

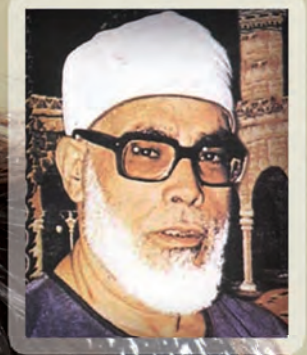
الشروق العربي

مجلة كل الأسرة الجزائرية
نشر في 2019 العدد: 1059 الثمن: 150 دج / فرنسا: 3 €

الراعي الذهبي
للعدد



الشروق في بيت
شيخ عموم المقارئ..
**محمود خليل
الحصري ..
55 سنة قضاه
في ترتيل القرآن**



الرقبة تخرج من العورة..

Le Turban
عمامة تطيح
بالخمار!

الإعلامية

مريم خراز

للشروق العربي :



قناة الشروق

لا يظلم

عندها أحد

عبد القادر
سليماني :
انتظروا
جديدي
بالتلفزيون



الجزائريات.. جمال رباني
أفسدته مسابقات ملكات الجمال!



الشروق

مجلة شهرية

تصدر عن مؤسسة الشروق للإعلام والنشر

● المدير العام مسؤول النشر

علي فضيل

● المدير العام المساعد

ياسين فضيل

● مسؤولية الإدارة والتنسيق

فايزة حسيني

● القسم التجاري

زروقة حنان - صبيحة سعود

مينة بركان

● مكلفة بالإدارة

راضية شيري

● تركيب وإخراج

إبراهيم عمران

● هيئة التحرير: ● عزوز صالح ● ليلي مصلوب

● راضية حجاب ● نسبية علال

آمال إيكة ● فاروق كداش

● كاريكاتير: ● فاتح بارة

● المسؤولية على الموقع الإلكتروني:

● بشينة فضيل

● تصوير:

● خالد مشري ● سبع زهور

● شهداء الشروق

● مليكة صابور، اغتيلت في 21 ماي 1995

● خديجة دحماني، اغتيلت في 05 ديسمبر 1995

● حموي مقران، اغتيل في 15 أكتوبر 1996

● التوزيع

مؤسسة الشروق

● الطباعة

ANEP Rouiba 2019

● العنوان البريدي

02 شارع الانسانية، حسين داي، الجزائر

العاصمة

● هاتف

023/77/64/50

023/77/64/49

023/77/64/48

● فاكس

023/77/64/44

● الموقع الإلكتروني

magazine.echoroukonline.com

● البريد الإلكتروني

echoroukmag@hotmail.fr

الإعلامية مريم غراز
للشروق العربي:
**قناة الشروق لا يظلم
عندها أحد**

17



الرقبة تخرج من العورة...

**التوربان..عمامة
تطيم بالخمار!**

15

**الجزائريات جمال رباني
أفسدته مسابقات
ملكات الجمال**

78

بسبب احتكار المواد الأولية
ونحرتها..

أطباء أسنان أم مقاولون؟

10

الدين والهوية والفوارق
الاجتماعية

**الفايسبول يفجر الحقد
والكراهية داخل
المجتمع**

21

جمال مع مدرسة "اليد الطيبة"

كريم الأساس الدائم baby glow

**أحدث تقنيات عالم التجميل
لإخفاء عيوب البشرة**

32



عبد القادر سليمان:
**انتظروا جديدي
بالتلفزيون**

54



الشروق في بيت شيخ
عموم المقارئ..

محمد خليل

الحصري..55 سنة

قضاها في تريك

القرآن

94

الافتتاحية

السيد رباعين، لا يظهر إلا كل 5 سنوات، ليفير حذاء السباق، وهو يعرف أنه أرنب سباق أو أقل شأنًا من الأرنب، فقط يدخل السباق لتسخين البندير ورفع درجة حمى الحملة الانتخابية. أما الوجه الجديد، الذي زار مؤخرا وزارة الداخلية لسحب استثمارات الترشح، فهو «سبيسيفيك»، النائب البرلمان السابق، المثير للجدل حينما كان تحت قبة البرلمان، وأيضا لما خرج من البرلمان، أو أخرج منه، وبعدها الدخول في دوامة أروقة المحاكم، وغلق مستثمراته الفلاحية في المدينة، هو أيضا لا يعدو أن يكون مجرد «أرينب» يحسن الفكاهة وإضحاك الشعب، وهو ما تريده السلطة، خاصة في مثل هذه الظروف التي تمر بها البلاد، بل إن النظام سيعمل بكل قوته لضمان بقاء «سبيسيفيك» في سباق الرئاسيات.. إذا، فالشعب الجزائري على موعد مع ضحك ملء الذقون، طيلة مدة الحملة الانتخابية. أما الوجه الجديد في ترشح الرئاسيات القادمة، فهو علي لفديري، الجنرال المتقاعد، حتى وإن كان سيدخل غمار السباق بخلفية «كاسكيطة»، إلا أن الظن الغالب أنه غير معروف لدى الأوساط الشعبية، والحملة الانتخابية وحدها لا تكفي ليعرفه الناس، ومن ثم قد لا يحصل ربع العشر من الأصوات المعبر عنها كيفما كانت الحال وكانت الظروف.. ليبقى مرشح السلطة، غير المعروف حاليا، أوفر حظا من أي أرنب سباق، لأن النظام يعرف جيدا كيف تؤكل الكتف ومتى وكيف..!

الكلمة الأخيرة للشعب وحده، ومن يستطيع أن يستميله ويدغدغ عواطفه فذاك هو الفائز، فقط نأمل أن تسير الحملة وما يتبعها من حملة مضادة في فائدة البلاد والعباد، لأن ما مر به الشعب الجزائري لا يزال ماثلا للأذهان..!



ياسين فضيل

سباق على الكرسي..

بعد إعلان رئاسة الجمهورية استدعاء الهيئة الناجبة، تحسبا للانتخابات الرئاسية، المزمع إجراؤها في 18 أفريل المقبل.. فتحت شهية الترشح لهذا الموعد المهم، أمام مختلف الأطياف السياسية، المختبئة منذ أمد بعيد، تتربص فقط مثل هذه المواعيد، للانتفاضة المحلية، ونفض الغبار، للظهور من جراء رقدة شبيهة برقدة أهل الكهف..



أمل بوشوشة ترفض المشاركة في باب الحارة 10

نشرت الفنانة الجزائرية، أمل بوشوشة، عبر صفحاتها على مواقع التواصل الاجتماعي صورة لها مع درع جائزة الـ "IARA Awards" العالمية، وذلك عن فئة أفضل ممثلة لعام 2018 عن دورها في خماسية "يا جارة الوادي"، الذي شاركت بطولته النجم السوري عابد فهد وأخرجه الليث حجو. وجاء نشر الديفا لصورتها مع الجائزة بعدما لم تتمكن من السفر إلى العاصمة البريطانية لندن، خلال شهر سبتمبر الماضي، لانشغالها بالتحضير وقتها لمسلسل "دولار"، فما كان من اللجنة المنظمة للجائزة سوى إرسال الجائزة إلى أمل. أما بالنسبة إلى مسلسل "باب الحارة 10"، الذي رشحت له أمل بوشوشة مؤخرًا، فقد كشفت آخر الأخبار أن أمل اعتذرت عنه لرغبتها في الراحة من جهة، ورينما يتم عرض مسلسله "دولار"، المقرر هذا الشهر من جهة أخرى.

ما ينتظرنا بعد الانتخابات

ياسين فضيل

يجري التحضير في كواليس السلطة سرا لإضافة رسوم جديدة منتظرة عقب الانتخابات الرئاسية القادمة، لتغطية عجز الميزانية والتكفل بالمصاريف الإضافية.. وجاءت هذه الرسوم بعد أن خلت ميزانية 2019 من أي رسم إضافي. معنى هذا، أننا مقبلون على زيادات في الأسعار، قد تشمل القطاعات الأساسية، التي تتعامل مع المواطن مباشرة، وبخاصة تلك المتعلقة بأسعار السلع المستوردة، في ظل غياب التنافس المحلي في مختلف الأصناف.. فإذا ما صحت الرواية، فالمؤكد أن الحكومة تريد إلقاء الشعب إلى ما بعد الانتخابات الرئاسية ثم تميل عليه ميلة واحدة، لا يخرج منها المواطن بأخف الأضرار.. لأن جيب المواطن هو المقصود وليس شيئاً آخر..

مليون مشاهدة لفديو الإعلان ديو "سولكينغ" والشباب مامي!



يوصل فنان الرباب الأول في الساحة الفنية حاليا "سولكينغ"، صناعة "الفرق" ببلوغه الأرقام القياسية الكبيرة، فبعد النجاح الباهر الذي حققه خلال 2018 بالعديد من الأغاني الناجحة، هاهو سولكينغ يفتتح العام الجديد بنجاح آخر مع اقتراب طرح "الديو" الذي سجله مع أمير الراي الشاب مامي، الذي كان الإعلان عنه بمثابة مفاجأة للكثير. وفي التفاصيل، فإن المقطع الصغير الذي نشره "سولكينغ" للإعلان عن أغنيته المشتركة مع الشاب مامي، بلغ مليون مشاهدة في أقل من 24 ساعة. ويُعقد أن تحقق أغنية "أنا مقواني" (ca fait des années) نجاحا كبيرا جدا عند طرحها، خاصة أنها خفيفة وذات ريثم راقص، وجاء الإعلان عنها من خلال "فيديو" صورته "سولكينغ" وفي خلفيته الشاب مامي. ويُعتبر ديو "أنا مقواني"، بمثابة أول عمل ضخم يعود من خلاله الشاب مامي إلى الساحة الفنية منذ قضية سجنه في 2008، خاصة في ظل تأخر طرح ألبومه الذي وعد به جمهوره أكثر من مرة دون أن يرى النور.

ملكة جمال الجزائر 2019 تحطم رقما قياسيا على إنستغرام

بعد الضجة الكبيرة التي أحدثتها على مواقع التواصل الاجتماعي، وأيضا المساندة التي حظيت بها من فنانين ومثقفين وإعلاميين، دشنت ملكة جمال الجزائر، سليمة مدينة أدرار، خديجة بن حمو، أول صفحة رسمية لها على موقع تبادل الصور "إنستغرام"، نشرت خلالها مجموعة من أحدث صورها. المفاجأة، أن خديجة وفي فترة وجيزة جدا، تمكنت من استقطاب أكثر من 30 ألف متابع، وهو رقم ليس بالهين وهو مرشح للتزايد، خاصة مع "الخرجات الميدانية" لملكة الجمال الجزائري.



منيرة فيسة تتعرض للهجوم بعد فوزها بجائزة مسرحية

شنت الفنانة منيرة فيسة رواحي، نجمة "أراب كاستينغ 2"، هجوما شرسا على المشككين في قدراتها التمثيلية، أو أولئك الذين اعتبروا حصولها على جائزة أحسن أداء عن دورها في مسرحية "ماكبت"، خلال الطبعة الـ 13 لمنافسات المهرجان الوطني للمسرح المحترف بالجزائر العاصمة، غير مستحق!! وكتبت منيرة: "من الآن فصاعدا، أي شخص يتعرض لشخصي بالسب والقذف والتحرير، سارد عليه في القضاء وبشكل قانوني، هذا ليس مجرد تهديد وإنما فعل وليس قولاً.. الفن وجد لخلق التغيير وتحطيم المفاهيم الجامدة، وليس ليكون على مقاس أصحاب الجمود الفكري. أنا حرة لأفعل ما أريد وأقول ما أشاء، فمرحبا بالاختلاف والنقد البناء، دون تحريج وشخصنة. معلومة: لا أحد سيسرق فرحتي، ولا يهمني كلام الحاسدين والمرضى النفسيين، شكرا يا منافقين، أنا حقا سعيدة في الأخير، فقد انتصرت ونجحت.. نحن ننجح والكلاب من ورائنا تنبح!!



بسبب احتكار المواد الأولية وندرتها..

أطباء أسنان أم مقاولون؟

بقيت الجزائر في مرتبة متأخرة في الجراحة التجميلية للأسنان، بكل تقنياتها، إلى غاية السنوات القليلة الماضية، حيث بدأ أطباء الأسنان يدخلون عوالمها المتطورة جدا، التي لا تزال حكرا على الأغنياء بسبب ارتفاع أسعارها.

زرنا عيادة متخصصة في زراعة الأسنان بالجزائر، تقع بعين البنيان بالعاصمة.. اقتربنا من كبار المتخصصين فيها، منهم جزائريون وأجانب، لمعرفة عالم زراعة الأسنان، الذي يجهل عنه المواطنون الكثير من المعلومات. فهذه العمليات تعتبر من أعقد التخصصات حاليا في الجزائر في مجال جراحة الأسنان. والجامعات الجزائرية، إلى حد الآن، لا تدرّس هذا التخصص، لكن هناك أطباء متمكنون، ومنهم الدكتور بن عمار، وهو جراح بعيادة خاصة، يجري عمليات زراعة عظام الفك، يقوم حاليا بدورات تكوينية في مستشفى بني مسوس، لتدريس هذا التخصص الدقيق.

عراقيل البنوك والرسوم الجمركية وراء التهاب الأسعار

تضم العيادات الكبرى، التي زرناها، مخابر متطورة لترميم الأسنان، تابعة لعيادات الزرع الذي يحتوي على كل الوسائل بما فيها الفرن الإلكتروني الذي يذيب المعادن بدرجة 1600 درجة مئوية. وقد صُمّم هذا النوع من المخابر خصيصا للتعامل مع زبائن من دول أوروبية، خاصة أن أسعار الترميم والزراعة، كما قيل لنا، أقل تكلفة مقارنة بدول أوروبية. فطبيب الأسنان في فرنسا يتقاضى 4 آلاف أورو عن كل عملية، في حين طبيب الأسنان في عيادة الزراعة بالجزائر يتقاضى نحو 200 أورو فقط، وهو ما جعل الأجانب والمغتربين الجزائريين في أوروبا يفضلون زراعة الأسنان في الجزائر. كما أن العراقيل التي تفرضها البنوك على

الأجهزة المتطورة، كنسبة الفوائد التي تصل إلى 10 بالمائة على القروض، وارتفاع نسبة الحقوق الجمركية التي تصل إلى 42 بالمائة من سعر الأجهزة، والرسم على القيمة المضافة بـ 17 بالمائة، صعبت دخول الكثير من التقنيات التي تختزل الوقت في نحت وبناء الأسنان وزراعتها.. وبالتالي، تقلص ثمنها، ومنها أهم جهاز يسمى التقنية الألمانية "كات كام"، وهو جهاز إلكتروني لتصوير الأسنان موصول بآلة نحت مباشرة تحت الأسنان حسب حجمها ولونها وموقعها في الفم، يبلغ سعره نحو 100 ألف أورو، وتعجز العيادات عن استيراده، لأن تكاليف الفوائد والجمركة والرسوم تصل ثلثي القرض.

وتلجأ عيادات زراعة الأسنان إلى توفير الطلبات بالنسبة إلى الأشخاص الذين يرغبون في زراعة متطورة ودقيقة بتقنية "كات كام" إلى إرسال العمل إلى لبنان لنحت الأسنان، وهي باهظة الثمن، في حين إن هناك تقنية بناء الأسنان في الجزائر يدويا، وتستغرق وقتا طويلا، وقد لا ترضي أذواق "الزبائن".

"التراباندو" وتسويق مواد محظورة

التقينا طبيب أسنان سوريا، يدعى فرج يازجي، شرح لنا كيفية بناء الأسنان في المخبر، باستخدام مزيج من المواد والمعادن. وقال إن المادة الأولية التي تدخل في صناعة السن نادرة، وأسعارها مرتفعة، ويتحكم في السوق أشخاص ليست لديهم حرفة ولا خبرة، وهم مجرد تجار؛ ففي العيادة يتوفر كل شيء من الوسائل والتقنيات، لكن يتوقف العمل لأيام لمجرد نقص في أبسط المواد، كطلاء الأسنان والمادة التي تغلف بها. وأضاف يازجي: "سبق أن اشترينا مواد مصنعة في فرنسا تحتوي على مواد محظورة كـ"النيكل" وهو معدن يسبب الحساسية ويشكل خطورة على صحة طبيب الأسنان وعمال المخبر في حال تعرضه للأكسدة".





”أوتوكلاف“، وهو نظام التعقيم الذي توصي به المنظمة العالمية للصحة.. داخل هذه الغرفة، تتم عمليات جراحية دقيقة، تتمثل في زراعة طعوم العظم، بالنسبة إلى الأشخاص الذين فقدوا أسنانهم في سن مبكرة، حيث يضمحل العظم الطبيعي. ولا يمكن زراعة الأسنان في هذه الحالة، إلا بعد عملية زراعة العظم في مكان السن المفقودة. ويستخدم في هذه الجراحة إما عظم يتم نزعُه من الرأس أو الفخذ أو يتم استخدام عظم اصطناعي أو من مصدر حيواني كالبقر. وتتوفر بعض العيادات على بنوك للعظام.

التقويم، التبييض والوجوه التجميلية... أسعار خيالية

يبلغ أبسط تقويم للأسنان 7 ملايين سنتيم للفك الواحد، وسعر المراجعة الدورية 1000 دينار تدفع كل مرة لضبط المقوم.. أما الوجوه التجميلية، وهي عبارة عن أغلفة توضع على السن لإخفاء عيوبها، فسعرها ما بين 4 إلى 6 ملايين للسن الواحدة، أما ”الحشوات“، فيختلف سعرها ما بين 4 إلى 6 آلاف دينار من المواد العادية، أما ”البورسلان“، فسعرها 51 ألف دينار، فيما يصل سعر الزيركون إلى 03 ألف دينار فما فوق. ويبلغ سعر تبييض الأسنان باستخدام ”بيروكسيد الهيدروجين“، نحو 03 ألف دينار.. وتختلف الأسعار من طبيب إلى آخر.

أوروبا. وهناك أسنان تُصنع من مواد ثمينة، للأشخاص الأثرياء، وهي مزيج مكون من 07 بالمائة ذهباً و03 بالمائة معدن ”بلايوم“ وهو يشبه البلاتين. هذه المادة غير متوفرة في السوق وفادرة جداً، تستخدم في تغليف السن الاصطناعية، وتشتري العيادات كميات قليلة منها حسب الطلب عن طريق ”الطراباندو“، ويصل سعر الغرام الواحد منها 51 ألف دينار. وهناك أسنان تصنع في العاصمة اللبنانية بيروت، لا تحتوي على المعدن، ومكونة أساساً من ”أكسيد الزيركون“، وهو نفس مصدر الماس، وهي أسنان بأسعار ليست في متناول الجميع، وتصنع حسب الطلب أيضاً.

ويبلغ سعر زراعة السن الواحدة العادية ما بين 100 إلى 150 ألف دينار، أما سعر الأسنان ”الماسية“، فتصل إلى 40 مليون سنتيم.

زراعة العظم من الجمجمة أو من الحيوانات في فك الإنسان

دخلنا غرفة الجراحة لزراعة الأسنان، وهي غرفة بيضاء اللون، معقمة ومزودة بمصافي هواء بدرجة عالية، تستخدم فيها أدوات معقمة في أكياس بلاستيكية بعد تعقيمها لمدة ساعة ونصف داخل جهاز

وقال إن وزارة الصحة ليس لديها رقابة على ما يستورد من مواد أولية في زراعة الأسنان. وأضاف أنه يتعامل مع موزعين جزائريين للمادة الأولية، وليست لديهم خبرة كافية، فهم يشترون مواد من السوق الأوروبية تحتوي على تركيبات محظورة أو خطيرة على صحة الإنسان، وأحياناً يستوردون مواد دون توضيح تركيبها. ويتم بناء الأسنان الموجهة إلى الزرع داخل عظم فك الفم من معدن يغلف بطبقة من ”أوباك“، وهي عجينة تغلف بدورها بطبقة من السيراميك ثم توضع في الفرن تحت حرارة تصل 1400 درجة، لتصبح صلبة ثم تتحول إلى عاج أو ”بورسلان“. وحالياً تستخدم العيادات معدن ”كروم كوبالت“ بدون

نيكل يتم استيراده من ألمانيا، يصنعه مخبر ”بيغو“، يغلف بالسيراميك الأمريكي، المصنع في



يعلن عن عودته إلى شخصية أبي غالب
بباب الحارة ويكشف عن سر حبه للجزائر،
نجم الدراما السورية

نزار أبو حجر

لمجلة الشروق العربي

كان فيلم "الليل" هو أول عمل شارك فيه، فبعد أن شاهدته المخرج محمد ملص على خشبة المسرح دعاه إلى المشاركة فيه، وبعد إجراء اختبار لدائه أعطاه دور المنجد في الفيلم، وعلى الرغم من تواضع هذه المشاركة التي لم ينطق فيها بكلمة، إلا أنه اجتهد فيها كثيراً، وباجتهاده ومثابرته استطاع أن يفرض شخصيته الفنية المتميزة في الساحة الدرامية السورية، ولا عجب في ذلك وهو الذي

ينتمي إلى عائلة فنية قوامها خاله الفنان الراحل أنور البابا (أم كامل) وبنات عمه سعاد حسني ونجاة الصغيرة، إنه الممثل السوري نزار أبو حجر، الذي يعلن من خلال لقائه بالشروق العربي عودة شخصية أبي غالب بالجزء العاشر من المسلسل الشهير باب الحارة، كما يكشف عن سبب هجرة أبطال باب الحارة وأسرار لأول مرة تنشر..

زملائهم، فهل أنت منهم؟

ليست لدي مشكلة على هذا الصعيد، خاصة إذا كانت الشخصية تغريني كممثل، وأذكر أنني جسدت شخصية في مسلسل «عيلة سبع نجوم» كانت بالأصل للفنان الراحل خالد تاجا، وكان الكاتب كتبها له خصيصاً، ولكن ولخلاف وقع بينهما، اعتذر تاجا فجسدتها، وقد نجحت كثيراً وكأنها كتبت خصيصاً لي.

قلت في حوار سابق إن من صنع نزار

أبا حجر هو نجاحه وفشله معا...

كيف تفسر ذلك؟

من فشلي تعلمت ألا أستكين، وكما للحصان سهولة له كبوة، وخلال أكثر من أربعة عقود عملت وتعبت ولا أقول كغيري من الفنانين إني ضحيت وأستفيض بتضخيم الأمر. فالفنان لا يضحي، لأن تضحيته من أجل نفسه وشهرته، وأما الذي يضحي من أجل إسعاد الآخرين، فهما الجندي والأم، هما من يضحيان، ولكني من نوع أنني لا أحب أن أرى شخصاً أفضل مني، لذلك أبذل قصارى جهدي لأتمكن من أدواتي الفنية، فسهرت الليالي، وأنا أقرأ المسرح العالي، وأتعلم النحو والصرف والعربية الفصحى، وبحث دائماً عن تحريك تاء التأنيث الساكنة، وأنا أعشق عملي، وأحترمه بالاطلاع المستمر، ومواكبة كل جديد، وهذا ضمناً للاستمرارية.

عودتي إلى شخصية «أبي غالب» تأتي بعد غياب ولكن بصورة أوسع

ولكن كان هناك إصرار على إنجاز أجزاء جديدة منه رغم اتساع دائرة الجدل حوله؟

أرى أن الجدل الذي أشارة المسلسل جزء من نجاحه، فأني عمل فني لا يثير الجدل يكون عملاً فاشلاً، وحالة الجدل هذه هي التي تحرض على إنجاز أجزاء مغايرة للأجزاء السابقة.

كما أن التقييم الحقيقي لمسلسل باب الحارة لن يحدث الآن، وإنما بعد مدة زمنية قد تكون طويلة على انتهائه، حينها سيُعاد تقييمه بكل أجزائه، لأنه عندما يكون هناك فاصل زمني بعيد، تتخلص من الشوائب والتنظير الآني عن المشروع، ويصبح محفوظاً في ذاكرتك وتعيد تقييمه جيداً.

ولكن شهدت الأجزاء الأخيرة مواقف باتت مادة دسمة للتنذير، كغياب شخصيات ومن ثم معاودة ظهورها فجأة، وإعلان موت شخصية في جزء وبث الحياة فيها في جزء آخر...

هو شرط فني، فالشرط الفني قد يكون فيه تغريب أحياناً، وأنا أشبه باب الحارة بفرقة مسرحية بات عمرها عشر سنوات، نراها كل عام تقدم عرضاً جديداً... وطالما أن هناك جمهوراً يحضر هذه المسرحية، يمكننا أن نتجاوز تلك الأمور.

الجندي والأم هما من يضحيان والفنان يضحي من أجل نفسه وشهرته فقط

يرفض بعض الفنانين تجسيد شخصيات سبق أن اعتذر عنها بعض

- بداية، كثر الحديث حول حقيقة رجوع شخصية أبي غالب بباب الحارة بالجزء العاشر، بعد أن انسحبت لمدة تزيد عن 5 سنوات... كيف تم الرجوع؟ وما الجديد في الشخصية؟

عودتي إلى شخصية "أبي غالب" تأتي بعد غياب استمر منذ الجزء الرابع من العمل إلى غاية الجزء التاسع، حين انسحبت من المسلسل في جزئه الرابع، بعد خلافات مع المنتج بسام الملاحول طبيعة الدور ومساحة حضوره. وبهذا الموسم سأسعى إلى تقديم نفس شخصية "أبي غالب" كما كانت من قبل، بإجراء المقلب وافتعال المشاكل والدسائس في الحارة، ولكن بصورة أوسع وبطريقة مختلفة..

- وكيف سيتم معالجة الشخصية بعد غيابها الطويل؟

ستشهد حلقات المسلسل مبررات لغياب الشخصية عن الأحداث كل هذه الفترة، ولا أستطيع إعطاء أي تفصيل تخص العمل.

«أبو غالب» في مسلسل «باب الحارة» من أكثر الشخصيات التي ساهمت في ولادتها بشكل كامل، كيف اشتغلت على هذه الشخصية وماذا أضفت لها؟

هذا صحيح، خاصة أنها كانت شخصية تافهة، لا هدف لها ولا معنى، وهذا ما صرح به كاتب العمل في جزئه الرابع آنذاك. وقد قبلت تجسيد هذه الشخصية بعد أن أعدت كتابتها من جديد.

- بعد الأجزاء الأولى من باب الحارة، تعرض العمل للكثير من اللفظ،



صفحي مجلة الشروق العربي رفقة نزار أبو صجر

-أغلب الشخصيات التي تجسدها كوميدية، فهل تميل إلى هذا النوع من الدراما؟

من الطبيعي أن أميل إلى هذا النوع من الدراما، فمُشخصيتي كوميدية بالفطرة وأنتمي إلى عائلة عُرِفَتْ بخفة ظلها، والكوميديا جزء من تركيبتها وفطرتها، لذلك أقدم هذه النوعية من الشخصيات بشكل طبيعي.

الفنان ليس مطلوباً منه أن يهرّج ليبدو كوميدياً.. كما أني أرفض أدوار البطولة

-في رأيك، هل يجب أن يتمتع الفنان الكوميدي بخفة الظل حتى ينجح؟

إن أي فكرة كوميدية في أي عمل يجب أن يؤديها ممثلون يتمتعون بالمرح أساساً، لإيماني أن خفة الظل لا تُصنع، وهي طبع، ومن المؤسف أن بعض المخرجين لا يلتفتون إلى ذلك، والأخطر أن بعضهم ينتقون فنانين بشكل عشوائي لأدوار كوميدية، مع التأكيد على أن الفنان ليس مطلوباً منه أن يهرّج ليبدو ممثلاً كوميدياً.

-في الوسط الفني معروف أنك بعيد كل البعد عن السياسة.. أهو خوف؟

أكذب لو أقول لا. ولكن في نفس الوقت، أنا صرحت أكثر من مرة بأن ما يهمني هو الاستقرار.

ورغم كل ما قيل عن

رئيسنا، إلا أننا عشنا معه أماناً واستقراراً، وأتحدى من يقول عكس هذا.

-وكيف تفسر ما يجري من أحداث وتضجيرات في سوريا وموت اللاجئين السوريين بلبنان بسبب البرد هروبا من الثورة؟

هذه أفكار أجنبية، وكلام الفيس بوك الملعون.. الله يرضى عليك غير الحديث...

-أنت من الفنانين الذين مازالوا بعيدين عن أدوار البطولة، ما السبب في رأيك؟

بصراحة شديدة، أقول: إذا قُدم لي دور بطولة في أي عمل سأرفضه لأقول بالصوت العالي حامي الفني أعرفه وأبـدع فيه، وأنا لست

-أتم يبالغ السوريون بالتركيز على الدراما الشامية مثل باب الحارة وما على شاكلتها؟

نعم، معك حق، ولكن في النهاية سيملون ويغيرون، المشكلة في الدراما السورية هي غياب التخطيط والاستراتيجيات، قد ينجح عمل فيلجاً الآخرين إلى الاستنساخ..

من شدة تعلقي بالثورة الجزائرية تمنيت لو كنت جزائرياً

-على ضوء المتغيرات التي تعرفها الساحة العربية، ما هو الدور الذي يمكن أن يؤديه الفنان في رأيكم؟

لا يستطيع الفن أن يكون شرطياً يجبرك على تصرف أو يمنعك من تصرف ما، الفن يزرع فكرة، والفن أصلاً متعة للنظر والسمع وإذا استطاع أن يتسلل إلى العقل ويشكل متعة عقلية فذلك أفضل، لكنه يزرع فكرة فلا نقدر أن نقول إن الفن يستطيع تغيير شيء في المرحلة التي انطلق فيها. كما أن الفن ليس فقط مرآة عاكسة لواقع أو مجتمع، لكن يجب أن يكون أيضاً في داخله منارة للمستقبل.. الفن مهمته أن يتقدم على مسألة المرأة بأن يكون منارة أيضاً لما يمكن أن يكون..

-ما سر تعلقك بالجزائر؟

منذ زمن، شاهدت الفيلم الجزائري الثوري "دورية نحو الشرق"، الذي اعتبره من أقوى الأفلام السينمائية، ومن شدة تعلقي بالثورة الجزائرية، تمنيت لو كنت جزائرياً، خاصة بعد أن اطلعت على تاريخ الجزائر وشعبها الشائر، تستحقون كل التقدير والاحترام، وأعشقكم حتى النخاع..



جرائم العاطفة

أفراد ضحايا
الغيرة الزائدة
والمفرطة

تتحول كثير من العلاقات الزوجية، أو الغرامية، في لحظة من التهور، إلى جرائم واقعية، أو إلى جنح، نتيجة لسوء تقدير الأمور، أو للإحساس المفرط في بعض العواطف، على غرار الغيرة الزائدة، التي أصبحت عند بعض الطرفين حالة مرضية، في ظل كثير من المعطيات اليوم. هذه الأخيرة، تتسبب في كثير من الأحيان في عاهات دائمة، أو أضرار جسدية بالغة الخطورة، بل ووصلت إلى القتل في لحظة غضب، ذهب ضحيتها أحد الطرفين.

وسواء كانت حقيقة أم مجرد هوس عند الأفراد، إلا أنها أدرجت اليوم ضمن العواطف القاتلة، إن صح القول.

زادت حدة هذه الظاهرة اليوم، نتيجة لانتشار وسائل التواصل الاجتماعي بكل أنواعها، التي فتحت أبواب اللقاءات والمغازلات على مصراعها، ونتيجة لـ لا ستملا لـ الخاطيء أو اللامبالاة عند بعض الأفراد، تتسبب هذه الوسائل في كوارث حقيقية.. استطعنا أن نرصد بعض الحوادث، التي هزت بعض العلاقات الزوجية، أو الغرامية، أوصلتها إلى أروقة المحاكم، وانتهت أغلبها إلى الطلاق، أو التي ذهبت بعيدا إلى الحبس المؤبد لجريمة قتل عمدي، كانت وراءها علاقة صداقة في الفيسبوك، أو سوء أخلاق، عند بعض الأفراد الذين يتعدون الحدود في المعاملة مع الأشخاص، خاصة الجنس اللطيف، الذي أصبح مستهدفا اليوم، وهو الوتر الحساس.. وهو ما لمسناه عند امرأة، في العقد الرابع من عمرها، ذهبت للتسوق، فلم تجد ما قصدت شراءه من محل معروف، أخبرها البائع بأنه سوف يأتي لها بحاجتها في الأسبوع القادم، ولكي تتجنب الدخول والخروج من بيتها- وهو ما ذكرته لمحاميته-، أعطته رقم

هاتفها، لكي يتصل بها حينما يأتي لها بالغرض المطلوب. ولم تخف الأمر عن زوجها، وحدثته عما قامت به، لتجنب المشاكل معه، لكون البائع ابن الحي، ومحل معروف عند العامة.. وهو أمر رآه الزوج طبيعيا في البداية، إلا أن البائع كان يرن عليها في أوقات مختلف، ليخبرها بأنه لم يتسوق، فأحس الزوج بأن الأمر تجاوز مجرد الإخبار.. لذا، وفي لحظة غير، وهي تتحدث إلى البائع، قذفها بهاتفه النقال على وجهها، فتسبب لها في عاهة دائمة في الأنف. وهو ما حدث كذلك، مع شاب في العقد الثالث من العمر، حين كان يتجول رفقة زوجته في حديقة عمومية، فوقعت عينه على شاب ينظر إلى زوجته، وهي تمسك بيده، ولم يكذب ينتهي من النظر إليها حتى فاجأه الزوج بعصا غليظة، انتزعها من يد حارس السيارات في هذا المكان، فسبب له أضرارا متفاوتة الخطورة، في الرأس والرقبة، وكاد أن يزهق روحه، ولولا تدخل حراس المكان، لانتهدت الحادثة إلى جريمة أكيدة. في قصة أخرى، للغيرة الزائدة من بعض الأفراد، تحول محل لبيع الألبسة إلى ساحة عراك بين البائع ورجل رفقة زوجته، والسبب أن البائع كان في كل مرة يخاطب الزوجة دون الزوج، الذي كان رفقتها، وهو أمر اعتبره الزوج ملاطفة لزوجته من طرف البائع، انتهى إلى الركل والشد والدفع بينهما، وتعدى الأمر إلى دخول بعض الأطراف إلى جانب البائع، فكدت الواقعة تنتهي إلى جريمة قتل، لولا إصرار الزوجة والإتيان بالشرطة التي كانت قريبة من المكان. هي قصص للذكر، لا للحصر، لجنح أو جرائم، كانت العاطفة سببا مباشرا فيها، تتحول العلاقات فيها إلى أطلال، نتيجة الإهمال، وكذا التسرع في كثير من الأحيان.





الرقبة تخرج من العورة:

"التوربان" .. عمامة تطيح بالخمار!

بعد أن كان ديدن بعض الفاشيونسيات المحجبات، تحول التوربان من ظاهرة موضّة إلى خمار رسمي، فهل هذه الخطوة الأخيرة لتدمير الحجاب، بعد الجينز والليكات، وقبل هذا وذاك، كان الحايك ساترا، والمحرمة طاهرة، والملاية محتشمة... الشروق العربي، تبحث عن الحقيقة، وتسلط الضوء على بعض جوانب هذه الظاهرة الدخيلة عن المجتمع.

بنات يبدلنه بـ«البوني» وأخريات برقبات عاريات

بصلة لدين الإسلام... هذه موضّة، ولكل موضّة تاريخ انتهاء صلاحية".

الخطر القادم من أنستغرام

يرى الكثير من المتابعين للموضّة في الجزائر أن التوربان انتشر بسبب تأثير الفاشيونسيات العربيات، وحتى الجزائريات اللواتي يضعن صورهن يوميا على أنستغرام حاليا، من بينهن الفاشيونسيات مرمر ونورا عفيا وزينب حمود وسالي عاشور وسحر فؤاد... وليس التوربان فقط الذي غير من هوية الحجاب، بل الجينز والليكات والكاب والمعاطف القصيرة والكيمنو... فأضحينا بالكاد نتعرف على الحجاب، خاصة في فصل الشتاء، حين تتدثر جميع البنات خوفا من الصقيع والسميقي".

«التوربان» في زمن الذوبان

نظرة علماء الدين إلى التوربان واضحة، فمفهوم لبس التوربان بداعي الاحتشام، وأنه يسد مكان الحجاب الشرعي هو مفهوم خاطئ، لأن من شروط الحجاب الشرعي، الذي فرضه الله ورسوله على المرأة، أن يكون ساترا لكافة جسد المرأة، دون الكفين والوجه، وألا يكون ملفتا للنظر تجنبا للفتنة... وحسب الشيخ سعيد الرحلي، إمام بمسجد "الروبية": "الحجاب الساتر، عفة واحتشام للمرأة المسلمة، وهو ما يميزها عن باقي نساء العالمين، ولا ينبغي أن تتشبه بلباس غير المسلمين".

في الأخير، نقول إن التوربان كغيره موضّة، قد تعيش سنوات، وقد تختفي في الصباح الباكر، غير أن الأهم أن تتشبه المحجبة بقيمتها وأخلاقها، وليست قطعة قماش هي التي تحدّد هويتها.

أما سعر التوربان، فيتراوح ما بين 800 و1200 دينار، وأحيانا أكثر، حسب القماش والموديل، وحسب الزينة، التي عليه من لآلئ وستراس..

