الهروب إلى الشمس

فجأة وسط أيام الشتاء ارتفعت درجات الحرارة في العاصمة البريطانية لندن، فهرع المئات إلى الحدائق والأماكن المفتوحة للاستمتاع بشمس الشتاء. يذكر أن درجات الحرارة بلغت 21 درجة مئوية، وهو أمر غريب في شتاء لندن.

KUL AL USRA

كل الأسرة

مسابقة يوم الأم

تحدي السنوات العشر

صورة تجمع الأم وطفلها قبل عشر سنوات وصورة حديثة تجمعهما الآن

العبارات الأكثر استخداماً من الأم مدمجة في قصيدة صغيرة

الأقوال والأفعال الشائعة للأمهات مدمجة في قصيدة صغيرة تحتفي بدور الأم

أفضل نصيحة

نصيحة قدمتها لك والدتك وساعدتك كثيرا في حياتك

زوروا صفحتنا على فيسبوك وإنستغرام وضعوا "إعجاب" وشاركوا في المسابقة !

kulalusramag

kulalusramag

- فندق **AJWA SULTANAHMET** إسطنبول يقدم تذكرتي سفر مع إقامة لشخصين
- فندق **SWISSOTEL AL GHURAIR** يقدم إقامة ليلتين
- مطعم **PEARL LOUNGE** في فندق جراند حياة أبوظبي يقدم قسائم بقيمة ٥٠٠ درهم لكل قسيمة
- مركز المعرفة الطبي يقدم قسائم بقيمة ٥٠٠ درهم لكل قسيمة (تنظيف وتبييض الأسنان)
- فندق **GULF COURT** بزنس باي يقدم إقامة ليلتين لشخصين
- مطعم **OLEA** في فندق كمبينسكي دبي مول الإمارات يقدم قسائم للفائزين بقيمة ٥٠٠ درهم لكل قسيمة
- **LIFESTYLE** تقدم قسيمة بقيمة ١٠٠٠ درهم على مجوهرات لايف ستايل
- مطعم **THE FISH HOUSE** يقدم قسائم بقيمة ٥٠٠ درهم لكل قسيمة
- مطعم **PIERRES BISTRO** يقدم قسائم بقيمة ٥٠٠ درهم لكل قسيمة
- فندق **AVANI DEIRA** بدبي يقدم إقامة ليلتين لشخصين في عطلة نهاية الأسبوع

برعاية :

THE FISH HOUSE · LIFESTYLE FINE JEWELRY · AL MARIFFA Medical Center · Kempinski Hotel Mall of the Emirates · GULF COURT HOTEL BUSINESS BAY · AJWA HOTEL SULTANAHMET

Pierre's BISTRO & BAR · AVANI Deira Dubai · PEARL LOUNGE. · swissôtel AL GHURAIR DUBAI

الاسم : ..... الهاتف : .....

الجنسية : ..... البريدالإلكتروني : .....

العنوان : .....

الشروط العامة للمشاركة:

1- يجب إرفاق القسيمة مع المشاركة وسوف تهمل المشاركات بدونها
2- تتكون المسابقة من ثلاث فئات تسمح للمشاركين باختيار طريقتهم المحببة للتعبير عن حبهم لأمهاتهم.
3- الموعد النهائي للتقديم هو 15 مارس وسيتم الإعلان عن الفائزين يوم 19 مارس 2019.
4- ترسل المشاركات الى مبنى دار الخليج في الشارقة أو عبر البريد الى ص.ب:30 الشارقة - إ.ع.م أو عبر البريد الإلكتروني : kaumkt@daralkhaleej.ae
5- لا يحق لموظفي دار الخليج وعائلاتهم الاشتراك في المسابقة.

إنجازات وأحلام عربية

يوم المرأة العالمي..

«الإماراتية»

حاضرة وفاعلة وملهمة

لا تتوقّف مسيرة المرأة الإماراتية عن ضخ دماء جديدة في عروق المشاركة على الأرض لنرى عاماً بعد آخر أسماء نسوية جديدة تضمها لوائح عالمية عن النساء الأكثر تأثيراً في دولهن أو حتى على الصعيد الدولي.

لا يغيب اسم سمو الشيخة فاطمة بنت مبارك أم الإمارات رئيسة الاتحاد النسائي العام عن أي محفل. فهي حاضرة في كل خطوة تدعم مسيرة المرأة اجتماعياً وتشريعياً وفي مجال التمكين السياسي والدبلوماسي وتعزيز دعائم حضورها في كل الميادين وتفعيل حقوق المرأة والطفل على السواء كركيزة أساسية في بناء أسرة مستقرة. كما لا تنتهي الأسماء النسوية التي تحضر بقوة في مجال التأثير الفاعل في مفاصل مجتمعاتنااوالتي، بالوقت نفسه، تنقل صورة مشرفة عن المرأةالعربيه وتتعدّد أوجه المشاركة وعلى كل الصعد، وكله نابع من مبدأ قائم على تنمية الإنسان بغض النظر عن جنسه.

بيد أن الأولوية الرابعة تستهدف تعزيز الحضور العالمي للمرأة عبر«تنمية روح الريادة والمسؤولية، وتعزيز مكانة المرأة في المحافل الإقليمية والدولية». والسؤال: كيف ترصد القيادات النسائية الصدى العالمي للإنجازات النسوية وكيف تبلور حضور المرأة على الساحة الدولية في اليوم العالمي للمرأة ؟

تحقيق:سلام ناصرالدين
بيروت: هناء توبي
القاهرة: إيمان الحلواني

مريم الرميثي:
الأيادي البيضاء لأم الإمارات استحقت التقدير العالمي

تؤكد مريم محمد الرميثي، مدير عام مؤسسة التنمية الأسرية، أن «ما حققته ابنة الإمارات من تقدم وتميز مستمرين لم يأتِ من فراغ، ولكنه نتيجة للدعم اللامحدود الذي تقدمه قيادة الدولة، متمثلة في صاحب السمو الشيخ خليفة بن زايد آل نهيان، رئيس الدولة، حفظه اللّه، وصاحب السمو الشيخ محمد بن راشد آل مكتوم، نائب رئيس الدولة، رئيس مجلس الوزراء، حاكم دبي، رعاه اللّه، وصاحب السمو الشيخ محمد بن زايد آل نهيان، ولي عهد أبوظبي، نائب القائد الأعلى للقوات المسلحة، وأصحاب السمو أعضاء المجلس الأعلى، حكام الإمارات، الذين أخذوا بيد المرأة في دولة الإمارات نحو التقدم: حيث هيأت لها القيادة كل عوامل النجاح والتميز منذ عهد المؤسس المغفور له بإذن اللّه تعالى الشيخ زايد بن سلطان آل نهيان طيب اللّه ثراه.

كما توجه التهنئة إلى سمو الشيخة فاطمة بنت مبارك، رئيسة الاتحاد النسائي العام، الرئيسة الأعلى لمؤسسة التنمية الأسرية، رئيسة المجلس الأعلى للأمومة والطفولة، (أم الإمارات)، بمناسبة يوم المرأة العالمي، مشيرة إلى الجهود الكبيرة التي بذلتها وتبذلها «أم الإمارات» لتشجيع ابنة الإمارات، والأخذ بيدها نحو التميز والريادة وتحقيق الإنجازات.

تقول: «لا شك أن الإماراتية كانت ولا تزال محط أنظار وإعجاب العالم، بما تقدمه من مبادرات، وما تصل إليه من مكانة تتطور بمرور الأيام. ففي الإمارات، تقود المرأة أهم موقع برلماني برئاستها للمجلس الوطني الاتحادي، كما أن النسبة الأعلى من النساء البرلمانيات توجد في الإمارات.

لا تنتهي المسيرة عند هذا الحد؛ إذ ثمة إنجازات على كافة الصعُد. ترصد الرميثي: «لقد شجعت سمو الشيخة فاطمة بنت مبارك، حفظها اللّه، وبدعم من القيادة الرشيدة على تواجد المرأة في مختلف الميادين، وشغلت أرفع المناصب القيادية والإدارية، إضافة إلى المهن الإنسانية، كما تترأس سموها العديد من المؤسسات الداعمة للأسرة بشكل عام والمرأة بشكل خاص، وتولي الاهتمام بالمرأة والأسرة على مستوى العالم، حيث تقدم سموها العديد من الجهود الإغاثية والمساعدات الإنسانية التي تهدف إلى الحفاظ على المرأة وصون كرامتها، كما وتوفر لها الرعاية والاهتمام، بخاصة في مناطق النزاعات والكوارث والحروب: حيث لأم الإمارات الأيادي البيضاء التي استحقت التقدير العالمي».

ناعمة الشرهان:
الشيخة فاطمة بنت مبارك نموذج عالمي في دعم المرأة

ترصد ناعمة الشرهان، عضو المجلس الوطني الاتحادي، الصدى الكبير لإنجازات المرأة الإماراتية داخلياً وخارجياً وترهن الفضل «للوالد المؤسس الشيخ زايد طيب اللّه ثراه الذي أطلق الشرارة الأولى لتمكين المرأة مناصفة مع سمو الشيخة فاطمة بنت مبارك حيث كانا يدعوان المرأة للعمل والوقوف جنباً إلى جنب مع الرجل لمشاركته شغف الحياة ومع تطور الدولة، سار القادة على نهج الوالد المؤسس لنرى المرأة تتصدر الكثير من المناصب القيادية».

تلفت الشرهان إلى «عالمية» المسيرة النسوية حيث يبرز اسم سمو الشيخة فاطمة بنت مبارك ليس على المستويين العرب والخليجي وحسب، بل على المستوى العالمي في دعمها للطفولة وللمرأة بصورة خاصة وهي تشكّل نموذجاً مشرفاً للدولة». ف «ابنة الإمارات» أثبتت وجودها في كل المجالات و«قد تصل الى مجالات تكون محط أنظار في المستقبل في ظل» توجيه صاحب السمو الشيخ خليفة بن زايد آل نهيان رئيس الدولة حفظه اللّه بتمثيل المرأة بنسبة 50% في الدورة الانتخابية القادمة للمجلس الوطني الاتحادي «كما عبارات صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد، نائب رئيس الدولة، رئيس مجلس الوزراء حاكم دبي رعاه اللّه، حول كون المرأة «نصف المجتمع» و«روح المكان» وهذه المقولات خير دليل على أن المرأة تلقى صدى كبيراً من القيادة».

وعلى المستوى الخارجي، ترى الشرهان أن المرأة حاضرة أيضا: فهي سفيرة لدولتها وتقاسم الرجل في غربته وتثبت حضورها عالميا حيث أصبحت مثالاً يحتذى به بحيث نراها «صغيرة في السن وكبيرة في الإنجاز» وباتت الدول الأخرى تسأل عن السر الكامن وراء الخطوات السريعة في مسيرة المرأة»، معقبة أن هذا الأمر «دليل على دعم القيادة الرشيدة في الدولة إلى قدرة المرأة على الإبداع والعطاء وإحداث التغيير».

عيده المحيربي:
التركيز في الهدف السامي يوصلنا إلى العالمية

عيدة المحيربي، مخترعة إماراتية في سجلها أكثر من 100 براءة اختراع وهي تعتبر أفضل مخترعة في العالم العربي كما اعتبرت أفضل مخترعة عالمية لسنة 2013 لكثرة عدد اختراعاتها.

في اليوم العالمي للمرأة، تثمن المحيربي الجهود النسوية في مجال الاختراع إلا أنها تعتبر أن بعض الاختراعات لا تنّم عن اجتهاد ومصداقية، لافتة إلى أن «في عام 2012، عندما أطلقت وفريق عملي مجموعة اختراعات، كان الهدف يتركّز على التوعية بأهمية الابتكار كأساس تقوم عليه الدول في معظم صناعاتها: «فالأبحاث العلمية في المعاهد والجامعات تبقى حبيسة الأدراج، بيد أن الاختراع يتحول إلى مواد ممكن تصنيعها وتصديرها وتطويرها وتساهم فيه كل فئات المجتمع وعلى كافة الصعد». وتؤكد: «المعوقات لا توقفنا عن التفكير والمثابرة للوصول إلى الهدف السامي وهو أن تكون لدينا اختراعات مسجلة باسم الدولة نحاول أن نخرجها كمنتج نهائي ومصنّع سواء داخل أو خارج الدولة لأرض الواقع، مع شرط أن يتوافر الوعي لدى المجتمع المحلي بمدى أهمية الاختراع والمساهمة بشراء المنتجات التي بنيت على الاختراع وهذا يساهم ويعزّز الاقتصاد الوطني ويصل بمنتجاتنا المحلية إلى العالمية».

د.مريم مطر:
قيادة استثنائية وبيئة محفزة دعمتا عالمية المرأة الإماراتية

الدكتورة مريم محمد مطر، مؤسس ورئيس جمعية الإمارات للأمراض الجينية، تم اختيارها أكثر من مرة من أكثر النساء تأثيراً في العلوم والبحوث. في هذا الصدد، تلفت إلى أن «صدى إنجازات المرأة الإماراتية يترجم من خلال تمثيلها للكثير من المناصب التي تمثل فيها الوطن العربي وآسيا في المحافل الدولية، وبالأخص في مجال العلوم، وأغلب الفرص التي أتيحت للمرأة الإماراتية تعتبر من الفرص الريادية، بحيث تقلدتها كأول شخص من الوطن العربي أو الخليج العربي في عدة مجالات، وعلى سبيل المثال «ابنتي وتلميذتي» علياء المنصوري وفخورة أن أكون الموجهة لها في مشروعها «جينات في الفضاء»، كما وفقني اللّه في تمثيل الوطن العربي وشرق آسيا في الكثير من المجالس العلمية الدولية التي يتم ترشيح الأفراد لها بشكل شخصي وليس من الدول، بالاعتماد على أعمال وإنجازات الفرد في هذا المجال. وتعقب: «مريم مطر اليوم لا تمثل نفسها، بل تمثل ابنة الإمارات، وإذا استطاعت أن تكون في أي قائمة لأكثر النساء تأثيراً في العلوم في العالم الإسلامي أو تأثيراً في جانب العلوم على الصعيد الإنساني، فهذا يدل على مدى قوة تأسيس المرأة في دولة الإمارات العربية المتحدة».

د.نهلة القاسمي:
الإماراتية احتلّت مكاناً مرموقاً

تدحض الدكتورة نهلة القاسمي، عميد شؤون الطلبة في جامعة عجمان، الطريقة الإحصائية في التعامل مع مقولة بأن المرأة «نصف المجتمع» وحصرها في كون دورها في تكملة مهام النصف الآخر، مؤكدة أن «كل مكتسب و كل إنجاز تحققه المرأة، هو مكسب وإنجاز لمجتمعها». وهذا المنطلق هو الذي أرسى دعائمه القائد المؤسس، المغفور له الشيخ زايد و سار على دربه قادة الإمارات، كما تؤكد د.القاسمي: «لقد استطاعت المرأة الإماراتية ليس فقط أن تتخطى الدور الذي رسمه لها المجتمع قديماً، بل أن تبرع وتتميز وتبدع في الحقول التي اقتحمتها، بدعم من النظم والقوانين والتشريعات وبرامج تمكين المرأة في دولة الإمارات، والتي تماشت مع النهضة الشاملة والتطور المستدام في كافة الميادين والقطاعات في المجتمع والدولة، بما مكنّها أن تحتّل مكانتها المرموقة على مختلف الصعد، سواء على المستوى المحلي أو الإقليمي أو الدولي».تخلص د.القاسمي إلى أن المرأة الإماراتية أخذت هذا الدور الريادي نتيجة استحقاق ذاتي وفي سياق التطور الموضوعي للمجتمع، ودون أن تضطر إلى المواجهة والصراع المرير مع مكونات المجتمع من أجل حقوقها. وهذا ما أكسبها ثقة و اعتداداً بنفسها دون أن تفقد شيئاً من أنوثتها ووقارها وملكاتها التي وهبها اللّه لها.

أضوى الدخيل:
أفخر باقتحامي مجالات فريدة

تتنوع اهتمامات وإنجازات أضوى الدخيل، رائدة أعمال سعودية وتعتبر أن تعبير المرأة عن ذاتها، بعيداً عن المقارنة هو مدماك النجاح لبلورة قوة المرأة وتدعيم استمرارية هذا النجاح. الدخيل هي أول عازفة للجيتار في السعودية ورائدة أعمال سعودية كما حازت مرتبة الشرف في جامعتها في بوسطن حيث درست نظراً لحصولها على معدل كامل لمعظم المواد الجامعية التي درستها، حيث هي اليوم بصدد إنجاز «أول شركة توظيف باستخدام الذكاء الاصطناعي» إلى حصولها على ثلاثة تخصصات من جامعة سوفولك في بوسطن في إدارة الأعمال وريادة الأعمال وعلم النفس. تتحدث عن تجربتها لـ«كل الأسرة»: «يمكن القول إن مجال الطيران هو الذي أشعرني بالإنجاز الشخصي وشكل نقطة تحد بالنسبة لي للحصول على الرخصة خلال فترة وجيزة ومن باب تشجيع العنصر النسائي السعودي على اقتحام هذا الميدان». أما على صعيد الأعمال، فهي تفخر بمشروعها: «شركة «فلك» للأعمال والاستثمار هي إنجازي الأهم وتختص في مجال الاستثمار وريادة الأعمال وتهدف إلى دعم المشاريع الناشئة بالاستشارات والتقنيات في سبيل إصدار المنتج المطلوب، بما يعزز من مسؤولية الشركة على الصعيد الاجتماعي». تعتبر الدخيل أن ثمة عاملين ساهما في ترسيخ نجاحها كامرأة سعودية: «لدينا حكومة معطاءة ساهمت في ابتعاثي للدراسة في الولايات المتحدة إلى دعم أهلي الذين منحوني الثقة، ومن دون هذا الدعم، لم أكن لأصل إلى ما وصلت إليه». وتوجه رسالتها إلى المرأة العربية: «لا تقارني نفسك إلا بنفسك وركزي على نقاط القوة داخلك وانطلقي».

د.فاطمة الفلاسي:
عطاءات الإماراتية مشهودة في الإمارات والعالم.

ترى الدكتورة فاطمة محمد سعيد الفلاسي، المدير العام لجمعية النهضة النسائية بدبي، أنّ المرأة الإماراتية «أضحت مُلهِمة في أي مجتمع، و شراكتها في منظومة التنمية واستئناف الحضارة بارز ومعطاء، وحضورها الفاعل لافتٌ في كل جانب، فابنة الإمارات تجود في كل الميادين، و قد حققت الإنجازات على مختلف الصُعُد، ومنابع عطاءاتها مشهودة في دولة الإمارات و العالم أجمع». ترصد دور المرأة في «تعزيز المكانة العالمية لدولة الإمارات»: «إنّ سمو الشيخة فاطمة بنت مبارك رئيسة الاتحاد النسائي العام الرئيسة الأعلى لمؤسسة التنمية الأسرية رئيسة المجلس الأعلى للأمومة والطفولة لعبت دوراً جوهرياً في انخراط المرأة الإماراتية في صفوف التنمية والنهضة في بلادنا، بفضل اللّه عزّ و جل، و من ثم بفضل الرؤية الثاقبة لحكومتنا الرشيدة التي تنتهج رؤية شاملة حول النهوض بالمرأة و تمكين المجتمع بها، حيث لا تتوقف على الحاضر فحسب وإنما تشمل المستقبل». وتوجز د.الفلاسي: «هي تلك المرأة الموصوفة برُوح الأماكن، في فِكر صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد آل مكتوم نائب رئيس الدولة، رئيس مجلس الوزراء، حاكم دبي».

مؤشرات عالمية للمرأة الإماراتية

تنم المؤشرات العالمية الخاصة بالمرأة في الدولة, والتي نورد بعضها، عن كونها شريكاً فاعلاً ومؤثراً في العملية التنموية وفي نهضة مجتمعها وتتوافر مؤشرات عدة في هذا الصدد:

- **تعد الإمارات الأولى عالمياً في مؤشر معدل التحاق المرأة بالتعليم العالي وحققت المركز الأول عالمياً في مؤشر إلمام المرأة بالقراءة والكتابة وكل من مؤشري مشاركة المرأة في التعليم الإعدادي والتعليم الثانوي.**
- **استحوذت المرأة على نحو ٪66 من القوة العاملة في القطاع الحكومي و٪30 منهن في مراكز قيادية مرتبطة باتخاذ القرار.**
- **في عام 2014، تصدرت الدولة الإمارات العربية المتحدة مؤشر احترام المرأة عالمياً.**
- **احتلت الدولة المرتبة الأولى عربياً في تمكين المرأة قيادياً وبرلمانياً.**
- **تعد الإمارات الأولى خليجياً والثانية عربياً في المساواة بين الجنسين وفقاً لتقرير المنتدى الاقتصادي العالمي لعام 2017 بموضوع الفجوة بين الجنسين.**

نبيلة مكرم وزيرة الهجرة المصرية:

أقول للفتيات «متخليش حاجة توقفك» فالمرأة دائماً تستطيع

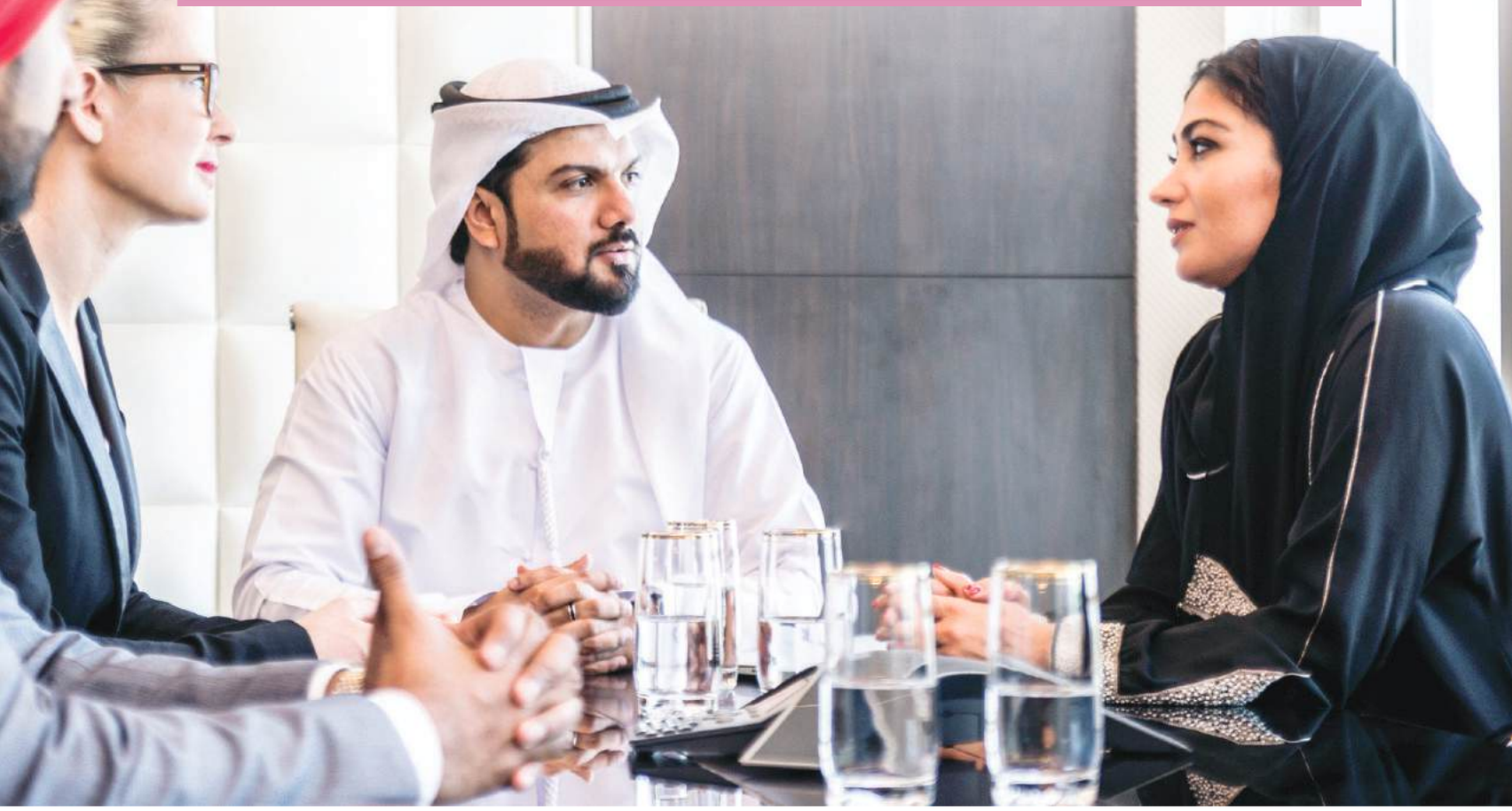
أولاً: أنا فخورة لكوني وزيرة ضمن عدد غير مسبوق من الوزيرات في الحكومة المصرية، وكل وزيرة تتولى ملفًا لا يستهان به، وأكبر إنجاز للمرأة المصرية أن تحصد ثماني حقائب وزارية في التشكيل الأخير للحكومة، ومصر لأول مرة تشهد هذا الكم من الوزيرات والتمثيل في البرلمان المصري. وأصبح لدينا المرأة تتولى منصب المحافظ، فهي يوماً بعد يوم تثبت أنها قادرة على تحقيق المزيد والمزيد لمستقبل بلدها.

والحمد للّه كل التغييرات السياسية كانت في صالح المرأة، وأصبحت المرأة تجد الدعم والمساندة في المطالبة بحقوقها. فالمرأة المصرية بالفعل تعيش أزهى عصورها خاصة أن القيادة السياسية تقدر دور المرأة وتثمن عليه بكل الطرق وليس من الضروري للمرأة أن تكون وزيرة ولا رئيسة مجلس لتحصل على التكريم اللازم من الدولة ولعل تكريم الرئيس المصري عبدالفتاح السيسي للنساء البسيطات، حينما تؤدي دوراً للمجتمع وعملاً يستحق التكريم أبرز مثال على ذلك، فالمرأة المصرية حتى لو كانت ربة منزل لكنها عظيمة بما تؤديه لوطنها ولأسرتها.

ودائما ما أوجه رسالة للفتيات اللاتي في مقتبل العمر أن يكن «قد التحدي» ولا يجعلن أي شيء يوقفهن أو يعطلهن عن النجاح والتفوق، فالمستقبل أمامهن كبير جداً، والأخطاء على مدار العمر واردة، ولا بد أن تقوينا وتجعلنا نقوى على مواصلة الرحلة وتحقيق النجاح.

وروشتة النجاح في أن تكون المرأة لديها ثقة كبيرة في اللّه وفي المجتمع والوطن وفي نفسها، فالجميع يحثها على النجاح والمرأة الناجحة تكون أكثر تواضعاً، راقية في أخلاقها، وشديدة في ثقتها بنفسها، ولا تتكلف ولا تبتذل في ملابسها وشكلها، لكنها تلفت نظر المحيطين بها بذكائها وعلمها وبساطتها. والنساء المصريات كن أفضل سفراء لبلادهن في المهجر، وأثبتن أنهن قادرات على النجاح والتفوق تحت كل الظروف.

وأمامهن رسالة سامية في زرع الانتماء لدى الأبناء، وكذلك الحفاظ على الهوية المصرية واللغة العربية داخل البيوت في الدول الأوروبية، أتمنى لهن التوفيق والنجاح دائماً.



جمال غبريل نائبة رئيس المجلس النسائي العالمي:

حماية القاصرات وتعديل قوانين حماية الطفل

تقول غبريل: عملنا لإعطاء المرأة حقوقها وتأمين الدعم للنساء في الدول حيث هن في حاجة إلى دعم ونلقي الضوء على ما يتوصل إليه العمل النسوي حتى نرسم خطوطاً جديدة في مجالات الحقوق الأجر المتساوي، الجنسية، الكوتا، العنف، كبيرات السن، زواج القاصرات... وغيرها من الأمور التي نعمل عليها وذلك بالتنسيق مع باقي الاتحادات النسوية الإقليمية والدولية مع الحرص على التشبيك مع هذه الاتحادات. واعتبرت غبريل أن رحلة النضال النسوية ما زالت طويلة وما زال لدينا تشريع قانون حماية المرأة من العنف الأسري وكذلك عمد المجلس النسائي على تعديل قوانين ترتبط بحماية الطفل من وسائل الإعلام ومن التشهير به، وتعديل القانون 422 لحماية الطفل الحدث، واستطعنا أن نغير في القوانين التي تطال حضانة الطفل لدى والدته في حالات الطلاق.

السفيرة إيمان غصين:

بات للمرأة اللبنانية حضور فاعل وصوت مسموع

اعتبرت السفيرة إيمان غصين، رئيسة المجلس الإنمائي العربي للمرأة والأعمال، أن المرأة تشكل نصف المجتمع، والاهتمام بقضاياها، وحاجاتها والدفاع عن حقوقها، وتمكينها في شتى مجالات ريادة الأعمال وصناعة القرار، هو جزء من تحقيق التنمية المستدامة، ولهذا السبب وضمن هذه الأهداف تأسس المجلس الإنمائي العربي للمرأة والأعمال. وأشارت غصين إلى أن الإنجاز الأهم الذي تعتز به هو إطلاق جائزة بصمة قائدة لسنة 2019 في فعالية يوم المرأة العالمي في 8 مارس الحالي في مبادرة هي الأولى من نوعها في عالمنا العربي، وهي تصب حتماً ضمن تطلع المجلس إلى تقدير دور المرأة العربية وتحقيق الحرية والعدالة والمساواة وتعزيز مكانتها لما لها من دور فعال وبارز في المجتمعات العربية وأضافت "إن الإنجاز الذي أعتبره شديد الأهمية أيضاً هو مبادرتي لحماية المرأة العربية من الجرائم الإلكترونية". وتابعت قائلة لا يمكننا أن نغفل عما حققه لبنان من إنجازات كبيرة فيما يتعلق بالمرأة ودعمها وتمكينها في مختلف المجالات، حتى بات للمرأة اللبنانية حضور فاعل في أكثر من مجال، وبات صوتها مسموعاً على الصعيدين الرسمي والشعبي.

د. مايا مرسي رئيس المجلس القومي للمرأة:

حصلنا على مكتسبات تاريخية وننتظر قوانين البرلمان

الدكتورة مايا مرسي رئيسة المجلس القومي للمرأة، ترى دائما أن المرأة المصرية أمامها الكثير في رحلة التمكين، رغم كل المكتسبات التي تحصل عليها تباعاً، وأحلامها للنساء تبلغ دائماً عنان السماء، لذلك تدافع عن حقوقهن بضراوة.

واعتبرت أن أكبر إنجاز حصلنا عليه كان عام المرأة المصرية، الذي حصلنا فيه على كثير من الحقوق التي كنا نطالب بها منذ سنوات، فهذا العام شهد قوانين كثيرة أنصفت المرأة وعقوبات رادعة لقضايا تخص المرأة كجريمة ختان الإناث وقضايا ميراث المرأة وحصول المرأة على معاش التكافل للمرأة المعيلة، وكل هذه الأمور مكتسبات تاريخية. والمرأة المصرية «جدعة» وقوية جداً، وبعد 25 يناير أصبحت أكثر جراءة للمشاركة في الحياة السياسية، وأصبحت تحرص على أداء واجبها الانتخابي، ولعل طوابير النساء التي تناقلتها كل وسائل الإعلام في كل المناسبات السياسية أبرز دليل على ذلك، فمشاركة المرأة الإيجابية في الانتخابات أعطت أبناءها قدوة إيجابية للمشاركة.

ونحن ننتظر خروج الكثير من القوانين التي يناقشها البرلمان للنور وتحصل المرأة فيها على حقوقها، وأن تكون هناك عقوبات أكثر ردعاً لجرائم العنف ضد النساء، فرغم أن عندنا القوانين التي تحمينا كنساء لكن نحتاج لقوانين أكثر وأكثر. كما أننا نولي اهتماماً كبيراً بقضايا التحرش وتزويج القاصرات.. ونسعى لتعديل بعض النصوص التشريعية لأجل حماية المرأة من هذه الانتهاكات التي ترتكب ضدها.

والمجلس القومي للمرأة يطالب دائما بوجود وزيرة لشؤون المرأة والاهتمام الكبير بالمرأة في المشروعات متناهية الصغر، وهو ما بدأ يتحقق بالفعل، فالمرأة بمشروعاتها الصغيرة ستكون مفتاح السر لزيادة الدخل القومي.

وعلى الصعيد السياسي بدأت الحكومة بالفعل وضع خطة للبرامج التي تستهدف رفع نسب مشاركة المرأة المصرية في الإدارات الحكومية وتم إطلاق استراتيجية التمكين 2030، بالتعاون مع كافة الوزارات، وإدماجها ضمن الاستراتيجية المستدامة 2030، ووفقاً للدستور أصبحت المرأة تحصل على 25% من المقاعد في البرلمان، والمجلس القومي للمرأة أنشأ مرصداً لتحديد نسب مشاركة المرأة في كل مؤسسات الدولة وكلنا أمل في أن نرى المرأة المصرية في أعلى المناصب وكل الوظائف وفي أعلى درجات بالدولة.

سجل لشواهد الماضي والحاضر

«متحف المرأة».. ذاكرة زمان ومكان نساء الإمارات

د. رفيعة غباش

لأنها مصدر إلهام الماضي وصانعة الحاضر والمستقبل، ولأنها هي من صاغت وعي الأمة وحفظت ذاكرتها وتراثها الإنساني عبر النقل والتربية والتعليم، وتثميناً للدور الذي لعبته المرأة الإماراتية ومساهمتها في النهضة التي شهدها مجتمع الإمارات وإبراز الأدوار المختلفة التي مارستها قديماً وربطها بالحاضر، في مختلف الجوانب، بدءاً من الاقتصاد والتعليم والفن والتجارة، وصولاً إلى السياسة، والتعريف بنمط وطبيعة الحياة اليومية لمجتمع دولة الإمارات قديماً، وإيجاد مركز يبرز نشاط المرأة في الثقافة والفنون والتراث، جاءت فكرة تأسيس «متحف المرأة»، والذي يضم بين جنباته مقتنيات وشواهد للأزمنة الغابرة، والمتحف مبادرة ثقافية توثيقية فريدة من نوعها في الوطن العربي، والثالث على مستوى العالم بعد متحف كوبنهاجن في الدانمارك، ومتحف اليابان، وقد أنشئ المتحف بمبادرة من د. رفيعة غباش الباحثة الاجتماعية النفسية والتراثية ورئيس جامعة الخليج العربي في البحرين سابقاً.

تحقيق: وفاق سلمان

عن موقع المتحف وسبب التسمية تقول غباش يقع «متحف المرأة» أو «بيت البنات» في منطقة الضغاية قرب سوق الذهب، والتي كانت تعرف سابقاً بـ «سكة الخيل»، وهي منطقة تجارية تضم بين جنباتها محالّ بيع المصوغات والمجوهرات، ومحال بيع الملابس والساعات، وأخرى لبيع الأدوية الشعبية، وسوق النحاسيات، وغيرها من البضائع الأخرى، «بيت البنات» هو الاسم الذي أطلقه سكان الحي على البيت؛ كون من سكنه سابقاً أسرة كان لديها فتاتان وولد، وتعارف الناس على تسميته بهذا الاسم، وقد اخترت المنزل لمناسبة موقعه؛ حيث إنه واحد من أكثر الأماكن حيوية وارتياداً وتماشياً مع فكرة المتحف وأهدافه للتعريف بدور المرأة الإماراتية والدور الذي لعبته على مدى التاريخ.

تحوي الطبقة الأولى للمتحف الذي يتكون من 3 طوابق.. جدارية تحت عنوان «ذاكرة المكان»،

البراقع النسائية

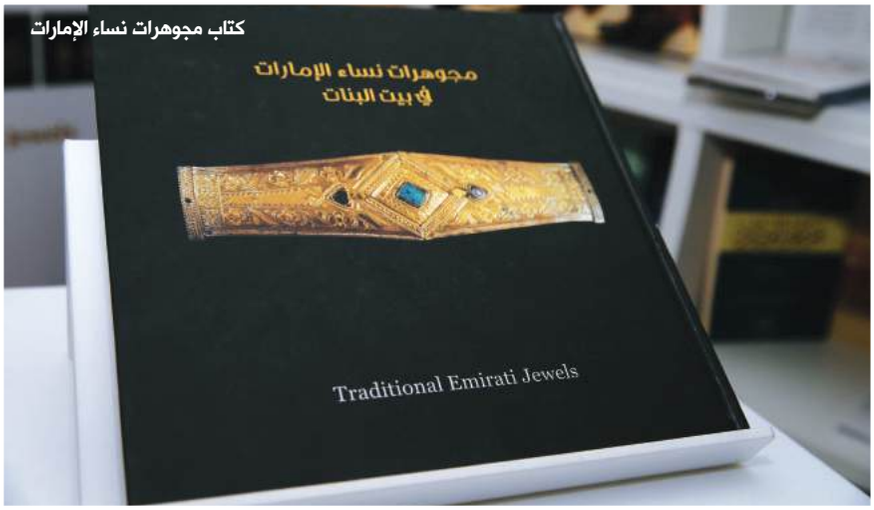
مجموعة كبيرة من الصور التي تعبر عن تلك الفترة الزمنية، والتي لا تقتصر الصور فيها على النساء، بل تضم صوراً للعديد من الشخصيات الإماراتية، التي كان لها تأثير واضح في بناء دولة الإمارات، كما تقول غباش: «منها صور قديمة ونادرة للشيوخ المؤسسين مع شخصيات وطنية، التقطت العديد منها المصورة حصة بنت معتوقة أول امرأة تمتلك كاميرا في المنطقة في تلك الفترة، إضافة لبعض المقتنيات الخاصة كجوازات سفر تعود لزمن الاحتلال البريطاني، تعود لسيدات إماراتيات تركن أثرهن في المجتمع الإماراتي، وتذكرنا بمراحل تطور دبي خاصة والإمارات بشكل عام»، إلي جانب الجدارية توجد لوحة سجل عليها: «إن هذا المكان الذي نراه هنا ونمشي في أروقته اليوم يحمل بعضاً من عبق ذاكرة المكان الأكبر الذي عاش فيه أهلنا وأحبتنا، يحمل رائحتهم، عبق عطورهم وعرقهم، وهذه

جولة تعريفية بالمتحف

الوجوه التي تطالعنا هنا، هذه الملامح التي يرى فيها بعضنا شيئاً من نفسه، أو تجعلنا نقف لتأمّلها متسائلين عن حياتهم وكيف عاشوها، متى ضحكت ومتى بكت، ومتى غادرت للبعيد، كل هذه الشخصيات تنهض مرة أخرى من التراب، وتمتشق قاماتها حاضرة في المكان والنفوس، لعلها تخبرنا عن نفسها، أو ربما أنها تسأل عما بقي منها فينا»، على الجدارية هناك أيضاً وثائق ومقتنيات تذكرنا بمراحل تطور دبي خاصة والإمارات بشكل عام.

تاريخ الإمارات

وتكشف غباش عن أن القاعة الرئيسية للمتحف، والتي تضم عدة جداريات تبرز الدور الذي لعبته المرأة الإماراتية في عدة مجالات» منها السياسة: حيث جسدت إحدى الجداريات دوراً رائداً للمرأة الإماراتية في السياسة المحلية، في مراحل مبكرة من تاريخ الإمارات، ومن بين تلك النساء اللواتي لعبن دوراً ويذكرهن تاريخ الإمارات بالفخر والاعتزاز الشيخة حصة بنت المر والدة المغفور له بإذن اللّه الشيخ راشد بن سعيد آل مكتوم، طيب اللّه ثراهما، والشيخة سلامة بنت زايد الأول، والشيخة لطيفة بنت حمدان آل نهيان حرم المغفور له بإذن اللّه الشيخ راشد بن سعيد آل مكتوم، طيب اللّه ثراهما، وعائشة بنت محمد بن علي بن هويدن، وميرة بنت محمد بن سالم السويدي، رحمهن اللّه جميعاً، كما تتضمن اللوحة سجلاً



كتاب مجوهرات نساء الإمارات

للحاضر، من خلال النساء اللواتي تركن بصمة لهن في التاريخ الحديث، بعطائهن ورؤيتهن الثاقبة على جميع الصعُد السياسية والاقتصادية والإنسانية، وأبرزهن سمو الشيخة فاطمة بنت مبارك «أم الإمارات» رئيسة الاتحاد النسائي العام، الرئيسة الأعلى لمؤسسة التنمية الأسرية، رئيسة المجلس الأعلى للأمومة والطفولة، كما جسدت إحدى الجداريات أسماء النساء الرائدات في العمل الاقتصادي، مثل الشيخة صنعا بنت مانع، والسيدة عوشة بنت حسين والدة د. رفيعة غباش، وكذلك النساء اللواتي تميزن بالتفوق بالعديد من المهن من العقارات إلى بيع الأسماك، مثل حنتمة بنت عبيد بن سيف الحثبور المشهورة بلقب «حنتومة»، وفي مجال السفر نجد عائشة السركال، وسهيلة أم علي، وهما من أوائل التاجرات في الإمارات، وكذلك رائدات المجال التعليمي وأوائل المطوعات فيه مثل فاطمة بنت الزينة، وصولاً للعصر الحديث لمن حملن شهادة الدكتوراه مثل الدكتورة عائشة السيار، إضافة إلى أسماء عدة لشخصيات نسائية تركت بصماتها في مجالات العمل الصحي والثقافي والفني»، وتذكر غباش ما تحتويه القاعة من وثائق ومقتنيات ترسم صوراً حية لماض جميل، من أدوات الخياطة المستخدمة قديماً والأزياء الشعبية إلى جانب الأدوات المنزلية، وكذلك الوصفات العشبية الخاصة بعلاج بعض الأمراض في الطب الشعبي القديم.

وفي الدور الثاني من المتحف، توجد قاعة «زايد وتمكين المرأة»، وفيها يشاهد الزائر فيلماً وثائقياً عن دعم المغفور له الشيخ زايد بن سلطان آل نهيان، طيب اللّه ثراه، للمرأة الإماراتية، أيضاً 12 لوحة أصلية مطبوعة يدوياً للمغفور له مع بعض أشعاره، ومجموعة من أقواله المشهورة عن تمكين المرأة، كما اشتملت على مجموعة من الصور الفوتوغرافية التي وثقت زياراته للجمعيات والمراكز النسائية والمدارس.

وتشرح غباش عن «جاليري بيت البنات» قاعة الفنون التشكيلية، التي تعرض الأعمال الفنية للمرأة الإماراتية، وتبرز إبداعها في مجال الفن، وقاعة العرض لأعمال فنانين وفنانات من خارج الإمارات، وللأطفال نصيب في هذا المتحف؛ إذ خصص لهم مكان تقام فيه أنشطة مختلفة تسعى إلى التعريف بتراث ومساهمات الآباء والأجداد في بناء وطنهم وتحقيق نهضته، وسميت الغرفة المخصصة لذلك بركن «فاطمة بنت الزين للأطفال»، وبنت الزين هي مطوعة «معلمة» من آخر جيل للمطوعات، كما يحتوي المتحف في طبقته الثالثة على قاعة «ديوان عوشة بنت خليفة السويدي» الملقبة بـ «فتاة العرب» التي تميزت بإتقانها للشعر النبطي بروح يغلب عليها الفن والإبداع، تزينت جدران القاعة بكتابة الأشعار الخاصة بها، فقد تم توثيق تجربتها الشعرية بالصوت والصورة، وقد ضمت القاعة أيضاً العديد من مقتنياتها الشخصية.

وفي آخر محطاتنا كان اللقاء في «مركز دراسات المرأة» المبادرة الفريدة التي تقف وراء تأسيس المتحف، والتي كانت الشغل الشاغل لـ د. رفيعة؛ حيث خصصت له مكتبة تضم العديد من المؤلفات الفكرية والأدبية والعلمية لكاتبات إماراتيات، كما تحوي مؤلفات أخرى كتبت عن المرأة. إضافة إلى ما ينظمه المركز من ندوات.

«أرقام تتنفس» مبادرتها لإنصاف أرواح اللاجئين والموتى

منى حارب المهيري:

العطاء يشبع رغبتنا بالسعادة!

هي ليست امرأة عادية ولا تحمل مفاتيح الحياة الحقيقية عن عبث. تقول إنها تخطط في حياتها العملية ولكن في عمل الخير تسير بلا أدنى فكرة عما ستفعله. تواكب أحلام المحتاجين ليس لكونها معطاءة فقط، ولكن تماهياً مع ما نشأت عليه في منزلها من أياد خضر لوالدة لم تكن ترد محتاجاً وتوزع الخير في كل الاتجاهات. تلك الصور سكنت مخيلة وحياة منى حارب المهيري، الناشطة وصاحبة الأيادي البيضاء تجاه اللاجئين السوريين وغيرهم من المحتاجين في مجتمعات أخرى. ترى حارب أن العطاء «فعل أنانية منا لنشعر بالسعادة» وتعترف أن نظرتها للحياة اختلفت بعد تماسها مع وجوه وهموم وأرواح اللاجئين السوريين في مخيمات الأردن وغيرها من محطات عطاء في أماكن أخرى حيث لم تتوان، في كوستاريكا، أن تتعلم مزج الأسمنت وتحمله بنفسها وتشرع ببناء حياة جديدة لأسرة محتاجة ودفعت لها أيضاً المال لقاء إقامتها مع تلك الأسرة في المنزل الذي شيدته عوضاً عن الإقامة في فندق.

حوار: سلام ناصر الدين

في حوارنا معها، تتشعب الهموم ولا ترسو على ميناء آمن. فتلك الشخصية الهادئة تضج بالعطاء وتختبئ في عينيها دموع لم تذرفها بعد على والدة غابت، بينما تحضر لعطاءات مقبلة وهي تحمل طفلها الذي لم يأت بعد على ظهرها كما لمغامرات المشي والسير في الطبيعة والتي تحتل جزءاً من شغفها، وهي، في كل ذلك، تحمل في قلبها صورة أمها وقلبها المعطاء لتزرع المحبة في كل بقعة.

أخبرينا عن طفولتك وما العوامل التي لعبت دوراً في نشأتك على هذا العطاء اللامحدود؟

أنا عشت حياة تقليدية ومحافظة وما أقوم من أسفار وجولات قد لا يعكس ملامح تلك الحياة المحافظة التي نشأنا فيها وعاش فيها معظم الإماراتيين. أتسم بشخصية مغايرة وتفكير مختلف بين أفراد أسرتي بحيث إن ما أقرره يجب أن أنفذه دون تفكير بعواقب أو تحديات.

والداي كانا يشجعاننا على العلم ووصلنا وإخوتي إلى مراحل متقدمة في الدراسة وعلمانا على تقديم العطاء لأي فرد بمعنى ألا نتقاعس عن أداء واجبنا تجاه الآخرين. وأذكر أن أمي كانت يداها خضراوين لا ترد طلباً لأحد وتزرع الخير في كل مكان وفي كل الاتجاهات ولا تأل جهداً عن مساعدة الأقربين.

نحن عائلة مؤلفة من 7 أفراد وهم ثلاثة أشقاء وثلاث شقيقات. كان العطاء سمة أساسية طبعت يومياتنا. وما أذكره من أمي، وهي المتحدرة من بيئة تقليدية ومحافظة من الحبوس في رأس الخيمة، قوتها حيث واجهت وفاة أخي الأكبر بقوة بالغة. فقد كان أخي صاحب شركة استشارات هندسية ورفضت والدتي أن تتوقف بعد وفاته وتسلمت زمام المبادرة وبدأت تعمل وتواكب عمل الشركة من المنزل، على الرغم من عدم حصولها على مؤهلات علمية. ولكل من أشقائي

أسرتي أنشأتنا على العطاء وكانت يدا والدتي خضراوين

وشقيقاتي شخصيته ومساره المهني، إلا أن كلهم وصلوا إلى مراكز متقدمة وتركوا بصمة في مجال تخصصاتهم.

وعلى صعيد دراستي، نلت بكالوريوس في إدارة أعمال التسويق وحزت ماجستير في مجال التخطيط المدني والإقليمي من جامعة السوربون.

هل استمددت تلك القوة من والدتك لتذهبي وحيدة إلى مخيمات اللجوء في الأردن. أخبرينا عن دوافع هذا العمل؟

مع اندلاع الحرب السورية، كان موضوع اللاجئين «وايد كبير» بالنسبة للمجتمع الإماراتي في بدايته لأنه عندما قصدت المخيمات، ذهبت بمفردي وذلك عام 2012.

فمبادرة «أرقام تتنفس» لم تكن مشروعاً مخططاً له أو عن سابق تصور وتصميم وقضية اللاجئين لم تكن مطروحة في وسائل الإعلام بوجهها الإنساني البحت بل كان يتم تناولها على هامش أخبار المعارك والحرب الدائرة في سوريا. ففي

المرة الأولى التي قصدت فيها مخيمات اللاجئين في الأردن، سرت من دون تخطيط مسبق وكان دافعي وأنا أحمل كاميرتي أن أقترب من عالم اللاجئين وأوثق نبض تلك الأرواح حيث ساءني تناولهم في وسائل الإعلام كأرقام وهم أرواح وملامح وحيوات. هذه المبادرة التي بدأت شخصية توسعت واستقطبت متطوعين من كافة أنحاء العالم لمساعدة اللاجئين في المخيمات وحتى عقدت شراكات مع مؤسسات خيرية بينها مؤسسة محمد بن راشد للأعمال الإنسانية وكانت جل التبرعات تدخل في حساب تلك المؤسسات ولم تكن المبادرة تمتلك أي حساب.

وهذه المشاركة الفاعلة من قبل متطوعين من كافة أنحاء العالم أكدت لي أن الخير قائم في كل مكان.

نعرف أنك لم تحجزي فندقاً، ما كان الهدف من ذلك؟

صحيح. ففي زيارتي الأولى للمخيمات في الأردن، حجزت شقة في منزل إحدى العائلات الأردنية وذلك من باب التماس مع قضيتي. أحاول أن أكون قريبة من الواقع الذي وضعت نفسي فيه ولا أحب الإقامة في الفنادق وفي كل أسفاري أنتهج هذا التوجه كونه يطل بي على عوالم من المعارف والتماس مع أفكار الناس ومن باب مساعدة بعض الأسر التي أقيم عندها.

وقد بقيت في الأردن لنحو ثلاثة أشهر ساعدني خلالها أحد اللاجئين الفلسطينيين في الأردن ويدعى «محمود صدقة» وهو كان «رأس البلاء» (تضحك ممازحة) لكونه عرفني على كل هذا العالم وكان نفسه يقدم مساعدات لهؤلاء اللاجئين وقادتني المغامرة إلى أن تتحول إقامتي من مجرد توثيق للحدث وتماس مع هذه الوجوه والأرواح إلى عمل ميداني على الأرض ومبادرة فاعلة بدعم من جهات عدة لبناء «كرافانات» وبناء مدرستين وتأمين الكثير من احتياجات تلك الأسر على الصعد كافة ومنها الدعم النفسي للأطفال كضحايا حرب.

اللاجئون هم أرواح تنبض والعطاء يزيد عملك أضعافاً

جمال.. بين الطفل والإرهابي!

ما المشهد الذي ما زال عالقاً في ذاكرتك؟

كثير من المشاهدات أثرت بي. فعندما دخلت مخيم الزعتري ركبت الباص لأعايش الأفراد عن قرب. كنت أشعر بملامح تلك الوجوه في الباص حيث تعلو بعضها الابتسامة ولكن أثر الهموم والتعب باد لي. كانوا يتوقفون عند بعض المحطات لتناول الشاي أو القهوة ويتبادلون الضحكات على الرغم من كل الهموم التي تحاصرهم.

عندما وصلت المخيم، ثمة صدمة اعترتني. فلم أكن معتادة على هذه المشاهد كما أن الإعلام كان يركز على الحرب داخل سوريا من دون أن يسلط الضوء على واقع هؤلاء بالشكل الكافي.

