الشروق العربي

مجلة كل الأسرة الجزائرية

أفريل 2025 العدد: 1133 الثمن: 150دج / فرنسا: 3 €

الراعي الذهبي للعدد

Géant® ELECTRONICS

تجنبا لتهديم بيوتهن...

زوجات يرضين بالضرة بدل الطلاق!

أزواج يفضلون الكراء على البقاء في بيت العائلة...

هروب الكنة وانهيار مملكة العجوز!

النجم المصري

أحمد العوضي

للشروق العربي:

العمل يستمد نجاحه من الشارع وليس من المواقع الافتراضية

رحيل الأسطورة المونديالي "جمال مناد"

لاعب مميز.. هداف من طراز نادر وألقاب عديدة





الشروق العربي
مجلة شهرية



النجم المصري أحمد العوضي للشروق العربي:

"العمل يستمد نجاحه من الشارع وليس من السوشيال ميديا"

18

عذراء الشاشة السورية نادين خوري لمجلة الشروق العربي:

أنا مغامِرة لكنني لستُ متهوّرة



28

موضة

6 إطلالات تجمع كل اتجاهات الموضة لربيع 2025



42

متلازمة اكتئاب الربيع

لمَ نشعر بالحزن العكسي في فصل الفرح؟

54

أزواج يفضلون الكراء على البقاء في بيت العائلة...

هروب الكنة وانهيار مملكة العجوز!

10

تجنبا لتهديم بيوتهن..

زوجات يرضين بالضرة بدل الطلاق!

12

خليه "عريان وحفيان"....

جزائريات يحرصن على تفقير أزواجهن!

14

رحيل الاسطورة المونديالي "جمال مناد"..

لاعب مميز ..هداف من طراز نادر وألقاب عديدة

78

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
نسيبة علال-طارق معوش
م وليد -رابح علاوة -ليلى حفيظ

•كاريكاتير: **فاتح بارة**

•المسؤولة على الموقع الإكتروني
بثينة فضيل

•تصوير
سبع زهور

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

• التوزيع: **مؤسسة الشروق** •موزع الشرق: **اوسعادة رشيد** •هاتف: **0560239781**
•الطباعة: **ANEP Rouiba 2025** •العنوان البريدي: **166 شارع محمد سعيدون القبة الجزائر**
• الهاتف: **023713990/ 023713982**
•الموقع الإلكتروني: **magazine.echoroukonline.com** •البريد الإلكتروني: **echoroukkelarabi@gmail.com**



•ياسين فضيل

غزة وعيد الفطر

علينا أن نخجل من أنفسنا، لأننا وقفنا موقف المشاهد والشاهد على قنص الشهيد..

أصبحنا أمة لا تحسن إلا المشاهدة والمتابعة العينية فقط، عبر حسابات افتراضية. وفي أحسن الأحوال وأقصاها تضامنا مع غزة، نغير صورة بروفايل الفايسبوك أو التيكتوك، وغير ذلك.
علينا أن نستحي إن بقي فينا شيء نستحي منه ..
وعند الله تلتقي الخصوم.
لقد عاود الصهيوني المجرم، نتنياهو، حرب الإبادة على شعب غزة، وسط صمت ورضى دولي، وتواطؤ عربي ظاهر .
الأمر لم يعد خفيا على أحد، أن رئيس السلطة الفلسطينية، أبو مازن، خان وطنه وأرضه، للاحتلال، وأمر جنوده باعتقال كل مقاوم في الضفة الغربية، ومن ثم تسليمهم للجيش الإسرائيلي، للزج بهم في غياهب السجون..
بل زاد عن هذا بتصريح غبي، واتهم حركة حماس بسبب ما حل بالشعب الفلسطيني، وكأن حماس هي من احتلت أرض الأنبياء ومسرى الرسول الأعظم..
صراحة، لم يعد لنا ذوق لنتذوق الطعام، وأهلونا في غزة جياع، ولا فرحة بالعيد بقيت عندنا، وأطفال غزة أشلاء مرمية في الأرصفة والشوارع..
الأمل الوحيد في الله- سبحانه- الذي لا يرد سائلا.

إشراقة

•صالح عزوز



قم للمعلم وفّه التّنكيلا

يعيش المعلم، في السنوات الأخيرة، أصعب مرحلة تعليمية في كل الأطوار. ورحم الله زمانا، حينما كاد المعلم أن يكون رسولا. كان يبجل داخل القسم وخارجه، بل وبعد سنوات، مازلنا نقف احتراما له، ونحن قد أصبحنا مهندسين وأطباء وصحفيين، وفي مناصب عالية، كيف لا وهو الذي مازال يتذكر الكثير من تفاصيل مشوارنا الدراسي، وهو من صقل اجتهادنا ودعمنا، ووضع اللبنات الأولى لأساس نجاحنا.

ذهب زمان وأتى آخر، وتدحرجت قيمة المعلم إلى الأسفل، وأصبح يهان ويضرب ويشتم على مرأى الناس، من طرف "أشباه" طلبة العلم، من كلا الجنسين.. تحول إلى أضحوكة بين تلاميذه، يشار إليه بالأصبع، ويتهم بالمخطئ، حتى ولو كان على صواب، ولا يسمع لكلامه ولا لدرسه، أصبح يمسح الجدار متخفيا، وهو خارج من مدرسته، خوفا من بطش بعض تلاميذه.

كما أصبحت المعلمة، محاصرة بطلبة، يعاكسونها ويتغامزون عليها ويهمسون لها دون خجل ولا خوف، أصبحت تنظر من حولها مندهشة وربما باكية. ففي بعض الأحيان، يتجرد الطالب من أخلاقه، ويدق على أوتار شرفها.

إن اهتزاز مكانة المعلم في المجتمع، لم يكن وليد صدفة، بل نتيجة حتمية ومعطيات كثيرة، سهلت الوصول إلى شخصه ومكانته، وأهمها التربية والأخلاق، فلا يمكن أن يبقى المربي، إذا كنا نرسل إليه أولادنا وبناتنا دون تربية، لا يمكن أن يبجل من طرف التلميذ ووالد التلميذ يهينه أمامه، يرى فيه الظالم والقاسي، وفي المقابل ابنه المظلوم المسكين.

فهل حان الوقت لمراجعة أنفسنا وإعادة المعلم إلى مكانته؟

•فاروق كداش

الذكاء الاصطناعي في الجزائر... أداة للخير أم للشر

صار الذكاء الاصطناعي جزءا لا يتجزأ، من التجربة التي يخلصها الجزائريون اليوم، على مواقع التواصل الاجتماعي، ومحركات البحث، وإن كان استعماله لا يزال بدائيا، غير أنه في تطور رهيب، خاصة أن العالم تجاوز مصطلح القرية الصغيرة، إلى البيت الصغير. الشروق العربي، تطرح سؤالا حاسما: هل الذكاء الاصطناعي نعمة أم نقمة؟ هل هو أداة للخير أم للشر؟



أول ما تبادر إلى، أن أسأل الذكاء الاصطناعي، شات جيبيتي، أن يعرف بنفسه، فكان جوابه أن الذكاء الاصطناعي هو مجموعة من التقنيات والأنظمة، التي تهدف إلى تمكين الأجهزة والبرمجيات من محاكاة بعض قدرات الذكاء البشري، مثل التعلم من البيانات واتخاذ قرارات مستنيرة وحل المشكلات. يُستخدم في مجموعة متنوعة من التطبيقات، مثل تحليل البيانات، والتعرف على الصور والكلام، وتحسين الأنظمة ذاتية التشغيل، والعديد من المجالات الأخرى.

هذا التعريف، لا غبار عليه، فهذه ماهية الذكاء الاصطناعي في المطلق، ولكن، هل هو كذلك في الواقع؟

الذكاء الاصطناعي آفاق وتحديات

في السنوات الأخيرة، وضعت الجزائر خططًا لتطوير الذكاء الاصطناعي، من خلال إنشاء اللجنة الوطنية للذكاء الاصطناعي، التي تهدف إلى دمج هذه التكنولوجيا في مختلف المجالات مثل الصحة، الصناعة، التعليم.

جامعات جزائرية عديدة، تقدم برامج دراسات متعلقة بالذكاء الاصطناعي، مثل جامعة الجزائر 1، جامعة هواري بومدين للعلوم والتكنولوجيا، جامعة قسنطينة 2، وغيرها.هناك مختبرات بحث متخصصة، تعمل على تطوير حلول، تعتمد على الذكاء الاصطناعي في معالجة الصور، التعرف على الصوت، تحليل البيانات الضخمة.بدأت بعض الشركات الناشئة في الجزائر بالاستفادة من الذكاء الاصطناعي في مجالات، مثل التجارة الإلكترونية، الطب، التكنولوجيا المالية.

استخدامات إيجابية الذكاء الاصطناعي في الجزائر

استخدامات الذكاء الاصطناعي لا تعد ولا تحصى.. في الصحة، يمكن استعماله في الكشف المبكر عن الأمراض. في الصناعة، يمكن من تحسين الإنتاج. وفي الأمن، يمكن استعماله في الكشف عن الجرائم الإلكترونية.

الذكاء في يد الشر

عمليا، يمكن أن يكون للذكاء الاصطناعي دور فعال في الاقتصاد، وأيضا في المجتمع. ولكنه، سلاح ذو حدين. فمن جهة أخرى، يستعمله الكثيرون سلبا، ويحولون استخداماته إلى مظاهر سلبية، مثل تحويل الصور وتركيبها بطريقة غير لائقة، بينما يستعمله الكثير من الشباب في صناعة محتوى هادف، في السياحة وأيضا في الترويج للتراث الجزائري، في محاكاة الأحداث التاريخية التي مرت على بلادها وسردها بطريقة ملفتة.في تجربتهم الأولى في استعمال الذكاء الاصطناعي، يدفع الفضول الكثيرين إلى سؤال أدوات الذكاء وتطبيقاته عن كل ما يدور في ذهنهم، ويقبلون بجوابه، كأنه مصدر جديد للمعلومة. وهنا، تكمن خطورته، بالإضافة إلى استعماله في السخرية والتنمر على الأفراد، عبر مواقع التواصل الاجتماعي.

وإذ يعرف الجزائريون بطرافتهم، فهم لا يفوتون فرصة سؤال الذكاء الاصطناعي عن أمور غريبة، مثل التنبؤ بنتائج المباريات والأحداث.

الذكاء الاصطناعي قد يسبب البطالة، قد تجدون هذا الطرح مبالغا فيه، لكن عشرات المهن والوظائف ستختفي. ففي أميركا، بدأت بعض المدارس الخاصة بالاعتماد على الذكاء الاصطناعي في التدريس، بدلاً من المعلمين التقليديين، ما يثير تساؤلات حول مستقبل مهنة التعليم وقدرة الذكاء الاصطناعي على تقديم المعرفة للطلاب، بشكل أكثر فاعلية. وظائف أخرى، قد يؤول بها الأمر إلى الاندثار، كوظائف البرمجة والحاسوب، التي تستعمل التكنولوجيات الحديثة.

مآسي حفلات الاحتفال بجنس المولود

يرجع تاريخ أول حفل للكشف عن جنس المولود، إلى عام 2008، حين نشرت أم أمريكية مقطع فيديو، وهي تحتفل بتقطيع كعكة مشبعة بالكريمة الوردية، لتخبر العالم عبر الإنترنت أنها حامل بأنثى.. ومنذ ذلك الحين، لم يكف الجدل حول الموضوع، باعتبار ملايين الحفلات التي تقام للفرض ذاته تفاهة، في أعين البعض، وتبذيرا، في أعين آخرين، وعدم مراعاة لشعور من تأخرت أبوتهم. لكن هذا كله، لا يضاهي أبدا حجم ما قد يتسبب فيه الأمر من فواجع ملموسة.

انتشار ثقافة الكشف عن جنس المولود، من خلال حفل عائلي، أو مع الأصدقاء، تجاوز حدود القارة الأمريكية، ليعم العالم، في وقت قصير. اليوم، وبعد مرور 17 سنة عن أو حفل، نلاحظ أنه حتى أكثر المجتمعات العربية تحفظا حول موضوع والحمل ذاته، أصبحت تتفاعل مع هذه المناسبات، ويحضرها الكبار والصغار من العائلة الواحدة، دون حرج أو قيود عرفية.

إجهاض في منتصف الحفل

ظهرت لين الليبية، المقيمة في تركيا، وهي تنوح وتذرف دموع الحسرة، على فقدانها جنينها، بعد 24 ساعة فقط من حفل إعلان جنسه، وتم نقلها على جناح السرعة من الفيلا التي أقيم بها الحفل إلى المستشفى، بعدما أغمي عليها، وهي ترقص بين جمع من صديقاتها من مختلف الجنسيات، اتضح في ما بعد، أنها أجهضت حملا ثمينا كان مهددا بالأساس بسبب الإجهاد ومشاكل فقر الدم.

تأتي الحادثة بعد عدد معتبر من الإجهاضات، التي تلت هذا النوع من الاحتفالات، المعروف بأجواء الصخب، القفز، الرقص والصراخ.. ولا يزال البعض يرجعها إلى العين والحسد التي تصيب الأم في لحظات فرحتها.

حرائق مهولة وكوارث بيئية وضحايا بشرية

لا تزال دول العالم الثالث تكتفي بنفخ البالونات وتصميم ديكورات جميلة، مع تناول الكعك والحلويات والتقاط الصور، نظرا إلى قلة إمكانيات الأغلبية. وهذا، من الإيجابيات في موضوع الاحتفال بجنس المولود. ففي دول أخرى، مثل المكسيك، حدث في السنة الماضية أن تحول الموضوع إلى مأتم حقيقي، بوفاة قائد طائرة استأجرها زوجان بعد أن نفث منها غاز وردي على الحضور.. ويبدو، أن السرعة المفرطة لجعل المشهد مبهرا، تسببت في خلل بإحدى الأجنحة، جعلها تقع مصطدمة بالأرض.

في البرازيل، تحديدا، في ولاية ماتوغروسو، وضع أصدقاء الأبوين صبغة سامة في مياه شلال، للكشف عن كون المولود المنتظر ذكرا. الفاجعة، أن المواد الكيمائية أثرت سلبا على الكائنات الموجودة في مصب الشلال، وأدت إلى نفوق أسماك ونباتات محيطة به، ما جعل الوكالة البيئية البرازيلية تفتح تحقيقا، وتغرم العائلة بألفي دولار، بتهمة ارتكاب مخالفة بيئية.

تضاف هذه الحوادث إلى الحرائق الكثيرة، التي تتزامن مع هذه الحفلات، بسبب استخدام مفرقعات وألعاب نارية ملونة، تعد طقسا لا غنى عنه في حفل الكشف عن جنس الجنين.

التباهي والمزايدة يدفعان الأولياء إلى إهدار المال

الظهور على واجهة المواقع، والتباهي بكل تفاصيل الحياة، هوس الكثير من الأفراد في عصر التكنولوجيا، الذين ينتظرون كل فرصة بشغف عميق، للتباهي والمزايدة، وخلق ساحة استعراضية تنافسية، والكشف عن جنس المولود، مناسبة أضيفت إلى عشرات بدع هؤلاء منذ سنوات، يجتهدون ويدفعون أموالا طائلة في سبيل إبهار الناس، وإعطاء صورة خرافية عن حياة البذخ، فيستأجرون أماكن فاخرة، فيلات، فنادق ومسابح ويخوتا.. ويستعملون أضواء وألعابا نارية لتلوين السماء، وديكورات جنونية، تكلف الملايين، لالتقاط صور وفيديوهات مع المدعوين، بعضهم يجلب هدايا ومفاجآت وكعكات عملاقة بالوردي أو الأزرق.. حتى تحول الأمر إلى ضغط اجتماعي رهيب، يشعر الآباء حتى من الطبقات الدنيا بضرورة تخليد الذكرى والاحتفال بها، ما غذى لدى المجتمعات الحديثة روح التنافس السلبي حول مناسبات فارغة دينيا وثقافيا، لا طائل منها سوى إهدار المال وجلب الطاقة الشريرة التي يعتقد بها البعض.



• ك. فاروق•كاريكاتير: فاتح بارة

أزواج يفضلون الكراء على البقاء في بيت العائلة الكبير

هروب الكنة وانهيار مملكة العجوز

كان بيت العائلة عامرا بناسه، بالأولاد يلعبون في بهوه وساحاته، الكنائن منهمكات في الترتيب والتنظيف، وأخريات يحملن راية المطبخ، يطهين بكل حب لكل أفراد هذه العائلة الكبيرة، الباب لا يكاد يقفل من فرط حركة الذهاب والإياب، حتى الجارات لا يقرعن بل يلجن بإيماءة صغيرة من الوجه. سنتوقف قليلا، لأن ما نحن بصدد وصفه هو صورة قديمة للدار الكبيرة، التي نكاد نجزم بأنها اختفت تماما إلا في حالات نادرة. كيف تصدع البيت الكبير، ومن السبب، وكيف انهارت إمبراطورية العجوز، أمام زحف الكنة الحديثة؟

الزمن تغير لدرجة أن تركيبة المجتمع الجزائري تغيرت جذريا، وما كان سائدا الأمس صار ضربا من ضروب الأساطير، تحكيها الأمهات لبناتهن المقبلات على الزواج، واللواتي اشترطن بيتا للزوجية لتخويفهن من مغبة التفريط فيه.

الحاضر مختلف الآن، صار مألوفا أن تتزوج الفتاة وتزف من بيت أهلها إلى بيت زوجها المنفرد البعيد عن جبروت العجوز وتسلط اللوسات. كنة اليوم لا تخشى المجتمع والقيل والقال، براغماتية لدرجة أنها مقتنعة بأن بعلها هو سر سعادتها، لا رضا حماتها ودعوات شيخها أو حماها. بيتها تنظمه على مزاجها، فلا أحد يوقظها كي تغسل ملابس العائلة، ولا لوسة تطرق بيت غرفتها كي تأمرها بغسل الجدران أو تحضير الطعام لجيش من الجائعين. كنة اليوم مستقلة. كيف لا وهي تلازم مواقع التواصل الاجتماعي التي تروج لاستقلالية المرأة ولمستوى معيشي غير واقعي للغاية.

ولكن، ماذا عن كنة الأمس؟ أين هي الآن؟ هل انقرضت أم صارت هي الأخرى مستقلة في بيتها الجديد، بعد انتظار دام عشرات السنين بين جدرات غرفتها الضيقة؟ أين الكنة التي كانت تخشى عجوزتها كي لا تشتكي منها لزوجها، هل رأيتم اليوم الكنة الصبورة التي تقف إلى جانب زوجها رغم الصعاب والعراقيل؟

عجوز الأمس وعجوز اليوم

السؤال الذي يلح علينا أن نطرحه، ما هي حال العجوز اليوم التي كانت بالأمس سيدة البيت وسلطانته، لا ينازعها فيه أحد والكل معلق بأوامرها، فإن رضت فلهن الرضا، وإن سخطت وغضبت سلط على المتسببات في شقائها أقسى أنواع العذاب، هو شكوى الحماة لابنها الذي يعطي الحق لأمه ظالمة أو مظلومة.

العجوز اليوم لا تطلب الحكم المطلق، بل أن تترك وشأنها. فرغم مرور أجيال عليها، كانت تطبق على كنايتها ما كانت تطبقه حماتها عليها، ولا تهم العواقب.

العجوز اليوم في حال أرادت أن تحافظ على العرف السائد وعلى التقاليد العريقة، ستواجه تمرد الكنة، التي تطلب ببيتا فرديا لها ولأسرتها، ولا يهم أبدا وضع زوجها المالي، إن لم تكن تملك بيتا فلا مفر من كراء شقة في عمارة أو طابق في بيت واسع، المهم الهروب من وجع الرأس ونظرات العجوز المعاتبة ومؤامرات اللوسة الغاضبة.

الأزواج اليوم يختارون الكراء كحل أول، بدل خوض تجربة العيش في البيت الكبير، لأنهم يدركون أن التاريخ سيعيد نفسه، ما عاشته أمهاتهم تحت وطأة حماتها سيتكرر كسيناريو بدأ بسطر وأضافت له نساء العالم عصارة خبرتها على مدى أجيال.

الاستقرار العائلي أو الهروب المبرمج من البيت الكبير، لم يعد موضوعا للنقاش فهو بديهية من بديهيات الحياة، ومع كثرة العقار ووفرته وصيغ السكن المنتشرة، صار الأزواج يفضلون كراء شقة صغيرة في مكان بعيد. فهذا لا يهم طالما هناك سيارة تقل الأسرة إلى أي مكان تريد.

سألنا بعض العينات عن هذا الموضوع، وهل يفكرون مسبقا في الكراء بدل العيش في بيت الفاميليا، أيمن مثلا، لم يصر على زوجته كي تبقى في بيت أهله، بل عرض عليها كراء شقة صغيرة في قلب العاصمة، رغم غلائها، خاصة وأن زوجته موظفة هي الأخرى، وكما يقول "تعاون" في مصاريف البيت بينما يدفع هو كراء البيت الصغير بين العمارات.

أمينة ترفض رفضا قاطعا العيش في بيت زوجها: لن أرتاح أبدا، كنت شاهدا على ما حصل لأمي، ولن أكرر هذه التجربة أبدا". كاميليا، تشاطر أمينة الرأي، غير أنها تؤكد أنه ليست كل التجارب تتشابه، فهي مثلا، عاشت سنوات وسنوات تحت سقف حماتها، ولم يحدث شجار بينها وبين حماتها.

مهدي، كان له رأي مختلف، فهو الابن الوحيد المتبقي لأمه، بعد أن استقر إخوته في الخارج، وحجته في الموضوع بعد أن أكد أنه سيسكن مع أمه: "مرا كبيرة لا يمكن أن نتركها وحيدة".

السيدة موني، رأيها كان مزيجا من الواقع والمبالغة: "تزوجت في بيت العائلة، كانت تجربة مريرة طيلة ثلاثين سنة، واليوم لا يمكنني التغيير لأنه بلغ مني العمر عتيا".

وتردف: "لن أزوج ابنتي لمدلل أمه، أو لأي أحد يقطن في بيت العائلة".



• صالح عزوز•كاريكاتير: فاتح بارة



تجنبا لتهديم بيوتهن:

زوجات رضين بالضرة بدل الطلاق

تعتبر الكثير من النساء، زواج زوجها بزوجة ثانية، بمثابة كابوس لها، وهو ما أصبحت تخافه المرأة اليوم، خاصة أن الكثير من الإحصاءات، أكدت أن العديد من الرجال تزوجوا خفية أو سرا، بعيدا عن عين الزوجة الأولى، وهذا ما زاد من مخاوف المرأة اليوم.

لذا، أقسمت العديد منهن على أنه في حال زواج زوجها عليها، سواء في السر أم العلن، أنها ستطلب الطلاق دون تردد، فزواجه عليها بمثابة إهانة لها وخيانة لعشرتها معه، حتى ولو كان هذا القران في الحلال. لكن، في المقابل، نجد من ترى عكس هذا كله، أي تقف موقفا مضادا لهذا التفكير، أي إن الكثير من النساء رضين بالضرة كما يقال، على أن يخرب بيتهن على حد قولهن، وهو موضوع حديثنا.

إن هذه القناعة لم تأت من العدم، كما يقال، أو بمحض الصدفة، بل هي نتيجة لعدة أسباب نراها اليوم واقعا في مجتمعنا، حينما قررت الكثير من النساء طلب الطلاق بمجرد تفكير زوجها في الزواج من ثانية، حيث وجدت الكثير منهن أنفسهن في الشارع كما يقال، بل فيهن من أقررن بالندم على هذا القرار الذي كان في لحظة غضب منها، ولم تحتكم إلى عقلها، خاصة أن الزوج لم يطلب منها الطلاق، أو طردها من البيت.

أكثر من هذا، فالعديد من الرجال، عرضوا على الأزواج السكن بمفردها، فقط على ألا تنظر إلى زواجه من ثانيـــة على أنه تقليل من الاحترام لها أو التنكر للعشرة التي كانت بينهما، لكن بعض النساء، رفضن هذه العروض، وطالبن بـ: " أنا أو هي"، ووقع اختيار الزوج في الأخير على التعدد.

ليس من السهل أن ترضى الزوجة بالتعدد، لكن حينما تقبل بهذا الأمر، فإن الأمر أعظم إن صح القول، وأكبر من مجرد زواج زوجها بثانية، فربما لن يكون له ضرر عليها أكثر من أن تختار الطلاق، فتصبح متشردة حتى ولو كانت في بيت أهلها، أو أن يترك لها البيت ويذهب مع زوجه الثانية. فالكثير من النساء يعتبرن الرجل هو دعامة البيت، وحضوره المؤقت معها، خير من غيابه الكلي عنها. لذا، ترضى الكثير من النساء بالضرة معها في نفس البيت على أن تختار الطلاق، لتجد نفسها بعد هذا تواجه الحياة وحدها في ظل الظروف التي نعيشها اليوم. أبعد من هذا، فإن الكثير من الأزواج، عادوا إلى الزوجة الأولى، واختاروا التراجع عن التعدد، بل طلقوا الزوجة الثانية، وحافظت بذلك الزوجة الأولى على بيتها.

هو قرار صائب، آتى أكله كما يقال، في اعتقاد الكثير من النساء، اللواتي رأين الموضوع من عدة نواح، وليس من مجرد زواج بثانية أو التعدد.

•ليلى حفيظ•كاريكاتير: فاتح بارة

خليه عريان وحفيان

جزائريات يحرصن على تفقير أزواجهن

بعد قيام طباخ جزائري مشهور بالزواج ثانية، بعد تطليق زوجته الأولى، التي ساندته في أيام "الطابونة"، وساعدته وهو يحبو لصعود سلم النجاح والثراء، ضجّت مواقع التواصل الاجتماعي بهذا اللا-حدث، ليتحول إلى حدث استنكرته أغلبية النساء، اللواتي أطلقن حملة توعية لمن تريد أن تعتبر من الزوجات، قبل أن تتحول إلى عبرة، ملخصها: "إياك أن تتزوجي رجلا "زوالي"، وتساعديه على النجاح والثراء، لأنه سوف يكافئك بالغدر ويستبدلك بامرأة أخرى، تليق بالمرحلة الجديدة من حياته". فكاد الأمر يتحول إلى هشتاغ، مفاده: "تزوجتيه جيعان وعريان وحفيان.. اتركيه على حاله، أو ساهمي في إفقاره أكثر فأكثر".. وذلك، هو ديدن تعامل الكثير من الزوجات مع أزواجهن.