بنات «التوربان»

توجهت إلى بعض الفتيات لأسألهن عن حكايتهن مع التوربان، فكانت البداية مع أمال، التي قالت: في البداية، أعجبنى التوربان بألوانه وتصاميمه المبهجة، أنا شخصا أحب اللؤلؤ، فكنت أشتري بعض الموديلات المطرزة باللؤلؤ، غير أني كنت مضطرة إلى وضع ياقة طويلة لإخفاء عنقي، وأن أضع إيشاربا في البرد، وكان لمريم رأي مشابه: "أنا من المتابعات للفاشيونستات العربية، خاصة آسيا عاكف، التي تشتهر بالتوربان وتنسيق صيحة الطبقات، لا أجد التوربان مخرلا أو خادشا، بل يغطي الشعر، وأنا لا أترك رقبتي عارية، كما تفعل بعض البنات بل أعطيها دائما". أما مصممة الأزياء، سارة، فترى أنه يجب مواكبة الموضّة مع الحفاظ على حشمة الحجاب: "التوربان طريقة عصرية لارتداء الحجاب، وهذا التغيير في شكل الحجاب لا يشوه صورته البتة".

وبالمقابل، هناك الكثير من المعارضات لهذه الموضّة، مثل كوثر، التي تندد به بشدة: "هذه حموضّة، وليست موضّة، ومخالفة للدين الذي شرع الحجاب ساترا للمرأة، فما فائدة ارتداء الحجاب والرقبة مكشوفة وكل خطوط الجسم بادية لكل الذئاب الناهشة في الأعراض.. على الفتيات أن يدركن أن ما يقمن به تشويه لصورة الحجاب، واتباع لتقاليد غريبة".

وتضيف سامية على كلام كوثر: "التوربان، ليس للمحجبات المترعات، بل للمتشبهات بالمحجبات، اللواتي يجرين وراء تقليعات لا تمت

أصول «التوربان»

أصبحت محلات الخمار لا تكتفي بالموديلات العادية، بل تدخل في سلعها الكثير من الأشياء المستحدثة، مثل التوربان، الذي روج له البعض على أنه من أصل يهودي، غير أن اليهوديات يضعن خمارا منسدلا، لا يغطي الرقبة، بيد أن التوربان عبارة عن عمامة نسوية تشبه إلى حد كبير العمامة الهندية السيخية.. والطائفة السيخية هي طائفة خارجة عن الملة، أسسها رجل يدعى غورونانك، في نهاية القرن الخامس عشر، للخروج عن الإسلام والديانة الهندوسية، ورفع شعار لا هندوس ولا مسلمين... وكانت شهرات هوليوود يضعن التوربان في سنوات الأربعينيات والخمسينيات، أمثال مارلين ديتريش وأفا غاردنر وريتا هيورث... والباحث في التاريخ، يدرك أن التوربان له أصول إفريقية أيضا، فالنساء الإفريقيات يخفين شعرهن بالتوربان المبهج.

أسواق على حافة الأخلاق

والتجول في السوق، يدرك أنه أخذ موقعا لا بأس به في اختيارات الفتيات، وحتى السيدات العاملات، لأنه سهل الارتداء، ويمكن وضع إيشارب فوقه أو إستداله في فصل البرد والشتاء ببوني صوفي في نفس القصة... ويعاب على بعض البنات أنهن يلبسن التوربان للابتعاد عن الحجاب، لأنهن لم يرتدينه عن قناعة، وليس حبا في الموضّة.

وترى الكثيرات يضعن التوربان ويكشفن عن أذانهن، وهذا لتزيينها بأقراط عادة ما تكون ضخمة، تجلب الانتباه، بينما تخبئ المتبرجات آذانهن بشعرهن المنسدل.

الإعلامية: مريـة غـراز

للشروق العربي

تعتبر من الرعيل الأول، الذي تزامن حضوره مع الانفتاح على السمع البصري في الجزائر، بعد محطات عديدة في هذا المجال، وجهه أنثوي أسس لحضوره منذ أول خطوة في هذا العالم، تفضل اليوم ميكروفون مذيعة أخبار في قناة الشروق، التي اعتبرتها المحطة الأهم في مشوارها، ومنبرا لا يعلو عليه أحد.. خصتنا بهذا الحوار للشروق العربي، حيث تحدثت عن البدايات الأولى لها في الإعلام، وعن تفاصيل عديدة في حياتها، المهنية والخاصة.

قناة الشروق لا يظلم عندها أحد

الميدان، ورأى في مشروع مذيعة أخبار ناجحة، اختارني بعد فترة وجيزة لتقديم نشرة الأخبار الرئيسية للقناة.. وأصبحت - بحمد الله - مذيعة الأخبار الرئيسية لقناة الشروق، وأول مذيعة أخبار أعطت إشارة انطلاق المولودة الجديدة، الشروق نيوز، عام 2014. لذلك، لا بد من أن أذكر أني أدين لأستاذي، علي فضيل، الرجل الذي لا يظلم عنده أحد، بالثقة التي وضعها في كفاءتي، كما لا أنسى أيضا أني كنت ضمن المذيعين الرئيسيين الأوائل للبرنامج الصباحي اليومي الشروق مورنيغ.

علي العمل كمكلفة بالإعلام والاتصال، وهو عمل إداري، إضافة إلى تنشيط كل النشاطات والفعاليات الثقافية، التي تشهدها المؤسسة. قبلت العرض، وكنت ضمن فريق يعد على أصابع اليد الواحدة، يؤطر ويحضر لفعاليات القصر صباحا.. ثم نحييها مساء... تحولت من مخاطبة الجمهور من خلف الميكروفون إلى مقابلته مباشرة على الركح. مطلع عام 2012، التحقت بقناة الشروق بصفة رسمية كصحفية، ثم شرعت في تقديم الأخبار، بتركية من المدير العام للقناة، الذي كان يتابع أدائي في

- من أين كانت البداية في الإعلام والصحافة؟

وضعت أول خطوة لي على درب الإعلام بإذاعة سكيكدة الجهوية، كمذيعة ومعدة ومقدمة للبرامج تفاعلية، مباشرة بعد تخرجي من جامعة عنابة تخصص الإعلام السمعي البصري، كانت بالنسبة إلي الأساس وتجربة لا تنسى. وفي مطلع 2010 تلقيت اتصالا لإجراء بورتيه حول المجاهد، الوزير الأسبق - رحمه الله - إبراهيم شيبوط، لعرضه في قصر الثقافة والفنون بولاية سكيكدة، حديث النشأة آنذاك. عرض



كنت تظنين يوما ما أنك سوف تقفين في منبر إعلامي هام على غرار الشروق؟

العمل في قناة إخبارية كبيرة، كان حلم الطفولة، وما كانت كل خطوة وضعتها، سواء في مساري الدراسي أم العملي، سوى محطة عبور نحو الهدف. عندما قرأت إعلان مؤسسة الشروق فتحتها مجال التوظيف، كان أقرب إلى اليقين همس بداخلي يومها، أنها فرصتي، وأني سأكون ضمن طاقم هذه القناة، ممتنة لدعم أمي وأبي حينها، اللذين لطالما كانا ومازالا لي السند القوي، معنويا وماديا.

الشروق الأم فتحت لي أبوابها، وكنت ضمن الصحفيين الأوائل، الذين شهدوا ولادة قناة الشروق. كنت أحلم بالالتحاق بقناة إخبارية أجنبية كبيرة، فوجدتني أولدي في بلدي من جديد، مع قناة تكبر، وأكبر معها، يوما بعد آخر، نتقاسم عمرا تحقق فيه جزء كبير من طموحاتي، وأصبحت بيتي الثاني، الذي يكبر بسواعد أبنائه، وأشعر فيه بالانتماء والفخر، ما جعلني أستبعد أي فكرة لمغادرتها، رغم أني تلقيت عروضاً كثيرة من قنوات جزائرية وحتى أجنبية، لأن الشروق بالنسبة إلي ليست مكانا للعمل فحسب، بل هي نصر يتجدد كل عيد نصر.

- بين مقدمة أخبار وبين صحفية تقريرات.. أين يكمن الفرق من زاوية نظرك؟

لكل منهما متعته، بل أحمد الله على أني صحفية ومذيعة في آن واحد.. هذه

ميزة أفخر بها دونما غرور، أحب استنطاق الصورة، كما أن التحرير يمنحني مساحة أوسع للكتابة التي أعشقها، والتعبير عن رأيي تجاه قضية ما- طبعا ضمن الخط الافتتاحي للقناة- أو تسليط الضوء على ظاهرة ما، إنجاز التقارير الميدانية أيضا، يفتح لك المجال لتكون أنت من يحظى بالمعلومة أو السبق، كما يدعم أجندتك التي لا غنى للإعلامي عنها، عندما أرثدي عباءة المذبة، فأنا في حضرة الملايين عبر مباشر لا يرحم، الكلمة فيه مثل الرصاص، إن قيلت لا مجال للرجوع ولا المونتاج أو الحذف.. علي التركيز والاستعداد لأي مستجد أو طارئ، أنا لأنزع قبعة الصحفية عندما أرثدي ثوب المذبة، فالنشرة يتخللها اتصالات وحوارات لإثراء خبر أو افتتاحك غيره، فضلا عن كونك حلقة ربط، عليك أن تحفز المشاهد على البقاء لمتابعة كل تقارير النشرة، من جهتي، أسعى جاهدة أن أكون مذيعة أخبار، لا قارئة لها.. النشرة، مجموعة قصص إخبارية، كل منها مقام، لا بد من أن يختلف أسلوب مقاله عن غيره، في دقائق متتاليات تنقل لحظات، المذيع هو من يروي للناس حياتهم التي يعيشونها وما يجري حولهم، تاركا أفراده أو مشاكله على عتبة الأستوديو، متجملا متأنقا.

- في زمن سرعة الأخبار، هل نحن مطالبون بقناة إخبارية عملاقة، أم يجب التريث على الأقل حاليا للخوض في هذا المشروع؟

أعتقد أننا نملك فعلا قناة، رغم صغر سنها، كبيرة بحجم كفاءاتها البشرية، وإمكاناتها المادية الضخمة، استطاعت التمرکز في مقدمة القنوات الإخبارية الجزائرية، وأصبحت مرجعا موثوقا على قدر كبير من المصداقية بالنسبة إلى المشاهد الجزائري، الذي يتلقى يوميا سيلا من المعلومات، عبر وسائط الاتصال الحديثة،

لكنه يبقى في وضعية الباحث الدائم. هنا، يكمن رهاننا، وهو الحفاظ على مكسب المصداقية، التي تتحلل بها الشروق، في ظل ثورة تقنية، تتجدد يوميا، وسلطة خامسة قلبت الموازين، لا بد من التكيف معها.

أصعب شيء في العمل الإعلامي هو الخطوة الأولى، كيف كان إحساسك عند ظهورك لأول مرة أمام الكاميرا؟

مزيج من المشاعر العالية، فرحة حلم طفولة تتحقق، امتنان لله ولوالدي، إصرار علي إثبات الذات، وصون الثقة التي وضعها في المدير العام للقناة، وتحد لكل من حاول التشكيك في قدراتي أو أن يحول دون نجاحي.. لم يكن هناك مجال للتردد أو الخوف، فهذه الكلمة أزلتها من قاموسي... لكن فكرة دخول بيوت الملايين لأول مرة لها هيبتها... بصفة عامة، كان أجمل إحساس في الكون، إحساس عالق بجدران القلب والذاكرة...

- يقال إن من بين المهن التي تسبب العزوبة أو عدم الاستقرار للمرأة "الصحافة"، هل توافقين هذا الطرح؟

ليس تماما، وليس بالضرورة، هناك إعلاميات وصحفيات متميزات، ويعشن حياة زوجية ناجحة ومستقرة، يقول المثل الجزائري: "المرء شجرة وسعد هانجار".



صفحة مجلة الشروق العربي رفقة الإعلامية مريم فزاز

اختبرت الإعلام عن حب وليس من أجل المال والشهرة

تركها، لأنكر أنني ابتعدت عن ممارسة الرياضة لفترة كبيرة، لكنني عدت مؤخرا لإعطائها حقها من وقتي، طبعا أتحدث عن ممارسة تمارين اللياقة البدنية، لا عن الرياضات القتالية. بالنسبة إلى الطبخ، أنا من عائلة شرقية، وناس الشرق معروفون بحبهم لفن الطبخ... أحب الطبخ التقليدي، الذي تعلمته عن والدتي... وأهوى تجربة الوصفات العربية والعالمية...

- هل أنت من عشاق الشوبينغ؟
بصراحة نعم، لكن دون مبالغة. أحاول أن أكون عقلانية قدر المستطاع.

- هوايتك المفضلة؟
أعشق الكتابة.. لن أفصح عما أكتبه الآن... قد تكون مفاجأة... لكن أعدكم بأنكم أول من سيعرفها لاحقا... أنا أرسم على القماش أيضا، حتى إني درست تقنياته في إحدى مدارس تعليم الحرف، وتحصلت على شهادة.

على الإعلام السمعي البصري الحر في الجزائر، جهود تستحق التقدير، ومن يعمل لا بد من أن يصيب ويخطئ ليتعلم، فمازلنا جميعا في بداية طريق أفقه مفتوح... في المقابل، يجب التسريع في ضبط قانون السمعي البصري، والأهم تفعيل عمل سلطة الضبط، التي صرنا نشعر مؤخرا وكأنها وجدت لمراقبة قنوات دون أخرى، نراها تسرح وتمرح وتعبث على كيفية.

- كامرأة، هل تستهويك المسلسلات؟
نعم، ليس لدي وقت، لكن أحرص على مشاهدة مسلسل على الأقل يوميا، هي فرصة لأتقاسم

سأختار من يختارني كما أنا لا من يخيرني بينه وبين ما أحب

مزيدا من الوقت الممتع مع عائلتي.. مؤخرا، صرت أميل إلى مشاهدة المسلسلات القديمة، أعдна مثلا متابعة كل أجزاء ليالي الحلمية.. هو سحر النوستالجيا والزمن الجميل الذي لطالما أسرني...

- تمارين الرياضة والطبخ؟

خلال سنوات الطفولة الأولى، ألحقني والدي وشقيقتي الصغرى بفريق للتدرب على رياضة الجيدو، لكنني لم أواصل... ربما كان من الأشياء التي ندمت على

وصلتني عدة عروض محلية وأجنبية لكنني اخترت الشروق

- أيهما أقرب إليك: الشهرة والمال، أم الزواج والاستقرار؟

.. لا أرى العادلة هكذا. أولا، أنا اخترت الإعلام عن حب لهذه المهنة النبيلة، وليس من أجل المال والشهرة، الزواج قدر ومكتوب، وعلمه عند علام الغيوب، لكنني دون شك سأختار من يختارني كما أنا، لا من يخيرني بينه وبين ما أحب... بمن يريد أن نتكامل ونتقاسم طريقا يدفع فيها كل منا الآخر نحو أفق النجاح والطموح، لا من يسعى لوضع إشارة قف أمامي أو أن يجرني من حقائق الأحلام والمكاسب لأكون على المقاس.

- أكبر حرج وقع لك أمام الكاميرا؟

هناك مواقف لا أصفها بالمرجة تماما، منها المشير، كيوم وقوع زلزال وأنا على المباشر.. المضحك، كنتسلل هرة استقرت تحت الكاميرا التي أمامي.. وأيضا من بين ما استحضره، نزول الكرسي بي إلى أقصى حد خلال تقديمي موجزا، إلى درجة أن الميكروفون الذي على الطاولة صار يقابل رأسي، ولحسن الحظ، النزول جاء تزامنا وبث الصور، فلم ير المشاهد النزول الجرح، بدأت أسارع، وعبثا أحاول رفع الكرسي قبل أن ينتهي التصريح الذي كان مقتضبا، وبالتالي لا مجال لتدخل الزملاء لاستبدال كرسي، علق وأقسم ألا يرتفع.. سمعت السكريت ينادي في السماعه، لم يتبق سوى ثوان، جدي حلا بسرعة: ثلاثة... اثنان.. عند الواحد، كنت أقف أمام الشاشة بوضعية منخفضة، توجي إلى المشاهد بأني جالسة ولم أكن جالسة.. وأكملت إذاعة كل ما تبقى من الموجز بتلك الطريقة، أذكر أننا دخلنا بعدها في حالة هستيرية من الضحك.

- ماذا كنت ستختارين لو لم تكوني إعلامية؟

لوخيرت ألف مرة، لاخترت الإعلام دونما تردد، ألف مرة ومرة.

أحب الطبخ التقليدي الذي تعلمته عن والدتي

- ما

تقييمك

للقنوات

الخاصة إلى حد الساعة؟

بكل محاسنها ومساوئها بكفاءتها ورغم كثرة الدخلاء عليها، سيكتب لهذا الجيل أنه الجيل الشاب، أنه الرعيل الأول المؤسس لعهد الانفتاح



الدين والهوية والفوارق الاجتماعية

الفايسبوك يفجر
الحقد والكراهية
داخل المجتمع

على صفحات فايسبوك وباقي
مواقع التواصل الاجتماعي، طفت
إلى السطح النعرات والأحقاد
الاجتماعية، التي تفتديها أطراف
أغلبها ينشط تحت أسماء
مستعارة، شددت من هيجان
المجتمع ودورانه في حلقة
مفرغة..

وأضاف أن جماعات وطوائف وتيارات سياسية ودينية وإثنية تختفي وراء شبكات التواصل الاجتماعي لبث أفكارها ومواقفها، وتغزو هذه الشبكات بشكل منظم ومنتظم، ما يدعم فكرة تشبيهاها بالتنظيمات الإرهابية. هذه الظاهرة معيقة لأي تفكير بناء ولأي توجه عقلائي وعلمي، لأن منطقها أحكام مسبقة تطلق وتوصيفات عنيفة تجاه المختلف والمخالف لها في الانتماء والهوية والرأي، وهي تتخذ من مواقع التواصل التي هي فضاء للتعايش، مجالا للتنافر والتباغض. والجزائر، مثل باقي المجتمعات العربية والإسلامية، تعيش تفاعلات حادة تتعلق بالهوية والدين والإيديولوجيات، لكن مثل هذه الخطابات قد تحول النقاش من محتواه الفكري البناء إلى محتوى عاطفي مولد للصراع الذي قد يتحول إلى قتال.. لكن الذنب ليس ذنب مواقع التواصل الاجتماعي، بل هو ذنب هذه الجهات التي توجه خطابها في هذا الفضاء هذه الوجهة القاتلة.

الحقد والغيرة وتفجير براكين الكراهية بين أفراد المجتمع. من جهته، حلل أستاذ علم الاجتماع، السيد أحسن خلاص، في تصريح إلى الشروق العربي، بأن ما يحدث اليوم خطير جدا، ويهدد المجتمع بالفرقة والنعرات والعنصرية بسبب سوء استخدام هذه الوسائل، قائلا: "أعتقد أن مواقع التواصل الاجتماعي هي فضاء للتعبير، توفر إمكانيات عدة لإطلاق معطيات وأفكار دون أن تلزم صاحبها بالضرورة بحد أدنى من المسؤولية والتزام التحفظ والرد الصريح وضبط المفاهيم وغيرها من المفاهيم الأخلاقية، التي تقتضيها أي عملية اتصال سليمة، لذا فإننا نتلقى في هذا الفضاء ألوانا مختلفة من التعبير عن أحقاد ونعرات وأشكال من التحقير، تصدر أحيانا من حسابات أصحابها معروفون، وآخرون غير معروفين لأنهم يخفون وراء أسماء مزيفة أو مستعارة. ويمكن الذهاب أبعد من هذا إلى توصيف هذا النوع من الخطاب بالخطاب الإرهابي، لأنه يستعمل العديد من أساليب الإرهاب، فبالإضافة إلى العنف، فإنه يختفي وراء الزيف والتضليل".

صور وتعليقات مسيئة، ورياء اجتماعي كبير، وأشخاص يترصدون المناشير والتعليقات التي تتحول من مجرد رأي إلى حروب كلامية، أخطرها ينقل على الخاص وأخرى يقوم بحجبها الموقع بعد التبليغ عنها.. الجزائريون اليوم، يعيشون حالة من اللااستقرار الاجتماعي بسبب سوء استغلال هذه الوسائل التي يفترض أن تكون مفتاحا للتطور ومعرفة العالم. فيرى المختصون في علم النفس أن هذه المواقع فجرت منذ انتشارها براكين الغضب والحقد بين طيات المجتمع، وأبرزت الفوارق الاجتماعية الكبيرة بين أبناء الأثرياء وأبناء الفقراء، كما زرعت اليأس أيضا في قلوب الشباب ودفعتهم إلى "الحرق" والموت في عرض البحر أو الانتحار بعد أن سكنهم اليأس. هذه المشاعر، غذتها المنشورات اليومية للأشخاص منازلهم الفاخرة وسياراتهم وأبنائهم، وهم يجوبون العالم ويلتقطون صورا من كل مكان.. ما اعتبره نقيب النفسانيين استفزازا للفئات المهمشة، ودافعا لزراعة مشاعر

حسنة البشارية

للشروق العربي:

لو عاد بي
الزمن
إلى الوراء
لبقيت مع
بيتي مع
أولادي

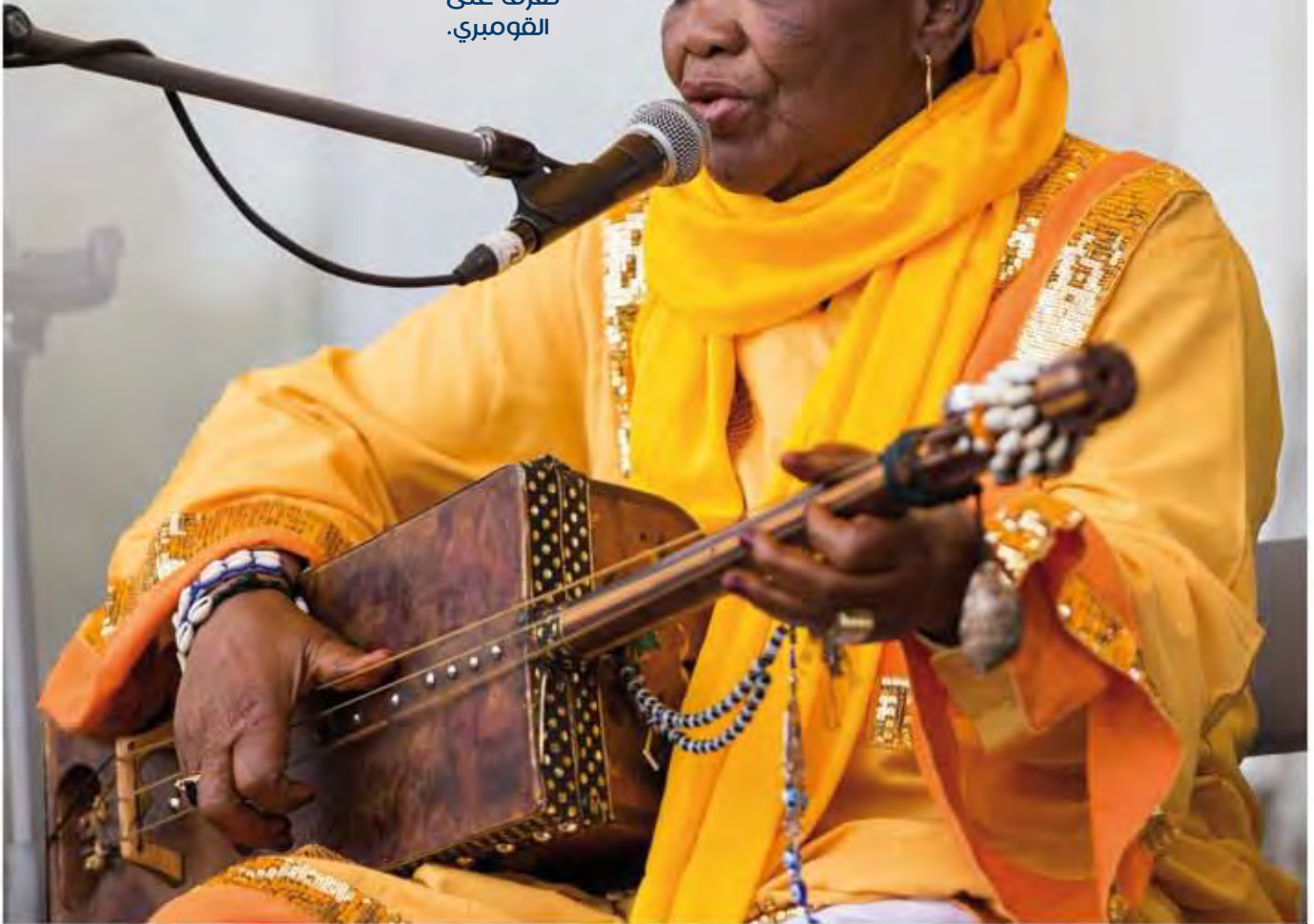
الفنانة الجزائرية العريقة،
"حسنة البشارية"، أو كما
تلقب بـ«سيزاريا إيفورا
الجزائر»، المنحدرة من بلدة
القنادسة الصغيرة، الواقعة
غرب بشار، المقيمة حاليا في
مدينة ديدابة.. ولدت سنة
1950م، وسط عائلة فنية،
انشغلت بعشقها للفن
والطابع القناوي، وهو النمط
التقليدي للتعبير في جنوب
الجزائر. كان والدها، سي
سالم، مقدم زاوية سيدي بلال،
«اشتهر بحبه للعزف على آلة
«القومبري»، ووالدتها «خادمة
في البيوت»، عاشت حياة
صعبة، بعد أن تزوج والدها
من امرأة أخرى. تمردت حسنة
على البيئة الصحراوية، المليئة
بالتناقضات، حيث لا يسمح
فيها للمرأة بأن «تدس» آلة
مقدسة، وهي القومبري، ما
جعلها تكسر هذه القيود
وتعزف عليها، وتوصلها إلى
العالمية... غنت حافية
القدمين، وعزفت على
مسارح العالم، رفقة
نجوم «البلوز»،
وأصبحت المرأة
الوحيدة في
منطقة المغرب
العربي، التي
تعزف على
القومبري.

تعرضت لوعكة صحية، واليوم،
تعودين إلى الغناء. كلمينا عن
الأوقات الصعبة التي مرت بها،
وكيف اجتزت محنة المرض؟

المرض قضاء من الله، حاجة الله، ليس
لدينا قدرة على معرفة متى نمرض وكيف
نشفي، تعرضت لوعكة صحية سنة
2016، ألزمتني البقاء في مستشفى
مصطفى باشا، لمدة أربع أشهر. عرفت
حينها قيمتي بين أهلي ومحبي فني،
غمروني بعطفهم، ووقفوا إلى جانبي،
تحملوا تكاليف علاجي، واستقدموا
لي أكفأ الأطباء في الجزائر، كانت القاعة
تغص بال جماهير التي تزورني كل يوم وفي
كل وقت، إلى غاية أن المستشفى منع
الصحفيين من التصوير، وقلص وقت
الزيارة.. هذا الحب، جعلني أتفطن من
جديد، وأشعر بأنني قد أتعافى وأعود
إليهم وأمتعهم بفني.

هل وقف إلى جانبك المسؤولون
عن قطاع الثقافة؟

طبعاً، الجميع وقف معي في محنتي.
ولا أنسى زيارة وزير الثقافة، عز الدين
ميهوبي، إلى بيتي في بشار، وأهداني باقة
من الورد. لا أنسى أي شخص وقف معي
ودعمني، خاصة المسؤولين في الإذاعة.



صغيرة، لأتعلم العزف. وقد صنعت قومي بري بنفسي، وكلما جاء والدي من الحقل، أهرب إلى سطح المنزل، وأختبئ حتى لا يراني أعزف.

ووالدتك؟

لم تكن تهتم بالموسيقى.. كانت تعمل منظفة في البيوت.

متى بدأت الغناء وإحياء الحفلات لأول مرة؟

عندما تزوج والدي من امرأة أخرى، ووالدي على قيد الحياة، أنجب منها 6 إخوة، فطلب مني والدي، ذات مرة، أن أحضر لحفل ختان أخي حسين، ففرحت كثيرا، لأن والدي وافق على غنائي. ومنذ ذلك الحين، وأنا أحيي كل أنواع الحفلات في بشار وخارج بشار. في تلك السنوات، من لم "يحضر حسنة" في حفلته كأنه لم يقيم عرسا..

اليوم، هل تربحين الكثير من المال من الغناء؟

طبعاً، أربح الكثير.. حتى النساء في فرقة "اللمة"، استطعن أن يساعدن ويعلن عائلاتهم ويساعدن أزواجهن ويعشن حياة كريمة.

لو عاد بك الزمن إلى الوراء، ماذا ستفعلن؟

لو عاد بي الزمن إلى الوراء، لبقيت في بيتي أعزف وأربي أبنائي فقط، وأطمح إلى الحج.

يقصدك الكثير من الأجانب اليوم في بشار، ما هي اهتماماتهم بالموسيقى الصحراوية؟

اهتمامهم الكبير بآلة القومبري وكل الطبوع الموسيقية.. القناوي، فيلاي، مغربي، راي.. كل ما هو موجود في التراث الجزائري الصحراوي يثير اهتمام الأجانب.

وكل الصحف الفرنسية تحدثت عني، طيلة 15 يوما، ووصفوني بـ"الديفا" الإفريقية.

عملت اليوم "الجزائر جوهرة"، الذي حقق لك الانتشار والنجاح الباهر. ما مشاريعك اليوم؟

عندما وصلت العالمية، كنت أبلغ من العمر 48 سنة، واليوم عمري 68 سنة. أهتم بنفسي جيدا، وأعالج حتى أستطيع الاستمرار في الغناء، نعم، في 2009 أصدرت البوم "الجزائر جوهرة"، وحقق لي الانتشار عبر العالم، في فرنسا، بلجيكا، ألمانيا.. وأنا أحضر اليوم لألبوم غنائي جديد، سيصدر في مطلع السنة الجارية 2019، أعمل عليه منذ فترة في فرنسا، إضافة إلى جولتي الغنائية مع فرقة "اللمة البشارية"، التي أسستها الفنانة سعاد عسلة، منذ أربع سنوات. وقد قمنا بجولة غنائية لمدة شهرين بين بلجيكا وفرنسا، ونحن بصدد جولة أخرى إلى اليابان والولايات المتحدة الأمريكية.

لماذا يمنع على المرأة العزف على آلة القومبري، ونحن نعرف أن البيئية الصحراوية بيئة متفتحة، خاصة للمرأة؟

هذا خطأ. المرأة، في وقت سابق لم يكن لها الحرية بالشكل الذي تعيشه حالياً. اليوم، كل شيء مباح، لكن في وقتنا، الفتاة يجب ألا تبقى خارج البيت حتى وقت المغرب.. العائلات كانت محافظة جدا، عكس اليوم، فلم يكن يسمح للفتاة بأن تعزف على القومبري، لأنه آلة للرجال فقط. ووالدي، حتى وفاته، لم يلمحني أعزف على القيثارة أو القومبري، رغم أنني كنت أحيي الأعراس وحفلات الختان وحفلات الخطوبة..

من هو والدك؟

والدي، سي سالم، عازف وصانع "قنابر"، ويضرب "لمحة"، ومعلم "قناوي"، وكان مقدم زاوية صوفية في بشار. كنت أندس بينهم منذ أن كنت

هل ترين اليوم أن الفنان، خاصة من الجنوب، مهمش ومنسي، ولا يحظى بحقه في الظهور؟

لا أستطيع الحديث في هذا الموضوع، ولا أعرف، ربما قد يجيبونكم هم..

تسكت قليلاً ثم تطلب مني عدم الحديث في السياسة، لأنها لا تحب ذلك ثم تقول: أنا امرأة فن وموسيقى، أغني وأقيم حفلاتي ثم أعود إلى بيتي.. لا أهتم بما يحدث حولي، ولا أ تدخل في شؤون الفنانين، ولا أهتم إلا بعائلتي.. أنا «خاطيني البوليتيك».

وصلت إلى العالمية، في حين لم يتمكن غيرك. كيف ذلك؟

ولن يستطيعوا، لأن انطلاقتي إلى العالمية كانت بعد أن توجهت إلى فرنسا في 9 جانفي 1999. اتصل بي صحفي من الإذاعة، وطلب مني التوجه إلى فرنسا، وحرص وأصر على أن أحضر القومبري. ترددت في البداية، وخفت، وقلت له: لا أستطيع، لأنني أخاف من والدي إذا عرف أنني أعزف عليه. فهذه الآلة، كما تعرفون، لا يعزف عليها إلا الرجال فقط، مثلها مثل "الفردة"، وبعض الآلات الموسيقية، التي يمنع على المرأة أن تعزف عليها. لكن، تحت إصراره، ذهبت وأخذت القومبري معي، وأحييت أول حفلة في ملهى "الكاباريه سوفاج" بباريس، الذي عرف أجواء غير معهودة، حيث تنقل الجمهور من كل مناطق فرنسا، لحضور الحفلات التي أحييتها. وكان "الكاباريه سوفاج"، لمدة 15 يوما، محجوزا لحسنة البشارية، والمتوافدون عليه لم يكونوا يقدرون بعدد. لأول مرة، عرف إقبالا وتزاحما من هذا الشكل. عندما بدأت أغني وأعزف القومبري، لم أصدق نفسي. بدأ الحضور في "الجناب"، ويقعون على الأرض، بعد أن وصلوا إلى درجة الإغماء وفقدان الوعي.. قلت في نفسي، وأنا حائرة، كيف عمل القومبري فيهم كل هذا؟ وأي سحر هذا الذي حل بهم؟ ومنذ ذلك الوقت، بدأ عزفي يصل أرجاء العالم، وذهل الناس من أدائي. تصدرت صفحات جريدة "لوموند"،





Un Groupe Facebook d'entraide dans la recherche de médicament, médecin, aide, ...

Groupe **Win Nelka**
AIDER, tendre la main ...



تساهم في مساعدة المرضى
والمحتاجين

جمعيات خيرية تحارب نقص الأدوية وندرتها

انتشرت، في الآونة الأخيرة، ظواهر عديدة من التكاثر الاجتماعي، تهتم بالصحة، ساهمت بشكل كبير في مساعدة الأفراد في الكثير من المجالات، حيث أصبحت أبوابا مفتوحة على كل من به ضرر، أو من لم يستطع الوصول إلى قضاء بعض الحاجات التي تتعلق بالعلاج، المادية أو المعنوية على حد سواء، لغيابها أو ندرتها في السوق الجزائرية.. جمعيات، تنشط في الخفاء، تعمل على توجيه العون والمساعدة للكثير من المرضى أو المحتاجين من الأدوات الطبية، دون تشهير إعلامي أو على صفحات التواصل الاجتماعي بكل أنواعها، فقط ينحصر دورها كهمزة وصل بين الأشخاص، تخضع في الغالب لمبدأ السعي والحرص على تقديم مساعدات، تدخل ضمن مختلف العمليات التضامنية، التي من شأنها سد كثير من الثغرات في مجال الصحة والعلاج.

شبكات تغطي الكثير من الولايات

في الغالب، يكون أعضاء هذه الجمعيات من المتطوعين ومن أهل الاختصاص، سواء في الأسلاك الطبية، أم الصيدلة.. وبالإضافة إلى متطوعين من كل المجالات أو من يسمون "بفاعلي الخير"، غير أن الهدف يبقى واحدا، وهو تقديم المساعدة إلى أكبر عدد ممكن من المحتاجين إلى هذه المواد العلاجية. كما تكون لأعضاء هذه الجمعيات الخيرية، القدرة على التواصل، ولهم علاقات مع كثير من الجهات المختصة في هذا الميدان، من أجل توفير وتسهيل عملية المساعدة الخاصة بهذه الأدوية، لن لم يجد سبيلا إلى الحصول عليها.

أهداف هذه الجمعيات وبعض التحفظات في هذا المجال...

يعمل أعضاء هذه الجمعية في الكثير من المناطق، وفي كل الأوقات، هدفهم الوقوف ضد ندرة الأدوية، التي من شأنها وصول المريض إلى مراحل صحية حرجية، حين لا يستطيع اقتناء هذه الأدوية.. وكما أسلفنا الذكر، فإن مثل هذه الجمعيات التي تهتم بتوفير الأدوية أو العلاج لمختلف المرضى، لا تحتاج إلى أضواء إعلامية ولا تشهير، لذا، فإن مسؤوليتها تنتهي مباشرة عند التقاء المعني بطلب النوع الذي يريده من الدواء، والفرد أو الهيئة التي تقدم له هذه المساعدة، أي المهمة في الأصل، هي وضع الطرفين على الاتصال بينهما، وهو الشطر الكبير في توفير هذه المساعدات، بحيث إن الكثير من الأفراد يشكون من عدم القدرة على وجود وسائل للاتصال من أجل الحصول على الدواء المفقود أو النادر.

