

الشروق العربي

مجلة كل الأسرة الجزائرية
أكتوبر 2024 العدد: 1127 الثمن: 150 دج / فرنس: 3 دج

الراعي الذهبي
للعدد
Géant
ELECTRONICS

"السريع" مفهوم
آخر لقوارب الموت..
حافلة البحر
تنقل آلاف
الشباب إلى
الضفة الأخرى
و"الحرقه"
تستهوي
المثقفين
والعائلات!

بحثا عن الحرية
المزعومة..
نساء يتنازلن
عن أولادهن
بعد الخلع!

لاعبون
5 نجوم
يلتحقون
بالبطولة
الجزائرية
بالملايير!

النجمة السورية

جمانة مراد للشروق العربي:

لم أفكر يوما
في الاعتزال...
وهذا سبب غيابي

موضة...
إطلاقات
مستلهمة
من أسبوع
الموضة في
ميلان

ما كاين
غير
ماما
للتعرفلها
في قلب القعدة



مجلة الشروق العربي
تصدر عن مؤسسة الشروق
للإعلام والنشر

• الرئيس الشرفي
علي فضيل

• الرئيس المدير العام
رشيد فضيل

• المدير العام المساعد
ياسين فضيل

• مسؤولة الإدارة والتسيير
فايزة حسيني

• القسم التجاري
بن طيبة أحلام - باعوش إيمان

• مكلفة بالإدارة
راضية قيري

• تركيب وإخراج
إبراهيم عمران

• هيئة التحرير
عزوز صالح - فاروق كداش
نسبية علال - طارق معوش
م وليد - رابع علاوة - ليلي حفيظ

• كاريكاتير: فاتح بارة

• المسؤولة على الموقع الإلكتروني
بثينة فضيل

• تصوير
سبع زهور

• شهداء الشارقة
مليلة صابور
أغتيلت في 21 ماي 1995
خديجة دحماني
أغتيلت في 05 ديسمبر 1995
حموي مقران
أغتيل في 15 أكتوبر 1996

الشروق العربي

مجلة شهرية

النجمة السورية جمانة مراد
للشروق العربي:

لم أفكر يوما
في الاعتزال...
وهذا سبب غيابي

18

الدكتورة صفاء البيلي
للشروق العربي:



الورشات لا
تصنع كاتباً
بل تقدم
له أدوات
التذوق

62

موضة

إطلاقات
مستلهمة
من أسبوع
الموضة
في ميلان

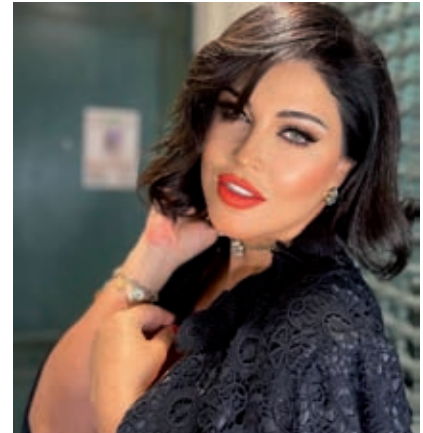


44

ظاهرة السمنة عند الأطفال:

تسبب أمراضاً
جسدية حرجة
وضفوفات
نفسية خطيرة

24



بحثاً عن الحرية المزعومة...

نساء يتنازلن عن
أولادهن بعد الخلع!

17

"السريع" مفهوم آخر
لقوارب الموت..

حافلة البحر تنقل
آلاف الشباب إلى
الضفة الأخرى
و "الحرقه"
تستهوي المثقفين
والعائلات!

30

شابات جزائريات
يصدحن بكلام لله
في كل الاقطار

35

لاعبون 5 نجوم
يلتحقون بالبطولة
الجزائرية بالملايير!

76

• التوزيع: مؤسسة الشروق • موزع الشرق: اوسعادة رشيد • هاتف: 0560239781

• الطباعة: ANEP Rouiba 2024 • المنوان البريدي: 166 شارع محمد سعيدون القبة الجزائر

• الهاتف: 023713990 / 023713982

• الموقع الإلكتروني: magazine.echoroukonline.com • البريد الإلكتروني: echoroukkelarabi@gmail.com

إنه شهر أكتوبر ..
أذكر أن الراحل، علي فضيل، كلما
حل شهر أكتوبر، كأن يقول لي: أشعر
بضيق في الصدر، كلما اقترب شهر
أكتوبر.. ربما ربطت شعوره هذا بأن
أخي علي كان ينزعج من أذى أنيس
رحماني، حينما حاول إحداث نزيف
داخلي للشروق، في أكتوبر، من عام
2007.. توالى بعدها ضربات، لزعة
استقرار الشروق. أغلب هذه الهزات،
جاءت وتكررت في شهر أكتوبر. يضاف
إلى هذا، المتاعب، والحسد الذي تجسد
في إعلاميين وأصحاب جرائد وقنوات
تلفزيونية، يتأففون كلما سمعوا
بالشروق متربعة على عرش الريادة،
من حيث نسب المشاهدة !
وفي شهر أكتوبر، فقدنا أيضا، الوالد،
الحاج مسعود، أبا الشروقيين، المصلح
بين الناس في شنائهم ونزاعهم .
ليأتي أكتوبر، مرة أخرى، ويأخذ "علي
فضيل"، مهندس الصحافة الجزائرية،
بلا منازع.. أقول إنه مهندس بلا منازع،
لأن الذين حاولوا أن يقلدوه، لم يأتوا
بجديد، ولم يخرجوا من دائرة التقليد،
وحلقة قوم تبع لا حظ لهم في الانفراد
والتفرد في عالم الصوت والصورة !
اليوم، تمر خمس سنوات كاملة،
على رحيله، تاركا وراءه قلعة إعلامية
محصنة بحصن متين، ترعاها أياد
آمنة مطمئنة، لا يضرها من عاها..
إنها جينات علي فضيل، ورثها الذين
جاؤوا من بعده. فطوبى لهم وطوبى
للشروقيين جميعا.



•ياسين فضيل

الذكرى الخامسة لرحيل الفارس علي فضيل..

لا أحد يكاد يصدق أن علي
فضيل، الذي كان صوته
يصدق بالحق، في وجه
الظلمة، أصحاب الوجوه
المسودة، التي جثمت
على صدور الشعب حينما
معلوما من الدهر.. لا
يصدق، أقول، أننا نحيا
الذكرى الخامسة لرحيله
عنا..

إشراقة



•صالح عزوز



حينما يقدم "الجيب" على الأدب فانتظر الرداءة

انطلق موسم الصيد، عند الكثير من دور النشر في الجزائر، بحثاً عن الأسماء المغمورة من أجل الدخول بها، إلى معرض الجزائر الدولي للكتاب في نوفمبر 2024، وحافظت في مجملها على السياسة، التي تتبعها خلال هذه التظاهرة الكبيرة والمهمة، التي تكون عبارة عن "مغريات" في المقام الأول، على غرار ضمان لقاءات صحفية ومساحة للبيع بالإمضاء لكل المبدعين، وضمان "السيلفي" مع المعجبين، وهو ضرب على الوتر الحساس للمبدع المبتدئ، خاصة الذي يريد أن يكشف نفسه لأضواء الأدب والإبداع، غير أن الحقيقة ليست هي كذلك لأغلب المغمورين، حينما يصطدمون بواقع الكتاب في الجزائر، وهو مقروئية محدودة، دور نشر لا تلتزم بالعقود التي تبرمها مع الكتاب خاصة من حيث التوزيع والحضور، في مختلف المعارض الوطنية وخارج الوطن، والتركيز على الأسماء المعروفة في سماء الأدب، من أجل ضمان "الطابور" أمام دور نشرها خلال المعرض الدولي. لذا، يجد نفسه يحمل أسفاره على ظهره، لكي يرميها في خزانة بيته، ويفقد الشغف حتى في الكتابة.

السؤال المطروح اليوم، لماذا لا تنقيد دور النشر بفكرة رفع سقف الإبداع للقضاء على الرداءة الحاصلة في مجال الإبداع في الجزائر، لكي لا تسمح بمن لا يقرأ أصلاً لخوض غمار التأليف، لماذا لا تهتم دور النشر، بالإبداع وتقدمه على "الجيب" والتوقف عن شكوى الورق غالي الثمن ومساحة العرض كذلك، وكذا ضرورة التوقف عن نشر كل ما يصلها. والأهم من هذا، لماذا لا تخلق دور النشر الحقيقية والمهتمة حقاً بالأدب، أكاديميات على غرار أكاديميات كرة القدم، لصناعة جيل من الكتاب والمبدعين، ومنه نستطيع أن نحافظ على هيبة القلم ورقص الأنامل، وأن نقف بذلك، أمام من يتناول على الكلمة والحرف، بخدش جمالياتها. لعل الإجابة عن هذه الأسئلة سوف تفتح الأبواب أمام حتمية واحدة، وهي ضرورة تنصيب سياسة تمنع أو تحد من نشر كل ما يكتب، حتى ولو كان على حساب الذوق والإبداع والأخلاق.

رياضيون.. أصحاب همم:

شرفوا الوطن وأصبحوا مثالا يقتدى به في الإرادة

سطع نجم الرياضيين ذوي الهمم عاليا في السنوات الأخيرة، وأصبحت مشاركتهم توثق للكثير من الميداليات في العديد من الرياضات، وتحولوا إلى نجوم، رغم التهميش الذي يطال الكثير منهم في الحياة الاجتماعية، كما أصبحوا مثالا يقتدى به في الإرادة، فليس من السهل أن تكون من ذوي الاحتياجات الخاصة في المجتمع، لكنك ترفع فوق الأعناق والأكتاف.



إن الواجب اليوم، نحو هذه الفئة هو الاهتمام، ليس فقط لأنهم شرفوا الجزائر، لكن لأن لهم الحق في الانتصار والفوز وتمثيل ألوان الوطن في المحافل الدولية في شتى المجالات، ويجب أن يعاملوا كغيرهم من الرياضيين، بل معاملة خاصة، لأن خصوصية حالهم تتطلب هذا.. كما يجب أن تتغير النظرة إليهم، من نظرة اللامبالاة وربما الاحتقار، إلى أخرى للفخر والعز والاحترام، وهو اعتراف منا لهم، على ما قدموه للجزائر في العديد من المجالات وليس المجال الرياضي فحسب، كما أنه واجب قبل أن يكون شيئا آخر، اتجاه فئة تنقش أسماء بحبر من الفخر على قائمة النجاح والانتصار، وخير دليل، أن العديد منهم أصبح رغم عاهته الدائمة اسما مشهورا معروفا في كل العالم، يلقي الاحترام في كل مكان، نظير ما يقدمه من إرادة أصبحت مثالا يقتدى به في كل المجالات.

منهم، معلنا عن ميلاد أبطال من فئة أخرى في المجتمع، كنا نعتقد أنهم مقعدون ولا يستطيعون أن يقدموا شيئا للوطن، لكنهم أثبتوا عكس هذا كله، وحولوا الأنظار إليهم، وصفق لهم الجمهور طويلا، ورفعوا على الأكتاف بعد رجوعهم إلى الوطن، وهم يعلقون على صدورهم ميداليات التتويج والانتصار، وعلى أكتافهم ألوان العلم الوطني.

الحديث في موضوع نتائج الرياضيين ذوي الهمم، في السنوات الأخيرة، هو نتيجة لما تحققة هذه الشريحة في المجتمع، فتحوّلت من شريحة عاجزة في نظر الكثير منا، إلى أخرى قوية ذات عزيمة لا تقهر، وحجزت لنفسها مساحة كبيرة، ليس في مجال الرياضي فحسب، بل في كل المجالات، وتقدمت خطوات عملاقة في المجتمع، وكشفت عن معدن الإرادة الحقّة والعزيمة التي لا تقهر رغم الظروف.

الشيء الجميل في هذه الشريحة من المجتمع، أن نجاحها لم يبق محليا في الجزائر فقط، بل توسع وتجاوز الحدود إلى المحافل الدولية، واستطاعت أن تهزم العديد من الرياضيين الذين كانوا يحسبون من المسيطرين على العديد من الرياضات عند ذوي الهمم، ومنه رُفرف علم الجزائر عاليا وعانق السماء، تصحبه دموع الفرح





أزواج يهربون من المسؤوليات والمصاريف

سيدات يقضين معظم حياتهن على نفقات أهلهن

لطالما ارتبطت الرجولة في المجتمع الجزائري بالقوامة، حتى إن مثلاً شعبياً كان دائم التردد، يقول: "الرجل عيبه جيبه"، ولعدم إظهار هذا العيب، كانت الزوجة لا تزور بيت أهله، إلا بعد مرور الأسابيع أو الأشهر، محملة بكل ما لذ وطاب، ومعهما ما يكفيها من مال يلبي حاجياتها وأبناءها.. أما وقد تخلص الرجل من أدواره الأساسية، فقد بات أهل الزوجة شماعة يعلق عليها عجزه وقلة حيلته، ويطمع في فضلهم لمساعدته على تجاوز الظروف الصعبة، بل يعتبر بعضهم ذلك واجبا.

واحسانهم لأبنائهم، فهم لا يقصرون في شراء أجود الملابس لأطفالهم في الأعياد والمناسبات. لذا، كلما اقتربت، صمم لي زيارة. وقد لاحظت الأمر عندما تكرر كثيراً، حيث يسبق كل هذا إعلان بنكسة مالية يعيشها أو مشاكل في العمل..".

الكبير والصغير، خاصة عن الطعام.. وكتعويض عما نتناوله، أقوم بالطبخ لزوجات أخي، والقيام بأدوارهن في التنظيف والجلي، حتى لا يحاسبن أبنائهم عما يأكلونه أو يفسدونه من نظام".

بالرغم من اقتداره المادي، يحاول الزوج البخيل إيجاد منافذ للتملص من نفقات بيته، وبناء ثروته على عاتق طرف آخر، فيحاول إيجاد من يلقي عليه جزءاً من مهمة تكبير أبنائه والتكفل بحاجات زوجته، ولن يجد في الغالب أفضل من أهلها، أو في حالات نادرة والديه.

يحتالون للهروب من المسؤولية

عندما يكتشف بعض الأزواج أن هناك من أهله أو أهل زوجته من يمكن أن يخفف عنه أعباء مسؤولياته في الإنفاق على أسرته، لن يتردد في استغلال أي فرصة تقابله، إذ يعترف الهادي بأنه كلما أراد أن يوفر المال ويتخلص من المصاريف الكثيرة لطفليه التوأم، ذهب بهما إلى بيت الجد، يقول: "زوجتي تكره أن ينفق والدي على شراء الحفاظات والحليب، لكنها أيضاً لا ترحمني بطلباتها المتواصلة في المنزل.. لذا، من فترة إلى أخرى، أخذها في زيارة إلى بيت أهلي، تساعد أُمي في شؤونها ويتكفل والدي بمصاريفهم، بينما أنا أرتاح قليلاً من المسؤوليات في عطلة نهاية الأسبوع، أفضل النوم للتخلص من إرهاق العمل والتسوق". تنذر سلوى من واقعها المر، تقول: "زوجي عديم المسؤولية، يستغل طيبة أهلي

خادمت تحت رحمة الكنات

تستثقل الكثير من العائلات الكبيرة زيارة بناتها بسبب الأحفاد، خاصة عندما تطول مدة المكوث، ويشغل قتل المشاكل حول أتفه الأسباب.. طعام لا يكفي للجميع، نفاد الماء، وسائل الغسيل، إهدار الطاقة، الفوضى، الأصوات المرتفعة.. للتغطية على كل هذا، تحاول الأم القيام بعدة أدوار، لتظهر لمن في البيت أنها ليست مستضافة مع أبنائها، وإنما هي فرد من العائلة. فبدل التمتع ببعض الراحة للعودة إلى مسؤوليات بيتها، تبذل جهداً مضاعفاً في التنظيف والترتيب والطبخ، تقول سهيلة: "زوجي بطل، يذهب بي مع ثلاثة أطفال إلى بيت والدي، حيث يقيم إخوتي المتزوجون أيضاً، وليس بيده ما يقدمه لي من مصروف.. لذا، كثيراً ما نتعرض للإهانة من

اللامسؤولية خلقت

الحساسيات ودمرت العلاقات

تحدثت الخبيرة الاجتماعية، مريم بركان، عن حالات من المجتمع الجزائري، تساهم في الإخلال ببنيتهم: "العديد من المشاكل والحساسيات بين الأزواج والأنساب تنشأ انطلاقاً من قضية المصاريف وتحول المسؤولية، فالجزائري الذي يزوج ابنته خاصة من الطبقة المتوسطة أو الضعيفة، فهو بذلك قد وضع مسؤوليتها على عاتق زوجها، وكذلك أبنائها، ولا تحبذ الغالبية الإنفاق على المتزوجات من البنات، بينما لا يجد الكثير من الأزواج حرجاً في اعتبار الضيافة واجبة على أهل الزوجة ومخرجا للهروب من المصاريف، ولا يمتنعون عن إخراجهم وكسر روتينهم في العطل والمناسبات.. هذه العقلية أفسدت الكثير من العلاقات".

المتأخرات عن الزواج وهوس الاستقلالية المكتوب! أم مخاف الزواج الفاشل؟

تغيرت نظرة المجتمع العربي إلى الفتاة المتأخرة عن الزواج، فلم يعد ذلك وصمة عار، وإنما هو اختيار، بناء على عدة عوامل، في مقدمتها التأثر بنسب الطلاق الموهولة، وعدد الزيجات المستمرة رغم الفشل، ما جعل أولويات الفتيات تتغير من التركيز على الحصول على زوج يحمل مواصفات معينة، إلى التركيز على الذات وتطويرها والتمتع بالحياة الفردية من خلال العمل والسفر والاكتشاف.

ما اتفق المجتمع على تسميته "عنوسة"، لم يعد كابوساً للمرأة العربية حتى على مشارف الأربعين، ما أصبح يخيفها فعلاً، هو العجز عن عيش الرفاهية التي تتمتع بها كثيرات خارج إطار الزواج، كقيادة سيارة جديدة، والخروج بحرية للعمل والتكوين والتسوق، والسفر إلى وجهات عالمية.

المواقع تعرض الصورة السوداوية عن الزواج

من خلال دراسات ميدانية، تؤكد خبيرة العلاقات الأخلاقية النفسية، عقيلة دبوب، أن هنالك متلازمة جديدة تعاني منها الكثير من الفتيات في صمت، وبعضهن يتحلين بالشجاعة والجرأة لطلب استشارة حول الخوف من الارتباط: "سمحت مواقع التواصل الاجتماعي للعزابات بالإطلاع على خبايا المتزوجات، ما خلق رعباً داخلها لدى الكثيرات، بعد اكتشافهن لتفشي الخيانة الزوجية والشذوذ الجنسي والإهمال وغياب المسؤولية والتقدير.. كل هذا، بحسب الأخلاقية، غير نظرة المرأة إلى الرجل، من حلم، إلى رؤيته فحاً عليها تجنبه قدر الإمكان، تضيف: "الشك والخوف من المجهول يحاصر بناتنا، بعضهن مصابات بالرهاب من الارتباط برجل يلغي سعادتها بما بلغته من نجاح شخصي، في الوقت ذاته يشعرهن المجتمع بأنهن ناقصات من دون رجل".

تناقض صعب تعيشه لنا أيضاً، 31 سنة، طبيبة أسنان تعمل بالقطاع الصحي للأربعاء: "حققت كل ما تطمح إليه امرأة عصرية، أقود سيارتي الخاصة، وقدمت للحصول

رعب التجارب الفاشلة

فتيات يقفن في وجه "المكتوب" خوفاً من الفشل عادة، يرد الناس على تأخر الزواج بكونه قسمة ونصيباً، أو كما يسمى "المكتوب"، وهكذا أيضاً يتفقون على وصف تجارب الزواج الفاشل الذي إما ينتهي بالطلاق أو بالاستمرار في علاقة سامة ومستنزفة، فلكل امرأة "مكتوب" قسم لها، في نظر أخرى، هو مثال حي ينذرهابدروس معينة، تقول وئام: "تزوجت أخواتي الأربع في العشرينيات، بعضهن ضيعن دراستهن الجامعية، وأخرى تركت عملها كمخبرية وندمت، وواحدة طلقها زوجها لأنها رفضت تعدده، جميعهن يتحسرن على قرار الزواج المبكر، قبل التمتع بالحياة، فلم يجمعهن القدر برجال مقتدرين ومنفتحين على الحياة، ولا أريد لنفسني واقعا كذا، أحاول أن أصنع لها كل ما يسعدها بمفردي وبحرية تامة من دون قيود، قبل أن أفكر في الزواج، لست ضد الارتباط، غير أنني أخاف أن يقيدي ولن أحقق ما خططت له وتعبت لأجله".

العانس لقب لا يقلقهن ونظرة المجتمع آخر اهتماماتهن

تحول نموذج المرأة السعيدة في عصر الانفتاح، من تلك التي ترعى بيتها وتربي أطفالها في صغرها، إلى المرأة المستقلة التي تنفق ببذخ، وتصنع ضمانات مادية للمستقبل، تلبس على الموضة وترزور مراكز العناية وتقود السيارات الفاخرة.. كل هذا، من أعمالها ونجاحاتها، نموذج تتبناه كثير من الفتيات متحديات بذلك نظرة وأقوال المجتمع، وهكذا تفعل ناريمان، أبلغ 34 سنة، وأجد أنني غير مؤهلة للزواج والإنجاب بعد، سأكتفي برجل متعلم وطفل واحد، بعد أن أحقق آخر أحلامي، وهو وضع أسس مشروع خاص، حتى أترك الوظيفة العمومي بأريحية، وأسافر وأستمتع بالحياة الزوجية لاحقاً.. أما ما يطلقه علي الأهل والمجتمع من عبارات "فيمينيسيت" و"عانس".. بالنسبة إلي، هي ألقاب فكاهية، وأتجاوب معها بحب، لأنني حتى هذه السن، أعيش ضمن استراتيجية حياة أراها الأنسب والأفضل لي، بعد كل ما ألاحظه عن حقيقة الزواج مؤخراً".



هل أنت نسر، حمامة، طاووس أم بومة؟

اعرف شخصيتك من بصمة أصابعك؟

لطالما عُرفت بصمة الأصابع، واستُعملت كوسيلة لكشف المجرمين من طرف الطب الجنائي. وتطور دورها لتستخدم في مجال أمن الهواتف والممتلكات الخاصة، لتُصبح حديثاً أداة لمعرفة قدرات الإنسان العقلية وطباعه الشخصية. وهذا، عبر ما يعرف بعلم تحليل البصمة الذي أتاح لمستخدميه الاستفادة من ذلك في مجال تربية الأطفال، فهم شريك الحياة والتناغم معه، اختيار التوجه المهني والدراسي الملائم.. إلخ.

من لا بصمات له لا دماغ له

يعتبر علم تحليل البصمة، كما توضح المختصة في تحليل بصمة وأنماط الشخصية، كشكار زينب فاطمة الزهراء: "من التقنيات الحديثة التي تدرس المهارات والقدرات الفطرية للإنسان، من خلال تصنيف وعدد خطوط بصمات أصابع اليدين العشرة، حيث تم اكتشاف وجود علاقة بين البصمات والدماغ، الذي يبدأ في التكون في الأسبوع 13 من عمر الجنين. وهو نفس الوقت الذي يبدأ فيه تكون البصمات، كما يكتمل تكوينهما سوياً في الأسبوع 19. ولوحظ أن حدوث أي تشوه في تكون المخ يصاحبه تشوه في تكون البصمات. كما وُجد أن الجنين الذي يولد بلا دماغ لا تتكون لديه بصمات أصابع."

تحليل البصمة للمقبلين على الزواج

وبالنظر لأهمية البصمة في تحديد شخصية الإنسان ومكان قوته وميولاته المهنية وقراراته الحياتية، فلقد انتشرت عبر الكثير من دول العالم، بما فيها الجزائر، تقنية

DMIT لتحليل الشخصية عبر بصمات الأصابع، الذي ينتج عنه كما توضح الأستاذة كشكار: "تقرير من 60 صفحة يتضمن قدرات الشخص وذكاءاته، المهن والوظائف والتخصصات العلمية المناسبة له وميولاته. وكل هذا سوف يساعد على فهم نفسه وتحقيق أهدافه وحسن اختيار شريك الحياة والتوافق معه بعد الزواج، والطريقة الملائمة لتربية الأطفال.. إلخ."

ما هو نمط شخصيتك حسب الديسك؟

كما تتيح تقنية DMIT تحليل شخصيات الناس وفق نظرية الديسك التي قسمها الدكتور وليام مولتون مارستون إلى أربعة أصناف:

• **النسر (المسيطر):** محدد الأهداف، ذو رؤية، جري، متمسك برأيه، عدواني، مستقل، حاسم، يحب المخاطرة، يقبل التحدي، متحكم ومسيطر، قنّاص للفرص، ويرى ما لا يراه غيره.

• **الطاووس (المؤثر):** إمكاناته غير محدودة، محافظ، يمكن أن يتأثر بالآخرين، يحب من يقدره ومن يجامله، عاطفي جداً في الغالب، وقد يكون ثرثاراً.

• **الحمامة (المستقر):** له توجه نحو الأشخاص والعلاقات، يفضل العمل الجماعي، متعاون وداعم ومسالم، مخلص وصديق وفي، مرن في تعاملاته، ويحتاج لوقت لتقبل التغيير، يهتم بالآخرين عند اتخاذ القرار.

• **البومة (المطويع):** توجهه عملي تحاليلي، منهجي، يركز على التفاصيل، يتصرف وكأنه موظف مطيع، يأخذ وقتاً طويلاً لاتخاذ القرار. يقوم بالعمل بشكل صحيح بدل القيام بالعمل الصحيح.

محتالو المناسبات يستفلون الدخول الاجتماعي للتسول والسرقة

فتحت مواقع التواصل الاجتماعي الباب لنوع جديد من المحتالين، وفتحت أعيننا عليهم، أولئك الذين يظهرون في المناسبات، يستخدمون الاستعطف كسبيل للوصول إلى جيوب الناس حتى المحتاجين منهم، إذ وتزامن مع الدخول المدرسي زادت حركة هؤلاء، فأوقعوا في طريقهم جميع أطراف المجتمع.