اللبيبة من اتعظت بغيرها

هذا الشيف، أعطانا درسا رائعا لعام 2025، "بعد ثلاثة أشهر من طلاقو قاللكم عرسي الشهر الجاي". هكذا، علقت إحداهن على مواقع التواصل الاجتماعي، التي ضجت بعويل النساء اللواتي رُحن يروين مآسيهن المشابهة لذلك. فقالت أم عبد اللّه: "هذه الحكاية تشبه حكايتي. إذ تزوجت بمجرد تخرجي من الجامعة. زوجي كان جامعيا بطالا. يعمل رفقة والده في الفلاحة. عانيت من الفقر وقلة ذات اليد. وتحملت ذل أهله لأجله. رزقنا بطفلين. وبعد ثلاث سنوات زواجا، توظف بشركة بترولية بالجنوب، ثم بشركة بترولية بالخارج. فزادرزقه، وشيّد مسكنا واسعا. وفتح محلات تجارية، كان يسيرها إخوته. وكثر تردده على المطارات، حيث تعرف على سيدة مطلقة "تبزنس فالكسوة"، ربط معها علاقة وصارت تسافر برفقته.. إلى أن انكشف أمرهما، فطلقني وتزوجها. وأخرجني وأولاده من المسكن، الذي ساندته وشجعته على بنائه.. حسبي اللّه ونعم الوكيل فيه". والخلاصة، التي خرجت بها الأغلبية، هي أن اللبيبة من اتعظت بغيرها. وقطعت طريق الثراء على زوجها، حتى لا يستبد لها بأخرى.

خليه فقير يا مدام

والواقع، أن ذلك هو منهج تعاطي الكثير من المتزوجات المتحاذقات في التعامل مع بُعولتهن. إذ تعمد وتعمل الواحدة منهن على تفقيره، وتحرص على عدم تكوينه ثروة. فأول شيء سيفكر فيه حينها، هو إعادة الزواج، مثلما تؤكد أم الخير، التي يعمل زوجها بشركة سوناطراك. تقول إن راتبه ممتاز، ولكنها تحرص على العيش ببذخ وعدم الاقتصاد في النفقات أو ترشيد الاستهلاك. فهي مقتنعة بأنه لو استغنى أو حاز أملاكا وعقارات، فسيعيد الزواج من أخرى. كيف لا وأخوه الأكبر سبقه وفعلها بمجرد ثرائه. ونفس الأمر، تحرص عليه السيدة جميلة، التي تتعمد دائما توريط زوجها في ديون وقروض وإشكالات مادية لصالحها، حتى لا يغتني أو يُكوّن ثروة، لأنها تخشى غدره. وتُبرر فعلتها قائلة: "الرجل لا يُؤتمن. بدليل، أنه بمجرد أن تعتل صحة زوجته يستبدلها بأخرى. لهذا، على المرأة أن تكون ذكية في التعامل معه. وتتفادى غباء التضحيات اللا-مشروطة. وإنما، يجب أن تسعى لتأمين نفسها ماليا، تحسبا لغدره. فلقد شهدت وسمعت الكثير عن مآس لزوجات، كافحن وساعدن أزواجهن بكل السبل الممكنة، للنجاح وتكوين ثروة. وفي النهاية، كان جزاؤهن كجزاء سنمار".

مطالبة بقانون Pre-nup

والحقيقية، أن اللغط الذي حصل جراء الموضوع، تعدى مجرد شكوى الزوجات من غدر الرجل إذا استغنى، إلى حد المطالبة بقانون جزائري شبيه بقانون Pre-nup الغربي. وهو اختصار لعبارة Pre-nuptialagreement. وهو اتفاق ما قبل الزواج. يُجسد في عقد يُبرمه الزوجان المحتملان. يُحدد وينظم شروطا معينة، تتعلق بالأمور والالتزامات المالية في حال الطلاق أو وفاة أحد الزوجين.

وهذا، ضمانا لحقوقهما، وبالأخص، حقوق المرأة من ثروة زوجها، الذي ساندته وساعدته في تكوينها. بينما، استذكر البعض الآخر فتوى الكد والسعاية، التي طالب بعض المشارقة بإحيائها، التي يُقر من خلالها بعض علماء الدين بحق المرأة في النصف أو على الأقل نصيب من ثروة زوجها في حال الطلاق أو وفاته، حتى وإن لم تدعمه ماليا. فالدعم المعنوي وتوفير سبل الراحة له لكي يعمل وينجح، هو بحد ذاته مجهود نوعي قيمة.



• ليلى حفيظ • تصوير: زهور سبع



احذروا إعلانات ممولة تقوم بسرقة أموالكم

كالفطريات الضارة، تكاثرت في الآونة الأخيرة، منشورات وإعلانات مُموّلة، وغير مُموّلة، على مختلف التطبيقات الرقمية، وبالأخص الفايسبوك وتيليغرام، التي تعد المهتم بها بتحقيق أرباح خيالية وبسرعة البرق. أي، في ظرف قياسي، قد لا يتجاوز الأسبوع أحيانا. البعض يسميها إعلانات النصّابة، ويؤكدون أنها أكبر محتالة في هذا المجال. في حين، هناك من يؤكد أنه وقع ضحية لفاطمة أو شهرزاد إلخ. فتعددت الأسماء والاحتيال واحد.

استثمر معنا لنسرق مالك

نصّابون، سارقون، وكاذبون بامتياز. هذا، ما أجمع عليه الضحايا، الذين تواصلوا وتعاملوا مع مثل تلك العروض والإعلانات. ومنهم "هناء.ع"، التي أصرّت على أن تحكي لمن يريد الاعتبار تجربتها: "في البداية، أرسلوا إلي استمارة الشراكة. وأخبروني بأنه يمكنني بدء الاستثمار معهم، انطلاقا من مبلغ 950000سنتيم، الذي حوّلته إليهم، عبر بريدي موب. وأرسلت إليهم وصل التحويل، لكي تبدأ العملية. وفي كل مرة، كانوا يُرسلون إلي تأكيدات أنهم جعلوني أربح عدة مبالغ مالية، وصلت في الأخير إلى مبلغ 78000998 سنتيم. ولكن، لكي يُرسلوه إلي، اشترطوا علي أن أدفع رسوم التأمين، التي تقارب سبعة ملايين سنتيم. ولما طلبت منهم خصمها من أرباحي التي عندهم، ويُرسلوا إلي بقية المبلغ. رفضوا، فاستجبت لطلبهم. لأتفاجأ بهم يُخبرونني بأن أرباحي قد زادت في تلك الفترة. وزاد بالموازاة مع ذلك مبلغ التأمين. وعليّ أن أدفع إليهم مرة أخرى.. المهم، أنني بقيت أتقلب في تلك الدوامة، إلى أن تم استنزافي بالكامل. ونهبوا مني ما يعادل مبلغ 20 مليون سنتيم."

إعلانات ممولة تقود إلى خداعك

في تعليقه على مثل هذه الاحتيالات، يتأسف الخبير في مجال التسويق والمبيعات، الكوتش أحمد سلامي، "لحال الكثير من الناس، الذين يحبون الربح السريع، دون بذل أدنى جهد. وهذا، ما يُسهّل خداعهم، خاصة إذا كانوا لا يفقهون في أساسيات التجارة عبر الأنترنت، وكيفية التمييز بين العروض الصادقة والكاذبة، في ظل قيام بعض المحتالين بدغدغة الجانب الروحي في الزبون، بتوظيف الدين، في مثل ذلك الخداع ونشر الوهم. إذ يقسمون باللّه- تعالى- على أن ذلك العمل حلال. ومن مثل تلك الأساليب الاحتيالية، إعلانات ممولة تقود إلى مجموعات تيليغرام، خاصة بالعمل في التداول والاستثمار في أسهم شركات وعملات رقمية، مع ادعائهم الربح في زمن قصير. كأن يُشجعوا، مثلا، المهتمين بالعرض باستثمار مليوني سنتيم فقط ثم في ظرف 6 ساعات مثلا، يُهنئونهم قائلين: "مبروك عليكم 90 مليونا أرباحا. والآن، لاستلامها، يجب أن تدفعوا 6 ملايين إضافية، كحقوق تأمين، و4 ملايين حقوق ضرائب." وعندما تدفع إليهم، يختفون، بعدما سلبوا من كل ضحية مبلغ 12 مليون سنتيم. لهذا، نحن نحذر الجميع من دفع المال إلى أي شخص من هؤلاء، وخاصة عبر تطبيق التيليغرام، لأنه معروف بالجرائم الإلكترونية. كما أن إدارة التيليغرام لا تتعاون مع الحكومات والجهات الأمنية في التحقيق في مثل هذه القضايا، فضلا عن كون وجوه وأصوات هؤلاء المحتالين من أمثال أمينة النصّابة مُعدة بتقنيات الذكاء الاصطناعي، الخاصة بتزييف الوجه واستنساخ الصوت".

احذروا الغرق في المحيط الأحمر

أما عن إعلانات عروض العمل الجالبة للملايين وسيارات فارهة في ظرف أسبوع فقط، فيوضح الأستاذ سلامي أنها: "تتعلق بما يسمى التسويق الشبكي أو الهرمي. وهو مجال شديد التنافسية، لا يربح فيه في العادة إلا الأشخاص الذين أسسوا الشركة والأشخاص الأوائل، الذين انضموا إليها. فنجد حينها أن 95 بالمئة من المنضمين إلى هذا المجال يمنحون أموالهم لـ 5 بالمائة من المتبقين، الذين يعدونهم بتحقيق أرباح خيالية، فيصبحوا مثلهم أغنياء. ولكن، شريطة أن يستقطبوا فريقا كبيرا من الناس. وهنا، يكمن المشكل. فمن الصعب جدا، أن تُسوّق أو تبيع منتجا بشكل سهل وسلس، في ظل وجود 30 ألف مُسوّق، يبيعون نفس المنتج في نفس الدولة. وهذا، ما يسمى باستراتيجية المحيط الأحمر. ونحن، في مجال التسويق، نفضل استراتيجية المحيط الأزرق. يعني، العمل في مجال قليل التنافسية."

مسابقات وهمية لبريد الجزائر

وفي إطار ذي صلة، ينُبه الأستاذ سلامي من مسابقات وهمية منسوبة زورا إلى بريد الجزائر، حيث: "تقوم بعض الجهات المحتالة بفتح صفحات فايسبوك، تشبه، من حيث الشكل، الصفحة الرسمية لبريد الجزائر. ويزعمون أن هنالك مسابقة لربح 70 مليون سنتيم. ومن شروط الفوز، أن تُصور لهم بطاقتك الذهبية، لتدخل في السحب ثم يطلبون منك الرقم السري، عبر رسالة نصية. ليقوموا بعدها بسحب كل أموالك من حسابك الجاري. ويختفون من الوجود. لذلك، لا تقم بتصوير بطاقتك الذهبية، ولا تكشف أرقامك البنكية أو البريدية لأي شخص أو جهة. وتأكد من أنه لا يوجد ربح سريع ومضمون كما يزعمون".

•ليلى حفيظ

اكسب الملايين عبر تجارة إلكترونية رابحة

بعقلية الـ MVP



بدل اتباع أكاذيب المحتالين، التي قادت الكثير من الطامعين في أرباح خيالية سريعة إلى سرقة أموالهم، هذه، هي أهم متطلبات النجاح في تجارة إلكترونية رابحة، وبأقل قدر ممكن من رأس المال. يقدمها لكم خبير التسويق والمبيعات، المدرب أحمد سلامي، صاحب تطبيق Coach Ahmed، مؤسس البرنامج التدريبي "تسويق الذات".

اختر المشروع المناسب

تتعدد أنواع التجارة الإلكترونية، من حيث المنتج المختار. وسرّ النجاح يكمن في اختيار المشروع الأنسب لك من بين:

- **المشاريع الإنتاجية:** حيث تقوم بإنتاج سلعة في البيت أو في ورشة ثم تُسوّقها أونلاين بالجملة أو التجزئة.
- **الشراء وإعادة البيع:** لمنتجات بسعر الجملة ثم تقوم ببيعها إلى الزبون بسعر التجزئة.
- **المنتجات الرقمية:** فتبيع مواقع إلكترونية وتطبيقات، اشتراكات وبرامج حاسوبية.
- **خدمات الفريلانس:** أي التصميم، الترجمة، البرمجة، التعليم عن بعد، الاستشارات.

انتق نموذج العمل التجاري

تنقسم التجارة الإلكترونية من حيث نموذج العمل التجاري (Business Model)، إلى ثلاثة نماذج، وجب انتقاء الملائم منها:

- **الدفع عند الاستلام COD:** وهو أن يطلب منك الزبون المنتج، ولا يدفع سعره، إلا بعد أن يصله إلى البيت، أو يستلمه من شركة التوصيل. ويكون مقتنعا بأنه هو ذاته المنتج الذي طلبه.
- **الدفع المسبق:** أي الدفع عبر البريد أو البنك أو البطاقة لصاحب الموقع أو السلعة مسبقا ثم مباشرة يتم إرسال المنتج إلى الزبون. مثلما هو معمول به لدى موقع أمازون. وهذا، يتطلب ثقة ومصداقية.
- **الـ Drop shipping:** وهو إرسال المنتج من المورد إلى الزبون مباشرة، بعد طلبه من الموقع.

اختر الصيغة القانونية

هناك أربع وضعيات قانونية متاحة لممارسة التجارة الإلكترونية:

- **فتح سجل تجاري قار:** كود 607074 وهو خاص بممارسة التجارة الإلكترونية بوجود مقر قار.
- **سجل تجاري متنقل:** كود 511145. يتيح لك أن تمارس عملك من البيت أو بشكل متنقل. ويمكنك من بيع كل أنواع المنتجات.
- **بطاقة المقاول الذاتي:** التي يمكنك عبرها بيع خدمات ومنتجات رقمية فقط. وليس السلع الملموسة.
- **بطاقة الحرفي:** التي تستطيع عبرها إضافة البيع عبر الأنترنت للحرفة التي تمارسها وسلعك المعروضة.

استثمر في أدوات العمل

الأمر يتطلب الاستثمار في عدة أشياء:



- **المهارات التجارية:** كالإدارة، المالية، التسويق، المبيعات، اللوجيستيك، القوانين، لأن خطأ تافها يمكن أن يكلفك الكثير.
- **أدوات العمل:** يجب أن تمتلك كمبيوتر، هاتفا ذكيا، طابعة، أدوات التغليف، إنترنت سريعة التدفق.
- **المنتجات الرابحة:** بإنتاج أو شراء بالجملة للمنتجات المطلوبة ذات هامش الربح الجيد. وهذا، يتطلب منك جس النبض ودراسة السوق. وتذكر دائما، أن المنتج الرابح هو الذي يحل مشكلا للزبون. ويكون سعره مناسبا.
- **الإعلانات المُموّلة:** لابد من إنفاق مبلغ كل شهر على حملات إعلانية عبر السوشل ميديا.

اكتسب مهارات تسويقية

نجاحك في مشروعك يتطلب اكتساب عدة مهارات:

- **فتح صفحة احترافية:** بفهم المعايير الاحترافية لصفحات فايسبوك وأنستغرام لزيادة المصداقية.
- **تصميم صور إعلانية:** بتعلم الجرافيك ديزاين، وكيفية إنتاج صور جاذبة للزبائن وتعبر عن المنتج.
- **إنتاج الفيديوهات:** بفهم كيفية التصوير والمونتاج للفيديو الترويجي الذي يُقنع الزبون بالشراء.
- **كتابة النصوص الترويجية:** بإتقان كيفية كتابة نص مقنع فيه وصف للمنتج وفوائده بشكل مبسط وجذاب.
- **إطلاق الحملات الإعلانية:** بفهم الاستهداف الصحيح واختيار الحملة المناسبة والمدة الكافية.
- **التسويق بالمحتوى:** لزيادة عدد المتابعين والتفاعل والتعليقات، دون صرف أموال على الإعلان.
- **البيع عبر الرسائل:** يعني إقناع الزبون عبر الرسائل على الخاص، مثل صور وشهادات الزبائن الراضين.
- **البيع عبر الهاتف:** بإجراء مكالمات هاتفية مع الزبائن المحتملين، وإقناعهم عبر اقتراح حلول عليهم.

انطلق برأس مال قليل

ننصح كل شخص راغب في إطلاق تجارة إلكترونية بأن يفهم ويعمل وفق "عقلية" الـ MVP أي Minimum Viable Product. بمعنى، كيف تطلق مشروعك بأقل قدر من رأس المال. وهذا، عبر الالتزام بالخطوات التالية:

- شراء الحد الأدنى من كمية المنتج لتجربته، وإن تم بيع الكمية قم بشراء المزيد.
- الاستعانة مبدئيا بالأدوات المتاحة، من كمبيوتر وهاتف، دون شراء كاميرا مكلفة.
- أن تصرف في أول حملة إعلانية 30 دولارا فقط لتبيع كمية المنتج. وهي كافية.
- الدخول في دورات مجانية على اليوتوب، لكي تكسب أكبر قدر من المعلومات.
- ممارسة التسويق بالمحتوى، لتوسيع صفحة الفايسبوك مجانا، عوض الاستعانة بالسبونسور.
- تعلم مهارات التصميم والمونتاج وكتابة النصوص الإعلانية لتوفير المال.
- يمكن تسويق السلعة دون شرائها. وذلك، عبر التسويق بالمحتوى أو نظام "الدروب شيبينج" المحلي المدموج، مع التوصيل عند الاستلام. بحيث تكون شركة التوصيل هي التي تملك المنتج بسعر الجملة وأنت تأخذ الفارق بينه وبين سعر التجزئة.



النجم

أحمد العوضي

لمجلة الشروق العربي

"العمل يستمد نجاحه من الشارع وليس من السوشيال ميديا"

عاماً تلو الآخر، يحقق الفنان أحمد العوضي نجاحا جماهيريا كبيرا، مع كل عمل له، وهو ما تحقق الموسم الرمضاني مع مسلسل «فهد البطل»، الذي يعد من أكثر المسلسلات مشاهدة في مصر والوطن العربي، حين احتل صدارة الترندات في أكثر من بلد، كما حقق تفاعلا في الشارع بصورة كبيرة مع الحلقات الأولى منه.يكشف أحمد العوضي في حوار خاص لـ«الشروق العربي » كواليس تصوير المسلسل، وسبب تحمسه لتقديم مسلسل «فهد البطل»، كما لم يتردد في الرد على الانتقادات، وتحدث عن مشاريعه الفنية المقبلة، وأيضا عن زواجه الذي أعلن عنه بعد عيد الفطر.

منذ الإعلان عن تجسيدك دور الأب والابن، نال الأمر ردود فعل كبيرة منها انتقادات ترى أنك ترغب في إبراز نجوميتك أكثر بشكل يطغى على العمل.. فما تعليقك؟

- شاهدت تلك التعليقات، واستغربت، فأنا لم أخترع شيئا جديدا، وكل الأساتذة الذين تعلمنا منهم أصول الدراما وحققوا أكبر النجاحات فعلوا الأمر نفسه، ومنهم نور الشريف، ويحيى الفخراني، وصلاح السعدني، وبالتالي، فهذا خط أسير عليه وأستلهمه من نجوم كبار لهم تأثيرهم، وأيضا أنا لست بحاجة لنجومية زائدة كي أظهر في دورين بالعمل، كما أن هناك أسبابا درامية لما فعلناه.



ما هي تلك الأسباب؟

- أولا، حينما قرأنا السيناريو ووجدنا شخصية حماد الرمحي الأجش الذي يتميز بصفات جسمانية معينة وهيبة وسيموت في الحلقة الثانية وتنتهي حكايته، قلنا لم لا أقدمه بما أن السمات التي تنطبق على الدور تتناسب مع طريقة تمثيلي، ثانيا عن الجمهور الذي ينتظر العمل، هل من الطبيعي أن أغيب حلقتين عن الظهور ثم أظهر في الثالثة!

بذكر الانتقادات التي طالتك قبل المسلسل، البعض كتب أيضا إلى متى سيقدم العوضي أدوار الرجل الشعبي؟ ولم لا يغير جلده؟

- بمناسبة تغيير الجلد، هل أنا أغير جلدي كلما أقدم شخصية جديدة، أم إنها نفس الشخصيات؟ بمعنى، هل فهد البطل هو «عرب السويركي»، وهل هما يتشابهان في شيء مع «الخديوي»؟ بالتأكيد لا، فكل دور له طبيعته الخاصة وشكله المختلف تماما ولزماته الخاصة، وبالتالي، فالمطالبة بتغيير الجلد غير منطقية، تلك نقطة مهمة، وهناك ما هو أكثر أهمية.

المنافسة كانت قوية بسبب وجود أعمال مميزة خلال شهر رمضان

وما النقطة الأكثر أهمية للرد بشأن هذا النقد؟

- نجاح أحمد العوضي الكبير الذي أهله للعب دور البطولة وجاء من شخصية هشام عشماوي، في مسلسل «الاختيار»، هل كان رجلا شعبيا؟ بالتأكيد لا، فقد كان ضابطا ترك الخدمة وتحول تماما، وأصبح إرهابيا، وقبلها في مسلسل «نصيبي وقسمتك» حينما حققت الحكاية التي شاركت ببطولتها نجاحا كبيرا لشخص زوجته بدأت تخونه هل كان شعبيا؟ أيضا لا.

إذن هل تفسر تلك الانتقادات بأنها من أجل الهجوم فقط ولا تكترث لها؟

- من حق أي شخص قول ما يحب والانتقاد كما يحلو له، وأنا أنظر لتلك الانتقادات تحسبا لرؤية شيء ينفعني منها، ولكن لا أركز معها تركيزا قويا، وإلا لن أعمل على شيء أو أقدم جديدا.

بعد النجاح الدرامي التلفزيوني.. هل تخطط لتكرار تجربة البطولة المطلقة في السينما بعد فيلم «الإسكندراني»؟

- نعم، هناك مشروع سينمائي عبارة عن فيلم أكشن رومانسي، سيكون مفاجأة، وأستعد للتحضير له بعد شهر رمضان مباشرة، وأتمنى أن ينال إعجاب جمهوري.

هل معنى ذلك أنك قد تغيب عن رمضان المقبل لصالح السينما والتركيز عليها؟

بالتأكيد لا على الإطلاق، فقد قدمت فيلم «الإسكندراني» العام الماضي الذي شهد أيضا مشاركتي بدراما رمضان في مسلسل «حق عرب»، فالأمر لا يتطلب انشغالا كافيا لمدة عام حتى لا أظهر دراميا.

بالعودة لـ«فهد البطل» اعتدنا منك على نهايات حزينة للبطل في أكثر من عمل لك باستثناء «حق عرب».. هل تعود للنهايات الحزينة هذا العام؟

- تلك مفاجأة أدعها للجمهور، ولكن أعدهم بأن هذا المسلسل يشهد كل ما هو غير متوقع لهم.



ولماذا تفضل النهايات الحزينة؟

- بصراحة أفضلها، لأنها تحدث تفاعلا مع الجمهور، ولكن في النهاية الأمر لا بد من أن يسير بشروط توافق النهاية مع القالب الدرامي للأحداث، فمثلا من المنطقي أن تكون نهاية «عرب السويركي» سعيدة له، ولكن نهاية «الخديوي» المأساوية كانت ضرورية، فهو شخص اعتاد على ارتكاب الجرائم.

كيف رأيت المنافسة خلال عرض العمل وما رأيك في عرضه خارج رمضان؟

- المنافسة كانت قوية بسبب وجود أعمال مميزة خلال شهر رمضان، وهناك أعمال لاقت حالة نجاح كبيرة، والحمد لله أن "فهد البطل" من ضمن هذه الأعمال، فنحن طوال الشهر كنا ترند على كافة مواقع السوشيال ميديا، وأنا سعيد أن هناك أعمالاً أخرى ناجحة خلال الشهر.

العمل يستمد نجاحه من الشارع وليس من السوشيال ميديا..

بصراحة هل يتدخل العوضي في الشخصيات التي تشارك في العمل معه؟

- إطلاقا، أنا لا أتدخل في تلك الأمور، وكلها متروكة لمؤلف العمل والمخرج الخاص به.

بخصوص المسابقات التي تقوم بتقديمها على فيس بوك.. ما ردك على من يقولون إنها باتت أهم عناصر نجاح العوضي؟

- ذكرت مرارا أن المسابقات هي وسيلة مني لإسعاد الجمهور الذين أطلق عليهم إخوتي، وأقدمها على مدار العام بعيدا عن موسم دراما رمضان، ولا تستطيع المسابقة أن تجعل الجمهور يشاهد مسلسلا لا ينال إعجابه، كما



أن لي وجهة نظر مهمة في موضوع المشاهدات، وهو أن نجاح العمل يستمده من الشارع وليس السوشيال ميديا.

هذا العام شهد قيام أكثر من نجم بمسابقة.. هل رأيت ذلك تقليدا لما فعلته قبل عامين؟

- بالتأكيد لا، فأنا لم أخترع شيئا، الأمر كله ترفيهي، ونحن سواء في عملنا أم على السوشيال ميديا، الكل يتنافس في تقديم ما يراه جيدا للجمهور، وما دام الغرض هو إرضاء الجمهور فهذا شيء جيد، فكلنا في النهاية نعمل لصالح محبي الدراما وجمهورنا.

صرحت مؤخرا بأنك ستتزوج بعد رمضان.. هل كانت مجرد جملة ردا على سؤال الزواج أم إن هناك زواجا بالفعل سيحصل؟

- لا يوجد -هزار- بهذا الشأن، والزواج بالفعل سيكون بعد رمضان، ولن أقول أكثر من ذلك، خاصة أن هذا أمر شخصي تماما.



•صالح عزوز



لم تنجذب الفتاة العزباء إلى رجل متزوج؟

توجد الكثير من الظواهر في مجتمع، لا يوجد لها تفسير ولا ترجمة في الواقع، خاصة ما يخص علاقة الأفراد. ومن بين هذه الظواهر التي انتشرت بكثرة، في السنوات الأخيرة، انجذاب الفتاة العزباء إلى الرجل المتزوج، بالرغم من كون الأمر ظاهرا مستحيلا، ولا يمكن حتى التفكير فيه. لكن، واقعا، أصبح منتشرا، للعديد من الأسباب النفسية والاجتماعية، التي جعلت منه ظاهرة متمردة على العرف والأخلاق والدين والتقاليد. لكن، ورغم كل هذا، الظاهرة موجودة بكثرة في المجتمع.