وللغش نصيبه في مثل هذه العمليات

للأسف، فإن هذه العملية، وكغيرها من العمليات الخيرية والتضامنية، قد تتحول عند بعض الأفراد إلى وسيلة للربح السريع، الذي لا يحتاج إلى جهد عضلي ولا فكري، حتى ولو كان هذا الثراء على حساب المرضى.. وهو أمر خطير، حيث تحدث الكثير من التجاوزات، فمثلا، بعض هذه المنتجات تسوق عن طريق ما يعرف بـ "الكابا"، التي تكون في الأساس قادمة من البلدان الأوربية، وهي في الأصل ليست مسجلة على مستوى وزارة الصحة الجزائرية.. لذا، قد تحمل الكثير من المضاعفات أو الأضرار، سواء من حيث المنشأ أو المحتوى، وهو ما لا ينتبه إليه كثير من الناس. وفي الغالب كذلك، يقوم بعض الأفراد من عديمي الضمير، باستغلال الحالات الحرجة للمرضى وهذه الندرة، وتضعيف سعرها أو حتى تثليث سعرها الحقيقي، مادام المريض يعجز عن إيجاد أبواب أخرى، للحصول عليها، لذا يجد نفسه مجبرا لا مخريرا في اقتنائها بالسعر الذي يحدده له هؤلاء السماسرة.. وبالإضافة إلى هذا، فإنها مواد قابلة للتلف وهي حساسة، غير أن كثيرا ممن يتاجرون فيها لا يقومون بحفظها بالطرق الصحيحة، ويعتبرونها بضائع، مثلها مثل البضائع التي في الأسواق، وتقدم للأشخاص في أكياس.. والمهم، القبض فحسب.

بين هذا وذاك، تبقى مثل هذه الجمعيات، التي اختارت المساعدة بعيدا عن أضواء التشهير والإعلام، همزة وصل، بين فاعلي الخير والمحتاجين، وقدمت خدمات عديدة في هذا الميدان..



في جزائر الأمير عبد القادر وبن بولعيد:

عزاب ومتزوجون بمساحيق التجميل تحت ذريعة «أنقي روعي»

بعدما كان مجرد استعمال قلم زينة الكاكو عيبا وعارا على «الرجلة»، حيث لا يجرؤ كائن من كان على استعماله، ولو خفية - بالرغم من دواعيه العلاجية شتاء وصيفا - والكحل «ورطة»، بات عدد لا بأس به من شبابنا اليوم لا يتحرجون في الخروج إلى الشوارع بكامل تأنقهم، معتمدين مساحيق التجميل وأحمر الشفاه، غير مباليين بنظرات الاستغراب والاشمئزاز، التي نقلتهم من خانة الرجال إلى خانة «الفاملات».

استهجنست استخدام زوجها مساحيق التجميل: "قبل الزواج، لم أكن أدقق في الموضوع، وكنت كلما أسأله عن سر اللون الوردي بشفتيه، يقول إنه طبيعي، لكن بعد الزواج، اكتشفت أن زوجي يستعمل حمرة شفاهي والماسكرا خفية، الأمر الذي أحبطني، وحينما واجهته قال لي إن الأمر عادي، ويدخل في باب النظافة الشخصية، ولم أنجح في إبعاده عن الأمر، فطلبت الطلاق".

الماكياج لمسة أنثوية

وفي الموضوع، تقول الأستاذة "مزيان آسيا"، أخصائية نفسانية، إن مثل هذه الحالات مرضية بالدرجة الأولى، يسيرها الهوس بحب الذات، والبحث عن الكمال، مشيرة إلى أن الماكياج لمسة أنثوية، وأن من يستخدمه يعاني من خبط ما، ويحب الظهور بمظهر الشخص الكامل والجميل... وهذا شيء خاطئ".

الهدف منه النظافة!

ويرى "فارس"، 25 سنة، أن استعمال الماكياج والمساحيق التجميلية يدخل في باب النظافة، مستهجننا سؤالنا: "ما العيب في استعمالها، إن كان بهدف النظافة واستمرارا لها.. أنا شخصا، أحب الظهور بمظهر ملائم، يكمل ملابسي.. كل الرجال يستعملون الماكياج.. لماذا يتوقف عندنا؟ وصراحة، لا ضرر فيه، وهو اختيار شخصي". أما زكي، "29 سنة"، بائع ملابس، فقد أكد لنا أنه مهووس باستعمال قلم الحمرة: "أحمل معي دوما قلم الحمرة السحري، وكثيرا ما تشتريه لي زوجتي، وهي لا تمانع أبدا في استعماله إياه، كما أنني اعتدت على استعماله بشكل خفيف منذ سنوات، مع مراعاة اللون طبعاً".

زوجي يستعمل ماكياج خفية

نتوقف هنا عند حالة سيدة متزوجة منذ سنة،

فالتجول عبر شوارع المدن الكبرى، سيلتقي بالكثير منهم، يسيرون ويعملون هذا، غير مباليين بالمحيط. ومن بين هؤلاء، استوقفنا شاب متمق، مسحة كريم الأساس منحتة شحوبا ملحوظا، أخفاه ببعض الحمرة على الخدود والشفاه وبعض الماسكرا، ليظهر وكأنه منحدر من إحدى الدول الإسكندنافية، وهو من لم يتحرج ونحن نسأله عن ماكياج الرجال: "لا أتنازل عن كريم الأساس عند خروجي، فقد باتت ضرورة.. وهي تمنحني كثيرا من الثقة، خاصة أن عملي في المستقبل، يحتم عليّ الظهور بمظهر جميل، كما أنني أستعمل أحمر الشفاه، ولكن بمسحة خفيفة، وقد باتت هذه عادة مستحسنة عند الكثير". وفي رد عدلان بكون المساحيق للنساء، أجابنا ضاحكا: "من قال هذا؟ فمقدمو البرامج التلفزيونية يستعملونها بغير حرج، وفي الخارج، هي الموضة الدارجة، ونحن لا يمكننا العيش بمعزل عن العالم".



حينما تتزوج المطلقة بأعزب!

قبل عقود من الآن، كان الأجداد يتزوجون عادية بامرأة مطلقة، بل ويسارعون إلى الارتباط بها، ثم همّشت هذه الفئة، إلا حالات نادرة، وباتت المطلقة موصومة بشيء قبيح، لكن وعلى أيامنا، استعادت هذه الفئة مجدها، وباتت أكثر طلباً للزواج من ذي قبل.. ليس فقط للأرامل ومطلقين مثلهم، ولكن لعزّاب.

أمانع الارتباط بمطلقة، خاصة وقد توفرت فيها الشروط المناسبة، ومتأكد من أنها تعلمت من تجربتها السابقة، فهي مصلية، محافظة علي، وأكثر إقبالا على الحياة".

خطّابي كُثر.. لكني أفضل التريث

أكدت لنا السيدة "نادية"، 30 سنة، أن عروض الزواج منها كثيرة، لكنها تفضل التريث؛ آثار زواجي الأول لا تزال عالقة في ذهني ونفسي، وبالرغم من أن عروض الارتباط بي كثيرة، وجلهم عزّاب، إلا أنني أفضل التروي وأخذ وقتي".

تزوجت بمطلقة.. وندمت

وعلى النقيض، يقول "فارس"، 42 سنة، إنه مطلق حالياً، بعدما كان مرتبطاً بسيدة مطلقة، أحبها ورأف بحالها، ثم تقدم لخطبتها وتزوجا، لكنها لم تكن على قدر الثقة، ولم تكن صالحة، حولت حياته إلى جحيم، لتنتهي به الحال مطلقاً بطفلتين".

أن بنات اليوم كارثة بكل المقاييس، إلا من رحم ربي.. وبما أنها مطلقة، أكيد تكون قد تعلمت من تجربتها، ولن تكرر أخطاءها، ولهذا فقد تقدمت إلى إحداهن قبل مدة، وحاليا نحن نستعد للزواج".

المطلقة ربما مظلومة

ويوافق في الرأي "نجيب"، 38 سنة.. فهو لا فرق معه إن كانت مطلقة أم لا: "لا يهمني إن كانت مطلقة، بل ربما تكون مظلومة في طلاقها، وزواجي منها سينصفها، وأثاب عليه.. هناك الكثير من المطلقات مظلومات، وعانين الأمرين في زواجهن الأول، المهم أن تكون مخلصّة".

الجميع له الحق في فرصة ثانية

ويوافقهما في الرأي "عماد"، إذ يؤكد أنه من حق الجميع العيش: "زوجتي مطلقة سابقاً.. من حقها العيش بكرامة، وللجميع الحق في فرصة ثانية، مهما كان سبب الطلاق الأول، أنا لم

أول حكاية جذبتنا، لسيدة التقيناها على مستوى مستشفى نفيسة حمود، قسم طب وجراحة الأطفال، اصطحبت رضيعها رفقة زوجها، وكان الاستغراب بادياً على وجوه الفضوليات والفضوليين، فالزوج يصغرها بشكل ملحوظ.. وبعد دردشة صغيرة، تبين أنها مطلقة بطفل في سن السادسة عشرة، وعاودت الزواج بهذا الشاب، بعد قصة حب صدمت بالرفض بداية ثم الموافقة، وطفلها الرضيع هو ثمرة الزواج، مؤكدة أنها سعيدة جداً في زواجها.

بنات اليوم كارثة.. أفضلها مجرّبة

يقول "إسلام"، 28 سنة، إنه من بين الشباب الذين يفضلون الارتباط بمطلقة: "لا تهمني سنّها، ولا ضرر إن كانت تكبرني سنّا، هذه قاعدة عندي، فكل ما يهمني هو أن تكون ناضجة ومتفهمّة وصريحة، ما العيب في أن تكون مطلقة؟ لا عيب، أكيد، أفضلها مجربة، خاصة

قبل فن الكلام البطني، من أين كانت البداية في عالم الفن ككل؟

أولا، بدأت المسرح سنة 2011، درست لمدة 3 سنوات، شاركت بعدها في عروض مسرحية، وكذا سينمائية، ما أفخر به أنني فنان أتقن كل الأنواع، سواء الدراما أم الفكاهة في المسرح أم السينما، وقتها لم أكتشف بعد موهبتي في هذا الفن، أي الحديث أو الكلام البطني، لكنني كنت دائما أحس بشعور داخلي على أنه يوجد شيء يميزني، لكن لم أعرف وقتها ما هو، كنت أشارك في الأعمال الفكاهية، لكنني لم أحظ بفرصتي فيه، لأن الكثير يعتقد أن الفكاهي يجب أن تكون لديه خصوصيات في الشكل، والملامح تكون فكاهية، وأنا لا أحمل تلك الخصوصيات على حد تقديرهم، غير أنني أرى العكس تماما، بحيث إن الممثل يمكن أن يصنع وصلة فكاهية متقنة وممتعة، حتى ولو كان جديا في ملامحه، وخير دليل مثلا الممثل الكبير عثمان عريوات، أينما توله تجده، لأنه في الأخير، الفكاهة تخاطب العقل والدراما تخاطب القلب، وهو سر النجاح في كليهما.

كيف اكتشفتم أنفسكم لأول مرة في فن الحديث البطني؟

موهبتني هي فن الفكاهة، أتميز باللقائية والنظرة الشاملة للمواقف، كانت لدي القدرة على تقليد أي شخص أراه أمامي في الحركات والتصرفات، من هنا دخلت عالم التمثيل، أما في ما يخص كيفية اكتشاف فن الحديث البطني، فكان عن طريق الإنترنت، شاهدت ممثلا أمريكيا يمارس هذا الفن، وبمجرد رؤيته تعجبت وأحسست وكأنني أحمل هذا بداخلي، وهنا أدركت أنني أحمل موهبة فن الحديث البطني، انطلقت بعدها في الأبحاث والتجربة مباشرة، فكنت أتقن اللعبة من أول محاولة، وهذا يدل على الموهبة، لأنه بالممارسة، يجب أن تكون لديك سبع سنوات في هذا المجال، لكي تصبح محترفا في هذا المجال والقدرة على التحكم.

شاب طموح، يعتبر السباق في الجزائر من أتقن فن "الحديث البطني"، استطاع أن يحقق الاستثناء في مجال الفن إلى حد الساعة، تنوعت مواهبه بين الفكاهة والدراما، غير أنه شق لنفسه ميدانا آخر مختلفا، لم يطرق أحد بابيه من قبل، أصبح في وقت قصير المطلوب رقم واحد بين مختلف الفئات، لما يقدمه من رسائل اجتماعية وتربوية هادفة، في إطار فكاهي ممتع.. هو بلال غزال، المعروف بلال بـ بيتشيتشي، زارنا بمقر الشروق العربي، فكانت لنا معه هذه المساحة الزمنية، التي تطرق من خلالها إلى الكثير من الجوانب الخفية في هذا الفن.

للشروق العربي

بلال غزال

احضر لزواج
"بيتشيتشي"
وانتظروني في
أعمال ترفيحية

ماذا عن البدايات قبل أن تصبح معروفا في هذا المجال؟

المعروف أن كل البدايات في هذا الفن أو في غيره تكون بأشياء بسيطة، أنا عن نفسي، كانت الانطلاقة من "طرشونة" أضع لها عينين وأمارس اللعبة معها، أو بالجوارب، حاولت شراء "ماريونات" أو دمية من أجل تطوير موهبتي في تلك الفترة، لكن لم أجدها هنا في الجزائر، لذا كنت مضطرا إلى شرائها من فرنسا، في البداية كانت من أجل الإتقان والتعلم، غير أنها مع مرور الوقت أصبحت معروفا من خلالها.

لماذا اخترتم صحبتكم في هذا الفن "القرود"؟

أنا أعتبره الحيوان الأقرب إلى الإنسان، من حيث الملامح والحركات، كما أن الشخصية التي أحضرها في كل عمل تلائم أكثر القرود، لأن المعروف عنه أنه حيوان لا يخجل ومباشر في التصرفات، وجريء في تمرير الرسائل التي تكون في الغالب مباشرة.

ما هي الشروط التي يجب أن تتوفر في من يريد التحكم في هذا الفن؟

أولا، الموهبة وهي القدرة على منح الروح إلى تلك

"المايونات" أو الدمية، التي ترافقك في عملك، ليس انطلاقا من نصوص بل التلقائية في الطرح، كما يجب على من يريد التمرس في هذا الفن أن يكون فكاهيا بالدرجة الأولى، بالإضافة إلى القدرة على التحكم في الكلام دون تحريك الشفتين، القدرة على التركيز مع الدمية وكذا مع نفسك، وكأن المخ ينقسم إلى شطرين أثناء التقديم، القدرة على التحكم في الحبال الصوتية، عملية التنفس كذلك، ممارسة الرياضة، أنا أقوم بتمارين رياضية خاصة بالمحترفين من جري وكمال الأجسام وغيرها، تجنب التدخين، تجنب المشروبات الباردة قبل العرض وأكل مواد غنية بالسكريات بعد العرض، تسخين الحبال الصوتية في كل مرة.

كيف اخترتم اسم "بيتشيتشي" وماذا يعني؟

معناه الدلع، هو لقب جميل وخفيف على اللسان، كان لقب والدي لما كان شابا صغيرا، نسبة إلى أناقته أو كما يقال اليوم "حطة"، أصل الاسم إيطالي أو إسباني، اخترته لأنني اعتبره تكريما للوالد حفظه الله.

ماذا يغلب على الرسائل التي تقدمها من خلال هذا الفن وما يميزها؟

أغلبها تكون بطريقة فكاهية، والحمد لله أن جمهوري يضم كل الفئات الاجتماعية، أطفال وشباب وغيرهم، الميزة التي تحملها أنها رسائل تحمل دلائل كبيرة، وحتى من تكون تعنيه لا ينزعج منها، بل يتفاعل معها، ربما مثالا ضيف يمكن أن ينزعج من صحفي لو طرح عليه سؤال ما، لكن حين تكون من طرف "دمية"، يراها فكاهية أكثر.

شاركت من قبل في مسابقات خارج الوطن على غرار "أراب غوت طالنت"؟

نعم، قمت بالكاستينغ للطبعة الأخيرة من هذه المسابقة لهذه السنة، ونجحت بامتياز، حيث شاركت بعمل يضم أربع شخصيات في نفس الوقت، لكنني لم أستطع المشاركة، لأنني لا أملك بطاقة الخدمة الوطنية.

ماذا عن المشاريع المستقبلية؟

بالرغم من أنني لم ألق الدعم، إلا أنني أحمل الكثير من الأفكار، مثل تقديم عرض لمدة ساعة كاملة، أما عن رمضان - إن شاء الله - فلدي رسائل من أربع أو خمس دقائق، لدي ست كوم متقن، سميت "دار بيتشيتشي"، قصة زوجين يريان حيوانا، وهو "بيتشيتشي"، ولدي مشاريع أفلام كممثل سواء في أدوار فكاهية أم درامية، وأحضر لتزويج بيتشيتشي من أجل الانتقال إلى الرسائل الخاصة بالأزواج.



بطاقة الخدمة الوطنية
حرمثني من المشاركة في "أراب غوت طالنت" بعد اختياري مباشرة



مدرسة "اليد الذهبية" "Main d'Or"

كريم الأساس الدائم baby glow

أحدث تقنيات عالم التجميل لإخفاء عيوب البشرة

بعد الحصول على بشرة ملساء صافية، خالية من العيوب، حلم كل السيدات دون استثناء، ولكن الخلطات الطبيعية، أو مستحضرات التجميل باهظة الثمن، وحتى طبقات المكياج أحيانا لا تفي بالغرض.. لذلك، ابتكر خبراء التجميل مؤخرا كريم أساس (فونديشن) دائما، أو ما يسمى بـ baby glow.

التجميل بمدرسة اليد الذهبية، أنه يتوجب على السيدة تطهير بشرتها من جميع الرواسب والدهون العالقة بها، قبل التفكير في تطبيق كريم الأساس الدائم، ويفضل أن تخضع لتنظيف عميق للبشرة، بواسطة البخار، ليلة واحدة من قبل، أو في اليوم الذي تقوم فيه بوضع الـ baby glow، لأنه لا يمكن استعمال أي علاج أو تطبيق أي مستحضر على بشرة تعاني من تراكبات، وذلك لتفادي إظهار المزيد من العيوب.

هل يزول الفونديشن الدائم عند إزالة المكياج؟

عند استعمال كريم أساس دائم، فإن السيدة لن تكون في حاجة إلى استعمال أي من كريمات الأساس الأخرى، أو البودرة، في حين يمكنها تطبيق كل أنواع المكياج، حسب ذوقها، إذ رغم عدم حاجة البشرة بعد استعمال الـ baby glow إلى المزيد من البريق الذي تمنحه منتجات مشابهة، إلا أنها تحتل تطبيق الأيلينر، المسكارا، أحمر الخدود، ظلال العيون، وما تبقى من أصناف المكياج، كما يمكن إزالتها بالطرق التي اعتدت عليها لإزالة المكياج، دون المساس بطبقة الفونديشن الدائم، بحيث تبقى هذه الأخيرة كقاعدة ثابتة، وعن طريقة التخلص من مفعول كريم الأساس الدائم، فإنه حسب ما أطلعنا عليه خيرة التجميل، لا يمكن إزالته بالماء، أو بواسطة أي من المستحضرات الأخرى، وإنما يزول تدريجيا مع مرور الوقت وانتهاء مدة صلاحيته.

دون إمكانية تطبيق كريم الأساس الدائم، كإصابة السيدة بمرض السكري، وتداويها بالأنسولين، أو إصابتها بأحد الأمراض الجلدية المشخصة، كالالتهابات.. عدا هذا، تعتبر تقنية الـ baby glow آمنة تماما على البشرة، ولا تشكل أي خطورة عليها، فعلى عكس اعتقاد البعض بأن تطبيق كريم أساس دائم، قد يغلق مسامات البشرة ويمنعها من أداء وظائفها بشكل جيد، فإن هذه التقنية لا تفعل هذا، بل تسمح للبشرة بالتنفس بشكل عادي، وتبقى على المسام مفتوحة كما تكون البشرة في حالته الطبيعية دونما أي إضافة.

تنظيف البشرة ضروري قبل تطبيق baby glow

مثل جميع
علاجات
البشرة،
تؤكد خيرة

تقول خيرة التجميل بمدرسة اليد الذهبية إن هذه التقنية الحديثة، التي تم التوصل إليها، تعتبر طفرة في عالم الجمال، وأسلوبا صحيا ودائما للتمتع ببشرة مثالية، حيث إن الفونديشن الدائم الذي يتم تطبيقه في مراكز التجميل وتحت أيادي مختصين، بواسطة قلم يسمى dirmapan، يسمح بإخفاء جميع العيوب الظاهرة على البشرة، من بثور، حب شباب، آثار جروح أو حروق، استمرار الجفون، كدمات، بقع داكنة أو نقاط سوداء.. الفونديشن الدائم صالح لجميع الأعمار والفئات، فهو مطلوب بكثرة حتى لدى السيدات المتقدمات في السن، لأن الـ baby glow أثبت نجاعته في الإخفاء التام لجميع عيوب البشرة، ولا يظهر تكتلات على البشرة التي بها تجاعيد، عكس الفونديشن العادي، كما أنه يدوم لمدة ستة أشهر فما فوق، حسب جودة المنتج الذي يتم استخدامه في هذه التقنية، بحيث يمكن أن يدوم الفونديشن إلى غاية سنة أو أكثر.

متى يمنع استعمال فونديشن دائم؟

هناك
موانع
تحول

هناك



دروس بالإقامة للقاطنات
خارج العاصمة

021235349
0775284015
0550831149

الهاتف

49 شارع حسية
بن بوعلي الجزائر
العاصمة

Main d'or مدرسة اليد الذهبية
دروس في الحلاقة و التجميل

أغرب ما يمنعه
الجزائريون عن
نسائهم:

الفايسبوك، قص الشعر، المطر ومزيل العرق خطوط حمراء

قد تكون غيرة الرجل على أنثاه أمرا مستحبا، لكن المستهجن أن تتحول هذه الغيرة إلى نوع من التسلط وقائمة طويلة عريضة من الممنوعات التي قد تتعدى حدود العقل لتفاهتها، وفي ما يلي سنحاول تسليط الضوء على أغرب الأشياء الممنوعة على بعض الزوجات عندنا بحسب شهاداتهم.

تقول "نسيمة"، 40 سنة، لدى 12 سنة زواج حتى الآن، وطيلة هذه المدة لم أجرؤ على فتح نافذة غرفتي ولا حتى غرف أخرى بالبيت العائلي، فاقترابي من النافذة أمر محظور وغير قابل للنقاش، الكل يعرف غرفتي من الخارج، فالنافذة موصدة صيفا وشتاء، بعد أن سبق لزوجبي أن هددني بالطلاق إن اقتربت منها أو لمجرد

شبحي من الخارج، الأمر الذي جعلني أدعن له".

المبيت في بيتنا بمفردي ممنوع

ولا تقل رواية "عائشة" غرابة عن قصة سابقتها، فهذه الأخيرة وبالرغم من سنوات زواجها الثماني عشرة، إلا أنها ممنوعة من المبيت في بيت عائلتها بمفردها أو مع أطفالها الخمسة فقط، بل هو يرافقها في كل زيارتها ويسبق معها القدر

الذي تبقيه دون خجل، الأمر الذي وضعها في حرج كبير مع أشقائها وشقيقاتها الذين استغربوا هذا التصرف، وكانوا في كل مرة يفتحون معه الموضوع، ينتهي الأمر بكارثة وفضيحة في الحي".

لا للسرّوال والكعب العالي

أما "لبنى"، فزوجها منعها من ارتداء السرّوال تحت أي ظرف: "قبل زواجنا وأثناء فترة خطوبتنا لم يكن يمانع ولم يكن يعلق على ملابسني، لكن ما إن تزوجنا وانفردنا غرفتنا مزق كل سرّوايلي التي أخذتها

معي، الأمر الذي صدمني.. وأمام إصراري على ارتدائها، هددني بالطلاق وأنا عروس فامتثلت لأمره، وحاليا أرثدي "الجبات" في البيت والفساتين الطويلة والمعاطف خارجا".

وفي ذات السياق، تحدثت إلينا "أنيسة" عن حظر زوجها عنها لبس الكعب العالي، تحت أي ظرف، والألوان الفاتحة، سواء خارجا أم في الأعراس، الأمر الذي سبب لها أزمة نفسية- تقول:-

رائحتي تسبقني

بينما كشفت لنا "كريمة" عن حرجها المتواصل في اللقاءات العائلية والأعراس: "يمنع عني وضع العطر، ما يحدث لي حرجا خاصة في الأعراس واللمعات العائلية، فالجميع رائحته زكية وأنا أعرف من رائحتي التي تسبقني وتجعل الجميع ينفّر مني، ومع الوقت صرت لا أخرج حتى لا أخرج نفسي".

من جهتها، قالت "فريدة" إنها ممنوعة من صبغ شعرها أو قصه بالرغم من أنه خفيف وباهت، وبدأ الشيب يتسلل إليه عنوة: "تقدم بي العمر وأنا على عتبة الخمسين ممنوعة من صبغ شعري أو قصه، بالرغم من أنه مريض مثل حالتي، حاولت إقناعه بأن صبغ الشعر سنة فأغلق رأسه".

الفايسبوك

إلا أن ما منعه زوج "حياة" عنها أضحكنا كثيرا، فهي ممنوعة من استعمال "الفايسبوك" تحت أي ظرف، ومع هذا تستعمل "فايبر" و"تويتز" بكل حرية، فأى تناقض هذا!



إعداد: نسبية علال

مادقة

العناية الكاملة بالبشرة و الماكياج

برعاية

W Parfums
WOUROUD



عادات تدمر بشرتك.. فاحذريها

تستطيع بشرتك مقاومة الظروف المناخية الصعبة، من حرارة أو برودة، وتتصدى في الكثير من الحالات لعوامل خارجية مضرّة، دون أن تبدي أي عرض يدل على تأذيها، لكن هناك بعض العوامل السيئة التي توفرها السيدات لبشرتهن بقصد أو من دون قصد، وتكون كفيلة بتدمير بشرتك، وإظهارها شاحبة ومتضررة جداً.. في ما يلي، سننبهك إلى أهم هذه العوامل.

الأقنعة ووصفات الإنترنت

لا يخفى عليك، سيدتي، أن هناك عشرات الآلاف من صفحات الجمال، مجهولة المصدر، التي لا تسعى لإفادتك بقدر ما تسعى إلى رفع نسب المشاهدة والمتابعة، ويمكن لأصحابها فعل أي شيء من أجل البروز والانتشار وجلب الإشهار. لهذا، عليك أخذ الأمر بعين الاعتبار، والتأكد من مصادر الوصفات التي تقدمها بعض الصفحات للعناية بالبشرة، قبل الشروع في تطبيقها. وللتأكد من هذا، يمكنك البحث على ذات الشبكة، عن السيدات اللواتي دمرن بشرتهن أو شعرهن، وأصبن بالحساسية، وأحياناً بأمراض بالغة الخطورة، لمجرد انسياقهن خلف وصفات خاطئة.

المنتجات غير المضمونة

لا شك في أنك جربت مثبت الشعر لتثبيت المكياج، أو قلم الحبر لتثبيت الأيلاب، أو قلم اللباد لأحمر شفاه يدوم طويلاً.. هذه الحيل، التي أحدثت ضجة في عالم الجمال، وجاءت لتثبت نجاعتها وسط الكثير من ماركات المكياج العالمية، في الواقع يمكن أن تدمر بشرتك، وتلحق بها العديد من المشكلات العميقة. فالمواد الكيماوية التي تستعمل في تركيبة هذه المنتجات لا تلائم البشرة، وقد تتغلغل إلى عمقها محدثة كوارث، فاحذريها.

الطبيعية. وبالتالي، فإن البشرة تتضرر وتبدو باهتة، شاحبة وداكنة، وتتفاقم مشاكلها في حال استمرت هذه العادة السيئة. لذلك، ينصحك خبراء التجميل بإزالة المكياج، وغسل الوجه جيداً قبل النوم بمياه فاترة، وترطيب البشرة.

ضوء الهاتف في الظلام

من العادات الشائعة لدى معظم الفتيات والسيدات، عند الاستلقاء في فراشهن ليلاً، الاتصال بهواتفهن لدقائق قبل النوم أو حتى لساعات، وقد أثبتت الأبحاث العلمية مؤخراً، أن هذه من أسوأ العادات التي اكتسبتها البشرية مع التطور التكنولوجي، بحيث يعمل كل من الضوء الأزرق والأشعة المنبعثة من شاشات الهواتف على تلف البشرة وشبكية العين أيضاً. لذلك، ينصح الخبراء بالاسترخاء والابتعاد قدر الإمكان عن الأجهزة الإلكترونية وما ترسله من ذبذبات مسببة للسرطان.

الإبقاء على المكياج قبل النوم

تعود الكثير من السيدات إلى بيوتهن في آخر النهار، منهكات من العمل، أو عند العودة من حفلة أو سهرة، ويخلدن إلى النوم سريعاً، دون التفكير في التخلص من طبقات المكياج التي تغطي وجوههن. وهذا ما يسميه خبراء التجميل بأولى خطوات تدمير البشرة، حيث إن الجلد يحتاج إلى أن يتنفس أثناء الليل، ويجدد خلاياه، بينما عند الإبقاء على المكياج، والامتناع عن غسله، فإنه يغلق المسام ويقف دون أن يؤدي الجلد وظيفته





حقيقية للسيدات، خاصة في عصر التكنولوجيا العلاجية، ويمكن أن تساعد المنتجات الصيدلانية في التقليل من مشكل توسع المسام، في حين تم اختيارها بشكل صحيح، انطلاقا من معرفة نوع البشرة، فأصحاب البشرة الدهنية هم أكثر الأشخاص تعرضا لاتساع المسام، مقارنة بأصحاب البشرة الجافة الذين لا يصادفون المشكل، قبل الخضوع لأي علاج، يجدر بك تقشير البشرة وتخليصها من النقاط السوداء وجميع الشوائب العالقة بالمسام، تنظيفا عميقا، اختاري كريمات مرطبة مخففة، لا تحتوي في تركيبها على الزيوت.

المكياج لإخفاء المسام المفتوحة

في الواقع، ورغم تعدد الحلول لهذه المشكلة، فإن غالبية السيدات اللواتي يعانين منها، يفضلن المكياج كحل مؤقت لها، ولتفادي تفاقمها ينصح خبراء التجميل، باستعمال برايمر من النوعية الجيدة التي تناسب نوع بشرتك الدهنية أو المختلطة، حتى يمنع كريم الأساس من التوغل إلى داخل المسام، كما يساعده على الثبات لمدة أطول، فهناك أنواع خاصة من البرايمر يمكنها حتى التحكم في إفراز البشرة للمواد الدهنية.

يفضل أن تختاري كريم الأساس المخفف، وتجنبني البودرة المضغوطة قدر الإمكان، وتذكري أن المكياج العشوائي وغير المطابق لمعايير الصحة، دائما يزيد المشاكل الجلدية تعقيدا.

في كل مرة يتم استعماله، أنه قادر على فعل ما تعجز الوصفات والخلطات التقليدية عن القيام به، إذ تعمل تقنية الفراكشنال، بفضل أشعتها المتطورة، على تنشيط مادة الكولاجين المسؤولة عن تمديد عمق المسام في البشرة، للإشارة، فإن النتائج المذهلة في تضيق نتوءات الجلد باستخدام هذه التقنية، يجب أن تظهر منذ أول جلسة لليزر، للتأكد من فعاليتها.

العلاج بالمراهم والكريمات

المسامات هي عبارة عن نتوءات صغيرة تظهر على سطح الجلد في أماكن محددة، ويتوسعها قد تشكل عقدة

حلول فعالة للتخلص من عقدة المسام المفتوحة

تتعدد مشاكل البشرة، وتعد جميعها مزعجة وبعضها يصل إلى درجة الإحراج، من بينها مشكل توسع المسامات، أو كما يدعى علميا بـ "المسامات المفتوحة". هذا المشكل الجلدي، يجعل وجه المرأة الناعم يبدو كجسم غريب تملؤه النتوءات، فكيف يمكن علاجه !

من الطرق العلاجية والجراحية الكثيرة، ومن حيل تطبيق المكياج لإخفاء اتساع المسامات، هناك دائما حلول تجهلها السيدات، للتخلص من عقدة هذا المشكل، في حين يمكن اللجوء إلى:

تضييق المسامات بواسطة الليزر

لقد استطاعت هذه الآلة العجيبة، أن ترمم الكثير من المشاكل الجمالية للسيدات، حتى أصغر النتوءات التي تظهر على وجوههن، نتيجة الوراثة أو التقدم في السن. وأثبت الليزر





تنظيف أدوات المكياج يجنبك مشاكل البشرة

لا تقل أدوات تطبيق المكياج أهمية لدى النساء، من المكياج في حد ذاته، فاقتناء الفرشاة المناسبة، والإسفنجة الأنسب، من أهم العوامل التي تساهم في إنجاح المكياج، وجعله احترافيا أو يميل إلى ذلك، لهذا يجب الحفاظ على الأدوات والحرص على نظافتها، تفاديا للعديد من المشاكل منها إفساد مكياجك أو تلف الأدوات ذاتها، أو التسبب في مشاكل البشرة كالتهيج والحساسية.



الأساس، وأخرى لأحمر الخدود، وفرشاة للمسكرا وللحواجب... على الأقل، لديك خمس أو ست فراشي مختلفة الحجم والشكل، ولعلمك، فإنك مجبرة على تنظيفها جميعها، وبنفس الطريقة، من خلال وضعها في أوان صغيرة مختلفة بها ماء دافئ، (يفضل وضعها في أكواب بلاستيكية)، هذا لغرض ترطيبها، وفك شعيراتها الملتصقة في ما بينها مع بقايا المكياج. بعد هذه العملية، ضعي قطرات قليلة من محلول تنظيف فراشي المكياج، وهو موجود حاليا في محلات مستحضرات التجميل، تحت ماركات متعددة، دلكي الشعيرات برفق حتى لا تنفك عن عصا الفرشاة، واشفطها بالماء الدافئ مجددا، جففيها بمنشفة قطنية، قبل أن تعلقها بواسطة مقبض خاص، أو رصها لفترة داخل حاملة فراشي الأسنان، حتى تجف تماما، وتصبح جاهزة للاستعمال أو الحفظ.

هناك أساليب كثيرة أخرى مجربة في تنظيف فراشي المكياج، وأقل جهدا، ولكنها أقل فاعلية أيضا، أي إنها لا تنظف بعمق، مثلا، كوضع إسفنجة مبللة بمحلول تنظيف الفراشي والماء الدافئ، ثم تدعكين بها كل فرشاة على حدة، وتشفطها بالماء، أو تمسحين الشعيرات بواسطة مناديل مبللة خالية من الكحول، أو بواسطة منشفة أو قطعة قطن بها أحد الزيوت العطرية التي تستعملها كزيت اللوز، أو زيت جوز الهند، والأحسن أن يكون زيتا خاصا بالأطفال، ثم مسحها جيدا.

نشرت بعض المدونات مؤخرا على حساباتهن على يوتيوب وإنستغرام، طريقة منزلية سهلة، لتنظيف عميق لفراشي المكياج، بنقعها مدة نصف يوم كامل في ماء به خل.

على الرفوف، لأنها طريقة غير آمنة على بشرتك، رغم ما فيها من إضافة ناعمة وأنثوية لغرقتك، لهذا عند شراء أدوات المكياج، اختاري تلك التي تكون بداخل حقيبة بلاستيكية أو جلدية، حتى لا تصادفي مشكلا في حفظها مستقبلا.

هكذا تنظيف فراشي المكياج

إن كنت من عاشقات المكياج، فلا شك في أنك تملكين العديد من الفراشي، فرشاة لكريم

من المهم تنظيف أدوات المكياج مرة كل أسبوع إذا كنت من السيدات اللواتي يستعملن المكياج يوميا، وبالتالي، يوظفن أدواته، أما في حال كنت ممن يطبقن المكياج فقط في المناسبات، ثم يغلقن عليه درج الخزانة، فينصحك خبراء التجميل بغسل أدواتك قبل كل استعمال، لأنها تكون قد استجمعت البكتيريا والشوائب العالقة في الهواء، التي من الممكن أن تسبب لك مشاكل جلدية. بالنسبة إلى طريقة حفظك لفرشاة المكياج أو الأدوات الأخرى، ينصح الخبراء بتفادي عرضها





أساليب التخلص من آثار الجروح والحروق على البشرة

جمال البشرة وشبابها. فاللجوء إلى العلاج بالليزر من الوسائل المتقدمة جدا في هذا المجال، بحيث تعمل الأشعة الضوئية المسلسلة على الندبات مباشرة على تخفيفها بعد كل استعمال. لهذا يجب التريث في الحكم على نتائج الليزر إلى ما بعد ثلاث حصص أو أكثر. حسب حدة وعمق الندبات.

يمكن اليوم للسيدات اللواتي ترهبن فكرة الجراحة، في حين يعانين من آثار جروح أو حروق قديمة، ويعتقدن أنه لا سبيل إلى تصليحها، تحديد مواعيد لدى أخصائي الجلد، للتخلص من الآثار البارزة للندبات. وبالتالي، التخلص من آثارها الخفية على نفسيتهن أيضا، وذلك من خلال الحقن بمواد ترمم الجلد على غرار مادة السيترويد، عبر حصص متباعدة.