منى حارب مع اللاجئين

قيم زايد

لا أحمل رسالة معينة. فأنا لا أحب البروز إعلامياً من باب المراءاة أو الاستعراض. فأنا أستقي من أبينا زايد كل قيم العطاء وأين نحن منه ومن قيمه التي تربينا عليها.
وتقول مفهوم العطاء لا يقتصر على مال بل يترتب علينا أن نكون جزءاً لا يتجزأ من نبض المجتمع ورؤية شيوخنا وحكامنا في التعبير عن قيم مجتمعنا وللقيام بأي عمل خيري ولو بابتسامة.
نحن أنانيون في عطائنا بمعنى أننا نعطي لنشعر بالفرح والسعادة. وعلى الرغم من أن العطاء ينعكس على الآخرين بسمة أو فرحة أو حتى تلبية لحاجة ما، إلا أنه يؤثر فينا أكثر بوجهه الإيجابي ونعيش هذا الإحساس والتأثير بانعكاساته ثقة أكبر في أنفسنا ورؤية مستقبل أكثر إشراقاً، وهو ما يلبي حلم الفرد المعطاء.

كنت أدخل الخيم حيث تقيم الأسر اللاجئة وأنا أحمل كاميرتي من باب التوثيق وحتى أجريت ما يناهز الـ300 مقابلة مع لاجئين وكلها قصص مؤثرة وتطل بنا على واقع وتفاصيل موجعة.
بيد أن أحد الأطفال ويدعى جمال ولم يكن يتجاوز عمره الـ7 سنوات أثر بي إلى درجة بعيدة. فأثناء زيارتي لمخيمهم حيث يقيمون، كان ثمة طفل يداعبني ومن ثم يعود ليضربني وتكرر الموقف أكثر من مرة وكنت مستهجنة إلى أن وجدته يحمل هاتفه ويريني صورة عبر الهاتف وهو أصغر عمراً وهي صورة إصابته بشظايا قصف منزله وكانت أمعاؤه متدلية إلى الخارج، فيما جثة أمه قربه تحولت إلى أشلاء بفعل الشظايا.
كان المشهد بالنسبة لي غير قابل للتصديق ولكني لم أبك. كنت يومها عائدة إلى الدولة وعند صعودي إلى الطائرة، بدأ «الانهيار» وغرقت في نوبة بكاء لا تنتهي.
ولم يتوقف المشهد عند هذا الحد إذ أعلمني أحدهم لاحقاً وبعد نحو 4 سنوات أن جمال انضم إلى إحدى الجماعات المسلحة وبدأ القتال وهو بعمر لا يتجاوز الـ11 عاماً.

بذور التغيير!

نعرف أن مسار العطاء بدأ من «بذور التغيير» كمجموعة تم تأسيسها للقيام بأعمال خير. ما كانت الفكرة؟

الفكرة استهدفت القيام بأعمال تطوعية وخيرية عشوائية ويتركز المفهوم على عدم حصر عمل الخير بتقديم مساعدات خيرية، بل لكون كل فرد هو جزء من عمل الخير كالابتسامة في وجه الآخرين، تنظيف النفايات من الشوارع، توزيع الماء على العمال أو توزيع وجبات طعام. فكل متطوع يقوم بعمل خيري عشوائي ويسهم بما يستطيع.
وأنا أعتبر أن مبادرة «أرقام تتنفس» هي استكمال لمشروع «بذور التغيير» وإن على مستوى أكبر وبجهود متطوعين من كل دول العالم تطوعوا من دون أي مقابل لمساندة هؤلاء اللاجئين الذين اضطرتهم الظروف إلى النزوح خارج بلدهم.
والتجربة الأولى كانت مع سياح إيطاليين وكانت ناجحة واستبقها خطوات عدة في صيانة المنازل وتدريب أفراد العائلة على كيفية التواصل وتزويدهم بالمهارات اللازمة لإنجاح التجربة.

نعرف أن المبادرات مستمرة ولكنك انقطعت فترة عن الذهاب للمخيمات. ما الأسباب؟

خلال هذا الفترة، عشت مأساة فقدان والدتي ومررت بظروف نفسية صعبة وسافرت إثرها خارج الدولة وبقيت بعيدة لنحو عام وحتى عمدت إلى السير في الطبيعة، وهي هواية مزمنة عندي، من باب طلب التشافي من فعل غياب والدتي ووصلت إلى لاجونا 69 في البيرو بشكل مستقل واستغرق مسار المشي لمسافات طويلة وصلت بعدها إلى أحد جبال كورديليرا بلانكا في البيرو وبارتفاع يفوق جبل كليمنجارو الذي كنت أرغب بتسلقه يوماً ما.

ففي أسفاري، اعتدت دوماً على السير في الطبيعة واكتشاف معالم البلد الذي أقصده بهذه الطريقة ولم أتوان في كوستاريكا عن مساعدة إحدى العائلات في بناء منزل ومزج الأسمنت وحمله وبناء الدعائم الأساسية للمكان.
ولكن تلك الفترة بعد وفاة والدتي والتي قضيتها خارج الدولة كانت لهدف شخصي بعيداً عن عمل الخير. ابتعدت لفترة طويلة نوعاً ما عن أي عمل تطوعي وسافرت بحثاً عن الراحة النفسية وعن التخلص من الإحساس بالفقدان لأني شعرت أني فقدت العالم بأسره. ولكني وجدت الدعم الكافي منهم لكوني صغيرة العائلة. فأنا كنت أشارك والدتي سريرها وواظبت على ملازمتها أثناء مرضها كونها عانت من الكثير من الأمراض المزمنة، إلا أنه لوهلة وعلى الرغم من كل شيء، أشعر بالتقصير تجاهها وأشعر أنه كان لا بد من استثمار كل لحظة من لحظات وجودها.

لم كل هذا الإحساس الكبير بالذنب؟

بصراحة، ليس إحساساً بالذنب بقدر ما هو انكسار لأحلام كنت أرسمها بوجودها. لم أكن كأي فتاة تولي فستان الفرح الأهمية. كنت أختصر الفرح في صورة أمي، لباسها وزينتها وحتى كنت أتابع مسارها في الفرح والدرج الذي ستسير عليه لكي لا أتعبها. ولهذا، أنا خططت للعرس بوجود والدّي عبر صورهما.

«حضانة الابتكار»

د. هدى محيو

فيليبي طفل برازيلي صغير أصيب في الرابعة من عمره برصاصة طائشة أصابت نخاعه الشوكي وفقد على إثرها القدرة على الحركة وعلى البصر. ولكن حينما بلغ السابعة من عمره، كان قد تمكن من تعلُّم ثلاث لغات، البرتغالية والإسبانية والإنكليزية، وصار يكتب حكايات بواسطة أجهزة رقمية كما أن شغفه بالمعرفة لا يتوقف.

فيليبي هو مثال على قدرة الدماغ الإنساني الهائلة على التعلُّم، حتى عندما يكون مدمّراً بشكل جزئي وقد ورد في كتاب عالم الأعصاب الفرنسي الشهير ستانيسلاس ديهاين الذي يحمل عنوان: «التعلُّم، مواهب الدماغ وتحدي الآلات». وهو يعتبر أن التعلُّم مبدأ حيوي في حياة البشر، حتى لو كان منتشراً أيضاً في عالم الحيوان، إلا أن اللغة المحكية والكتابة والرياضيات والإبداع الفني هي مواهب خاصة بالجنس البشري ومرتبطة بخصوصيات الدماغ البشري.

وعلى عكس كل ما يقال عن أن دماغ المولود الجديد «صفحة بيضاء» تحفر عليها شيئاً فشيئاً معطيات البيئة والعالم المحيط به، يؤكد ديهاين أن المرء يولد حاملاً مقدرة على التعلم، أي وسيلة للتأقلم بأسرع ما يمكن مع الظروف غير المتوقعة، وحاملاً كذلك كل الإمكانات التي تخوّله التمييز بين الصور والأصوات والحركات والأسباب.

وانطلاقاً من الدراسات الحديثة التي أجريت على الرضع، تبين مثلاً، أن الطفل قادر منذ ولادته على التعاطي مع الاحتمالات ما يخوّله التخلي تدريجياً عن الفرضيات الخاطئة والاحتفاظ بما ينجح ليتصرف كعالم إحصاء صغير يلتقط ما يتكرر في بيئته وما هو استثنائي ليتعلّم منها أموراً جديدة. وهكذا نجده يبدي فضولاً كبيراً وتركيزاً ليحاور من حوله بلغته ومن ثم بلغتهم، وهي كلها قدرات لم يستطع الذكاء الاصطناعي، على تقدمه، من مجاراتها.

فحين يطفئ الصغير شمعته الأولى يكون قد استوعب أهم قواعد لغته الأم، من أصوات وأنغام ومفردات ذهنية وتراكيب. لذا فإن الأطفال الذين يولدون في بيئة ثنائية أو ثلاثية اللغة يكتسبون بسهولة كبيرة السيطرة على هذه اللغات.

ويؤكد ديهاين أن اختراع المدرسة قد مكن البشر من مضاعفة قدرات التعلُّم الهائلة لديهم ويمكن اعتبار قطاع التربية الوطنية بمثابة العجلة المحركة الأساسية لدماغنا وبالأخص في سنوات العمر الأولى، حيث تكون القدرة على التعلّم في أقصاها. لذا فهو يدعو جميع الحكومات إلى الاستثمار بكثافة في قطاع التعليم وبالأخص في مرحلة رياض الأطفال والمرحلة الابتدائية لأنهما المرحلتان اللتان تؤسسان لكل ما سيليهما من إنجازات على مستوى المعرفة والتعلّم، حتى ليمكننا أن نطلق عليهما اسم «حضانة الابتكار».

بكل مودة

بين العفوية.. التلقائية والمصارحة

زلات اللسان..

أخطاء بـ «الجملة» تهدد الحياة الزوجية

ما بين العفوية التي يتمتع بها بعض الأزواج والحرص الزائد واللف والدوران الذي يتبناه البعض تتضح العديد من الاختلافات، فالبعض يرى أن العفوية والتلقائية في الحديث هي مفتاح الدخول لقلب وعقل الآخر خاصة إن كان الزوج أو الزوجة، وإن تلك العفوية هي أفضل الطرق وأنسبها لحل الخلافات الزوجية، والخروج بالعلاقة إلى بر الأمان وبأقل الخسائر، والأهم أنها دليل الألفة والمحبة التي تجمع بين شريكي العمر، على الجانب الآخر يرى البعض أن العفوية الزائدة هي الخروج عن آداب الحوار الذي يحمل معه أخطاء بالجملة وأسلوب قد يسبب الآلم للآخرين ويضرب استقرار الحياة الزوجية في أساسها، وربما يصل الأمر إلى النظر إليها على أنها نوع من التحدي ومحاولة لفرض الأمر الواقع، وما بين الزوج والزوجة تختلف الأمور وتتعدد نقاط المسموح والممنوع «كل الأسرة» استطلعت الآراء وسألت المختصين للوقوف على فوائد ومضار هذا التصرف وكان التحقيق التالي:

تحقيق: وفاق سلمان

يقول محمد شلبي «متزوج» "عدم قدرة أحد الزوجين في التحكم فيما يصدر عنه من كلام أو «زلات اللسان» تعود أسبابه في كثير من الأحيان إلى العفوية المفرطة التي يتمتع بها والتي قد تؤدي لنشوب خلافات ربما تؤدي في النهاية لإنهاء العلاقة، ففي بعض الآحيان ينطق الشخص أحياناً سهواً أو عن حسن نية أو عفوية بما يجب ألا يقال أو أن يصل لمسامع الطرف الآخر، والحقيقة أن الشخص العفوي دائماً ما يكون مظلوماً فهو شخص يتمتع بالنقاء ويتصرف بحسن نية".

ويبين شلبي عفويته التي توقعه في الكثير من المشكلات مع زوجته «شخصيتي العفوية وتصرفاتي التلقائية تمنعني من القدرة على التمييز ومعرفة طباع الطرف الآخر وجهلي بكيفية التصرف عند بعض المواقف، دائماً ما أتحدث بطريقة عفوية من غير زيف أو خداع أو تلوين وهي طبيعة لا يمكنني التخلي عنها لكن زوجتي إلى هذا الوقت لم تتفهم هذا الأمر على الرغم من مرور سنوات عدة على زواجنا، وهو ما يؤدي لنشوب العديد من الخلافات بيننا».

تصور خاطئ

يوضح وليد محمد فتح الله «متزوج» تبدأ الحياة الزوجية وكلا الزوجين غالباً ما يكون محملاً بالكثير من الأفكار المكتسبة والنصائح التي في الكثير منها قد تكون تحمل معها أفكاراً ونظريات مغلوطة دون التأكد من مدى صحتها، فتكون النتيجة ظهور المشكلات الزوجية على السطح.

محمد شلبي

وليد محمد فتح الله

يضيف فتح الله «بدأت حياتي الزوجية حاملاً فكرة أن قائد الأسرة الناجح يجب أن يمتاز بالغموض ونوع من الديكتاتورية، لكن هذه الفكرة سرعان ما سببت لي مشكلات وخلافات كثيرة دفعتني إلى إعادة التفكير، ووجدت أن الحل هو العفوية والمصارحة وهو الشعار الذي علي أن أتبعه لضمان نجاح حياتي الزوجية، ولكل من الزوجين دور لا يقل أهمية عن دور الآخر في إكساب الثقة والشفافية للطرف الآخر».

سلبيات عديدة

تؤكد أمينة عبدالمنعم «موظفة متزوجة» أن العفوية المفرطة تحمل معها الكثير من السلبيات، يبوح الشخص بكلام من الممكن أن يسبب الألم للطرف الآخر، فهو يتصرف من دون تفكير ولا يبالي بمشاعر الآخرين، مجرد لفظ جارح أو كلمة قاسية من دون قصد كفيلة بأن تفسد العلاقة، تروي عبد المنعم إحساسها بالألم بسبب عفوية زوجها بالحديث عن تأثير عملها

على واجباتها المنزلية والأولاد فهو دائماً ما يردد على مسامعي ذلك، تضيف عبد المنعم أشعر بالآلم والإحساس بالذنب بسبب عدم قدرتي على التوفيق ما بين عملي وواجباتي تجاه أولادي وزوجي ومنزلي لكن ظروف عملي تجعلني عاجزة عن التوفيق بينهم.

أمينة عبدالمنعم

مريم المري

نوع العلاقة

وتشير مريم المري «موظفة» يتحدد الكلام العفوي والتلقائي بطبيعة المجتمع ونوع العلاقة التي تربط بين الزوجين فالرجل الشرقي لا يتقبل تصرف الزوجة بعفوية كبيرة على الرغم من تغير طبيعة المجتمعات العربية عن سابق عهدها.. إلا أنها تبقى مجتمعات محافظة، وعلى المرأة أن تكون حريصة حول ما يمكن أن تتطرق له من أحاديث مع الزوج، عفوية المرأة وتلقائيتها في الكلام غير مرغوبة من الزوج في كثير من الأحيان، فمن الضروري أن توجد لها مساحة من الخصوصية خاصةً فيما يتعلق بالأمور التي قد لا يرغب الزوج في طرحها وتتسبب في إثارة المشكلات، كما أنه على الزوجة الابتعاد عن الحديث الذي يثير المشكلات وأن يتسم أسلوبها بالهدوء والود كذلك واختيار الوقت المناسب للحديث.

إبراهيم عبيد آل علي

د. عارف الشيخ

تلقائية وعفوية

توضح د. سعاد زايد العريمي أستاذ التنمية والدراسات الاجتماعية في جامعة الإمارات، تقوم مؤسسة الزواج على علاقة بين شخصين، وتختلف طبيعة العلاقة بينهما عن باقي العلاقات الاجتماعية إذ إن للعلاقة الزوجية خصوصيتها، لذلك من المهم أن يكون للحديث بين الأزواج طبيعة مختلفة تتسم بالسلاسة والوضوح والعفوية حتى يظهر كل شخص فيهم ما في داخله متجاوزين حدود المجاملات فالحديث التلقائي والعفوي دليل على وجود الألفة بين الأزواج، العفوية المسؤولة المتزنة تتمتع بإيجابيات لكن يجب أن تكون مصحوبة بالاتزان والوعي الكامل لكل ما يقال وكل ما يصدر من أفعال، لكنها في ذات الوقت يجب أن تكون مقترنة بالصدق والوضوح وأن تتسم بالكياسة والمجاملة فإذا ما تجاوزت الحدود قد تكون جارحة وغير محببة، فهي ضرورية لإيجاد الحلول للكثير من المشاكل التي تعترض العلاقة الزوجية، أما إذا كانت العلاقة الزوجية مبنية على أسس ضعيفة وغير متينة عندها تكون العلاقة مصطنعة وغير حقيقية تولد التلقائية فيها الحواجز مما يسبب خلافات وتأزم في العلاقة مسببة الكثير من الحرج.

تضيف العريمي: إن اللّه سبحانه وتعالى وصف العلاقة بين الزوجين بالمودة والرحمة في قرآنه الكريم بقوله (وجعل بينكم مودة ورحمة) باعتبارهما من ضرورات قيام العلاقة الزوجية ووصفه الزوجين بأنهما خلقا من نفس واحدة وأن الإنسان أصرح ما يكون في حالات صراحته هي مع نفسه، ومن مسلمات الزواج إيجاد السكن النفسي والاجتماعي والذي لا يتحقق إلا بوجود تلقائية الفعل والكلام وهو ما يترجم على شكل ممارسات تؤكد هذه الرحمة والود.

مردودات إيجابية

يبين إبراهيم عبيد آل علي نائب رئيس جمعية الاجتماعيين أن الحديث العفوي والصريح له مردودات إيجابية أكثر منها سلبية فهو يفتح مساحة للحديث بأريحية دون تكلف أوتصنع، وتفرز العفوية لهذا النوع من الأشخاص علاقات خالية من المشاكل والمنغصات طويلة الأمد متينة الروابط، فهي تمكن الشخص من التعبير عن مكنوناته النفسية ومشاعره الحقيقية لتكشف ما يدور في نفسه فهي تعبير صادق عن المشاعر الحقيقية خاصةً عندما يتحدث الزوجان أو يتناولان ما يعكر صفو حياتهما الزوجية للبحث عن حلول مناسبة لها، وإذا ما كان التصرف في جانبه الآخر يحمل معه نوعاً من الفرض والإجبار في الرأي أو السلوك سواء كان من الزوج أو الزوجة عندها يكون من غير المرغوب فيه كأن يخبر الرجل زوجته أنها بدينة، وربما تؤدي العفوية إلى خلافات لكنها لا تتسبب في تأزم الوضع لتصل إلى حد الطلاق.

تحكم العلاقة

يقول د. عارف الشيخ المستشار الأسري في محاكم دبي: ورد في حديث شريف «المؤمن كيس فطن، وليس كيس قطن» وهو ما يدعو لأن تكون العفوية وحسن الظن والنية السليمة والمصارحة هي ما تحكم أي علاقة اجتماعية فما بالك بالزوجين اللذين يجمعهما بيت واحد وأسرة واحدة وتربط بينهما علاقة الزواج التي تعني الصدق والوضوح مع الاحتياط، لكن ليس للدرجة التي يسلمان بها الأمر للمقادير والواقع سلباً كان أم إيجاباً ويقال عنهما كمال يقول المثل «وافق شن طبقة» لأنها إن تجاوزت الحد المطلوب قد تفسر بالعكس وتفسد الأمور، كما لا ينبغي أن يستخدم أحدهما الحديث العفوي كشكل من أشكال ما يطلق عليه حرية التعبير باستخدامه طريقة خارجة عن آداب الحوار كما يستغله الكثير ويفسره على أنه حرية رأي، أن الاستسلام للشيء وعدم القدرة على فهم الواجب والأوجب شيء، والتنبيه لموطن الخلل والضعف شيء آخر، وفي نفس الوقت فإن سوء النية والسذاجة المفرطة غير مرغوبة، وبما أن الإنسان يملك نعمة العقل فإنه مطالب باستخدامه فهو يحاسب على أقواله وأفعاله وأن كثرة الكلام وعفويته له مضاره أحياناً كما السكوت الزائد أيضاً، فالعفوية والتلقائية محببة لكن بشرط إلا تفسر على أنها نوع من البلاهة أو السذاجة.

د. عارف الشيخ:

العفوية والتلقائية محببة وسوء النية والسذاجة غير مرغوبة

انتحار بالشهرة

باسمة يونس
basema.m.younes@gmail.com

يبدو أن «الشهرة» ستدخل في قاموس جرائم القتل أو الانتحار أو أحد مسبباته بعد أن أصبحت في هذا الزمن أداة من أشد الأدوات خطورة، القادرة على إنهاء حياة الإنسان بأسرع مما قد يفعله مرض خطير أو رصاصة.

وقد لا ينظر البعض إلى المغامرات التي يقبل عليها كثير من الأفراد اليوم بهدف تصويرها أو التباهي بالمجازفة فيها بغرض استقطاب أكبر عدد من المتابعين أو المعجبين على أنها خطرة، لكن الوقائع والأحداث والقصص المتداولة بشكل شبه يومي عما يتسبب به اللهاث خلف الشهرة تشير إلى أنها قد أصبحت أداة من أخطر الأدوات القادرة على إنهاء حياة الناس ببرود تام وبدون اشتباه في أحد.

لقد اقتربت أفكار الباحثين عن الشهرة الآن من التشبه بالانتحار، بعد أن تحول التطرف فيها إلى درجة صعبة وأصبحت حوادثها جنونية لا يقبلها منطق ولا يصدقها عقل. وربما يكون آخر تلك الحوادث ما أصاب نجمة الإنترنت التايوانية واسمها «جيغي وو» وعمرها ٣٦ عاماً، والتي حصلت على شهرتها من وراء قيامها بتسلق الجبال والوقوف على قمم هذه الجبال وهي ترتدي ثوب سباحة، فلم تكن تفعل ذلك إلا لزيادة أعداد المتابعين لصفحتها ولأنها تعرف بأن الناس يبحثون عن الأفكار الجنونية، ليس من باب الإعجاب بها أو بالابتكار فيها، ولكن، بغرض الفضول الذي يدفعهم لمحاولة فهم ما الذي يريد أمثال هؤلاء المجازفين قوله أو لماذا يبحثون عن الشهرة من خلال تعريض أنفسهم للموت.

ولن يتردد من يقرأ عن هذه المغامرة في توقع أن يكون حجم أعداد متابعي «جيغي وو» والذين تغريهم فكرة مشاهدة تسلق امرأة الجبال وهي ترتدي ثوب سباحة يفوق البليون بينما في الحقيقة، لم يكن لديها أكثر من ١٤ ألف متابع على صفحة الفيسبوك أي ليس بالرقم الذي يستحق مجازفتها الخطرة لأجله.

لقد تسلقت «جيغي وو» الجبال مئة مرة وارتدت ما لا يقل عن ٩٧ لباس بحر خلال أربعة سنوات انتهت جميعها بوقوعها في ممر ضيق عمقه ٣٠ متراً بينما كانت تتسلق جبل جويين في تايوان. ولا شك بأن الدقائق التي تخللت وقوعها ومخابرة صديق لها مستنجدة قد كشفت لها عن واقع ما فعلته وربما أصيبت بالندم في وقت لم يعد ينفع فيه. لم يبدأ البحث عن «جيغي وو» إلا في صباح اليوم التالي بسبب العتمة الحالكة ولم تتمكن المروحيات من الهبوط حيث وقعت إلا بعد يومين وكانت ميتة إثر إصابات خطرة أصابت جسدها السفلي ولانخفاض حرارة جسمها في تلك الأجواء كما توقع نقيب محطة الإطفاء في المنطقة التي وقعت فيها.

الشهرة اليوم انحرفت عن مسارها الحقيقي وابتعدت عن الهدف منها فلم يعد ما يقدم عليه الشباب أمراً يمكن إطلاق مسمى شهرة عليه، بل هي مغامرات جنونية يتسابق عليها من لا يملكون الوعي ولا الإدراك الكامل في فهم معنى الحياة والهدف منها ولماذا خلق الإنسان وكيف عليه أن يعيش. و يستدعي موقفاً من الجماهير المتابعة الذين عليهم الامتناع عن متابعة أصحاب السلوكيات الخطرة وعدم تشجيعهم وتجاهلهم تماماً.

باللون الوردي

على طريقة «أفلام السطو الأمريكية»

«خلعوا» جهاز الدفع الآلي وحصيلة السرقة 2880 درهماً!!

في واقعة تشبه ما يدور في أحداث أفلام السطو الأمريكية، عمدت عصابة سطو إلى تفكيك جهاز دفع آلي زنته ٧٠ كيلو جراماً من مكانه باستخدام المطارق والأدوات الحادة، ثم قاموا بنقله على سيارة دفع رباعي بما يحتويه من أموال.

كانت فكرة العقل المدبر للعصابة مستوحاة من المثل الشعبي القائل «الجمل بما حمل»، لذلك خطط لسرقة جهاز الدفع الآلي بالكامل بدلاً من إضاعة الوقت في العمل على إتلافه ثم سرقة محتوياته في مكان تواجده، وهو ما كان يحتاج لمزيد من الوقت والجهد الأمر الذي قد يؤدي في النهاية لكشف أمرهم.

تفاصيل عملية السطو اطلعت «كل الأسرة» عليها من تحقيقات النيابة العامة في دبي، وذلك بعد ضبط المنفذين، وإحالتهم إلى الهيئة القضائية في محكمة الجنايات.

دبي- «كل الأسرة»

عملية السطو وقعت تحت جنح الظلام في «القوز الصناعية»

منذ ما يقارب العام وضعت الشركة المالكة لجهاز الدفع الآلي، إحدى أجهزتها أمام محل تجاري في منطقة القوز الصناعية الثانية بهدف تسهيل عملية حصول المتعاملين من مختلف الجنسيات على خدمات الدفع التي يوفرها، وذلك بعد الحصول على الموافقات التي تسمح بوضع الجهاز في هذا المكان.

مع صباح اليوم التالي توجه مالك المحل التجاري ليفتح أبوابه كالمعتاد أمام زبائنه عند الساعة التاسعة صباحاً، لكن ما لفت نظره هو اختفاء جهاز الدفع الآلي، وللوهلة الأولى اعتقد أن الشركة المالكة قد أزالت الجهاز من مكانه لوضعه في جهة أخرى، على الفور لم يضيع المزيد من الوقت واتصل على «تنفيذي المبيعات في الشركة»، وأبلغه أن الجهاز غير موجود، متسائلاً إذا ما كانت تمت إزالته دون علمه، فجاء رد تنفيذي المبيعات أن «الشركة لم تزل الجهاز من المكان!».

يشير تنفيذي المبيعات في إفادة قدمها بتحقيقات النيابة العامة، إلى أنه توجه على الفور إلى المحل التجاري، وتبين عدم وجود الجهاز «مما يعني أنه قد تعرض للسرقة على الرغم من ضخامة حجمه وثقل وزنه»، مشيراً إلى أن الجهاز يزن 70 كيلو جراماً وتبلغ قيمته السوقية 3441 درهماً.

وأضاف: تم وضع الجهاز على رصيف الطريق مقابل المحل منذ ما يقارب العام بموجب التصاريح التي حصلت الشركة عليها دون أن يتعرض إلى أي سطو أو سرقة قبل هذه الواقعة، وأشار تنفيذي المبيعات إلى أنه تمت مشاهدة الجهاز آخر مرة قبل سرقته الساعة الحادية عشرة والنصف ليلاً وذلك عند إغلاق باب المحل، مبيناً أنه يعتقد أن منفذي الجريمة أكثر من شخصين بسبب ثقل وزن الجهاز ولأن «خلعه» من الأرض المثبت فيها يحتاج إلى عدة أشخاص، إلى جانب فصل توصيلة الكهرباء الخاصة به.

بدون كاميرات

قدمت الشركة بلاغاً إلى شرطة دبي حول الواقعة حيث انتقل فريق مختص إلى مكان الواقعة، وشرعوا في عملية البحث والتحري، يقول أحد ضباط الشرطة في إفادته في تحقيقات النيابة العامة، "إن منفذي الجريمة استغلوا ظلمة الليل، وخلو المكان من المارة، وعدم تغطية المكان بكاميرات مراقبة، وتمكنوا من تنفيذ جريمتهم دون مشاهدتهم".

وأضاف: على ضوء المعطيات الأولية تم وضع خطة شاملة لعملية البحث والتحري عن المتورطين في الجريمة، ثم وبعد فترة وصلتنا معلومات عن ضبطهم في إمارة مجاورة، فتم تسليمهم والتحقيق معهم.

أظهرت التحقيقات أن عدد المتورطين في الجريمة هم 4 أشخاص جميعهم من الجنسية الآسيوية، يقودهم رجل يدعى «ص.ح» ويبلغ من العمر 23 عاماً، عاطل عن العمل، وهو العقل المدبر للجريمة والمخطط لفكرة سرقة الجهاز بالكامل متأثراً بأفلام السطو الأمريكية.

المنفذون استغلوا خلو المنطقة من المارة وكاميرات المراقبة

العقل المدبر

أقر العقل المدبر في اعترافاته بتحقيقات النيابة العامة بتخطيطه للجريمة واصطحابه لكافة أفراد العصابة في وقت متأخر من الليل إلى موقع جهاز الدفع الآلي الموجود أمام المحل التجاري في سيارة دفع رباعي من نوع «جي أم سي» كبيرة الحجم، مشيراً إلى أنه عند وصولهم ترجلوا جميعاً من السيارة وراقبوا المكان جيداً.

وأضاف أن اثنين منهم توجهوا لمكان الجهاز واستخدموا «مطارق ومفكات»، وعملوا على «انتزاع» الجهاز من مكان تثبيته ثم نقلوه بسيارة الدفاع الرباعي وهربوا من المنطقة بسرعة.

مفاجئة غير سارة

بعد مغادرة أفراد العصابة لمكان الجريمة، عمل أفراد العصابة على كسر جهاز الدفع الألي ثم انتزعوا الصندوق الذي يحتوي على المبالغ المالية وألقوا بالجهاز كاملاً في الطريق العام، لكن كانت هناك مفاجئة غير سارة في انتظارهم، فقد كان كل ما يحتوي الصندوق عليه من مبالغ مالية هو «2880 درهماً» الأمر الذي أصاب أفراد العصابة بالصدمة وباء حلم الثراء بالفشل الذريع.

قضية سرقة جهاز الدفع الآلي لم تكون الأولى للمتهمين ووفقاً لتحقيقات النيابة العامة فقد تبين أنهم متورطون في العديد من جرائم السرقة بمشاركة متهمين آخرين هاربين، حيث بدأ العمل على حصر قضاياهم السابقة من قبل الجهات المختصة ومحاكمتهم عنها مستقبلاً.

أما بخصوص قضية سرقة جهاز الدفع الآلي فقد رفعت النيابة العامة لائحة اتهام بحق أفراد العصابة الأربعة إلى الهيئة القضائية في محكمة الجنايات، موجهة لهم تهمة «السرقة في الطريق العام».

وطالبت النيابة العامة بمعاقبة المتهمين عملاً بالمادة 384 البندين 2 و3، من قانون العقوبات الاتحادي رقم 3 لسنة 1987 والتي تنص: يعاقب بالسجن المؤبد أو المؤقت (15-3 عاماً) كل من ارتكب جريمة سرقة في الطريق العام أو إحدى وسائل النقل البرية أو المائية أو الجوية في إحدى الأحوال الآتية: إذا وقعت السرقة من شخصين أو أكثر وبطريقة الإكراه، وإذا وقعت من شخص يحمل سلاحاً وكان ذلك ليلاً.

كما ووجهت النيابة العامة إلى أفراد العصابة تهمة إتلاف جهاز الدفع الآلي، مطالبة بتطبيق المادة 424 والتي تنص: «يعاقب بالحبس مدة لا تزيد على سنة أو بالغرامة التي لا تتجاوز عشرة آلاف درهم أو بإحدى هاتين العقوبتين كل من هدم أو أتلف مالاً مملوكاً للغير ثابتاً كان أو منقولاً وجعله غير صالح للاستعمال أو عطله بأية طريقة».

وختمت النيابة مطالبها بتطبيق نص المادة 121 من قانون العقوبات: إذا حكم على أجنبي في جناية بعقوبة مقيدة للحرية أو في الجرائم الواقعة على العرض وجب الحكم بالإبعاد عن الدولة ويجوز للمحكمة في مواد الجنح الأخرى أن تأمر في حكمها بإبعاده عن الدولة أو الحكم بالإبعاد بدلاً من الحكم عليه بالعقوبة المقيدة للحرية.

البنات ترد بحملة مضادة «خليك في حضن أمك» و«خليه يخلل»

«خليها تعنس» لمواجهة ارتفاع تكاليف الزواج تثير جدلاً في مصر

أثارت حملة جديدة دشنها مجموعة من الشباب المصري من مستخدمي موقعي «تويتر» و«فيس بوك»، تحت عنوان «خليها تعنس»، حالة من الجدل الشديد داخل المجتمع، وفي وسائل الإعلام المختلفة ما بين مؤيد للحملة ومعارض لها ولفكرتها، التي تحث الشباب على مقاطعة الزواج. مؤسسو هذه الحملة، التي لم تكن الأولى من نوعها قالوا إن الهدف منها: حمل رسالة إلى أولياء الأمور بأن تشددهم في مطالبهم المالية تجاه المتقدمين للزواج من بناتهم، سيؤدي إلى عزوف الشباب عن الزواج، وينتهي إلى نتائج خطيرة أبرزها العنوسة لبناتهم.

القاهرة- إيمان الحلواني

وسلطت الحملة الضوء على ارتفاع تكاليف الزواج ومغالاة أهالي بعض الفتيات في شروط الزواج، من خلال هذه الحملة، ورغم اعتراض الكثيرين على اسم الحملة واعتبروه إهانة للبنت والمرأة، إلا أنها التي لاقت صدى واسعا عبر مواقع التواصل الاجتماعي المختلفة، وتحت عنوان «خليها تعنس.. ومتورطش نفسك»، غرد العديد من الشباب المؤيدين للحملة عبر هذا «الهاشتاج»، الذي شهد عبارات ساخرة من قبلهم.

وعلى الفور أثارت هذه الحملة حالة من الغضب لدى الكثير من الفتيات اللاتي قمن بالرد على الشباب بإطلاق حملات أخرى مثل «خليه يخلل»، «خليك في حضن أمك»، وأخيراً حملة «ربنا نجدها نوسة»، التي أعلن عنها من خلال «هاشتاج» على مواقع التواصل الاجتماعي.

هذه الحملات دفعت «كل الأسرة»، لفتح ملف المغالاة في المهور، التي تدفع الشباب للعزوف عن الزواج، وبالتالي عنوسة الجنسين وليست الفتاة وحدها، وسألت عددا من أساتذة الاجتماع والطب النفسي والعلاقات الأسرية حول مدى جدوى هذا النوع من الحملات على مواجهة ارتفاع تكاليف الزواج، الذي تسبب في هروب الشباب بعيدا عن الزواج ومدى مسؤولية أولياء الأمور عن استفحال ظاهرة العنوسة، وكيف يمكن مواجهة هذه الظاهرة بشكل عملي، خاصة أن الإحصاءات الرسمية، تؤكد أنه يوجد في مصر 13 مليون شاب وفتاة، تجاوزت أعمارهم 35 عاماً، ولم يتزوجوا، منهم 2.5 مليون شاب 10.5 مليون فتاة فوق سن الـ35.

فمعدل العنوسة في مصر يمثل 17% من الفتيات اللاتي في عمر الزواج، كما أن شبح العنوسة، يخيم على الكثير من فتيات وشباب الدول العربية.

اعتقادات وتقاليد بالية

في البداية، تؤكد الدكتورة إقبال السمالوطي، أستاذة علم الاجتماع ورئيسة جمعية حواء المستقبل رفضها لحملة «خليها تعنس»، وتراها حملة مسيئة للفتيات، حتى وإن كان هدفها نبيلا، وهو تخفيض التكاليف المرتفعة للزواج، لكن عنوان الحملة مرفوض تماما.

وتقول: أنا مع أي حل مناسب لعلاج مشكلة المغالاة في المهور، فهي واحدة من أخطر المشكلات الاجتماعية، التي تعقد مسألة الزواج ولم يعد الأمر يتوقف على المهور بل أصبح الاحتفال بليلة الزفاف، لا بد أن يشهد المظاهر الأسطورية فيتنافس أهل العروسين، في إقامة الليالي الملاح والولائم الضخمة، وهو أيضا تسابق على الإسراف فيما لا فائدة منه، يؤدي إلى عزوف الشباب عن الزواج لعجزهم أمام التكاليف الباهظة.

الخبراء يحذرون: العزوف عن الزواج كارثة اجتماعية تفسد المجتمع

وتشدد أستاذة علم الاجتماع على أن المجتمع والأسرة في حاجة إلى التوجيه والتوعية بمعايير الاختيار ومقاييس الزوج الجيد للبنت، وفي المقابل يجب علينا أن نغير نظرتنا للبنت بشكل سلبي، عندما تتأخر في الزواج ولا نلقبها بالعانس أبدا ونرفض تداول مثل هذا اللقب في المسلسلات والأفلام حتى لا نجرح الفتيات، وكذلك حتى لا نصيبهم بالاكتئاب واليأس.

وتطالب السمالوطي، الأسر العربية، بتيسير الزواج على الشباب، فهذا وحده كفيل بالقضاء على ظاهرة العنوسة، التي انتشرت بين الفتيات فالتيسير في المهور تشجيع وترغيب في الزواج كي يعف الرجل نفسه وتصون المرأة نفسها ويصل الإنسان إلى تحقيق الغريزة عن طريق مشروع. وتقول: للأسف لم يعد الأهل مثل الماضي، يريدون السترة لأولادهم وبناتهم حتى يبنوا أسرا، وهم في مقتبل حياتهم، بل إن تجهيزات الأهل للعروس تفوق الوصف، ولا يختلف في ذلك البنت الفقيرة عن بنت الذوات، ويوجد زيجات فشلت بسبب عدد الفوط والملايات وغسالة الصحون وغيرها.

حملة مسيئة للفتاة

الدكتورة أسماء مراد الفخراني، استشاري العلاقات الأسرية والزوجية ومدربة الأنوثة في مصر، تؤكد هي الأخرى أن المطالب المادية المبالغ فيها لأسرة العروس، والالتزامات المادية الأخرى المتعلقة بمسؤولية الزوج عن تدبير سكن مناسب توافق عليه أسرة العروس، السبب الرئيسي في عدم التفكير في الزواج أو تأجيله إلى «حين ميسرة».

وقالت: إن السبب الرئيسي في انتشار مثل هذه الحملات هو غلاء المهور وشروط الزواج بالنسبة للبنات، وفارق السن بين العريس والعروس، لكنها في الوقت نفسه ترفض إطلاق مثل هذا الاسم على حملة هدفها في صالح المجتمع، مشيرة إلى أن لفظ تعنس جارح للفتاة بشكل كبير، مما يعتبر تنمر ضد الفتاة المصرية.

وحول الحل في مواجهة ظاهرة عزوف الشباب عن الزواج وتأخر سن الفتيات للزواج ترى د. أسماء مراد، أن الحل في الوسط المعقول، فخير الأمور الوسط ومراعاة الظروف والأوضاع الحالية، التي يمر بها الشباب، فالأمور المادية

ليست أساسا لنجاح الحياة الأسرية.
وتضيف: كل النصوص الدينية تحث على الزواج وإتاحة الفرصة لأكبر عدد ممكن من الرجال والنساء، ليستمتع كل بالحلال الطيب، ولا يتم ذلك إلا إذا كانت الوسيلة المؤدية إليه سهلة وميسرة بحيث يقدر عليه الفقراء الذين يجدون مشقة في بذل المال الكثير، خاصة أنهم الأغلبية في المجتمعات الإنسانية لذلك فقد جعل الإسلام من المكروه شرعاً المغالاة في المهور.. بل إنه بين للناس أنه كلما كان المهر قليلا كان الزواج مباركا.. ولذلك في كل مناسبة أدعو الآباء والأمهات إلى تيسير سبل الزواج على الشباب، والتخلي عن العادات والتقاليد البالية، التي تقف في طريق العفاف الكريم.

عقلية الأهل أحيانا تدمر

أما الدكتور وائل السيد خفاجي، استشاري الطب النفسي والأعصاب، فيرى أن قدسية الزواج فقدت معناها لدى الكثير من الشباب والفتيات ويقول: مشكلة تأخر سن الزواج تحتاج لمعالجة القضية من جذورها كحل أزمة البطالة أولا وتغيير مفهوم الزواج بمصاريفه الباهظة والمبالغ فيها لدى أسرنا.. أهم ما يجب أن يحرص عليه الآباء أو أولياء أمور البنات عند تزويجهن هو اختيار الزوج المتدين، صاحب الخلق والدين، فليس المهم كثرة الأموال التي قبضها الآباء صداقا ومهرا عن بناتهم، وإنما المهم الزوج الذي يسعد البنت والذي يتقى اللّه فيها.
ويشدد أستاذ الطب النفسي على أهمية أن تعود الحياة لمسارها الطبيعي، حتى نتخلص من هذا النوع من المشكلات الاجتماعية، فيعود الرجل هو قائد العلاقة الزوجية، وليست المرأة مع مراعاة الظروف المعيشية والحالة الاجتماعية للرجل، فلا تحمله المرأة أعباء تفوق طاقتها بل تسعى معه لنجاح تلك الزيجة، كما يجب على الدراما أن تتوقف عن تصدير الدراما، فالبنت نموذج للنكد والخلافات بعد الزواج وافتعال المشكلات، التي ترسخ في أذهان الشباب أن الزواج (ربطة) ونكد وخلافات.
ويشير الدكتور وائل خفاجي إلى ضرورة أن يسلط الإعلام الضوء على أن العزوبة

وائل السيد خفاجي

مصطفى أبو العزايم

إقبال السمالوطي

أسماء مراد الفخراني

والعنوسة، تمثل خطورة على أولادنا، لأن الزواج حاجة نفسية واجتماعية ودينية لكل شاب وفتاة وهو الوسيلة الأساسية للإعفاف وصيانة الأعراض، وتوجيه العواطف والشهوات إلى الطريق المشروع، وعدم الزواج يعني فتح كل الأبواب على مصاريعها للانحراف والفساد الأخلاقي، وبالتالي يجب تشجيع الأهل والشباب على حد سواء إلى الاستجابة للمطالبات بتيسير الزواج وعدم المبالغة في الطلبات والمصاريف والتجهيزات، التي قد تضيع كلها هباء أمام أول مشكلة بينهما.
وينصح د. وائل خفاجي، الآباء والأمهات بعدم البحث للبنت عن العريس الجاهز، فسعادة بناتهم ليست في الأمور المادية والاهتمام بالشكليات، بل السعادة الحقيقية في الانسجام والراحة النفسية والتوافق النفسي والاجتماعي، وتعاليم الإسلام وآدابه وأخلاقياته، تؤكد تسهيل مؤن وتكاليف الزواج وعدم التشدد على الأزواج، وإلزامهم بتقديم مهر كبير أو إعداد جهاز ضخم.

13 مليون شاب وفتاة تجاوزوا الـ 35 عاماً ولم يتزوجوا

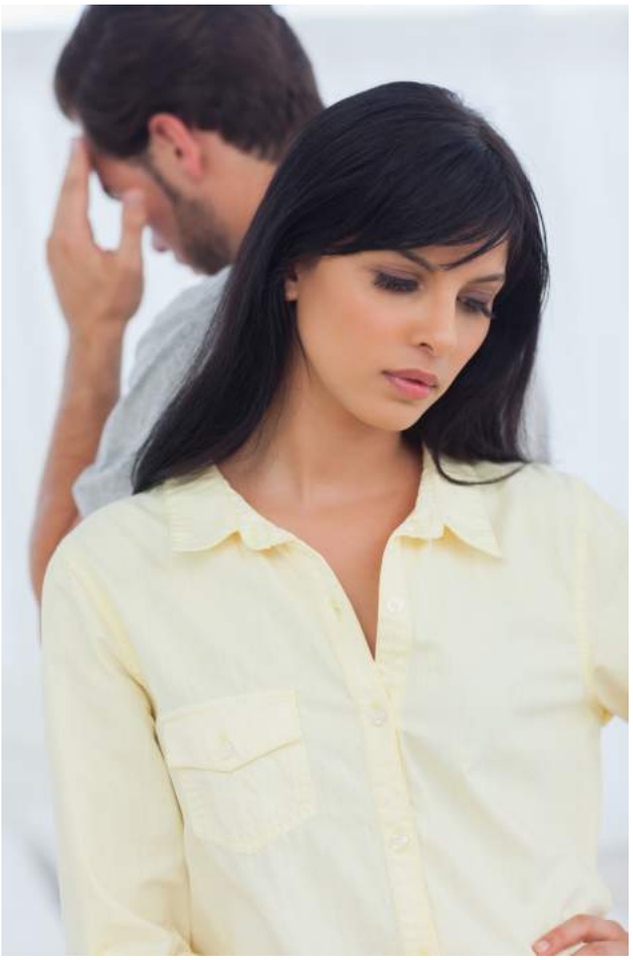
ويقول: الشباب الآن يستحق الشفقة على ما يمر به من حالات يأس واكتئاب أو انحراف، لأنه يقف أمام هذه المظاهر المطلوب منه أن يؤدها، والمهور المرتفعة المطلوب منه أن يدفعها، وكأنه لا يملك من حطام الدنيا شيئا يسعد به شريكة حياته سوى هذه المظاهر الفارغة.
هذا ما جعل الشباب يفقد قيمة الانتماء والمصلحة العامة، ويرتكب سلوكيات سلبية خطيرة، مثل الرغبة في تحقيق الثراء الفاحش والسريع بشتى الطرق غير المشروعة.

لا تبحثي عن العريس الجاهز

الدكتور مصطفى أبو العزايم، استشاري الطب النفسي وعلاج الإدمان وخبير العلاقات الأسرية، يرجع سبب هذه المظاهر والمبالغة في قيمة مهر العروس وارتفاع تكاليف الزواج إلى حب الآباء والأمهات وأولياء الأمور للتفاخر والمباهاة، والظهور كطبقة ثرية، اعتقادا بأن هذا يضفي على العائلة مزيدا من الوجاهة الاجتماعية والمكانة المرموقة.
ويقول: للأسف بعض الآباء يعتقدون خطأ أن المغالاة في مهور بناتهم، وإثقال الشاب المتقدم لخطبتها بالطلبات وتكبيله بالقيود مثل المؤخر والشبكة وخلافه تأمينا لمستقبل البنت، لكننا نطالب كل أب بإدراك خطورة هذه المغالاة، خاصة عندما تؤدي إلى تأخر سن الزواج، وارتفاع نسب العنوسة، التي تسبب كوارث اجتماعية، منها الزواج العرفي واندفاع الشباب نحو جرائم الاغتصاب والتحرش الجنسي وغيرها.
ويشير خبير العلاقات الأسرية، إلى أن الزواج لا بد أن يقوم على التكافؤ بين الزوجين، وليس على مفهوم البحث عن العريس الجاهز الكامل ماديا، ويقول: لا بد من أن يكون للفتاة دور رئيس في اختيار من تتزوج، وألا تضع في الاعتبار الماديات، ولا مانع من بعض التنازلات في زوج المستقبل، فإذا كان الشاب الراغب في الزواج طيب الأخلاق حسن المعشر، ومن أسرة محترمة فيجب على أسرة البنت الموافقة عليه وعدم الالتفات إلى الإمكانات المادية، التي لن تحقق السعادة لها أبدا ما دامت لم تتزوج من هو كفء لها.

اسألوا الخالة ليلى

أنا معكم لأقرأ وأرد على مشكلاتكم متى أحببتم ذلك.. نحن أسرة واحدة أستقبل رسائلكم على
khalahlayla@yahoo.com ص.ب: 30 الشارقة



التغير مطلوب

أنا سيدة متزوجة منذ 8 أعوام والحمد لله لدي 4 أولاد وقد تخطيت عامي الثلاثين بأربعة أعوام، وزوجي والحمد لله رجل صالح وحياتي معه مستقرة وهو يكبرني بـ 9 أعوام، وقد فضلت الاقتران به رغم فارق السن لأنعم بالاستقرار معه بعد ما شاهدت معاناة أمي مع أبي وخياناته المستمرة لها والتي كنا أنا وإخوتي شهوداً عليها، وحتى وقت قريب كانت حياتنا تسير على ما يرام إلى أن بدأ زوجي يلتقي مع مجموعة من أصدقائه «وربعه» وبدأ يقسم وقته أيام الإجازة بيننا وبينهم وبدأت الرحلات الأسبوعية والسفر للدول المجاورة لمتابعة سباقات الخيل أو مباريات كرة القدم. تحدثت إليه فأكد لي أنه لم يقصر معنا وأن هذا يوم واحد في الأسبوع يرفه فيه عن نفسه وأنه لم يقصر في حقنا مادياً أومعنوياً، أنا أحب زوجي وأغار عليه كثيراً ولا أدري ما هو الحل ؟!

لا تدعي الماضي المؤلم الذي مر بك وما فعله والدك من خيانة متكررة لوالدتك يلقي بظلاله على حياتك الأسرية المستقرة، خاصة وأن زوجك يقسم وقته بين بيته وأسرته وأصدقائه، أنا معك أن الخوف من المجهول والقلق الذي يسيطر عليك له مبرراته، ولكن يجب عليك أن تدركي أن زوجك في عمر النضج العقلي وأكيد أنه لن يضحي ببيته واستقراره من أجل نزوة، وعلى العكس كوني أكثر ذكاء وحكمة وشجعيه على الترويح عن نفسه والخروج من روتين الحياة اليومي لأنه في النهاية سوف يفعل، ومن الأفضل أن يكون الأمر بالموافقة من جانبك وبرضائك عن أن يأتي قصراً عنك.
على الجانب الآخر عليك الاهتمام بنفسك والتغير في شكلك بـ «نيو لوك» فلا شك أن تربية الأبناء ومسؤولية البيت قد تركت علاماتها عليك ثقي بنفسك وبحبك لزوجك وتأكدي أن الأمور سوف تسير على ما يرام وليس هناك داع لتكدير صفو حياتك.

الطفولة المعذبة

أنا فتاة تبلغ من العمر 17 عاماً، ولا أدري لماذا أتعرض من أهلي لكل تلك المعاملة القاسية وعلى الرغم من أنني طالبة في الثانوي إلا أنني مكلفة بكل الواجبات المنزلية بمفردي على الرغم من وجود شقيقة تكبرني بـ 8 أعوام، وهذا لا يكفي فأنا أتعرض لكل أنواع الإهانات من ضرب بلا رحمة من أشقائي وجسدي مليء بكل أنواع الكدمات والعلامات، وما يحزنني أن أمي هي الأخرى لا تتورع عن التعامل معي بنفس الطريقة.. لو كان كل هذا العذاب من غير أهلي لتقبلته واحتملته أما وهو من أقرب الناس إلي فهذا ما يحزنني وما لا يمكن السكوت عليه.. قولي يا سيدتي ماذا أفعل فأنا أثق في رأيك كيف لي الخلاص من تلك المحنة؟!

حقيقة أتعجب أن يأتي الظلم من أقرب الناس وخاصة أمك والتي يجب أن تكون مصدراً للحب والحنان لا للقسوة والعذاب، ابنتي أنت أمام خيارين لا ثالث لهما فإما أن تلجئي إلى بيت عمك أو خالك أو إلى بيت جدك وجدتك وهذا الحل يحمل معه ما يحمل من مشاكل عائلية لا حدود لها، والأمر الثاني هو أن تتحملي ما كان لك أن تتحملي حتى تنتهي من دراستك وأنت على أبواب الدراسة الجامعية وعندها سوف تتغير الكثير من الأمور ثقي بي في ذلك، وتأكدي أنه عندها سوف تصبح لديك القوة على المواجهة كما يمكن لك الانتقال للعيش مع جدتك وتأكدي أن الله سوف يكافئك على تحملك وصبرك وسوف تتغير الكثير من الأمور عندها.

المتهم اعترف أن جريمته تأخرت كثيراً!