السؤال، الذي يتبادر إلى ذهن الشخص، حينما يقرأ موضوعا كهذا، هو: ما الفائدة في أن تتعلق الفتاة العزباء برجل متزوج؟ لم تضيع فرص الارتباط مثلا، مع شخص شاب أعزب مثلها، وتنجذب إلى شخص متزوج له أسرة؟ غير أننا، وبالتعمق في دراسة هذه العلاقة التي هي في الأصل متمردة، إن صح القول، نجد أن لها العديد من الأسباب، سواء الاجتماعية أم النفسية، المتعلقة بهذه الفتاة ونظرتها إلى هذا الشخص، وما تريد في الأصل منه، فليس بالضرورة تريده زوجا أو في علاقة محرمة خارج الشرع، لكن لحاجة في نفسها، كما يقال.

يذهب الكثير من المختصين، إلى أن السبب في هذا الاختيار، أن العديد من الفتيات، ينظرن إلى الشخص المتزوج بمنظور الرجل المسؤول، أي الشخص القادر على تكاليف الحياة، ويمكن له الترف معها في موضوع كهذا أو علاقة، حتى من باب الصداقة فقط، أي ينظرن إليه على أنه شخص ذو ثقة، يمكن أن يكون محل ثقة للبوح إليه بكل الأمور المتعلقة بالحياة دون خوف، إن صح التعبير.

كما أن هذا الانجذاب له علاقة بخبرة الرجل المتزوج من الناحية العاطفية، فهو شخص مر بعدة تجارب عاطفية، في نظر الفتاة العزباء، وليس كحال شخص أعزب، ويمكن له أن يتحرك في كل ما يحيط به، دون أن يضر بالطرف الآخر، على غرارها، بالنظر إلى شخص آخر أعزب، ربما لا يؤتمن في نظرها..

لكن، لا يمكن في كل الحالات أن نقصي نية، ربما تكون مستترة أو غير ظاهرة، وهي البحث عن شريك حياة، ربما، في ظل العديد من المعطيات، التي يمكن أن تكون في صالحها. أي، في نظر العديد من الفتيات، يمكن أن تكون له الصديقة المقربة، التي تكون دعمه وسنده في حالة عدم استقراره. وهي بذلك، رشحت نفسها لمستوى آخر في العلاقة مع هذا الشخص المتزوج.

مهما كانت الأسباب والحجج، يبقى هذا الميل والانجذاب محفوفا بالكثير من الشبهات، حتى ولو كان هدفه الصدق والنية الحسنة، غير أنها، كما يقال، تبقى علاقة متمردة على كل الحدود، سواء الأخلاقية أم الشرعية.. لكن، كل شخص يترجمها على حسب ما يريده.

يعثن في الوجوه فسادا

تجاوزات ممتهني الحلاقة والتجميل في الجزائر من يدفع ثمنها ومن يضبطها؟

يمكن للجميع اقتراف بعض الأخطاء في العمل، مهما كان نوع الوظيفة، لكن وجود قوانين ضبطية يقلص كثيرا من وجود الأخطاء، ويجعل الموظفين أكثر حذرا، كما يمكن للمال والسمعة أن يكون ضابطا لذلك أيضا. أما عندما تكون خبيرة تجميل تملك اسما لامعا أو صالونا في الموقع المناسب، تتهافت عليه زبونات مستعدات للدفع بأعين مغمضة، فالحذر حيال بعض الخروقات والكوارث يكون أقل بكثير.

تستعمل بعض صالونات الحلاقة مواد تجميل ممنوعة حتى في بعض العيادات الطبية. أما ممارسو المهنة من منعدمي الضمير، فهوايتهم اصطياد مواد العناية بالشعر والبشرة منتهية الصلاحية، لأن أثمانها بخسة، وتضمن لهم الربح السريع الوفير، وبعضهم يشغلون هاويات وبطالات، لم يخضعن يوما لأي تكوين احترافي في التزيين أو التصفيف.. لأنهن ببساطة لا يطلبن أجرا مرتفعا.

حلاقة تتسبب في طلاق عروس

تتحدث ملاك، ذات الأربعة والعشرين ربيعا، عن تجربتها الفظيعة مع حقن التجميل لدى الحلاقات، التي تسببت في طلاقها منذ الأسبوع الأول من زواجها: "انتقد الجميع شكلي، بعدما فقدت الكثير من الوزن، وأولهم زوجي، فدفعني ذلك إلى الاستعانة بحلاقة الحي، سمعت أنها تحقن البوتكس والفيلر، فلم أتردد في تجربة ذلك على وجنتي.. الكارثة كانت أنني أعاني من الحساسية، ولم أتحمل تلك المواد، التي كانت بجرع غير مضبوطة، وفي المكان الخطإ.. انتفخ وجهي، واعوج خداي، تشوهت كليا، صدم زوجي عند رؤيتي..."، تقول ملاك – إنه أراد أن يخفي انزعاجه من شكلي خلف أسباب أخرى: "أفرغ وابل غضبه علي، بحجة أني استخدمت في ذلك أموال تبريكات الزفاف، التي كان ينوي تسديد بعض الدين بها، ثم وجد حجة أخرى، أني خرجت دون علمه، وتصرفت دون مشورته.. وانتهى جدالنا الساخن بلفظ الطلاق".

غياب الرقابة والمحاسبة يسهم في استمرار التجاوزات

تجد العديد من السيدات أنفسهن ضحايا عدم احترافية بعض مصففات الشعر، أو تحت مخاطر شعورهن بالضغط نتيجة كثرة الطلب على خدماتهن، خاصة في المناسبات. فأغلب النساء اللواتي اعتدن على ارتياد صالونات الحلاقة، لابد أنهن تعرضن في مرة أو أكثر إلى احتراق خصلات شعرهن بالمكواة، أو بالصبغات المفتحة للشعر، أو أنهن فقدن جله، في حين طالبن فقط بالحصول على تسريحة مناسبة.. السيدة صباح، واحدة من هؤلاء، "بحكم عملي، أحتاج إلى زيارة الحلاقة، مرتين في الأسبوع تقريبا، للحصول على تسريحة تدوم طوال اليوم"، تؤكد صباح أنها اضطرت، مرة، إلى تغيير الحلاقة، فلم تستعمل معها مصفف الشعر بالهواء، وإنما المكواة، تضيف: "لم أكن أعلم أن العلاج بالزيوت الذي أستخدمه يتنافى مع المكواة. في مساء اليوم، لاحظت أنه محترق ومتقصف بالكامل، انتكش فجأة وظهرت فيه تدرجات شوكية، وبعودتي إلى الحلاقة لتأنيبها، استهزأت بي قائلة: "روحي تشكي".. وحقيقة، توجهت إلى مقر الشرطة، لأكتشف أني وضعت نفسي محل سخرية بالغة، فالجميع في المكتب، نساء ورجالا، ضحكوا بشدة على موضوع الشكوى".

بغض النظر عن تحول موقف السيدة من مأساوي إلى طريف، لابد من الإشارة إلى كم المآزق التي تتسبب فيها خبيرات التجميل، وإلى لامبالاة بعضهن، بحكم إدراكهن عدم تعرضهن للعقاب. تعترف لبنى، صاحبة مركز تجميل، بخبرة 19 سنة: "لا أنكر أني تسببت في عشرات الحوادث في مهنتي، استعملت صبغات خاطئة وأخرى منتهية الصلاحية، أفقدت نساء شعرهن، أخفقت في قصات عديدة، بحيث قصرت أكثر من اللازم، واستعملت جرعات غير مناسبة من علاجات البشرة والشعر، حتى إني حرقت جلد العديدات بشمع إزالة الشعر، أقصى عقوبة تلقيتها، أن قامت سيدة بالانقضاض علي ضربا، لا أذكر أن إحداهن اشتكت أو جلبت الشرطة، لابد من الاعتراف بأن احترافية خبيرة التجميل تدفع ثمنها الزبونات، وهذا ما حدث معي شخصيا..".



• نسيبة انتصار علال • تصوير: زهور سبع

تهريب من نوع خاص

جزائريون يتاجرون في ريحة البلاد المواد الاستهلاكية المدعمة على رأس القائمة

يهرب أغلب المهاجرين من الوطن، بحثا عن جودة حياة أفضل، لكنهم يحنون إلى حياته في أول مناسبة يعيشونها في ديار الغربة، ويبحثون عن أي وسيلة تحيي فيهم ذكرياته، فلا يجدون ذلك إلا في منتجات استهلاكية تذكرهم بمائدة العائلة، وهناك من يستثمر في هذا الأمر، ولا يفوت فرصة الربح منه.



مع بداية شهر رمضان الفارط، وخلال حملة تفتيش قامت بها مصالح الجمارك على متن رحلة وهران أليريا الإسبانية، ضبطت كميات هائلة جدا من منتجات وطنية مدعمة، كانت موجهة إلى البيع في أوروبا.

السلع عبارة عن عجائن، سميد، كسكس، فلان، عصائر، مشروبات غازية، شوكولا الطلي والتزيين، زيت الزيتون، وحتى منظف الأرضيات..

إذ، وبالرغم من توفر هذه المنتجات تحت علامات عالمية وبأسعار مقبولة في أوروبا، إلا أن الإقبال على اقتناء المنتج المحلي يتم بصفة غير متوقعة، بفعل الخصوصية والرمزية التي يحملها وارتباطه بمناسبات معينة.

"للاستهلاك الشخصي" كود المهربين للتملص من مواجهة الجمارك

سعدية، مغتربة جزائرية، تقيم في نواحي باريس، يطلق عليها لقب ملكة التوابل، فهي تبيع منتجا جزائريا بجودة عالية، إلى أبناء بلدها وإلى المغاربيين هناك.

ومن دون سجل تجاري، ولا توثيق النشاط قانونيا، تقوم المرأة بتهريب كميات هائلة من التوابل والأعشاب الموجهة إلى البيع، تتحدث عن نشاطها للشروق العربي: "كنت بصدد تغيير السكن قبل سنوات، عندما عرضت على الإنترنت مجموعة أوان فخارية مع توابل، وتزامنا مع رمضان، لم تتوقف الطلبات حتى بعد البيع.

من هنا، فكرت في أن تكون هذه تجارتي.. بعد 7 سنوات، لدي اليوم زبونات كثر يثقن في ما أجلبه لهن عبر حقائب السفر فقط، وينتظرن ريحة البلاد بشغف، خاصة من أجل المناسبات الدينية أو العائلية". تضيف سعدية: "أواجه بعض الضغط في المطار أو الميناء أحيانا، لكني أصر على إقناع الجمارك بأن ما أجلبه للاستعمال الشخصي أو للهدايا".

المنتج الوطني ينافس الماركات الشهيرة

ليس فقط من ناحية الجودة العالية التي وصلت إليها السلع المحلية، بما في ذلك تغليفها الاحترافي، وإنما لارتباط بعضها بمأكولات تقليدية وبذكريات الطفولة، ما يجعل مهاجرين كثرا مستعدين لاقتناء منتج جزائري بأضعاف سعره.. تقول ياقوت، مغتربة في قطر، منذ 11 سنة: "لا نجد الكثير من المنتجات الجزائرية هنا في المراكز التجارية، لكننا نعرف عناوين شرائها. فهناك من يحضرها بطرق ملتوية، ويعيش على بيعها إلى الجالية.

مثلا، الهريسة والسميد وبعض المشروبات والحلويات، مع وجود بدائل لا تحصى في المحلات وبجودة عالية أيضا، نفضل الدفع أكثر لتذوق ذوق الوطن".

فايسبوك، السوق السوداء للمتاجرة في المنتجات الجزائرية المهربة

قد لا يعرف البعض أن الكثير من الجزائريين الذين يرتادون بعض الدول الغربية أو الخليج، يقضون عطلتهم من مداخيل بيع التبغ فقط. زوار فرنسا مثلا، يحجون إلى الحي العربي بباريس لبيع التبغ المدعم في الوطن، من سجائر وشمة، بأضعاف سعرها هنا، بعضهم يملأ حقيبته بالتراث والتقاليد، خاصة إذا تزامنت الرحلة مع عيد يناير أو المولد النبوي الشريف، حين يكثر الطلب على الزي التقليدي الأمازيغي، كالجبة القبائلية واللباس الشاوي الذي يباع هنا بسعر رمزي في الأسواق، بينما يسوق هناك بما لا يقل عن خمسين يورو، وقد لا يحتاج الأمر حتى إلى البحث عن مكان ما لعرض هذه المنتجات، ففي وجود فايسبوك بواجهة العرض التابعة إليه ماركت، أو المجموعات التي تعج بمهاجرين متعطشين إلى الحصول على أي رابط مع الوطن، هناك يمكن أن تجد أيضا منتجات نادرة يزايد عليها الجميع، ليس بالضرورة أن تكون ذات قيمة عالية هنا، كالسمن الحيواني وبعض أنواع التمور والعسل وزيت الزيتون البكر.

ك. فاروق



القندورة والجلابة بلمسة عالمية

مصممون شباب يحيون التراث الجزائري بتأسيس براندات جزائرية

وسط الحملة المسعورة لسراق التراث الجزائري، وقف الكثير من المصممين الشباب مدافعين عن كل ما هو جزائري، وهذا من خلال إحياء الأزياء التقليدية النسوية والرجالية، التي تعبر عن هويتنا وأيضا تمثل ماضينا الجميل وتعبد الطريق لمستقبل يجمع بين الحداثة والأصالة. الشروق العربي تسلط الضوء على هؤلاء، وعلى ما تصنعه أناملهم المبدعة من روائع.

براندات جزائرية كثيرة اكتسحت السوق، في السنوات الأخيرة، همها الحفاظ على التراث وإضافة لمسات إبداعية لا تخل بجماله، مثل المصممة أمل هوت كوت، التي آثرت أن تُلبس الرجل الجزائري القندورة الرجالية الأصيلة، المستوحاة من الأزياء القديمة المعروفة بصنعها المتقن وأيضا بتطريزها البديع. البلغة الجزائرية سبقت البابوش، التي هي نسخة مقلدة من البلغة التلمسانية الجلدية، التي خلدتها لوحات المستشرقين الذين رسموا مظاهر العيش في الجزائر، وركزوا بشكل كبير على الأزياء في تلك الحقبة، ماركات كثيرة تروج للبلغة الأصيلة، بموديلات ذات جودة عالية. عبدو، مصمم جزائري شاب، يحمل هم التراث، أطلق مجموعة رجالية أنيقة تخلط بين الجلابة والجبادولي والبرنوس، بخامات مترفة وتطريز مستوحى من المدرسة الجزائرية، التي لا يضاهيها أحد في المنطقة. كريم كديد، مبدع آخر في الألبسة التقليدية الجزائرية، ركز على إعادة إحياء اللباس التقليدي من مختلف ربوع الوطن، لكن، بذوق رفيع يعكس الحرفية العالية لمصممينا، المخمل ملعبه والتطريز المترف غايته. شهدت المواسم الأخيرة، خاصة موسم العيد، عودة القندورة التقليدية الجزائرية الرجالية بقوة، خاصة بتفاصيلها الحقيقية، مع العلم، أن أقدم أرشيف لهذه القندورة جزائري فقط، شباب جزائري بدأ يميل أكثر لألبسته التقليدية في العيد ويبتعد عن الألبسة التي لا تمثلنا.

دار السنجاد علامة جزائرية أطلقت بدورها مجموعة جميلة للغاية للقندورة الرجالية الفضفاضة، بتفاصيل لا يمكن تقليدها.

شباب برتبة مبدع أعادوا الجبادولي الرجالي إلى الحياة بتفاصيله القديمة، التي تعكس أصالته، السفيفة الخفيفة وأيضا أدق تفاصيل السروال والسترة . قطع جزائرية قديمة حافظ عليها الأجداد، لكنها الآن مهملة من طرف الشباب، هي الشاش والعمامة التي كان يعتمر بها الرجل قديما، هاهي تعود من رمادها وعلى رؤوس الشباب هذه المرة، خاصة في المناسبات الدينية كرمضان والعيدين.

براند زيانيد أطلق مجموعة تعيد بهاء البرنوس الجزائري بالفتلة، التصاميم في غاية الإتقان، تسلط الضوء على نوع من البرانيس، حان الأوان لإخراجها من الأرشيف إلى الواقع.

من البراندات الجزائرية الراقية، منوبة، التي تبدع كل سنة في الألبسة التقليدية بحس عال وذوق سليم، التصميمات مواكبة لما هو رائج، لكن الأصل لا يتغير، القندورة القسنطينية، الكاراكو، الغليلة، والفريملة، وتفاصيل يمكن أن توضع في خانة الهوت كوتور.

من الألبسة النسوية التي كانت محل اهتمام المصممين والمصممات ودور الأزياء، الجبة الجزائرية الأصيلة التي تختلف عن جلابات الجيران، لأنها خاصة بالمنزل فقط، وهذا يدل على أن الجزائرية كانت ولا تزال أنيقة في كل مظاهر حياتها اليومية.

المصممة المبدعة بلغيب يمينة، تميزت ببراندها الطموح، ومن بينها تصاميمها نسخة مستحدثة بالقفطان المحلول مع جبة الصدر المستوحاة من المنصورية التي تعد زيا قديما.



عذراء الشاشة السورية

نادين خوري

لمجلة الشروق العربي:

أنا مغامِرة لكنني لستُ متهوّرة

نادين خوري، شخصية فنية سورية، تتمتع بحضور خاص، رغم عدم اهتمامها بالبريق الإعلامي المبهر، شخصية يحوطها الكثير من الهدوء والاحترام في الوسط الفني السوري، الذي انتمت إليه منذ ما يقارب ثلاثين عاما.تميزت بحضورها الراقي في غالبية أدوارها، التي تجاوزت مائة وخمسين فيلم ومسلسل، منها "الصحافية الحسناء"، "القلعة الخامسة"، "مرايا"، "لك يا شام"، "يوميات مدير عام"، "الأخوة"، "حمام القيشاني"، "بطل من هذا الزمان"، "البحث عن صلاح الدين"، "رجال ونساء"، "سقف العالم"، "الحصرم الشامي"، "وراء الشمس"، "بانتظار الياسمين"، "العربجي 1 و2 " وغيرها من الأعمال الناجحة.. وقد فرضت احترامها من خلال رقتها ولطفها... نجمة من الطراز الرفيع، من نجوم الزمن الجميل، أبدعت عبر شخصياتها التي قدمتها عبر مسيرتها الفنية الطويلة، وتميزت بشخصية الأم التي قدمتها بطريقة مختلفة. نادين خوري تفتح قلبها لمجلة الشروق العربي، ليكون معها هذا اللقاء الخاص..

نادين برزت مؤخرا بأكثر من عمل درامي يغلب عليه الشر... نعتبر هذا تغيرا أم خروجا من قوقعة دور الأم الحنون أو السيدة الأرستقراطية؟

- على الغالب أنت تتحدث عن مسلسل العربجي.. الدافع وراء المشاركة في مسلسل "العربجي" بجزأيه هو النص بشكل عام، حيث الحكاية المفترضة جميلة، وتُظهر الصراع بين الخير والشر بشكل واضح، عبر شخصيات متنوعة، من بينها شخصية درية خانم في شرّها وتلونها بعدة مواقف في العمل.

ولكن، لا يعني أني ابتعدت عن أدوار الأم، كما قلت، لأني من سنة فقط، جسدت شخصية "أم جمعة"، في مسلسل "ولاد بديعة"، وأعجبني جدا الدور، لأن هذه المرأة مكافحة ولا ترضى بالحرام، وتسعى لتربية أولادها على الخير والبركة، ترفض السلوك الشنيع والسيئ والبعيد عن الاحترام والأدب.

كنت على وشك الانسحاب من العربجي 2 ما السبب؟

- يملأني الهم مع كل دور جديد، ولا أقوى على النوم عشية التصوير، لثقل الإحساس بالمسؤولية. ثقة المُشاهد تفرض عليّ الحرص على المسيرة والطريق والأدوار المعروضة كثيرة، لكنني أخشى المطبات. خياري التقدّم، وبأقل تقدير، البقاء عند المكانة التي أبلغها. تخيفني المغامرات غير المدروسة بالنسبة إلى سنّي. أنا مغامرة، فـ(درّية) إحدى مغامراتي؛ لكنني لستُ متهوّرة، أبقى على مسافة من شخصيات لا تتناسب مع مشواري وسنّي.

أفهم أن القلق والخوف هما السبب..

- هما صنعاني، وصنعني أيضاً شغفي والمسؤولية حيال الناس. كما أن الجمهور لا يقرأ الشخصيات فحسب، بل الممثل من خلالها.

أعتبر نفسي تلميذة أمام منى واصف ولا تجوز المقارنة بيني وبينها

الكثير من يرى أن نادين خوري هي من أنقذت العربجي 2 من الفشل؟

- إطلاقا.. وحدي، لا أنقذ عملاً. أؤمن بالبطولة الجماعية، فالفن لا يقوم على الفردية. لستُ أنا، بلا مدير الإضاءة ومهندسي الديكور والملابس وسائر مَن يعملون بصمت. نجاحاتنا حلقة متكاملة من جهود الآخرين ونجاحاتهم. مَن في الضوء ليسوا أعلى شأناً من خلايا النحل في الكواليس.

يرى البعض أن هناك شبها بينك وبين منى واصف من خلال أعمالك الأخيرة؟

- المقارنة بيننا لا تجوز، هي إنسانة كبيرة وتاريخها عريق جدا، وقدمت أعظم الأعمال، وأعتبر نفسي تلميذة أمامها.



هل هناك أي تقاطع بين شخصية نادين في العمل وشخصية نادين الحقيقية؟

- سؤال صعب، ولا أستطيع المقارنة، فأنا لست بموقع أستطيع من خلاله أن أقيم نفسي أمام أي شخصية.. فالمشاهد هو الذي يقيم. لا أستطيع الحكم على مدى قرب أو بعد الشخصية عني.

أجرت إحدى المجلات تحقيقاً صحافيا عن الفنانة التي أبدعت بدور الأم فأجمعت الآراء على حضرتك. كيف استقبالك لهذا الأمر؟

- شكراً لهم جميعهم، فأنا في مثل هذه الحالة أشعر بخجل كبير، ولا أستطيع قول أكثر من كلمة شكر لهم. فهذه ثقة كبيرة ووجهة نظرهم تحترم، لكني أقول مجدداً: أنا دائماً أجد نفسي مقصرة. فهناك الكثير من الفنانات الكبيرات لعبن شخصيات أمهات، وأبدعن جدا بها في تاريخ الدراما السورية، وحتى على مستوى الدراما العربية ككل. على الرغم من أني منذ أن بدأت بتأدية شخصية أم كنت أمتلك الرغبة بأدائها، لأن عالم الأم غني بالنماذج والروح التي تقدم بها كل شخصية أم جميلة جداً، فهي عالم كبير وليست كل أم أما بالمعنى الحقيقي.. لذلك، عندما نقدم شخصية أم، كل أم تختلف عن غيرها، فدائماً لدي طموح في أن ألعب شخصية أم بطريقة مختلفة عن غيرها. فهي دائماً نموذج ودائماً عبرة وقدوة، فالأم هي حياتنا ووطننا.

سر استمراريتي في الفن شغفي الدائم بالتجديد وخصوصاً مع الأجيال الجديدة

بعد مشوار حافل بالنجاحات هل تعتبر نادين نفسها محظوظة؟

- أبداً! أنا مجتهدة فقط، لو كنت محظوظة كنت سأحقق كثيرا من طموحاتي وأحلامي الفنية، التي لم تتحقق.. أنا مجتهدة فعلا، وكل ما وصلت إليه حتى اليوم كان بفضل اجتهادي ومثابرتي واهتمامي بعملي الفني، الذي كنت أشعر دائما بأنه عمل متجدد، فلم أخف مرة من مسألة اختيار الأدوار، ولم أقع في فخ النمطية والتكرار والاستسهال، ولم أخش يوما من المغامرة وكسر الجمود والكلاسيكية السائدة، وربما كان سر استمراريتي في الفن شغفي الدائم بالتجديد، وخصوصا مع الأجيال الجديدة من المخرجين الذين كانوا دائما يفتحون أمامي آفاقا جديدة أكتشف ذاتي من خلالها.



هل يأخذ الاهتمام بمظهرك وقتا منك؟

-أنا شخصياً لا يعنيني المظهر الخارجي. فأنا أهتم دائماً بالمضمون. أما إلى أي درجة يقارن المشاهد بيني وبين الشخصية، فأنا لست بهذا الصدد أبداً.

كيف ترين الدراما السورية في ظل الأزمة التي تمر بها سوريا؟

- أثبتت الدراما السورية أنها دراما قوية ومميزة. فبالرغم من كل الظروف الصعبة، استطعنا أن نقدم أعمالا مميزة. ولا ننكر أن هناك أعمالا أقل من المستوى، ولكن، علينا ألا ننكر الجهد المبذول لهذا العام.

إلى أي درجة أنت متفائلة بعودة سوريا كما كانت وأفضل؟

- لدي أمل ومتفائلة بأن تعود سوريا أفضل مما كانت، وطبعاً لأن الأم لا تترك أبناءها أبداً، فأنا لدي تفاؤل كبير وأنا متمسكة بقوة بأرض هذا الوطن، لهذا السبب، لن أغادر أبداً وطني سوريا، الأم الأكبر الأم الحاضنة سوريا، ترابها لا يمكن أن يكون أغلى من أي تراب آخر نهائياً.

كلمة تفاؤل تقولينها لسوريا؟

- سوريا ليست في حاجة إلى كلمة تفاؤل، فنحن بألف خير، ونشكر الله دائماً، سوريا بألف خير وسوريا ستبقى سوريا، لأنها سوريا.



صحفي مجلة الشروق العربي رفقة الفنانة نادين الخوري

• صالح عزوز•كاريكاتير: فاتح بارة

لمَ يتحرش الرجال بالمرأة التي تلبس الجلباب؟

يتداول الأشخاص هذا السؤال كثيرا، هل التحرش ناتج عن طبع الرجل أم عن لباس المرأة؟ وبقيت هذه الجدلية موجودة في وقت، كل يدلي بدلوه فيها، بين من يرى أن التحرش عند العديد من الرجال هو طبع لا يمكن التخلص منه حتى ولو بالنظرة فقط، وبين من يرى أن السبب المباشر في التحرش ناتج عن اللباس الذي تلبسه المرأة، أي إنها هي من تحرك هذا الفعل عند الرجل، إن صح التعبير.