محتالون يستمرون لقب "معوز"

في هذه الفترة التي تشهد حركية اجتماعية كبيرة، حين يعود التلاميذ إلى المدارس والطلبة إلى الجامعات، ويلتزم العمال بمناصبهم بعد الراحة، يزداد الشعور بعبء بعض المسؤوليات، ويحس ذوو الدخل المحدود بمن هم دونهم، أو ليس لهم أي دخل للتكفل بأبنائهم، فيحظى الأيتام والمعوزون بالاهتمام أكثر، من قبل الجمعيات الناشطة والمحسنين، بالمقابل، تبرز فئة متطفلة لتشوش على العملية وتستفيد من التعاطف الكبير الذي يبديه الناس في هذه المرحلة، كما في مناسبات دينية واجتماعية أخرى. هؤلاء التسولون، أو اللصوص المحتالون، باتوا يتخذون من مواقع التواصل الاجتماعي مرتعا لهم، ويعملون باحترافية فائقة ووفق خطط واستراتيجيات مدروسة لاستدراج المحسنين، فيلبسون دور المعوز واليتيم والمتردد...

عادة، يطلبون المال أو الملابس والمؤن والأدوات المدرسية.. الشروق العربي استطاعت أن تكشف سيدة أربيعينية من هذا النوع، تنشر على المجموعات المحلية لفلايسبوك صور أطفال صغار، على أنهم أبنائها وسط بناء

فوضوي يلبسون ثيابا رثة وأحذية من النايلون مهشمة، تطلب من ذوي البر مساعدتها لشراء ملابس وأدوات مدرسية.. والصدمة كانت حينما اكتشفنا

أنها فتاة غير متزوجة تعيد بيع ما يصلها من مساعدات لأصحاب المحلات، وتحتال على المحسنين من بقية الولايات البعيدة لصب المال في حسابها البريدي، أما الصور، فترجع لعائلة معوزة تم اقتطاعها من تقرير تلفزيوني قديم يبث على يوتيوب. في هذا الصدد، تقول الأخصائية الاجتماعية والنفسية مريم بركان: "إن طبيعة الجزائريين وتقاربهم في الوضعية المادية، وروح التضامن التي تعريهم خاصة في المناسبات، ساهمت بشكل كبير في تفشي الاحتيال الإلكتروني وانتشار الانتهازيين الذين يتصيدون جيدا في الأوقات الحساسة، لهذا، من الضروري جدا التقصي حول أولئك الذين يتسولون تحت لقب معوز ویتیم.. أو الاستعانة بالجمعيات الفاعلة التي توزع المساعدات بحسب حاجة الحالات الاجتماعية".



انتهازيون يتاجرون في الوهم ويستهدفون الأولياء والتلاميذ

تراكم على أولياء التلاميذ مصاريف كثيرة في بداية كل سنة دراسية، ويجد الخارجون من عطلة مستنزفة أنفسهم أمام ضرورة الإنفاق على شراء ملابس جديدة، تتناسب والدخول الاجتماعي، واقتناء الكتب المدرسية وحتى الخارجية، إلى جانب شراء مختلف الأدوات والمحافظ.. فوق هذا كله، على الأولياء توفير ميزانية خاصة للإنفاق اليومي على الأطفال من تنقل وإطعام... وبما أن الوضع هكذا في بيوت الطبقة الوسطى والضعيفة التي تشكل غالبية المجتمع، فهي فرصة سانحة لمحتالي المناسبات والانتهازيين لإطلاق عروضهم الوهمية عبر مختلف المواقع للنصب على هذه الفئة، التي سيشدها أي تخفيض في السعر أو هدايا تقدم على مقتنياتهما. السيدة فتيحة، أرملة وأم لخمسة أطفال، أربعة منهم متمرسون عبر مختلف الأطوار، تؤكد أنها تعرضت للنصب مرتين تحضيرا للدخول الاجتماعي: "الأولى عندما قدمت طلبية على باك أدوات بسعر مغر يصل إلى النصف، فطلب مني البائع المحتال تسديد المبلغ عبر البريد.. وبالفعل، تنقلت ودفعت إليه 2999 دج + حقوق التوصيل، ثم قام بحظري عبر فلياسبوك، ولم ألق طلبيتي.. والثانية، عندما ابتعت من مركز تجاري معروف في البلدة مغزيرين لأحصل على مأزر ثالث مجانا، بحسب العرض، وكان السعر مناسب جدا أيضا، وعند وصولي إلى البيت، صدمت فعلا من أن القطع الثلاث غير متقنة الصنع ومن النوعية الرديئة، إضافة إلى إصابتها ببعض الثقوب غير البارزة".

على هذا النحو، يجد الكثير من الأولياء أنفسهم يرمون بالمال خلال محاولتهم الاقتصاد وترشيد النفقات في وجود عدد من الانتهازيين من التجار، الذين وبدل الرأفة بحال المجتمع، يستغلون الفرصة للإطاحة بـ "الثقيل". يحدث هذا بعدما عزف الكثير عن شراء السلع المستوردة وذات الجودة التي يتم مضاعفة أسعارها مع كل دخول اجتماعي.



سلوكات تخدش الرجولة:

رجال ينافسون النساء في سلوكياتهن

لا يختلف اثنان، في أن الكثير من طباع الرجال تغيرت. وهي الحال كذلك بالنسبة إلى طباع النساء، واختلط الحابل بالنابل كما يقال. وموضوع حديثنا اليوم، يدخل في هذا الإطار، لكنه يخص الرجل، إذ الكثير من الرجال، وللأسف، تقمصوا، إن صح التعبير، سلوك النساء، فتراهم يمارسون في مقر عملهم أو تجمعاتهم سلوكات خاصة بالنساء. وهو أمر مؤسف حقا، حينما تنازل الرجل عن رجولته، وأصبح يهتم بالكثير من التفاصيل، التي لا تهتم بها إلا المرأة، وهذا من طبعها.

الذي ينجر عنه في الأخير، خصومات مع الجيران، تصل في بعض المرات، إلى قطع الصلة بينهم. وكان من الأفضل معالجة هذه النزاعات بين الأطفال، على حسب عقولهم، فهم في الأخير أطفال، وتزول من بينهم هذه النزاعات دون أضرار، لو لم يتدخل فيها الكبار. بالإضافة إلى هذا السلوك، نجد كذلك الكثير من الرجال، يقضون اليوم كله في الحي، يراقبون المارة والجيران، وفي بعض الأحيان، يضعونهم في الإحراج، وصنع تجمعات للقليل والقال والنميمة.

هي سلوكات تنافي الأخلاق، سواء قامت بها المرأة أم الرجل، لكنها تصبح مؤسفة حقا، حينما يمارسها الرجل، فهي تخدش رجولته.

أنه سلوك المرأة وليس الرجل، الحديث المطول بينهم من فوق الشرفات، وهو في نظر العديد من الرجال، أمر معروف عند النساء، وليس الرجال.

لكن، وللأسف، ترى العديد من الرجال يتبادلون أطراف الحديث لأوقات طويلة، من فوق الشرفات، التي ربما تكون مساحة للمرأة، أكثر ما هي مساحة للرجل، حتى وإن كان الأمر ليس جيدا لكليهما، لكن أخف الضرر يكون للمرأة دون الرجل.

يضاف إلى هذا السلوك سلوكات أخرى، يعتبرها الرجال ليست من شيمهم، ولا تليق بالرجل، على غرار تتبع الأولاد في الأحياء، والاستماع إلى مشكلاتهم مع أولاد جيران.

يترفع الرجل، في الغالب، عن العديد من السلوكات في حياته اليومية، ويعتقد أنها تخدش رجولته.

لذا، تراه حريصا على عدم الوقوع فيها، وربما يرى أنها سلوكات تخص المرأة دونها. وهذا ربما يدخل في شخصيتها وطبعها، لذا، لا يمكن بكل حال من الأحوال أن يقتفي الرجل آثار المرأة في تعاملاتها وسلوكها.. لكن، في المقابل، ترى العديد من الرجال، يتقمصون هذا الدور في الكثير من الأشياء، والأقوال والأفعال، دون حرج.

من الواجب، معرفة هذه السلوكات من أفواه الرجال، كما يقال، لكي لا يتهم الرجل في سلوكه، ومن بين ما يراه الكثير من الرجال،

بحثا عن الحرية
المزعومة:

زوجات يتنازلن عن أولادهن بعد الخلع

انتشرت ظاهرة الخلع في مجتمعنا، بشكل رهيب، حاله كحال الطلاق كذلك، وهو دليل على أن منظومة الزواج والأسس القائمة عليها تستحق النظر فيها، سواء الأخلاقية أم المادية والاجتماعية. فبالنظر إلى الأرقام، فإنها تؤكد أن هذه العلاقة فشلت فشلا كبيرا، في السنوات الأخيرة. لكن موضوع حديثنا ليس الخلع أو الطلاق عامة، إنما ما بعد الخلع.

عن الأولاد.. لذا، تلجأ الزوجة إلى التخلي ولو نسبيا عن المسؤولية لصالح الأب، مادام هو راضيا عن الفكرة. وهو أمر غريب، تقدم عليه الكثير من النساء اليوم، بحثا عن الحرية المزعومة والتحرر، حتى ولو كان على حساب أسرتها، بل فلذات أكبادها. إن التخلي عن الزوج والأسرة ككل، بحثا عن لامسؤولية إن صح التعبير، أصبح ظاهرة في مجتمعنا اليوم، تقودها الكثير من النساء، بل جعلن منها الهدف في الحياة. وهذا، أمر يستحق الوقوف عنده. فحينما تتخلى الأم عن ولدها أو تتنازل عنه، فالأمر عظيم، ولم يكن يحدث في السابق، بل هو نتيجة لتغير المعطيات والمفاهيم، في المجتمع وعند الكثير من النساء، اللواتي أصبحن يعتقدن أن الزواج حد لممارسة الحياة، ويعطل أحلام المرأة، وأكثر من هذا، أن العديد ممن تزوجن اليوم، يحلمن بالعودة إلى حياة العزوبة، ولو بالخلع، الذي يقع لأتفه الأسباب، وهو دليل على أنه أصبح الهدف عند الكثير من النساء، وليس ضرورة، كما يصورن للمجتمع.

يمكن للمرأة أن تمارس الحياة والحرية في حدودها، دون أن تلجأ إلى الخلع، لكن للأسف، هي ليست الحرية التي تريدها بعض النساء، بل رفعن سقفها، ما يجعل الأولاد عائقا لتحقيق ذلك، بعد الخلع، وهذا ما يدفع بهن إلى التضحية حتى بفلذات أكبادهن.

ففي الغالب، إذ يعتقد الكثير من الناس، وهو الأصح، أن المرأة بعد الخلع تحتفظ بالأولاد، لكن، ظهرت إلى الوجود فئة أخرى، تتنازل أو تتساهل مع الزوج في ما يخص الأولاد. وهذا أمر، لم يكن من قبل.

السؤال الذي يطرح نفسه، ويبقى معلقا: لم تتنازل المرأة عن فلذات كبدها بعد الخلع؟ وهو أمر لا يحصل في الغالب، بل من المستحيل أن تتنازل الأم عن ولدها أو بنتها لأي كان، وهي فطرة الأمومة. ولعل الإجابة قد تكون صادمة في بعض الأحيان، ممن قررن بعد الخلع التنازل عن الأولاد لصالح الأب، أو تتساهل معه، في التعامل معهم، وهي أن الكثير من النساء يعتقدن أنهن طالبن الخلع من أجل التحرر كما يدعين، وهذا لا يتحقق، مادامت هي التي سوف تصبح مسئولة



!!!





نجمة السينما والدراما العربية

جومانا مراد

لمجلة الشروق العربي:

لم أفكر يوما في الاعتزال... وهذا سبب غيابي

نجحت الفنانة السورية جومانا مراد في فرض شخصيتها على الساحة الفنية، منذ أول ظهور لها في مصر، حيث جسدت أدواراً بارزة في أفلام تركت أثراً في ذاكرة المشاهدين مثل (كباريه) و(الفرح) و(الحفلة).. وبالدراما، شاركت بالعديد من الأعمال الناجحة، كمسلسل عملة نادرة مع نيلي كريم وبابا المجال مع مصطفى شعبان ومؤخراً مع يحيى الفخراني، عتبات البهجة، على غرار أعمالها بالدراما السورية. ضيفتنا لا تتوقف عن تقديم الأدوار المميزة، فلديها القدرة على الاختيار جملتها تحافظ على مكانتها طوال سنوات، فهي لا تبحث عن السهل بقدر ما ترى أن الأدوار الصعبة هي التي تبقىها متوهجة.. عن أسباب ابتعادها عن الساحة الفنية وأسباب عودتها في هذا التوقيت، كان لنا معها هذا الحوار.

وفنياً، هل سيغير شيئاً من اختياراتك؟

- ممكن.. مع الوقت، أفكر في ذلك.. فسبحان الله. الحياة أصبحت لها طعم آخر في وجوده.

أحب أن أتحدى نفسي وأثبت لها أشياء كثيرة..

دخلت مغامرة جديدة في «عُتبات البهجة» فما الذي حملك له؟

- ما حملني لهذه التجربة أسباب كثيرة، أهمها أن العمل من بطولة الدكتور يحيى الفخراني، فأنا أحبه جداً وأحب تمثيله، وكنت أتمنى العمل معه وجاءتني الفرصة في «عُتبات البهجة»، والورق مكتوب حلو جداً للكاتب مدحت العدل، وأيضاً المخرج مجدي أبوعميرة، كنت أيضاً أتمنى العمل معه من زمان، و«عُتبات البهجة» جمعتنا، بالإضافة إلى أنني أحب العمل مع المنتج جمال العدل، لأنه يقدم أعمالاً ذات جودة عالية.

كيف رأيت التعاون مع النجم الكبير يحيى الفخراني؟

- استمتعت بالعمل معه جداً، فهو مدرسة في التمثيل والصدق وسهولة الأداء. الكواليس كانت حلوة جداً، وعلى المستوى الشخصي، هو إنسان رائع وجميل، وأنا أحبه جداً.

قدمت دوراً جديداً من خلال «نعناع» فكيف رأيت هذه الشخصية؟

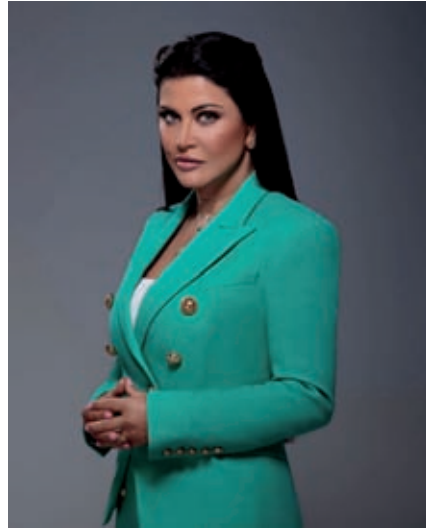
- نعناع سيدة شقيانة، تعيش داخل حارة شعبية، تمتلك (كشكا)، وتبحث عن قوت يومها، وهي صاحبة شخصية قوية، تتحمل المسؤولية، تحاول السيطرة على كل من حولها، وليس زوجها فقط، فهي جبارة، وشخصية فيها تفاصيل وتحولات كثيرة، وهو ما حملني لها كثيراً، ورغم أنني عملت «شعبي» قبل ذلك، ولكن الدور لم أقدمه من قبل.

عرض عليك أكثر من عمل في رمضان، فلم اكتفيت بعُتبات البهجة؟

- بالفعل، عُرض عليّ أكثر من عمل في الموسم الفارط، ولكنني أردت التفرغ لعُتبات البهجة، فالعمل فيه تحدٍ واختلاف كبير، كما شاهدتم، جعلني لا أفكر في أي عمل آخر، كما أن شخصية نعناع شكلت تحدياً كبيراً، فهي مليئة بالتفاصيل التي قد تظهر بسيطة، ولكنها صعبة أيضاً، فتقديم شخصية في إطار شعبي سبق أن قدمت أدواراً كثيرة في نفس منطقتة من قبل، كان يحتاج إلى تركيز، حتى لا يشعر البعض بأن الدور مكرر، فقدمته بشكل مختلف وفي منطقة أقدمها لأول مرة.



الفنانة جومانة مراد رفقة صحفي مجلة الشروق العربي



بداية، ما الأسباب الحقيقية وراء طول فترة غيابك التي فسرها البعض بالاعتزال غير المعلن؟

- لم أفكر أبداً في الاعتزال، لأنني أعشق مهنتي، وغيابي كان سببه رغبتني في تكوين أسرة، وهو ما حققته بفضل الله الذي رزقني ابني «محمد»، وللعلم، لم يمنعي زوجي عن العمل، ولكنني كنت بحاجة لأن أبتعد وأعتني بحياتي الشخصية، وأراجع حساباتي الفنية، ففي أثناء العمل لا يجد الفنان وقتاً لنفسه.

وهل سبب عودتك في هذا التوقيت ما وصلت إليه من استقرار عائلي، أم إن الأعمال التي عرضت عليك طوال الفترة الماضية لم ترض طموحك الفني؟

- طوال الوقت كانت هناك عروض، واتصالات من المخرجين والمنتجين، وكانت هناك أدوار مهمة وأخرى لم أجد نفسي فيها، لكن الأولوية الأولى كانت لابني، وقد شعرت بعد أن كبر نوعاً ما أن الوقت أصبح مناسباً للعودة.

ما الذي غيره ابنك محمد في حياتك؟



العائلية وبيتي، لكنني اضطررت هذه السنة إلى العمل في شهر رمضان، لكي نتمكن من عرض العمل، إلا أن الظروف كانت صعبة جداً. أحياناً يمكن أن يلحقنا العمل إلى البيت، ولكن بمجرد الانتهاء من تصويره، أحاول أن أعوض لعائلي كل الفترة التي غبتها عنها.

أخشى تقديم أدوار السير الذاتية للشخصيات المعروفة

وما الدور الذي تحلمين بتقديمه؟

- أخشى تقديم أدوار السير الذاتية للشخصيات المعروفة، فمن دون شعور من الجمهور، ستحدث مقارنة بين الشخصية الحقيقية وما أقدمه، ووقتاً يكون الحكم قاسياً، ولكن، يمكن أن أقدم شخصية كاتبة أو عالمة غير معروف شكلها وتفصيلها للناس.

هل يمكن أن نشاهدك بالدراما السورية مجدداً، وما رأيك في ما عرض منها هذه السنة؟

- طبعاً، يمكن أن أشارك بالدراما السورية أو بأي دراما عربية أخرى، والجمهور يطالبني دائماً بالمشاركة في مسلسلات سورية.

ولكن لا توجد عروض، وفي حال عرض علي عمل جميل ووجدته مناسباً لي، فسوف أكون سعيدة بالمشاركة فيه، لأنني مشتاقة إلى جمهوري السوري، لكنني لم أتابع أي عمل هذه السنة، بسبب انشغالي بالتصوير.

في رأيك، هل استطاعت المرأة أن تأخذ حقها كفنانه في الوطن العربي؟

- لا، ليس بعد، الفنانة دائماً تظهر بجانب البطل (سنيدي)، وحتى الآن لا تكتب لها نصوص، وقد حان الوقت لأن يتغير كل هذا، وأن نعود لزمان الفنانات فاتن حمامة وشادية، ومن بعدها زمن نيلة عبيد ونادية الجندي، حيث توقف بعد هذا الزمن الكتابة للمرأة.

حالياً، أنت زوجة وأم وفنانة، أين ومتى وكيف تتناقص هذه الأدوار مع بعضها؟

- أنا أحاول أن أعطي كل شيء حقه، وأن أوازن بين عملي الفني وحياتي

هل ما زلت تبحثين عن التحدي في ما تقدمينه؟

- لا أستطيع العيش من دون تحدٍ، والتحدي مع ذاتي أهم حاجة، فأنا أحب أن أتحدى نفسي وأثبت لها أشياء كثيرة.

أميل إلى الشخصيات التي لا تحتاج إلى مكياج لأنني أراه فاصلاً بين الفنان والجمهور

لم تخلت عن المكياج في العام الماضي في مسلسل «عملة نادرة»؟

- وكذلك في الموسم المنتهي، وأشعر بأن المكياج يصنع فاصلاً بين الفنان والجمهور.. وهذا ما صرحت به من قبل، وعدم وجود مكياج يجعل المصداقية أكبر، وأيضاً بحسب الدور، لأن هناك أدواراً تتطلب عدم الظهور بالمكياج، وأنا شخصياً أميل إلى الشخصيات التي لا تحتاج إلى مكياج.

كيف تستطيعين أن تتلوني هكذا في الشخصيات؟

- أشعر بأنني أتحوّل عندما أقف أمام الكاميرا، وأحياناً لا أعرف أنا «عملت الحاجات ده إزاي»، لأنني أصل حالة من التوحد مع الشخصية، أنا شخصياً أستغربه، لكن هذا سببه أنني أحب هذه المهنة جداً، وأعشقها..

ما معايير قبولك أي دور؟

- كثيرة، أولها أن يكون الدور جديداً لم أقدمه من قبل، وأن يكون ممتعاً بالنسبة إلي. ثانياً، وجود مخرج متمكن يستطيع إظهار إمكانياتي الفنية، إلى جانب الاندماج مع الممثلين المشاركين في العمل.

هل تحقيق النجومية السينمائية في مصر كان صعباً بالنسبة إليك، لاسيما في البدايات؟

- جئت إلى مصر نجمة، وقدمت أعمالاً مهمة على مستوى السينما والتلفزيون، مع مخرجين وفنانين كبار، وإلى جانب الظروف الموفقة التي يسميها البعض «حظاً»، كان هناك فكر وذكاء ومجهود شخصي مني، ومصر طول عمرها تحتضن الفنانين العرب، لكن لا يوجد شك في أن تحقيق النجومية أمر ليس بالهين.

ما الدور الفارق في مشوارك الفني؟

- هناك أدوار كثيرة، فمثلاً دوري في فيلم (كباريه) كان نقلة مهمة، وبعده جاء دوري في فيلم (الفرح)، ثم فيلم (الحفلة).. الحمد لله، كنت موفقة في أكثر من دور.

الترفيه والتنفيس على الأمهات ضرورة يقتضيها توازن الأسرة وراحة أفرادها

ممارسة الأمومة الكاملة، مرهقة مرتين أكثر من أصعب وظيفة في العالم، إذ إنها تمضي بدوام مستمر 24 ساعة دون انقطاع، حتى في أثناء نومها تعمل حواسها، بحيث تستجيب لأي أذى يصيب أبناءها، إلى جانب كونها ربة منزل وزوجة تصب عليها المزيد والمزيد من المسؤوليات اللامتناهية، ما يجعلها تهمل صحتها البدنية والنفسية أحياناً، في سبيل راحة أسرته. لذا، عادة ما يوصي المختصون بأن يتولى الشريك مهمة الترفيه عنها ومساعدتها لتجاوز عناء المهمة.

الركيزة المادية في كل بيت، فإن الأم هي الركيزة النفسية لجميع أفراد العائلة، وراحتهم واتزانهم النفسي والعاطفي يتمحور حول وضعها هي، إن كانت متوترة مرهقة وتشعر بالضغط وعدم الاستقرار، فإن كل هذا سينعكس لامحالة على الجميع، من أصغر فرد إلى أكبرهم، والعكس غير ذلك، حقيقة لا تلتفت لها الكثير من الأسر الجزائرية، التي تستمر في مطالبة الأمهات بالمزيد من الجهد، دون محاولة التخفيف عنهن، ولو مرة في الأسبوع، بحسب ما يوصي به الخبراء. تقول الأخصائية النفسية، ن. جوادي: "خوف الأم من أن تنظر إليها أسرته على أنها أنانية، يجعلها تهمل مساحتها الشخصية، ولا تطالب بالتنفيس عنها.. وهذا من الأمور التي تزيد عليها الضغط، ما يجعل عطاءها يبدو متذبذباً وغير كاف، سواء المادي أم النفسي. في النهاية، فاقدر الشيء لا يعطيه، وحاجة المرأة إلى الراحة تمنعها من توفيرها في البيت".

بعيش حالة من المراهقة المتأخرة..".

الشعور بالذنب يمنع أمهات من التمتع بوقت خاص

يعتقد الرجل أن تفسح الزوجة رقعة أطفالها يعتبر رحلة ممتعة مريحة لها، بينما تنظر إليها في داخلها على أنها مهمة متعبة، أكثر من البقاء في المنزل، فهي امتداد لمهامها مع ضغط أكبر، والطريقة الصحيحة، بحسب خبراء، هي تجريدتها المؤقت من دور الأم وجعلها تستمتع كامرأة خالية المسؤوليات، إذ تؤكد الأخصائية النفسية، نادية جوادي، على أنه "من الضروري أن تخصص الأم وقتاً لممارسة هواياتها، والتمتع بنشاطات مثل القيام بتمارين رياضية، أو زيارة الأصدقاء، التسوق.. دون الشعور بالذنب من ترك صغارها مع والدهم أو جدتهم أو المربية، لأن الشعور بالذنب والتقصير تجاه أخذ استراحة للترفيه، يعد أشد ضرراً على النفس من عدم الحصول على ذلك.

استقرار الأسرة وتوازنها من راحة الأم

مثلما يشكل
الوالد

الأم، هي أول من يستيقظ في الصباح، وآخر من يخلد إلى النوم ليلاً، لأن لها دائماً انشغالات منزلية تخص زوجها، بيتها، أو أولادها، في نظرها تعتبر واجبات، وقد تضحي بأوقاتنا الخاصة من أجل ذلك، فكثيراً ما تؤخر تناول إحدى وجباتها، أو تسرق من فترات نومها.. أما التسلية والترفيه، فيمكن أن تغيب كلياً عن برنامج غالبية الأمهات، مع أن الدراسات الحديثة أثبتت أن عدم حصول الأمهات على المساعدة المنزلية والترفيه اللازم، يقصر أمد الحياة، ويصيبهن بمختلف الأمراض، منها الاكتئاب والزهايمر..

اتهامات بالمراهقة المتأخرة!