الابن قتل والده تحت تأثير المخدرات

عقب إلقاء القبض عليه ألقى باللوم على أسرته، مؤكداً أن التفكك الأسري دفعه دفعاً لكل المشكلات التي مرت بحياته، عقد صفقة مع الشيطان وسولت له نفسه قتل والده وهو تحت تأثير المخدرات، المتهم الأساسي في هذه الجريمة هو الابن، لكن الأسباب الحقيقة التي وصلت لهذه النهاية المأساوية كانت متعددة، جاء على رأسها التفكك الأسري، وإدمان المخدرات والجحود، سنوات عديدة مضت، والعلاقة بين الابن وأبيه تسير من سيئ إلى أسوأ، حتى وصلت إلى طريق مسدود، الأب أهمل في تربيته لأسرته وأبنائه، نجله أدمن المخدرات، أما النهاية فكانت مأساوية لكل الأطراف، الابن دخل السجن، والأب لقي مصرعه قتيلا على يد نجله الأكبر.

القاهرة: كريم سلطان

على حسب ما جاء في اعترافات الابن قاتل والده أن هذه الجريمة تأخرت كثيراً، خصوصاً بعدما شاهد بنفسه المعاملة السيئة من والده لوالدته بعد الانفصال والطلاق، كثيراً ما فكر في الانتقام منه محملاً إياه مسؤولية انفراط عقد البيت بعد الانفصال وزواجه بأخرى وليس هذا كل شيء، وإنما تخاذله الشديد في متابعة أبنائه والإنفاق عليهم هو من أوصلهم لهذا المستوى المتردي، لكن مهما تعددت أسباب أو مبررات الابن وتقديمه لحجج مختلفة، إلا أنها كلها تبقى مبررات لا يمكن تصورها لقتل والده، بهذه الطريقة البشعة، ربما تعود بداية الجريمة الحقيقة إلى 15 سنة مضت، وقتها كانت الأسرة الصغيرة مكونة من الزوج والزوجة وطفلين «ولد وبنت»، ولأسباب مختلفة ومتعددة، نشبت الخلافات الزوجية الحادة بين الزوجين للدرجة التي لم تعد تجدي معها المسكنات ولا محاولات الصلح المختلفة، وعندما وصلت بينهما العلاقة إلى طريق مسدود كان الانفصال هو الحل الأفضل في ذلك التوقيت من وجهة نظر الزوجين متجاهلين تماماً وجود أطفال في عمر الزهور في حاجة ماسة لهما.

انفرط عقد الأسرة الصغيرة، وأصبح الأطفال في حالة يرثى لها، الكيان الذي طالما حاولت الأم الحفاظ عليه أصبح مهدداً بالهدم تماماً، طلبت الزوجة من طليقها استمرار الأطفال في رعايتها، كانت المفاجأة أن طليقها لم يبد أي مانع أو اعتراض، كان شرطه الوحيد فقط هو عدم تحمله أي أعباء أو نفقات لأطفاله، كما لو كانوا لا يمثلوا له أي شيء يذكر، ووافقت الأم على مضض خشية من شطحات وجنون زوجها ويقينها بأنهم لن يكونوا في أفضل حال لو ظلوا معه، انتهت إجراءات الطلاق، وتم الاتفاق على كل شيء ومنذ الانفصال، وأصبحت الأم تقوم بكل الأدوار وتحولت إلى محور وبؤرة الأحداث، احتضنت أبناءها، تماسكت بقوة، حاولت لم شمل الأسرة الصغيرة ومواصلة المشوار بمفردها مع أطفالها، رفضت كل الضغوط التي تعرضت لها من أجل الزواج بآخر يكون لها السند في مشوار الحياة الصعب، لم تستمع لكل من طالبها بالموافقة على الزواج من الخطاب، الذين كانوا يطرقون بابها رغبة في الزواج منها خصوصاً أنها ما زالت في سن صغيرة، وتتمتع بالجمال، رفضت كل الإغراءات وقررت مواصلة الطريق بمفردها،

أيام وشهور وسنوات عصيبة مرت على الأم وهي تقوم على رعاية أطفالها، وخلال هذه السنوات كان الأب هو الغائب الحاضر عن المشهد لا يرى أولاده إلا في المناسبات، ولا يلتقي بهم إلا في أضيق الحدود حتى وصلا إلى سن المراهقة الحرج، خلال هذه المرحلة لم تعد الأم قادرة على السيطرة على نجلها الأكبر بالشكل الكامل، لذا طالبت والده بالتدخل حتى لا يذهب مجهود السنوات الماضية هباء، لكن الأب كان لا يبالي كثيرًا بهذه النصائح والتحذيرات المختلفة حتى كانت الطامة الكبرى.

فوجئت الأم بأن نجلها تعرف إلى بعض من أصدقاء السوء الذين حولوا حياته إلى أسوأ ما يكون، أصبح دائم السهر خارج المنزل، يثور لأتفه الأسباب، أهمل دراسته الجامعية، بدأ في تعاطي المواد المخدرة وشيئاً فشيئاً أدمنها على الرغم من كل محاولات والدته لإثنائه عن هذا الطريق، لم يكن أمامها سوى منع المصروف عنه كنوع من أنواع الضغط عليه، لكن يبدو أن هذا الأمر جاء بنتيجة عكسية تماماً.

قرر الابن الذهاب إلى والده لمطالبته ببعض النقود بحجة أنه يحتاج هذه الأموال للإنفاق على دراسته الجامعية، لكن طلب الابن قوبل بوابل من التوبيخ والتعنيف الشديد المؤدي إلى الرفض، احتدم النقاش والخلاف بين الأب ونجله، ووقعت مشادة كلامية عنيفة تطورت لمشاجرة بين الطرفين قام على أثرها الابن بطعن أبيه بسلاح أبيض بقوة فسقط على الأرض غارقاً في دمائه، بعدها ترك الابن والده يصارع سكرات الموت وفر هارباً.

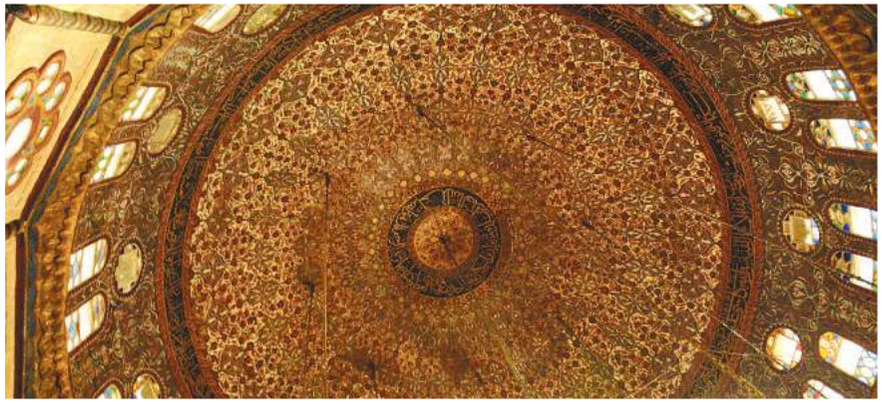
على الجانب الآخر شاهد الجيران باب شقة جارهم مفتوحاً على مصراعيه، وهناك بعثرة في محتويات الشقة، دلفوا داخل الشقة كانت المفاجأة، جارهم ممدد على الأرض غارق في دمائه فاقد للحركة والنطق، على الفور قاموا باستدعاء شرطة النجدة بالعاصمة، لم تمر سوى دقائق معدودة حتى وصل رجال الشرطة لمكان البلاغ، كان أول شيء فعله رجال المباحث هو رفع البصمات، ثم معاينة مسرح الجريمة، بعدها بدأ رجال المباحث في سؤال الجيران وعمل التحريات اللازمة، وفحص كل المترددين على العقار وتوصل رجال المباحث إلى أن المجني عليه يعيش في حاله، مشهود له بحسن السمعة والسلوك، ليس له أعداء ولا خلافات مع أي شخص، إلا أن معظم الجيران أكدوا حقيقة واحدة وهي أن المجني عليه كان دائم الخلاف مع نجله الأكبر من زوجته الأولى، والمشادات بينه وبين أسرته عرض مستمر، كان كلام الجيران كفيلا بأن يغير مسار القضية تماماً، واعتبر رجال البحث الجنائي أن شهادة الشهود هي أول الخيط الذي أمسك رجال المباحث بتلابيبه، تم إعداد مأمورية أمنية للتوجه لمنزل الزوجة الأولى، التي أكدت أنها لم تر زوجها منذ فترة ليست بالقليلة، أما نجلها فأكدت أنها لا تعلم عنه شيء بعد وجود خلاف بينهما حول المصروف الشهري بسبب تعاطي نجلها للمخدرات، كانت هذه المعلومات كافية لتوجيه أصابع الاتهام إلى الابن الأكبر خصوصاً مع اختفائه عن الأنظار تماماً، حيث تم إعداد أكمنة ثابتة ومتحركة للقبض عليه، إلى أن تم التوصل إلى مكان اختبائه عند أحد أصدقائه، وبمجرد القبض عليه وتوجيه الاتهام له بقتل والده، انهار على الفور وقدم اعترافات تفصيلية عن طريقة وأسباب ارتكابه للجريمة، مؤكداً أن والده كان لا ينفق عليه ولا على أسرته ويوم الحادث ذهب إليه لطلب بعض الأموال، وعندما رفض والده هدده بمطواة كانت بحوزته، وعندما لم يستجب له قام بقتله وسرقة هاتفه المحمول وبضعة آلاف من الجنيهات، كانت في دولابه الشخصي.

تم تحرير بالواقعة، وإحالة المتهم للنيابة العامة، التي أمرت بحبسه 15 يوماً على ذمة التحقيقات الجارية معه، وانتداب الطب الشرعي لمعرفة تأثير المخدرات على المتهم من عدمه وقت ارتكاب الجريمة.

ستكون مزاراً ثقافياً مهماً يجذب السائحين من أنحاء العالم

«تكية أبو الدهب»

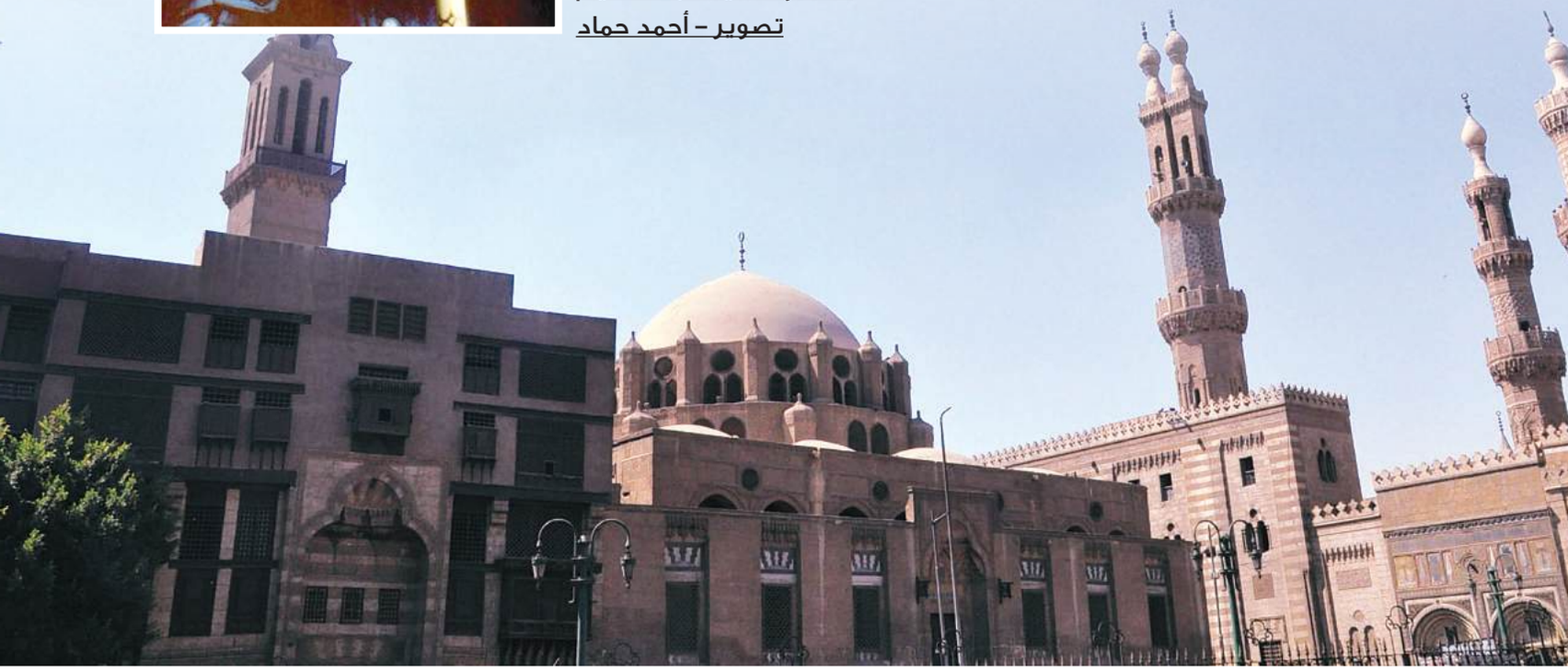
من إقامة المتصوفة إلى متحف لنجيب محفوظ

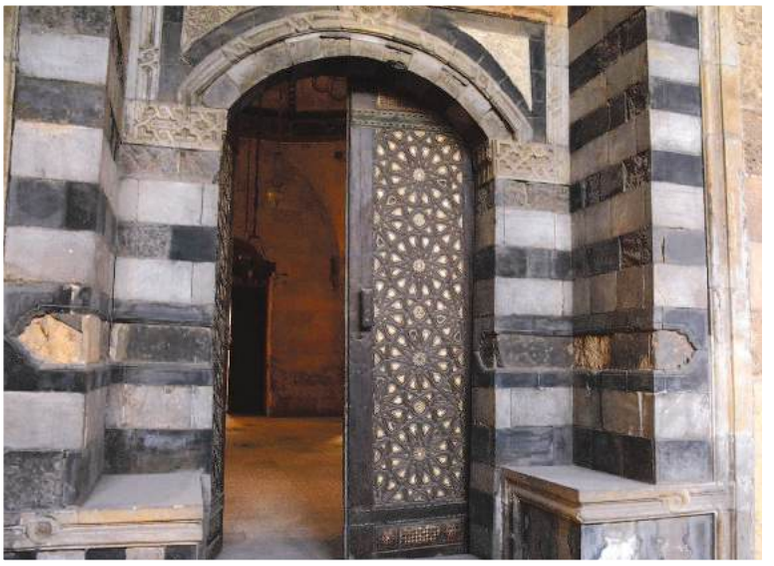


بدأت وزارة الثقافة المصرية بالتعاون مع وزارة الآثار في إعداد مسجد وتكية «محمد بك أبو الدهب»، المجاور للمسجد الأزهر، ليكون متحفا لعميد الرواية العربية نجيب محفوظ، صاحب نوبل في الآداب عام ١٩٨٨، بعد سنوات طويلة من التصريحات والوعود، إلا أن الأمر أصبح في حيز التنفيذ، ولم يتبق سوى أسابيع قليلة على افتتاحه.

القاهرة – عيد عبد الحليم

تصوير – أحمد حماد





بدأت قصة إنشاء متحف خاص لمحفوظ في منطقة مولده «حي الجمالية»، منذ رحيله من عشر سنوات، حيث تعالت أصوات المثقفين، مطالبة بوجود متحف يضم مقتنياته الخاصة وأعماله الأدبية تخليدا لذكراه، وأسوة بما تفعله الدول مع أدبائها الكبار الذين أسهموا في الذاكرة الأدبية والثقافية العالمية.

كان وزير الثقافة الأسبق فاروق حسني، قد أصدر قراراً وزارياً يحمل رقم 804 لسنة 2006 بتخصيص «تكية أبو الدهب»، التي تحمل رقم 68 في الآثار الإسلامية المصرية، لتكون مقرا لمتحف صاحب الثلاثية، نظرا لأن هذا المكان يقع في وسط «حي الجمالية»، الذي ولد ونشأ فيه.

يقول الروائي يوسف القعيد، طالبنا منذ أكثر من عشر سنوات، بوجود متحف يضم مقتنيات «محفوظ»، سواء الموجودة عند أسرته من متعلقاته الشخصية أو مخطوطات أعماله الروائية والقصصية، أو تلك الموجودة عند أصدقائه ومريديه، من الأدباء والمثقفين، وما أكثرهم في الوطن العربي، وبالفعل تم تجميع عدد كبير من تلك المقتنيات، لكن الأمر والقرار ظل حبيس أدراج موظفي وزارة الثقافة لسنوات طويلة، وبعد ثورة يناير 2011 يبدو أن المسؤولين تناسوا الأمر، ولم يعد أحد يتحدث فيه، إلا أنه مع كل عام، وفي الاحتفال بذكرى ميلاد نجيب محفوظ في ديسمبر، تتجدد مطالب

المثقفين، بضرورة الحفاظ على تراث هذا الأديب العالمي، إلى أن تم البدء منذ شهور قليلة في تنفيذ القرار بتخصيص تكية أبو الدهب، لتكون مكانا لإقامة متحف له، وأتمنى أن يضم المتحف كل الرسائل المتبادلة مع محفوظ مع أدباء وزعماء ومثقفي العالم، وما أكثرها، وهي وثائق نادرة وموجودة، وكذلك لا بد أن تكون بالمتحف مكتبة نقدية تضم الكتب التي كتبت عن روايات وقصص صاحب «الحرافيش». وكذلك الرسائل الجامعية، التي كتبت عنه، بالإضافة إلى ألبومات الصور الخاصة به، وكذلك دروع التكريم والجوائز التي حصل عليها.

ويؤكد الأديب محمد سلماوي، أن متحف نجيب محفوظ فكرة طالب الوقت لتنفيذها، ومع ذلك فهو سعيد للغاية باقتراب افتتاحه، وطالب سلماوي جميع المثقفين المصريين والعرب بضرورة المبادرة بإمداد المتحف بما يوفر لديهم من صور ورسائل خاصة من البعض مع أديب نوبل، لأن في ذلك حالة من إثرائه، ويضيف سلماوي قائلا: يعتمد المتحف على التقنيات الحديثة، فهناك عدة قاعات تضم المقتنيات الخاصة للأديب العالمي، وكذلك هناك مكتبة على أحدث الطرز المكتبة تضم مؤلفات محفوظ باللغة العربية وبطبعات مختلفة، وكذلك هناك مكتبة خاصة بأعماله المترجمة إلى اللغات الأجنبية المختلفة. بالإضافة إلى وجود قاعة سينما تعرض فيها الأفلام المأخوذة عن رواياته، وكذلك الأفلام التي كتب لها السيناريو والحوار، بالإضافة إلى ذلك توجد مكتبة للاستعارة الخارجية، وكذلك يوجد صالون أدبي يقام أسبوعيا لمناقشة أعماله الأدبية يشارك فيه كبار الأدباء والمثقفين من مصر والعالم العربي، أما الدور الأول من المتحف، فسوف يكون مخصصا للدراسة الأكاديمية لفن السيناريو يجاوره مكتبة للتسجيلات الفنية، بالإضافة على المكتبة النقدية.

تؤكد نجوى عبد النبي، مدير آثار الجمالية على أن «تكية ومسجد أبو الدهب»، يقعان في منتصف حي الجمالية، وهو مكان مناسب جدا لإقامة متحف عميد الرواية العربية، فالحي هو محور أعماله الأدبية، وما زالت كثير من الأماكن التي كتب عنها موجودة حتى الآن، وتضيف نجوى قائلة: أنشئ هذا المكان في عهد محمد بك أبو الدهب، الذي تولى حكم مصر بعد على بك الكبير، وكان المشروع في إنشائه سنة 11870ه – 1773م، وقد ألحق به مكتبة وصفها «الجبرتي» قائلا: وألحق بالجامع مكتبة تضم نحو 650 كتابا في شتى العلوم والفنون، وقد بلغ من اهتمامه بها أن زودها بمؤلفات قيمة اشتراها من السيد مرتضى الزيندي، فقد حرص على شراء قاموسه بمبلغ مئة ألف درهم فضة، كما كانت المكتبة تحوي الكثير من كتب علم التاريخ وغيرها من الكتب النادرة بلغ عددها في القرن الثالث عشر الهجري 1292 مجلداً، كما ألحق بالجامع تكية لمتصوفي الأتراك، وسبيل لشرب الدواب، التي تقع في الجهة الجنوبية من المسجد، والمسجد معلق، إذ يوجد أسفله من الجهة الشرقية والشمالية مجموعة من الحوانيت، وكان يصعد إليه من بابه الشمالي بسلم مزدوج من الرخام الملون، وأمام بابه الشرقي سلم مستدير وكلا البابين يؤديان إلى دهليز مكشوف يحيط بالمسجد من جميع الجهات عدا جهة القبلة.

وكانت التكية والمدرسة يدرس فيها كبار العلماء في ذلك الوقت، وهذا ما ذكره علي مبارك في كتابه المهم «الخطط التوفيقية»، حيث يقول: «وقرر فيها الشيخ أحمد الدردير مفتي المالكية والشيخ عبد الرحمن العريش مفتي الحنفية والشيخ حسن الكفراوي مفتي الشافعية، ولما تم البناء فرشها جميعها بالحصر، ومن فوقها السبط الرومي من داخل وخارج حتى فرجات الشبابيك ومساكن الطباق، وتقرر في خطبتها الشيخ أحمد الراشدي وترتب بها غالب المدرسين بالأزهر مثل الشيخ علي الصعيدي والشيخ الدردير، والشيخ محمد الحفناوي والشيخ محمد الطحلاوي وغيرهم.

أما عن الوصف المعماري للتكية والمسجد، فيتصدر جهة القبلة محراب مجوف زخرف تجويفه، وكذا طاقيته بالفسيفساء الرخامية، وكذا الصدف، وهو يشبه إلى حد كبير محاريب العصر المملوكي.

ويوجد بجوار المحراب منبر خشبي صنعت ريشتيه بطريقة الحشوات المجمعة على شكل الأطباق النجمية، وقد زخرفت الأطباق النجمية بالعاج والصدف ويضيء مكان الصلاة نافذتان، كل ضلع من أضلاع المربع، وهما مستطيلتا الشكل ملئتا بمصبعات حديدية، والأرضية مفروضة بالرخام الملون في تكوينات هندسية جميلة. أما مكتبة المسجد، فتشغل الركن الشمالي الشرقي، وتحتوي في دخلها على أرفف خشبية لوضع الكتب المزخرفة بنقوش ذهبية متعددة الألوان، ولما توفي محمد أبو الدهب، ولم يكن له بالمسجد مقبرة، فقد اقتطع جزء من المكتبة وأعد لدفنه، وقد أحيط الجزء المخصص للدفن بمقصورة يحيطها سياج من النحاس المخرم بأشكال جميلة، كما كسيت جدران المقبرة ببلاطات من القشاني المغربي والتركي.

لا يصدق المرء أن المرأة في بلد حقوق الإنسان يمكن أن تتعرض لكل هذا العنف. لكن الأرقام في سجلات الشرطة لا تقبل الجدل. فمنذ بداية العام الحالي توفيت ١٠ فرنسيات بسبب الضرب والعنف الزوجي. إنه الموت الذي لا يقع نتيجة حادث سير على قارعة الطريق أو بفعل مرض خبيث بل يجري وراء جدران البيوت العائلية ويصم الجيران آذانهم عن سماع الصرخات.

باريس: ولادة الكافي

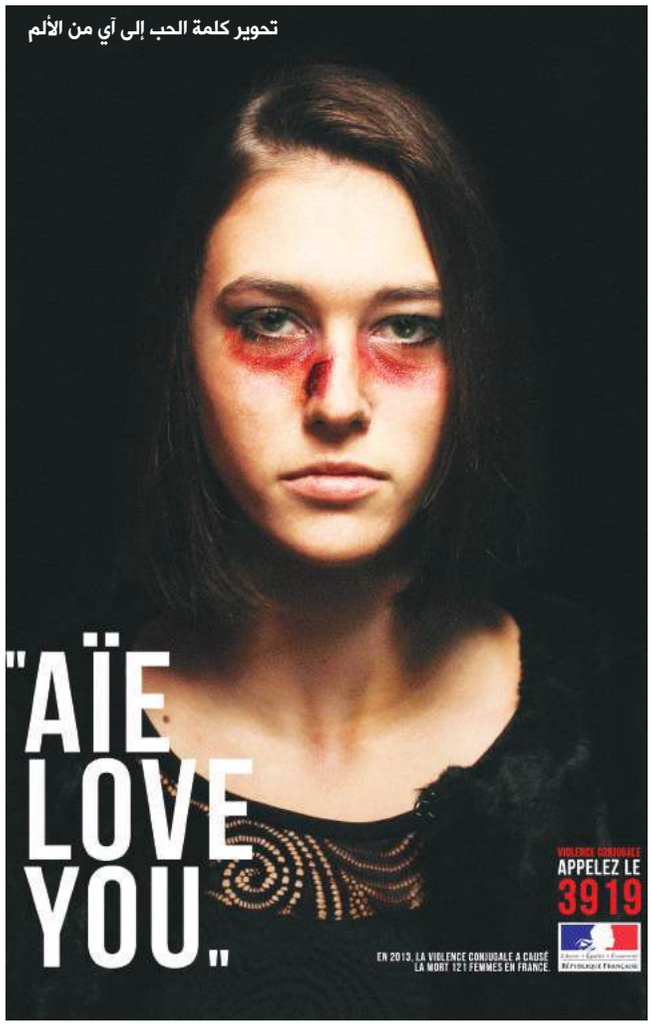
10 نساء فقدن حياتهن بسبب العنف الزوجي منذ بداية السنة

المرأة الفرنسية متحررة.. ومضروبة!

لم يكن شهر فبراير «شباط» الحالي قد بلغ نصفه حين جاء تقرير الشرطة صادماً ولا يقبل التكذيب: لقد ماتت عشر نساء في فرنسا منذ بداية العام الحالي، نتيجة حوادث عنف وقع عليهن من شريك الحياة. عشر نساء في أقل من شهرين، بمعدل خمس نساء كل ثلاثين يوماً. إنها النسبة التي تبعث القشعريرة في الأوصال ولا تعرف فرنسا كيف تداريها.. فرنسا البلد المتحضر الذي يرفع راية حقوق الإنسان ويتباهى بمنجزات المساواة بين الجنسين.

في بداية الشهر، احتل نشرات الأخبار كلها حادث فريد من نوعه. لقد جازفت ناشطة نسوية تدعى صوفيا أويو بنشر تغريدة جاء فيها: «إن جاري يضرب زوجته بقسوة في هذه اللحظات، وأنا أسمع صراخها واستنجادها». وصوفيا تقيم في عمارة تقع في حي بيلفونتين في مدينة تولوز، جنوب البلاد. وكانت الليلة ليلة السبت، بداية عطلة الأسبوع، وقد استيقظت من النوم في الرابعة صباحاً على صوت صراخ. إنها حفلة الضرب المعهودة لدى الجيران. وبعد أكثر من ساعتين على سماع صوت المرأة المضروبة نزلت صوفيا مع شقيقتها وجارة ثالثة وقرعن الجرس على الشقة التي يصدر منها الصراخ. وتقول إن الزوج الغاضب فتح الباب وشتمهن وطردهن. ولم يكن أمامها سوى الاتصال بالشرطة. وبعد نصف ساعة جاءت دورية إلى المبنى وصعد أفرادها إلى الشقة التي يصدر منها الصراخ، وفتح صاحب البيت فاكتفوا بأن طلبوا منه إبراز هويته. تم التحقق من الهوية وهدأت الأمور بين الزوجين موقتاً وغادرت الدورية مثلما جاءت. وبعد انصراف الشرطة بخمس دقائق عاد الزوج إلى كيل اللكمات لزوجته وارتفعت صيحاتها مجددًا. وهنا نزلت صوفيا ووقفت أمام باب شقة الجيران وفتحت مسجل هاتفها وسجلت بالصوت والصورة صراخ الزوجة المضروبة التي لا يزيد عمرها على 22 عامًا ونشرت التسجيل على مواقع التواصل الاجتماعي. كانت تريد توثيق الحدث لكي تأخذ الشرطة علمًا بالأمر ولم تتوقع أن يكون للمنشور وقع القنبلة. ففي ساعات قلائل شوهد الفيديو أكثر من 200 ألف مرة.

عادت قضية النساء المضروبات إلى واجهة الأحداث بقوة. وتصدرت الجرائد وقنوات التلفزيون صور وزيرة المساواة بين الجنسين مارلين شيابا وهي تتوعد وتنذر بإجراءات إضافية لحماية النساء من العنف. وزاد في سخونة الاهتمام وقوع حادثة جديدة في 16 من كانون الثاني / يناير الماضي. فقد خنق رجل زوجته البالغة من العمر 46 عاماً ثم أطلق على نفسه النار. وكانت الضحية، واسمها سيفرين، والدة لخمسة أبناء. وهي قد اشتكت على مدى سنوات من عنف زوجها ودخلت المستشفى عدة مرات بسبب ما كان يفعله



تحوير كلمة الحب إلى آي من الألم

بها من كسور وجروح وكدمات. وفي نهاية المطاف، بعد عدة أسابيع في مركز علاجي، تمكنت بمساعدة المرشدة الاجتماعية من الحصول على سكن منفرد تمهيدًا لإجراءات الانفصال. ولما ذهبت لتأخذ حاجياتها من بيت الزوجية كان الزوج لها بالمرصاد وارتكب جريمته في حقها وحق نفسه، والجريمة الأفدح أنه ترك 5 أطفال أيتام بدون أم ولا أب.

درجت الجمعيات النسائية على لوم النساء المعنفات لأنهن يسكتن على الضرب ولا يشتكين الزوج في مراكز الشرطة، بل يبقين في بيوتهن ولا يطلبن الطلاق. لكن الوقائع تشير إلى أن أغلب جرائم قتل الزوجات تقع في اللحظة التي تقرر فيها المرأة مغادرة البيت. ونشرت جردية «ليبيراسيون» تقريراً يفيد بأن نصف حالات القتل جرت عندما قررت النساء طلب الطلاق أو ترك البيت. وفيما يخص حالة سيفرين، فإن أقاربها وجيرانها أجمعوا على أن شرطة الحي تتحمل جزءاً من المسؤولية. فقد سبق للضحية، حسبما أفادت به شقيقتها، أن تقدمت بعدة بلاغات، آخرها شكوى في الخريف الماضي بعد أن تسبب لها في جروح وكدمات خطيرة. وأكد النائب العام في تصريح للجريدة أن شكواها قد أخذت بعين الاعتبار لكنها لم تأخذ مجراها القانوني الذي ينص على أن تقدم الشرطة تقريرًا فوريًا بالحالة إلى النيابة. كانت النتيجة أن سيفرين ماتت بعد فوات الأوان.

جاءت إحصائيات وزارة الداخلية لتزيد من صدمة الفرنسيين. فقد تأكدوا من أن ما معدله امرأة واحدة تفقد حياتها كل يومين على يد الزوج أو الحبيب. وأحيانًا على يد الأب أو الشقيق في أوساط المهاجرين العرب والأتراك والأكراد. وهنا تعود الناشطة صوفيا لتقول: «ما دام الوضع مستمراً على ما هو عليه والجرائم مستمرة فإنني لن أسكت وسأواصل قرع صفارات الإنذار من خلال مواقع التواصل». ومن المفارقات أن تلك الحوادث تسمى «جرائم عاطفية» و«جرائم شرف»، دون أن يكون فيها الشيء الكثير من العاطفة أو الشرف.

ومنذ يوم الحادثة وصوفيا تكتب الرسائل والمناشدات إلى وزيرة المساواة وإلى السلطات المحلية وعمدة المدينة وإلى النائب العام للمطالبة بملاحقة قتلة الزوجات والكف عن اعتبار جرائمهم ذات دوافع عاطفية مخففة. كما أنها تقدمت بشكوى ضد دورية الشرطة في تولوز التي تقم بواجبها كما يجب، حسب رأيها. ونظراً لفاعلية صوفيا على «تويتر» و«فيسبوك» فإن جهودها تلقى الدعم من مئات الآلاف في عموم فرنسا.

رد مكتب عمدة المدينة بتصريحات ينفي فيها تماهل السلطات المحلية مع استنجاد الضحية. ويقول إن الشرطة عادت لزيارتها بعد ظهر اليوم نفسه وعرضوا عليها نقلها إلى مكان خارج البيت لكنها رفضت. وفي مثل هذه الحالات لا يمكن إجبار المرأة المضروبة على ترك زوجها بدون رضاها وموافقتها. إن الشرطة لا تستطيع أن تتوقع ما تشعر به شابة في العشرين من العمر من رعب وخشية من انتقام زوجها منها، خصوصاً وأنها تعرف مقدار عنفه وقسوته. أما مركز الشرطة فقد أكد أن الدورية التي ذهبت لاستطلاع الأمر لم تجد في الشقة آثار فوضى تدل على حدوث معركة أو اعتداءات. وقد أفاد الزوجان بأنهما كانا يتعاركان بشكل عادي مما يحدث في البيوت وقد علت أصواتهما. وفي اليوم التالي أرسل المركز أشخاصاً ليعرضا على الزوجة مرافقتهما إلى مكان آمن ولتشجيعها على التقدم بشكوى ضد زوجها. لكنها لم تفعل.

هناك جهات رسمية مهمتها تقديم العون لضحايا العنف الزوجي. كما أن هناك أرقاماً هاتفية لطلب النجدة في أي ساعة من ساعات النهار والليل. لكن القانون لا يستطيع حماية شخص لم يطلب الحماية. فهل يمكن لطرف خارجي أن يطلب ذلك دفاعاً عن جار أو قريب مهدد بالخطر؟ إن الشرطة تبحث عن أدلة ولا تستطيع اتخاذ إجراءات بدون وجود تقرير طبي يؤيد حالات التعرض للعنف الشديد الذي يمكن أن يفضي للموت. لكن صوفيا تبدو مصممة على المضي في حملتها طالما أنها لقيت تشجيعًا من المجتمع المحلي. فإذا كانت الزوجة الشابة قد رفضت المساعدة، خوفًا من انتقام الزوج وتهديداته بقتلها لو تركت البيت، فإنها قد تتشجع وتوافق على المساعدة في المرة المقبلة.

نقرأ في التقارير الرسمية أيضًا أن القتيلات كن قد تقدمن بشكاوى سابقة في أغلب الحالات. هذا ما تؤكده الناطقة باسم جمعية «أوزون» لحماية الزوجات. واسم الجمعية بالفرنسية يعني بالعربية «لنتجرأ». لكن الشرطة تلتزم عادة بالإجراءات القانونية ولا تتمكن من حماية المضروبات بالشكل المطلوب أو ردع الزوج ردعاً صارماً، نظراً لنقص في الأدلة. فأنت لا تستطيع نقل زوجة من منزلها إلى مسكن آمن لمجرد وجود كدمة زرقاء على ذراعها أو أثر صفعة على وجهها. لكن لا أحد يعرف كيف يمكن للأمور أن تتطور، ولا متى تتحول الصفعة من ردة فعل لغضب عابر أو مشاجرة بين اثنين، إلى ضربة قوية قاتلة على الرأس. وفي أغلب الحالات يكون الزوج سكران أو واقعاً تحت تأثير المخدرات. إن الموت هو النتيجة المتوقعة للسكوت على الضرب المبرح. ثم أن كثيرًا من النساء تتعلق عاطفيًا برجلها وتتحمل تجاوزاته وتغفر له عنفه

جيسيكا تيفنان روت حكايتها

طالما أنه يصالحها عندما يصحو من السكرة ويعتذر لها ويبكي على صدرها ويؤكد لها أنه يحبها ولا يطيق الحياة بدونها. وهناك من يهددها بالموت وبتشويه وجهها أو بقتل أطفالها في حالة هجرانها له.

يبدو الخط الهاتفي المخصص للإبلاغ عن حالات العنف نافعاً. واسمه «تلفون الخطر الشديد». وتقول إرنستين روناي، المسؤولة عن المرصد الوطني الفرنسي للعنف ضد النساء، إن جميع من اتصلن عبر هذا الرقم، من ساكنات ضاحية باريس الشمالية، لم يتعرض للعدوان بعد ذلك. فالرجل يخشى ملاحقة الشرطة له واحتمال إحالته إلى القاضي وسوقه إلى السجن. لكنها تأسف لأن عدد الخطوط الهاتفية ما زال دون الحاجة. ومن المعروف أن تلك الضاحية الشعبية المزدحمة بمليوني ساكن من ذوي الدخل المحدود هي الأكثر عنفًا وجرائم في محيط العاصمة. كما أن المخدرات تنتشر فيها بنسبة أعلى من المناطق الأخرى. تفتقد فرنسا إلى ما يكفي من بيوت اللجوء أو المساكن الفورية الآمنة التي تنقل إليها النساء والبنات من ضحايا العنف المتكرر والخطير. كما أن العاملين في أقسام الطوارئ في المستشفيات غير مؤهلين للتعامل مع هؤلاء الضحايا بخطوات تتعدى تقديم العلاج الجسماني. عدا عن الضغط كبير على تلك الأقسام. والأطباء والممرضات يواجهون كل يوم الآلاف من المصابين في حوادث السير أو الأزمات القلبية أو حالات التسمم أو حتى الهجمات الإرهابية، وهم لا يملكون الوقت لمعاينة الآثار النفسية على النساء المضروبات. إن الأولويات تحكم قسم الطوارئ.

تبدو هذه الحقائق غريبة في عهد أعلن فيه الرئيس المنتخب ماكرون عن أنه سيجعل من قضية المساواة بين الجنسين واحدة من أهدافه الأساسية خلال فترة حكمه. وها نحن نقترب من دخوله السنة الثالثة من ولايته الرئاسية المحددة بخمس سنوات، دون أن تحل مشكلة النساء المعنفات. إن هناك امرأة تموت في فرنسا بما معدله كل يومين، في بيتها وبيد شريك حياتها.

وفي وسط هذه الصورة القاتمة جاء خبر من مدينة رين، يفيد بصدور حكم بسجن رجل لمدة عشرة أشهر بتهمة ضرب زوجته. وجاء في حيثيات الحكم، أن الرجل البالغ من العمر 37 عامًا كان يعتدي بالضرب المبرح طوال السنتين السابقتين على زوجته البالغة من العمر 30 عاماً. ولم يكن يضربها ويؤذيها جسديًا فحسب بل يخيفها ويشتمها بأقذع العبارات، وهو ما يسمى بالعنف النفساني واللفظي. لقد هددها بالقتل وبأنه سيأخذها إلى الغابة القريبة الواقعة جنوب المدينة ويتركها نهبًا للحيوانات. كما قام بتصويرها في أوضاع غير لائقة وهددها بنشر التسجيلات في مواقع التواصل لكي لا تحصل على حضانة أطفالها في حالة طلبت الطلاق منه. وجاء في شهادات الجيران أن المعارك كانت الخبز اليومي للزوجين.

كان الزوج مدمناً على الحشيشة. وقد لجأت الزوجة إلى الكحول لكي تتحمل العيش معه وضربه المستمر لها. وقد سارعت إحدى الجارات إلى الاتصال بالشرطة بعد أن علا بكاء الزوجة. وتمكن أفراد الدورية من إقناعها بنقلها إلى بيت شقيقها. وفي الطريق روت لهم ما كانت تعاني منه طوال عامين، فالزوج الذي يعمل سائقاً للشاحنات كان يمسكها من ذراعها ويطوح بها في اتجاه الحائط لترتطم به. كما كان يسحلها على الأرض ويشدها من شعرها أو يباشر بخنقها ولا يتركها إلا في النفس الأخير. وحدث أن قام بتصويرها وهي سكرى لكي يثبت أنها غير مؤهلة لتربية أطفالها.

في المحكمة، أمام قاضي الجزاء، جلس الرجل هادئًا واعترف بأنه مارس العنف مع زوجته لأنه كان يريد تخويفها، لا أكثر. وأضاف أنها تشرب الكحول وسأل القاضي: «أليس من الطبيعي أن أضربها بسبب ذلك؟». لكن وكيل النيابة رد عليه: «كلا، الضرب ليس علاجاً». وجاءت الزوجة لتدلي بشهادتها وهي ترتدي السواد فوق قامة طويلة ونحيلة. قالت للقاضي: «باشرت بالعلاج من الشراب. ونجحت في التوقف عنه. لكن سبب كل ذلك هو ضربه لي. كنت أريد أن أنسى واقعي وأن أفقد إحساسي بالألم». وأضافت أنها كانت تحتضر وقد فقدت شهيتها للطعام وفقدت الكثير من وزنها وأصابها أرق دائم بسبب الخوف. وقدم محاميها تقارير من أطباء تؤكد تراجع صحتها وعدم قدرتها على العمل وحصولها على إجازات مرضية بعد كل واقعة ضرب. وقد طلب المدعي العام سجن الزوج لسنة ونصف السنة وإخضاعه للعلاج من المخدرات. وأشار إلى حكم سابق صدر عليه قبل ثلاث سنوات بسبب اعتدائه بالضرب على أحد الموظفين. لكن القاضي حكم بسجنه عشرة أشهر فقط. وأضاف بنداً يسمح بتخفيف الحكم في حال العلاج والشفاء من الإدمان.

تأتي كل هذه القضايا لتجدد الجدل حول العقوبات الرادعة لعنف الأزواج. وآخرها حكاية جيسيكا تيفنان، نجمة تلفزيون الواقع في مدينة مرسيليا. فقد نشرت الحسناء البالغة من العمر 29 عاماً كتاباً بعنوان: «هذه هي أنا»، ووضعت على الغلاف صورتها بعد أن تشوه وجهها من الكدمات والجروح. والكتاب الذي صدر منتصف الشهر الجاري هو شهادة مؤلمة عن العنف الذي تعرضت له على يد الرجل الذي كانت تحبه. وجاء في المقدمة: «لقد قررت كسر حاجز الصمت لأن كلامي قد يفيد غيري من الفتيات. فقد كنت في صغري أتصور أن من الطبيعي أن يضرب الرجل المرأة. وكنت أجد العذر لحبيبي وأقول إن الذنب ذنبي. لكنني كنت مخطئة. ومهما كانت الأسباب فإنها لا تبرر القبول بالاهانات واللطمات والصفعات والشتائم. ففي سن العشرين تعرض وجهي للتهشيم. وكان يخونني باستمرار. ولن أخوض في التفاصيل لكن لم يكن لي من خيار غير الصمت والخنوع».

خضعت جيسيكا لعدة عمليات لترميم وجهها. وكانت تتصور أنها لن تستعيد حياتها الطبيعية. لكن لقاءها برجل يحبها بشكل حنون ساعدها على تجاوز أزمتها النفسية وخوفها من الرجال. وهي اليوم ترتدي خاتم الخطوبة وتستعد للزواج. هل تنتهي كل قصص العنف نهايات سعيدة؟ بالتأكيد لا لأن أقسام الطوارئ ما زالت تتلقى كل يوم حالات لنساء مهشمات الوجوه، مجبرات بعد تلقي الإسعافات الأولية إلى العودة إلى البيت الذي يتعرض فيه للضرب وإلى كنف الزوج العنيف.

من يعيد لها ساقها؟

إنعام كجه جي

جلست بولين على كرسيها ذي العجلات ونظرت في عين الكاميرا وبدأت تروي مأساتها. لقد بتر الجراحون ساقها اليمنى من أعلى عظم الفخذ بعد إصابتها في حادث مروري. لابد أن من يرى شبابها الغض وجمالها يشعر بالأسف للحالة التي هي فيها. لكن حوادث السير كثيرة وضحاياها بالآلاف. وبولين لم تظهر على شاشة التلفزيون لتبكي حظها العاثر بل لتقود حملة لتغيير قوانين إجازات قيادة السيارات في فرنسا.

لم تكمل بولين ربيعها العشرين بعد، لكن السائق الذي صدمها كان في الثالثة والتسعين من عمره. هل كان نظره سليمًا؟ هل ما زال قادراً على الإمساك بعجلة القيادة بيدين راسختين؟ ألا تهتز ركبتاه عند الضغط على الفرامل؟ هل له من الوعي الكامل وسرعة رد الفعل ما يسمح له بالسياقة بكامل لياقته؟

لا تشترط رخصة السياقة في فرنسا أي فحوص دورية أو سنوية لتجديدها. إن السائق الذي ينجح في اختبار القيادة يحصل على الرخصة لطول العمر. وهناك مئات السائقين والسائقات في الشوارع ممن تجاوزوا سن التسعين وحتى المئة. لكن شرطي المرور لا يستوقفهم ولا يهتم بحالتهم الصحية لأنهم لا يخالفون القانون. وفي حال ارتكبوا مخالفة أو حادثاً فإنهم يدعون الغرامة المقررة أو تتكفل شركة التأمين بتعويض الطرفين. ليس هناك سحب رخصة بسبب التقدم في العمر.

تطالب بولين، ومعها جمعيات لحماية المشاة، بقانون جديد يفرض على السائق الذي تجاوز الثمانين أن يخضع لفحص طبي مرة كل ثلاث سنوات، للاحتفاظ برخصة القيادة. والفحص يشمل النظر، قبل كل شيء، وكذلك القلب والمفاصل والأعصاب وسرعة الاستجابة لردات الفعل. إن للشيخوخة أحكامًا على البشر. وهي توهن العظم وترهق صاحبها على الرغم من أن أغلب العجائز لا يعترفون بأنهم ودعوا شبابهم من زمان وتراجعت طاقاتهم عما كانت عليه.

نرى حالات مؤلمة من حالات سحب إجازات قيادة السيارات من أشخاص بسبب السرعة أو القيادة في حالة سكر. وسبب الألم أن السائق يقيم في منطقة نائية وهو محتاج لسيارته لبلوغ مكان عمله. أو أن تكون السياقة هي مهنته التي يعيش منها ويطعم أطفاله. لكن التسعينيين بلغوا سن التقاعد من ربع قرن. وهم ليسوا مضطرين للخروج بسياراتهم بشكل مستمر. ثم أن أحداً لن يمنعهم من القيادة. كل ما هنالك هو الخضوع لفحص طبي يؤكد لياقتهم للمهمة. فلماذا يمتنعون؟

من يرى الحزن في عيني بولين يفهم أن أرواح الناس ليست لعبة. ومن حقها أن تقول إنها تشعر بالغضب مما جرى لها. وتطالب بتفادي الخطر قبل وقوعه. وهي قد تكون ابنتك أو ابنتي. لمن تصدر القوانين إن لم يكن لحماية فلذات الأكباد؟

عين على العالم

دمج أصحاب الهمم

تختلف طرق رعاية أصحاب الهمم بين بلد وآخر، ولعل أهم أسلوب هو المنتشر في كثير من دول العالم المتقدمة، ألا وهو أسلوب الدمج المتعدد الأوجه. فالدمج يعني أولاً تحقيق المساواة بين أصحاب الهمم والأطفال العاديين في نفس البيئة، سواء أكانت تعليمية أو اجتماعية أو ترفيهية أو غيرها.

وتلي المساواة، المشاركة وفتح المجال أمام أصحاب الهمم لإزالة التمييز تجاههم، تمهيداً لانتفاء مصطلح خصوصية حالة أولئك الأفراد، مع تفهم الصعوبات التي يواجهها أصحاب الهمم، وفي الوقت عينه جعل الظروف المحيطة بهم عادية، أي تقديم مختلف أنواع الخدمات والرعاية لهم في بيئة الأشخاص العاديين، وهي الخدمات عينها المقدمة لهؤلاء الأشخاص العاديين، وبمعنى آخر فإن الدمج هو عدم عزل أصحاب الهمم.

ولكن في كثير من الأحيان يكون العائق الأول لعملية الدمج هذه، الأهل أنفسهم؛ لعدم اقتناعهم أو إيمانهم بقدرة ابنهم على هذا الدمج ورفض فكرة المساواة وإمكانية الشراكة نظراً لوضعهم النفسي الذي قد يكون أصعب من وضع ابنهم، فيعكسون وضعهم النفسي بشكل سلبي عليه. ويعيقون تحقيق الذات عند طفلهم، ما يفرمل دافعه نحو التعليم، ونحو تكوين علاقات اجتماعية سليمة مع الغير. أما العائق الثاني فيتمثل بغياب القوانين المنظمة للدمج في كثير من البلدان، كذلك «كوتا» فرص العمل لأصحاب الهمم.

وبالتالي يجب مواءمة الاتجاهات الصحيحة نحو فئات الأطفال أصحاب الهمم، من خلال برامج الدمج التي تعمل على تغيير وتعديل اتجاهات الأسر والعاملين في المدرسة أو المؤسسة والأقران أو الزملاء من السلبية إلى الإيجابية، خصوصاً تلك الاتجاهات المتعلقة بالرفض أو عدم التعاون. ومن أهم مبررات الدمج أنه يشجع المجتمع على النظر بإيجابية نحو هؤلاء الأشخاص، وتهيئة الفرص لتطوير الإدراك الاجتماعي للواقع الذي يوجب الاعتراف بهؤلاء والبحث عن حلول، فدمج هؤلاء الأطفال مع الأطفال العاديين له آثار إيجابية؛ لأن الطفل عندما يلاقي الترحيب والتقبل من الآخرين، فإن ذلك يعطيه الشعور بالثقة في النفس، ويشعره

د. كارين ايليا
معالجة ومستشارة نفسية للأزواج

بقيمته في الحياة ويتقبل إعاقته، ويدرك قدراته وإمكاناته في وقت مبكر، كما يشعر بانتمائه إلى أفراد المجتمع الذي يعيش فيه. كذلك فإن الطفل من أصحاب الهمم في فصول الدمج يكتسب مهارات جديدة، مما يجعله يتعلم مواجهة صعوبات الحياة بطرق مختلفة لم يعهدها في أثناء عزلته.

في المقابل، يستفيد الأطفال العاديون من هذا الدمج؛ إذ يؤدي إلى تغيير اتجاهات الطفل العادي ونظرته نحو الأطفال أصحاب الهمم، فضلاً عن أن الدمج يساعد الطفل العادي على أن يتعود على تقبل الطفل من أصحاب الهمم، ويشعر بالارتياح مع أشخاص مختلفين عنه، كما أنه قد يشعر بالاندفاع لمساعدة الآخر حيث يعاني قصوراً معيناً.

للدمج فوائد تنعكس على الأهل الذين أشرنا سابقاً إلى أنهم قد يرفضون تقبل واقع ابنهم في كثير من الأحيان. فنظام الدمج يشعر الآباء بعدم عزل الطفل عن المجتمع، كما أنهم يتعلمون طرقاً جديدة لتعليم الطفل، وعندما يرى الوالدان تقدم ابنهم الملحوظ، وتفاعله مع الأطفال العاديين، يبدآن بالتفكير في الطفل أكثر، وبطريقة واقعية أكبر، كما أنهما يريان أن كثيراً من الأطفال الذين يشبهونه، وهم في مثل سنه، لديهم تصرفات مثل تصرفات ابنهم، وبهذه الطريقة تتحسن مشاعر الوالدين تجاه طفلهما، وكذلك تجاه نفسيهما.

عزيزي القارئ.. الإنسان من أصحاب الهمم يجب أن يعيش حياة آمنة حيثما وجد، وأن يشعر بقيمته كعضو لديه حقوق في أسرته ومدرسته ومجتمعه، وأن يتحقق له قدر من التوافق والاندماج الشخصي والاجتماعي، علماً أن الأمر يبقى سيفاً ذا حدين إذا لم تتم مقاربته بشكل متوازن، فأسلوب الدمج قد يؤدي إلى زيادة غربة أصحاب الهمم، وفقدان الثقة في أنفسهم؛ لقصور قدراتهم على متابعة الدروس على النحو الذي يقوم به بقية التلاميذ العاديين.

وعلى الرغم من ذلك تبين أن سياسات العزل التي مورست ولسنوات عدة، ولا زالت تمارس في كثير من البيوت اليوم، لم تحقق التطور المنشود في تربية أصحاب الهمم.

لذا فالطفل من أصحاب الهمم يحتاج إلى وعي كافٍ يبدأ في المنزل ويستكمل في المؤسسات الخاصة والمجتمع ككل.