في موضوعنا هذا، نتطرق إلى ظاهرة انتشرت في المجتمع، تشتكي منها العديد من النساء، وربما تكون طرفا في جدلية التحرش، بين طبع الرجل ولباس المرأة، وهن اللواتي يرتدين الجلباب، وهو لباس معروف عند عامة الناس، ساتر لكل جسد المرأة وفضفاض لا تظهر مفاتن المرأة من خلاله، ماعدا الوجه – العينين- وفي بعض الأحيان اليدين، لكن العديد من النساء يعانين من التحرش الكبير من طرف الرجال، برغم هذا اللباس الساتر لها، الذي لا يظهر إلا العينين أو ملامح الوجه أو اليدين.

إذا كان الذين يرون، أن التحرش ناتج عن لباس المرأة، فكيف يمكن لهم أن يفسروا ظاهرة التحرش بالنساء المتجلببات، لأنها في الحقيقة أصبحت ظاهرة وجب الوقوف عندها وأصبحت المرأة التي ترتدي هذا اللباس أكثر عرضة للتحرش من المتبرجة، خاصة أن الكثير من الرجال، يعتبرون أن هذا اللباس، ورغم أنه ساتر لكل الجسد والمفاتن، إلا أنه في الآونة الأخيرة، أخذ أشكالا وألوانا عديدة، جعلت من التي تلبسه أكثر جمالا، على حد تعبيرهم، وهو ما يفتح باب التحرش بها على مصراعيه، إن صح القول. كما أن بعضهم، ذهب أبعد من هذا، حيث يرون أنه ليست كل من تلبس هذا اللباس هي في الحقيقة تريد الستر والابتعاد عن نظر الرجال، بل فيهن، من عرفن أن هذا اللباس، أصبح يجذب نظر الرجل، فاخترنه على ألبسة أخرى.

فتلك ليست صدفة بل الأمر مقصود، وهنا تتحول النية، على حد تعبيرهم.

بالنظر إلى الحالات الموجودة في المجتمع الخاصة بهذه الظاهرة، التي انتشرت كثيرا اليوم، فإن التحرش، ليس مربوطا بشيء مادي أو معنوي إن صح التعبير، بل بعدة أمور أخرى، تتعلق بطبائع الأفراد، فالتحرش في الغالب مرتبط برد الفعل – المرأة- بين من ترفضه ولا تتقبله، فتجعل الرجل ينفر منها، ومن تتقبله، فليس بالضرورة أن يكون لباسها الفاضح سببا في هذا التحرش عند الكثير من الأشخاص.

وفي المقابل، يمكن أن يكون كذلك بالرغم من كونها تلبس جلبابا ساترا لكل الجسد والمفاتن.





التخلي عن طباعة الصور يلغي ذكرياتنا

لطالما كانت الصور المطبوعة جزءا مهما جدا، يشكل الذكريات العائلية خاصة، حتى إنها خلقت لنا في الماضي القريب طقوسا حميمية دافئة، يتخللها ضحك هستيري تارة ودموع حارة تارة أخرى، بينما نجلس في المساء نتصفحها صورة صورة، ونتجول في تفاصيلها الضيقة جدا، بعد تفحص الوجوه فيها.. كل هذا، تحول في ذاته إلى ذكرى، فقط باقتحام الوسائط الرقمية لحياتنا.

هل سيكون من المنطقي، لو أخبرت أمّا أن جزءا كبيرا من ذكرياتها مع طفلتها ذات سبع السنوات، سيرحل إلى الأبد بكبسة زر واحدة؟ وماذا لو أن شابا أضاع ذكريات ترحاله إلى عدد كبير من الدول، في هاتف سقط منه في آخر رحلة، قبل أن يستعرضها على أصدقائه، أو يحفظها في ذاكرة رقمية! صحيح أن المخ يحتفظ بكل شيء داخله.. لكن بعض الذكريات تحتاج إلى تحفيز حقيقي لتعيدنا إلى اللحظة المرجوة، وهذا ما تفعله الصورة بالضبط.

ماذا نقدم للأجيال القادمة؟

يتفق الجميع على أن قيمة ورمزية الصور المطبوعة كانت تكمن في عفوية التقاطها في اللحظة المناسبة، في الحقيقة المطلقة التي تحملها دون إمكانية التعديل أو الاختيار بين عديد الوضعيات، فالزمن أثبت أن كل ما تقدمه لنا التكنولوجيا المتطورة ليس لتسهيل الأمور علينا فحسب، وإنما لتعقيد بعضها إلى حد يجعلنا في غنى عن عنائه، فالقليل منا اليوم قادر على تصفح مئات، إن لم تكن آلاف الصور، التي التقطها خلال السنوات الأخيرة، برغم كونها في جيب بنطاله حيثما حل، أو على حاسوب مكتبه المتاح هو الآخر بكبسة واحدة أيضا.

يجزم الكثير من الأولياء بأنهم مقتنعون حقيقة بأن أولادهم لن يحضروا في المستقبل بحثا عن شريحة ذاكرة هاتف محمول، للتفتيش في ذكريات طفولتهم المنسية، ولن يكون بوسع غالبية الآباء تقديم قرص تخزين لجميع أولادهم عند الكبر، في حفل زفافهم مثلا، فربما لن تكون وسائل يمكنها فك الشيفرة المتوفرة حاليا، وستؤول إلى الزوال كقارئ الكاسيت، في ظل هذا التطور الرهيب البرقي للتكنولوجيا. لذلك، فإن الوقت قد حان لتدارك الخطر، الذي يهدد ذكريات الجيل الصاعد الذي قد يتهمنا يوما بتضييع ذكريات عمره.

التكلفة والجهد والأمان الرقمي لهذا يمتنع البعض عن الحصول على نسخ ورقية لصورهم

للتقصي عن مآل علاقة الناس بالصور المطبوعة في زمن صور الهاتف، خرجت الشروق العربي في جولة زارت خلالها بعض أستديوهات التصوير الفوتوغرافي، بقلب مدينة البليدة.. استفسرنا أولا عن سعر طباعة الصورة، الذي يتراوح ما بين 25 إلى 120 دينار، بحسب الحجم والجودة.

أما عن إقبال الناس على الطباعة، فأخبرنا عمي مولود، 36 سنة خبرة في المجال، أن هناك زبائن طبع صورهم وهم أطفال، ومازال يطبع صور أبنائهم: "نشاطنا مستمر باستمرار الإقبال عليه، لا يخفى أن الغالبية أصبحت تكتفي بالصور الرقمية في هواتفها، لكن هناك أيضا من يهتم بتوثيق ذكريات عائلته وأصدقائه وحفظها من الضياع، بعد أن فقد بعضها عند سرقة هاتفه أو تحطمه..".

تحدثنا إلى وافية، مصورة فوتوغرافية، أطلعتنا على العوامل الأخرى، غير سهولة الحفظ والتخزين التي باتت تمنع الناس عن طباعة صورهم: "تأخذ الصور المطبوعة مكانا لتخزينها، هذا ما لا يحبه العصريون، وتتطلب منهم جهدا للتنقل إلى المصور، وانتظار استخراجها، بينما أخذت انشغالات أهم وقتهم، ثم إنهم مجبرون على دفع تكاليف إضافية، في حين يلتقطون ويخزنون مئات الصور مجانا، وفوق كل هذا، توفر التكنولوجيا وسائل تخزين سحابية مثل google photos وcloud التي تمنح كل مالكي الهواتف إمكانية تخزين الصور وتنظيمها بأمان تام، ما يجعل الأفراد في غنى عن الاحتفاظ بنسخ مادية".



كيف تنسقين الأزهار لربيع 2025

تضفي الزهور، على أي مكان، حياة وروحا ينبعث في كل ركن من أركانه، لايخلو أي بيت من بوكيه متفرد في الصالون، أو في المطبخ، أو حتى في غرف النوم.. لكن، ما هي اتجاهات الديكور، في ما يخص الزهور. قبل، هذا وذاك، يجب أن نعلن رسميا أن الزهور البلاستيكية ليست دارجة، لأنها تعطي انطباعا واهما بالطبيعة.



باقة لا تذبل

بدل البلاستيك، ما رأيكن في إدراج باقة من الزهور الجافة، التي تباع في محلات الورود، وحتى في محلات الديكور. وهي تبدو جميلة، وتدوم طويلا جدا، ما يغنيكم عن شراء باقة حقيقية.. الأفكار كثيرة، مثل زهور مجففة داخل علبة زجاجية، أو إكليل من الأوراق، مزين بالزهور الجافة، نعلقه في الحائط.



بلاستيك بشرط

نصيحة أخيرة.. إذا تعذر عليك شراء الزهور الحقيقية، لا تشتري أزهارا بلاستيكية، وتنسقيها بنفسك، بل اشتري الباقات التي تبدو طبيعية أكثر، بألوان باستيل في بوكيه جاهز.

زهور على الجدار

لإضفاء لمسة ربيعية، ما رأيكم في إلصاق ورق حائط من الزهور، اختاروه مميزا، وهو يباع عند بائع ورق الحائط. ويأتي على شكل شريط طويل، يمكن تشكيله على حائط واحد فقط، لا غير. إن لم تحبذن الفكرة، يمكن الاستعاضة بلوحة فنية من الزهور على الجدار الرئيسي للصالون، أو غرفة النوم.



زهور على سطح الأمل

من الديكورات الجميلة في البيت، الزهور العائمة في الماء، التي توضع في إناء مفتوح عريض، ويضاف إليها زهور اللوتس مثلا. وهنا، يمكن استعمال زهور بلاستيكية، لأنها تبدو حقيقية في بعض الموديلات. يمكن وضع باقة من الزهور في فازة بسيطة زجاجية شفافة، في مدخل البيت. المهم، ألا تكثري الزهور في كل مكان، بل لمسات بسيطة، هنا وهناك، حتى لا يبدو البيت أنثويا، أكثر من اللازم.



نوافذ تبحث عن الدفء

أجمل مكان توضع فيه الزهور، هو النوافذ. فهي تعطي انطباعا بأن أهل البيت أناس ذوو ذوق رفيع. وهناك باقة متنوعة من الزهور الملائمة لخارج البيت، مثل اللبلاب والبتونيا والفليسين، وغيرها.



مركز الاهتمام

أفضل مكان للزهور، هو مركز طاولة طعام، أو طاولة صالون منخفضة، أو على جانب رف من الرفوف المعلقة. قد تتحججين بغلائها. ولكن، يجب أن تعرفي أن الزهور يمكن شراؤها في المناسبات الخاصة، أي، يمكنك تخصيص أيام معينة، لوضعها في ديكورك، ولا يتعلق الأمر إلى بالورود. فهناك أزهار رائعة، بأسعار معقولة جدا، مثل اللافندر والزنابق، عباد الشمس، الأقحوان.





اجتماع العائلة على طاولة الطعام

هل بات ضروريا استرجاع فرصة للدردشة والأحاديث؟

أثرت التغيرات الاجتماعية والاقتصادية والتكنلوجية على جوانب كثيرة في نمط حياتنا العصرية، منها إلغاء بعض العادات اليومية المهمة أو التقليل منها بشكل ملحوظ له ضرره، مثل الاجتماعات العائلية على طاولة الطعام، برغم كون هذه العادة الضاربة في القدم إحدى أكثر فرص التواصل بين الأفراد في البيت الواحد.

يحاول رب البيت تلبية أذواق أسرته عند جلب المشتريات من السوق، ثم بكل حب واهتمام تسعى الأم لطبخ الطبق الذي يمكن للجميع تناوله، أو تقديم طاولة متنوعة ترضي الجميع، ثم يجتمعان مع الأبناء في ميعاد الأكل ليحصلوا منهم على الامتنان حتى وإن كان غير لفظي. لهذا، كان الطعام في جميع الثقافات وسيلة لتهيئة المشاعر الإيجابية والبيئة المناسبة للخوض في مواضيع وانشغالات الحياة اليومية. فعلى طاولة الطعام، التي لطالما كانت دائرية الشكل، يتسنى من خلال شكلها الوصول بالنظر إلى جميع الملتفين حولها، كان يتم النقاش حول المصاريف والنفقات، والدردشة في المواضيع المهنية والدراسية وتربية الأبناء ومشكلاتهم.

متى افترقنا عن الطاولة؟

بزيادة الالتزامات الشخصية التي تضاف إلى جداول العمل والدراسة، أصبح وقت الجميع مزدحما، بممارسة التمارين الرياضية في النادي، وحضور دروس اللغات، أو الاجتماعات أونلاين، وزيارة صديقة عمل، التسوق.. عشرات الالتزامات أضيفت إلى برامجنا اليومية، من أكبر فرد في العائلة إلى أصغرهم، حالت بيننا وبين تحديد وقت منتظم للاجتماع العائلي، ولو لنصف ساعة، نتناول فيه الطعام معا.. كل هذا، لم يكن كافيا لمنعنا من التواصل في أفضل الأوقات، فالاختلاف بين الأجيال أصبح مريبا اليوم، هناك فجوة ظاهرة بين تفضيلات وتناغم الأطفال وأوليائهم، وحتى الأبناء في ما بينما، في كل شيء تقريبا، بما في ذلك الطعام الذي لا يجتمعون حوله، وفي الأنشطة التي تشغل وقتهم، كالترفيه الشخصي، حين أصبحت الخيارات الشخصية بتشجيع من الإعلام والفكر الحديث، أولوية على الاجتماع العائلي، لمناقشة مواضيع تبدو أقل أهمية أو تنتهي بالخلاف. أما هيمنة التكنلوجيا، وإدمان الإنترنت التي جعلت جيلا بأكمله يسير في الهواء مبتسما أو منفعلا مع ما يراه على شاشة هاتفه، فلم تعد تؤثر على جودة التواصل في جميع الأوقات، بل كادت تقطعه من الأساس.

قد ننجح في استعادة الكراسي

يتساءل الناس إن كنا كمجتمعات عصرية لا نزال في حاجة إلى الجلوس إلى بعضنا البعض، ولو لمرة كل يوم، نتناول الطعام ونتحدث دون مشاعر عما يهتم به كل واحد منا وعما يواجهه، بينما للآخر هم أكبر ربما؟ ويجيبنا الأستاذ في علم الاجتماع لزهر نور الدين: "إن ما جعل الهموم اليومية تهزمنا، هو عدم تقاسم عبئها، يجب علينا العودة لخلق أجواء عائلية يشعر فيها الجميع بالدعم وبوجود أشخاص حوله، لماذا نجعل الوقت العائلي محدودا جدا ومقتصرا على المناسبات والأعياد فقط، جميعنا نتناول الطعام مرتين على الأقل خلال اليوم، مهما كانت انشغالاتنا كبيرة ومعقدة، فلتكن تلك فرصة لاسترجاع كل واحد منا كرسيه في البيت".

الإتيكيت العالمي للحفاظ على اجتماعات الطعام

يتحدث خبراء الإتيكيت عن بعض الخطوات المتفق عليها عالميا، للحفاظ على الاجتماع العائلي حول طاولة الطعام، وجعل ذلك عادة ممتعة، وروتينا مهم لأفراد العائلة، أولها تخصيص موعد محدد يوميا لتناول وجبتين على الأقل للعائلات الكبيرة، كفطور الصباح والعشاء، وثلاث وجبات للأسرة التي تضم أطفالا متمدرسين. على أن يكون الطعام جاهزا للأكل في تلك الساعة، وفي درجة الحرارة المناسبة أيضا.

يلعب المكان النظيف، المنار جيدا، وحتى رائحة الطعام في بناء ذكريات قوية عن الموعد، تجعل أفراد العائلة يفشلون في مقاومة رغبتهم المشاركة فيه، وهذا يجب أن يكون مسؤولية الجميع وليس الأم فقط، مع محاولة إقصاء أي تواصل خارجي عبر وسائل التكنلوجيا، بما في ذلك وجود تلفاز في غرفة الطعام أو هاتف.



متوقفات عن العمل يواجهن الحسرة بعد الزواج

"هكذا قضينا على طموحاتنا وأحلامنا"

يدرك الجميع، وان لم يعترفوا بذلك، أن عمل المرأة، سواء في وظيفة عمومية أم خاصة، أم على مشروعها، بات ضرورة يحتمها استقرارها المادي والنفسي. مع هذا، تقبل الكثير من النساء على ترك العمل بمجرد إيجاد عريس أو إنجاب الطفل الأول، تحت ضغط من الشريك أو المجتمع أو بمحض خيارها، ثم سرعان ما تشعر بالندم، خاصة إذا كانت تعيش ظروفا اجتماعية سيئة.

الحياة الاجتماعية غير المناسبةتدفع سيدات إلى إعادة التفكير في قرار ترك العمل

يذكر الخبراء دائما بأهمية العمل في دمج المرأة داخل المجتمع والبيئة التي تناسب مستواها الثقافي والاجتماعي، وهذا ما يرفع من وعيها ويساهم في توازنها النفسي.

تزوجت أمينة عن حب، وكانت تبحث فقط عن الاستقرار مع الشريك الذي اختارته، لذلك خضعت لتنفيذ رغبة والدته في ترك منصبها في شركة خاصة.. أخبرتني أن علي عيش دور الزوجة والأم، وأن أتقاسم الأدوار والأشغال مع نساء البيت.

لم أتخذ قراري في ترك العمل والزواج هكذا بوعي كاف، فقد تحصلت على وظيفتي للتو وبسهولة وكنت أشعر بأني قادرة على إيجاد أخرى في الوقت المناسب.. ما حدث، أني وجدت نفسي المثقفة تناقش حياة النساء الأخريات، وتتصارع على أتفه أشغال المنزل وتغرق في التخلف تدريجيا. بدأت أتمنى العودة إلى العمل للهروب من واقع لا يناسب يومياتي".. لحسن الحظ، أن أمينة استدركت قرارها الخاطئ قبل فوات الأوان، واسترجعت منصبها، رغم أنها لم تحصل على راتب لمدة طويلة تقول: "لم يكن يهمني سوى إعادة إيجاد ذاتي التي كادت تفلت مني، الحمد لله، حصلت على دعم زوجي، لكن هذا سبب لي مشاكل لا تحصى مع حماتي".

الحاجة إلى المال والاستقلالية

تعتاد المرأة العاملة على نمط من النفقات الشخصية، فالنساء اللواتي يقدمن جهدا في العمل يسعين، بالعادة إلى مكافأة أنفسهن بشراء ما يشتهينه من ملابس وعطور.. يحصلن أيضا على خدمات في العناية ويستعملن المال من أجل الرفاهية.

ذلك، أنه ليس جميع الأزواج قادرين على توفير حياة بهذا المستوى لزوجاتهن، على العكس قد يعتمد بعضهم على زوجته في مساعدته على نفقات البيت، والمشاركة في مصاريف لا تعنيها من راتبها الخاص، وعدم تقاضي المرأة للمال قد يضعها في ضغوطات ويغير نمط حياتها بالكامل، وهو ما واجهته منيرة، 33 سنة، التي اشترطت أن تستمر في عملها بعد الزواج، وبعد إنجاب الطفلة الأولى، بدأت تشعر بضغط التربية والالتزام بنشاطها المضبوط كإدارية، خاصة أن زوجها شخص مهمل ولا يساعدها في أدنى أشغال المنزل، تقول: "استيقظت صباحا، واتصلت بالمديرة لأخبرها أني استقلت، كنت في كامل راحتي النفسية حينها، قبل أن يبدأ المحيطون بي يلاحظون تغير إطلالاتي إلى الأسوأ.. أهملت نفسي، ونسيت عنوان الحلاقة، حتى روتيني الغذائي تغير، وقد مس الأمر ابنتي أيضا، فوالدها شخص بخيل جدا واتكالي، ولم يرقه قرار تركي العمل، لا يقدم لي المال ولا يشتري أي غرض غير الطعام، ندمي جاء متأخرا بعد فقداني وظيفتي وراتبي، حاولت بدأ مشروع خاص فعجزت عن ذلك، في غياب التمويل والمساعدة وبزيادة ارتباطاتي الأسرية".

الشعور بعدم الفاعلية والإنجاز

تمكن المرأة من بعض المهارات المهنية والعلمية يجعلها في حاجة دائمة إلى العطاء والبروز، تقول الأخصائية النفسية والاجتماعية، مريم بركان: "مثلما تشعر المرأة بحاجة أسرتها إليها، وتعتقد جازمة في قرارة ذاتها أنها أساس متين يحتاج إليه جميع أفرادها، تشعر أيضا بأن المجتمع يحتاج إلى خبراتها المهنية، فلدى بعض النساء قابلية عظيمة للتطور من أجل البروز والإنجاز، وترك بصمتهن في المجتمع. لهذا، قد يسبب لهن التخلي عن الوظيفة مشاكل نفسية وشعورا بالعجز وعدم الفاعلية، تشعر المرأة حينها بأن لديها طاقة تهدر مع كل يوم يمر، حتى وإن كانت تؤدي واجباتها كأم وزوجة، وهذا في حد ذاته أحد أكبر المحبطات للنساء الفاعلات مسبقا".

فقدان الوزن مقابل ربح الصحة النفسية والجسدية

الجزائريون يحاربون السمنة لأغراض أخرى

انتشار أمراض مزمنة تتسبب فيها السمنة والوزن الزائد، على غرار علل القلب، الغدد، السكري.. جعل الكثير من الناس يعيدون حساباتهم مع أجسادهم والتخلص من السموم التي قد تكلفهم حياتهم، فلم تعد السمنة في 2025 مشكلا جماليا فحسب.

تحديات عملاقة في زمن المغريات

يعد الإفراط في الأكل واتباع نظام غذائي سيئ أحد أشد مسببات الوزن الزائد شيوعا، الذي أسهم فيه انتشار المطاعم ومحال الأكل الخفيف، حتى في الأحياء الصغيرة، بالإضافة إلى طغيان المواد المشبعة بالدهون والسكريات وتصدرها رفوف المحلات، ناهيك عن انتشار عدوى الطبخ غير الصحي التي سيطرت على ربات البيوت بعد تأثرهن بهذا المحتوى شديد الانتشار.

بالنسبة إلى جهيدة، فإن خوضها في رحلة إنقاص نحو 10 كغ من وزنها لا يعد مصدر ضغط أبدا، فالناس بمن في ذلك أبناؤها وزوجها يرونها جميلة وغير ذات سمنة، مع هذا، فقد أخبرها طبيبها الذي يتابع إصابتها بالغدة الدرقية أن من صالحها إنقاص الوزن، تقول: "بدأت تناول وجبات صحية، أعتقد أن سني لا تسمح لي بارتياد قاعات الرياضة، لذلك أمارس التمارين في المنزل، وأقوم بجلسات تفكيك الدهون من فترة لأخرى، هذا خيار شخصي وضعني في أريحية تامة مع صحتي، حتى عائلتي الصغيرة لاحظت عليها تحسنا صحيا بعد تقليل تناول المخبوزات، وإلغاء السكر الأبيض والمشروبات المصنعة من غذائنا، زوجي استقرت وضعيته وكل تحاليله في تحسن، استطعت أن أؤثر عليه أيضا، وقد فقد 5 كغ من وزنه خلال شهرين، حتى دون ممارسة الرياضة".

جهيدة حالة تثبت أنه غالبا ما تقترف السيدات أخطاء مدمرة في حق العائلة بأكملها، فالتأثر بقنوات الطبخ على التلفاز أو الإنترنت كان وراء نشر ثقافة سيئة جعلت ربات البيوت يسرفن في جلب مواد مسرطنة وغير صحية لطبخ وجبات وإعداد حلويات يمكن بسهولة الاستغناء عنها والاكتفاء بما هو ضروري للجسم.



مساع للتخلص من الأزمات النفسية التي تسبب السمنة نمط الحياة يحدد صحة الجسم

عندما انتبه الأفراد إلى وجود علاقة وطيدة بين حالتهم النفسية وإصابتهم بالسمنة، بدأ التحرك الفعلي لإصلاح الخلل ومعالجة الأسباب أولا، إذ يؤكد خبراء أن فاعلية الرياضة مثلا تكون أكبر في حالة الجسم العادية وتعمل على امتصاص التوتر وتحسين المزاج، بينما يصعب على المصاب بمشكل الوزن الزائد أن يفقده بالرياضة فقط، وأيضا، الجلوس المطول واستخدام التكنولوجيا لساعات طويلة، يسهم في خمول العديد من وظائف الجسم، ويمنع تجدد الخلايا، وقد يصبح الأمر أكثر بشاعة إذا اجتمع هذا السلوك مع وجود ضغوطات نفسية وتوتر جراء الظروف الاجتماعية أو المهنية. تشير الأخصائية النفسية، الأستاذة نادية جوادي، إلى أن الأشخاص الذين يقررون فقدان الوزن الزائد بدافع الحفاظ على صحتهم الجسدية، يفعلون ذلك في وقت أقل مقارنة بالآخرين، مع شعورهم الدائم بتقدير الذات، خاصة بعد سن الثلاثين، فهم يقدمون للعقل الباطن رسائل إيجابية نابعة من حب أنفسهم والخوف من التسبب في أذية أجسامهم.. هذا، وتؤكد الأخصائية النفسية على أن قدرة الفرد على التحكم بما يتناوله من طعام، وتمكنه من ضبط حالته النفسية والتحكم في انفعالاته فقط من أجل منع جسمه من مراكمة السموم وإفراز الغدد الزائدة، هذا الشخص يكتسب ثقة واستقرارا نفسيا يسمح له برفع مناعته ضد أي نوع من الأمراض، إضافة إلى هذا، فإن الدراسات الحديثة التي أجريت في هذا المجال أثبتت أن نصف الأشخاص الذين يفقدون الوزن لأغراض جمالية، لإرضاء الشريك أو الحصول على وظيفة الأحلام.. يعودون إلى اكتساب المزيد منه، وقد يحدث ذلك بصفة مفاجئة أيضا، أما الذين يكون هدفهم من إنقاص الوزن هو التخلص من الأمراض وعيش حياة آمنة، فتجدهم يستمرون على نمط حياة صحي يدوم لسنوات، ينتبهون مرارا إلى محتوى وجباتهم ويتحركون باستمرار، ويعتمدون نظام التباطؤ.