تواجه الكثير من الأمهات مشكلاً اجتماعياً بالغا، متى انفجست كليا في الإنجاب والتربية، والقيام بأدوار ربة البيت على أكمل وجه، ثم خرجت مجدداً لتحقيق أحلامها وطموحاتها، بعد أن يكبر أبنائها، فقد تصطدم برفضهم القاطع للأمر. تقول السيدة ليندة، 48 سنة، أم لثلاثة ذكور، أصغرهم في الطور المتوسط: "بعد أن كبر أبنائي، وتنظمت حياتي نوعاً ما، بتراجع وتيرة الواجبات، قررت الالتفات إلى نفسي قليلاً، بعد أن أهملت قرابة عشرين عاماً، سجلت في مدرسة خاصة لمراجعة دروس الخياطة والتفصيل لأشغل وقتي، وكشفت الاهتمام ببشرتي وشعري والتعود على الحياة الصحية، سجلت في ناد رياضي أيضاً، غير أنني كلما قمت بخطوة إلى الأمام ثار أبنائي واتهموني



ظاهرة السمنة
عند الأطفال:

تسبب أمراضاً

جسدية حرجية وضفوفات نفسية خطيرة

تعتبر السمنة، من المشاكل المطروحة في السنوات الأخيرة، بل تحولت عند الكثير من الأشخاص إلى هوس، خاصة عند النساء، حيث أصبحت من بين المشاكل المطروحة عندهن، تدفع بهن إلى ممارسة العديد من النشاطات في الحياة اليومية، من أجل التخفيف من هذا الوزن، ومحاولة الحصول على رشاقتهن. غير أن الظاهرة، لم تبق عند النساء أو الرجال فحسب، بل تعدت إلى الأطفال الصغار، حيث انتشرت هذه الظاهرة بشكل كبير بين الجيل الحالي، وهي نتيجة للعديد من الممارسات، والمعطيات الجديدة في الحياة اليومية للأفراد.

ينتج عن هذه الوزن الزائد عند الطفل، الكثير من الأعراض الصحية الخطيرة، على غرار الربو وضيق التنفس، ضغط الدم ومرض السكري، بالإضافة إلى هذا، يتعرض الطفل البدني، إلى مضايقات كبيرة في المجتمع، من تهمز واستهزاء، وهذا يعرضه حتماً لأمراض نفسية، قد تدفعه إلى العزلة والانطواء على نفسه.

لا يمكن لظاهرة من الظواهر، أن تتحقق إن لم توفر لها المعطيات والأسباب، وهذا أمر طبيعي، فلا شيء يأتي من العدم، كما يقال، وهو ما ينطبق على السمنة عند الأطفال اليوم، فبالنظر إلى العديد من الممارسات، فإن الطفل سوف يزداد وزنه لا محالة. وقد أرجعت الكثير من الدراسات الصحية الخاصة بهذا المجال، السمنة عند الأطفال إلى الكثير من الأسباب، سواء تلك المتعلقة بالسلوك أم الجينات وحتى العادات الغذائية، ولعل من بين الأسباب لانتشار هذه الظاهرة، أن الكثير من الأطفال، يتناولون كميات كبيرة من الأطعمة لكنهم يمارسون القليل من النشاطات.. وهذا مضر جداً بالصحة، ولا ينتج فقط البدانة، أي لا يوجد هناك توازن بين الأكل والنشاط الجسدي، إن صح التعبير، أي عدم حرق الدهون، بالإضافة إلى هذا، فإن الأطفال الذين يعانون من البدانة والسمنة، تجددهم في الغالب يتناولون الأكلات التي تحتوي على سعرات كبيرة من الدهون، على غرار البسكويت والسكريات، والمشروبات الغازية وغيرها.

كما يضاف إلى هذا، سبب رئيس لهذه السمنة عند الأطفال اليوم، هي العديد من الممارسات في الحياة اليومية، خاصة بانتشار التكنولوجيا الحديثة من هواتف نقالة وكذا ألعاب الفيديو التي حلت محل الحركة عند الأطفال، فقد تجد الطفل يقضي ساعات طويلة أمام التلفاز، بالإضافة إلى تناوله الطعام وهو يشاهد أو يلعب ولا يتحرك لوقت طويل.

متلازمة الطفل الزجاجي أنا شفاف وغير مرئي

تحديات كبيرة وكثيرة يواجهها الوالدان، اللذان رزقهما الله بطفل مريض جسدياً أو عقلياً أو من ذوي الاحتياجات الخاصة، فالمطلوب منهما، بذل الكثير من الجهد والاهتمام والرعاية لأجله. لكن في خضم كل ذلك الصراع المحموم مع الوقت والظروف المعيقة، قد يقع الأبوان في فخ خطأ فادح، وهو المتعلق بإهمال باقي أطفالهما جراء التركيز فقط على طفلهما المريض، ما قد يُشعر بقية الأبناء بالإهمال وبأنهم غير مرئيين من طرف الوالدين، ما قد يصيبهم بما يسمى متلازمة الطفل الزجاجي.

طفل غير مرئي

متلازمة الطفل الزجاجي، هو مصطلح بدأ استخدامه في عام 2010 بمؤتمر تيدكس الدولي، لما قامت إيسيا مابلز، مدربة الأعمال المعتمدة، لتحكي عن معاناتها الشخصية كأخت لشقيق مصاب بالتوحد.

دراسة بريطانية نشرت في مجلة علم النفس المجتمعي عام 2002، أن هؤلاء الأطفال الزجاجيون أكثر عرضة للإهمال والتجاهل العاطفي، ما يجعلهم يميلون للعزلة ويعانون من الإحساس بالذنب والقلق والتوتر، معرضين أكثر للاضطرابات الصحية العقلية والمشاكل النفسية، لكونهم غالباً ما يكتمون مشاعرهم كي لا يُثقلوا كاهلي أبويهما المنهكين بتحديات رعاية الطفل المريض.

كيف ترعى طفلك الزجاجي؟

ينصح المختصون الأبوين بعدم التركيز على طفلهم المريض ونسيان باقي إخوته. وإنما يجب أن يحظى الجميع بقدر كافٍ من الاهتمام والرعاية. وهذا بتخصيص وقت ومساحة آمنة لكل طفل يشاركه فيها اهتماماته، مع تشجيعه على التعبير عن انشغالاته، والحرص على دعمه وعدم تركه وحيداً في مواجهة تحدياته. وإذا لزم الأمر لابد من استشارة مختص نفسي لتلافي تداعيات تعقيداته النفسية كالعداونية والانتحار.

ووصفت نفسها حينها وكأغلب إخوة ذوي الاحتياجات الخاصة بأنهم أطفال زجاجيون. وكانت تقصد بذلك أنهم مهملون من طرف الوالدين، وكأنهم غير مرئيين أو شفافون كالزجاج. وبالتالي، الأطفال الأكثر عرضة للإصابة بمتلازمة الطفل الزجاجي، هم الذين وُلدوا في بيت فيه طفل من ذوي الاحتياجات الخاصة، أو طفل يحتاج لرعاية طبية يشكل دوري أو لدعم أكثر من إخوته. ومن هنا، يبدأ الطفل الآخر في الأسرة في الشعور بأنه زجاجي، شفاف وغير مرئي بالنسبة لوالديه، اللذين لا يركزان إلا على الطفل المريض، أو بالمعنى المجازي للكلمة، أنه مهمش ومهمل ولا أحد يهتم لأمره.

العالم لا يدور حولك

في عام 2017، عالج المخرج ستيفن شوبسكي متلازمة الطفل الزجاجي في فيلمه السينمائي "ووندر"، المستوحى عن قصة حقيقية لمرافقة لطالما عانت من الإهمال الأبوي، لكونها أختاً لشقيق مولود بتشوهات خلقية، ما جعل والدتها تركز كل حياتها لأجله. ورغم تفهمها للوضع، إلا أنها قالت لشقيقها في أحد المشاهد إن العالم لا يدور حوله. وهذا التناقض في المشاعر، طبيعي بالنسبة لأشقاء الأطفال الذين يعانون من أحد الأمراض أو من إعاقة معينة، إذ أظهرت



أمهات يمنعن أبنائهن عن الشارع

فهل المنزل والمحيط المفلق، يرحم ؟

تمتلك الكثير من الأمهات عن تسريح أبنائهن الصغار وحتى المراهقين من أجل الخروج للعب في الشارع، تفاديا لتعريضهم إلى أي من المهددات التي تفتشت فيه خلال السنوات الأخيرة، حيث أصبح الخارج مكان مربعا وكابوسا للأمهات، بينما للأخصائيين رأي آخر، يجعل المنزل والمحيط المفلق لا يقل خطرا.

عزل الطفل خطأ

يدفع ضربته الأولياء

كشفت الدراسات الحديثة التي يجريها الباحثون في علم النفس والاجتماع، على الأطفال الذين يعيشون في عزلة عن أقرانهم، أنهم عادة ما يكونون الأكثر عرضة للتأخر الفكري والمعرفي، ويسجلون نتائج دراسية متدنية مقارنة بالبقية، عكس ما تعتقد الأمهات من أن إبعاد الطفل عن اللعب في الشارع يحسن من مستواه ويبعده عن المشتتات والمهيات، إذ وضحت ذات الدراسات المتعاقبة أن الطفل في سنواته الأولى إلى غاية 16 سنة، ينهل خبراته ومعارفه الرئيسية، وقناعاته، ومهارات تواصله غالبا من الأشخاص الذين في سن تقارب سنه. يؤكد الأستاذ لزهري زين الدين، باحث وخبير اجتماعي: "عزل الطفل، ومنعه عن التمتع بفرصة الاكتشاف بمفرده ومن خلال علاقاته الخاصة ليس حلا مثاليا لجعله أفضل إطلاقا، عوضا عن ذلك، ينصح بتوفير هامش من الحرية له، على أن يكون تحت المراقبة البعيدة، ويعني بذلك أن يتابع الأولياء صغيرهم وهو في الشارع دون أن يشعر بذلك، مع تحديد مواقيت للخروج والدخول يجب الالتزام بها، كما أنه من الضروري معرفة من يرافق من الأطفال، ومع من يقضي تلك الفسحة خارج المنزل".

في زمن يتحجج فيه الأولياء بمقولة "الشارع لا يرحم" تجتمع الدراسات والأبحاث على أن التواصل الاجتماعي يستمر في كونه ضرورة إنسانية للبقاء، وللتطور، ولا مفر من جعل الطفل يندمج مع محيطه بالأسلوب السليم. فالشارع الذي تنتشر فيه مختلف الأفات الخطيرة، من تحرشات وانحرافات، هو ذاته الشارع الذي يقدم للطفل دروسا في الحياة يعجز أمهر الأولياء وأكثرهم وعيا عن تقديمها، ويضع الطفل في أكثر المواقف التي تصنعها عاطفيا واجتماعيا وإنسانيا.

والتنكيل والقتل، التي تحدث في الشارع، بينما كان الضحية يلعب مع أقرانه، أما الإحصائيات المتجددة، فتتحدث عن أرقام مهولة لأطفال غرقوا في دوامة إدمان المخدرات والمحرمت، ناهيك عن تعلم الكلمات البذيئة والأفعال المشينة.. بالنسبة لبعض الأمهات في هذا الزمن الشارع هو مرتع الانحراف، ولا يجب التساهل مع فكرة ترك أبنائهن يقتحمونه، لذلك، يوصدن الأبواب ويوفرن المغريات على اختلافها داخل محيط ضيق ومفلق، كي لا يبحث الصغار عن مهرب، ما دام في أيديهم أجهزة إلكترونية متنوعة غاية في التطور وألعاب لا

تحصى ووسائل الراحة، مع هذا تظهر عليهم آثار اضطرابات خطيرة، تفسرها الأخصائية النفسية كريمة رويبي: "ليس هذا ما يحتاجه الطفل ككل، فكونه بشرا، يلزمه الاحتكاك بالآخرين، وتطويع مهاراته

زادت مؤخرا حملات التوعية، التي باتت تشغل مواقع التواصل الاجتماعي، تحذر الأولياء من خطر الشارع على أبنائهم، وتدعوهم لإبعاد أبنائهم عنه، في المقابل، تقدم حولا بديهيّة أدهى وأمر من جعلهم يتحملون مسؤولية المراقبة والمتابعة والتفرغ للطفل، بينما يقضي وقته الخاص بحرية، بدلا من إلقائه للشارع ليقتضي الأولياء وقتا خاصا.

ماذا ينتظرهم في الشارع

تخطرنا نشرات الأخبار عن حالات الاختطاف



الغاسلايتنغ

زوجي يستخدم الإساءة الغازية للتفطية على غرامياته

من قفص الزوجية إلى مصحة نفسية

خلف الأبواب المغلقة للكثير من العلاقات الزوجية، تعاني النساء من إساءة الإساءة الغازية، التي ينتهجها الأزواج مع الكثير من الزوجات. لكن القليل منهم من تنجح في إثبات الحالة والخلاص من المتلاعب، مثلما فعلت زينة، 29 سنة، التي كانت متزوجة من رجل وصفته بأنه: "نرجسي ومتعدد العلاقات اللاشرعية، ولطالما ضبطته بالجرم المشهود.. ولكنه في كل مرة كان يخلق الأكاذيب المحبكة، ليُراوغني ويُظهرني بمظهر الشكاكة المريضة بجنون الارتباب، خاصة أمام أهلي، الذين كادوا فعلا يصدقونه.. لقد أوصلني إلى حافة الجنون، وكان يصفني دائماً بـ"الموسوسة والمسوسة".

لذلك، كان يجلب لي الرقعة إلى المنزل، ويصطحبني للعلاج في مصحة نفسية.. ولولا تدخل أختي الصغرى التي استطاعت توثيق خياناته لي بالصوت والصورة، لكنت الآن في مستشفى الأمراض العقلية. ولكني خلعتي وظفرت بسلام نفسي عجيب."

اقطع العلاقة

لمواجهة تكتيكات الإساءة الغازية، ينصح الخبراء بتقليل التواصل مع المتلاعب أو قطع العلاقة معه، إن أمكن ذلك طبعاً، والا، فلا بد من توثيق ما يمكن توثيقه من إساءة، وطلب مساعدة أطراف محايدة موثوقة، ليُبرهنوا لك أنك لا تتوهم وغير مجنون ثم طلب مساعدة نفسية.

المضلل، مقارنتها بالآخرين من منطلق تقليل تقديرها لذاتها.. وكل هذا، بهدف جعلها تشك في قدرتها السليمة على إدراك الواقع وفي ذاكرتها، أو في أسوأ الأحوال، سيقنعها بأنها مجنونة، أو يدفعها إلى ذلك فعلاً، ليُحكم سيطرته عليها.

الإساءة الغازية.. متلازمة زوجية

الإساءة الغازية كسلوك إساءة نفسية وعاطفية، يمكن أن يتعرض له الإنسان في إطار أي شكل من أشكال العلاقات الإنسانية، أي في علاقات العمل، الحب، الأبوة والأمومة الخ.. لكن، يعتبر الزواج أكثر علاقة يمكن أن يقع فيها الشخص تحت طائلة الإساءة الغازية. ففي مقال عنوانه "الإساءة الغازية.. متلازمة زوجية"، درس عالمان نفسيان علاقات بعض الأزواج خارج نطاق الزواج، ووضحا كيف يمكن للرجل أن يحاول استخدام الإساءة الغازية للتفطية على غرامياته. وهذا، عبر إقناع الزوجة بأنها تتوهم وتتحيل بدلاً من الاعتراف بخيانتها، فحتى وإن جمعت كل الأدلة الدامغة التي تؤكد أنه على علاقة بامرأة أخرى، فإنه يُنكر ذلك بشدة، ويتهمها بالجنون والشك المرضي. وخلص الباحثون إلى أن هذا النمط من الإساءة سوف يؤثر على الصحة العقلية للزوجة."

لقد تحدثنا في مواضيع سابقة عن الكثير من أشكال الإساءة النفسية، التي يمكن أن يتعرض لها الشخص في إطار أي علاقة عاطفية أو زوجية، كتفجير الحب والتمزج الزوجي وغيرها. وفي هذا الإطار، سنتكلم عما يسمى إساءة الغاز، التي تُعد واحداً من أساليب التلاعب النفسي، التي يحاول من خلالها الكثير من الأزواج، التأثير على عقل الزوجة وإيهامها بأنها مجنونة أو مريضة نفسياً، للسيطرة عليها أو للتفطية على خيانتها أو علاقة غرامية سرية.

تلاعب بأضواء الغاز

الغاسلايتنغ gaslighting أو الإساءة الغازية، هو مصطلح مأخوذ عن مسرحية ضوء الغاز، التي عرضت في لندن عام 1938، التي تدور أحداثها حول زوج يتلاعب بزوجه، كي ينتهي بها الأمر للإصابة بالجنون. وهذا، بغية الاستحواذ على ثروتها، فيعتمد إلى خفت الأضواء الغازية بمنزلهم، ثم عندما تلاحظ زوجته ذلك وتسأله إن كان ما تراه حقيقياً، يُنكر حدوث ذلك ليجعلها تعتقد أنها تتوهم أو مصابة بالجنون. وهي القصة التي تحولت عام 1944 إلى فيلم، أدرجته مكتبة الكونغرس في السجل الوطني بالنظر لأهميته الثقافية والتاريخية.

أنت موهوم أو مجنون

أما علمياً، فإن الإساءة الغازية، مصطلح يستخدمه علماء النفس للإشارة إلى نوع من أنواع الإساءة النفسية الخطيرة، التي يقوم من خلالها المتلاعب بالتلاعب بعقل ضحيته، عبر زعزعة ثقتها بنفسها، وإهانتها وإضعافها والتشكيك في قدراتها العقلية، وإيهامها بأنها مجنونة أو غير طبيعية. وهذا، بهدف جعلها بحاجة دائمة إليه، للحصول على الدعم العاطفي منه، فيسهل عليه استغلالها والسيطرة عليها، أو للتفطية على أخطاء يرتكبها، ولتحقيق غايته، يستخدم المتلاعب عدة أساليب كحجب المعلومات عن الضحية، أو تحويرها بما يتلاءم مع ما يُريدها أن تتوهمه، الكذب، الإساءة اللفظية، التقليل من قيمتها، لومها والتشكيك في ذاكرتها وفي قدراتها العقلية وصحتها النفسية، التوجيه

"السريع" مفهوم آخر لقوارب الموت

حافلة البحر تنقل آلاف الشباب إلى الضفة الأخرى والحرقة تستهوي المثقفين والعائلات



"السريع"، المركب الذي يشق أهوال البحر بسرعة مجنونة، لا يعترف بالطقس كثيرا ولا يهمه التوقيت، أصبح يحمل اليوم بعض أعلام وبعض أوهام آلاف الشباب والعائلات من شمال إفريقيا، ليضمها بعد حوالي ساعتين فقط، على ضفاف أوروبا التي ضاقت ذرعا بتدفق وافديها اللامحدود خلال بضعة أشهر الأخيرة.

مختلفة، بعث إلى جانب كل ممتلكاتي من سيارة وأدوات كهربائية، ثم تخلت زوجتي عن خبرتها في التعليم التي فاقت 9 سنوات، لم يكن هناك مجال للبقاء في الوطن.. لذلك، اخترنا أكثر وسيلة آمنة، وهي ركوب "السريع" بـ 120 مليون للمقعد الواحد، بعدما تحصلنا على رفض التأشيرة".

بعد قربهم من الحلم حراقة يروجون للسريع عبر المواقع بقصص نجاحهم

يقول أحدهم: "من اشتاق إلى أمو، مارسيليا تلمو"، فهذه المدينة التي تنتهي بها فرنسا على ضفاف المتوسط، أصبحت مزارا للحراقة، الذين تتعفن أرواحهم من رطوبة المناطق الأخرى، فيلجؤون إلى حيث القليل من الشمس، ورائحة أوطانهم، التي لا يملكون العبور إليها من دون وثائق، هناك يلتقي الحراقة القادمون عبر السريع يتبادلون قصصهم ورواياتهم عن تجارب الحراقة الناجحة، ويصورون مقاطع فيديو تنتشر كالنار في الهشيم على مواقع الإنترنت، فايسبوك وتيك توك، يوتيوب وأنستغرام، لتؤثر في كل من يمتلك نية الهجرة، وحتى في أولئك الذين لم يفكروا فيها بجدية، حتى أصبح "السريع" أو الحراقة باهظة الثمن الخيار الأول دون حتى أي محاولة للحصول على تأشيرة أوروبية..

في محل لصناعة الحلويات التقليدية التونسية، تمكنت من إيجار سكن خاص أستقل فيه براحتي".

120 مليون، أي مغامرة تستحق؟

للحصول على مقعد في "السريع"، يجب أن تحدد الميزانية، فهي التي تتحكم مبدئياً في مدة الرحلة من خلال المحرك الذي سينقل الجماعة، ابتداء من 80 مليوناً إلى غاية 160 مليون، سيكون كل فرد على علم بمستوى الأمان والسرعة، وبعض الظروف التي ينتقل فيها الحراق باتجاه شواطئ إسبانيا على الأغلب، أو فرنسا، وندارا إيطاليا، وتظل هناك معطيات أخرى تتعلق بالحظ، من سيغادر ضمن الفريق عبر "السريع"؟ وكم شخصاً ومن يقود الرحلة؟ أما الطقس وحالة البحر، فشان مختلف تماماً. هذه التحديات تضاف إلى المبلغ المبلغ الذي قد يتضاعف مرتين أو ثلاثاً أو أكثر، إذا كان "الحراقة" من عائلة واحدة، وتجعل من قرار ركوب السريع مغامرة مجنونة، تدعو إلى التساؤل: من أين يحصل بطل على المال؟ ولماذا يهاجر بطريقة غير شرعية من يمتلك هذا المبلغ؟ سؤال يجيب عنه نذير من العاصمة، الذي ركب السريع قبل أشهر، رفقة زوجته وابنه ذي السنتين: "كان لي محل صغير لتجارة ملابس الأطفال، بعد عدة محاولات فاشلة لمشاريع

كانت تسمى غربة، حين كان الوصول إليها بقوارب الموت، أما امتطاء قارب يعبر صفتين في سويغات قليلة، بسرعة فائقة وبدرجة عالية من الأمان، فقد نقل نصف أوطان اجتمعت هناك متحدية بعد الأهل فهونت عليها غربتها وتأقلمت معها مجبرة.

نساء يأمن السريع

نساء ورجال، راشدون وقصر، فرادى وأسر، اختاروا الحراقة نحو واقع ومستقبل مجهولين، بعدما وجدوا الوسيلة شبه الأمانة لذلك، ثم في مغامرة أطول، وربما أشد خطراً من الحراقة بحرا، يجوب الحراقة مدناً للوصول إلى مناطق التمرکز، على غرار باريس وليون المدينة الفرنسية الغائرة في قلب فرنسا، أين يصبح على الجميع الظفر بعمل في أقرب وقت لتوفير أدنى ضروريات العيش، بعدما باعوا كل ممتلكاتهم في الوطن.. تتحدث مايا، ذات سبع وعشرين سنة، عن تجربتها: "بعد طلاق والدي، فكرت في الحراقة منذ سن 19، ترددت خوفاً من الموت، تخرجت بامتياز، ثم أنشأت مشروعاً بقرض كناك، وعملت حتى جمعت بعض المال، وأخذت أتابع تطورات الهجرة غير الشرعية، فوجدت نساء من مختلف الأعمار يركبن "السريع".. لم أتردد في بيع عتاد ورشتي لصناعة مواد التجميل وغادرت في رحلة مرهقة محفوفة بالمخاطر، وبعد سنة من العمل الشاق





مع بداية الموسم الدراسي

كيف تتفادي الأمهات الموظفات جلد الذات؟

في معظم الأوقات، وبالأخص مع بداية الموسم الدراسي، تُصارع الأم العاملة نزاعات محمومة بين مسؤولياتها كأم وزوجة وبين مهامها المهنية كسيدة موظفة، فتتقاذفها مشاعر متضاربة من الإحساس بالذنب والتقصير وجلد الذات الذي ينخر سلامتها النفسية وقد يطال حتى صحتها الجسدية. لهذا، من الضروري جدا أن تحسن الأمهات العاملات التعامل مع أحاسيس جلد الذات وتتعلمن كيفية العناية بأنفسهن.

عتاب الذات

أظهرت دراسة أجرتها منظمة ومنكايند على مجموعة من النساء أنهن يمارسن جلد الذات بمعدل 8 مرات يوميا لأسباب مختلفة، منها عجز الكثير من الأمهات العاملات عن خلق توازن بين متطلبات الوظيفة، وبين أمومتهم، خاصة مع بداية الموسم الدراسي الذي يستلزم متابعة متواصلة للأبناء، فتدخل الكثير من الموظفات في حالة مما يسمى بجلد الذات self-flage-lation الذي يعني لوم النفس وعتابها بشكل مستمر واتهامها بالفشل والخيبة وعدم القدرة على النجاح مع إذلالها وتحقيرها، والتقليل من قدر الإنجازات التي تقوم بها الأم الجالدة لذاتها، سواء على الصعيد المهني أم الاجتماعي، فتشعر بأنها مقصرة في حق أولادها، وبأنهم محرومون من حنانها ورعايتها الكاملة لهم، لأن وظيفتها تسرق الجانب الأكبر من وقتها، خاصة إذا تراجع مستواهم الدراسي. وكل هذا سينعكس

بالسلب على نفسيتهن. فقد تفقد ثقتهن بأنفسهن وإيمانها بأهدافها وخياراتها في الحياة، ما قد يُصيبها بالإرهاك النفسي والجسدي أو حتى الاكتئاب والانهيار العصبي.

لن تكوني سوبر ماما

أولى خطوات الخلاص من مشاعر جلد الذات تكمن في: • اقتناع الأم الموظفة بأنها ومهما حاولت، فلن تكون السوبر ماما التي تستطيع بقوتها الخارقة فعل كل شيء بصفة مثالية. فهامش التقصير لا يمكن تفاديه، لأنك بشر بقدرات محدودة. لهذا، لا داعي لتلومي نفسك على أي خطأ أو خيبة أمل قد تواجهينها في مسيرة تربيتك لأولادك، في ظل احتفاظك بمنصب عملك. • تذكري وعددي دائما مميزاتك ونقاط قوتك وإنجازاتك التي قمت بها على مدار حياتك كأم وزوجة وموظفة. فهذا، كفيلا برفع معنوياتك

وزيادة ثقتك بنفسك واحترامك وتقديرك لذاتك. • اعتني بنفسك مثلما تعتنين بعملك وبأولادك وزوجك. فاخرجي للطبيعة وخذي نفسا عميقا ومارسي الرياضة والتأمل للتخلص من الضغوط. • فكري في الخالق وخصصي وقتا لعبادته واهتمي بالجانب الروحاني لتقوية إيمانك وزيادة صلابتك النفسية. • اطلبي الدعم والمساعدة من زوجك وأهلك وزملائك في العمل. واستعيني بمربية لأطفالك أو جليسة لهم ولوبيين الحين والآخر. • قد يقترن ويتراشق جلد الذات المبالغ فيه باضطرابات نفسية، كعدم تقدير الذات والشعور بالدونية. كما قد تنتج عنه مشاكل نفسية كالانقباض والتوتر والاكتئاب. لهذا، من الضروري طلب مساعدة طبيب مختص ومخالطة الأشخاص الإيجابيين لمشاركتهم همومك.