أسبوع نيويورك للموضة خريف وشتاء 2019

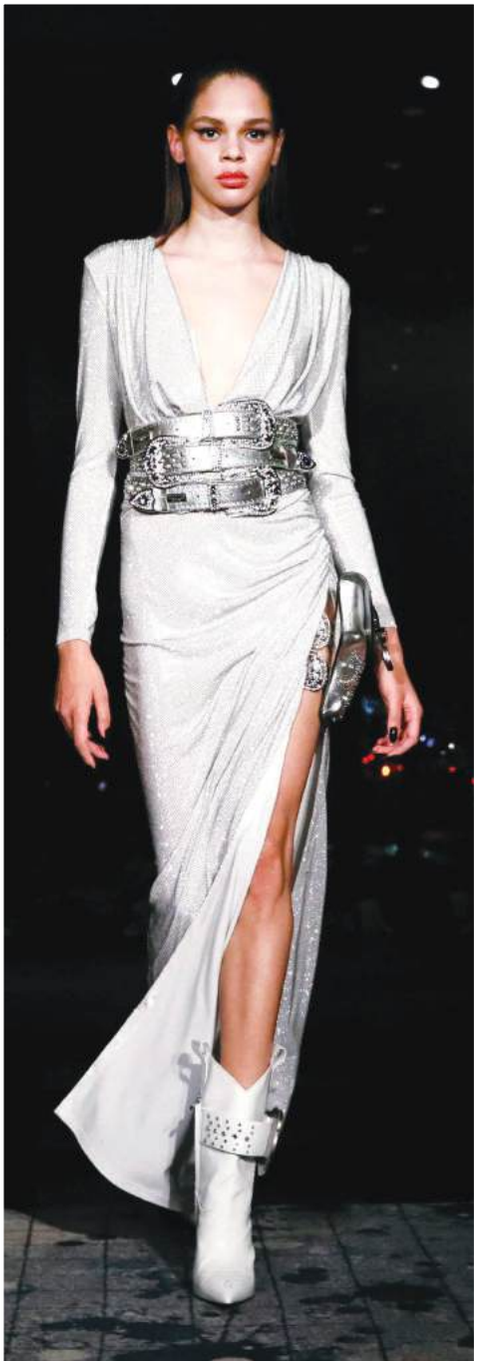
استغلال عملي للموضة

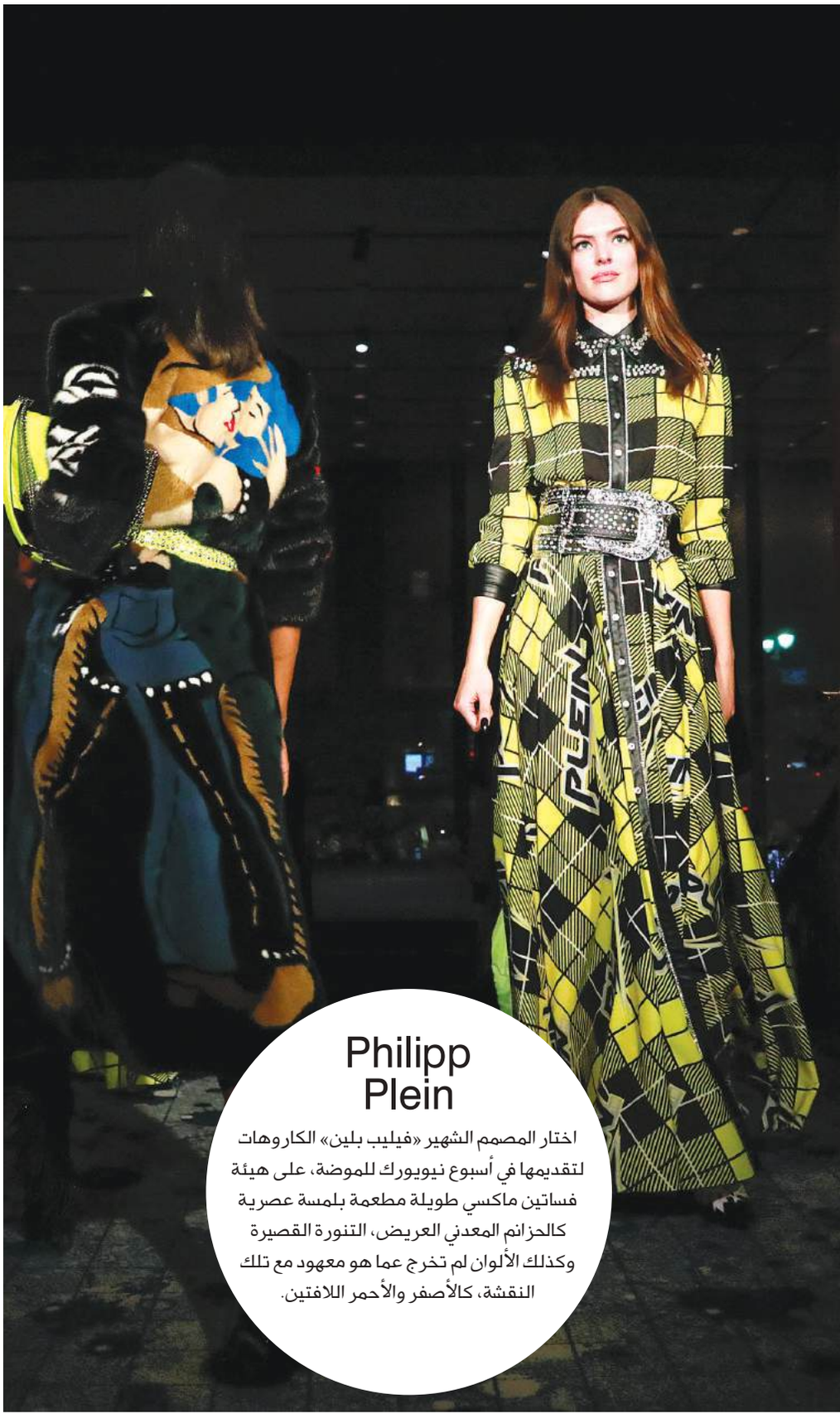
يتسم أسبوع نيويورك للموضة ٢٠١٩ لخريف و شتاء ٢٠١٩ بالكثير من الأناقة ذات الطابع العملي المريح، ألوان مشرقة ونابضة بالحياة إلى جانب ألوان الشتاء التقليدية، عودة أنماط كلاسيكية كالكاروهات واستلهام أنباط أخرى مبتكرة وخلاقة.

إعداد: نها حسني

Tom Ford

احتفل عرض المصمم «توم فورد» لخريف وشتاء 2019 بالمخمل في أبهى أشكاله وأكثرها أناقة حيث تألقت العارضة «جيجي حديد» ببليزر وسروال باللون البرغندي الخلاب. وضم العرض العديد من الأكسسوارات اللافتة كالقبعة الكبيرة، الوشاح والجاكيت وتنوعت الألوان ضمن باقة ألوان الخريف المتحفظة.





Philipp Plein

اختار المصمم الشهير «فيليب بلين» الكاروهات لتقديمها في أسبوع نيويورك للموضة، على هيئة فساتين ماكسي طويلة مطعمة بلمسة عصرية كالحزانم المعدني العريض، التنورة القصيرة وكذلك الألوان لم تخرج عما هو معهود مع تلك النقشة، كالأصفر والأحمر اللافتين.

Brandon Maxwell

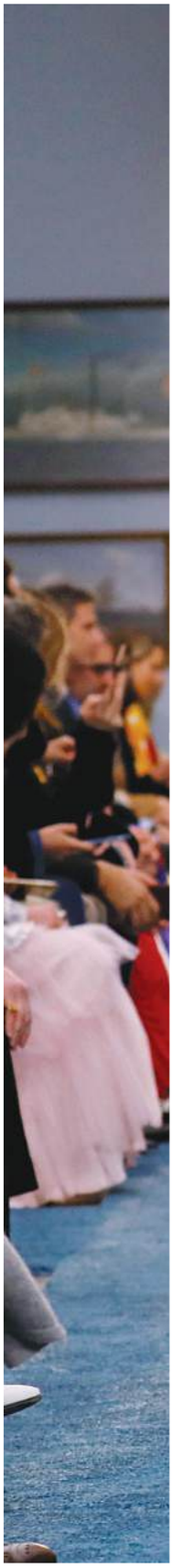
قصات بتفاصيل راقية تضمنتها مجموعة «براندون ماكسويل» معتمدة على اللون الواحد، وقصة الفستان المنسدلة على الجسم، أو فستان الأميرات ذو التنورة المنفوشة، اللفتات المتجددة عند الأكتاف، حزام الخصر الأنيق لمزيد من الأنوثة، الفوشيا، الأخضر والأبيض أهم الألوان التي ظهرت على ممشى العرض.

Tomo Koizumi

لفت العرض الانتباه بفضل ما تضمنه من باقة الألوان والكشاكش، والقصات المفرحة والاحتفالية بالكثير من الألوان المتداخلة كالأزرق، الوردي، البرتقالي، وتنوعت القصات ما بين القصير والطويل، والفستان بذيل للوراء.

Jeremy Scott

فقط الأبيض و الأسود هما اللونان اللذان اختارهما المصمم «جيرمي سكوت» لمجموعته الخريفية، حتى شعر الغارضات لم يخرج عنهما، و بدا متداخلاً بظلالهما ورتوشهما، ما بين المعطف والفستان ظهرت بصورة واضحة الحروف والكلمات في كل مكان من التصميم.



Carolina Herrera

عرض «كارولينا هيريرا» اعتمد على القصة غير التقليدية خاصة الفساتين الفضفاضة بألوان ليست خريفية في الأغلب، معتمدة على قطع العلامة الأساسية كالقميص الأبيض كان مصدراً للإلهام لفستان ماكسي بياقة كلاسيكية، كما استعانت الدار بزخارف الورود والأزهار في أكثر من تصميم.

Phillip Lim

ضم العرض قصات كلاسيكية خاصة البدلة والسروال الضيق المحبوك، مع بالييت من الألوان العصرية والوهج المعدني كالفضي، مع صرعة الطبقات وارتداء أكثر من قطعة سوياً.

Michael Kors

فرو و جلد و الكثير من الزخم، أهم ما تميز به عرض مايكل كورس لخريف و شتاء 2019، ألوان داكنة في مجملها كالأسود، البني، مع الكثير من التفاصيل خاصة الطبعات المتداخلة في الأزياء و الأكسسوارات، كما تألقت العارضات بالطبعات البرية الكلاسيكية.

Christian Siriano

ألوان جرئية وقصات أنثوية للمصمم «كريستان سيريانو» خاصة البنفسجي، والذي وقد به أكثر من فستان معتمداً على الكشاكش الجانبية وتفاصيل أنثوية في الذيل، وفستان الأميرة الأسطوري بالألوان كلاسيكية خاصة الأسود معتمداً على طبيعة القماش نفسه.

OSCAR DE LA RENTA

مجموعة انثوية تحتفل بالربيع عبر الالوان و التفاصيل ، حيث اتسم العرض بالرومانسية العصرية المعروفة عن الدار ، فضلا عن القصات الفضفاضة المعتمدة على التلاعب بأحجام الوحدات المتلاصقة من الازهار ، ظهر استغلال ابعاد اضافية للخامات عبر التفريغ و الظل في اكثر من فستان انيق

تجانس ونضارة

بشرة بلا شوائب أو عيوب، هو حلم كل امرأة، لذا تبارت علامات التجميل العالمية في إنتاج مستحضرات تسهل حصول كل امرأة على تغطية مثالية وطبيعية وفي ذات الوقت تركيبة خفيفة تجعل البشرة تتنفس ولا تضرها.

كونسيلر «Touche Eclat High Cover» من «سان لوران بيوتي» يتمتع بثلاث مزايا إشراقة طبيعية بفضل مادة تخفي الشوائب والصباغ يعكس الضوء باتجاه واحد. تغطية عالية تدوم لوقتٍ طويل مع تركيز عالٍ من الصباغ. وخلاصة نبتة الآدريون المغربية

«L'Essentie» من «جيرلان» تركيبة حريرية النعومة مع نتائج قابلة للتعديل وتغطية تتراوح بين الخفيفة والمتوسطة، من دون أن تفقد البشرة شيئاً من تألقها الطبيعي المشرق. غني بمكونات طبيعية مختارة بعناية، و يعزز جمال البشرة بفضل مكوناته المفيدة.

كريم الأساس «Matissime Velvet»، بتركيبة رقيقة ومريحة تزاوج في الوقت عينه بين الإطلالة الماتية والمشرقة. ليوفر بشرة مثالية ملساء وماتية مخملية تدوم طوال اليوم، تنضح إشراقة تدوم طويلاً.

«Diorskin Forever» كريم أساس تركيبة تذوب بخفة فائقة بملمس خال من الزيوت، يحضن ملامح وجهك بنعومة بلمسة مثل الريشة يندمج بسهولة على البشرة لتصحيح مثالي مستهدف، حسب رغباتك. ويوفر ثباتاً عالياً ومتكاملاً، يرفع سقف التوقعات الفاخرة لمستوى جديد، مشرق.

نقاط و خطوط

تستمر صيحة نقاط لبولكا وتقليمات الأسود والأبيض في صيف وربيع ٢٠١٩ في الحقائب والأحذية، تصاميم عملية ومريحة وتتنوع حسب الحاجة إليها والمناسبة، فهناك الحذاء ذو الكعب العريض والمريح، الحقيبة الكبيرة التي تتسع لأغراض عديدة أو حقيبة الكتف الرشيقة.

• 1- Dune • 2- Mark Cross @Harvey Nichols • 3- Christian Louboutin • 4- Stuart Weitzman
• 5- Christian Louboutin • 6 - • 7- Christian Louboutin • 8- kate spade
• 9- STUART WEITZMAN • 10 - Carolina Herrera • 11- Christian Louboutin • 12- AIGNER • 13- Philipp Plein

وجهات أنيقة

Paule Ka تقدم مجموعتها الصيفية المستوحاة من الوجهات الشاطئية وحدائق الأزهار. فتضم مجموعة متنوعة من البلوزات وقطع الأوفرول المخططة بأسلوب لا بايادير، إضافة إلى الكنزات بدرزات ظاهرة مزركشة بالشرائط فوق التنانير المكشكشة ذات القصة غير المتماثلة. أما الفساتين الهدلة المزينة برسوم جرافيكية فتجمع بين النقشة المقلمة والألوان السادة. وقد نسقت الدار بطريقة سلسة بين أقمشة القطن والتويل الحريري وألوان الأحمر والأبيض والكحلي، وتنانير البيتيكوت الداخلية المزودة بسحاب والمصنوعة من الفينيل والشورتات بأزرار أمامية.

أبرز صيحات الجمال لصيف 2019

من الجدائل الجريئة إلى الأظافر بلونين، الحواجب الملونة، الشعر المبتل و الجدائل الرفيعة، إليك كل ما يجب أن تعرفيه عن صيحات الجمال الأساسية لموسم ربيع وصيف ٢٠١٩ من خبيرة «تبس آند توز».

إعداد: نها حسني

روعة البريق

اعشقي البريق في موسم الربيع والصيف القادم، وأضيفيه إلى الجفون والأظافر والشعر. رأينا هذا اللوك لدى سيمون روشا وهالبرن: حيث ظهرت العارضات بجفون براقة، أما لدى جيامباتيستا فالي فكان البريق منثوراً على شعر العارضات لمنحهن تسريحةً جديدةً لامعة.

الجدائل الجريئة

ودّعي الجدائل الأنثوية الناعمة؛ لأن موسم الربيع والصيف القادم حافل بالجدائل الجريئة واللافتة، فهي تبدو هنا مجدولة بإحكام ومشدودة للخلف. تأكدي أنك ستنالين علامات عالية على إطلالتك مع هذا اللوك! لقد خطفت هذه الجدائل الرائعة الأنظار في عرض ألكسندر مكوين.

الوردي في كل مكان!

كوني بقمة الجرأة، ونسقي شعرك الوردي مع ظلال الجفون الوردية كما ترين في عرض مارك جيكوبز. سيلفت هذا اللوك الجميل والحالم الأنظار أينما ذهبت. نصيحتنا: جربي طبشور الشعر الوردي للمرح بهذا اللوك الساحر، دون الحاجة إلى الالتزام بصبغة الشعر لمدة طويلة.

درجات النيود الجديدة

انسي البحث المضني عن درجة النيود المثالية لأظافرك؛ لأن هناك درجات جديدة رائعة من الألوان الحيادية، مثل الكاراميل والدراقي والمرجاني، وهي الألوان المفضلة على منصات عروض الأزياء لربيع وصيف 2019 تتناغم هذه الألوان مع جميع درجات البشرة، ورأيناها في عروض غوتشي وتيمبرلي، كما لفتت أنظارنا الأظافر بلون القهوة في عرض برابال غورونغ.

الحواجب الملونة:

هل تجرئين على تلوين الحاجبين؟ قد تميلين إلى الجنوح في عالم التجميل والاستعانة بألوان الصيف المشرقة؛ لتطلّي بشكل غير تقليدي.

الظلال العريضة

كما في عرض شانيل؛ حيث عودة الإيلينر الأسود الكلاسيكي أو الأزرق البحري الداكن، ليغطي الجفن العلوي بالكامل، و يبرز النظرة، و يزيد من عمقها و جاذبيتها.

عودة الأسود!

لقد برزت الأظافر باللون الأسود بشكلٍ واضح هذا الموسم، وخاصةً الأسود الحالك باللّمعة القوية، الذي يمنحك إطلالة راقية وبعيدة كل البعد عن الرعب! تألقت عارضات توم فورد بأظافر سوداء ومكياج عيون دخاني أسود لإطلالة سيدة الأعمال الجريئة والقوية.

النّمش الزائف

وجد النمش الزائف طريقه إلى منصة عروض الأزياء هذا الموسم، كما رأينا لدى براندون ماكسويل وبرين ورولاند موريه ورايان لو. تمنحك هذه النقاط الناعمة مظهراً حيوياً وكأنك استيقظت للتو بكل جمالك! نصيحتنا: استعملي قلمي حواجب بلونين مختلفين؛ لابتكار إطلالة طبيعية.

الشعر المبتلّ

برزت خصلات الشعر المبتلّة في عروض كريستوفر كين وفيكتوريا بيكهام؛ حيث رأينا العارضات بشعرٍ مسرّح للخلف بكل بساطة وعفوية. إنه لوك سهل وسريع، ونحن نحب هذه التسريحات الجميلة واللامعة.

لونان رائعان

تجرئي بأظافر رائعة من لونين هذا الموسم، كما رأينا لدى جيرمي سكوت وسادي ويليامز وغاريث باغ. جرّبي الألوان الساطعة والمتضاربة للوك مثالي في الربيع والصيف.

الغرّة القصيرة

عادت موضة الستينات هذا الموسم مع الرموش الكثيفة والشفاه باللون النيود، ولكن برادا أخذت تلك الموضة إلى مستوى أبعد مع الغرّة القصيرة للغاية. نتوقع أن تكون هذه التسريحة المفضلة لدى عاشقات الموضة الجريئات هذا الموسم.

أهلا بالألوان

تبعث قطع مجموعة «Tommy Hilfger kids» على القطع الرياضية الأساسية طابعاً عصرياً يشمل حمالات الصدر الرياضية وسراويل ليجنجز الضيقة والشورتات والبلوزات القطنية زاهية الألوان مع رسومات لنجوم كبيرة الحجم والأشرطة المخططة والتفاصيل البعيدة عن كل التوقعات.

DO THE RIGHT
THING

أناقتك الناعمة

اخترنا لك تلك الإطلالة الأنيقة لمناسبة خاصة تتوهجين بها مع فستان الاميلات باللون الأزرق الناعم وبريق الألماس، ولمسة الفضي في الحذاء والكلتش، ويلائم تلك الإطلالة ماكياج وردي وخوخي طبيعي.

فستان Alex Pery

حمره Givenchy

مجوهرات Mouawd

طلاء اظافرDior

كلتش Christian Louboutin

حذاء Gianvito Rossi@ Ounass.com

Regina King

لدى الممثلة «ريجينا كينج» ذوق واضح المعالم في اختيار إطلالاتها خاصة في المناسبات وعلى السجادة الحمراء، وآخرها في حفل الأوسكار الأخير والذي نالت فيه جائزة أفضل ممثلة مساعدة. فهي تهتم بقوة اللون وتفاصيل التصميم أكثر من الإضافات والعناصر الإضافية التي قد تزيد الفستان قوة، فنجد أنها تختار الفساتين الطويلة الملاصقة للجسم من دون أكمام أو بقصات لافتة.

اشراف: هناء الدرويش
topshabab@hotmail.fr

بين التشجيع والانتقاد...

فتيات يخضن تحدياً في التخلي عن مساحيق التجميل

تحولت مساحيق التجميل لدى فتيات كثيرات، من وسيلة للزينة في المناسبات ، إلى أسلوب حياة ، لدرجة أن بعض الفتيات صرن غير قادرات على الخروج من دون أن يجملن أنفسهن، خشية مواجهة من لم يعتادوا على رؤيتهن على صورتهن الطبيعية، الأمر الذي دعا منظمة «الباحثون السوريون»، مؤخراً إلى إطلاق حملة «خلي البدر يطلع شهر». ودعت المنظمة الفتيات للمشاركة في الحملة مدة ٣٠ يوما من أجل التوعية بمخاطر «الماكياج»، وتعزيز الجمال الطبيعي.

فهل يسهل على فتاة اعتادت الخروج بكامل زينتها يومياً، الاستغناء عن مساحيق التجميل؟ وهل تجرؤ على مواجهة من لم يعتادوا رؤيتها شاحبة؟

تحقيق: هويدا عثمان

التحرر من سلوك يومي معتاد، يحتاج إلى شجاعة ووعي، لاسيما إذا كانت أضراره أكثر من نفعه، واعتياد فتيات كثيرات على الخروج من بيوتهن، وهن متزينات بمساحيق تجميل مختلفة الألوان، تجعل بشرتهن أكثر نقاء وإشراقاً، وأعينهن أكثر اتساعاً وجمالاً، وأنوفهن أكثر دقة وأصغر حجماً، أمر ليس من السهل التخلي عنه، خصوصاً أن بعض الفتيات يخشين من ردود الأفعال السلبية، أو السخرية من شكلهن الطبيعي، بعدما فقدن الثقة في جمالهن على الرغم من إثبات العديد من التجارب عكس ذلك. ولمعرفة قدرة الفتاة على القيام بهذه الخطوة الصعبة، استطلعنا آراء فتيات لمعرفة مقدار التحدي الذي يواجهنه. كما استطلعنا آراء شباب لمعرفة مواقفهم من فتيات «الماكياج» وبين الطريف والمحرج من الردود، لا حظنا أن الجميع متفق على ضرورة الثقة بالشكل الطبيعي مع القليل من مساحيق التجميل التي تخفي العيوب لا ملامح الوجه الأصلية.

تجربة ناجحة

تحدت فاطمة الفلاحي نفسها، وتمكنت من التخلص من عادة وضع «الماكياج» يومياً، «كنت أضع طبقات من الكريمات والألوان على وجهي يومياً، حتى عند ذهابي للجامعة، ولكنني قررت مواجهة نفسي والخروج بالتدريج من دون أي مساحيق تجميل، وقد شجعني أهلي وصديقاتي على ذلك، وتمكنوا من إقناعي بأنني أبدو أكثر جمالا من قبل، وبأن جمالي الطبيعي لا يحتاج إلى تغطيته بالألوان والكريمات التي تخفي ملامحي البريئة والهادئة.»

تخفيف

لا ترى آمنة المهري صعوبة في الخروج من دون ماكياج، ولكنها لن تمتنع عن استخدامه لفترة طويلة، «الخروج إلى العمل يجبرنا على الالتزام بمظهر لائق وجميل، ولا يمكنني التعامل مع العالم الخارجي بنفس مظهري في البيت، فنحن كفتيات خليجيات معروفات بالحفاظ على مظهرنا وجمالنا، بوضع الكحل وبعض الزينة التي تعتبر جزءاً من هويتنا وشخصينا، ولكن مع التخفيف وعدم المبالغة، وبشكل تتناسب فيه طريقة استخدامه مع المكان الذي نذهب إليه».

ضحى بلعبيد

ضحى بلعبيد: يجب أن تكون القناعة أقوى من الرغبة

تقول الأخصائية النفسية، ومدربة التنمية البشرية، ضحى بلعبيد: «عموماً، تختلف مدى أهمية مساحيق التجميل لدى المرأة العربية، من بيئة لأخرى حسب العادة والحاجة إليها، والمرأة بفطرتها تحب الزينة، وتختلف القدرة على التخلي عن أدوات التجميل كلياً حسب البيئة، وجهات النظر، الاعتقادات... ويعود الأساس في ذلك إلى الجانب النفسي، فأي امرأة على وجه الأرض تحب ذاتها، تحب أن تنعت بالجمال، وتفرح بسماع المجاملات وكلمات المديح، و الماكياج وسيله مهمه وضرورية لتخرج الفتاة من البيت بأبهى صورة. لذلك أرى أن من الصعوبة إقناعها بالتخلي عن الماكياج كلياً، ولكن يمكن تشجيعها على حماية بشرتها، عبر توفير بدائل صحية للماكياج في مراكز التجميل المهتمة بنضاره البشرة وحيويتها. كما أن تعليقات وآراء الأشخاص المحيطين بالفتاة لها تأثير قوي سواء إيجابياً أم سلبياً، على عكس تكرار الأسئلة المحرجة والمتكررة المصحوبة بعبارات استنكار وتعجب، فأي فتاة تعرف أضرار الماكياج، لكن الرغبة الجامحة المستبدة في داخلها بأن حلاوة الشكل في التزين بمساحيق التجميل، تجعلها تصر على استخدامه. وللاستغناء عنه يجب أن تكون القناعة أقوى من الرغبة، وهذا يمكن ترسيخه من خلال مبادرات التوعية بأضرار الماكياج على البشرة».

فاطمة الفلاحي

آمنة المهري

بلقيس فوزي

لا داعي

لا يمكن لبلقيس فوزي الاستغناء عن «الماكياج» كلياً، «أضع مساحيق التجميل عادة ولا أفضل الخروج بدونها، ولو بالقليل منه، ولكنني لا أخشى خوض التحدي، وأتوقع ردود الأفعال من الأشخاص الذين لم يعتادوا رؤيتي من دون ماكياج، وأعرف أنهم مع الوقت سيعتادون ذلك، ولكن في الواقع لا أجد مبرراً للامتناع عنه بشكل كامل، خصوصاً أنني أقابل عملاء وألتقي بشخصيات كثيرة خلال اليوم، والمظهر الحسن مهم بالنسبة لي، فلا يمكنني الخروج إلا وأنا في أحسن صورة.»

الماكياج يعبر عن هوية المرأة العربية

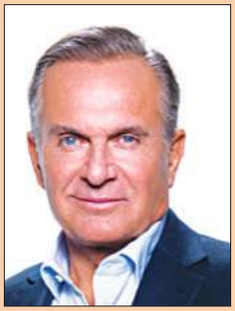
حالة عكسية

التحدي الحقيقي بالنسبة إلى لين مخملجي، هو أن تضع ماكياجاً، «عندما أضع مساحيق التجميل أخجل وأستغرب شكلي، وأجد حرجاً في أن يراني الناس بهذا الشكل، أشعر بأن شكلي مخيف وغير مقبول، فأنا أخرج يومياً من دون وضع أي كريمات، ولا حتى كريم الوقاية من الشمس، قد يصفني البعض بالولد، والبعض الآخر يخبرني أنني لست أنثى بمعنى الكلمة، ولكنني لا أرى الحفاظ على الزينة ضرورة أنثوية، فالأنوثة الحقيقة في الشخصية وطريقة التعامل مع الآخرين».

تشجيع

تقول أماني جمعة: «في البداية كنت أظن أن وضع مساحيق التجميل دليل على نضوج الفتاة ووصولها إلى مرحلة عمرية تسمح لها باستخدامه، ولكن مع الوقت أصبحت معتادة على وضعه إلى أن أخبرني الأشخاص المقربين مني بأن شكلي يكون مريحاً أكثر للنظر من دونها، وبأنني أبدو أكثر حيوية وإشراقاً بشكلي الطبيعي، لذا توقفت عن استخدامها اليومي، وأضعها في مناسبات معينة فقط، ومن هنا أريد أن أشير إلى أهمية آراء الآخرين في تشجيع الفتيات على الثقة في جمالهن الطبيعي، والظهور بالشكل الذي يرتحن فيه».

التوعية بأضرار الماكياج



دكتور أندرو أوردون

حول أضرار الاستخدام المبكر لمساحيق التجميل، يقول الدكتور أندرو أوردون من مركز «بيفرلي هيلز صن ست سيرجري سنتر إنترناشيونال»: «في البداية، أود أن أبدي إعجابي بأناقة وأسلوب المرأة الشرقية، فهي تفتخر بمظهرها، كما يلعب إتقان فن الماكياج دوراً مهماً في شخصيتها. ولكن هناك أنواعاً كثيرة من مساحيق التجميل،غير طبيعية وقاسية على البشرة، ولها مخاطر عديدة، والإفراط في استخدامها في مرحلة مبكرة، يؤدي إلى انسداد المسام والغدد الدهنية، مما يؤدي إلى الاختراقات وحب الشباب، النساء حساسات بشكل خاص لحب الشباب في هذه السن، لذا يجب أن يكنّ حذرات مع كمية الماكياج التي يستخدمنها، مع ضرورة إزالة الماكياج وتنظيف البشرة بشكل صحيح».

وعليهن البدء في اتباع نظام للعناية بالبشرة وحماية الجلد من الشمس والبيئة، يتضمن نظام التطهير اللطيف للبشرة، والتأكد من إزالة الماكياج والأوساخ، ثم التقشير لتخليص البشرة الخارجية من طبقات الجلد الميت، بحيث تصبح المكونات النشطة والمرطبات أكثر فاعلية.

لين مخملجي

أماني جمعة

زهور أحمد

ثقافة

ترى زهور أحمد أن جمال الفتاة الإماراتية والخليجية بشكل عام مرتبط في الغالب باستخدام بعض مساحيق التجميل، مثل رسم العينين، وتحديد ملامح الوجه، «نحن نختلف عن الأجنبيات المعروفات بجمالهن الطبيعي، ولكن الإشكالية الحقيقة في المبالغة في استخدامه في سن مبكرة، وهذا ما أعانيه مع أختي الصغيرة، إذ يصعب إقناعها بالتخلي عنه، فقد اعتادت عليه ولا يمكنها الخروج إلى الشارع بملامحها الطفولية البريئة، بعدما اعتاد أصدقاؤها رؤيتها بشكل أكبر من عمرها، ولكن الأمر مختلف بالنسبة لي، فطبيعة الحياة العملية لم تعد تجعلني أقضي وقتاً في وضع طبقات الكريم وتخطيط وجهي، كما كنت أفعل في السابق، وقد اعتاد الناس على وجهي الطبيعي بالتدريج، وبالعكس أشعر بارتياح أكثر وثقة بالنفس».

التخلي عن الماكياج يحتاج إلى طرق بديلة

مواقف الشباب من زينة الفتاة:

مواقف صادمة

يحب علي سعيد مخلوف أن يرى الفتاة جميلة في كل الأحوال، «الفتاة هي من تقرر مدى احتياجها إلى مساحيق التجميل، و خير الأمور الوسط، لا أحب أن تتخلى الفتاة عن زينتها كلياً، إذ يجب أن تحافظ على أنوثتها من دون المبالغة التي تخفي ملامحها الطبيعية، فقد تعرض الكثير من الشباب إلى مواقف محرجة بعدما اكتشفوا شكل خطيباتهم الطبيعي من دون ماكياج، وكانت بعض الحالات صادمة، و بالنسبة لي يمكنني معرفة ما إذا

علي مخلوف

محمد الشعيبي

كانت الفتاة جميلة من دون ماكياج حتى وإن لم أرها بشكلها الطبيعي ولو لمرة واحدة».

وسطية

يفضل محمد الشعيبي المظهر الطبيعي للفتاة، «من الممكن أن أشجع الفتاة التي سأرتبط بها على الثقة في جمالها الطبيعي إذا قررت التخلي عن الماكياج كلياً، ولكن ألا يصل الأمر إلى حد إهمالها لنفسها وعدم الاهتمام بمظهرها وجمالها، فأنا أحب أن أراها جميلة ومشرقه، لذا فالتخلي عن مساحيق التجميل يعتمد على مستوى جمال المرأة ونقاء وصفاء بشرتها».

استقبال حافل بالصابون

في جامعة سانت أندرو الإسكتلندية، يجري تكليف طلبة السنتين الثالثة والرابعة بالاهتمام بزملائهم الجدد في السنة الأولى، وبمساندتهم في دروسهم، وكي يشكر الطلبة الجدد زملاءهم الأكبر على ما فعلوه لأجلهم، يقيمون لهم احتفالاً خاصاً، يقدمون فيه المشروبات، ثم يمضون اليوم وهم يتمرغون وإياهم برغوة الصابون الهائلة في معركة مسلية ينتصر فيها أحد الفريقين على الآخر.

مشاركة متميزة لأطفال الشارقة في شهر الابتكار

شارك أطفال الشارقة التابعة لمؤسسة ربع قرن لصناعة القادة والمبتكرين، في فعاليات شهر الإمارات للابتكار، في قاعة المدينة الجامعية بإمارة الشارقة. بتقديم ورشة عمل عن الوصفات المبتكرة للعصائر الصحية الطازجة، وأخرى في مجال الطاقة «الشاحن الشمسي القابل للارتداء» مساهمةً منهم في رفع الوعي البيئي في استخدام الطاقة المتجددة النظيفة في التطبيقات اليومية. وتهدف الفعالية إلى تحقيق التنمية المستدامة للأطفال، وتنشئة أجيال مبدعة لديها القدرة على الإبداع والابتكار.

سيّدات الشارقة يحرزن مراكز أولى في بطولة الاتحاد للمبارزة

أحرزت لاعبات نادي الشارقة الرياضي للمرأة، التابع لمؤسسة الشارقة لرياضة المرأة، سبع ميداليات ملوّنة في ختام بطولة الاتحاد للمبارزة تحت 15 و 20 سنة، التي استضافتها إمارة دبي مؤخراً، بمشاركة أكثر من 240 لاعباً ولاعبة ضمن فئات المنافسة على الأسلحة الثلاثة، الايبيه، والفلوريه، والسابر. خطفت كلّ من لاعبات النادي، تحت سن 20 سنة، ذهبية سلاح الفويل التي حصدتها لطيفة الحوسني، فيما أحرزت ذهبية سلاح الايبيه اللاعبة ريم الشماع، أما زميلاتها فجر المرزوقي، وشوق بلال فاكتفتا بالبرونزية ضمن منافسات سلاح الايبيه، وفي منافسات تحت سن 15، أحرزت موضي درويش فضية سلاح الايبيه،و حبيبة إسلام ميداليتين فضيتين ضمن منافسات سلاح السابر والفويل.

طلبة يبتكرون حلولاً متميزة للقطاع الصحي

استعرض طلبة كلية الهندسة في جامعة الشارقة مشاريعهم الابتكارية، ضمن فعاليات شهر الإمارات للابتكار، حيث تنوعت مشاركات الطلبة لتشمل مجالات التعليم والتعلم، والطاقة المتجددة والمستدامة، والتكنولوجيا، والرعاية الصحية، من خلال تصميم تطبيقات الهواتف الذكية وبرمجة التكنولوجيا الحديثة. فقد ابتكر الطلبة مصبح محمد وعلي محمد وعبد اللّه المعيني من قسم الهندسة الكهربائية والحاسوب «مشروع الكرسي المتحرك الذكي» لمرضى الشلل الرباعي، وابتكرت الطالبات هالة المقداد وهند الشامسي وأبرار عبد الكريم، «مشروع تصميم وبرمجة ذراع اصطناعية» يتم التحكم بها عن طريق آلة تحكم مصممة على شكل خوذة.

مهارات الكتابة والتمثيل وتنسيق الزهور في «مفوضية الشارقة»

تعاونت مفوضية مرشدات الشارقة مع مؤسسة فن، بمشاركة 20 من المرشدات بالمخيم الشتوي فن – تاستيك، لتعزيز مهارات المنتسبات في مختلف المجالات الإبداعية، من خلال برنامج يشمل تعريفهن بالتمثيل و كتابة السيناريو، والفرق بين السيناريو المسرحي والسينمائي وكذلك فن تنسيق الزهور.

هل أنت عاقلة أم تهوين لحظات الجنون؟

الخروج عن المألوف شعور يرافقه سلوك يحاول فيه الإنسان كسر الرتابة والخروج من الملل والضجر. قد تنتابنا لحظات مجنونة نتصرف فيها بشكل مغاير للعادة. فهل أنت من النوع الذي يستطيع السيطرة على نزواته، أم أنك تحبين التحرر من بعض الأمور؟

1 يخبرك مديرك في العمل أنك حصلت على علاوة على راتبك:

أ- شيء رائع، لقد جاءت الزيادة في وقتها، ستذهبين إلى السوق وتشترين ما يحلو لك مغتنمة فرصة التنزيلات.

ب- تشعرين بالسعادة لأنه ستكون لديك الفرصة لادخار مبلغ من المال.

ج- ممتاز، لقد صار بإمكانك العيش برفاهية أكثر وتناول الطعام في المطاعم.

2 اقترحت على صديقاتك في ذكرى ميلادك، أن يقدمن لك هدية محددة، لكنهن لم يفعلن وخيبن أملك.

أ- تتأثرين قليلاً، لكن لا يهم بما أنهن احتفلن بك.

ب- تقولين لهن إنهن خدعنك بكل صراحة.

ج- تطلبن الفاتورة كي تستبدلي الهدية.

3 تنتظرين مسلسلك المفضل في التلفاز، لكن شقيقك يريد مشاهدة مباراة:

أ- تقترحين عليه تسجيل المباراة.

ب- تطلبين منه تسجيل حلقة مسلسلك المفضل.

ج- تأخذين منه جهاز التحكم وتمنعينه من مشاهدة المباراة.

4 اشترت زميلتك ثوباً رائعاً يبدو عليها منا سباً تماماً. تقولين لها:

أ- سوف أستعيره منك. توافقين أليس كذلك؟

ب- أخبريني من أين اشتريته، فهو يناسبني تماماً.

ج- تحاولين لفت الأنظار إليك أيتها العجوز؟

5 تذهبين إلى السينما مع بعض الأصدقاء، ولكن المشكلة في اختيار الفيلم.

أ- تنصاعين لرغبة الأكثرية.

ب- تقولين إنك تكرهين أفلام الرعب كلها، إلا هذا!

ج- تصرين على مشاهدة الفيلم الذي تريدين وعلى الآخرين أن يوافقوا على قرارك.

6 تستعدين للذهاب إلى العمل، لكن صداعاً حاداً يفاجئك:

أ- تظلين في السرير ولا تفكرين في الذهاب إلى أي مكان.

ب- تغصبين نفسك على تحمل الألم، على أمل أن يخف الصداع في المساء.

ج- تذهبين إلى العمل على مضض، لكن ليس قبل تناول المسكنات، ووضع المزيد منها في محفظتك.

7 تذهبين إلى مطعم مشهور بما يقدمه، لكن اللحم في الطبق بارد على غير المتوقع:

أ- تتركين اللحم وتأكلين الباقي، فهو يكفي ليسد جوعك.

ب- تلومين إدارة المطعم علناً وأمام الزبائن، وتطالبين بتغيير الطبق.

ج- تلتهمين كل ما في الطبق من غير أي رد فعل، خسارة أن تتركي شيئا فلا تأكلينه!

8 اليوم المثالي بالنسبة إليك:

أ- يوم من التكاسل والاسترخاء.

ب- يوم لا تعملين فيه كثيرا.

ج- يوم بدون مشاحنات.

9 عندما كنت صغيرة:

أ- كانت تربيتك مثالية.

ب- كنت متطلبة ومدللة كثيرا.

ج- كنت مدللة ضمن الحدود الطبيعية.

10 لو أظهر أطفالك مستقبلاً نزوات وعناداً، كيف يكون رد فعلك؟

أ- تحاولين إعادتهم إلى رشدهم بالعقل، وتلبين رغباتهم من وقت لآخر.

ب- تستسلمين لرغباتهم وفق مزاجك.

ج- لا تكترثين للأمر.

والآن احسبي النتيجة

السؤال	أ	ب	ج
1	1	3	2
2	3	1	2
3	2	3	1
4	2	1	3
5	3	2	1
6	1	3	2
7	2	1	3
8	1	2	3
9	3	1	2
10	3	2	1
المجموع			

مجموعك أكثر من 21 نقطة أنت حكيمة

ليس هناك من هو أكثر حكمة وتعقلاً منك! تتقنين فن اتخاذ القرارات ووزن الأمور بدقة كبيرة في كل المواقف، و قد تحرمين نفسك من بعض المتع في الحياة لأجل إسعاد الآخرين ولأجل استقرار أسرتك. إنه سلوك يستحق المديح، لكن حذار من التخلي عن نفسك إلى درجة قد تندمين عليها. أن تكوني حكيمة فهذا أمر جيد، لكن لديك الحق بأن تستجيبي لنزواتك في بعض الأحيان.

مجموعك بين 12 و21 نقطة تستجيبين لرغباتك بحدود

تتحملين المسؤولية، لكن ليس على حساب نفسك. تعرفين كيف توازنين بين المهمات اليومية والنزوات الشخصية. ترضين الآخرين وتبقين متصالحة مع ذاتك. النزوات نادرة في حياتك، لأنك تعرفين كيف تضعين لها الحدود المناسبة في الوقت المناسب. لديك توازن سليم بين العقل والعاطفة، حافظي عليه.

لديك أقل من 11 نقطة نزواتك تسيطر عليك

نزواتك تسيطر عليك ! لقد اعتدت الغنج والحصول على ما ترغبين منذ الطفولة، لديك بعض الأنانية لأنك تحبين نفسك أولاً وتبحثين عن راحتها.خففي من الاهتمام المبالغ فيه بنفسك، ترتاحي وتريحي!

من العاقل فيهم؟

تجديد الطاقة

لدى أسماء يوسف بعض النزوات و اللحظات المجنونة، «أحرص على التصرف بشكل مناسب للمكان و الزمان، ولكنني أحتاج من فترة إلى أخرى للخروج عن المألوف، ولكن بشكل معتدل، ولفترة قصيرة، ولا أعني بذلك أن يكون التغيير غير عقلاني، بل أعتبرها فترة لإعادة "برمجة" العقل، أو فترة لتجديد الطاقة، ومد الروح والجسد بالحيوية لاستكمال مشاريعي وخططي، و التقدم على نحو ملحوظ و إيجابي».

معتدلة

نور مروان معتدلة، ففي بعض الأحيان ترى سلوكها حكيماً، لكن في حياتها بعض اللحظات والنزوات المجنونة، «أسيطر على بعض الأفكار المجنونة بالتفكير في العواقب قبل القيام بتنفيذها، كما أحرص على الخروج عن المألوف في سلوكي بعيداً عن الناس، وحسب الموقف وما يتطلبه، ولكن من جهة نظر أخرى، أرى أن المواقف هي التي تتطلب من الإنسان اتباع التصرف السليم والتعقل في اتخاذ القرار، أو العكس، ولكن قد نمر أحياناً بأوقات نحتاج خلالها لكسر الرتابة، فليست كل القرارات التي نتخذها تتطلب التصرف بالشكل المثالي.»

قناعات شخصية

يسيطر محمد محرم على أفكاره المجنونة، بالتفكير في أشياء أخرى أكثر عقلانية، «إذا كانت عواقب النزوات والأفعال المجنونة وخيمة، أحاول السيطرة عليها بالتفكير في فعل أشياء أخرى، ولا أهتم بآراء الآخرين، لاسيما إن كانت أراؤهم لا تتسق مع قناعاتي الشخصية، لكنني في الوقت نفسه لا أرى بأن التعقل الدائم أمر صحي، فإذا لم يخرج الإنسان عن المألوف تصبح حياته على نفس الوتيرة وأيامه متشابهة.»

تعقل

نادرة حجار. إنسانة حكيمة غالباً، وهذا بسبب تفكيرها الشديد قبل القيام بأي فعل، «أحفاظ على سمعتي كفتاة عربية في مجتمع شرقي، وأحرص على أن أمارس السلوك الذي لا يتعارض مع الأخلاق والدين ولا يتسبب في إيذاء الآخرين، وأفعله بلا تردد، فالتعقل هو أساس التصرف السليم في أغلب الحالات.»

أحبت عالم الكتب وغاصت فيه...

أحلام البلوكي... من حب القراءة إلى مهرجان طيران الإمارات للآداب

بخطوات ثابتة نجحت الشابة الإماراتية أحلام البلوكي، في توظيف شغفها بالأدب والثقافة في مجالات عملها كافة، مستغلة عشقها للقراءة، في إدارة وتنسيق جلسات حوار مع كتّاب عالميين، ومناقشة أحدث مؤلفاتهم أمام المئات من محبي الأدب، وذلك من خلال مشاركتها التطوعية لمهرجان طيران الإمارات للأدب، الأمر الذي أهلها لترأس منصب مديرة المهرجان في دورته الحالية التي تحمل شعار «الكلمة تجمعنا»، وتعد الفعالية الأكبر التي يتم خلالها الاحتفاء بالكلمة المقروءة والمكتوبة في منطقة الشرق الأوسط.

حوار: هويدا عثمان

جانب من المؤتمر الصحفي لإطلاق المهرجان

بعد حصولها على شهادة البكالوريوس من أكاديمية الإمارات لإدارة الضيافة، باشرت أحلام البلوكي الاطلاع على مختلف الفنادق والمطاعم الأكثر نشاطاً وازدحاماً في دبي، وبذلك تعرفت إلى كيفية التعامل مباشرة مع مئات السياح، وترأست من خلال عملها في دائرة السياحة والتسويق التجاري بدبي، العديد من الحملات الإقليمية. وفي حديثها مع «كل الأسرة» كشفت أحلام عن خطة وضعها استراتيجية لمهرجان طيران الإمارات للأدب، وعن أسباب تحولها من القطاع السياحي إلى القطاع الأدبي، وعن أسلوبها المتميز في الإلهام وغرس متعة المطالعة في النفوس، لا سيّما لدى أولئك الذين لم يكونوا يبالون بالقراءة.

ما سمات شخصيتك التي أهلتك للعمل في مجال يعتقد البعض في الوطن العربي أنه لا يثير اهتمام النساء؟

تتميز السيدات في عالمنا العربي بشغف العلم والتعلم، والإلمام بالمجالات الأدبية والثقافية، وإسناداً إلى ذلك يبرز دورهن في كافة المحافل الاجتماعية والثقافية. وفي الحقيقة، تبلغ نسبة السيدات العاملات في مؤسسة الإمارات للآداب حوالي 90٪ ومن مختلف الجنسيات العربية، ولقد شهدنا من لدنهن إقبالاً كبيراً لدعم مهرجان طيران الإمارات للآداب في كل عام، وقد كنت واحدة منهن. أحب عالم الكتب وأحببت المهرجان وما يقدمه للمجتمع. ولطالما رغبت في العمل في موقع يؤثر بشكل مباشر وإيجابي على مجتمعنا، وأعتقد أنني نجحت في ذلك من خلال ترشحي لدور مديرة المهرجان وقبول العمل به.

ما أسباب تحول اهتمامك من العمل في قطاع السياحة والتسويق إلى الأدب والثقافة؟ وهل توجد عوامل مشتركة بينهم؟

قبل انضمامي إلى المهرجان، أمضيت سنوات عديدة في القطاع السياحي، إذ يوجد الكثير من أوجه التشابه بين منصبي السابق والحالي، حيث يعتبر هذا المهرجان من الأصول والفعاليات السياحية المذهلة ونقطة بيع قوية للزوار القادمين من منطقة الشرق الأوسط، ويعد هذا الحدث الفريد من نوعه في العالم العربي والذي يجمع فئات المجتمع كافة تحت سقف واحد لمناقشة المواضيع والقضايا المتعلقة بالثقافة، الأدب، العلم، والمعرفة. إذ يقدم المهرجان فعاليات متنوعة تتراوح بين التنوير والتوعية مروراً بالترفيه ووصولاً إلى تطوير الذات والتجارب الممتعة لجميع أفراد الأسرة، لذلك يمكنني الاستفادة من خبرتي في مجال التسويق والاتصالات التي أعتقد أنها ستكون أساسية في نمو المهرجان في عقده الثاني.

ما المهارات والخبرات التي تتمتعين بها وا ستثمرتها في مجالات عملك؟

أحاول في عملي اليومي تمثيل أفضل صورة للمرأة الإماراتية، وهي الصورة التي رسمتها لنا سمو الشيخة فاطمة بنت مبارك رئيسة الاتحاد النسائي العام رئيسة المجلس الأعلى للأمومة والطفولة الرئيسة الأعلى لمؤسسة التنمية الأسرية «أم الإمارات»، إذ تحرص سموها على توفير حياة كريمة للمرأة لجعلها متمكنة، ريادية، حاضرة في كل المجالات لتمكينها وبناء قدراتها لتكون عنصراً فعالاً ورائداً في التنمية المستدامة، ونموذجاً مشرفاً لريادة المرأة في المحافل المحلية والإقليمية والدولية. أنا أعمل بشغف، وأنظر إلى وظيفتي على أنها واجب وطني، أسعى إلى جمع أفراد المجتمع الإماراتي بأبرز الكتّاب العالميين، وتشجيعهم على حب القراءة، فأولئك الذين يحبون القراءة يعرفون كيف يسلكون طرق للنجاح في جميع مجالات حياتهم. وبرأيي؛

مجتمع يحب القراءة مجتمع أكثر تعاطفاً مع الآخرين

أحلام عبد المجيد البلوكي لدى تسلم إحدى الجائزتين بالنيابة عن «دبي للسياحة» بحضور يوسف ناصر المزروعي

مجتمع يحب القراءة يعني مجتمعاً أكثر تعاطفاً مع الآخرين.

ماذا أضاف لك منصب مديرة مهرجان طيران الإمارات للآداب، وما البصمة التي وضعتها فيه؟

قدم لي مهرجان طيران الإمارات للآداب فرصة التعرف إلى كتاب ومفكرين من حول العالم، وفتح لي آفاقاً جديدة للانخراط في ثقافات مختلفة، ولقد تمحور جانب كبير من تركيزي حول بناء برنامج المحتوى العربي في المهرجان، وذلك كي نستطيع الوصول إلى أوسع شريحة ممكنة من الجمهور العربي على المستويين المحلي والإقليمي، بالإضافة إلى تعزيز الوصول إلى محتوى الأدب العربي بالنسبة إلى المجتمع الناطق باللغة الإنجليزية.

ما الذي ميز المهرجان هذا العام؟

في كل عام، نركز على موضوع مختلفٍ، لذا نحرص دائماً على تواؤم المؤلفين وأعمالهم مع موضوعنا في المهرجان. كما نتابع قوائم الكتب الأفضل مبيعاً في جميع أنحاء العالم، بالإضافة إلى القوائم الطويلة من المؤلفات الأدبية وقوائم الكتب المرشحة لحصد جوائز مثل «جائزة مان بوكر»، والجائزة العالمية للرواية العربية، وغيرها. كما أحرص كلما أمكن على مرافقة فريق العمل إلى المهرجانات الأدبية الدولية ومعارض الكتب، وذلك لمتابعة أحدث التوجّهات العالمية ومقابلة المؤلفين الجدد. وباعتبارنا مؤسسة تستقطب الكثير من القرّاء، فإننا نحرص على تحديد قوائمنا من الكتب والمؤلفات المفضلة لدينا، ونستطلع آراء المجتمع حول أبرز الكتب التي يفضلون الاطلاع عليها.

ونسعى في كل عام إلى ضمان مزيجٍ مثالي من الكتب المشهورة والجديدة والأكثر مبيعاً وتخصصاً، بما يشمل المؤلفات والكتب الروائية وغير الروائية والكتب المخصصة لاهتمامات الكبار والأطفال باللغتين العربية والإنجليزية.