صداقة المجاملة والمصلحة بين النساء

عندما تتحول الأسرار إلى قنبلة موقوتة تهدد الزواج

تتوطد علاقة الصداقة بين النساء بمدى قدرة الصديقة على الفضفضة والحديث عن خصوصياتها، دون حرج أو خوف. وتصل الأمور، بين الصديقات، في الكثير من الأحيان، حد تقاسم أسرار الزوجية، وكشف خبايا الشريك وعيوبه، ومشاكل أهل الزوج وفضائحهم، حتى إن بعض الصديقات يعرفن عن حياة المرأة ما لا يعرفه أهلها وخاصتها من المقربين، ثم ينقلبن عليها في منعرج ما، فتصبح المودة المبنية على الشفافية، كابوسا يعتم حياتها..



غالبا، تبحث المرأة بعد الزواج عن علاقات الصداقة، التي تجد فيها حلولا لمشاكلها الزوجية، أو على الأقل، لمن يوافقها توجهاتها ونظرتها إلى الشريك ونمط العيش معه. وبعض الصديقات، يقدمن كل هذا، ليتمكنّ من الغوص أكثر في حياة الغير.

عندما ينتهي الود.. يزرع الشك

تقع الكثير من النساء المتزوجات خاصة، في دائرة المجاملة والمصلحة، بسبب منصب الزوج، أو المكانة الاجتماعية، وأيضا علاقات الأبناء. فتتقرب منها سيدات أخريات من محيطها المهني والاجتماعي، أو من محيط الزوج، زميلاته أو زوجات الزملاء، وحتى من عائلته.. وقد يؤدي الانسياق خلف البحث عن صداقات جديدة، وتكوين بيئة مناسبة لمستواها، إلى الاحتكاك مع الأشخاص الخطإ، الذين يهدفون في الأساس إلى اقتحام الخصوصية والاطلاع على سرية حياتها الزوجية، لأهداف مختلفة، قد تكون الطبيعة الفضولية التي تسيطر على غالبية النساء، أو لمصالح شخصية.. واقع، عايشته نعيمة، 46 سنة، مهندسة ري: "منذ نحو 3 سنوات، كنت قد تمكنت، لأول مرة في حياتي، من التخلص من مشكل العلاقات، فقد تعرفت على حرم زميلنا، وبما أن زوجي مدير المؤسسة، ترددت قليلا في إدخالها بيتي، لكنها مع مرور الوقت تحولت إلى صديقة مقربة، بفضل شخصيتها السميعة. صرت أحكي لها كل تفاصيل حياتي، حتى أسرار الماضي، بينما تغدق علي بالعزومات والهدايا والملاطفة. مرة، خلال زيارة عائلية، اتهم ابنها ابني بسرقة سماعاته، ودعمها إياه أدى إلى انقطاع العلاقة، دون ود.." تقول نعيمة: "كنت كلما التقيت زوجها مع زوجي انتابني الذعر، حتى جاء يحاسبني يوما، ويتهمني بإفشاء أسراره وتشويه صورته أمام الموظفين، عرفت أنها هي من فعل بي ذلك، حاولت الانتقام لصدودي بعد محاولات لاسترجاعي، لمصلحة زوجها المهنية".

ماذا بعد صداقة المجاملة؟

تحكي إيمان 29 سنة، عن تجربتها القصيرة مع صداقة المجاملة، التي عادة ما تحدث لدى الجيرة في العمارات، حين تتقاسم العائلات نفس الظروف تقريبا، وتبحث النساء عن تكوين صلة مع بعضهن لأوقات الحاجة، تقول: "في كل مرة أقابل فيها أخت زوجة حمي، التي هي جارتي، تمتدحني المرأة، وتثني على مهاراتي وجمالي.. كانت تقول دائما إنني غير مناسبة لعائلة زوجي، التي تعلم وضعها ونوع مشاكلها من أختها. وأسترسل أنا في كامل شفافيتي في سرد خلافاتي معهم.

وحدث، أن وقع لي سوء تفاهم مع أختها، زوجة حمي، فوجدتها تعاديني هي الأخرى وتغلق عني بابها، بعد أن كانت صديقتي المقربة جدا، والوحيدة. اكتأبت وحزنت.

وما زاد وضعي سوءا، هو الخوف من أن تفضح أسراري. وبالفعل، بعد مدة قصيرة، بدأت الخلافات البسيطة مع أم زوجي وأخواته تتحول إلى مشاكل حقيقية. صدوا عني، وواجهوني بأنني أتحدث في عرضهن، وأغتابهن، وكاد زوجي يطلقني بسببها".

حذار! أسرارك قد تتحول إلى مصدر ضغط

توضح الأخصائية النفسية، خبيرة العلاقات، الأستاذة عقيلة دبوب، بخصوص الشروط اللازمة لبناء صداقة صحية، خالية من التهديدات للطرفين بين السيدات: "أولا، يجب الالتزام القاطع بعدم حديث المرأة عن أسرارها مع زوجها، وعن مشاريعهما، وأسباب الخلافات، مهما اقتنعت بأن صديقتها وفية وأمينة ويمكن أن تساعدها، هناك جهات أخرى، يمكن أن تقدم حلولا وتوجيهات وحتى سماع الفضفضة عند الخلاف كالأخصائي النفسي، أو المستشار القانوني، الذي يلتزم بالسر المهني، ويكون موضوعيا عند تقديم الاستشارة. الصداقة يمكن أن يتم فيها الاستمتاع بهوايات مشتركة، والحديث في مواضيع تثقيفية في مختلف المجالات.." وتنصح الأخصائية بتوخي الحذر دائما من أن تتحول الأسرار التي يمكن أن تقدمها المرأة لصديقاتها، خاصة في العلاقات الجديدة وغير الموثوقة بالكامل، إلى مصدر ضغط وخوف في المستقبل".

6 إطلالات تجمع كل اتجاهات الموضة لربيع 2025



الموضة وأن تحكمت فيها دور الأزياء والمشاهير والشركات الكبرى إلا أنها في نهاية المطاف قرار شخصي، فأنت من يقرر ما يلبس على حسب ذوقك وميزانيتك. الشروق العربي تعطيك حرية القرار بين 6 إطلالات ربيعية اقتبسي منها ما تشائين فنحن نثق في ذوقك.

ستايل مهذب

لوك كلاسيك بالبني مكون من قميص بسيط وتنورة بليسيه باللونين البني والأسود منسقة مع جاكيت ربيعي بنفس اللونين أما البوتس فبيج لكسر حدة اللون.



الترف اسمه أسود
إطلالة مترفة بالأسود مكونة من تنورة عريضة منتفخة وسترة صوفية خفيفة منسقة بحزام أما الحذاء فمسطح.



بريق الأناقة
إطلالة كاجوال بكنزة أوفرسايز وتنورة براقة بالترتر الأخضر بلون جرئ أما التنسيق فبجزمة بلون البورغندي وحقيبة يد مطبعة.



يوم مع شانيل

لوك ليوم حار بألوان الباستيل يجمع بين القميص الكلاسيكي الابيض والسروال الفضفاض وسترة من خامة التويد بلون أزرق سماوي، وحقيبة يد كبيرة.



حطة بالجينز

إطلالة بقماش الجينز أو الدنيم بدرجات متفاوتة، السروال قاتم والسترة بالطبعات التنسيق بقبعة بوب وحذاء كعب عالي وحقيبة يد صغيرة ستايل شانيل.



امرأة في أهبة الشياكة

بدلة من وحي بالسنياغا باللون الأزرق بسيطة لكن فاشن للغاية التنسيق بسيط ببوتس أو كعب عالي وحقيبة يد صغيرة.

•ليلى حفيظ



نُشفق على أطفالنا، فنُحجم عن تكليفهم ببعض الأعمال المنزلية، التي نضطلع بها ذاتيا، حتى وإن تجاوزت حدود جهدنا ووقتنا. لكن، لو أدركنا ما لمشاركة أبنائنا في الأشغال المنزلية من دور في بناء شخصياتهم ونجاحهم مستقبلا، لأسندنا إليهم الكثير منها، ولقاسمناهم أقساها وأصعبها. إذ كشفت الكثير من الدراسات أن الأطفال الذين يشاركون في الأشغال المنزلية، ينشؤون واثقين، سعداء، واحتمال نجاحهم يكون أكبر بالمقارنة بغيرهم.

ما علاقة قيام الطفل بالأعمال المنزلية

بنجاحه المهني والأكاديمي مستقبلا؟

أداء تنفيذي أفضل

يُعفي أغلبية الآباء أولادهم من القيام بالأعمال المنزلية، مخافة تحميلهم ما لا طاقة لهم به، وخشية أن تسرق وقتهم وتؤثر على تحصيلهم الأكاديمي والدراسي، ليتضح، بالبحوث العلمية الأكيدة، أن ذلك المنطق مغلوط، وعكسه هو الصحيح. بمعنى، أن مشاركة الطفل في الأعمال المنزلية، سيسهم في تطوره الأكاديمي. وهذا، ما أوصت الكثير من الدراسات بأهمية تنوير الآباء به. فإشراك الأطفال في الأشغال المنزلية، هو سلوك تربوي بامتياز، لكونه يُسهم في تنمية شخصياتهم على عدة أصعدة، منها، أنه يُعزز التعلم متعدد الحواس، ويطور قدراتهم المتعلقة بالملاحظة والعد والطرح والإبداع. كما أثبتت الدراسات أن الأطفال الذين يشاركون في الأعمال المنزلية، يكونون أكثر تميزا في أدائهم الدراسي.. فالمهام المنزلية، ستمكنهم من تطوير روح المسؤولية والاعتماد على النفس. في حين، إن تعاملهم مع المواد والمعدات المنزلية، يكسبهم مهارات مفيدة على صعيد التعلم والاكتشاف، وإجراء التجارب العلمية، وتنفيذ المشاريع. وتوصلت دراسة، استجوبت أكثر من 200 من الآباء والأطفال، الذين تتراوح أعمارهم ما بين 5 و13 سنة، إلى أن مشاركة الصغار في الأعمال المنزلية، يسهم في تحسين وظائفهم الإدراكية، كما يجعلهم يتمتعون في الواقع بمهارات أداء تنفيذي أفضل، كالتركيز والتخطيط والتبديل بين المهام وتذكر المعلومات والتحكم في السلوك.

لنجاح مهني أكبر

كما خلصت دراسة أجرتها جامعة هارفارد، على مدار 75 عاما، إلى أن الأطفال الذين يؤدون الأعمال المنزلية، سوف يصبحون أكثر نجاحا كبالغين، بالنظر إلى كونهم اكتسبوا أبجديات وأخلاقيات العمل، عبر القيام بالأشغال المنزلية.

وفي ذلك، أكدت "جولي ليثكوت هايمز"، العميدة السابقة للطلاب الجدد في جامعة ستانفورد، أن النجاح المهني في الحياة، ينشأ من القيام بالأعمال المنزلية. وكلما قام الطفل بذلك في وقت أبكر، كانت النتائج أفضل. فبحسب "مارتي روسمان"، أستاذ تعليم الأسرة بجامعة مينيسوتا: "أفضل مؤشر لنجاح الشباب، في منتصف العشرينيات من العمر، هو مدى مشاركتهم في الأعمال المنزلية، لما كانوا في الثالثة أو الرابعة من العمر."

المواءمة ضرورية

وبما أن أكثرية الأطفال صاروا ينفرون من القيام بالأعمال المنزلية، خاصة في ظل تنامي استعمالهم، أو حتى إدمانهم الوسائل التكنولوجية، من هاتف وحاسوب وغيرها.. فإن الخبراء ينصحون بتشجيع الصغار على القيام بالأشغال المنزلية، ومحاولة جعلها ممتعة وغير مملة، ومواءمتها مع اهتمامات الطفل وقدراته البدنية. فإذا كان طفلك يحب البستنة وسقي الزرع أو إطعام حيوانه الأليف، فكلفه بتلك المهام. كما على الآباء تقبل النتائج غير المثالية. فالطفل لن يقوم بمهامه المنزلية على أكمل وجه، إلا بعد عدة تجارب غير كاملة.

•ليلى حفيظ

متلازمة اكتئاب الربيع

لمَ نشعر بالحزن العكسي في فصل الفرح؟

يقترن الربيع، في أذهاننا، دائما، بالبهجة والسرور والنشاط والحيوية. لكن، وعلى عكس هذه الفكرة الشائعة، يعاني الكثير من الناس مما يسمى بمتلازمة أو اكتئاب الربيع. وهو اضطراب عاطفي موسمي، يتسم بمجموعة أعراض، أهمها الحزن العكسي، قد تؤدي بالبعض إلى حد الانتحار. فما أسباب هذا الاضطراب؟ وما علاجه؟



الاكتئاب الموسمي الربيعي

اكتئاب الربيع depression Spring- أو الاكتئاب الموسمي الربيعي، هو أحد أشكال الاضطرابات العاطفية الموسمية (SAD). يحدث في الربيع أو الصيف. أي، ابتداء من شهر أفريل. وهو شائع إلى درجة تفوق ما يظنه الكثيرون. بدليل، أن حالات الانتحار عبر العالم تزداد وتصل ذروتها في فصل الربيع، من كل عام. فرغم أنه فصل البهجة والفرح واعتدال الطقس وجماله، إلا أنه قد يسبب للبعض جملة من الأعراض المزاجية والعاطفية غير المستحبة، كالحزن والاكتئاب والتعب والإرهاق وفقدان الشغف والمتعة والرغبة في ممارسة المهام والأنشطة اليومية، وصعوبة التركيز والقلق والتوتر المستمران، والانعزال والانسحاب من الحياة الاجتماعية، وقلة الشهية، صعوبات النوم، العدوانية والعنف.. وتتفاوت حدة وشدة هذه الأعراض، من حالة إلى أخرى. وقد تتفاقم، لتسبب لصاحبها أفكارا انتحارية.

نيسان هو الأقسى

نيسان (أفريل) هو الأقسى. ينبت الليلك فيه من الأرض الميتة. يمزج الذكريات والرغبات. يثير بأمطار الربيع الجذور الذابلة. هكذا، عبرت قصيدة توماس إليوت، عن حالة بعض ممن يعانون من اضطرابات مزاجية، في هذا الفصل، أو ما يسمى كذلك، بخمول أو متلازمة الربيع، الذي لا تُعرف على وجه التحديد أسبابه المباشرة. ولكن، تُرجح بعض النظريات العوامل التالية:

•الزيادة المفاجئة لضوء الشمس، التي تعقب انتهاء فصل الشتاء، ما يُحفز الجسم على إنتاج كمية أقل من الميلاتونين (هرمون النوم)، ما يؤدي إلى الأرق. والمعروف، أن قلة النوم يمكن أن تسهم في ظهور أعراض الاكتئاب.

•في فصل الربيع، تزداد مستويات السيروتونين (هرمون السعادة)، الذي يُعد من أهم النواقل العصبية التي تستخدمها خلايا الدماغ للتواصل في ما بينها. وفي حين إن قلة هذا الهرمون تسبب الاكتئاب، فإن كثرته تؤدي إلى الشعور بالتهيج والأرق وانخفاض الحالة المزاجية لدى بعض الناس.

•كما قد ترجع أسباب هذا الاكتئاب إلى الحساسية الموسمية لحبوب الطلع. إذ كشفت دراسة أجريت عام 2019 عن وجود علاقة بين ارتفاع تركيز حبوب اللقاح في الهواء، وظهور أعراض الحالة المزاجية السيئة بين المصابين بأعراض الاكتئاب الربيعي أو الصيفي.

•ويمكن أن تؤدي زيادة ساعات النهار وتغيرات الإضاءة إلى التأثير على الساعة البيولوجية، وبالتالي، اضطرابات المزاج.

العلاجات الممكنة

قد لا يحتاج اكتئاب الربيع إلى تدخل علاجي في معظم الحالات. ولكن، عند بعض الأشخاص، تفاقم هذا الاضطراب يستدعي تدخلا طبيا. أما العلاجات الممكنة، فتتمثل في العلاج الدوائي، العلاج السلوكي المعرف والعلاج بالضوء. كما يمكن السيطرة على الحالة بإجراء تغييرات إيجابية في نمط العيش، مثل ممارسة الرياضة، الاسترخاء، الخروج إلى الهواء الطلق، وتناول أغذية صحية غنية بالفيتامينات والمعادن الضرورية للجسم.



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

أطلب تسعيرتك الآن ...

للمزيد من الإستفسار : 3315 | 021 379 379 | 15 30

غراتان القرنبيط



المقادير:

رأس قرنبيط ملعقة أكل فرينة حبة ليمون

وللبيشاميل:

50-غ مرغرين 50-غ فرينة نصف لتر حليب وللحصول على مذاق متميز يستحسن أخذ ربع لتر حليب وربع لتر مرق الدجاج ملح وفلفل أسود جوزة الطيب 50-غ جوزة الطيب وجبن مبشور

التحضير:

داخل قدر ضعي الماء والملح وشرائح الليمون وملعقة فرينة وضعي باقات القرنبيط بعد تنظيفها واتركيها على النار لتنضج بعد تغطيتها بمنديل أبيض نظيف فهذه التقنية تبقي باقات القرنبيط بيضاء اللون كما تمنع انتشار الرائحة في البيت.

تحضير البيشاميل:

ذوبي الزبدة وأضيفي عليها الفرينة، أخلطي جيدا ثم أضيفي الحليب وتابعي عملية الخلط باستعمال مضرب البيض un fouet وخارج الفرن أضيفي الجبن، الملح، الفلفل الأسود وجوزة الطيب.بعد نضج باقات القرنبيط ضعيها داخل طبق الفرن وأفرغي القليل من صلصة البيشاميل فوق كل باقة وانثري فوقها الجبن المبشور واطهيها لمدة 10 دقائق على حرارة 180 درجة.

سباقيتي بشكشوكة الخضر



المقادير:

- "سباقيتي" • حبة باذنجان • حبة جزر • حبة كوسة "قرعة" • حبة فلفل خضراء • حبة فلفل حمراء • حبة بصل • 3حبات طماطم
- 2 فصوص ثوم • ملعقة صغيرة من مركز الطماطم • وريقة رند
- 2 أغصان زعيترة • ملح، فلفل أسود، زيت زيتون وزيت عادي

التحضير:

ضعي فوق النار قدر فيه ماء، ملح وزيت وحينما يصل إلى درجة الغليان، أضيفي عليه "السباقيتي" واتركيه ينضج لمدة 7 دقائق.

من جهة أخرى حضري "الشكشوكة" بتقطيع كل الخضر المذكورة في المقادير إلى مكعبات، وابدئي بطهي الجزر والكوسة على حدا. ثم خذي مقلاة بها زيت الزيتون وقلي فيها الباذنجان والبصل والثوم، بعدها، أضيفي الفلفل الأخضر والأحمر والطماطم بعد تقشيرها وبرشها ب"السكرفاج"، ثم الطماطم المصبرة مع "قرصة" سكر لإمتصاص الحموضة، وكذلك ورقة الرند وأغصان الزعيترة، دون أن تنسي الجزر والكوسة اللذان سبق طهيهما، رفقة التتبيل بالملح والفلفل الأسود واتركي الكل يستوي، وقدمي الطبق كما هو موضح في الصورة.

كعكة بالبرتقال



المقادير:

الكريمة:
- عصير حبة برتقال
- 04 صفار بيض
- 200 مل حليب
- 50 غ ميزينة
- 100 غ سكر

عجينة البسكويت :
- 04 حبات بيض
- 125 غ سكر
- 125 غ فرينة

الشراب:
- 250 سل ماء
- 125 غ سكر
- 100 غ شانتي للتزيين

طلاء الكعكة:
- عصير حبة برتقال صغيرة الحجم
- 100 غ سكر ناعم

طريقة التحضير:
لتحضير البسكويت نخفق البيض ثم جيدا نضيف السكر حتى يصبح الخليط أبيض اللون ثم نضيف الفرينة و نحرك على مهل ، نضع ورق الطهي في قالب مسطح ثم نسكب الخليط و نضعه في الفرن على درجة 180° . في قدر ضعي عصير حبة البرتقال مع الحليب و السكر و صفار البيض و المايزينة و أخلطي جميع المقادير جيدا ثم ضعي القدر على نار هادئة و استمري في التحريك حتى تحصلي على خليط متماسك. أضيفي لها قليل من الشانتي المخفوقة مع الحليب البارد، أتركي الكريمة تبرد .حضري الشراب (الماء و السكر) و اتركيه جانبا يبرد. قطعي البسكويت على أي شكل تختارينه حسب الرغبة بواسطة قالب التقطيع، قطعي عدة قطع ، تحتاجين إلى 03 قطع ، ضعي القطعة الأولى داخل قالب التقطيع و أسكبي فوقها قليلا من شراب السكر، ثم ضعي قليلا من كريمة البرتقال ، ثم ضعي فوقها قطعة من البسكويت ثم قومي بنفس الخطوات مرتين حتى تتحصلي على ثلاثة طبقات ضعي القوالب في الثلاجة مدة ساعتان في ذلك الوقت حضري تغطية الكعكة بالسكر الناعم مع عصير البرتقال ، أخرجي القالب من الثلاجة أتركيه قليلا ثم إنزعي قالب التقطيع ، غطي الكعكة بطلاء السكر(سكر ناعم مع عصير البرتقال) ، زيني الكعكة من فوق بكريمة الشانتيي ، قومي بالتزيين حسب الرغبة.

"ميل فاي" بالفواكه و الكريمة



المقادير:

- أوراق الديول
- 50 غ زبدة ذائبة
- سكر ناعم
- فواكه حسب الرغبة

لكريمة الحلواني
Crème pâtissière

- ½ لتر من الحليب
- 100 غ سكر
- 50 غ فرينة
- 02 صفار بيض
- ملعقة صغيرة فانيليا

التحضير:

قطعي أوراق الديول على شكل مربعات ثم أطليها بالزبدة الذائبة ورشي فوقها السكر الناعم، وفي صينية الفرن ضعي ورق الطهي ثم ضعي فوقه أوراق الديول وأدخليها الفرن لتتحمر.وفي ذلك الوقت حضري الكريمة بغلي الحليب مع الفانيليا،ومن ناحية أخرى داخل وعاء أخلطي بقية المقادير حتى تحصلي على خليط متجانس، أضيفي له كمية قليلة من الحليب المغلي الساخن واخلطي جيدا، ثم أعيديه لقدر الحليب وأرجعيه فوق النار واستمري في التحريك حتى تحصلي على خليط متماسك ضعي فوقه الفواكه المقطعة قطع صغيرة واتركي الكريمة تبرد.بعدها خذي مربعان أوراق الديول المحمرة وضعيهما فوق بعض في صحن التقديم ثم أضيفي كمية من الكريمة فوقها وغطي الكريمة بورقتين أخريتين من الديول وواصلي على نفس المنوال حتى تحصلي على 04 طبقات وفي الأخير زيني الصحن حسب ذوقك.

•صالح عزوز•تصوير:زهور سبع



كانت تخص النساء فقط:

شباب يتزين بسلاسل ذهبية في الأرجل

لا يتردد الكثير من الشباب، في التصرف كحال الفتيات، وهو أمر غير طبيعي، لأنه ينافي الفطرة البشرية، وتكون هذه السلوكات، في الحديث والحركات وكذا اللباس، لذا نصادف في يومياتنا، العديد من الظواهر التي كانت بالأمس متعلقة بالفتاة أو المرأة، لكنها اليوم انتشرت بين الشباب بشكل كبير ومقزز في نفس الوقت، ولعل من بين الظواهر، التي نراها اليوم حتى في الجامعات والمدارس، تزين بعض الذكور، بسلسلة ذهبية أو فضية في أرجلهم على طريقة أمهاتنا في الماضي اللواتي كن يلبسن "الخلخال".

كنت تحدثت في هذا الموضوع في سنوات مضت، وتلقيت نقدا شديدا من طرف العديد من الأشخاص على اختلاف مستوياتهم، وقيل لي إنك تبالغ، بالرغم من أنها حقيقة وقفت عليها عند بعض الشباب في تلك الفترة، فقط، لم تكن منتشرة بشكل كبير مثل اليوم، خاصة، بعدما شغلت حيزا كبيرا على صفحات التواصل الاجتماعي، وتأكد الكثير ممن كانوا يرون أن الحديث في هذا الموضوع مبالغة، والشاذ يؤخذ ولا يقاس عليه، أن الظاهرة حقيقية وموجودة ومنتشرة بشكل كبير في أوساط الشباب، خاصة عند المتمدرسين، سواء في الجامعات أم الثانويات.السؤال الواجب طرحه في مثل هذه الحالات، لم يفضل الشباب التزين بزينة النساء؟ وهم يعرفون أنه مخالف للفطرة وللعادات والتقاليد وأنه لا يمكن للذكر أن يكون مثل الأنثى، سواء في الحديث أم الحركات وحتى اللباس، لكن رغم هذا يصر العديد منهم على التشبه بالمرأة، بل أبعد من هذا، فهم يدافعون عن هذه الأفكار بحجة الحرية الشخصية، وأن العديد من الأشياء تجمع الرجل والمرأة، ولا حرج في أن تتشبه المرأة بالرجل والعكس، ففي الأخير، هذه الظاهرة لن تضر الأشخاص على حد تعبيرهم، وتبقى مجرد ظاهرة فحسب.

لكن ما لا يعرفونه أو من لا يريدون معرفته مثل هؤلاء الشباب، أن التشبه بالنساء محرم في شريعتنا، وأنه ينافي العادات والتقاليد، وأنه ليس من الفطرة السليمة عند الفرد، ولسنا هنا للفتوى، لكن الأمر بين وواضح وضوح الشمس، لكن بعض الشباب غرتهم المظاهر، حتى أصبحوا لا يفرقون بين الصحيح والخطإ، والواجب فعله والواجب تركه، وليس للرجل حظ في زينة النساء مهما بلغ الأمر.

هي ظاهرة انتشرت بشكل كبير، وهي خدش للرجولة وللفطرة السليمة، حتى ولو دافع عنها أصحابها بحجة الحرية الشخصية، وكذا التأقلم مع المعطيات الجديدة التي تخص جيلهم، لكن مهما يكن هذا التأقلم، فإنه يتوقف حينما لا يتوافق مع فطرتنا السليمة.