ينصح الخبراء بتفادي الحقن منزليا، وضرورة زيارة المختص والخضوع لتحاليل طبية دقيقة أولا، لأنه في الكثير من الأحيان، يتم إرفاق علاج الحروق والجروح عن طريق الحقن، ببرنامج طبي آخر، كتناول دواء مرافق أو الخضوع لحصص مراقبة وتحليل.

كما ينصح أخصائيو الجلد كذلك بتجريب المراهم أو الكريمات المصنعة لهذا الغرض، على مساحة صغيرة من جلد اليد، للتأكد من عدم وجود حساسية تجاه أحد العناصر المركبة للدواء.

الجراحة التجميلية عند استعمالهما على الجروح أو الحروق، مهما كانت آثارها قديمة.

العلاج والجراحة

تتخوف النساء من فكرة الجراحة، وحتى من فكرة العلاج عن طريق الحقن، ويفضلن المراهم والمستحضرات الصيدلانية كحل لمشاكل البشرة، لكن في بعض الحالات، يجب تجريب جميع الأساليب لاسترجاع

تتسبب آثار الجروح والحروق الناتجة عن مختلف الحوادث، التي تمر بها السيدات خلال حياتهن، في إحباط معنوياتهن، وتشكل حرجا وإزعاجا كبيرين، خاصة إذا كانت هذه الندبات بارزة، ومتوقعة في أماكن يسهل ملاحظتها، ويصبح إخفاؤها بواسطة الكريمات والمساحيق مهمة شاقة ومنفرة، إذ يجدر التخلص منها نهائيا عبر هذه الأساليب التي سنطالعك عليها.

الأساليب الطبيعية للتخلص من الندبات

تتوفر الطبيعة بالعديد من العناصر الفعالة لإزالة آثار الجروح والحروق من البشرة، إذ يقوم خل التفاح أو زيت الزيتون بهذه المهمة، من خلال وضعه لمدة لا تتجاوز عشر دقائق، وتدليك المنطقة جيدا، ثم إزالته بواسطة منشفة وتطهير المنطقة بالماء جيدا.. مع تكرير العملية حتى ثلاث مرات يوميا، باستمرار إلى غاية الحصول على نتيجة فعالة. العسل، من المواد الحيوية، التي لها قدرة جبارة في التئام الجروح وشفاء الحروق وآثارها، يمكن وضعه بواسطة ملعقة على مكان الندبات، دون تمريره باليد، وتغطيته بخرقة معقمة وإزالته بعد نحو نصف ساعة. عصير البصل، أو عصير الطماطم، أكدت أبحاث في عالم الجمال أن هذين العنصرين يعادلان





OASIS

Musk

Soin &
Efficacité
24H

W
Parfums
WOUROUD

جميع الحالات، يجب عليك الابتعاد عن الملابس الضيقة جدا.

الترطيب واستعمال الزيوت والكريمات

بعد الحلاقة، أو قبل النوم، من العادات الأكيدة لبعض السيدات أن يقمن بطلاء المناطق الحساسة بالزيوت المعطرة، أو كريمات الترطيب، هذا الأمر قد يتحول من أسلوب للعناية بالبشرة إلى سلاح يحارب جمالها ونقاوتها، خاصة إذا ما قامت السيدة باستعمال هذه المستحضرات بشكل متكرر ودون عقلانية، فصحیح أن البشرة تحتاج إلى ترطيب، لكن إذا بالغنا في العناية بها وإشباعها بالدهون والكريمات المرطبة، سوف تعمل هذه الأخيرة على سد مسام البشرة.

التنظيف العميق

تدعى بالمناطق الحساسة، لأنها أكثر مكان في جسم الإنسان يمكن القول بأنه بيئة جيدة للميكروبات والأوبئة، لذلك، تلزم العناية بها باستمرار، من خلال تنظيفها خاصة في فترات الصيف حين تزداد كمية إفرازات الجسم، إذ ينصح خبراء الصحة باستعمال الماء والصابون الطبيعي غير المعطر لتنظيف الأماكن الحساسة، والحرص على إزالة الشعر الزائد بطرق صحية، وضرورة التنشيف الجيد بعد كل حمام واغتسال، بواسطة مناشف فائقة الامتصاص، يستحسن أن تكون مناشف قطنية. كما ينصح الخبراء بتفادي الإفراط من استخدام مستحضرات الغسيل الخاصة بتنظيف المناطق الحساسة، حتى وإن كانت مستحضرات صيدلانية، لأنها قد تؤدي إلى مشاكل عضوية، فالاعتناء بالماء والصابون الطبيعي، هو الوسيلة الأكثر أمانا.

العناية بالمناطق الحساسة لتفادي الاسوداد والتهيج

حسب إحصائية عالمية أخيرة، تعاني سبع سيدات من أصل عشرة من اسوداد وتهيج المناطق الحساسة، على مدار العام، ويشكل هذا الأمر مشكلا جماليا حقيقيا بالنسبة إلى النساء، خاصة اللواتي يحرصن على أناقتهن، ويعشقن الملابس المكشوفة في الأفراح والمناسبات.



الشعر الزائد.

الاختيار الصائب للملابس الداخلية

من بين أهم التوصيات للعناية بالمناطق الحساسة، ارتداء الملابس الداخلية القطنية، التي تناسب مقاس الجسم، وتفادي الانسياب خلف الملابس المطرزة والملفتة للانتباه، التي عادة ما تنسج من خامات قماش سيئة، تسبب تهيج البشرة بفعل قدرتها على توليد الحرارة عند احتكاكها بالملابس الأخرى، عكس الملابس الداخلية القطنية التي تعمل على تهوية البشرة، ولها قابلية كبيرة لامتصاص الرطوبة والعرق.. في

التخلص من الشعر الزائد

هناك العديد من العوامل التي تسبب في مشكل اسوداد وتهيج تحت الإبطين وبين الفخذين، ومعظمها يتعلق بالعادات الجمالية السيئة، كاستخدام شفرة الحلاقة لإزالة الشعر، إذ إن بعض السيدات يسغن فعل ذلك، كأن يستعملن الشفرة عكس اتجاه نمو الشعر، أو يستعملن شفرات غير مخصصة للمناطق الحساسة، وبالتالي، تكون أقل حدة مع نتائج كارثية على البشرة.. لهذا، تنصح خبيرة التجميل بمدرسة اليد الذهبية بترك الطرق السريعة للحلاقة، والتوجه صوب الشمع للتخلص من





اهتمي برموشك الطبيعية لأكثر كثافة وصحة

تحلم جميع الإناث برموش طويلة كرموش الريم، فيلجأن إلى الرموش الاصطناعية، والقليل فقط من يعرفن كيفية الحفاظ على رموشهن الطبيعية، والعناية بها لتكثيفها وتطويلها.. لأجل هذا، جمعنا لك بعض النصائح الجمالية التي قد تفيدك للحصول على رموش الأحلام.

لتنشيط الدورة الدموية في الجفون، والسماح للعناصر المغذية بالوصول إلى بصيلات الشعر.

حيل لزيادة كثافة وطول الرموش

في عالم الجمال، هناك دائما حيل لإظهار العكس، يكفي التحلي ببعض الاحترافية عند تطبيقها، مثلاً: عند وضع الماسكرا على الرموش الطبيعية، استعملي فرشاة ذات أسنان قريبة من بعضها، ومشطي رموشك من خط الجفن إلى نهاية الرموش، حتى تجف الماسكرا، يمكنك كذلك رش القليل من بودرة الأطفال، على الطبقة الأولى من الماسكرا، والانتظار حتى تجف، وإعادة تطبيق طبقة ثانية للحصول على أكثر كثافة تضاهي الرموش الاصطناعية. التطبيق الاحترافي لظلال العين باللون الأسود، أو الرمادي الداكن من استعمال حيل الماسكرا، كفيل بإعطاء الرموش مظهر رائعاً.

ننصحك باستخدام كميات قليلة جداً في كل مرة، أو مزجه بزيوت أخرى.

زيت الزيتون: من الزيوت الغنية جداً بالمعادن والفيتامينات خاصة فيتامين E، يعمل على ترطيب الرموش وزيادة كثافتها، وإبراز لونها الداكن.

هناك العديد من الزيوت الأخرى، كزيت جوز الهند، وزيت الكافور، وزيت الصبار، وزيت اللوز المر، هي جيدة لإعطاء نتائج ملحوظة على الرموش الطبيعية، يمكن توظيفها في تدليك الجفون، كما تستطيعين تطبيقها بواسطة فرشاة مسكرا نظيفة تماماً، المهم ألا تنسي التخلص من بقاياها صباحاً، من خلال شطف عينيك بالماء الدافئ.

نظافة الرموش، تمنع انسداد المسام، والحرص على تمشيطها باستمرار من العوامل التي تساهم في تطويلها كذلك، وهي من العادات الصحية التي ينصح بها خبراء التجميل

ليس تركيب رموش اصطناعية، أو شراء ماسكرا باهظة الثمن بالحل الأمثل لتطويل وتكثيف الرموش، هنالك الكثير من الحلول المنزلية البسيطة، وغير المكلفة، يمكن تطبيقها بكل سهولة وفي وقت وجيز، مع ملاحظة رموش طبيعية ثابتة توازي الرموش الاصطناعية المهددة بالسقوط، والفقد في أي لحظة.

تحتاج بصيلات الشعر النامية على جفني عينيك إلى تحريض تدفق الدم إليها من أجل النمو سريعاً، وبشكل صحي، لذلك أنت أمام خيار تحفيزها عن طريق تدليك الجفون قبل النوم لمدة عشر دقائق إلى ربع ساعة، من الأحسن استعمالك واحداً من هذه الزيوت:

زيت الخروع: يعتبر الأمثل في عملية تطويل وتكثيف الشعر على العموم والرموش أيضاً، له فاعلية كبيرة في القضاء على الفطريات والبكتيريا التي تحول دون النمو الصحي للرموش، لكن قوامه الكثيف، ورائحته النفاذة قد تزعجك، لهذا



L'EAU DE PARFUM
POUR HOMME

indigo

Parfums
WOURD



مواصفات الرموش الاصطناعية المناسبة لعينيك وهذه مخاطرها

استولت الرموش الاصطناعية على حيز واسع من اهتمام الجنس اللطيف، خلال هذه السنة، فبالرغم من مخاطر بعض ماركاتها على العين، إلا أنها مطلوبة بكثرة من قبل الفتيات والسيدات، لما تضيفه على العين من جاذبية فائقة، فهي بديل المسكرا وطبقات المكياج.. جمعنا لك بعض المعلومات عن كيفية اختيارها، وأخطارها، وطرق استعمالها.

بكل مناسبة على حدة، مثلاً إذا كنت تفضلين اعتماد رموش طويلة إضافية أثناء العمل أو المشاوير اليومية، يمكنك زيارة مركز تجميل وتركيب رموش متفرقة بالحجم الذي يناسب عينيك، أما إن كنت تحتاجين إلى رموش بارزة لحضور حفلة زفاف أو ماشابه، فالأمر راجع إلى نوع المكياج الذي تستعملينه وبالطبع إلى شكل العيون. لكن الرموش الاصطناعية المناسبة هي تلك التي تأتي على شكل شريط (قطعة واحدة).

العيون الواسعة هي الأوفر حظاً بالرموش الاصطناعية، إذ يمكن استخدام مختلف الأنواع والأشكال عليها، تبقى العيون الغائرة تحتاج إلى رموش فائقة الكثافة ذات شعيرات طويلة وبارزة من حدود العين إلى أطرافها، مع إمكانية إضافة مسكرا عليها، بالنسبة إلى العيون الذابلة (الناعسة) تنصح خبيرة التجميل بتثبيت رموش خفيفة مع علو في الأطراف، أي التي تعطي العين مظهراً وكأنها مسحوبة نحو الأعلى.

نصيحة مهمة: عند سقوط الرموش الاصطناعية أو انتزاعها، يجب تنظيف الرموش الطبيعية جيداً من بقايا المواد اللاصقة والشوائب العالقة بالشعيرات، مع ضرورة ترطيبها بوضع زيوت على فرشاة مسكرا نظيفة وتمريضها عليها من الجذور وحتى الأطراف.



التحسس
لها.

هكذا تختارين الرموش المناسبة

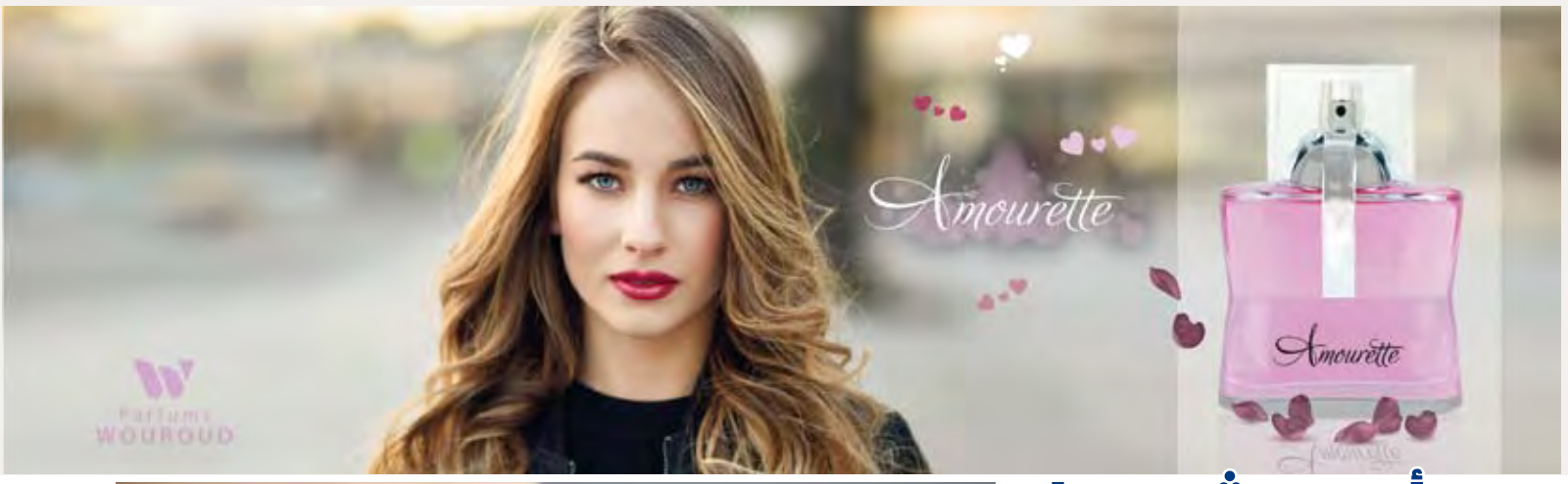
نعلم أن الرموش تحولت خلال هذه السنة إلى موضة يومية ولم تعد لصيقة بالمناسبات فحسب، لهذا ننصحك خبيرة التجميل بمدرسة اليد الذهبية باختيار الرموش الخاصة

مخاطر الرموش الاصطناعية

قبل الحديث عن مميزاتها الجمالية، كان علينا أولاً ننوه إلى خطورة الرموش الاصطناعية على العين، فاستشرنا طبيب العيون الدكتور عويسي رضا، الذي أطلعنا على حقائق كارثية حول هذا العنصر التجميلي واسع الاستهلاك من قبل النساء: "يستعمل في صناعة الرموش بعض المواد الكيماوية التي تشكل خطراً على العين، كمادة الفورمالدهايد المهيجة للجفون، هذا دون الحديث عن الحساسية التي تسببها المواد المستعملة لتثبيت الرموش الصناعية على خط الرموش أو على الرموش في حد ذاتها واحدة بواحدة"، بالإضافة إلى هذا، يؤكد الدكتور عويسي أن الشعيرات الصناعية التي يتم إلصاقها على رموش العين إنما تعرقل وظيفتها الأساسية في حماية العين من العوامل الخارجية كالغبار والجسيمات العالقة في الهواء، كما أن الاستمرار في استعمالها بشكل دوري يمنع بصيلات الشعر من التنفس، ويؤدي ذلك إلى تهيجها، وسقوط كلي للرموش الطبيعية، لهذه الأسباب يشدد الدكتور عويسي على ضرورة استشارة أخصائي عيون قبل التفكير في تثبيت أي نوع من أنواع الرموش الاصطناعية، والتأكد من عدم

SMOKE
EAU DE PARFUM





أهم شروط وضع العدسات اللاصقة

نصائح طبية

تدمن الكثير من السيدات على وضع العدسات اللاصقة لغرض الزينة والإبهار، فيما يزداد عدد المتهافتات عليها يوميا من مختلف الأعمار، حتى إن العدسات اللاصقة لم تعد كما كانت في الماضي مجرد وسيلة لتصحيح النظر بدل النظارات، وإنما تحولت إلى إكسسوار يباع لدى محال التجميل، وأصبح الحصول عليها سهلا وغير مكلف. صحيح أن التمتع بعينين زرقاوين أو عسليتين يشعّر النساء بالتغيير وبميزيد من الثقة في النفس، لكن قبل التفكير في اقتناء وتركيب عدسات لاصقة، عليك الاطلاع على هذه المعلومات.

التأكد من المصدر

هناك شركات محلية وأخرى صينية تصنع العدسات الملونة دون الخضوع لشروط الصحة والوقاية، ليتم بيعها كخصلات الشعر أو الرموش الاصطناعية بأثمان بخسة تنافسية، ويجري التسويق لها بشكل واسع عبر الإنترنت، لهذا نحذرك من الانسياق خلف هذه الإعلانات وطلب عدسات دون التحقق من مصدرها وجودتها ومطابقتها لمعايير السلامة والصحة، فالأمر متعلق بأمراض خطيرة قد تصيب عينيك عند استعمال هذه المنتجات. ينصحك أخصائي أمراض العيون، الدكتور عويسي رضا، في حال



فارتداء نظارات شمسية يقلل إجهاد عينيك ويمنع وصول الضرر إليهما، كما يحافظ على نظافة سطح العدسات، وبالتالي الحد من خطر التهيجات التي تصيب العين. في حال لاحظت احمرارا بعينيك، أو شعرت بجفافهما أو بإجهاد لرؤية واضحة، يجب عليك فورا نزع العدسات، لأن هذه أهم مؤشرات وجود مشاكل بالعينين، ويجب منعها من التفاقم، في حال تكرر الأمر لأكثر من مرتين، عليك مراجعة أخصائي عيون، إذ يمكن أن تكون العدسات التي تستعملينها غير مناسبة لك، أو لديك حساسية من دخول جسم غريب إلى عينك، ولم تتمكني من التأقلم معه. عند وضع العدسات ونزعها، حاولي دائما ترتيب العملية والبدء من اليمين إلى اليسار أو العكس، حتى تضمني وجود كل عدسة في مكانها المناسب، تفاديا لانتقال أي مرض أو حساسية من عين إلى أخرى، كما عليك العناية بنظافة العدسات، والحرص على عدم نفاد محلولهما.

كنت تعانيين من مشاكل في النظر، أو كانت عينك سليمتين، باللجوء إلى أخصائي عيون وطلب وصفة لشراء العدسات المناسبة لعينيك، على أن يكون مكان اقتنائها مضمونا ومقننا. كما يوصي الدكتور عويسي جميع السيدات اللواتي يستعملن العدسات اللاصقة بغسل اليدين جيدا وتطهيرهما قبل لمس العدسات، سواء لوضعها أم لنزعها، مع الحرص على التدريب الجيد لفعل ذلك بالنسبة إلى اللواتي يستعملن عدسات لأول مرة. ويكون التدريب من خلال شخص اعتاد وضع عدسات، أو المشاهدة الدقيقة لفيدويوهات توضيحية عبر الإنترنت. عند امتلاك عدسات لاصقة، عليك الحصول على نظارات شمسية، هذا الأمر ضروري ولا مجال للنقاش حوله، فالعدسات والنظارات الشمسية ملازمتان لبعضهما البعض في قاموس صحة العيون، مهما كان نوع العدسات، حاميا من الأشعة فوق البنفسجية أو حساسة،



SMOKE

EAU DE PARFUM



تخلص من تساقط الشعر من دون مستحضرات

الذهبية حول هذه العاد السيئة، إنها يمكن أن تدمر بنية الشعر نهائياً، وتعرضه للتساقط والبهتان بشدة، وتضيف الخبرة أن: "البلل (الماء) الذي يظل عالقا بخصلات الشعر، يؤدي إلى ضعفها وتكسرها بشكل سريع، كما يمنع الشعر من إنتاج الزيوت المفيدة له، التي تساهم في ترطيبه وتقويته.

لهذا، ننصحك الخبرة بمدرسة اليد الذهبية، بتخصيص مناشف فاخرة الامتصاص لتجفيف شعرك بعد كل استحمام، وفردة قليلاً قبل إخضاعه لحرارة مجفف الشعر، مع تفادي المياه شديدة الحرارة عند الاستحمام، لأنها تعمل على توسيع المسام والمساعدة في فقدان الشعر.

تحكمي في عاداتك اليومية

على كل سيدة أن تدرك أن أثر الإجهاد والتوتر يمكن أن يسيء إلى شعرها، بنفس الحدة التي تؤدي بها هذه العادات أجهزة جسمها الأخرى أو ربما أكثر.. وانطلاقاً من هذه المعلومة، عليك التحكم في برنامج من جديد، ومحاولة تفادي القلق والتوتر والمشاعر السلبية، والابتعاد كل البعد عن مسبباتها، مقابل هذا يجدر بك التحلي بعادات صحية كممارسة الرياضة، الاسترخاء واعداد راحة لجسمك بعد التعب أو بذل مجهود أكبر من المعتاد، مع الحرص على الإكثار من شرب الماء، وألا تنتظري العطش.

الفيتامينات B C E والمواد المضادة للأكسدة، بالإضافة إلى احتواء السبانخ على أحماض الأوميجا المسؤولة عن مستوى صحة الشعر، فضلاً عن المعادن الأخرى التي تساهم في تثبيت وتقوية خصلات الشعر كالبوتاسيوم، الحديد، المغنيزيوم، الكالسيوم..

تجفيف الشعر

تتكاسل الكثير من السيدات خاصة المحجبات، عن تجفيف شعرهن بعد الاستحمام، ويحدث هذا بكثرة في موسم الربيع والصيف، تقول خبيرة التجميل اليد

تلجأ الكثير من السيدات إلى مستحضرات التجميل وشراء أنواع متعددة من الشامبو وأقنعة الشعر، وحتى البحث عن زيوت أصلية تخلصهن من مشكل تساقط الشعر، من خلال هذا الموضوع، لن نقدم لك أساليب أو عناوين منتجات جديدة لحل هذه المشكلة، وإنما سنسعى، باستشارة خبراء الشعر، إلى أن نقدم لك أهم العوامل والعادات الصحية التي تساعدك للقضاء نهائياً على مشكل فقدان الشعر.

النظام الغذائي الصحي

كثيراً ما نستمع إلى نصائح خبراء التغذية بخصوص العادات الغذائية السليمة، وأنها هي الحل الأمثل للوقاية من الأمراض والعوارض المزمنة، التي تصيب جسم المرأة.. لهذا، جمعنا لك أهم الأطعمة الغنية بالفيتامينات والمعادن التي تقوي شعرك وتمنعه من التساقط، وهي متوفرة في جميع المطابخ، كالجزر مثلاً، إذ يحتوي هذا النوع من الخضار على كمية لا بأس بها من مادة البيتاكاروتين، والفيتامين A الذي يمنح فروة الرأس القدرة على إنتاج الزيوت الطبيعية الصحية التي تمنع الشعر من التساقط. السمك، بمختلف أنواعه وما يحتويه لحم البقر والبيض من بروتينات مفيدة للشعر، وكذا السبانخ.. بحيث تعتبر هذه الأخيرة خزاناً للعديد من



L'EAU DE PARFUM
POUR HOMME

indigo

W
Parfums
WOUROUD



favorite
L'EAU DE PARFUM



W
Parfums
WOUROUD

لهذا يوصي أخصائيو التغذية بتجنب الأبيضين قدر الإمكان، ويقصد بهما الملح والسكر المضاف، وتناول الخضار والفواكه طازجة، مع الإكثار من تناول التفاح الأخضر، والأغذية الغنية بالأوميغا 3.

الابتعاد عن التدخين والكافيين

ليس ضروريا أن تكوني سيدة مدخنة حتى يصاب شعرك بالشيب المبكر، يكفي أن تكوني طوال الوقت في بيئة فيها دخان السجائر، أنقصي من تناول القهوة التي تحتوي على نسب عالية من الكافيين، استبدلي هذين العادتين السيئتين بكوب شاي مع المكسرات مرة في اليوم، فالمكسرات من أكثر الأغذية التي تحتوي على الدهون الأحادية غير المشبعة، التي تؤخر التجاعيد والشيب.

الابتعاد عن التوتر والقلق

الضغوط النفسية، القلق، التوتر، الإجهاد... كلها عوامل تساهم بشكل كبير في ظهور التجاعيد والشيب، إذ إن العديد من المختصين يجزمون بأن ظروف الحياة العصرية، بما في ذلك ظروف العمل المجهّد، والتوتر جراء التنقل في المواصلات، والتعاملات البشرية اليومية، كلها عوامل تساعد على الشيخوخة المبكرة. وبالتالي، ظهور الشيب في وقت مبكر... ومع هذا، تتواصل التوصيات بالمدامومة على الرياضة، وملء الفراغ بالهوايات المفضلة والمفيدة، مع إعطاء الجسم الراحة الكافية بعد النشاط الزائد، واستثمار العطل في الترويح عن النفس والتخلص من الطاقة السلبية.

وصفات سحرية لتأخير الشيب

ليس الشعر الأبيض بصفة محبوبة لدى السيدات، ولا يعتبر أبدا دليلا على النضج والحكمة والوقار، كما هو بالنسبة إلى الرجال، ومع هذا بعض النساء يجزن بخصلات بيضاء حتى قبل سن الثلاثين، بسبب الوراثة، أما في الحالات العادية فيمكن تأخير ظهور الشيب عبر العديد من الأساليب الصحية، هذه أهمها:

العناية الجيدة بالشعر، منذ الصغر

يمكن أن تفيدك هذه النصائح والعلوم، إذا لم تبلغ بعد مرحلة الشيب، فلتفادي الظهور المبكر للشعر الأبيض، عليك البدء في سن صغيرة بالعناية بشعرك، عن طريق تدليك يومية لتنشيط الخلايا الموجودة على فروة الرأس، استعملي بعض الزيوت كزيت الخروع، أو زيت جوز الهند، فهي كذلك تساعد بصيالات الشعر في إنتاج عنصر الميلانين المسؤول عن لون الشعر، تفادي الصبغات الكيميائية أيضا. من فترة إلى أخرى، وبعد الفراغ من الاستحمام، اشفطي شعرك بكمية من المياه التي بها القليل من خل التفاح، قبل مغادرة الحمام، يمكنك استبدال خل التفاح بمنقوع المرامية. أما بالنسبة إلى العناية اليومية، فحاولي تعويد شعرك على الزيوت والمستحضرات التي تحتوي على الفيتامين E الذي يؤخر شيخوخة شعرك، كزيت اللوز، والتمتع بالعديد من المزايا الأخرى، كالتخلص من التلف والقشرة.

النظام الغذائي الصحي

تساهم عاداتك الصحية كثيرا في التحكم في توقيت إصابة أجزاء من جسمك بالشيخوخة،



OASIS

Soin &
Efficacité
24H



W
Parfums
WOUROUD



صحيح أن الصبغات الكيميائية تغطي خصلات الشعر الأبيض بشكل يمكن ملاحظته فور غسلها، لكنها في الوقت ذاته تعتبر من أهم العوامل التي تولد الشيب في شعر النساء، وتساعد على تفشيده سريعا، لهذا حاولنا أن نجمع لك بعض الوصفات الطبيعية التي تعمل مفعول السحر في الإخفاء والحد من انتشار الشيب.

صبغات طبيعية للتخلص من الشيب

تقريبا، غطي شعرك بغطاء رأس بلاستيكي لمدة أربع أو خمس ساعات، قبل أن تشطفيه بالماء الدافئ، ستلاحظين أن أشد خصلات الشعر بياضا قد تحول لونها إلى الأحمر القاتم المائل إلى السواد، كرري العملية أسبوعيا للحصول على أفضل النتائج.

الشاي الأسود

هناك من يجزم بأن هذه الوصفة صينية لا محالة، خاصة بعد ملاحظة نتائجها الفعالة، بحيث يعمل منقوع أو مغلي الشاي الأسود على إعطاء مختلف أنواع وألوان الشعر، لونا أسود براقا، كما ثبت عن الشاي الأسود أنه يمنح الشعر كثافة وقوة أكبر.

قشر الرمان

يحتوي قشر الرمان على العديد من الفيتامينات والمعادن التي تغذي الشعر وتمنعه من التساقط، كما تزيد من كثافته وقوته، ويستعمل قشر الرمان كذلك في تلوين الشعر باللون الأحمر، أو البني القاتم، كما يمكن استخدامه في سن مبكرة لمنع أو تأخير ظهور الشيب. يتم نقع قشور الرمان لليلة كاملة في الماء، ثم غليها صباحا حتى يكشف الخليط، ولا يبقى من الماء إلا القليل، بعدما يبرد، يتم خلطه بقطرات من زيت الزيتون ودهن الشعر به، وفي حال كنت ترغبين في الحصول على لون قاتم، يمكنك خلط الحناء بالسائل الذي تحصلت عليه من غلي قشور الرمان.



أيضا.

الحناء

تستعمل النساء الحناء منذ القديم، فقد صنفت هذه العشبة كأقدم صبغة شعر استعملتها المرأة على مر الزمان، واستعملت كذلك كعلاج للحكة، والفطريات التي تنمو وتتكاثر على فروة الرأس، كما أثبتت الحناء فاعليتها في تقوية بصيالات الشعر، لهذا يتم تفضيلها على باقي الصبغات الأخرى حتى وقتنا هذا، خاصة أن تغييرات كثيرة طرأت على هذه المادة بعد زيادة الطلب عليها، فقد تم تحويلها من صبغة تعطي جميع أنواع وألوان الشعر اللون الأحمر، إلى صبغة طبيعية يمكن أن تعطي ألوانا مختلفة كالبني القاتم، أو الأسود.

الشمندر (البتراف)

الكثير من ماركات المكياج العالمية، استوحت من الشمندر ألوانها بل وأدخلته في تركيبة الكثير من المنتجات خاصة أحمر الشفاه، وهو ذات الأمر الذي حدث مؤخرا مع ماركات لصناعة صبغة الشعر.. فلم لا تجربينه منزليا ومن دون إضافات كيميائية؟ يستعمل عصير الشمندر، أو الماء الذي تغلى فيه هذه الخضار لتدليك الشعر الأبيض، يفضل أن تمزجي العصير مع زيت اللوز أو زيت جوز الهند، وبعد التدليك والدعك لمدة ربع ساعة





العطور التي تناسب شخصيتك نصائح مهمة تساعدك في الاختيار

يعد اختيار العطر المناسب، أصعب مهم جمالية تمر بها السيدات، وربما هذا هو السبب الرئيس وراء تمسك غالبية النساء بماركة معينة من العطور لسنوات طويلة، في محاولة لحل هذه المشكلة، جمعنا لك بعض نصائح الخبراء لتساعدك في اختيار العطر المناسب لذوقك وشخصيتك.

إذا كنت شخصية تميل إلى البروز والشهرة وجذب الانتباه، ستميلين لا إراديا إلى اختيار العطور الترابية، أو كما تسمى العطور العربية، كالخشب، والعنبر والمسك والصندل، لكن توخي الحذر فهناك فئات واسعة من المجتمع يرفضون هذه العطور، ويصابون بالدوار والدوخة حيالها، اختاريها عطورا مخففة، أو اكتفي برشتين المراهقات والسيدات الشغوفات بالموضة والألوان والإكسسوارات، عادة ما تفوح منهن روائح الليمون، والبرتقال، روائح منعشة لا يمكن تفسير مصدرها الأصلي، ولكننا نتبعها بشغف ونشعر بأنها موجة من الحيوية والنشاط، عند شراء هذه العطور ضع في الحسبان أنها عطور صباحية لا تصلح للمناسبات الرسمية، ولا للسهرات، لهذا يجب عليك امتلاك قنينة عطر كلاسيكية ضمن تشكيلة عطورك اليومية حتى لا تقع في الحرج.

منفرة، رغم أنه من الممكن أن عطرك المناسب يكون من ضمنها، فالأجدر هنا أن تجربي العطور على فترات متباعدة.

اختاري ما يناسب شخصيتك

الشخصية التي تتمتع بها المرأة، هي المعيار الأول الذي تختار النساء عطورهن على أساسه، لا شعوريا، ومن دون أدنى تخطيط. سيدات المجتمع الراقيات اللواتي يعملن في المكاتب والقاعات المغلقة، ويحتجن إلى ليس الكلاسيكي واتباع ديناميكية حركية معينة، والكثير من الإتيكات، هن في الغالب شخصيات غامضة، ومندفعة ونشيطة، تناسبهن العطور الهادئة الجذابة، والمستوحاة من الطبيعة، كعطور الأزهار والورود... إذا كنت ضمن القائمة، فعليك تجنب العطور القوية والنفاذة، لأنها لا تناسب الأماكن المغلقة، وقد ينزعج أو يتحسس منها زملاؤك في العمل.

أخطاء تجنبها عند التسوق لشراء عطر

في البداية، سنتطرق إلى الأخطاء الشائعة التي تقترفها السيدات عند إقبالهن على اقتناء قنينة عطر، هذه الأخطاء نأمل أن تأخذوها بعين الاعتبار كي لا تعملي بها حينما يحين دورك: قد يعجبك عطر صديقتك المقربة، أو قد تمر إحداهن بقربك فتتعلق حواسك برائحة عطرها وتحلين بالكثير من الجرة لتسألها عن الماركة، لست في حاجة إلى هذا أبدا، فقد تجربين العطر ذاته ولا تحصلين على نفس الرائحة، والتفسير العلمي لهذا، هو أن أجسام البشر تفرز روائح مختلفة تماما عن بعضها البعض، وهذا ما يجعل تفاعل العطور مع رائحة الجسم ينتج روائح مختلفة أيضا، فمن الأحسن ألا تحاولي. أثناء التسوق، قد تشتمين أكثر من عشرة عطور، ولكنك بعد تجربك العطر الثالث ستتعطل حاسة الشم لديك نوعيا، وستبدو بقية العطور





كيف تحتفظين بعطرك لمدة أطول !

أي شراء قنينة والاحتفاظ بها لسنوات طويلة من الزمن، اعتقادا منها أنها ستصبح مركزة أكثر، بفعل احتوائها على الكحول، لكن الخبراء يشددون على خطورة هذا التصرف، ويؤكدون أن العطور كغيرها من منتجات الجمال تحتوي على مدة صلاحية معينة، وبالتالي، فإن الروائح التي تؤول إليها بعد تعتيقها طويلا إنما هي دليل على أن قنينة العطر التي تستعملينها فاسدة، وغير صالحة للاستعمال، لهذا تخلصي سريعا من كل العطور القديمة جدا، تفاديا لأي مرض جلدي خطير.

إضافة الكحول إلى عطرك المفضل

من المفاهيم الخاطئة، والشائعة بين النساء بكثرة، أن إضافة الكحول إلى قنينة العطر تجعلها تدوم طويلا، وتزيد من تركيزها وتثبيتها على الجلد. فحسب الخبراء، يعتبر هذا الأمر صحيحا نسبيا، غير أن له من السلبيات أيضا، بحيث يعمل الكحول على مضاعفة سعة قنينة العطر، ولكن هذه الإضافة تفقد العطر رائحته الحقيقية، وقد تشكل لك مشاكل على صحة بشرتك، لذلك من الأفضل عدم إضافة أي سائل إلى عطرك المفضل، والاحتفاظ به كما هو مع الحرص على إغلاق القنينة جيدا، لتفادي التبخر السريع لنسبة الكحول الموجودة في القنينة. إذا كنت من السيدات اللواتي لا يستعملن العطور كثيرا، وترغبن في طول مدة صلاحية القنينة، فعليك باقتناء ماء التواليت، أو الكولونيا، لعدم احتوائها على مواد مضافة.

تنفق بعض النساء أموالا معتبرة في سبيل الحصول على قنينة عطر مميزة، وبعضهن يملكن تشكيلات واسعة من العطور عمرها سنوات، وفي كل مرة يتساءلن عن الطرق الصحيحة لحفظها، وكيف يمكن أن يدوم العطر طويلا دون أن تتغير رائحته إلى الأسوأ، والكثير من الأسئلة سنحاول الإجابة عنها.