حديثنا عن المبادرة الجديدة «يوم للشباب»؟

أطلق مهرجان طيران الإمارات للآداب مبادرة «يوم الشباب» تقديراً لجيل الشباب الطموح في دول مجلس التعاون الخليجي وتطلعاته، وهي المرحلة التي يتخذ فيها الناس قرارات كبيرة تؤثر عليهم بقية حياتهم. لذا فهم يحتاجون إلى الإرشاد، الإلهام، الخبرة، والأفكار والمعلومات الجديدة، ويكون ذلك ميسراً من خلال الإطلاع على أبرز فعاليات مهرجان طيران الإمارات للآداب التي تستهدف فئة الشباب. فالشباب دائماً يقتدون بالأجيال السابقة ويتطلعون لمحاكاة طموحاتهم، ولكن بمعايير وقواعد جديدة للنجاح، و قد ألهم برنامج «يوم الشباب» المشاركين فيه، وأسهم في إعادة تشكيل تصوراتهم، وإثراء مخيلتهم مما يساعدهم على إعادة تشكيل مستقبلهم، ونأمل أن أن يكون هذا البرنامج قد أسهم بإيقاد قبس الإلهام في نفوس الشباب صناع المستقبل الواعد».

ما رسالتك لأفراد المجتمع؟

المهرجان ليس للقراء فقط، فلا يهم إذا لم تقرأ كتابًا منذ 20 عاماً، فهناك جلسات تغطي كل المواضيع التي تهم الجميع. المهرجان عبارة عن منصة تقدم تجربة تفاعلية مكثفة مع قادة الفكر والعقول الرائعة من جميع أنحاء العالم، وكل جلسة لديها القدرة على تغيير شيء ما فينا، مهما كان حجمه كبيراً أو صغيراً.

المهرجان يسهم في إعادة تشكيل تصورات الشباب

دهن العود

إشراف: عيسى الطنيجي
easaten@gmail.com

سامح الله «الفوتوشوب»!

التقيت بزميل عاد قبل أيام من إحدى الجزر السياحية التي أعجب فيها كثيراً لكنه كان مستغرباً من أن ما شاهده على الطبيعة مختلف تماماً عما رآه في الكتيب السياحي بدرجة كبيرة وهنا قلت له مازحاً: سامح اللّه الفوتوشوب!

زاد استغراب زميلي وسألني ألهذه الدرجة يتدخل البرنامج في تغيير الصورة الحقيقية ويظهرها أكثر جمالاً فأجبته بالتأكيد فهو أحد البرامج الرئيسية التي يعتمد عليها المصورون والمصممون والفنانون حالياً لتعزيز جمالية العمل الفني بما في ذلك المناظر الطبيعية التي قد تراها مذهلة في «البروشور» لكنك تجد الأمر مختلفاً على الطبيعة لأنها بدون تدخل فني!

عاد زميلي وسألني: وهل هذا ينطبق على الوجوه فابتسمت وقلت لك طبعاً.. بما في ذلك الصور التي تشاهدها في الصحف والمجلات لفنانين وفنانات ومشاهير وغيرهم! عاد فقال.. مممممممم.. لهذا نجد أن صورة الشخص على الطبيعة تختلف عن صورته في وسائل الإعلام المطبوعة، معنى ذلك أنني لو أردت أن أخطب فتاة يجب أن أراها شخصياً بدلاً من الاكتفاء بصورتها المعالجة بالفوتوشوب!! قلت له: عين الصواب.. لكنها تبقى بماكياج!

إن وظائف الفوتوشوب في الحقيقة هي مضاعفة الألوان أو تصحيحها وتعديل الإضاءة وإزالة الشوائب والعيوب التي قد تظهر أحياناً أثناء التقاط الصورة ولذلك يقوم المصور بالتقاط الصورة الأصلية كما هي أو ما يطلق عليها (Raw file) وبعد ذلك تخضع لعمليات معالجة دقيقة تخرج بعدها لوحة فنية فائقة الجمال حسب طريقة المعالجة من شخص لآخر.

وعلى الرغم من الفوائد الجمة التي يضيفها الفوتوشوب على الصور، لكن الشخص المعالج قد يقع في أخطاء (رهيبة) تكون ملاحظة جداً وتثير الضحك في بعض الأحيان مثل صور بعض المشاهير التي يضاف إليها عضلات بطريقة غريبة وغير منطقية، أو بعض الفنانات التي يتم شد وجوههن فلا تعرف أهي رجل أم امرأة أم مخلوق فضائي، وقد يحدث أحياناً أن يتم تغيير لون البشرة فيظهر الفنان بـ«لوك» جديد نتيجة خطأ فني وغيرها من الأخطاء التي قد تغضب الشخص إذا ما شاهد صورته بالفوتوشوب وقد تحول من (غزال) إلى (سبال)!

اللغاية

بينما كنت منشغلة بالتدريبات الرياضية في صالة (الجيم) سمعت صوتاً مدوياً أشبه بارتطام هليكوبتر على الأرض، واكتشفت بعدها أن صديقتي (أم حسون) كانت منشغلة بقراءة مسجات الواتس أب، ونسيت أنها على جهاز الجري فسقطت غير مأسوف على شبابها! هههههههه.. محد قالج تنشغلين..

لقطة الأسبوع

تصوير: عيسى الطنيجي

«زمردة» أعادتها للشاشة الصغيرة

هبة نور:
عدت بعدما استردت الدراما العربية وعيها

غابت لكنها عندما عادت كان التألق والحضور الذي يؤكد على أن الفنان الحقيقي يملك دائماً رصيداً من الحضور لا يغيب، العودة كانت بأداء مميز في العديد من المسلسلات والأفلام السينمائية، الدرامية والكوميدية على السواء، هي الفنانة السورية هبة نور التي عادت بدور زمردة في مسلسل الحرملك بعد غياب استمر لـ ٤ سنوات، وعلى الرغم من ابتعادها عن الوسط الفني إلا أنها عادت بعدما شعرت أن الدراما العربية، والسورية خصوصاً استردت أنفاسها، وفي حوارها مع «كل الأسرة» تحدثت عن الثنائيات العربية، نظرتها للحب، رؤيتها للدراما العربية، وتطلعاتها إلى مجتمع عربي سليم خالٍ من العقد والازدواجية.

بيروت: محمد عدنان

غبت سنوات عن الأضواء وتعودين إليها بعدما انتشرت شائعات عن اعتزالك.. وبين الغياب والعودة، أين وكيف أمضيت هذه الفترة؟

من المعروف أن الشائعات جزء من تركيبة الوسط الفني، وبالتالي لم أكن في منأى عنها. وبصراحة لم أعتزل ولن أعتزل، إنما عشت فترة ترقب لما يحدث على الساحة الفنية العربية، وقد توقفت لفترة لم أجد نفسي فيها درامياً، فكان ذلك قراراً إيجابياً بالنسبة لي، إلى أن اتخذت قراري بالعودة بعدما شعرت أن الدراما العربية، والسورية خصوصاً استردت أنفاسها وحققت أعمالاً لا بأس بها.

الملاحظ أن عودتك بطيئة ولم تحظَ بإعلام تستحقه عن جدارة، وخصوصاً أن دورك في مسلسل «حرملك» تطلب شجاعة منك بدور «زمردة»؟

يكفي أن ألعب دور «زمردة» في الـ«حرملك» لأؤكد أنني كنت بانتظار الدور المناسب لأعود إلى التلفزيون، ويكفي أنه بعد هذا العمل تلقيت العديد من العروض، ما يعني أن عودتي ارتبطت بالشخصيات التي تعرض علي لتجسيدها، وفي بعض التفاصيل، «زمردة» شخصية قلقة، تعادل بين الشر والخير. هي تارة سيدة شامية، وتارة أخرى جارية.

وماذا عن أحداث العمل بشكل عام؟

العمل من إخراج تامر اسحق، وتدور أحداثه في فترة الحكم العثماني، ويتم تصويره في دبي في استوديوهات جرى تجهيزها خصيصاً للعمل. وبالفعل بدأت تصوير مشاهدي الأولى.

كيف ترين وضع الدراما العربية عموماً والسورية خصوصاً في الوقت الراهن؟

هناك الجيد منها والأقل جودة.. إنما بشكل عام هناك تطور بطريقة ملفتة يؤكد أننا نسير في الطريق الفني الصحيح.. لكن ذلك لا يعني أن إنتاجنا خالٍ من العثرات، وخصوصاً في ظل الاعتماد على التكرار في ظهور نفس الوجوه في عدد غير قليل من المسلسلات.

هذا يدفع للسؤال: أين نجحت نادين نجيم أكثر، مع تيم حسن أم مع عابد فهد؟

الأكيد أن نادين نجيم اشتغلت على نفسها كثيراً حتى استحقت هذا النجاح الكبير، فضلاً عن أنها تتمتع بذكاء وموهبة مهّدا لها الطريق لحسن اختيارها أدوارها. إنما مع مَن نجحت أكثر، فأرى أنها لم تفشل في كل ما قدمته من أعمال،

ووقفت أمام العملاقَين الدراميين تيم حسن وعابد فهد.

وما رأيك بالثنائيات، وهل تأتي على حساب بقية المشاركين في العمل؟

لا بد أنها تسرق الكثير من الأضواء من أمام المشاركين في العمل، إنما ذلك لا يؤثر على إبداع الممثل إن أجاد دوره. بعض الشخصيات الثانوية قادرة أيضاً على سرقة الأدوار من النجوم إن أجادت في تأدية أدوارها. دليلي على ذلك، أن ليس من أحد استطاع أن يسرق نجومية منى واصف المبدعة في كل ما أدته من شخصيات. منى واصف ركيزة كل الأعمال الناجحة.

يقال إن ابتعادك عن الفن هو زواجك؟

أبداً لم يكن زواجي عقدة في مسيرتي الفنية. كما سبق وقلت، كانت فترة استرخاء والبحث عن أدوار ترضيني شخصياً وتضيف جديداً إلى مشواري الفني.

وأين أنت من المسرح؟

لست خريجة المعهد العالي للفنون المسرحية، كما لم يعرف علي حتى الآن أي عمل مسرحي لأقبل أو أرفض.. أعرف جيداً أن العمل المسرحي متعب جداً، إنما بالتأكيد لن أرفض إن تلقيت عرضاً مسرحياً.. أقله علي التجربة فقد أستمر على الخشبة وقد أعرض عنها.

شاركت في فيلمين مصريين ثم ابتعدت عن السينما؟

لم أبتعد بإرادتي، إنما لأن الأدوار التي عرضتها علي شركة «روتانا» لم تكن بالمستوى الذي يليق بي، فكان من الطبيعي أن أرفض.

وكيف تصفين علاقتك بو سائل التواصل الاجتماعي؟

جيدة إلى حد ما وأتواصل على الدوام مع جمهوري الذي لن أبخل عليه بأعمال ملفتة في الشهور المقبلة.

شيء يستفزك؟ وآخر يرضيك؟

الكذب يستفزّني والكلمة الحلوة والدلال يرضيني.

انتقائي ودقيق في اختيار أدواره

خليفة الكعبي:

مسلسل «قلبي معي» فتح لي أبواباً كثيرة

شغوف في أن يقدم كل ما هو مميز إن كان في مجال الإعلام أو عالم التمثيل.. قدم العديد من البرامج التلفزيونية حيث كان برنامجه الأول هو «عيادة رمضان»، وخاض أولى تجاربه الدرامية من خلال مسلسل «قلبي معي» هو الإعلامي والممثل خليفة الكعبي الذي يعتبر توجهه إلى الدراما تعويضاً عن عدم استمراره في المسرح الذي بدأ به قبل سنوات، «كل الأسرة» التقته في هذا الحوار ليحدثنا عن طموحاته الفنية، وعن سر توجهه إلى التمثيل وعن أشياء أخرى... فإلى نص الحوار

لقاء: رحاب بونشادة
تصوير: محمد السماني

ما الذي شجعك على خوض تجربة التمثيل؟

بداياتي كانت في الصغر من خلال مسرح المدرسة، وبعدها بدأت بأعمال مسرحية بالتعاون مع شركة إنتاج في العين، بعدها بدأت بأدوار البطولة في بعض الأفلام القصيرة، ثم اتجهت للمجال الإعلامي حيث قدمت العديد من البرامج التلفزيونية المختلفة في قنوات عديدة إلى أن تلقيت عرض مسلسل «قلبي معي» الذي أعتبره تعويضاً عن المسرح.

كيف تصف تجربتك التمثيلية الأولى من خلال المسلسل الخليجي العربي «قلبي معي»؟

مسلسل «قلبي معي» الذي شارك بطولته محمود بوشهري وميساء مغربي وروجينا وإبراهيم الزدجالي وديمة الجندي وحسن كامي، فتح لي أبواباً كثيرة، فمن خلال هذا المسلسل اكتشفت قدرات ومهارات خليفة الكعبي الممثل، ومن خلاله أيضاً تكونت لدي خبرة كافية بكيفية اختيار وانتقاء الأدوار والعمل الذي ممكن أن أشارك فيه بصورة أدق، وسعيد كون العمل لاقى استحسان وإعجاب الجمهور، وهذا ما شجعني أكثر وقد جسدت دور مراسل إماراتي طموح وشغوف بحب الوطن ولم يكن هذا المراسل مقتنعاً بدور اجتماعي في عمله، بل فضل التوجه إلى العمل كمراسل حربي بفعل الظروف التي يمر بها العالم العربي.

ماذا عن أعمالك التمثيلية الجديدة وهل من أعمال للسباق الرمضاني؟

تلقيت العديد من العروض لأعمال جديدة خلال الموسم الرمضاني إلا أنني لم أقبل أي عرض منهم حيث لم يجذب انتباهي أي عمل منها، فأنا جداً انتقائي ودقيق في اختيار الأدوار، ولا أكترث بكم الأعمال قدر ما أهتم بالنوعية وقيمة العمل التي تضيف الى مشواري الفني.

من الممثل أو الممثلة الذين ترغب في الوقوف أمامهم في التمثيل؟

هم كثر بصراحة، وعلى الصعيد العربي هناك القامة الفنية الكبيرة عادل

خليفة الكعبي

إمام، أما على الصعيد الخليجي فكل من الفنانة حياة الفهد والفنانة سعاد عبد الله لما لهما من أعمال وتاريخ فني كبير يشهد على نجوميتهما.

هل تهتم برد فعل الجمهور بعد كل عمل تقدمه؟

بكل تأكيد فهدفنا هو إرضاء الجمهور وهو الدافع الأساسي لنحسن من إمكاناتنا وقدراتنا، وأهتم دائماً بمعرفة انطباع الجمهور لأنني لا أريد تقييم نفسي من وجهة نظر أحادية، فنجاح الفنان في أكثر من مجال يتوقف على مدى قبول الناس له، والحمد لله الذي منحني هذا القبول.

ما رأيك في ظاهرة الا ستعانة برواد مواقع التواصل الاجتماعي كمذيعين دون توفر شروط التعليم الأكاديمي لديهم؟

وجهة نظري في هذا الموضوع سلبية، فمن السيئ أن يقوم المنتجون بالاستعانة برواد مواقع التواصل من أجل إنجاح أعمالهم، والذين يأتي معظم طرحهم وتناولهم للمواضيع بطريقة سيئة وصورة سلبية غير مناسبة للمتلقي، والمؤسف في الموضوع أن المنتجين يشجعون ظاهرة انتشار هؤلاء الأشخاص الذين يعتبرون دخلاء على المجال الإعلامي بإعطائهم فرص الظهور على الشاشة دون توفر التعليم والمهارات والأدوات المطلوبة لذلك.

ما الذي يراه خليفة الكعبي نقلة في مشواره المهني؟

المحطة الأولى هي انضمامي لأسرة قناة الظفرة التي فضلتها على باقي القنوات الأخرى التي قدمت لي عروضاً آنذاك، أما الثانية فهي مشاركتي في مسلسل قلبي معي الذي أعتبره تجربة أفادتني الكثير.

.. وإلى ماذا يطمح خليفة الكعبي؟

أعتقد أن أي فنان أو أي إعلامي يطمح للعالمية، وأن يكون له انتشار على مستوى العالم أو على الأقل أن يكون له انتشار عربي جيد، وما لا أرغب فيه أو أنزلق إليه هو المستوى الذي وصل له بعض الفنانين بمشاركتهم في أي عمل حتى إن كان هذا العمل لا يضيف لهم أو غير لائق للجمهور وذلك من أجل تحقيق المنفعة المادية فقط.

ما هو البرنامج الذي يرغب خليفة الكعبي في تقديمه؟

أرغب ومنذ فترة طويلة في تقديم برنامج فني على شكل برنامج مسابقات أو برنامج فني يتعلق بالفنانين وأن يكون الطرح فيه مختلفاً عن باقي البرنامج الفنية السائدة المعتاد عليها.

برأيك هل يستوجب على الفنان أو الإعلامي أن يكون مثقفاً؟

بكل تأكيد، وبرأي الثقافة هي من أهم العوامل التي يجب أن يتصف بها، وبالنسبة لي ورغم أني حاصل على دكتوراه إعلام بامتياز مع مرتبة شرف، إلا أنني وإلى الآن ما زلت أقرأ وأطالع كتب لأطور من ذاتي وأصقل أدواتي، وإلى الآن أتابع برامج غير برامجي سواء كانت محلية، عربية أو أجنبية للاستفادة منها.

من وجهة نظرك هل مواقع التواصل الاجتماعي أفادت الو سط الفني والإعلامي؟

نهائياً ربما ساعدت في انتشار بعض الفنانين والإعلامين نوعاً ما، لكنها سمحت للدخلاء باقتحام المجال وهم ليسوا أهلاً لذلك، وأنا جداً أستاء من الجمهور عندما يقوم بتشجيع شخصية ما تطرح طرحاً منافياً لعاداتنا وتقاليدنا.

وكيف تصف علاقتك بها؟

أعتبر علاقتي بمواقع التواصل الاجتماعي وسطية، لأن ظهوري فيها بسيط ولكن أعتبره مفيداً فأنا لا أظهر إلا لغاية معينة.

مواقع التواصل الاجتماعي سمحت للدخلاء اقتحام المجال الإعلامي

تتمرد على براءتها في «كارمن»

ولاء الشريف: لا أصلح للأدوار الجريئة

يظل دور «زينة» في مسلسل «أبو العروسة» بجزأيه مع سوسن بدر وسيد رجب أهم أدوار الفنانة الشابة ولاء الشريف في مشوارها، كما تؤكد رغم ما قدمته من أعمال مهمة كثيرة بين التلفزيون والسينما منها مسلسل «كفر دلهاب» الذي تعتز بدورها الصغير خلاله، ومسلسل «أنا شهيرة.. أنا الخائن» مع أحمد فهمي الذي حقق نجاحا معقولا كما شاركت في مسلسل «الشريط الأحمر» الذي عرض في رمضان الفائت ودار حوله جدل واسع، وهي سعيدة بمشاركتها في مسلسل «الأب الروحي» بأجزائه المختلفة وتعتبره بصمة في رصيدها. تنتظر ولاء نقلة كبيرة في المرحلة المقبلة خاصة على مستوى السينما التي لم تقدم فيها بصمة حقيقية حتى الآن،

القاهرة- حسام عباس
تصوير/ محمد الكشكي

في هذا اللقاء معها نرصد تجاربها الأخيرة لتتكلم عن مسلسلها الجديد «كارمن» والجزء الثاني من «أبو العروسة» وأحلام المستقبل..

كيف وجدت صدى الجزء الثلي من «أبو العرو سة» بعد عرضه مؤخرا؟

المسلسل يسبقه نجاح الجزء الأول الذي شجعنا وشركة الإنتاج على تقديم الجزء الثاني من العمل، الذي وجد صدى رائعا، بدليل كم الإعلانات خلاله وعرضه في أكثر من موعد، وكنت سعيدة بالتحول الذي حدث لشخصية «زينة» في الجزء الثاني الذي تطورت خلاله الأحداث بشكل جيد ومثير.

هل توقعت نجاحك بهذا الشكل في مسلسل «أبو العرو سة»؟

كنت مطمئنة أن العمل سينجح مع الجمهور، خاصة أن تلك النوعية من الأعمال الاجتماعية تجد صدى جيداً لدى المشاهد المصري والعربي، لكن النجاح الذي تحقق فاق كل توقعاتي في الجزء الأول، ومن حسن حظي أنني لعبت خلاله دور «زينة» التي تعد محور الأحداث، ونجاح العمل بالشكل الذي حدث أفادني كثيرا على المستويين الفني والجماهيري.

هل هناك ما ساعدك على إتقان دورك غير كونه قريباً من الحقيقة؟

عناصر العمل كلها ساعدت على النجاح والتميز، لأن الموضوع بسيط ومكتوب بشكل فيه حرفية عالية، وشركة الإنتاج المحترمة حرصت على تقديمه بشكل مميز ولم تقصر في شيء، وتولى إخراجه كمال منصور، وهو مخرج يفهم عمله ولديه رؤية، والأهم أنني عملت وسط مواهب كبيرة ساعدتني كثيراً على تقديم دوري في أفضل صورة.

ما الجديد في مسلسل «كارمن» الذي شاركت في بطولته مؤخرا؟

دوري في كارمن سيكون نقطة تحول في مشواري لأنني أقدم لأول مرة شخصية شريرة اسمها «يارا» تدخل في صراعات مع بطلة العمل ريهام حجاج، وأنا سعيدة بهذا العمل الذي يشارك في بطولته مجموعة مهمة من المواهب، منهم محمد كيلاني ومحمد مهران ونور محمود وأحمد حلاوة وليلى عز العرب، وكنت سعيدة بالعمل مع المخرج المميز حسين شوكت.

ما الذي دفعك للمشاركة في مسلسل «الشريط الأحمر» الذي عرض في رمضان الفائت؟

لأنه عمل إنساني بالدرجة الأولى، ويقدم طاقة إيجابية لمرضى السرطان، وهو مأخوذ عن «فورمات أجنبية» وتم تقديمه بشكل مميز، وتعاونت خلاله مع أسماء رائعة مثل أحمد فهمي ونشوى مصطفى والمخرج محمد جمعة.

ماذا حمسك لدورك في مسلسل «أنا شهيرة.. أنا الخائن»؟

وجدته عملاً مختلفاً عن «أبو العروسة» وقتها، وطريقة كتابته رائعة وجديدة، وهو مأخوذ

عن رواية أدبية وشخصية «زهرة» التي تمثل الحب الأول في حياة البطل أحمد فهمي مغرية جدا ولا يمكن رفضها، لقيمتها في أحداث العمل وقوة تأثيرها، خاصة في الجزء الثاني، وقد أغراني أيضا أن تكون الشخصية مرتبطة ببطل الأحداث الرئيسي خلال العمل هذا مفيد جدا لي.

ما تقييمك لتجربتك في مسلسل «الأب الروحى» بجزأيه؟

سعيدة جداً بالعمل، ودوري خلاله إضافة قوية لرصيدي، وقد حقق نجاحاً مهماً لمجموعة كبيرة من الوجوه الشابة التي تبنتهم الشركة المنتجة، وقد أحببت جدا التجربة والبطولة الجماعية في العمل.

هل هناك من بين أعمالك السابقة على «أبو العرو سة» ما رشحك لخطواتك الأخيرة المهمة.. ما أهم ما في رصيدك الفني؟

في مشواري أدوار كثيرة في أعمال مهمة، وفي كل دور مهما كان حجمه تركت بصمة ما بمشهد ما أثر في أحداث العمل، وأعتبر دوري في مسلسل «كفر دلهاب» مع يوسف الشريف أقوى ما قدمت قبل «أبو العروسة»، ودور «ريحانة» خلاله ترك صدى جيدا رغم مساحته المحدودة، كذلك أعتز بعملي في مسلسلات أخرى مهمة مثل «الداعية» مع هاني سلامة، «الزوجة الثانية» مع عمرو عبد الجليل وأيتن عامر، «الجماعة 2» للكاتب الكبير وحيد حامد.

هل ستتغير معايير اختيارك بعد الخطوات المهمة الأخيرة؟

بكل تأكيد سوف يزيد تركيزي على أدوار مؤثرة أكثر في قيمتها ومساحتها، فمن الطبيعي أن يحصل الفنان على أدوار تتصاعد في حجمها وقيمتها مع كل مرحلة في مشواره.

ماذا عن حساباتك في السينما؟

كانت بدايتي السينمائية بدور «إيفون» في فيلم «ابن القنصل» مع أحمد السقا وغادة عادل والراحل خالد صالح والمخرج عمرو عرفة، الذي أخذني من الإعلانات ثم شاركت بدور صغير في فيلم «حملة فريزر» كذلك في فيلم «يا تهدي.. يا تعدي» مع أيتن عامر ومحمد شاهين، لكنني على كل حال أعتبر أن الفرصة الحقيقية في السينما لم تأت بعد.

هل يمكن أن تقدمي أدوار إغراء في السينما؟

لا يمكن، أنا لا أصلح لأي أدوار جريئة فيها عري أو مشاهد جسدية من أي نوع، لكنني أحب الاستعراض ومؤدية جيدة للغناء وصوتي مقبول وأحلم بعمل غنائي استعراضي كبير.

يطمح لأرشيف غنائي لائق

مرعي سرحان: أحضر لمجموعة أغاني «سنجل» وحفلات في دبي والكويت

دائماً يبحث عن الجديد للارتقاء بالعمل الذي يقدمه يهتم بالكيف لا الكم فهو من فئة الفنانين الذين يحترمون جمهورهم ويحرص دائماً على أن تكون إطلالته بعمل يليق به، هو أحد مواهب برنامج سوبر ستار غير أنه يرى أن برامج المواهب لا تصنع نجماً، وإن غياب جهات الإنتاج تعد أحد أكبر العوائق التي من الممكن أن تواجه انطلاق أي فنان، أشار إلى أنه لا يفكر في التمثيل وأن عالم الغناء والطرب هو مجاله الطبيعي، عن كل هذا وأشياء أخرى كان لقاؤنا مع النجم المطرب مرعي سرحان الذي تحدث لنا في حواره مع «كل الأسرة»...

حوار: رحاب بونشادة

ما هو جديد أعمالك الفنية التي تحضرها لجمهورك؟

بعد أغنية «يا ميت هلا» التي لاقت استحسان وإعجاب الجمهور، أنا بصدد تحضير عدة أغاني منفردة تعاونت فيها مع الملحن فضل سليمان والشاعر مازن ظاهر والموزع عمر الصباغ وغيرهم، وسوف يتم طرحها مع بداية الموسم الصيفي، أما بالنسبة للحفلات فسوف تكون موزعة ما بين دبي والكويت بالإضافة إلى لبنان وسوريا، وستكون هناك جولة في أوروبا موزعة على عدد من المناسبات القريبة من بينهم عيد الأم وعيد الفصح.

ما هي المقومات التي على أ سا سها يتم اختيارك للأغنية؟

أهتم بكل تفاصيل الأغنية سواء كانت من ناحية الكلمات المعبرة، التلحين الجيد، والتوزيع الشامل، فعند توفر هذه العناصر بالإضافة للصوت الجميل الذي يمتلك أدواته لا شك سوف يصل إحساس المطرب للجمهور، وأعتبر أنه لدي وعي في الانتقاء ودائماً ما أبحث عن الجديد للارتقاء بالعمل، والأهم هو أنني أهتم بالكيف لا الكم لأنني أحترم جمهوري ولا أرضى أن أطل عليه بعمل لا يليق به.

كيف تصف علاقتك بمواقع التواصل الاجتماعي؟ وهل هذه المواقع أفادت الفنانين أم العكس؟

أنا من محبي مواقع التواصل الاجتماعي، ولكني بصراحة مقصر في التواجد على مواقعها، ولا بد من أن أكون أنشط من ذلك، وأركز عليها أكثر وهذا ما أفكر في القيام به حاليا، فلا بد من أن يكون لي تواصل واسع مع محبي ومتابعي.

وبرأي فإن مواقع التواصل الاجتماعي سلاح ذو حدين فأحياناً تخدم الفنان وتفيده وأحياناً أخرى العكس تماماً إذا أسيء استخدامها.

كونك أحد خريجي برنامج « سوبر ستار» هل تري أن هذا النوع من البرامج يعد إضافة للساحة الفنية؟

برنامج سوبر ستار أوغيره من برامج المواهب هي برامج جيدة بالتأكيد وتعطي الفرص للكثيرين ممن يملكون مواهب حقيقية لتعريف الجمهور بهم، وتساهم لا شك في انتشارهم أكثر، ولكن لابدّ أن نعي شيئاً مهماً أن هذه البرامج لا تصنع نجماً، ولكنها تكشف عن موهبته فقط وينتهي دورها عند هذا الحد، وبرأي السبب عائد لعدم تواجد شركات إنتاج تدعم هذه المواهب بالاتفاق مع القائمين على إدارة تلك البرامج، إلا في حالات قليلة، وقد رأينا بناء على هذا اجتهادات بعض المواهب لمحاولة مواصلة مشوارهم الفني وتحقيق أحلامهم لكن بلا عائد، كما أن دور المؤسسات المتخصصة والمسؤولة عن ذلك غائب تماماً لتبقى الحال على ما هي عليه، ولتكتفي المواهب بما حققته من ظهور إعلامي من خلال القنوات

الفضائية في ظل غياب شركة أو جهة معينة تأخذ على عاتقها إنتاج أعمال فنية خاصة بهم والترويج لها.

هل ترى نفسك قد حظيت بالفرصة الفنية المنا سبة خاصة وأن من تخرجوا معك في نفس البرنامج أصبحوا نجوم من الصف الأول اليوم؟

أنا لا أرى هذا، بل بالعكس كل من كانوا في برنامج سوبر ستار أو حتى برامج المواهب الأخرى قاموا بطرح أغنية أو أغنيتين وانتشروا لمدة زمنية معينة وبعدها اختفوا تماماً عن المشهد الفني، إلا فقط في حالتين أو ثلاثة وهذا راجع كما أسلفت الى عدم قدرة المشتركين على الاستمرار دون توفر الدعم الإنتاجي لهم.

فنان ترغب في التعاون معه بديو غنائي؟

بالنسبة لي أي فنان يتمتع بصوت مميز وأداء جيد شرف لي أن أتعاون معه في عمل يخدم الطرفين.

هل من الممكن أن تخوض تجربة التمثيل أو التقديم التلفزيوني أم أنك اكتفيت بلقب مطرب؟

بصراحة لم أفكر في الموضوع وأفضل دائماً أن أركز على حلم الطفولة وهو التواجد والاستمرار في عالم الغناء والطرب.

إلى ماذا يطمح مرعي سرحان؟

أحمد اللّه بداية على ما أنا عليه اليوم وما حققته، إلا أنه فعلياً ما زال في جعبتي الكثير من الطموحات كتحقيق النجومية بالشكل الذي أبتغيه، وإيصال رسالتي الفنية بشكل لائق، وأن يكون لي أرشيف غنائي كامل متكامل لا غبار عليه إن كان من ناحية الأداء، الكلمات و غيرها، خاصة في ظل الأغاني الهابطة الذي تشهدها الساحة الغنائية اليوم.

ما هي العوائق والصعوبات التي تواجه المطرب اللبنلي بصفة عامة ومرعي سرحان بصفة خاصة؟

الحياة الفنية والاستمرار فيها أصبح صعب للغاية، يعاني منها كل فنان شاب أو حتى مخضرم، ينقصه الإنتاج ليتمكن من التواجد بشكل مستمر في الساحة الفنية، فمعظم المطربين في العالم العربي يخنقهم الإنتاج في ظل غياب شركات الإنتاج التي تدعم مسيرتهم الفنية وهذا هو أكبر عائق يمكن أن يواجه الفنان في مشواره الفني، فهناك أسماء لامعة في عالم الغناء باتت غير موجودة اليوم بسبب إهمال شركات الإنتاج الفنية لها.

وسط حضور جماهيري غفير

وائل كفوري يتألق في حفل «ذي بوينت»

أطل الفنان وائل كفوري على جمهوره بأمسية غنائية استثنائية على مسرح «ذي بوينت» في دبي، الأسبوع الفائت، ويعد الحفل هو الثاني له في الإمارة خلال عام 2019 بعد أن أحيا حفل رأس السنة الضخم والذي لاقى نجاحاً كبيراً.

وائل كفوري بدأ حفله على مسرح ذي بوينت قبل ما يقارب النصف الساعة عن الموعد المحدد وهذا ما لم نعهده من الفنانين في الحفلات الغنائية، وقبل الصعود إلى المسرح قام النجم وائل كفوري الذي تخطّى مشواراً فنيّاً حافلاً بالإنجازات، بالتقاط مجموعة من الصور التذكارية مع جمهوره بما فيهم محبيه من أصحاب الهمم، وبعدها صعد للمسرح ليستقبله الجمهور بالتصفيق الحار، واستهل وائل حفلته بتقديم أغنية «صرنا صلح» ليتبعها بأغنية «طريق الفلة» وسط تفاعل كبير، كما قدم على مدار ساعة ونصف الساعة، باقة من أروع أغانيه من ألبومه الأخير W، من بينها أغنية «جايي على الهدا» وأغنية «غلطتي بالتوقيت» بالإضافة إلى أغنية «هلأ تا فقتي» وغيرها ممن طالب بها الجمهور من الأغنيات القديمة والحديثة العزيزة على قلب محبيه، ليأسر قلوب زوّار «ذي بوينت» وسط حضور جماهيري غفير حيث توافد الزوار بشكل كبير وقبل الحفل بساعات، الذي بدوره تبادل الأدوار مع وائل كفوري في أغاني عدة...فأخذ الحضور يردد ويسبقه في الغناء، وهو يصفق لهم تارة ويرقص على المسرح تارة أخرى. وحرص وائل كفوري في نهاية حفله على شكر الجمهور، معرباً عن سعادته بتواجده معهم.

متابعة: رحاب بونشادة
تصوير: السيد رمضان

سعيدة بتواجدها في الموسم الرمضاني

ريتا حرب:
الإعلام أخذني إلى الدراما

شاركت الإعلامية ريتا حرب في تصوير فيلم بعنوان «شرعوا الحشيشة» وتستعد لتصوير أكثر من مسلسل، وهي سعيدة بأعمالها التمثيلية كافة وبالأصداء الإيجابية، عن ذلك وغيرها من الأخبار حدثتنا في هذا اللقاء:

بيروت – فاطمة قنيبر

كيف ترين مشاركتك في فيلم «شرعوا الحشيشة» باكورة أعمالك السينمائية؟

أجسد في هذا الفيلم، من إخراج رندلى قديح، دور «ضابط» في الدرك ويشاركني فيه عدد من الممثلين منهم طوني عيسى وغيره، تدور أحداثه في قالب كوميدي اجتماعي. باختصار هو فيلم عائلي.

ما الذي جذبك الى المشاركة؟

جذبتني طريقة معالجة النص ودوري المؤثر في مجرى الأحداث. للمناسبة أنا ضد تشريع الحشيشة فإن حصل «بدو يلفت الملق»..

وماذا عن أدوارك الدرامية السابقة؟

كانت المسؤولية كبيرة، التمثيل إلى جانب الممثل يوسف الخال في مسلسل «أدهم بيك» وإلى جانب الممثل السوري عابد فهد والممثلة نادين نجيم، ومع المخرجة رشا شربتجي في مسلسل «طريق» لم يكن سهلاً والحمدلله توفقت ومشاركتي في مسلسل «طريق» حقق انتشاراً واسعاً في عموم الوطن العربي.

لماذا دخلت مجال التمثيل؟

أحببت التمثيل وكانت عيناي تتطلع الى الشاشة. ركزت بداية على الإعلام وحينما أثبت نفسي كمذيعة دخلت مجال التمثل، وأضم في أرشيفي اليوم أكثر من مسلسل (ناجح محلياً وعربياً)، بصراحة كل دور جسدته وأجسده يخرجني من حالي وفي كل مرة أقدم شخصية مختلفة.

هل من أعمال درامية جديدة تحضرين لها؟

أصور مسلسل «آخر الليل» هو عمل لبناني - سوري مشترك، أجسد فيه دور كارلا، وتكون الرأس المدبر في العائلة ولو أنها تظهر بأنها مثالية لكنها تقوم بالأعمال الشريرة بالسر.

وأعمالك لشهر لرمضان؟

أشارك في مسلسل كوميدي اجتماعي «بروفا» إلى جانب الممثلة ماغي بو غصن، إنتاج إيغل فيلم، إخراج رشا شربتجي، أجسد دور معلمة لغة إنكليزية، مهووسة بتسللها.

هل تنوين المشاركة في دراما مصرية أو خليجية؟

لا مانع عندي ويشرفني ذلك. لا حدود جغرافية للممثلة وعليها أن تشارك في كل أنواع الدراما.

ما هي الأولوية عندك بين التمثيل والإعلام.؟

لطالما أطليت إعلامياً من خلال «القاهرة اليوم» و«عيون بيروت»...لا أولوية عندي، فأنا أعطي كل موضوع حقه..

كيف تحافظين على إطلالتك وشكلك الخارجي على مر السنين؟

أعتمد البساطة، وأتبع حمية غذائية، وأمارس الرياضة.

ماذا تعلمت في رحلتك مع الإعلام؟

تعلمت الجرأة من دون التجريح بالضيف...

هل من رجل في حياتك أو تعيشين قصة حب؟

الرجل المؤثر في حياتي كان والدي، ولا أعيش حالياً قصة حب ما يعني أنه لا يوجد رجل في حياتي..

لأول مرة تشغل حيزاً كبيراً في موسم واحد

خمسة مسلسلات تدور في إطار «دراما اللغز» في رمضان 2019

دينا الشربيني

محمد رمضان

مع اقتراب شهر رمضان الكريم، وبدء تصوير جميع الأعمال التي ستشارك في الموسم الدرامي لهذا العام، بدأت تتضح معالم أغلب المسلسلات التي ستعرض خلال هذا الشهر، بعد اكتمال فرق العمل المشاركة فيها، ورغم أن هذا الموسم، على غير العادة، يشهد تقديم عدد قليل من المسلسلات، إلا أنه يحمل بعض المفاجآت، ربما أهمها خوض عدد غير قليل من الممثلين والممثلات أدوار البطولة المطلقة للمرة الأولى، وعودة عدد آخر للدراما التلفزيونية بعد غياب أكثر من موسم، أما الظاهرة الأهم فربما تنحصر في تقديم عدد من المسلسلات التي يطلق عليها «دراما اللغز» والتي تبدأ أحداثها منذ الحلقة الأولى بطرح لغز مشوق، ليعمل هذا اللغز على تحريك الأحداث طيلة حلقات المسلسل، إلى أن يتم حله في الحلقة الأخيرة من العمل، وهو نوع من الدراما أثبت نجاحاً كبيراً مع الجمهور في الأعمال السابقة، حيث يحدث حالة من «التشويق» الدرامي، التي يعيشها المشاهد حتى الحلقة الأخيرة.

القاهرة – «كل الأسرة»

هذه النوعية من الدراما التي قدمها أكثر من نجم في السنوات الأخيرة وحققت نجاحات ونسب مشاهدة عالية، ربما كان السبب الذي شجع عددا من النجوم على تقديم هذه النوعية من الأعمال، غير أنها لم تكن هذا العام مقصورة على النجوم الرجال، كما كان يحدث في الأعوام السابقة، حيث سيكون، للمرة الأولى، للنجمات نصيب أيضا هذا العام من تلك النوعية من الأعمال.

البداية من خلال مسلسل الفنان محمد رجب «علامة استفهام» الذي يعد مجرد ذكر اسمه لغزا، وهو من نوعية الدراما النفسية، الذي تدور أحداثه حول عدد من الألغاز النفسية التي يقع فيها البطل، الذي يجسد دوره محمد رجب، وتنعكس هذه الألغاز على كل المحيطين به، ويساعده في الخروج الطبيب النفسي الذي يجسد دوره الفنان إدوارد.

مسلسل «علامة استفهام» المقرر عرضه في شهر رمضان المقبل، يعود به محمد رجب للدراما التلفزيونية بعد غياب 11 عاماً، ويشارك في بطولته هيثم أحمد زكي، جيهان خليل، هبة الأباصيري، نورهان، كوكي، محمود البزاوي، عبد الرحمن أبو زهرة، جينا سليم، وإسلام حافظ وتأليف إسلام حافظ وإخراج سميح النقاش وإنتاج شركة سينرجي.

المسلسل الثاني الذي يدور في إطار الألغاز «قمر هادي» الذي يشارك به النجم هاني سلامة في موسم الدراما التلفزيونية خلال شهر رمضان هذا العام، حيث تعتمد أحداث المسلسل على الغموض والإثارة وتدور الأحداث حول لغز كبير من خلال أكثر من جريمة قتل تتم بأسلوب فريد ومختلف، تقترب من الجريمة الكاملة، يحاول البطل التوصل لحل هذا اللغز طيلة 29 حلقة، ويستطيع في الحلقة الأخيرة الوصول إلى حل له.

يشارك هاني سلامة في بطولة العمل يسرا اللوزي، داليا مصطفى، محسن محيي الدين،

أشرف زكي، حمزة العيلي، آية سماحة، وتأليف إسلام حافظ وإخراج رؤوف عبد العزيز، وإنتاج شركة «سينرجي».

أيضا من الأعمال التي تدور في إطار الألغاز، مسلسل «لمس اكتاف» للنجم ياسر جلال، من تأليف هاني سرحان، وإخراج حسين المنباوي، ويشارك في بطولته إلى جانب ياسر جلال، فتحي عبد الوهاب، حنان مطاوع، أروى جودة، دنيا، إيمان العاصي، محمد عز، وعاصم بجاتو.

يجسد ياسر جلال دور ملاكم تورط في أعمال إجرامية، ويقرر التوبة رغبة في عيش حياة آمنة مستقرة، إلا أنه يُطارد من عصابات ورجال المافيا، ويضطر للدخول في اتفاق معهم، من أجل معرفة المصريين المتورطين مع المافيا، لتحمل نهاية الأحداث مفاجآت غير متوقعة سواء للبطل أو لجمهور المشاهدين.

في الوقت نفسه كشفت الكاتبة مريم نعوم الستار عن بعض تفاصيل مسلسل الفنانة دينا الشربيني الجديد «زي الشمس»، الذي يعد البطولة الثانية لها على التوالي، بعد تقديم مسلسل «مليكة» العام الماضي، لتشارك بمسلسلها الجديد خلال ماراثون دراما رمضان هذا العام، والذي يدور في إطار ما يمكن أن يطلق عليه «دراما اللغز»، حيث أكدت ناعوم أنه ينتمي إلى تصنيف دراما التشويق والرعب، وتدور أحداثه حول شقيقتين يتم قتل إحداهما، وتسعى الثانية للكشف عن هوية القاتل، الذي يكون مفاجأة للجميع.

نعوم أشارت إلى أنّ المسلسل مقتبس عن للنسخة الإيطالية بعنوان «شقيقات» أو «- si ters» مشيرة إلى أنها تشرف على ورشة لإعادة صياغة أحداث المسلسل، وتم تحديد ملامح الأبطال الرئيسيين داخل العمل، حيث تقوم دينا الشربيني بدور فتاة تعمل بالمحاماة، وشقيقتها تعمل فنانة تشكيلية، وتجسد دورها الفنانة ريهام عبد الغفور، ويتم قتلها فتسعى شقيقتها بدورها لمعرفة هوية القاتل وتقديمه للعدالة، في إطار مليء بالتشويق والرعب.

يشارك في بطولة المسلسل أحمد السعدني، أحمد داوود، أحمد مالك، إضافة إلى الفنانة سوسن بدر، التي تجسد شخصية أم الشقيقتين، كما يشارك عدد كبير من ضيوف الشرف، ومن إخراج كاملة أبو ذكري، وإنتاج محمد مشيش، ويتولى الفنان عمرو دياب عبر شركته «ناي» الإشراف على الموسيقى التصويرية وشارتي البداية والنهاية.

في الإطار ذاته تدور أحداث مسلسل «الزلزال» الذي يشارك به الفنان محمد رمضان خلال هذا الموسم، ورغم أن أحداثه تدور في إطار اجتماعي تشويقي، إلا أنه ينطوي على لغز يتم كشفه في نهاية الأحداث أيضا، حيث تدور الأحداث حول رجل يشتري منزلاً بأقساط محددة المدة والقيمة، وحين يأتي موعد سداد القسط الأخير، يطالب صاحب المنزل بتسجيل البيت باسمه والتنازل عن ملكيته، إلا أن البائع يُماطل إلى أن يقع «زلزال» عام 1992 الشهير، الذي يلقى فيه المشتري حتفه، وينهار المنزل على إثر الزلزال وتبعاته، فيرفض حينها البائع تسليم قطعة الأرض التي كان عليها المنزل لورثة الراحل، ما يخلق صدامًا بينه وبين نجل المتوفي، الذي يجسد دوره محمد رمضان، على الرغم من وجود قصة حب تجمع بينه وبين ابنة البائع التي تجسد دورها الفنانة حلا شيحة، في أول ظهور لها بعد خلع الحجاب وعودتها للفن، ليرفض ليقف والدها عائقًا بينهما، ويرفض تسليم قطعة الأرض لورثة الراحل، ليتم الكشف في نهاية الأحداث عن وجود لغز كبير داخل قطعة الأرض التي كان مقاما عليها المنزل.

المسلسل تأليف كمال عبد الرحيم، وإخراج ياسر محمد سامي، ويشارك في بطولته ماجد المصري، نسرين إمام، حسام داغر، هنادي مهنى، يوسف عثمان، أحمد صيام، وسامي عبد الحليم.

الألبوم الجديد تزامن مع زواجها الرابع

«حالة خاصة جداً»
يعيد أنغام للتعاون مع نادر عبد اللّه

بعد فترة غياب عن التعاون زادت على ١٠ سنوات، عادت نجمة الغناء أنغام للتعاون مجدداً مع الشاعر الغنائي نادر عبد اللّه، الذي يمثل الحالة الأكثر نجاحا من بين الشعراء الذين تعاونت معهم أنغام خلال العقدين الآخرين، وذلك من خلال ألبومها الجديد «حالة خاصة جدا»، حيث كتب لها أغنية «يا ريتك فاهمني»، التي أحدثت ضجة بمجرد طرحها على يوتيوب وعبر أحد التطبيقات الغنائية يوم «عيد الحب» الأخير، بالتزامن مع طرح أغاني الألبوم دفعة واحدة.

القاهرة – «كل الأسرة»

التعاون بين صوت أنغام وأشعار نادر عبد اللّه، دائما يمثل «حالة خاصة جدا» بحسب اسم ألبومها الجديد، حيث جاء التعاون الجديد بعد فترة انقطاع بينهما اقتربت من 11 عاما، حيث قدم لها أغنية «واحدة بتحبك»، ضمن أغاني ألبومها الغنائي «نفسي أحبك» الذي طرحته النجمة أنغام في العام 2008، ولم تكن هذه الأغنية التي تخطت العقد من عمرها هي الأولى، حيث كانت بداية التعاون بين أنغام ونادر عبد اللّه تعود للعام

2000 أي منذ 19 عاما، حيث كتب لها أغنية «حبيتك ليه» ضمن أغاني ألبومها «ليه سيبتها» بعدها تكرر التعاون بينهما من خلال عدد من الأغاني التي نالت قدرا كبيرا من النجاح، من بينها «رجعنا في كلامنا»، «أنا مخاصماك»، «قد ما تقدر»، «فاكراك»، «بغير»، «واحدة بتحبك»، ليصل عدد الأغاني التي تعاونا فيها منذ العام 2000 حتى أغنيتهما الجديدة «يا ريتك فاهمني» إلى 8 أغاني، كل منها شكلت حالة خاصة، قدمتها أنغام بإحساس مختلف، وحققت نجاحا كبيرا، سواء كانت منفردة، أو خلال ألبومات قدمتها.

أنغام تعاونت في ألبومها الجديد «حالة خاصة جدا» مع عدد كبير من الشعراء إلى جانب نادر عبد اللّه، من بينهم الشاعر أمير طعيمة، صابر كمال، أحمد المالكي، وسلطان صلاح.

أما الملحنون الذين تعاونت معهم من خلال الألبوم فهم خالد عز، إيهاب عبد الواحد، هشام بولس، تامر عاشور، مصطفى العسال، محمد عبية، بينما تعاونت مع الموزعين: أحمد إبراهيم، مادي، طارق عاكف، توما.

ألبوم «حالة خاصة جدا» يضم 14 أغنية متنوعة بين اللون الرومانسي والحزين، هي: «ليلى، هتقول لربنا إيه، حبايبنا، ولا دبلت، نزوة، بتوصفني بتكسفني، هدنة، أساميك الكتيرة، متطمنة، هبدأ من الآخر، بقول نسيتك، ويا ريتك فاهمني».

أنغام استغرقت في تحضير الألبوم ما يقرب من عام كامل، كانت قد أصدرت خلال هذه الفترة اثناء التحضير له، أغنيتين من الأغاني التي يتضمنها الألبوم على سبيل الدعاية هما: «يا ريتك فاهمني، وبقول نسيتك».

يذكر أن المطربة أنغام تزوجت من الموزع الموسيقى أحمد إبراهيم منذ أسابيع ولم يعلنا الخبر، إلا أن الأيام القليلة الماضية كشفت عن هذه الزيجة، مع توقيت طرح الألبوم الجديد الذي يتعاون فيه الزوجان خلال 6 أغانٍ كاملة، ليدخل أحمد إبراهيم بذلك قائمة زيجات أنغام التي وصلت إلى أربع، الأولى كانت من مهندس الصوت المصري «مجدي عارف» وأنجبت منه ابنها «عمر»، والثانية من الموزع الموسيقي فهد، في العام 2004 وانفصلا 2007 بعد إنجابهما ابنهما عبد الرحمن، لكن النهاية كانت بقضية خلع أقامتها أنغام ضده، ولم تنته هذه المشاكل حيث أقامت أنغام دعوى قضائية جديدة العام الماضي ضد طليقها تطالبه بزيادة نفقة ابنهما عبد الرحمن الذي يعيش معها في القاهرة.

أما الزيجة الثالثة فكانت من النجم أحمد أعز، ورغم أنها كانت سرية إلا أنها انتهت نهاية درامية، فمثلما تزوجا في سرية تامة انفصلا أيضا في سرية، إلا أنهن بعد الانفصال بفترة انتشر عقد زواجهما وذلك ضمن تداعيات قضية النسب الشهيرة بين أحمد عز والفنانة زينة، لتجد أنغام نفسها تتحدث عن زواجهما، مؤكدة أنه كان زواجا رسميا، وليس مجرد علاقة، عابرة.

ورغم أن زواج أنغام من أحمد إبراهيم لم يمر عليه سوى عدة أسابيع، إلا أن الأزمات بدأت تطاردهما، حيث أقامت زوجة الموزع الموسيقي أحمد إبراهيم الأولى التي أنجبت منه ولدين، دعوى طلاق، بأحد مكاتب تسوية المنازعات الأسرية، لزواجه بأخرى وتعرضها للضرر.