النرجسي الخفي.. شريك خطير

كيف يتم التعامل مع الأذى الذي يتسبب فيه؟

الانجذاب المفرط إلى طرف آخر، في بداية العلاقة، لم يعد أمرا مبشرا بالخير، في نظر الخبراء الذين أكدت دراساتهم المتواصلة وجود كم هائل من البشر ذوي شخصية نرجسية خفية، تجعله يبدو الشريك المثالي، في بداية العلاقة، وبمجرد تجاوزه "مرحلة التوهج"، التي يكون فيها النرجسي الخفي ثقة وارتباطا قويا مع الضحية، ينتقل لعيش حقيقته المريبة، التي لا يمكن أن تسفر إلا عن علاقة سامة مستهلكة ومدمرة.

من يكون هذا الوحش المتنكر؟

ضعفه، وحساسيته المفرطة، تجعل النرجسي الخفي دائم البحث عن المدح والثناء والتمجيد، ولو بإجازات الشريك، العائلة أو أي شخص يربط انتماءه به، لأنه غالبا يكون فاشلا غير ذي إنجازات مبهرة، من هنا يحدد الأخصائيون النفسيون اختلافه عن النرجسي العلني، الذي يكون دائم التباهي بنفسه ويضخم أبسط إنجازاته.يستعمل النرجسي الخفي عدة طرق خاصة للوصول إلى مبتغاه من الطرف الآخر، وخاصة الشريك العاطفي، أين يمارس عليه الإهمال القسري، بعد اهتمام جنوني مؤقت، إذ يمكن أن يعتمد الصمت العقابي لفترات طويلة جدا دون ملل، ينطوي ويزرع تأنيب الضمير في ضحيته بلبس دور الضحية، وبمهارته في التلاعب بالأحاسيس، يستطيع النرجسي الخفي أن يشعر الآخر بالضيق، ويضغط عليه بقوة، دون أن يفتعل أي مشكل ظاهر. وهذا، مايجعله صعب التشخيص.

تؤكد الأخصائية في علم النفس، نادية جوادي: "يستغرق الأمر مع البعض أكثر من عشر سنوات لاكتشاف حقيقته، وخلال هذه المرحلة يكون الشريك النرجسي الخفي قد قطع أشواطا طويلة في التلاعب النفسي.." تضيف الأخصائية: "يؤسفنا القول إنه إلى غاية اكتشاف شيفرات تعامله وفك رموز تصرفاته واستيعاب تناقضاته المتعمدة والمتسلسلة، يكون النرجسي الخفي عادة قد تسبب في إغراق ضحيته داخل بئر عميقة من الاضطرابات النفسية من اكتئاب، وتوتر، وأحيانا، حتى أمراض عضوية يتسبب فيها الضغط وإهمال الذات، نتيجة قلة التقدير، فنرجسيته المرضية تجعل هذا هدفه في الحياة، وتمنحه الشعور بنشوة قدرة التحكم الكامل في أحد البشر".

هكذا يصطاد

يبحث النرجسي الخفي عن الشريك الذي يراه أعلى منه مستوى اجتماعيا وثقافيا، ويظهر له كل التقدير في البداية، قبل أن ينغمس في محاولة تدمير مكانته وصفاته الإيجابية التي اختاره لأجلها في الأساس، من أجل أن يصنع منه الشماعة التي يعلق عليها فشله وضعفه.. يذكر الأخصائيون أن النرجسي الخفي يشعر باستحقاق غير طبيعي يجعله يمتنع عن العطاء أو يقدم القليل جدا، مقابل ما ينتظره من الطرف الآخر. لهذا، في بداية العلاقة، يلقي على الشريك مسؤوليات مادية ومعنوية وأشغالا ليست من صلاحياته، ويمجد ذلك بالكثير من الامتنان، حتى يعتاد الطرف الآخر على تقديمها له، فيبدأ في محاسبته عليها لاحقا، على أنها واجبات يجب عدم إهمالها.



هل يجب الابتعاد عن الشريك الذي تثبت نرجسيته الخفية؟

يعد الابتعاد حلا آمنا، لكنه لا يكون صالحا اجتماعيا في كل الحالات، لأن الطلاق بعد سنوات طويلة من الزواج مثلا، قد يؤدي إلى ضرر على الأطفال أكبر من عيشهم مع أم أو أب نرجسي، مع أن دراسات الخبراء تثبت أن النرجسي الخفي يبني قوته من العلاقات الاجتماعية الكثيرة الزائفة أحيانا، ولعب دور الصديق، الأم أو الأب المثالي.. ما يجعله يتقن ذلك فعلا.. وهنا، يتساءل الكثيرون عن الحل للحد من ضرر العلاقة معه؟ تجيب الأستاذة مريم بركان، خبيرة نفسية واجتماعية: "هنا، يظهر أثر الوعي والتعلم، فالدرع ضد أثر النرجسي الخفي لا يكون إلا فهم طبيعة تصرفاته، وتكتيكاته في التعامل مع المواقف المختلفة حتى يتسنى للشريك الوصول إلى آلية دفاعية مناسبة لصد الأذى النفسي الذي يتسبب فيه.." وتحذر الخبيرة: "هذا لا يعني تسليط الاهتمام الكامل لتحليل كل تحركاته، على العكس تماما، إذ يجب الانشغال عنه وعدم إعطائه الاهتمام والإجلال الذي يتوق إليه لتغطية ضعفه أمامك، بالانفصال عنه باطنيا، من خلال البحث عن اهتمامات غير مشتركة، وتحقيق إنجازات شخصية ليس له يد فيها، ما يمنعه من استعمالك كتاج وقار له".

•صالح عزوز

بعضهن يصيبهن الاكتئاب:

هل تغار الزوجة حينما يميل الأولاد إلى والدهم

يصور الكثير من الآباء علاقتهم بأولادهم في البيت، في مشاهد عاطفية مليئة بالحب والحنان، تعكس مدى تعلق الأولاد بآبائهم، خاصة في سن الطفولة، في المقابل ينشر بعضهم، المنافسة بين الزوج والزوجة، في من يختاره الطفل بين حبه لأبيه أو لأمه، سواء كلاما أم فعلا، لذا نقف عند الكثير من الفيديوهات توثق اختيار الطفل لوالده على أمه، وتظهر الوالدة في حالة صدمة إن صح القول، فلم تكن تعتقد أن طفلها الصغير الذي تقضي وقتها كله معه سوف يختار والده، وفي الأخير، تبقى مجرد تجربة اجتماعية جميلة لا غير.

هي تجربة تعكس الكثير من الأشياء، أولا، علاقة الأطفال بآبائهم التي تبقى مبنية على الحب والحنان من كلا الطرفين، وفي المقابل، تبين أن في الكثير من الأحيان المعاملة قد يكون لها دور كبير في هذا الاختيار، حتى ولو يقضي الابن مع والدته الكثير من الوقت، لكنه خلال هذه المزحة إن صح التعبير، سوف يميل لوالده، ربما لأنه يوفر له بعض الأشياء كان من الواجب تجنبها وتقديمها له في هذه السن، على غرار كثرة السكريات، وهو ما لا توفره الوالدة لولدها، وهذا قد يكون من بين الأسباب، في أن يميل الطفل إلى والده في هذه الفترة.

الملاحظ، أن الوالدة خلال هذه التجربة الأسرية، إن صح القول، يكون لها ترجيع مختلف من زوجة لأخرى، على حسب علاقتها بأولادها، فنجد بعضهن، يأخذن الأمر بشكل عادي بل بفخر فلا فرق بينها وبين زوجها، في المقابل، نجد أن الكثير من الزوجات أخذن الأمر بجدية، بل فيهن من وقعن في هستيريا من البكاء، وهو ما يدل على أن الزوجة تغار من زوجها في علاقته مع الأطفال في الأسرة، خاصة حينما تكون تعتقد، أنه بمجرد قضاء أكثر وقت معهم، يجعلها المفضلة عندهم حينما تخيرهم بينها وبين والدهم، لكنها تصطدم بالعكس تماما، لدا يفاجئها قرارهم هذا، حتى ولو كان من باب المزاح، وهي مجرد تجربة لا أكثر ولا أقل، والدليل أنهم حينما يكبرون يصبحون يفضلون والدتهم على والدهم أو على الأقل المساواة بينهما في علاقتهم بهما.

هي تجارب ظهرت في الكثير من الوسائط الاجتماعية، عكست مدى طبيعة بعض الزوجات، فهن يغرن من أزواجهن حتى في الأشياء البسيطة، وبالرغم من أنها تجارب اجتماعية أو مزحة فقط، وليست مسلمات، إلا أن لها الأثر الواضح عليهن.



5 نظارات عصرية لربيع 2025

تنتهي الإطلالة دائمًا باختيار نظارة شمسية مناسبة. إنها تكمل المظهر، وتزين الوجه ولديها القدرة على إعطائك أسلوبًا حقيقيًا. ورغم أنه قد يكون بوسعك الاحتفاظ بنفس النظارات حتى نهاية الزمان، إلا أن هناك اتجاهات في عالم النظارات تحدد وتيرة هذه االاكسوارات المرغوبة والمطلوبة. نقدم إليكم خمسة أنواع من أروع النظارات الشمسية لربيع 2025.



نظارات الطيار

في عام **2025**، نريد أن نرتدي نظارات الطيار، ولكن الأهم من ذلك كله، نريد نماذج أصلية بعدسات مدخنة وإطارات أكثر سمكًا.

نظارات القطة

لقد عادت نظارات الستينيات على شكل عيون القطط، بإطاراتها الممتدة فوق الصدغين، الإطارات أصبحت أكثر سمكا، لإضافة تأثير درامي على طراز هوليوود للوجه.



نظارات المستقبل

أصبحت النظارات الأكثر جنونًا في الوقت الحالي تتوافق مع التصميمات السماوية بشكل متزايد. تتوفر هذه النظارات الشمسية البيضاوية الضيقة للغاية بمواد كلاسيكية مثل الأسيتات أو المعدن ولكنها مزينة أحيانًا بزخارف غير متوقعة مثل اللؤلؤ .



نظارات لا تنتهي

لن تختفي النظارات الشمسية ذات الحجم في الوقت القريب، بعد أن سيطرت الإطارات الضيقة لفترة طويلة على الموضة، عادت الموديلات كبيرة الحجم لتظهر بقوة في ربيع عام **2025**. هذه الإطارات، مستديرة أو بزاوية، مع ألوان مدخنة أو بلورية.



نظارات بين قارتين

تتميز النظارات الشمسية إيست واست اي شرق غرب بشكل مستطيل ممدود للغاية غالبًا ما تكون على شكل زاوية، وتسلط الضوء على الوجوه البيضاوية وعظام الخد البارزة.



• ك. فاروق



الموسيقى الأندلسية الجزائرية

من زرياب الى الصنعة والغرناطية...تاريخ الموسيقى الأندلسية في الجزائر

ظهر الغناء الأندلسي في الأندلس، في القرن العاشر الميلادي، على شكل موشحات. وهي تسمية مشتقة من وشاح المرأة، وصار هناك امتزاج بين الموسيقى الإسبانية والشعر العربي. وبعد الهجرة، وصل هذا الفن إليها، فصار أكثر من مدرسة. الشروق العربي، تلعب على أوتاركم الحساسة، وتأخذكم في جولة تاريخية عن الفن الأندلسي الجزائري الأصيل.

كانت مدرسة قرطبة، التي أسّسها زرياب، بمثابة المدرسة الأم التي وضعتَ قواعد الموسيقي الأندلسية التي انتشرت في باقي المدن، كإشبيلية وبلنسية وغرناطة، وأخذت هذه المدارس في التميز في النوبات والأداء والأزجال، ليصير التفريق بينها أملا هينا سهلا حتى لغير المختصين.

وبطبيعة الحال، وبعد سقوط الأندلس وبداية الهجرة الأولى، وهي الفترة التي جاءت بعد سقوط المدن الإسلامية كقرطبة وإشبيلية وغيرها، والثانية بعد سقوط غرناطة، وصولاً إلى الهجرة النهائية، مباشرة بعد قرار الطرد الذي أصدره الملك فيليب الثالث، في بداية القرن السابع عشر، يقال إن مدينة تلمسان، قبل أن يلجها آلاف اللاجئين الغرناطيين، كانت قد استقبلت عشرات الآلاف من سكان قرطبة في القرن العاشر الميلادي، وتلتها هجرات أخرى، في القرن الثالث عشر، من إشبيلية باتجاه مدنٍ في شرق الجزائر، كانت آنذاك ضمن سلطة بَني حفص، أبرزها بجاية وقسنطينة وعنابة.

بعد الهجرة الإبداع

بعد استقرار الأندلسيين في الجزائر، ظهرت مدارس موسيقية ثلاث، ذاع صيتها في كل أرجاء المنطقة، هي المدرسة الغرناطية في تلمسان، والمالوف في قسنطينة، وآخرها مدرسة الصنعة في العاصمة.

تلمسان غرناطة إفريقيا

كانت تلمسان أول مدينة جزائرية استقبلت الفن الأندلسي، وارتبط اسمها بغرناطة، وصار بينهما توأمة فنية تمخض عنها الفن الغرناطي، إلى درجة أن تلمسان سميت بغرناطة إفريقيا.

وتعتمد المدرسة الغرناطية على 12 مقاما، وكل مقام نوبة كاملة، تلخص المراحل الإيقاعية كلها، و4 نوبات ناقصة.

من الطرب الغرناطي تفرع طابع الحوزي، الذي اختصّ به سكان أحواز المدينة، أي أطراف تلْمسان، ولا تؤدى قصائده باللغة العربية الفصحى كباقي الموروث الغرناطي، وإنما باللهجة العامية. هذه المدرسة، ركز شعراؤها مع مرور الزمان، على الكتابة، عن جراح وخيبات الحياة، والتوبة إلى الخالق.

المالوف صوت قسنطينة

المالوف طابع أندلسي غني عن كل تعريف، تشتهر به مدينة قسنطينة، واسمه مشتق من كلمة مألوف.. وتعود أصول هذا الفن، وفق ما هو متداول وسط الباحثين والمؤرخين، إلى مدرسة إشبيلية. ويسمى المقام الموسيقي في المالوف بالنوبة، ويصل عددها في الأصل إلى 24 نوبة، نسبة إلى عدد ساعات اليوم، لكن، لم يصل منها إلى عصرنا سوى 12 نوبة فقط. ويستعمل بهذا الفن الغيطة والعود والكمنجة والقانون والقرنيطة والناي.

يعتبر البعض قسنطينة رائدة في هذا النوع الموسيقي، بفنانيها وفرقها المعروفة، كما أن المالوف القسنطيني يتفرع بدوره في هذه المدينة إلى عدة طبوع، منها العيساوة، كذلك ما يعرف بالفقيرات والوصفان.

الصنعة.. موسيقى المحروسة

الصنعة هي مدرسة الموسيقى الأندلسية، في العاصمة وحواضر مثل البليدة والقليعة. من هذه المدن الثلاث انتشر فن الصنعة، ليشمل شرشال ومستغانم، فضلاً عن بجاية.

تشتهر الموسيقى الأندلسية باستخبارها الجميل، مثل جاركة والموال والمزموم ورمل ماية ورصد ماية والسيكا والساهلي وزيدان وغيرها.. أما الميازين، فمتعددة، على غرار ميزان قصيد وانصراف ومخلص وانقلاب والبروالي.

ريد فلاغز

إنذارات حمراء تخبرك أنك مع شريك عاطفي مؤذي



لقد تحدثنا في مواضيع سابقة عن عدة أنماط من الشخصيات غير السوية التي تكون سامة في إطار أي علاقة عاطفية أو زوجية.وقبل أن تقع الفأس في الرأس وتتورطوا مع أمثالهم، هناك عدة علامات إنذار ستظهر أكيد على هؤلاء لو أدركتموها وانتبهتم لها لعلمتم أنكم مع شريك عاطفي مؤذي.الأمر الذي يتيح لكم النفاد بجلدكم قبل فوات الأوان.وفيما يلي بعض الريد فلاغز أو الرايات الحمراء التي ستُنبئكم بأنكم مع الشريك العاطفي أو الزوجي الخاطئ.

الأعلام الحمراء

ريد فلاج Red flag هومصطلح حديث ظهر لأول مرة على تطبيق تويتر ومن بعده فايسبوك ليعُم رواجُه على مختلف التطبيقات الرقمية. ويعني حرفيا الرايات أو الأعلام الحمراء. أما اصطلاحا فهو يشير لعلامات الخطر في الحب. أي الإشارات والإنذارات الحمراء التي قد تتوفر في خطيبك أو شريكك العاطفي أو الزوجي.والتي تُنبئك وتخبرك أنه شخص مؤذي أو سام أو على الأقل غير مناسب.مما يتيح لك لو انتبهت لتلك الريد فلاغز قطع معرفتك به قبل التورط في علاقة فاشلة عاجلا أم آجلا.ومن بينها:

غير متاح عاطفيا: من الرايات الحمراء المبكرة الظهور في العلاقات العاطفية أو الخطوبة أو حتى الزواج، والتي تُنبئك بأنك مع الشريك العاطفي غير المناسب، هو ألا يكون متاحا عاطفيا.فمتى احتجته إلى جانبك لا تجده.لا يدعمك نفسيا ولا يشبعك عاطفيا.لا ينصت لمشاكلك ولا يهتم لك.

فاجر في الخصومة: إذا أردت أن تعرف شخصا على حقيقته أغضبه.فالناس يظهرون على سجيتهم عند الخصام.فإذا تحول الشخص الذي أنت معه إلى وحش كاسر خلال الشجار معه وبدأ يشتم أو بدا عنيفا.أو كان من العسير مصالحته.فهذا يشير إلى أنه سيكون شريكا متعبا ومؤذيا.

لا يرحم أهله ولا يحترمهم: فلا تعتقد أنه إذا عاملك شريكك العاطفي معاملة حسنة فهذا كاف لإثبات صلاحه. وإنما لاحظ تعامله مع والديه وإخوته. فإن كان قاس معهم ولا يحترمهم. فهذه راية حمراء مرفوعة أمام ناظريك ولا يمكنك التغاضي عن رؤيتها.

متقلب الوّد: فإذا لاحظت أن الشخص الذي معك يتلون بسرعة عجيبة وينقلب فجأة من النقيض للنقيض على المستوى العاطفي والسلوكي.

فيعاملك بحب وود للحظة ثم ينقلب عليك فجأة ودون سبب مقنع.فهذه ريد فلاغ واضحة.

لئيم ويخفي خصوصياته: فحتى فيما يتعلق بالأسرار البسيطة في حياته هو يتعامل معها على أساس أنها أسرار حرب ويحرص على عدم إطلاعك عليها.

يطلب مودباس هاتفك: ففي الوقت الذي يخفي عنك أدنى خصوصياته. هو يطالبك بالشفافية التامة مع.ه لدرجة أن يطلب منك منحه كلمة سر هاتفك وكل حساباتك الالكترونية. مما يؤشر لشخصية شكّاكة متحكمة.فما الذي يُجبرك على الارتباط بمن لا يثق بك.

لا يضع هاتفه: فالجميع مرتبطون بهواتفهم في عصرنا الحالي.

ولكن إذا وصل الأمر بشريكك العاطفي لحد الإدمان على موبايله ووجدته دائما ممسكا به ومنغمسا فيه حتى وأنت معه. فهذا جرس إنذار آخر لا يمكنك أن تسد أذنيك عن سماعه. لأنه يؤشر لعدم الاهتمام بك.

يُحقّر آراءك: فإذا ارتبطت بشخص يُسفّه كل وجهات نظرك ومعتقداتك ويحاول دائما التقليل من سداد رأيك وينعتك بالغبي أحيانا. أو قد يمارس ضدك تقنية الغازلايتينغ التي شرحناها في موضوع سابق.فأنت بلا شك مع شريك غير سوي.

يُشعرك بالذنب دائما: ويُلقي على كاهلك وزر أخطائه.فأنت المُلام والمسؤول دوما عن كل ما يمكن أن ينغص عليكما صفو العلاقة.ويضع على عاتقك ثقل إصلاح الأمور.دون مشاركة جادة منه.

لا تبالغ في التفاؤل

الريدفلاغز ليس مصطلحا علميا.وإنماهوإبتكار انبثق وانتشر عبر مواقع التواصل الاجتماعي. وبات كل من لم تعجبه صفة أو سلوك معين في شريكه العاطفي يُصنفه على أنه راية حمراء موجبة للهروب من العلاقة.يعني ما نحاول قوله هو أن الريد فلاغز هي مفاهيم نسبية. فما قد تراه سببا لقطع علاقة قد لا يراه غيرك كذلك. لهذا إستفتي قلبك وإن أفتوك وأفتوك.ولكن لا تكن متفائلا بزيادة. ولا تتوقع أن يتغير شريكك العاطفي بعد الزواج.

فانتبه للعلامات الحمراء في بداية العلاقة لأن الكتاب يُقرأ من عنوانه.

أصبح خطرا على الوطن:

الجلد المنفوخ يحرض على الجريمة والعنصرية

تعيش الكرة الجزائرية كل موسم، هزات عنيفة في العديد من الأحداث، وتصادما بين الجماهير الرياضية، ويصل الأمر في بعض الأحيان، إلى منعرجات خطيرة تخرج عن المجال الرياضي، إلى أمور تمس باستقرار ولحمة الشعب الواحد.



والسبب نتيجة لكرة القدم، والشحنة الزائدة، وحب النادي الذي يعمي الأبصار إن صح القول، وينسى العديد من الشباب أنها مجرد لعبة، وأن الحمية من أجلها هي حمية الجاهلية الأولى كما يقال، ومع مرور الوقت يتأكد العديد منهم، أنهم كانوا واقعين في فتنة كانت السبب في نشر العنصرية والتفرقة بين أفراد الوطن.

هي ظاهرة قديمة تتجدد في كل موسم، سواء في الرابطة المحترفة للقسم الأول أم للهواة، ونحضر خلالها دعوات عنصرية مقيتة، يدعو إليها بعض المتهورين، خاصة في ظل انتشار شبكات التواصل الاجتماعي، التي أصبحت توثق هذه الدعوات العلنية. والغريب، أن صناع هذه الفتن عبر الوسائط الاجتماعية، يضعون ولايات كاملة ومناطق كبيرة من هذا الوطن في سلة واحدة كما يقال، ولا يعتبرون أن هذه الأفعال أفعال منفصلة، ولا تمثل إلا أصحابها، بل يشتمون كل أفراد هذه المناطق وينعتونهم بأقبح الألقاب، بل وصل الأمر في بعض الأحيان إلى التهديد والوعيد، بالقتل والتعدي على الأفراد مستقبلا، في أول مناسبة قد تجمعهم، وهذه دعوة صريحة إلى الجريمة والعنف، يعاقب عليها القانون، خاصة وأنها موثقة عبر كل شبكات التواصل الاجتماعي.

قسموا الوطن بين مناطق للظل وأخرى للشمس

ربما يتساءل البعض كيف قسم الوطن إلى هذين القسمين الغريبين في مجال كرة القدم، وما هي المعايير التي اتخذت في هذا التقسيم، وهي في الحقيقة معايير للفتنة والقذف والسخرية فقط بألفاظ سوقية وألفاظ شارع، بحيث يرى البعض، أن أهل الظل هم من لم تصلهم الحضارة، ولا يفقهون في أي شيء، وهم أعراب يرعون الماشية، وكذا معيار التنابز بالألقاب، يعتقد أصحاب هذا التقسيم، أن كل من لا ينتمي إلى دائرة المدن الكبرى فهو شخص من الدرجة الثانية، ويعيش بعيدا عن الحضارة والتقدم في اعتقادهم، والغريب في هذا، أنك تجد الكثير من لاعبي فريقهم الذين ينشرون الفتنة من أجله، ينتمون إلى هذه المناطق.

وهي حال الطرف الآخر، الذي سمي بعض أهل المدن بأنهم أصحاب الشمس أو "الصهد" بالعامية، وهو دلالة على أن أخلاقهم فاضحة وتصرفاتهم وسلوكاتهم وأنهم مجرد أشخاص يهرعون وراء حضارة القشور، وتصل الحال عند بعضهم إلى قذفهم والتعرض لشرفهم.

هي دعوة جديدة للعنصرية المقيتة، تصل في بعض الأحيان إلى زرع الفتنة بين أبناء الوطن الواحد، من أجل الجلد المنفوخ الذي كان من الواجب أن يكون للترفيه فحسب، لكن عند العديد من شبابنا المتهور، أصبح من الأكسجين لا يعيشون من دونه وهي في الحقيقة كذبة لا غير.

ك. فاروق



الأغواط... سر تسميتها وأصل سكانها

تزخر مدينة الأغواط بتاريخ حضاري وأصول، موقعها له خصائص تاريخية وجغرافية وكذا اجتماعية، مكان معقد التركيبة الاجتماعية، من حيث الأجناس والقبائل، والسلالات والعروش المركبة للنسق الاجتماعي لهذه المنطقة العريقة. الشروق العربي تبحث في علم الأنساب لمعرفة أصل أهل الأغواط الكرام.

قبل الحديث عن نسب أهل الأغواط، دعونا نكتشف أصل تسمية مدينة الأغواط.. بحسب العلامة ابن خلدون، فالتسمية تعود إلى إحدى القبائل البربرية "بني الأغواط"، التي كانت تقطن المنطقة، وذكرها بلفظها الأصلي بالقاف "قبيلة لقواط موجودة في نواحي البيض ويقال لهم كسال".

في كتابه الأغواط والمنازل المحاطة بالبساتين، رجح الكاتب الفرنسي جون ميليا، أن الأغواط أخذت اسمها من موقعها المخضر، إذ إن الغوطة هي المكان المنبسط الكثير الاخضرار والمياه.

رواية أخرى تفند ما قيل وترجع الاسم إلى أصله البربري، ولغواط في اللغة الأمازيغية مشتقة من غوغتي، يعني حقول أشجار الفواكه التي كانت تتزين بها المدينة.

وهناك من يزعم أن "لقواط" جمع قوطي، باللهجة العامية، أي العلبة التي تصنع من الحلفاء توضع بداخلها مختلف الأشياء.

تاريخ ممتد لقرون

إن تاريخ أصل الأغواط ضارب في أعماق التاريخ، فقد سكنها الإنسان منذ جميع الفترات التاريخية، وهذا ما تشهد عليه الرسومات الحجرية بالميلق، وأطلال القصر البربري بالخنق. وعن سكان الأولين للأغواط، فقد جاء في تاريخ ابن خلدون أن بني الأغواط هم فرع قبيلة مغراوة، التي هي بطن من بطون زناتة البربرية.