إجلالهم أولاً إلى تلمسان وإلى مستشفى مايو بالجزائر العاصمة.

يوميات امرأة خارقة

لكن كان عليها أولاً أن تعود إلى مسقط رأسها رأس الماء (بيدو سابقاً) في عام 1962 لتعمل هناك بدوام كامل في منزل أتاحه لها شخص يدعى لامارا زواوي، حولته إلى مستشفى مؤقت لاستقبال المرضى من المنطقة. لكن، بعد أقل من عام، أي في عام 1963، تم استدعاؤها إلى مستشفى سيدي بلعباس، بسبب ارتفاع عدد الأطفال المرضى هناك. وخلال إقامتها في رأس الماء، ساعدت بشكل كبير في تدريب حوالي عشر ممرضات في المنطقة، كتبت لهن مسيرة حافلة في التمريض. تم تكريم الممرضة المجاهدة وأول مظلية في الجزائر المستقلة، فاطمة غالي في نادي الطيران سيدي بلعباس يوم 8 مارس 2016، بمناسبة اليوم العالمي لحقوق المرأة. توفيت السيدة فاطمة يوم 4 أبريل 2020 عن عمر يناهز 80 عاماً بعد حياة غنية ورحلة مثيرة.

الوحيد في الجزائر، الذي لم يتوقف عن العمل بعد الاستقلال، حيث قرر عدد كبير من المراقبين والمدرسين الفرنسيين البقاء في الجزائر بعد عام 1962، وواصلوا القيام بمهمتهم النبيلة تجاه الأجيال الشابة في الجزائر المستقلة. بعد الاستقلال، هناها الرئيس بن بلة بعد القفز بالمظلة في الجزائر العاصمة من ارتفاع شاهق يصل إلى 3000 متر. عند الاستقلال، كانت من بين أوائل الممرضات اللاتي اعتنن بالأطفال، وشعرت بأنها مجبرة على إجراء اختبار القيادة الذي نجحت في الحصول عليه، وبالتالي، أصبحت من أوائل النساء اللاتي قدن سيارة في سيدي بلعباس. وعرفت السيدة الموساوي برحلاتها المكوكية العديدة، بمفردها على متن مركبتها الخاصة، وكانت رحلاتها تربط بين بيدو في سيدي بلعباس إلى تلمسان سنة 1962، أو من سيدي بلعباس إلى الجزائر العاصمة بعد 1965. وفي كلتا الرحلتين، كانت السيدة فاطمة تقوم بنقل الأطفال المرضى، الذين كان لا بد من

الموساوي فاطمة قصة أول مظلية جزائرية

فاطمة الموساوي، اسم لا يعني الكثير بالنسبة للكثير منا، لكنه اسم يجب أن يحفظ في ذاكرتنا الجماعية.. صاحبه لم تشتهر في الفن والثقافة، بل كانت أول مظلية في الجزائر، نعم امرأة تقفز من علو شاهق، مرتدية فخرها واعتزازها ببلدها، في زمن لم يكن للمرأة حظ وافر. الشروق العربي، تسرد قصة امرأة جمعت لوحدها أكثر من مهنة وحكاية، ثائرة طائرة معالجة.. وفوق كل هذا وذاك، مجاهدة.

الموسوي فاطمة ني غالي، أول مظلية في الجزائر...

بدأت قصة المجاهدة الموساوي فاطمة في سبتمبر 1959، وهو تاريخ اجتيازها امتحان القبول بمدرسة التمريض لقسم وهران... نشاطها الثوري يتزامن من بداية عملها كممرضة، حيث تعرضت للتعذيب في البيت الكائن بشارع زبانة بسيدي بلعباس، الذي كان يعرف قبلاً بشارع الماريشال جوفري. حدث هذا عام 1961، تهمتها كانت مساعدة المجاهدين وتزويدهم بالأدوية. خلال مسيرتها المهنية كممرضة، تتذكر السيدة فاطمة ما حدث ذات يوم من أيام الثورة، حين تم استدعاؤها لبتز ساقى مجاهد يدعى السي نور الدين، الذي أصيب مع بعض الثوار في كمين نصبه الاستعمار الفرنسي لهم في غابة بيدو بسيدي بلعباس، وهذا في درجة حرارة تقارب الصفر.

بفضل الله وبفضل مساعدتها له، السيد نور الدين نجا من الموت وعاش طويلاً بعد الاستقلال.

وتملك السيدة فاطمة شهادة اعتراف موقعة من طرف قائد المنطقة آنذاك، السي فضيل، لمساهمتها الكبيرة في الثورة ومقابل كل خدماتها لمساندة إخوتها في الثورة المجيدة.

امرأة بلا جناحين

كانت تبلغ من العمر 23 عاماً، عندما بدأت دروس القفز بالمظلات في نادي الطيران بسيدي بلعباس. ربما كان هذا الأخير هو مركز الطيران



حافظن على المراتب الأولى لحفظ القرآن:

شابات جزائريات يصدحن بكلام الله في كل الأقطار

تحافظ الجزائر، في كل سنة، على المراتب الأولى لحفظ القرآن، حيث تكون حاضرة في أغلب المسابقات، التي تعنى بحفظ كلام الله عز وجل، في الكثير من الدول، وأصبح الفوز بالجائزة الأولى لهذه المسابقات، سنة حسنة، عند شباب وبراعم الجزائر، وهو دليل واضح وصريح، على اعتناء الجزائر، بمدارس تعليم القرآن وتفسيره، ودليل كذلك، على أن الشباب الجزائري، من كل الأعمار والمستويات، يهتم بالعلوم الشرعية والدين. ولعل موضوع حديثنا، في مجال حفظ القرآن، هو اهتمام الجنس اللطيف بالعلوم الشرعية، حيث تحصلت أسماء شابة مؤخرًا، على المراتب الأولى في العديد من المسابقات التي نظمت في بعض الدول.

أجل الفوز بها، ولتبرهن، كغيرها من الشباب الجزائري، على الاهتمام بالقرآن الكريم حفظًا وتفسيرًا.

إن هذه النتائج المتحصل عليها في مجال حفظ القرآن، من طرف الطلبة والطالبات الجزائريين، لهو دليل صريح على الاهتمام الذي توليه الجزائر لهذا المجال، سواء المتابعة أم الدعم، للمشاركة في مختلف الفعاليات الخاصة بحفظ القرآن في كل الدول. وسعي الشباب الجزائري للحفاظ على سنة التتويج في مختلف فعاليات الحفظ في كل بقاع العالم.

على روح الاجتهاد للحفاظ على حضور الجزائر في هذه الفعاليات الخاصة بالقرآن، التي تنظم دوريا في العديد من الدول.

كما كانت الطالبة ياسمين ولد دالي، 18 سنة من المدينة، حاضرة في مسابقة التبيان الدولية للقرآن الكريم في الولايات المتحدة الأمريكية، واستطاعت أن تنال المرتبة الأولى في فئة الإناث، لتضيف بذلك جائزة أخرى، لحفظ كلام عز وجل، وتؤكد أن الجزائر حاضرة في هذه المحافل الدولية للعلوم الدين والشريعة وحفظ القرآن، ليس من أجل المشاركة فحسب، ولكن من

فقد استطاعت الشابة أمينة يخلف من مدينة "المدينة" أن تتوج بالجائزة الأولى لحفظ القرآن التي نظمتها دولة تنزانيا، وهي مسابقة دولية خاصة بالإناث، تنظم في دار السلام، من طرف رابطة العالم الإسلامي، بالتعاون مع المجلس الأعلى للمسلمين، في دولة تنزانيا بمشاركة متسابقات من 11 دولة. وبالعودة إلى مسيرة أمينة يخلف، فقد أتمت حفظ القرآن في سن 12 سنة، بمسجد حمزة ببلدية العمارية ولاية المدينة. ويعتبر هذا التتويج بمثابة تشريفا للجزائر في علوم الشريعة والدين وحفظ كتاب الله، ودليل



منتجات طبيعية تنافس الشركات الأجنبية

تتركة كوسلام لمستحضرات التجميل عامان من النجاح في الجزائر وحلم الأسواق العالمية قاب قوسين

عرفتموها بلوريان، واسمها الآن كوسلام.. هما اسمان لشركة واحدة، بنفس جديد، وهوية جزائرية محضة، فلسفتها منتج بلادي، وطموحها إرضاء المرأة الجزائرية بمنتج راق وفعال وطبيعي.. ثلاثة في واحد، توليفة نادرة، لا يجيدها سوى فريق جزائري رفع التحدي، وصار ينافس بمستحضراته العلامات الكبرى.

التجميل بحد ذاته، بل المستهلك الذي لا يثق كثيرا في منتج بلاده. لذا، كان هدفنا الأول أن نقنع الفرد بأن منتجات لوريان ذات جودة عالية، بدءا بالمقربين وأصحاب الخبرة في المجال. وبمجرد أن عرضنا منتجاتنا بثقة عالية لقيت الإعجاب والاستحسان. وكانت التعليقات الإيجابية على صفحاتنا الرسمية على مواقع التواصل الاجتماعي سر سعادتنا.

وإيمانه العميق بالفكرة، كلل بميلاد شركة مستحضرات تجميل 100 بالائة جزائرية. البدايات الصعبة في النهاية، ليست سوى محطات تصقل الروح وتجعل الإنجاز في النهاية أكثر إشراقا وعمقا.

سوق مستحضرات التجميل سوق تنافسية، كيف رفعتم التحدي؟

العقبة الأولى ليست سوق مستحضرات

كيف كانت بداية لوريان؟

كانت بداية لوريان، ككل البدايات، نجاحا محفوقا بالصعوبات، والتحديات والمشاكل، ما ظهر منها وما بطن. قصص فشل تحاول أن تشيك عن الحلم، وسوق موازية تقتل كل منتج في المهد.

لكن، بالعزيمة والإصرار، والدعم المادي والمعنوي لكثير من الأهل والأصدقاء وخبرة فريقنا الشاب،



بعد عامين من التواجد في السوق الوطنية، كيف تقيمون تجربتكم؟

بعد عامين، يمكننا أن نقول بكل فخر إن تجربتنا كانت مليئة بالإنجازات. كانت مدة كافية لفهم ديناميكيات السوق واحتياجات العملاء بشكل أعمق، واكتساب خبرة قيمة في تطوير المنتجات وتحسين جودتها.

لوريان، اشتهرت بمستحضرات العناية بالشعر، فهل لديكم مستحضرات خاصة بالبشرة؟

نعم، بعد أن حققت شركتنا نجاحًا ملحوظًا، في تقديم منتجات العناية بالشعر، قررنا خوض تجربة مستحضرات العناية بالبشرة. فنحن نؤمن بأن العناية الشاملة بالجمال تبدأ من البشرة، لذلك، طورنا مجموعة من المنتجات تعتمد على استخدام مكونات طبيعية وفعالة. نحن نسعى إلى تقديم منتجات تحافظ على صحة البشرة وتوازنها، تمامًا كما فعلنا مع منتجات الشعر، مع الالتزام الدائم بالجودة والنقاء في كل منتج.

ما سر نجاح مستحضرات كوكو؟ سر نجاح كوكو هو الجودة والفعالية.

أعلنتم مؤخرًا عن تغيير اسم لوريان إلى كوسلام، لم هذا التغيير؟

هذا التغيير إداري بحت، والسبب أن اسم شركتنا له نفس الحروف الثلاثة الأولى لاسم شركة عالمية ومعروفة. هذا التغيير يأتي تماشيًا مع رؤيتنا المستقبلية ورغبتنا في تعزيز هويتنا في سوق مستحضرات



الأخيرة، راجا كبيرًا في العالم.. فهل لديكم خطط للتصدير إلى الخارج؟

بالتأكيد، فطموحنا لا حدود له. فنحن نسعى جاهدين بأن يكون منتجنا متوفرًا في كل ربوع الوطن، والتصدير نحو إفريقيا عبر بوابة ولايات الجنوب كبير. رؤيتنا المستقبلية واضحة، وهي أن نشهد انتشار منتجات كوسلام في الأسواق والمعارض العالمية، تحت راية منتج جزائري، كما فعل الكثير من أبناء هذا الوطن الغالي.

كلمة أخيرة..

شركتنا شركة فتيّة، رأسمالها الشباب الجزائري، المؤمن بأن التوفيق والنجاح من عند الله، وسلاحه الثقة في النفس، التي هي سر نجاح كل مشروع حقيقي، دون أن ننسى الدعم الكبير لمجمع الشروق لنا، الذي منح نفسه جديدًا لمنتجات كوسلام، حيث فتح لنا أبوابه وله منا كل الشكر والعرفان.

التجميل.

ما جديد كوسلام لهذا الدخول الاجتماعي؟ مع بداية هذا الدخول الاجتماعي، يسعدنا أن نعلن عن إطلاق مجموعة جديدة من المنتجات، التي تجمع بين الابتكار والجودة العالية التي تميز علامتنا. هذه المجموعة الجديدة، تم تصميمها خصيصًا لتلبية احتياجات عملائنا خلال فترة الانتقال من الصيف إلى الخريف.

كيف تقيمون سوق مستحضرات التجميل والعناية بالشعر والبشرة في الجزائر؟

سوق مستحضرات التجميل في بلادنا سوق واعد، والفرص فيه كثيرة من خلال تجربتنا البسيطة، ننصح شبابنا بخوض هذه التجربة.. وبهذا، سيساهم في تعزيز الاقتصاد الوطني وفي تنويع المنتج المحلي.

تشهد المنتجات الجزائرية، في الآونة

الممثل فوزي بن ابراهيم لمجلة الشروق العربي:

هذا ما استفزني لتقديم مسلسل دموع لولية



لا يمكن أن يكون الفنان فناناً، إلا إذا كان لديه حس إنساني عال جداً، بهذه الكلمات يصف فوزي بن ابراهيم نفسه كإنسان وفنان في شخصية واحدة لا يمكن الفصل بينها. وإن ترعرع في بيئة فنية، إلا أنه صقل موهبته بالعلم، وأثبت حضوره من خلال أعماله المميزة، إذ بعد من بين الوجوه القوية في التمثيل، سواء على الشاشة أم على خشبة المسرح، مشاركته هذا العام في مسلسل "دموع لولية" جعلته محل إبطاء العديد من المتابعين من خلال الكاريزما القوية والأداء المتميز في الدور الذي تقدمه. عن مشواره وأعماله الفنية، كان للشروق العربي هذا اللقاء الخاص..

نادراً ما نراك بلباء عبر مختلف الوسائل الإعلامية، لماذا أنت مقل بظهورك الإعلامي؟

- من الضروري للفنان أن يظهر في الإعلام عندما يكون للأمر داع، أما الظهور المجاني فيشبه الثثرة، وأعتقد أن الظهور في التوقيت الصحيح والحديث عن أمر مهم وحقيقي أفضل من كثرة الكلام.

هل تعوض ذلك بمواقع التواصل الاجتماعي؟

- لا أبداً.. لأن وجودي عبر هذه المواقع ليس لطرح أفكار أو منشورات للتعبير عن وجهة نظر سياسية أو اجتماعية معينة، بل مجرد حالات تتعلق ببعض الصور، حول عمل ما أقوم بتصويره.

ظهورك الأخير بمسلسل دموع لولية ربما يراه الكثير نقطة تحول إيجابي بمسيرتك الفنية.. ما الذي شجّعك لتقديم هذا العمل؟

- هناك أشخاص في الحياة يواجهون الحقيقة وآخرون يختبئون منها، وذلك يورطهم في الكذب وعدم الاعتراف بالحقيقة، وهو ما حدث لـ "فارس"، الذي قدّمت شخصيته في مسلسل "دموع لولية"، فهو ليس إنساناً شريفاً كما يعتقد البعض، بل تورط في عالم مع أشخاص يعتمل الشر بداخلهم، وهذا ما استفزني لتقديم المسلسل، بالإضافة إلى الفنانين المميزين المشاركين معي في العمل.

المسلسل تعرّض لانتقادات عبر مواقع التواصل الاجتماعي.. هناك من يقول إنه يشبه إلى حد ما مسلسلاً تركيا، والبعض يقول إنه يشبه فيلم الباطنية للممثلة نادية الجندي... ما رأيك؟

- للأسف.. أنت تتحدث مع فنان بعيد كل البعد على هذه الانتقادات التي تتحدث عنها، وهذه الآراء تخص المشاهدين ومتابعي المسلسل ولا دخل لي بها.

وسائل التواصل الاجتماعي أصبحت جزءاً من حياتنا كفنانين

هل تزعجك تعليقات رواد منصات السوشيال ميديا أحياناً، وكيف تتعامل معها؟

- كما قلت لك ببداية لقائنا، وسائل التواصل الاجتماعي أصبحت جزءاً من حياتنا كفنانين، لكن التعليقات التي تصلني عبرها لا تزعجني أبداً ولا أعيرها اهتماماً، وأعتقد أنني أقل النجوم الذين يتعرّضون للانتقادات من خلالها، والفضل في ذلك يعود إلى محبة الجمهور الكبيرة لي.

في ظل انتشار مسلسلات الـ 15 حلقة عبر

المنصات الرقمية المختلفة، وحتى التي تعرض عبر القنوات الفضائية كمسلسل دموع لولية، الذي كان من 20 حلقة.. كيف ترى مصير دراما الـ 30 حلقة؟

ماذا يمثل الحب لفوزي بن براهيم؟

- الحب بالنسبة إليّ أفعال، وليس مجرد كلمات رومانسية عابرة، والعلاقة الزوجية يمكن أن تستمر بالتفاهم، مثلما حدث مع أجدادنا، كما أرى أن التواصل والحوار هما الأهم في أي علاقة، فهي بمثابة الورد التي نسقيها يوميا لكي تظل نضرة ويفوح عطرها.

هل تؤمن بمقولة أنّ الفنان يصبح "ملكاً" لجمهوره ومن حقه أن يعرف كل شيء عنه؟

- نعم الفنان ملك لجمهوره، وهو في الكثير من التفاصيل "رهن لهذا الجمهور"، ولكن حياة الفنان الشخصية تبقى خاصة ولا دخل للجمهور بها، وعليه احترام ذلك.

تعامل مع ذاتي كشخصية واحدة.. لا أستطيع الفصل بين كوني إنساناً وفناناً

ما هي المواقف التي يتعامل فيها فوزي بن براهيم الإنسان على أنه فنان؟
- لا أستطيع الفصل بين كوني إنساناً وفناناً، والفنان إنسان بالدرجة الأولى. أنا أتعامل مع ذاتي كشخصية واحدة، "فأله خلقني فناناً، ولكن أنا إنسان... والاثان لا ينفصلان".

أين تقف حدود حياة فوزي في الظهور إلى العلن؟

- أتصرف على طبيعتي ولا أعقد الأمور، خاصة مع الأشخاص الذين لا يحاولون اختراق حياتي ويكونون "حشريين". حتى وإن لم أكن فناناً مشهوراً، أتعامل بالمثل مع المحترمين ودائماً أتجنب خدش الآخر، وعليه هو أن يعاملني بالمثل.

ما هو الدور الذي لعبته في مسلسل أو مسرحية ومن المستحيل أن يمثل شخصيتك في الحياة؟

- مامن دور يشبهني 100%، ولكن قد يشبهني في بعض التفاصيل. غالبية الأدوار لا تشبهني.

فوزي بن براهيم الإنسان ينظر في وجه فوزي الفنان، ويقول: انتبه... مم؟

- هناك العديد من الأشياء التي أنتبه منها. أقول: انتبه من الأشخاص الذين لا يشبهونك، من الذين يضمرون عكس ما يظهرونه لك... انتبه من الـ ego، فالأنانية خطيئة ومدمرة، و"سبحان الله.. كلما يعلو الـ ego ينخفض الـ IQ"، وهذا يشكل خطراً على الإنسان بشكل عام والفنان بشكل خاص.



صحفي مجلة الشروق العربي رفقة الممثل فوزي بن براهيم

فيما في السنة، والآن 4 أو 5 أفلام سنوياً.

تقصد أن الدولة وحدها تتحمل المسؤولية كاملة عن هذا الوضع، أم إن هناك جزءاً يتحمله السينمائيون الجزائريون؟

- ما الذي سيفعله السينمائيون، ليس هناك سوق للسينما في الجزائر، عكس الوضع في مصر، فقاعات السينما أصبحت قليلة جداً، وبالتالي، المستثمر الجزائري لا يستثمر أمواله في الإنتاج السينمائي، لأنه لا يغطي تكاليف فيلمه.

الإخراج يجعلك ترى الممثل من جوانب أخرى لم تكن تفكر فيها

كممثل، كيف استفدت من الإخراج؟
- الإخراج يجعلك ترى الممثل من جوانب أخرى لم تكن تفكر فيها، وبالنسبة إليّ، أعدت اكتشاف نفسي كممثل، فلممثل عين واحدة حين يقدم عملاً فنياً، أما المخرج فله أكثر من عين. ولذلك أتمنى من جميع الفنانين أن يدرسوا الإخراج لاكتساب المزيد من المهارات، خاصة عندما يدرس الإخراج المسرحي.

كيف توازن بين حياتك الفنية وتلك الشخصية؟

- حين أشعر بأن العمل أخذني من أسرتي، أحاول سريعاً الموازنة بين الأمور، فبعد غيابي عن أسرتي من أجل تصوير عمل درامي أو مسرحي، يجب عليّ تخصيص وقت للجلوس معهم في المنزل، أو التفكير في السفر للاستجمام معهم.

- لا بد من تقديم مسلسلات تلفزيونية مؤلفة من 30 حلقة في شهر رمضان تحديداً، لأن النجاح في رمضان يكون له طعم مختلف ومميز عن أي وقت آخر، لكن عرض مسلسلات الـ 10 أو الـ 15 حلقة على منصات رقمية مختلفة في أوقات أخرى. وهذا، ما ينقصنا هنا بالجزائر، يعطي فرصاً جيدة للكثير من الممثلين للاستمرار وكسب دخل مادي ليعيشوا بكرامة، لهذا السبب، نحتاج إلى مثل هذه النوعية من المسلسلات القصيرة، رغم أن من بينها ما ينجح وأخرى لا تحقق الانتشار المطلوب.

أنت دائم التواجد بالتظاهرات السينمائية بالجزائر وخارجها.. برأيك، هل السينما الجزائرية في وضع يليق بها كواحدة من السينمات الرائدة في العالم العربي؟

- لا، برأيي، هناك تراجع، وما قدمناه في البداية أكبر وأفضل مما نفعله الآن. من حيث الكم والكيف، وهناك أيضاً تراجع في السوق، فنحن كان لدينا 450 قاعة سينما في الجزائر، لكن حالياً العدد 40 قاعة. بينما في الماضي الجزائر كان في العاصمة 86 قاعة، وكنا أكبر بلد في إفريقيا به قاعات سينما، وكانت السينما لا تأخذ تمويلاً من الدولة، فضلاً عن الإشكالية الكبيرة حالياً، وهي عدم وجود جمهور، عكس الوضع في مصر مثلاً، فالشباب من 20 إلى 25 سنة، ربما لم يدخل قاعة السينما، لأنه أصبح في منزله نحو 600 قناة فضائية يشاهد من خلالها أحدث ما أنتجته السينما العالمية، كما أن العشرية السوداء التي مرت بها الجزائر في التسعينيات، أثرت كثيراً على الإنتاج، فمثلاً الإنتاج في بداية الاستقلال كان يصل إلى 20

هل الزواج يجلب الرزق؟

تزوج لتصبح غنيا

يُصادف الـ 17 من أكتوبر اليوم العالمي لمكافحة الفقر، حيث تُسلط الأضواء فيه على التحديات التي يواجهها الفقراء وتُنظم الفعاليات المختلفة لتوعية الجميع بسبل مكافحة الفقر والقضاء عليه. لكن الأكيد أنه من ضمن كل الطرق المقترحة لذلك، لا أحد أتى على ذكر الزواج كوسيلة لتطبيق الفكر والفاقة وجلب الرزق. رغم أنه سبحانه وتعالى قال في محكم تنزيله: "وأنكحوا الأيامى منكم والصالحين من عبادكم وإمائكم، إن يكونوا فقراء يغنهم الله من فضله. والله واسع عليم."

الفقر فقر العقل

والله، والمكاتب الذي يريد الأداء، والناكح الذي يريد العفاف". لهذا أقدمت على خطوة الخطبة وأنا لا أحتكم على وظيفة قارة. لكن بعدها بأشهر تم ترسيمي وكان راتبي يتصاعد شيئا فشيئا مع ولادة كل طفل من أطفالي الذين كان تزايد عددهم يحفزني على البحث عن أعمال إضافية والاجتهاد أكثر. إلى أن تحسنت حالتي المادية جدا مقارنة بأيام العزوبة"

وخول موضوعنا يوضح المستشار الأسري والتربوي سمير دهریب: "النبی صلی اللہ علیہ وسلم قبله اللہ تعالیٰ حث على الزواج وبين للناس الذين يخافون الفقر إذا تزوجوا وكونوا عائلة وأنجبوا أطفالا، بأنه سيتكفل بهم. وبأنه سبحانه هو الرزاق ذو القوة المتين. هذا من جهة، ومن جهة أخرى هناك أمر متعلق بالدور الاجتماعي الذي يقوم به الزوج، فالآية التي قال فيها الله تعالى: "إن يكونوا فقراء يغنهم الله من فضله" تستدعي أن نتكلم عن أنواع الفقر، فأنت قد تجد إنسانا غنيا لأن والده ترك له مالا، ولكنه في الأصل فقير عقليا، كونه يفتقر لمهارة كسب رزقه وعديم المسؤولية. في حين يوجد شخص آخر فقير ماديا، ولكنه يمتلك قدرة نفسية وإرادة للعمل وللكسب المال. وهذا ممن استطاع الباءة التي تعني الاستعدادات النفسية والعقلية لكسب الرزق." وبالتالي ليس المقصود بالباءة هنا القدرة المادية فحسب، وإنما المقصود بها القدرة على جلب المال وليس امتلاكه فقط. فالنبی صلی اللہ علیہ وسلم حين قال: "يا معشر الشباب من استطاع منكم الباءة فليتزوج" خاطب الغني والفقير، فالغني مطلوب منه أن يشكر، والفقير مطالب بالصبر. ولكن صبره لا يعني أن يرضى بما هو عليه. وإنما هو مطالب بالعمل. فليس عيبا أن تولد فقيرا، ولكن العيب أن تموت فقيرا. لأنك لم تسع ولم تتخذ أسباب الرزق."