أنغام

الجوهر

بأصوات: أنغام وحسين الجسمي وعبادي الجوهر ونوال

ليلتان استثنائيتان تسدل الستار عن مهرجان «فبراير الكويت»

بسهرتين طربيتين رائعتين، أسدل الستار عن حفلات «فبراير الكويت ٢٠١٩» التي نظمتها وأشرفت عليها شركة الإنتاج «روتانا للصوتيات والمرئيات» بالتعاون مع «مركز عبدالله الرويشد»، وهو المهرجان الذي انطلق مع بداية شهر فبراير وافتتحه «فنان العرب» محمد عبده، واختتمته «فنانة العرب» نوال الكويتية. وقد ودع الجمهور هذا الأسبوع المهرجان بحفلين استثنائيين. الأول، جمع أنغام وحسين الجسمي، أما الثاني فجمع عبادي الجوهر ونوال الكويتية. وأقيمت جميع حفلات المهرجان وعددها (سبع حفلات غنائية) في «مركز الشيخ جابر الأحمد الثقافي» بدولة الكويت،

الجسمي

نوال

وكانت «مكتملة العدد» من حيث الحضور الذي استمتع بغناء نجوم هذه الحفلات، وهم على التوالي حسب ترتيب فقراتهم في المهرجان: محمد عبده، شيرين عبدالوهاب، عبدالله الرويشد، نبيل شعيل، وائل كفوري، نجوى كرم، ماجد المهندس، مطرف المطرف، أصالة نصري، أنغام، حسين الجسمي، عبادي الجوهر ونوال الكويتية

وكان الحفل الأول في الأسبوع الأخير من المهرجان، قد بدأ بفقرة المطربة أنغام التي جاءت فيه فرحتها فرحتين، الأولى: بملاقاة الجمهور الكويتي من جديد في مشاركة هي ليست الأولى لها في هذا المهرجان، فعلّقت قائلة: «عندما أغني في «فبراير الكويت» ببقى فرحانة وبقدر اعبر عن جزء من فرحي من خلال تصرفاتي وابتسامتي، لكن هناك جزء آخر جوا مشاعري مبعرفش أعبر عنه إلا بالغناء».. لذلك في تلك الليلة غنت أنغام وأجادت. أما فرحتها الثانية فتجسدت في أن موعد حفلها في «فبراير الكويت 2019» تزامن مع صدور ألبومها الجديد «حالة خاصة جداً» من إنتاج وتوزيع «روتانا للصوتيات والمرئيات»، فنالت التهاني عليه، وقدّمت في الحفل بعض أغانيه، هذا إلى جانب مجموعة من أغانيها التي اشتهرت بها. وبعد ختام فقرتها، زارها في الكواليس حسين الجسمي، فسلم عليها وهنأها والتقط الجميع الصور التذكارية.

في الفقرة الثانية، أبدع حسين الجسمي عند تقديمه برنامج أغنياته التي أعدها واختارها برفقة الجمهور من حديثه وقديمه، وخص جمهور الكويت بأغنية جديدة يقدمها لأول مرة تحت عنوان «أحزان مرت» من ألحان طلال وكلمات الأمير بدر بن عبدالمحسن، وعلى آلة البيانو، قدم بعزفه المنفرد أغنية «أنا لها شمس» وأغنيته «فقدتك» مشعلاً حماس الجمهور بأدائه، على الرغم من أن الأغنيتين من الأغاني الكلاسيكية الهادئة، وخص الجسمي خلال الحفل إهداءً خاصاً إلى صاحب السمو الشيخ محمد بن زايد آل نهيان، وقدم أغنية «مجد العرب» وقال في مقدمتها: «مجد العرب ب محمد العزم معقود.. وأفعال بو خالد على روس الأشهاد». وإهداء للكويت وشعبها، قدم الجسمي أغنية «أنا كويتي» من كلمات علي الفضلي وألحانه نفسه، رافعاً ومقبلاً علم دولة الكويت حباً وفخراً.

أما الحفل الختامي، فقد بدأه المطرب عبادي الجوهر.. صوت له تاريخه ومكانته واحترامه، قدم خلال فقرته ولأول مرة أغنيته الجديدة «فيني حنين» التي ستكون ضمن ألبومه القادم، واجتمع في الكواليس مع نوال الكويتية، حيث جددا فكرة تعاونهما في عمل جديد من ألحان عبادي وغناء نوال. بعد ذلك صرح عبادي وهو يغادر المكان: «روتانا قامت بمجهود كبير، قدمت العديد من الحفلات الناجحة، تسهم في تقديمنا دوماً بشكل لائق وجيد للجمهور سواء داخل السعودية أو خارجها كما في «فبراير الكويت»، فكل عام وانتم بخير.. ونراكم بإذن الله كل مهرجان».

أما الختام فكان بصوت نوال الكويتية، التي بدأت آخر فقرات المهرجان، قائلة: مساء الخير، شرفتوني ونورتوا المكان، كل عام وأنتو بخير.. والكويت بخير، وشيوخنا بخير، وقائدنا وولي عهده بخير يطول بعمرهما، الله يحفظ ديرتنا. بعدها أشعلت الحفل بأغنياتها: «مثل النسيم» و«أكو مثلك» و«قضى عمري وانا أحبه» و«يا غرامي يا حبيبي» و«الشوق جابك» و«هذي جديدة» و«أحاول أخفي إحساسي» و«مابي أكون الصح» وغيرها، ومن شدة تفاعلها وانسجامها من الجمهور، دعتهم إلى تشغيل فلاشات موبايلاتهم عند غنائها «دام» فبدا المشهد ساحراً، وودعت نوال المكان والجمهور والمهرجان بغنائها للكويت احتفاء بمناسبة اليوم الوطني لدولة الكويت.

حديث مع جايك جيلنهال «لم أقلد أحداً ولا أعتقد أن هناك ممثلاً سيقلدني»

في خطوة مفاجئة وافق الممثل جايك جيلينهال على تمثيل فيلم رعب، وذلك للمرّة الأولى في حياته المهنية التي بدأت سنة ١٩٩١ بفيلم City Slickers. **فالمعروف عن جايك أنه من الممثلين الذين يختارون أدوارهم تبعاً لحديات فنية أكثر منها تجارية. وأنه يحب التنويع في الأدوار بحيث ينتقل من فيلم كوميدي إلى فيلم درامي، ومن عمل بوليسي إلى آخر خيالي. لكن فيلمه المقبل** Velvet Buzzsaw **(وكما يقول عنه مخرجه دان جيلروي) «عنيف ودموي».**

وُلد جايك جيلينهال سنة 1980 و انطلقت شهرته عندما قام، سنة 2005 بالمشاركة ببطولة فيلم «بروكباك ماونتن»، وإن لم يكن فيلم البطولة الأول. فهو قاد بطولة «مونلايت مايل» و«اليوم التالي لغد» قبل «بروكباك ماونتن» الذي نال مدحاً نقدياً واسعاً.

ثم شارك جوينيث بولترو وأنطوني هوبكنز بطولة «برهان» (2005)، واستعان به سام مندس لبطولة «جارهيد»، ثم غاب عاماً وحين عاد كان أحد أبطال «زودياك» (2007) الذي أخرجه ديفيد فينشر، وشارك بطولته مارك روفالو وروبرت داوني جونيور وأنطوني إدواردز.

لماذا اخترت تمثيل فيلم الرعب «فلفت بز سو»؟

أولاً ليس كل فيلم رعب يعني أنه فيلم من تلك الأفلام التي تخلو من الجد والعمق. اخترت هذا الفيلم لأنني عندما قرأت السيناريو أدركت تماماً بأنه أكثر من مجرد فيلم للتخويف. الحكاية تسرد أحداثاً عنيفة في الوقع بلا ريب، لكن سببها غيرة فنان على أعماله بعدما تسببت أطراف مختلفة في تشويه سمعته الفنية واحتقار ما يقوم به.

لديك فيلم جديد آخر هو The Devil All the Time**. ما هو هذا الفيلم تحديداً؟**

سعيد بأنك سألتني هذا السؤال؛ لأني أحب التكلم عن هذا الفيلم. كان واحداً من عدة مشاريع فكرت في القيام بإنتاجها. كان هناك فيلم آخر مثير لاهتمامي عنوانه «قدر ماكس» لكني اتجهت في النهاية إلى هذا الفيلم؛ لأنه يسرد فعل الحروب المتوارثة وتأثيرها في شخصيات محددة، وذلك ما بين الأربعينات والستينات. موضوع جديد تماماً تحمست إليه.

ألا تقوم بتمثيله؟

لا. توم هولاند هو الممثل الأول في هذا الفيلم.

Night Crawler **كان أحد أكثر أفلامك الأخيرة نجاحاً. فيلم مثير بسبب حكايته، لكنه منتقد للو سط الإعلامي الحالي. هل ما زلت من المحبذين لهذا الفيلم كما أخبرتني حينها؟**

Velvet Buzzsaw

بالتأكيد. قبل تصوير هذا الفيلم جلست والمخرج وسألته عن هذا الموضوع. قال لي إنها مسألة بالغة الأهمية لا للفيلم فقط بل في حياتنا الواقعية؛ لأنه في الوقت الذي بات الإعلام فيه يغطي الأخبار حال وقوعها فإنه يقدّمها كما لو كانت ترفيهاً علينا الاشتراك فيه. الشخصية التي لعبتها في ذلك الفيلم تفهم هذا الوضع وتريد أن تحقق إنجازات مادية كبيرة مهما كانت الوسيلة.

في جيلروي مخرج ذلك الفيلم هو مخرج فيلمك الجديد «فلفت بز سو». هل كان تعاونكما الثاني أمراً محتماً؟

إلى حد كبير نعم. في الواقع بعد «نايت كرولر» سألني إذا ما كنت أود القيام ببطولة فيلم كان يحضره. دراما رياضية لكني كنت ارتبطت بمشروع مشابه وهو في النهاية ألغى تلك الفكرة. الفيلم الجديد هو ثاني لقاء بيننا، وأعتقد أنه وضعني في باله منذ ذلك الحين، وأنه حين كتب السيناريو كان يعرف ما الذي يريده من شخصيتي.

حين يتحدث النقاد عن أدائك يذكرون أنك من الممثلين الناجحين في التمثيل الطبيعي. بالنسبة لك ما هي صفات الأداء الطبيعي؟

- إنه التمثيل من دون تمثيل هذا أفضل وصف عندي له. هو صعب لكنه موجود. لا أستطيع أن أقول إنني أمارسه أو لا. هذا عائد إليك لتقديره، لكني أحب هذا النوع من الأداء. أشعر بأنه ليس من الضروري إظهار أني الشخص الآخر المختلف تماماً عني. تقريب الصورة أعتقد يدفع إلى تبنيها لدى المشاهد أكثر من أي شيء آخر.

بمن تأثرت حين كنت صغيراً؟ من الممثل الذي ترك فيك تلك الرغبة لكي تصبح ممثلاً؟

قبل سن العاشرة أحببت تمثيل كل الممثلين بلا استثناء. كنت أحب من خلالهم الأفلام التي أشاهدها. لكني لم أقلد أحداً بعينه ولا أعتقد أن هناك من سيقلدني في المستقبل. بعد ذلك وجدت نفسي أحب التمثيل من دون أن أنتمي إلى ممثل واحد. طبعاً، هناك ممثلون جيّدون كثيرون وأقدّرهم، وكذلك يفعل الجمهور والوسط الفني. باتشينو، براندو، دي نيرو، مايكل كين ... كثيرون. لا تنسى مع توالي مشاهدة هؤلاء يصبح الأمر إلى حد ما اعتيادياً. كذلك إذا ما كان هناك معجب بتمثيلي... بعد حين مع ظهور مواهب أخرى سيبدو هذا الإعجاب تقديراً عامّاً.

يكتبها محمد رُضا
Email: merci4404@earthlink.net
Blog: http://shadowsandphantoms.blogspot.com

وجوه

راف فاينس

راف فاينس هو أحد الممثلين الذين خبروا المسرح والسينما وفازوا بثقة روادهما معاً. وهو جاء أساساً من عائلة تعشق الفن والثقافة: والده جوزف كان مصوّراً فوتوغرافياً. والدته جنيفر آن ماري، كانت روائية. شقيقته مارثا مخرجة أفلام. شقيقه ماجنوس، موسيقار. شقيقته الأخرى صوفي منتجة. أما هو فممثل ومخرج.

وُلد سنة 1962 في سوفولك في بريطانيا، وبعد دراسته للدراما انضم إلى «فرقة شكسبير الملكية»، كما ظهر على خشبات مسارح لندنية أخرى عديدة. على عكس المنتشر من القول، لم تكن بداية فاينس السينمائية في فيلم ستيفن سبيلبرج المعروف «لائحة شيندلر» سنة 1994؛ إذ كان قبل عامين من هذا الفيلم نال مديح النقاد، لاعباً شخصية هيثكليف في نسخة 1992 من «مرتفعات وذرينج». لكن الصحيح قوله هو أنه انطلق من دور الضابط النازي في فيلم سبيلبرج، وخاض من بعد نحو 60 دوراً، بارعاً في 60 فيلماً بعضها من أفضل ما خرج في السنوات الخمس والعشرين الأخيرة، ومنها «المريض الإنجليزي» (1996) و«اللص الطيّب» (2002) و«الحدائقي الدؤوب» (2005) و«القارئ» (2008). مؤخراً شاهدناه في «سبكتر»، فيلم جيمس بوند الجديد، وقريباً نراه في «مرحى، يا قيصر» الذي سيفتتح مهرجان برلين هذه السنة. وهو أخرج فيلمين حتى الآن أولهما «كوريالانوس» عن رواية وليام شكسبير، والثاني «المرأة الخفية» عن تشارلز ديكنز.

- عدد الأفلام التي مثلها حتى الآن: 56
- أول فيلم: Wuthering Heights
- أفضل خمسة:

Schindler's List :1993
Strange Days :1994
The English Patient :1996
Coiolanus :2011
Great Expectations :2012

Matt Damon

في التصوير

- مات دامون
Ford v. Ferrari
- إيما تومسون
Men in Black: International
- جسيكا شستين
It: Chaptr 2
- تومي لي جونز
Ad Astra
- هاتي موراهان
Official Secrets

فلاش باك

2001: A Space Odyssey
رائعة ستانلي كوبريك التي لا تُنسى

القصّة واحدة من أعمال مؤلف روايات علمية- خيالية شهير هو آرثر س. كلارك. وتدور حول تاريخ الإنسان وتصب في مستقبله. في البداية المعنونة «فجر البشرية» نجد قبيلتين من الغوريللا تتصارعان على استحواذ بركة ماء شرب. عندما يقتل زعيم إحدى هاتين القبيلتين عدوّه اللدود بضربه بعظام حيوان ميت حتى الموت. حينها يرفع الغوريللا العظمة ويرميها بنشوة كبيرة إلى الأعلى معلناً انتصاره. لكن ما يقصده المخرج هو أبعد من ذلك بقليل. ليس النشوة وليس حتى الانتصار بحد ذاته، بل استخدام القوّة لتحقيقهما.

فيلم كوبريك عن العقل والمعرفة: عن صعود وهبوط متوازيين: عقل الإنسان ولّد الوحش الذي سيحاول إخضاعه. وفي الفيلم ثلاث ثورات: الأولى للقردة التي اكتشفت معنى «السلاح»، والثانية للإنسان الذي صنع الكمبيوتر (هال)، والثالثة هي للكمبيوتر الذي وجد أنه يستطيع، وقد تجاوز الذكاء الإنساني، الاستقلال عنه. كل ذلك، وسواه، من الرسالات والتفاصيل التي تحويها، تم تدجينه في عمل ممهور بإبداع تكنولوجي مبهر. الذكاء الذي يمارسه الإنسان في الفيلم متعاوناً، في مطلع الأمر، مع التكنولوجيا هو ذاته الذي مارسه المخرج متعاوناً مع أفضل ما استطاعت التكنولوجيا توفيره في مجال المؤثرات البصرية.

في العام 1968 كان لا يزال هناك 42 سنة قبل أن تحل سنة 2001. ينتقل الفيلم في قفزة عريضة واحدة من التاريخ البعيد، إلى المستقبل الذي بدا حينها بعيداً أيضاً: ملاحان في مركبة فضائية في رحلة وسط ذلك الكون الحالك والغريب. كون صامت كما نعتقد حال الفضاء الشاسع البعيد. كلاهما (غاري لوكوود وكاير دوليا) يدركان في أن الكمبيوتر الخاص بالمركبة (اسمه هال) يتصرف على نحو مثير للريب، وما يلبث أن يبرهن هال على ذلك. يتسبب في مقتل أحدهما ويبقى الصراع قائماً بين الإنسان والكمبيوتر، كلاهما يحاول أن يبز الآخر.

في حين أن كوبريك أراد وحقق فيلم خيال-علمي لم يسبقه لنوعه أحد، أنجز كذلك عملاً لا يعرف العقدة التقليدية، ولا اكترث لشرح الشخصيات. هذا لم يضعف الفيلم مطلقاً: لأن المخرج لم يكن مغيباً عن طريقة تنفيذ الفيلم بحيث يبقى الغموض الناتج عن تغيير نمط السرد الروائي وعدم توفير الإجابات سبيلاً لإثارة التشويق والأسئلة والألغاز.

شباك التذاكر

الأفلام

الترتيب	الترتيب الماضي	الفيلم الايرادات
1	-	How to Train Your Dragon 2: $55,022,245**
2	1	Alita: Battle Angel: $12,342,291 ***
3	2	The LEGO Movie 2: $9,683,481**
4	-	Fighting with My Family: $7,813,113**
5	3	Isn't This Romantic: $5,248,188*
6	4	What Men Want: $5,240,197**
7	5	Happy Death Day: $4,888,785**
8	6	Cold Pursuit: $3,210, 646***
9	7	The Upside: $3,877,962**
10	10	Green Book: $2,400,632***

Fighting with My Family

Roza Salazar

بورصة النجوم

الترتيب	الترتيب الماضي	الفيلم الايرادات
1	1	Roza Salazar:Alita: Battle Angel
2	2	Rebel Wilson:Isn't This Romantic
3	3	Taraji P. Hanson:What Men Want
4	4	Liam Neeson:Cold Pursuit
5	5	Laura Dern:Cold Pursuit
6	6	kevin Hart:The Upside
7	7	James McCoy:Glass
8	8	Samuel L. Jackson:Glass
9	9	Bruce Willis:Glass
10	10	Vigo Mortensson:Green Book

أفلام كل الأسرة

جديدة في الإمارات

استعراض للأفلام الجديدة المعروضة والقادمة وماذا يصلح للعائلة من بينها

The Knight of Shadows

• جاكي تشان يعيد أمجاده ويوفر فيلم معارك فانتازية تعجب جمهوره -

• إخراج: جيا يان

• تمثيل: جاكي تشان، إلان زونج، بنج لين..

• النوع: فانتازيا وأكشن

• ملخص: محارب ماهر يبحث عن المخلوقات الشيطانية التي تعيث فساداً في الأرض لتدميرها، وفي سبيل هذه الغاية يتعرض لكثير من المعارك يستخدم فيها فنون القتال التي يجيدها.

• تقييم: هذا الفيلم من بين أفضل الأفلام الأخيرة التي يتابع جاكي تشان تمثيلها. شاهدناه في أفلام كوميديا وأفلام أكشن وأفلام تخلط الكوميدي بالأكشن. لكنه يختار هنا فيلماً يتجنب المزاح فيه وينطلق في مهامه، مثبتاً أن سنوات حياته التي تجاوزت الخمسين لم تؤثر بعد في نشاطه وقدرته على إقناع المشاهدين بقدراته. تقييم الفيلم ذاته يختلف فهو ليس لطالبي المتعة الفكرية أو الفنية. على ذلك هو فيلم أكشن متلاحق الأحداث.

• لهواة النوع من فوق الثالثة عشرة.

• تقييم: كل الأسرة: | نقاد عالميون:

What They Had

•عودة مناسبة للممثلة هيلاري سوانك في موضوع أليف ومهم -

• إخراج: إليزابث تشومكو

• تمثيل: هيلاري سوانك، مايكل شانون، روبرت فورستر، بليث دانر

• النوع: دراما عائلية.

• ملخص:

تلبي بردجت (سوانك) نداء شقيقها (شانون)، وتعود إلى بيت العائلة، فوالدتها (دانر) بدأت تعاني مرض الزهايمر، والجميع لا يعرف كيف يستطيع التعامل معها، وقد أخذت تنسى من هم حولها.

• تقييم:

قليلة هي الأفلام التي تتعامل مع آثار هذا المرض على نحو واقعي، وهذا الفيلم هو أحدها. جيد الحبكة ويحتوي على أربعة من الممثلين الممتازين في أدوارهم، والذين يتركون المجال أمام الشخصيات التي يؤدونها لكي تستولي على شخصياتهم الفردية. هيلاري سوانك، في السنوات الأخيرة أخذت تقلل من أدوارها، وهو خير ما فعلت؛ لأن النتيجة هي حسن اختياراتها لما هو مهم وليس ما هو كثير.

• للراشدين بسبب موضوعه.

• تقييم: كل الأسرة: | نقاد عالميون:

Woman Walks Ahead

• فيلم وسترن مختلف تقوم ببطولته الممثلة الجادة جسيكا شستين -

• إخراج: سوزانا وايت

• تمثيل: جسيكا شستين، تشاسكي سنسر، لويزا كراوز.

• النوع: وسترن

• ملخص:

قصة الرسامة كاثرين ولدون التي تقوم في تسعينات القرن الثامن عشر بالتوجه إلى ولاية داكوتا بحثاً عن الزعيم الهندي «سيتينغ بول» لرسمه. هناك تكتشف حياة مختلفة عن حياة المدينة التي جاءت منها.

•تقييم:

لم تحظ سينما الوسترن بأفلام كثيرة تجسد دور المرأة وتأثيرها في تلك السنوات الغابرة من تاريخ الغرب الأمريكي. هذا الفيلم يقوم بالدور المفقود لأول مرة منذ عشر سنوات عندما قدمت السينما الأمريكية فيلم Meek's Cutoff. الفيلم الجديد لديه متسع من الوقت ليكشف نضال القبائل الأمريكية الأصلية للحفاظ على طرق حياتهم

• لهواة النوع من الراشدين.

• تقييم: كل الأسرة: | نقاد عالميون:

بين قوسين

طنطنة

• هل يغيب الطموح عن أهل السينما العربية إلى حد أنهم يفشلون أكثر مما ينجحون؟ هل يستبدل الممثل العربي عبارة «أريد أن أكون أنطوني كوين الشرق» بعبارة «أهم حاجة عندي هو رضى الجمهور»؟ وهل بمجرد قيام مخرج ناشئ بعرض فيلمه خارج-خارج المسابقة في مهرجان صغير هو منتهى طموحه ما يدفعه للطنطنة بإنجازاته الكبرى؟

• معظم أهل السينما في اعتقادي يحملون تطلعات محدودة، وسقف طموحاتهم لا يعلو كثيراً عن هاماتهم. لكن الطموح هو ما دفع أورسن ويلز ليصنع فيلمه الأول «المواطن كاين» سنة 1941 الذي تضعه الإحصاءات العالمية إلى اليوم في صدارة أفضل أهم السينما في التاريخ. وهو الطموح الذي جعل من المؤسسات الغربية العاملة في الإنتاج والتمويل والتوزيع وإقامة المهرجانات الفاعل الأول في صناعة السينما وانتشارها حول العالم.

• الطموح الذي حرّك تشارلي تشابلن لكي يترك لندن بفقره ودعته وينتقل إلى أمريكا لكي يجد الفرصة المناسبة ليصبح أشهر كوميدي على وجه الأرض. وهو الذي ساعد عمر الشريف على تبوّؤ ما حققه من نجاحات عالمية.

• بالنسبة لنا طموحنا محدود. حتى الذين يبدأون بتحقيق أعمال جيدة أولى، من كتاب وممثلين ومخرجين، فإن الاختيارات اللاحقة تنضوي تحت النجاح الداخلي قدر الإمكان، وهناك العديد من الشواهد على ذلك.

• طبعاً هناك مصاعب ومعيقات في كل شأن وأمام كل طريق، لكن لنجعل من تجاوز هذه العقبات جزءاً من الخطة الطموحة التي نضعها لكي نحقق النجاح الأكبر الذي نستحقه، كل في مجاله وموهبته.

م. ر

غير حياتك مع العلاجات السلوكية (الحلقة الأولى)

تغيير أفكارك ومشاعرك يغير سلوكك

التغلب على «السترس»، الشفاء من إدمان أو من رهاب أو تعلُّم الوثوق بالنفس في المجتمع... كل هذا ممكن بناءً على طرائق علمية مثبتة ومعترف بها هي العلاجات السلوكية المعرفية التي تقترح حلولاً فعّالة لتعديل سريع في العادات والسلوكيات التي تنغّص عليك حياتك.

تأليف: بوريس جيمبل

إعداد: د. هدى محيو

العلاجات السلوكية المعرفية هي واحدة من أهم فروع العلاج النفسي وهي تمتلك خاصية تميزها عن التيارات الأخرى إذ إنها ترتكز على المعارف المتأتية عن علم النفس العلمي. ولمزيد من الوضوح، هي تستند إلى طرائق ملاحظة دقيقة ليتم تأكيد فعالية التقنيات المطوَّرة بواسطتها عبر تجارب تطبيقية تمكّن من الحكم عليها.

وحتى تتمكنوا من فهم ما قلناه بشكل أفضل، إليكم ما يلي:

تخيلوا أنكم تعانون من ألم في المعدة. لحل هذه المشكلة، تأخذون دواءً أثبت فعاليته على المستوى العلمي من خلال سلسلة من التجارب العيادية.

تخيّلوا الآن أنكم تعانون من نوبات قلق أو رهاب أو من اضطراب الوسواس القهري. لحل هذه المشكلة، تتبع العلاجات السلوكية المعرفية النهج ذاته: تقترح حلاً عملياً وملموساً أثبت نجاحه على المستوى العلمي من خلال سلسلة من التجارب العيادية. هذه الحلول هي أدوات مختلفة ومتنوعة، من بينها يمكن أن نذكر إعادة البنيان المعرفي والتدرج التدرجي، وحل المشكلات وسواها... وكذلك التأمل أو الاسترخاء. وهي كلها تقنيات وأدوات قد خضعت لعمليات تقييم علمية. وهكذا فإن العلاجات السلوكية والمعرفية تضم مجموعة من الأدوات والنهوج الهادفة إلى مساعدة كل واحد منا على حل مشكلاته الانفعالية والنفسية من قلق وغضب ورهاب وإدمان ومشكلات جنسية واضطرابات الشخصية أو المزاج... تنبع هذه الأدوات من تيارين أساسيين في علم النفس كما يشير اسم هذه العلاجات نفسه، أي العلاجات السلوكية من ناحية والعلاجات المعرفية من ناحية أخرى. ولمزيد من الدقة، ينبغي إضافة العلاجات الانفعالية. فالعلاجات السلوكية والمعرفية تتشكل من عملية جمع هذه التيارات الثلاثة التي توالت على امتداد القرن العشرين وقدم كل واحد منها مقاربته الخاصة به.

العلاجات السلوكية: ما يدل عليه سلوكك

في بداية القرن العشرين وحتى الخمسينيات منه، اهتم علماء النفس أساساً بالسلوك الفردي الذي يمكن ملاحظته واستبعدوا كل ما لا يمكن ملاحظته، وقد سميت هذه المقاربة بالمقاربة السلوكية. اعتبر السلوك الإنساني على أنه الوسيلة لفهم ما يجري في الدماغ والفكرة من وراء هذا هي أن سلوكنا مشروط ببيئتنا وبأحداث الحياة. وهو ينتج كرد على مختلف المحفزات، فتكون عملية التعلُّم أساسية، أي أننا نتصرف بهذه الطريقة أو تلك لأننا تعلمنا أن نتصرف بهذه الطريقة أو تلك. والمقاربة السلوكية تستند إلى أعمال اختصاصيين عدة حيث نميز بين نموذجين أساسيين وهما الإشراط المستجيب الذي طورته تجارب إيفان بافلوف والإشراط الفاعل.

يرتكز الإشراط المستجيب على تجربة أصبحت اليوم غاية في الشهرة والتي يطلق عليها ببساطة اسم «تجربة كلب بافلوف»، إذ حملت اسم هذا الطبيب الروسي الذي عاش في نهاية القرن التاسع عشر. تتم التجربة على مراحل متعددة: يقدم في البداية طعام للكلب فيسيل لعابه، ثم يقدم له الطعام برفقة جرس يرن في الوقت ذاته فيسيل لعابه. تكرر هذه المرحلة مرات عدة وفي النهاية يتم رن الجرس من دون تقديم أي طعام للكلب فيسيل لعابه لمجرد سماع الجرس. وكان الاستنتاج أن الكلب قد تم إشراطه ليسيل لعابه استجابة لصوت الجرس. وقد أصبح سلوكه هذا تلقائياً وهذا ما يسمى الإشراط المستجيب.

وبحسب المقاربة السلوكية، إن عدداً من سلوكياتنا ينجم عن هذا النوع من الإشراط. على سبيل المثال: تتعرضون للسرقة في القطار، وخلال هذا الحدث ينتابكم إحساس بالخوف. وبمجرد أن تركبوا القطار مرة ثانية ينتابكم الخوف ذاته، فتنظرون من حولكم وتحذرون من الجميع وتضمون حقيبتكم إلى جواركم وتمشون بسرعة ليصير القطار مصدر قلق بالنسبة إليكم. وهدف المقاربة السلوكية هنا هو التمكن من فصل القطار عن السلوك المرتبط به أي الرغبة بالهرب منه.

أما الإشراط الفاعل فهو ثمرة مقاربة قام بها علماء نفس سلوكيون تعتبر أن سلوكنا الحالي مرتبط بتجربتنا الماضية، أي أنه متصل بنتائج السلوك ذاته الذي اتبعناه في الماضي. والمثال النموذجي للدلالة على هذا المفهوم هو الطفل الذي يضع اصبعه على شمعة مضاءة، إن شعر بالألم فهو لن يعيد الكرة مرة ثانية أما لو كانت الشمعة غير مضاءة فإنه سيفعل. وبحسب واضع هذه المقاربة وهو العالم النفسي الأميركي بوروس سكينر، فإن ثمة ثلاث حالات ممكنة: إذا كانت نتائج سلوك ما إيجابية وممتعة، فإن الفرد سيميل إلى تكرار هذا السلوك وهذا ما يسمى بالتعزيز الإيجابي.

وعلى العكس، إذا كانت هذه النتائج سلبية ومزعجة فإن الفرد سيميل إلى إلغاء هذا السلوك بسرعة، وهذا ما يسمى بالتعزيز السلبي.

وإذا كانت النتائج حيادية، فإن السلوك سيميل كذلك إلى الزوال ولكن بطريقة أبطأ بكثير.

وبحسب هذه المقاربة، فإن الكثير من سلوكياتنا مرتبط بهذا النوع من الإشراط الفاعل. على سبيل المثال: أنتم تمرون يومياً أمام حارس المبنى وتلقون التحية عليه، إلا أن هذا الأخير لا يرد عليكم. بعد فترة معينة ستمتنعون عن إلقاء التحية لأن عملكم لم يأتِ بنتائج إيجابية

وسلوككم المهذب مع هذا الشخص سيميل إلى الزوال. وتعتمد هذه المقاربة السلوكية على الفكرة القائلة إنه من أجل تعديل سلوك ما، ينبغي أن تتبعه نتائج ممتعة أو مزعجة أو أيضاً لا نتائج بالمرة، بحسب ما إذا كنا نود أن نزيد السلوك أو نخفف منه.

العلاجات المعرفية تصغي إلى أفكارك

ابتداءً من نهاية خمسينيات القرن العشرين، أخذ علماء النفس يضعون سلوكيات الفرد في المرتبة الثانية ليهتموا أولاً بمعرفته، أي بأفكاره وتمثلاته. وهذا ما سمي بالمقاربة المعرفية. أما دخول المعلوماتية فقد حثّ علم النفس العلمي على دراسة دواخلنا كما لو أنها نظام معالجة معلومات على طريقة الحاسب الإلكتروني، باعتبار الدماغ علبة سوداء تعالج المعلومات الوافدة إليه والخارجة منه من جديد. النقطة المركزية في هذه المقاربة هي الآتية: ما يثير في داخلنا انفعالات أو سلوكيات سلبية ليست الوضعيات بحد ذاتها ولكن التفسيرات التي نضعها لها. والاضطرابات النفسية هي في هذه الحالة انعكاس لخلل وظيفي في طريقة تفكيرنا وإدراكنا وفهمنا للعالم المحيط بنا.
على سبيل المثال: الزوج يتأخر في العودة إلى المنزل. تتخيل الزوجة فوراً أنه قد تعرّض لحادث سيارة ما يثير الخوف والقلق لديها. تهدف هذه المقاربة المعرفية أولاً إلى فهم الأفكار الفورية الذي تعبر في الذهن بشكل تلقائي، أي ما يثير قلق الزوجة ليس الوضع بحد ذاته ولكن الفكرة التلقائية الذي ولدها هذا الوضع. وهنا يُحكى عن «تشوهات معرفية». والهدف النهائي إذاً للمقاربة المعرفية هو إعادة بناء نمط التفكير من أجل أن يتم استبدال بعض التفسيرات بتفسيرات أخرى قد تكون في حالة الزوج وجود زحمة على الطريق أو قيامه بساعات إضافية في العمل أو ذهابه إلى محل تجاري لشراء بعض الحاجيات.

العلاجات الانفعالية تصغي إلى انفعالاتك

في بداية التسعينيات من القرن العشرين أضيفت المقاربة الانفعالية إلى المقاربتين السابقتين بفضل تقنيات تصوير الدماغ وطرائق ملاحظة تعابير الوجه حيث بدأ علماء النفس يهتمون بدراسة الانفعالات من زاوية علمية بحتة وليس ذاتية. والفكرة المركزية هي الآتية: الانفعالات ظاهرة وظيفية وطبيعية وهي تمكننا من الرد على بعض الوضعيات (كالخوف مثلاً الذي يحثنا على حماية أنفسنا في حال الخطر). لكننا لم نعد نعيرها الاهتمام الكافي ولم نعد نفهمها ونستطيع إدارتها. كما أنها تسيطر علينا أحياناً وتصير مرضية، لتصبح المتعة، مثلاً، نوعاً من الإدمان وليتحوّل الخوف إلى رهاب والحزن إلى اكتئاب.
وتهدف هذه المقاربة إلى تعلم كيفية التعرف على الانفعالات وقبولها من أجل التعبير عنها بشكل أفضل والتمكن من السيطرة عليها. ويعتبر قبول الانفعالات أمر مهم جداً لدى الأشخاص الذين يعانون من الرهاب مثلاً، لأنهم يميلون عموماً إلى تجنب الوضعيات التي تثير الانفعال لديهم، لكنهم كلما تجنبوا هذا الوضعيات كانوا أكثر ضعفاً إزاءها. والهدف هو حملهم على مواجهة خوفهم تدريجياً من أجل السيطرة عليه.

مكتبة الأسرة

إعداد ـ عزمي عبد الوهاب

مشكلات الصم والمكفوفين ليست بسبب حزنهم

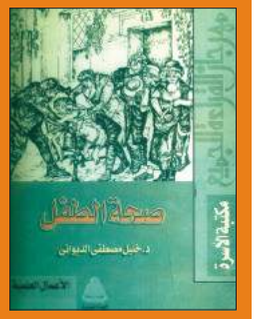
يتعرض هذا الكتاب للأبعاد السيكولوجية في العلاقة بين العميان والصم والبيئة ومعطياتها التربوية، ففي حالة المولود كفيفا أو أصم، فإنه لم يكن يدري عن حقيقة كف البصر أو الصمم شيئا إلا بعد أن أخبره غيره به، يقول كتسفورث عالم النفس الكفيف: إن الشخص الكفيف منذ ولادته له تنظيم مختلف عن تنظيم المبصر، ويبدو أن هذه الفكرة لا مجال للجدل فيها، فالتنظيم موجود حتما، والكفيف ليس كائنا يحاول أن يملأ مكانه في الحياة بجزء ناقص منه، كما يقول كتسفورث إن الكفيف ليس آلة ذات ست أسطوانات أزيلت منها واحدة، لكنه قد نظم تكوينه منذ بدء الحياة على أساس خمس أسطوانات، والسمع هو الوسيلة الأساسية التي تشعره بالبيئة المحيطة به، فاللمس والشم وغيرهما من حواس تشكل الاقتصاد العقلي له، والنجاح الذي يحرزه الذين ولدوا مكفوفين في التعلم وفي تقدير المسافات عمقا وطولا يدلنا على أن الكفيف جهاز فعال إذا ما أعطيت له الفرص للنمو تحت قيادة رشيدة، وأن قدرته عادية باستثناء البصر طبعا، وعلينا أن نظل قانعين على الأقل بما نعرفه من أن المولود كفيفا يقدر أن يملأ مكانه كأي شخص آخر إذا ما أعطيت له الفرصة للنمو، ويقول بكل وضوح إن المكفوفين لهم مشكلاتهم النفسية لكن هذه المشكلات ليست ناشئة عن حزنهم بسبب كف البصر لكن اضطراباتهم النفسية الخاصة سببها حالتهم الاجتماعية. يشير توماس ج. كارول إلى أن هناك اختلافاً متميزاً وعادة ما يكون مريرا في إضراره بالمكفوفين، فالطفل الزنجي وإن لفظه مجتمع البيض من الأطفال فإنه يستطيع الائتلاف مع من يحبهم ممن عداهم، ويعني الكتاب بذلك أسرته، لكن الطفل المعاق إذ يلفظه المجتمع فغالبا ما تكون أسرته من الأسوياء ومن ثم فهي جزء من المجتمع الذي يلفظه أو يرثي له أو يلقبه بأسماء تطارده أينما يكون، ومن المشكلات الرئيسية في حياة الصم والمكفوفين مشكلة الاتصال اللغوي الشفاهية والكتابية، وقد تمثلت حلول تلك المشكلة في طريقة برايل بالنسبة للمكفوفين، بينما تمثلت حلول تلك المشكلة بالنسبة للصم في طريقة لغة الشفاه والإشارة والأصابع.

الكتاب: الكفيف والأصم بين الاضطهاد والعظمة

المؤلف: د. حسني الجبالي

الناشر: مكتبة الانجلو المصرية

صحة الطفل من الألف إلى الياء



حين يستقبل المولود الحياة في أول لحظة له، يصدم بتغيير كبير جدا في الفارق في الظروف بين الداخل والخارج، ففي التسعة شهور الأولى كجنين يعيش عالة على أكسجين أمه وغذائها الذي يصله عن طريق مشترك عبر الحبل السري فلا حاجة به لتشغيل جهازه الهضمي ولا التنفس، وكل ما يفعله القلب هو توزيع ما يصله من دم إلى جسم كل وظيفته النمو، النمو السريع جدا مع دقة شديدة في التخلق، وما لم يكن الطفل المولود قد استفاد من الشهور التسعة في إعداد جسمه لهذه المفاجأة فلا ريب أنها ستكون مفاجأة سيئة. يشير الكتاب إلى أنه من أكثر الأشياء إثارة لقلق الأم وإثارة لأعصابها، هو بكاء طفلها الرضيع فهي تحس من بكائه أنه يريد أن يشكو من شيء، ولا يستطيع أن يعبر عن شكواه هذه إلا بالبكاء، وفي كثير من الأحيان يكون سبب البكاء هذا واضحا ولا يحتاج إلا لفحص منظم من الأم لطفلها وفي بعض الحالات قد تضطر إلى استدعاء الطبيب. يوضح الكتاب أن بكاء الرضيع ليس شرا محضا، بل هو خير في كثير من الأحيان، لأنه قد يكون مفتاحا لتشخيص كثير من الأمراض التي قد تصيب الرضيع والتي لا يملك إزاءها إلا البكاء ليعبر عن وجوده، وأسباب البكاء هي الجوع أو ألم في أحد أعضاء جسمه مثل المغص وألم اللثة والتسنين وألم التبول أثناء التبول قبل عملية الختان، وهناك أمراض تصيب الرضيع مثل النزلات المعوية والشعبية والتهابات الأذن والعينين واللوز وارتفاع الحرارة لأي سبب.

الكتاب: صحة الطفل

المؤلف: د. خليل مصطفى الديواني / الناشر: الهيئة المصرية العامة للكتاب

الطرق المثالية للتعامل مع مريض التوحد

إذا كان طفلك يعاني من اضطرابات كثيرة في حياته الاجتماعية والدراسية والعائلية، وإذا كان الانطواء هوايته المفضلة التي يشغل بها وقت فراغه، وإذا كانت قدرته على التأقلم مع الآخرين المحيطين به، وعلى التواصل بالكلام أو بغيره ضعيفة، وإذا كانت نفسه فقط هي صديقه الصدوق التي لا يملك أصدقاء غيرها، فأنت بالفعل في حاجة إلى قراءة هذا الكتاب.

«التوحد» كلمة ثقيلة على الأذن لكنها واقع لا يمكن إخفاؤه أو التهرب منه، مرض يشكل خطورة كبيرة على عقلية الطفل في أهم مراحل تكوين عقله وفكره، وهذا المرض ببساطة اضطراب شامل في النمو يحدث للطفل في مقدمة عمره، ويؤدي إلى مشكلات في التفاعل والتواصل والسلوك، وأخطر ما في هذا المرض هو صعوبة علاجه، ولا يرجع ذلك إلى المرض في حد ذاته، وإنما لأن سبب حدوثه لم يكتشف حتى الآن، وإنما كل ما يتم تقديمه فقط افتراضات واجتهادات علمية لم تصل بعد إلى نقطة الأصل في هذا المرض الغريب، كما ترتب على عدم معرفة أسبابه صعوبة الوقاية منه واتقاء شره.

هذا الكتاب محاولة جادة لتقريب الصورة وإزالة الغمام من أمامها، ولفك شفرات هذا اللغز المعروف بالتوحد، لتعريف الآباء والأمهات بأبعاد المرض وخصائص الطفل التوحدي، والطرق المثالية للتعامل معه، بل ونزع الخوف من قلوبهم تجاه ما قد يرونه من مظاهر غريبة على الطفل لكنهم لا يعرفون ما تصنيفها بين الأمراض، وهذا الكتاب يحوي أحدث ما توصل إليه الطب حتى الآن عن هذا المرض، الذي يبدو كمعادلة رياضية صعبة بل ومعقدة.

الكتاب: التوحد

المؤلف: د. جيهان مصطفى

الناشر: كتاب اليوم

وكيل الأزهر الشريف.. في حوار مع «كل الأسرة»

الشيخ صالح عباس: تعاليم وآداب الإسلام تحقق السعادة والاستقرار الأسري

أكد العالم الأزهري الشيخ صالح عباس، وكيل الأزهر الشريف، أن الإسلام وضع أسس العلاقة الإنسانية والاجتماعية بين الزوجين ليحقق أقصى درجات الاستقرار الأسري.. مشدداً على أن ما نعاني منه في واقعنا الاجتماعي في البلاد العربية يعود بالدرجة الأولى إلى إهمال تعاليم ديننا الحنيف وارتكاب سلوكيات خاطئة من جانب كل من الرجل والمرأة، ما يؤدي إلى النفور بينهما وعدم القدرة على التعامل مع المشكلات الحياتية لتنتهي العلاقة الزوجية مع ظهور بعض المشكلات البسيطة وهذا ما يؤدي إلى تفاقم مشكلة الطلاق في البلاد العربية.

القاهرة: «كل الأسرة»

وطالب وكيل الأزهر في حواره مع «كل الأسرة» بضرورة التعامل الإنساني والحضاري مع المرأة في بلادنا العربية والتخلص من بقايا العادات والتقاليد المتوارثة الظالمة لها والتي تشيع في معظم مجتمعاتنا وتؤدي إلى إهدار حقوقها.. مؤكداً أن الشريعة الإسلامية أقرت للمرأة كل حقوقها، وأعطتها حق الدفاع عن نفسها ورفع الظلم عنها، سواء صدر هذا الظلم من أب قاس، أو زوج مستبد، أو ولد عاق، أو رئيس عمل لا يتعامل مع المرأة بالاحترام الواجب.
وفيما يلي نص حوارنا معه:

عودا إلى آداب الإسلام

كيف تقرؤون التقارير التي تؤكد وجود مشكلات اجتماعية متفاقمة في كثير من بلادنا العربية تؤدي إلى ارتفاع معدلات الطلاق.. وكيف واجه الإسلام مثل هذه المشكلات؟

بداية يجب أن نعلم أن الإسلام أرسى كل عوامل الاستقرار الأسري والاجتماعي، ورسم حياة طيبة ومستقرة لكل زوجين من خلال منظومة حقوق وواجبات متبادلة لا توجد في أي منظومة اجتماعية غير التي أقرها ديننا الحنيف.. ولذلك جاء العديد من النصوص القرآنية والأحاديث النبوية الصحيحة لتؤكد ضرورة أن تبنى العلاقة بين الزوجين على التفاهم والحوار والتسامح، حرصاً على حياتهما الزوجية، ولنا أن نتأمل قول الحق سبحانه وتعالى: (ومن آياته أن خلق لكم من أنفسكم أزواجا لتسكنوا إليها وجعل بينكم مودة ورحمة إن في ذلك لآيات لقوم يتفكرون).. فهذه الآية الكريمة تؤكد ضرورة أن علاقة كل زوجين تقوم على السكن النفسي والمودة والرحمة، والسكن النفسي يعني الاطمئنان والراحة النفسية، وكل رجل أو امرأة عاقلين متزنين ينشدان السعادة والاستقرار يتحقق لهما ذلك.. والطريق واضح وهو الاحترام المتبادل والوفاء بالحقوق قبل المطالبة بالواجبات، حيث لا يجوز أن ينشغل الرجل بحقوقه ويتجاهل واجباته تجاه زوجته.. والمرأة كذلك.

الشيخ صالح عباس وكيل الأزهر

والواقع أن كل زوجين يلتزمان بالحقوق والواجبات المتبادلة، ويتعاملان وفقاً لآداب وتعاليم الإسلام، يجدان المودة والسعادة، والحب الذي يربط بين القلوب ويؤلف بينها، هو أسمى العواطف في العلاقة الزوجية الحميمة التي لها قدسيتها وحرمتها وهو ما يحث عليه ديننا العظيم.
هذه المعاني النبيلة التي أحاط بها الإسلام العلاقة الزوجية توفر سياجاً منيعاً يصونها ويحميها من أي رياح قد تهب عليها، ولذلك نحن دائماً ننصح كل زوجين بالالتزام بهذه القيم والمعاني الإنسانية النبيلة حتى نغلق الباب أمام كل محاولات أو عوامل إفساد العلاقة بين الزوجين.. وأنا من خلالكم أطالب كل زوجين متصارعين بالعودة إلى آداب وأخلاق الإسلام في التعامل بين الزوجين ووفاء كل منهما بحقوق الآخر، وعندما يتحقق ذلك تختفي كل أو معظم الخلافات، ويمكن التخلص من كل المشكلات.. فكل تعاليم وتوجيهات الإسلام تصب كلها نحو تحقيق هدف واحد وهو سلامة العلاقة الزوجية والتي هي الأساس لتكوين أسرة متماسكة تعد اللبنة الأساسية لبناء المجتمعات وصيانتها من الانهيار حتى ينشأ الأطفال في جو أسري صحي تسوده المحبة والطمأنينة والرحمة.

مسؤولية الآباء والأمهات

لكن التقارير الاجتماعية تدق ناقوس الخطر وتؤكد ارتفاع معدلات الطلاق في معظم البلاد العربية.. كيف نواجه شبح الطلاق؟

ارتفاع معدلات الطلاق في بلادنا العربية مشكلة يتحمل نتيجتها الآباء والأمهات قبل الزوجين، فنحن للأسف وضعنا مقاييس للكفاءة الزوجية غير التي وجه إليها ديننا، ووصايا الرسول - صلى الله عليه وسلم- للمقبلين على الزواج وللأسر التي لديها أبناء - بنين وبنات - واضحة، ونادراً ما نقف عندها ونعمل بها، ولذلك من الطبيعي أن تنشأ مشكلات وأزمات تنتهي بالزوجين إلى الطلاق، والمؤلم أن يحدث ذلك مع وجود أطفال يواجهون الضياع بعد انفصال أبويهم.
علينا أن نعي أن تفشي الخلافات والنزاعات بين الأزواج، وإهمال إخماد هذه الخلافات في وقتها هو الذي ينتهي بها إلى الطلاق وخراب البيوت، والإسلام لم يجعل الطلاق وسيلة في يد الزوج يعاقب به زوجته أو ينتقم به منها وقتما يشاء، وليس وسيلة في يد الزوجة لكي تنغص على زوجها حياته بطلب الطلاق منه كلما حاول رفض مطالبها والاستجابة لنزواتها، أو حاول الإصلاح من شأنها وصرفها عن حياة التمرد والعصيان.. لكن الطلاق- كما أراده الإسلام- هو آخر الحلول عندما تستنفد كل الوسائل المتدرجة لعلاج نشوز الزوجة وعصيانها وتمردها أو صرف الزوج عن ظلمه وقهره لزوجته، هنا يكون الطلاق حلا ولا بد أن يكون الطلاق بالمعروف، ولا يجوز إساءة أي من الطرفين للآخر.

نصائح وتوجيهات

ما النصائح والتوجيهات التي تقدمها للآباء والأمهات وللشباب المقبل على الزواج هنا حتى نوفر لهم أسس الاستقرار الأسري؟

النصائح والتوجيهات من رسول الإنسانية صلوات اللّه وسلامه عليه، فهو الذي وضع أسس وعناصر لا بد من التزامها عند الرغبة في تكوين أسرة، فهو الذي أرشدنا إلى الصفات المؤهلة للقبول في الزواج: «إذا جاءكم من ترضون دينه وخلقه فزوجوه إلا تفعلوا تكن فتنة في الأرض وفساد كبير».. وهو الذي وضح لكل شاب مقبل على الزواج كيف يختار اختياراً صحيحًا وكيف يتخذ أهم قرار في حياته: «تنكح المرأة لأربع: لمالها، وجمالها، وحسبها، ودينها.. فاظفر بذات الدين تربت يداك».

هذا قبل الاختيار.. فإذا ما تم الزواج فإن الإسلام يأمر الزوجين بحسن معاشرة ومعاملة كل منهما للآخر، ووضع حقوقا وواجبات ينبغي أن يلتزم بها كلا الطرفين، فقبل أن يطالب أحدهما بحقوقه وجب عليه أن يسأل عن واجباته والتزاماته. هل أداها وقام بها كما ينبغي أم لا؟ حتى حينما تقع مشكلة أو تواجه الحياة الزوجية أزمة، فالزوجان مطالبان بعلاجها بمفردهما دون أن يعرفها أحد، لأنها إن خرجت عن نطاقهما اتسعت وازدادت الهوة بينهما أكثر وأكثر، لكن إن تفاقمت المشكلة وكره الاثنان العيش معا واستمرار الحياة الزوجية بينهما فرسول اللّه- صلى اللّه عليه وسلم - يرشدنا إلى أن المؤمن لا «يفرك» مؤمنة، أي لا يظلمها ولا يسيء معاشرتها فهو إن كره منها خلقا ورضي آخر فليتذكر الصفات الحسنة الأخرى التي تتحلى بها، والأيام التي قضتها معه، تحملت فيها الكثير من المشاكل والأزمات وهنا يتضح معنى قول اللّه عز وجل في سورة النساء: (وعاشروهن بالمعروف فإن كرهتموهن فعسى أن تكرهوا شيئا ويجعل اللّه فيه خيراً كثيراً).

فإن تعقدت الأمور وتغيرت النفوس وانهارت الثقة بين الزوجين أكثر فهناك وسائل شرعها الإسلام لعلاج مشكلة النفور والنشوز وكلها وسائل لمحاصرة المشكلة والتضييق عليها حتى لا تصل إلى نقطة النهاية وهي الطلاق.. ووسائل الإصلاح والتقويم تبدأ بالنصح والإرشاد بالحسنى.. فإن لم يفلح كان الهجر في المضاجع.. فإن لم يكن فهناك الضرب غير المبرح، وكذا الاستعانة بمصلح من أهل الزوجة وآخر من أهل الزوج في محاولة لرأب الصدع بين الزوجين.

وهكذا نجد الإسلام قد وضع قيوداً كثيرة وضوابط متعددة المراحل ومتدرجة ومتفاوتة في العقوبة، كل مرحلة فيها تعرقل السير نحو الطلاق لكن المشكلة التي نعاني منها في مجتمعاتنا العربية والإسلامية أننا نتجاهل التعاليم الإسلامية التي حددها الشرع وعلمنا إياها رسول اللّه صلى اللّه عليه وسلم عند شروعنا في تكوين أسرة جديدة حتى إذا وقعت الواقعة بالطلاق تعالت صرخاتنا: أين الإسلام من علاج ما نحن فيه؟ إذن فالمطلوب أن نخضع أولا لما يأمرنا به ديننا الحنيف في كل شؤون حياتنا، فإن ظهرت مشكلة عالجناها بالوسائل التي أرشدنا إليها ديننا.