الظروف المناسبة لتخزين عطورك المفضلة

يعتقد الكثير من الناس أن حفظ العطور في الشلاجة، يزيد من تركيزها، ويجعلها أكثر تثبيتا في مكان رشها، غير أن هذه ليست سوى كذبة تجارية، يتداولها بائعو العطور، لكسب ثقة زبائنهم وللتأكيد على جودة وأصالة المنتج الذي يبيعونه، فتركيز العطر ومدة ثباته مرتبط فقط بمكوناته وأحيانا بقوة الرائحة التي يفرزها جسم الإنسان، أما موضوع درجة الحرارة هذا فيتعلق بمدة صلاحية قنينة العطر، رغم أن الخبراء يؤكدون أن الحرارة الشديدة في الخارج أو البرودة الشديدة داخل الشلاجة كليهما يفسدان

العطر، والأصح حفظه في درج أو خزانة مظلمة، بعيدة عن الضوء الذي يخرب جزيئات العطر، أو من الأحسن عند الاقتناء البحث عن قنينة العطر غير الشفافة، التي تكون مغلفة بطبقة من الألوان تمنع اختراق الضوء لها.. وفي نفس السياق، يفضل الخبراء عدم الاحتفاظ بالعطور في أماكن الاستحمام، فالحمامات عادة مغلقة، وبها الكثير من الرطوبة بالإضافة إلى درجات الحرارة المرتفعة، ويستحسن تخزين العطور في غرفة النوم، وفي زوايا مظلمة كما سبق أن أشرنا.

تعتيق العطور

تقبل العديد من السيدات على تعتيق العطور،





والقمصان الطويلة أو الفساتين، وإذا أردت أن تكوني أنيقة ومميزة على الدوام، فإن عليك استغلال هذه الألبسة التي تناسب مبادئك كمحجبة، وخلق نسق خاص بك في عالم الموضة المتغير باستمرار، كيف ذلك؟

هناك نصيحة يتداولها ويردها جميع خبراء المظهر في كل المناسبات، وتعتبر قاعدة جوهريّة للراغبات في التميز، "إن ما تشعرين داخله بالراحة، هو ما يجعلك تبدين دائما أجمل"، فلو اعتمدت على هذا المبدأ في محاولة تنسيق الثياب التي تريحك، وتشعرك بالرضا، فإنك ستستمرين دائما في الشعور بأنك الأجمل.

لا تهمل شعرك

من المشاكل الجمالية القليلة التي تثير المحجبات، هي كيفية الاعتناء بالشعر، خاصة أنهن يضعن سكارف على رؤوسهن طيلة اليوم، ما يمنع تنفس الشعر، تقول الخبيرة بمدرسة اليد الذهبية إنه من الضروري على المحجبات إيلاء وقت لشعرهن، وإلا اكتشفن تلفه فجأة، وقد يكون الوقت قد تأخر.

أما عن كيفية العناية، فتقول الخبيرة: "تمشيط الشعر مهم، واعتمادك الحجاب لا يجب أن يجعلك تتوانين عن القيام بهذه العملية الحيوية التي تسمح بتسريح خصلات الشعر وتنفسها، والعناية كذلك بغسله وتنشيفه جيدا وعدم تركه مبللا، لأن هذا الأمر يؤدي إلى ضعفه وتساقطه، الترطيب مهم أيضا". وكنصيحة إضافية، يجب على المحجبات كغيرهن، التخلص من نهايات الشعر المتقصفة من فترة إلى أخرى، ولتعويض الفترات الصباحية التي يكون فيها شعرك مربوطا ومغلغا في الحجاب، من الأفضل أن تفريده وقت النوم، حتى يتسنى لخصلات الشعر التنفس والنمو بشكل صحي.



جلدية مع شارة معدنية وليتراوح سمكها بين 3 إلى 7 سنتيمترات. القلائد الكبيرة والبارزة، والخواتم المعدنية المرصعة بمختلف الأحجار والألوان..

اصنعي نسق الموضة خاصتك

إن ارتداءك للحجاب، يعني أنك تعتمدين على البنطلونات الواسعة، أو التنورات الفضفاضة

للمحجبات.. تمتعي بجمالك في احتشامك

بدأ الاهتمام بشكل جدي مؤخرا بكل ما يهم جمال المحجبات وأناقتهن، إذ قامت العديد من الماركات العالمية، بما فيها الأوروبية والأمريكية، بتخصيص نصيب من منجاتها لهذه الفئة الواسعة، وأصبح للمحجبات نسق خاص في الموضة والأزياء، لكن الكثييرات مازلن يجهلن أن بعض صيحات الموضة وعادات الجمال، مباحة لهن أيضا.

الأحزمة والإكسسوارات

كونك محجبة في عصر الموضة والتطور السريع لعالم الأزياء والنسيج، لا يعني أبدا أنك مستثناة من التمتع بجمال قطع الإكسسوار الدارجة على الموضة، التي تتفنن ماركات عالمية في إخراجها إلى السوق من فترة إلى أخرى، وهذا دون التخلي عن احتشامك، وزيك الساتر الطويل، إذ برزت مؤخرا موضة الأحزمة الجلدية التي تحمل شارات ماركات قوتشي، شانيل، ديور... وهي صالحة للاستعمال على فستان طويل أو ليكات من الصوف أو الأقمشة المطبوعة بالزهور أو المربعات، فهي تضيف أناقة وشياكة فائقة حتى على الثياب البسيطة والخالية من التفاصيل، لذلك، من المهم اكتساب مجموعة من الأحزمة المميزة في أدراج خزانتك، ولتكن





OASIS

Musk

Soin &
Efficacité
24H

W
Parfums
WOURoud

أعشاب وعناصر طبيعية تعيد صحتك البدنية والجسدية

تسعى المرأة في عصرنا هذا إلى تحقيق وإثبات ذاتها بشتى الوسائل، انطلاقا من التفكير في المستقبل، مروراً بالسهر والتعب لنيل الشهادات، وصولاً إلى ضغط العمل.. في خضم كل هذا، تغفل الكثير من السيدات عن الاعتناء الكامل والصحيح بصحتهن البدنية والنفسية، لهذا بحثنا عن وسيلة سهلة قد تساعدك، فتوصلنا إلى بعض الصفات ذات الأصول النباتية، من شأنها أن تخلصك من العديد من مشاكلك.

خلال دسها في أكياس قماشية نفاذة، لن يتغير مفعولها في كل الحالات.

استمعي رشاقته بهذه العناصر الطبيعية

الشاي الأخضر: يستعمل الشاي الأخضر كثيراً في وصفات التخلص من الوزن الزائد، كما أنه يحتوي على مادة الثيانين التي تعمل على تعديل دقات القلب، والحد من الانفعال والتوتر. أنت تلاحظين تغيرات جسمك باستمرار، فإذا حدثت لاحظت زيادة في الوزن، ننصحك بالمداومة على شرب كوب من الشاي الأخضر يوميا، مع قطرات من عصير الليمون التي تعمل على تفكيك الدهون المكتسبة من الأكل السريع والعادات الغذائية السيئة.

الزنجبيل: من العناصر متعددة الوظائف أيضا، فهو ينشط خلايا وأجهزة الجسم، في نفس الوقت يزيل العوارض النفسية السيئة، ويقضي على مشكل تراكم الدهون في منطقة الخصر.

النوم الجيد، وتنظيم الوقت، من العوامل المهمة أيضا لاستعادة صحتك البدنية والنفسية، إذ إن تناولك لكل هذه العناصر الطبيعية من دون الالتزام بنمط حياة صحي، سوف لن يغير شيئا.



على الارتخاء والراحة.

الخزامى: تفعل الخزامى بجهازك العصبي مفعول السحر، فبمجرد تناول كوب منها ستشعرين بالهدوء التام، والالتزان، يمكنك استعمال هذه العشبة كمعطر لغرفة النوم من

أعشاب ترفع المعنويات

غالبية اللواتي يقعن في دوامة الكآبة والإجهاد، لم يعتقدين بهذه النهاية أبدا، فهن سيدات نشيطات يسهرن إلى آخر الليل طمعا في إنجاز المزيد من المهام، المتعلقة بالمنزل أو بالعمل والدراسة، ويستيقظن في الصباح الباكر جدا، حتى لا يضيعن مواعيدهن، يعملن بجهد مضاعف طوال اليوم وينسبن تناول الوجبات في أوقاتها.. كل هذه الضغوط قد تنعكس بشكل سلبي على الصحة النفسية للمرأة، وقبل التفكير في وصفات تهدئة الأعصاب، وتصليح المعنويات، ننصحك بالنظام أولا، وبالسير وفق برنامج يناسب جهدك وإمكاناتك كامرأة، بعدها يمكنك أخذ كوب من واحد من هذه الأعشاب، ليكمل الباقي.

النعناع: خصائص هذه العشبة، أنها تهدئ المزاج سريعا، وترخي الأعصاب، فرائحة أوراقها لوحدها تشعرك بالارتخاء والهدوء، وتطرد عنك جميع المشاعر السلبية، فما بالك بتناول كوب دافئ من مغلي النعناع قبل النوم مباشرة. البابونج: قليل منا يعرف هذه الزهرة السخية، ولو أدركنا فوائدها الكثيرة لأدمننا عليها جميعا، فتناول كوب دافئ من مغلي البابونج، يساعد على التخلص من التوتر والقلق، فهو عبارة عن جرعة من المسكنات الطبيعية التي تساعد الجسم



في حوار شيق:

"نورهان زغيد"

أتمنى الوقوف أمام الممثل الكبير "صالح أوقروت"

رغم صغر سنّها، إذ إنّها لم تتعدّ عتبة الـ 13 سنة، إلا أنّها قوية جدا وجريئة في مسار جيد، جميلة الوجه وجميلة الروح، لا تكاد تجلس إليها إلا وتنفجر ضحكا، ولا تكاد تفادرك الابتسامة، فتاة مرحة، طفولتها طاغية وموهوبة إلى أبعد الحدود.. تقرّبنا منها لنوافيكم ببعض جديدها وتمنياتها.

كيف هي أحوال الدراسة؟ وكيف

توفيقين بينها وبين العمل؟

أسير وفق برنامج مرتب، التمثيل له وقته، والدراسة لها وقتها.

هل هناك شيء في الأفق؟

أفضل التكتّم على الموضوع حاليا وتركه مفاجأة.

وماذا لو ألحنا عليك ونزلنا عند

رغبة جمهورك؟

نعم، لدينا عمل جديد، حيث سأخوض تجربة التنشيط في حصة.

كفتاة صغيرة، كيف ترين نفسك

والتمثيل؟

شخصيا، وجدت ضالتي فيه، ووجدت نفسي.. فأنا أحبه كثيرا.

نلاحظ أن والدتك دوما إلى جانبك،

بم تشعرين؟

والدتي دوما إلى جانبي، ترعاني وتساندني، وحيثما أذهب، هي معي، وتشجعني كثيرا، خاصة أنني لا أزال صغيرة، وأحتاج إلى مرافق دائما.

تنوين مواصلة المسيرة في التمثيل؟

نعم، فهو هوايتي، لم لا.

إذا ماذا تحلم نورهان أن تمتهن عند

الكبير؟

حالا أكمل دراساتي - إن شاء الله - أتوق إلى أن أكون سائحة طائرة، لهذا أجتهد في دروسي.

كم عندك من مشروع عمل حاليا؟

اثنان فقط.

وماذا تحضرين

لرمضان؟

ليس بعد، ربما الوقت مبكر، فلم أتلّق أي دور.

نورهان تمارس

حقوقها في اللعب

كطفلة؟

نعم، أخرج دائما للعب مع صديقاتي، نتجول في الحي، ونلعب كرة السلة وكرة القدم وكل شيء.

وعادي، تأقلمت مع الشهرة، في الحي لم يتغير شيء، فأنا نورهان ابنة الحي، ألعب بحرية وببساطة، وأستمع بوقتي مع صديقاتي، وأعيش سني.

وفي الشارع، يستوقفك المعجبون

لأخذ أوتوغرافات وصور للذكرى؟

نعم، كثيرا.. فهم يرغبون في السيلفي معي - تضحك -

الناس كلهم ينادونك «ياسمين»، ألا

يزعجك هذا؟

لا، مطلقا، فالعجبون أحبوا دور «ياسمين»، ويفضلون مناداتي به.

وفي القسم، كيف تسير أمورك؟

بشكل عادي، في القسم أنا تلميذة وأنزع عني عباءة التمثيل. يسألونني لكن يعاملونني بطريقة عادية.

مع من تطمحين إلى التمثيل

مستقبلا؟

لست أعرف، هناك الكثير من الأسماء الكبيرة.

مثلا؟

صالح أوقروت، سهيلة معلم، وآخرون.

ومن المخرجين؟

بالرغم من كثرتهم، لا أستطيع تحديد أحدهم، وكل يوم يظهر مخرج جديد، وعملهم في القمة، ما يجعلنا نندهش ونتمنى العمل إلى جانبهم.

هل كانت لديك تجربة مع المسرح؟

نعم، حينما كان في عمري ست سنوات.

والآن؟

لا، توقفت.

لماذا؟

لأنهم في دار الثقافة، حيث كنت أزاوّل معانقة الركح، توقفوا ليس إلا.

نتمنى لك حظا سعيدا عزيزتي.

شكرا

عمليات التجميل في الجزائر بين الشرع والقانون والطب

نعم للتصحيح...
لا لتغيير خلق الله

الجراحة التجميلية،
قضية جدلية في
العالم الإسلامي،
وفي الجزائر على
وجه الخصوص...
ما جعلها تمارس
بضبابية كبيرة، بعيدا
عن الرقابة، وخارج
القانون.

عاهة ناجمة عن عيب خلقي أو نتيجة حادث أو
جراحة أوسرطان...

غياب التأمين

من بين ثغرات القانون في الجراحة التجميلية،
غياب التأمين عن العمليات، ورفض الكثير من
شركات التأمين الخاصة إدراج هذا النوع من
الجراحة ضمن الأخطار التي قد يعوّض المتضرر
منها. ويدفع بعض الجراحين مبالغ طائلة إلى
شركة تأمين لتعويض المرضى، لكن الإشكال
يكمن في "من يقوم بالخبرة الطبية، إذا كان
الجراح خيرا، فمن يقيّمه؟"

رأي علماء الدين

يذهب أغلب أساتذة الشريعة في الجزائر إلى
رأي كبار المفكرين والمجتهدين في الدين، وعلى
رأسهم رئيس اتحاد العلماء المسلمين سابقا،
يوسف القرضاوي، الذي أجاز الكثير من
العمليات التجميلية والتصحيحية، والهدف
منها العودة إلى أصل الجسم، لأن الله حسب
"لم يخلق الإنسان بكرش" مثلا، فأجاز شفط
الدهون، وشد الوجه، وتقويم الأسنان، شرط
ألا تنطوي هذه العمليات على غش أو تدليس.

من جامعات أوروبية، خاصة الفرنسية.

على مستوى العيادات الخاصة لا تقبل
شهادة جراح التجميل بل جراح عام

من بين المفاجآت التي وقفنا عندها في إدارة
بعض العيادات الخاصة، أن كل الأطباء الذين
يمارسون الجراحة التجميلية يؤجرون غرفة
العمليات، ويقدمون شهادة جراح عام، حيث لا
تقبل شهادة جراح تجميل، لعدم مطابقة هذه
الشهادة في الجزائر، أو عدم الاعتراف بها قانونيا
لدى وزارة التعليم العالي والبحث العلمي أو لدى
وزارة الصحة.

لكن علميا، وكما هو معمول به في العالم،
فإن الجراحة البلاستيكية تضم كلا من
الجراحة التجميلية والجراحة التصحيحية. أما
التجميلية، فهي تحسين الشكل دون وجود
تشوهات عن طريق الشد والشفط والنفخ، أو
تغيير في شكل الأنف والأذن، وتصغير وتكبير
ورفع الثدي وشفط البطن، وغيرها من الجراحة
التجميلية التحسينية.

والتصحيحية،
هي تصحيح

فالفراغ القانوني، الذي يحيط بهذا النوع من
النشاط، هو ما يجعل المرضى عرضة للخطر،
في حال وقوعه، فلا يجدون أي جهة يلجؤون
إليها. فحتى القضاء، لا يعيد إليهم ما خسروه،
لأن النتائج العكسية لأي عملية تجميلية غير
قابلة للتصحيح. وهو أخطر ما يتحصل عليه
أي شخص يذهب لتحسين شكله، فيقع في
التشوه، أو يعرض حياته للموت.

موقف الجزائر والمشرع الجزائري من الجراحة
التجميلية، موقف يشوبه لبس، فهي لا تمنع
ولا تسمح، فهي لا تسمح بحكم معارضة
المؤسسات الدينية لمبدأ تغيير خلق الله، ولا
تسمح إلا بعمليات محددة تصحيحية للمظهر
الخارجي للجسد، الذي تشوه نتيجة لحوادث
أو حروق تحت اسم الجراحة البلاستيكية،
وتمارس هذه الجراحة أيضا على مستوى
ضيق جدا في كل من مستشفى الدورية لحروق
البالغين، وعلى مستوى عيادة باستور لحروق
الأطفال بالعاصمة.

ليس هناك تكوين جامعي
لهذه التخصصات

توجهنا إلى كلية الطب في
الجزائر، للاستفسار عن
تخصصات الجراحة
التجميلية، فأكدوا
لنا عدم وجود
تخصص بهذا
المصطلح، بل
هناك دفعة
واحدة ستخرج
السنة القادمة
تخصص
جراحة
بلاستيكية.
هذه الدفعة،
استحدثت
مؤخر المواجهة
نقص الجراحين في
علاج تشوهات الحروق
والحوادث، بعد أن تقلص
عدد الجراحين في الجزائر في
هذا التخصص، وإن أغلب
من يحملون شهادات جراح
تجميلي، لهم شهادات



جراح التجميل سالم تتعلل للشروق العربي

هذا ما يجهله الجزائريون عن «خطر» شفط الدهون

يقول جراح التجميل، الدكتور شعلال سالم، للشروق العربي، إن الجراحة التجميلية في الجزائر غير مقننة، ما جعل الكثير يخوضون في الحديث والتعليق عليها، بصفة غير صحيحة.. وفي ذلك تغليب للمرضى. ووصفها بالنشاط الصعب والمعقد، وأن أبسط خطأ يؤدي إلى نتائج وخيمة، وأنه من الأفضل أن يمر جراح التجميل على مرحلة تشريح الجسم، لمعرفة ما يحمله الجسم البشري.

الجسم، والزمن المستغرق أثناء العملية لا يفوق ساعتين.

شفط الدهون، لا يعتبر عملية معالجة للسمنة، بل يقوم بتحسين مظهر الجسم، مع بعض الخرز، لجعله في نهاية المطاف متناغما. وإذا لم يتم تأسيس نمط حياة أفضل بعد العملية، فإن الفائض من الدهون يمكنه التشكل من جديد، وفي نفس الموضع.

أهم ما يمكنكم تذكره:

- ينصح بشفط الدهون في حالات محدودة للغاية.
- لا يمكن تسعير المتر المستخرج من الدهون (عند استخراج 10 لترات لا يتم دفع مبلغ أكبر مقارنة باستخراج 5 لترات من الدهون مثلا).

- شفط الدهون لا يعتبر عملية لفقدان الوزن أو التخسيس، إذا كنت تعاني من زيادة الوزن أو السمنة، فإن شفط الدهون لا يحل أي شيء، بل إنه محظور في حالتك. سوف تحتاج أولا إلى فقدان الوزن تدريجيا (النظام الغذائي، بالون المعدة) ثم شفط الدهون، أو بالأحرى، النحت من جسمك بعد ذلك.

- من المهم إجراء تقييم الدهون قبل أي عملية شفط.

- الأشخاص، الذين يعانون من حساسية لمادة الليدوكاين، لا يمكنهم الاستفادة من هذه العملية (مادة الليدوكاين تستعمل في التخدير الموضعي).

- في حالة ارتفاع ضغط الدم ومرض السكري: استخدام الأدوية المضيق للأوعية، يتطلب حذرا أكبر... لذلك، تعطى أهمية كبيرة لاستشارة ما قبل التخدير، وأخذ احتياطات مضاعفة.

- إذا كان لديك عامل خطر واحد على الأقل لانسداد الأوعية الدموية (phlebite أو مانع الحمل عن طريق الفم...)، فسوف تحتاج إلى تناول مضادات التخثر بجرعة وقائية لمدة 10 أيام، والنهوض المبكر بعد العملية مع ارتداء غمد ضغط أو اللباس الداخلي المخصص للضغط (إذا لزم الأمر)، يسمح للرفع الصحيح للجلد.

أين تجرى العمليات الجراحية؟

نحن نؤجر أقساما جراحية في العيادات الخاصة.

نفسى.

هناك فراغ قانوني، كيف تواجهونه في حال فشل الجراحة؟

لم يحدث أن فشلت في أي عملية. قد يكون عدم الرضى التام، لأن هناك مرضى "يبحثون عن المثالية"، لكنني تعاقبت بصعوبة كبيرة مع شركة تأمين خاصة، وأدفع الكثير من الأموال مقابل تأمين نشاطي.. ففي حال الخطأ، أو عدم رضا المريض، أحيله على المحامي، لكن يبقى مشكل الخبرة: من يقيم جراح التجميل، إذا كان هو خيرا؟

شفط الدهون الأكثر إقبالا من طرف الجزائريين، هل هو فعلا خطير؟

الكثير لا يعرفون معنى شفط أو امتصاص الدهون، الذي يعتبر عملية جراحية تحت تخدير كلي أو أحيانا موضعي، وتهدف العملية إلى استئصال الفائض من الدهون، الموجودة بصفة غير متساوية أو غير متوازنة في مواضع معينة في الجسم، ما يعطي شكلا غير جمالي، يصاحبه زيادة في الوزن دون سمنة!!! فيجب ألا تفوق الكمية الممتصة نسبة 6% من الوزن الإجمالي للجسم، كما أن المساحة المعالجة لا تتعدى 33% من مساحة

هل الجراحة التجميلية قاتلة؟

خطر الموت، يكون فقط في العمليات الجراحية الكبرى، كجراحة القلب والكبد وزرع الأعضاء وغيرها. وبالنسبة إلى عمليات التجميل، فهي ليست قاتلة، لكن احتمال الخطر وارد في كل جراحة تتم تحت التخدير الكلي. فالتخدير عالم كبير ومعقد، لأن هناك مواد يتعرض لها المريض لأول مرة، قد تعرض حياته للخطر.

هل تتلقى طلبات غريبة لتغيير

الشكل أو الجسم؟ وكيف يكون ردك؟

أحيانا، تتقدم إلينا سيدات، يحملن صورا لمشاهير، ويطلبن تغيير شكلهن... نقول لهن بهدوء، إن أجسامهن لا تصلح، لأن الشكل يتبع الهيكل العظمي.. أو سيدة تطلب تضخيم الثدي بـ"بروتاز" 800 مل، وهو حجم غير منطقي، قد يشوه جسمها.. فنرفض بلباقة. فالسيدة التي تقدمت إلى طبيب التجميل بهذا الطلب، تعاني من مشكل



مرحباً بك ضيفاً على صفحات مجلة الشروق العربي، حدثنا عن بداياتك مع أبي الفنون قبل ولوج عالم السينما والتلفزيون؟

بداياتي كانت مع مسرح القليعة، اشتغلت مع يوسف تعوينت وكنت أيضاً أدرس بدالي إبراهيم بالمعهد، شاركت في العديد من الأعمال المسرحية، سواء مع المسرح الوطني أم مع التعاونيات وكذلك مع الديوان الوطني للثقافة والإعلام، وكان لدينا أعمال مسرحية خاصة بالصغار وبالكبار، نذكر منها: مسرحية "العذراء"، "قرية الأمان"، "أسير الحرية"، وغيرها، فضلاً عن مشاركاتي بأفلام تلفزيونية مثل: فيلم "لعبة الضمير"، و"الشتاء الأخير"، فضلاً عن مشاركاتي بالفيلم السينمائي "البئر"، وعدة أعمال مسلسلات تلفزيونية فكاهية، وحاليا أدير جمعية اختصاص مسرح وسمعي بصري.

بدأت حياتك الفنية بالمسرح، كانت لديك العديد من المشاركات، لكن مسرحية (القائدة حليمة)، صنعت الفارق، حدثنا عن هذه التجربة؟

يتسم، صحيح كانت ذكريات جميلة واكتشفت مواهب أخرى لي في الأعمال الكوميدية، ذات الطابع الفكاهي الذي أميل إليه أيضاً، وكانت تجربة رائعة جداً ما زلت عالقة بذاكرتي، تعاملت مع ممثلين في القمة، وبعد عدة عروض مسرحية قدمتها حصلت على لقب أحسن ممثل بمهرجان المسرح الوطني سنة 2010، وكان ذلك ثمرة الجهد والاجتهاد وجبي للفن الرابع، أبي الفنون.

الشروق العربي: أثرت جدلاً كبيراً بمواقع التواصل الاجتماعي إثر مشاركتك بمسلسل الخاوة، وتأثر الجمهور وتفاعل معك بدور "جليل"؟ عبد القادر سليمان: الحمد لله، والحقيقة لم أكن أتوقع كل ذلك التفاعل، صحيح، تعبننا في التحضيرات وتقمص الدور لكن وصلنا إلى هدفنا المنشود.

بدأ مشواره الفني بأبي الفنون، يُحب المسرح والفن بكل أنواعه، يجتهد في كل دور يُقدمه ويحترم رأي جمهوره، لديه العديد من الأعمال المسرحية والتلفزيونية وشارك بفيلم البئر الذي ترشح للأوسكار، يتمتع بخفة دم وكاريزما ويتقمص الدور ببراعة، استطاع أن يكتسب مكانة في قلوب جمهوره، شهر رمضان المنصرم إثر مشاركته بمسلسل الخاوة، ودخل كل البيوت الجزائرية وحتى العربية منها، بكت العديد من الأمهات إثر مشاهدته وهو يخاطب والدته من وراء القضبان، استطاع أن يثير جدلاً واسعاً بمواقف التواصل الاجتماعي وتمكن بدور «جليل» أن يؤثر في الملايين من المشاهدين.. إنه الممثل عبد القادر سليمان، الذي خصنا بهذا الحوار، الذي تحدث فيه عن بداياته وعن تجربته الفنية وعن التهمة التي نسبت إليه وكيف تجاوز محنته، التي أثرت في نفسيته وفي عائلته، لكنها أصبحت من الماضي كما قال لنا وكشف أيضاً عن جديده...

الممثل

عبد القادر سليمان

المعروف بجليل يفتح قلبه للشروق العربي:

«ثمن نجاحي دفعته غالياً والحمد لله العدالة أنصفتني»..



مازلت أدين لأبي الفنون بكل نجاح حققته بالأعمال التلفزيونية..

سبق أن صرحت بأنك تعبت في التحضير لدور «جليل»، هل أنت راض بما قدمته للجمهور؟

بطبيعة الحال، كل دور يتطلب جهدا، وتحضيرا، ونلتزم بالسيناريو وتوجيهات المخرج. وفرحتي كانت كبيرة عندما دخلت قلوب كل الجزائريين وتأثروا بالشاهد وبكل كلمة قلتها لصديقي أو لوالدي باللسلسل، لم أصل إلى درجة الرضا لكوني دائما أجتهد لتقديم الأفضل للجمهور، فالسؤال هذا موجه إليه، أي المتلقي و... «إن شاء الله ربي يقدرنا بأش نرضي كل المتابعين، ونكون عند حسن ظنهم».

إلى أي مدى أثرت فيك شخصية «جليل»، وكيف تتعامل مع جمهورك «الفانز» عندما ينادونك جليل؟

يبتسم، والله حاجة تفرح، وتشعرك بالمسؤولية والخوف في ذات الوقت وأطرح السؤال على نفسي: هل سأحافظ على هذه المكانة في نظر جمهوري مستقبلا؟

قلت في حوار سابق إنك لم تتعرض للحقيرة، لكن ربما غيرت رأيك بعد الاتهامات المنسوبة إليك، التي أحدثت بلبلة وضجة وسط عائلتك ومحبيك وحتى بمواقع التواصل الاجتماعي؟ ما هو تعليقك؟ وكيف تجاوزت تلك القضية؟

والله يا أختي، أحاول نسيان ما حدث لي، كان ذلك كابوسا، وتأثرت حقا، بالتهمة التي نسبت إلي من غير حق، والعدالة ستفصل قريبا في هذا الأمر وتلك القضية، ولقد تم استدعائي إلى التحقيق معي والاستماع إلى أقوالي، وأخذت العدالة مجراها والحمد لله أنا بريء، ولست الأول من الفنانين ولا حتى الأخير الذي تعرض لمثل هذه الإشاعات أو التهم، للأسف، كلما ينجح فنان ويبرز نجمه، يجد جهات في الخفاء تحرض من أجل تشويه سمعته وصورته أمام جمهوره، لأختم بقولي: الحقيقة ستظهر كاملة، وحسبنا الله ونعم الوكيل، وكل هذا أصبح من الماضي «صفحة وطويتها»، وأنا الآن سعيد ومتفائل بعام 2019.

تحصلت على لقب أفضل ممثل مؤثر في شهر رمضان الماضي، حسب رأي الجمهور.. ألا تظن أن المسؤولية أكبر الآن؟

*انتظروا جديدي بالتلفزيون الجزائري وبعرض مسرحي بداية شهر مارس..

أحب كل الأدوار، كل دور أستمتع بتأديته، وأختار السيناريو بعناية والمخرج الذي أعمل معه أيضا مهم، وبطبيعة الحال، جهة الإنتاج تلعب دورا أساسيا أيضا في رواج وإتمام العمل وعرضه.

ما الشخصية التي استفضتكم إيجابيا على الصعيد الدرامي من غيركم من الممثلين؟

عبد القادر سليمان: لدي الكثير سأذكر البعض منهم: الفنان مصطفى لعربي، ومن مصر أحمد السقا، ومحمد رمضان، ومن الأجانب الفنان جورج كلوني وغيرهم كثير.

من الممثل الذي تمنيت أن تقف إلى جانبه في أي عمل سواء على الركب أم في عمل درامي؟

والله ليس لدي اسم محدد، فأنا أقدر وأحترم جميع الممثلين، وأعرف أن أي تجربة ناجحة أو فاشلة ما هي إلا إضافة لمشواري الفني.

ما الذي يبكي «عبد القادر» اليوم؟ وما الذي يفرحه؟

يبكي كل ما يزعج أبناء بلدي، ولا أحب الظلم والحقرة، ويفرحني كل ما مرت به من تجربة سواء كانت جيدة أم لا، المهم أنني حققت تجربة.

كلمة ختامية تقدمها لجمهورك عبر مجلتنا؟

أشكر مجلة الشروق العربي على اهتمامها بتشجيع الفنانين، وبالأخص الشباب، وعلى احترافيتكم.. وأوجه تحية إلى كل جمهوري عبر صفحاتكم، وانتظروا جديدي × نحبكم ×.

عبد القادر سليمان: أكيد، مسؤولية كبيرة لأن الجمهور الآن ينتظر الأفضل وإن شاء الله ربي يقدرنا.

حدثنا عن دورك في فيلم «البئر» الثوري، للمخرج لطفي بوشوشي، الذي تم اختياره ليُمثل الجزائر كأفضل فيلم بلغة أجنبية في حفل توزيع جوائز توزيع الأوسكار التاسع والثمانين؟

دوري في فيلم البئر كان توفيق «المجاهد»، الذي يقوم بتهريب الأسلحة لمساعدة المجاهدين، إلى أن ألقى الاستعمار الفرنسي القبض علي، وقاموا بتعذيب. تدور أحداث الفيلم في قرية نائية، بأسلوب درامي مشوق، والحمد لله تحصل هذا العمل على عدة جوائز وتبويجات، ولأقوى استحسانا وتبويها كبيرين من طرف النقاد وكل وسائل الإعلام المحلية والدولية، وأتمنى أن يتم عرضه مجددا بقاعات السينما حتى يتمكن جمهوري من مشاهدة العمل، وكان لي الشرف لما شاركت، وأوجه تحية لكل الزملاء وللمخرج لطفي بوشوشي.

هل لديك أعمال جديدة ستقدمها شهر رمضان؟ وهل تحضر لعمل ما؟

نعم، لدي عرض مسرحي جديد «كوميدي»، ستشاركني فيه المثلة مريم عمير، وإن شاء الله سنبدأ الدورة الفنية شهر مارس المقبل، نحن الآن نحضر له، ولدي عمل آخر مع التلفزيون الوطني بعمل كوميدي يعكس عقلية المواطن الجزائري، وفيه حاجات مستمدة من الواقع المعيش، عالجنها بطريقة كوميدية، وكأننا نعود بالزمن إلى الوراء ونجسده بالواقع... يضحك، لن أضيف أكثر ولا سألغي عنصر التشويق.

ما هو الدور أو الشخصية التي تتمنى تأديتها مستقبلا، وهل لديك شخصية فنية أو تاريخية أنت متأثر بها؟

والله ليس عندي شخصية محددة في ذهني، أنا

مقبلة كريمه الأفوكادو والجمبري



الشفاف عيبر
جريبية

المقادير:

- 250 غ جمبري
- 2 حبات أفوكادو
- 4 ملاعق كبيرة مايونيز
- 100 غ جبن أبيض
- 2 ملاعق كبيرة عصير ليمون
- 2 فصص ثوم
- 1 ملعقة كبيرة بقدونس
- 1 ملعقة كبيرة زيت
- ملح، فلفل أسود

طريقة التحضير:

نقوم بتقشير حبات الأفوكادو ونضعها في خلاط كهربائي ونضيف الجبن والمايونيز وعصير الليمون ورشة ملح ونطحن جميع المقادير حتى نتحصل على كريمه .
في مقلاة نضغ الزيت ونضيف الجمبري المفصول والثوم المهروس والملح والفلفل الأسود ونتركه ينضج، وفي الأخير نضيف ملعقة البقدونس وعصير ليمون .
نضع كريمه الأفوكادو في قوالب التقديم ونزينها بالجمبري (أنظري الصورة).

لحم مفروم بالطماطم الكرزية

المقادير:

- 400 غ لحم مفروم
- 1 ملعقة كبيرة بصل مفروم
- 2 ملاعق كبيرة بقدرونس
- 2 حبات بيض
- 50 غ جبن أبيض
- نصف ملعقة صغيرة زنجبيل
- ملح، فلفل أسود
- 250 غ فرينة
- 125 غ زبدة
- ماء للجمع
- طماطم كرزية للتزيين

طريقة التحضير:

نقوم بتحضير عجينة "البريزي" فنفرغ الفرينة في وعاء ونضيف الزبدة الطرية ونخلط، ثم نضيف قليل من الماء تدريجياً حتى نتحصل على عجينة متجانسة، ثم نترك العجينة ترتاح على جنب.

بعد أن ترتاح العجينة نبسطها حوالي ½ سم ونقطعها دوائر ونضعها في صينية فرن ثم ندخلها الفرن ونتركها تطهى.

في وعاء نضع اللحم المفروم ونضيف البصل المفروم والجبن والبقدرونس والتوابل والملح ونخلط جميع المقادير، ثم نضيف البيض تدريجياً حتى نتحصل على عجينة اللحم. نأخذ عجينة اللحم ونشكل كريات ونضعها في قوالب السيلكون وندخلها الفرن ونتركها تنضج. نأخذ دوائر عجينة "البريزي" نضع عليها كريات اللحم وحبات الطماطم الكرزية ونمسكها بأسياخ ونقدمها في صحن التقديم (أنظري الصورة).

دجاج «باناني» باللوز

المقادير:

- 2 فخذ دجاج
- 1 حبة بصل متوسطة
- 2 جزر مبشور
- 2 كوسة (قرعة) مبشورة
- 2 بطاطا مبشورة
- 50 غ جبن أبيض
- فص ثوم
- بروكلي مغلي
- 1 ملعقة كبيرة بقودونس
- ماء مرق الدجاج
- 1 ملعقة صغيرة زنجبيل
- ملح، فلفل أسود
- 100 غ لوز مدشش
- 100 غ خبز مطحون
- فريضة
- 3 بيضات
- 1 ملعقة كبيرة زيت
- زيت للقلي

طريقة التحضير:

في قدر نضع الزيت بعد تسخين القدر، ثم نضع قطع الدجاج ونضيف البصل المقطوع والتوابل ونترك المقادير تتقلى جيدا، ثم نضيف ماء مرق الدجاج ونترك الدجاج ينضج، عندما ينضج الدجاج ننزعه من القدر ونتركه يبرد، ثم نقوم بغمسه في الفريضة، ثم في حبات البيض المخفوق، ثم في اللوز المدشش مع الخبز المطحون، ثم نقوم بقليله حتى يحمر. في وعاء نضع كل الخضار المبشورة وفص الثوم والجبن والبقودونس وملعقتين من الفريضة وحبّة البيض والتوابل والملح ونخلط كل المقادير جيدا، في مقلاة نضع قليل من الزيت ونقوم بقلي خبزات الخضار من الجهتين حتى تنضج، ثم نقدمها مع قطع الدجاج الباناني باللوز والصلصة والبروكلي (انظري الصورة).



كيكة القلب

المقادير:

- 4 حبات بيض
- 125 غ سكر
- 100 غ فريضة
- 25 غ كاكاو
- 100 غ شانتيني
- نكهة الفراولة
- ملون غذائي أحمر
- 250 غ سكر
- 500 ملل ماء
- سكر ناعم للتزيين
- حبات حلوى حمراء الأفضل تكون على شكل قلب
- كاكاو

طريقة التحضير :

في وعاء نخفق البيض مع السكر جيدا حتى نتحصل على كريمة، ثم نضيف الفريضة والكاكاو تدريجاً، ثم نفرغ الخليط في صينية فرن مفروشة بورق الطهي وندخل الصينية للفرن ونترك الخليط ينضج لنحصل على بسكويت.