لتحقيق الثروة. على الإنسان أن يكون واقعا. "وما يكذبش على روجه". ولا يترك الآخرين يغفلونه."

فقراء يلتمسون الفنى في الزواج

قال عمر بن الخطاب رضي الله عنه: "عجبا لمن لا يلتمس الغنى في الزواج". وبالفعل هذا ما يحاول التماسه الكثير من الشباب المقتنعين تماما بأن النكاح يجلب الرزق. والشهادات الحياتية الدالة على ذلك كثيرة. إذ يؤكد سيد علي، 32 سنة أنه لطالما كان متيقنا أن الزواج هو بوابة الرزق الرئيسية لدخول عالم الاستقرار المادي لكونه كما يقول: "كنت مقتنعا بفحوى الحديث النبوي الذي يقول فيه صلى عليه وسلم: "ثلاثة حق على الله عونهم: المجاهد في سبيل

مد رجلك على حسب بساطك

انتشرت نصيحة أو توجيه أو تبصير أو ربما فتوى، أو سمها كما شئتم، لداعية معروف وعظ فيها الشباب قائلا: "الذي لديه مال يتزوج. والذي ليس له مال لا يتزوج. لأن الرسول صلى الله عليه وسلم لم يقل تزوج والله يرزقك واصبر. بل قال: "فعليه بالصوم". لأن بنت الناس يلزمها بيت وأكل ومصاريف. ولا يجوز أن تقول لها ليس لدي مال. الأصل أنك تتزوج وأنت قادر ماديا."

وهي القناعة التي يحملها ويسير بها الكثير من الشباب المضرب عن الزواج عندنا. مثلما هو الحال مع رشيد، 37 سنة، يقيم مع أهله الذين لازال يُعيلهم منذ وفاة والده. ظروفه المادية صعبة جدا. لهذا كلما نصحه أحدهم بالزواج أجابه قائلا: "الزواج مسؤولية كبيرة، خاصة مع مجيء الأطفال. والذين يخبرونك أن كل "مزويديجيب رزقو معاه" يحاولون دفعك نحو حتفك. ليقفوا في موقف المتفرج حينما تغرق في ديونك ويتضاعف فقرك."

ونفس الرأي يؤيده سليمان، 33 سنة بقوله: "مد رجلك على حسب بساطك".

يعني إذا كان راتبك بالكاد يكفيك لإعالة نفسك. فاكتفي بنفسك وعشر أعزبا بدل أن تغامر وتزوج على أمل أن الزواج وسيلة سحرية





بعد أن كانت العائلات تكتفي بإقامة الأعراس في البيوت، وبعدها في الصالات المتوسطة، صارت موضة كراء الصالات الكبيرة، بديكوراتها الفاخرة، ديدن معظم المعرسين الجدد. فالديكور تحول إلى ورقة تباه، تدفع من أجله الملايين. حتى الديكور الفخم تصيب أعراسنا. الظاهرة من الألف إلى الياء في الشروق العربي.

ديكورات الأعراس من 10 ملايين إلى 150 مليون سنتيم

لإقامة ديكور مماثل، يحتاج محضر الأعراس الودينغ بلانر، وهو الاسم الإنجليزي لهذه المهنة الجديدة، التي تتلخص في تحضير العرس بتفاصيله، إلى فريق كبير وسريع لوضع الديكورات في الأسقف، وتزيين الطاولات وفرش الزرابي أو الموكيت، تحضير ديكور العروس والبوفيه أو الكاندي بار.

الأسعار، قد تتراوح من 50 مليوناً إلى 100 مليون سنتيم.. وأحياناً، أكثر، بحسب حجم الصالة وعدد المدعوين والمناسبة بحد ذاتها، التي قد لا تنحصر في الأعراس فقط، بل حفلات الخطوبة وأعياد الميلاد والاحتفالات بالنجاح في شهادة البكالوريا.. وأيضاً، اجتماعات الشركات الكبرى وغيرها.

في زمن المظاهر، قد لا يبدو هذا غريباً، لكن مثل هذه الظواهر قد تدفع الناس متوسطة الدخل إلى الاقتراض، لمواكبة الموضة، أو التباهي أمام أهل العروس، والعكس صحيح.. فهل تصحو الضمائر قبل أن تفرغ الجيوب.

وراءها مصابيح الإضاءة الكبيرة، التي تعطي جواً رومانسياً للصالة، ناهيك عن الرسوم والأشكال المضيئة، التي تزين الجدران، ويمكن تغييرها بحسب الذوق والمناسبة. الفخامة لا تكتمل إلا بالأواني الفاخرة، من صحون وملاعق وشوكات، وغيرها.. وحتى الشراشف بالبروكار الفاخر، وديكور مركز الطاولة، بالزهور والمصابيح الكريستالية.. بعض العملاء لا يرضيهم إلا ديكور الصالات الخليجية، المبالغ فيه أحياناً، فيختارون تزيين أسقف الصالات بالثريات والزهور والحشائش الخضراء، دون أن يهتم الدرج والمداخل.. البعض لا يتوقف عند هذا الحد، بل يضيف بعض التفاصيل الأخرى، كديكور البوفيه، الذي يحتوي على أنواع الأكل والحلويات والمملحات، مزينة بعناية، مع بعض كؤوس العصير، بألوان غير معتادة، مثل الفوشيا والأزرق والأخضر والبني، وغيرها.. كؤوس شفافة، تزينها الشوكولاتة والفواكه والأزهار والحلويات، مثل الماكرون وغيرها.

الظواهر تعرف عادة بالأنية، أو الوقتية. فهي حدث أو موضة، تتأثر بعوامل محددة، أهمها حالياً مواقع التواصل الاجتماعي. والختمية افتراضياً، أن هذه الظواهر مآلها الزوال. ولكن، أحياناً، عوامل جديدة قد تبقيها لسنوات أخرى، كمؤثرات ومشاهير يتباهون بصالات أعراس فخمة، ديكوراتها باهظة الثمن، احتفاءً بمناسبات مقحمة، مثل إطلاق ماركة معينة، إعلان جنس الجنين، وغيرها.. الهدف منها جمع رصيد أكبر من المعلنين وملايين المتابعين.

أسعار ديكور الصالات تختلف باختلاف مطالب أهل العرس. فمثلاً، هناك من يكتفي بتزيين الطاولات والكراسي، وبعض الشمعدانات المضيئة، وبيديكور مكان تصديرة العروس، الذي يوضع فيه قوس زهور، مع أريكة مذهب، تجلس عليها العروس بافتخار.

وكلما أضفت تفاصيل أخرى تضاعفت الفاتورة، إكسسوارات لا تنتهي تزيين المدخل، ستائر بيضاء ناصعة تغطي حيطاناً مهترئة، تؤوي

5 إطلالات مستلهمة من أسبوع ميلان للموضة

تشهد الموضة العالمية أزمة خانقة خاصة الماركات التي تقدم الهوت كوتور، لذا الأزياء هذا الموسم كانت بسيطة غير مكلفة تتماشى مع الأسلوب المينيماليست، وهذا ما رأيناه في أسبوع الموضة في ميلان الإيطالية. الشرق العربي تقتبس لك خمس إطلالات رائجة لخريف 2024 بلا تكاليف.

الأسود لا يموت

عرض بوتيجا فينيتا كان خاص جدا بتصاميم تمزج بين الكلاسيكي المحتشم وجراة الخامات، اخترنا لكن هذه الإطلالة الأنيقة بالأسود، بتوب جميل وتنورة بقصة غير متساوية مع كعب عالي.



التنورة المستورة

من مجموعة موسكينو، مارايكن في هذه التنورة الماكسي الواسعة المطبوعة والمنسقة مع قميص أبيض طويل وحذاء رياضي من اللون عينه، إطلالة محتشمة تناسب إطلالات المحجبات، جربي تنسيقها مع حقيبة زرقاء متوسطة الحجم.



الفستان سر الأناقة

القطعة الأكثر رواجاً في الخريف هي الفستان الطويل الذي يمكن أن ينسق مع العديد من القطع الأخرى مثل السترات والجيبيهات وغيرها. اللون رمادي ينسق بكعب عالي وحقيبة يد بلون البوردو.



عودة البومبر

غير بعيد الممثلة اوليفيا باليرمو
أعادت موضحة البومبر العسكري
ونسقته بفسطان أسود من الساتان
وحذاء غوداس.

امراة في زمن الانضباط

الأناقة الإيطالية مع
لمسة احتشام في هذه
البدلة الرمادية اللوفر سايز
المنسقة بحذاء رياضي
وأىضا باكسسوارات
فضية.



اللباس التقليدي في الجلفة

الأناقة اسمها فارسي أولاد نايل

يتميز اللباس النايلي
بأناقته وتفصيله
الدقيقة، سواء عند
المرأة النايلية أم الرجل،
أو بالأحرى الفارس وليد
نايل الأصيل. لكن،
ما أساسيات اللباس
الرجالي في تلك
المنطقة؟ وما أسرار
ارتدائه وترتيب قطعه؟
الشروق العربي تنقل
لكم أسرار الفارس
وهندامه من الرأس
إلى أخمص القدمين.



يبدأ لباس الفارس النايلي بالقنور على رأسه، والكلمة أصلها عربي إذ تعني في لسان العرب الشديد الضخم الرأس من كل شيء، وتتكون هذه العمامة الكبيرة من ثلاث قطع، هي الشاشية والعمامة والخيط الذي يلفها بذوق رفيع.

الشاشية هي أساس القنور، ويجب أن تكون ذات جودة عالية، وعند لبسها يجب أن ترتفع نحو 10 سنتيمترات أو تميل إلى الخلف بعض الشيء.

وهناك من يضع عليها قطعة من القماش، تعرف باسم الحريرش، أو الجورجيت، تكون بيضاء وذات ملمس خشن كي تثبت الشاشية. بعد وضع الشاشية، تلف العمامة ثلاث أو أربع دورات، وهي من نفس قماش الحريرش، ولا يتبقى سوى لف الخيط الذي عادة ما يكون من الوبر أو الحرير أو الصوف.

القنور لا يكتمل إلا بقبعة ضخمة مزينة، تعرف باسم المظل، تقي الفارس من الشمس، ولكنها تعطيه هبة يراها الداني والقاصي.

قد يكون البرنوس الجزائري الأشهر على الإطلاق، لفخامته وأيضاً لتقنيات صنعه وخاماته، التي تعد مفخرة عربية. البرنوس أنواع، أشهرها برنوس مدينة مسعد،

باسم الخيدوسة، أما البرنوس الأخضر، فيعرف باسم برنوس شارقة، ويرتديه أهل التل عادة، لكن أولاد نايل عرفوه باحتكاكهم الدائم بأهل التل.

القشاشية فخر الصناعة التقليدية الجزائرية، تشتهر في كل مناطق بلادنا، منها منطقة أولاد نايل الفارس النايلي يعيشها لأنها فخمة وأيضاً تقيه من تقلبات الطبيعة، القشاشية قد تكون وبرية بلون طبيعي ترابي، أو صوفية بألوان تميزها وبأسماء محلية، مثل الدرعة والبيضا والحمرة، وأيضاً زبد القدير، وهي تسمية فصيحة تعني زبد الغدير، فهل هناك أبلغ من الفارس النايلي.

النايلي يلبس قميصاً أو كاميزورا، ويطلق عليها اسم القندورة أو العباية، وقد تكون من الصوف أو الكتان.

لقد سبق الجزائريون الأوروبيين في البدلة وسموها الزي العربي، ويطلق عليها اسم الكوستيم العربي، لتمييزها عن الكوستيم الفرنسي إبان الاحتلال.

البدلة العربية تتكون من ثلاث قطع، هي السروال المستف والصدرية والفيستة أي السترة.

يحمل النايلي الجبيرة، وهي محفظة تأتي بأحجام وألوان وزخارف مختلفة.

ينتعل الفارس النايلي البست والخف أو الجزمة، التي تكون عادة من الجلد وأحياناً تكون مطروزة بالفضة. وهناك أيضاً الصباط، الذي يلبس مع الزي العربي، ويُسمى محلياً الطعبي.

أناقة الفارس النايلي يستمدّها من حصانه، الذي يزين بأبهى حلة، بسرج جلدي متين مطروز بخيوط الفضة.

المصنوع بالوبر، وهناك برنوس الجريدي، وهو نوعان المنشار أو العادي بألوان تعطي هوية خاصة لكل برنوس، فالعادي أزرق وأبيض.. أما الأصفر والبني، فيقال له لشعل، برنوس الصوف يقال له الأبيض، أو الأدرع أو الذايبي، نسبة للون فرو الذئب. هناك برانيس أخرى تشتهر في المنطقة، مثل برنوس الملف المشهور



المسك والبنفسج والفانيليا

5 عطور راقية لخريف 2024

مع بداية الخريف تنطلق عملية البحث عن عطر أقل انتعاشا وأقل خفة يجمع بين الفصلين، وفي بداية أي موسم تطلق دور العطور قنيناتها بنفحات الخريف. الشروق العربي تساعدكم على العثور على عطر جديد مميز وملامح لكل الشخصيات.



Eau de Parfum Iris

من عند مولينارد

روائح البنفسج والورد ترتقي في هذا العطر الفواح إلى قصيدة من الروائح المسكية والخشبية.



Narciso Ambrée

نارسيسو رودريغز

بالنسبة لهذا العطر، نجد المسك في تناغم تام مع الزهور الشمسية مثل الفرانجيباني والإيلنغ، أما في قاعدة العطر، نجد أثر مسك القنبر.

La Baguette

من فندي

عطر فاخر للمرأة التي تمسك الأناقة والراقي. مع روائح السوسن الفرنسي وفاتيليا مدغشقر والجلد. ينضج هذا العطر بالدفء والأناقة.



Angélique Noire

من غيرلان

عطر يتميز بنفحاته الخضراء والمرّة، التي تضيف على العطر رائحة نباتية طبيعية على الفور.



J'adore L'or

من ديور

داخل جوهر العطر، تتشابك ثلاث روائح: زهر البرتقال، والياسمين وورد سينتيفوليا. ولمرافقة هذه التفسير، تم تحويل عنق الزجاجة الأيقونية إلى معدن مطروق.

جديد!

نأمن سيارتي... و نخلص بشوية!



ليانس
للتأمينات
أكثر من تأمين، ثقة و ضمان

- 1 كتابة طلب الدفع المجزأ
- 2 ملأ ترخيص بالاقتطاع لدي وكالتكم أليانس للتأمينات
- 3 دفع ما بين 30 و 30 % من منحة تأمينكم لدي وكيل التأمينات الخاص بكم
- 4 إستعادة عقد تأمينكم من وكالة التأمين
- 5 بريد الجزائر يتكفل باقتطاع باقي أجزاء المستحقات

للمزيد من الإستفسار : 021 379 379 3315 15 30

أطلب تسعيرتك الآن ...

خبز تركي

المقادير:

- 1. كلف فرينة
- 140غ عسل
- 3. بيضات صفيرة
- 40غ مرجرين طرية
- 150غ سمس "جلجلان" محمص
- ماء فاتر
- 20غ ملح

للخميرة:

- 150غ فرينة
- 2. ملاعق كبيرة خميرة الخباز
- 2. ملاعق مماء سكر

التحضير:

داخل إناء عميق أو عجان كهربائي اخلطي جميع المقادير ماعدا الخميرة وأضيفي الماء الدافئ واتركي العجان حوالي 5 دقائق وادلكي العجين حوالي 20 دقيقة، واتركيه يخمر في مكان دافئ، وعندما تلاحظين أن حجم العجينة تضاعف اضعطي عليها قليلا باليد بشكل لطيف، ثم شكلي كريات، وعلى سطح مرشوش بالفرينة اضعطي على الكريات ولفيها للحصول على "حربوش" طويل ورقيق، وبعدها لفي الحربوش على شكل ضفيرة ومرريه باليد قليلا وشكلي به دائرة، ضعي الخبز في صينية الفرن المرشوشة بالفرينة وادهنيه بصفار البيض الممزوج بالقليل من الحليب - "مقدار ملعقة من الحليب في حبة بيض" - وانتري عليه حبات السمس وادخليه الفرن حتى ينضج.

لتزيين:

- سمس محمص

خبز ماونيس

للخميرة:
• 150 غ خميرة
• ملعقة أكل خميرة الخباز
• ملعقة أكل سكر

المقادير:
• 1 كلف فرينة
• 40 غ خميرة الخباز
• 40 غ سكر مبلور
• 3 بيضات متوسطة
• 80 غ سميد متوسط
• 25 غ ملح
• 100 سل زيت
• 40 غ مرغرين ذائبة
• ملعقة أكل من السانوج
• ملعقة كبيرة حبة طلاوة

للتزيين:
• سانوج

التحضير:

داخل إناء عميق أو عجان كهربائي امزجي كل المقادير ماعدا الخميرة، وأضيفي الماء الدافئ واتركيه يمزج لمدة 5 دقائق، ثم أضيفي الخميرة والدلكي العجين لمدة 20 دقيقة واتركيه يخمر في مكان دافئ، ولما يتضاعف حجم العجين ابسطيه قليلا وبرفق بواسطة اليد، ثم شكلي كريات وابسطيها على طاولة مرشوشة بالفرينة ولفيها حول نفسها للحصول على أعمدة صغيرة، ضعها في صينية مرشوشة بالفرينة وشكلي شقوق على واجهة الخبز بواسطة المقص وادهنيه بصغار البيض الممزوج بالقليل من الحليب واتثري حبات السانوج وادخليه الفرن حتى ينضج.

خبز ثنائي الألبان

للخميرة:

- 50 غ خميرة
- نصف ملعقة أكل خميرة الخباز
- -ملعقتان كبيرتان ماء فاتر

للحلاوة:

- 120 غ جبن أبيض طري
- جبن gruyère مبشور

المقادير:

- 500 غ فريشة
- 15 غ خميرة الخباز
- 25 غ غبرة الحليب
- 12 غ ملح
- 25 غ مرجرين طرية
- 25 سل زيت
- ماء دافئ

التحضير:

في وعاء عميق ضعي جميع المقادير مع ترك المرجرين للأخير، بعدها اجمعي الخليط بالماء الدافئ، وأضيفي الخميرة وأدلكي حوالي 20 دقيقة، وبعدها يبدأ حجم العجين يتضاعف شكلي كريات صغيرة وضعيها على طاولة مرشوشة بالفريشة. شكلي مثلثات وادهنيها بالجبن الطري ورشي فوقها الجبن المبشور ولفيها على شكل حربوش، واطوي النهايات مع ضغطها قليلا "تفريصها" بالأصابع، ثم ضعي الخبز في صينية الفرن واتركيه يرتاح. بعدها اخدشي واجهة الخبز بسكين وادهنيه بالبيض بشكل خفيف ورشي فوقه حبات "السانوج" الحبة السوداء أو حب الرشاد حسب ذوقك. سخني الفرن على 150 درجة مئوية واتركي الخبز ينضج ما بين 15 إلى 20 دقيقة.



7 ألوان منزلية رائجة في 2024

في 2024، الألوان عادت إلى طبيعتها، إلى موادها الأصلية الخام، من طين وخزف واجر وسيراميك.. ولكن، ما هي اتجاهات الموضة في ما يتعلق بالألوان. الشرق العربي، تقدم لكن أكثر الألوان رواجاً، في هذا الدخول الاجتماعي.

الحياة ليست دائماً مستقيمة

ألم تملوا من الألوان الدائرية أو المربعة؟ ما رأيكم في أدوات مائدة ذات حواف غير مستوية عمداً، كما لو كانت حواف منحوتة يدوياً، وأطباق تقديم خزفية، ووعاء سلطة على شكل أوراق الشجر، وصحون على شكل حيوانات مضحكة، وقلوب ونجم البحر.. مثل هذا التنوع، يحول الطاولة إلى لوحة جميلة وغير عادية، بشكل لا يصدق حياة.



الألوان بهوية عالمية

هذا الموسم، ظهرت في الأسواق الألوان، بالرسومات التقليدية، من آسيا وإفريقيا. المطبخ الجزائري، سيكون بلمسة عالمية مع ألوان ملونة، على غرار الأفرو شيك.



الألوان تطلب تعدد الألوان

إن كان الأبيض ملائماً، فقد يكون مملاً للبعض الآخر، لكن، لا تتحمسوا كثيراً، فالألوان، هذا الموسم، لا تقبل الشراكة مع بعض لمسات الذهبي، على الجوانب على الأكثر، مثل الوردي والأخضر الفاتح والأزرق، الأهم من كل هذا، أن تكون مصنوعة بمواد طبيعية، مثل الطين والمينا التفاعلية والخزف والسيراميك.



الزجاج لم يعد شفافا

هذا العام، قدمت الشركات المصنعة مجموعات كاملة من الكؤوس العادية والكؤوس المنحوتة بألوان مختلفة، من الأخضر والأزرق إلى البني والوردي الداكن. من خلال مطابقتها مع أطباق من نفس اللون أو درجات الألوان، يمكنك تزيين الطاولة بأناقة أصيلة..

الفتايح يعود هذا الأسبوع

نوع من الأواني يعرف رواجاً كبيراً، وهو نوع قديم، أو فتايح. وهي مصنوعة من مادة الباربيتين، التي تسمح برسومات ثلاثية الأبعاد، تستعمل في أطقم القهوة والصحون وحتى السلطانية.



مقابض منحوتة

في الملاعق والشوكات، أو فضيات المائدة، الراجح هذا العام الخطوط والمنحوتات القديمة العربية منها أو الباروكية.



بياض المائدة

الأواني البيضاء الناصعة كلاسيكية ولا تموت، الطعام هو ما سيلون أطباقك البيضاء. وهذا، يجعل الضيوف يركزون على الأكل، لا على جمال الصحون.



الدكتورة
صفاء البيلي
للشروق العربي:

الورشات لا تصنع كاتبا بل تقدم له أدوات التذوق

تتحدث الدكتورة صفاء البيلي للشروق العربي في هذا الحوار، عن الكتابة المسرحية وما تقدمه خلال الورشات التي تخصص للطلبة الشباب، التي لا يمكن لها أن تصنع كاتبا على حد قولها، لكنها تقدم له أبجديات الكتابة في مجال المسرح، معجزة في حديثها كذلك، على واقع المسرح العربي والنص المسرحي، وأسباب عزوف الكتاب المسرحيين عن الكتابة في القضية الفلسطينية، بالإضافة إلى جوانب عدة في الكتابة المسرحية.

• لهذا السبب لا توجد الكثير من الكتابات المسرحية في القضية الفلسطينية

كيف تتعامل الدكتورة صفاء البيلي مع الجمعيات الثقافية حينما يتعلق الأمر بالكتابة المسرحية؟

أولا، أكون سعيدة جدا، حينما ألتقي بمثل هؤلاء الشباب، الذين لا يجدون فرصة للتكوين المسرحي أو في الكتابة المسرحية. لذا، أشكر هذه الجمعيات أو جمعيات المجتمع المدني كما يعبر عنها، لأنها تهتم بهذه الأمور، وفي الحقيقة، أحب الاشتغال مع مثل هذه الجمعيات، لأن المجتمع في الأخير، لا يقوم فقط على المؤسسات الحكومية، بل على مثل هذه المؤسسات من المجتمع المدني.

حدثنا عن ورشة الكتابة في المجال المسرحي؟

في الحقيقة، خلال الورشة السابقة، كان هناك شباب له قبول غير طبيعي بالنسبة للكتابة، هنا بسطيف، وكانوا أكثر حماسا ورغبة، لكن المميز في هذه الورشة لهذه الدورة كذلك، هم شباب من طلبة الجامعة والعديد منهم، يملك تجارب في الكتابة من قبل، سواء في القصة القصيرة، الرواية وغيرها، وفيهم من طبع روايات ودواوين شعر، وهذا ما سهل مهمتي معهم، لأنهم استطاعوا أن يتلقوا مبادئ الكتابة، ما أريد قوله، بالنسبة لهذه الورشات، أنت لا تصنع كتابا أو شاعرا في فترة قصيرة، لكن تقدم له الأساسيات فقط، تقدم له أدوات التدقيق حينما يقرأ نصا مسرحيا، ويعرف ما هو النص المسرحي وتقنيات الكتابة فيه.

ماذا لمست خلال هذه الورشات انطلاقا من تجارب بعض الطلبة في فن الكتابة؟

كما ذكرت، فيه من الطلبة من طبع كتابا أو رواية وغيرها، وملاحظتي الأولى، أعتقد أنهم استعجلوا الكتابة، والنشر، لأن النص الأول، دائما يحتاج إلى مراجعة، أي لا يجب الاستعجال في النشر، لأن هذا سوف يحسب عليك بعد الإصدار، فحينما يكون كتابك الأول جيدا، يعني هذا أنك سوف تتطور، لذا، نجد أحيانا، أن الكاتب يترأ من كتابه الأول، لأنه لم يكن على قدر المستوى. وهذا التسرع، يرجع في الأساس الأول، إلى كونهم شبابا متحمسين.

وملاحظتي كذلك، أنهم لا يعرضون أعمالهم قبل النشر على النقاد، وربما هم معذرون في هذا، لأن الكثير من النقاد مشغولون جدا، ولا يملكون الوقت لمراجعة كتبات وإبداع الشباب، بدعوى أنها كتابات مبتدئين، ولا



صحفي مجلة الشروق العربي رفقة الدكتورة صفاء البيلي

فيها وإعادة الكتابة. والحقيقة، أن العروض التي تحقق جوائز، يكون فيها المخرج هو المؤلف.

ترتكز على أسس علمية وصحيحة.