تمرد وعصيان

تحملون الآباء والأمهات مسؤولية ما يحدث لأبنائهم من فشل في حياتهم الزوجية وأنتم تعلمون عقلية الشباب الآن وما طرأ عليها من تغيير في التفكير والسلوك.. وما تحمله نفوس كثير من أولادنا من تمرد على القيم والتقاليد.. فهل الآباء مسؤولون عن هذا التمرد؟

بالتأكيد.. الآباء والأمهات يتحملون قدراً كبيراً من المسؤولية عن تمرد أبنائهم على تعاليم الدين، وعلى القيم والأخلاق الفاضلة التي تربى عليها الآباء والأجداد، لأنهم لم يحسنوا تربيتهم منذ الصغر، ولم يكونوا قدوة طيبة لهم في الحرص على الفرائض والواجبات الدينية والاجتماعية، وقد ألزم الإسلام الوالدين بإحسان تربية الابن منذ الصغر، وغرس القيم النبيلة في نفسه منذ نعومة أظفاره، والتربية الإسلامية القويمة للطفل تبدأ من داخل الأسرة، حيث يجب على الأبوين تعليم أبنائهما تعاليم الدين الصحيحة، وتدريبهم على عبادة اللّه وطاعته، وتأديبهم بأدب الإسلام ومكارم الأخلاق، وتعويدهم على اجتناب المحرمات وسائر السلوكيات والعادات السيئة والضارة، والبعد عن قرناء السوء، وتوجيههم إلى الرياضة المفيدة، والقراءة النافعة، وأن يكون الوالدان أو المسؤول عن رعاية الطفل قدوة عملية صالحة له في كل ذلك.. فهل كل الآباء والأمهات فعلوا ذلك؟!

اللّه سبحانه وتعالى يقول مخاطبا كل مسؤول عن أسرة: (يا أيها الذين آمنوا قوا أنفسكم وأهليكم نارا وقودها الناس والحجارة)، ورسول اللّه- صلى اللّه عليه وسلم - يرسم لنا معالم هذه المسؤولية ويقول: «كلكم راع وكلكم مسؤول عن رعيته، فالإمام راع ومسؤول عن رعيته، والرجل راع في أهله وهو مسؤول عن رعيته، والمرأة راعية في بيت زوجها ومسؤولة عن رعيتها، والخادم راع في مال سيده ومسؤول عن رعيته.. كلكم راع ومسؤول عن رعيته».. فهل نحن نؤدي هذه المسؤولية كما أمرنا اللّه ورسول؟!

لكي تستعيد المرأة حقوقها

هناك شكوى لا تتوقف عن إهدار حقوق المرأة في كثير من مجتمعاتنا العربية.. من وجهة نظركم: كيف تستعيد المرأة حقوقها لتعيش حياة أفضل وتسهم أكثر في تحقيق الاستقرار الاجتماعي والأسري الذي ننشده؟

لا علاقة لشريعتنا بإهدار هذه الحقوق، فالإسلام كفل للمرأة كل حقوقها الإنسانية والاجتماعية والاقتصادية وأحاطها بسياج من الحماية والتكريم، وكل ما هو مطلوب أن نعيد لنسائنا حقوقهن الشرعية المسلوبة، لا أن نشغلهن بشعارات مزيفة وخادعة، ومطالب فارغة لا توفر لهن على أرض الواقع أي حماية أو ضمانات لحياة كريمة.

نحن نعترف بأن المرأة في كثير من بلادنا العربية والإسلامية تعاني من مشكلات عديدة، وهذه المشكلات لا دخل للإسلام وتشريعاته بها، بل هي في حقيقة الأمر نتيجة طبيعية لحرمان المرأة في بلادنا من حقوقها الشرعية، والتعامل معها من خلال عادات وتقاليد متوارثة بعضها يصطدم بالحقوق التي كفلتها شريعة الإسلام لها، وقد آن لنا أن نعترف بأن كثيراً من العادات والسلوكيات الذكورية في التعامل مع المرأة هي عادات وسلوكيات ظالمة ولا بد أن تتغير، ومقياس الضبط هنا هو ما قرره الإسلام من حقوق وآداب وأخلاقيات للتعامل بين الرجال والنساء.

مواجهة الظلم والقهر!

أليس من حق المرأة العربية أن تواجه هذا الظلم.. وما واجب الهيئات والمنظمات الإسلامية وفى مقدمتها الأزهر الشريف؟

أولاً، الأزهر أكثر المنظمات الإسلامية والحقوقية في العالم دفاعا عن حقوق المرأة وإسهامات الأزهر في ذلك كثيرة ومتنوعة ولا يمكن حصرها، ومنهج الأزهر هنا واضح فهو يرفض كل ظلم تتعرض له المرأة، ويرفض ويدين إهدار حقوقها، وهو لا يتوقف عن إبراز هذه الحقوق والتبصير بها والتأكيد على الوفاء بها، وفي كل الأحداث والمواقف التي تتعرض فيها المرأة للظلم تجد الأزهر حاضرا ومنصفا لحقوق المرأة.

وطبعا من حق المرأة مواجهة كل صور الظلم والتعسف، سواء كان مصدرها أبًا لا يتعامل مع بناته برحمة ومشاعر أبوة صادقة، أو كان مصدر هذا الظلم أو القهر زوجاً ظالماً متغطرساً لا يعرف حدود قوامته على زوجته، ولا يعترف بحقوقها المشروعة، والإسلام وهو دين العدل والمساواة يعطي للمرأة حق الدفاع عن حقوقها وهناك وسائل شرعية كثيرة تستطيع المرأة - سواء أكانت بنتا أو زوجة أو أختا أو أما- من خلالها أن تحصل على حقوقها وأن ترفض كل صور الظلم والقهر والحرمان من الحقوق التي تعاني منها.

الفتاوى الشرعية

يجيب عن أسئلة القراء
لجنة من أساتذة الأزهر الشريف

زوج آثم

زوجي سريع الغضب وكلما يحدث خلاف بيني وبينه يقسم على عدم معاشرتي عقابا لي.. فما موقف الشرع في سلوكه؟

يقول د. عبد اللّه النجار، أستاذ الشريعة الإسلامية وعضو مجمع البحوث الإسلامية بالأزهر: الزوج الذي يفعل ذلك مخطئ وآثم شرعا، وليس من حقه ذلك، وإذا أراد الزوج أن يهجر زوجته في الفراش لعلاج نشوزها وعصيانها فليفعل وفق الضوابط الشرعية دون أن يقسم.. وما فعله الزوج يسمى في الشريعة الإسلامية «الإيلاء» والأصل فيه قول اللّه تعالى: «للذين يؤلون من نسائهم تربص أربعة أشهر» وهو محظور لما فيه من المخالفات الشرعية، فهو يتنافى مع المقصود من الزواج، وفيه سوء العشرة مع الزوجة، وفيه الإضرار والإيذاء، ولذلك وعد اللّه تعالى المتراجعين عنه بالرحمة والمغفرة، وأمر المصرين عليه بالطلاق والفراق.. قال تعالى: «للذين يؤلون من نسائهم تربص أربعة أشهر فإن فاءوا فإن اللّه غفور رحيم وإن عزموا الطلاق فن اللّه سميع عليم» وقد كان هذا السلوك من الرجال شائعا في الجاهلية فجاء الإسلام وحظره لرفع الظلم عن المرأة ووضع ضوابط لاستخدامه، وهو الأربعة أشهر، فإما أن يرجع عن يمينه ويكفر عنه ويعاشر زوجته، وإما أن يفارقها بالطلاق.

ظلم يرفضه الإسلام

أبي يرفض تزويجي لأحد الشباب رغم أني أجد فيه الزوج المناسب لي والذي يحترم مشاعري.. فما موقف الشرع في سلوك أبي؟

ـ تقول لجنة الفتوى بالأزهر الشريف: هذا الأب يخالف ما أمرت به شريعة الإسلام، والشريعة الإسلامية ترشدنا إلى أنه إذا تقدم رجل للزواج من المرأة ووافقت على الزواج، والولي منع الزواج مع تحقق الكفاءة في الرجل واستعداده لدفع مهر مثلها، فليس من حقه المنع.

لكن إذا ما دعت المرأة وليها إلى أن يزوجها من غير كفء لها، فإن لوليها الحق في الامتناع عن تزويجها لأن له حقا في الكفاءة، والمقصود بالكفاءة ألا يكون الرجل أقل في مكانته وخلقه ومركزه الاجتماعي من المرأة. ومنع المرأة من الزواج من الرجل الكفء الذي يدفع مهر مثلها هو ما يطلق عليه في الشريعة الإسلامية «العضل» وهو ظلم من الولي للمرأة، فلا يجوز للولي أن يمنع المرأة من الزواج بمن ترضاه زوجا لها مادامت راغبة فيه وهو كفء لها باتفاق أئمة المسلمين.

الزوج ملزم بثمن العطور

زوجي ميسور الحال ولكنه يعاند ويرفض شراء العطور لي ويقول إنه غير ملزم بدفع ثمنها شرعاً وهذا بسبب اختياري لبعض العطور التي لا يرغب فيها.. فهل كلامه صحيح؟

يقول د. علي جمعة، عضو هيئة كبار العلماء بالأزهر ومفتي مصر السابق: ينبغي للمرأة أن تستخدم العطور دون إسراف، وأن تراعي ظروف زوجها النفسية ومدى تقبله لهذه العطور، فالزوجة العاقلة التي ترغب في كسب ود زوجها تجلب العطور التي يستريح لها الزوج، ولذلك تجد كثيراً من الأزواج هم الذين يختارون عطور نساءهم.

أما عن ثمن العطور ومن يدفع: الزوج أو الزوجة، فقد بين بعض العلماء أن المواد العطرية إن كانت الزوجة تستعملها لإزالة الرائحة الكريهة، فإن الزوج يلزمه ثمنها، لأنها حينئذ تعد وسيلة لتنظيف الزوجة وتجميلها، والزوج يلزمه أن يجهز لها أدوات النظافة والتجميل.

أما إذا كانت الزوجة تطلب المواد العطرية للتلذذ والاستمتاع عند الخروج من المنزل، أو تصر على اختيار عطور لا يستريح لها الزوج، فلا يلزم الزوج بذلك، واللّه أعلم.

إعداد: ثروت همت

التحكم في الضغوط والاحتفاظ بوزن صحي وغيرها

5 نصائح صحية للوقاية من أمراض القلب

قد تشكل أمراض القلب أسباب رئيسة للوفاة، غير أن ذلك لا يعني أنه ليس للإنسان حيلة إزاءها، سيما وأن هنالك بالفعل تدابير وقاية أساسية من الممكن اتخاذها لتقليل معدل خطر الإصابة الممكنة بتلك الأمراض. والقاعدة العامة في كل ذلك هي انتهاج أسلوب حياة صحي ابتداءً من اليوم وليس غداً. وفيما يلي ٥ تدابير يمكن اتخاذها على سبيل الوقاية من أمراض القلب:

اتباع نظام غذائي صحي للقلب

يشكل اتباع مثل ذلك النظام أحد أسباب تقليل معدل خطر الإصابة بأمراض القلب. وتشتمل أمثلة الأنظمة الغذائية المفيدة لصحة القلب على النمط الغذائي الخاص بوقف ارتفاع ضغط الدم وحمية البحر الأبيض المتوسط الغذائية.

ومن الموجهات العامة في هذا السياق الالتزام بنظام غذائي يشتمل على الفواكه والخضراوات ومنتجات الحبوب الكاملة والبقوليات ومنتجات الألبان الخالية الدسم واللحوم الخالية من الدهون والأسماك. ذلك مع تجنب الإفراط في تناول الملح والسكريات ضمن النظام الغذائي.

ومن المهم هنا أيضاً تقييد المقدار المتناول من أنواع معينة من الدهون، علماً بأن أنواع الدهون تتضمن: الدهون المشبعة والدهون غير المشبعة المتعددة والدهون الأحادية غير المشبعة والدهون المتحولة أو المهدرجة.

ويُنصح في هذا السياق بتقييد معدل المتناول اليومي من الدهون المشبعة في حدود ما بين نسبتي 5% إلى 6% من السعرات الحرارية اليومية وبالتجنب التام لتضمين الدهون المتحولة أو المهدرجة في النظام الغذائي اليومي.

ومن المصادر الرئيسة للدهون المشبعة اللحوم الحمراء، منتجات الألبان الكاملة الدسم، زيت جوز الهند وزيت النخيل فيما من مصادر الدهون المتحولة أو المهدرجة الوجبات السريعة المقلية بإفراط، المخبوزات الدسمة، الوجبات الخفيفة الجاهزة والمعلبة، السمن الصناعي، المقرمشات ورقائق البطاطا المقلية والبسكويت والكعك الدسم.

وننبه هنا إلى أن ما سبق إيراده لا يعني الكف تماماً عن تناول أي أغذية دهنية ضمن النظام الغذائي للفرد، خاصة وأن المواد الدهنية ذات المصادر النباتية مثل الأفوكادو والمكسرات والزيتون وزيت الزيتون مفيدة لصحة القلب من حيث كونها معينة على تخفيض معدل الكوليسترول الضار في الدم.

وفيما يخص المقادير التي يوصى بتناولها من الفاكهة والخضراوات يومياً فهي تتراوح فيما بين 10-5 حصص يومية، وذلك لأن تناول الكثير من الفاكهة والخضروات لا يعين فقط على الوقاية من أمراض القلب وإنما هو كذلك قد يساعد على خفض معدلي ضغط الدم والكوليسترول المرتفعين وعلى تحسين صحة المصابين بمرض السكري.

الاحتفاظ بوزن صحي

فرط زيادة الوزن، خاصة عند وسط الجسم، يزيد معدل خطر الإصابة بأمراض صحية، من بينها ارتفاع ضغط الدم وارتفاع معدل الكوليسترول في الدم ومرض السكري، من شأنها زيادة معدل خطر الإصابة بأمراض القلب.

ومن الطرق التي يمكن بها معرفة ما إن يكون وزن الشخص صحياً أم لا حساب مؤشر كتلة الجسم الذي يأخذ في اعتباره مدى تناسب طول الشخص ووزنه. ويتم في هذا السياق الربط بين بلوغ مؤشر كتلة الجسم الرقم 25 وما فوقه وبين زيادة معدل خطر الإصابة بأمراض القلب والسكتة الدماغية.

غير أن مؤشر كتلة الجسم قد لا يعد، من ناحية أخرى، مقياساً مثالياً في هذا المجال، سيما وأن وزن العضلات، مثلاً، يفوق وزن الدهون في الجسم وأن الرجال والنساء ذوي العضلات شديدة المتانة واللياقة البدنية الجيدة قد يبلغ مؤشر كتلة الجسم عندهم رقماً مرتفعاً دون أن يكونوا عرضة لأي مخاطر صحية. لذلك

السالمون والتونا

تناول وجبتين أو أكثر أسبوعياً من أنواع معينة من الأسماك، مثل سمك السالمون وسمك التونا، بوسعه تقليل معدل خطر الإصابة بأمراض القلب.

السبب يعتبر قياس محيط الخصر وسيلة مفيدة للتعرف إلى كمية الدهون في منطقة البطن. ووفقاً لذلك القياس يعد الرجال عموماً زائدي الوزن عند تجاوز مقاس محيط الخصر لديهم أكثر من 40 بوصة (101.6 سنتيمتراً) فيما تعد النساء عموماً زائدات الوزن عند تجاوز ذات المقاس لديهم مقدار 35 بوصة (88.6 سنتيمتراً).

ونلفت النظر هنا إلى أن انخفاض وزن الجسم بمعدل ما بين نسبتي 3% و5% فقط بوسعه العون على تقليل معدل الدهون الثلاثية ومعدل السكر في الدم ومن ثم تقليل معدل خطر الإصابة بمرض السكري، وأن زيادة ذلك الانخفاض بمعدل أكبر من ذلك بمستطاعه العون على خفض ارتفاع ضغط الدم ومعدل الكوليسترول في الدم.

التحكم في الضغوط العصبية والنفسية

بعض الناس يتعاملون مع أمثال تلك الضغوط بطرق غير صحية مثل الإفراط في الأكل أو التدخين. ومن الطرق الصحية البديلة للتحكم في الضغوط العصبية والنفسية، والتي من شأنها بالتالي الانعكاس إيجابياً على صحة الفرد، الحرص على القيام بنشاطات بدنية وتمارين الاسترخاء أو ممارسة التأمل.

الحرص على إجراء فحوص صحية منتظمة

بوسع ارتفاع ضغط الدم وارتفاع معدل الكوليسترول في الدم الإضرار بالقلب والأوعية الدموية. لذا من الضروري إجراء الكشف الدوري الخاص بهاتين الحالتين عند الطبيب.
وبشكل عام ينبغي على الشخص إجراء فحص ضغط الدم مرة كل عامين، على الأقل، منذ بلوغه 18 عام بهدف التعرف على مدى ارتفاعه ومن ثم مدى معدل خطر الإصابة الممكنة بأحد أمراض القلب والسكتة الدماغية. وفي حالة بلوغ عمر الشخص 40 وما فوقها، أو بلوغ عمره ما بين 18 و39 عاماً مع ارتفاع معدل خطر الإصابة بارتفاع ضغط الدم، ينصح بطلب فحص ضغط الدم مرة كل عام من قبل الطبيب. ويبلغ معدل ضغط الدم المثالي: أقل من 120/80 ميليمتراً من الزئبق (مم زئبق).
وبخصوص الكوليسترول يوصى الراشدون عموماً، منذ بلوغ 18 عاماً، بفحص معدل الكوليسترول في الدم مرة واحدة، على الأقل، في كل 5 أعوام. وقد ينصح الطبيب بإجراء ذلك الفحص في حالة وجود عوامل خطر أخرى مثل التاريخ الطبي العائلي أو الإصابة الباكرة بأحد أمراض القلب.
ثم هنالك فحص مرض السكر بوصفه أحد عوامل الإصابة بأحد أمراض القلب. وفي حالة وجود عوامل خطر صحية، مثل الوزن الزائد أو وجود تاريخ عائلي للإصابة بمرض السكري، قد يوصي الطبيب بإجراء فحص مرض السكري باكراً. أما في حالة كون وزن الشخص طبيعياً وليس لديه عوامل خطر أخرى ذات صلة بالإصابة بمرض السكري من النوع 2 توصي «الجمعية الأمريكية لبحوث مرض السكري» بالبدء في إجراء فحص السكري في سن الخامسة والأربعين وإعادة الفحص، من بعد ذلك، مرة في كل 3 أعوام.

ممارسة التمارين الرياضية لمدة 30 دقيقة في معظم أيام الأسبوع

من شأن الممارسة اليومية المنتظمة للتمارين الرياضية تقليل معدل خطر الإصابة بأمراض القلب، وعند اقتران تلك الممارسة بانتهاج أسلوب حياة صحي تزيد الفائدة. ونشير هنا إلى أن النشاط البدني أو الفيزيائي يعين على التحكم في الوزن ويقلل إمكان الإصابة بأمراض صحية تجهد القلب مثل ارتفاع ضغط الدم، ارتفاع معدل الكوليسترول في الدم والإصابة بمرض السكري. ومن المنصوح به عموماً في هذا السياق الاعتدال في ممارسة التمارين الرياضية، ومع ذلك يظل أداء حتى القليل من تلك التمارين مفيداً للقلب. كما ننبه في هذا السياق إلى أن نشاطات مثل البستنة والتدبير المنزلي والمهام المنزلية والصعود على الدرج بدلاً عن المصعد الكهربائي قد تدخل جميعاً في باب النشاطات الفيزيائية المفيدة لصحة القلب.

انقطاع الطمث
قد يفاقم أعراض التهاب المفاصل الروماتويدي

توصلت دراسة، قام بها باحثون من جامعة «نبراسكا» الأمريكية، إلى أن انقطاع الطمث قد يفاقم من شدة الإصابة بالتهاب المفاصل الروماتويدي عند النساء.
وبحسب الباحثين، فإن معدل الإصابة بالتهاب المفاصل الروماتويدي عند النساء يفوق نظيره عند الرجال بثلاثة أضعاف تقريباً، كما تواجه النساء خطراً أعلى للضعف الجسدي والإعاقة. ولا تزال الفوارق الجنسية بين الرجال والنساء غير مفهومة في سياق الإصابة بهذا المرض.
وكانت دراسات سابقة أظهرت أن التهاب المفاصل الروماتويدي عند النساء يتأثر بالحمل والولادة وغير ذلك من العوامل التي تؤدي إلى حدوث تبدلات هرمونية. كما أشار الباحثون إلى أن النساء اللواتي يدخلن سن اليأس مبكراً يواجهن خطراً أعلى للإصابة بالتهاب المفاصل الروماتويدي من النساء اللواتي يدخلن في سن اليأس في عمر أكبر.
وللوصول لنتائج الدراسة التي تم نشرها في مجلة «طب الروماتيزم» قام الباحثون بمراجعة بيانات حوالي 8200 امرأة مصابات بالتهاب المفاصل الروماتويدي. ووجد الباحثون أن أعراض التهاب المفاصل الروماتويدي عند النساء اللواتي لم يتوقف لديهن الطمث كانت أقل شدة من أعراضه عند النساء اللواتي توقف لديهن الطمث.
وقالت المعدة الرئيسية للدراسة إليزابيث مولارد، الأستاذة المساعدة بكلية التمريض بالجامعة المذكورة سابقاً: «من الضروري إجراء المزيد من الدراسات لمعرفة سبب معاناة النساء من تفاقم أعراض التهاب المفاصل الروماتويدي بعد الدخول في سن اليأس».
وعلى الرغم من أن الدراسة لم تثبت علاقة سبب ونتيجة بين انقطاع الطمث وتفاقم أعراض التهاب المفاصل الروماتويدي، إلا أن نتائج الدراسة تقترح وجود تأثير بالغ على درجة ومدى التدهور الجسدي عند النساء المصابات بالتهاب المفاصل الروماتويدي.

التمارين الرياضية تساعد مرضى الزهايمر

كشفت دراسة طبية حديثة، أجراها باحثون من كلية الطب بجامعة «كولمبيا» الأمريكية، أن التمارين الرياضية تحمي من يمارسها من الإصابة بمرض الزهايمر، وذلك عن طريق تحفيز هرمون يساعد في إعادة نمو خلايا الدماغ.
كما ووجدت الدراسة، التي نشرت في دورية «نيتشر ميديسن» العملية، أنه عند ممارسة الرياضة ينطلق هرمون «إيريسين» وهو الهرمون الذي يتناقص وجوده في دماغ المصابين بمرض الزهايمر، ويمكن أن يحمي الحيوانات من فقدان الذاكرة وكذلك من الضرر في الدماغ. وأظهرت الدراسة أن الفئران التي أجريت عليها الأبحاث، قامت بالسباحة يومياً على مدى 5 أسابيع ولم تطور أي عجز في الذاكرة على الرغم من حقنها ببروتين الأميلويد بيتا، وهو بروتين يعمل على انسداد خلايا الدماغ ومرتبط بمرضى الزهايمر.
وعقب أستاذ علم الأمراض وبيولوجيا الخلايا والطب بالجامعة الدكتور أوتافيو أرانسيو على النتائج قائلاً: «بالتأكيد أنا أشجع الجميع على ممارسة الرياضة، وتعزيز وظائف الدماغ والصحة العامة». لكنه أشار إلى أن بعض الناس لا يمكنهم ذلك، خصوصا أولئك الذين يعانون من أمراض مرتبطة بالعمر مثل أمراض القلب أو التهاب المفاصل أو الخرف.

أكثر شيوعاً بمرتين من حساسية الكلاب

حساسية القطط:

الأسباب، الأعراض والعلاج

حساسية القطط هي رد فعل تحسسي للبروتينات الموجودة في الخلايا الجلدية الميتة أو لعاب أو براز ومخلفات القطط. وتشتمل أعراض الحساسية المعنية على العلامات الشائعة الحدوث عند الإصابة بالحساسية الموسمية، مثل العطس والرشح وسيلان الأنف، إضافة إلى صعوبة في التنفس وبعض الأعراض الأخرى التي تظهر مصاحبة لمرض الربو.

ولمعرفة المزيد حول هذه الحالة الصحية نلتقي بالدكتورة ندى المُلا، أخصائي أول طب أسرة في هيئة الصحة بدبي، لتحدثنا أكثر.

جهاز مناعة أقوى

تبدأ المُلا حوارها معنا متحدثة عن الأسباب الكامنة خلف الإصابة بحساسية القطط، قائلة: «حساسية القطط هي من أكثر أنواع حساسية الحيوانات شيوعاً بين الناس، وهي أكثر انتشاراً بمرتين من حساسية الكلاب. يعتقد الكثير من الناس أن حساسية القطط تنجم عن التعرض إلى شعر القطط، ولكن في

الدكتورة ندى المُلا

الحقيقة شعر القطط ليس هو سبب الإصابة بالحساسية المعنية، بل تحدث الإصابة بسبب براز ومخلفات تلك القطط إضافة إلى القشور والطبقات والخلايا الجلدية الميتة التي تخرج من جلد القطط، هذه القشور التي تنتشر في المنزل وتتواجد على الأثاث يسهل تعرض الشخص لها».

وتواصل في ذات السياق: «كما ويعتقد بعض الناس أن حساسية القطط هي نتيجة لضعف المناعة لدى الشخص المصاب وهذا أيضاً ليس صحيح، بل على العكس تماماً، الشخص المصاب بحساسية القطط لديه جهاز مناعة أقوى من غيره، وبالتالي يتفاعل جهاز المناعة لديه مع هذه المواد الموجودة في محيطه ويفسرها على أنها أعداء ومواد ضارة وهنا تبدأ ردة الفعل التحسسي».

الأعراض

وعن الأعراض المصاحبة لحساسية القطط تقول المُلا: «ردة الفعل التحسسي من القطط يمكن أن تظهر لدى الشخص في غضون دقائق أو ساعات ولدى بعض الناس يمكن أن تظهر خلال أيام. وتتراوح الأعراض ما بين: حكة في الأنف أو في سقف الفم أو الحلق أو العينين، ارتشاح الأنف، تدمع العينين واحمرارها، ازرقاق الجلد أسفل العينين، سعال، ضغط وألم في الوجه، طفح جلدي يظهر على منطقتي الوجه والصدر، صعوبة في استمرار النوم أو الاستيقاظ من النوم بشكل متكرر وتورم في الجلد».

المضاعفات

وعن المضاعفات التي تتكون جراء عدم علاج حساسية القطط تقول: «في حالة عدم علاج حساسية القطط فإن الأجسام المضادة في جسم الشخص المصاب بالحساسية تتراكم مراراً وتكراراً في كل مرة يتعرض فيها الشخص المعني إلى مسببات هذه الحساسية، ومع هذا التكرار تصبح ردة الفعل التحسسي أقوى فأقوى ويمكن أن تصل المضاعفات إلى حالات صحية تشبه نوبات الربو العنيفة، كما أن الحساسية المزمنة في العين يمكن أن تأثر على النظر وتتسبب في التهاب مزمن في القرنية، وأيضاً يمكن أن يصاب الشخص بأكزيما حادة تخلف تقرحات وقد تلتهب تلك التقرحات. لذا من المهم جداً علاج الحساسية منذ البداية».

العلاج

وعن الطرق المتبعة لعلاج حساسية القطط تقول المُلا: «بالنسبة لعلاج حساسية القطط، أولاً يتوجب على الشخص زيارة الطبيب فوراً متى ما ظهرت عليه أحد الأعراض التي ذكرناها. سيطلب الطبيب من الشخص المريض الخضوع لفحص جلد مخصص للكشف عن الإصابة بالحساسية، وفي حالة التأكد من الإصابة بها سيقوم الطبيب بوصف بعض الأدوية والعقاقير الطبية للتحكم في الأعراض التي يشكو منها المريض وعلاجها. وتتضمن هذه العقاقير مضادات الهيستامين ومضادات الاحتقان».وتواصل الدكتورة ندى المُلا في ذات السياق: «طبعاً لا يوجد سُبل للوقاية من حساسية القطط، ولكن يمكننا الابتعاد عن مسببات الحساسية، هذا هو سبيل الوقاية الوحيد. وهنالك بعض الإجراءات البسيطة التي تساعد في تقليل مخاطر الإصابة بحساسية القطط، وتشتمل: تحديد أماكن تواجد القطط في المنزل وتجنبها، التنظيف المستمر للمنزل وخصوصاً للمفارش الأرضية لأنها وبسبب طبيعتها ذات قابلية أكبر للاحتفاظ بالخلايا الجلدية الميتة والقشور والبروتينات التي تسقط من جلد تلك القطط، التهوية الجيدة للمنزل وبشكل متكرر. وطبعاً يظل الابتعاد النهائي عن القطط هو أفضل سبل الوقاية».

الأسماك والخضراوات الخضراء والمكسرات وغيرها

7 أغذية مهمة لأدمغة الأطفال

من المهم العناية بما يتغذى عليه الأطفال وذلك لأن سنين الطفولة، بحسب أخصائي العلاج النفسي الأمريكي الدكتور درو رمزي، تشكل مرحلة حيوية على سبيل نمو أجسامهم وأدمغتهم مما يجعل ما يطعمون عليه مؤثراً على مدى تركيزهم الذهني ومهاراتهم الإدراكية. والأغذية التالية تساعد الأطفال على التمتع بدرجات عالية من التركيز الذهني والتأثير إيجابياً على الطريقة التي تنمو وتتطور بها أدمغتهم في المستقبل:

التفاح والخوخ

يحتوي التفاح والخوخ على مادة «الكيرسيتين» المضادة للأكسدة والمعينة على وقف تدهور المهارات الذهنية أو الإدراكية. ولأن قشور الفاكهة كثيراً ما تحتوي على مغذيات مفيدة من المنصوح به في هذا السياق تناول ثمرات التفاح أو الخوخ الطبيعية العضوية كاملة كوجبة خفيفة، من بعد غسلها طبعاً.

البيض

تساعد البروتينات والمغذيات الموجودة في البيض الأطفال على التركيز، ولصنع وجبة إفطار للأطفال من البيض، أو وجبة خفيفة للتناول في وقت متأخر من الظهيرة، يوصى بطهي البيض المخفوق في «تورتيلا» مصنوعة من الحبوب الكاملة. كما من الممكن، بدلاً عن ذلك، تناول سندوتشات سلطة البيض أو القليل من البيض المفروم.

الخضراوات الخضراء

تلك الخضراوات غنية بحمض الفوليك والفيتامينات. وقد كشفت الأبحاث، في هذا السياق، عن صلة بين السبانخ والكرنب وتخفيض معدل الإصابة بالاضطرابات الذهنية لاحقاً في الحياة، كما كشفت الأبحاث عن أن الكرنب غني بمضادات الأكسدة ومواد أخرى من شأنها العون على نمو خلايا الدماغ. ولجعل الخضراوات الخضراء مستساغة للأطفال من الممكن خلط السبانخ أو الكرنب بعصائر كي يتم شربها بدلاً عن الوجبات الخفيفة، ويمكن أيضاً إضافة السبانخ إلى عجة البيض أو اللازانيا أو مزج رقائق من الكرنب مع زيت الزيتون وبعض الملح وخبزها، من بعد ذلك، في الفرن.

المكسرات والبذور

تغتني المكسرات والبذور بالبروتينات، الأحماض الدهنية الأساسية، الفيتامينات والمعادن لذا هي معينة على تحسين المزاج وتهدئة الجهاز العصبي. ويمكن للأطفال تناول المكسرات والبذور على هيئة زبدة الفول السوداني أو زبدة بذور زهرة عباد الشمس أو دوار الشمس الغنية بحمض الفوليك وفيتامين E والسيلينيوم. وفي حالة عدم استساغة الأطفال لتناول البذور نفسها من الممكن تقديمها لهم على هيئة المقرمشات المصنوعة من الحبوب الكاملة المضافة إليها البذور أو الخبز المصنوع من الحبوب الكاملة المضافة إليه، أيضاً، البذور. ومن المقترحات هنا أيضاً طبخ صلصة بيستو من المكسرات وزيت الزيتون والخضروات الداكنة الخضرة وتناولها مع معكرونة مطبوخة مصنوعة من الحبوب الكاملة.

الزبادي اليوناني

الزبادي اليوناني مهم لصحة الدماغ، وبإمكان الزبادي اليوناني الكامل الدسم، نسبة لاحتوائه على بروتينات أكثر من بقية أنواع الزبادي، العون على تعزيز قدرة خلايا الدماغ على إرسال واستقبال المعلومات.ويمكن تناول ذلك الزبادي عند الغداء ممزوجاً مع غذاء من الحبوب الكاملة لا يقل محتواه من الألياف عن 3 غرامات وحبات توت أزرق غنية بمركبات «البوليفينول» العضوية المغذية.

منتجات دقيق الشوفان

يغتني دقيق الشوفان بالبروتينات والألياف مما يجعله مساعداً على المحافظة على نظافة شرايين القلب والدماغ. وقد دلت نتائج إحدى الدراسات على أن المشتركين فيها من الأطفال الذين تناولوا وفقها في إفطارهم منتجات من دقيق الشوفان المحلى تحسن أدائهم في الواجبات المدرسية المرتبطة بالذاكرة مقارنة بمن تناولوا منهم في إفطارهم منتجات حبوب ذات مقادير عالية من السكريات. ولجعل غذاء دقيق الشوفان مستساغاً للأطفال من الممكن إضافة بهار القرفة إليه، خاصة وأن بعض البحوث دلت على أن المركبات الموجودة في ذلك البهار بوسعها وقاية خلايا الدماغ.

الأسماك

تعد الأسماك، مثل السالمون والتونا والساردين، مصدراً ممتازاً لفيتامين D وأحماض أوميجا 3 الدهنية التي تقي الدماغ من تدهور المهارات الذهنية وفقدان الذاكرة. وبقدر ما يتناول الأطفال أغذية محتوية على أحماض أوميجا 3 الدهنية بقدر ما يتعزز أداء أدمغتهم وتتحسن قدرتهم على التركيز. ويمكن تقديم الأسماك للأطفال مشوية مع صلصة للغمس أو ضمن طبق التاكو المكسيكي أو على هيئة ساندويتشات تونا.

لماذا نشعر بالرغبة في تناول المأكولات المالحة؟

هل سبق لأي شخص منكم أن تناول وجبة كبيرة من رقائق البطاطس أو الفشار أو البطاطس المقلية، ووجد صعوبة في مقاومة هذه الرغبة الشديدة في تناول هذه المأكولات المالحة. بعض الناس يعتقدون أن الشغف لتناول طعام محدد ما هو إلا علامة بأن الجسم يحتاج إلى هذا الطعام. ولكن هذا غير صحيح معظم الأحيان. هنا عدد من الأسباب والحالات الطبية وراء الشهية المفرطة لتناول المأكولات المالحة ومنها:

إعداد مي مغربي
أخصائية تغذية

الإجهاد

قد تكون الرغبة الشديدة لتناول المأكولات المالحة هي فقط نتيجة للإجهاد الذي قد نتعرض له كل يوم. فعندما يرتفع مستوى التوتر، يشعر الكثير من الناس بالرغبة في تناول الأطعمة المفضلة لديهم والتي تزودهم بالشعور بالراحة النفسية. هذه الأطعمة التي يتوق إليها الناس عادة ما تكون غنية بالدهون أو السكر أو الملح.
وجدت إحدى الدراسات صلة بين التوتر ومستويات عالية من هرمون الجريلين الذي يزيد من الشعور بالجوع. فنتائج هذه الدراسة تشير إلى أن هرمون الجريلين قد يزيد من الرغبة الشديدة في تناول الطعام وبالتالي يؤدي إلى زيادة الوزن.

قلة النوم

إن الأشخاص الذين لا يحصلون على قسط كاف من النوم قد يشتهون وجبات خفيفة تعطيهم «الشعور بالرضا» مثل الأطعمة المملحة والمقرمشة.
وجدت إحدى الدراسات أن الأشخاص الذين كانوا محرومين من النوم كانت قدرتهم على مقاومة الرغبة الشديدة في تناول الأطعمة غير الصحية المفضلة لديهم أقل، مما أدى إلى زيادة في الوزن لديهم.

الملل

إن تناول الطعام المالح بسبب الملل يشبه حالة الإجهاد. فتناول الطعام الأكل بسبب الملل هو سلوك أكل عاطفي، شبيه بالتوتر. ولتحديد ما إذا كان الشغف لتناول المأكولات المالحة هو نتيجة الملل أو الجوع، فمن المفيد أن تبحث عن إشارات الجوع في الجسم. يحدث الجوع الحقيقي عندما يكون جسم الشخص في حاجة إلى الطعام. فإذا لم يأكل الشخص لعدة ساعات، فقد يكون لديه جوع حقيقي.
علامات أخرى للجوع تشمل:
- أصوات في المعدة
- الرغبة في تناول أي صنف من الطعام، وليس طعامًا محددًا
- الرغبة في تناول الطعام تزيد مع مرور الوقت.

التعرق المفرط

العرق يحتوي على الملح، لذلك عندما يتعرق الشخص بشكل مفرط تنخفض مستويات الصوديوم لديه. فبالنسبة لمعظم الناس، فإن التعرق الخفيف لا يدعو للقلق. لا تنخفض مستويات الصوديوم بشكل كبير مع التعرق العادي، وعادة ما تكون هناك حاجة إلى الماء فقط لاستبدال السوائل بعد التمرين.
قد يحتاج رياضيو التحمل أو أولئك الذين يعملون في بيئات شديدة الحرارة إلى استهلاك المزيد من الملح، للتعويض عما فقدوه من خلال التعرق المفرط أو الطويل.

مرض الأديسون

يحدث مرض أديسون عندما لا تفرز الغدد الكظرية كميات كافية من الهرمونات. عادة ما تتحكم هذه الهرمونات باستجابة الجسم للإجهاد وتنظيم ضغط الدم. وبالتالي فإن هذا المرض قد ينتج عنه انخفاض في مستوى ضغط الدم مما سيولد رغبة ملحة ومفاجئة لتناول المأكولات المالحة.

متلازمة البارتتر

متلازمة بارتتر هي حالة وراثية تكون موجودة عند الولادة. لا يستطيع الأشخاص الذين يعانون من متلازمة بارتتر إعادة امتصاص الصوديوم في كليتيهم. ونتيجة لذلك، يفقدون الكثير من الصوديوم في البول، مما يؤدي إلى فقدان البوتاسيوم والكالسيوم كذلك.
نظرًا لانخفاض مستويات الصوديوم، قد يلجأ الأشخاص الذين يعانون من متلازمة بارتتر إلى تناول الملح بكميات كبيرة. عادة ما يتم تشخيص هذه المتلازمة في مرحلة الطفولة من خلال اختبارات البول والدم. يمكن درء هذه المتلازمة من خلال استخدام مكملات البوتاسيوم والملح والمغنيسيوم.

إعداد منى مدكور

المعكرونة بالخضراوات

المقادير:

● معكرونة «فيونكات» تعرف باسم «tie»
● ملعقة متوسطة من الزبدة الطبيعية المضاف إليه مستكة مجروشة وهيل ناعم ● فلفل أحمر حار، ملح وفلفل أبيض ● فاصولياء خضراء، سبانخ مقطع شرائح يفضل تناوله غير مطهي ● كوسة خضراء، أوراق نعنع، آفوكادو، قليل من الجبن الأبيض ملح قليل

الطريقة:

تسلق المعكرونة ثلاث أرباع سلق، تصفى من ماء السلق وتشطف، تقلب في الزبدة مع الفلفل الأحمر الحار والخضراوات المسلوقة وحلقات ثمار الآفوكادو والنعنع. تتبل المعكرونة بالملح والفلفل الأبيض والهيل الناعم. عند التقديم تنثر عليها قطيعات الجبن الأبيض قليل الملح.

حساء مكعبات صدر الديك الرومي

المقادير:

- صدر ديك رومي طازج
- خل
- كرفس
- جزر
- سبانخ طازجة
- فلفل برتقالي اللون
- زبدة طبيعية مقدار ثلاث ملاعق كبيرة
- كريمة مقدار كوب كبير
- حلقات لأربع بصلات
- مكعبات بطاطس
- دقيق
- ملح وفلفل أبيض
- هيل مطحون ومستكة مجروشة

الطريقة:

يغسل صدر الديك الرومي المخلي من العظام والجلد، يغسل بالماء والخل، ويشطف ثم يقطع إلى مكعبات متوسطة، يقلب في الزبدة حتى يصير داكناً يضاف إليه الجزر والبطاطس والكرفس والسبانخ والبصل الحلقات وملعقة من الدقيق الأبيض، تقلب المقادير جميعها معاً ثم يضاف الماء المغلي في حدود لتر ونصف اللتر أو أكثر، يترك حتى ينضج نضجاً تاماً، ثم تضاف الكريمة، يقدم ساخناً بعد تجميله بالسبانخ والبقدونس.

كيكة جوز الهند بصلصة التوت

المقادير:

- ثلاثة أكواب دقيق أبيض
- ملعقة متوسطة بيكينج باودر
- نصف كوب جوز هند خشن
- ست بيضات • ملعقة كبيرة فانيليا
- كوبا سكر خشن • كوب زبدة لينة بدرجة حرارة المطبخ
- علبة توت أحمر جاهزة
- حليب مكثف محلى

الطريقة:

في عجانة كهربائية يخفق البيض والسكر حتى يصير لونها باهتاً ثم تضاف الزبدة، توضع الزبدة ويعاود الخفق، يضاف الحليب المكثف المحلى ويقلب الخليط، يبطن قالب فرن بالزبدة والدقيق ويسكب فيه خليط كيك يسخن الفرن على درجة 200 درجة فهرنهايت لمدة ساعة إلا ربع، عند التقديم تقطع الكيكة حسب الرغبة ويسكب عليها صلصة التوت وثماره.

تتقن فن التعامل مع الأطفال وحثهم على تناول الأطعمة التي يتجنبونها، تسعى جاهدة إلى تقديم خلاصة تجربتها مع أبنائها الثلاثة، ونتاج ما تعلمته في حياتها المهنية لكل أم تفتقد بوصلة التعامل مع أبنائها فيما يتعلق بنوعية وجودة الطعام. هي الشيف بادية خير الدين مديرة الفعاليات والعمليات في مركز الشيف الدولي بالشارقة، والمحاضرة بالكلية الجامعية للأم والعلوم الأسرية بعجمان، التقيناها لنتعرف إلى عالم الصغار وكيفية التعامل معهم، وعن جديد إصدارها الأول «من مطبخ بادية» والذي تتوجه به إلى الأطفال كي يشاركوا الأمهات إعداد وصفات سهلة الصنع وبسيطة المكونات.

متابعة: مروة محمد حسين
تصوير: السيد رمضان

إصدارها الأول متخصص في الكوكيز والبسكويت

بادية خير الدين: التحاور مع الطفل لإقناعه بتناول الوجبات الصحية

ما الذي ربطك بشريحة الأطفال؟ و ما الأساليب التي تعتمدينها في التعامل معهم وتنصحين بها الأمهات؟

كوني أماً تسعى بكل طاقتها إلى توفير غذاء صحي ومفيد لأبنائها، وتحرص على تقليل خطر الشارع وما يوفره من أطعمة غير صحية، قررت أن أساعد غيري ولو بالخبرات القليلة التي اكتسبتها من خلال تعاملي مع أبنائي، وهناك كثير من الأمهات يفتقدن لبوصلة التعامل تلك، وهو ما يضع الطرفين في صراع دائم بين المرغوب والممنوع، وهو ما جعلني أسعى لعدم وصول الأم مع ابنها لتلك النقطة، والتعامل معه بحكمة تعتمد على الإقناع والتحاور، والأهم من ذلك هو تدريبه على المعايشة، بمعنى أن يشارك الأم تجهيز وصفاتها التي تعدها له.

وما الطرق التي تستخدمينها لإقناع طفل بمكون ما يرفض تناوله؟

التحاور مع الطفل أقصر طريق للإقناع، فعندما أتحدث مع صبيان أشير لفائدة المكون هذا في كيفية مدهم بالكالسيوم الذي يفيد لقوة العظام، والذي يساعدهم على التميز أثناء ممارسة الرياضة المفضلة لديهم، وعندما أتحدث مع البنات أشير للفائدة، ولكن من زاوية أخرى تجذبهن، مثل قدرة الطعام محور الحديث على إكساب الشعر قوة وطولاً، أو تغذيته للبشرة وإعطائها النضارة والصفاء.

ما الأخطاء التي تقع فيها الأم مع طفلها؟

إلزام الطفل بتناول شيء لا يحبه واستسهال كلمة «يجب تناوله» وهذا خطأ كبير، بجانب منعه من مشاركتها تحضير الطعام في المطبخ خشية أن يصيبه أذى من مسك السكين أو الوقوف أمام البوتاجاز.

ما أكثر شكوى الأمهات والتي تحرصين على تقديم الحلول لها أثناء تنظيم الورش؟

تحضير حقيبة الطعام، وشكوى الأم من عدم تناول الطفل ما حضرته له، ونصيحتي للأم بأن تجلب للطفل حقيبة مقسمة تسمح بأن يكون هناك أكثر من نوع فيها، وتضمن عدم خلط الطعام، وأن يكون هناك أكثر من لون سواء من الفواكه أو الخضراوات، كما ينبغي أن تبتكر الأم في لف الساندوتش، وألا يكون طويلاً بل مقسماً إلى وحدات صغيرة.

هل رفض الأم لرغبة أبنائها بتناول طعام من السوق صواب أم خطأ؟

«كل ممنوع مرغوب»، والأصح هو إعطاء الطفل مساحة ولو قليلة بتناول الوجبة التي يفضلها ولو مرة بالشهر، مع البحث عن طرق جديدة لإعداد تلك الوجبة في البيت، مع توضيح خطورة ما نتناوله من طعام خارج.

هل خبرتك في التعامل مع الأطفال بناء على دراسة أكاديمية أم ملاحظات يومية؟

نتاج خبرات حياتية طويلة عشتها أولاً مع أبنائي، ثم مع الأطفال في الورش المختلفة، صاحب ذلك حصولي على الدبلومة من مركز الشيف الدولي، والتي ساعدتني في صقل خبرتي بكيفية التعامل مع تلك الشريحة التي عمل الانفتاح والتطور على وجوب البحث عن طرق مبتكرة للتربية.

من أين تستمدين إلهامك في المطبخ؟

مما أبتكره بنفسي ويلقى استحساناً لدى أبنائي، فأنا بطبعي لا أستسلم لرفضهم لمكون أعرف جيداً قيمته الغذائية، ولا يهنأ لي بال حتى أدخله ضمن مكونات شيء يحبونه، فمثلاً لا تحب ابنتي الكوسة، ولعلمي بفائدتها قررت عمل كوكيز، وأضفت فيه الكوسة؛ حتى يفيد جسمها، وكم أسعدني تعليقها باستحسانه وطلبه مرة أخرى.

حدثينا عن أهم ما يميز إصدارك الأول «من مطبخ بادية»؟

أهم ما يميز كتابي هو الخروج عن المألوف، فهو متخصص في الكوكيز والبسكويت، تلك الأطباق التي قد يرفض تناولها البعض لدسامتها، فابتكرت بعض الأنواع التي يتم عجنها بالجبن وليس الزبدة، وأضفت مكونات طبيعية أعطت للطعم مذاقاً مختلفاً، والأهم من ذلك كله سهولة إعداد الوصفات.

كوكيز الكوسة

المقادير:

- كوب إلا ربعاً كوسة مقشرة ومبشورة
- كوب ونصف الكوب من الدقيق
- 100 جرام زبدة
- نصف كوب حبيبات من الشوكولاتة
- نصف كوب سكر أبيض
- كوب سكر بني
- كوب شوفان
- بيضة
- نصف ملعقة صغيرة فانيليا
- ملعقتان كبيرتان من لبن الزبادي
- نصف ملعقة صغيرة من الملح
- ملعقة صغيرة قرفة
- ملعقة كبيرة من العسل (اختياري)
- نصف ملعقة صغيرة بيكربونات الصودا

طريقة التحضير

في الماكينة نضع الزبدة والسكر، ونخفق ثم نضيف البيضة والفانيليا ونستمر بالخفق، نضيف الشوفان مع باقي المكونات ونخلط حتى تتجانس المواد مع بعضها وتمتزج باستخدام الملعقة، نضع كمية قليلة من الخليط في صينية الفرن، وتخبز على حرارة 180 درجة من 10 إلى 12 دقيقة، وتترك لتبرد ثم تقدم.

بسكويت بالزعتر الأخضر

المكونات:

- 5 أكواب دقيق
- أربع ملاعق كبيرة حليب بودرة
- نصف ملعقة كبيرة من السكر
- ملعقة صغيرة من الملح
- كوب وربع زيت زيتون
- ربع كوب زيت نباتي
- ملعقة كبيرة خميرة (تخمر في نصف كوب ماء مع نصف ملعقة صغيرة من السكر)
- زعتر أخضر مفروم

طريقة التحضير:

في وعاء عميق نضع الدقيق والسكر والحليب والملح، ونخلط المكونات جيداً، ثم نضيف الخميرة والزعتر الأخضر المفروم، ونعجن جيداً حتى تتكون عجينة، ثم نضيف الزيت ونفرك المكونات، نمد العجينة ونشكلها أقراصاً دائرية، وتشكل بالقطاعات أو باليد، وتزين بالسمسم أو الحبة السوداء، وتخبز في فرن على درجة 180 مدة ربع ساعة.

ورق الحائط...
توقيع الطبيعة على الجدران

ورق الحائط وسيلة سهلة لنقل أجواء الطبيعة الغناء إلى داخل جدران البيت، خاصة لو كانت الطبيعة هي مصدر إلهام لتصاميم طبعاته وزخارفه، كتشكيلة المصمم الشهير «Matthew Williamson» الجديدة لدى «انتيريرز» المستوحاة من الأجواء الاستوائية بتصميمها المليء بالزهور المفعمة بالألوان وأوراق النباتات المخططة، وقد أطلق عليها هذا الاسم نسبة إلى واحدة من أجمل القرى في جزيرة «Mallorca».

إعداد: نها حسني

تنوعت التشكيلة الربيعية بين ألوان مشرقة للورود والأزهار المتفتحة بشكل فني يعكس ذوق المصمم في الأساس، وتتنوع الباليت بين الظلال الداكنة كالأخضر بالتحديد والأزرق الليلي، وصولاً إلى لون المرجان المفعم بالحياة وبعض الدرجات الآحادية كالرمادي، الأوف وايت والعاجي.

تتسم الطبعات هذا الموسم بحجمها الكبير لتخلق زخماً عصرياً خاصة في حال تنوع ألوان الوحدات بشكل كبير، رسمات أوراق الشجر، الفاكهة الموسمية، العشب والأزهار كلها عناصر بارزة في المجموعة.

أما عن اختيار الأثاث فهو حسب الذوق الشخصي بالتأكيد وإن كانت الألوان القوية أيضاً ضمن موضة صيف 2019 بخامات تتسم بالفخامة كالمخمل مثلاً، الذي يعكس ثراء من أول وهلة، وينصح الخبراء بالأخذ في الاعتبار أكثر المفروشات قرباً من ورق الحائط ألا وهي الستائر، ويفضل الكثيرون أن تكون مثل ورق الجدار لتمثل وحدة واحدة أو بلون حيادي خال من أي رسمات أو زخارف.

الثريات

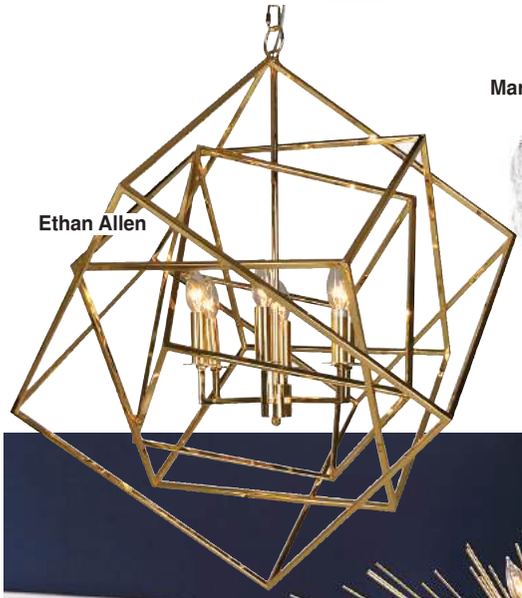
لا شك أن اختيار الثريا مهم في استكمال أناقة المكان، من حيث الحجم، اللون والتصميم، وأكثر الأشكال جاذبية الثريا ذات التدرجات الذهبية والمفعمة بالكريستالات المتراصة والمتعانقة أو الأكثر عصرية بروحها المعدنية الخاطفة.