نقوم بتقطيع البسكويت بواسطة قوالب التقطيع على شكل قلب، ثم نسكب فوق قطع البسكويت شراب السكر (ماء + سكر) نتركه يغلي حتى نتحصل على شراب السكر، ثم نضع قليل من الشانتيني المخفوقة مع الملون الغذائي ونكهة الفراولة، ثم نضع قطعة ثانية من البسكويت ونسكب فوقها قليل من شراب السكر وندخلها الثلاجة ونتركها تبرد، عند التقديم نزينها بالسكر الناعم والحلوى الحمراء ونضعه في صحن التقديم (أنظري الصورة).



بافتتاح فرع جديد لها

"مدرسة اليد الذهبية" تحتفل بالذكرى 18 لتأسيسها

احتفلت مدرسة اليد الذهبية، بعيد ميلادها الثامن عشر، على طريقة أكبر مراكز التجميل والعناية العالمية، وذلك بافتتاح فرع جديد يضم تخصصات لم يسبق للمؤسسة تدريسها، وبحضور المتربصات، والأستاذات المشرفات على التكوين، وعلى رؤوسهن المديرية والطاغم الإداري، أضافت اليد الذهبية شمعتها الثامنة عشرة، وأشعلت أضواء التميز بصعودها إلى المرتبة الأولى في تخصص تكوين الطلاقة والجمال.



هدفنا عقد شراكات لإثراء التكوين بالمدرسة

وقد كشفت السيدة فائزة أبركان، مديرة اليد الذهبية، في حديث لها، أنها تنوي عقد شراكة عمل مع أساتذة ومختصين في العديد من التخصصات الحديثة، وكذلك مع علامات جزائرية وأجنبية، لتصنيع أدوات ومستحضرات التجميل، لتوفير مزيد من الظروف الملائمة، لإخراج دفعات جديدة محترفة من الحلاقات، والمختصات في المكياج، والتزيين وتركيب الأظافر، وتركيب الرموش، والتدليك، ونزع الشعر، والتخصصات الأخرى للعناية بالجسم.. قائلة: "هدفنا عقد شراكات جديدة مع أشخاص وكفاءات، يمكنهم إثراء التكوين بمدرسة اليد الذهبية، وإضافة المفيد لها ولمتربصاتها"

وفريقها المتكامل يضعون كل الظروف في خدمة المتربصات، للسير نحو الاحترافية، قائلة: "نوفر جميع طاقاتنا البشرية، والمادية المتمثلة في أحدث الآلات والمستحضرات، عبر فروع مدرسة اليد الذهبية، لرفع من مستوى التكوين المقدم للمتربصات الراغبات في اقتحام عالم العناية والجمال..".

الحفل، كان كذلك فرصة لطاقم المدرسة، أساتذة وإداريين ومتربصات، من أجل تكريم مديرتهم، والاعتراف بمجهوداتها الكبيرة في سبيل إعلاء اسم اليد الذهبية، هذا، وقد أشادوا كذلك بالمرافقة الإعلامية لمجلة الشروق العربي، وثقتها بكفاءات المدرسة، من خلال نقل معلوماتهم وتجاربهم عبر صفحات العناية والتجميل، وتخلل الحفل عرض أعمال المتربصات المقبلات على التخرج.



الشروق العربي، كانت حاضرة لتشارك مدرسة اليد الذهبية فرحتها، وترصد عن كثب الديناميكية التي تشهدها المدرسة، بفضل نشاط واجتهاد ثلة من الأستاذات، اللواتي لهن باع طويل وخبرة واسعة في ميدان الحلاقة والتجميل.. هذا، وقد أعربت مديرة اليد الذهبية، السيدة فائزة أبركان، عن نيتها في الاستثمار أكثر في هذا المجال، وتطويره في الجزائر، للحفاظ على الريادة، التي سعت إليها منذ 18 سنة. وأكدت للشروق العربي، على هامش هذا الحفل، أنها

نظرة نقدية لروايتها الجديدة

الكاتبة

أحلام
مستغانمي
من
ذاكرة
الجسد
إلى
"شهيّا"
كفراق

بعد خمس سنوات من القطيعة الأدبية، رفدت الكاتبة أعلام مستغانمي المكتبة الجزائرية والعربية بإصدار رواي جديد، أطلقت عليه عنوان "شهيّا كفراق"... بعد "الأسود يليق بك"، عادت أعلام بـ265 صفحة من اللوع والفراق، تتلبس لأول مرة البطلة بمس أدبي، فأحيانا تنطق كاميليا، وأحيانا كثيرة تشعر بوجود أعلام في كل كلمة حب أو جملة وداع...

العقول، وفيه شيء من الوطنية، والوجع العربي؛ لأنني لم أشف من عربيتي.

الفراق يليق بك

تروي أحلام في "شهيّا كفراق" قصة رجل فقد الثقة في الحب، وتعمدت أن يخاطب هذا الرجل الغامض ذكرياتها هي ككاتبة وإنسان، وبحيلّة أدبية أسقطت الكاتبة حياة البطلة على حياتها، وكأي سياسي محنك يستغل كل المنابر للترويج لأفكاره، راحت أحلام تسرد مواقف ولحظات، عاشتها مع قامات عاصرتها، كما تقول، مثل غازي القصيبي، ونزار قباني، والناشر سهيل إدريس، وذكريات عائليّة لم يعرف لها القلم طريقاً.. كل هذا على لسان أبطال روايتها.

"شهيّا" دون شهية

يعاب على رواية أحلام الجديدة، أنها سيرة ذاتية مقنعة، وأنها لم تكن بالشجاعة الكافية لتكتب اسمها بدل اسم البطلة، رغم أنها قالت بصراحة: "هذا الكتاب، كتبته لنفسني، وهو الوصفة الأصدق للوصول إلى القارئ. علينا في مرحلة معينة، أن نكتب لأنفسنا، وألا نكون معنيين بالنقد والآخرين..."

يرى الكاتب الشاب فارس كعباش أن "الرواية مثقلة بالهواجس والمشاعر، تشبه بقايا كتابات سابقة، وتقع في متاهات تأمل النفس البشرية، لكن دون تأمل، وتتحول أحيانا إلى خواطر من وهنا وهناك. المطلع على روايات مستغانمي السابقة، خاصة ثلاثية ذاكرة الجسد وفوضى الحواس وعابر سرير، يكتشف أنها ضحية متلازمة الكاتبة العاشقة، التي لا ترضى بأقل من العشق لوعا، ولا تقبل بأقل من الفراق حريقا، امرأة كافرة بهيمنة الذكر وراضخة لعبوديته في نفس الوقت.

عليك اللهفة

لا أدري هل فتحت شهيتكم لقراءة "شهيّا كفراق"؟ المهم أي في النهاية أدركت أن أحلام مستغانمي، الكاتبة الليونية، كما يلقبها البعض، هي ظاهرة جديدة في العالم العربي، تشبه النجم الذي يتبعه الباباراتزي ويشترى الفانس كتبه دون قراءة نقدية ويصطف في معارض الكتاب للحصول على توقيع، وهذا ما يقلق البعض

هي "لوغو مسجل" في أعلى كتاب مرصوص في رفوف 5 نجوم، لا يمكن أن تكون حياديا معه، فإما أن تعشقه عشق الجنون، أو تكرهه كره العمى..

المتصفح لرواية "شهيّا كفراق"، يدرك أنها وصفة لفراق أقل كآبة، تأخذنا الكاتبة إلى عوالم العشق، التي تتحكم في مقاليدها وتقلبات القدر، التي تمسك بزمامها، هذا الكتاب، ليس دسما كالروايات، حسب تصريحها «العالم تغير، والقارئ أصبح متعباً، ليس له القدرة على التعايش مع كتاب من 500 صفحة».

هي من قالت عن لوعة العشق: «أحتاج إلى أن أستعين بما بقي من شظايا قصتك، لكتابة نصّ شهّي، والقيام بإعادة إعمار عاطفي لقلوب ألحق بها الحب كل أنواع الدمار.. لكن القصص ليس ما ينقصني للكتابة، ولا النصوص الجميلة، ينقصني الألم.. فكلما تأملت من أجله في الماضي، أصبح مصدر ندمي وعجبي، بما في ذلك تلك الأوطان التي مرضت يوم احتلت، وتلك العواصم التي بكيها يوم سقطت، لتنجب لنا بعد ذلك قطاع طرق التاريخ وأناسا لا يشبهون في شيء من كنت جاهزة للموت من أجلهم» لما سئلت مستغانمي عن فحوى كتابها قالت:

«إنه ليس كتاب حب تماما، إذ فيه شيء من الحب، وفيه كثير من التهكم إن شئتم؛ لأن الحياة تفرض علينا ألا نأخذ الأمور كثيراً مأخذ الجد، لكي لا نشقى بها، وهو موجه إلى



أسرار مجوهرات الجزائريات

قصة خيط الروح والكرافاش اليهودي وسر "السخاب" في ليلة الدخلة



لكل «سخاب»
حكاية ولكل «مسكية» ألف
رواية، وفي كل علية حلي قصة حب
وبداية، وعلى جبين خداج خيط الروح هزم
المنيا... الشروق العربي، جابت القصور والسرايا
لتكشف الغطاء عن مجوهرات خلدها العصور
وتحن إليه أعناق الصبايا.

حلي عابرة للقرون

تاريخ "الصياغة" الجزائرية يعود إلى آلاف السنين من تزييمت والشماسية والدور والخلالة والتيسفين المستوحاة من الحضارات الفرعونية والرومانية والفينيقية التي صقلت بالذهب والفضة والبرونز وعجينة الزجاج والمرجان والياقوت و"لابيس لازولي"، إلى غاية عهد صالح باي في الحقبة العثمانية حين كان الصاغة يجتمعون تحت امرة "أمين السكة" في سوق الصياغين... خلال الحقبة الإسلامية، وفي وقت البايات وصفت الجواهر الجزائرية بالاندلسية، وأصبحت سيدات العاصمة وتلمسان ووهران تزينن بقطع جديدة، مثل الرعاشة وخيط الروح والعصابة والزروف والصرمة والمسكية.

السخاب... ونساء فوق السخاب

برائحة مسكية معيقة بالماضي، بقي السخاب على مر الزمن صديق المرأة الجزائرية. كما كان الماس صديق مارلين مونرو، السخاب ظهر في كتابات كثيرة منها لابن البطار الذي أكد اسمه ومنافعه الأفروديتية... السخاب من الحلي التي تصنعها النساء للنساء خاصة السوفيات والميزابيات والأوراسيات، على شكل عقد طويل "سوتوار" يمكن لفه أكثر من لفة.

السخاب مصنوع من صف متامسك من عجينة العنبر الرمادي ذي الرائحة المميزة، وسر صنعه تتوارثه بعض العائلات فقط، ويتم إضافة بعض المواد إلى هذا العقد العتيق مثل أعواد القرنفل والنرد والزعفران والبشول والبنجوان وماء الزهر... يزين السخاب بالخامسة الأوراسية الكبيرة المرصعة بالمرجان وبالمسكية عند القسنطينيات وبالألئ باروكية عند الثفريات.

للسخاب مكانة معتبرة في جهاز العروس، إذ لا يكتفي السخاب بكونه حلية جميلة، بل كانت

النساء تستعمله لإيقاظ الحواس النائمة خاصة ليلة الدخلة بعطره الموحى خاصة عند دعه أو تسخينه. خيط الروح العاصمي، أو الزروف التلمساني، من المجوهرات النادرة في الجزائر، في صنعها ومواكبتها لكل القطع التقليدية كالكاراكو والشدة لتلمسانية، هذا التويج الذي يزين الجبهة، مصنوع من الذهب تتدلى منه



الزرات، وقديما كان خيط الروح مزينا بالأحجار الكريمة، وكلما كانت ثمينة، كانت المرأة التي ترتديه من طبقة النبلاء... وقد بقيت بعض الموديلات تشهد إلى حد الآن على قيمة هذا العقد الفريد، إذ تحمل بين فصوصها أحجار

الماس بألوانه، خاصة أنه في عهد الدايات كان الماس رائجا جدا... أما عن قصته، فقد اختلفت الروايات.. فهناك من يقول إن سبب تسميته بخيط الروح أن العقد يشبه الخيط الرفيع، وأنه كان يوضع على الرقبة قديما، وكان العاصميون يطلقون على الرقبة اسم الروح، ليصبح اسمه يجمع بين الكلمتين.

في رواية أخرى، يقال إن عائلة عريقة من مدينة الجزائر زوجت ابنتها إلى رجل ذي أصل طيب ولكنه فقير، وفي جيبه ما يكفي قوت يومه فقط.. في يوم الزواج أهدى الرجل عقدا من الذهب إلى زوجته، كان العقد أصغر من أن تستطيع أي امرأة أن تزين به رقبتها، أم العروس لم تتمالك نفسها فصرخت: "بوه هذا جابلها خيط الروح" (اللهجة العاصمية الأصلية) إشارة إلى صغر حجم العقد، فقام الأب الحكيم بوضع العقد على رأس ابنته، ومن هنا بدأت العادة، وأصبح خيط الروح يزين رؤوس العاصميات مع محرمة الفتول.

خيط الروح، لم يندثر، ويمكن لأي عروس أن تلبسه، شرط أن تدفع ما قيمته 200 ألف دينار لاقتنائه، وهناك بعض الأمهات يحتفظن به لبناتهن، كما يقوم البعض بإعارته إلى الأقارب أو يؤجرنه أحيانا، وهناك أيضا من تلبس خيط الروح فالصو المهم أنه لا أحد سيكتشف القلب.

السوط اليهودي

كرافاش بولحية من المجوهرات الجزائرية التقليدية يشتهر كثيرا في الوسط والشرق الجزائري، ويلبس خاصة مع القندورة القسنطينية، ويعود أصله إلى العثمانيين، وهي ظفيرة من الذهب تشبه السوط مع ثلاث علب مرصعة في الوسط مزودة بمغلاق وتتدلى منها أشرطة تشبه اللحية في شكلها، ومن هذا جاء اسمها، وهناك من يرجع أصل هذه الحلية إلى يهود الجزائر، خاصة أنه يشبه لحية أحبارهم وضميرتهم المتدليتين على الأذنين..



للمحبات... إطلالة شتوية أنيقة وعملية

موسم الشتاء موسم
الأناقة بامتياز، حيث
تمتلى الخزانات بمختلف
القطع الشتوية بين
المعاطف والسراويل
والتنانير الشتوية... مما
يتيح التجديد في الإطلالة
طيلة الموسم، ارتأينا في
هذا العدد أن نساعدك
على إيجاد أفكار لتنسيق
مختلف القطع الشتوية
لإطلالة مميزة هذا
الموسم.

التنانير لإطلالة... استثنائية في شتاء 2019

التنورة من بين القطع التي
لا يمكنك إهمالها هذا
الشتاء، فقد سجلت عودة
قوية هذا الموسم بنوعيتها
الميدي والطويل، وبخامات
والوان مختلفة وملفتة.
اخترنا لك بعض الصور
تساعدك على تنسيقها مع
ملابسك واكسسواراتك.





المعاطف الطويلة... موضة هذا الموسم

المعطف من القطع الشتوية التي لا يمكن الاستغناء

عنها في
موسم الشتاء،
والموديلات
المتاحة في
الأسواق رائعة
وتمطيك فرصة
التنوع والتنسيق
مع ملابسك.

المعطف
"الماكسي" الذي
يصل الى الكاحل
يفرض نفسه أيضا
في شتاء 2019.
يظهر هذا النوع
من المعاطف
رائعا اذا نسقناه
مع بنطلون جينز
من نفس الطول،
كما يمكن أيضا
تنسيقه مع
فستان شتوي من
نفس طوله أيضا.



المعطف
الذي ينتهي
أسفل الركبة،
دارج أيضا
هذا الموسم،
فهو يضمن
اطلالة عصرية
محتشمة
وتدفئة مثالية.



أحذية الكاحل مثالية لطلّة شتوية أنيقة

لتكتمل طلتك الأنيقة هذا الشتاء، احرص على اختيار الأحذية المناسبة لملابسك، وننصّدك باختيار أحذية الكاحل التي فرضت نفسها بقوة هذا الموسم وتتماشى مع مختلف القطع الشتوية. اخترنا لك بعض الصور لتساعدك على الاختيار والتنسيق.





لقت الأحذية الرياضية اقبالا كبيرا هذا الموسم من خلال الفتيات، لأنها مريحة وكذلك تتناسب مع مختلف الاطلالات وتضفي أكثر حيوية وشباب، يمكنك اقتناء حذاء رياضي هذا الشتاء لتكسري به الروتين.

الحذاء
الرياضي..
لإطلالة
أكثر شبابا
وحيوية



المطور الشتوية النسائية لعام 2019

المطور من أهم الأشياء التي لا
تستغنى عنها المرأة الأنيقة في
كل المواسم، اخترنا لك في هذا
العدد 05 عطور راقية استقبلت
عام 2019.



من CARAT
CARTIER

آخر ما جادت به
علامة Cartier..
عطر "Carat"
نسوي بامتياز،
أصرت مصممة
Mathilde La
rent " أن تجعله
رمزا للأنوثة، جاء
برائحة زهرية
حادة وناعمة
في نفس
الوقت.



Prada من Femme Absolue
أبدعت "Parada" في هذا العطر الإيطالي الأنثوي، فمحتة لون
يشبه البرتقال الدموي يعكس روح المرأة المتوسطة.



Fougère Platine
من Tom Ford

Tom Ford تفاجئ
عشاق هذه
العلامة بعطر
"Fougère Platine".
عطر شتوي قوي
برائحة خشبية
وعشبية يصلح
للجنسين.



عطر Joy من Dior

عطر فرنسي راق
يجمع بين رائحة
الفواكه والورود،
مفعم بالحيوية،
صنع تكريما
لأحد كبار صناع
الموضة الفرنسية:
"JEAN PATOU"

L'Interdit من Givenchy

Givenchy تسحر العقول
هذه المرة بعطر "l'interdit"
أو الممنوع، عطر يجمع بين
القوة والرومنسية ودفئ
الشتاء.



أهم العطور الرجالية لشتاء 2019

لا تكتمل طلة الرجل الأنيق دون عطر موسمي يناسب شخصيته، اخترنا لك سيدي في هذا العدد بعض آخر الإصدارات في عالم العطور لموسم شتاء 2019.



Bleu من Chanel

إذا كنت رجلاً غير تقليدياً وتحب التميز فهذا العطر يناسبك، عطر Bleu غامض في تركيبته وساحر أيضاً، جمع بين أوراق الحمضيات التي تتخللها حبات التوت الوردي اللاذع.

Wanted من "AZZARO"

AZZARO تقرر هذا الموسم تطوير عطر "wanted" الذي صدر عام 2016.

طبعة هذا الموسم تميزت بلمسة رجولية فائقة سواء في تصميم العبوة أو في رائحة العطر التي جمعت بين الفواكه وبعض الأعشاب القوية.



Sauvage من Dior

العطر المتوحش الذي يعكس الرجولة المطلقة أو الخام، رائحته مستمدة من أعماق البحر الأبيض المتوسط مع مزيج من الينسون وجوزة الطيب والفانيليا، ليناسب هذا العطر شخصية الرجل المتوسطي.



La nuit de l'homme من Yves Saint Laurent

عطر رجولي روماني دافئ كليل شتوية دافئة، يستمد دفته من الهيل والخزامى.





الجزائريات حُسن رباني أفسدته مسابقات ملكات الجمال ثلاثة من نجوم فرنسا تزوجوا بجزائريات.. وفتنة الصحراويات لا تقاوم

هل كانت خديجة ابنة أدرار بلاد الحسن ومنبع الجمال ضحية، ثورة الفايسبوكيين الذين لم يستكثروا عليها التاج، بقدر ما هم مقتنعون بأن في أدرار نفسها مئات البنات، بل الآلاف من هن أجمل من خديجة.



كيف تأسست المسابقة العالمية في بريطانيا باسم ملكة جمال العالم في سنة 1952 في لندن، وكيف تحولت بعد سنوات إلى ملكة جمال الكون وكيف كان من مؤسسيها الرئيس الأمريكي الحالي دونالد ترامب الذي نقل مقر المؤسسة الجمالية من لوس أنجلوس إلى نيويورك، وحتى جدول الفائزات في السنوات الأخيرة وليس منهن أي أمريكية، هن من البلدان التي يمتلك فيها الرئيس الأمريكي الغني شركات، مثل بورتوريكو وأستراليا وغيرها من البلدان، وغالبية الفائزات أيضا من السمرات، حتى قيل بأن المؤسسة التي تمنح تاج ملكة الكون التي كان من أكبر مؤسسيها دونالد ترامب تمنح تاج الجمال للسمرات وتمنح المال والسيطرة للأمريكيات.

إلى البياتي ومرورا بسليمان العيسى، أجمعوا في قصائدهم على أن اسم جميلة الشهير مثل جميلة بوحيرد وجميلة بوعزة وجميلة بوباشا كان دائما مقرونا بجمال الوجه. البريء..
تاريخ مسابقات تعيين ملكة الجمال في الجزائر، لم يأخذ مسارا قارا منذ عهد الرئيس الأسبق الشاذلي بن جديد، فنراه أحيانا بيد المنظمات الطلابية وأحيانا أخرى بيد الوكالات السياحية والمؤسسات الإعلامية، وفي بعض الأحيان بيد الحلاقات والمؤسسات الخاصة، ولم يحدث أن كانت للجزائر هيئة تختص بتعيين ملكة الجمال، بدليل الضجة الأخيرة التي أثارت حول تعيين خديجة ابنة الصحراء ملكة للجمال.
ولانظن أن القائمين على هذه المسابقات يعلمون

الجزائريون والجزائريات لم يكونوا عنصريين أبدا ضد خديجة بن حمو المتوجة بلقب الجمال، وإنما ضد لجان التحكيم والقائمين على هذه المسابقات، الذين شوهوا صورة الجزائريات وفي كل مرة يضعون الملكة غير المناسبة في البلاط وبالتالي غير المناسب، وقد تكون ثورة العالم الأزرق هي التي وضعت خديجة في المقصلة.
التنوع الجغرافي والمناخي ووجود الكثير من الحضارات جعل الجمال في الجزائر لا يشبه على لون واحد للبشرة وللعيون وللشعر، فاختلعت الصحراويات عن القبائليات والتلمسانيات عن القسنطينيات في الملامح وبقي الجمال واحدا، وإذا كانت المسابقة الأخيرة قد منحت لسمرات أدرار التاج، فإن فتنة السمرات كانت دائما عنوانا للجمال بدليل أن شعراء العرب من نزار قباني

أبيدال وكونتونا وريبيري تزوجوا من جزائريات

الجزائريات من بنات المهاجرين في فرنسا من سلبن عقول الفرنسيين والأوروبيين، لا عد لهن ولا حصر. وفي الغالب تنتهي حكاية الحب إلى اعتناق الفرنسي الدين الإسلامي، كما حدث مع الفرنسي نجم بايرن ميونيخ الحالي المهاجم فرانك ريبيري، الذي تزوج من ابنة الغرب الجزائري وهيبة في سنة 2002، ولم يمر على زواجه منها سوى أربعة أشهر حتى أعلن اعتناقه الدين الإسلامي، واختار اسم بلال محمد، وسمى كل أبنائه من أجل وهيبة بأسماء جزائرية جميلة ومعبرة، مثل حيزية وشاهيناز ومحمد وسيف الإسلام.. وحيزية، ابنة سيدي خالد بولاية بسكرة، هي حكاية حب نادرة وقعت في قلب الصحراء، وكانت حيزية كما تروي الحكايات قطعة من الجنة في حسناتها وجمالها البري، فأحبها ابن عمها، ولأنها توفيت بعد زواجها، قتله الحنين إلى جمالها فلقح بها من شدة الحزن، وتحولت الحكاية إلى فيلم ومسلسل وأغنية، وأيضاً إلى اسم خالد أطلق على ابنة نجم الكرة العالمي فرانك ريبيري، وتبين أن أغلب قصص الحب في الجزائر عبر التاريخ كان وراءها سيدة فاتنة الجمال. النجم الفرنسي الذي لعب لبرشلونة إيريك أبيدال، وهو أحد أحسن ما أنجبت الملاعب الفرنسية والأوروبية، تزوج أيضاً من حياة الجزائرية، واعتنق الإسلام وصار معروفاً باسم بلال، كما ارتبط النجم الفرنسي لاعب مانشستر يونايتد، اللاعب المثير للجدل إيريك كانتونا، بجميلة جزائرية تدعى رشيدة براكني، وله معها طفلة تدعى سلمى وطفل يدعى أمير، وقيل بأن ثورته على رؤساء فرنسا إلى درجة أنه أراد الترشح للرئاسيات الفرنسية، وحتى على الشعب الفرنسي نابع من قوة شخصية زوجته التي تجمع جمال الوجه بجمال أخلاقها وشخصيتها المحبوبة.



كارولين موناكو

بعض دمه قسنطيني، وكانت الأميرة كارولين في الثمانينيات رمزا للجمال والأناقة مثل كل أميرات موناكو. ولأن الحسن في الجزائر لا منطقة له، من الصحراء إلى بجاية إلى قسنطينة، فإن وهران اشتقت اسم الباهية من بهاء نسائها، وفيها ولد الراحل الفرنسي أشهر مصمم أزياء في العالم إيف سان لوران، الذي أخذ الأناقة من وهران ورائحة عطوره من حداث الباهية باعترافه. وقد بدأ إيف سان لوران رحلته مع تصميم الأزياء عام 1958 لينافس بيار كاردان، أي عندما كان في وهران، وقد ولد الراحل إيف سان لوران في شهر أوت 1936 في وهران وتوفي في فرنسا بعد الاستقلال، وانتقل إلى باريس عام 1954 عند اندلاع الثورة الجزائرية التحريرية، حيث اشتغل في محلات كريستيان ديور، ليخلفه بعد موته عام 1957 وهو دليل على أن منبع الجمال الرباني هو الجزائر ولكن مسابقات الجمال هي التي شوّهت الجمال.

مسابقات ملكة الجمال هي تقليد لمسابقة أسسها الرئيس الأمريكي صاحب الثلاث والسبعين سنة، وهو نفسه من تجرأ على الاعتراف بأن القدس عاصمة للكيان الصهيوني في معادلة جمع جمال الصورة بقبح السريرة. أشهر قصص الحب في الجزائر وراءها فانتات في الحسن والجمال. في الجزائر يمكن أن تجد الألوان الأربعة للعيون من بني وأسود وأخضر وأزرق في نفس العائلة، ويمكن أن تجد أيضاً ألوان الشعر والبشرة في نفس العائلة، وهو ما أعطى عبر التاريخ جمالا منفردا في العالم في بنات الجزائر، ففي كتاب الاستبصار الذي يحكي تاريخ بجاية يروي كاتبه قصة فتاة بجاية ساحرة كانت في المنطقة منذ قرون، وكان والدها ملكا على بجاية، فخاف على ابنته الفاتنة الأميرة الحسنة أكثر من خوفه على سلطانه، خاصة أن عدد خطاب الأميرة كان يتضاعف عندما شاهدوا جمال هذه الحسنة التي تدعى بلارة، وجاؤوا من كل الدنيا يطلبون بلارة، فخاف عليها فبنى قصرا حصينا في البلدة التي تدعى حاليا القصر.. والبجاويات حاليا في حلاوتهن يرثن الكثير من جمال هذه الأميرة بلارة التي قيل إنها أجمل امرأة في الكون لجميع الأزمان طبعاً بالتواتر، لأن صورتها غير متوفرة.

وتاريخ فرنسا وإمارة موناكو بالخصوص يروي أسطورة مرّ عليها الآن نحو قرنين، حول مجزرة سحق أمراء موناكو حيث قتلهم فرنسا جميعاً إلا أميراً هرب إلى قسنطينة، وحتى لا يضيع نسل الأمراء تزوج من امرأة قسنطينية، فلما توفي حافظت تلك القسنطينية على حملها ورعت ابنها إلى أن استعادت موناكو سلطتها وإمارتها، ولكن هذه المرة بجذور قسنطينية، وكارولين موناكو الشهيرة بجمالها وأنقتها، تعترف بأن جدتها قسنطينية، وعندما شاركت في منتصف ثمانينيات القرن الماضي في رالي باريس داكار، قالت لصحيفة المجاهد الجزائرية الناطقة بالفرنسية، إنها رفضت دائما إجراء حوارات الصحف وقبلت محاوراة المجاهد لأنها تحس بأن



وهيبة ريبيري رفقة حياة أبيدال

وهيبة ميهوب للشرق العربي:

تستهويني الأدوار الحزينة وأحب لعب دور اليتيمة

ممثلة صاعدة،
تؤسس لحضورها
في هذا العالم، وحتى
إن كانت خجولة،
إلا أنها متمرس
في القيام بالكثير
من الأدوار، خاصة
الفكاهية منها،
وفي المقابل تحب
الأدوار الحزينة، على
حد قولها.. زارتنا في
مجلة الشرق العربي،
وكانت لنا معها
هذه الدردشة.

حزينة، فقط أحبها لأن الكثير من البنات يعانين
من هذه الظاهرة.. ومن خلال هذا الدور، أحس
بأنني أواسيهن في حالتهم، وأكون قريبة منهن،
لأن مثل هذه الأدوار أعتبرها تضامنا مع كل من
يحمل ألما، سواء اليتيم أم الغريب، وغيرهم.

ماهي معايير النجاح في رأيك في هذا العالم؟

أولا، أنا لا أرى أن الجمال هو السبب، أو
"المعرفة"، أرى أن العمل الجاد والاجتهاد من
أسباب النجاح، رغم كل العراقيل التي قد
يتلقاها الممثل في طريقه.

كيف ترين الفكاهة في الجزائر؟

من حيث المستوى، فهو متباين، أي كل عمل
يحمل خصوصية، لا يمكن الحكم عليها.

أعمالك وحضورك؟

شاركت في "سكاتشات" خاصة، منها "عجبه
البولفار"، "أنين الجراح"، وهو مسلسل
قدمناه السنة الماضية، كاميرا كاشي
"الغفلة"، "زواج الفائدة"، "زواج
لامودا"، "وسع خاطرك"..
وكما تلاحظ، كل الأدوار
التي أدتها في هذه الأعمال
فكاهية، ماعدا "أنين
الجراح".

من الفنانين الذين تأثرت

بهم في التمثيل؟
أحب السيدة "باهية"
راشدي كثيرا، في
الوجوه النسوية.

الأدوار التي

تودين القيام

بها؟

أحب كثيرا القيام بدور
"ممرضة".

أسلفت، سواء الموسيقى أم الرسم، وأنا أسعى
جاهدة للاحتراف فيه، ولا تهمني الشهرة، بقدر
ما يهمني ما أقدمه من الأعمال التي أشارك
فيها، وهو الأهم عندي.

ماهي الأدوار التي تميلين إليها في التمثيل؟

من الأدوار التي تستهويني وأحبها، لعب دور
اليتيم، أي أحب الأدوار التي تكون فيها العاطفة
حزينة، ولما أقول إنني أريد القيام
بالأدوار،
فليس

من هي وهيبة ميهوب؟

أنافانة من مدينة مستغانم، بالغرب الجزائري،
أرسم أولى خطواتي في هذا العالم، أي عالم
التمثيل، منذ ست سنوات، أي مبتدئة إلى حد
الساعة، وفي نفس الوقت، أقوم بالرسم، الذي
أعتبره، هو كذلك، متنفسا لي بعد التمثيل..
أحمل بداخلي هذه الموهبة منذ صغري، وأريد أن
أتمرس فيها أكثر مستقبلا، لأنني أعتبره حلما
أريد تحقيقه، وأعرف أن الطريق مازال أمامي،
لكنني سوف أجتهد من أجل تحقيق هذا.

من أين كانت البداية كممثلة؟

أولا، في البداية، كنت أدرس الموسيقى الأصيلة،
وهي الأندلسي والشعبي، حيث كنت أحضر
للكثير من الحفلات الخاصة بهذا النوع من
الموسيقى. أنا خجولة في هذا العالم، وبدايتي فيه
كانت رفقة صحفي، وهو ابن عمي، حين التقينا
بفكاهي في مكتبه، لاحظ علي الخفة والتلقائية
في عملي، سواء في التعامل مع الكاميرا، أم في
علاقاتي مع الأشخاص، فاقترح علي العمل معه
كممثلة.. ومن هنا، كانت البداية الأولى، التي
سمحت لي بالولوج إلى هذا العالم.

من الموسيقى إلى التمثيل

مرورا بالرسم، لماذا

اخترت التمثيل على

غيره؟

شاركت في

العديد من

مهرجانات

الرسم،

أي لدي

حضور

كبير في

عالم الألوان.

أنا اليوم في السنة

الرابعة في ممارسته،

لكن السبب الذي دفعني

إلى اختيار التمثيل، أنني أحب

تقمص الأدوار ولعبها، لهذا، اخترته

على غيره من المواهب التي امتلكها، كما





من يحل المشاكل الزوجية؟!

أصبحت العائلات الجزائرية تتملص من مسؤولية حل الخلافات، فالسواد الأعظم من المجتمع يسير في وقتنا الحالي وفق مبدأ "تخطي راسي"، أي لا يهتم الأمر، والقليل المتبقي إن حشر أنفه، فإنه يزيد الطين بلة، ويعقد ويؤزم المشاكل أكثر فأكثر، لهذا بدأ الأزواج يتوجهون إلى أشخاص افتراضيين لفض خلافاتهم، في وقت تحولت فيه المجموعات الفايسبوكية والحسابات المزيفة إلى فضاء آمن لشرح المشاكل والتوصل إلى حلول.

السيدات، أكثر طلبا للمساعدة

تشهد ظاهرة طرح المشاكل الأسرية على صفحات مواقع التواصل الاجتماعي ارتفاعا ملحوظا في السنوات القليلة الأخيرة، فعلى اختلاف أنواع الأزواج، تختلف مستويات وفصائل أصحابها، غالبا هم يروون تفاصيل ما يحدث لهم من خلف نقاب الحسابات المزيفة، فلا أحد يمكن أن يعرف هويتهم، ولأن مشاكل الجزائريين متشابهة نوعا ما، فلا أحد أيضا يمكنه كشف صاحب الحساب والمنشور، والغريب في هذه الظاهرة، أن جمهور الناصحين والمحللين الجالسين خلف هواتفهم وحواسيبهم، يساهمون اليوم بشكل شبه مباشر في فض خلافات العديد من الأسر الجزائرية، ويقفون موقف العائلة أو الأقارب والأحبة في إسداء النصح والتوجيه.. تقول الأستاذة كريمة رويبي، أخصائية اجتماعية: "غالبية الذين يطلبون الاستشارة عبر المجموعات الفايسبوكية من السيدات، إما لأنهن لا يرغبن في طرح مشاكلهن على العائلة، وإما أن هذه الأخيرة بائت محاولاتها في المساعدة بالفشل"، فالثقة في عدم اطلاع الأقارب على الأزومات الشخصية، والوصول إلى الحلول التي توافق أو تقرب

من تفكير السيدة، مع اكتشاف حلول أخرى، هي أهم الحوافز التي تدفع بالنساء إلى البحث عن مخرج من مشاكلهن عبر المواقع الإلكترونية بدل طرحها أمام العائلة، حيث لا ضمان لوجود التفهم والموضوعية. على عكس الرجال، فإن فئة مجهرية فقط، لها الجرأة والشجاعة الكافية لطرح مشاكلها، على الإنترنت، شريطة أن يكون الحساب مزيفا، والاسم مستعارا، وأن تكون المجموعات متخصصة وتحتوي على أخصائيين، والأهم.. أن تكون مغلقة.

المجتمع الافتراضي، يعوض الأقارب والأصدقاء

رحاب، 28 سنة، أم لطفلين، من رواد مجموعات حل المشاكل الأسرية على موقع فايسبوك، تقول: "انخرطت بها صدفة في بداية زواجي، كنت أشارك المتزوجات في إبداء آرائهن حول مشاكل وأزمات تطرحها بعض العضوات، مع الوقت، اكتسبت الثقة في هذا الفضاء الاجتماعي الافتراضي، وأصبحت أنا أيضا، كلما مررت بمشكل، طلبت المساعدة من أعضاء المجموعات ونوات الخبرة، بدل طرحها على صديقتي المفضلة أو أفراد عائلتي..".

أفضل الفايسبوك على أمي

الكثير من السيدات اللواتي طلبن رأيهن في ظاهرة استشارة أعضاء مجموعات الفايسبوك، أكدن أنهن يفضلن عدم إخبار أمهاتهن بمشاكلهن اليومية، حتى لا يزعجنهن أو يشكلن لهن مصدر قلق، تقول سمح: "لدي الكثير من المشاكل مع زوجي وعائلته، ولكني قررت عدم سردها على أمي وأخواتي، فهن من ناحية قليلات ما يساعدنني في بلوغ الحلول الجذبة، ومن ناحية أخرى يلقين اللوم علي، حتى وإن لم أكن مخطئة.. إنهن يتعاملن مع مشاكلي بلاموضوعية متناهية، وأنا أكره ذلك"، وتشاطرها الرأي نارمان، التي تفضل هي الأخرى عدم إشراك عائلتها أو عائلة زوجها في الوصول إلى حلول لأزماتها الصغيرة أو الكبيرة، بينما لا تجد حرجا في الاستفادة من خبرة السيدات الناشطات في العالم الأزرق: "أرتاح كثيرا عندما أتلقي النصائح والتوجيهات من صديقاتي في العالم الافتراضي، لا أشعر بعبء إمكانية إفشاء أسرارتي الأسرية لمعارفي، رغم أنني لأعمل بنصائحهن في أغلب الأحيان، على العكس تماما حين كنت أروي تفاصيل خلافاتي لوالدتي، كنت أزداد ضيقا عندما أشعر بقلقها وحيرتها حول الموضوع".