قبيلة زناته البربرية الأمازيغية هي ضلع من القبيلة الكبيرة والعظيمة "لواتا". فزناته من أكبر القبائل البربرية، وثاني القبائل القوية بالمغرب العربي، بعد صنهاجة، وتليها كتامة، وهي منتشرة في نواحي تلمسان وريغه والأغواط وبسكرة..

أما قبيلة مغراوة، فهي بطن من بطون زناتة، وهم أبناء "مغراوين يصلين"، من أهم بطون مغراوة: سنجاس، الغمرة، بني وره، وبني الأغواط.

الأمازيغ في الأغواط

ومما يدل على أثر الأمازيغ القدماء بالمنطقة عدة ألفاظ مازالت متداولة، كالهضبة التي اختطت عليها المدينة، وهي جبل تيزي قرارين، وبعض المناطق كـ تاونزة، تلغيمت.

ومن أسماء التمور المعروفة بالواحة نجد: تادالة، تيزاوت وتيمجهورت.

يرجع بعض المؤرخين تاريخ إنشاء المدينة بصفة نهائية إلى بداية القرن 11 ميلادي، بحسب العلامة ابن خلدون، يعد غزو الهلاليين سنة 1045 بداية تاريخ شهدته المنطقة لنزوح قبائل عربية، كبني هلال وبني سليم، الذين قدموا من الجزيرة العربية "الحجاز ونجد"، ومن الدولة الفاطمية بمصر.

إن تاريخ الأغواط يصبح حقيقيا ابتداء منذ تاريخ سيدي الحاج عيسى، وفي هذه الفترة الزمنية استقرت قبيلة الأرباع بالمنطقة، فيقال إن أصل الأرباع يعود إلى القحطانية اليمنية، وكانوا عبارة عن أربع قبائل أو عروش بدوية، أما اليوم، فيشكل الأرباع 10 قبائل هم: الحجاج، العمامرة، الزكازكة، أولاد سيدي سليمان، الحرازلية، أولاد صالح، أولاد زيان أولاد سيدي عطا اللّه، العبابدة صفران، مخاليف الصحراء.

• ك. فاروق

أسماء خالدة

الحاج منور...

صوت الشعبي وموسوعته

الحاج منور، أو موسوعة الشعبي، التي خلدت مئات القصائد الشعبية بصوته العذب الشجي، حياته كرسها لفنه الذي يعشقه إلى حد الهيام.. كيف لا وقد وعاش في زمن كان للشعبي فيه صولات وجولات، وفيه غنت معظم روائع هذا الفن. لكن، من هو هذا الفنان، الذي نعرف اسمه، ولكننا نجهل سيرته وقصة حياته.



اسمه الحقيقي منور كرار، وهو من مواليد القصبة بالجزائر العاصمة، عام 1913، ينحدر من عائلة متواضعة من عين عسيلة في برج منايل، بدأ العمل في وقت مبكر جدًا، لدعم أسرته، فحرم من التعليم، وكان غير قادر على القراءة والكتابة، ومع ذلك، فقد كان يتمتع بذاكرة هائلة، وسرعان ما أصبح موسوعة حقيقية في الغناء. صار المنور مهتمًا بالموسيقى في سن مبكرة جدًا، وشجعه على ذلك خيوجي. نهل الموسيقى من أساتذة عصره، مثل مصطفى دريوش، قويدر بن إسماعيل، الوناس خميسة، سعيد الأعور، الشيخ السعيدي وغيرهم.كانت هناك صفتان ضروريتان للغاية لنجاح المطربين حينها، وهما ذاكرة خالية من العيوب وصوت قوي. لقد كان الحاج منور يمتلك كل هذه الصفات. في ذلك الوقت، كان المغني ترافقه فقط آلات الإيقاع مثل الدف، والبندير، والطار، وأما الذي أدخل آلات مثل الكمان والمندولين والقانون إلى المديح الديني، فهو الشيخ بن قويدر.لقد حافظ الحاج منور على التقليد القديم المتمثل في استخدام الطار، كان سيدًا بلا منازع على هذه الآلة، لدرجة أن أحمد لكشال أطلق عليه لقب "أمير الطار"، عندما قدمه إلى الجمهور في الراديو. اختص في البداية في طابع المديح الديني، وامتاز الحاج منور بقوة صوته وذكائه الفني في العزف والتلحين والكتابة والعزف. شهرة الحاج منور وصلت إلى أذن محي الدين باشطارزي، فاستضافه في بعض حفلاته المسرحية، التي من خلالها اشتهر في باقي مناطق الوطن. سجل الحاج منور حوالي عشر أسطوانات في الخمسينيات من القرن العشرين، لشركة باثي ماركوني، بما في ذلك



أغنية بعنوان "خموس عليك والسر عليا"، التي كتبها الحاج محمد العنقى.عمل لفترة طويلة كعامل خدمات في هيئة الطرق والمواصلات السابقة، لكن الأخيرة لم تستغل قدراته الفنية كثيراً خلال حياته. كان لديه خصوصية العزف على الطار، لمرافقته في الغناء. غير أنه كان يعزف على آلات موسيقية أخرى، لكنه لم يظهر هذه الموهبة للعلن. شارك الحاج منور، إلى جانب الحاج العنقى والحاج مريزق، في حفل نظم تكريما للشيخ خليفة بلقاسم، في 20 مارس 1952، في قاعة ابن خلدون، وكان الحفل من تقديم عثمان بوقطاية. وكان من المقرر، أن يؤدي في تلك الأمسية أغنيتين: يا طبيب عارف دايا، ويا لالة البتول..كان ديدن الحاج منور، خلال شهر رمضان، إحياء الحفلات في المقاهي، وكان مقهى جامع فارس، الشهير باسم جامع ليهود، من الأماكن المحببة إلى قلبه. توفي موسوعة الشعبي في السابع من نوفمبر 1971، في المدنية بالعاصمة، تاركا إرثا غنائيا كبيرا.



محمد بن سي أحمد بن شريف

أول روائي جزائري كتب بالفرنسية

نبغ الكثير من الأدباء الجزائريين في الكتابة بلغة المستعمر، واستعملوا لغته كسلاح للرد على محاولاته المستميتة لمحو الهوية الجزائرية، من مولود معمري ومولود فرعون وأسيا جبار إلى ياسمينة خضرا.. ولكن، قبل هذا وذاك، من أول أديب جزائري كتب بلغة موليير؟ الشروق العربي، تكشف هويته السرية وسيرته الخفية والأثر الأدبي الذي تركه بين إثبات الذات وإثبات الهوية.



اسمه محمد بن سي أحمد بن شريف. ويعتبر أول روائي جزائري يكتب باللغة الفرنسية. من مواليد 16 فيفري 1879 بالجلفة.

ينتمي هذا الكاتب إلى عرش أولاد سي محمد من عروش أولاد نايل، وكان جده سي الشريف بن لحرش خليفة الأمير عبد القادر بن سي محي الدين الجزائري في المنطقة.

مشوار بين الضفتين

زاول محمد سي شريف دراسته في الثانوية بالجزائر العاصمة، وقد التقى بالأمير خالد سنة 1897 في المدرسة العسكرية بسان سير بفرنسا، التي تخرج منها برتبة ملازم سنة 1899.

عام 1905 عين محمد بن شريف ملازما أول على المجموعة الأولى لـ" السبايس" وقائدا الأولاد سي محمد في 04 فيفري 1907.

تم استدعاؤه إلى جبهة الحرب في أوروبا سنة 1914، ليقع في الأسر بعد سقوط مدينة ليل الفرنسية، في أكتوبر 1914، ليُنقل أسيرا إلى سجن كريفلد بألمانيا، لمدة 15 شهرا.

وهناك، تدهورت حالته الصحية، ليتم نقله بداية سنة 1916 إلى سويسرا، في إقامة صحية، ويمكث فيها إلى منتصف سنة 1918 ثم يعود إلى فرنسا، حيث تمت ترقيته إلى رتبة نقيب، ومنها إلى أهله بالجلفة أين ستحدث له الصدمة الكبرى.

ملحمة التيفوس

حكايات كثيرة عن ملحمة كبيرة كان بطلها الحاج محمد بن شريف، سنة 1920 كانت سنة جفاف وفرنسا لم تترك في منطقة الجلفة شيئا ليقتات عليه سكانها، فجاء القبطان محمد بن شريف بالمؤونة التي أرسلت خصيصا له من طرف اللجنة الدولية للصليب الأحمر، التي كانت تربطه بأعضائها صداقة، ورغم العراقيل أوصل الشحنة لأهل الجلفة ليطعم الآلاف من المساكين طيلة فترة طويلة، وصلت إلى سنة ونصف.

كان القبطان محمد بن شريف قد اقتنى من ماله الخاص البرج العسكري الفرنسي، المعروف باسم حصن راندون، وحوله إلى مركز لاستقبال المرضى والمساكين، خاصة أن المنطقة شهدت وباء الحمى الصفراء، المشهور باسم التيفوس، الذي راح ضحيته الكثير من الأهالي.

بين هؤلاء المرضى، صمد محمد بن شريف أول روائي في شمال إفريقيا باللسان الفرنسي، إلى أن أصابته العدوى وتوفي من تداعيات التيفوس في 22 مارس 1922، ولكن هناك رواية ترجح اغتياله من طرف طبيب اسمه بيجون حقنه بمادة مميتة.

بعد وفاته أقيمت الصلاة على جثمانه بجامع بن الشريف"... ثم ووري الثرى في مقبرة برج الباشاغ بعين شنوف.

يعتبر بن شريف من الأدباء الجزائريين الذين لم يروج لهم ولأعمالهم، ونذكر من أشهرها: "القومي أحمد بن مصطفى"، ويحكي فيه يوميات أحد المجندين الجزائريين في الجيش الفرنسي، وتعني كلمة قومي المجند في الوحدات.

كتب أيضا "كتاب المدن المقدسة في الإسلام"، ويحكي عن مكانة مكة والمدينة والقدس لدى المسلمين.

•ليلى حفيظ•كاريكاتير: فاتح بارة

أزواج يطلقون كي لا يلتقوا في الجنة



كلما ازددت وعيا ازددت شقاء. والجهل نعمة أحيانا. هذا، أقل ما يسعنا قوله، بعد إدراكنا لحال ومآل بعض المُتفيهقين والمتفيقهات من الأزواج، الذين تبحروا في دينهم، إلى أن أدركوا أن زوجهم في الدنيا هو زوج الآخرة. فعقدوا العزم على تغيير قدرهم بالطلاق. رفضا منهم لأن يتعذبوا مع نفس الشريك في الدارين.

مُكرَهٌ أَخُوكَ لَا بَطَلٌ..

صادفت، منذ فترة، صورة "ميمز" تظهر فيها الفنانة المصرية، عبلة كامل، وهي تلطم خديها بطريقة تراجيدية، لأنها علمت بأن زوجها في الدنيا سيكون زوجها في الجنة.. الصورة كانت كوميدية مضحكة. ولكن، تعليقات أغلبية المتابعات كانت صادمة مفجعة، إذ أعربت أكثريتهن عن صدمتهن، وبأنهن يرفضن أن يكون شريك حياتهن في دار الفناء هو نفسه شريكهن في دار البقاء. وعلقت سعاد: "أنا، ما عجبتنيش الفكرة. أكيد، كاين مخرج لهاذ الحصلة". في حين، ولولت يسرا: "يا ويلي. يعني، عذاب في الدنيا وعذاب في الآخرة.". أما أحلام، فحاولت تطمين المفجوعات بقولها: "هذه المعلومة مغلوطة. أنا سمعت شيخا بالتلفزيون يقول إن الجنة فيها ما لا عين رأت ولا أذن سمعت وما لا يخطر على قلب بشر. يعني، إذا أردت الاستمرار مع زوجك في الدنيا، فلك ذلك. وإذا أردت رجلا آخر، فلك ذلك أيضا. يعني، كل الطلبات مجابة". كما استنكرت صابرين الأمر، وأكدت: "لا أظن. فاللّه يبتلي في الدنيا. ولكنه يجازي ويرحم في الآخرة". كما استعاذت أم إسحاق من ذلك المصير، وقالت: "بعيد الشر. لا أستطيع الاستمرار في تحمل زوجي حتى في الجنة". إلى غيرها من التعليقات التي توحي وكأن أغلبية المتزوجات مكرهات على العيش رفقة أزواجهن. ويتمنين الفكاك منهم على الأقل في جنة النعيم.

أوهن البيوت

يقول اللّه- تعالى- في محكم تنزيله: "وإن أوهن البيوت لبيت العنكبوت". وللأسف، بيوت بعض المتزوجين باتت بذات الهشاشة، التي قد تجعلها تنهار لأهون سبب. بدليل، أن هناك فعلا من صار ينفصل عن شريك حياته، كي لا يكون زوجه في الجنة. وكأنه ضمن دخولها. فالأمر، لم يعد يقتصر على سجالات وتبادل آراء وتعليقات، على مواقع التواصل الاجتماعي فقط، وإنما امتد، ليتحقق على أرض الواقع. تذكر نسيمة مقدار صدمتها، عند سماعها السبب الذي جعل خالها يرفض إرجاع زوجته إلى عصمته. تقول: "أنه شيخ عنيد عصبي، وصعب المراس. عانت معه زوجته الأمرّين، طوال مشوار حياتهما الزوجية. ولكن، لما تقدمت بهما السن باتت تعمد أحيانا إلى التمرد عليه. الأمر الذي دفعه إلى تطليقها، وهما في أرذل العمر. فصار يعيش وحيدا، في ظل معاناة بناته وأخواته في سبيل خدمته وتمريضه، ما دفعهن في النهاية إلى الاستماتة لأجل إقناعه بإعادة طليقته إلى عصمته. الشيء الذي كان يرفضه بشدة، ويُبرر موقفه بنشوزها وبعصيانها له وبأغلاطها الكثيرة. ولكن، من ضمن كل ما كان يذكره، استوقفني دافع وحيد لإصراره على عدم العودة إليها. وهو قوله: "لقد سمعت إمام المسجد يقول إن زوج المرء في الدنيا هو زوجه في الجنة. وأنا لا أريدها أن تكون زوجتي في الجنة."

الشجرة التي تخفي الغابة

ومن خلال حضورها الكثير من جلسات الصلح بالمحاكم الجزائرية، تؤكد دكتورة علم الاجتماع العائلي، سعاد. ت، أنه "كثيرا ما يذكر بعض الراغبين في الطلاق عدم رغبتهم في أن يكون شريك حياتهم في الدنيا هو ذاته في الجنة، من ضمن دوافع إصرارهم على الانفصال. ويرفضون كل محاولاتنا لإصلاح ذات البين بينهم.

ولكن الحقيقة، أن ذلك المبرر هو بمثابة الشجرة التي تخفي الغابة. أي إنه يؤشر لمعاناة كبيرة عاشها أحد الطرفين، جعلته لا يتمنى لقاء معذبه ولو في جنة النعيم."

هي لأحب أزواجها

يؤكد الشيخ شمس الدين الجزائري "أن زوج المرأة في الدنيا هو زوجها في الآخرة، إذا كانت هي وهو من أهل الجنة. أما من مات زوجها ثم تزوجت غيره، فهي لآخر أزواجها. إن كانت وكان من أهل الجنة.

وهناك من قال هي لأحب أزواجها. أما من ماتت وكانت من أهل الجنة وزوجها من الكافرين، فاللّه- تعالى- يزوجها من رجل مسلم زوجته كافرة من أهل النار. ومن طلقت لكي لا تكون مع زوجها في الجنة، فهي جاهلة، فمن أخبرها أنها ستكون من أهل الجنة؟ ومن أعلمها أنه سيكون من أهل الجنة حتى تتجنبه بالطلاق؟"

يعتبران قيمة ثابتة والمفاوضات معهما في الطريق الصحيح

يدور في كواليس الإتحاد الجزائري لكرة القدم أن سباق إقناع لاعب موناكو الفرنسي مغناس أكليوش ولاعب ليون ريان شرقي قد بدأ،حيث كلف الرئيس و ليد صادي مقربيه من أجل إقناعهما بالمشروع الكروي الذي خططته الهيئة الكروية و أهمهه المشاركة في كأس العالم المقبلة المقرقة السنة القادمة بالولايات المتحدة المكسيك و كندا.

الفاف في سباق إقناع أكليوش وشرقي للعب للخضر مستقبلا





صادي يوكل ملف الثنائي لاحد مقربيه من أجل الإقناع

وقالت مصادر صحفية أن الاتحاد الجزائري لكرة القدم بصدد إقناع أكليوش وشرقي، بعرض المشروع الرياضي عليه، وهما يعلمان أنهما ضمن اهتمامات المدرب بيتكوفيتش منذ مدة،خاصة بعد التصريح الصادم والمثير للجدل، من طرف مدرب المنتخب الفرنسي ديدييه ديشان والذي أكد فيه بأن اللاعب أكليوش و شرقي "لا يملكان مكانة حاليا مع "الديكة"، الأمر الذي يدفع لاعبي موناكو وليون إلى حسم مستقبلهما الدولي لصالح "الخضر"، لاسيما بعد أن قرر مسؤولو الاتحاد الجزائري الاتصال باللاعبين مستقبلا.

مصادر الشروق العربي علمت أن رئيس الفاف أوكل ملف الثنائي شرقي و أكليوش لأحد مقربيه من أمل معاودة الاتصال باللاعبين مستغلا تصريحات مدرب الديكة، لإقناعهما باللعب مع "الخضر"، خاصة بعد أن كان شرقي وأكليوش قد أبديا ضمنيا في وقت سابق، رغبتهما في حمل قميص المنتخب الوطني، على اعتبار أن والدة شرقي ترغب في رؤية ابنهما يلعب مع الجزائر، نفس الشيء ينطبق على عائلة مغناس أكليوش، وقد طلب هذا الثنائي في فترة سابقة، بعض الوقت لحسم قرارهما النهائي، لكن المعطيات الأخيرة قد تجعلهما يمران إلى الشرعة القصوى لاختيار "الخضر"، وغلق هذا الملف، الذي أثر كثيرا على تركيزهما في الفترة الأخيرة، وعرضهما لضغط كبير، خاصة في وسائل الإعلام الفرنسية.

من جهتها أكدت الإعلامية الفرنسية مارغو دومون أن شرقي الذي يمكنه اللعب لواحد من المنتخبات الثلاثة "الفرنسي، والجزائري والإيطالي"، يميل إلى تمثيل أبطال أفريقيا 2019،غير أنه يعاني الأمرين مما وُصفت بالضغوط التي يتعرض لها من طرف "لوبي" داخل النادي، المعروف عنه ممارسة هكذا ضغوط لمنع المواهب التي تحمل جنسية مزدوجة من اللعب لمنتخب آخر غير وصيف بطل العالم.

من جهته أكليوش كان قد أكد في تصريحات سابقة أنه لعب في جميع الفئات السنية مع فرنسا، وحقق معه لحظات مهمة، مثل هذا الصيف عندما نجح في الفوز بالميدالية الفضية في الأولمبيا...هدفه هو تقديم أفضل ما لدي مع موناكو، وبالنسبة للمستقبل، سنرى ما سيحدث".وهو ما يدل أنه يكون قد تأثر بالتصريحات المدرب الفرنسي الذي أبعده من منتخب الديكة،وكان المكلف بالإعلام للإلحاد الجزائري لكرة القدم كشف أن المسؤولين في اتحاد الكرة، يبذلون قصارى جهدهم لحسم أبرز الملفات العالقة، أبرزها في هذه المرحلة النزاع الخاص مع فرنسا على الثنائي ريان شرقي وزميله في شباب الديوك مغناس أكليوش، لاعب نادي موناكو، قائلا بالنص "لقد عرضنا مشروعنا الرياضي دون أي ضغوط على اللاعبين ريان شرقي ومغناس أكليوش، حيث نسعى لتوفير بيئة تشجعهم على اتخاذ قرارات مدروسة بعيدا عن أي توتر، وعندما تصبح الأمور رسمية، سنعلن عنها للجمهور بكل شفافية".

وكان المنتخب الجزائري قد ضم في الفترة الأخيرة، لعديد من اللاعبين مزدوجي الجنسية، على غرار آيت نوري وحجام وعوار وغويري، بالإضافة إلى الشابين الصاعدين إبراهيم مازة وأمين شياخة، وهي كلها معطيات قد تدفع الثنائي ريان شرقي ومغناس أكليوش إلى الانضمام إلى كتيبة فلاديمير بيتكوفيتش في المستقبل القريب.

يصل دخله السنوي ما يقارب 1200 مليار سنتيم سنويا

رياض محرز أغلى لاعب في تاريخ الكرة الجزائرية

لم يكن لاعبا أساسيا في مونديال 2014 بالبرازيل، واكتفى بلعب شوط واحد فقط، في العرس البرازيلي.. لكن حياته انقلبت رأسا على عقب، منذ انتقاله إلى الدوري الإنجليزي، حيث لعب وتألق في ليستر سيتي، وتوج معه بالدوري، ليعرف مشواره الكروي تطورا سريعا ومذهلا، منذ تقمصه ألوان المان سيتي، الذي فاز معه بكل الألقاب، ويتنقل بعدها إلى الدوري السعودي، ويصبح أغلى 5 نجوم أفارقة، حصولا على الدخل المالي، في ملاعب كرة القدم، خلال عام 2034، ويصبح أيضا، أغلى لاعب في تاريخ الكرة الجزائرية، بأرقام خيالية، يصعب مستقبلا على أي لاعب تحطيمها.



"حروز" يتفوق على صلاح وماني وعقده ينتهي جوان 2027

ويبلغ الدخل السنوي لرياض محرز، "حروز"، وفقًا لما ورد في أحد المواقع، ما يقارب 60 مليون دولار سنويا، (ما يقارب 1200 مليار سنتيم سنويا). وهذا، منذ انتقاله إلى الأهلي السعودي، الذي يلعب له للموسم الثاني على التوالي، حيث يحوز بعض عقود الرعاية، التي أبرمها، في وقت سابق، مع بعض الشركات العالمية الكبيرة، ما يجعله اللاعب الإفريقي الأعلى أجرًا، في عام 2024، على الإطلاق.وينتهي عقد رياض محرز، مع الأهلي السعودي، في 30 جوان 2027. ويقدم اللاعب الجزائري مستويات رائعة، ويطمح إلى المشاركة في مونديال 2026، مع المنتخب الجزائري.ويتفوق رياض محرز، في هذه القائمة، إفريقيا، على عدد من النجوم، يتقدمهم المصري محمد صلاح، مهاجم ليفربول الإنجليزي، الذي حل في المرتبة الثانية، بدخل سنوي تقدر قيمته الإجمالية بنحو (53) مليون دولار، بوقع (35) مليون دولار كأجور سنوية من العملاق الإنجليزي، إلى جانب (18) مليون دولار إضافية، من العلامات التجارية. وفي المركز الثالث، يحل السنغالي ساديو ماني، مهاجم النصر السعودي، الذي يحقق أرباحًا سنوية تقدر بنحو (52) مليون دولار، منذ وصوله إلى "العالمي"، قادمًا من بايرن ميونخ الألماني، إذ يقدر راتبه السنوي بنحو (48) مليون دولار، إلى جانب (4) ملايين أخرى من صفقة رعاية.ويتصدّر نجم منتخب البرتغال القائمة، براتب سنوي ضخم، يتقاضاه مع نادي النصر السعودي، يبلغ 215 مليون دولار سنويًا. كما يقبض رونالدو 45 مليون دولار سنويًا، من عائدات أخرى، ليصل حجم مداخيله السنوية مبلغا ضخم جدًا، بقيمة 260 مليون دولار. ووصل مجموع ما حصل عليه 100 رياضي، في عام 2024، إلى 6.2 مليارات دولار، منها 4.8 مليارات دولار كرواتب وجوائز مالية، إضافة إلى 1.4 مليار دولار، كعائدات من خارج الملاعب والصالات الرياضية.وبحسب العديد من المصادر الصحفية، فإن محرز يقوم بالعديد من الأعمال الخيرية، بعيدا عن الكاميرات، على غرار تكفّله ببناء مسجد ببلدة بني سنوس، مسقط رأس والده المتوفى، الموجودة بولاية تلمسان. وهو ما أكده الرئيس، عبد المجيد تبون، في وقت سابق، حيث نشر تغريدة على حسابه الرسمي، بموقع "تويتر"، أشاد فيها بالأعمال الخيرية التي يقوم بها نجم منتخب بلاده. وكتب في هذا الصدد: "تحية كبيرة لابن الجزائر البار؛ النجم رياض محرز، على رفعة الأخلاق من خلال أفعاله الخيرية بين أبناء بلده، أخلاق تضع محرز أسوة للنخبة الرياضية عن جدارة"، كما يساعد الأشخاص المسنّين والعجزة بمدينة وهران، كما أسهم، عام 2020، رفقة عدد كبير من لاعبي الخضر، في حملة من أجل شراء أجهزة تكثيف الأوكسجين ومولدات، من أجل توزيعها على المستشفيات الجزائرية، خلال أزمة كورونا.



لا أحد يستطيع أن يتحدث عن الكرة الجزائرية، دون التطرق إلى محمد الأمين عمورة، لاعب فولسبورغ الألماني، الذي أصبح في مفكرة أحسن الأندية الإنجليزية، التي تتهافت للاستفادة من خدماته، نظرا إلى المستوى الكبير الذي يقدمه أسبوعيا.. فهل سيبقى عمورة في البطولة الألمانية، أم يتنقل إلى الدوري الإنجليزي، ويحقق نفس الألقاب والشهرة التي نالها قبله رياض محرز، الذي فضل الدوري السعودي؟

قيمته السوقية وصلت إلى أكثر من 40 مليون يورو

عمورة لخلافة محمد صلاح في ليفربول الإنجليزي

المدير الرياضي لناديه: "عمورة مرتبط بعقد طويل ولن نسمح له بالرحيل إلا إذا حصل النادي على قيمته الحقيقية"

عدة صحف إنجليزية انفردت بخبر اهتمام نادي ليفربول الإنجليزي بالظاهرة، محمد الأمين عمورة، ليتنقل الموسم القادم إلى الدوري الإنجليزي، ولم لا تعويض المصري محمد صلاح الذي ينتهي عقده نهاية السنة، المرشح بقوة للالتحاق بعدة نجوم، يتقدمهم رونالدو وماني ومحرز بالدوري السعودي.