ماذا عن النشر في المجال المسرحي؟

لا أخفي عليكم، الأمر صعب عليهم، ولا أعتقد أنهم يستطيعون النشر في المجال المسرحي، على الأقل في الوقت الحالي، ممكن في فن الرواية والمجموعة القصصية وغيرها من الفنون، وهذا لا يعني أن الكتابة فيهما سهلة، لكن فيه نوع من البوح في هذا الفن من الكتابة، لأنهم يستشعرون أنهم على صواب.

يقال ليس من السهل ولوج التمثيل في المسرح.. هل ينطبق ذلك على مجال الكتابة؟

أريد أن أصحح شيئا، المسرح هو كذلك دراما، مثله مثل الدراما التلفزيونية أو السينمائية، في مصر مثلاً، أغلب الممثلين في الدراما التلفزيونية والسينمائية، هم في الأصل من المسرح. أرجع إلى السؤال، ربما تريد القول: هل من يكتب في القصة والرواية قادر على الكتابة في المسرح؟ أقول: الشعر القديم مثلاً فيه تقنيات لكتابة المسرح، إذا، فالشعر فيه مكونات المسرح، يقال إن المسرح أبو الفنون، لكنه بدأ في الأصل شعرا، لذا، فالشعر فيه مسرح والرواية كذلك، فالنص المسرحي في الأخير عبارة عن حكاية، ثم الحكمة، ونقطة الصراع، والشخصيات والمكان والزمان.

ماذا عن المسرح في البلاد العربية ولماذا الاتجاه نحو النصوص العالمية؟

هو في تطور حقيقي، في العراق مثلاً، والمغرب العربي.. وهناك نصوص عربية جيدة، فقط، نحن نعيش في حالة ما يسمى الكسل الجميل. ونملك كتابا مسرحيين ومبدعين كذلك، ربما في الشطر الثاني، السبب يعود إلى عدم وجود أصحابها، فالمخرج، تكون له الحرية في التصرف

هل أنت مع من يقول إن النصوص العربية تعاني من مشكلة الحوار وتداخل اللهجات؟
أنا فوجئت.. مثلاً، خلال هذه الأيام، فهمت كل العروض الجزائرية والتونسية، إذ لا يوجد مثلاً تداخل في اللغة الفرنسية مثلاً واللهجة المحلية، لكن قبل هذا، أغلب الكلام باللغة الفرنسية واللهجة العامية، في مصر مثلاً لدينا ما يسمى باللغة البيضاء، وأنا أحبها جداً، لأنك تحس بأنها مفهومة ومفصحة، تحس بأن فيها شعرا والكاتب يعتني بها جيداً.

ماذا عن مسرحية الرواية؟

أنا ضد التمسرح في جنس واحد، لكن مثلاً، من الرواية إلى المسرح فهو أمر جيد، وهذا ما نشغل عليه، لأنك بصدد إضافة وتعديل، ومثلاً الطلبة في ورشتي طلبت منهم البدء على مسرحية قصة قصيرة، فمن لم يكتب من قبل سيكون من الصعب عليه إيجاد فكرة، لذا، فالتمسرح أسهل بكثير من الكتابة الأصلية، وهذا يرجع إلى كون الحكاية أمامك وتملك كل المعطيات. وأرى بأن كل الإبداع قابل للتمسرح على غرار الشعر.

لم لا يوجد كتاب مسرحيون يكتبون للقضية الفلسطينية؟

البعض يعتقد أنه حينما يكتب لفلسطين، أو لقضايا الأمة العربية، فإنه يكتب في المباشر، والكتاب ضد هذا النوع من الكتابة أي في المباشر، المسرح لا يقرأ فقط، يجب أن يمثل على خشبة المسرح، وربما الدول والأنظمة لا يناسبها هذا، لأن هناك جانباً آخر من العلاقات، لذا، فواقع الشعوب أجمل وواضح من واقع الأنظمة ككل.

انعكاسات خطيرة على الفرد والمجتمع

التسويق من عادة إلى آفة اجتماعية تعكس غياب استراتيجية لإدارة الوقت والأهداف

في مختلف الإدارات، وبشتى العلاقات، أيا كان نوعها، تفشت آفة خطيرة، تخلق لنا مع مرور الوقت المزيد من الانزلاقات المجتمعية، التي يصعب ردعها أو التحكم فيها.. فلا أحد تقريبا بات يؤدي واجباته في المواعيد المحددة لها، وكثير إخلال الوعود بن الناس، بسبب عدم الالتزام.. الكل يسوّف حاجته وحاجة الآخرين، حتى من دون وجود عائق لإنجازها. لقد أخذ الأمر طابع العادة لدى المثقف وما دونه، الفني والفقيه، الصغير والكبير..



نسب القلق والتوتر لدى الموظف، وربة البيت والتلميذ.. فضلا عن تضييع شؤون الناس في الكثير من المحطات، التي يقود إليها التسويق، ما يعرض الفرد للعتاب واللوم وتلقي الأذى النفسي، من أطراف خارجية، وحتى من داخله أحيانا، ما قد يتحول إلى حالة من الندم واحتقار الذات وتراجع الشعور بالفاعلية الاجتماعية".

كل هذا، يجعل من التسويق عادة بشعة تشبه طريقا مسدودا في وجه الكثير، يمكن الهروب منه عبر عدة منافذ، أولها، بحسب الأستاذ لزهري الدين: "الالتزام بالحس الاجتماعي والديني الذي يسمح للفرد بوضع ضوابط صارمة لنفسه لأداء واجباته في وقتها".

تصنيف التسويق كعادة اجتماعية سيئة أو كآفة، لا يجعلنا مخولين بإلقاء اللوم على الفرد وحده، في وجود هذا الكم من المشتتات، وصعوبة العيش في ظل ظروف اقتصادية وعرة، داخل مجتمعات تفتقر إلى الوعي والتوعية، وتتميز بالضبابية وعدم وضوح الرؤية في الأمد، ما يجعل التسويق ذريعة لدى البعض ممن لا يستطيعون رسم أهداف بعيدة المدى، وهم متيقنون من عدم القدرة على بلوغها.

تبدأ من المتابعة الشخصية للفرد داخل الأسرة، من قبل الوالدين. فحتى هؤلاء، كثير منهم يؤجلون التربية وتطبيق القواعد والقوانين على الصغار أحيانا، حتى يفلتوا من قبضتهم إلى مجتمع لا يرحم، والأمر سيان في مدارس يتساهل المربون فيها مع التجاوزات والكسل والإهمال، مخيرين، لغياب الضمير المهني، أو مجبرين، تفاديا لعتاب الأولياء والوقوع في المشكلات.

طريق مسدود محفوف بالندم

يشير الخبير الاجتماعي، الأستاذ لزهري الدين، إلى أن من بين عوامل التعود على آفة التسويق، والمشاركة في انتشارها الواسع، يجدر التنويه بالنقص الفادح الذي تعانيه مجتمعات العالم الثالث، خاصة في وجود استراتيجيات واضحة لإدارة الوقت والانضباط به.

وهذا، في حد ذاته، يعد أزمة حقيقية بجميع المعايير، خاصة إذا اكتشفنا أن لها تبعات تبدأ بالفرد نفسه.

تقول الأخوائية النفسية جوادي نادية: "تراكم المهام، والاصطدام المتأخر بعدم القدرة على إنجازها، لا تزال من أهم مسببات ارتفاع

يشير الخبراء إلى أن القلق الحائم حول الانتشار الملفت لظاهرة التسويق بين فئات المجتمع، إنما هو بسبب مخلفاتها على الفرد ومحيطه، إذ وبغض النظر عن الضرر الكبير المتعلق بالإنتاجية وسوق العمل، وجب تسليط الضوء على الجانب الأخلاقي.

فالتسويق لا ينفك يؤثر ماديا فقط في المجتمع، وإنما بات يجر لنا أزمة أخلاقية أيضا، تتمثل في استساعة الكذب وتحوله إلى أسلوب حديث لا يتحرج منه صاحبه، حتى وإن كشف أمره أو كان يدري بنظرة الناس الدونية إليه.. وتفشت بين القريب والبعيد صفات النفاق، حين أصبح العجز والتشاغل عن السعي في الشؤون الخاصة والعامة، يقود الكثير إلى إخلال الوعود والتملص من المسؤولية والتواكل على الآخرين.

غياب الرقابة وانعدام الضمير

هناك عوامل كثيرة، ساهمت في انتشار عادة التسويق في المجتمع الجزائري، وابعام الخبراء والملاحظين، فإن غياب الضمير الحي لدى الكثير وعدم التزام المسؤولين عن الرقابة أنفسهم بأداء مهامهم في مختلف المجالات، ونحن هنا لا نتحدث عن مراقب أو مدير في العمل، وإنما المهمة



القرن الثاني عشر، تحت قيادة أبي زكريا الحفصي، على رأس جيش كبير ومجهز قاصدا المنطقة.

حرص زيري على نقل سكان مدن أخرى إليها، واستقطب حتى الفنانين والبنائين من المدن المجاورة، فأحاطوها بأسوار عريضة، ما جعلها تمتاز بموقع جغرافي ممتاز، تتحكم في جميع الطرق الرابطة بين السواحل والجبال، وتراقب جل السهول.. نظرا إلى عراققتها وأصولها التاريخية.

اشتهرت بالفقهاء والعلماء، من بينهم: أبو عمران الأشيري. أما العلامة ابن خلدون، فقد اختار إحدى قلاعها للإقامة والتفرغ للتأليف، كما نزل بها المهدي بن تومرت، وابن حوقل والإدريسي.

وقد جاء ذكر هذه المدينة عند الجغرافيين القدامى، وممن ذكرها الحميري في كتابه الروض المعطار في خبر الأقطار، وجاء ذكرها أيضا عند ابن فضل الله العمري، في كتابه الكبير "مسالك الأبصار في ممالك الأمصار"، وغيرهم من الرحالة والمؤرخين.

يذكر، أن بلقين بن زيري، بعد ذهاب الفاطميين من تونس وتأميرهم له على إفريقية، أتاه الخبر عن تاهرت، أن أهلها قد عصوا وخالفوا وأخرجوا عامله، فرحل إلى تاهرت، فقاتلها، فظفر بأهلها ودمرها، فأتاه الخبر بها أن زناتة قد نزلوا على تلمسان، فرحل إليهم، فهربوا منه وأقام على تلمسان، فحاصرها مدة ثم نزلوا على حكمه، فعفا عنهم، إلا أنه نقلهم إلى مدينة أنشير، فبنوا عندها مدينة سموها تلمسان.



مدينة أنشير بالجزائر، تقع في سفح جبل التيطري، فوق سهل أوربوة تطل على بلدية الكاف الأخضر، بالجنوب الشرقي لولاية المدية، ناحية شلالة العذاورة.

تأسست مدينة أنشير على يد زيري بن مناد الصنهاجي، في عام 936م. وكانت تضم قصورا وإقامات وحمامات.. من أشهر أبنيتها، قصر بنت السلطان، الذي ما زالت بعض أطلاله شاهدة عليه.

كان لأنشير موقع استراتيجي وحصانة طبيعية، وكانت نقطة وصل بين الشرق والغرب، من إفريقيا إلى تيهرت، وعلى الطريق التي تصل تلمسان بالأوراس.

بلغت مدينة أنشير، خلال الحكم الزيري، درجة الذروة في الازدهار العلمي والاجتماعي، جذبت العلماء من كل جهة وقصدها الشعراء والرحالة من كامل الأمصار، كما شهدت الحياة الدينية والروحية إشعاعا فائقا.

وبعد زوال الحكم الزيري في القرن الحادي عشر، أهلها الهلايون والمرابطون بقيادة يوسف بن تاشفين، ثم الحفصيون في

من أولى العواصم في الجزائر

مدينة أنشير آخر ما تركه آل زيري

المدن تروي أمجاد ملوكها، ومن عاشوا فيها في سلام دائم، فأرضها حملتهم وجدرانها أوتهم وطبيعتها حمتهم من الغزاة المحتلين. قليلة كانت المدن المحصنة، التي تحمل مواصفات العواصم، كمدينة أنشير، حاضرة التيطري، التي لا يعرف الكثير منا عنها سوى صور أطلالها. الشروق العربي، تروي قصة هذه المدينة، التي بنيت قبل العاصمة والتيطري ومليانة، وأسرار هذه العاصمة، التي أرخت لفترة مزدهرة من تاريخنا العريق.



ديدانو والخدمي والمشحط

كلمات جزائرية لها أصل فصيح

العامية الجزائرية مزيج فريد من نوعه من المفردات، التي أثرت وتأثرت بلفات أخرى، مثل العربية والإسبانية والفرنسية، وحتى التركية والإيطالية. وتبدو اللهجة الجزائرية للكثير من المشاركة الأبعد من اللغة العربية، لسوء فهمها، بينما تحوي كمًا هائلًا من الكلمات، من أصل عربي فصيح جدا. الشروق العربي، تبحث في القواميس والمعاجم، بحثًا عن أصل كلماتنا الدارجة الجميلة.

الصباح، فريت الشيء أي قطعه لكي أصلحه. تعنكش في الشيء، أي تمسك بجزء منه، وأصلها من عكش أي التوى، تلبذ والتف. إذا تعود شخص على شيء ما وألفه، يقال إنه مضاري، وفي لسان العرب كلمة ضرى تعني اعتاد الشيء وولع به.

السومة هي السعر، وفي لسان العرب لابن منظور، السوم هو عرض السلع على البيع. يقال إن القشابية تنحدر من كلمة فرنسية، وهي كاشي بيان، أي يخفي جيدا، ولكن الكلمة أصلها قشب وثوب قشيب أي جديد وجميل وبهي.

كلمة متداولة جدا لا نعرف أن أصلها عربي، هي باصا، التي نستعملها للدلالة على أن الشخص تورط في مشكلة كبيرة جدا. وباص في المعاجم العربية تعني هرب واستتر.

ويقال إن القوم في حيص وبيص يعني في ضيق شديد.

سربي التي تعني أفرغ القهوة أو الشاي أو أي شراب نعرفه، ليست منحدره من الكلمة الفرنسية سيرفير، بل من سرب أي تحرك السائل، أي سال وجرى.

كلمة تبروري كلمة تعني البرد المتساقط، الذي عادة ما يهلك الزرع ويكسر الزجاج وأصله من فعل تبر أي دمر وأهلك.

التويضة كلمة أصلها عربي فصيح، وهي من كلمة التوز ويعني الخلق والاتوز هو الكريم الأصل. والتويضة هي تصغير فقط وتحيل للكرم والجود.

المنخفضة، التي يستقر فيها الماء. كلمة يحوس.. لتعيدنا إلى القواميس العربية، فكلمة الأحوس، في اللغة العربية، هو دائم الركض والجري.

في الغرب، يقال للطفل الشير، وفي اللغة الوشر، هو ترقيق المرأة أسنانها، مثل أسنان الطفل، وتعني التسرع أيضا.

الدكس، كلمة عامية معروفة وتعني الضيق، وهي عربية فصحي، والدكس يعني تراكب الشيء بعضه على بعض، وهو بنفس معنى الدارجة. نقول لمن حالته مزرية في العافية يشف، وشفني أي أحزنني، وفي اللغة شفه الهم أي أهزله. يقال فلان عكي ويعكي، أي سخر وقلد بطريقة فيها تهكم، أما عند ابن فارس فيقول: عكني فلان بالقول، إذ اردته علي حتى يتعبنى.

يقال عادة جملة يسالو حسيقة، وتسالها حسيقة.. والحسيقة في اللغة هي العداوة، وهو المعنى المطلوب.

كلمة تقرسل أي مات بردا، عربية أيضا، ومصدرها القرس أي البرد.

لما نقول إن فلانا يفري المشكل، بمعنى سيجد له حلا، وفي

المشحط، الذي يعرفه الصغير والكبير، كلمة أصلها عربي بحث، وهي العصا الصغيرة التي كان يؤدب بها الشيخ تلاميذه. ومنها اشتقت كلمة بوشحيط، وهي الديدان التي تسكن بطون الصغار من كثرة أكل الحلويات.

العسلوج عند الجزائريين هو البرعم، في البصل وفي غيره من الخضار، يخرج في آخر موسم الجني، وينبت داخل حبة البصل كالعود اليابس، وهي كلمة عربية.

من الألفاظ العامية التي أصلها فصيح كلمة الخذمي وأصله من التخذم وهو قطع اللحم بالسكين.

كلمة على ديدانو، التي تقال في البكاء على الأطلال والتحسر على الماضي، هي كلمة عربية فصيحة وتأتي من ديدن أي الدأب والطبع والسجية. فعل استنى واستناني ونستناك، هي كلمة أصلها عربي، وهي تنحدر من فعل أستاني، أي أنتظر وأتربص ولا أتعجل.

في العامية الجلفية مثلا، يقال ردرس الغنم، أي كثرة آثارها. والمرداس، وهو ساحة لعب الخيل، وهي كلمة أصلها عربي أيضا. ناس الريف يقولون ملصت الكاس من يدي أي سقطت بغفلة، وفي

الصباح انملز يعني أفلت منه.

كلمة الضاية في الدارجة لها نفس معنى لفصحي، وهي الأرض

البروري السومة
وفرسل هي ثانيك
عربية فصحى!

ديدانو
والخدمي والمشحط
كلمات جزائرية فيها
أصل فصيح!!



الأولياء أمام
تحدي صناعة
اللانش
بوكس

انتهى زمن سندويش الجبن ومعجون الفاكهة



محشوة بالسموم الصناعية".

أمهات يصارعن لتقديم وجبات صحية

بالرغم من كل الإجراءات التي أصبحت تجذب الأطفال إليها، وتريح الأولياء من عناء التحضير والتدبير، ويكتفون بدخول السوبرماركت لجلب لمجة، هناك دائما فئة من الأمهات الواعيات اللاتي يجتهدن لتقديم وجبات نافعة أو على الأقل محدودة الضرر، بالرغم من نقص الإمكانيات المادية، فيصنعن بحب كريات الطاقة المتكونة من تمر ومكسرات، ويستيقظن باكرا ليخزنن فطيرا غنيا بالحبوب، أو يقطعن فواكه متاحة ويقطرن عصيرا طبيعيا طازجا، الصعوبة التي يواجهها هذا النوع من الأمهات المهمات بصحة أبنائهن كأولوية، ليس في ما يحضره من وجبات ولا في تكلفتها المادية أو الزمنية، وإنما في تقبلها من طرف الأبناء، الذين لا يقدرّون قيمة صندوق اللمجة خاصتهم، ويظلون يقارنون محتواه بما في أيدي زملائهم، تقول حسية، ولية تلميذة في الابتدائي، في موقف طريف واجهته مع ابنتها: "حضرت كريات الطاقة بالمكسرات والتمر ومكونات طبيعية، ولاحظت أن بوكس اللمجة يعود فارغا، لذلك سألتها ما إن كانت تستمتع بتناولها جميعها!" تضيف قائلة: "شعرت بالإحباط، حينما أخبرتني أنها تبادله مع صديقتها، التي تقدم لها في المقابل حلويات وقطع شوكولا".

تذكر الأجيال السابقة أن اللمجة لم تكن ضرورة حتمية للتلميذ، فأغلب المتدربين كانوا يتناولون فطورا مشبعا في الصباح، ثم ينتظرون الخروج إلى المنزل أو الذهاب إلى المطعم المدرسي في منتصف النهار لتناول ثاني وجبة في اليوم، أما الوقت القصير المقتطع على العاشرة صباحا فيتفق الجميع على عدم إهدار لحظة منه في أي نشاط آخر غير اللعب والجري، على خلاف ما بتنا نشهده مؤخرا في فناء المدرسة، أين يتسابق التلاميذ من مختلف الفئات الاجتماعية لاستعراض اللانش بوكس والتمتع بوجبة غير صحية إطلاقا.

قطعة من تحضير لبنية خالية الفوائد الصحية يصطلح على تسميتها جبن.. سندويشات من كريمات الطلي المشبعة بالدهون وزيت النخيل... هذه هي أغلب المنتجات التي تملأ اللانش بوكس لأطفالنا، جرعة منها يوميا في أكثر ساعات النشاط البدني والفكري بات لها أثر مدمر على الصحة العامة لهم. يحدث هذا بصفة دورية، على مدار أسابيع وشهور من العام الدراسي ثم يخرج الأولياء لطلب المساعدة من المختصين وذوي الخبرة لتفسير حالات فرط الحركة وقلّة التركيز التي يعاني منها ما يقارب نصف أبناء هذا الجيل، الناجمة عن اتباع نظام غذائي سيئ. تقول الأخصائية النفسية نادية جوادي: "يزورنا في العيادة يوميا أولياء مذكورون من تراجع المستوى الفكري لأبنائهم، برغم مرور مدة من ارتيادهم الروضة أو المدرسة، ومع أنهم مدركون لخطر ما يقدمونه لأبنائهم، عنصران قادران اليوم على تدمير جيل بأكمله، وسائل الإعلام والتكنولوجيا بما تروج له من منتجات تصبح خطرة وسامة أكثر، كلما زاد الإقبال عليها وسهل إنتاجها، واللمجة التي يتناولها الأطفال

يتفاخر بعض الآباء والأمهات باقتناء حلويات، شوكولا وعصائر غالية الثمن أو من ماركات مستوردة، ليحملها الصغير وسط أقرانه دون أن يشعر بالنقص، بعبارة أخرى، تغرس فئة من الأولياء عادات بشعة في أبنائهم منذ سنوات دراستهم الأولى، ومن خلال أبسط شيء يتناولونه، فيحاولون تقديم مشتريات تعكس مستواهم المادي الجيد، فلا يجلبون منتجات محلية أو معلبات رائجة رخيصة الثمن، حتى أصبح الكثير من الأطفال يتبنون الأفضلية على البقية من خلال ما تقدمه لهم عائلاتهم داخل اللانش بوكس، مع أن ضرر ما يتناولونه لا يقل عن البقية..

فرط الحركة وفقير الدم أهم أعراض بريستيغ صندوق اللمجة

عصير معلب غني بالملونات والسكر والمواد الحافظة، وكعك أو حلويات من الطحين الأبيض والشوكولا والكريمات الصناعية، ربما

هكذا تخدم الخلافات العلاقة الزوجية

لا يختلف اثنان على أن الحياة الزوجية لا يمكن إلا أن تشوبها بعض الخلافات، التي قد تصل بالزوجين أحيانا إلى الخصام أو المقاطعة. مع هذا، تستمر أحيانا على نحو أفضل من السابق، إذا لم يكن الخلاف جوهريا وغير قابل لتصالح الأفكار. من هذا المنطلق، يسير الكثير من الخبراء إلى الإقرار بدور الخلافات السطحية في تعزيز العلاقة الزوجية ومكانة الشريك.

مشاعر الشريك تحت بقعة ضوء

يتفق الأخصائيون على أن الحياة الزوجية السليمة هي التي تعرف منحنيات مستمرة، فأحيانا، تكون في أوجها سعيدة، يغمرها التوافق الفكري والعاطفي، لكنها تمر بمنحدرات، تتراجع عندها المشاعر، لتعود بقوة أكبر في الغالب.

تقول الاستشارية الأسرية، الأخصائية في علم النفس والعلاقات، عقيلة دبوب: "العلاقات التي تعرف وتيرة واحدة، سواء هادئة، أم فيها الكثير من المشكلات على الدوام، يعني أنها علاقة تقليدية باردة.. عادة، نجد أن هذين الشريكين لا يعرفان الكثير عن بعضهما البعض، ولا يجيدان التعامل، الواحد مع الآخر.

لذلك، يستمران في عيش البعد، وفكرة الاقتراب مخيفة لهما..". تضيف الأخصائية: "علينا، أن ندرك أن الخلافات ناتجة عن وجود عنصر الحوار في العلاقة، وهي انعكاس للاختلاف بين الرجل والمرأة، في التفكير ووجهات

النظر، والتصادم في بعض النقاط يؤدي إلى كشف هذا الأمر، وإيجاد الطرق للتعامل معه، ومحاولة تقبله.

ومن هنا، يتبين للزوجين إن كانا قادرين على تقبل الآخر، مزيدا

من العمر، ويظهر المجهود الذي يبذل في سبيل التعايش والتأقلم".

كلما اختلفنا توطدت علاقتنا

يعتقد الكثير من الرجال أن اختلاق المشكلات طبيعة أنثوية، ولا يعلمون أن الدراسات التي أجراها باحثون في علم النفس في بلدان آسيوية وعربية وحتى أوروبية، وضحت أن المرأة إنما تلجأ إلى افتعال المشكلات، عندما تشعر بابتعاد شريكها عاطفيا، ولا يعني ذلك في الكثير من الحالات أنها تكرهه، أو لم تعد ترغب به، على العكس، تعد المشكلات أسلوبا لفت انتباهه، وتوسيع الحيز الذي تشغله في ذهنه. تقول السيدة عواطف، جزائرية متزوجة من رجل شرقي ذي جنسية عربية: "خلال 13 سنة زواجا، أصبحنا نعرف بعضنا أكثر، حتى هولم يعد يكثرث كثيرا لنوبات غضبي، أو حزني المفاجئ، ويعرف كيف يسترجعني منها، بات متأكدا من أنني حتى عندما أطلب منه أن ننفصل، فأنا أريد أن ينتبه أكثر إلى احتياجاتي، وبضائع اهتمامه، وأبحث منه عن موقف المتمسك بي، الراض للتفريط. وعندما يفعل ذلك، فأنا أحبه أكثر. ومع أنني استهلكت أسلوبيا هذا لكسر الروتين في العلاقة، وأصبح مستهلكا، تجدنا نختلف أحيانا، ولكننا نعود لنتفق ونتناغم، كما لو أن شيئا لم يحدث".

من خلال التعامل الواعي والمتزن معها

المشكلات الزوجية تبدد الأوهام وتبني الثقة والأمان

يقول السيد نور الدين، أب لخمس أطفال: "زوجتي هادئة جدا، وتختلف عن بقية النساء، لكونها قليلة الكلام.. نختلف أحيانا لأسباب تافهة، أو حتى لمشكلات كبيرة، تخبرني بعدها أنها اكتشفت حقيقتي، وتخلصت من وهم الرجل الرومنسي والمتفهم الذي تعيش معه. تتحدث كثيرا عن الخذلان والانكسار، ولكنها تظل متمسكة بي، وأحس بأن كل نكبة، مهما كان حجمها، تبني المزيد من الثقة بيننا، وتجعل رباطنا وثيقا أكثر".