على الرغم من اختياره للعب لمنتخب فرنسا، على حساب بلد أجداده الجزائر، إلا أن النجم الفرنسي، كريم بن زيمة، مهاجم نادي ريال مدريد الإسباني، متعلق كثيراً بوطنه الأم الجزائر، إذ لا يفوت أي مناسبة للتعبير عن ذلك، خاصة بعد تعرضه للتهمة من قبل الاتحاد الفرنسي ومنتخب «الديوك»، إذ تم استبعاده منذ أكثر من 3 سنوات، على خلفية قضية «أخلاقية» مع زميله ماتيو فالبوينا.

لا يضع أي فرصة ليبعث برسالة أو «تفريدة» إلى أبناء بلده

بن زيمة يثار من مسؤولي الاتحاد الفرنسي ويعبر عن ارتباطه بالجزائر

شهر ماي من العام نفسه، أرفقها بصورة لائحة إفطار في شهر رمضان، وظهر مرتدياً قميصاً أبيض، مائياً عن تمسكه بالدين الإسلامي الحنيف. وقضى بن زيمة فترة صعبة للغاية، عاش فيها لحظات حرجة، بسبب تراجع مستواه التهديفي مع الريال والانتقادات التي انهالت عليه بسبب ذلك، كما تم استبعاده أيضاً عن صفوف المنتخب الفرنسي منذ شهر أكتوبر من عام 2015 بسبب واقعة مع زميله في المنتخب ماتيو فالبوينا، واستمرت معاناته بعد أن تم إقصاؤه أيضاً من المشاركة في مونديال روسيا في الصيف الماضي، قبل أن يغلق اتحاد الكرة الفرنسي كل أبواب عودته إلى المنتخب.. لكن بن زيمة استعاد معنوياته بعد تتويجه بلقب دوري أبطال أوروبا، وكذلك كأس العالم للأندية التي جرت في الإمارات في شهر ديسمبر

وجد بن زيمة تعلقه ببلد أجداده الجزائر، من خلال صورة نشرها على صفحته الشخصية في مواقع التواصل الاجتماعي "إنستغرام"، يظهر فيها ابنه الصغير داخل حوض سباحة، وأرفق مهاجم ريال مدريد التدوينية بصورة للعلم الجزائري إضافة إلى الرقم 100 وقلب، وعلق على صورة ابنه قائلاً: "الرجل الصغير". ويبدو أنه أراد أن يبعث برسالة مفادها أن ابنه "جزائري مئة في المئة". وليست هذه هي المرة الأولى التي يؤكد فيها بن زيمة حبه للجزائر. إذ أظهر ذلك في العديد من المناسبات، وهو لا يضع أي فرصة ليبعث برسالة أو "تفريدة" إلى الجزائريين، على غرار صورته بالعلم الجزائري على أرض الملعب بعد فوز فريقه بلقب دوري أبطال أوروبا في شهر مايو/ أيار من العام الماضي، إثر تغلبه على نادي ليفربول الإنجليزي.

وألهبت تلك الصورة حماسة الجماهير الجزائرية عبر مواقع التواصل الاجتماعي، إذ تم تداولها على نطاق واسع، وحفّت تعليقات الجماهير بعبارات الشناء والمدح لنجم الميرنغي، التي اتفقت كلها على تمسكه بأصوله وموطن أجداده، بالرغم من جنسيته الفرنسية واختياره للعب للمنتخب الفرنسي على حساب نظيره الجزائري.

كما قام بن زيمة أيضاً بإعلان تضامنه وحزنه لحادث الطائرة العسكرية التي سقطت غربي العاصمة الجزائرية في شهر أفريل من العام الماضي وأدت إلى مقتل 257 شخص. كما نشر بن زيمة أيضاً "تفريدة" في له على حسابه بـ"تويتر" في

الدولي السابق لخضر بلومي للشروق العربي

ماجر وروراوة لا يحبان الصلح وخلافهما عميق

مازال أسطورة كرة القدم الجزائرية، لخضر بلومي، يحمل غيظا كبيرا للإعلام العاصمي، الذي تسبب حسبه في حرمانه من المشاركة في كأس إفريقيا للأمم بالجزائر سنة 1990، واعتبرها اللاعب السابق لغالي معسكر «حقرة وجهوية»، كما فضل الكرة الذهبية التي توج بها سنة 1981 على الكأس الإفريقية لسنة 1990. وقال نجم ملحمة خيخون بإسبانيا سنة 1982 إن ماجر وروراوة لا يحبان الصلح وخلافهما عميق جدا لا يعلمه أحد غير الله، حيث تدخل رفقة الوزير السابق محمد تهامي للصلح بينهما في عناية لكنهما لم يوفقا في ذلك، وأمر آخر تناقشها في هذا الحوار:

أين هو لخضر بلومي؟

لخضر بلومي متقاعد، يعيش كعادته بمسقط رأسه ومقر إقامته بمعسكر، ولا أستطيع أن أفضل مدينة أخرى. بها ولدت، وفيها ترعرعت، وتعلمت أبجديات كرة الكرة.. وكيف هي أحوال فريقك السابق غالي معسكر؟ كما تعلمون، يمر الغالي بأحلك موسم، إضرابات متتالية للاعبين، عدم وجود رئيس يسير الفريق، حيث أصبح من هب ودب يتدخل في أمور اللاعبين، كما أن الجو مكهرب بسبب غياب الإمكانات المادية.

هل ترى أن غالي معسكر قادر على العودة إلى بطولة المحترف الثاني؟

لا أظن ذلك، بسبب غياب الإمكانات المادية والبشرية، حيث إن التعداد يضم 15 لاعبا من خارج الولاية، والموسم الماضي 20 لاعبا، وأحمل اللاعبين "البرانية" سبب سقوط الفريق إلى بطولة الهواة، حيث رفعوا أرجلهم عن اللعب في عدة مقابلات.

تقصد أنهم باعوا بعض اللقاءات؟

أجل، بصفي كنت آنذاك مناجيرا عاما للفريق وعشت الحادثة، حيث أدوا مشوارا جيدا في مرحلة الذهاب، ولكن في لقاءات العودة وبعد أن عجزت الإدارة عن تسديد مستحقات أربعة أشهر خان بعض اللاعبين ألوان الفريق، وباعوا بعض اللقاءات.. والنتيجة سقوط الفريق إلى بطولة الهواة.

لقد تحولت إلى الأعمال الخيرية، وزرت رفقة الأعضاء بيت المرحوم عياش محجوبي بالمسيلة؟

نعم، وهذا من واجبنا، أن نقدم لعائلة الفقيد عياش محجوبي واجب العزاء، حيث فرحوا بنا.. كيف لا ونحن الذين أتينا من كافة ربوع الجزائر، وقطعنا مئات الكيلومترات، حيث استقبلتنا العائلة بحفاوة، والحمد لله وفقنا في إعادة الأمور إلى مجراها الطبيعي.

ولكنك فشلت في عقد صلح بين وروراوة وماجر أليس كذلك؟ وماجر وروراوة لا يحبان

ماجر وروراوة لا يحبان

الصلح، وخلافهما عميق جدا لا يعلمه أحد غير الله سبحانه وتعالى، حيث حاولت شهر مارس لسنة 2011 في لقاء الخضر ضد المغرب، الذي احتضنه ملعب 19 ماي 56 بعناية برسم الجولة الثالثة من التصفيات المؤهلة لكأس إفريقيا للأمم سنة 2012، وهذا بحضور وزير الشباب والرياضة السابق محمد تهامي، لكن كل محاولتنا باءت بالفشل..

على ذكر الخضر كيف تعلق على إقالة 3 مدربين سابقين من طرف فرقهم؟

نعم، رايفاتنس أقييل من تدريب منتخب تايلاند، وليكنس أقييل هو الآخر من تدريب النجم الساحلي التونسي بعد 46 يوما من إشرافه على العارضة الفنية، بسبب النتائج السلبية، شأنه شأن الإسباني لوكاس الكاراز، وبعد رحيل وحيد

ولكن بعد مجيء بلماضي عادت النتائج مع نفس المجموعة أليس كذلك؟

أجل، لأن المدرب المحنك بلماضي وفق في فرض الانضباط داخل المجموعة، ولم يضمن إلى حد الآن أي لاعب مكانته الأساسية، والدليل على ذلك أن لاعبين كانوا بالأمس يعتبرون من بين ركائز المنتخب وجدوا أنفسهم خارج التعداد، حيث تغيرت الأمور وكنت شاهدا على ذلك في ملعب تشاكر بالبليدة.





- الحقرة والجهوية حرمتمني من رفع الكأس سنة 1990 وأتهم الإعلام العاصمي

السياسي بين البلدين، وأنا دفعت الفاتورة غالبا، وكذلك حادثة مصر سنة 1989 حينما اتهموني بفقء عين الطيب أحمد عبد المنعم في الفندق، وأنا بريء من هذه التهمة الباطلة.

من وقف إلى جانبك في وقت الشدة في حادثتي مصر وليبيا؟

كل الجالية العربية والمغربية وقفت إلى جانبي، وإصابتي خلقت شهرة كبيرة للمستشفى الفرنسي سالوي بباريس الذي كنت أعالج فيه، دون أن أنسى رئيس الجمهورية المرحوم الشاذلي بن جديد الذي قدم لي كل الدعم والمساعدة، وأشكر الجميع دون أن أنسى والي معسكر المرحوم مراح الذي قدم المساعدة لعائلتي طيلة شهرين، وأنا فخور بذلك لأنني أدت واجبي الوطني بكل إخلاص ورفعت راية الجزائر.

والدة زيدان قالت لك إن ابنتها يحتفظ بصورتك في غرفته هل هذا صحيح؟

أجل، لقد جمعني بها لقاء في الجزائر حينما استقبلنا رئيس الجمهورية عبد العزيز بوتفليقة وصرحت لي بأن زين الدين زيدان المدرب السابق لريال مدريد كان يحتفظ بصورتي في غرفته، وكان يحلم أن يكون مثلي، والحمد لله، لقد وفقه الله وأصبح لاعبا مشهورا في العالم ومدربا كبيرا، حيث حاز مع فريقه السابق ريال مدريد عدة كؤوس.

وأحسن هدف سجلته؟

في شباك شوماخر، حارس منتخب ألمانيا الغربية، في مونديال 82 بإسبانيا، ولا يمكن نسيان ذلك الهدف الذي كان أسرع رد فعل في العالم بعد 40 ثانية و8 تمريرات قصيرة، وهذا بعد تعديل النتيجة مباشرة وفقت في توقيع هدف الفوز التاريخي على الماكينات، الذين تآمروا مع النمسا ضدنا.

هل من إضافة؟

أتمنى لجمال بلماضي أن يتوج بالكأس الإفريقية وأرى أن فلسفته تؤهله لذلك وأطلب من الجميع عدم التشويش عليه.



فبرك عدة أشخاص قضية الطبيب المصري، مع العلم أنني كنت بريئا، وقال آخرون إنه يستحيل أن يكون نجمان في فريق واحد، بالإضافة إلى ذلك أن الصحافة العاصمية همست في أذن كرمالي وطلبت منه شطب اسمي، وترك لاعبا آخر اشترط اللعب في المنصب الذي يريده، حيث اجتمعوا في ما بينهم وقرروا إبعادي من التشكيلة، لأنني من الغرب وهو من الوسط، حيث كشف لي المرحوم كرمالي أسماء من همسوا في أذنه ولا أريد أن أحيي الجراح القديمة.

تقصد من؟

أنا لا أذكر الأسماء، وأظن أنكم أنتم الصحافة تعلمون جيدا اللاعب العاصمي الذي كان آنذاك شوشو الجماهير العاصمية، المهم أنا أحمد الله لأن الأخضر فازوا بالكأس، حقيقة تحسرت كثيرا عندما شاهدتهم يرفعونها وتمنيت لو كنت معهم واعتبرتها حقرة وجهوية، وحينها رضيت بالكتوب وفضلت الكرة الذهبية التي توجت بها سنة 1981 على الكأس الإفريقية التي فاز بها الأخضر سنة 1990، وبالرغم من ذلك كنت أتمناها بالبادي.

ما هي أسوأ حادثة أليمة يتذكرها بلومي؟

الإصابة الخطيرة التي تعرضت لها في ليبيا، ورغم أن المسؤولين بوزارة الشباب والرياضة نصحوني بعدم السفر، لكنني غامرت ودفعت فاتورة العلاقات المتوترة بين البلدين.

كيف؟

نعم، كانت الأجواء بين الجزائر وليبيا متوترة جدا، وأنا لم أندم على سفري إلى ليبيا، فأنا أدبت واجبي وجاهدت على علم الجزائر وسبب الإصابة المتعمدة التي تعرضت لها المشكل

- الأخضر سيلعبون الأدوار الأولى في كأس إفريقيا وحظوظ الفراعنة مع نجمهم صلاح كبيرة للفوز بكأس إفريقيا

عودة تسيير بعض الفرق من طرف الشركات العامة هل يعني ذلك فشل الاحتراف؟

هذا سؤال مهم، حيث عدنا بقرابة 40 سنة إلى الوراء وإلى عهد الإصلاح الرياضي، وأنا ضد تدعيم أربع فرق كبيرة فقط، في صورة المولودية وشبيبة قسنطينة، والساورة وشبيبة القبائل، وأقول لهم إن الفرق الصغيرة أنجبت لاعبين كبارا، فأنا مثلا تخرجت من مدرسة غالي معسكر، واتحاد الحراش أيضا أنجب مزياني وممدان ومحمد راحم وخالد لونيسي وماجر وفرقاني وآيت الحسين خريجو مدرسة النصرية، والاحتراف يتطلب أموالا طائلة، وأطالب القائمين على الرياضة في بلادنا بالاعتناء بالفرق الكبيرة والصغيرة أيضا.

فريق أتليتكو مدريد يريد التعاقد مع عطال هل تراه قادرا على البروز في الليغا الإسبانية؟

بكل تأكيد، يوسف عطال لاعب ماهر برز في البطولة الفرنسية، وأرشحه لأن يلعب وينجح مع أي فريق أوروبي، شأنه شأن الهداف العالمي بونجاح، الذي تفوق على ميسي ورونالدو ومحرز أيضا.

كيف تتوقع حظوظ الأخضر في الكان المقبل بمصر صيف 2019؟

أنا متفائل جدا، خاصة بعد فوز مصر بتنظيم الكأس الإفريقية للمرة الخامسة في تاريخها، بعد انتصارها الساحق على جنوب إفريقيا بـ 16 صوتا مقابل صوت واحد فقط، لتعود البطولة إلى بلد الأهرامات منذ 13 عاما أي إن آخرها كانت سنة 2006، وأتوقع أن أشبال جمال بلماضي سيلعبون الأدوار الأولى، ولم لا التتويج باللقب الثاني في تاريخهم بعد الأول سنة 1990 بالجزائر، لكن حظوظ الفراعنة مع نجمهم محمد صلاح وافرة جدا لرفع الكأس.

لقد حرمتم سنة 1990 من رفع هذه

الكأس الغالية بودنا أن نعرف سبب

إبعادك في آخر لحظة؟

نعم، كانت هناك أسباب عديدة ومتعددة، حيث

24ساعة في حياة حراق

تذكرت محارب أمي
فندرت نذرا
في عرض البحر

تبدأ الأوهام عادة بحلم جميل،
ننمقه مع مرور السنين، نركض وراء
سراب الهجرة، لنوهم أنفسنا بأننا
سنستغفر بمجرد أن تطأ أقدامنا أرضا
قدسناها، وهي لا تساوي حفنة تراب
من أرضنا... نركب الزوارق ونغامر
كالسندباد البحري، لكن دون بوصلة
ولا خارطة، لا نحمل معنا سوى
تميرات ودموع أمهات في قارورة..
يهيج البحر، وتتحطم الأمواج أجسادنا
النحيلة، فنغرق، فيحمل التيار ما تبقى
من أطلاننا، ويرميها على شاطئ
الموت...

عنصرية... أدركنا عندها أنه لا أمل لنا في النجاة..
تذكرت حينها أمي ومحارب أمي وصوت أبي
وهو يوبخني لأنني تأخرت في العودة إلى البيت..
رفعت عندها يدي داعيا الله أن ينجيننا، ونذرت
إن أنا نجوت، أن أعود إلى باب الواد، وسأعمل،
وأساعد أمي وأبي، وأنشئ حياة جديدة... لم
تمض ساعة، حتى طوق بوطينا الكثيب مركب
خفر السواحل الإيطالية، الذي انتشلنا بفضل
الله من موت محقق... وصلنا إلى شاطئ
الأمان وتم حزننا، غير أن عادل وأسامة تمكنا
من التسلسل والهرب وبقيت مع أمين... التفت
إليه وأخبرته أنني أنوي الرجوع، والدموع تنهمر
وبيانا على وجنتي "توحشت يما وبابا"... وفعلا
عدت إلى الجزائر، منفذا نذري، وشاءت الأقدار
الربانية أن أعمل في وكالة سياحية، وأصبحت
أسافر في الطائرة.. لا على بوطي حقير".

يا بحر الطوفان.. إلى متى؟

هي حكاية من الحكايات، التي انتهت نهاية
سعيدة، بين المئات التي بقيت مفتوحة على
ألف سؤال، ولا يسعني إلا أن أتذكر كلمات
الباجي....

من السفينة بقاؤ غير شي لوحات مرفوعين
فوق الموجات

تما عرفت جيبتي مات ارحمه يارحمان...

كل جمعة تزور الموجات ندي معياشي

وردات

نشرهم فوق الحجيرات هذا وعد

الرحمان

يا بحر الطوفان.

تمتحننا من جديد... كان أسامة هو المكلف
بدفع المبلغ إلى صاحب البوطي، الذي كنا نجهل
اسمه، وكان يطلق على نفسه "سبارو"، نسبة
إلى شخصية الفيلم... وجهتنا القادمة شاطئ
سيدي سالم الجميل، حيث كان ينتظرنا سبارو
وجماعة من باب الواد وتبسة وآخرون لم يذكروا
من أي مدينة ينحدرون... كانت الأحوال الجوية
سيئة لسوء حظنا، وأجبرنا على الانتظار ست
ساعات، استغللناها في جرد أغراضنا من تمر
وماء وشوكولاتة سوداء وبعض الفوميجان
نستعملها في حالة الطوارئ.. أما صاحب القارب،
أو القبطان المزيف، فكان يرتب عبوات المازوت
الإضافية، المقدرة بـ 140 لتر.

واصل فاتح سرد روايته، وكأنه باب من رواية
جول فرن "20 ألف فرسخ تحت البحر": "انطلقنا
أخيرا، فمشغل عادل كاميرا موبايله، وكانت أول
جملة دوت في الفيديو: "رانا خليناها لكم"... قالها
أحد الركاب، الذي حققت المخدرات في وجهه
خنادق من التجاعيد... كان من المفترض أن
تدوم الرحلة بين 15 إلى 17 ساعة إلى شاطئ
كالياري الإيطالي...

"توحشت يما وبابا"

في عرض البحر، تحولت العزيمة إلى زعر
شديد، بعد أن نفذ الوقود بسرعة كبيرة، وبقينا
مدة يومين إضافيين دون ماء ولا أكل...

في صباح اليوم الثالث، لمحنا قارب
صيد، فاشعلنا الفوميجان، لكنه
رفض مساعدتنا، خوفاً أو

هو بحر الطوفان، الذي تغنى به العنقيس
والزاهي، غمر البيوت الجزائرية، وأخذ خيرة
شبابها كهديبة يجب دفعها لدفع غضبه... في كل
بيت حكاية "أم"، كرهت البحر، بعد أن انتزع منها
ابنها البكر، وأخرى كانت تحضر الكسكي في يوم
جمعة، فصعقت بخبر خروج ابنها المازوزي حرقا،
لا مهاجرا... من بين القصص الكثيرة، هذه قطع
من تاريخ، وددنا أن يمحوها المد، ويعيدنا الجزر
إلى ماضينا الجميل.

مذكرات حراق سابق

يروى لنا فاتح حكايته مع الحرقة بحرقة.. "بدأت
التخطيط لرحلتي، قبل نحو سنة كاملة، ادخرت
فيها كل دينار أكسبه من البيع والشراء، وجمعت
مبلغ 16 مليون سنتيم، لم أكن أدري أن لي
كل هذه الطاقات، فلم أجمع هذا المبلغ في ثلاث
السنوات الماضية، التي لم يكن يراودني فيها
حلم الهجرة إلى فرنسا أو إيطاليا... في صباح
اليوم الموعد، بعد أن اتفقت مع صديقين لي، على
الالتقاء أمام المحطة، بقيت طويلا أنظر إلى أمي،
التي لم تكن تدري بمخططي، وكانت في مزاج
مرح، خاصة أنها رأت مداومتي على العمل في
الأونة الأخيرة...

تنهد فاتح، وزفر زفرة الندم مكملا: "خرجت
من البيت عند الزوال باكيا، ولحقت بصديقي
عادل، وأمينة الذي خرج من السجن لتو بهتمة
تعاطي الزطلة، انطلق بنا القطار من العاصمة
إلى عنابة.. وفي المحطة، استقبلنا صديق ثالث،
أسامة.. لتكتمل شلتنا الرباعية، فبعد أن
جمعنا المدرسة بالعلم، هاهي مدرسة الحياة



سما ست التناكزة



بوعلام بسايح

الدبلوماسي
الذي خدم
الجزائر مع
كل رؤسائها

هو رجل سياسي ودبلوماسي ومثقف، اجتمعت فيه كل هذه الخصال، نتيجة لتوليه عدة مناصب رفيعة وسامية في الدولة الجزائرية، سواء قبل الاستقلال أم بعده، ساهم بالكثير من افكاره وأطروحاته في قضايا حساسة سواء داخل الوطن أم خارجه، وكان خير سفير للكثير منها، حين تولى عدة مناصب دبلوماسية في بعض البلدان العربية، بقيت آثاره راسخة، ليس في السلك السياسي والدبلوماسي فحسب، بل حتى في الثقافة الجزائرية، وكيفيه فخرا أنه كاتب سيناريو الفيلم الأسطوري «بوعمامة»، للممثل القدير عثمان عربوات، من مواليد 1930 بمدينة البيض.

عضوا نشيطا في الحكومة الجزائرية قبل وبعد الاستقلال، حيث خدمها مع معظم الرؤساء الذين تداولوا على الحكم في الجزائر، بدءا من فترة أحمد بن بلة، مروراً بالرئيس هواري بومدين، وصولاً إلى مرحلة الشاذلي بن جديد، وكذا اليمين زروال، إلى حكم عبد العزيز بوتفليقة حتى العهدة الرابعة. رغم هذه المناصب الحساسة، التي شغلها «بوعلام بسايح»، سواء كرّج في النشاط الحكومي، أم آخر دبلوماسي، إلا أن هذا لم يشغله عن الحياة الثقافية، حيث كان مولعا بالتأليف خاصة في مجال الأدب والتاريخ، على غرار «الجزائر الجميلة والثائرة من يوغرطة إلى نوفمبر»، الذي نشر بمناسبة الذكرى الخمسين لاندلاع الثورة التحريرية، بالإضافة إلى «بطل الشيشان والقوقاز»، «الأمير عبد القادر مهزوم لكن منتصر»، «في جذور الأصالة»، «المقاومة بالسيف أو القلم»، «عبد الله بن كروي.. شاعر الأغواط والصحراء»، «من لويس فليب إلى نابليون الثالث»، وغيرها من المؤلفات التي تشهد على مسيرة ثرية في العديد من المجالات، نشرت على فترات مختلفة من حياته.. توفي سنة 2016م.



الخارجية سنة 1988، وقد كانت له أدوار فعالة حين تقلد هذا المنصب، في كثير من القضايا الدولية، وفي سنة 1997 انتقل إلى مهام أخرى، حيث عين عضوا في مجلس الأمة ضمن الثلث الرئاسي، ومنه رئيسا للمجلس الدستوري سنة 2005. إن المتتبع لمسيرة «بوعلام بسايح»، يجد أنه كان

قبل الحديث عن مسيرته بعد الاستقلال، كان واجبا علينا التطرق إلى مسيرته الثورية، حيث التحق بصفوف جيش التحرير الوطني سنة 1957، وتقلد منصب ضابط في صفوفه، ونتيجة لحنكته العسكرية، انتقل إلى مهام أخرى، حيث عين عضوا للأمانة العامة للمجلس الوطني للثورة الجزائرية بين سنتي 1959 إلى سنة 1962، وبعد الاستقلال، تقلد كذلك عدة مناصب رفيعة في الدولة الجزائرية، حيث عين سفيراً في كثير من البلدان الأوروبية والعربية، على غرار «أبوظبي»، «الكويت»، «الرباط»، وكذا «القاهرة».. بعدها أوكلت إليه مهام أخرى في الشؤون الوزارية نتيجة للحاجة إليه، غير أنه عاد إلى هذا السلك، أي السلك الدبلوماسي، مرة أخرى، حيث عين سفيراً للجزائر في المملكة المغربية سنة 2005، من طرف فخامة الرئيس عبد العزيز بوتفليقة.

هذا، وقد كان عضوا فعالا في الحكومة، حيث شغل عدة مناصب وزارية، في الكثير من الميادين والمجالات، على غرار وزير للإعلام، ثم انتقل إلى حقل آخر، وهو البريد والمواصلات السلكية واللاسلكية ثم وزيرا للثقافة، فوزيرا للشؤون

أغرب ما تتوحم عليه الجزائريات:

الطين والطباشير و"لاقريس" و الاسمنت و"الشيشة"



إلى مقاسمة علبة سجاجره معها، بالرغم من أنها غير مدخنة، طيلة فترة حملها الأول، فيما اقتنى لها "شيشة" في حملها الثاني، خوفا من أن يصيب الجنين مكروه.

هناك خلل

تقول الدكتورة "سماتي"، متخصصة في طب النساء والتوليد، إن الوحام حقيقة من الحقائق، وليس بخرافة، يصيب 50 إلى 90 من المائة من السيدات، أسبابه غير معروفة، إلا أنها مرتبطة بالعاملين النفسي والعضوي لدى المرأة، حيث تتغير هرموناتها، وتتغير السوائل والفيتامينات في جسمها، ويتغير مزاجها بشكل كبير تبعاً لذلك، وموضوع الوحام تجاه أحد الأطعمة هو مجرد شهية ازدادت. أما حالات التمني الغريبة للنساء، كتناول المنظفات أو معجون الأسنان أو الإسمنت، فقد تحدث عندما تكون المرأة تحت سن العشرين، أو بسبب حدوث ذلك في طفولة المرأة بشكل متكرر.

وتروي أخرى حكاية لسيدات توحمن على طلاء الأظافر، حيث يقبلن على تناوله بنهم، وأخرى تتوقف عند محطة الحافلات ومحطات البنزين لشم رائحة الوقود والتلذذ برائحة الدخان المنبعث من السيارات والحافلات، بالرغم من كونه ساما، فهو عبارة عن ثاني أكسيد الكربون، بينما تفضل أخريات تناول الشحم الخاص بتشحيم الآلات.

الخمور والوحم

وتبقى أغرب حالة، لسيدة لم تجد حرجا في طرح مشكلتها على مواقع التواصل الاجتماعي، التي مفادها اشتهاؤها شرب الخمر، موضحة أن منظره على اليوتوب يثير جنونها وترغب بشدة في شربه، لكنها تعجز عن كيفية إخبار زوجها.

وهي ليست الأولى، فهناك سيدة أخرى قالت إنها ترغب بشدة في شرب "البيرة"، وتجربتها.

والشيشة والسجائر نصيبها..

كما أن هناك حالة أخرى، تقول بأن زوجها اضطر

تقول السيدة "غنية"، 49 سنة، إنها توحمت على الإسمنت: "حملت بأربعة أطفال، اثنان منهم تناولت في فترة الوحام الإسمنت بشرائه، لم أكن أفهم السبب، ولكن هذا ما حدث، إلى درجة أن زوجي كان يشتري لي كميات بالميزان، وحينما أتذكر ذلك أتقزز.. لكن ما العمل".

الطين والتراب وليس أي تراب، تراب الأكواخ

فيما تفضل السيدة "فريدة"، أثناء فترة وحامها، تناول الطين والتراب، لكن التراب المحيط بالأكواخ، في الريف تحديدا، ما جعل زوجها يكذب في الوصول إلى البداية لجمع بعضه، طيلة أربعة أشهر. وتروي حكايات النساء، اللواتي كن بقاعة الانتظار على مستوى عيادة نساء وتوليد خاصة، حكاية لامرأة حامل، كرهت الماء طيلة تسعة أشهر كاملة، وكانت تشرب الكوكاكولا فقط، ونادرا ما تدخل للاستحمام وتخرج مذعورة، وكل عشرة أيام تدخل المشفى، حيث يضعون لها مصلا غذائيا "سيروم" لتعويض السوائل.

بعد شيفرة دافنشي

شيفرة

نوستراداموس

قصة أشهر

عراف في

التاريخ

في سنة 1555م، صدر كتاب باسم "التنبؤات العظمى"، لطبيب فرنسي يدعى ميشال دي نوتردام، اشتهر بعدها بنوستراداموس، وجاءت أول طبعة عبارة عن 942 رباعية شعرية، تنبأ بما سيحدث في القرون القادمة؛ حيث صاغ نوستراداموس نبوءته بالتشفير التي يزيد من حالة الغموض على الطريقة اليهودية، وكان يضع لكل قرن مائة بيت من الشعر تتضمن مائة نبوءة.. لكل عام نبوءة، لذا سميت بـ (القرون).

أشهر تنبؤات العراف

استنتج مفسرو كتاب نوستراداموس أن بعض النبوءات قد تحققت، مثل اختراع الطائرة (أو الطيور الحديدية)، والقنبلة الذرية والكهرباء والاستنساخ وظهور نابليون وهتلر (أو هسلر كما تقول النبوءة) وقيام وسقوط الاتحاد

السوفيتي (ورمز له باسم إمبراطورية الدب). ويتنبأ العراف بأنه في القرن الحادي والعشرين سيتلون جلد الإنسان، وسيستعيد المسلمون قوتهم وسيغزون أوروبا ويؤسسون ما يعرف بالولايات المتحدة الإسلامية.

هجمات 11 سبتمبر

عقب هجمات 11 سبتمبر، عاد نوستراداموس إلى صدارة المشهد، وتضاعفت مبيعات كتب نبوءاته في كل أنحاء العالم بصورة غير مسبوقة، حين اعتبر الكثير أنه سبق أن تنبأ بهذا الانفجار بتفصيلاته الدقيقة؛ حيث أعادوا قراءة بعضه أبيات من تنبؤاته تذكر ما نصه: "في سنة القرن الجديد وتسعة أشهر يأتي من السماء ملك الرعب، وتحترق السماء.. الحريق يقترب من المدينة الكبرى الجديدة. في مدينة (يورك) يحصل انهيار كبير.. شقيقان توأمان تفصل بينهما الفوضى في حين يسقط الحصن، الزعيم الكبير يقضي والحرب الكبرى تبدأ حين تلتهم النيران المدينة الكبرى".

دونالد ترامب

يعتقد البعض أن الرباعية 81 تنبأت بفوز

دونالد ترامب بالانتخابات الرئاسية لعام 2016.

عندما يغيب العقل، تسيطر هلوسات المستقبل، ويبدأ الإنسان في البحث عما تخبئه الأيام من مصائب وكوارث... الشروق العربي، تنقلكم إلى 400 سنة خلت، حيث ظهر رجل في فرنسا، اسمه نوستراداموس، ادعى كشف أسرار الغيب بقراءتها في الماء.. لا يزال الغرب يمجده إلى حد الساعة، بسبب نبوءات جاءت مصادفة في أبيات تقبل ألف تأويل.

وجاء فيها: الغني الشقي ينتخب حاكماً للجيش، الجسر انكسر، وعم الخوف"، ومن بين مناصب الرئيس الأميركي القائد الأعلى للجيش، ما جعل البعض يقفز إلى الاستنتاج أنها عنه.

عام 2019... عام الكوارث

بحسب نوستراداموس، فإن عام 2019، سيشكل بؤسا مدويا في جميع أنحاء العالم، ومن غير المحتمل أن يتحسن الوضع حتى عام 2046 على الأقل، إذا ثبت أنه على حق. وأشار نوستراداموس في كتابه "النبوءات"، إلى أن عام 2019 سيكون بداية حرب نهاية العالم التي ستمتد إلى ما يقارب ثلاثة عقود.

نوستراداموس... كذب ولو صدق

حرم أهل العلم اعتقاد كون أحد من الناس يعلم الغيب، كما حرموا تصديقه في ما يقول، ومن صدقه خرج من ملة الإسلام، وكفر كفراً أكبر، قال تعالى: "قُلْ لَا يَعْلَمُ مَنْ فِي السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ الْغَيْبَ إِلَّا اللَّهُ" ﴿النمل: 65﴾، وقال تعالى أَمْرًا رَسُولَهُ - صلى الله عليه وسلم -: "قُلْ لَا أَقُولُ لَكُمْ عُنْدِي خَزَائِنُ اللَّهِ وَلَا أَعْلَمُ الْغَيْبَ" ﴿الأنعام: 50﴾... والمطلع على حال هذه النبوءات يكتشف أنها مجرد تأويلات أتت بعد حدوث هذه الأحداث، لا قبلها، وليست نبوءات واضحة.. وهذا ما استطاع تحقيقه العراف نوستراداموس بأبياته المبهمة في زعرة عقول قل إيمانها وضعفت إرادتها، وأن الفراغ الروحي الذي يعيشه الغرب يجعله يجري وراء هذه الترهات والهرطقات، ويجر وراء الجهلة من المفتونين بحضارة تأسست على السرقة والكذب.



BOOM.. الصدمة

كان درسا، أخذناه
في مرحلة من
المراحل الدراسية
المبكرة، وكان
النقاش حادا
يومها.
كنت أنا، مع
الفريق الذي يرى
بأنه من الواجب
المهني والأخلاقي
والإنساني، أن
يكون المريض على
دراية تامة بمرضه،
وأن يخبره الدكتور
المعالج عن كل
صغيرة وكبيرة.
لم يكن إصراري
يومها على ضرورة
إخبار الحقيقة لأي
مريض اعتباطيا،
فكنت محظوظة،
بعد مرور أكثر من
25 سنة، حيث كان
دكتور الشاب
اللبناني، المهني
جدا، المتحدث
الفرنسية بطلاقة،
وهما سببان
كافيان ليكون
طبيبي الخاص منذ
أشهر حملي الأولى.