عمورة، الذي أبدت العديد من الأندية نيتها في الظفر بخدماته الموسم القادم، على غرار فريق آينتراخت فرانكفورت الألماني، الذي ألح على الحصول على خدماته، لكنه انسحب بسبب سعره المرتفع جدا الذي قد يصل إلى 40 مليون يورو (900 مليار سنتيم).

ويُعد نادي ليفربول من بين الأندية المهتمة بالتعاقد مع عمورة، بحيث أكدت الصحيفة أن مسؤولي النادي الإنجليزي اتصلوا بممثلي اللاعب الذي يواصل تألقه، بشكل بارز، مع فولفسبورغ الموسم الجاري، كما كانت عليه الحال مع فريقه السابق، يونيون سانت جيلواز البلجيكي، كما خطف الأنظار أمام رفاق النجم المصري محمد صلاح، في بطولة الدوري الأوروبي لكرة القدم. وسجل ضدهم في المباراة التي جمعت الفريقين في المنافسة الأوروبية.

ومنذ انتقاله إلى فولفسبورغ، قادما من يونيون سان جيلواز البلجيكي، نجح ابن مدينة جيجل في تقديم مستوى مميز، جعله أحد أبرز نجوم الفريق. وأصبح مطلوبا بقوة في سوق التحويلات. وهو ما جعل المدير الرياضي لناديه، بيتر كريستيانسن، يؤكد أن محمد عمورة مرتبط بعقد طويل الأمد، ولن يسمح له بالرحيل إلا إذا حصل النادي على القيمة التي تعكس أهميته بالنسبة إليهم. ويكون قد أكد أنه لن يقبل بأي عرض يقل عن 50 مليون يورو، علما أنه تنقل من لوغانو السويسري، إلى يونيون سان جيلواز، مقابل 4 ملايين يورو فقط.

وبعد موسم واحد فقط، انتقل إلى فولفسبورغ، في صفقة بلغت 18 مليون يورو. وهاهو الآن يقدر سعره بـ50 مليون يورو، ما يعكس تطوره السريع وتأثيره الكبير في البوندسليغا.

علما أن عمورة غادر نادي وفاق سطيف إلى عالم الاحتراف، حيث لعب مع النسر السطايفي 45 مباراة، سجل خلالها 18 هدفا، وأهدى 8 تمريرات حاسمة.

بعدها، قدم محمد الأمين عمورة أوراق اعتماده في قارة أوروبا، من بوابة نادي لوغانو، الناشط ضمن دوري الأضواء في سويسرا.

وخاض 66 مباراة، ضمن مختلف المسابقات، سجل خلالها 17 هدفا، وأهدى 5 تمريرات حاسمة.. وخطف محمد الأمين عمورة الأضواء في مغامرته البلجيكية، مع يونيون سانت جيلواز، بمساهمته في 29 هدفا، من 45 مباراة، ضمن مختلف المسابقات.

كما قدم اللاعب الجزائري مستويات قوية في بطولتي الدوري الأوروبي ودوري المؤتمر، عبر تسجيله هدفين وصناعته 3، في 9مباريات شارك فيها ضمن البطولتين.

ويتألق عمورة، خلال النسخة الحالية من الدوري الألماني، بمساهمته في العديد من الأهداف، صناعة وتسجيلا. وانعكس هذا الأمر إيجابا على قيمة اللاعب السوقية، التي ارتفعت إلى مبلغ 22 مليون يورو، في بورصة الموقع المختص "ترانسفير ماركت".

وأصبح محمد عمورة أحد أهم لاعبي المنتخب الجزائري، في وقت وجيز، خاصة منذ قدوم المدرب السويسري، فلاديمير بيتكوفيتش، الذي يضع فيه ثقة كبيرة لقيادة خط الهجوم.

م.وليد

تحصل على أول كأس إفريقية مع الخضر وكان هدافا للدورة

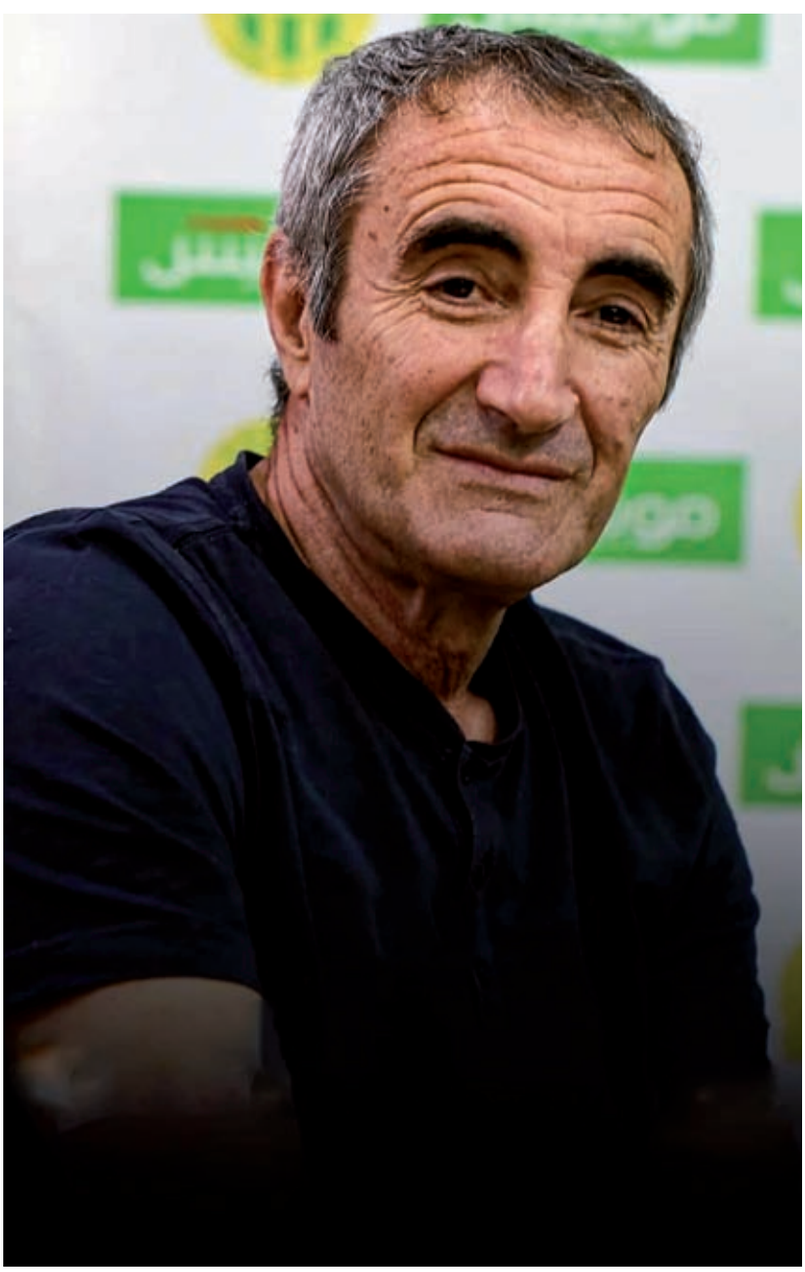
رحيل الأسطورة "المونديالي"

جمال مناد

لاعب مميز... هداف من طراز نادر.. وألقاب عديدة

هذه هي قناعات جمال مناد في عالم الكرة

بتاريخ 21 مارس المنصرم، فقدت الكرة الجزائرية أحد اللاعبين الدوليين، الذين تركوا بصمتهم في الملاعب الوطنية والإفريقية والدولية، وكان وراء العديد من التتويجات، سواء مع المنتخب الوطني الذي توج معه بلقبين، ومع الأندية الأخرى التي لعب لها، خاصة شبيبة القبائل واتحاد الجزائر، كما خاض تجربتين، الأولى في نادي نيم الفرنسي، والثانية في فريقي فاميليكاو، نادي بلينانسيس بالبرتغال. الأسطورة التحق بعدد من اللاعبين والمدربين السابقين، الذين رحلوا عنا نهاية السنة الماضية، على غرار رشيد مخلوفي، محي الدين خالف، مهدي سرباح، يوسف بوزيدي...



هذا هو مشوار مناد كلاعب مميز

من مواليد 22 جويلية 1960، بمدينة البيض، يملك مسيرة كروية مثالية، بدأها مع شبيبة الأبيار، سنتان من بعد، انضم إلى شباب بلوزداد، بين عامي 1977 و1981، حيث شارك في 50 مباراة بـ 10 أهداف.

وانتقل بعدها إلى نادي شبيبة القبائل، بين عامي 1981 و1987 (100 مباراة بـ 39 هدفاً). وخاض جمال تجربة احترافية مع نادي نيم الفرنسي، بين عامي 1987 و1990 (84 مباراة بـ 29 هدفاً). ولعب المرحوم للناديين البرتغاليين "فاميليكاو" (1990 – 1992/ 60 مباراة – 17 هدفاً)، و"بيلينانسز" (1992 – 1993 / 25 مباراة – 3 أهداف).

وعاد مناد مجدداً إلى نادي القلب "شبيبة القبائل"، بين عامي 1993 و1996 (50 مباراة – 29 هدفاً). وأنهى جمال مناد مسيرته كلاعب ضمن صفوف نادي اتحاد العاصمة في موسم 1996 – 1997 (20 مباراة – 3 أهداف).

ومن حيث الألقاب، توج خمس مرات بطل الجزائر، مع شبيبة القبائل، سنوات 1982، 1983، 1985، 1986، 1995. وتوج بكأس الجزائر ثلاث مرات، سنة 1978 مع شباب بلوزداد، 1986 مع شبيبة القبائل و1997 مع اتحاد الجزائر، وصيف بطل الجزائر ثلاث مرات، 1977، 1980 مع شباب بلوزداد و1981 مع شبيبة القبائل، وبطل دوري أبطال أفريقيا للأندية، عام 1981 مع شبيبة القبائل، وبطل كأس أفريقيا للأندية الفائزة بالكؤوس عام 1995 مع شبيبة القبائل.

كما لعب بنادي نيم الفرنسي 84 مباراة، سجل فيها 29 هدفاً، ثم تحول بعد ذلك إلى الدوري البرتغالي لكرة القدم، وخاض تجربة مع نادي فاميليكاو ثم بلينينسيش.

15 سنة من التألق مع المنتخب

يعتبر جمال مناد أحد اللاعبين الذين لعبوا لفترة طويلة مع المنتخب الوطني، أول خرجة كانت له سنة 1979 حين شارك في مونديال الأواسط باليابان، حين خرج المنتخب الجزائري من الدور ربع النهائي، بخسارته أمام منتخب الأرجنتين، وفاز في الدور الأول ضد إسبانيا، وتعادل مع المكسيك واليابان.كما شارك جمال مناد في مونديال 1986 بالمكسيك، حيث لعب دورا أساسيا في تأهل المنتخب الوطني وخاصة في اللقاء الفاصل الذي لعب أمام المنتخب التونسي.وكان له دور كبير في تتويج الجزائر بأول نسخة من كأس أمم إفريقيا، عام 1990، تحت قيادة المدرب الراحل عبد الحميد كرمالي، وسطع نجمه بشكل ملف للانتباه وكان هداف الدورة. وقد شكل جمال مناد ثنائيا مع رابح ماجر، ما مكنه من تسجيل أهداف حاسمة، عبدت الطريق نحو التتويج الإفريقي، إذ وقع هدفين من أصل خماسية في مرمى نيجيريا، لحساب لقاء الافتتاح، وساهم في حسم نتيجة اللقاء الصعب أمام كوت ديفوار، مثلما كان له دور فعال في مباراة الدور نصف النهائي أمام السنغال، وكان وراء تسجيل الهدف الأول الذي باغت به الحارس شيخ ساك في الشوط الأول، في الوقت الذي حسم عماني النتيجة في الشوط الثاني، إثر تمريرة برأسية من ماجر، سمحت بالرد على هدف التعادل الذي وقعه زملاء الراحل جول بوكاندي. وأنهى جمال مناد الدورة هدافا بـ 4 أهداف وسط إشادة واسعة بدوره الفعال بهذا التتويج القاري الأول من نوعه في تاريخ الكرة الجزائرية، مثلما ساهم أيضا في التتويج باللقب الآفرو آسيوي، أمام المنتخب الإيراني خريف عام 1991، حين انهزم الخضر في مباراة الذهاب بهدفين لهدف واحد، وفاز رفقاء المدافع بلخيرة مسجل الهدف الوحيد، ليتوج الخضر بتاج ما زال في ذاكرة كل الجزائريين.وبعد اعتزاله اللعب، أشرف جمال مناد على العديد من الأندية، بدأها كمساعد في شبيبة القبائل سنة 1995 مع جعفر هاروني، ليشرف بعدها على عدة أندية، على غرار شبيبة القبائل وشبيبة بجاية واتحاد الحراش ومولودية الجزائر، التي نشط معها نهائي كأس الجمهورية، كما خاض تجربة في نادي الوحدة السعودي. وكان ضمن الطاقم الفني للمنتخب الوطني، تحت قيادة رابح ماجر 2017 إلى ربيع 2018. ويجمع الكثير من المتتبعين على أن جمال مناد ترك بصمته كمدرب، بفضل صرامته وشخصيته القوية وذكائه التكتيكي وخبرته الطويلة كلاعب دولي سابق، إلا أنه أرغم على مغادرة الميادين،


جمال عماني والمرحوم جمال مناد وشريف وجاني (كأس إفريقيا 1990)


صايب موسى رفقة والمرحوم جمال مناد

في السنوات الأخيرة، بسبب المحيط الكروي المتعفن. وكانت آخر مهمة تولاها، هي منصب مدير رياضي في شبيبة القبائل عام 2023.

هذه قناعات جمال مناد في كرة القدم

كل اللاعبين والمسؤولين الذين اشتغل معهم جمال مناد، منذ أن كان لاعبا، وأصبح مدربا، وأنهى حياته كمسير لفترة قصيرة في شبيبة القبائل، يعلمون أنه كان صارما في قراراته محبا لعمله، ويعرفون قناعاته.. قال لنا يوما بصريح العبارة: "هل هؤلاء الأشخاص الذين يجمعون ويغشون ويتفاوضون على المباريات، لديهم ضمير؟ ما هي القصة التي يريدون كتابتها وتركها وراءهم بعد فترة وجودهم في هذه الدنيا؟ هل يفكرون في ذلك؟ في قصتهم الخاصة التي ستكشف غدًا عما فعلوه بكرة القدم هذه؟ إنه أمر محزن ومخز بالنسبة إليهم، وإلى من فعلوا ذلك في الماضي، واللّه وحده يعلم أن هناك الكثير منهم يحاولون الثراء على حساب الرياضة، في الوقت الذي كان الملايين من المشجعين يصفقون بسذاجة في المدرجات"...

أحد المقربين من جمال مناد قال الشروق العربي: "جمال كان يرفض دائما العمل في المحيط المتعفن واستقال من منصبه في شبيبة القبائل بسبب تلقيه بعض الانتقادات على خياراته وقناعاته... لقد قدم الكثير كلاعب في مختلف الفرق التي تقمص ألوانها، خاصة شبيبة القبائل، التي توج معها بألقاب كلاعب وكمساعد مدرب... لقد كان دائما وراء لم الشمل، وحتى عندما خسر مع المولودية نهائي الكأس، بسبب تحكيم فاضح، قال بصريح العبارة: "عند اللّه تلتقي الخصوم"

الجزائر فقدت أسطورة حقيقية

ويبقى جمال مناد أحد أحسن اللاعبين الذين أنجبتهم الكرة الجزائرية، وهذا بشهادة الجميع، كما تهاطلت رسائل التعازي من كل المسؤولين، يتقدمهم رئيس الجمهورية، عبد المجيد تبون، الذي قال في رسالة تعزية إلى عائلة جمال مناد، إنّ الفقيد كان بصدد صناعة مجد جديد، مدرباً، بعد أن صنعه، لاعباً، في شبيبة القبائل. وأبرز رئيس الجمهورية مكانة الفقيد الذي كان نجماً من نجوم فريقنا الوطني، سنوات الثمانينيات والتسعينيات. وقال الرئيس تبون: "كسب خلالها رصيدا مشرفاً وساطعا من الإنجازات والانتصارات وطنياً ودولياً وقارياً، لا تزال محفورة في أذهان كل الجماهير، عطرها بأخلاقه وسيرته الطيبة بين الجزائريين". وبهذا المصاب الجلل، تقدم رئيس الجمهورية إلى أسرته الكريمة والعائلة الرياضية كافة بخالص التعازي وعميق المواساة في وفاة جمال مناد. ويعتبر الراحل، بشهادة الجميع من أبرز اللاعبين الذين ارتدوا قميص منتخب محاربي الصحراء في فترتهم الذهبية، خلال ثمانينيات القرن الماضي، ومساهمته في العديد من الإنجازات، أبرزها فوز منتخب الجزائر بكأس أمم أفريقيا 1990.

م.وليد

المدرب أعاد الروح للمنتخب و بعث المنافسة مجددا بين اللاعبين

الخضر ...في الطريق الصحيح للمشاركة في خامس مونديال

بيتكوفيتش:"وضعنا قدما في المونديال، لكن لم نتأهل بعد"

محرز:" في الطريق الصحيح للتأهل للعرس العالم"

تمكن المنتخب الجزائري من الظفر بستة نقاط في الجولتين الخامسة و السادسة من تصفيات كأس العالم 2026،و تمكنه أن يعبّد الطريق للمشاركة في خامس مونديال،حيث تمكن رفقاء رياض محرز العائد إلى مستواه المعهود من الفوز خارج الديار ببوتسوانا بثلاثية كاملة،و قهر المنافس المباشر منتخب الموزمبيق،في انتظار التأكيد في الأربع جولات القادمة.



تعيش الكرة الجزائرية على وقع انطلاقة نوعية أحدثها المدرب فلاديمير بيتكوفيتش الذي منذ مجيئه إلى العارضة الفنية للخضر من تحقيق تسعة انتصارات كاملة،تعادلان،و هزيمة واحدة،ليؤكد للجميع عن عودة المنتخب إلى سكته الصحيحة،وقال في أخر خرجة إعلامية له:" صحيح وضعنا قدما في المونديال، لكن لم نتأهل بعد القادم و سننتظر شهر سبتمبر المقبل للتأكيد، يجب التفكير في الفترة المقبلة، و العودة بأكثر قوة مع استغلال روح المجوعة التي تتواجد بين اللاعبين القدامى و الجدد، و الأهم مايقدمونه في ارضية الميدان، الجميل غي كل هذا مانعيشه في ملاعب الجزائر سواء في تيزي وزو او في ملاعب أخرى و الأجمل تلك اللحمة بين الأنصار و فريقهم".

من جهته القائد رياض محرز أكد أن المنتخب الجزائري يسير بخطى ثابتة في التواجد في مونديال 2026:" تبقى لدينا أربع مباريات في برنامج التصفيات، ويجب أن نحافظ على تركيزنا من أجل تحقيق التأهل... فخر كبير جدا بالنسبة لي ولعائلتي...عندما أتذكر من أين أتيت. كل هذا هو فخر لي ولعائلتي وقرية بني سنوس التي أنحدر منها"،وحتى القائد الثاني عيسى ماندي قال بصريح العبارة:" لم نضمن التأهل بعد، أمامنا أربع جولات وعلينا مواصلة العمل خلالها من أجل ضمان تأشيرة المونديال بشكل رسمي".

تصريحات المدرب بيتكوفيتش،و المخضرمين محرز و ماندي تؤكد أن التشكيلة الوطنية تسير في الطريق الصحيح...حقا لم تضمن التأهل بعد إلى مونديال 2026،الذي سيلعب في الولايات المتحدة كندا و المكسيك،غير أن كل الأمور تسير نحو تحقيق الهدف الذي يسعى إلى تحقيقه كل الجزائريين خاصة بعد الإقصاء من التواجد مرتين متتاليتين في مونديال 2018 بروسيا،و 2022 بقطر،و الخروج الغير متوقع مرتين متتاليتين من الدور الأول من نهائيات كأس إفريقيا بالكاميرون و كوت ديفوار.

تأهل الخضر لخامس مرة لكأس العالم، أصبح قريبا خاصة مع تحسن أداء المنتخب الوطني الذي سجل خلال الجولات الست الأولى من تصفيات كأس العالم 16 هدفا .. رقم مرشح للزيادة في الأربع جولات القادمة خاصة مع تألق محمد أمين عمورة الذي سجل خمس أهداف في مباريتين،وزميله أمين غويري الذي بصم على عودة قوية إلى المنتخب،بعد غياب مبهم في السنوات الماضية.

المنتخب الوطني الذي قد يبرمج دورة شهر جوان القادم ستكون فرصة للناخب الوطني لمعاينة بعض اللاعبين الجدد في المباريات التحضيرية و نسج العديد من الخطط ومنح الفرصة لبعض اللاعبين خاصة إبراهيم مازة الذي يحتاج إلى وقت طويل ليقدم ما يتقنه من فنيات وعطاء بدني وتكتيكي،و لاعبين أخرين شبان قد يستدعيهم الناخب الوطني لوضعهم داخل التشكيلة و تحضيرهم للمستقبل خاصة مع تقدم بعض الكوادر في السن على غرار ماندي ومحرز.

وينفرد المنتخب الجزائري بصدارة ترتيب المجموعة السابعة برصيد 15 نقطة، متبوعا بالموزمبيق في المركز الثاني بـ(12ن)، فيما تتقاسم بوتسوانا وأوغندا المركز الثالث بـ9 نقاط، وتأتي غينيا في المركز الخامس بـ7 نقاط، أما الصومال فتحتل الصف الأخير بنقطة وحيدة،أنتظار الجولات القادمة حيث سيلعب الخضر الجولتين السابعة و الثامنة شهر سبتمبر القادم أمام بوتسوانا بالجزائر،ثم التنقل إلى غينيا،بينما سيلعب في الجولة التاسعة المقررة شهر أكتوبر القادم خارج الديار بالصومال ثم مواجهة المنتخب الأوغندي بالجزائر



عمار يزلي

الرقمنة التي أخلطت "الأوراق"

هل يتجه العالم نهائيا باتجاه رقمنة كل شيء، والعيش في عالم افتراضي؟ هل سنرى لاحقا انقراضا تدريجيا للإعلام الورقي والتحول تدريجيا أيضا، ولكن بسرعة، نحو الإعلام الرقمي؟ أسئلة في غاية الأهمية والحرج، لأنه لا أحد يمكن أن يصدق أن حضارة الورق التي تمتد لآلاف السنين، قد تجد نفسها تنقرض بسرعة في ظرف مائة سنة.

العادات المتوارثة والتعود المكتسب، قد لا يسمح لنا بأن نترك "ما كان يفعل الأجداد" وما كنا نفعله نحن أيضا قبل أقل من ربع قرن.

الإعلام الورقي والمؤلفات الورقية ستبقى وستتعايش لمئات السنين المقبلة، لكنها بطبيعة الحال، لن تكون وحيدة على الساحة التنافسية، خلافا لما كانت عليه قبل آلاف السنين، حين لم يكن غير الورق موجودا، الذي نافس وألغى في ما بعد جلود الغزلان والنقش على الحجر والصخور وعظام كتف الجمال، وما إلى ذلك، من المساحات التي استعملت للكتابة، بعد النقلة الطينية في العهود القديمة، حتى ما قبل الأشورية.

المسألة صارت مرتبطة بالوقت، أكثر مما هي مرتبطة بنوع "الحامل" الإعلامي: الورق وتوزيعه ونقله يتطلب وقتا أطول لنقل الخبر، والخبر لا ينتظر أحيانا، ولا يملك ترف الانتظار، فيما الصورة الرقمية والخط الرقمي، يمكن أن يتابع الحدث والخبر في الوقت واللحظة، ولن يكون بعيدا عن الآنية، إلا بمقدار ثانية أو أقل.

هذه هي الخاصية التي تنافس المؤسسة الورقية، إذا صح لنا أن نسميها كذلك، فهي بالفعل مؤسسة بنيت على ثقافة وأصول وقوانين وممارسات وتقاليد، ليس من السهل التنكر لها أو نسيانها، لكن السرعة تتطلب أحيانا الانتقال إلى الإنترنت التي خطلت كل "الأوراق"، وأصبحت تستدعي الاتصال الافتراضي، طمعا في مواكبة الوقت والزمن الذي هو من "ثمن"، خاصة في مجتمع رأسمالي باحث عن سرعة الربح وانتشاره بلا حدود.

ستبقى وسائل الإعلام الورقية عادة وممارسة، خاصة لدى الكبار المتعودين على قراءة الجريدة الصباحية يوميا قبل أو مع فطور الصباح، ويبقى الكتاب الورقي خير أنيس وخير جليس، وتبقى الشاشة وشبكة الويب نافذة للانتقال السريع لتذوق الوجبات الخفيفة أو الثقيلة، لكن هذا لا يغني عن الورق من شيء، لكونه عنصرا واقعيا ماديا ملموسا، خلافا للواقعية الافتراضية، التي ستبقى على الأقل لعقود، تبحث عن تطابق الواقع الافتراضي مع الواقع الحقيقي.

وهذا، قد لا يحدث في المنظور القريب: نحن نعيش الواقع الاجتماعي الفيزيقي، ماديا، محققين الغايات الخمس للحواس: اللمس، الذوق، الشم، البصر، السمع. لكن، مع الواقع الافتراضي، حتى ذلك المتطور منه، لن نحصل إلا على خاصتين مقابل خمس خواص: السمع والبصر، وبالتالي، فالواقع الافتراضي ما هو إلا نسخة جافة وميتة من ذواتنا وحواسنا التي تستعمل خمس خواص.

في انتظار أن نبقى نشم الروائح، من خلال الأفلام والمواد البصرية، ونتمكن من مصافحة الطرف الآخر من خلف جهاز الكمبيوتر أو الهاتف الذكي، وأن نتذوق طعم أكلة في إشهار عن الطبخ لا نرى فيه إلا الصورة ونسمع للكلام عنه دون لمسه ولا تذوقه ولا شمه، نقول إننا ما زلنا بعيدين عن التحول نحو الاستغناء عن المادي الورقي، مهما تقلص استعماله.


المضاربة