بهذا الخصوص، تؤكد الأخصائية النفسية، دبوب عقيلة، على أن الخلافات الزوجية قد تكون لها عدة جوانب إيجابية، إذا تم التعامل معها بوعي واتزان. فهي تسمح برؤية الشريك رجلا أو امرأة، على حقيقته، وترفع مستوى الأمان في العلاقة، إذا تم الصلح والتراضي، كما أنها فرصة لكلا الطرفين لتحقيق تطور عاطفي ومعرفي، أو ما يسمى بالخبرة الحياتية. لهذا، لا يجب النظر إلى كل الخلافات بعين السلبية.



هل أنت بار بوالديك؟

يعتبر بر الوالدين من أجَل العبادات، نزلت فيه الكثير من الآيات، وخصت له الكثير من الأحاديث النبوية، وحرص علماء الدين على تقديمه، في دروسهم، كل على طريقته، بين من يذكر أجره عند الله، في الحياة الدنيا وفي الآخرة، ومن ينقل عقوبة العقوق في الدنيا والآخرة، ويعتبر من بين العبادات، التي تقرب العبد من خالقه، وهذا ما يدفع بالكثير منا إلى طرح التساؤل عن البر مع الوالدين، هل هو كذلك، أم إنه لم يحقق البر على أكمل وجه مع والديه.

ابنه وهو يخشى من أن ينزعج منه، فهذا يعتبر عقوقا، وهو أمر واقع فيه أغلبنا، وحينما لا يجالس الابن أبويه فهو عقوق، وما أكثر هذا في زماننا، فقد تجد من لم يجلس إلى والديه شهورا عديدة، ثم يأتي يحدث الناس عن البر والعقوق. في المقابل، كان بعض السلف الصالح يخشى أنه لو أكل أكلا مع والديه سوف يقع في العقوق، فربما وقعت أعينهم على شيء من الأكل وسبقهما هو إليه، فهذا عقوق لهما، حتى ولو كان من غير قصد. أما اليوم، وللأسف، فتجد فينا، من يدخل إلى زوجته متخفيا من والديه، وهو يحمل لها مختلف الأكلات.

إن البر، ليس أن تنشر صورتك مع والدتك أو والدك على منصات التواصل الاجتماعي، وليس أن تظهر البر لهما بعد الوفاة بالدعاء لهما، وقد كنت لا تجلس إليهم ساعة واحدة، ولا تعرف حتى همومهما أو ما يريدانه، البر أن تحرص على صحبتهم الدائمة والدعاء لهما وهما على قيد الحياة، وأن تعتني بهما حين المرض، وألا تقول لهما أف، ولا تتناول عليهما بحديثك، وربما هذا كله، وسوف تجد برك لهما أعرج، إن صح التعبير.

يرى البعض، بأنه بالنظر إلى بر الوالدين، في عصور السلف، وما نقل عنهم من سلوكات مع آبائهم وأمهاتهم، فنحن لم نحقق الشيء القليل في البر بوالدينا، مقارنة بهم، بل نعتبر عاقين لهم، حتى ولو أظهرنا البر لهم، لأن الكثير من سلوكاتنا معهم، في وقت السلف، تعتبر عقوقا بيّنا وظاهرا للعيان، وهي من الأمور الخطيرة، التي يقع فيها الكثير منا دون علم.

لو سألنا الكثير من الناس عن بر الوالدين، لأجاب الكل، بأنهم يبرّون والديهم في كل الأوقات، بل يعتبرون أنفسهم من أبر الأولاد لأبائهم في هذا العصر، لأن الكثير منهم يعتقد أن البر هو عدم ضربهما أو شتمهما، وهو أمر يعتبره البعض خطأ، لأن العقوق أقل درجة من هذا كله ومما يعتقده الأفراد في زماننا، فعند السلف الصالح، حينما تصبح الوالدة أو الوالد يحدث



من المعروف
والمألوف، أن
تسميت الأم لأجل
أن تحتفظ بحضنة
أطفالها بعد طلاقها
أو ترميها، أو في
كل الأحوال عموماً.
لكن، في الكثير من
الحالات التي قاربت
أن ترتقي لمستوى
الظاهرة المنتشرة،
ظهر للوجود صنف
من الأمهات اللواتي
تسميت الواحدة
منهن لأجل التخلي
عن حضنة أطفالها،
بغية أن تنطلق في
الحياة بلا قيود تثقلها
أو تعرقها. وهو
الصنف الذي اصطلح
على تسميته بالأم
الغراب، بالنظر لما
هو معروف عن أنثى
الغراب من أنها تتخلي
عن صغارها في
العش.

الأم الغراب

تتخلي عن أولادها لتلحق غرامياتها



عندما تتخلي الأم عن فلة كبدها

لجارتني كنة شابة لم أكن أعرف الكثير عن تفاصيل حياتها، ولكن، لما شاءت مقادير الله أن يتوفى زوجها بسرطان الدم، راحت ليلة عزائه تبث ما أثقل قلبها من أوجاع. وكان من ضمن ما قالت، أن والدتها تخلت عنها وهي رضية مباشرة بعد طلاقها من والدها، لتهاجر إلى فرنسا، تاركة إياها في رعاية بعض أقاربها. وروت بحرق كيف أنها كانت متحقة للقاء والدتها والالتحاق بها في ديار الغربة، وكيف فعلت المستحيل لتحقيق حلمها لدرجة أنها هددت العائلة الراعية لها بالانتحار إذا لم يساعدها على لقاء أمها، الذي تحقق فعلاً، وبلا ليتها لم يتحقق.. فالأم وبمجرد أن فتحت لها الباب وأخبرتها بأنها ابنتها فلانة، التي تركتها رضية، أجابتها أو بالأحرى ذبحتها بجملة لم تسمع كل الذي تلاها، حيث قالت لها: "بصح أنا رميتك وما نسحقش في حياتي".

كما أعرف شاباً تخلت عنه أمه وهو رضيع لوالده، بعد طلاقهما، وتزوجت شخصاً آخر وأنجبت منه أولاداً. ولكن الذي كان يحز في نفسه، أنه كان يشعر دوماً بأنها لا تحبه، فحتى عندما يذهب لزيارتها، كانت تجرحه بالكلام وتستعجل مغادرته، وتُخبره صراحة أنها تخلت عنه بإرادتها، لأنه يذكرها بوالده الذي تمقته.

كما هناك الكثير من مثل تلك الحالات التي رواها لنا أحد مختصي الكونشيتغ والتأهيل الزوجي حين إنجازي لموضوع سابق عن الأب العزب، كحالة لأم تخلت عن أولادها لزوجها، وهاجرت لتكمل دراستها في الخارج. في حين إن أخرى تخلت عنهم لأمه، بعدما ترملت بأشهر معدودة لتتزوج من حبيب سابق لها.

أم سيئة أو مضحية؟

رغم أن الأطفال جزء مهم من طاقة المرأة، وليس لهم أنسب من أهم لتشتيتهم، لكن الواقع أن الأمهات اللواتي صرن يتخلين عن أولادهن كثيرات في الواقع، وتعدد أسباب ذلك باختلاف ظروف كل أم. تقول المختصة النفسية وردة روافي: "فمنهن من تتخلي عن أطفالها لتطارد أحلامها وطموحاتها، تحت بند ما يسمى تحقيق الذات، أو لتلحق بحبيب أو خطيب، فتتزوج مستغنية عن فلات أكبادها، كما هناك من تفعل ذلك لمعاقبة طليقها، ورمي ثقل مسؤولية الأولاد على عاتقه.

وهناك حتى من تتخلي عن أولادها هروباً من فقر زوجها، فتلتحق ببيت أهلها لتعيش في عزهم ودلالهم، تاركة أولادها لوالدهم ولعوزة. وفي هذه الحالات، يمكن أن يحكم عليها المجتمع بأنها أم أنانية سيئة. ولكن في حالات أخرى، قد تتخلي الأم عن أولادها لوالدهم، لأنها غلبت

مصلحتهم على مصلحتها الشخصية. ففي حال طلاقها مثلاً، قد ترى أن طليقها وإن كان زوجاً سيئاً، فهو أب جيد، وسيوفر كل أسباب الراحة والنجاح لأولادهم، فتتخلي له عن حضانتهم، خاصة إن كان أهلها يرفضون تربيتهم وإعالتهم. فهنا، يمكن اعتبار هذه الأم أمًا مضحية لا متخلية".

أنثى الغراب بريئة منكن

لقد تمت تسمية هذا الصنف من الأمهات بالأم الغراب، بالنظر لما هو شائع ومعروف عن أنثى الغراب، من كونها تترك فراخها الصغيرة في العش دون طعام، لأنها لا تألف لونها. لتبدأ الصغار في الصراخ، وتفترس سائلاً لرجاً من عينيها، ذا رائحة خاصة، تجلب إليه بعض الحشرات التي تتغذى عليها الفراخ. إلى حين تعود الأم لرعايتها، بعد أن تألف شكلها. ولكن، حتى هذه السمعة السيئة لأنثى الغراب جاء العلم الحديث ليُبرئها منها، حيث استنكر البروفيسور جون مارزولف ذلك، وأكد أن أنثى الغراب تعتني بصغارها جيداً، وتستمر في تغذيتها حتى بعد مغادرتها العش لفترة شهر أو أكثر. ما يعني كما تقول الدكتورة وردة روافي: "أنه، حتى الحيوانات لم تخالف فطرة الله التي فطر عليها قلب الأم. في حين، إن بعض الأمهات خالفن ذلك للأسف".

انهدام الدافع وفقدان الشفء

مرض العصر الذي يقتل طموح شبابنا

يسعى الشباب
الطموح إلى بلوغ
أهدافه في سن
مبكرة، عبر مخطط
واستراتيجيات يتعب
لرسمهما، فيحقق
البعض نجاحا
متباينا، ويواجه
آخرون صعوبات غير
محسوبة، وعراقيل
عاتية يعجزون عن
تجاوزها، وفي غياب
الدعم والسند، وقلة
الإمكانيات تفقد فئة
مهمة من شبابنا
الشفء بالإنتاج
وتحقيق النجاحات على
المستوى المهني،
ما بات ينعكس
بصفة سلبية جدا على
روح العمل وعزيمة
المجتمع واقتصاد
الوطن.



عرض تجاربهم خاصة بعد التعثر، حتى فقد الشباب الثقة في النموذج الذي يملك الشجاعة للظهور، ويعتبره كاذبا وذا أهداف تجارية ويسعى إلى الإشهار.

سيطرة التنافس السلبي تكسر ظهر الطموح

يدخل العديد من المستثمرين الشباب، وحتى الموظفين، إلى معترك العمل غير مدركين لكواليسه، يعتقدون فقط أن الثابرة هي ما يوصلهم للهدف، ولا يعلم كثيرون بوجود محاربين ضدهم، يستخدمون أساليب تنافس غير شريفة، يقول الأستاذ لزهري الدين: "الجزائري ليس له اطلاع بما يدعى التنافس الشريف ولا يعترف به أصلا، لذلك يحاول أن يقصي منافسه بكل سبل التنافس السلبي، حتى لا يهدد نجاحه، ولأن الكثير من شبابنا انتبه مؤخرا إلى ما يحدث في سوق العمل، فقد انتقل مباشرة إلى مرحلة فقدان الشغف واستسلم حتى قبل المحاولة، متبنيا فكرة أنه حتى وإن ثابر ووصل للنجاح، فسيتعيب في الحفاظ عليه، ومع أن هذا هو قانون العمل إلا أنه ليس بالسهولة التي يبحث عنها شباب اليوم".

فأصبح الشباب بدل بذل جهود مضاعفة للنجاح يستسلمون للفشل ويسمون ذلك صبرا على الظروف، وهذا من أهم أسباب الفشل، أن يفقد المرء شغفه ودافعه للإنجاز وهو يعتقد أنه على صواب، وربما يكون مأجورا".

المعتقدات الاجتماعية تمنع الشباب من الاقتداء بالنموذج

عدم الاستقرار الاجتماعي وتوالي الأحداث السلبية والمهيات في المجتمع، جعلت الكثير من الشباب يسيرون وفق خطط متذبذبة وغير متكاملة، أو من دون استراتيجيات حتى، نتيجة لكثرة التغيرات، وهذا ما أثر سلبا على أهداف العديد منهم كنماذج واضحة للبقية، ولأن الكثيرين يعتمدون على المقارنة التي تقودهم إما للاستسلام المباشر، أو الإحباط والشعور بتأخر الوقت وتقدم العمر وقلة الخبرة.. وفي خضم كل هذا، لا يزال الإعلام بكل وسائله الجبارة، وحتى مواقع التواصل الاجتماعي لا تعرض نماذج حقيقة للنجاح استطاعت أن توفق بين الحياة الخاصة والمهنية وتبني نجاحها تدريجيا، وفي الظروف المتوفرة للغالبية، فالمعتقدات الاجتماعية المتوارثة بالية وبائسة، تؤمن بالحسد أكثر من إيمانها بالقودة، حين يأبى الكثير من الناجحين

هكذا نسفت جهود الدولة في دعم الشباب

تفيد آخر الإحصائيات، التي سجلها المجمع الوطني لدعم المؤسسات الصغيرة، بأن عدد ما تم خلقه في إطار أجهزة الدعم كنانك وأونساج، حتى نهاية سنة 2020 بلغ 541256 مؤسسة مصغرة، نسبة المتعثرة منها فاقت حتى اليوم 79 بالمائة، رقم ينذر بفشل ذريع في نظام الدعم هذا، ولا يمكن عزوه إلى الجانب المالي فحسب، إذ وبشهادة مختصين، هناك عدة عوامل معنوية ساهمت بشكل واسع في إحباط محاولات الدولة الجبارة في الوقوف بهمة الشباب في بناء الاقتصاد الوطني. يقول بربري أمين، خبير اقتصادي: "صبيغ الدعم التي وفرتها الجزائر كشفت لناجيلا من الشباب الذي لم يكن ينقصه المال والعتاد والدافع المادي فقط، وإنما يفتقر إلى روح التحدي والإصرار، شباب يعاني الخوف من الفشل ومن أحكام المجتمع، يغذي ذلك غياب الدعم المعنوي والمتابعة من قبل الخبراء، وهي عوامل مجتمعة تصب في الفرد الواحد فتفقد الشغف بهدفه، وتحبط مساعيه رغم توفر محفزات للنجاح في المقابل". يعرج الخبير الاجتماعي لزهري الدين على واقع مؤسف، يتمثل في أن "المجتمع الجزائري قد ورث أبناءه فكرة خاطئة عن الصبر،

يعد الوحيد الذي بقي يداعب الكرة من جيل ملحمة أم درمان

شاوشي يرفض الاعتزال ويواصل التألق في سن الـ 40 مع الحراش

يواصل الحارس الدولي، فوزي شاوشي، صنع الحدث في الملاعب الجزائرية. ورغم أنه بلغ من العمر سن الأربعين (من مواليد 5 ديسمبر 1984)، إلا أنه لا يزال يصر على مواصلة مداعبة الكرة، حيث قرر الانضمام إلى فريق اتحاد الحراش، الناشط في بطولة القسم الثاني، قادما من فريقه الأصلي، شباب برج منايل. وبذلك، يعد فوزي شاوشي العنصر الوحيد الذي بقي يداعب الكرة من الجيل الذي صنع ملحمة أم درمان، بعد الفوز باللقاء الفاصل أمام المنتخب المصري، منتصف نوفمبر 2009 بالسودان، بفضل الهدف الحاسم الذي وقعه عنتر يحيى، فوز سمح بعودة المنتخب الوطني إلى نهائيات كأس العالم بعد 24 سنة كاملة من الغياب.

وأن الجمهور العريض للاتحاد يتطلع إلى تجاوز متاعب الموسم الماضي، حين كان الفريق مهددا بالسقوط، ولم يجسد هدف البقاء إلا في الجولات الأخيرة من البطولة، حيث أكد في تصريحات صحفية مباشرة بعد إمضاءه العقد قائلا: "الفريق، الذي ألع له، لا بد من أن يلعب من أجل الصعود".

صنّاع ملحمة أم درمان اعتزلوا تباعا باستثناء شاوشي

ومن بين الجوانب التي جعلت الحارس فوزي شاوشي يخطف الأضواء، أنه لا يزال مصرا على صنع التميز وهو في سن الأربعين. والأكثر من هذا، أنه صنع الاستثناء في جيل أم درمان، الذي ساهم في تأهل تاريخي لنهائيات كأس العالم 2010 التي أقيمت في جنوب إفريقيا.

جاء الحارس الدولي السابق، فوزي شاوشي، إصراره على مواصلة ترويض الكرة ورفض خيار الاعتزال. وإذا كان ابن برج منايل يسير نحو إشعال الشمعة رقم 41 من عمره يوم 5 ديسمبر المقبل، إلا أنه لا يزال مصرا على البقاء وفيما لأجواء الميادين. وهذا، بعد أن تعاقد مع إدارة فريق اتحاد الحراش، الذي سيحمل ألوانه خلال الموسم الكروي المقبل، وسط طموح كبير لأداء مشوار مميز، يعكس سمعة وشعبية الاتحاد الذي يسعى جاهدا إلى العودة إلى الواجهة، رغم المشاكل الكبيرة التي بات يواجهها خلال السنوات الأخيرة، ما حال دون عودته مجددا إلى حظيرة الكبار، إلا أن الانتدابات التي تمت إلى حد الآن بقيادة الحارس فوزي شاوشي توجي بإمكانية تحقيق طموحات الكوادر في أداء موسم إيجابي يضمن المتعة والفرجة في عقر الديار وخارج القواعد، خاصة



• الحارس الدولي السابق: "الفريق الذي أمضي فيه لا بد من أن يلعب الصعود

فجميع الأسماء التي اعتمد عليها شيخ المدربين راجح سعدان لإعادة بريق الكرة الجزائرية من بوابة المونديال قررت اعتزال الكرة. وفضلت ممارسة أنشطة أخرى، بحسب تكوينها وميولها.. فبعض نجوم أم درمان قرر خوض غمار التدريب، مثل مجيد بوقرة وسمير زاوي ونذير بلحاج والبقية، وأسماء أخرى فضلت خيار التحليل التلفزيوني، في صورة محلل قناة "بي ين سبور" رفيق صابفي وزميله رفيق حليش، علما أن صابفي كان قد قام بتجربة في التدريب كمدرّب مساعد مع فريقه السابق مولودية الجزائر، فيما قرر لاعبون آخرون ممارسة مهام إدارية، مثل صاحب الصاروخية التي اخترقت مرمى المنتخب المصري في السودان، عنتر يحيى، الذي كان قد تولى مهمة مناجير عام في اتحاد الجزائر، وهو الحاصل على دبلوم في مجال التسيير، والكلام يقال عن لاعبين آخرين، تنوعت أنشطتهم ومهامهم لرعاية أهلهم وعائلاتهم بعد الاعتزال، مثل زباني ومطمور وغزال، وغيرهم من اللاعبين الذين حققوا حلم الجماهير الجزائرية بالعودة إلى واجهة المونديال، بعد فترة فراغ طويلة عرفت فيها الكرة الجزائرية، التي لم تحقق ذلك الهدف منذ مونديال مكسيكو 86. وإذا كانت العناصر المذكورة قد اعتزلت تباعا وفي سنوات مختلفة، إلا أن الحارس فوزي شاوشى لا يزال عازما على مواصلة ترويض الكرة. وهو في سن الأربعين، ليسير بذلك على خطى عدة لاعبين أجلوا قرار الاعتزال إلى هذه المرحلة تقريبا.

مسار متميز لحارس كان قادرا على تحقيق الأفضل

وإذا كان أنصار اتحاد الحراش قد استقبلوا خبر التحاق الحارس فوزي شاوشى بفريقهم بارتياح كبير، معلقين آمالا كبيرة على خبرته وإمكاناته، حتى يقدم إضافة مهمة للتشكيلة الحراشية، فإن الكثير من المتابعين يجمعون على المسار المتميز لابن برج منايل، الذي برز في البطولة الوطنية لعدة سنوات، وهو الذي تقمص ألوان عدة فرق معروفة وفاعلة في المستوى العالي، مثل شبيبة القبائل ووفاق سطيف ومولودية الجزائر، وغيرها من الأندية، ناهيك عن بصمته في المنتخب الوطني، بدليل أن اسمه لا يزال مرتبا

أدى مباراة كبيرة ضد إنجلترا، فبقي الحارس الذي يحظى بالثقة لسنوات طويلة. وفي الوقت الذي صنع شاوشى التميز مع المنتخب الوطني، مثلما صنعه مع مختلف الأندية التي حمل ألوانها، إلا أن ما يحسب عليه هو المزاجية الناجمة عن بعض التصرفات التي انعكست عليه سلبا، مثل الدخول في مناوشات أو عراك فوق الميدان أو حتى خارجه، وكذلك نرفزته البالغ فيها وخرجاته المثيرة للجدل، ما كلفه بطاقات حمراء كثيرا ما وضعت الفرق التي حمل ألوانها في ورطة، مثلما فوّت مثل هذه الخرجات على شاوشى فرصا هامة لمواصلة التألق، ولم لا الاحتراف خارج الوطن، وبذلك ضيع شاوشى على نفسه فرصا مهمة على صعيد الأندية، وكذلك المنتخب، ما يؤكد أهمية النضج والانضباط في حياة اللاعب، حتى يصب ذلك في خدمة مشواره الكروي. لكن، وبصرف النظر عن كل هذه المآخذ التي كان أكبر المتضررين منها، إلا أن شاوشى لا يزال قادرا على العطاء، بدليل الثقة التي حظي بها من طرف أسرة اتحاد الحراش، التي تعول عليه كثيرا لقيادة الفريق نحو أداء مشوار إيجابي، خلال الموسم الكروي المقبل، وبالمرّة، رد الجميل لهذا النادي الذي كان قد منحه فرصة اللاعب في المستوى العالي لأول مرة في مشواره، قادمًا من فريقه الأول شباب برج منايل، ليفتح صفحة طويلة من التألق مع عدة أندية بارزة مثل شبيبة القبائل ووفاق سطيف ومولودية الجزائر وغيرها من الأندية.

بالمباراة الفاصلة التي جمعت المنتخب الوطني بنظيره المصري، في نوفمبر 2009، المؤهلة لنهائيات مونديال 2010 بجنوب إفريقيا، حين ساهم بشكل فعال في هذا التأهل التاريخي، بفضل تدخلاته الموفقة التي بعثت الثقة في زملائه، وسمحت بالحفاظ على نظافة شبابه، في الوقت الذي صنع عنتر يحيى الفارق بصاروخية تاريخية، رجحت الكفة لأبناء راجح سعدان.

علما أن شاوشى لعب هذه المباراة في آخر لحظة بعد تعذر مشاركة الحارس قواوي، الذي كان يعاني من إصابة عقب مباراة العودة التي لعبت في القاهرة، وانتهت بفوز الفراعنة بهدفين دون رد، ما جعل الحسابات النهائية تصب في خانة اللجوء إلى مباراة فاصلة، جرت في ملعب أم درمان بالسودان، وكان فيها الحارس شاوشى النجم البارز، رفقة بقية زملائه الذين أدوا مباراة استثنائية، كان فيها القاسم المشترك العزيمة والروح القتالية، بشكل جعلهم يردون ميدانيا على الاعتداءات التي تعرضوا لها عقب أحداث القاهرة. وعلى ضوء هذه المباراة التاريخية، عرف شاوشى كيف يزيح زميله قواوي من عرين "الخضر"، مثلما أراحه قبل ذلك من عرين شبيبة القبائل، ما مكنه من مواصلة التألق مع المنتخب الوطني، قبل أن يخسر مكانته في مونديال جنوب إفريقيا 2010، بسبب خطأ فادح كلف رفقاء زباني غاليا في جولة الافتتاح، ما جعل المدرب سعدان يستنجد بزميله رايس مبولحي، الذي



ديلور وبودبوز وسليمان يلهبون سوق التحويلات

لاعبون 5 نجوم يلتحقون بالبطولة الجزائرية بـ "الملايير"

لأول مرة، في تاريخ البطولة الجزائرية، التحق عدد كبير من اللاعبين الدوليين بأندية جزائرية، وهم الذين تألقوا لسنوات في الملاعب الأوروبية، ليتغير مفهوم الانتقالات في الجزائر، ليعرف انتقالا نوعيا، بإمكانه مساعدة أنديةنا على التألق قاريا. وتوقيف هيمنة بعض الفرق الإفريقية، وهو الهدف الذي تسعى له أنديةنا المشاركة في مختلف الاستحقاقات القارية.

كما قالت إدارة شبيبة القبائل إنها تعاقدت مع لاعب أحد السعوي السابق، رياض بودبوز، رسميا. وأضاف على الصفحة الرسمية للنادي: "بعد ارتحاله من سوشو مونبلييه، باستيا، سانت إتيان، إشبيلية، سيلتا فيغو، أهلي جدة... رياض في منزله بالجزائر وبهبط في مدينة تيزي وزو... وقد وقع على عقد سيربطه بالنادي لمدة عامين، مع إمكانية التمديد لسنة واحدة". وخاض بودبوز أول تجربة احترافية رفقة نادي سوشو، قبل أن يحمل ألوان أندية باستيا، ومونبلييه، وسانت إتيان في فرنسا، وريال بيتيس، وسيلتا فيجو في إسبانيا، والأهلي وأحد في السعودية.

يرى العديد من المتابعين أن التعاقد مع هذا النوع من اللاعبين مثير للاهتمام، ومن شأنه أن يرفع القيمة السوقية للدوري الجزائري، ويزيد في مستواه الفني، خاصة في ظل تواجد عدد كبير من اللاعبين الأفارقة، بعد قرار اتحاد الكرة السماح بقيد خمسة لاعبين أجانب، بدلا من ثلاثة، اعتبارا من الموسم الجديد.

وفي غياب أرقام رسمية، قدرت بعض المصادر أن الراتب الشهري لكل من بودبوز وسليمان ودولور، قد يصل إلى مليار سنتيم، ما لم يسبق أن ناله أي لاعب سابقا، ما عدا- ربما- بلابلي، الموسم الماضي، مع مولودية الجزائر.