بالبرودة، بل بالحرارة، لست أدري ماذا يحدث لي، أريد فقط أن أحضن ابني، أريد أن أقبله، أريد أن أبكي، وأن تلمس يده الصغيرتان وجهي، وأن تمسح دموعي، أريد أن أكحل عيني برؤيته... في هذه اللحظة بالذات، كانت أمنيته الوحيدة أن أضم ابني إلى حضني، إلى صدري المريض... المثلث بالخوف والألم... أثقلني الخبر الذي نزل اليوم علي كالصاعقة... كنت أريد أن أغادر المكان، هذا المكان البائس، الذي سيكون من ضمن مشاويري اليومية... آه... كنت أريد فقط أن أمسك يد زوجي، وأن أذهب إلى البيت، وأن أعيش بسلام، وأن يكون كل هذا كابوسا، نعم، كابوس ما بعد القيلولة، التي أخذتها من بعد عودتي من مقابلة ابني في المدرسة، نعم إنه كابوس فقط، ليس هناك شيء، لست مريضة، وما بصدري هو كتلة دهنية من الحليب فقط... يناديني الدكتور... تعالي، سنرى استشاري الأورام... أمسك ذراعها، الطريق من هنا... مسك زوجي يدي... زوجي حبيبي، حب حياتي ورفيق دربي، صديقي العزيز، الذي أحبته من أول يوم زار فيه القناة التي أضحينافيما بعد زملاء مهنة معها... عيناه حزنتان، وكان يكرر على مسمعي: "ما في شيء، أنت بخير، كل شيء سيكون تمام، لا تخافي..." كنت أسمعها، لكن لم أستطع أن أستوعب ما يقول، فلقد كنت مرعوبة، خائفة، تائهة، ثقيلة، وكنت أشعر بالبرد، بل كنت أرتجف... أرتجف كثيرا، خطواتي كانت ثقيلة جدا، لم أعد أقوى على المشي، ولست أرى أي أحد في صالات الانتظار، الوجوه لا تعنيني. شيء ما ينزل ويبلل وجهي، شيء غزير جدا.. هي الدموع الباردة، الساخنة، المحارقة... يتبع

كنت أريد مغادرة هذه الغرفة، التي أضحت المكان الذي يحتضن خبرا سيئا، محزنا، صادما وغير متوقع، ولم يكن يقبله لا عقلي ولا قلبي الذي انفطر يومها.. خبر إصابتي بداء السرطان.. كنت أريد أن يغير الدكتور أقواله، لكنه أدى القسم، وكان يجب عليه أن يقول الحقيقة، كل الحقيقة للمريضة التي بجانبه. بعد أن أخذني الدكتور سايمون إلى غرفة الماموغرام، وعند ظهور النتيجة، استرسل قائلا: ستتغير حياتك 360 درجة. قلت بمزاحة: 360 درجة، كثير والله دكتور، لم أكن أعني مدى خطورة الموقف، أو عساني كنت أريد أن أهون عن نفسي، لكن هيهات، هيهات.. الدكتور: أنت تعانين من سرطان ثدي من الدرجة الثانية، وورم كبير بحجم 3 سنتيمترات أو أكثر، ستخضعين لعملية استئصال كلي للثدي، وبعدها جلسات العلاج الكيميائي، الذي سيكون مفعوله قويا جدا: حالات غثيان، فقدان الشعر، تعب وإرهاق، انخفاض كريات الدم، والعديد من الأشياء الأخرى... تعب الدكتور من تعداد الآثار الجانبية للعلاج الكيميائي، وقال مستنجا: عزيزتي، ستتغير حياتك كليا، الله معك. أنا من محبي التغييرات الجذرية في الحياة، أمل أنا من الروتين، أحب التغيير، أحب أن أبدأ من الصفر، أحب أن أتسلق سلم الحياة الخطوة تلو الأخرى، لكنني في هذا اليوم، وجدت نفسي أصعد السلم مهولة، أتجاوز كل الخطوات مسرعة، إلى اللاشيء.. لا أعرف إلى أين أنا ذاهبة؟ أو أين أنا؟ أو ماذا سيحدث لي؟ كنت مشوشة، خائفة، ضائعة، كنت في أوج ضعفي... قدمي لم تستطعا حملي، كنت ثقيلة، ثقيلة جدا عليهما، أحس بأن جسمي صلب كالحجر وبارد، نعم أنا أشعر

الدكتور "سايمون"، كان طيبا بشوشا، يشعرك بالأمان.. أتذكر أنه عندما كنت أريد أن أعرف جنس جنيني، رد ممازحا: هناك اثنان، مارأيك؟ فقلت: لا.. مستحيل، أنا أعرف أنه جنين واحد، وأنه ولد أيضا. ليبتسم الدكتور سايمون، ويقول: نعم، إنه ولد. رفرفت في السماء، من شدة الفرح، وعشت أحلى أيام عمري، وأنا أحمل في أحشائي ابني، حبيبي، ثمرة حبي الوحيد... انتظرت اليوم الموعد، وكنت في اتصال مع دكتورتي، وأنا ألد في مستشفى بفلوريدا، في أمريكا، والدكتور سايمون كان معي على الخط من دبي، يشجعني، ويقول لي إن كل شيء سيكون على ما يرام. في ذلك اليوم، تغيرت ملامح الدكتور سايمون، وبدا مترددا، وكانت كلماته متقطعة، وصوته يرتجف، لكنه استعاد قوته، وتذكر أنه دكتور، واسترسل في الحديث، وليته لم يفعل، ليت له لم يقل، ليت له يكشف أن الورم الموجود في صدري غريب الشكل، وهناك احتمال كبير أن يكون ورما خبيثا. حينها، أحسست بأن الدنيا كلها تدور من حولي، ولأول مرة، أرى علامات الخوف والحزن على وجه زوجي.. خفت أكثر، وأصبت بالدوران، وقلت: وابني.. ماذا سيحدث له؟ هل سآراه يدخل المدرسة؟ أو الجامعة؟ هل سيحكي لي عن أول فتاة أحبها؟ هل ساستمر في ضمه إلى صدري؟ لا.. ليس هذا الصدر المريض؛ ليس هذا الصدر الذي ينبض بالحُب والحنان؛ ليس هذا الصدر المصاب، وأي مرض أصابه؟ كنت أريد أن أصرخ بعلو صوتي، أن أبكي، أن أخرج من هذه الغرفة، التي تفوح منها رائحة الأدوية، رائحة المستشفيات التي أكرهها، التي سأتنفسها كثيرا في الأيام القادمة.

في مجتمع بعقلية ذكورية...

المرأة المطلقة.. تلك القنبلة الموقوتة

أنها "مطلقة".. يكفيها هذا اللقب، لتكون من شياطين الإنس، ومن مسببات الفجور والفتن..

وأينما ذهبت، تجدها تعاني من نظرة الناس.. فالنساء المتزوجات يعتبرنها خطرا على أزواجهن.. فكم من جارة متزوجة، تجدها تحرص على زوجها، ليلا نهارا، خوفا من جارتهم المطلقة، والعائلة، تعتبرها "قنبلة موقوتة"، تخاف أن تنفجر يوما، فتلخ شرف العائلة، والرجال في العمل أو الحي، يعتبرونها الفريسة السهلة للإشباع غرائزهم الجنسية، فهي الآن الأنثى الضعيفة التي تبحث عن الحنان والسند.

على مجتمعاتنا المسلمة أن ترجع إلى الدين، لتأكد من عدل الله في حكمه، على الرجل والمرأة في الطلاق، ولم يحمل أي منهما الذنب، بل لم يعتبره ذنبا أصلا، فهو رخصة وفرصة للطرفين لبداية حياة جديدة، بعيدا عن المشاكل.. فإذا كان الله - عز وجل - لم يحمل المرأة المطلقة مسؤولية فشل العلاقة الزوجية، ولم ينعتها بالفاسقة، ولم يحذر عباده منها.. فكيف لك أيها المسلم أن تفعل هذا!!

المطلقة.. هذه القنبلة الموقوتة، كما يراها البعض، تجد نفسها بين أحكام مسبقة، واتهامات ظالمة، من طرف من يعرفها ومن يجهلها أيضا.. فالمجتمع يرى المطلقة على أنها المذنبة الوحيدة، التي لم تحافظ على بيتها، ويحملها وحدها فشل العلاقة الزوجية.. لا تهم الدوافع التي دفعتها إلى الطلاق، ولا يهم إن كانت هي من طلب الطلاق أو مورس عليها بطريقة تعسفية، ولا يهم إن تعرضت للعنف أو الظلم.. المهم

تواجه المرأة العربية عموما، والجزائرية خصوصا، تحديات صعبة، سواء كانت عزباء أم متزوجة، شابة أم كبيرة، فهي من تحاول دائما فرض نفسها وكيانها في مجتمع ذكوري، مازال يرى فيها كائنا من الدرجة الثانية، هذا بالنسبة إلى المرأة عموما.. فما بالك بالمطلقة؟ المرأة



الخطر القديم الجديد...

السحر والشعوذة.. فتنة ضفاف النفوس!



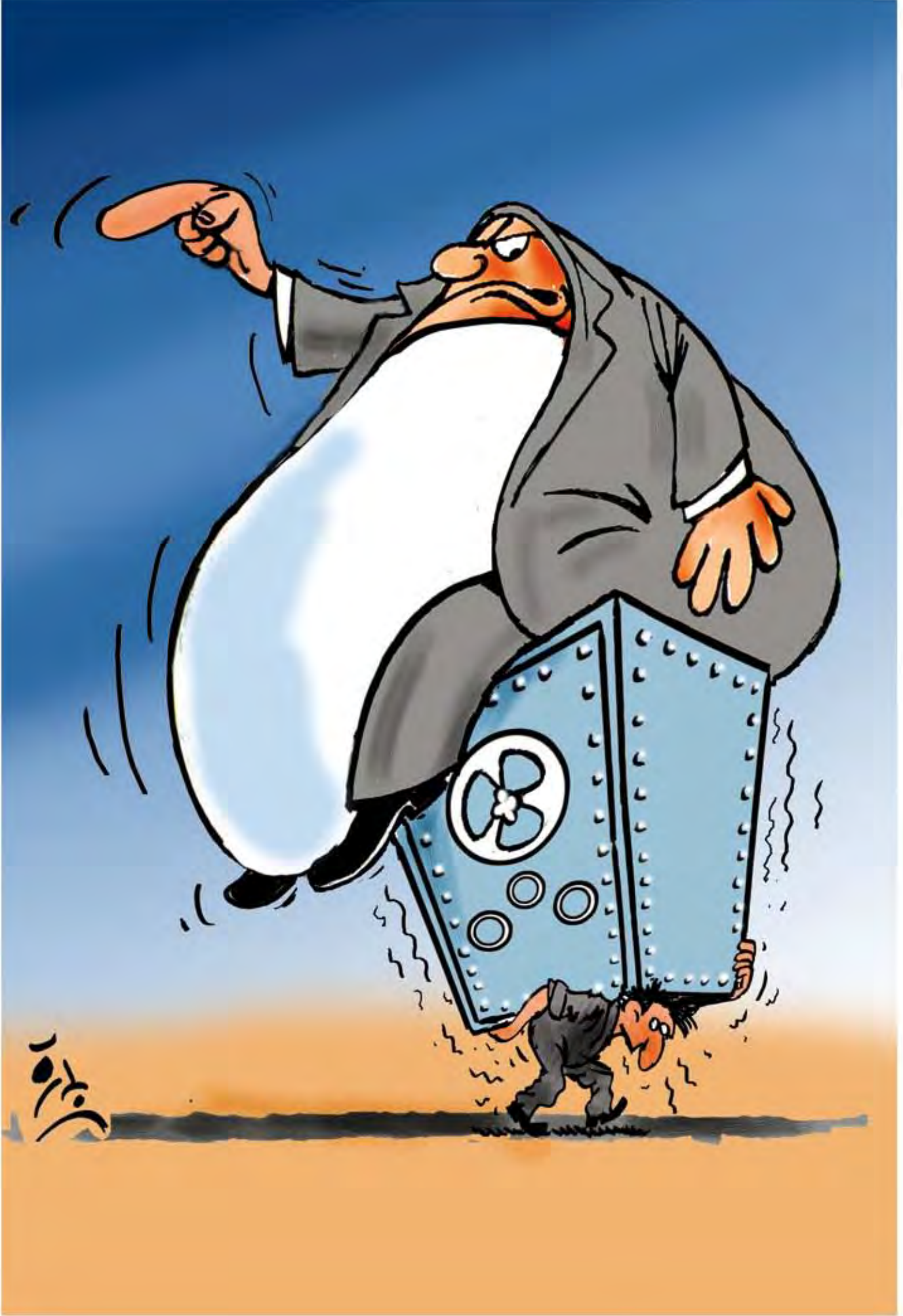
كيف لك يا مسكين.. يا من كرمك الله بعقل ومخ وذكاء ودين.. أن تصدق المحتالين، وتلهث وراء "الجهال"، الذين يأخذون أموالك بالباطل، ويستهنئون بشخصيتك الضعيفة، ويستغلون مشاكلك، ويلعبون بعقلك وعاطفتك؟! مهما بلغ بك بأسك من الحياة، ومهما كان الأمر الذي تريد تحقيقه.. لا تضع نفسك بين يدي جلاذك بيدك، ولا تتبوأ مقعدك من النار.

عالم السحر والشعوذة والجن والشياطين غريب جدا، تختلط فيه الحقيقة بالخيال، والخرافة بالهوس، يخدع قلوب السذج وبسطاء العقول وضعيفي الإيمان والعقيدة..

عالم، وجد في العصور الغابرة القديمة، ومازال يفرض نفسه إلى يومنا هذا، رغم التطور التكنولوجي والانفتاح على العلم والمعرفة، بل وأصبح يستعمل التطور والتكنولوجيا لصالحه..

ومازال أصحاب النفسيات الضعيفة يتهافتون على السحرة والدجالين والعرافين والعرافات، ويمارسون طقوسا شيطانية، يصعب على العاقل فهمها واستيعابها..

وان كنا نعتقد أن السحر ينتشر بكثرة في الأماكن النائية والقرى المعزولة، التي لم تواكب التطور، فإن الأمر تغير كلياً اليوم، فقد أصبحت الشعوذة منتشرة وبكثرة في المدن الكبرى، ولم تعد محصورة على فئة الأميين والبسطاء من الناس، وأضحت هوساً لأصحاب المناصب المرموقة والمراكز العالية، الذين يمارسونها ويتبركون بتعويزات وأحجية مستعصية على الفهم، ضاربة في الوهم، سارية باقية، منسوجة بخيوط شياطين الجن والإنس، تخفي وراءها عقدا نفسية وأمراضا هستيرية، وتخفي كذلك "لوبيات" وشبكات دجالين وزبانية إبليس، ممن يستغلون "الأغبياء" الذين يبحثون في عالم الجن والسحر، عن حلول خيالية، وعن خاتم سيدنا سليمان، وعن كلمة "كن فيكن"...



الشروق العربي في بيت شيخ عموم المقارئ..

محمود خليل الحصري.. 55 سنة قضاها في ترتيل القرآن

هو محمود السيد
خليل الحصري،
الملقب بـ«الشيخ
الحصري»، أحد
الأصوات الصداقة،
التي ذاع صيتها في
العالم الإسلامي،
وهو السباق في
تسجيل الروايات
والتلاوات المختلفة..
ارتأينا في هذا العدد
أن نأخذكم إلى
عالم هذا الشيخ
الجليل، وأن نلتقي
نجله، لنكتشف عن
قرب حياة أحد أشهر
مقرئي ومعلمي
القرآن الكريم في
العالم الإسلامي..

قصه اكتشاف التحريف في القرآن الكريم وتوثيقه صوتاً..

يقول الدكتور محمد محمود الحصري:
"كان والدي مسؤولاً عن لجنة مراجعة
المصاحف، وخلال زيارته إلى دولة الكويت،
وجد أحد المصاحف المطبوعة من طرف مكتبة
لبنانية، وتبين أنه ليس لديها تصريح من
لجنة مراجعة المصاحف، فقرأ هذا المصحف،
ووجد فيه بعض التحريف، مثل قول الله تعالى
عن اليهود: "غلت أيديهم"، فوجدتهم حذفوا
النقطة من فوق الغين، لتصبح الآية: "غلت
أيديهم"، وهو تحريف كامل للمعنى، وأيضاً
في قوله تعالى: "لعنوا بما قالوا"، وجدها: "أمنوا
بما قالوا"، فانتفض الشيخ وذهب إلى وزير
الأوقاف المصري وقتها، واتفق معه على توثيق
القرآن الكريم صوتاً، بصوت الشيخ الحصري،
حتى لا يحدث تحريفه.. وقام الشيخ الحصري
بتسجيل القرآن كاملاً، في أحد أستديوهات
الإذاعة المصرية، برواية حفص، ثم بعد ذلك
سجله بقراءات عديدة، مثل "ورش" و"الدوري"
و"قالون"، وغيرها. ورفض الشيخ تقاضي أي
أجر على تسجيله القرآن الكريم. وبعد ذلك، بدأ
الناس والدول العربية طلب هذه التسجيلات
على أسطوانات، فقرر المجلس الأعلى للشؤون
الإسلامية إصدار أسطوانات القرآن الكريم
بصوت الشيخ الحصري، وحققت هذه
الأسطوانات مبيعات كبيرة".

الملك السعودي يمنح الشيخ الحصري تصريحاً مفتوحاً لدخول المملكة متى شاء

يواصل نجل الشيخ الحصري:
«في بداية الخمسينيات، طرأ على الحرمين
المكي والمدني تطورات عديدة، فقد تمت إنارتها
بالكهرباء، وتم تشغيل مكبرات الصوت، فقام
الملك «عبد العزيز» بدعوة الشيخ الحصري إلى
حضور افتتاح الحرمين بعد هذه التطورات، وقد
منحه الملك «عبد العزيز آل سعود» تصريحاً
مفتوحاً لدخول المملكة في أي وقت شاء، ليقرا
القرآن باستعمال مكبرات الصوت في الحرمين
المكي والمدني، ويصل صوته الصداح إلى أبعد
نقطة ممكنة.

واتقانه الروايات والقراءات، تم اختياره عام 1950
ليكون مقرئاً في مسجد الأحمدى بطنطا، ثم
مقرئاً بمسجد الحسين بالقاهرة عام 1955.

يكافئ أولاده على كل حرف يحفظونه من القرآن الكريم..

إلى جانب انشغالاته في علوم القرآن، كان الشيخ
الحصري رب أسرة وأباً ممتازاً، فرغم انشغالاته
الكثيرة وسفرياته، إلا أنه حرص على تربية أولاده
تربية سليمة، وزرع فيهم حب القرآن منذ نعومة
أظفارهم، فهو من كان دائماً يلزمهم الحفظ،
ويكافئهم بالزيادة في المصروف ومغريات
أخرى.. فقد كان يعطي ابنته إفراج (ياسمين
الخيام) قرشاً على كل سطر من إجمالي 15
سطراً تحفظها، ويعطيها 05 جنيهات على
كل جزء تحفظه، وهكذا حتى أتمت حفظ
كتاب الله بقواعد التجويد التي تعلمتها
بالتلقي بهذه الطريقة، نشأ أبناء الشيخ
الحصري، ذكورا وإناثاً، على حب القرآن
والدين، وكان لهم من أخلاق أبيهم وروحه
نصيب. التقت الشروق العربي في القاهرة
بالدكتور "محمد محمود الحصري"،
نجل الشيخ الحصري، رحمه الله،
الذي روى لنا جوانب خاصة
من حياة الشيخ الجليل:

ولد الشيخ الحصري يوم 17 سبتمبر 1917،
في قرية شبرا النملة، بطنطا، بجمهورية مصر
العربية. وتعرف طنطا بطابعها الديني، إذ فيها
المعهد الأحمدى، وهو أكبر مؤسسة دينية بعد
الأزهر الشريف في مصر.

تلقى الشيخ الحصري تربية دينية في طنطا،
حيث دخل الكتاب وهو في سن الرابعة،
وختم الحفظ وهو في الثامنة من عمره،
ثم تعلم القراءات العشر في
الأزهر الشريف.

وتخصص في
علم القراءات،
وأخذ شهادته
في هذا
التخصص،
ثم تخصص
في علوم القرآن
كلها، ونظراً
إلى حسن
صوته



16 محرم سنة 1401 هـ الموافق لـ 24 نوفمبر 1980م، بعد صلاة العشاء، وكان قد عاد من الحج، وقرأ بصوته العذب القرآن الكريم، لأول مرة في الحرمين الشريفين. وامتدت رحلته مع كتاب الله ما يقرب 55 سنة.

على السهامش..

كان الشيخ الحصري سابقاً في تسجيل الروايات والتلاوات:

• هو أول من سجل المصحف برواية حفص عن عاصم عام 1961

• هو أول من سجل المصحف برواية ورش عن نافع عام 1964

• هو أول من سجل المصحف برواية قالون ورواية الدوري عن أبي عمرو البصري عام 1968

• هو أول من رتل المصحف بطريقة المعلم (طريقة التعليم) عام 1969

• هو أول من رتل المصحف بطريقة المصحف المفسر عام 1975

• أول من رتل القرآن في الأمم المتحدة عام 1977

• أول من رتل القرآن في القصر الملكي في لندن عام 1978

• أول قارئ يقرأ القرآن في البيت الأبيض، وقاعة الكونغرس الأمريكي..

مؤلفاته

- أحكام قراءة القرآن الكريم.
- القراءات العشر من الشاطبية والدرة.
- معالم الاهتداء إلى معرفة الوقف والابتداء.
- الفتح الكبير في الاستعاذة والتكبير.
- أحسن الأثر في تاريخ القراء الأربعة عشر.
- مع القرآن الكريم.
- قراءة ورش عن نافع المدني.
- قراءة الدوري عن أبي عمرو البصري.
- نور القلوب في قراءة الإمام يعقوب.
- السبيل الميسر في قراءة الإمام أبي جعفر.
- حسن المسرة في الجمع بين الشاطبية والدرة.
- النهج الجديد في علم التجويد.
- رطاتي في الإسلام.



مجمع الشيخ الحصري... الصدقة الجارية

في مدينة السادس أكتوبر، جمعية الشيخ الحصري للخدمات الدينية والاجتماعية، وتتكون من دار للأيتام، ودار لتحفيظ القرآن الكريم، وحضانة للأطفال، ودار للمغتربات، ومركز الحصري لإعداد الدعاة.

وقد أنشأ هذه الجمعية الخيرية أولاد الشيخ الحصري، حيث قرروا أن يبيعوا قطعة أرضهم الزراعية، التي كانوا يمتلكونها في طنطا، ليشتروا قطعة أرض أخرى غير زراعية بمنطقة السادس أكتوبر، وينبوا عليها الجمعية، وقد باعوا جزءاً كبيراً من ممتلكاتهم لتشيد الجمعية والوقوف على خدمة الناس، كما يجب، وكما يليق باسم والدهم، لتكون صدقة جارية له، إلى جانب المسجد المسمى باسمه في نفس المنطقة.

وحالياً، هناك مشاريع أخرى في طريق التجسيد، مثل مستشفى الحصري الخيري، ومجمع الحصري الصناعي الذي يهدف إلى تشغيل أكبر قدر ممكن من الشباب العاطلين عن العمل. وتقوم الحاجة ياسمين الحصري، التي كانت مغنية سابقاً (ياسمين الخيام)، بإدارة شؤون الجمعية والوقوف على أمورها وأمور الناس. والواضح، أنها تقوم بمجهود كبير في إدارة المشاريع الكثيرة التي تنجزها الجمعية.

وفاته

توفى الشيخ الحصري مساء يوم الإثنين

وكان من عادة الشيخ الحصري الاعتمار بعد كل سفر، فبعد كل زيارة إلى أي دولة كانت، يذهب مباشرة إلى العمرة، وفور سماع الناس القرآن بصوته في الحرمين، يعلمون أنه في المملكة، فيخبر بعضهم بعضاً، ويذهبون للاستماع والاستمتاع بصوته الشجي وتلاوته الصحيحة العطرة.. وكانت آخر قراءة له في الحج عام 1980م، وفور عودته إلى وطنه توفاه الله بعد صلاة العشاء..

الشيخ الحصري...

خير من تعلم القرآن وعلمه

عاش الشيخ الحصري خادماً للقرآن الكريم، معلماً للناس إياه في كل أنحاء المعمورة، فقد طاف القارات الخمس لنشر القراءات الصحيحة ومختلف الروايات، ورغم شهرته آنذاك، إلا أنه ظل متواضعاً بسيطاً، يعيش بين الناس بكل عفوية، وبما أن من تواضع لله رفعه، فإنه كان يستقبل من طرف الملوك والرؤساء في معظم سفرياته، فقد كان أول من زار المسلمين في الهند وباكستان عام 1960، وقرأ القرآن الكريم على مسامع الحضور في المؤتمر الإسلامي الأول في الهند، في حضور الرئيس الراحل "جمال عبد الناصر" والرئيس الهندي الراحل "نهررو". وفي عام 1966، اختاره "اتحاد قراء العالم الإسلامي" رئيساً للقراء العالم الإسلامي بمؤتمر "اقرأ" بكراتشي في دولة باكستان.

كما أن الشيخ كان أول من رتل القرآن الكريم في الأمم المتحدة، عام 1977، أثناء زيارته إليها، بناء على طلب من الوفود العربية والإسلامية.

الأعمال الخيرية للشيخ الحصري

تبرع الشيخ الحصري بثلاث تركته، وأوصى بإنفاقها في الأعمال الخيرية، وفي خدمة تدريس علوم القرآن وحفظه، إلى جانب بناء معهد ديني ومدرسة لتحفيظ القرآن وتدريبه بمنطقة طنطا، وبنى مدرسة مشابهة بمنطقة "العجوزة". وقد سمي مسجد كبير باسم الشيخ الحصري في مدينة السادس أكتوبر تم افتتاحه عام 2005م.



الحاجة ياسمين و ابنتها و دكتور مصعب و شيخ الازهر

أربعة أسئلة...



هل سمعتم بهذه القصة العجيبة...

معلم قال لطلبته قبل الامتحان بشهر: هاهو سؤال الامتحان الذي ستجأزونونه، سؤال مباشر سهل، استعدوا.. حضروا الجواب في بيوتكم ثم احضروه يوم الامتحان... عجب، هل تريدون الأعجب: ماذا لو أعطاهم السؤال في بداية العام- أي عام لتحضير الإجابة.. تريدون أعجب العجب: نفس الأستاذ يذكر طلبته كل يوم من ذلك الشهر بالسؤال وبضرورة الاستعداد ويعطيهم مراجع البحث، ثم يوم الامتحان: يأتي بعض طلبته لم يكتبوا على ورقة الإجابة شيئاً، أو كتبوا قدر علامة أو اثنتين... كل منهم يأتي بحجة أو سبب.. هل تلتمس أو تلتمسين لهم عذراً... أترك لك الجواب؟

ذلك ما يحصل معي ومعك أيها الشاب أيتها الشابة: خالفنا الذي أوجدنا في امتحان الحياة: «الذي خلق الموت والحياة ليبلوكم أيكم أحسن عملاً»، وهبنا وأعطانا من القدرات والاستعدادات ما نستطيع به أن نناطح السحاب: «والله أخرجكم من بطون أمهاتكم لا تعلمون شيئاً وجعل لكم السمع والأبصار والأفئدة لعلكم تشكرون»، ولله المثل الأعلى: أعطانا ربنا أسئلة الامتحان التي سنسال عنها أول ما ندخل قبورنا، وتنتهي فترة اختبارنا على هذه البسيطة، اسمعوا: زوى ابن حبان والترمذي في جامعهم أنّ رسول الله - صلى الله عليه وسلم - قال: «لا تزول قدما عبد يوم القيامة حتى يسأل عن أربع عن عمره فيم أفناه وعن شبابه فيم أبلاه وعن علمه ماذا عمل فيه وعن ماله من أين اكتسبه وفيم أنفق»، فهي أربعة أسئلة:

سؤال أول: ماذا قدمنا في أعمارنا من خير وطاعة واستجابة لأمر الله ونهيه؟

وسؤال ثان: عن شبابتك خاصة، مع أنه جزء من عمرك سئلت عنه من قبل، لكن لأهميته ولأنه الفصل في مسارك، تسأل عنه بالتفصيل، قال تعالى: «الذي خلقكم من ضعف ثم جعل من بعد ضعف قوة، ثم جعل من بعد قوة ضعفاً وشيبة»، فهو الشباب والرجولة، بين الصغر والطفولة، والكبر والكهولة.. هل هي زهرة حياتك، فما هي اختياراتك فيها: هل تظن أنك لا تزال صغيراً.. لم يجر القلم عليك بعد... أمامك فرصة لتتوب وتعود... هي لحظات لا بد من أن أعيشها كما أحب أنا، لا كما يريد الناس لي... فرصة لاكتشاف الحياة لا للكتب... كلها جمل تعبر عن واقع كثير من شبابنا اليوم، ولكنها للأسف لا تنفعهم حين تتقدم بهم الحياة، أو يواجهون ابتلاءاتها وامتحاناتها، بل لا ينفعك إلا حقيقة واحدة.. ما هي الإجابة عن السؤال؟

وثالث: ما فائدة تعلمنا ودراستنا وسمينا للحياة؟ هل أرضينا به ربنا أم...

ورابع: من أين اكتسبت أموالك، وفيم أنفقتها؟ في الحلال أم الحرام.

وفي خضم انشغالنا بتكاليف الحياة دراسة، نجاح، تفوق، مستقبل، زواج، مسكن، أبناء، تربية... تناسينا قصة المعلم والطلبة، أو قصة حياتنا وأسئلة الله لنا وهذه المقالة جزء من تذكير الله لنا...

فتاوى نسائية



● يجيب عليها: الشيخ عبد القادر براهيمي

الحالة التي تسأل عنها كثير من النساء، وهذه المسألة بالذات اختلف الفقهاء فيها بين مجوز ومحرم، والرأي الراجح باختصار:

جواز الإنفاق بالمعروف بشرط ألا يكون إضاعة للمال، ولا إسرافاً، لكن بمقدار العرف والعادة، وما تعلم أنه لا يؤلم زوجها ولا يضره، وتطيب به نفسه. لحديث عن عائشة - رضي الله عنها - قالت: قال النبي - صلى الله عليه وسلم -: «إذا أطعمت المرأة من بيت زوجها غير مفسدة، كان لها أجرها، وله مثله، له بما اكتسب، ولها بما أنفقت».

وعن أسماء بنت أبي بكر الصديق - رضي الله عنهما - أنها جاءت النبي - صلى الله عليه وسلم - فقالت: يا نبي الله! ليس لي شيء، إلا ما أدخل عليّ الزبير، فهل علي جناح أن أرضخ مما يدخل عليّ؟ قال: «أرضخي ما استطعت، ولا توعي، فيوعي الله عليك...» أي أنفقي ولا تضيق وتحيسي فيضيق الله عليك، أما كثرة الإنفاق والمبالغة فمحرمة إلا بإذنه، ونصيحتي إليك أن تستأذني إذنا عاماً، يعني: يعطيك زوجك حرية التصرف

...سؤال: أنا امرأة ماكثة بالبيت، ولا مدخول عندي، وأحب الصدقة على بيتي بنية أن يحفظني الله وزوجي وأولادي، فلا أجد إلا مما يبقى من مصروف البيت أو بعض الطعام الذي يحضره زوجي، غير أنني سمعت في الإذاعة مؤخراً أنه لا يحل أن تنصق الزوجة إلا برضا زوجها. فهل صدقتي حرام؟ وماذا أفعل؟

الجواب: الحمد لله، والصلاة والسلام على رسول الله، وبعد: أنت مشكورة ومأجورة - إن شاء الله - على حرصك على الصدقة ومعاونة المحتاج، غير أن سؤالك له ثلاث حالات، ولكل حالة حكمها: الحالة الأولى: وهي أن الزوج قد أذن للزوجة صراحة، بالإنفاق من ماله، فلا إشكال في جواز هذه الحالة؛ الحالة الثانية: وهي أن الزوج قد منع الزوجة صراحة من الإنفاق من ماله، لا من قليله ولا كثيره دون إذنه، فلا إشكال أيضاً في حرمة أن تنفق المرأة من مال زوجها دون رضاه، ولها أجر النية لحديث عبد الله بن عمرو - رضي الله عنهما - أن رسول الله - صلى الله عليه وسلم - قال: «لا يجوز لامرأة عطية إلا بإذن زوجها». الحالة الثالثة: وهي ألا يأذن الزوج للزوجة صراحة من الإنفاق، كما أنه لم يمنعها من ذلك صراحة، وهي

دعاء



اللهم يا مقلب القلوب، ثبت قلوبنا على دينك...
اللهم يا مَصْرِفَ القلوب، اصرف قلوبنا إلى طاعتك، واصرفها عن معصيتك،
اللهم يا فالق الحب والنوى، أعط كلًا منا من الخير ما نوى.

استغفر الله الذي لا إله إلا هو الحي القيوم وأتوب إليه.
سبحانك اللهم وبحمدك أشهد أن لا إله إلا أنت أستغفرك وأتوب إليك.
اللهم صل على سيدنا محمد عبدك ونبيك، ورسولك النبي الأمي، وعلى آله وصحبه وسلم تسليماً، عدد ما أحاط به علمك، وخط به قلمك، وأحصاه كتابك، وارض اللهم عن ساداتنا أبي بكر وعمر وعثمان وعلي، وعن التابعين وأتباعهم بإحسان إلى يوم الدين... اللهم آمين

«ال Buzz»: من الإشهار إلى التشهير



عمار يزلي

إلى صنّاع الخبر الموازي! لا إلى إعلاميين، بل إلى المبدع في إنتاج الإعلام الموازي، الذي لا يعتمد على تقنيات وخصائص وأخلاقيات الإعلام التقليدي، إنه يعارضها في الشكل والمضمون وفي الأسلوب! إنها تحديث للحديث، وتحويل المعلومة والخبر إلى «فن»، إلى أدب مسرحي كوميدى وإخراج وتعليق ودعاية وصورة وتقطيع وتركيب، غير خاضع لمقاييس «الاحترافية»! بل إن «البوز» ضد الاحترافية نفسها، تحطيم لأصنامها، لأن هذه الثقافة- رفقة أشكال أخرى ظهرت مع تطور تكنولوجيات الاتصال الحديثة الأخرى التي حطمت الأوثان في الأوطان- تريد أن تبني بنيتها الأصلية باستقلالية وببنفس ثوري مقلوب، ذلك أن السخرية والتهكم، عادة ما يتجهان نحو «قلب المقلوب»، على اعتبار أن الواقع هو عالم مقلوب، وعلينا أن نقلبه رأساً على عقب لكي يتحول إلى وضعه الصحيح، «تمام عكس» ما قاله ماركس عن فلسفة «هيجل»- إعكاس العكس، الهدف منه لدى ثقافة «البوز الاتصالية» هو التشويش على المشوش الأكبر! وقد لاحظنا في الجزائر قبل أكثر من عشرين سنة عبارة «النش» التي تعني نفس معنى «البوز» إنما كان يقصد بها «التشويش» الذي يحصل أثناء التقاط موجات الاستقبال التلفزيونية قبل عصر «الدش»، أيام استعمال الهوائيات! النش، كان تشويشاً على الخطاب التلفزيوني الرسمي الأحادي، وصارت عبارة «النش» تقال بمعنى التشويش على كل شيء، لتعني في الأخير رفض الخطاب القائم فردياً كان أم جماعياً والثورة عليه في صمت ودون عنف! إنها آخر أشكال مقارعة «الدش» بالنش! وإعلام الطغمة العالمية الحاكمة المهدة لكل القيم! بالمقابل، يتدخل خطاب آخر من فئة «قطعت جهيضة قول كل خطيب» بأسلحة من السحاب لا هي من فئة «الدرن» ولا الشبح ولا الكروزر.. إنه بكل بساطة سلاح «البوز».

«البوز»، جزء من هذا التحول نحو المشاكسة الإعلامية والتشويش على الخطاب الرسمي عندنا! ويبدو هو المهمين، قياساً بتوجه «البوز» في الغرب وفي أمريكا مثلاً! فإذا كان هذا «البوز» مرتبطاً في الغرب بثقافة الاستهلاك وذا أساس تجاري تسويقي ترويجي، عوض معادلة «الإشاعة» والاتصال «بابا لباب، ومن فم إلى أذن»، كما كان الشأن في تقنيات حقن ما قبل تكنولوجيا الجيل الثالث للإنترنت، فإنه، في العالم العربي، ارتبط أكثر بالتعامل مع الواقع السياسي والاقتصادي والأخلاقي: ارتبط بالطبوهات! وما أكثر الطبوهات في العالم الشمولي، أحادي اللسان والعين، وعلى رأسها: السياسة والدين والأخلاق! فقد كانت ثورات الربيع العربي تتكئ على هذه الوسائط، وعبر منصات التواصل الاجتماعي، وبالأخص «فيس بوك»! «البوز» عندنا، رغم أن العبارة مشتقة من «الأزيز»، الذي يصدر عن طيران حشرة لاسعة، الذي يفيد بـ«الأزعاج»، إلا أن هذا التوصيف الإلكتروني يبدو أنه صار من خلال انزلاق سيميولوجي، يحمل دلالة «التشويش» على الخطاب الرسمي ليقدم نفسه في شكل خطاب مواز. أكيد، أن لكل دولة ومنطقة ثقافة منطق خاص بها في التشويش وفي المقاومة، وفي خلق أجواء «الفكاهة» من التذمر! فالتذمر والاحتقان يولدان أشكالاً إبداعية في التعبير عن الرفض والمقاومة «الهادئة الباسلة»، عبر خطاب فني مواز! نحن إذن أمام «فن تقنية الخطاب الجديد المشوش»! لكن بالمقابل، هناك عناصر مشتركة في كل الثقافات، وهي فن «الإضحاك» من أجل الإيحاء! هناك شيء أساسي في ثقافة «البوز» هو الأفلمة! أفلمة السخرية والضحك والنكتة! أي تحويل ثقافة السمعى إلى «ثقافة سمعي بصري كتابي»، منقولة مباشرة ودون حواجز أو رقابة إلى الجيب! هذا إضافة إلى السرعة والأنية! إننا نتحول شيئاً فشيئاً

انتشار تكنولوجيا الاتصال، خاصة مع ظهور الجيلين الثالث والرابع للإنترنت، ساهم، ليس فقط في تغيير شكل «المقاومات الرمزية» لأشكال الهيمنة المحلية والعالمية، من تعامل شفهي، أو ما كان يعرف بمعادلة «من الفم إلى الأذن»، الذي هو قانون «الإشاعة»، إلى تعامل بالصورة والصوت والأنية، لسرعة تدفق المعلومة! المعلومة، صارت تتدفق بشكل سيلان متعاظم ومتسارع، حتى إنه لم يعد للسلطة المتحكمة لا الوقت في التصدي لهذا الإعلام «الشعبي» غير المنضبط، المشاغب، ولا الكفاءة في فعل ذلك! فالشباب المشحون قوة، لا تقوى على التصدي له الشيوخة المزمنة، حتى ولو جندت طاقات شبانية لهذا الغرض!