Ethan Allen

Marina Home

Marina Home

Marina Home



Ethan Allen

Ethan Allen

Marina Home

أثينا..
الأسطورة المتجددة

منذ العصور القديمة، وتعتبر أثينا وجهة للمسافرين، إلا أن العاصمة اليونانية شهدت تحولات كبرى وعاشت سنوات عجاف وأخرى من الازدهار على مر السنين. الأزمة الاقتصادية الخانقة التي عصفت بالعالم قبل نهاية العقد الماضي كان لها الأثر الأشد على اليونان، ولكن التحسن في البنية التحتية والخدمات التي وفرتها المدينة قبيل استضافة دورة الألعاب الأولمبية لعام ٢٠٠٤، لا تزال تشكّل نعمة على إحدى أشهر المدن السياحية على المتوسط.

يمتاز مناخ أثينا بأنه متوسطي شبه استوائي، بينما تكون المناطق الجنوبية من المدينة حارة وشبه جافة، فيما تتساقط معظم الأمطار خلال الفترة من أكتوبر إلى إبريل مع بعض الأمطار الخفيفة في فصل الصيف. تميل الأجواء الشتوية إلى البرودة المعتدلة، حيث تسجل الحرارة أدناها 13 درجة مئوية في يناير، وتصل إلى 33 درجة في يوليو وأغسطس. ويجعل هذا منها مقصداً سياحياً على مدار العام.

معالم أسطورية

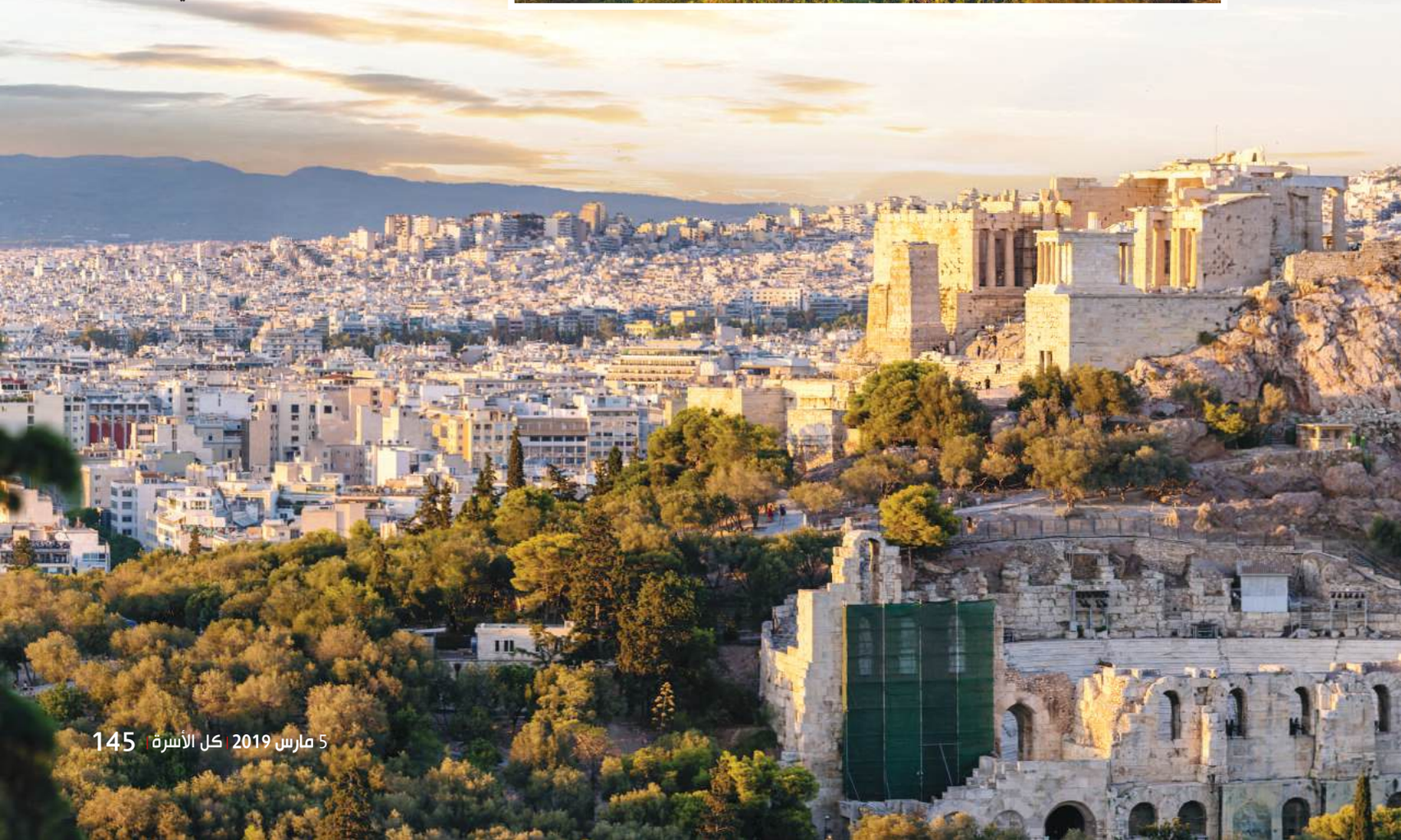
تملك أثينا عدداً لا حصر له من المعالم الجديرة بالزيارة، إلا أن معظم المسارات السياحية تتركز في منطقة صغيرة تحيط بموقع الأكروبوليس الذي يشكل معلماً بارزاً في المدينة ويأتي على رأس قائمة اليونيسكو لمواقع التراث العالمي. يشرف المعلم الشهير والذي يعرف أيضاً بـ «الصخرة المقدسة» على الأحياء التاريخية الساحرة لمنطقة «بلاكا». أحياء ثيسيون وبسيري وموناستيراكي، التي تضم منازل كلاسيكية من القرن التاسع عشر تم ترميمها، وشوارع خاصة بالمشاة وآثاراً رائعة تعود إلى العصر الروماني. ومن أشهر الآثار، البارثينون، وهو معبد للآلهة آثينا يقع في الأكروبوليس. وتقول الأسطورة الإغريقية عن سبب تسمية أثينا بهذا الاسم، إن الآلهة أثينا (ميثولوجيا) والإله بوسايدون طلبا أن يتسيدا المدينة،

ويطلقا اسميهما عليها، فتنافسا لنيل هذا الشرف، بعرض هدية على المدينة من كل منهما. أخرج بوسايدون نبع مياه مالحة بضربه للأرض برمحه ثلاثي الشعب ليجسد قوة البحار. أما أثينا (آلهة الحكمة) فخلقت شجرة الزيتون وقدمتها للمدينة لتكون رمزاً للسلام والازدهار. قبل أهل المدينة بقيادة حاكمهم كيكروبس هدية شجرة الزيتون وسموا المدينة أثينا.

للسياحة عناوينها

أثينا، التي كانت تعرف في السابق بعيوبها ومشكلاتها بقدر ما كانت تعرف بمميزاتها، باتت اليوم جنة لمن يرغب في التجول في شوارعها المخصصة للمشاة والمليئة حتى التخمة بالفنون والتحف القديمة والموسيقى وغير ذلك من أنشطة الترفيه والتسلية. حيث تمت إعادة ترميم وتجديد المتاحف وصالات العرض الفنية وتركيب تجهيزات تكييف هواء لها، الشوارع بدورها أصبحت نظيفة وبات لدى سكان أثينا الخمسة ملايين، مرة أخرى ما يدعوهم للافتخار بمدينتهم.

ابدأ جولتك من «ساحة سينتاجما»، التي يهيمن عليها القصر القديم بطابعه النيوكلاسيكي،



الذي كان مقراً للبرلمان الهيليني، ويحده «قصر الملك جورج الثاني» على جانب و«الحدائق الوطنية» على الجانب الآخر. وعلى مسافة قصيرة باتجاه الجنوب تقع صالة زابيون للمعارض، التي تعتبر مثالاً نموذجياً للطراز المعماري الإغريقي للأبنية العامة.

أما في اتجاه الغرب - وعلى بعد أقل من كيلومتر واحد - فسوف تجد السفح الجنوبي للأكروبوليس، حيث تقع الكثير من المعالم والمعابد الإغريقية القديمة، التي بسببها تعتبر المنطقة ذات مكانة تاريخية وأثرية عظيمة. تابع طريقك إلى القمة المسطحة للأكروبوليس، حيث تقف وجهاً لوجه أمام الباراثيون، أشهر المعالم التاريخية في اليونان وأكثرها رمزية. بني هذا المعبد المكرس للآلهة اليونانية أثينا، التي سميت المدينة نسبة إليها، قبل نحو 2500 سنة، ويهيمن بفضل موقعه المرتفع على أفق مدينة أثينا.

المطاعم والترفيه

تشتهر أثينا بمطاعمها وأماكن السهر النابضة بالحياة، لكن لا تتوقع أن تقوم بتحطيم الأطباق فيها كل ليلة وهو تقليد مشهور في اليونان. حيث إن هذه العادة التي تعود إلى ما قبل قرون عديدة ترتبط بمفهوم «كيفي» الإغريقي الذي يشجع المرح والروح المعنوية العالية، إلا أن هذه العادة اختفت وأصبحت تقتصر على العرض أمام السياح فقط.

يعرف المطبخ اليوناني بأطباقه الشهية ويمكن تقسيمه إلى فرعين رئيسيين: المأكولات البحرية واللحوم المشوية. ويمكن العثور على مطاعم الأسماك الراقية في ميناء «ميكروليمانو» الصغير، بينما تشتهر بلدة

عرض الإمارات للعطلات

تنظم «الإمارات للعطلات» برامج سياحية إلى أثينا تناسب كل الأذواق والميزانيات. وتقدم «الإمارات للعطلات» عرضاً خاصاً يبدأ من 2794 درهماً للشخص الواحد على أساس الإقامة في غرفة لشخصين، شريطة الحجز والسفر من الآن وحتى 31 مارس 2019.

يغطي السعر تذكرة السفر في الدرجة السياحية مع طيران الإمارات، والإقامة 3 ليال في فندق ميليا أثينا (4 نجوم)، بما في ذلك وجبة الإفطار، وضريبة الغرفة ورسوم الخدمة، وضريبة المغادرة من المطار.

«آنافيسوس» بمطاعم المأكولات البحرية الشعبية شأنها شأن الشاطئ الذي تظلله أشجار الصنوبر في «ساتشينياس» قرب «ماراثون». وعادة ما يباع السمك بالكيلوجرام وتختلف الأسعار بشكل كبير من مكان لآخر، وبالتالي من الأفضل أن تسأل عن السعر قبل أن تطلب. أما محبو اللحوم فيتعين عليهم التوجه إلى «فاري»، وهي منطقة تقع جنوب أثينا ويطلق عليها على سبيل المزاح لقب «وادي الكوليسترول». تشتهر المنطقة بالـ«بسيستارياس»، وهي عبارة عن بيوت شواء يونانية تقدم اللحوم المشوية على الفحم.

بدورها تزخر اليونان بنوادي الجاز والـ«هيفي ميتال» والبزق، وتعتبر الأخيرة تحديداً ظاهرة يونانية بامتياز، حيث يعزف فيها الموسيقيون مباشرة على المسرح فيما يرميهم الجمهور بالورود. تقع النوادي في أنحاء عدة من المدينة مثل بسيري، وسينتاجما وجليفادا، إضافة إلى المقاهي والنوادي العديدة في مناطق بلاكا وثيسيون.

تاريخ العاصمة

يعود تاريخ أثينا إلى نحو 5000 سنة، فهي إحدى أقدم مستوطنات أوروبا، ولكن الأهم أنها مهد الحضارة الغربية والديموقراطية. أعلنت أثينا عام 1985 كأول عاصمة ثقافية لأوروبا، وأضيف الأكروبوليس عام 1987 ودير دافني عام 1990 في أثينا إلى قائمة اليونيسكو للتراث العالمي.

أقيمت في أثينا أول ألعاب أولمبية في العصر الحديث عام 1896 وبعدها بنحو قرن أجريت الألعاب الأوليمبية الصيفية عام 2004 فيها أيضاً. وباتت المدينة الأسطورية، عاصمة اليونان منذ عام 1834، وتعتبر المدينة مهد الحضارة الإغريقية القديمة، وإحدى أكثر مدن أوروبا تقدماً وحضارة.

الفنون والمتاحف

في أثينا أكثر من 148 مسرحاً، وهو رقم قياسي تتفوق به المدينة على العالم، ومن أشهر مهرجانات المدينة مهرجان أثينا الذي يمتد من مايو إلى أكتوبر من كل عام. وفي المدينة كذلك دور سينما مفتوحة في الهواء الطلق إضافة إلى صالات الموسيقى، بما في ذلك قاعة حفل أثينا، الذي يستقطب الفنانين من جميع أنحاء العالم. وقبة أثينا القبة السماوية التي تسمى بلانتاريوم هي واحدة من أكبر القاعات الرقمية ومن الأفضل تجهيزاً في العالم وتقع في شارع أندريا.

تحتضن أثينا العديد من المتاحف وأهمها، متحف الآثار الوطني، أكبر متحف أثري في البلاد وواحد من أهم المتاحف دولياً حيث إنه يحتوي على مجموعة واسعة من الآثار والتحف وتغطي فترة زمنية يزيد عمرها على 5000 سنة، من أواخر العصر الحجري الحديث حتى فترة اليونان الرومانية.

وهناك متحف الفن البيزنطي، أما متحف أكروبوليس الذي أفتتح في عام 2009، بديلاً عن المتحف القديم «بنفس الاسم»، فقد أثبت أنه مكان جذب كبير وقد استقطب مليون شخص خلال فترة الصيف بين يونيو وأكتوبر 2009.

وهناك عدد من المتاحف الصغيرة والمملوكة للقطاع الخاص التي تركز على الثقافة اليونانية وفنونها.

ومن المتاحف الخاصة، متحف بيناكي، الذي تأسس سنة 1931 على يد جامع التحف الفنية انطونيوس بيناكي بعدما تمكن من جمع مجموعة من التحف الثمينة على مدار 36 عاماً وهبها إلى الدولة اليونانية في حفل حاشد حضره رئيس الجمهورية آنذاك ألكسندروس زيميس.

فندق عجوة سلطان أحمد

يعلن عن تقديم خدمات جديدة في منتجع "عافية"

يدعو فندق "عجوة سلطان أحمد"، الجوهرة المعمارية الرائعة في قلب مدينة إسطنبول، روّاده المميزين للاستمتاع بعلاجات منتجع "عافية" الصحي الفاخر الذي يجسد بتصاميمه وتجاربه العلاجية الفريدة من نوعها الإرث الحضاري الغني للمدينة، ليستكمل بذلك ما يقدمه الفندق من عروضٍ فريدةٍ تتيح للضيوف فرصة الانغماس في روعة تصاميمه الفنية، وما يوفره من سهولة الوصول إلى أبرز معالم إسطنبول. ولأول مرة في تاريخ الفندق، سيتمكن الأزواج من الاستمتاع سوية بجلسات العلاج التقليدية في حمام المنتجع الصحي، والانغماس في تجربة استرخاء لا مثيل لها. ويشمل العرض الحمام التركي، الذي يعتبر جزءاً من الثقافة والتقاليد والطقوس التركية التي تجسّدها كل الجلسات العلاجية في منتجع "عافية" الصحي. ولضمان مزيد من الراحة لزوار الفندق الفاخر، يتيح عرض حمام الأزواج الجديد إمكانية حجز المنتجع بأكمله. ويستحضر الحمام الخاص بالأزواج مجموعة من التقاليد العريقة، ويزخر بالعلاجات التي تساعد ضيوف المنتجع على التخلص من السموم، التي تشمل سلسلة من جلسات التدليك والاستحمام المعتمدة كلياً على ألواح الصابون والزيوت الطبيعية. وسيتسنى للأزواج الانغماس في أجواء الاسترخاء المميزة بدءاً من لحظة دخولهم إلى المنتجع المزيّن بالزخارف واللمسات الأنيقة، وتشكيلات البلاط ذات التصميم الحصري التي تفترش أرضية الفندق والمنتجع الصحي، لتعزز مع زخارفها التقليدية الجذابة من السحر المهيب الذي يطغى على التصاميم الداخلية.

"إس-نوماد"

جهاز كي الثياب بالبخار من "ستيم وان"

أعلنت شركة «بوب سوكيتس»، شركة تصنيع عصي صور السيلفي المخصصة للهواتف الذكية والقابلة للطي، عن إطلاق مجموعتها المصغرة من العصي المزينة بقطع كريستال «سواروفسكي» في الإمارات العربية المتحدة. وتتميز العصي الجديدة بكونها عملية الاستخدام، صغيرة الحجم، وقابلة للطي، كما يمكن تصميمها حسب التفضيلات الشخصية للعملاء، لتشكل بذلك منتجاً فريداً لا بد من اقتنائه هذا الموسم.

وتضفي المجموعة الفاخرة بريقاً من الرقي والأناقة على الأزياء الاحتفالية هذا الموسم. حيث تتوافر بثلاثة ألوان من قطع الكريستال الأنيق: الذهبي والفضي والأسود الداكن.

وفي هذا الصدد، صرّح دايفيد بارنيت، المؤسس والمدير التنفيذي لشركة «بوب سوكيتس»: «يشرفنا التعاون مع علامة «سواروفسكي» لإطلاق المجموعة الجديدة، حيث ستضفي قطع الكريستال لمسةً احتفالية برّاقة على منتجنا الشهير، ولا يسعنا الانتظار لإتاحة تشكيلتنا الجديدة على مستوى العالم، فنحن على ثقة بأنها ستحظى بشهرةٍ واسعة وإقبال كبير».

وتلبي التشكيلة الجديدة تطلعات جميع العملاء سواء كانوا يبحثون عن قطعةٍ تضفي المزيد من البريق والأناقة على هواتفهم، أو استكمال إطلالتهم الشتوية بلمسة احتفالية لامعة.

صالون فاليوم للتجميل

يلبي احتياجات السيدات التجميلية

تم افتتاح صالون "Volume" للتجميل في مايو 2017 وهو صالون راقٍ يلبي احتياجات النساء التجميلية. ويهدف الصالون إلى تزويد السيدات ببيئة جميلة، ومهنية، وهادئة من أجل توفير خدمات مميزة. وفي احتفالية حديثة استقبل الصالون العديد من الزائرات صحابات الشهرة من الصحافة، والإعلام، والفن، ونجوم مواقع التواصل الاجتماعي، وقدم لهن يوماً سعيداً، تضمن تقديم مختلف الخدمات التي تتعلق بالماكياج، والشعر بأجواء احتفالية رائعة سادها المحبة، والفرح. كما تم تقديم الهدايا من قبل الشركات الراعية.

وقد تم اختيار فريق الصالون بعناية لتلبية توقعات ورغبات العملاء مع خدمات عديدة باستخدام الصالون أفضل المنتجات عالية الجودة مثل:

Loreal Professional ، Thalgo ، Acumen ، Enigma ، Komask ، Brazilian Blow Out، Goz Keratin CND

والتي تناسب جميع متطلبات واحتياجات العملاء.ويقود فريق العمل صاحبة الصالون "سفيتلانا كورشاتكينا" بصفتها مصفف الشعر الرئيسي، وفنانة الماكياج والتجميل، وعضوة نادي سيدات أعمال الإمارات. وقد تخرجت في أكاديمية الجمال الفرنسية وحضرت تدريبات من شخصيات وأكاديميات معروفة جداً مثل جورجي كوت، وأكاديمية Dzheihun Babaev & LOreal

وقد رعى الصالون العديد من عروض الأزياء البارزة، والأحداث، والصور الفوتوغرافية بما في ذلك كات واك إنترناشيونال، مجلة مسالا، مجلة كل الأسرة، ملكة جمال روسيا 2019 وغيرها الكثير. إضافة إلى أن الصالون يقوم بالتعاون مع العديد من المشاهير ونجوم التواصل الاجتماعي بتقديم أجمل تسريحات الشعر والماكياج.

جلف كرافت

تقدم مجموعة جديدة من يخوت "Nomad Yachts"

تتطور مجموعة يخوت النوماد من "جلف كرافت" بشكل مستمر، مدفوعة بالقدرات الابتكارية للشركةالتي تقدم مجموعة جديدة من يخوت العلامة المتخصصة بالمغامرات نوماد "Nomad Yachts" في معرض دبي الدولي للقوارب، وتعتبر المجموعة الجديدة استمراراً لنجاح يخوت نوماد 55، نوماد 65 والنوماد 75، التي أثبتت قدراتها وتفوقها في فئتها على مدى السنين الأربع الماضية.

وشهدت أسواق اليخوت تطوراً ملحوظاً في ظل زيادة المالكين الباحثين عن المغامرات، ما ساهم في ظهور طرز جديدة من اليخوت التي تجمع بين الميزات العملية والأناقة، لتلبية الطلب المتزايد للعملاء. وتعتبر القدرة على قطع مسافات طويلة أحد أهم العناصر التي اعتمدت عليها "جلف كرافت" عند تصميم يخوت النوماد، وكان العامل الحاسم هو تصميم هيكل اليخت، ولذلك أوكلت الشركة

المهمة إلى المصمم البريطاني الشهير أندرو وولستينهولم، ليرسم الخطوط الأولية ليخت النوماد 65 والنوماد 55 إضافة إلى اليخت الجديد النوماد95.

وتم تطبيق صيغ التصميم ذاتها على جميع اليخوت، فيما كان العمل على بنية اليخت والتصميم الداخلي والتفاصيل الهندسية، من قبل فريق مختص في قسم التصميم، تحت إشراف رئيس مجلس الإدارة محمد حسين الشعالي.وتتميز يخوت علامة نوماد الحالية، إضافة إلى اليخوت الجديدة التي سيتم الكشف عنها ضمن فعاليات معرض دبي الدولي للقوارب 2019، بالكثير من الميزات العملية التي تحظى بتقدير مالكي اليخوت في منطقة الخليج العربي وأوروبا وأستراليا، خصوصاً أن بعضهم يبحر باليخت بنفسه.

بارك حياة دبي

يرتقي بالتجارب الفاخرة نحو آفاق جديدة

أعلن فندق "بارك حياة دبي" من موقعه الفريد على ضفاف الخور، عن دعوة ضيوفه للاستمتاع بتجربة مترفة يملأها الدلال والاسترخاء، حيث يوفر لهم ملاذاً مثالياً مفعماً بالهدوء والسكينة بعيداً عن صخب وازدحام المدينة.

يقدم المنتجع الصحي "اماره سبا" الحائز على جوائز علاجات مثالية للأزواج، بما فيها جلسة "سيلك ريفيليشن كوبل جورني" التي تبعث على الاسترخاء والسكينة طوال مدتها التي تستغرق 150 دقيقة.

وتلي هذه التجربة المترفة جلسة تدليك لكامل الجسم، قبل الانتهاء، مع جلسة علاج بشرة الوجه المصممة بشكل مثالي لتلائم جميع أنواع واحتياجات البشرة. يمكن للضيوف بعد الانتهاء من جلسة العلاج المهدئة الترويح عن أنفسهم وسط الأجواء المفعمة بالصفاء والسكينة في بحيرة "لاجون" الخاصة بالفندق.

ويتاح أمام الضيوف فرصة الاستمتاع بالإطلالات الآسرة على أفق مدينة دبي وخورها أثناء الاستلقاء على الكراسي الأنيقة، أو الاسترخاء في الأكواخ العصرية قبل الغوص في البحيرة الساحرة، التي تضمن لهم التنعم بالانتعاش. كما يمكن للضيوف الراغبين في تذوق أشهى الأطباق التوجه خلال فترة إقامتهم إلى "ذا بروميناد"، الذي يقدم 5 مفاهيم متميزة يتسم كل منها بطابع فريد يلبي تطلعات الذواقة، ويرضي شغفهم.

هاملتون

تقدم ساعة كاكي بايلوت كوارتز

أُطلقت أكثر الرياضات الجوية الحماسية لسباقات ريد بول عام 2003، و"هاملتون" هي ضابط الوقت الرسمي لها. تفتخر العلامة باستمرارها في عام 2019 مع أول جولة من انطلاقة السباق في أبو ظبي أمام ذهول آلاف المعجبين من حول العالم. فلا شيء يوازي حماس السباق الجوي مع العروض الرائعة المصاحبة للسرعة والدقة. وقدمت "هاملتون" العدة الأساسية لموسم عام 2019 من خلال مجموعة ساعات "كاكي بايلوت كرونو كوارتز" المجهزة بالخصائص التي يحتاج إليها الطيارون، ومساعدوهم، والملاحون. وكان سفراء العلامة كل من "نيكولا إيفانوف"، و"خوان فيلاردي"، و"بيت مكلويد"، و"كاريو كوستا"، في قلب الحدث وأنهى "إيفانوف" السباق في المرتبة الرابعة. تأتي ساعة كوارتز الرياضية على حزام أنيق من الجلد، أو سوار معدني، وعلبة ستاينلس ستيل من 44 مم ومينا رمادي أو أزرق مع عدادات للثلاثين دقيقة وستين ثانية وعُشْر الثانية. كما وضعت نقوش خاصة على العلبة الخلفية بالشعار الرسمي لسباق ريد بول الجوي. ونجد عند الساعة الثانية عشر تفاصيل بالأحمر والأزرق وعلم الفوز وهو مزيج رائع بين الملاحة الجوية ودقة الصناعة السويسرية.

تأسست العلامة عام 1982 في لانكاستر، في ولاية بنسلفانيا الأمريكية. وساعات هاملتون تجمع بين الروح الأمريكية والدقة غير المسبوقة لأحدث الحركات والتقنيات السويسرية. عُرفت بتصاميمها المبتكرة وهي مترسخة في هوليود حيث ظهرت منتجاتها في أكثر من 500 فيلم. كما تتحلى العلامة بإرث عريق في الملاحة الجوية. وهاملتون عضو في مجموعة سواتش، أكبر مصنع وموزع ساعات في العالم.

مجموعة "لاندمارك"

توسّع حضورها في جنوب شرق آسيا

أعلنت "لاندمارك"، المجموعة الرائدة في مجال تجارة التجزئة والضيافة على مستوى المنطقة، عن تعزيز حضورها في منطقة جنوب شرق آسيا بافتتاح متجرين جديدين تابعين لسلسلة متاجر "ماكس للأزياء" في العاصمة الإندونيسية جاكرتا. ويأتي هذا التوسع بعد عام من دخول المجموعة إلى المنطقة عبر افتتاح متجرها الأول في "IOI سيتي مول" في بوتراجايا الماليزية.

وتعمل "مجموعة لاندمارك" على توسيع أعمالها بوتيرة متسارعة في منطقة جنوب شرق آسيا، تجسدت بافتتاح 17 متجراً خلال 14 شهراً الماضية، منها 15 متجراً في ماليزيا (10 متاجر تابعة لسلسلة ماكس و5 متاجر لسلسلة محل الأطفال) ومتجرين في إندونيسيا ضمن سلسلة متاجر ماكس للأزياء.وفي هذا السياق، قالت رينوكا جاغتياني، رئيس مجلس الإدارة والرئيس التنفيذي لمجموعة "لاندمارك": "يمثل توسيع نطاق أعمالنا في إندونيسيا خطوة إضافية في مسيرة النمو الاستراتيجي التي ننتهجها في منطقة جنوب شرق آسيا حيث تشهد منتجاتنا إقبالاً واسعاً منذ إطلاق علامتنا الأولى "محل الأطفال" في المنطقة، ويأتي افتتاح متاجرنا الجديدة حرصاً على تلبية الطلب المتزايد على منتجاتنا من العملاء.من جانبه، قال راماناثان هاريهاران، مدير مجموعة "لاندمارك": "يسعدنا الإعلان عن افتتاح أول متجرين لنا في إندونيسيا، ونتطلع إلى مزيد من التفاعل مع عملائنا هناك. ونهدف أيضاً إلى تعزيز حضورنا في المنطقة عبر التخطيط لافتتاح أكثر من 40 متجراً في الأعوام الخمسة القادمة".

تشارلز & كيث

تتصدر اختيارات "جيجي حديد" في أسبوع الموضة

في ظهورها الأول على ممشى العروض في أسبوع الموضة المقام في لندن، لم تثر جيجي حديد الأجواء فحسب، بل أسرت قلوب عشاق الموضة بإطلالاتها العصرية بأسلوب أزياء الشارع، إذ رأيناها متألقةً بحذاء مفتوح من الخلف بلون الكوبالت الأزرق مزين بإبزيم جذاب، كانت اختارته من أحدث مجموعات "تشارلز & كيث"، وهو تصميم نال لقب "الحذاء الأمثل لهذا الوقت من العام"، بحسب تصنيف مجلة فوغ في المملكة المتحدة.

وأما بالنسبة لاختيار عارضة الأزياء الشهيرة، فقد أكملت إطلالتها غير الرسمية الأنيقة بتفاصيلها المكونة من سترة بقصّة كبيرة مع سروال جينز ممزق، بارتدائها زوجاً أنيقاً وعملياً من أحذية الكعب المتوسط الذي كان خياراً مثالياً يمنحها الراحة وحرية الحركة طوال اليوم، وهو تصميم مميز بمقدمة مدببة تظهربمجموعة من الألوان المثيرة للاهتمام تشمل الوردي الفاتح، والأزرق الفاتح، والأخضر الداكن، والبرتقالي.

الكلمة السرية

عن طريق معرفة قيمة كل حرف من معادلات الجمع التالية، يمكن تكوين الكلمة السرية في الدوائر الموضحة تحت الأرقام التي تدل على موضع كل حرف

ق + ل + م = ص

ا + م + ص = ر

ق + ر = ي

ا + ي + ح = ة

84	44	37	33	20	10	3	6	4	3
				ص					

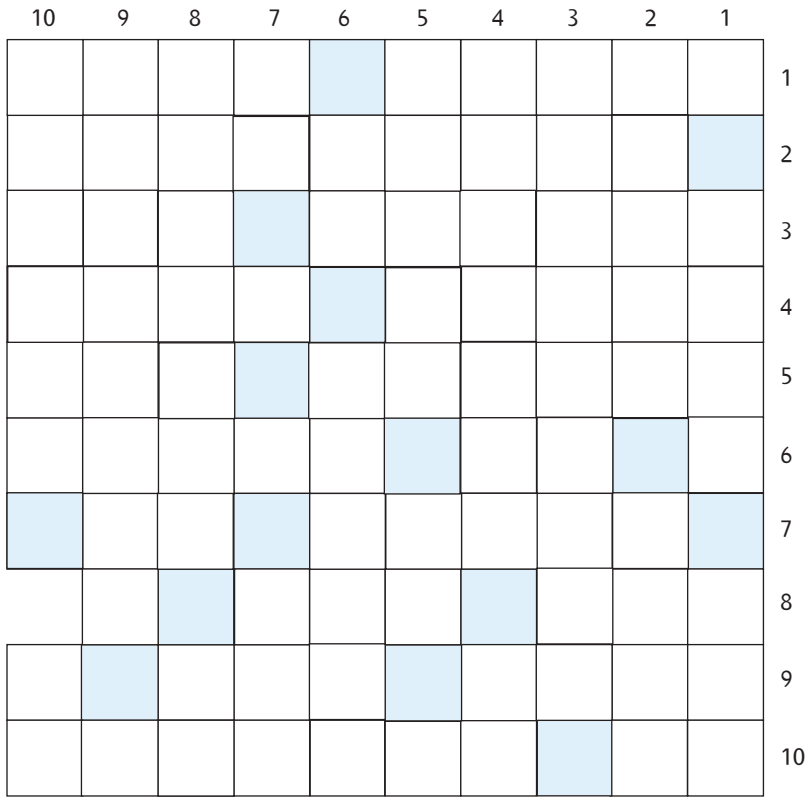
المربعات المظللة

حل هذه الشبكة مع ملاحظة:
أن الحرف الثالث في نهاية كل كلمة هو بداية الكلمة التالية. وأن الأحرف في المربعات المظللة ستعرف منها:

«لغوي وشاعر له معجم (الجمهرة في اللغة)»

لام
وضح
طريق
قحط
تفوق
للإبصار
طل

الكلمات المتقاطعة



أفقيا:

1 - هروب - رمت

2 - أديبة أمريكية صماء بكماء

3 - من بحور الشعر - نما

4 - آلة موسيقية - عظمة في الأذن

5 - تزينت - حب شديد

6 - بحر - العتاب (م)

7 - فتاة.... مسلسل بطولة ليلى علوي - شحم

8 - صغير الأسد - البارحة - للتمني

9 - كذب - من النباتات

10 - خالص - مضاد السم

رأسيا:

1 - من مصادر المياه - حمرة في الأفق حيث تغرب الشمس

2 - سرداب - اترك وارحل

3- ميدان شهير في لندن

4 - رؤوس الأصابع - للتألم (م)

5 - بلدة أردنية في محافظة جرش - للنداء

6 - حرف نفي (م) - تقلبت قلقاً

7 - رمز الكالسيوم (م) - سياج

8 - رئيس أمريكي أطلق عليه محرر العبيد - حرف جر

9 - قصة لنجيب محفوظ

10 - ترصها - للكتابة

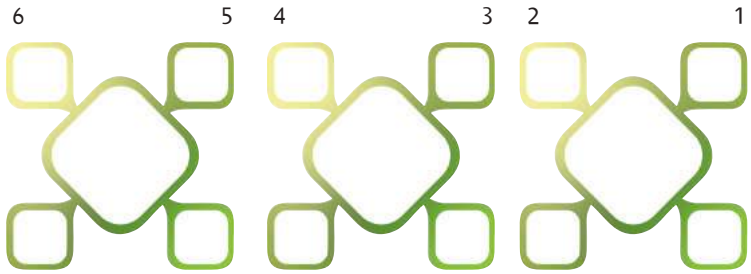
المئة والألف

بواسطة الأعداد الموجودة في الدوائر، أكمل المعادلات التالية من دون تكرار أي عدد لتحصل على النتيجة لكل من الأف والمائة

40 44 33 23 1952 77

100 = + + 1000 = x ÷

كلمتان وحرف مشترك



1 - أرخى
2 - ارتطم
3 - لخضاب الشعر
4 - رقبة
5 - نوع من الصقور
6 - يجاورني في السكن

اقترب

حلول العدد السابق

م	ه	ا	ت	ي	ر	م	ح	م	د
ت	و	ر	ط	ت		و	د		و
ا	ل	ي	و	ن	ا	ن		ب	د
ر	ن	ج	ا	ف		ت	ج	ل	ه
ي	د		ن	س	ع	ف		ه	ش
س	ي	ت			م	ي	ل		ر
		ع	ر	ب	ي	د		ت	ي
ا	ع	د	ا	م		ي	ن	و	ط
ن	ف	ص	م		ر	و	س	ت	ي
ا	ن	ت	ق	ا	م		ر	ر	ه

كلمتان وحرف مشترك
قفل
المربعات المظللة
ماليزيا
الكلمة السرية
سحب متراكبة
مربع الكلمات
انتصار

المئة والألف
100=63+18+19
1000=250x88÷352

الكلمات المتقاطعة

مربع الكلمات

في المربعات التالية يتكرر كل حرف مرتين ما عدا حرفاً واحداً - إذا كان الحل صحيحاً - وبتجميع الحروف غير المكررة حسب ترتيبها، تتكون الكلمة المطلوبة من مقطع واحد أو من مقطعين أو من ثلاثة مقاطع، يتم الإعلان عنها في الاسبوع التالي:

الكلمة المطلوبة:
أدوات تسيير أمور البلاد وتدبير شؤونها داخلياً وخارجياً

الكلمات الأفقية:
1 - رجل أو قدم
2 - طلب فعل
3 - البدر الكامل

الكلمات الرأسية:
1 - يحث على السير
2 - شعوب
3 - اتخذ رأياً

الحرف رقم (1)

الكلمات الأفقية:
1 - تنسك وترهب
2 - مطلقة
3 - في (لثام)

الكلمات الرأسية:
1 - أشجار طويلة (م)
2 - يبث (مبعثرة)
3 - بعير (م)

الحرف رقم (2)

الكلمات الأفقية:
1 - ذنب وجرم
2 - مرض بالعين
3 - غمر الخبز بالمرق

الكلمات الرأسية:
1 - يتركه المتوفى
2 - نتاج الأشجار
3 - فترات

الحرف رقم (3)

الكلمات الأفقية:
1 - غنيمة الحرب
2 - الغور في الأرض
3 - أشجار البلح (م)

الكلمات الرأسية:
1 - غربل ونقى
2 - أبطل العقد
3 - غير الفريضة (م)

الحرف رقم (4)

الكلمات الأفقية:
1 - ماء كثير عال
2 - غيث
3 - أطلعه وعرفه

الكلمات الرأسية:
1 - الغرين في النهر
2 - حدود ومعالم
3 - في (مريض)

الحرف رقم (5)

الكلمات الأفقية:
1 - نوع (م)
2 - موت وهلاك
3 - فناء المسجد (م)

الكلمات الرأسية:
1 - للمتكلمين
2 - أزال إغلاقه
3 - في (فصوص)

الحرف رقم (6)

النعيمي يحضر أفراح العبدولي والمهيري

حضر صاحب السمو الشيخ حميد بن راشد النعيمي عضو المجلس الأعلى حاكم عجمان وسمو الشيخ عبدالله بن زايد آل نهيان وزير الخارجية والتعاون الدولي في قاعة الشيخ خليفة في عجمان حفل زفاف عبدالله محمد العبدولي على كريمة عبدالعزيز علي المهيري، كما حضر الحفل الشيخ أحمد بن حميد النعيمي ممثل صاحب السمو حاكم عجمان للشؤون الإدارية والمالية والشيخ راشد بن حميد النعيمي رئيس دائرة البلدية والتخطيط وعدد من الشيوخ والوزراء وكبار المسؤولين.

1 - النعيمي وأحمد بن حميد وراشد بن حميد وعبدالعزيز بن حميد وعبدالله بن مايد وعبدالرحمن أمين وعبدالعزيز الشامسي وعلي العبدولي وعبدالله فاضل وخلفان المري ومحمد فاضل العبدولي ونجله العريس عبدالله
2 - عبدالله بن زايد ووالد العريس والعريس
3 - عبدالله الهاشمي وعبدالناصر العويس وبطي السويدي ومحمد سلطان السويدي وعبدالله النعيمي وعلي النعيمي والعريس

1

سعود بن صقر ووليا عهد الشارقة والفجيرة يحضرون أفراح القواسم

حضر صاحب السمو الشيخ سعود بن صقر القاسمي عضو المجلس الأعلى حاكم رأس الخيمة حفل الاستقبال الذي أقامته عائلة المرحوم الشيخ محمد بن خالد بن أحمد القاسمي بمناسبة زفاف نجلهم الشيخ «عبدالله» على كريمة الشيخ طارق بن فيصل بن خالد القاسمى، وحضر الحفل سمو الشيخ سلطان بن محمد بن سلطان القاسمي ولي عهد ونائب حاكم الشارقة وسمو الشيخ عبدالله بن سالم بن سلطان القاسمي نائب حاكم الشارقة وسمو الشيخ محمد بن حمد بن محمد الشرقي ولي عهد الفجيرة والشيخ نهيان بن مبارك آل نهيان وزير التسامح. كما حضر الحفل الذي أقيم في مركز الجواهر للمناسبات في الشارقة الشيخ ماجد بن سعيد النعيمي رئيس الديوان الأميري لصاحب السمو حاكم عجمان والشيخ سالم بن عبدالرحمن القاسمي رئيس مكتب صاحب السمو حاكم الشارقة والشيخ هيثم بن صقر بن سلطان القاسمي نائب رئيس مكتب سمو الحاكم في كلباء والشيخ محمد بن سعود القاسمي رئيس دائرة المالية المركزية في الشارقة وعدد من الشيوخ وكبار الشخصيات وكبار ضباط القوات المسلحة والشرطة وجمع غفير من الأهل والأصدقاء، وتخلل الحفل فقرات تراثية ابتهاجًا بهذه المناسبة.

1 - سعود بن صقر وسلطان بن محمد بن سلطان وعبدالله بن سالم وفيصل بن خالد بن محمد وأحمد بن صقر وصقر بن محمد وطارق بن فيصل وخالد بن محمد وأحمد بن محمد وسلطان بن محمد ومحمد بن خالد والعريس عبدالله

2 - سعود بن صقر وسلطان بن محمد بن سلطان وطارق بن فيصل بن خالد والعريس

2

فيصل بن خالد يحضر أفراح الحمادي

حضر الشيخ فيصل بن خالد بن محمد القاسمي والشيخ محمد بن سعود القاسمي رئيس دائرة المالية المركزية بالشارقة، حفل الاستقبال الذي أقامه صالح بن صالح الحمادي بمناسبة زفاف نجله حمد على كريمة حماد بن أحمد الحمادي، كما حضر الحفل الذي أقيم في نادي الجولف والرماية بالشارقة الشيخ عبد اللّه بن ماجد القاسمي رئيس نادي الشارقة للفروسية والشيخ خالد بن محمد بن خالد القاسمي والشيخ عبد اللّه بن سعيد بن راشد النعيمي وحسين بن إبراهيم الحمادي وزير التربية والتعليم وعدد من كبار الشخصيات وكبار ضباط القوات المسلحة والشرطة وجمع غفير من الأهل والأصدقاء، وتخللت الحفل فقرات تراثية وشعبية ابتهاجاً بهذه المناسبة.

1 - فيصل بن خالد بن محمد وخالد بن محمد بن خالد وعبداللّه بن سعيد وحسين الحمادي وهشام الزرعوني وعبداللّه صالح الحمادي وأحمد وعلي الحمادي ووالد العريس ووالد العروس والعريس

2 - محمد بن سعود ووليد الشامسي وقاسم المرشدي ووالد العريس ووالد العروس والعريس

3 - عبداللّه بن ماجد وعدد من الحضور

أفراح النومان في الشارقة

أقام طارق سعيد النومان حفل استقبال بمناسبة زفاف نجله «سعيد» على كريمة نجيب سعيد النومان. حضر الحفل الذي أقيم في نادي الشارقة للغولف والرماية اللواء سيف الزري الشامسي قائد عام شرطة الشارقة والدكتور طارق بن خادم رئيس دائرة الموارد البشرية وأحمد محمد الجروان أمين عام المجلس الاستشاري لإمارة الشارقة وعدد من كبار المسؤولين وضباط القوات المسلحة والشرطة وجمع غفير من الأهل والأصدقاء. تخللت الحفل فقرات تراثية ابتهاجًا بهذه المناسبة.

1

1 - سيف الزري وجمال النومان وصلاح النومان وعبدالرحمن الملا وطارق النومان ونجله العريس سعيد

2 - أحمد الجروان ووالد العريس ووالد العروس والعريس ومهنئون

2

ياسر ونهال

يتلقى ياسر حمزة أحمد فتوح ونهال ناصر فضل هنيدي تهاني الأقارب والأصدقاء بمناسبة زفافهما. تهنئة خاصة من محمد أحمد حمودة هنيدي وأولاده مصطفى وأكير وخالد متمنين لهما زواجاً مباركاً.

1

1 - ياسر حمزة ونهال ناصر مع الأهل

زفاف أحمد غانم المنصوري

أقام غانم حتروش المنصوري حفل استقبال بقاعة زاخر للأفراح في مدينة العين بمناسبة زفاف نجله «أحمد» إلى كريمة مطر محمد حتروش المنصوري. حضر الحفل عدد من أعيان القبائل والمسؤولين وكبار الشخصيات وجمع من المدعوين والأهل والأصدقاء، وتضمن الحفل مشاركة فرقة الحربية بعروض وفقرات منوعة ابتهاجاً بهذه المناسبة.

1 - مبارك سالمين المنصوري وحمد راشد النيادي وعبدالله بن بدوة ووالد العريس والعريس ومهنئون
2 - والد العريس والعريس وأصدقاء

زفاف حميد حمود العامري

أقامت عائلة المرحوم حمود محمد سلطان العامري حفل استقبال في قاعة زاخر للأفراح في مدينة العين بمناسبة زفاف نجلها «حميد» على كريمة خليفة محمد سلطان العامري. حضر الحفل عدد من المسؤولين وكبار الشخصيات وضباط القوات المسلحة والشرطة ولفيف من الأهل والأصدقاء وزملاء العريس، وتخللت الحفل مشاركة فرقة الحربية بعروض فنية منوعة ابتهاجاً بهذه المناسبة.

1 - سهيل سالم بن ركاض ووالد العروس والعريس وعدد من الأهل

زفاف ناصر عارف الشيخ الهاشمي

أقام الدكتور عارف الشيخ عبدالله الحسن الهاشمي حفلًا في منزله الكائن في الخوانيج الأولى بدبي بمناسبة زفاف نجله «ناصر» على كريمة المرحوم عبيد إبراهيم محمد المرزوقي. حضر الحفل محمد القرقاوي وزير شؤون مجلس الوزراء والمستقبل وسعيد محمد الرقباني المستشار الخاص لصاحب السمو حاكم الفجيرة والفريق ضاحي خلفان نائب رئيس الشرطة والأمن العام في دبي وعلي عبدالرحمن الهاشمي مستشار الشؤون القضائية والدينية في وزارة شؤون الرئاسة وإبراهيم بوملحة مستشار صاحب السمو حاكم دبي للشؤون الإنسانية والثقافية وحميد محمد القطامي المدير العام لهيئة الصحة بدبي وأحمد حميد الطاير ومحمد دياب الموسى المستشار التربوي في ديوان صاحب السمو حاكم الشارقة واللواء خليل إبراهيم المنصوري مساعد القائد العام لشؤون البحث الجنائي في شرطة دبي وأحمد عبدالعزيز الحداد كبير المفتين مدير إدارة الإفتاء في دبي.

1 - محمد القرقاوي وأحمد السعد وعارف الشيخ ونجله العريس ناصر وعدد من الحضور
2 - سعيد محمد الرقباني وأحمد حميد الطاير وأحمد الخرجي وطارق المرزوقي وأحمد الأنصاري
3 - ضاحي خلفان وإبراهيم المرزوقي ومحمد الرحومي وأحمد الأنصاري

1

زفاف غانم جمعة اليحيائي

احتفل غانم جمعة مصبح اليحيائي بزفافه على كريمة علي حسين حسن الحاج، وأقام بالمناسبة حفل استقبال في صالة هيلي للأفراح بمدينة العيـــن بحضـــور عـــدد من الشخصيات وأعيان القبائل ولفيف من الأهل والأصدقاء، وتخللت المناسبة عروض فرقة العيالة التراثية.

1 - عوض اليحيائي والعريس وعدد من الحضور
2 - العريس يتوسط أصدقاء ومدعوين

2

مركز الجواهر
JAWAHER CENTRE
السوق المركزي - بلوك ٨ - الشارقة
هاتف: ٥٢ ٧٢ ٥٧٢ ٦ ٩٧١+ - فاكس : ٠٢ ٣٥ ٥٧٢ ٦ ٩٧١+
Central Souk - Block 8 - Sharjah
Tel: +971 6 572 72 52 , Fax: +971 6 572 35 02
E-mail: jawaherc@eim.ae

وناسة
للأفراح والمناسبات
اختيار التميز
WanasaEvents
Wanasa Events & Wedding Planner
050 666 30 17
02 666 06 97
03 765 00 77
عروض مميزة
أروع التصاميم
بأحدث تقنيات الإضاءة

«عيون القلب»

يكتبها: د. حسن مدن
madanbahrain@gmail.com

في زيارتي الأخيرة للقاهرة سعدت بحضور أمسية غنائية جميلة في معهد الموسيقى العربية، حيث يقع المسرح الأنيق الذي على خشبته وقفت وغنت قامات موسيقية وغنائية من وزن الموسيقار محمد عبدالوهاب.

كانت الأمسية مخصصة للأغاني الطربية الخالدة لكبار المغنيين مثل نجاة الصغيرة وعبدالحليم حافظ وفيروز وشادية، أداها مجموعة من المطربين الشباب من أصحاب الأصوات الجميلة، فأمتعوا الحاضرين بالأداء، وأعادونا جميعاً إلى أجواء الزمن الجميل الماضي.

لكن أكثر ما أعجبني هو المطربة الشابة التي أدت أغاني الفنانة نجاة الصغيرة، حيث بدت خامة صوت هذه الشابة قريبة من خامة صوت نجاة الصغيرة، مع يقيني بأنه من الصعب تأدية أغاني الأصوات الكبيرة بأصوات أخرى مهما كانت جميلة.

من بين الأغاني التي قدمتها هذه الشابة كانت أغنية «عيون القلب»، وحين ألقيت نظرة على الكتيب الذي تضمن برنامج الحفل، حيث يكتب إلى جانب كل أغنية ليس فقط اسم المطرب، أو المطربة، الذي أداها، أو أدتها، أول مرة، وإنما أيضاً اسم الملحن وكاتب الكلمات.

بالنسبة لـ«عيون القلب» كنت قد قرأت سابقاً أن محمد الموجي هو ملحنها، ولكنها كانت المرة الأولى التي أعرف فيها أن كاتب كلماتها هو الشاعر الكبير والعذب عبدالرحمن الأبنودي، أحد أهم قامات الشعر العامي والغنائي في مصر، وساعتها أيقنت سر كل هذا السحر التي حملته كلمات الأغنية.

ولنستعيد كلمات هذا المقطع بالذات: «عيون القلب سهرانة ما بتنامش/ لا أنا صاحية ولا نايمة/ ما يقدرش يبات الليل/ يبات سهران على رمشي/ وأنا رمشي ما داق النوم/ وهو عيونه تشبع نوم/ روح يا نوم من عين حبيبي/ روح يانوم».

برأي الناقد د. صلاح فضل فإن الأبنودي يجمع هنا بين القلب والعين في جملة واحدة، بعد أن فرق الشعراء بينهما طويلاً وحاروا في نسبة السبب في الحب إلى أي منهما، هل هو القلب أم العين، ولم يكن هذا في الأغاني الحديثة فقط، إنما في شعر الغزل القديم أيضاً.

الأبنودي هنا برع في ابتداع عيون للقلب، تسهر ولا تنام، بينما العاشقة لا تعرف أهي نائمة أم يقظة، ربما من «سكرة الحب المدهشة» حسب وصف فضل، لكن الأبنودي ذهب إلى ما يندر أن نعثر عليه في شعر الغزل، فالعاشقة هنا لا تتمنى للحبيب أن ينام قرير العين، مطمئناً إلى حبها له، وإنما تدعو له بألا ينام: «روح يا نوم من عين حبيبي»، فليس من العدل أن تسهر هي، فيما عيونه «تشبع نوم».

شرفة على الروح

مارينا البطين، ص.ب: 127799، أبوظبي، الإمارات العربية المتحدة، هاتف: 0000 208 2 0 971+
reservations.auh@editionhotels.com
www.editionhotels.com

مرة أخرى تفتخر مزرعة
الجزيرة للدواجن
بتقديم منتج فريد
معبأ بعناية
سوبر بيض

مع
المكملات الغذائية
حمض الفوليك
(فوليك اسيد)
دي أتش أي، أوميجا ٣،
السيلينيوم العضوي
لوتين و فيتامين أي

ماركة رقم ١ في الإمارات العربية المتحدة
المتاحة في محلات سوبر ماركت مختارة
بيع المنتجات المحلية الطازجة

معتمد من الـ HACCP و ISO ٢٢٠٠٠-٢٠٠٥
نظام إدارة سلامة الغذاء
التي ينتجها دجاج يتغذي على العلف النباتي

من أكبر منتجين في الإمارات

مزرعة الجزيرة للدواجن ش.ذ.م.م
Al Jazira Poultry Farm LLC
www.aljazirapoultry.com