رياض بودبوز، يلعب للشبيبة، بعقد يمتد لموسمين، وهو الذي لعب لعديد الأندية الفرنسية والإسبانية، قبل أن يستقر في الدوري السعودي. ويرى العديد من النقاد والمحللين بأنه مع هذه التعاقدات، سيشهد الدوري الجزائري طفرة نوعية، ويعتبر الأفضل للأندية الجزائرية، مع مرور التاريخ، وهذا ما سيزيد من الترقب والاهتمام بالموسم الجديد 2024-25. وبلا شك، فإن المنافسة ستكون مثيرة بوجود مثل هؤلاء اللاعبين. وصرّح أندي ديلو، عبر الصفحة الرسمية لنادي مولودية الجزائر على منصة "فيسبوك": "في قارة أوروبا، وبشكل خاص بفرنسا، لطالما تألقت المولودية وأبدعت كفريق وحتى كجمهور... بل أكثر من ذلك، فالمولودية زعزعت الملاعب هنا وتركت أثرا... أنا كلاعب، حاولت دائما أن أتألق في الليغا 1، أما في الجزائر، فالمولودية كانت دوما متألقة، ولهذا سأسعى للمساهمة في هذا التألق وترك بصمة في هذا النادي العريق".

من جهته، قال شرف الدين عمارة، الرئيس العام لمجمع مادار، إن التحاق لاعبين دوليين بالدوري الجزائري أمر جيد، وحافز لرفع المستوى، وجلب العقيلة الاحترافية إلى بطولتنا، وأتمنى أن يصل فريقنا شباب بلوزداد إلى أبعد الحدود في المنافسة القارية.

عرف الميركاتو الصيفي في البطولة الجزائرية تطورا كبيرا، مقارنة بالسنوات الماضية، حيث قامت أندية كبيرة بتعزيز صفوفها بأسماء لامعة، أبرزها التعاقدات التي أبرمتها فرق مولودية الجزائر، شباب بلوزداد، وشبيبة القبائل، التي تسيرها شركات وطنية.

فقد دعم فريق شباب بلوزداد صفوفه باللاعب إسلام سليمان، هداف المنتخب الجزائري، بعقد يمتد لموسمين، بعد فترة قضاهما مع أندية أوروبية وتجربة أخرى في البرازيل، ما يجعله إحدى الصفقات الأكثر إثارة للاهتمام في الدوري الجزائري، هذا الموسم. ويطمح الدولي الجزائري إلى قيادة الفريق في بطولة دوري الأبطال، وهو الذي وصل في السنوات الأخيرة إلى ربع نهائي المنافسة القارية. هذا، كما أمضت إدارة مولودية الجزائر عقدا مع المهاجم الدولي أندي ديلور، لتدعيم خط الهجوم، لخلافة يوسف بلابلي، الذي سيلعب للترجي التونسي... ديلور، خاض تجارب احترافية في فرنسا وقطر، وقع عقداً يمتد لثلاثة مواسم مع "العميد"، ليعزز صفوف الفريق، الذي ينافس في دوري أبطال إفريقيا، المنافسة التي غاب عنها عميد الأندية الجزائرية لسنوات.

كما سارت شبيبة القبائل على نفس منوال الشباب والمولودية، واختارت الدولي الجزائري

تألق الموسم الماضي مع نادي
فارينسي البرتغالي

"بلومي الصغير" إلى البطولة الإنجليزية بأكثر من 100 مليار سنتيم

يسير محمد بشير بلومي على خطى والده لخضر، إذ تمكن من الانتقال إلى البطولة الإنجليزية، بعد التألق في البطولة البرتغالية، ويسعى مستقبلاً إلى الظفر بمكان في التشكيلة الأساسية للناخب الوطني، بيتكوفيتش، وهو الهدف الذي يسعى لتحقيقه مستقبلاً، في ظل المنافسة الكبيرة المتواجدة في المنتخب الوطني، وخاصة المنصب الذي يلعب فيه محمد البشير.



في المركز العاشر، حين شارك أساسياً في 27 مباراة في جميع المسابقات. وسجل "محارب الصحراء" 07 أهداف، فضلاً عن تقديمه 05 تمريرات حاسمة، مساهماً في تسجيل 12 هدفاً، ليحتل بذلك المركز الثاني في جدول ترتيب هدافي نادي فارينسي.

وقبل انتقاله إلى أوروبا، بدأ بشير بلومي مسيرته الكروية في الجزائر، فتدرج في أكاديمية نادي معسكر، لمدة ثماني سنوات، قبل أن ينتقل إلى نادي مولودية

وههران، حيث شارك في 31 مباراة مع الفريق الأول. كما لعب مباراة دولية واحدة مع المنتخب الجزائري الأول، وكانت مواجهة ودية ضد ليبيريا، انتهت بفوز الجزائر 1-5 في جوان 2021. كما مثل الخضر في فئة أقل من 20 عاماً، وسبق لبعض لاعبي الخضر أن أكدوا إمكانيةهم في الدوري الإنجليزي الممتاز، بالمرور عبر محطة "التشامبيونشيب"، وفي مقدمتهم رياض محرز، الذي انتقل إلى لستر سيتي بداية عام 2014، قبل أن يبصم على المسيرة اللامعة، لينتقل إلى المان سيتي. ونفس الشيء مع سعيد بن رحمة، الذي لعب مع برينتفورد في الدرجة الأولى، قبل الانتقال إلى وست هام.

ويرى العديد من المتابعين بأن محمد بشير سيكون النجم المستقبلي للمنتخب الجزائري، يحذو حذو والده، الذي يعد من أساطير كرة القدم الجزائرية والإفريقية على حد سواء، بالنظر إلى مشواره المبهر مع المنتخب الجزائري، وكذا مع الأندية التي لعب معها، على غرار غالي معسكر ومولودية وههران، فيما حرّمته اعتبارات بعيدة عن الرياضة من الاحتراف خارج الجزائر آنذاك.. الهدف الذي يسعى لتحقيقه بلومي الصغير، خاصة أن المدرب الوطني فلاديمير بيتكوفيتش وضعه في القائمة الموسعة، وأصبح قريباً من خلافة والده، الأسطورة لخضر بلومي.

مفاجأة كبيرة أعلنها نادي هال سيتي، الذي يلعب في دوري بطولة الدرجة الأولى الإنجليزية، "تشامبيونشيب"، بالتوقيع مع الجناح الجزائري، محمد بشير بلومي، قادماً من نادي فارينسي البرتغالي، في صفقة وصفتها وسائل الإعلام بالقياسية، خاصة أن الدولي الجزائري يمتاز بالسرعة والقدرة على المراوغة، إذ من المتوقع أن يساهم في تحسين الأداء الهجومي للفريق في الموسم الحالي.

وإذا كان نادي هال سيتي رفض الكشف عن القيمة المالية لتتقل الدولي الجزائري، فإن صحفا برتغالية أكدت أن قيمة الصفقة الإجمالية 5.5 ملايين يورو (أكثر من 100 مليار سنتيم)، تدفع مباشرة، مع إمكانية حصول فارينسي على 3 ملايين يورو إضافية، بناءً على تحقيق اللاعب أهدافاً معينة مذكورة في العقد (ما يقارب أكثر من 60 مليار سنتيم)، مشيرة إلى أن النادي البرتغالي تمكن من تحقيق أكبر صفقة مالية في تاريخه.

القيمة المالية التي دفعها النادي الإنجليزي، تدل على أنه يشق كثيراً في مهارات وقدرات بلومي.. الأخير، كان على عتبة الانتقال إلى العديد من الأندية، لكن الإضافات والمزايا صنعت الفارق. ويمتد عقد الدولي الجزائري مع هال سيتي إلى أربع سنوات، مع خيار تمديد العقد لعام إضافي. هذه الصفقة تضمن للنادي الإنجليزي الحصول على خدمات اللاعب لفترة طويلة، ما يعكس الرغبة الكبيرة في بناء فريق قوي، يستفيد من إمكانات نجل لخضر بلومي، في المستقبل القريب.

وأكد صاحب الـ 21 عاماً علوّ كعبه بشكل ملفت للانتباه، مع فريقه البرتغالي الموسم الماضي، بقيادته فارينسي إلى إنهاء منافسة الدوري

الشيخ

محمد
المغيليالفقيه
التمساني
الذي نشر
الإسلام
في
إفريقيا

يعد من أبرز
الشخصيات، خلال
القرن العاشر
الهجري، أقام
ثورة فكرية
واصلاحية، امتد
أثرها على
طول الساحل
الإفريقي، إلى
أدغال إفريقيا،
مرورا بمنطقة
توات التاريخية،
محل إقامته
النهائية
وموطن جهاده
التاريخي ضد
اليهود.
إنه الشيخ محمد
المغيلي، الذي
سنروي جزءا
يسيرا من سيرته
الطويلة في
الإصلاح ونشر
الإسلام والوعي.

حرب توات المقدسة

أصدر المغيلي ضد اليهود فتوى، سماها "مصباح الأرواح في أصول الفلاح"، فعارضه قاضي توات، الإمام عبد الله العصنوني، فاسترشد بأراء فقهاء تلمسان وتونس، فأيده شيخه محمد بن يوسف السنوسي والشيخ محمد بن عبد الجليل التنسي.. ثم عاد إلى توات، قبل أن يخرج نحو السودان، وتوجه بعدها إلى شمال نيجيريا، والتقى بحاكم منطقة كانو، محمد ريمفا، الذي عينه مستشاراً في قصره، ثم ولاه القضاء والإفتاء. انتقل بعدها إلى كتشنا، شمال نيجيريا، فالتقى بسلطانها، إبراهيم ماجي الثاني، ثم ارتحل إلى غاو، عاصمة بلاد سينغاي، في 1498، وسلطانها الحاج محمد أسكيا.

يعد الإمام الجزائري، محمد بن عبد الكريم المغيلي، حامل لواء الإسلام في إفريقيا، وسفير مدرسة الإصلاح الديني والاجتماعي والسياسي فيها. فقد كان له دور رائد في نشر الإسلام السمح، اعتمادا على رؤية شاملة، هدفت إلى الحوكمة واستقرار المجتمعات الإفريقية ووحدتها.

العودة إلى توات

حزن المغيلي حزنا شديدا، بعدما تنهى إلى مسامعه خبر مقتل ابنه، من طرف يهود توات وجماعة القاضي العصنوني، فهم أن يطلب إلقاء القبض على يهود توات، قبل أن يتراجع بعدما برأ ساحتهم القاضي محمود بن عمر. عاد المغيلي إلى توات، التي فقدت مكانتها السابقة، فأنعزل فيها حتى وافته المنية سنة 1503، بالمكان الذي يحمل اسم زاويته الآن، بالقرب من قصر بوعلي بلدية زاوية كنتة.

أشهر تلامذة الشيخ المغيلي، أبو العباس الونشريسي، أحمد الكنتي، محمد بن عبد الجبار الفجيحي، سيد أعمار الشيخ الكنتي، العاقب الأنصمني.

كان وافر الكتابة، خاصة في التفسير والفقه والحديث، منها شرح مختصر الخليل، مصباح الأرواح وأصول الفلاح، شرح التبيان في علوم البيان، لب اللباب في رد الفكر إلى الصواب. من أشهر ما كتب، قصيدة في مدح النبي محمد- صلى الله عليه وسلم- سميت الميمية.

ترعرع المغيلي في تلمسان، تحت حكم الدولة الزيانية، تتلمذ على يد العديد من العلماء الكبار، وتأثر بالشيخ محمد بن أحمد بن عيسى المغيلي، الشهير بالجلاب، الذي حفظه القرآن ومبادئ الفقه.

عاش المغيلي تغيرات هامة في المنطقة، خاصة السياسية، حيث عرفت فترة شبابه بكثرة المؤامرات والانقلابات..

انتقل بعدها إلى بجاية للتدريس، ثم انتقل إلى العاصمة، لملازمة كبير مفسري القرآن الكريم، الشيخ عبد الرحمن، فزوجه ابنته زينب.. ثم عاد إلى تلمسان، فتمت مضايقته فيها.

خرج المغيلي مغاضبا باتجاه صحراء توات، وعاش في كنف قبيلة بني سعيد، فحارب المعتقدات الخرافية والشعوذة والبدع، وأعلن الحرب على اليهود هناك، الذين خرجوا عن صفة أهل الذمة، وأصبحوا يتسلطون على المسلمين في توات وتمنيط. ووصل بهم الأمر إلى نشر المعتقد اليهودي، وقيل إن إحدى السفن أتتهم بـ 26 صندوقا محملا بالتوراة قصد توزيعها.

رجل فنان
ومجاهد.. صفات
لا تجتمع إلا نادرا
في شخص واحد،
هو الفنان الراحل
طه العامري، الذي
ألفه الجمهور
منذ عشرات
السنين، لكنه رحل
مؤخرا في صمت
الشجعان، بعد
مسيرة قضاه
في المسرح
والتلفزيون.. وحتى
إن لم يكن على
الخشبة، كانت
مهنته المسرح،
يديره ويطوره.
الشروق العربي،
تروي سيرة رجل
مسرح ومجاهد،
صنع من الفن
ثورته كي
يحارب بموهبته
مستعمرا يدعي
أنه قدم كل
الفنون، غير أن
الفن الوحيد الذي
أبدع فيه هو
القتل.

اسماء خالدة



الراحل طه العامري

رحلة نصف قرن من الثورة والفن

لعبد الحليم رايس في تونس الشقيقة، لتري مسرحيات كثيرة النور، منها أولاد القصة، دم الأحرار، الخالدون، التي حققت نجاحا منقطع النظير.

الكفاح يستمر

مباشرة بعد الاستقلال، التحق الممثل المسرحي بالمرح الوطني الجزائري، وشارك في عدة أعمال، قبل أن ينسحب ويلتحق بالمرح الإذاعي؛ حيث اقترح عليه الأديب الراحل عبد الحميد بن هدوقة، أن يؤسس لفرقة فنية، برئاسة الحبيب رضا.

عمل بسطانجي كممثل ومخرج ومسؤول إنتاج، وواظب على تقديم 3 مسرحيات أسبوعيا (اثنين بالدارجة وواحدة بالفصحى)، وتواصلت المسيرة حتى سنة 1972، ليعود إلى بيته الأول المسرح الوطني مديرا، خلفا لمصطفى كاتب من 1972 إلى 1975 ثم إلى التلفزيون مديرا للبث التلفزيوني عام 1976، ليحال على التقاعد.

ارتبط عيد ميلاد طه العامري بالذكرى المزدوجة لهجوم الشمال القسنطيني في 20 أوت 1955، ومؤتمر الصومام في 20 أوت 1956.

كان يقول عن هذه الصدف الجميلة: "لم أكن أتذكر يوم ميلادي، كنت أتذكر الأيام التي قبله أو بعده؛ لست أدري لماذا، لكن منذ أحداث 20 أوت 1956 صرت أتذكره رغما عني؛ لأنه ارتبط بتضحيات أبناء وطني".

الممثل والمجاهد توفي يوم 3 سبتمبر 2024 عن عمر يناهز 97 سنة، رحمه الله وأسكنه فسيح جناته.



حرية، راح ضحية الرقابة الفرنسية الشديدة؛ فبمجرد استعمال كلمة حرية تقوم السلطات الاستعمارية بتوقيف عروضه.

الفن باسم الثورة
كان الفقيه طه العامري من مؤسسي الفرقة الفنية لجهة التحرير الوطني، التي أنشئت بأمر من القيادة العليا للثورة في فيفري 1958 بتونس، حيث ارتكز دورها الطلائعي ومهمتها الرئيسية في التعريف بمقاومة ونضال الشعب الجزائري.

وضمت أسماء ثقيلة في الفن، مثل مصطفى كاتب، عبد الحليم رايس، أحمد وهبي، حسن الشافعي، حيث اشتغل الجميع على نصوص

اسمه الحقيقي عبد الرحمان بسطانجي، من مواليد 20 أوت 1927 بحي القصبة الشعبي، في أعالي الجزائر العاصمة. اكتشف عبد الرحمان في سن الـ 10 لأول مرة المسرح، من خلال متابعته رفقة والده لمسرحية هزلية للمرحوم رشيد قسنطيني.

في بداياته، حظي طه العامري بإشادة العميد محيي الدين بشطارزي في مذكراته، حيث وضعه مع عاقرة المسرح، مصطفى كاتب وعبد القادر علولة في درجة واحدة.

ناضل طه العامري في حزب الشعب الجزائري، تعلم الفن الدرامي على يد أبي المسرح الجزائري، محيي الدين بشطارزي، إلى جانب رفيق دربه، حبيب رضا، والشهيد مجيد رضا والفنانة الراحلة كلثوم وفقيد السينما حسن الحسني.

اختار الممثل اسمه الفني صدفة في جلسة فنية؛ حيث كان الفنانون المبتدئون يختارون أسماء فنية مستعارة.

في عام 1947م بدأ بسطانجي مشواره الفني، وشهدت السنوات اللاحقة أدائه لعدة أدوار خالدة، مثل عطيل والخالدون وصالح الدين الأيوبي.

من جهة أخرى، انتسب كممثل محترف عام 1949 ضمن الفرقة التابعة لحركة انتصار الحريات الديمقراطية، التي كان يشرف عليها محمد فراح، المدعو الرازي. وكانت تضم حسن الحسني وعبد القادر السافري والطيب أبا الحسن وغيرهم.

ولأنه لم يكن فنانا عاديا، بل حامل قضية

الاتحاد ذاته، أن قوات الاحتلال دمرت أزيد من 42 منشأة رياضية في غزة، و7 في الضفة الغربية، منذ بداية الحرب في السابع من أكتوبر 2023.

في البيئة.. سنوات للتغافي واستصلاح أنظمة النظافة والتطهير

أفاد تقييم برنامج الأمم المتحدة للبيئة، بأن الحرب على غزة خلفت ما يقرب من 39 مليون طن من الركام، فالآن أكثر من 107 كيلوغرام من الركام لكل متر مربع في القطاع، حجم يفوق خمسة أضعاف كمية الركام الناتج عن صراع عام 2017 في الموصل بالعراق، ثم إن انعدام مصادر الطاقة، اضطر الغزويين إلى حرق الخشب والبلاستيك والنفايات، ما أدى إلى انخفاض حاد في جودة الهواء في القطاع.

أنظمة المياه والصرف الصحي والنظافة الصحية، هي الأخرى معطلة بالكامل، فقد أغلقت المحطات الخمس في غزة لمعالجة مياه الصرف الصحي، ما أدى إلى تلوث الشواطئ والمياه الساحلية والترربة والمياه العذبة، بمجموعة من مسببات الأمراض والجزيئات الغذائية والبلاستيك الدقيق والمواد الكيميائية الخطرة.

هذا، وحذر التقييم الذي جاء ضمن برنامج الأمم المتحدة للبيئة، من التهديدات الفورية وطويلة الأمد لصحة سكان غزة والحياة البحرية والأراضي الصالحة للزراعة. ووفقا للتقييم، نتيجة لتعطل مرافق إدارة النفايات الصلبة في قطاع غزة.

لا تعليم..

بعد تجويعهم عن الطعام، العدوان يجوع القطاع فكريا

أفادت وزارة التربية والتعليم الفلسطينية بأن أكثر من 630 ألف طالب وطالبة حرموا من التعليم في قطاع غزة، منذ 7 أكتوبر الماضي، والدراسة لا تزال معطلة جراء الحرب الإسرائيلية المتواصلة على القطاع. وأضافت الوزارة أن أكثر من 10 آلاف طالب استشهدوا، وأصيب 15 ألف بجراح، جراء حرب الإبادة الإسرائيلية.

هذا، وقد حرم 39 ألف طالب من التقدم لامتحان الثانوية العامة، مع انتهاء العام الدراسي الماضي، بينما سلب 58 ألف طفل فرحة الالتحاق بالصف الأول، مع بداية العام الجديد. وأكدت ذات الوزارة استشهد أكثر من 400 معلم ومعلمة، كما أن 90% من مدارس وجامعات قطاع غزة دمرت جزئيا أو كليا.

عدوان غاشم جبان، يسرق الحياة من كل شيء، بينما عالم أجبن يغض الطرف ويصم السمع عن بشاعة وقذاعة ما يحدث للأبرياء في قطاع غزة.

أكتوبر المر، 365 يوم.. من العدوان على أبرياء غزة العالم أصم وأبكم..

بحلول السابع من أكتوبر الجاري، تكون قد مرت سنة كاملة على العدوان الفاشم على قطاع غزة. ففي التاسع من أكتوبر 2023، إسرائيل تفرض حصارا شاملا، بعد مرور يومين على "طوفان الأقصى"، الذي شنته فصائل المقاومة الفلسطينية في القطاع، على رأسها حركة حماس، بذراعها العسكري "كتائب عز الدين القسام"، كوارث إنسانية بكل الأبعاد والمعايير، واليات فتاكة وجيوش تضرب كل ما تطاله.



الصحة في غزة منكوبة كوارث إنسانية بعد إخلاء وقصف المستشفيات

بعديومين فقط من بداية الحرب، خرج مستشفى بيت حانون في شمال غزة عن الخدمة، تلاه أمر من الجيش الإسرائيلي بإخلاء المستشفيات من المرضى والعاملين، وإفراغ المرافق الصحية المختلفة في مدينة غزة وشمالها، الأمر الذي رفضه موظفو القطاع الصحي الذين أصروا على الاستمرار في تقديم الخدمات الطبية والطوارئ.

تم قصف المستشفى العمداني وتهديد محيط بعض مباني المستشفيات الأخرى، تطويقها وقصفها، على غرار مستشفى الشفاء، أكبر المشافي في القطاع، بالإضافة إلى مستشفى العودة والإندونيسي وغيرهما، العدو يتبع محاولات تكتيكية مستمرة لإخلاء المستشفيات والمرافق الطبية وإجبار الناس على النزوح والمغادرة. اعتقال للطواقم الطبية، قصف

ممنهج، أدى إلى تقليص خدمات المستشفيات أو توقفها الكامل، وإتلاف التجهيزات والتقنيات الطبية المتقدمة التي كانت تتمتع بها قرابة أربعين من الهياكل الصحية في قطاع غزة. بيانات تفيد بأن مصر تستضيف عددا كبيرا من المرضى، لكن هناك حاجة إلى إخلاء وعلاج ودعم عاجل لما بين سبعة آلاف على الأقل وأكثر من 11 ألف مريض في مستشفيات متخصصة.. ومع هذا، لم تنفذ أي عمليات إخلاء طبي منذ السابع من ماي الماضي، بعد سيطرة إسرائيل على الجانب الفلسطيني من معبر رفح.

في الرياضة..

القطاع يفقد منشاته الرياضية وأغلب الرياضيين

أفاد آخريبيان للاتحاد الفلسطيني لكرة القدم بأن قطاع غزة فقد أكثر من 300 رياضي، استشهدوا خلال العدوان، آخرهم شادي أبو العراج، حارس مرمى فريق شباب خان يونس. وأضاف بيان

صيحة الشروق

التي تتضعضع لصالح عالم مشيا فاقد للروح وللحس الإنساني في عالم قد يسيره مستقبلا الذكاء الاصطناعي والروبوتات البشرية". اليوم، ومع بداية الألفية الثانية، بدأنا نتحدث عن "الفجوة الرقمية"، التي تحولت بسرعة إلى مفهوم اجتماعي لفهم الظواهر غير المتكافئة، المرتبطة بالانتشار المتزايد للتكنولوجيات الرقمية، في جميع مجالات الحياة الاجتماعية. يشير هذا المصطلح إلى مجموعة من الحالات التي تعكس التفاوتات من حيث الوصول إلى التقنيات الرقمية، واستخدامها سرعان ما حاول العمل الناشئ عن دراسات الإنترنت توثيق هذه الظاهرة، دون التشكيك بالضرورة في التعريف المعتمد في الخطاب السياسي والإعلامي". الرقمنة، بقدر ما تمثله اليوم من سباق نحو تحقيقها لأهداف اندماجية في السوق الدولية المتجهة نحو تشكل عالم رقمي في كل المجالات، وما تقتضيه من دوافع تنافسية ضمن استراتيجيات الاتصال العام والتبادل والتعاون والتكامل، وأيضا ضمن استراتيجيات التدافع والتباين والتضارب والتحارب الاقتصادي وحتى العسكري، من شأنه أن يسارع في سبق ربح معركة الرقمنة، التي قد لا نعرف نهايتها وماآلاتها، سوسيولوجيا واقتصاديا وسياسيا وأمنيا.

نظرا إلى عدم التمكن من الانتقال الفيزيقي والاتصال الجسدي بمختلف الوجهات الاتصالية عبر العالم، يمكن أن نعوض ذلك عبر الصورة الحية، وعبر إرسال نسخ رقمية في الوقت الحقيقي، وعلى المباشر أحيانا: المكالمات عبر الفيديو التي توفرها معظم وسائل التواصل الاجتماعي اليوم، تجعل بالإمكان "الانتقال" وحضور فعالية في أقصى نقطة من الأرض، دون عناء، وفي نفس التوقيت بالدقيقة والثانية. هذا الاتصال، هو اتصال رقمي افتراضي، غير واقعي بالمعنى الجسدي الحضور، ولا يحقق كل خصائص الاتصال الحقيقي الفيزيقي الحضور، الذي يعتمد على الحواس الخمس: في الاتصال الرقمي الافتراضي، يحقق الاتصال بعض خواص الحواس هذه، لكنه لا يحقق البقية: يحقق حاسة البصر، والسمع، لكنه لا يحقق بقية الحواس من لمس وشم وذوق. وبالتالي، يبقى المجتمع الافتراضي والتعامل به ومعه، ناقصا، مهما حقق من اختراقات علمية، إلا أن يتم اختراق لغز ورهان "السفر عبر الزمن". التحديات الراهنة حول الرقمنة ك مطلب، يقابلها أيضا موقف المراقب والحذر، لاسيما من التأثيرات الجانبية المستقبلية للعلاقات الاجتماعية والإنسانية،



عمار يزلي

مستقبل العالم الافتراضي

دخول الكمبيوتر وتقنية الاتصال عبر الإنترنت، دفع باتجاه تشكل عالم افتراضي رقمي، أي مبني على الاتصال والتواصل الافتراضي، الذي لا يتطلب حضورا جسديا فيزيقيا، لكون هذا المجال لا يزال لم يتم تجربته رغم البحوث الجارية حوله، وهو "السفر عبر الزمن والمكان" (La téléportation).

